

စိတ်ကူးချိုချိုအနုပညာ

ငြိမ်းချမ်းစိတ်နှင့် စိုးတက်ကြွယ်ဝပါ

အောင်ဝင်း(စိတ်ပညာ)

GROW RICH!
WITH PEACE OF MIND
NAPOLEON HILL

တဝိမ္မာစာကြိုင်

စိတ်ကူးချိုချိုစာအုပ်



ငြိမ်းချမ်းစိတ်နှင့် တိုးတက်ကြွယ်ဝပါ
အောင်ဝင်း(စိတ်ပညာ)
မြန်မာပြန်

ကမ္ဘာကျော်စာရေးဆရာ ဒေါက်တာ နပိုလီယန်ဟီးလ်၏
GROW RICH!
WITH PEACE OF MIND
ကို ပြန်ဆိုသည်။

ငြိမ်းသွန်းစိတ်နှင့် တိုးတက်ကြွယ်ဝပါ။ အောင်ဝင်း(စိတ်ပညာ)
စာမျက်နှာ ၂၁၃ ++ မျက်နှာ၊ ၁၂-၈ ခင်တီ၊ ၁၈-၅ ခင်တီ

ထုတ်ဝေသူ - ဦးစန်ညီ၏ စိတ်ကုမ္ပဏီစာပေ(၁၀၅၃၈)၊ ၈၅ သင်္ဃာလမ်း၊ စာပေ၊ ရန်ကင်း၊
ပုံနှိပ်သူ - ဒေါ်ဝင်းမာ၊ စိတ်ကုမ္ပဏီပုံနှိပ်တိုက်(၁၀၄၁၂)၊ ၁၁၇၉၊ မရီဆိပ်လမ်း၊ ရန်ကင်း၊
၂၀၂၁ ဇူလိုင်လ၊ တတိယအကြိမ်၊ ဒုတိယ ၅၀၀၊
၁၉၇၂ (ပထမအကြိမ်)နှင့် ၁၉၈၂ (ဒုတိယအကြိမ်) ခြင်္သေ့မင်းစာပေထုတ်မူများ။
ရောင်းစား ၂၅၀၀ ကျပ်



ငါ့ဆန္ဒ

စာပေဝန်ထမ်း
 ဖြစ်စေတမ်း ဟု
 ကြိုးပမ်းသမှု
 ငါ ပြုစုသည်
 လူမှုရေးရာ
 လောကီစာသည်
 ဖတ်ပါသူအား
 ကြီးထွားအကျိုး
 မတိုးရှိစေ
 ဆိပ်ရေ(ရည်)မသင့်
 မတင့် စာပေ
 မဖြစ်လေအောင်
 ငါ ကြံဆောင်သည်
 အမှောင်ခွင်၍
 အလင်းဆောင်နိုင်စေသော
 ဆောင်စေသော်ဝ်။

အောင်ဝင်း(ဇိတ်ညာ)



မာ တိ ကာ

	- ဒုတိယအကြိမ်ထုတ်အတွက် အမှာ	က
	- မြန်မာပြန်ဆိုသူ၏ ယုံကြည်ချက်	ဂ
	- နပိုလီယန်ဟီးလ်အကြောင်း သိကောင်းစရာ	င
	- နိဒါန်း	၇
အခန်း (၁)	သင်၏ ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကို သိပါ။ သင်၏ ကိုယ်ပိုင်ဘဝ၌ နေပါ	၁
အခန်း (၂)	အတိတ်ကို အတိတ်မှာပဲထားပြီး တံခါးပိတ်လိုက်ပါလော့	၁၉
အခန်း (၃)	ကြွယ်ဝခြင်းနှင့် ငြိမ်းချမ်းစိတ်ကို ရရှိစေသည့် အခြေခံ စိတ်နေစိတ်ထား	၂၉

အခန်း (၄)	ကြောက်ရွံ့စိတ်ကင်းလျှင် သင် လွတ်လပ်စွာ နေထိုင်နိုင်ပြီ	၅၃
အခန်း (၅)	ယုံကြည်ခြင်း၏ ထူးဆန်းသော တန်ခိုးသတ္တိ	၈၁
အခန်း (၆)	သင်၏ ကြွယ်ဝခြင်းများ ဝေငှတတ်သည့် ကောင်းမြတ်သော အသိပညာ	၁၁၂
အခန်း (၇)	သင်၏ အပြစ်ကင်းသော မိမိကိုယ်မိမိ အထင်ကြီးမှု တိုးပွားနည်း	၁၃၁
အခန်း (၈)	ထကြွလှုပ်ရှားသောလိင်စိတ်ကို အောင်မြင်စေသည့် တန်ခိုးအဖြစ် ခြပ်ပြောင်းခြင်း	၁၅၆
အခန်း (၉)	သင့်ဘဝတွင် အောင်မြင်နိုင်ရန်	၁၇၄
-	မြန်မာပြန်ဆိုသူ၏ နိဂုံးအမှာ	၂၁၁



ငြိမ်းချမ်းစိတ်နှင့် တိုးတက်ကြွယ်ဝပါ
ဒုတိယအကြိမ်ထုတ်အတွက် အမှာ

၁၉၇၂ ခုနှစ်က ဤစာအုပ်ကို ပထမအကြိမ် ထုတ်ဝေခဲ့ပါသည်။ ဤစာအုပ်ကုန်နေသည်မှာ နှစ်ပေါင်း အတော်ကြာသွားပါပြီ။ ဤစာအုပ်ကို အဟောင်းဆိုင်များတွင် ရှားပါးစာအုပ်အနေနှင့် မူရင်းတန်ဖိုးထက် အဆများစွာ ပိုပေးပြီး ဝယ်ယူမှ တစ်ခါတစ်ရံမှာ ရရှိတတ်သည်ဟု သိရပါသည်။

သို့ဖြစ်ရာ ဤစာအုပ်ကို ဒုတိယအကြိမ် ရိုက်နှိပ်သင့်သည်မှာ ကြာပြီဖြစ်သော်လည်း အခြားစာအုပ်အသစ်များ ရိုက်နှိပ်နေရသဖြင့် သူ့အလှည့်သို့ မရောက်နိုင် ဖြစ်ခဲ့ရပါသည်။

သို့နှင့် ၁၉၈၁ ခုနှစ်အတွင်းက ဤစာအုပ်ကို ရေးသားသူ နပိုလီယန်ဟီးလ်၏ 'ကြွယ်ဝချမ်းသာစေသော အကြောင်းတရားများ' စာအုပ်ကို ပထမတွဲနှင့်ဒုတိယတွဲ နှစ်တွဲခွဲ၍ မြန်မာပြန်ဆိုပြီး ထုတ်ဝေခဲ့ရရာ စာဖတ်

ပရိသတ်များသည် နပိုလီယန်ဟီးလ်၏ အယူအဆနှင့် အတွေးအခေါ်များကို လက်ခံကြကြောင်း တွေ့ရှိရသဖြင့် ယခု ဤစာအုပ်ကို ဒုတိယအကြိမ် ရိုက်နှိပ်ဖြန့်ချိရန် ဆုံးဖြတ်လိုက်ရပါသည်။

ဤစာအုပ်ကို ရေးသားပြုစုသူ နပိုလီယန်ဟီးလ်သည် ကလေးကချော့ဘဝမှ သူ့စိတ်ကိုသူ ဆုံးမလျက် ဘဝမှန်ကို တည်ဆောက်ပြီး ကြွယ်ဝချမ်းသာစေသော အကြောင်း တရားများ ရေးသားထုတ်ဝေခဲ့ရာ သူ့စာအုပ်များကို ကမ္ဘာလူသားများက ထောက်ခံကြသဖြင့် သူသည်လည်း သန်းကြွယ်သူဘဝသို့ ရောက်ရှိခဲ့ရသည်။

ကြွယ်ဝချမ်းသာခြင်းဆိုသည်မှာ ရုပ်ဝတ္ထုပစ္စည်းများ နှင့် ငွေကြေးကြွယ်ဝရုံမျှကို ခေါ်ဆိုရမည် မဟုတ်သေးဘဲ စိတ်ဓာတ်ပါ ငြိမ်းအေးချမ်းသာမှု ရှိမှသာလျှင် စင်စစ် ကြွယ်ဝချမ်းသာသူဖြစ်သည်ဟု နပိုလီယန်ဟီးလ်က သတ်မှတ်ခေါ်ဆိုထားပေသည်။

သို့ဖြစ်ရာ သူ၏စာအုပ်ကို **‘ငြိမ်းချမ်းစိတ်နှင့် တိုးတက်ကြွယ်ဝပါ’** ဟု အမည်တပ်ထားခြင်းဖြစ်ရာ ရုပ် ဝတ္ထုပစ္စည်းများသာမက စိတ်ဓာတ်ပါ ငြိမ်းအေးချမ်းသာ ကြွယ်ဝလိုသူများအား ဖတ်ရှုလေ့လာ ကျင့်သုံးကြပါလော့ ဟု တိုက်တွန်းနှိုးဆော်အပ်ပါသည်။

အောင်ဝင်း(စိတ်ပညာ)
မြန်မာပြန်ဆိုသူ



မြန်မာပြန်ဆိုသူ၏ ယုံကြည်ချက်

အရင်းရှင်နိုင်ငံမှ စာရေးဆရာတစ်ဦး၏ ကြွယ်ဝချမ်းသာရေးနည်းလမ်းများနှင့် အတွေးအခေါ်များကို မြန်မာပြန်ဆိုခြင်းသည် ဆိုရှယ်လစ်စနစ်ဖြင့် စီးပွားရေး တိုးတက်မှုကို တည်ဆောက်နေသော ကျွန်တော်တို့တစ်တွေနှင့် သင့်လျော်ပါမည်လောဟု မေးမြန်းသူများ ရှိကောင်းရှိလိမ့်မည်ဟု ကျွန်တော်ထင်ပါသည်။

သူတစ်ပါးအပေါ် ခေါင်းပုံဖြတ်ခြင်းမရှိစေဘဲ မိမိ၏ ကာယအင်အား၊ အကြံဉာဏ်အားဖြင့် လုပ်ကိုင်ဖန်တီးသဖြင့် သတ်မှတ်ထားသော ဆိုရှယ်လစ်စည်းမျဉ်းဘောင်အတွင်းမှ ရရှိအပ်သည့် ဥစ္စာကြေးငွေများနှင့် စိတ်ပျော်ရွှင်မှုများကို မိမိတို့သည် ပိုင်ဆိုင်ရရှိ ခံစားအပ်၏။ ဤသို့ပြုလုပ်ခြင်းသည် ဆိုရှယ်လစ်စီးပွားရေးစနစ်ကို ဆန့်ကျင်ခြင်းမဟုတ်။ စင်စစ်အားဖြင့် ဆိုရှယ်လစ် မိမိ၏ စီးပွားရေးလည်းမြင့်၊ သူတစ်ပါး၏ စီးပွားရေးလည်း တိုးပွားအောင် ခေါင်းပုံဖြတ်ခြင်းကင်းသည့် ဖွံ့ဖြိုးရေးကို

ဖြစ်စေသော လုပ်အား ကိုင်အား၊ အကြံဉာဏ်အားများကို ပေးနိုင်သူသည် ဆိုရှယ်လစ်စနစ်၏ သားကောင်းတစ်ဦး ပင်ဖြစ်သည်ဟု ကျွန်တော် ယုံကြည်ပါသည်။

အရင်းရှင်နိုင်ငံမှ စာရေးဆရာရေးသော စာအုပ်ဖြစ် စေ၊ ကွန်မြူနစ်နိုင်ငံမှ စာရေးဆရာရေးသော စာအုပ် ဖြစ်စေ လူအများအား အတွေးအခေါ်၌သော်လည်းကောင်း၊ အကျင့်သီလ၌သော်လည်းကောင်း၊ စိတ်အေးချမ်းပျော်ရွှင်စေရေး၌သော်လည်းကောင်း၊ ကျန်းမာအသက်ရှည်စေရေး၌သော်လည်းကောင်း အကျိုးပြုနိုင်သည့် အချက်အလက်နှင့် ပညာပေးမှုများ ပါရှိပါလျှင် ထိုစာအုပ်ကို မြန်မာပြန်ဆိုသင့်၏ဟု ကျွန်တော် ယုံကြည်ပါသည်။

နပိုလီယန်ဟီးလ်ရေးသော ဤစာအုပ်တွင် မှန်ကန်သော အတွေးအခေါ်များ၊ စောင့်ထိန်းအပ်သော သီလများ၊ စိတ်အေးချမ်းစေသည့် ကျင့်စဉ်များနှင့် ကျန်းမာအသက်ရှည်စေသော အကြောင်းရပ်များ အများအပြား ပါရှိသည်ဟု ကျွန်တော် ယုံကြည်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ဤစာအုပ်ကို ကျွန်တော် မြန်မာပြန်ဆိုခြင်း ဖြစ်ပါသတည်း။

အောင်ဝင်း(စိတ်ပညာ)



နပိုလီယန်ဟီးလ်အကြောင်း သိကောင်းစရာ

သူ့ရေးသော ကမ္ဘာကျော်စာအုပ်ကို မဖတ်မီတွင် သူ့အကြောင်းကို ရှေးဦးစွာ သိထားသင့်သည်ဟု မြန်မာပြန်သူ ကျွန်တော် ထင်ပါသည်။ သူ့စာအုပ်၏ အခန်းအချို့တွင် သူ့အကြောင်းကို အလျဉ်းသင့်သလို အနည်းငယ်မျှစီ ထည့်သွင်းရေးသားပါရှိပါသည်။

လူအများအား ဆေးကုသပေးနေသော ဆရာဝန်သည် သူ့ကိုယ်တိုင် ကျန်းမာရေး ချူချာနေပါလျှင် မကောင်း။ ဆံပင်ပေါက်ဆေးကို ဖော်စပ်ရောင်းချနေသူသည် သူ့ကိုယ်တိုင် ထိပ်ပြောင်နေပါလျှင် သူ့အကြောင်း သိကြသူတိုင်းပင် သူ့ဆေးကို အားထားကြမည်မဟုတ်။ ကာယဗလ နည်းပြဆရာသည် သူ့ကိုယ်တိုင် ရှုနာရိုက်ကုန်း ဖြစ်နေပါလျှင် မသင့်လျော်။ သူတော်ကောင်းတရားများကို ပို့ချဟောပြော ရေးသားနေသူသည် သူ့ကိုယ်တိုင် ဒုဿီလ ဖြစ်နေပါလျှင် ရယ်ဖွယ်ရာသာဖြစ်သည်။ သို့ရာတွင် စိတ်အေးချမ်းစွာနှင့် ကြွယ်ဝချမ်းသာစေသော နည်းလမ်း

များစွာကို စာအုပ်များစွာရေးသားပြီး ညွှန်ပြနေသူ နပိုလီယန်ဟီးလ်မှာ သူ့စာအုပ်များအတိုင်းပင် စိတ်အေးချမ်းပျော်ရွှင်စွာနှင့် နေနိုင်သူ သန်းကြွယ်သူဌေးကြီးပင်တည်း။ သူ၏အသက်သည် ယခု ၉၀ နှစ် ရှိနေပေပြီ။ ကျန်းမာ ဖျတ်လတ် တက်ကြွစွာနှင့်ပင် ဤစာအုပ်ကို သူနောက်ဆုံးရေးသားခြင်းဖြစ်သည်ဟု သူက ဆိုပါသည်။

နပိုလီယန်ဟီးလ်သည် ငွေငွန်းကိုကိုက်၍ မွေးဖွားခဲ့သူလော။ မဟုတ်ပါ။ သူသည် မွဲတေစုတ်ပြတ်သော ကလေးကချေဘဝမှ စတင်ခဲ့ရသူဖြစ်သည်။ သူငယ်စဉ်က ငတ်မွတ်သဖြင့် သစ်ခေါက်ကိုပင် ခွာ၍ စားခဲ့ရဖူးသည်ဟု သူက ထုတ်ဖော်ပါသည်။

နပိုလီယန်ဟီးလ် ရှစ်နှစ်သားအရွယ်သို့ ရောက်သော အခါတွင် သူ့မိခင် သေဆုံးသွားသည်။ ထိုအချိန်တွင် သူသည် လူတေလူပေကလေး ဖြစ်နေလေပြီ။ သူသည် လူဆိုးကြီး ဂျက်ဆီဂျိန်းကဲ့သို့ပင် သေနတ်စွဲကိုင်ပြီး လူမိုက်ဂိုက် ဖမ်းနေတတ်လေပြီ။ သူ့အဖေနှင့် ဆွေမျိုးများက သူ့အား 'အလကား ကောင်ကလေး' ဟု အမည်ပေးထားကြသည်။ သူတို့ ခေါ်ဆိုထားသည်နှင့် လိုက်လျောအောင်ပင် သူက ဆိုးတေပြီးနေလေသည်။

သူ့အသက်ကိုးနှစ်အရွယ်တွင် သူ့ဖခင်က နောက်အိမ်ထောင်ပြုသည်။ ထုံးစံအတိုင်းပင် နပိုလီယန်ဟီးလ်၏ ဆွေမျိုးများက မိထွေးဆိုသည်မှာ ဘယ်တော့မှ မကောင်းကြောင်းတွေကို သူ့အား ပြောထားကြသည်။ သူကလည်း မိထွေးဆိုသည်မှာ ဆိုးမှာပဲ။ သူ့အား အကောင်းထင်လိမ့်

မည်မဟုတ်ဟု ယုံကြည်ထားလိုက်သည်။

သို့ဖခင်က မိထွေးနှင့် သူ့အား မိတ်ဆက်ပေးရင်း “ဟောဒီမှာ မင်းသား နပိုလီယန်ဟီးလ်။ ဒီနယ်တစ်ဝိုက်မှာ သူ့ထက် ဆိုးတဲ့ကောင် မရှိတော့ပါဘူး။ သူ့ဆီက အကောင်း ဘာတစ်ခုမှ ရလိမ့်မယ်တော့ မဟုတ်ဘူး။ နက်ဖြန်ကျရင် မင်းဦးခေါင်းကို ဒီကောင်က ကျောက်ခဲနဲ့ ထုရင်လည်း ငါတော့ မအံ့ဩပါဘူး။ အဲဒီတော့ ဒီကောင်ကို မင်းကြည့်ပြီးသာ ဆက်ဆံပေတော့” ဟု ပြောလေသည်။

ထိုအချိန်တွင် နပိုလီယန်ဟီးလ်သည် သူ့မိထွေးအား ရှုသိုးသိုးနှင့် လူဆိုးကြည့် ကြည့်နေလိုက်သည်။

သူ့မိထွေးသည် နပိုလီယန်ဟီးလ်၏မျက်နှာကို ချိုသာစွာကြည့်ပြီး ညင်သာစွာပင် ကလေး၏မေးစေ့ကို ကိုင်ရင်း “ရှင်မှားနေပြီ။ နပိုလီယန်ဟီးလ်ဟာ ရှင်ထင်သလို ဒီနယ်တစ်ဝိုက်မှာ လူဆိုးလူညံကလေး မဟုတ်ပါဘူး။ သူ့မှာ အသိဉာဏ်ပညာတွေရှိပါတယ်။ လိုနေတာက သူ့ကို ကောင်းမွန်အောင် လမ်းပြဖို့ပါပဲ” ဟု ချီးမွမ်းစကား ပြောကြားသည်။

ဤစကားကို ကြားလိုက်ရသော နပိုလီယန်ဟီးလ်သည် ချက်ချင်း စိတ်ပြောင်းသွားလေသည်။ ဆိုးလိမ့်မည်ဟု သူယူဆထားသော သူ့မိထွေးကို သူ ချစ်ခင်လေးစားသွားလေသည်။ တိုတောင်းလှသော ဤအချိန်ကလေးသည် နပိုလီယန်ဟီးလ်၏ ဘဝတစ်သက်တာကို အကောင်းဘက်သို့ရောက်သွားအောင် လမ်းလွှဲ၍ ပေးလိုက်ခြင်းပင်

ဖြစ်လေတော့သည်။

စိတ်ကောင်းဝင်လာပြီဖြစ်သော နပိုလီယန်ဟီးလ်သည် သူ့အရည်အချင်းကို သူသိလာသည်။ သူ့ အသက်အတန်ငယ်ကြီးလာသောအခါတွင် သူ့မိထွေးက သူ့အား လက်နှိပ်စက်ရိုက်တတ်ရန် ကူညီသင်ကြားပေးသည်။ သို့နှင့် သူသည် လက်နှိပ်စက်ကို အသုံးချတတ်လာသော အခါတွင် သတင်းစာတိုက်များသို့ ဆောင်းပါးများ ရေးသားပေးပို့ခဲ့သည်။ တဖြည်းဖြည်းနှင့် သူသည် ဆောင်းပါးရှင်တစ်ဦးဖြစ်လာရာ အမေရိကန်နိုင်ငံတွင် အကြွယ်ဝဆုံးပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးဖြစ်သူ အင်ဒရူးကာနယ်ဂျီနှင့် သူ စားပွဲတွင် အတူထိုင်၍ စကားပြောဆိုနိုင်ခွင့်ကို ရရှိခဲ့သည်။

အင်ဒရူးကာနယ်ဂျီက ယုံကြည်စွာနှင့် သူ့အား အလွန်ကြီးမားသော တာဝန်တစ်ခုကို ပေးအပ်လိုက်သည်။ ထိုတာဝန်မှာ လူသားများ စိတ်ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့စွာနှင့် တိုးတက်ကြွယ်ဝချမ်းသာရေး နည်းလမ်းများကို နှစ်ပေါင်းနှစ်ဆယ် သုတေသနပြုလုပ်ပြီးမှ စာအုပ်များ ရေးသားရန်ဖြစ်သည်။ အင်ဒရူးကာနယ်ဂျီက နပိုလီယန်ဟီးလ်အား ပေးမည့် အကူအညီမှာ သန်းကြွယ်သူဌေး ၅၀၀ တို့နှင့် နပိုလီယန်ဟီးလ်အား မိတ်ဆက်ပေးမည်ဖြစ်သည်။ ထိုသန်းကြွယ်သူဌေး ၅၀၀ တို့က သူတို့၏ အတွေ့အကြုံအတွင်းရေး လျှို့ဝှက်ချက်များကို သုတေသနပြုလုပ်သူ နပိုလီယန်ဟီးလ်အား ထုတ်ဖော်ပြောပြကြမည်ဖြစ်သည်။ သုတေသနပြုလုပ်နေစဉ် နှစ်ပေါင်းနှစ်ဆယ်အတွင်း၌

နပိုလီယန်ဟီးလ်သည် သူ့စားဝတ်နေရေးကို သူ့ကိုယ်တိုင် ရှာကြံကြိုးပမ်းရမည်ဖြစ်လေသည်။

နပိုလီယန်ဟီးလ်သည် ထိုတာဝန်ကိုယူပြီး စည်းကမ်း ချက်များအတိုင်း လူများ ကြွယ်ဝချမ်းသာစေနိုင်သည့် နည်းလမ်းကောင်းများကို နှစ်ပေါင်းနှစ်ဆယ်မျှ သုတေ သနပြုလုပ်ပြီးမှ စာအုပ်များကို အဆက်မပြတ် ရေးသားခဲ့ ပေသည်။ သုတေသန ပြုလုပ်နေရစဉ်တွင် သူသည် စာရေးစာချီအလုပ် စသည်တို့ကို လုပ်ကိုင်ရင်း သူ့ဝမ်းကို သူ့ကျောင်းခဲ့ရသူဖြစ်လေသည်။

သူသည် ဒုက္ခအဖုံဖုံနှင့် ရင်ဆိုင်ခဲ့ရလင့်ကစား အပျက် စိတ်များကို ဖယ်ရှားလျက် အပြုစိတ်ထားကိုသာ စွဲမြဲစွာ နှလုံးပိုက်ရင်း ကြိုးစားခဲ့သူဖြစ်လေသည်။ သူ ရေးသား ထုတ်ဝေလိုက်သော စာအုပ်များမှာ အုပ်ရေ သန်းနှင့်ချီ၍ အကြိမ်ကြိမ် ရိုက်နှိပ်ရောင်းချရလေသည်။ သူသည် 'အောင်မြင်ခြင်း၏ ဥပဒေသ' ရှစ်တွဲနှင့် 'အင်အားကြီးမား သောစိတ်' ၁၆ တွဲအပြင် စာအုပ်အများအပြားကို ရေးသားထုတ်ဝေခဲ့လေသည်။ ထို့ပြင် သင်ခန်းစာ ၁၇ ခုပါသော 'အောင်မြင်ရေးသိပ္ပံပညာ' ၁၇ ခုကိုလည်း ရေးသားခဲ့သေးသည်။ ထိုသင်ခန်းစာ ၁၇ ခုကို အမေရိ ကန်နှင့် အခြားတိုင်းပြည်များတွင် ကျောင်းသင်ခန်းစာ တစ်ရပ်အနေဖြင့် သင်ကြားပို့ချကြသည်။

အလွန်မဲ့တေနေသောဘဝမှနေ၍ နည်းလမ်းမှန်ကန် စွာ ကြိုးစားလာခဲ့သော နပိုလီယန်ဟီးလ်သည် စာအုပ် များရေးသားခြင်းဖြင့် တဖြည်းဖြည်း ကြွယ်ဝချမ်းသာ၍

လာလေသည်။ သူသည် စာရေးခြင်းအလုပ်အပြင် ကုမ္ပဏီကြီးများတွင် အကြံပေးပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ်လည်းကောင်း၊ အမေရိကန်သမ္မတသုံးဦးနှင့် ဖိလစ်ပိုင်ကျွန်းစု သမ္မတ ဖြစ်လာမည့်သူ၏ အကြံပေးပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ်လည်းကောင်း ဆောင်ရွက်ခဲ့သူဖြစ်လေသည်။

သူရေးသားသည့် စာအုပ်များကို ဖတ်သူများနှင့် သူ ပို့ချသည့် ဟောပြောပွဲများကို တက်ရောက်သူ သန်းပေါင်း များစွာသော လူများအနက်မှ သန်းချီ၍ ကြွယ်ဝချမ်းသာ သွားသူများမှာလည်း အများအပြားပင် ဖြစ်သည်ဟု ဆိုပါသည်။

သူကိုယ်တိုင်လည်း ဒေါ်လာသန်းချီ၍ ကြွယ်ဝလာပါ သည်။ စာရေးဆရာတစ်ဦး မည်မျှအထိ ကြွယ်ဝချမ်းသာ နိုင်သည်ဟု စာဖတ်သူ ထင်ပါသနည်း။ သူသည် နယူး ယောက်မြို့၏ မြောက်ဘက်ရှိ ကက်စ်ကီးလ် တောင်ကုန်း ပေါ်တွင် ကျယ်ပြန့်သော ခြံကြီးအတွင်း၌ ခမ်းနားသော အဆောက်အအုံကြီးများကို ပိုင်ဆိုင်သူဖြစ်သည်။ ကမ္ဘာ ပေါ်တွင် အကောင်းဆုံး မော်တော်ကားအမျိုးအစားဟု သတ်မှတ်ခြင်းခံရသော ရိုးလ်စ်ရွိုက်စ်မော်တော်ကားကို နှစ်စင်းထား၍စီးသည်။ သူဝင်းခြံအတွင်း၌ လူပေါင်း ၄၂ ယောက် သက်သာချောင်ချိစွာ အိပ်စက်နားနေနိုင်သည့် ဧည့်ဂေဟာကလပ် အဆောက်အအုံတစ်ခု ထားရှိသည်။ ထိုဧည့်ဂေဟာမှာ အမြဲ လူပြည့်လျက်ရှိနေသည်။ သူဝင်းခြံ နှင့် အဆောက်အအုံများကို ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ရန် အလုပ်သမားများစွာ ထားရှိရသည်။ ထိုအလုပ်သမားများ

ကို ထိန်းသိမ်းကွပ်ကဲရန်အတွက်လည်း အိုဗာစီယာ (ကြီးကြပ်ရေးသမား)များလည်း ထားရှိရသေးသည်။

တစ်နေ့သ၌ သူသည် သူ့ခြံဝင်းအတွင်း၌ ပျော်ပွဲရွှင်ပွဲနှင့် ညစာစားရန် ပါတီတစ်ခု ကျင်းပသည်။ ထိုပါတီပွဲသို့ မိတ်ဆွေများအား သတင်းစာမှနေ၍ သာမန်အနေဖြင့် ဖိတ်ကြားလိုက်သည်။ လူတစ်ရာခန့် သူ့အိမ်သို့ လာကြ လိမ့်မည်ဟု သူထင်သည်။ သို့သော် လူပေါင်း ၃,၀၀၀ ခန့် တက်ရောက်လာကြရာ သူ့အိမ်သို့လာသည့် လမ်းမကြီးတစ်လျှောက် နှစ်မိုင်အတွင်း အသွားအပြန် ကားတန်းကြီး တစ်ဆက်တည်းဖြစ်နေသဖြင့် ပုလိပ်များ၏ အရေးယူခြင်းကို ခံရသောဟူ၏။

သူသည် ညစာစားပွဲကြီးများကို ရက်ရက်ရောရော ကျင်းပပြုလုပ်လေ့ရှိရာ သူ့ကုန်ကျငွေမှာ များပြားလွန်းသဖြင့် ရေနံသုဋ္ဌေး ဂျွန်ဒီရောက်ဖဲလားပင် ညည်းညူလောက်သည်ဟု ဆိုပေသည်။

ဤမျှဆိုလျှင် နပိုလီယန်ဟီးလ် မည်မျှ ကြွယ်ဝချမ်းသာသူဖြစ်ကြောင်း ခန့်မှန်းနိုင်လောက်ပေပြီ။ သို့ရာတွင် ကျွန်တော်တို့ ဗုဒ္ဓဟောကြားသော တရားတော်အရ အရာခပ်သိမ်းတို့သည် အမြဲတည်တံ့၍ နေသည်မရှိဆိုသည့်အတိုင်း စီးပွားရေးကပ်ကြီး တစ်ကမ္ဘာလုံး ရိုက်ခတ်လာရာ၌ နပိုလီယန်ဟီးလ်သည်လည်း မတိမ်းရှောင်သာ ခံရလေသည်။ သူသည် သူ၏ ဝင်းမြို့ကြီးနှင့် အဆောက်အအုံများကို လက်လွှတ်လိုက်ရသည်။ သူ့မိတ်ဆွေသုံးဦးမှာ စီးပွားရေးကပ်၏ ရိုက်ခတ်ချက်ဒဏ်ကို

မခံနိုင်သဖြင့် သူတို့ကိုယ်သူတို့ အဆုံးစီရင်သွားကြလေသည်။ တစ်ဦးမှာ တိုက်အမြင့်ကြီးပေါ်မှ ခုန်ချ သေဆုံးသွားသည်။ တစ်ဦးမှာ သူ့ကိုယ်သူ သေနတ်ဖြင့် ပစ်သတ်ပြီး အဆုံးစီရင်သွားသည်။ တစ်ဦး၏အလောင်းမှာ ဟတ်ဆင်မြစ်တွင်းမှ ဆယ်ယူရရှိလိုက်သည်။ ထိုသူ သုံးဦးပေါင်း၏ ဆုံးရှုံးရသည့် ငွေကြေးပမာဏမှာ နပိုလီယန်ဟီးလ်တစ်ဦးတည်း ဆုံးပါးရသော ငွေကြေးပမာဏလောက်ပင် မများချေ။ သို့ရာတွင် နပိုလီယန်ဟီးလ်သည် စိတ်ပျက်အားငယ်ခြင်းမရှိ။ ဒုက္ခရပ်များ အတွင်း၌ ရှေ့တွင် အောင်မြင်စေမည့် မျိုးစေ့သည် ပါရှိမြဲဟုဆိုသော သူ၏ သင်ခန်းစာအတိုင်း သူသည် လိုက်နာလျက် တည်ငြိမ်သောစိတ်ဖြင့် ဆက်လက်ကြိုးစားရာ ငွေများ ရှေးကကဲ့သို့ပင် ပြန်လည်ရရှိ၍ ကြွယ်ဝချမ်းသာသောဘဝသို့ ပြန်လည် ရောက်ရှိရလေသည်။

နပိုလီယန်ဟီးလ်သည် သူရေးသောစာများနှင့် သူပို့ချသော သင်ခန်းစာများအတိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံးသူ ဖြစ်လေသည်။

ကြွယ်ဝချမ်းသာခြင်းဆိုသည်မှာ ငွေကြေးနှင့် ပစ္စည်းရပ်များကို ပိုင်ဆိုင်ရုံမျှဖြင့် အဓိပ္ပာယ် မပြည့်ဝသေး။ စင်စစ် ငြိမ်းချမ်းစိတ်ကို ပိုင်ဆိုင်ရရှိ ခံစားနိုင်မှသာလျှင် တကယ် ကြွယ်ဝချမ်းသာသူဖြစ်သည်ဟု သူ၏ ရေးသားချက်များတွင် ဖော်ညွှန်းထားလေသည်။



နိဒါန်း

ဤစာအုပ်ကို ရေးသားနိုင်ရန်အတွက် ကျွန်ုပ်သည် ၁၉ ရာစု ကုန်ခါနီးနှစ်များအတွင်းကပင် စတင် စီစဉ်ခဲ့ရပေသည်။ သို့ဖြစ်ရာ ပြင်ဆင်ရသောအချိန်မှာ နှစ်ပေါင်း ၇၀ ခန့်မျှ ကြာမြင့်ခဲ့ရလေသည်။ ထိုနှစ်များအတွင်း၌ ဤလူ့ဘောင်တွင် အရေးပါသော ပြောင်းလဲတိုးတက်မှုများ ပေါ်ပေါက်ခဲ့သည်မှာ ရှေးယခင် လူ့သမိုင်းတစ်လျှောက်၌ ဖြစ်ပွားခဲ့သည်တို့ထက် များပြားကြီးကျယ်သည့်အကြောင်းကို ကျွန်ုပ် သတိပြုမိပါသည်။ မော်တော်ယာဉ်၊ လေယာဉ်ပျံ၊ ရေဒီယို၊ တယ်လီဗီးရှင်း(ရုပ်မြင်သံကြား)၊ အင်္ကျီအင်အားနှင့် အာကာသခေတ်များ ပေါ်ပေါက်ဖြစ်ထွန်းလာသည်ကို ကျွန်ုပ် တွေ့မြင်ခဲ့ရသည်။ တိုင်းနိုင်ငံအသီးသီးတွင် လျှပ်စစ်ဓာတ်အား သုံးစွဲမှုများ ပျံ့နှံ့ခဲ့သည်။ စက်မှုလုပ်ငန်းများမှာ ၁၉ ရာစုနှစ်က စိတ်ကူးယဉ်အိပ်မက် မြင်မက်ခဲ့သည်ထက်ပင် ကျော်လွန်အောင် ဖြစ်ထွန်းခဲ့သည်။ သိပ္ပံပညာနှင့် စက်မှု

ဆိုင်ရာ ပညာရပ်များမှာလည်း ပေါက်ကွဲလုဘနန်း တိုးတက်ခဲ့လေသည်။

ရှေးလူမျိုးစုများ ကွယ်ပျောက်၍ လူမျိုးစုအသစ်များ ထွန်းကားပေါ်လွင်လာသည်ကိုလည်းကောင်း၊ သစ်တောကြီးများအတွင်း၌ ညီညာဖြောင့်ဖြူးသော လမ်းမကြီးများ ဖြစ်ပေါ်လာသည်ကိုလည်းကောင်း၊ တစ်ချိန်က ပျင်းရိဖွယ်ရာ ရွာကလေးများ တည်ရှိသောနေရာများ၌ မြို့ကြီးပြကြီးများ တည်ထွန်းလာသည်ကိုလည်းကောင်း ကျွန်ုပ် မြင်တွေ့ခဲ့ရသည်။ ဤသို့ ပြောင်းလဲမှုများ ဖြစ်ပေါ်လာသည်နှင့်အညီ လူသားများသည် သင့်လျော်ညီညွတ်အောင် ပြုလုပ်ကြသည်ကိုလည်း ကျွန်ုပ် မြင်ရပေသည်။ မရေမတွက်နိုင်လောက်အောင် နှစ်ထောင်ပေါင်းများစွာ ကြာခဲ့သည့်အချိန်များအတွင်းကလည်း လူသားများသည် ပြောင်းလဲမှုများနှင့်အညီ သင့်လျော်အောင် ဆောင်ရွက်ခဲ့ကြသကဲ့သို့ပင် ရှေ့သို့လည်း ဆက်လက်၍ သင့်လျော်အောင် နေထိုင်သွားကြမည်သာ ဖြစ်လေသည်။

ဤသို့ ပြောင်းလဲလျက်ရှိနေသော ကမ္ဘာကို သတိထားလျက် အမှတ်ပြုပြီး ဤစာအုပ်ကို ရေးသားခြင်းဖြစ်ကြောင်း သင် တွေ့ရှိရပါလိမ့်မည်။ လူသားများဟုဆိုရာ၌ လူသားများအား အမြဲတစေ ရွေ့လျားပြောင်းလဲစေခဲ့သော၊ နောင်တွင်လည်း ဤသို့ပင် လူသားများအား ရွေ့လျားပြောင်းလဲမှုကို ဖြစ်စေလိမ့်မည့် အင်အားစုကို ကျွန်ုပ် ဆိုလိုခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ထို့နောက် ကျွန်ုပ်တို့ သိမြင်ရသည့် အချက်မှာ

ငွေကြေးလုံလောက်စွာ မရှိခဲ့ပါလျှင် ကျွန်ုပ်တို့၏ဘဝမှာ သိမ်ငယ်ပြီး ချောင်ပိတ်ထားခြင်းခံရသည့်နှယ် ရှိနေခြင်း ပင်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ငွေကြေးရရှိရန် လုပ်ကိုင်ရှာဖွေ ရာ၌ အောင်မြင်မှုကို ကျွန်ုပ်တို့ ရရှိလိုကြသည်။ ငွေကြေး ရရှိအောင် ရှာဖွေရာ၌ အောင်မြင်ခြင်းနှင့်အတူ ကျွန်ုပ် တို့သည် ကြောက်ရွံ့ခြင်း၊ စိုးရိမ်ခြင်း၊ ဖျားနာခြင်း၊ ပူပန် သောကရရှိခြင်းနှင့် မပျော်ရွှင်ခြင်း စိတ်ထားများလည်း ကင်းရှင်းလိုကြသည်။ တစ်နည်းဆိုရသော် ကျွန်ုပ်တို့၏ ဘဝ သာယာဝပြောပြည့်စုံရေးအတွက် ငွေကြေးရှာဖွေ ရေး အောင်မြင်မှုအပြင် ငြိမ်းချမ်းစိတ်ရရှိရန်ကို ကျွန်ုပ်တို့ ရှာဖွေကြသည်။

ဤသို့ရှာဖွေရာ၌ ဤစာအုပ်သည် သင့်အား ကြီးမား သော ကြွယ်ဝမှုကို ရရှိစေရန်နှင့်အတူ ငြိမ်းချမ်းစိတ်ကို အတိုင်းအတာ ကျယ်ပြန့်စွာ ရရှိအောင်လည်း ကူညီ နိုင်ပေလိမ့်မည်။

ငြိမ်းချမ်းစိတ်ဟုဆိုရာ၌ ကျွန်ုပ်တို့သည် အနားယူ သည့်သဘောမျိုး ငြိမ်းချမ်းမှုအခြေအနေထက် ကျော်လွန် သော ငြိမ်းချမ်းစိတ်ကို ဆိုလိုပေသည်။ ငြိမ်းချမ်းစိတ်သည် အနားရရှိခြင်းနှင့်အတူ အင်အားကြီးမားမှုလည်း ရှိနေ ပေသည်။ ဤသို့ အနားရရှိခြင်းနှင့် စိတ်ဓာတ်အင်အား ကြီးမားခြင်းသည် လူ့ဘဝ၏ ပြည့်ဝကုံလုံမှု ကြွယ်ဝ ချမ်းသာခြင်းပင် ဖြစ်တော့သည်။ ဤ ငြိမ်းချမ်းစိတ် မရှိဘဲနှင့် သင်သည် စစ်မှန်သော ကြွယ်ဝချမ်းသာမှုကို မရရှိနိုင်ချေ။ ငြိမ်းချမ်းစိတ်ဆိုသည်မှာ အပြောကျယ်စွာ

တည်ရှိနေကြောင်း သိသာလှပေသည်။ ဤသည်တို့မှာ-
 မိမိစိတ်ကို အုပ်စည်းထားနိုင်သည့် အပျက်စိတ်
 ထား အင်အားစုများမှ ကင်းရှင်းခြင်း။ ဆိုလိုသည်မှာ
 ပူပန်သောကရောက်ခြင်း၊ မိမိကိုယ်ကိုမိမိ အညံ့စား
 ဟု ထင်မြင်ယူဆခြင်းမှ ကင်းရှင်းခြင်း။ မပြည့်စုံမှု
 စိတ်ထားကင်းရှင်းခြင်း (တောင့်တခပ်သိမ်း ကင်း
 ငြိမ်းခြင်း)။

မိမိ၏ကျန်းမာမှု၊ ဘဝအဆင့်အတန်းကို နိမ့်ကျ
 စေသော စိတ်ရောဂါ ကိုယ်ရောဂါများမှ ကင်းရှင်းခြင်း။
 ကြောက်ရွံ့စိတ်ထား ကင်းရှင်းခြင်း။

တန်ဖိုးမရှိသောအရာကို ရှာဖွေနေတတ်သည့် လူ
 သားများစွာတို့၏ အားပျော့ချက်များမှ ကင်းရှင်းခြင်း။

အလုပ်လုပ်ရခြင်း၌ ပျော်ရွှင်စွာ အရသာခံစားနိုင်
 လျက် အောင်မြင်မှုကို ရရှိပိုင်ဆိုင်ခြင်း။

မိမိကိုယ်ကိုသာ အားထားသော အလေ့အကျင့်
 ရှိပြီး မိမိကိုယ်တိုင်၏ ထင်မြင်ချက်အရသာ စဉ်းစား
 ကြံဆနိုင်ခြင်း။

မိမိ၏ ဘဝအခြေအနေ၊ မိမိ၏ အပေါင်းအဖော်
 နှင့် ပတ်ဝန်းကျင် လူသားများ၏ အခြေအနေကို
 စိစစ်ပိုင်းခြားတတ်သော အလေ့အကျင့်ရှိလျက် ထို
 အခြေအနေများကို ပိုမိုကောင်းမွန်အောင် အမြဲတစေ
 ပြုပြင်လုပ်ဆောင်လျက် ရှိနေခြင်း။

သူတို့ကိုယ်သူတို့ ကူညီနိုင်စွမ်းရှိလေအောင် ထို
 သူများအား မိမိက ကူညီတတ်သော အလေ့အကျင့်

ရှိခြင်း။

မိမိသေဆုံးပြီးနောက် မိမိ ဘာဖြစ်လိမ့်မည်ဆို
သော အကြောင်းအရာအပေါ်တွင် စိုးရိမ်နေသော
စိတ်ထား ကင်းရှင်းခြင်း။

လူမှုဆက်ဆံရေးဟူသမျှတွင် သာလွန်ကောင်းမွန်
အောင် ဆောင်ရွက်နိုင်သော အလေ့အကျင့်ရှိခြင်း။

မိမိလုပ်ဆောင်ဖွယ်ရာရှိသော အလုပ်ကိစ္စရပ်
များတွင် ရှေ့မှ တားဆီးနေမည့် အခက်အခဲများကို
စဉ်းစားနေမည့်အစား မိမိ မည်သို့ လုပ်ဆောင်လို
သည်ကိုသာလျှင် စဉ်းစားကြံဆသော အလေ့အကျင့်
ရှိခြင်း။

အမှတ်မထင် ကျရောက်တတ်သည့် ဘေးဒုက္ခ
အသေးအဖွဲ့များကို ပြီးခွင်စွာ လက်ခံနိုင်သည့် အလေ့
ရှိခြင်း။

တစ်စုံတစ်ခုကို ရယူရန် မကြိုးပမ်းမိတွင် မိမိက
ဦးစွာ ပေးတတ်သည့်အလေ့ ထားရှိခြင်း စသည်တို့
ဖြစ်လေသည်။

ဆိုခဲ့ပြီးအတိုင်း ငြိမ်းချမ်းစိတ်၏နယ်မြေမှာ အံ့ဩဖွယ်
ရာ လွန်စွာ ကျယ်ပြန့်လှပေသည်။ ဤကျယ်ပြန့်သော
နယ်မြေအတွင်းရှိ အချက်အလက်များကို သင် အသုံးပြု
နိုင်လေလေ ငွေကြေးရရှိရေး ကြိုးပမ်းမှုကိစ္စရပ်များ
အောင်မြင်လေလေပင် ဖြစ်တော့သည်။ ဤငြိမ်းချမ်းစိတ်
သည် သင်ရွေးချယ်သည့် တန်ဖိုးအတိုင်းဖြစ်သော သင်
ကြိုက်နှစ်သက်သည့်ဘဝမျိုး၌ သင်နေထိုင်နိုင်ရန်အတွက်

သင့်အား ကူညီပေးလိမ့်မည်။ သို့ဖြစ်ရာ နေ့စဉ်နေ့တိုင်းပင် သင့်ဘဝသည် ပိုမိုကြွယ်ဝလျက် ကြီးမြင့်ရလေတော့သည်။

ဤစာအုပ်ကိုရေးသူ ကျွန်ုပ်မှာ ငြိမ်းချမ်းစိတ်ကို ရှာဖွေရာ၌ ခက်ခဲပင်ပန်းစွာ အစမ်းသပ်ခံရခြင်း၊ မှားယွင်းရခြင်းများနှင့် ကြုံကြိုက်ရပြီးမှသာလျှင် မိမိလိုအပ်ချက်ကို တွေ့ရှိခဲ့ရပါသည်။ ဤစာအုပ်ကို ရေးသားရခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်မှာ အခြားသူများသည် မိမိတို့၏ ငြိမ်းချမ်းစိတ်ကို ရှာဖွေရာ၌ ငွေကြေးရရှိခြင်း အောင်မြင်မှုနှင့် အတူတကွ ခရီးလမ်းတို့တို့ စရိတ်ကျဉ်းကျဉ်းနှင့် သွားရောက်ရယူ တွေ့ရှိနိုင်ရန် ဖြစ်ပါသည်။

မည်သည့်အကျိုးကျေးဇူးကို ရရှိလိမ့်မည်ဟု ဆရာဝန်က ပြောသော်လည်း ထိုဆေးကို သူကိုယ်တိုင် မစားသုံးခဲ့လျှင် မည်သူမျှ ထိုဆေးကို စားချင်ကြမည်မဟုတ်သည်ကို ကျွန်ုပ် သိရှိပါသည်။ ဤစာအုပ်အတွင်း၌ ဖော်ပြထားသော ဆေးဝါးများမှာ ကျွန်ုပ်ကိုယ်တိုင်နှင့် ထောင်ပေါင်းများစွာသော အခြားသူများအပေါ်တွင် အကျိုးအာနိသင်ကြီးမားစွာ ရရှိခဲ့ပြီးဖြစ်သည့် သေချာသောဆေးဝါးများ ဖြစ်ပါသည်။

အမေရိကန်တွင် အလွန်အောင်မြင်လျက်ရှိနေသော ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးပေါင်း ၅၀၀ ကျော်တို့၏ ရိုင်းပင်းကူညီမှုကို ကျွန်ုပ် ရရှိနိုင်ခဲ့သည့် အခြေအနေများမှာ ကျေးဇူးတင်စရာပင်ဖြစ်ပါသည်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများသည် ကျွန်ုပ်အား ကန့်လန့်ကာနောက်ရှိ သူတို့၏ အတွင်းရေးများကို လည်းကောင်း၊ သူတို့၏ ကောင်းမွန်သော အရည်အချင်း

နှင့် အားပျော့ချက်များကိုလည်းကောင်း၊ သူတို့၏ အောင်မြင်မှုနှင့် ရှုံးနိမ့်မှုများကိုလည်းကောင်း၊ သူတို့၏ ငွေကြေးသုံးစွဲရာ၌ မည်သို့မည်ပုံ အားရပျော်ရွှင်မှုကို ရရှိခြင်း မရရှိခြင်းကိုလည်းကောင်း၊ ဤအချက်သည် သူတို့အား ငြိမ်းချမ်းစိတ် ရရှိစေခြင်း မရရှိစေခြင်းနှင့် မည်သို့မည်ပုံ ပတ်သက်မှုရှိသည်ကိုလည်းကောင်း ကျွန်ုပ် အား သိမြင်ခွင့်ကို ပေးကြပေသည်။

ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများနှင့် တွေ့ဆုံစုံစမ်းမေးမြန်းပြီးနောက် သိရှိရသမျှကို သုတေသနပြုလုပ်ပြီးလျှင် ထိုအချက် အလက်များအပေါ် မူတည်လျက် ကိုယ်တိုင် အောင်မြင် ရေးသိပုံပညာနည်းများအားဖြင့် ကျွန်ုပ်သည် ထောင် ပေါင်းများစွာသော ယောက်ျားမိန်းမများအား ကူညီခဲ့ ပါသည်။ သူတို့၏ ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှုများကို ဖယ်ရှားပစ်ခဲ့ပါ သည်။ ကလေးဘဝမှစ၍ အပျက်စိတ်ထားနှင့် ကြီးပြင်း ခဲ့ရသော အခြေအနေများကို ဖယ်ရှားပစ်ခဲ့ပါသည်။ ပြဿနာရပ်များကို ဖြေရှင်းပေးခဲ့ပါသည်။ သူတို့အား နောက်သို့ ပြန်ဆွဲနေသော အခြေအနေများမှ ကင်းလွတ် အောင်မြင်စေခဲ့ပါသည်။

ကျွန်ုပ် ပြောပါရစေ။ ကျွန်ုပ်ကိုယ်တိုင် ဆိုးရွားမှု ငါးခုကို ကျော်လွှားအောင်မြင်ပြီးနောက် နှစ်ပေါင်းများစွာ အတွင်း၌ လူပေါင်းအမြောက်အမြားကို ကျွန်ုပ် ကူညီခဲ့ ပါသည်။ ထိုဆိုးရွားမှုငါးခုမှာ ဤသည်တို့ပင် ဖြစ်၏။

ဆင်းရဲနွမ်းပါးခြင်း
စာမတတ်ခြင်း

**အသိဉာဏ်ကင်းမဲ့ခြင်း
မျှော်လင့်ချက်ကင်းမဲ့ခြင်း
ကြောက်ရွံ့ခြင်း**

ကျွန်ုပ် ငယ်စဉ်က ခဏခဏ ငတ်မွတ်ခြင်းဒုက္ခနှင့် တွေ့ခဲ့ရသည်။ သစ်ခေါက်ကိုခြစ်ယူပြီး စားခဲ့ရသောအခါ ပင်လည်း ရှိခဲ့သည်။ ဆယ်ကျော်သက်သို့ မရောက်မီတွင် ကျွန်ုပ်သည် ငတ်မွတ်မှုဒဏ်ကို ဆက်ကာဆက်ကာ ခံခဲ့ရသည်။

ယခုတိုင် ကျွန်ုပ် ငတ်မွတ်လျက်ပင် ရှိနေပါသေး သည်။ ယခု ငတ်မွတ်မှုမှာ လက်နှင့်တိုင်တွယ်၍ရသော အစာကို စားချင်သည့် ငတ်မွတ်မှုမဟုတ်ပါ။ စိတ်၏အစာ ကို စားချင်သည့် ငတ်မွတ်မှုသာ ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်၏စိတ်မှာ တစ်စုံတစ်ခုကို ရွာဖွေလျက်ရှိရာ ထိုစိတ်၏အစာကို ကျွန်ုပ် စားရပါမည်။ အချို့လူသား တို့သည် အောင်မြင်ကြသည်။ အချို့မှာ ရှုံးနိမ့်ကြရသည်။ အချို့လူသားတို့၏ ရင်တွင်း၌ စိတ်၏ ငြိမ်းချမ်းမှုရှိ၍ အချို့တို့၏ ရင်တွင်း၌ စိတ်ဓာတ် မတည်ငြိမ်ဘဲ စိတ် အမျိုးမျိုးဖြစ်ပေါ်ကာ တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ဆန့်ကျင်ဘက် ဖြစ်ပေါ်၍နေရသည်။ ဤသည်တို့မှာ အဘယ်ကြောင့် ဤသို့ဖြစ်ရသနည်းဆိုသော အချက်များကို ပိုမိုသိရှိနိုင် ရန် ကျွန်ုပ် စူးစမ်းရှာဖွေနေပါသည်။ သို့ရာတွင် ကျွန်ုပ် သည် မိမိ ကလေးဘဝက ချို့တဲ့မှုများကို ကျွန်ုပ်၏ နောက်တွင် ဝေးစွာ ချန်ထားခဲ့ပြီးဖြစ်ပါသည်။

ထို့နောက် ကမ္ဘာပေါ်တွင် အကြွယ်ဝဆုံးပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး

ဖြစ်သူ အင်ဒဏ္ဍကာနယ်ရှိက ကျွန်ုပ်အား ငွေကြေးကိစ္စ အောင်မြင်မှုနှင့် ဘဝသာယာရေးအောင်မြင်မှု၏ လျှို့ဝှက်ချက်များကို ရှာဖွေရေးအစီအစဉ်တွင် ထောက်ခံ ကူညီ အားပေးခဲ့သည့်အချိန်သို့ ရောက်ရှိလာသည်။ ကျွန်ုပ်သည် အမေရိကန်သမ္မတသုံးဦး ဝီလျံဟောင်းဝပ် တပ်ဖဲ၊ ဝုဒ်ရိုးဝီလ်ဆင်နှင့် ဖရင်ကလင်ဒီရစ်ဘဲ့၏ အကြံ ပေးပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ် ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။ ဖိလစ်ပိုင်ကျွန်းစု၏ ပထမဆုံး သမ္မတဖြစ်လာသူအား သူတိုင်းသူပြည်သား များ လွတ်လပ်ရေးရအောင် ဆောင်ရွက်ရာ၌ ကျွန်ုပ် ကူညီခဲ့ပါသည်။

မိမိ ကျော်စောမှုရရှိရေးအတွက် ကျွန်ုပ် ကြိုးစား ရသော အချိန်ကာလသည် ရှိခဲ့ပါသည်။ ထိုအရာကို ကျွန်ုပ် လိုချင်တပ်မက်စွာ မျှော်မှန်းခဲ့ရသည်။ ထိုအရာကို ရရှိရန် ဆုတောင်းခဲ့ရသည်။ ထိုအရာကို ပိုင်ဆိုင်ရရှိရန် မနားမနေကြိုးစား၍ အလုပ်လုပ်ခဲ့ရပါသည်။

အချိန်ကြာမြင့်စွာ ကြိုးစားပြီးမှ နောက်ဆုံး၌ ကမ္ဘာ အရပ်ရပ်မှ ကျွန်ုပ်ထံသို့ ရေးသားပေးပို့ကြသောစာများ ရောက်ရှိလာသည်။ ထိုစာများမှာ စာထည့်အိတ်ကြီးများ နှင့် အပြည့်ပင် ဖြစ်တော့သည်။ ထိုပေးစာများကို စာပြန်ဖို့ မဆိုထားနှင့်၊ ကျွန်ုပ်မှာ ထိုပေးစာများကို ကုန်အောင်ပင် မဖတ်နိုင်တော့ပါ။ ကျွန်ုပ်အား ချီးမြှင့်အားပေးသူများမှာ လည်း များပြားလှပါသည်။ ကုန်သည်များသည် ကျွန်ုပ် အပေါ်တွင် အမျိုးမျိုး ဂုဏ်ပြုကြသည်။ များစွာသော သူများကမူ သူတို့၏ ရောင်းထည်ပစ္စည်းများအပေါ်တွင်

ကျွန်ုပ်၏ လက်မှတ်ရေးထိုးပေးခြင်းကို ဝယ်ယူရန် စကား
ကမ်းလှမ်းကြပါသည်။

ကျော်စောမှုကို ရှာဖွေနေစဉ်က ကျွန်ုပ်သည် စာရေး
ခြင်းကို မည်သည့်အခါမျှ မရပ်တန့်ခဲ့ချေ။ စာတစ်အုပ်ပြီး
တစ်အုပ် ဆက်တိုက်ရေးလေသည်။ ကျွန်ုပ်သည် အောင်
မြင်မှုကိုရရှိရန် ကျွန်ုပ် မည်ကဲ့သို့ သင်ကြားခဲ့ရသည်ကို
လည်းကောင်း၊ အပြုစိတ်ဓာတ်၏ တန်ဖိုးအကြောင်းကို
လည်းကောင်း၊ လူမှုဆက်ဆံရေးအကြောင်းကိုလည်းကောင်း
ကမ္ဘာအား ပြောကြားရန် ကျွန်ုပ် ကြိုးစား၍ စာများ
ရေးသားခဲ့ပါသည်။ ကျွန်ုပ်ရေးသားခဲ့သော စာအုပ်များမှာ
အောင်မြင်ခြင်း၏ ဥပဒေသ ၈ တွဲ၊ အကြံဉာဏ်ဖြင့်
ကြွယ်ဝပါ။ သင့်ဘဝ၏ နည်းလမ်းများကို ရောင်းချနည်း၊
ကြွယ်ဝရေးဖွင့်ယူရန် သော့တူ၊ သင်၏လစာငွေ တိုးတက်
အောင်မြင်လုပ်နည်း၊ အင်အားကြီးမားသောစိတ် ၁၆ တွဲ၊
ကိုယ်တိုင်အောင်မြင်ရေး သိပ္ပံပညာ၊ သင်ခန်းစာ ၁၇
ခုပါသော သင်ကြားမှုအစီအစဉ်၊ ထို သင်ကြားမှုအစီ
အစဉ်ကို အမေရိကန်နှင့် အခြားတိုင်းပြည်များတွင်
သင်ကြားပို့ချလျက်ရှိနေပါသည်။ ယင်းစာအုပ်နှင့်
သင်ခန်းစာများသည် လူထောင်ပေါင်းများစွာကို ပျော်ရွှင်
ခြင်းနှင့် အောင်မြင်ခြင်းများ တည်ဆောက်ရာ၌ ကူညီ
ခဲ့ကြပါပြီ။

ကျွန်ုပ်၏ စာအုပ်အားလုံး၌ပင် ငွေရအောင် ပြုလုပ်
ခြင်းထက် မိမိတို့၏ဘဝအတွက် ပိုမိုလိုအပ်သော အခြား
အရာများလည်းရှိကြောင်းကို အမျိုးမျိုး ဖော်ပြရေးသားခဲ့

ပါသည်။ ယခု ဤစာအုပ်တွင် ရှေးက ရေးသားနိုင်သည် ထက် ပိုမိုပြီး ပေါ်လွင်ထင်ရှားအောင် ကျွန်ုပ် ပြည့်စုံစွာ ရေးသားနိုင်ကြောင်း ထင်ရှားပါလိမ့်မည်။ ငြိမ်းချမ်းစိတ် သည် ပကတိအနေနှင့်ပင် ကြီးမားသော အင်အားစုကြီး ဖြစ်၍ ထိုစိတ်သည် ငွေကြေးရှာဖွေရေး၌ ကူညီလျက် ရှိနေကြောင်းကို ဤစာအုပ်၌ ဖတ်ရှုရပါမည်။

ယခု သင့်အား ပြောကြားနေသောသူ ကျွန်ုပ်သည် အသက် ၉၀ တွင်း၌ ရှိနေပါပြီ။ သူသည် အလုံးစုံ ကျန်းမာစွာ စိတ်အားထက်သန်ဆဲပင် ရှိနေပါသည်။ သူ ပိုင်ဆိုင်သော ပစ္စည်းရပ်များမှာ လုံလောက်ဖူလုံလျက် ရှိသော်လည်း ထိုပစ္စည်းရပ်များသည် သူ၏ အောင်မြင်မှု ဟူ၍ ပီတိဖြာခြင်းမရှိပါ။ ယခု ဤစာအုပ်သည် ပထမ ဆုံးသော အောင်မြင်မှုခြေလှမ်း ဖြစ်ပါသည်။ ဤစာအုပ် ကို ဖတ်ရှုလေ့လာ ကြံဆကြကုန်သောသူများထံသို့ ကြွယ်ဝမှုနှင့် ပျော်ရွှင်မှုများ ရောက်ရှိလာကြလိမ့်မည်ဟု သိရှိရခြင်းသည် အကောင်းဆုံးသော အောင်မြင်မှုပင် ဖြစ်တော့သည်။

ကျွန်ုပ်သည် ယခု ရှေးကထက်ပိုလွန်၍ ရှင်းလင်း ပြတ်သား ပြည့်စုံစွာရေးသားရန် အရန်သင့် ဖြစ်နေပါပြီ။ ပျော်ရွှင်၍ စိတ်ဝင်စားဖွယ်ရာ ခရီးလမ်းတစ်လျှောက်ကို သင်နှင့်အတူ လျှောက်ကြရန် ကျွန်ုပ်နှင့် လက်တွဲ ပါလော့။

ထိုခရီးလမ်းမှာ ချမ်းသာကြွယ်ဝရေးဆီသို့. . .
ထိုခရီးလမ်းမှာ သင် အနှစ်သက်ဆုံး စိတ်ကူးယဉ်
လောကဆီသို့. . .
ထိုခရီးလမ်းမှာ ဘဝအောင်မြင်ရေးအတွက် အမြင့်
ဆုံး လျှို့ဝှက်ချက်ရှိရာဆီသို့ သွားရန် ဖြစ်ပါသတည်း။

နိုလီယန်ဟီးလ်



သင်၏ ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကို သိပါ
သင်၏ ကိုယ်ပိုင်ဘဝ၌ နေပါ

သင့် ၌ အောင်မြင်ရန်အတွက် ဖြစ်နိုင်စွမ်းသော ကြီးမားသည့် တန်ခိုးအာနိသင်တစ်မျိုး ရှိ၏။ သို့ရာတွင် ရှေးဦးစွာ သင်သည် သင်၏ ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကို သိရှိရမည်။ သင်သည် သင်၏ ကိုယ်ပိုင်ဘဝတွင် နေထိုင်ရမည် ဖြစ်လေသည်။ သို့မှသာလျှင် ထိုကြီးမားသည့် ဖြစ်နိုင်စွမ်းသော တန်ခိုးအာနိသင်ကို သင် တွေ့ရှိခံစားနိုင်ပေလိမ့်မည်။ သင်၏ အတွင်းအတ္တ(အတွင်းစိတ်)နှင့် အကျွမ်းတဝင်ရှိပါစေ။ ထိုအခါ၌ သင်လိုသောအရာကို သင်ပိုင်းဖြတ်သည့် အချိန်ကာလ အကန့်အသတ်အတွင်း၌ သင် အောင်မြင်စွာ ရရှိပါလိမ့်မည်။ သင် အနှစ်သက်ဆုံး စိတ်ကူးပန်းတိုင်သို့ ရောက်ရှိစေရန်အတွက် အထူး လုပ်နည်းကိုင်နည်း အချို့သည် ရှိ၏။ ဤနည်းလမ်းများသည် သင်လုပ်နိုင်စွမ်းသည့် တန်ခိုးနယ်ပယ်အတွင်း၌ ရှိနေပါသည်။

သင်သည် ပြင်ပအရှိန်အဝါ ဩဇာများ၏ ထိခိုက်လွှမ်းမိုးခြင်း ခံနေရသော ဤကမ္ဘာလောကအတွင်း၌ နေထိုင်ရခြင်းဖြစ်သည်။ တရားဥပဒေ၊ ဓလေ့ထုံးစံ၊ တာဝန်နှင့် ဝတ္တရားများအရ အခြားသူများ၏

လုပ်ဆောင်ချက်နှင့် လိုလားချက်များသည် သင့်အပေါ်၌ လွှမ်းမိုးမှု ရှိနေပေသည်။ သင် ပြုမူလုပ်ဆောင်သမျှတိုင်းသည် အခြားသူများ၏အပေါ်၌ ထိရောက်သည့်နည်းတူ အခြားသူများ၏ လုပ်ဆောင်ချက်များသည်လည်း သင့်အပေါ်၌ ထိရောက်မှုရှိလေသည်။ သို့ရာတွင် သင်သည် မိမိကိုယ်ပိုင်ဘဝကို မည်သို့မည်ပုံ မွေးမြူနေထိုင်ရမည်ဆိုသောအချက်ကို ရှာဖွေရမည်။ မိမိကိုယ်ပိုင်စိတ်ကို သုံးစွဲနိုင်ရမည်။

သင်ပြုလုပ်လိုသော သင့်စိတ်ကူးကို အမှန်တကယ် အကောင်အထည်ပေါ်အောင် ပြုလုပ်နိုင်သည်အထိ သင်ဆက်လက်၍ သွားရမည်သာ ဖြစ်လေသည်။ 'သင်၏ကိုယ်ကိုသိပါ' ဟူ၍ ရှေးဂရိသဘာဝတ္ထပညာရှင်များက ပြောဆိုခဲ့သည်။ ထိုပြောဆိုချက်သည် ယခုအချိန်အထိ အဘက်ဘက်တွင် ကြွယ်ဝလိုသော လူသားအတွက် မှန်ကန်သော အကြံပေးချက် ဖြစ်လေသည်။ သင့်ကိုယ်ကိုယ် သင်မသိဘဲနှင့် သင်သည် ကြီးမားသော လျှို့ဝှက်ချက်ကြီးတစ်ခုကို မှန်ကန်စွာ သုံးစွဲနိုင်လိမ့်မည်မဟုတ်ပေ။ ထိုလျှို့ဝှက်ချက်သည် သင့်အား တန်ခိုးကို ပေးအပ်မည်ဖြစ်၏။ ထိုတန်ခိုးသည် သင်သွားရောက်လိုသော သင့်ရှေ့ရေးဘဝကို ပုံလောင်း၍ပေးမည် ဖြစ်လေသည်။

ယခု ကျွန်ုပ်တို့သည် ပျော်ရွှင်ဖွယ်ရာကောင်းသော တောင်ကြားဒေသတစ်ခုသို့ ခရီးထွက်ခွာကြပါစို့။

ကျွန်ုပ်က ကားမောင်းလိမ့်မည် မထင်မှတ်ပါနှင့်။ သင်ကိုယ်တိုင်က ကားကိုမောင်းနှင်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်က သင့်အား စိတ်ချရသည့် လမ်းညွှန်မြေပုံကိုသာ ကြည့်ရှုမောင်းနှင်ရန် သတိပေးပါမည်။ ထိုမြေပုံပေါ်တွင် လမ်းမကြီးများကို ဖော်ပြထားပါသည်။ ချမ်းသာကြွယ်ဝလျက် ငြိမ်းချမ်းစိတ်ရှိရာ ဒေသသို့သွားရာ ခရီးတစ်လျှောက်မှာ ကျွန်ုပ်တို့ရှေ့သို့ တိုး၍တိုး၍ ခရီးပေါက်တိုင်း လမ်းမှာ ပို၍ပို၍ ချောမွတ်

ကောင်းမွန်ပြီး သာယာသွားမည် ဖြစ်ပါသည်။



သင့်၌ အရည်အချင်းမရှိဟူ၍ ဖျပ်သည့်အခါမျှ ဖယ်ကြည့်ပါနှင့်

ယခု သင်သည် လျှပ်စစ်မီးရောင်အောက်၌ စာဖတ်နေကောင်း နေပေလိမ့်မည်။ ပထမဦးစွာသော လျှပ်စစ်မီးကို သောမတ် အေ အက်ဒီ ဆင်သည် ဤကမ္ဘာအား လုပ်ဆောင်၍ ပေးခဲ့သည်ကို သင်သိပါသည်။ သို့ရာတွင် ထိုအက်ဒီဆင်သည် အလွန်ဉာဏ်ထိုင်းသော ကလေး ဖြစ်သဖြင့် ကျောင်းစာများကို သင်ကြား၍မဖြစ်နိုင်ဟုဆိုကာ မူလတန်း ကျောင်း အငယ်တန်း၌ စာသင်ကြားနေခြင်းမှ ကျောင်းထုတ်ပစ်ခြင်း ခံရသည်ကို သင်သိပါရဲ့လား။

ဤသည်ကား အခြားသူ၏ ထင်မြင်ချက်သည် သောမတ် အက်ဒီဆင်အပေါ်၌ ထိခိုက် ရိုက်ပုတ်လိုက်ခြင်းပင် ဖြစ်သည်။

သို့ရာတွင် အက်ဒီဆင်အတွက်ရော ဤကမ္ဘာအတွက်ပါ ကံ ကောင်းပါသည်။ အက်ဒီဆင်သည် သူ့ကိုယ်ပိုင်ဘဝ၌ နေထိုင်လုပ် ကိုင်ရန် ဆုံးဖြတ်လိုက်သောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ သူ့ဘဝအစ၌ အက် ဒီဆင်မှာ ကံမကောင်းခဲ့ပေ။ ရိုးရိုးကျောင်းစာကို သူသင်ကြား၍ မတတ် မြောက်နိုင်ဟု သူသိရသည်။ သို့ရာတွင် အက်ဒီဆင်သည် မိမိအလိုရှိ သော နေရာဆီကိုရောက်အောင် ပဲ့ကိုင်ထိန်းသိမ်း၍ပေးလျှင် ပို့ဆောင် ပေးနိုင်သည့်စိတ်ဓာတ် သူ့၌ရှိကြောင်းကို ပထမဦးစွာ သူသိရှိသည်။ ထို့နောက် သူသည် သိပ္ပံကျောင်းတွင် ပညာသင်ကြားခဲ့ရခြင်း မရှိပါဘဲ နှင့်ပင် အခြားသိပ္ပံပညာရှင်များအား ကြားဆရာ၊ မြင်ဆရာအဖြစ် ထားကာ သိပ္ပံပညာရပ်ဆိုင်ရာ သုတေသန လုပ်ငန်းရပ်များကို အောင် မြင်စွာ ပြုလုပ်နိုင်ခဲ့လေသည်။

အလွန်ညက်ထိုင်းသည်ဆိုသော သူ့ဦးနှောက်ကို သူ အပြီးတိုင် စိုးမိုးပိုင်ဆိုင်လာသောအခါတွင် အက်ဒီဆင်သည် လျှမ်းလျှမ်းတောက်သော လျှပ်စစ်မီးကိုသာမက ကြီးကျယ်သော တီထွင်မှုများကို တစ်ခုပြီးလျှင်တစ်ခု ဆက်လက်တီထွင် လုပ်ကိုင်နိုင်ခဲ့လေသည်။



ပိတ်ဆွတ်တစ်ဦးကို တွေ့ပြီးမှ သူ့ကိုယ်သူတွေ့သော ကလေးတစ်ဦး

ကျွန်ုပ်သည်လည်း အခြားသူများ၏ 'အသုံးမကျသူ' ဆိုသော တံဆိပ်ခတ်နှိပ်ခြင်း ခံရသည့်အတွက် ပျက်စီးဆုံးပါးလူနီး အခြေအနေသို့ ရောက်ခဲ့ရဖူးသည်။ ထိုစဉ်အချိန်က ကျွန်ုပ် အသက် ကိုးနှစ်ရှိပါပြီ။ ကျွန်ုပ် ရှစ်နှစ်အရွယ်တွင် ကျွန်ုပ်၏မိခင် သေဆုံးသွားပါသည်။ ကျွန်ုပ်မှာ ဆွေမျိုးများနှင့် နေထိုင်ရသည်။ ကျွန်ုပ်၏ ဆွေမျိုးများနှင့်အတူ ကျွန်ုပ်၏ အဖေကပါ ကျွန်ုပ်အား ပြဿနာကောင်လေးဟု သတ်မှတ် ပြောဆိုကြသည်။ ရာဇဝတ်မှုမှလွဲလျှင် ဘာတစ်ခုမျှ ဖြစ်မြောက်အောင် လုပ်နိုင်မည့် ကလေးမဟုတ်။ အလကားကောင်ကလေးဟု သူတို့က သမုတ်ကြသည်။

ဤတွင် ကျွန်ုပ်ကလည်း မိမိရထားသော နာမည်နှင့်လိုက်အောင် ဂျက်ဆီဂျိန်း လူဆိုးကြီး၏ အဆက်အနွယ်ကဲ့သို့ပင် ပြုမူလုပ်ကိုင် နေထိုင်လေတော့သည်။ ကျွန်ုပ်သည် သေနတ်တစ်လက်ကိုပင် ကိုင်ဆောင်ပြီး ထိုသေနတ်ကို ကျွမ်းကျင်သူကဲ့သို့ ကိုင်တွယ်နိုင်ရန် သင်ကြားတတ်မြောက်ထားပါသည်။

ထို့နောက် အမျိုးသမီးကြီးတစ်ဦးသည် ကျွန်ုပ်၏ဇာတ်လမ်းဇာတ်ကွက်အတွင်းသို့ ပေါ်ပေါက် ရောက်ရှိလာပါတော့သည်။ သူမသည် ကျွန်ုပ်၏ ဘဝတစ်သက်တာ ဇာတ်လမ်းကို လမ်းလွဲ၍ပေးပါသည်။ သူမကား ကျွန်ုပ်၏ မိထွေးပင်တည်း။

သူမ ကျွန်ုပ်တို့အိမ်သို့ ရောက်မလာမီ အချိန်အတွင်း၌ ကျွန်ုပ်အား ဆွေမျိုးများက သူမအား မုန်းတီးအောင် ကျွန်ုပ်အား သွေးထိုး၍ ပေးထားပြီးဖြစ်ပါသည်။ သူမ၏အပေါ်၌ ကျွန်ုပ်က မုန်းတီးစိတ်ထား ရှိရန်မှာ အလွန်လွယ်ကူကြောင်း ကျွန်ုပ် တွေ့ရှိရပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ အိမ်သို့ သူမ ရောက်ရှိလာပါပြီ။ ကျွန်ုပ်တို့အိမ်တွင် ဆွေမျိုးများလည်း ဖုရုံးရောက်ရှိနေပါသည်။ ကျွန်ုပ်၏ဖခင်က သူမနှင့် ဆွေမျိုးတစ်ဦးစီကို မိတ်ဆက်ပေးပါသည်။ နောက်ဆုံးတွင် အခန်းထောင့်ကွေး တစ်နေရာ၌ ရွှေသိုးသိုးနှင့် လူမိုက်ဟန်ဖမ်းနေသော ကျွန်ုပ်ကို ဖခင်က တွေ့မြင်သော အခါ သူမအား ကျွန်ုပ်နှင့် မိတ်ဆက်ပေးပါသည်။

“ဟော... ဒီမှာ... မင့်သား... နပိုလီယန်။ ဝိုက်စကောင်တီမှာတော့ အဆိုးဆုံး၊ အညံ့ဆုံး ကလေးပါပဲ။ သူ့ဆီက ကောင်းတာရဖို့တော့ ကျုပ်တို့ များများ မမျှော်လင့်ပါဘူး။ နောက်နေ့နံနက်မှာ မင်းခေါင်းကို သူ ကျောက်ခဲနဲ့ပစ်ရင်လည်း ကျုပ်တို့တော့ သိပ်ပြီး အံ့ဩမှာ မဟုတ်ပါဘူး။”

ကျွန်ုပ်ဖေဖေက ဤသို့ ပြောသောအခါ၌ ကျွန်ုပ်၏ဘဝမှာ ချိန်ခွင်ပေါ်တွင်တင်၍ ချိန်တွယ်ခြင်းခံနေရသကဲ့သို့ အကောင်းဘက်သို့ ချိန်ခွင်လျှာထွက်မည်လား၊ အဆိုးဘက်သို့ ချိန်ခွင်လျှာထွက်မည်လားဟု ထင်မှတ်စရာပင် ဖြစ်ပါသည်။

ထိုအခါ၌ ဉာဏ်ပညာရှိသော သူမသည် ကျွန်ုပ်၏ တင်းမာနေသော မေးစေ့ကို သူမလက်ဖြင့် ကိုင်တွယ်လိုက်၏။ ကျွန်ုပ်၏မျက်နှာကို အထက်သို့မော့လာအောင် ဆွဲယူပြီး ကျွန်ုပ်မျက်နှာကို စေ့စေ့ကြည့်လျက် စကားအနည်းငယ်မျှသာ ပြောပါသည်။ ဤအနည်းငယ်မျှသော သူမ၏ စကားလုံးများသည် ကျွန်ုပ်အား ဘဝသစ်တစ်ခုသို့ အပြီးတိုင် ပို့ဆောင်လိုက်ခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်၏ဖေဖေဘက်ကို သူမ လှည့်ပြီး “ရှင်မှားနေပြီ။ ဝိုက်စံကောင်တီမှာရော ဘယ်မှာပဲဖြစ်ဖြစ် ဒီကလေးဟာ အညံ့ဆုံး မဟုတ်နိုင်ပါဘူး။ ဒီကလေးဟာ အလွန် သွက်လက်ချက်ချာပြီး အကင်းပါးတဲ့ကလေးပါ။ သူ့အတွက် လိုနေတာကတော့ သူ့မှာရှိတဲ့ အင်မတန်ကောင်းမွန်နေတဲ့ စိတ်ဓာတ်ကို သင့်တော်ကောင်းမွန်တဲ့ဆီ သွားအောင် ရည်မှန်းချက်အချို့ ပြုလုပ်ပေးဖို့ပါပဲ” ဟု ပြောပါသည်။

ကျွန်ုပ်၏ တစ်သက်တာ၌ တစ်စုံတစ်ယောက်သောသူသည် ကျွန်ုပ်အား အကောင်းစကား တစ်စုံတစ်ရာ ပြောကြားခြင်းမှာ ဤအကြိမ်သည် ပထမဦးဆုံးအကြိမ်ပင် ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ် မတ်မတ်စန့်စန့်ရပ်ပြီး ရင်ကော့ကာ စပ်ဖြူဖြူ လုပ်လိုက်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်မိခင်၏ နေရာတွင် ဝင်ရောက်နေရာယူမည့် ဤမိန်းမသည် လူများ၌ရှိနေသော အကောင်းဆုံးအရာကို မြင်တတ်သည့်ပြင် အခြားသူများအား ကူညီတတ်သော ဉာဏ်ပညာရှိသူတစ်ဦးဖြစ်သည်ဟု ကျွန်ုပ် သိမြင်မိပါသည်။

ထိုအချိန်မှစ၍ ကျွန်ုပ်၏ သေနတ်ကိုင်ဘဝမှာ ပြီးဆုံးခဲ့ပါသည်။ ကျွန်ုပ် ကြီးပြင်းလာသည်နှင့်အမျှ ကျွန်ုပ်ကိုယ်ကျွန်ုပ် ပိုမိုပြီး သိရှိလာပါသည်။ ကျွန်ုပ်၌ စာရေးသားနိုင်သော စွမ်းရည်ရှိကြောင်း ကျွန်ုပ် သိရှိရသည်။ ကျွန်ုပ်၏မိထွေးသည် ကျွန်ုပ်အား လက်နှိပ်စက်ကို ကောင်းစွာ ရိုက်နှိပ်နိုင်အောင် ကူညီပါသည်။ လက်နှိပ်စက်ကို ကောင်းစွာ ရိုက်နှိပ်တတ်ခြင်းအားဖြင့် ကျွန်ုပ်သည် သတင်းစာတိုက်များသို့ ဆောင်းပါးများ ရေးသားပေးပို့နိုင်လေသည်။ ဤသို့သောနည်းအားဖြင့် ကျွန်ုပ်သည် အောင်မြင်ထမြောက်နေသော ပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် တွေ့ဆုံမေးမြန်းစုံစမ်းနိုင်သည့်အဆင့်သို့ ရောက်ရှိသွားပါသည်။ ထို့ကြောင့် အင်ဒရူးကာနယ်ဂျီနှင့်အတူ ထိုင်လျက် ဆွေးနွေးခွင့်ကို ကျွန်ုပ် ရရှိတော့သည်။

ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးနှင့် သုံးရက်နှင့် သုံးည ဆွေးနွေးပြီးသောအခါတွင် အောင်မြင်ထမြောက်စေသော လျှို့ဝှက်ချက်များကို ရှာဖွေရန် တာဝန်ကို ကျွန်ုပ် ရယူနိုင်လေသည်။ ဖတ်ကောင်းမည့် စကားလုံးများကို ရှာဖွေရန် မဟုတ်ဘဲ များစွာ ကြွယ်ဝချမ်းသာနေသူများ၏ ဘဝလမ်းစဉ်ပုံစံ နမူနာကို အတိအကျ ရယူ စူးစမ်းရှာဖွေ သုတေသနပြုလုပ်ရန် ဖြစ်ပါသည်။ အင်ဒရူးကကာနယ်ဂျီနှင့် ကျွန်ုပ် တွေ ဆုံဆွေးနွေးမှုမှ 'ကိုယ်တိုင် အောင်မြင်ရေး သိပ္ပံပညာရပ် အဖွဲ့အစည်း' သည် ပေါ်ထွန်း၍ လာခဲ့လေသည်။ ထိုအဖွဲ့အစည်း၏ လုပ်ဆောင်ချက်ကြောင့် ကမ္ဘာ့အရပ်ရပ်တွင်ရှိသော လူသန်းပေါင်းများစွာတို့အား ကြွယ်ဝချမ်းသာခြင်းနှင့် ငြိမ်းချမ်းစိတ်ကို ရရှိစေပါတော့သတည်း။



အနုပညာရှင်များသည်လည်း သူတို့ကိုယ်ပိုင်ဘဝ၌ သူတို့နေထိုင်ကြသည်။ သို့မဟုတ်ပါက မကြီးမြင့်နိုင်

ဇာတ်သဘင်လောကတွင် အအောင်မြင်ဆုံး အနုပညာရှင်တစ်ဦး ဖြစ်လာသူ မဒန်ရှုမန်ဟိန်သည် မိန်းကလေးအရွယ် ငယ်ရွယ်စဉ်အခါက ဂီတဆရာတစ်ဦးထံသို့ သွားရောက်လျက် သူမ၏အသံကို အစမ်းသပ်ခဲ့သည်။ ဂီတဆရာက မိနစ်အနည်းငယ်မျှကြာအောင် သူမ၏အသံကို နားထောင်ကြည့်သည်။ ပြီးလျှင် တိုတောင်းစွာ စကားပြတ် ပြောလိုက်လေသည်။

“ဒါလောက်ဆို တော်ပြီ။ မင်းရဲ့ အုပ်ချုပ်စက်ဆီကိုသာ ပြန်ပေးဦးတော့။ မင်းဟာ ပထမတန်း အုပ်ချုပ်သမ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ အဆိုတော်တော့ မဟုတ်ဘူး။”

ဂီတဆရာ၏ ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် ပြောဆိုလိုက်ပုံကို ကြည့်ပါတော့။

ဤဆရာ၏ ပြောပုံကိုသာ ယုံရလျှင် သူငယ်မလေးသည် သီချင်းမဆို တော့ပါဘူးဟူ၍ ဆုံးဖြတ်ကောင်း ဆုံးဖြတ်နိုင်ဖွယ်ရာ ရှိပါသည်။ သို့ရာတွင် သူမသည် သူ့စိတ်ကို သူ ပိုင်ဆိုင်ထားသည်။ ထို့ကြောင့် သီချင်းဆိုရန်ကို လေ့ကျင့်မည်၊ အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် သီဆိုမည်ဟု သန္နိဋ္ဌာန်ချထားပြီးဖြစ်သည်။ သန္နိဋ္ဌာန်ချထားပြီးအတိုင်း ဆောင်ရွက် သီဆိုခဲ့ရာ ထိုမိန်းကလေးသည် အောင်မြင်ခဲ့ရလေသည်။

