

စာပေလောကစာအုပ် အမှတ် ၂၉၂

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု ခင်မောင်ညို (ဘောဂဗေဒ)



စာပေလောကစာအုပ်တိုက်
အမှတ် ၁၇၃၊ ၃၃ လမ်း၊ ရန်ကင်းမြို့။
[ဖုန်း-၂၈၅၁၆၆]

မာတိကာ

၁။ ဘာသာပြန်ဆိုသူ၏ အမှာ	က
၂။ နိယာမစာပိုပြု ချဉ်းကပ်နည်း	၁
၃။ နိယာမစာပိုပြုခေါင်းဆောင်များ၏ စရိုက်လက္ခဏာများ	၂၀
၄။ ဆုံးဖြတ်ချက်သုံးခု	၄၂
၅။ အခြေခံက ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်ခြင်း	၅၆
၆။ အတိတ်နှင့် လမ်းခွဲ	၇၂
၇။ ခြောက်ရက်တာ တီထွင်ဖန်တီးမှု	၈၈
၈။ ဒုစရိုက်တရားစုနစ်ပါး	၁၀၀
၉။ ကိုယ်ကျင့်အိမ်ခြောက်	၁၁၁
၁၀။ နိယာမစာပိုပြု အာဏာ	၁၂၁
၁၁။ ဆက်သွယ်ရေးလမ်းကြောင်းများ	၁၂၉
၁၂။ ဩဇာလွှမ်းမိုးမှု နည်းလမ်း ၃၀	၁၄၆
၁၃။ အိမ်ထောင်ရေးနှင့် မိသားစုဆက်ဆံရေးများကို ကြွယ်ဝစေနိုင်သည့် နည်းလမ်းရှစ်ခု	၁၆၅
၁၄။ ကလေးတစ်ယောက် လူတော်ဖြစ်အောင်	၁၈၇



ဘာသာပြန်ဆိုသူ၏ အမှာ

၁

ပြန်မာနိုင်ငံ၌ ယခုအခါတွင် စီမံခန့်ခွဲမှုပညာရပ်ကို စိတ်ဝင်စားသူ၊ လေ့လာရကောင်းမှန်းသိသူတွေ များပြားလာခဲ့သည်မှာ ဝမ်းသာစရာ အလွန်ကောင်းပါသည်။ အတိတ်က ကြုံတွေ့ခဲ့ရသည့် အမှားများ၊ အားနည်းချက်များကို တစ်ခွန်းတည်းဖြင့် မြို့မိအောင်ပြောဆိုလိုလျှင် 'စီမံခန့်ခွဲမှု အားနည်းခြင်း' ဟု ပြောနိုင်ပါသည်။ မိမိတို့၏ အားနည်းချက်ကို အတန်အသင့်သိမြင်ပြီး ပညာရပ်တစ်ခုကို လေ့လာလိုက်စားလာကြ၊ ပညာရပ်ဆိုစ်ရာ စာအုပ်စာတမ်းများ ရေးသားကြ၊ ပြန်ကြေ၊ လေ့လာဆည်းပူးကြ လုပ်လာသည်မှာ ဝမ်းသာစရာဖြစ်ပါသည်။

သို့သော်



ဤ 'သို့သော်' မှာ သေးသေးငယ်ငယ်သို့သော်လေး မဟုတ်ပါ။ ကြီးကြီးမားမား 'သို့သော်' ကြီး ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်တို့က စီမံခန့်ခွဲမှု၏ အောက်ခြေပိုင်း၊ အခြေခံပိုင်းကို ဆည်းပူးနေကြချိန်တွင် သူတို့က တစ်ဆင့်တက်သွားကြပါပြီ။ စီမံခန့်ခွဲမှုပညာဆိုင်ရာ စာအုပ်စာတမ်းများကို လေ့လာဖတ်ရှုနေချိန်၌ သူတို့တက်သွားသည့် နောက်တစ်ဆင့်ကိုပါ ခေါင်းထဲထည့်ထားဖို့ လိုပါသည်။

သူတို့တစ်တွေက 'စီမံခန့်ခွဲမှု' ဟု သိပ်မပြောတော့ပါ။ 'ခေါင်းဆောင်မှု' ဟုပြောနေကြပါပြီ။ ယခင်ကဆိုလျှင် ခေါင်းဆောင်မှုကို စီမံခန့်ခွဲမှုအောက်ထဲ ဆွဲသွင်းတတ်ကြပါသည်။ ယခု အပေါ်သို့ ဆွဲတင်လာကြပါပြီ။

(၈)

တို့တို့ပြောရလျှင် 'getting things done through other people (အခြားသူများက တစ်ဆင့်ပြီးစီးဆောင်လုပ်ခြင်း) doing things right'(ကိစ္စများကို မှန်မှန်ကန်ကန်လုပ်ဆောင်ခြင်း) ဟူ၍ စီမံခန့်ခွဲမှုကို အဓိပ္ပာယ်ဖော်တတ်ကြသည်။ ယခုခေတ်၌ ကိစ္စများ ပြီးစီးစေရန်၊ အခြားသူများကတစ်ဆင့် နည်းမှန်လမ်းမှန် ဆောင်ရွက်ရုံမျှဖြင့် မပြီးပါ။ လုပ်သည့်ကိစ္စတွေက မှန်ကန်ရန်လို ပါသည်။ 'doing right things' ဟူ၍ ဖြစ်လာပါသည်။ ထိုကိစ္စမှာ ခေါင်းဆောင်မှု၏ ကိစ္စဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့်ပင် 'ခေါင်းဆောင်မှု'ကို 'စီမံခန့်ခွဲမှု' အပေါ်တွင် တင်လာရာ ဦးစားပေးလာရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။



ဤစာအုပ်မူရင်းကို ရေးသားသူဇော်ဇင် ကိုဇော် Stephen Covey ၏ ထင်ရှားသော စာအုပ်သုံးအုပ်အနက် တစ်အုပ်ကို အခြားသူများ ပြန်ဆိုနေသည်ဟု ကြားရသဖြင့် လက်ရှောင်ခဲ့သော်လည်း သုံးအုပ်စလုံးကို မြန်မာစာပေနယ်သို့ ခို့ပေးစေချင်သော စေတနာရှိခဲ့ပါသည်။ အခြားစာအုပ်တစ်အုပ်ဖြစ်သော (First Things first = အရေးကြီးတာက ပထမ) ဟူသည့် စာအုပ်ကိုလည်း ဘာသာပြန်ဆိုပြီးခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါသည်။

ယခုစာအုပ်ကို 'ကံ ကံ၏အကျိုး ခေါင်းဆောင်မှု'ဟု ဖော်မည် ဆိုလျှင်လည်း ခေါ်နိုင်ပါသည်။ မူလစာရေးသူသည် ဖြတ်လမ်းနည်းတွေ၊ ပေါ်ပင်နည်းတွေ၊ ဆေးပြီးတိုတွေကို ယုံကြည်သူမဟုတ်ပါ။ သတိစနိယာမများကိုသာ ယုံကြည်သူ ကံ ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်သူ ဖြစ်ပါသည်။ စေတနာ၊ မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ ကိုယ်ချင်းစာစာရား စသည်တို့သည် မည်သည့်မေတ်၊ မည်သည့်အချိန်၊ မည်သည့် အခြေအနေ၌မဆို မပျက်မပြုန် မှန်ကန်သည့် ကောင်းသောအကျိုးကိုသာပေးသည်ဟု သူက ယုံကြည်ပါသည်။ (သူသည် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် တစ်ဦး မဟုတ်ပါ။)

ထိုမှန်ကန်သော နိယာမများ၊ ဥပဒေသများနှင့် ကိုက်ညီသော လူ့အဖွဲ့အစည်းများသည် တိုးတက်၍ မကိုက်ညီသော လူ့အဖွဲ့အစည်းများသည် ပျက်စီးဆုံးရှုံးရကြောင်း သမိုင်းက သင်ခန်းစာပေးနေသည် ဟု သူက ဆိုပါသည်။

(၈)

နိယာမများ၊ ဥပဒေသများနှင့်ကိုက်ညီသော ခေါင်းဆောင်မှုသည် သာ လုပ်ငန်းတိုင်း၊ နိုင်ငံတိုင်းအတွက် တာကယ်လိုအပ်ချက်တစ်ရပ် ဖြစ်ပါသည်။ တစ်နည်းပြောရလျှင် အလုပ်မှန်တွေကို လုပ်ရန်အတွက် နိယာမများ၊ ဥပဒေသများ၊ သစ္စာတရားများနှင့်အညီ ခေါင်းဆောင်မှု ပေးကြရပါလိမ့်မည်။

ဤစာအုပ်ကို လူတစ်ဦးချင်းနှင့် လူအချင်းချင်း ဆက်ဆံရေး ဟူ၍ ပထမပိုင်း စီမံခန့်ခွဲမှုနှင့် အဖွဲ့အစည်း ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုဟူ၍ ဒုတိယပိုင်း နှစ်ပိုင်းခွဲကာ ရေးသားထားပါသည်။ မြန်မြန်ဖတ်စေလို သဖြင့် ပထမပိုင်းကို ဦးစွာတင်ဆက်လိုက်ပါသည်။

၂၇၊ ၅၊ ၁၉၉၇
(ခပေါင်းဆောင်)

ခင်မောင်ညို
(တာဝန်ခံ)

၁

နိယာမ ဗဟိုပြု ချဉ်းကပ်နည်း

ကျွန်တော်၏ ဆွေးနွေးပွဲများသို့ တက်ရောက်လာသည့်သူများကို သူတို့အတွက် အခက်ခဲဆုံး ပြဿနာများကို တင်ပြရန် သို့မဟုတ် အခက်ခဲဆုံး မေးခွန်းများကို မေးရန် ဖိတ်ခေါ်လေ့ရှိသည်။ ထိုပဋိပက္ခများ ပြဿနာများသည် သမားရိုးကျ နည်းလမ်းများဖြင့် ဖြေရှင်း၍ မရနိုင်သော ပြဿနာများ ဖြစ်သည်။ ဥပမာအချို့မှာ အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်သည်။

‘တစ်ချိန်လုံး အကျပ်အတည်းတွေ ဖိအားတွေ တွေ့နေတဲ့ကြားထဲမှာ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ဘဝနှင့် လုပ်ငန်းနယ်ပယ်နှစ်ခုကို ဘယ်လိုလုပ်ပြီး ချိန်ဆရမလဲ’

‘သူများတွေရဲ့ အောင်မြင်မှုနှင့် အရည်အသွေးတွေအတွက် ကျွန်တော် တကယ့်ကို ပျော်ရွှင် ကျေနပ်သင့်ပါသလား’

‘သူတို့ရဲ့ အလုပ်တွေမှာ သူတို့ ထိထိရောက်ရောက်လုပ်ဖို့ လိုအပ်တဲ့ လွတ်လပ်ခွင့်တွေ၊ လုပ်ပိုင်ခွင့်တွေကိုပေးပြီးတော့ ကျွန်တော်တို့က ဘယ်လို ထိန်းချုပ်မလဲ’

‘ဒီတစ်လအတွက် အလုပ်တွေရှုပ်ပြီး ဗျာများနေတဲ့အချိန်တွေမှာ အရည် အသွေးကောင်းဖို့ အဆင့်အားလုံးမှာရှိတဲ့ လူတွေအားလုံး တစ်ချိန်လုံး တိုးတက် အောင် လုပ်ဖို့ဆိုတာ ဘယ်လိုလုပ်ပြီးတော့ ဖြစ်နိုင်ပါမလဲ’

ခင်ဗျား ကိုယ်တိုင်လည်း ဤမေးခွန်းကို မေးမိကောင်း မေးမိမည် ထင်ပါသည်။ ခင်ဗျား၏ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ဘဝတွင်လည်းကောင်း၊ အဖွဲ့အစည်း

အတွင်းတွင်လည်းကောင်း တကယ့်စိန်ခေါ်မှုများနှင့် တွေ့ကြုံ ရုန်းကန်နေရပါ လိမ့်မည်။

‘လူတစ်ယောက်ကို ငါးတစ်ကောင်ပေးပါ။ သူတစ်ရက်စာ ရသွားမည်။ ငါးဘယ်လို ဖမ်းရမလဲဆိုတာကို သင်ပေးပါ။ သူတစ်သက်လုံး ကျွေးပြီးသား ဖြစ်မည်’ဟု ဆိုရိုးစကားရှိပါသည်။ အထက်ပါမေးခွန်းများအကြောင်း တိုက်ရိုက် မဖြေမီ အခြေခံ သဘောတရားများကို နားလည်လျှင် ထိုမေးခွန်းကို လည်း ကောင်း၊ အခြားခက်ခဲသော မေးခွန်းများကိုလည်းကောင်း ခင်ဗျားကိုယ်တိုင် ဖြေရှင်းနိုင်ပါလိမ့်မည်။ အခြေခံသဘောတရားများကို ကောင်းကောင်းနားမလည် လျှင် ထိုလျှင်လည်း ထိနိုင်သလို လွဲလျှင်လည်း လွဲနိုင်သည်။ ဤပြဿနာ ဖြေရှင်း နည်းသည် မှန်ကန်သည်ဟု မဆိုနိုင်ပါ။

မကြာသေးမီနှစ်များအတွင်းက ကျွန်တော်သည် အဆင့်မြင့်ထိ ရောက် သူများ၏ အလေ့အထ ခုနစ်ခုဆိုသည့် စာအုပ်ကို ထုတ်ဝေခဲ့ပြီးနောက် သူတို့ ဘဝ၊ သူတို့ ထုတ်လုပ်သော ပစ္စည်းများ၊ သူတို့၏ ဝန်ဆောင်မှု၊ သူတို့နှင့် သူတို့ အဖွဲ့အစည်းများ၏ အရည်အသွေးများကို တိုးမြှင့်ရန်ကြိုးစားနေသည့် အံ့ဩစရာ ကောင်းသော လူအများနှင့် အလုပ်လုပ်ခဲ့ရသည်။ သို့သော် ဝမ်းနည်းစရာကောင်း သည်မှာ ဆက်ဆံရေးကောင်းရန်နှင့် လိုချင်သည့် ရလဒ်များကို ရအောင် ရိုးရိုး သားသား ကြိုးစားအားထုတ်ရာ၌ အသုံးပြုနေသည့် နည်းအတော်များများသည် လွဲမှားနေကြသည်။ သူတို့ကို ပေးထားသည့် အကြံဉာဏ်များလည်း မှားယွင်း နေကြသည်ကို တွေ့ရသည်။

တစ်နည်းအားဖြင့် ပြောရလျှင် ထိုနည်းလမ်းများသည် ထိရောက်သော သူများ၏ အလေ့အထများကို ပြောင်းပြန်လှန်ပြလိုက်သလို ဖြစ်သည်။ အဓိက သင်ကြားပို့ချသူ တစ်ယောက်ဖြစ်သော ကျွန်တော့်ညီ ဂျွန်ကိုဗေးက ၎င်းတို့ကို ‘မထိရောက်သောသူများ၏ အလေ့အကျင့် ခုနစ်ခု’ဟု အောက်ပါအတိုင်း စာရင်း ချပြသည်။

- (၁) ပြီးမှ တုံ့ပြန်ခြင်း၊ သင့်ကိုယ်သင် သံသယဖြစ်သော အခြားသူများကို အပြစ်တင်ခြင်း၊
- (၂) စိတ်ထဲမှာ ရည်ရွယ်ချက်တစ်ခု ရေရေရာရာမရှိဘဲ အလုပ်လုပ်ခြင်း၊
- (၃) အလောသုံးဆယ်နိုင်သည့် ကိစ္စများကို အရင်လုပ်ခြင်း၊
- (၄) ကိုယ်နိုင် သူရှုံး၊ ကိုယ်ရှုံး သူနိုင် တွေးခေါ်ခြင်း၊

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

- (၅) လူတွေက ကိုယ့်ကို အရင်နားလည်စေလိုခြင်း၊
 - (၆) မနိုင်လျှင် အလျော့အတင်းလုပ်ခြင်း၊
 - (၇) အပြောင်းအလဲကိုကြောက်ကာ မတိုးတက်လိုခြင်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။
- ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးချင်း၏ အောင်မြင်မှုများနောက်က အများနှင့်ဆိုင်သော အောင်မြင်မှုများ လိုက်လာတတ်ကြသည်။ ထိရောက်သောပုဂ္ဂိုလ်များသည် တဖြည်းဖြည်း ရင့်ကျက်မြင့်တက်သွားကြသလို ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဘဝ ဆုံးရှုံးမှုများကလည်း လူရှေ့သူရှေ့တွင် အရှက်ကွဲစေသည်။ မထိရောက်သော ပုဂ္ဂိုလ်များသည် ရင့်ကျက်သည့် အဆင့်သို့ မရောက်ဘဲ တဖြည်းဖြည်း နုနယ်သည့် အဆင့်သို့ ကျဆင်းသွားတတ်သည်။ သူတို့က သူတစ်ပါးကို အားကိုးသည့် ပုံစံကို လိုက်နာကျင့်သုံးသည့်အခါ အခြားသူများက သူတို့၏ အခြေခံ လိုအပ်ချက်များကိုလည်းကောင်း၊ သူတို့လိုချင်သည့်အရာများ၊ ဆန္ဒများကိုလည်းကောင်း ဖြည့်စွမ်းပေးရသဖြင့် အပြန်အလှန် မှီခိုရသည့် အဆင့်သို့ ရောက်သွားသည်။ ချလျှင် ချ၊ မချလျှင် ပြေးနည်းလမ်းမျိုးကို ဖြစ်စေသည်။ ထိုမှတစ်ဆင့် ပူးတွဲမှီခိုရသည့် အခြေအနေကို ရောက်သွားသည်။ တစ်ယောက်နှင့် တစ်ယောက် ပျက်စီးနိုင်သည့် နည်းလမ်းများ အတိုင်း ပူးပေါင်းမိသည့် အခြေအနေသို့ ဆိုက်ရောက်သွားတတ်ကြသည်။

ထိုအခြေအနေများကို ချိုးဖျက်ပြီး အခြေအနေ အသစ်အဆန်းများနှင့် မည်သို့အစားထိုးမည်နည်း။ အတိတ်၏ ဆွဲအားများကို လွန်ဆန်ကာ ကျွန်တော်တို့ကိုယ် ကျွန်တော်တို့ မည်သို့ အသစ်ပြန်လည်ဖန်တီးကြမည်နည်း။ ကျွန်တော်တို့၏ အဖွဲ့အစည်းများ၌လည်းကောင်း၊ ကျွန်တော်တို့၏ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ဘဝများ၌လည်းကောင်း၊ အဓိပ္ပာယ်ရှိသည့် အပြောင်းအလဲများကို ဘယ်လို ရယူကြမည်နည်း။

ပြဿနာများကို လေ့လာခြင်း

ကျွန်တော်တို့၏ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ဘဝများ၌လည်းကောင်း၊ လုပ်ငန်းခွင်၌ လည်းကောင်း တွေ့ကြုံရသည့် ပြဿနာအချို့ကို ပြောပြလိုပါသည်။ ထို့နောက် ထိုပြဿနာများနှင့်ပတ်သက်၍ နိယာမ ဗဟိုပြု အဖြေတစ်ခုကို အကြံပြုလိုပါသည်။ အချို့လူများက သူတို့၏ ရည်ရွယ်ချက်များ ဖြစ်မြောက် အောင်မြင်ရန်ဆိုပြီး တင်းတင်းကျပ်ကျပ် ဖိဖိစီးစီး လုပ်သည့်နည်းများကို တရားမျှတကြောင်း အကြောင်းပြတတ်လေ့ရှိသည်။ သူတို့က စီးပွားရေးသည် စီးပွားရေးဖြစ်သည်။

ကိုယ်ကျင့်တရား၊ နိယာမ၊ ဥပဒေသတွေသည် အမြတ်အနှုံးလောက် အရေးမကြီးဟု ပြောတတ်ကြသည်။ ထိုလူတို့သည် အိမ်မှာရှိသည့် ကိုယ်ရေးကိုယ်တာဘဝနှင့် အလုပ်ခွင်မှာရှိသည့် သူတို့၏ ထုတ်ကုန်များ၊ ဝန်ဆောင်မှုများ၏ အရည်အသွေးတို့ ဆက်စပ်နေသည်ကို မမြင်ကြ။ သူတို့အဖွဲ့အစည်းအတွင်းရှိ လူမှုရေးနှင့်နိုင်ငံရေး ပတ်ဝန်းကျင်များကြောင့်လည်းကောင်း၊ ပြင်ပရှိ အစိတ်စိတ်အမွှာအမွှာ ဖြစ်နေသော ဈေးကွက်ကြောင့်လည်းကောင်း ဆက်ဆံရေးများကို သက်သက်မဲ့ တလွဲတချော် လုပ်ပြီး ကိုယ်လိုချင်သည့်ရလဒ်များရအောင်လုပ်နိုင်သည်ဟု ထင်တတ်ကြသည်။

ကြေးစားဘောလုံးအသင်းတစ်သင်း၏ နည်းပြချုပ်တစ်ယောက်က သူ၏ ကစားသမားအချို့သည် ဘောလုံးပွဲရာသီမဟုတ်လျှင် ဒုက္ခမခံချင်ကြ ကြောင်း ပြောပြသည်။ စခန်းဝင်သည့်အခါ သူတို့ ပုံပျက်ပန်းပျက်ဖြစ်နေသည်။ ‘သူတို့က ကျွန်တော့်ကိုရော၊ မိခင် သဘာဝတရားကြီးကိုရော အရူးလုပ်လို့ရမယ်လို့ ထင်နေကြတယ်။ အသင်းဖွဲ့လိုက်မယ်၊ ပြီးလျှင် ကစားပွဲတွေမှာ အကြီးအကျယ် အောင်မြင်မှုရမယ်လို့ ထင်နေကြတယ်’ဟု ပြောဖူးသည်။

ကျွန်တော်၏ ဆွေးနွေးပွဲများ၌ ကျွန်တော်က ‘ကျွန်တော်တို့ လုပ်သား အင်အား အများစုဟာ အခုထက်ပိုပြီးတော့ အစွမ်းအစတွေရှိတယ်၊ တီထွင် ဖန်တီးနိုင်စွမ်းတွေရှိတယ်၊ ပါရမီတွေရှိတယ်၊ ကြိုးစားလုပ်နိုင်တယ်၊ အခု လက်ရှိ အလုပ်တွေက သူတို့ကို လုပ်ခွင့်ပြုတာထက်၊ သူတို့လုပ်ဖို့လိုတာထက် အင်ပြည့် အားပြည့် ရှိတယ်ဆိုလျှင် ခင်ဗျားတို့ ဘယ်နှစ်ယောက် သဘောတူကြမလဲ’ဟု မေးသောအခါ ၉၉ ရာခိုင်နှုန်းက သဘောတူကြသည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် ပြောရလျှင် ကျွန်တော်တို့၏ စွမ်းအားစုများကို အများကြီး ဖြန့်တီးပစ်နေပြီးနောက် လူ့စွမ်းအားများကို စီမံခန့်ခွဲပုံ ညံ့ဖျင်းသည့်အတွက် ကျွန်တော်တို့၏ စီးပွားရေးကို ထိခိုက်နိုင်သည်။

အများအားဖြင့် ငွေအများကြီးရှာနိုင်သူများကို ကျွန်တော်တို့က သဘော ကျပြီး ‘ဟီးရိုး’ဟု သတ်မှတ်ထားကြသည်။ ရုပ်ရှင်မင်းသား တစ်ယောက်၊ ဖျော်ဖြေရေးသမားတစ်ယောက်၊ အားကစားသမားတစ်ယောက်၊ အခြားအသက်မွေး ဝမ်းကျောင်းသူတစ်ယောက် ဟူသော သူရဲကောင်းတစ်ယောက်က ‘ကိုယ်ထင်သလို ကိုယ်နေလျှင် ကိုယ့်ဘဝမှာကိုယ်လိုချင်တာတွေ ရမည်’ ဟု ပြောလိုက်သည့်အခါ သူတို့ပြောတာတွေကို နားထောင်တတ်ကြသည်။ သူတို့ပြောတာ မှန်သည်ဟု ဝိုင်းဝန်း အားပြည့်ပေးတတ်ကြသည်။

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

အချို့မိဘများက သူတို့ကလေးများအတွက် ဒုက္ခမခံ၊ လူရှေ့သူရှေ့ မှာ ဟန်ဆောင်ပန်ဆောင် အလုပ်လုပ်ပြသည်။ အိမ်မှာ အော်လိုက်ဟစ်လိုက်၊ တံခါးကို ဆောင့်ပိတ်လိုက် လုပ်လို့ရသည်ဟု ထင်နေကြသည်။ နောက်ဆုံး၌ သူတို့၏ ဆယ်ကျော်သက်ကလေးများက သူတို့ဘဝတွင် လစ်ဟာနေသော ကွက်လပ်များကိုဖြည့်ရန်အတွက် အရက်စွဲခြင်း၊ မူးယစ်ဆေးဝါးစွဲခြင်း၊ လိင်ကိစ္စ ကျူးလွန်ခြင်းများ ကြုံတွေ့ရသည့်အခါများ၌ မိဘများ အထိတ်တလန့် ဖြစ်ကုန် ကြသည်။

ကျွန်တော်က အမှုဆောင်အရာရှိတစ်ယောက်အား သူ၏ ဝန်ထမ်းအားလုံး ကို ဖိတ်ခေါ်ပြီး ခြောက်လခန့် အချိန်ယူကာ ကုမ္ပဏီ၏တာဝန် ကြေညာစာတမ်း တစ်ခုပြုစုရန် ဖိတ်ခေါ်သည့်အခါ သူက 'စတီဖင် ခင်ဗျား ကျွန်တော့်ကို နားမလည် ပါဘူး၊ ဒီအလုပ်ကလေးများ ဒီတစ်ပတ်အတွင်း တောင်မှ ရနိုင်သေးတယ်'ဟု ပြောပြသည်။ တစ်ပတ်အတွင်း ပြီးအောင် လုပ်နိုင်သောသူများကို ကျွန်တော် မြင်ပါသည်။ ချို့ယွင်းနေသည့် အိမ်ထောင်ရေးများကို စနေ၊ တနင်္ဂနွေရက်များ၌ ပြင်ဆင်ရန် ကြိုးစားနေသူများ၊ ကလေးနှင့်ဆက်ဆံရေးမကောင်းသည့် မိဘများ၊ ကုမ္ပဏီတစ်ခု၏ အလေ့အထများကို စနေ၊ တနင်္ဂနွေ ရုံးပိတ်ရက်များ၌ ပြောင်း လဲရန် ကြိုးစားနေသည့် ပုဂ္ဂိုလ်များကို တွေ့ဖူးပါသည်။ သို့သော် စနေ၊ တနင်္ဂနွေ မျှလောက်ဖြင့် ပြီးအောင် လုပ်နိုင်မည် မဟုတ်ပါ။

အချို့မိဘများနေဖြင့် ဆယ်ကျော်သက်အရွယ် ကလေးငယ်များ၏ ဆန့်ကျင်ပုန်ကန်မှုကို ကိုယ်ရေးကိုယ်တာကိစ္စတစ်ခုဟု သဘောထားသည်။ သူတို့ကလေးတွေက သူတို့ကိုလက်ခံအောင် စိတ်ဓာတ်ရေးရာအရ မှီခိုနေ ကြသည်။ သားသမီးနှင့် မိဘများအကြားတွင် ဆက်ဆံရေးယိုယွင်းနေသည်။ တစ်ယောက်၏ အားနည်းချက်ကို အခြားတစ်ယောက်က အသုံးချဖို့ပြင်နေ ကြသည်။ မိမိ၏ အားနည်းချက်ကို မိမိမြင်ဘဲ အခြားသူများ၏ အားနည်းချက်ကို မိမိ၏ အားနည်းချက်အားဖုံးကွယ်ရန်အတွက် အသုံးချနေကြသည်။

စီမံခန့်ခွဲမှုလောက၌ အရာရာကို တိုင်းထွာတတ်ကြသည်။ ဇူလိုင်လက အော်ပရေတာများနှင့်ဆိုင်သော်လည်း ဒီဇင်ဘာလ ဘဏ္ဍာရေးဌာနနှင့် ဆိုင် သည်။ နှစ်အကုန်၌ ဂဏန်းများအားလုံးကို ကြိုက်သလိုကစားကြပြီး လူမြင်သူမြင် ကောင်းအောင် လုပ်တတ်ကြသည်။ ကိန်းဂဏန်းများသည် တိကျကောင်း တိကျ မည်။ ဓမ္မဓိဋ္ဌာန်ကျကောင်းလည်း ကျမည်။ သို့သော် ထိုကိန်းဂဏန်းများသည်

ဓမ္မဓိဋ္ဌာန်မကျသည့် အယူအဆများအပေါ်၌ အခြေခံကြောင်း လူတော်တော်များ များက သိကြပါသည်။

လူအတော်များများက အပြောင်အပြက် ပြောစရာများမှလွဲ၍ တန်ဖိုး ရှိသည့်အကြောင်း ဘာမျှမပြောနိုင်သည့် စိတ်တက်ကြွအောင် လှုံ့ဆော်ပေးနိုင် သည်ဆိုသော ဟောပြောသူများ၏ စကားများကို စိတ်ပျက်လက်ပျက် ဖြစ်နေကြ သည်။ သူတို့က တကယ့်အနှစ်သာရ၊ တကယ့် အလုပ်လုပ်ရမည့် လုပ်ငန်းများကို သိချင် တတ်ချင်ကြသည်။ ဝေဒနာကို ခေတ္တမျှသက်သာအောင် လုပ်ပေးသည့် ဆေးမြီးတို့တွေလို လိုချင်ကြသည်မဟုတ်။ သူတို့၏ နာတာရှည်ရောဂါများကို ကုသကာ ရေရှည် အလုပ်ဖြစ်မည့် နည်းလမ်းများကိုသာ ရယူလိုကြခြင်းဖြစ်သည်။

မကြာသေးမီက ကျွန်တော်သည် အမှုဆောင်အရာရှိကြီးတစ်စုနှင့် သင်တန်း ခန်းမတစ်ခု၌ တွေ့ဆုံခဲ့ပြီးရာ 'ရေရေရာရာမရှိသည့် အတွေးအခေါ်များကို လေးရက်လောက်သွားထိုင်ပြီး နားထောင်ပါ'ဟု ပို့လွှတ်လိုက်သည့်အတွက် အမှုဆောင်အရာရှိချုပ်ကို ခါးခါးသီးသီး မုန်းတီးနေကြောင်းတွေ့ရသည်။ သူတို့သည် ဖခင်ဆန်ဆန်အုပ်စိုးသော စီမံခန့်ခွဲမှု ယဉ်ကျေးမှုတစ်ခုအောက်၌ ရောက်နေကြ သည်။ လေ့ကျင့်ပျိုးထောင်ပေးခြင်းကို ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုတစ်ခုအဖြစ် မမြင်ဘဲ ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးကြီးတစ်ခုအနေဖြင့် မြင်နေကြသည်။ သူတို့၏ အဖွဲ့အစည်းကလည်း လူများကို အရာဝတ္ထုများလို သဘောထားသည်။

ကျောင်းရှိ ကျောင်းသားများအား ကျွန်တော်တို့ သင်ထားသည့်အတိုင်း ပြန်မေးသည်။ ကျွန်တော်တို့၏ ပို့ချချက်များကို စမ်းသပ်ကြသည်။ သူတို့ကလည်း အမှတ်ကောင်းကောင်းရရန်အတွက် ကျွန်တော်တို့ သင်ကြားပို့ချထားသည့် အရာ များကိုပင် ပြန်ဖြေကြသည်။ ဤနည်းအားဖြင့် ဘဝကြီး တစ်ခုလုံးသည်လည်း စာသင်ခန်းလိုပင် ဖြတ်လမ်းနည်းအတိုင်း လည်ပတ်နေသည်ဟု မြင်လာကြသည်။

ညံ့ဖျင်းသော အလေ့အထများသည် ကျွန်တော်တို့၏ လူမှုရေး ပတ်ဝန်း ကျင်၊ လူမှုရေး အခြေအနေများ၌ အမြစ်တွယ်နေကြသည်။ ရေတို အတွေးများ၊ ဆေးမြီးတို့များကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ ကျောင်းများ၌ ကျွန်တော်တို့ အများစုသည် ဖင့်လေးနေကြပြီး အစမ်းစာမေးပွဲများ၌ တစ်ပွဲတိုး အောင်မြင်စွာဖြေဆိုနိုင်ကြသည်။ သို့သော် လယ်ကွင်းတစ်ခုပေါ်၌ တစ်ပွဲထိုးလုပ်၍ ရပါသလား။ နွားကို နှစ်ပတ် လောက် နို့မညှစ်ဘဲထားပြီး ကိုယ်လိုချင်တဲ့ အချိန်ကျမှ နို့ညှစ်လိုရပါသလား။ သစ်ပင်စိုက်ဖို့၊ ရေလောင်းဖို့၊ မြေဩဇာ ကျွေးဖို့မေ့နေပြီး ရိတ်ချိန်ကျမှလာ၍

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

ရပါသလား။ စိုက်ပျိုးရေးနှင့် ပတ်သက်၍ ထိုလုပ်ငန်းလုပ်ဟန်များကို ဟားတိုက် ရယ်မောတတ်သော်လည်း ပညာရပ် ပတ်ဝန်းကျင်နယ်ပယ်၌ အမှတ်များရရန် ကျွန်တော်တို့လိုချင်သည့် အလုပ်များ ရရန်အတွက် လိုအပ်သောဒီဂရီများရရန် ဖုတ်ပူမီးတိုက် လုပ်နေတတ်ကြသည်။

အဖြေ၊ သဘာဝနိယာမများအပေါ် ဗဟိုပြုခြင်း

အထက်ပါပြဿနာများသည် သာမန် နည်းလမ်းများနှင့် ဖြေရှင်းခြင်း မပြုနိုင်သော ပြဿနာများဖြစ်သည်။ လွယ်လွယ်ကူကူ၊ သက်သောင့်သက်သာ၊ အေးအေးဆေးဆေး ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် ဖြေရှင်းသည့်နည်းလမ်းများကို လယ်ကွက် ထဲ၌ လုပ်၍မရပေ။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် လယ်ကွက်ထဲ၌ ကျွန်တော်တို့ အားလုံးသည် သဘာဝနိယာမ ဥပဒေများ၏ အောက်၌သော် လည်းကောင်း၊ အုပ်စိုးနေသော နိယာမများ၏ အောက်၌သော်လည်းကောင်း ရောက်နေကြ၍ဖြစ် သည်။ နိယာမအပေါ် အခြေခံသော သဘာဝဥပဒေများသည် ကျွန်တော်တို့က သူတို့ကိုဂရုစိုက်သည်၊ မစိုက်သည်၊ လေးစားသည်၊ မလေးစားသည်နှင့်မဆိုင်ဘဲ သူ့သဘောသူဆောင်၍ လည်ပတ် လှုပ်ရှားနေကြသည်။

မည်သည့်ခေတ်၊ မည်သည့်အချိန်မဆို အမြဲတမ်း ကြာရှည်ခံပြီး လည်ပတ်လှုပ်ရှားနေသည့် နိယာမမှာ 'လယ်ကွင်း၏နိယာမ' ဖြစ်သည်။ မြေပြင်ရမည်၊ မျိုးစေ့ချရမည်၊ စိုက်ပျိုးရမည်၊ ပေါင်းသင်ရမည်၊ ရေလောင်း ရမည်။ တဖြည်းဖြည်း အပြည့်အဝရင့်မှည့်လာရန်အတွက် မှန်မှန်ပျိုးထောင်ရ၊ ဂရုစိုက်ရမည်။ အိမ်ထောင်တစ်ခု၌လည်းကောင်း၊ အကျပ်အတည်းကြုံနေသည့် ဆယ်ကျော်သက် ကလေးတစ်ယောက်အား ကူညီရာ၌လည်းကောင်း၊ ဆေးမြီးတို မရှိ၊ အပြုသဘောထားလေးရှိရုံမျှ အောင်မြင်ရေးဖော်မြူလာ အနည်းငယ်ရှိရုံမျှဖြင့် ပြောင်းလဲမပစ်နိုင်။ စိုက်ပျိုးရေးဥပဒေသက လွှမ်းမိုးသည်။ သဘာဝ၏နိယာမများ၊ ဥပဒေများက သူတို့ကို ဂရုစိုက်စိုက် မစိုက်စိုက် ထိုအတိုင်းလည်း လည်ပတ် လှုပ်ရှားနေကြသည်။ ထိုနိယာမများ၊ ဥပဒေများကို ဘဝထဲသို့လည်းကောင်း၊ ဆက်ဆံရေးနယ်ပယ်ထဲသို့ လည်းကောင်း၊ စီမံခန့်ခွဲမှုနယ်ပယ်ထဲသို့လည်းကောင်း၊ အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုလုံး အတွင်းသို့လည်းကောင်း ဆွဲသွင်းလိုက်ပါ။

အကယ်၍ ကျွန်တော်သည် ကျွန်တော်လုပ်ချင်သည့်အရာများကို အခြား လူများအား လုပ်ခိုင်းရန်အတွက် လိမ်ညာလှည့်ဖျားသည့် မဟာဗျူဟာများ၊

နည်းဗျူဟာများကို အသုံးပြုရန်ကြိုးစားလျှင် ကျွန်တော်၏ စရိုက်သည် အားလုံး ချို့ယွင်းနေပေမည်။ ကျွန်တော်၏ အရည်အသွေးမှာလည်း မယုံကြည်ရတော့ဘဲ မေးခွန်းထုတ်စရာဖြစ်နေမည်။ ထိုသို့ဆိုလျှင် ကြာလာသည့်အခါ အောင်မြင်မှုကို မရနိုင်။ စိတ်ရင်းစေတနာကောင်းများကို ဘေးဖယ်ထားလျှင် ယုံကြည်မှု လုံးဝ မရှိခြင်း ယုံကြည်မှု အနည်းငယ်မျှ ရှိခြင်းမျိုးကို ဖြစ်နိုင်သည်။ အမြဲတမ်း အောင်မြင်မှုမျိုး ရရှိရန်အတွက် ခိုင်မာသည့် အုတ်မြစ်ကို ရမည် မဟုတ်ပေ။ အရာရာကို စီမံခန့်ခွဲတတ်ရန်၊ ဦးဆောင်ရန် လေ့လာဆည်းပူးမည်ဆိုလျှင် ကျွန်တော်တို့သည် လူအများ၏ စွမ်းအားများ၊ ပါရမီများထွက်လာအောင် လုပ်နိုင် သဖြင့် အကောင်းဆုံးသော စီးပွားရေးအခြေအနေကို ရရှိနိုင်သည်။

အများအားဖြင့် ပြောင်းလဲမှု တိုးတက်မှုတို့သည် ကျွန်တော်တို့၏ ကိုယ် တွင်းမှ လာသည်မဟုတ်ဘဲ ပြင်ပမှလာသည်ဟု ထင်နေကြသည်။ ကိုယ်တွင်း၌ အပြောင်းအလဲလိုအပ်သည်ကို သိရှိ သဘောပေါက်သည့်တိုင် အများအားဖြင့် ကျွန်တော်တို့သည် နည်းပညာ အတတ်ပညာ အသစ်အဆန်းများ လေ့လာ ဆည်းပူးဖို့လောက်သာပဲ ထင်နေကြသည်။ အခြေခံနိယာမ ဥပဒေသတွေနှင့် ပေါင်းစည်းမှုရှိရန် ပိုလိုအပ်သည်ကို သဘောမပေါက်ကြပေ။ ထူးခြားသည့် ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုများသည် သမားရိုးကျ တွေးပုံခေါ်ပုံများနှင့် အမှန်တကယ်ကို ကိုယ်တွင်းက လမ်းခွဲမှသာဖြစ်မည်။ ဤသို့သောသဘောကို ပုံစံပြောင်းခြင်းဟု ကျွန်တော်က ရည်ညွှန်းလိုပါသည်။

နိယာမကို ဗဟိုပြုသည့် ခေါင်းဆောင်မှုသည် ပုံစံအသစ်တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်တော်တို့၏ဘဝများ၊ အဖွဲ့အစည်းအတွင်း ခေါင်းဆောင်မှုများနှင့် လူအများကို အမှန်တရားတည်းဟူသော 'မြောက်အမှန် နိယာမ' အပေါ် အခြေခံသည်။

မချိုးဖောက်နိုင်သော၊ မပျက်စီးနိုင်သော နိယာမအပေါ်၌ အခြေခံကာ ကျွန်တော်တို့၏ ထိရောက်မှုကို တည်ဆောက်ထားသည်။ မည်သည့် အခါမျှ မပြောင်းလဲ အမှန်တကယ်ရှိသည့် လူတို့၏ ဆက်ဆံရေးနယ်ပယ်က သဘာဝ နိယာမများအပေါ်၌ အခြေခံထားသည်။ ထိုနိယာမသည် လူ့လောက၌ ကမ္ဘာ မြေကြီး၏ ဆွဲငင်အားကဲ့သို့ပင် မပြောင်းမလဲရှိနေသည့် နိယာမမျိုး ဖြစ်သည်။ ထိုနိယာမများကို လူ့အဖွဲ့အစည်းအားလုံးထဲသို့ ထည့်သွင်းကာ ကြာရှည်တည်တံ့ ကြွယ်ဝသည့် မိသားစုများအားလုံး၊ အဖွဲ့အစည်းများ အားလုံး၏ အရင်းအမြစ်များ ဖြစ်အောင် လုပ်ရမည်။

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

ကျွန်တော်တို့ကသော် လည်းကောင်း၊ လူ့အဖွဲ့အစည်းကသော် လည်းကောင်း၊ နိယာမများကို တီထွင်ထားသည် မဟုတ်ပေ။ ထိုနိယာမများသည် လူလူချင်းဆက်ဆံရေးကိုလည်းကောင်း၊ လူ့အဖွဲ့အစည်းများ၏ ဆက်ဆံရေးကိုသော်လည်းကောင်း လွှမ်းမိုးထားသည်။ စကြဝဠာကြီး၏ နိယာမများဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့သည် လူ့အခြေအနေ၊ လူ့သိမှု၊ လူ၏ လိပ်ပြာတို့နှင့် ပတ်သက်သည့် နိယာမများ ဖြစ်သည်။ တရားမျှတမှု၊ ညီမျှမှု၊ သိက္ခာ သမာဓိရှိမှု၊ ရိုးသားမှု၊ ယုံကြည်မှုကဲ့သို့သော အခြေခံနိယာမများကို အသိအမှတ်ပြုကာ ထိုနိယာမများနှင့်ကိုက်ညီအောင်နေလျှင် ရှင်သန်မှု တည်ငြိမ်မှုကိုရရှိလေဖြစ်မည်။ ထိုနိယာမများနှင့် ကိုက်ညီအောင် မနေလေ ပြိုကွဲမှု၊ ပျက်စီးမှုနှင့် ကြုံရလေဖြစ်သည်။

ကျွန်တော်၏ အတွေ့အကြုံအရပြောရလျှင် လူအများသည် မှန်ကန်သည့် နိယာမများအပေါ်၌ အခြေခံသည့် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးရှိသူများအား အလိုအလျောက်ပင်ယုံကြည်တတ်ကြောင်း တွေ့ရသည်။ ကျွန်တော်တို့၏ ရေရှည်ဆက်ဆံရေးများကိုကြည့်လျှင် ထိုအထောက်အထားများကို တွေ့နိုင်သည်။ ယုံကြည်မှုနှင့်စာလျှင် နည်းလမ်းများသည် အရေးမကြီးကြောင်း တွေ့ရသည်။ ယုံကြည်မှုဆိုသည်မှာ နှစ်ရှည်လများ ယုံကြည်ခံထိုက်မှုမှ ထွက်ပေါ်လာခြင်းဖြစ်သည်။ ယုံကြည်မှု မြင့်မားပြီဆိုလျှင် သက်သောင့် သက်သာ ရုတ်တရက်ချက်ချင်း ကြိုးစားအားထုတ်မနေရဘဲ ဆက်ဆံနိုင်ကြသည်။ ကျွန်တော်တို့အမှားအယွင်း လုပ်မိလျှင်လည်း အခြားသူများက ချက်ချင်း ဖမ်းမိသွားကြသည်။ သို့သော် ယုံကြည်မှုနိမ့်ကျသည်ဆိုလျှင် ဆက်ဆံရေးများညံ့ဖျင်းသွားကြသည်။ အချိန်ကုန်သည်။ ထိရောက်မှုမရှိ ခက်ခဲကုန်သည်။

ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးများနှင့်ပတ်သက်၍ လုပ်ဆောင်ရန်မှာ လွယ်ပါသည်။ ကျွမ်းကျင်မှုအချို့ကို လေ့လာခြင်း၊ ဘာသာစကားပုံစံများကို ပြန်လည်ဖွဲ့စည်းခြင်း၊ လူ့ဆက်ဆံရေးဆိုင်ရာ နည်းပညာများကို မွေးစားခြင်း၊ အမြင်သန်အောင်လုပ်သည့် နည်းလမ်းများကို အသုံးပြုခြင်း၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို လေးစားမှုမြင့်မားအောင်လုပ်ခြင်း စသည့်နည်းများဖြင့်လုပ်၍ ရနိုင်ပါသည်။ သို့သော် အလေ့အထများကို ပြောင်းလဲဖို့က ခက်ပါသည်။ ကောင်းကျိုးများ တိုးပွားစေရန်၊ အခြေခံစည်းကမ်းများကို ဆည်းပူးရန်၊ ကတိပေးထားသည့်အတိုင်း သစ္စာရှိရန် အခြားသူများ၏ တာဝန်များခံစားချက်များကို အမှန်တကယ် ကိုယ်ချင်းစာတတ်ရန်တို့က ပို၍ ခက်သည်။ သို့သော် ၎င်းတို့ဖြင့် ကျွန်တော်တို့၏ ရင့်ကျက်မှုကို တိုင်းတာနိုင်သည်။

ကိုယ့်ကိုယ်ကို တန်ဖိုးထားကာ တစ်ချိန်တည်းမှာပင် မြင့်မားသည့် ရည်ရွယ်ချက်များ၊ နိယာမများကို ကျိုးနွံလက်ခံခြင်းသည် မြင့်မြတ်သည့် လူသား ဘဝ၏ အနှစ်သာရနှင့် ထိရောက်သည့် ခေါင်းဆောင်မှုတို့၏ အခြေခံဖြစ်သည်။

သံလိုက်အိမ်မြှောင်ဖြင့် ခေါင်းဆောင်မှု

မှန်ကန်သည့် နိယာမများသည် သံလိုက်အိမ်မြှောင်များနှင့် တူသည်။ ၎င်းတို့သည် အမြဲတမ်း လမ်းပြနေသည်။ သံလိုက်အိမ်မြှောင်များကို ဘယ်လို ဖတ်ရမည်ဆိုသည်ကို သိလျှင် ကျွန်တော်တို့သည် လမ်းမပျောက်နိုင်။ မရှုပ်ထွေးနိုင်။ တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ဆန့်ကျင်နေသည့်အသံများ၊ တန်ဖိုးထားမှုများ၏ အရှူးလုပ်မှုကို မခံရနိုင်။ နိယာမများဆိုသည်မှာ သူ့ဘာသာသူ ထင်ရှားနေသော၊ သူ့ဘာသာသူ သက်သေပြပြီးဖြစ်သော သဘာဝ နိယာမများပင် ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့သည် ပြောင်းလဲခြင်း၊ ရွေ့လျားခြင်း မရှိကြ။ ကျွန်တော်တို့၏ ပတ်ဝန်းကျင်များ ဘယ်လိုပြောင်းပြောင်း ကျွန်တော်တို့၏ ဘဝများနှင့် ပတ်သက်၍ အမှန် တကယ်ရှိသည့် မြောက်အရပ်သို့သာ တစ်ချိန်လုံး ညွှန်ပြနေကြသည်။

နိယာမများကို ဘယ်နေရာဖြစ်ဖြစ် ဘယ်အချိန်မဆို ကျင့်သုံးနိုင်သည်။ ၎င်းတို့သည် တန်ဖိုးထားမှုများ၊ အကြံဉာဏ်များ၊ စံနှုန်းများ၊ အဆုံးအမ များအဖြစ် ပေါ်ပေါက်လာပြီး လူများကို ဆွဲတင်ရန်၊ မြင့်မြတ်အောင်လုပ်ရန်၊ ဖြည့်ဆည်းပေးရန်၊ လုပ်ပိုင်ခွင့်နှင့်အပ်ရန်၊ စိတ်အားတက်ကြွရန် ဆောင်ရွက် ပေးကြသည်။ သမိုင်းနှင့်ပတ်သက်၍ သင်ခန်းစာတစ်ရပ်မှာ လူအများနှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်းများက မှန်ကန်သည့် နိယာမများကို အသိအမှတ်ပြု လက်ခံပြီး ထိုနိယာမများနှင့် ကိုက်ညီစွာ လည်ပတ်လှုပ်ရှားလေ ကြွယ်ဝလေ ဖြစ်သည်။ လူ့အဖွဲ့အစည်းများ ကျဆင်းခြင်းမှာ မှန်ကန်သည့် နိယာမများကို ချိုးဖောက် ခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်။ စီးပွားရေး အပျက်အစီးများ၊ ယဉ်ကျေးမှု အချင်းချင်း ပဋိပက္ခဖြစ်မှုများ၊ နိုင်ငံရေးတော်လှန်မှုများ၊ ပြည်တွင်းစစ်များ၊ မှန်ကန်သည့် နိယာမများကိုသာ လူ့အဖွဲ့အစည်းက တာဝန်ယူမှု၊ သန့်ရှင်းမှု ချမှတ်နိုင်မှုရှိလျှင် ရှောင်လွှဲနိုင်သည်။

နိယာမကိုဦးတည်သည့် ခေါင်းဆောင်မှုများသည် သဘာဝ နိယာမတရား များကို ကျွန်တော်တို့ ချိုးဖောက်နိုင်ခြင်းမရှိ ဟူသော အမှန်တရား အပေါ်၌ အခြေခံသည်။ ကျွန်တော်တို့ ယုံချင်ယုံ မယုံချင်နေ၊ လူ့သမိုင်းတွင် ရာစု

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

နှစ်ပေါင်းများစွာ ၎င်းတို့ ထိရောက်မှုရှိကြောင်း သက်သေပြခဲ့ပြီး ဖြစ်သည်။ ထိုနိယာမများ၏ လမ်းညွှန်မှု၊ အုပ်စိုးမှုကိုခံယူသည့် လူပုဂ္ဂိုလ်များ၊ အဖွဲ့အစည်းများသည် ပိုမိုထိရောက်ပြီး လုပ်ကိုင်ခွင့်များပိုမိုရရှိကြသည်။ ၎င်းတို့သည် ကိုယ်ရေးကိုယ်တာနှင့် ပတ်သက်၍လည်းကောင်း၊ လူတစ်ယောက်နှင့် တစ်ယောက် ဆက်ဆံရေးဆိုင်ရာ ပြဿနာများနှင့် ပတ်သက်၍လည်းကောင်း လွယ်လွယ်ကူကူ ပေးလိုက်သည့် ဆေးမြီးတိုများ မဟုတ်ပေ။ ၎င်းတို့သည် လူတစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် ဆက်ဆံရေး အဖွဲ့အစည်းများအတွင်း ဆက်ဆံရေးနှင့် ပတ်သက်၍ တစ်ချိန်လုံး လိုက်နာကျင့်သုံးမည်ဆိုလျှင် အခြေခံကျသည့် ပြောင်းလဲမှုများကို ဖြစ်စေနိုင်သည့် အခြေခံနိယာမများ ဖြစ်သည်။

တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် မတူဘဲ နိယာမများသည် ဓမ္မဓိဋ္ဌာန်ကျပြီး ပြင်ပသဘောဆောင်သည်။ အခြေအနေပေါ် မူမတည်ဘဲ သဘာဝ နိယာမများကို လေးစားကာ လည်ပတ်သည်။ တန်ဖိုးထားမှုများသည် ဓမ္မဓိဋ္ဌာန် မကျဘဲ အတွင်းသဘောကို ဆောင်သည်။ တန်ဖိုးထားမှုများသည် မြေပုံများနှင့် တူသည်။ မြေပုံများသည် တကယ့် နယ်နိမိတ်များ မဟုတ်။ နယ်နိမိတ်များကို ဖော်ထုတ်ရန် ကြိုးစားထားချက်များသာ ဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်တို့၏ တန်ဖိုးထားမှုများ မြေပုံများသည် အစစ်အမှန် နယ်နိမိတ်များ၊ မှန်ကန်သည့် နိယာမများနှင့် ကိုက်ညီ နီးစပ်မှုရှိလေ အမှန်ရှိနေသည့် အရာများနှင့် နီးစပ်မှုရှိလေ ပိုမိုတိကျလေ အသုံးဝင်လေဖြစ်မည်။ သို့သော် နယ်နိမိတ်က တစ်ချိန်လုံး ပြောင်းနေလျှင် ဈေးကွက်များက တစ်ချိန်လုံး ရွှေ့နေကြလျှင် မည်သည့်မြေပုံမဆို ခဏလေးနှင့် ခေတ်ကုန်သွားနိုင်သည်။

နိယာမကို အခြေခံသည့် မြေပုံတစ်ခုတွင် အသုံးဝင်သည့်အရာများ ရှိသည်။ သို့သော် နိယာမကိုဗဟိုပြုသည့် အိမ်မြှောင်တစ်ခုကသာ အဖိုးမဖြတ်နိုင်သည့် အမြင်နှင့် လမ်းညွှန်မှုများကို ပေးစွမ်းနိုင်သည်။ တိကျသည့် မြေပုံတစ်ခုသည် စီမံခန့်ခွဲမှုကောင်းတစ်ခုအတွက် အသုံးဝင်သော လက်နက် ကိရိယာကောင်း တစ်ခုဖြစ်သည်။ သို့သော် မြောက်အမှန် နိယာမများအပေါ် ဦးတည်ထားသည့် အိမ်မြှောင်တစ်ခုသာလျှင် ခေါင်းဆောင်မှုဆိုင်ရာ၊ လုပ်ပိုင်ခွင့်အပ်နှင်းမှုဆိုင်ရာ လက်နက်ကိရိယာတစ်ခု ဖြစ်သည်။ အမှန်တကယ်ရှိသည့် မြောက်အရပ်သို့ညွှန်ပြနေသည့်အခါ အိမ်မြှောင်၏ လက်တံများက သဘာဝ၏ နိယာမများနှင့် ကိုက်ညီမှုကို ပြသသည်။ စီမံခန့်ခွဲရာ၌ မြေပုံများနှင့်သာ

ပိတ်မိနေလျှင် ရည်ရွယ်ချက်မရှိဘဲ လျှောက်သွားနေခြင်းအားဖြင့်လည်းကောင်း၊ အခွင့်အလမ်းများဆုံးရှုံးသွားခြင်းကြောင့် လည်းကောင်း ကျွန်တော်တို့၏ သယံဇာတများ၊ ကျွန်တော်တို့၏ စွမ်းအားများကို အလဟဿ ဖြစ်စေမည်။

ကျွန်တော်တို့၏ တန်ဖိုးထားမှုများသည် ကျွန်တော်တို့၏ ယဉ်ကျေးမှု နောက်ခံသမိုင်းအပေါ်၌ ဖြစ်ပေါ်၍ လာသော ကျွန်တော်တို့၏ ယုံကြည်မှုများကို ပြသသည်။ ကလေးဘဝကပင် ကျွန်တော်တို့သည် ယဉ်ကျေးမှု ဩဇာများ၊ ကိုယ်တိုင် ရှာဖွေတွေ့ရှိမှုများနှင့် မိသားစုအခြေအနေများ ပေါင်းစပ်ကာ တန်ဖိုးထားသည့် စနစ်တစ်ရပ်ဖြစ်ပေါ်လာကြခြင်းဖြစ်သည်။ ထိုမျက်မှန်များကိုတပ်ပြီး ကျွန်တော်တို့က ကမ္ဘာလောကကြီးကို ကြည့်သည်။ ထိုမျက်မှန်များမှတစ်ဆင့် ဘဝကိုကြည့်မည်။ အကဲဖြတ်မှုများ၊ ဦးစားပေး အစီအစဉ်များ၊ တန်ဖိုးထားမှုများ အပြုအမူများကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။

အများအားဖြင့် ကျွန်တော်တို့ လက်ခံကျင့်သုံးသည့် အလေ့အထမှာ တန်ပြန်တုံ့ပြန်တတ်သည့် နည်းလမ်းဖြစ်သည်။ တန်ဖိုးထားမှုများအပေါ် အခြေခံကာ နယ်ပယ်တစ်ခုနှင့်တစ်ခု သီးခြားစီထားပြီး နေတတ်သည့် အလေ့အထမျိုး ဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်တို့၏ အပြုအမူများသည် သက်ဆိုင်ရာ ကဏ္ဍတစ်ခုစီ၊ တာဝန်တစ်ခုစီအလိုက် သတ်မှတ်ထားသော မျှော်လင့်ချက်များအပေါ်၌ အခြေခံကာ ထွက်ပေါ်လာသည်။ အိမ်ထောင်ရှင်များ၊ မိဘများ၊ ကလေးများ၊ အမှုဆောင်အရာရှိများ၊ ရပ်ရွာခေါင်းဆောင်များ စသည်ဖြင့် သတ်မှတ်ထားသည့် ကဏ္ဍများအပေါ်၌ အခြေခံကာ ထွက်ပေါ်လာသည့် မျှော်လင့်ချက်များမှတစ်ဆင့် အပြုအမူများဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ထိုနယ်ပယ် တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ၌ သူ့နယ်ပယ်နှင့်သူ တန်ဖိုးထားမှုစနစ်များ သီးခြားစီရှိကြသည်။ ထို့ကြောင့် တန်ပြန်တုံ့ပြန်တတ်သည့် သူများသည် တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ဆန့်ကျင်နေသည့် မျှော်လင့်ချက်များကို ပေါင်းစပ်ရန် ကြိုးစားကြသည်။ အချိန်တစ်ချိန်၌ သူတို့ရောက်နေသည့် ပတ်ဝန်းကျင်ကို လိုက်၍ လည်းကောင်း၊ သူတို့ထမ်းဆောင်နေရသည့် တာဝန်များ၊ ကဏ္ဍများကိုလိုက်၍ လည်းကောင်း တန်ဖိုးထားမှု အမျိုးမျိုးအတိုင်း မျှော်လင့်တတ်၊ နေထိုင်တတ်ကြသည်။

လူအများအနေဖြင့် သူတို့၏ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ တန်ဖိုးထားမှုများကို မှန်ကန်သည့် နိယာမများဖြင့် ကိုက်ညီအောင် လုပ်နိုင်သည့်အခါ ပုံစံဟောင်းများ၊ အမြင်ဟောင်းများမှ လွတ်မြောက်မှု ရကြသည်။ စစ်မှန်သည့် ခေါင်းဆောင်များ၏ အရည်အသွေးတစ်ခုမှာ သူတို့၏ မျက်မှန်များကို ချွတ်ကာ မှန်ဘီလူးများကို

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

ဓမ္မဓိဋ္ဌာန်ကျကျစစ်ဆေးပြီး သူတို့၏ တန်ဖိုးထားမှုများ၊ အမြင်များ၊ ယုံကြည်မှုများ၊ အပြုအမူများသည် မြောက်အမှန်တရားနှင့် အမှန်တကယ် ကိုက်ညီမှု ရှိ မရှိ၊ စစ်ဆေးနိုင်လောက်သော ကျိုးနွံမှုရှိသည့်သူများ ဖြစ်သည်။ အာယာတများ၊ မောဟတရားများ၊ အမှားအယွင်းများရှိသည့်အခါ သတိနှင့်အသိ ကြီးကြီးမားမား ထားပြီး ပြန်လည် ကိုက်ညီရန် ကြိုးစားတတ်ကြသည်။ မည်သည့်အခါမျှ မပြောင်းလဲသည့် နိယာမများအပေါ်၌ အခြေခံခြင်းအားဖြင့် ၎င်းတို့၏ ဘဝများတွင် စွမ်းအားများကို ဖြစ်စေသည်။ ထာဝရ အခြေကျမှုများကို ဖြစ်စေသည်။

နယ်ပယ်လေးခု

ကျွန်တော်တို့ ဘဝထဲ၌ ကျယ်ပြန့်သည့် အဇ္ဈတ္တစွမ်းအား ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရန် အတွက် အဓိကအချက်မှာ ဘဝကို မှန်ကန်သည့် နိယာမများ၊ ဥပဒေသများ၏ အပေါ်၌ အခြေစိုက်ပြီး၊ ဗဟိုပြုခြင်းဖြစ်သည်။ ထိုဗဟိုချက်မတစ်ခုက လုံခြုံစိတ်ချမှု ကိုပေးသည့် လမ်းညွှန်မှုမျိုးသည် လုပ်ပိုင်ခွင့်များကို အပ်နှင်းသည်။ လှည်းပုံတောင်း တစ်ခုလှည်းပုံ အစစအရာရာကို စုစည်းပေးသည်။ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာနှင့် ပတ်သက်၍ လည်းကောင်း၊ အဖွဲ့အစည်းဆိုင်ရာ တာဝန်များနှင့် ပတ်သက်၍ လည်းကောင်း အချက်အချာဖြစ်သည်။ ယဉ်ကျေးမှုတစ်ခု၏ အခြေခံအုတ်မြစ်လည်း ဖြစ်သည်။ မျှဝေလက်ခံထားသော တန်ဖိုးထားမှုများ၊ ပုံသဏ္ဍာန်များ၊ စနစ်များကိုလည်း ကိုက်ညီပေးသည်။

ကျွန်တော်တို့ဘဝများ၏ ဗဟိုချက်မများ၌ရှိသည့် အရာက ဘဝကို အထောက်အကူပြုသည့် စနစ်၏ အဓိကအရင်းအမြစ် ဖြစ်လာသည်။ ထိုစနစ် ကို နယ်ပယ်လေးခုက ကိုယ်စားပြုသည်။ လုံခြုံမှု၊ လမ်းညွှန်မှု၊ ဉာဏ်ပညာနှင့် စွမ်းအားတို့ဖြစ်သည်။ နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှုနှင့် နေထိုင်မှုတို့သည် ထိုခွန်အား လေးခုတို့၏ အဇ္ဈတ္တ အရင်းအမြစ်တို့ကို ပျိုးထောင်ပေးသည်။

အစွန်အဖျားဖြစ်သော အလုပ်ခွင်၊ ပျောင်ရွှင်မှု၊ မိတ်ဆွေများ၊ ရန်သူများ၊ အိမ်ထောင်ဖက်များ၊ မိသားစုများ၊ မိမိကိုယ်မိမိ၊ ဘာသာရေး၊ ငွေကြေး စသည် တို့အပေါ်၌ အာရုံစိုက်လျှင် ကျွန်တော်တို့ကို အားနည်းစေပြီး လမ်းကြောင်း လွဲစေတတ်သည်။ ဥပမာ ကျွန်တော်တို့သည် လူတွေ၏အမြင်ကို သိပ်ဂရုစိုက်လျှင် အခြားသူများ၏ အမြင်နှင့် ပတ်ဝန်းကျင် အခြေအနေများက ကျွန်တော်တို့ကို လမ်းညွှန် ထိန်းချုပ်ခွင့်ပြုရာရောက်သည်။ လုံခြုံမှုနှင့် ကိုယ့်ကိုယ်ကို လေးစားမှုတို့

မရှိသောအခါ အခြားသူများအပေါ်၌ စိတ်ဓာတ်ရေးရာအရ မှီခိုအားထားရာရောက် နေတတ်သည်။ ဉာဏ်ပညာမရှိသဖြင့် အတိတ်ကအမှားများကို ထပ်ကာတလဲလဲ လုပ်နေတတ်သည်။ လမ်းညွှန်မှု မရှိသဖြင့် တစ်ခုခုကိုစလိုက်သည်နှင့် ဟိုရောက် ဒီရောက် လျှောက်သွားနေပြီး မပြီးဆုံးဘဲနေတတ်ကြသည်။ စွမ်းအားမရှိသဖြင့် ကျွန်တော်တို့ တွေ့ကြုံနေရသော အရာများကို တုန့်ပြန်တတ်ကြပြီး ကိုယ်တွင်းက ခံစားမှုများ ပြင်ပက အခြေအနေများကို တန်ပြန် ဆောင်ရွက်တတ်ကြသည်။

သို့သော် ကျွန်တော်တို့ဘဝများကို မှန်ကန်သည့် နိယာမများအပေါ်၌ ဗဟိုပြုသည့်အခါ အချိန်အဆမျှတသော၊ စုစည်းသော၊ အခြေကျသော၊ နက်နက် ရှိုင်းရှိုင်း အမြစ်တွယ်သောသူများ ဖြစ်လာကြသည်။ လှုပ်ရှားမှုအားလုံး၊ ဆက်ဆံ ရေး အားလုံး၊ ဆုံးဖြတ်ချက် အားလုံးအတွက် အခြေခံ အုတ်မြစ်တစ်ခု ခိုင်ခိုင် မာမာရသည်။ အချိန်များ၊ အစွမ်းအစများ၊ ငွေကြေးများ၊ ပစ္စည်းပိုင်ဆိုင်မှုများ၊ ဆက်ဆံရေးများ၊ မိသားစုများ၊ ကျွန်တော်တို့၏ ကိုယ်ခန္ဓာများ အပါအဝင် ကျွန်တော်တို့ ဘဝနှင့် ပတ်သက်သော ကိစ္စအားလုံးအတွက် ဘဏ္ဍာစီးသော သဘောမျိုးကို ခံစားကြရသည်။ ၎င်းတို့ကို ရည်ရွယ်ချက်ကောင်းများအတွက် အသုံးပြုကာ ထိုသို့ အသုံးပြုခြင်းအတွက်လည်း တာဝန်ယူကြရသည်။

နိယာမများကို ဗဟိုပြုခြင်းအားဖြင့် အပြောင်းအလဲများ၊ နှိုင်းယှဉ်မှုများ၊ ဝေဖန်မှုများ၏ ခြိမ်းခြောက်မှုကို မခံရသော၊ လုံလောက်သည့် လုံခြုံစိတ်ချမှုကိုရရှိ သည်။ ကျွန်တော်တို့၏ တာဝန်ကို ရှာဖွေတွေ့ရှိရန် လမ်းညွှန်မှုရသည်။ ကျွန်တော် တို့ တာဝန်ယူဆောင်ရွက်ရသည့် အခန်းကဏ္ဍအမျိုးမျိုးကို သတ်မှတ် ပြဋ္ဌာန်းရာ ရောက်သည်။ ကျွန်တော်တို့ ကိုယ်ပိုင် ကပြကြမည့် ဇာတ်လမ်းများ၊ ရည်မှန်းချက် များကို ရေးသားရာ ရောက်သည်။ အမှားများမှ သင်ခန်းစာယူကာ တစ်ချိန်လုံး တိုးတက်အောင် ဆောင်ရွက်နိုင်ရန်အတွက် ဉာဏ်ပညာများ ရရှိနိုင်သည်။ တစ် ယောက်နှင့် တစ်ယောက် ဆက်သွယ်ဆောင်ရွက်စရာ စွမ်းအားများ ရရှိသည်။ တင်းကျပ်မှုများ၊ ဖိစီးမှုများ၊ မောပန်းမှုများကြားမှပင် ဆောင်ရွက်နိုင်သည့် အခြေ အနေများ ရရှိသည်။

လုံခြုံမှု

ကျွန်တော်တို့၏ ထိုက်တန်မှု၊ အခြားသူများနှင့် မတူညီမှု၊ စိတ်ဓာတ် ရေးရာအရ အခြေတကျဖြစ်မှု၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို လေးစားမှု၊ တစ်ကိုယ်ရေ

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

တောင့်တင်းကြံ့ခိုင်မှုတို့ကို လုံခြုံစိတ်ချရမှုကကိုယ်စားပြုသည်။ ကျွန်တော်တို့မှာ လုံခြုံစိတ်ချရမှု အဆင့်အမျိုးမျိုးရှိကြသည်။ အစွန်းတစ်ဖက်၌ ပင်ကိုယ်မူလကပင် တန်ဖိုးရှိသည်ဟူသော နက်ရှိုင်းသည့် သဘောထား ရှိသည်။ အခြားတစ်ဖက်၌ လုံးဝ မလုံခြုံ စိတ်မချရသည့် အစွန်းတစ်ဖက် ရှိသည်။ အကြောင်းတရားအမျိုးမျိုး၊ အင်အားအမျိုးမျိုးကြောင့် လူတစ်ယောက်၏ ဘဝသည် ထိုအစွန်းနှစ်ဘက်ကြား၌ တည်ရှိနေတတ်ကြသည်။

လမ်းညွှန်မှု

ဘဝနှင့်ပတ်သက်၍ ကျွန်တော်တို့ရရှိသော ညွှန်ကြားမှုများကို လမ်းညွှန်မှု များဟုခေါ်သည်။ အများအားဖြင့် ထိုလမ်းညွှန်မှုများသည် ကျွန်တော်တို့ ဆုံးဖြတ် ချက်ချသမျှ လုပ်သမျှကို လွှမ်းမိုးသည့် စံချိန်စံညွှန်းများ၊ နိယာမများ၊ စံနှုန်းများ ဖြစ်သည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် ဤကိုယ်တွင်းက အရာတစ်ခုသည် လိပ်ပြာသန့် အောင် အမြဲတမ်းစောင့်ကြည့်နေသည်။ လမ်းညွှန်မှုနိမ့်နိမ့်ကို အခြေခံသူများ သည် ရုပ်ဝတ္ထုများကို အစွဲအလမ်းကြီးကြသည်။ စိတ်ဓာတ်ရေးရာအရသူတစ်ပါးကို မှီခိုမှုကြီးမားသည်။ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်ကြသည်။ အလိုရမ္မက် ကြီးကြသည်။ လူအများနှင့် ရောရောနှောနှော နေချင်တတ်ကြသည်။ အစွန်းနှစ်ခု၏ အလယ်၌ လူအများနှင့်ပတ်သက်၍ တာဝန်ရှိမှု၊ လူ့အဖွဲ့အစည်းများ၊ ဓလေ့ထုံးစံများ၊ ဆက်ဆံ ရေးများအပေါ် ဗဟိုပြုသည့် လေ့ကျင့်ပျိုးထောင် သင်ကြားပေးထားသည့် လူမှုရေး ဆိုင်ရာ လိပ်ပြာသန့်မှုရှိသည်။ အခြားအစွန်းတစ်ဖက်၌ စိတ်ဓာတ်ရေးရာအရ လိပ်ပြာသန့်မှုရှိသည်။ မှန်ကန်သည့်နိယာမများအပေါ် ဗဟိုပြုသည့်သံလိုက်အိမ်မြှောင် မှ လမ်းညွှန်မှုများသည် စိတ်အားထက်သန်ဖွယ် ပေါ်ထွက်လာခြင်း ဖြစ်သည်။

ဉာဏ်ပညာ

ဉာဏ်ပညာဆိုသည်မှာ ဘဝကိုရှုမြင်ပုံဖြစ်သည်။ အချိန်အဆမျှတမှု သဘော၊ အစိတ်အပိုင်းအမျိုးမျိုး၊ နိယာမအမျိုးမျိုး မည်သို့လည်ပတ်နေကြ သည်၊ တစ်ခုနှင့်တစ်ခု မည်သို့ဆက်နွှယ်နေကြသည်ကို ကောင်းကောင်း နားလည်သည့် သဘောဖြစ်သည်။ အကဲဖြတ်မှု၊ ခွဲခြမ်းတတ်မှု၊ ခြုံငုံသုံးသပ် တတ်မှုတို့ ပါဝင်သည်။ တစ်ခုလုံးကို စုစည်း ခြုံငုံမြင်တတ်မှုလည်း ပါဝင်သည်။ ပညာ၏ အနိမ့်ဆုံးအဆင့်၌ မတိကျသည့် မြေပုံများရှိသည်။ မှားယွင်းသည့်

ချို့တဲ့သည့် နိယာမများအပေါ် အခြေခံတွေးခေါ်ပြီး ထွက်လာသည့် မြေပုံများ ရှိတတ်သည်။ အမြင့်ဆုံးအဆင့်၌ အစိတ်အပိုင်းများ နိယာမများ အားလုံးသည် နေရာတကျ ရှိနေကြသည်။ တစ်ခုနှင့်တစ်ခု အဆင်ပြေညီညွတ်စွာ ဆက်နွယ် နေကြပြီး တိကျသေချာသော ဘဝဆိုင်ရာ အိမ်မြှောင်ကို ကိုယ်စားပြုသည်။ ကျွန်တော်တို့ တဖြည်းဖြည်းမြင့်လာလေ အရာဝတ္ထုများကို ၎င်းတို့ရှိနေသည့်အတိုင်း လက်တွေ့ကျကျ ဇောင်းပေးသည့် အလေ့သာမက ဘာဖြစ်သင့်သည်ဆိုသည့် သဘော ပါဝင်လာသည်။ ဉာဏ်ပညာက ခေတ္တခဏ ပျော်ရွှင်မှုနှင့် စစ်မှန်သည့် ပျော်ရွှင်မှုတို့၏ ခြားနားချက်ကိုလည်း ကွဲကွဲပြားပြား နားလည်နိုင်စွမ်းရှိသည်။

စွမ်းအား

စွမ်းအားဆိုသည်မှာ အမှန်တကယ်ဆောင်ရွက်နိုင်စွမ်း၊ တစ်စုံတစ်ခုကို ရယူနိုင်သော ခွန်အားနှင့် သတ္တိတို့ကိုပင် ဆိုလိုသည်။ ရွေးချယ်မှုများ၊ ဆုံးဖြတ်မှုများ လုပ်နိုင်ရန်အတွက် အခြေခံကျသည့် ပုံစံတစ်ခုပင်ဖြစ်သည်။ နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း အခြေကျနေသည့် အလေ့အထဟောင်းများကို ကျော်လွှားနိုင်ပြီး မြင့်မားထိရောက် သည့် အလေ့အထများကို ပျိုးထောင်နိုင်သည့် စွမ်းအားကိုလည်း ကိုယ်စားပြုသည်။ စွမ်းအား၏ အနိမ့်ဆုံးအဆင့်၌ စွမ်းအားမရှိသည့် မလုံခြုံ စိတ်မချဖြစ်နေသည့် လောလောဆယ်ဖြစ်နေသည့် သို့မဟုတ် ဖြစ်ခဲ့သည့် ကိစ္စများ၏ ထုတ်ကုန်ပစ္စည်း များအဖြစ် လူအများကို မြင်တွေ့ရမည်။ ၎င်းတို့သည် ပတ်ဝန်းကျင်များ၊ အခြားသူ များကို အလွန်မီခိုအားထားကြသည်။ အခြားသူများ၏ အကြံဉာဏ်များ၊ လမ်းညွှန်မှု များကို ရောင်ပြန်ဟပ်တတ်ကြသည်။ စစ်မှန်သည့် ပျော်ရွှင်မှုကို ကောင်းကောင်း နားမလည်။

စွမ်းအားအမြင့်ဆုံးအဆင့်၌ အမြင်နှင့် စည်းကမ်းရှိသည့်သူများကို တွေ့ရ သည်။ ပြင်ပအခြေအနေများ၏ အားပေးမှုကြောင့် မဟုတ်ဘဲ သူတို့၏ ကိုယ်ပိုင် ဆုံးဖြတ်ချက်များကြောင့် ပေါ်ထွက်လာသည့် ထုတ်ကုန်ပစ္စည်းလို ဖြစ်နေသည့် ဘဝများကို တွေ့ရမည်။ ထိုလူများက အရာရာကို ဖြစ်အောင် လုပ်ကြသည်။ ကြိုကြိုတင်တင် ထထကြွကြွ ဆောင်ရွက်တတ်ကြသည်။ ကာလနှင့်နိယာမများ၊ ပရမတ္ထ စံနှုန်းများအပေါ် အခြေခံပြီး မည်သို့တုံ့ပြန် ဆောင်ရွက်မည်ကို ရွေးချယ် တတ်ကြသည်။ သူတို့၏ ခံစားချက်များ၊ စိတ်ကူးများ၊ သဘောထားများ၊ အတွေးအခေါ်များ၊ အပြုအမူများအားလုံး အတွက် တာဝန်ယူကြသည်။

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

အထက်၌ဖော်ပြခဲ့သည့် လုံခြုံမှု၊ လမ်းညွှန်မှု၊ ဉာဏ်ပညာ၊ စွမ်းအားတို့သည် တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ဆက်နွယ်နေကြသည်။ လုံခြုံစိတ်ချရမှုနှင့် သေသေချာချာ ပေးသည့် လမ်းညွှန်မှုတို့သည် တကယ် ဉာဏ်ပညာကို ဖြစ်စေပြီး ဉာဏ်ပညာကလည်း ဓာတ်ပြုပစ္စည်းတစ်ခုလို စွမ်းအားများ ပေါ်ထွက်လာအောင် ဆောင်ရွက်ပေးသည်။ ထိုအကြောင်းအရာလေးခုတို့ ညီညွတ်မျှတမှုရှိသည့်အခါ မြင့်မြတ်သည့်ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးတစ်ခုရအောင် ဖန်တီးပေးသည်။ အချိန်အဆမျှတသည့် စရိုက်များကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ လှလှပပ စုစုစည်းစည်းရှိသည့် လူပုဂ္ဂိုလ် တစ်ယောက်ကို ဖြစ်စေသည်။

အဖွဲ့အစည်းဆိုင်ရာ ဗဟိုချက်မများ

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှုသည် အဆင့်မြင့်ထိရောက်သော သူများ၏ အလေ့အထခုနစ်ခုကို ပေါင်းစည်းပြီး ၎င်းတို့နှင့် ဆက်နွယ်နေသည့် နိယာမများ၊ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများ၊ ဖြစ်စဉ်များကိုပါ ရော၍ အသုံးချသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုလျှင် နိယာမဗဟိုပြုသည့် ခေါင်းဆောင်မှုသည် အခြေခံနိယာမများ၊ ဖြစ်စဉ်များအပေါ်၌ စူးစိုက်ပြီး စစ်မှန်သည့် ယဉ်ကျေးမှုအသွင်ပြောင်းလဲမှုကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။

သင့်အနေဖြင့် ဗဟိုချက်မရှိ နိယာမများကို လက်ခံရယူလိုက်သည့်အခါ အခြားသူများကို ဆက်ဆံသည့်နည်းမှာ သူတို့က သင့်ကို ဆက်ဆံစေလိုသည့် နည်းပင်ဖြစ်ကြောင်း သဘောပေါက်လာသည်။ ကိုယ်ချင်းစာလာသည်။ ပြိုင်ဘက်များကို ကိုယ်လေ့လာဆည်းပူးစရာ အရင်းအမြစ်တစ်ခု အဖြစ်မြင်ပြီး မိတ်ဆွေများကို မိမိ၏အားနည်းချက်များပြသကာ ထူးချွန်အောင် လုပ်ပေးနိုင်သည့် သူများအဖြစ် မြင်သည်။ သူတို့ကြောင့် လည်းကောင်း၊ အခြားပြင်ပ အကြောင်းကြောင့်လည်းကောင်း ကြောက်လန့်မှု ဖြစ်မည် မဟုတ်။ ကိုယ်ပိုင်ကျောက်ဆူးတစ်ခုနှင့် အိမ်မြှောင်တစ်ခုရှိနေပြီး ဖြစ်သည်။ အပြောင်းအလဲများ အကြီးအကျယ်ဖြစ်နေသည့် အချိန်မှာပင် အမြင်နှင့် ဆုံးဖြတ်မှုတို့ကို ဆက်လက်ထိန်းသိမ်းနိုင်သည်။ သင့်အနေဖြင့် ကိုယ်တွင်းမှာပင် လုပ်ပိုင်ခွင့်များကို အမြဲတမ်း အပ်နှင်းသည်။

အခြား အဖွဲ့အစည်း၏ ဗဟိုချက်မများဖြစ်သည့် အမြတ်၊ ဝင်ငွေ၊ ဝန်ထမ်းများ၊ ပိုင်ရှင်များ၊ ဖောက်သည်များ၊ မူဝါဒ၊ ပြိုင်ဆိုင်မှု၊ ရုပ်ပုံလွှာ၊

နည်းသစ်များ စသည်တို့သည် နိယာမဗဟိုပြုသည့် ပုံစံနှင့် နှိုင်းယှဉ်လျှင် ချို့ယွင်းချက်များ၊ အားနည်းချက်များရှိသည်။ လူတစ်ဦးချင်း တစ်ယောက်ချင်းလိုပင် နိယာမ ဗဟိုပြု ကုမ္ပဏီများသည် အခြား ကုမ္ပဏီများထက် လုံခြုံမှု၊ လမ်းညွှန်မှု၊ ဉာဏ်ပညာ၊ စွမ်းအားတို့ကို အကူအညီရရှိကြ၊ ခံစားကြရသည်။

ဥပမာ အဖွဲ့အစည်းတစ်ခု၏ လုံခြုံစိတ်ချမှုကို ကိုယ့်ကိုယ်ကို မည်သို့ ရှုမြင်ပုံမှလည်းကောင်း၊ ငွေကြေးစီးဝင်မှုမှလည်းကောင်း၊ အခြား ပြိုင်ဘက်များနှင့် နှိုင်းယှဉ်ရာမှလည်းကောင်း၊ ဖောက်သည်များ၏ ရှုမြင်ပုံမှ လည်းကောင်း ရယူမည် ဆိုလျှင် ခေါင်းဆောင်များအနေဖြင့် တစ်နေ့တာ ဖြစ်ရပ်များ၊ သတင်းများကို ပိုပိုသာသာသော်လည်းကောင်း၊ လျော့လျော့ပေါ့ပေါ့သော်လည်းကောင်း တုံ့ပြန် တတ်ကြသည်။ ထို့ပြင် ဘဝမှာလိုပင် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းတွင် ကိုယ်နိုင် သူရှုံး၊ ကိုယ်ရှုံး သူနိုင် သဘောမျိုးမြင်တတ်သည်။ အခြားသူများ၏ အောင်မြင်မှုများ၊ အသိအမှတ်ပြုခံရမှုများကို မိမိအတွက် ကြောက်လန့်စရာများအဖြစ် မြင်နေတတ် ကြသည်။ ပြိုင်ဘက်များ၏ ကျရှုံးမှုကို မြင်ချင်ကြသည်။ ကျွန်တော်တို့၏ လုံခြုံ စိတ်ချမှုကို အခြားသူများ၏ အားလုံးအပေါ်၌ အခြေပြု၍ တည်ဆောက်လျှင် ထိုအားနည်းချက်များက ကျွန်တော်တို့အား ထိန်းချုပ်ရန် လုပ်ပိုင်ခွင့် အပ်နှင်းရာ ရောက်သည်။

အမှန်တကယ်စစ်မှန်သည့် လုပ်ပိုင်ခွင့် အပ်နှင်းခြင်းသည် နိယာမများ၊ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများကို ကောင်းကောင်းနားလည်ပြီး အဖွဲ့အစည်း၏ အဆင့် တိုင်း၌ အသုံးချခြင်းအပေါ်၌ အခြေခံသည်။ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများ ဆိုသည်မှာ ဆောင်ရန်များဖြစ်သည်။ ထူးခြားသည့်အခြေအနေကိုလိုက်၍ ထူးထူးခြားခြား ကျင့်သုံးရန် ဖြစ်သည်။ နိယာမများ၊ ဥပဒေသများဆိုသည်မှာ အဘယ်ကြောင့် လုပ်ရမည်ဆိုသည့် အချက်ဖြစ်သည်။ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများ၊ အသုံးချပုံများ အခြေခံသည့် အုတ်မြစ်တစ်ခုဖြစ်သည်။ ပေးထားသည့် လုပ်ငန်းတစ်ခုနှင့် ပတ်သက်၍ နိယာမများကို နားမလည်လျှင်၊ အခြေအနေ ပြောင်းသွားလျှင် လည်းကောင်း၊ အောင်မြင်ဖို့အတွက် ခြားနားသည့်အလေ့အကျင့်များ လိုအပ်လျှင် လည်းကောင်း၊ လူအများသည်စွမ်းအားမရှိဘဲ ဖြစ်သွားတတ်သည်။ လူအများကို လေ့ကျင့်ပျိုးထောင်ပေးသည့်အခါ ကျွမ်းကျင်မှုများ၊ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများကို သင်ကြားပို့ချလေ့ရှိသည်။ လုပ်ငန်းတစ်ခုကို မည်သို့ လုပ်မည်ဟု တိတိကျကျ ညွှန်ကြားလေ့ရှိသည်။ သို့သော် လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများကို သင်ကြားပေးပြီး

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

နိယာမများကို သင်ကြားပေးသည့်အခါ လူအများက ကျွန်တော်တို့ကို လည်းကောင်း၊ အခြားသူများကို လည်းကောင်း၊ နောက်ထပ်ညွှန်ကြားမှု လမ်းညွှန်မှုများ တောင်းခံမိခိုအောင် လုပ်ပေးလိုက်ရာရောက်သည်။

နိယာမ ဗဟိုပြုခေါင်းဆောင်များသည် မြေကွက်များအပေါ်တွင် အရည်အချင်းအပြည့် မျိုးစေ့များ၊ မြေဩဇာများအပြည့်ဖြင့် သီလရိရိ ဆောင်ရွက်သူများ ဖြစ်သည်။ သဘာဝနိယာမများအပေါ်၌ အခြေခံကာ ထိုနိယာမများကို သူတို့၏ ဘဝများအတွင်း၌လည်းကောင်း၊ အခြားသူများနှင့် ဆက်ဆံရေး၌လည်းကောင်း တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် သဘောတူကြ၊ ပဋိညာဉ်ပြုကြရာ၌လည်းကောင်း ထည့်သွင်း တည်ဆောက်ကြသူများ ဖြစ်သည်။

အဓိက စိန်ခေါ်မှုမှာ အကဲဖြတ်သူတရားသူကြီးတစ်ယောက်ဖြစ်ဖို့ မဟုတ်၊ အလင်းရောင်ပေးဖို့ ဝေဖန်သူတစ်ယောက်မဟုတ်၊ စံပြုထိုက်သူ တစ်ယောက်ဖြစ်ဖို့ ဖြစ်သည်။

J

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်များ၏ စရိုက်လက္ခဏာ

လေ့လာဖတ်ရှုရသည့် စာပေများမှလည်းကောင်း၊ တွေ့ကြုံရသည့် အတွေ့အကြုံများမှလည်းကောင်း၊ ကျွန်တော်အနေဖြင့် နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်များ၏ ကွဲပြားထင်ရှားသော အရည်အချင်းခြောက်ခုကို ဖော်ပြလိုပါသည်။ ဤအရည်အချင်းများက ထိရောက်ထက်မြက်သည့် ခေါင်းဆောင်များ၏ အရည်အချင်းကိုသာ ဖော်ပြသည်မဟုတ်ပါ။ ကျွန်တော်တို့ အားလုံးအတွက် တိုးတက်မှု အရိပ်လက္ခဏာများအဖြစ်လည်း အသုံးဝင်ပါသည်။ ၎င်းတို့ကို အောက်၌ ရှင်းပြပါမည်။

(၁) ၎င်းတို့သည် တစ်ချိန်လုံး လေ့လာဆည်းပူးနေသူများဖြစ်သည်။

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်များသည် ၎င်းတို့၏ အတွေ့အကြုံများအရ အမြဲတမ်း တစ်ချိန်လုံး ပညာတိုးပွားနေသူများဖြစ်သည်။ သူတို့က စာဖတ်ကြသည်။ လေ့ကျင့်သင်ကြားမှုကို ခံယူကြသည်။ သင်တန်းများ တက်ကြသည်။ အခြားသူများ၏ ပြောစကားကို နားထောင်သည်။ မျက်စိကိုဖွင့် နားကိုစွင့်ကာ လေ့လာဆည်းပူးကြသည်။ သူတို့သည် စပ်စုပြီး အမြဲတမ်းမေးခွန်းများ မေးလေ့မေးထရှိကြသည်။ သူတို့၏ အရည်အသွေးကို တစ်ချိန်လုံး တိုးမြှင့်နေကြသည်။ အရည်အချင်းအသစ်များရရှိအောင် လုပ်ကြသည်။ စိတ်ပါဝင်စားမှုအသစ်များလည်း တိုးနေကြသည်။ ‘သူတို့ များများသိလေ သူတို့ မသိဘူးဆိုတာ သိလေ’ ဆိုသည်ကို ရှာဖွေတွေ့ရှိကြသည်။ သူတို့၏ အသိပညာဗဟုသုတ အသိုင်းအဝိုင်း

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

တိုးပွားလာလေ သူတို့ မသိသည့် ပြင်ပနယ်ပယ် တိုးပွားလာလေ ဖြစ်သည်ကို သိကြသည်။ ဤသို့လေ့လာခြင်း၊ ဆည်းပူးခြင်း၊ တိုးတက်အောင်လုပ်ခြင်းဖြင့် တိုးတက်လာကြသည်။ ထိုသို့ ဆောင်ရွက်ရန်အတွက် ကိုယ်စွမ်းအားကို ပြင်ပက ရခြင်းမဟုတ်။ ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် စွမ်းအားရယူပြီး စွမ်းအားမှ စွမ်းအားများ ထပ်ဆင့်ကာ ဖြစ်ပေါ်လာကြသည်။

သင့်အနေဖြင့် တာဝန်ယူခြင်း၊ ကတိစကားများပေးခြင်းများ လုပ်ပြီး ထိုတာဝန်များကို အမှန်တကယ် ကတိတည်အောင် လေ့လာတတ်၊ ဆည်းပူး တတ်ပြီဆိုလျှင် သင်၏အစွမ်းအစများ မြန်မြန်ဆန်ဆန် တိုးပွားလာနိုင်လိမ့်မည်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို သေးငယ်သည့် ကတိစကားတစ်ခုပေးပါ။ ထို ကတိစကားကို တည်အောင်လုပ်ပါ။ ထိုအခါ သင့်အနေဖြင့် သင့်ကိုယ်သင် ပိုမို ထိန်းချုပ်နိုင်သည် ဟု ခံစားရလိမ့်မည်။ ထို့နောက် နောက်တစ်ဆင့် စိန်ခေါ်မှုကို လက်ခံလိုက်ပါ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ကတိတစ်ခုပေးပြီး ထိုအဆင့်၌ ထိုကတိအတိုင်း တည်နိုင်အောင်၊ ထိန်းချုပ်နိုင်အောင် ဆောင်ရွက်ပါ။ ထိုအဆင့်ကို အောင်မြင်ပြီဆိုလျှင် နောက်တစ်ခု ကို ထပ်တက်ပါ။ ကတိတစ်ခုကို ပေးပါ။ ကတိတည်အောင်လုပ်ပါ။ ထိုသို့လုပ်ခြင်း အားဖြင့် မိမိကိုယ်မိမိ တန်ဖိုးထားမှုများ တိုးပွားလာလိမ့်မည်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို နိုင်နင်းမှုများ တိုးပွားလာလိမ့်မည်။ ထို့အတူပင် နောက်တစ်ဆင့်၌လည်း နိုင်နိုင်နင်းနင်း လုပ်နိုင်လိမ့်မည်ဟု ကိုယ့်ကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုများ တိုးပွားလာပါ လိမ့်မည်။

(၂) ၎င်းတို့သည် ဝန်ဆောင်မှုကို ဦးတည်သောသူများဖြစ်ကြသည်။

နိယာမဗဟိုပြုရန် ကြိုးစားအားထုတ်နေသည့် သူများသည် ဘဝ ဆိုသည်မှာ အလုပ်အကိုင်တစ်ခုမဟုတ်ဘဲ တာဝန်တစ်ခုဖြစ်သည်ဟု မြင်ကြသည်။ ထိုသို့မြင် သဖြင့် အများအကျိုးပြုရန် ဝန်ဆောင်မှုပြုရန်အတွက် အင်အားဖြည့်တင်းကာ ပြင်ဆင်ထားပြီးသား ဖြစ်စေသည်။ နံနက်အိပ်ရာမှထလိုက်သည်နှင့်ပင် ထမ်းပိုး ကို ထမ်းရန်အဆင်သင့် ဖြစ်နေကြသည်။ အခြားသူများ၏ အကျိုးအတွက် အကျိုးပြုရန် ကကြိုးတန်ဆာဆင်ပြီးသား ဖြစ်နေကြသည်။

သင့်ကိုယ်သင် အိပ်ရာမှ နံနက်တိုင်းထလာသည့်အခါ ထမ်းပိုးပြင်ဆင် ပြီး ဖြစ်သည်ဟု မြင်ကြည့်ပါ။ သင်၏ တာဝန်အမျိုးမျိုး၌ ထမ်းဆောင်ရန်အတွက် ကကြိုးတန်ဆာဆင်ပြီးပြီဟု မြင်ကြည့်ပါ။ ကကြိုးတန်ဆာများကို တပ်ဆင်ပြီး

ပခုံးပေါ်၌ ထမ်းထားသည်ကို မြင်နေသည့်အခါ ထိုနေ့အတွက် သင့်ကို ပေးထားသည့် တာဝန်များအားထမ်းဆောင်ရန် အဆင့်သင့်ဖြစ်နေလိမ့်မည်။ သင်က အခြားသူ တစ်စုံတစ်ယောက်အား သင်၏ ကကြီးတန်ဆာများ၊ ထမ်းပိုးများ ညှိနှိုင်းပေးနေပုံကို မြင်ကြည့်ပါ။ ထိုသူမှာ အိမ်ထောင်ဖက်သော်လည်းကောင်း၊ အလုပ်လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်သော်လည်းကောင်း ဖြစ်မည်။ ထို့နောက် ထိုသူနှင့် အတူပူးတွဲပြီး ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးကို ထမ်းဆောင်ဆွဲယူနိုင်အောင် လေ့လာဆည်းပူးပုံကို မြင်ကြည့်ပါ။

ဤနိယာမကို အလေးအနက်ပြောနေခြင်းမှာ နိယာမဗဟိုပြုခေါင်းဆောင် သူတစ်ယောက်ဖြစ်ရန် ကြိုးစားအားထုတ်မှု တစ်ခုသည် သယ်ဆောင်ထမ်းပိုးစရာ ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးမရှိလျှင် မအောင်မြင်နိုင်ဟု ကျွန်တော် ယုံကြည်၍ ဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် ထိုလေ့ကျင့်ခန်းကို အသိပညာဆိုင်ရာ လေ့ကျင့်ခန်းတစ်ခု အနေဖြင့်သော်လည်းကောင်း၊ ကိုယ်ကျင့်သီလဆိုင်ရာ လေ့ကျင့်ခန်းတစ်ခုအနေဖြင့် သော်လည်းကောင်း ကြိုးစားကောင်း ကြိုးစားမည်။ သို့သော် ကျွန်တော်တို့မှာ တာဝန်ရှိသည်ဟု မထင်လျှင် အကျိုးပြုစရာ ဖြည့်ဆည်းပေးဆပ်နိုင်စရာမရှိ ဖြစ်နေလျှင် ကျွန်တော်တို့ တွန်းစရာ ဆွဲစရာ တစ်စုံတစ်ခုမဟုတ်လျှင် ထိုကြိုးစား အားထုတ်မှုမှာ အချည်းနှီးသာ ဖြစ်သွားနိုင်သည်။

(၃) ၎င်းတို့သည် အပြုသဘောစွမ်းအားများကို ဖြန့်လွှတ်နိုင်သူများဖြစ်သည်။

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်များသည် ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် နေတတ်သည်။ အပြုသဘောဆန်သည်။ တက်ကြွနေကြသည်။ စိတ်အားထက်သန်သည်။ မျှော်လင့် ချက်ရှိသည်။ ယုံကြည်မှုရှိသည်။

ဤအပြုသဘောစွမ်းအားများသည် စက်ကွင်းကြီးတစ်ခုလုံး ရောင်ခြည် လို ဖြစ်သွားပြီး ၎င်းတို့၏ အနီးပတ်ဝန်းကျင်အပေါ် အကျိုးသက်ရောက်သည်။ ၎င်းတို့ အနီးအနားရှိ အားနည်းသော အဖျက်သဘောစွမ်းအား စက်ကွင်းများကို ပြောင်းလဲပစ်နိုင်သည်။ အပြုသဘောစွမ်းအားနည်းသည့် စက်ကွင်းများကို ဆွဲဆောင် နိုင်၊ အင်အားတိုးပွားအောင် လုပ်ပေးနိုင်သည်။ ပြင်းထန်သည့် အဖျက်သဘော စွမ်းအားများနှင့်တွေ့သည့်အခါ သူတို့က ချေဖျက်ပစ်လျှင်လည်း ချေဖျက်ပစ်လိုက် သည်။ သို့မဟုတ် ထိုအဖျက်သဘော စွမ်းအားများကို ဘေးရှောင်တိမ်းလျှင်လည်း ရှောင်တိမ်းပစ်လိုက်သည်။ တစ်ခါတစ်ရံ၌ ၎င်းတို့သည် အဆိပ်ရှိသည့် အဝန်းအဝိုင်း များမှ ဝေးရာသို့ ရှောင်ခွာထွက်သွားတတ်ကြသည်။ သူတို့၏ ဉာဏ်ပညာများက

အင်အားတောင့်တင်း သန်စွမ်းစေသည်။ ဟာသဓာတ်ခံများကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ ကိစ္စများနှင့်ပတ်သက်ရာ၌ အချိန်ကာလကို ချင့်ချိန်တတ်စေသည်။ သင့်ကိုယ်ပိုင် စွမ်းအားများ၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုကို ဂရုစိုက်ကြည့်ပါ။ ထိုသို့ ဂရုစိုက်မိလျှင် သင်က မည်သို့လမ်းညွှန်နိုင်ကြောင်း တွေ့ရလိမ့်မည်။ ရှုပ်ထွေးမှုများ၊ ပြိုင်ဆိုင်မှုများ၊ အဖျက်သဘောစွမ်းအားများကြားထဲမှပင် ငြိမ်းချမ်းအောင်လုပ်နိုင်သူတစ်ယောက်၊ ထိန်းညှိနိုင်သူတစ်ယောက် အဖျက်သဘောအလားအလာများကို ဖြေထုတ်နိုင်သူ တစ်ယောက်ဖြစ်လာမည်။

(၄) ၎င်းတို့သည် အခြားသူများကို ယုံကြည်ကြသည်။

အထက်၌ဖော်ပြခဲ့သည့် အရည်အသွေးကို ယခုဖော်ပြခဲ့သည့် အရည် အသွေးနှင့် ပေါင်းစပ်မိသည့်အခါ အပြုသဘောစွမ်းအားများ တိုးပွားလာမည်။

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်များသည် ဆိုးရွားသောအပြုအမူများ၊ ဝေဖန် မှုများ၊ လူသားတို့၏ အားနည်းချက်များနှင့် ပတ်သက်၍ လိုအပ်သည်ထက် ပို၍ ကျူးကျူးလွန်လွန် ပြင်းပြင်းထန်ထန် တုံ့ပြန်လေ့မရှိကြပေ။ အခြားသူများ၏ အားနည်းချက်ကို ရှာဖွေတွေ့ရှိ၍ လည်း သူတို့ကိုယ်သူတို့ ဘဝင်မြင့်မသွားတတ် ကြပေ။ သူတို့သည် သူတို့၏ အားနည်းချက်ကိုလည်း သိကြသည်။ သို့သော် အပြုအမူနှင့် အလားအလာတို့ ခြားနားချက်ကိုလည်း ကောင်းကောင်း သိသည်။ အပြုအမူကတခြား၊ အလားအလာက တခြားဆိုသည်ကို သိသည်။ အလားတူပင် လူအများ၏ သာမန်အားဖြင့် မတွေ့နိုင်မမြင်နိုင်သည့် အလားအလာ များကိုလည်း သူတို့က ယုံကြည်ကြသည်။ သူတို့၏ ထူးထူးခြားခြား ကံကောင်း နေခြင်းများအတွက် ကျေးဇူးတင် ဝမ်းမြောက်နေကြသလို အခြားသူများ၏ စော်ကား မော်ကားပြုလုပ်မှုများကိုလည်း အလွယ်တကူခွင့်လွှတ်နိုင်သူ၊ မေ့ပစ် နိုင်သူများ ဖြစ်သည်။ အပြိုးအတေးထားနေသူများ မဟုတ်ပေ။ အခြားသူများကို တံဆိပ်တပ်ခြင်း၊ ပုံစံသွင်းခြင်း၊ အမျိုးအမည်ခွဲခြင်း၊ စောစောစီးစီးကပင် ကြိုတင်အကဲဖြတ်ထားခြင်းများ လုပ်လေ့မရှိကြပေ။ သူတို့သည် မျိုးစေ့ တစ်စေ့မှ ဝက်သစ်ချပင်ကြီးတစ်ပင် ဖြစ်လာနိုင်သည်ကို နားလည်ပြီး ဝက်သစ်ချပင် ဖြစ်ရေးဖြစ်စဉ်ကြီးတွင် ကူညီရန် နားလည်သူများဖြစ်သည်။

တစ်ခါက ကျွန်တော်နှင့် ကျွန်တော့်ဇနီးတို့သည် ကျွန်တော်တို့၏ သားများအား အခြားသူများက တပ်သော တံဆိပ်များ အခေါ်အဝေါ်များနှင့်

ပတ်သက်၍ မကျေမနပ်ဖြစ်နေကြသည်။ တကယ်တော့ ထိုတံဆိပ်များ၊ ထိုအမည်များ ထိုအခေါ်အဝေါ်များသည်လည်း သူတို့၏ အပြုအမူနှင့် ကိုက်ညီပါသည်။ သို့သော် ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် သူ၏ အလားအလာများ၊ အစွမ်းအစများကို မြင်ကြည့်ကာ အခြားသူများနှင့်မတူဘဲ ကွဲပြားပြား မြင်ကြည့်သည်။ မမြင်ရသည့် အစွမ်းအစများကို ကျွန်တော်တို့ ယုံကြည်သည့်အခါ တံဆိပ်ဟောင်းများ အမည်နာမဟောင်းများသည် သဘာဝကျစွာပင် ပျောက်ကွယ်သွားကြသည်။ ကျွန်တော်တို့က နေ့ချင်းညချင်းပြောင်းလဲပစ်အောင် ကြိုးစားမှုများကို ရပ်တံ့ပစ်လိုက်ကြသည်။ သူ၏ ပါရမီများ၊ အစွမ်းအစများသည် အချိန်ကျလျှင်ပေါ်ထွက်လာမည်ဟု ကျွန်တော်တို့ ရိုးရိုးသားသား မြင်ကြမည်။ မိသားစုအဖွဲ့ဝင်များ အပါအဝင် အခြားသူများပင်လျှင် အံ့ဩလောက်အောင် အချိန်ကျသည့်အခါ အပြောင်းအလဲများ ဖြစ်ပေါ်လာခဲ့သည်။ သူဘယ်လိုလူဆိုတာကို ကျွန်တော်တို့က သိထားနှင့်သည့်အတွက် ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် အံ့အားသင့်ခြင်း မဖြစ်မိ။

မှန်ပါသည်။ ယုံကြည်ခြင်းသည် မြင်ခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် မမြင်ရသည့်အစွမ်းအစများကို ယုံကြည်အောင် ကြိုးစားရမည်။ ထိုသို့ ယုံကြည်ခြင်းအားဖြင့် တိုးတက်မှုများ၊ အခွင့်အလမ်းများရှိသည့် ပတ်ဝန်းကျင်တစ်ခု ဖန်တီးပေးရာရောက်သည်။ မိမိကိုယ်မိမိ ဗဟိုပြုသည့် အတ္တကြီးမားသည့် ပုဂ္ဂိုလ်များသည် သူတို့၏ ကိုယ်တွင်းမှာ အဓိကသော့ချက်များ ရှိသည်ဟု ယုံကြည်ကြသည်။ သူတို့၏ နည်းလမ်းများအတိုင်း အခြားသူကို လိုက်လုပ်စေချင်ကြသည်။ ဤနည်းမှာ ယာယီသာ အလုပ်ဖြစ်သည်။ သူတို့ကို ယုံကြည်လျှင် သင့်အနေဖြင့် သက်သောင့်သက်သာ လက်ခံအတည်ပြုကာ ဖြစ်အောင်လုပ်ခွင့်ပေးနိုင်သည်။ မည်သို့ပင် ဖြစ်စေ ကောင်းသည့်ကိစ္စဖြစ်ဖြစ်၊ ဆိုးသည့်ကိစ္စဖြစ်ဖြစ် ကိုယ်ဟောကိန်း ထုတ်ထားသည့်အတိုင်း ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် ဖြည့်စွမ်းရခြင်းဖြစ်သည်။

(၅) သူတို့သည် အချိန်အဆမျှသော ဘဝများကို ဦးဆောင်နိုင်ကြသည်။

သူတို့သည် အကောင်းဆုံးစာပေများ၊ မဂ္ဂဇင်းများကို ဖတ်ကြသည်။ မျက်မှောက်ရေးရာများ၊ အဖြစ်အပျက်များကိုလည်း လက်လှမ်းမီကြသည်။ အပေါင်းအသင်းဆန့်ကြသည်။ မိတ်ဆွေအများကြီးရှိပြီး ယုံကြည်သူ အချို့လည်း ရှိကြသည်။ အသိဉာဏ်ကလည်း အမြဲတမ်းတက်ကြွနေပြီး စိတ်ပါဝင်စားမှု

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

နယ်ပယ်များ အများအပြားရှိသည်။ စာဖတ်သည်။ လေ့လာကြ၊ ဆည်းပူးကြသည်။ စောင့်ကြည့်ကြသည်။ အသက်အရွယ်နှင့် ကျန်းမာရေးအရ သူတို့သည် ခန္ဓာကိုယ် က တက်ကြွနေသည်။ သူတို့မှာ ပျော်စရာတွေရှိနေသည်။ သူတို့ကိုယ် သူတို့ ပျော်ရွှင်သည်။ မှန်ကန်သည့် ဟာသဓာတ်ခံရှိသည်။ အခြားသူများကို ဟားတိုက်ဖို့ ထက် မိမိကိုယ်မိမိ လှောင်ပြောင်ရယ်မောတတ်သူများ ဖြစ်သည်။ သူတို့သည် သူတို့ကိုယ်သူတို့ မှန်မှန်ကန်ကန် ရိုးရိုးသားသား အသိအမှတ်ပြုတတ်သူများ ဖြစ်သည်။

သူတို့သည် သူတို့၏တန်ဖိုးကို သူတို့သိသည်။ သူတို့၏ တန်ဖိုးကို သူတို့၏ သတ္တိနှင့် သူတို့၏ သမာဓိတို့က ပြသနေသည်။ သူတို့၏တန်ဖိုးကို အခြားသူများထံမှ ရယူခြင်းမပြု။ အခြားသူများကို အားကိုးနေခြင်း၊ အခြား သူများ၏ စွမ်းအားကို ချေးငှားရယူခြင်း၊ အခြားသူများပေးသော ဂုဏ်ထူး ဘွဲ့ထူးများ၊ အတိတ်ကာလ အောင်မြင်မှုများအပေါ်၌ အခြေမခံ။ ၎င်းတို့နှင့် ဆက်ဆံရာ၌ ဖြောင့်ဖြောင့်တန်းတန်း ရိုးရိုးသားသား လိမ်ညာ လှည့်ဖျားမှုမရှိသော ဆက်ဆံရေးမျိုးနှင့် တွေ့ကြုံရသည်။ မည်သည့်အခြေအနေ၌ မည်သို့ဆောင်ရွက်ရန် သင့်တော်သည်ကို နားလည်ကြသည်။ သူတို့အနေဖြင့် အပို ဟိတ်ကြီးဟန်ကြီး ကြွားလုံးဝါလုံးများမရှိ၊ နှိမ်နှိမ်ချချ ရိုးရိုးသားသား ဖော်ပြမိသည့် အမှားမျိုးကိုသာ မှားမိတတ်ကြသည်။