အခြားသော သူများအတွက်လည်း ဤနည်းအတိုင်း ဖြစ်နိုင် လေသည်။ ကျွမ်းကျင်သူများက သူ့၌ အရည်အချင်းမရှိပါဟု ဆိုထား သည် ဖြစ်စေကာမူလည်း မိမိကိုယ်တိုင် မိမိစိတ်ကို သိရှိထားခြင်းအားဖြင့် မိမိ၌ရှိနေသော စွမ်းရည်မှာ တစ်သက်ပတ်လုံး တိမ်မြုပ်မနေနိုင်တော့ပါ။



ကံပကောင်း အကြောင်းမလှ ဖြစ်နေသလား။
ဤသို့ ဖြစ်ခြင်းသည် သင့်အတွက် အားသေးပင်ဖြစ်၏။
ဤအရာသည် သလုတ်တံသင်းမဟုတ်။
ဤအရာသည် အမြတ်ထွက်အောင် လုပ်ဆောင်ယူငင်လာမည် ဖြစ်၏။

ခေတ္တယာယီ အချိန်အတွင်းတွင် ရှုံးနိမ့်ခြင်း၊ စိတ်ပျက်ခြင်းများ မတွေ့ရဘဲနှင့် တန်းတန်းမတ်မတ်ကြီး အောင်မြင်ခြင်းပန်းတိုင်သို့ ရောက်ရှိသွားသူများမှာ အနည်းငယ်မျှသာ ရှိသည်။ သို့ရာတွင် သင် သည် သင်၏ အတွင်းစိတ်ကို ပိုင်ဆိုင်ထားသောအခါတွင် အရှုံး ပေးရသည်အထိ အလဲထိုးခံရသည်ဆိုသောအရာသည် မရှိနိုင်ပေ။ လဲကျသွားသည်အထိ အထိုးခံရဖွယ်ရှိနိုင်သော်လည်း သင်သည် ပုတ် ခတ်လိုက်သောဘောလုံး ပြန်တက်လာသကဲ့သို့ အရှိန်နှင့်ပြန်ပြီး ထလာ နိုင်ပါသည်။ ပထမ၌ လမ်းကြမ်းပေါ်တွင် ခရီးလျှောက်ရမည် ဖြစ်သော်

လည်း နောင်အခါတွင် သာယာဖြောင့်ဖြူးသော လမ်းမကြီးပေါ်တွင် သွားရမည်ဖြစ်ပါသည်။

ဤပြောဆိုချက်မှာ သာမန်ကိစ္စရပ်များအတွက်သာ ဖြစ်ပါလိမ့် မည်ဟု သင် ထင်မြင်ယူဆနိုင်ပါသည်။ ဤသို့ ထင်မြင်မိပါလျှင် ကိုလိုနီ နိုင်ငံတစ်ခု လွတ်လပ်ရေးရရှိအောင် ဆောင်ရွက်ရသော ကိစ္စရပ်၏ ခက်ခဲနက်နဲမှုရှိပုံကို စဉ်းစားကြည့်စေချင်ပါသည်။ ကိုလိုနီဘဝမှ လွတ် မြောက်သော နိုင်ငံအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိမျှမက ထိုလွတ်လပ်သောနိုင်ငံ၏ ပထမသမ္မတအဖြစ် ရောက်ရှိအောင် ဆောင်ရွက်ရသော ကိစ္စရပ်လည်း ရှိပါသည်။

၁၉၁၀ ခုနှစ်တွင် ကျွန်ုပ်သည် မယ်နူရယ်အယ်လ်ကွေ့နု၏ အကြံပေးပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ် ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါသည်။ သူ့အား ကျွန်ုပ်က နိုင်ငံရေး ကိစ္စရပ်များ၌သာ အကြံပေးသည်မဟုတ်။ ထို့ထက်အရေးကြီးသော “ကိုယ်တိုင်အောင်မြင်ရေး သိပ္ပံပညာရပ်များ” အကြောင်းကိုလည်း သင် ကြားပေးပါသည်။ ထိုစဉ်အခါက “ကိုယ်တိုင်အောင်မြင်ရေး သိပ္ပံပညာ ရပ်” ပေါ်ပေါက်သည်မှာ မကြာလှသေးပါ။

ဖိလစ်ပိုင်ကျွန်းစု လွတ်လပ်ရေးရရှိလာသောအခါတွင် ဆီနော် ကွေ့နုမှာ ထိုနိုင်ငံ၏ ပထမဆုံးသမ္မတ ဖြစ်လာပါသည်။ ၁၉၁၀ ခုနှစ်နှင့် ဖိလစ်ပိုင် လွတ်လပ်ရေးရသောနှစ်မှာ တစ်ခုနှင့်တစ်ခု များစွာ ကွာလှမ်း ပါသေးသည်။ ကွေ့နုသည် သူ၏ တိုင်းသူပြည်သားများ လွတ်မြောက် ရမည်၊ ထို့နောက် သူသည် ပထမဆုံးသမ္မတ ဖြစ်ရမည်ဟူသော ပန်းတိုင် ကို သူ၏စိတ်တွင်း၌ စွဲမှတ်၍ထားသည်။ ဤရည်မှန်းချက်နှစ်ခုစလုံးကို သူရရှိနိုင်သည့်အကြောင်းကို ကျွန်ုပ်က သူ့အား ယုံကြည်ထားစေ ပါသည်။ သို့ရာတွင် ဤကြီးကျယ်သော ကိစ္စရပ်ကို နေ့ချင်းညချင်း မရရှိနိုင်ဆိုသောအချက်ကို ကျွန်ုပ်တို့ သိရှိထားကြပါသည်။

မိမိတို့ရည်မှန်းသည့် ပန်းတိုင်သို့ မည်သည့်နေ့ရက်တွင် ရောက်ရှိရမည်ဟူ၍ သတ်မှတ်ချက်ပြုလုပ်ခြင်း၌ တန်ခိုးရှိကြောင်းကို ကျွန်ုပ်တို့ကောင်းစွာ သိရှိထားပါသည်။ သို့ရာတွင် ဤအချက်ကို သိသူအနည်းငယ်မျှသာ ရှိပေလိမ့်မည်။ ကွေ့စုံအား ကျွန်ုပ် နှစ်အနည်းငယ်မျှ ကြာအောင် အကြံဉာဏ်ပေးပြီးနောက်တွင် ဖိလစ်ပိုင်လွတ်လပ်ရေးရပြီးလျှင် သူ သမ္မတဖြစ်လာရမည့် နေ့ရက်ကို အတိအကျ တင်ကြိုသတ်မှတ်ထားစေပါသည်။ သူရွတ်ဆိုရမည့် စာပိုဒ်ကိုလည်း ကျွန်ုပ်က ပြုလုပ်ပေးပါသည်။ “ကျွန်ုပ်သည် မည်သူ၏ ထင်မြင်ချက်ကိုမဆို၊ မည်သူ၏ ဩဇာအရှိန်အဝါကိုမဆို ကျွန်ုပ်၏ ရည်ရွယ်ချက်နှင့် သဘောထားချင်း မကိုက်ညီခဲ့ပါလျှင် ထိုသူတို့၏ ထင်မြင်ချက်နှင့် ဩဇာအရှိန်အဝါကို ကျွန်ုပ်၏စိတ်တွင်းသို့ ဝင်ခွင့်မပြု။” ဤသဘောမျိုးပါသော စာပိုဒ်ဖြစ်ပါသည်။

မိမိလိုလားသော ပန်းတိုင်အရောက် ချီတက်ရာ၌ မည်သည့်နေ့ရက်၌ ရောက်ရှိရမည်ဟူ၍ အချိန်ကန့်သတ်ခြင်းနှင့် မိမိ၏စိတ်ဆန္ဒကို ထုတ်ဖော်ရွတ်ဆိုခြင်းနှစ်ခုသည် ကွေ့စုံအား အလွန်ခက်ခဲလှသည့် လုပ်ငန်းရပ်ကြီးကို ဆောင်ရွက်ရာ၌ များစွာ အကူအညီရ၍ အောင်မြင်စေပါသည်။

ကွေ့စုံသည် “ကိုယ်တိုင် အောင်မြင်မှု သိပ္ပံပညာရပ်” ကို စတင်အသုံးပြုသည့် နေ့ရက်မှ ၂၄ နှစ်နှင့် ၆ လအကြာတွင် လွတ်လပ်သော ဖိလစ်ပိုင်နိုင်ငံ၏ ပထမဆုံးသော သမ္မတကြီးဖြစ်၍လာလေသည်။



အချိန်သတ်မှတ်၍ အလုပ်လုပ်သူတစ်ဦး

ချီကာဂိုမြို့တွင် ယခု အလုပ်လုပ်လျက် ရှိနေသူတစ်ဦးမှာ အချိန်

သတ်မှတ်၍ “ကိုယ်တိုင်အောင်မြင်ရေး သိပ္ပံပညာရပ်” လမ်းစဉ်အတိုင်း အလုပ်လုပ်လျက်ရှိရာ သူ၏လုပ်ငန်းမှာ အထူးအောင်မြင်လျက် ရှိသည်။ ထိုသူမှာ ဒဗလျူကလီးမင်းစတုန်း ဖြစ်သည်။ သူ့အကြောင်း ကျွန်ုပ် ပြောပြရပေမည်။ သူသည် အထက်တန်းကျောင်း၌ ပညာသင်ကြား နေစဉ်ကပင် သူ၏ဘဝပန်းတိုင်နှင့် သူ့စိတ်တန်ခိုးက သူ့အား ညွှန်ကြား သည့်လမ်းကို တွေ့ရှိခဲ့သည်။ သူသည် ကျောင်းသားဘဝ၌ပင် အာမခံ စာချုပ်များကို ရောင်းချခဲ့သည်။ ထိုလုပ်ငန်းမှရသည့် သူ၏ဝင်ငွေမှာ သူ့အား စာသင်ကြားပေးနေသည့် ဆရာများ၏ လခထက် များပေသည်။ ယခုအခါတွင် သူ၏ ကြွယ်ဝပိုင်ဆိုင်သော ငွေကြေးပမာဏမှာ ဒေါ်လာ သန်းပေါင်း ၁၆၀ ကျော်နေလေပြီ။ ထိုကြွယ်ဝမှုအပေါ်တွင်လည်း လျင်မြန်စွာထပ်လောင်းလျက် ဝင်ငွေများ တိုးပွားလျက် ရှိနေပေသေး သည်။

၁၉၃၉ ခုနှစ်တွင် မစ္စတာစတုန်းသည် အာမခံလုပ်ငန်းနှင့် ပတ် သက်၍ ဒုက္ခရပ်များကို ရင်ဆိုင်ရလေသည်။ အကြောင်းမှာ သူ အလုပ် လုပ်လျက်ရှိသော အာမခံကုမ္ပဏီက သူနှင့်ချုပ်ဆိုထားသော စာချုပ်ကို ၁၄ ရက်သာ အချိန်ပေးပြီး ရပ်စဲလိုက်သောကြောင့် ဖြစ်လေသည်။ ထိုစဉ်အခါက မစ္စတာစတုန်း၌ စုဆောင်းပြီးငွေ များစွာ မရှိသေးပေ။ သို့ဖြစ်ရာ သူ့ကုမ္ပဏီနှင့် စာချုပ်အရ အလုပ်ဆက်လက်၍ လုပ်နိုင်ရန် အထူး လိုအပ်လျက် ရှိနေပေသည်။ ဤတွင် သူသည် ၄၅ မိနစ်ကြာမျှ သူ၏အတွင်းစိတ်နှင့် တွေ့ဆုံနီးနှောခြင်းကို အားသစ်လောင်း၍ ပြုလုပ် သည်။ ထို့နောက် သူသည် သူနှင့်ဆက်သွယ်သော ကုမ္ပဏီအား ကန် ထရိုက်စာချုပ်ကို ရပ်စဲခြင်းဖြင့် ကုမ္ပဏီ၏ အကျိုးကျေးဇူးရရှိမှုနှင့် ဆန့်ကျင်ခြင်းသာ ဖြစ်ပုံကို ပြောပြလျက် သူ့ကို အလုပ်မှ မရပ်စဲရန် ၁၄ ရက်အချိန်အတွင်း၌ သွေးဆောင်ပြောဆိုမည်ဟု ဆုံးဖြတ်ချက်

ချလိုက်သည်။ ကုမ္ပဏီသည် သူနှင့်ချုပ်ဆိုထားသော ကန်ထရိုက် စာချုပ်ကို ရုပ်ဆိုင်းရန် ညီညွတ်သောအကြောင်းရပ်များ ရှိနေပေသည်။ သို့ဖြစ်လင့်ကစား ကုမ္ပဏီသည် မူလဆုံးဖြတ်ချက်ကို ပြင်ဆင်လျက် မစ္စတာစတုန်းအား အလုပ်ကို ဆက်လက်လုပ်ကိုင်စေသည်။

ထို့နောက် သူသည် အချိန်တစ်ခုကို သတ်မှတ်လိုက်လေသည်။ ၁၉၅၆ ခုနှစ်တိုင်ရောက်လျှင် သူ့ကိုယ်တိုင်ပိုင်ဆိုင်သော အာမခံကုမ္ပဏီ တစ်ခုကို ထူထောင်မည်ဟူ၍ ဖြစ်လေသည်။ ၁၉၅၆ ခုနှစ်သို့တိုင် ရောက်သောအခါတွင် သူသည် အာမခံကုမ္ပဏီတစ်ခုကို တည်ထောင် နိုင်လေသည်။

၁၉၅၆ ခုနှစ်သို့ ရောက်သောအခါတွင် ဒေါ်လာ ၁၀ သန်းကို သူပိုင်ဆိုင်ရမည်ဟူ၍လည်း သူဆုံးဖြတ်ခဲ့ရာ ထိုနှစ်သို့ရောက်သော အခါတွင် ထိုဆုံးဖြတ်ချက်အတိုင်းပင် သူ ဒေါ်လာ ၁၀ သန်း ကြွယ်ဝ လာလေသည်။

မစ္စတာစတုန်းသည် သူ၏ဘဝ နောက်ဆုံးပန်းတိုင်အဖြစ် ဒေါ် လာသန်း ၆၀၀ ကြွယ်ဝရမည်ဟူ၍ သူဆုံးဖြတ် သတ်မှတ်ထားကြောင်း မကြာမီအချိန်အတွင်းက ကျွန်ုပ် ကြားသိရပါသည်။ သို့ရာတွင် သူ သတ်မှတ်သော နောက်ဆုံးနေ့ရက် အတိအကျကို ကျွန်ုပ် မသိရပေ။ ဒေါ်လာသန်း ၆၀၀ ဆိုသည်မှာ များလှချေတကားဟူ၍ စိတ်ထားသေး ငယ်သူများက အလန့်တကြား ထင်နိုင်စရာရှိပါသည်။ သို့ရာတွင် “ကိုယ်တိုင်အောင်မြင်ရေး သိပ္ပံပညာရပ်” ၏ လျှို့ဝှက်ချက်ကို သိထားသူ ကမူ “ဘာဖြစ်လို့ မဖြစ်နိုင်ရမှာလဲ” ဟူ၍သာ ပြောဆိုပေလိမ့်မည်။

အမေရိကန်တွင် “ကိုယ်တိုင်အောင်မြင်ရေး သိပ္ပံပညာရပ်” ကို အထူးတလည် အသုံးပြုကြသူ ၁၀ ဦးတို့၏ အခြေအနေကို လွန်ခဲ့သော မကြာမီအချိန်အတွင်းက ကျွန်ုပ် လေ့လာကြည့်ရှုမိပါသည်။

မစ္စတာစတုန်းမှာ အစဉ်လိုက် စာရင်းထိပ်တွင် တတိယမြောက် နေရာ၌ရှိ၍ သူ့အထက်တွင် ပုဂ္ဂိုလ်နှစ်ဦး ရှိနေပေသည်။ ပထမပုဂ္ဂိုလ်မှာ ကျွန်ုပ်အား “ကိုယ်တိုင်အောင်မြင်ရေး သိပ္ပံပညာရပ်” ကို အနှစ် ၂၀ ကြာ သုတေသနပြုလုပ်ရန် အားပေးကူညီခဲ့သူ အင်ဒရူးကာနယ်ဂျီ ဖြစ်ပါသည်။ ဒုတိယပုဂ္ဂိုလ်မှာ ဤကမ္ဘာပေါ်တွင် အကြီးဆုံးတီထွင်မှုများကို အောင်မြင်စွာလုပ်ကိုင်ခဲ့သူ သောမတ်အယ်လ်ဗာ အက်ဒီဆင် ဖြစ်ပေသည်။

မစ္စတာစတုန်းကို ၁၉၅၃ ခုနှစ်က ကျွန်ုပ် စတင်တွေ့ရှိခဲ့သည်။ ထိုနှစ်မှစ၍ ကျွန်ုပ်သည် မစ္စတာစတုန်း နာမည်ကျော်ကြားပြီး ကြွယ်ဝစေရေးလမ်းစဉ်ကို စတင်ပြုလုပ်ခဲ့သည်။ ထိုစဉ်အချိန်က သူ၏လက်တွင်း၌ ဒေါ်လာ ၁၀၀ နှင့် ကျွန်ုပ်ရေးသော စာအုပ်များအနက် လူကြိုက်အများဆုံးဖြစ်သည့် “ကြံဆပြီး တိုးတက်ကြွယ်ဝပါ” စာအုပ်သာလျှင် ရှိနေပေသည်။ မစ္စတာစတုန်းက သူပိုင်ကုမ္ပဏီတွင် အမှုထမ်းရွက်လျက် ရှိနေကြသူအားလုံးအား ကျွန်ုပ်၏ “အောင်မြင်ရေး အဘိဓမ္မာ” တရားများကို ပြောပြသင်ကြားပေးရန် ကျွန်ုပ်အား ပြောပြ အကူအညီတောင်းသည်ကို ကျွန်ုပ် လက်ခံခဲ့သည်။

ကျွန်ုပ် မစ္စတာစတုန်းအား ကူညီရမည့်အချိန်ကာလမှာ ၁၀ နှစ်ဖြစ်သည်။ မစ္စတာစတုန်းနှင့် ကျွန်ုပ် စတင်ဆက်သွယ်စဉ် အချိန်ကာလက သူ၏ အမြင့်ဆုံးအရာရှိများက ကျွန်ုပ်နှင့် မစ္စတာစတုန်း ဆက်သွယ်ခြင်းကို သဘောမကျသဖြင့် မျက်မှောင်ကြုတ်ကြသည်။ ကျွန်ုပ်၏ အောင်မြင်ရေး အဘိဓမ္မာတရားကို သူတို့ မသင်ကြားလိုကြချေ။ အချိန်ကုန်သည်ဟု သဘောထားကြသည်။ အမေရိကန်တွင် ထင်ရှားသူပေါင်း ၅၀၀ ၏ အတွေ့အကြုံ၊ အမှားအယွင်းနှင့် အောင်မြင်မှုများကို အခြေခံကာ ကျွန်ုပ် သုတေသနပြုလုပ်ထားသော အောင်မြင်ရေး အဘိဓမ္မာ

တရားကို သူတို့ မကြားဖူးကြသေးသဖြင့် သူတို့၏စိတ်တွင် ကျွန်ုပ် အပေါ်၌ မယုံသင်္ကာဖြစ်ကြသည်မှာ ဓမ္မတာအတိုင်းသာ ဖြစ်ပေသည်။

နောက်ငါးနှစ် ကြာသွားသောအခါတွင် ဓမ္မတာစတုန်းသည် သူ၏ ထိပ်တန်းအရာရှိများနှင့်အတူ သူ့ရော ကျွန်ုပ်ပါ အစည်းအဝေးတစ်ခု လုပ်ကြပါသည်။ ထိုအစည်းအဝေး၌ ဓမ္မတာစတုန်းက...

“လူကြီးမင်းများခင်ဗျား... ကျွန်တော်တို့ကုမ္ပဏီဟာ အံ့ဩဖွယ်ရာ ကောင်းအောင် တိုးတက်လျက် ရှိနေပါတယ်” ဟု ပြောပြီး အတော်ကြာမျှ စကားဖြတ်ပြီး နေပါသည်။ နောက်မှ ဆက်လက်၍...

“နပိုလီယန်ဟီးလ် ကျွန်တော်တို့ကုမ္ပဏီ ရောက်မလာမီက အံ့ဩ ဖွယ်ရာ တိုးတက်မှု မရှိခဲ့ပါဘူး” ဟူ၍ ပြောဆိုလေသည်။

ဓမ္မတာစတုန်းနှင့် ကျွန်ုပ် တွေ့ရှိစက သူ့အာမခံကုမ္ပဏီ၏ နှစ်စဉ် ပရိုမီယံဝင်ငွေမှာ ဒေါ်လာ ၂၄ သန်းရှိပါသည်။ သူ၏ ကိုယ်ပိုင် ကြွယ်ဝငွေမှာ ဒေါ်လာသုံးသန်း ပတ်ဝန်းကျင်၌သာ ရှိပါသည်။ ထို့နောက် ၁၀ နှစ်ကြာသောအခါတွင် ကျွန်ုပ်တို့သည် နှစ်ဦးသဘောတူ ချစ်ကြည်စွာ ခွဲခွာကြသောအခါတွင် သူ့အာမခံကုမ္ပဏီ၏ နှစ်စဉ် ပရိုမီယံဝင်ငွေမှာ ဒေါ်လာ ၈၄ သန်းဖြစ်၍ သူပိုင် ကြွယ်ဝလာသော ငွေမှာ ဒေါ်လာသန်းပေါင်း ၁၆၀ ကျော်သို့ တိုးတက်လာသည်ကို တွေ့ရှိ ရပေသည်။



သင့်စိတ်ကို ကာကွယ်ပေးရန်အတွက် နာမ်ခံတပ်များ

ကျွန်ုပ်သိသည့် အောင်မြင်နေသော ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းသည် သူတို့ စိတ်ကို ပတ်ပတ်လည် ကာကွယ်ထားနိုင်ရန်အတွက် နာမ်ခံတပ်များကို သူ့နည်းနှင့်သူ ပြုလုပ်ထားရှိသည်ကို ကျွန်ုပ် တွေ့ရှိရသည်။ ဤ နာမ်

ခံတပ်မျိုးကို ကျွန်ုပ်နည်းနှင့် ကျွန်ုပ်လည်း ထားရှိသည်။ ဤနည်းမှာ အလွန်တန်ဖိုးရှိသည်ကို ကျွန်ုပ် တွေ့ရှိရသည်။ လုပ်နည်းလုပ်ဟန်ကား အောက်ပါအတိုင်းပင်တည်း။

သင်၏စိတ်ကို ရှေးခေတ်က ရဲတိုက်ကြီးတစ်ခုပမာ ထားကြည့် လိုက်ပါ။ ထိုရဲတိုက်ကြီး၏အလယ်တွင် မျှော်စင်ရှိသည်။ ထိုနေရာကို ရန်သူတို့ မဖောက်ထွင်း မဝင်ရောက်နိုင်အောင် ခိုင်ခံ့သော အကာ အကွယ်များ ပြုလုပ်ထားရှိရသည်။ ထိုမျှော်စင်နေရာမှနေ၍ အပြင် ဘက်ကိုထွက်လျှင် တံတိုင်းတစ်ခုကို တွေ့ရမည်။ ထိုတံတိုင်းမှာ မျှော် စင်ကို ကာရံထားသော တံတိုင်းလောက် ထူထဲခြင်းမရှိပေ။ ထိုနေရာမှ ဆက်လက်၍ အပြင်ဘက်သို့ထွက်လျှင် အခြားနံရံတစ်ခုကို တွေ့ရှိရ မည်။ ထိုနေရာကား ရဲတိုက်ကြီးအတွင်း ဝင်ရောက်လာမည့် ရန်သူများ အား ခုခံကာကွယ် တွန်းလှန်တိုက်ခိုက်ရန် ပထမခံတပ်စည်းကြောင်း နံရံပင် ဖြစ်လေသည်။

ရဲတိုက်အတွင်းသို့ ချင်းနင်းဝင်ရောက်လိုသူသည် ရှေးဦးစွာ အပြင်ဘက်ရှိ ပထမခံတပ်နံရံကို ဖြတ်ကျော်ရမည်ဖြစ်လေသည်။ သင့် စိတ်ကို အကာအကွယ် ပြုလုပ်ပေးရန်အတွက် ထားရှိသော ပထမနာမ် ခံတပ်များသည် များစွာ မြင့်မားရန် မလိုပေ။ တစ်စုံတစ်ယောက်သည် သူ့အကြံအစည်နှင့်သူ သင်၏စိတ်အတွင်းသို့ တရားသဖြင့် ဝင်ရောက် လိုလျှင် ထို ပထမနာမ်ခံတပ်တံတိုင်းကို ကျော်လွှားရမည် ဖြစ်ပေသည်။ အကယ်၍ ထိုသူသည် တရားသဖြင့် ဝင်ရောက်ရန် အကြောင်းပြမရှိခဲ့ လျှင် ထို ပထမခံတပ်နေရာမှနေ၍ ထိုသူအား စိတ်အားလျော့သွားအောင် ပြုလုပ်လေသည်။ ဤကဲ့သို့သော ခံတပ်တံတိုင်း ပြုလုပ်ထားရှိလျှင် ဝင်ရောက်လာလိုသော သူများကလည်း ထိုနေရာ၌ တံတိုင်းခံတပ် ရှိသည်ဟု သိရှိထားသဖြင့် တရားသဖြင့် မဟုတ်ခဲ့လျှင် လွယ်လွယ်ကူကူ

ဝင်ရောက်လာမည် မဟုတ်ပေ။ ဤတံတိုင်းသည် သင့်အတွက် အလွန် တန်ဖိုးရှိသော အကာအကွယ်ပင် ဖြစ်တော့သည်။

အကယ်၍ တစ်စုံတစ်ယောက်သည် ပထမ ခံတပ်နံရံကို ကျော် လွန်၍လာခဲ့လျှင် ဒုတိယခံတပ်တံတိုင်း၏ တားဆီးနေခြင်းကို တွေ့ရ လိမ့်မည်။

သင်၏စိတ်သည် ထို ဒုတိယခံတပ်တံတိုင်းလို တည်ဆောက် ထားပါလျှင် သင့်အတွက် အထူးအကျိုးကျေးဇူး မရှိစေဘဲနှင့် မည်သူမျှ ထိုတံတိုင်းကို ကျော်လွှားဖြတ်သန်းသွားနိုင်မည် မဟုတ်ပေ။

ရဲတိုက်ကြီးအသွင်ပမာထားသော သင့်စိတ်၏ အတွင်းအကျဆုံး နေရာ၌ တည်ရှိသည့် အကာအကွယ် နာမ်ခံတပ်မှာ အထူးအရေးအကြီး ဆုံး ဖြစ်ပေသည်။ ဤခံတပ်သည် ငယ်၏။ သင့်ကိုယ်ပတ်ပတ်လည်ကို ကာရံထားရုံမျှသာရှိ၏။ သို့ရာတွင် သင်၏စိတ်သည် ထိုအကာအကွယ် ရှိသည့် မျှော်စင်နေရာအတွင်းသို့ ခိုလှုံမိလျှင် ပြင်ပမှ ဝင်ရောက်လာမည့် အရှိန်အဝါ အနှောင့်အယှက်များကို ဖယ်ရှား၍ပစ်နိုင်လေသည်။ ကျွန်ုပ် ၏ နာမ်ရဲတိုက်ကြီးအတွင်းရှိ အတွင်းအကျဆုံးဖြစ်သည့် နာမ်ခံတပ် ဝိုင်းရံထားသည့်နေရာသို့ ဘုရားသခင် တစ်ပါးတည်းသာလျှင် ထိုး ဖောက်ဝင်ရောက်၍ လာနိုင်လေသည်။

ရဲတိုက်ကြီးနှင့်တူသော သင့်စိတ်၏ အတွင်းအကျဆုံးဖြစ်သည့် မျှော်စင်နေရာရှိ ရန်သူများ ထိုးဖောက်ဝင်ရောက်နိုင်စွမ်း မရှိသည့်နေရာကို သင် ရှာဖွေပါလော့။ ဤနေရာ၌ သင်၏ ကြီးမားသော အင်အားကို တွေ့ရှိရပါလိမ့်မည်။ ထိုနေရာ၌ ပြင်ပမှ နှောင့်ယှက်ခြင်းကင်းသည့် နက်နဲသော အတွေးအခေါ်ကို တွေ့ရှိနိုင်ပေသည်။ သင်သည် သင်၏ ဤနာမ်ခံတပ် အတွင်းနေရာကို မတွေ့ရှိရသမျှ ကာလပတ်လုံး နက်နဲ သော အတွေးအခေါ်ကို တွေ့ရှိသိမြင်နိုင်မည် မဟုတ်ပေ။ ထို နာမ်ခံတပ်

ကြီး၏အလယ် အတွင်းအကျဆုံးနေရာ၌ တန်ဖိုးရှိသော ပြဿနာရပ်များ၏အဖြေကို ရှာဖွေတွေ့ရှိနိုင်သည်။ ထိုနေရာမှတစ်ပါး အခြားနေရာ၌ အဖြေကို ရှာဖွေတွေ့ရှိနိုင်မည် မဟုတ်ပေ။ ထိုနေရာ၌ အပြီးတိုင် သင်ပိုင်ဆိုင်ထားသောစိတ်သည် “ဘာကိုလုပ်နိုင်သည်” ဟူ၍ ဖွင့်ထုတ်ပြသမည်ဖြစ်သည်။ သင်၏ အတွင်းအကျဆုံး နာမ်ခံတပ် ပတ်ပတ်လည်ပိုင်းထားသော ဆိတ်ငြိမ်လုံခြုံရာဒေသမှ သင် ထွက်လာသော အခါတွင် “ထိုအရာသည် ပြီးမြောက်အောင်မြင်မည်” ဟု သိမြင်ပြီး ဖြစ်၏။ ထိုအရာကို ပြီးမြောက်အောင် သင် လုပ်နိုင်ပါလိမ့်မည်။

ပထမတွင် သင်၏ အလုပ်ကိစ္စ၊ သင် သိကျွမ်းသူများနှင့် ဝေးကွာရာဒေသရှိ ဆိတ်ငြိမ်သော အခန်းတွင်းသို့ သင် ရှာဖွေဝင်ရောက်ပြီးလျှင် သင်၏ အတွင်းအကျဆုံး နာမ်ခံတပ် ပတ်ပတ်လည်ပိုင်းကာ ထားသည့် ဆိတ်ငြိမ်လုံခြုံရာဒေသသို့ ရောက်ရှိနေထိုင်ရမည် ဖြစ်လေသည်။ ဤသို့ပြုလုပ်ခြင်းသည် သင့်စိတ်၏ အတွင်းအကျဆုံး လျှို့ဝှက်ချက်ကို ရှာဖွေရာတွင် အကောင်းဆုံးဖြစ်လေသည်။ ဤသို့ မပြုလုပ်ပါလျှင် အနှောင့်အယှက် အဖျက်အဆီးများသည် သင်၏ နာမ်ရဲတိုက်ကြီးအတွင်းသို့ ဝင်ရောက်၍ လာနိုင်ပေသည်။

သင်သည် ရဲတိုက်ကြီးနှင့်တူသော သင့်စိတ်၏ အတွင်းအကျဆုံးနေရာရှိ နာမ်ခံတပ်နံရံ ထူထဲစွာ တည်ဆောက်ကာရံထားသော နေရာအတွင်းရှိ ခိုလှုံရာဒေသသို့ အကြိမ်အတော်များများ ဝင်စားမိသောအခါတွင် အလေ့အကျင့်ကောင်းစွာ ရလာပေလိမ့်မည်။ ထိုအခါတွင် သင့်အား အများက ပတ်ပတ်လည် စကားပြောဆိုလျက် ရှိနေသောနေရာ၌ပင် သင် ရှိနေသော်လည်း သင်သည် စက္ကန့်ပိုင်းအချိန်မျှလောက် ထို သင့်စိတ်၏ အတွင်းအကျဆုံးနေရာသို့ သင် ဝင်ရောက်နိုင်ပါသည်။ များစွာသော အောင်မြင်ထမြောက်လျက် ရှိနေကြသူများသည် ဤသို့ သူတို့၏

အတွင်းအကျဆုံး စိတ်အတွင်းသို့ ဝင်ရောက်ကြသည်ကို တွေ့ရသည်။ ဤသို့ စိတ်ဝင်စားနိုင်ခြင်းတန်ခိုးသည် သူတို့၏ အောင်မြင်ခြင်းကို ဖြစ်စေလေသည်။ ဤသို့ ပြုလုပ်နိုင်ခြင်းသည် သင်၏ ဝိညာဉ်ကို အသစ် ဖြစ်ထွန်းစေခြင်း၊ သင်၏ စွမ်းအင်ကို အားသစ်လောင်းစေခြင်း၊ မိမိကိုယ် မိမိ အားထားခြင်းနှင့် ယုံကြည်စိတ်ကို တိုးပွားစေလေသည်။

ဤစာအုပ်တွင် ကျွန်ုပ် ပြောဆိုရန်ရှိသမျှမှာ အမြင့်ဆုံး လျှို့ဝှက် ချက်အကြောင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဤအခန်းတစ်ခုလုံးတွင် ထို လျှို့ဝှက်ချက် ကို ထင်ရှားစွာ ပုံဆွဲလျက် ကျွန်ုပ် ပြသလိုက်ပါသည်။ သင် ထိုပုံကို ထင်ရှားစွာ မြင်ရပြီ။ ထိုပုံသည် သင်၏ အတွင်းစိတ်အတွင်းသို့ ထိုး ဖောက်ဝင်ရောက်စ ပြုနေလေပြီ။ ထိုအတွင်းစိတ်သည် မည်သည့်အခါမျှ မေ့လျော့မှုမရှိပေ။



အတိတ်ကို အတိတ်မှာပဲထားပြီး
တံခါးပိတ်လိုက်ပါလော့

က မကောင်း အကြောင်းမလှသည့် ကိစ္စရပ်ကို သင် တွေ့ရှိရတိုင်း ထိုကိစ္စရပ်ကို အတိတ်မှာပဲ ထားလိုက်ပါလော့။ သင်၏စိတ်ကို အနာဂတ်ကာလတွင် ရရှိမည့် အောင်မြင်မှုအပေါ်တွင်သာ ထားရှိရမည် ဖြစ်ပေသည်။ အတိတ်ကာလက အမှားအယွင်းများသည် နောင် ကာလ၌ ကံကောင်းကြုံတွေ့ရန် ခဏခဏ ဖန်တီးပေးလေ့ရှိသည်ကို သင် တွေ့ရှိ ပေလိမ့်မည်။

သင်၏ ချမ်းသာကြွယ်ဝခြင်းနှင့် ငြိမ်းချမ်းစိတ်သည် တစ်ခုနှင့် တစ်ခု ခိုင်မာစွာ ဆက်သွယ်လျက် ရှိနေပေသည်။

အောက်ဆုံးအဆင့်တွင်ရှိနေသော အလုပ်အကိုင်၌ပင်လျှင် သင် ၏ အောင်မြင်မှုကို သင်၏ စိတ်အတွင်းက စောင့်ဆိုင်းလျက် ရှိနေပေ သည်။

သင်၏အလုပ်ကို တန်ဖိုးမြင့်လာအောင် လုပ်ကိုင်ပါ။ ထိုအခါ၌ လှုပ်ရှားလာသော အင်အားစုများသည် သင့်စိတ်၏ ထင်မြင်ချက်အတိုင်း အကောင်အထည် ပေါ်ပေါက်လာအောင် ပြုလုပ်ပေးပေလိမ့်မည်။

ဒုက္ခရပ်တိုင်း၏အတွင်း၌ မျိုးစေတစ်မျိုးပါရှိသည်။ ထိုမျိုးစေသည် တွေ့ရှိရသော ဒုက္ခရပ်နှင့်တူညီသော သို့မဟုတ် ထို့ထက် သာလွန်ကြီးမားသော သုခချမ်းသာရပ်ကို ရရှိစေနိုင်လေသည်။ ဤစာပိုဒ်ကို သင် မှတ်မိပါရဲ့လား။ ကတ်ပြားတစ်ခုပေါ်တွင် ထိုစာပိုဒ်ကိုရေးပြီး သင်၏အိတ်အတွင်း၌ ဆောင်ထားပါ။ ထိုစာပိုဒ်ကို နေ့စဉ် ဖတ်ပါ။ ဤစာပိုဒ်အတွင်း၌ များစွာသော လူအပေါင်းတို့အတွက် ငြိမ်းချမ်းစိတ်တည်ရှိနေပေသည်။

သင်သည် ချမ်းသာကြွယ်ဝမှုနှင့် ငြိမ်းချမ်းစိတ်ကို ရှာဖွေနေသူ ဖြစ်သည်။ ချမ်းသာကြွယ်ဝမှုနှင့် ငြိမ်းချမ်းစိတ်ရှိနေသော နေရာဆီသို့ သွားရာလမ်းမှာ လွန်ခဲ့ပြီးသော အတိတ်ကာလက တွေ့ရှိခဲ့ရသည့် မနှစ်မြို့ဖွယ်ရာ ဒုက္ခရပ်များကို မြှုပ်နှံထားသည့် သင်္ချိုင်းမြေကို ဖြတ် ကျော်၍သွားရန် မဟုတ်ပေ။ ဤလမ်းမှနေ၍သွားလျှင် သင် လိုရာဒေသသို့ ရောက်မည်မဟုတ်။

ငြိမ်းချမ်းစိတ်ကို သင် ရရှိပိုင်ဆိုင်လာသောအခါတွင် သင့်အား ကောင်းကျိုးမပြုသော စိတ်နေစိတ်ထား ဟူသမျှကို သင်၏စိတ်က အလိုလိုပင် တွန်းလှန်ဖယ်ရှားပေးလိမ့်မည်။ ယခုအတောအတွင်း၌ စိတ်ကို ကွပ်ကဲအုပ်ချုပ်နိုင်သည့် ဤငြိမ်းချမ်းစိတ်ရရှိရန် သင့်ကိုယ်သင် အဘက်ဘက်မှ ကူညီပါ။

အပျက်စိတ်ထားများ၏ သွေးဆောင်မှု ဟူဟူသမျှကို ရှောင်ရှားပါ။ အထူးအားဖြင့် ပူဆွေးသောကရောက်ခြင်း၊ ဝမ်းနည်းခြင်းများကို ရှောင်ရှားပါ။ ထိုစိတ်ထားများသည် သင်၏ဘဝ သာယာပျော်ရွှင်ရေးနှင့် ကြွယ်ဝချမ်းသာရေးကို ပိတ်ပင်လိမ့်မည်သာ ဖြစ်လေသည်။



အချိန်သည် မျက်လှည့်ဆရာကြီး

အကြောင်းမလှခဲ့ရသည့် အတွေ့အကြုံများ၊ အကြံအစည် ပျက်ပြားခဲ့ခြင်းများနှင့် အချည်းနှီးဖြစ်ခဲ့ခြင်းများကို စည်းသုံးတန်တား၍ နောက်မှာပဲ ထားခဲ့ပါတော့။ ထို့နောက် အချိန်တည်းဟူသော မျက်လှည့်ဆရာကြီးသည် လွန်ခဲ့သောကာလက တွေ့ကြုံခဲ့ရသည့် ဝမ်းနည်းခဲ့ရမှုများနှင့် အမှားအယွင်းများကို ယခုမျက်မှောက် ပစ္စက္ခဘဝတွင် အောင်မြင်ခြင်းနှင့် ပျော်ရွှင်ခြင်းတည်းဟူသော ဆုလာဘ်များအဖြစ်သို့ ခြပ်ပြောင်းလဲ၍ ပေးနိုင်လေသည်။

နော်ဝေလူမျိုး နတ်ဟမ်ဆန်သည် အမေရိကန်သို့လာပြီး အခြေစိုက်၏။ သူကြိုးစားသမျှ တစ်ခုမျှမအောင်မြင်။ အချည်းနှီးဖြစ်ရ၏။ မျှော်လင့်ချက်ကင်းနေသောအခါတွင် သူသည် သူ၏ ရုန်းကန်ခဲ့ရသမျှ ဖြစ်ရပ်များကို ဝတ္ထုရေးရန် ဆုံးဖြတ်လိုက်၏။ သူရေးသည့် “ငတ်မွတ်ခြင်း” ဝတ္ထုမှာ စာပေဆိုင်ရာ နိဘယ်လ်ဆုကို ဆွတ်ခူးနိုင်ခဲ့လေသည်။ ဟမ်ဆန်၏ ကြေကွဲဖွယ်ရာ ဘဝအတွေ့အကြုံမှာ ရေရှည်ကာလ၏ နောက်ဆုံး၌ ကြွယ်ဝ၍ ထင်ရှားသူအဖြစ်သို့ ပို့ဆောင်ပေးလိုက်လေသည်။

ဟယ်ရီအက်စ်ထရူးမင်းသည် ကုန်သွေးဈေးသည်အဖြစ် လုပ်ကိုင်ရာ မအောင်မြင်ခဲ့ချေ။ ဤဘဝတွင် သူ့ကိုယ်သူ မအောင်မြင်သူအဖြစ် သဘောထားလိုက်ပါလျှင် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု၏ သမ္မတအဖြစ်သို့ သူ ရောက်ရှိနိုင်မည် မဟုတ်ပေ။

ဥပမာပေးရန် အခြားသူတစ်ဦးလည်း ရှိသေး၏။ သူသည် စတိုးဆိုင် ဖွင့်လှစ်လုပ်ကိုင်ရာ ဆုံးရှုံးခဲ့၏။

ထို့နောက် သူသည် အင်ဂျင်နီယာလုပ်ငန်းကို လုပ်ကိုင်၏။ မအောင်မြင်သောအခါတွင် သူ့ကိုရိယာတန်ဆာပလာများကို ရောင်းပြီး

အကြွေးဆပ်လိုက်ရ၏။

သူသည် စစ်သားတစ်ဖွဲ့နှင့်အတူ အိန္ဒိယန်းလူမျိုးစုများနှင့် ဆင်ခွဲရသော စစ်ပွဲအတွင်း ဝင်ရောက်တိုက်ခိုက်၏။ သူသည် ဗိုလ်ကြီးအဆင့်သို့ ရရှိသော်လည်း တိုက်ခိုက်ရေး၌ အလွန်ညံ့ဖျင်းသဖြင့် သာမန်စစ်သားအဆင့်သို့ လျှော့ချခံရပြီး အိမ်ပြန်အပို့ခံရ၏။

သူ အိမ်ပြန်အရောက်တွင် မိန်းမပျိုတစ်ဦးကို အရူးအမူး ချစ်ခင်စွဲလမ်းမိသဖြင့် လက်ထပ်ရန် စေ့စပ်လိုက်၏။ ထိုမိန်းကလေး သေဆုံးသွားရာ သူ့မှာ ဆောက်တည်ရာမရလောက်အောင် ကြေကွဲဝမ်းနည်းစွာ ကျန်ရစ်ခဲ့ရ၏။

သူသည် ဥပဒေပညာကို သင်ယူလိုက်စားပြီး ရှေ့နေလုပ်၏။ အမှုအခင်းအချို့ကို ဆောင်ရွက်ရန် အလုပ်ရ၏။ ထို့နောက် နိုင်ငံရေးလုပ်၏။ ပထမ၌ အောင်မြင်မှုကိုမရ။ ရှုံးနိမ့်ရ၏။

သူသည် အိဘရာဟင်လင်ကွန်းပင်တည်း။ သူသည် နောက်ဆုံး၌ အမေရိကန်၏သမ္မတ ဖြစ်လာခြင်းအတွက် အံ့ဩဖွယ်ရာ ကောင်းပါသလား။

ကျွန်ုပ် အကြံပေးစကား ပြောကြားပါရစေ။

လူ့ဘဝ၏ ကုန်ဆုံးခြင်းမရှိသော ဖြစ်ပျက်ပြောင်းလဲမှုများ ပေါင်းစပ်ဖွဲ့စည်းထားခြင်း (ကံအကြောင်းတရား) များ ရှိနေသည်ကို သင်ကိုယ်တိုင် သိမြင်နေရန် ဖြစ်ပေသည်။

ဤသဘောတရားနှင့်ပတ်သက်၍ မေးခွန်းတစ်ခု မေးရပေမည်။ သင်သည် အချစ်ကိစ္စနှင့်ပတ်သက်၍ စိတ်ဒုက္ခရောက်ဖူးပါသလား။ သင့်နှလုံးသား ကွဲဖူးပါသလား။ ထိုအခါ၌ ဤကမ္ဘာပေါ်တွင် ပျော်ရွှင်စရာကို သင် ရှာ၍ တွေ့နိုင်တော့မည်မဟုတ်ပေ။ အိပ်ဆေးတွေကို အများကြီးသောက်ပြီး သင့်ဘဝကို အဆုံးသတ်လိုက်ချင်ပေလိမ့်မည်။

သင် ဆုံးရှုံးသွားသည့် ချစ်သူ၏နေရာတွင် အစားထိုးနိုင်မည့် မိန်းမ (သို့တည်းမဟုတ် ယောက်ျား) ဤကမ္ဘာပေါ်တွင် မရှိတော့ပြီလော။ အစားထိုး၍ မဖြစ်နိုင်ပါဟုသာ ထိုစဉ်ခဏ၌ သင် ဆိုပေလိမ့်မည်။

ဤသို့ပင် ကျွန်ုပ်ကိုယ်တိုင် ဖြစ်ဖူးပါသည်။ နှလုံးကြေကွဲ ဝမ်းနည်းခြင်းများ ကြုံတွေ့ရပြီးနောက် ကျွန်ုပ်သည် “ဖြစ်ပျက်ပြောင်းလဲမှုများ ပေါင်းစပ်ဖွဲ့စည်းထားခြင်း (ကံအကြောင်းတရား)” ကို ကျွန်ုပ် တွေ့ရှိရသည်။ ထိုကံအကြောင်းတရားသည် ကျွန်ုပ်အား အကောင်းမွန်ဆုံး ဇနီးသည်ကို ရရှိစေပါသည်။ ဇာတ်လမ်းကတော့ အလွန် ကြေကွဲဝမ်းနည်းစရာပင် ဖြစ်ပါသည်။ ပြင်းထန်သော အချစ်ရန်ပွဲကြီး ဆင်နွှဲရပြီးနောက် ကျွန်ုပ်၏ ချစ်ဦးသူသည် ကျွန်ုပ်အား ရှောင်ဖယ်၍သွားပြီးနောက် အခြားယောက်ျားတစ်ဦးနှင့် လက်ထပ်လိုက်သည်။ ကမ္ဘာကြီးတော့ ပျက်သုဉ်းသွားပြီဟု ကျွန်ုပ် ထင်မှတ်လိုက်ပါသည်။ နောင်ငါးနှစ်ကြာသောအခါတွင် ကျွန်ုပ်၏ ချစ်သူအား လက်ထပ်လိုက်သည့် ယောက်ျားသည် သူ့ကိုယ်သူ သတ်၍ သေပွဲဝင်လိုက်သည်။ ကျွန်ုပ် အလွန် တမ်းတစွာ လက်ထပ်လိုသောမိန်းမ၏ အမြဲတစေ ရန်လိုမှု၊ စိတ်ဝမ်းကွဲပြားမှုဒဏ်ကို မခံနိုင်သည်၏ အဆုံး၌ ထိုယောက်ျားမှာ သူ့ဘဝကိုသူ အစတုံး စီရင်၍သွားခြင်းဖြစ်လေသည်။

ကျွန်ုပ်အား ကူညီမည့်အစား အကျပ်ကိုင်မည့် ထိုမိန်းမနှင့်သာ ကျွန်ုပ် ညားခွဲရပါလျှင် ကျွန်ုပ်၏အခြေအနေ ဘယ်သို့နေလေမည်နည်း။

အထက်၌ဆိုခဲ့ပြီးကို ပြန်၍ ဆိုရပါဦးမည်။ “ဒုက္ခရပ်တိုင်း၏ အတွင်း၌ မျိုးစေတစ်မျိုး ပါရှိသည်။ ထိုမျိုးစေသည် တွေ့ရှိရသော ဒုက္ခရပ်နှင့် တူညီသော သို့မဟုတ် ထို့ထက် သာလွန်ကြီးမားသော သုခချမ်းသာရပ်ကို ရရှိနိုင်လေသည်။”

*

ချို့တဲ့ပွင့်ဖူးသည် အကျိုးကျေးဇူး

သင် အမြဲ သတိရှိမှတ်မိနေရန် အချက်တစ်ခုရှိပါသည်။ ဤ အချက်မှာ-

ကမ္ဘာက ခေါ်ဝေါ်သတ်မှတ်ထားသော ညံ့ဖျင်းမှု သို့မဟုတ် ချို့တဲ့မှုကို သင်က အကျိုးဖြစ်ထွန်းစေမှုဟူ၍ ခေါ်ဆိုနိုင်ခြင်းဖြစ်သည်။ ညံ့ဖျင်းမှု၊ ချို့တဲ့မှုကို အကျိုးဖြစ်ထွန်းမှု ဖြစ်ပေါ်လာအောင် လုပ်ကိုင် ပါလော့။

သောမတ်အေအက်ဒီဆင်သည် ကျောင်းစာကို နည်းနည်းသာ သင်ကြားခဲ့ရပုံနှင့် ဒဗလျူကလီးမင့်စတုန်းသည် အထက်တန်းကျောင်းမှ ထွက်ခဲ့ရသည့်အကြောင်းကို ကျွန်ုပ် ပြီးခဲ့သောအခန်း၌ ရေးခဲ့၏ (သူတို့ နှစ်ဦးစလုံး အောင်မြင်ကြွယ်ဝသူများ ဖြစ်ခဲ့၏)။ များစွာသော လူတို့သည် ကျောင်းစာကို များစွာ မသင်ကြားခဲ့ရလင့်ကစား အောင်မြင်သောသူများ ဖြစ်လာကြလေသည်။ ပညာအရည်အချင်း နိမ့်ကျခြင်းသည် ချို့တဲ့မှု မဖြစ်နိုင်ပေ။ ဤအချက်သည် ထိုသူ၏အပေါ်၌သာ တည်နေပေသည်။

သို့ရာတွင် အက်ဒီဆင်၏ နားလေးနေခြင်းကိုကား အတယ်သို့ ဆိုမည်နည်း။ အနည်းငယ်ကလေးမျှသာ သူ နားကြားရခြင်းသည် ချို့တဲ့မှုပင် ဖြစ်တော့သည်။ သို့ရာတွင် ဤနေရာ၌လည်း သူ၏အပေါ် မှာသာ တည်နေပေသည်။

အက်ဒီဆင်သည် ကျောင်းသားအရွယ် ငယ်စဉ်တုန်းက မီးရထား များပေါ်တွင် သကြားအချိုလုံးများကို လိုက်လံရောင်းချသော အလုပ်ကို လုပ်ရ၏။ တစ်နေ့သ၌ ယောက်ျားကြီးတစ်ဦးက အက်ဒီဆင်အား နားရွက်မှနေ၍ သကြားအချိုလုံးအထုပ်များ ပွေ့ကိုင်ထားသည့် သူ တစ်ကိုယ်လုံးကိုဆွဲပြီး မီးရထားပေါ် မ,တင်လိုက်၏။ ဤအချိန်မှစ၍ သူသည် နားထိုင်းသူတစ်ဦး ဖြစ်ခဲ့ရလေသည်။

သူသည် တစ်သက်လုံး ဤအဖြစ်ဆိုးကြီးကိုသာ ပြန်လည် စဉ်းစားသတိရကာ ဝမ်းနည်းပြီးနေနိုင်၏။ အခြားများစွာသော သူများ ကဲ့သို့ပင် အက်ဒီဆင်သည် သူ၏ အင်အားစွမ်းရည် အများစုကို သူ၏ ကံကြမ္မာအပေါ် အပြစ်တင်လျက် တမ်းတပူဆွေးခြင်း၌သာ အသုံးချပြီး နေနိုင်၏။ သို့ရာတွင် သူကား ဤသို့မပြုလုပ်။

ကျွန်ုပ် သူထံသို့ သွားရောက်သောအခါတွင် သူသည် နားကြပ်ကို အမှီပြုလျက် စကားပြောဆိုရ၏။ ကျွန်ုပ်တို့သည် တစ်ဦး၏စိတ်ကို တစ်ဦး နားလည်သိရှိလာကြသောအခါတွင် ကျွန်ုပ်က သူ၏ နားလေး နေခြင်းမှာ သူ့အတွက် များစွာ အခက်အခဲဖြစ်ပြီး ချို့တဲ့မှုများစွာ ဖြစ်နေပါသလားဟု မေးမိ၏။ သူ၏ အဖြေမှာ-

“ခင်ဗျားထင်တာနဲ့ ပြောင်းပြန်ပါပဲ။ နားလေးနေရခြင်းဟာ ကျွန်ုပ်အတွက် ကြီးမားသော ကူညီမှုကြီးပါပဲ။ တန်ဖိုးမရှိတဲ့ ပြောစကား များကို ကြားနေရခြင်းဒုက္ခမှ ကင်းဝေးရတာပေါ့။ နားထိုင်းခြင်းအားဖြင့် အတွင်းစိတ်မှ ပြောစကားကို ကြားနာတတ်ရန် ကျွန်ုပ်အား ဤအချက်က သင်ကြားပေးပါတယ်”

ငြိမ်းချမ်းစိတ်ကို အလိုရှိသူတိုင်းသည် အက်ဒီဆင်ပြောပြသော “အတွင်းစိတ်မှ ပြောစကား ကြားနာတတ်ရန်” ဆိုသော စကားကို မှတ် သားထားသင့်ပေသည်။

ကိုယ် စိတ်ဆင်းရဲခြင်း ဖြစ်စေနိုင်သောအကြောင်းကို အက်ဒီ ဆင်သည် သူ့အတွက် အကျိုးဖြစ်ထွန်းစေမှုအဖြစ်သို့ ခြပ်ပြောင်း၍ ယူလိုက်၏။ ပြီးလျှင် သူ၏ အတွင်းစိတ်ရှိ သိမ်မွေ့သော တန်ခိုးအင် အားကို မည်သို့မည်ပုံ အသုံးချနိုင်ရန် သူ သင်ကြား၍ ယူလိုက်သည်။ ဤသိမ်မွေ့သော တန်ခိုးအင်အားသည် လူတိုင်း၏စိတ်တွင် တည်ရှိ နေပေသည်။ ဤသို့သောနည်းအားဖြင့် အက်ဒီဆင်သည် မလွဲမှားနိုင်

သော အဆုံးအစမရှိသည့် အနန္တညက်တော်ရှင်၏ ညွှန်ကြားချက်အသံကို နှာခံနိုင်လေသည်။

တစ်ဖန် ထပ်၍ ပြောရဦးမည်။ ဒုက္ခရပ်တိုင်း၏ အတွင်း၌ မျိုးစေတစ်မျိုးသည် ပါရှိ၏။ ထိုမျိုးစေသည် တွေ့ရှိရသော ဒုက္ခရပ်နှင့် တူညီသော သို့မဟုတ် ထို့ထက် သာလွန်ကြီးမားသော သုခချမ်းသာရပ်ကို ရရှိစေနိုင်လေသည်။



သူတစ်ပါးကို မထိခိုက်ပါစေနှင့်

သင် အောင်မြင်မှု ရရှိနိုင်ရန်အတွက် အခြားသူများအား မထိခိုက်မနစ်နာစေသင့်ပေ။

ကျွန်ုပ်သည် ဤသဘောတရားကို ငယ်စဉ်ကပင် သိမြင်ခဲ့သဖြင့် ကျေးဇူးတင်မိပါသည်။ မရိုးသားသောနည်းများကို အဆုံးပြုခြင်းအားဖြင့် ကျွန်ုပ်၏ ကြွယ်ဝမှုကို တိုးတက်နိုင်ဖွယ်ရာ ရှိပေလိမ့်မည်။ သို့ရာတွင် ကျွန်ုပ်ပြုလုပ်လျှင် ကျွန်ုပ်၏ ငြိမ်းချမ်းစိတ်မှာ ဆုံးပါးသွားမည်သာ ဖြစ်ပေသည်။

ကျွန်ုပ် တွေ့ဆုံရသော ပုဂ္ဂိုလ်များစွာတို့အနက်မှ အချို့တို့မှာ ဤငွေကြေးနှင့် ပတ်သက်သည့် လုပ်ငန်းရပ်တို့တွင် ပင်လယ်စားပြနီးနီး ဆိုးသွမ်းခဲ့ကြသူများ ပါရှိသည်။ သူတို့သည် မိမိတို့ ကောင်းစားကြီးပွားရေးအတွက် အခြားသူများအား ရက်ရက်စက်စက် ပျက်စီးစေခဲ့ကြသည်။ ထိုသူတို့အနက် အချို့တို့မှာ ဥပဒေကို လှည့်စားနိုင်ကြသဖြင့် ထောင်အပြင်ဘက်၌ ရှိနေနိုင်ကြသည်။ သို့ရာတွင် ရိုးသားဖြောင့်မတ်သူများက သူတို့နှင့် အဆက်အသွယ် မပြုကြပါလျှင် အဘယ်မှာ သူတို့ စိတ်နှလုံး အေးငြိမ်းနိုင်ပါတော့မည်နည်း။

ကျွန်ုပ်၏သင်တန်းကို တက်ရောက်ကြသူ အချို့တို့မှာ သူတို့ကိုယ်တိုင် မရိုးသား မဖြောင့်မတ်ခဲ့မှုတို့ကို ဖွင့်ဟဝန်ခံကြသည်။ ယခုထိုသူတို့သည် ဘဝသစ်ကို စတင်လိုကြသည်။ သို့ရာတွင် ဖြစ်နိုင်ပါဦးမည်လော။

ပြီးခဲ့သော အမှုကိစ္စကို မိမိတို့နောက်၌ထားကာ တံခါးပိတ်လိုက်ပါလျှင် ထိုသူတို့မှာ စိတ်မကောင်းဖြစ်နေစရာ အကြောင်းမရှိတော့ကြောင်း ကျွန်ုပ်က သူတို့အား သဘောပေါက်အောင် ပြောကြားရသည်။ မရိုးသားမှုမှာ မှားယွင်းမှုပင်ဖြစ်ကြောင်း သူတို့အား ဆင်ခြင်သုံးသပ်စေပါသည်။ မရိုးသားမှုကိုသာမဟုတ်၊ အတိတ်က ကျင့်သုံးခဲ့သည့် အခြား များစွာသော အပျက်စိတ်ထား ဟူဟူသမျှကို အတိတ်မှာပဲ ထားခဲ့ရမည်ဖြစ်ပေသည်။

မိမိတို့သည် ယခု ဘဝသစ်ကို ရှာဖွေတည်ဆောက်နေပြီဖြစ်ရာ ပြီးခဲ့သော အတိတ်က အမှားများနှင့် မသက်ဆိုင်နိုင်တော့ကြောင်းကို လမ်းညွှန်ရပေသည်။

မိမိ၏အမှားမှ သင်ခန်းစာများရရှိသည့် လူသားများမှာ ဤကမ္ဘာပေါ်တွင် အမြောက်အမြား ရှိနေပါသည်။

*

အလုပ်ကို ပိုပိုလိုလုပ်ပါ

စိတ်နာကြည်းမှုများကို မိမိတို့နောက်ဝယ် ထားနိုင်ခဲ့ရန်အတွက် လူတစ်ယောက်အား မည်သို့ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ရန် အကြံပေးပါမည်နည်းဟု ကျွန်ုပ်မှာ ခဏခဏ အမေးခံရပါသည်။ အထူးသဖြင့် သူ၏ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းလုပ်ငန်းရပ်နှင့် ပတ်သက်၍ ပြောဆိုရပါလျှင် အကောင်းဆုံးဖြစ်နိုင်သော လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ဖွယ်ရာမှာ အလုပ်ကို

ပိုပိုမိုမိုလုပ်ရန် ဖြစ်ပါသည်။

လူငယ်တစ်ဦးမှာ ပုံနှိပ်လုပ်ငန်း အလုပ်တိုက်ကြီးတစ်ခုတွင် တန်ဖိုးခန့်မှန်းပြောဆိုရသောအလုပ်ကို လုပ်ကိုင်ရသည်။ ထိုလူငယ်သည် ပုံနှိပ်စာလုံး အမျိုးမျိုးအစားစားတို့၏ သဘောသဘာဝအကြောင်းကို များစွာ ဂရုစိုက်ခြင်း မရှိပေ။ ပုံနှိပ်လုပ်ငန်း လာရောက်အပ်နှံကြသူတို့မှာ သူတို့ဘာသာသူတို့ ပုံနှိပ်စာလုံး အရွယ်အစား အနေအထားကို သူတို့ သိသလို ရွေးချယ်ပြီး အလုပ်အပ်နှံကြရသည်။ ဤသို့ လုပ်ကိုင်ရခြင်းမှာ ထိုလူငယ်အတွက် အလွန် လွယ်ကူသက်သာလှပေသည်။

သို့ရာတွင် ကျွန်ုပ်က ဤသို့ ဆောင်ရွက်လုပ်ကိုင်ခြင်းသည် မိမိ အလုပ်ကို မိမိ တတ်သိခြင်းမမည်ကြောင်း၊ မိမိနှင့်ပတ်သက်သမျှ အလုပ် ကို တတ်သိအောင် လေ့လာသင်ကြားထားရမည့်အကြောင်းကို ထို လူငယ်အား ညွှန်ပြရပါသည်။

ထိုလူငယ်သည် ပုံနှိပ်စာလုံးများ၏ အနေအထားနှင့် အစီအစဉ် များကို အားလုံး သင်ကြားသည်။ အလုပ်ပိုင်ရှင်က ထိုလူငယ်၏ အလုပ် ကျွမ်းကျင်စွာ ဆောင်ရွက်လုပ်ကိုင်မှုသည် သူ့အလုပ်တိုက်၏ နာမည် ကောင်းစေခြင်းကို ဖြစ်စေသည်ဟု သိမြင်လာသည်။

ရှေးက ထိုလူငယ်မှာ အမှတ်မထင် အညတရနေရာတွင် အလုပ် လုပ်ကိုင်နေရသော်လည်း ယခုအခါတွင် ထိုပုံနှိပ်တိုက်၌ အကြီးအကဲ၏ နေရာကို သူ ဝင်ရောက်လုပ်ကိုင်လျက် ရှိနေရလေသည်။

ထိုလူငယ်သည် ဤသို့ အလုပ်ကို ပိုပိုမိုမို လုပ်ကိုင်လိုက်ခြင်း အားဖြင့် လစာနည်းနည်းနှင့် အောက်တန်းစားဘဝ၌ နေထိုင်ရခြင်း၏ စိတ်ဒုက္ခမှ မိမိကိုယ်မိမိ လွတ်မြောက်အောင်မြင်အောင် ဆောင်ရွက် နိုင်သောအခါ၌ စိတ်၏ချမ်းသာမှုကိုလည်း သူ ရရှိသွားလေသည်။



ကြွယ်ဝခြင်းနှင့် ငြိမ်းချမ်းစိတ်ကို ရရှိစေသည့်
အခြေခံ စိတ်နေစိတ်ထား

အ ပြုစိတ်ဓာတ် ထားရှိသူများထံသို့ ငြိမ်းချမ်းစိတ်နှင့်အတူတကွ ကြွယ်ဝခြင်းများသည် ကြိမ်ဖန်များစွာ လာရောက်လေ့ရှိပေသည်။ ရည်ရွယ်မှန်းထားချက်ကို အတိအကျထားရှိခြင်းသည် သင်၏ စိတ်နေစိတ်ထားအား အပြုစိတ်ဓာတ်များ တိုးပွားစေပါသည်။ ထိုအခါ သင်၏ တိကျသော ရည်ရွယ်မှန်းထားချက်သည် အသက်ဝင် လှုပ်ရှားလာကာ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်သို့ ရောက်အောင် မောင်းနှင်တွန်းပို့လိမ့်မည် ဖြစ်လေသည်။ တစ်ချိန်တည်း၌ပင် သင်သည် စိတ်ဓာတ်အစောင့်အရှောက်ကို တည်ဆောက်ထားနိုင်ပေသည်။ ထို စိတ်ဓာတ်အစောင့်အရှောက် ထားရှိခြင်းမှာ သင်၏ အပြုစိတ်ဓာတ် အခြေအနေကို တိုးမြှင့်ပေးရန် ရည်ရွယ်ချက်နှင့် ဆန့်ကျင်သည့် အကြောင်းအရာများကို ဖယ်ရှားရှောင်ကြဉ်ရန်နှင့် အခြားသော အပြုစိတ်ဓာတ်ရှိသူများနှင့် ဆက်စပ်ညီညွတ်စေရန်အတွက် ဖြစ်ပေသည်။

*

တိကျသော ရည်ရွယ်ချက်

တိကျသော ရည်ရွယ်မှန်းထားချက် ရှိခြင်းအားဖြင့် သင်၏ စိတ် နေစိတ်ထားကို ထိန်းသိမ်းကွပ်ကဲထားနိုင်ပါသည်။ အိမ်ဆင်က ဤသို့ ပြောဆိုဖူးသည်။ “မိမိ မည်သည့်ဒေသသို့ သွားနေသည်ဟု သိသော သူအား ကမ္ဘာက ထိုသူအတွက် လမ်းရှင်းပေးသည်”။

မည်သည့်ဒေသသို့ သွားနေသည်ကို သိရှိရန်ဆိုသည်မှာ ဘာကို ဆိုလိုသည်ဟု စဉ်းစားကြည့်ပါ။

သင်၏ စိတ်ကူးများအတွင်းသို့ ဝင်ရောက်လာနိုင်သော ကြောက် ရွံခြင်းနှင့် သံသယစိတ် ဟူဟူသမျှကို အလိုအလျောက် ဖယ်ရှားပစ်ရန် ဖြစ်ပေသည်။ သင်၏ ရည်ရွယ်မှန်းထားချက် တိကျပြတ်သားသော အခါတွင် အကန့်အသတ်မရှိသော သင်၏ စိတ်ဓာတ်အင်အားစုသည် ထိုရည်ရွယ်ချက်အပေါ်တွင်သာ စူးစိုက်ထားမည် ဖြစ်သည်။ အခြား နေရာသို့ စိတ်ဓာတ်ပျံ့လွင့်ခြင်း ရှိတော့မည်မဟုတ်ပေ။

ကြွယ်ဝရေးတည်ဆောက်မှုနှင့် ဆက်သွယ်နေသော အချက်များ ကို သင် သိမြင်နိုင်ပါသည်။ အလုပ်ကို ကောင်းမွန်စွာ ပြီးဆုံးအောင် လုပ်ကိုင်ခြင်းသည် ကြွယ်ဝရေးတည်ဆောက်မှု၏ အခြေခံဖြစ်လေ သည်။ ငြိမ်းချမ်းစိတ်နှင့် ဆက်သွယ်နေမှုကိုလည်း ယခု ကြည့်လိုက် ပါဦး။ မိမိ၏အလုပ်ကို စိတ်ရောကိုယ်ပါ အားတက်သရော ကောင်း မွန်စွာ လုပ်ကိုင်နေသူတစ်ဦးသည် သူတစ်ပါးအပေါ်တွင် အပြစ်ရှာဖွေ ပြောဆိုနေရန် အကြောင်းမပေါ်ပေါက်တော့ပေ။ ထိုအခါ၌ ပျင်းရိသဖြင့် နာရီကြည့်ခြင်း စသည့် အကြောင်းများလည်း မရှိနိုင်တော့ပေ။ ထို့ပြင် ထိုသူအား မည်သည့်အဟန့်အတားကမျှ နောက်တွန့်သွားစေနိုင်လိမ့် မည်မဟုတ်ပေ။ သူ၏ အပြုစိတ် အပြုလုပ်ငန်းသည် သူ့အား ခိုင်မာ သောနေရာ တည်ရှိစေမည်ဖြစ်ရာ ပေါ်ပေါက်လာသော ပြဿနာရပ်

များကို အောင်မြင်အောင် ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းနိုင်လိမ့်မည်သာ ဖြစ်လေသည်။



ထူးခြားသော ဉာဏ်ကြောင့်လော

ထူးခြားစွာ အောင်မြင်ထမြောက်နေသော သူများတွင် ထူးခြားသော ဉာဏ်ပညာများ အခြားသာမန်လူများထက် ပိုမို၍ ရှိနေသောကြောင့် မဟုတ်သည့်အကြောင်းကို ကျွန်ုပ် ပြောဆိုခဲ့ပါသည်။ သို့ရာတွင် သူတို့၏ အောင်မြင်မှုများမှာ သူတို့၏ ထူးခြားသော အသိဉာဏ်ကြောင့် ဟုပင် ကျွန်ုပ်တို့ ဆိုနိုင်ကြပေသည်။ အမှန်သေချာသော အချက်မှာ ထိုသူတို့၏ သေချာသောအပြုစိတ်ကို မွေးမြူထားသည့် ဦးနှောက် တန်ခိုးကြောင့်ပင် ဖြစ်ပေသည်။ သူတစ်ပါးတို့ထက် ပိုမိုကြီးမြင့်သည် မဟုတ်သော သူတို့၏ ဦးနှောက်သည် သေချာသောစိတ်ကြောင့် ပိုမိုကောင်းမွန်ပြီး အခြားသူများထက် သူတို့၏ဦးနှောက်မှ အသိဉာဏ်များ ပိုမို၍ ရရှိနိုင်ခြင်း ဖြစ်ပေသည်။ ထိုကဲ့သို့သော ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများဖြစ်သည့် ဟင်နရီဖို့ဒ်၊ အင်ဒရူးကာနယ်ဂျီ၊ သောမတ်အေအက်ဒီဆင် စသည်တို့နှင့် ကျွန်ုပ် စကားပြောဆိုသောအခါတွင် ကျွန်ုပ်၏စိတ်တွင် ကြောက်ရွံ့စိတ်လည်းမရှိ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများမှာ သူတို့ပြုလုပ်လိုလျှင် မည်သည့်အရာကိုစွဲဆိုမဆို ဖြစ်မြောက်အောင် လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်နိုင်လိမ့်မည် ဟူ၍လည်း ကျွန်ုပ်၌ ယုံကြည်စိတ် ရှိနေပေသည်။

သေချာသော အပြုစိတ်ဓာတ်ရှိရန်မှာ အလွန်လိုအပ်ကြောင်းကို အင်ဒရူးကာနယ်ဂျီသည် ကောင်းမွန်စွာ နားလည်သိမြင်သူ ဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်၏ အောင်မြင်ရေး သုတေသနပြုလုပ်ရန် ကိစ္စရပ်ကို သူ အားပေးထောက်ခံဖို့ တာဝန်ယူမိတွင် အင်ဒရူးကာနယ်ဂျီသည် ကျွန်ုပ်၏ စိတ်

နေစိတ်ထား မည်သို့ရှိသနည်းဟု သိရှိနိုင်ရန် တစ်ထိုင်တည်း၌ပင် စမ်းသပ်ကြည့်ပါသည်။

အလွန်အကင်းပါးသော အင်ဒရူးကာနယ်ရှိသည် ကျွန်ုပ်အား အကဲခတ်လျက် ဤသို့ပြောပါသည်။

“ကျွန်ုပ်တို့ အချိန်အတော်ကြာကြာ စကားပြောပြီးကြပြီ။ လူငယ် တစ်ယောက်အတွက် အကောင်းဆုံး အခွင့်အရေးဖြစ်သည့် နာမည် ကျော်ကြားကာ ကြွယ်ဝချမ်းသာပြီး အသုံးဝင်သူတစ်ဦး ဖြစ်လာရန် အကြောင်းကို ကျွန်ုပ်က သင့်အား ရှင်းပြပြီးဖြစ်သည်။ ကိုင်း အခု ဤလုပ်ငန်းအတွက် လျှောက်ထားသူ လျှောက်လွှာရှင် ၂၄၀ အနက်မှ သင့်အား ကျွန်ုပ်က အကယ်၍ ရွေးချယ်ခဲ့လျှင်၊ အကယ်၍ ကျွန်ုပ်က သင့်အား အမေရိကန်တွင် အလွန် အောင်မြင်ကြွယ်ဝနေသူ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီး များနှင့် ဆက်သွယ်ပေးခဲ့လျှင်၊ သူတို့၏ အောင်မြင်မှုများ ဘာကြောင့် ရရှိသည်ဆိုသော အချက်အလက်များကို သူတို့က သင့်အား ပြောပြ ကူညီရန် ကျွန်ုပ်က စီစဉ်ပေးခဲ့လျှင် သင်သည် ထိုလုပ်ငန်းအတွက် အနှစ် ၂၀ မျှ သုတေသနပြုလုပ်နိုင်ပါမည်လား။ ထိုအချိန်အတော အတွင်း ထိုသုတေသနလုပ်ငန်းရပ်ကို သင် ဆောင်ရွက်နေဆဲ၌ သင်၏ စားဝတ်နေရေးကို သင်ကိုယ်တိုင် ကြိုးစားရှာကြံနိုင်ပါမည်လား။ သင်၏ လုပ်နိုင်၊ မလုပ်နိုင်ဆိုသော အဖြေကို ကျွန်ုပ် အခု လိုချင်ပါတယ်”

အင်ဒရူးကာနယ်ရှိ၏ စကားကို ကြားနာရပြီးနောက် ကျွန်ုပ်မှာ ထိုလုပ်ငန်းကို ဆောင်ရွက်ရန်အတွက် အခက်အခဲများကို စတင် စဉ်းစား မိပါသည်။ အခက်အခဲ တစ်ခုပြီးတစ်ခု ကျော်လွှားရမည်ကို စိတ်ထဲတွင် ပေါ်လာပါသည်။ သုတေသနလုပ်နေရသော အချိန်အတောအတွင်း၌ သုံးစွဲရမည့် ငွေကြေးနှင့် စာပေပြုစုရေးသားရမည့် ကြီးမားသော တာဝန် များကို စဉ်းစားမိပါသည်။

ကျွန်ုပ်သည် ၂၉ စက္ကန့်မျှ အပျက်စိတ်နှင့် နင်လားငါလား နပန်းလုံးရပါသည်။ အကယ်၍သာ ထိုစဉ်အခါက အပျက်စိတ်ထားက ကျွန်ုပ်အား လွမ်းမိုးနိုင်နင်း၍သွားပါလျှင် ကျွန်ုပ်၏ အခြေအနေမှာ အပျက်စိတ်၏ ဖိစီးနှိပ်စက်ခြင်းကို အမြဲ ခံသွားရဖွယ်ရာ ရှိနေပါသည်။

ကျွန်ုပ်သည် ၂၉ စက္ကန့်အကြာတွင် အပျက်စိတ်ထားများကို ဖယ်ရှားပြီး သေချာစိတ် အပြုစိတ်ထား ဝင်လာသောအခါ၌ “ဟုတ်ကဲ့” ဟု ဝန်ခံလိုက်ပါသည်။ အပျက်စိတ်ထားနှင့် ချီတုံချတုံ ဖြစ်နေရသည် မှာ ၂၉ စက္ကန့်ကြာသွားကြောင်း ကျွန်ုပ် မည်သို့ သေချာစွာ သိနိုင်ပါ သနည်း။ အင်ဒရူးကာနယ်ဂျီသည် မြင်းပွဲပန်းဝင်ရာ၌သုံးသော ရပ်လို သောအချိန်၌ ရပ်၍ရသည့်နာရီကို သူ၏ စားပွဲအောက်တွင် လက်ဖြင့် ကိုင်ကာ ကျွန်ုပ်၏အကဲကို စမ်းသပ်ခြင်းဖြစ်သဖြင့် ကျွန်ုပ်က “ဟုတ်ကဲ့” ဟု ဝန်ခံသောအခါတွင် သွားနေသော နာရီစက္ကန့်လက်တံကို ရပ်စေပြီးမှ နာရီကိုကြည့်သဖြင့် ၂၉ စက္ကန့်မျှသာ ကြာသွားကြောင်း သိရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

သူသည် ကျွန်ုပ်အား အဖြေထွက်ရန် တစ်မိနစ်မျှသာ အချိန် ပေးထားပါသည်။

ကျွန်ုပ်သည် နောက်ဆုံးပေးထားသော အချိန်ကို ၃၁ စက္ကန့်ဖြင့် အနိုင်ယူလိုက်ပါသည်။ ဤ ၃၁ စက္ကန့်မျှသောအချိန်သည် ကျွန်ုပ်နှင့် တကွ အခြား သန်းပေါင်းများစွာသော လူသားများ၏ ကြီးပွားတိုးတက် ရန် အခွင့်အရေးကို ရစေပါသည်။



အပြုစိတ်အချင်းချင်း ရိုင်းပင်းကူညီ

ဤကြီးမားသော လုပ်ငန်းရပ်ကြီးကို ကျွန်ုပ် လက်ခံလိုက်ပြီး

သောအခါတွင် ဤလုပ်ငန်းရပ်ကြီးဆီသို့သာ ကျွန်ုပ်၏ စိတ်ဓာတ်ကို ယုံကြည်စွာ တစ်သမတ်တည်း ထားရှိလိုက်ပါတော့သည်။ ထိုအခါ၌ ကျွန်ုပ် တွေးထင်ခဲ့သော အဟန့်အတား အခက်အခဲများမှာ အရည်ပျော် ဆင်း ပျောက်ကွယ်၍ သွားကြပါတော့သည်။

အမှန်အားဖြင့်ဆိုရလျှင် ကျွန်ုပ်၏ သေချာစိတ် သို့မဟုတ် အပြု စိတ်သည် အမေရိကန်ရှိ အကြွယ်ဝအချမ်းသာဆုံး ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးပေါင်း ၅၀၀ တို့၏ အောင်မြင်စေမှု လျှို့ဝှက်ချက်ကို တွေ့ရှိရန် အကူအညီ ပေးသည့်အပြင် ကျွန်ုပ်အား သာမန်လူတစ်ဦးအနေထက် ထူးကဲသာလွန် သွားစေခြင်းလည်း ဖြစ်စေပါသည်။

ဤလုပ်ငန်းရပ်ကြီးကို ဆောင်ရွက်နိုင်ခြင်းမှာ ကျွန်ုပ်၌ ထူးခြား သော အသိဉာဏ် ရှိ၍ပါလား။ စင်စစ် ကျွန်ုပ်၌ ထူးခြားသောအသိဉာဏ် မရှိသည်မှာ သေချာပါသည်။

လူပေါင်းများစွာကို ကျွန်ုပ် တွေ့ဆုံရသောအခါတွင် အလွန် တန်ဖိုးရှိသော အမှန်တရားတစ်ခုကို ကျွန်ုပ် တွေ့ရှိရသည်။ ထိုအချက် မှာ...

အပြုစိတ်ထား (သို့မဟုတ် သေချာသောစိတ်ထား) ရှိသူသည် အခြားသော အပြုစိတ်ထားရှိသည့် ပုဂ္ဂိုလ်များထံမှ အလိုအလျောက်ပင် အကျိုးတရားများကို ရရှိစေသည်။

*

ဦးနောက်နှင့် ရေဒီယို

ရေဒီယိုအသံလွှင့်ခြင်း၏ ယေဘုယျသဘောတရားကို သင် သိပါ ရဲ့လား။ အသံလွှင့်ထုတ်မည့် စက်ကိရိယာအတွင်းရှိ ဝိုင်ယာကြိုးတွင် လျှပ်စစ်ဓာတ်အားဝင်လာပြီး တုန်ခါသောအရှိန်သည် လျှင်မြန်စွာ

အာကာသအတွင်းသို့ ပြေးဝင်သည်။ မိုင်ပေါင်းများစွာ ဝေးကွာသော အခြားတစ်နေရာရှိ လျှပ်စစ်ဓာတ်အားဝင်နေသော ဝိုင်ယာကြိုးက အာကာသအတွင်းသို့ ပြေးဝင်လာသော အသံနှင့် ရုပ်ကို ဖမ်းယူခြင်း ဖြစ်သည်။ ယခု အာကာသခေတ်တွင် မိုင်သန်းပေါင်းများစွာ ကွာလှမ်းသောနေရာမှနေ၍လည်း လွှင့်ထုတ်လိုက်သော အသံနှင့်ရုပ်ကို ဖမ်းယူနိုင်လေပြီ။

အလားတူ လျှပ်စစ်ဓာတ်အားလမ်းကြောင်းများသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ ဦးနှောက်တွင် တည်ရှိသည်။ ထိုဦးနှောက်သည် ကိုယ်ပိုင်အသံလွှင့်ရုံအဖြစ်ဖြင့် သင်အလိုရှိသော စိတ်ကူးချက်များကို လွှင့်ထုတ်နိုင်ပေသည်။

သင်၏ ကိုယ်ပိုင်အသံလွှင့်ရုံမှနေ၍ အခြားသူများအား အကျိုးရှိစေမည့် အပြုစိတ်ထားများကို အဆက်မပြတ် လွှင့်ထုတ်ပေးပါ။ ဤသို့ ပြုလုပ်ပေးပါလျှင် အခြားသူများ၏ စိတ်ဓာတ်များသည်လည်း တုန်ခါပြီး လွှင့်ထုတ်လိုက်သော အလားတူ အပြုစိတ်ဓာတ်များကို သင် လက်ခံရရှိနိုင်သည်ကို သင် တွေ့ရလိမ့်မည်။ အထက်ဖော်ပြခဲ့ပြီး အောင်မြင်နေသော ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများအပြင် အခြားများစွာသော ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများထံသို့ ကျွန်ုပ် သွားရောက်တွေ့ဆုံသောအခါတွင် သူတို့နှင့် ကျွန်ုပ်မှာ စိတ်ဓာတ်အချင်းချင်း ဆက်သွယ်လျက် နီးစပ်ပြီး သဟဇာတ ဖြစ်သွားရလေတော့သည်။ ဤသို့ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး သဟဇာတ မဖြစ်ခဲ့ပါလျှင် အောင်မြင်လျက် ထိပ်ဆုံးသို့ ရောက်ရှိနေသော ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများသည် သူတို့၏ အတွေ့အကြုံ ကိစ္စရပ်များနှင့် သူတို့၏ ကိုယ်ပိုင်အချိန်ကို ကျွန်ုပ်အား ပြောပြ ပေးကမ်းရန် ငြင်းဆန်ကြမည်သာ ဖြစ်ပေသည်။

ထိပ်ဆုံးရောက် ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများသည် နာရီပေါင်းအတော်ကြာ အောင် ကျွန်ုပ်နှင့် စကားပြောဆိုသည်သာမက တစ်နှစ်ပြီးတစ်နှစ်

ကျွန်ုပ်အား ဖွဲ့ကိုင်ညွှန်ကြားခြင်း၊ သင်ကြားပေးခြင်းများကိုလည်း ပြုလုပ်ကြပါပေသည်။



စိတ်ကိုစေ့ဆော်သည့် အကြောင်းကြီး ကိုးခု

သင် ပြုလုပ်သမျှသော အရာကိစ္စတိုင်းတွင် သင်၏စိတ်ကို စေ့ဆော်စေသည့် အဓိကအကြောင်းရင်းတစ်ခုဖြစ်စေ၊ ထို့ထက်ပို၍ဖြစ်စေ ရှိနိုင်ပေသည်။ စိတ်ကိုစေ့ဆော်သော အကြောင်းတရား ပူးတွဲမှုများစွာ ရှိနိုင်သော်လည်း ကျွန်ုပ်အနေနှင့် စိတ်ကို စေ့ဆော်စေသည့် အဓိက ရည်ရွယ်ရင်း အကြောင်းတရားကိုးခုရှိသည်ဟု သတ်မှတ်ပါသည်။

အပြုစိတ်ထား ဖြစ်ပွားစေသော စိတ်ကို လှုံ့ဆော်စေသည့် အကြောင်းရင်းခုနစ်ခုမှာ...

- ၁။ မေတ္တာတရား
 - ၂။ လိင်စိတ်
 - ၃။ ပစ္စည်းဥစ္စာ ကြွယ်ဝလိုသောဆန္ဒ
 - ၄။ မိမိကိုယ်မိမိ ဘေးရန်ကင်းရှင်း ကျန်းမာလိုခြင်း
 - ၅။ စိတ်ရောကိုယ်ပါ လွတ်လပ်လိုခြင်း
 - ၆။ ကိုယ်ပိုင်ဆန္ဒနှင့် သဘောထားယုံကြည်ချက် ဖွင့်ဟလိုခြင်း
 - ၇။ သေဆုံးပြီးနောက် ကောင်းမွန်သောဘဝ၌ အသက်ဆက်လက်လိုခြင်း
- များဖြစ်လေသည်။

အပျက်စိတ်ထား ဖြစ်ပွားစေသော အကြောင်းနှစ်ခုမှာ...

- ၁။ ဒေါသနှင့် လက်စားချေလိုသောဆန္ဒ
- ၂။ ကြောက်ရွံ့ခြင်း

များ ဖြစ်လေသည်။

သင် ပြုလုပ်သမျှ သို့မဟုတ် ရှောင်ကြဉ်သမျှသည် အထက်ပါ စိတ်ကို စေ့ဆော်စေသည့် အကြောင်းကိုးခုမှ အရင်းခံသည်ကို သင် တွေ့ရှိရမည် ဖြစ်လေသည်။

ကျွန်ုပ်တို့၏ ဘဝတည်ဆောက်မှု ယေဘုယျ အခြေခံအကြောင်း ရင်းတွင် အပြုစိတ်ကို ဖြစ်ပေါ်စေသည့် အထက်ပါ အချက်ခုနစ်ချက်ကို အရင်းခံလျက် ငြိမ်းချမ်းစိတ်ကို ကျွန်ုပ်တို့ ရရှိနိုင်ကြပေသည်။

အထက်ပါ အပျက်စိတ်နှစ်မျိုးကို လက်ခံကျင့်သုံးခြင်းမှ ငြိမ်းချမ်း စိတ်ကို ရရှိသောသူဆိုသည်မှာ ရှာမှ ရှားပေလိမ့်မည်။ သင်သည် တစ်စုံ တစ်ယောက်အားဖြစ်စေ၊ တစ်စုံတစ်ခုကိုဖြစ်စေ ကြောက်ရွံ့နေရပါလျှင် သင်သည် ငြိမ်းချမ်းစိတ်ကို ရရှိနိုင်မည်မဟုတ်ပေ။

သူတစ်ပါးအား ပျက်စီးစေလိုသော သဘောနှင့် လက်စားချေ လိုသည့် စိတ်ထားရှိလျက် ဒေါသထွက်နေသောသူသည်လည်း ငြိမ်းချမ်း စိတ်ကို ရရှိနိုင်မည် မဟုတ်ပေ။

ကြီးမြင့်သော ပုဂ္ဂိုလ်များသည် သူတစ်ပါးအား ထိခိုက်ပျက်စီး စေလိုသောစိတ်ထား မွေးမြူနေရန် အချိန်ဖြုန်းမနေအားကြချေ။ အကယ်၍ ဤလိုစိတ်မျိုး ထားရှိနေပါလျှင်လည်း ထိုပုဂ္ဂိုလ်များသည် ကြီးမြင့်သောပုဂ္ဂိုလ်များ မဟုတ်နိုင်ကြတော့ချေ။

ကြီးမြင့်သော ပုဂ္ဂိုလ်များသည်လည်း ကြောက်ရွံ့စိတ်ထား မကင်းနိုင်ကြချေ။ သို့ရာတွင် သူတို့အား ကြောက်ရွံ့စိတ်ထားက သူတို့ ဘဝတစ်ခုလုံးကို လွှမ်းခြုံ၍ မထားနိုင်ကြပေ။ စိတ်ထားသိမ်ငယ်၍ အဆင့်အတန်းနိမ့်သောသူများကို ကြည့်ပါ။ သူတို့တွင် အသက်ရှည် သရွေ့ ကာလပတ်လုံး ကြောက်ရွံ့ခြင်းနှင့် ဒေါသများသာ အစဉ် ပွားများ ဖြစ်ပေါ်၍ နေကြလေသည်။

သူတို့၏ စိတ်ဓာတ်တစ်ခုလုံးမှာ အပျက်သဘောများဖြင့်သာ ပြည့်ဝလျက်ရှိနေလေရာ သူတို့အလိုရှိသော ဘဝအခြေအနေကို ဖြစ်ပေါ်လာအောင် သူတို့မှာ ဖန်ဆင်းနိုင်စွမ်းမရှိဘဲနှင့်သာ နေကြရလေတော့သည်။

လွန်ခဲ့သော မကြာမီအချိန်အတွင်းက ကျွန်ုပ်သည် လူတစ်ယောက်၏အကြောင်းကို ကြားသိရသည်။ သူသည် ယခု အသက် ၇၀ ရှိနေပါပြီ။ လွန်ခဲ့သော ၁၅ နှစ်ခန့်က သူသည် အိမ်ရာမြေလုပ်ငန်းကို စွန့်၍ လုပ်ကိုင်ခဲ့ရာ ငွေအားလုံး ဆုံးရှုံးခဲ့ရ၏။

သူသည် သူ့မိတ်ဆွေတစ်ဦး၏ အကြံပေးချက်ကို လိုက်နာပြီးလျှင် ရွဲ့တောနယ်မြေတစ်ခုကို ဝယ်ယူလိုက်၏။ မကြာမီတွင် ထိုရွဲ့တောနယ်မြေသည် လူနေအိမ်ခြေများ တည်ဆောက်ရန် အခြားသူများက ဝယ်ယူကြလျှင် ဈေးကောင်းရလိမ့်မည်ဟု မျှော်ကိုးပြီး စွန့်စားဝယ်ယူခြင်း ဖြစ်သည်။ ထိုမြေကို ဝယ်ယူနိုင်ရန် သူသည် ငွေအမြောက်အမြား ဈေးငှားရသည်။ သူထင်သည့်အတိုင်းကား မဖြစ်လာ။ သို့ရာတွင် ဈေးငှားထားရသော ငွေများကို ပြန်လည်ပေးဆပ်ရန် ရက်သည်ရောက်လာလေသည်။ ထိုအခါတွင် သူသည် သူ၏ လက်လီ ဖိနပ်ရောင်းဆိုင်ကို ရောင်းချပြီး အကြွေးဆပ်လိုက်ရလေသည်။

သူ့အား မှားယွင်းစွာ အကြံပေးသော သူ့မိတ်ဆွေမှာလည်း ငွေကြေးများ ဆုံးပါးရလေသည်။ သို့ရာတွင် သူသည် သူ့မိတ်ဆွေအပေါ်တွင် အလွန် မကျေနပ်သော စိတ်ထားနှင့် လွန်စွာ မုန်းတီးစိတ်ဝင်နေလေသည်။ “နောက်ဆုံး ဘာပဲလုပ်ရလုပ်ရ မင်းကိုတော့ ငါ အပြုတ်ချရမှာပဲ” ဟု သူ့စိတ်ထဲတွင် ကြီးဝါးထားလေသည်။ သူ့ကြီးဝါးချက်နီးနီး သူလုပ်လိုက်ရ၏။ ငါးနှစ်တာအချိန်ကြာမျှ သူသည် သူ့မိတ်ဆွေအပေါ် မကျေနပ်ချမ်းစိတ်အပြည့်ဖြင့် နေထိုင်ခဲ့ရာ မည်သည့်

အလုပ်ကိုမျှ သူ မလုပ်ကိုင်နိုင်တော့ချေ။ ဤအချိန်အတောအတွင်း၌ သူ့မိတ်ဆွေမှာ ကြွယ်ဝချမ်းသာလာ၏။ သူသည် သူ့မိတ်ဆွေအပေါ်တွင် မည်သို့မျှ လက်စားမချေနိုင်ခဲ့ချေ။ သို့ရာတွင် သူသည် ငွေကြေး ဆုံးပါး ရုံမျှမက သူ့စိတ်ကိုပင် သူ မထိန်းသိမ်းနိုင်ရကား သူသည် အကျဉ်းသား ဘဝနှင့် ခြောက်လကြာမျှ ဒုက္ခခံစားရလေသည်။

သူ အကျဉ်းကျခံနေရသော နောက်ဆုံးလတွင် တစ်ဦးသောသူ၏ ကောင်းမွန်သော အကြံပေးချက်ကို သူနားထောင်နိုင်သော အခြေသို့ ရောက်ရှိလာလေသည်။ ထိုသူက မုန်းတီးခြင်းနှင့် လက်စားချေလိုခြင်း စိတ်ထားများသည် ဆုံးပါးသွားသော ငွေကြေးများကြောင့် တွေ့ကြုံ ရသော ဒုက္ခထက်ပင် ကြီးမားသောဒုက္ခကို ရရှိစေကြောင်း၊ သို့အတွက် သူ့မိတ်ဆွေ၏ မှားယွင်းသော အကြံပေးချက်အတွက် ခွင့်လွှတ်သင့် ကြောင်းများ ဖျောင်းဖျပြောပြ နားချလေသည်။ ဤတွင် သူသည် ကောင်း မွန်စွာ သဘောပေါက်လာပြီး သူ့မိတ်ဆွေထံသို့ သူ စိတ်ထားပြောင်း သွားပြီဖြစ်ကြောင်း စာရေးသား အကြောင်းကြားလိုက်လေသည်။

သူသည် အလုပ်များကို ပြန်လည်ကြိုးစား လုပ်ကိုင်သောအခါ တွင် သူ့မိတ်ဆွေ အပေါင်းအသင်းများအပေါ်တွင် ကောင်းမွန်ချစ်ခင် သော စိတ်ထားအပြည့်အဝဖြင့် ဆက်ဆံသည်။ အပြုစိတ်ထားများဖြင့် သာ အလုပ်လုပ်ကိုင်ရန်ကိုလည်း သူဆုံးဖြတ်သည်။

အသက် ၆၀ တွင် သူသည် အလုပ်အသစ်များကို စတင်လုပ် ကိုင်သည်။ ယခု သူသည် အသက် ၇၀ အရွယ်သို့ ရောက်လာလေပြီ။ သူ၏ လုပ်ငန်းရပ်များမှာလည်း အတော်အသင့် ကောင်းမွန်တိုးတက် လျက် ရှိနေပေသည်။ မည်သို့ဖြစ်စေ ယခုအခါတွင် သူ၌ ငြိမ်းချမ်းစိတ် ထားရှိနိုင်ပြီဖြစ်လေရာ ဤအချက်သည် ကြွယ်ဝခြင်း၏ တစ်စိတ်တစ် ဒေသပင် ဖြစ်လေသည်။

မင်းသားရှစ်ဦး အစောင့်ချထားပါ

သင့်အား စောင့်ကြပ် ကာကွယ်ပေးရန်အတွက် စစ်ဝတ်တန်ဆာ လက်နက်အပြည့်အစုံနှင့် မင်းသားများကို သင်၏ စိတ်တံခါးစောင့်များ အဖြစ် သင်၏စိတ်ထဲတွင် ချထားလိုက်ပါ။ ထိုတံခါးစောင့် မင်းသား များသည် သင်၏စိတ်တွင်းသို့ ဝင်ရောက်လာမည့် စိတ်ကူးချက်များကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပေးပေလိမ့်မည်။ ထိုမင်းသားများသည် သင်၏ စိတ်ဓာတ်ကို အပြုစိတ်ထားဖြစ်အောင်၊ ထိရောက်မှုရှိအောင်နှင့် စိတ်ကူး ချက်တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ပဋိပက္ခကင်းရှင်းအောင် ပြုလုပ်ဆောင်ရွက် ပေးကြ ပေလိမ့်မည်။

ကျွန်ုပ်ကိုယ်အတွက် ကျွန်ုပ် အစောင့်ချထားသော မင်းသားရှစ်ဦး ၏အမည်ကို ကျွန်ုပ် ထုတ်ဖော်ပြောပြပါမည်။ သင့်အတွက် သင် သင့်လျော်သည်ထင်သလို မင်းသားများကို အမည်ပေး၍ သင်၏ အစောင့်အရှောက်များအဖြစ် နေရာချထားနိုင်ပါသည်။

၁။ ငြိမ်းချမ်းစိတ် မင်းသား

ထိုမင်းသားသည် အပြင်ဘက်ဆုံး တံခါးဝတွင် စောင့်ကြပ်ပေး နေပေသည်။ စိတ်အတွင်းသို့ ဝင်ရောက်လာမည့်သူများအား ငြိမ်းချမ်း စိတ်ကို ဝေငှရန် လာရောက်ခြင်း ဖြစ်ပါသလားဟု သူကမေးသည်။ အကယ်၍ မဟုတ်ပါဟု ဆိုသူမှန်သမျှသည် မောင်းထုတ်ခြင်းခံရလေ သည်။

၂။ မျှော်လင့်ခြင်းနှင့် ယုံကြည်ခြင်းမင်းသား

ကျွန်ုပ်ဘဝ၏ ဆောက်တည်မှုတွင် ထကြွနိုးကြားစွာဖြင့် ယုံကြည် စိတ်ထားများ ဝင်ရောက်လာစေသောသူများကိုသာ ထိုမင်းသားက ကျွန်ုပ်၏စိတ်တွင်းသို့ ဝင်ခွင့်ပေးသည်။

၃။ ချစ်ခြင်းမေတ္တာမင်းသား

ထိုမင်းသားသည် ကျွန်ုပ်၏ နှလုံးသားတွင် သန့်စင်သောမေတ္တာ
ဓာတ်များ ထာဝစဉ် ကိန်းဝပ်ရန် ဖြစ်စေနိုင်သော အကြောင်းအရာများ
ကိုသာ ယူဆောင်၍လာသည်။

၄။ ခန္ဓာကိုယ်ကျန်းမာရေးမင်းသား

သူသည် မည်သည့်စိတ်နေစိတ်ထားသည် ကျန်းမာရေးကို
ပျက်ပြားစေသည်ဆိုသော အကြောင်းကို သိသည်။ သို့ဖြစ်ရာ ကျွန်ုပ်၏
ခန္ဓာကိုယ် ကျန်းမာသန်စွမ်းစေမည့် စိတ်နေသဘောထားများကိုသာ
ဝင်ခွင့်ပေးသည်။

၅။ ဘဏ္ဍာရေးဆိုင်ရာစေတနာမင်းသား

ထိုမင်းသားအား ကျွန်ုပ်ကို စောင့်ထိန်းပေးရန် အလိုရှိငြားအံ့။
သူသည် ကျွန်ုပ်အတွက် ဘဏ္ဍာရေးအကျိုးရှိမှု ကိစ္စရပ်များမှတစ်ပါး
မည်သည့်အတွေးစိတ်ကူးကိုမျှ ကျွန်ုပ်၏စိတ်တွင်းသို့ ဝင်ခွင့်မပြု။

၆။ ဉာဏ်ပညာမင်းသား

စိတ်ကူးချက် အကြံအစည်များနှင့် အသိပညာများကို စိစစ်ပေးရန်
အတွက် ထိုမင်းသားအား ကျွန်ုပ်က တာဝန်ပေးထားသည်။ သူသည်
ကျွန်ုပ်အတွက်ဖြစ်စေ၊ သူတစ်ပါးအား ကျွန်ုပ်က ကူညီရာ၌ဖြစ်စေ
အသုံးဝင် အကျိုးရှိမည့် ဉာဏ်ပညာ အမြော်အမြင်တရားများကို ကျွန်ုပ်
၏ အသိပညာများ စုဆောင်းရာ စတိုခန်းအတွင်းသို့ ဝင်ခွင့်ပြုသည်။

၇။ စိတ်ရှည်မင်းသား

တစ်ဇွတ်ထိုးလုပ်ခြင်း၊ အလုပ်တစ်ခုကို တစ်ဝက်တစ်ပျက်
ပြင်ဆင်လုပ်ကိုင်ခြင်း၊ အချိန်ကာလ မတိုင်ရောက်သေးသည်ကို စိတ်

မရည်ခြင်း စသည့် အားလုံးသော အပူတပြင်း တိုက်တွန်းစိတ်ဟူသမျှကို သူက တားဆီးကာကွယ်ပေးသည်။

ဂ။ ခုနစ်ထွေမင်းသား

ဤမင်းသား၏အမည်ကို ကျွန်ုပ်အတွက် သီးသန့်မှည့်ခေါ်ထားခြင်းဖြစ်သည်။ အခြားအမည်များကို ပေါင်းစပ်လျက် တစ်ခုတည်းသောနာမည်ကို ပေးထားခြင်းဖြစ်ရာ သင့်အတွက်ကိုမူ သင်နှင့်သင့်လျော်သော နာမည်ကိုပေးရန် ဖြစ်ပေသည်။ ထိုမင်းသားသည် အခြားသော မင်းသားများနှင့်အတူ ပူးတွဲတာဝန် ယူစေသည်။ အခြားသော မင်းသားများသည် အချိန်ကာလအားလျော်စွာ သူတို့ဆိုင်ရာ တာဝန်ဝတ္တရားများမှ အနားယူမည်ဖြစ်သည်။ ဥပမာ ဘဏ္ဍာရေးခိုင်လုံမှုမှတစ်ပါး အခြားသောကိစ္စရပ်များကို အမြဲတစေ စောင့်ထိန်းနေရန် ငြီးငွေ့လာသောအခါတွင် ထိုမင်းသားများသည် အနားယူပေလိမ့်မည်။

ထိုအခါ ခုနစ်ထွေမင်းသားသည် သူတို့၏နေရာတွင် တာဝန်ဝင်ရောက်ယူရန်ဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်၏ ခုနစ်ထွေမင်းသားသည် အချိန်ပြည့် ကျွန်ုပ်လိုအပ်သော နေရာများ၌ ရှိနေပေသည်။ ထိုနည်းအတူ သင်၏ အထူးနာမည်ပေးထားသည့် မင်းသားသည်လည်း သင်၏ဘဝတွင် ထူးထူးပြားပြား များပြားလှသော သွေးဆောင်ချက် ဟူဟူသမျှကို ကာကွယ်ထိန်းစောင့်လိမ့်မည် ဖြစ်ပေသည်။ ကျွန်ုပ်၏ ခုနစ်ထွေမင်းသားသည် ကျွန်ုပ်၏ သံအမတ်ကြီးလည်း ဖြစ်ပေသည်။ မျက်စိဖြင့် ကြည့်၍ မမြင်ရသည့် ကျွန်ုပ်၏ မိသားစုစာရင်းဝင် ကျွန်ုပ်၏ အစောင့်မင်းသားများအား ကျွန်ုပ်က မပေးအပ်ထားသည့် တာဝန်ဝတ္တရားများကို ထိုခုနစ်ထွေမင်းသားက တာဝန်ယူထမ်းဆောင်လျက် ကျွန်ုပ်အား ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပေးရန် ဖြစ်လေသည်။

သင်၏ စိတ်ကူးမင်းသား တပ်စုတစ်စုကို သင် ကောင်းမွန်စွာ တည်ထောင်ဖွဲ့စည်းပြီးသောအခါတွင် သူတို့သည် မည်သည့်ပြဿနာ ရပ်ကိုမဆို ဖြေရှင်းနိုင်ရန် သင်၏ အင်အားစုများအဖြစ်ဖြင့် စုစည်းလုံး မိကြမည် ဖြစ်လေသည်။ သို့မဟုတ် သင်၏ အထူးကာကွယ်ရေး စည်းကြောင်းကို စောင့်ထိန်းကြမည် ဖြစ်လေသည်။

တစ်ခါတစ်ရံတွင် တစ်စုံတစ်ယောက်သောသူနှင့် ကျွန်ုပ် စကား ပြောဆိုရသောအခါ၌ ထိုသူ၏ ရန်ငြိုးပါသော စကားလုံးများသည် ကျွန်ုပ်၏ ငြိမ်းချမ်းစိတ်၏အတွင်းသို့ ထိုးဖောက်ဝင်ရောက်လာတော့ မည့်နှယ် ရှိ၏။ ထိုအခါတွင် ကျွန်ုပ်သည် ကျွန်ုပ်၏ ငြိမ်းချမ်းစိတ် မင်းသားအား နိုးနိုးကြားကြားနှင့် အသင့်ရှိနေရန် အချက်ပေးလိုက်၏။ သူသည် ချက်ချင်းပင် အင်အားနှစ်ဆတိုးပြီး ခံတပ်ကတုတ်ကို ပြုလုပ် ကာကွယ်လေသည်။ သို့နှင့် ကျွန်ုပ်၏စိတ်မှာ အေးဆေးငြိမ်သက်လာ ပြီးလျှင် ကျွန်ုပ်၏စိတ်ကို တစ်ဖန်ပြန်လည်၍ ထိန်းသိမ်းနိုင်စွမ်း ရှိလာ ရလေတော့၏။

အခြားတစ်ကြိမ်၌မူ ဆိုကြပါစို့။ ကျွန်ုပ်မှာ တစ်စုံတစ်ခုသော ခန္ဓာကိုယ်တစ်နေရာ၌ ကိုက်ခဲနာကျင်သော ဝေဒနာပေါ်လာ၏။ ထို အခါတွင် ကျွန်ုပ်သည် ခန္ဓာကိုယ်ကျန်းမာရေးမင်းသားအား ထိုအနာ ရောဂါကို ကာကွယ်ရန် အကြောင်းကြားလိုက်၏။ သို့နှင့် ရောဂါ ပျောက်ကင်း ချမ်းသာသောအကျိုးကျေးဇူးကို ကျွန်ုပ် ရရှိ၏။ ဤသို့ ဖြစ်ရသည်မှာ အဘယ်ကြောင့်ဟူ၍ သာမန် သိပ္ပံဆေးပညာရပ်က ရှင်းလင်းဖော်ပြနိုင်စွမ်း မရှိချေ။

ကျွန်ုပ်အား စောင့်ကြပ်ကာကွယ်ပေးလျက် ရှိနေကြသော အစောင့်မင်းသားများမှာ သူတို့၏ တာဝန်ထမ်းဆောင်မှုအတွက် ထိုက် တန်သော ဆုလာဘ်များကို သူတို့ ရရှိကြပါသည်။ သူတို့၏ လခကြေး

ငွေမှာ ကျွန်ုပ်၏ ထာဝစဉ် ကျေးဇူးတင်ရှိမှုပင် ဖြစ်ပါသည်။ နေ့စဉ် နေ့တိုင်းပင် ကျွန်ုပ်သည် ကျွန်ုပ်၏ အစောင့်မင်းသားများအား ကျွန်ုပ်က ကျေးဇူးဥပကာရတင်ရှိကြောင်း ထုတ်ဖော်ပြောဆိုပါသည်။ ပထမ၌ မင်းသားတစ်ဦးစီကို သီးခြား ကျေးဇူးတင်လိုက်ပါသည်။ ထို့နောက်တွင် မူ သူတို့၏ ကြီးမားသော အင်အားစုကိုဖြစ်စေသည့် အဖွဲ့တစ်ခုလုံးကို သိမ်းကျုံးပြီး ကျေးဇူးတင်လိုက်ပါသည်။ ဤသို့ ကျေးဇူးတင်ရှိကြောင်း ဖွင့်ထုတ်ရခြင်းသည် သင်၏စိတ်ကို အမြဲတစေ နိုးကြားဖျတ်လတ် နေစေရန်အတွက် ကြီးမားသော အကူအညီတစ်ခုဖြစ်ကြောင်း သင် တွေ့ရှိရပါလိမ့်မည်။

အကယ်၍ ကျွန်ုပ်သည် ထိုမင်းသားများအပေါ်တွင် သတိမရဘဲ ပေါ့လျော့နေခဲ့ပါလျှင် ထိုမင်းသားများကလည်း ပေါ့ပေါ့လျော့လျော့ ဖြစ်လာကြသည်ကို ကျွန်ုပ် ခံစားရပါသည်။ တစ်ဖန် ကျွန်ုပ်၏စိတ်တွင် နေ့စဉ်နေ့တိုင်းပင် မိမိ အလိုရှိသောအခါ၌ အသုံးချရန် ကြီးမားခိုင်ခံ့ သည့် 'စိတ်ကူးအင်အားစု မင်းသားများတပ်ဖွဲ့' ရှိနေသည်ဟူ၍ သိမြင်ယုံကြည်နေပါလျှင် သူတို့သည် တစ်ဖန်ပြန်လည်၍ အင်အား တန်ခိုးနှင့် ပြည့်စုံမြဲပြည့်စုံ၍ လာကြပြန်သည်။

*

ကြွယ်ဝရေးနှင့် လွတ်လပ်ရေး ပဋိပက္ခ

မိမိ ကြွယ်ဝချမ်းသာစေလိုသော နေ့ဆော်သည့်စိတ်ဓာတ်နှင့် လွတ်လပ်မှုဖြစ်လိုသော နေ့ဆော်သည့် စိတ်ဓာတ်များတို့သည် တစ်ခုနှင့် တစ်ခု ဆန့်ကျင်ဘက် မဖြစ်စေသင့်ပါ။

ခန္ဓာကိုယ်လွတ်လပ်ခြင်းဆိုသည်ကို အလွယ်တကူပင် သိမြင် နားလည်နိုင်ကြပါသည်။ သို့ရာတွင် စိတ်၏ လွတ်လပ်ခြင်းဆိုသည်မှာ

သိမ်မွေ့သောအရာပင် ဖြစ်ပါသည်။ ကြောက်ရွံ့ခြင်းနှင့် ဒေါသ ဖြစ်ပွားခြင်းများသည် ထိုသူ၏စိတ်ကို သံတိုင်များနောက်သို့ အရောက် ပို့မြဲ ဖြစ်ပါသည်။ အပြစ်သည် စိတ်ကို သံကြိုးများဖြင့် ရစ်ပတ်ချည် နှောင်လှေ့ရှိပေသည်။

ကြိမ်ဖန်များစွာပင် ပစ္စည်းဥစ္စာ ကြွယ်ဝချမ်းသာရေးအတွက် ကျွန်ုပ်တို့သည် ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ လွတ်လပ်ရေးနှင့် လွန်ဆွဲသော သဘောအနေဖြင့် ပဋိပက္ခ ဖြစ်ကြရသည်။ ပစ္စည်းဥစ္စာရရှိရေးအတွက် စိတ်လွတ်လပ်မှုကို စွန့်လွှတ်တတ်ကြသောကြောင့် ဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ် တို့၏စိတ်တွင် အမည်းအစွန်းထင်စေသည့် အနာအဆာကို ထည့်သွင်း သောအခါတွင် ကျွန်ုပ်တို့စိတ်မှာ စိုးရိမ်ကြောက်ရွံ့၍လာလေသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုလျှင် ကျွန်ုပ်တို့၏အပြုအမူမှာ မရိုးသားသောကြောင့် ဖြစ်လေသည်။ တစ်စုံတစ်ယောက်သောသူသည် သူ၏ ငွေရမှုအတွက် လူများအပေါ်တွင် မရိုးမသားပြုမူခဲ့ပါလျှင် သူ၏ စစ်မှန်သော ပျော်ရွှင် စိတ်ကို ဖျက်ဆီးခြင်းသာ ဖြစ်လေသည်။ စစ်မှန်သော ပျော်ရွှင်စိတ် ဆိုသည်မှာ ရိုးရိုးသားသားနှင့်ရရှိသော အောင်မြင်မှုအပေါ်မှာသာ ထွက်ပေါ်၍ လာနိုင်ပေသည်။ ကစားခုန်စားပြုလုပ်ရာတွင် သုံးစွဲလိုက် နာရမည့် ဥပဒေကို သင် ရိုသေလျက် အောင်မြင်ခြင်းသည် သင်၏ ဝိညာဉ်အတွက် သင် တစ်စုံတစ်ခုကို အကောင်းပြုလုပ်ခြင်း ဖြစ်သည်။ လိမ်လည်လှည့်ဖြားလျက် အောင်မြင်ရခြင်းဖြစ်ပါမူ ထိုအချက်ကို သင်က အောင်မြင်ခြင်းဟု ခေါ်ဆိုသော်လည်း စင်စစ် သင်သည် ရှုံးနိမ့်ခြင်းသာ ဖြစ်လေသည်။



မိုးသားခြင်း၏ အကျိုးကျေးဇူး

ကျွန်ုပ်မှာ အသက်ငယ်ရွယ်စဉ်ကပင် အလုပ်အကိုင်များကို စတင် လုပ်ကိုင်ခဲ့ရသည်ဖြစ်ရာ ဘဝ၏ သင်ခန်းစာများကို စောစောစီးစီး သိရှိခွင့်ရသဖြင့် ကံကောင်းသည်ဟု ကျွန်ုပ် ယုံကြည်မိပါသည်။ ကျွန်ုပ် ၏ ပထမဆုံး အလုပ်မှရရှိသည့် အတွေ့အကြုံတစ်ခုကို သင့်အား ပြောပြ ပါရစေ။ ထိုစဉ်အခါက ကျွန်ုပ်မှာ ကူးသန်းရောင်းဝယ်ရေး ကောလိပ်မှ ထွက်ပြီးခါစ ဘဝအတွေ့အကြုံ မရှိသေးသည့်ပြင် လူအများ၏ အလေ့အကျင့် အကြောင်းများကိုလည်း မသိရှိသေးပေ။

ကျွန်ုပ်၏အလုပ်ရှင်မှာ ဘဏ်တိုက်အများကို ဟိုမြို့သည်မြို့ စသည်တို့၌ ပိုင်ဆိုင်ဖွင့်လှစ်ထားရှိသူ ဖြစ်ပါသည်။ သူသည် သူ၏ သားကို အလှမ်းဝေးသည့် မြို့တစ်မြို့ရှိ သူ့ဘဏ်တိုက်တစ်ခုတွင် ငွေထိန်းအဖြစ် အလုပ်ပေးထားပါသည်။ တစ်ခုသောညတစ်ညတွင် ထိုမြို့ရှိ ဟိုတယ်တစ်ခု၏ မန်နေဂျာသည် ကျွန်ုပ်ထံသို့ တယ်လီဖုန်းဖြင့် စကားလှမ်းပြောပါသည်။ ဘဏ်တိုက်ပိုင်ရှင်၏ သားမှာ အလွန်အမင်း အခက်အခဲတွေ့ကြုံလျက် ရှိနေကြောင်းကို ဟိုတယ်မန်နေဂျာက ကျွန်ုပ်အား ပြောပြပါသည်။ သူသည် ဘဏ်တိုက်ပိုင်ရှင်ထံသို့ အလွယ် တကူ မဆက်သွယ်နိုင်သဖြင့် ကျွန်ုပ်ထံသို့ တယ်လီဖုန်းဖြင့် ပြောဟန် တူပါသည်။

ကျွန်ုပ်သည် ထိုည၌ပင် ချက်ချင်း မီးရထားဖြင့် လိုက်ပါသွားရာ နံနက်လင်းသောအခါတွင် ထိုမြို့သို့ ရောက်ရှိပါသည်။

ကျွန်ုပ်သည် ဘဏ်တိုက်သို့ ရောက်သွားသောအခါတွင် တံခါး ပိတ်ထားသည်ကို တွေ့ရှိရ၏။ သို့သော် သော့ခတ်ထားခြင်းကား မရှိပေ။ အတွင်းသို့ ကျွန်ုပ် ဝင်ရောက်သွားသောအခါတွင် ဘဏ်တိုက်မှ မီးခံ သံမဏိခန်းမှာ ပွင့်လျက်ရှိနေသည်ကို တွေ့မြင်ရသည်။ လှပသော ငွေ

ကျွန်ုပ်တို့အစိမ်းများမှာ ငွေရေတွက်သည့်နေရာ၌ ပြန်ကျလျက် ရှိနေပေသည်။

ကျွန်ုပ်သည် ဘဏ်တံခါးကို ပိတ်လိုက်သည်။ ပြီးလျှင် တယ်လီဖုန်းကို ကောက်ကိုင်လိုက်သည်။ ဘဏ်တိုက်ပိုင်ရှင်ထံသို့ ကျွန်ုပ် ဤမြို့သို့ ဘာကြောင့် ရောက်ရှိနေကြောင်းနှင့် ဘဏ်တိုက်ထဲတွင် မည်သို့တွေ့ရှိကြောင်းများကို တယ်လီဖုန်းမှနေ၍ ပြောပြလိုက်ရသည်။ အလွန်ခိတ်မချမ်းသာသောအသံဖြင့် ဘဏ်တိုက်ပိုင်ရှင်က “ငွေတွေကို ဆက်ပြီး ရေတွက်ပါ။ စာရင်းစာအုပ်များတွင် လက်ကျန်ငွေ မည်မျှရှိသည်ကို စစ်ဆေးကြည့်ရှုပါ။ ငွေမည်မျှ လျော့နေသည်ကို ပြန်ပြောပါ” ဟု ညွှန်ကြားပါသည်။

ကျွန်ုပ် ဘဏ်တိုက်ထဲ၌ ထိုင်ပြီး ငွေများကို ရေတွက်ပါသည်။ ကျွန်ုပ် အံ့ဩမိသည်မှာ ငွေများ တစ်ပြားတစ်ချပ်မျှ လျော့မနေခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်မှာ ထိုင်လျက်သား ငွေပုံကြီးများကို ကြည့်ရှုငေးမောမိပါသည်။ ငေးမောရင်း စဉ်းစားမိသေးသည်။ ကျွန်ုပ် ငယ်စဉ်က အလွန်ဆင်းရဲဒုက္ခ တွေ့ကြုံခဲ့ရသည်။ ကျွန်ုပ်၏ ယခုအခြေအနေမှာလည်း ဝမ်းခါးလှရုံမျှသာ ရှိသည်။ ဒေါ်လာငွေ ငါးသောင်းနီးနီး ငွေပုံကြီးကို ကျွန်ုပ် ထိုင်ရင်း ကြည့်နေမိသည်။ ဒီငွေပုံကြီးထဲမှ တစ်ဝက်လောက်ကို ကျွန်ုပ်၏ အိတ်ထဲသို့ ထည့်လိုက်နိုင်သည်။ မည်သူမျှ သိနိုင်မည်မဟုတ်။ ကျွန်ုပ် အလုပ်ရှင်၏ သားမှာ စိတ်ထားမမှန် ရူးသွပ်နေသည်မှာ သေချာသည်။ ထိုငွေများကို ဘဏ်တိုက်ပိုင်ရှင်၏ သား ယူငင်သွားသည်ဟုသာ လူအများက ပြောဆိုကြမည်ဖြစ်သည်။ သို့ရာတွင် ကျွန်ုပ်တစ်ဦးတည်းသာလျှင် ဘဏ်တိုက်ပိုင်ရှင်၏ သား ငွေတစ်ပြားတစ်ချပ်မျှ ယူငင်မသွားသည်ကို သိသည်။

သို့နှင့် ငွေကြေးကြွယ်ဝချမ်းသာလိုသော စိတ်ထားများမှာ ကျွန်ုပ်

အား အပြင်းအထန် ရစ်ပတ်တိုက်တွန်းကြလေတော့သည်။ သို့ရာတွင် ကိုယ်စိတ်လွတ်လပ်လိုသော စိတ်ထားက ဤသို့ဆို၏။ “မလုပ်နဲ့” ထို့ပြင် “တစ်စုံတစ်ခု” သည် ကျွန်ုပ်အား ရိုးသားစေမှုကို ဖြစ်စေပါသည်။ ထိုစဉ်အခါက ကျွန်ုပ်သည် အပြုစိတ်ထား ပွားစေသောစိတ်ကို စေ့ဆော်သည့် အကြောင်းရင်း ခုနစ်ခုအကြောင်းကို မသိရှိသေးပေ။

မီးခံသံမဏိခန်းထဲသို့ ငွေအားလုံးကို ကျွန်ုပ် ထည့်ပြီး သော့ခတ်လိုက်ပါသည်။ ထို့နောက် ကျွန်ုပ်၏အလုပ်ရှင်ထံသို့ ဖုန်းဆက်ပြီး ငွေများမှာ တစ်ပြားတစ်ချပ်မျှ အလျော့မရှိကြောင်း ပြောကြားလိုက်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်မှာ ဘဏ်တိုက်တွင်းမှ ငြိမ်းချမ်းစိတ် အပြည့်အဝနှင့် ထွက်၍လာခဲ့ပါသည်။ ထိုစိတ်မှာ လွတ်လပ်၍ ပျော်ရွှင်သော အပြုစိတ်ပင် ဖြစ်ပါသည်။

ထိုအချိန်မှစ၍ ကျွန်ုပ်သည် လွတ်လပ်မှုကို ကြွယ်ဝချမ်းသာ လိုခြင်း၏ အထက်၌ အမြဲတစေ ထားရှိလိုက်ပါသည်။ ကျွန်ုပ် လိုအပ်သော ငွေကြေးအားလုံးကို ကျွန်ုပ်၏ ကိုယ်တွင်းကိုယ်ပ လွတ်လပ်မှုကို မထိပါးစေဘဲနှင့်သာ အောင်မြင်စွာ ရရှိခဲ့ပါသည်။

ဤဘဏ်တိုက်ဖြစ်ရပ်သည် သန်းပေါင်းများစွာ ကြွယ်ဝသော အင်ဒရူးကာနယ်ဂျီနှင့် ကျွန်ုပ် တိုက်ရိုက်တွေ့ဆုံ ဆက်သွယ်နိုင်ရန် ဖန်တီးပေးသော အကြောင်းတရားများအနက် တစ်ခု ဖြစ်ပါပေသည်။ ထို့ပြင် ကျွန်ုပ်၏ ဘဝပန်းတိုင်သို့ ကျွန်ုပ် ရောက်ရှိစေသော အကြောင်းတရားများအနက် ထိုဖြစ်ရပ်သည် တစ်ခုအပါအဝင်လည်း ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်၏ အလုပ်ရှင်သည် သူ့သား၏ဂုဏ်ကို မပျက်စေအောင် ကျွန်ုပ်၏ လုပ်ဆောင်ချက်အတွက် ကျွန်ုပ်အား များစွာ ကျေးဇူးတင်ရှိလေသည်။ ဤတွင် ကျွန်ုပ်အား ဂျော့ချ်တောင်းမြို့ရှိ ဥပဒေသင်တန်းတက္ကသိုလ်သို့ ကျွန်ုပ် ဝင်ရောက်သင်ကြားရန်အတွက် ကျွန်ုပ်၏

အလုပ်ရှင်က တာဝန်ယူပါသည်။

ဤသို့ ဥပဒေပညာများ သင်ကြားနိုင်ခွင့် ရရှိသွားသည့် အချက်သည် မစ္စတာကာနယ်ဂျီနှင့် ကျွန်ုပ် တွေ့ဆုံနိုင်ခွင့်ကို ဖြစ်ပေါ်စေသည့် အကြောင်းတရား ကွင်းဆက်များဆီသို့ ပို့ဆောင်ပေးလိုက်ခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။ အကယ်၍သာ ထိုစဉ်အခါက ဘဏ်တိုက်တွင်း၌ ငွေကြေးကြွယ်ဝမှု စိတ်ထားကို အရုံးပေးလိုက်ပါလျှင် ကျွန်ုပ်၏ “ကိုယ်တိုင်အောင်မြင်ရေး သိပ္ပံပညာ” စာအုပ်သည် ထွက်ပေါ်၍ လာနိုင်တော့မည် မဟုတ်ပေ။



ပိပိစိတ်ထားအတိုင်း အကျိုးခံစားရ၏

အတွေးစိတ်ကူးများသည် အရာဝတ္ထုများဖြစ်၏ဟူ၍ တစ်ဦးသော ကဗျာဆရာက ဆို၏။ ဤမှန်ကန်သော စကားအတိုင်းပင် ကျိန်ဆဲခြင်းအတွက် ကျိန်ဆဲခြင်းသာ ပြန်လာပြီး ကောင်းချီးပေးခြင်းအတွက် ကောင်းချီးရခြင်းကိုသာ ဖြစ်စေလေသည်။ ဤသို့ ဖြစ်ခြင်းများမှာ တန်ခိုးကြီးမားသည့် ဘဝကြေးမုံပြင်တွင် ရောင်ပြန်ဟပ်ခြင်းများ ဖြစ်လေသည်။

အခြားသော ကဗျာဆရာတစ်ဦးက ဆိုပြန်၏။ “ငါသည် ငါ့ကံကြမ္မာ၏ အရှင်သခင်ဖြစ်သည်။ ငါသည် ငါ့ဝိညာဉ်၏ အကြီးအမှူးဖြစ်သည်။” ဤအဆိုပြုချက်သည်လည်း မှန်၏။ နှစ်ခုသော အဆိုပြုချက်များသည် တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ဆန့်ကျင်မှုမရှိ။ ပကတိ ညီညွတ်သော သဘောရှိ၏။

အပြုစိတ်ထားများကို သင် ထုတ်လွှတ်ပေးသောအခါတွင် ဤကမ္ဘာသည် သင့်အား အကူအညီပေးအပ်မည့် အပြုစိတ်ဓာတ်များကို ပြန်လည်၍ ပို့လွှတ်မည်ဖြစ်လေသည်။

ဤစာအုပ်ကို နောက်သို့ ပြန်လှန်ပြီး စာမျက်နှာ (၃၆) ရှိ “စိတ်ကို စေ့ဆော်စေသည့် အဓိကရည်ရွယ်ရင်း အကြောင်းတရားကိုးခု” အကြောင်းကို ဖတ်လိုက်ပါဦး။ အပြုစိတ်ထားဖြစ်ပွားစေသော စိတ်ကို စေ့ဆော်သည့် အကြောင်းရင်းခုနစ်ခုကို အာရုံစိုက်စေချင်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ တွေ့မြင်ရသည့်အတိုင်း ဤအကြောင်းရင်းများ၏ စိတ်ကို မညီမညွတ် ဆန့်ကျင်မှုများ ဖြစ်ပွားစေနိုင်သော အကြောင်းတရားများ ပါရှိသည်ကို သတိရှိကြရပေမည်။ သို့ရာတွင် ဤအကြောင်းရင်းခုနစ်ခုသည် အပြုစိတ်ထားရှိသူများအား မိမိတို့သွားလိုရာလမ်းသို့ ပို့ဆောင်၍ ပေးပေလိမ့်မည်။

ကျွန်ုပ်တို့သည် စိတ်ကို စေ့ဆော်စေသည့် အကြောင်းတရားများ အကြောင်းကို ဤစာအုပ်ပြီးဆုံးသည်အထိ ရှေ့အခန်းများတွင် ဆက်လက် ရေးသားဖော်ပြပေလိမ့်ဦးမည်။ ယခု ဤနေရာ၌ အကျဉ်းမျှ ကျွန်ုပ်တို့ ဆွေးနွေးကြပါစို့။



မေတ္တာတရား

မေတ္တာဓာတ်၌ တည်နေရာနှင့် တန်ခိုးသည် အကန့်အသတ်မရှိပေ။ မြင့်မြတ်သောစိတ်ထားနှင့် မေတ္တာတရားကို ပွားများပါ။ မေတ္တာတရားသည် အဆုံးအမမရှိ ကြီးမားတိ၏။ မေတ္တာတရားကို ရက်ရက် ရော့ရော့ ပေးကမ်းပါ။ သင်ပေးကမ်းသည်ထက် များပြားကြီးကျယ်သော မေတ္တာဓာတ်များသည် သင့်ထံသို့ ပြန်၍လာမည်သာဖြစ်သည်။ မေတ္တာဓာတ်ပေးစေမှုကို ရပ်တန့်လိုက်ပါလျှင် သင့်ထံသို့ မေတ္တာဓာတ် ပြန်လာခြင်းသည်လည်း ရပ်တန့်သွားမည်ဖြစ်လေသည်။ အခြားသော စိတ်ထားများနှင့် ဆန္ဒတို့ထက် ဤမေတ္တာတရား၏ ဘဝကြေးမုံပြင်တွင် ရောင်ပြန်

ဟပ်မှု ထင်ရှားခြင်းမှာ မရှိပါပေ။

*

လိင်စိတ်

ဤကမ္ဘာပေါ်ဝယ် ဤလိင်စိတ်သည် ကြီးမားသော တီထွင်ဖြစ်
မြောက်စေမှု အင်အားကို ပေါ်ထွန်းစေနိုင်ပေသည်။ ဤလိင်စိတ်သည်
အမြင့်ဆုံးသောအဆင့်တွင် မေတ္တာတရားနှင့် ပူးပေါင်း၍ တည်ရှိလေ
သည်။ သို့ရာတွင် မေတ္တာတရားသည် လိင်စိတ်မရှိဘဲနှင့်လည်း တည်ရှိ
နိုင်ပေသည်။ ပြင်းထန်သော လိင်စိတ်တန်ခိုးကို ဒြပ်ပြောင်းလဲ၍ အသုံးချ
တတ်ပါလျှင် အလွန်နက်နဲခက်ခဲသော ရည်ရွယ်ချက်ကြီးများကို
ပြီးမြောက် အောင်မြင်စေနိုင်လေသည်။ သို့ရာတွင် အခြားတစ်ဖက်
၌လည်း လိင်စိတ်ကို အသုံးမှား၍ ပျက်စီးရမှုများ ရှိနေပေသည်။ လိင်
စိတ်ကို အသုံးမှားသဖြင့် ဤလူ့ဘောင်သို့ ဒုက္ခရပ်အဖုံဖုံ ကျရောက်လာ
ရခြင်းဖြစ်လေသည်။ သို့အတွက် လိင်စိတ်မှာ နာမည်ပျက်ပြားလျက်
မထိုက်မတန်ဘဝသို့ ရောက်ရှိ၍နေရခြင်းဖြစ်ပေသည်။

*

မိမိကိုယ်မိမိ ဘေးရန်ကင်းရှင်း ကျန်းမာလိုခြင်း

ဤစိတ်ထားသည် တစ်ဖက်သား၏ အခွင့်အရေးကို အရေးမထား
ပါလျှင် အပျက်စိတ်ထား အင်အားစုအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိသွားနိုင်
လေသည်။

ကျွန်ုပ်တို့ အသက်ရှင်နေနိုင်စေရန်အတွက် ဤစိတ်ထားကို
သဘာဝက ကျွန်ုပ်တို့အား ပေးအပ်ခဲ့ခြင်းဖြစ်ပေသည်။ ဤသို့ဖြစ်သော်
လည်း လူသားသည် မိမိတို့ရသင့်သည့် အခွင့်အရေးထက် ပိုမို၍
ရယူလေ့ရှိနေပေသည်။ သဘောတစ်စင်း ပင်လယ်တွင်း၌ ပျက်သော

အခါတွင် ကလေးငယ်များနှင့် အမျိုးသမီးများအား ရှေးဦးစွာ ကယ်ဆယ်ရမည်ဖြစ်လေသည်။ လူ့သဘာဝ၏ မြင့်မြတ်သောစိတ်ထားကို လိုက်နာရမည့် အခြား အလားတူ ကိစ္စရပ်များလည်း ရှိနေပေသေးသည်။

*

သေဆုံးပြီးနောက် ကောင်းမွန်သောတ၌ အသက်ဆက်လက်လိုခြင်း

ဤစိတ်ထားသည် လူသားလောက အစပြုစဉ် ရှေးသရောအခါက လူသားများ၏ စိတ်ထားယုံကြည်ချက်တစ်ခု ဖြစ်လေသည်။ ဤအချက်ကို သဘာဝကျကျ ကောင်းမွန်စွာ နားလည်မှုများဖြင့် ဆင်ခြင်သုံးသပ်သင့်ပေသည်။ ဤကိစ္စအတွက် အယူသီးမှုများနှင့် ကြောက်ရွံ့ခြင်းများဖြင့် ရောထွေးဖုံးလွှမ်းလျက် ရှိနေပါလျှင် ထိုစိတ်သည် ဒုက္ခရပ်များဆီသို့သာ ခေါ်ဆောင်၍ သွားပေလိမ့်မည်။ ဤနေရာ၌ စိတ်ထားမှားယွင်းနေပါလျှင် သေဆုံးရန် ပြင်ဆင်ရသောတဝသို့ ရောက်ရှိပြီး လူ့လောကကြီးတစ်ခုလုံးကို ဆုံးရှုံးနစ်နာစေမှုကိုသာ ဖြစ်ပွားစေနိုင်လေသည်။

*

ကိုယ်ပိုင်ဆန္ဒနှင့် သဘောထားယုံကြည်ချက် ဖွင့်ဟလိုခြင်း

ဤစိတ်ထားသည် မိမိကိုယ်ကိုယ်မိမိ ရှာဖွေခြင်း၏ တစ်စိတ်တစ်ဒေသဖြစ်သော စိတ်ထားဖြစ်သည်။ လူတစ်ဦး၏ လွတ်လပ်မှု တစ်စိတ်တစ်ဒေသလည်း ဖြစ်သည်။ သို့ဖြစ်ရာ ဤစိတ်သည် အပြုစိတ်၊ တည်ဆောက်သောစိတ်၊ အဆုံးအစမရှိ တန်ဖိုးကြီးမားသောစိတ်လည်း ဖြစ်ပေသည်။ သို့ရာတွင် ဤစိတ်ကို အသုံးချရာ၌ အခြားသူများအား ထိခိုက်ပျက်စီး သိမ်ငယ်မသွားစေရန် သေသေချာချာ ဂရုစိုက်ရမည် ဖြစ်ပေသည်။

★

ကြောက်ရွံ့စိတ်ကင်းလျှင်
သင် လွတ်လပ်စွာ နေထိုင်နိုင်ပြီ

သင့် ကိုယ်၌ ကြောက်ရွံ့စိတ် ကင်းရှင်းပါစေ။ ထိုအခါ၌ သင်သည် လူကဖန်ဆင်းသည့် မကောင်းဆိုးဝါးရန်မှ လွတ်ကင်းပြီးဖြစ်ပါသည်။ လူများ ကြောက်ရွံ့သည့် အဓိကအကြောင်း ခုနစ်ခုရှိသည်။ ထိုခုနစ်ခုသည် တစ်ခုအားတစ်ခု အင်အားကြီးမားအောင် ပြုလုပ်ပေးသည်။ ၎င်းတို့မှာ

- ၁။ ဆင်းရဲမွဲတေမည်ကို ကြောက်ရွံ့ခြင်း
 - ၂။ ပြစ်တင်ဝေဖန်မည်ကို ကြောက်ရွံ့ခြင်း
 - ၃။ ကျန်းမာရေးပျက်ပြားမည်ကို ကြောက်ရွံ့ခြင်း
 - ၄။ ချစ်ခင်မှုဆုံးရှုံးပျက်ပြားမည်ကို ကြောက်ရွံ့ခြင်း
 - ၅။ လွတ်လပ်မှုဆုံးရှုံးရမည်ကို ကြောက်ရွံ့ခြင်း
 - ၆။ အသက်ကြီးရင့်မည်ကို ကြောက်ရွံ့ခြင်း
 - ၇။ သေဆုံးရမည်ကို ကြောက်ရွံ့ခြင်းများ ဖြစ်သည်။
- ကြောက်စရာတစ်စုံတစ်ခုကို သင် ကြောက်ရွံ့နေသောအခါတွင်

ထိုကြောက်စရာသည် သင့်အား ရှာဖွေပြီး ဒုက္ခကိုပေးရန် အကြောင်းများ ပေါ်ပေါက်လာတတ်လေသည်။

သို့ရာတွင် ကြောက်ရွံ့စရာ ဘေးဒုက္ခ မကောင်းဆိုးဝါး၏ မျက်လုံးများကို စေ့စေ့ကြည့်လျက် ရဲရင့်စိတ်ဖြင့် ငါသည် ဤ မကောင်းဆိုးဝါးကောင်ကို အောင်နိုင်ရမည်ပင်ဖြစ်သည်ဟု သိမြင်လိုက်လျှင် ကြီးမားသော တန်ခိုးအင်အားတစ်ရပ်သည် သင့်ဘက်မှ ကူညီရန် အမှန်ပင် ရောက်လာသောအချိန်ပင် ဖြစ်လေတော့သည်။

ကြောက်ရွံ့ခြင်းသည် မကောင်းသောဘက်သို့သာ ရောက်စေသည့် ကြီးမားသော တန်ခိုးရှင်ဖြစ်သည်။ ဘုရားရှိခိုးခြင်းမှ ရရှိသည့် တန်ခိုးအင်အားနှင့် ပြောင်းပြန်ဆန့်ကျင်သော တန်ခိုးအင်အားပင် ဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့ပတ်ပတ်လည်တွင် ရှိနေသော ကောင်းမွန်ဖြစ်ထွန်းစေသည့် အင်အားစုများကို ဖိတ်ခေါ်မည့်အစား ကြောက်ရွံ့ခြင်းသည် အပျက်အင်အားစုများကိုသာ ဖိတ်ခေါ်မည်ဖြစ်လေသည်။ ကြောက်ရွံ့ခြင်းသည် သူ့သဘာဝအတိုင်း တန်ခိုးကြီးသည့် နတ်ဆိုးဖြစ်ပြီး ကြောက်ရွံ့သူအား မပြီးဆုံးနိုင်သည့် ဒုက္ခရပ်များကို ခံစားရစေရန် တောင်းဆိုတတ်လေသည်။

မပြည့်စုံခြင်း၊ ဆင်းရဲအတိ ဒုက္ခရပ်များနှင့်သာ နေထိုင်ကြရခြင်းသည် အစဉ်သဖြင့် ကြောက်ရွံ့နေမှုကိုသာ အရင်းခံသဖြင့် ဖြစ်ပွားရသည်ဆိုသောအချက်ကို ဝန်ခံလိုသူမှာ အလွန်ရှားပါးသည်။ သို့ရာတွင် သင်၏ပတ်ဝန်းကျင်တွင် ဤအတိုင်း ဖြစ်ပေါ်နေသည်ကို သင် တွေ့မြင်နိုင်ပါသည်။

ပထမဆုံး ကျွန်ုပ်ဖော်ပြမည့် ကြောက်ရွံ့ခြင်းတစ်ရပ်မှာ သံလိုက်ဓာတ်ကဲ့သို့ လွန်စွာ ဆွဲငင်အားကောင်းသော ကြောက်ရွံ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဤအချက်အတွက် သင့်၌ ကြောက်ရွံ့စိတ်များလေလေ ထို

ကြောက်ရွံ့စိတ်အတိုင်း ဖြစ်ပေါ်အောင် ဆွဲဆောင်နိုင်အားရှိလေလေပင် ဖြစ်ပေသည်။



၁။ ဆင်းရဲမွဲတေမည်ကို ကြောက်ရွံ့ခြင်း

ကျွန်ုပ်ငယ်စဉ် ဆင်းရဲမွဲတေခဲ့ရသောအချိန်က လူအများကို တွေ့ကြုံဆုံစည်းခဲ့ရပါသည်။ ယခုအခါတွင် အရွယ်ရောက်နေပြီဖြစ်သော သူတို့၏သားငယ်၊ သမီးငယ်များကိုလည်း ကျွန်ုပ် မကြာမီက တွေ့မြင်လေ့လာခွင့် ရခဲ့ပါသည်။ မိဘနှင့် သူတို့၏ သားသမီးများကိုပါ ကျွန်ုပ် သိကျွမ်းခဲ့သည်ဖြစ်ရာ ဆင်းရဲမွဲတေမှုကို ထိုမိသားစုများသည် အမြဲ လက်ခံရမည်ဟုသာ သူတို့၏စိတ်တွင် ရှိနေခဲ့ကြောင်း ကျွန်ုပ် အကြောင်းရှာကြည့်သဖြင့် သိရပါသည်။ သူတို့သည် ဆင်းရဲမွဲတေမှုကို ကြောက်ရွံ့ကြသည်။ မုန်းတီးကြသည်။ ထိုစိတ်ထားရှိသူ မိသားစုများမှာ အပျက်စိတ်ထားကိုသာ ဖြစ်ပွားစေသည်ဖြစ်ရာ သူတို့၏ အသိဉာဏ်မှာ မရွှင်နိုင်တော့ဘဲ စွမ်းအင်သတ္တိများလည်း ဆုံးပါးကြရလေသည်။

သို့နှင့် သူတို့သည် မပြည့်စုံသောဘဝတွင်သာ နေထိုင်ကြရသည်။ အချို့သော မိသားစုများမှာ သူတို့၏ ဆင်းရဲမွဲတေနေရသော ဘဝမှ ရုန်းကန်ရန် ဟန်ပြင်ကြပါသည်။ သို့ရာတွင် ကျွတ်လွတ်သွားအောင်ကား အင်အားမရှိဖြစ်ပြီး ဆင်းရဲမွဲတေမြဲဘဝသို့သာ ပြန်ပြီး ကျရောက်ကြရသည်။ အဆိုးဆုံးသော သူတို့၏စိတ်ထားမှာ ဘုရားသခင်သည် သူတို့၏ မိသားစုအားလုံးအား ဆင်းရဲမွဲတေသောဘဝသို့သာ နေစေလိုသော ဆန္ဒရှိသည့်အတိုင်း သူတို့ နေကြရသည်ဟူ၍ ယုံကြည်နေမှုပင် ဖြစ်လေသည်။

ဆင်းရဲသော်လည်း မဆင်းရဲလိုသော စိတ်ဆန္ဒသည် ချမ်းသာ

ကြွယ်ဝစေရန်အတွက် ကောင်းမွန်သောခြေလှမ်းပင် ဖြစ်ပေသည်။ သို့ရာတွင် ဆင်းရဲမွဲတေမှုကို ကြောက်ရွံ့သည့် သင်၏ စိတ်ထားများအား ဘေးသို့ ဖယ်ချထားလိုက်ပါ။ သင် စတင်ရမည့်နေရာကိုသာ သင် သိမြင်လိုက်ပါ။ သင်အလိုမရှိသည့် အခြေအနေကို သိမြင်နေသော သင်၏စိတ်ဓာတ်ကို သင်ရောက်လိုရာသို့ မောင်းနှင်ရမည့်အလုပ်တွင် အင်အားစုတစ်ရပ်အဖြစ် ရှိနေပါစေ။ သင်ရောက်လိုသော ထိုအရပ်မှာ အောင်မြင်ကြီးပွားခြင်း၊ ဥစ္စာဓန ကုံလုံချမ်းသာခြင်းအရပ်ပင် ဖြစ်ပါသည်။

သင့်အတွက် အသိပညာရပ်များစွာကို အခမဲ့ပင် ရရှိဆည်းပူးနိုင်ပါသည်။ မိမိကိုယ်တိုင် ရှာဖွေဆည်းပူးရရှိသည့် အချို့ ဘာသာရပ်အတွက် ပညာရပ်သည် ကျောင်းမှ သင်ကြားပေးသည့် ပညာရပ်ထက် သာလွန်ကောင်းမွန်ပါသည်။ အလွန်ကျယ်ပြန့်စွာ စုဆောင်းတည်ရှိနေသော ပညာရပ်များစွာကို သင်ကိုယ်တိုင် အခမဲ့ ရယူသင်ကြားနိုင်ပါသည်။ စက်မှုလက်မှုနှင့် ကုန်စည်ဖြန့်ဖြူးသည့် လုပ်ငန်းရပ်များက လိုလားသောစိတ်နှင့် အလုပ်လုပ်လိုသူများအား လက်ကမ်းကြိုဆိုလျက် ရှိနေပါသည်။ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းရပ်များမှာ အလွန် ကျယ်ပြန့်ပါသည်။ အထူးတတ်သိကျွမ်းကျင်သော အလုပ်သမားများသည် မိမိတို့အား လိုလားလျက်ရှိနေသော အလုပ်ဌာနများကို ရှာဖွေတွေ့ရှိနိုင်ကြပါသည်။

ဆင်းရဲမွဲတေသောဘဝမှ အစပြုခဲ့ရပြီး ထင်ပေါ်ကျော်ကြားချမ်းသာကြွယ်ဝသွားသူများ၏ စာရင်းကို ကျွန်ုပ် မဖော်ပြခဲ့ပါ။ ထိုသူများစွာကို ကျွန်ုပ်တို့ တွေ့ခဲ့ရပြီးဖြစ်၍ အခြားသူများကိုလည်း ကျွန်ုပ်တို့ တွေ့ရှိရဦးမည်ပင် ဖြစ်ပါသည်။

ဆင်းရဲမွဲတေမှုများ ကြောက်ရွံ့သည့်စိတ်ကို ဖယ်ထုတ်ပစ်လိုက်ပြီးလျှင် ရှေ့သို့သာ ဆက်၍ ကြွယ်ဝရေးဆီသို့ မောင်းနှင်ပါလော့။

၂။ ပြစ်တင်ဝေဖန်ပုံကို ကြောက်ရွံ့ခြင်း

အကယ်၍သာ သင်၏စိတ်ကို တားဆီးနှောင့်ယှက်ခြင်း ကင်းရှင်းစွာဖြင့် သူ့အလုပ်ကိုသူ လုပ်စေပါလျှင် သင်၏စိတ်တွင်း၌ မူလစိတ်ကူးချက်များကို တကယ်ဖြစ်မြောက်အောင် အကောင်အထည်ဖော်နိုင်စွမ်းရှိသည့် အကန့်အသတ်မရှိ ကြီးမားသော တန်ခိုးအာနိသင်များရှိပါသည်။ အချို့သော ကြောက်ရွံ့စိတ်များသည် လူသား၏ စိတ်ဓာတ်ကို အလျင်အမြန်ပင် တားဆီးနှောင့်ယှက်မှုကို ဖြစ်စေလေသည်။ ထိုကြောက်ရွံ့စိတ်များအနက် ပြစ်တင်ဝေဖန်ခြင်းကို ကြောက်ရွံ့ခြင်းသည် တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ ပြစ်တင်ဝေဖန်ခြင်းကို ကြောက်ရွံ့သည့်စိတ်သည် အလုပ်တစ်ခုကို မစတင်မီ၌ပင် ရပ်တန့်သွားစေနိုင်လေသည်။

ဤသို့ဖြစ်ရခြင်းမှာ အခြားကြောင့်မဟုတ်။ အခြားသူတစ်ဦး၏ စိတ် သို့မဟုတ် လူအများ၏ စိတ်ဓာတ်များက သင့်အပေါ်တွင် လွှမ်းမိုးသွားခြင်းကြောင့်ပင် ဖြစ်တော့သည်။ ဤလွှမ်းမိုးမှုမှာ အပျက်စိတ်ထားများ၏ လွှမ်းမိုးခြင်းပင် ဖြစ်လေသည်။ သူတစ်ပါး၏ ပြစ်တင်ဝေဖန်ခြင်းခံရမည်ကို ကြောက်ရွံ့နေသူသည် သူ၏ ထင်မြင်ချက်များကို အကောင်အထည်မဖော်ဘဲ ရှိနေတတ်ရာ ထိုသူသည် သူ၏စိတ်ကူးများနှင့် မိမိကိုယ်မိမိ ယုံကြည်အားထားလိုစိတ်များ ပျက်စီးဆုံးရှုံးရလေတော့သည်။

ကျွန်ုပ်တို့သည် အောင်မြင်ထမြောက်သွားကြသူ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများ၏ အကြောင်းများကို လေ့လာစစ်ဆေးကြည့်ပြီးလျှင် ထိုသူတို့သည် သူတို့၏ လုပ်ရည်ကိုင်ရည် စွမ်းပကားများကို ထိရောက်အောင် အသုံးချသွားသည်ကို အံ့ဩကြရသည်။ ထိုသူတို့သည် သူတို့၏ လုပ်ငန်းရပ်များကို အောင်မြင်အောင် ဆောင်ရွက်ကြရာ၌ အနှောင့်အယှက် အတားအဆီးများ သူတို့ ရင်ဆိုင်ကြရသည်ကိုလည်း ကျွန်ုပ်တို့ တွေ့မြင်နိုင်ကြပါသည်။

သို့ရာတွင် ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများစွာတို့အပေါ်တွင် ပြစ်တင်ဝေဖန်မှုများ ရှိနေသည်ကိုမူ ကျွန်ုပ်တို့ သိရှိမှု နည်းပါးလှသည်။ အကယ်၍သာ အခြားသူများ၏ ပြစ်တင်ဝေဖန်မှုကို ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများ ကြောက်ရွံ့ပြီး သူတို့စိတ်ထဲ၌ ထိုကြောက်ရွံ့စိတ် အမြစ်တွယ်နေပါလျှင် သူတို့၏ စွမ်းပကားများသည် မှေးမှိန်သေးသိမ် ပျက်ပြားသွားကြရမည်သာ ဖြစ်လေသည်။ စင်စစ် ထို အောင်မြင်ထမြောက်သွားသူ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများ သည် ပြစ်တင်ဝေဖန်ခြင်းကို အလေးထားကြသူများ မဟုတ်ကြပေ။

အကယ်၍သာ ပြစ်တင်ဝေဖန်မှုကို ကြောက်ရွံ့ပြီး နောက်တွန့် နေခဲ့ပါလျှင် မော်တော်ကားများလည်း ပေါ်ပေါက်လာမည်မဟုတ်။ လေယာဉ်ယုံများလည်း ရှိမည်မဟုတ်။ အာကာသခရီးသွားလာမှုလည်း ဖြစ်ထွန်းလာဖွယ်ရာ မရှိပါပေ။

ဟင်နရီဖို့ဒ်သည် မော်တော်ကားများကို အများအပြား ထုတ် လုပ်ရန် အသင့်ရှိနေသောအခါတွင် လူအများကပင် မဖြစ်နိုင်သော ဘက်ကနေပြီး ပြောင်လှောင်ကြသည်။ ဓာတ်ဆီလုံလောက်အောင် ဘယ်ကရမည်နည်း၊ မော်တော်ကား တာယာများလုပ်ဖို့ ကြက်ပေါင်စေး လုံလောက်အောင် ဘယ်ကရမည်နည်း၊ ထိုမော်တော်ကားဖြင့် ခရီးသွား လျှင် ထိုမော်တော်ကား ရောက်ရာအရပ်များတွင် ဓာတ်ဆီနှင့် အခြား လိုအပ်သော ပစ္စည်းများကို မည်သို့ လုံလောက်အောင် ရမည်နည်း စသည်ဖြင့် မဖြစ်နိုင်သောဘက်မှနေ၍ ဝေဖန်ကြသည်။ ထို့ပြင် ဟင်နရီ ဖို့ဒ်အား ငွေအရင်းအနှီး ထုတ်ပေးကြရန်ရှိသည့် ဘဏ်လုပ်ငန်းပိုင်ရှင်များ ကလည်း ဈေးကြီးမြင့်သည့် မော်တော်ကားကို လူအများက လုံလောက် စွာ ဝယ်ယူသုံးစွဲကြမည်မဟုတ်ဟု အကြောင်းပြကြသေးသည်။ အားလုံး လောက်ကပင် ဟင်နရီဖို့ဒ်၏ မော်တော်ကားထုတ်လုပ်မည့် လုပ်ငန်းရပ် ကို တစ်နည်းမဟုတ်တစ်နည်း မဖြစ်နိုင်သောဘက်မှနေ၍ ဝေဖန်ပြစ်တင်

ကြသည်ချည်း ဖြစ်လေသည်။

ဤသို့သော အခြေအနေတွင် ဟင်နရီဖို့ဒ်၏ဇနီးက ဤသို့ပြော၏။ “ဘယ်သူက ဘာပြောပြော အကြောင်းမဟုတ်ပါဘူး။ ဆက်သာလုပ်ပါ။” ဤတွင် ဟင်နရီဖို့ဒ်သည် သူ့စိတ်ဓာတ်ကို သူ သိသူဖြစ်သည့် အတိုင်း သူ့အလုပ်သူ ဆက်လက်၍ လုပ်ကိုင်ခဲ့လေသည်။

မကြာမြင့်မီအချိန်အတွင်းက ဟင်နရီလန်းဆိုသူသည် သူ့သမီးငယ်ကလေး၏ပုံကို ဓာတ်ပုံရိုက်ယူသည်။ သမီးငယ်ကလေးက ကင်မရာအတွင်းမှ သူ့ဓာတ်ပုံကို တစ်ခါတည်း ထွက်ပေါ်လာစေချင်သည်။ ဖခင်က သူ့သမီးအား ဓာတ်ပုံရိုက်ယူရခြင်းသဘောကို ရှင်းပြရသည်။ ပထမ ဖလင်လိပ်ကို ကင်မရာအတွင်းမှ ထုတ်ယူရသည်။ ထို့နောက် အမှောင်ခန်းအတွင်း၌ ဓာတ်ဆေးများဖြင့် ဖျော်စပ်ထားသောအရည်တွင် ထိုဖလင်ကို နှစ်၍ ဆေးရသည်။ နယ်ဧေးတစ်ဖလင် ရပြီးသောအခါတွင် ဓာတ်ပုံစက္ကူပေါ်တွင် အလင်းရောင်ဖြင့် ပုံကူးယူရသည်။ ထိုဓာတ်ပုံစက္ကူကို ပုံပေါ်လာအောင် အခြားဆေးရည်တွင် နှစ်၍ ဆေးရပြန်သည်။ ဤသို့ ပြုလုပ်ပေးမှသာ နောက်ဆုံးတွင် သမီးကလေး၏ဓာတ်ပုံကို ရရှိကြောင်းများ ဖြစ်သည်။

ဤတွင် ဟင်နရီလန်း၏စိတ်ထဲတွင် အဘယ်ကြောင့် ကင်မရာအတွင်းမှ တစ်ခါတည်း ဓာတ်ပုံရအောင် မပြုလုပ်နိုင်ရမည်နည်းဟု ကြံစည်လာသည်။ ဓာတ်ပုံရိုက်ကူးခြင်း အကြောင်းအရာများကို သိသူတိုင်းကပင် ကင်မရာအတွင်းမှ ဓာတ်ပုံရိုက်ကူးပြီး ပုံကို တစ်ခါတည်း ထွက်ပေါ်လာရန်ကိစ္စမှာ ဘယ်နည်းနှင့်မှ မဖြစ်နိုင်ကြောင်းများကို အကြောင်းအချက်များစွာပြ၍ ပြောဆိုကြမည်ဖြစ်သည်။

သို့ရာတွင် ဝေဖန်ပြောဆိုချက်များကို အရေးမစိုက်ဘဲ ဖြစ်လိုသည့်အတိုင်း ဖြစ်အောင် ကြံဆောင်နိုင်သဖြင့် Landpolaroidကင်မရာ

သည် ဖြစ်ပေါ်၍ လာခဲ့ရလေသည်။ ထိုကင်မရာသည် ဟင်နရီလန်း၏ သမီးငယ်ကလေး အလိုရှိသည့်အတိုင်း အပြီးသတ် ဓာတ်ပုံကို ရိုက်ကူး၍ ပေးနိုင်သော ကင်မရာဖြစ်လေသည်။

ပြစ်တင်ဝေဖန်မှုသည် သန့်ရှင်းသော အကြံကောင်းညဏ်ကောင်းများကိုလည်း ကျိုးပဲ့ပျက်စီးအောင် လုပ်ဆောင်နိုင်သည်။ ကျွန်ုပ်၏ “ကိုယ်တိုင်အောင်မြင်ရေးသိပ္ပံ” အမည်ပေးလျက် စာရေးသားပြုစုခြင်းကိုလည်း ပြစ်တင်ဝေဖန်ကြသည်။ ကျွန်ုပ်၏အပေါ်သို့ ပြစ်တင်ဝေဖန်မှုများကို ဒလဟော သွန်လောင်းကြရာ ကျွန်ုပ်မှာ သူတို့၏ ဝေဖန်မှုအောက်၌ နစ်မြုပ်လုဘနန်း ဖြစ်သွားရဖူးသည်။ ဝေဖန်ကြသူများမှာ များသောအားဖြင့် ကျွန်ုပ်၏ အရင်းဆုံး ဆွေမျိုးများပင် ဖြစ်သည်။ ထိုသူတို့၏ ဝေဖန်မှုကို ခံယူရခြင်းမှာ အလွန် ပင်ပန်းလှသည်။ သို့သော်လည်း ကျွန်ုပ်သည် ကျွန်ုပ်၏ လမ်းစဉ်အတိုင်းသာ ဆက်ပြီး သွားခဲ့ပါသည်။ ဤသို့ မိမိလုပ်ငန်းစဉ်အတိုင်း ဆက်လက်၍ လုပ်ကိုင်နိုင်စေသည့် တန်ခိုးအင်အား၏ အကြောင်းကို ကျွန်ုပ်မှာ စကားလုံးများဖြင့် ဖော်ပြနိုင်စွမ်းမရှိပါ။ ထိုအခါက ကျွန်ုပ်သည် ကျွန်ုပ်၏စိတ်ကို ကျွန်ုပ်ရောက်လိုသော ပန်းတိုင်တွင်သာ ထားလိုက်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်၏စိတ်ကို အနှောင့်အယှက် အတားအဆီးများအပေါ်တွင် မထားခဲ့ပါ။

ပထမဦးစွာ ကျွန်ုပ်ရေးသားသည့် လက်တွေ့လုပ်ရန် ‘ကိုယ်တိုင်အောင်မြင်ရေးသိပ္ပံ’ ကို ဖတ်ရှုလိုက်နာကြသူများမှာ ကြွယ်ဝချမ်းသာသူများ ဖြစ်သွားကြပါသည်။ ထိုသူအားလုံးတို့၏ ကြွယ်ဝချမ်းသာမှု ငွေကြေးပမာဏမှာ အင်ဒရူးကာနယ်ဂျီ ကြွယ်ဝချမ်းသာသော ငွေကြေးပမာဏထက်ပင် များပြားပါသည်။ အင်ဒရူးကာနယ်ဂျီမှာ ကမ္ဘာပေါ်တွင် အကြွယ်ဝ အချမ်းသာဆုံးပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်ဖွယ်ရာရှိပါသည်။

အကြံကောင်းညဏ်ကောင်းများကို ပေးနိုင်စွမ်းရှိသည့် အရည်

အချင်းပြည့်ဝသူများ၏ ပြောစကားကို နားထောင်လိုက်နာရန်မှာ ကိစ္စတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ သင်၏ အောင်မြင်ထမြောက်နိုင်စွမ်းရှိနေသော စိတ်၏ ထက်မြက်မှုကို အညွန့်တုံးအောင် ဝေဖန်ပြောဆိုခြင်းကို သင် လက်ခံခွင့်ပြုရန်မှာ တခြားဖြစ်ပါသည်။ အောင်မြင်ရန် ကြိုးစားနေသူဟူသမျှကို ဝေဖန်ပြောဆိုလေ့ရှိသူများထံမှ အလားတူ ဝေဖန်မှုမျိုးများ အထူးသဖြင့် ထွက်ပေါ်၍လာတတ်သည်ကို သတိထားကြရမည် ဖြစ်လေသည်။

ရှုံးနိမ့်ခြင်းသည် အခြားသော ဒုက္ခရုပ်ကြီးများကဲ့သို့ပင် သူနှင့် သဘောသဘာဝချင်း တူညီသော အပေါင်းအဖော်ကို ရှာကြိုခင်မင်တတ်သည်ကိုလည်း သတိပြုကြရပေမည်။ သို့ဖြစ်ရာ ဝေဖန်ခြင်းကြောက်ရွံ့သည့်စိတ်ကို စွန့်ပစ်လိုက်ပြီးလျှင် ရှေ့သို့သာ ဆက်လက်၍ ချီတက်ပါလော့။



၃။ ကျန်းမာရေးဖျက်ပြားမည်ကို ကြောက်ရွံ့ခြင်း

နာမကျန်းမှုအကြောင်းကိုသာ ပြောဆိုတတ်သည့် လူများကို သင်တွေ့ဖူးပါလိမ့်မည်။ ဤလူမျိုးများသည် သူတို့ရရှိသည့် အကျိုးကျေးဇူးအကြောင်းကို ပြောမည့်အစား သူတို့ကိုယ်ခန္ဓာကို ခွဲစိတ်ကုသခံရသည့် အကြောင်းများကိုသာ စီကာပတ်ကုံး ပြောဆိုမည်ဖြစ်လေသည်။ ထိုသူတို့သည် အိပ်ရာမှထ၍ မျက်စိနှစ်လုံး ပွင့်သည်ဆိုလျှင်ပင် သူတို့၏ဆံပင်မှစ၍ အောက်သို့၊ ခြေဖျားမှစ၍ အထက်သို့ လိုက်လံကြည့်ရှုပြီး သူတို့၌ ရောဂါများရှိနေသော အသွင်အပြင် လက္ခဏာများ ရှာဖွေသည့်အလုပ်ကို စတင်ကြသည်။

ထို့နောက် သူတို့ကိုယ်ခန္ဓာတွင် ရောဂါများ စွဲကပ်နေပြီဖြစ်ကြောင်း သေချာသည့် အရိပ်လက္ခဏာများ ရှိနေပုံကို သူတို့၏ မိတ်ဆွေ

များအား ငြီးငွေ့သွားအောင် ပြောပြကြမည်ဖြစ်သည်။ ထိုသူများသည် ထွက်ပေါ်လာသော ဆေးများကို လက်မလွတ်စေဘဲ ဝယ်ယူကြသည်။ ကျန်းမာရေးအတွက်ဆိုပြီး စိတ်ရှူးပေါက်ရာ လျှောက်ပြီး ပြုလုပ်သည့် အလေ့အကျင့်များကိုလည်း သူတို့ လိုက်စားကြသည်။ ဤနှစ်၌ ဤနည်းကို လိုက်နာပြီးလျှင် နောက်နှစ်ကျသောအခါ ဤနည်းမှာ မကောင်းဆိုပြီး အခြားနည်းကို လိုက်နာကြပြန်သည်။ သူတို့သည် (Hypochondriacs) ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် နာမကျန်းဖြစ်လိမ့်မည်ဟူ၍ အစိုးရိမ်ကြီးနေသောသူများသာ ဖြစ်လေသည်။

သူတို့သည် နာမကျန်းမှုကို တွေးခေါ်၍ ကြည့်ကြသည်။ နာမကျန်းမှုကို ကြောက်ရွံ့ကြသည်။ ဤတွင် သူတို့ တွေးခေါ်သည့်အတိုင်း၊ သူတို့ ကြောက်ရွံ့သည့်အတိုင်း သူတို့ထံသို့ ထိုအတွေးအခေါ်နှင့် ကြောက်ရွံ့စိတ်များက နာမကျန်းမှုများကို ခေါ်ဆောင်၍လာလေသည်။ ဤသို့ဖြစ်ခြင်းမှာ သူတို့၏ အပျက်စိတ်ထားမှ ထွက်ပေါ်လာသည့် တန်ခိုးအာနိသင်များကြောင့်ပင်တည်း။

ကျွန်ုပ် လူကြီးဘဝရောက်လာသည်မှစ၍ နှစ်ပေါင်း ၆၀ ကာလအတောအတွင်း၌ ဆေးဆရာဝန်များသည် လူနာများအား ဆေးကုသပေးရာ၌ စိတ်ကြောင့် ကိုယ်ခန္ဓာနာမကျန်းဖြစ်ခြင်း အကြောင်းအရာများကို ပိုမိုအရေးထားပြီး ကုသပေးသည်ကို ကျွန်ုပ် တွေ့ရှိရသည်။ လူသားတို့၏ သမိုင်းစတင်ခဲ့သည့် ကာလဦးမှစ၍ ကျွန်ုပ်တို့၏ ရောဂါဝေဒနာ အားလုံးလောက်ပင် စိတ်ထားမမှန် ငြိမ်းချမ်းမှုမရှိသည့်အတွက် ဖြစ်ပွားပေါ်ပေါက်ခဲ့ရသည်ကို ထင်ရှားစွာ သိမြင်ကြရပြီးဖြစ်ပါသည်။

မိမိတို့၏စိတ်တွင်း၌ တည်ငြိမ်မှုမရှိ ဆန့်ကျင်ဘက်သဘောများ ဖြစ်ပွားခြင်း၊ ကြောက်ရွံ့ခြင်းနှင့် ကိုယ်ခန္ဓာကို တင်းမာစွာ တောင့်ထားခြင်းတို့ကြောင့် ခေါင်းခဲခြင်း၊ အစာမကြေခြင်း၊ အစာအိမ်ရောဂါ

ရခြင်း၊ ဒုလ္လာရောဂါ၊ အမြဲမောပန်းသောရောဂါ၊ အနာပေါက်လျှင် ကု၍
ပျောက်ခဲ့သော ကျောက်ကပ်ရောဂါ၊ သွေးလှည့်ပတ်မှုမမှန်၊ စိတ်အား
တက်ကြွမှုမရှိ၊ ယောက်ျားမပီသ၊ လူစဉ်မမီသောရောဂါ၊ အရေပြားအနာ၊
ပါးစပ်အနာ၊ စအိုဝအနာ၊ အကြောနှင့် ကြွက်သားများ အင်အားချည့်နဲ့
စသည့်စသည့် ရောဂါပေါင်း မြောက်မြားစွာတို့ ပေါ်ပေါက် စွဲကပ်နိုင်
လေသည်။

စိတ်ထားမမှန်သဖြင့် ရရှိနိုင်သော ရောဂါများမှာ ဂယောင်
ချောက်ချား ခြေမကိုင်မိ လက်မကိုင်မိအဖြစ်မျိုးမှ ရူးသွပ်သည်အထိပင်
ဖြစ်လေသည်။ ဖြစ်ပွားပေါ်ပေါက်လာနိုင်သော ရောဂါများကို စာရင်းပြု
လုပ်ရလျှင် ပြီးဆုံးနိုင်ဖွယ်ရာပင် မရှိတော့ပေ။ သို့ဖြစ်ရာ သင့်အတွက်
ကျန်းမာရေးကောင်းမွန်စေရန် ဆောင်ပုဒ်တစ်ခုမှာ ဤသို့ဖြစ်ပါစေ။ “မိမိ
နာမကျန်းဖြစ်သည့် ရုပ်ပုံကို စိတ်ကူးကြည့်မြင်ခြင်း မရှိပါစေနှင့်”။
စိတ်သည် အားလုံးသော ထင်မြင်ယုံကြည်ချက်များကို တူညီသည့်
အကောင်အထည်အဖြစ်သို့ ခြပ်ပြောင်းလဲ၍ ပေးတတ်သောသဘော
ရှိလေသည်။

သို့ဖြစ်လေရာ မိမိတို့သည် ဦးခေါင်းပေါ်မှ ခြေဖျားအထိ၊ ခြေဖျားမှ
ဦးခေါင်းအထိ ကျန်းမာသန်စွမ်းသူအဖြစ်နှင့် ကျန်းမာခြင်း၏ အရသာကို
ခံစားနိုင်သူဟူ၍ ထင်မြင်ယုံကြည်နေရန်မှတစ်ပါး အခြား မနှစ်မြို့ဖွယ်ရာ
များကို အဘယ်ကြောင့် ထင်မြင်စိတ်ကူး ကြည့်နေရပါမည်နည်း။

အကယ်၍ သင့်၌ ရောဂါဝေဒနာတစ်မျိုးမျိုး သို့မဟုတ် ထိခိုက်
နာကျင်မှုတစ်ခုခု ရရှိခဲ့ပါလျှင်လည်း ဤရောဂါဝေဒနာကို ငါ နိုင်နင်းစွာ
ကုသနိုင်မည်၊ ဤရောဂါသည် ခဏမျှသာ ဖြစ်ပွားမည်ဟူ၍ စိတ်
အေးချမ်းစွာဖြင့် သိမြင်လိုက်ပါ။ ယုံကြည်အားထားမှု အပြည့်အဝရှိနေ
သော စိတ်သည် အနာရောဂါဖြစ်ပွားခြင်း၏ ဟိုဘက်သို့ ကျော်လွန်ပြီး

အနာရောဂါ ပျောက်ကင်းချမ်းသာသည်ဘဝသို့ ရောက်အောင် ကြည့် မြင်နိုင်ပေသည်။ ဤယုံကြည်အားထားမှု စိတ်တွင်းတွင် အနာရောဂါ များကို ပျောက်ကင်းချမ်းသာစေသည့် လွန်စွာကြီးမားသော တန်ခိုး အာနိသင်များ ရှိပေသည်။ ထိုတန်ခိုးအာနိသင်မျိုးကို ဆေးဝါးဖော်စပ် ကုသသော လောကက ပေးနိုင်စွမ်းမရှိပါချေ။ ထိုအချက်သည် စိတ်ထဲမှ ယုံကြည်ချက်ဖြစ်ရာ ထိုယုံကြည်ချက်သည် အကန့်အသတ်မရှိ တန်ခိုး အာနိသင် ကြီးမားလှပေသည်။