သူတို့သည် အလွန်အကျွံသမားများ မဟုတ်။ အကုန်ရလျှင်၊ မရ လျှင် ဘာမျှမယူဆိုသည့် သူမျိုးမဟုတ်။ မည်သည့်အရာကိုမဆို အကောင်း သို့မဟုတ် အဆိုးဟုလိုက်ပြီး ခွဲနေတတ်သူများမဟုတ်။ သူတို့က အစဉ် အဆက် ဖြစ်နေမှုများ၊ ဦးစားပေးမှုများအဖြစ် မြင်သည်။ အခြေအနေတိုင်း အခြေအနေတိုင်းမှာ တူညီမှုများ၊ ခြားနားမှုများကို ခွဲခြားနိုင်စွမ်းရှိကြသည်။ အရာတိုင်းနှင့်ပတ်သက်၍ အခြေအနေ အချိန်အခါလိုက်ပြီး ကိုယ်ကျင့်တရား ကျင့်သုံးရမည်ဟု ဆိုသည့်သဘောကို ဆိုလိုသည်မဟုတ်ပါ။ သူတို့က ပင်ကိုယ် တန်ဖိုးများကို သဘောပေါက်နားလည်ကြပြီး ဒုစရိုက်တရားများကို သတ္တိရှိရှိ ပြစ်တင်ရှုချကာ ကုသိုလ်တရားများ တိုးပွားအောင် ဦးဆောင် ဦးရွက်ပြုနိုင်သူများ ဖြစ်ကြသည်။

သူတို့၏ အပြုအမူများ၊ သဘောထားများသည် အခြေအနေနှင့် အချိုး အစား မှန်မှန်ကန်ကန်ရှိကြသည်။ အချိန်အဆမျှတသည်။ သင့်တင့်မှုရှိသည်။

အလွန်အကျွံမရှိ။ ဉာဏ်ပညာရှိရှိ ကျင့်သုံးသည်။ ဥပမာ ၎င်းတို့သည် အလုပ်ကို အလွန်အကျွံ လုပ်တတ်သူများ မဟုတ်။ ဘာသာရေး အစွန်းရောက်သမားများ မဟုတ်။ နိုင်ငံရေးသမားများမဟုတ်။ အစားကြီးသူများ မဟုတ်။ ဥပုသ်စောင့်သူများ မဟုတ်။ အပျော်အပါးမက်သူများ မဟုတ်။ အာဇာနည်များလည်း မဟုတ်။ သူတို့၏ စီမံကိန်းများ ဇယားများကို ကျွန်တစ်ယောက်လို နာခံတတ်သူများမဟုတ်။ မိုက်မိုက်မဲမဲ ပြုမူတတ်သည့် အမှားအယွင်းများအတွက် သူတို့ကိုယ်သူတို့ ပြစ်တင် ရှုံ့ချတတ်သူများလည်း မဟုတ်။ လူမှုရေးအရ ရောလွန်းသူများလည်း မဟုတ်။ အတိတ်နှင့်ပတ်သက်၍ တမ်းတနေသူများ မဟုတ်။ အနာဂတ်နှင့် ပတ်သက်၍ စိတ်ကူးယဉ်နေတတ်သူများလည်းမဟုတ်။ မျက်မှောက်တွင် ဉာဏ်ပညာရှိရှိနေထိုင် သူများ၊ အနာဂတ်ကို သေသေချာချာ စီမံကိန်းချသူများ၊ ပြောင်းလဲနေသည့် ပတ်ဝန်းကျင် အခြေအနေများနှင့်အညီ ပျော့ပျော့ပျောင်းပျောင်း လိုက်လျော ညီထွေ နေတတ်သူများဖြစ်သည်။ သူတို့၏ ဟာသဓာတ်ခံကို ကြည့်ခြင်းအားဖြင့် သူတို့၏ ပင်ကိုရိုးသားမှုကိုသိနိုင်သည်။ အမှားအယွင်းများကို ဝန်ခံရန် ဝန်မလေးဘဲ တသသလည်း လုပ်မနေတတ်ကြပေ။ သူတို့စွမ်းအား ရှိသမျှ သူတို့မှာရှိနေသည့် အရာများကို ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် လုပ်တတ်ကြသည့်သူများ ဖြစ်သည်။

ဒေါသတကြီးဖြစ်၍လည်းကောင်း၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို သနား၍ လည်းကောင်း၊ လိမ်ညာဟန်ဆောင် နေတတ်သူများလည်း မဟုတ်ကြပေ။ အခြားသူများ၏ အောင်မြင်မှုများနှင့် ပတ်သက်၍ တကယ်ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ဖြစ်နိုင်သူများ ဖြစ်သည်။ အခြားသူများအောင်မြင်သည့်အတွက် သူတို့မှာ ဘာမျှ မဆုံးရှုံးဟု မြင်သည့်သူများဖြစ်သည်။ ချီးကျူးစကားကိုဖြစ်စေ၊ ပြစ်တင်ရှုံ့ချမှုကိုဖြစ်စေ အချိုးကျလက်ခံနိုင်သူများဖြစ်သည်။ လွန်လွန်ကျွံကျွံ တုံ့ပြန်တတ်သူများမဟုတ်ပေ။ ဆုံးရှုံးမှု၏ အခြားအဆုံးတစ်ဖက်၌ အောင်မြင်မှုရှိသည်ကို သူတို့မြင်ကြသည်။ သူတို့အတွက် တကယ်ဆုံးရှုံးမှု ဆိုသည်မှာ ဆုံးရှုံးမှုများမှ လေ့လာဆည်းပူးမှု မရှိသည့် အတွေ့အကြုံမျိုးကိုသာ ဆိုလိုသည်။

(၆) သူတို့က ဘဝကို စွန့်စားခန်းတစ်ခုသဖွယ် မြင်သည်။

နိယာမဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်သူများသည် ဘဝကို ဖက်တွယ်ထားကြသည်။ သူတို့၏လုံခြုံမှုသည် ဘဝအတွင်းမှရသည်ဟု မြင်သည်။ ဘဝ၏ အပြင်ဘက်က လုံခြုံမှုရသည်မဟုတ်ဟု နားလည်ကြသည်။ အရာရာကို လိုက်၍ အမျိုးအစား

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

ခွဲနေစရာ၊ အုပ်စုတူ စုနေစရာမလိုဟု မြင်သည်။ ထိုသို့အုပ်စုခွဲနေခြင်း၊ အမျိုးအမည် ခွဲနေခြင်းအားဖြင့် တိကျရေရာမှု ဟောကိန်းထုတ်နိုင်မှုများ ဖြစ်လာလိမ့်မည်ဟု မယူဆ။ မျက်နှာဟောင်းများကို မျက်နှာသစ်များလိုမြင်သည်။ ရှုခင်းဟောင်းများပင်ဖြစ်လင့်ကစား ပထမဆုံးအကြိမ် တွေ့နေရသလို သဘောထားသည်။ မရောက်ဖူးသေးသော နယ်ပယ်သစ်များသို့ သတ္တိရှိရှိ ရှာဖွေသည့် စွန့်စားသူများ နှင့်တူသည်။ ဘာဖြစ်လာလိမ့်မည်ကို သေချာပေါက် တွက်ဆမထား။ သို့သော် သူတို့အနေဖြင့် စိတ်လှုပ်ရှားစရာများ ဖြစ်လိမ့်မည်ဟုလည်းကောင်း၊ တိုးတက်လာလိမ့်မည်ဟု လည်းကောင်း၊ နယ်ပယ်အသစ်ကို တွေ့ရှိပြီး ပေးဆပ်နိုင်စရာ အသစ်များ ပြုနိုင်မည်ဟုလည်းကောင်း၊ ယုံကြည်သူများဖြစ်သည်။ သူတို့၏ ကြိုးစားအားထုတ်မှုများ၊ အစွမ်းအစများ၊ တီထွင်ဖန်တီးမှုများ၊ စိတ် စွမ်းအားများ၊ သတ္တိများ၊ သက်လုံများ၊ ခံစားမှုများ၊ ထက်မြက်မှုများအပေါ်၌ သူတို့၏ လုံခြုံစိတ်ချမှု ရှိသည်ဟု နားလည်သည်။ သက်သောင့်သက်သာနေပြီး သူတို့၏အိမ်ထဲ၌ ကြွယ်ကြွယ်ဝဝနေထိုင်ပြီး လုံခြုံခြင်း၊ စိတ်ချလက်ချ နေထိုင်ခြင်းကို မကြိုက်ကြ။

လူအများနှင့် တွေ့သည့်အခါတိုင်း ထိုသူများကို ပြန်လည်ရှာဖွေဖော်ထုတ်လေ့ရှိသည်။ ထိုသူများကို သူတို့က စိတ်ဝင်စားသည်။ မေးခွန်းများ မေးပြီး ဆက်ဆံပေါင်းဆင်းသည်။ သူတို့ နားထောင်သည့်အခါများ၌ အမှန်တကယ် အာရုံစိုက်နေကြသည်။ သူတစ်ပါး၏ ပြောစကားများကို လေ့လာဆည်းပူးနေကြသည်။ အတိတ်က အောင်မြင်မှုများ၊ ဆုံးရှုံးမှုများအပေါ်မူတည်ပြီး တံဆိပ်တပ်မနေကြ။ လက်ရှိဘဝထက် ပိုကြီးကျယ်ကြသူများလည်း မဟုတ်ကြ။ ဩဇာအာဏာရှိသူများ၊ အဓိကရပုဂ္ဂိုလ်များကြောင့်လည်း အံ့ဩတကြီး ဖြစ်မနေ။ မည်သူ တစ်ဦးတစ်ယောက်၏ တပည့်မှလည်း အဖြစ်မခံ။ သူတို့ တွေ့ကြုံရသော အရာရာနှင့် ပတ်သက်၍ လိုက်လျောညီထွေ လုပ်နိုင်စွမ်းရှိကြသည်။ သူတို့၏ ပုံသေ နိယာမတစ်ခုမှာ တိုးလွယ်လျော့လွယ် အပြောင်းအလဲလုပ်နိုင်စွမ်းပင် ဖြစ်သည်။ သူတို့သည် ကြွယ်ဝသူတို့ဘဝကို ဦးဆောင်နိုင်စွမ်းရှိသူများ ဖြစ်သည်။

(၇) နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်သူများသည် စုစည်းမှုမှ အားထွက်ပေါ်လာအောင် လုပ်နိုင်သူများ ဖြစ်သည်။

စုစည်းမှုမှ အား (Synergy) ဆိုသည်မှာ တစ်ခုလုံးကြီး၏ စွမ်းအားသည် အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုစီကို ပေါင်းရာမှရရှိသော စွမ်းအားထက် ပိုလွန်သည်ဟူသည့်

သဘောမျိုးဖြစ်သည်။ နိယာမ ဗဟိုပြု ပုဂ္ဂိုလ်များသည် စုစည်းမှု အားရှိသူများ ဖြစ်သည်။ သူတို့သည် အပြောင်းအလဲဖြစ်အောင် ဓာတ်ကူ ပစ္စည်းတစ်ခုသဖွယ် ဆောင်ရွက်သူများဖြစ်သည်။ သူတို့ကြုံတွေ့နေသမျှ အရာအားလုံးကို တိုးတက်မှု ရှိအောင် လုပ်နိုင်စွမ်းရှိသူများ ဖြစ်သည်။ ကြိုးကြိုးစားစားလည်းလုပ်တတ်သလို ကောင်းကောင်းမွန်မွန်လည်း လုပ်တတ်သူများဖြစ်သည်။ အံ့ဩလောက်အောင် ထုတ်လုပ်မှုစွမ်းအားရှိရုံမျှမက နည်းသစ်လမ်းသစ် ဖန်တီးမှုအသစ်များကို ပြုလုပ် နိုင်သူများဖြစ်သည်။

အသင်းအဖွဲ့များနှင့်ပတ်သက်၍ သူတို့သည် သူတို့၏ အားနည်းချက် များနှင့် အခြားသူများ၏ အားသာချက်များကို ပေါင်းစပ်ကာ တောင့်တင်း သည်ထက် တောင့်တင်းအောင် ခိုင်မာသည်ထက် ခိုင်မာအောင် လုပ်တတ်သူများ ဖြစ်သည်။ တစ်ဆင့် ကိုယ်စားလှယ်လွှဲတတ်သူများလည်း ဖြစ်သည်။ အခြားသူ များ၏ စွမ်းအားများကို ယုံကြည်သူများဖြစ်သည်။ အခြားသူများသည် မိမိထက် တစ်နေရာရာ၌ ကောင်းမွန်နေသည့်အတွက် ထိတ်လန့် တုန်လှုပ်မနေကြသူများ ဖြစ်သည် သို့ဖြစ်၍ အခြားသူများကို အနီးကပ် ကြီးကြပ်စရာမလိုဟု မြင်သူ များ ဖြစ်ကြသည်။

နိယာမ ဗဟိုပြုသူများအနေဖြင့် အခြားသူများနှင့် စေ့စပ်ဆွေးနွေး ကြသည့်အခါများ၊ ဆက်သွယ်ကြသည့်အခါများ၊ အတိုက်အခံနှင့်ကြုံကြိုက် သည့် အခြေအနေမျိုးများ၌ပင် သူတို့က လူနှင့်ပြဿနာကို တခြားစီမြင်သည်။ လူနှင့် ပြဿနာ အတူတူဟု မမြင်ကြပေ။ ပုဂ္ဂိုလ်နှင့် ဓမ္မကို ခွဲခြားမြင်ကြသည်။

အခြားပုဂ္ဂိုလ်များ၏ စိတ်ပါဝင်စားမှုများ၊ စိုးရိမ်သောကများကို အာရုံ စိုက်ပြီး ရာထူးများ နေရာများကို လုနေတတ်ကြသူများမဟုတ်ပေ။ တဖြည်းဖြည်း အခြားသူများအား သူတို့၏ ရိုးသားမှုကို ရှာဖွေတွေ့ရှိစေပြီး ပြဿနာဖြေရှင်း သည့် ဖြစ်စဉ်၌ ပူးပေါင်းပါဝင်လာသူများ ဖြစ်လာစေနိုင်သည်။ စုပေါင်းပြီး အဖြေထုတ်သူများ ဖြစ်လာစေသည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် မူလ အကြံပြုထား သည်ထက် ပို၍ကောင်းမွန်သော ရလဒ်များကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ တစ်ဖက်က နည်းနည်းလျော့ တစ်ဖက်ကနည်းနည်းပိုယူဆိုသည့် အပေးအယူ လုပ်ရသည့် အခြေအနေမျိုးမဖြစ်ဘဲ နှစ်ဦးနှစ်ဖက်စလုံး အကျိုးရှိသည့် ရလဒ်များကို ပေါ်ထွက် စေသည်။

သူတို့ကိုယ်သူတို့ လန်းဆန်း တက်ကြွအောင် ဆောင်ရွက်တတ်သူများ ဖြစ်သည်။

နောက်ဆုံး၌ သူတို့သည် လူသားတို့၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးဆိုင်ရာ နယ်ပယ်လေးခုဖြစ်သော ခန္ဓာကိုယ်ပိုင်း၊ စိတ်ပိုင်း၊ ခံစားမှုပိုင်း၊ နာမ်ပိုင်း အားလုံးတို့၌ မှန်မှန်ကန်ကန် လေ့ကျင့်တတ်သူများဖြစ်သည်။

သူတို့သည်ကိုယ်ခန္ဓာနှင့်ပတ်သက်၍ လေ့ကျင့်ခန်းများကို ဆောင်ရွက် တတ်ကြသည်။ ခြေသလုံးကြွက်သားများ၊ နှလုံးနှင့် အဆုတ်ကြွက်သားများ၊ အလုပ်လုပ်စေသည့် လေ့ကျင့်ခန်းများကို လုပ်သည်။ ဤသို့ ဆောင်ရွက်ခြင်း အားဖြင့် သူတို့သည် အမောခံနိုင်သည်။ ခန္ဓာကိုယ်နှင့် ဦးနှောက်က အောက်ဆီဂျင် သုံးနိုင်စွမ်းအားများကို တိုးပွားစေနိုင်သည်။ အခြားသော ကိုယ်ပိုင်း စိတ်ပိုင်း အကျိုးကျေးဇူးများကိုလည်း ခံစားရသည်။ စွမ်းအားတိုးပွားရေးအတွက် အခြား လေ့ကျင့်ခန်းများကိုလည်း ပြုလုပ်ကြသည်။

သူတို့သည် စိတ်နှင့် ပတ်သက်၍လည်း စာဖတ်ခြင်း၊ ပြဿနာဖြေရှင်း ခြင်း၊ စာရေးခြင်း၊ မြင်အောင်ကြည့်ခြင်း စသည်ဖြင့် စိတ်လေ့ကျင့်ခန်းများကို လုပ်ကြသည့်သူများ ဖြစ်ကြသည်။ ခံစားချက်အရ ပြောရလျှင် သူတို့သည် စိတ်ရှည်တတ်ရန်၊ အခြားသူများကို အမှန်တကယ် ကိုယ်ချင်းစာစိတ်ဖြင့် နားထောင်တတ်ရန်၊ မေတ္တာပြသရန်၊ မိမိတို့၏ဘဝများ၊ ဆုံးဖြတ်ချက်များ၊ တုံ့ပြန်မှုများနှင့်ပတ်သက်၍ တာဝန်ယူရန် ပြင်ဆင်အားထုတ်တတ်ကြသည်။ နာမ်ပိုင်းနှင့်ပတ်သက်၍ ဘုရားရှိခိုးခြင်း၊ တရားများလေ့လာခြင်း၊ တရားထိုင်ခြင်း၊ ဥပုသ်စောင့်ခြင်းများကို ပြုလုပ်တတ်ကြသည်။

ကျွန်တော့်အနေဖြင့် အကယ်၍ လူတစ်ယောက်သည် ထိုအခြေခံ လေ့ကျင့်ခန်းများအတွက် တစ်နေ့လျှင် တစ်နာရီခန့်မျှသာ အချိန်ယူလျှင် ထိုသူသည် အရည်အသွေးရော ထုတ်လုပ်မှုစွမ်းအားပါ တိုးပွားလာပြီး ဘဝ၏ တစ်နေ့တာ နာရီတိုင်း နာရီတိုင်းကို ကျေနပ်နှစ်သိမ့်မှုရှိမည်။ နှစ်နှစ်ခြိုက်ခြိုက် သက်သောင့်သက်သာအိပ်စက်အနားယူနိုင်မည်ဟု ယုံကြည်ပါသည်။

‘လွှဲသွေးသလို သွေး’ ရသည့် လုပ်ငန်းများအတွက် သင့် အနေဖြင့် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုမပြုလျှင် အခြားအချိန်များသည် အများကြီးအကျိုးရှိမည် မဟုတ်ပါ။ လူ၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးနှင့် ပတ်သက်သော အထက်ပါ လေ့ကျင့်ခန်းများကို မလုပ်လျှင် ထူးထူးခြားခြားအကျိုးများမည် မဟုတ်ပါ။ နေ့စဉ်နေ့တိုင်း မှန်မှန်

ကန်ကန် သင့်အတွက် ဘဝတွင် ကောင်းကျိုး ချမ်းသာ တိုးပွားလာသည်ကို တွေ့ကြုံရပါလိမ့်မည်။

အချို့လုပ်ငန်းများသည် သင်၏ သာမန် လုပ်ရိုးလုပ်စဉ်များထဲ၌ပင်လျှင် ထည့်သွင်း၍ လုပ်နိုင်သည်။ အချို့လုပ်ငန်းများကိုမူ သီးခြား လုပ်ရန်အတွက် အချိန်ရှာထားရမည်။ သူတို့ကို လုပ်ရန်အတွက် အချိန်အနည်းငယ် ပေးရသော် လည်း ရေရှည်၌ ထိုသို့ပေးထားခြင်းအားဖြင့် အချိန်အများကြီး သက်သာပါသည်။ ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် လွတ်စေချောင်းကိုသွေးရန်အတွက် အမြဲတမ်း အလုပ်ရှုပ်နေ သည့် သူများကို မတွေ့ဖူးပါ။ ဓာတ်ဆီဖြည့်ရန်အတွက် အလုပ်ရှုပ်နေကြ၊ အလုပ်များနေသူများကိုလည်း မတွေ့ဖူးပါ။

ကျွန်တော့်အနေဖြင့် ဤလေ့ကျင့်ခန်းများကို နံနက်စောစောပြုလုပ်သည့် အခါ ပုဂ္ဂိုလိက အောင်မြင်မှုတစ်ခုလို ခံစားရပြီး တစ်နေ့တာလုံး အများပြည်သူနှင့် သက်ဆိုင်သည့် ကိစ္စအများ၌ အောင်မြင်မှုများ ရရှိမည်ဟု သေချာပေါက် အာမခံလိုက်ရာရောက်သည်။ သို့သော် ဤလမ်းကြောင်းကို ပစ်ပယ်လိုက်လျှင် ပုဂ္ဂိုလိက အောင်မြင်မှုမရရှိသလို တစ်နေ့တာကြုံတွေ့ရမည့် အများပြည်သူနှင့် ဆိုင်သည့် ဖိအားများ စိုးရိမ်သောကများ၏ နှိပ်စက်မှုကို ခံရနိုင်သည်။

ဤကိုယ့်ကိုယ်ကို ပြန်လည်ဆန်းသစ်သည့် နိယာမများက ကျန်းမာ ကြံ့ခိုင်သည့် စရိုက်တစ်ခုကို ထုတ်ပေးသည်။ စည်းကမ်းတကျ လေ့ကျင့် ပျိုးထောင်ထားသော လူ့အဖွဲ့အစည်းကို အကျိုးပြုရန် အာရုံစိုက်သော ဆန္ဒများကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။

ထိရောက်ထက်မြက်သူတို့၏ အလေ့အထ ၇ ခုကို ပြန်လည်ဆန်းစစ်ခြင်း

လူသားတို့၏ ကိုယ်ပိုင်အရည်အသွေး ၇ ခု

ထိရောက်ထက်မြက်သူတို့၏ အလေ့အထ ၇ ခုကို ပြန်လည် လေ့လာ သည့်နည်းမှာ ၎င်းအလေ့အထများနှင့် ဆက်နွယ်နေသည့် လူသားတို့၏ ထူးခြားသောစွမ်းအားများ၊ ပိုင်ဆိုင်မှုများကို ဖော်ထုတ်ရန်ပင် ဖြစ်သည်။

အလေ့အထ ၁၊ ၂၊ ၃ တို့နှင့် ဆက်နွယ်နေသည့် အရည်အချင်း များသည် လူသားတို့၏ အခြေခံအရည်အသွေးများပင် ဖြစ်သည်။ ထိုအရည် အသွေးများကို ကောင်းစွာ အလေ့အကျင့်လုပ်ပေးလျှင် အလေ့အထ ၄၊ ၅၊ ၆

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

တို့ကို လေ့ကျင့်ခြင်းအားဖြင့် ဒုတိယအဆင့်အရည်အသွေးများ ပေါ်ပေါက်လာမည်။ အလေ့အထ ၇ နှင့်ပတ်သက်သော အရည်အသွေးများသည် တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးမှု ဖြစ်စဉ်ကို ပြန်လည်သစ်ဆန်းစေမည်။

အခြေခံလူသားတို့၏ အရည်အသွေးများမှာ

- (၁) ကိုယ့်ကိုယ်ကို သိနားလည်ခြင်း၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို သဘောပေါက်ခြင်း၊
- (၂) စဉ်းစားဆင်ခြင်ခြင်းနှင့်
- (၃) စေတနာ သို့မဟုတ် စိတ်စွမ်းအားတို့ ဖြစ်သည်။

ဒုတိယအဆင့် အရည်အသွေးများမှာ

- (၄) ကြွယ်ဝသည့် စိတ်နေစိတ်ထား
- (၅) သတ္တိနှင့် စဉ်းစားဆင်ခြင်တတ်မှု
- (၆) တီထွင်ဖန်တီးမှုတို့ ဖြစ်သည်။

သတ္တမအရည်အသွေးမှာ

- (၇) ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပြန်လည်အားသစ်လောင်းနိုင်စွမ်း ဖြစ်သည်။
 ၎င်းတို့အားလုံးသည် လူသားတို့သာ ပိုင်ဆိုင်သည့် ထူးခြားသော အရည် အသွေးများဖြစ်သည်။ တိရစ္ဆာန်များက ထိုအရည်အသွေး ခုနစ်ခုအနက် မည်သည့် အရည်အသွေးကိုမျှ ပိုင်ဆိုင်နိုင်ခြင်း မရှိပေ။ သို့သော် ထိုအရည်အသွေးများသည် အနိမ့်အမြင့် အမျိုးမျိုးရှိကြသည်။

ပထမအလေ့အထဖြစ်သော ထကြွနှိုးကြားမှုရှိရန်ဆိုသည့်ကိစ္စနှင့် ပတ်သက် သော လူသားတို့၏ အရည်အသွေးမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို သိရှိနားလည်ခြင်း၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဂရုစိုက်မိခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ ထိုအရည်အသွေးသည် မိမိမည်ကဲ့သို့ တုံ့ပြန်မည်ကို ရွေးချယ်နိုင်စွမ်းပင် ဖြစ်သည်။ အနိမ့်ဆုံးအဆင့်၌ ထိရောက် ထက်မြက်မှုမရှိသည့် သူများသည် တာဝန်ကို ရှောင်လွှဲတတ်ကြသည်။ အခြား သူများ၊ ဖြစ်ရပ်များ၊ ပတ်ဝန်းကျင်များ၊ ပြင်ပရှိ မည်သည့် အရာကိုမဆို၊ မည်သူ့ကိုမဆို အပြစ်တင်တတ်ကြပြီး ရလဒ်များအတွက် တာဝန်ကို ရှောင်လွှဲတတ် ကြသည်။ ကျွန်တော်က သင့်ကို အပြစ်တင်လိုက်လျှင် တကယ်တော့ ကျွန်တော်က သင့်ကို လုပ်ပိုင်ခွင့်နှင့်အပ်ရာရောက်သည်။ ထို့နောက် ကျွန်တော်က ကျွန်တော့်၏ အမြင်ကို ထောက်ခံသည့်အချက်အလက်များ၊ သက်သေသာဓကများကို ဖန်တီး ပြီး သင်သာလျှင် တကယ်ပြဿနာဖြစ်ကြောင်း ဆောင်ရွက်မည်။

အမြင့်ဆုံးအဆင့်၌ ကိုယ့်ကိုယ်ကို သိနားလည်မှုရှိသည်။ မိမိ၏ သဘောထားများကို သိသည်။ ကိုယ်တွင်းရှိ ဇာတ်ညွှန်းများ၊ အစီအစဉ်များကိုသိသည်။ သို့သော် ထိုဇာတ်ညွှန်းများ၊ အစီအစဉ်များသည် မိမိမဟုတ်။ ထိုဇာတ်ညွှန်းများ၊ အစီအစဉ်များကို မိမိဘာသာ မိမိ ပြန်ရေးနိုင်သည်။ သင်သာလျှင် သင်၏ဘဝကို တီထွင်ဖန်တီးနိုင်သော စွမ်းအားရှိသူဖြစ်ကြောင်း သဘောပေါက်သည်။ အခြေအနေပြဋ္ဌာန်းခြင်းများ၏ အောက်၌မရှိ။ မည်သည့် အခြေအနေ၌မဆို၊ မည်သူနှင့်မဆို မိမိ၏ တုံ့ပြန်ပုံကို မိမိ ကိုယ်တိုင်ရွေးချယ်နိုင်သည်။ မိမိအတွက် ဘာဖြစ်သည်ဆိုသည့် ကိစ္စနှင့် သင်က တုံ့ပြန်သည့် ကိစ္စတို့ကြား၌ လွတ်လပ်မှုရှိသည်။ ထိုလွတ်လပ်မှုကို သင်အသုံးချလေ လွတ်လပ်မှု တိုးပွားလာလေ ဖြစ်သည်။ သင်ဩဇာ လွှမ်းမိုးနိုင်သည့် အဝန်းအဝိုင်းထဲ၌ အလုပ်လုပ်ပြီး ထိုလွတ်လပ်ခွင့်ကို အသုံးချသည့်အခါ တဖြည်းဖြည်း သင့်အနေဖြင့် ပူပူလောင်လောင် တုံ့ပြန်တတ်သည့်ဘဝမှ ခေါင်းအေးအေးဖြင့် တာဝန်ယူကာ ရွေးချယ်နိုင်သူတစ်ယောက် ဖြစ်လာသည်။ သင့်အနေဖြင့် ကျား၊ မ မည်သို့ပင် ဖြစ်စေ၊ မည်သို့လူလားမြောက်လာခဲ့သည်ဖြစ်စေ၊ ကလေးဘဝ၌ မည်သို့ပင်တွေ့ကြုံခဲ့ရပြီး ပတ်ဝန်းကျင် အခြေအနေ မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ တာဝန်ယူကာ ရွေးချယ်တတ်မည့်သူ တစ်ယောက် ဖြစ်လာမည်။ သင်၏ လွတ်လပ်စွာ တုံ့ပြန်မှုထဲ၌ တိုးတက်မှုနှင့် ပျော်ရွှင်မှုများ ကိန်းအောင်းနေသည်။

အကယ်၍ သင့်အနေဖြင့် ကုမ္ပဏီတစ်ခုအတွင်းက လူတိုင်းကို 'အရည်အသွေးအစ မိမိက' ဟူသော ယုံကြည်ချက်အပေါ်၌ ရပ်တည် ဆောင်ရွက်အောင် စွမ်းဆောင်နိုင်လျှင် ဘာဖြစ်မည်နည်း။ လူတိုင်းက မိမိကိုယ်တိုင် သေသေချာချာ ရွေးချယ်ထားသည့် နိယာမများ၊ တန်ဖိုးထားမှုများအပေါ်၌ အခြေခံကာ ကိုယ်ပိုင်ဆုံးဖြတ်ချက်များကို ချရန်လိုသည်ဟု ယုံကြည်မှုရှိလျှင် မည်သို့ဖြစ်မည်နည်း။ ထကြွနိုးကြားမှုက ဤ လွတ်လပ်ခွင့်မျိုးကို ပျိုးထောင်ပေးသည်။ သင်၏ ခံစားချက်များကို သင်ကိုယ်တိုင် လက်ခံသည်။ ငါ သောကဖြစ်နေတယ်၊ ငါ စိတ်ဆိုးနေတယ်၊ ငါ စိတ်ပျက်နေတယ်၊ အဲဒီ ခံစားချက်တွေကို ငါ လက်ခံတယ်။ အဲဒီခံစားချက်တွေကို ငြင်းလည်း မငြင်းဘူး။ ဖိလည်း မဖိနှိပ်ဘူး။ အခု ငါ ဘာလုပ်ဖို့လိုတယ် ဆိုတာကို သိတယ်။ ငါဟာ တာဝန်ရှိတယ်။ ဤသည်မှာ ငါသည် တုံ့ပြန်နိုင်စွမ်းရှိသည်ဆိုသော နိယာမပင်ဖြစ်သည်။

ဤသို့ဖြင့် သင့်အနေဖြင့် တရားခံဘဝမှ ကိုယ့်ကိုယ်ကို သတ်မှတ် ပြဋ္ဌာန်းနိုင်သော တီထွင်ဖန်တီးနိုင်စွမ်းများ ရှိသူတစ်ယောက် ဖြစ်လာမည်။ မည်သည့်အခြေအနေ၌မဆို၊ မည်သည့်အခြေအနေမျိုးကို သတ်မှတ်ရာ၌မဆို မိမိ၏ တုံ့ပြန်မှုကို ရွေးချယ်ကာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို သိနားလည်မှုတစ်ဆင့် ကိုယ့်ကြမ္မာ ကိုယ်ဖန်တီးနိုင်စွမ်းများ ရရှိလာမည်။

ဒုတိယအလေ့အထဖြစ်သော စိတ်ထဲမှာ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ထားပြီး အလုပ်ကိုစဖို့ဆိုသည့် အလေ့အထနှင့် ပတ်သက်သော အရည်အသွေးမှာ စိတ်ကူးစိတ်သန်းများနှင့် သြဏ္ဍပွတရားတို့ ဖြစ်သည်။ သင်သည် အစီအစဉ် ရေးဆွဲမည်။ အချိန်၊ ပါရမီ၊ အစွမ်းအစများ၊ အလုပ်လုပ်စရာ လက်နက် ကိရိယာများနှင့် ပတ်သက်၍ ဘာလုပ်ရမည်ကို ဆုံးဖြတ်မည်။ ကိုယ်သြဇာ လွှမ်းမိုးနိုင်သည့် အဝန်းအဝိုင်းအတွင်း၌ ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်မည်။

အနိမ့်ဆုံးအဆင့်၌ ပန်းတိုင်များ၊ ရည်မှန်းချက်များ၊ တိုးတက်အောင် ကြိုးစားအားထုတ်မှုများသည် အချည်းနှီးသာဖြစ်သည်ဆိုသည့် သဘောထား ရှိနေတတ်သည်။ ထိုအခါ သင့်အနေဖြင့် လုံးဝဥသံ့ တရားခံ၊ ဓားစာခံကြီး ဖြစ်နိုင်သည်။ သင့်ကို ဖန်တီးသမျှအားလုံး၏ ထုတ်ကုန်ပစ္စည်းတစ်ခု ဖြစ်နေမည်။ ထိုကဲ့သို့ဆိုလျှင် ဘာများတတ်နိုင်ပါမည်နည်း။ ထို့ကြောင့် လောကကြီးကို အကောင်းတွေဖြစ်လာမည်ဟု မျှော်လင့်ပြီး လှည့်လည် သွားလာနိုင်သည်။ ပတ်ဝန်းကျင်က အပြုသဘောတွေဖြစ်လာနိုင်သည်။ နေ့စဉ်စားစရာများရရှိပြီး အပြုသဘောရလဒ် အသီးအပွင့်များကိုခံစားနိုင်သည်။

အခြားတစ်ဖက်၌ မျှော်လင့်ချက်နှင့် ရည်မှန်းချက်များရှိသည်။ မိမိ၏ အနာဂတ်ကို မိမိ၏စိတ်ထဲ၌ ဖန်တီးထားခြင်းဖြစ်သည်။ ထိုအနာဂတ်ကို မြင်နိုင်သည်။ မည်ကဲ့သို့ဖြစ်မည်ကို စိတ်ကူးနိုင်သည်။ တိရစ္ဆာန်များသည် ထိုသို့မလုပ်နိုင်။ သူတို့သည်ဆောင်းရာသီအတွက် သစ်မာသီးများကို ဇာတိစိတ် ဖြင့် စုဆောင်းတတ်သည်။ သို့သော် သစ်မာသီးလုပ်သည့် စက်တစ်ခုကို မဖန်တီးနိုင်။ ငါဘာဖြစ်လို့ သစ်မာသီးလုပ်သည်လဲ။ သစ်မာသီးလုပ်သည့် သူတစ်ယောက်ကို ငါဘာဖြစ်လို့ မရှာပါလိမ့်ဆိုသည့် မေးခွန်းမျိုးကိုလည်း မမေး။ လူသားများသာလျှင် ထိုကဲ့သို့သော မေးခွန်းများကို မေးကြသည်။ လူသားများသာလျှင် အပြုအမူလမ်းကြောင်းသစ်တစ်ခု တွေးတောကြံဆနိုင်သည်။ စိတ်ရောကိုယ်ပါရရှိအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။

လိပ်ပြာ (သို့) ဩတ္တပ္ပတရား ဘာကြောင့်လိုပါသနည်း။ ထိရောက် ထက်မြက်မှု မြင့်မားရန်အတွက် ဩတ္တပ္ပတရားက တွေးသမျှ မြင်သမျှ ဖန်တီးသမျှကို စောင့်ကြည့်နေရန်လိုသည်။ ဩတ္တပ္ပတရားမရှိဘဲ တီထွင်ဖန်တီးရန် ကြိုးစားသူများသည် ဩတ္တပ္ပတရားက လက်မခံနိုင်သည့် အရာများနှင့် ရင်ဆိုင် တိုးရတတ်သည်။ အနည်းဆုံး သူတို့အနေဖြင့် သူတို့၏ တီထွင်ဖန်တီးနိုင်စွမ်းများကို စည်သွတ်ဘူးလို့ အပေါ်စားပစ္စည်းများနှင့် လဲလှယ်တတ်ကြသည်။ သူတို့၏ စိတ်ကူးစိတ်သန်းများ၊ အမြင်များကို ရုပ်ဝတ္ထု ပစ္စည်းများ ရရှိရန်အတွက်သော် လည်းကောင်း၊ လူအများနှစ်ခြိုက်မှု ရရှိရန်အတွက်သော်လည်းကောင်း ဆောင်ရွက် တတ်ကြသည်။ ထို့နောက် သူတို့သည် မျှော်လင့်ချက် ကင်းမဲ့လောက်အောင် အချိန်အဆ လွဲချော်နေတတ်ကြသည်။ သူတို့ဘာသာသူတို့ အချိန်အဆမျှတ သည့် ဘဝတစ်ခုရှိနေသလို ပြောဆိုကြမည်။ သို့သော် တကယ်တော့ ထိုသို့ မဟုတ်ဘဲ ဖြစ်နေမည်။

အကယ်ဒမီဆုရသည့်သူများကို မြင်ရသည့်အခါ တီထွင်ဖန်တီးနိုင်စွမ်း များနှင့် ဩတ္တပ္ပတရားတို့ ဆက်နွယ်နေသည့် အကြောင်းကို ထပ်လောင်း သတိရမိသည်။ ဥပမာ ကေဗင်ကော်စနာ၏ ဝံပုလွေများနှင့် ကခုန်ခြင်း (Dancing with wolf) ဇာတ်သည် တိုင်းရင်းသားဒေသခံ အမေရိကန်များနှင့် ပတ်သက်၍ လှလှပပ ဖော်ပြချက်တစ်ခုဖြစ်သည်။ အကယ်ဒမီဆုပေးသူများက ရုပ်ရှင်လုပ်ငန်းများမှာ ဧရာမ စွမ်းအားကြီးရှိကြောင်းသိသည်။ တီထွင်ဖန်တီး နိုင်သည့် စွမ်းအားများသည် လိပ်ပြာသန့်သန့် လူမှုရေးတာဝန်ယူမှုမှ ထွက်ပေါ် လာကြောင်း အကယ်ဒမီပေးသည့်အဖွဲ့က သိသည်။

လူသားတို့၏ ထူးခြားသည့် ထိုအရည်အသွေးနှစ်ခုကို လက်တွေ့ နယ်ပယ်တွင် ရင့်ကျက်လိမ်မာ ထိန်းချုပ်ပုံ လေ့ကျင့်ကြည့်ပါ။ ပထမဦးစွာ ယနေ့ညပိုင်း ရုံးသို့သွားပုံကိုသော်လည်းကောင်း၊ ညအိမ်သို့ပြန်ပုံကိုသော် လည်းကောင်း မြင်ကြည့်ပါ။ ထိုသို့မြင်လျှင် အခြေအနေပြောင်းသွားပုံကိုမြင်ရ မည်။ အိမ်မှာ လုံးဝ ဖရိုဖရဲဖြစ်နေသည်။ ဘယ်သူကမျှ သူ့အလုပ်ကို သူမလုပ်ကြ။ ပေးထားသမျှ တာဝန်အားလုံးကိုမကျေကြ။ သင်ကလည်း ပင်ပန်းပြီး ခြေကုန် လက်ပန်း ကျနေသည် ဆိုပါစို့။

ယခုအခါ သင့်အနေဖြင့် ထိုလက်တွေ့ တကယ့်အခြေအနေကို ရင့်ကျက် သည့် ဉာဏ်ပညာရှိသည့် ကိုယ့်ကိုယ်ကို ထိန်းချုပ်ကာ တုံ့ပြန်ပုံကို တွေးကြည့်ပါ။

ထိုသို့တုံ့ပြန်ခြင်းအားဖြင့် လူတစ်ယောက်အပေါ်၌ အကျိုး သက်ရောက်ပုံကို ကြည့်ပါ။ သူတို့၏ ဒုစရိုက်တရားများကို သင်က ပြောနေခြင်းမဟုတ်။ သင် သည် ပျော်တတ်သော၊ ကူညီတတ်သော၊ ချစ်စရာကောင်းသောသူတစ်ယောက် ဖြစ်လာမည်။ သင်၏ အပြုအမူက အခြားပုဂ္ဂိုလ်၏ ဩတ္တပ္ပတရားကိုပါ နှိုးဆွပေးလိုက်သည်။ မူလက သဘောတူထားသည့် ရလဒ်များဖြစ်ပေါ်လာခွင့် ပြုလိုက်ရာရောက်မည်။

သင့်အနေဖြင့် ထူးခြားသောလူသားတို့၏ အရည်အသွေး နှစ်ခု ဖြစ်သည့် စိတ်ကူးစိတ်သန်းနှင့် ဩတ္တပ္ပတရားတို့ကိုသာ သုံးရသေးသည်။ သင်၏ မှတ်ဉာဏ်ကို အားကိုးနေခြင်းမဟုတ်။ သင့်အနေဖြင့် သမိုင်းကြောင်းကိုသော် လည်းကောင်း၊ သင်၏ မှတ်ဉာဏ်ကိုသော်လည်းကောင်း အားကိုးနေလျှင် အေးအေးဆေးဆေး လုပ်နိုင်မည် မဟုတ်။ အခြားသူများကို စီရင်ချက်များပေးနေပြီး အခြေအနေကို ပိုဆိုးအောင် လုပ်စေနိုင်သည်။ မှတ်ဉာဏ်ဆိုသည်မှာ အလားတူ အခြေအနေမျိုး တူညီသည့် လှုံ့ဆော်မှုမျိုး၌ အတိတ်က မည်ကဲ့သို့တုံ့ပြန်ခဲ့ သည်များကို ထိန်းသိမ်းသို့လှောင်ထားခြင်း ဖြစ်သည်။ မှတ်ဉာဏ်က သင်၏ အတိတ်နှင့်ဆက်နွယ်ပေးသည်။ စိတ်ကူး စိတ်သန်းက သင့်ကို အနာဂတ် နှင့် ဆက်နွယ်ပေးသည်။ သင်၏ အစွမ်းအစများသည် အကန့်သတ်မရှိ။ သို့သော် အစွမ်းအစဆိုသည်မှာ စွမ်းအားများကို လက်တွေ့အသုံးချမှသာ ဖြစ်သည်။

‘လူသားတို့၏ အဓိပ္ပာယ်ရှာဖွေမှု’ ဆိုသည့် စာအုပ်၌ ဒုတိယကမ္ဘာစစ် အတွင်း၌ နာဇီဂျာမနီ သေမင်းတမန် စခန်းများ၌ အကျဉ်းချခံခဲ့ရသည့် ဩစတြေးလျ စိတ်ပညာရှင် ဗစ်တာဖရန်ကယ်က ကြပ်ကြပ်တည်းတည်း အခြေအနေမျိုး၌ သူမည်သို့ တုံ့ပြန်မည်ဖြစ်ကြောင်း ရွေးချယ်နိုင်စွမ်း ကျင့်သုံးခဲ့ပုံကို ပြောပြသည်။ တစ်နေ့၌ သူက သူ့ခန္ဓာကိုယ်ကို စမ်းသပ် ကြည့်သည်။ ထိုသို့ စမ်းသပ်ကြည့်သည့်အခါ သူက သူ့မှားရွေးချယ်နိုင်သော စွမ်းအားရှိကြောင်း ရှာဖွေတွေ့ရှိလာသည်။ ထို့နောက်သူက အဓိပ္ပာယ်များကို ဆက်လက်ရှာဖွေသည်။ သူက သင့်မှာအရေးအကြောင်းတစ်ခု၊ ရည်ရွယ်ချက်တစ်ခု၊ အဓိပ္ပာယ်တစ်ခု ရှိနေလျှင် သင့်မှာ ဘာကြောင့်ဆိုသည့် မေးခွန်းရှိနေလျှင် ဘယ်လိုဟာမျိုးနှင့်မဆို နေနိုင်သည်ဟု သူက ယုံကြည်ခဲ့သည်။

ထိုအသိဉာဏ်ပွင့်လင်းလာမှုမှတစ်ဆင့် သူ၏ လုပ်ငန်း၊ သူ၏ဘဝ တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးလာခြင်းဖြစ်သည်။ သူက ဖရိုက်၏ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပြဋ္ဌာန်းချက်

ဟူသော အစဉ်အလာအောက်၌ ကြီးပြင်းလာခြင်းဖြစ်သည်။ အစဉ်အလာများ ဆိုသည်မှာ လိမ်ညာမှုတစ်ခုဖြစ်ကြောင်း သူ့ရှာဖွေတွေ့ရှိသွားသည်။ ထိုအစဉ်အလာ များသည် သိပ္ပံပညာများအပေါ်၌ အခြေခံခြင်း မဟုတ်။ အာရုံကြောရောဂါရှင်များ၊ စိတ်ရောဂါရှင်များဟူသော မကျန်းမာသည့် ရောဂါရှင်များကိုလေ့လာရာမှ ပေါ်ထွက်လာခြင်းဖြစ်သည်။ ကျန်းမာသော၊ တောင့်တင်းကြံ့ခိုင်သော၊ တီထွင် ဖန်တီးနိုင်စွမ်းရှိသော ထိရောက်သောသူများကို လေ့လာရာမှ ပေါ်ထွက်လာခြင်း မဟုတ်။ သူက သူ့မှတ်ဉာဏ်ထဲကို ပြန်မသွားဘဲ သူ၏ကိုယ်ပိုင် စိတ်ကူးစိတ်သန်း များနှင့် ဩတ္တပ္ပတရားတို့နောက်ကိုသာ လိုက်ခဲ့သည်။

သင်လည်းပဲ အချည်းနှီး အသုံးမကျသည့် ဘဝနှင့် အလေ့အထဟောင်း များမှ ယုံကြည်မှုရှိခြင်း၊ မျှော်လင့်ချက်ရှိခြင်း၊ အဇ္ဈတ္တလုံခြုံမှုရှိခြင်းဟူသည့် အရည်အသွေးများရအောင် စိတ်ကူးစိတ်သန်းနှင့် ဩတ္တပ္ပတရားများကို အသုံးပြုကာ ရယူတိုးတက်နိုင်သည်။

‘အရေးကြီးသည့်ကိစ္စကို ပထမလုပ်ပါ’ ဆိုသည့် တတိယအလေ့အထနှင့် ပတ်သက်သည့် အရည်အချင်းမှာ စိတ်စွမ်းအားပင် ဖြစ်သည်။ စိတ်စွမ်းအား နိမ့်ကျသည့်အဆင့်၌ ထိရောက်မှုမရှိသော၊ ဘဝကိုဖြစ်သလို နေတတ်သော၊ တာဝန်ကိုရှောင်လွှဲတတ်သော၊ ရေသာခိုအချောင်လိုက်သော၊ အနည်းငယ်မျှ ကြိုးစားအားထုတ်မှုမရှိသော စိတ်စွမ်းအားလုံးဝမရှိသောသူများရှိသည်။ ထိပ်ဆုံး အဆင့်၌ စည်းကမ်းတင်းကြပ်မှုရှိသော လောလောဆယ် အရေးတကြီးလုပ်ရမည့် အလုပ် မဟုတ်သော်လည်း တကယ်တမ်း အရေးကြီးသည့် အလုပ်များပေါ်၌ အာရုံစိုက်သည်။ ဆိုသည်မှာ ကုတ်နှင့် ကော်ထုတ်လိုက်သလို ဩဇာမြင့်သည့် ဘဝတစ်ခု ဖြစ်သည်။

သင့်အနေဖြင့် ဓားစာခံဘဝမှ တီထွင်ဖန်တီးမှုရှိသည့် သယံဇာတ ပိုင်ဆိုင်သူ စွမ်းအားရှင်တစ်ယောက်အဖြစ်သော်လည်းကောင်း၊ အချည်းနှီးဘဝမှ မျှော်လင့်ချက်ရှိသူ ဘဝသို့လည်းကောင်း၊ စည်းမဲ့ကမ်းမဲ့ ဘဝမှ စည်းကမ်းရှိသည့် သူတစ်ယောက်ဘဝသို့လည်းကောင်း သွားမည်ဆိုလျှင် အလေ့အထ ၁၊ ၂၊ ၃ တို့ကို ကျင့်သုံးမည်ဆိုလျှင် အလေ့အထ တစ်က ကိုယ့်ကိုယ်ကို သိနားလည်မှု ဖြစ်စေမည်။ အလေ့အထ နှစ်က စိတ်ကူးစိတ်သန်းနှင့် ဩတ္တပ္ပတရားတို့ကို ဖြစ်စေမည်။ အလေ့အထ သုံးက စိတ်စွမ်းအားကို ဆွဲခေါ်မည်။ စိတ်စွမ်းအား များသည် တိရစ္ဆာန်များမပိုင်ဆိုင်သည့် အရည်အချင်းများဖြစ်သည်။ တဖြည်းဖြည်း

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

သင့်အနေဖြင့် အကျပ်အတည်းများနှင့် ကြုံတွေ့ပြီးဘာမျှမလုပ်နိုင်၊ မတတ်နိုင် ဆိုသည့် အဆင့်မှ တကယ်အရေးကြီးသည့် အရာများကို စူးစိုက်ပြီး ၎င်းအရာများ အကောင်အထည်ပေါ်အောင် လုပ်နိုင်သည့် စိတ်စွမ်းအားကို ရရှိမည်။

အခြေခံမှ ဒုတိယအရည်အသွေးများသို့

အခြေခံလူသားတို့၏ အရည်အသွေးများကို လေ့ကျင့်ခြင်းအားဖြင့် သင့်ကို ဒုတိယအရည်အသွေးများ ထိထိရောက်ရောက် အသုံးချနိုင်ရန် လုပ်ပိုင်ခွင့် နှင်းအပ်ရာရောက်သည်။

စတုတ္ထအလေ့အထဖြစ်သော ‘သူလည်းအကျိုးရှိ ကိုယ်လည်းအကျိုး ရှိရာ တွေးပါ’ ဆိုသည့် အရည်အချင်းမှာ ကြွယ်ဝသည့် စိတ်နေစိတ်ထားဆိုင်ရာ ဆိုင်ရာ အရည်အသွေးတစ်ခုဖြစ်သည်။ သင်၏ လုံခြုံမှုသည် နိယာမများ၊ လူများ၊ ဥပဒေများမှရသောကြောင့်ဖြစ်သည်။ အရာရာကို ထိုနိယာမများ၊ ဥပဒေများ၊ မူများအတိုင်း မြင်သည်။ သင်၏ အိမ်ထောင်ဖက်က အမှားအယွင်းတစ်ခု လုပ်သည့်အခါ သင့်အနေဖြင့် စွပ်စွဲခြင်းမပြုတတ်။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။ သင်၏ လုံခြုံမှုသည် သင် မျှော်လင့်သလို သင်၏ အိမ်ထောင်ဖက်ကြောင့် ထွက်ပေါ်လာသည်မဟုတ်။ သင်၏ သားတစ်ယောက်၊ မိတ်ဆွေတစ်ယောက်၊ အထက်လူကြီး တစ်ယောက်က အမှားအယွင်းတစ်ခုလုပ်လျှင် သင့် အနေဖြင့် စွပ်စွပ်စွဲစွဲ မလုပ်တတ်။ ကြင်ကြင်နာနာသာကြည့်မည်။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။ သင်၏ လုံခြုံစိတ်ချရမှုသည် သူတို့ဆီမှမလာ။ သင်၏ကိုယ်တွင်းမှ လာသော ကြောင့် ဖြစ်သည်။ သင်သည် နိယာမကို ဗဟိုပြုတတ်သူဖြစ်သည်။

လူအများ နိယာမကို ဗဟိုပြုတတ်သည့်သူများ ဖြစ်လာကြလျှင် ၎င်းတို့ သည် အသိအမှတ်ပြုခံရမှုကိုသော် လည်းကောင်း၊ ဩဇာအာဏာကိုသော် လည်းကောင်း၊ အခြားသူများနှင့် ဝေမျှချင်ကြသည်။ ဩဇာအာဏာများ၊ အသိအမှတ်ပြုမှုများဆိုသည်မှာ အကန့်အသတ်နှင့်ရှိမည် မဟုတ်။ အမြဲတမ်း ကြီးထွားနေသည်။ စွမ်းအားများသည် အကန့်အသတ်ရှိသည်ဆိုသည့် အခြေခံ ယူဆချက်နှင့် ပုံစံမှာ မှားယွင်းနေသည်။ လူသားတို့၏ ကြီးကျယ်သော စွမ်းအားများကို ထုတ်ဖော်၍ပင် မသုံးရသေးပေ။ ကြွယ်ဝသည့် စိတ်နေစိတ်ထားက အကျိုးအမြတ်များ၊ စွမ်းအားများ၊ လူတိုင်းအတွက် အသိအမှတ်ပြုမှုများရအောင် ဖန်တီးပေးနိုင်သည်။

ဤသို့ဖြင့် သင်သည် ရှားပါးဆင်းရဲသည့် စိတ်နေစိတ်ထားမှ ကြွယ်ဝသည့် စိတ်နေစိတ်ထားသို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အမှန်တကယ် တန်ဖိုးထားမှု၊ နှစ်ဦးနှစ်ဖက်အကျိုးကို အမှန်တကယ်လိုလားမှုတို့မှ တစ်ဆင့် တက်လှမ်းနိုင်သည်။

ပစ္စ အလေ့အထဖြစ်သော ‘ပထမဦးစွာ နားလည်ဖို့ကြိုးစားပါ။ ထို့နောက်မှ နားလည်ခံပါ’ ဆိုသည့် အရည်အသွေးသည် တစ်ဖက်က စဉ်းစားဆင်ခြင်မှုရှိသော သတ္တိမျိုးကို ဆိုလိုသည်။ မိမိကိုပထမဆုံး နားအလည်မခံရန်အတွက် သတ္တိနှင့် စဉ်းစားဆင်ခြင်မှုတို့လိုအပ်သည်။ ထိုအကြောင်းကို တွေးကြည့်ပါ။ သင် တွေ့ကြုံရမည့်၊ ရင်ဆိုင်ရမည့် ပြဿနာများကို တွေးကြည့်ပါ။ သင်က ‘မင်းတို့ ငါ့ကို နားလည်ရမယ်၊ ဒါပေမယ့် မင်းတို့ ငါ့ကိုနားမလည်ဘူး၊ ငါက မင်းတို့ကို နားလည်တယ်၊ ဒါပေမယ့် မင်းတို့က ငါ့ကို နားမလည်ဘူး၊ အဲဒါကြောင့် ငါ့အကြောင်းကို မင်းတို့ကို အရင်ဆုံးပြောမယ်၊ ပြီးတော့မှ မင်းတို့လိုချင်တာတွေပြော’ဟု ပြောတတ်သည်။ အခြားပုဂ္ဂိုလ်ကလည်း ‘ဟုတ်ပြီ၊ ငါ့နားလည်ဖို့ ကြိုးစားမယ်’ဟု ပြောတတ်သည်။ သို့သော် သူတို့က တစ်ချိန်လုံး တုံ့ပြန်ဖို့သာ ကြံစည်နေကြခြင်းဖြစ်သည်။ နားထောင် ဟန်ဆောင်နေခြင်းဖြစ်ပြီး ကြိုက်သည့် အရာကိုသာ ရွေးချယ်၍ နားထောင်နေခြင်းဖြစ်သည်။ ကိုယ့်အိမ်က အကြောင်းကို ရိုက်ထားသည့် ရုပ်ရှင်ကားကို ပြသည့်အခါ၌သော်လည်းကောင်း၊ ကိုယ်ရေးအတ္ထုပ္ပတ္တိကို ပြောသည့်အခါ၌လည်းကောင်း ငါ့အတွေ့အကြုံကို ပြောပါရစေဟု ပြောကြသည့်အခါ နားမထောင်တော့ပေ။

အမှန်တကယ် နားထောင်လျှင် ဘာဖြစ်သနည်း။ ဆက်ဆံရေး တစ်ခုလုံး ပြောင်းလဲသွားသည်။ ‘တစ်ယောက်ယောက်ကတော့ ငါ့ကိုစပြီး တကယ် နားထောင်စပြုနေပြီ၊ ငါသုံးတဲ့ ဝေါဟာရတွေကိုလည်း လက်ခံပုံရတယ်၊ သူတို့က သဘောတူချင်တူမယ်၊ သဘောမတူချင် မတူဘူး၊ ဒါပေမယ့် သူတို့ဟာ နားထောင်နေတယ်၊ ငါ လောကကြီးကို ဘယ်လို မြင်တယ်ဆိုတာ သူတို့ မြင်စပြုလာပြီ၊ အဲသည်လိုနဲ့ ငါလည်း ငါ့ကိုယ်ငါ နားထောင်နေတာကို တွေ့ရတယ်၊ ငါ့ကိုယ်ငါ တန်ကြေးရှိစပြုလာတာကို တွေ့ရတယ်’

လူသားတို့နှင့်ပတ်သက်၍ ပြဿနာများအားလုံးလိုလို၏အခြေခံအကြောင်း တရားမှာ အခြေခံဆက်ဆံရေးဆိုင်ရာ ပြဿနာများဖြစ်သည်။ လူသားတို့အနေဖြင့် ကိုယ်ချင်းစာစိတ်ဖြင့် နားမထောင်ကြ။ ကိုယ့်အကြောင်းကိုသာ ကိုယ်တွေးပြီး နားထောင်နေကြသည်။ ကိုယ်ချင်းစာချင်သော သဘောထားလည်း မရှိ။

ကိုယ်ချင်းစာတတ်ခြင်းလည်း မရှိ။ သူတို့က သူများ၏ အတည်ပြုမှုကိုသာ လိုချင်နေကြသည်။ သူတို့မှာ သတ္တိမရှိ။ သူတို့ မှီငြမ်းကိုးကားရာ နယ်ပယ်အတွင်း၌ သူတို့က ‘အဲဒီလူသဘောကျအောင် ငါ ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ၊ သူက ထိန်းချုပ် ချင်နေတယ်၊ ခဏစောင့်ဦး၊ ငါဟာ ထိန်းချုပ်နေတဲ့ မန်နေဂျာဖြစ်တယ်၊ ငါဟာ နားထောင်ဖို့လာတာ မဟုတ်ဘူး၊ ပြောဖို့လာတာ၊ ငါ မင်းရဲ့အကြံဉာဏ်ကို လိုချင်လျှင် ငါ မင်းကို ပြန်တောင်ပေးလိုက်ဦးမယ်’ဟု ပြောတတ်ကြသည်။ နားထောင်နိုင်စွမ်း ရှိရန်အတွက် ထိန်းချုပ်မှု၊ လေးစားမှုရှိရသည်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို နားလည်နိုင်စွမ်းရှိရန်အတွက် သတ္တိနှင့် ကိုယ်ချင်းစာမှုတို့ ရှိရန်လိုသည်။ အနိမ့်ဆုံးအဆင့်၌ ချလျှင်ချ၊ မချလျှင်ပြေး ဟူသည့် စိတ်ဓာတ်ရှိရာမှ ရင့်ကျက် လာသည့်အခါ နှစ်လမ်းသွား ဆက်ဆံရေးမျိုးကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ ကိုယ်ချင်းစာနာ သော သတ္တိမျိုးရှိသည်။

‘စုစည်းမှုအား’ ဟူသော ဆဋ္ဌမ အလေ့အထနှင့် ပတ်သက်သည့် အရည်အသွေးမှာ တီထွင်ဖန်တီးနိုင်မှုဟူသော အရည်အသွေးဖြစ်သည်။ တစ်ခုခုကို ဖန်တီးနိုင်ခြင်း ဖြစ်သည်။ မည်သို့ ဖန်တီးမည်နည်း။ သင် တစ်ယောက်တည်းလား၊ မဟုတ်ပါ။ အပြန်အလှန် လေးစားမှုရှိသည့် စိတ်ဓာတ်နှစ်ခုဆက်သွယ်ခြင်း၊ အဖြေများထုတ်လုပ်ခြင်းအားဖြင့် မူလက ကြိုတင်အဆိုပြုထားသည်ထက် အများ ကြီး သာလွန်သည့် ရလဒ်များကို ရစေနိုင်သည်။ စေ့စပ်မှု အတော်များများတို့သည် အလျှော့အတင်း လုပ်ကြခြင်းဖြစ်ပြီး နောက်ဆုံး၌ အပေးအယူလုပ်ရသည့် ရလဒ်မျိုးကိုသာ ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ သို့သော် အကယ်၍ သင့်အနေဖြင့်စုစည်းမှုမှ အားထွက်နိုင်သည့် ဆက်ဆံရေးမျိုးကိုသာ ကျင့်သုံးနေလျှင် သင့်အနေဖြင့် နေရာ များကို ဂရုမစိုက်မိ။ အခြေခံလိုအပ်ချက်များ၊ အကျိုးစီးပွားများ စသည်တို့ကို ကောင်းကောင်းနားလည်ပြီး ထိုလိုအပ်ချက်များနှင့် အကျိုးစီးပွားများကို ဖြည့်စွမ်းနိုင်သည့် အဖြေများကိုသာ ရှာဖွေမည်။

ဟားဗတ်တက္ကသိုလ်မှ ပါမောက္ခနှစ်ယောက်ဖြစ်သော ရော်ဂျာဖစ်ရှာ နှင့် ဝီလျံမြူရီတို့က ‘ခေါင်းညိတ်အောင်လုပ်နည်း’ဆိုသည့် စာအုပ်၌ စေ့စပ် ဆွေးနွေးမှုနှင့်ပတ်သက်၍ နည်းလမ်းသစ်တစ်ရပ်ကို ချပြထားသည်။ ‘အဲဒီ ပြတင်းပေါက်ကို ပွင့်အောင်လုပ်မယ်၊ မဟုတ်ဘူး၊ ပိတ်ထားတယ်’ မဟုတ်ဘူး၊ ဖွင့်ထားတယ်ဟူသော ဆန့်ကျင်ဘက် အခြေအနေနှစ်မျိုးရှိသည်ဟု မယူဆ၊ တစ်ခါတစ်ရံ အချိန်တစ်ဝက်၌ တစ်ဝက်ပိတ်ထားသည်ဟု မစဘဲ သူတို့က

စုစည်းမှုအား၏ အလားအလာကိုမြင်သည်။ ဘာဖြစ်လို့ ဖွင့်ချင်တာလဲ။ ဟုတ်ပြီ။ လေကောင်းလေသန့်ကြိုက်တယ်။ မင်း ဘာဖြစ်လို့ပိတ်ချင်တာလဲ၊ အမှိုက်သရိုက်တွေ ဝင်လာတာ မကြိုက်ဘူး။ အမှိုက်သရိုက်တွေ မပါဘဲနဲ့ လေကောင်းလေသန့်ရအောင် ဘာလုပ်မလဲ။ ယခုအခါ တီထွင်ဖန်တီးနိုင်သည့် သူတစ်ယောက်အနေဖြင့် တစ်ယောက်ကို တစ်ယောက်က အပြန်အလှန်လေးစားပြီး တစ်ယောက်၏ လိုအင်ဆန္ဒများကို တစ်ယောက်က နားလည်သောအခါ ဟိုဘက်ခန်းက ပြတင်းပေါက်ကို ဖွင့်လိုက်မယ်။ ပရိဘောဂတွေကို ပြန်နေရာချမယ်။ ပြတင်းပေါက်ရဲ့ အပေါ်ဘက်ကို ဖွင့်မယ်၊ လေအေးပေးစက်ကို ဖွင့်မယ်။ စသည်ဖြင့် ပြောနိုင်သည်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ခုခံကာကွယ်နေသည့် နေရာများမှာ မယူထားခြင်းကြောင့် နည်းလမ်းသစ်များကို ရှာဖွေနိုင်သည်။

ခြားနားချက်တစ်ခုရှိသည့်အခါ သူလည်းအကျိုးရှိ ကိုယ်လည်း အကျိုးရှိ ဟူသော အဖြေမျိုးရအောင် ရှာမည်ဟုပြောပါ။ တစ်ယောက်ကို တစ်ယောက် နားထောင်ပါ။ မင်းဘာလိုအပ်နေတာလဲ။ မင်းဘာကြိုက်သလဲ။ ဘယ်လိုရုပ်ရှင်မျိုး ကြည့်ချင်တာလဲ။ ရုပ်ရှင်ပဲကြည့်ကြည့်၊ ဘာတခြားဟာပဲလုပ်လုပ် နှစ်ဦးနှစ်ယောက် စလုံး အကျိုးရှိတာလုပ်မယ်။ ထို့နောက် သင်က လူတွေကို တွေးအောင်လုပ်နိုင် လာသည်။ အသင်းအဖွဲ့ စိတ်ဓာတ်ရအောင် လုပ်နိုင်သည်။ စိတ်ဓာတ်ရေးရာ ဘဏ်စာရင်းတစ်ခုကို ဖွင့်လိုက်နိုင်သည်။ လူအများအနေဖြင့် ရေရှည်ဆက်ဆံရေး များကို အလေးထားပြီး လောလောလတ်လတ် လိုအပ်ချက်များကို နောက်ပိုင်း မှာသာ ထားမည်။

မိသားစုတစ်ခု၊ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းတစ်ခု၌ အရေးကြီးဆုံးတာဝန် တစ်ခုမှာ မကောင်းမပြောရန်ဖြစ်သည်။ ရှေ့မှောက်မှာ မရှိသူတစ်ယောက်ကိုပင်လျှင် သစ္စာရှိရမည်။ ရှေ့မှောက်မှာရှိသည့် သူများကို ထိန်းသိမ်းထားဖို့ဆိုလျှင် မျက်ကွယ်၌ ရှိနေသူတစ်ယောက်ကို သစ္စာရှိရမည်။ သင့်မှာ ပြဿနာတွေပေါ်လျှင် ထိုသူနှင့်တိုက်ရိုက်တွေ့ပြီး ဖြေရှင်းဖို့ ကြိုးစားပါ။ သူ၏ နောက်ကျော၌ မကောင်းပြောလျှင် ထိုပုဂ္ဂိုလ်သိသွားလျှင် မည်သို့ဖြစ်မည်နည်း။ သူ၏ နောက် ကျောမှာ အခြားတစ်ဖက်က မကောင်းပြောလျှင် သင် မပါပါနှင့်။

ဥပမာ သေသည့်အခါ၊ ကွဲသည့်အခါ၊ ပြန်လည်လက်ထပ်သည့် အခါများ၌ ပြဿနာဖြေရှင်းရေးနှင့်ပတ်သက်၍ ခံစားချက်များ၊ မိသားစုများ ရှိကြသည်။ လိမ်ညာခံရသည်ဟုထင်သော မိသားစုများက အခြားမိသားစု အဖွဲ့ဝင်များ

အကြောင်းကို မကောင်းပြောကြသည်။ မိသားစုများအနေဖြင့် အခြေခံနိယာမ နှစ်ခုကို လိုက်နာမည်ဆိုလျှင် မည်မျှ အကျိုးရှိသွားမည်နည်း။

(၁) ငါတို့မိသားစုအတွင်းမှာ လူအများနှင့် ဆက်ဆံရေးများသည် အခြားအရာများထက် အရေးကြီးသည်။ သေရာညောင်စောင်း၌ လဲလျောင်း နေကြသည့် သူများသည် ရုံးမှာပိုကြာကြာနေပေးဖို့ မည်သည့်အခါမျှမပြော။ ဆက်ဆံရေးများအကြောင်းကိုတော့ ပြောသည်။

(၂) ကျွန်တော်တို့မှာ ခြားနားချက်သော်လည်းကောင်း၊ အခက်အခဲ သော်လည်းကောင်းရှိလျှင် ထိုသူထံသို့ တိုက်ရိုက်သွား၍ ဖြေရှင်းမည်။ ကျွန်တော်တို့သည် ကျွန်တော်တို့၏ ကိုယ်ပိုင်သဘောထားများ၊ အပြုအမူများ အတွက် တာဝန်ရှိသည်။ ဤအခြေအနေများ၌ ကျွန်တော်တို့ တုံ့ပြန်ပုံများကို ကျွန်တော်တို့ ရွေးချယ်နိုင်သည်။ သတ္တိနှင့် ကိုယ်ချင်းစာမှုတို့ဖြင့် တစ်ယောက် နှင့်တစ်ယောက် ပွင့်ပွင့်လင်းလင်းဆက်သွယ်ပြီး သူလည်းအကျိုးရှိ ကိုယ်လည်း အကျိုးရှိသည့် ရလဒ်မျိုးထွက်ပေါ်အောင် ကြိုးစားမည်။

ဤသို့ဖြင့် သင်သည် ဆင်ဖြေပေးခုခံနေသည့် ဆက်ဆံရေးမျိုးမှ အပေးအယူလုပ်သည့် ဆက်ဆံရေးမျိုး ထိုမှတစ်ဆင့်နှစ်ဦးနှစ်ဖက် အကျိုး တိုးပွားစေနိုင်သည့် နည်းလမ်းမျိုးကို ရွေးချယ်သင့်သည်။

‘ကိုယ့်လွှဲ ကိုယ်သွေးပါ’ဆိုသည့် သတ္တမအလေ့အထနှင့် ပတ်သက်၍ တစ်ချိန်လုံး တိုးပွားနေအောင်လုပ်ခြင်း၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အမြဲတမ်း သစ်ဆန်း နေအောင် လုပ်ခြင်းဟူသော အရည်အသွေးများရှိသည်။ မိမိကိုယ်မိမိ တိုးတက် နေအောင် သစ်ဆန်းနေအောင် တစ်ချိန်လုံးလုပ်မနေလျှင် မိမိ ပျင်းရိငြီးငွေ့ သွားမည်။ ပွင့်လင်းတိုးတက်မှုမရှိတော့ပေ။ အနိမ့်ဆုံး အဆင့်၌ အစစအရာရာ ဟောင်းနွမ်းပြိုကွဲသွားပြီး အမြင့်ဆုံးအဆင့်၌ တစ်ချိန်လုံး တိုးတက်နေခြင်း၊ တီထွင်နေခြင်း၊ အသစ်အဆန်းများ ပြုလုပ်နေခြင်းများ ရှိမည်။

ထိုအလေ့အထ ခုနစ်ရပ်ကို ပြန်လည်လေ့လာခြင်းအားဖြင့် ၎င်းတို့နှင့် ဆက်နွှယ်နေသည့် လူသားတို့၏ ထူးခြားသောအရည် အသွေးခုနစ်ရပ်ကို အသုံးချကာ အခြားသူများ၏ ဘဝများစွာတို့ တိုးပွားအောင် လုပ်နိုင်သည်။

ဆုံးဖြတ်ချက်သုံးခု

လူတစ်ဦးချင်းဖြစ်စေ၊ အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုချင်းဖြစ်စေ အဓိကတန်ဖိုးထားမှုကို ကိုယ့်ကျင့်တရားများ၊ နိယာမများနှင့် ကိုက်ညီမှုရှိအောင် ကြိုးစားရသည်။ မည်သို့သော ယုံကြည်မှုများ ရှိကြသည်ဖြစ်စေ ကျွန်တော်တို့ အားလုံးသည် ထိန်းချုပ်ထားသောအင်အားများ၊ အတိုက်အခံများ၊ စိန်ခေါ်မှုများကို အမြဲတမ်း ကြုံတွေ့နေကြရသည်။ ၎င်းတို့ကြောင့် ကျွန်တော်တို့ ရည်မှန်းထားသည့်တာဝန်များ၊ ရည်မှန်းချက်များ၊ ဆုံးဖြတ်ချက်များနှင့် ဆန့်ကျင်ပြီး လုပ်ရသည့်အခါများလည်း ရှိသည်။

ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် အမြစ်တွယ်စွဲမြဲနေသည့် အလေ့အထများ၊ ပုံစံများကို ပြောင်းလဲပစ်နိုင်သည်ဟု ထင်သည်။ ထိုသို့ ပြောင်းလဲပစ်ရန်မှာ ရည်မှန်းချက်အသစ်ချရုံ၊ ဆုံးဖြတ်ချက်အသစ်ချရုံဖြင့်ဖြစ်မည်ဟု ထင်နေကြသည်။ ထိုသို့ ရည်မှန်းချက်အသစ်၊ ဆုံးဖြတ်ချက်အသစ်ချလိုက်ခြင်းအားဖြင့် အလေ့အကျင့်ဟောင်းများ အလွယ်တကူပျောက်ပျက်မသွားနိုင်။ ရည်မှန်းချက်ကောင်းပါသော်လည်း ကတိစကားတွေ လှလှပပပေးထားပါသော်လည်း လုပ်နေကျပုံစံများသာလျှင် တစ်နှစ်ပြီးတစ်နှစ် မပြောင်းမလဲ ဆက်လက် တည်ရှိနေတတ်သည်။

ကျွန်တော်တို့တစ်တွေသည် နှစ်သစ်ကူးသည့်အခါ၌ ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ရာတွင် အမှားအယွင်းတစ်ခုကို ကျူးလွန်မိတတ်ကြသည်။ ပထမ အမှားအယွင်းမှာ

ကျွန်တော်တို့သည် ကိုယ်ဘယ်လိုလူဆိုသည်ကို ကောင်းကောင်း မသိကြ။ ထို့ကြောင့် ကျွန်တော်တို့၏ အလေ့အထများသည် ကျွန်တော်တို့၏ ကိုယ်ပိုင် ပုံသဏ္ဍာန်များဖြစ်လာပြီး အလေ့အကျင့်တစ်ခုကို ပြောင်းဖို့ဆိုလိုက်သည်နှင့် ကျွန်တော်တို့၏ လုံခြုံစိတ်ချရမှုကို ခြိမ်းခြောက်လာသည်။ ကျွန်တော်တို့နှင့် ကျွန်တော်တို့၏ အကျင့်များ အတူတူဖြစ်သည်ကို မမြင်နိုင်ကြ။ ကျွန်တော်တို့ အနေဖြင့် ဖြစ်အောင်လည်းလုပ်နိုင်သည်။ အကျင့်တွေကို ဖျက်လည်းဖျက်ဆီးနိုင် ကြသည်။ အခြေအနေများ၊ အခြေအနေဖန်တီးမှုများ၊ အောက်ကတရားခံများ ဖြစ်စရာ မလို။ ကိုယ့်ဇာတ်ညွှန်းကို ကိုယ်ရေးနိုင်သည်။ ကိုယ့်လမ်းကြောင်းကို ကိုယ်ရွေးနိုင်သည်။ ကိုယ့်ကြံ့ခိုင်မှုကို ကိုယ်ထိန်းချုပ်နိုင်သည်။

ဒုတိယအမှားမှာ ကျွန်တော်တို့ ဘယ်ခရီးသွားချင်သည်၊ ဘယ်နေရာ ရောက်ချင်သည်ကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်း မမြင်ကြသည့် အမှားပင်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ကျွန်တော်တို့၏ ဆုံးဖြတ်ချက်များသည် အလွယ်တကူ ပျက်စီး လွယ်ကြသည်။ စိတ်ပျက်အားလျော့လွယ်ကြသည်။ စွန့်လွှတ်ဆုံးရှုံးနိုင်ကြသည်။ ကြာရှည်စွဲမြဲနေသည့် အလေ့အကျင့်တစ်ခုကို အလေ့အကျင့်ကောင်း တစ်ခုနှင့် အစားထိုးရန်ဆိုသည့်ကိစ္စမှာ ခဏကိစ္စ၊ ယာယီကိစ္စ မဟုတ်ပေ။ လွယ်လွယ်ကူကူ ဖော်မြူလာ ထုတ်ပေးထားသည့် ‘အပြုသဘော တွေးပါ၊ ကြိုးစားပါ’ ဆိုရုံ လောက်ဖြင့် ပြီးသည့်ကိစ္စမဟုတ်ပေ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း နားလည်ဖို့ လိုသည်။ တိုးတက်မှု၊ ပြောင်းလဲမှုဆိုရာ ဖြစ်စဉ်များ၊ နိယာမများကို နားလည်ဖို့လိုသည်။ ထိုလုပ်ငန်းများထဲတွင် ကိုယ့်ကိုယ်ကို အကဲဖြတ်ခြင်း၊ တာဝန်ယူခြင်း၊ ပြန်လည်တင်ပြခြင်း၊ လိုက်နာဆောင်ရွက်ခြင်းစသည့် လုပ်ငန်း အဆင့်ဆင့် ပါဝင်သည်။

ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် ကျွန်တော်တို့၏ တိုးတက်မှုကို တစ်ယောက် သို့ မှန်မှန်တင်ပြခြင်း မရှိလျှင် မကြာမီပင်လျှင် ချိုးဖောက်မိတတ်ကြသည်။ ထို့အတူပင် ကျွန်တော်တို့၏ စွမ်းဆောင်ချက်များနှင့် ပတ်သက်၍ ဓမ္မဓိဋ္ဌာန် ကျသည့် ပြန်လည်တင်ပြမှုများမရှိလျှင် ဆုံးဖြတ်ချက်များ ပျက်ပြယ်သွား တတ်ကြသည်။ တာဝန်ယူမှုသည် တာဝန်ယူနိုင်စွမ်းကို ဖြစ်စေသည်။ တာဝန် ယူခြင်း ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်းတို့ကြောင့် အပြောင်းအလဲများကို ဖြစ်စေနိုင်သည်။ အမှုဆောင်အရာရှိများကို လေ့ကျင့် ပျိုးထောင်သည့်အခါ၌ ကျွန်တော်တို့သည် သဘာဝကျကျ တစ်ခုပြီးမှတစ်ခု တစ်ဆင့်ပြီးမှ တစ်ဆင့် တိုးတက်ပြောင်းလဲ

စေသည့် နည်းလမ်းများကို သုံးရမည်။ တကယ်တော့ အမှုဆောင်အရာရှိများ ရည်မှန်းချက်ချရန်၊ ထိုရည်မှန်းချက်များကို တာဝန်ယူရန် သင်ကြားပေးရသည်။ ၎င်းတို့၏ တိုးတက်မှုကို တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် အပြန်အလှန် တင်ပြကြရန် အားပေးရသည်။

အတိတ်ကာလက ဆွဲအားများကို လွန်မြောက်လိုချင်သည်ဆိုလျှင် သင့်အနေဖြင့် ဓလေ့များ၊ ထုံးစံများ၊ ယဉ်ကျေးမှုများဟူသော အင်းအားများကို ကျော်လွန်ချင်ပြီဆိုလျှင် လိုချင်သည့်အပြောင်းအလဲများကို ဖြစ်ပေါ်ချင်ပြီဆိုလျှင် စရိတ်စကများ၊ ကုန်ကျခံရမည့်ကိစ္စများ၊ စိုက်ထုတ်ရမည့်အရာများကို တွက်ကြည့်ပါ။ လိုအပ်သည့် စွမ်းအားစုများကို စုစည်းပါ။ အာကာသသို့ လွှတ်တင်သည့် ကိစ္စများ၌ ကမ္ဘာမြေကြီး၏ ဆွဲငင်အားကို လွန်မြောက်နိုင်ရန် မည်မျှ ကြိုးစားအားထုတ်ရသည်ကို ကျွန်တော်တို့ မြင်တွေ့ခဲ့ကြရပြီး ဖြစ်ပါသည်။ အကျင့်ဟောင်းများနှင့် လမ်းခွဲသည့်ကိစ္စမှာလည်း ထို့အတူပင် ဖြစ်သည်။

စွဲမြဲနေသည့် အကျင့်ဟောင်းများကို ချိုးဖျက်ခြင်း၊ (ဥပမာ နှောင့်နှေးကြန့်ကြာတတ်ခြင်း၊ ဝေဖန်တတ်ခြင်း၊ အစားကျူးလွန်ခြင်း၊ အအိပ်လွန်ခြင်းတို့ကို) ဖျက်ရန်အတွက် ဆန္ဒအနည်းငယ်ရှိရုံဖြင့် မပြီးပါ။ ဆန္ဒရှိရုံဖြင့် မလုံလောက်သေးပါ။ ကျွန်တော်တို့ကို တာဝန်ယူစေသော၊ တာဝန်ရှိစေသော လူများ၊ အစီအစဉ်များလိုအပ်ပါသေးသည်။ အပြန်အလှန် အထောက်အကူ ဖြစ်နေသည့် ဆက်ဆံရေးများ လိုအပ်ပါသေးသည်။

တုံ့ပြန်နိုင်စွမ်းဆိုသည်မှာ အခြေအနေတစ်ခုနှင့် ပတ်သက်၍ မည်သို့ တုံ့ပြန်မည်ကို ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် ရွေးချယ်နိုင်စွမ်းဖြစ်ကြောင်း သတိရပါ။ ထိုသို့ ရွေးချယ်တုံ့ပြန်သည့်အခါ ကျွန်တော်တို့၏ တာဝန်ယူမှုများက ကျွန်တော်တို့၏ ခံစားမှုများ၊ အခြေအနေများထက် အားပိုသာပါလိမ့်မည်။ ကျွန်တော်တို့ လုပ်သမျှ ကတိများ၊ ဆုံးဖြတ်ချက်များကို တည်စေပါလိမ့်မည်။ ဥပမာ အကယ်၍ အိပ်ရာကစောစောထမည်ဟု ဆုံးဖြတ်ပါလျှင် တစ်နေ့တာ အတွက် ပထမဆုံးသော အောင်မြင်မှုကိုရရှိပါလိမ့်မည်။ ထိုအောင်မြင်မှုမှာ ပုဂ္ဂိုလိက အောင်မြင်မှုဖြစ်ပါသည်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အတိုင်းအတာတစ်ခုအထိ နိုင်နင်းပြီဟုလည်း ခံစားရပါလိမ့်မည်။ ထိုပုဂ္ဂိုလိက အောင်မြင်မှုတစ်ဆင့် အများပြည်သူနှင့်ဆိုင်သည့် အောင်မြင်မှုများသို့ ဆက်လက် လျှောက်လှမ်းကြပါသည်။ တစ်နေ့တစ်နေ့ စိန်ခေါ်မှုတစ်ခုစီ တစ်ခုစီနှင့် ကြုံရသည့်အခါ

ခြေလှမ်းအသစ် ခြေလှမ်းအသစ် လှမ်းနိုင်ရန်အတွက် စွမ်းအားအသစ် စွမ်းအား အသစ်များကို ရရှိပါလိမ့်မည်။

အများနှင့်ဆိုင်သည့် ဆုံးဖြတ်ချက်များ

ကျွန်တော်တို့၏ ဘဝများ၌ ကျွန်တော်တို့ကြိုးစားသမျှ ဆွဲချမည့် အင်အားများရှိကြသည်။ ၎င်းတို့အထဲ၌ (၁) စွဲလမ်းတပ်မက်ခြင်း (၂) မာနနှင့် ဟန်ဆောင်မှု (၃) ရည်မှန်းချက်ကြီးမားခြင်းတို့ ပါဝင်ကြသည်။ ထိုအတား အဆီးများကို အောက်ပါ ဆုံးဖြတ်ချက်သုံးရပ်ပြုလုပ်ကာ ချမှတ်လိုက်နာခြင်း အားဖြင့် ကျော်လွှားနိုင်သည်။

အလိုဆန္ဒကြီးမားခြင်းဟူသည့် အနှောင်အဖွဲ့ကို ကျော်လွှားနိုင်ရန် အတွက် ပထမဦးစွာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို စည်းကမ်းထိန်းချုပ်ခြင်း၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အလိုမလိုက်ခြင်းများ ပြုလုပ်မည်ဟု အဓိဋ္ဌာန်ပြုပါသည်။ ခန္ဓာကိုယ်ကို အလွန် အလိုလိုက်သည့်အခါ ဆန္ဒများနောက်သို့လိုက်သည့်အခါ စိတ်ဓာတ်နှင့် ဆုံးဖြတ်မှု များကို လူမှုဆက်ဆံရေးများကိုလည်း ပျက်စီးစေသည်။ ကျွန်တော်တို့၏ ခန္ဓာကိုယ်များသည် ဂေဟဗေဒထဲက အစိတ်အပိုင်းများ ဖြစ်ကြသည်။ ရုပ်ခန္ဓာဘက် အချိန်အဆပျက်သွားလျှင် အခြား အကျိုးသက်ရောက်မှုများ ဖြစ်ပေါ်သည်။

ထို့ကြောင့် 'ကိုယ့်လွှဲကိုယ် မှန်မှန်သွေးပါ' ဟူသည့် အလေ့အထ အခြေခံကျနေခြင်း ဖြစ်သည်။ မျှတခြင်း၊ ရှေ့နောက်ဆီလျော်ညီညွတ်ခြင်း၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို စည်းကမ်းထားခြင်းတို့သည် လူတစ်ယောက်၏ ဘဝအတွက် အခြေခံအုတ်မြစ်များ ဖြစ်လာသည်။ ယုံကြည်ခြင်းဆိုသည်မှာ ယုံကြည်ထိုက် မှုမှလာသည်။ ယုံကြည်ထိုက်မှုဆိုသည်မှာလည်း အရည်အချင်းနှင့် သီလ တို့ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်ရသည်။ မျှတမှုမရှိခြင်းသည် ကျွန်တော်တို့၏ အကဲဖြတ်မှုများ၊ ဉာဏ်ပညာများကို ထိခိုက်သည်။

အချို့သူများအနေဖြင့် မျှမျှတတ မရှိပါဘဲလျက် ကြီးကျယ်မြင့်မြတ် နေကြကြောင်း ကျွန်တော် သတိထားမိပါသည်။ သို့သော် မကြာမီပင် ၎င်းတို့၏ ဘဝများ ပျက်စီးသွားတတ်ကြသည်။ ကြွယ်ဝချမ်းသာသည့် လူသိထင်ရှားသည့် ပုဂ္ဂိုလ်များပင်လျှင် ဥစ္စာ၊ ယုံကြည်မှု၊ အောင်မြင်မှု၊ ထိရောက်မှုပျက်ပြားခြင်းတို့ကို တွေ့နေရသည်။ ထိုသို့ဖြစ်သည်မှာ မမျှတခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်တို့

အနေဖြင့် ကျွန်တော်တို့၏ တဏှာများ၊ ခံစားမှုများကို မထိန်းချုပ်လျှင် ၎င်းတို့က ကျွန်တော်တို့ကို ထိန်းချုပ်သွားကြမည်။

ကုမ္ပဏီကြီးများ၊ မြို့ကြီးများ၌ ဟောင်းနွမ်းနေသည့် လက်ကျန်များ၊ အဆောက်အအုံများရှိကြသည်။ အလားတူပင် အမှုဆောင်အရာရှိ အတော်များများ၌ အိုမင်းလာသည့် ခန္ဓာကိုယ်များရှိကြသည်။ ထိုအိုမင်းလာသည့် ခန္ဓာကိုယ်များအနေဖြင့် မျှတတဖြစ်ရန်ခဲယဉ်းလာကြသည်။ အသက်အရွယ်နှင့်အမျှ ခန္ဓာကိုယ်၏ ဇီဝကမ္မသဘောများ ပြောင်းလဲလာကြသည်။ ကျန်းမာရေးကို စောင့်ရှောက်ရန်အတွက် ဉာဏ်ပညာပို၍ လိုသည်။ ကျွန်တော်တို့ အသက်ကြီးလာလေ ကိုယ့်ကိုယ်ကို စည်းကမ်းထိန်းချုပ်ရန်အတွက် ဉာဏ်ပညာ ပို၍ လိုသည်။ ကျွန်တော်တို့ အသက်ကြီးလာလေ ကိုယ့်ကိုယ်ကို စည်းကမ်းထိန်းချုပ်ရန်၊ အချိန်အဆုတ်ရန် လိုအပ်ချက်နှင့် အေးအေးဆေးဆေး သက်သောင့်သက်သာ နေချင်သည့် ဆန္ဒများ လွန်ဆွဲလာလေဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်တို့ကိုယ် ကျွန်တော်တို့ လွတ်ပေးလိုက်ပြီး ဇိမ်ခံနေမည်။ သက်သောင့်သက်သာနေမည်။ အစားအသောက် လွန်ကျူးနေမည်။ ကြာရှည် အိပ်နေမည်။ လေ့ကျင့်ခန်း မလုပ်ဘဲ နေမည်ဆိုလျှင် ကျွန်တော်တို့၏ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဘဝများ ပျက်စီးပြီး လုပ်ငန်းခွင်ဘဝများကိုလည်း ထိခိုက်စေမည်။

ဝမ်းဗိုက်များ၏ ကျေးကျွန်များဖြစ်နေလျှင် မကြာမီ၌ ကျွန်တော်တို့၏ ဝမ်းဗိုက်များက ကျွန်တော်တို့ စိတ်များနှင့် ဆန္ဒများကို ထိန်းချုပ်သွားမည်။ စွဲလမ်းစေသည့် ခန္ဓာကိုယ်ကို ဒုက္ခပေးသည့် အရာများကို သိလျက်နှင့် သွတ်သွင်းခြင်းသည် အလွန်မိုက်မဲသည့် ကိစ္စဖြစ်သည်။ အမေရိကန်၌ လူအတော်များများတို့ သေကြေကြခြင်းမှာ ငတ်မွတ်မှုကြောင့် မဟုတ်ဘဲ အစားလွန်ကျူးခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်။ ဘင် ဖရန်ကလင်က ငတ်မွတ်၍ သေသူ အနည်းငယ်ကိုသာ တွေ့ဖူးပြီး အစားကျူး၍ သေသူ သောင်းနှင့် သိန်းနှင့်ချီ၍ တွေ့ဖူးသည်ဟု ပြောခဲ့ဖူးသည်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အလွန်အလှိုလိုက်ခြင်း၊ အစားလွန်ကျူးခြင်းများကြောင့်သည် အခြားသူများ၏ လိုအပ်ချက်ကို ဂရုမစိုက်ရာ ရောက်သည်။ ထိုအခါ ကိုယ့်ကိုယ်ကို စိတ်ဆိုးမာန်ဆိုး ဖြစ်လာသည်။ ထိုဒေါသကို အခြားသူများ အပေါ် စုပုံချတတ်ကြသည်။

ကျွန်တော်တို့ အတော်များများသည် အချိန်ပို၍ အိပ်ချင်ကြသည်။ နားချင်ကြသည်။ သက်သောင့်သက်သာ နေချင်ကြသည်။ သင် စောစောထရန် အတွက် နှိုးစက်အကြိမ်ပေါင်း မည်မျှပေးဖူးပါသနည်း။ နံနက်ပိုင်းမှာ လုပ်စရာတွေ အများကြီးရှိသည်ကို သိပါလျက် ထ၍ လုပ်ခဲ့ဖူးပါသလား။ တစ်နေ့တာကို အဆင်ပြေပြေနဲ့ စနိုင်ခဲ့ဖူးပါသလား။ နံနက်စာကို အေးအေးဆေးဆေး စားနိုင်ပါ သလား။ အလုပ်သို့သွားသည့်အခါ သုတ်သီးသုတ်ပြာမသွားရဘဲ သက်သောင့် သက်သာ သွားရဖူးပါသလား။

နှိုးစက်သံ ရပ်သွားသည့်အခါ သင်၏ အဓိဋ္ဌာန်များ ပျက်စီးသွားကြသည်။ စိတ်နှင့် အိပ်ရာ တိုက်ပွဲဖြစ်နေကြသည်။ အများအားဖြင့် အိပ်ရာကသာ နိုင်သွားတတ်ကြသည်။ သင့်အနေဖြင့် အိပ်ရာထ နောက်ကျလျှင် အဝတ်အစား ဝတ်ဖို့၊ လိုအပ်သည့် ပစ္စည်းကိရိယာများ စုစည်းဖို့ အစားအသောက်စားဖို့ သုတ်သုတ်ပျာပျာလုပ်ရမည်။ ထိုသို့ သုတ်သုတ်ပျာပျာလုပ်ခြင်းဖြင့် စိတ်တိုလာမည်၊ အခြားသူများ၏ လိုအပ်ချက်ကို မျက်ကွယ်ပြုလာမည်၊ အာရုံကြောများတင်းမာ လာမည်၊ စိတ်တိုလာမည်။ ထိုသို့ဖြစ်ရသည်များမှာ အိပ်ရာထနောက်ကျ၍ ဖြစ်သည်။ ပျော်ရွှင်စရာမကောင်းသည့် ဖြစ်ရပ်များ၊ ဝမ်းနည်းစရာကောင်းသည့် ရလဒ်များ တစ်ခုပြီးတစ်ခု ဆက်တိုက်ပေါ်ပေါက်လာခြင်းမှာ တစ်နေ့တာ၏ ပထမဆုံးသော အဓိဋ္ဌာန်ကို မအောင်မြင်၍ ဖြစ်သည်။ မည်သည့်အချိန်၌ ထမည်ဆိုပြီး မထမိ၍ ဖြစ်သည်။ ထိုနေ့တစ်နေ့လုံး အနားနှင့်စ၍ အနားနှင့်ပြီးရမည်။ အချိန်ပို၍ အိပ်လိုက်ရသည်မှာ မထိုက်တန်လှပါ။ အထက်ပါအကြောင်း တရားများကို စဉ်းစားကြည့်လျှင် အနည်းငယ် အချိန်ပို၍ အိပ်လိုက်ခြင်းဖြင့် ပို၍ပင်ပန်းပြီး ခြေကုန်လက်ပန်းပင် ကျစေသေးသည်။

သင့်အနေဖြင့် အိပ်ရာမဝင်မီ သင့်တော်သည့်အချိန်ကပင် နောက် တစ်နေ့အတွက် ကိစ္စများကို ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားလျှင် မည်သို့ထူးခြားမည်နည်း။ ကျွန်တော့်အနေဖြင့် အိပ်ရာမဝင်မီ နောက်ဆုံးနာရီပိုင်းသည် နောက်တစ်နေ့ အတွက် အစီအစဉ်များ ပြင်ဆင်စရာ အကောင်းဆုံးအချိန်ဖြစ်ကြောင်း တွေ့ရသည်။ ထို့ကြောင့် နှိုးစက်ပိတ်သွားသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် အိပ်ရာမှထကာ တစ်နေ့တာ ကိစ္စများကို အေးအေးဆေးဆေး ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။ ထိုသို့ နံနက်ပိုင်း၌ ပုဂ္ဂိုလ်ရေး အောင်မြင်မှု ရရှိခြင်းအားဖြင့် အောင်နိုင်သည့်၊ ကျော်လွှားနိုင်သည့် နိုင်နင်းသည့်စိတ်ဓာတ်ကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ ဤစိတ်ဓာတ်ကြောင့်ကြုံတွေ့ရမည့်

အများနှင့်ဆိုင်သည့် ကိစ္စရပ်များကို အောင်မြင်မှုရအောင် တွန်းအားပေးလိုက်ရာ ရောက်သွားသည်။ အောင်မြင်မှုများက အောင်မြင်မှုများကို ဦးတည်ခေါ်ဆောင် သွားစေသည်။ ဒုတိယအနေဖြင့် မာနနှင့် ဟန်ဆောင်မှုများကို ကျော်လွှားရန် အတွက် ငါသည် အရည်အသွေးရှိအောင်၊ သီလကောင်းအောင် ဆောင်ရွက်ရန် အဓိဋ္ဌာန်ပြုသည်။ ဆိုကရေးတီးက **‘ဤလောက၌ ဂုဏ်သိက္ခာရှိရှိနေနိုင်သည့် အကြီးကျယ်ဆုံးနည်းလမ်းမှာ ကျွန်ုပ်တို့ ဟန်ဆောင်ထားသည့်အတိုင်း ဖြစ်အောင် လုပ်ရန်ဖြစ်သည်’**ဟု ပြောဖူးသည်။ အခြားသူများက ကျွန်တော်တို့ကို မြင်စေ ချင်သည့်အတိုင်း တွေးစေချင်သည့်အတိုင်း တကယ်ဖြစ်အောင် လုပ်ရန်ဖြစ်သည်။ ဥပမာ စေတနာရှိသည်ဟု ထင်စေချင်လျှင် တကယ်လည်း စေတနာရှိသူဖြစ်အောင် လုပ်ရန်ဖြစ်သည်။ လောကကြီးသည် ရုပ်ပုံများကို ဂရုစိုက်တတ်သည်။ လူအများ၏ ရှုမြင်ပုံသည် ကျွန်တော်တို့ ဘယ်လိုလူ ဖြစ်သည်ဆိုသည်ကို ဖန်တီးရာ၌ အင်အားကြီးသည်။ ကျွန်တော်တို့ အာဏာ ရှိသယောင်၊ အောင်မြင်သယောင်၊ ဖက်ရှင်ကျသယောင်၊ ဖိအားပေးခြင်းများကြောင့် အချို့သူများအနေဖြင့် လိမ်တတ် ညာတတ်လာကြသည်။

သင့်အနေဖြင့် သင်၏ အမာခံတန်ဖိုးထားမှုများ၊ နိယာမများနှင့်ကိုက်ညီမှု ရှိသည့် ဘဝကို နေထိုင်သည့်အခါ သင်သည် ရိုးရိုးသားသား ဖြောင့်ဖြောင့်မတ်မတ် ဖြစ်လာသည်။ ရိုးသားဖြောင့်မတ်သည့် လူတစ်ယောက်ထက် လိမ်ညာတတ်သည့် လူတစ်ယောက်က ပို၍ ဒုက္ခပေးတတ်သည်။

ကျွန်တော့်အနေဖြင့် ‘အောင်မြင်သူများ၏ အလေ့အထ ခုနစ်ရပ်’ဟူသည့် စာအုပ်ဖြင့် စာပေနယ်ကို ဖြန့်ကျက်နိုင်ခဲ့သည်။ ထိုအခါ ကျွန်တော့်အနေဖြင့် ထိုအစီအစဉ်ပါ ဖြေဖျော်မှုဆိုင်ရာ တန်ဖိုးများနှင့် ပတ်သက်၍ လူတိုင်းစိုးရိမ်သာက ဖြစ်နေကြကြောင်း သတိထားမိသည်။ မကြာမီက ကျွန်တော် ဆန်ဖရန်စစ္စကိုသို့ ရောက်ခဲ့သည်။ ထိုသို့ရောက်သည့်အခါ နိုင်ငံရေးနယ်ပယ်နှင့်ပတ်သက်သည့် မေးခွန်းများကို မေးမြန်းကာ အငြင်းပွားစရာဖြစ်အောင်လုပ်မည်ဟု ထင်ထား ခဲ့သည်။ သို့သော် ကျွန်တော့်၏ ဝေဖန်ချက်များသည် လွဲချော်သွားခဲ့သည်။ အားလုံးက နိုင်ငံရေးကိစ္စနှင့်ပတ်သက်၍ ဆွေးနွေးကြ ဝေဖန်ကြသည်။ ကျွန်တော် ၏ မူလဦးတည်ချက်နှင့် မူလအကြောင်းအရာများကို တင်ပြနိုင်စွမ်းများ ဆုံးရှုံး သွားခဲ့သည်။

ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် ဆန္ဒများ၊ အလိုရမ္မက်များ၏ နောက်ကို လိုက်ပါ သည့်အခါ မာနနှင့် ဟန်ဆောင်မှုတို့၏ လွှမ်းမိုးမှုကို ခံရသည်။ ထို့နောက် ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် အလုပ်တာဝန်အမျိုးမျိုးကို ဟန်ဆောင်ပြုလုပ်ခြင်း၊ လိမ်ညာခြင်းများကို စတင်ပြုလုပ်လာတတ်ကြသည်။

အခြားသူများ၏ အထင်အမြင်ပေါ်၌ အခြေခံပြီး ကျွန်တော်တို့ကိုယ် ကျွန်တော်တို့ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုလျှင် အခြားသူများ၏ လိုအင်ဆန္ဒများ၊ မျှော်လင့်ချက် များက ကျွန်တော်တို့၏ ဘဝကို မောင်းနှင်နေလိမ့်မည်။ အခြားသူများ၏ မျှော်လင့်ချက်အတိုင်း နေထိုင်ခြင်းအားဖြင့် ကျွန်တော်တို့သည် ပို၍အားနည်း လာမည်။ မတည်မငြိမ်ဖြစ်လာမည်။ ဥပမာ အမှုဆောင် အရာရှိငယ်တစ်ယောက် အနေဖြင့် သူ၏ အထက်အရာရှိများ၊ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များ၊ လက်အောက် ငယ်သားများအားလုံးကို ကျေနပ်အောင် လုပ်ချင်လိမ့်မည်။ သို့သော် ထိုသို့ ကျေနပ်အောင်လုပ်ချင်သည့်အခါ ထိုလူအမျိုးမျိုးက သူထံမှ အမျိုးမျိုးတောင်းဆို နေသည်ကို တွေ့ရသည်။ တစ်ယောက်၏ အလိုကိုလိုက်လျှင် အခြားတစ်ယောက် ၏ အလိုဆန္ဒနှင့် ဆန့်ကျင်နေသည်ကို တွေ့ရသည်။ ထိုအခါ လူတိုင်းကျေနပ် အောင် ဟန်ဆောင်ပန်ဆောင် လုပ်တတ်လာသည်။ ရေရှည်၌ လူသားအားလုံး အတွက် ကိစ္စအားလုံးအဆင်ပြေစေရန် ကြိုးစားခြင်းအားဖြင့် နောက်ဆုံးတွင် သူသည် မည်သူ့ကိုမျှ ကျေနပ်အောင် မလုပ်နိုင်ကြောင်း တွေ့လာရသည်။ ထိုအခါမှ သူ ဘယ်လိုလူဖြစ်သည်၊ သူဘယ်သူ့အတွက်ဖြစ်သည်ဆိုသည်ကို ရှာဖွေတွေ့လာရသည်။ ထိုအချိန်၌ သူ့ကိုယ်သူ လေးစားမှုကျဆင်းပြီး အခြားသူ များ၏ လေးစားမှုကိုလည်း မရရှိနိုင်တော့ပေ။

အကယ်၍သာ အမှုဆောင်အရာရှိငယ်အနေဖြင့် သူ၏ ကျွမ်းကျင်မှု တိုးပွားရေး၊ ပညာဆက်လက် သင်ကြားရေးတို့ကို မျက်ကွယ်ပြုလျှင် အလျင်အမြန် ပြောင်းလဲနေသည့် လောကကြီးထဲ၌ မကြာမီပင် အဟောင်း အဆွေးဖြစ်သွားမည်။ ကျောင်းတက်ရတာပင်ပန်းသဖြင့် ခဏလောက် အနားယူလိုက်ဦးမည်ဟု ယူဆပြီး အလုပ်ဝင်လုပ်နေခြင်းအားဖြင့် ပင်ပန်း သက်သာသော၊ ပျော်ရွှင်စရာကောင်းသော ဘဝကို ရရှိမည်ဟု မျှော်လင့်ခဲ့ခြင်း ဖြစ်လိမ့်မည်။ သို့သော် အချိန်ကြာလာသည့်အခါ သူ့မှာ အသိဉာဏ်ပညာ တိုးပွားမလာခြင်း၊ မိမိကိုယ်မိမိ စည်းကမ်းထိန်းသိမ်းမှု လျော့ရဲလာခြင်း၊ ယုံကြည်မှု လျော့နည်းလာခြင်း၊ တဖြည်းဖြည်း ညံ့သည်ထက် ညံ့လာခြင်း၊ အာရုံကြောများ တင်းမာလာခြင်းများကိုသာ တွေ့ကြုံရမည်။ ထို့ကြောင့်

တကယ့် တကယ် အရေးကြုံလာသည့်အခါ သူ့အထက်လူကြီးများ မျှော်လင့်သည့် အတိုင်း ဖြစ်မြောက်အောင် ဆောင်ရွက်ခြင်းမပြုနိုင်တော့ကြောင်း အလန့်တကြား တွေ့ရှိသွားရသည်။ အလုပ်ခွင်၌ အချိန်ပိုနေခြင်းကြောင့် အကျိုးမရှိနိုင်တော့ပေ။

ထိရောက်သည့်သူများသည် ၎င်းတို့၏ ဘဝများကို ဦးဆောင်ရာ၌ လည်းကောင်း၊ ၎င်းတို့၏ ဆက်ဆံရေးများကို စီမံခန့်ခွဲရာ၌လည်းကောင်း၊ နိယာမများကို အခြေပြုတတ်ကြသည်။ ထိရောက်မှုရှိသည့်သူများအနေဖြင့် ရည်မှန်းချက်များ၊ ဦးစားပေးအစီအစဉ်များကိုလိုက်ပြီး အချိန်ခွဲဝေဆောင်ရွက် တတ်ကြသည်။ အမှန်စင်စစ် လူအများနှင့်ပတ်သက်လာလျှင် ထိရောက်မှုရှိရန် ဆောင်ရွက်ရမည်ဖြစ်ပြီး အရာဝတ္ထုများနှင့်ပတ်သက်လျှင် စွမ်းဆောင်ရည် မြင့်မားရန် ကြိုးစားရပေလိမ့်မည်။

ကျွန်တော်တို့၏ ဒေါသများ၊ အမုန်းများ၊ မနာလိုမှုများ၊ ဝန်တိုမှုများ၊ မာနနှင့် အာယာတများကို စိစစ်သည့်အခါ မည်သည့်အဖျက်သဘော စိတ်နေ စိတ်ထားများ၊ ခံစားမှုများပင်ဖြစ်စေ ၎င်းတို့၏ အောက်ခြေ၌ အခြားသူများ၏ လက်ခံမှု၊ အတည်ပြုမှု၊ လေးစားမှုကိုခံယူလိုသည့် ဆန္ဒများ ရှိနေကြသည်။ ကျွန်တော်တို့သည် ထိပ်ဆုံးကို ရောက်ရန်အတွက် ဖြတ်လမ်းကို ရှာဖွေနေ ကြသည်။ သို့သော် ရေရှည်ခံသည့် အောင်မြင်မှုများသည် ဖြတ်လမ်းမရှိပေ။ စိုက်ပျိုးသည့်အရာကိုသာ ရိတ်သိမ်းရမည်ဆိုသည့် ဥပဒေသရှိနေသည်။ မည်သို့မျှ လိမ်ညာ၍ မရပေ။

နှစ်အတန်ကြာက ကျောင်းသားတစ်ယောက်က ကျွန်တော်၏ ရုံးခန်းသို့ လာလည်သည်။ ထိုအချိန်က ကျွန်တော်သည် ဘရစ်ဟန်ယမ်း တက္ကသိုလ် မာရီယော့ စီမံခန့်ခွဲမှုကျောင်း၏ သင်ကြားရေးဝန်ထမ်းတစ်ဦး ဖြစ်နေသည်။ သူက ကျွန်တော့်အတန်းထဲမှာ သူဘယ်လိုနေသလဲဟု မေးမြန်းသည်။ သူနှင့် အနည်းငယ်မျှ စကားပြောဆိုပြီးနောက် ကျွန်တော်က သူ့ကို ထိပ်တိုက်ရင်ဆိုင် လိုက်သည်။ ‘အတန်းထဲမှာ မင်းဘယ်လိုလုပ်နေတယ်ဆိုတာရှာဖွဲ့ မင်းတကယ်တမ်း လာတာ မဟုတ်ပါဘူး၊ မင်းဘယ်လို လုပ်နေတယ်လို့ထင်တယ်ဆိုတာ ရှာဖွဲ့လာတာ မဟုတ်လား၊ အတန်းထဲမှာ မင်း ဘယ်လိုအခြေအနေ ရောက်နေတယ်ဆိုတာ ငါ့ထက်တောင် မင်း သိမှာပါ၊ ဟုတ်တယ် မဟုတ်လား’ ဟု မေးလိုက်သည်။

သူက ဟုတ်ကြောင်းဖြေသည်။ ထိုအခါ ကျွန်တော်က ‘ကဲ မင်းဘယ်နှယ် နေသလဲ၊ ပြောပါဦး’ဟု ပြောလိုက်သည်။ သူက သူလိုက်မိရန် မနည်းကြိုးစား