ယုံကြည်မှုသည် ရောဂါကုသသူ ပုဂ္ဂိုလ်များအားလုံးတွင် အကြီး ကျယ်ဆုံးဖြစ်သည်။ ယုံကြည်မှုသည် စကြဝဠာတစ်ခုလုံး၏ ဆေး ဖြစ်၏။ ထိုယုံကြည်မှုဆေးဝါးသည် အနာရောဂါကို မလာရောက်အောင် တားဆီး၏။ အနာရောဂါကိုလည်း ကုသ၏။ ပျောက်ကင်းအောင် လည်း ကုသပေးလေသည်။

သင်၏ ကျန်းမာရေးအပေါ်တွင် ကျန်းမာရေး ကောင်းမွန်ခိုင်လုံမှု ရှိနေသည်ဟု ယုံကြည်ပါ။ ထိုအခါ၌ နာမကျန်းမှုမှာ အစာငတ်ပြီး သေဆုံးပျောက်ကွယ်သွားရလေသည်။ သင် စကားပြောဆိုရာတွင် နာမကျန်းမှုအကြောင်း မပါပါစေနှင့်။ သင်၏စိတ်ထဲ၌လည်း နာမကျန်း မှုကို ထည့်တွက်မထားပါနှင့်။ သင်၏စိတ်သည် နာမကျန်းမှု အထင် အမြင်ကို ရှောင်ရှားပါစေ။

ပြီးခဲ့သော အခန်း ၃၊ စာမျက်နှာ ၄၁ ၌ ဖော်ပြခဲ့သည့် 'ခန္ဓာ ကိုယ်ကျန်းမာရေးမင်းသား' ၏ ရုပ်ပုံကို တွေးခေါ်ကြည့်ပြီးလျှင် ထို မင်းသားအပေါ်၌ ယုံကြည်မှုထားရှိလိုက်ပါ။ ထိုမင်းသားသည် လုံးဝ မမြင်ရသော်လည်း သင့်အတွက် ကျန်းမာရေး ကောင်းမွန်ခိုင်လုံစေရန် အမြဲ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပေးလျက် ရှိနေသည်ဟုလည်း စိတ်ကူး ကြည့်ပြီး ယုံကြည်ပါ။

ထို့နောက် နာမကျန်းမှုရှိနေသည်ကို ယုံကြည်နေမှုများ ရပ်တန့် ကွယ်ပျောက်သွားပြီဖြစ်ကြောင်း သေချာခိုင်လုံစေရန်အတွက် သင်၏ ဆေးဝါးအမျိုးမျိုးပါသည့် ဆေးသေတ္တာကို ရေမြောင်းထဲ သွန်ကြိုပစ် လိုက်ပါလော့။ နာမကျန်းဖြစ်မည်ကို ကြောက်ရွံ့သည့်စိတ်ကို မောင်း ထုတ်လိုက်ပြီးလျှင် ရှေ့သို့သာ ဆက်၍ ချီတက်ပါလော့။



၄။ ချစ်ခင်မှု ဆုံးရှုံးပျက်ပြားရမည်ကို ကြောက်ရွံ့မှု

ချစ်ခြင်းမေတ္တာဆိုသည်မှာ ငြိမ်းချမ်းသောစိတ်ထားနှင့် တစ်ဦး၏လက်ကို တစ်ဦးကိုင်ဆွဲပြီး လမ်းလျှောက်မြဲဖြစ်ပါသည်။ စစ်မှန်သော မေတ္တာနှင့် တစ်ဦးကိုတစ်ဦး ချစ်ခင်ကြသူ ဇနီးမောင်နှံတို့မှာ ချစ်ခြင်း မေတ္တာဆိုသည်မှာ ဤကမ္ဘာပေါ်တွင် ပျော်ရွှင်မှုအလင်းရောင်ကြီးပါ တကားဟု ခဏခဏ သိမြင်သဘောပေါက်လေ့ ရှိကြပါသည်။

သူတို့သည် တစ်ဦးအား တစ်ဦးက အပြန်အလှန် ပိုင်ဆိုင်ကြပါ သည်ဟု ကျွန်ုပ်တို့ ပြောလေ့ရှိကြသကဲ့သို့ပင် များစွာသော နေရာတို့ တွင် တစ်ဦးအား တစ်ဦးက ပိုင်ဆိုင်ကြပါသည်။ သို့ရာတွင် ဤပြော ဆိုချက်၏ ဟိုမှာဘက်သို့ရောက်အောင် ကြည့်ရှုပါလျှင် ပိုင်ဆိုင်ခြင်း ဆိုသည်မှာ တစ်ကိုယ်ကောင်းစိတ်ထားနှင့် ပိုင်စိုးခြင်းမဟုတ်ပါ။

တစ်ဦးသောသူသည် အခြားသူတစ်ဦးအား တကယ်မှန်ကန်သော ချစ်ခြင်းမေတ္တာ ထားရှိပါလျှင် ထိုသူသည် မိမိချစ်သူအား မနာလို ဝန်တိုခြင်းတည်းဟူသော သံကြီးဖြင့် ချည်နှောင်၍ထားမည် မဟုတ်ပေ။ မနာလိုဝန်တိုခြင်းသည် ကြောက်ရွံ့ခြင်းပင်ဖြစ်ပါသည်။ တစ်နည်း ဆိုသော် 'ချစ်ခင်မှု ဆုံးရှုံးပျက်ပြားရမည်ကို ကြောက်ရွံ့ခြင်း' ပင်တည်း။ စစ်မှန်သော ချစ်ခြင်းမေတ္တာတွင် 'အကြောက်' ဟူ၍ မရှိပါပေ။ တစ်

နည်းအားဖြင့် ဆိုရပါမူ ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို တောင်းဆိုယူခြင်းဖြင့် မရနိုင်ပါ။ ချစ်ခြင်းမေတ္တာဆိုသည်မှာ ထိုအရာကို မိမိက ပေးအပ်ခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။ ပေးအပ်ခြင်း ရပ်ဆိုင်းသွားခဲ့သော် ချစ်ခြင်းမေတ္တာသည် တည်နေနိုင်စွမ်း မရှိတော့ပါပေ။

ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို အဆုံးသတ်ရခြင်းမှာ နှစ်လိုဖွယ်ရာ မဟုတ်ပါ။ မိမိတို့လိုအင်ဆန္ဒနှင့် ဆန့်ကျင်သော အကြောင်းကိစ္စရပ်များ ပေါ်ပေါက်လာခြင်းသည် နှစ်လိုဖွယ်ရာ မဟုတ်ပါ။ သို့ရာတွင် လူအများ ပြုလေ့ပြုထရှိသကဲ့သို့ပင် မိမိတို့လိုအင်ဆန္ဒနှင့် ဆန့်ကျင်သော ကိစ္စရပ်များ ဖြစ်ပေါ်လာခဲ့သော် ဆိုသောစိတ်နှင့် တင်ကြို၍ ကြောက်ရွံ့နေခြင်းသည် မိမိတို့အား ထိခိုက်နစ်နာစေပါသည်။ မသေမီအချိန်က တင်ကြိုပြီး သေရမည်ကို ကြောက်ရွံ့နေခြင်းနှင့် တူညီနေပေသည်။

တစ်စုံတစ်ယောက်သောသူ၏ တစ်စုံတစ်ခုသောအပေါ်၌ ထားရှိသော ချစ်ခြင်းမေတ္တာသည် ဆုံးပါးသွားနိုင်ပါသည်။ သို့ရာတွင် ထိုသူ၏ ကိုယ်ပိုင်ချစ်ခြင်းမေတ္တာဓာတ်သည် မည်သည့်အခါမျှ ဆုံးပါးသွားနိုင်ခြင်း မရှိပါ။ ချစ်ခြင်းမေတ္တာ၏ အတိုင်းအတာပမာဏသည် သူ၏ နှလုံးသားခုန်သည်နှင့်အတူ အမြဲရှိနေပါသည်။ ထိုချစ်ခြင်းမေတ္တာသည် အခြားသော ချစ်စရာနှင့် မေတ္တာထားစရာကို ရှာဖွေပါသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ တစ်စုံတစ်ယောက်အပေါ်၌ ထားရှိသော ချစ်ခြင်းမေတ္တာဓာတ်ကို အမြဲပင် ဒြပ်ပြောင်းပြီးလျှင် အခြားသူတစ်ဦးအပေါ်သို့ ပြောင်းရွှေ့ယူနိုင်ခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

ချစ်ခြင်းမေတ္တာထားစရာသည် နောက်တစ်နေရာ၌လည်း ရှိကြောင်း သိရှိပါ။ ထို့ပြင် ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို ဒြပ်ပြောင်း၍ ယူလိုက်သောအခါတွင် ဤလောကကြီး၏ ကြီးစွာသော အောင်မြင်မှုနှင့် အကျိုးပြုမှုများကို ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်ကြောင်းကိုလည်း သိရှိရပါမည်။ ချားလ်စ်

ဒစ်ကင် (ကမ္ဘာကျော် အင်္ဂလိပ်စာရေးဆရာကြီး) ၏ ပထမ တွေ့ကြုံရသော ချစ်ခြင်းမေတ္တာမှာ ကြီးစွာသော ဒုက္ခရပ်များနှင့် အဆုံးသတ်ခဲ့ရပါသည်။ သူ၏ဇနီးမှာ သူ၏ချစ်ခြင်းမေတ္တာနှင့် တူညီသော တုံ့ပြန်မှုကို သူ့အား မပေးသည်ကို သိရှိရသောအခါတွင် သူသည် ကြီးစွာ ဒုက္ခရောက်ခဲ့ရသည်။ သို့ရာတွင် သူသည် သူ၏ ချစ်ခြင်းမေတ္တာ အင်အားကို ခြပ်ပြောင်းယူပြီးလျှင် စာများကို ကြိုးစား၍ ရေးသားခဲ့ပေသည်။ သူရေးသည့် 'ဒေးဗစ်ကော့ပါးဖီးလ်' ဝတ္ထုမှာ သူ၏ ကြေမုနနေသော အသည်းအတွင်းမှ ထွက်ပေါ်လာသော အလွန်ကျော်ကြားသည့် စာအုပ်ဖြစ်လေသည်။

ရက်ရက်ရောရော ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို ထားရှိပါ။ အစွမ်းကုန် ချစ်ခြင်းမေတ္တာ သက်ဝင်ပါ။ သစ္စာရှိရှိ ချစ်ခင်ပါ။ ချစ်ခြင်းမေတ္တာ ဆိုသည်မှာ သင်က ထိုအရာအား ပိုင်စိုးနေပါလျှင် ကောင်းမွန်စေရေးအတွက် ကြီးစွာသော တန်ခိုးအင်အားပင် ဖြစ်ပေသည်။ သို့ရာတွင် ထိုအရာက သင့်အား ပိုင်စိုးသွားပါလျှင် ထိုချစ်ခြင်းမေတ္တာသည် သင့်အား ဖျက်ဆီးပစ်နိုင်လေသည်။

လူ၏ စိတ်လှုပ်ရှားမှုအားလုံးတို့တွင် အမြင့်ဆုံးဖြစ်သည့် ဤချစ်ခြင်းမေတ္တာစိတ်အပေါ်တွင် ကျွန်ုပ်သည် အပြစ်ချည်းမြင်သော သဘောနှင့် ပြောကြားနေသည်ဟု ထင်မှတ်နေပါသလား။ မဟုတ်ပါ။ ကျွန်ုပ်သည် ယခု ရေးသားနေသော စာအုပ်၏ ရည်ရွယ်ချက်များအတိုင်း ဖြစ်ပေါ်စေရန်နှင့် လောက၏ သင်ခန်းစာများကို သင့်အား ပြောကြားနေခြင်းသာလျှင် ဖြစ်ပါသည်။ မည်သည့်ကြောက်ရွံ့မှုမဆို ထိုစိတ်သည် သင့်အား ကိုင်တွယ်ပြီး နောက်ပြန်ဆုတ်အောင် ပြုလုပ်မည်ဖြစ်သည့်ပြင် သင့်အား နစ်နာစေမှုကိုလည်း ဖြစ်စေပါသည်။

သို့ဖြစ်ရာ ချစ်ခင်မှု ဆုံးရှုံးပျက်ပြားရမည်ကို ကြောက်ရွံ့နေ

သောစိတ်ကို စွန့်ပစ်လိုက်ပြီးလျှင် ရှေ့သို့သာ ချီတက်ပါလော့။



၅။ လွတ်လပ်မှု ဆုံးရှုံးရမည်ကို ကြောက်ရွံ့ခြင်း

ကျွန်ုပ်သည် မကြာမြင့်မီအချိန်အတောအတွင်းက လူတစ်ယောက်၏ အကြောင်းအရာကို ဖတ်ရှုရသည်။ ထိုသူမှာ အပြစ်ဒဏ်ကြောင့် ထောင်ကျပြီးမှ လွတ်မြောက်လာသူ ဖြစ်သည်။ သူသည် အပြစ်ဒဏ်ကို ခံခဲ့ရသည့် ထောင်ထွက်တစ်ဦးဖြစ်ကြောင်း ရိုးသားစွာပင် ဝန်ခံသည့်အတွက် အလုပ်အကိုင်ရရှိနိုင်ရန် ခက်ခဲလျက် ရှိနေရ၏။ ထို့ပြင် သူသည် သူ့အိမ်သူအိမ်သားများ၏ သူ့အပေါ်တွင် ယုံကြည်မှု ကင်းနေသည့်အတွက် အိမ်သို့ပြန်ရန် အချိန်အတော်ကြာသည်အထိ ခက်ခဲနေရရှာသေးသည်။ သို့ရာတွင် သူ၏စိတ်တွင်း၌မူ သူသည် ရှေးကနှင့်မတူ၊ အကျင့်စာရိတ္တများ ပြောင်းလဲသွားပြီဖြစ်ကြောင်းကို သူကိုယ်တိုင် သိရှိပြီးဖြစ်လေသည်။ သို့နှင့် သူသည် အေးချမ်းငြိမ်သက်စွာ စွဲမြဲသော စိတ်နှင့် ကြိုးစားခဲ့ရာ ရိုးသားစွာ လုပ်ကိုင်စားသောက်နေသူများ၏ လောကအတွင်းသို့ ပြန်လည်ဝင်ရောက်ပြီး သူ့အတွက် နေရာတစ်ခုကို ရရှိသွားပါသည်။

မိမိ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းခွင့်အတွက် အလုပ်အကိုင်၊ အိမ်သူအိမ်သားများနှင့် မိမိနေထိုင်ရန်အိမ်ကို ပြန်လည်ရရှိခြင်းအတွက် ကျေးဇူးတင်ကြောင်းကို ထိုသူက ထုတ်ဖော်ပြောဆိုလေသည်။

“သို့သော်လည်း ဒီလိုအကျိုးကျေးဇူးအားလုံး ရရှိခြင်းရဲ့ အခြေခံအကြောင်းရင်းကတော့ ကျွန်တော် လွတ်မြောက်မှုကို ရလို့ပါပဲ” ဟု ထိုသူက ထုတ်ဖော်ပြောဆိုလေသည်။

ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ လွတ်လပ်ခြင်းအကြောင်းကို ကျွန်ုပ် ပြောဆို

ရာ၌ ပုဂ္ဂလိက အခြေခံလွတ်လပ်ခြင်းအကြောင်းကိုသာ ကျွန်ုပ် ပြောဆိုခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ကိုယ်ခန္ဓာအားဖြင့် မိမိလုပ်လိုရာ လုပ်ခွင့်ရှိသော လွတ်လပ်ခြင်းကား မဟုတ်ပါ။ အကယ်၍သာ ကျွန်ုပ်တို့ တစ်ဦးစီ လုပ်ချင်ရာလုပ်နိုင်ခွင့်ရှိသည့် လုံးဝလွတ်လပ်ရေးမျိုးကို ရရှိခဲ့ပါလျှင် ကျွန်ုပ်တို့တစ်တွေမှာ လူယဉ်ကျေးများ မဟုတ်တော့ဘဲ အကွပ်မရှိသည့် ကြမ်း ပရမ်းပတာကဲ့သို့ ဖြစ်ကြပေလိမ့်မည်။ ငြိမ်းချမ်းသောစိတ်ကို ရရှိရန် အကြောင်းအရာများတွင် ကျွန်ုပ်တို့ မျက်မှောက်လောက၏ ဥပဒေ စည်းမျဉ်းများ၊ ဓလေ့ထုံးစံများနှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်း၏ စည်းကမ်းများ အရ လိုက်လျောညီထွေနေထိုင်ရန်ဆိုသော အချက်များလည်း ပါဝင်ပါသည်။ ထို့ပြင် ယာယီသဘောအားဖြင့် လွတ်လပ်မှု ဆုံးပါးနေခြင်း အတွက်လည်း စိတ်မပျက်ဘဲ တစ်ဖက်စောင်းနင်းစိတ်ထားမျိုး မဖြစ်ပွားအောင် မိမိစိတ်ကို ထိန်းသိမ်းရန်လည်း လိုပေသည်။

မကြာမြင့်မီအချိန်အတောအတွင်းက ကျွန်ုပ်သည် ကျွန်ုပ် လုပ်လိုရာကို မလုပ်နိုင်အောင် ယာယီမျှ လွတ်လပ်မှု ဆုံးပါးခဲ့ရပါသည်။ ကျွန်ုပ်အား စောင့်ရှောက်လျက်ရှိနေသော ကိုယ်ခန္ဓာကျန်းမာမှုခိုင်လုံရေး မင်းသားအား လှည့်စားပြီး တိတ်တခိုးနှင့် ကျွန်ုပ်၏ ကိုယ်ခန္ဓာအတွင်းသို့ ဝင်လာသော တုပ်ကွေးရောဂါကြောင့် ကျွန်ုပ်မှာ အိပ်ရာထဲတွင် သုံးရက် နေရပါသည်။

ကျွန်ုပ်၏ အလုပ်အစီအစဉ်များအတိုင်း ကျွန်ုပ် ဆောင်ရွက်နိုင်ခွင့် လွတ်လပ်မှု ဆုံးရှုံးရသဖြင့် ကျွန်ုပ် စိတ်တိုစိတ်ဆိုး ဖြစ်လာနိုင်ပါသည်။ သို့ရာတွင် ဤသို့ စိတ်တိုခြင်း၊ စိတ်ဆိုးခြင်း ဖြစ်ခဲ့ပါလျှင် ကျွန်ုပ်မှာ ကျွန်ုပ်၏ လွတ်လပ်ခွင့် ဆုံးရှုံးရမည်သာ ဖြစ်ပါသည်။ သို့အတွက် ကျွန်ုပ်သည် စိတ်တိုခြင်း၊ စိတ်ဆိုးခြင်း လုံးဝ မဖြစ်စေဘဲ ထိုသုံးရက်တာ အချိန်ကို အေးချမ်းစွာ အနားယူရင်း ဤစာအုပ်ရေးသားရန် အစီအစဉ်

များကို စိတ်ထဲတွင် ရေးဆွဲခဲ့ပါသည်။

“တွေ့ကြုံရသော ဒုက္ခရပ်တိုင်းတွင် ထိုဒုက္ခနှင့် ညီမျှသော သို့မဟုတ် ထိုဒုက္ခ၏ ပမာဏထက် ကြီးမားသော အကျိုးကျေးဇူးကို ဖြစ်ပေါ်စေသည့် မျိုးစေ့သည် ပါရှိမြဲပင် ဖြစ်၏” ဟူ၍ ပြီးခဲ့သောအခန်း ၂ တွင် ကျွန်ုပ် ရေးသားဖော်ပြခဲ့၏။ ဤဥပဒေအတိုင်းပင် ကျွန်ုပ် သုံးရက်တာမျှ နာမကျန်းဖြစ်ရခြင်း ဒုက္ခရပ်တွင် ထိုဒုက္ခထက်ကြီးမား သည့် အကျိုးကျေးဇူးကို ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်သော မျိုးစေ့ပါရှိသည်မှာ မှန် ကန်ကြောင်း တစ်ကြိမ်ထပ်မံ၍ ကျွန်ုပ် အတည်ပြု ပြောဆိုနိုင်ပါသည်။

“အချိန်သည် တန်ဖိုးရှိသည်။ ထိုအချိန်သည် ငွေကြေးကဲ့သို့ မဟုတ်ပေ။ ငွေကြေးသည် ဆုံးပါး၍သွားခဲ့သော် ပြန်လည်၍ အစား ဖြည့်နိုင်သည်။ သို့ရာတွင် ဆုံးပါးသွားသော အချိန်သည် အစားထိုး၍ မရနိုင်တော့ပေ။” သတ်မှတ်ထားသောအချိန်တွင် အတိအကျ ရောက်ရှိ သော်လည်း အလုပ်မစတင်နိုင်ဘဲ ဆိုင်းငံ့၍နေသောအခါတွင်ဖြစ်စေ သို့မဟုတ် လမ်းမကြီးများပေါ်တွင် အသွားအလာ များစွာ ရှုပ်ထွေးလျက် ရှိနေသဖြင့် ရပ်တန့်စောင့်ဆိုင်းနေရသောအခါ၌ဖြစ်စေ လူများစွာတို့ သည် စိုးရိမ်ကြောင့်ကြစိတ်၊ မကျေနပ်စိတ်များ ဖြစ်ပေါ်တတ်လေသည်။ သို့ရာတွင် ထိုအချိန်တွင် မိမိတို့စိတ်ကို စဉ်းစဉ်းစားစားနှင့် အေးအေး ဆေးဆေးထားပြီး နေသင့်၏။ အလွန်အကျွံ စူးစိုက်လုံ့လထုတ်ခြင်း မဟုတ်ဘဲ မိမိတို့စိတ်ကို နှိုးနှိုးကြားကြားနှင့် အေးဆေးသက်သာစွာ နေလိုက်ပါလျှင် စောင့်ဆိုင်းရသော ထိုအချိန်ကလေးအတောအတွင်း ၌ပင် မိမိတို့၌ရှိနေသော ပြဿနာရပ်များအတွက် အဖြေများသည် ပေါ်လာတတ်လေသည်။ မိမိတို့၏အတွင်းစိတ်ကို မေးမြန်းထားချက် များအတွက် ထိုသို့ အေးဆေးသက်သာစွာ နေလိုက်ရသောအချိန်တွင် မိမိတို့၏အတွင်းစိတ်က အဖြေပေးတတ်လေသည်။

ငြိမ်းချမ်းသောစိတ်ဆိုသည်မှာ များစွာ ကြီးကျယ်ခမ်းနားမှု ရှိပေသည်။ ယခုအခါတွင် ခဏအတွင်းက သင် ဖတ်ရှုပြီးခဲ့သော ဆိုရိုး စကားနှင့် ငြိမ်းချမ်းစိတ်ကို ဆက်စပ်၍ ကြည့်လိုက်စမ်းပါ။ ထိုဆိုရိုး စကားမှာ “အချိန်သည် တန်ဖိုးရှိသည်။ ထိုအချိန်သည် ငွေကြေးကဲ့သို့ မဟုတ်ပေ။ ငွေကြေးသည် ဆုံးပါး၍သွားခဲ့သော် အစားဖြည့်နိုင်သည်။ သို့ရာတွင် ဆုံးပါးသွားသောအချိန်သည် အစားထိုး၍ မရနိုင်တော့ပေ” ဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။ ငြိမ်းချမ်းစိတ်သည် သင်၏ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာစေမှုအတွက် ကြီးစွာသောအကျိုးကို ပြုစေပါသည်။ ထိုငြိမ်းချမ်းစိတ်သည် သင်၏ သက်တမ်းကို ရှည်စေလျက် သင် အသက် အရွယ် ကြီးရင့်လာသောအခါတွင်လည်း ရွှင်လန်းဖျတ်လတ်လျက် ကောင်းကျိုးများကို ရစေနိုင်ပေသည်။ သို့ဖြစ်ရာ ဆုံးပါးသွားသော အချိန်ကို သင် မှန်ကန်စွာ အသုံးပြုခဲ့သော သဘောအားဖြင့်ဆိုရလျှင် သင် ကြီးရင့်လာသောအခါ၌ အစားထိုးနိုင်သည်ဟူ၍ အဓိပ္ပာယ်ရယူနိုင် ပေသည်။

လွတ်လပ်ခြင်းဆိုသောအရာတွင် ငြိမ်းချမ်းစိတ် ပါရှိရမည် ဖြစ်ပါ သည်။ ငြိမ်းချမ်းစိတ်သည် လွတ်လပ်ခြင်း၏ အခြေခံပင် ဖြစ်လေသည်။

လွတ်လပ်ခြင်းဆိုသောအရာသည် များစွာသော ဒေသတို့သို့ လမ်းကြောင်းဖြာလျက် ရှိနေပါသည်။ ကြွယ်ဝချမ်းသာလျက် ရှိနေသူ အချို့တို့သည် ငြိမ်းချမ်းစိတ်မရှိနိုင် ဖြစ်နေရသည်ကို ကျွန်ုပ် သိရှိရပါ သည်။ ငွေကြေးကိုသာ အမြတ်တနိုး စိတ်ဝယ်ထားရှိသူများသည် ငွေ ကြေးကို ရှိခိုးကိုးကွယ်သူများဖြစ်သဖြင့် နောက်ဆုံးတွင် သူတို့သည် သူတို့၏ ပျော်ရွှင်မှုကို ဖျက်ဆီးပစ်ကြလေတော့သည်။ ဤစာအုပ်သည် ကြွယ်ဝချမ်းသာရန်နှင့် ငြိမ်းချမ်းစိတ်ရရှိရန်ကို ညွှန်ပြသည့်စာအုပ် ဖြစ်ကြောင်း သတိရနေကြရန် ဖြစ်ပါသည်။

သို့ဖြစ်ရာ လွတ်လပ်မှုဆုံးရှုံးရမည်ကို ကြောက်ရွံ့နေသည့် စိတ်ထားကို စွန့်ပစ်လိုက်ပြီးလျှင် ရှေ့သို့သာ ချီတက်ပါလော့။



၆။ အသက်ကြီးရင့်သည်ကို ကြောက်ရွံ့ခြင်း

“အရင်တုန်းကတော့ ကျုပ်ဟာ ဘေ့စ်ဘောကစားသမားကောင်းတစ်ယောက်ပေါ့။ အခုတော့ မပြောနဲ့တော့။ တစ်နာရီမှာ တစ်မိုင်နှုန်းကျော်အောင် ပြေးလာတဲ့ဘောလုံးဆိုရင် ကျုပ် မတားဆီးနိုင်တော့ဘူး” ဟူ၍ အသက် ၇၅ နှစ်ရှိ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတစ်ဦးက ညည်းတွားပြောဆိုလေသည်။

အလားတူပြောဆိုခြင်းများသည် အသက်ကြီးရင့်လာခြင်းကို ကြောက်ရွံ့ပါသည်ဆိုသော လေသံများ ဖြစ်လေသည်။ အသက်ကြီးရင့်လာပြီဖြစ်သော ယခုအချိန်တွင် ဆုကောင်းလာဘ်ကောင်းတွေကို ရယူခံစားရမည်ဖြစ်ပါလျက်နှင့် အသက်ကြီးရင့်ခြင်းကို ကြောက်ရွံ့နေသော စိတ်ကြောင့် ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများ၌ ငြိမ်းချမ်းစိတ် မရရှိနိုင် ဖြစ်၍နေရလေသည်။

အသက်ကြီးရင့်ရခြင်းသည် ချို့တဲ့မှုဖြစ်သည်ကား မှန်ပါသည်။ သို့ရာတွင် ထိုချို့တဲ့မှုမှာ ကိုယ်ခန္ဓာလှုပ်ရှားမှုကိစ္စအချို့တွင်သာ ချို့တဲ့ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ သဘာဝတရားသည် တစ်စုံတစ်ခုကို ပြန်လည်၍ ခေါ်ဆောင်သွားခဲ့လျှင် သူယူသွားသော ထိုအရာနှင့် ထပ်တူထပ်မျှ တန်ဖိုးရှိသော အရာတစ်ခုကို အစားထိုး၍ မထားခဲ့သည် မရှိပေ။ သဘာဝတရားသည် နုပျိုခြင်းကို ပြန်လည်၍ ခေါ်ဆောင်သွားသော အခါတွင် ထိုနေရာတွင် အသိပညာရပ်ကို အစားထိုး၍ ထားခဲ့လေသည်။

သက်ကြီးရွယ်ရင့်များ၌ရှိသော အသိပညာနှင့် အတွေ့အကြုံ

ဗဟုသုတမျိုးမှာ ငယ်ရွယ်သူများတွင် မရှိနိုင်ပေ။ အသက်ကြီးရင့်ရခြင်းသည် တစ်ပန်းရှုံးခြင်းပါပဲဟူ၍ သင် မပြောဆိုမိမိအချိန်တွင် ပထမဝါကျကလေးကို သင် ပြန်လည် သတိရလိုက်စေချင်ပါသည်။

“ငါတော့ အသက်လေးဆယ်ကျော်ပြီ၊ ငါးဆယ်ကျော်ပြီ၊ ခုနစ်ဆယ်တောင်ကျော်ပြီ၊ အသက်ကြီးတော့ ချို့တဲ့ကုန်ရပြီ” ဟု ယူဆသော လူများကို မြင်တွေ့ရခြင်းမှာ သနားစရာများပင် ဖြစ်တော့သည်။ ချို့တဲ့မှုဆိုသည်မှာ သူတို့၏စိတ်တွင်း၌ ပေါ်ပေါက်နေခြင်းသာ ဖြစ်လေသည်။ ဤသို့ ထင်မြင်ယူဆခြင်းသည် မိမိတို့ကိုယ်မိမိတို့ သိမ်ငယ်ခြင်းကို သာလျှင် ဖြစ်စေလေသည်။ ထို့ပြင် မိမိတို့၏ အတွေ့အကြုံ ဝါရင့်မှုဖြင့် ရရှိထားသော စဉ်းစားဉာဏ်များအပေါ်တွင် လူငယ်များ၏ စိတ်ကူးချက်များကို လွှမ်းမိုးသွားအောင် လူငယ်များအား အသိပေးလိုက်ခြင်းသာ ဖြစ်လေသည်။

ငယ်ရွယ်နုပျိုသောအရွယ် လွန်မြောက်သဖြင့် ကြီးရင့်လာရခြင်းသည် ရှက်ဖွယ်ရာ၊ ကျက်သရေမရှိဆိုသည့် သဘောမျိုးကို ကြီးရင့်လာသော ပုဂ္ဂိုလ်များ ထားရှိတတ်ကြသည်။ ဦးဆောင်ခြင်း၊ စိတ်ကူးသစ်များ ထားရှိခြင်းနှင့် မိမိကိုယ်မိမိ အားထားယုံကြည်ခြင်း စသည့် ငယ်ရွယ်သူများ၏စိတ်တွင် ပေါ်ပေါက်စေတတ်သည့် အရည်အချင်းမျိုးကို ရရှိရန် ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများ မမျှော်လင့်ဘဲ ရှိနေတတ်ကြသည်။ ငယ်ရွယ်သူများ၏ လှုပ်ရှားဖြူးကြွသည့် ကြွက်သားများ သူတို့တွင် ဆုံးပါးသွားရခြင်းသည် သူတို့၏ ဦးခေါင်းအတွင်း၌ရှိနေသော စိတ်ကူးခြင်း တန်ခိုးများပါ ဆုံးပါးသွားသည့်နယ် သူတို့ ယူဆတတ်ကြသည်။ ဤသို့ဖြစ်စေချင်သည့်စိတ် ရှိလျှင်သာ ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။ အသက်ကြီးရင့်ခြင်းကို ကြောက်ရွံ့မှသာလျှင် ဤသို့ ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။

မကြာမြင့်မီအချိန်အတောအတွင်းက ကျွန်ုပ်သည် မြို့ကြီးအချို့

တွင် အများနှင့်မတူ လုံးဝခြားနားသော သင်ခန်းစာများကို ပို့ချသည့် ကျောင်းများကို ဖွင့်လှစ်ခဲ့ပါသည်။ ထိုကျောင်းများတွင် 'အပြုစိတ်ကူးချက်များ' အကြောင်းအရာ ဝိဇ္ဇာပညာရပ်များကို ကြီးငယ်မဟူ သင်ယူ တတ်မြောက်လျက် အောင်မြင်ခြင်းကိုရရှိရန် မည်သို့မည်ပုံ ဆောင်ရွက်ရမည်ဆိုသည့် သင်ခန်းစာများကို သင်ကြားပေးပါသည်။ ဤသို့ ထူးခြားသော ကိစ္စရပ်များကို ကျွန်ုပ်၏ ယခုအသက်အရွယ်နှင့် ပြုလုပ်ခြင်းသည် 'ခွကျသည်' ဟု ဆိုရတော့မည်လော။ ကြောက်တတ်သောသူနှင့် ပျက်စီးဆုတ်ယုတ်နေသော စိတ်ထားရှိသူများအတွက်သာလျှင် 'ခွကျခြင်း' ဖြစ်ပေလိမ့်မည်။ ဤလုပ်ငန်းရပ်ကို ကျွန်ုပ် ညွှန်ကြားနေရသော အခါတွင် 'ခြေထောက်ဖြင့်လုပ်ရမည့် အလုပ်များ' အတွက် ကျွန်ုပ်သည် သွက်လက်ဖျတ်လတ်သော လူငယ်လူရွယ်များကို ငှားရမ်းနိုင်ပါသည်။

စင်စစ်အားဖြင့် ပြောရလျှင် ကျွန်ုပ်သည် ထိုလုပ်ငန်းရပ်ကို လွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်းလေးဆယ်ကျော်အချိန်က ကျွန်ုပ် လုပ်ကိုင်နိုင်လိမ့်မည် ထက်ပင် ယခု ပိုမို၍ တွင်ကျယ်အောင် လုပ်ဆောင်နိုင်ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ယခုအခါတွင် ကျွန်ုပ်၌ အတွေ့အကြုံ ဗဟုသုတများ ပိုမိုကြွယ်ဝနေသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ တို့ပြင် လွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်းလေးဆယ်ကျော်အချိန်က ကျွန်ုပ်၌ မရှိခဲ့သော ငြိမ်းချမ်းစိတ်ထားများမှာ ယခုအခါတွင် ကျွန်ုပ်၌ နက်နဲစွာ တည်ရှိနေပြီဖြစ်သောကြောင့်ပါတည်း။ လူသားတို့အား သူတို့ဖြစ်လိုသကဲ့သို့ ဖြစ်အောင် စွမ်းဆောင်နိုင်သည့် စိတ်တန်ခိုးအင်အား၏ အကြောင်းခြင်းရာများကို ကျွန်ုပ်သည် ထိုလွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်းလေးဆယ်အချိန်အတွင်းက ကောင်းမွန်ပြည့်စုံအောင် မသိမြင်ခဲ့သေးပါချေ။

လူအိုတစ်ယောက်သည် များစွာသော ကိစ္စရပ်များကို ဆောင်ရွက်နိုင်စွမ်းမရှိ ဖြစ်ရမည်မှာ မလွဲမရှောင်သာတော့ဟု သိရှိသည့် ခံစားချက်မှ

များစွာသောသူတို့သည် အသက်ကြီးရင့်ရခြင်းကို ကြောက်ရွံ့သည့် စိတ်ထား ပေါ်ပေါက်လာရခြင်း ဖြစ်လေသည်။ ဖြစ်ပွားပေါ်ပေါက်လျက် ရှိနေသော ကိစ္စရပ်များစွာကို သင်သည် ပါဝင်ဆောင်ရွက်နိုင်စွမ်းရှိမည် ကားမဟုတ်။ သို့ဖြစ်ရာ အချို့သော လူကြီးများသည် လူငယ်ဟန်ဆောင် လျက် သူနှင့်မဆိုင်သောနေရာတွင် ပါဝင်တတ်ကြရာ ထိုလူကြီးများမှာ အများ၏ ရယ်သွမ်းသွေးခြင်းကိုသာ ရရှိကြပေလိမ့်မည်။

ငယ်ရွယ်နုပျိုသူတို့၏ စိတ်ထားများ သင် ရရှိခံစားနိုင်ရန်အတွက် ကျွန်ုပ် တွေ့ရှိရသည့် နည်းကောင်းတစ်ခုကို သင် အသုံးပြုဖို့ ကျွန်ုပ် ဖိတ်ခေါ်လိုက်ပါသည်။ ကျွန်ုပ် အသုံးပြုသောနည်းမှာ ဤသို့ဖြစ်၏။

နှစ်စဉ် ကျွန်ုပ်၏ မွေးနေ့သို့ ရောက်သောအခါ ကျွန်ုပ်သည် မိမိ၏ အသက်မှ တစ်နှစ် နုတ်လိုက်ပါသည်။ ထိုအခါ၌ ကျွန်ုပ်၏ အသက်မှာ တစ်နှစ် ငယ်သွားပါသည်။ ထိုအသက်အရွယ်တွင်ရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်များ ဤကမ္ဘာအား သိမြင်လျက် လုပ်ကိုင်နေထိုင်ကြသည့် စိတ်ထားအတိုင်း ကျွန်ုပ်သည် အထူး စိတ်ဝင်စားကြည့်ပါသည်။ ယခုအခါတွင် ကျွန်ုပ် သည် နှစ်စဉ် အသက်တစ်နှစ်တစ်နှစ် နုတ်လာသဖြင့် လွန်ခဲ့သော အချိန် ကာလက ကျွန်ုပ်၏အသက် ၂၀ အတွင်းသို့ ကျွန်ုပ် ပြန်လည် ရောက်ရှိ သွားပါပြီ။ သို့ဖြစ်ရာ ထိုစဉ်အခါက ကျွန်ုပ်၏ အသက် ၂၀ ရွယ် စိတ်ထားမျိုးကို ပြန်လည်သိရှိရသည့်ပြင် ယခုခေတ် အသက် ၂၀ ရွယ် လူငယ်များ၏ စိတ်ထားများကိုလည်း သိရှိရသည်။ ဤသို့ ကျွန်ုပ် စိတ်ထားရရှိပြီး စိတ်ဝင်စားကြည့်ရခြင်းအလုပ်မှာ ကျွန်ုပ်အတွက် ယခုခေတ်လူငယ်များထက် တစ်ပန်းသာသွားပါသည်။ အဘယ်ကြောင့် ဆိုသော် ရှေးခေတ်က ကျွန်ုပ် အသက် ၂၀ ရွယ် စိတ်ထားမျိုးနှင့် ယခု ခေတ် အသက် ၂၀ ရွယ် လူငယ်စိတ်ထားမျိုးနှစ်ခုကို တစ်ပြိုင်တည်း ရရှိခံစားကြည့်နိုင်သောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ ဤသို့ စိတ်အာရုံ ခံစား

ကြည့်ရခြင်းမှာ ပျော်ရွှင်ကြည်နူးစရာကောင်းပါသည်။

သင်၏ ကျယ်ပြန့်လှစွာသော အတွေ့အကြုံများကို နက်နက်နဲနဲ စိတ်ဝင်စားကြည့်ပါ။ လူ့လောကီ၏ သဘာဝသဘောတရားများကို ပြန်လည်ဆန်းသစ်လာအောင် လေ့လာကြည့်ပါ။ သင်လက်လှမ်းမီရာ အရပ်၌ အမြဲရှိနေသော အပြုစိတ်ထား အင်အားစုများကို ရှာဖွေလျက် ရယူခံစားပါ။ ဤသို့ပြုလုပ်ခြင်းသည် အသက်ကြီးရင့်ရခြင်း အချိန်သည် သင်၏ အကြီးမြတ်ဆုံးသော အချိန်အခါပင် ဖြစ်လေတော့သည်။ သို့ဖြစ်ရာ အသက်ကြီးရင့်ခြင်းကို ကြောက်ရွံ့သည့်စိတ်ထားများ စွန့်ပယ် လိုက်ပြီးလျှင် ရှေ့သို့သာ ချီတက်ပါလော့။



၇။ သေဆုံးရမည်ကို ကြောက်ရွံ့ခြင်း

ကျွန်ုပ်၏ တစ်သက်တာ အချိန်ကာလတစ်လျှောက်လုံးတွင် ဘာသာရပ်တစ်ခုအတွက် ထိုဘာသာရပ်ကို ကျွန်ုပ်ထက် ပိုမို၍ သိရှိ နားလည်သူဟု ကျွန်ုပ် ယုံကြည်ခြင်း မရှိခဲ့ပါလျှင် မည်သူ၏ ထင်မြင် ယူဆချက်ကိုမျှ ကျွန်ုပ် မေးမြန်းလက်ခံလေ့မရှိပေ။ လူသားများ သေဆုံး ပြီးသောအခါတွင် ဘာဖြစ်လိမ့်မည်ဟူသော ထင်မြင်ယူဆချက် သဘော ထား အများအပြားကို ကျွန်ုပ် တွေ့ရှိကြားသိရဖူးပါသည်။ သို့ရာတွင် ဤဘာသာရပ်ကို သိရှိထားသည့်ပုဂ္ဂိုလ်ကို ကျွန်ုပ် မည်သည့်အခါကမျှ မတွေ့ခဲ့ရဖူးပါ။ သို့ဖြစ်ရာ သေဆုံးပြီးနောက် ဘာဖြစ်ရမည်ဆိုသော အချက်တစ်ခုကို မသိရှိရသည့်အတွက် သေဆုံးရမည်ကို ကျွန်ုပ် ကြောက်ရွံ့ရမည်လော။

ကြောက်စရာမဟုတ်ပါ။ ကျွန်ုပ်ကိုယ်ကျွန်ုပ် ဤသို့ သတိပေး ပါသည်။ ဤလောကတွင် အကြောင်းကိစ္စ နှစ်မျိုးနှစ်စားရှိသည်။ ပထမ

အကြောင်းကိစ္စရပ်မှာ မိမိဖြစ်ချင်သလိုဖြစ်အောင် ထိန်းသိမ်းပြုပြင်၍ ရ၏။ ရှောင်ရှားလိုလျှင်လည်း ဖြစ်၏။ ထိုကိစ္စရပ်ကို ကျွန်ုပ်တို့သည် အာရုံပြုလျက် စိတ်ဝင်စားရမည်ဖြစ်၏။ ဒုတိယဖြစ်သည့် အကြောင်းကိစ္စကိုမူ လူသားများသည် မိမိတို့ဖြစ်ချင်သလိုဖြစ်အောင် ထိန်းသိမ်းပြုပြင်ရန် မတတ်နိုင်ကြချေ။ ဤဒုတိယအမျိုးအစားတွင် သေဆုံးခြင်းသည် ထင်ရှားသော ဥဒါဟရဏ်တစ်ခုပင်ဖြစ်၏။ သို့ဖြစ်လေရာ ကျွန်ုပ်လုပ်နိုင်သည့် အကြောင်းကိစ္စများဖြစ်သည့် ကျန်းမာရေး ကောင်းမွန်ရန်များကို လုပ်ဆောင်မည်ဖြစ်သည်။ မိမိအသက်ကို ရန်ရှာမည့် အကြောင်းအရာကိစ္စများကို ရှောင်ရှားမည်ဖြစ်သည်။ မိမိကိုယ်ခန္ဓာ ကောင်းမွန်တည်မြဲ လုံခြုံရေးအတွက် ကြိုးပမ်းလုပ်ဆောင်မည်ဖြစ်သည်။

သို့ရာတွင် သေဆုံးခြင်းကိစ္စရပ်နှင့် ပတ်သက်၍မူ မိမိတို့ပြုပြင်ပြောင်းလဲမပေးနိုင်သည့် ကိစ္စဖြစ်နေရာ အဘယ်ကြောင့် စိတ်ပူပင်သောက ရောက်နေစရာ ရှိပါတော့သနည်း။

သင် သေဆုံးသွားပြီးနောက်တွင် သင်ပိုင်ဆိုင်သော ပစ္စည်းရပ်များကို သင်၏ ချစ်ခင်သူများလက်သို့သာ ရောက်စေချင်သော စိတ်ထား သင့်၌ ပါရှိသလား။ ဤစိတ်ထားရှိလျှင် သင်တတ်နိုင်သော ကိစ္စရပ်ဖြစ်သဖြင့် သင်သတိထား၍ စိတ်ဝင်စားစွာ စီစဉ်လုပ်ကိုင်နိုင်ပါ၏။

မိမိတို့ အစိုးမရသည့် ကိစ္စရပ်ဖြစ်သည့် သေဆုံးခြင်းအတွက် ငါ သေမည်မဟုတ်ဟူ၍ ကျွန်ုပ်တို့ကိုယ်ကိုယ် ကျွန်ုပ်တို့ လှည့်စား၍ မဖြစ်နိုင်ပေ။ သေဆုံးခြင်းကို မည်သည့်သတ္တဝါမျှ ရှောင်ရှား၍မနေနိုင်။ တွေ့ကြုံကြရမည်သာ ဖြစ်သည်ဆိုသော သဘောတရားကို လက်ကိုင်ထားမိပါလျှင်၊ ကျွန်ုပ်တို့ ဖောက်ထွင်း၍မြင်နိုင်စွမ်းမရှိသော ကန့်လန့်ကာ၏ နောက်ဖေး၌ရှိသည့် သေဆုံးပြီး နောက်ဘဝကို အမှားမှားအယွင်းယွင်း သိရှိရန် မကြိုးစားပါလျှင် သင်သည် သေဆုံးရမည်ကို

ကြောက်ရွံ့နေစရာ မရှိတော့ပေ။ ထိုအခါ၌ သင်၏စိတ်သည် သေဆုံးသောနေရာမှ ရှင်သန်အသက်ဝင်သောဘဝသို့ ရောက်ရှိလာပေလိမ့်မည်။ တွေးဆခြင်းမှ အမှန်တရားကို ရရှိလာပေလိမ့်မည်။ သို့ဖြစ်ရာ သေဆုံးခြင်းကို ကြောက်ရွံ့သော စိတ်ထားများ ဖယ်ရှားပစ်ပြီးလျှင် ရှေ့သို့သာ ချီတက်ပါလော့။

*

သူ့ကိုယ်သူ အလုံးစုံပိုင်ရန် လူသားအား တည်ဆောက်ထားသည်

သတ္တဝါအားလုံးတို့တွင် လူသားတစ်ခုတည်းကိုသာ ပိုင်ဆိုင်မှု တစ်ခုနှင့်အတူ တည်ဆောက်ထားပေသည်။ ထိုပိုင်ဆိုင်မှုမှာ သူ့ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကို သူ စိုးပိုင်ရန်ပင် ဖြစ်လေသည်။ ဤအချက်နှင့်အတူ လူသားအား ကြောက်ရွံ့စေတတ်သော အသိတရားနှင့်အတူ တည်ဆောက်ထားပေးသည်။ အဘယ်ကြောင့် ဤသို့ ကြောက်ရွံ့စေတတ်သော အသိတရားနှင့် တည်ဆောက်ထားရသနည်းဆိုလျှင် ကြောက်သင့်ကြောက်ထိုက်သော အသိဉာဏ်သည် လူသားအား သူ့ကိုယ်သူ အသက်နှင့်ကိုယ် တည်မြဲလျက် ထိခိုက်နာကျင်ခြင်းမှ ကင်းဝေးစေရန်အတွက် ဖြစ်လေသည်။

သစ်တောတစ်ခုအတွင်း၌ လက်နက်မဲ့လူသားသည် ကျားတစ်ကောင်ကို တွေ့ရှိရသောအခါတွင် လူသားသည် ထိုကျားအား ကြောက်ရွံ့စိတ်ကို ဖြစ်ပေါ်စေလေသည်။ ဤကြောက်ရွံ့စိတ်သည် ထိုလူသားအား သူ့ကိုယ်သူ ကျား၏ဘေးရန်မှ ကင်းဝေးအောင် ချက်ချင်း ကြံဆောင်လေတော့သည်။

အလားတူပင် ကျွန်ုပ်တို့သည် ဘေးဥပဒ်များ တွေ့ကြုံစေမည့် အကြောင်းခြင်းရာများအပေါ်တွင် သတိထားရှိကြရသည်။ ဥပမာ မော်

တော်ကားမောင်းသူသည် ဘေးဥပဒ် ကင်းရှင်းစေရန်အတွက် သူ လိုက်
နာရမည့် လုံခြုံဘေးကင်းရေး စည်းမျဉ်းများအတိုင်း သူ့ကားကို မောင်း
နှင်ရမည်ဖြစ်သည်။ ကလေးငယ်တစ်ဦးအား မော်တော်ကားလမ်းကို
ဖြတ်ကူးလျှင် ဘယ်ညာကြည့်ပြီးမှ ဖြတ်ကူးရန် သင်ကြားထားရသည်။

သို့ရာတွင် အထက်ဖော်ပြပါ ကြောက်သင့်ကြောက်ထိုက်သော
အကြောင်းကိစ္စရပ်များအပြင် လူသားသည် သူ့ကိုယ်တိုင် ဖန်ဆင်း
သဖြင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ကြောက်ရွံ့စရာများကို ကြောက်တတ်ခြင်းကား
တခြားတစ်ဘာသာ ဖြစ်လေသည်။

သို့ရာတွင် လူသားသည် သူ့ကိုယ်တိုင် ဖန်ဆင်းပြုလုပ်သည့်
ကြောက်ရွံ့စရာများကိုလည်း လက်ခံနိုင်စွမ်း ရှိသင့်သည့်အကြောင်း
များလည်း ရှိသေးသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သူ့ကိုယ်တိုင် ဖန်
ဆင်းသော ကြောက်ရွံ့စရာများ မရှိခဲ့သော် လူသားသည် ကြီးကျယ်
အံ့ဩဖွယ်ရာ တီထွင်လုပ်ကိုင်မှုများ ဖြစ်ပွားပေါ်ပေါက်လာနိုင်လိမ့်မည်
မဟုတ်ပေ။ သို့ဖြစ်လင့်ကစား စိတ်ပညာရပ်အနေနှင့်သော်လည်းကောင်း၊
ဆင်ခြင်တုံတရားကို လက်ကိုင်ထား၍ သုံးသပ်ခြင်းအားဖြင့်သော်
လည်းကောင်း ကြည့်ရှုလေ့လာကြပါလျှင် လူသားများ၏ ကိုယ်တိုင်
ဖန်ဆင်းပြုလုပ်သဖြင့် စိတ်ထဲတွင် ပေါ်ပေါက်လာရသည့် ကြောက်ရွံ့
စိတ်များသည် ကျန်းမာရေးကို ပျက်ပြားစေပြီး ထိခိုက်နစ်မွန်းမှုကိုသာ
ဖြစ်ပွားပေါ်ပေါက်စေလေသည်။

သင့်ကိုယ်သင် အလုံးစုံ စိုးပိုင်လာသောအခါတွင် အားလုံးသော
ကြောက်ရွံ့စိတ်များစွာမှ သင်သည် လွတ်မြောက်ရလေတော့သည်။
သင်နှင့် ဘဝ၏ ဆက်သွယ်မှု သဘောသဘာဝများကို သင် ကောင်းမွန်
ပြည့်စုံစွာ သိရှိသောအခါတွင် သင်သည် ထိုကြောက်ရွံ့စိတ်များ
ထားရှိနေရန် မလိုတော့ပေ။ ထိုကြောက်ရွံ့စိတ်များကြောင့်လည်း သင့်မှာ

ထိပါးနစ်နာမှုဖြစ်ရန် အကြောင်းမရှိတော့ပေ။

သင်စားမည့် အစားအစာအတွင်းသို့ ဝင်ရောက်လာမည့် အဆိပ်ကို ဖျောက်ဖျက်ပစ်ရန် သင်သည် အပြင်းအထန် လုပ်ကိုင်လိမ့်မည် ဖြစ်သည်။ သို့ဖြစ်ရာ စိတ်၏အဆိပ်ဖြစ်သော ကြောက်ရွံ့ခြင်းကို သူ့အတိုင်း ရှိနေပါစေ။ ကျွန်ုပ်တို့နှင့် မည်သို့မျှ မပတ်သက်ပါစေနှင့်တော့။

ကြောက်ရွံ့စိတ်သည် လူကလုပ်ယူသော မကောင်းဆိုးဝါး၏ လက်နက်ပင် ဖြစ်လေသည်။

မိမိကိုယ်မိမိ အောင်မြင်လိမ့်မည်ဟု ယုံကြည်သောစိတ်သည် လည်း လူကလုပ်ယူသော လက်နက်ပင် ဖြစ်လေသည်။ ထိုယုံကြည်မှု လက်နက်သည် လူကဖန်ဆင်းထားသော မကောင်းဆိုးဝါးကို နိုင်နင်းစွာ ချိုးနှိမ်နိုင်လေသည်။ လူကလုပ်ယူသော ထိုလက်နက်သည် အောင်မြင်မှုဘဝကို တည်ဆောက်လေသည်။

ထိုယုံကြည်မှု၏ စွမ်းအင်သည် ဆိုခဲ့ပြီးသည်တို့ထက်လည်း ပိုပါသေးသည်။ မအောင်မြင်ခြင်းနှင့် ရှုံးနိမ့်ခြင်းဆိုသည်မှာ ခေတ္တခဏမျှသာလျှင် ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် မအောင်မြင်ခြင်းနှင့် ရှုံးနိမ့်ခြင်းဆိုသော အရာများကို မယုံကြည်သူ၏ နောက်တွင် မည်သူမျှ တွန်းလှန် တားဆီး၍ မရနိုင်အောင် အင်အားကြီးမားသည့် စကြဝဠာ၏ စွမ်းအင်သည် ရပ်တည်လျက် ရှိနေလေသည်။ ထိုစွမ်းအင်နှင့် လူသား၏ အောင်မြင်ရန် ယုံကြည်စိတ်မှာ ဆက်သွယ်မှုရှိ၍နေပေသည်။

ယခုတစ်ဖန် ထပ်မံ၍ အမြင့်ဆုံးသော လျှို့ဝှက်ချက်သည် သင့်အား လက်ယပ်၍ ခေါ်ပြန်လေပြီ။ နောက်ဆုံးတွင် ထိုလျှို့ဝှက်ချက်ကို သင့်အား သံသယကင်းသည်အထိ ကျွန်ုပ်က ရေးသားဖော်ပြပေးအပ်သောအခါတွင် ထိုအချက်သည် သင့်အား အံ့ဩသွားစေတော့မည် မဟုတ်ပေ။



အခန်း (၅)

[နပိုလီယန်ဟီးလ်၏ 'ငြိမ်းချမ်းစိတ်နှင့် တိုးတက်ကြွယ်ဝပါ' စာအုပ်တွင် ပါရှိသော အခန်း (၁၄) ကို ဤ အခန်း (၅) နေရာတွင် ရှေးဦးစွာဖော်ပြရန် သင့်လျော်လိမ့်မည်ဟု ယူဆသဖြင့် အခန်း (၅) နှင့် (၁၄) ကို လဲလှယ်လိုက်ပါသည်။]

မြန်မာပြန်သူ

ယုံကြည်ခြင်း၏ ထူးဆန်းသော တန်ခိုးသတ္တိ

ယုံ ကြည်ခြင်း၏ တန်ခိုးအင်အားတွင် အကြီးမြင့်ဆုံးသော လျှို့ဝှက်ချက်သည် တည်ရှိ၍နေပေသည်။ စိတ်တန်ခိုး အခြေခံသဘောတရားများကို ဖွင့်ယူနိုင်သည့်သော့မှာ ယုံကြည်ခြင်းပင် ဖြစ်လေသည်။ ထိုစိတ်တန်ခိုးသည် အထင်နှင့်အမြင် စိတ်ကူးချက်များကို အကောင်အထည်ဖြစ်အောင်၊ အမှန်တကယ် ဖြစ်ပေါ်လာအောင် ပြောင်းလဲပြုလုပ်ပေးပေသည်။

ကျွန်ုပ်တို့ရည်မှန်းသည့် ပန်းတိုင်သို့ ကျွန်ုပ်တို့ ရောက်ရှိနိုင်ကြခြင်းမှာ တန်ခိုးဣဒ္ဓိပါဒ်ကြောင့်ဟု ထင်မှတ်ဖွယ်ရာ ရှိပါသည်။ သို့ရာတွင် ထိုပန်းတိုင်ကို ရောက်ရှိစေရန်အတွက် ကျွန်ုပ်တို့သည် သဘာဝ

ကပေးသော အင်အားစုများကိုသာ သုံးစွဲလုပ်ကိုင်ကြခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသဘာဝကပေးသည့် အင်အားစုများကို လူတိုင်းပင် ရရှိနိုင်ကြပါသည်။

ကျွန်ုပ်တို့အတွင်းသို့ နက်ရှိုင်းစွာ စူးဝင်နေသော ယုံကြည်ချက်သည် ကျွန်ုပ်တို့၏ကိုယ်ခန္ဓာအား အမျိုးမျိုး ပြောင်းလဲမှုများကိုပင် ဖြစ်ပေါ်စေလေသည်။

ငွေကြေးအမြောက်အမြား ရရှိပိုင်ဆိုင်ရန်အတွက် သော့ချက်တည်းဟူသော လုပ်နည်းလုပ်ဟန်မှာ မိမိကိုယ်မိမိ (လိုချင်သည့်အရာကို ရရမည်ဟု ယုံကြည်စိတ်ရှိလာအောင် သွေးဆောင်နှိုးယူသည့်) အော်တိုဆပ်ဂျက်ရှင်းနည်းပင်ဖြစ်၍ ထိုနည်းအားဖြင့် မကြာခဏ အောင်မြင်ထမြောက်သည်ကို တွေ့ရှိကြရသည်။

သင် ဘာကိုအလိုရှိသည်ဟု အတိအကျသိရှိပြီး ထိုအရာအပေါ်တွင် သင်၏စိတ်ကို စူးစိုက်ထားပါ။ ထိုအခါ၌ သင်ရရှိလိုသော အရာ ရှိနေသည့်နေရာသို့ သွားရာလမ်းကို ညွှန်ပြသည့် လမ်းညွှန်တိုင်များကို သင် မြင်တွေ့ရပါလိမ့်မည်။

လူသတ္တဝါတို့၏ တစ်စတစ်စ တရွေ့ရွေ့နှင့် အဆင့်ဆင့် တိုးတက်ဖြစ်ထွန်းလာစေမှု အင်အားစုများကို လူသားသည် ယခုအခါတွင် ထိန်းသိမ်းကွပ်ကဲနိုင်လောက်ပြီ။ သင်သည်လည်း သင်၏ တစ်စစ တရွေ့ရွေ့နှင့် ဖြစ်ထွန်းလာမှုကို ပိုမို၍ ကောင်းမွန်အောင်နှင့် ပိုမို၍ အောင်မြင်ထမြောက်အောင် ထိန်းသိမ်းကွပ်ကဲနိုင်လေသည်။

လူသား၏စိတ်က ဖြစ်ပေါ်လိမ့်မည်၊ ရရှိလိမ့်မည်ဟု ယုံကြည်နိုင်သော မည်သည့်အရာကိုမဆို လူသား၏စိတ်သည် ဖြစ်ပေါ်ရရှိစေနိုင်လေသည်။

ဤစာပိုဒ်ကို တစ်ဖန်ထပ်၍ ကျေးဇူးပြုပြီး ဖြည်းဖြည်းဖတ်လိုက်

ပါဦး။ “လူသား၏စိတ်က ဖြစ်ပေါ်လိမ့်မည်၊ ရရှိလိမ့်မည်ဟု ယုံကြည်နိုင်သော မည်သည့်အရာကိုမဆို လူသား၏စိတ်သည် ဖြစ်ပေါ်ရရှိစေနိုင်လေသည်။”

ဤစာပိုဒ်ကို ဤစာအုပ်၏အစတွင် ကျွန်ုပ် ဖော်ပြရေးသားခဲ့ပါလျှင် ဤစာပိုဒ်၏ ဆိုလိုသော သဘောတရားများမှာ များပြားလွန်းသဖြင့် သင်သည် အစာမကြေနိုင်သည့် သဘောအတိုင်း ချက်ချင်းကောင်းမွန်ညက်ညောစွာ သိရှိသဘောပေါက်နိုင်လိမ့်မည် မဟုတ်ပေ။

သို့ရာတွင် ယခုအခါ၌ သင်သည် အောင်မြင်ခြင်း၊ ရုံးနှိမ့်ခြင်း၊ ဖျော်ရွှင်ခြင်း၊ ဝမ်းနည်းခြင်း၊ စိတ်လှုပ်ရှားခြင်း၊ ငြိမ်းချမ်းစိတ်ရှိခြင်း စသည့် လူသားက သူ့ကိုယ်သူ ပြန်၍ပေးသော ထိုအခြင်းအရာ သဘောသဘာဝ နမူနာပုံစံများကို သိမြင်ဖတ်ရှုရပြီး ဖြစ်သည်။

ယခုအခါတွင် “လူသား၏စိတ်က ဖြစ်ပေါ်လိမ့်မည်၊ ရရှိလိမ့်မည်ဟု ယုံကြည်နိုင်သော မည်သည့်အရာကိုမဆို လူသား၏စိတ်သည် ဖြစ်ပေါ်ရရှိစေနိုင်လေသည်” ဟူသော စာပိုဒ်ကို သင် ဖတ်ရှုရသောအခါ၌ အောင်မြင်ရန် အထင်အမြင်စိတ်သည် တကယ် အကောင်အထည်ပေါ်သော အောင်မြင်ခြင်းအဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲပြုလုပ်ပေးနိုင်သည်အထိ တန်ခိုးရှိရာ ထိုတန်ခိုးကို လူသားများ ပိုင်ဆိုင်နိုင်သည့် အထူးအခွင့်အရေး ရှိသည်ဆိုသော အဓိပ္ပာယ်ဖြစ်ကြောင်း သင် သိပါသည်။ ထိုအချက်သည် အကြီးမြင့်ဆုံးသော လျှို့ဝှက်ချက်ပင် ဖြစ်တော့သည်။

အမှန်တကယ် သင်သည် အကြီးအကျယ် ကြွယ်ဝချမ်းသာလာလိမ့်မည်ဟု နက်ရှိုင်းစွာ ယုံကြည်ပါ။ သင်သည် ထိုအရာကို ရရှိလိမ့်မည်။

အမှန်တကယ် သင်သည် ကျန်းမာရေး ခိုင်လုံကောင်းမွန်လိမ့်မည်ဟု နက်ရှိုင်းစွာ ယုံကြည်ပါ။ သင်သည် ထိုအရာကို ရရှိလိမ့်မည်။

အမှန်တကယ် သင်သည် ငြိမ်းချမ်းစိတ် ရရှိလိမ့်မည်ဟု နက်
ရှိုင်းစွာ ယုံကြည်ပါ။ သင်သည် ထိုအရာကို ရရှိလိမ့်မည်။

အားလုံးသော အံ့ဩဖွယ်ရာ ဟူဟူသမျှတို့သည် ဤနည်းအတိုင်း
ပင် ဖြစ်ရလေတော့သည်။

လူသား၏စိတ်က ဖြစ်ပေါ်လိမ့်မည်၊ ရရှိလိမ့်မည်ဟု ယုံကြည်
နိုင်သော မည်သည့်အရာကိုမဆို လူသား၏စိတ်သည် ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်
လေသည်။ ဤစာပိုဒ်၏ ဤလျှို့ဝှက်ချက်ကို ရှေးလွန်လေပြီးသော
နှစ်ပေါင်းများစွာကပင် သိရှိခဲ့ကြရပြီး ဖြစ်ပါသည်။ ဤလျှို့ဝှက်ချက်
သည် ယခု မျက်မှောက်လောက၏ အောင်မြင်မှု ဟူဟူသမျှကိုလည်း
စိုးမိုးလျက်ပင် ရှိနေပေသည်။ ဤလျှို့ဝှက်ချက်သည် လူသတ္တဝါအား
နက္ခတ်တာရာများ၏ နောက်သို့ လိုက်စေလေသည်။ ဤလျှို့ဝှက်ချက်
သည် နှစ်ပေါင်းမရေမတွက်နိုင်အောင် ကြာမြင့်ခဲ့ပြီဖြစ်သော အချိန်ကပင်
တည်ရှိခဲ့သော လျှို့ဝှက်ချက်ပင် ဖြစ်လေသည်။

*

ယုံကြည်ခြင်းဆိုသည်မှာ ဘာကိုဆိုလိုပါသနည်း

“လိုချင်တောင့်တရုံဖြင့် အကောင်အထည်ပေါ်မည်မဟုတ်”
ဟူသော ဆိုရိုးစကား ရှိသည်။ ဤစကားမှန်၏။ ဤစကားအရ လိုချင်
တောင့်တခြင်းသည် ယုံကြည်ခြင်းမဟုတ်ကြောင်း သိသာနိုင်သည်။

တောင့်တသောဆန္ဒသည် စိတ်၏အပေါ်ယံ၌ ပေါ်လာသောအရာ
ဖြစ်သည်။ သင်အလိုရှိသလို တောင့်တနိုင်ပါသည်။ “ဒေါ်လာတစ်သန်း
လောက် ငါ့ရင်ခွင်ထဲ ကျလာစေချင်သည်”၊ “ငါ့လက်နှစ်ဖက် အတောင်ပံ
ဖြစ်ပြီး ငါ မိုးပေါ်ပျံတက်ချင်သည်” လိုချင်သောဆန္ဒကို မည်သည့်
သဘာဝအင်အားစုကမျှ အကန့်အသတ်ထားပြီး မဟန့်တားပေ။ ဤ

နေရာတွင် လိုချင်တောင့်တသောဆန္ဒနှင့် ယုံကြည်ချက်မှာ မူရင်းသဘော အားဖြင့် ခြားနားမှုမရှိပေ။

သို့ရာတွင် ဆန္ဒနှင့် ယုံကြည်မှု ကွဲပြားခြင်းမှာ ယုံကြည်ခြင်းသည် စိတ်ဓာတ်၏ နက်ရှိုင်းသောနေရာတွင် ဖန်ဆင်း၍ ယူရခြင်းဖြစ်၍ ဆန္ဒမှာ စိတ်၏အပေါ်ယံတွင် ဖြစ်ပေါ်ခြင်းဖြစ်လေသည်။ ယုံကြည်ခြင်းသည် သင်၏ တစ်စိတ်တစ်ဒေသပင် ဖြစ်လေသည်။ သို့ဖြစ်ခြင်းကြောင့် အမှန် တကယ် လေးနက်ခိုင်မြဲစွာ ယုံကြည်မှုသည် လူသား၏ ခန္ဓာကိုယ် အတွင်းရှိ ဂလင်းအကျိတ်များမှ ယိုစိမ့်ထွက်ပေါ်လာသော အရည်များကို အပြောင်းအလဲဖြစ်စေနိုင်ခြင်း၊ ခန္ဓာကိုယ်တွင်း သွေးသွားလာမှုကို အပြောင်းအလဲဖြစ်စေနိုင်ခြင်းနှင့် ဆေးသိပ္ပံပညာရပ်က ရှင်းမပြနိုင်သော ခန္ဓာကိုယ်တွင်း အပြောင်းအလဲများကိုလည်း ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်လေသည်။

ထို့ပြင် သင့်စိတ်ဓာတ်၏ နက်ရှိုင်းသောနေရာတွင်ရှိသော ယုံ ကြည်ခြင်းမှ လွင့်ထုတ်လိုက်သည့် အမျိုးအမည်အားဖြင့် မသိရသော ဓာတ်လှိုင်းများသည် အခြားသူတစ်ဦး၏ စိတ်ဓာတ်အတွင်းသို့ နက် ရှိုင်းစွာ ဝင်ရောက်ပြီး တန်ခိုးကိုလည်း ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်လေသည်။

ယုံကြည်ခြင်းသည် ဆန္ဒထက် ပိုမိုပြီး အင်အားကြီးမားသဖြင့် ကြာရှည် ရှင်သန်နိုင်လေသည်။ ယုံကြည်ချက်သည် ဘာသာတရားကို ဖြစ်ပေါ်စေလေသည်။ ယုံကြည်ချက်သည် လူမျိုးကြီးများကို ဖြစ်ပေါ် စေလေသည်။ မည်သည့် ကြီးကျယ်ခမ်းနားသော အောင်မြင်မှုများ၏ နောက်၌မဆို ယုံကြည်ချက်သည် တည်ရှိနေပေသည်။

ယုံကြည်ချက်သည် သင်၏ တစ်စိတ်တစ်ဒေသပင်ဖြစ်၏ဟု ကျွန်ုပ် ထပ်၍ဆိုပါသည်။ ထို့ကြောင့် သင် ယုံကြည်သည့်အတိုင်း သင် အောင်မြင်နိုင်ခြင်း ဖြစ်လေသည်။ ထိုမျှမကသေး ကြီးစွာသော ယုံကြည် ချက်သည် သင် အသက်ရှင်နေသကဲ့သို့ပင် ဆက်လက်၍ အချိန်ရှိသမျှ

ကာလပတ်လုံး ယုံကြည်နေသောအရာပင် ဖြစ်လေသတည်း။

*

အသိစိတ်နှင့် အတွင်းစိတ်

အသိစိတ်ဆိုသည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့ စဉ်းစားခြင်း၊ တွေးခေါ်သိမြင်ခြင်း ဖြစ်၏။ ဥပမာ သင် ဖိနပ်စီးချင်သည်၊ ရေဒီယိုကိုဖွင့်၍ နားထောင်ချင်သည်။ ထိုသို့ အသိစိတ်က လိုချင်ခြင်း ဖြစ်ပေါ်လာသောအခါတွင် ဖိနပ်စီးသည်၊ ရေဒီယိုကိုဖွင့်၍ နားထောင်သည်။

ဤသို့ အသိစိတ်က လုပ်ကိုင်လိုချင်ခြင်း ဖြစ်ပေါ်လာသော အခါတွင် သင်သည် ဖိနပ်မစီးဘဲနေရန်၊ ရေဒီယိုကိုဖွင့်၍ နားမထောင်ဘဲ နေရန် အကြောင်းမရှိသလောက်ပင် ဖြစ်၏။ သို့ရာတွင် ရေဒီယိုကို ဖွင့်၍ နားမထောင်ဘဲနေရန် အကြောင်းရှိသည်ဟု ဆိုကြပါစို့။ ထိုအကြောင်းမှာ သင်၏ အစိုးရသည် ဖိနှိပ်ချုပ်ချယ်သော အစိုးရ ဖြစ်ခဲ့လျှင် မည်သည့်နိုင်ငံမှလွှင့်သော ရေဒီယိုအသံများကို နားမထောင်ရ၊ နားထောင်ခဲ့သော် အပြစ်ဒဏ်ပေးခြင်းခံရမည်ဟု ဥပဒေစည်းမျဉ်းဖြင့် ပိတ်ပင်ထားသောအခါ ထိုအချိန်တွင် ထိုနိုင်ငံခြားမှ ရေဒီယိုအသံလွှင့်ချက်ကို သင် နားထောင်ချင်သောစိတ် ပေါ်ပေါက်လာသောအခါ၌ ဖြစ်ပေါ်၍လာရလေသည်။ ထိုရေဒီယိုအသံလွှင့်ချက်ကို နားထောင်သူများအား စုံထောက်နေသူ ရှိနေသည်ဟု သင့်စိတ်၌ သင်္ကာမကင်း ရှိနေသောအခါတွင် သင်သည် ရေဒီယိုအသံလွှင့်ချက်ကို ဘေးရန်ကင်းရှင်းစွာ နားထောင်နိုင်ခွင့် မရှိတော့ပေ။

ထိုအခါတွင် ပိတ်ပင်ထားခြင်းခံရသော ရေဒီယိုအသံလွှင့်ချက်ကို နားထောင်နိုင်ရန် သင်သည် ရေဒီယိုလုတ်ကို သင့်လက်ဖြင့် လှမ်း၍ ဖွင့်မည်လော၊ မဖွင့်ဘဲ နေမည်လော။ ဤအခါ၌ ရေဒီယိုကိုဖွင့်ရန်၊

မဖွင့်ရန်ဆိုသောကိစ္စမှာ သင်၏ အတွင်းစိတ်အပေါ်တွင် များစွာ တည်နေပေတော့သည်။

ထိုအခါ၌ သင် ဆုံးဖြတ်ရန်မှာ သင်၏ အသိစိတ်အပေါ်တွင် တည်နေခြင်းထက် သင်၏ အတွင်းစိတ်အပေါ်တွင်သာ များစွာ တည်နေပေသည်။ (အတွင်းစိတ်ကို မသိစိတ်ဟုလည်း ခေါ်ဆိုကြပါသည်။ မြန်မာပြန်သူ) ထိုအချိန်တွင် သင်၏ စိတ်နေစိတ်ထားသည် ရဲစွမ်းသတ္တိရှိရန်၊ သို့မဟုတ် ကြောက်ရွံ့ရန်မှာ သင်၏ အတွင်းစိတ်၏အတွင်းနက်ရှိုင်းသောနေရာတွင် တည်ရှိနေပေသည်။

သို့ဖြစ်ရာ သင်၏ အတွင်းစိတ်သည် သင် မသိအောင် သင်၏ အသိစိတ်ကို အမိန့်ပေးလိမ့်မည် ဖြစ်သည်။ ထိုအခါတွင် သင်၏ အသိစိတ်တွင် သင်သိသော စဉ်းစားချက်သည် ပေါ်ပေါက်၍လာရလေသည်။

“မလုပ်နဲ့... မင်း ထောင်ထဲရောက်သွားလိမ့်မယ်”

သို့မဟုတ်

“ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ငါနားထောင်ချင်တာကို နားထောင်မှာပဲ။ ငါ့လွတ်လပ်ခွင့်ကို ဂရုမထားဘဲ အရဲစွန့်လိုက်မယ်”

သို့မဟုတ်

“ငါ့အိမ်အပေါ်ထပ်က ဟိုဆူဆူညံညံ လုပ်တတ်တဲ့လူ ရှိမရှိ ငါဦးဆုံး စုံစမ်းကြည့်လိုက်ဦးမယ်။ ဒီလူမရှိရင် ငါ ရေဒီယိုကိုဖွင့်မှာပဲ” စသည်ဖြင့် ဆင်ခြေရာတတ်လေသည်။

နောက်တစ်ဆင့်တက်၍ စဉ်းစားကြည့်ပါဦး။ “ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ဒီနေ့ည ကိုးနာရီကျရင်တော့ ငါ ရေဒီယိုကို ဖွင့်ကိုဖွင့်မယ်” ဟုလည်း သင်၏ အသိစိတ်က ပြောနိုင်၏။ သို့ရာတွင် သင်၏ အသိစိတ်က ပြောခြင်းမှာ မိမိ ပြုလုပ်လိုသော ဆန္ဒသာလျှင် ဖြစ်၏။ မိမိ၏ တကယ်ယုံကြည်စိတ်နှင့်ပြောခြင်းကား မဟုတ်ဘဲ ဖြစ်နိုင်၏။ ထိုအခါတွင်

အချိန်ရှိသမျှ ကာလပတ်လုံး သင်၏ အတွင်းစိတ်၌ ကြောက်ရွံ့စိတ်တွေ ကိန်းအောင်းနေမည်ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် ထိုကြောက်ရွံ့စိတ်ရှိနေသော အတွင်းစိတ်သည် ရေဒီယိုကို မဖွင့်ရန် ညွှန်ကြားလေတော့သည်။ ဤ အတွင်းစိတ်သည် ရေဒီယိုကို မဖွင့်ရန်၊ ရှောင်လွှဲရန်၊ မဖွင့်ဘဲနေဖို့ ဆင်ခြေ ပေးရန်များကို အသိစိတ်အား သွေးထိုးပေးလေတော့သည်။

ဤအခြေအနေတွင် သင်သည် အိမ်သို့ အချိန်နောက်ကျပြီးမှ လည်း ပြန်ရောက်လာတတ်၏။ သို့မဟုတ် သင်သည် အချိန်နောက်ကျ သည်ဟုဆိုကာ အိမ်တွင်း အတင်းဝင်ရောက်ပြီး ရေဒီယိုကိုဖွင့်ရန် ပြု လုပ်သောအခါတွင် ရေဒီယိုတင်ထားသော စားပွဲကို လူနှင့်တိုက်မိပြီး ရေဒီယို ကျကွဲသွားတတ်လေသည်။

ဤသို့ဖြစ်ခြင်းမှာ မတော်တဆဖြစ်ခြင်း အမှန်ပင်။ အဘယ် ကြောင့်ဆိုသော် သင်၏ အသိစိတ်က မတော်တဆဟု ယုံကြည်လိုက် သောကြောင့် ဖြစ်၏။

သို့မဟုတ် သင်သည် ထိုအချိန်၌ အခြားကိစ္စရပ်တစ်ခုကို ဆောင်ရွက်နေနိုင်၏။ ဤသို့ ဆောင်ရွက်နေရင်း ချက်ချင်း သတိရလာ ပြီး ရေဒီယိုဖွင့်ရန် အချိန်ကျနေပြီ။ ငါ အတော်ကို နေရာမကျတဲ့လူပဲ။ ဘာဖြစ်လို့ ဒီအချိန်မှာ ဒီကိစ္စ ဆောင်ရွက်နေပါလိမ့်ဟုလည်း စိတ်ထဲမှ ပြောတတ်၏။ ရေဒီယိုဖွင့်ရန် အချိန်ကျရောက်နေပြီဖြစ်ကြောင်းကို သင်၏ အတွင်းစိတ်က သင့်အား သတိရစေရန်နှင့် ခွင့်ပြုလိုက်ခြင်းပင် ဖြစ်၏။

သင်၏ အတွင်းစိတ်သည် သင်၏ ပုန်းလျှိုးနေသော ဆရာကြီး ပင်ဖြစ်၏။ ဤဆရာကြီးသည် သင်၏ အသိစိတ်ကို အမိန့်များကို ပေးလေသည်။ သင်၏ အတွင်းစိတ်သည် အလွန်ထူးခြားသော ဆရာ ကြီးဖြစ်ကြောင်း သင် ဤစာအုပ်ကို ဖတ်ခြင်းအားဖြင့် သင် ကောင်းမွန်စွာ

သိမြင်လာပါလိမ့်မည်။

ဤအတွင်းစိတ်သည် သင်နှင့် နှိုးနှော၏။ ဤအတွင်းစိတ်သည် သူထုတ်ထားသော အမိန့်ကို ပြင်ဆင်ရန် သို့မဟုတ် ပယ်ဖျက်ပစ်ရန် သို့မဟုတ် အခြားအမိန့်တစ်ခုနှင့် အစားထိုးရန် စသည်ကို စဉ်းစား၏။

သင်အလိုရှိသည်ကို သင်ယုံကြည်သည့်အတိုင်း ဖြစ်ပေါ်လာအောင် လုပ်ကိုင်ရန် ဆုံးဖြတ်ပြီးလျှင် ထိုဆုံးဖြတ်ချက်ကို သင်၏ အတွင်းစိတ်အတွင်း၌ ခိုင်မြဲစွာ တည်ရှိနေပါစေ။ ထိုအခါ၌ သင်၏ အတွင်းစိတ်သည် သင်၏ အသိစိတ်အား သင်ယုံကြည်သည့်အတိုင်း ဖြစ်အောင် ဆောင်ရွက်ရန် ညွှန်ကြားလေသည်။

သင်၏ ယုံကြည်ချက်တွင် အောင်မြင်မှု ရှိနေပါစေ။ ထိုအခါ၌ သင်၏ အတွင်းစိတ်သည် အောင်မြင်သောနည်းလမ်းများကို တွေ့ရှိလေတော့သည်။ သို့ရာတွင် ဖြစ်ချင်သောဆန္ဒ ရှိရုံမျှဆိုလျှင် ထိုနည်းလမ်းများကို သင် လက်လွတ်သွားမည်သာ ဖြစ်လေသည်။

သင်သည် ကံကောင်းကြုံမည့်အကြောင်း၊ ကံကောင်းသည့် အကြောင်းများကို ပြောဆိုနိုင်ပါသည်။ ဤသို့ပြောဆိုခြင်း၏ အဓိပ္ပာယ်မှာ သင်၏ အာရုံများကို စူးရှထက်မြက်စေရန် သွေးပေးနေခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ အောင်မြင်ရာခဏီသို့ ပို့ဆောင်နေခြင်းလည်း ဖြစ်၏။ သင်၏ စိတ်အာရုံကို တခြားသို့ မပြားစေဘဲ သင်လိုချင်သောအရာပေါ်တွင် စူးစိုက်နေစေခြင်းလည်း ဖြစ်၏။ အောင်မြင်တမြောက်နိုင်သော စွမ်းပကားများ တည်ရှိရာ ဖြစ်နိုင်စွမ်းသည့်ဒေသသို့ သင် ဝင်ရောက်ခြင်းလည်း မည်၏။ အခြား စိတ်တန်ခိုးကြီးမားသော ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများ၏ စိတ်ထားများအပေါ်သို့ သင်၏စိတ်ဓာတ်များ ညီညွတ်စွာ ကျရောက်စေခြင်းလည်း ဖြစ်လေသည်။ ဤသို့ အောင်မြင်ရန် စိတ်ထားမရှိပါလျှင် သင်သည် အားလုံး၏ အကူအညီများကို လက်လွတ်သွားနိုင်လေသည်။

ယုံကြည်ခြင်း၏ တန်ခိုးသတ္တိအကြောင်းများကို လူများ ပြောဆိုကြသောအခါတွင် သူတို့ပြောပြသည့် အကောင်းဆုံး စကားလုံးများမှာ အားအင်ချည့်နဲ့နေသည်ကိုသာ တွေ့ရလေသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ ယုံကြည်ခြင်း၏ တန်ခိုးသတ္တိအကြောင်းကို အဓိပ္ပာယ်ပေါ်လွင်စေသည့် စကားလုံးများ မရှိသောကြောင့်ဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။ သင် အောင်မြင်လိုသည့်ပန်းတိုင်သို့ သင်၏ ယုံကြည်ချက်သည် ပဲ့ကိုင်၍ ပို့ပေးနေသည်ဟု အာရုံခံစားကြည့်။ ယုံကြည်လိုက်ပါ။ သင်သည် နောက်ဆုံး၌ တားဆီးထားခြင်းငှာ မဖြစ်နိုင်အောင် တန်ခိုးကြီးသည့် အင်အားစုစုမ်းရည်သည် အသုံးပြုလိုရာပြုရန် သင့်အတွက် တည်ရှိနေမည်သာ ဖြစ်လေသည်။



ယုံကြည်ခြင်းဖြင့် ဖြစ်မြောက်နိုင်သော နယ်ပယ်၏အကန့်အသတ်သည် ရှိပါသလား

အကယ်၍ ထိုနယ်ပယ်၏ အကန့်အသတ်သည် ရှိခဲ့ပါလျှင် ထိုအကန့်အသတ်နေရာကို မည်သူမျှ မြင်ဖူး၊ တွေ့ဖူးခြင်း မရှိသေးပေ။

ကျွန်ုပ်တို့၏ အာရုံငါးဖြာထက်ကျော်လွန်ပြီး ရရှိသော တန်ခိုးကို ကျွန်ုပ်တို့သည် တစ်ခါတစ်ရံတွင် အကျိုးရှိအောင် အသုံးပြုကြသည်ဟူ၍ ကျွန်ုပ်သည် ခဏခဏ ဖော်ပြပြောဆိုခဲ့ပါသည်။ (ဤတန်ခိုးသည် သဘာဝဓမ္မထက် ကျော်လွန်သည့် အံ့ဖွယ်သရဲဖြစ်သည့် တန်ခိုးဣဒ္ဓိပါဒ် မဟုတ်ပါ။ သဘာဝဓမ္မကပေးသော တန်ခိုးသာလျှင်ဖြစ်၍ ထိုတန်ခိုးအကြောင်းကို ကျွန်ုပ်တို့သည် ယခုမှ သိရှိစပြုရုံမျှသာ ရှိကြပါသေးသည်။) အတွင်းစိတ်မှ နက်ရှိုင်းစွာ ယုံကြည်ခြင်းသည် ထိုမမြင်ရသော တန်ခိုးများကို ရရှိစေရန် အထူးအင်အားကြီးမားစွာပင် ကူညီလျက် ရှိနေပေသည်။