နေရကြောင်း ဝန်ခံမည်။ သူ့လေ့လာသင့်သလောက် ကြိုးစားသင့်သလောက် မကြိုးစားခြင်းအတွက် အကြောင်းများ၊ ဆင်ခြေများရှိနေသည်။ သို့ဖြစ်၍ သူ့ဖြတ်လမ်းက လိုက်နေသည်။ ထိုဖြတ်လမ်းက ဆောင်ရွက်ခြင်းသည် မှန်ကန်ရဲ့လား၊ အလုပ်ဖြစ်ရဲ့လားဟုသိရှိရန် ကျွန်တော့်ကို လာတွေ့ခြင်းဖြစ်သည်။ အကယ်၍ လူများအနေဖြင့် ကြာရှည် ဟန်ဆောင်လာကြသည့်အခါ ထိုသို့ ဟန်ဆောင်ခြင်းအားဖြင့် ဂုဏ်သိက္ခာများရှိသည်ဟု ထင်သည့်အခါ သူတို့ကိုယ် သူတို့ တဖြည်းဖြည်း လှည့်စားလာခြင်းဖြစ်သည်။ ထိုသူတို့သည် အခြေအနေများ၏ အောက်၌ ရောက်နေကြသည်။ ပတ်ဝန်းကျင်များ၊ အခြားသူများ၏ ခြိမ်းခြောက်မှုကို ခံရသည်။ ထို့နောက် သူတို့က အခြေများ အနေများကို ခုခံကာကွယ်ရန် အတွက် တိုက်ခိုက်ကြပြန်သည်။ အကယ်၍ သာ သူတို့သည် သူတို့ကိုယ်သူတို့ အမှန်တရားကို လက်ခံမည်ဆိုလျှင် မိမိစိုက်ပျိုးသမျှ မိမိရိတ်သိမ်းရသည်ဆိုသည့် နိယာမကိုသာ လက်ခံမည်ဆိုလျှင် သူတို့ကိုယ်သူတို့ တိကျရေရာသော သဘောတရားတစ်ခုကို နားလည် သဘောပေါက်လာလိမ့်မည်။

အခြားသူများ နေထိုင်သလို၊ ဝတ်ဆင်သလို နေထိုင်ဝတ်ဆင် သွားလာရန် ကြိုးစားခြင်းသည် အရိပ်ကိုလိုက်ဖမ်းရသည်နှင့် တူသည်။ ပုံသဏ္ဍာန်များသည် မည်သည့်အခါမျှ တည်ငြိမ်သွားသည်မရှိ။ ထို့ကြောင့် ဖက်ရှင်များ၊ ဒီဇိုင်းများ၊ သူတစ်ပါး၏ နေပုံထိုင်ပုံများအပေါ်၌ အားကိုးပြီး မိမိ လုံခြုံမှုရရှိမည်ဆိုသည်မှာ အဓိပ္ပာယ်မရှိပေ။ ဖက်ရှင်များ၊ ပိုင်ဆိုင်မှုများ၊ အဆောင်အယောင်များသည် ကျွန်တော်တို့၏ အားနည်းချက်ကိုသာ ပြသသည်။ အက်ဒွပ်ဟပ်ဘဲလ်ချက်ပင်က 'ဖက်ရှင်ဆိုသည်မှာ ဟန်ဆောင်မှုဆိုင်ရာ သိပ္ပံပညာရပ်သာဖြစ်သည်။ တကယ်ဘယ်လိုဖြစ်သည် ဆိုသည်ထက် ဘယ်လိုဖြစ်နေပုံရသည်ဆိုသော ဆန္ဒမျိုးကို လှုံ့ဆော်ပေးသည်'ဟု ဆိုခဲ့သည်။

တကယ်တော့ ကျွန်တော်တို့သည် အခြားသူများ၏ အကြံဉာဏ်များ၊ ရှုမြင်ပုံများကို စိတ်ဝင်စားခြင်းအားဖြင့် ၎င်းတို့နှင့် ဆက်သွယ်ရာတွင် ထိရောက်မှု ရှိရန် လိုအပ်ပါသည်။ သို့သော် ၎င်းတို့၏ အထင်အမြင်များကို တကယ် အမှန်တရားများအဖြစ် လက်ခံရန် မလိုပါ။ ၎င်းတို့ကို အမှန်တရားအဖြစ် လက်ခံပြီး ပြုမူခြင်း၊ တုံ့ပြန်ခြင်းများ ပြုရန်မလိုပါ။

တတိယအနေဖြင့် ရည်မှန်းချက်ကြီးမားခြင်း၊ စိတ်ကူးစိတ်သန်း ကြီးမားခြင်းဟူသော အဟန့်အတားများကို ကျော်လွှားရန်အတွက် ငါသည် ငါ၏

အစွမ်းအစများ၊ ပါရမီများကို မြင့်မြတ်သည့် ရည်မှန်းချက်များရရှိရန် အခြားသူများအား အကျိုးပြုရန်အတွက် အဓိဋ္ဌာန်ပြုသည်။ အကယ်၍ လူများသည် နံပါတ်တစ်ဆိုင်သည်မှာဘာလဲ။ အဲဒီ နံပါတ်တစ်က ငါ့အတွက် ဘာအကျိုး ရှိမလဲကိုသာ ကြည့်နေကြလျှင် ၎င်းတို့အနေဖြင့် တာဝန်ယူမှုသဘောကို နားလည်ကြမည်မဟုတ်။ ထိုက်တန်သည့်နိယာမများ၊ ရည်မှန်းချက်များ၊ အရေးအကြောင်းများအတွက် ကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးလို ဆောင်ရွက်ရသည်။ သူတို့ကိုယ်သူတို့ ဥပဒေများ၊ နိယာမများ၊ အရင်းအနှီးများလို ထင်လာတတ်ကြသည်။ သူတို့အနေဖြင့် ဘဏ္ဍာစိုးတစ်ယောက်၏ စကားများကို ပြောကောင်းပြောမည်။ သို့သော် သူတို့၏ မူလအစီအစဉ်အတိုင်း အကောင်အထည်ဖော်ရန်သာ ကြိုးစားနေကြသည်။ သူတို့သည် ကြိုးစားသူ၊ အလုပ်လုပ်သူများ ဖြစ်ကောင်းဖြစ်မည်။ သို့သော် တာဝန်ယူမှု သဘောတရားအပေါ် အာရုံစိုက်နေခြင်း မဟုတ်ပေ။ တာဝန်ယူမှု သဘောတရားဆိုသည်မှာ မည်သည့်အရာကိုမျှ မပိုင်ဘဲ မြင့်မြတ်သည့် အကြောင်းတရားများ၊ နိယာမများ၊ ရည်မှန်းချက်များအတွက် ဘဝကို ပေးဆပ်ရန် ဖြစ်သည်။ ထိုသို့လုပ်မည့်အစား သူတို့သည် ဩဇာအာဏာ၊ ဥစ္စာဓန၊ ကျော်ကြားမှု၊ ရာထူးဌာနန္တရ၊ အုပ်ချုပ်မှု၊ ပိုင်ဆိုင်မှုများကိုသာ အာရုံစိုက်နေကြမည်။

ကိုယ်ကျင့်တရားရှိသည့် ပုဂ္ဂိုလ်က စီးပွားရေးဆိုင်ရာ အပေးအယူအားလုံးသည် သူ၏ ကိုယ်ကျင့်တရားကို စမ်းသပ်မှုတစ်ခုအဖြစ် မြင်သည်။ ထို့ကြောင့် နှိမ်ချရုံကျိုးမှုရှိခြင်းသည် မင်္ဂလာတရားအားလုံး၏ မိခင်ဖြစ်သည်ဟု ဆိုရိုးစကားရှိနေခြင်း ဖြစ်သည်။ နှိမ်ချရုံကျိုးမှုသည် ဘဏ္ဍာစိုးကို တိုးပွားစေသည်။ ထိုအခါ ကောင်းသည့်အရာမှန်သမျှသည် သင်၏ခန္ဓာကိုယ်တစ်လျှောက် စီးဝင်လာကြမည်။ အကယ်၍သာ သင်က ငါ့ဆန္ဒ၊ ငါ့ အစီအစဉ်၊ ငါ့ လိုအင်ဆန္ဒဟု မာနတွေတက်ကြွနေလျှင် သင်သည် သင်၏ ကိုယ်ပိုင်စွမ်းအားများကိုသာ အားကိုးနေမည်။ ယန်းက ပြောသည်။ ‘အများနှင့်ဆိုင်သော မသိစိတ်၏ စွမ်းအားကို ဆက်သွယ်ရယူနိုင်မည် မဟုတ်ပေ။ ဧရာမအရည်အချင်း အနှစ်သာရများ၏ စွမ်းအားက သင်၏ အလုပ်ခွင်ထဲသို့ ရောက်ရှိလာမည် မဟုတ်ပေ’

ရည်မှန်းချက်ကြီးမားသည့်သူများသည် ၎င်းတို့၏ ဂုဏ်သိက္ခာကိုသာ ရှာဖွေနေကြပြီး ကိုယ့်အစီအစဉ်ကိုသာ ကိုယ်ဂရုစိုက်သူများ ဖြစ်သည်။ သူတို့၏ ဇနီးမယားနှင့် ကလေးများကိုပင်လျှင် သူတို့ပိုင်ပစ္စည်းများအဖြစ် သဘောထားပြီး အခြားသူများ၏ မျက်စိထဲတွင် သူတို့ကို လူကြိုက်များအောင် လေးစားအောင်

သုံးစရာများ အဖြစ်သာ မြင်သည်။ ထိုသို့ပိုင်ဆိုင်လိုသည့် အချစ်မျိုးသည် ဖျက်ဆီးတတ်သည်။ ကိုယ်စားလှယ်လို၊ ဘဏ္ဍာစိုးလိုမလုပ်ဘဲ ငါ့အတွက် ငါဘာအကျိုး ရှိမည်လဲဟု အရာရာကို လိုက်တွက်တတ်ကြသည်။ ထိုအခါ လူတိုင်းသည် ၎င်းတို့အတွက် ပြိုင်ဘက်များ ဒုက္ခပေးမည့် သူများဖြစ်လာကြသည်။ ရင်းနှီးသူများနှင့် ဆက်ဆံရာ၌ပင်လျှင် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မည့်အစား ပြိုင်ဆိုင် လိုချင်ကြသည်။ လိမ်ညာရန်အတွက် အခြောက်အလှန့်၊ အကြောက်တရား၊ လာဘ်ပေးလာဘ်ယူခြင်း၊ ဖိအားပေးခြင်း၊ လှည့်ဖြားခြင်း၊ ဆွဲဆောင်ခြင်း စသည့် နည်းလမ်းပေါင်းစုံတို့ကို ၎င်းတို့၏ ရည်မှန်းချက်များ ရရှိရန်အတွက် အသုံးပြု တတ်ကြသည်။

လူအများအနေဖြင့် ဝန်ဆောင် အကျိုးပြုလိုသည့် စိတ်ဓာတ်မရှိလျှင် သူတို့အနေဖြင့် မိတ်ဆွေတစ်ယောက်၊ ကုမ္ပဏီတစ်ခု၊ အကြောင်းတရား တစ်ခု ကို မည်မျှပင် ချစ်ပါသည်ဟု ဆိုသော်လည်း ထိုကိစ္စများက ၎င်းတို့၏ ဘဝ များမှ တောင်းဆိုသည့်အရာများကို ဖြည့်စွမ်းကြလိမ့်မည် မဟုတ်ပေ။ စိတ်နှစ်ခွဲဖြစ်နေခြင်း၊ ရည်ရွယ်ချက်နှစ်မျိုး၊ အကျိုးစီးပွားနှစ်ခု ရှိနေခြင်းများကြောင့် ကျွန်တော်တို့ကိုယ် ကျွန်တော်တို့ ဆန့်ကျင်ရသည့် အခါမျိုးကို ကြုံစေသည်။ မိမိကိုယ်တွင်း၌ဖြစ်ပေါ်နေသော တိုက်ပွဲသည် မကြာမီပင် အခြားသူများနှင့် တိုက်ပွဲဖြစ်ရသည့်အခြေအနေသို့ လှမ်းတက် သွားတတ်သည်။ စိတ်နှစ်ခွဲဖြစ်ခြင်း၏ ဆန့်ကျင်ဘက်မှာ တစ်စုတစ်စည်းတည်းဖြစ်ခြင်း ဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်တို့သည် ကိုယ့်အတွက်ကို ကြိုးစား ဆောင်ရွက်ရာမှတစ်ဆင့် အခြားသူများ၏ အကျိုးကို ကိုယ်ကျိုးမဖက် ဆောင်ရွက်ခြင်းအားဖြင့် သိက္ခာရှိစေနိုင်သည်။

လူတစ်ဦးချင်း ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအတွက် အကျိုးသက်ရောက်မှုများ ကျွန်တော်တို့၏ စိတ်အလိုကို ထိန်းချုပ်ခြင်းမရှိလျှင် ခံစားချက်များ၊ စိတ်လှုပ်ရှားမှုများကို ထိန်းချုပ်နိုင်မည် မဟုတ်ပေ။ ခံစားချက်များ၊ ဥစ္စာ ဓနရှာဖွေမှုများ၊ အနိုင်ကျင့်လိုမှုများ၊ ဂုဏ်သိက္ခာများ၊ မာနများ၏ သားကောင်များ ဖြစ်သွားစေနိုင်သည်။

တစ်ခါက အမှုဆောင် အရာရှိငယ်တစ်ယောက်ကို မြင့်မားသည့် နိယာမများ၊ မူများကိုတာဝန်ယူဆောင်ရွက်ဖို့ အကြံပေးခဲ့ဖူးသည်။ သို့သော် ထိုကြိုးစားမှုများမှာ အချည်းနှီးဖြစ်သွားပုံရသည်။ ထို့နောက် ကျွန်တော်က

သူသည် ပထမအဆင့်ကို မအောင်နိုင်သေးဘဲ တတိယအဆင့်ကို အောင်နိုင်ရန် တောင်းဆိုနေရာ ရောက်သွားကြောင်း သဘောပေါက်သွားသည်။ ကလေး တစ်ယောက် လေးဘက်ထောက်မသွားတတ်သေးမီ လမ်းလျှောက်ဖို့ မျှော်လင့် သလိုဖြစ်နေသည်။ ထိုသို့ သဘောပေါက်သွားသည့်အချိန်မှစ၍ နည်းလမ်းပြောင်း ကြည့်သည်။ ပထမဦးဆုံး သူ၏ခန္ဓာကိုယ်ကို စည်းကမ်းချရန် အားပေးကြည့်သည်။ ထိုအခါ ရလဒ်ကောင်းများပေါ်ထွက်လာသည်။

ပထမဆုံး အခြေခံကြိုက်နှစ်သက်မှုများကို အောင်နိုင်လာသည့်အခါ နောင်အခါကာလ၌ အဆင့်မြင့်သည့်အဓိဋ္ဌာန်များကို ဆောင်ရွက်နိုင်စွမ်း ရှိလာ မည်။ ဥပမာ လူအများအနေဖြင့် အစားအသောက်ဆင်ခြင်ခြင်း၊ လေ့ကျင့်ခန်း လုပ်ခြင်းအားဖြင့် ကိုယ်အလေးချိန်ကို ထိန်းထားနိုင်ဖို့ ရောမ အပြောင်းအလဲကြီး တစ်ခုကို ခံစားတွေ့ကြုံရမည်။ သူတို့ ကြည့်ကောင်း ရှုကောင်းရုံသာမက နေထိုင်ရလည်း သက်သာစေသည်။ မိမိနေထိုင်ရသက်သာသည့်အတွက် အခြား သူများကို ဆက်ဆံရာတွင်လည်း သက်သောင့်သက်သာ ဆက်ဆံမည်။ သူတို့ လုပ်စရာရှိသည့် အရေးကြီးသော်လည်း အလျင်စလို လုပ်စရာမလိုသော ကိစ္စ များကို လုပ်နိုင်စွမ်းများ တိုးပွားစေမည်။

သင့်အနေဖြင့် ငါသည် ငါ၏ အရှင်သခင်ဖြစ်သည်ဟု မပြောနိုင်လျှင် သင့်အနေဖြင့် ငါသည် သင်၏ ဝန်ထမ်းဖြစ်သည်ဟု ပြောနိုင်မည် မဟုတ်ပေ။ တစ်နည်းအားဖြင့်ပြောရလျှင် ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် အကျိုးဆောင်ဖို့ အကျိုး ပြုသည့် ကိုယ့်ကျင့်သိက္ခာတစ်ခု ရှိရမည်။ သို့သော် ဖိအားပေးမှုများ၊ အလုပ်ခွင်၌ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်မှုများကြောင့် အခြားခံစားချက်တစ်ခု ကြိုက်နှစ်သက်မှုတစ်ခု၏ ထိန်းချုပ်မှုအောက်ရောက်သွားနိုင်သည်။ ထိုအခါ စိတ်ဆိုးမာန်ဆိုး ဖြစ်လာမည်။ မနာလိုဝန်တို့ ဖြစ်လာမည်။ လောဘကြီးလာမည်။ ငိုက်မြည်း ပင်ပန်းလာမည်။ ထိုအခါ၌ ကျွန်တော်တို့မှာ အပြစ်ရှိသည်ဟု ခံစားရပြန်သည်။ ကတိတွေပေးကြ သည်။ ထို့နောက် ထိုကတိတွေကို ချိုးဖောက်ပြန်သည်။ ဆုံးဖြတ်ချက်တွေ ချသည်။ ထို ဆုံးဖြတ်ချက်တွေကို ချိုးဖောက်ပြန်သည်။ တဖြည်းဖြည်း ကတိ ပေးနိုင်စွမ်းရှိသည်ဟုပင် ကိုယ့်ကိုယ်ကို မယုံကြည်တော့။ လူအများကို အကျိုးပြုရန် ဆိုသော်လည်း ကျွန်တော်တို့သည် ကျွန်တော်တို့ကို နိုင်နင်းနေသည့် အရာများ၏ ကျေးကျွန်များ၊ အစေခံများသာ ဖြစ်လာကြသည်။ ကျွန်တော်တို့ အကျိုးပြုချင်သည့် လူအများကို အကျိုးပြုနိုင်စွမ်းမရှိကြ။

‘ဥတုသုံးပါးခံ လူတစ်ယောက်’ ဆိုသည့် ပြဇာတ်ထဲ၌ ရစ်ချက်က သောမတ်မိုးကို တောင်းဆိုသည့် ကိစ္စတစ်ခုကို သွားသတိရမိသည်။ ရစ်ချက်က မိုး၏ ရိုးသားမှုနှင့် သမာဓိကို ချီးကျူးပြီး သူ၏ ဝန်ထမ်းဖြစ်ချင်သည်။ သူက ‘ကျွန်တော့်ကို ခိုင်းပါ’ဟု တောင်းပန်သည်။

မိုးက ‘မခိုင်းနိုင်ဘူး’ဟု ငြင်းလိုက်သည်။

ရစ်ချက်က ထပ်ပြီး ‘ကျွန်တော့်ကို ခိုင်းပါ’ဟု ပြောတော့လည်း ‘မခိုင်း နိုင်ဘူး’ ဟူ၍သာဖြစ်သည်။ ထို့နောက် ရစ်ချက်သည် သနားစရာ ကောင်းသော် လည်း မလျော့သေးသည့် ကတိစကားကို ပေးပြန်သည်။

‘ကျွန်တော် ကြိုးစားပါမယ်’

သောမတ်က ရစ်ချက်ကို မည်သည့်အရာများက အုပ်စိုးထားကြောင်း သဘောပေါက်ပြီးပြန်ဖြေသည်။ ရစ်ချက် ‘မင်းဟာ ဒီနေ့ည အခုချိန်ထိအောင် မင်းကိုယ်မင်း ပြန်ပြီးမနိုင်သေးဘူး’ ဆိုလိုသည်မှာ မင်းက သစ္စာရှိတယ် ပြောတယ် ပြီးတော့ ရှိမှာမဟုတ်ဘူး။

သောမတ်မိုး၏ ဟောကိန်းသည် ထိုညမှာပင် ဖြစ်လာခဲ့သည်။ အဘယ် ကြောင့်ဆိုလျှင် ရစ်ချက်က သူ့ကို သစ္စာဖောက်ခဲ့၍ ဖြစ်သည်။ စီးပွားတိုးတက် ရန်အတွက် သော့ချက်မှာ ကတိပေးတတ်ရန်နှင့် ထိုကတိများကို တည်တတ်ရန်ပင် ဖြစ်သည်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို မသနားခြင်းသည် ဆွဲဆောင်မှု သုံးမျိုးစလုံးကို ကျော်လွှားနိုင်ရန်အတွက် အခြေခံလိုအပ်ချက် ဖြစ်သည်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အလို မလိုက် ငြင်းပယ်ခြင်း၊ တာဝန်ကို မလျော့မပေါ့ထမ်းဆောင်ခြင်းတို့သည် ကောင်းမွန်သောအတွေးများ၊ နွေးထွေးသော ခံစားမှုများ၊ စိတ်လိုလက်ရ ဆုတောင်းမှုများအားလုံးထက်ပို၍ ထိုက်တန်သည်။ ကောင်းမွန်သောအတွေးများ၊ နွေးထွေးသောခံစားမှုများ၊ ဆုတောင်းများ သက်သက်သည် လူပျင်းများသာ လုပ်သည့် ကိစ္စများဖြစ်သည်ဟု ဂျွန်ဟန်နရီ နယူမန်က ပြောခဲ့သည်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အလိုမလိုက် ငြင်းပယ်တတ်ရန် သင်ကြားပေးသည့် အဆိုးဆုံးပညာရေးသည် အစစအရာရာ သင်ကြားပေးပြီး အလိုလိုက်သော အကောင်းဆုံးပညာရေး တစ်ခု ထက် ပို၍ကောင်းသည်ဟု စတာလင်က ပြောခဲ့သည်။

ထိုအဓိဋ္ဌာန် သုံးခုကို ချမှတ်ခြင်း၊ အကောင်အထည်ဖော်ခြင်းသည် ကျွန်တော်တို့၏ တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးမှုကို အရှိန်မြှန်အောင်လုပ်ပေးနိုင်သည်။ ဤနည်း အားဖြင့် အခြားသူများအပေါ် ဩဇာလွှမ်းမိုးနိုင်စွမ်းမှာလည်း တိုးပွားလာနိုင်သည်။

အခြေခံက ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်ခြင်း

သူ၏ အရေးအသားများ၌ အဲရစ်ဖရွန်က မိမိကိုယ်ကို မိမိနှင့် ကင်းကွာခြင်းသည် အခြားသူများ၏ သဘောထားအပေါ်၌ မည်မျှ မှီခိုနေရသည်ကို ပြသနေသည်။ လူသားတို့၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ဈေးကွက်အတွက် မိမိကိုယ်မိမိ ရောင်းချရန် မည်မျှဦးတည်နေကြကြောင်း ပြသနေခြင်းပင်ဖြစ်သည်ဟု ဆိုခဲ့သည်။

သူက ပြောသေးသည်။ ယနေ့ဆိုလျှင် စက်ရုပ်တစ်ရုပ်လို လှုပ်ရှားဆောင်ရွက်သည့် လူတွေနှင့် တွေ့နေကြရသည်။ သူ့ကိုယ်သူ သိလည်း မသိ၊ နားလည်း မလည်၊ သူသိသည့်သူမှာ သူများတွေထင်နေသည့် လူသာဖြစ်သည်။ သူ၏ အဓိပ္ပာယ်မရှိ တောင်စဉ်ရေမရ ပြောသည့် စကားများသည် အမှန်တကယ် ဆက်သွယ်ပြောကြားကြရသည့် စကားများလည်း မဟုတ်။ သူ၏ အတုအယောင် အပြုံးများသည် စစ်မှန်သည့်ရယ်မောသံကို အစားထိုးထားသည်။ သူ၏ ဟန်ဆောင်ပန်ဆောင် စိတ်ပျက်မှုများက တကယ် ဝေဒနာကို အစားထိုးထားသည်။

အပြုသဘော ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးများသည် အောင်မြင်မှုအတွက် အခြေခံကျသည်မှာ မှန်ပါသည်။ သို့သော် ၎င်းတို့သည် ဒုတိယအဆင့် ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်မှုကိုသာ ဖြစ်စေနိုင်သည်။ လူတစ်ယောက်၏ အကျင့်စရိုက်ကိုမပြင်ဘဲ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး အာရုံစိုက်ခြင်းသည် အမြစ်များဖြင့် မစိုက်ဘဲ သစ်ရွက်များကို စိုက်ပျိုးဖို့ ကြိုးစားသည်နှင့် တူနေသည်။

ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးဆိုင်ရာ နည်းလမ်းများ၊ အတတ်ပညာများကို အသုံးပြုပြီး လူမှုဆက်ဆံရေးနယ်ပယ်၌ ဝင်ဆံ့အောင် ကြိုးစားကြမည်ဆိုလျှင် ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် အခြေခံစရိုက်၊ အခြေခံ သီလကို ချိုးဖောက်ရာရောက်သည်။ အမြစ်မရှိဘဲ အသီးများ မဖြစ်ပေါ်လာနိုင်၊ ပုဂ္ဂလိက အောင်မြင်မှုများ ရပြီးမှသာလျှင် အများနှင့်ဆိုင်သည့် အောင်မြင်မှုများကို ရရှိမည်။ မိမိကိုယ်မိမိ နိုင်နင်းခြင်း၊ မိမိကိုယ်မိမိ ထိန်းချုပ်ခြင်းသည် အခြား သူများနှင့် ဆက်ဆံရာ၌ အရင်းအမြစ်များဖြစ်သည်။

အကယ်၍သာ ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် လူသားများအပေါ်၌ ဩဇာလွှမ်းမိုး နိုင်သည့် မဟာဗျူဟာများ၊ နည်းဗျူဟာများကိုသုံးကာ အခြားသူများအား ကျွန်တော်တို့ လုပ်စေချင်သည့်အလုပ်များကို လုပ်ခိုင်းကြမည်ဆိုလျှင် ရေတို၌ အောင်မြင်ကောင်းအောင်မြင်မည်။ သို့သော် ကြာလာသည့်အခါ၌ ကျွန်တော်တို့၏ မရိုးသားမှု အပြောတစ်မျိုး အလုပ်တစ်မျိုး ဖြစ်နေမှုများကြောင့် မယုံကြည်နိုင် စရာများ ပေါ်ပေါက်လာမည်။ ကျွန်တော်တို့ လုပ်သမျှအရာအားလုံးကို အလိမ်အညာများဟု အထင်ခံရသည်။ ကျွန်တော်၏ ပုံစံ မှန်ကောင်းမှန်မည်။ ရည်ရွယ်ချက်များ မှန်ကောင်း မှန်မည်။ သို့သော် ယုံကြည်မှုမရှိလျှင် ကြာရှည်ခံသည့် အောင်မြင်မှုသော်လည်းကောင်း၊ အခြေခံကျကျ ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်မှုကိုသော် လည်းကောင်း ရရှိမည် မဟုတ်ပေ။ နည်းလမ်းများအပေါ်၌ အာရုံစိုက်ခြင်းမှာ စာမေးပွဲဖြေဆိုရာ၌ စပေါ့ရိုက်ဖြေဆိုသည်နှင့် တူသည်။ တစ်ခါတလေ အဆင်ပြေ သွားနိုင်သည်။ အမှတ်ကောင်းများ ရကောင်းရမည်။ သို့သော် တစ်နေ့ပြီး တစ်နေ့ မှန်မှန်မကြိုးစားလျှင် ထိုဘာသာရပ်ကို မည်သည့်အခါမျှ တကယ်တမ်း နားလည်တတ်ကျွမ်းခြင်း မရှိနိုင်။ လယ်ကွက်ပေါ်မှာ တက်သုတ်ရိုက်လို့ ရပါ မည်လား။ မျိုးစေ့ချဖို့မေ့နေ၊ တစ်နွေလုံး ဆော့ကစားနေပြီး ဆောင်းရောက်သည့် အခါကျမှ သွားရောက်ရိတ်သိမ်း၍ ဖြစ်နိုင်ပါမည်လား။ မဖြစ်နိုင်ပါ။ အဘယ် ကြောင့်ဆိုလျှင် လယ်ကွယ်ဆိုသည်မှာ သဘာဝကျသည့် စနစ်တစ်ခုဖြစ်သည်။ တန်ရာတန်ကြေးကို ပေးရမည်။ လိုအပ်သည့်လုပ်ငန်းစဉ်များ၊ ဖြစ်စဉ်များကို လိုက်နာဆောင်ရွက်ရမည်။ ကိုယ်စိုက်ပျိုးသည့်အရာကိုသာ ကိုယ်ရိတ်သိမ်းရမည်။ ဖြတ်လမ်းဟူ၍ မရှိ။

ထိုစိုက်ပျိုးရေး နိယာမများ၊ စိုက်ပျိုးရေး ဥပဒေသများသည် ရေရှည် လူသားတို့၏ ဆက်ဆံမှုများလည်း အလားတူဖြစ်သည်။ လူမှုရေးစနစ်တစ်ခု

ပညာရေးစနစ်တစ်ခုလည်း ဘယ်လိုကစားရမည်၊ ဘယ်လိုပါဝင် ဆောင်ရွက် ရမည်ကို လေ့လာဆည်းပူးလျှင် အဆင်ပြေစေနိုင်သည်။ ပထမဆုံး တွေ့တွေ့ချင်း သူများအထင်ကြီးသွားအောင် လုပ်နိုင်သည်။ အခြားသူများကို အထိတ်တလန့် ဖြစ်အောင်လုပ်ကာ အနိုင်ရရှိကောင်းရရှိနိုင်သည်။ သို့သော် ဒုတိယအဆင့် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးများသည် ရေရှည်ဆက်ဆံရေးများ၌ ခိုင်မြဲလိမ့်မည် မဟုတ်ပေ။ သမာဓိရှိပြီး၊ သီလရှိခြင်းများ မရှိလျှင် စေတနာအမှန်ပေါ်လာပြီး လူသားတို့၏ ဆက်ဆံရေးများ ထိခိုက်ပျက်စီးစေလိမ့်မည်။

အဆင့်အတန်း၊ ရာထူး၊ ဥစ္စာဓန၊ ကြွယ်ဝမှု၊ ပါရမီ၊ အစွမ်းအစ စသည့် ဒုတိယအဆင့် ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်မှုရှိသည့် လူအတော်များများသည် ပထမအဆင့် ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်မှုမရှိဘဲ ဖြစ်နေတတ်ကြသည်။ အကျင့်သီလ မကောင်းဘဲ ရှိနေတတ်ကြသည်။ ထိုအခါ ရေရှည်ဆက်ဆံမှုများ၌ ပေါ်လာ တော့သည်။ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တစ်ယောက်နှင့်လည်းကောင်း၊ အိမ်ထောင်ဖက် တစ်ယောက်နှင့်လည်းကောင်း၊ မိတ်ဆွေတစ်ယောက်နှင့်လည်းကောင်း၊ ဆယ်ကျော် သက်ရွယ်၊ ကလေးတစ်ယောက်နှင့်လည်းကောင်း၊ ဆက်ဆံရာ၌ ထိုသို့ သီလပျက် မှုများ ပေါ်လာသည်။ ထင်ရှားသိသာသည့်အရာမှာ ထို သီလများပင်ဖြစ်သည်။ အီမာဆင်က တစ်ခါက ပြောဖူးသည်။ ‘ကျွန်တော့်နားထဲကို ကျယ်ကျယ်ကြီး အော်ပြောနေလျှင် ခင်ဗျားပြောတာကို ကျွန်တော် မကြားရ’

မှန်ပါသည်။ အချို့လူများအနေဖြင့် အကျင့်သီလကောင်းမွန်သော် လည်း ဆက်ဆံရေးစွမ်းရည်များ အားနည်းကောင်း အားနည်းနိုင်သည်။ ထိုသို့ အားနည်းသည့်အတွက် အခြားသူများနှင့် ဆက်ဆံရာ၌ ထိခိုက်မှုများရှိနိုင်သည်။ သို့သော် နောက်ဆုံး၌ ကျွန်တော်တို့ပြောသည့်ကိစ္စများ၊ လုပ်သည့်ကိစ္စများထက် ကျွန်တော်တို့ ဘယ်လိုလူများဖြစ်သည်ဆိုက ပို၍ ထင်ရှားသိသာသည်။

ကျွန်တော်တို့ကိုယ် ကျွန်တော်တို့ ရှုမြင်ပုံများကို ကျွန်တော်တို့၏ သဘောထားများ၊ အပြုအမူများကိုသာ ဖြစ်စေသည် မဟုတ်။ အခြားသူ များကို မြင်ပုံမြင်နည်းကိုပါ သြဇာသက်ရောက်မှုရှိသည်။ တကယ်တော့ ကျွန်တော်တို့ကိုယ် ကျွန်တော်တို့ ရှုမြင်ပုံနှင့် ကျွန်တော်တို့က အခြားသူများကို ရှုမြင်ပုံတို့ကိုထည့်သွင်းမစဉ်းစားလျှင် အခြားသူများက ကျွန်တော်တို့ကို ဘယ်လို မြင်သည်ကိုလည်း နားလည်နိုင်မည် မဟုတ်။ သူတို့ဘာသာသူတို့ ဘယ်လို ခံစားကြသည်။ သူတို့လောကကို ဘယ်လိုမြင်သည်ကိုလည်း နားလည်နိုင်မည်

မဟုတ်။ ထိုသို့မသိလျှင် သူတို့၏ အပြုအမူများကို ကျွန်တော်တို့ထင်သလို အဓိပ္ပာယ်ကောက်တတ်ကြပြီး ကျွန်တော်တို့ကိုယ် ကျွန်တော်တို့ ဓမ္မဓိဋ္ဌာန်ကျ သည်ဟု ထင်နေတတ်ကြသည်။

အကယ်၍ ကျွန်တော်တို့ကိုယ်ကျွန်တော်တို့ ရှုမြင်ပုံသည် ကျွန်တော် တို့ ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ လူအများ၏ အကြံဉာဏ်များ၊ အမြင်များ၊ သဘောတရား များကြောင့် ဖြစ်နေသည်ဆိုလျှင် ထိုလူများမှတစ်ဆင့် ရောင်ပြန်ဟပ်နေသော မြင်ပုံမြင်နည်းဖြစ်သည်ဆိုလျှင် ကျွန်တော်တို့ကိုယ်ကျွန်တော်တို့ ရှုမြင်ပုံသည် အမှန်အတိုင်းဖြစ်မည် မဟုတ်ပေ။ တကယ့်အရေးပါသည့် အချက်အလက်များ ကျန်ရစ်ခဲ့ပြီး အချိုးအစားများလွဲနေလိမ့်မည်။ ပျော်ပွဲ ရွှင်ပွဲများ၌ တွေ့ရသည့် ကောက်ကွေးနေသည့် မှန်များလို ဖြစ်နေလိမ့်မည်။

‘မင်းဟာ ဘယ်တော့မျှ အချိန်မီမလုပ်ဘူး’

‘မင်းဟာ ဘယ်တော့မျှ စနစ်တကျမလုပ်ဘူး’

‘ဒီလောက်လွယ်လွယ်ကလေးများ မင်းက ဘာဖြစ်လို့ နားမလည် ရတာလဲ’

ထိုကဲ့သို့ ပြောဆိုပုံမျိုးသည် အမှန်တကယ် ဖြစ်ရပ်မဟုတ်ဘဲ ထင်မြင်ချက် များသာ ဖြစ်နေတတ်သည်။ ကျွန်တော်တို့ဘယ်လိုလူဆိုသည်ကို အမှန်အတိုင်း တိတိကျကျ ဖော်ပြနိုင်ခြင်းမရှိဘဲ ၎င်းတို့ကိုဖော်ပြသည့် ပုဂ္ဂိုလ်များ၏ အားနည်း ချက်များ၊ စရိုက်များကိုသာ ဖော်ပြသည်။

လူတစ်ယောက်အနေဖြင့် မိမိကိုယ်မိမိ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုရာ၌ မိမိကိုယ် မိမိအပေါ် အခြေမခံဘဲ အခြားသူများအပေါ်၌ အခြေခံလျှင် မှန်ထဲမှာ ထင်နေ သည့် အရိပ်ကို သူ့ကိုယ်သူနှင့် ထင်ယောင်ထင်မှားဖြစ်နိုင်သည်။ မှန်ထဲမှာ ပေါ်နေသည့်အရိပ်ကို အစစ်အမှန်ဟု ထင်မြင်လက်ခံစပြုလာတတ်သည်။ သူ လက်ခံထားသည့် ကမောက်ကမ ရုပ်ပုံလွှာကို အထောက်အကူ မဖြစ်လျှင် သူ ကိုယ်သူ အပြုသဘောရှုမြင်ပုံများကိုပင်လျှင် လက်ခံမည် မဟုတ်တော့ပေ။

ကြိမ်ဖန်များစွာပင် ကျွန်တော့်အနေဖြင့် စမ်းသပ်မှုတစ်ခု လုပ်လေ့လုပ်ထ ရှိသည်။ ကျွန်တော်က လူအများအား အခြားလူများက ခင်ဗျားအပေါ် ဘယ်လို မြင်သလဲဆိုတာ စာရင်းချကြည့်စမ်းပါဟု ခိုင်းသည်။ ထို့နောက် သူတို့ကိုယ်သူတို့ ဘယ်လိုရှုမြင်သလဲဆိုပြီး စာရင်းချကြည့် ခိုင်းသည်။ ထိုနှစ်ခုကို ပြန်ပြီး နှိုင်းယှဉ်ကြည့်စေသည်။ အများအားဖြင့် လူတစ်ဝက်ကျော်ကျော်တို့သည် သူတို့

ကိုယ်သူတို့ ရှုမြင်ပုံသည် အခြားသူများက သူတို့ကိုရှုမြင်ပုံအပေါ် မူတည်နေကြောင်း တွေ့ကြရသည်။ တဖြည်းဖြည်း မသိမသာ ထိုကဲ့သို့ဖြစ်လာခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်။ ထိုအခြေအနေကို မပြောင်းလဲလျှင် ၎င်းတို့၏ ဘဝများ၌ ကြီးမားသော အဟန့်အတားများ ဖြစ်နေနိုင်သည်။

ထိုကဲ့သို့ကိုယ်ကိုယ်ကို ရှုမြင်ပုံ၌ အဆိပ်ခတ်ထားခြင်းမှာ မိမိ၏တန်ဖိုး မိမိ၏ အစွမ်းအစများကို မိမိဘာသာ သတိထားလက်ခံခြင်း မရှိဘဲ အခြားသူများက သတိထားလက်ခံမှုကို ဦးတည်နေသောကြောင့် ဖြစ်သည်။

လမန်ချာကလူဆိုသည့် ဂီတပြဇာတ်ထဲ၌ ဒွန်ကွိုဇုတ်က ပြည့်တန်ဆာ မိန်းကလေးတစ်ဦး၏ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ရှုမြင်ပုံကို ဖြည်းဖြည်းပြောင်းလဲရန် ကြိုးစားသည်။ သူမအပေါ်၌ မေတ္တာထားကာ ပြောင်းလဲပစ်သည်။ သူမကိုယ် သူမ ရှုမြင်ပုံပြောင်းလဲလာသည်။ သူမက ဂျူစီနီယာဆိုသည့် အမည်အသစ် တစ်ခုပင် ပေးလိုက်သေးသည်။ ဤနည်းအားဖြင့် သူမကိုယ်သူမ မြင်ပုံမည်နည်း ပြောင်းပြီး အစွမ်းအစ အသစ်များကိုလည်း သိရှိလာစေသည်။

လူတစ်ယောက်၏ တန်ဖိုး၊ လူတစ်ယောက်၏ အစွမ်းအစကို လက်ခံရန် ဆိုသည်မှာ သင့်အနေဖြင့် ယုံကြည်မှုရှိသည့် မျက်လုံးနှင့်ကြည့်ပြီး သူ၏ အစွမ်းအစများရှိသလို ဆက်ဆံမှသာဖြစ်မည်။ သူ၏ အပြုအမူကို ကြည့်ပြီး ပြောနေ၍ မရပေ။ ဂိုထဲက ဤသို့ပြောပြသည်။ ‘လူတစ်ယောက်ကို သူဖြစ်နေသလို ဆက်ဆံလျှင် ဒီအတိုင်းပဲဆက်ဖြစ်နေမည်၊ လူတစ်ယောက်ကို သူဖြစ်နိုင်သလို ဖြစ်သင့်သလို ဆက်ဆံလျှင် သူဖြစ်နိုင်သလို ဖြစ်သင့်သလို ဖြစ်လာလိမ့်မည်’ ဤသို့ ပြောခြင်းဖြင့် ကျွန်တော်တို့က သူ့ကိုအကန့် အသတ်မဲ့ ယုံကြည်ရမည်ဟု မဆိုလိုပါ။ ထိုသူကို တလေးတစားဆက်ဆံရန်နှင့် အခြေအနေလိုက်၍ ယုံကြည်ရန် ပြောနေခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။

အချို့သူများက သင်က အခြားသူများအား သဘောကျ နှစ်ခြိုက်ခြင်း မပြုမီ သင့်ကိုယ်သင် သဘောကျနှစ်ခြိုက်ဖို့လိုကြောင်း ပြောကြသည်။ ဟုတ်ပါသည်။ တကယ်လို့ သင်က သင့်ကိုယ်သင် မသိလျှင်၊ သင့်ကိုယ်သင် မထိန်းချုပ်နိုင်လျှင်၊ သင့်ကိုယ်သင် မနိုင်နင်းလျှင် သင့်ကိုယ်သင် ကြိုက်ဖို့လည်း ခက်သည်။ ကြိုက်သည် ဆိုလျှင်လည်း ဟန်ဆောင် ပန်ဆောင် ကြိုက်နေခြင်းသာ ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။

ကိုယ့်ကိုယ်ကို အမှန်တကယ်လေးစားမှုသည် မိမိကိုယ်မိမိ နိုင်နင်းမှု၊ စစ်မှန်သည့် လွတ်လပ်မှု၊ သူလည်းအကျိုးရှိ ကိုယ်လည်းအကျိုးရှိ အပြန်အလှန် ဆက်ဆံမှုများမှ ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ အကယ်၍ ကျွန်တော်တို့၏ စေတနာများ၊ စကားများ၊ အပြုအမူများသည် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးဆိုင်ရာ ကိုယ်ကျင့်တရားအပေါ် အခြေခံသည့် လူမှုဆက်ဆံရေးနည်းလမ်းများကလာပြီး ကျွန်တော်တို့ အဖွဲ့အတွင်းက မလာလျှင် ကျွန်တော်တို့၏ အကျင့်သီလများက မလာလျှင်၊ အခြား သူများက ကျွန်တော်တို့ မတည်မငြိမ် ဖြစ်မှု၊ နှစ်မျိုးနှစ်ခွဲ ဖြစ်နေမှုများကို ခံစားသိရှိ သတိထားမိသွားကြသည်။ ထိုအခါ ထိရောက်သည့် သူလည်း အကျိုးရှိ ကိုယ်လည်း အကျိုးရှိ ဆက်ဆံရေးမျိုးကို ဖန်တီးခြင်း၊ ဆက်လက်ထိန်းသိမ်း ထားနိုင်ခြင်း ပြုနိုင်မည် မဟုတ်ပေ။

မည်သည့် ဆက်ဆံရေးမျိုးမဆို စတင်တည်ဆောက်ရမည့် နေရာမှာ ကျွန်တော်တို့၏ ကိုယ်တွင်း၌ ဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်တို့ သြဇာသက်ရောက်နိုင် သည့် အဝန်းအဝိုင်းအတွင်း၌ ဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်တို့၏ အကျင့်သီလ များနှင့် ပတ်သက်၍ ဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်တို့သည် လွတ်လပ်သူများဖြစ်လာ လျှင်၊ ထထကြွကြွ နိုးနိုးကြားကြား လုပ်သူများဖြစ်လာလျှင်၊ မှန်ကန်သည့် နိယာမများအပေါ်၌ ဗဟိုပြုလျှင်၊ တန်ဖိုးထားမှုများကို လေးစားလျှင် ကျွန်တော်တို့ ဘဝရှိ ဦးစားပေး အစီအစဉ်များ ချမှန်ရန်ဆောင်ရွက်ရာ၌ သိက္ခာရှိရှိ၊ သမာဓိရှိရှိ ဆောင်ရွက်နိုင်လျှင် အခြားသူများနှင့် ကြွယ်ဝသော၊ ကြာရှည်ခံသော အကျိုးရှိသော ဆက်ဆံရေးများ တည်ဆောက်နိုင်စွမ်းရှိမည်။ ကျွန်တော်တို့ အပြန်အလှန်ဆက်ဆံမှုများ ဖြစ်ပေါ်ရန် ရွေးချယ်နိုင်စွမ်း ရှိမည်။

ပြင်းထန်သည့် ဝေဒနာနှင့် နာတာရှည်

ကျွန်တော်တို့နှင့် အခြားသူများ၏ ဆက်ဆံရေးသည် ထုတ်လုပ်မှုစွမ်းအား တိုးတက်ရေး၊ ဝန်ဆောင်မှုပြုရေး၊ အကျိုးပြုရေး၊ တိုးတက်ကြီးပွားရေး၊ လေ့လာ ဆည်းပူးရေးတို့အတွက် အခွင့်အလမ်းများ တိုးလာနိုင်သည်။ သို့သော် ၎င်းတို့သည် ဝေဒနာများ၊ သောကများကိုလည်း ဖြစ်စေနိုင်သည်။ ထိုဝေဒနာများကို သတိထားမိ ခြင်းမှာ ဝေဒနာကပြင်းထန်သောကြောင့် သတိထားမိခြင်း ဖြစ်သည်။

ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် ကိုယ်ရေးကိုယ်တာဘဝများ၌ အမြင်၊ ခေါင်းဆောင် မှုနှင့် စီမံခန့်ခွဲမှုမရှိခြင်းတို့ကြောင့် ပေါ်ပေါက်သည့် နာတာရှည် ဝေဒနာများ

ကိုလည်း နှစ်ပေါင်းများစွာ ခံစားနေထိုင်ကြရမည်။ တစ်ခါတလေ၌ ဝေဒနာ သက်သာရန်အတွက် ကြိုးစားတတ်ကြသည်။ သို့သော် ဝေဒနာသည် နာတာရှည် ဖြစ်နေသဖြင့် ဝေဒနာနှင့် ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်နေသည်။

အခြားသူများနှင့် ဆက်ဆံရာ၌ ပြဿနာများရှိနေသည့်အခါ ထိုဝေဒနာ ကို ကောင်းကောင်းသတိထားမိသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ ထိုဝေဒနာသည် ပြင်းထန်လာ သည်။ ထိုဝေဒနာမှပျောက်ကင်းချင်စိတ်များ ပေါ်ပေါက်လာကြသည်။ ထို့ကြောင့် ဝေဒနာ၏ လက္ခဏာများကို ဆေးမြီးတိုများနှင့်ကုရန် ကြိုးစားတတ်ကြသည်။ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးများနှင့် ကုရန် ကြိုးစားတတ်ကြသည်။ တကယ်တော့ ထိုစူးရှသည့် ဝေဒနာသည် နာတာရှည်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်သည်ကို နားမလည်ကြ၊ ရောဂါ၏လက္ခဏာများကို လိုက်ကုနေခြင်းမှ ရပ်တန်းကရပ်ပြီး တကယ့်ပြဿနာ ကို ကိုင်တွယ်မှသာလျှင် ကျွန်တော်တို့၏ အားထုတ်မှုများသည် အကျိုးရှိမည်။ ထိုသို့မဟုတ်လျှင် အကျိုးမရှိနိုင်။ နာတာရှည်ရောဂါကို ဆိုးသည်ထက် ဆိုးလာ စေနိုင်သည်။

လူတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ဆက်ဆံရာ၌ ထိရောက်မှုရှိရန်အတွက် အခြေခံ အုတ်မြစ်မှာ လူတစ်ဦးချင်း၏ ထိရောက်မှုဖြစ်သည်။ ပုဂ္ဂလိက အောင်မြင်မှုပြီးမှ အများပြည်သူနှင့်ဆိုင်သည့် အောင်မြင်မှုများလာသည်။ အခြားသူများနှင့် အမှန်တကယ် ထိထိရောက်ရောက် ဆက်ဆံရန်အတွက် အခြေခံ အုတ်မြစ်မှာ အကျင့်သီလနှင့် လွတ်လပ်မှုတို့ဖြစ်သည်။

ကမ္ဘာ့ကုလသမဂ္ဂ၏ အတွင်းရေးမှူးချုပ်ဟောင်း ဒက်ဟမ်းမားရှိုးက တစ်ခါက လွန်လွန်ကဲကဲဟု ထင်ရသည့် အဆိုအမိန့်တစ်ခုကို ပြောပြခဲ့ ဖူးသည်။ **‘ပြည်သူအများ လွတ်မြောက်ရေးအတွက် ကြိုးစားပမ်းစား အားထုတ် ခြင်းထက် လူတစ်ဦးတစ်ယောက်အတွက် သင့်ကိုယ်သင် ပုံအပ် အားထုတ်ခြင်းက ပို၍ မြင့်မြတ်သည်’**ဟု ပြောခဲ့ဖူးသည်။

တစ်နည်းအားဖြင့် ပြောရလျှင် ကျွန်တော့်အနေဖြင့် လူထောင်ပေါင်း များစွာတို့အတွက် တစ်ပတ်လျှင် ငါးရက်၊ ခြောက်ရက်၊ ခုနစ်ရက်၊ တစ်ရက်လျှင် ၈ နာရီ၊ ၁၀ နာရီ၊ ၁၂ နာရီ စသည်ဖြင့် အချိန်ပေးနိုင်သည်။ ထိုသို့လုပ်နိုင် သော်လည်း ဇနီးနှင့်သော်လည်းကောင်း၊ ဆယ်ကျော်သက် သားနှင့်သော် လည်းကောင်း၊ ရင်းနှီးသည့် လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များနှင့်သော်လည်းကောင်း နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း အဓိပ္ပာယ်ရှိသည့် ဆက်ဆံရေးမရှိဘဲဖြစ်နေနိုင်သည်။ သို့ဖြစ်၍

လူအားလုံး ကိစ္စအားလုံးအတွက် အချိန်တွေ အများကြီးပေးနေခြင်းထက် ဆက်ဆံရေးကောင်း တစ်ခုဖြစ်ရန်ဆိုလျှင် သီလကောင်းမွန်မှု၊ နှိမ့်ချကျိုးနွံမှု၊ သတ္တိရှိမှု၊ အင်အားတောင့်တင်းမှုတို့ ပို၍ လိုအပ်သည်။

အဖွဲ့အစည်းတစ်ခု၌ ဖြစ်ပေါ်သည့် ပြဿနာအတော်များများသည် ထိပ်ဆုံး၌ ဆက်ဆံရေးညံ့ဖျင်းရာတွင် အခြေခံသည်။ အစုစပ် နှစ်ယောက်ကြား ဆက်ဆံရေးအဆင်မပြေခြင်း၊ ပိုင်ရှင်နှင့် ကော်မတီဥက္ကဋ္ဌအကြား ဆက်ဆံရေး အဆင်မပြေခြင်း၊ ဥက္ကဋ္ဌနှင့် အမှုဆောင် ဒု-ဥက္ကဋ္ဌတို့အကြား ဆက်ဆံရေး အဆင်မပြေခြင်းများ၌ အခြေခံသည်။ ပြင်ပရှိ လူအတော်များများ၊ အလုပ်များများ အတွက် ကြိုးကြိုးစားစားလုပ်သည်ထက် အထက်ပါ ပြဿနာများကို ရင်ဆိုင် ဖြေရှင်းရန်အတွက် သီလ မြင့်မြတ်ကောင်းမွန်မှုရှိရန် လိုအပ်သည်။

သီလသုံးခု

အောက်ပါ အကျင့်သီလသုံးခုသည် အခြေခံကြီးကျယ်မြင့်မြတ်မှု အတွက် အဓိကကျသည်။

သမာဓိ။

။ သမာဓိဆိုသည်မှာ ကျွန်တော်တို့အပေါ် ကျွန်တော် တို့ တန်ဖိုးထားမှုကို ဆိုလိုသည်။ ကျွန်တော်တို့၏ တန်ဖိုးထားမှုများကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ဖော်ထုတ်ပြီး ကြိုကြိုတင်တင်စုစည်းမည်။ နေ့စဉ် ဆောင်ရွက် နေရသည့် ဦးစားပေး အစီအစဉ်များနှင့် ချိတ်ဆက်ထားမည်ဆိုလျှင် ကျွန်တော်တို့ ကိုယ် ကျွန်တော်တို့ ကောင်းကောင်းသိနားလည်ပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကို တန်ဖိုးထား တတ်လာမည်။

ရင့်ကျက်ခြင်း။

။ ရင့်ကျက်ခြင်း ဆိုသည်မှာ သတ္တိနှင့် ကိုယ်ချင်းစာ တရားရှိမှုတို့ကြား၌ အချိန်အဆီခြင်းကို ဆိုလိုသည်။ အကယ်၍ လူတစ်ယောက် အနေဖြင့် သူ၏ ခံစားချက်များ၊ ယုံကြည်ချက်များကို သတ္တိနှင့် ကိုယ်ချင်းစာတို့ မျှတကာ ဖော်ထုတ်နိုင်လျှင် ထိုသူသည် ရင့်ကျက်သောသူဖြစ်သည်။ ကိုယ်ချင်းစာ ဆိုသည်မှာ အခြားသူများ၏ ခံစားချက်နှင့် ယုံကြည်ချက်များကို ထည့်တွက်ခြင်း ဖြစ်သည်။ အကယ်၍ လူတစ်ယောက်သည် ရင့်ကျက်မှုမရှိလျှင် စိတ်ခံစားမှုများကို ထိန်းသိမ်းနိုင်စွမ်း မရှိလျှင် သူ၏ ရာထူးအပေါ်၌လည်းကောင်း၊ ဩဇာအာဏာ အပေါ်၌လည်းကောင်း၊ ဘွဲ့ဒီဂရီများအပေါ်၌လည်းကောင်း၊ လုပ်သက် အနုအရင့် များ အပေါ်၌လည်းကောင်း မူတည်၍ သူ၏စွမ်းအားကို သူတည်ဆောက်လိမ့်မည်။

သတ္တိဖြင့် အခြေခံလိုအပ်ချက်များကို ဖြည့်စွမ်းနိုင်ပြီး ကိုယ်ချင်းစာ တရားရှိခြင်းက အခြားသော အကျိုးစီးပွားတူ ပုဂ္ဂိုလ်များ၏ ရေရှည်အကျိုး စီးပွားကို ဆောင်ကြဉ်းနိုင်မည်။ တကယ်တော့ ရင့်ကျက်လာသည့် စိမ့်ခန့်ခွဲမှု၏ အခြေခံတာဝန်မှာ အကျိုးစီးပွားတူ ပုဂ္ဂိုလ်များအားလုံး၏ လူနေမှုအဆင့်အတန်း နှင့် ဘဝ၏ အနှစ်သာရများကို တိုးပွားအောင် ဆောင်ရွက်ရေးပင်ဖြစ်သည်။

ကြွယ်ဝသည့် စိတ်နေစိတ်ထား။ ။ ကြွယ်ဝသည့် စိတ်နေစိတ်ထား ဆိုသည်မှာ လူတိုင်းအတွက် အလျှံပယ်ပေါများသည်။ ကြွယ်ဝသည်၊ လူတိုင်း အတွက် အကျိုးဖြစ်ထွန်းနိုင်သည်ဟု တွေးခေါ်သည့် စိတ်နေစိတ်ထားကို ဆိုလိုသည်။ ဤစိတ်နေစိတ်ထားသည် မိမိကိုယ်မိမိ တန်ဖိုးထားမှု၊ လုံခြုံမှုတို့မှ ပေါ်ပေါက်လာသည်။ ကြွယ်ဝသည့် စိတ်နေစိတ်ထားရှိခြင်း၏ ရလဒ်မှာ အသိအမှတ်ပြုခံရမှု၊ အကျိုးအမြတ်နှင့် တာဝန်များကို မျှဝေခြင်းဖြစ်သည်။ တီထွင်ဖန်တီးမှုရှိသည့် လမ်းကြောင်းများကို ဖွင့်ပေးသည်။ လူတစ်ဦးချင်း ပျော်ရွှင်မှုမှတစ်ဆင့် ပြင်ပ၌ ကျေနပ်မှုများကိုရရှိစေသည်။ အပြုသဘော အပြန်အလှန်ဆက်ဆံမှု၊ တိုးတက်မှု၊ ဖွံ့ဖြိုးမှုတို့အတွက် အကန့်အသတ်မရှိသည့် အလားအလာများကို အသိအမှတ်ပြုသည်။

လူအတော်များများအနေဖြင့် ရှားပါးသည့် စိတ်နေစိတ်ထား၏ အောက်၌ အမြစ်တွယ်နေကြသည်။ သူတို့က ဘဝဆိုသည်မှာ အကန့်အသတ်ရှိသည့် ပစ္စည်းတစ်ခုအဖြစ် မြင်သည်။ တစ်ယောက်ယောက်က ပိုရလျှင် အခြားသူများက လျော့ရမည်ဟု မြင်သည်။ တစ်ဦး၏ အနိုင်သည် တစ်ဦး၏ အရှုံးဖြစ်နေသည်ဟု မြင်သည်။ ထိုသို့ဆင်းရဲသည့် စိတ်နေစိတ်ထား ရှိသည့်သူများသည် အသိအမှတ် ပြုခြင်း၊ ဂုဏ်ပြုခြင်း၊ ဩဇာနှင့် အကျိုးအမြတ်တို့ကို ခွဲဝေဖို့ခက်သည့် စိတ်နေ စိတ်ထားများ ရှိကြသည်။ အခြားသူများ၏ အောင်မြင်မှုအတွက် အမှန်တကယ် မပျော်ရွှင်နိုင်။ ယုတ်စွအဆုံး မိသားစုများ၊ ရင်းနှီးသည့် မိတ်ဆွေများ၊ လုပ်ဖော် ကိုင်ဖက်များ၏ အောင်မြင်မှုကြောင့်လည်း ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာမဖြစ်နိုင်။ တစ်ဦးတစ်ယောက်၏ အောင်မြင်မှုအတွက် အထူးဂုဏ်ပြုကြ၊ အသိအမှတ် ပြုကြသည့်အခါ ထိုအရာကို သူတို့ထံမှယူသွားသလို ထင်နေကြသည်။

သမာဓိ

ရင့်ကျက်မှုနှင့် ကြွယ်ဝသည့် စိတ်နေစိတ်ထားမှုတို့ဖြင့် ပြည့်လျှံနေသည့် စရိုက်တစ်ခုသည် မည်သည့်နည်းလမ်းမျှ မတတ်နိုင်သော အရာများကိုဖန်တီး



ပေးသည်။ ဟန်ဆောင်ပန်ဆောင် လုပ်နေခြင်းမဟုတ်ဘဲ အမှန်တကယ် အစစ်အမှန် ဖြစ်နေခြင်း ဖြစ်သည်။ သင်၏ အကျင့်သီလများသည် တစ်ချိန်လုံးဖြာထွက်နေ ဆက်သွယ်နေသည်။ ထိုမှတစ်ဆင့် လူအများသည် သင့်ကိုယုံကြည်ခြင်း၊ မယုံကြည်ခြင်းများ ဖြစ်နိုင်သည်။ အကယ်၍ သင်၏ ဘဝသည် ပူလိုက်အေးလိုက် ဖြစ်နေလျှင် သင်သည် အကျိုးလည်းပြုတတ်၊ ကြင်လည်း ကြင်နာတတ်လျှင် သင်၏ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ဘဝသည် လူရှေ့သူရှေ့ အများပြည်သူရှေ့တွင် စွမ်းဆောင်မှုများနှင့် ကိုက်ညီမှုမရှိလျှင် လူအများအနေဖြင့် သင့်ကို ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း လက်ကမ်းကြိုဆိုကြမည် မဟုတ်ပေ။ သင့်ထံမှာ အကူအညီနှင့် သင်၏ မေတ္တာ ကို လိုအပ်ခြင်း၊ လိုချင်ခြင်းရှိလျှင်ပင် သင့်ကို လိုလိုလားလား ရှိကြမည်မဟုတ်ပေ။ ၎င်းတို့၏ သဘောထားများ၊ သိမ်မွေ့သည် ခံစားချက်များကို ဖော်ထုတ်ရန် လုံခြုံစိတ်ချရခြင်း မရှိကြပေ။

အတွင်းမှ အပြင်သို့နှင့် အပြင်မှ အတွင်းသို့

ပြဿနာများနှင့်ပတ်သက်၍ ရေရှည်ခံသည့်အဖြေများ၊ ရေရှည်ခံသည့် ပျော်ရွှင်မှုများ၊ အောင်မြင်မှုများသည် ‘အတွင်းမှ အပြင်သို့’ ထွက်သည့် နည်းဖြင့် ပေါ်ပေါက်လာခြင်းဖြစ်သည်။ ‘အပြင်မှအတွင်းသို့’ ယူလာလျှင် မအောင်မြင်၊ မပျော်ရွှင်သည့် သူများဖြစ်စေသည်။ အခြားသူများ၏ အားနည်းချက် များအပေါ်မှာ အာရုံစိုက်စေမည်။ သူတို့ကိုယ်သူတို့ ဓားစာခံများလို မလှုပ်ရှားနိုင်ဘဲ ရှိနေမည်။ အခြားသူများ၏ အားနည်းချက်များနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်အခြေအနေ များကြောင့် သူတို့တိုးတက်မှုမရှိဘဲ ဖြစ်ရသည်ဟု ထင်တတ်ကြသည်။

ကျွန်တော်တို့ မိသားစုအဖွဲ့ဝင်များသည် ကမ္ဘာပေါ်၌ ဒုက္ခအများဆုံး နေရာသုံးခုဖြစ်သည့် တောင်အာဖရိက၊ အစွရေးနှင့် အိုင်ယာလန်တို့၌ နေကြသည်။ ထိုနေရာမျိုး၌ တစ်ချိန်လုံး ပြဿနာများ ဆက်တိုက်ဖြစ်နေခြင်းမှာ ၎င်းနေရာ၌ ကျင့်သုံးသည့် လူမှုရေးပုံစံ ကိုယ်၌က အပြင်မှ အတွင်းသို့ ဖြစ်နေ၍ ဖြစ်သည်။

အတွင်းမှအပြင်သို့ နည်းလမ်းက သူလည်းအကျိုးရှိ ကိုယ်လည်း အကျိုးရှိသည့် သဘောတူညီမှုများ၊ စုပေါင်းမှုမှ အင်အားထွက်ပေါ်နိုင်သည့် အဖြေများကိုရယူရန်အတွက် ယုံကြည်မှုတည်ဆောက်လိုလျှင် ကျွန်တော်တို့ ဘဝများကို ကျွန်တော်တို့ကိုယ်တိုင် ထိန်းချုပ်ရမည်။ ရေတိုဆန္ဒများကို ဦးစားမပေးဘဲ မြင့်မြတ်သည့် ရည်ရွယ်ချက်များ နိယာမများကို ဦးစားပေး

ရမည်။ ပုဂ္ဂလိက အောင်မြင်မှုများမှ အများပြည်သူနှင့်ဆိုင်သော အောင်မြင်မှုများ လိုက်လာသည်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ကတိပေးခြင်း၊ ကတိတည်ခြင်း၏ နောက်မှ အခြားသူများကို ကတိပေးခြင်း၊ ကတိတည်ခြင်းများ လိုက်လာသည်။ ထိုဖြစ်စဉ် သည် ဆက်တိုက်ဖြစ်နေသည့် ဖြစ်စဉ်ဖြစ်သည်။ တဖြည်းဖြည်းနှင့် ကြောင်လိန် လှေကားလို အပေါ်သို့တက်သွားပြီး အဆင့်မြင့်မားသည့် လွတ်လပ်မှုနှင့် အပြန် အလှန် ဆက်နွယ်မှုများကို ဦးတည်၍ သွားသည်။

ကျွန်တော်တို့ ကြုံတွေ့နေရသည့် နက်ရှိုင်းသော၊ အခြေခံကျသော ပြဿနာများကို အပေါ်ယံ၌ လွယ်လွယ်ကူကူ ဖြေရှင်းနိုင်မည် မဟုတ်ပေ။ ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် အတွေးအခေါ် အဆင့်သစ်တစ်ရပ် လိုအပ်သည်။ ထို အတွေးအခေါ်သစ်မှာ နက်ရှိုင်းသည့် ပြဿနာများကို ထိထိရောက်ရောက် စီမံခန့်ခွဲမှုဆိုင်ရာ နိယာမများအပေါ်၌ အခြေခံ၍ ဖြေရှင်းရမည်။ ကျွန်တော်တို့ အနေဖြင့် နိယာမဗဟိုပြု အကျင့်သီလကို အခြေခံသည့် အတွင်းမှ အပြင်သို့ ချဉ်းကပ်နည်းတစ်ရပ် လိုအပ်သည်။

အတွင်းမှအပြင်သို့ နည်းလမ်းဆိုသည်မှာ ပထမဦးစွာ မိမိက စရမည်။ မိမိကိုယ်၏ အနက်ရှိုင်းဆုံး အတွင်းပိုင်းက မိမိ၏ပုံစံ၊ မိမိ၏ စရိုက်၊ မိမိ၏ စေတနာများဖြင့် စရမည်။ သင့်အနေဖြင့် အောင်မြင်သည့် အိမ်ထောင်တစ်ခု လိုချင်လျှင် အပြုသဘောစွမ်းအားများ ထုတ်ပေးပြီး အဖျက်သဘောစွမ်းအားများ ဖယ်ရှားပစ်နိုင်သည့်လူမျိုး ဖြစ်ရမည်။ သင့်အနေဖြင့် ပျော်ရွှင်စရာကောင်းသည့် ပူးပေါင်း ဆောင်ရွက်တတ်သည့် ဆယ်ကျော်သက် သား သမီး တစ်ယောက် လိုချင်လျှင် ပို၍ နားလည်တတ်သော၊ ကိုယ်ချင်းစာတတ်သော၊ ရှေ့နောက် လျော်ညီသော၊ ချစ်တတ်သော မိဘတစ်ယောက်ဖြစ်ရမည်။ သင့်အနေဖြင့် လွတ်လပ်မှုပိုလိုချင်လျှင် သင်၏ အလုပ်၌ ပို၍ တာဝန်ယူရမည်။ ပို၍ ကူညီတတ်သော၊ ပို၍ ဖြည့်ဆည်းတတ်သော ဝန်ထမ်းတစ်ယောက်ဖြစ်ရမည်။ သင့်အနေဖြင့် ယုံကြည်ခံချင်လျှင် ယုံကြည်ခံထိုက်ရမည်။ သင့်အနေဖြင့် အများပြည်သူ၏ အသိအမှတ်ပြုမှုဟူသော ဒုတိယအဆင့် ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်မှုကို လိုချင်လျှင် ပထမဦးစွာ အကျင့်သီလကောင်းမြတ်မှုတည်းဟူသော အခြေခံ ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်မှုအပေါ် အာရုံစိုက်ရမည်။

အတွင်းမှအပြင်သို့နည်းလမ်းက ပုဂ္ဂလိက အောင်မြင်မှုပြီးမှ အများ ပြည်သူနှင့်ဆိုင်သော အောင်မြင်မှုဖြစ်ကြောင်း၊ မိမိကိုယ်မိမိ ကတိပေးခြင်း၊

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

တည်ခြင်းပြီးမှ အခြားသူများကို ကတိပေးနိုင်၊ တည်နိုင်ကြောင်း ပြောဆိုသည်။ ထိုအတွင်းမှ အပြင်သို့ နည်းလမ်းသည် အမြဲတမ်း အသစ် အသစ် ဖြစ်အောင် တစ်ချိန်လုံး ဆောင်ရွက်နေရသည့် နည်းလမ်းဖြစ်သည်။

ကျွန်တော်၏ အတွေ့အကြုံများထဲ၌ ပြဿနာများအတွက် ကြာရှည်ခံသည့် အဖြေများကို မတွေ့ဖူးပါ။ ကြာရှည်ခံသည့်အဖြေများ၊ အောင်မြင်မှုများနှင့် ပျော်ရွှင်မှုများသည် အပြင်မှ အတွင်းသို့ ရောက်လာခြင်း မဟုတ်ပါ။ အပြင်မှ အတွင်းသို့ နည်းလမ်းကြောင့် မပျော်ရွှင်သည့် အိမ်ထောင်များကို တွေ့သည့်အခါ အိမ်ထောင်ဖက် နှစ်ဦးစလုံးက တစ်ဖက်သားများကို ပြောင်းလဲစေချင်သည့်အခါ အခြားသူများ၏ ဒုစရိုက်များကိုသာ ပြောနေသည့်အခါ တစ်ယောက်စီက အခြားသူများကို ပုံသွင်းဖို့ကြိုးစားနေကြသည့်အခါ မပျော်ရွှင်သည့် အိမ်ထောင်များ ဖြစ်ပေါ်သည်ကို တွေ့ရသည်။ ကျွန်တော်အနေဖြင့် လုပ်သားနှင့် စီမံခန့်ခွဲမှု ပဋိပက္ခများကိုလည်း ကြုံဖူးသည်။ ထိုပဋိပက္ခများ၌ လူအများအနေဖြင့် အချိန်များ၊ စွမ်းအားများ အများအပြား အကုန်အကျခံနေကြသည်။ ထိုသို့အကုန်အကျခံပြီး ယုံကြည်မှု ရှိသလို လူအများဆောင်ရွက်ရန် ဖိအားပေးသည့် ဥပဒေများပြဋ္ဌာန်းရန် ကြိုးစားနေကြသည်။

ကုမ္ပဏီများ၌ တစ်ချိန်လုံး ပြဿနာများဖြစ်နေခြင်း၏ အခြေခံအကြောင်း ရင်းမှာ ထိုကုမ္ပဏီများ၌ လွှမ်းမိုးနေသော အပြင်မှအတွင်းသို့ နည်းကြောင့်ဖြစ်သည်။ လူတိုင်းက ပြဿနာသည် အပြင်မှ စလာသည်ဟု ထင်သည်။ အကယ်၍ အခြားသူများကိုသာ ခါထုတ်လိုက်လျှင် ပြဿနာများ ပြေလည်သွားမည်ဟု ထင်နေကြသည်။

ထိရောက်မှုဆိုင်ရာနိယာမများသည် ကျွန်တော်တို့၏ ခန္ဓာကိုယ် အတွင်း၌ နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း အမြစ်တွယ်နေကြသည်။ ကျွန်တော်တို့၏ ဩတ္တပ္ပတရားနှင့် ဘဝ၏ အတွေ့အကြုံများကို တိတ်တိတ်ဆိတ်ဆိတ် ပြန်လည်တွေးခေါ်မှုတို့၌ ပြန်၍ပေါ်လာတတ်ကြသည်။ ၎င်းတို့ကို အသိအမှတ်ပြုရန်၊ တိုးတက်ပွားများအောင် လုပ်ရန်၊ ကျွန်တော်တို့ တွေ့ကြုံနေရသည့် နက်ရှိုင်းသည့် ပြဿနာများကို ဖြေရှင်းရာတွင် အသုံးပြုရန်အတွက် အတွင်းမှအပြင်သို့ နည်းလမ်းကို ပြောင်းလဲ ကျင့်သုံးရမည်။

ဩတ္တပ္ပတရားကို ပညာပေးခြင်းနှင့် လိုက်နာခြင်း

အတွင်းမှအပြင်သို့ နည်းလမ်းကို ကျင့်သုံးရန်အတွက် သော့ချက်မှာ အမှားနှင့် အမှန်ကို သိသည့် ဩတ္တပ္ပတရားကို ပညာပေးရန်နှင့် ထိုဩတ္တပ္ပတရားအတိုင်း လိုက်နာရန် ဖြစ်သည်။ ဩတ္တပ္ပတရားဟူသော လူသားတို့၏ အရည်အသွေးသည် မှန်ကန်သည့် နိယာမများနှင့် ကိုက်ညီမှု ရှိသည် မရှိသည်ကို သိရှိသည့် အရည်အသွေးတစ်ခုဖြစ်ပြီး ထိုနိယာမများသို့ ရောက်အောင် ကျွန်တော်တို့အား ဆွဲခေါ်ပင့်တင်သွားနိုင်သည်။

နာဗုံကြောများအား အလေ့အကျင့်လုပ်ခြင်းသည် အားကစားသမား တစ်ယောက်အတွက် အရေးကြီးသလို ပညာရှင်တစ်ယောက်အတွက် စိတ်ကို အလေ့အကျင့်လုပ်ခြင်းသည် အရေးကြီးသလို ဩတ္တပ္ပတရားကို အလေ့အကျင့် လုပ်ခြင်း၊ ပညာပေးခြင်းသည် အခြေခံ ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်မှုကို ရရှိရန်အတွက် အရေးကြီးပေသည်။ ဩတ္တပ္ပတရားကို လေ့ကျင့်ပေးရန်အတွက် စည်းကမ်းပို၍ လိုအပ်သည်။ မှန်ကန်ရိုးသားစွာနေထိုင်ခြင်း၊ စိတ်အားထက်သန် နိုးကြားစေသည့် စာများဖတ်ခြင်း၊ မြင့်မြတ်သည့် အတွေးအခေါ်များကို တွေးခြင်းများ လိုအပ်သည်။ အပေါ်စား အစားအသောက်များနှင့် လေ့ကျင့်ခန်း မလုပ်ခြင်းတို့ကြောင့် အားကစား သမားတစ်ယောက်၏ အခြေအနေကို ပျက်စီးစေနိုင်သလို၊ ညစ်ညမ်းသော ကြမ်းတမ်းသော စာပေများသည်လည်း ကျွန်တော်တို့၏ အဇ္ဈတ္တအာရုံများကို မှောင်မိုက်သွားစေနိုင်သည်။ မှန်သည် မှားသည်ဆိုသည့် သဘာဝကျသော ဩတ္တပ္ပတရားကို ငါလုပ်တာ တွေ့သွားကြမလားဟူသော စိတ်ဓာတ်က အစားထိုးစေသည်။

ဩတ္တပ္ပတရားလေ့ကျင့်ခြင်းသည် လသားအရွယ်ကပင် မိသားစုထဲ၌ စပြီး မိဘများ၏ နမူနာနှင့် အဆုံးအမများ၏ အောက်၌ အကန့်အသတ်မရှိ ဆက်လက်ကျင့်သုံးစေသည်။ သို့သော်လူတစ်ယောက်အနေဖြင့် လိုအပ်ချက်ကို ကြည့်၍ ဆောင်ရွက်သည့်အခါ သူ့ကိုယ်သူ ပညာပေးရန်အတွက် ခြေတစ်လှမ်း လှမ်းရာရောက်သည်။ လေ့လာဆည်းပူးခြင်း၊ တာဝန်ယူခြင်း၊ ဆောင်ရွက်ခြင်း ဟူသော ဖြစ်စဉ်များကို တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် မြင့်၍ ဆောင်ရွက်တတ်လာသည်။

အခြေခံ ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်မှုရှိသည့်သူများ၌ ဘဝတွင်တွေ့သည့် အရာရာနှင့် ပတ်သက်သည့် ၎င်းတို့၏ အချိန်များ၊ ပါရမီအစွမ်းအစများ၊ ငွေကြေးများ၊ ပိုင်ဆိုင်မှုများ၊ ဆက်ဆံရေးများ၊ မိသားစုများနှင့် ၎င်းတို့၏

ခန္ဓာကိုယ်များနှင့်ပတ်သက်၍ ဘဏ္ဍာစိုးသဘောမျိုး စိတ်ထားကြသည်။ ထိုအစွမ်းအစများအားလုံးကို အပြုသဘောကိစ္စများအတွက် သုံးစွဲရန် လိုသည်ကို သဘောပေါက်သည်။ သူတို့မှာတာဝန်ရှိကြောင်း မျှော်လင့်ထားကြသည်။ အခြေခံအားဖြင့် ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်မှုရှိသည့် သူများသည် စော်ကားမော်ကား လုပ်မှုများကို ကြင်ကြင်နာနာ တုံ့ပြန်တတ်ကြသည်။ သည်းမခံ စိတ်မရှည်မှုများကို သည်းခံစိတ်ရှည်မှုအဖြစ် တုံ့ပြန်တတ်ကြသည်။ ၎င်းတို့အနီးပတ်ဝန်းကျင်ရှိ လူများအား အရာများမှ အကောင်းဆုံးကို ဆွဲထုတ်နိုင်ကြသည်။ အကျိန်အဆဲခံရသည့်အခါ ချီးကျူးထောမနာပြုရန် ကြိုးစားကြသည်။ ပါးတစ်ဖက်ကို ရိုက်လျှင် အခြားပါးတစ်ဖက်ကို လှည့်ပေးနိုင်ကြသည်။ နောက်တစ်ခါထပ်၍ ပြုံးပြနိုင်ကြသည်။ ခွင့်လွှတ်တတ်၊ မေ့လွယ်တတ်ကြသည်။ ဘဝကိုပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် ခရီးဆက်တတ်ကြသည်။ လူသားများ၏ ကောင်းသည့်အလားအလာများကို ယုံကြည်ပြီး နောက်ဆုံး၌ အမှန်တရားက အောင်မြင်ရမည်ဟု ယုံကြည်တတ်ကြသည်။ လူတစ်ယောက်သည်။ သူ့ကိုယ်သူရှေ့နေလိုက်ဖို့ ကြိုးစားသည့်ခဏ၌ သူလက်ခံရသည့် အရာများကို ပြန်လည်တုံ့ပြန်ရန် ကြိုးစားသည့်အချိန်များ၌ သူသည် အဖျက်သဘော အလားအလာများကြားထဲ၌ မိနေတတ်ကြသည်။ သူနှင့် သူ၏ ရန်သူများသည် အတူတူဖြစ်နေကြပြီး ၎င်းတို့သည် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး လိမ်ညာခြင်း၊ အကြမ်းဖက်ခြင်း၊ ဆုတ်ခွာခြင်းစသည့် နည်းလမ်းများကို အသုံးပြုကာ တိုက်ခိုက်ပြီး တိုက်လျှင်တိုက်၊ မတိုက်လျှင်ပြေးကြလိမ့်မည်။

ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် အခြားသူများ၏ ဂုဏ်သိက္ခာကို အသိအမှတ်ပြုလျှင် ကျွန်တော်တို့လည်း ဂုဏ်သိက္ခာတက်လာသည်။ လူအများကို လက်ခံပြီး ၎င်းတို့၏ တိုးတက်ကြီးပွားနိုင်သည့် စွမ်းအားများကို ယုံကြည်လျှင် သူတို့က ကျွန်တော်တို့အား ကျိန်တွယ်ခြင်း၊ အကဲဖြတ်ခြင်း လုပ်နေလျှင်ပင် ကျွန်တော်တို့က သူတို့ကို ချီးကျူးထောမနာပြုလျှင် ကျွန်တော်တို့၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးနှင့် စရိုက်များ အခြေခံအားဖြင့် ကြီးကျယ်မြင့်မားအောင် လုပ်ရာရောက်သည်။

အုတ်မြစ်ပေါ်၌ တည်ဆောက်ခြင်း

သင့်အနေဖြင့် ယုံကြည်မှုမရှိဘဲလွဲအပ်ရန် မဖြစ်နိုင်ပေ။ သင့်နှင့်အတူတူ အလုပ်လုပ်နေသည့်သူများကို ယုံကြည်မှုမရှိလျှင် ၎င်းတို့ကို လွဲအပ်ခြင်းမပြုဘဲ ထိန်းချုပ်မှုသာ ပြုမည်။ သင်က သူတို့ကိုယုံကြည်ပြီး သူတို့နှင့် မည်သို့မည်ပုံ ဆောင်ရွက်ရန် သဘောတူညီချက်များ ရရှိသည့်အခါ လုပ်ပိုင်ခွင့်များ နှင်းအပ်နိုင်ပြီး

စနစ်များ၊ ပုံသဏ္ဍာန်နှင့် ကိုက်ညီအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်မည်။ ကိုက်ညီထားသည့် အဖွဲ့အစည်းများ၌ အရာရာက လူတစ်ယောက်စီ တစ်ယောက်စီအား ထုတ်လုပ်မှု စွမ်းအားရှိရန်၊ ထိရောက်မှုရှိရန် သူလည်းအကျိုးရှိ ကိုယ်လည်းအကျိုးရှိသည့် သဘောတူညီချက်များကို ဖြည့်စွမ်းရန် အစစအရာရာက အထောက်အကူပြုသည်။ ပုံသဏ္ဍာန်နှင့်စနစ်တို့ လွဲချော်နေလျှင် သင့်အနေဖြင့် လုပ်ပိုင်ခွင့်အပ်နှင်းခြင်းလည်း မပြုနိုင်။ ယုံကြည်မှုလည်း မရှိနိုင်။

ကျွန်တော့်၏ ဆွေးနွေးပွဲများ၌ မန်နေဂျာများအား ကျွန်တော်က မကြာခဏ မေးလေ့ရှိသည်။ ‘ခင်ဗျားတို့ထဲက ဘယ်နှစ်ယောက်ဟာ လုပ်ပိုင်ခွင့် အပ်နှင်းနိုင်တဲ့၊ ပူးပေါင်းပါဝင်တဲ့ စီမံခန့်ခွဲနည်းများကို လေ့ကျင့်ပျိုးထောင်ထား သလဲ’ဟု မေးသည်။ ထိုသို့မေးသည့်အခါများ၌ လူအတော်များများက လက်ထောင်ကြသည်။ ထိုအခါ ကျွန်တော်က ထပ်မေးသည်။ ‘အဲဒီလိုဆိုရင် ယုံကြည်မှုမရှိတဲ့အခါမှာ အဲဒီလူကို လုပ်ပိုင်ခွင့်အပ်နှင်းရင် ဘာဖြစ်သလဲ’ဟု ထပ်မေးလိုက်သည့်အခါ သူတို့က ‘အဲဒီလိုဆိုရင် ဘယ်အလုပ်ဖြစ်မလဲ၊ ခင်ဗျား အနေဖြင့် ရည်ရွယ်ချက်အတိုင်း စီမံခန့်ခွဲတဲ့နည်းလမ်းကို ပြန်သွားပြီး အခြား ထိန်းချုပ်တဲ့နည်းတွေကို သုံးရမယ်၊ ဒါမှ အလုပ်ခွင်မှာ စည်းကမ်းရှိမယ်’ဟု ပြောကြသည်။

ထိုအခါ ကျွန်တော်က သူတို့ကိုထပ်မေးသည်။ ‘အဲဒီလိုဆိုရင် စီမံခန့်ခွဲမှု သင်တန်းတွေကို ဘာဖြစ်လို့ဆက်ပြီး အာရုံစိုက်နေကြသလဲ၊ ခင်ဗျားတို့ဟာ လက္ခဏာတွေကို ကုနေတဲ့အချိန်မှာ ပြဿနာတွေကို ရှင်းတယ်လို့ ထင်ယောင် ထင်မှား ဖြစ်နေကြတယ်၊ စူးရှတဲ့ဝေဒနာက ခဏတစ်ဖြုတ်လောက်တော့ သက်သာနိုင်မယ်။ အဲဒီလိုသက်သာတာနဲ့ နာတာရှည်ရောဂါကြီး ပျောက်အောင် လုပ်နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး’

ထို့နောက် ကျွန်တော်က အဖွဲ့အစည်းအဆင့်နှင့်ပတ်သက်၍ မေးခွန်း ထပ်မေးသည်။ ‘ခင်ဗျားတို့မှာ ဧရာမအဖြေကြီးထုတ်ဖို့အတွက် ပြန်လည် စုစည်းရတယ်၊ ပြန်လည်ကိုက်ညီမှုရှိရတယ်ဆိုတာ မြင်တဲ့လူဘယ်နှစ်ယောက် ရှိသလဲ’ လူတစ်ဝက်လောက်က လက်ထောင်သည်။ ‘အဲသည်လို ဧရာမ အဖြေကြီးထုတ်ဖို့အတွက် စနစ်ကို ပြန်ပြင်ရတယ်ဆိုတာ မြင်တဲ့လူဘယ်နှစ် ယောက်ရှိသလဲ’ လူသုံးပုံ တစ်ပုံက လက်ထောင်ကြပြန်သည်။ ထို့နောက် ကျွန်တော်က ဆက်မေးသည်။ ‘လူတစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် ဆက်ဆံရေး အဆင့်တွေမှာ အဖြေမထုတ်ဘဲ အဖွဲ့အစည်းအဆင့်မှာ အဖြေထုတ်တဲ့အတွက်

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

ရတဲ့ရလဒ်တွေက ဘာတွေလဲ သိကြသလား' အဖြေက 'ပျက်စီးဆုံးရှုံးမှုပဲ'ဟု
ဖြေကြသည်။

ကျွန်တော်တို့သည် ဂေဟဗေဒ စနစ်တစ်ရပ်နှင့် ပတ်ဝန်းကျင်စနစ်
တစ်ရပ်ထဲ၌ နေထိုင်အလုပ်လုပ်နေကြခြင်းဖြစ်သည်။ အဆင့်လေးဆင့်လုံး၌
နိယာမဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှုမှလွဲ၍ အခြားအရာများအပေါ်၌ အခြေစိုက်၍
ဖြေရှင်းလျှင် ခင်ဗျား၏ ကြိုးစားအားထုတ်မှုများသည် လိုအပ်သော ကြိုးစား
အားထုတ်မှုများ ဖြစ်မလာနိုင်။

အကယ်၍ ပိုင်ရှင်များ၊ မန်နေဂျာများအနေဖြင့် အကျင့်သီလလည်းမရှိ၊
အရည်အသွေးလည်း မရှိလျှင် သူတို့အနေဖြင့် အခြားသူများအား ဩဇာ
အပ်နှင်းခြင်း၊ အကျိုးအမြတ်ပေးခြင်း၊ အသိအမှတ်ပြုခြင်းများ လုပ်ကြမည်မဟုတ်။
သူတို့ လုပ်ကြလျှင် သူတို့ကိုယ် သူတို့ စိတ်မချ လက်မချ ဖြစ်နေကြလိမ့်မည်။
၎င်းတို့အနေဖြင့် အတွင်းမှအပြင်သို့သွားသည့် နည်းလမ်းများကိုသုံးပြီး ပထမဦးစွာ
အကျင့်သီလများ၊ အရည်အချင်းများ တိုးပွားအောင်လုပ်ကာ ယုံကြည်မှု
တည်ဆောက်ရမည်။ ယုံကြည်မှု တည်ဆောက်ပြီးနောက် လုပ်ပိုင်ခွင့်နှင့်အပ်
ရမည်။ ဤနည်းအားဖြင့်သာ ပုံသဏ္ဍာန်များနှင့် ပတ်သက်၍လည်းကောင်း၊
စနစ်များနှင့်ပတ်သက်၍လည်းကောင်း ကြုံတွေ့ရမည့်ပြဿနာများကို ဖြေရှင်း
နိုင်မည်။

မန်နေဂျာတစ်ဦးစီ တစ်ယောက်စီက အတွင်းမှအပြင်သို့သွားသည့်
နည်းကို ကျင့်သုံးပြီးလျှင် ၎င်းတို့အနေဖြင့် အဖွဲ့အစည်း၏ အခြေခံပြဿနာ
များကို ဖြေရှင်းခြင်း မပြုနိုင်သေးပေ။ အခြားသူများအားလည်း အမှန်တကယ်
လုပ်ပိုင်ခွင့် နှင့်အပ်သည်ဆိုသည့်စကားကို ပြောကောင်းပြောမည်။ ၎င်းတို့၏
ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးနှင့် အကျင့်စာရိတ္တများသည် နောက်ဆုံး၌ အမှန်ပေါ်
လာသည်။

ပုံသဏ္ဍာန်နှင့် ပတ်သက်၍လည်းကောင်း၊ စနစ်နှင့်ပတ်သက်၍ ပြဿနာ
များကိုလည်းကောင်း၊ ဖြေရှင်းရာ၌ ကျွန်တော်တို့သည် အကျင့်သီလများနှင့်
အရည်အသွေးများ ရှိအောင်လုပ်ရမည်။ အစီအစဉ်ကို တိုးတက်စေချင်လျှင်
အစီအစဉ်ဆွဲသူအပေါ် ပထမဆုံး အာရုံစိုက်ရမည်။ လူအများက မဟာဗျူဟာများ၊
ပုံသဏ္ဍာန်များ၊ စနစ်များအဖွဲ့အစည်း၏ ပုံစံများကို ထုတ်လုပ်ခြင်းဖြစ်သည်။
၎င်းတို့သည် စိတ်၏လက်များ၊ လူ၏ နှလုံးသားများ ဖြစ်ကြသည်။

၅ အတိတ်နှင့် လမ်းခွဲ

ထူးခြားသည့် ဖောက်ထွက်မှုမှန်သမျှသည် သမားရိုးကျတွေးခေါ်ပုံမျိုးနှင့် သတ္တိရှိရှိ လမ်းခွဲခြင်းကြောင့်ဖြစ်သည်။

သိပ္ပံပညာရှင်အသိုင်းအဝိုင်း၌ ရုတ်ခြည်းပြောင်းလဲခြင်းများ၊ အတွေးအခေါ် ပြောင်းလဲခြင်းများ၊ နားလည်သဘောပေါက်ပုံပြောင်းလဲခြင်းများ၊ အကန့်အသတ်ဟောင်းများမှ ရုတ်တရက်လွတ်မြောက်ခြင်းများကို ပုံစံ ပြောင်းခြင်းဟု ခေါ်လေ့ရှိကြသည်။ ထိုသို့ ပုံစံပြောင်းလဲသွားသည့်အခါ ပုံစံဟောင်းများနှင့် ပတ်သက်၍ လုံးဝခြားနားသည့် တွေးခေါ်ပုံများ ဖြစ်ပေါ်လာကြသည်။

ပုံစံ (paradigm) ဟူသော စကားသည် ဂရိဝေါဟာရ Paradigma မှ လာသည်။ သူ၏ အဓိပ္ပာယ်မှာ ပုံစံတစ်ခု၊ သဘောပေါက်စရာ မြေပုံ တစ်ခု၊ အမှန်တရားများ၏ အချို့အစိတ်အပိုင်းများကို ရှင်းလင်းပြခြင်းဟူ၍ အဓိပ္ပာယ် ရသည်။ လူတစ်ယောက်အနေဖြင့် ကျွမ်းကျင်မှုအသစ်များကြောင့် အနည်းငယ် တိုးတက်မှုများ ရရှိစေသည်။ သို့သော် စွမ်းဆောင်မှု အကြီးအကျယ် ပြောင်းလဲခြင်းများ၊ နည်းပညာဆိုင်ရာ တော်လှန်မှုများ အားလုံး၌ မြေပုံအသစ်များ၊ ပုံစံအသစ်များ၊ ကမ္ဘာလောကကြီးကို မြင်ပုံ တွေးပုံအသစ်များ ရရှိရန်လိုအပ်သည်။

ဥပမာ လွန်ခဲ့သည့် နှစ် ၅၀၀ ခန့်က လူအများအနေဖြင့် ထိုခေတ် ထိုအချိန်က ကမ္ဘာကြီးအား နားလည်ပုံကို ရောင်ပြန်ဟပ်သည့်မြေပုံတစ်ခုရှိသည်။

ထိုမြေပုံသည် ကျွမ်းကျင်သည့် ရေကြောင်းပညာရှင် သဘောသား ခရစ္စတိုဖာ ကိုလံဗတ် (၁၄၅၁-၁၅၀၆) က ပြောင်းလဲမပစ်သမျှ ထိုမြေပုံအတိုင်း သဘောပေါက် နေကြသည်။ ကိုလံဗတ်က အနောက်တည့်တည့်သို့ ရွက်လွင့်ကာ အင်းဒီးစ်သို့ သွားသည့် လမ်းကြောင်းသစ်တစ်ခု တွေ့ရှိလိမ့်မည်ဟု မျှော်လင့်ပြီး သမားရိုးကျ ဉာဏ်ပညာများကို စိန်ခေါ်ခဲ့သည်။ အင်းဒီးစ်ကို မတွေ့ခဲ့သော်လည်း သူ့အနေနှင့် မြေပုံကိုသော်လည်းကောင်း၊ ပုံစံကိုသော်လည်းကောင်း၊ ကမ္ဘာကိုသော်လည်းကောင်း ပြောင်းပစ်နိုင်သည်။ ထိုသို့ ပြောင်းလဲပစ်ခြင်းသည် ကမ္ဘာ့သမိုင်း၌ ဧရာမ အပြောင်းအလဲကြီးတစ်ခု ဖြစ်သည်။

ကိုလံဗတ်ကို ဧည့်ခံပွဲတစ်ခုသို့ဖိတ်ကြားသည့်အခါ သူ့အတွက်နေရာကို စားပွဲထိပ်ဆုံး၌ သတ်မှတ်ထားသည်။ သူ့ကို မနာလိုသည့် မှူးမတ်တစ်ယောက်က 'အင်းဒီးစ်ကို ရှာမတွေ့ခဲ့ဘူးမဟုတ်လား၊ စပိန်မှာ အဲဒီအလုပ် လုပ်နိုင်တဲ့သူတွေ မရှိတော့ဘူးလား'ဟု မေးသည်။

ကိုလံဗတ်က ဘာမျှပြန်မပြော၊ ကြက်ဥတစ်လုံးကိုယူပြီး 'ထောင် ကြည့်ကြစမ်းပါ'ဟု ခိုင်းသည်။ ပရိသတ်အားလုံးက ကြက်ဥကိုထောင်ကြည့် ကြသော်လည်း မအောင်မြင်။ ထိုအခါ သူက ကြက်ဥကိုယူ၍ စားပွဲပေါ်၌ ဆောင်ချလိုက်ပြီး ထောင်ပြလိုက်သည်။

မှူးမတ်က 'အဲဒီလိုဆိုရင် ငါတို့အားလုံး လုပ်နိုင်သားပဲ'ဟု ပြန်ပြော သည်။

ကိုလံဗတ်က 'မင်းဘယ်လိုလုပ်ရမယ်ဆိုတာ သိရင်ကတော့ လုပ်နိုင် တာပေါ့။ ကမ္ဘာသစ်ကို ငါ လမ်းပြလိုက်ပြီဆိုရင် အဲဒီနောက်က လိုက်ရတာ လွယ်လွယ်လေးပါ'ဟု ပြန်ပြောလိုက်သည်။

ကိုလံဗတ်၏ ခရီးစဉ် အနှစ် ၅၀၀ ပြည့်သည့်အခါက ကျွန်တော်သည် အခြား အမေရိကန်များနှင့်အတူ ရှာဖွေစူးစမ်းလိုသည့် ပြန်လည် ဆန်းသစ် လိုသည့် စိတ်ဓာတ်ဖြင့် အထိမ်းအမှတ် အခမ်းအနားတစ်ခုကို ကျင်းပခဲ့သည်။ ထိုစိတ်ဓာတ်သည် ကမ္ဘာပေါ်၌ အကောင်းဆုံးသောအဖွဲ့အစည်းများကို ဖြစ်ပေါ် စေသည့် စိတ်ဓာတ်ဖြစ်သည်။

ဗဟို၌ရှိသည့် နိယာမတစ်စုံ

အခြား ပြန်လည်ဆန်းသစ်ရေးသမားဖြစ်သော နီကိုးလပ်စ် (၁၄၇၃-၁၅၄၃)က ကြယ်များအတွက် မြေပုံသစ်တခု ဆွဲခဲ့သည်။ ကိုလံဗတ်က ပင်လယ်နှင့်ပတ်သက်၍ မြေပုံအသစ်တစ်ခု ဆွဲခဲ့သည်။

ထိုအချိန်က နက္ခတ္တဗေဒပညာရှင်များသည် အီဂျစ် နက္ခတ္တဗေဒ ပညာရှင် ပတိုမီ၏ သီအိုရီကို လက်ခံထားခဲ့ကြသည်။ စကြဝဠာ၏ အလယ်၌ ကမ္ဘာရှိပြီး ကမ္ဘာကြီးသည် လှုပ်ရှားမှုမရှိဟု လက်ခံထားကြသည်။ နီကိုးလပ်စ်က ကမ္ဘာမြေကြီးသည် အာကာသထဲ၌ လျင်မြန်စွာ ပြောင်းလဲနေပြီး နေသည် ဗဟိုချက်ရှိသည်ဟု သက်သေပြခဲ့သည်။ သူ၏ နေဗဟိုပြုပုံစံကို အချို့သူများက သိပ္ပံနည်းကျသည်ဟု ယူဆကြသော်လည်း အချို့သူများက လုံးဝမှားသည်ဟု မြင်ကြသည်။ သူက အစဉ်အလာနှင့် လမ်းခွဲထွက်လိုက်ပြီး ခေတ်မီ သိပ္ပံပညာအစကို စတင်လိုက်ခြင်း ဖြစ်သည်။

သူ၏ စာအုပ်များထဲ၌ နီကိုးလပ်စ်က 'ကမ္ဘာမြေကြီး လှုပ်ရှားမှု ရှိသည်ဟုဖော်ပြရန်မှာ ရာစုနှစ်ပေါင်းများစွာက စကြဝဠာကြီး၏ ဗဟိုချက်၌ ကမ္ဘာမြေကြီး မလှုပ်မယှက် တည်ရှိနေသည်ဟု သဘောပေါက်ခဲ့သူများအတွက် ဧရာမ တုန်လှုပ်ချောက်ချားစရာ ဖြစ်သည်။ သို့သော် ကျွန်တော့် အနေဖြင့် မည်သည့်လူ၏ ဝေဖန်ချက်ကြောင့်မျှ နောက်တွန်းမနေ။ နှစ်ရှည်လများ အကြိမ်ကြိမ် လေ့လာပြီး ပုံသေနိယာမများကို ချမှတ်ကြသည့်အခါ ကမ္ဘာမြေကြီးသာ ရွေ့လျားနေသည်မဟုတ် ကြယ်များလည်းရွေ့လျားနေသည်။ ကောင်းကင်ကြီး ကိုယ်တိုင်က ပြောင်းလဲနေသည်။ တစ်ခုနှင့်တစ်ခု တွဲဖက်ချိတ်ဆက်နေသဖြင့် တစ်ခုကို ပြောင်းသည့်အခါ စကြဝဠာကြီးတစ်ခုလုံးကို ရှုပ်ရှုပ်ထွေးထွေးမဖြစ်ဘဲ မည်သည့်အရာကိုမျှ နေရာက မရွှေ့နိုင်' ဟု ရေးသားခဲ့သည်။

သမိုင်းတစ်လျှောက်လုံး၌ ခေါင်းဆောင်များသည် ပုံစံအမျိုးမျိုး၊ မြေပုံ အမျိုးမျိုးဆွဲပြီး လူများကို စိမ့်ခန့်ခဲ့ခဲ့ကြသည်။ ဤစိမ့်ခန့်ခဲ့ပုံများ၌ ရှေးနည်းဖြစ်သည့် ဆုပေးဒဏ်ပေးစနစ်လည်း ပါဝင်သည်။ ထုတ်လုပ်မှု စွမ်းအားတိုးရန်အတွက် ဆုပေး ဒဏ်ပေးစနစ်ကို ကျင့်သုံးခြင်းဖြစ်သည်။ နောက်ပိုင်း၌ ရှုပ်ထွေးသည့် လူမှုဆက်ဆံရေးနှင့် လူ့စွမ်းအားပုံစံများကို အသုံးပြုခဲ့ကြသည်။ ၎င်းတို့ကို မဟာဗျူဟာများရေးဆွဲခြင်း၊ ပူးပေါင်းပါဝင်စေခြင်းများအတွက် ကြံရွယ်ခဲ့ကြသည်။

ကျွန်တော်၏ မျှော်လင့်ချက်မှာ နောက်ထပ် မြေပုံတစ်ခုဆွဲပြီး စီမံခန့်ခွဲမှု သင်တန်းများအတွက် ပုံစံပြောင်းရန်မျှသာ မဟုတ်ပါ။ နိယာမဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှုဟူသော အိမ်မြှောင်သစ်တစ်ခု တည်ဆောက်ရန်ဖြစ်သည်။ ဤပုံစံကို သုံးခြင်းအားဖြင့် ၎င်းတို့၏ အဖွဲ့အစည်းနှင့် ပြည်သူလူထုကို မြင်တတ်အောင် လုပ်ပေးခြင်း၊ ရည်ရွယ်ချက်များကို ရှင်းလင်းအောင် လုပ်ပေးခြင်း၊ ယုံကြည်ချက်နှင့် ကိုက်ညီသော အပြုအမူများ ရအောင်လုပ်ပေးခြင်း၊ နိယာမများ၊ ကဏ္ဍများ၊ ရည်မှန်းချက်များနှင့် ကိုက်ညီသော လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများလုပ်ပေးခြင်းအားဖြင့် ခေါင်းဆောင်များသည် ၎င်းတို့အဖွဲ့အစည်းများနှင့် လူများကို ပြောင်းလဲပစ် သည်ဟု မျှော်လင့်နိုင်သည်။ လူအများအနေဖြင့် အဖွဲ့အစည်း၏ တာဝန်များကို လက်ခံယုံကြည်မှုမှ တစ်ဆင့် တစ်ဦးချင်း တစ်ယောက်ချင်းက ဖြည့်စွမ်းပေးဆပ် နေမှုများ မြင့်မားစေနိုင်သည်။

ပုံစံဟောင်းကိုလွှင့်မပစ်လျှင် ပုံစံသစ်ကို လက်ခံနိုင်ကြမည် မဟုတ် ပေ။ အလားတူပင် လူအများနှင့်ပတ်သက်၍ ကျွန်တော်တို့ လက်မခံချင်သည့် အယူအဆများကို ပစ်ပယ်ခြင်း မရှိလျှင် အဖွဲ့အစည်းများ၌ ကြာရှည်ခံသည့် တိုးတက်မှုများ ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်မည် မဟုတ်ပေ။ လိမ်နည်း၊ ညာနည်းများဖြင့် ကျွန်တော်တို့၏ လူ့စွမ်းအားများကို တိုးပွားအောင် လုပ်နိုင်မည် မဟုတ်ပေ။ သို့သော် မကြာခဏဆိုသလိုပင် အမှားမှားအယွင်းယွင်း ဖြစ်နေကြသည်။ စွမ်းဆောင်ရည်မြင့်မားမှုနှင့် ထိရောက်မှုတို့ လွဲနေကြသည်။ တော်သလို လျော် သလို လုပ်ခြင်းအားဖြင့် ဦးစားပေးအစီအစဉ်များလွဲနေကြသည်။ တုပခြင်းနှင့် တီထွင်မှု၊ အပေါ်ယံ အပြင်အဆင်များနှင့် အကျင့်သီလ၊ ဟန်ဆောင်မှုနှင့် အရည်အသွေးပြည့်ဝမှုတို့ ရောထွေးနေကြသည်။

နောက်ဆုံး၌ လူတစ်ယောက်လက်ခံကျင့်သုံးသည့် ခေါင်းဆောင်မှု ပုံစံသည် လူသားတို့၏ သဘာဝနှင့်ပတ်သက်၍ ခံစားမှုများ၊ အတွေးအခေါ် များမှထွက်ပေါ်လာခြင်း ဖြစ်သည်။ သူ့ဘဝ၏ အချက်အချာ၌ ဘာရှိသည်ဖြစ်စေ၊ အလုပ် သို့မဟုတ် ပျော်ရွှင်မှု၊ မိတ်ဆွေ သို့မဟုတ် ရန်သူ၊ မိသားစု သို့မဟုတ် ပိုင်ဆိုင်မှု၊ ဇနီး သို့မဟုတ် ကိုယ်တိုင်၊ နိယာမများ သို့မဟုတ် တပ်မက်မှုများ၊ ထိုအရာများက သူ၏ ရှုမြင်ပုံအပေါ် အကျိုးသက်ရောက်သည်။ ထိုရှုမြင်ပုံက ယုံကြည်မှုများ၊ သဘောထားများနှင့် အပြုအမူများကို လွှမ်းမိုးသည်။

ကျွန်တော့်အနေဖြင့် မှန်ကန်သည့်နိယာမများကို သင်ပေးလိုက်လျှင် သူတို့ဘာသာသူတို့ အုပ်စိုးကြလိမ့်မည်ဟူသော အမြင်ကို သဘောကျသည်။ စီမံခန့်ခွဲမှုနှင့် ခေါင်းဆောင်မှုအတွက် ထိုအမြင်သည် အသိဉာဏ်ပွင့်လင်းသည့် အမြင်ဖြစ်သည်။ လူပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် အဖွဲ့အစည်းများသည် နိယာမတစ်စုံ၏ လွှမ်းမိုးမှု၊ လမ်းညွှန်မှုအောက်၌ ရှိရမည်။ ထိုသဘာဝနိယာမများ လူမှုတန်ဖိုးထားမှုများသည် လူ့အဖွဲ့အစည်းများ၊ တာဝန်ရှိသည့် အဖွဲ့အစည်းတိုင်း အတွင်းသို့ ရာစုနှစ်များအတွင်း တဖြည်းဖြည်း ထိုးဖောက်ဝင်ရောက်သည့် နိယာမများ ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့သည်တန်ဖိုးထားမှုများ၊ အကြံဉာဏ်များ၊ စံနှုန်းများ၊ အဆုံးအမများအဖြစ် ထွက်ပေါ်လာပြီး လူအများကို မြင့်မြတ်အောင်၊ ဖြည့်ဆည်းအောင်၊ လုပ်ပိုင်ခွင့်နှင့်အပ်အောင်၊ စိတ်ဓာတ်တက်ကြွအောင် ဆောင်ရွက်ခဲ့ကြသည်။

သိပ္ပံပညာ၌ ပုံစံပြောင်းသလိုပင် စီမံခန့်ခွဲမှု ပုံစံပြောင်းခြင်းသည် ကမ္ဘာတစ်ခုလုံး၏ အမြင်ကို ပြောင်းလဲစေသလို အဖွဲ့အစည်းအပေါ်၌ထားသည့် သဘောထားကိုလည်း လုံးဝ ပြောင်းလဲစေသည်။ မန်နေဂျာများသည် အရုံးအမြတ်ကို အာရုံစိုက်ရမည် မှန်သော်လည်း ခေါင်းဆောင်များအနေဖြင့် အမြင်ရှင်းရှင်းလင်းလင်းရှိဖို့၊ လမ်းညွှန်ချက်မှန်ကန်ဖို့ ဂရုစိုက်ရမည်။

စကားပုံတစ်ခုအရဆိုလျှင် ‘အမြင်မရှိလျှင် လူအများပျက်စီးတတ်သည်’ ထိုသို့ဖြစ်ခြင်းမှာ ၎င်းတို့အနေဖြင့် ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များချကာ ထိုရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များကို ရောက်ရှိရန် ကြိုးစားသော်လည်း ၎င်းတို့၏ တာဝန်ကို သတ်သတ်မှတ်မှတ် မပြဋ္ဌာန်းနိုင်ခြင်း၊ တန်ဖိုးထားမှုများ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း မရှိခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်။ သို့ဖြစ်၍ ထိပ်ဆုံးသို့ ရောက်ခါမှ ထိုရောက်နေသော ထိပ်ဆုံးသည် ကိုယ်လိုချင်သောနေရာ ကိုယ်ရောက်ချင်သောနေရာ မဟုတ်ကြောင်း စိတ်ပျက်လက်ပျက် ဖြစ်နေတတ်ကြသည်။

အစွမ်းအစများ လွင့်ထုတ်သည့်ဖြစ်စဉ်

ရူပဗေဒ၌ နယူတန်က ကမ္ဘာမြေကြီး၏ ဆွဲငင်အားကို ဖော်ထုတ်ခဲ့ရာ ယခုအချိန်အထိ အသုံးဝင်နေဆဲဖြစ်သည်။ သို့သော် အဲလ်ဗတ်အိုင်းစတိုင်း (၁၈၇၉-၁၉၅၅) က အဏုမြူအတွင်း၌ရှိသည့် စွမ်းအားများကို ဖွင့်မထုတ်နိုင်သေးသမျှ ဧရာမစွမ်းအားများ ကိန်းအောင်းနေသည်။ သူ၏ နှိုင်းရသီအိုရီ (Relativity Theory) က ခြပ်များနှင့် စွမ်းအားများကို ဖလှယ်နိုင်သည်ဟု

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

သဘောထားသည်။ ခြပ်များနှင့် စွမ်းအားများသည် သီးခြားစီမဟုတ်ဟု မြင်သည်။ ထိုသို့မြင်ပုံသည် အချိန်၊ နေရာ၊ အရှိန်များ၊ ကမ္ဘာမြေကြီး၏ ဆွဲငင်အားတို့နှင့် ပတ်သက်၍ တော်လှန်ပြောင်းလဲသည့် သိပ္ပံနည်းကျ အတွေးအခေါ်သစ်တစ်ခု ဖြစ်သည်။

သူ၏ ကိုယ်ရေးမှတ်တမ်းများထဲ၌ အိုင်းစတိုင်းက 'နယူတန် ကျွန်တော်ကို ခွင့်လွှတ်ပါ။ ခင်ဗျားက ခင်ဗျားခေတ်က အတော်ဆုံး တီထွင်ဖန်တီးမှုရှိသူ တစ်ယောက်ပိုင်ဆိုင်တဲ့ အမြင့်ဆုံးစွမ်းအားကိုအသုံးပြုပြီး ရရှိတဲ့ တစ်ခုတည်း သော နည်းလမ်းကို တွေ့ရှိခဲ့တယ်။ ခင်ဗျား ဖန်တီးခဲ့တဲ့ သဘောတရားတွေဟာ ရူပဗေဒနဲ့ပတ်သက်လို့ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ တွေးခေါ်ပုံတွေကို လွှမ်းမိုးခဲ့တယ်။ ဒါပေမယ့် အခုတော့ အဲဒီအတွေးအခေါ်တွေကို တခြားအတွေးအခေါ်တွေနဲ့ အစားထိုးရမယ်လို့ ကျွန်တော်တို့သိလာကြပြီ။ အရာဝတ္ထုတွေရဲ့ တစ်ခုနဲ့တစ်ခု အပြန်အလှန်ဆက်နွယ်ပုံကို ပိုပြီးတော့ နားလည် သဘောပေါက်ချင်ရင် **အတွေးအခေါ်ဟောင်းတွေကို ဖယ်ရှား အစားထိုးပစ်ရမယ်**'ဟု ရေးခဲ့သည်။ တကယ်တော့အဏုမြူငယ်ကလေးကို ခွဲလိုက်သည့်အခါ ဧရာမစွမ်းအားများ၊ အင်အားများ ပေါ်ထွက်လာသည်။ အလားတူပင် လူ့စွမ်းအားဖွံ့ဖြိုးရေး၏ ရည်မှန်းချက်မှာ လူတို့၏ တီထွင် ဖန်တီးနိုင်မှု အစွမ်းအစများကို လွှတ်ပေးရန် ဖြစ်သည်။ အဓိပ္ပာယ်ရှိသည့် ပြောင်းလဲမှုများ၊ ဖွံ့ဖြိုးရေးဖြစ်စဉ်များထဲ၌ ပါဝင်ကာ ၎င်းတို့၏ အစွမ်းအစများကို လွှင့်ထုတ်ရန်ဖြစ်သည်။

နိယာမဗဟိုပြုခေါင်းဆောင်မှုက လူတို့ကို အမြင့်ဆုံး လှုံ့ဆော်ပေးနိုင် သည့်အရာမှာ လူပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးချင်း တစ်ဦးချင်း၏ ဖြည့်စွမ်းမှုဖြစ်သည်ဟု မြင်သည်။ ၎င်းက လူအများကို အဖွဲ့အစည်းတစ်ခု၏ တန်ဖိုးအရှိဆုံး ပိုင်ဆိုင်မှုများအဖြစ်မြင်သည်။ တာဝန်ယူမှုသည် အခြားရပိုင်ခွင့်များအားလုံးကို ရှာဖွေခြင်း၊ ဖွံ့ဖြိုးခြင်း၊ စီမံခြင်း ပြုလုပ်နိုင်သည့် သော့ချက်တစ်ခုအဖြစ်မြင်သည်။ လူတစ်ယောက်စီ တစ်ယောက်စီကို လွတ်လပ်သည့် ကိုယ်စားလှယ်တစ်ယောက် လို သဘောထားသည်။ ဧရာမစွမ်းဆောင်မှုများ ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။ အခြေအနေ လွှမ်းမိုးမှုများ၏ ကန့်သတ်ချုပ်ချယ်မှုခံရသော နတ်ရုပ်များ၊ ဓားစာခံများ မဟုတ်ကြဟု မြင်သည်။

ဤပုံစံနှင့်ကိုင်ညီသော သင်တန်းများပေးမည်ဆိုလျှင် ထုတ်ကုန်ကို ဦးမတည်ဘဲ ဖြစ်စဉ်ကို ဦးတည်သော ပုံစံများနှင့်သာ ကိုက်ညီသည်။ အဖွဲ့

အစည်းတစ်ခု တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးရေးဖြစ်စဉ်ကို ပထမဦးစွာ အချက်အလက်များ၊ ကိန်းဂဏန်းများကောက်ယူခြင်း၊ သရုပ်ခွဲခြင်းနှင့် စတင်ရမည်။ ဒုတိယအဆင့်တွင် ရည်ရွယ်ချက်များ၊ တန်ဖိုးထားမှုများ၊ ဦးစားပေးအစီအစဉ်များကို ရွေးချယ်ရမည်။ တတိယအဆင့်၌ ဖြစ်နိုင်သည့် နည်းလမ်းအသွယ်သွယ်ကို ဖော်ထုတ်ရမည်။ စတုတ္ထအဆင့်တွင် မည်သည့်လုပ်ငန်းများ လုပ်မည်၊ မည်သည့်ခြေလှမ်းများ လှမ်းမည်ကို ဆုံးဖြတ်ခြင်း၊ စီမံကိန်း ရေးဆွဲခြင်းများ ပြုရမည်။ ပဉ္စမအဆင့်၌ ရရှိလာသောရလဒ်များကို အဖွဲ့အစည်း၏ ရည်မှန်းချက်များ၊ ပန်းတိုင်များနှင့် ချိန်ထိုးနှိုင်းယှဉ်ကြည့်ရမည်။

ယခုဖော်ပြမည့် ဖွံ့ဖြိုးရေးဖြစ်စဉ်သည် တစ်ခဏမျှသော ဆောင်ရွက်ရမည့် ကိစ္စမဟုတ်ဘဲ စဉ်ဆက်မပြတ်ဆောင်ရွက်ရမည့် အစီအစဉ်တစ်ခု၏ အစိတ်အပိုင်း ဖြစ်သင့်သည်။ ပထမဦးစွာသင်ကြားပို့ချမည့် ဘာသာရပ်များ၏ အနှစ်သာရကို ချိန်ဆပါ။ တင်ပြမည့်အကြောင်းအရာများ၏ အနှစ်သာရသည် ဘာလဲ။ ပထမဆုံး အခြေခံနိယာမများ၊ ဥပဒေသများကို နားလည်ဖို့ အရင်ကြိုးစားပါ။ ဒုတိယအဆင့်၌ သင် လေ့လာဆည်းပူးခဲ့သည်များကို ကိုယ်ပိုင်အတွေးအခေါ်များ၊ အကြံဉာဏ် များနှင့် ပေါင်းစပ် ချဲ့ထွင်ပါ။ တတိယအဆင့်၌ သင် လေ့လာဆည်းပူးထား သည်များကို အခြားသူများနှင့်မျှဝေပြီး နားလည်မှုတိုးပွားအောင်လုပ်ပါ။ ထို့နောက် အခြားသူများကို သင့်အပေါ်မှာ မြင်သည့်အမြင်များကို ဖော်ထုတ်ပါ။ စတုတ္ထ အဆင့်၌ နိယာမများကို အသုံးပြုပါ။ လက်တလောတွေ့ကြုံရသည့် အခြေအနေ များနှင့် စမ်းသပ်ကြည့်ပါ။ ပဉ္စမအဆင့်၌ ထွက်ပေါ်လာသည့် ရလဒ်များကို စောင့်ကြည့်ပါ။

တကယ်စစ်မှန်သည့် တိုးတက်မှုများအားလုံးသည် တစ်ဆင့်ပြီး တစ်ဆင့် ကြိုးစားအားထုတ်မှုများ၏ ရလဒ်ဖြစ်သည်။ ဤဖြစ်စဉ်အတိုင်း စီမံခန့်ခွဲမှု ဆိုင်ရာနိယာမများကို လူတစ်ဦးချင်းအား သင်ကြားပို့ချသည့်အခါ သူတို့အနေဖြင့် အကန့်အသတ်ဟောင်း၊ အလေ့အထဟောင်းများမှ လွတ်မြောက်မှုရမည်။ သူတို့၏ ကိုယ်တွင်းကပင်လျှင် စိတ်တက်ကြွနေခြင်း၊ လှုပ်ရှားလိုခြင်းများ ဖြစ်လာမည်။ အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုအတွင်းရှိ လူများကို ထိုသို့ လေ့ကျင့်ပျိုးထောင်သည့်အခါ သူတို့လိုချင်သည့်ပုံစံကို ရှာဖွေတည်ဆောက်ရန် နည်းလမ်းများတွေ့လာမည်။ သူတို့၏ တာဝန်များ၊ တန်ဖိုးထားမှုများ၊ အခန်းကဏ္ဍများ၊ ရည်မှန်းချက်များနှင့် ကိုက်ညီသော စနစ်များ ပုံစံများကို ရှာဖွေတွေ့ရှိလာမည်။

အဟန့်အတား ချိုးဖျက်ရေး အစီအစဉ်များ

လေယာဉ်ပိုင်းလော့ ချပ်ယေဂါ (၁၉၂၃)က ၁၉၄၇ ခုနှစ် အောက်တိုဘာ ၁၄ ရက်နေ့တွင် အသံထက်မြန်သော ခေတ်တစ်ခေတ်ကို စတင်ခဲ့သည်။ အချို့ ထင်ရှားသည့် သိပ္ပံပညာရှင်များက အသံထက်ပို၍ မမြန်နိုင်ဟု ထင်ခဲ့ကြသည်။ အချို့က အသံထက်မြန်လိုက်လျှင် လေယာဉ်ရော၊ လေယာဉ်မောင်းပါ ပျက်စီးဆုံးရှုံးလိမ့်မည်ဟု မြင်ကြသည်။ သို့မဟုတ်လျှင် လေယာဉ်မောင်းသမား သည် အသံပျောက်သွားမည်။ အသက်ကြီးရင့်သွားမည်။ ပြင်းပြင်းထန်ထန် ဝေဒနာခံစားရမည်ဟု ထင်ခဲ့ကြသည်။ သို့သော် ထိုသမိုင်းတွင်သည့်နေ့၌ ယေဂါသည် တစ်နာရီလျှင် မိုင် ၇၀၀ နှုန်း (မက်ချ်-၁. ၀၆)ရအောင် သူ၏ ဘဲလ်လေယာဉ် X-1 ဖြင့် ပျံသန်းနိုင်ခဲ့သည်။ နောက်သုံးပတ်အကြာ၌ ထိုထက်ပို၍ ၁. ၃၅ မက်ချ်အထိရအောင် ပျံသန်းနိုင်ခဲ့သည်။ နောင် ခြောက်နှစ် အကြာ၌ တစ်နာရီလျှင် ၁၆၁၂ မိုင်ရအောင် ပျံနိုင်ခဲ့သည်။ အသံထက်မြန်နိုင်ခြင်း မရှိဟု ယူဆခဲ့သည့် အယူအဆကို ပျက်ပြယ်စေနိုင်ခဲ့သည်။

သူ၏ ကိုယ်ရေးရာဇဝင်ထဲ၌ သူက ရေးသားခဲ့သည်။ ‘ကျွန်တော် မြန်မြန်မောင်းလေ၊ စီးရတာငြိမ်လေ၊ ရုတ်တရက်တော့ မက်ချ်အရှိန်ကိုပြတဲ အပ်က တုန်ခါစပြုလာတယ်။ (၀. ၉၆၅)မက်ချ်အထိ တက်သွားတယ်။ ကျွန်တော်ဟာ အရာဝတ္ထုတွေကို မြင်နေတယ်လို့ ထင်မိတယ်။ ကျွန်တော် တို့ဟာ အသံထက်မြန်အောင် ပျံသန်းနေပေမယ့် ငြိမ်သက်ချောမွေ့နေတယ်။ ကလေးထိန်းတဲ့ အဘွားအိုတောင်မှ အေးအေးဆေးဆေးထိုင်ပြီး လင်မနှစ်သောက် နိုင်သေးတယ်။ ကျွန်တော် တော်တော်အံ့ဩသွားတယ်။ ဘယ်လောက် စိုးရိမ်ခဲ့ စိုးရိမ်ခဲ့၊ ဘယ်လောက်ပဲ မျှော်လင့်ခဲ့ မျှော်လင့်ခဲ့ အသံထက်မြန်တယ်ဆိုတာ တကယ်လက်တွေ့ဖြစ်လာပြီ။ အသံဆိုတဲ့အကန့်အသတ်၊ အဟန့်အတားကြီးကို ချိုးနိုင်လိုက်ပြီ။ တကယ်တော့ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ တကယ် အဟန့်အတားဟာ ကောင်းကင်ထဲမှာရှိတာမဟုတ်ဘူး။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ အတွေ့အကြုံနဲ့ ဗဟုသုတတွေ ကပဲ အသံထက်မြန်တဲ့ လေယာဉ်ပျံသန်းမှု အဟန့်အတား ဖြစ်နေတာဖြစ်တယ်။

အသံ အဟန့်အတားကို ကျော်ဖြတ်ပြီးနောက် တိုးတက်ဖို့အတွက် ပို၍ ကြီးမားသော အဟန့်အတားတစ်ခုကို ကြုံတွေ့နေရသည်။ ၎င်းမှာ လူသား အဟန့်အတား ဖြစ်သည်။ ယနေ့ခေတ် မန်နေဂျာ အတော်များများအနေဖြင့်

လူသားအဟန့်အတားကို ချိုးဖောက်ခြင်း သို့မဟုတ် ပိုနေမြဲ ကျားနေမြဲနေလိုခြင်း သည် ချိုးဖောက်ရန် အလွန်ခက်ခဲသည့်ကိစ္စတစ်ခု ဖြစ်သည်။

အဘယ့်ကြောင့်နည်း။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုလျှင် လူအများကိုပေးရန် တာဝန်များအဖြစ် မမြင်သော်မှ အကန့်အသတ်များ အတားအဆီးများအဖြစ် မကြာခဏ မြင်သည်။ လူအများသည် ပိုင်ဆိုင်ခွင့်များဖြစ်သည်။ သူတို့ ရှိသည့် အတွက် အကျိုးကျေးဇူးရှိသည်ဟုမမြင်ကြပေ။ ထို့ကြောင့် အဆောက်အအုံများ၊ စနစ်များထဲ၌ စွမ်းဆောင်ပုံနိမ့်ကျမှုရှိမည်ဟု ယူဆပြီး ဖြစ်နေကြသည်။ အဖွဲ့အစည်း များ၏ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများ၊ ဖြစ်စဉ်များ၌လည်း စွမ်းဆောင်မှုနိမ့်ကျမည်ဟု တွက်ဆထားပြီး ဖြစ်သည်။ အချို့အမှုဆောင် အရာရှိများက အရှိန်ကို တင်လိုက်လျှင် ယခုထက် ပို၍ စွမ်းအားကောင်းအောင် အားထုတ်လိုက်လျှင် ထိန်းချုပ်ထားနိုင်ခြင်း မရှိတော့ဘဲ ပျက်စီးသွားမည်ဟု ထင်နေကြသည်။

ထိုအချိန်၌ သေသေချာချာ လေ့ကျင့်ပျိုးထောင်ထားသော၊ သတ္တိရှိသော မန်နေဂျာအချို့က ဒဏ္ဍာရီလာ လူသားအဟန့်အတားများကို ချိုးဖောက်နိုင် ကြသည်။ လူသားများ၏ စွမ်းအားကို ၅၀၀ ရာခိုင်နှုန်းအထိ တိုးနိုင်ကြောင်း သဘောပေါက်နေကြသည်။ ထိုသို့ ၅၀၀ ရာခိုင်နှုန်းတိုးလာခြင်း၊ ဆတိုးလာခြင်း အားဖြင့် မည်သူမျှ အသံမပျောက်၊ မည်သူမျှ ဒုက္ခမရောက်။ တကယ်တော့ စွမ်းဆောင်ရည်မြင့်မားသည့် အဖွဲ့အစည်းများရှိ လူများသည် ကျန်းမာရေး ပိုကောင်းပြီး ပို၍ပင် ပျော်ရွှင်တတ်ကြသေးသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုလျှင် ၎င်းတို့သည် ထိုအဖွဲ့အစည်း၏ တန်ဖိုးအရှိဆုံး သယံဇာတများအဖြစ် သဘောထား ခံရ၍ ဖြစ်သည်။ သူတို့သည် အခြားသူများအား အရည်အသွေးများ၊ ထုတ်လုပ်မှု စွမ်းအားများ သိသိသာသာတိုးအောင် အကူအညီပေးသည်။ သူတို့သည် အသံ ထက်မြန်သည့် စီမံခန့်ခွဲမှု ဓလေ့ထုံးစံ၊ အလေ့အကျင့်၊ နိယာမများကို လေ့လာ ဆည်းပူးကြပြီး သူတို့နှင့်အတူ အလုပ်လုပ်နေသောလူများ၏ ဧရာမစွမ်းအားများ၌ ရိုးရိုးသားသား ယုံကြည်ကြသူများ ဖြစ်သည်။

ဝန်ထမ်းများအား လေ့ကျင့်ပျိုးထောင်ရေး အစီအစဉ်များသည် ကုမ္ပဏီ၏ အမြင်များ၊ တာဝန်များ၊ နိယာမများနှင့် ဆက်နွယ်မှုရှိသင့်သည်။ ထိုသင်တန်း အစီအစဉ်များအနေဖြင့် လူအများအား မသိမမြင်နိုင်သည့် နယ်ပယ်ထဲသို့ သတ္တိရှိရှိ ခြေလှမ်းဝင်ရန်၊ အတိတ်၏ လွှမ်းမိုးမှုအောက်မှာ မနေဘဲ စိတ်ကူး စိတ်သန်းများ၏ လမ်းညွှန်မှုကိုခံယူရန် နောက်ဆုံး၌ သူတို့၏ အကြောက်တရား

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

များ၊ အတိတ်က အမှားအယွင်းများကို ကျော်လွန်နိုင်ကြောင်း သိရှိရန် ကြိုးစားသင့်သည်။ လူ့အတော်များများနှင့် ကုမ္ပဏီများအနေဖြင့် စွမ်းဆောင်မှုတိုးပွားရန် အလေ့အကျင့်များ ပြောင်းလဲရန်၊ ပုံစံပြောင်းလဲရန် အများကြီးလုပ်နိုင်သည်။ သို့မဟုတ်လျှင် ထုံးစံအတိုင်း စီးပွားရေးလုပ်နေကြသဖြင့် မည်သို့မျှ ထူးထူးခြားခြား ဖြစ်ပေါ်လာမည် မဟုတ်ပေ။

အတိတ်၏ ဆွဲအားကို ကျော်လွန်ခြင်း

အလေ့အကျင့်ဟောင်းများကို အောင်မြင်စွာ ချိုးဖျက်ပြီး အလေ့အကျင့် သစ်များကိုလုပ်နိုင်ရန်အတွက် နေ့စဉ် ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ဘဝ၌ပင် အောင်မြင်မှု ရရှိနိုင်ရန် ထိန်းချုပ်ထားသည့် စွမ်းအားများကို နားလည်ပြီး ကိုယ်တွယ်နိုင်ရမည်။

အတိတ်က ဆွဲအားများကို ကျော်လွန်ခြင်းသည် ခိုင်မြဲသော ရည်မှန်းချက် ရှိခြင်း၊ ကြည်ကြည်လင်လင် ရှင်းရှင်းလင်းလင်းရှိခြင်း၊ ကိုယ်ဘယ်လိုလူဆိုသည်မှာ သိခြင်း၊ ကိုယ်ဘာဖြစ်ချင်သည်ကို သိခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ စွမ်းဆောင်မှုညံ့ဖျင်းခြင်းမှာ ဦးစားပေး အစီအစဉ်ညံ့ဖျင်းခြင်းနှင့် စုစည်းမှု ညံ့ဖျင်းခြင်းတို့ကြောင့် ဖြစ်သည်။ လျော့လျော့ရဲရဲထားသည့် ဆုံးဖြတ်ချက်များသည် ခံစားချက်များ၊ စိတ်ဆန္ဒများ၊ ပတ်ဝန်းကျင် အခြေအနေများ ပြောင်းလျှင် အလွယ်တကူ ပျက်စီးသွားတတ်သည်။

ထိရောက်မှုမြင့်မားသော ပုဂ္ဂိုလ်များသည် သူတို့၏ အစီအစဉ်အတိုင်း သူတို့ လုပ်ကြသည်။ သူတို့၏ အချိန်ဇယားက သူတို့ကို လွှမ်းမိုးခြင်းမပြုနိုင်ဘဲ သူတို့ကသာ သူတို့၏ အချိန်ဇယားကို လွှမ်းမိုးသည်။ သူတို့က အပတ်စဉ် စုစည်းကြပြီး နေ့စဉ် ပြင်ဆင်ကြသည်။ သို့သော် သူတို့အနေဖြင့် သူတို့၏ အချိန်ဇယားကို ပြောင်းလဲရန် ဝန်လေးမနေ။ သူတို့သည် စည်းကမ်းရှိပြီး အာရုံလည်းစိုက်ကြသည်။ ခံစားမှုများ၊ ပတ်ဝန်းကျင်များကို အရှုံးမပေးတတ်။ အရေးကြီးသည့် စီမံကိန်းများ၊ စီမံချက်များ၊ တီထွင်ဖန်တီးနိုင်သည့် အလုပ်များ အတွက် အချိန်ကို ဖယ်ထားကြသည်။ အမောပန်းဆုံးအချိန်များ၌ အရေးမကြီး သည့် ကိစ္စများကို ဆောင်ရွက်ကြသည်။ စာရွက်စာတမ်းကိစ္စများကို နှစ်ခါပြန် မလုပ်ရအောင် ကြိုးစားကြပြီး တကယ်တမ်း အလုပ်မလုပ်ချင်ဘဲ မည်သည့် စာရွက်ကိုမျှ မထိကြပေ။

အကယ်၍ မိမိ၏တာဝန်များကို ချရေးထားပြီး ထိုတာဝန်များကို ကိုယ်ရှေ့မှာ ကပ်ထားနိုင်လျှင် ကောင်းသည်။ မကြာမီကဆိုလျှင် ထိုသို့ မိမိ၏

တာဝန်များကို ကျွန်တော်၏ရှေ့၌ ရေး၍ ကပ်ထားခဲ့သည်။ ကျွန်တော်တို့၏ အခန်းကဏ္ဍများ၊ ရည်မှန်းချက်များကို မှတ်တမ်းတင်ထားခြင်းအားဖြင့် ကျွန်တော်တို့၏ အဓိဋ္ဌာန်များကို ခိုင်မြဲစေသည်။ ကတိစကားများကို ဖြည့်ဆည်းရန်အတွက် အချိန်နှင့် အခြားစွမ်းအားစုများကို မည်သို့ ခွဲဝေသုံးစွဲရမည်ဖြစ်ကြောင်း သတိပေးရာရောက်သည်။

သင့်အနေဖြင့် ဤဖြစ်စဉ်ကို စမည်ဆိုလျှင် မည်သို့ပင် ခံစား သည်ဖြစ်စေ နံနက်စောစောထရန် ကတိပေးပြီး စတင်ပါ။ အိပ်ရာမှ နိုးထသည့်အချိန်ကို အကျိုးရှိရှိသုံးဖို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ကတိပေးထားပါ။ တစ်နေ့တာအတွက် ကြိုတင်စီစဉ် ပြင်ဆင်ပါ။ ထို့နောက် တကယ်လုပ်ပါ။ ထိုအခါ ကတိစကားများကို ထိန်းသိမ်းခြင်းကြောင့် မည်မျှအကျိုးရှိသည်ကို တွေ့လာလိမ့်မည်။ တာဝန်ယူထားသည့် အတိုင်း လက်တွေ့ဆောင်ရွက်ခြင်းကြောင့် မည်မျှကောင်းမွန်သည်ကို လက်တွေ့တွေ့ပါလိမ့်မည်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို လေးစားမှုများ တိုးပွားလာပြီး သမာဓိလည်း တက်လာသည်။ ထို ကိုယ့်ကိုယ်ကို လေးစားမှုနှင့် သမာဓိတို့သည် စစ်မှန်သည့် အောင်မြင်မှုများ အားလုံး၏ အုတ်မြစ်ပင်ဖြစ်သည်။

ဧရာမ အင်အားကြီးသုံးခု

အာကာသဗေဒ၌ ကမ္ဘာမြေကြီး၏ ဆွဲငင်အားကို ဆန့်ကျင်ရသည့်အခါ စွမ်းအားများအသုံးရဆုံးဖြစ်ကြောင်း ကျွန်တော်တို့ သိကြသည်။ ကမ္ဘာမြေကြီးကို ပြန်လာဖို့အတွက် စွမ်းအား သိပ်မလို။

အလားတူပင် အလေ့အကျင့်သစ်တစ်ခုကို စတင်ရန်အတွက် စွမ်းအား အများအပြားသုံးကြရသည်။ အကျင့်ဟောင်းများက ပြင်းပြင်းထန်ထန် ဆွဲနေကြသည်။ ဥပမာ ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် အစားလျှော့မည် ဟူသော ဆုံးဖြတ်ချက်ကို ချိုးဖောက်မိပြီး နောက်တစ်နေ့ ထပ်မံ၍ ဆုံးဖြတ်ချက်ချမိပြန်သည်။ မပြန်ရသေးသည့် စာများကို နှောင့်နှေးကြန့်ကြာမနေဘဲ ပြန်မည်ဟု ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် သတိပေးပြီး မလုပ်ဘဲ နေမိတတ်သည်။ အရေးကြီးသော်လည်း အလျင်မလိုသည့် လုပ်ငန်းများကို လုပ်မည်ဆိုပြီး မလုပ်ဖြစ်ဘဲနေတတ်ကြသည်။ ထိုသို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို နှိုးနှိမ်အောင်လုပ်သည့် အလေ့အထများကြောင့် ဆုံးဖြတ်ချက်ချခြင်းဖြင့် အကျိုးမများဟု ထင်လာတတ်ကြသည်။ အကျင့်ဟောင်းများကို ချိုးဖောက်ပြီး ကောင်းမွန်သည့် အကျင့်သစ်များကို မည်သို့ ဆောင်ရွက်နိုင်ပါမည်နည်း။ ပထမဦးစွာ

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

ကျွန်တော်တို့ သေသေချာချာ ထိုင်ချပြီး ပေါ်ပေါက်လာနိုင်သည့် စရိတ်စက များကို ချိန်ဆရမည်။

သံလိုက်စက်ကွင်း သီအိုရီအရ မည်သည့်ပတ်ဝန်းကျင်၌မဆို လုပ်ငန်း သစ်များ မလုပ်နိုင်ရန် ထိန်းချုပ်ထားသည့် စွမ်းအားများရှိကြောင်း တွေ့ရသည်။ အလေ့အကျင့်ဟောင်းများကို ပြောင်းလဲရန် လေးလေးနက်နက် ကြိုးစားမှုများ ၌လည်း ထိုသို့သော အင်အားများကို ထည့်တွက်ရမည်။ ဥပမာ ကျွန်တော်တို့သည် အစားအသောက် ပြောင်းလဲရန် ဆုံးဖြတ်ထားလျှင် မပြောင်းလဲဘဲ မူလအတိုင်း ဖြစ်သွားနိုင်သည့် နေရာများ၊ အချိန်များ၊ အခြေအနေများကို ထည့်တွက်ရမည်။ ထိုသို့ ထည့်တွက်ခြင်းကြောင့် စောစောစီးစီးကပင် ကြိုတင်၍ ရှောင်ရှားနိုင်သည်။ မိမိတို့ ဆုံးဖြတ်ထားသည့်အတိုင်း ဆုံးဖြတ်ချက်များကို ဆက်လက် အကောင် အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်ရန် အထောက်အကူဖြစ်မည့် နည်းလမ်းများ၊ ကိစ္စများ ထည့်တွက်နိုင်သည်။

မိမိဘာသာ မိမိ ဆုံးဖြတ်ချက်ချထားခြင်း၊ စိတ်ဓာတ်ပြင်းထန်ခြင်းရှိရုံ ဖြင့် မပြီးပေ။ မိမိလို အလားတူဆုံးဖြတ်ချက်ရှိသည့်သူများနှင့်လည်း ပေါင်းသင်းရန် လိုအပ်သည်။ ပထမအစ၌ ပြောင်းလဲရန် ခက်ခဲသည်။ ပြောင်းလဲဖို့ ဆုံးဖြတ်ပြီးပြီ ဆိုလျှင် ကိုယ်လုပ်ချင်သလိုလုပ်၍ မဖြစ်တော့။ ဖြစ်ချင်သည့်အတိုင်း ဖြစ်နေသည့် ကိစ္စများကို ခွင့်ပြု၍ မဖြစ်တော့။ အလေ့အကျင့်သစ်များ ခိုင်ခိုင်မြဲမြဲ ဖြစ်ပေါ် လာအောင် ကြိုးစားရမည်။ အလေ့အကျင့်ဟောင်းများအတိုင်း ဖြစ်ချင်သည့်ဆန္ဒများ ပျောက်ကွယ်ရန် ကြိုးစားရမည်။ မူလစွဲလမ်းမှုများ၊ ထုံးစံများကို ပြောင်းလဲပစ် ရမည်။ အာကာသယာဉ်မှူးများအနေဖြင့် သဘာဝ၏ ဆွဲအားများကို တွန်းလှန် သလိုပင် ကျွန်တော်တို့သည်လည်း အတိတ်၏ ဆွဲအားများကို ကြိုးစားပမ်းစား တွန်းလှန် ရုန်းကန်ရမည်။

အလေ့အကျင့်ဟောင်းများ ပြန်ဖြစ်စေရန်အတွက် အင်အား သုံးခုက ပြန်ဆွဲချနေကြသည်။ ၎င်းတို့မှာ ရမ္မက်၊ မာနနှင့် ရည်မှန်းချက်တို့ ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့ကို အခန်းသုံးခန်း၌ ဆွေးနွေးခဲ့ပြီး ဖြစ်သည်။

နေ့စဉ်ပုဂ္ဂိုလိက အောင်မြင်မှု

ကျွန်တော်တို့သည် နံနက်စောစော အိပ်ရာမှ ထနိုင်ပြီဆိုလျှင် တစ်နေ့တာ အတွက် ပထမဆုံး အောင်မြင်မှုကို ရရှိသည်။ ထို့နောက် အခြားကိစ္စများကို

ဆက်လုပ်နိုင်သည်။ ဧရာမကိစ္စကြီးများကို နည်းနည်းချင်း နည်းနည်းချင်း အောင်မြင်အောင် လုပ်နိုင်သည်။

ထိုသို့ စောစောစီးစီးအောင်မြင်လိုက်ခြင်းအားဖြင့် အောင်မြင်မှု၊ ကျော်လွှားနိုင်မှု၊ နိုင်နင်းမှုကို ခံစားရသည်။ အခြားသော အခက်အခဲများ ကျော်လွှားလွတ်မြောက်နိုင်စိတ်ကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ တစ်နေ့တာ အစီအစဉ်ကို မိမိကိုယ်မိမိ အောင်မြင်မှုတစ်ခုဖြင့် စတင်လိုက်ခြင်းသည် အလေ့အကျင့်ဟောင်းများကို ချိုးဖျက်ကာ အလေ့အကျင့်သစ်များ ပြုလုပ်ရန်အတွက် နည်းလမ်းကောင်းတစ်ခု ဖြစ်သည်။

ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် အရေးကြီးသည့်အရာများကို အရင်လုပ်ခြင်း၊ ခက်ခဲသည့် အရာများကို အရင်လုပ်ခြင်းဟူသည့် လေ့ကျင့်ခန်းကိုလုပ်လျှင် အလုပ်ပိုလုပ်နိုင်ပြီး ပို၍လည်း ပြီးနိုင်သည်။ ကျွန်တော်တို့ လန်းလန်းဆန်းဆန်း တက်တက်ကြွကြွ ရှိနေသည့်အချိန်၌ ခက်ခဲသည့်အလုပ်များကို လုပ်နိုင်သည်။ သမားရိုးကျအလုပ်များကို အခြားအချိန်သို့ ရွှေ့နိုင်သည်။ ဤနည်းအားဖြင့် ကျွန်တော်တို့၏ ဆုံးဖြတ်ချက်များ၊ ရည်မှန်းချက်များ၊ စီမံကိန်းများအတိုင်း ဖြစ်လာပြီး မိမိ၏ ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် စိတ်နေစိတ်ထားတို့အတိုင်း မဖြစ်တော့ပေ။

ကျွန်တော်တို့အားလုံးမှာ ပုဂ္ဂလိကတိုက်ပွဲများရှိကြသည်။ ထို့အပြင် အများပြည်သူနှင့် ဆိုင်သည့် ကိစ္စများ၌လည်း တိုက်ပွဲများကြုံရတတ်သည်။ အများပြည်သူတို့၏ ရှေ့၌ကြုံရမည့် တိုက်ပွဲများကို တကယ်တမ်း မကြုံမီကပင် စိတ်ထဲ၌ တိုက်နှင့် ကြုံနှင့်နေရသည်။ ဤနည်းအားဖြင့် တစ်နေ့တာကြုံရမည့် စိန်ခေါ်မှုများကို မလာမီကပင် တိုက်နှင့် ကြုံနှင့်နေတတ်သည်။ စိတ်ကူးယဉ်မှု၊ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်မှု၊ အဖျက်သဘောမြင်မှု၊ သည်းမခံနိုင်မှု၊ ဒေါသ နှောင့်နှေး ကြန့်ကြာမှု၊ တာဝန်မယူမှု စသည့်အရာများကို ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် တိုက်နှင့်ပြီး အောင်မြင်မှုရရှိနေရမည်။ ထို့နောက်မှာလည်း တကယ့်တိုက်ပွဲများ၊ အောင်မြင်မှုများ ဖြစ်ပေါ်လာမည်။

အများပြည်သူတို့နှင့်ဆိုင်သော တိုက်ပွဲများ ပေါ်ပေါက်လာသည့်အခါ ကျွန်တော်တို့၏ ဘဝများကို ဖိနှိပ်ထားသည့် အရာများရှိသည့်အခါ မှန်ကန်သည့် နိယာမများအပေါ် အခြေပြု၍ တွန်းလှန်တိုက်ခိုက်နိုင်လောက်သည့် အင်အားကို ရရှိနိုင်သည်။ အများပြည်သူ၏ ရှေ့တွင် တိုက်ပွဲများ မတိုက်မီ ပုဂ္ဂလိကတိုက်ပွဲများ၌ အောင်မြင်နေရသည်။ အလေ့အကျင့်ဟောင်းများကို ချိုးဖျက်ပြီး အလေ့အကျင့်

သစ်များလုပ်ရန်အတွက် သော့ချက်တစ်ခုပင် ဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် ပုဂ္ဂလိကတိုက်ပွဲများကို မအောင်မြင်လျှင် အများပြည်သူရှေ့တိုက်ပွဲများ အောင်မြင် ကြာရှည်ခံလိမ့်မည် မဟုတ်ပေ။

အခြေအနေဖန်တီးဖို့ အရေးကြီးသည်

ကျွန်တော်တို့၏ အဆုတ်များ၏ စွမ်းအားများကို တိုးပွားအောင်လုပ်လျှင် အလေ့အကျင့်ဟောင်းများကို ဖျက်ဆီးခြင်း၊ အလေ့အကျင့်သစ်များ၏ ဖန်တီးနိုင် စွမ်းအားများ တိုးပွားလာမည်။ ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် ကာယလေ့ကျင့်ခန်းများဖြင့် စတင်ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။

မှန်ပါသည်။ ကျွန်တော်တို့ စွမ်းအားရှိသည်ထက် ကျွန်တော်တို့ ပို၍ မပြေးနိုင်။ ဖြည်းဖြည်းချင်း ကျင့်ယူရမည်။ ကိုယ်ကာယလေ့ကျင့်ခန်းများသည် ခန္ဓာကိုယ်တွင်းသို့ လိုအပ်သည့်စွမ်းအားများဖြည့်ဆည်းနိုင်ရန်၊ စွမ်းအားများ ထပ်တိုးလာရန် ဆောင်ရွက်သည့် အစီအစဉ်ပင်ဖြစ်သည်။ အထိုင်များသည့် လူများသည် သူတို့၏ ခန္ဓာကိုယ်အတွက် အောက်ဆီဂျင်ဓာတ်များ လိုအပ်နေသည်။ သို့သော် သူတို့၏ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုနည်းပါးခြင်းကြောင့် အောက်ဆီဂျင် ဓာတ်ပြည့်ဝစွာ မရသည့်အခါ နှလုံးရောဂါဖြစ်ခြင်း၊ သေခြင်းများနှင့် ကြုံရ တတ်သည်။

ထို့ကြောင့် ဖြည်းဖြည်းမှန်မှန် နေ့စဉ် လေ့ကျင့်ယူရတတ်သည်။ ကိုယ်ကာယကို လေ့ကျင့်ယူရသလို စိတ်နှင့်ပတ်သက်၍လည်း သက်လုံကောင်းရန် မှန်မှန်လေ့ကျင့်ယူရတတ်သည်။

အလေ့အကျင့်သစ်များလုပ်ရန်အတွက် ကိုယ်ကာယလေ့ကျင့်ခန်းများ ကို လုပ်ခြင်းသည် (၁) အမြင်ရစေသည်။ (၂) ထိုအမြင်ပေါ်၌ အခြေခံပြီး ဆုံးဖြတ်ချက်များ၊ တာဝန်ယူမှုများကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ လူအများအနေဖြင့် သူတို့၏ လက်ရှိအခြေအနေကို ကျော်လွန်နိုင်သည့် စွမ်းအားများရှိသည်။ ပစ္စုပ္ပန်ကိုကျော်လွန်ပြီး ဘာဖြစ်နေသည်ကိုလည်းကောင်း၊ ဘာဖြစ်သင့်သည်ကို လည်းကောင်း မြင်လာမည်။ ထိုနားလည်မှုအပေါ်၌ အခြေခံပြီး စီမံကိန်းများ၊ ဆုံးဖြတ်ချက်များ ရွေးလုပ်သင့်သည်။ ဝိုထဲက ပြောဖူးသည်။ ‘အရေးအကြီးဆုံး ကိစ္စများသည် အရေးမကြီးသောကိစ္စများအောက်သို့ မည်သည့်အခါမျှမရောက်သင့်’ စနစ်တကျ စီမံကိန်းချခြင်းအားဖြင့် ရှုထောင့် ကျယ်ကျယ် ရှုမြင်နိုင်မည်။ ရည်ရွယ်ချက် ရှိမည်။ ဦးစားပေးအစီအစဉ်များကို စနစ်တကျ ချမှတ်နိုင်မည်။

အကြံပြုချက် ၅ ခု

အောက်ပါကိစ္စရပ် ငါးခုကိုလုပ်လျှင် အခက်အခဲ အကျပ်အတည်းနှင့် ကြုံသည့်အခါ ခိုင်ခိုင်မာမာ ရပ်နိုင်မည်။

၁။ မတည်သည့် ကတိကို မပေးပါနှင့်။

၂။ အဓိပ္ပာယ်ရှိသည့် ကတိများ၊ ဆုံးဖြတ်ချက်များ၊ ကောင်းသည်ထက် ကောင်းရန် တာဝန်ယူမှုများလုပ်ပြီး ၎င်းတို့ကို ချစ်ခင်မြတ်နိုးသူများနှင့်မျှဝေပါ။

၃။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို သိရှိအောင်ကြိုးစားပြီး ကိုယ်ပေးမည့် ကတိများနှင့် ပတ်သက်၍ ရွေးချယ်ပြီးမှ ကတိပေးပါ။

၄။ ကတိများကို မိမိကိုယ်မိမိ ယုံကြည်မှုနှင့် သမာဓိရှိမှုကိုတိုင်းတာရန် အသုံးပြုပါ။

၅။ မိမိကိုယ်မိမိ နိုင်နင်းမှုနှင့် မိမိ၏ သမာဓိတို့သည် အခြားသူများနှင့် ဆက်ဆံရာတွင် အောင်မြင်ရန်အတွက် အခြေခံဖြစ်ကြောင်း သတိရပါ။

ရိုးရှင်းလွယ်ကူသည့် အကျင့်လေးတစ်ခုက သင်၏ ရေရှည်ကိစ္စရပ်များ၌ ထူးချွန်ရန်၊ စစ်မှန်သည့်ရင့်ကျက်မှုများရရှိရန်၊ သာမာန်ရှိရန်အတွက် အထောက်အကူ ဖြစ်နိုင်သည်။ အလေ့အကျင့်သစ်များကို စမ်းသပ်ခြင်းမပြုမီ ခဏရပ်ပြီး ထိန်းချုပ်ပါ။ မိမိ၏ စွမ်းအားများကို စုစည်းလိုက်ပါ။ စိတ်နှင့် နှလုံးကို တည်ငြိမ်အောင်ထားပါ။ ဘယ်လိုခံစားမှုမျိုး ခံစားမည်ကို ရွေးချယ်ပါ။ ဘယ်လိုတုံ့ပြန်မည်ကို စောစောစီးစီးက ကြိုတင်သတ်မှတ်ထားပါ။ ဤအခြေအနေကို အကောင်းဆုံးမည်သို့ တုံ့ပြန်မည်ကို ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် မေးပါ။ ဘယ်လို အခြေအနေသည် မိမိ၏ အကောင်းဆုံး အခြေအနေဖြစ်သည်ကို ရွေးချယ်ပါ။ ဤနည်းအားဖြင့် ခင်ဗျား၏ သန္နိဋ္ဌာန်၊ ဆုံးဖြတ်ချက်များကို အသစ်အဆန်းဖြစ်စေမည်။

ပျံ့တက်ရန် အစစအရာရာ အဆင်ပြေပြီဆိုသည့်အခါ အာကာသ ယာဉ်များက 'စနစ်အားလုံးလည်ပတ်နေပြီ'ဟု ပြောကြသည်မှာ အစစအရာရာ အချိန်အဆမှန်နေပြီ၊ အားလုံးအလုပ်လုပ်နေပြီဟု ဆိုလိုသည်။ တစ်ခုခုကိုမျှ အလွဲအမှားမခံနိုင်။ အစစအရာရာစုစည်းမှု ချိတ်ဆက်မှုရှိအောင် ရှေ့သို့လှမ်းတက်အောင် အစစအရာရာပြင်ဆင်ထားရမည်။

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

ကျွန်တော်တို့အတွက်လည်း ‘စနစ်အားလုံး အလုပ်ဖြစ်နေပြီ’ဟူသည့် စကားကို သုံးရန် သင့်တော်သည်။ ကျွန်တော်တို့၏ အလေ့အထနှင့် တန်ဖိုးထားမှုများ အချိတ်အဆက်မရှိလျှင် တန်ဖိုးကတခြား၊ အလေ့အထကတခြား ဖြစ်နေမည်။ မိမိကိုယ်မိမိ ဆန့်ကျင်နေတတ်သည်။ ထိုအခါ ကျွန်တော်တို့ ရွေးချယ်ထားသည့်တာဝန်များ ပျက်ပြားသွားတတ်သည်။ သိသိသာသာပြုမူသည့်ကိစ္စများဖြစ်စေ၊ မသိမသာပြုမူသည့် ကိစ္စများပင်ဖြစ်စေ ကျွန်တော်တို့၏ ရည်မှန်းချက်များ၊ ဆုံးဖြတ်ချက်များကို ထိခိုက်နိုင်သည်။ အမှန်တကယ် ဆောင်ရွက်ပြီဆိုလျှင် ကျွန်တော်တို့၏ သဘာဝများ ပြောင်းလဲသွားနိုင်သည်။ အပြောင်းအလဲများလုပ်ခြင်းက ကျွန်တော်တို့ကိုယ် ကျွန်တော်တို့ ရှုမြင်ပုံ ပြောင်းသွားနိုင်သည်။ တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်း၏ အပြုအမူသည် ကိုယ့်ဘာသာ ကိုယ် လုပ်ထားသော လောင်စာများ၏ ရလဒ်ပင်ဖြစ်သည်။ ကိုယ့်မှာလောင်စာတွေ များလေ ကိုယ့်အပြုအမူတွေ ညံ့လေ ဖြစ်နေဦးမည်။

အကယ်၍ လူတစ်ယောက်က ကတိပေးပြီး ကတိမတည်လျှင် ထိုလူ အနေဖြင့် သီလကျိုးပျက်မည့် အန္တရာယ်ရှိနေမည်။ သူ၏ ဂုဏ်သိက္ခာနှင့် သမာဓိတို့ကိုလည်း စိတ်မချရတော့။ သူ့ကိုယ်သူလေးစားမှုလည်း လျော့နည်း သွားမည်။ နောက်ဆုံး၌ သူ့ကိုယ်သူမြင်ပုံပြောင်းလာပြီး သူ့ကိုယ်သူ ခပ်ညံ့ညံ့ သာ မြင်လာမည်။ ထိုအခါ သူ၏ အပြုအမူများလည်း ညံ့လာသည်။ အကယ်၍ ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် နေ့စဉ် စိန်ခေါ်မှုများကို ကောင်းကောင်း ဖြေရှင်း ကျော်လွန်နိုင်လျှင် ကျွန်တော်တို့ကိုယ် ကျွန်တော်တို့ တစ်ဆင့်ထက် တစ်ဆင့် မြင့်သည်ထက်မြင့်အောင် ဆောင်ရွက်နိုင်လျှင် လွတ်လပ်မှု စွမ်းအားများကိုသုံးကာ ယခင်က စိတ်မကူးခဲ့သည့် အခြေအနေများသို့ ဆွဲတင်နိုင်သည်။

၆

ခြောက်ရက်တာ တီထွင်ဖန်တီးမှု

တကယ်စစ်မှန်သည့် ဖွံ့ဖြိုးမှု တိုးတက်မှုတို့မည်သည် တစ်ဆင့်ပြီး တစ်ဆင့် တည်ဆောက်ယူရသည်။ သဘာဝဖွံ့ဖြိုးမှုဖြစ်စဉ်နောက်ကို လိုက်ရသည်။ ဥပမာ ကျမ်းစာများ၌ မှတ်တမ်းတင်ထားခဲ့သလို ကမ္ဘာကြီးကို ခြောက်ရက်ကြာ ဖန်ဆင်းခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ ဖန်ဆင်းခဲ့ရသည့် ရက်တိုင်းသည် အရေးကြီး သည်။ တစ်ရက်မှာအရေးကြီးသည့် ကိစ္စတစ်ခုကိုသာ ဖန်ဆင်းခြင်း ဖြစ်သည်။ ပထမဦးစွာ အလင်းရောင်၊ ထို့နောက် ကုန်းမြေ၊ ထို့နောက် သစ်ပင်များ၊ ထို့နောက် တိရစ္ဆာန်များနှင့် နောက်ဆုံးမှ လူကို ဖန်ဆင်းခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ ဤသို့ရှေ့နောက် အစီအစဉ်တကျ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု ဖြစ်စဉ်သည် ဘဝအားလုံးနှင့် သက်ဆိုင်သည်။

ကလေးတစ်ယောက်အနေဖြင့် ကျွန်တော်တို့သည် ဝမ်းလျားထိုးတတ် သည်။ ထိုင်တတ်သည်။ ပြီးမှ လေးဘက်တွားသွားတတ်သည်။ ထို့နောက် လမ်းလျှောက်တတ်သည်။ ပြေးတတ်သည်။ ခြေလှမ်းတိုင်းသည် အရေးကြီးသည်။ မည်သည့်ခြေလှမ်းကိုမျှ ခုန်ကျော်၍ မရ။

ကျောင်း၌ အက္ခရာသင်္ချာမသင်မီ သင်္ချာကိုသင်ရသည်။ ကဲကုလပ်စ် သင်္ချာကို မသင်မီ အက္ခရာသင်္ချာကို သင်ရသည်။ အက္ခရာသင်္ချာကို နားမလည်ဘဲ ကဲကုလပ်စ်သင်္ချာကို မတွက်နိုင်။ ဆောက်လုပ်ရေးလောက၌ လုပ်ငန်းများ အဆုံးမသတ်မီ အုတ်မြစ် ခိုင်ခိုင်မာမာချကာ အစပျိုးရသည်။

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

ကျွန်တော်တို့သည် ဤတစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် ဆောင်ရွက်ရတတ်သည်။ သဘောတရားကို ခန္ဓာကိုယ်နှင့်ပတ်သက်သည့် ကိစ္စများ၌လည်းကောင်း၊ အသိဉာဏ်ပညာနှင့် ပတ်သက်သည့် ကိစ္စများ၌လည်းကောင်း လက်ခံသိရှိ ကျင့်သုံးကြသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ထိုသို့လက်ခံအောင်၊ ကျင့်သုံးအောင်လည်း မြင်သာသိသာသော အထောက်အထားများကို တစ်ချိန်လုံး တွေ့နေကြသည်။ အခြားလူသားတို့၏ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု နယ်ပယ်များ၊ လူမှုဆက်ဆံရေးများ၌ သဘာဝဖြစ်စဉ်အတိုင်း မသွားဘဲ ဖြတ်လမ်းက သွားရန် ကြိုးစားအားထုတ်နေကြသည်။ ဦးစားပေး အစီအစဉ်အတိုင်းမလုပ်ဘဲ တော်သလိုလျော်သလို လုပ်နေကြသည်။ တီထွင်ဖန်တီးမှုမရှိဘဲ တုပနေကြသည်။ အကျင့်သီလကို ဂရုမစိုက်ဘဲ အပေါ်ယံကိုသာ ဂရုစိုက်နေကြသည်။ အနှစ်သာရကို ဂရုမစိုက်ဘဲ ပုံသဏ္ဍာန်ကို ဂရုစိုက်နေကြသည်။ အရည်အချင်း ရှိမှုကို အလေးမပေးဘဲ ဟန်ဆောင်မှုကို ဦးစားပေးနေကြသည်။ အချိန်ကုန်သက်သာရန်၊ လူပင်ပန်းမှုသက်သာရန်ဆိုပြီး အချို့ အခြေခံကျသည့် အဆင့်များကို ကျော်လွှားသွားတတ်ကြသည်။ သို့ပါလျက် နှင့်ပင် ကိုယ်လိုချင်သည့် ဆုလာဘ်များကို ရရှိလိမ့်မည်ဟုမျှော်လင့်နေကြသေးသည်။

သို့သော် ထိုသို့မျှော်လင့်ချက်မျိုးမှာ အချည်းအနီးသာဖြစ်သည်။ လူတစ်ဦးချင်း တစ်ယောက်ချင်းအတွက် အသိပညာ၊ အတတ်ပညာများ ကျွမ်းကျင်မှုများ ရရန်ဖြတ်လမ်းမရှိ။ စန္ဒရားတီးခြင်း၊ အများပြည်သူရှေ့တွင် စကားပြောဟောခြင်းများ ပြုလုပ်ရန် ဖြတ်လမ်းမရှိ။ မိမိတို့၏ စိတ်များ၊ အကျင့်သီလများ၊ ဖြူစင်ရေးနှင့် ပတ်သက်၍ ဖြတ်လမ်းမရှိ။ ဘဝနယ်ပယ်အားလုံး၌ တစ်ဆင့်ပြီးမှ တစ်ဆင့် ဖွံ့ဖြိုးရာ တိုးတက်ရသည်။ အဆင့်တိုင်း အဆင့်တိုင်း အရေးကြီးသည်။

ဥပမာ အကယ်၍ လူတစ်ယောက်က တင်းနစ်ကစားတတ်ရန် ဖြတ်လမ်းက ကြိုးစားလျှင် ဘာဖြစ်မည်နည်း။ သူသည် သာမန် တင်းနစ် ကစားသမား တစ်ယောက်သာဆိုလျှင် တတိယနေ့အဆင့်လောက်သာ ရှိလျှင် သို့သော် လူအထင်ကြီးခံလိုသဖြင့် ဆဌမနေ့ဆင့်မျိုးကို ဝင်ပြိုင်ရန် ကြိုးစားလျှင် ဘာဖြစ်မည်နည်း။ အကယ်၍ သင့်အနေဖြင့် တကယ်တမ်း ဒုတိယနေ့စာလောက်သာ တတ်ကျွမ်းပါလျက် ဆဌမအဆင့် စန္ဒရားတီးကွက် တီးလုံးများကို တီးတတ်သည်ဟု မိတ်ဆွေများအား ဟန်ဆောင်လိမ်ညာနေလျှင် ဘာဖြစ်မည်နည်း။

တတိယနေ့ အဆင့်လောက်သာ ဂေါက်သီးကစားတတ်လျှင် ပဉ္စမနေ့အဆင့်ရှိ တစ်ယောက်ယောက်နှင့် ယှဉ်ပြိုင်နေလျှင် ဘယ်လောက်အကောင်းအတွေးတွေး၊ အပြုသဘောတွေးတွေး သူ့ကိုနိုင်အောင် ရိုက်နိုင်ပါမည်လား။

အဖြေများကတော့ ရှင်းပါသည်။ တစ်ဆင့်ပြီးမှ တစ်ဆင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက် ရမည့်ဖြစ်စဉ်ကို ချိုးဖောက်ရန် မဖြစ်နိုင်။ ဥပေက္ခာပြုရန် မဖြစ်နိုင်။ ဖြတ်လမ်းက လုပ်ရန်မဖြစ်နိုင်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုလျှင် ၎င်းတို့သည် သဘာဝနှင့် ဆန့်ကျင်နေ၍ ဖြစ်သည်။ ဖြတ်လမ်းက ကြိုးစားရန် ကြံစည်သည့် ကိစ္စအားလုံးသည် ရှုပ်ထွေး ပွေလီမှုများ၊ သောကများကိုသာ ဖြစ်စေသည်။ ဒုတိယနေ့စာလောက်သာ ကျွန်တော်တတ်ပြီး ပဉ္စမနေ့အဆင့်ကိုရောက်လျှင် တတိယနေ့ကို ဦးတည်၍ ခြေလှမ်းလှမ်းရမည်။ ဖြတ်လမ်းကသွား၍မရ။ ဟန်ဆောင်ပန်ဆောင် လုပ်၍မရ။ အထင်ကြီးအောင် လုပ်၍မရ။ ထိုလုပ်ရပ်အားလုံးက ကျွမ်းကျင်မှု မရှိခြင်းကို အစားမထိုးနိုင်။

လောလောဆယ်၌ကျွန်တော်သည် ဒုတိယနေ့ အဆင့်လောက်သာ ရှိသေး ကြောင်း လက်ခံပြီး ယခုအခြေအနေထက်ပို၍ ရှိယောင် ဟန်မဆောင်မှသာလျှင် တိုးတက်မှုကို ဖြစ်စေနိုင်သည်။

ကျောင်းသားများအနေဖြင့်သူတို့ ဘယ်အဆင့်မှာရှိသည်ကို မေးခွန်း မေးမြန်းခြင်းဖြင့်လည်းကောင်း၊ ၎င်းတို့ မသိနားမလည်သည်များကို ဖော်ထုတ် ခြင်းဖြင့် လည်းကောင်း၊ ဆရာကိုအသိမပေးလျှင် သူတို့ဘာကိုမျှ လေ့လာ ဆည်းပူးနိုင်မည်မဟုတ်။ ဘယ်လိုမျှလည်း တိုးထွက်မည်မဟုတ်။ လူအများသည် ကြာရှည်ဟန်မဆောင်နိုင်။ နောက်ဆုံး၌ သူတို့လိမ်ညာမှု၊ ဟန်ဆောင်မှု ပေါ်သွား တတ်သည်သာဖြစ်သည်။ မသိနားမလည်မှုကို ဝန်ခံခြင်းသည် ပညာရဖို့အတွက် ပထမအဆင့်ဖြစ်သည်။

အဇ္ဈတ္တတိုးတက်မှု

ယခုအခါ ကျွမ်းကျင်မှုများ၊ အသိပညာဗဟုသုတများ၊ တိုးတက်မှု အစား လူတစ်ဦးချင်း တစ်ယောက်ချင်း၏ အဇ္ဈတ္တတိုးတက်မှုကို စဉ်းစားကြပါစို့။ ဥပမာ လူတစ်ယောက်သည် အသိပညာအားဖြင့် ပဉ္စမနေ့အဆင့်၌ ရောက်နေ သော်လည်း စိတ်ဓာတ်ရေးရာမှာ ဒုတိယအဆင့်၌ ရောက်နေသည် ဆိုပါစို့။

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

အစစအရာရာအဆင်ပြေနေသမျှ ဘာမျှမဖြစ်။ သို့သော် မောပန်းနွမ်းနယ်လာသည့် အခါ အိမ်ထောင်ရေးပြဿနာများပေါ်လာသည့်အခါ ငွေကြေး အကျပ်အတည်းများ ကြုံသည်အခါ၊ ဆယ်ကျော်သက်များနှင့် ရင်ဆိုင်ရသည့်အခါ၊ အော်ဟစ်နေသည့် ကလေးများနှင့်တွေ့သည့်အခါ တယ်လီဖုန်းတွေက တစ်ပြိုင်နက်တည်း မြည်နေကြ သည့်အခါ သူ ဘာဖြစ်မည်နည်း။

စိတ်ဓာတ်ရေးရာအရ မရင့်ကျက်သည့် ပုဂ္ဂိုလ်သည် ဒေါသများ၊ သည်းမခံ နိုင်မှုများ၊ အပြစ်ရှာတတ်မှုများ၏ သားကောင်ဘဝသို့ လုံးဝကျရောက် သွားသည်။ အများပြည်သူရှေ့၌ အစစအရာရာ အဆင်ပြေနေသည့်အခါ ဤသို့သော အားနည်းချက်များ၊ မရင့်ကျက်မှုများကို မည်သူမျှ သတိထားမိကြမည် မဟုတ်။

ခံစားမှုနယ်ပယ်၊ လူမှုရေးနယ်ပယ်နှင့် နာမ်ပိုင်းဆိုင်ရာ နယ်ပယ်များ၌ သဘာဝတိုးတက်မှုဖြစ်စဉ်ကို ဖြတ်လမ်းကသွားရန် ကြံစည်ခြင်းသည် အမြဲတမ်း ထင်ရှားခြင်းတော့မရှိပေ။ ကျွန်တော်တို့ကိုယ်ကျွန်တော်တို့ ဟန်ဆောင်နိုင်သည်ဟု ထင်နေကြသည်။ တစ်ခါတလေ ကျွန်တော်တို့ဟန်ဆောင်တာ အောင်မြင်သည်ဟု ထင်နေကြသည်။ သို့သော် ကိုယ့်ကိုယ်ထဲမှာ ဘာရှိသည်ကို ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် သိသည်။ ကိုယ်ဘယ်လိုလူဆိုတာကို သိသည်။ ကိုယ်နှင့်အတူ အလုပ်လုပ်နေ ကြသည်။ နေထိုင်နေကြသည့် လူအများကလည်း သိသည်။

ကျွန်တော်တို့၏ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များ၊ အိမ်ထောင်ဖက်များ၊ ကလေး များနှင့် ထိထိရောက်ရောက် ဆက်ဆံနိုင်ရန် စိတ်ဓာတ်ရေးရာ ကြံ့ခိုင်နိုင်မှု ရှိရမည်။ နားထောင်တတ်ရန် လေ့ကျင့်ရမည်။ နားထောင်တတ်ဖို့ဆိုသည်မှာ သည်းခံခြင်း၊ ပွင့်လင်းမှုရှိခြင်း၊ နားလည်လိုခြင်းတို့ ပါဝင်သည်။ ကျွန်တော်တို့ ပွင့်လင်းမှုရှိသည့်အခါ ကျွန်တော်တို့ကို ပြောင်းလဲအောင်လုပ်ခြင်း၊ ဩဇာလွှမ်းမိုးရန် ကြိုးစားခြင်းများ၏ အန္တရာယ်နှင့်ကြုံရနိုင်သည်။ သို့သော်ကျွန်တော်တို့ဘက် က မှန်နေတာ သေချာလျှင် ကျွန်တော်တို့ မပြောင်းလဲချင်ပေ။ ဖွင့်ဟမပေးဘဲ ပိတ်နေကာ ကိုယ်က ခိုင်ခံ့ပြောနေပြီး သူများကို အမိန့်ပေးနေရတာက ပိုလွယ်သည်။ မိမိ၏ စိတ်ခံစားမှုအဆင့်က ဒုတိယနေ့အဆင့်လောက်ရှိပြီး ဆဌမအဆင့် အကြံဉာဏ်မျိုးတွေ ပေးနေနိုင်သည်။

ပိုင်ဆိုင်မှုက ရှေ့ ပေးတာက နောက်

တစ်ခါက ကျွန်တော်မျှဝေမှု၏ တန်ဖိုးအကြောင်း သမီးကိုသင်ပြသည်။ ထိုသို့ သင်ပေးလိုက်သည့်အချိန်က သူမသည် လက်ခံရန်အဆင်သင့် မဖြစ်ပေ။



ကျွန်တော်က ဒုတိယနေ့ အဆင့်မှာရှိသေးသည့် သူမကို အမိန့်ပေးပြီး ပဉ္စမနေ့ အဆင့်သို့ တန်းတင်ရန် ကြိုးစားခဲ့သည်။

တစ်ရက်၌ ကျွန်တော် အိမ်သို့ပြန်လာပြီး သမီး၏ သုံးနှစ်မွေးနေ့ ပါတီပွဲကို ကျင်းပသည်။ အိမ်ရှေ့ခန်းထောင့် တစ်နေရာ၌ သူမကိုပေးသည့် လက်ဆောင်များအားလုံးကို အကုန်ပွေ့ဖက်ထားပြီး အခြားကလေးများနှင့် မကစားချင်ကြောင်း ပြောဆိုနေသည်။ သူမ၏ လက်ဆောင်များကို အခြား ကလေးများကိုလည်း ပေးမကစားချင်။ အခြားသောမိဘများ၏ ရှေ့မှောက်၌ ဤသို့ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်မှုကို ကျွန်တော် သတိထားလိုက်မိသည်။ ထို တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်မှုအတွက်လည်း အရှက်ရမိသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ကျွန်တော်သည် လူမှုဆက်ဆံရေးဘာသာရပ်၌ ပါမောက္ခဖြစ်သည်။ ဤပုဂ္ဂိုလ်များ အနေဖြင့် ကျွန်တော်နှင့် ကျွန်တော့်ကလေးများကို လူမှုဆက်ဆံရေး နယ်ပယ်၌ ပြည့်ဝမှုရှိမည်ဟု မျှော်လင့်နေကြလိမ့်မည်။ ယခုကဲ့သို့ အဖြစ်မျိုးကို အဖြစ်မခံနိုင်။

တခြားကလေးများက ကျွန်တော့်သမီးကို ဝိုင်းရံပြီး ယခုလေး၌ပင် သူတို့က သူမကို ပေးလိုက်သည့် လက်ဆောင်များနှင့် ကစားရန် တောင်းဆို နေကြသည်။ သို့သော် ကျွန်တော့်သမီးက အကုန်လုံးကို ငြင်းပယ်နေသည်။ ကျွန်တော့်ကိုယ် ကျွန်တော်လည်း ပြောလိုက်သည်။ ငါ့သမီးကိုတော့ ဝေမျှဖို့ကိစ္စ သင်ပေးရဦးမယ်။ တို့ယုံကြည်တဲ့ အခြေခံအကျဆုံးအရာတစ်ခုကတော့ ဝေမျှခြင်းရဲ့ တန်ဖိုးပဲဟု တွေးမိသည်။ ထိုသို့ဖြင့် အောက်ပါ လုပ်ငန်းစဉ်ကို ဆက်လက် ဆောင်ရွက်သည်။

ကျွန်တော်၏ပထမနည်းမှာ တောင်းဆိုရန်ဖြစ်သည်။ ‘သမီးရေ၊ သူတို့က မင်းကိုပေးထားတဲ့ ကစားစရာတွေကို သူတို့နဲ့အတူ ကစားပါလား’

သူမက ‘မကစားနိုင်ဘူး’

ကျွန်တော်၏ ဒုတိယနည်းလမ်းမှာ အကြောင်းအကျိုးပြရန်ဖြစ်သည်။ ‘သမီးရေ၊ မင်းအိမ်ကို သူတို့ရောက်နေတုန်း မင်းကစားစရာတွေပေးကစားရင် သူတို့အိမ်သွားတဲ့အခါကျတော့လည်း သူတို့ကစားစရာတွေကို မင်းလည်း ပေးကစားမှာပေါ့’

နောက်ထပ် ငြင်းပယ်ပြန်သည်။

ကျွန်တော် အနည်းငယ်ရှက်လာသည်။ ကျွန်တော့်အနေဖြင့် ဩဇာ မရှိသလိုဖြစ်နေသည်။ တတိယနည်းလမ်းမှာ လာဘ်ထိုးရန်ဖြစ်သည်။ ‘သမီးရေ

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

မင်းသူတို့နဲ့မျှကစားရင် မင်းအတွက် အဖေက လက်ဆောင်ပေးစရာရှိတယ်၊
မင်းကို ပီကေကျွေးမယ်’

သူမက ‘သမီး ပီကေမစားချင်ဘူး အဖေ’

ယခုအခါ ကျွန်တော်ဒေါသထွက်လာသည်။ ကျွန်တော်၏ စတုတ္ထ
နည်းလမ်းမှာ ခြိမ်းခြောက်ရန်ဖြစ်သည်။ ‘မင်းပေးမှာလား၊ မပေးဘူးလား၊
မပေးရင်တော့ မင်း ဒုက္ခရောက်သွားမယ်’

သူမက ‘သမီး ဂရုမစိုက်ဘူး။ ဒါသမီးပစ္စည်းတွေ၊ သမီး သူတို့နဲ့ ဝေမျှ
မကစားနိုင်ဘူး’

နောက်ဆုံးနည်းလမ်းမှာ ဖိအားပေးရန်ဖြစ်သည်။ ကစားစရာအချို့ကို
ကျွန်တော်က ယူလိုက်ပြီး တခြားကလေးတွေကို ဝေပေးလိုက်သည်။ ‘ဒီမှာဟေ့
ကလေးတို့၊ ဒါတွေကစားကြ’

ကျွန်တော်၏ သမီးအနေဖြင့် အခြားသူများကို ပေးကစားသည့်
အတွေ့အကြုံကို မရမီ ပိုင်ဆိုင်သည့်အတွေ့အကြုံကိုရဖို့ လိုအပ်နေသည်။
တစ်စုံတစ်ခုကို ကျွန်တော်တို့ ပိုင်ဆိုင်ခြင်း မရှိလျှင် မည်သည့်အခါမျှ သူများကို
မပေးနိုင်။ သို့သော် ထိုအချိန်က ကျွန်တော်သည် အခြားမိဘများက
ဘာထင်မလဲဆိုသည်ကို သွား၍ တန်ဖိုးထားမိသည်။ ကျွန်တော် ကလေး၏
ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုနှင့် ကျွန်တော်တို့၏ ဆက်ဆံရေးကို ရှေ့တန်းမတင်ခဲ့။ စစချင်း
ကိုယ့်ကိုယ်ကို မှန်သည်ဟု ဆုံးဖြတ်ခဲ့သည်။ သူမအနေဖြင့် ဝေမျှကို ဝေမျှ
ပေးရန်မည်ဟု ထင်နေခဲ့သည်။ ထိုသို့ မဝေမျှခြင်းအတွက် သူမ မှားသည်ဟု
ဆုံးဖြတ်ခဲ့မိသည်။ ထိုဆုံးဖြတ်ချက်အပေါ်၌ မူတည်ပြီး နောက်ဆုံး၌
အတင်းအကျပ် ဖိအားပေးဖို့အထိ ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။

တကယ်တော့ သူမက ဒုတိယနေ့အဆင့်လောက်သာ ရှိသေးသည်။
ကျွန်တော် သူမကို ပဉ္စမနေ့ အဆင့်ဟု မျှော်လင့်နေပြီး ထိုအဆင့်အတိုင်း
ရောက်ရန် ဇွတ်အတင်းအကျပ်လုပ်နေသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုလျှင် ကျွန်တော်၏
ခံစားမှုအဆင့်မှာလည်း ဒုတိယနေ့အဆင့်လောက်သာ ရှိနေသည်။ ကျွန်တော်က
နားလည်နိုင်စွမ်းမရှိ၊ သည်းခံမှုမရှိ။ သူမကို ပေးကိုပေးရမည်ဟုသာ မျှော်လင့်ခဲ့
သည်။ အကယ်၍ ကျွန်တော်သာ ပိုမိုရင့်ကျက်ခဲ့လျှင် သူမအနေဖြင့် ဝေမျှမည်
မမျှမည်ဟူသည့် ရွေးချယ်မှုကို ခွင့်ပြုရမည်။ သူမကို အကြောင်းအကျိုး ရှင်းပြ
ပြီးနောက် အခြားကလေးများအနေဖြင့် အာရုံစိုက်စရာ ကစားစရာတစ်ခုကို

အာရုံရောက်သွားအောင် ဆွဲဆောင်နိုင်ရမည်။ ကျွန်တော့်ကလေး စိတ်သက်သာ ရအောင် ဆောင်ရွက်ပေးရမည်။ ထိုအချိန်မှစ၍ ကျွန်တော့်ကလေးအနေဖြင့် တစ်စုံတစ်ရာကို တကယ်ပိုင်ဆိုင်သည်ဟု ခံစားမိသောအခါ သူတို့သည် သဘာဝကျကျ လွတ်လွတ်လပ်လပ် အလိုအလျောက် ဝေမျှတတ်လာကြောင်း သင်ခန်းစာရလိုက်သည်။

သင်ကြားပို့ချသည်ဆိုသည်မှာလည်း အချိန်လိုသည်။ သင်ကြားပို့ချရမည့် အချိန်ရှိသလို သင်ကြားပို့ချခြင်း မပြုရမည့် အချိန်လည်းရှိသည်။ ဆက်ဆံရေးများ တင်းမာနေသည့်အခါ ခံစားမှုများ၏ လွှမ်းမိုးမှုကို ခံနေရသည့်အခါ သင်ကြားရန်၊ လေ့ကျင့်ရန်၊ ကြိုးစားမှုမှန်သမျှသည် အရာမရောက်ပေ။ ငြင်းပယ်ခြင်း၊ တရား စီရင်ခြင်းဟူ၍သာ အမြင်ခံရသည်။ ပို၍ကောင်းသည့်နည်းလမ်းမှာ နှစ်ကိုယ်ကြား တွေ့ဆုံပြီး အေးအေးဆေးဆေး ဆွေးနွေးသည့် နည်းလမ်းဖြစ်သည်။ သို့သော် ဤသို့ဆွေးနွေးရန်လည်း သည်းခံမှုနှင့် ကိုယ်ကိုယ်ကို ထိန်းချုပ်နိုင်မှုရှိရမည်။ တိုတိုပြောရလျှင် ခံစားမှုရင့်ကျက်ရမည်။

သူများအားကိုး၊ ကိုယ်အားနည်း

မိဘများသာမကပါ အလုပ်ရှင်များ၊ ခေါင်းဆောင်များ၊ ဩဇာအာဏာ ရှိသူများသည်လည်း ထိုအတူပင် ဖြစ်တတ်သည်။ သူတို့သည် ကျွမ်းကျင်မှု ရှိသည့် ဉာဏ်ပညာ ဗဟုသုတရှိသည့် ဆဋ္ဌမနေ့အဆင့်မျိုးကို ရောက်နေ ကြသည်။ သို့သော် သူတို့၏ ခံစားမှုပိုင်း၊ စိတ်ပိုင်းမှာ မရင့်ကျက်ဘဲ ဒုတိယနေ့ အဆင့်လောက်သာ ရောက်နေတတ်ကြသည်။ ထိုအားနည်းချက်ကို ဖြည့်စွက်ရန်အတွက် ၎င်းတို့၏ ရာထူးကိုသော်လည်းကောင်း၊ ဩဇာအာဏာ ကိုသော်လည်းကောင်း၊ အားကိုးတတ်ကြသည်။

အကျပ်အတည်းနှင့် ကြုံရသည့်အခါ မရင့်ကျက်သည့် ပုဂ္ဂိုလ်များသည် မည်သို့ တုံ့ပြန်တတ်ကြသနည်း။ ဆရာတစ်ယောက်၏ ရှုထောင့်ကို ကျောင်းသား တစ်ယောက်က မေးမြန်းစိန်ခေါ်သည့်အခါ မည်သို့ တုံ့ပြန်တတ် ကြသနည်း။

မရင့်ကျက်သည့် မိဘတစ်ယောက်သည် ဆယ်ကျော်သက်ရွယ် သမီး တစ်ယောက်က သူမ၏ ပြဿနာများကို ကြားဖြတ်ဝင်ပြောသည့်အခါ မည်သို့ တုံ့ပြန်သနည်း။ ဤမိဘမျိုးက ပြဿနာရှာတတ်သည့် ကလေးငယ်ကို မည်သို့ စည်းကမ်းထိန်းသိမ်းသနည်း။ ဤသူက အိမ်ထောင်ဖက်နှင့် ကွဲလွဲမှုတစ်ခုကို

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

ပေါက်ကွဲထွက်ကာ မည်သို့ ဖြေရှင်းသနည်း။ အလုပ်ခွင်မှာ ရှိသည့် စိန်ခေါ်မှု များကို မည်သို့ ကိုင်တွယ်သနည်း။

စိတ်ဓာတ်ရေးရာအရ ရင့်ကျက်မှုမရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်သည် ရာထူး၊ အရွယ် အစား၊ အင်အားကြီးမားမှု၊ အတွေ့အကြုံ၊ အသိပညာ သို့မဟုတ် အခြားခံစားမှု များကို အားကိုးပြီး ဆောင်ရွက်တတ်သည်။ ၎င်း၏ စရိုက်သည် မမျှမတ တစ်ဖက်စောင်းနင်းဖြစ်လာသည်။ ၎င်း၏ အကျင့်သီလ အားနည်းမှုကို ဖြည့်ဆည်း ဖုံးကွယ်တတ်ကြသည်။ ထိုအခါ မည်သည့်ရလဒ်များ ဖြစ်ပေါ်လာသနည်း။ နောက်ဆုံး၌ သူသည် နေရာသုံးနေရာ၌ အားနည်းချက်များကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။

ပထမဦးစွာ သူ့ကိုယ်သူ အားနည်းစေသည်။ ရာထူးဌာနန္တရမှလည်း ကောင်း၊ ဩဇာအာဏာကို လည်းကောင်း အားကိုးခြင်းသည် အနာဂတ် ကာလ၌ ကိစ္စများပြီးအောင် ဆောင်ရွက်ရန်အတွက် ပြင်ပအကြောင်းအရာများ အပေါ် မှီခိုရာရောက်သည်။ ထိုသို့မှီခိုမှုကို ဆိုးသည်ထက်ဆိုးအောင် လုပ်ပေးသည်။

ဒုတိယအနေဖြင့် အားနည်းချက်ကို အခြားသူများအပေါ်၌ ပို့ပေးတတ် သည်။ ကြောက်ရွံ့၍လည်းကောင်း၊ လိုက်လျောညီထွေ အဆင်ပြေပြေ ဖြစ်ချင်၍ လည်းကောင်း၊ အခြားသူများလည်း လိုက်လုပ်တတ်၊ တုံ့ပြန်တတ်လာသည်။ သို့ဖြစ်၍ သူတို့ဘာသာသူတို့ အကြောင်းအကျိုး ဆင်ခြင်တုံတရားဖြင့် ဆင်ခြင်မှု၊ လွတ်လပ်မှု၊ တိုးတက်မှု၊ မိမိကိုယ်မိမိ စည်းကမ်း ထိန်းသိမ်းမှုတို့ကို ဖျက်ဆီး စေသည်။

တတိယအနေဖြင့် သူသည် ဆက်ဆံရေးများ၌ အားနည်းမှုများ ဖြစ်ပေါ်စေ သည်။ ဆက်ဆံရေးများကို ပျက်စီးစေသည်။ စိတ်လိုလက်ရ ပူးပေါင်း ဆောင်ရွက်ခြင်း မဟုတ်ဘဲ ကြောက်၍ ဆက်ဆံရခြင်းများကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ ထိုအခါ ဆက်ဆံရသည့် ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းသည် ဇွတ်အတင်းခိုင်းမှ လုပ်တတ်၊ တိုက်တွန်းမှလုပ်တတ်၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဆင်ခြေပေးတတ်လာကြသည်။

စကားအငြင်းအခုံပြောရသည့် ကိစ္စတစ်ခု၌လည်းကောင်း၊ ပြိုင်ဆိုင်ရသည့် ကိစ္စတစ်ခု၌လည်းကောင်း၊ စိတ်ဓာတ်ရေးရာ ရင့်ကျက်မှု မရှိသောပုဂ္ဂိုလ်က အခြားသူအား ချောင်ပိတ်မိရန်အတွက် သူ၏ ခွန်အားဗလများ၊ စွမ်းအားများကို သုံးတတ်သည်။ ထိုသို့ငြင်းခုံရာမှ သူနိုင်ကောင်း နိုင်သော်လည်း တကယ်တမ်း၌ သူရှုံးသည်။ လူတိုင်းလည်းရှုံးသည်။ သူ၏ အားသာချက်သည်အားနည်းချက်ဖြစ် သွားသည်။

တကယ်တော့ ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် ကျွန်တော်တို့၏ ဥစ္စာပစ္စည်း ပိုင်ဆိုင်မှုများ၊ ရာထူးဌာနနန္တရများ၊ ဂုဏ်ထူးဘွဲ့ထူးများ၊ ပုံပန်းသဏ္ဍာန်များ၊ အသင်းအဖွဲ့ဝင်ထားမှုများ၊ အဆောင်အယောင်များ၊ ရယူအောင်မြင်မှုများကို အားကိုးနေလျှင် ထိုအရာများမရှိတော့လျှင် သို့မဟုတ် ထိုအရာများ ပြောင်းလဲ သွားလျှင် ဘာဖြစ်မည်နည်း။

ကျွန်တော်တို့ဘာသာ ကျွန်တော်တို့ လုပ်လာခဲ့သည့် အားနည်းချက်များ နှင့်သာ နေနေရမည်။ ကျွန်တော်တို့ဘာသာ ကျွန်တော်တို့ လုပ်ထားသည့် အားနည်းချက်များသာမကသေး ကျွန်တော်တို့၏ ဆက်ဆံရေးများ၊ အခြား သူများကို အားနည်းအောင် လုပ်ထားသည်များနှင့် ဆက်လက်ရင်ဆိုင် ဖက်တွယ် နေရသည်။ တကယ်တော့ မိမိကိုယ်မိမိ အားမကိုးဘဲ အခြားအရာများကို အားကိုးခြင်းသည် ကိုယ်အထင်ကြီးအောင်အလုပ်ချင်ဆုံး သူများအပေါ် နောက် ဆုံး၌ ဩဇာမလွှမ်းနိုင်ဘဲ ရှိရသည်။ ကလေးတွေကို အထင်သေးအောင် လုပ်ထားသည်ဟု ကလေးတွေကထင်ကြမည်။ သူတို့ကို တန်ဖိုးမထားဟုပင် ထင်ကြမည်။ သူတို့၏ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များလည်း သူတို့နည်း သူတို့ဟန်ဖြင့် ဆန့်ကျင်ကြ၊ ပုန်ကန်ကြမည်။ ယုတ်စွအဆုံး သူတို့အလိုချင်ဆုံး ကိစ္စများကိုပင်လျှင် မလိုချင်ကြ၊ ဆန့်ကျင်ကြ ဖြစ်လာကြမည်။

ကိုယ့်ကိုယ်ကို အားနည်းအောင်မလုပ်ဘဲ မည်သို့အင်အားတောင့်တင်း အောင် လုပ်ကြမည်နည်း။ ကျွန်တော်တို့ကိုယ်တွင်း၌ စွမ်းအားရှိအောင် လုပ်နိုင် သည့် အရင်းအမြစ်များကိုသာ အားကိုးမည်။ မည်သည့်အခြေအနေတွင် မည်သို့ ဖြစ်ဖြစ် မည်သည့်အခါမျှ မပြောင်းလဲနိုင်သည့် ကျွန်တော်တို့၏ ကိုယ်တွင်းက စွမ်းအားများထွက်ပေါ်လာအောင် လုပ်မည်။ ဥပမာ ခွဲစိတ်ကုသသည့်ဆရာဝန် တစ်ယောက်သည် သူ၏ အသိပညာ၊ အတတ်ပညာများအပေါ် အားကိုးအားထား ပြုသလို အပြေးသမားတစ်ယောက်သည် စနစ်တကျ စည်းကမ်းချ၍ လေ့ကျင့် ထားသော ခန္ဓာကိုယ်များ၊ ခြေထောက်များ၊ အဆုတ်များကို အားကိုးအားထား ပြုသလို ပြုရမည်။

တစ်နည်းအားဖြင့်ပြောရလျှင် အခြေအနေက ဘာတောင်းဆိုသည်ကို မေးရမည်။ ဘယ်လိုအားသာချက်ကို တောင်းဆိုတာလဲ။ ဘယ်အစွမ်းအစတွေကို တောင်းဆိုတာလဲ။ ဘယ်ဗဟုသုတကို တောင်းဆိုတာလဲ။ ဘယ်သဘောထားမျိုး လဲဟု မေးရမည်။ တကယ်တော့ ပိုင်ဆိုင်မှုများ၊ ပုံသဏ္ဍာန်များ၊ ဆရာဝန် တစ်ယောက် သို့မဟုတ် အားကစားသမားတစ်ယောက်၏ ဘွဲ့ထူးဂုဏ်ထူးများ

သည် လိုအပ်နေသော အရာများ၏ သင်္ကေတများသာ ဖြစ်သည်။ အနှစ်သာရ မရှိလျှင် ၎င်းတို့သည် မည်သို့မျှ တန်ကြေးရှိမည် မဟုတ်ပေ။

တစ်ဦးချင်းတိုးတက်မှု

ဘုရားသခင်က ကမ္ဘာမြေကြီးနှင့် လူသားကို ခြောက်ရက်တာ ဖန်ဆင်းမှု ဖြစ်စဉ်မှ အောက်ပါထူးခြားသည့် အကျိုးသက်ရောက်မှု ခြောက်ခုကို ကျွန်တော် တွေ့သည်။

တိုးတက်ကြီးထွားမှုဆိုသည်မှာ သဘာဝဖြစ်စဉ်ဖြစ်သည်။ မိမိစိုက်ပျိုး သည့်အရာကို မိမိရိတ်သိမ်းရသည်။

ကျွန်တော်တို့အားလုံးသည် ခန္ဓာကိုယ်ပိုင်း၊ လူမှုရေးပိုင်း၊ ခံစားမှုပိုင်း၊ အသိပညာပိုင်း၊ နာမ်ပိုင်း နယ်ပယ်အားလုံး၌ ဖွံ့ဖြိုးမှု အဆင့်မတူကြ။ ကျွန်တော်၏ ဒုတိယနေ့ အဆင့်သည် ခင်ဗျား၏ စတုတ္ထနေ့အဆင့် ဖြစ်ကောင်းဖြစ်နိုင်သည်။ သို့ဖြစ်၍ ကျွန်တော်က ခင်ဗျားကို ကျွန်တော်လုပ်ချင်သည့် ကိစ္စများနှင့် ကျော်လွှားချင်သည့် ကိစ္စများ၌ သာလွန်ခြင်း ဖြစ်နိုင်သည်။



နှိုင်းယှဉ်မှုသည် အန္တရာယ်ကြီးမားသည်။ နှိုင်းယှဉ်မှုကြောင့် မလုံခြုံ စိတ်မချရမှုကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ သို့ပါလျက်နှင့်ပင် ကျွန်တော်တို့သည် ကျွန်တော်တို့၏ ကလေးများနှင့် ပတ်သက်၍လည်း နှိုင်းယှဉ်တတ်ကြသည်။ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များ၊ အခြားရင်းနှီးသူများနှင့် ပတ်သက်၍လည်း နှိုင်းယှဉ် တတ်ကြသည်။ ထိုသို့နှိုင်းယှဉ်၍ ကိုယ့်ကိုယ်ကို တန်ဖိုးထားမှု၊ လုံခြုံမှုများ ဖြစ်ပေါ်လာလျှင် တစ်ချိန်၌သာလွန်သည်ထင်ပြီး အခြားတစ်ချိန်၌ နိမ့်ကျသည်ဟု ထင်ကာ မည်မျှ မလုံခြုံရ၊ သောကရောက်ကြရမည်နည်း။ အကြံဉာဏ်များ၊ ဓလေ့ထုံးစံများ၊ ဖက်ရှင်များသည် အချုပ်အနှောင်များဖြစ်ပြီး ၎င်းတို့သည် အမြဲတမ်း ပြောင်းလဲနေကြသည်။ ပြောင်းလဲနေသည့် အရာများ၌ လုံခြုံစိတ်ချရမှုကို ရှာမတွေ့နိုင်။ အဇ္ဈတ္တလုံခြုံမှုကို ပြင်ပ၌ သွားရှာနေ၍ မရ။ အဇ္ဈတ္တတောင့်တင်း ကြံ့ခိုင်မှုရရန် ပြင်ပကိုအားကိုး၍ မရ။ ပြင်ပကိုအားကိုးလေ ပို၍ အားနည်းလေ ဖြစ်သည်။ အခြားသူများနှင့် အခြားအရာများနှင့် နှိုင်းယှဉ်ခြင်း၊ အားကိုးခြင်း များသည် တစ်ဖက်၌ တင်းတိမ်မှုကိုဖြစ်စေပြီး အခြားတစ်ဖက်၌ ကိုယ့်ကိုယ်ကို မုန်းတီးမှု၊ စိတ်ပျက်အားငယ်မှုများကို ဖြစ်ပေါ်စေတတ်သည်။ ထိုသို့နှိုင်းယှဉ်ခြင်း ကြောင့် လူအများကို ဖြတ်လမ်းကလိုက်ရန် အားပေးတတ်သည်။ အခြား

သူများ၏ အကြံဉာဏ်များကို လက်ခံရန်၊ ပုံသဏ္ဍာန်သတ်မှတ်ချက်များအတိုင်း နေထိုင်ရန်၊ ပြင်ပကိုပို၍ အားကိုးရန် အားပေးရာရောက်သည်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို နှိုင်းယှဉ်ခြင်းသည် အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်တို့ ပျော်ရွှင်မှုရဖို့ကိစ္စသည်။ အခြားသူများ၏ တိုးတက်မှုနှင့်မဆိုင်။ ကျွန်တော်တို့ ကိုယ်တိုင် တိုးတက်မှုနှင့်သာ ဆိုင်သည်။ လူတစ်ဦးချင်း တစ်ဦးချင်းကို သူတို့၏ အစွမ်းအစများအပေါ် လိုက်၍ သာ သတ်မှတ်ရမည်။ ကိုယ့်အစွမ်းအစနှင့် ချိန်ထိုးစရာမလို။ ထိုအစွမ်းအစများကို မည်မျှ အသုံးချသည် မည်မျှ အားထုတ်သည်ကိုသာ လက်ခံရမည်။ သူ့မှာရှိသည့် အရာများနှင့် သူဘာလုပ်နေသည်ကိုသာ မေးသင့်သည်။ တစ်ယောက်နှင့် တစ်ယောက် နှိုင်းယှဉ်နေစရာမလို။ ထိုသို့နှိုင်းယှဉ်ပြီး ချစ်ခြင်း၊ မုန်းခြင်းများ ဖြစ်ပေါ်စရာ မလို။



ဖြတ်လမ်းမရှိ။ စောစောက ဥပမာကို သုံးရမည်ဆိုလျှင် ကျွန်တော့် အနေဖြင့် ဒုတိယနေ့အဆင့်လောက်ရောက်နေပြီး ဆဋ္ဌမနေ့အဆင့်ကို ရောက်ချင်လျှင် တတိယနေ့၊ စတုတ္ထနေ့၊ ပဉ္စမနေ့ဟူသော နေ့များကို ဖြတ်သန်းသွားရမည်။ သူများအထင်ကြီးစေလိုသဖြင့် ဆဋ္ဌမနေ့အဆင့်၌ ရောက်ပြီဟု ဟန်ဆောင်နေလျှင် နောက်ဆုံး၌ ကျွန်တော် ဟန်ဆောင်တာ လူမိ သွားမည်။ လူအားလုံးကြိုက်အောင် လိုက်လုပ်နေခြင်းအားဖြင့် မိမိကိုယ် မိမိ လေးစားမှုအပါအဝင် လူတိုင်း၏ လေးစားမှုကို ဆုံးရှုံးစေနိုင်သည်။ အချို့ လူများသည် တတိယနေ့အဆင့်၌ အဘယ်ကြောင့် ရှိမနေရသလဲဟု နှိုင်းယှဉ်ခြင်း၊ ဝေဖန်ခြင်းပြုလျှင် အကျိုးမရှိရုံသာမက အကျိုးယုတ်မည်။ ဖြတ်လမ်းမရှိပါ။

တိုးဆက်ဖွံ့ဖြိုးရန်ဆိုလျှင် ကျွန်တော်တို့သည် ကျွန်တော်တို့ရောက်နေ သည့်နေရာက စရမည်။ ကျွန်တော်တို့ ရောင်သင့်သည့် နေရာကသော် လည်းကောင်း၊ အခြားတစ်ယောက်ယောက် ရောက်နေသည့် နေရာကသော် လည်းကောင်း၊ အခြားသူများက ကျွန်တော်တို့ ရောက်နေသည်ဟု ထင်သော နေရာများကသော်လည်းကောင်း မစရ။ တစ်နေ့လျှင် လေ့ကျင့်ခန်းတစ်ကြိမ် ပိုလုပ်သွားခြင်းအားဖြင့် တစ်လကြာသည့်အခါ လေ့ကျင့်ခန်း ၃၀ ပိုလုပ်နိုင် မည်။ အလားတူပင် မည်သည့်နေရာ၌မဆို နည်းနည်းစီ နည်းနည်းစီ တိုး၍ လေ့ကျင့်နိုင်သည်။ အနည်းငယ်ပို၍ သည်းခံခြင်း၊ နားလည်ခြင်း၊ သတ္တိ ရှိခြင်းများ တိုးနိုင်သည်။ နေ့စဉ်နေ့တိုင်း ကြိုးစားအားထုတ်ခြင်း၊ မိမိကိုယ်မိမိ စည်းကမ်းထိန်းသိမ်းခြင်းအားဖြင့် ထိုအစွမ်းအစများ တဖြည်းဖြည်း တိုးပွားအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

ကျွန်တော်တို့ အတော်များများအနေဖြင့် အိပ်ရာစောစောဝင်ခြင်း၊ အိပ်ရာက စောစောထခြင်း၊ မှန်မှန်လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ခြင်း၊ သင့်တင့်မျှတရုံ စားသောက်ခြင်း၊ ပင်ပန်းသော်လည်း လိုအပ်လျှင် အလုပ်ခွင်၌ ပို၍နေခြင်း စသည့် ခန္ဓာကိုယ်ကို ပိုမိုထိန်းချုပ်ရသည့် ကိစ္စများသည် ပထမနေ့နှင့် ဒုတိယနေ့ အဆင့်မျှသာရှိသည်။ လူအတော်များများအနေဖြင့် နှောင့်နှေးကြန့်ကြာခြင်း၊ စိတ်မရွည်ခြင်း၊ မာနကြီးခြင်း၊ ခံတွင်းကို အလိုလိုက်ခြင်း ဟူသည့် စတုတ္ထနေ့၊ ပဉ္စမနေ့နှင့် ဆဋ္ဌမနေ့ပြဿနာများကို ကျော်လွှားရန် ကြိုးစားနေကြသည်။ အကယ်၍ ကျွန်တော်တို့သည် ကျွန်တော်တို့၏ ခန္ဓာကိုယ်ကို မထိန်းချုပ်လျှင်၊ ကျွန်တော်တို့၏ အကြိုက်များကို ထိန်းချုပ်ခြင်း မပြုနိုင်လျှင် ကျွန်တော်တို့၏ လျှာကို မည်သို့ထိန်းချုပ်မည်နည်း။ ဒေါသများ၊ မနာလိုမှုများ၊ ဝန်တိုမှုများ၊ အမုန်းတရားများကို မည်သို့ထိန်းချုပ်နိုင်မည်နည်း။ လူအများအနေဖြင့် ပဉ္စမနေ့နှင့် ဆဋ္ဌမနေ့အဆင့်များ၏ အသီးအပွင့်များကို မျှော်မှန်းကြ၊ သဘောကျတတ်ကြသည်။ မေတ္တာတရား၊ စိတ်ထား ဖြူစင်ခြင်း၊ ဆုံးဖြတ်ချက်ချရာ၌ အသိဉာဏ်ရှိခြင်းများကို သဘောကျတတ်ကြသည်။ သို့ပါလျက်နှင့်ပင် ပထမနေ့အဆင့်၏ ဥပဒေသများကို မလိုက်နာချင်ကြ။ ခန္ဓာကိုယ်ကို ဆက်လက်၍ အလိုလိုက်နေကြသေးသည်။



ကိုယ့်စိတ်ကို ကိုယ် ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်းအားဖြင့် မိမိ၏ အားနည်းချက်များကို တိတိကျကျ နားလည်နိုင်စွမ်းနှင့် ထိုအားနည်းချက်များကို ကျော်လွှားနိုင်သည့် စွမ်းအားများ ရရှိစေသည်။ ကျွန်တော်တို့ အတော်များများအနေဖြင့် ဘယ်နေရာက စကြမည် မသိကြ။ ဘယ်ဟာကရှေ့၊ ဘယ်ဟာကနောက် ဆိုသည်ကိုမသိ။ အခြားသူများ၏ ပုံစံများသည် ကျွန်တော်တို့နှင့် တူမည်မဟုတ်။ အခြားသူတစ်ယောက်၏ ပဉ္စမနေ့အဆင့်သည် ကျွန်တော်တို့၏ ဒုတိယနေ့အဆင့် ဖြစ်နိုင်သည်။ တစ်ချိန်က စတုတ္ထနေ့အဆင့်ကိုရောက်ပြီး နောက်တစ်ချိန်၌ ပထမနေ့အဆင့်ပြန်ကျကောင်း ကျသွားနိုင်သည်။ ထိုကိစ္စတစ်ခုတည်းအပေါ်၌ပင်လျှင် စိတ်အခြေအနေအမျိုးမျိုး ပြောင်းနေနိုင်သည်။ တစ်ခါတစ်ရံ အဆင့်တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ၌ တစ်ပြိုင်နက်တည်း ကြိုးစားအားထုတ်ရသည့် ကာလမျိုးလည်း ကြုံမည်။

သို့သော် ကျွန်တော်တို့၏ တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးမှုအတွက် အဓိကသော့ချက်မှာ ကျွန်တော်တို့ ရောက်နေသည့် နေရာမှစရန်၊ ပထမဆုံး အဆင့်က စရန်ပင် ဖြစ်သည်။

၇

ဒုစရိုက်တရား ခုနစ်ပါး

မဟတ္တမဂန္ဓိက ဒုစရိုက်တရား ခုနစ်ပါးသည် ကျွန်တော်တို့ကို ဖျက်ဆီးလိမ့် မည်ဟု ပြောခဲ့သည်။ ထိုဒုစရိုက်တရား ခုနစ်ပါးတို့သည် လူမှုရေးနှင့် နိုင်ငံရေး အခြေအနေများအားလုံးဖြစ်ကြောင်း သတိပြုမိပါလိမ့်မည်။ ထိုဒုစရိုက်တရား ခုနစ်ပါးတို့သည် ၎င်းတို့ကို ကုသဖြည်းဆည်းရန် ဖြေရှင်းသည့် လူအများ တန်ဖိုးထားမှုများအပေါ်၌ မူမတည်ဘဲ သဘာဝနိယာမများ၊ ဥပဒေများအပေါ်၌ အခြေခံကြောင်း သတိပြုမိပါလိမ့်မည်။



အလုပ်မလုပ်ဘဲရရှိသော ဥစ္စာဓနများ

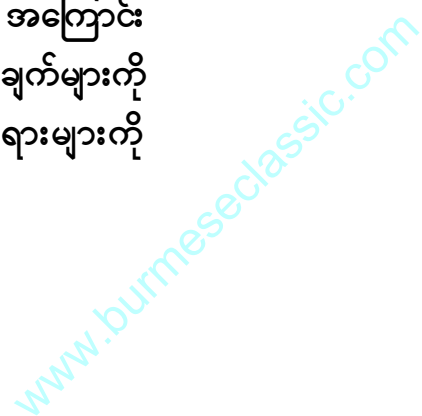
ဘာမျှမလုပ်ဘဲ လိမ်ညာခြင်းဖြင့်ရရှိသည့် ဥစ္စာများ၊ ထုတ်လုပ်မှုမရှိဘဲ ရရှိသော ဥစ္စာများ၊ တန်ဖိုးတိုးပွားလာမှုများ၊ လူအများနှင့် ပစ္စည်းများကို လိမ်ညာခြင်းအားဖြင့် ရရှိသော ပုံသေပစ္စည်းများ၊ ဈေးကွက်ကို လိမ်ညာခြင်းများ အားလုံးကိုဆိုလိုသည်။ ယနေ့အခါ၌ အလုပ်မလုပ်ဘဲ ဥစ္စာဓနများ ကြွယ်ဝအောင် လုပ်နိုင်သည့်နည်းလမ်းများရှိနေကြသည်။ အခွန်မပေးဘဲ ဝင်ငွေများများရအောင် လုပ်နိုင်ကြသည်။ အစိုးရ၏ စီမံကိန်းများနှင့် ပတ်သက်၍ ထိုက်တန်သည့် ငွေကြေးတစ်စုံတစ်ရာကို ထမ်းဆောင်ခြင်းမပြုဘဲ အခမဲ့ယူငင် အကျိုးခံစား တတ်ကြသည်။ ကော်ပိုရေးရှင်း၏ အဖွဲ့ဝင်တစ်ယောက်အဖြစ် တာဝန်များ၊ ဝတ္တရားများကို လက်ခံထမ်းဆောင်ခြင်းမပြုဘဲ အခွင့်ထူးများကို ခံစားနေတတ် ကြသည်။

အထက်ပါကိစ္စ အတော်များများသည် ၁၉၈၀ ပြည့်လွန်နှစ်များ၌ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့ကြ၍ ထိုနှစ်များကို 'လောဘဆယ်စုနှစ်'ဟု ခေါ်သည်။ ၎င်းမြန်မြန် သူဌေးဖြစ်နည်းများသည် ၁၉၈၀ ပြည့်လွန်နှစ်များ၌ ခေတ်စားခဲ့သည်။ 'ကြိုးစား ပမ်းစား အလုပ်လုပ်နေစရာမလို' ဟူသော ဆောင်ပုဒ်မှာ ခေတ်စားခဲ့သည်။ ကျွန်တော်၏ ကလေးတစ်ယောက်သာ ဈေးကစားသည့် လိမ်ညာသည့်လုပ်ငန်းထဲ ရောက်သွားမှာကို အတော်စိုးရိမ်နေမိသည်။ နေ့စဉ်နေ့တိုင်း အလုပ်ကြိုးစားပမ်းစား မလုပ်ဘဲ၊ တန်ရာတန်ကြေးကို ရအောင်မလုပ်ဘဲ ငွေမြန်မြန်ဖြစ်မည့်နည်းများ၊ တတ်သွားမှာကို စိုးရိမ်နေမိသည်။

အချို့ကွန်ယက် ကူးသန်းရောင်းဝယ်မှု အဖွဲ့အစည်းများ၊ ပိရမစ်ပုံ အဖွဲ့အစည်းများကို ကြည့်ပြီးလည်း ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် စိုးရိမ်မကင်း ဖြစ်ရသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် လူအတော်များများအနေဖြင့် ထိုပုံစံများ၏ အောက်တွင် အလုပ်မလုပ်ဘဲ သူတို့ကိုကျွေးမည့် အဆောက်အအုံများ၊ ပုံသဏ္ဍာန်များကို တည်ဆောက်ကာ မြန်မြန်ချမ်းသာကြွယ်ဝလာကြ၍ ဖြစ်မည်။ သူတို့အနေဖြင့် အခြားအကြောင်းများကြောင့် ချမ်းသာပါသည်ဟု ဆင်ခြေပေးတတ်ကြသည်။ သို့သော်လည်း တကယ်တော့ သူတို့ကို တွန်းအားပေးသည်မှာ လောဘသာ ဖြစ်သည်။ 'အလုပ်ကြိုးစားစရာမလိုဘဲ ချမ်းသာနိုင်သည်။ အစပိုင်းမှာနည်းနည်း လုပ်ရုံနှင့် အလုပ်မလုပ်ဘဲ အများကြီးချမ်းသာသွားမည်'ဟု ပြောတတ်ကြသည်။ ထိုစံချိန် စံညွှန်းများကို၊ တန်ဖိုးထားမှု အသစ်များက ဆင်ခြင်တုံတရားနှင့် အကဲဖြတ်မှုများကို လွဲမှားစေသည်။

တရားမျှတမှုနှင့် တရားစီရင်မှုတို့သည် တကယ်တော့ ခွဲမရပေ။ သဘာဝတရား၏ နိယာမများမှ ဝေးကွာသွားလေ အကဲဖြတ်မှုများ၊ ဆုံးဖြတ် မှုများ မှားယွင်းလေဖြစ်မည်။ သင့်အနေဖြင့် မှားယွင်းသည့် သင်္ကေတများ ကိုသာ လက်ခံသိမ်းပိုက်မိမည်။ မည်သည့်ကြောင့် အလုပ်ဖြစ်ပြီး၊ မည်သည့် ကြောင့် အလုပ်မဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြရန် မုသားပြောနေမည်။ လူမှုရေးနှင့် နိုင်ငံရေး ပတ်ဝန်းကျင်အခြေအနေများ၌ 'ကိုယ်စိုက်ပျိုးတာကို ကိုယ်ရိတ်သိမ်း ရသည်'ဆိုသည့် လယ်ကွက်၏ နိယာမကို ချိုးဖောက်ရာရောက်နေသည်။

ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် ဒုက္ခရောက်နေသည့် အဖွဲ့အစည်းများ အကြောင်း ကို ဖတ်ရသည့်အခါ အမှုဆောင် အရာရှိများ၏ ဝမ်းနည်းစရာ ဖြောင့်ချက်များကို ကြားရသည်။ ထိုသို့ ဒုက္ခရောက်ခြင်းမှာ သဘာဝနိယာမ တရားများကို



ချိုးဖောက်မိခြင်း၊ အချိန်ကာလတစ်ခုအထိ ထိုနိယာမများကို မလိုက်နာခြင်း၊ လိုသည်ထက်ပို၍ တည်ဆောက်မိခြင်း၊ ပိုချေးမိခြင်း၊ ပို၍ ဈေးကစားမိခြင်း၊ ကိုယ့်စကားကိုယ်သာကြားနေပြီး ဓမ္မဓိဋ္ဌာန်ကျသည့် ပြန်လည်တင်ပြမှုများကို လက်မခံခြင်း၊ တင်ပြချက်များကို မဖတ်ရှုမိခြင်း တို့ဖြစ်ကြောင်း ကြားကြရသည်။ ထိုကဲ့သို့ဖြစ်ခဲ့သည့်အတွက် ယခုအခါ ကျွန်တော်တို့မှာ ကြွေးတွေ ဆပ်နေရပြီ။ ရှင်သန်ရန်အတွက်ပင် အများကြီး အလုပ်လုပ်နေရသည်။ မည်မျှပင် ကြိုးစား ကြိုးစား ငါးနှစ် ခြောက်နှစ်အတွင်း ပြန်လည် နလံထူလာမည့်အခြေအနေမရှိ။ နောက်ဆုံး၌ သုညကပြန်စေရသည့် အခြေအနေသို့ ရောက်ကြရသည်။ ဤ အမှုဆောင်အရာရှိ အတော်များများတို့သည် ကုမ္ပဏီကို စတင် တည်ထောင်ခါစ ကုမ္ပဏီ တည်ထောင်သူများအား ရှေးရိုးစွဲသမားများဟု ဝေဖန်ခဲ့ကြသူများဖြစ်သည်။ ကုမ္ပဏီကို စတင်တည်ထောင်ခဲ့သည့် သူများသည် လုပ်ငန်းခပ်သေးသေးက စတင်ပြီး ကြွေးကင်းကာ နေလိုသူများ၊ အောက်ခြေခိုင်လိုသူများ ဖြစ်ကြသည်။ ထိုသူများကို ဝေဖန်ခဲ့ကြသည့် သူများသည် ယခု ဝမ်းနည်းပူဆွေးနေရသော အမှုဆောင်အရာရှိများ ဖြစ်လာကြသည်။

အဆိုးအကောင်းခွဲခြားမှုမရှိသော ပျော်ရွှင်မှုများ

မရင့်ကျက်သော၊ လောဘကြီးသော၊ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်သော၊ အာရုံငါးပါးကိုလိုက်စားသောသူများအနေဖြင့် ‘ငါ့အတွက် ဘာအကျိုးရှိသလဲ၊ ငါ ဘာကျေနပ်စရာရှိသလဲ၊ အဲဒီလိုလုပ်ရင် ငါသက်သာမှာလား’ ဟူသော မေးခွန်းကို အမြဲတမ်း မေးကြသည်။ နောက်ပိုင်း၌ လူအတော်များများ အနေဖြင့် တာဝန်မယူဘဲ၊ အကောင်းအဆိုးခွဲခြားခြင်းမပြုဘဲ ဤအာရုံ ငါးပါးကို လိုချင်စိတ်ပေါ်ပေါက်လာကြသည်။ မိမိတို့၏ ကိစ္စများကို ဆောင်ရွက်နေသည်၊ ကိုယ့်အလုပ် ကိုယ်လုပ်နေသည်ဆိုပြီး မိသားစုများ၊ ဇနီးများ၊ ကလေးများကို ပစ်ပယ်လာတတ်ကြသည်။ သို့သော် လွတ်လပ်မှုဆိုသည်မှာ လူသားတို့၏ အရင့်ကျက်ဆုံး၊ တိုးတက်မှုအရှိဆုံး အဆင့်ဖြစ်သော အပြန်အလှန် လူသားတို့၏ သွားရာလမ်းခရီး၌ လမ်းခုလတ်တစ်နေရာသာ ဖြစ်သည်။ ပေးတတ် ယူတတ်ရန်၊ အတ္တမရှိနေတတ်ရန်၊ ဂရုစိုက်တတ်ရန်၊ ကိုယ်ချင်းစာတတ်ရန် လိုသေးသည်။ ၎င်းတို့သာမရှိလျှင် လူမှုရေးအရ တာဝန်ကျေမှုရှိနိုင်မည် မဟုတ်။ အာရုံများကို ခံစားရာ၌ တာဝန်ကို သတိရကြမည် မဟုတ်။

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

အကောင်းအဆိုးနဲ့ ခွဲခြားမှုမရှိဘဲ အာရုံများကို ခံစားခြင်း၏ အဆုံးစွန်သော စရိတ်မှာ အချိန်ကုန်၊ ငွေကုန်များလှသည်။ နာမည်ပျက်စေပြီး အခြားသူများ၏ စိတ်များ၊ နှလုံးသားများကိုလည်း ဒဏ်ရာအနာတရ ဖြစ်စေသည်။ ရေတို၌ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ကျေနပ်နှစ်သိမ့်အောင် ဆောင်ရွက်ချင်ကြသော သူများကြောင့် အခြားသူများ၏ စိတ်များ၊ နှလုံးသားများကို ထိခိုက်စေသည်။ အကောင်းအဆိုး ခွဲခြားခြင်းမရှိဘဲ သဘာဝတရားမှ ရှောင်တိမ်းခြင်းသည် အလွန်အန္တရာယ် ကြီးလှသည်။ အကောင်းအဆိုး ခွဲခြားတတ်သည့်စိတ်သည် သဘာဝနိယာမများနှင့် ကိုက်ညီမှု ရှိမရှိ ကိုယ်တွင်းက စောင့်ကြည့်နေသလို ဖြစ်သည်။ အချိန်ကာလ အကန့်အသတ်မဲ့သည့် သစ္စာတရားများ၊ နိယာမများကို အကောင်းအဆိုး ခွဲခြားသည့် စိတ်၌ သိုလှောင်ထားသည်။