တစ်ရံရောအခါ ကျွန်ုပ် ငယ်စဉ်က ကျွန်ုပ်မှာ တိုက်ဖျက်ရောဂါ၏

နှိပ်စက်ခြင်းကို ခံစားရသည်။ ဤရောဂါတစ်ခုတည်းသာလျှင် ကျွန်ုပ်မှာ အကြီးအကျယ် နှိပ်စက်ခံရဖူးပါသည်။ ရက်သတ္တပတ်ပေါင်း အတော်များများ ကျွန်ုပ်မှာ ဖျားနာပါသည်။ သက်သာလာခြင်းလည်း မရှိပါ။ အဖျားကြီးလွန်းသဖြင့် ကျွန်ုပ်မှာ မေ့မြောသွားပါသည်။ ဤအကြောင်းကို နောင်အခါကျမှ ကျွန်ုပ်အား ကျွန်ုပ်၏ဖခင်က ပြောပြ၍ သိရှိရပါသည်။ ကျွန်ုပ်အား ဆရာဝန်နှစ်ဦး ကျွန်ုပ်တို့နေထိုင်ရာ လယ်တောသို့ လာပြီး ကုသပေးပါသည်။ ဆရာဝန်နှစ်ဦးစလုံးကပင် ကျွန်ုပ်၏ရောဂါအတွက် သူတို့ ဘာမျှ မတတ်နိုင်တော့ကြောင်းနှင့် ကျွန်ုပ်၏ ဘဝဇာတ်သိမ်းခန်းမှာ နာရီအနည်းငယ်သာ လိုတော့ကြောင်းကို ကျွန်ုပ်၏ ဖခင်အား ပြောပြကြပါသည်။

ဤတွင် ကျွန်ုပ်၏ ဖခင်မှာ တောကြီးအတွင်းသို့ သွားရောက်ပြီးလျှင် ဒူးထောက်လျက် အခြားသော ဆရာဝန်တစ်ဦးအား ရှိခိုးဆုတောင်းပါသည်။ ထိုဆရာဝန်သည် မြေကြီးပေါ်၌ရှိနေသော ဆရာဝန်များ၏ ဟိုမှာဘက်၌ရှိနေသော ဆရာဝန်ဖြစ်ပါသည်။

ဘုရားရှိခိုးဆုတောင်းနေသာ ကျွန်ုပ်ဖခင်၏ စိတ်ထဲတွင် အလွန်ကြီးမားသော ယုံကြည်ချက်ကြီးတစ်ခုသည် ဝင်ရောက်လာလေသည်။ ထိုယုံကြည်ချက်မှာ ကျွန်ုပ် ရောဂါပျောက်ကင်းချမ်းသာလိမ့်မည်ဆိုသော ယုံကြည်ခြင်းပင် ဖြစ်လေသည်။

သူသည် ဒူးထောက်လျက် တစ်နာရီကျော်ကြာမျှ ဘုရားရှိခိုးဆုတောင်းနေလေသည်။ အချိန်ကြာလာသောအခါတွင် သူ၏ ငြိမ်းချမ်းသောစိတ်သည် သူ၏ ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းသို့ ဝင်ရောက်လွှမ်းမိုးလာလေသည်။

ငြိမ်းချမ်းစိတ်သည် လူ၏ စိတ်အား အားအရှိဆုံး၊ အကောင်းဆုံး ဖြစ်ပေါ်အောင် အလုပ်လုပ်နိုင်ရန်အတွက် အထူးလိုအပ်ပါသည်။ ချက်

ချင်းပင် လုံးဝ သံသယကင်းရှင်းစွာနှင့်ပင် ကျွန်ုပ်ဖခင်၏ အေးငြိမ်း သက်သာသော စိတ်အတွင်း၌ ကျွန်ုပ် ကျန်းမာချမ်းသာလာလိမ့်မည်ဟု သိရှိလာလေသည်။

ကျွန်ုပ်ဖခင်၏ ဘုရားရှိခိုးဆုတောင်းခြင်းကို မည်သူက ကြား သိသဖြင့် လိုသောဆုကို ပေးသလော၊ မပေးသလောဟု ကျွန်ုပ် မသိပါ။ ဘုရားရှိခိုးခြင်းအားဖြင့် ကျွန်ုပ်၏ဖခင်အား အာရုံစူးစိုက်မှုရှိစေပြီး အရှိန် အဝါပြင်းထန်သော တန်ခိုးကို ဖြစ်ပေါ်စေသလော၊ ထိုတန်ခိုးမှာ အတွင်း စိတ်အတွင်း နက်ရှိုင်းစွာ ဝင်ရောက်သော ယုံကြည်ခြင်းပင် ဖြစ်သလော ဟုလည်း ကျွန်ုပ် မသိရပါ။

သို့ရာတွင် ကျွန်ုပ်သိသည်မှာ ကျွန်ုပ်၏ဖခင် အိမ်သို့ ပြန်ရောက် လာသောအခါတွင် ကျွန်ုပ် ထိုင်နေသည်ကို သူ တွေ့ရခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဤသို့ ထထိုင်ရန်ကို လွန်ခဲ့သော နှစ်နာရီအတွင်းကဆိုလျှင် ကျွန်ုပ် လုံးဝ မပြုလုပ်နိုင်ပါ။

ကျွန်ုပ်တို့ ပြောလေ့ပြောထရှိသော စကားအရဆိုလျှင် ကျွန်ုပ်သည် ထထိုင်ပြီး ငိုယိုလျက် ရေတောင်းနေသောအခါတွင် ကျွန်ုပ်၏ရောဂါမှာ လုံးဝ ပျောက်ကင်းနေပြီ ဖြစ်ပါတော့သည်။



ခေတ်တစ်ခု ပန်းတိုင်တစ်ခု

ကျွန်ုပ်၏ ဘဝအစခေတ်နှင့် ကျွန်ုပ်၏သားခေတ်တွင် နက်ရှိုင်းစွာ တည်ရှိသော ယုံကြည်ခြင်းသည် “မဖြစ်နိုင်ပါဘူး” ဆိုသော ကိစ္စအတွက် အောင်မြင်ခြင်းများကို မည်သို့မည်ပုံ ရယူနိုင်ကြောင်းများ ကျွန်ုပ် သိရှိခွင့် ရရှိခဲ့ပါသည်။

ကျွန်ုပ်၏သား ဘလေယာသည် နားမပါဘဲ မွေးဖွားခဲ့ပါသည်။

သူ့တွင် နားကြားစေနိုင်သည့် အဓိကအစိတ်အပိုင်းများလည်း ပါ၍ မလာပေ။ သို့သော် ကျွန်ုပ်၏သား နားကြားစေနိုင်သည့် စိတ်ကူးများ ကျွန်ုပ်၌ ပေါ်ပေါက်သိမြင်ပါသည်။ ဘလေယာနှင့် ကျွန်ုပ်မှာ အနှောင့်အယှက် အတားအဆီးများကို ရင်ဆိုင်ရပါသည်။ ဘလေယာအား လက်ဟန်အမူအရာပြပြီး စကားပြောရန် ကျွန်ုပ်က မပြုလုပ်ခြင်းအတွက် အပြစ်ပြောကြပါသည်။ ဤသို့ပြုလုပ်ပါလျှင် ဘလေယာမှာ သူများနှင့် မတူ တစ်မူထူးခြားနေသဖြင့် ဘလေယာ၏ အသိစိတ်တွင် အနှောင့်အယှက်ဖြစ်ပြီး သူ့ဘဝမှာ ပျက်စီးနစ်နာသွားဖွယ်ရာ ရှိပါသည်။

မည်သို့ဖြစ်စေ အတွင်းစိတ်ကို စည်းကမ်းတကျ သုံးစွဲပါလျှင် ကျန်းမာရေးနှင့် ဓန္ဒာကိုယ်တွင်း ဆောင်ရွက်မှုများကို အံ့ဩဖွယ်ရာ ကောင်းအောင် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သည်ဆိုသောအချက်ကို ကျွန်ုပ် သိပါသည်။

အိပ်မွေ့ချခြင်းအားဖြင့် အိပ်မွေ့ချခံရသူ၏ အသိစိတ်ကို ရှောင်ကွင်းပြီးလျှင် ထိုသူ၏ အတွင်းစိတ်ကိုရောက်အောင် ညွှန်ကြားနိုင်သည့် သဘောလည်း ရှိပါသည်။ တစ်ခါတစ်ရံတွင် လူအချို့အတွက် ဤသို့ ပြုလုပ်ပေးခြင်းအားဖြင့် အကျိုးကျေးဇူး ရှိစေပါသည်။

လုပ်နည်းလုပ်ဟန်မှာ ညွှန်ကြားလိုသော အချက်များကို အိပ်ပျော်နေသူအား ပြောကြားရန် ဖြစ်ပါသည်။ အကြောင်းမှာ ညွှန်ကြားချက်များသည် ထိုသူ၏ အသိစိတ်ကို ရှောင်ကွင်းပြီး အတွင်းစိတ်သို့ ရောက်ရှိရန် ဖြစ်ပါသည်။

လူ၏အသိစိတ်သည် အိပ်ပျော်သော်လည်း အတွင်းစိတ်မှာ အိပ်ပျော်သည်ဟူ၍ မရှိပါ။ မကြာမီအချိန်များအတောအတွင်းက စမ်းသပ်တွေ့ရှိရချက်တစ်ခုမှာ တစ်စုံတစ်ခုသော အိပ်ပျော်သည့်အဆင့်တွင် အခြားသော အိပ်ပျော်သော နှုန်းထားအဆင့်ထက် ပိုမိုလျက် အတွင်းစိတ်

သည် ညွှန်ကြားချက်ကို ခံယူနိုင်နှုန်းပိုသည်ဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။ ဤသို့ ခေတ်မီစမ်းသပ်တွေ့ရှိချက်များကို ကြားသိရသည့်အတွက် ကျွန်ုပ် ဝမ်းမြောက်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်ကိုယ်တိုင် လုပ်ကိုင်ကြိုးစားခဲ့သည့် နည်းများမှာ ရှေးကျ၍ အချိန်နှင့်အင်အားကို ဖြုန်းတီးရာကျသည်ဟု ဆိုနိုင်သော်လည်း များစွာ သောသူတို့က မဖြစ်နိုင်ပါဘူးဟူ၍ ပြောဆိုထားချက်များကို အောင်မြင်အောင် ဆောင်ရွက်နိုင်ခဲ့ပါသည်။ ဤသို့ အောင်မြင်မှုရရှိအောင် ကျွန်ုပ် သည် အချိန်ကြာမြင့်စွာ ဆက်လက်၍ ကြိုးစားလုပ်ကိုင်ခဲ့ပါသည်။ ဤသို့ ဆောင်ရွက်နိုင်ရန် ကျွန်ုပ်၏ ယုံကြည်ခြင်းက အားပေးထောက်ခံ ပါသည်။

ကျွန်ုပ်သည် ဘလေယာ အိပ်ပျော်နေစဉ်တွင် စကားပြောပါသည်။ ကျွန်ုပ်သည် ဘလေယာ၏ အတွင်းစိတ်ကို တိုက်ရိုက်စကားပြောခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဘလေယာအား ကျွန်ုပ်ဖြစ်ချင်သလို မျှော်လင့်ချက်များကို ပြောဆိုခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဤတွင် သူ၏ အာရုံကြောများမှာ ထကြွ နိုးကြားလာစေပါသည်။

ဤသို့ပြုလုပ်ခြင်းမှာ ဘလေယာ၏ ဦးနှောက်က သူ၏ ခေါင်းခွံ အတွင်းရှိ နံရံများတွင် သောတအာရုံနှင့် စပ်ဆိုင်သော အာရုံကြော အသစ်များကို ဖြစ်ပွားပေါ်ပေါက်လာစေရန် သဘာဝဓမ္မအား သွေး ဆောင်ဆွယ်ယူခြင်းပင်ဖြစ်ပါသည်။

ယခု ဘလေယာတွင် နားရွက်ဖြစ်ပေါ်၍ကား မလာပါ။ သို့ရာ တွင် သူသည် ပုံမှန်နားကြားခြင်း၏ ၆၅ ရာခိုင်နှုန်းအထိ နားကြား၍ လာပါသည်။ ဤနားကြားနှုန်းဖြင့် သူသည် ကောင်းမွန်စွာ သူ့ဘဝကို သူ မွေးမြူနိုင်ပါသည်။ ဤသို့ ဘလေယာ နားကြားလာအောင် ပြုလုပ် ခြင်းကို အချို့သောသူများက တန်ခိုးဣဒ္ဓိပါဒ်နှင့် ကုသခြင်းဟု ပြောနိုင်

ကြပါသည်။ သို့ရာတွင် ကျွန်ုပ်ကမူ ဤကုသခြင်းကို သဘာဝအင်အားစု တန်ခိုးများ၏ သရုပ်ပြမှုသာဖြစ်သည်ဟူ၍ ခေါ်ဆိုပါမည်။

ကျွန်ုပ်၏ သား ဘလေယာ မည်သို့သောနည်းအားဖြင့် နားကြား လာရပါသနည်း။ သူ့ဦးခေါင်းခွံအတွင်းရှိ အာရုံကြောအသစ်များကို 'ဘုန်းကွန်ဒတ်ရှင်း' (Bone Conduction) ခေါ် သင့်လျော်သောနည်းဖြင့် အပူအလင်း သို့မဟုတ် အသံလှိုင်းများ၊ လျှပ်စစ်ဓာတ်လှိုင်းများကို ပေးပို့ခြင်းအားဖြင့် ကုသခြင်းပင်ဖြစ်ပါသည်။ ယခုအခါတွင် အံ့ဖွယ်ရာ ကောင်းသည့် နားကြားရန် ကူညီသည့် ကိရိယာအသစ်များ (New Transistorized Hearing Aids) မှာ ဤ 'ဘုန်းကွန်ဒတ်ရှင်း' နည်း ပေါ်တွင် မူတည်၍ ပြုလုပ်ထားခြင်းဖြစ်သည်ကို ကျွန်ုပ်တို့ သိရှိရပါ သည်။



ဤနည်းကို ဆက်လက်ချဲ့ထွင်နိုင်ပါသလား

ကျွန်ုပ်၏ နည်းမှာ လိုအပ်သောအကျိုးကို ရရှိစေပါသည်။ သို့ရာ တွင် ဤနည်းကို လုပ်ဆောင်ရန်အတွက် စိတ်ပါဝင်စားသောသူသည် တစ်ညလျှင် နာရီပေါင်းများစွာ ဤနည်းအတိုင်း လုပ်ကိုင်ရန်အတွက် တာဝန်ထမ်းဆောင်ရမည်ဖြစ်ပါသည်။ ကာလအတန်ကြာလာသော အခါတွင် ကျွန်ုပ်သည် ဓာတ်စက်ကို တီထွင်အသုံးပြုပါသည်။ ကျွန်ုပ် ပြောလိုသော စကားများကို အသံသွင်းယူထားသည့် ဓာတ်ပြားကို ၁၅ မိနစ်လျှင် တစ်ကြိမ်ကျ ဖွင့်ပါသည်။ ထိုဓာတ်ပြားမှအသံကို ပိုက်လုံးဖြင့် သွယ်ယူ၍ အိပ်ပျော်နေသူ၏ ခေါင်းအုံးအောက်ရှိ အသံကြားကိရိယာ ဆီသို့ သွယ်ပေးရပါသည်။ ကျွန်ုပ်ကိုယ်တိုင်ပင် ဤနည်းကို အသုံး ပြုခြင်းအားဖြင့် အကျိုးကျေးဇူးကြီးစွာ ရရှိခဲ့ပါသည်။

အလားတူ ကိရိယာများကို နားကြားရန်အတွက် ဈေးတွင် တင်၍
 ရောင်းချကြသည်ကို ကျွန်ုပ်တို့ သိရှိပါသည်။ မကြာမီအချိန်အတွင်း
 မှစ၍ အိပ်ပျော်စဉ် အတတ်ပညာသင်ယူခြင်းစနစ်ကို ပြုလုပ်နိုင်ရန်
 အတွက် သုတေသနပြုလုပ်ကြသည်ဟု ကျွန်ုပ် ကြားသိရပါသည်။
 သို့ရာတွင် ဤသို့ သုတေသနပြုလုပ်ခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ အတားအဆီး
 အနှောင့်အယှက်များ ရှိနိုင်ပါသည်။

ပထမတွေ့ရှိရမည့် အတားအဆီးမှာ စက်ကိရိယာတစ်ခုတည်းနှင့်
 မပြည့်စုံသေးပါ။ ရှေးဦးပထမ အသိစိတ် အိပ်ပျော်နေစဉ်တွင်
 အတွင်းစိတ်သည် သူ့ထံ ပို့လွှတ်ညွှန်ကြားချက်များကို လက်ခံလိမ့်မည်
 ဟူ၍ ယုံကြည်ချက်ရှိရမည် ဖြစ်ပါသည်။

မယုံကြည်ဖြစ်နေသူ၏ စိတ်သည် ပို့လွှတ်သည့် ညွှန်ကြားမှု
 များအတွက် အကြောင်းထူးမည်မဟုတ်ပေ။ ကြောက်ရွံ့စိတ်နှင့် သိမ်
 ငယ်သော စိတ်ဓာတ်များဖြင့် ဖုံးလွှမ်းခြင်းခံနေရသောသူသည် ထိုစက်
 ကိရိယာများသည် သူ့အား ဒုက္ခပေးနေခြင်းသာ ဖြစ်သည်ဟူ၍ ထင်မြင်
 ဆုံးဖြတ်လိမ့်မည်သာ ဖြစ်လေသည်။

အိပ်ပျော်နေစဉ် သင်ကြားရယူမှုအပေါ်မှ အကျိုးကျေးဇူးများ
 ရရှိနိုင်သော်လည်း များစွာသောသူတို့သည် ထိုနည်းဖြင့် အကျိုးကျေးဇူး
 မရရှိနိုင်ပါဟူ၍ ငြင်းဆိုနိုင်ကြဖွယ်ရာလည်း ရှိနေပေသေးသည်။ ဤ
 နည်းဖြင့် သင်ကြားရာတွင် ပို့လွှတ်သည့် ညွှန်ကြားချက်များကို အတွင်း
 စိတ်က မှတ်သားနာယူထားသော်လည်း အတွင်းစိတ်တွင် ထိုမှတ်သား
 ထားချက်များ ရှင်သန်အမြစ်တွယ်နေဖို့အချိန်သည် လိုအပ်သည်။

ဤသို့ အတွင်းစိတ်၌ အမြစ်တွယ်၍ အခြေပြုရန်တွင် အသိ
 စိတ်က ဝင်ရောက်နှောင့်ယှက်ခွင့်ကို ပေးပါလျှင်လည်း အခြေပြုနိုင်
 တော့မည်မဟုတ်ပေ။ နိုးကြားစဉ်တွင် ထိုကိစ္စအပေါ်မှာ အသိစိတ်က

အပျက်စိတ်ထားများနှင့်တကွ ယခင်က မအောင်မြင်ဖြစ်ခဲ့ရမှုများက မည်သို့ ထင်မြင်ယူဆမည်ကို ကြောက်ရွံ့စိုးရိမ်ခြင်းများ စသည်တို့သည် အိပ်ပျော်နေစဉ် သင်ကြားမှုနည်းကို ပျက်ပြယ်စေနိုင်လေသည်။

နောက်ဆုံး ကျွန်ုပ် ပြောကြားလိုသည်မှာကား အသံသွင်းယူထားသော ညွှန်ကြားချက်များကို အိပ်ပျော်နေစဉ် သင်ကြားမည့်သူ နီးကြားနေစဉ်တွင် အကျောက်မှတ်ထားရန် ဖြစ်ပေသည်။ ထိုညွှန်ကြားချက်များမှာ အခြားဘာမျှ မပါဝင်စေဘဲ အောင်မြင်ရရှိမည့် စကားလုံးများသာ ဖြစ်ရပေမည်။ ချို့တဲ့မှု စသည့် အကြောင်းအရာများဖြင့်လည်း ချုပ်နှောင်၍ မထားရပေ။ ထို့နောက် အိပ်ပျော်နေစဉ် သင်ကြားမည့်သူသည် အသံသွင်းထားချက်များကို အကြိမ်ပေါင်းများစွာ ရွတ်ဆိုပေးရမည် ဖြစ်လေသည်။ ဤသို့ ပြုလုပ်သောအခါတွင် သူ၏ အသိစိတ်မှာ ထိုစကားလုံးများဖြင့် သင့်မြတ်အကျွမ်းတဝင် ဖြစ်လာပြီးလျှင် ထပ်တလဲလဲ ရွတ်ဆိုခြင်းအားဖြင့် သူ၏ အတွင်းစိတ်ကို ပြောကြားခြင်းအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိသွားစေလေတော့သည်။

နောက်ဆုံးတွင် အိပ်ပျော်နေစဉ် သင်ယူခြင်းနည်းသည် အလွန်ကောင်းမွန်မှန်ကန်သောနည်းဖြစ်လာပြီး ဤကမ္ဘာသစ်ကြီး၏ အောင်မြင်ထမြောက် ပြည့်စုံခြင်းများကို ဖြစ်ပွားပေါ်ပေါက်ရန် တံခါးဖွင့်ပေးပေးလိမ့်မည်။ ဤနည်းသည် ယခုလောလောဆယ်အချိန်၌ သင့်အား ကြီးမားသော အကူအညီကို ပေးနိုင်ပါလိမ့်မည်။ သို့ရာတွင် ကျွန်ုပ် ပြောလိုသည်မှာ အတွင်းစိတ်သည် ညွှန်ကြားချက်များကို လက်ခံနိုင်သည်။ လက်ခံလိမ့်မည်ဆိုသော အကြောင်းအရာကို အထက်၌ ဥပမာပေး၍ သင့်အား ပြောပြခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။ ထိုပြင် အတွင်းစိတ်သည် ကျွန်ုပ် ပြောပြခဲ့ပြီးအတိုင်း ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း၌လည်း အံ့ဩဖွယ်ရာ အပြောင်းအလဲများကို ဖြစ်ပွားပေါ်ပေါက်စေနိုင်ပါသည်။

ဤစာအုပ်သည် ကျွန်ုပ်တို့ တစ်ဦးစီတစ်ဦးစီ၏ ကိုယ်ခန္ဓာ အတွင်း၌ မိမိတို့၏ ကြီးမြင့်ခြင်းကို ရှာဖွေတွေ့ရှိစေနိုင်သော သတ္တိထူး ပါရှိနေကြောင်းကို လေးနက်စွာ ထင်ရှားစေရန် ဖြစ်ပါသည်။

လူသား၏စိတ်က ရရှိနိုင်သည်၊ အောင်မြင်နိုင်သည်ဟု ယုံကြည် နိုင်သည့် မည်သည့်အရာကိုမဆို လူသား၏စိတ်သည် အောင်မြင်ရရှိ အောင် လုပ်ဆောင်၍ ပေးနိုင်လေသည်ဆိုသော အမြင့်ဆုံး လျှို့ဝှက်ချက် ကို သိရှိလျက် သင့်၌ ထိုယုံကြည်စိတ် ရှိသောအခါတွင် သင်သည် အခြားသော ဝတ္ထုပစ္စည်းကို သင် ပိုင်ဆိုင်လေသည်။ အခြား ဝတ္ထုပစ္စည်း ဆိုသည်မှာ ကြွယ်ဝချမ်းသာမှုများ ပြည့်ဝလွန်းသဖြင့် ပေါက်ပြဲနေသည့် အခွင့်ကောင်း အခါကောင်းများဖြင့် လှုပ်ရှားနေသော ကမ္ဘာတစ်ခုပင် ဖြစ်လေသည်။

ထို သင်၏ ယုံကြည်စိတ်နှင့် ထိုကမ္ဘာကို တစ်ခုတည်းအဖြစ်သို့ ပေါင်းစပ်လိုက်ပါလော့။



မိမိကိုယ်မိမိ ရရှိလိုသောအရာကို ရရှိအောင် တိုက်တွန်းသွေးဆောင်သည့် အော်တိုဆပ်ဂျက်ရှင်း အတတ်ပညာ

အော်တိုဆပ်ဂျက်ရှင်း အတတ်ပညာဆိုသည်မှာ အလိုရှိရာကို ရရှိနိုင်ရန်အတွက် သူ့အမည်နှင့် လိုက်လျောအောင်ပင် အလိုအလျောက် “သူ့ဟာသူ လုံလောက်နေသော” နည်းပင်ဖြစ်လေသည်။

မကြာမီတွင် ဤ အော်တိုဆပ်ဂျက်ရှင်း အတတ်ပညာအကြောင်း ကို ဖတ်ရှုရပါမည်။ ပထမတွင် “ငါ ဘာကိုလိုချင်ပါသနည်း” ဟု မိမိ ကိုယ်မိမိ မေးပါ။

ဤမေးခွန်းသည် ပေါ့ပေါ့ဆဆဖြေရန် မေးခွန်းမဟုတ်ပါ။ သင်

ဘာကိုလိုချင်ပါသနည်း။ သင် စဉ်းစားကြည့်နိုင်ရန်အတွက် အောက်တွင် စာရင်းအစီအစဉ်တစ်ခု ရေးသားပြလိုက်ပါသည်။

- ၁။ သင်၏ အထွေထွေကျန်းမာရေး ပိုမိုကောင်းမွန်ချင်ပါသလား။
- ၂။ သင့်ခန္ဓာကိုယ်၏ တစ်စုံတစ်ခုသော အစိတ်အပိုင်း ပိုမိုကောင်းမွန်ရန် သို့မဟုတ် ထိုအစိတ်အပိုင်း၏ ဆောင်ရွက်နိုင်စွမ်း မြင့်မားရန် အလိုရှိပါသလား။
- ၃။ သင်၏ မကောင်းသော အကျင့်စာရိတ္တ တစ်စုံတစ်ရာကို ကောင်းမွန်လာအောင် ပြုပြင်ကုသချင်ပါသလား။
- ၄။ ကြောက်ရွံ့စိတ်ကို ဖယ်ရှားပစ်ချင်ပါသလား။
- ၅။ လိင်စိတ်၏ အင်အားစွမ်းရည်ကို အခြား အောင်မြင်ရာ ကိစ္စရပ်တွက် အသုံးပြုနိုင်ရန် ခြံပ်ပြောင်းလဲနိုင်သော သတ္တိအရည်အချင်းကို ရရှိလိုပါသလား။
- ၆။ သင်နှင့် သင့်တော်မှန်ကန်သော အိမ်ထောင်ဖက်ကို တွေ့ရှိနိုင်မည့် အရည်အချင်းကို သင် လိုချင်ပါသလား။
- ၇။ သင့်ကိုယ်အလေးချိန် လျော့ချင်သလား၊ တိုးချင်သလား။
- ၈။ ဟောင်းနွမ်းနေပြီဖြစ်သော သို့မဟုတ် ခေတ်မီတော့သော ဘဝလမ်းစဉ်ကို သင် လိုက်နာနေခြင်းများ ဖျက်ဆီးပစ်နိုင်သည့် အစွမ်းသတ္တိကို ရယူလိုပါသလား။
- ၉။ အခြားသူများနှင့် ကောင်းကောင်းမွန်မွန် လိုက်လျောညီထွေပေါင်းသင်းဆက်ဆံနိုင်သည့် အရည်အချင်းကို ရရှိချင်ပါသလား။
- ၁၀။ သင် ထင်မြင်ယူဆသည့်အတိုင်း အခြားသူများ လိုက်နာအောင် ဆွဲဆောင်နိုင်သည့် စွမ်းအင်ကို သင် ပိုင်ဆိုင်ချင်

သလား။

၁၁။ ကုန်ရောင်းကုန်ဝယ်လုပ်ငန်းနှင့် အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း လုပ်ငန်းများတွင် သင်၏ အတွင်းစိတ်က ထိန်းကျောင်း လမ်းညွှန်ပေးခြင်းများကို ရယူချင်သလား။

သင် ဘာကိုလိုချင်သည်ဟု သင် သိသောအခါတွင် သင်သည် ထိုအရာကို ရရှိပိုင်ဆိုင်အောင်လုပ်ရန် အရန်သင့်ပင် ဖြစ်ပေပြီ။ သင့်၌ တိကျသော အဓိကရည်ရွယ်ချက်ရှိရန် လိုပါသည်။ မပြတ်မသား မကွဲပြားသော စိတ်ကူးခြင်းသည် ဆန္ဒရှိရုံမျှထက် အနည်းငယ်မျှသာ ပိုမို ကောင်းမွန်မှု ရှိပါသည်။ “သင် ဘယ်ကိုသွားမည်” ဆိုသည်ကို ဆုံးဖြတ် ချက်ချပါ။ ဤသို့ ပြတ်ပြတ်သားသား ဆုံးဖြတ်ချက်ချပြီးသည့်နောက် မှသာ သင် သွားရမည့်လမ်းကို ညွှန်သည့် လမ်းညွှန်တိုင်များကို သင် တွေ့ရမည်ဖြစ်လေသည်။

သင်သည် ငွေရအောင် လုပ်ကိုင်တော့မည်ဖြစ်သည်။ ငွေသည် ကြွယ်ဝချမ်းသာခြင်း၏ လက္ခဏာတစ်ရပ်သာလျှင် ဖြစ်ကြောင်းကို သင်သိမြင်သည်ဟု ကျွန်ုပ် ယုံကြည်ပါသည်။ သို့ရာတွင် ကျွန်ုပ် ဖော်ပြ ခဲ့ပြီးအတိုင်း ကြွယ်ဝခြင်း၏ လက္ခဏာတစ်ရပ်ဖြစ်သည့် ငွေသည် အခြား များစွာသော ကြွယ်ဝချမ်းသာခြင်း၏ လက္ခဏာရပ်များကို ရရှိရန် ကူညီ ပါသည်။ ဖြစ်နိုင်သည်မှာ ငွေရရှိရေးသည် သင်၏ပန်းတိုင်အဖြစ်သို့ အလိုအလျောက်ပင် သတ်မှတ်လက်ခံပြီး ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။ သို့ဖြစ်ရာ အော်တိုဆပ်ဂျက်ရှင်းကို နမူနာအဖြစ် ရှင်းလင်းပြရာ၌ ထို ငွေရရှိရေး ပန်းတိုင်ကို မူရင်းပုံစံအဖြစ် ထားကြပါစို့။

*

ငွေပည့်ပျူများများရအောင် သင် ဖွဲ့ကြံချင်ပါသနည်း

ပြီးခဲ့သောအခန်းများ၌ ဖော်ပြခဲ့သည့် ဒဗလျူကလီးမင့်စတုန်းနှင့် အခြားပုဂ္ဂိုလ်များ၏အကြောင်းကို သင် မှတ်မိပါလိမ့်မည်။ ထိုသူတို့သည် ငွေမည်မျှများများ ရရှိမည်ဟူ၍ အတိအကျ သတ်မှတ်ထားသော ပန်းတိုင်ကို မူလကပင် ပြုလုပ်ထားကြသည်။ သူတို့သည် မိမိတို့ မူလသတ်မှတ်ထားသည့် ငွေကြေးပမာဏ၏ ပိုင်ရှင်များ ဖြစ်သွားကြသည်။ သူတို့သည် သူတို့သွားရမည့်လမ်းတွင် အခက်အခဲများ ရှိလိမ့်မည်ဆိုသော အတွေးများကို သူတို့၏စိတ်တွင် ထည့်သွင်း၍ မထားကြချေ။ ယှဉ်ပြိုင်မှု၏ဒဏ်ကို ခံရလိမ့်မည်ဟူ၍လည်း ကြောက်လန့်နေမှု မရှိကြပေ။ သူတို့သည် ငွေရရှိအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်ကြလိမ့်မည်ဟူ၍သာ ယုံကြည်ထားကြသည်။ သူတို့သည် သူတို့ လိုက်လံရှာဖွေသည့်အရာကို အောင်မြင်စွာ ရရှိသွားကြလေသည်။

ယခု သင်အလိုရှိသော ငွေကြေးပမာဏကို ရရှိရန် အော်တိုဆပ်ဂျက်ရှင်းနည်းကို အသုံးပြုရပေလိမ့်မည်။ အော်တိုဆပ်ဂျက်ရှင်းကို အဆင့် ၆ ဆင့် ပြုလုပ်ရမည်ဖြစ်ရာ ၎င်းတို့သည် သင်၏ အတွင်းစိတ်ကို နှိုးဆော်သွေးဆောင်လျက် ထကြွစေမည်ဖြစ်လေသည်။

တစ်

သင့်အား အနှောင့်အယှက် မပေးနိုင်သည့် သင် တစ်ဦးတည်းနေထိုင်နိုင်ရန် ဆိတ်ငြိမ်နေရာကို ရှာဖွေပါ။ များစွာသောသူတို့သည် သူတို့ အိပ်မပျော်မီအချိန်တွင် သူတို့၏အိပ်ရာပေါ်တွင် လဲလျောင်းလျက် အော်တိုဆပ်ဂျက်ရှင်း ပြုလုပ်ရန် စီစဉ်ကြသည်။ ထိုအချိန် ထိုအခါ၌ သင်၏စိတ်သည် နာခံမှတ်သားလွယ်သော အခြေအနေတွင် ရှိနေပေသည်။ သင်၏ မျက်လုံးများကို မှိတ်လျက် သင် ရွတ်ဆိုသောအသံကို

သင် ကြားနာလျက် ရှိနေရမည်။ သင်သည် ငွေမည်ရွှေမည်မျှကို မည်သည့်နေ့ရက်၊ အချိန်တွင် ရရှိရမည်။ ဤငွေကြေးရရှိရန်အတွက် သင်သည် မည်သည့်အမှုထမ်းရွက်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် မည်သည့်ကုန်ပစ္စည်းကို ရောင်းဝယ်ခြင်း ပြုလုပ်ရမည်ဟု ဖော်ပြရွတ်ဆိုရမည်။

နှစ်

သင်ရွတ်ဆိုရမည့်စာလုံးများကို စာဖြင့် ရေးသားပါ။ ပထမတွင် သင် ဤသို့ပြုလုပ်လိုက ပြုလုပ်ရန်ဖြစ်ပါသည်။ သင်ရွတ်ဆိုရမည့် စကားလုံးများကို သတိနှင့် အသေးစိတ် ရေးသားပါ။ ထိုစကားလုံးများကို မှတ်မိအောင် အရကျက်ပါ။ သင်၏ ဆိတ်ငြိမ်နေရာပေါ်သို့ သင် ရောက်ရှိသောအခါတွင် သင်ရောက်ရမည့် ပန်းတိုင်အထိ လမ်းစဉ်အတွက် ရေးသားချက်များကို သင် မူလရေးသားထားသည့် စကားလုံးတိုင်းကို အတိအကျရွတ်ဆိုပါ။ သင်သည် သင်ရေးသားထားသော စကားလုံးများကို ဟိုနေရာ သည်နေရာတို့၌ ပြင်ဆင်ရန်လိုလျှင် ပြင်ဆင်နိုင်ပါသည်။ သင် အတိအကျ ကြိုက်နှစ်သက်သော စကားလုံးများ အဖြစ်သို့ ရောက်သည်အထိ ပြင်ဆင်ဖြည့်စွက်နိုင်ပါသည်။ အောက်ပါ နမူနာစာသားများကို သင်၏ စကားလုံးများနှင့် ပေါင်းစပ်ထည့်သွင်းနိုင်ပါသည်။

ဤငွေကို ငါ ပိုင်ဆိုင်လိမ့်မည်ဟု ငါ ယုံကြည်သည်။ ငါ၏ ယုံကြည်ချက်မှာ အလွန်အားကြီးသည်။ ထို့ကြောင့် ထိုငွေကို ငါ၏ မျက်စိရှေ့တွင် ရောက်ရှိနေသည်ကို ငါမြင်ရသည်။ ငါသည် ထိုငွေကို ငါ၏လက်ဖြင့် ကိုင်တွယ်လျက်ထားသည်။ ဤငွေတည်ရှိနေသည်ကို ငါသိသည်။ ဤငွေသည် ငါ၏ လုံ့လဝီရိယ၊ ငါ၏ ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် ငါ၏ အစွမ်းကုန်ရိုးသားမှုများနှင့် လဲလှယ်ရန်အတွက် ငါ့အား

စောင့်ဆိုင်းလျက်ရှိနေသည်။ စီမံကိန်းအစီအစဉ်သည် တည်ရှိနေသည်။ ဤစီမံကိန်းအရ ငွေ(ငွေမည်မျှဟု အတိအကျဖော်ပြပါ)ကို ငါ့ထံသို့ (နောက်ဆုံးသတ်မှတ်သည့်နေ့ရက်ကို ဖော်ပြပါ) လွှဲပြောင်းပေးမည် ဖြစ်သည်။ ငါ၏ နာယူမှတ်မိစွမ်းရှိသော စိတ်သည် စီမံကိန်း အစီအစဉ် ကို သိမြင်မည်ဖြစ်သည်။ ငါ့အား ဤစီမံကိန်းအစီအစဉ်အတိုင်း လိုက်စေမည်ဖြစ်သည်။

သင်က ပေးအပ်မည့် အမှုထမ်းရွက်ခြင်း သို့မဟုတ် ကုန်ပစ္စည်း အရောင်းအဝယ်ပြုလုပ်လျှင် သင်ကပေးအပ်မည့် ကုန်ပစ္စည်းများကို သင်ကိုယ်တိုင်က ပေးအပ်နေပုံကို သင် စိတ်ကူးကြည့်မြင်ရမည်။ ဤ အချက်သည် အရေးကြီးပါသည်။

သုံး

သင်ရေးသားထားသောစာကို နံနက်နှင့် ညအချိန်များတွင် သင် လွယ်ကူစွာ မြင်သာသည့်နေရာ၌ ထားရှိပါ။ ထိုစာကို သင် အိပ်ရာမှ ထလျှင် ဖတ်ပါ။ ညအိပ်ရာမဝင်မီလည်း ဖတ်ရပါ။ ထိုစာကို သင်နှင့် တစ်ပါတည်း ယူဆောင်သွားပြီးလျှင် နေ့အချိန်၌ သုံးလေးကြိမ်မျှ ဖတ်ရှု နိုင်ပါသည်။

ထိုစာကို ပထမဆုံး နံနက်ချိန်နှင့် နောက်ဆုံး ညအိပ်ရာဝင်တွင် ဖတ်ရှုရန်မှာ အထူးသဖြင့် အရေးကြီးပါသည်။

တစ်ဖန် ထိုစာကိုဖတ်သောအခါတွင် ငွေကို ရရှိနိုင်ရန်အတွက် သင်ဆောင်ရွက်ရမည့် အလုပ်ကိစ္စများအကြောင်းကို ဖတ်ရှုနေစဉ် သင် ကိုယ်တိုင် ထိုအလုပ်များကို လုပ်ဆောင်နေကြောင်း အာရုံဖြင့် သိမြင်ပါ။ ငွေများသည် သင်၏လက်ထဲသို့ ရောက်နေသည်ဟု အာရုံပြုကြည့်ပါ။ စိတ်အာရုံနှင့်တကွ ခံစားကြည့်ပါ။ စာလုံးများကို သာမန်ရွတ်ဆိုခြင်းမှာ

အကျိုးရှိမည်မဟုတ်ပေ။ (သင့်ကိုယ်သင် ပြောဆိုသောအခါ၌လည်း သာမန် ပေါ့ပေါ့ဆဆ ရွတ်ဆိုခြင်းသည် အကျိုးရှိမည်မဟုတ်ပေ)။ စိတ် ပါဝင်စားစွာ အာရုံနှင့်တကွ ရွတ်ဆိုရမည်။ ဖတ်ကြားရမည်ဖြစ်သည်။

အတွင်းစိတ်သည် ကျိုးကြောင်းဆက်စပ်မှု မှန်ကန်ခြင်းနှင့် ပြော ဆိုရေရွတ်ခြင်းထက် စိတ်အားထက်သန်စွာ အာရုံပြင်းပြလျက် ပြောဆို ရေရွတ်ခြင်းကို ပို၍ လေးစားသည်ဆိုသောအချက်ကို ကျွန်ုပ်တို့ ကောင်း မွန်စွာ သိရှိကြပြီးဖြစ်ပါသည်။

လေး

သင် တွေ့ဆုံဆွေးနွေးသင့်သည့် လူများနှင့် တွေ့ဆုံရမည့် အခြေခံစည်းမျဉ်းကို သင် ကောင်းမွန်စွာ အသုံးချနိုင်ပါသည်။ ထိုသူများ မှာ သင့်အား ကူညီနိုင်သည့်သူများနှင့် သင်က ကူညီနိုင်မည့်သူများ ဖြစ်လေသည်။ ဖြစ်နိုင်ပါလျှင် သင်က ကူညီနိုင်မည့်သူများကို သင် တွေ့ဆုံသင့်ပေသည်။ အကယ်၍ သင်သည် ဘဏ်တိုက်ပိုင်ရှင်တစ်ဦး ထံမှ သင့်လုပ်ငန်းအတွက် ငွေကြေးအကူအညီပေးဖို့အတွက် တွေ့ဆုံရန် ရှိသည်ဆိုပါစို့။ သင်သည် ထိုဘဏ်တိုက်ပိုင်ရှင်အား ကူညီရာသို့ ရောက်ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုလျှင် သင်က သူ့ထံမှ ငွေချေးယူ ခြင်းသည် ဘဏ်တိုက်ရှင်အား သူ၏ ဘဏ်လုပ်ငန်းကို လုပ်ကိုင်နိုင်စေ ခြင်းပင်ဖြစ်၏။ ဤသဘောတရားကို သင် မမေ့သင့်ပေ။

အလွန်အေးစက်သည့် ဘဏ်တိုက်ပိုင်ရှင်များပင် ဖြစ်စေကာမူ သူတို့ထံမှ ငွေချေးယူမည့်သူသည် စိတ်အားထက်သန်မှု၊ ယုံကြည်မှု၊ သူ့လုပ်ငန်းအပေါ် သူ အားထားမှုရှိကြောင်း တွေ့မြင်ရသောအခါတွင် ငွေချေးယူမည့်သူ၏အလိုသို့ လိုက်ပါတတ်မြဲဖြစ်လေသည်။ ဤ သဘောတရားကိုလည်း သင် မမေ့ပါနှင့်။

လူပေါင်းများများကို သင် တွေ့ဆုံနှီးနှောနိုင်လေလေ သင်သည် သင့်အတွက် အကြောင်းအရာသတင်းစုံကို ရရှိနိုင်လေလေပင် ဖြစ်တော့ သည်။ သူတို့၏ အသိအမြင်ကြွယ်ဝလေလေ သင့်၌ သူတို့ထံမှ အသိ အမြင်ကို ပို၍ ရရှိနိုင်လေလေပင် ဖြစ်တော့သည်။ သို့ရာတွင် သင် တွေ့ဆုံဆွေးနွေးသင့်သူ အစစ်အမှန်ကိုရရှိအောင် သင် ရွေးချယ်ရမည် ဖြစ်လေသည်။ ဤသို့ ရွေးချယ်တွေ့ဆုံရာ၌ ထိုသူများအထဲမှ သင်၏ စိတ်နှင့် လိုက်လျောညီထွေရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်များကို သင် တွေ့ရှိပါလိမ့် မည်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် သင် စကားပြောဆိုခြင်းသည် သင့်အတွင်း စိတ်အတွက် သင် ပြုလုပ်ရာကို ဖြစ်စေမည့် ကြီးစွာသော အားဆေးပင် ဖြစ်တော့သည်။

၆

သင် လုပ်ဆောင်ရမည့် စီမံကိန်းများ ပေါ်လွင်လာသောအခါ တွင် ထိုစီမံကိန်းအရ သင် ဆောင်ရွက်လုပ်ကိုင်ပါလော့။ သင် မည်သို့ လုပ်ဆောင်ရမည်ကို သင် သိလာပါလိမ့်မည်။ သင်၏ အတွင်းစိတ် သည် မြေဩဇာ ထက်သန်ကောင်းမွန်လှသည့် ဥယျာဉ်မြေနှင့် အလား သဏ္ဍာန် တူညီပါသည်။ ထိုမြေပေါ်တွင်ကျရောက်သည့် မည်သည့် သစ်စေ့မဆို သန်စွမ်းစွာ အပင်ပေါက်မည်ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသစ်စေ့မှာ ပေါင်းပင်များကိုသာ ပေါက်ပွားစေမည့် သစ်စေ့ဖြစ်စေ၊ သင့်အတွက် ကံကောင်းထောက်မမည့် သစ်စေ့ဖြစ်စေ သစ်စေ့မရွေး ရှင်သန်ပေါက်ပွား ဖြစ်ထွန်းမည်သာ ဖြစ်လေသည်။

အော်တိုဆပ်ဂျက်ရှင်းနည်းကို အသုံးပြုခြင်းအားဖြင့် သင်၏ အတွင်းစိတ်တည်းဟူသော မြေဩဇာထက်သန်သည့် ဥယျာဉ်ထဲတွင် ပေါင်းပင်များ မပေါက်ရောက်လေအောင် သင် ကာကွယ်နိုင်ပေလိမ့်မည်။

သင့်အတွက် ကံကောင်းထောက်မမည့် မျိုးစေ့များ သင်၏ အတွင်းစိတ် ဥယျာဉ်အတွင်းသို့ ကျရောက်လာသောအခါတွင် သင် ဂရုစိုက်လျှင်စိုက်သလောက် ကံကောင်းထောက်မစေမည့် အပင်များ ရှင်သန်ဖွံ့ဖြိုးစွာ ပေါ်ပေါက်ဖြစ်ထွန်းလာမည်ဖြစ်လေသည်။

သင်လုပ်ဆောင်ရမည့် စီမံကိန်း ပေါ်ပေါက်လာမည်ကို ပျင်းရိ စွာထိုင်ရင်း စောင့်ဆိုင်းမနေပါနှင့်။ မည်သည့်အခါတွင် မည်သည့် အလုပ်ကို မည်သို့ သင် လုပ်ဆောင်ရမည်ဆိုသော အချက်အတွက် သင် အတိအကျ မသိရှိသေးဘဲ ဖြစ်နေနိုင်ပါသည်။ ဤအချိန်အတောအတွင်း သင်သည် တွေ့သင့်တွေ့ထိုက်သူများနှင့် တွေ့ဆုံနှီးနှောလျက် အကြံ ဉာဏ်များ ရယူခြင်း၊ အလုပ်အကိုင်နှင့် စပ်လျဉ်းသည့် ပညာရပ်များကို ဆည်းပူးခြင်း၊ သင်၏စိတ်တွင် အောင်မြင်စိတ်များ ပြည့်ဝနေအောင် အမျိုးမျိုး ကြံဆောင်ကြိုးစားခြင်းများကို သင် ပြုလုပ်နေရမည် ဖြစ်သည်။

ကျွန်ုပ်သည် စာအုပ်များကို စတင်ရေးသားခဲ့စဉ်က အထက်၌ ဆိုခဲ့သည့်အတိုင်း ပြုမူနေထိုင်လုပ်ကိုင်ခဲ့ရာ ကျွန်ုပ်စာအုပ်ကို ပုံနှိပ် ဖြန့်ချိလိုသူများသည် ကျွန်ုပ်ထံသို့ လာရောက်ကြရပါသည်။

ငြောက်

သင့်၌ ပြည့်စုံသော စီမံကိန်းများ ရရှိလာသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ထိုစီမံကိန်းကို စာဖြင့်ရေးသားပါ။ ထိုရေးသားချက်ကို ညစဉ်၊ နံနက် တိုင်း ပြန်ပြီးဖတ်ပါ။ ထိုစီမံကိန်းအတိုင်း စွဲမြဲစွာ လိုက်နာပါ။ သို့ရာတွင် ထိုစီမံကိန်းတွင် ပါဝင်သည့် အချက်အလက်များကို အခြေအနေအရ ပြင်ဆင်ရန် လိုအပ်သည်ဟု သင် ထင်မြင်သဘောပေါက်လာပါလျှင် ပြင်ဆင်ရမည်ဖြစ်ပါသည်။ ဤကဲ့သို့မဟုတ်၊ ထိုကဲ့သို့လုပ်ရမည် စသည် ဖြင့် သင်၏စိတ်က အပြောင်းအလဲများကို အမြဲတစေ ပြုလုပ်မနေ

သင့်ပေ။ သင်၏ အတွင်းစိတ်ကသာ သင်၏ ပန်းတိုင်ဆီသို့ အရောက် ချီတက်ရေးအတွက် ပြောင်းလဲလုပ်ကိုင်သင့်သမျှကို စိစစ်၍ လမ်းညွှန် ပေးလိမ့်မည်ဖြစ်လေသည်။

ယုံကြည်ခြင်းကို အော်တိုဆပ်ဂျက်ရှင်းပြုလုပ်ရာ၌ အဆင့်ခုနစ် အဖြစ်ဖြင့် ကျွန်ုပ် သတ်မှတ်နိုင်ပါသည်။ သို့ရာတွင် ယုံကြည်ခြင်းသည် အဆင့်ခုနစ်မျှသာမဟုတ်။ အားလုံးသော အဆင့်များသို့ ပျံ့နှံ့ဝင်ရောက် နိုင်ပေသည်။ ယုံကြည်ခြင်းသည် လူသား၏စိတ်တွင် ဓာတုဗေဒ ဆရာ ကြီးပင်တည်း။ ယုံကြည်ခြင်းသည် ကြံစည်စိတ်နှင့် ရောစပ်သောအခါ တွင် စစ်မှန်သော အတွင်းစိတ် ယုံကြည်မှုအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိသွားလေ သည်။

ယုံကြည်ခြင်းသည် သင်၏ တစ်စိတ်တစ်ဒေသအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိ သွားသောအခါတွင် သင် လိုက်နာရန်အတွက် သင်ရွတ်ဆိုသော ညွှန်ကြားချက်အားလုံးအတိုင်း သင် ဆောင်ရွက်လုပ်ကိုင်နိုင်လေတော့ သည်။ ထိုယုံကြည်ခြင်းသည် သင်၏ အလေ့အကျင့်၊ သင်၏ ပုဂ္ဂလိက ဥပဓိရုပ်အဖြစ်သို့ ရောက်ရှိသွားလေသည်။

ယုံကြည်ခြင်းသည် သင်၏ စိတ်ကူးချက်များကို စိတ်အားထက် သန်စေသည်။ ထိုကြံစည်စိတ်ကူးချက်များကို ကျိုးကြောင်းဆက်စပ်မှု သဘောတရားများ၏ လောကမှ လွန်မြောက်ပြီး နာမ်လောကဆီသို့ ပို့ဆောင်ပေးမည်ဖြစ်လေသည်။ ထိုနေရာတွင် သင်၏ ကြံစည်စိတ်ကူး ချက်များသည် ညီမျှသော ရုပ်လောကကို ဖြစ်စေလေတော့သည်။

ယခုပင် ယုံကြည်စိတ်ထားနှင့် အော်တိုဆပ်ဂျက်ရှင်း၏ အဆင့် ခြောက်ခုကို တစ်ဖန်ပြန်လည်၍ ဖတ်လိုက်ပါဦး။



၂၀၁၁ ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လ၊ ၁၅ ရက်၊ နေပြည်တော်

သင်၏စိတ်နှင့် သင့်ခန္ဓာကိုယ်အပေါ် အပြင်သစ်

အမြင့်ဆုံးလျှို့ဝှက်ချက်ကို ဤအခန်းအစ၌ ရေးသားခဲ့ပြီးဖြစ်၏။ “လူသား၏စိတ်က ဖြစ်ပေါ်လိမ့်မည်၊ ရရှိလိမ့်မည်ဟု ယုံကြည်နိုင်သော မည်သည့်အရာကိုမဆို လူသား၏စိတ်သည် ဖြစ်ပေါ်ရရှိစေနိုင်လေ သည်”။

လူသား၏ စိတ်တန်ခိုးအကြောင်းကို ကျွန်ုပ် ယခုထပ်မံ၍ အလေး အနက် ပြောလိုပါသေးသည်။ လူသားမှတစ်ပါး အခြားသတ္တဝါတို့သည် မိမိတို့၏စိတ်ကို လူသားများကဲ့သို့ ဆင်ခြင်သုံးသပ်နိုင်ခြင်း၊ စိတ်တန်ခိုး ကို စူးစမ်းရှာဖွေနိုင်ခြင်း၊ စိတ်ကူးချက်၏ ဟိုမှာဘက်အထိရောက်အောင်၊ တန်ခိုးအင်အား ကြီးမားသွားအောင် နည်းလမ်းရှာဖွေ စွမ်းဆောင် ပြုလုပ်နိုင်ခြင်းမရှိပေ။

သင်သည် လူသားဖြစ်သည်။ သင်၏ လူသားဘဝ အခြေအနေ၊ အတုမရှိ ထူးခြားသော အချက်အလက်များကို အချိန်ယူပြီး လေ့လာ သိရှိပါလော့။

လူသားနှင့် လူသား၏ စိတ်အကြောင်းများကို ဝေဖန်ရေးသားသူ၊ ယခုခေတ်၏ စာရေးဆရာကြီးတစ်ဦးဖြစ်သူ ဒေါက်တာပီလီရီကောင် မတီချိုင်းသည် “လူသား၏ကံကြမ္မာ” အမည်ရှိ စာအုပ်ကို ရေးသားခဲ့ သည်။ ထိုစာအုပ် စာပိုဒ်တစ်ခုကို ကျွန်ုပ် များစွာ နှစ်သက်သဘော ပေါက်မိသည်။

လူသား၏စိတ်သည် ခန္ဓာကိုယ်ကို မည်သို့သောနည်းဖြင့် ရောဂါ ပျောက်ကင်းအောင် ကုသနိုင်ရသနည်းဟု မသိမြင်ကြသူများအား ကျွန်ုပ် သည် ထိုစာပိုဒ်ကို ပြသရသည်။ သူ့စာပိုဒ်မှာ အောက်ပါအတိုင်းပင် ဖြစ်၏။

လူသား၏ ခန္ဓာကိုယ်ကို ထူးခြားသော သက်ရှိ

သတ္တဝါကလေးပေါင်းများစွာဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားခြင်း ဖြစ်၏။ ထိုသတ္တဝါကလေးများမှာ ဆဲလ်ခေါ် အလွန် သေးငယ်သည့် ကလာပ်စည်းကလေးများပင် ဖြစ်၏။ ထိုကလာပ်စည်းကလေးများတွင် ဓာတ်သတ္တု ဂုဏ် ဖြစ်အမျိုးမျိုး ပါဝင်၏။

လူသား၏ အသည်းတွင်လည်းကောင်း၊ ရိုးတွင်း ခြင်ဆီတွင်လည်းကောင်း ဆိုင်ရာဆိုင်ရာ ဓာတုဗေဒ ဆရာများ တည်ရှိ၏။ အချို့သော အဆိုပါ ဓာတု ဗေဒဆရာများသည် ဦးနှောက်မှလည်းကောင်း၊ အာရုံ ကြောများမှလည်းကောင်း ပေးပို့သည့်အမိန့်ကို နာခံ ၏။ ထိုဓာတုဗေဒဆရာများသည် အာရုံကြောများက ပေးသောအမိန့်ကို သိမြင်သဘောပေါက်လျက် လို အပ်သော ဓာတုဗေဒဆေးဝါးများကို ချက်ချင်း ထုတ် လုပ်၏။ ထုတ်လုပ်လိုက်သည့် ထို ဓာတုဗေဒဆေးဝါး များကြောင့် လူသား၏ ကြွက်သားများသည် ကွေး ခြင်း၊ ဆန့်ခြင်း စသည့် လှုပ်ရှားမှုကို ပြုနိုင်၏။

လူသား၏ ဦးနှောက်၌လည်း ထူးခြားသော ကလာပ်စည်းကလေးပေါင်း အများအပြား ပါဝင်၏။ အာရုံကြောများ၌ရှိသော ကလာပ်စည်းကလေးများ သည် ဦးနှောက်မှပို့လွှတ်သည့် အမိန့်များကို ဆိုင်ရာ သို့ ပို့ဆောင်ပေး၏။ အချို့ ကလာပ်စည်းကလေး များမှာ ရောဂါကို ကာကွယ်၏။ အချို့တို့မှာ ရောဂါ ကို တိုက်ဖျက်၏။ အချို့တို့မှာ ရောဂါကို ကုသလေ သည်။ ဤသို့သောနည်းအားဖြင့် လူသားသည် သူ၏

တစ်သီးပုဂ္ဂလ ကိုယ်ပိုင်ဥပစိရုပ်ကို ဖြစ်စေလေသည်။

အထက်ပါ အကျဉ်းချုပ် ရေးသားချက်မှာ လူသား၏ ဦးနှောက်နှင့် ခန္ဓာကိုယ်မှ အံ့ဖွယ်သရဲ ရရှိနိုင်သည့် အချက်ပေါင်းများစွာတို့ အကြောင်းကို အမြဲကျယ်ပြန့်စွာ ဖော်ပြခြင်းဖြစ်သည်။ လူသား၏ ခန္ဓာကိုယ်နှင့် ဦးနှောက်မှ အဖွဲ့အစည်းများ၊ စီမံကိန်းများ ဖြစ်ပေါ်စေသည့် အကြံဉာဏ်တန်ခိုးများကို ရရှိနိုင်လေသည်။

လူသားအားလုံးလောက်ပင် ဤကမ္ဘာပေါ်သို့ ရောက်ရှိလာကြပြီး သူတို့သက်တမ်းရှိသလောက် နေထိုင်သွားကြရာတွင် သူတို့၏ အကြံဉာဏ်များ ဖြစ်ပေါ်စေသည့် စိတ်တန်ခိုးအကြောင်းနှင့် သူတို့၏ဘဝကို ထိုအကြံဉာဏ်ဖြစ်ပေါ်စေသည့် စိတ်တန်ခိုးဖြင့် တည်ဆောက်ခြင်း ဟုတ်မဟုတ်ဆိုသည့် အချက်တို့ကို သူတို့ သိရှိမသွားကြချေ။ ဤအချက်များကို ကမ္ဘာပညာရေးစနစ်သစ်က သင်ကြားပေးခြင်းမရှိ၍ ဖွပ်ဖွဲချက်များ ရှိနေပေသည်။

အဆိုးဆုံးဖြစ်ရပ်မှာ ကျွန်ုပ်တို့အား အစစအရာရာ ဘာသာရပ်များစွာကို သင်ကြားပေးသော်လည်း ကြွယ်ဝခြင်း၏ လက္ခဏာတစ်ရပ် ဖြစ်သော ငြိမ်းချမ်းစိတ်အကြောင်းကို သင်ကြားပေးခြင်းမှာ အလွန်ရှား၍ နည်းပါးခြင်းပင် ဖြစ်လေသည်။

ဘာသာရေးလိုက်စားသူများသည် ကောင်းကင်ဘုံ၌ နေထိုင်ရန် မည်သို့မည်ပုံ ပြင်ဆင်ရမည်ဆိုသော အချက်တို့ကို သူတို့ ကောင်းစွာ သိရှိနားလည်ထားကြပုံရှိပါသည်။ သို့ရာတွင် မျက်မှောက်ဘဝ၌ ချမ်းသာကြွယ်ဝ၊ စိတ်အေးချမ်းပျော်ရွှင်စွာနှင့် နေနိုင်ရန် မည်သို့မည်ပုံ ပြင်ဆင်ကြိုးပမ်းရမည်ဆိုသော အချက်များအတွက်ကိုမူ ထိုဘာသာရေးသမားများသည် အနည်းငယ်ကလေးမျှသာ ပြုလုပ်ကြသည်ဟူ၍ လည်း ဖွပ်ဖွဲချက် ရှိနေပေသည်။

လူသားအများစုတို့သည် သူတို့၏ အတွေးစိတ်ကူး အများစုကို သူတို့၏ ကြောက်ရွံ့ထိတ်လန့်ခြင်းအပေါ်၌သာ စုရုံးထားရှိနေကြသည်။ အထင်အမြင် ယူဆချက်နှင့် ယုံကြည်မှုများအပေါ်တွင် သူတို့၏ အတွေးစိတ်ကူးများကို ထားရှိရန်တွင် လျော့ပါးလျက် ရှိနေကြသည်။ သူတို့၏ အထင်အမြင် စိတ်ကူးချက်များနှင့် ယုံကြည်ချက်များကသာ သူတို့ အလိုရှိသောအရာကို ရရှိအောင် ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်မည်ဖြစ်လေသည်။ သူတို့ အလိုရှိသောအရာမှာ သူတို့ ကြောက်ရွံ့နေရသောအရာများ မဟုတ်ချေ။



သင်၏ ကြွယ်ဝခြင်းများ ဝေငှတတ်သည်
ကောင်းမြတ်သော အသိပညာ

သင့် ကြွယ်ဝခြင်းကို ဝေငှပါလျှင် ပိုမိုကြွယ်ဝမှုကို ဖြစ်စေပါသည်။ ငွေကြေးအပြင် သင်သည် ကြွယ်ဝမှုလက္ခဏာရပ်များဖြစ်သည့် အခြားသော ကြွယ်ဝမှုများကိုလည်း ဝေငှနိုင်ပါသည်။

သင်၏အိမ်ရှိ သင်၏အိမ်သူအိမ်သားများအပေါ်တွင် သင်၏ ဝေငှမှုသည် အိမ်ထောင်ရေးသာယာမှုကို ဖြစ်ပွားစေပါသည်။ ထို့ပြင် သင့်၌ အောင်မြင်မှုနှင့် ငြိမ်းချမ်းစိတ်ရမှုကိုလည်း သင်လုပ်သမျှ လုပ်ငန်း ရပ်များအပေါ်မှ ရရှိစေနိုင်ပေလိမ့်မည်။

သင့်၌ရှိသည်တို့ကို ဝေငှရန် ယခုပင် စတင်ပါလော့။ သင့်၌ ငွေကြေးအမြောက်အမြား ရှိလာသောအချိန်တွင် သင်သည် ထိုငွေကို ပညာအမြော်အမြင်များဖြင့် ဝေငှသောအခါ ကြီးမားသော အကျိုးကျေးဇူး ကို သင် ရရှိပါလိမ့်မည်။

သင်သည် ယခု ငွေရရှိရန် လုပ်ဆောင်တော့မည် ဖြစ်သည်။ အကယ်၍ သင်သည် အပျက်စိတ်ထားနှင့် အမြင်မှောက်မှားခြင်း မရှိခဲ့ ပါလျှင် သင်သည် ကြွယ်ဝချမ်းသာရေးဆီသို့ သွားသောလမ်းပေါ်တွင်

ဖြောင့်ဖြောင့်မတ်မတ်ကြီး လျှောက်သွားတော့မည် ဖြစ်လေသည်။ မှန်ပါသည်။ သင် ငွေအလုံးအရင်းရရှိအောင် လုပ်ဆောင်တော့မည်ဖြစ်သည်။ သင်ကိုယ်တိုင် တန်ဖိုးရှိရှိ ကြိုးစားသဖြင့် ရရှိသောငွေ... သင်၏ တန်ဖိုးရှိသော လိုအင်ဆန္ဒများတွင် သုံးစွဲရန်ငွေ... အခြားသူများအား ကူညီရိုင်းပင်းရန်အတွက်ငွေ။

သင်၏ ကြွယ်ဝချမ်းသာရေးကို တည်ဆောက်နေစဉ်တွင် သင်၏ အကျင့်စာရိတ္တကိုလည်း တည်ဆောက်ပါမည်လော။ ယခုအခါတွင် သင် သိမြင်လာပြီ ဖြစ်သည့်အတိုင်း သင်၏ အကျင့်စာရိတ္တကို တည်ဆောက်ရန်ဆိုသည်မှာ ကြွယ်ဝချမ်းသာရေးနှင့် တကွတပြားစီဖြစ်သော အခြားကိစ္စရပ်မဟုတ်ပေ။ ငွေကြေးရရှိအောင် လုပ်ဆောင်နိုင်သော တန်ခိုးနှင့် မိမိကိုယ်မိမိ အလုံးစုံသိမြင်လျက် မိမိ၏စိတ်ကို မိမိ သိရှိခြင်းတည်းဟူသော တန်ခိုးသည် တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ခိုင်မာစွာ ဆက်စပ်မှုရှိပါသည်။

ကြွယ်ဝချမ်းသာခြင်းနှင့် မျက်စိဖြင့်မမြင်ရသော ငြိမ်းချမ်းစိတ်ရရှိခြင်းကို ဖြစ်ပေါ်စေသည့် လုပ်နည်းကိုင်နည်းများကို ကျွန်ုပ်တို့ ယခုတစ်ဖန် ထပ်မံ၍ စစ်ဆေးကြည့်ကြည့်စို့။

ငွေကြေးကို ဝေငှရန်ကိစ္စမှာ သင်၏ရှေ့ရေးအတွက် လုပ်နည်းကိုင်နည်းဖြစ်သည်ဟု သင်သိမြင်နိုင်ပါသည်။ ကြွယ်ဝခြင်း၏ လက္ခဏာရပ်များဖြစ်သည့် ငွေကြေးမှတစ်ပါး အခြားသောကိစ္စရပ်များ ဝေငှခြင်းနှင့် ပတ်သက်ပါမူ သင် ယခုပင် ပြုလုပ်ရမည့် လုပ်နည်းကိုင်နည်းများဖြစ်ကြောင်း သတိထားရပေလိမ့်မည်။ ထိုနည်းကို သင်သုံးစွဲပါ။ ထိုနည်းများသည် သင်၏ တစ်စိတ်တစ်ဒေသအဖြစ် ထားရှိကျင့်သုံးပါ။ မိမိပြုလုပ်မှုအတိုင်း အကျိုးသက်ရောက်မှု ရှိစေသည်ဆိုသော နိယာမသဘောတရားသည် ရှိပါသည်။ ဤနိယာမအတိုင်း ကျွန်ုပ်တို့၏ဘဝသည် ရှေ့သို့ဆက်လက်၍ သွားရမည်သာဖြစ်လေသည်။ ထိုနိယာမမှာ

သင့်၌ရှိသည်ကို သင် ပိုမို၍ပေးလေလေ သင့်ထံသို့ ပိုမို၍ အကျိုးတရားများ ပြန်လာလေလေပင်ဖြစ်ပါသည်။ ပြန်လာသောအခါတွင် ကြီးစွာသော အမြောက်လက္ခဏာနှင့် ပြန်လာမည်ဖြစ်လေသည်။



သူ့အလုပ်ချိန်တစ်ခုလုံး၏ ၉၀ ရာခိုင်နှုန်းကို ဝေငှပေးသူ

ကျွန်ုပ်၏ သင်တန်းကျောင်းသားတစ်ဦးဖြစ်သူ အက်ဒဝပ်ချိုတေးဆိုသူသည် နယူးအင်္ဂလန် အာမခံကုမ္ပဏီ၏ အာမခံစာချုပ်များကို ရောင်းချသူဖြစ်သည်။ သူသည် ဒုတိယကမ္ဘာစစ်ကြီးအတွင်းက စစ်စာချုပ်များကို ရောင်းချပေးခြင်းအားဖြင့် သူ၏အစိုးရကို ကူညီရန် ဆုံးဖြတ်လိုက်သည်။ ဤလုပ်ငန်းလုပ်ရာ၌ သူ့အလုပ်ချိန်တစ်ခုလုံး၏ ရာခိုင်နှုန်း ၈၀ ကို အသုံးပြုသည်။ ဤအလုပ်မှ သူ့အတွက် တိုက်ရိုက် အကျိုးခံစားခွင့်မရှိပေ။

ထို့ပြင် သူ့အလုပ်ချိန်တစ်ခုလုံး၏ ၁၀ ရာခိုင်နှုန်းကို သူ့အား တိုက်ရိုက်ယှဉ်ပြိုင် လုပ်ကိုင်ကြမည့် အာမခံစာချုပ်ရောင်းသူများအား သင်တန်းပေးလေသည်။ ဤအလုပ်မှ သူ့အကျိုးခံစားခွင့်အတွက် ငွေကြေးတောင်းဆိုမှုကို လုံးဝမပြုချေ။ ကျန် ၁၀ ရာခိုင်နှုန်းမျှသော အလုပ်ချိန်ကို သူ့လုပ်ငန်းဖြစ်သည့် အာမခံစာချုပ်များ ရောင်းချခြင်းကို ပြုလေသည်။

မိမိအလုပ်ချိန်တစ်ခုလုံး၏ ၉၀ ရာခိုင်နှုန်းမျှသော အချိန်တို့ကို သူတစ်ပါးအတွက် လုပ်ကိုင်ပေးနေသူသည် သူ့အလုပ်အကိုင် ပျက်စီးလိမ့်မည်ဟု အများကပင် ထင်မှတ်ဖွယ်ရာ ရှိနေပါသည်။ ဤအချက်ကို ကျွန်ုပ်တို့ကြည့်ကြစို့။

အာမခံလုပ်ငန်းကို လုပ်ကိုင်သူတစ်ဦးသည် တစ်နှစ်အတွင်း

အာမခံအလုပ်အင်အား ဒေါ်လာတစ်သန်းဖိုးမျှ ရရှိအောင် လုပ်ဆောင်နိုင်လျှင် ထိုသူသည် လူတော်တစ်ဦးဟူ၍ အသိအမှတ်ပြုကြသည်။ စစ်ကြီးဖြစ်နေစဉ် တစ်နှစ်အတွင်း ပထမသုံးလ ကြာသောအခါတွင် အက်ဒဝပ်ချိုတေးသည် အာမခံအလုပ်အင်အား ဒေါ်လာတစ်သန်းခွဲကျော်အောင်ပင် လုပ်ဆောင်နိုင်လေသည်။ ထိုအာမခံလုပ်ငန်းအများစုမှာ သူ့အလုပ်ခန်းအတွင်း၌ပင် အလုပ်ဖြစ်လေသည်။ များစွာသော သူတို့သည် သူ့ကိုရှာဖွေပြီး သူတို့အတွက် အသက်အာမခံ ပြုလုပ်ပေးရန် ပြောဆိုကြသည်။ ထိုသူတို့မှာ အက်ဒဝပ်ချိုတေး သူ့အလုပ်ချိန်၏ ၉၀ ရာခိုင်နှုန်းကို စေတနာ့ဝန်ထမ်းအဖြစ် လုပ်ဆောင်နေစဉ်က တွေ့ဆုံဆက်သွယ်ကြရသောသူများ ဖြစ်လေသည်။

မစ္စတာချိုတေးသည် သူ့အလုပ်ချိန်ကို သူတစ်ပါးအတွက် လုပ်ကိုင်ပေးနေစဉ်က သူနှင့် တွေ့ဆုံဆက်ဆံရသူများအား သူ့အတွက် မည်သည့်အခွင့်အရေးကိုမျှ အရိပ်အမြွက်ပင် ဖွင့်ဟပြောဆို တောင်းခံခြင်း မပြုခဲ့ချေ။

သို့ရာတွင် မိမိတို့စေတနာအတိုင်း တုံ့ပြန်မှု နိယာမသဘောတရားအရ သူ့ထံသို့ သူ့အတွက် ပြန်လာသော အကျိုးကျေးဇူးများကို သူ ရှောင်လွှဲ၍မရပေ။ ဤအချက်ကို သင်သည် ဤသို့ ကြည့်မြင်နိုင်ပါသည်။ သင်၏ ပိုင်ဆိုင်မှု ကောင်းကျိုးများကို သင်က သူတစ်ပါးတို့အား ဝေငှပေးတိုင်း သင်သည် ထိုအဝေခံရသူတို့၏ “ဗြီရှင်” ဖြစ်လာလေသည်။ နောက်ဆုံးတွင် သင်က ချေးငှားထားသည်နှင့်တူသော ဝေပေးထားသည့် အရာများအတွက် ပြန်လည်ပေးဆပ်မှုများကို သင် ရရှိလေသည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် သင်၏ စေတနာကြွေးများအတွက် တစ်မျိုးမျိုးဖြင့် ပြန်လည်ပေးဆပ်ခြင်းကို သင် ရရှိလေတော့သည်။

*

ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုသူများကိုသာ ပေးဝေခြင်း

သန်းကြွယ်သူဌေး နာမည်ရရှိနေသောသူများမှာ ငွေကြေး အလှူခံခြင်းများကို အဆက်မပြတ် ရရှိနေကြသည်။ ငွေကြေးအလှူခံသူများ အနက် များစွာသောသူတို့မှာ ငွေကို စနစ်တကျ လိုအပ်သောနေရာတွင်သာ အသုံးချမည့်သူများ မဟုတ်သည်ကို ပေးလှူမည့်သူက သိလေသည်။ သို့ရာတွင် အလှူခံသူအားလုံးအား စိစစ်ရွေးချယ် မနေအားတော့ချေ။

တစ်ရံရောအခါက မစ္စ မာသာဘာရီအမည်ရှိ အမျိုးသမီးကြီး တစ်ဦးသည် ဂျော်ဂျီယာ မာသာဘာရီကျောင်း ရန်ပုံငွေ လှူဒါန်းရန် မော်တော်ကားသူဌေးကြီး ဟင်နရီဖို့ဒ်ထံသို့ လာရောက်အလှူခံသည်။ သို့ရာတွင် ထိုအလှူခံချက်ကို ငြင်းဆိုလိုက်လေသည်။

ဤတွင် အမျိုးသမီးကြီးသည် တန်ပြန်သဘောနှင့် မစ္စတာဖို့ဒ်အား ဤသို့ပြော၏။

“ကောင်းပါပြီရှင် ဒါဖြင့်ရင် ကျွန်မတို့ကို မြေပဲတစ်အိတ်လောက်တော့ လှူပါလားရှင်”

မစ္စတာဖို့ဒ်က မြေပဲစိမ်းတစ်အိတ်ကို ဝယ်ယူပြီး လှူလိုက်ပါသည်။

မစ္စတာရီသည် တောတောင်ဒေသမှလာသည့် ကျောင်းသူကျောင်းသားများ၏ အကူအညီဖြင့် မြေပဲများကို စိုက်ပျိုးသည်။ အကြိမ်ကြိမ်အဖန်ဖန် စိုက်ပျိုးလိုက်ရာ နောက်ဆုံးတွင် ရရှိသော မြေပဲများကို ရောင်းချလိုက်သောအခါ ဒေါ်လာငွေ ၆၀၀ ရရှိလေသည်။ ဤအခါ မစ္စတာရီသည် ဟင်နရီဖို့ဒ်ထံသို့ ပြန်သွားပြီးလျှင် ဒေါ်လာငွေ ၆၀၀ ကိုပေးအပ်ရင်း ဤသို့ပြော၏။

“ကြည့်ပါ မစ္စတာဖို့ဒ် ကျွန်မတို့ဟာ ငွေကို ဘယ်လောက်

လက်တွေ့ အသုံးချသလဲဆိုတာကို”

မစ္စတာဖို့ဒ်သည် ဒေါ်လာငွေ ၆၀၀ ကို မစ္စတာရီသို့ ပြန်ပေးလိုက်ပြီးလျှင် ဒေါ်လာငွေ ၂ သန်းကိုလည်း ပေးလှူလိုက်ပါသည်။ ဤဒေါ်လာငွေ ၂ သန်းဖြင့် တည်ဆောက်ထားသော ကျောက်ဖြင့်ပြီးသည့် အဆောက်အအုံကြီးကို ဂျော်ဂျီယာနယ် မောင့်ဘာရီတွင် မာသာဘာရီကျောင်းဝင်းကြီးအတွင်း၌ ယခု တွေ့မြင်နိုင်ကြပါသည်။



ကြွယ်ဝခြင်းဖြင့် ကြွယ်ဝခြင်းသို့

လူတစ်ဦး၏ လက်ထဲ၌သာ ငွေကြေးအမြောက်အမြား ရှိနေခြင်းမှာ ယေဘုယျအားဖြင့်ဆိုလျှင် ထိုငွေများကို လှည့်ပတ်နေစေခြင်းလောက်ပိုမိုတိုးတက်ကြွယ်ဝမှုကို မဖြစ်စေနိုင်။ သို့ရာတွင် ငွေကြေးကို လှည့်ပတ်စေရာ၌ ထိုငွေကို ကိုင်တွယ်ကြသူများသည် တိုးတက်ကြွယ်ဝရေးကို စိတ်ပါဝင်စားသူများဖြစ်ရန်ကား လိုပေသည်။

လူတစ်ဦး၏ ပျော်ရွှင်ရေးနှင့် ငြိမ်းချမ်းစိတ်ရရှိရေးမှာ ထိုသူ၏ ကြွယ်ဝမှုအဖြာဖြာကို ဝေငှပေးရေးအပေါ်၌ တည်ရှိနေပါသည်။ အရောင်းအဝယ်ကိစ္စ ဆက်သွယ်ကြရာ၌ ဝယ်သူနှင့် ရောင်းသူ၏ အကြားတွင် မေတ္တာနှင့် ဆက်ဆံမှုဟူ၍ မခေါ်ဆိုနိုင်ချေ။ သို့ရာတွင် “မိမိတို့၏ လူသားအချင်းချင်းအပေါ်၌ အကျိုးပြုခြင်း” ဆိုသည့် သဘောကို ထားရှိဆောင်ရွက်သောအခါတွင် ရောင်းသူဝယ်သူ နှစ်ဦးနှစ်ဝတို့အပေါ်တွင် အကျိုးပိုမိုသက်ရောက်မှုများသည် ထိုဆက်ဆံမှုအတွင်း၌ ပါဝင်၍ လာရတော့သည်။

ဟင်နရီဖို့ဒ်က ဤသို့ပြောဖူး၏။ “ကျွန်ုပ်တို့၏ အစီအရီ တန်းစီနေသော မော်တော်ကားများကို ရောင်းချခြင်းအပေါ်မှ ကျွန်ုပ်အတွက်

အနည်းငယ်ကလေးမျှသာ ပါရှိပါသည်။ ကျွန်ုပ်၏စိတ်တွင် မော်တော်ကားတစ်စီးကို ကျွန်ုပ်တို့ ရောင်းချလိုက်ရတိုင်း အမြတ်အစွန်းအနေနှင့် မတွက်ချက်ဘဲ ဝယ်ယူသူအတွက် အကျိုးပြုလိုက်ခြင်းသာဟု သဘောပိုက်မိပါသည်။”

သောမတ်အေအက်ဒီဆင်ကမူ “လူသုံးပစ္စည်းတစ်ခုကို ကျွန်ုပ်ကောင်းမွန်စွာ တီထွင်လိုက်ရာ၌ လူအများအကျိုးရှိရာရှိကြောင်းကို ကျွန်ုပ် ထမ်းရွက်ခြင်းဖြစ်သည်ဟု သဘောမထားဘဲနှင့် မည်သည့်ပစ္စည်းကိုမျှ ကျွန်ုပ် တီထွင်ပြုလုပ်ခြင်းမရှိပါ” ဟူ၍ ပြောဆိုလေသည်။

အရောင်းအဝယ်လုပ်ကိုင်ရာ၌ ရောင်းသူသည် ဝယ်ယူသူအပေါ်၌ “ငါ့ပစ္စည်းပေးလို့ သူ့ငွေကို ငါရသည်” ဆိုသော စိတ်ထားထက် ပိုမိုသော စေတနာရှိရန် လိုသည်ဆိုသော အတွေးအခေါ်သည် အသစ်အဆန်းမဟုတ်ပါ။ ပိုမိုစေတနာထားခြင်းသည် ကောင်းမွန်သော အရောင်းအဝယ်နှင့် ကောင်းမွန်သော ဝယ်ယူသူများ ဖြစ်ပေါ်စေကြောင်းကို သမိုင်းတစ်လျှောက်၌ သိမြင်ထင်ရှားစေပါသည်။

သို့ရာတွင် သမိုင်းမှတ်တမ်းအရဆိုလျှင် အလုပ်အကိုင်ကြီးများကို လုပ်ကိုင်သော အလုပ်ရှင်ကြီးများနှင့် သူ၏ အလုပ်သမားများ၏ အပေးအယူကောင်းမွန်သည့် ဆက်ဆံမှုများမှာ သက်တမ်းများစွာ မကြာမြင့်သေးပေ။

အလုပ်သမားပေါင်း ထောင်နှင့်ချီ၍ ပါဝင်လုပ်ကိုင်ရသော စက်မှုလက်မှု အရောင်းအဝယ်လုပ်ငန်းကြီးများ ပေါ်ထွန်းလာသည်မှာ လူမျိုးဆက် နှစ်ဆက်သုံးဆက်ထက် ပိုဦးမည်မဟုတ်ပေ။ ဤအလုပ်အကိုင်ကြီးများ လုပ်ကိုင်ခြင်း၏ အဓိကရည်ရွယ်ချက်မှာ ပိုင်ရှင်အတွက် ငွေကြေးအမြောက်အမြား အမြတ်အစွန်းရရန်အတွက်သာဖြစ်၍ များစွာသော အလုပ်သမားတို့၏ လုပ်အားကို မတရားသဖြင့် သုံးစွဲခဲ့ကြလေ

သည်။

ကျွန်ုပ်တို့ မျက်မှောက်ခေတ်တွင်လည်း လွန်ခဲ့သောနှစ်များ အတွင်းကဆိုလျှင် လုပ်ငန်းရပ်ကြီးများ၏ပိုင်ရှင် အမြတ်ကြီးစားပင် လယ်စားပြကြီးများသည် သူတို့ရရှိသော အမြတ်အစွန်း ငွေကြေးများကို သူတို့ခိုင်းစေနေသည့် သူတို့အား ကြွယ်ဝမှုကိုဖြစ်စေသော အလုပ်သမား များအား ဝေငှရန် မည်သည့်အခါမျှ စဉ်းစားလေ့ မရှိခဲ့ပေ။ ထိုပင်လယ် စားပြကြီးများသည် သူတို့ မည်မျှ ကြွယ်ဝချမ်းသာသည်ဆိုသည်ကို နယူးယောက်၊ နယူးပို့တ်နှင့် ပန်ဘီချ်မြို့ကြီးများတွင် “ရှိုးပေး” ကြသည်။ ထိုလုပ်ငန်းပိုင်ရှင်များသည် လူ့အစုအဝေးတွင် လူများသည် လုပ်ခ ကောင်းမွန်စွာရပြီး ကုန်ပစ္စည်းများကို ပိုမိုဝယ်ယူနိုင်လျက် လူ့ဘဝ အသက်မွေးမှုကို ပိုမိုကောင်းမွန်အောင် လုပ်ဆောင်နေထိုင်သင့်သည် ဆိုသော အတွေးအခေါ်များကို ပမာမခန့် ပြောင်လှောင်ကြလိမ့်မည်သာ ဖြစ်လေသည်။

သန်းကြွယ်ချမ်းသာသူ လူဦးရေမှာ ယခုခေတ်တွင် အလွန် များ ပြား၍လာလေသည်။ လွန်ခဲ့သော ၁၀ နှစ်အတွင်းက အမြတ်ခွန် ဆောင်ရသော စာရင်းအင်းများကို ကြည့်ခြင်းအားဖြင့် သန်းကြွယ်ချမ်း သာသူ လူဦးရေ ငါးထောင်ကျော်ရှိကြောင်း သိရသည်။