ထင်ရှားသည့် အများဆုံး ထုတ်ဝေခြင်းခံရသည့် စိတ်ပညာရှင် တစ်ယောက် ရှိသည်။ သူကအများကို ၎င်းတို့၏ ဩတ္တပ္ပတရား၊ သီလများနှင့် ကိုက်ညီအောင် ဆောင်ရွက်ကုသပေးသည်။ သူ၏ ကုထုံးကုနည်းကို 'သမာဓိကုထုံး'ဟု ခေါ်သည်။ သူ့အတွေ့အကြုံကို တစ်ခါက ပြောပြဖူးသည်။ တစ်ခါက သူသည် စိတ်ဓာတ် အကြီးအကျယ်ကျကာ အရူးတစ်ပိုင်းဖြစ်ဖူးသည်။ သူ့ကိုယ်သူ သတ်သေတော့ မလိုပင်ဖြစ်သည်။ ထိုအခြေအနေသို့ ရောက်သောအခါ စိတ်ကုသည့်အဖွဲ့အစည်း တစ်ခု တည်ထောင်မည်ဟု ဆုံးဖြတ်လိုက်သည်။ စိတ်ကုသည့် ဆေးရုံတစ်ခု ပေါ်ပေါက်ရန် ကြိုးစားသည်။ နောက်ဆုံး၌ ဆေးရုံကို သူ့ဘာသာသူ လွတ်ထားလို့ ရသည့်အဆင့်အထိသို့ ရောက်ရှိလာသည်။ အမှန်တကယ် ဆေးကုသည့် ကိစ္စ များကို ပင်ပန်းလွန်းသဖြင့် သူမလုပ်ဘဲ သုတေသနသာလုပ်သည်။ သူ့အတွက် သူကြိုးစား ရုန်းကန်ခြင်းအားဖြင့် လွတ်မြောက်နိုင်သည့် တစ်ခုတည်းသော နည်းလမ်းမှာ သမာဓိကုထုံးဖြစ်သည်။ မယားငယ်ကိုစွန့်ပစ်လိုက်ကာ ဇနီးကို ဝန်ခံချက် ပေးပြီးသည့်နောက် သူ့ဘဝ၌ ပထမဆုံးအကြိမ်အဖြစ် ငြိမ်းချမ်းမှုကို ရှာတွေ့သွားသည်။

ယနေ့ခေတ် အမှုဆောင်အရာရှိများကို အဓိက ဆွဲဆောင်သိမ်းသွင်း နေသည်မှာ အကောင်းအဆိုး ခွဲခြားမှုမရှိသည့် အာရုံခံစားလိုမှုများဖြစ်သည်။ တစ်ခါက လေယာဉ်ပျံပေါ်၌ အမှုဆောင်အရာရှိများကို ရည်ရွယ်ပြီးရေးထား သည့် မဂ္ဂဇင်းများကို ကျွန်တော် လျှောက်လှန်ကြည့်မိသည့်အခါ ကြော်ငြာ များကို သတိထားမိသည်။ ကြော်ငြာ သုံးပုံ နှစ်ပုံခန့်သည် အမှုဆောင်အရာရှိ

များအား အကောင်းအဆိုး ဘာမျှစဉ်းစားမနေဘဲ ကြိုက်တာသာလုပ်၊ လုပ်သင့်သည်၊ ရသင့်သည်၊ ရထိုက်သည်၊ ရသင့်ရထိုက်ပါလျက်၊ လုပ်သင့် လုပ်ထိုက်ပါလျက် ဘာလို့မလုပ်သေးသလဲ'ဟု မြူဆွယ်နေတတ်ကြသည်။ အသက် ၆၀ အရွယ် အဘိုးအိုကြီးတစ်ယောက်ကို အသက် ၃၀ အရွယ် မိန်းကလေးများနှင့်တွဲလျက် ကြော်ငြာထားကြသည်။ ညီလာခံများသို့ တက်သည့်အခါ ထိုအချိုးကို ချိုးခြင်း ဖြင့် အခြားအမှုဆောင် အရာရှိများနှင့် ခြားနားသည်ဟု ပြနေကြသည်။ ထိုအခါ ဇနီးသည်တွေ ဘာဖြစ်ကုန်မည်နည်း။ ဇနီးများအပေါ် လိမ်ညာလှည့်စား သည့် သစ္စာဖောက်သည့် လူမှုရေးစံနှုန်းများကို မည်သို့ သဘောထားရမည်နည်း။

သီလမရှိသော ဗဟုသုတ

ဗဟုသုတအနည်းငယ်သည် အန္တရာယ်ကြီးသလိုပင် ဗဟုသုတ အများကြီး ရှိပြီး သီလမရှိခြင်းသည် ပို၍ အန္တရာယ်ကြီးလှသည်။ မူးယစ် သောက်စားထားသော ဆယ်ကျော်သက်ရွယ် လူငယ်တစ်ယောက်လက်သို့ အားကောင်းသော ကားတစ်စီး အပ်ရသည်နှင့် တူသည်။ သို့ပါလျက်နှင့်ပင် ပညာရေးလောက၌ လူငယ်များ၏ အကျင့်စာရိတ္တများကို အာရုံမစိုက်ဘဲ နေကြသည်။

ထိရောက်ထက်မြက်သူတို့၏ အလေ့အထ ခုနစ်ရပ်ကို ကျောင်းများ၌ သင်ကြားပို့ချစေလိုသည့် အကြောင်းတရားတစ်ခုမှာ ထိုစာအုပ်သည် အကျင့် သီလဆိုင်ရာ ပညာပေးစာအုပ်ဖြစ်၍ဖြစ်သည်။ အချို့သူများသည် စာရိတ္တ ပညာရေးကို မကြိုက်ကြပေ။ စာရိတ္တဆိုသည်မှာ တန်ဖိုးထားမှုစနစ်သာ ဖြစ်သည်ဟု ဆိုကြသည်။ သို့သော် လူတိုင်း သဘောတူညီသည့် တန်ဖိုးထားမှုများကို ပြဋ္ဌာန်းနိုင်သည်။ ထိုတန်ဖိုးထားမှုများကို ဆုံးဖြတ်ရန်မှာ ခက်ခဲသည့် အလုပ် မဟုတ်ပေ။ ဥပမာ ကြင်နာခြင်း၊ တရားမျှတခြင်း၊ ဂုဏ်သိက္ခာရှိခြင်း၊ ဖြည့်ဆည်း ပေးဆပ်ခြင်း၊ သမာဓိရှိခြင်းတို့သည် ရှိသင့် ရှိထိုက်သည့် ကိစ္စများသာဖြစ်သည်။ ထိုကိစ္စများကို မရှိသင့်ဟုမည်သူမျှ မငြင်းနိုင်ပေ။ သို့ဖြစ်၍ မည်သူမျှ မငြင်းနိုင်သည့် တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် စတင်ကာ ၎င်းတို့ကို ပညာရေးစနစ်ထဲ၌လည်းကောင်း၊ ကုမ္ပဏီသင်တန်းများ၌လည်းကောင်း ပျံ့နှံ့အောင် လုပ်ရမည်။ တစ်ဖက်က အသိပညာဖွံ့ဖြိုးမှုနှင့် တစ်ဖက်က စာရိတ္တဖွံ့ဖြိုးမှု မျှတမှုရှိစေရမည်။

ပညာရေး ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုလုပ်နေသော လူများသည် ယနေ့ခေတ်၌ အများလက်ခံသည့် နိယာမများ တစ်စုံအပေါ် အများသဘောတူညီမှုရရန်

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

ကြိုးစားပြီး ဆောင်ရွက်နေကြခြင်း ဖြစ်သည်။ နိယာမများ၊ တန်ဖိုးထားမှုများ၊ ဦးစားပေးအစီအစဉ်များ၊ အလုပ်ခွဲခြားလုပ်ကိုင်မှုအဆင့်သစ်များ၊ ဌာနခွဲခြားခြင်းများ၊ ပါတီနိုင်ငံရေးများ ထိုကိစ္စများကို ဆောင်ရွက်ရာ၌ အများလက်ခံမှု ရအောင် လုပ်ပြီးမှ ဆောင်ရွက်နေကြခြင်း ဖြစ်သည်။

သီလမရှိသော ကူးသန်းရောင်းဝယ်မှု

‘နိုင်ငံတို့၏ ဥစ္စာဓန’များဟူသည့်စာအုပ်ကို ရေးပြီးနောက် ထွက်လာသည့် ‘ကိုယ်ကျင့်သီလများ’ဟူသော စာအုပ်၌ အဒမ်စမစ်က ကျွန်တော်တို့ စနစ်များအောင်မြင်ရန်အတွက် အခြေခံမှာ ကိုယ်ကျင့်သီလပင် ဖြစ်သည်ဟု ဆိုခဲ့သည်။ တစ်ယောက်ကိုတစ်ယောက် ဆက်ဆံပုံ၊ အကျိုးကျေးဇူးပြုပုံ၊ စိတ်ကောင်းစေတနာထားပုံ၊ ကျေးဇူးပြုပုံတို့ပင်ဖြစ်သည်ဟု ဆိုခဲ့သည်။

ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် ကိုယ်ကျင့်သီလဆိုင်ရာ အခြေခံများကို မျက်ကွယ်ပြုပြီး သီလများအပေါ်၌ အခြေမခံသော စီးပွားရေးစနစ်များ လည်ပတ်ခွင့် ပြုမည်ဆိုလျှင် ဆက်လက်၍ ပညာဆည်းပူးမှုမရှိဘဲ စီးပွားရေး စနစ်များ လည်ပတ်ကြမည်ဆိုလျှင် မကြာမီ၌ ကိုယ့်ကျင့်သီလကို ဂရုစိုက်သော စနစ်များ၊ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများကို ဖြစ်ပေါ်စေမည်။ စီးပွားရေး စနစ်များ၊ နိုင်ငံရေးစနစ်များ အားလုံးသည် ကိုယ့်ကျင့်သီလအပေါ်၌ အခြေခံရသည်။

အဒမ်စမစ်အနေဖြင့် စီးပွားရေး အပေးအယူများအားလုံးသည် နှစ်ဦးနှစ်ဖက်စလုံး မျှမျှတတ အကျိုးရှိအောင် အားထုတ်ရသော ကိုယ်ကျင့်တရားဆိုင်ရာ စိန်ခေါ်မှုတစ်ရပ်သာဖြစ်သည်ဟု မြင်သည်။ စိတ်ကောင်း စေတနာကောင်း ထားခြင်းနှင့် မျှတခြင်းတို့သည် အရင်းရှင်စနစ်ဟုခေါ်သော လွတ်လပ်သည့် ဈေးကွက်စီးပွားရေးစနစ်၏ အခြေခံများဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်တို့၏ စီးပွားရေး စနစ်သည် လူနည်းစု၏ အခွင့်အရေးများကို လေးစားဂရုစိုက်သော ဖွဲ့စည်းပုံ စည်းမျဉ်းနှင့်အညီ အုပ်ချုပ်သော ဒီမိုကရေစီစနစ်မှ ထွက်ပေါ်လာခဲ့သည်။ သူလည်း အကျိုးရှိ ကိုယ်လည်း အကျိုးရှိဆိုသည့် သဘောသည် သီလပင်ဖြစ်သည်။ သက်ဆိုင်သူအားလုံးကို မျှတမှုရှိရန် နှစ်ဦးနှစ်ဖက်စလုံး အကျိုးရှိရန်သည် ရွှေစည်းမျဉ်းစိတ်ဓာတ်ပင် ဖြစ်သည်။ ရိုထရီကလပ် အဖွဲ့ဝင်တစ်ဦး၏ ဆောင်ပုဒ်ကို ကောက်နုတ်ရလျှင် ‘လူအားလုံး၏ အကျိုးစီးပွားများသည် မျှတမှုရှိပြီး လူအားလုံးကို အကျိုးစီးပွား ရှိပါစေသလား။’ သက်ဆိုင်သူအားလုံးအတွက် အကျိုးရှိစေရန် ဆောင်ရွက်မှသာ သီလတရားရှိရာရောက်မည်။

စမစ်က 'စီးပွားရေးအပေးအယူများအားလုံး'ဟု ပြောသည့်စကားကို ကျွန်တော် သဘောကျသည်။ လူအများက သူတို့၏ စီးပွားရေး အပေးအယူ အများစုသည် အကျင့်သီလနှင့် ကိုက်ညီပါသည်ဟု ပြောသည့်အခါ ဒုက္ခရောက် တတ်ကြသည်။ အများစုသည် အကျင့်သီလနှင့် ကိုက်ညီပါသည်ဟု ဆိုသဖြင့် တစ်စုံတစ်ခုကို လျှို့ဝှက်ဖုံးကွယ်ပြီး တိတ်တိတ် လုပ်နေရာရောက်သည်။ တိတ်တိတ်ပုန်း အစီအစဉ်များ၊ လျှို့ဝှက်သည့်ဘဝများ ရှိနေကြပြီး ၎င်းတို့ရှိနေကြ ခြင်းမှာ တရားမျှတသည်ဟု ဆိုနေကြသည်။ သဘာဝနိယာမ၊ ဥပဒေသများကို လိုက်နာစရာမလိုဟု ဆင်ခြေတွေပေးနေတတ်သည်။ ထိုဆင်ခြေတွေမှာ မည်သည့် အခါမျှ ဆုံးနိုင်သည်မရှိ။ သဘာဝနိယာမများ၊ ဥပဒေသများနှင့် လမ်းခွဲသည့် လူမှုရေးတန်ဖိုးထားမှုများ၊ နိုင်ငံရေး ဆန္ဒများကိုလည်း အပြည့်အဝ ကြိုက် သလောက် ရရှိနိုင်သည်။

တစ်ခါက ကျွန်တော်သည် အဓိကရ အာကာသယာဉ်ထုတ်လုပ်ရေး ကုမ္ပဏီတစ်ခု၌ ကိုယ်ကျင့်တရားဆိုင်ရာ ညွှန်ကြားရေးမှူးအဖြစ် ငါးနှစ်ကြာ တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့သူတစ်ဦးနှင့် တွေ့ဖူးသည်။ နောက်ဆုံး၌ ကုမ္ပဏီမှ ဆန့်ကျင်ထွက်လာခဲ့သည်။ သူ့အနေဖြင့် ထိုအချိန်တွင် ဧရာမလခရရှိပြီး အခြား အကျိုးခံစားခွင့်များလည်း ရှိနေသည်။ ထိုသို့နုတ်ထွက်ခြင်းမှာ အမှုဆောင်အရာရှိ များသည် ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် စီးပွားရေး ကိုယ်ကျင့်တရားများ ပြဋ္ဌာန်းဆောင်ရွက် နေကြပြီး ကိုယ်လုပ်တာကို ကိုယ်မှန်သည်ဟု ဆင်ခြေပေးနေကြသောကြောင့် ဖြစ်သည်ဟု ဆိုသည်။ ၎င်းတို့၏ အစီအစဉ်များတွင် ဥစ္စာဓနများ၊ အာဏာ များသည် ထိပ်ဆုံးကပါဝင်နေကြသည်။ ထိုသို့ ပါဝင်နေခြင်းကိုလည်း မည်သို့မျှ ဆင်ခြေပေး မနေကြ။ ကိုယ့်အဖွဲ့အစည်းအတွင်းမှာပင် အမှန်တရားမှ ကင်းကွာနေ ကြသည်။ ကိုယ့်ဝန်ထမ်းများကို ဒုက္ခပေးနေပါလျက်နှင့် ဖောက်သည်များအား အကျိုးပြုရေးများကို ပြောနေကြ၍ ဖြစ်သည်။

လူသားဝါဒ မပါရှိသော သိပ္ပံ

အကယ်၍ သိပ္ပံပညာသည် နည်းပညာများ၊ နည်းလမ်းများအားလုံး ကိုသာ အာရုံစိုက်နေလျှင် လူအများကို လူအဆင့်မှ ကျဆင်းသွားအောင် လျင်မြန်စွာ ပြုလုပ်ရာရောက်သည်။ နည်းပညာများသည် သိပ္ပံပုံစံများမှ ထွက်ပေါ် လာခြင်းဖြစ်သည်။ နည်းပညာများက အကျိုးပြုရန် ဦးတည်သော မြင့်မြတ်သည့် လူသားတို့၏ ဆန္ဒများကို အနည်းငယ်မျှသာ နားလည်မှု မရှိလျှင် နည်းပညာ

များ၏ ကျေးကျွန်ဖြစ်လာကြသည်။ အလွန်ပညာတတ်သည့် ပုဂ္ဂိုလ်များက သိပ္ပံပညာ လေ့ကားများကို တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် တက်သွားကြသည်များကို တွေ့ဖူးကြပါသည်။ သို့သော် လူသားတို့ကို အကျိုးပြုရေးဦးတည်ချက်မပါဝင်သဖြင့် ထိပ်ဆုံးသို့ရောက်မှ ကိုယ်ရောက်ချင်သည့် နေရာမဟုတ်ကြောင်း သဘောပေါက် သွားတတ်ကြသည်။

ဧရာမသိပ္ပံပညာရှင် အများစုသည် ကမ္ဘာကြီးအတွက် ဧရာမသိပ္ပံနှင့် နည်းပညာပေါက်ကွဲမှုများကို ယူဆောင်လာခဲ့ကြသူများ ဖြစ်သည်။ သို့သော် ၎င်းတို့အနေဖြင့် ပြဿနာအဟောင်းများအပေါ်၌ နည်းပညာများကို ဆင့်ထားသည့် ကိစ္စသာ လုပ်နိုင်ကြသည်။ အခြေခံက ဘာမျှ မပြောင်းလဲ။ ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် တဖြည်းဖြည်း ပြောင်းလဲမှုများကို မြင်နေရသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ သိပ္ပံပညာနှင့် ပတ်သက်၍ ဧရာမ ပြောင်းလဲမှုများကို တွေ့ရသည်။ သို့သော် လူသားတို့၏ အကျိုးပြုရေးကို ထည့်မတွက်သည့်အခါ အနည်းငယ်သာ တန်ဖိုးရှိသည်ကို တွေ့ရသည်။ မညီမှုများနှင့် မမျှတမှုများသည် ကျွန်တော်တို့နှင့်အတူ ရှိနေဆဲပင် ဖြစ်သည်။

မပြောင်းလဲသေးသည့် တစ်ခုတည်းသောအရာမှာ သဘာဝနိယာမများ၊ ဥပဒေသများသာ ဖြစ်သည်။ တကယ် အထင်အရှားရှိသည့် 'မြောက်အမှန် ဥပဒေသ'သာ ဖြစ်သည်။ အရာအားလုံးလိုလို၏ မျက်နှာပြင်ကို သိပ္ပံနှင့် အတတ်ပညာများက ပြောင်းလဲပစ်နိုင်သည်။ သို့သော် အချိန် မည်သို့ပင် ပြောင်းလဲစေကာမူ အခြေခံတရားများမှာ ယခုအထိ အသုံးဝင်ဆဲပင် ဖြစ်သည်။

စွန့်လွှတ်အနစ်နာခံမှုမရှိသော ဘာသာရေး

စွန့်လွှတ်အနစ်နာခံမှုမရှိဘဲ ဘာသာရေးကိစ္စများ၌ တက်တက်ကြွကြွ ဆောင်ရွက်ခြင်းသည် အဆုံးအမများကို တက်တက်ကြွကြွ မဆောင်ရွက်ဘဲ ပစ်ပယ်ထားရာရောက်သည်။ တစ်နည်းအားဖြင့်ပြောရလျှင် ဘာသာရေး ဓလေ့ ထုံးစံများ၏ အပေါ်ယံမျှကိုသာ လိုက်နာရာရောက်သည်။ ကျွန်တော်တို့၏ စီးပွားရေးစနစ်ကို ဖျက်ဆီးစေနိုင်သည့် လူမှုရေးပြဿနာများနှင့် ပတ်သက်၍ အမှန်တကယ် ကြိုးစားအားထုတ်မှု မပြုရာရောက်သည်။ အခြားသူများ၏ လိုအပ်ချက်များကို ဖြည့်ဆည်းရန်အတွက် စွန့်လွှတ်အနစ်နာခံမှုများ ပြုလုပ်ရန် လိုအပ်သည်။ ကျွန်တော်တို့၏ မာန၊ အာယာတ အပါအဝင် အခြားအရာများကို စွန့်လွှတ်ရန် လိုအပ်သည်။

အကယ်၍ ဘာသာရေးအဖွဲ့အစည်းတစ်ခုကို သာမန်စနစ်တစ်ခုလိုသာ မြင်လျှင် ၎င်း၏အဖွဲ့ဝင်များသည် အကျိုးပြုလိုစိတ်၊ အဖွဲ့တွင်းမှ နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း ကြည်ညိုမှု ရှိကြမည်မဟုတ်ပေ။ ဘာသာရေး၏ မြင်သာသိသာသည့် အပေါ်ယံ ကြောကိုသာ လိုက်နာသည့်သူများ ဖြစ်လာမည်။ ၎င်းတို့သည် ဘုရားစကားကို နားထောင်သူလည်းမဟုတ်၊ နိဿာမများကို လိုက်နာကြသူများလည်း မဟုတ် ကြပေ။

အလေ့အကျင့် ခုနစ်ခုထဲက တတိယအလေ့အကျင့်သည် အခြားသူ များနှင့် မည်သို့ဆက်ဆံခြင်း၊ မည်သို့အကျိုးပြုခြင်း၊ မည်သို့ အနစ်နာခံခြင်း၊ မည်သို့ပေးဆပ်ခြင်းများကို ဖော်ပြသည်။ အလေ့အကျင့် ၄၊ ၅ နှင့် ၆ တို့သည် သူလည်း အကျိုးရှိ ကိုယ်လည်းအကျိုးရှိသော အပြန်အလှန် ဆက်သွယ်မှု၊ ကိုယ်ချင်းစာတရားနှင့် စုပေါင်းလုပ်ဆောင်ရာမှ ထွက်ပေါ်လာသည့် အင်အားတို့ အကြောင်းကို ဖော်ပြသည်။ ၎င်းတို့ကို ဆောင်ရွက်ရန်အတွက် ဧရာမစွန့်လွှတ် အနစ်နာခံမှု လိုအပ်သည်။ ၎င်းတို့ကို ဆောင်ရွက်ရန်အတွက် အသည်းနှလုံးများကို ကြေကွဲခံခြင်း၊ အထိခိုက်ခံခြင်းဟူသည့် အဆုံးစွန်သော စွန့်လွှတ်မှုများ လိုအပ် သည်။ ဥပမာ တစ်ခါက ကျွန်တော်သည် ငြင်းခုံမှုများရှိသည့် မင်္ဂလာဆောင် တစ်ခုနှင့် တွေ့ရသည်။ ထိုသို့ တွေ့သည့်အခါ 'ဒီလူနှစ်ယောက်မှာ ကွဲနေတဲ့ နှလုံးသားနဲ့ တစ်ယောက်အပေါ် တစ်ယောက် နောင်တရမှုရှိဖို့ လိုအပ်သည်။ ကြေကွဲနေတဲ့ နှလုံးသားနဲ့ နောင်တရမှုတို့မရှိလျှင် သူတို့ အိမ်ထောင်ရေး ကြာကြာခံမည် မဟုတ်'ဟု မှတ်ချက်ချမိသည်။ နိမ့်ချရိုကျိုးမှုမရှိဘဲ ညီညွတ်မှု တစ်သားတည်း ဖြစ်မှုတို့ကို မရရှိနိုင်။ မာနနှင့် တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်မှုတို့သည် လူနှင့် ဘုရားသခင်အကြား၊ အမျိုးသားနှင့် အမျိုးသမီးအကြား၊ အမျိုးသားနှင့် အမျိုးသား အချင်းချင်းအကြား၊ တစ်ဦး၏ အတ္တနှင့် တစ်ဦး၏ အတ္တအကြား ပေါင်းစည်းမှုကို ဖျက်ဆီးပစ်သည်။

အကြီးအကျယ်အကျိုးပြုတတ်သည့် ခေါင်းဆောင်များ၌ နိမ့်ချ ရိုကျိုးမှု ရှိသည်။ ထိုနိမ့်ချရိုကျိုးမှုသည် ၎င်းတို့၏ ကိုယ်ထဲ၌ ဘာသာတရား ကိန်းအောင်း နေသည်ကို ပြသသည်။ ကျွန်တော်သည် အမှုဆောင်အရာရှိချုပ်အချို့ကို တွေ့ဖူးသည်။ ၎င်းတို့သည် နိမ့်ချရိုကျိုးမှုရှိသည့် ခေါင်းဆောင်များ ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့၏ မာနများကိုစွန့်လွှတ်ကာ ၎င်းတို့၏အာဏာကို မျှဝေသူများဖြစ်သည်။ ထိုသို့ဆောင်ရွက်သည့်အတွက် ကုမ္မဏီအတွင်း၌ လည်းကောင်း၊ ကုမ္မဏီ အပြင်၌ လည်းကောင်း၊ ၎င်းတို့၏ဩဇာ အဆမတန်တိုးပွားစေသည်။ ဝမ်းနည်းစရာ

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

ကောင်းသည်မှာ အချို့သူများသည် ဘာသာတရားတစ်ခုကို စွန့်လွှတ်အနစ်နာခံမှု မရှိဘဲ ဘာသာတရားတစ်ခုကို လိုချင်နေကြသည်။ စိတ်ဓာတ်ရေးရာ တိုးပွားမှု များကို လိုချင်ပြီး တစ်နံနက်ပင်လျှင် အဓိပ္ပာယ်ရှိရှိ ဦးဆောင်ဖူးကြသူမဟုတ်။ မထင်မရှား အကျိုးပြုမှု၊ တစ်စုံတစ်ခုကိုမျှ ဆောင်ရွက်ဖူးကြသူများ မဟုတ်။

နိယာမ မရှိသော နိုင်ငံရေး

နိယာမမရှိလျှင် စစ်မှန်သည့်မြောက်အရပ်ဟူ၍ မရှိနိုင်။ အားကိုးစရာ ဘာမျှ မရှိနိုင်။ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးများကို အာရုံစိုက်ခြင်းသည် လူမှုရေး၊ စီးပွားရေးဈေးကွက်၌ အရောင်းစွဲသည့် ရုပ်ပုံတစ်ခုကိုတော့ ဖြစ်စေနိုင်မည်။ ရုပ်ပုံလွှာတစ်ခု ဖန်တီးရန်အတွက် ဒေါ်လာသန်းပေါင်းများစွာ သုံးစွဲသည့် နိုင်ငံရေးသမားများကို မြင်ဖူးမည်။ ပြည်သူများထံမှ မဲဆန္ဒများရရန်၊ ရာထူး ပြန်လည်ရရန်အတွက် အနှစ်သာရမရှိ အတုအယောင် ဖန်တီးမှုများကို ဆောင်ရွက် တတ်ကြသည်။ ထိုသို့ ဆောင်ရွက်အောင်မြင်သွားသည့်အခါ သဘာဝ နိယာမများနှင့် ကင်းလွတ်သည့် နိုင်ငံရေးစနစ်တစ်ခုကို ဦးတည်သွားကြသည်။ လွတ်လပ်ရေး ကြေညာစာတမ်း၌ လွှမ်းမိုးမှု ခံယူရမည့် သဘာဝနိယာမ တရားများကို ဖော်ပြထားသည်။ အမှန်တရားများသည် သက်သေပြစရာမလို။ ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် အလိုအလျောက်ထင်ရှားပြီး ဖြစ်သည်။ လူသားအားလုံးသည် တန်းတူညီမျှရှိသည်။ ဘုရားသခင်က မည်သူမျှ မယူနိုင်သည့် အခွင့်အရေးများကို ပေးထားသည်။ ၎င်းတို့မှာ ဘဝလွတ်လပ်မှုနှင့် ပျော်ရွှင်မှုကို ရယူခြင်းတို့ဖြစ်သည်။

တစ်နည်းအားဖြင့်ပြောရလျှင် ၎င်းတို့သည် မည်သူမျှသက်သေ ပြစရာမလို အလိုလိုထင်ရှားနေသော ပြင်ပ နိယာမများဖြစ်သည်။ သဘာဝကျသော၊ လိုက်နာ ရမည်ဖြစ်သော၊ ငြင်းစရာမလိုသော နိယာမများဖြစ်သည်။ ဤအမှန်တရား များသည် အလိုလိုထင်ရှားပြီးဖြစ်သည်ဟု ဖော်ပြထားသည်။ ကြံ့ခိုင်သည့် လူ့ အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုအနေဖြင့် အများ၏ ဆန္ဒများ၊ တန်ဖိုးထားမှုများကို မှန်ကန်သည့် နိယာမများနှင့်ကိုက်ညီနိုင်ရမည်။ ထိုအခါစစ်မှန်သည့် မြောက်အရပ်ကို ညွှန်ပြ သည့် အိမ်မြောင်ကို ရရှိမည်။ ကိုယ့်ဆန္ဒနှင့် မဆိုင်သော၊ သဘာဝအတိုင်းရှိနေသော နိယာမများကို ညွှန်ပြမည်။ ကျွန်တော်တို့ အမှန်တကယ် တည်ဆောက်ရမည့် တန်ဖိုးထားမှု စနစ်များကို ညွှန်ပြမည်။

သို့သော် မှန်ကန်သည့် နိယာမများနှင့် ကင်းလွတ်သော နိုင်ငံရေး သဘောထားတစ်ရပ်ကို ရှေ့တန်းတင်ကာ နောက်ကဆိုးဝါးသည့် လူမှုရေး



ဆန္ဒတစ်ခု ရှိနေလျှင် ညံ့ဖျင်းသည့် လူ့အဖွဲ့အစည်းတစ်ခု၊ တန်ဖိုးထားမှုများ လွဲမှားသည့် လူ့အဖွဲ့အစည်းတစ်ခု ဖြစ်နေမည်။ ဥပမာ မုဒိမ်းကျင့်ကြံ၊ ဓားပြ တိုက်ကြသည့် ရာဇဝတ်သားများလက်ခံထားသော တန်ဖိုးထားမှုများလို ဖြစ်နေ မည်။ ၎င်းတို့၏ ကြေညာချက်များမှာလည်း ကုမ္ပဏီတို့၏ တာဝန် ကြေညာချက် များနှင့် တူနေမည်။ ဝေါဟာရအရဆိုလျှင် အသင်းအဖွဲ့ ပူးပေါင်းမှု၊ သစ္စာရှိမှု၊ အကျိုးအမြတ်ရရှိမှု၊ တီထွင်မှု၊ ဖန်တီးမှု၊ စသည့် ဝေါဟာရများကို သုံးမည်။ သို့သော် တကယ့်ပြဿနာမှာ ၎င်းတို့၏ တန်ဖိုးထားမှုစနစ်သည် သဘာဝ နိယာမများအပေါ်၌ အခြေမခံ။

တာဝန်ကြေညာစာတမ်းများ လှလှပပရေးထားသည့် ကုမ္ပဏီများ၊ အဖွဲ့ အစည်းများ အတွင်းမှာပင် အချို့သူများသည် နေ့ခင်းကြောင်တောင် အခြားသူ များ၏ ရှေ့မှောက်၌ပင် စည်းပျက်ကမ်းပျက် ဆောင်ရွက်ခြင်းခံရသည်။ ကိုယ့် ကိုယ်ကို လေးစားမှု၊ ငွေကြေး၊ ရာထူးတို့ကို ထိုက်ထိုက်တန်တန် ကြိုးစားမှုမရှိဘဲ လုယူခြင်းခံနေရသည်။ ထိုက်ထိုက်တန်တန် ကြိုးစားမှုရှိရမည်ဟူသော သဘော တရားနောက်၌ ထောက်ခံသူခပ်များများ မရှိဘဲ ဖြစ်နေမည်။ ထိုက်တန်သည့် ကြိုးစားအားထုတ်မှုများ၊ ဖြစ်စဉ်များ မရှိသည့်အခါ လက်ရှိ ယဉ်ကျေးမှုများကို ဆန့်ကျင်ဖျက်ဆီးရုံသာရှိပါသည်။

ပညတ်တော် ၁၀ ပါးဟူသော ရုပ်ရှင်ကား၌ မိုးဇက်က ဖာရာအိုအား ပြောပြသည်။ ‘တို့တစ်တွေဟာ ဘုရားသခင်ရဲ့ နိယာမနဲ့ပဲ အုပ်စိုးရတယ်။ သင်၏ အုပ်စိုးမှုခံယူဖို့မဟုတ်’ဟု ပြောပြသည်။ တကယ်တော့ ‘ဥပဒေကို လေးစားလိုက်နာခြင်းမရှိသော လူတစ်ယောက်သည် တို့ကို အုပ်စိုးနိုင်မည် မဟုတ်’ဟု ပြောနေခြင်း ဖြစ်သည်။ အကောင်းဆုံး လူ့အဖွဲ့အစည်းများ၌ သဘာဝနိယာမများ၊ ဥပဒေသများက လွှမ်းမိုးသည်။ ဖွဲ့စည်းပုံက လွှမ်းမိုး သည်။ ထိပ်ဆုံးကပုဂ္ဂိုလ်များပင်လျှင် နိယာမများ၊ ဥပဒေသများကို လိုက်နာရ ရှိကျိုးရမည်။ မည်သူမျှ ဥပဒေအပေါ်က မရှိ။

အလေ့အကျင့် ခုနစ်ခုသည် ထိုဒုစရိုက် ခုနစ်ပါးတို့ကို ရှောင်ရှားရန် ကူညီမည်။ အကယ်၍ အလေ့အကျင့်ခုနစ်ခုကို လက်ခံကျင့်သုံးခြင်း မရှိလျှင် ပညတ်တော် ၁၀ ပါးကို လက်ခံကျင့်သုံးကြည့်ပါ။

၈

ကိုယ်ကျင့်အိမ်မြှောင်

ပြောင်းလဲနေသည့်အချိန်များတွင် တောကြီးမျက်မည်းလို မသေချာ မရေရာမှု ကြားထဲ၌ စီမံခန့်ခွဲသည့်အခါ မြေပုံတစ်ပုံသည် တန်ဖိုးသိပ်မရှိ။ တကယ် လိုအပ်နေသည်မှာ ကိုယ်ကျင့်တရား အိမ်မြှောင်တစ်ခုဖြစ်သည်။

မကြာသေးမီက ကျွန်တော် နယူးယောက်သို့ရောက်စဉ် လူဆိုးဂိုဏ်း တစ်ခု၏ လုပ်ပုံကိုင်ပုံကို မြင်ခဲ့ရသည်။ ထိုလူဆိုးဂိုဏ်းအဖွဲ့ဝင်များမှာ သူတို့၏ လမ်းပြမြေပုံများရှိပါလိမ့်မည်။ သူတို့တစ်တွေလက်ခံထားသော တန်ဖိုးထားမှုများ ရှိပါလိမ့်မည်။ ၎င်းတို့ အမြင့်ဆုံး တန်ဖိုးထားသည့် ‘တစ်ယောက်ကိုတစ်ယောက် မလိမ်ညာရ’၊ ‘တစ်ယောက်ကိုတစ်ယောက် သစ္စာရှိရမည်’ ဟူသည့် တန်ဖိုးထားမှု များ ရှိပါလိမ့်မည်။ သို့သော် ထိုတန်ဖိုးထားမှုများကို လက်တွေ့ကျင့်သုံးရာ၌ အမှန်တကယ် တည်ရှိနေသည့် မြောက်အမှန်တရားကို ကိုယ်စားမပြုပေ။ ‘လူ အများ၏ ဥစ္စာပစ္စည်းများကို လေးစားရမည်’ ဆိုသည့် နိယာမတရားကို လိုက်နာ ခြင်း မပြုကြပေ။

သူတို့၏ ကိုယ်တွင်းမှာ ကိုယ်ကျင့်တရားဆိုင်ရာ အိမ်မြှောင်မရှိ။ နိယာမ များသည် အိမ်မြှောင်နှင့်တူသည်။ အိမ်မြှောင်တစ်ခုသည် အမြဲတမ်း အမှန်တကယ် ရှိသည့် မြောက်အရပ်ကိုညွှန်ပြနေသည်။ ထို့အတူပင် နိယာမများသည်လည်း မေ့မိဋ္ဌာန်ကျသည်။ မိမိသဘောနှင့် မသက်ဆိုင်ဘဲ ပြင်ပသဘောဆောင်သည်။ သဘာဝအတိုင်းရှိနေသော ဥပဒေများနှင့် နိယာမများဖြစ်ကြသည်။ ဆန္ဒစွဲကို

မူတည်၍ ဖြစ်ပေါ်နေကြသည် မဟုတ်။ အိမ်မြှောင်သည် တကယ့်ဘဝအစစ်အမှန် ကို ကိုယ်စားပြုသလို ကျွန်တော်တို့၏ တန်ဖိုးထားမှုစနစ်များကိုလည်း စစ်မှန်သည့် မြောက်အမှန် နိယာမများအပေါ် လေးစားမှု၌အခြေခံကာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် လုပ်ရမည်။

စီစဲလ်ဘီဒီမစ်လီက ပြောပြသလို ‘ကျွန်ုပ်တို့အနေဖြင့် ဥပဒေကို ချိုးဖောက်ရန် မဖြစ်နိုင်၊ ဥပဒေသများ၊ နိယာမများကို ဆန့်ကျင်ခြင်းအားဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့ကိုယ် ကျွန်ုပ်တို့သာ ကျိုးပျက်သွားစေနိုင်သည်’

နိယာမများဆိုသည်မှာ လူသားတို့၏ အပြုအမူများနှင့် ပတ်သက်၍ ကြာရှည်ခံသော၊ သက်သေပြပြီးဖြစ်သော လမ်းညွှန်မှုများပင် ဖြစ်သည်။ လူသားများထိရောက်မှုရှိရန် အချို့နိယာမများက လွှမ်းမိုးသည်။ ကမ္ဘာ့ အဓိကရ ဘာသာတရားအားလုံးက အခြေခံကျသော အမာခံယုံကြည်ချက်များကို အတူတူပင် မြင်ကြသည်။ ‘ကိုယ်စိုက်ပျိုးတာကို ကိုယ်ရမည်’၊ ‘ကာယကံက ဝစီကံထက်ပို၍ အရေးကြီးသည်’ ဟူသည့် နိယာမများကို အတူတူပင် သင်ကြားကြသည်။ ထိုကဲ့သို့သော မြောက်အမှန် နိယာမနှင့်ပတ်သက်၍ တစ်ကမ္ဘာလုံးက လက်ခံ သဘောတူညီကြပြီးဖြစ်သည်။ ထိုကဲ့သို့ သဘောတူသည်ကို ရှာဖွေထောက်လှမ်းရန် မခက်လှပါ။ ၎င်းတို့သည် ဓမ္မဓိဋ္ဌာန်ကျသည်၊ အခြေခံကျသည်၊ ငြင်းပယ်နိုင်စွမ်း မရှိ။ ‘မယုံကြည်ထိုက်လျှင် ယုံကြည်ခံရမည်မဟုတ်’၊ ‘ကိုယ်တိုင် ပါဝင်ပတ်သက် နေသည့် ပြဿနာတစ်ခုကိုကျော်လွန် ပြောဆိုနိုင်မည်မဟုတ်’ ဟူသော နိယာမများ သည် အများလက်ခံထားကြပြီး ဖြစ်သည်။

ကုမ္ပဏီတစ်ခုက လူအများကိုစုလိုက်လျှင် ကုမ္ပဏီတစ်ခု၏ အခြေခံ နိယာမများနှင့် ပတ်သက်၍ အနည်းငယ်မျှသော သဘောကွဲလွဲမှုရှိကြမည်။ တရားမျှတခြင်း၊ ကြင်နာခြင်း၊ သမာဓိရှိခြင်း၊ သဒ္ဓါတရားရှိခြင်း၊ သိက္ခာရှိခြင်း၊ ရိုးသားခြင်း၊ အရည်အသွေးရှိခြင်း၊ ဝန်ဆောင်မှုပေးခြင်း၊ စိတ်ရှည်ခြင်းတို့ကို အများက လက်ခံကြသည်။

ထိုသဘောတရားများကို ဆန့်ကျင်ကာ စီးပွားရေး လုပ်ငန်းတစ်ခု လည်ပတ်ပုံ သို့မဟုတ် ဘဝတစ်ခုတည်ထောင်ပုံကို စဉ်းစားကြည့်ပါ။ တရား မမျှတခြင်း၊ လိမ်ညာခြင်း၊ အသုံးမဝင်ခြင်း၊ သေးသိမ်ခြင်းတို့ကို အခြေခံထားကာ ကြာရှည်ခံသည့် ပျော်ရွှင်မှုများ၊ အောင်မြင်မှုများကို တည်ထောင်နိုင်မည်ဟု မည်သူကမျှ ယူဆကြမည် မဟုတ်ပေ။

လူအများအနေဖြင့် ဤနိယာမများကို မည်သို့အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုမည်၊ အဓိပ္ပာယ်ကောက်ကြမည်၊ လက်တွေ့ဘဝများ၌ မည်သို့ အသုံးပြုကြမည်နှင့် ပတ်သက်၍ အငြင်းအခုံများရှိကြသည်။ သို့သော် ၎င်းတို့သည် သူပင်ကိုက ပင်လျှင် အဓိပ္ပာယ်ရှိကြောင်း၊ တန်ကြေးရှိကြောင်း အများလက်ခံကြပြီး ဖြစ်သည်။ သူတို့အနေဖြင့် ၎င်းနိယာမများနှင့် ကိုက်ညီအောင် နေချင်မှ နေမည်။ သို့သော် ထိုနိယာမများကို ယုံကြည်ကြသည်။ ထိုနိယာမများ၏ စီမံမှုကို ခံချင်ကြသည်။ လူမှုရေး၊ စီးပွားရေးနယ်ပယ်များ၌ ထိုနိယာမများ၏ တန်ဖိုးဖြတ်မှုကို ခံချင်ကြသည်။ ရူပဗေဒနယ်ပယ်၌ ကမ္ဘာမြေကြီး၏ ဆွဲငင်အားဆိုင်ရာ နိယာမသည် မပြောင်းလဲသလို ထို နိယာမများသည် အမှန်တကယ်ရှိသည်၊ မပြောင်းလဲသည်၊ ငြင်းပယ်စရာမရှိသည့် နိယာမများဖြစ်ကြသည်။

နိုင်ငံတစ်ခု၏ သမိုင်းကိုလည်းကောင်း၊ ကုမ္ပဏီတစ်ခု၏ သမိုင်းကို လည်းကောင်း နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း လေ့လာဆည်းပူးကြလျှင် ထိုနိယာမများသည် အမှန်တကယ် ထင်ရှားသည်။ ထိုနိယာမများသည် ထပ်ခါတလဲလဲ ပေါ်ထွက်လာကြသည်။ ထိုနိယာမများကို လူ့အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုရှိ လူအများက လက်ခံမှုနှင့် ကိုက်ညီအောင် နေမှုအပေါ်မူတည်၍ ထိုလူ့အဖွဲ့အစည်းများသည် ရှင်သန်ခြင်း၊ တည်ငြိမ်ခြင်းသော်လည်းကောင်း၊ ယိုယွင်းခြင်း ပျက်စီးခြင်း သော်လည်းကောင်း ဖြစ်တတ်သည်။

တစ်ခါက ကျွန်တော်ကို ‘ဟစ်တလာသည် နိယာမပြုသူလား’ ဟု မေးဖူးသည်။ ကျွန်တော်က မဟုတ်၊ သူသည် တန်ဖိုးထားမှုရှိသူသာ ဖြစ်သည်။ သူ့ကို အဓိကအုပ်စိုးနေသော တန်ဖိုးထားမှုမှာ ဂျာမနီကိုစုစည်းရန် ဖြစ်သည်။ သို့သော် သူသည် နိယာမများကို ချိုးဖောက်ခဲ့သဖြင့် သဘောကျသည့် ရလဒ်များကို ခံစားရသည်။ နှစ်ပေါင်းများစွာ ကမ္ဘာကြီးတစ်ခုလုံး ပျက်စီးအောင် ဖန်တီးသွားခဲ့သည်။

မူလကပင် ထင်ရှားပြီးဖြစ်သော သဘာဝနိယာမများနှင့်ပတ်သက်၍ ၎င်းတို့ကိုလက်ခံမည် သို့မဟုတ် ဆန့်ကျင်မည်ကို ရွေးချယ်နိုင်သည်။ နိယာမများသည် ပုံသေဖြစ်နေသလို ရလဒ်များသည်လည်း ပုံသေဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်၏ ဆွေးနွေးပွဲများ၌ ပရိသတ်များကို ကျွန်တော်က မေးလေ့ရှိသည်။ ‘ကျွန်တော့်ရဲ့ တန်ဖိုးထားမှုများနှင့်ပတ်သက်၍ ခင်ဗျားတို့ ဘယ်လိုထင်သလဲ? အများအားဖြင့် လူအများသည် သူတို့ဘာလိုချင်သည့် ကိစ္စများအပေါ်၌ အာရုံစိုက်လေ့ရှိသည်။’

ထို့နောက် ကျွန်တော်က သူတို့က ထပ်မေးသည်။ ‘နိယာမ တွေနဲ့ ပတ်သက်လို့ တွေးတဲ့အခါမှာ ဘယ်လိုထင်သလဲ? ထိုအခါ သူတို့အနေဖြင့် ဩတ္တပ္ပတရားတို့၏ အသံကို နားခံကာ ဓမ္မဓိဋ္ဌာန်ကျသည့် နိယာမများကို ဦးတည်သွားတတ်ကြသည်။

နိယာမများသည် တန်ဖိုးထားမှုများမဟုတ်ကြ။ လမ်းပေါ်မှ လူဆိုး ဂိုဏ်းများကဲ့သို့ပင် ဂျာမန် နာဇီများသည်လည်း တန်ဖိုးထားမှုများ ရှိကြသည်။ သို့သော် ၎င်းတို့၏ တန်ဖိုးထားမှုများသည် အခြေခံနိယာမများကို ချိုးဖောက်ကြ သည်။ တန်ဖိုးထားမှုများသည် မြေပုံများဖြစ်သည်။ နိယာမများသည် နယ်နိမိတ် များ ဖြစ်သည်။ မြေပုံများသည် နယ်နိမိတ်များမဟုတ်။ နယ်နိမိတ်ကို ဖော်ပြရန် ဆန္ဒဖြင့် ကြိုးစားအားထုတ်မှုမျှသာ ဖြစ်သည်။

ကျွန်တော်တို့၏ မြေပုံများသည် မှန်ကန်သည့် နိယာမများနှင့် နီးစပ် ကိုက်ညီမှုရှိလေ၊ အရာဝတ္ထုများ၏ မူလရှိနေသည့်အတိုင်း နီးစပ်လေ၊ ပိုမိုတိကျလေ အသုံးဝင်လေဖြစ်မည်။ မှန်ကန်သည့်မြေပုံများသည် ကျွန်တော်တို့ ဘဝများကို ထိရောက်မှုရှိစေနိုင်သည်။ သဘောထားများ၊ အပြုအမူများ ပြောင်းလဲဖို့ကြိုးစား သည်ထက် ပိုမိုထိရောက်သည်။ သို့သော် နယ်နိမိတ်များက တစ်ချိန်လုံး ပြောင်းလဲ နေသည့်အခါ မြေပုံများသည် မကြာမီပင် ခေတ်ကုန်သွားတတ်သည်။

ခေတ်အားလုံးအတွက် အိမ်မြှောင်

ယနေ့ကမ္ဘာလောက၌ တကယ်လိုအပ်နေသည်မှာ အိမ်မြှောင် တစ်ခုသာ ဖြစ်သည်။ အိမ်မြှောင်တစ်ခုသည် လွတ်လွတ်လပ်လပ် လှုပ်ရှားနိုင်သည့် လက်တံ တစ်ခုပါပြီး မြောက်အရပ်ကိုညွှန်ပြနေသည်။ ထိုအိမ်မြှောင်သည် ပင်လယ်ထဲ၌ ရှိနေသည့် သင်္ဘောတစ်စီး၏ လမ်းကြောင်းကို ညွှန်ပြနိုင်သည်။ စက်ဝိုင်းများ ဆွဲရာ၌လည်း အသုံးကျနိုင်သည်။ အတိုင်းအထွာများအတွက်လည်း အသုံးကျ သည်။ အိမ်မြှောင်ဆိုသည့် ဝေါဟာရသည် ရောက်ရှိခြင်း၊ နယ်နိမိတ်၊ အကန့် အသတ်၊ အကျယ်အဝန်း၊ အချိန်ကာလ၊ လမ်းကြောင်း၊ အကွာအဝေး၊ ရည်ရွယ် ချက်၊ ဒီဇိုင်း၊ နားလည်မှုဟူသော အဓိပ္ပာယ်အားလုံး အကျုံးဝင်သဖြင့် အိမ်မြှောင်ဟု တင်စားပြောဆိုရသည်မှာ အဓိပ္ပာယ်ကျယ်ပြန့်လှသည်။

ယနေ့ စီးပွားရေးလောက၌ မြေပုံတစ်ခုထက် အိမ်မြှောင်တစ်ခုက အဘယ်ကြောင့်ပို၍ အရေးပါရသနည်း။ အောက်ပါ အကြောင်းပြချက်များကို တွေ့ရသည်။

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

သစ်တောထဲ၊ ပင်လယ်ထဲ၊ သဲကန္တာရထဲ၊ လွင်တီးခေါင်ထဲ၊ နယ်စိမ်း ပယ်စိမ်းထဲ၌ပင် အိမ်မြှောင်တစ်ခုက လူတွေကို လမ်းညွှန် ပေးနိုင်သည်။ လမ်းကြောင်း ရှာပေးနိုင်သည်။

နယ်နိမိတ်ပြောင်းလျှင် မြေပုံများခေတ်မမီတော့။ အလျင်အမြန် ပြောင်းလဲ နေသည့်အချိန်တွင် မြေပုံတစ်ခုသည် ပုံနှိပ်ဖော်ပြသည့်အချိန်၌ တိကျရာရာမှ မရှိတော့ဘဲ ခေတ်ကုန်သွားနိုင်သည်။

မတိကျ မရေရာသော မြေပုံများသည် လမ်းရှာနေသည့် သူများကို ဒုက္ခ ပွားစေနိုင်သည်။

အမှုဆောင်အရာရှိ အတော်များများသည် တီထွင်တတ်သူများ၊ ဦးစီး ဦးဆောင်လုပ်တတ်သူများ ဖြစ်သဖြင့် လက်ရှိ မည်သည့်မြေပုံကမျှ နယ်ပယ် အသစ်များကို တိတိကျကျ ဖော်ပြခြင်း မပြုနိုင်။

မြန်မြန်ဆန်ဆန် ကိုယ်လိုချင်သည့်နေရာကို ရောက်ရန်အတွက် နည်းလမ်း အသစ်များ၊ ထုတ်လုပ်မှု ဖြန့်ဖြူးမှု နည်းသစ်များ ရှိရမည်။ ထိုနည်းသစ်များကို ရှာဖွေရန်အတွက် အိမ်မြှောင်တစ်ခုလိုသည်။

မြေပုံတစ်ခုသည် ဖော်ပြရုံသာ ဖော်ပြနိုင်သော်လည်း အိမ်မြှောင်တစ်ခုက အမြင်နှင့် လမ်းညွှန်မှုကို ပေးနိုင်သည်။

တိကျရေရာသည့် မြေပုံတစ်ခုသည် စီမံခန့်ခွဲမှု၌ အသုံးပြုရန်အတွက် လက်နက်ကိရိယာကောင်းတစ်ခုဖြစ်သည်။ သို့သော် အိမ်မြှောင်တစ်ခုသည် ခေါင်းဆောင်မှုနှင့် လုပ်ပိုင်ခွင့်အပ်နှင်းရေးအတွက် လက်နက်ကိရိယာကောင်း တစ်ခုဖြစ်သည်။

နှစ်ပေါင်းများစွာ မြေပုံကို အသုံးပြုသူများအနေဖြင့် ယခုခေတ် စီမံခန့်ခွဲမှု အပြောင်းအလဲများထဲ၌ ၎င်းတို့၏ မြေပုံများအသုံးမဝင်ဖြစ်လာသည်ကို တွေ့ရ သည်။ မြေပုံတစ်ခုကို အိမ်မြှောင်တစ်ခုနှင့်လဲပြီး ထိုအိမ်မြှောင်ကို မည်သို့သုံးရန် လေ့ကျင့်သင့်သည်။ မိမိကိုယ်တိုင် လေ့ကျင့်သလို ဝန်ထမ်းများအားလည်း လေ့ကျင့်စေသင့်သည်။

အဘယ်ကြောင့်နည်း။ မတိကျသည့်မြေပုံတစ်ခုကြောင့် မြို့အလယ်၌ လမ်းပျောက်နိုင်သည်။ အကယ်၍ တစ်ယောက်ယောက်က အလုပ်ကို ကြိုးစားဖို့ ပြောလျှင် ပို၍ မြန်မြန်ပျောက်ဆုံးမည်။ တစ်ယောက်ယောက်က 'အပြုသဘောဖြင့် တွေးပါ' ဆိုလျှင် ဘယ်နားရောက်လို့ ရောက်နေမှန်း သိတော့မည်မဟုတ်။

ထိုသို့ မသိသည်ကိုလည်း ဂရုစိုက်မည် မဟုတ်။ ပြဿနာမှာ အလုပ်ကိုကြိုးစားခြင်း၊ သဘောထားချင်းတို့နှင့် မသက်ဆိုင်။ ပြဿနာမှာ မတိကျသည့် မြေပုံတစ်ခုနှင့် သက်ဆိုင်သည်။ သင်၏ တွေးခေါ်ပုံ တွေးခေါ်မှုအဆင့်က သင်၏ အမှန်တရားနှင့် သင်၏ နယ်နိမိတ်ကို ကိုယ်စားပြုသည်။

ထိရောက်မှုမရှိဆုံး ယဉ်ကျေးမှုများ၏ အခြေခံပြဿနာမှာ ထိုအခြေအနေ ကို ဖန်တီးသောသူများ၏ ခေါင်းထဲ၌ ရောက်နေသည့် မြေပုံကြောင့်ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့၏ မြေပုံမပြည့်စုံခြင်း၊ ဆေးမြီးတိုများအပေါ်၌ အခြေခံခြင်း၊ ရေတိုအတွေး များကိုသာ တွေးခြင်း၊ အကျိုးအမြတ်ကိုသာ ဦးတည်ခြင်း၊ နွမ်းပါးသည့် စိတ်နေစိတ်ထားတို့အပေါ်၌ အခြေခံထားခြင်း တို့နှင့် ပြည့်နေသော မြေပုံတစ်ခု ဖြစ်သည်။

မြေပုံနှင့်တူသော တန်ဖိုးထားမှုများကို အခြေခံ၍ အုပ်ချုပ်သည့် စီမံခန့်ခွဲ သည့် နည်းလမ်းများမှ သဘာဝ နိယာမတရားတည်းဟူသော အိမ်မြှောင်၏ ခေါင်းဆောင်မှုကိုခံယူသည့် နည်းလမ်းသို့ ပြောင်းလဲရမည်။ ပြောင်းလဲမှသာ အဖြေထွက်မည်။ တစ်ခါတစ်ရံ၌ မြောက်အမှန်သဘောကို ဆုပေးသည့်စနစ်၊ သတင်းပေးသည့်စနစ်ဟု ခေါ်ပြီး အပြုအမူများကို လွှမ်းမိုးသည်။ နိယာမမဟုတ်ပြီ ခေါင်းဆောင်မှုကို ပြုလုပ်ရန်အတွက် လယ်ကွက်တစ်ခုပေါ်၌ လုပ်သလို နိယာမများကို သုံးတတ်ရမည်။ ထိုနိယာမများကို လူတို့၏ဘဝများ၊ ဆက်ဆံရေး များ၊ သဘောတူညီမှုများ၊ စီမံခန့်ခွဲမှုဖြစ်စဉ်များ၊ တာဝန်ကြေညာစာတမ်းများ၌ ထည့်သွင်းအသုံးပြုရမည်။

မဟာဗျူဟာကျသည့် ဦးတည်မှု

မြေပုံကိုရွေးမည်လော၊ အိမ်မြှောင်ကိုရွေးမည်လောဆိုသည်မှာ မဟာဗျူဟာ ကျသည့် ကိစ္စတစ်ခုဖြစ်သည်။ ဂျပန်၏ ဧရာမစားသုံးသူ လျှပ်စစ်ကုမ္ပဏီဥက္ကဋ္ဌ မတ်ဆုရှိတာက ဖော်ပြဖူးသည်။ သူက ‘တို့တွေက နိုင်ပြီး၊ စက်မှုအနောက်နိုင်ငံက ရှုံးတော့မယ်၊ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ အနောက်နိုင်ငံရဲ့ ဆုံးရှုံးမှုဟာ သူတို့ရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာကို ရှိနေပြီ၊ စီမံခန့်ခွဲမှုရဲ့ အနှစ်သာရဟာ အထက်အရာရှိတွေရဲ့ ခေါင်းထဲက အကြံဉာဏ်တွေ ထွက်လာပြီး အလုပ်သမားတွေရဲ့ လက်ထဲကို ရောက်သွားအောင် လုပ်တာဖြစ်တယ်လို့ အနောက်နိုင်ငံက နားလည်နေကြတယ်’

ဤနေရာ၌ အရေးကြီးသည့်ကိစ္စမှာ ကျွန်တော်တို့၏ ဆုံးရှုံးမှုနှင့် ပတ်သက်၍ ဖော်ပြသည့် အကြောင်းတရားဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်တို့သည် အချို့သော မြေပုံနှင့် စီမံခန့်ခွဲမှုထဲတွင် ပိတ်မိနေနိုင်သည်။ ပုံစံဟောင်း စီမံခန့်ခွဲမှုများထဲ၌ ပိတ်မိနေနိုင်သည်။ ထိုနေရာများ၌ ထိပ်ဆုံးက ကျွမ်းကျင်သူများက ရည်မှန်းချက်များ၊ နည်းလမ်းများကို ချမှတ်ဆုံးဖြတ်ကြသည်။

သို့သော် စီမံကိန်းရေးဆွဲခြင်းသည် တန်ဖိုးမဖြတ်နိုင်'ဟု ဆိုခဲ့ဖူးသည်။ အကယ်၍ ကျွန်တော်တို့၏ စီမံကိန်းရေးဆွဲခြင်းများသည် အမြင်ကျယ်ပြန့်မှု၊ နိယာမများအပေါ် တာဝန်ယူမှုတို့အပေါ် အခြေစိုက်လျှင် လက်တွေ့ ဆောင်ရွက်သူများအနေဖြင့် အိမ်မြှောင်နှင့် ၎င်းတို့ ကိုယ်ပိုင်ကျွမ်းမှု၊ အကဲဖြတ်မှုတို့ကို သုံးကာ ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်နိုင်သည်။ လက်တွေ့ ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။ တကယ်တော့ လူတိုင်းမှာ ကိုယ်ပိုင် အိမ်မြှောက်တစ်ခုစီရှိကြသည်။ သင့်တော်သည့် ရည်မှန်းချက်များကိုဆုံးဖြတ်ရန် လုပ်ပိုင်ခွင့်ရှိကြသည်။ ဈေးကွက်အသစ်၏ အခြေအနေများကို ရောင်ပြန်ဟပ်သည့် စီမံကိန်းများကို ဆွဲနိုင်ကြသည်။

နိယာမများသည် လုပ်ပုံလုပ်နည်းများ မဟုတ်ကြ။ လုပ်ပုံလုပ်နည်းဆိုသည်မှာ အခြေအနေတစ်ခု၌ အဆင်ပြေပြီး အခြားအခြေအနေတစ်ခု၌ အဆင်မပြေနိုင်သော လုပ်ရပ်များကို ဆိုလိုသည်။ အကယ်၍ ထိုလုပ်ထုံးလုပ်နည်းများကို အသုံးပြုပြီး စီမံခန့်ခွဲလျှင် မူဝါဒများ၏ ဦးဆောင်မှုကို ခံရလျှင် လူအများအနေဖြင့် ပါရဂူများ၊ ကျွမ်းကျင်သူများ ဖြစ်စရာမလို။ ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချရန်မလို။ ထိုဆုံးဖြတ်စရာများ၊ ဉာဏ်ပညာများ အားလုံးကို လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများ၊ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများအနေဖြင့် ချမှတ်ပေးထားပြီး ဖြစ်သည်။

အကယ်၍ နိယာမများအပေါ်၌ အာရုံစိုက်မည်ဆိုလျှင် ထိုနိယာမကို နားလည်သူအားလုံးကို တစ်ချိန်လုံး စောင့်ကြည့်နေစရာ အကဲဖြတ်နေစရာ၊ အမှားပြင်ပေးစရာ ထိန်းချုပ်စရာမလိုဘဲ ဆောင်ရွက်ခွင့်နှင်းအပ်နိုင်သည်။ နိယာမများကို မည်သူမဆို ကျင့်သုံးနိုင်သည်။ ထိုနိယာမများသည် အလေ့အထများ ဖြစ်လာသည့်အခါ အခြေအနေအမျိုးမျိုး၌ လုပ်ထုံးလုပ်နည်း အမျိုးမျိုးကို ဖန်တီးနိုင်သည်။

အလေ့အထများအပေါ်၌ အခြေမခံဘဲ နိယာမများ၏ ဦးဆောင်မှုကို ခံယူရန်အတွက် ထူးထူးခြားခြား လေ့ကျင့်ရန်လိုသည်။ ပို၍ပင် လေ့ကျင့်ဖို့လိုသည်။

သို့သော် ပင်ပန်းခံရကျိုးနပ်ပါသည်။ ထိုသို့ ပို၍ လေ့ကျင့်လေ့ ပို၍ အပင်ပန်း ခံလေ့ ကျွမ်းကျင်လေ့ တီထွင်ဖန်တီးနိုင်လေ့ အဖွဲ့အစည်း၏ အဆင့်တိုင်း၌ တာဝန်ကို မျှဝေနိုင်လေ့ဖြစ်သည်။

စားသုံးသူများအား အကျိုးပြုနိုင်သည့် လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများကို လူအများ အား သင်ကြားပေးထားလျှင် စားသုံးသူဝန်ဆောင်မှု အတိုင်းအတာတစ်ခုအထိ ဖြစ်လာမည်။ သို့သော် ဖြစ်ရိုးဖြစ်စဉ် မဟုတ်သည့် ပြဿနာများနှင့် ကြုံလာ လျှင် ဝန်ထမ်းများအနေဖြင့် မည်သို့ကိုင်တွယ်ရမည်ကို မသိကြပေ။ သမားရိုးကျ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများကို ချိုးဖောက်ပြီး လုပ်ရဲကြမည်ဟုတ်ပေ။

ဖောက်သည်များအား အကျိုးပြုသည့် နိယာမများအပေါ် အခြေပြု၍ ဆောင်ရွက်ရန်အတွက် ၎င်းတို့သည် ပထမဆုံး စိတ်နေစိတ်ထားပြောင်းရမည်။ ပုံစံများ၊ ပုဏ္ဏားနံများအသုံးပြု၍ လည်းကောင်း၊ အလုပ်ခွင်၌ လေ့ကျင့်ပျိုးထောင်၍ လည်းကောင်း လေ့ကျင့်ရမည်။ နိယာမများကို အမှန်တကယ် နားလည်မှု ရှိ မရှိသေချာအောင် လေ့ကျင့်ပေးရမည်။ ထိုနိယာမများကို အလုပ်ခွင်၌ မည်သို့ အသုံးပြုနိုင်ကြောင်း နားလည်သဘောပေါက်စေရမည်။

အိမ်မြှောင်ရှိလျှင် ကျွန်တော်တို့လည်း အကျိုးရှိနိုင်သည်

အိမ်တိုင်း၌ သံလိုက်အိမ်မြှောင်တစ်ခုရှိခြင်းသည် အိုးတိုင်း၌ ကြက် တစ်ကောင်ရှိခြင်း၊ ကားရုံတိုင်း၌ ကားတစ်စီးရှိခြင်းထက် ပိုကောင်းသည်။ အကျပ်အတည်းနှင့်ကြုံလာသည့်အခါမျိုး၌ပင်လျှင် အနိုင်ရရှိနိုင်သည်။ ဂျပန်နိုင်ငံ၌ လူတစ်ဦးချင်း၏ အခန်းကဏ္ဍသည် အရေးကြီးဘဲ အုပ်စု၏ အခန်းကဏ္ဍက ပို၍ အရေးကြီးနေသဖြင့် လူတစ်ဦးစီ တစ်ယောက်စီ တီထွင်ဖန်တီးမှုများ၊ စွမ်းအား များကို ရယူအသုံးပြုနိုင်ခြင်းမရှိပေ။ သာဓကတစ်ခုမှာ အမေရိကန်နိုင်ငံ၌ နိဗယ်လ်ဆုရှင် ၁၈၆ ဦး ရှိပါလျက်နှင့် ဂျပန်နိုင်ငံ၌ လေးဦးသာ ရှိနေသည်။ အမြင့်ဆုံး ခေါင်းဆောင်မှုပုံစံမှာ သူလည်းအကျိုးရှိ ကိုယ်လည်းအကျိုးရှိသည့် အပြန်အလှန် မှီခိုမှုပုံစံဖြစ်သည်။ ထိုပုံစံအရဆိုလျှင် လူတစ်ဦးချင်းအနေဖြင့်လည်း အလေးထားမှုခံရသလို အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုကိုလည်း အလေးထားသည်။

အကယ်၍ လူအများအနေဖြင့် ဤအိမ်မြှောင်၏သဘောကို နားလည် သဘောပေါက်ကာ အကဲဖြတ်မှုများ၌ အခြေခံအဖြစ် အသုံးပြုလျှင် ထိပ်ဆုံး၌ ရှိသည့်

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

ပုဂ္ဂိုလ်များ၏ စီမံခန့်ခွဲမှုပုံစံထဲ၌ ထည့်သွင်း၌ အသုံးပြုမည်ဆိုလျှင် သူတို့အနေဖြင့် အထိတ်တလန့် ဖြစ်သွားတတ်ကြသည်။

အဓိကရ ကုမ္ပဏီကြီးတစ်ခု၏ ဥက္ကဋ္ဌက တစ်ကြိမ်၌ ကျွန်တော်နှင့် လည်းကောင်း၊ သူ၏ စီမံခန့်ခွဲမှုနှင့်လည်းကောင်း၊ တွေ့ဆုံကြသည်။ သူက ၎င်းတို့၏ လက်ရှိစီမံခန့်ခွဲမှုပုံစံများကို ဆက်လက်ထိန်းသိမ်းရန် စိုးရိမ်မကင်း ဖြစ်နေကြသည်ဟု ဆိုသည်။ တစ်ဖန် ကုမ္ပဏီ၏ တာဝန်ကြေညာစာတမ်းသည် သူတို့၏ လက်တွေ့စီမံခန့်ခွဲမှုများအပေါ်၌ အကျိုးသက်ရောက်မှုမရှိဟု ဆိုသည်။ ထိုတာဝန်ကြေညာစာတမ်းများကို အထက်ကလူများအားရေးဆွဲစေပြီး အောက်က လူများကို လိုက်နာစေသည်။ ရေးဆွဲသူများသည် ဥပဒေအပေါ် ရောက်နေကြပြီး လိုက်နာသည့်သူများမှာ ဥပဒေ၏ အောက်သို့ ရောက်နေကြသည်။

သူတို့ကိုယ်သူတို့ ဥပဒေ၏ အထက်၌လည်းကောင်း၊ ဖွဲ့စည်းပုံ၏ အထက်၌ ရှိနေကြသည်ဟုလည်းကောင်း ယူဆသည့်လူများအနေဖြင့် နိယာမ များ၏ လွှမ်းမိုးမှုခံရမည်ကို အထိတ်တလန့် ဖြစ်တတ်ကြသည်။ နိယာမများက ဥက္ကဋ္ဌအပါအဝင် လူတိုင်းကို လွှမ်းမိုးကြောင်း သိရသဖြင့် အထိတ်တလန့် ဖြစ်ကြရသည်။ ၎င်းတို့၏ ဘဝများကို ပြန်လည်သုံးသပ်ရန်လည်းကောင်း၊ ထို ဘဝများအတွင်း နေချင်သည်မနေချင်သည်ကို လည်းကောင်း ဆုံးဖြတ်ခိုင်းသည်။ လူတိုင်းသည် ဥပဒေများ၊ နိယာမများအတိုင်း ကိုက်ညီအောင် တာဝန်ယူကြ ရသည်။

အဓိကရ အမေရိကန်ကုမ္ပဏီများ၊ သူတို့၏ အတိုင်ပင်ခံပုဂ္ဂိုလ်များ၊ ပြောကြားလေ့ရှိသည့် စကားများကို ကျွန်တော် ရင်းနှီးနေသည်။ သူတို့က ‘ကျွန်တော်တို့၏ ယဉ်ကျေးမှုများ၊ လူအများနှင့် ကင်းလွတ်သော မဟာဗျူဟာ ဆိုင်ရာ လေ့လာမှုများ၊ ဈေးကွက်လေ့လာမှုများကို ဆက်လက်မဆောင်ရွက်နိုင်’ဟု ဆိုကြသည်။ ဤပုဂ္ဂိုလ်များသည် မိုက်ကယ်ပေါ်တာ၏ စားကိုနားလည်ကြ သူများ ဖြစ်သည်။

ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် မဟာဗျူဟာများကို အကောင်အထည်ဖော်ရန် ကုမ္ပဏီ၏ သိက္ခာသမာဓိကို ရရှိရန်အတွက် လူအများ (သို့မဟုတ်) ယဉ်ကျေးမှုနှင့် ဆိုင်သည့်ကိစ္စများကို ဦးစွာကိုင်တွယ်ရမည်။ ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် ကိစ္စများကို ထုတ်ဖော်၍ ဆွေးနွေးကြရမည်။ နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း ပါဝင်ဆောင်ရွက်ရမည်။ ထိုအခါ အများသဘောဖြင့် ဉာဏ်ပညာရှိရှိ ဆုံးဖြတ်ချက်များကို ချမှတ်နိုင်ရမည်။

ထိုသို့ဖြစ်ရန်အတွက် ချွေးမထွက်၊ သွေးမထွက်၊ မျက်ရည်မထွက်ဘဲ ဖြစ်နိုင်မည် မဟုတ်။ အပင်ပန်းခံ၍ ဆောင်ရွက်ကြရမည်ဖြစ်သည်။

နောက်ဆုံး၌ မည်သည့်မဟာဗျူဟာမဆို အောင်မြင်စွာ အကောင် အထည်ဖော်ရေးသည် လူအများ၏သမာဓိအပေါ်၌ မူတည်နေသည်။ လူအများက နိဿာမများကို မည်မျှလက်ခံကျင့်သုံးမှုရှိသည်။ ၎င်းတို့၏ ကိုယ်ပိုင် သီလ အိမ်ခြောင်များကို အသုံးပြုကာ မည်သည့်အခြေအနေများ၌မဆို လက်တွေ့ကျင့်သုံး သည်ဆိုသည့် အပေါ်တွင် မူတည်နေသည်။

၉ နိယာမ ဗဟိုပြု အာဏာ

စစ်မှန်သည့် ခေါင်းဆောင်မှု အာဏာများသည် ဂုဏ်ပြုလေးစားစရာ အကျင့် သီလများ၊ အာဏာရရှိစေနိုင်သည့် နည်းလမ်းများ၊ နိယာမများကို အသုံးပြုခြင်း မှ ရရှိနိုင်သည်။ သို့သော် ခေါင်းဆောင်မှုနှင့် ပတ်သက်၍ ဆွေးနွေးချက်များ အတော်များများတို့သည် ခေါင်းဆောင်ကို မဟာလူသားဟု သဘောထားသည့် အပေါ်၌သော်လည်းကောင်း၊ အခြေခံသည့် သီအိုရီများ ဖြစ်ကြသည်။ ထိုသီအိုရီများသည် ခေါင်းဆောင်တစ်ယောက်ကိုကြိုတင်၍ ဟောကိန်းထုတ်နိုင်ခြင်းမရှိဘဲ ရှိပြီး ခေါင်းဆောင်တစ်ယောက်၏ အရည်အချင်းများကို ရှင်းလင်းပြသည့် သီအိုရီများသာ ဖြစ်ကြသည်။ ခေါင်းဆောင်တစ်ယောက် အဘယ်ကြောင့် ထွက်ပေါ်လာရသည်၊ ရှင်သန်လာရသည်ကို ရှင်းပြနိုင်သော်လည်း အနာဂတ်ကာလ ၌ မည်သည့်ပုဂ္ဂိုလ်များသည် ခေါင်းဆောင်ဖြစ်လာမည်ဟု ညွှန်ပြခြင်းမပြုနိုင်။ ခေါင်းဆောင်ရန်အတွက် အရည်အချင်းများ ပြုစုပျိုးထောင်ရန်လည်း အကူအညီမပေးနိုင်။

ပို၍ အကျိုးရှိမည့် နည်းလမ်းတစ်ခုမှာ ခေါင်းဆောင်များကို မကြည့်ဘဲ နောက်လိုက်များကိုကြည့်သည့် နည်းလမ်းဖြစ်သည်။ နောက်လိုက်များက အဘယ်ကြောင့် ခေါင်းဆောင်တစ်ယောက်၏ နောက်က လိုက်နေကြသည်ကို မေးမြန်းခြင်း အားဖြင့် ခေါင်းဆောင်မှုကို အကဲဖြတ်သည့်နည်းဖြစ်သည်။

အာဏာသုံးမျိုး

နောက်လိုက်များအနေဖြင့် ခေါင်းဆောင်များ၏ နောက်ကလိုက်နေသည့် အကြောင်းတရားမျိုးမျိုးရှိပြီး ထိုအကြောင်းတရားများသည်လည်း ရှုပ်ထွေးသည်။ သို့သော်ထိုအကြောင်းတရားများကို ရှုထောင့်သုံးခုက လေ့လာနိုင်သည်။ ထိုရှုထောင့်တစ်ခုစီ တစ်ခုစီ၌ လှုံ့ဆော်မှုတစ်ခုစီနှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အခြေခံအကြောင်းတရားတစ်ခုစီ ရှိကြသည်။

မည်သူမဆို သူ့ဘဝ၏ တစ်ကြိမ်တစ်ခါတွင် နောက်လိုက်နောက်ပါ တစ်ဦးအနေဖြင့် ဆရာတစ်ယောက်၊ အလုပ်ရှင်တစ်ယောက်၊ မိသားစု အဖွဲ့ဝင်တစ်ယောက်၊ မိတ်ဆွေတစ်ယောက်နှင့် ဆက်ဆံရာ၌ ယခု ဖော်ပြခဲ့သည့် ဆက်ဆံရေးမျိုး တစ်မျိုးမဟုတ်တစ်မျိုး ကြုံတွေ့ခဲ့ရဖူးသည်။ အချို့ပုဂ္ဂိုလ်များအနေဖြင့် အောင်မြင်စရာ ထူးချွန်စရာအခွင့်အရေးများ ရရှိခဲ့ခြင်းမှာ ၎င်းတို့၏ အရည်အချင်းများကြောင့်ဖြစ်သည်။ အချို့အရည်အချင်းများသည် လိုအပ်သည့် အခါကျမှ ထုတ်၍ သုံးကြသည်။ မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ သူတို့ ထိုသို့ ဆောင်ရွက်ရခြင်းမှာ သူတို့က ကျွန်တော်တို့အား ယုံကြည်၍ဖြစ်သည်။ ထိုအခါ ကျွန်တော်တို့ကလည်း အတုံ့အလှည့်သဘောဖြင့် ပြန်လည်လေးစားခြင်း၊ သစ္စာရှိခြင်း၊ တာဝန်ယူခြင်း၊ မည်သည့် အခြေအနေ မည်သည့် အတားအဆီးရှိရှိ အတူဆောင်ရွက်လိုခြင်းများ ဖြစ်ပေါ်လာ ကြသည်။

ထိုအာဏာသုံးမျိုးစလုံး၌ အခြေခံသုံးမျိုးရှိကြသည်။ အကြောင်းတရားအမျိုးမျိုးရှိသလို ထွက်ပေါ်လာသည့် အကျိုးတရားများကလည်း ကွာခြားသည်။

အာဏာ၏ အကျိုးသက်ရောက်မှု

လူတစ်ဦးချင်း တစ်ယောက်ချင်း ဝင်လိုက်ထွက်လိုက် ဖြစ်နေကြသည်။ အမှုဆောင်အရာရှိမှ စာရေးများအဆုံး ဝင်လိုက်ထွက်လိုက်ဖြစ်နေကြသည့်အခါ ဈေးကွက်အပေါ်၌ အကျိုးသက်ရောက်မှု အနည်းငယ်မျှသာ ရှိမည်။ အမှန်စင်စစ် ကျွန်တော်တို့အားလုံးသည် ကိုယ်လိုချင်သည့်အရာကို ကိုယ်လိုချင်သည့်နည်းဖြင့် ကိုယ်သွားချင်သည့်နေရာကို သွား၍ ရယူတတ်ကြသည့် ဖောက်သည်များ ဖြစ်ကြသည်။ ကိုယ်ရယူနိုင်စရာ အရင်းအမြစ်များသည် ဖရန့်ဆင်နာထရာနှင့် ဘာဂါကင်းတို့ကကြော်ငြာသလို နည်းမျိုးစုံသည်။ 'ကိုယ်နည်းကိုယ့်ဟန်နှင့် ကိုယ်' ရယူနိုင်ကြသည်။

ထို့အပြင် အခြေအနေကိုလိုက်၍ သီလ စောင့်ထိန်းမှုမျိုးကိုလည်း အားပေးရာရောက်သည်။ မည်သည့် အရာတို့သည် မှန်ကန်သည်၊ ကောင်းမွန်သည်၊ တရားမျှတသည်ဟု အများကလက်ခံထားသည့် တန်ဖိုးထားမှုများ မရှိသည့်အခါ တစ်ဦးချင်း တစ်ယောက်ချင်းက တစ်ချိန်လုံး သူ့သဘောအတိုင်း သူဆုံးဖြတ်နေနိုင်သည်။ အဆိုးဆုံးမှာ အသုံးဝင်မှုအာဏာကို စောင့်ထိန်းရန် အတွက် ကုမ္ပဏီတစ်ခုနှင့်တစ်ခု ပေါင်းစည်းမှုများ၊ အိမ်ထောင်ဖက်တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး လမ်းခွဲမှုများ၊ ဒေဝါလီခံမှုများ၌ မျှတမှု ရှိစေရန် ဥပဒေကို စောင့်ကြပ်ထိန်းသိမ်းပေးမည့် တရားရုံးများ လိုအပ်လာသည်။ အသုံးဝင်မှုအာဏာ၏ အကောင်းဆုံး သာဓကမှာ စီးပွားရေးလုပ်ငန်း၌ဖြစ်စေ၊ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ကိစ္စများ၌ဖြစ်စေ နှစ်ဦးနှစ်ဖက် အကျိုးရှိနေသမျှ ကာလပတ်လုံး ဆက်ဆံရေးကို ဆက်လက် ထိန်းသိမ်းလိုစိတ်ပင်ဖြစ်သည်။

နိယာမဗဟိုပြု အာဏာများသည် ရှားပါးသည်။ ထိုအာဏာသည် ဆက်ဆံရေးအားလုံး၌ အရည်အသွေးရှိမှု၊ ထူးခြားမှု၊ ထူးချွန်မှုတို့၏ သင်္ကေတ ဖြစ်သည်။ ခေါင်းဆောင်က နောက်လိုက်နောက်ပါများအား လေးစားမှုအပေါ်၌ အခြေခံသည်။ လေးစားထိုက်သောခေါင်းဆောင်ကြောင့် သူ၏ ရည်မှန်းချက်များကို နိယာမ ဗဟိုပြုအာဏာသည် ရေရှည်ခံ၍ အပြန်အလှန်တုံ့ပြန်မှုများ၊ ကြိုကြိုတင်တင် ထထကြွကြွ ဆောင်ရွက်မှုများကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ နောက်လိုက်နောက်ပါများ လိုချင်သည့်ကိစ္စများ ဖြစ်ပေါ်ခြင်း၊ မလိုချင်သည့် ကိစ္စများ ဖြစ်ပေါ်ခြင်းတို့အပေါ်၌ မူတည်မနေသောကြောင့် အာဏာသည် ရေရှည်တည်မြဲနေသည်။ နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း လက်ခံထားသည့် တန်ဖိုးထားမှုများအပေါ်၌ အခြေခံကာ ရွေးချယ်မှုများကို ပြုလုပ်သည်။ ခေါင်းဆောင်၏ တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် နောက်လိုက်၏တန်ဖိုးထားမှု များသည် ထပ်တူထပ်မျှ ဖြစ်နေကြသည်။ နိယာမ ဗဟိုပြု အာဏာကို ဇွတ် အတင်းအကျပ် အောင်ရွက်ကာ ဖြစ်ပေါ်လာသည် မဟုတ်။ ခေါင်းဆောင်ရာ နောက်လိုက်များက ကြီးမားသည့် ရည်ရွယ်ချက် တစ်ခု၏ လမ်းညွှန်မှုကို ခံရသည့်အခါ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းဖြစ်သည်။ ခေါင်းဆောင်ရာ နောက်လိုက်များ ကပါ တစ်စုံတစ်ခု၊ ရည်မှန်းချက်တစ်ခု၊ ပန်းတိုင်တစ်ခုကို မမှိတ်မသုန် ယုံကြည်လာသည့်အခါ၌ ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ စာရေးဆရာတစ်ဦးက ‘နောက်လိုက် နောက်ပါများ၏ သစ္စာစောင့်သိမှုနှင့်လေးစားမှုတို့ရှိနေသမျှ ခေါင်းဆောင်များသည် ခေါင်းဆောင်များ ဖြစ်နေလိမ့်မည်’ဟု ဝေဖန်ခဲ့သည်။

နိယာမ ဗဟိုပြုအာဏာ၌ ထိန်းချုပ်မှုသည် ထင်ထင်ရှားရှားရှိသော်လည်း ခေါင်းဆောင်၏ ခေါင်းဆောင်မှုကို ခံယူလိုကြသည်။ အမြင်ရှိခြင်း၊ ရည်ရွယ်ချက် ရှိခြင်း၊ အကျင့်သီလကောင်းမွန်ခြင်းတို့ကြောင့် ခေါင်းဆောင်များသည် နောက်လိုက် များနှင့် ဆက်ဆံရေးတွင် နိယာမ ဗဟိုပြု အာဏာများကို တည်ဆောက်နိုင်ကြသည်။ ဤနိယာမ ဗဟိုပြုအာဏာဖြင့် ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့် ညီညွတ်သည့် အပြုအမူများကို အားပေးသည်။ လူပုဂ္ဂိုလ်အပေါ်၌ သစ္စာရှိရန် မဟုတ်ဘဲ နိယာမများ ဥပဒေများ အပေါ်၌ သစ္စာရှိရန် အားပေးသည်။ ကိုယ်ကျင့်တရားသည် မှန်ကန်သည့် အရာများကို လုပ်ဆောင်ရန် တာဝန်ယူမှုအပေါ်၌ အခြေခံသည်။ မှန်ကန်သည့် အရာများ၊ တန်ဖိုးထားသည့်အရာများ၊ ခေါင်းဆောင်က စံနမူပြုသည့်အရာများ၊ ခေါင်းဆောင်က ဖော်ပြသည့် ရှင်းလင်းပြသည့်အမြင်များ ဖြစ်သဖြင့် မှန်ကန်သည့် အရာများအတွက် စွန့်စားစား ရဲရဲတင်းတင်း လုပ်လိုစိတ်များကို ဖြစ်ပေါ် စေသည်။

ခေါင်းဆောင်ပုံ ရွေးချယ်မှု

အခြားသူများ ပူးပေါင်းပါဝင်ရန် လိုအပ်သည့် ပြဿနာတစ်ခု သို့မဟုတ် အခွင့်အလမ်းတစ်ခု ပေါ်ပေါက်သည့်အခါ ခေါင်းဆောင် တစ်ယောက်သည် ရွေးချယ်မှုပြုရသည်။ သူ့အနေဖြင့် မည်သည့်အပေါ်၌ အခြေခံမည်၊ အာဏာကို သုံးမည်ကို ရွေးချယ်ရသည်။ ထိုရွေးချယ်မှုသည် ခေါင်းဆောင်တစ်ယောက် စရိုက်အပေါ်၌လည်း အခြေခံသည်။ သူဘယ်လိုလူဖြစ်သည်။ အတိတ်က မည်သို့သော ရွေးချယ်မှုများနှင့် ယခုနေရာသို့ ရောက်လာခဲ့သည်။ မည်ကဲ့သို့ ဖြစ်လာခဲ့သည်ဆိုသည့်အပေါ်၌ အခြေခံသည်။ သူ၏ဆက်သွယ်မှုစွမ်းရည်များ၊ သမိုင်းကြောင်းများနှင့် သူ၏ အစွမ်းအစများအပေါ်၌လည်း အခြေခံသည်။ ဖိအားပေးမှုခံရသည့်အခါ နောက်လိုက်နောက်ပါများ ရရှိရန်အတွက် ရာထူးများ၊ အဆင့်အတန်းများ၊ အင်အားများအပေါ်၌ လွယ်လွယ်ကူကူပင် အခြေခံတတ် ကြသည်။ ဆက်သွယ်ရေး စွမ်းရည်များကောင်းမွန်မှုမရှိသည့်အခါ နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း လက်ခံထားသည့် တန်ဖိုးထားမှုများ မရှိသည့်အခါ အတိတ်သမိုင်းကြောင်း၌ သမာဓိရှိရှိ ဆောင်ရွက်ခဲ့ခြင်း၊ အခြားသူများကို ယုံယုံကြည်ကြည် ဆောင်ရွက်ခဲ့ခြင်း၊ ယုံကြည်ခဲ့ခြင်းများ မရှိသည့်အခါ အကျပ်အတည်းနှင့်ကြုံလာလျှင် ခေါင်းဆောင် တစ်ယောက်အနေဖြင့် အင်အားကိုသာ အားကိုးတတ်ကြသည်။

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

ခေါင်းဆောင်တစ်ယောက်အနေဖြင့် မည်သည့် ခေါင်းဆောင်မှုပုံစံကို ရွေးချယ်မည်ဆိုသည့်ကိစ္စမှာ အမျိုးမျိုးရှိနိုင်သည်။ သူ၏ ကျွမ်းကျင်မှုအပေါ်၌ လည်း မူတည်နိုင်သည်။ အာဏာရှိသည့် ရာထူးအသစ်တစ်ခုကို တိုးမြှင့်ရယူလိုမှုကြောင့်လည်း ဖြစ်နိုင်သည်။ ခေါင်းဆောင်တစ်ယောက်အနေဖြင့် သတင်းအချက်အလက်များ၊ စွမ်းအားစုများကိုလည်း စုစည်းနိုင်သည်။ သူ၏ အသုံးဝင်မှုအာဏာအကျိုးသက်ရောက်မှု တိုးပွားအောင်လည်း ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။ နောက်လိုက် နောက်ပါများနှင့် ပိုမိုနီးကပ်မှု ရှိခြင်းအားဖြင့် ၎င်းတို့ ပို၍ အကျိုးရှိရန်လည်း ဆောင်ရွက်ကောင်း ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။ နောက်လိုက်များက လိုက်ခြင်းအားဖြင့် လွယ်တင့်တူဖြစ်ရန် စရိတ်စက သက်သာရန်လည်း ဆောင်ရွက်ပေးသည်။

နိယာမကို ဗဟိုပြုသည့် ခေါင်းဆောင်တစ်ယောက်သည် ရေရှည် တာဝန်ယူရသည်။ နောက်လိုက်များနှင့် ဆက်ဆံသည့်အခါတွင် ယုံကြည်မှုအပေါ် အခြေခံရန် လိုအပ်သည်။ ထိုယုံကြည်မှုသည် လွယ်လွယ်ကူကူဖြင့် ရယူနိုင်မည် မဟုတ်ပေ။ ရေရှည်ဟန်ဆောင်နိုင်မည် မဟုတ်ပေ။ နောက်ဆုံး၌ ခေါင်းဆောင်များသည် သူတို့ မည်ကဲ့သို့သောသူဖြစ်သည်မှာ ထင်ထင်ရှားရှား ပေါ်လာတတ်သည်။ နောက်လိုက်များအတွက် ဘယ်လိုခေါင်းဆောင်ဖြစ်သည်က ဘာလုပ်ပေးနိုင်သည်ကို ကျော်၍ နိယာမဗဟိုပြု အာဏာမည်မျှရှိသည်ကို ဆုံးဖြတ်သည်။

အာဏာတိုးစရာ လက်နက် ၁၀ ခု

ခေါင်းဆောင်တစ်ယောက်ကို လေးစားလေ ဂုဏ်ယူလေ အခြားသူများက အမှန်တကယ် အသိအမှတ်ပြုကြလေ သူ့အနေဖြင့် တရားဝင် အာဏာကို ပိုမိုရရှိလေဖြစ်သည်။ ခေါင်းဆောင်များသည် အခြားသူများနှင့် မည်သို့ဆက်ဆံသည်အပေါ်၌မူတည်၍ နောက်လိုက်များ၏ တန်ဖိုးထားမှုများတက်ခြင်း၊ လျော့ပါးခြင်း ၎င်းတို့တရားဝင်ရရှိထားသော အာဏာသည်လည်း တိုးခြင်း လျော့ခြင်းများ ဖြစ်မည်။ ဂုဏ်သိက္ခာရှိခြင်းအားဖြင့် ဩဇာအာဏာများကို ရရှိနိုင်သည်။

ခေါင်းဆောင်တစ်ယောက်၏ ဂုဏ်သိက္ခာနှင့် ဩဇာအာဏာကို တိုးပွားစေနိုင်သည့် အကြံပြုချက် ၁၀ ခုမှာ အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်သည်။

၁။ ဆွဲဆောင်ခြင်း။ အကြောင်းပြချက်များ ဆင်ခြင်စဉ်းစားမှုများကို နောက်လိုက်နောက်ပါများ သဘောပေါက်လက်ခံလာအောင် ဆောင်ရွက်ခြင်း။

ခေါင်းဆောင်များ၏ အမြင်နှင့်အကြံဉာဏ်များကို အမှန်တကယ် လေးစား ပါလျက်နှင့် မိမိ၏အနေအထားနှင့် ဆန္ဒများကို တင်ပြခြင်း၊ ဘာဖြစ်သည်ကို သာမက ဘာကြောင့်ဖြစ်ရသည်ကိုပါ ရှင်းပြခြင်း၊ နှစ်ဦးနှစ်ဘက် အကျိုးရှိပြီး စိတ်ကျနပ်စရာ ရလဒ်များ ပေါ်ထွက်လာသည်အထိ အပြန်အလှန် ဆက်လက် ဆွေးနွေးလိုခြင်း။

၂။ သည်းခံခြင်း။ လုပ်ငန်းနှင့် ပတ်သက်၍ဖြစ်စေ၊ ပုဂ္ဂိုလ်နှင့် ပတ်သက်၍ဖြစ်စေ သည်းခံခြင်း၊ အားနည်းခြင်းများ၊ နောက်လိုက်နောက်ပါ များ၌ အားနည်းချက်များ၊ စိတ်မကျေနပ်စရာများရှိပါလျက် မိမိ၏ ရည်မှန်းချက် များကို ရရှိရေးအတွက် စိတ်အလိုမပြည့်မှုများ၊ မျှော်လင့်ချက်များရှိပါလျက်နှင့်ပင် ရေတိုအခက်အခဲများ ပြဿနာများကို ကျော်လွန်၍ မိမိ၏ ရည်မှန်းချက်ကို မျက်ခြည်ပြတ်မခံဘဲ ရေရှည်အတွက် ဦးတည်ဆောင်ရွက်ခြင်း။

၃။ သိမ်မွေ့ခြင်း။ မကြမ်းတမ်းခြင်း၊ မတင်းမာခြင်း၊ ဖိအားမပေး ခြင်း၊ နောက်လိုက်များ၏ ခံစားချက်များ၊ ထုတ်ဖော်ပြောဆိုချက်များနှင့် ပတ်သက်၍ သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့ကိုင်တွယ်ခြင်း။

၄။ သင်ပေးနိုင်ခြင်း။ မိမိ၌ ပြဿနာအားလုံးအတွက် အဖြေမရှိ။ ထို့ကြောင့် နားလည်ပြီး မတူညီသည့် ရှုထောင့်များ၊ အကဲဖြတ်မှုများ၊ နောက်လိုက်များ၌ရှိသည့် အတွေ့အကြုံများကို တန်ဖိုးထားခြင်း။

၅။ လက်ခံနိုင်စွမ်း။ သံသယ၏အကျိုးကို ခွင့်ပြုလျက်ပင် မိမိကိုယ် မိမိ တန်ဖိုးထားမှုကို ဆက်လက်ထိန်းသိမ်းစေကာ ထူးထူးခြားခြား ကြိုးစား အားထုတ်စေခြင်း၊ မိမိ၏ အစီအစဉ်အတိုင်း ဆောင်ရွက်စေခြင်း။

၆။ ကြင်နာခြင်း။ ဂရုစိုက်ခြင်း၊ တွေးဆခြင်း၊ ကြီးကြီးမားမား ကိစ္စများသာမက အသေးအဖွဲ့ကိစ္စများကိုပါ အာရုံပြုခြင်း။

၇။ ပွင့်လင်းခြင်း။ နောက်လိုက်နောက်ပါများအကြောင်း တိကျ သည့် သတင်းများရယူခြင်း၊ ၎င်းတို့၏အမြင်များကို ရယူခြင်း၊ သူတို့ ဘာကို ထိန်းချုပ်သည်၊ ဘာလုပ်သည်ဖြစ်စေ အရှိအတိုင်း လေးစားခြင်း၊ သူတို့၏ ရည်ရွယ်ချက်များ၊ တန်ဖိုးထားမှုများ၊ ဆန္ဒများ၊ ရည်မှန်းချက်များ မည်သို့ပင်ရှိစေ

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

သူတို့ကို လေးစားခြင်း၊ သူတို့၏ အပြုအမူတစ်ခုတည်း အပေါ်၌သာ အာရုံစိုက် မနေခြင်း။

၈။ **ကြင်နာစွာ ထိပ်တိုက်ရင်ဆိုင်ခြင်း။** အမှားအယွင်းများကို လက်ခံအသိအမှတ်ပြုပြီး ထိုအမှားအယွင်းများကို နောက်လိုက်များက အမှန် တကယ် ပြင်လိုစိတ်ရှိကြောင်း၊ ရဲရဲတင်းတင်း ပြင်ဆင်စေလိုကြောင်း ပြသခြင်း၊ ဂရုစိုက်ခြင်း၊ နွေးနွေးထွေးထွေးဆက်ဆံခြင်း၊ စိုးရိမ်ပူပန်ခြင်း။

၉။ **ရှေ့နောက်ဆီလျော်ညီညွတ်မှုရှိခြင်း။** အပြောတစ်မျိုး၊ အလုပ် တစ်မျိုး မလုပ်ခြင်း၊ တစ်ချိန်မှာ တစ်မျိုးပြော နောက်တစ်ချိန်မှာ တစ်မျိုး မပြောခြင်း၊ လိမ်ညာမှုမရှိကြောင်းပြသခြင်း၊ အခြေအနေ အကျပ်အတည်းနှင့် ကြုံရသည့်အခါ ကိုယ်ဖြစ်ချင်သည့်အတိုင်း မဖြစ်သည့်အခါ ရှေ့တစ်မျိုးနောက် တစ်မျိုးမလုပ်ခြင်း၊ အပြောတစ်မျိုး အလုပ်တစ်မျိုးမလုပ်ခြင်း၊ ဤနည်းအားဖြင့် မိမိ၏ စရိုက်ကိုပြသခြင်း၊ မိမိဘယ်လိုလူ ဖြစ်လာမည် ဆိုသည်ကို ပြသခြင်း။

၁၀။ **သမာဓိ။** ခံစားချက်များ၊ ဝေါဟာရများကို အတွေးများ၊ အပြု အမူများနှင့် ကိုက်ညီမှုရှိစေခြင်း၊ အခြားသူများ ကောင်းကျိုးမှလွဲ၍ အခြားဆန္ဒ မရှိခြင်း၊ လိမ်ညာလိုခြင်း၊ အခွင့်အရေးယူလိုခြင်း၊ ထိန်းချုပ်လိုမှုမရှိခြင်း၊ မိမိ၏ ရည်ရွယ်ချက်များကို တစ်ချိန်လုံး ပြန်လည်သုံးသပ်နေခြင်း။

‘ဤနိယာမများသည် ထင်ရှားသော မဟတ္တမဂန္ဓိကဲ့သို့သော ခေါင်းဆောင် များ၏ အရည်အသွေးများ ဖြစ်သည်။ သို့သော် နေ့စဉ်တွေ့ ကြုံနေရသည့် ဘဝထဲကလူများ၌ ထိုအတွေ့အကြုံများ၌ ရှာတွေ့ရန် ခဲယဉ်းသည်’ဟု ဆိုကြမည်။ သို့သော် ထိုသူတို့၏ စိုးရိမ်ပူပန်မှုနှင့်ပတ်သက်၍ ဂန္ဓိက တုံ့ပြန်ပြောကြား ခဲ့ဖူးသည်။

‘ကျွန်တော်ဟာ သာမန် အရည်အချင်းတောင်မှ မရှိတဲ့ သာမန်လူ တစ်ယောက်ထက် မသာပါဘူး၊ ကျွန်တော်ဟာ အမြင်မကျယ်ပါဘူး၊ တကယ်တော့ ကျွန်တော်ဟာ လက်တွေ့သမားတစ်ယောက်သာဖြစ်တယ်။ ကျွန်တော့်မှာ ထူးထူး ခြားခြား အရည်အသွေးတွေလဲ မရှိဘူး။ ကြိုးကြိုးစားစား သုတေသနလုပ်နိုင်စရာ အရည်အသွေးတွေလဲ မရှိဘူး။ ဘယ်သူဖြစ်ဖြစ် ကျွန်တော် အောင်မြင်သလို ရအောင်လုပ်နိုင်တယ်။ ကျွန်တော်လိုသာ ယုံကြည်ချက်ရှိပြီး ကြိုးစားအားထုတ်မယ်

ဆိုရင် ကျွန်တော် အခုအခြေအနေထိ ရနေတာကို မရစေနိုင်တဲ့ သူရယ်လို့ မရှိဘူး”

နိယာမ ဗဟိုပြု အာဏာများကိုရယူအသုံးချသည့် ခေါင်းဆောင်များသည် အခြားသူများထံမှ တောင်းဆိုမှုများနှင့် ပတ်သက်၍ ပိုမို ဂရုတစိုက်လုပ်လာ တတ်ကြသည်။ သို့သော် ထိုသို့လုပ်ဆောင်ရာ၌ ယုံကြည်မှု ရှိလာကြသည်။ ထိုသို့ခေါင်းဆောင်နှင့် နောက်လိုက်များကြားရှိ ဆက်ဆံမှုကို နားလည်သည့်အခါ အာဏာနှင့် ခေါင်းဆောင်မှုအကြား ဆက်ဆံရေးမှာလည်း ကောင်းမွန်လာသည်။ အခြားသူများကို ခေါင်းဆောင်နိုင်စွမ်းများ၊ ဖိအားမပေးရဘဲ ဩဇာပေးနိုင်စွမ်း များလည်း တိုးပွားလာသည်။ စိတ်၏ ငြိမ်းချမ်းမှုကိုလည်း ရရှိပြီး ပို၍ ဉာဏ် ပညာရှိသော ထိရောက်သော ခေါင်းဆောင်များ ဖြစ်လာကြသည်။

ဆက်သွယ်ရေး လမ်းကြောင်းများ

ဆက်သွယ်ရေးပြဿနာအများစုသည် ရှုမြင်ပုံဆိုင်ရာ ပြဿနာများ၊ ဂုဏ်သိက္ခာ ဆိုင်ရာပြဿနာများ ဖြစ်နေကြသည်။ ကျွန်တော်တို့သည် ကမ္ဘာကြီးကို အရှိ အတိုင်း မြင်နေကြသည်မဟုတ်။ ကျွန်တော်တို့ မြင်ချင်သလို ကျွန်တော်တို့ မြင်တတ်သလို မြင်နေကြခြင်းဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်တို့၏ အတွေ့အကြုံပေါ်၌ အခြေခံ၍ ဖြစ်ပေါ်လာသော ရှုမြင်သုံးသပ်ပုံများက ကျွန်တော်တို့၏ ခံစားမှုများ၊ ယုံကြည်မှုများနှင့် အပြုအမူများကို ဖြစ်စေသည်။

ခံယူမှုနှင့် ဂုဏ်သိက္ခာ

ဂုဏ်သိက္ခာဆိုင်ရာ ပြဿနာများ၊ ရှုမြင်ပုံဆိုင်ရာ ပြဿနာများကြောင့် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ပဋိပက္ခများဟုခေါ်သည့် ပြဿနာများကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ ဆက်သွယ်ရေး ပြတ်တောက်မှုများကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ ဂုဏ်သိက္ခာဆိုင်ရာ ပြဿနာများသည် ဖြေရှင်းရန်အတွက် ပို၍ခက်ခဲသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုလျှင် ထိုပြဿနာထဲ၌ ပါဝင်နေသည့် လူတိုင်းလူတိုင်းက သူမြင်သလို လောကကို မြင်သည်ဟုမထင်ဘဲ လောကြီးရှိနေသည့်အတိုင်း သူမြင်သည်။ အမှန်အတိုင်း မြင်နေသည်ဟု ထင်နေတတ်သောကြောင့် ဖြစ်သည်။ သူ၏ ရှုမြင်ပုံ၌ ကမောက်ကမဖြစ်မှုများကို သတိမထားမိကြပေ။ ‘မင်းဟာ ငါနဲ့သဘောမတူရင် ငါ့မျက်စိထဲမှာ မင်းလုံးဝကြီးကို မှားတယ်၊ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ငါ့မှန်တယ် ဆိုတာ လုံးဝကြီးကို သေချာလို့ဖြစ်တယ်’ ဟု သဘောထားတတ်ကြသည်။

ကျွန်တော်တို့ကိုယ် ကျွန်တော်တို့ သိပ်မှန်သည်ထင်နေပြီး ကျွန်တော် တို့နှင့် ခြားခြားနားနား ကွဲကွဲပြားပြား မြင်တတ်သည့်သူတိုင်းကို မှားသည်ဟု ထင်နေသည့်အခါ သူတို့က ကျွန်တော်တို့ကြောင့် ထပ်မံ၍ ထိခိုက်ဒဏ်ရာ ရမှုများ မဖြစ်ရန် အကောင်းဆုံး ကာကွယ်တတ်ကြသည်။ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် ခံစားမှုဆိုင်ရာ အချုပ်အနှောင်များနောက်သို့ ကာလအကန့်အသတ်မဲ့ ကျွန်တော် တို့ကို ပို့တတ်ကြသည်။ ကျွန်တော်တို့ဘက်က အလျော့မပေးသမျှ သူတို့ဘက် ကလည်း အလျော့မပေးမည်မဟုတ်။ အကယ်၍သာ သက်ဆိုင်သည့် ကိစ္စ၌ပါဝင် သည့် နှစ်ဦးနှစ်ဖက်စလုံးကသော်လည်းကောင်း၊ တစ်ဦးတစ်ယောက်ကသော် လည်းကောင်း၊ ပြဿနာ၏အခြေခံမှာ ရှုမြင်သုံးသပ်ပုံ ဖြစ်သည်ဟု နားလည် သဘောပေါက်လျှင် ထိုပြဿနာကို ပြေလည်အောင် ဖြေရှင်းနိုင်သည်။

သဘောထားများနှင့် အပြုအမူများ

ဆက်သွယ်ရေးလမ်းကြောင်းများ၌ အတားအဆီး၊ အဆိုအပိတ်မရှိဘဲ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ဖြစ်ရန်အတွက် အချို့သဘောထားများနှင့် အပြုအမူများရှိရန် လိုအပ်သည်။ ၎င်းတို့မှာ အောက်ပါအတိုင်းဖြစ်သည်။

သဘောထားများ။ သင့်ကို ကျွန်ုပ်က ယုံကြည်မှုရှိသည်။ သင်၏ ရိုးသားမှုနှင့် ပတ်သက်၍ မေးခွန်းထုတ်နေစရာမလို။ မေးခွန်းမထုတ်။

ကျွန်ုပ်တို့၏ ဆက်ဆံရေးကို ကျွန်ုပ် ဂရုစိုက်သည်။ ရှုမြင်ပုံခြားနား သည့် ပြဿနာကို ဖြေရှင်းလိုသည်။ သင်၏ ရှုထောင့်မှ မြင်နိုင်ရန် ကျွန်ုပ်ကို ကူညီပါ။

ကျွန်ုပ်အနေဖြင့် ဩဇာလွှမ်းမိုးရန် အဆင်သင့်ဖြစ်ပြီ။ ပြောင်းလဲပစ်ရန် အဆင်သင့်ပြင်ဆင်ထားသည်။

အပြုအမူများ။ နားလည်မှုရှိရန် နားထောင်သည်။ နားလည်စေရန် ပြောဆိုသည်။

နှစ်ဦးနှစ်ဖက် သဘောတူညီထားသည့်နေရာမှစတင်၍ အပြန်အလှန် ဆွေးနွေးပြီး ထိုမှတစ်ဆင့် သဘောမတူညီသည့် နယ်ပယ်များထဲသို့ ဖြည်းဖြည်းချင်း ထိုးဖောက်ဝင်ရောက်သည်။

အထက်ပါသဘောထားများ၊ အပြုအမူများ ရရှိပြီဆိုလျှင် မည်သည့် ရှုမြင်ပုံကွားခြားသည့် ပြဿနာကိုမဆို ဖြေရှင်းနိုင်သည်။

အကယ်၍ လူတစ်ဦးတစ်ယောက်သည် ထိုသဘောကိုနားလည်လျှင် သူ၏ ပြောပုံပြောနည်းကို ပြောင်းလဲပစ်မည်။ ‘ဒါဟာ ဒီလိုပဲ’ လို့ပြောမည့် အစား ‘ကျွန်တော်မြင်တာ ဒီလို’ဟု ပြောမည်။ ‘ဒီအတိုင်းပဲ’ လို့ ပြောမည့်အစား ‘ကျွန်တော်မြင်တာကတော့၊ ကျွန်တော့်အကြံဉာဏ်ကတော့၊ ကျွန်တော့်စိတ်ထဲမှာ ကတော့’ ဟု ပြောမည်။ ထိုသို့ပြောဆိုခြင်းအားဖြင့် အခြားသူတစ်ဦးတစ်ယောက် အား လူသားတစ်ယောက်ဖြစ်ကြောင်း အသိအမှတ်ပြု ဝန်ခံရာရောက်သည်။ ‘သင်လည်းပဲ အရေးကြီးပါသည်။ ကျွန်ုပ်ကဲ့သို့ပင် သင်၏ ရှုမြင်ပုံများ၊ ခံစားမှု များသည်လည်း အရေးကြီးပါသည်။ လေးစားထိုက်သောခံစားမှုများ၊ ရှုမြင်ပုံများ ဖြစ်သည်’ ဟု ပြောဆိုရာရောက်သည်။

အခြားသူများက ကျွန်တော်တို့နှင့် သဘောမတူသည့်အခါ၊ ကျွန်တော် တို့ကို အကဲဖြတ်နေသည့်အခါ ကျွန်တော်တို့၏ တုံ့ပြန်မှုမှာလည်း အလားတူပင် ဖြစ်တတ်သည်။ ‘ဟုတ်ပြီ၊ ခင်ဗျားမြင်ပုံက ကျွန်တော်တို့နဲ့မတူဘူး၊ ခင်ဗျား အဲဒီလို ဘယ်လိုမြင်ရသလဲဆိုတာ ကျွန်တော်တို့က နားလည်ချင်တယ်’ ဟူ၍ ဖြစ်လာမည်။ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် ကျွန်တော်တို့ သဘောမတူကြသည့် အခါ ‘ငါမှန်တယ်၊ မင်းမှားတယ်’ ဟု ပြောမည့်အစား ‘ကျွန်တော်မြင်ပုံကို ခင်ဗျားကို ပြောပါရစေ’ ဟူ၍ ပြောမည်။

ဝေါဟာရများနှင့် ဆက်ဆံရေး

သူ၏ဆယ်ကျော်သက်သားငယ်နှင့် ဆက်ဆံရေး မကောင်းဖြစ်ပြီး နှလုံး နာနေသည့် ကျွန်တော့်မိတ်ဆွေ တစ်ယောက်အကြောင်းကို ကျွန်တော် မည်သည့် အခါမျှ မေ့မည်မဟုတ်။ ‘သူ့စာဖတ်နေတဲ့ ဒါမှမဟုတ် ရုပ်မြင်သံကြားကြည့်နေတဲ့ အခန်းထဲကို ဝင်သွားလိုက်တာနဲ့ သူက ထပြီးတော့ ထွက်သွားတော့တာပဲ၊ ဘယ်လောက်တောင် ဆိုးသလဲဗျာ’ ဟု သူက ပြောပြသည်။

ကျွန်တော်က သူ့ကို ပထမဆုံး သူ့သားကိုနားလည်ဖို့ ကြိုးစားရန် အကြံပေးသည်။ ပြီးမှ သူ့သားက သူ့ကိုနားလည်ပါစေ၊ သူ၏အကြံဉာဏ်ကို လက်ခံပါစေဟု ပြောလိုက်သည်။ သူက ‘ကျွန်တော်က သူ့ကိုတကယ်နားလည် ပါတယ်ဗျာ၊ သူ့အနေနဲ့ မိဘတွေကို လေးစားရမယ်ဆိုတာ သိရမှာပေါ့၊ သူ့ အတွက် ကျွန်တော်တို့က လုပ်ပေးနေတာ အကုန်လုံးကိုလည်း တန်ဖိုးထားကြောင်း ပြောပြရမှာပေါ့’ ဟူ၍ ပြောသည်။



‘ခင်ဗျားသား တကယ်ကို လိုလိုလားလား ဖြစ်စေချင်တယ်။ လက်ခံစေ ချင်တယ်ဆိုလို့ရှိရင် ခင်ဗျားအနေနဲ့ သူ့ကို နားမလည်ဘူးလို့ ပထမဆုံး သဘောထားပြီး လုပ်ကြည့်ပါ။ ဘယ်အခါမှလည်း အပြည့်အဝ နားလည်မှာ မဟုတ်ဘူးလို့ သဘောထားပြီး လုပ်ကြည့်ပါ။ အဲဒီလို ဘယ်အခါမှ အပြည့်အဝ နားမလည်နိုင်ပေမယ့် ခင်ဗျားဟာ သူ့ကို နားလည်စေချင်တယ်။ နားလည် အောင်လည်း ကြိုးစားမယ်ဆိုတဲ့ ခံယူချက်နဲ့ ကြိုးစားကြည့်ပါ’

နောက်ဆုံး၌ ဖခင်က ဤယူဆချက်ပေါ်၌ အခြေပြု၍ ကြိုးစား ကြည့်ရန် သဘောတူညီလိုက်သည်။ သူ့အနေဖြင့်ဆိုလျှင် ကိစ္စအမျိုးမျိုးကို စမ်းသပ်ကြည့်ပြီးပြီ။ ကျွန်တော်က သူ့ကို ဆက်သွယ်ရန်အတွက် အဆင်သင့် ပြင်ဆင်ထားဖို့လိုသည်။ ထိုဆက်သွယ်ရေး၌ သူ၏ စိတ်ရှည်မှု၊ သူ့ကိုယ်သူ ထိန်းချုပ်နိုင်မှုတို့ကို အစမ်းသပ်ခံရမည်ဟု ပြောပြလိုက်သည်။

နောက်တစ်နေ့ည ရှစ်နာရီခန့်၌ အဖေက သားကိုချဉ်းကပ်ပြီး ပြောသည်။ ‘သား ငါတို့ရဲ့ ဆက်ဆံရေးနဲ့ ပတ်သက်လို့ ငါဟာ စိတ်မချမ်းမသာ ဖြစ်ရတယ်။ အဲဒီအခြေအနေကို တိုးတက်ကောင်မွန်လာအောင် ငါတို့ ဘာလုပ် နိုင်မလဲဆိုတာ သိချင်တယ်။ မင်းကို နားလည်ဖို့အတွက် ငါ အချိန်မပေးနိုင်ခဲ့လို့ ဖြစ်ကောင်း ဖြစ်မယ်’

ထိုအခါ သားက ‘ဟုတ်တယ်၊ ခင်ဗျား ကျွန်တော့်ကို နားမလည်ခဲ့ဘူး၊ ဘယ်တုန်းကမှ နားမလည်ခဲ့ဘူး’ဟု ပြန်ပြောသည်။

ထိုအခါ အဖေ၏ ကိုယ်ခန္ဓာတွင်း၌ ဒေါသတွေ တရှိန်ရှိန်တောက်လောင် နေသည်။ သူ၏ စိတ်ထဲက ‘ဒီလောက်တောင် ကျေးဇူးမသိတတ်ရကောင်းလား၊ မင်းကိုငါ နားမလည်ဘူးလို့ထင်နေလို့လား၊ ငါ အကုန်သိတယ်’ဟု စိတ် ထဲက ပြန်ပြောမိသည်။ သို့သော် သူက သူ၏ ဒေါသကို ထိန်းချုပ်လိုက်ပြီး နှုတ်က တကယ်ထွက်လာသည့် ဝေါဟာရများမှာ ‘ဟုတ်တယ် သားရယ်၊ ငါ အချိန်မပေးနိုင်ခဲ့တာ၊ ငါ နားမလည်နိုင်ခဲ့တာ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ငါ မင်းကို နားလည်ချင်တယ်။ မင်း ငါ့ကို ကူညီပေးနိုင်မလား၊ ဥပမာ ပြီးခဲ့တဲ့ တစ်ပတ်က တို့ငြင်းခုံခဲ့ကြတဲ့ ကားအကြောင်းပေါ့၊ အဲဒီအကြောင်းကို မင်း ဘယ်လိုမြင်တယ်ဆိုတာ ပြောပြနိုင်မလား’

သားဖြစ်သူကလည်း စိတ်ဆိုးနေလျက်ပင် သူ၏ ဆင်ခြေများကိုပေးသည်။ အဖေက အလောသုံးဆယ် ဝင်ပြောလိုစိတ်ကိုလည်း ထိန်းချုပ်လိုက်ရသည်။



သူ၏ ကိုယ်ပိုင်အကြောင်းပြချက်တွေ ပေးချင်စိတ်ကို ထိန်းချုပ်လိုက်ပြီး နားလည်ရန် ဆက်လက်၍ နားထောင်နေသည်။ ထိုသို့ သူ့စိတ်ကို သူ နိုင်နိုင်နင်းနင်း ထိန်းချုပ် လိုက်နိုင်၍လည်း ဝမ်းသာသွားသည်။

သူ့နားထောင်နေစဉ် ထူးဆန်းသည့် ကိစ္စများဖြစ်ပေါ်လာသည်။ သူ့သား သည် ကြမ်းတမ်းခက်ထန်ရာမှာ တဖြည်းဖြည်း နူးညံ့ပျော့ပျောင်းလာသည်။ နောက်ဆုံး၌ သူ၏ ဆင်ခြေများကိုချလိုက်ပြီး တကယ့်ပြဿနာများ၊ နက်ရှိုင်းသည့် ခံစားမှုများ အကြောင်းနှင့် ပတ်သက်၍ ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ပြောဆိုစပြုလာပြီ။

၎င်းတို့အကြား၌ ထိုသို့အခြေအနေများ ပြောင်းလဲလာသည့်အခါ အဖေက အလွန် ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ဖြစ်လာသည်။ သားကလည်း ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ဖြစ်လာပြီး သူ၏ ခံစားမှုများ၊ စိုးရိမ်သောကများအကြောင်းကိုပါ ထုတ်၍ ပြောဆိုလာခဲ့သည်။ အတိတ်ကဖြစ်ခဲ့သည့် ကိစ္စများနှင့်ပတ်သက်၍ ကောင်းကောင်း နားလည်သဘောပေါက်လာခဲ့သည်။ နှစ်ပေါင်းများစွာ တိုက်ခိုက်ကြ၊ ခုခံကြ လုပ်နေကြသည့်ကြားထဲက ပထမဆုံးအကြိမ်အဖြစ် တစ်ယောက်ကိုတစ်ယောက် အမှန်တကယ်နားလည်ဖို့ ကြိုးစားလာခဲ့ကြသည်။ ထိုအခါ နှစ်ဦးနှစ်ယောက် စလုံးအတွက် မပြောပြနိုင်လောက်သော ပျော်ရွှင်မှုများကို ရရှိသည်။

ည ၁၀ နာရီခွဲခန့်၌ အမေက ဝင်လာပြီး 'အိပ်ရာဝင်ဖို့ ကောင်းပြီ'ဟု ပြောသည်။ အဖေက သူတို့သည် ပထမဆုံးအကြိမ် ဆက်သွယ်မှုရရှိနေကြပြီး ဆက်လက်၍ ဆောင်ရွက်ချင်ကြောင်း ပြောပြသည်။ ဤနည်းအားဖြင့် သန်းခေါင် တိုင်သည့်အထိ နှစ်ဦးနှစ်ယောက်စလုံးအတွက် အရေးကြီးသည့် ကိစ္စများကို ဆက်လက်၍ ဆွေးနွေးနေကြသည်။ ထိုအကြောင်းကို ရက်အနည်းငယ်က ကျွန်တော့်ကို ပြန်ပြောပြသည့်အခါ သူ့မှာ မျက်ရည်တွေ ကျနေသည်။ 'အခုမှပဲ ကျွန်တော်က ကျွန်တော့်သားကို ရှာဖွေတွေ့ရှိပြီးတော့ သူကလည်း သူ့အဖေ ဘယ်လိုလူဆိုတာ ရှာဖွေတွေ့ရှိတယ်လို့ ခံစားရတယ်'ဟု ပြောပြသည်။ နားလည် ခံရန် မကြိုးစားမီ နားလည်ရန်ကြိုးစားမည်ဟု ဆုံးဖြတ်ခြင်းအားဖြင့် ရရှိသည့် အတွေ့အကြုံများနှင့် ပတ်သက်၍ အမှန်တကယ် ကျေးဇူးတင် ဝမ်းမြောက်နေရာ သည်။ ဆက်သွယ်ရေးကိစ္စများ၌ အမှန်တကယ် အရေးကြီး သည့်ကိစ္စမှာ ဆက်ဆံ ရေးပင်ဖြစ်သည်။ လူတစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် ဆက်ဆံရေး ညံ့ဖျင်းမှုများ ကြောင့် သဘောပေါက် နားလည်မှု လွဲမှားခြင်းများ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်သည်။ ဆက်ဆံရေး မကောင်းသည့်အခါ ကိုယ်သုံးသည့်ဝေါဟာရများနှင့်ပတ်သက်၍

အလွန်ဂရုစိုက် ဆင်ခြင်နေရသည်။ အခြားသူများကို စော်ကားမော်ကားလုပ်မိမှာ အထင်အမြင်လွဲမှားမှာ စိုးရိမ်နေကြသည်။ ဆက်ဆံရေးမကောင်းသည့်အခါ လူအများသည် တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် သံသယတွေဖြစ်လာကြသည်။ မယုံမကြည်ဖြစ်လာကြသည်။ ဝေါဟာရ၏ မူလရည်ရွယ်ရင်းကို ဖော်ထုတ်ရန် မကြိုးစားဘဲ ဝေါဟာရများ၊ စကားလုံးများ နောက်ကို လိုက်နေကြသည်။

အခြားတစ်ဖက်၌ ဆက်သွယ်ရေးများ စုစည်းမှု၊ သဟဇာတဖြစ်မှုရှိသည့် အခါ ဝေါဟာရများ သုံးစရာမလို။ စကားထုတ်ပြောစရာ မလိုဘဲနှင့် ဆက်သွယ်နိုင် ကြသည်။ ယုံကြည်မှုမြင့်မားလျှင်၊ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်ဖြစ်နေကြလျှင် ကိုယ်သုံးစွဲသည့် ဝေါဟာရများကို ပြန်၍ စောင့်ကြည့်နေစရာမလိုပေ။ ကိုယ်ပြုံးပြချင်လည်း ပြုံးပြ မည်။ ကိုယ်မပြုံးပြဘဲ နေချင်လည်းနေမည်။ သို့ပါလျက်နှင့်ပင် အဓိပ္ပာယ်ထွက်ပေါ် လာအောင်၊ နားလည်မှုရှိအောင် ဆက်သွယ်နိုင်ကြသည်။ ဆက်သွယ်ရေးများ မကောင်းသည့်အခါ၌ ဝေါဟာရများ၊ စကားလုံးများကို စာမျက်နှာအတော် များများရအောင် ပြောသော်လည်း အဓိပ္ပာယ်ကို ဖော်ပြရန်အတွက် လုံလောက် ကောင်းမှု လုံလောက်ပေမည်။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုလျှင် ဝေါဟာရများထဲ၌ အဓိပ္ပာယ်ရှိမနေသောကြောင့် ဖြစ်သည်။ အဓိပ္ပာယ်များဆိုသည်မှာ စကားလုံးထဲ၌ ရှိနေသည်မဟုတ်ဘဲ လူအများထဲ၌သာ ရှိနေခြင်းဖြစ်သည်။

ထိရောက်သည့် ဆက်သွယ်ရေးများအတွက် အဓိကျသည့် အချက်မှာ တစ်ယောက်တစ်ယောက်ချင်း ဆက်သွယ်မှုမျိုးဖြစ်သည်။ အခြားတစ်ယောက်နှင့် ဤကဲ့သို့ တစ်ယောက်တစ်ယောက်ချင်း ဆက်သွယ်မှုမျိုးရရှိသည့်အခါ ကျွန်တော် တို့၏ ဆက်သွယ်ရေးပုံစံများကို ပြောင်းလဲစေသည်။ တစ်ယောက်ကို တစ်ယောက် ယုံကြည်မှုများကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ ထို့ကြောင့်ပင်လျှင် ဝန်ထမ်းတစ်ယောက်စီထံ သွားလည်ဖို့၊ လုပ်ဖောင်ကိုင်ဖက် တစ်ယောက်နှင့် သီးခြားနေလယ်စာစားသုံးဖို့၊ ဖောက်သည်တစ်ယောက်နှင့် သီးခြား စကားပြောဆိုဖို့ ပြောဆိုနေခြင်းဖြစ်သည်။ ထိုသို့ သီးခြားစီ ဆောင်ရွက်ခြင်းအားဖြင့် မိမိ၏ အာရုံစိုက်မှု အားလုံးသည် ထိုသူအပေါ်၌ ကျရောက်နေသည်။ ထိုသူ စိတ်ပါဝင်စားမှုများ၊ စိုးရိမ်ပူပန်မှုများ၊ လိုအပ်မှုများ မျှော်လင့်ချက်များ၊ အကြောက်တရားများ၊ သံသယများအပေါ်၌ လုံးဝဥသံ့ အာရုံစိုက်နေနိုင်သည်။ တစ်ခါက တောင်ပုံဆွဲထားသည့် ပိုစတာ ကောင်းကောင်းတစ်ခုကို တွေ့ဖူးသည်။ ထိုပိုစတာ၏ အောက်၌ ‘တောင်အတွက် တစ်ရက်ပေးပါ’ ဟု စာတမ်းထိုးထားသည်။ ထိုဆောင်ပုဒ်ကို အနည်းငယ်မျှ

ပြောင်းလိုပါသည်။ ‘သင့်ဖောက်သည်အတွက် တစ်နာရီမျှ ပေးပါ’ ဟုလည်းကောင်း ‘သင့်ဇနီးအတွက် တစ်ညနေပေးပါ’ ဟုလည်းကောင်း ပြောင်းလဲပစ်လိုသည်။ အခြားသူတစ်ယောက်အတွက် လုံးဝအချိန်ပေးဖို့ကြိုးစားပါ။ ကိုယ်စိတ်ဝင်စားသည့် ကိစ္စများ၊ စိုးရိမ်သောကများ၊ အကြောက်တရားများ လိုအပ်ချက်များကို ကျော်လွှားပြီး အခြားသူများ၏ စိတ်ဝင်စားမှုများ၊ အကြောက်တရားများ၊ လိုအပ်ချက်များ၊ စိုးရိမ်သောကများကို အာရုံစိုက်ပါ။ သင်၏ မန်နေဂျာနှင့်သော်လည်းကောင်း အပြည့်အဝ အာရုံစိုက်လိုက်ပါ။ ၎င်းတို့၏ စိတ်ပါဝင်စားမှုများ၊ ရည်မှန်းချက်များ အကြောင်း ဖော်ထုတ်ခွင့်ပြုပါ။ ခင်ဗျား၏ ခံစားချက်များကို နောက်တန်းမှာ ထားပြီး သူတို့၏ ခံစားချက်များကို ရှေ့တန်းသို့ ပို့ပေးလိုက်ပါ။

မြေပုံများနှင့် နယ်နိမိတ်များ

တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် သဟဇာတမျှသည့် ဆက်ဆံရေးရရန် ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ နှစ်ဦးနှစ်ဖက်အပြန်အလှန် နားလည်ခြင်းများရရှိရန်အတွက် ကြိုးစားပမ်းစား ခက်ခက်ခဲခဲ ဆောင်ရွက်ယူရသည်။ ကျွန်တော်တို့သည် လောကနှစ်ခုထဲ၌ နေနေကြသည်။ လောကတစ်ခုမှာ ကျွန်တော်တို့၏ ခေါင်းထဲ၌ ရှိနေသော ကျွန်တော်တို့၏ ဆန္ဒစွဲများအတိုင်း ရှိနေသည့် ပုဂ္ဂလိကလောကဖြစ်ပြီး အခြားတစ်ခုမှာ ကျွန်တော်တို့၏ ခေါင်းပြင်ပ၌ရှိနေသော ကျွန်တော်တို့၏ ဆန္ဒစွဲများ မပါဝင်သော ဓမ္မဓိဋ္ဌာန်ကျသည့် အမှန်တကယ်ရှိသည့် လောက ဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်တို့၏ ခေါင်းထဲ၌ရှိနေသော လောကကို မြေပုံများဟု ခေါ်နိုင်ပြီး ပြင်ပ၌ အမှန်တကယ်ဖြစ်နေသည့် လောကကို နယ်နိမိတ်များဟု ခေါ်ဆိုနိုင်သည်။

မည်သူမဆို အမှန်တကယ်ရှိနေသည့် ဓမ္မဓိဋ္ဌာန်ကျသည့် လောကနှင့် ပတ်သက်၍ လုံးဝပြည့်စုံသော၊ တိကျသောမြေပုံကို ဆွဲနိုင်ကြသည်မဟုတ်။ သိပ္ပံပညာရှင်များအနေဖြင့် ကောင်းသည်ထက်ကောင်းသော မြေပုံများ ဆွဲနေသော်လည်း နယ်နိမိတ်ကို ဖန်ဆင်းထားသော ဘုရားသခင်၌သာလျှင် လုံးဝတိကျပြည့်စုံသည့် မြေပုံတစ်ခုရှိသည်။ စစ်မှန်သည့် သိပ္ပံပညာရှင်မှန်သမျှ ၎င်းတို့၏ နောက်ဆုံးတွေ့ရှိချက်တစ်ခုကို အမှန်တရားတစ်ခုဟု ပြောပြရန် ဝန်လေးတတ်သည်။ ထိုအခြေအနေသည် ၎င်းတို့တွေ့ရှိသမျှ အကောင်းဆုံးသော ရှင်းလင်းချက်တစ်ခု အနေဖြင့်သာ ပြောဆိုတတ်ကြသည်။

သို့သော် တစ်ချိန်နှင့်တစ်ချိန်အမှန်တကယ်ရှိနေသည့် ဓမ္မဓိဋ္ဌာန်ကျသော လောကအပေါ် ကျွန်တော်တို့၏ ရှုမြင်ပုံများ ပြောင်းလဲ တတ်ကြသည်။ ထိုသို့ ရှုမြင်ပုံပြောင်းလဲသည့်အခါ ကျွန်တော်တို့၏ အပြုအမူ များလည်း ပြောင်းလဲ တတ်ကြသည်။ လူတစ်ယောက်၏ အပြုအမူပြောင်းလဲရန်အတွက် အမြန်ဆုံး နည်းမှာ သူ၏ ရှုမြင်ပုံ ပြောင်းလဲပစ်ဖို့ဖြစ်သည်။ သူ၏ မြေပုံကိုပြောင်းလဲ ပစ်ဖို့ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ ပြောင်းလဲစေချင်လျှင် သူတို့ကို နာမည်ပြောင်း၍ခေါ်ခြင်း၊ ခြားနားသည့် တာဝန်တစ်ခုကိုပေးခြင်း၊ မတူညီသည့် အခြေအနေတစ်ခုအောက် တွင် ပို့ပေးထားခြင်းဖြင့် ပြောင်းလဲအောင် လုပ်နိုင်သည်။

ကျွမ်းကျင်မှုနှင့်လုံခြုံမှု

ကျွန်တောတို့အနေဖြင့် ဆက်သွယ်ရေး ကျွမ်းကျင်မှုများကို အဆင့်နှစ်ခု ခွဲ၍ကြည့်ရှုကြမည်။ ပင်လယ်ထဲ၌ မျောနေသော ရေခဲတောင် တစ်ခုလို သဘော ထား၍ကြည့်ကြမည်။ မြင်သာ သိသာသည့် ရေခဲတောင်၏ အစိတ်အပိုင်း သေးသေးလေးနှင့်တူသောအပိုင်းမှာ ဆက်သွယ်ရေး ကျွမ်းကျင်မှု ဖြစ်သည်။ သို့သော် ပင်လယ်အောက်၌ မြုပ်နေသည့် ဧရာမ ရေခဲတောင်ကြီးနှင့်တူသောအပိုင်း၊ နက်ရှိုင်းသည့်နေရာ၌ ရှိနေသည့်အပိုင်းမှာ သဘောထားပိုင်း၊ လှုံ့ဆော်မှုပိုင်း ဖြစ်သည်။ ထိုသဘောထားပိုင်း၊ လှုံ့ဆော်မှု ပိုင်းကို လုံခြုံမှုအခြေခံဟုခေါ်ကြပါစို့။ ကျွန်တော်တို့၏ ဆက်သွယ်ရေးများ ရေရှည် တိုးတက်ကောင်းမွန်ရန်အတွက် ဆိုလျှင် အပေါ်ယံပိုင်းရော၊ နက်ရှိုင်း သည့် အောက်ပိုင်းရောပါ နှစ်ပိုင်းစလုံး လိုအပ်သည်။ ကျွမ်းကျင်မှုရော လုံခြုံမှုပါ လိုအပ်သည်။

ထိရောက်သည့် ဆက်သွယ်ရေးမှန်သမျှ ကျွမ်းကျင်မှုလိုအပ်သည်။ ကျွမ်းကျင်မှုများကို တိုးပွားရန်အတွက် အလေ့အကျင့်ရှိရသည်။ တင်းနစ် စာအုပ်များဖတ်နေရုံ၊ တင်းနစ်ပွဲများကြည့်နေရုံဖြင့် လူတစ်ယောက်သည် တင်းနစ် ကစားရာ၌ မထူးချွန်နိုင်ပေ။ တင်းနစ်ကစားကွင်းထဲသို့ဆင်းပြီး သူဖတ်ထားသည့် သူ မြင်ထားသည့် အရာများကို လေ့ကျင့်ယူရမည်။ ဤနည်းအားဖြင့် တဖြည်းဖြည်း သူ၏စွမ်းအင်များ မြင့်မားလာမည်။

လူတစ်ယောက်နှင့် တစ်ယောက်အကြား ဆက်သွယ်ရေးစွမ်းရည်များ တိုးတက်ကောင်းမွန်စေရန်အတွက်ဆိုလျှင် သဘာဝဖြစ်စဉ်များအတိုင်း လိုက်နာ

ဆောင်ရွက်ရမည်။ သို့သော် ဝမ်းနည်းစရာကောင်းသည်မှာ ယခုမှ အစပျိုး ဆောင်ရွက်သူတစ်ယောက်အနေဖြင့် သူ မပိုင်ဆိုင်သည့် လူလူချင်း ဆက်သွယ်ရေး ကျွမ်းကျင်မှုများ စွမ်းရည်များ ရရှိထားပြီးဖြစ်သည်ဟု ဟန်ဆောင်နေတတ်ကြသည်။ ထို့အပြင် အခြားသူများအနေဖြင့် လေ့လာဆည်းပူးမှုဖြစ်စဉ်ကို လိုက်နာဆောင်ရွက်လိုစိတ် မရှိကြပေ။ ၎င်းတို့၏ ဆက်သွယ်ရေးစွမ်းရည်များကို အဆင့်မြင်မားလာစေရန်၊ တိုးတက်ကောင်းမွန်လာစေရန် ကြိုးစားအားထုတ်လိုစိတ် မရှိကြပေ။ မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ ကျွန်တော်တို့သည် ယခုရောက်ရှိနေသည့် နေရာမှ ကျွန်တော်တို့ ရောက်ချင်သည့် နေရာသို့ ရောက်အောင်သွားနိုင်မည့် တစ်ခုတည်းသော နည်းလမ်းမှာ လက်ရှိ ကျွန်တော်တို့ ရောက်နေသည့်နေရာကို နားလည်သဘောပေါက်ရန် လက်ခံရန်ပင်ဖြစ်သည်။

ဤအကြောင်းနှင့်ပတ်သက်၍ ဇာတ်လမ်းတစ်ခုကြားဖူးသည်။ လူငယ်တစ်ယောက်က သူ၏ဆရာဝန်ထံသွားတွေ့ပြီး သူ့ဘဝတွင် အလွန်ပျင်းရိစရာကောင်းကြောင်း သူ့ကို မေ့ဆေးပေးထားခံရသဖြင့် ဂဏှာမငြိမ် ဖြစ်နေကြောင်း ညည်းတွားပြောဆိုသည်။ အတိုချုပ်အားဖြင့်ဆိုလျှင် သူက ‘ကျွန်တော်တော့ လှုပ်လှုပ်ရှားရှားနေမှဖြစ်တော့မယ်၊ ဘယ်လို လှုပ်လှုပ်ရှားရှားနေရမယ်ဆိုတာ ကျွန်တော်ဂရုမစိုက်ဘူး၊ ကိစ္စတွေအကုန်လုံးက သမားရိုးကျလုပ်ထုံးလုပ်နည်းတွေ ဖြစ်နေတယ်၊ စက်ယန္တရားဆန်ဆန်တွေ ဖြစ်နေကြတယ်၊ ဘဝမှာ စိတ်လှုပ်ရှားစရာ ဘာမှမရှိဘူး’ဟု ပြောပြသည်။

ဆရာဝန်က သူ့ကို စစ်ဆေးပြီးနောက် ကိုယ်ခန္ဓာကြံ့ခိုင်သန်စွမ်းခြင်း ရှိကြောင်း စာတစ်စောင်ရေးပေးလိုက်သည်။ ဤလူငယ်၏ ပြဿနာမှာ ခန္ဓာကိုယ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပြဿနာထက် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပြဿနာဖြစ်နေသည်။

ဆရာဝန်က သူ၏လူနာကို ‘ငါ မင်းကို ဆေးညွှန်းတစ်ခုပေးချင်တယ်၊ အဲဒီဆေးညွှန်းအတိုင်း တစ်ရက်လောက်နေစေချင်တယ်’ ဟုပြောလိုက်သည်။ ‘ပထမဆုံး မင်းအကြိုက်ဆုံးနေရာကို ပြောပြစမ်းပါ’

လူနာက မြန်မြန်ဆန်ဆန်ပင်ပြောလိုက်သည်။ ‘ကျွန်တော်မသိဘူး’
‘ကဲ ကလေးတစ်ယောက်ဘဝတုန်းက မင်း ဘယ်နေရာကို သွားရတာ သဘောကျခဲ့သလဲ’

‘ကျွန်တော်က ပင်လယ်ကမ်းခြေတွေကိုတော့ သဘောကျတတ်ပါတယ်’



ထိုအခါ ဆရာဝန်က ‘ကောင်းပြီ၊ ဒီဆေးညွှန်းသုံးခုကိုယူပြီးတော့ အဲဒီ ပင်လယ်ကမ်းခြေကိုသွား၊ ပထမဆေးညွှန်းကို ကိုးနာရီမှာ နောက် ဆေးညွှန်းတစ်ခုကို နေ့လယ် ၁၂ နာရီမှာ၊ နောက်ဆုံး ဆေးညွှန်းတစ်ခုကို သုံးနာရီမှာသုံး၊ ဒီဆေးညွှန်းတွေအတိုင်းတော့ မင်း တိတိကျကျလိုက်နာရလိမ့်မယ်၊ အချိန်မတန် သေးဘဲနဲ့ နောက်ဆေးညွှန်းတစ်ခုကို မဖတ်ရဘူး၊ နားလည်ရဲ့လား’

‘ကျွန်တော် ဒါမျိုးတစ်ခါမှ မကြားဖူးဘူး’ဟု လူနာက မယုံတယုံဖြင့် ပြန်ဖြေသည်။

‘ကဲပါလေ မကြားဖူးပေမယ့် ထားလိုက်ပါ၊ ဒီနည်းဟာ မင်းကို တကယ်တမ်း အကူအညီပေးပါလိမ့်မယ်’ ဟု ပြောလိုက်သည်။

ဤနည်းအားဖြင့် ဂဏာမငြိမ်ဖြစ်နေသည့် လူငယ်က ဆေးညွှန်းသုံးခုကို ယူကာ ပင်လယ်ကမ်းခြေသို့ ကိုးနာရီအရောက်သွားပြီး ညွှန်ကြားထားသည့်အတိုင်း အဖော်တစ်ယောက်မျှ ခေါ်မသွားရ၊ ရေဒီယိုမပါ၊ တယ်လီဖုန်းမပါ၊ ကုမ္ပဏီနှင့် အဆက်အသွယ်လည်းမလုပ်၊ ပင်လယ်ကမ်းခြေမှာ တစ်ယောက်တည်းရောက် နေသည်။ သူနှင့်အတူ ဆေးညွှန်းသုံးခုသာ ပါသည်။ ပင်လယ်ကမ်းခြေ၌ ရောက်နေသည့်အခါ ပထမဆုံးဆေးညွှန်းကို ဖောက်ဖတ်လိုက်သည်။ ထိုစာရွက် ထဲ၌ ‘ကောင်းကောင်းနားထောင်ကြည့်ပါ’ ဟူသော စကားလုံးများ သာပါသည်။

ထိုအခါ သူက အံ့အားသင့်သွားပြီး ‘ဘယ်လိုလုပ်တာပါလိမ့်၊ သုံးနာရီ လောက် ဒီလို ငုတ်တုတ်ကြီးထိုင်ပြီး နားထောင်နေရမှာလား’ ဟု သူ့ကိုယ်သူ ရေရွတ်ပြောဆိုမိသည်။ တစ်မိနစ်လောက်ကြာသည့်အခါ သူက ပျင်းလာသည်။ ခေါင်းပေါ်မှာ စင်ရော်တွေ ပျံ့နေသည့်အသံ၊ လှိုင်းလုံးများက ကျောက်ဆောင် များကို ရိုက်ခတ်သည့်အသံများကို ကြားနေရသည်။ သူက သုံးနာရီလောက် မည်သို့ အချိန်ဖြုန်းရမည်ကို စဉ်းစားနေသည်။ ‘ဒါပေမယ့်လည်းလေ ငါက သူခိုင်းတဲ့အတိုင်း လုပ်ပါမယ်လို့ ပြောခဲ့တာပဲ၊ ဒီအတိုင်းပဲ နေရတော့မှာပေါ့၊ ဒါကလည်းတစ်ရပ်ပါပဲ’ ဟု သူ့ကိုယ်သူ ဖြေသိမ့်သည်။

သူက သေသေချာချာ ဂရုစိုက်နားထောင်ပါဆိုသည့် အကြံပေးမှုကို စတင်စဉ်းစားစပြုလာပြီ။ သူ၏ နားများကိုသုံး၍ နားထောင်စလည်း ပြုလာသည်။ ထိုသို့ နားထောင်ကြည့်သည့်အခါ ယခင်က သူမကြားဖူးသည့် အသံများကို ကြားလာရသည်။ သဲကဏန်းများပြေးလွှားသံကို ကြားလာရသည်။ တီးတိုးသံများ ကိုလည်း ကြားလာရသည်။ မကြာမီ၌ပင် လောကကြီးတစ်ခုလုံးသည် အသစ်

အဆန်းဖြစ်လာသည်။ စိတ်ပါဝင်စားစရာဖြစ်လာသည်။ သူ၏စနစ်တစ်ခုလုံးကို တည်ငြိမ်အေးချမ်းအောင်လုပ်နိုင်သည်။ သူ့ကို သက်သောင့်သက်သာဖြစ်အောင် ငြိမ်းငြိမ်းချမ်းချမ်းဖြစ်အောင်၊ အေးအေးဆေးဆေးဖြစ်အောင် လုပ်ပေးနိုင်သည်။ ဤသို့ဖြင့် ၁၂ နာရီ ရောက်လာသည့်အခါ ဒုတိယ ဆေးညွှန်းကို ဖွင့်ဖတ်ချင်စိတ် မရှိပေ။ လက်ရှိ အခြေအနေ၌ပင် ပျော်ရွှင်ကျေနပ်နေသည်။ သို့သော် သူ့အနေဖြင့် သူ ကတိပေးထားသည့်အတိုင်း ဒုတိယအညွှန်း ဖတ်ကိုဖတ်ရမည်။

ဒုတိယအညွှန်းထဲ၌ ‘ပြန်စဉ်းစားကြည့်ပါ’ ဟူ၍ ပါသည်။ ဤအညွှန်း များနှင့် ပတ်သက်၍ မကျေမနပ်ဖြစ်နေသော်လည်း ထိုလူငယ်သည် သူ ပင်လယ် ကမ်းခြေတွင် ဆော့ကစားခဲ့သည့် ကလေးဘဝအကြောင်းကို ပြန်လည် တွေးတော ကြည့်မိသည်။ သူ၏ စိတ်ထဲ၌ အတွေ့အကြုံများ တစ်ခုပြီးတစ်ခု ပြန်ပြီး ပေါ်လာသည်။ သူ၏ မိသားစုနှင့် နေထိုင်ခဲ့သည့်အကြောင်းများလည်း အာရုံထဲ၌ ပြန်ရောက်လာသည်။ ကျောင်းပိတ်လိုက်သဖြင့် သဲသောင်ပြင်တွင် ပြေးလွှား သွားသည့် သူ၏အစ်ကိုကို ကြည့်ခဲ့ရသည့်အတွေ့အကြုံများကိုလည်း ပြန်ပြောင်း သတိရနေသည်။ ထိုအစ်ကိုမှာ ဒုတိယကမ္ဘာစစ်အတွင်းက အသတ်ခံခဲ့ရသည်။ ထိုအခါ ဝမ်းနည်းပူဆွေးသည့် အရိပ်အယောင်များ ပေါ်လာသလို ဝမ်းသာသည့် ခံစားမှုများ အမှတ်တရလွမ်းဆွတ်စရာများလည်း ပေါ်လာသည်။ ထိုအတိတ် အကြောင်းများကို ပြန်လည်တသနေကာ သုံးနာရီအချိန်သို့ ရောက်လာသည်။ ထိုအချိန်၌လည်း သူသည် အတိတ်အကြောင်းကို ပြန်လည်တွေးတောရာ၌ ပျော်နေသဖြင့် နောက်ထပ်ဆေးညွှန်းများကိုဖတ်ရမှာ ဝန်လေးနေသည်။ အတိတ်နှင့် ပတ်သက်၍ သူသည် နွေးနွေးထွေးထွေး ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် ခံစားနေမိခြင်းကြောင့် နောက်ထပ် ဆေးညွှန်းကိုဖတ်ရန် ဝန်လေးနေသည်။ သို့သော်ကတိပေးထားသည့် အတိုင်း တတိယဆေးညွှန်းကို ဖတ်ရမည်။

တတိယဆေးညွှန်းထဲ၌ ‘သင်၏စေတနာများ၊ လှုံ့ဆော်မှုများကို ပြန်လည် သုံးသပ်ကြည့်ပါ’ဟု ပါလာသည်။ ထိုညွှန်ကြားချက်များမှာ အခက်ဆုံးကိစ္စ ဖြစ်သည်။ ဦးနှောက်၏ ကိစ္စမဟုတ်ဘဲ နှလုံးသား၏ ကိစ္စဖြစ်သည်။ ထိုအကြောင်း ကိုလည်း သူက ချက်ချင်းပင်သဘောပေါက် နားလည်လိုက်သည်။ သူ၏ စိတ် နှလုံးအတွင်းသို့ ထိုးဖောက်၍ ကြည့်လိုက်သည်။ သူ့ဘဝ၌ လူ့အမျိုးမျိုးနှင့် ပတ်သက်၍ တွေ့ကြုံခဲ့ရသည့် အခြေအနေများကို ပြန်လည်စဉ်းစားခဲ့သည်။ ထိုသို့စဉ်းစားကြည့်သည့်အခါ သူသည် ဝေဒနာခံစားစရာ ရှာဖွေတွေ့ရှိမှုတစ်ခုကို

တွေ့ရှိခဲ့သည်။ သွေးထွက်လောက်အောင် မှန်သည့် အမှန်တရား တစ်ခုကို ရှာဖွေတွေ့ရှိသည်။ သူ့ဘဝကို တစ်ချိန်လုံး လွှမ်းမိုးနေသည်မှာ အတ္တဖြစ်သည်။ မည်သည့်အရာမျှ အတ္တထက် ကျော်လွန်မသွားပေ။ ကြီးမားသည့်ရည်ရွယ်ချက်၊ ထိုက်တန်သည့်အရေးများကို မည်သည့်အခါမျှ မထုတ်ဖော်ဘဲ မည်သည့်ကိစ္စ၌မဆို ‘ငါ့အတွက် ဘာအကျိုးရှိမလဲ’ ဆိုသည်ကို သာ တစ်ချိန်လုံး လိုက်ရှာနေသည်။

သူ၏ ပျင်းရိငြီးငွေ့မှု၊ ဘဝနှင့်ပတ်သက်၍ နောင်ဖွဲ့စရာမရှိမှု၊ ယန္တရား ဆန်ဆန်လှုပ်ရှားမှု၊ အစစအရာရာကို ဝတ်ကျေတန်းကျေ သဘောထားမှုများ ၏ အခြေခံအကြောင်းတရားကို ထိုအချိန်၌ ရှာဖွေတွေ့ရှိ သွားသည်။ ဤသို့ဖြင့် ခြောက်နာရီထိုးသည့်အခါ သူ့အနေဖြင့် အေးအေးဆေးဆေး ငြိမ်းငြိမ်းချမ်းချမ်း ဖြစ်သွားတော့သည်။ သူ့ကိုယ်သူ နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း ထိုးဖော် နားလည် သဘောပေါက်သွားသည်။ ဆေးညွှန်းသုံးခုကို လိုက်နာဆောင်ရွက်ခြင်းအားဖြင့် ထိုအချိန်မှစ၍ ရှေ့ဆက် ရမည့် ခရီးအတွက် ဆုံးဖြတ်ချက်အချို့ကို ချမှတ်ခဲ့ သည်။ သူ့အနေဖြင့် ပြောင်းလဲစပြုလာခဲ့သည်။

အခြားသူများ၏ ပြောစကားကို နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း လေးလေးနက်နက် အမှန်တကယ် နားထောင်ရန်အတွက်ဆိုလျှင် လူတစ်ဦးတစ်ယောက်၏ ကိုယ် ခန္ဓာထဲ၌ လုံခြုံစိတ်ချမှုရှိရန် လိုအပ်သည်။ အခြားသူတစ်ယောက်၏ ပြောစကားကို နားထောင်ခြင်းအားဖြင့် မိမိတို့၏ အားနည်းချက်များကို ထိခိုက်စေနိုင်ပါသည်။ ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် ပြောင်းလဲသွားနိုင်သည်။ ကျွန်တော်တို့၏ ခန္ဓာကိုယ်ထဲ၌ မလုံခြုံ၊ စိတ်မချဖြစ်နေလျှင် ပြောင်းလဲမည့် အန္တရာယ်ကို လက်ခံခြင်းမပြုနိုင် ပေ။ ကျွန်တော်တို့သည် အပြောင်းအလဲထက် သေချာရေရာမှု၊ ကြိုတင်မှန်းဆ နိုင်မှုတို့ကို ပို၍ သဘောကျတတ်ကြသည်။ ထို့ကြောင့်ပင် အခြားသူများနှင့် မတွေ့မီ၊ အခြားသူများနှင့် ရင်မဆိုင်ရသေးမီကပင် ကြိုတင်၍ ဆုံးဖြတ်ချက်ချနှင့်ပြီး ဖြစ်ကြသည်။ အကြောင်းအရာအသစ်များ၊ ကိစ္စအသစ်များပေါ်လာနိုင်သည် ကို လက်ခံလိုခြင်းမရှိကြပေ။ အပြောင်းအလဲသည် လူ့အတော်များများကို ကြောက်လန့် တုန်လှုပ်စေတတ်သည်။

ကိုယ်ချင်းစာနာစွာ နားထောင်ခြင်းကြောင့် ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် ပြောင်းလဲသွားကြလျှင်၊ အခြားသူများ၏ ဩဇာလွှမ်းမိုးမှုကို ခံရလျှင်လည်း ကိစ္စမရှိပါ။ ‘ဟုတ်ပါပြီ၊ ဘာမှ မထူးခြားပါဘူး’ဟု ပြောနိုင်ကြသည်။ အဘယ် ကြောင့်ဆိုလျှင် ကျွန်တော်တို့ခန္ဓာကိုယ်ထဲ နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်းအထိ လိုက်ကြည့်လျှင်

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

ဘာမျှ ပြောင်းလဲမှုမရှိသည့်အရာများ ရှိနေ၍ဖြစ်သည်။ အခြေခံသဘောအရဆိုလျှင် ကျွန်တော်တို့သည် ပြောင်းလဲစရာမရှိ။ အခြေခံ သဘော၌ ကျွန်တော်တို့၏ တကယ့်အတ္တကို ကိုယ်စားပြုသည့် တန်ဖိုးထားမှုများ၊ ခံစားမှုများသည် အမာခံအဖြစ် တည်ရှိနေကြသည်။ အခြားသူများက ကျွန်တော်တို့ကို မည်သို့ ဆက်ဆံသည် မဆက်ဆံသည်ဖြစ်စေ၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပကတိတန်ဖိုးထားမှု တစ်စုံတစ်ရာရှိပြီး ဖြစ်သည်။ ထို ကိုယ့်ကိုယ်ကို တန်ဖိုးထားမှုကို မည်သူကမျှ ချိုးဖောက်ခြင်းမပြုနိုင်။ ၎င်းသည်ပင် ကျွန်တော်တို့၏ စစ်မှန်သော ပင်ကိုသဘာဝ ဖြစ်သည်။

ယုတ္တိဗေဒနှင့် ခံစားမှု

ထိရောက်သည့်နှစ်လမ်းသွား ဆက်ဆံရေးမျိုးကို ဆက်ဆံနိုင်ရန်ဆိုလျှင် အနှစ်သာရကိုလည်း ဂရုစိုက်ရသည်။ ရည်ရွယ်ချက်ကိုလည်း ဂရုစိုက်ရသည်။ ယုတ္တိဗေဒနည်းကျကျ စဉ်းစားဆင်ခြင်ရာ ပြောတတ်ရသလို ခံစားမှုကိုလည်း အသုံးပြုကာ နားထောင်ကြ၊ ပြောတတ်ကြရသည်။

ယုတ္တိ ရှိ မရှိ အကြောင်းအကျိုး ဆင်ခြင်တုံတရားပေါ် မူတည်၍ ပြောဆိုခြင်းနှင့် စိတ်ထဲရှိသလို ခံစားရသလို ပြောဆိုခြင်းတို့သည် လုံးဝ ခြားနားသော ကိစ္စများဖြစ်ကြသည်။ ထိုနှစ်ခုတို့သည် စိတ်ထဲ၌ ခံစားရသည့် အတိုင်း ပြောဆိုခြင်းသည် ပို၍စွမ်းအားကြီးမားပြီး ပို၍ လှုံ့ဆော်ပေးနိုင်သည်။ ထို့ကြောင့်ပင်လျှင် ပထမဆုံး ကျွန်တော်တို့၏ မျက်စိများ၊ နှလုံးသားများဖြင့် နားထောင်ပြီးမှ ဒုတိယအဆင့်ရောက်မှသာ နားဖြင့် နားထောင်တတ်ရန်အရေးကြီး သည်ဟု ပြောနေရခြင်းဖြစ်သည်။ မိမိအား ပြောဆိုလာသည့် အကြောင်းအရာ တစ်ခုနှင့်ပတ်သက်၍ အနှစ်သာရကို ငြင်းပယ်ခြင်းမပြု၊ အကဲဖြတ်ခြင်းမပြုဘဲ ဆက်သွယ်မှု၏ ဦးတည်ချက်ကို နားလည်ရန်ကြိုးစားရမည်။ ဤသို့ နားလည်ရန် အတွက် အချိန်ပေးရမည်။ စိတ်ရှည်ရမည်။ နားလည်ရန် ပထမဦးစာ ကြိုးစားရ မည်။ မိမိ၏ ခံစားချက်များကို ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ထုတ်ဖော်ရမည်။

မိမိ၏ ရှုထောင့်မှတင်ပြရာတွင် ထိရောက်မှု ရှိစေရန်အတွက် ရှုထောင့် အမျိုးမျိုးကို ကောင်းကောင်း နားလည်မှုရှိကြောင်း ပသကာ အစပြုရမည်။ ထိုရှုထောင့်အမျိုးမျိုးကို အခြားသူများ ပြောနိုင်သည်ထက် ကိုယ်က ကောင်းကောင်း

မွန်မွန် တင်ပြနိုင်ရမည်။ ထိထိရောက်ရောက် တင်ပြနိုင်ရန်အတွက် ကြိုတင် အကဲဖြတ်မှုဖြင့် စတင်ရသည်။

ကြင်နာခြင်းနှင့် ကိုယ်ချင်းစာခြင်း

ကိုယ့်အကြောင်းကို ကိုယ်စဉ်းစား၍ ကိုယ့်အကြောင်းကိုယ်သာ အာရုံပြု နေရာမှ အခြားတစ်စုံတစ်ယောက်တင်ပြသည့် ကိစ္စအပေါ် အပြည့်အဝ အာရုံ စိုက်ခြင်း၊ သူတစ်ပါးမြင်တတ်သလို မြင်အောင်ကြိုးစားခြင်း ဖြစ်ရန်အတွက် သတ္တိ၊ စိတ်ရှည်မှု၊ အဇ္ဈတ္တ၊ လုံခြုံမှုတို့ရှိရန် လိုအပ်သည်။ လေ့လာစရာ၊ ဆည်းပူးစရာ အပြောင်းအလဲများကို ကြိုဆိုလက်ကမ်းသော သဘောထားရှိရမည်။ အခြားသူများ၏ စိတ်ထဲနှလုံးထဲ၌ ဝင်ရောက်ပြီး လောကကို သူတို့မြင်သလို မြင်ရန် ကြိုးစားကြည့်ခြင်းဖြစ်သည်။ ဤသို့ဆိုသဖြင့် သူတို့ခံစားသလို ခံစား ရမည်ဟု မဆိုလိုပါ။ သူတို့ခံစားသလို ခံစားခြင်းသည် ကရုဏာဖြစ်သည်။ လောကနှင့်ပတ်သက်၍ သူတို့ရရှိပုံအပေါ်၌ အခြေခံကာ ဘယ်လိုခံစားရသည်ကို နားလည်ရန်ကြိုးစားခြင်းသာဖြစ်သည်။ ဤသည်မှာ ကိုယ်ချင်းစာမှုဖြစ်သည်။

ကိုယ်ချင်းစာခြင်းအားဖြင့် ပွင့်လင်းသော သူတစ်ယောက်ဖြစ်နိုင်သည်။ အခြားသူများက မိမိကို လေ့လာဆည်းပူးလိုသူတစ်ယောက်အဖြစ် သဘောပေါက် နားလည်ရမည်။ မိမိသည်ဩဇာလွှမ်းမိုးနိုင်သောသူတစ်ယောက် ဖြစ်သည်ဟု နားလည်သဘောပေါက်သွားကြမည်။ အခြားသူများအား မိမိက ဩဇာလွှမ်းမိုးရန် အတွက် သော့ချက်မှာ သူတို့က မိမိကို အလွယ်တကူဩဇာလွှမ်းမိုးနိုင်သောသူ ဖြစ်သည်ဟု ရှုမြင်တတ်ရန်ဖြစ်သည်။ နောက်ဆုံး၌ နားထောင်တတ်လာသည့်အခါ အခြားသူများအား ပထမဆုံးနားလည်ရန် ကြိုးစားလာသည့်အခါ ဆက်သွယ်ရေး အကြောင်းအများကြီး လေ့လာဆည်းပူးမိကြမည်။ စိတ်က နှလုံးသားကိုလွှမ်းမိုးရန် ကြိုးစားလျှင် အလဟဿဖြစ်မည်ဆိုသည်ကို သဘောပေါက်သွားကြမည်။ လူအများသည် ခံစားချက်နှင့် ကြောင်းကျိုး ဆင်ခြင်ဉာဏ်ဟူသော အခြေခံနှစ်ခုတို့၌ ဘယ်လိုဖြစ်သင့်သည်ဟု တွေးတောသည့်ကိစ္စများမှာ နည်းပါးလှသည်။ သူတို့ ခံစားမိသလို ပြုမူဆောင်ရွက်တတ်ကြသည်က များသည်။ လူတစ်ယောက်နှင့် တစ်ယောက် ဆက်ဆံရေး၌ ခံစားမှုများ ကောင်းမွန်ခြင်းမရှိလျှင် ကြောင်းကျိုး ဆင်ခြင်ရာ၌ ခက်ခဲသွားနိုင်သည်။ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အဟန့်အတားများ ရှိနေခြင်း ကြောင့် ယုတ္တိ ရှိ မရှိ စဉ်းစားဆင်ခြင်ဖို့ ခက်သွားသည်။ အကြောက်တရား

ဆိုသည်မှာ နှလုံးသား၏အထုံးအဖွဲ့တစ်ခုဖြစ်သည်။ ထို အထုံးအဖွဲ့ကို ဖြည့်ပစ် လိုက်ခြင်းအားဖြင့် ကျွန်တော်တို့၏ ဆက်ဆံရေးကို တိုးတက်ကောင်းမွန်အောင် ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။

နောက်ဆုံး၌ ဆက်သွယ်ရေးဆိုသည်မှာ ဉာဏ်ပညာ၏ ကိစ္စမဟုတ်ဘဲ အခြားသူများကို ယုံကြည်မှု၊ လက်ခံမှု ၎င်းတို့၏ အကြံဉာဏ်များ ခံစားချက် များကို ယုံကြည်လက်ခံမှု၊ သူတို့သည် မိမိနှင့် မတူသည်ကို လက်ခံမှုနှင့် သူတို့၏ ရှုထောင့်ကကြည့်လျှင် သူတို့မှန်ကန်ကြောင်း လက်ခံမှုပင်ဖြစ်သည်။

အစကတည်းက မှားနေသည့်ကိစ္စများ

လူတစ်ဦးချင်း တစ်ယောက်ချင်းဖြစ်စေ၊ အဖွဲ့အစည်းလိုက်ဖြစ်စေ၊ ဆက်သွယ်ရေးများသည် လူမှုရေးအရ တန်ဖိုးထားမှုများအပေါ်၌ အခြေခံသည်။ အခြားသူများက ကျွန်တော်တို့ကို သူတို့ဖြစ်စေချင်သည့်အတိုင်း ခိုင်းတော့မည်။ ဖြစ်အောင်လုပ်မည်ဟု ယူဆကြသဖြင့် ကျွန်တော်တို့၏ တန်ဖိုးထားမှုများ သည်လည်း ကိုယ့်ကိုယ်ကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်သည့်သဘော၊ ခုခံသည့် သဘောများ ဖြစ်လာကြသည်။ မိသားစုများနှင့် ပတ်သက်၍ဖြစ်စေ၊ စီးပွားရေး လုပ်ငန်းများနှင့် ပတ်သက်၍ ဖြစ်စေ၊ ယဉ်ကျေးမှုအတော်များများတို့သည် လူမှုရေးနှင့် နိုင်ငံရေးနွဲ့များထဲ၌ နစ်နေတတ်ကြသည်။ ကိုယ်သိသည့် သူများ၏ လွှမ်းမိုးမှုအောက်၌ ရောက်နေတတ်ကြသည်။ လူအထင်ကြီးသည့် ရုပ်ပုံလွှာတစ်ခု တည်ဆောက်မှုအောက်၌လည်းကောင်း၊ အထင်အမြင်ကြီးအောင် လုပ်ထားမှု အောက်၌လည်းကောင်း၊ သင့်တော်သည့်အချိန်တွင် သင့်တော်သည့်သူကို တွေ့ဖို့ အတွက်ကိုလည်းကောင်း၊ ထိပ်ဆုံးကလူများ၏ ပြောင်းလဲလွယ်သော စိတ်သဘော ထားများအပေါ်၌လည်းကောင်း၊ ပြိုင်ဖက်များ၏ စိတ်ဓာတ်များ အပေါ်၌ လည်း ကောင်း အခြေခံနေတတ်ကြသည်။

ကျွန်တော်က သင့်ကို မေးစရာတစ်ခုရှိပါသည်။ သင်၏ အချိန်နှင့် စွမ်းအားများမှာ မည်သည့်ရာခိုင်နှုန်းကို ခုခံကာကွယ်သည့် ကိစ္စတစ်မျိုးမျိုးအတွက် သုံးသည်ထင်ပါသလဲ။ စွမ်းအားမည်မျှကို သင့်အိမ်ထောင်ဖက်အတွက် ကလေး အတွက်၊ ဖောက်သည်တွေအတွက် အကျိုးမရှိသည့်ကိစ္စများ၌ သုံးနေပါသလဲ။ ဌာနခွဲတစ်ခုနှင့်တစ်ခု ပြိုင်ဆိုင်ခြင်း၊ တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် ပဋိပက္ခဖြစ်ခြင်း ဟူသော ကိစ္စများအတွက် မည်မျှ ဖြုန်းတီးပစ်နေပါသလဲ။ လူအတော်များများ

အနေဖြင့် ၎င်းတို့ ပိုင်ဆိုင်သည့်အချိန်နှင့် စွမ်းအားတို့၏ ၂၀ ရာခိုင်နှုန်းမှ ၄၀ ရာခိုင်နှုန်းသည် အပြုသဘောမဖြစ်လာဘဲ အဖျက်သဘောဖြစ်သည့် ကိစ္စများ အပေါ်၌ သုံးဖြုန်းမိကြကြောင်း ဝန်ခံကြရမည်။

ထိုအလေအလွင့်ဖြစ်မှု၊ အလဟဿဖြစ်မှုများကို ဝန်ခံမိသည့်အခါ လက်ရှိ အခြေအနေမှ တိုးပွားအောင် ကြိုးစားမှုများလည်း ပေါ်ပေါက်လာကြသည်။ အချို့က ရုတ်တရက်ချက်ချင်း မြန်မြန်ဆန်ဆန် ကြီးကြီးကျယ်ကျယ် အစပျိုး တတ်ကြပြီး မကြာမီပင်လျှင် ကောက်ရိုးမီးလို့ဖြစ်သွားတတ်ကြသည်။ မူလ အခြေအနေဆိုးများနှင့် ပြန်လည်ရင်ဆိုင်ကြရသည်။ ကိုယ့်ဘက်က လုံခြုံစိတ်ချ ရအောင် လုပ်ထားသော ဆက်သွယ်ရေးများ၊ တစ်ယောက်နှင့် တစ်ယောက် ပြိုင်ဆိုင် မှုများ၊ ဌာနတစ်ခုနှင့်တစ်ခုအကြား ပြိုင်ဆိုင်မှုများ၊ နေရာယူမှုများ၊ လိမ်ညာမှု များနှင့် အဆုံးသတ်သွားတတ်ကြသည်။ အစီအစဉ်သစ်တစ်ခုကို မစမီကပင်လျှင် အများ၏ ဆန့်ကျင်မှုနှင့် ရင်ဆိုင်ကြရသည်။ အမြစ်စွဲနေသည့် ယဉ်ကျေးမှုအရ အသစ်အဆန်းကြိုးစားမှု မှန်သမျှကို ဖျက်လိုဖျက်ဆီး ဖြစ်သွားလေတော့သည်။ အများအားဖြင့် အသစ်ပြုပြင်ပြောင်းလဲရန် ကြိုးစားမှုများသည်။ ဆက်သွယ်ရေး ဖြစ်စဉ်များ ကောင်းမွန်ရန်အတွက် အာရုံစိုက်တတ်ကြသည်။ နားထောင်သည့် အလေ့အထများ မိမိ၏ ရှုထောင့်ကို ရှင်းပြသည့် နည်းလမ်းများရရှိရန် ဝန်ထမ်း များကို လေ့ကျင့်ပျိုးထောင်ပေး တတ်ကြသည်။ အချို့က ပြဿနာများဖြေရှင်းသည့် နည်းလမ်းများ၊ အသင်းအဖွဲ့များအရ မည်သို့ ဆောင်ရွက်ရမည့်နည်းလမ်းများပေါ်၌ အာရုံစိုက်တတ်ကြသည်။ ထိုရည်ရွယ်ချက် ကောင်းမွန်သည့် ကြိုးစားအားထုတ်မှု များက စုပေါင်းဆောင်ရွက်တတ်သည့် စိတ်ဓာတ်ပေါ်ပေါက်လာရန် အားထုတ်မှု တစ်ရပ်ဖြစ်သည်။ သို့သော် လူအများသည် ထိုကြိုးစားအားထုတ်မှုများကို ဆန့်ကျင်ကြသည်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ခုခံတတ်၊ ကာကွယ်တတ်သည့်အလေ့အထများ၊ အခြားသူများအား ဇွတ်အတင်းခိုင်းတတ်သည့် အလေ့အကျင့်များ၊ ဆုပေးဒဏ်ပေး လုပ်တတ်သည့် သဘောများက စွဲမြဲနေကြသည်။ ထိုသို့အသစ်ကြိုးစားအားထုတ်မှု များသည် သင့်တော်သည့် ရလဒ်များထွက်ပေါ်မှု မရှိသည့်အခါ အလဟဿ ကိစ္စများအဖြစ် မြင်လာကြသည်။ ဤနည်းအားဖြင့် ယဉ်ကျေးမှုဟောင်းများ၊ အလေ့အထဟောင်းများသည် မောပန်းနွမ်းနယ်ကာ စိတ်ဓာတ်များပျက်ပြား လာကြသည်။ ရာထူးမှ တည်မြဲရေး ကိစ္စများသာလျှင် လွှမ်းမိုးလာကြသည်။ အလုပ်ခွင်၌ ပျော်ရွှင်မှု၊ ကျေနပ်မှုမရရှိသည့်သူများသည် အလုပ်ခွင်၏ ပြင်ပမှ

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

ပျော်ရွှင်စရာများ၊ ကျေနပ်စရာများရရှိအောင် ကြိုးစားလာကြသည်။ အဘယ်ကြောင့် ဆိုသော် သူတို့အနေဖြင့် အလုပ်ခွင်မှာ မူလကျေနပ်မှုကို မရှိနိုင်သောကြောင့် ဖြစ်သည်။ ပို၍ ကျေနပ်စရာလုပ်ငန်းများ လှုပ်ရှားနိုင်ရန် ငွေကြေးရရှိရေး အတွက်သာ လုပ်ငန်းခွင်ကို သဘောထားလာကြသည်။

ကျွန်တော်တို့၏ အဖွဲ့အစည်းများထဲသို့ နိယာမဗဟိုပြုခေါင်းဆောင်မှု အလေ့အထများ ပျံ့ပွားအောင် မဆောင်ရွက်နိုင်လျှင် ဆက်သွယ်ရေး ကောင်းမွန်ရန် ကြိုးစားမှုများအားလုံးသည် ထာဝရတည်မြဲမည် မဟုတ်ပေ။ ဆက်ဆံရေး၏ အခြေခံမှာ လူအများအကြား ဆက်ဆံရေးအပေါ်၌ အခြေခံသည်။ ထိုအခြေခံ အုတ်မြစ်ကို ဂရုမစိုက်လျှင် တိုးတက်ရန်ကြိုးစားမှု မှန်သမျှ ဆုံးခန်းတိုင်အောင် မရောက်ခြင်း၊ ဆုံးရှုံးမှုနှင့် ရင်ဆိုင်ရခြင်းများ ဖြစ်မည်။ ထိရောက်သည့် ဆက်သွယ်ရေးများသည် ယုံကြည်မှုအပေါ်၌ အခြေခံ၍ တည်ဆောက်ရသည်။ ယုံကြည်မှုဆိုသည်မှာလည်း နိုင်ငံရေးအပေါ်၌ အခြေမခံဘဲ ယုံကြည်ထိုက်မှု အပေါ်၌ အခြေခံရသည်။

ဩဇာလွမ်းရန် နည်းလမ်း ၃၀

ကျွန်တော်တို့၏ ပုဂ္ဂလိကဘဝ၊ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ဘဝများ၌ဖြစ်စေ၊ လုပ်ငန်းခွင်၌ ဖြစ်စေ ကျွန်တော်တို့ ဩဇာလွမ်းမိုးချင်သည့်သူများရှိသည်။ ထိုသို့ ဩဇာလွမ်းမိုးချင်ခြင်းမှာ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းအသစ်များ ရရှိရန်၊ ဖောက်သည်များရရှိရန်၊ ဆက်လက်မိတ်ဆွေဖြစ်ရန်၊ အပြုအမူများ ပြောင်းလဲရန်၊ အိမ်ထောင်ရေးနှင့် မိသားစုဆက်ဆံရေး အခြေအနေများ ကောင်းမွန်ရန်အတွက် ဖြစ်သည်။

သို့သော် ကျွန်တော်တို့ မည်သို့လုပ်ကြမည်နည်း။ အခြားသူများ၏ ဘဝကို ဩဇာရှိရှိ၊ ကိုယ်ကျင့်တရားရှိရှိဖြင့် မည်သို့ လွမ်းမိုးကြမည်နည်း။ ဤနေရာ၌ ကျွန်တော်က ဩဇာလွမ်းရန် အခြေခံအမျိုးအစား သုံးမျိုးရှိကြောင်း ပြောပြလိုသည်။

၁။ ဥပမာလုပ်ပြု၍ နမူနာပြုရန် (ဤနည်းဖြင့် အခြားသူများက မြင်ကြသည်။)

၂။ ကြင်နာသော ဆက်ဆံရေးတစ်ခုတည်ဆောက်ရန် (ထိုအခါ အခြားသူများက ခံစားကြရသည်။)

၃။ ညွှန်ကြား၍ သင်ကြားပေးရန် (ဤနည်းအားဖြင့် အခြားသူများက ကြားကြသည်။)

အောက်ပါ ဩဇာလွမ်းရန် နည်းလမ်း ၃၀ သည် ဤအမျိုးအစား သုံးခုထဲ၌ ပါဝင်ကြသည်။

ဥပမာပြခြင်း။ သင်ဘယ်လိုလူဖြစ်သည်၊ သင်ဘယ်လိုဆောင်ရွက်သည်။

၁။ မကြင်နာသော ရိုင်းရိုင်းပျံ့ပျံ့စကားများကို မပြောဆိုဘဲ ရှောင်ကြဉ်ပါ

အထူးသဖြင့် စိတ်ဆိုးမာန်ဆိုး ဖြစ်နေသည့်အခါ မောပန်းနွမ်းနယ် နေသည့်အခါ ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်း ရိုင်းရိုင်းစိုင်းစိုင်း မပြောဆိုပါနှင့်။ ဤ အခြေအနေများအောက်၌ မကြင်နာသော စကားများကို မပြောဘဲနေခြင်း၊ ဝေဖန်ရှုံ့ချမှုမပြုခြင်းသည် ကိုယ့်ကိုယ်ကို နိုင်နင်းရာ၌ အထွတ်အထိပ်သို့ ရောက်သွားသည်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို နိုင်နင်းသူများသာ ထိုသို့သော ကိစ္စများကို ရှောင်ကြဉ်နိုင်ကြသည်။ သတ္တိရှိမှုသည် အရည်အသွေးတကာတို့၏ ထိပ်၌ရှိသော အရည်အသွေးတစ်ခုဖြစ်သည်။ အကယ်၍ ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် အခြားသူများ အတုယူစရာ မိမိကိုယ်မိမိထိန်းချုပ်နိုင်မှုမရှိလျှင် ကျွန်တော်တို့၏ မကျေနပ်မှုများ၊ စိုးရိမ်သောကဖြစ်မှုများသည် အလုပ်သမားများအပေါ် သို့ ကျရောက်သွားကြမည်။ ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် အတုယူစရာ နမူနာအသစ်များ၊ စံပြုစရာအသစ်များ လိုအပ်ကောင်း လိုအပ်မည်။ ဤနည်းအားဖြင့် ကိုယ့်ကိုယ်ထဲမှာ တိုက်နေရသည့် စစ်ပွဲကို အောင်မြင်အောင် တိုက်နိုင်ရန် လေ့လာဆည်းပူးမှုများ လိုအပ်မည်။ စေတနာမှန်အောင် ကြိုးစားရန် လိုအပ်မည်။ အမြင်မှန်ရှိရန်၊ ထိန်းချုပ်နိုင်ရန်၊ စိတ်လိုက်မာန်ပါ ပြောဆိုခြင်းများမှ ရှောင်ကြဉ်မှ သတ္တိရှိဖို့ လိုအပ်မည်။

၂။ အခြားသူများနှင့် ပတ်သက်၍ စိတ်ရှည်သည်းခံခြင်း

ဖိစီးမှု လွန်ကဲလာသည့်အခါ ကျွန်တော်တို့သည် စိတ်ရှည်သည်းခံနိုင် မှုများ လျော့ပါးလာကြသည်။ စိတ်မရှည်သည်းခံစရာများ ဖြစ်ပေါ်လာကြ သည်။ အမှန်တကယ် မရည်ရွယ်သည့်ကိစ္စများကို ပြောဆိုတတ်ကြသည်။ အမှန်တရားနှင့်မကိုက်ညီသော အဆပေါင်းများစွာ ချဲ့ကားထားသော ဝေါဟာရ များကို ပြောဆိုမိတတ်ကြသည်။ ခံစားမှုများ၊ သဘောထားများမှ တစ်ဆင့် ဆက်သွယ်တတ်ကြသည်။ ဝေါဟာရများ သင့်တင့်မျှတစွာ ဝေဖန် အကဲဖြတ်မှုများ၊ ငြင်းပယ်မှုများထက် ခံစားမှုများ၊ သဘောထားများအပေါ်၌ အခြေခံ၍ ဆက်သွယ် တတ်ကြသည်။ ထိုအခါ နာကြည်းစရာ ခံစားမှုများကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ ဆက်ဆံရေးများကို ယိုယွင်းပျက်ပြားစေသည်။ ယုံကြည်မှု၊ မျှော်လင့်မှု၊ ဉာဏ်ပညာနှင့် မေတ္တာတို့ကို လက်တွေ့ဖော်ပြသည်မှာ သည်းခံမှု ဖြစ်သည်။ စိတ်ခံစားမှုကို ထိထိရောက်ရောက် ဖော်ပြသည်မှာ သည်းခံခြင်းဖြစ်သည်။

သည်းခံခြင်းသည် မတုန်မလှုပ်နေခြင်းမဟုတ်။ ဆုတ်ခွာထွက်ပြေးခြင်းမဟုတ်။ သည်းခံခြင်းသည် စိတ်သဘောအရ ဇွဲသတ္တိရှိမှုဖြစ်သည်။ သည်းခံခြင်းသည် တစ်ခုပြီးမှ တစ်ခု၊ တစ်ဆင့်ပြီးမှ တစ်ဆင့် လုပ်ရသည်ဆိုသည့် သဘောကို လက်ခံခြင်းဖြစ်သည်။ သဘာဝကျကျ တိုးတက်မှုဖြစ်စဉ်ကို လက်ခံသည့်သဘော ဖြစ်သည်။ လူ့ဘဝ၌ သည်းခံမှုကို လေ့ကျင့်ပျိုးထောင်စရာ အခွင့်အလမ်းများ များစွာရှိသည်။ နောက်ကျသည့် သူတစ်ယောက်ကို စောင့်ဆိုင်းခြင်း၊ နောက်ကျသည့် လေယာဉ်ပျံကို စောင့်ဆိုင်းခြင်း၊ ကလေးငယ်တစ်ဦး၏ ခံစားချက်ကို စိတ်ရှည် လက်ရှည်နားထောင်ခြင်း စသည်ဖြင့် လေ့ကျင့်စရာနယ်ပယ် များစွာရှိသည်။

၃။ လူနှင့် အပြုအမူ သို့မဟုတ် စွမ်းဆောင်ပုံကို ခွဲခြားခြင်း

ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် မကောင်းသည့် အပြုအမူများ၊ လုပ်ပုံကိုင်ပုံ ညံ့ဖျင်းမှုများကို လက်မခံနိုင်သော်လည်း နှိုင်းယှဉ်မှုများ၊ အကဲဖြတ်မှုများမပါဘဲ ပကတိကပင် တန်ဖိုးရှိမှု၊ မိမိကိုယ်မိမိ လေးစားတတ်မှုတို့ရှိရန် လိုအပ်သည်။ ထိုသို့ လူနှင့်အပြုအမူ သို့မဟုတ် လူနှင့် ၎င်း၏ စွမ်းဆောင်ပုံကို ခွဲခြားထားခြင်း အားဖြင့် ထူးခြားပြောင်မြောက်သည့် ကြိုးစားအားထုတ်မှုများ တိုးပွားလာရန် ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။ ထိုသို့ ခွဲခြားနိုင်စွမ်းသည် ကျွန်တော်တို့၏ မူလပကတိတန်ဖိုး ကို အသိအမှတ်ပြုမှုမှ သဘာဝကျကျ ထွက်ပေါ်လာနိုင်သည်။

၄။ လူမသိ မထင်ရှားသော ဝန်ဆောင်မှုများကို ဆောင်ရွက်ပါ

အခြားသူများအတွက် ကောင်းကျိုးချမ်းသာများ တိုးပွားအောင် လူသိမခံ မထင်မရှား ဆောင်ရွက်သည့်အခါ ကျွန်တော်တို့၏ ပကတိတန်ဖိုးထားမှု ကိုယ့်ကိုယ်ကို လေးစားမှုများသည် တိုးပွားလာကြသည်။ ထို့ပြင် အခြားသူများ၏ တန်ဖိုးအပေါ်၌လည်း ကောင်းကောင်းနားလည် သဘောပေါက်လာသည်။ ၎င်းတို့ အပေါ်မှ မျှော်လင့်ချက်မထားဘဲ ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ လူအများသိရန်သော် လည်းကောင်း၊ ဆုလာဘ်ရရန်သော်လည်းကောင်း မရည်ရွယ်ဘဲ ဆောင်ရွက်ခြင်း အားဖြင့် အခြားသူများအပေါ် ပို၍ တန်ဖိုးထားတတ်လာသည်။ အတ္တမပါသော အကျိုးပြု ဝန်ဆောင်မှုများသည် ဩဇာလွှမ်းမိုးရန် ထိရောက်မှုအရှိဆုံး နည်းလမ်း များထဲတွင် တစ်ခုအပါအဝင် ဖြစ်သည်။

၅။ ကြိုကြိုတင်တင် ထထကြွကြွ တုံ့ပြန်သည့်နည်းလမ်းကို ရွေးချယ်ပါ

အဘယ်ကြောင့် လူ့အနည်းစုသာလျှင် ကိုယ်သိသလို လုပ်ကြပါသနည်း။ သိသည်လောက် တတ်သည်လောက် မလုပ်ကြခြင်းမှာ ကိုယ်သိသည့်ကိစ္စနှင့် ကိုယ်လုပ်သည့်ကိစ္စကို အဆက်အစပ်တို့ကို ဂရုမစိုက် ကြခြင်းတို့ကြောင့် ဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်တို့သည် ကျွန်တော်တို့ မည်သို့ တုံ့ပြန်မည်ကို ရွေးချယ်နေခြင်း မရှိကြပေ။ ထိုသို့ ရွေးချယ်နိုင်ရန်ဆိုလျှင် အမြင်ရှိရန်လိုသည်။ ကျွန်တော်တို့၏ အပြုအမူများ၊ တုံ့ပြန်မှုများနှင့်ပတ်သက်၍ ဆုံးဖြတ်ရန်လိုသည်။ ရွေးချယ်ခြင်း ဆိုသည်မှာ ကျွန်တော်တို့၏ သဘောထားများနှင့် အပြုအမူများအတွက် တာဝန်ယူခြင်း ဖြစ်သည်။ အခြားသူများ၊ အခြေအနေများကို အပြစ်မတင်ခြင်း ဖြစ်သည်။ ရွေးချယ်မှုပြုသည့်ကိစ္စသည် ကိုယ်တွင်း၌ တကယ် တိုက်ပွဲဆင်ရသည့် ကိစ္စဖြစ်သည်။ စေတနာအမျိုးမျိုး၊ ရည်ရွယ်ချက်အမျိုးမျိုး၊ သဘောထား အမျိုးမျိုးအကြား ယှဉ်ပြိုင်ရသည့် တိုက်ပွဲကြီးတစ်ခုဖြစ်သည်။ အကယ်၍ သာ ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် ဉာဏ်ပညာရှိရှိ ရွေးချယ်နိုင်မည့်စွမ်းအားကို အသုံးပြုခြင်း မရှိလျှင် အခြေအနေများက ကျွန်တော်တို့၏ပြင်ပရှိ မည်သူက သို့မဟုတ် မည်သည့်အရာများက ကျွန်တော်တို့အပေါ် ဘယ်လိုသာ အကျိုးသက်ရောက် စေရမည်ဟု ဆုံးဖြတ်နိုင်သည့် စွမ်းအားနှင့် ဆုံးဖြတ်ခွင့် ရရှိရေးသည် ကျွန်တော်တို့၏ အဆုံးစွန်သော လွတ်မြောက်မှုပင်ဖြစ်သည်။

၆။ ဩဇာလွှမ်းမိုးနိုင်သည့် အသိုင်းအဝိုင်း၌ အာရုံစိုက်ခြင်း

ကျွန်တော်တို့ ထိန်းချုပ်နိုင်သည့် ကိစ္စများနှင့် ပတ်သက်၍ တစ်စုံတစ်ခု လုပ်ရန် အာရုံစိုက်ခြင်းအားဖြင့် ကျွန်တော်တို့ ဩဇာလွှမ်းမိုးနိုင်သည့် အသိုင်း အဝိုင်းကို ချဲ့ထွင်နိုင်သည်။ တိုက်ရိုက်ထိန်းချုပ်နိုင်သည့် ပြဿနာများကို ကျွန်တော်တို့၏ ပြုမူပုံ တွေးခေါ်ပုံ ပုံစံများ အလေ့အထများ ပြောင်းလဲခြင်းအားဖြင့် ဖြေရှင်းနိုင်သည်။ သွယ်ဝိုက်ထိန်းချုပ်မှုရှိသည့် ပြဿနာများအတွက် ကျွန်တော် တို့၏ ဩဇာလွှမ်းမိုးနည်းကို ပြောင်းလဲရမည်။ ဥပမာ ‘ငါ့ရဲ့ အစီအစဉ် တွေ ဒါမှမဟုတ် ငါ့ရဲ့ ပြဿနာတွေကိုသာ အထက်အရာရှိက နားလည်ရင်’ဟု ငြီးတွားတတ်ကြသည်။ သို့သော် အထက်အရာရှိနားလည်အောင် လေးစားအောင်

အစီအစဉ်များကို သေသေချာချာ တင်ပြသူမှာ အနည်းငယ်သာရှိသည်။ သူနားလည်သည့် ဘာသာစကားကိုသုံး၍ သူ၏ ပြဿနာများကို ခေါင်းထဲ ထည့်၍ တင်ပြသူမှာ အနည်းငယ်မျှသာဖြစ်သည်။ ပြဿနာများကို မထိန်းချုပ်နိုင်သော်လည်း ထိုပြဿနာများနှင့် ပတ်သက်၍ ကျွန်တော်တို့၏ တုံ့ပြန်ပုံ တုံ့ပြန်နည်းကိုမူ ထိန်းချုပ်နိုင်သည်။ မည်သူတစ်ဦးတစ်ယောက်က မည်သည့်ကိစ္စက ကျွန်တော်တို့အပေါ်မည်သို့ အကျိုးသက်ရောက်စေမည်ကို ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် ဆုံးဖြတ်နိုင်ကြသည်။ ဝီလျံဂျိမ်းစမ်က ပြောခဲ့သလိုပင် ကျွန်တော်တို့၏ သဘောထားကို ပြောင်းလဲပစ်ရုံမျှဖြင့် ကျွန်တော်တို့၏ ပတ်ဝန်းကျင် အခြေအနေများကို ပြောင်းလဲပစ်နိုင်ကြသည်။

၇။ မေတ္တာတရား၏နိယာမအတိုင်းနေထိုင်ပါ

မေတ္တာတရား၏ နိယာမအတိုင်း နေထိုင်သည့်အခါ ဘဝ၏နိယာမများကိုပါ လိုက်နာရာရောက်သည်။ လူအများသည် သူတို့၏ခန္ဓာကိုယ်ထဲ၌ သိမ်မွေ့နူးညံ့တတ်ကြသည်။ အထူးသဖြင့် ပြင်ပ၌ တင်းမာသယောင်ရှိသူများသည် ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌ ပို၍ နူးညံ့သိမ်မွေ့တတ်ကြသည်။ ထိုနူးညံ့သိမ်မွေ့မှုကို တတိယနားတည်းဟူသော နှလုံးသားဖြင့် နားထောင်ကြည့်လျှင် မည်မျှ နူးညံ့သိမ်မွေ့ကြောင်း ပြောပြပါလိမ့်မည်။ ကျွန်တော်တို့က သူတို့အားမေတ္တာတရားကို ပြသခြင်းအားဖြင့် သူတို့အပေါ်၌ ဩဇာလွှမ်းမိုးနိုင်ပါလိမ့်မည်။ ထိုသို့ မေတ္တာဖြန့်ဝေခြင်းအားဖြင့် သူတို့အပေါ်၌ ဩဇာလွှမ်းမိုးနိုင်ပါလိမ့်မည်။ ထိုသို့ မေတ္တာဖြန့်ဝေခြင်းအားဖြင့် ၎င်းတို့၏ ပကတိတန်ဖိုးကို ခံစားသိရှိစေသည်။ အခြားသူများ၏ အပြုအမူနှင့် မပတ်သက်သော အခြားသူများနှင့် နှိုင်းယှဉ်စရာ မလိုသော လုံခြုံစိတ်ချရမှုမျိုးကို ရရှိစေသည်။ လူအများအနေ ဖြင့် သူတို့၏ လုံခြုံစိတ်ချရမှု၊ တောင့်တင်းမှုအတွက် ပြင်ပပုံသဏ္ဍာန်များ၊ အဆောင်အယောင်များ၊ ရာထူးဌာနန္တရများ၊ ပေါက်မြောက်အောင်မြင်မှုများ၊ အသင်းအဖွဲ့များ အပေါ်၌ အားကိုးအားထားပြုတတ်ကြသည်။ ထိုသို့ ပြင်ပက အရာများအပေါ်၌ အားကိုးအားထားပြုခြင်းသည် အားကိုးစရာမဟုတ်သည့်အပြင် အားပျော့မှုကိုပါ ဖြစ်စေသည်။ အမှန်တကယ် ရိုးရိုးသားသား ချစ်ခင် မေတ္တာထားမှု မပါဝင်သော နည်းလမ်းများ၊ လိမ်နည်း ညာနည်းများ၊ အတုအယောင်များကို ကျွန်တော်တို့ အားလုံးက မယုံကြည်ကြပါ။

ဆက်ဆံရေး။ သင်အမှန်တကယ် နားလည်ကာ ကြင်နာရပါရဲ့လား။



၈။ အခြားသူများ၏ ကောင်းကွက်ကို မျှော်လင့်ယုံကြည်ထားခြင်း။

အခြားသူများ၏ ကောင်းကွက်များကို မျှော်လင့်ယုံကြည်ထားသဖြင့် ကောင်းကျိုးရလဒ်များကို ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်သည်။ အခြားသူများသည် အကောင်းဆုံးကို ဖြစ်ချင်ကြသည်။ အကောင်းဆုံးလုပ်ချင်ကြသည်ဟုယူဆကာ ဆောင်ရွက်ခြင်းအားဖြင့် ထိုသို့ယူဆဆောင်ရွက်ပုံကို သူတို့က တွေ့ရှိသွားကြ မည်။ ထိုအခါ သူတို့ခန္ဓာကိုယ်ထဲရှိ အကောင်းဆုံး အစွမ်းအစများကို ထုတ်သုံးအောင် အထိရောက်ဆုံး ဩဇာလွှမ်းမိုးနိုင်သည်။ အမျိုးအမည်ခွဲခြားခြင်း၊ အကဲဖြတ်ခြင်း၊ တိုင်းထွာရန် ကြိုးစားခြင်းများအားလုံးသည် ရှုပ်ထွေးပြီး ပြောင်းလဲနေသည့် အမှန်တရားများနှင့် ရင်ဆိုင်ရာ၌ ဖြစ်ပေါ်လာသော ကျွန်တော်တို့၏ မလုံခြုံစိတ်မချရမှုများ၊ သောကပွားမှုများမှ ထွက်ပေါ်လာခြင်းဖြစ်သည်။ လူတိုင်းလူတိုင်း၌ အစွမ်းအစများ၊ အရည်အချင်းများ၊ နယ်ပယ်များ အမျိုးမျိုးရှိကြသည်။ အချို့အရည်အချင်းများက ပို၍ သိသာထင်ရှားပြီး အချို့ အရည်အချင်းများက မှေးမှိန်နေကြသည်။ သူတို့နှင့်ပတ်သက်၍ ယုံကြည်မှု အပေါ်၌လည်းကောင်း၊ ဆက်ဆံပုံ အပေါ်၌လည်းကောင်း မူတည်၍ ၎င်းတို့က တုံ့ပြန်တတ်ကြသည်။ အချို့သူများက ကျွန်တော်တို့၏ ယုံကြည်မှုကို အခွင့်ကောင်းယူပြီး ကျွန်တော်တို့ကို လူနဲ့ လူအ များအဖြစ် သဘောထားတတ်ကြသည်။ သို့သော် ကျွန်တော်တို့ကသာ သူတို့ကို အမှန်တကယ် ယုံကြည်သည်ဆိုလျှင် အများစုအနေဖြင့် ယုံကြည်သည့်အတိုင်း မျှော်လင့်သည့်အတိုင်း တုံ့ပြန်တတ်ကြသည်။ အများစုအတွက် အနည်းစုက အနှောင့်အယှက်မဖြစ်ပါစေနှင့်။ အမှန်တကယ် ယုံကြည်မှု ရှိသည့်အခါ စိတ်ကောင်း စေတနာကောင်းများနှင့် မိမိကိုယ်မိမိ လုံခြုံမှုတို့ ရှိသည့်အခါ အခြားသူများထံမှ ကောင်းကွက်များ၊ ကောင်းသည့် အရည်အချင်းများ ပေါ်ထွက်လာအောင် ဆွဲဆောင်ရာရောက်သည်။

၉။ နားလည်ရန် ပထမဆုံး ကြိုးစားပါ

ပထမဆုံး နားလည်ရန် ကြိုးစားပြီးမှ နားလည်ခံရန် ကြိုးစားပါ။ အခြားသူများနှင့် ဆက်သွယ်နေသည့်အခါ လုံးဝအာရုံပြုရန် လိုအပ်သည်။ ခေတ္တခဏမျှ အခြားသူများ၏ ရှုထောင့်က မြင်တတ်ရန် ကိုယ်ချင်းစာတတ်ရန် လိုအပ်သည်။ ထိုသို့ ဆောင်ရွက်ရန်အတွက် သတ္တိနှင့် စိတ်ရှည်သည်းခံမှု၊ မိမိ၏ ကိုယ်တွင်း၌ လုံခြုံစိတ်ချရမှုတို့ ရှိရမည်။ လူတွေက သူတို့ကို နားလည်

သည်ဟု ခံစားရခြင်းမရှိလျှင် ခင်ဗျား၏ ဩဇာလွှမ်းမိုးရန် ကြိုးစားသည့်ကိစ္စ များကို ဖွင့်လှစ်လက်ခံကြမည် မဟုတ်ပေ။

၁၀။ ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ရိုးရိုးသားသား ပြောဆိုမှုများ၊ မေးခွန်းများကို ချီးကျူးပါ

အများအားဖြင့် ကျွန်တော်တို့သည် ရိုးရိုးသားသား ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ပြောဆိုမှုများ၊ မေးခွန်းများကို ပြစ်ဒဏ်ချမှတ်တတ်ကြသည်။ ထိုကိစ္စများနှင့် ပတ်သက်၍ သေးသိမ်အောင် အရှက်တကွဲအကျိုးနည်းဖြစ်အောင် လုပ်တတ်ကြ သည်။ ထိုအခါ အခြားသူများက သူတို့ကိုယ်သူတို့ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်သည့် အနေဖြင့် မသိဘဲလျက် မမေးဘဲ မပြောဘဲနေကြသည်။ ဖုံးကွယ်ရန် ကြိုးစား လာကြသည်။ ကြွယ်ဝရိုးသားသည့် ဆက်သွယ်ရေး ဖြစ်မြောက်ရန် အကြီးဆုံး အဟန့်အတားမှာ ဝေဖန်လိုသည့် စီရင်ချက်ချလိုသည့် သဘောထားပင် ဖြစ်သည်။

၁၁။ နားလည်ကာ တုံ့ပြန်ပါ

အခြားသူများ၏ အခြေအနေကို နားလည်ကာ တုံ့ပြန်ခြင်းအားဖြင့် ကောင်းကျိုး သုံးခုကို ရရှိစေနိုင်သည်။

- (၁) ခင်ဗျားအနေဖြင့် ခံစားမှုများ၊ ပြဿနာများနှင့် ပတ်သက်၍ နားလည်မှုကို တိုးပွားစေနိုင်သည်။
- (၂) သတ္တိအသစ်များ တိုးပွားစေနိုင်သည်။
- (၃) ဆက်သွယ်ရေးအပေါ်၌ အမှန်တကယ် ယုံကြည်စိတ်ချရမှုကို ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်သည်။

အခြားသူတစ်ယောက်က ၎င်း၏ ခံစားချက်နှင့် ပတ်သက်၍ အားရပါးရ ပြောဆိုလိုသည့်အခါ ဤသို့ တုံ့ပြန်ခြင်းသည် အလွန်အကျိုးရှိ သည်။ သို့သော် ဤတုံ့ပြန်ပုံမှာ စိတ်သဘောထားနှင့် ပိုဆိုင်သည်။ အကယ်၍ ရိုးရိုးသားသား တုံ့ပြန်ခြင်းမဟုတ်ဘဲ လိမ်ညာလှည့်ဖျား၍ ကြိုးစားလျှင် ဆုံးရှုံးမှုနှင့် ရင်ဆိုင်ရမည်။ သင်ကိုယ်တိုင်က နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း နားလည်လိုမှ သာလျှင် ဤနည်းလမ်းသည် အလုပ်ဖြစ်သည်။

၁၂။ စော်ကားခံရလျှင် စောစောစီးစီးက ရှင်းလင်းထားပါ

အကယ်၍ အခြားသူတစ်ယောက်က စော်ကားနေသည်ဟုမထင်ဘဲ သင့်ကို စော်ကားမိနေလျှင် ဆက်လက်၍ လည်းစော်ကားနေလျှင် ထိုအခြေအနေကို စောစောစီးစီးက ရှင်းလင်းပစ်ပါ။ စောစောစီးစီး မရှင်းဘဲ ထားသည့်အတွက် ဝမ်းနည်းစရာရလဒ်တစ်ခုဖြစ်လာစေနိုင်သည်။ စော်ကားသူက စော်ကားနေမိမှန်း မသိသဖြင့် သည်းမခံနိုင်လောက်သည့် အခြေအနေကို ရောက်သွားစေနိုင်သည်။ ဒုတိယအနေဖြင့် စော်ကားခံရသူက နောက်ထပ် ဒဏ်ရာအနာတရရှိမှုမျိုး မဖြစ်စေရန်အတွက် ခုခံတုံ့ပြန်နိုင်သည်။ မိမိက စောစောစီးစီးကပင် ကြိုတင်၍ ရှင်းလင်းထားသည့်အခါ စိတ်ကောင်း စေတနာကောင်းဖြင့် ဆောင်ရွက်ပါ။ ဒေါသဖြင့် မဆောင်ရွက်ပါနှင့်။ မိမိ၏ ခံစားမှုများကိုလည်း ထုတ်ဖော်ပြောပြပါ။ မည်သည့်အခါက မည်သို့ စော်ကားခံရသည်ကို ပြောပြပါ။ အခြားသူများကို အကဲဖြတ်ခြင်း၊ တံဆိပ်ကပ်ခြင်း မလုပ်ပါနှင့်။ ဤနည်းအားဖြင့် အခြားသူများ၏ ဂုဏ်သိက္ခာနှင့် ကိုယ့်ကိုယ်ကို လေးစားမှုကို မယိုယွင်းရန် ထိန်းသိမ်းနိုင်သည်။ သူ့အနေဖြင့် သူ၏ ခံစားချက်များကို ဒုက္ခမပေးဘဲ တုံ့ပြန်နိုင်၊ လေ့လာ ဆည်းပူးနိုင်သည်။ ကျွန်တော်တို့၏ သဘောထားများ၊ ခံစားမှုများ၊ မြင်ပုံ မြင်နည်း များသည် အမှန်တရားများ မဟုတ်ကြပေ။ ထိုသို့ အမှန်တရား မဟုတ်သည်ကို နားလည်သိရှိပြီး ဆောင်ရွက်ခြင်းအားဖြင့် အတွေးအခေါ်များကို ထိန်းချုပ်နိုင်မည်။ နှိမ့်ချမှု ရှိစေနိုင်မည်။

၁၃။ မိမိ၏အမှားအယွင်းများ ဝန်ခံကာ တောင်းပန်ပါ။ ခွင့်လွှတ်ဖို့ပြောပါ

ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် ဆိုးဝါးနေသည့် ဆက်ဆံရေးများနှင့် တွေ့ကြုံ ရသည့်အခါ ထိုသို့ဆက်ဆံရေးဆိုးဝါးခြင်းကိစ္စနှင့်ပတ်သက်၍ မိမိအပြစ် လည်း တစ်စုံတစ်ရာပါဝင်ကြောင်း ဝန်ခံလိုသည်။ တစ်ယောက်ယောက်က နက်နက် ရှိုင်းရှိုင်း နာကျင်ခံစားနေရသည့်အခါ သူက နောက်ဆုတ်သွားပြီး လုံးဝ တံခါး ပိတ်သွားတတ်သည်။ ကျွန်တော်တို့ကို သူ့ စိတ်တစ်နေရာ၌ ထောင်သွင်းအကျဉ်းချ ထားတတ်ကြသည်။ ကျွန်တော်တို့ အပြုအမူများ ကောင်းမွန်ရုံမျှဖြင့် ကျွန်တော်တို့ သည် ထိုထောင်ထဲက မထွက်နိုင်။ ကျွန်တော်၏ အမှားအယွင်းများကို ဝန်ခံခြင်း၊ တောင်းပန်ခြင်း၊ ခွင့်လွှတ်ရန် မေတ္တာရပ်ခံခြင်း၊ ဆင်ခြေမပေးခြင်း၊

ရှင်းပြခြင်းအားဖြင့်သာလျှင် သူ့စိတ်ထဲကချထားသည့် အကျဉ်းထောင်မှ ကျွန်တော် တို့ လွတ်မြောက်နိုင်ကြမည်ဖြစ်သည်။

၁၄။ ငြင်းခုံမှုများ ပြတင်းပေါက်မှ ထွက်သွားပါစေ

ဇွတ်အတင်းစွပ်စွဲမှုများ၊ တာဝန်မဲ့စွပ်စွဲမှုများကို ဘာမျှ ပြန်မဖြေပါနှင့်။ ၎င်းတို့ကို ပြတင်းပေါက်မှ ထွက်သွားစေပြီး သူ့အလိုလို ပျောက်သွားပါစေ။ ၎င်းတို့ကို ပြန်ပြောနေလျှင် ပို၍ ဆိုးလာပြီး ရန်လိုမှုများ၊ ဒေါသများကို ပွားစေနိုင်သည်။ ကိုယ့်လုပ်ငန်းကိုသာကိုယ် ငြိမ်ငြိမ်သက်သက် အေးအေး ဆေးဆေးလုပ်နေလျှင် တာဝန်မဲ့ဖော်ပြမှုများ၊ ပြောဆိုမှုများသည် သဘာဝအတိုင်း ပျောက်ကွယ်သွားကြလိမ့်မည်။ အဆိပ်ဖြစ်စေနိုင်သည့် ငြင်းခုံမှု အဝန်းအဝိုင်းထဲသို့ မည်သည့်အခါမျှ မဝင်ပါနှင့်။ ထိုသို့ဝင်ရောက်လျှင် ကိုက်ခဲခြင်းခံရပြီး အလားတူ ဒေါသဖြစ်စရာများ၊ အဆိပ်တိုးစရာများ ခံစားရမည်။ အခြားသူများ၏ အားနည်းချက်သည် မိမိအားနည်းချက်ဖြစ်လာမည်။ အနာဂတ်ကာလ၌ အထင်အမြင် လွဲမှားမှုများ၊ စွပ်စွဲစရာများ၊ လုံးထွေးသတ်ပုတ်စရာများကို ဖြစ်သွားစေလိမ့်မည်။ ငြင်းခုံစရာများကို ပြတင်းပေါက်မှ ထွက်သွားစေခြင်းအားဖြင့် ကိုယ်တွင်း၌ ငြိမ်းချမ်းမှုကို ရရှိစေသည်။ ပြန်ဖြေစရာ၊ အကြောင်းအကျိုးရှင်းပြနေစရာ မလိုတော့ပေ။ မကောင်းမှုကို ကြောက်တတ်သည့်စိတ်ကို ရှိသေလေးစားစွာ တာဝန်ရှိရှိ နေထိုင်ပါ။ ထိုအခါ ငြိမ်းချမ်းမှုကို ရရှိပေမည်။

၁၅။ အသေးအဖွဲ့တွေကို ဂရုစိုက်ပါ

အမှုဆောင်အရာရှိတစ်ယောက်အနေဖြင့် သူ၏ အလုပ်ခွင်အတွက် သော်လည်းကောင်း၊ ဘာသာရေးကိစ္စများအတွက်သော်လည်းကောင်း၊ လူမှုရေး ရွာရေး ရပ်ရေး ကိစ္စများအတွက်သော်လည်းကောင်း များစွာ အလုပ်ရှုပ်မည်။ လူအများ၏ ဘဝအတွက် တာဝန်ထမ်းဆောင်ရမည်။ သို့ပါလျက်နှင့်ပင် သူ၏ အိမ်ထောင်ဖက်အတွက် အဓိပ္ပာယ်ရှိသည့် ဆက်ဆံရေးတစ်ခု၊ နက်ရှိုင်းသည့် ဆက်ဆံရေးတစ်ခု မရှိဘဲ ဖြစ်နေနိုင်သည်။ လူအများကို အကျိုးပြုသည့် ကိစ္စထက် လူတစ်ဦးတစ်ယောက်ကို အကျိုးပြုသည့်ကိစ္စ၊ လူတစ်ဦးတစ်ယောက်နှင့် ဆက်ဆံရေးကောင်းမွန်သည့်ကိစ္စက ပို၍ စိတ်ရှည်ရသည်။ ပို၍ နှိမ့်ချမှုနှင့် သီလသမာဓိရှိမှု မွန်မြတ်မှုတို့လိုအပ်သည်။ အများအားဖြင့် ကျွန်တော်တို့ တစ်တွေ

သည် အများကို ဂရုစိုက်ရန်ဟူသော အကြောင်းပြချက်ဖြင့် တစ်ဦးတစ်ယောက်ကို ပစ်ပယ်တတ်ကြသည်။ အများကိုဂရုစိုက်သည့်အတွက် လေးစားမှု ဂုဏ်ပြုမှုတို့ ခံကြရတတ်သည်။ သို့ပါလျက်နှင့်ပင် ကျွန်တော်တို့ အနေဖြင့် အရေးကြီးသည့် ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးတစ်ယောက်အတွက် အချိန်ဖယ်ထားရမည်။ ကျွန်တော်တို့၏ကလေး များနှင့်ပတ်သက်လျှင် ကလေးတစ်ယောက်ချင်း တစ်ယောက်ချင်း တွေ့ဖို့ အချိန်ဖယ်ထားရမည်။ အပြည့်အဝ လုံးဝအာရုံစိုက်သည့် အချိန်တစ်ချိန်ရရမည်။ သူတို့၏ စကားများကို ဖြတ်တောက်ခြင်း၊ ဆုံးမခြင်း နှိုင်းယှဉ်ခြင်းမပြုဘဲ နားထောင်နိုင်ရမည်။

၁၆။ အများနှင့်ပတ်သက်သည့် ကိစ္စများကို တိုးချဲ့တာဝန်ယူပါ

မိတ်ဆွေများ၊ မိသားစုများ၊ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များနှင့် မိမိကို နှောင်ဖွဲ့ထား သောတာဝန်များ၊ အခြေခံကိစ္စရပ်များနှင့် ပတ်သက်၍ အမြဲတမ်း အသစ်အဆန်း ဖြစ်အောင်လုပ်ပါ။ ထိုအခါ ၎င်းတို့ထံမှ သစ္စာရှိမှု၊ နှောင်ဖွဲ့မှုများ ပို၍ တိုးပွား လာလိမ့်မည်။ အငြင်းပွားစရာများ၊ ကွဲလွဲမှုများ ပေါ်ပေါက်လာ လိမ့်မည်။ ပြဿနာများ၊ ကိစ္စရပ်များထက် အများသဘောတူ လက်ခံထားသည့် ကိစ္စများ အပေါ်၌ ပို၍ဂရုစိုက်ပါ။ ဤသို့ဆိုသဖြင့် သဘောကွဲလွဲမှုများ၊ ကွာခြားချက်များကို ပစ်ပယ်ရမည်ဟု မဆိုလိုပါ။ သဘောတူညီသည့်အချက်များကို ရှေ့တန်းကထားပြီး ကွဲလွဲချက်များကို နောက်တန်း၌ ထားရမည်။ ပြဿနာတစ်ခု၊ လူတစ်ယောက် တင်ပြသည့် အချက်တစ်ခုသည် ဆက်ဆံရေးလောက် အရေးမကြီးလှပါ။

၁၇။ သူတို့၏ ဩဇာလွှမ်းမိုးမှုကို ဦးစွာခံပါ

အခြားသူများက ကျွန်တော်တို့အပေါ်ကို ဩဇာလွှမ်းမိုးနိုင်သည်ဟု ထင်သလောက် ကျွန်တော်တို့ကလည်း အခြားသူများအပေါ် ဩဇာလွှမ်းမိုး နိုင်မည်။ ဤကိစ္စနှင့်ပတ်သက်၍ ဆိုရိုးစကားတစ်ခုရှိသည်။ ‘သင်ဘယ်လောက် ဂရုစိုက်သည်ကို ကျွန်ုပ်မသိသေးသမျှ ဘယ်လောက်သိသည်ကို ကျွန်ုပ်ဂရုမစိုက်’ အခြားတစ်ဦးတစ်ယောက်က သူ့ကို အမှန်တကယ် ဂရုစိုက်သည်ဟု ခံစားသိရှိပြီး သူ၏ အခြားသူများနှင့် မတူသည့် ခံစားချက်များ၊ ပြဿနာများကို မိမိက နားလည်မှသာ သူက မိမိအပေါ်၌ ဩဇာလွှမ်းမိုးနိုင်မဟု ထင်သည်။ ထိုအခါ ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း လွတ်လွတ်လပ်လပ် ရှိလာမည်။ ထိုသို့ရှိလာမှသာ မိမိ၏

လွှမ်းမိုးမှုကို ခံယူမည်။ သေသေချာချာခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ၍ ရောဂါရှာဖွေမှုအပေါ်၌ မူတည်ပြီး ဆေးဝါးများ၊ ဆေးညွှန်းများကို လက်ခံကျင့်သုံးကြခြင်းဖြစ်သည်။

၁၈။ ပုဂ္ဂိုလ်နှင့် အခြေအနေကို လက်ခံပါ

အခြားသူတစ်ယောက်ကို ပြောင်းလဲစေရန် သို့မဟုတ် တိုးတက်စေရန် လုပ်ရန်အတွက် ပထမဆုံးအဆင့်အနေဖြင့် ထိုသူကို ထိုသူအတိုင်းပင် လက်ခံရ ပေလိမ့်မည်။ နှိုင်းယှဉ်ခြင်း၊ စီရင်ချက်ချခြင်း၊ ငြင်းပယ်ခြင်းတို့ကဲ့သို့ ခုခံမှုမျိုး ဖြစ်ပေါ်အောင် အားပေးသည့်အရာများ မရှိပေ။ ထိုသူတစ်ဦး တစ်ယောက်ကို လက်ခံခြင်း၊ တန်ဖိုးထားခြင်းအားဖြင့် ခုခံချေပစရာ အခြေအနေမှ လွတ်မြောက်စေ နိုင်သည်။ ၎င်း၏ သဘာဝအစွမ်းအစများ၊ ပါရမီများကို တိုးတက်ရန် သဘာဝ ကျကျခွင့်ပြုရာရောက်သည်။ လက်ခံခြင်းသည် အားနည်းချက်တစ်ခုကို ဖုံးကွယ် ခြင်း၊ အကြံဉာဏ်တစ်ခုကို သဘောတူညီခြင်းမဟုတ်ပေ။ သူ၏ ခံစားပုံ တွေးပုံကို အသိအမှတ်ပြုကာ ပကတိအတိုင်း တန်ဖိုးထားခြင်းပင်ဖြစ်သည်။

ညွှန်ကြားပြသခြင်း - သင်က ကျွန်ုပ်ကို ဘာပြောသနည်း

၁၉။ စကားပြောရန် မပြင်ဆင်မီ သင်၏ စိတ်နှင့် နှလုံးသားကို ပြင်ဆင်ပါ

ကျွန်တော်တို့ဘာပြောသည်ဆိုသည့် ကိစ္စသည်ဘယ်လိုပြောသည် ဆိုသည့် ကိစ္စလောက် အရေးကြီးပါ။ သို့ဖြစ်၍ ကလေးများ ကျောင်းမှ လိုအပ်ချက်များ အပြည့်အဝဖြင့် ပြန်မလာမီ အဆင်သင့်ပြင်ဆင်ကာ ထိန်းချုပ်ရန် ကြိုးစားပါ။ မိမိ၏စွမ်းအားစုများကို စုစည်းပါ။ နှလုံးသားနှင့် စိတ်ကို ပြင်ဆင်ထားပါ။ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် သာသာယာယာနေပါ။ ၎င်းတို့၏ လိုအပ်ချက်များကို အပြည့် အဝ ဂရုစိုက်ရန် ရွေးချယ်ပါ။ သို့မဟုတ် အလုပ်မှ ပြန်လာသည့်အခါ ကားထဲ၌ ငြိမ်ငြိမ်လေးထိုင်နေပါ။ ‘ငါ့ရဲ့ အိမ်ထောင်ဖက်ကို ဒါမှမဟုတ် ငါ့ရဲ့ကလေးကို ဒီနေ့ည ဘယ်လိုချီးကျူးရမလဲ’ဟု မေးပါ။ အကောင်းဆုံးသူတစ်ယောက်ဖြစ်နေ ပါစေ။ ထိုကဲ့သို့ ပြင်ဆင်ထားလျှင် မောပန်းနွမ်းနယ်မှုများ ပျောက်ကွယ်သွားနိုင်ပြီး ခွန်အားသစ်ဖြင့် လန်းလန်းဆန်းဆန်း ဖြစ်လာမည်။

၂၀။ ‘ချလျှင်ချ မချလျှင်ပြေး’ ဆိုသည့် နည်းလမ်းကို ရှောင်ရှားပါ။ ခြားနားချက်များကို ဆွေးနွေးပြောဆိုပါ

လူအများစုအနေဖြင့် ၎င်းတို့ သဘောမတူကြသည့်အခါ ချလျှင်ချ၍ မချလျှင် ပြေးတတ်ကြသည်။ အကြမ်းဖက်ခြင်း၊ ဒေါသကို ပြောင်ပြောင်တင်းတင်း ထုတ်ဖော်ခြင်း၊ အမုန်းပွားခြင်း၊ သရောက်ခြင်း တို့တို့ပြတ်ပြတ် ဖြေခြင်း၊ လိမ္မာပါးနပ်စွာဖြေခြင်း၊ ဟာသလုပ်ပစ်ခြင်း၊ အကဲဖြတ်ခြင်း၊ ပြန်လည်တုံ့ပြန်ခြင်း များအထိ နည်းမျိုးစုံဖြင့် တိုက်ခိုက်တတ်ကြသည်။ ရှောင်ပြေးရာ၌လည်း နည်းမျိုးစုံ ရှိသည်။ လုံးဝ ဘာမျှ မပြောဘဲနေခြင်း၊ အနာဂတ်ကာလတွင် ပြန်လည်တုံ့ပြန်ခြင်း များကို ဖြစ်ပေါ်စေတတ်သည်။ အေးတိအေးစက်နေခြင်း၊ တုံ့ကိုဘာဝေနေခြင်း နည်းများဖြင့်လည်း ထွက်ပြေးတတ်ကြသည်။ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု မရှိခြင်း၊ တာဝန်မယူခြင်း အားဖြင့်လည်းထွက်ပြေးတတ်ကြသည်။

၂၁။ သင်ကြားပြသရန်လိုအပ်သည်ကို အသိအမှတ်ပြု၍ အချိန်ယူပါ

ခြားနားမှုများပေါ်ပေါက်လာသောအခါ သင်ကြားစရာအချိန်ကလာသို့ ရောက်ရှိလာသည်။ သို့သော် သင်ကြားရမည့် အချိန်ရှိသလို မသင်ကြားရမည့် အချိန်လည်း ရှိသည်။ သင်ကြားရမည့်အချိန်များမှာ

- ၁။ လူအများအနေဖြင့် ကြောက်လန့်ခြင်း၊ ထိတ်လန့်ခြင်းမရှိသည့်အခါ (လူအများသည် ကြောက်လန့်နေသည့်အခါ ထိတ်လန့်နေသည့် အခါ များ၌ ဒေါသများကိုသာ ပွားစေရနိုင်သည်။ ထို့ကြောင့် ၎င်းတို့အနေဖြင့် စိတ်ချလက်ချနေနိုင်ပြီး ကြိုဆိုလက်ခံသည့် ခံစားမှုမျိုး ပေါ်ပေါက်လာစေရန် အခြေအနေသစ်တစ်ခုကို ဖန်တီးပေးရမည်။ ထိုအခြေအနေသစ် ပေါ်ပေါက်လာသည်အထိ စောင့်ဆိုင်းရမည်။
- (၂) သင်ကိုယ်တိုင်က ဒေါသဖြစ်နေသည့်အခါ သို့မဟုတ် သောကပွားမနေသည့်အခါ သင့်အနေဖြင့် ချစ်ခင်နှစ်လိုမှု၊ လေးစားမှု၊ အဇ္ဈတ္တလုံခြုံမှုတို့ ရှိနေသည့်အခါ ဖြစ်ရမည်။
- (၃) အခြားသူက အကူအညီ အထောက်အပံ့လိုအပ်နေသည့်အခါ တစ်စုံတစ်ယောက် စိတ်ဓာတ်ကျနေသည့်အခါ သို့မဟုတ် မောပန်းနေသည့်အခါ သို့မဟုတ် ဖိအားအလွန်အမင်း အပေးခံရသည့်အခါများ၌