ယခုအခါတွင် ငွေကြေးကြွယ်ဝချမ်းသာနေသူများသည် သူတို့ ကိုယ်သူတို့ လူတန်းစားတစ်ရပ်အနေဖြင့် သီးခြားလူတန်းစားတစ်ခု ဖွဲ့စည်းထားရန် လိုလားကြမည်မဟုတ်ပေ။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ဆင်းရဲနွမ်းပါးသူများက သူတို့အပေါ်တွင် စိတ်ဝင်စားမှုမရှိခြင်းကို ကြွယ်ဝသူများက အလိုမရှိကြပေ။ ဤအယူအဆနှင့်ပတ်သက်၍ ကျွန်ုပ် အာသာဒီဆီယိုဆိုသူ ငွေကြေးကြွယ်ဝနေသူတစ်ဦးအကြောင်းကို ပြောပြ လိုပါသည်။ သူသည် လူနေနိုင်သည့် နေအိမ်မော်တော်ကားများကို

တည်ဆောက်ရောင်းချပြီး ကြွယ်ဝချမ်းသာလာသူ ဖြစ်လေသည်။ သူက “ယခုခေတ်မှာ လွန်ခဲ့တဲ့ ၁၅ နှစ် (သို့မဟုတ်) နှစ်ပေါင်း ၄၀ ကန့်စာရင် ငွေကြေးကြွယ်ဝချမ်းသာဖို့ အလုပ်လုပ်ရတာ လွယ်ကူလာပါတယ်။ လူဦးရေတိုးတက်လာတာကို ကြည့်ပါ။ နောက်ပြီး လူတစ်ဦးချင်းဝင်ငွေ အကြီးအကျယ် တိုးတက်တာကိုလည်း ကြည့်ပါ။ ဒီတိုင်းပြည် (အမေရိကန်) မှာ အလုပ်အကိုင်လုပ်ဖို့ အခွင့်ကောင်းအခါကောင်းတွေ ပြည့်နှက်နေပါတယ်” ဟူ၍ ပြောဆိုလေသည်။ ဤအတိုင်းပင် များစွာသော အခွင့်အလမ်းကောင်းများသည် အကယ်၍သာ ကြွယ်ဝနေသော ငွေကြေးများကို အခြားအလုပ်သမားသို့ ကောင်းမွန်စွာ ဝေငှခြင်းမရှိခဲ့ပါလျှင် ယခုကဲ့သို့ ထွက်ပေါ်၍လာနိုင်မည်မဟုတ်ပေ။

ယခုအခါတွင် အလုပ်ကြီးအကိုင်ကြီးသမားများသည် သူတို့၏ အလုပ်သမားများအား သူတို့၏ လုပ်ငန်းရပ်များတွင် ‘ပါတနာရှစ်’ (အစုစပ်ပါဝင်သူ)အဖြစ် ခေါ်ယူခြင်းသည် အလုပ်ရှင်ဖြစ်သူ သူ့အတွက် နှင့် သူ့အလုပ်သမားများအတွက်ရော သူ့လူမျိုးစုအတွက်ပါ အကျိုးကျေးဇူး ဖြစ်ထွန်းစေသည်ဆိုသော အချက်ကို သိမြင်နေကြပေပြီ။

ကြွယ်ဝချမ်းသာခြင်းများကို အတတ်နိုင်ဆုံး ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် ဖြန့်လျက်ထားနိုင်ခြင်းသည် အကောင်းဆုံးပင်ဖြစ်သည်ဟူ၍ အရင်းရှင်များ၏ အသင်းသည် ကြိမ်ဖန်များစွာ အတည်ပြု ဆုံးဖြတ်ခဲ့လေသည်။

*

ကြွယ်ဝခြင်းကို သင့်အိမ်တွင်း၌ ထေရန်

လူတစ်ယောက်၏အကြောင်းကို သူ့အိမ်တွင်း၌ သူ မည်သို့ နေထိုင်ပြုမူသည်ကို ထောက်ရှုလျက် အများအပြား ပြောဆိုနိုင်လေသည်။ အောင်မြင်ထမြောက်စွာ နေထိုင်လျက်ရှိသူ ယောက်ျားများသည်

(တစ်စုံတစ်ခုသော အရောင်းအဝယ် အလုပ်အကိုင်၌ ကျွမ်းကျင် အောင်မြင်နေရုံမျှကို ခေါ်ဆိုခြင်းမဟုတ်) ယေဘုယျအားဖြင့် သူတို့၏ အိမ်ကို ကောင်းစွာ ထောက်ပံ့ပြုစုပျိုးထောင်နိုင်ကြသူများသာ ဖြစ်လေသည်။ သူ့အိမ်တွင် အရှင်သခင်ဆရာကြီးဟူ၍ မရှိ။ သူ့အိမ်တွင် စစ်မှန်သော ချစ်ခြင်းမေတ္တာနှင့် စစ်မှန်သော ဝေငှပေးကမ်းမှုများသာ ရှိလေသည်။

ကျွန်ုပ်သည် ချမ်းသာကြွယ်ဝသော အိမ်များကို ရောက်ဖူး၏။ ထိုအိမ်များရှိ အိမ်ရှင်များမှာ အိမ်သူအိမ်သားများ စားသုံးဖို့၊ ပစ္စည်းအသုံးအဆောင်၊ အဝတ်အထည်များ ဝယ်ယူဖို့အတွက် ငွေကို လက်ဖြန့်၍ သူတို့ခင်ပွန်းသည်များထံမှ တောင်းခံကြရ၏။ ဆင်းရဲနွမ်းပါးသော အိမ်ထောင်စုများထံသို့လည်း ကျွန်ုပ် ရောက်ဖူး၏။ ထိုသူတို့မှာ ပစ္စည်းဝယ်ရန်ရှိတိုင်း လင်မယားခေါင်းချင်းဆိုင်၍ တိုင်ပင်ကြရ၏။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုလျှင် အစားအစာ ဝယ်ယူဖို့အတွက် ငွေကြေးမကျန်ဘဲဖြစ်မည်ကို စိုးရိမ်ရသည့်အတွက်ကြောင့် ဖြစ်၏။ ဤသူတို့မှာ ငွေကြေးချို့တဲ့သဖြင့် ဝမ်းနည်းကြရသော်လည်း သူတို့မှာ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အေးအတူပူအမျှသဘောဖြင့် ကျရောက်လာသော ဒုက္ခ၊ သုခများကို ဝေ၍ယူကြသည့်အတွက် ပို၍ ပျော်ရွှင်နိုင်ကြ၏။

ကျွန်ုပ်မှာ အခါအားလျော်စွာ လက်ထပ်ထိမ်းမြားမင်္ဂလာပွဲများ၌ သြဝါဒစကားများ ပြောကြားရ၏။ ထိုအခါ၌ အိမ်ထောင်မှုကိစ္စ ပျက်ပြားစေသည့် အကြောင်းများကို ပြောဆိုရ၏။ အိမ်ထောင်မှုပျက်ပြားစေသော အကြောင်းရပ်များမှာ များပြားလှပါ၏။ ၎င်းအနက် လင်နှင့်မယား အေးအတူပူအမျှသဘောနှင့် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အစစအရာရာ ဝေငှသည့် သဘောမပါလျှင် အိမ်ထောင်ရေး ပျက်ပြားတတ်သည်များကို ပြောပြရပါသည်။ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ဝေငှသည့်သဘော မရှိခဲ့လျှင် အခြားသော

ဒုက္ခရပ်များလည်း ဖြစ်ပေါ်၍ လာစေနိုင်ပါသည်။

သင်သည် ယခု ငွေကြေးရရှိရန် လုပ်ကိုင်တော့မည်ဖြစ်သည်။ ငွေကြေးများ ရရှိလာသောအခါတွင် သင်၏ဇနီးတွင် သူ လိုရာသုံးစွဲနိုင်ဖို့ ကိုယ်ပိုင်ရန်ပုံငွေများ ရှိနေစေရန်ကို သင် မမေ့သင့်ပေ။ ထို ရန်ပုံငွေမှာ သဘောအားဖြင့် သူမ၏ ငွေဖြစ်ရာ အဓိပ္ပာယ်မှာ သင်သည် သူမအား အိမ်ရှင်မအနေဖြင့် အသိအမှတ်ပြုရာကျပြီး ဤအခွင့်အရေးကို သူမ ရရှိသင့်ပေသည်။ သို့မှသာလျှင် သူမသည် သင်၏ ဖက်စပ် ပါတနာအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိပြီး သင်၏အစေခံ မဟုတ်သည်ကို ပြသရာ ကျပေမည်။

အမျိုးသမီးများ အလှပြင်ရာဌာနများတွင် အမျိုးသမီးများ တတ်တတ် ပြောပြကြသည့် စကားများအကြောင်းကို ကျွန်ုပ် ကြားသိရ၏။ သူတို့ပြောစကားမှာ သူတို့လင်ယောက်ျားများထံမှ ငွေရရှိရေးအတွက် မည်သို့မည်ပုံ လိမ္မာပါးနပ်စွာ သူတို့ ကျင့်သုံးရပုံများပင် ဖြစ်ပါ၏။ အမျိုးသမီးအတော်များများမှာ သူတို့လင်ယောက်ျားများ အိပ်ပျော်နေစဉ်တွင် ဒေါ်လာအချို့ကို သူ့လင်၏ အိတ်ထောင်တွင်းမှ အလစ် နှိုက်ယူထားရသည့်အကြောင်း၊ အချို့အမျိုးသမီးများမှာ အလှူကြေးများ ထည့်ရန် သို့မဟုတ် ကလေးများအတွက် ကျောင်းစရိတ် စသည်ဖြင့် လီဆယ်၍ သူတို့ယောက်ျားများထံမှ ငွေရရှိအောင် ကြံဆောင်ကြရ ရှာသည်။

များစွာသော အိမ်ရှင်မများမှာ ဤအပြုအမူများကို မလုပ်မဖြစ်၍ လုပ်နေကြရဟန် ရှိပေသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုလျှင် သူမတို့၏ လင်ယောက်ျားများမှာ မသေရုံတမည် စားဝတ်နေထိုင်ရေးအတွက်သာ ငွေကြေးများကို ပေးလိုရာ အိမ်ရှင်မများမှာ သင့်တင့်လျောက်ပတ်အောင် အိမ်ထောင်ထိန်းသိမ်းနိုင်ရန်အတွက် ငွေကြေးမလုံလောက်ကြရသော

ကြောင့်ပင်တည်း။

အချို့သော အမျိုးသမီးများမှာ သူတို့၏ဖြစ်ထွက်ကို ဆံပင်အလှ အပ ပြုပြင်ရာဌာနများ၌ ရင်ဖွင့်လေ့ရှိကြ၏။ သူမမှာ မာကျောင်းကစား မိ၍ ငွေရုံးရာ မီးဖိုဆောင်သုံးပစ္စည်းများဝယ်ရန် ငွေမရှိတော့ကြောင်း၊ ဤအကြောင်းကို သူ့လင်တော်မောင်ကို ပြောမပြောတော့ကြောင်း၊ သူ့ ယောက်ျား သိများသွားခဲ့လျှင် မည်မျှ စိတ်ဆိုးမည်ဖြစ်ကြောင်း၊ ထို့ကြောင့် သူမသည် မပြောဘဲနေရကြောင်းများ ဖြစ်၏။

ဤသို့ဖြစ်ခြင်းမှာ လင်မယားနှစ်ဦးကြား၌ အခြေအနေမှာ ဆိုး ရွားသွားနိုင်လေသည်။

များစွာသော ယောက်ျားများမှာမူ သူတို့ဝင်ငွေ မည်မျှရှိကြောင်း၊ အရက်သောက်၍ ငွေမည်မျှကုန်ကြောင်းနှင့် ပိုကာကစားသဖြင့် ငွေ မည်မျှ ရုံးခဲ့ကြောင်းများကို သူတို့၏ ဇနီးသည်များအား လုံးဝ ပြောပြ ခြင်း မရှိကြချေ။

လင်ယောက်ျားဖြစ်သူက သူ၏ ဝင်ငွေထွက်ငွေ၊ သူ၏ အလုပ် အကိုင်၊ သူ၏ အတွေ့အကြုံများကို မိမိ၏ ဇနီးသည်အား အေးအတူ ပူအမျှ သဘောထားဖြင့် ဝေငှပြောပြခဲ့ပါလျှင် သူ၏ ဇနီးသည်ကလည်း သဘာဝအတိုင်း တုံ့ပြန်လျက် အဖြစ်မှန်များကို ဖုံးဝှက်မထားဘဲ ချစ် ခင်စွာ ပြန်လည်ပြောပြပေလိမ့်မည်။

ယေဘုယျအားဖြင့် အိမ်ရှင်မများသည် အိမ်တွင်း၌သာ နေထိုင် ကြရသည်ဖြစ်ရာ အိမ်ပြင်ထွက်၍ စီးပွားရှာရသူ လင်ယောက်ျားများ ပြန်လာသောအခါ၌ ပြင်ပလောက၏အကြောင်းကို သိချင်ရှာကြပေ လိမ့်မည်။

အကင်းပါးသော ယောက်ျားဖြစ်ပါလျှင် သူ့မိန်းမက ဖွင့်ဟ၍ မမေးဘဲနှင့် သူ ဘာတွေလုပ်ခဲ့သည်၊ ဘယ်နေရာမှာ ဘယ်လို အချိန်

ဖြုန်းပြီး ဘယ်လို ဖြစ်ခဲ့ရပုံများကို ခရေစေတုတွင်းကျ ပြောပြပေလိမ့်မည်။

မိမိ၏အိမ်ရှင်မအား မိမိ၏ အကြောင်းအရာ အဖြစ်အပျက်များ ကို ဝေငှပြောပြလျှင် သင်သည် လက်ထပ်ထိမ်းမြားခြင်း၏ အဖြစ်ကို ခံယူရရှိ၏။ ဝေငှခြင်းကင်းသောအခါတွင် သင်သည် မိမိတစ်ဦးတည်း နေရခြင်းပင် ဖြစ်လေတော့သည်။

ချစ်ခြင်းမေတ္တာ၊ လိင်စိတ်နှင့် ငွေ။ ဤသုံးခုသည် ကမ္ဘာလောက ကြီးကို သေသေချာချာ အုပ်စိုးလျက်ရှိ၏ဟု အဆိုပြုချက် ရှိပါသည်။ ဤအဆိုပြုချက်သည် လုံးဝ မှန်ပါပေသည်ဟု ကျွန်ုပ် မဆိုလိုသော် လည်း မှန်ကန်မှုများစွာ ပါဝင်နေသည်မှာ သေချာပါသည်။

ယောက်ျားတစ်ဦးသည် သူ့ဘဝ၏ အကြောင်းအရာများနှင့် ပတ်သက်၍ သူ့ဇနီးအား အေးအတူပူအမျှ သဘောထားကာ ဝေငှပေး ကမ်း ပြောပြခြင်းမရှိပါလျှင် ထူးဆန်းသည့် လိင်ကိစ္စအပါအဝင် ချစ် ခြင်းမေတ္တာဓာတ်နှင့် အလွန်အရေးကြီးသည့် ပူးပေါင်းဆက်ဆံခြင်း သဘောသဘာဝကို နားလည်နိုင်မည်မဟုတ်ပေ။ သို့ရာတွင် ယောက်ျား သည် ချစ်ခြင်းမေတ္တာ၊ လိင်စိတ်နှင့်ငွေ ဤသုံးရပ်ကို စိတ်ပါဝင်စားစွာ ရှိနေပါလျှင် သူသည် အားကောင်းသော ဒိုင်နမိုကဲ့သို့ ဖြစ်လာပေ လိမ့်မည်။

ဤအားသည် ငွေကို ပို၍ပို၍ ရရှိအောင် စွမ်းဆောင်နိုင်ပြီးလျှင် သူသည် သူ့ဇနီးအား ပို၍ပို၍ ဝေငှနိုင်မည် ဖြစ်လေသည်။

သင်၏ အသက်ရှင်တည်ရှိနေရန်အတွက် သင့်ဘဝ၏ အစိတ် အပိုင်းတစ်ခုသည် တခြားအစိတ်အပိုင်းများနှင့် တသီးတခြား တည်ရှိ နေရန်ကား မဖြစ်နိုင်။ ထိုနည်းတူစွာ သင်သည် တစ်နေရာ၌ အောင်မြင်မှု ရရှိခဲ့သော် ထိုအောင်မြင်မှုသည် အခြားတစ်နေရာ၌လည်း အောင်မြင်မှု ရရှိရန်အတွက် အကူအညီပေးလေသည်။ အထူးအားဖြင့်ဆိုလျှင်

သင်သည် သင့်အိမ်တွင်း၌ ငြိမ်းချမ်းစိတ်ကို ရရှိခဲ့သော် အခြား ဘယ်နေရာ၌မဆို သင်သည် ငြိမ်းချမ်းစိတ်ကို ရရှိမည်သာ ဖြစ်လေသည်။

ပုံဝတ္ထုတိုကလေးတစ်ခုကို ကျွန်ုပ် သင့်အား ပြောပြချင်ပါသည်။ ထိုပုံတိုကလေးမှာ ကျွန်ုပ်၏ အကြောင်းပင် ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။ ကျွန်ုပ်၏ ဘဝတစ်သက်တာ၌ ရှေးအခါက ကျွန်ုပ်၏ မော်တော်ကားတာယာ သံစူး၍ ပြားနေသာအခါတွင် ကျွန်ုပ်မှာ အလွန် စိတ်ဆိုးစိတ်ပျက် ဖြစ်တတ်သည်။ ယခုအခါတွင်မူ ကျွန်ုပ်သည် မော်တော်ကားဖြင့် ခရီးရှည်ထွက်လာရာ၌ ဘီးပေါက်သွားပါက ကျွန်ုပ်မှာ ရှေးကကဲ့သို့ စိတ်ပျက်စိတ်ဆိုးမှု လုံးဝ မရှိတော့ပါ။ ကျွန်ုပ်သည် အေးအေးဆေးဆေးပင် စပယ်ယာဘီးနှင့် လဲလှယ်တပ်ဆင်လိုက်ပါသည်။ ရှေးအခါတုန်းကဆိုလျှင် ကျွန်ုပ်တွင် သန်မာသောကြွက်သားများ ယခုထက်ပိုမို၍ ရှိပါသည်။ သို့ရာတွင် ရှေးအခါက ကျွန်ုပ် ကားမောင်းနှင့်ရာ၌ မိမိ ချစ်ခင်နှစ်သက်သော ဇနီးသည်မှာ ယခုအခါကဲ့သို့ ကျွန်ုပ်၏ ဘေး၌ မပါရှိခဲ့ပါချေ။



**လူတိုင်း၌ ဝေငှပေးရန် တစ်စုံတစ်ခုရှိ၏။
ထိုအရာကို ဝေငှခြင်းဖြင့် အကျိုးရရှိပါစေ။**

လူစိမ်းတစ်ဦးသည် လမ်းပေါ်တွင် သင့်အား ရပ်တန့်စေပြီး လမ်းညွှန်ရန်ပြောခဲ့သော် သူ့အား သင် လမ်းညွှန်ခြင်းသည် သင်၏ အသိကို ဝေငှခြင်းပင်ဖြစ်၏။ ဤသို့ ဝေငှနိုင်ရန်အတွက် သင်သည် ငွေကြေးရရှိရန်မလိုပေ။ လူသားတို့အား ကြင်နာစိတ်ထားများ သင့်၌ ကြွယ်ဝစွာ ရှိနေပါမူ သင်သည် ထိုလူစိမ်းအား ကျကျနန လမ်းညွှန်ပေးလိမ့်မည်။ သင်သည် လမ်းထောင့်တစ်နေရာအထိ ထိုလူစိမ်းနှင့်အတူ လမ်းလျှောက်သွားပြီး ထိုသူ သိလိုသောနေရာကို ညွှန်ပြောဆိုကောင်း

ပြောဆိုပါလိမ့်မည်။

ငွေကြေးမရှိ ဆင်းရဲနွမ်းပါးဆုံး ဖြစ်စေကာမူ ကျွန်ုပ်တို့တွင် ဝေငှပေးကမ်းရန် အရာဝတ္ထုများစွာ ရှိပါသည်။ တစ်နည်းမဟုတ် တစ်နည်းအားဖြင့် လူဆင်းရဲတစ်ယောက်သည် လူချမ်းသာတစ်ဦးကဲ့သို့ပင် သူ့၌ ဝေငှပေးကမ်းရန် အရာဝတ္ထုများစွာ ရှိနေပါသည်။ ချစ်ခြင်းမေတ္တာနှင့် ကြင်နာသနားခြင်းတို့ကို ဝေငှရန်မှာ ဆိုခဲ့ပြီးအတိုင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

အားလုံး လူတိုင်းလောက်ပင် ပြုလုပ်နိုင်သည့် ဝေငှခြင်းသုံးမျိုးကို ကျွန်ုပ် အကြံပေးပြောပြပါမည်။ ကျွန်ုပ် အောက်၌ ဖော်ပြသည့်အတိုင်း လိုက်၍ပြုလုပ်ရန် မဟုတ်သော်လည်း အလားတူကိစ္စရပ်များကို ဆောင်ရွက်နိုင်ပုံများကို သင် သဘောပေါက်စေရန်အတွက် ငွေကြေးကို မှသာမဟုတ်၊ အခြားအရာများစွာကိုလည်း ဝေငှပေးကမ်းနိုင်ကြောင်း ဥပမာပေးခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

၁။ သင်၏ အထူး တတ်သိကျွမ်းကျင်မှုပညာကို ပေးပေးပါ

များစွာသောသူတို့တွင် ငွေကြေးရှာဖွေရာ၌ အသုံးချနိုင်ရန်အတွက် အထူးတလည် တတ်ကျွမ်းထားသည့် ပညာရပ်များ ရှိတတ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် မိမိတို့၏ ကျွမ်းကျင်မှုကို ရောင်းချလေ့ရှိကြပါသည်။ ယခု ထိုကျွမ်းကျင်မှုကို အမြတ်အစွန်းရရှိစေရန် သဘောမထားဘဲ သူတစ်ပါးအား ပေးဝေရန် နည်းလမ်းကိုရှာဖွေရန် ဖြစ်ပါသည်။

မြို့ကြီးတစ်မြို့ရှိ ဆင်းရဲသားများနေထိုင်ရာ ရပ်ကွက်တစ်ခုတွင် လူငယ်များအတွက် လိုအပ်နေသော ကလပ်အသင်းတိုက်တစ်ခုကို တည်ဆောက်ရာ အဆောက်အအုံအတွက် မတည်ငွေကို အဖွဲ့အစည်းကြီးတစ်ခုက လှူဒါန်းသည်။ သို့ရာတွင် ဤကလပ်အဆောက်အအုံ လုံးဝ ပြည့်စုံစေရန်အတွက် အခြား ကျွမ်းကျင်သောသူများ လိုအပ်လျက်ပင်

ရှိနေသေးသည်။

ရှေ့နေတစ်ဦးက ကလပ်စည်းမျဉ်းဥပဒေများနှင့် အခြား လိုအပ်သော စာရွက်စာတမ်းများကို စေတနာအရ ရေးဆွဲပေးအပ်သည်။ လက်သမားတစ်ဦးက ခန်းဆီးများကို အခမဲ့ ပြုလုပ်၍ပေးသည်။ ဆေးသုတ်သမားတစ်ဦးက သူ့အလုပ်သမားများနှင့်အတူ စေတနာ့ဝန်ထမ်းအဆောက်အအုံ အတွင်းအပြင်ကို ဆေးများဖြင့် လှပအောင် ခြယ်လှယ်ပေးသည်။ ပန်းရန်ဆရာတစ်ဦးက အဆောက်အအုံပေါ်သို့ ခြေလက်မစွမ်းမသန်ဖြစ်နေသူ လူငယ်ကလေးများ တက်နိုင်စေရန် ကွန်ကရစ်ဆင်ခြေလျှောတစ်ခုကို တပ်ဆင်ပေးလေသည်။

၂။ ညဉ့်စွက်ပေးရန်လိုနေသော ကပ္ပာသျှက်တစ်ခုကို အစားပြည့်ပေးခြင်းကို ထင်မြင်

မစ္စတာအေသည် သူ၏ မြက်ရိတ်စက်ကလေးကို သူ့အိမ်နီးချင်းဖြစ်သူ မစ္စတာဘီသို့ ငှားရမ်းသည်။ ဤသို့ ငှားရမ်းခြင်းသည် အိမ်နီးချင်းကောင်းများအဖြစ်ဖြင့် သူတို့နှစ်ဦး၏ ဆက်ဆံမှုများမှာ ပိုမိုကောင်းမွန်၍နေလေသည်။

သို့ရာတွင် ရက်အနည်းငယ်မှာပင် သူတို့၏ ဆက်ဆံမှုမှာ တစ်မျိုးဖြစ်သွားရလေသည်။ မစ္စတာဘီက သူ၏ မြက်ခင်းပြင်ကို ရိတ်ဖြတ်ပြီးနောက် ထိုစက်ကလေးကို မစ္စတာအေသို့ ပြန်ပေးသောအခါတွင် မြက်ရိတ်ဖြတ်သော ဓားသွားတစ်ခုမှာ အနည်းငယ် ပဲ့လျက် ပါသွားလေသည်။ ထိုဓားသွားအပဲ့ကို တွေ့မြင်ရသူ မစ္စတာအေက အချင်းချင်း ဆက်ဆံမှုပရိယာယ်ဖြင့် မစ္စတာဘီ၏ မြက်ခင်းတွင် ကျောက်တုံးများ နစ်မြုပ်နေ၍ ဖြစ်ပါလိမ့်မည်ဟု ဆို၏။ အခြားအိမ်နီးချင်းတစ်ဦးက ဝင်ပြီး ထိုမြက်ရိတ်စက်၏ ဓားသွားပဲ့နေပြီးမှ သူ့အား မစ္စတာဘီက

ငှားရမ်းသဖြင့် အသုံးပြုရပါသည်ဟု ပြော၏။ ထိုဓားသွားအပွဲမှာ သံချေးမတက်သေးဘဲ ပြောင်လက်နေသဖြင့် ထိုအိမ်နီးချင်းအသစ် ဝင် ပြောသလို ဖြစ်ဖို့ရန်မှာ အလွန်ခက်ခဲ၏။ မစ္စတာအေသည် မစ္စတာဘီ အပေါ်တွင် စိတ်ခုသွားလေပြီ။

မစ္စတာအေသည် မစ္စတာဘီအား လမ်းတွင် တွေ့ဆုံသောအခါ၌ ဟက်ဟက်ပက်ပက်မရှိတော့ဘဲ ခေါင်းညိတ်ရုံမျှ အကန့်အသတ်နှင့် ဆက်ဆံမှုကို ပြုလေတော့သည်။

တစ်နေ့တွင် မစ္စတာဘီသည် မြက်ရိတ်စက် အသစ်တစ်လုံးနှင့် မစ္စတာအေထံသို့ ရောက်လာ၏။

“ဒီမြက်ရိတ်စက်ကို ခင်ဗျား ယူစေချင်ပါတယ်ခင်ဗျာ။ ခင်ဗျား မြက်ရိတ်စက်ကို ကျွန်ုပ် ယူသုံးတုန်းက ဓားသွားပွဲသွားတယ်။ အဲဒီတုန်း က ဓားသွားအသစ်ကို ရုတ်တရက် ကျွန်ုပ် လဲတပ်မပေးနိုင်ခဲ့ဘူး။ ဒီ အကြောင်းကို အဲဒီတုန်းက ခင်ဗျားကို ကျွန်တော်ပြောပြဖို့ အကောင်း သား။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော် ဒါကို မပြောမိခဲ့ဘူး။ အခုတော့ ကျွန်တော့်မှာ အခြေအနေက ကောင်းလာတယ်ဗျ။ ဒီတော့ ဓားသွားအသစ် လဲပေး မနေတော့ပါဘူး။ မြက်ရိတ်စက်ကိုပဲ ယူပါဗျာ”

ဤပြုမူချက်မှာ ငွေအကြွေးမဟုတ်သည့် ထိုအကြွေးကို အတိုး နှင့်တကွ ပြန်လည်ပေးဆပ်လိုက်ခြင်းပင် ဖြစ်လေသည်။ ဤသို့ ကွာဟ နေသော အချက်တစ်ခုကို အစားဖြည့်ပေးလိုက်ခြင်းသည် ထိုအိမ်နီးချင်း မိသားစုနှစ်ခုတို့၏ ခင်မင်ကြည်ဖြူမှုများမှာ ထိုအချိန်မှစ၍ ရှေ့တွင် ဆက်လက်၍ ဖြစ်ပေါ်ကြရလေတော့သည်။

၃။ အသိအမှတ်ပြုခြင်းနှင့် တန်ဖိုးထားခြင်းကို ထုတ်ဖော်ပြောပြ ထင်ပါ သင့်အား တစ်စုံတစ်ခုသောအနေဖြင့် ဥပမာ ဖောက်သည်တစ်ဦး

အနေဖြင့် သက်ဆိုင်သူများက အသိအမှတ်ပြုခြင်းခံရသည်ကို သတိပြုစေချင်ပါသည်။ ဤသို့ပြုခြင်းသည် သင့်အား တစ်နည်းအားဖြင့် ချီးမြှင့်အသိအမှတ်ပြုခြင်းပင် ဖြစ်၏။

ယခု သင်က တစ်ဖန်ပြန်၍ အခြားသူကို အသိအမှတ်ပြုပါ။ ထိုသို့ပြုလုပ်ခြင်းသည် သင် တတ်နိုင်သည့်အရာကို အကန့်အသတ်မရှိ ဝေငှခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

ဥပမာ သင်သည် အလွန်ပူအိုက်သောနေ့တစ်နေ့၌ ဓာတ်ဆီဆိုင်ရှေ့သို့ ကားထိုးရပ်လိုက်စဉ်တွင် အလုပ်သမားတစ်ဦးသည် အမြန်လာရောက်လျက် သင့်ကားကို ဓာတ်ဆီဖြည့်ပေးရန် ပြင်ဆင်ရင်း သူ့နဖူးမှ ချွေးများကို သုတ်ချနေသောအခါ သင်သည် ထိုသူအား ဤသို့ ပြောပြသည်။ “ဖြည်းဖြည်းပေါ့၊ ဒီနေ့ သိပ်ပူတယ်။ သိပ်ပြီး မြန်မြန် မလုပ်နိုင်ဘူး” ထိုစကားကို ကြားရသူ အလုပ်သမားသည် သင့်အား နောက်တစ်ကြိမ်လာလျှင် မှတ်မိနေပေလိမ့်မည်။ ဤအချက်မှာ အလုပ်သမားအား သင်၏ အသိအမှတ်ပြုခြင်းကို ဝေငှလိုက်ခြင်းပင် ဖြစ်၏။

သင်သည် အလုပ်ရှင် (သို့မဟုတ်) ဖိုမင်လူကြီးတစ်ဦး ဆိုကြပါစို့။ သင်၏ အလုပ်သမားသည် အလုပ်ကို အလွန် သေသပ်ကောင်းမွန်စွာ လုပ်ကိုင်၏။ များစွာသော အလုပ်ရှင် (သို့မဟုတ်) ဖိုမင်လူကြီးများ၏စိတ်တွင် ထိုအလုပ်သမားအား အလုပ်ကို ကောင်းမွန်စွာလုပ်ရန် အတွက် လခကြေးငွေ ပေးထားခြင်းဖြစ်သည်။ ဒါကြောင့် သူ့အလုပ်ကို သူ ကောင်းကောင်းလုပ်ရခြင်း ဖြစ်သည်ဟုသာ တွေးမြင်ပေလိမ့်မည်။ ထို့ထက်မပို။

သို့ရာတွင် ပညာရှိသော အုပ်ချုပ်သူသည် ထိုအလုပ်သမား၏ အလုပ်ကောင်းမွန်မှုကို သူ အသိအမှတ်ပြုကြောင်း ထုတ်ဖော်ပြောပြမည် ဖြစ်လေသည်။ ထိုအခါတွင် ထိုအလုပ်သမားသည် သူ့အလုပ်ကို

ကောင်းမွန်မှုစံချိန်မလျော့အောင် ရှေ့တွင် ဆက်လက်လုပ်ဆောင်ပေ
လိမ့်မည်။

သင်၏ ကြင်နာမှုများကို အကြိမ်ကြိမ် ပေးဝေပါသည်။ သင်၏
စေတနာဝန်ထမ်း အလုပ်များကိုလည်း အကြိမ်ကြိမ် လုပ်ဆောင်ခဲ့ပါ
သည်။ သို့သော်လည်း ကြိမ်ဖန်များစွာပင် သင့်ထံသို့ ကောင်းကျိုး
တစ်စုံတစ်ရာ ပြန်လာသည်ကို သင် မတွေ့ရသေးပါ။ ဤသို့ဖြစ်ပါလျှင်
တုံ့ပြန်မှုမှာ အမြဲတစေပင် သင်၏ကိုယ်တွင်း၌ပင် ဖြစ်ပေါ်နေသည်ကို
သင် သိမြင်ရန် မမေ့သင့်ပေ။ သင်က ပေးကမ်းတိုင်း သင်သည် သင့်
ကိုယ်သင် ပိုမိုကြီးမြင့်အောင် လုပ်ဆောင်ခြင်း ဖြစ်သောကြောင့်ပင်
တည်း။

ထို့ပြင် သင် မှတ်မိနေရန် အချက်တစ်ခု ရှိသေး၏။ သင်၏
စေတနာအလျောက် တုံ့ပြန်မှုမရှိခြင်း နိယာမသဘောတရားမှာ အမြဲပင်
သင်၏ ကောင်းကျိုးပြုမှုအတွက် ကောင်းကျိုးပေါ်ထွက်အောင် ပြုလုပ်
ပေးလေ့ရှိပါသည်။

သင်၏ ကြွယ်ဝမှုများကို တစ်ပါးသူတို့သို့ ဝေငှရန် နည်းလမ်း
များကို သင် ရှာဖွေတော့မည်လော။ “မည်သည့်ကြွယ်ဝမှုမျိုးပါနည်း”
ဟူ၍ မေးမြန်းခြင်း မပြုပါနှင့်။ ပေးဝေရန်အတွက် သင့်တွင် သင် ထင်
သည်ထက်ပင် များပြားသော ပေးဝေစရာတွေ ရှိနေပါသည်။

အမြင့်ဆုံး လျှို့ဝှက်ချက်များမှာ မြေတွင် တစ်ဝက်မြုပ်၍နေသော
ဘဏ္ဍာများနှင့် တူပါသည်။ ထိုဘဏ္ဍာများပေါ်သို့ သင်သည် နေ့စဉ်
အကြိမ်တစ်ရာမျှ ဖြတ်သန်းသွားသော်လည်း မသိမြင်ပါ။ သို့ရာတွင်
ထိုဘဏ္ဍာကို သင်၏ မျက်လုံးထောင့်ကွေးတစ်နေရာမှ မြင်လျက် ရှိနေ
တတ်ပါသည်။



အခန်း [၇]

သင်၏ အပြစ်ကင်းသော

မိမိကိုယ်မိမိ အထင်ကြီးမှု တိုးပွားနည်း

သင် ၏ အစွမ်းသတ္တိ အရည်အချင်းနှင့် သင်၏ ဥပဓိရုပ်အားလုံး တို့သည် သင်၏ သင့်ကိုယ်ကိုယ် အထင်ကြီးမှုအပေါ်တွင် ဖော်ပြပေါ်လွင်လျက် ရှိလေသည်။ များစွာသောသူတို့၏ သူတို့ကိုယ် သူတို့ အထင်ကြီးမှုမှာ အပြည့်အဝ တန်ခိုးပြလျက် လုပ်ဆောင်ဖွယ်ရာ တို့ကို လုပ်ဆောင်လျက် ရှိနေကြသည်။ အချို့သူများအတွက်မှာမူ ထို အထင်ကြီးမှုကို ထိန်းချုပ်ပေးရန် လိုအပ်လျက် ရှိနေပေသည်။

လူအများစုအတွက်ဆိုပါလျှင် သူတို့ကိုယ်သူတို့ အထင်ကြီးမှု ရှိလာအောင်၊ ပေါ်လွင်လာအောင် လုပ်နည်းလုပ်ဟန်များကို ရှာကြံ၍ ပြုလုပ်ပေးရန် လိုပေသည်။

သင့်အတွက် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အထင်ကြီးမှုရှိလာစေရန် လုပ် နည်းလုပ်ဟန်များမှာ သင်ဝတ်ဆင်သော အဝတ်အစား၊ သင် ပြောဆိုပုံ ပြောဆိုနည်း၊ သင်၏ ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် အခြား အထူးတလည် လိုအပ် ချက်များကို ပြုပြင်လုပ်ကိုင်ပေးရန် လိုပေလိမ့်မည်။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အထင်ကြီးမှုစိတ်ထားသည် အံ့ဩဖွယ် နက်နဲ

ဆန်းကြယ်သော သဘောတရားနှင့် အလိုက်သင့်ရောနှောပြီး အင်အားစု တစ်ခုအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိသွားပြီးလျှင် ထိုအင်အားစုသည် သင် ထင်မြင် ယူဆသည်ထက် ဟိုမှာဘက်သို့ရောက်အောင် စွမ်းဆောင်နိုင်လေသည်။ သင်၏ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အထင်ကြီးမှုအားဖြင့် သင်သည် သင်၏ ကိုယ်ဟန်အမူအရာ၊ မျက်နှာနေ မျက်နှာထားများကို ထိန်းသိမ်း ကွပ်ကဲ လေသည်။ ဤအချက်မှာ သင်၏ တိုးတက်ကြီးပွားကြွယ်ဝမှုအပေါ်တွင် ရောင်ပြန်ဟပ်ခြင်းပင် ဖြစ်လေသည်။

ကျွန်ုပ်သည် သင်၏ကိုယ်ကို သင် သိရှိနားလည်ရန်နှင့် သင် သွားရမည့် ကိုယ်ပိုင်လမ်းကိုလည်း သင် သိရှိထားရန် လိုအပ်ကြောင်းကို ပြောပြခဲ့ပြီးဖြစ်သော်လည်း ယခုတစ်ဖန် ထပ်မံ၍ ပြောဆိုရပေလိမ့် ဦးမည်။ ယခု ကျွန်ုပ်တို့သည် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အထင်ကြီးမှုကို ကြည့်ရှု လေ့လာကြပါစို့။ ထိုစိတ်သည် အဖိုးမဖြတ်နိုင်သော လျှပ်စစ်မီးပွား များကို ဖြစ်ပေါ်စေသည့် “စပတ်ပလပ်” နှင့် တူလေသည်။

ငြိမ်းချမ်းစိတ်ရှိနေသော သူများတွင် အပြစ်ကင်းသည့် ကိုယ့် ကိုယ်ကိုယ် အထင်ကြီးစိတ်သည်လည်း တည်ရှိပေသည်။ အပြစ်ကင်း သော ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အထင်ကြီးစိတ်ရှိသူဆိုသည်မှာ ကျယ်လောင်စွာ စကားပြောပြီး သူတစ်ပါး၏ ကျောကို သူ့လက်ဝါးဖြင့် ရိုက်ပုတ်တတ် သည့်လူစားဟု အချို့က မြင်ကောင်းမြင်ပေလိမ့်မည်။ ဤလိုလူစားမျိုး လည်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ သို့ရာတွင် ဤလိုလူစားမျိုးဖြစ်ရန် မလိုပါ။ သင်၏ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အထင်ကြီးစိတ်မှာ သင် ကလေးဘဝမှစ၍ နောင် ကြီးပြင်းလာသောအခါနှင့် အခြားအကြောင်းအရာများစွာမှ ထွက်ပေါ်လာသည့် အရှိန်အဝါများအားဖြင့် တည်ဆောက်ထားခြင်း ဖြစ်လေသည်။

သင်၏ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အထင်ကြီးစိတ်မှာ တစ်သီးပုဂ္ဂလဖြစ်၍

လက်ဗွေပုံစံများကဲ့သို့ပင် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး တူညီမှု မရှိကြပေ။

ဤအထင်ကြီးသောစိတ်သည် အနှစ်သာရမရှိ၊ အချည်းနှီးသာ တည်းဟူ၍ ထင်မှတ်ဖွယ်ရှိ၏။ သို့ရာတွင် ဤအထင်ကြီးစိတ်သည် သာမန်လူသားတို့၏ အခြားသော အနှစ်သာရမဲ့ အချည်းနှီးစိတ်ထား များထက် ကြီးမားသော စွမ်းပကားရှိပြီး ပိုမို၍ သိမ်မွေ့သောသဘောများ ပါရှိနေပေသည်။ သင်၏ အထင်ကြီးစိတ်ကို မျက်စိဖြင့် မမြင်နိုင်သော သင့်ကိုယ်၏ တစ်စိတ်တစ်ဒေသပင်ဖြစ်သည်ဟု တွေးထင်ကြည့်စမ်း ပါ။ ထိုစိတ်သည် သင်၏အင်အား၊ သင်၏အကျပ်အတည်းကို ဖြေရှင်း ပေးနိုင်သည့် သင်၏ အားကိုးရာ ဖြစ်နိုင်လေသည်။ သို့မဟုတ် သင်၏ အထင်ကြီးစိတ်သည် သိမ်ငယ်ခွဲသော် လုပ်ဆောင်ရမည့် လမ်းမပေါ်တွင် အတားအဆီးရှိနေမှုကိုလည်း ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ ဤသို့ နှစ်မျိုးနှစ်စား ဖြစ်ပေါ်ရခြင်းမှာ မိမိတို့၏ အထင်ကြီးစိတ်ကို မိမိတို့ ကျွေးမွေး စောင့်ရှောက်ထားသလို သူဖြစ်သင့်သည့်အတိုင်း ဖြစ်ခြင်းပင်တည်း။

စိတ်ဓာတ်အင်အား အကြီးမားဆုံးရှိနေသူများပင် ဖြစ်လင့်ကစား မကြာခဏဆိုသကဲ့သို့ သူတို့၏ အထင်ကြီးစိတ်မှာ အားကုန်၍ နေတတ် လေသည်။ တကယ်ကြီးမြင့်သော ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများသည် ဤသို့သော စိတ်ထား ဖြစ်ပေါ်လာလျှင် သူတို့စိတ်ကို သူတို့ သိကြသည်။ ချက်ချင်း ပင် သူတို့သည် သူတို့၏ အထင်ကြီးစိတ်ကို ပြန်လည်၍ အားရှိအောင် ပြုလုပ်ကြလေသည်။

ဤအခန်း၏ ရည်ရွယ်ချက်မှာ အထင်ကြီးစိတ် ပေါ်လွင်ထင်ရှား လာအောင် အခြားသူများ၏ လုပ်နည်းလုပ်ဟန် အမျိုးမျိုးအနက်မှ သင်နှင့် သင့်လျော်ရာကို သင် ကြိုက်သလို ပုံစံကျကျ ပြုပြင်သုံးစွဲရန်ပင် ဖြစ်ပါသည်။



**အထင်ကြီးစိတ်သည် သန့်ရှင်းသောအင်္ကျီဝတ်ပြီး
မှတ်ဆိတ်ရိတ်ထားသည်ထက် အင်အားကြီး၏**

ကောင်းမွန်သော ရှေးဟောင်းအကြံပေးချက် ဆိုရိုးစကားတစ်ခု ရှိ၏။ “ကောင်းမွန်စွာ ဝတ်စားဆင်ယင်ပြီး မှတ်ဆိတ်ရိတ်၊ ဆံသထားခြင်းသည် သင့်ကိုယ်သင် အထင်ကြီးကြောင်း ပေါ်လွင်ပေ၏။”

ယခု ကျွန်ုပ်သည် သင့်အား အထင်ကြီးစိတ်အကြောင်း သိသူ တစ်ဦးနှင့် တွေ့ဆုံစေချင်ပါသည်။ ထိုသူ၏ နက်ရှိုင်းစွာ တည်ရှိနေသော အထင်ကြီးစိတ်မှာ သူ၏ ရုပ်အင်္ကျီအသစ်နှင့် သန့်ရှင်းစွာ မှတ်ဆိတ်ရိတ်ထားသည်ထက် မြင့်မားပါသည်။

ထိုသူမှာ အက်ဒဝပ်စိဘန်း ဖြစ်သည်။ သူသည် သောမတ်အက်ဒီဆင်၏ အလုပ်များကို တွဲဖက်လုပ်ကိုင်သူဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ် မစ္စတာဘန်းကို တွေ့သောအခါတွင် သူ့၌ အဖိုးတန်ဝတ်စုံ ၃၁ ခုရှိသည်ကို တွေ့မြင်ရ၏။ တစ်လအတွင်း၌ သူသည် ဝတ်စုံတစ်ခုကို မည်သည့်အခါမျှ နှစ်ကြိမ်ထပ်၍ ဝတ်လေ့မရှိပေ။ သူ၏ ရုပ်အင်္ကျီများမှာ အဖိုးတန်အကောင်းစား အထည်အလိပ်များကို အော်ဒါပေး၍ ချုပ်လုပ်သည်။ သူ၏ လည်ဆွဲနက်တိုင်းများမှာ ပြင်သစ်နိုင်ငံ ပါရီမြို့တွင် အော်ဒါပေး၍ ချုပ်လုပ်ထားသည်။ တစ်ခုလျှင် ၂၅ ဒေါ်လာ အဖိုးတန်၏။

တစ်နေ့တွင် ကျွန်ုပ်က မစ္စတာဘန်းအား ရယ်စရာ ပြောမိ၏။ “ခင်ဗျားဝတ်စုံအချို့ကို ဘယ်နေ့မှာ စွန့်ပစ်မလဲဆိုတာ သိပါရစေ။ ကျွန်တော် ကောက်ယူပြီး ဝတ်ချင်လို့။”

“ခင်ဗျား ကျွန်တော့်ကို ကျီစယ်နေတာ ကျွန်တော် သိပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဒီဝတ်စုံတွေ ကျွန်တော် ဘာကြောင့် ဝတ်ရတယ်ဆိုတာ ခင်ဗျား သိချင်ကောင်း သိချင်ပါလိမ့်မယ်။ ကျွန်တော် သောမတ်အက်ဒီဆင်ထံ သွားပြီး သူ့နဲ့ အပေါင်းအသင်းဖြစ်ရန်နဲ့ ကျွန်တော့်ရဲ့ အကြံဉာဏ်များ

ကို သူ့အား ရောင်းချရန် စီစဉ်တုန်းက ကျွန်တော့်မှာ လူစီးမီးရထားနဲ့ သွားဖို့ လက်မှတ်ဝယ်ရန် ငွေမရှိဘူးဗျ။ ဒီတော့ ကျွန်တော်ဟာ ကုန်တွဲ မီးရထားနဲ့လိုက်ရမှာ။ ဒီကုန်တွဲမီးရထားနဲ့ လိုက်ရမှာကို အောက်တန်း ကျလွန်းလို့ ကြောက်တာထက် အက်ဒီဆင်ထံ ကျွန်တော်ရောက်ရန် ဆန္ဒက ပိုပြီး ကြီးမားနေတယ်။

အက်ဒီဆင်ရဲ့ ရုံးခန်းရောက်သွားတော့ သူ့ကို ကျွန်တော် တွေ့ချင် ပါတယ်လို့ ပြောလိုက်တယ်။ ဒီတော့ လူတွေက တစ်ခပ်ခပ်နဲ့ ရယ်နေကြ တာကို ကျွန်တော် ကြားရတယ်။ ဒါပေမဲ့ အက်ဒီဆင်ရဲ့ အတွင်းရေးမှူး က ကျွန်တော့်ကို အက်ဒီဆင်ရဲ့အခန်းထဲ ဝင်ခွင့်ပေးပါတယ်။

တီထွင်ရေးသမားကြီး အက်ဒီဆင်နဲ့ ကျွန်တော် မျက်နှာချင်းဆိုင် ထိုင်မိတယ်ဆိုရင်ပဲ ကျွန်တော်က အက်ဒီဆင်ဟာ ဘယ်လောက် ကံကောင်းတဲ့လူ ဖြစ်တဲ့အကြောင်း၊ ဘာလို့လဲဆိုတော့ ကျွန်တော့်ရဲ့ အကြံဉာဏ်တွေကို သူ့ဆီ ပထမဦးဆုံး လာပြောလို့ဖြစ်ကြောင်း စသည် တို့ကို ပြောတော့တာပေါ့။ တော်တော်လေးကြာတော့ အက်ဒီဆင်ဟာ ထပြီး သူ့ရုံးခန်းထဲမှာ ကျွန်တော့်ကိုပတ်ကြည့်ရင်း လမ်းလျှောက်တယ်။ သူ့ရဲ့မျက်လုံးတွေကလည်း အင်မတန် စူးရှတာပဲ။ ပြီးမှ သူက ပြုံးဖြဲဖြဲ လုပ်ပြီး “သူ့ဆီ ဘာလုပ်ဖို့လာရတာလဲ လူကလေး” လို့မေးတယ်။

အဲဒီတော့မှ အက်ဒီဆင်ဟာ နားထိုင်းတယ်ဆိုတာ ကျွန်တော် သိရတယ်။ ဒီတော့ ကျွန်တော် နည်းနည်းအော်ပြီး ပြောရတော့တာပေါ့။ အဲဒီအချိန်မှာ ကျွန်တော့်ရဲ့ အဝတ်အစားတွေကလည်း ကြေမွပြီး ဖုန် တွေတင်လို့။ ဖိနပ်ကလည်း စုတ်ပြတ်လို့ပေါ့။ နောက်ပြီး ကျွန်တော့်ရဲ့ မုတ်ဆိတ်တွေကလည်း မရိတ်ရတာ နှစ်ရက်တောင်ရှိနေပြီ။ အဲဒီအချိန် မှာ ကျွန်တော့်ရဲ့ ရဲစွမ်းသတ္တိတွေဟာ အားလုံး ထွက်ပြေးကြတော့မလို့ ရှိနေတာပေါ့။

ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော် မစ္စတာအက်ဒီဆင်ကို ဂုဏ်ပြုပါတယ်။ သူဟာ ကျွန်တော့်ရဲ့ အသွေးအမွှေးကိုကြည့်ပြီး မဆုံးဖြတ်ပါဘူး။ သို့သော်လည်း အဲဒီအချိန်မှာ ကျွန်တော် ဆုံးဖြတ်ချက်တစ်ခု ချမိတယ်။ ဒီအချိန်ကစပြီး နောက်ကို ငါဟာ ဘယ်တော့မှ လူတစ်ဦးရဲ့ရှေ့ကို ရပ်ရင် သူ့ထက် အဝတ်အစားသာအောင် မဝတ်ဘဲနဲ့ မရပ်တော့ဘူးလို့။

အခု ဒါကြောင့် ခင်ဗျား ဒီဝတ်စုံတွေကို တွေ့မြင်ရတာပေါ့။ ဒီအဝတ်တွေကို ကျွန်တော် စွန့်ပစ်လိုက်လို့ ခင်ဗျား ကောက်ဝတ်ရင်လည်း ကျွန်တော် ရရှိတဲ့ အထင်ကြီးစိတ်မျိုးကို ကျွန်တော် ရရှိခဲ့သလို ခင်ဗျားမှာတော့ ရမလားဆိုတာ ကျွန်တော် သံသယရှိတယ်ဗျာ”

မစ္စတာဘန်းပြောစကား မှန်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်၏ မိမိကိုယ်မိမိ အထင်ကြီးစိတ်ကို မြှင့်တင်ရန်အတွက် မိမိခန္ဓာကိုယ်ကို ဝတ်စားဆင်ယင်ခြင်းဖြင့် မပြုလုပ်ခဲ့ပါ။ အထင်ကြီးစိတ် ရရှိရေးဆိုသည်မှာ ပုဂ္ဂလိကကိုယ်ပိုင်အကြောင်းရပ်တစ်ချက်ပင် ဖြစ်သည်။ သို့ရာတွင် ကျွန်ုပ် ငယ်စဉ် အလုပ်စတင်လုပ်ခါစကဆိုလျှင် ကျွန်ုပ် အထင်ကြီးစိတ် တက်ကြွမှု ရှိစေရန်အတွက် ဝင်းကျယ်ကျယ် အိမ်ကြီးကြီးနှင့်နေပြီး ကောင်းပေဆိုတဲ့ မော်တော်ကားတွေကို စီးခဲ့ပါသည်။ နောက်ကျတော့မှ ကျွန်ုပ်၏ စာအုပ်တွေကို အတော် ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် လူတွေက လက်ခံလာကြသော အခါ ကျွန်ုပ်သည် ရိုးရိုးစတိုင်နှင့် နေထိုင်ခဲ့ပါတော့သည်။ သို့ရာတွင် ကျွန်ုပ်သည် မိမိ၏ အထင်ကြီးစိတ်ကို ပစ်ထားခဲ့ပါ။ ပြီးခဲ့သောအခန်းများ၌ ရေးခဲ့သည့်အတိုင်း ကျွန်ုပ်၏ အစောင့်မင်းသားများ၏ အကူအညီဖြင့် ကျွန်ုပ်၏ အထင်ကြီးစိတ်ကို မြင့်မားစေခဲ့ပါသည်။

မစ္စတာဘန်းနှင့် အခြားသူများကဲ့သို့ပင် ကျွန်ုပ်သည်လည်း ယခုတိုင် ကျွန်ုပ်၏ ရှေးကအတွေ့အကြုံများအပေါ်တွင် ပြန်လည် ရှုမြင်မိပါသည်။ ကျွန်ုပ် ငယ်ရွယ်စဉ်က ဆင်းရဲနွမ်းပါးပြီး စာမတတ်ကြ

သူများအကြား၌ နေထိုင်ကျင်လည်ခဲ့ရပါသည်။ အိမ်နီးချင်းများမှာလည်း ဆင်းရဲကြပါသည်။

သင်၏ ငယ်ရွယ်စဉ်ဘဝက အတွေ့အကြုံ၊ အနေအထိုင်များ၏ အရှိန်အဝါသည် သင့်အား ယခုတိုင် လွှမ်းမိုးလျက် ရှိနေတတ်သည်ကို သင် ပြန်လည်စဉ်းစားလျှင် ပေါ်လွင် သိမြင်နိုင်ပါသည်။

လွန်ခဲ့ပြီးကိစ္စရပ်များသည် ယခုတိုင် သင့်အား လွှမ်းမိုးနေသည့် အတွက် သင်သည် ထိုကိစ္စရပ်များနှင့် ပတ်သက်၍ စိတ်ပူပန်သောက ရောက်နေရန် ကျွန်ုပ်က မတိုက်တွန်းပါ။ ကျွန်ုပ်တို့သည် အတိတ်က အဖြစ်အပျက်များကို အတိတ်မှာပဲထားပြီး တံခါးပိတ်လိုက်သောအခါတွင် ကျွန်ုပ်တို့အား ထိခိုက်မှုကို မဖြစ်စေနိုင်တော့ပါ။

တစ်ခါတစ်ရံတွင်မူ အတိတ်ကဖြစ်ခဲ့သော အရှိန်အဝါများအပေါ်၌ သင် သိနားလည်စိတ်နှင့် ဆင်ခြင်သုံးသပ်မိပါလျှင် သင်သည် မိမိ၏ ယခု မျက်မှောက်အချိန်ရှိ အထင်ကြီးစိတ်ကို အားပေးနိုင်သည်ကိုလည်း တွေ့မြင်ခံစားနိုင်ပါသည်။

*

အရောင်းသမားသည် သူ့ကိုယ်သူ အထင်ကြီးစိတ်နှင့် သူ့ပစ္စည်းကို ရောင်းချ၏

ကျွန်ုပ်သည် “ကိုယ်တိုင် အောင်မြင်ရေး သိပ္ပံပညာရပ်များ” ကို လူအများအား ပို့ချပေးနေစဉ်က ကျွန်ုပ်သည် အရောင်းသမားများအား လေ့ကျင့်ပေးသောအလုပ်ကို လုပ်ကိုင်ပါသည်။ ယောက်ျားမိန်းမ သုံးသိန်းကျော်မျှ ကျွန်ုပ်ထံသို့ လာရောက်လျက် အရောင်းသမား လေ့ကျင့်ခန်းများကို သင်ယူကြပါသည်။

ပထမဆုံးဖြစ်သည့် ကျွန်ုပ်၏ သင်ကြားချက်မှာ “တစ်စုံတစ် ယောက်သော အရောင်းသမားသည် တစ်စုံတစ်ခုသောပစ္စည်းကို အခြား

သူများအား မရောင်းချမီတွင် ထိုပစ္စည်းအား မိမိကိုယ်မိမိ ပြန်၍ ရောင်းချ ရမည်။ ဤကဲ့သို့ရောင်းချရာ၌ သူနှင့် သူ့ပစ္စည်း နှစ်ခုစလုံး ကောင်းမွန် ကြသည်ဟု သူ ယုံကြည်စိတ်ရှိထားရမည် ဖြစ်သည်။ ဤသို့ ယုံကြည် စိတ်ရှိသောအခါတွင် သူ့ကိုယ်သူ အထင်ကြီးစိတ်မှာ မြင့်မား၍ လာရ လေတော့သည်။

နယူးယောက် အသက်အာမခံကုမ္ပဏီမှ အကြီးအကဲတစ်ဦးသည် ကျွန်ုပ်အား ထူးဆန်းသော အမှုကိစ္စတစ်ခု ဆောင်ရွက်ပေးရန် အပ် လာသည်။ ဤကုမ္ပဏီ၏ စာချုပ်များကို ရောင်းချပေးသူတစ်ဦးမှာ ဤကုမ္ပဏီတွင် နှစ်ပေါင်း ၃၀ ကျော်မျှ အလုပ်လုပ်ကိုင်ခဲ့ရာ၌ သူ၏ ရောင်းချရသည့် စံချိန်မှာ အလွန်မြင့်ခဲ့သည်။ ချက်ချင်းဆိုသလိုပင် ထိုသူ၏ ရောင်းချရနှုန်းမှာ ဒလဟော အောက်သို့ ကျဆင်းသွားသည်။ ဤသို့ ဘာကြောင့်ဖြစ်ရသည်ဆိုချက်ကို ထိုအရောင်းသမားလည်း မသိ၊ ကုမ္ပဏီရှိ အကြီးအကဲများလည်း မသိနိုင်ကြချေ။ ထို့ကြောင့် ကုမ္ပဏီ၏ အကြီးအကဲသည် ထိုအရောင်းသမား၏ ရုတ်တရက် အရောင်းကျဆင်း သွားခြင်းရောဂါကို ကုသပေးရန်အတွက် ကျွန်ုပ်အား ပြောဆိုခြင်း ဖြစ်လေသည်။

ကျွန်ုပ်သည် ထိုအရောင်းသမားနှင့်အတူ အပြင်သို့ ထွက်ကြပြီး အသက်အာမခံစာချုပ်များ သူ ရောင်းချသည်ကို ကြည့်ရှုသည်။

ဤကုမ္ပဏီတွင် သူ နှစ်ပေါင်း ၃၀ ကျော်မျှ အလုပ်လုပ်ခဲ့ပြီး ဖြစ်ရာ ယခုအခါတွင် သူသည် အသက် အတော်ကြီးလာပြီ။ စာချုပ် များကို ရောင်းချနိုင်ရန် လူအများအား လှည့်လည်တွေ့ဆုံရသော အလုပ်နှင့် သူ့အသက်အရွယ်နှင့် မကိုက်ညီတော့ပြီဟူသော စိတ်ထား သူ၌ စွဲကပ်လာခြင်းသည် သူ၏ အဓိက အခြေခံအပြစ်ဖြစ်ကြောင်း ကျွန်ုပ် တွေ့မြင်ရပါသည်။ သူသည် ကျွန်ုပ်နှင့်အတူ သွားလာရင်း

သူ၏ အသက်ကြီးရင့်လာပြီဖြစ်ကြောင်းကိုသာ ဆက်တိုက် ပြောလေသည်။ သူ၏ အသက်ကြီးရင့်ခြင်း ကြောက်ရွံ့သည့်စိတ်မှာ ကြီးမားနေလေရာ သူသည် လက်ကိုင်တုတ်ကို ကိုင်ဆောင်ပြီးမှသာ လမ်းသွားလို့ဖြစ်တော့မည်ဟု သူ့ကိုယ်သူ ထင်နေလေသည်။

ထိုသူသည် သူ့၌ လုပ်ရည်ကိုင်ရည် အင်အားများ မရှိတော့ပြီဟု သူ့ကိုယ်သူ ယူဆထားသည်။ ထို့ကြောင့် သူ့အလုပ်ကို နောက်သို့ ဆုတ်လိုက်ချင်သည်။ သူ၏ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အထင်ကြီးမှုစိတ်မှာလည်း လျှော့ကျနိမ့်ဆင်းပြီး အနှိမ်ခံဘဝသို့ ရောက်နေလေသည်။ အသက်အာမခံစာချုပ် ပြုလုပ်လိမ့်မည်ဟု ယူဆရသူထံ သူ ချဉ်းကပ်လာသောအခါတွင် ထိုသူက ဘာမှမပြောရမီတွင်ပင် သူ့နားတွင် “မလုပ်ဘူး... နိုး” ဆိုသောအသံကို ကြားနေရလေသည်။

ကုမ္ပဏီရုံးသို့ ကျွန်ုပ်တို့ ပြန်ရောက်ကြသောအခါတွင် ကျွန်ုပ်က ထိုအရောင်းသမားကြီးအား ဤသို့ပြော၏။ “ခင်ဗျား အပြင်ဘက်သွားပြီးတော့ ရှေးတုန်းက နားထိုင်းသူတွေသုံးစွဲတဲ့ နားကြပ်တစ်ခုကို ဝယ်ခဲ့ပါ။”

သူက ငြင်း၏။ “ကျွန်တော် နားမှမထိုင်းဘဲ” ဟု ပြော၏။

ဤတွင် ကျွန်ုပ်က “မှန်ပါတယ် ခင်ဗျားနား အများကြီး ကြားရပါတယ်။ တစ်ဖက်လူက မပြောခင်မှာပဲ ခင်ဗျားနားက “နိုး” ဆိုတဲ့ အသံကြားနေတယ်။ ဒါကြောင့် ခင်ဗျားကို ကျွန်တော်က နားမကြားသူအဖြစ် ဟန်ဆောင်စေချင်လို့ နားကြပ်ကို ခင်ဗျားနားမှာ တပ်ဆင်ထားပါ။ ဘယ်သူကဘာပြောပြော ခင်ဗျားက ဘာမှမကြားရသလို ဟန်ဆောင်ပါ။ ခင်ဗျား စကားပြောတဲ့လူက “နိုး” လို့ငြင်းလည်း သူ့စကား မကြားချင်ယောင်ဆောင်ပြီး ခင်ဗျားရဲ့ အသက်အာမခံစာချုပ် ရောင်းချနိုင်ရေးကိုသာ ဆက်ပြီး ပြောနေပါ” ဟု ပြောဆိုတိုက်တွန်းရ၏။

ကျွန်ုပ်တို့ ဤသို့ပြုလုပ်ကြရန် သဘောတူကြပါသည်။ ဤသို့ ပြုလုပ်ခြင်းအားဖြင့် အာမခံစာချုပ်ပြုလုပ်ရန် အမှန်တကယ် မလိုအပ် သေးသူ၊ မလုပ်ချင်သူဆိုလျှင် သူ့စာချုပ်များကို ရောင်းချရမည် မဟုတ် ပါ။ သို့ဖြစ်ရာ မည်သူ့ကိုမျှ မထိခိုက်စေနိုင်ပါ။ သူသည် ရှေးကျသော နားကြပ်အဟောင်းကြီးတစ်ခုကို တွေ့ရှိ၍ သူ့နားတွင် တပ်ဆင်လိုက် သည်။ ပြီးလျှင် ထိုနားကြပ်ကြီးတပ်ဆင်လျက် သူသည် နယ်လှည့်လေ တော့သည်။ သူ၏ ပထမရက်သတ္တပတ်တွင် သူသည် နားကြပ်တပ် ဆင်ရသူအဖြစ်ဖြင့် လူကီးဦးကို သွားရောက်တွေ့ဆုံရာ၌ ခြောက်ဦးထံမှ အသက်အာမခံထားလိုသည့် အဆိုလွှာများ လက်မှတ်ရေးထိုး ရရှိခဲ့ သည်။ နောက်ရက်သတ္တပတ်တွင် သူသည် လူ ၁၂ ဦးအား တွေ့ဆုံရာ၌ ရှစ်ဦးထံမှ အသက်အာမခံ အဆိုလွှာရှစ်ခုကို ရရှိခဲ့သည်။ ဤ အလုပ် စံချိန်နှုန်းမှာ ရှေးက သူ မရရှိခဲ့ဖူးသောစံချိန်ပင် ဖြစ်တော့သည်။ သူ၏ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အထင်ကြီးမှုမှာ “နိုး” ဖြစ်နေရာမှ “ရက်စ” အခြေသို့ ပြန်လည်ရောက်ရှိသွားလေသည်။

ဤတွင် သူသည် နားကြပ်ကြီးကို တစ်နေရာတွင် ထားလိုက် တော့သည်။ ဤအချိန်မှစ၍ သူတွင် အာမခံစာချုပ်များ ရောင်းချရေးတွင် အခက်အခဲ မရှိတော့ပေ။



သင်၏ အထင်ကြီးစိတ်နှင့် သင်၏ ကုံလုံကြွယ်ဝမှု

နားကြပ်တပ်ဆင်ခိုင်းရသောသူကဲ့သို့ပင် ကျွန်ုပ်သည် အခြား များစွာသော သူတို့အားလည်း သူတို့နှင့် သင့်လျော်သည့်နည်းဖြင့် သူတို့၏ အထင်ကြီးစိတ်ကို တည်ဆောက်ရန်အတွက် ညွှန်ကြားခဲ့ရပေ သည်။ ဤသူအတွက် မည်သည့်နည်းနှင့် သင့်လျော်လိမ့်မည်ဆိုသည်ကို

သိရှိရန်သည် လိုပေသည်။ သင်သည် သင့်အတွက် လုပ်နည်းကို နည်းကို သိရှိနိုင်ရန်အတွက် ရှေးသရောအခါကပင် လိုက်နာခဲ့ကြသည့် အရေးကြီးသော အကြံပေးချက်တစ်ခုကို သိထားရပေမည်။ ထိုအကြံ ပေးချက်မှာ “သင့်ကိုယ်ကိုယ် သင် သိပါ” ဟူ၍ ဖြစ်လေသည်။

ခဏခဏပင် လူတစ်ဦးသည် အချိန်မတိုင်မီတွင် သူ လုပ်ကိုင် နေသောအလုပ်ကို ရပ်ဆိုင်းလိုက်ရာ နောက်ကျမှ ထိုသူမှာ ဒုက္ခတွေ့ပြီး ဘာလုပ်ကိုင်ရမည်ကို မသိ ဖြစ်တတ်သည်။ ဤကဲ့သို့ အချိန်မတိုင်မီတွင် အလုပ်ရပ်ဆိုင်းလိုက်သူမှာ ကျွန်ုပ်၏ သင်တန်းကျောင်းသားတစ်ဦး ဖြစ်သူ ရေးကန်လစ်ဖီးဆိုသူ ဖြစ်လေသည်။

သူသည် ချီကာဂိုမြို့တွင် ကာဒီလက် မော်တော်ကားအရောင်း ကိုယ်စားလှယ်ဌာနကို ပိုင်ဆိုင်ခဲ့သည်။ ထိုအလုပ်ဌာနကို ဈေးကောင်းရ သဖြင့် သူ ရောင်းချပစ်လိုက်၏။ ရောင်းရငွေများနှင့် သူသည် တစ်နှစ် လောက် အနားယူလိုက်မည်ဟု စိတ်ကူးပြီး နေလိုက်၏။

တစ်နှစ်မကုန်မီတွင် သူ့မှာ အလုပ်အကိုင်မရှိသဖြင့် မနေတတ် မထိုင်တတ် ဖြစ်လာ၏။ သူသည် ကာဒီလက် မော်တော်ကားအရောင်း ဌာနများ ပြုလုပ်နိုင်ရန် ဟိုဟိုသည်သည် လိုက်ရှာ၏။ မတွေ့။ သို့နှင့် သူသည် နောက်ထပ် အချိန်ခြောက်လ ကုန်သွားရပြန်၏။ သူ၏ နေထိုင်စားသောက်စရိတ်များကြောင့် သူ၏ ရန်ပုံငွေအင်အားမှာ နည်းပါးလာ၏။ ဤအချိန်တွင် သူသည် ဘာလ်တီမိုးမြို့၌ ကျွန်ုပ် ဖွင့်လှစ်သင်ကြားနေသော “ကိုယ်တိုင် အောင်မြင်ရေး သိပ္ပံပညာရပ်” သင်တန်းသို့ တက်ရောက်လာ၏။

ရေးနှင့် သူ့ဇနီးတို့သည် အိမ်တွင် အခိုင်းအစေများနှင့် နေထိုင်ခဲ့ ကြ၏။ ယခု သူတို့သည် ထိုအလုပ်သမားများကို မထားတော့ချေ။ အိမ်ကိစ္စအဝဝကို သူတို့ကိုယ်တိုင် လုပ်ကိုင်ကြ၏။

တစ်နေ့သ၌ ရေးသည် သူကိုယ်တိုင်ပင် သူ၏ မြေတိုက်ခန်း အတွင်း၌ အဝတ်ဖွပ်လျှော်နေသော အလုပ်ကို လုပ်ကိုင်နေ၏။ ဤ အချိန်တွင် မကြာမီရက်များအတွင်းက ကျွန်ုပ် သင်ကြားပေးလိုက်သော သင်ခန်းစာကို ပြန်လည်သတိရ၏။ ထိုသင်ခန်းစာအရဆိုလျှင် ယခု သူလုပ်ကိုင်နေသောအလုပ်မှာ သူ့အတွက် လုပ်နည်းလုပ်ဟန် မှားနေ သည်ဟု သူ သိမြင်လာ၏။ သူသည် သူ၏ အထင်ကြီးစိတ်ကို ထွား ကျိုင်းလာအောင် အစာမကျွေးဘဲနှင့် အငတ်ထားနေ၏။ ဤ အထင် ကြီးစိတ်ကို ညှိုးငယ်သွားအောင် သူ ရိုက်နှက်နေခြင်း ဖြစ်လေသည်။

သူသည် စိတ်ပူပန်သောကရောက်လျက် ကျွန်ုပ်ထံသို့ သူ့အတွက် အကြံဉာဏ်တောင်းရန် ရောက်ရှိလာ၏။ သူသည် ကျွန်ုပ်အား သူ့အဖြစ် များကို ပြောကြားသည်။ ထို့နောက် သူက “ကျွန်တော် ဤနေရာမှနေ၍ ဘယ်ဆီသို့ သွားရမည်နည်း၊ ဘာလုပ်ရမည်နည်း” ဟု ကျွန်ုပ်အား မေး၏။

သူ့အကြောင်းကို ကျွန်ုပ် သိထားပြီး အချက်တစ်ခုလည်း ရှိ၏။ သူ့ဇနီးသည် အဖိုးတန် သားမွေးကုတ်အင်္ကျီတစ်ထည်ကို လိုချင်နေ သည်မှာ နှစ်နှစ်၊ သုံးနှစ် ရှိပြီဖြစ်၏။ ထိုသားမွေးကုတ်အင်္ကျီမှာ ဒေါ်လာသုံးထောင်ပေး၍ ဝယ်ရမည်ဖြစ်၏။ ထို့ပြင် သူသည် အဖိုးတန် ကာဒီလက် မော်တော်ကားကို စီးနေသော်လည်း သူ့မော်တော်ကားမှာ အလွန် ဟောင်းနွမ်းနေပြီဖြစ်၏။ သူဝတ်သော အဝတ်အစားမှာလည်း ထိုနည်းလည်းကောင်းပင် ဖြစ်၏။

ဤအခြေအနေများကို ကြည့်မြင်သိရှိရသဖြင့် ကျွန်ုပ်သည် ရေး အား ဤသို့ပြော၏။ “ရေး၊ မင်း မှတ်စုစာအုပ်နဲ့ ခဲတံကိုထုတ်ပါ။ မင်းကို ကြွယ်ဝချမ်းသာရေး ဆေးနည်းပေးမယ်။

နံပါတ် (၁) အနီးဆုံး ကာဒီလက် မော်တော်ကား အရောင်း

ကိုယ်စားလှယ်ဌာနကို မင်းသွားပါ။ မင်းရဲ့ အခုကားကို ပြန်သွင်းပြီး မင်းအကြိုက်ဆုံးပုံစံနဲ့ ကားသစ်တစ်စင်း ဝယ်လိုက်ပါ။

နံပါတ် (၂) အကောင်းဆုံး သားမွေးကုတ်အင်္ကျီရောင်းသော ဆိုင်ကို မင်း သွားပါ။ မင်းဇနီးအတွက် လှပတဲ့ ကုတ်အင်္ကျီတစ်ထည် ဝယ်ပါ။ ဒေါ်လာသုံးထောင်ကျော် ပေးချင်ပေးရပါစေ ဝယ်ပါ။

နံပါတ် (၃) မင်းရဲ့အပ်ချုပ်ဆိုင်ကို သွားပါ။ မင်းအတွက် ဝတ်စုံ သစ်တစ်ခုကို ဝယ်ယူပါ။ နောက်ပြီး မင်းရဲ့ဝတ်စုံသစ်နဲ့ လိုက်လျောတဲ့ နက်တိုင်အသစ်၊ ရှုပ်အင်္ကျီနှင့် ဖိနပ်အသစ်များကို ဝယ်ပါ။

နံပါတ် (၄) သားမွေးကုတ်အင်္ကျီကို လက်ဆောင်ပေးသည့် အနေအထားအတိုင်း ထည့်စရာနှင့်ပြုလုပ်ပါ။ ထို့နောက် မင်းကား အတွက် သွက်လက်ချက်ချာသော ဒရိုင်ဘာတစ်ဦးကို ငှားပါ။ မင်း အိမ်မှာမရှိစဉ်တွင် မင်းရဲ့ကားနဲ့ ဒရိုင်ဘာကို သားမွေးကုတ်အင်္ကျီပါတဲ့ အထုပ်ကို မင်းရဲ့ဇနီးအား သွားပေးပါစေ။

ယခုပြောတဲ့ နည်းလေးရပ်ကို ချက်ချင်း ဆောင်ရွက်ပါ။ ထို့ နောက်မှ နောက်ထပ်ဆေးနည်းတစ်ခုအတွက် မင်း ကျွန်ုပ်ထံ ပြန်လာပါ။ ဤပထမဆေးနည်းဟာ မင်းရဲ့ ကျဆင်းနေတဲ့ အခြေအနေကို အလျင် အမြန် ပြောင်းလဲသွားစေပါလိမ့်မယ်”

ဤဒီလက်ကားသစ်နှင့် သားမွေးကုတ်အင်္ကျီများ ရေး၏ နေအိမ် သို့ ရောက်သွားသောအခါတွင် ကုတ်အင်္ကျီကို လက်ခံယူရန် ရေး၏ ဇနီးက ငြင်းဆို၏။ သို့ရာတွင် ကားဒရိုင်ဘာက ကားသေ့ကို ရေး၏ ဇနီးလက်တွင်းသို့ ပေးအပ်လျက် ကုတ်အင်္ကျီကိုလည်း တစ်နေရာ၌ ချထားခဲ့ပြီး ပြန်ထွက်လာသည်။

နောက်ဆုံးတွင် ရေး၏ဇနီးသည် ကုတ်အင်္ကျီကို စမ်းပြီး ဝတ် ကြည့်၏။ လွန်ခဲ့သော ရက်သတ္တပတ်များအတွင်းက သူမ လိုချင်

တမ်းတနေသော သားမွေးကုတ်အင်္ကျီနှင့် တစ်ထပ်တည်း ဖြစ်နေသည်ကို သူမ တွေ့ရ၏။

ချက်ချင်းပင် သူမသည် ပျော်ရွှင်အားရ ဖြစ်သွားလေသည်။ အလားတူပင် ရေးသည်လည်း ပျော်ရွှင်အားရစိတ် ဖြစ်ပေါ်လာလေသည်။

ယခုဆက်ပြီး ပြောရမည့်စကားများမှာ မျက်လှည့်ပြသကဲ့သို့ ရှိနေပေလိမ့်မည်။ သို့သော် မျက်လှည့်ပြခြင်းကား မဟုတ်ပါ။

ရေးတို့အိမ်တွင် ယခင်က ထမင်းချက်လုပ်ခဲ့ဖူးသူနှင့် အိမ်ဖော် မလေးသည် ရေးတို့အိမ်သို့ ရောက်လာပြီး အလုပ်ပြန်ခန့်ဦးမည်လားဟု မေး၏။ မဆိုင်းမတွပင် ရေး၏ဇနီးသည်က နှစ်ဦးစလုံးအား အလုပ် ပြန်ဝင်ဖို့ ပြောသည်။

ရေး တွေ့ကြုံရချက်မှာ သူ့သူငယ်ချင်းတစ်ဦးက သူ့ထံသို့ တယ်လီဖုန်းဆက်ပြီး “ဘာလ်တီမိုးမြို့က ကာဒီလက်အရောင်း ကိုယ်စားလှယ်ဌာနကို ဝယ်ယူလိုက ဝယ်ယူနိုင်တယ်လို့ သတင်းကြားရ တယ်။ အဲဒီနေရာကို မင်း သွားကြည့်ပါလား” ဟု သတင်းပေး၏။

ရေးသည် ထိုနေရာ သွားကြည့်၏။ ကားရောင်းကိုယ်စားလှယ်၏ ဌာနမှာ ကောင်း၏။ ထိုနေရာကိုဝယ်နိုင်ရန် ဒေါ်လာငွေ တစ်သိန်း ငါးသောင်းလို၏။ ထိုငွေကို ခဏချင်းရရန်မှာ ရေးအတွက် မလွယ်ဖြစ် နေ၏။ သို့ရာတွင် အထင်ကြီးစိတ်မှာ စိတ်ညစ်စိတ်ပျက်ခြင်းနေရာမှ ထွက်ခွာခဲ့ပြီးဖြစ်၏။ ရေးသည် သူ့ကိုယ်သူ ဤသို့ပြော၏။ “ဒီငွေကို ဘယ်သူများ ငါ့ကို ချေးငှားနိုင်ပါ့မလဲမသိ။ ဒါပေမဲ့ ငါ ဒီငွေကို ရနိုင် ပါတယ်”

နောက်တစ်နေ့တွင် သူသည် သူ့အသိမိတ်ဆွေတစ်ဦးထံသို့ သွား၏။ ထိုသူမှာ ကြွယ်ဝချမ်းသာသူ ဖြစ်၏။ ထိုသူ့ထံ သူသွားလျှင်

သူ့မှာ သိမ်ငယ်သွားသည်ဟု ရေးက သူထင်မှတ်ခဲ့သဖြင့် ထိုသူအား သူ ရှောင်နေခဲ့၏။ ယခုမူ သူ့ကိုယ်သူ သိမ်ငယ်သည်ဟု မထင်မှတ် တော့ဘဲ ထိုသူထံ သွားခြင်းဖြစ်၏။ သိမ်ငယ်သောစိတ်ထားမရှိဘဲ ရေး သည် ထိုသူအား အလုပ်ပြန်လည်လုပ်ကိုင်ရန်အတွက် သူ့မှာ ဒေါ်လာ ငွေတစ်သိန်းခွဲ လိုနေသည့်အကြောင်း ရှင်းလင်းပြောပြ၏။

“ကောင်းတယ် ခင်ဗျား အလုပ်ပြန်လုပ်မယ်ဆိုတာ သိရတာ ကျွန်တော် ဝမ်းသာသဗျာ။ ခင်ဗျား အလုပ်လုပ်ရင် ငွေကြေးအမြတ် အစွန်း အမြဲရသားပဲ။ လုပ်မှပေါ့” ဟု ထိုသူက ရေးအား ပြော၏။ ပြီးလျှင် ဒေါ်လာတစ်သိန်းခွဲတန် ချက်တစ်စောင်ရေးပြီးလျှင် ရေးအား ပေး၏။

“ဒီငွေကို ခင်ဗျား အမြတ်ပေါ်လာတော့ တစ်နှစ်ချင်း ပြန်ဆပ် နိုင်ပါတယ်” ဟုလည်း ထိုသူက ပြော၏။

ဤသို့သောနည်းအားဖြင့် ရေးကန်လစ်ဖီးသည် သူပိုင် ကာဒီ လက် မော်တော်ကားအရောင်းကိုယ်စားလှယ်ဌာနကို ပြန်လည်ရရှိ၍ အလုပ်လုပ်နိုင်လေတော့သည်။ သူ၏ အလုပ်သစ်များမှာလည်း များစွာ ကောင်းမွန်မှုရှိလေသည်။ ဤကိစ္စအတွက် ရေးသည် စိတ်ပျက်ရသော အချက်တစ်ချက်ရှိ၏။ ထိုအချက်မှာ သူ့မှာ ဤကဲ့သို့ ရုတ်တရက် ချက်ချင်း ကံကောင်းကြံ့သွားခြင်းကို ကျွန်ုပ်က အံ့သြမှုပြုသခြင်းမရှိဘဲ နေခြင်းကြောင့် ဖြစ်လေသည်။

သည်တော့ ကျွန်ုပ်က သူ့အား ဤသို့ပြောရ၏။ “ဒီမှာရေး၊ အကြိမ်တစ်ရာလောက် မြင်ခဲ့ရဖူးတဲ့ ကိစ္စရပ်မျိုး တစ်ခုအပေါ်မှာ ကျွန်ုပ် စိတ်လှုပ်ရှားအံ့သြမှု မဖြစ်နိုင်ပါဘူး”

သို့သော်လည်း ဆင်းရဲနွမ်းပါး စိတ်ထားနေရာတွင် အောင်မြင် စိတ်ထားဖြင့် အစားထိုးနိုင်ပြီး ဤသို့ အစားထိုးလိုက်သောအခါ၌ မလွဲ

ရှောင်သာဘဲ အလွန်အားကောင်းသော သံလိုက်ဓာတ်၏ ဆွဲငင်ခြင်းမျိုးဖြင့် အောင်မြင်ခြင်းကို ဆွဲယူနိုင်သည့်အကြောင်းကို တစ်ကြိမ် ထပ်မံ၍ သိရှိခွင့်ရသဖြင့် ကျွန်ုပ်သည် အမှန်ပင် ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ဖြစ်ရပါသည်။

ဤသို့ ဖြစ်လာရန်အတွက် မိမိကိုယ်မိမိ အထင်ကြီးစိတ် ထားရှိရန်မှာ သော့ချက်ပင် ဖြစ်လေသည်။ မိမိကိုယ်မိမိ အထင်ကြီးခြင်းအပေါ်မှာ မိမိကိုယ်မိမိ ယုံကြည်စိတ်ဖြင့် ဖြည့်စွက်လိုက်ပြီးလျှင် သင့်အတွက် မှန်ကန်သောနည်းလမ်းဖြင့် မြှင့်တင်ရမည်ဖြစ်လေသည်။



သင်၏ အထင်ကြီးမှုရုပ်ပုံလွှာကို သင်ကိုယ်တိုင် ရေးဆွဲပြီး အသုံးပြုနိုင်ခြင်း

တစ်ခါတစ်ရံတွင် လူတစ်ဦးသည် အလုပ်ကိစ္စနှင့် ပတ်သက်သည့် အခြေအနေတစ်ရပ်ကို ရင်ဆိုင်ရတတ်၏။ ထိုအခြေအနေအပေါ်တွင် အကျိုးရှိမှုမှာလည်း အများကြီး တည်ရှိနေ၏။ ထိုကိစ္စရပ်မှာ အခြားသူတစ်ဦးနှင့် ဆက်သွယ်ရန်လည်း ရှိနေတတ်၏။ ထိုကိစ္စ အောင်မြင်ရေးအတွက် ထိုသူအား သွေးဆောင်ရန်လည်း ရှိနေပြန်၏။ ဤလို အချိန်အခါမျိုးတွင် ထိုသူအား သင်နှင့်ပတ်သက်ပြီး နှစ်လိုဖွယ်ရာ ဆွဲဆောင်မှုများ ရှိနေရန် လိုအပ်လေသည်။