ဖော်မြူလာများ ဇွတ်အတင်းပေးခြင်းသည် ရေနစ်နေသည့်သူကို ရေကူး သင်နေသည်နှင့်တူသည်။ ဤနေရာ၌ သတိထားရန်မှာ ကျွန်တော်တို့ အနေဖြင့် တစ်ချိန်လုံး တစ်ခုမဟုတ်တစ်ခု သင်ကြား ပို့ချနေကြသည်။ ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် သင်လိုသင်မှန်း သိကြမည်မဟုတ်။ ကျွန်တော်တို့ လုပ်နေသည့်အရာများ၊ ကျွန်တော်တို့ ဘယ်လိုလူဆိုသည့် အရာများက တစ်ချိန်လုံး ဖြာထွက်ကာ အခြားသူများကို သင်ကြားပို့ချပေးနေသလို ဖြစ်နေသည်။

၂၂။ အကန့်အသတ်များ၊ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများ၊ မျှော်လင့်ချက်များ၊ ရလဒ်များနှင့် ပတ်သတ်၍ မူလကပင် သဘောတူထားခြင်း

အကန့်အသတ်များ၊ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများ၊ မျှော်လင့်ချက်များ၊ ရလဒ် များကို မူလကပင် ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ပြတ်ပြတ်သားသား ချမှတ်ထားရမည်။ သဘောတူညီချက်ယူထားရမည်။ ၎င်းတို့ကို နားလည်ရမည်။ ၎င်းတို့အတိုင်းဖြစ်ရန် စောင့်ကြပ်မှုရှိရမည်။

လူတစ်ဦးချင်း တစ်ယောက်ချင်းအနေဖြင့် စိတ်ချလက်ချ နေနိုင်မှုသည် တရားမျှတမှုအပေါ်၌ မူတည်၍ ပေါ်ပေါက်လာသည်။ သူ့ထံမှဘာကို မျှော်လင့် ထားသည်။ ဘယ်လိုအကန့်အသတ်များ၊ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများ၊ ရလဒ်များ ရှိသည်ကို သိရှိမှုအပေါ်၌မူတည်သည်။ မရေရာသည့် မျှော်လင့်ချက်များကြောင့် ဘဝဆိုသည်မှာ မရေမရာဖြစ်လာနိုင်သည်။ အကန့်အသတ်တွေ ပြောင်းလဲနေလျှင် သော်လည်းကောင်း၊ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းတွေ ပြောင်းလဲနေလျှင်သော်လည်း ကောင်း ဘဝဆိုသည်မှာ မရေမရာဖြစ်နိုင်သည်။ တစ်နေ့တစ်မျိုး၊ နောက်တစ်နေ့ တစ်မျိုးဖြစ်နေ၍ မဖြစ်။ လူကြီးအတော်များများအနေဖြင့် ဘဝကိုလည်းကောင်း၊ အခြားသူများကိုလည်းကောင်း၊ လှည့်စားနိုင်စွမ်းများ အပေါ် အားကိုးတတ်လာကြ သည်မှာမဆန်းပါ။ ကြီးလာလေ တတ်လာလေ ဖြစ်သည်မှာ မဆန်းပါ။ ဘဝ ဆိုသည်မှာ လိမ်ညာလှည့်ဖြားစရာကစားနည်း တစ်ခုသဖွယ်ဖြစ်လာသည့်အခါ လိမ်ညာလှည့်ဖြားခြင်းသည် အပြစ်မဟုတ်ဘဲ အခြားသူများ မိအောင်လုပ်မိခြင်းက သာလျှင် အပြစ်ဖြစ်လာသည်။

၂၃။ လျှော့မပေး၊ လွတ်မပေးလိုက်နှင့်

လူအများအား ၎င်းတို့၏ ကိုယ်ပိုင်အပြုအမူများကြောင့် ပေါ်ပေါက်လာမည့် ရလဒ်များမှ အကာအကွယ်ပေးထားလျှင် မကြင်နာရာရောက်သည်။ ထိုသို့ လုပ်ခြင်းအားဖြင့် ၎င်းတို့၏ ရလဒ်များကို အမှန်အတိုင်း မမြင်နိုင်အောင် လုပ်ထားရာရောက်သည်။ ၎င်းတို့ကို အားနည်းအောင် လုပ်လိုက်ရာရောက်သည်။ ရလဒ်ဆိုးများကို ခွင့်လွှတ်ခြင်း၊ ကြင်နာသနားခြင်းအားဖြင့် တာဝန်မကျေသည့် အပြုအမူများဖြစ်အောင် ပျက်စီးသွားအောင် အားပေးရာ ရောက်သည်။ ကျွန်တော်က ၎င်းတို့ကို ဥပေက္ခာပြုထားလိုက်မည်။ လက်လျှော့ အရှုံးပေးလိုက်မည်ဆိုလျှင် ၎င်းတို့၏ ကြိုးစားလိုစိတ်များကို ဖျက်ဆီးပစ်ရာ ရောက်သည်။ မေတ္တာဖြင့် သွန်သင် ဆုံးမမှု ပြုရမည်။ ထိုမေတ္တာဖြင့် သွန်သင် ဆုံးမမှုသည် တာဝန်ယူသော၊ စည်းကမ်းရှိသော နေနည်းထိုင်နည်းမှ ထွက်ပေါ်လာခြင်း ဖြစ်သည်။ ဤသို့မဟုတ်လျှင် ကျွန်တော်တို့သည် ကိုယ်ပေး ချင်သည့်အခါမှပေးပြီး မပေးချင်သည့်အခါ မပေးဘဲနေသည့် နည်းလမ်းကို လိုက်နာ ကျင့်သုံးတတ်ကြသည်။

၂၄။ ရေတိုရေရှည် လမ်းဆုံမှာတွေ့ပါ

မည်သူကမျှ ကျွန်တော်တို့ ဂရုစိုက်ဆုံးသူများနှင့် ပတ်သက်၍ ရေရှည်၌ အရေးပါသော အကျိုးသက်ရောက်မှု ဖြစ်စေနိုင်သည့် ဆုံးဖြတ်ချက်များကို ရေတိုခံစားမှုများ၊ အမြင်များ၊ မလုံခြုံစိတ်မချရမှုများ၊ သံသယများ အပေါ်၌ အခြေခံ၍ ချမှတ်ခြင်း မပြုလိုကြပေ။ ထိုအခါ ကျွန်တော်တို့က မည်သို့ ဩဇာလွှမ်းမိုးကြမည်နည်း။ ပထမဦးစွာ တန်ပြန်ဆောင်ရွက်ခြင်း မပြုမီ စဉ်းစားပါ။ မိမိ၏ ရေတိုစိတ်ခံစားမှုများကို ထိန်းချုပ်ပါ။ ထို ခံစားမှုများ၏ ထိန်းချုပ်မှုကို မခံပါနှင့်။ လက်ရှိ ရှိနေသည့် ဆက်ဆံရေးများ ဩဇာလွှမ်းမိုးမှုများကို ထိခိုက်နိုင်သည့် ကိစ္စများ မပြုပါနှင့်။ ဒုတိယအနေဖြင့် လူအများသည် ဦးနှောက်ထက် နှလုံးသားက ရှေ့ကသွားတတ်ကြောင်း၊ သူတို့သိသည့်အရာထက် သူတို့ခံစားရသည့်အရာပေါ်၌ အခြေခံပြီး တုံ့ပြန်တတ်ကြောင်း နားလည်ပါ။ လှုံ့ဆော်မှုဆိုသည့် ကိစ္စသည် ဦးနှောက်၏ ကိစ္စထက် နှလုံးသား၏ကိစ္စတစ်ခု ဖြစ်နေတတ်ကြသည်။ ကျွန်တော်တို့၏ အကျိုးအကြောင်းတရားများ၊ ယုတ္တိတရားများက

သူတို့၏ စိတ်ကူးစိတ်သန်းများ၊ ခံစားချက်များနှင့် ဆက်သွယ်မှုမရှိသည့်အခါ သူတို့၏ သဘောထားနှင့် သူတို့၏ ဘာသာစကားကို နိုင်ငံခြားဘာသာတစ်ခုကို လေ့လာသလို နားလည်ရန် ကြိုးစားပါ။ ၎င်းတို့ကို ပစ်ပယ်ခြင်း၊ ရှုံ့ချခြင်း၊ ငြင်းပယ်ခြင်း မပြုပါနှင့်။ ဤနည်းအားဖြင့် လေးစားမှု၊ လက်ခံမှု ရရှိလာမည်။ ခုခံငြင်းပယ်မှုများ လျော့ပါးလာမည်။ တိုက်ခိုက်ရန်လည်း လိုအပ်မည် မဟုတ်။ မှန်ကန်သည့်အရာများကို ရဲရဲတင်းတင်း လုပ်လိုသည့် ဆန္ဒများလည်း ပြန်လည် ပေါ်ပေါက်လာစေနိုင်သည်။

၂၅။ ကြောင်းကျိုးတရားနှင့် ခံစားမှုနှစ်ခုအပေါ် မူတည်သောစကားကိုပြောဆိုပါ။

ကြောင်းကျိုးတရားအပေါ် မူတည်သော ဘာသာစကားနှင့် ခံစားမှုအပေါ် မူတည်သော စကားတို့သည် အင်္ဂလိပ်ဘာသာနှင့် ပြင်သစ်ဘာသာတို့ ကွဲပြား သလိုပင် ကွဲပြားကြသည်။ နှစ်ဦးနှစ်ဖက်နားလည်သည့် စကားတစ်ခုမရှိကြောင်း ကျွန်တော်တို့ တွေ့ရှိရသည့်အခါ အောက်ပါ နည်းလေးနည်း၌ တစ်နည်းဖြင့် ဆက်ဆံရန်လိုအပ်သည်။ (၁) အချိန်ပေးခြင်း (၂) စိတ်ရှည်ခြင်း (၃) နားလည်ရန် ကြိုးစားခြင်း၊ နားလည်ရန် ရိုးရိုးသားသား ကြိုးစားမှုတစ်ခုသည် တိုက်ခိုက်ရန် သို့မဟုတ် ခုခံရန် လိုအပ်ချက်ကို လျော့ပါးစေနိုင်သည်။ (၄) မိမိ၏ခံစားချက် များကို ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ပြောကြားကာ စိတ်နှင့်ခန္ဓာကိုယ် အပြုအမူညီညွတ်အောင် ဆောင်ရွက်ခြင်းတို့ဖြစ်သည်။

၂၆။ ထိထိရောက်ရောက် လွှဲအပ်ပါ

ထိထိရောက်ရောက်လွှဲအပ်ခြင်းဆိုသည်မှာ ကျွန်တော်တို့၏ အချိန်များ၊ ငွေကြေးများ၊ နာမည်ကောင်းများအပေါ်၌ အခြားသူများအား ထိုသို့ လုပ်ခွင့် ပြုရန် အနည်းနှင့်အများ ဆိုသလို လုပ်ခွင့်ပြုခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ ထိုသို့လုပ်ခွင့်ပြုရန် အတွက် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ သတ္တိရှိရန်လိုသည်။ သတ္တိထဲ၌ စိတ်ရှည်ခြင်း၊ မိမိ ကိုယ် မိမိ ထိန်းချုပ်နိုင်ခြင်း၊ အခြားသူများ၏ အစွမ်းအစကို ယုံကြည်ခြင်း၊ တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် မတူခြားနားချက်များ ရှိသည်ကို အသိအမှတ်ပြု လေးစားခြင်းများ ပါဝင်သည်။ ထိရောက်သည့် လွှဲအပ်ခြင်းတို့မည်သည် နှစ်လမ်း သွားဖြစ်ရသည်။ တစ်လမ်းသွား တစ်ဖက်သွား မဖြစ်စေရပေ။ တာဝန်ပေးခြင်း၊

တာဝန်ယူခြင်း ရှိရသည်။ ဤလုပ်ငန်းစဉ်ကို ဆောင်ရွက်ရန်အတွက် အဆင့်သုံးဆင့် ရှိသည်။ ပထမဦးစွာ မူလအစ သဘောတူညီချက်ရှိရသည်။ လူအများအနေဖြင့် မည်သည့်အရာကို မျှော်လင့်ထားသည်ကို ကောင်းကောင်း နားလည်ရမည်။ ထိုမျှော်လင့်ချက်ကို ရရှိနိုင်ရန်အတွက် နယ်ပယ်မည်မျှ သတ်မှတ်ထားသည်။ လုပ်ပိုင်ခွင့် မည်မျှရှိသည်။ စွမ်းအားစုများ မည်မျှရှိသည်ကိုသိရမည်။ လမ်းညွှန်မှု များမှာ မည်သည့်ကိုဆိုသည်ကို သိရမည်။ ဒုတိယအဆင့်တွင် တာဝန်လွှဲအပ်မှုကို ဆက်လက် ထိန်းသိမ်းထားရမည်။ ကြီးကြပ်သူသည် မိမိတာဝန်လွှဲအပ်ခြင်း ခံရသူက အရေးအကြောင်းပေါ်လာလျှင် အကူအညီပေးနိုင်သူဖြစ်ရမည်။ ရှေ့က မားမားမတ်မတ်ရပ်သူဖြစ်ရမည်။ ကြောက်နေရသည့် ပြိုင်ဖက်တစ်ယောက်လို မဖြစ်စေရပေ။ လိုအပ်သည့် စွမ်းအားများကို ဖြည့်ဆည်းပေးရသည့်သူ ဖြစ်စေရမည်။ အခက်အခဲများ၊ အနှောင့်အယှက်များ၊ အတားအဆီးများကို ဖယ်ရှားပေးသူ ဖြစ်ရမည်။ လုပ်ဆောင်မှုများ၊ ဆုံးဖြတ်ချက်များကို ထောက်ခံတာဝန်ယူသည့်သူ ဖြစ်ရမည်။ အမြင်ရှိသူဖြစ်ရမည်။ လေ့ကျင့်ပျိုးထောင်ပေးရမည်။ ပြန်လည်တင်ပြမှု များကို လက်ခံနိုင်သူဖြစ်ရမည်။ တတိယအနေဖြင့် တာဝန်ယူမှုဖြစ်စဉ်ပါဝင်သည်။ ဤအဆင့်၌ မိမိကိုယ်မိမိ ပြန်လည်အကဲဖြတ်ရမည်။ တာဝန်လွှဲအပ်ခြင်းခံရသည့် သူများကို ၎င်း၏ အမှန်တကယ်လုပ်ဆောင်မှုများ ထွက်ပေါ်လာသောရလဒ်များ အပေါ် မူတည်၍ ကြီးကြပ်ကွပ်ကဲရသည်။

၂၇။ အဓိပ္ပာယ်ရှိသည့် စီမံကိန်းများတွင် လူအများကို ပါဝင်ပါစေ

အဓိပ္ပာယ်ရှိသည့် စီမံကိန်းများသည် လူအများအပေါ်၌ ဩဇာလွှမ်းမိုးမှု ရှိသည်။ သို့သော် မန်နေဂျာတစ်ယောက်အတွက် အဓိပ္ပာယ်ရှိသည့် ကိစ္စတစ်ခုသည် လက်အောက်ငယ်သားတစ်ယောက်အတွက် အဓိပ္ပာယ် ရှိကောင်းမှ ရှိမည်။ သို့သော် ထိုစီမံကိန်းတစ်ခုကို တွေးတောကြံဆစဉ်၊ စီမံစဉ်ကပင်လူအများကို ပါဝင်ခွင့်ပြုလျှင် ထိုစီမံကိန်းများသည် အဓိပ္ပာယ်ရှိသော စီမံကိန်းများပင်ဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်တို့အားလုံးသည် ကောင်းမွန်သည့် ကိစ္စများကို ဆောင်ရွက်ချင်သည့် သူများအားလုံးဖြစ်ကြသည်။ ဆောင်ရွက်လိုသည့် ဆန္ဒလည်းရှိကြသည်။ ထိုသို့ သော စီမံကိန်းများမရှိလျှင် ဘဝဆိုသည်မှာ အဓိပ္ပာယ်ရှိတော့မည်မဟုတ်။ အမှန်စင်စစ် ဘဝဆိုသည်မှာ ဖိစီးမှုမရှိသည့်အခြေအနေတစ်ခုကို မျှော်လင့်စောင့်စား နေသူ၊ အနားယူတော့မည့် လူများအတွက်ဆိုလျှင် အလွန်တိုတောင်းလှသည်။

ကျွန်တော်တို့ လောလောဆယ်ရောက်ရှိနေသောနေရာနှင့် ကျွန်တော်တို့ သွားချင်
နေသည့် နေရာနှစ်ခုအကြား ခြားနားချက်ကြောင့်ပင်လျှင် ဘဝဆိုသည်မှာ
အဓိပ္ပာယ်ရှိနေခြင်းဖြစ်သည်။ ရုန်းကန်ကြိုးစားထိုက်သည့် ရည်မှန်းချက်တစ်ခု
ရှိနေ၍ အဓိပ္ပာယ်ရှိနေခြင်း ဖြစ်သည်။

၂၈။ စိုက်ပျိုးရေးဥပဒေသကို သင်ကြားပေးပါ

မြေပြင်ခြင်း၊ မျိုးစေ့ချခြင်း၊ စိုက်ပျိုးခြင်း၊ ရေလောင်းခြင်း၊ ပေါင်းသင်ခြင်း၊
ရိတ်သိမ်းခြင်းဟူသော ဖြစ်စဉ်များအတိုင်း ဖြစ်လာမည်ကို နယ်ပယ်အသီးသီးများ၌
သဘောပေါက်နားလည်အောင် သင်ကြားပေးပါ။ ကိုယ်လုပ်သမျှ ကိုယ်ရသည်
ဆိုသည့် သဘောတရားကို နားလည်သည့် စနစ်တစ်ခုနှင့် ကိုက်ညီအောင်
ဆောင်ရွက်ပါ။

**၂၉။ သဘာဝရလဒ်များကိုကြည့်၍ တာဝန်ယူသည့် အပြုအမူများ ပေါ်ပေါက်
လာပါစေ**

ကျွန်တော်တို့အကြင်နာဆုံး ဆောင်ရွက်နိုင်သည့် ကိစ္စတစ်ခုမှာ သဘာဝ
အရပေါ်ပေါက်လာသော ရလဒ်များ၊ ယုတ္တိရှိရှိပေါ်ပေါက်လာသော ရလဒ်များ
ကိုကြည့်၍ ၎င်းတို့၏ အပြုအမူများကို အကဲဖြတ်သည့်နည်း၊ ၎င်းတို့အနေဖြင့်
တာဝန်ယူတတ်သည့်အပြုအမူများ ပြုမူတတ်လာအောင် သင်ကြား ပို့ချပေးသည့်
နည်းပင်ဖြစ်သည်။ သူတို့အနေဖြင့် ထိုသဘာဝအလျောက် ပေါ်ပေါက်လာသည့်
ရလဒ်များကိုသော် လည်းကောင်း၊ ကျွန်တော်တို့ကိုသော်လည်းကောင်း ကြိုက်ချင်မှ
ကြိုက်မည်။ အများလက်ခံ သဘောတူညီမှုကိုသာ အကျင့်သီလများကို တိုင်းတာ
ကောင်းတိုင်းတာချင်ကြလိမ့်မည်။ တရားမျှတ ရှိရန်အတွက် စစ်မှန်သည့်
မေတ္တာများ ပို၍ပင် လိုအပ်သည်။ ၎င်းတို့၏ မကျေနပ်မှုထက် ၎င်းတို့၏
တိုးတက်မှု၊ လုံခြုံစိတ်ချမှု တို့ကို ပို၍ ဂရုစိုက်ရမည်။

အမှားကြီးသုံးခုကိုကျော်လွှားခြင်း

အခြားသူများအား ဩဇာလွှမ်းမိုးရန်ကြိုးစားရာ၌ ကျွန်တော်တို့သည်
အမှားကြီးသုံးခုကို ကျူးလွန်မိတတ်ကြသည်။ ၎င်းတို့သည် ဩဇာလွှမ်းမိုးရန်

နည်းလမ်းသုံးခုကို မျက်ကွက်ပြုခြင်း သို့မဟုတ် ဖြတ်လမ်းက လိုက်ခြင်းတို့ ကြောင့် ဖြစ်တတ်ကြသည်။

ပထမအမှား - နားမလည်မီ အကြံပေးခြင်း

အခြားသူများအား မည်သည့်ကိစ္စများ ဆောင်ရွက်ရန် မပြောမီ ကျွန်တော် တို့အနေဖြင့် နားလည်သည့် ဆက်ဆံရေးတစ်ခုရှိအောင် ဦးစွာ တည်ထောင်ရမည်။ သင်က ကျွန်တော့်ကို ဩဇာလွှမ်းမိုးရန်အတွက် အဓိကအချက်မှာ သင်က ကျွန်တော့်ကိုနားလည်ခြင်းဖြစ်သည်။ ခင်ဗျားက ကျွန်တော့်ကိုနားလည်မှသာ ကျွန်တော့်ကို ဩဇာလွှမ်းမိုးနိုင်မည်။ ခင်ဗျားက ကျွန်တော့်ကို နားမလည်လျှင် ကျွန်တော်၏ ထူးခြားသည့် အခြေအနေများ၊ ခံစားမှုများကို နားမလည်လျှင် ဘယ်လိုအကြံပေးရမည်၊ ပြုပြင်ရမည်ကို သိမည်မဟုတ်။ ကျွန်တော်၏ ထူးခြား သည့်အခြေအနေများက ဩဇာလွှမ်းမိုးမှုကို ခင်ဗျားအနေဖြင့် လက်မခံလျှင် ကျွန်တော်ကလည်း ခင်ဗျား၏ အကြံဉာဏ်ကို လက်ခံမည်မဟုတ်ပေ။ ဤအမှား ကို ကုရန်အတွက် ကုနည်းမှာ ကိုယ်ချင်းစာရန်ဖြစ်သည်။ ပထမဦးစွာ မိမိက နားလည်ရန်ကြိုးစား ပြီး ၎င်းနောက်မှ မိမိကိုနားလည်စေရန်ဖြစ်သည်။

ဒုတိယအမှား - အပြုအမူများ၊ သဘောထားများကို မပြောင်းဘဲ ဆက်ဆံ ရေးများ တည်ဆောက်ရန် သို့မဟုတ် ပြန်လည်တည်ဆောက်ရန် ကြိုးစားခြင်း

ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် ကျွန်တော်တို့၏ အပြုအမူများ၊ သဘောထားများ ကိုအခြေခံကျကျ ပြောင်းလဲခြင်းမပြုဘဲ ဆက်ဆံရေးတစ်ခုကို တည်ဆောက်ရန် သို့မဟုတ် ပြန်လည်တည်ဆောက်ရန် ကြိုးစားတတ်ကြသည်။ ကျွန်တော်တို့၏လုပ်ပုံ ကိုင်ပုံက ရှေ့နောက်မညီညွတ်မှုများ၊ မရိုးသားမှုများ ရှိနေလျှင် မည်သည့် မိတ်ဆွေ ဖြစ်နည်းကိုသုံးသုံး အောင်မြင်မည် မဟုတ်ပေ။ အီမာဆင်က ဤအကြောင်းကို ‘သင် ကျွန်ုပ်၏ နားထဲသို့ အော်ပြောလိုက်သဖြင့် ဘာပြောသည်ကို ကျွန်ုပ်မကြား လိုက်ရ’ ဟူ၍ပင် ပြောဖူးသည်။ ဤအမှားကိုကုသရန်အတွက် ရှေ့နောက် ဆီလျော်မှုရှိပါစေ။ ရိုးသားမှုရှိပါစေ။

တတိယအမှား - ကောင်းစွာနမူနာယူပြီး ဆက်ဆံရေးကောင်းမွန်လျှင် လုံလောက်သည်ဟု ယူဆတတ်သောအမှား

နမူနာကောင်းကောင်းပြုလျှင် ဆက်ဆံရေးကောင်းကောင်းရှိနေလျှင် လုံလောက်ပြီဟု ကျွန်တော်တို့က ယူဆတတ်ကြသည်။ အခြားသူတစ်ယောက်

ကိုဘာမျှ သိသိသာသာ ထင်ထင်ရှားရှား သင်ကြားနေစရာမလိုဟု ထင်တတ်ကြသည်။ မေတ္တာမပါသော အမြင်တစ်ခုသည် မည်သို့မျှ မလှုံ့ဆော်နိုင်သလို အမြင်မရှိသော မေတ္တာသည်လည်း ရည်မှတ်ချက်များ၊ လမ်းညွှန်မှုများ၊ စံနှုန်းများမရှိပေ။ မြင့်မားအောင် ဆွဲတင်နိုင်သော စွမ်းအားလည်းမရှိပေ။ ဤအမှားကို ကုသရန်နည်းမှာ အမြင်များ၊ ကဏ္ဍများ၊ ရည်မှန်းချက်များ၊ တာဝန်များ၊ လမ်းညွှန်မှုများ၊ စံချိန်စံနှုန်းများအကြောင်းကို ပြောဆိုခြင်း သင်ကြားခြင်း ဖြစ်သည်။

နောက်ဆုံးအနေဖြင့်ပြောရလျှင် ကျွန်တော်တို့ ပြောပြသည့်အရာများ၊ လုပ်သည့်အရာများထက် ကျွန်တော်တို့ဘယ်လိုလူဆိုသည့် ကိစ္စက ပို၍ ထင်ထင်ရှားရှား ဆက်သွယ်နိုင်သည်။

အိမ်ထောင်ရေးနှင့် မိသားစု ဆက်ဆံရေးများကို ကြွယ်ဝစေနိုင်သည့် နည်းလမ်း ရှစ်ခု

အိမ်ထောင်ရေးနှင့် မိသားစုဆက်ဆံရေးများ၌ အားနည်းမှုများ၊ ဆုံးရှုံးမှုများ ရှိနေလျှင် လုပ်ငန်းခွင်၌ အောင်မြင်မှုသည် အဓိပ္ပာယ်မရှိပေ။ ဘဝ၏ လယ်ကျာ စာရင်း၌ ကြွေးတင်မနေလျှင်ပင် တစ်ဖက်စောင်းနင်းဖြစ်လိမ့်မည်။

အခြား ဆက်ဆံရေးများကဲ့သို့ပင် အိမ်ထောင်ဖက်နှင့် လည်းကောင်း၊ ကလေးများနှင့်လည်းကောင်း ဆက်ဆံရေးသည်လည်း ပျက်စီးနိုင်သည်။ ဘဝနှင့် ပတ်သက်၍ အဆိုးဝါးဆုံး၊ အလေအလွင့်အဖြစ်ဆုံး သံသရာတစ်ခုမှာ အိမ်ထောင် ပြုခြင်း၊ အိမ်ထောင်ကွဲခြင်းဆိုသည့် သံသရာပင်ဖြစ်သည်။ တစ်ခဏတာ သာယာမှု နောက်သို့လိုက်သဖြင့် ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချရသည့် ကလေးများအတွက်လည်းကောင်း၊ မွေးဖွားရှင်သန်ရသည့် ကလေးများအတွက်လည်းကောင်း ကြောက်လန့်စရာ ရလဒ်များကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ အိမ်ထောင်ရေးနှင့် မိသားစုဆက်ဆံရေးများ၊ အမြဲတမ်းကောင်းမွန်နေရန်မှာ လွယ်ကူသည့် အလုပ်မဟုတ်ပါ။ အိမ်ထောင်၏ ထိပ်၌ နိယာမဗဟိုပြု ခင်ပွန်း ဇနီးရှိလျှင် အိမ်ထောင်ရေးကိုများစွာ အထောက် အကူပြုသည်။ အောက်ပါနိယာမအခြေပြု နည်းလမ်း ရှစ်ခုကို လိုက်နာကျင့်သုံးခြင်း အားဖြင့် မိသားစု ဆက်ဆံရေးများကို ပြန်လည်အားဖြည့်ပေးနိုင်သည်။ ကြွယ်ဝ စေနိုင်သည်။

၁။ ရေရှည်မြင်တတ်ခြင်း

မိသားစုကိစ္စ၊ အိမ်ထောင်ရေးကိစ္စများ၌ ရေရှည်အမြင်မရှိလျှင် မလွဲမရှောင်သာဘဲတွေ့ကြုံရသည့် ရုန်းကန်မှုများ၊ စိန်ခေါ်မှုများ၊ အခက်အခဲများကို ကျော်လွှားနိုင်သည့် နည်းလမ်းများကို ရှာဖွေတွေ့ရှိနိုင်သည်။ ရေတိုအမြင်နှင့် ရေတိုအတွေးများရှိခြင်းကြောင့် ကျွန်တော်တို့ကို မတိုးတက်စေရန်၊ မလှုပ်ရှားစေရန် ဆွဲနှစ်ထားရာရောက်သည်။ ခင်ဗျားအနေဖြင့် အိမ်ထောင်ရေးနှင့် မိသားစုကိစ္စများ၌ ရေရှည်အမြင်ရှိသည်လား သို့မဟုတ် ရေတိုအမြင်ရှိသည်လား။ ထိုအချက်ကို ရှာဖွေတွေ့ရှိရန်အနေဖြင့် အောက်ပါစမ်းသပ်မှုတစ်ခုကို လုပ်ကြည့်ပါ။ စာရွက်တစ်ရွက်ကို ယူပြီး လက်ဝဲဘက်၌ ရေတိုအမြင်များ၊ လက်ယာဘက်၌ ရေရှည်အမြင်များဟု ချရေးပါ။ ဥပမာ ခင်ဗျားအနေဖြင့် ခင်ပွန်းတစ်ယောက်၏ အခန်းကဏ္ဍ၊ ဖခင်တစ်ယောက်၏ အခန်းကဏ္ဍ၊ ဇနီးတစ်ယောက်၏ အခန်းကဏ္ဍ၊ မိခင်တစ်ယောက်၏ အခန်းကဏ္ဍ စသည်ဖြင့် ရှိမည်။ ငွေရေးကြေးရေးကိစ္စများ၊ ကလေးများကို စည်းကမ်းထိန်းသိမ်းရေးကိစ္စများ၊ တစ်ဝမ်းကွဲ နှစ်ဝမ်းကွဲကိစ္စများ၊ ဟိုဘက်ဆွေမျိုး ဒီဘက်ဆွေမျိုးကိစ္စများ၊ ကလေးမွေးဖွားမှု ထိန်းချုပ်ရေးကိစ္စများ၊ ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့် ဘာသာရေးဆိုင်ရာကိစ္စများ၊ နေနည်းထိုင်နည်းများ၊ ပြဿနာဖြေရှင်းနည်းများ စသည်ဖြင့်ရှိကြမည်။ ကိစ္စတစ်ခုစီ၊ ပြဿနာတစ်ခုစီကို သေသေချာချာ စဉ်းစားပါ။

ဤလေ့ကျင့်ခန်းက မိမိ၏ အိမ်ထောင်ဖက်နှင့် ကလေးများနှင့်ပတ်သက်၍ ဆက်ဆံရေးများကို ထိုးဖောက်နားလည်စေနိုင်သည်။ ကျွန်တော့်အနေဖြင့် စိတ်ကူးထဲက စံပြုစရာကတခြား လက်တွေ့ လောကကတခြားဖြစ်နေသည့်အဖြစ်မျိုးကို မလိုလားပါ။ ထိုနယ်ပယ်နှစ်ခုကို ပေါင်းစပ်နိုင်ရန်အတွက် တံတားတည်ဆောက်စေလိုသည်။ တစ်ဖက်၌ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခြပ်မဲ့နယ်ပယ်နှင့် အခြားတစ်ဖက်၌ လက်တွေ့ နေ့စဉ်တွေ့ကြုံနေရသည့် ဘဝ၏ ခြားနားချက်ကို ပေါင်းကူးစေလိုသည်။ ထိုသို့ ပေါင်းစပ်မိသည့်အခါ သိက္ခာ သမာဓိများကို တိုးပွားစေနိုင်သည်။

၂။ သင်၏အိမ်ထောင်ရေးနှင့် မိသားစုဘဝကို ပြန်လည်ဇာတ်ညွှန်းရေးဖွဲ့ပါ

ကလေးများအနေဖြင့် ကျွန်တော်တို့သည် အားအကိုးဆုံး၊ အခြားသူများအပေါ် မှီခိုရဆုံး၊ မေတ္တာလက်ခံမှု၊ ပိုင်ဆိုင်မှုတို့ကို အလိုအပ်ဆုံးသူများ

ဖြစ်ကြသည်။ ကျွန်တော်တို့၏ ကလေးဘဝအတွေ့အကြုံများ၊ ကျွန်တော်တို့၏ ဘဝများကို ပြဋ္ဌာန်းသည်။ ကျွန်တော်တို့၏ မိဘများနှင့် အခြားသူများသည် ကျွန်တော်တို့အတုခိုးစရာ စံပြုစရာများဖြစ်သည်။ ကောင်းသည်ဖြစ်စေ၊ ဆိုးသည် ဖြစ်စေ ကျွန်တော်တို့က သူတို့လုပ်သလို လိုက်လုပ်တတ်ကြသည်။ သူတို့နှင့် ထပ်တူထပ်မျှ လုပ်တတ်ကြသည်။ တကယ်တော့ မိဘများက ကျွန်တော်တို့ကို ဘဝနှင့်ပတ်သက်၍ ဇာတ်ညွှန်းတစ်ခု ပေးလိုက်ရာရောက်သည်။ ထိုဇာတ်ညွှန်းများ သည် ကျွန်တော်တို့ ဘဝများ၏ တစ်စိတ်တစ်ဒေသ ဖြစ်လာကြသည်။ ကျွန်တော်တို့၏ ကဏ္ဍများဖြစ်လာကြသည်။ ထိုဇာတ်ညွှန်းများကို သိသိသာသာ ရွေးချယ်ခြင်းမဟုတ်ဘဲ စိတ်ဓာတ်အရ ကူးစက်လာခြင်းဖြစ်သည်။ အခြားသူများ အပေါ် မှီခိုအားထားခြင်း၊ အသိအမှတ်ပြု လက်ခံမှုနှင့် မေတ္တာတို့ကို လိုချင်ခြင်း ပိုင်ဆိုင်လိုခြင်း၊ အရေးပါသည် ထိုက်သည်ဟု ခံစားလိုခြင်းတို့ကြောင့် ထိုဇာတ် ညွှန်းများ ပေါ်ထွက်လာခြင်းဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် မိဘများအနေဖြင့် ကလေးများ အတုခိုးစေနိုင်သောကြောင့် အလွန် တာဝန်ကြီးလှသည်။ ကလေးများအတွက် ဘဝဇာတ်ညွှန်းများကို မိဘများက လက်လွှဲပေးလိုက်ရာ ရောက်သည်။ ကလေးများ၏ ကျန်သည့် ဘဝတစ်လျှောက်လုံး၌ ထိုဇာတ်ညွှန်းများအတိုင်း ပြုမူဆောင်ရွက်ကြ သရုပ်ဆောင်ကြပေလိမ့်မည်။

လူများအနေဖြင့် သူတို့ကြားရသည့်ကိစ္စထက် သူတို့မြင်သည့် ခံစားရသည့် ကိစ္စများကိုသာ ပို၍ အရေးပေးတတ်ကြသည်။ ဇာတ်ညွှန်းရေးသည် ဆိုရာ၌ ၉၀ ရာခိုင်နှုန်းလောက်မှာ နမူနာပြုခြင်းဖြစ်ပြီး ၁၀ ရာခိုင်နှုန်းလောက်သာ ပြောဆိုသည့်ကိစ္စများပါဝင်သည်။ ထို့ကြောင့် ကျွန်တော်တို့၏ နေ့စဉ်စံပြုလှုပ်ရှားပုံ များသည် ဩဇာလွှမ်းမိုးနိုင်သော နည်းလမ်းများဖြစ်သည်။ ကိုယ်ကျင့်တရားဆိုင်ရာ နိယာမများကို ကြီးကြီးကျယ်ကျယ် ပြောနေ၍ နိမ့်ကျသေးသိမ်စွာ ဆောင်ရွက် နေလျှင် ကလေးများသည် ထိုသို့ပင် ဆောင်ရွက်သွားကြမည်။

ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် ကျွန်တော်တို့ကိုရေးပေးလိုက်သည့် ဇာတ်ညွှန်း များ၏ ဩဇာလွှမ်းမိုးမှုကို အကြီးအကျယ်ခံရသည်။ သို့သော် ထိုဇာတ်ညွှန်း များကို မိမိဘာသာမိမိ ပြန်ရေးနိုင်သည်။ စံပြုစရာ၊ အားကျစရာ အသစ်များကို ထုတ်ဖော်နိုင်သည်။ ဆက်ဆံရေးအသစ်များ ဖြစ်ပေါ်လာအောင် ဖန်တီးနိုင်သည်။ စာအုပ်ကောင်းများထဲက မှန်ကန်သည့်နိယာမများကို ဖတ်ရုံမျှဖြင့် ဇာတ်ညွှန်း ကောင်းများ ဖြစ်မလာနိုင်ပေ။ ထိုနိယာမများကို ဖော်ထုတ်ကာ ထိုနိယာမများ အတိုင်း နေထိုင်သူများနှင့် ဆက်သွယ်ခြင်းဖြင့်သာ ဇာတ်ညွှန်းကောင်းများသာ

ထွက်ပေါ်လာနိုင်သည်။ မှန်ကန်သည့် နိယာမများရှိရုံဖြင့် မှားယွင်းသည့် စံနမူနာများကို ဖယ်ရှားပစ်နိုင်မည်မဟုတ်ပေ။ ကျွန်တော်၏ ကျောင်းသားများကို သူတို့အား သိကျွမ်းဝင်ရန်ထက် မှန်ကန်သည့်နိယာမများကို သင်ကြားပေးသည်က လွယ်သည်။ သူတို့ကို ကိုယ်ချင်းစာကာ ကျွန်တော့်ကိုကျွမ်းဝင်ချစ်ခင်ရန်ထက် ဧရာမအကြံကောင်း ဉာဏ်ကောင်းများ ပေးလိုက်သည်က ပို၍လွယ်သည်။ အပြန်အလှန် ဆက်သွယ်သည်ထက် လွတ်လွတ်လပ်လပ် သီးသီးသန့်သန့်နေသည်က ပို၍ လွယ်သည်။ အလင်းရောင်ပြရန်ထက် အကဲဖြတ်ရန်က ပို၍လွယ်သည်။ စံနမူနာပြရန်ထက် ဝေဖန်ရန်က ပို၍လွယ်သည်။

အိမ်ထောင်ရေးကိစ္စများ၌ လူအများတွေ့ကြုံရသည့် ပြဿနာများသည် ကဏ္ဍတစ်ခုနှင့်တစ်ခု ဆန့်ကျင်ခြင်းတို့ကြောင့် ပေါ်ထွက်လာတတ်ကြသည်။ ဥပမာ ခင်ပွန်းသည်က ပန်းဥယျာဉ်ကို ဂရုစိုက်ရန်မှာ ဇနီးသည်၏ တာဝန်ဖြစ်သည်ဟုထင်သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုလျှင် သူ့အမေက ပန်းဥယျာဉ်ကို ဂရုစိုက် ခဲ့သည့်ကိုတွေ့ခဲ့ခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်။ ဇနီးသည်ဘက်ကကြည့်လျှင် ထိုကိစ္စမှာ ခင်ပွန်းသည်၏ တာဝန်ဖြစ်သည်ဟု ထင်သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သူမအနေဖြင့် သူမ၏ ဖခင်က ဥယျာဉ်မျိုး လုပ်ခဲ့သည်ကို တွေ့ခဲ့ခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ ဇာတ်ညွှန်းတစ်ခုနှင့်တစ်ခု ထိပ်တိုက်ရင်ဆိုင်မိသည့်အခါ ပြဿနာငယ် တစ်ခုသည် ပြဿနာကြီးတစ်ခု ဖြစ်လာပြီး ပြဿနာများကို ပို၍ ဆိုးဝါးစေကာ ခြားနားချက်ကို ပိုမို၍ ကြီးမားလာစေနိုင်သည်။ မိမိ၏ အိမ်ထောင်ရေးနှင့် မိသားစုပြဿနာများကို ပြန်လည် လေ့လာသုံးသပ်ပြီး ၎င်းတို့သည် မျှော်လင့်မှု ကွာဟခြင်း၊ ဇာတ်ညွှန်းများ ဆန့်ကျင်ခြင်းတို့ကြောင့် ဟုတ်သည် မဟုတ်သည်ကို လေ့လာသုံးသပ်ပါ။

၃။ မိမိ၏ အခန်းကဏ္ဍများကို ပြန်စဉ်းစားပါ

အိမ်ထောင်ရှင်များ မိဘများသည် ကဏ္ဍသုံးခု၊ တာဝန်သုံးခုကို ထမ်းဆောင်ကြရသည်။ ၎င်းတို့မှာ ထုတ်လုပ်သူ၊ မန်နေဂျာနှင့် ခေါင်းဆောင်တို့ဖြစ်သည်။ ထုတ်လုပ်သူတစ်ယောက်သည် လိုအပ်သည့်ရလဒ်များ ထွက်ပေါ်လာရန် အတွက် လိုအပ်သည့်ကိစ္စရပ်များကို ဆောင်ရွက်ရသည်။ ကလေးငယ်က သူ့ အခန်းကို ရှင်းသည်။ အဖေက အမှိုက်ကိုယူသည်။ အမေက ကလေးကို အိပ်ရာထဲထည့်သည်။ ထုတ်လုပ်သူတစ်ယောက်အနေဖြင့် ရလဒ်များကို တိုးပွားရန် အတွက် ကိရိယာ တန်ဆာပလာများကို အသုံးပြုသည်။

ထုတ်လုပ်မှုကို ဦးတည်သောမိဘတစ်ယောက်သည် သန့်ရှင်းသည့်အိမ်ခန်း တစ်ခန်းဖြစ်ရေး၊ ကောင်းကောင်းထိန်းသိမ်းထားသည့် မြက်ခင်းတစ်ခင်း ဖြစ်ရေး အတွက်ဂရုစိုက်သူဖြစ်သည်။ သူ့အနေဖြင့် လုပ်စရာရှိသည့် အလုပ်အများစုကို လုပ်ပြီး ကလေးများက သူတို့အလုပ်ကို မလုပ်သည့်အတွက် ဝေဖန်တတ်သူ ဖြစ်သည်။ ကလေးများကို သေသေချာချာ လေ့ကျင့် သင်ကြားပေးမထားပေ။ ၎င်းတို့၏ တာဝန်ကို ထမ်းဆောင်ရန် ပြည့်ပြည့်ဝဝ ပြင်ဆင်မထားပေ။

ထုတ်လုပ်သူအနေဖြင့် ဆောင်ရွက်တတ်ကြသည့် မိဘအတော်များများ သည် မည်သို့လွဲအပ်ရမည်၊ ကိုယ်စားလှဲရမည်ကို နားမလည်ကြပေ။ ထို့ကြောင့် အလုပ်များကို သူတို့ကိုယ်တိုင်သာ လုပ်ကြပြီး သူတို့ကိုယ်သူတို့ နှိပ်စက် ညှဉ်းပန်းသလို ဖြစ်နေသည်။ အိပ်ရာဝင်သည့်အခါ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်၍လည်း ကောင်း၊ ဆူပူ၍လည်းကောင်း၊ အကူအညီမပေးသည့်သူများအား စိတ်ပျက် လက်ပျက်ဖြစ်၍လည်းကောင်း အိပ်ရာဝင်တတ်ကြသည်။ ပြဿနာအတော် များများ၏ အဖြေမှာ သူတို့လက်ထဲတွင်ရှိသည်။ သူတို့ပါမှဖြစ်မည်။ သူတို့ လုပ်မှဖြစ်မည်ဟု ထင်တတ်ကြသည်။ ထို့ကြောင့်ပင် သူတို့၏ လုပ်ငန်းဆောင်တာ များ၊ သူတို့၏ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများသည် သေးသေးငယ်ငယ်လေးဖြစ်နေကြခြင်း ဖြစ်သည်။ အခြားသူများကစိတ်ပါလက်ပါ မျှော်လင့်ထားသည့်အတိုင်း လိုက်ပါ ဆောင်ရွက်စေရန် မည်သို့အလုပ်ကို လွှဲအပ်ရမည်ကို မသိကြပေ။ ကိုယ်တိုင် မလုပ်ဘဲ အခြားသူများကို လုပ်ဖို့လွှဲအပ်သည့်အခါ ‘ရှင်းပြနေတာက အချိန်ကြာ သေးတယ်။ ငါ့ဟာငါ ထလုပ်လိုက်တာက ပိုတောင်လွယ်သေးတယ်’ ဟု ပြောတတ် ကြသည်။ ဤနည်းအားဖြင့် တာဝန်လွှဲဖို့ကိစ္စကို လက်လျှော့တတ်ကြပြီး ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် လုပ်သည့်အလုပ်သို့ ပြန်လည် ဆိုက်ရောက်သွားတတ်ကြသည်။ ထုတ်လုပ်သည့်အလုပ်ကိုသာ ပြန်လည်လုပ်တတ်ကြသည်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုသနား စရာလိုလို၊ အာဇာနည်များလိုလို တွေးမိပြီး ပင်ပင်ပန်းပန်း နွမ်းနွမ်းနယ်နယ်ဖြင့် အဆုံးသတ်သွားတတ်ကြသည်။ သူတို့ကို ကြည့်လျှင် သူတို့သည် တစ်ချိန်လုံး အလုပ်မိနေတတ်ပြီး တစ်ခုပြီးတစ်ခု တွန်းတွန်းတိုက်တိုက် လုပ်နေကြသည်။ မောပန်းနွမ်းနယ်နေကာ စိတ်ပျက်လက်ပျက်ဖြစ်နေကြသူများလည်း ဖြစ်သည်။ အမှားအယွင်းများနှင့် ကြုံတွေ့လျှင် လိုအပ်သည်ထက် ပိုမိုတုံ့ပြန်တတ်ကြပြီး ထိုအမှားအယွင်းများကို ပြင်ဆင်ရန်အတွက် မြန်မြန်ဆန်ဆန် ဝင်ရောက်တတ် ကြသည်။ တစ်ချိန်လုံး စစ်ဆေးနေတတ်ပြီး ကလေးများအလုပ်လုပ်စေလိုသည့်

စိတ်ဓာတ်ကို လှုံ့ဆော်ပေးခြင်း မပြုနိုင်။ ‘သူတို့ ဒီလိုလုပ်မှာမဟုတ်ဘူးဆိုတာ ငါ သိသားပဲ’ ဟူ၍ ပြောတတ်ကြသည်။

မန်နေဂျာတစ်ယောက်၏ အခန်းကဏ္ဍ၌ မိဘများသည် အိမ်မှာရှိသည့် အလုပ်များကိုလည်းကောင်း၊ ခြံထဲမှာရှိသည့် အလုပ်များကိုလည်းကောင်း ကလေး များကို လွှဲအပ်ကြသည်။ ဤသို့ အလုပ်လွှဲအပ်သည့်အတွက် အလုပ်များ ပို၍ ပြီးနိုင်ကြသည်။ အင်အားအနည်းငယ်သုံးရုံဖြင့် အလုပ်ပေါင်းများစွာကို ပြီးစီးအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်ကြသည်။ မန်နေဂျာလို ဆောင်ရွက်သည့်မိဘများအနေဖြင့်ကလေး များ၏ အားနည်းချက်များကို လက်ခံနိုင်ကြသည်။ ကလေးများကို သင်ကြား ပို့ချရန်၊ ဆက်သွယ်ရန်၊ သတင်းအချက်အလက်များပေးရန်၊ ထိုက်ထိုက်တန်တန် ချီးမြှင့်ရန် လိုအပ်သည်ကိုနားလည် သဘောပေါက်ကြသည်။ ကလေးများ လုပ်ဆောင်ရာတွင် ချမှတ်ပေးရန်အတွက် စံချိန်စံညွှန်းများ၊ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများ ရှိဖို့လိုအပ်သည်။ ၎င်းတို့သည် မှန်ကန်သည့် နိယာမများအပေါ်၌ အခြေခံရမည်ကို နားလည်ကြသည်။ ထိုအခါ လုပ်ငန်းတော်တော်များများတို့သည် အလိုအလျောက် လေယာဉ်ပျံမောင်းနှင်သလို အလိုလိုပြီးစီးသွားတတ်ကြသည်။ သို့သော် ဤသို့ ဆောင်ရွက်ရင်းဖြင့် မိဘများသည် ပျော့ပျောင်းမှုမရှိသော၊ ဗျူရိုကရေစီဆန်သော နည်းလမ်းများကို သာ ဦးတည်သော၊ စနစ်များကိုသာ စိတ်ထဲစွဲနေသောသူများ ဖြစ်လာကြသည်။ ကြာလာသည့်အခါ မန်နေဂျာဆန်သော မိဘများသည် ထိရောက်မှုရှိရန်ထက် စွမ်းရည်မြင့်မားရေးကို ဦးတည်လာကြသည်။ မှန်ကန်သည့် ကိစ္စများကိုမလုပ်ဘဲ မည်သည့်ကိစ္စမဆို မှန်မှန်ကန်ကန် လုပ်ဖို့ကိုသာ အာရုံစိုက် လာကြသည်။

အိမ်ထောင်ရေးနှင့် မိသားစုဘဝ၏ သဘာဝသည် အပြန်အလှန် ဆက်နွယ်မှုရှိသည်။ မိသားစုထဲ၌ စီမံခန့်ခွဲမှုမရှိလျှင် နေ့စဉ်နေ့တိုင်း ဘီးကို ပြန်တီထွင်နေရသလို ဖြစ်မည်။ သေသေချာချာ ချမှတ်ထားသည့် စနစ်များ၊ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများရှိမည် မဟုတ်ပေ။ အလုပ်များ လုပ်ရင် ကိုင်ရင်းဖြင့် လူတိုင်းမောပန်းနွမ်းနယ်သွားကြမည်။ ကဏ္ဍတစ်ခုနှင့်တစ်ခု ဆန့်ကျင်ဘက် များ မသေချာမရေရာမှုများ ရှိလာမည်။ အလုပ်မပြီးသည့်အခါ တစ်ယောက်ကို တစ်ယောက် ပြစ်တင်ခြင်းများ ရှိလာမည်။ မိဘများသည် မန်နေဂျာကောင်းများ ဖြစ်နိုင်သဖြင့် ၎င်းတို့သည် လွတ်လပ်မှု၊ ၎င်းတို့၏ ကိုယ်တွင်း၌ လုံခြုံစိတ်ချရမှု၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုအားကိုးမှုများရှိရန် လိုအပ်သည်။ ၎င်းတို့မရှိလျှင် အခြားသူများကို ဆက်သွယ်ခြင်း၊ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်း၊ ပျော့ပျောင်းခြင်းများ ရှိမည်မဟုတ်ပေ။

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

အခြားသူများ၏ လိုအပ်ချက်နှင့် လူတို့၏ အခြေအနေများနှင့် ပတ်သက်၍ လိုက်လျောညီထွေ ပြောင်းလဲ တုံ့ပြန်ခြင်းများ ရှိမည်မဟုတ်ပေ။

ခေါင်းဆောင်မှုအခန်းကဏ္ဍ၌ သင့်အနေဖြင့် ပြောင်းလဲမှုများဖြစ်ပေါ်အောင် ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။ သို့သော် အပြောင်းအလဲများသည် လူတွေကို စိတ်ပျက် လက်ပျက် ဖြစ်စေတတ်သည်။ လူတွေကို အနှောင့်အယှက် ဖြစ်စေတတ်သည်။ အကြောက်တရားများ၊ မသေချာမရေရာမှုများ၊ မလုံခြုံ စိတ်မချရမှုများကို ဖြစ်စေ တတ်သည်။ အပြောင်းအလဲကိုဆန့်ကျင်နေသည့်ကိစ္စများ၊ စိုးရိမ်ပူပန်စရာများ နှင့်ပတ်သက်၍ အမှန်တကယ် ကိုယ်ချင်းစာခြင်းအားဖြင့် အပြောင်းအလဲများ ဖြစ်ပေါ်အောင် အထောက်အကူပြုနိုင်သည်။ ၎င်းတို့၏ စိုးရိမ်သောကများကို လွတ်လွတ်လပ်လပ် ထုတ်ဖော်ခွင့်ပြုရမည်။ ထုတ်ဖော်နိုင်အောင်လည်း ကူညီပေး ရမည်။ အများလက်ခံနိုင်သည့် အဖြေသစ်တစ်ခု ဖန်တီးရေးအတွက် ပူးပေါင်း ပါဝင်စေရမည်။ ထိုကဲ့သို့ ခေါင်းဆောင်မှုမျိုးမရှိလျှင် တန်ပြန်မှုများ ခိုင်မာလာပြီး မိသားစု တင်းကျပ်သည့် ဗျူရိုကရေစီပုံစံကိုသော်လည်းကောင်း၊ ရှေးဟောင်း ပုံစံကိုသော်လည်းကောင်း အေးတိအေးစက် ဆက်ဆံရေးမျိုးကိုသော်လည်းကောင်း ဖြစ်ပေါ်စေသည်။

စီမံခန့်ခွဲမှုအတော်ကောင်းသော မိသားစုများ များစွာရှိသည်။ သို့သော် ထိုမိသားစုများ၌ ခေါင်းဆောင်မှုမရှိဘဲ ဖြစ်နေသည်။ လမ်းမှားကို ဦးတည်၌ သွားနေခြင်း သို့မဟုတ် လူတိုင်းအတွက် စစ်ဆေးစရာ စာရင်းများ၊ စနစ် ကောင်းများ အပြည့်အဝဖြင့် ရှေ့သို့ခရီးဆက်နေခြင်း၊ သို့သော် မည်သူကမျှ နှလုံးသားမရှိ နွေးထွေးမှုမရှိ ခံစားမှုမရှိ ဆောင်ရွက်နေခြင်းများကို တွေ့ရသည်။ ကလေးများအနေဖြင့် ထိုအခြေအနေများမှ တတ်နိုင်သလောက် မြန်မြန်ဆန်ဆန် ထွက်ခွာပြေးတတ်ကြပြီး မည်သည့်အခါမျှ ပြန်မလာဘဲ ရှိတတ်ကြသည်။ မိသားစုတာဝန်အတွက်မှလွဲ၍ လက်ရှိအခြေအနေများမှ ထွက်ပြေးတတ်ကြသည်။ ဤအခြင်းအရာကို မျိုးဆက်တစ်ခုပြီးတစ်ခု ကူးပြောင်းနေသော မိသားစု ဆက်ဆံရေးများ၌ တွေ့ရသည်။ မိသားစုများ ဆုံစည်းကြခြင်းသည် နှစ်ဦးနှစ်ဖက် အကျိုးအတွက်လည်းကောင်း၊ မေတ္တာ မျှဝေရန်အတွက်လည်းကောင်းလောက်သာ စုစည်းတတ်ကြသည်။ သို့မဟုတ် တစ်ခါတစ်ရံမှသာ မလွဲသာမရှောင်သာ တွေ့ရန်တာဝန်ရှိသည်ဆိုသည့် သဘောဖြင့် တွေ့ဆုံတတ်ကြသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးတစ်ယောက်ကို အကြောင်းပြု၍ ထိုပုဂ္ဂိုလ်အတွက် တာဝန်ရှိသည် ဆိုသည့်သဘောမျိုးဖြင့် တွေ့ဆုံတတ်ကြသည်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးတစ်ယောက်

ကွယ်လွန်သည့်အခါ မိသားစုအဖွဲ့ဝင်များက သီးခြားလမ်းကြောင်းကို လိုက်ပါ တတ်ကြသည်။ တစ်နေရာနှင့်တစ်နေရာ ခြားနားသောမြို့များ၌ နေထိုင်ကြသည်။ ညီအစ်ကို မောင်နှမအရင်းများထက် သူစိမ်းတစ်ရံများ မိတ်ဆွေဟောင်းများ၊ အိမ်နီးချင်းများကို ပို၍နီးကပ် ခင်တွယ်သွားတတ်ကြသည်။ မြန်ရာဟင်းကောင်း ခင်ရာဆွေမျိုး ဖြစ်သွားတတ်ကြသည်။

အကယ်၍ မိခင်တစ်ယောက်သည် ထုတ်လုပ်သူတစ်ယောက်၏ ကဏ္ဍ ၌သာ တစ်ချိန်လုံးဆောင်ရွက်နေလျှင် အဖေတစ်ယောက်ကလည်း မန်နေဂျာ တစ်ယောက်ကဏ္ဍသာ နေနေပြီး မည်သူကမျှ ခေါင်းဆောင်သူ တစ်ယောက်၏ ကဏ္ဍက ဆောင်ရွက်ခြင်းမပြုလျှင် ကလေးများသည် အနည်းငယ်မျှသာ စိတ်မပါ လက်မပါ အကူအညီပေးကြမည်။ ခေါင်းဆောင်တစ်ယောက်၏ အခန်းကဏ္ဍ မှာ နမူနာပြုခြင်း၊ အမြင်ရှိခြင်းတို့ဖြင့် လမ်းညွှန်ပေးရန်ဖြစ်သည်။ မေတ္တာနှင့် စိတ်ကူးစိတ်သန်းတို့ဖြင့် လှုံ့ဆော် ပေးရန်ဖြစ်သည်။ အပြန်အလှန်လေးစားမှု အပေါ်၌ အခြေခံသော အသင်းအဖွဲ့ တစ်ခုလိုဖြစ်အောင် ဆောင်ရွက်ပေးရန် ဖြစ်သည်။ ထိရောက်မှုကို ဦးတည်ကာ ရလဒ်များအပေါ်၌ အာရုံစိုက်ရန် ဖြစ်သည်။ နည်းလမ်းများ၊ စနစ်များ၊ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများကိုသာ အာရုံစိုက်ရန် မဟုတ်ပေ။

ဤတစ်ခုနှင့်တစ်ခု ဆက်သွယ်နေသည့် ကဏ္ဍသုံးခုတို့သည် အိမ်ထောင် ရေးများ၊ မိသားစုများ၌ အခြေခံကျလှသည့် မိသားစုများ၌ အခြေခံကျသည်။ အိမ်ထောင်ရေး၏ စောစောပိုင်းအချိန်ကာလများ၌ အိမ်ထောင်ဖက် နှစ်ဦးစလုံး သည် ကဏ္ဍသုံးမျိုးစလုံးက ဆောင်ရွက်ကြရမည် ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ဆောင်ရွက်ရာ၌ ကဏ္ဍတစ်ခု တာဝန်တစ်ခုကို အခြားကဏ္ဍများထက် ပို၍ အလေးပေးရမည်။ ကလေးများ တဖြည်းဖြည်းကြီးထွားလာသည်နှင့်အမျှ မန်နေဂျာနှင့် ခေါင်းဆောင် များ၏ အခန်းကဏ္ဍများသည် ပို၍ အရေးကြီးလာ လိမ့်မည်။ နောက်ဆုံး၌ မိဘများ၊ အဘိုးအဘွားများအတွက် ခေါင်းဆောင်၏ အခန်းကဏ္ဍသည်သာ အရေးအကြီးဆုံး ဖြစ်လာလိမ့်မည်။

၄။ သင်၏ရည်မှန်းချက်များကို ပြန်လည်ရေးဆွဲသတ်မှတ်ပါ

အိမ်ထောင်ရေးနှင့် မိသားစုဘဝများ၌ ကျွန်တော်တို့ လိုချင်သည့်အရာ များကိုရရန် ကြိုးစားအားထုတ်ရာတွင် အလွန်အရေးကြီးသည့် သင်ခန်းစာ တစ်ခုရှိသည်။ ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် ကျွန်တော်တို့ကို ထုတ်လုပ်မှု စွမ်းအားများ

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

တိုးပွားအောင် ဆောင်ရွက်ပေးသည့် စွမ်းအားစုများ ပိုင်ဆိုင်မှုများကို ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ရမည်။ တိုးပွားအောင် လုပ်ရမည်။ ထိုရည်မှန်းချက် နှစ်ခုကို ကျွန်တော်က P နှင့် PC ဟူ၍ ခွဲခြားသည်။ P မှာ လိုအပ်သည့် ရလဒ်များ ထွက်ပေါ်လာအောင် ထုတ်လုပ်ခြင်းကိုဆိုလိုသည်။ PC ဆိုသည်မှာ အလိုရှိ သည့် ရလဒ်များထွက်ပေါ်လာစေရန်အတွက် အသုံးပြုသည့် ပိုင်ဆိုင်မှုများ၊ စွမ်းအားစုများ ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခြင်း တိုးပွားအောင် လုပ်ခြင်းကိုဆိုလိုသည်။

ဥပမာ အကယ်၍ မိဘတစ်ဦးအနေဖြင့် ဆယ်ကျော်သက်အရွယ်သား တစ်ယောက်နှင့် ပတ်သက်၍ ထုတ်လုပ်မှုအစွမ်းအစများကို ဂရုမစိုက်လျှင် ယုံကြည်မှုအဆင့် နိမ့်ကျသွားမည်။ ဆက်သွယ်ရေးလမ်းကြောင်းပိတ်ဆို့သွားပြီး ရှိနေလျှင်လည်း ယန္တရားဆန်ဆန်သာရှိနေမည်။ သားအနေဖြင့် အတွေ့အကြုံနှင့် အကြံဉာဏ်များလိုအပ်သည့် ကိစ္စနှင့် ပတ်သက်၍ ဖခင်၏ အကြံပေးချက်များကို လိုလိုလားလားလက်ခံမည်မဟုတ်ပေ။ ဖခင်ဖြစ်သူ၌ သားကိုအကြံဉာဏ်များ ပေးရန်အတွက် ဉာဏ်ပညာနှင့် ဆန္ဒများမည်မျှပင် ရှိသော်လည်း ယုံကြည်မှုနိမ့်ကျ သဖြင့် ၎င်းတို့ကို သားက လိုလိုလားလား လက်ခံနားထောင်မည် မဟုတ်ပေ။ လိုချင်သည့်ရလဒ်များ ထွက်ပေါ်ရန် ကြိုးစားအားထုတ်ပါသော်လည်း ယခုအခါ၌ ထိုကိစ္စမှာ အလွန်ပင် အဆင်မပြေဖြစ်စေနိုင်သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ထုတ်လုပ်မှုစွမ်းအား တိုးပွားရေးကိစ္စများကို မဆောင်ရွက်ရသေး၍ ဖြစ်သည်။ ထိုအခါ သားဖြစ်သူအနေဖြင့် ရေတို စိတ်ခံစားမှုအပေါ်၌ စိတ်အလိုလိုက်၍ ဆောင်ရွက်သော ဆုံးဖြတ်ချက်များကိုသာချမှတ်ပြီး ရေရှည်အတွက် ဆိုးဆိုးဝါးဝါး ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်သည်။

ထုတ်လုပ်မှု စွမ်းအား တိုးပွားရေး ကိစ္စများကို ဂရုမစိုက်သည့်အခါ ဆက်ဆံရေး ပြန်လည်ကောင်းမွန်ရန်အတွက် မိဘတစ်ဦးအနေဖြင့် ပို၍ ကြိုးစား အားထုတ်ရမည်။ ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် ထုတ်လုပ်မှုစွမ်းအား တိုးပွားရေးနှင့် ပတ်သက်သည့် ကိစ္စများ၊ မူလအခြေခံမေတ္တာ၏ နိယာမများကို လက်ခံနေထိုင် ကျင့်သုံးခြင်းရှိလျှင် ထုတ်လုပ်မှုစွမ်းအားတည်းဟူသော ရလဒ်များ သို့မဟုတ် ဘဝ၏ အခြေခံနိယာမများကို လေးစားရာရောက်သည်။ ထိုနည်းမှ တစ်ပါး ဖြတ်လမ်းမရှိပေ။

အိမ်ထောင်ရေးနှင့် မိသားစုဆက်ဆံရေးများ ကောင်းမွန်လာရန်အတွက် ဆေးမြီးတို့များ၊ အတုအယောင်ဆုလာဘ်များ၊ အကြံအဖန်များတို့သည် အကျင့်

စာရိတ္တအားနည်းချက်ကို ယာယီမျှသာ ဖုံးကွယ်ပေးနိုင်မည်။ မကြာမီ၌ပင်လျှင် ထိုအားနည်းချက်များ ထွက်ပေါ်သွားနိုင်သည်။ ဘဝ၏လှိုင်းထန်သော အချိန်ကာလများနှင့် ကြုံတွေ့သည့်အခါ ထိုအားနည်းချက်များ သိသာထင်ရှား သွားစေသည်။ အိမ်ထောင်ရေးဆိုသည်မှာ သိမ်မွေ့မှု၊ ကြင်နာမှု၊ စာနာမှု၊ ယဉ်ကျေးမှု၊ သာယာသော ဝေါဟာရများတို့နှင့် မေတ္တာတို့ဖြင့်တစ်ချိန်လုံးဖွဲ့စည်းစုဆောင်းထားရသည့် ဆက်ဆံရေးတစ်ခုဖြစ်သည်။

ထုတ်လုပ်မှုတိုးပွားရေးကို ဦးတည်၍ ထုတ်လုပ်မှုအစွမ်းအစများကို ဂရုမစိုက်ဘဲနေလျှင် ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် ခေတ္တခဏမျှ ထုတ်လုပ်မှု တိုးကောင်းတိုးမည်။ သို့သော် နောက်ဆုံး၌ ထုတ်လုပ်မှုသည်လည်း ကျဆင်း သွားမည် ဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် လိမ်ညာသည့်အတုအယောင်နည်းလမ်းများကို ကျင့်သုံးလျှင် ရေတို၌ ကျွန်တော်တို့လိုချင်သည့် အရာများ ကို ရရှိသော်လည်း နောက်ဆုံး၌ ယုံကြည်မှုအဆင့်နှင့် ဆက်သွယ်ရေးဖြစ်စဉ် များ ပျက်စီးသွားမည်။ အိမ်ထောင်ရေးဆက်ဆံမှုများလည်း ပျက်စီးသွားမည်။ နားလည်မှုရှိသည့်အစား၊ ဝေါဟာရမပါဘဲ ဆက်သွယ်ပြောကြားနိုင်သည့် အခြေအနေအစား အမှားအယွင်းများ လုပ်မိလျှင် နားလည်နိုင်သည့် အခြေအနေ၏အစား ဆိုးဆိုးဝါးဝါး အခြေအနေများ ဖြစ်ပေါ်လာမည်။ လွတ်လပ်သည့် နေနည်းထိုင်းနည်းများကို နေထိုင်ရန် ကြိုးစားကြမည်။ အတန်အသင့်မျှ လေးစားမှုရှိသော၊ အတန်အသင့်မျှသည့်ခံနိုင်သော၊ နေပုံထိုင်ပုံများဖြစ်ရန် ကြိုးစားကြမည်။ ထိုမှ တစ်ဆင့်တက်သွားသည့် အခါ ရန်လိုခြင်း ခုခံခြင်းများ ဖြစ်လာမည်။ ဤနည်းအားဖြင့် အိမ်၌ စစ်အေးတိုက်ပွဲများ၊ တရား၌တိုက်ပွဲများဖြင့် ဆုံးသွားတတ်ကြသည်။ ထိုကဲ့သို့ မဆုံးလျှင်လည်း ကလေးများရှိနေသဖြင့် မလွဲမရှောင်သာ ဆက်လက် ရပ်တည်နေရခြင်း၊ လိင်ကိစ္စကြောင့်သော်လည်းကောင်း၊ လူမှုရေးဖိအားကြောင့်သော်လည်းကောင်း၊ လူ့အထင်အမြင်သေးမည် စိုး၍ သော်လည်းကောင်း ဆက်လက်ရပ်တည်နေရသည့် သဘောမျိုးသားဖြစ်သွားမည်။

အိမ်ထောင်ရေးကိစ္စများ ပြိုကွဲခြင်း၏ အရင်းအမြစ်အကြောင်းတရား တစ်ခုဖြစ်သော တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်မှုသည် ထုတ်လုပ်မှုကို အလေးပေးမှုကိုယ်လိုချင်တာကို ရအောင်ကြိုးစားမှု လွန်ကဲခြင်း၏ လက္ခဏာတစ်ခုဖြစ်သည်။ ဥပမာ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်သော အချိန်ကာလတစ်ခုအထိ ချင့်ချင်ချိန်ချိန်မရှိသော ခင်ပွန်းသည်တစ်ယောက်သည် သူလိုချင်တာကို ရအောင်

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

ကြိုးစားခြင်းအားဖြင့် ထုတ်လုပ်မှုစွမ်းအားများကို ဂရုမစိုက်သောကြောင့် နောက်ဆုံးတွင် ဆက်ဆံရေးများ ပျက်စီးသွားတတ်သည်။

မိဘများနှင့် ကလေးများဆက်ဆံရာ၌လည်း ထို့အတူပင်ဖြစ်သည်။ အကယ်၍ မိဘများက သူတို့လိုချင်တာကိုသာ အာရုံစိုက်ပြီး ကလေးများကို ခြိမ်းခြောက်လျှင်၊ အော်ဟစ်ဆဲဆိုလျှင်၊ ဆုပေးဒဏ်ပေးစနစ်ကို ကျင့်သုံးလျှင် ဆက်ဆံရေးများ ပျက်စီးသွားမည်။ စည်းကမ်းလည်းရှိမည်မဟုတ်။ အမြင်များ စံချိန်စံညွှန်းမှ မျှော်လင့်ချက်များနှင့် ပတ်သက်၍လည်း ရေရေရာရာ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ကြည်ကြည်လင်လင် မရှိတော့ဘဲ ရှုပ်ထွေးလာမည်။

ကလေးက ငယ်ရွယ်ပြီး ခြောက်လှန့်မှုကို ကြောက်လန့်နေလျှင် မိဘများ အနေဖြင့် မည်သည့်နည်းလမ်းကိုသုံးသုံး သူတို့လိုချင်တာကို ဖြစ်အောင်လုပ်နိုင်သည်။ သို့သော် ထိုကလေးက ဆယ်ကျော်သက်အရွယ်ရောက်လာလျှင် မိဘများ၏ ခြိမ်းခြောက်မှုများသည် လိုချင်သည့်ရလဒ်များ ထွက်ပေါ်လာအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်တော့မည်မဟုတ်ပေ။ ယုံကြည်မှုမြင့်မားခြင်း၊ နှစ်ဦးနှစ်ဖက် အပြန်အလှန် လေးစားခြင်းများ မရှိလျှင် မိဘများအနေဖြင့် ကလေးများ အပေါ်တွင် လုံးဝ ထိန်းချုပ်နိုင်မည် မဟုတ်ပေ။

PC ထုတ်လုပ်မှု အစွမ်းအစများသည် ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်၏ အကျင့်သီလ၊ သမာဓိ၊ ရိုးသားမှုတို့မှ တိုက်ရိုက်ထွက်ပေါ်လာခြင်းဖြစ်သည်။ ထုတ်လုပ်မှု တိုးပွားရန်အတွက် ရည်ရွယ်၍ လိမ်ညာဆောင်ရွက်မှုများ မဟုတ်ပေ။ ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် မရိုးမသားဖြစ်နေလျှင် ထုတ်လုပ်မှုအစွမ်းအစများကို လိမ်ညာသည့် နည်းလမ်း တစ်ခုအဖြစ်သုံးနေလျှင် ထိုသို့ သုံးနေမှန်းသိသိသာသာ ထင်ထင်ရှားရှားထွက်ပေါ်လာမည်။ အကယ်၍ ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် အချိန် တစ်ချိန်တွင် နည်းနည်းစီ နည်းနည်းစီ ရိုးရိုးသားသား နေပြမည်ဆိုပါက တစ်ချိန်လုံး ရိုးသားနေမည်ဆိုလျှင် အများကြီး အကျိုးရှိမည်။ စိတ်ရှည်ခြင်း၊ ယဉ်ကျေးခြင်း၊ ကိုယ်ချင်းစာခြင်း၊ ကြင်နာခြင်း၊ စွန့်လွှတ် အနစ်နာခံခြင်း၊ ရိုးသားခြင်း၊ ဝန်ဆောင်မှုပေးခြင်း၊ အတိတ်ကအမှားများအတွက် ရိုးရိုးသားသား တောင်းပန်ခြင်းစသည့် နည်းများဖြင့် ထုတ်လုပ်မှုအစွမ်းအစများ တိုးပွားအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။

၅။ မိသားစု၏ စနစ်များကို ပြန်လည်ကိုက်ညီခြင်း

မိသားစုတစ်စု ရပ်တည်နိုင်ရန်အတွက် စနစ်လေးခုလိုအပ်သည်။

ဥပမာ အကယ်၍ ခင်ဗျားမှာ မရှိသေးလျှင်

- (၁) ရည်မှန်းချက်များ စီမံကိန်းများရှိရမည်။
- (၂) ဘဏ္ဍာစိုးသဘောနှင့် စည်းကမ်းဆိုင်ရာ စံချိန်စံညွှန်းများ ရှိရမည်။
- (၃) လေ့ကျင့်သင်ကြားပေးခြင်းများ ရှိရမည်။
- (၄) ဆက်သွယ်ခြင်း၊ ပြဿနာဖြေရှင်းခြင်းများ ရှိရမည်။

အကယ်၍ ခင်ဗျား၏ မိသားစုများအနေဖြင့် လေ့ကျင့်သင်ကြားပေးသည့် အစီအစဉ်များမရှိလျှင် ဆက်သွယ်မှုနှင့် ပြဿနာဖြေရှင်းမှု နည်းလမ်းများကို မည်သို့ တိုးတက်အောင်လုပ်မည်နည်း။ တာဝန်ယူလိုစိတ်များတိုးပွားအောင် မည်သို့ ဆောင်ရွက်မည်နည်း။ ဆက်သွယ်ရေးနှင့် ပြဿနာဖြေရှင်းနိုင်သည့် စနစ်တစ်ခုမရှိလျှင် တန်ဖိုးထားမှုများ မည်သည့်အခါတွင်ရှင်းလင်းစေရန် လုပ်မည်နည်း။ ရည်မှန်းချက်များကို မည်သည့်အခါတွင်ရှင်းလင်းစေရန် လုပ်မည်နည်း။ ရည်မှန်းချက်များကို မည်သည့်အခါတွင်ရွေးချယ်မည်နည်း။ ၎င်းတို့ရရှိရန်အတွက် စီမံကိန်းများ မည်သည့်အခါတွင်ရွေးချယ်မည်နည်း။ ၎င်းတို့ရရှိရန်အတွက် စီမံကိန်းများ မည်သည့်အခါတွင် ရေးဆွဲမည်နည်း။ ခင်ဗျား၏ လေ့ကျင့်သင်ကြားရေးအစီအစဉ်များ၊ ဘဏ္ဍာစိုးမှုများ၊ မူလသဘောတူလက်ခံထားသည့် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများကို မည်သည့်အခါ၌ အကောင်အထည်ဖော်မည်နည်း။ အကယ်၍ ခင်ဗျား၏ ဘဏ္ဍာစိုး သဘောတရားနှင့် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများမရှိလျှင် ရည်မှန်းချက်များပြည့်မီရန်၊ စီမံကိန်းများကို အကောင်အထည်ဖော်ရန်၊ ကျွမ်းကျင်မှုများ တိုးပွားရန် လေ့ကျင့်သင်ကြားပေးရန်အတွက် မည်သို့မည်ပုံဖြင့် အလုပ်များ ပြီးစီးရန် ဆောင်ရွက်နိုင်မည်နည်း။

စနစ်လေးခုစလုံးကို လိုအပ်သည်။မိဘအတော်များများအနေဖြင့်ထိုစနစ်လေးခုမှ တစ်ခု သို့မဟုတ် နှစ်ခုလောက်သာ ဂရုစိုက်တတ်ကြသည်။ တစ်ခု၊ နှစ်ခုအောင်မြင်မှုမရှိလျှင် အခြားစနစ်များနှင့် ပတ်သက်၍ အားနည်းချက်များကို အစားထိုးနိုင်သည်ဟု ယူဆတတ်ကြသည်။ လူများသည် ၎င်းတို့ ထူးချွန်ပြောင်မြောက်သည့်ကိစ္စ၊ သူတို့သဘောကျသည့်အလုပ်များကိုသာ လုပ်ချင်ကြသည်။ ထိုအလုပ်များကို အေးအေးဆေးဆေး သက်သောင့်သက်သာ မလုပ်ရလျှင် အလွန် ထိတ်လန့်တုန်လှုပ်တတ်ကြသည်။ သို့သော် အကယ်၍ တစ်စုံတစ်ယောက်

ကသာ ခေါင်းဆောင်မှုပေးမည်ဆိုလျှင် ဆိုးတက်မှုနှင့် ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စဉ်များကို ချောချောမွေ့မွေ့ ဖြစ်စေရန် အကူအညီပေးမည်ဆိုလျှင် ထိုစနစ်လေးခုစလုံး အဘယ်ကြောင့်လိုအပ်သည်ကို နားလည်ရန်ရှင်းပြမည်ဆိုလျှင်လက်ရှိဇာတ်ညွှန်း များ၏ ပြင်ပ၌ရှိသည့် သဘောထားအသစ်များ၊ ကျွမ်းကျင်မှုအသစ်များ တိုးပွား လာစေရန် အားပေးမည်ဆိုလျှင် တွေးနည်းလုပ်နည်းအသစ်များဖြစ်ပေါ်စေရန် ကူညီမည်ဆိုလျှင် မည်သို့ပင် ဒုက္ခတွေ့ကြုံရသော်လည်း စနစ်ပြောင်းလဲရန် လိုလိုလားလား ရှိကြပေမည်။ ထိုသို့ပြောင်းလဲလိုက်သော စနစ်ကြောင့်လည်း အကျိုးတရားများ ခံစားရပေမည်။

၆။ အခြေခံကျွမ်းကျင်မှု သုံးခုကို ပြန်လည်မွမ်းမံခြင်း

အိမ်ထောင်ရေးနှင့် မိသားစုဘဝ၏ မည်သည့်အဆင့်၌မဆို အမြဲတမ်း လိုအပ်နေသည့် ကျွမ်းကျင်မှုများမှာ အချိန်စီမံခန့်ခွဲခြင်း၊ ဆက်သွယ်ခြင်းနှင့် ပြဿနာ ဖြေရှင်းခြင်းဟူသော စွမ်းရည်များဖြစ်ကြသည်။ ထိုစွမ်းရည်သုံးပါး တိုးပွားရေးသည် ကျွန်တော်တို့၏ လက်ထဲ၌ရှိသည်။ အခြားသူများ၏ အပြုအမူ များနှင့်ပတ်သက်၍ အများကြီးတတ်နိုင်သည်။ ကျွန်တော်တို့၏ အချိန်ကို မည်သို့စီမံခန့်ခွဲမည်၊ အခြားသူများနှင့် မည်သို့ဆက်သွယ်မည်၊ ပြဿနာများကို မည်သို့ဖြေရှင်း၍ ဘဝ၏ စိန်ခေါ်မှုများကို မည်သို့ ရင်ဆိုင်မည်ဆိုသည်မှာ ကျွန်တော်တို့၏ လက်ထဲ၌ရှိသည်။

အချိန်စီမံခန့်ခွဲမှုဟူသည့် ဝေါဟာရသည် လွဲမှားနေသည်။ အဘယ်ကြောင့် ဆိုလျှင် ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် လူတိုင်း လူတိုင်းသည် တစ်နေ့လျှင် ၂၄ နာရီ ရကြသည်။ သို့သော် ထို ၂၄ နာရီအတွင်းပင် အချို့က အလုပ်များများပြီးစီးကြပြီး အချို့က အလုပ်နည်းနည်းသာပြီးကြသည်။ ထို့ကြောင့် အချိန်ကို စီမံခန့်ခွဲခြင်းဟု ခေါ်သည်ထက် မိမိကိုယ်မိမိ စီမံခန့်ခွဲခြင်းဟု ပြောလျှင်ပို၍ အဓိပ္ပာယ်ပြည့်စုံသော ဝေါဟာရဖြစ်မည်။ ကျွန်တော်တို့ကို ပေးထားသည့်အချိန်ထဲ၌ ကျွန်တော်တို့ကိုယ် ကျွန်တော်တို့ စီမံခန့်ခွဲကြခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ အချို့သူများသည် အကျပ်အတည်း များနှင့် သူတို့ဘဝကိုစီမံခန့်ခွဲကြသည်။ ပြင်ပအဖြစ်အပျက်များ၊ အခြေအနေများ၊ ပြဿနာများကို မူတည်၍ နေထိုင်ကြသည်။ ၎င်းတို့သည် ပြဿနာကို ဦးတည် သောသူများဖြစ်လာကြသည်။ သူတို့၏ ဦးစားပေးအစီအစဉ်မှာလည်း ပြဿနာ

များကို ကြီးစဉ်ငယ်လိုက် စီထားခြင်းသာဖြစ်သည်။ ထိရောက်သည့် အချိန် စီမံခန့်ခွဲသူများသည် အခွင့်အလမ်းကို ဦးတည်ကြသူများဖြစ်သည်။ သူတို့အနေဖြင့် ပြဿနာများရှိနေသည်ကို ငြင်းပယ်ခြင်းလည်းမပြု၊ ပြဿနာများကို မျက်ကွယ် ပြုခြင်းလည်းမပြု။ သို့သော် သူတို့အနေဖြင့် ပြဿနာများမဖြစ်အောင် ကြိုးစား အားထုတ်တတ်ကြသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ၌ သူတို့သည်ဆိုးဆိုးဝါးဝါး ကြုံတွေ့နေ ရသည့် ပြဿနာများနှင့်လည်း ရင်ဆိုင် ဖြေရှင်းတတ်ရသည်။ သို့သော် အဓိက အားဖြင့် ၎င်းတို့သည် ပြဿနာများ၏ သဘာဝကို သေသေချာချာလေ့လာစိစစ်ပြီး ရေရှည်စီမံကိန်းများ ချမှတ်ကာ စိုးရိမ်ပူပန်စရာအဆင့်သို့ ပြဿနာများ ရောက် မလာအောင် ကြိုတင်ကာကွယ်တတ်ကြသည်။

အချိန်စီမံခန့်ခွဲမှု၏ အနှစ်သာရမှာ ဦးစားပေးအစီအစဉ်များချမှတ်ကာ ထိုဦးစားပေးအစီအစဉ်များအတိုင်း အစီအစဉ်ရေးဆွဲခြင်း၊ လိုက်နာဆောင်ရွက် ခြင်းများဖြစ်သည်။ ဦးစားပေးအစီအစဉ် ချမှန်ရန်အတွက် သေသေချာချာ စဉ်းစားရန်လိုသည်။ တန်ဖိုးထားမှုများ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ရှိရန်လိုသည်။ စိုးရိမ်ပူပန်စရာများနှင့်ပတ်သက်၍ ပြတ်ပြတ်သားသားရှိရန်လိုသည်။ ၎င်းတို့ကို ရေရှည်နှင့်ရေတိုစီမံချက်များ၊ စီမံကိန်းများအဖြစ်ပြောင်းလဲပြီးနောက်အချိန်များ အဖြစ်အသွင်ပြောင်းလဲယူရသည်။ ထို့နောက် အကယ်၍သာ ပို၍ အရေးကြီးသည့် ကိစ္စ ပေါ်မလာခဲ့လျှင် ကျွန်တော်တို့ စီမံကိန်း ရေးဆွဲထားသည့်အတိုင်း လိုက်နာ ဆောင်ရွက်ရန်အတွက် စည်းမျဉ်း စည်းကမ်း ချမှတ်ထားသည်။

ဆက်သွယ်ရေးသည် ပြဿနာဖြေရှင်းရန်အတွက် လိုအပ်ချက်တစ်ခု ဖြစ်ပြီး ဘဝနှင့်ပတ်သက်၍ အခြေခံအကျဆုံး အရည်အချင်းတစ်ခုဖြစ်သည်။ ဆက်သွယ်ရေးကို နှစ်ဦးနှစ်ဖက် အပြန်အလှန်နားလည်ခြင်းဟူ၍ အဓိပ္ပာယ် ဖော်ဆိုနိုင်သည်။ ဆက်သွယ်ရေးနှင့်ပတ်သက်၍ အဓိကပြဿနာမှာ ပြန်ဆိုရေး ပြဿနာဖြစ်သည်။ ပြန်ဆိုရေးဆိုသည်မှာ ကျွန်တော်တို့ ဆိုလိုသည့်အရာကို ပြောသည့်အသွင် ပြောင်းလဲရေးနှင့် ကျွန်တော်တို့ ပြောသည့်ကိစ္စကို ကျွန်တော်တို့ ဆိုလိုသည့်အတိုင်းဖြစ်အောင် ပြန်၍ ပြောင်းလဲခြင်းကို ဆိုလိုသည်။ သို့ဖြစ်၍ ပထမဦးစွာ ကျွန်တော်တို့ ဆိုလိုသည့်အတိုင်း ပြောတတ်ရန် လေ့လာရမည်။ ဒုတိယအနေဖြင့် အခြားသူများအား ဘာဆိုလိုသည်ကိုနားလည်ရန် နားထောင် တတ်ရမည်။ ထိရောက်သည့် နှစ်ဦးနှစ်ဖက် အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်ရေး၊ တိကျ

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

သောပြန်ဆိုရေးနှင့် ပတ်သက်၍ အဓိကသော့ချက်မှာ ယုံကြည်မှု မြင့်မားခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ မိမိယုံကြည်သူတစ်ယောက်နှင့် ဝေါဟာရများ စကားလုံးများမပါဘဲ ဆက်သွယ်နိုင်သည်။ စကားပြောမှားဆိုမှား ပြုမိလျှင် ကိစ္စမရှိဘဲ မိမိဆိုလိုချက်ကို အခြားသူများက နားလည်သဘောပေါက်သွားနိုင်သည်။ သို့သော်ယုံကြည်မှုအဆင့် နိမ့်ကျနေသည့်အခါ မည်မျှကြိုးစားပမ်းစား ဆက်သွယ်ပါသော်လည်း၊ နည်းလမ်း များကို မည်သို့ပင် ပိုင်နိုင်ပါသော်လည်း၊ မိမိ၏ ဘာသာစကား မည်မျှပင် ရှင်းလင်းပြတ်သားပါသော်လည်း ဆက်သွယ်ရန် ခက်ခဲသည်ကို တွေ့ရမည်။ ယုံကြည်မှုမြင့်မားသည့်အခါ ဆက်သွယ်ရသည်မှာ လွယ်ကူသည်။ ထူးထူးခြားခြား ကြိုးစားအားထုတ် နေစရာမလို။ အလိုအလျောက် ဖြစ်ပေါ်ပြီး တိတိကျကျ ဖြစ်ပေါ်တတ်သည်။ ယုံကြည်မှု နိမ့်ပါးသည့်အခါ ဆက်သွယ်ရေးအရေးမှာ အလွန်ခက်ခဲပင်ပန်းပြီး ထိရောက်မှုလည်းမရှိပေ။ ဆက်သွယ်ရေးနှင့်ပတ်သက်၍ အဓိကသော့ချက်မှာ ယုံကြည်မှုဖြစ်ပြီး ယုံကြည်မှုအတွက် အဓိကသော့ချက်မှာ ယုံကြည်ထိုက်ခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ သိက္ခာသမာဓိရှိသည့်ဘဝတစ်ခုကို နေထိုင်ခြင်း သည် ထိရောက်ရောက်ဆက်သွယ်နိုင်သော ပတ်ဝန်းကျင်တစ်ခုကို ထိန်းသိမ်းရန် အတွက် အကောင်းဆုံးအာမခံချက်ပင်ဖြစ်သည်။ ရေတိုနည်းမှာ ဖြတ်လမ်းများ လုံးဝမရှိပေ။

ပြဿနာဖြေရှင်းခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် မေးခွန်း လေးခုနှင့် ပတ်သက်ပေသည်။

- (၁) ကျွန်တော်တို့ ဘယ်နေရာမှာ ရောက်နေကြသလဲ။
- (၂) ကျွန်တော်တို့ ဘယ်နေရာ သွားချင်ကြသလဲ။
- (၃) အဲဒီနေရာကို ဘယ်လိုလုပ်သွားသလဲ။
- (၄) အဲဒီနေရာကို ရောက်တဲ့အကြောင်း ဘယ်လိုလုပ်သိသလဲ။

ပထမအနေဖြင့် ကျွန်တော်တို့ဘယ်နေရာ ရောက်နေသလဲ ဆိုသော မေးခွန်းနှင့်ပတ်သက်၍ လက်ရှိအခြေအနေနှင့် ပတ်သက်၍ အချက်အလက် များ ကောက်ယူစုဆောင်းရန်နှင့် စိစစ်သုံးသပ်ရန် အရေးကြီးသည်။ ဒုတိယ မေးခွန်းနှင့်ပတ်သက်၍ တန်ဖိုးထားမှုများရှင်းလင်းရန်၊ ရည်မှန်းချက်များ ရွေးချယ် ရန်နှင့် ပတ်သက်သည်။ တတိယမေးခွန်းနှင့်ပတ်သက်၍ နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးကို စုဆောင်းခြင်း၊ ထိုနည်းလမ်းများကို အကဲဖြတ်ခြင်း၊ ဆုံးဖြတ်ချက်ချခြင်း၊

ထိုဆုံးဖြတ်ချက်ကို အကောင်အထည်ဖော်ရန်အတွက် လုပ်ငန်းရပ်များ စီစဉ်ခြင်း များပါဝင်သည်။ စတုတ္ထမေးခွန်းနှင့်ပတ်သက်၍ ကျွန်တော်တို့ချမှတ်ထားသည့် ရည်မှန်းချက်များ၊ ပန်းတိုင်များကိုဦးတည်၍ မည်မျှတိုးတက်သည်ကိုတိုင်းထွာရန် စံချိန်စံညွှန်းများ ချမှတ်ခြင်းပင် ဖြစ်သည်။

ပြဿနာများသည် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပြဿနာများ ဖြစ်နေသည့်အခါ လူအများအနေဖြင့် ပထမမေးခွန်းနှစ်ခုနှင့်ပတ်သက်၍ ယူဆချက်များထားလေ့ ရှိတတ်ကြသည်။ ထို့နောက် ထိုယူဆချက်များအပေါ်၌ အခြေခံကာ တတိယ မေးခွန်းနှင့်ပတ်သက်၍ ငြင်းကြ၊ ခုံကြ၊ တိုက်ခိုက်တတ်ကြသည်။ ဤနည်းအားဖြင့် ပြဿနာများကို ဆိုးဝါးစေသည်။ ထို့နောက် မည်သူ့အနိုင်၊ မည်သူ့အရှုံးကို သတ်မှတ်တတ်ကြသည်။ တစ်ဦး၏အရှုံးသည် တစ်ဦး၏အနိုင်ဖြစ်သည့် အဖြေ များကို တွက်ထုတ်တတ်ကြသည်။ နှစ်ဦးနှစ်ဖက်စလုံးက ထိုသဘောထားများ ရှိသည့်အခါ သူလည်းအကျိုးမရှိ ကိုယ်လည်းအကျိုးမရှိ၊ သူလည်းရှုံးကိုယ်လည်းရှုံး အခြေအနေမျိုးကို မလွဲမရှောင်သာ ဆိုက်ရောက် လာကြသည်။ ထိုသို့ ယှဉ်ပြိုင် ကြသည့် တစ်ဖက်ဖက်က အပေါ်စီးက ရရှိသွားသည့်အခါ ယာယီအားဖြင့် သူက နိုင်ပြီး အခြားသူများက ရှုံးသည့် အခြေအနေမျိုးကို ရောက်သွားတတ်ကြသည်။ သို့သော် ဤသို့ဖြေရှင်းပုံမှာ ပြဿနာကို ယာယီမျှ ဖြေရှင်းရုံမျှသာရှိသည်။ ဆက်လက်၍ နက်ရှိုင်းသော ပြဿနာများကို ကြုံတွေ့စရာရှိသေးသည်။

အမှန်စင်စစ်ကျွန်တော်တို့လိုလားသည်မှာ သူလည်းအကျိုးရှိ ကိုယ်လည်း အကျိုးရှိ၊ သူလည်းနိုင် ကိုယ်လည်းနိုင်အဖြေမျိုးဖြစ်ပြီး ထိုအဖြေများ၌ နှစ်ဖက် စလုံးကို အကျိုးရှိစေပြီးဆုံးဖြတ်ချက်များနောက်မှပေါ်ထွက်လာသည့်လက်တွေ့ ဆောင်ရွက်စရာ စီမံကိန်းများကို တာဝန်ယူစေသည့်အဖြေမျိုးဖြစ်သည်။ ထိုအဖြေမျိုး ထွက်ပေါ်လာရန်အတွက် အချိန်ပို၍ လိုအပ်သည်။ စိတ်ရှည်ရန်၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ထိန်းချုပ်ရန်၊ စဉ်းစားဆင်ခြင်မှုနှင့် အချိန်မျှသာ သတ္တိရှိရန် လိုအပ်သည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် ရင့်ကျက်မှုရှိရန် လိုအပ်သည်။

၇။ အဗ္ဗတ္တလုံခြုံမှုရှိရန် ပြန်လည်ဆောင်ရွက်ခြင်း

လူအတော်များများအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ လုံခြုံမှုအတွက် ပြင်ပကို အားကိုးရသည်။ ပတ်ဝန်းကျင်ကိုလည်းကောင်း၊ ပိုင်ဆိုင်မှုများကိုလည်းကောင်း၊

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

အခြားသူများ၏ အကြံဉာဏ်များကိုသော်လည်းကောင်း အားကိုး အားထားပြုကြသည်။ ထိုသို့ ပြင်ပကို အားကိုးသည့်အခါ ကျွန်တော်တို့၏ ဘဝများသည် မသေချာ မရေရာဖြစ်လာသည်။ ၎င်းတို့ဘာဖြစ်သည် ဆိုသည့်အပေါ်၌ မှတည်၍ ကျွန်တော်တို့၏ ဘဝများသည်လည်း မလုံခြုံ စိတ်မချရ ဖြစ်လာကြသည်။

ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့်ပတ်ဝန်းကျင်အခြေအနေများ၊ မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ၊ ကိန်းသေရှိနေသည့် ယုံကြည်စိတ်ချရသည့် အရင်းအမြစ်များနှင့် အပြန်အလှန် ဆက်နွယ်မှုကို တည်ထောင်လိုကြသည်။ ကျွန်တော်တို့ ကိုယ့်ဘဝ လမ်းကြောင်းများကို ပြန်လည်ဇာတ်ညွှန်းပြုခြင်း၊ ထိုဇာတ်ညွှန်းများအတိုင်း နေထိုင်ခြင်း ပြုရန် အတွက် သတ္တိအများကြီးရှိရန်လိုသည်။ သတ္တိဆိုသည်မှာ မိမိကိုယ်မိမိ တန်ဖိုး ထားမှု၊ မိမိကိုယ်မိမိ လုံခြုံမှုမှ ထွက်ပေါ်လာခြင်းဖြစ်သည်။ ပတ်ဝန်းကျင်များ၊ အခြားသူများ၏ အကြံဉာဏ်များ မည်သို့ပင်ဖြစ်စေကာမူ သတ္တိရှိနိုင်သော နည်းလမ်း ခုနစ်ခုရှိသည်။

မြောက်အမှန် နိယာမများ - အခြေခံအကျဆုံး အားကိုးစရာမှာ မည်သည့် အခါမျှ အပြောင်းအလဲမရှိသည့်နိယာမများကို လိုက်နာဆောင်ရွက်ရန်ဖြစ်သည်။ ဆိုလိုသည်မှာ မိမိတို့၏ ဩတ္တပ္ပတရားကို တစ်ချိန်လုံး ပညာပေးရန်နှင့် ထိုဩတ္တပ္ပတရားကို လိုက်နာနေရန် ဖြစ်သည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် အကုသိုလ်ဒုစရိုက်များကို ခွဲခြားတတ်သည့် လိပ်ပြာကို တစ်ချိန်လုံးပညာပေးရန် ထိုလိပ်ပြာကို တစ်ချိန်လုံး နာခံနေရန် ဆိုလိုသည်။ ထိုသို့ ဆောင်ရွက်လေ ကျွန်တော်တို့၏ ပျော်ရွှင်မှုများ၊ တိုးတက်မှုများ တိုးပွားလေ ပြဿနာအမျိုးမျိုးနှင့် ကျွန်တော်တို့ တွေ့ကြုံရမည့် စိန်ခေါ်မှုအမျိုးမျိုးကို ဖြေရှင်းရန်အတွက် လမ်းညွှန်မှုများ၊ စွမ်းအားများ၊ ဉာဏ်ပညာများ ရလေဖြစ်သည်။

ကြွယ်ဝသည့် ပုဂ္ဂလိကဘဝ - တစ်ဦးတစ်ယောက်တည်း အေးအေးဆေးဆေး အာရုံပြုခြင်း၊ ဘုရားရှိခိုးခြင်း၊ ကျမ်းဂန်များလေ့လာခြင်း၊ အခြားတက်ကျမ်းများ လေ့လာခြင်း စသည့်အလေ့အထများကို လုပ်ထားပါ။ လူအတော်များများသည် တစ်ယောက်တည်းနေရသည့်အခါ ပျင်းရိငြီးငွေ့တတ်ကြသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုလျှင် ၎င်းတို့၏ ဘဝများသည် ရုတ်ရုတ်သဲသဲ လှုပ်ရှားမှုများ၊ အခြားသူများပါမှ ဖြစ်မည့်ကိစ္စများနှင့် တစ်ချိန်လုံး ပြည့်နှက်နေ၍ ဖြစ်သည်။ တစ်ယောက်တည်း နေတတ်သည့် အလေ့အထကို လေ့ကျင့်ပျိုးထောင်ပြီးလျှင်

ဘာမျှမလုပ်ဘဲ နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း တွေးတောသည့်အကျင့်ကို လုပ်ကြည့်ပါ။ တိတ်ဆိတ်မှုနှင့် တစ်ကိုယ်တည်းနေရာသည့်အရသာကိုခံစားကြည့်ပါ။ စဉ်းစားပါ။ ရေးပါ။ နားထောင်ပါ။ စီစဉ်ပါ။ မြင်ကြည့်ပါ။ သက်သောင့်သက်သာနေပါ။ ဤနည်းအားဖြင့် ကြွယ်ဝသည့် ပုဂ္ဂလိကဘဝသည် ကျွန်တော်တို့ကိုယ် ကျွန်တော် တို့ လေးစားမှုနှင့် လုံခြုံမှုတို့ကို တိုးပွားစေနိုင်သည်။

သဘာဝကိုတန်ဖိုးထားပါ - သဘာဝ၏အလှအပများ၊ တောင်တန်းများ၊ ပင်လယ်ကမ်းခြေများ အထူးသဖြင့် နံနက်ပိုင်း သို့မဟုတ် ညနေပိုင်းတို့၌ တွေ့ကြုံရသည့် ပတ်ဝန်းကျင်၏ ပသာဒအလှအပများ၊ ရှုခင်းများကို နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း ဝင်စားသည့်အခါ ခင်ဗျားအနေဖြင့် ဧရာမတီထွင်ဖန်တီးမှုကြီးကို ကြုံတွေ့ရမည်။ သဘာဝ၏အလှအပများ၊ ခွန်အားများသည် မိမိ၏ ခန္ဓာကိုယ်ထဲသို့ ဝင်ရောက်လာကြမည်။ ခန္ဓာကိုယ်ထဲသို့ အောက်ဆီဂျင်များ ဖြည့်လိုက်သလို ဖြစ်သွားမည်။ သဘာဝတရားကြီးက လှပသည့်နိယာမများနှင့် ဖြစ်စဉ်များကို သင်ကြားပေးမည်။

သဘာဝနှင့်နီးနီးစပ်စပ်နေနိုင်သည့် အားလပ်ရက်တစ်ခုအကြောင်းကို စဉ်းစားကြည့်ပါ - ထိုအားလပ်ရက်ရအောင် နေပြီနောက် လျှိုမြောင် ချောက်ကမ်းပါးများ၊ ကန်များ၊ မြစ်များ၊ စမ်းချောင်းများ၊ ပင်လယ် ဆိပ်ကမ်းများ၊ တောင်တန်းများကဲ့သို့သော လှပသောနောက်ခံများရှိသည့်နေရာများ၌ အေးအေးဆေးဆေးနေကြည့်ပါ။ ထိုအခါ ခင်ဗျားဘယ်လိုလူဖြစ်နေမည်နည်း။ ခင်ဗျား၏ ကိုယ်တွင်း၌ ပို၍ ငြိမ်းချမ်းအေးဆေးမှုကို မရရှိပါသလော။ ထို့နောက် အခြားအချိန်ဇယားများ၊ တစ်နေရာမှ တစ်နေရာသို့ သုတ်သီးသုတ်ပျာ သွားရသည့် ခရီးစဉ်များ၊ လူမှုရေးအစီအစဉ်များ၊ ဆက်ကပ်များ၊ ပျော်စရာပန်းခြံများ စသည်တို့နှင့် ပြည့်နှက်နေသည့် အားလပ်ရက် တစ်ခုအကြောင်း တွေးကြည့်ပါ။ ထိုနေရာများမှ ပြန်လာလျှင် မည်သို့ခံစားရမည်နည်း။ ခင်ဗျားအနေဖြင့် ပင်ပန်းနေသလား၊ မပင်ပန်းဘဲနေပါသလား။ နောက်ထပ်အနားယူအပန်းဖြေရန် လိုအပ်ဆဲပင် ဖြစ်နေပါသလား။

လွှဲကိုသွေးပါ - ရုပ်အားဖြင့်လည်းကောင်း၊ စိတ်အားဖြင့်လည်းကောင်း၊ မနောဓာတ်အားဖြင့်လည်းကောင်း၊ နေ့စဉ်နေ့တိုင်း လွှဲသွေးသလို သွေးသည့် အလေ့အကျင့်ကို ပျိုးထောင်ပါ။ ကိုယ်ကာယလေ့ကျင့်ခန်းများကို တစ်နေ့တစ်နေ့ နည်းနည်းချင်း နည်းနည်းချင်းလုပ်ပါ။ တစ်ပတ်တစ်ခါ လုပ်ရုံဖြင့်

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

မပြီးပါ။ ထိုသို့ တစ်ပတ်တစ်ခါ လုပ်ရာ၌ ပို၍လုပ်မိသွားလျှင် အကျိုးထက် အပြစ်ဖြစ်ဖို့က များသည်။ ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် အသက်ကြီးလာသည့်အခါ ခန္ဓာကိုယ်များသည် ငယ်စဉ်အခါကရှိသော ပျော့ပျောင်းမှုများမရှိတော့။ ထိုတစ်ပတ် တစ်ခါ ပြင်းပြင်းထန်ထန် ပြုလုပ်သည့်ဒဏ်ကြောင့် မခံနိုင်တော့။ အချိန်မှန်မှန် ပြုလုပ်သည့် လေ့ကျင့်ခန်းများသည်သာ ကျန်းမာရေးအတွက် အထောက်အကူ ပြုစေနိုင်သည်။ ကျန်သည့်နှစ်များကို အရေအတွက်သာမက အရည်အသွေး အားဖြင့်ပါ တိုးပွားစေနိုင်သည်။ အကယ်၍ လွှဲသွေးရန်အတွက် အချိန်မယူလျှင် အချိန်မယူရလောက်အောင် လွှဲဆွဲနေခြင်းမျိုးမဖြစ်သင့်။

အကျိုးပြုပါ- အမည်မခံဘဲ အကျိုးပြုသည့်ကိစ္စများသည် အလွန်အရေး ကြီးပါသည်။ ကျွန်တော်တို့၏ ရည်ရွယ်ချက်မှာ အကျိုးပြုရန်သာဖြစ်ပြီး အခြား သူများ၏ ကောင်းကျိုးချမ်းသာကို လိုလားခြင်းသာ ဖြစ်သည်။ မိမိကိုယ်ကျိုး အတွက် ထည့်သွင်းမစဉ်းစားသည့်အခါ ကျွန်တော်တို့၏အကျိုးပြုမှုမှ ဘေးထွက် ပစ္စည်းအဖြစ် ထိုက်တန်သော စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ ခံစားမှုဆိုင်ရာ၊ မနောပိုင်းဆိုင်ရာ ဆုလာဘ်များထွက်ပေါ်လာတတ်သည်။ ထိုဆုလာဘ်များ သည် အဇ္ဈတ္တလုံခြုံမှုနှင့် ငြိမ်းချမ်းမှုအသွင်ဖြင့် ပေါ်ပေါက်လာသည်။

သိက္ခာ သမာဓိကို ပြသပါ - ကျွန်တော်တို့၏ ကတိများကိုတည်လျှင် ကျွန်တော်တို့၏ အလေ့အထများနှင့် တန်ဖိုးထားမှုများကို ကိုက်ညီစေရန်ဆောင် ရွက်လျှင် ကျွန်တော်တို့၏ ဘဝသည် သိက္ခာသမာဓိရှိသော ဘဝတစ်ခုဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်တို့၏ ခံစားမှုများထက် ကျွန်တော်တို့၏ ဂုဏ်သိက္ခာများက ပို၍ ကြီးမားလာသည်။ ကျွန်တော်တို့ကိုယ် ကျွန်တော်တို့ သိသည့်အတွက် ကိုယ့် ကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုများ တိုးပွားလာသည်။ မည်သည့် ဆွဲဆောင်မှုကို ကြိုရ ကြိုရ မိမိကိုယ်မိမိ မှန်မှန်ကန်ကန် သစ္စာရှိရှိ ဆောင်ရွက်မည်ကို သိသည်။ မှန်ကန်သည့်ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်မှု မှန်သမျှတို့၏ အခြေခံမှာ သမာဓိပင်ဖြစ်သည်။ ထိုသမာဓိမှ ထွက်ပေါ်လာသည့် အဇ္ဈတ္တ လုံခြုံစိတ်ချရမှုသည် အခြားသူများ အထင်ကြီးရန် နေထိုင်လိုစိတ်၊ ချဲ့ထွင်လိုစိတ်၊ နာမည်ကြီးလိုစိတ်၊ ပိုင်ဆိုင်မှုများ၊ ဖက်ရှင်များ၊ အသင်းအဖွဲ့များ၊ အဆောင်အယောင်များကို အကြောင်းပြုကာ ဂုဏ်ယူလိုစိတ်များကို ပယ်ဖျက်ပေးသည်။

အခြားလူတစ်ယောက်- ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် နောက်ဆုံး လုံခြုံစိတ်ချ ရမှုကို ရယူနိုင်သည့် အရင်းအမြစ်မှာ အခြားသူတစ်ယောက်ဖြစ်သည်။ ထို အခြားသူမှာ ကျွန်တော်တို့ကိုယ် ကျွန်တော်တို့ မယုံကြည်လျှင်ပင် ကျွန်တော်တို့ကို ယုံကြည်သော၊ ကျွန်တော်တို့ကို ချစ်သောသူပင်ဖြစ်သည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် ပြောရလျှင် ဤအရင်းအမြစ်မှာ တစ်ဦးတစ်ယောက်၏ ပြင်ပ၌ ရောက်ရှိနေသည်။ သို့သော် ဤနေရာ၌ ကျွန်တော်တို့ အားကိုးအားထားပြုလောက်သော ယုံကြည် စိတ်ချရသည့် သစ္စာရှိသည့်သူများ ရှိနေကြောင်းကိုဖော်ပြလို၍ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့ကို နောက်ဆုံးရောက်မှ အားကိုးအားထားပြုရမည်ဟု မဆိုလိုပေ။ အနီးနား၌ရှိနေ သည်ကို သတိထားရန် ဖြစ်သည်။ သူတို့က ကျွန်တော်တို့ကို နားလည်သည်၊ ဂရုစိုက်သည်။ သူတို့၏မေတ္တာများသည်အကန့်အသတ်မရှိ။ မည်သူမဆို ထွက်ခွာ စွန့်ပြေးသွားသည့်တိုင်အောင် သူတို့က ကျွန်တော်တို့နှင့် နေမည်။ အထူးသဖြင့် ကျွန်တော်တို့ကိုယ် ကျွန်တော်တို့ထွက်ခွာစွန့်ပြေးလျှင်ပင် သူတို့က ကျွန်တော်တို့ အနားကို ကပ်နေမည်။ ထိုသူများမှာ မည်သူများဟု ထင်ပါသနည်း။

အမေများနှင့် အဖေများအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ သားသမီးများအပေါ်၌ အကန့်အသတ်မရှိသော မေတ္တာကို ထားရှိကြသည်။ ၎င်းတို့ သားသမီးများ၏ အစွမ်းအစများ၊ ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်မှုများကို စဉ်ဆက်မပြတ်ယုံကြည်ကြသည်။ မိဘများလိုပင် နိယာမဗဟိုပြုသည့် လူများ၌လည်း အလားတူ အရည်အချင်း များကို ပိုင်ဆိုင်ကြသည်။

ထိုကဲ့သို့သော ပုဂ္ဂိုလ်များသည် ကျွန်တော်တို့၏ ဘဝများကို ပြောင်းလဲ အောင်လုပ်နိုင်သည်။ မိမိ၏ ဘဝကို ပြန်ပြောင်းတွေးကြည့်ပါ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို မယုံကြည်သည့်အခါ၌ပင်လျှင် ကိုယ့်ကိုယ်ကို ယုံကြည်သော ဆရာတစ်ယောက်၊ ခေါင်းဆောင်တစ်ယောက်၊ အိမ်နီးချင်းတစ်ယောက်၊ မိတ်ဆွေတစ်ယောက်၊ နည်းပြဆရာတစ်ယောက်၊ အကြံပေးအရာရှိတစ်ယောက်ရှိဖူးပါသလား။ ဘာပဲ ဖြစ်နေစေ သင်နှင့်အတူရှိနေသည့်သူ ရှိပါသလား။ မိမိအပေါ် နူးညံ့ပျော့ပျောင်း တတ်သည့်သူ တစ်စုံတစ်ယောက်ကိုသာ မဆိုလိုပါ။

ကျွန်တော့်အနေဖြင့် ပြောရလျှင် ထိုသူမှာ ကျွန်တော်တို့ကိုယ်တိုင်လည်း ဖြစ်နိုင်သည်။ ကျွန်တော်တို့က အခြားသူများ ပေါ် ဆက်ဆံနိုင်သည့် လူတစ် ယောက်လည်း ဖြစ်နိုင်သည်။

၈။ မိသားစု တာဝန်ကြေညာစာတမ်းတစ်ခု ပြုစုပါ

မိသားစုတစ်ခုအနေဖြင့် မိသားစုကြေညာစာတမ်းကို ပြုစုခြင်းကြောင့် အကျိုးအများကြီး ထူစေနိုင်သည်။ မိသားစုအတော်များများသည် ခိုင်မာသည့် နိယာမများအပေါ်၌ တည်ဆောက်ထားခြင်းမဟုတ်ပေ။ ထို့ကြောင့် အခက်အခဲ အကျပ်အတည်းများနှင့် ကြုံသည့်အခါ လူအများအနေဖြင့်အော်ဟစ်ခြင်း၊ လွန်လွန် ကျူးကျူးတုံ့ပြန်တတ်ခြင်း၊ အရူးအမူးဖြစ်တတ်ခြင်း၊ ပြစ်တင်ဝေဖန်တတ်ခြင်း သို့မဟုတ် နှုတ်ပိတ်နေတတ်ခြင်းများ ဖြစ်တတ်သည်။ ထိုသို့ ပြုမူသည့်အခါ ကလေးများက ပြဿနာများနှင့်ပတ်သက်လျှင် ထိုသို့ပင် ဖြေရှင်းရသည်ဟု ထင်သွားတတ်သည်။ ချလျှင်ချ မချလျှင် ပြေးရမည်ဟု ထင်သွားတတ်ကြသည်။ ဤသံသရာမျိုးကို မျိုးဆက်တစ်ခုပြီး တစ်ခု လက်ဆင့် ကမ်းသွားတတ်ကြသည်။ ထို့ကြောင့်ပင်လျှင် မိသားစုတာဝန် ကြေညာစာတမ်းတစ်ခုပြုရန် အကြံပေးနေခြင်း ဖြစ်သည်။ မိသားစုနှင့်ပတ်သက်၍ ဖွဲ့စည်းပုံ အခြေခံဥပဒေတစ်ခု ရေးဆွဲခြင်း အားဖြင့် ပြဿနာ၏ အခြေခံကို ရောက်သွားနိုင်သည်။ ရေရှည်၌ ရောက်ချင်သည့် နေရာတစ်ခုရှိလျှင် အဓိကတန်ဖိုးထားမှုများ၊ ရည်မှန်းချက်များကို ဖော်ထုတ် ကာ ထိုရည်မှန်းချက်များ၊ ပန်းတိုင်များနှင့် ကိုက်ညီမှုရှိသည့် စနစ်တစ်ခုရအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။ အခြေခံများရအောင်လုပ်ပါ။ ထိုအခြေခံများကို သေချာစွဲမြဲရန် လုပ်ပါ။ မိသားစု၏အနှစ်သာရမှာ အပြောင်းအလဲ မရှိသည့် အမြဲတမ်းရှိနေသည့် အရာပင်ဖြစ်သည်။ ထိုအရာကို မိသားစုကြေညာစာတမ်းထဲ၌ ထည့်သွင်းဖော်ပြ နိုင်သည်။ မိမိကိုယ် မိမိ မေးကြည့်ပါ။ 'တို့ ဘာတွေ တန်ဖိုးထားသလဲ၊ တို့ရဲ့ မိသားစုဟာ ဘာကိုတန်ဖိုးထားသလဲ၊ တို့မိသားစုဟာ ဘာအတွက်ရပ်တည်မှာလဲ၊ တို့ရဲ့အသက်ရှင်ရတဲ့အကြောင်းရင်း အခြေခံတာဝန်ဟာဘာလဲ' ဟူ၍ မေးကြည့်ပါ။

ထိုကြေညာစာတမ်း ထွက်ပေါ်လာသည့်အခါ ထွက်ပေါ်လာသည့် ကြေညာစာတမ်းထက် ထိုကြေညာစာတမ်း ထွက်ပေါ်လာအောင် လုပ်ရသည့် ဖြစ်စဉ်က ပို၍ အရေးကြီးသည်။ အကယ်၍ ထိုမိသားစုကြေညာစာတမ်းသည် ဖွဲ့စည်းပုံ အခြေခံဥပဒေလို ဆောင်ရွက်မည်ဆိုလျှင် လမ်းညွှန်မှုများပေးမည်။ ထိုဖွဲ့စည်းပုံ အခြေခံဥပဒေလို အုပ်စိုးမည်။ စိတ်အားထက်သန်အောင် လုပ်မည် ဆိုလျှင် မိသားစုအဖွဲ့ဝင်တိုင်း အဖွဲ့ဝင်တိုင်းသည် ပါဝင် ဆောင်ရွက်ရမည်။ ထိုတာဝန်ကြေညာစာတမ်းထဲ၌ မိသားစုအဖွဲ့တိုင်းက တန်ဖိုးထားသည့် နိယာမ များ ပါဝင်စေရမည်။ ထိုတာဝန် ကြေညာစာတမ်းတစ်ခု ပေါ်ထွက်ရန်အတွက်

ရက်သတ္တပတ်ပေါင်းများစွာ၊ လပေါင်းများစွာ ကြိုးစားအားထုတ်ရမည်။ ထိုသို့ ကြိုးစားအားထုတ်ခြင်းအားဖြင့် ခံစားချက်များကို ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း လွတ်လွတ် လပ်လပ် ထုတ်ဖော်နိုင်သည့် အခွင့်အလမ်းတစ်ခုကို ဖန်တီးနိုင်သည်။ ထိုသို့ ထုတ်ဖော်သည့်အတွက် မည်သူကမျှ စီရင်ချက်ချစရာမလို။ ကလေးတစ်ယောက်စီ တစ်ယောက်စီအတွက် မည်သည့်ကိစ္စသည် အရေးအကြီးဆုံးဖြစ်သည်ကို နက်နက် ရှိုင်းရှိုင်းနားလည်ရန် အမှန်တကယ် ကြိုး စားအားထုတ်နိုင်သည်။ စိတ်ရှည်လက်ရှည် ဖြင့် ထိုတာဝန်ကြေညာစာတမ်းတစ်ခု ထွက်ပေါ်လာရန် အလုပ်လုပ်ပါ။

ကျွန်တော်အနေဖြင့် ကျွန်တော်တို့မိသားစုက ပထမဆုံးတာဝန် ကြေညာ စာတမ်းတစ်ခု ရေးဆွဲရန် ကြိုးစားအားထုတ်ပုံကို သတိရနေသည်။ ကျွန်တော်၏ ဘောလုံးကစားသည့် သားငယ်က ပထမဆုံးပြောသည်။ ထို့နောက် ဝိုင်းဝန်း၍ လပေါင်းများစွာဆွေးနွေးကြသည်။ ထိုသို့ဆွေးနွေးခြင်းဖြင့် တစ်ယောက်အကြောင်း တစ်ယောက်ပို၍နားလည်လာရသည်။ နောက်ဆုံး၌ တစ်ယောက်ကိုတစ်ယောက် အပြန်အလှန် ကူညီထောက်ပံ့ရန် တာဝန်ယူကြသော တာဝန်ကြေညာစာတမ်း တစ်ခုကို ဝိုင်းဝန်း ဖော်ထုတ်ကြသည်။ ထိုကြေညာစာတမ်းကို ကျွန်တော်က ခင်ဗျားတို့နှင့် မျှဝေလိုပါသည်။ ထိုသို့ လုပ်ရမှာလည်း ဝန်လေးသည်။ အဘယ် ကြောင့်ဆိုလျှင် ထိုတာဝန်ကြေညာစာတမ်းကို ခင်ဗျားအနေဖြင့် စံပြုမသုံးစေလို၍ ဖြစ်ပါသည်။ ထိုကြေညာစာတမ်းသည် ဥပမာတစ်ခုမျှသာ ဖြစ်သည်။

ထိုက်တန်သည့် ရည်မှန်းချက်များကို ရရှိရန်အတွက် မိသားစု အဖွဲ့ တိုင်းသည် တာဝန်ယူသော ၊ လွတ်လပ်သော၊ အပြန်အလှန် ဆက်နွယ်မှုရှိသော သူများဖြစ်စေမည့် အခွင့်အလမ်းများကို ဖန်တီးရန် စည်းကမ်းစနစ်တကျရှိသော အမှန်တရားကိုမြတ်နိုးသော၊ မေတ္တာလွှမ်းမိုးသော၊ ပျော်ရွှင်သော၊ သက်သောင့် သက်သာ နေနိုင်သော နေရာတစ်ခုကို ဖန်တီးရန် ဖြစ်သည်။

ဤတာဝန်ကြေညာစာတမ်းက မိသားစုအဖွဲ့တိုင်းအပေါ်၌ ထူးခြားစွာ အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိကြောင်း တွေ့ခဲ့ရသည်။ ကလေးများအနေဖြင့် ထူးခြား သည့် ဆုံးဖြတ်ချက်များချမှတ်သည့်အခါ ထိုက်တန်သည့် ရမှန်းချက်များ ရရှိရန် တာဝန်ယူလိုမှုအပေါ်၌ အခြေခံသည်ကို တွေ့ရသည်။ လူ့အဖွဲ့အစည်း ကို အကျိုးပြုရန်အတွက် ချမှတ်ကြသည်ကို တွေ့ရသည်။ ဤနည်းလမ်းကို ခင်ဗျားလည်းစမ်းသုံးကြည့်စေချင်သည်။ ။

ကလေးတစ်ယောက် လူတော်ဖြစ်အောင်

ကျွန်တော်နှင့် စန္ဒရာမှာကလေးကိုးယောက်ရှိသည်။ ထိုကလေးကိုးယောက် စလုံးကို ကျွန်တော်တို့က ချန်ပီယံတွေလို့ သဘောထားသည်။ နေ့စဉ်နေ့တိုင်းပင် ကျွန်တော်တို့တစ်တွေသည် ရသည်ဖြစ်စေ၊ မရသည်ဖြစ်စေ၊ ဉာဏ်ပညာ တိုးပွားရန်၊ ခွန်အားဗလတိုးပွားရန်၊ ခွင့်လွှတ်နိုင်ရန်၊ ပို၍ ကောင်းကောင်း မွန်မွန်လုပ်ကိုင်တတ်ရန်အတွက် ဆုတောင်းလေ့ရှိသည်။

ကျွန်တော်တို့၏ ကလေးများချန်ပီယံဖြစ်လာရန်အတွက် နည်းမျိုးစုံဖြင့် ကျွန်တော်တို့ ကြိုးစားသည်။ ကံကောင်းသည်မှာ အောက်ပါသော့ချက် ၁၀ ခုသည် ကလေးများသာမက မိမိ၏ အလုပ်သမားများ၊ မိမိ၏ စီမံခန့်ခွဲမှုအောက်၌ ရှိသည့်သူများအားလည်း ချန်ပီယံဖြစ်ရန်လုပ်နိုင်သည့်နည်းလမ်းများဖြစ်ကြသည်။

ပထမဦးစွာ မိမိကိုယ်မိမိ လေးစားမှု တိုးပွားလာစေရန် ဆောင်ရွက်သည်။

သူတို့မွေးဖွားလာသည့်နေ့ကတည်းကစ၍ သူတို့ကိုယ့်ကြည်သည်။ သူတို့ကို အပြုသဘောဝေဖန်မှုတွေ ပြောပြသည်။ ချီးကျူးသည်။ အားပေးသည်။ သူတို့နှင့် သူတို့၏ အစွမ်းအစများကို ယုံကြည်ကြောင်း ပြသသည်။ ကလေးများကို တစ် ယောက် တစ်ယောက်ချင်းနှင့်သော်လည်းကောင်း၊ အခြားသူများနှင့်သော် လည်း ကောင်း နှိုင်းယှဉ်ခြင်းမပြုရန် ကြိုးစားသည်။

သူတို့ကိုယ်ထဲ၌ မည်သို့စားရသလဲဆိုသောအပေါ်၌ မှုတည်၍လူအများ သည် ၎င်းတို့၏ ပါရမီများ၊ အစွမ်းအစများကို ထုတ်ဖော် ပြသကြသည်ဟု

ကျွန်တော် အမြဲတမ်းယုံကြည်သည်။ သူတို့ကိုယ်သူတို့ ဘယ်လိုမြင်သည်လဲ၊ ဘယ်လိုခံစားသည်လဲဆိုသည့် ကိစ္စမှာ အခြားသူများအထူးသဖြင့် မိဘများက ဘယ်လိုမြင်သည်လဲ၊ ဘယ်လိုဆက်ဆံသည်လဲဆိုသည့် အပေါ်တွင် အဓိကအားဖြင့် မူတည်သည်။

ကျွန်တော်တို့၏ ကလေးများ ကျောင်းမသွားမီအရွယ် ငယ်ငယ်ဘဝက သူတို့အတွက် အချိန်အများကြီးပေးကာ သူတို့အနေဖြင့် ကိုယ့်ကိုယ်ကို လေးစားမှုများတိုးပွားအောင် ဆောင်ရွက်သည်။ သူတို့ပြောသည့်စကားကို နားထောင်သည်။ သူတို့နှင့်အတူကစားသည်။ ဥပမာ ကျွန်တော်တို့၏ အငယ်ဆုံး သမီးနှင့်ပတ်သက်၍ ယခုအထိ အချိန်အများကြီးပေးနေခဲ့ပြီ ဖြစ် သည်။ ထိုသို့ အချိန်ပေးရသည့်အတွက်လည်း ပျော်ရွှင်ပါသည်။ တစ်နေ့တာမျှ ခရီးသွားရာက ပြန်လာသည့်အခါမျိုး၌ပင်လျှင် ခရီးမှ ပြန်ရောက်သည့် အထိမ်းအမှတ်သဘောဖြင့် အနီးနားရှိ စားသောက်ဆိုင်တစ်ဆိုင်သို့ သွားရောက် စားသောက်ကြသည်။ ကားထဲဝင်လိုက်ပြီဆိုလျှင် သူက ကျွန်တော့်ကိုဖက်ပြီး ‘အဖေ၊ အဖေနဲ့ ကျွန်မနဲ့ တော့ အတူတူပြန်ရုံကြပြီနော်’ ဟု ပြောပြသည်။ ထိုအခါ၌ ကျွန်တော်ကလည်း ‘ဟုတ်တာပေါ့သမီးရယ်’ ဟု ပြန်ပြောလိုက်သည်။ စားသောက်ဆိုင်သို့ရောက်သည့် အခါ နှစ်ယောက်တည်းရှိ၍ အတော်ပျော်နေကြသည်။ ထို့နောက် ည၌လည်းသူက ‘ဒီနေ့ည အဖေ ကျွန်မကို ပုံပြင်တစ်ခု ပြောပြဦးမှာလား’ ဟု မေးသည့်အခါ ကျွန်တော်က ‘သိပ်သေချာတာပေါ့ သမီးရယ်၊ ပြောမှာပေါ့’ ဟု ပြန်ပြောလိုက် သည်။ ထိုအခါ သူက ကျွန်တော့်ဘေး၌ထိုင်ပြီး ကျွန်တော်က သူ့ကို ပုံပြင်တွေ ပြောပြသည်။

ဒုတိယအနေဖြင့် ပင်ကိုမူလ ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်မှုကို အားပေးသည်။

ကျွန်တော်တို့က သူတို့ကို ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်မှု နှစ်မျိုးနှစ်စားရှိကြောင်း ပြောပြသည်။ တစ်ခုမှာ မူလပကတိကပင် ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်မှုဖြစ်ပြီး ဒုတိယ တစ်ခုမှာ ဒုတိယအဆင့် ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်မှုဖြစ်သည်။ မူလပင်ကို ကြီးကျယ် မြင့်မြတ်မှုသည် နိယာမဗဟိုပြုသော အကျင့်သီလကို ဆိုလိုသည်။ ဒုတိယအဆင့် ဆင့်ပွားကြီးကျယ်မြင့်မြတ်မှုမှာ ကမ္ဘာကြီးက အသိအမှတ်ပြု မှုနှင့်ပတ်သက်သော

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်မှုကို ဆိုလိုသည်။ ကျွန်တော်တို့က သူတို့အား မူလပကတိ ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်မှု ရရှိစေရေးအတွက် ကြိုးစားရန် အမြဲတမ်းအားပေးသည်။ အကျင့်သီလ အားနည်းမှုကို လူသိများခြင်း၊ နာမည်ကျော်ကြားခြင်း၊ ဥစ္စာပစ္စည်း ပိုင်ဆိုင်ခြင်း စသည်တို့ဖြင့် အစားထိုး၍ မရကြောင်း ပြောပြသည်။

ဥပမာ ကျွန်တော်တို့၏ သား စင်က တောင်အာဖရိကသို့ ခရီးထွက်သည့် အခါ သူ့ကိုယ်သူ အလိုမလိုက်ဘဲ သူ့ကိုယ်သူစည်းကမ်းထိမ်းသည်။ အခြား သူများကို ချစ်ခင်မြတ်နိုးသည်။ အလုပ်အတူလုပ်ရသည့်သူများနှင့် ရင်းရင်းနှီးနှီး အလုပ်လုပ်သည်။ ဤနည်းအားဖြင့် အခြားသူများအပေါ် ဩဇာပို၍ လွှမ်းမိုးနိုင် ကြောင်းတွေ့ရသည်။ ထိုခရီးစဉ်မှ သူတွေ့ရှိလာသော အရာတစ်ခုရှိသည်။ ဘဝနှင့်ပတ်သက်၍ အဓိကကျသည့်ကိစ္စများသည် ဘုရားသခင်၏အကြံဉာဏ်နှင့် ဂုဏ်သိက္ခာကို လိုက်မည်လားဆိုသည့်ကိစ္စများ ဖြစ်နေကြောင်းတွေ့ရသည်။

စင်အနေဖြင့် အကျပ်အတည်းနှင့် ကြုံကြိုက်သည့်အခါ သတ္တိရှိရှိဖြင့် ပြတ်ပြတ်သားသား ဆုံးဖြတ်ချက်များကို ချမှတ်ကာ မူလပကတိကြီးကျယ် မြင့်မြတ်မှုကို ပြသနိုင်ခဲ့သည်။ ကောလိပ် ဘောလုံးအသင်းက နောက်တန်းလူ တစ်ယောက်နေဖြင့် ဘောလုံးကို မည်သို့ကာကွယ်ရမည်ဖြစ်ကြောင်း၊ မူလက စီစဉ်ထားသည့် အစီအစဉ်များ အဆင်မပြေသည့်အခါ မည်သို့ကစားရမည် ဖြစ် ကြောင်း၊ သူ့လေ့လာဆည်းပူးခဲ့ရသည်။ ဤနည်းအားဖြင့် သူ၏ စိတ်ရှည်မှု ကျွမ်းကျင်မှုများ တိုးပွားလာသည်။ အသင်းက စိတ်ပျက်လက်ပျက်ဖြစ်နေလျှင် 'တို့ နိုင်ကိုနိုင်ရမယ်။ တို့ ဂိုးတွေ ရစေရမယ်' ဟူသော စိတ်ဓာတ်မျိုးဖြစ်အောင် ကြိုးစားခဲ့သည်။ စိတ်ဓာတ်ကျပြီး သူ့ကိုယ်သူမယုံကြည်ဖြစ်နေသည့် ကစားသမား အနီးကို အနီးသို့ ကပ်နိုင်သမျှကပ်ရန် ကြိုးစားပြီး အားပေးလေ့ရှိသည်။

သူ့အနေဖြင့် ကစားပွဲများကို နိုင်ချင်သော်လည်း ကောလိပ်သို့ ရောက်သည့် အခါ သူ၏ အဓိကရည်မှန်းချက်မှာ ဘဝအတွက်ပြင်ဆင်ပြီး ဘွဲ့လွန်သင်တန်း များကို ဆက်တက်ရန်ဖြစ်သည်။ ယခုအခါ သူသည်ရေရှည်၌ ဘောလုံးသမား တစ်ယောက်လုပ်ရန် မရည်ရွယ်ပေ။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အကယ်၍ အကြီးအကျယ် ထိခိုက်ဒဏ်ရာရခဲ့လျှင် အခြေအနေများ အားလုံး ပြောင်းလဲသွား နိုင်ကြောင်း သူသိနေ၍ဖြစ်သည်။

တတိယအနေဖြင့် ကျွန်တော်တို့က သူတို့စိတ်ပါဝင်စားသည့် ကိစ္စများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေရန်အားပေးသည်။ ဥပမာ ဂျီဂျူအာက 'ကာရာတေး ကစ်' ဆိုသည့် ရုပ်ရှင်ကားကိုကြည့်ပြီးနောက် သူက ကာရာတေး သင်တန်းတက်ချင်သည်ဟု ပြောသည်။ ထိုအခါ၌ ကျွန်တော်က သူ့ကိုချက်ချင်းပင် ကာရာတေးသင်တန်း တစ်ခုတက်ခိုင်းလိုက်သည်။ နှစ်ပတ်လောက်ကြာလျှင် သူ့ဆက်လက်၍ စိတ်ပါဝင်စားတော့မည်မဟုတ်ကြောင်း သိလျက်နှင့်ပင် သင်တန်းကို တက်ခိုင်းလိုက်ခြင်း ဖြစ်သည်။ သို့သော် ကျွန်တော်က သူ့စိတ်တက်ကြွနေသည့် ကိစ္စတစ်ခုနှင့် ပတ်သက်၍ စမ်းသပ်ကြည့်စေချင်၍ ပေးတက်ခိုင်းလိုက်ခြင်းဖြစ်သည်။ သူ့ရွေးချယ်သည့်လုပ်ရပ်များကို ကျွန်တော်က ကြိုးစားထောက်ခံလေ့ရှိသည်။ ဥပမာ တစ်ခါက ကျွန်တော်တို့ ဘောလုံးပစ်နေကြစဉ် သူက 'ကြည့်စမ်း၊ ကျွန်တော် ဘောလုံးပစ်တာ ဘယ်လောက်တော်သလဲ' ဟု ပြောသည်။ သူ့အနေဖြင့် ကိစ္စအမျိုးမျိုး၊ အလုပ်အမျိုးမျိုးကို လုပ်နိုင်စွမ်းရှိကြောင်း သံသယ စိုးစဉ်းမျှပင်မရှိ။

ကျွန်တော်တို့၏ ကလေးများနှင့်ပတ်သက်၍ တကယ့်ပါရမီများ၊ အစွမ်းအစများကို ရှာဖွေတွေ့ရှိသည့်အခါ တို့အစွမ်းအစများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာစေရန် အားပေးလေ့ရှိသည်။ ဥပမာ ကျွန်တော်က စင်၏ အားကစားစွမ်းရည်များကို သူပြိုင်ပွဲမဝင်မီကပင် သဘောပေါက် နားလည်ခဲ့ကြသည်။ သူ့ကျောင်းသားဘဝကပင် သူ့ခန္ဓာကိုယ်၏ ပျော့ပျောင်းမှု၊ မြန်ဆန်မှု၊ အချိန်အဆမျှတမှု၊ စည်းချက်ကျကျ လှုပ်ရှားမှုတို့ကို ကျွန်တော်က တွေ့မြင်နေခဲ့ရသည်။ ထို့ကြောင့် 'မင်းဘာဖြစ်လို့ အားကစားပွဲတွေ ဝင်မပြိုင်သလဲ၊ ဝင်ပြိုင်ပါလား' ဟု အားပေးသည်။ သူက ကြိုးစားပမ်းစား ဝင်ပြိုင်ပြီး ရှုံးနိမ့်မှာကို ကြောက်သည်။ ရှုံးနိမ့်တာက ပြိုင်တာထက်ဆိုးသည်ဟု ထင်နေသည်။ ထို့ကြောင့် မပြိုင်ဘဲနေခြင်း ဖြစ်သည်။ နောက်ဆုံး၌ ဝင်ရောက် ယှဉ်ပြိုင်ရန် သဘောတူလိုက်သည့်အခါ ပြိုင်ပွဲအားလုံးကို အနိုင်ရသည်။ သူ့ဘာလို့နိုင်သည်ကို သဘောပေါက်နားလည် သွားပြီး အခြားအားကစားပြိုင်ပွဲ အမျိုးမျိုး၌လည်း ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင် အောင်မြင်တော့သည်။

စတုတ္ထအနေဖြင့် ပျော်ရွှင်စရာ မိသားစု အလေ့အထလေးဖြစ်စေရန် ဖန်တီးပေးထားသည်။ ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် ကျွန်တော်တို့၏ ကလေးများကို ကျောင်းမှသော်လည်းကောင်း၊ ၎င်းတို့၏ သူငယ်ချင်းများထံမှသော် လည်း

ကောင်း၊ အခြားပြင်ပမှသော်လည်းကောင်း ရရှိသည့် ပျော်ရွှင်မှုများ၊ ကျေနပ်မှုများထက် မိသားစုထဲ၌ ပို၍ ပျော်ရွှင်မှု ကျေနပ်မှုများရရှိစေချင်သည်။ ထို့အပြင် သူတို့အနေဖြင့် မိသားစုထဲ၌ ဆန့်ကျင်စရာများ၊ ပုန်ကန်စရာများ မပေါ်ပေါက်စေရန်လည်း သတိထားသည်။ မိသားစု အဝန်းအဝိုင်းကိုပျော်ရွှင်စရာ ကျေနပ်စရာ အခွင့်အလမ်းများစွာရှိသည့် အရာတစ်ခုအဖြစ် မြင်စေချင်သည်။ သို့ဖြစ်၍ မည်သည့်အချုပ်အချယ် အဟန့်အတား အကန့်အသတ်မျိုး မရှိစေရ။ ကိုယ်လုပ်ချင်တာကို မလုပ်နိုင်ဟု ခံစားမှုမျိုးမရှိစေရန် ကြိုးစားထားသည်။ ‘မင်းတို့ဟာ ကိစ္စတွေကို ပြီးအောင်လုပ်နိုင်တယ်၊ တကယ်လို့သာ မင်းကြိုတင် ပြင်ဆင်ပြီး သေသေချာချာ ကျကျနနလုပ်မယ်ဆိုရင် ဧရာမကိစ္စတွေကိုတောင်မှ ပြီးအောင်လုပ်နိုင်တယ်’ ဆိုသော သဘောထားများကို သွင်းပေးထားသည်။

ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် တစ်လလျှင် အနည်းဆုံးတစ်ကြိမ်ခန့် ကလေးတစ်ယောက်နှင့် ထိုကလေးအတွက် ထူးခြားသည့်ကိစ္စကို လုပ်ပေးလေ့ရှိသည်။ တစ်ယောက် တစ်ယောက်ချင်း မကြာခဏ စကားပြော မိကြသည်။ မွေးနေ့ပွဲများ၌လည်း ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် ရှိကြသည်။ မွေးနေ့မှာ ထိုတစ်ရက်၌သာမဟုတ် ထိုမွေးနေ့ရှိသည့် တစ်ပတ်လုံးမှာ သူတို့အတွက် ရည်ရွယ်ပြီး ကျင်းပခြင်းဖြစ်သည်။ မည်သည့်ကိစ္စမဆို ပေါ့ပေါ့တန်တန် ပြီးဆုံးသွားသည်မရှိ။ ညနေပိုင်းများ၌လည်း မိသားစုအတူတကွ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်ရှိကြသည်။ တစ်ယောက်ကိုတစ်ယောက် မေတ္တာထားတတ်ရန် ထိုမေတ္တာကို တုံ့ပြန်တတ်ရန်၊ မေတ္တာကို ဖော်ထုတ်ပြသတတ်ရန်အတွက် သင်ကြားပေးသည်။

ပဉ္စမအနေဖြင့် ကျွန်တော်တို့ ကြိုတင်စီမံသည်။ ကျွန်တော်တို့သည် မိသားစုပွဲလမ်းသဘင်များကို အနည်းဆုံး ခြောက်လခန့်ကြိုတင်စီမံလေ့ရှိသည်။ ကျွန်တော့်သား စတီဗင်နှင့် သူ၏ ဇနီးဂျယ်ရီတို့မှာ ပထမဆုံး IBM ကုမ္ပဏီအတွက် အလုပ်လုပ်သည့် ဒဲန်းလပ်စ်သို့ ရွှေ့သွားပြီး ထို့နောက် ဟားဗတ်စီးပွားရေးပညာသင်ကျောင်းတက်မည့် ဘော်စတန်သို့ ရွှေ့ရမှာ အတော်ဝန်လေးနေသည်ဟု ပြောသည်။ သူတို့အနေဖြင့် မိသားစု ပွဲလမ်းသဘင်များ မတက်ရတော့မှာကို စိုးရိမ်ကြသည်ဟု ဆိုသည်။

မိသားစုအတော်များများအနေဖြင့် သူတို့၏ ကလေးများ ချန်ပီယံဖြစ်မလာကြသည်မှာ မိသားစုပွဲလမ်းသဘင်များကို ကြိုတင်စီမံမှုမရှိ၍ ဖြစ်နိုင်

သည်။ မိသားစုပွဲလမ်းသဘင်များသည် သမားရိုးကျဖြစ်သွားသောကြောင့်ဖြစ်သည်။ မည်သည့်လုပ်ငန်းရပ်မဆို ကြိုတင်ပြင်ဆင်ချိန်ကတည်းကပင်လျှင် ပျော်ရွှင်စရာ ကောင်းနေနှင့်သည်။ ထိုပွဲလမ်းသဘင်များဖြစ်လာသည့်အချိန်အခါမှ မဟုတ်။ စောင့်မျှော်သည့်အချိန်ကပင် ကျေနပ်မှုများ အများအပြား ရနေနိုင်သည်။ ထိုကဲ့သို့ ကြိုတင်မပြင်ဆင်ရသည်မှာ ငွေကြေးအကုန်အကျများ၍ ဖြစ်သည်ဟု ဆင်ခြေပေးတတ်ကြသည်။ ပျော်ရွှင်စရာကောင်းရန်အတွက် ငွေကုန်ကြေးကျ များရန်မလိုပါ။ မိသားစုပွဲလမ်းသဘင်များ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရာ၌ ကလေးများ ကိုယ်တိုင် ပါဝင်စေဖို့သာ လိုသည်။ ထိုနေ့ထိုရက် ရောက်လာမည့်အချိန်ကို စောင့်မျှော်ကာ စိတ်တက်ကြွနေရန်သာလိုသည်။ လူတိုင်းက ထိုပွဲလမ်းသဘင်၏ အစိတ်အပိုင်းများအဖြစ် မြင်ကြပြီး ပွဲအပြီး၌ ပြန်လှည့်ကြည့်သည့်အခါတွင်လည်း ပျော်ရွှင်စရာ ဖြစ်နေစေရမည်။

ဤသို့ပွဲလမ်းသဘင်များ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရာ၌ အဘိုး အဘွား သား သမီး မြေး မြစ်အထိ ပါဝင်ရန်လည်း အရေးကြီးသည်။ ကျွန်တော်တို့၏ ကလေးများအနေဖြင့် သူတို့၏ တစ်ဝမ်းကွဲညီအစ်ကိုများနှင့် နီးနီးစပ်စပ် နေကြပြီး ၎င်းတို့၏ ကောင်းကျိုးချမ်းသာနှင့် အောင်မြင်မှုများအတွက်ပါ စိုးရိမ်ပူပန်တတ်ကြသည်။ မိသားစုကိစ္စများနှင့်ပတ်သက်၍ မျိုးဆက်လေးဆက် ခန့် ပါဝင်ဆောင်ရွက်လေ့ရှိကြပြီး အားလုံးက တစ်ယောက်ကို တစ်ယောက် စိတ်ပါဝင်စားကြသည်။ ဆယ်ကျော်သက်များပင်လျှင် မိသားစု ပွဲလမ်းသဘင် များကို ပစ်ပြီး အခြားကိစ္စများကို သွားလေ့သွားထမရှိကြပေ။ ဤနည်းအားဖြင့် ကလေးများသည် သူတို့ကိုယ်သူတို့ လေးစားမှုများ တိုးပွားလာစေသည်။ သူတို့ကိုကြင်နာသည့် ဂရုစိုက်သည့် မိသားစုတစ်ခုရှိကြောင်း သိရှိလာစေသည်။ အခြားသူများနှင့်မတူ ကွဲပြားမှုကို သိသာထင်ရှားစေသည်။ သူတို့အနေဖြင့် လည်း ဝင်ရောက်၍ အကျိုးပြုစရာ ကူညီစရာ အခွင့်အလမ်းများကို ဖန်တီး ပေးရာ ရောက်သည်။

ဆဌမအနေဖြင့် ထူးချွန်ပြရန် ကြိုးစားသည် ကျွန်တော်တို့အားလုံး လုပ်သမျှကိစ္စရပ်၌ ထူးချွန်ပြရန် ကြိုးစားလေ့ရှိသည်။ ဤနည်းအားဖြင့် ထူးချွန်ရန် အရေးသည် ထုတ်ပြောမထားသော၊ စာနှင့်လည်းချရေးမထားသော စံချိန်စံညွှန်း တစ်ရပ်ဖြစ်လာသည်။ ကျွန်တော်တို့ကလေးများအား ‘စာကြည့်ကြ၊ အိမ်စာ

တွေ့လုပ်ကြ'ဟု မည်သည့်အခါမျှ ပြောစရာမလို။ သူတို့အနေဖြင့် စာဖတ်ခြင်း၊ လေ့လာဆည်းပူးခြင်း၏ တန်ဖိုးကို အမြဲတမ်း အာရုံခံသိရှိနေကြပြီး ဖြစ်၍ ဖြစ်နိုင်သည်။ စာဖတ်ခြင်းနှင့် လေ့လာဆည်းပူးခြင်းတို့၏ တန်ဖိုးကို ကျောင်းမှာ ကဲ့သို့ပင် မိသားစုအဝန်းအဝိုင်း၌လည်း ရှိနေနှင့်၍ ဖြစ်သည်။ သူတို့ကတောင်းဆို လျှင် သူတို့၏ အိမ်စာများကို ကူ၍လုပ်ပေးသော်လည်း အများအားဖြင့် သီးသီးသန့်သန့် လွတ်လွတ်လပ်လပ်သာ လုပ်စေသည်။

ဥပမာ အိမ်၌ ရုပ်မြင်သံကြားအသုံးပြုမှုနှင့် ပတ်သက်၍ မိသားစုထဲ စုဝေး၍ ဆွေးနွေးကြသည်။ လေ့လာတွေ့ရှိမှုများအရလည်းကောင်း၊ သုတေသန ပြုချက်များအရလည်းကောင်း ကျွန်တော်မိသားစုအပါအဝင် အမေရိကန် အများစုသည် ရုပ်မြင်သံကြား ထိုင်ကြည့်သည့်အချိန်၊ အလွန်များကြသည်။ ထိုသို့ရုပ်သံကြည့်ချိန်များသဖြင့် ဘာဖြစ်သည်ကို ကျွန်တော်သိသည်။ ဤ အကြောင်းကို မိသားစုအား ပြန်လည်တင်ပြသည့်အခါ၌ ဇွတ်အတင်းအကျပ် ပိတ်ဆို့လျှင်ဘာဖြစ်မည်ကို ကျွန်တော်သိသည်။ ငြီးတွားကြမည်။ အော်ဟစ် ကြမည် ဖြစ်သည်။

ထိုသို့ လုပ်သည့်အစား ရုပ်မြင်သံကြားကြောင့် မိသားစုများအနေဖြင့် ဘာဖြစ်သည်ဆိုသည့် ကိစ္စများကို ဝိုင်းဝန်းဆွေးနွေးကြမည်။ ရုပ်မြင်သံကြား ဇာတ်လမ်းများ၌ပါသည့် တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် ပတ်သက်၍လည်း ဝေဖန်ကြ သည်။ အချို့သူများအနေဖြင့် အိမ်ထဲ၌ ရုပ်မြင်သံကြားစက်ကို တပ်ထားရသည်မှာ မူးယစ်ဆေးဝါးသုံးစွဲသည်နှင့်တူကြောင်း၊ ဩဇာသက်ရောက်ပုံမှာ သိမ်မွေ့သော် လည်း ပြင်းထန်ကြောင်း ကျွန်တော်က ရှင်းပြသည်။ ကျွန်တော်ပြောဆိုသည့် အချက်ကို သိသာထင်ရှားစေရန်အတွက် ထင်ရှားသည့် အလက်ဇန္ဒားပုပ်၏ ဒုစရိုက်နှင့်ပတ်သက်သော ကောက်နုတ်ချက်တစ်ရပ်ကို မကြာခဏ ဖော်ပြလေ့ ရှိသည်။

‘ဒုစရိုက်ဆိုသည်မှာ အလွန်ကြောက်စရာကောင်းလှသည်။ မုန်တိုင်း မိရန်အတွက် ဒုစရိုက်များကို မြင်တွေ့ရန်လိုသည်’
သို့သော်မကြာခဏ မြင်တွေ့ရပါများလျှင် ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်လာသည်။
ပထမ၌ သည်းခံ၊ ထို့နောက် သနား၊ ထို့ နောက် ကိုယ်တိုင်ပွေ့ဖက် ကျင့်သုံးလာသည်’

ကျွန်တော်တို့၏ ဆွေးနွေးပွဲများသည် တစ်နေ့လျှင် ရုပ်မြင်သံကြား တစ်နာရီကြည့်မည်ဟူသော သဘောတူညီချက်ဖြင့် ပြီးဆုံးသွားသည်။ ထိုတစ်နာရီ မှာ ဖျော်ဖြေရေး ဇာတ်လမ်းကောင်းများနှင့် ပညာပေးအစီအစဉ် ကောင်းများကို ကြည့်ရန်ဖြစ်သည်။ တကယ်တော့ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့် ထိုရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင် ကို အမြဲတမ်းမရ။ သို့သော် ရည်မှန်းချက်ကိုရသည့်အခါ ရလဒ်များမှာ ထူးခြားသည်။ အိမ်စာများကို လုံးဝ ပြီးသွားသည်။ ရုပ်ရှင်ကြည့်သည့်နေရာတွင် စာဖတ်ခြင်း၊ တွေးတောခြင်း၊ စိစစ်ဝေဖန်ခြင်း၊ တီထွင်ဖန်တီးခြင်းတို့ကို အစားထိုးသည်။

သတ္တမအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ အစွမ်းအစများကို ကိုယ်တိုင်သဘော ပေါက် သိမြင်ရန်အတွက် အကူအညီပေးသည်။

စင်သည် အထက်တန်းကျောင်းများ၌ နောက်တန်းမှကစားစဉ် မကစားမီ ညများ၌ တစ်ယောက်တစ်ယောက်ချင်း စကားပြောပြီး ကြိုတင်မြင်ယောင်လာ စေရန် အကူအညီပေးသည်။

ထိုသို့မြင်ယောင်မှုသည် မည်သည့်အရာမဆို နှစ်ကြိမ်နှစ်ခါ ဖန်တီးသည် ဆိုသည့် နိယာမအပေါ်၌ အခြေခံသည် ပထမဆုံးစိတ်ထဲက ဖန်တီးကြည့်ပြီးမှ ရုပ်ပိုင်းအားဖြင့် ဖန်တီးခြင်းဖြစ်သည်။ အားကစားနှင့်ပတ်သက်၍ လေ့ကျင့်မှု အတော်များများတို့သည် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ သက်သက်ကိုသာ ဂရုစိုက်သည်။ အားကစားနည်းပြသမားအနေဖြင့် စိတ်ဓာတ်တောင့်တင်း ခိုင်မာရန်၊ အာရုံ စူးစိုက်ရန်တို့အကြောင်းကို ပြောလေ့ ပြောထရှိသည်။ သို့သော် နည်းပြဆရာ အနည်းငယ်ကသာလျှင် လက်တွေ့ မကစားမီ စိတ်ပိုင်းက လေ့ကျင့်မှုများ လုပ်ကြည့် ရန် သို့မဟုတ် ကြိုတင်မြင်ယောင်ကြည့်ရန် မလုပ်တတ်ကြပေ။ သို့သော်ကမ္ဘာ့ အဆင့် အားကစားသမားများအားလုံးလိုလိုပင် ကြိုတင်မြင်ယောင် ကြည့်သူများ ဖြစ်ကြသည်။ လက်တွေ့မကြုံမီကပင်လျှင် သူတို့၏ စိတ်ထဲ၌ အောင်ပွဲအလီလီ ကြိုတွေ့ကြဖူးသူများဖြစ်သည်။

ဤနည်းအားဖြင့် စင်နှင့်တွဲဖက်၍ ကြိုတင်ကစားကြည့်သည့်အခါ ဘယ်လို သက်သောင့်သက်သာနေမည်ကို ကျွန်တော်က သင်ပေးသည်။ ထို့နောက် ဘောလုံးကစားပွဲတစ်ခု၏ အခြေအနေ အမျိုးမျိုးအကြောင်းကို အသေးစိတ် ပြောပြသည်။ စင်အနေဖြင့် ထိုအခြေအနေအမျိုးမျိုး၌ ဘယ်လို ကစားမည်ကို စိတ်ထဲကပင် ကြိုတင်ကစားနေနှင့်သည်။

ထိုသို့ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုလုပ်ခြင်းမှာ ထိုက်တန်သည့် အကျိုးကျေးဇူးများကို ရရှိသည်။ ပြည်နယ်ကစားပွဲတစ်ခု၌ သူတို့အသင်းသည် နှစ်ဂိုးရှုံးနေသည်။ အခြားအသင်းအနေဖြင့် အရှိန်တအားကောင်းနေသည်။ သူတို့အသင်းအနေဖြင့် ရှုံးလှဆဲဆဲဖြစ်နေသည်။ ထိုအချိန်၌ပင် စင်ကို လှမ်းကြည့် လိုက်သည့်အခါ သူဆုံးဖြတ်ချက်တစ်စုံတစ်ရာချလိုက်ကြောင်း မြင်နေရသည်။ သူ့ပုံကြည့်ရသည်မှာ 'ဒီအတိုင်းကတော့ အဖြစ်မခံဘူး၊ တို့ဖြစ်ချင်တာတွေကို ဖြစ်အောင်လုပ်မယ်'ဟု သန္နိဋ္ဌာန် ချမှတ်ထားသည့်ပုံပေါက်နေသည်။ ထိုသို့ သန္နိဋ္ဌာန်ချမှတ်လိုက်သည့်ပုံကို မြင်လည်းမြင်တွေ့ရ ခံလည်းခံစားရသည်။ အခြားအသင်းသားများလည်း ခံစားမိကြပုံရသည်။ ထို့ကြောင့် အခြေအနေသည် အခြားအသင်းဘက်ကို ရောက်နေရာမှ သူတို့ဘက်ကို ရောက်လာသည်။ သူတို့အသင်းက အခြေအနေ ကောင်းလာသည်။ ထိုသို့အခြေအနေကောင်းရန် အတွက်သူ၏ ခေါင်းထဲ၌ပင် စတင်ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ ဤနည်းအားဖြင့် တစ်ဂိုးပြီး တစ်ဂိုး ဆက်တိုက်သွားကြပြီး ကစားပွဲ၌ အနိုင်ရရှိခဲ့သည်။ ထိုသို့အနိုင်ရရှိခဲ့သည် မှာ စင်နှင့် အခြားအားကစားသမားများသည် ထိုအခြေအနေကို သူတို့၏ စိတ်ထဲ၌ ထပ်ခါတလဲလဲ ကြုံတွေ့ရင်ဆိုင်ခဲ့ပြီး၍ ဖြစ်မည်။

ဘောလုံးရာသီတိုင်းအတွက် သူပြင်ဆင်သည့်အခါ နေ့စဉ်နေ့တိုင်းပင် စိတ်ဖြင့် အချိန်များများယူ၍ ကစားလေ့ရှိသည်။ အခြားဘောလုံးသမား ဟောင်းများ၏ နောက်တန်းကစားပုံ ကစားနည်းများကိုလည်း ရုပ်ရှင်ကြည့်၍ ဝေဖန်သုံးသပ်လေ့ရှိသည်။ ဤနည်းအားဖြင့် ထိုပုဂ္ဂိုလ်များသည် သူ၏ဆရာများ၊ သူ့အားကျ နမူနာယူစရာ ပုဂ္ဂိုလ်များ၊ ကွင်းထဲ၌ သူ့ကို အုပ်ထိန်းသူများ ဖြစ်လာခဲ့သည်။

အဌမအနေဖြင့် ကျွန်တော်တို့က သူတို့၏ မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်းများ ကိုလည်း မွေးစားသည်။ ဥပမာ ကျွန်တော်တို့က စင်နှင့် ဘောလုံးကစားဖက် အားလုံးကို ကိုယ့်ကလေးတွေလို သဘောထားသည်။ ကစားပွဲအစအဆုံး ဗီဒီယိုရိုက်ထားပြီး ကစားပွဲပြီးသည့်အခါ၌ ထိုဗီဒီယိုဇာတ်ကားကို ပြန်ကြည့် ရန်အတွက် ကစားသမားအားလုံးကိုလိုက်ဖိတ်သည်။ ဤနည်းအားဖြင့် မိသားစု နှင့်အသင်းအဖွဲ့ကို တစ်သားတည်းဖြစ်စေသည်။ ချန်ပီယံ တစ်ဦးတစ်ယောက်စီ သည် ချန်ပီယံအသင်းများ၏တစ်စိတ်တစ်ဒေသဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့်ကျွန်တော်

တို့အနေဖြင့် ကလေးများနှင့်သက်ဆိုင်သည့် ကလပ်များ၊ ကျောင်းများ၊ သင်တန်းများ၊ အသင်းများအတွက် အများကြီးအာရုံစိုက်နေခြင်းဖြစ်သည်။ မိသားစုများ၊ မိတ်ဆွေများ၊ ကျောင်းနှင့်ဘာသာရေး အသင်းအဖွဲ့များ အားလုံးသည် ချိတ်ဆက်မှု ရှိနေသည့်အခါ အင်အားကောင်းကောင်းနှင့် လေ့ကျင့်ပေး လိုက်သလိုဖြစ်သည်။ အကယ်၍ တစ်ခုခုက အချိတ်အဆက် ပျက်သွားလျှင် ဥပမာ သူငယ်ချင်း တစ်ယောက်က သူ့မှာ ပြဿနာရှိလျှင် ထိုပြဿနာရှိသည့် သူငယ်ချင်းကို ကိုယ့်သားသမီးလို သဘောထားပြီး မွေးစားပစ်လိုက်ကြသည်။ ထိုသူငယ်ချင်းကို ပစ်ထားသည်ထက် သူတို့နှင့် နီးနီးကပ်ကပ်နေခြင်းက ပို၍ အကျိုးရှိသည်။

နဝမအနေနှင့် အခြားသူများကို ယုံကြည်မှုရှိရန်၊ ဝန်ဆောင်မှုပြုရန် သင်ကြားပေးသည်။ စင်က သူ၏ ခရီးစဉ်တစ်လျှောက် ကိုယ်ချင်းစာတရား ရှိခြင်းသည် အခြားသူများအား လွမ်းမိုးရာ၌ ထိရောက်သော နည်းလမ်းတစ်ခု ဖြစ်ကြောင်း သဘောပေါက်နားလည်ခဲ့သည်။ အခြားသူများ၏ ခံစားချက်များ၊ ရှုမြင်ပုံများနှင့်ပတ်သက်၍ အလွန်ဂရုစိုက်ရန်လိုသည်။ ချန်ပီယံတစ်ယောက် ဖြစ်အောင် လုပ်တော့မည်ဆိုလျှင် အခြားသူများအား စိတ်ပါဝင်စားမှုရှိရမည်။ အထူးသဖြင့် လူ့အဖွဲ့အစည်းက ဖယ်ထား၊ ကြဉ်ထား၊ နှိမ်ထားသောသူများနှင့် ပတ်သက်၍ ကြင်နာမှုရှိစေရမည်။ ၉၉ ယောက်ကို စည်းရုံးနိုင်ရန်အတွက် တစ်ယောက်ကို စည်းရုံးနိုင်ရမည်။

ဘောလုံးကစားပွဲများနှင့်ပတ်သက်၍ စင်အနေဖြင့် အခြားမည်သူမျှ စိတ်ဝင်စားစရာမရှိသည့် ယခုမှဝင်ရောက်လာစ ဘောလုံးသမားလို လူမျိုးများကို စိတ်လိုလက်ရ အလွန်ရှိတတ်သည်။ ထိုသို့ စိတ်ပါဝင်စားမှု ရှိသည်မှာလည်း ဟန်ဆောင်နေခြင်း မဟုတ်ဘဲ အမှန်တကယ် စိတ်ပါဝင်စားခြင်း ဖြစ်သည်။ လူအများက သူတို့၏ အစွမ်းအစများကို အပြည့်အဝ ထုတ်မသုံးတတ်ကြသည်မှာ သူတို့ကိုယ်သူတို့ မယုံ၍ဖြစ်သည်ဟု သူသဘောပေါက်သည်။ ထို့ကြောင့် သူတို့ကိုယ်သူတို့ယုံရန် သူက အကူအညီပေးခဲ့သည်။ ၎င်းတို့၏ အစွမ်းအစများကို ကြည့်၍သာ ဆက်ဆံမည်ဆိုလျှင် ထိုပုဂ္ဂိုလ်များသည် ကြီးကျယ်သော ပုဂ္ဂိုလ်များ ဖြစ်လာလိမ့်မည်။ လူအများနှင့်ပတ်သက်၍ ၎င်းတို့ကိုယုံကြည်ခြင်း၊ ၎င်းတို့ကို လက်ခံကြည်ဖြူခြင်းသည် အောင်မြင်နိုင်သည့် နည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ်သည်။

ဒဿမအနေဖြင့် ကျွန်တော်တို့ကသူတို့ကို အထောက်အကူများပေးသည်။

လိုအပ်သည်များကို ဖြည့်ဆည်းပေးသည်။ အခြေအနေကို ပြန်ပြောင်းပြောပြသည်။ ကျွန်တော်တို့ ကလေးများနှင့် မကြာခဏ တယ်လီဖုန်းဆက်ခြင်း၊ စာပြန်ရေးခြင်း များရှိပြီး တစ်ယောက်ကိုတစ်ယောက် လက်ခံကြောင်း၊ လိုလားကြောင်းကို ပြသည်။ ထိုသို့တစ်ချိန်လုံး လက်ခံကြောင်း၊ လိုလားကြောင်းကို ပြသနေခြင်းသည် အကျိုးရှိသည်။ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာအရ ကြီးမားသော အထောက်အပံ့များ ဖြစ်လာသည်။

ထို့အတူပင် ရိုးရိုးသားသား မှန်မှန်ကန်ကန် ပြန်လည်ပြောဆိုမှုများ ကိုလည်း အားကိုးအားထားပြုကြသည်။ မှန်ကန်ကောင်းမွန်သည့် ပြန်လည်ပြောဆိုမှုများသည် ကြီးပွားတိုးတက်ရေးအတွက် အရေးကြီးသည်။ ထို့ကြောင့် ပင်လျှင် ထိုသို့ ပြန်လည်တင်ပြမှုများ၊ ပြောဆိုမှုများကို စင်အနေဖြင့် အမြဲတမ်း ကြိုဆိုလက်ခံသည်။ ဥပမာ သူက သူ၏ ဘောလုံးနည်းပြဆရာများအား ‘ဆရာတို့ကို ကျွန်တော်သိစေချင်တာက ကျွန်တော်ကစားပုံ ဘယ်လိုလဲဆိုတာ ကျွန်တော့်ကို ပြန်ပြောပြ၊ အဲဒီလိုပြောလို့ ကျွန်တော့်ကို စော်ကားရာ မရောက်ဘူး၊ ဘယ်လိုခံစားရသလဲဆိုတာ ပြောသာပြောပါ’ ဟု ပြောလေ့ရှိသည်။ အထူးသဖြင့် အသိပညာနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုရှိသည့်သူများထံမှ လေ့လာဆည်းပူးလိုစိတ် သူမှာ အမြဲရှိနေသည်။ သူသည် အလွန် ပွင့်လင်း လွတ်လပ်သည့်သူ တစ်ယောက်ဖြစ်ပြီး သင်ကြားရသည်လည်း လွယ်ကူသည်။ အချို့သင်ခန်းစားများသည် လေ့လာဆည်းပူးရန် ခက်ခဲသည့်တိုင် သူက သင်ယူလိုသည်။ သူ့ကို သင်သည်ကိုလည်း ကြိုက်သည်။

ချန်ပီယံများဖြစ်လာစေရန်အတွက် တစ်ချိန်လုံးကြိုးစားအားထုတ်မှု ရှိရန် လိုသည်။ အဆုံးအစမရှိ ကြိုးစားအားထုတ်ရပြီး အခြေခံကစကြရသည်။

အက္ခရာဝလံ

ကတိတည်ခြင်း ၂၁၊ ၅၅၊ ၆၆၊ ၆၇၊ ၈၂၊ ၈၆၊
 ၈၇၊ ၁၈၃
 ကရုဏာ ၁၄၂
 ကလေး ၁၆၅-၇၊ ၁၆၈-၇၀၊ ၁၇၁-၂၊ ၁၇၄- ၅၊
 ၁၈၆-၈၊ ၁၉၀-၂၊ ၁၉၅-၇
 အားနည်းချက် ၁၇၀
 ကုသိုလ် ၂၅
 ကူးသန်းရောင်းဝယ်မှု ၁၀၅
 ကော်စနာ၊ ကေပင် ၃၄
 ကိုဗေး၊ ဂွန် ၂
 ကိုလံဗတ်၊ ခရစ္စတိုဖာ ၇၃၊ ၇၄
 ကင်း၊ ဘာဂါ ၁၂၂
 ကမ္ဘာ့ဆွဲအား ၇၆၊ ၇၇၊ ၈၂၊ ၁၁၃
 ကိုယ်ကျိုးမဖက်အောင်ရွက်ခြင်း ၅၃
 ကိုယ်ကျင့်တရား ၄၊ ၂၅၊ ၄၂၊ ၅၂၊ ၆၁၊
 ၁၁၁၊ ၁၂၄၊ ၁၄၆၊ ၁၆၆၊ ၁၆၇
 နိယာမ ၁၆၇၊ နိယာမ **လည်းကြည့်**

‘ကိုယ်ကျင့်သီလများ’ ၁၀၅
 ကိုယ်ချင်းစာတရား ၉၊ ၂၉၊ ၃၈၊ ၃၉၊ ၄၁၊
 ၆၃၊ ၆၄၊ ၆၆၊ ၁၀၂၊ ၁၀၈၊ ၁၄၂၊
 ၁၅၁၊ ၁၇၁၊ ၁၇၅၊ ၁၉၆
 ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ၁၊ ၃၊ ၄၊ ၅၊ ၁၁၊ ၁၂၊
 ၆၅၊ ၈၁၊ ၁၄၆
 တန်ဖိုးထားမှု ၁၂
 ဘဝ ၁၊ ၃၊ ၄၊ ၆၅၊ ၈၁၊ ၁၄၆
 ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ၉၊ ၁၇၊ ၂၉၊ ၅၆-၈၊
 ၆၁၊ ၆၂၊ ၆၉၊ ၁၀၉၊ ၁၂၉
 ပဋိပက္ခ ၁၂၉
 အာရုံစိုက်ခြင်း ၅၆၊ ၁၀၉
 ကိုယ်လေ့ကျင့်ခန်း ၂၉
 ကိုယ့်ကိုယ်ကိုနားလည်ခြင်း ၃၁၊ ၃၉
 ကိုယ့်ကိုယ်ကိုလေးစားမှု ၁၈၇၊ ၁၈၈
 ကိုယ့်ကိုယ်ကိုအားကိုးမှု ၁၇၀
 ကျန်းမာရေး ၄၆၊ ၁၈၃

ကျမ်းဂန်လေ့လာခြင်း ၁၈၁
 ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်ခြင်း ၅၆-၈၊ ၆၆၊ ၆၈- ၉၊
 ၁၈၃-၄၊ ၁၈၈-၉၊
 ဆင့်ပွား ၁၈၈-၉
 ပင်ကိုမူလ ၁၈၈-၉
 ကြိုတင်စီမံခြင်း ၁၉၁၊ ၁၉၅
 ကြင်နာခြင်း ၁၂၆၊ ၁၄၂၊ ၁၇၄-၅၊ ၁၉၆
 ကြောင်းကျိုးတရား ၉၂၊ ၁၄၂၊ ၁၆၀
 ကြမ်းတမ်းသောစကား။ ရိုင်းယူသောစကား

-ကြည့်

ကျွမ်းကျင်မှု ၁၃၆-၇၊ ၁၇၇၊ ၁၉၇
 ပြန်လည်မွမ်းမံခြင်း ၁၇၇
 ကြွယ်ဝသည့် ပုဂ္ဂလိကဘဝ ၁၈၁

ခံစားမှု ၄၆၊ ၅၀၊ ၅၃-၄၊ ၆၁-၃၊ ၆၅၊ ၁၂၉၊
 ၁၃၁၊ ၁၃၃၊ ၁၃၅၊ ၁၃၉၊ ၁၄၁၊
 ၁၄၇-၈၊ ၁၅၃၊ ၁၅၅-၆၊ ၁၅၉-၆၀၊
 ၁၆၃၊ ၁၈၃၊ ၁၈၆၊ ၁၉၆
 ခင်ပွန်း ၁၆၅၊ ၁၆၆၊ ၁၆၈၊ ၁၇၄
 ခေါင်းဆောင် ၂၀၊ ၇၄-၆၊ ၉၄၊ ၁၀၈၊ ၁၂၁-၆၊
 ၁၂၈၊ ၁၆၈၊ ၁၇၂
 စရိုက် ၁၂၄-၅
 တန်ဖိုးထားမှု ၁၂၃-၄
 အရည်အချင်း ၂၀
 ခေါင်းဆောင်နိုင်စွမ်း ၁၂၈
 ခေါင်းဆောင်ပုံ ရွေးချယ်မှု ၁၂၄
 ခေါင်းဆောင်မှု ၈၊ ၁၀-၁၊ ၆၁၊ ၁၁၅၊ ၁၂၁၊
 ၁၇၁၊ ၁၇၇
 နိယာမဗဟိုပြုခြင်း ၈
 သံလိုက်အိမ်မြှောင် ၁၀
 အာဏာ ၁၂၁
 ‘ခေါင်းညိတ်အောင်လုပ်နည်း’ ၃၉

ချီးကျူးခြင်း ၆၉၊ ၁၅၂၊ ၁၇၀၊ ၁၈၇
 ချက်ပင်၊ အက်ဒွပ်ဟပ်ဘဲလ် ၅၁
 ချန်ပီယံ ၁၈၇၊ ၁၉၁
 ချပ်ယေဂါ ၇၉
 ခြိမ်းခြောက်ခြင်း ၉၃၊ ၁၇၅
 ခွင့်လွှတ်ခြင်း ၁၈၇
 ခွန်အားဗလ ၁၈၇
 ဝိုထဲ ၆၀၊ ၈၅
 ဝုဏ်သိက္ခာ ၁၀၄၊ ၁၂၉
 ပြဿနာ ၁၂၉
 ဝန္တီ မဟတ္တမ ၁၂၇
 လှိုင်းစံ၊ ဝီလျံ ၁၅၀

ငြင်းခုံမှု ၁၅၄
 ငြိမ်းချမ်းမှု ၁၈၃
 စနစ် ၁၇၀၊ ၁၇၂၊ ၁၇၆၊ ၁၇၇၊ ၁၈၅
 ပြောင်းလဲခြင်း ၁၇၇
 စမစ်၊ အဒမ် ၁၀၅-၆
 စာနာမှု ၁၇၄
 စာဖတ်ခြင်း ၁၉၄
 စာရိတ္တ ၁၀၄၊ ၁၇၄
 အားနည်းချက် ၁၇၄
 စိစစ်ဝေဖန်ခြင်း ၁၉၄။ ဝေဖန်ခြင်း - လည်း

ကြည့်

စီမံကိန်း ၇၈၊ ၈၁၊ ၈၄-၅၊ ၁၁၇၊ ၁၆၁၊
 ၁၇၆၊ ၁၇၈၊ ၁၈၀
 ရေးဆွဲခြင်း ၁၁၇၊ ၁၇၈
 စီမံခန့်ခွဲမှု ၅-၇၊ ၁၁၊ ၆၁၊ ၆၄၊ ၆၆၊ ၆၇၊
 ၇၀၊ ၇၅-၆၊ ၇၈၊ ၁၁၅-၆၊ ၁၁၉၊
 ၁၇၀-၁၊ ၁၇၇-၈၊ ၁၈၇

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

နိယာမ ၇၈
 စီးပွားရေး ၃၊ ၄၊ ၈၊ ၁၀၊ ၁၁၂-၃၊ ၁၁၄၊
 ၁၄၃၊ ၁၆၉
 စနစ် ၁၀၅၊ ၁၀၇
 ဈေးကွက် ၁၀၉
 အပျက်အစီး ၁၀
 စုစည်းမှုအား ၂၈၊ ၃၉၊ ၄၀
 စေတနာ ၅၈၊ ၆၁၊ ၆၆၊ ၁၀၅၊ ၁၃၉၊ ၁၄၇၊
 ၁၄၉၊ ၁၅၁၊ ၁၅၃
 ကောင်းခြင်း ၁၀၅၊ ၁၅၁၊ ၁၅၃
 စော်ကားခံရခြင်း ၁၅၃
 စံချိန်စံညွှန်း။ စံနှုန်း - ကြည့်
 စံနှုန်း ၁၅၊ ၁၆၊ ၇၆၊ ၁၀၁၊ ၁၀၄၊ ၁၆၄၊
 ၁၇၀၊ ၁၇၅-၆၊ ၁၈၀၊ ၁၉၂
 ချမှတ်ခြင်း ၁၈၀
 စံပြုစရာ ၁၆၆-၇၊
 စိုက်ပျိုးရေးနိယာမ ၁၁၆၊ ၁၆၂
 စိုက်ပျိုးရေးဥပဒေ။ စိုက်ပျိုးရေးနိယာမ
 - ကြည့်
 စဉ်းစားဆင်ခြင်မှု ၃၁၊ ၃၈
 စည်းကမ်း ၁၁၇၊ ၁၅၈-၉၊ ၁၇၅-၆၊ ၁၇၈၊
 ၁၈၆
 ချမှတ်ခြင်း ၁၇၈
 ထိန်းသိမ်းခြင်း ၄၅၊ ၄၆၊ ၄၉၊ ၉၅၊ ၉၈၊
 ၁၆၆
 စည်းမျဉ်း။ စည်းကမ်း - ကြည့်
 စိတ်ကူးစိတ်သန်း ၃၃-၆၊ ၅၁၊ ၈၀၊ ၁၆၀၊
 ၁၇၂
 စိတ်စွမ်းအား ၃၁၊ ၃၆-၇
 စိတ်ဓာတ်ရေးရာ ၉၀-၁၊ ၉၅၊ ၁၀၉
 စိတ်နေစိတ်ထား ၃၁၊ ၃၇-၈၊ ၅၀၊ ၆၄
 စိတ်ပါဝင်စားမှု ၁၃၄-၅၊ ၁၃၉၊ ၁၉၆

စိတ်ပြင်ဆင်ခြင်း ၁၅၆
 စိတ်ရှည်ခြင်း။ သည်းခံခြင်း - ကြည့်
 စိတ်လေ့ကျင့်ခန်း ၂၉
 စိတ်လိုက်မာန်ပါပြောဆိုခြင်း ၁၄၇
 စန္ဒရာ ၁၈၇
 စွဲလမ်းတပ်မက်ခြင်း ၄၅၊ ၄၆
 စွန့်စားမှု ၂၆၊ ၂၇
 စွန့်လွှတ်အနစ်နာခံမှု ၁၀၇-၈၊ ၁၇၅
 စွမ်းဆောင်ရည်။ စွမ်းရည် - ကြည့်
 စွမ်းရည် ၇၅၊ ၈၀၊ ၁၇၀၊ ၁၇၇
 နိမ့်ကျမှု ၈၀
 မြင့်မားမှု ၇၅၊ ၈၀၊ ၁၇၀၊ ၁၇၇
 စွမ်းအား ၁၃၊ ၁၄၊ ၁၆-၈၊ ၂၁-၃၊ ၂၅၊ ၂၆၊
 ၂၇-၉၊ ၃၁၊ ၃၅၊ ၃၇၊ ၄၅၊ ၅၂၊
 ၆၃၊ ၆၇၊ ၇၆-၇၊ ၈၀-၂၊ ၈၅၊ ၈၆၊
 ၉၆၊ ၉၉၊ ၁၁၈၊ ၁၄၃၊ ၁၄၉၊ ၁၆၄၊
 ၁၈၁
 အကျိုးသက်ရောက်မှု ၂၂-၃
 အပြုသဘော ၂၂၊ ၂၃
 စွမ်းအားစု ၄၊ ၄၄၊ ၈၂၊ ၁၂၅၊ ၁၅၆၊ ၁၆၁၊
 ၁၇၃
 ဆိုရိုးစကား ၂
 ဆက်ဆံရေး ၂၊ ၄၊ ၅၊ ၇-၉၊ ၁၁၊ ၁၉၊ ၂၅၊
 ၂၇၊ ၃၉-၄၁၊ ၄၄-၅၊ ၅၀၊ ၅၇-၈၊
 ၆၀-၃၊ ၆၈၊ ၇၀၊ ၇၄၊ ၈၉၊
 ၉၂-၆၊ ၁၁၆၊ ၁၂၂-၄၊ ၁၂၈၊
 ၁၃၀-၃၊ ၁၃၅၊ ၁၄၁-၂၊ ၁၄၅၊
 ၁၄၇၊ ၁၅၃-၅၊ ၁၅၉၊ ၁၆၃၊
 ၁၆၅-၆၊ ၁၇၁၊ ၁၇၃-၅။
 မိသားစုဆက်ဆံရေး - လည်းကြည့်
 စွမ်းရည် ၅၈

ညံ့ဖျင်းမှု ၁၁၃
ပျက်စီးခြင်း ၁၇၅
ဆက်ဆံရေး၊ ကြင်နာသော ၁၄၆၊ ၁၆၇
ဆက်သွယ်ရေး ၁၃၄၊ ၁၃၆-၇၊ ၁၄၂-၅၊
၁၅၂၊ ၁၇၀၊ ၁၇၆-၉။ ။ အပြန်
အလှန် ဆက်သွယ်ရေး - လည်း

ကြည့်

စုစည်းမှု ၁၃၄
စွမ်းရည် ၁၁၂၄၊ ၁၃၆-၇
ပြဿနာ ၁၂၉
လမ်းကြောင်း ၁၂၉-၃၀၊ ၁၇၃
အဟန့်အတား ၁၅၂
ဦးတည်ချက် ၁၄၁
ဆင်နာ့ထရာ၊ ဖရန့် ၁၂၂
ဆုံးဖြတ်ချက် ၄၂-၅၊ ၅၄၊ ၇၈၊ ၈၁၊ ၈၂-၇၊
၉၉၊ ၁၁၇၊ ၁၁၉၊ ၁၄၀၊ ၁၅၉၊
၁၆၁၊ ၁၇၉-၈၀၊ ၁၈၆၊ ၁၈၉၊
၁၉၅
ဆုံးရှုံးမှု ၂၆၊ ၂၇၊ ၇၁၊ ၁၁၆-၇၊ ၁၄၅၊ ၁၆၅
ဆွေးနွေးခြင်း ၉၄၊ ၁၅၇၊ ၁၉၃-၄
ဆွေးနွေးပွဲ ၁၊ ၄၊ ၇၀
ဆွဲဆောင်ခြင်း ၁၂၅
ဆွဲအားကိုတွန်းလှန်ခြင်း။ ဆွဲအားကိုကျော်လှန်
ခြင်း - ကြည့်

ဇနီး ၁၆၅၊ ၁၆၆၊ ၁၆၈
ဇွဲ ၁၄၈

ဈေးကွက် ၄၊ ၁၁၊ ၅၆၊ ၁၀၀၊ ၁၂၂
စီးပွားရေးစနစ် ၁၀၅
လေ့လာမှု ၁၁၉

ဣဏ်ပညာ ၁၃-၈၊ ၂၂၊ ၂၆၊ ၄၅-၆၊ ၉၄၊
၁၈၁

ညွှန်ကြား၍ သင်ကြားခြင်း ၁၄၆။ သင်ကြား
ပို့ချခြင်း - လည်းကြည့်

တဏှာ။ စွဲလမ်းတပ်မက်ခြင်း - ကြည့်
တရားမျှတမှုနှင့် တရားစီရင်မှု ၁၀၁၊ ၁၀၄၊
၁၁၂

တာဝန် ၄၃-၄၊ ၅၂၊ ၆၈-၉၊ ၇၇၊ ၈၅-၆၊
၁၁၇-၈၊ ၁၂၄၊ ၁၅၄-၅၊ ၁၆၀-၂၊
၁၇၆၊ ၁၈၆

ကျေပွန်မှု ၁၀၂
မျှဝေသခြင်း ၈၆၊ ၁၁၈
လွှဲအပ်မှု ၁၆၁

တာဝန်ကြေညာစာတမ်း ၅၊ ၁၁၆၊ ၁၁၉၊
၁၈၅-၆

တီထွင်ဖန်တီးနိုင်စွမ်း ၃၃၊ ၃၄၊ ၃၆၊ ၃၉၊
၄၀

တီထွင်ဖန်တီးမှု ၇၅၊ ၈၁၊ ၈၈-၉၊ ၁၁၈၊
၁၈၂၊ ၁၉၄

တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးမှု။ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု - ကြည့်
တိုးလွယ်လျော့လွယ် အပြောင်းအလဲလုပ်နိုင်
စွမ်း။ လိုက်လျောညီထွေနေတတ်မှု
- ကြည့်

တောင်းဆိုခြင်း ၉၂
တောင်းပန်ခြင်း ၁၅၃၊ ၁၇၅
တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်မှု ၉၂၊ ၁၀၂၊ ၁၀၈၊
၁၇၄

တစ်ဦးချင်းတိုးတက်မှု ၉၇
တန်ဖိုးထားမှု ၁၁-၃၊ ၂၁၊ ၃၂၊ ၃၈၊ ၄၂၊ ၄၈၊
၆၁၊ ၆၃၊ ၇၆၊ ၇၈၊ ၈၇၊ ၁၀၄-၆၊
၁၀၉-၁၄၊ ၁၁၆၊ ၁၂၃၊ ၁၂၄-၆
၁၄၁၊ ၁၄၃၊ ၁၄၈၊ ၁၅၆၊ ၁၇၆၊
၁၇၈-၉၊ ၁၈၁၊ ၁၈၃၊ ၁၈၅၊ ၁၉၃

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

တုံပြန်နိုင်စွမ်း ၃၂ ၄၄
တုံပြန်ပုံ ၁၄၉-၅၀၊ နားလည်ကာတုံပြန်ခြင်း
- လည်းကြည့်
တွေးတောခြင်း ၁၉၄

ထကြွနိုးကြားမှု ၃၁၊ ၃၂
ထိရောက်ထက်မြက်သူ ၈၁၊ ၁၀၄
ထိရောက်မှုမြင့်မားသော ပုဂ္ဂိုလ်။ ထိရောက်
ထက်မြက်သူ - ကြည့်
ထိရောက်သည့်လွှဲအပ်ခြင်း ၁၆၀
ထူးချွန်ပြီ ၁၉၂
ထုတ်လုပ်မှု ၂၈၊ ၂၉၊ ၆၁၊ ၇၀၊ ၇၄၊ ၈၀၊
၁၆၉၊ ၁၇၂-၅
စွမ်းအား ၂၈၊ ၂၉၊ ၆၁၊ ၇၀၊ ၇၄၊ ၈၀၊
၁၇၂-၃၊ ၁၇၅
အစွမ်းအစ ၁၇၃-၅
ထုတ်လုပ်သူ ၁၆၈၊ ၁၇၂
ထိပ်တိုက်ရင်ဆိုင်ခြင်း ၁၂၇

ဒီမိုကရေစီစနစ် ၁၀၅
ဒုစရိုက် ၂၅၊ ၃၅၊ ၁၀၀၊ ၁၈၁၊ ၁၉၃
ဒေါသ ၉၁၊ ၁၃၂၊ ၁၅၃-၄၊ ၁၅၇

နမူနာပြခြင်း ၁၄၆
နယူတန်၊ အိုက်ဆက် ၇၇
နယူမန်၊ ဂျွန်ဟန်နရီ ၅၅
နားထောင်ခြင်း ၃၈-၉၊ ၁၃၈၊ ၁၄၀-၁၊
၁၄၄၊ ၁၄၈၊ ၁၅၅၊ ၁၈၈
နားထောင်နိုင်စွမ်း ၃၉
နားမလည်မီအကြံပေးခြင်း ၁၆၃
နားလည်ကာတုံပြန်ခြင်း ၁၅၂။ တုံပြန်ပုံ -
လည်းကြည့်

နားလည်မှု ၁၃၁-၅၊ ၁၄၁-၂၊ ၁၅၁၊ ၁၆၀၊
၁၆၃၊ ၁၇၈-၉
နိယာမ ၃-၄၊ ၇-၂၁၊ ၃၀၊ ၃၂၊ ၃၇၊ ၄၁-၃၊
၄၈၊ ၅၀-၃၊ ၅၇၊ ၆၁၊ ၆၅၊
၆၇-၈၊ ၇၄-၆၊ ၇၈၊ ၈၀၊ ၈၄၊
၉၉-၁၀၀၊ ၁၀၄-၁၄၊ ၁၁၇-၂၊
၁၂၃-၄၊ ၁၂၈၊ ၁၅၀၊ ၁၆၅၊ ၁၆၇၊
၁၇၀၊ ၁၈၂၊ ၁၈၅၊ ၁၉၄။ နိယာမ
အမည်များ - လည်းကြည့်
ဗဟိုပြုခြင်း ၁၄၊ ၁၈၊ ၂၁၊ ၃၇၊ ၆၁၊ ၆၆၊
၁၆၅
အသုံးချခြင်း ၇၈
နိယာမဗဟိုပြုခေါင်းဆောင် ၁၉၊ ၂၀၊ ၂၂၊
၂၃၊ ၂၆၊ ၂၇၊ ၁၂၅
စရိုက်လက္ခဏာ ၂၀

နိယာမဗဟိုပြုခေါင်းဆောင်မှု ၈၊ ၁၃၊ ၁၇၊
၇၁၊ ၇၅၊ ၇၇၊ ၁၁၆၊ ၁၄၅
နိယာမဗဟိုပြုချဉ်းကပ်နည်း ၁
နိယာမဗဟိုပြုအကျင့် သီလ။ ကြီးကျယ်
မြင့်မြတ်ခြင်း - ပင်ကိုမူလ - ကြည့်
နိယာမဗဟိုပြုအာဏာ ၁၂၁၊ ၁၂၃-၄၊ ၁၂၅၊
၁၂၈။ အာဏာ - လည်းကြည့်

နီကိုလပ်စ် ၇၄
နေဗဟိုပြုစံ ၇၄
နောက်လိုက် ၁၂၁-၅၊ ၁၂၈
တန်ဖိုးထားမှု ၁၂၃၊ ၁၂၅
‘နိုင်ငံတို့၏ ဥစ္စာဓန’ ၁၀၅
နိုင်ငံရေး ၁၀၊ ၁၀၀-၁၊ ၁၀၅-၆၊ ၁၀၉၊
၁၄၃
နည်းပညာ ၁၀၆-၇
နည်းဗျူဟာ ၅၇
နှိုင်းယှဉ်မှု ၉၇-၈

နှိုင်းရသီအိုရီ ၇၆
နိမ့်ချမှု ၁၀၈၊ ၁၅၃-၄

လေ့လာခြင်း ၃
ပွင့်လင်းခြင်း ၁၂၆

ပညာရေး ၁၀၄
ပညတ်တော်ဆယ်ပါး ၁၁၀
ပတိုမိ၏သီအိုရီ ၇၄
ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်း ၄၃၊ ၁၇၀
ပေါ်တာ၊ မိုက်ကယ် ၁၁၉
ပိုင်ဆိုင်ခြင်း ၉၁၊ ၉၃၊ ၉၆၊ ၁၆၇၊ ၁၇၃၊
၁၈၀၊ ၁၈၃

ဖရန်ကလင်၊ ဘင် ၄၆
ဖရန်ကယ်၊ ဗစ်တာ ၃၅
ဖရွိုက်၊ ဆစ်ဂမန် ၃၅
ဖိအားပေးခြင်း ၅၃-၄၊ ၉၃၊ ၁၂၄
ဖက်ရှင် ၅၁
ဖစ်ရှာ၊ ရော်ဂျ် ၃၉
ဖွဲ့စည်းပုံစည်းမျဉ်း ၁၀၅
ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု ၉၃၊ ၉၇၊ ၉၉
ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရမည့် ဖြစ်စဉ် ၉၀။ သဘာဝ
ဖွံ့ဖြိုးမှုဖြစ်စဉ် - လည်းကြည့်

ပတ်ဝန်းကျင် ၆၊ ၇၊ ၁၈၀-၂
လူမှုရေး ၄၊ ၆
သဘာဝ ၁၈၂
ပုံစံပြောင်းလဲခြင်း ၈၊ ၇၂၊ ၈၁
ပုံပန်းသဏ္ဍာန် ၉၆
ပျော်ရွှင်မှု ၁၀၂၊ ၁၀၉၊ ၁၁၂၊ ၁၃၃၊ ၁၄၄၊
၁၈၁၊ ၁၉၁

ဗဟုသုတ ၂၀၊ ၇၉၊ ၉၀၊ ၉၄၊ ၉၆၊ ၁၀၄။
အသိပညာ - လည်းကြည့်
ဗျူရိုကရေစီ ၁၇၁-၁
ဘာသာရေး ၁၀၇ - ၈
အဖွဲ့အစည်း ၁၀၈
ဘုရားရှိခိုးခြင်း ၁၈၁

ပြိုင်ဆိုင်မှု ၁၄၄
ပြန်စဉ်းစားခြင်း ၁၃၉
ပြန်ဆိုရေးပြဿနာ ၁၇၈
ပြန်လည်ဆန်းသစ်သည့်နိယာမ ၃၀။ နိယာမ-

‘မထိရောက်သောသူများ၏ အလေ့အကျင့်
ခုနစ်ခု’ ၂
မဟာဗျူဟာ ၅၇၊ ၇၄၊ ၁၁၆၊ ၁၁၉-၂၀
လေ့လာမှု ၁၁၉
မာန ၄၅၊ ၄၉၊ ၁၀၈
မိခင်နှင့် ဖခင် ၁၆၆-၇၃၊ ၁၇၅-၆၊ ၁၈၄၊
၁၈၈
မိမိကိုယ်မိမိ စီခံခန့်ခွဲမှု။ အချိန်စီခံခန့်ခွဲမှု -

လည်းကြည့်

ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း ၁၃၉
ပြန်လည်အကဲဖြတ်ခြင်း ၁၆၁
ပြဿနာ ၁-၃၊ ၇၊ ၂၉၊ ၆၅-၇၊ ၇၀-၁၊
၁၂၄၊ ၁၂၉-၃၀၊ ၁၄၉-၅၀၊ ၁၅၂၊
၁၅၅၊ ၁၆၆၊ ၁၆၈၊ ၁၇၆-၈၁၊
၁၈၅။ ပြန်ဆိုရေးပြဿနာ - လည်း

ကြည့်

ထိန်းချုပ်ခြင်း ၁၄၉-၅၀
နားလည်ခြင်း ၁၅၂
ဖြေရှင်းခြင်း ၂၊ ၇၊ ၁၉၊ ၁၆၆၊ ၁၇၆-၈၀

ကြည့်
မိမိကိုယ်မိမိ လေးစားမှု။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို
လေးစားမှု - ကြည့်

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

မိသားစု ၁၆၆-၈၊ ၁၇၀-၂၊ ၁၇၆-၇၊
 ၁၈၅-၆၊ ၁၉၀-၃၊ ၁၉၅-၆
 ကိစ္စ
 စနစ် ၁၇၆
 ဆက်ဆံရေး ၁၆၅၊ ၁၇၁၊ ၁၇၃။ ဆက်
 ဆံရေး - လည်းကြည့်
 တာဝန်ကြေညာစာတမ်း ၁၈၅-၆
 ပြဿနာ ၁၆၈
 ပွဲလမ်းသဘင် ၁၉၁-၂
 ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေ ၁၈၅
 ဘဝ ၁၆၆၊ ၁၇၀၊ ၁၇၂၊ ၁၇၇
 အလေ့အထ ၁၉၀
 မူးယစ်ဆေးဝါးစွဲခြင်း ၅
 မစ်လီ၊ စီစဲလ်ဘီဒီ ၁၁၂
 မတ်ဆုရှီတာ ၁၁၆
 မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်း ၁၉၅-၆
 မေတ္တာ ၉၉၊ ၁၄၇၊ ၁၅၀၊ ၁၆၂၊ ၁၆၄၊
 ၁၆၆-၇၊ ၁၇၁၊ ၁၇၄၊ ၁၈၄၊
 ၁၈၆၊ ၁၉၁
 နိယာမ ၁၇၃
 မျှဝေခြင်း ၁၅၀၊ ၁၇၁
 မန်နေဂျာ ၁၆၈၊ ၁၇၀၊ ၁၇၂
 မြူရီ၊ ဝီလျံ ၃၉
 မြေပုံ ၁၁၁၊ ၁၁၄-၆၊ ၁၃၆
 မြောက်အမှန်နိယာမ ၈၊ ၁၁၊ ၁၃၊ ၁၀၇၊
 ၁၁၁-၂၊ ၁၁၆၊ ၁၈၁
 မြင်ပုံမြင်နည်း။ ရှုမြင်ပုံ - ကြည့်
 မွေးဖွားမှုထိန်းချုပ်ရေး ၁၆၆
 မှတ်ဉာဏ် ၃၅-၆
 မှန်ကန်သည့်နိယာမ ၁၀၊ ၁၂-၅၊ ၆၁၊ ၆၈၊
 ၈၄၊ ၁၀၉၊ ၁၁၄၊ ၁၆၇-၈၊ ၁၇၀။

နိယာမ - လည်းကြည့်

မျှဝေခြင်း ၉၂ - ၃
 တန်ဖိုး ၉၂
 မျှော်လင့်ချက် ၁၃၄၊ ၁၅၈၊ ၁၆၈
 ကွာဟခြင်း ၁၆၈
 ယဉ်ကျေးမှု ၁၀၊ ၁၂-၃၊ ၁၇၊ ၁၁၀၊ ၁၁၆၊
 ၁၁၉၊ ၁၄၃-၄၊ ၁၇၄-၅
 ပဋိပက္ခ ၁၀
 ဖျက်ဆီးခြင်း ၁၁၀
 အခြေခံပြဿနာ ၁၁၆
 အသွင်ပြောင်းလဲမှု ၁၇
 ယုတ္တိဗေဒ ၁၄၁
 ယုံကြည်မှု ၉၊ ၁၃၊ ၂၁-၄၊ ၂၇-၈၊ ၄၂၊ ၄၅
 ၄၉၊ ၅၇၊ ၆၃၊ ၆၅၊ ၆၆၊ ၆၉-၇၁၊
 ၇၅၊ ၁၁၂၊ ၁၂၅၊ ၁၂၇-၃၀၊ ၁၃၄၊
 ၁၄၃၊ ၁၄၅၊ ၁၄၇၊ ၁၅၁-၂၊ ၁၇၃-၅၊
 ၁၇၉
 နိမ့်ကျခြင်း ၁၇၉
 မြင့်မားခြင်း ၁၃၄၊ ၁၇၅၊ ၁၇၉
 ရာထူးဌာနန္တရ ၉၅၊ ၁၁၀၊ ၁၅၀
 ရေရှည်မြင်တတ်ခြင်း ၁၆၆
 ရိုးသားမှု ၁၁၂၊ ၁၅၂၊ ၁၇၅
 ရင့်ကျက်မှု ၉၊ ၆၃-၄၊ ၉၁၊ ၉၅၊ ၁၀၂၊ ၁၈၀
 ရိုင်းပျသောစကား ၁၄၇
 ရည်မှန်းချက် ၄၂၊ ၄၄-၅၊ ၅၀-၃၊ ၇၅-၈၊
 ၈၁-၂၊ ၈၄၊ ၈၇၊ ၁၂၃၊ ၁၂၆၊ ၁၃၅၊
 ၁၆၂၊ ၁၆၄၊ ၁၇၂-၃၊ ၁၇၆၊ ၁၈၀၊
 ၁၈၅-၆၊ ၁၈၉၊ ၁၉၄
 ရှုမြင်ပုံ ၅၈-၆၀၊ ၇၅၊ ၈၇၊ ၁၂၉-၃၁၊ ၁၃၆၊
 ၁၄၂၊ ၁၉၆
 ပြောင်းလဲခြင်း ၁၃၆

ပြဿနာ ၁၂၉-၃၀
ရှေ့နောက်ဆီလျော်ညီညွတ်မှု ၁၂၇

‘လမန်ချာကလူ’ ၆၀
လူမှုဆက်ဆံရေး။ ဆက်ဆံရေး - **ကြည့်**
လူမှုတန်ဖိုးထားမှု။ တန်ဖိုးထားမှု - **ကြည့်**
လူမှုရေး ၁၀၀-၁၊ ၁၀၇၊ ၁၀၉၊ ၁၁၃၊ ၁၄၃၊
၁၇၄

ပြဿနာ ၁၀၇
ဖိအား ၁၇၄
‘လူသားတို့၏ အဓိပ္ပာယ်ရှာဖွေမှု’ ၃၅
လူသားဝါးဒ ၁၀၆
လူစွမ်းအားပုံစံ ၇၄
လှေကျင့်ပျိုးထောင်ပေးခြင်း ၆၊ ၁၈၊ ၁၇၆
လှေလာဆည်းပူးခြင်း ၂၀-၂၊ ၂၆-၇၊ ၆၈၊
၇၈၊ ၁၃၇၊ ၁၄၇၊ ၁၉၃၊ ၁၉၇
မျှဝေခြင်း ၇၈
လေးစားမှု ၁၉၂။ အပြန်အလှန်လေးစားခြင်း
- **လည်းကြည့်**

လောဘ ၁၀၁-၂
လက်ခံနိုင်စွမ်း ၁၂၆
လိုက်လျောညီထွေနေတတ်မှု ၂၆-၇၊ ၁၇၁
လိုက်လျောညီထွေ ပြောင်းလဲ တုံ့ပြန်ခြင်း။
လိုက်လျောညီထွေနေတတ်မှု - **ကြည့်**
လိုက်လျောညီထွေလုပ်နိုင်စွမ်း။ လိုက်လျော
ညီထွေနေတတ်မှု - **ကြည့်**

လိင်ကိစ္စ ၅၊ ၁၇၄
ကျူးလွန်ခြင်း ၅
လုပ်ထုံလုပ်နည်း ၁၈၊ ၇၅၊ ၁၁၇-၈၊ ၁၃၇၊
၁၇၀၊ ၁၇၂
လုပ်ပိုင်ခွင့် ၁၁၊ ၁၃၊ ၁၇-၈၊ ၃၁၊ ၃၇၊ ၆၉-၇၁၊
၇၆၊ ၁၁၅၊ ၁၆၁

လာဘ်ထိုးခြင်း။ လာဘ်ပေးလာဘ်ယူခြင်း

- **ကြည့်**

လာဘ်ပေးလာဘ်ယူခြင်း ၅၃၊ ၉၂
လမ်းညွှန်မှု ၁၃-၉၊ ၁၆၄၊ ၁၈၁၊ ၁၈၅
လုံခြုံစိတ်ချမှု ၁၃-၅၊ ၁၇-၈၊ ၂၆-၇၊ ၃၇၊
၆၅၊ ၉၇၊ ၁၃၆၊ ၁၄၀၊ ၁၅၀-၁၊
၁၆၂၊ ၁၇၀၊ ၁၈၀-၁၊ ၁၈၄
လယ်ကွင်း၏ နိယာမ ၇၊ ၁၀၁
လွတ်လပ်မှု ၁၊ ၃၂၊ ၆၁-၂၊ ၆၆၊ ၈၇၊ ၁၀၂၊
၁၀၉
စွမ်းအား ၈၇

ဝေဒနာ။ ခံစားမှု - **ကြည့်**
ဝေဖန်ခြင်း ၉၈၊ ၁၄၇။ စိစစ်ဝေဖန်ခြင်း -

လည်းကြည့်

ဝေဖန်ခြင်း ၊ အပြုသဘော ၁၈၇
ဝေမျှခြင်း၊ မျှဝေခြင်း - **ကြည့်**
ဝေါဟာရ ၁၃၁-၄၊ ၁၄၇၊ ၁၇၄၊ ၁၇၇၊ ၁၇၉
ဝန်ခံခြင်း ၁၅၃
ဝန်ဆောင်မှု ၂၁၊ ၁၁၂၊ ၁၄၈၊ ၁၇၅၊ ၁၉၆
အရည်အသွေး ၄
‘ဝံပုလွေများနှင့်ကခုန်ခြင်း’ ၃၄

သတင်းအချက်အလက် ၁၂၅၊ ၁၇၀၊ ၁၇၉
စုဆောင်းခြင်း ၁၇၉
ပေးခြင်း ၁၇၀
သဘာဝကို တန်ဖိုးထားခြင်း ၁၈၂
သဘာဝနိယာမ ၇၊ ၈၊ ၁၀-၁၊ ၁၉၊ ၇၆၊
၁၀၀-၁၊ ၁၀၃၊ ၁၀၆-၇၊ ၁၀၉-၁၀၊
၁၁၃၊ ၁၁၆။ နိယာမ - **လည်းကြည့်**
သဘာဝဖွံ့ဖြိုးမှုဖြစ်စဉ် ၈၈၊ ၉၁။ ဖွံ့ဖြိုး
တိုးတက်ရမည့်ဖြစ်စဉ် - **လည်းကြည့်**

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

သဘောထား ၁၃၀၊ ၁၄၇၊ ၁၄၉၊ ၁၆၀၊ ၁၆၃
ပြောင်းလဲခြင်း ၁၆၃

သဘောပေါက်နားလည်မှု၊ နားလည်မှု-**ကြည့်**
သမာဓိ ၅၈၊ ၆၁၊ ၆၃-၄၊ ၈၂၊ ၈၆-၇၊ ၁၀၄၊
၁၁၂၊ ၁၁၉-၂၀၊ ၁၂၄၊ ၁၂၇၊
၁၅၄၊ ၁၆၆၊ ၁၇၅၊ ၁၇၉၊ ၁၈၃

ကုထုံး ၁၀၃

သဟဇာတဖြစ်မှု ၁၃၄

သီလ ၅၈၊ ၆၁-၃၊ ၆၅-၆၊ ၇၁၊ ၇၅၊ ၈၇၊
၈၉၊ ၉၅၊ ၁၀၃-၆၊ ၁၂၀-၁၊
၁၂၃-၄၊ ၁၅၄၊ ၁၆၂၊ ၁၇၅၊
၁၈၈-၉

အားနည်းမှု ၁၈၉

သုတေသန ၁၀၃၊ ၁၂၇

သူဌေးဖြစ်နည်း ၁၀၁

သောက ၉၀၊ ၉၇၊ ၁၃၃၊ ၁၃၅၊ ၁၄၇၊ ၁၅၁၊
၁၅၇

သိက္ခာ။ သီလ - **ကြည့်**

သင်ကြားပို့ချခြင်း ၁၂၆၊ ၁၇၀။ ညွှန်ကြား၍
သင်ကြားခြင်း- **လည်းကြည့်**

သင်ကြားရမည့်အချိန် ၁၅၇

သင်ပေးနိုင်ခြင်း။ သင်ကြားပို့ချခြင်း - **ကြည့်**

သည်းခံခြင်း ၆၉၊ ၉၁၊ ၉၃-၄၊ ၉၈၊ ၁၁၂၊
၁၂၆၊ ၁၄၂၊ ၁၄၇-၈၊ ၁၅၁၊ ၁၆၀၊
၁၇၅

သတ္တိ ၃၁၊ ၃၈-၉၊ ၆၃-၄၊ ၈၀၊ ၉၈၊ ၁၄၂၊
၁၄၇-၈၊ ၁၅၂၊ ၁၆၀၊ ၁၈၀-၁၊
၁၈၉

အချိန်အဆမျှခြင်း ၁၈၀

သဒ္ဒါ ၁၁၂

သိပ္ပံပညာ ၁၀၆-၇

သိပ္ပံပညာရှင် ၁၀၇၊ ၁၃၅

သိမ်မွေ့ခြင်း ၁၂၆၊ ၁၇၄

သွန်သင်ဆုံးမမှု ၁၅၉

ဟန်ဆောင်မှု ၄၅၊ ၄၈၊ ၄၉၊ ၅၆၊ ၆၀၊ ၆၅၊
၇၅၊ ၈၉-၉၁၊ ၉၈၊ ၁၂၅၊ ၁၃၇၊
၁၉၆

ဟမ်းမားရှိုး၊ ဒက် ၆၂

အကောင်းအဆိုးခွဲခြားမှု ၁၀၂-၃

အကျိုးပြုမှု ၁၈၃

အကျင့်စာရိတ္တ။ စာရိတ္တ- **ကြည့်**

အကျင့်သီလ။ သီလ - **ကြည့်**

အကြံဉာဏ် ၁၈၁၊ ၁၈၉

အကြောက်တရား ၁၄၂၊ ၁၇၁

အချက်အလက်။ သတင်းအချက်အလက်-

ကြည့်

အချိန် ၁၄၃-၄၊ ၁၆၀၊ ၁၇၇-၈၊ ၁၈၈။

စီမံခန့်ခွဲမှု ၁၇၇-၈

အချိန်အဆမျှသောဘဝ ၂၄-၅၊ ၄၆

အစားလွန်ကျူးခြင်း ၄၆

အစွမ်းအစ ၂၄၊ ၂၇၊ ၃၃၊ ၃၅၊ ၅၂၊ ၅၈၊ ၆၀

၆၈၊ ၇၆-၇၊ ၉၆၊ ၉၈၊ ၁၂၄၊ ၁၅၀၊

၁၅၆၊ ၁၆၀၊ ၁၈၄၊ ၁၈၇၊ ၁၉၀၊

၁၉၄၊ ၁၉၆

‘အဆင့်မြင့်ထိရောက်သူများ၏အလေ့အထ

ခုနစ်ခု’ ၂

အဏုမြူ ၇၆-၇

အတွေးအကြံ ၇၉

အတွေးအခေါ် ၇၇-၈

အတွင်းမှ အပြင်သို့နည်း ၆၅-၈၊ ၇၁

အထောက်အကူ ၁၉၇

အဓိဋ္ဌာန် ၇၄၊ ၅၄၊ ၅၅၊ ၈၂

အနစ်နာခံခြင်း။ စွန့်လွှတ်အနစ်နာခံမှု - **ကြည့်**
 အပြုအမူ ၁၃၀၊ ၁၃၆၊ ၁၄၈-၉၊ ၁၅၃၊ ၁၅၉၊
 ၁၆၀၊ ၁၆၃၊ ၁၇၇
 ညီညွတ်အောင်ဆောင်ရွက်ခြင်း ၁၆၀
 ပြောင်းလဲခြင်း ၁၆၃
 အပြင်မှအတွင်းသို့နည်း ၆၅၊ ၆၇
 အပြန်အလှန် ဆက်သွယ်ရေး ၁၇၈။ ဆက်
 သွယ်ရေး - **လည်းကြည့်**
 အပြန်အလှန်နားလည်ခြင်း ၁၇၈
 အပြန်အလှန်မှီခိုမှုပုံစံ ၁၁၈
 အပြန်အလှန်လေးစားခြင်း ၁၇၅။ လေးစားမှု
 - **လည်းကြည့်**
 အဖေနှင့်အမေ။ မိခင်နှင့် ဖခင် - **ကြည့်**
 အဖွဲ့အစည်း ၂၊ ၄၊ ၆၊ ၈-၁၁၊ ၁၇-၈၊ ၃၀၊
 ၄၂၊ ၆၃၊ ၇၀-၁၊ ၇၃၊ ၇၅-၈၊ ၈၀၊
 ၁၀၁၊ ၁၀၆၊ ၁၀၉-၁၀၊ ၁၁၃
 ၁၁၈၊ ၁၄၃၊ ၁၉၆
 ကွန်ယက်ကူးသန်းရောင်းဝယ်မှု ၁၀၁
 ခေါင်းဆောင်မှု ၈
 တန်ဖိုးအရှိဆုံး သယံဇာတ ၈၀
 ပိရမစ်ပုံ ၁၀၁
 ဗဟိုချက်မ ၁၇
 လုပ်ထုံးလုပ်နည်း ၈၀
 အရင်းအမြစ် ၈
 အယူအဆ ၇၉
 အရက်စွဲခြင်း ၅
 အရည်အသွေး ၁၊ ၂၊ ၄၊ ၈၊ ၂၃၊ ၃၀-၇၊ ၃၉၊
 ၄၁၊ ၆၈၊ ၇၁၊ ၇၅၊ ၁၁၂၊ ၁၂၃၊
 ၁၂၇၊ ၁၄၇၊ ၁၈၃
 အလေ့အကျင့်ပျိုးထောင်ခြင်း ၁၈၂

အလေ့အကျင့်ဟောင်း ၈၃-၅
 အလေ့အထ ၂၊ ၅၊ ၆၊ ၉၊ ၁၂၊ ၁၇၊ ၃၀၊
 ၃၁၊ ၃၃၊ ၃၆-၉၊ ၄၁-၃၊ ၄၅၊ ၈၇၊
 ၁၀၄၊ ၁၁၇၊ ၁၄၄-၅၊ ၁၄၉၊ ၁၈၁၊
 ၁၈၃၊ ၁၉၀
 ပြောင်းလဲခြင်း ၁၄၉
 အလက်ဇန္ဒား ၁၉၁
 အလုပ်လွှဲအပ်ခြင်း ၁၇၀
 အသိပညာ ၂၀၊ ၉၀၊ ၁၀၄၊ ၁၉၇။ ဗဟုသုတ
 - **လည်းကြည့်**
 ဖွံ့ဖြိုးမှု ၁၀၄
 အသေးအဖွဲ့ဂရုစိုက်ခြင်း ၁၅၄
 အသံထက်မြန်ခြင်း ၇၉၊ ၈၀
 စီမံခန့်ခွဲမှု ၈၀
 ပျံ့သန်းမှု ၇၉
 အဟန့်အတား ၇၉၊ ၈၀၊ ၁၄၂၊ ၁၉၁
 ချိုးဖျက်ရေး ၇၉
 လူသား ၇၉၊ ၈၀
 အာဏာ ၆၃၊ ၉၄-၅၊ ၁၀၆၊ ၁၂၁-၅။ နိယာမ
 ဗဟိုပြု အာဏာ - **လည်းကြည့်**
 အကျိုးသက်ရောက်မှု ၁၂၂၊ ၁၂၅
 အားကိုးခြင်း ၉၄-၈၊ ၁၈၁၊ ၁၈၄
 အားနည်းချက် ၅၊ ၁၇-၈၊ ၂၃၊ ၂၈၊ ၅၁၊
 ၅၉၊ ၆၅၊ ၉၁၊ ၉၄-၆၊ ၉၉၊ ၁၂၆၊
 ၁၄၀၊ ၁၅၄၊ ၁၅၆၊ ၁၆၅၊ ၁၇၀၊
 ၁၇၄၊ ၁၇၆
 အားပေးခြင်း ၁၈၈-၉၀
 အားလပ်ရက် ၁၈၂
 အားသာချက် ၂၈၊ ၉၅-၆
 အီမာဆင် ၅၈၊ ၁၆၃
 ‘ဥတုသုံးပါး ခံလူတစ်ယောက်’ ၅၅
 ဥပဒေ ၁၁၉၊ ၁၂၃

နိယာမ ဗဟိုပြု ခေါင်းဆောင်မှု

ဥပဒေသ။ နိယာမ - **ကြည့်**
 ဥပေက္ခာပြုခြင်း ၁၅၉
 သြဇာလွှမ်းမိုးမှု ၁၄၆၊ ၁၄၈-၅၂၊ ၁၅၉၊
 ၁၆၁-၃၊ ၁၆၇
 ခံခြင်း ၁၅၅

သြဇာအာဏာ။ အာဏာ - **ကြည့်**
 အောင်မြင်မှု ၁၊ ၃၊ ၄၊ ၆၊ ၈၊ ၁၈၊ ၂၅-၇၊
 ၃၀၊ ၄၅၊ ၄၇-၈၊ ၅၀၊ ၅၆-၇၊ ၆၂၊
 ၆၄-၇၊ ၈၁-၄၊ ၉၆၊ ၁၁၂၊ ၁၅၀၊
 ၁၆၅
 တစ်ပွဲတိုး ၆
 'အောင်မြင်သူများ၏ အလေ့အထ ခုနစ်ရပ်'
 ၄၈
 အိုင်းစတိုင်း၊ အဲလ်ဗတ် ၇၆-၇
 ဥစ္စာမနု ၁၀၀၊ ၁၀၆



အဇ္ဈတ္တတိုးတက်မှု ၉၀
 အဇ္ဈတ္တလုံခြုံမှု ၉၇၊ ၁၄၂၊ ၁၅၇၊ ၁၈၀၊ ၁၈၃
 အတ္ထ ၁၄၀-၁၊ ၁၄၈
 အုပ်စိုးသောနိယာမ ၇။ နိယာမ - **ကြည့်**
 အိမ်ထောင်ကွဲခြင်း ၁၆၅၊ ၁၇၄
 အရင်းအမြစ် ၁၇၄
 အိမ်ထောင်ပြုခြင်း ၁၆၅
 အိမ်ထောင်ဖက် ၁၆၅-၆၊ ၁၇၂
 အိမ်ထောင်ရေး ၅၊ ၁၆၅-၆၊ ၁၆၈၊ ၁၇၀
 ၁၇၂-၃၊ ၁၇၇
 အိမ်ထောင်ရေးဆက်ဆံမှု ၁၇၄
 အိမ်မြှောင် ၁၁၄-၈
 သြက္ကပ္ပတရား ၃၃-၆၊ ၆၇-၈၊ ၁၀၃၊ ၁၁၄၊
 ၁၈၁
 လေ့ကျင့်ခြင်း ၆၈

**စာရေးသူ၏
စာပေ နှင့် ဘဝဖြစ်စဉ်**

- ၁၉၅၆ အဘ ဦးချစ်ဦး၊ အမိ ဒေါ်မြရင်တို့မှ ဧပြီလ ၁၁ ရက်နေ့တွင် မွေးဖွားသည်။
အ. ထ. က ငါန်းဇွန်၊ အ. ထ. က မြင်းမူ၊ အ. ထ. က. ၁ စစ်ကိုင်းတို့တွင် ပညာသင်ယူခဲ့။
- ၁၉၇၁ ပုဒ္ဒ မေ့ လောက စာစောင်မှ တစ်ဆင့် စာပေနယ်သို့ ဝင်ရောက်ခဲ့။
- ၁၉၇၁-၁၉၇၅ စီးပွားရေးတက္ကသိုလ်တွင်၊ ပညာသင်ကြားခဲ့။
၁၉၇၅ ခုနှစ်တွင် စီးပွားရေးပညာ၊ ဘောဂဗေဒဘွဲ့. B. Econ (P.D) ရရှိ။
- ၁၉၇၈ ရန်ကုန်တိုင်း အမှတ် ၂ ဒေသကောလိပ်တွင် နည်းပြဆရာအဖြစ် စတင် တာဝန်ထမ်းဆောင်၊ စီးပွားရေးတက္ကသိုလ်၊ ဒဂုံတက္ကသိုလ်တို့တွင် သင်ကြားပို့ချခဲ့။
ယခုအခါ စီးပွားရေးတက္ကသိုလ် ဘောဂဗေဒဌာနတွင် ကထိကအဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်။
- ၁၉၈၉ ဒေါ်မိုးမိုးခိုင်နှင့် လက်ထပ်၊ ၁၉၉၃ ဒီဇင်ဘာလတွင် သမီးငယ် မစုနွယ် မွေးဖွား။
- ၁၉၉၁ စီးပွားရေးတက္ကသိုလ်မှ မဟာဒဿန (ဘောဂဗေဒ) M.Phil (Economics) ဘွဲ့ရရှိ။



- ၁၉၉၅ စင်ကာပူဖွံ့ဖြိုးမှု အတွေ့အကြုံ (နေမျိုးထွန်းနှင့်တွဲဖက်၍) ဗုဒ္ဓအလိုကျ လုပ်ငန်းခွင်၊ စီးပွားရေးမျက်စိ စာအုပ်ထုတ်ဝေသည်။
- ၁၉၉၆ လူမှုဆက်ဆံရေးနည်းဗျူဟာ စာအုပ်ထုတ်ဝေသည်။
- ၁၉၉၇ အောင်မြင်သော လုပ်ငန်းရှင်နှင့် အိမ်တော်၌၊ ကွန်ဖြူးရှပ်၏ စီးပွားရေးပြဿနာ ၁၀၀ အဖြေရှာ၊ သင့်ကိုယ်ထဲက ခေါင်းဆောင်၊ လူတိုင်းတွက်တာ ခေါင်းဆောင်မှုပညာ စာအုပ်ထုတ်ဝေသည်။
- ၁၉၉၈ နိုင်ငံတကာ စီးပွားရေးဂျာနယ်၊ အယ်ဒီတာချုပ် တာဝန်ယူ။
ကိုယ့်နောက်ကလိုက်နေသည့်ငွေ၊ မန်နေဂျာပေါက်စ၊ ဘဝတစ်လျှောက် အောင်မြင်ပျော်ရွှင်နည်း စာအုပ် ထုတ်ဝေခဲ့သည်။
- ၁၉၉၉ သင့်ဖောက်သည်ကို ဘယ်လိုဆက်ဆံမလဲ၊ ဖြေရဲရင် မေးကြည့်၊ ဂျာနယ်ကြိုက် စီးပွားရေး၊ ကမ္ဘာ့စီးပွား၊ မြန်မာ့စီးပွား စာအုပ်တို့ကို ထုတ်ဝေသည်။