သင်နှင့် ဆက်ဆံရမည့် အခြားသူအား သင် သိပြီးသားဖြစ်ခဲ့ပါလျှင် သင်သည် ထိုသူကြိုက်နှစ်သက်မည့် ရုပ်ပုံလွှာမျိုး ဖြစ်ပေါ်စေရန် သင်၏ မိမိကိုယ်မိမိ အထင်ကြီးခြင်း၏ တန်ဖိုးကို အသုံးပြုနိုင်ပေသည်။

အကယ်၍ သင်သည် ထိုဆက်ဆံရမည့်သူနှင့် လူချင်းမသိသည့် တိုင်အောင် ထိုလုပ်ဆောင်ရမည့်ကိစ္စ၏ တန်ဖိုးကို တွက်ဆကြည့်ရှုပြီးလျှင် သင်နှင့်ပတ်သက်သည့် မြင်ကွင်းရုပ်ပုံလွှာများကို သူ့အတွက်

နှစ်လိုဖွယ်ရာများ ဖြစ်လေအောင် လုပ်ဆောင်ရမည် ဖြစ်လေသည်။

အထက်ပါ အဆိုပြုချက်နှင့်ပတ်သက်၍ ကျွန်ုပ်ကိုယ်တိုင် မိမိ၏ အထင်ကြီးစိတ်များ ယိမ်းယိုင်နေစဉ်က ကျွန်ုပ်၏ အလုပ်ကိစ္စရပ်တစ်ခု နှင့်ပတ်သက်သော အခြေအနေကို ယခု ပြန်လည် ကြည့်ရှုကြပါစို့။

ကျွန်ုပ်သည် အင်ဒရူးကာနယ်ဂျီအား ကတိပေးခဲ့သည့်အတိုင်း နှစ်ပေါင်းနှစ်ဆယ်မျှ ကြွယ်ဝချမ်းသာရေးနည်းလမ်းများကို သုတေသန ပြုလုပ်ပြီးနောက် စာအုပ်ထုတ်ရန် စာမူများ စတင် ရေးသားခဲ့ပါသည်။ ထိုရေးပြီးစာမူများကို စာအုပ်အဖြစ်ပုံနှိပ်ရန် သတင်းစာထုတ်ဝေသူ ဒွန်မီလက်နှင့် ကျွန်ုပ် စီစဉ်ခဲ့သည်။ သို့ရာတွင် ဒွန်မီလက်မှာ ရန်သူများ သတ်ဖြတ်ခြင်းကို ခံလိုက်ရသည်။ ဤတွင် ကျွန်ုပ်မှာလည်း ဒွန်မီလက် နှင့် အဖွဲ့ဖြစ်နေသည့်အတွက် လူသတ်သမားများ၏ ရန်ကို ကြောက်ရွံ့ရ သဖြင့် အပြင်မထွက်ဝံ့ဘဲ ပုန်းအောင်းနေရသည်။

ဤအခါ၌ ကျွန်ုပ်၏ မျှော်လင့်ချက် အလားအလာများမှာ မကောင်း ဖြစ်နေရလေသည်။ အင်ဒရူးကာနယ်ဂျီက ပေးအပ်လိုက်သည့် ကြီးမားသောတာဝန်ကြီးကို ငါ ထမ်းဆောင်နိုင်သည့် အရည်အချင်းများ ပျက်ပြားရတော့မည်လောဟု တွေးတောကာ မိမိကိုယ်မိမိ ယုံကြည်မှုများ ပျက်စီးလုနီးပါးအခြေသို့ ရောက်ရလေသည်။

သို့ရာတွင် ကျွန်ုပ်သည် မိမိကိုယ်မိမိ အားပေးကာ ကြောက်ရွံ့ စိတ်များကို ဖယ်ရှားပစ်ပြီး ကျွန်ုပ်၏ ပထမစာမူကို စာအုပ်ထုတ်မည့် သူများ ရှာဖွေပါသည်။ ကျွန်ုပ်၏ ပထမဆုံးစာမူကို တရားသူကြီး ဂယ်ရီနှင့် ပုံနှိပ်ဖြန့်ချိရန် အစီအစဉ်ပြုလုပ်နိုင်သော်လည်း ထိုတရား သူကြီးမှာ သေဆုံးသွားပြန်သည်။ ဤတွင် ကျွန်ုပ်မှာ ပုံနှိပ်ဖြန့်ချိရေးကို အစမှပြန်၍ ကောက်ရတော့မည်ဖြစ်သည်။ မည်သူတစ်ဦးတစ်ယောက် ကမျှ မသိသေးသော စာရေးဆရာ ရေးသားထားသည့် စာမူကို ပုံနှိပ်

ဖြန့်ချိရန်မှာ လွယ်ကူသောအလုပ် မဟုတ်ပေ။

သို့ရာတွင် ကျွန်ုပ်သည် မိမိ၏ အထင်ကြီးစိတ်ကို ပြန်လည် တည်ဆောက်ပြီးလျှင် အောင်မြင်စိတ်ထားကို ပြန်လည်ပွားများပါသည်။ ထိုအခါတွင် ကျွန်ုပ်အား အတွင်းစိတ်က ကျွန်ုပ်၏ စာမူများကို ပုံနှိပ် မည့်သူ တွေ့ရှိရန် ဖီလာဒယ်ဖီးယားမြို့သို့ သွားရန် တိုက်တွန်းနေ ပါသည်။ သို့ရာတွင် ဖီလာဒယ်ဖီးယားမြို့တွင် ကျွန်ုပ်သိသော ပုံနှိပ် ထုတ်ဝေသူ တစ်ဦးတစ်ယောက်မျှ မရှိပါ။

ကျွန်ုပ်၏အတွင်းစိတ်က အပြင်းအထန် တိုက်တွန်းနေသည့် အတွက် ကျွန်ုပ်သည် ဒေါ်လာငွေငါးဆယ်ကို အရင်းပြုလျက် ကားကို မောင်းနှင်ပြီး ဖီလာဒယ်ဖီးယားမြို့သို့ ခရီးထွက်ခွာခဲ့ပါသည်။ ဤသို့ ခရီးထွက်ခွာခဲ့ရာတွင် ထိုမြို့၌ ကျွန်ုပ်၏ပြဿနာကို ဖြေရှင်းပေးနိုင် ပါမည်လောဟု မယုံတစ်ဝက် ယုံတစ်ဝက်အပြင် ငါ ရူးများသွားလေ မည်လားဟု မယုံတစ်ဝက် ယုံတစ်ဝက်နှင့်ပင် ဖြစ်ပါတော့သည်။

ဖီလာဒယ်ဖီးယားသို့ ရောက်သောအခါတွင် ကျွန်ုပ်သည် တယ် လီဖုန်းလမ်းညွှန်စာအုပ်ကို လှန်လှောပြီး အပေါစားဟိုတယ်များ၏ တည်နေရာကို ရှာဖွေပါသည်။ ထိုအပေါစားဟိုတယ်များမှာဆိုလျှင် လူတစ်ဦးအတွက် တစ်နေ့ နှစ်ဒေါ်လာပေးလျှင် နေရာရနိုင်ပါသည်။

ရှေ့တွင် ဘာဖြစ်မည်ဆိုသည်ကို သင် စေ့စေ့စပ်စပ် ဖတ်ရှုပါ လော့။ ဤဖြစ်ရပ်ကလေးမှာ လွန်စွာ အံ့အားသင့်စရာပင် ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ပြင် မိမိကိုယ်မိမိ အထင်ကြီးမှု၏ တန်ခိုးအကြောင်းများလည်း ပါဝင် ပါသည်။ သင်၏ဘဝကို အသွင်ပြောင်းစေနိုင်သည့်အပြင် အမြင့်ဆုံး လျှို့ဝှက်ချက်များကိုလည်း ဤဖြစ်ရပ်၌ သင် တွေ့ရှိရပါလိမ့်မည်။

တယ်လီဖုန်းလမ်းညွှန်စာအုပ်ကိုလှန်၍ အပေါစားဟိုတယ်များ၏ လိပ်စာကို ကျွန်ုပ် ရှာဖွေနေစဉ်တွင် ကျွန်ုပ်၏ အတွင်းစိတ်သည် စကား

ပြောပြန်ပါသည်။ “အပေါစားဟိုတယ်ကို ရှာဖွေမနေပါနဲ့တော့။ ဒီမြို့မှာ ရှိတဲ့ အကောင်းဆုံးဟိုတယ်သွားပြီး အကောင်းဆုံးအခန်းမှာ သင်နေရန် မှတ်ပုံတင်လိုက်ပါ”

ကျွန်ုပ်သည် လမ်းညွှန်စာအုပ်ကို ပိတ်လိုက်ပြီးနောက် မျက် တောင်ခတ်မိသည်။ ကျွန်ုပ်၏အိတ်ထဲတွင် ရှိငွေမှာ ၃၅ ဒေါ်လာပင် မပြည့်တော့ပေ။ သို့ရာတွင် အမိန့်ပေးနေချက်မှာ အလွန် အားကြီးနေ လေရာ ကျွန်ုပ်သည် မိမိ၏ အထုပ်အပိုးများကို ကောက်ယူလိုက်ပြီး လျှင် ဤမြို့ရှိ အကောင်းဆုံးဟိုတယ်သို့ သွားရောက်ကာ အကောင်းဆုံး အခန်း၌ နေထိုင်ရန် မှတ်ပုံတင်လိုက်ပါသည်။ ထိုအခန်းမှာ တစ်နေ့လျှင် ၂၅ ဒေါ်လာ ပေးရမည်ဖြစ်ပါသည်။

ဟိုတယ်၏ မှတ်ပုံတင်စာအုပ်တွင် ကျွန်ုပ် လက်မှတ်ရေးထိုးနေ စဉ်အချိန် ကျွန်ုပ်၏စိတ်ထဲ၌ ငါ မှန်ရာကို လုပ်ကိုင်မိပြီဟု သိမြင်လာ ပါသည်။ ကျွန်ုပ်၏ အထင်ကြီးစိတ်နှင့် ယုံကြည်မှုများမှာ ကျွန်ုပ်၏ ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌ ကြီးထွား၍ လာကြပါသည်။ ထိုအချိန်က ကျွန်ုပ်၏ စိတ်တွင်း၌ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့သော အမြင့်ဆုံး လျှို့ဝှက်ချက်အကြောင်းကို စကားလုံးများဖြင့် ဖော်ပြပြောဆိုနိုင်ခြင်း မရှိပါ။ သို့ရာတွင် ထို လျှို့ ဝှက်ချက်သည် ကျွန်ုပ်အား လွမ်းမိုးနေသည်ကို ကျွန်ုပ် သိပါသည်။

ထိုစဉ်ခေတ်က ဟိုတယ်တွင် အမှုထမ်းနေကြသော ကလေးများ ကို တစ်မတ်လောက်ဆုချလျှင် များလှပါပြီ။ သို့သော်လည်း ကျွန်ုပ် သည် ဟိုတယ်အမှုထမ်းကလေးအား တစ်ကျပ် ပစ်ပေးလိုက်ပါသည်။ ကျွန်တော်သည် ဟိုတယ်ခန်းအတွင်းရှိ ဖိမိခံကုလားထိုင်ကြီးများအပေါ် တွင် ထိုင်မိလျှင် အတွင်းစိတ်သည် တစ်ကြိမ် ထပ်၍ စကားပြောပါ သည်။

“သင့်အား အပေါစားဟိုတယ်ခန်းတွင် မနေရန် ထိန်းချုပ်လိုက်

သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အပေါစားအခန်းတွင် သင် နေပါက သင့်စာမူကို ပုံနှိပ်ဖြန့်ချိမည့်သူနှင့် သင် စကားပြောဆိုဆက်ဆံသော အခါတွင် သင့်၌ အကျိုးဆုတ်ယုတ်ပျက်ပြားမည် ဖြစ်သည်။ ယခုအခါ တွင် သင်သည် သင့်ကိုယ်သင် အထင်ကြီးနေရန် လိုသည်။ ဤအထင် ကြီးစိတ်ကို သင်သည် ဤလှပသောအခန်းမှ ရရှိနိုင်သည်။ ယခု သင်၏ စိတ်သည် အဖြစ်လောက၏ ဓာတ်အကြောင်းကို သိနိုင်ပြီ။ ထိုဓာတ် သည် အောင်မြင်ခြင်းကို သယ်ဆောင်လာမည်ဖြစ်သည်။ ယခု သင် အရန်သင့်ဖြစ်ပြီလား။ သင်၏ စာမူများကို ပုံနှိပ်ဖြန့်ချိနိုင်မည့်သူများ၏ နာမည်ကို သင်၏အသိစိတ်တွင် ပေါ်လာအောင် အာရုံပြုကြည့်ပါ။ သင်နှင့်ဆက်သွယ်ရန် မှန်ကန်သောနာမည်ကို သင် သိမြင်လာသော အခါတွင် ထိုသူကို သင် မှတ်မိပါလိမ့်မည်။ ထိုသူနှင့် ဆက်သွယ်ပါ။ သူ့အား သင် ဘာလုပ်ချင်သည်ကို ပြောပါ။”

ဤကမ္ဘာ၏ ပထမဦးဆုံးဖြစ်သော လက်တွေ့ကျင့်သုံးနိုင်သည့် “ကိုယ်တိုင် အောင်မြင်ရေး သိပ္ပံပညာ” စာအုပ်ကို ရိုက်နှိပ်ဖြန့်ချိနိုင်မည့် ပုဂ္ဂိုလ်ကို ကျွန်ုပ်သည် မိမိသိသော အမည်များအထဲမှ ရှာဖွေကြည့်နေ ပါသည်။ ဤသို့ အမည်ကို စဉ်းစားရှာဖွေနေရာ၌ ကျွန်ုပ်၏စိတ်တွင် မဖြစ်နိုင်ဟူ၍ သံသယ လုံးဝမရှိ။ ယုံကြည်မှုအပြည့်အဝဖြင့် ရှာဖွေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ မကြာမီအချိန်အတွင်းမှာပင် ကျွန်ုပ်လိုချင်သော ပုဂ္ဂိုလ်၏ အမည်မှာ ကျွန်ုပ်၏ စိတ်တွင်းတွင် ပေါ်ပေါက်၍ လာပါတော့သည်။ ထိုသူ၏အမည်မှာ အယ်လ်ဘတ်လီးဝစ္စပယ်လ်တွန် ဖြစ်ပါသည်။ သူသည် ကွန်နယ်တီကတ်နယ် မယ်ရီဒင်မြို့၌ နေထိုင်သူဖြစ်သည်။

ကျွန်ုပ် မစ္စတာပယ်လ်တွန်အား သိသမျှမှာ သူသည် “ဆန္ဒ၏ တန်ဖိုး” အမည်ရှိ စာအုပ်ကြော်ငြာကို ကျွန်ုပ် ထုတ်ဝေနေသော “ရွှေ စည်းမျဉ်း” မဂ္ဂဇင်းတွင် လွန်ခဲ့သော နှစ်အနည်းငယ်ခန့်က ထည့်သွင်း

ခဲ့ဖူးသူဖြစ်သည်။

ချက်ချင်းပင် ကျွန်ုပ်သည် မစ္စတာပယ်လ်တွန်ထံသို့ စာအမြန် ရေးသားလိုက်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်၏စာတွင် သူ့အား ဂုဏ်ပြုသောအားဖြင့် ကျွန်ုပ်၏ “ကိုယ်တိုင် အောင်မြင်ရေး သိပ္ပံပညာ” စာမူကို စာအုပ် ထုတ်ဝေဖြန့်ချိဖို့ ပေးအပ်လိုကြောင်း ထည့်သွင်းရေးသားလိုက်ပါသည်။

နှစ်ရက်ကြာသောအခါတွင် ကြေးနန်းစာတစ်စောင်ကို ကျွန်ုပ် ရရှိ၏။ ထိုကြေးနန်းစာ၌ မစ္စတာပယ်လ်တွန်သည် ကျွန်ုပ်နှင့် တွေ့ဆုံရန် ဖိလာဒယ်ဖီးယားမြို့သို့ လာနေပါပြီဟု ပါရှိလေသည်။

ကျွန်ုပ် တည်းခိုရာအခန်းအတွင်းသို့ မစ္စတာပယ်လ်တွန် ဝင် လာသောအခါ၌ သူ၏ မျက်နှာနေမျက်နှာထားကို ကျွန်ုပ် မည်သည့် အခါမျှ မမှေ့နိုင်တော့မည် မဟုတ်ပေ။

“ဒီလိုအခန်းမျိုးမှာ တည်းခိုနေထိုင်နိုင်တဲ့ စာရေးဆရာဟာ တကယ့်ကို ကြီးမြင့်တဲ့လူ ဖြစ်ရမှာပဲ” ဟု မစ္စတာပယ်လ်တွန်က ပြောပါ သည်။

ကျွန်ုပ်က စာမူစာအုပ်ကို သူ့အား ပေးအပ်လိုက်ပါသည်။ ကျွန်ုပ် ၏ စာမူစာအုပ်မှာ ရှေးခေတ် သမ္မာကျမ်းစာအရွယ် စာမျက်နှာ ၁၈၀၀ ရှိ၍ ခုနစ်ပေါင်ခန့် လေးပါသည်။ သူသည် ထိုင်ပြီး စာမူစာအုပ်ကို လှန်ကြည့်ကာ မိနစ် ၂၀ ခန့် ဖတ်ရှုပါသည်။ ပြီးလျှင် စာမူစာအုပ်ကို ပိတ်ပြီး စားပွဲပေါ်သို့ တင်လိုက်ပါသည်။

“ကျွန်ုပ် ဒီအတွေးအခေါ်စာမူကို ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေမယ်။ စာမူခကို ထုံးစံအတိုင်း မှန်မှန်ပေးသွားမယ်” ဟု မစ္စတာပယ်လ်တွန်က ပြောသည်။

ကျွန်ုပ်သည် လက်နှိပ်စက်တစ်လုံးကို ကျွန်ုပ်တို့ထံ အပို့ခိုင်း ပြီးလျှင် မစ္စတာပယ်လ်တွန်က စာမူကို စာအုပ်ထုတ်ဝေရန်အတွက် သဘောတူ ကန်ထရိုက်စာချုပ်ကို ရိုက်နှိပ်လေသည်။ ခဏအကြာတွင်

“ခင်ဗျား အခုစာမူအတွက် တင်ကြိုထုတ်ယူငွေ လိုချင်လိမ့်မယ်ထင် တယ်။ အခု ကျွန်တော် ချက်တစ်စောင် ရေးပေးပါ့မယ်” ဟု ပြော၏။

ကျွန်ုပ်က အရေးမကြီးသောအနေနှင့် မိမိ၏ အထင်ကြီးစိတ်ကို လျင်မြန်စွာ တည်ဆောက်လျက် “အိုး ခင်ဗျားရေးချင်တဲ့ ငွေလောက် ကိုပဲ ချက်တစ်စောင် ရေးလိုက်ပေါ့” ဟု ပြန်ပြောလိုက်၏။

“ဒေါ်လာ ငါးရာလား”

“အိုကေ”

လအနည်းငယ် ကြာသွားသောအခါတွင် ကျွန်ုပ်၏ ပထမဆုံး “အောင်မြင်ခြင်း၏ဥပဒေသ” (၈) တွဲသည် ကျွန်ုပ်ထံ ရောက်ရှိ၍ လာသည်။ ထိုလများမှာ ကျွန်ုပ်၏ အထွေထွေ အောင်မြင်သောအချိန် များပင် ဖြစ်တော့၏။ ကျွန်ုပ်၏ အောင်မြင်မည့်ဘက်ကို ရှုကြည့် နိုင်သော တန်ခိုးကို ကျွန်ုပ် ပြန်လည်ရရှိပါသည်။

ဤဖြစ်ရပ်ကို ဖတ်ရှုကြသူများသည် မိမိတို့၏ အောင်မြင်ရာ အောင်မြင်ကြောင်း အထင်အမြင်စိတ်ကို ရယူကြရာ၌ အထက်၌ ဆိုခဲ့ သည့်အတိုင်း ကျွန်ုပ် ပြုလုပ်ရသကဲ့သို့ အချိန်ကြာမြင့်စွာ ပြုလုပ်ကြရ လိမ့်မည်မဟုတ်ဟု ကျွန်တော် ရိုးသားစွာ ယုံကြည်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်အား မျက်စိဖြင့်မမြင်ရသော တန်ခိုးအရှိန်အဝါတစ်ခုက ပဲ့ကိုင်ထိန်းသိမ်းပြီး ပေးနေပါသလား။ အပြင်မှ တစ်စုံတစ်ခုသော အင်အားစုသည် ကျွန်ုပ်အား ထိန်းသိမ်းညွှန်ကြားပေးနေသည်ဟု ကျွန်ုပ် ယုံကြည်ပါသည်။

ယုံကြည်ခြင်း ဓာတ်အားလှိုင်းများသည် မိမိတို့၏ စိတ်ဓာတ်နှင့် သင့်လျော်အောင် ရောနှောမိသောအခါတွင် မိမိတို့၏ ရုပ်လောကမှ လွန်၍ ဟိုမှာဘက်၌ရှိနေသော တန်ခိုးအင်အားနှင့် ကောင်းမွန် သင့်လျော်အောင် ရောနှောမိသည်ဟု ကျွန်ုပ် ယုံကြည်ပါသည်။

၁၉၂၈ ခုနှစ်မှစ၍ ကျွန်ုပ်သည် ယောက်ျားမိန်းမ ထောင်ပေါင်း များစွာတို့အား သူတို့၏ မိမိကိုယ်မိမိ အထင်ကြီးစိတ်များ ကျဆုံးနေရာမှ ပြန်လည် အင်အားရှိလာအောင် ကူညီခဲ့ပါသည်။ ထိုသူတို့အနက် လူ အားလုံးလောက်ကို ကျွန်ုပ် မတွေ့ရဖူးပါ။ သို့ရာတွင် ကျွန်ုပ်တို့၏ စိတ်ဓာတ်များသည် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ဤစာအုပ်၏ စာမျက်နှာများ ပေါ်တွင် တွေ့ဆုံကြပါသည်။

ကျွန်ုပ် ဟောပြောသောအခါများနှင့် ကျွန်ုပ်၏ သင်တန်းများကို တက်ရောက်ကြသူ ထောင်ပေါင်းများစွာသော သူများကိုလည်း အောင်မြင်စေသော စိတ်တန်ခိုးကို ရှာဖွေနိုင်ရန် ကျွန်ုပ် ကူညီခဲ့ပါသည်။ ကျွန်ုပ် ကူညီသည့်အတိုင်း ဖြစ်ပေါ်လာကြသူအပေါင်း အမြောက်အမြားကို ကျွန်ုပ် တွေ့မြင်ရသဖြင့် ကျွန်ုပ်သည် နှစ်သိမ့်အားရ ဖြစ်မိပါသည်။



သင်၏ ကိုယ်ပိုင်အထင်ကြီးစိတ်ကို ကိုယ်တိုင်ရှုပါ တွေ့ပါလိမ့်မည်

မိမိကိုယ်မိမိ အထင်ကြီးစိတ်ကို မြှင့်တင်ရန်မှာ နည်းလမ်းများစွာ ရှိပါသည်။ တစ်မျိုးနှင့်တစ်မျိုးသည် မတူကြ။ သူတို့၏ အတွင်း အကျဆုံး အနှစ်သာရမှာ ထူးဆန်းကြသော်လည်း ပြင်ပ၏ အသွင်အပြင် ထင်ရှားချက်ကိုမူ ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာ မြင်နိုင်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်၏ သင်တန်းသားတစ်ဦးဖြစ်သူ အာမခံကိုယ်စားလှယ် တစ်ဦးမှာ ရှစ်ကာရက်အလေးချိန်ရှိသော စိန်လက်စွပ်ကို ဝတ်ဆင်ခြင်း အားဖြင့် သူ့ကိုယ်သူ အထင်ကြီးစိတ်ကို ဖြစ်ပေါ်စေလေသည်။ ထို လက်စွပ်ကြီးဝတ်ပြီး အာမခံထားမည့်သူများကို စကားပြောဆိုခြင်းမှာ သူ့အတွက် ဆေးတောင်ဝေးကို ဝေးယမ်းပြီး ပြောရသည့်နယ် အောင်မြင် မှုကို ရရှိသည်ဟု ဆိုပါသည်။

တစ်ခါသ၌ သူ၏ စိန်လက်စွပ်ကို မွမ်းမံတပ်ဆင်မှုတစ်ခု ပြုလုပ်ရန်အတွက် ပန်းထိမ်ထံ အပ်နှံထားရသည်။ အချိန်မှာ သုံးလေးရက်ခန့် ကြာမြင့်သွားသည်။ ထိုရက်များအတောအတွင်း၌ အာမခံလုပ်ငန်းများ ရရှိရန် သူ တတ်နိုင်သမျှ ကြိုးစားသော်လည်း အလုပ်ရရန် အလွန် ခဲယဉ်းသည်ကို တွေ့ရှိရသည်။

သို့ရာတွင် သူ၏ စိန်လက်စွပ်ကို ပြန်လည်ဝတ်ဆင်ပြီး သူသည် ခါတိုင်းကဲ့သို့ပင် အာမခံလုပ်ငန်းများကို လုပ်ခြင်းဖြစ်သော်လည်း ပထမဦးစွာ အာမခံထားမည့်သူ ခြောက်ဦးကို စကားပြောဆိုရာ ထို ခြောက်ဦးစလုံးမှာပင် အလုပ်များရရှိသည်ကို သူ တွေ့ရှိရသည်။

သူ့အတွက် ဤသို့ အောင်မြင်ခြင်းဖြစ်သော်လည်း ကျွန်ုပ် အတွက်ဆိုပါမူ ကျွန်ုပ်၏လက်ပေါ်တွင် ဤလက်စွပ်ကြီးကို မီးမောင်း ထိုးပြထားသလို လူအများ ကြည့်ရှုကြခြင်းအတွက် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပြန်လည်သတိရလျက် ကျွန်ုပ်၏စိတ်မှာ တစ်မျိုးဖြစ်ပြီး မိမိ အထင်ကြီး စိတ်ကို ကျွန်ုပ် ညွှန်ကြားခြင်း ပြုနိုင်တော့မည် မဟုတ်ပေ။

သို့ရာတွင် မည်သည့်နည်းနှင့်ပင်ဖြစ်စေ လူတစ်ဦးသည် သူ့ လုပ်နည်းလုပ်ဟန်အရ သူ၏ အထင်ကြီးစိတ်ကို တွေ့ရှိပြီး ထို အထင် ကြီးစိတ်ကို ပိုင်စိုးသောအခါတွင် သူ၏ အဖြစ်မှန်ကို ကမ္ဘာအား ပြသ နိုင်လေတော့သည်။ သူ၏ မိမိကိုယ်မိမိ အထင်ကြီးစိတ်မှာ သူ၏ စကား ပြောလေသံ၌လည်းကောင်း၊ သူ၏ မျက်နှာနေမျက်နှာထား၌လည်း ကောင်း၊ သူ၏ လက်ဟန်ခြေဟန်၌လည်းကောင်း၊ သူ၏ အပြုစိတ်ထား ၌လည်းကောင်း ရောင်ပြန်ဟပ်ကာ ပေါ်လွင်ထင်ရှားနေလေတော့သည်။ ထိုအချက်များဖြင့် သူတစ်ပါးက သူ့အပေါ်၌ ယုံကြည်စိတ်ထား ပွားများ လာလျက် သူနှင့် အတူတကွ လုပ်ငန်းရပ်များကို လုပ်ဆောင်ကြလိမ့်မည် ဖြစ်လေသည်။

ဤတွင် အချို့သောသူများ၏ သူတို့ကိုယ်သူတို့ အထင်ကြီး စိတ်မှာ ပိုလွန်နေသဖြင့် သူတို့အား ဇက်သတ်၍ ထိန်းချုပ်ရန်သည် လိုအပ်ပေသည်။ သို့သော်လည်း ဤလိုလူမျိုးမှာ အလွန် နည်းပါးလှပါ သည်။ သို့အတွက် ကျွန်ုပ်တို့သည် ဤစာအုပ်တွင် မည်သည့်နေရာ၌မျှ ဤလိုလူမျိုးအတွက် ရေးသားညွှန်ကြားရန် မလိုတော့ပါပေ။

အပြစ်ကင်းစင်သည့် (အထက်ပါ တရားလွန်ပုဂ္ဂိုလ်မျိုး မဟုတ် သည့်) မိမိကိုယ်မိမိ အထင်ကြီးသောစိတ်ထားကို ထားနိုင်ခြင်း၊ မွေးမြူ နိုင်ခြင်းသည် မိမိကိုယ်အား ကျန်းမာစေခြင်းနှင့် ငြိမ်းချမ်းစိတ်များကို အတိုင်းအတာမရှိ ရရှိနိုင်လေသည်။

သင့်အတွက် မှန်ကန်သောနည်းလမ်းတစ်ခုကို ရှာဖွေပါလော့။ သင့်အား စိတ်ထား တင်းမာခိုင်ခံ့စေရန်အတွက် ထိုနည်းလမ်းက ကူညီ လိမ့်မည်ဖြစ်ပါသည်။

အောင်မြင်ထမြောက်လျက် ပျော်ရွှင်နေသော ပုဂ္ဂိုလ်များ၏ လုပ် နည်းလုပ်ဟန်များကို သင် လေ့လာကြည့်စမ်းပါ။ ထိုသူတို့သည် အထက်၌ ဖော်ပြခဲ့ပြီး လျှို့ဝှက်ချက်ကို ပိုင်ဆိုင်အသုံးပြုနေကြသူများ ဖြစ်သည်ကို သင် တွေ့မြင်ရမည် ဖြစ်ပါသတည်း။



အခန်း (၈)

ထကြွလှုပ်ရှားသောလိင်စိတ်ကို အောင်မြင်စေသည့်
တန်ခိုးအဖြစ် ခြပ်ပြောင်းခြင်း

ထ ကြွလှုပ်ရှားသော လိင်စိတ်အချို့ကို ဒိုင်းနမိုက်ကဲ့သို့ ပြင်းထန်သည့် အင်အားစုကြီးတစ်ရပ်အဖြစ်သို့ ခြပ်ပြောင်း၍ယူရန်အတွက် လူတိုင်း၌ စွမ်းရည်သတ္တိ ရှိပါသည်။ ထိုအင်အားစုသည် အောင်မြင်ခြင်းကို ထိုသူထံသို့ ယူဆောင်၍လာမည် ဖြစ်လေသည်။ ထို စွမ်းရည်သတ္တိသည် သင်၏ လိုလိုလားလား လုပ်ဆောင်ချင်သည့် စိတ်နှင့်အတူ ကြီးထွားလာမည် ဖြစ်ပါသည်။

လူငယ်များမှာ သူတို့၏လိင်စိတ်ကို ကာယကံမူ၌သာ ဆောင်ရွက်ရန် သိရှိကြခြင်းမှာ မှားယွင်းခြင်းပင် ဖြစ်လေသည်။ သို့ဖြစ်လေရာ သူတို့သည် သူတို့၏ အသက်ငါးဆယ်တွင်း သို့မဟုတ် ထို့ထက်ကျော်လွန်လာသောအခါကျမှသာ မိမိတို့၏လိင်စိတ်ကို သူတို့ လုပ်ဆောင်သည့် အလုပ်ကိစ္စရပ်တိုင်းအတွက် အင်အားစုတစ်ရပ်အဖြစ် ခြပ်ပြောင်း၍ အသုံးချခြင်းကို စတင်ကြလေသည်။ ဤသို့ဆိုရာ၌ မိမိတို့၏ လိင်စိတ်ကို ခြပ်ပြောင်းလဲ၍ယူရာတွင် ထိုလိင်စိတ်ကို ကာယကံမူဖြင့် အသုံးချခြင်း၌ ဝင်ရောက်နှောင့်ယှက်ခြင်း မဟုတ်ပေ။ လိင်စိတ်

သည် သူ့သဘာဝကပင်လျှင် အသွင်အပြင် ပြောင်းလဲနိုင်သည့် တန်ခိုး ရှိပေသည်။

*

လိင်စိတ်ကို ခြိမ်ပြောင်းလဲ၍ အသုံးပြုခြင်းဆိုသည်မှာ ဘာလဲ

ရှေးဦးစွာ ကျွန်ုပ်တို့သည် လိင်ကိစ္စကို ကြည့်ကြစို့။ သစ်ပင်၊ ပန်းပင်များနှင့် တိရစ္ဆာန်များ၏လောကတွင် ဖိုမဆက်ဆံခြင်းကို သူ့ ရာသီအလိုက်သာ ပြုလုပ်ရန် နိယာမ သဘောသဘာဝက ပေးအပ်၍ ထားပေသည်။ သို့ရာတွင် လူ့လောကမှာကား ဖိုမဆက်ဆံခြင်းကိစ္စကို ရာသီတိုင်း၌ပင် လုပ်ဆောင်ကြရန် စိတ်ထားရှိနေကြလေသည်။ ဤသို့ ဖြစ်ခြင်းအတွက် အချို့သောသူများမှာ လိင်ကိစ္စအတွက် ဒုက္ခများစွာ ရောက်ရှိနေကြရဟန် ရှိပေသည်။

လူသားများတွင် လိင်ကိစ္စကို မသိနားမလည်သည့်အတွက် ကြောက်ရွံ့စက်ဆုပ်နေကြသူများလည်း ရှိသည်။ အချို့တို့မှာ လိင်ကိစ္စ တွင် သူတို့စိတ်သွားရာ ကိုယ်ပါလိုက်ပြီး မှောက်မှောက်မှားမှား အကျင့် ပျက်ကြသည်လည်း ရှိသည်။ ဤအမျိုးအစားနှစ်ခုစလုံးပင် မှားယွင်း နေကြခြင်းသာ ဖြစ်သည်။ သို့ဖြစ်ရာ ထိုသူတို့မှာ လူသားတို့အတွက်သာ ရရှိထားသည့် လိင်ကိစ္စ သဘောသဘာဝများနှင့် အင်အားများကို ဆုံးရှုံးခံရလေသည်။

ဘာသာရေးဆိုင်ရာ အချို့သောပုဂ္ဂိုလ်များသည် လိင်ကိစ္စကို အကြီးဆုံးအပြစ်အဖြစ် ကြေညာကြလေသည်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်များသည် လိင်ကိစ္စနှင့် ငရဲကို အတူပေါင်းပြီး အစုအပုံကြီးတစ်ခုအဖြစ် ထားရှိကြ လေသည်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်များသည် ငရဲနှင့် လိင်ကိစ္စကို တူမျှသော မနှစ်မြို့ ဖွယ်ရာများအဖြစ် သတ်မှတ်ကြသည်။ ထိုကဲ့သို့သော ပုဂ္ဂိုလ်များသည်

လူတွေ၏ဝိညာဉ်ကို သူတို့က ကယ်တင်နေကြသည်ဟု ပြောဆိုလျက် ရှိနေကြသည်။ သို့ရာတွင် စင်စစ်အားဖြင့်ဆိုလျှင် ထိုပုဂ္ဂိုလ်များသည် လူ၏ဝိညာဉ်ကို ခြောက်ကပ်ရှုံ့တွသွားအောင် ပြုလုပ်နေကြခြင်းသာ ဖြစ်လေသည်။

အခြားတစ်ဖက်ကို ကြည့်ပြန်သောအခါတွင်မူ ကျွန်ုပ်တို့သည် အများပြည်သူပြည်သားများ အသုံးပြုရန်အတွက် ထားရှိသော အိမ်သာ၊ ရေအိမ်အခန်း စသည်တို့၌ အလွန်ရိုင်းစိုင်းသော ဖိုမက်စွများကို ရေးခြစ် ဖော်ပြထားလေ့ရှိသည်ကို တွေ့ရှိရသည်။ ဤသို့ပြုလုပ်ခြင်းမှာ သူတို့၏ လိင်စိတ်လှုပ်ရှားမှုကို မှားယွင်းစွာ ထွက်ပေါက် ပြုလုပ်ပေးကြခြင်းသာ ဖြစ်လေသည်။

များစွာသောသူတို့သည် ဤ ဖိုမက်ဆံရေးအတွက် လိင်ကိစ္စကို အစွန်းဘက်သို့ရောက်အောင် ပြုမူနေကြလေသည်။

များစွာသောသူတို့သည် ဖိုမက်ဆံရေး လိင်ကိစ္စကို ကာယကံ မြောက် ဆောင်ရွက်ကြရာ၌ ဝိညာဉ်စိတ်တည်းဟူသော နာမ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကိစ္စနှင့် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကာယကံမှုကိစ္စတို့ မည်မျှ ပူးတွဲပါဝင်နေသည်ကို မည်သည့်အခါမျှ ရှာဖွေလေ့လာသိမြင်ကြခြင်း မရှိကြချေ။

လိင်စိတ်သည် ကလေးငယ်များကိုသာ ဖန်တီးထွက်ပေါ်လာ စေသည် မဟုတ်သေး။ လူ့လောက၏ တီထွင်ဖန်ဆင်းမှုများကိုလည်း ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်သည့် ကြီးမားသော အင်အားစုကြီးတစ်ရပ်ဖြစ်ကြောင်း သင် သိမြင်လာသောအခါတွင် ထိုအခါ၌ လိင်စိတ်ကို ခြပ်ပြောင်းလဲ လိုက်ပါလျှင် သင့်အတွက် မည်မျှ ဖြစ်မြောက်အောင် စွမ်းဆောင်နိုင် မည်ကို သင် သိရှိလိမ့်မည်ဖြစ်လေသည်။

လိင်စိတ်ကို ခြပ်ပြောင်းခြင်းဆိုသည်မှာ လိင်စိတ်ကို ကာယကံမှု ဖိုမက်ဆံခြင်းအလုပ်တွင် အသုံးချမည့်အစား အခြားကိစ္စရပ်တွင်

ဆောင်ရွက်အသုံးချနိုင်ရန် လမ်းလွဲ၍ပေးခြင်း ဖြစ်လေသည်။ ထိုသို့ လမ်းလွဲ၍ ပေးလိုက်သောအခါတွင် လိင်စိတ်သည် အတိုင်းအတာမရှိ အောင် လူတစ်ဦး၏ အောင်မြင်စေမှု တန်ခိုးအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိသွားလေ သည်။

ဤသို့ ပြုလုပ်ခြင်းသည် လိင်စိတ်၏ အင်အားများ နည်းပါးသွား စေခြင်းမဟုတ်ပေ။ လျှပ်စစ်ဓာတ်အားပေး ဗဟိုဌာနမှနေ၍ လျှပ်စစ် အင်အားကို လိုရာကြေးနန်းလိုင်းများဆီသို့ လိုအပ်သော အချိန်ကာလ အတွင်း ဓာတ်အားပြောင်းလွှဲ ပေးပို့ခြင်းမျိုးသာလျှင် ဖြစ်လေသည်။

ဤသို့ပြုလုပ်ခြင်းသည် လူ၏ သံလိုက်ဓာတ်အားနှင့်တူသော ဆွဲဆောင်မှုကို အင်အားကြီးမားစေရန်အတွက် တန်ခိုးများကို စုစည်း ခြင်းလည်းဖြစ်လေသည်။ လူတစ်ဦး၏ ဆွဲဆောင်နိုင်မှု အရှိန်အဝါ တန်ခိုးနှင့် လိင်စိတ်၏ အင်အားမှာ ကွဲပြားခြားနားမှု မရှိပါပေ။ လူတစ် ဦး၏ ဆွဲဆောင်မှု အရှိန်အဝါ သံလိုက်ဓာတ်အားဆိုသည်မှာ လိင်စိတ် တွင် အမြစ်များတွယ်လျက် ရှိနေပေသည်။



အောင်မြင်သူများသည် လိင်စိတ်ပြင်းမာသူများ ဖြစ်နိုင်သည်

လွန်ခဲ့သော နှစ်အနည်းငယ်အတွင်းက ကျွန်ုပ်သည် ကြော်ငြာ ခြင်းနှင့် ရောင်းချခြင်းနည်းများကို သင်ကြားပေးသည့်ကျောင်းကို ဖွင့် လှစ်၍ သင်တန်းများပေးနေစဉ် တစ်နေ့သ၌ ကျွန်ုပ်၏ အတွင်းရေးမှူးက တေလေလိုလူတစ်ဦး ကျွန်ုပ်အား တွေ့ချင်သည်ဟု ကျွန်ုပ်ထံ လာရောက် အကြောင်းကြားသည်။ ထိုအခါ၌ ကျွန်ုပ်သည် သောမတ်အက်ဒီဆင်၏ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်ဖြစ်သွားသူ အက်ဒီဆင်တန်းလိုလူ ဖြစ်နေမလားဟု စဉ်းစားမိသဖြင့် ကျွန်ုပ်၏ အတွင်းရေးမှူးအား ထိုသူကို ကျွန်ုပ်ထံ

လွှတ်လိုက်ပါဟု ပြောလိုက်သည်။ (သောမတ်အက်ဒီဆင်၏ လုပ်ဖော်
ကိုင်ဖက်ဖြစ်သွားသူ အက်ဒဝပ်စီဘန်း၏ အကြောင်းကို စာမျက်နှာ ၁၃၄
တွင် ဖော်ပြပါရှိသည်။)

ထိုသူ၏ အသွင်အပြင်မှာ ဆင်းရဲယုတ်ညံ့ပုံ ပေါက်နေပါသည်။
သူ၏ မုတ်ဆိတ်မွေးများကို မရိတ်သည်မှာ သုံးရက်ခန့်ရှိပြီဟု ထင်ရ
သည်။ သူသည် စီးကရက်ကို သူ၏နှုတ်ခမ်းတွင် မခန့်လေးစားဟန်နှင့်
တွဲလောင်းချိတ်ထားသည်။ သူ ကျွန်ုပ်ထံသို့ ဝင်လာသောအခါတွင်
သူသည် ယဉ်ကျေးမှုအကြောင်းကို မသိရှိ၍လော သို့မဟုတ် ယဉ်ကျေးမှု
ကို ဂရုမစိုက်၍လော မသိ၊ ဘာယဉ်ကျေးမှုကိုမျှ မပြသပါ။ သူသည်
ကမ္ဘာနှစ်ချုပ်မှတ်တမ်းစာအုပ်တွင် ထည့်သွင်းဖို့ ကြော်ငြာများရရှိရန်
လိုက်လံတောင်းခံ၍ ကြော်ငြာနေရာကို ရောင်းချနေသူ ဖြစ်သည်။ ဤ
ကမ္ဘာနှစ်ချုပ်မှတ်တမ်းစာအုပ်သည် ကျွန်ုပ်၏အလုပ်နှင့် သင့်လျော်လိမ့်
မည်ဟု ကျွန်ုပ် မယူဆသဖြင့် ထိုစာအုပ်တွင် ကျွန်ုပ် ကြော်ငြာ မထည့်
သွင်းခဲ့ဖူးချေ။

မပြီးမလိမ်း မသပ်မရပ်နှင့် ထိုသူသည် ကျွန်ုပ်၏ အခန်းတွင်းသို့
ဝင်လာသောအခါ၌ ကျွန်ုပ်သည် သူ့အသွင်အပြင်ကို မြင်ရခြင်းအားဖြင့်
စိတ်ထဲမှ ပထမတွင် သဘောမကျမိပေ။ သူ၏ စီးကရက်မှ ဆေးလိပ်ပြာ
များမှာ ကျွန်ုပ်၏အခန်းတွင်းရှိ ကော်ဇောပေါ်တွင် ပြန့်ကျဲ ကျဆင်း
လာသည်ကိုလည်း တွေ့ရသည်။ သို့ဖြစ်လင့်ကစား သူသည် ကျွန်ုပ်အား
စကားပြောဆိုသောအခါ၌ ကျွန်ုပ်မှာ သူ၏ ပြောစကားများကို ညွတ်လာ
သဖြင့် ထိုသူအား ဒေါ်လာ ၈၀၀ ကျော်ဖိုးမျှ ကြော်ငြာ ထည့်သွင်းပေးရန်
အလုပ်ပေးအပ်လိုက်ပါသည်။

ထိုလူတွင် စိတ်ပညာသဘောအရ အပြစ်အနာအဆာများ ရှိ
သော်လည်း ထို့ထက်အရေးကြီးသော ကြီးမားလှသည့် သူ့ပုဂ္ဂလိကပိုင်

သံလိုက်ဆွဲငင်ဓာတ်အားများ သူ့၌ ရှိနေပေသည်။ သူ့တွင် ဤသို့ ဆွဲငင် ဓာတ်အား ကြီးမားစွာရှိနေကြောင်းကို သူ၏ စကားသံတွင် ကျွန်ုပ် တွေ့ရှိရပါသည်။ ထိုကြောင့် ကျွန်ုပ်မှာ သူ့ပြောစကားကို နားထောင်နေမိ သည်။

ထို့ပြင် သူ၏ ကိုယ်ရောင်များမှလည်း သူ၏ ဆွဲငင်ဓာတ်အားများ ထွက်နေသည်ဟု ကျွန်ုပ် ခံစားရသည်။ ဤတွင် ကျွန်ုပ်မှာ ကမ္ဘာနှစ်ချုပ် မှတ်တမ်းစာအုပ်အပေါ်တွင် လေးနက်စွာ စဉ်းစားခြင်းကို ပထမဆုံး အကြိမ်အဖြစ် ပြုလုပ်ပါသည်။

(လူတစ်ဦး၏ ဆွဲဆောင်နိုင်မှု အရှိန်အဝါ သံလိုက်ဓာတ်အား ဆိုသည်မှာ လိင်စိတ်တွင် အမြစ်များတွယ်လျက် ရှိပေသည်ဟု အထက်၌ ဆိုခဲ့ပြီးဖြစ်၏။)

ထိုသူသည် သူ၏ လိင်စိတ်ကို အလုပ်ကိစ္စတွင် ခြပ်ပြောင်းလျက် အလိုအလျောက်ပင် သုံးစွဲနေခြင်းဖြစ်ရာ အကယ်၍သာ သူသည် အခြား သော ကိစ္စရပ်များကို နေသားတကျဖြစ်အောင် မှန်ကန်စွာ ကျင့်သုံး တတ်သူဖြစ်ပါလျှင် ဤသို့ ကြော်ငြာလိုက်လံကောက်ခံနေရသူ မဟုတ် တော့ဘဲ ကမ္ဘာနှစ်ချုပ်မှတ်တမ်းစာအုပ်ကို ထုတ်ဝေဖြန့်ချိနိုင်သူ ဖြစ်လာ နိုင်ပေလိမ့်မည်။

ယခုအခါတွင် ကျွန်ုပ်သည် လိင်စိတ်ကို ခြပ်ပြောင်းပြီး အသုံး ပြုနေရသူတိုင်းကို လေ့လာကြည့်ရှုမိပါသည်။ အလုပ်အကိုင်အမျိုးမျိုး တွင် သရဖူဆောင်းပြီး အောင်မြင်နေကြသူများသည် လိင်စိတ်အင်အား များ ကြီးမားစွာ ရှိနေကြသူများဖြစ်ကြောင်း ကျွန်ုပ် တွေ့ရှိရသည်။ ထိုသူများသည် သူတို့၏ အလုပ်အကိုင်များတွင် သူတို့အလိုရှိသော အခါ၌ သူတို့၏ လိင်စိတ်အင်အားများကို ခြပ်ပြောင်းပြီး အသုံးပြုကြ သည်ကိုလည်း ကျွန်ုပ် တွေ့ရှိရသည်။ ဤသို့ ခြပ်ပြောင်းရာ၌ သူတို့

ကိုယ်တိုင် ဤသို့ပြုလုပ်ရန် သဘောပေါက်သိရှိ၍ လုပ်သည်။ မလုပ်
သည်ကိုမူ ကျွန်ုပ် မသိရသော်လည်း စင်စစ်အားဖြင့် သူတို့၏လိင်စိတ်ကို
ခြပ်ပြောင်းလဲအသုံးပြုခြင်းမှာကား မှန်ပေသည်။

ဤလိင်စိတ်နှင့် မိမိကိုယ်မိမိ အထင်ကြီးသောစိတ်မှာလည်း
ဆက်သွယ်မှုရှိကြောင်း သိသာထင်ရှားပေသည်။ မိမိကိုယ်မိမိ အထင်ကြီး
စိတ်ကို အောင်မြင်ရေး၌ အသုံးပြုသကဲ့သို့ပင် မိမိတို့၏လိင်စိတ်ကို
လည်း ခြပ်ပြောင်းလဲပြီး အသုံးချရန် ပြုလုပ်နိုင်ကြပေသည်။



တစ်စုံတစ်ခုသော အပိုအင်အား

လူမျိုးဆက်တစ်ခုပြီးတစ်ခု ဖြစ်ပေါ်ခဲ့တိုင်း လူမျိုးဆက်တစ်ခုလျှင်
ကမ္ဘာက အသိအမှတ်ပြုခြင်းခံရသော လက်စွမ်းအထက်ဆုံး၊ အပြောင်
မြောက်ဆုံး တယောအနုပညာရှင် ခြောက်ဦးထက်ပို၍ ထွက်ပေါ်ခဲ့သည်
ဟူ၍ မရှိခဲ့သေးပေ။ အစွမ်းထက်သည့် တယောဂီတ အနုပညာရှင်များ
ရာနှင့်ချီ၍ ရှိနေသည်မှာ မှန်ပါသည်။ သို့ရာတွင် ထိုသူတို့ထက် သာလွန်
သော ဂီတပညာရှင်အချို့ ရှိနေခြင်းမှာ ထိုသူတို့တွင် တစ်စုံတစ်ခုသော
အပိုအင်အား ရှိနေသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ ထိုတစ်စုံတစ်ခု အပို
အင်အားဆိုသည်မှာ ထိုသူတို့၏ လိင်စိတ်ကို ခြပ်ပြောင်း၍ အသုံးချ
ခြင်းပင်ဖြစ်သည်။

အလားတူ တစ်စုံတစ်ခု အပိုအင်အားရှိနေသူ စန္ဒရားနှင့် အခြား
ဂီတပညာရှင်များလည်း ရှိနေပါသည်။ ယခု ဤစာအုပ်ကို ရေးသား
နေစဉ်တွင် အာသာရူဘင်စတီန်းမှာ အသက်ရှစ်ဆယ် ပြည့်မြောက်နေ
ပေပြီ။ အာသာရူဘင်စတီန်းသည် စန္ဒရားဂီတပညာရှင်များတွင် အပြောင်
မြောက်ဆုံးပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်ပြီး သူ၏ဂီတမှာ အမြဲတမ်း ဆန်းသစ်လျက်

ရှိနေသည်ဟု ဂီတဝေဖန်ရေးသမားများက ထုတ်ဖော်ကြသည်။ ရှုဘင် စတိန်းသည် လူ့ဘဝကို လွန်မင်းစွာ ချစ်ခင်သူဖြစ်သည်။ သူသည် ရပ်ကြည့်သမားမဟုတ်။ လူ့လောကအတွင်း ကိုယ်တိုင်ဝင်ရောက်သူ၊ ပါဝင်သူဖြစ်လေသည်။ ဤအချက်များသည် သူ့၌ ကြီးမားသော လိင်စိတ်အင်အားများရှိကြောင်း ပြသခြင်းပင် ဖြစ်လေသည်။ သူသည် သူ၏ အံ့ဩဖွယ် လှုပ်ရှားထကြွသည့် လိင်စိတ်ကို ခြပ်ပြောင်းလဲ အသုံးချ သူပင်ဖြစ်လေသည်။

အာသာရူဘင်စတိန်းကဲ့သို့ပင် နိုင်ငံရေးခေါင်းဆောင်များ၊ ရှေ့နေများ၊ အားကစားသမားများနှင့် လက်မှုပညာသည်များလည်း ရှိနေပေသေးသည်။

လိင်စိတ်မြင့်မားသူ အုတ်စိပန်းရန်တစ်ဦးသည် သူ့လောက လိင်စိတ်မပြင်းထန်သော အခြားအုတ်စိသမားတစ်ဦးထက် (အကယ်၍ သူသည် သူ့အလုပ်အပေါ်တွင် စိတ်ဝင်စားအောင် သင်ကြားထားပြီး ဆိုပါလျှင်) အုတ်နှစ်ဆမျှ အလုပ်ပြီးအောင် စီနိုင်သည်ကို ကျွန်ုပ် တွေ့ရှိရသည်။

ပြီးခဲ့သော သမိုင်းတစ်လျှောက်ကို ပြန်ပြောင်းလေ့လာသော အခါ တွင် သူ့ကဏ္ဍနှင့်သူ ထင်ပေါ်ကျော်ကြား အောင်မြင်ကြသည့် ပုဂ္ဂိုလ် အသီးသီးတို့သည် သိသိသာသာ လိင်စိတ်ပြင်းထန်ကြသူများ ဖြစ်ကြောင်း ကျွန်ုပ်တို့ တွေ့ရှိကြရပါသည်။ တစ်ဖက်တွင် ထိုအမျိုးအစားတွင် ပါဝင်သည့် ပုဂ္ဂိုလ်အချို့ကို ကျွန်ုပ် ဖော်ပြပါမည်။

- ဂျော့ဝါရူင်တန်**
- ရောဘတ်ဘန်း**
- ဘင်ဂျမင်ဖရင်ကလင်**
- သောမတ်ဂျက်ဖာဆန်**

ဝီလျံ့စိတ်စပီးယား
 အန်ဒရူးဂျက်ဆင်
 အေဘရာဟင်လင်ကွန်း
 အန်ရီကိုကာရူဆို
 ရှာလ်ဝါလ်ဒ်အီမာဆင်

ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများသည် လိင်စိတ်၏ ကျေးကျွန်များ မဟုတ်သည်ကို ကျွန်ုပ်တို့ သတိပြုကြရပေမည်။ သူတို့သည် လိင်စိတ်မှ ထွက်ပေါ်လာသည့် အကျိုးသက်ရောက်မှုကို အမွေဆက်ခံသူများသာ ဖြစ်လေသည်။ သူတို့သည် လိင်စိတ်အင်အားစုကို သူတို့ အောင်မြင်လိုသော လုပ်ရပ်များတွင် အသုံးပြုရန် အင်အားစုအဖြစ်သို့ ခြပ်ပြောင်းလဲယူကြသူများ ဖြစ်သည်။



သင် ငယ်စဉ်တွင် သင်ကြားရမည့် သင်ခန်းစာ

အံ့ဩဖွယ်ရာ ဘဝသစ်တည်ဆောက်နေထိုင်ရေး စတင်ရန်မှာ မည်သည့်အခါတွင်မျှ နောက်ကျနေပြီဟူ၍ မရှိပါ။ ဤအချက်ကို သတိရှိရပါမည်။ ဖြစ်နိုင်စွမ်းသည့် အကြောင်းအရာများသည် ထိုနေရာ၌ ရှိနေပါသည်။ ထိုနေရာသို့ မည်သူမဆို လက်လှမ်း၍ ထိုအရာကို ရယူနိုင်ကြပါသည်။

သို့ရာတွင် အချို့သော သင်ခန်းစာများကို ငယ်ရွယ်စဉ်ကပင် သိမြင်နားလည်ကြပါလျှင် ပိုမိုကောင်းမွန်ပါလိမ့်မည်ဆိုသော အချက်ကိုမူ မည်သူမျှ သံသယမထွက်သင့်ပါပေ။ သို့ဖြစ်လေရာ စောစောစီးစီး တတ်သိနားလည်ပြီး ဖြစ်သင့်သော သင်ခန်းစာတစ်ရပ်မှာ လိင်နှင့် ပတ်သက်သော အင်အားစုကို မည်သို့မည်ပုံ အသုံးပြုရမည်ဆိုသော

အချက်ပင် ဖြစ်လေသည်။

အလွန်အောင်မြင်နေသော ကုန်သည်ကြီးတစ်ဦးက ကျွန်ုပ်အား ဤသို့ ပြောပြဖူးပါသည်။ “ကျွန်တော် အထက်တန်းကျောင်းသားဘဝ တုန်းကစပြီး လိင်စိတ်ကို ခြပ်ပြောင်းလဲ အသုံးချတတ်ခဲ့ပါက ကျွန်တော် အသက်သုံးဆယ်တွင်း ရောက်ကတည်းက သန်းပေါင်းများစွာသော ငွေများ ကြွယ်ဝနေသူ ဖြစ်ခဲ့မှာပါပဲ”။ သူသည် ယခု အသက်ငါးဆယ် နီးပါး အသက်အရွယ်သို့ ရောက်ရှိနေပေပြီ။ သူ အသက်လေးဆယ် ကျော်မှ လိင်စိတ်မှ ထွက်ပေါ်လာသည့် အင်အားကို မိမိအတွက် အကျိုး ရှိရာရှိကြောင်း ကိစ္စရပ်များတွင် အသုံးပြုနိုင်ကြောင်း သူ တွေ့မြင် သိရှိ ခဲ့သည်။

ဤသို့ပြောပြချက်ကို ကျွန်ုပ် လေ့လာကြည့်ရှုခြင်းအားဖြင့် မည်သည့်အသက်အရွယ်ရောက်မှ ယေဘုယျအားဖြင့် လူအများ အောင်မြင်မှုကို ရရှိတတ်ကြကြောင်းကို ကျွန်ုပ် ခန့်မှန်းသိမြင်ရပါသည်။

များစွာသောသူများမှာမူ ၎င်းတို့၏ အသက်လေးဆယ် ကျော် လွန်ပြီး အတော်ကြာမှ၊ အချို့တို့မှာ အသက်ငါးဆယ်၊ ခြောက်ဆယ်၊ ခုနစ်ဆယ်ကျမှ အလုပ်အကိုင် အောင်မြင်ကြီးပွားကြသည်ကို စိတ်ဝင်စားဖွယ်ရာ တွေ့မြင်သိရှိရပေသည်။

အောင်မြင်မှုကို မည်သည့်အသက်အရွယ်၌မဆို ရရှိလျှင် ကောင်းမွန်ပါသည်။ သို့ရာတွင် အသက်ငယ်ငယ်တွင် အောင်မြင်မှု ရရှိလေလေ သင်သည် ထိုအောင်မြင်မှု၏ အရသာကို နှစ်ရှည်ရှည် ခံစားနိုင်လေလေပင် ဖြစ်တော့သည်။

အောင်မြင်မှုကို ရရှိနိုင်ခြင်းမှာ မိမိဘဝ၏ အတွေ့အကြုံ၊ ဗဟုသုတ၊ ရင့်ကျက်မှုအပေါ်တွင် များစွာ တည်ပါသည်။ သို့ဖြစ်ခြင်းကြောင့် များစွာသောသူတို့သည် သူတို့၏ အသက်လေးဆယ်ကျော်ပြီးသည့်

နောက် နှစ်အတော်ကြာကြာသို့ မရောက်မချင်း မကြီးပွားကြသေးဟု ကျွန်ုပ် ဆိုခဲ့ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

မပြောပလောက်သော လူအနည်းငယ်မျှသာ သူတို့ အသက် လေးဆယ်မကျော်မီတွင် အောင်မြင်ထမြောက်ကြသည်ကို ကျွန်ုပ်တို့ တွေ့မြင်ကြရသည်။ ထိုသူများသည် လိင်စိတ်အင်အားကို ခြပ်ပြောင်း လဲလျက် အသုံးချကြသူများဖြစ်ကြောင်းကိုလည်း တွေ့ရှိနိုင်ကြပေသည်။

ဤလိင်စိတ်နှင့်ပတ်သက်၍ ယေဘုယျသဘောအားဖြင့် မည်သို့ ဖြစ်တတ်ကြသနည်း။ လူသားတစ်ဦးသည် ငယ်ရွယ်နုပျို ကျန်းမာသူ တို့၏ ကိုယ်ကာယအင်အားများ ပြည့်ဖြိုးလာသောအခါတွင် လိင်နှင့် ပတ်သက်သော ကာယကံမူများကို ပြုကျင့်ရန် သူ့ကိုယ်သူ တိုက်တွန်း လေသည်။ ဤသို့ လိင်ကိစ္စအမှုကို ကာယကံမြောက် ပြုကျင့်ခြင်းအား ဖြင့် သူ့အား ဘေးဥပဒ် မည်သို့မျှ မရောက်စေနိုင်ပါဟူ၍ သူ သိမြင်၏။ သို့ဖြစ်လေရာ သူသည် ဤလိင်စိတ်၏အင်အားကို သူ၏ အလုပ်အကိုင် လုပ်ဆောင်ရာတွင်လည်းကောင်း၊ သူ၏ ငြိမ်းချမ်းစိတ်ကို ရရှိအောင် တည်ဆောက်ရေးတွင်လည်းကောင်း၊ သူ့ကိုယ်သူ ပိုမို၍ ဖျတ်လတ် ရန်တွင်လည်းကောင်း၊ သူ့အလုပ်အကိုင်တွင် မည်သို့မည်ပုံ ဆောင် ရွက်လျှင် ပိုမိုကောင်းမွန်လိမ့်မည်ဟု သိနိုင်သည့် အတွေးအခေါ်များ ရရှိရန်တွင်လည်းကောင်း မည်သို့ အသုံးချမည်ဆိုသော အချက်ကို သူ သဘောပေါက် သိမြင်နိုင်ခြင်း မရှိတော့ချေ။

လိင်ကိစ္စအင်အားကို ဖြန့်တီးမပစ်ဘဲ ခြပ်ပြောင်းလဲအသုံးချ သူသည် အခြားသူတစ်ဦးနှင့် လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ရာတွင်လည်းကောင်း၊ သူ၏ ပြောဆိုသော စကားသံတွင်လည်းကောင်း၊ သူ၏ ပုဂ္ဂလိက ဥပမိ ရုပ်တွင်လည်းကောင်း ပူဇော်သည့် အင်အားများကို သူ အပိုရရှိနိုင်လေ သည်။

ဤလိင်ကိစ္စတွင် ဖြန့်တီးပစ်မည့်အင်အားကို ကောင်းမွန်စေရေး၌ အသုံးပြုနေသူအား “ဒီလူဟာ သိသင့်သိထိုက်တဲ့လူတစ်ဦးပဲ။ သူ့ကို သိထားဖို့ကောင်းတယ်” ဟူ၍ ပြောဆိုခြင်းခံရမည် ဖြစ်လေသည်။ ထို့ပြင် သူသည် လူအများ၏ လေးစားချစ်ခင်ခြင်းကိုလည်း ရယူနိုင်လေသည်။

သို့ရာတွင် သူ၏ လိင်နှင့်ပတ်သက်သော အင်အားစုကို သူ၏ ကာယကံမူတွင်သာ အသုံးပြုနေသော ကာလမှစ၍ သူသည် သူ့ကိုယ်သူ တစ်စုံတစ်ခု လိုနေသည်ဆိုသော အချက်အတွက် ဘာလိုနေသည်ဟူ၍ မသိမြင်ဘဲ ရှိနေတတ်လေသည်။ နောင် နှစ်ပေါင်းအတော်ကြာသည် အထိ သူ ဘာကြောင့် အောင်မြင်မှုမရရှိဘဲ ဖြစ်နေသည်ကို သိမြင်လာသည်အထိ သူသည် သူ့လိင်စိတ်၏အင်အားကို သူ၏ ကာယကံမူ၌သာ အသုံးပြုနေတတ်လေသည်။

ယောက်ျားတစ်ဦး၏ ချစ်ခြင်းမေတ္တာနှင့် ပတ်သက်သည့် ဘဝဆိုသည်မှာ သူ ချစ်ခင်နှစ်သက်သူ အမျိုးသမီးနှင့် စိတ်တူကိုယ်မျှ ဘဝ၏ အရသာကို ဝေငှ၍ ယူကြရသောအခါတွင် ထိုအခါသည် သူ့လုပ်ငန်းရပ်ကြီး၏နောက်၌ ရပ်တည်၍နေသော အံ့ဩဖွယ်ရာ ကြီးမားသည့် အင်အားစုကြီးပင် ဖြစ်တော့သည်။ ဤကဲ့သို့ နေနိုင်သည့် ဘဝတစ်ခုလုံးသည် နှစ်လိုဖွယ်ရာ ကောင်းမွန်၍နေပေသည်။ တစ်ခါတစ်ရံတွင် အမျိုးသမီးသည် မိမိ၏ အမျိုးသားအား အကင်းပါးစွာ ပရိယာယ်စကား ဤသို့ ပြောကြားသင့်၏။

“ဖိုမ ဆက်ဆံလိုစိတ်များ ရှင့်အပေါ်တွင် ကျွန်မ ထားရှိခြင်းမှာ လက်ထပ်ခတ်ပေါ်မှ ကျော်လွန်သော ဟိုမှာဘက်နေရာများမှာလည်း ရှိနေပါတယ်”

ယောက်ျားဆိုသည်မှာ ကာမဘုံသားသာ ဖြစ်သည်။ သူသည်

သူ့တွင်ရှိသော ကာမစိတ်ထားမှ ဖြစ်ပွားသည့် အင်အားကို ထုတ်ယူ သုံးစွဲသူဖြစ်သည်။ ကာမအင်အား သို့မဟုတ် လိင်စိတ်အင်အားသည် ယောက်ျား၏ အခြေခံအင်အားပင် ဖြစ်သည်။ ထိုအင်အားဖြင့် ကြွယ်ဝခြင်းကို ဖြစ်ပေါ်အောင် တည်ဆောက်နိုင်လေသည်။

သို့ဖြစ်ရာ ကာမဘုံသား ထိုယောက်ျားသည် သူ၏ လိင်စိတ်အင်အားကို သီးသန့်အင်အားများအဖြစ် သိုလှောင်စုဆောင်း၍ ထားရမည် ဖြစ်လေသည်။ ဤသို့ သိုလှောင်ထားရှိသောအခါတွင် သူသည် ထိုအင်အားကို အသိစိတ်နှင့်ဖြစ်စေ၊ မသိစိတ်နှင့်ဖြစ်စေ ခြပ်ပြောင်း၍ အသုံးပြုနိုင်မည်ဖြစ်လေသည်။

ထိုမှတစ်ပါး ထိုအင်အားကို သုံးစွဲရန်တွင် မိမိကိုယ်မိမိ ထိန်းသိမ်းခြင်း၊ မိမိကိုယ်မိမိ နိုင်နင်းအောင် ပြုလုပ်ခြင်းများကို ရရှိအောင် ကြိုးစားရမည်ဖြစ်လေသည်။ သို့မှသာလျှင် ဤလူသည် တန်ခိုးရှိသော သတ္တဝါဖြစ်လျက် တိရစ္ဆာန်များထက် အဆင့်အတန်း မြင့်မားစေမည် ဖြစ်လေသည်။

လူသည် အသက်လေးဆယ် ကျော်လွန်လာသောအခါကျမှ ထိုသဘောတရားများကို တွေ့ရှိ သိမြင်တတ်ကြပေသည်။ အသက်သုံးဆယ်တွင်း၊ လေးဆယ်တွင်းရှိ ယောက်ျားများသည် ဤစာအုပ်ကို ဖတ်မိသောအခါတွင် တစ်နာရီခန့် ရှေ့ဆက်မဖတ်သေးဘဲ ရပ်နားရင်း ထိုအကြောင်းအရာများကို စဉ်းစားဆင်ခြင်ရန် ကျွန်ုပ် တိုက်တွန်းပါသည်။



ချစ်ခြင်း၏ ပေါင်းစပ်မှုတန်ခိုးအင်အားများ

ဖိုမဆက်ဆံမှု လိင်ကိစ္စမှ ကာမဂုဏ်၏ အရသာအပြင် အခြားသော အကျိုးတရားသုံးသွယ် ဖြစ်ပေါ်မှုရှိနေသည်ကို လူအချို့ သဘော

မပေါက်နိုင်ကြပေ။

- ၁။ လူ့လောက ဆက်လက်တည်တံ့နိုင်ရေးအတွက် ဖိုမ ဆက်ဆံရေး လိင်ကိစ္စသည် လိုအပ်သည်။
- ၂။ ဖိုမဆက်ဆံရေး လိင်ကိစ္စသည် အခြားသင့်လျော်သော ကိုယ်လက်လှုပ်ရှား လေ့ကျင့်ခန်းများကဲ့သို့ပင် ကျန်းမာရေးကောင်းမွန်မှုကို အထောက်အကူပြုသည်။
- ၃။ ဤကိစ္စတွင် သုံးစွဲမည့်အင်အားကို အခြားသော ကိစ္စရပ်တို့တွင် သုံးစွဲနိုင်ရန် ခြပ်ပြောင်းလဲ၍ သုံးစွဲသောအခါတွင် ဤ လိင်စိတ်အင်အားသည် မိမိကိုယ်မိမိ အထင်ကြီးစိတ်အင်အားနှင့်အတူ လက်တွဲလျက် ယောက်ျားတစ်ယောက် အလိုရှိအပ်၊ လိုလားအပ်၊ အောင်မြင်အပ်သော အကြောင်းအရာများကို ဖြစ်ထွန်းစေလေသည်။ ထိုနှစ်ခုသော စိတ်တို့သည် အင်အားအပိုကို ဖြစ်ပေါ်စေလေသည်။ အင်အားရှိသော ဥပမိရုပ်နှင့်တကွ အားကိုးစရာ သတ္တိတစ်မျိုးကိုလည်း ဖြစ်ပေါ်စေလေတော့သည်။

သို့ရာတွင် အခြားတစ်ဖက်၌လည်း ဤလိင်စိတ်သည် လူ့ယောက်ျား၏ အလုပ်အကိုင်၊ ကျန်းမာရေးနှင့် စီးပွားဥစ္စာရပ်များစွာကို ပျက်စီးဆုံးပါးနိုင်လေသည်။ ဤသို့ဖြစ်ခဲ့လျှင် အကြောင်းရင်းမှာ လိင်စိတ်ကို မှန်ကန်စွာ အသုံးမချတတ်ခြင်းကြောင့်သာ ဖြစ်၍ လိင်စိတ်၏ အပြစ်ကား မဟုတ်ပေ။ ဤလူသား၏ အမှားပြုလုပ်ခြင်းကြောင့်သာလျှင် ဖြစ်ရလေသည်။

အချို့လူများသည် အထက်၌ဆိုခဲ့သော ကိစ္စသုံးရပ်စလုံး ဖြစ်ထွန်းအောင် လိင်စိတ်ကို အသုံးချခြင်း ပြုလုပ်နိုင်ရန် ကြိုးစားမှု မရှိကြပေ။ ဤသို့ဖြစ်ခြင်းမှာ လိင်စိတ်ကို အလွန်အလွန် အရေးတကြီး

သဘောထား၍ ဆန္ဒကို ဖျော်ဖြေရန်တွင်သာ သုံးစွဲပြီးလျှင် အချို့တို့မှာမူ ထိုလိင်စိတ်အတွက် လွန်စွာ ရှက်ကြောက်မှု ရှိနေကြခြင်းကြောင့် ဖြစ်နိုင် ဖွယ်ရာရှိပေသည်။ အစွန်းဘက်သို့ ရောက်လွန်းခြင်းဟူသမျှသည် ဘေးဥပဒ်ကိုသာ ဖြစ်ပေါ်စေလေသည်။

အချို့ကမူ ဤသို့ စွဲစွဲမြဲမြဲ ဆိုကြသည်။ လူတစ်ယောက်သည် သူ၏ ကာမအင်အားများကို သူ၏ အလုပ်ကိစ္စများအတွင်း၌သာ စိတ် ဝင်စားစွာ သုံးစွဲနေပါလျှင် သူ့အိမ်ထောင် ပျက်ပြားစေမှုအတွက် ပထမ ဆုံးခြေလှမ်းခြင်းပင် ဖြစ်လေတော့သည်။ ဤစကား ဟုတ်ပါပေလိမ့် မည်။ ငွေကို ချစ်ခင်လွန်းသော ထိုကဲ့သို့သော ယောက်ျားများသည် သူတို့၏ ဇနီးမယားနှင့် လက်ထပ်ထားပါကလားဟူသော အသိစိတ်ပင် မရှိတော့ဘဲ မေ့လျော့နေတတ်ကြသောကြောင့်ပင် ဖြစ်လေသည်။

သို့ရာတွင် ကျွန်ုပ်တို့သည် အထက်ပါ အမှောင်ထုဖုံးနေသော အကြောင်းအရာများကိုမကြည့်ဘဲ အလင်းရောင် ပိုမိုတောက်ထွန်းသည့် ပန်းချီကားချပ်တစ်ခုကို ကြည့်ရှုကြပါစို့။

ယခုအခါတွင် အီလက်ထရွန်နစ် လျှပ်စစ်စက်မှုလုပ်ငန်းရပ်များမှာ အလျင်အမြန် တိုးတက်ဖြစ်ထွန်းလျက်ရှိရာ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးသည် မိုက်ကရို အီလက်ထရွန်နစ် စက်မှုလုပ်ငန်းရပ်များကို တီထွင်လုပ်ကိုင်သည်။ တီထွင်လုပ်ကိုင်ရသော ပြဿနာရပ်များမှာ သာမန်အရောင်းအဝယ် လုပ်ကိုင်ရသော ပြဿနာရပ်များထက် များပြားရှုပ်ထွေးမှု ရှိနေပေသည်။

ထိုသူသည် သူ့လုပ်ငန်းရပ်နှင့်ပတ်သက်၍ ဆုံးဖြတ်ချက်ချရန် ပြဿနာ ပေါ်ပေါက်လာသောအခါတွင် သူ့ဇနီးနှင့် ဖိုမဆက်ဆံရေး ကိစ္စရပ်ကို ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်မပြီးမီတွင် မည်သည့်အခါမျှ ဆုံးဖြတ်ချက် ချမှတ်မှုကို မပြုဟုဆိုသည်။ ထို့နောက် အချစ်၏ပေါင်းစပ်မှု တန်ခိုး အင်အားဖြင့် ထိုသူသည် ကိုယ်ရောစိတ်ပါ နားနေမှုကိုရရှိပြီး စိတ်အား

ကိုယ်အားများ ထက်သန် တောင့်တင်းလာလေသည်။

နောက်တစ်နေ့နံနက်သို့ ရောက်သောအခါတွင် သူသည် ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ပြီး ဆောင်ရွက်လေ့ရှိပေသည်။ သူ၏ ကောင်းမွန်စွာ ချမှတ်နိုင်သော ဆုံးဖြတ်ချက်များကြောင့် သူသည် အောင်မြင်မှုများကို ရရှိလေတော့သည်။

ထိုသူသည် သူ၏ လိင်စိတ်အင်အားများကို သူ၏အလုပ်တွင် အသုံးချနိုင်ရန် မှန်ကန်သောနည်းဖြင့် ခြပ်ပြောင်းလဲ၍ ရယူလိုက်သည်ဟု ကျွန်ုပ် ယုံကြည်ပါသည်။

ထိုသူနှင့် ဇနီးတို့သည် အိမ်ထောင်ပြုခြင်း၏ ပျော်ရွှင်မှုကို ရရှိပြီး သူတို့အိမ်တွင်းရေးမှာ သာယာရွှင်လန်းလျက် ရှိနေလေသည်။



ယောက်ျားတစ်ဦး၏ကဏ္ဍကို ပြုပြင်ပေးကြသော အမျိုးသမီးများ

“ယောက်ျားတိုင်း၏နောက်တွင် မိန်းမတစ်ဦးစီ ရပ်တည်လျက် ရှိသည်” ဟူသော ဆိုရိုးစကားသည် ရှိ၏။ ထိုဆိုရိုးစကားသည် ရာခိုင်နှုန်းပြည့် မှန်ကန်မှုမရှိပေ။ သို့ရာတွင် အကယ်၍ ထိုဆိုရိုးစကား မမှန်သည့်အကြောင်း အထောက်အထား ဥပမာပေးရန်အကြောင်းကို သင်တွေ့ရှိခဲ့သော် အဘယ်ကြောင့်နည်းဟု သင့်ကိုယ်သင် မေးမြန်းရန် ကျွန်ုပ် အကြံပေးပါသည်။

သင်သည် တစ်ခါတစ်ရံတွင် အပြောကြီးလှသည့်သူအချို့ကို တွေ့ကောင်းတွေ့ပါလိမ့်မည်။ ထိုသူတို့က သူတို့သည် မည်သည့် မိန်းမများ၏ သွေးဆောင်ဆွဲငင်မှုကိုမျှ အရေးမစိုက်ကြောင်း၊ သူတို့သည် ယောက်ျားရင့်မာကြီးများဖြစ်ကြောင်းကို ပြောလေ့ပြောထ ရှိတတ်ကြပါသည်။ ဖြစ်နိုင်သည်မှာ ထိုလူမျိုးများသည် မိန်းမများနှင့် အဆင်

မပြေသကဲ့သို့ပင် အခြားယောက်ျားများနှင့်လည်း အဆင်ပြေမည့်သူများ မဟုတ်ပေ။ သို့မဟုတ် ထိုယောက်ျားမျိုးသည် သူတို့ကိုယ်သူတို့ ယောက်ျားအဖြစ် ရောက်ရှိနေခြင်းအပေါ်တွင် သူတို့၏ အတွင်းစိတ် ထဲ၌ နက်ရှိုင်းစွာ သံသယဝင်နေကြသူများလည်း ဖြစ်နိုင်လေသည်။

ယောက်ျား၏ အကြီးဆုံးသော အင်အားစုသည် မိန်းမများအား အကာအကွယ်ပေးရန်နှင့် မိန်းမများ စိတ်တိုင်းကျဖြစ်စေရန် အာသီသ များမှ ထွက်ပေါ်၍လာလေသည်။ ရှေးခေတ် လူ့သမိုင်းမစတင်မီ အတောအတွင်းက မုဆိုးသည် ဝက်ဝံအသေနှစ်ကောင်ကို ထမ်းလျက် သူ့ဝူသို့ ပြန်ခဲ့သည်။ သူ့ဝူနှင့် နီးကပ်လျက်ရှိနေသာ အခြားလူသားကမူ ဝက်ဝံအသေတစ်ကောင်ကိုသာ ယူဆောင်ခဲ့သည်။ ပထမ ဝူတွင်းနေ လူသားသည် ဝက်ဝံသားကို ပို၍စားရန် မဟုတ်သော်လည်း သူသည် ဝက်ဝံနှစ်ကောင်ကို ရအောင် ဖမ်းဆီးသတ်ဖြတ်ခဲ့ခြင်းမှာ သူ၏ ဂုဏ်ထူး ဝိသေသကိုပြလျက် သူ့မိန်းမအား နှစ်သက်သဘောကျစေချင်ခြင်း အာသီသကြောင့်သာလျှင် ဖြစ်ပေသည်။

ယခုခေတ် မုဆိုးကမူ လိုသည်ထက်ပိုသော အိမ်သုံးပစ္စည်းများနှင့် ခိမ်ခံပစ္စည်းများ ဝယ်ယူနိုင်ရန် ငွေကြေးများကိုယူဆောင်လျက် သူ့အိမ်သို့ ပြန်လာမည်ဖြစ်လေသည်။ အကယ်၍ ဤမုဆိုးသည် ရိုးသားသူ ဖြစ်ပါ လျှင် သူ ထိုသို့ပြုလုပ်ခြင်းမှာ သူ့မိန်းမအတွက်ဖြစ်သည်ဟု ဝါကြွားစွာ ပြောပြမည်ဖြစ်လေသည်။

လူတစ်ယောက်သည် ငွေကြေးအမြောက်အမြားကို ပိုင်ဆိုင် ရရှိသောအခါ၌ဖြစ်စေ၊ တန်ခိုးအာဏာကို ရရှိဝင့်ဝါနိုင်သောအခါ၌ ဖြစ်စေ ထိုအရာနှစ်ခုစလုံးကို ရရှိပိုင်ဆိုင်သောအခါ၌ဖြစ်စေ ထိုအရာ များဖြင့် သူ့မိန်းမအား သူပူဇော်ခြင်းဖြစ်သည်ဟု ထုတ်ဖော်ပါလျှင် ကျွန်ုပ် သဘောကျမိပါသည်။ မိန်းမဖြစ်သူမှာ သေးငယ်သောသူပင် ဖြစ်သော်

လည်း ထိုမိန်းမ၏ အရှိန်အဝါများမှာ ထိုယောက်ျား၏အပေါ်တွင် များစွာ သက်ရောက်လွှမ်းမိုးမှု ရှိနေပေသည်။ ထိုယောက်ျားနှင့် မိန်းမ သည် အစဉ်သဖြင့် တွဲဖက်အပေါင်းအဖော်များအဖြစ်ဖြင့် ရှိနေကြပေ လိမ့်မည်။

အောင်မြင်ထမြောက်မှုကို သင်မြင်သောအခါတွင် သင်သည် ဖိုဖ ဆက်ဆံမှု လိင်ကိစ္စ၏ အထိမ်းအမှတ်လက္ခဏာဖြစ်သော ယောက်ျား တစ်ဦးနှင့် မိန်းမတစ်ဦးကို မြင်တွေ့ရပေလိမ့်မည်။ ထိုအခါ၌ ဤလူ့ဘဝ သည် ပြည့်စုံလေပြီဟု သင် သိမြင်ရမည် ဖြစ်လေသတည်း။

သင်၏စိတ်တွင် တန်ခိုးများစွာ ရှိနေပါသည်။ အမြင့်ဆုံး လျှို့ဝှက်ချက်ကို သင် တွေ့ရှိသိမြင်ရသောအခါတွင် သင်သည် သင် ပိုင်ဆိုင်လျက်ရှိနေသော တန်ခိုးအဖြာဖြာကို အသုံးချနိုင်ရေးအတွက် သော့ချက်ကို သင် တွေ့ရှိရခြင်းပင် ဖြစ်လေသည်။



သင့်ဘဝတွင် အောင်မြင်နိုင်ရန်

မိ မိ၏ အတ္တအမှန်၊ မိမိ၏ ကိုယ်တိုင်အစစ်အမှန်ကို ရှာဖွေတွေ့ရှိသောသူသည်သာလျှင် သူ့ကိုယ်သူ သိမြင်သူဖြစ်လေသည်။ ထိုသူသည် သူ၏ အကောင်းဆုံးစွမ်းရည်ကို တွေ့ရှိပြီး သူ၏ ကြီးမားသော အောင်မြင်မှုကို ရယူနိုင်သူဖြစ်လေသည်။

ကျွန်ုပ်တို့သည် မိမိတို့၏ ကိုယ်ပိုင်ဘဝတွင် နေထိုင်သင့်ကြသည်။ ဤသို့နေထိုင်ရန် အခြေအနေ၊ စိတ်နေစိတ်ထားများကို ကလေးငယ်ဘဝမှစ၍ တစ်စတစ်စ သွတ်သွင်းပေးသင့်လေသည်။ မိမိကိုယ်တိုင်၏အဖြစ်သို့ ရပ်တည်ရောက်ရှိခြင်းနှင့်အတူ မိမိကိုယ်မိမိ ထိန်းသိမ်းကွပ်ကဲနိုင်ခြင်းသည် ဖြစ်ပေါ်၍လာလေသည်။ မိမိကိုယ်မိမိ ထိန်းသိမ်းခြင်းသည် ကြီးမားသောအင်အားကို ရရှိစေသော အကြောင်းရင်းပင်ဖြစ်လေသည်။ ထိုအင်အားဖြင့် ပတ်ဝန်းကျင်အခြေအနေနှင့် လူအများကို အောင်မြင်အောင် ကိုင်တွယ်ဆက်ဆံနိုင်လေသည်။

သင့်ကိုယ်တိုင်၏ဘဝကို လုံးဝ လျစ်လျူရှုပြီးနောက် ငွေပုံကြီးမြင့်မားသည်ထက် မြင့်မားအောင် ကြိုးစားကြံဆောင်ခြင်း မပြုရန်ကိုလည်း သတိရှိကြရပေလိမ့်မည်။ ဤနေရာတွင် သတိရှိသူသည် စစ်မှန်

သော ကြွယ်ဝချမ်းသာသူ ဖြစ်သည်။ ထိုသူသည် သူ့စိတ်ကို သူနိုင်လျက် သူ့ဥစ္စာဘဏ္ဍာများကို သူ ပိုင်စိုးသူဖြစ်လေသည်။

“သင်၏ ကိုယ်ပိုင်ဘဝ၌နေပါ” ဟု ကျွန်ုပ်သည် အခန်း (၁) ၌ ဖွင့်ဆိုခဲ့ပါသည်။ ယခုတစ်ဖန် စီစဉ်ထားသည့်အတိုင်းပင် ကျွန်ုပ်တို့ သည် ဤအကြောင်းအရာနှင့် ပတ်သက်သည့် ဦးတည်ချက်ကြီးဆီသို့ ပြန်လည်ရောက်ရှိကြရပြန်သည်။

ယခုအခါတွင် သင်သည် မိမိကိုယ်တိုင်အဖြစ်နှင့် မိမိကိုယ်တိုင် ဘဝတွင် နေထိုင်ရန်ဆိုသော အတွေးအခေါ်ကို အပြည့်အစုံ နားလည် လက်ခံပြီးဖြစ်သည်ဟု ကျွန်ုပ် ယုံကြည်ပါသည်။ ယခုအချိန်တွင် သင် သည် သင့်အတွင်းစိတ်၏ ဂုဏ်သတ္တိများအားဖြင့် သင်၏ အကြီးမား ဆုံးသောတန်ခိုးကို သင့်အောင်မြင်မှု ရယူနိုင်ရန် လွှတ်၍ပေးနိုင်ပြီ ဖြစ်လေသည်။

ယခု ကျွန်ုပ်တို့သည် မိမိကိုယ်ပိုင်ဘဝတွင်နေခြင်းနှင့် မိမိကိုယ် တိုင်၏အဖြစ်တွင် ရှိနေရန်ဆိုသောအချက်တွင် ဆက်လက်၍ ကြည့်ရှု ကြပါစို့။ ပိုင်နိုင်စွာ ဤသို့နေနိုင်ခြင်းသည် သင့်အား သန်စွမ်းခြင်းနှင့် သင့်ဘဝကို ရင့်သန်စေခြင်းများ ဖြစ်ပေါ်စေပါလိမ့်မည်။

သင်သည် အဝတ်အထည်များဝယ်ရန် ဆိုင်တစ်ခုအတွင်း ဝင် ရောက်သောအခါတွင် သင့်အား အရောင်းသမားက ဤသို့ပြောပါလျှင်

“ဟောဒီအထည်မျိုးကို အခုရာသီမှာ လူတိုင်းပဲ ဝတ်ဆင်နေကြ ပါတယ်”

သင်သည် သူ၏ သွေးဆောင်ခြင်းကို နားမယောင်ပါနှင့်။ သင့် ကိုယ်တိုင်အဖြစ်ဖြင့် ရပ်တည်ပါ။ ထိုအထည်၏ အသွေးအရောင်၊ အမျိုးအစား၊ စတိုင်နှင့်တကွ သင်နှင့် သင့်လျော်ခြင်း ရှိမရှိကို မိမိကိုယ် တိုင် စိစစ်ရွေးချယ်ပါ။

အရောင်းသမားကိုလည်း ပြောလိုက်ပါဦး။

“လူတိုင်းဝတ်ဆင်နေတာမျိုးကို ကျွန်တော် မကြိုက်၊ မနှစ်သက် တတ်ပါဘူး”

ဤအထည်ကို သင် မကြိုက်နှစ်သက်ပါလျှင် မဝယ်ပါနှင့်။ ထို ဆိုင်ထဲမှ ထွက်ခွာခဲ့ပါ။ သို့မဟုတ် သင်ကြိုက်နှစ်သက်သော အထည်ကို သင်ကိုယ်တိုင် ရွေးချယ်ပြီးမှ ဝယ်ယူပါ။

တစ်နေ့နေ့တွင် သင်သည် ပျော်ပွဲစားရုံတစ်ခုအတွင်းသို့ ရောက် ပါလိမ့်မည်။ ထိုပျော်ပွဲစားရုံတွင် စားပွဲထိုးကြသူများအား ပျော်ပွဲစားရုံ ပိုင်ရှင်ကဖြစ်စေ၊ ချက်ပြုတ်သူများကဖြစ်စေ တစ်စုံတစ်ခု စကားထည့် ထားချက် ရှိနိုင်ပါသည်။ တစ်စုံတစ်ခုသော အစားအသောက်ကို ပိုမို၍ အစွဲထုတ်ရန် ဖြစ်ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ထိုအစားအစာကို ပိုမို၍ ရောင်းချရလျှင် အခြားသော အစားအစာများထက် အမြတ်အစွန်း ပိုမိုရရှိနိုင်သည့်အတွက်ကြောင့် သို့မဟုတ် ထိုအစားအစာမှာ ထိုဆိုင်တွင် ပိုမိုများပြားနေသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

အကယ်၍ သင့်အား စားပွဲထိုးက တစ်စုံတစ်ခုသော အစားအစာ ကို စားသောက်ရန် တိုက်တွန်းခဲ့သော် သင်သည် ပြုံးလိုက်ပါ။ ထို့နောက် သင်၏ခေါင်းကို ယမ်းပြလိုက်ပါ။ ထို့နောက်မှ သင်တကယ် ကြိုက်နှစ် သက်သည့် စားချင်သောအစားအစာကို ထိုဆိုင်ရှိ စားသောက်ဖွယ်ရာများ စာရင်းကိုကြည့်၍ မှာကြားစားသောက်ပါလေ။

သင်သည် ပုဂ္ဂိုလ်အချို့အပေါ်တွင် ထိုသူတို့၏ ကျွမ်းကျင်မှု သို့မဟုတ် အတတ်ပညာကို မြင်ရပြီး အားကျမိပါလိမ့်မည်။ အလားတူ ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် အတတ်ပညာကို ရရှိနိုင်ရန် သင်သည် လေ့ကျင့်လိုစိတ် ဖြစ်ပေါ်လာပြီး “ဒီလူလို ငါ ဖြစ်အောင်လေ့ကျင့်မည်” ဟု သင် ဆုံးဖြတ် နိုင်ပါသည်။

ထိုသူကဲ့သို့ သင် ဖြစ်အောင် ကြိုးပမ်းပါလျှင် ထိုသူ၏ အရည်အချင်းမျိုး အတုခိုးရန်မှာ လွန်စွာ သိမ်မွေ့သည်ဖြစ်ကြောင်းကို သင်သည် အချိန်ကုန်လုပ်ငန်းခံရပြီးသည့်နောက်မှ သင် သိရှိရပါလိမ့်မည်။ ထိုသူ၏ အရည်အချင်းအတိုင်း ဖြစ်ပေါ်လာရန်အတွက် ရှေးဦးစွာ သင်၏ မူလဟန်ကို ထိခိုက်နစ်နာစေပြီး သင့်အား မိမိကိုယ်တိုင်၏ အောင်မြင်ထမြောက်မှုကို ရရှိစေနိုင်သည့် သင်၏ ကိုယ်ပိုင်ရည်မှန်းမှုကိုလည်း ချိုးနှိမ်ပစ်ရပေလိမ့်မည်။

ကျွန်ုပ် ငယ်စဉ်က အာသာဘရစ်ဘိန်း အရေးအသားမျိုး စတိုင်ကို အတုခိုးယူရန် ဆုံးဖြတ်ခဲ့ပါသည်။ သူသည် စာအမျိုးမျိုးကို အများအပြား ရေးသားနိုင်သည့် စွယ်စုံရ စာရေးဆရာ ဖြစ်ပါသည်။ သူ့ဟန်ကိုလိုက်၍ အတုခိုးရေးသားရန် ကျွန်ုပ် စတင်စက ကျွန်ုပ်ကိုယ်ကျွန်ုပ် လူတော်ဟု ထင်မိပါသေးသည်။ သို့ရာတွင် ကျွန်ုပ်အား မိတ်ဆွေတစ်ဦးက ဘရစ်ဘိန်းအတုကို လိုက်ခိုးနေလျှင် သင်သည် သင်၏ ကိုယ်ပိုင်ဟန်ကို မည်သည့်အခါမျှ တိုးတက်အောင် ပြုလုပ်နိုင်တော့မည် မဟုတ်ဟု မှတ်ချက်ချပြောဆိုတော့မှ ကျွန်ုပ်သည် အတုခိုးခြင်းကို တိုတိုနှင့် ရပ်ဆိုင်းပစ်လိုက်ပါသည်။

ထိုအချိန်မှစ၍ ကျွန်ုပ်သည် ဘရစ်ဘိန်း၏စတိုင်ကို ဘေးသို့ ဖယ်ချထားခဲ့ပါသည်။ ကျွန်ုပ်၏ စာအရေးအသားများ အောင်မြင်မှု ရရှိခြင်းမှာ ဘရစ်ဘိန်း၏အတုကိုမခိုးဘဲ နပိုလီယန်ဟီးလ်၏ ကိုယ်ပိုင်အရေးအသားအတိုင်းသာ ရေးသားရန် ဆုံးဖြတ်ခဲ့ခြင်းကြောင့်ဟု ဆိုရမည်ဖြစ်ပါသည်။

ကလေးငယ်များမှာ လူကြီးများ၏ အတုကိုလိုက်ရန် ကြိုးစားတတ်ကြပါသည်။ အရွယ်ရောက်လာသော လူရွယ်များမှာ မစ္စတာဂျွန်း၏ စီးပွားရေးဆောင်ရွက်ပုံကို အတုခိုးခြင်း၊ မစ္စတာစမစ်၏ လူမှု ဆက်

ဆံရေး အမူအကျင့်များကို လိုက်ပြီး အတုခိုးခြင်းများ ပြုတတ်ကြသည်။ ဤသို့ အတုခိုးကြခြင်းမှ ကောင်းကျိုးကို မရရှိနိုင် ဖြစ်ကြရသည်။

သင်သည် သင့်ကိုယ်တိုင်အဖြစ် သင်နှင့် လိုက်လျောသော အတိုင်းအတာများအတိုင်း လိုက်နာပြုကျင့်လိုစိတ် မရှိသရွေ့ ကာလပတ်လုံး သင်သည် သင်၏ ကိုယ်တိုင်ဘဝအကြောင်းနှင့် သင့်ကိုယ်ပိုင် စိတ်အကြောင်းကို သိရှိနိုင်မည်မဟုတ်ပေ။ သင်၏ ကိုယ်ပိုင်စိတ်သည် သာလျှင် သင်၏ အောင်မြင်မှုကို ရရှိစေနိုင်လေသည်။



သင့်ကိုယ်ပိုင်ဘဝအဖြစ်ကို စွန့်လွှတ်ရန် လက်ထိုးခြင်း လက်ပံပါနှင့်

သင်သည် ယခု ငွေရရှိအောင် လုပ်ဆောင်တော့မည်ဖြစ်သည်။ ဤသို့ ငွေရရှိအောင် သင် လုပ်ဆောင်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် အခြားသောသူများသည် သင်၏ အရည်အချင်းကို သိမြင်ကြလေတော့သည်။ ကောင်းပါ၏။ သို့ရာတွင် ဤနေရာတွင် များစွာသောသူတို့သည် သူ့ကိုယ်တိုင်၏အဖြစ်ကို လက်လွှတ်ကုန်ကြရလေတော့သည်။ သူ့ကိုယ်တိုင်၏ အရည်အချင်းဖြင့် သူသည် သူ့ဘဝကို တည်ဆောက်သော အခါတွင် ဤအရည်အချင်းက သူတစ်ပါးတို့အား ဆွဲဆောင်လေသည်။ ဤအချိန်တွင် သူသည် ကြီးသောအခွင့်အရေးကို ရရှိနိုင်ရန်အတွက် သူ့ကိုယ်တိုင် ကြွယ်ဝရေးနှင့် ငြိမ်းချမ်းစိတ်ရရှိရေး တည်ဆောက်နေမှုကို ရပ်တန့်ပြီးလျှင် အခြားသူတစ်ဦး၏ အလုပ်အကိုင်အတွင်းသို့ ဝင်ရောက် အချည်အနှောင်ခံတတ်လေသည်။

လူတစ်ဦး၏အကြောင်းကို ကျွန်ုပ် ဤသို့သိရသည်။ သူသည် အာကာသသွားလာမှုဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းရပ်ကြီးနှင့် ပတ်သက်သော စက်ပစ္စည်းအစိတ်အပိုင်းများကို ထုတ်လုပ်ရောင်းချသည့် ကုမ္ပဏီကြီး

တစ်ခု၏ အလုပ်ရုံးခန်းတစ်ခုတွင် ရုံးထိုင်ဖြစ်သည်။ သူသည် ပင်ပန်းစွာ အလုပ်လုပ်ရခြင်း မရှိပေ။ သို့သော်လည်း သူသည် ဂဏန်းခြောက်လုံး ပါသော လစာငွေကို ထုတ်ယူနေသူဖြစ်သည်။ သူသည် ငွေနှင့် ဝယ်ယူ ရရှိနိုင်သည့် ပစ္စည်းဆိုလျှင် အားလုံးကို ဝယ်ယူသုံးစွဲနိုင်သူဖြစ်လေသည်။ သို့ရာတွင် သူသည် သူ့ကိုယ်သူ့ကိုမူ ပြန်၍ မဝယ်ယူနိုင် ဖြစ်ရလေသည်။

ထို့ကြောင့် သူသည် ညှိုးငယ်စွာနှင့်ပင် ဒေါ်လာ ၅၀၀ တန် စားပွဲကြီး၏ နောက်၌ ထိုင်၍ နေရလေသည်။ ထိုသူသည် သူ့ကိုယ်သူ့ လာဘ်ထိုးဝယ်ယူသူအား ခွင့်ပြုခဲ့သူဖြစ်လေသည်။ သူသည် တစ်ခါက သူ့ကိုယ်ပိုင် တိုးတက်နေသည့် ကုမ္ပဏီအငယ်ကလေးအား ဤကုမ္ပဏီ ကြီးက ဝယ်ယူခြင်းကို မရောင်းမိခဲ့လျှင် ကောင်းမှာပဲဟုသာ စိတ်ဆန္ဒ ဖြစ်ပေါ်နေလေသည်။ ထိုအချိန်က သူ့ကုမ္ပဏီအငယ်ကလေးကို လုပ်ကိုင်ခြင်းအားဖြင့် စွန့်စားမှုနှင့် သူ ကျေနပ်လောက်သော အသုံး အဆောင်များကို ဝယ်ယူနိုင်ခဲ့သူဖြစ်လေသည်။

ယခု ဒေါ်လာ ၇၅,၀၀၀ တန် ပစ္စည်းများကို ဒေါ်လာ ၂၅,၀၀၀ နှင့် ဝယ်ယူရရှိနိုင်သည့် ထိုစဉ်ခေတ်က ဖြစ်ပါသည်။ ဤအချိန်အခါ တုန်းက ကျွန်ုပ်၏ တစ်နှစ်ဝင်ငွေမှာ ဒေါ်လာ ၂၅,၀၀၀ ၏ ထက်ဝက်မျှ ပင် မရှိသေးပါ။ သို့ရာတွင် ကျွန်ုပ်သည် ထိုအချိန်က “ရွှေစည်းမျဉ်း မဂ္ဂဇင်း” ကို စိတ်ဝင်စားစွာဖြင့် ကြိုးပမ်းရေးသား ဖြန့်ချိလျက် ရှိနေပါ သည်။

ထိုအချိန်တွင် လူမှုဆက်ဆံရေးပါရူဖြစ်သူ အိုင်ဗီလီးသည် ကျွန်ုပ်ထံသို့ ရောက်လာပြီးလျှင် ရောက်ဖဲလား အလုပ်အကိုင်နှင့် ပတ် သက်သောသူတစ်ဦး၏ ကိုယ်စား ကျွန်ုပ်၏အမည်ကို မဖော်ထုတ်ဘဲ ထိုသူ၏အမည်ဖြင့် စာရေးသားပေးရန် တိုက်တွန်းပါသည်။ ဤအလုပ် ကိုလုပ်လျှင် ကျွန်ုပ်သည် တစ်နှစ်လျှင် ဒေါ်လာငွေ ၂၅,၀၀၀ ရရှိမည်။

လေးနှစ်စာချုပ်နှင့် အလုပ်လုပ်ရမည်ဖြစ်ပါသည်။

ထိုအလုပ်ကို လက်ခံရန်အတွက် ခဏမျှ အချိန်အတောအတွင်းတွင် ကျွန်ုပ်သည် အိုင်ဗီလီး၏ မြူဆွယ်ခြင်းကို ခံရတော့မည့်နယ်ရှိနေပါသည်။ ဤအလုပ်ကိုလက်ခံလျှင် ကျွန်ုပ်သည် ကျွန်ုပ်၏ “ရွှေစည်းမျဉ်းမဂ္ဂဇင်း” ၏ဦးခေါင်းကို ရိုက်ခွဲပစ်ရမည်ဖြစ်လေသည်။

ခဏမျှသောအချိန်သည် ကုန်လွန်သွားပါသည်။ ကျွန်ုပ်သည် မိမိ၏ ကိုယ်ပိုင်အခြေအနေသို့ ပြန်လည်ရောက်ရှိလာပါသည်။ ဤအခါတွင် ကျွန်ုပ်သည် မစ္စတာလီးအား ဤသို့ပြောလိုက်၏။

“ကျွန်တော် ဒီအလုပ်ကို မလုပ်ပါဘူး” ကျွန်ုပ်၏လစာငွေကို တစ်နှစ်လျှင် ဒေါ်လာတစ်သန်းပေးသည့်တိုင်အောင် ကျွန်ုပ်သည် ဤအဖြေကိုသာ ပေးမည်ဖြစ်ပါသည်။

နောင်အချိန်ကာလသို့တိုင် ရောက်သောအခါကျမှ ကျွန်ုပ်သည် ကျွန်ုပ်၏ ကိုယ်ပိုင်ဆန္ဒအရ လွတ်လပ်စွာ ဆုံးဖြတ်ပြီးလျှင် “ရွှေစည်းမျဉ်းမဂ္ဂဇင်း” အပေါင်းပါအဖြစ်ကို ကျွန်ုပ် စွန့်လွှတ်ခဲ့ပါသည်။

ထိုအခါ၌ ကျွန်ုပ်သည် အိုင်ဗီလီး၏ လက်ကမ်းခြင်းကို လက်ခံခဲ့လျှင် အကောင်းသားဟု စိတ်ဆန္ဒ ဖြစ်ပေါ်မိပါသလား။ လုံးဝ ဤစိတ်ထားမျိုး မပေါ်ပေါက်မိပါ။ ကျွန်ုပ်၏ နာမည်နှင့် ကျွန်ုပ်၏ အလုပ်အကိုင်သည် ကျွန်ုပ်၏ ကိုယ်ပိုင်အဖြစ်နှင့်သာ ရပ်တည်ခဲ့ပါသည်။ ဤအတိုင်းပင် ကျွန်ုပ် လိုက်နာကျင့်သုံးခဲ့ပြီး ယခုတိုင် ဤအတိုင်းသာ ကျွန်ုပ် စခန်းသွားပါသည်။ ကျွန်ုပ်၏ မှားယွင်းမှုများကို လုံးဝ တာဝန်ယူလျက် အောင်မြင်မှုများအတွက် ဂုဏ်ထူးပီသသမျှများကိုလည်း ကျွန်ုပ် ပြည့်ပြည့်ဝဝရယူရင်း ကျွန်ုပ် လျှောက်သွားလိုသော ဒေသသို့ ကျွန်ုပ် ဆန္ဒအလျောက် လျှောက်သွားနိုင်သည့် အခွင့်အရေးကို ကျွန်ုပ် ထိန်းသိမ်းလျက်ပင် ရှိနေပါသည်။

လူများကမူ ကျွန်ုပ်အား အိုင်ဗီလီး၏ အဖိုးတန်ကမ်းလှမ်းချက်ကို လက်မခံရပါမည်လောဟု အပြစ်ပြောကြသည်။ ကျွန်ုပ် အလွန်မှားသည်ဟု ဆိုကြသည်။ မစ္စတာလီး၏ ကမ်းလှမ်းချက် တံခါးရွက်များမှာ ယခုတိုင် ပွင့်လျက်ပင် ရှိနေသေးသလောဟု စုံစမ်းကြည့်ရန် ကျွန်ုပ်အား သူတို့က တိုက်တွန်းကြသည်။

အကယ်၍ ကျွန်ုပ်၏ ဆုံးဖြတ်ချက်မှာ အမှန်ပင် မှားယွင်းခဲ့သော် ကျွန်ုပ်ကိုယ်ကျွန်ုပ် အောက်ပါစာပိုဒ်ကို ပြန်လည်သတိရရန်ကိုသာ ပြောဆိုပါ၏။

“မှားယွင်းမှု စသည့် ဒုက္ခရပ်တိုင်း၌ မျိုးစေတစ်မျိုးသည် ပါရှိ၏။ ထိုမျိုးစေသည် တွေ့ရှိရသော ဒုက္ခရပ်နှင့်တူညီသော သို့မဟုတ် ထို့ထက်သာလွန်ကြီးမားသော သုခချမ်းသာရပ်ကို ရရှိစေနိုင်လေသည်” (ဤစာပိုဒ်ကို အခန်း ၂ ၌ ဖော်ပြခဲ့ပြီးဖြစ်သည်။)

ထို့နောက် ကျွန်ုပ်သည် ကမ္ဘာဒေသအတော်များစွာတို့ရှိ လူအများအား ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့မှုကို ရရှိစေရေးနှင့် လူ့ဘဝ အောင်မြင်ရေးအတွက် လျှို့ဝှက်ချက်များကို ကျွန်ုပ် ဝေငှနိုင်ခဲ့သည်ကို ပြန်လည်ရှုကြည့် ဆင်ခြင်သုံးသပ်သောအခါတွင် ကျွန်ုပ်သည် မိမိကိုယ်ပိုင်ဘဝတွင်သာ ရပ်တည်လျက် လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ခဲ့သဖြင့် အောင်မြင်မှု ရရှိသည်ကို တွေ့မြင်ရပါသည်။

ယနေ့ယခုအချိန်မှစ၍ သင် လုပ်ဆောင်နိုင်သော ကိစ္စရပ်အားလုံးကို သင့်ကိုယ်တိုင်အဖြစ်ဖြင့်သာ လုပ်ကိုင်ရန် စတင်ပါလော့။

အထည်အလိပ်ရောင်းသော စတိုးဆိုင်အတွင်းသို့ သင် ဝင်ပြီး အထည်ဝယ်ယူလျှင်၊ ပျော်ပွဲစားရုံတွင်း သင် ဝင်ရောက်စားသောက်ပါလျှင်၊ မည်သည့်ဌာန၌မဆို သင် ဝင်ရောက်အမှုထမ်းပါက သင့်ကိုယ်တိုင်အဖြစ်ဖြင့်သာ လုပ်ဆောင်မည်ဟု ငြိမ်သက်ခိုင်မြဲစွာ ဆုံးဖြတ်ပါ။

လော့။ အခြားသူများနှင့် သင် စကားပြောဆိုသောအခါ၌ဖြစ်စေ၊ သင့် ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ကိစ္စရပ်များကို ဆောင်ရွက်ရသောအခါ၌ဖြစ်စေ အခြားသူများနှင့် ပတ်သက်သမျှ အလုပ်အကိုင် ဆောင်ရွက်ဖွယ်ရာ ဟူသမျှကို သင်သည် မိမိကိုယ်တိုင်အဖြစ်ဖြင့်သာ ရှိနေပါစေ။

အထက်၌ အခြားသူများနှင့် သင် စကားပြောဆိုသောအခါ၌ဟူ၍ ကျွန်ုပ် ဖော်ပြလိုက်ခြင်းမှာ ကျွန်ုပ်တို့သည် အခြားသူများနှင့် ဆက်သွယ်ကြရာတွင် ကျွန်ုပ်တို့သည် မိမိတို့ကိုယ်တိုင်၏အဖြစ်ကို သိရှိထားရန် ပေါ့လျော့နေတတ်ကြသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ သင်သည် လုံးဝ မိမိကိုယ်တိုင်အဖြစ်ဖြင့် ရပ်တည်နိုင်ပါသည်။ အခြားသူများ၏ အခွင့်အရေးကို လေးစားလျက် သင်သည် မိမိကိုယ်တိုင်၏အနေဖြင့် ရပ်တည်ပြုမူခြင်းကို နှစ်သက်မြတ်နိုးရမည်ဖြစ်လေသည်။

ဤစာအုပ်၏ နိဒါန်းတွင် ကျွန်ုပ်သည် ငြိမ်းချမ်းစိတ်နှင့် ဆက်စပ်မှုရှိနေသော ကောင်းကျိုးမင်္ဂလာအဖြာဖြာတို့၏ စာရင်းအစီအစဉ် တစ်ခုကို ဖော်ပြခဲ့ပြီးဖြစ်ပါသည်။ ငြိမ်းချမ်းစိတ်ဆိုသည်မှာ ငြိမ်းအေး သာယာသော အနိုင်အမာ အောက်အခြေခံဖြစ်၍ ထိုအခြေခံပေါ်တွင် ဘဝ၏ အင်အားကြီးမားလှသည့် စွမ်းရည်အဖြာဖြာကို ကျွန်ုပ်တို့ တည်ဆောက်ကြရလေသည်။

ကျွန်ုပ်သည် အောက်တွင် လေးဆယ့်သုံးခုမျှသော ကောင်းကျိုး မင်္ဂလာအဖြာဖြာကို ဖော်ပြလိုက်ရပါသည်။ ထိုမင်္ဂလာရပ်များသည် နိဒါန်း၌ ဖော်ပြခဲ့သည်တို့နှင့် ထပ်လျက်သော်လည်းကောင်း၊ ထို့ထက် ကျယ်ပြန့်လျက်သော်လည်းကောင်း ရှိနေပါလိမ့်မည်။ ဤမင်္ဂလာရပ် များသည် သင့်အား သင်ကိုယ်တိုင်အဖြစ် ရပ်တည်နိုင်ရေးနှင့် ဆက်သွယ်မှု ရှိနေပါသည်။

အောက်ပါဖော်ပြချက်များအားလုံးနှင့် ကိုက်ညီသည်ဟု အသိ

အမှတ်ပြုနိုင်သောသူများမှာ အနည်းငယ်မျှသာ ရှိပါပေလိမ့်မည်။ သို့ရာတွင် သင်သည် ခဲတံတစ်ချောင်းဖြင့် အချက်တိုင်း အချက်တိုင်းကို ဖတ်ရှုလျက် မိမိနှင့်ကိုက်ညီခြင်း ရှိမရှိ ရိုးသားသောစိတ်နှင့် စစ်ဆေး ကြည့်ရှုမှတ်သားပါလျှင် သင့်ကိုယ်သင် ထင်ရှားစွာ တွေ့မြင်ရပေ လိမ့်မည်။

- ၁။ မိမိကိုယ်တိုင်အဖြစ်ဖြင့်သာ အမြဲရပ်တည်လျက် ရှိနေသူသည် သူ့အား ကောင်းကျိုးပြုသည့်ကိစ္စဖြစ်စေ၊ မကောင်းကျိုးကို ဖြစ်ပေါ်စေသည့် ကိစ္စဖြစ်စေ သူ တွေ့ရှိရသော် ထိုကိစ္စရပ် အတွက် သူသည် စိတ်ထားတည်ငြိမ်မှုကို ရရှိအောင် အနိုင်အမာရပ်တည်သည်။
- ၂။ သူသည် သူ၏ စိတ်လှုပ်ရှားထကြွမှုများကို အခါခပ်သိမ်း ထိန်းသိမ်းချုပ်တည်းသည်။
- ၃။ သူလုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်သမျှတွင် သူသည် သူ့ကိုယ်အပေါ် တွင်သာ သူ လုံးဝ အားထားလျက် ဖြစ်မြောက်လိမ့်မည်ဟု ယုံကြည်မှုရှိသည်။
- ၄။ အရေးတကြီးနှင့် သတိကင်းလွတ်စွာ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ခြင်း များကို သူ့ကိုယ်သူ မည်သည့်အခါမျှ ခွင့်မပြု။
- ၅။ သူသည် အောင်မြင်မှုကို ရရှိနေသောအခါတွင် သူ့အလုပ်ချိန် နှင့် စည်းကမ်းများကို ပိုမို၍ ထိန်းသိမ်းလျက် လုပ်ကိုင် ဆောင်ရွက်သည်။
- ၆။ သူသည် တစ်စုံတစ်ယောက်ကိုဖြစ်စေ၊ တစ်စုံတစ်ခုကိုဖြစ်စေ မည်သည့်အခါမျှ တိုင်တန်းညည်းညူခြင်းမပြု။
- ၇။ သူသည် မည်သူ့ကိုမျှ ပြစ်တင်ရှုတ်ချခြင်း၊ ဂုဏ်သရေကို ထိခိုက်အောင် ပြောဆိုခြင်းများကို မပြုလုပ်။

- ၈။ မလိုအပ်ဘဲနှင့် သူသည် မည်သည့်အခါမျှ သူ့အကြောင်းကို ထုတ်ဖော်ပြောဆိုခြင်းမပြု။ ပြောပြန်လျှင်လည်း ဝါကြွားသည့် သဘောနှင့် မပြောဆို။
- ၉။ သူသည် လူအားလုံးအပေါ်နှင့် အတတ်ပညာဘာသာရပ် အားလုံးအပေါ်၌ စိတ်ထားကြီးမားလျက် အမြင်ကျယ်ပြန့်စွာ ထားရှိသည်။
- ၁၀။ သူသည် မည်သည့်အရာကိစ္စနှင့် မည်သူ့အားကိုမျှ ကြောက်ရွံ့မှုမရှိ။
- ၁၁။ သူသည် ဆောင်ရွက်ဖွယ်ရာ အမှုကိစ္စရပ်များကို အေးဆေးငြိမ်သက်စွာ တိကျသေချာသော ရည်ရွယ်ချက်နှင့် ဆောင်ရွက်သည်။
- ၁၂။ သင်၏သဘောထားကို မဖွင့်ဟမီတွင် သူ၌ မှန်ကန်ခိုင်လုံသော အကြောင်းအချက်များ သေချာစွာရှိရန် သူပြုလုပ်သည်။ အကယ်၍ ထိုအချက်များ မရှိခဲ့လျှင် “ကျွန်တော်မသိပါ” ဟု ပြောဆိုရန် သူ၌ ရှက်ကြောက်မှုမရှိ။
- ၁၃။ သူ၌ လူမျိုးရေးနှင့် ကိုးကွယ်မှု ဘာသာရေး ငဲ့ကွက်မှု၊ မျက်နှာလိုက်မှုမရှိ။
- ၁၄။ သူသည် သင့်တင့်လျောက်ပတ်ရုံ မယုတ်မလွန် စားသောက်သည်။ မည်သည့် လွန်ကျွံမှုမျိုးကိုမဆို သူရှောင်ကြဉ်သည်။
- ၁၅။ ဘာသာရပ်အားလုံးတို့ကို တတ်သိကျွမ်းကျင်သူအနေဖြင့် ဟန်ဆောင်ခြင်းမပြုဘဲ သူသည် ဘာသာရပ်အားလုံးတို့ကို သူ့အတွက် အကျိုးရှိရန်ကိုသာ သူကြံဆသည်။
- ၁၆။ သူသည် သူ၏တိုင်းပြည်အား စီးပွားရေး၌သော်လည်းကောင်း၊ အခြားကိစ္စ၌သော်လည်းကောင်း တိုင်းတစ်ပါး၏ နိုင်ငံရေး

ဝါဒများဖြင့် မှိုင်းတိုက်ခြင်းကိုမခံသည့် သူတိုင်းပြည်၏ ယုံကြည်အားထားလောက်သော နိုင်ငံသားဖြစ်သည်။

၁၇။ မည်သူတစ်စုံတစ်ယောက်ကိုမျှ သူ၏ရန်သူအဖြစ် အကြောင်းပြသမှုမရှိ (သို့ရာတွင် အကယ်၍ တစ်စုံတစ်ယောက်သော သူက သူ့အား သူ၏အောင်မြင်မှု ရရှိနေခြင်းကို မကြိုက်နှစ်သက်ဘဲ ရှိနေခဲ့သော် သူ မတတ်နိုင်)။

၁၈။ သူသည် သူ့ကိုယ်သူနှင့်လည်းကောင်း၊ လူအားလုံးတို့နှင့်လည်းကောင်း ငြိမ်းချမ်းမှုရှိနေသည်။

၁၉။ သူသည် အစဉ်အမြဲ ဆင်းရဲနွမ်းပါးလျက် မရှိနိုင်ပေ။ အကြောင်းမှာ မည်သို့သော အကြောင်းခြင်းရာကိုမဆို သူ တွေ့ကြုံရသော် သူ၏နှလုံးသားတွင် ပျော်ရွှင်ခြင်းနှင့် ကြွယ်ဝချမ်းသာခြင်းများသာ ရှိနေသောကြောင့်ပင်။

၂၀။ သူ၏ အိမ်သူအိမ်သား အားလုံးတို့သည် သူ့အား ချစ်ခင်ကြသည်။ သူ အိမ်ပြန်လာသဖြင့် သူ့ခြေသံကို ကြားရလျှင်ပင် သူ့အိမ်သူအိမ်သားများမှာ စိတ်ရွှင်လန်းကြရသည်။

၂၁။ သူရရှိသော ကောင်းချီးမင်္ဂလာအဖြာဖြာတို့အတွက် သူသည် ကျေးဇူးတင်ရှိကြောင်း ထုတ်ဖော်ပြောဆိုသည်။ ထို ကောင်းချီးမင်္ဂလာအဖြာဖြာကို သက်ဆိုင်သူများအားလုံးသို့ သူ ဝေငှ၍ ပေးသည်။

၂၂။ သူ့အပေါ်တွင် မတရားသဖြင့် သို့မဟုတ် မှားယွင်းစွာ ပြုမှုကြခြင်းများကို သူ လက်စားချေရန် အားထုတ်ခြင်းမပြု။

၂၃။ အခြားသူများ၏ အမှားအယွင်း အပြစ်အနာအဆာများသည် သူ့အား မည်မျှအထိ ထိခိုက်မှု ရှိနေစေကာမူလည်း သူ စကားပြောဆိုသောအခါတွင် ထိုသူများ၏ အပြစ်များကို မထုတ်ဖော်

မိရန် သူကြိုးစားသည်။

၂၄။ လွန်ခဲ့သောကာလက အဖြစ်အပျက်များကို လေ့လာခြင်း အားဖြင့် ရှေ့ရေး ဘာဖြစ်နိုင်သည်ဆိုသော အချက်များကို သူ ကြည့်မြင်သည်။ ပြီးခဲ့သော သမိုင်းဖြစ်ရပ်များသည် နောင် တွင်လည်း ထိုအတိုင်းပင် ပြန်လည်ဖြစ်မြီဟူသောသဘောကို သူ အသိအမှတ်ပြုသည်။ အဆုံးအစမထင်သော မှန်ကန်မှု များသည် အချိန်ကြာမြင့်သော်လည်း သူ၏ သဘောသဘာဝ များမှာမူ ပြောင်းလဲခြင်းမရှိဆိုသောအချက်ကိုလည်း သူ သိမြင်သည်။

၂၅။ သူသည် အပြုစိတ်၊ အဖြစ်စိတ်များကိုသာ ထားရှိသည်။

၂၆။ သူသည် ပြစ်တင်ရန်ကို နှောင့်နှေးစေ၍ ခွင့်လွှတ်ခြင်းကို လျင်မြန်စေသည်။

၂၇။ အခြားသောသူများ၏ ရိုးသားစွာ မှားယွင်းမှုရှိသောအခါ၌ သူသည် ထိုသူအား ခွင့်လွှတ်သည်။

၂၈။ တစ်စုံတစ်ယောက်သောသူတို့အား ထိခိုက်နစ်နာစေမည် ဆိုလျှင် သူသည် ထိုအရောင်းအဝယ် လုပ်ငန်းရပ်အပေါ်မှ အမြတ်ထုတ်ခြင်းကို မပြုလုပ်။

၂၉။ သူသည် ကြွေးမြီကင်းရှင်းအောင်နေသည်။

၃၀။ အကျိုးရှိစွာ သုံးစွဲနေထိုင်နိုင်လောက်အောင် အလုံးစုံ သူ ကြွယ်ဝချမ်းသာလာသောအခါတွင် သူသည် နောက်ထပ်၍ အပင်ပန်းမခံတော့ချေ။ သို့နှင့်လည်း အကယ်၍ နောက်ထပ် ကြွယ်ဝချမ်းသာရန် လုပ်ဆောင်သင့်သေးသည်ဟု ဆိုငြားအံ့။ သူသည် ကြွယ်ဝချမ်းသာခြင်းများကို ရရှိအောင် ရှာကြံနိုင်သေး သည်ဟု သူ စိတ်ချလက်ချသိမြင်၏။

- ၃၁။ အားလုံးသော ဒုက္ခရပ်များနှင့် ရှုံးနိမ့်ခြင်းများကို သူသည် သူ၏ အဖိုးတန်ပစ္စည်းရပ်များအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိလာအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်စွမ်းရှိ၏။
- ၃၂။ ရှုံးနိမ့်ခြင်းနှင့် ရင်ဆိုင်ရသောအခါတွင် သူသည် အားလုံးသော ရှုံးနိမ့်ခြင်းဟူသမျှသည် ဓဏမျှသာဟု သူသိ၏။
- ၃၃။ သူ့ဘဝတွင် အဓိက အောင်မြင်ရေးဝန်းတိုင်ရှိ၏။ ထိုဝန်းတိုင်သို့ ရောက်ရှိရေးအတွက် သူသည် အမြဲ အလုပ်များလျက် ရှိနေ၏။
- ၃၄။ သူ့ရည်မှန်းချက်သို့ သူ မသွားနိုင်ဘဲ သူ့မှာ ဘေးဖယ်ချခြင်း ခံရသော် သူသည် ထိုကိစ္စရပ်အတွေ့အကြုံကို ဆင်ခြင်သုံးသပ်ခြင်းအားဖြင့် သူ့အတွက် ကောင်းကျိုးကို ရရှိစေသည်။
- ၃၅။ သူ့ဘဝသည် သူလိုချင်သည့်အတိုင်းပင် ဖြစ်၏။ သူသည် ဤသို့ သူလိုချင်သည့်အတိုင်း အတိအကျဖြစ်စေရန် အစဉ်အမြဲ မျှော်လင့်၏။
- ၃၆။ သူသည် အောင်မြင်ရန်ကို အမြဲတစေ သူ၏စိတ်ထဲတွင် ထင်မြင်ခဲ့သည့်အတိုင်း သူ ရရှိအောင်မြင် ထမြောက်လာသောအခါတွင် သူသည် ထိုအောင်မြင်မှုကို သူတစ်ပါးတို့အား အပြောဖြင့်မဟုတ် အလုပ်ဖြင့်ပြသ၏။
- ၃၇။ လူအမျိုးမျိုး၊ လူတန်းစားအသီးသီးများစွာတို့က သူ့အား နှစ်သက်သဘောကျ၏။ ထိုသူတို့မှာ ဘာသာအမျိုးမျိုး၊ အယူဝါဒအသီးသီးရှိသောလူများပင် ဖြစ်၏။
- ၃၈။ သူသည် သူ၏ ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကို စိုးပိုင်လာသောအခါတွင် ထိုစိတ်ထားအတိုင်း သူ့ဘဝကို ဖြစ်စေပြီးလျှင် လူသားဆိုသည်မှာ ဤအတိုင်းပင်ဖြစ်၏ဟူ၍ သက်ရှိလူသား နမူနာ

ပုံစံအဖြစ်ဖြင့် ရှိနေစေသည်။

၃၉။ ထိတ်လန့်ကြောက်ရွံ့ဖွယ်ရာ ကိစ္စရပ်များနှင့် စီးပွားရေး ကပ်ဆိုင်ကိစ္စများအတွက် သူသည် သူတစ်ဦးတည်းကိုသာ ထိခိုက်စေသည့် ကိစ္စအကြောင်းရပ်များထက် ပိုလွန်၍ စိတ် အနှောင့်အယှက်မရှိ။

၄၀။ သူသည် အခြားသူများ၏ စိတ်အားထက်သန်စွာ အားပေး ကူညီ ဝိုင်းဝန်းခြင်းများကို အလွယ်တကူ ရရှိနိုင်ပါသည်။

၄၁။ သူသည် သူ၏ ယှဉ်ပြိုင်ဘက်များအပေါ်တွင် တရားမျှတမှု ရှိသည်။ သို့ရာတွင် သူ့အား ယှဉ်ပြိုင်ဘက်များက လုံးဝ ဖိနှိပ် နိုင်လိမ့်မည်မဟုတ်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုလျှင် လူအများစု မသိမြင်သည့် တန်ခိုးအင်အားသည် သူ၌ ရှိနေသောကြောင့်။

၄၂။ စိတ်မချမ်းသာစရာများ မရရှိနိုင်အောင် သူသည် အကာ အကွယ်များ ပြုလုပ်ထားရှိ၏။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုလျှင် သိသာ ထင်ရှားသည့် အကြောင်းရှိသည်ဖြစ်စေ၊ မရှိသည်ဖြစ်စေ တစ်စုံတစ်ခုသော ကိစ္စရပ်သည် ဖြစ်ပေါ်တတ်၏ဟု သူ သိသောကြောင့်။

၄၃။ အခါခပ်သိမ်း သူသည် အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် လုပ်ဆောင် သည်။ သို့ဖြစ်ရာ အကယ်၍ အကြောင်းခြင်းရာတို့သည် သူ ရည်မှန်းသည်နှင့် ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်ပေါ်၍ လာခဲ့သော် ထို အခြင်းအရာများအတွက် သူသည် တောင်းပန်နေရန် မလို တော့ချေ။

အထက်ပါအချက်ပေါင်း ၄၃ ခုအနက်မှ အချက်ပေါင်းမည်မျှ သင်နှင့် ကိုက်ညီမှုရှိသည်ကို စစ်ဆေးကြည့်ရှုပြီးပါပြီလား။ အကယ်၍ ဤအချက်များ၏ လေးပုံသုံးပုံမျှသော အချက်အလက်များနှင့် သင်၏

အပြုအမူ၊ အနေအထိုင်၊ အပြောအဆို ကျင့်သုံးမှုများ ကိုက်ညီခဲ့ပါလျှင် သင်သည် သင့်ကိုယ်သင် ပိုင်ဆိုင်သူဟူ၍ သိမြင်ဖွယ်ရာ ရှိနေပေသည်။ သင်သည် သင့်ကိုယ်တိုင်ဘဝတွင် သင်နေထိုင်လျက် သင်၏ကိုယ်ပိုင် စိတ်ကို သင် သိမြင်သူဖြစ်သည်ဟု ဆိုရပေမည်။ သင်သည် သင်၏ ကိုယ်ပိုင်ဘဝတွင် ရပ်တည်လျက် ရှိုးတိုးရှန့်တန့် စိတ်ထားများမှ ကင်း လွတ်မှု ရှိနေပေလိမ့်မည်။

အထက်ပါအချက်အလက်များကို ဖတ်ရှုသောအခါတွင် ဤ အကြောင်းအရာများနှင့် ဆက်စပ်ပတ်သက်သော နယ်ပယ်သည် သူ့ အသိုက်အဝန်းများနှင့်တကွ မည်မျှ ကျယ်ဝန်းမှုရှိနေသည်ကို သင် တွေ့ မြင်နိုင်ပေသည်။ ဤအချက်များအနက်မှ မည်သည့်အချက်တစ်ခုကိုမဆို ကျယ်ပြန့်အောင် ဆွေးနွေးပြောဆိုနိုင်ပါသည်။ ထိုဖော်ပြပြီး အချက် များတွင် အခြားသော အပြုစိတ်ထား သဘောသဘာဝများ အမြောက် အမြား ပါဝင်နေလေသည်။

အကယ်၍ သင်သည် ဤစာအုပ်ကို နောက်ပြန်လှန်ပြီး ပါဝင် သော အချက်အလက် မာတိကာစာရင်းကို ကြည့်ရှုပါလျှင် စိတ်ကူး စိတ်မှန်း ထင်မြင်ယူဆချက်များနှင့် အကောင်အထည် ပေါ်ပေါက် ဖြစ်ရှိလာခြင်းများသည် ဖော်ပြခဲ့ပြီးအချက်များတွင် တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ဆက်နွှယ်လျက်ရှိသည်ကိုလည်း သင် သိမြင်ရပေလိမ့်မည်။ ဤသို့ ဖြစ်ရခြင်းမှာ ဖြစ်သင့်သည့်အတိုင်းပင်တည်း။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ဤ လောကဓာတ်ကြီးတစ်ခုလုံး၏ ဘဝလမ်းစဉ်ကို အကြွင်းမဲ့ ပြောဆိုနေ ခြင်းပင်ဖြစ်သတည်း။

*

သူတို့ကိုယ်သူတို့ ပိုင်ဆိုင်ခြင်းကို မထိပါစေဘဲ
သင်သည် ထိုသူများအား ကူညီနိုင်သည်

တစ်ပါးသူတို့၏ ကူညီထောက်ပံ့မှုကို ကျွန်ုပ် မည်သို့ ရရှိခဲ့ကြောင်းနှင့် ကျွန်ုပ်က တစ်ပါးသူများအား ကူညီခဲ့ပုံ သာဓက အများအပြားကို ကျွန်ုပ် ရေးသားဖော်ပြခဲ့ပြီးဖြစ်ပါသည်။

တကယ်ထိရောက်သော အကူအညီဆိုသည်မှာ တစ်ပါးသူအား ဗိုလ်ကျသောသဘောနှင့် ပေးသောအကူအညီ မဟုတ်ပေ။ အကူအညီ လိုနေသူအား ထူးခြားသောအချက်များနှင့် အောင်မြင်ရာ အောင်မြင်ကြောင်းများကို ရှာဖွေတွေ့ရှိ သုံးစွဲနိုင်ရန် ကူညီသော အကူအညီသာလျှင် တကယ်ထိရောက်သော အကူအညီဖြစ်လေသည်။ ထူးခြားသော အချက်များနှင့် အောင်မြင်ရာ အောင်မြင်ကြောင်းများမှာ လိုအပ်နေသူများ၏ အသုံးစွဲခံရန်ကို စောင့်ဆိုင်းလျက် ရှိနေပါသည်။

တစ်စုံတစ်ယောက်သောသူသည် အခြားသူများအား အောင်မြင်ရာ လမ်းမကြီးတစ်လျှောက်တွင် သယ်ပိုးထမ်းရွက်၍ သွားနိုင်မည်မဟုတ်ပေ။ သို့ရာတွင် သူတို့ကိုယ်သူတို့ ကူညီနိုင်သည့် နည်းလမ်းများကို ညွှန်ပြပေးခြင်းအားဖြင့် ကူညီသူကို ပြုနိုင်ပေသည်။

ကလေးငယ်တစ်ဦးအား မိဘများ လက်ခံကျင့်သုံးသည့် အလေ့အထလမ်းစဉ်ကို လိုက်နာစေရန် တစ်ခါတစ်ရံ၌ ရိုက်နှက်ပြီး သိမ်းသွင်းယူနိုင်ပါ၏။ သို့ရာတွင် ထိုကလေးသည် ဘာမျှ တတ်သိမည်ကား မဟုတ်ပေ။

ကျွန်ုပ် ကောင်းစွာ မှတ်မိပါသေးသည်။ ကျွန်ုပ်၏ဖခင်သည် ကျွန်ုပ်အား ဘုရားရှိခိုးကျောင်း၌ ဘုရားရှိခိုးဆုတောင်းကြသူများတွင် ပါဝင်လျက် နာရီပေါင်းအတော်ကြာအောင် ဘုရားရှိခိုးရန်ကို ကျွန်ုပ်က ငြင်းဆန်ခြင်းအတွက် ရိုက်နှက်ပါသည်။ တစ်ခုသော တနင်္ဂနွေနေ့

နံနက်ပိုင်းတွင်လည်း ကျွန်ုပ်၏ဖခင်သည် မြစ်ဆိပ်တွင် ငါးမျှားရန် ပြင်ဆင်နေသော ကျွန်ုပ်အား စိတ်ဆိုးမာန်ဆိုးနှင့် ရိုက်နှက်ပြန်ပါသည်။ ဖခင်သည် ကျွန်ုပ်အား အတော် ပြင်းပြင်းထန်ထန် ရိုက်နှက်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်အား ရိုက်နှက်ခြင်းမျိုးဖြင့် သူ၏ မြင်းတစ်ကောင်ကောင်ကိုသာ ရိုက်နှက်ပါက တိရစ္ဆာန်များ ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်မှု ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေးအသင်း၏ အရေးယူခြင်းကို ကျွန်ုပ်၏ဖခင် ခံရမည်ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်၏ ထူးခြားသောမိထွေးသည် ကျွန်ုပ် အော်ငိုသံကြားရာ ဆီသို့ အပြေးလာပြီး ကျွန်ုပ်အား အကာအကွယ်ပေးပါသည်။ သူမသည် ကျွန်ုပ်၏ဖခင်အား ဆွဲထားပြီး ဤသို့ပြော၏။ **“ရှင်ဒီလိုပဲ ဒီကလေးကို ရိုက်နေမယ်ဆိုရင် ကျွန်ုပ်မ ရှင်နဲ့မနေတော့ဘူး။ ရှင်ကို တစ်ခါတည်း ဇွန်ဇွာသွားမယ်။ ဒီကလေးကို သူ့ကိုယ်ပိုင်ဘဝမှာ သူ နေစေခွင့် မပေးတော့ဘူးလားရှင်”**

ကျွန်ုပ်ဖခင်၏ ရိုက်ချက်များ နာကျင်မှုကို ကျွန်ုပ် အများကြီး မှတ်မိသည့်နည်းတူ ကျွန်ုပ်မိထွေးပြောသည့် နောက်ဆုံးဝါကျတစ်ခု ကိုလည်း ကျွန်ုပ် ကောင်းစွာ သတိရ မှတ်မိနေပါသည်။ ထိုစကားသည် ကျွန်ုပ်၏ ငယ်ရွယ်နုနယ်သေးသော စိတ်တွင်းသို့ ဝင်ရောက်ကိန်းအောင်းပြီး ကျက်သရေမင်္ဂလာအပေါင်းနှင့် ပြည့်စုံသော အလင်းရောင်ကြီးသဖွယ် ရှိနေပါတော့သည်။

ကျွန်ုပ်၏ဖခင်သည် ကျွန်ုပ်အား ဘယ်တော့မျှ နောက်ထပ် တစ်ဖန်ရိုက်နှက်ခြင်း မပြုလုပ်တော့ပါ။ ကျွန်ုပ်ကလည်း အဖေရိုက်အောင် မပြုလုပ်တော့ဟု ယုံကြည်ပါသည်။ သို့နှင့်လည်း ကျွန်ုပ်သည် ကျွန်ုပ်၏ ကိုယ်ပိုင်ဘဝတွင် နေထိုင်ခဲ့ပါသည်။ သို့ရာတွင် ကလေးငယ်အဖြစ်နှင့် ဟိုနေရာ သည်နေရာတို့၌ အလျှော့အတင်း ရှိရပါလိမ့်မည်။ သို့သော်လည်း ကျွန်ုပ်သည် မိမိကိုယ်တိုင် ရပ်တည်နိုင်ရေး လွတ်လပ်

ခွင့်ကို ပို၍ပို၍ ရရှိခဲ့ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ကျွန်ုပ်၏စိတ်မှ မိမိကိုယ်တိုင်၏ဘဝတွင် နေထိုင်ရန်ကို စွဲမြဲစွာ သိမြင်လိုလားနေသော ကြောင့်ပင် ဖြစ်လေသည်။

ကျွန်ုပ် တစ်ခုထပ်၍ ဖြည့်စွက်လိုက်ချင်သေးသည်မှာ ကျွန်ုပ် မိထွေး၏ အရှိန်အဝါများသည် အချိန်ကြာလာသောအခါ၌ ကျွန်ုပ်ဖခင် အား နှစ်လိုဖွယ်ရာသော လူတော်လူကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်လာစေ ခြင်းပင် ဖြစ်ပါသတည်း။

ကလေးငယ်တစ်ဦးအား အတင်းအကျပ် သွန်သင်နိုင်ပါသည်။ အမြဲတစေ ပြင်ဆင်ပေးခြင်း၊ ဆိုဆုံးမခြင်းကိုလည်း ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ ဤသို့ပြုလုပ်ခြင်းမှာ သူ့အား ကောင်းမွန်စေရန်အတွက် ဖြစ်ပေသည်။ သို့သော် မကြာမီတွင် ထိုကလေးမှာ သူ့ကိုယ်သူ လေးစားသည့်စိတ် ထားများ မကျန်တော့သောဘဝသို့ ရောက်ရှိသွားရလေသည်။ ထို ကလေး လူလားမြောက်လာသောအခါတွင် သူသည် တစ်ပါးသူများ အပေါ်တွင်သာ မှီခိုအားထားလေတော့သည်။

မည်သည့်အခါမျှ တစ်စုံတစ်ယောက်သောသူ၏ “သူ့ကိုယ်သူ ပိုင်ဆိုင်မှု” ကို ဝင်ရောက်မနှောင့်ယှက်ပါနှင့်။ သင်သည် တရားဟော မဓမ္မကထိက မဟုတ်ပါဘဲနှင့် မည်သည့်အခါမျှ တရားမဟောပါနှင့်။ သင်သည် စာသင်ကျောင်းဆရာ မဟုတ်ဘဲနှင့် အတင်းအကျပ် ရက်ရက် စက်စက် သင်ကြားပေးခြင်းကို မပြုပါနှင့်။ အကယ်၍ သင်သည် စာ သင်ကြားပေးနေသူ ဆရာဖြစ်သည့်တိုင်အောင် ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် နောက်ခံ ပညာရပ်များအရ အကန့်အသတ်နှင့်သာ သင်ကြားပေးသင့်ပေသည်။

သင်၏ ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကို ထားရှိနိုင်ရန်နှင့် အခြားသူများအား လည်း သူတို့၏ သူတို့ကိုယ်ပိုင်စိတ်ကို သူတို့ ထားရှိနိုင်ရန်အတွက် ကောင်းမွန်သော နည်းလမ်းတစ်ခုမှာ သင်၏ တစ်စုံတစ်ခုသော အယူ

အဆကို သင့်ကိုယ်တွင်း၌သာ ထားရှိရန်ဖြစ်လသည်။ သင်၏ ဘဝ တစ်လျှောက်လုံးတွင် သင်၏ ယူဆထင်မြင်ချက်များကို တစ်ပါးသူအား ရှင်းလင်းတင်ပြနေရန် မလိုပါချေ။ ဤသို့ပြုလုပ်ခြင်းသည် ခဏခဏ မှားယွင်းမှုကို ဖြစ်စေလေသည်။ အထူးအားဖြင့် အငြင်းပွားဖွယ်ရာ ဖြစ်သော မိမိတို့ကိုးကွယ်ရာ ဘာသာရေးနှင့် နိုင်ငံရေးအကြောင်းအရာ များကို မပြောဆို မဆွေးနွေးရန်သည်လည်း ပါဝင်ပေသည်။ ဤအရေး ကိစ္စများတွင် သင်၏ ထင်မြင်ယူဆချက်များကို ထုတ်ဖော်ပြောဆိုမိပါက မလိုလားအပ်သော အငြင်းပွားမှုများ လွန်စွာ ဖြစ်ပွားတတ်လေသည်။

ဘာသာရေးအယူဝါဒနှင့် နိုင်ငံရေးတွင် ကျွန်ုပ် မည်သို့ သဘော ထားသည်ဆိုသောအချက်ကို မည်သူမျှ မသိရှိကြချေ။

များစွာသော အလုပ်များကြသည့် ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ကျွန်ုပ်၏ စိတ်တွင်း၌ ဘာများ တွေ့ရှိနိုင်မည်နည်းဆိုသော သဘောနှင့် တစေ့ တစောင်း ချောင်း၍ ကြည့်ကြသည်လည်း ရှိပါသည်။ “ရှင်ရေးတဲ့ စာတွေထဲမှာ ခရစ်တော်ရဲ့အကြောင်း ဖော်ပြထားတာ မတွေ့ရပါ ကလား” ဟူ၍ တစ်ကြိမ်သောအခါက အမျိုးသမီးကြီးတစ်ဦးထံမှ ရေးသားပေးပို့သောစာကို ကျွန်ုပ် ရရှိပါသည်။

ဤတွင် ကျွန်ုပ်က ဤသို့ စာပြန်လိုက်ရပါသည်။ “ဒေါ်ဒေါ် ခင်ဗျား ကျွန်တော်ရေးသော မည်သည့်စာအုပ်ကိုပဲဖတ်ဖတ် စာမျက်နှာ တိုင်းမှာပင် ခရစ်တော်၏အကြောင်းများကို ဖတ်ရှုရပါလိမ့်မည်။ သို့ရာ တွင် ထိုအကြောင်းများမှာ စာကြောင်းများ၏အကြားတွင် ပါရှိခြင်းဖြစ်၍ ရိုက်နှိပ်ထားသော စာလုံးများတွင် မဟုတ်ပါ။”

*

မိမိကိုယ်မိမိ ထိန်းချုပ်မှုအင်အားကို ရရှိရန်

သင့်ကိုယ်တိုင်အဖြစ် ရှိနေရန်အတွက် သင်သည် မိမိကိုယ်မိမိ ထိန်းချုပ်ရန် အလေ့အကျင့် ပြုလုပ်ပေးရပေမည်။ လူအချို့တို့မှာ သူတို့၏ ကာယကံမှုကို ထိန်းချုပ်နိုင်ရန် အခက်အခဲ ရှိနေကြသည်။ သို့ရာတွင် ထိုသူတို့သည် ကာယကံမှုပြုလုပ်ခြင်းသည် မနောက်မှ စတင်ခြင်း ဖြစ်ကြောင်း သိနိုင်ရန် မည်သည့်အခါမျှ ရပ်တန့်စဉ်းစားခြင်း မပြုကြချေ။ လူတစ်ဦး၏ စိတ်သည် သေးနပ်သော ကြောက်လန့်ဖွယ်ရာကိုသာ တွေးမြင်နေပါလျှင် သူ့အထင်အမြင်အတိုင်းသာ လုပ်ဆောင်လေတော့သည်။

မိမိကိုယ်မိမိ ထိန်းချုပ်နိုင်သောသူ၌ အားရှိသည်ဖြစ်ရာ များစွာသော အရာတို့ကို မပြုလုပ်သင့်ဟု သူ ထင်မြင်ယူဆပါလျှင် မလုပ်ကိုင်ဘဲ ငြင်းဆိုနေနိုင်သည်။ ကျွန်ုပ် ထပ်၍ဆိုပါမည်။ ဤကဲ့သို့ ငြင်းဆိုနိုင်ခြင်းသည် အင်အားပင်ဖြစ်လေသည်။

ထိုမှတစ်ပါး ထိုသူသည် သူ့၌ရှိသောအင်အားဖြင့် အခြေအနေကို ပြတ်သားစွာ ကြည့်မြင်နိုင်သည်။ ထိုအခြေအနေ၏ အစစ်အမှန်သည် ဘာဆိုသည်ကို ဆုံးဖြတ်နိုင်စွမ်းရှိသည်။ ဘဝပေးအခြေအနေများကို သူ့အတွက်နှင့် အခြားသူများအတွက်ပါ ကောင်းမွန်အောင် ဆောင်ရွက်ရာ၌ အောင်မြင်မှုရာခိုင်နှုန်း မြင့်မားစေလေသည်။

အထက်၌ ဖော်ပြခဲ့ပြီးဖြစ်သော ကောင်းခြင်းမင်္ဂလာအဖြာဖြာ ၄၃ ခုအနက်မှ အမှတ်စဉ် ၂၂ ကို ကျေးဇူးပြုပြီး ပြန်၍ကြည့်ရှုပါ။ “သူ့ကိုယ်သူ ပိုင်နိုင်သောသူသည် မည်သူတစ်စုံတစ်ယောက်အပေါ်ကိုမျှ လက်စားချေရန် မကြိုးပမ်းချေ” ဟူ၍ အဓိပ္ပာယ်ပါရှိပါသည်။ ဤအချက်သည် အလွန်ကောင်းမွန်သောသာကေအဖြစ် ကျွန်ုပ်တို့ ယူကြပါစို့။

လက်စားချေလိုက်ရခြင်းသည် အလွန်အရသာရှိသော၊ ချိုမြိန်

သောသဘောကို ဆောင်ပါသည်။ သို့ရာတွင် အတုအယောင် ချိုမြိန်မှု မျှသာဖြစ်ပါသည်။ စင်စစ်အားဖြင့် လက်စားချေလိုက်ရခြင်းသည် ချိုသောအဆိပ်သာလျှင်ဖြစ်၍ သင့်ကိုယ်ကို ထိခိုက်စေလေသည်။ ဤ ချိုသောအဆိပ်သည် သင်၏ ငြိမ်းချမ်းစိတ်နှင့် ရောနှောနေနိုင်စွမ်း မရှိပါချေ။ ဥပမာအားဖြင့်ဆိုရလျှင် ဆီသည် ရေနဲ့ အတူတကွ မရော နှောသကဲ့သို့ပင်တည်း။

လက်စားချေချင်ခဲ့ပါလျှင် မိမိကို ထိခိုက်နစ်နာစေခဲ့သူတစ်ဦးအား မိမိကိုယ်တိုင် အမေရိကန်နိုင်ငံ၏ သမ္မတ ဖြစ်လာသောအခါ၌ ထိုသူအား လက်စားချေရန်ထက် ကောင်းသောအခွင့်အရေး ရှိပါဦးမည်လော။ သို့ရာတွင် သူသည် လက်စားမချေသည့်အပြင် သူ့အား ထိခိုက်နစ်နာ စေခဲ့သူကို အလွန်ကြီးမြင့်သည့် ရာထူးကြီးတစ်နေရာကို ပေးအပ် ခန့်ထား လိုက်လေသည်။ လက်စားမချေသူကား အောဘရာဟမ်လင်ကွန်း ပင်တည်း။

အောဘရာဟမ်လင်ကွန်း သမ္မတမဖြစ်မီ ငါးနှစ်အလို စပရင်ဖီးလ်၌ သူ ရှေ့နေလိုက်နေစဉ် စက်မှုလုပ်ငန်းကုမ္ပဏီကြီးတစ်ခုမှာ ဥပဒေရေးရာနှင့်ပတ်သက်၍ အခက်အခဲရှိနေပေသည်။ ထိုအမှုကိစ္စနှင့် ပတ်သက်၍ တရားရုံးက အောဘရာဟမ်လင်ကွန်းအား အခြား ရှေ့နေ နှစ်ဦးနှင့်အတူ ဥပဒေရေးရာကိစ္စများ ဆောင်ရွက်ရန် ခန့်ထားလိုက်သည်။ ထိုနှစ်ဦးသော ရှေ့နေများမှာ ထင်ရှားသည့် မြို့ကြီးသား ရှေ့နေကြီးများ ဖြစ်သည်။ သူတို့နှစ်ဦးသည် ကိုးရီးကားရားနှင့် အချိုးအစားမကျသော အောဘရာဟမ်လင်ကွန်းအား ပမာမခန့် ပြုလုပ်ကြသည်။

အောဘရာဟမ်လင်ကွန်းသည် အမှုနှင့်ပတ်သက်၍ ဥပဒေရေးရာ များကို အပင်အပန်းခံပြီး အချက်အလက် အကိုးအကားများ ပြုစုရေးဆွဲ ပြင်ဆင်ထားသည်။ သူ၏ ပြင်ဆင်ရေးသားထားချက်များကို မြို့ကြီး

သား ရှေ့နေနှစ်ဦးက အရေးလုပ်ပြီး ဖတ်ရှုခြင်းပင် မပြုကြချေ။

အောဘရာဟင်လင်ကွန်းအပေါ်တွင် ထိုသူနှစ်ဦးက အဆိုးရွားဆုံး ပြုမူချက်မှာ အောဘရာဟင်လင်ကွန်းနှင့် စားပွဲတစ်ခုတည်းတွင် အတူ ထိုင်ခြင်းကိုပင် သူတို့ မပြုလုပ်ကြခြင်း ဖြစ်လေသည်။ ဤအပြုအမူမှာ လူသိရှင်ကြား အောဘရာဟင်လင်ကွန်းအပေါ်တွင် စော်ကားလိုက်ကြခြင်းပင် ဖြစ်လေသည်။ ဤအပြုအမူမှာ အောဘရာဟင်လင်ကွန်းအား လွန်စွာ စိတ်နာကြည်းမှု ဖြစ်စေလေသည်။

ငါးနှစ်သောအချိန်သည် ကုန်လွန်၍သွားလေသည်။ ကြုံလို၍ ဝမ်းနည်းသည့်မျက်နှာရှိသော အောဘရာဟင်လင်ကွန်းသည် သမ္မတ အဖြစ် ရွေးကောက်ခံရလေသည်။ သမ္မတသည် သူ၏ ကက်ဘီနက် ဝန်ကြီးများအဖွဲ့ကို သူကိုယ်တိုင် ရွေးချယ်ခန့်ထားရမည်ဖြစ်ရာ ထိုဝန်ကြီးများအဖွဲ့တွင် စစ်ဝန်ကြီးရာထူးလည်း ပါဝင်သည်။ ထိုစစ်ဝန်ကြီးနေရာတွင် ခန့်ထားရန် အသင့်လျော်ဆုံးသူအဖြစ် ထင်ရှားနေသူမှာ အက်ဒဝပ်အမ်စတန်တွန် ဖြစ်သည်။ စတန်တွန်မှာ အောဘရာဟင်လင်ကွန်း စပရင်းဖီးလ်၌ အမှုလိုက်နေစဉ်က သူ့အား ပမာမခန့် ထိခိုက်နစ်နာအောင် ပြုမူခဲ့သူ ရှေ့နေနှစ်ဦးအနက် တစ်ဦးဖြစ်ကြောင်း အောဘရာဟင်လင်ကွန်း မှတ်မိပါသည်။

သို့ဖြစ်လင့်ကစား အောဘရာဟင်လင်ကွန်းသည် စတန်တွန်အား စစ်ဝန်ကြီးအဖြစ် ခန့်ထားလိုက်လေသည်။ လင်ကွန်းသည် သူ့ကိုယ်သူ ပိုင်နိုင်သူဖြစ်ကြောင်း မေးမြန်းနေစရာ လိုပါသေးသလော။ လင်ကွန်းသည် သူ့အတွက်နှင့် အားလုံးသောသူများအတွက် ကောင်းမွန်စေရေးကို သူ့ကိုယ်သူ ပိုင်နိုင်သူဖြစ်သည့်အတွက် ဤသို့ ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်လိုက်ခြင်းဖြစ်လေသည်။

များစွာသောသူတို့သည် သူတို့ကိုယ်သူတို့ ထိန်းချုပ်နိုင်သည့်

အကြောင်း ပေါ်ပေါက်လာသည့်နေ့စွဲကို ဇာတ်ကြောင်းဆန်သည့်သူ တစ်ဦးဦးနှင့် ပတ်သက်သည့်အကြောင်းအရာ အတွေ့အကြုံမှ စတင် မှတ်တမ်းတင်ကြလေသည်။ ကျွန်ုပ်သည်လည်း ဤကဲ့သို့ပင် ဖြစ်ပါ သည်။

ငြိမ်းချမ်းစိတ်၏အကြောင်းကို သိရှိနိုင်ရန် ကျွန်ုပ်သည် ခက်ခဲ ပင်ပန်းစွာနှင့် အစမ်းသပ်ခံ၊ အမှားတွေ့ပြီးမှ သင်ကြားတတ်မြောက် ခဲ့ကြောင်းများကို ဖော်ပြခဲ့ပြီးဖြစ်ပါသည်။

အောက်ပါ ကျွန်ုပ်၏ ဖြစ်ရပ်အတွေ့အကြုံမှာ ကောင်းမွန်သည့် သာဓကတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။

လွန်ခဲ့သည့် တစ်ရံရောအခါက ကျွန်ုပ်၏ အလုပ်ရုံးခန်းကို အဆောက်အအုံဟောင်းကြီးတစ်ခု၌ ထားရှိပါသည်။ တစ်နေ့တွင် ထို အဆောက်အအုံ၏ တံခါးစောင့်တစ်ဦးနှင့် ကျွန်ုပ်မှာ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အထင်မှားအမြင်မှား ဖြစ်ကြရပါသည်။ ထို့နောက်တွင် တံခါးစောင့် သည် ကျွန်ုပ်အား သူ၏ မခန့်လေးစားသော အမူအရာများကို ပြသပါ လေတော့သည်။ ကျွန်ုပ် အချိန်နောက်ကျပြီး အလုပ်လုပ်နေသောအခါ များတွင် တံခါးစောင့်သည် အားလုံးသော မီးခလုတ်များကို ပိတ်လိုက် လေသည်။ ဤတွင် ကျွန်ုပ်မှာ အမှောင်ကြီးထဲတွင် ရှိနေရလေတော့ သည်။ ဤသို့ပြုလုပ်သည်မှာ အကြိမ်ကြိမ်ပင် ဖြစ်တော့၏။

ကျွန်ုပ်သည် မိမိ၏ဒေါသကို ချုပ်တည်းနိုင်လျက်ပင် ရှိပါသေး ၏။ သို့သော်လည်း ချုပ်တည်းထားရသော ဒေါသများမှာ တိုးပွားလျက် ရှိနေပါသည်။

တစ်ခုသော တနင်္ဂနွေနေ့တွင် ကျွန်ုပ်သည် နောက်တစ်နေ့ညနေ ပိုင်း၌ ကျွန်ုပ် မိန့်ခွန်းပြောကြားရမည့် အချက်အလက်များကို ပြင်ဆင် ရေးသားရန် ကျွန်ုပ်၏ အလုပ်ခန်းအတွင်းသို့ ဝင်ရောက်ခဲ့သည်။ ကျွန်ုပ်

၏ စားပွဲတွင် ထိုင်မိသည်ဆိုလျှင်ပင် အားလုံးသောမီးတို့မှာ ငြိမ်းသွားကြပါတော့သည်။

ထိုအခါ၌ ကျွန်ုပ်သည် ခုန်ထလိုက်ပြီးလျှင် မြေတိုက်ခန်းဆီသို့ အတင်း ပြေးသွားမိပါသည်။ မြေတိုက်ခန်းထဲတွင် မီးဖိုကို မီးထိုးပေးရင်း ရွှင်ပျစွာ လေချွန်နေသော တံခါးစောင့်ကို ကျွန်ုပ် တွေ့ရပါတော့သည်။ ချုပ်တည်းထားသော ကျွန်ုပ်၏ ဒေါသများမှာ ထိုအခါတွင် ပေါက်ကွဲလွတ်ထွက်ကုန်ကြပါတော့သည်။ ကျွန်ုပ်သည် တံခါးစောင့်အား အမျိုးမျိုးသော နာမဝိသေသနများတပ်ပြီး ဆဲရေးတိုင်းထွာလိုက်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်၏ ဒေါသမီးများမှာ သူ့မီးဖိုထက်ပင် ပူလောင်နေပါတော့သည်။

ကျွန်ုပ်မှာ ဆဲရေးစရာ စကားလုံးများ ကုန်ဆုံးသောအခါတွင် တံခါးစောင့်သည် သူ့ကိုယ်ကို စန့်စန့်ရုပ်လျက် ပြုံးဖြူဖြူလုပ်ပြီး ဤသို့ မှတ်ချက်ချပါတော့သည်။

“တယ့်နှယ်လဲ ဒီနေ့ ခင်ဗျား နည်းနည်း စိတ်လှုပ်ရှားလာတယ် မဟုတ်ဘူးလား”

တံခါးစောင့်သည် သူ၏စိတ်ကို တည်ငြိမ်စွာထားလျက်ပင် ရှိနေသည်။ ကျွန်ုပ်သည်ကားဆိုလျှင် အထက်တန်းကျသော တက္ကဇေဒနှင့် စိတ်ပညာသင်ကြားနေသူ၊ ဒဿနိကဗေဒပညာရပ်၏ ရွှေစည်းမျဉ်းများနှင့် ပတ်သက်၍ စံနမူနာထားလောက်သူ၊ ရှိတ်စပီးယား၊ အီမာဆင်၊ ဆိုကရေးတီးနှင့် သမ္မာကျမ်းစာများကို လေ့လာလိုက်စားနေသူ ဖြစ်၏။ ထိုကျွန်ုပ်သည် စာဖတ်တတ်ရုံမျှသာ စာတတ်သည့် ထိုတံခါးစောင့်၏ရှေ့တွင် ရုပ်လျက် ဤတံခါးစောင့်ကား ကျွန်ုပ်ထက် ပညာသာပေသည်ဟု သိမြင်မိပါသည်။

ကျွန်ုပ်သည် ကျွန်ုပ်၏အလုပ်ခန်းသို့ ဖြည်းဖြည်း ပြန်လာခဲ့ပါသည်။ ကျွန်ုပ်သည် ထိုင်လျက် ပြန်လှန်စဉ်းစားပါသည်။ ခဏကြာ

သောအခါတွင် ထိုသူအား ကျွန်ုပ် ဝန်ချတောင်းပန်ရမည်ဟု သိမြင်လာပါသည်။ မတောင်းပန်ဘူး၊ မတောင်းပန်ဘူးဟုလည်း ကျွန်ုပ် ပြောပြန်ပါသည်။ သို့ရာတွင် အချိန်မီပင် ကျွန်ုပ် ထလိုက်ပါသည်။ တံခါးစောင့်နှင့် ကျွန်ုပ် ငြိမ်းအေးရမည်၊ ကျွန်ုပ်၏ နှလုံးသားတွင် ငြိမ်းချမ်းစိတ် ရှိရမည်ဟု သိမြင်လာပါသည်။

မြေတိုက်ခန်းအတွင်းသို့ ကျွန်ုပ် ရောက်ရှိသွားသောအခါတွင် တံခါးစောင့်မှာ သူ၏အခန်းငယ်ကလေးသို့ ပြန်သွားလေပြီ။ ကျွန်ုပ် သည် သူ့အခန်းတံခါးကို ညင်သာစွာ ခေါက်သည်။ သူက တံခါးကို ဖွင့်ပေးသည်။ တည်ငြိမ်သောအသံဖြင့် ကျွန်ုပ်အား ဘာအလိုရှိပါသနည်း ဟု ကြင်နာစွာ သူက မေးပါသည်။

ကျွန်ုပ် ဆဲရေးတိုင်းထွာမိသော အမှားအတွက် ဝန်ချတောင်းပန်ချင်ကြောင်း သူ့အား ကျွန်ုပ် ပြောကြားပါသည်။

သူ၏ ရိုးရိုးအပြုံးမှာ သူ့မျက်နှာတစ်ခုလုံးတွင် ပေါ်လွင်လာပါသည်။

“ခင်ဗျားဆဲရေးသံကို ဤတံတိုင်းလေးခုအပြင်ဘက်မှ ဘယ်သူမှ မကြားပါဘူး။ ဒီအကြောင်းကို ကျွန်တော် ဘယ်သူ့ကိုမှ မပြောပြပါဘူး။ ခင်ဗျားကလည်း ပြောမပြဘူးလို့ ထင်ပါတယ်။ ဒီတော့ ဒီကိစ္စ တစ်ခုလုံးကို ကျွန်တော်တို့ မေ့လိုက်ကြပါစို့” ဟု တံခါးစောင့်က ပြောပေသည်။

ကျွန်ုပ်တို့သည် တစ်ဦးလက်ကို တစ်ဦးဆွဲ၍ လှုပ်ယမ်းကြပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့နှစ်ဦးမှာ နောက်ထပ် အချင်းများရခြင်း၊ ရန်ငြိုးသိုရခြင်းများ မရှိတော့ပါ။ ကျွန်ုပ်၏စိတ်အတွင်း၌ တစ်စုံတစ်ခုသည် ဖြစ်ထွန်းပေါ်ပေါက်၍လာပါသည်။ ငါသည် နောက်ထပ်တစ်ဖန် ထပ်မံ၍ မိမိကိုယ်မိမိ ထိန်းချုပ်မှုကို လက်မလွှတ်တော့၊ မိမိကိုယ်မိမိ ဤအချိန်မှစ၍ နောင်တွင် အမှားမခံတော့၊ သတိလက်လွတ်မရှိတော့ဟု ဆုံးဖြတ်

လိုက်ပါသည်။

ဤဆုံးဖြတ်ချက် ချမှတ်ပြီးသည်မှစ၍ ကျွန်ုပ် ကလောင်တံ၏ တန်ခိုးအင်အားကို ကျွန်ုပ် ရရှိစပြုလာပါသည်။ ကျွန်ုပ်၏ ပြောစကားကို လူအများက အထူး စိတ်ပါဝင်စားလာကြပါသည်။ ကျွန်ုပ်သည် လွယ်လွယ်ကူကူနှင့်ပင် မိတ်ဆွေများ ဖြစ်ပေါ်ရရှိလာပါသည်။ ကျွန်ုပ် သည် အခြားသူများအား သူတို့ကိုယ်တိုင်အဖြစ်ကို သူတို့ ရှာဖွေတွေ့ရှိ ရန်နှင့် ကံကောင်းကြုံလျက် ပစ္စည်းဥစ္စာရှာဖွေနိုင်သည့် အသိပညာ ရပ်များ ရရှိစေရေးအတွက် နည်းပေးလမ်းပြ ပြုလုပ်ခြင်းကို များစွာ ပိုမိုကောင်းမွန်အောင် ဆောင်ရွက်လာနိုင်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်သည် အလုံးစုံ ကောင်းမွန်ပြည့်စုံအောင် ပြောင်းလဲသွား ပါပြီလား။ မပြည့်စုံသေးပါ။ ကျွန်ုပ်မှာ တစ်စုံတစ်ယောက်သော သတင်းစာ ဂျာနယ်သမားတစ်ဦး၏ အချိန်အတော်ကြာ ဆက်လက်၍ ထိခိုက်နစ်နာအောင် တိုက်ခိုက်ရေးသားမှုကို ခံရပါသည်။ လေးငါးနှစ် ကြာသည်အထိ သူ၏ တိုက်ခိုက်မှုကို ကျွန်ုပ် အောင့်အည်းသည်းခံပါ သည်။ သို့ရာတွင် ထိုသူ၏ တိုက်ခိုက်မှုမှာ အလွန် ပြင်းထန်လာသော အခါတွင် ကျွန်ုပ်သည် မိမိ၏ ငြိမ်းချမ်းရေးဝါဒကို ဘေးချထားပြီး ပြန်လည်တိုက်ခိုက်မည်ဟု သန္နိဋ္ဌာန် ချလိုက်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်သည် လက်နှိပ်စက်ရှေ့တွင် ထိုင်၍ စာများကို ရိုက်နှိပ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်သည် အပြင်းအထန်ပင် ထိုသူအား ကဲ့ရဲ့ရှုတ်ချ ဆဲဆိုခြင်းများကို ရှည်လျားစွာ ရေးသားပါသည်။ စာများကို ရှေ့ဆက်၍ များများရေးလေလေ ကျွန်ုပ်မှာ ပိုမို၍ စိတ်ဆိုးလေလေပင် ဖြစ်ပါတော့သည်။ အချိန်အတော်ကြာလာ သောအခါတွင် ကျွန်ုပ်သည် နောက်ဆုံး စာတစ်ကြောင်းကို ရိုက်နှိပ်လိုက် ပါသည်။ ထိုအခါ၌ ထူးခြားသော ခံစားသိမြင်မှုတစ်ရပ်ကို ကျွန်ုပ် ရရှိပါသည်။ ထိုခံစားရမှုမှာ ကျွန်ုပ်၏ ဂုဏ်ကျက်သရေကို ထိပါး

ရေးသားသည့် ထိုသူအား စိတ်ဆိုးခြင်းမဟုတ်တော့ဘဲ ကြင်နာစိတ်နှင့် ခွင့်လွှတ်ခြင်းများ ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်သည် ရေးပြီးစာကို ထိုသူထံသို့ မပို့တော့ပါ။

ဘယ်လိုများ ဖြစ်သွားခြင်းပါလဲ။ ကျွန်ုပ်၏ ဒေါသစိတ်ဝင် နေသော လက်ချောင်းများသည် ကျွန်ုပ် ဖိနှိပ်ထားရသည့် မုန်းတီးစိတ်၊ နာကြည်းစိတ်များကို စက္ကူပေါ်သို့ ကူးပြောင်း၍ ပေးလိုက်ရာ ကျွန်ုပ်မှာ လှုပ်ရှားနေသော ဒေါသစိတ်များမှ ကင်းရှင်းသွားခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်ကိုယ်ကျွန်ုပ် စိတ်ပညာသဘောအရ ပြန်လည်သုံးသပ်လိုက်သော အခါတွင် ကျွန်ုပ်၏ အတွင်းစိတ်ထဲ၌ ခိုအောင်း၍နေသော မကောင်း စိတ်များ ကင်းရှင်းသွားသည်ကို သိမြင်လျက် ကျွန်ုပ်၏စိတ်မှာ အေးချမ်း ငြိမ်သက်လာခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ဤအတွေ့အကြုံမှ အကျိုးတရားနှစ်သွယ်ကို ရရှိပါသည်။ ပထမ တစ်ချက်မှာ ကျွန်ုပ်အား ဒေါသစိတ်ထားက လွမ်းမိုးနေသောအခါတွင် ထိုဒေါသစိတ်ကို စာရေးပြီး ကျွန်ုပ်၏ခန္ဓာကိုယ်တွင်းမှ ရှင်းပစ်ရန် ဖြစ်ပါသည်။ ဤနည်းကောင်းကို သင် စမ်းသပ်ကြည့်သင့်ပေသည်။ အချို့သောသူများမှာ အတော်ကြာအောင် မြန်မြန်လမ်းလျှောက်ခြင်းဖြင့် ဒေါသစိတ်ပြေပျောက်ရန် ပြုလုပ်ကြပါသည်။ အခြားသူများမှာမူ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှား အားကစားလေ့ကျင့်ခြင်းများ ပြုလုပ်ပြီးနောက် မိမိကိုယ်မိမိ ထိန်းချုပ်ခြင်းများကို ပြန်လည်ရရှိရန် ပြုလုပ်ကြပါသည်။

အချို့တို့မှာမူ သူတို့၏ စိတ်ဆိုးစိတ်တိုဖြစ်နေမှုကို သူတို့၏ ဇနီးသည်များအပေါ်သို့ ပြောင်းရွှေ့ပေးတတ်ကြရာ ဤနည်းမှာ နှစ်ဦး စလုံးကို ဒုက္ခများစေမည်သာ ဖြစ်လေသည်။

ကျွန်ုပ်ရရှိသည့် ဒုတိယကောင်းကျိုးမှာ ဒေါသစိတ်နှင့် ရေးသား သော စာရွက်များကို ဖိုင်လုပ်ထားပြီး နောင် အချိန်ကြာလာသောအခါ

တွင် ထိုစာများကို ပြန်လည်ဖတ်ရှုသောအခါ၌ ကျွန်ုပ်မှာ ကြီးမားသော နားလည်မှုကို ရရှိခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဤအချက်ကိုလည်း စမ်းကြည့် စမ်းပါ။ အလွန် စိတ်ဝင်စားဖွယ်ရာကောင်းသည်ကို သင် တွေ့မြင်ရပါ လိမ့်မည်။

သင်သည် သင့်ကိုယ်သင် သိရှိလာသောအခါတွင် ပိုမို၍ ကောင်းမွန်လာသော သင့်ကိုယ်ကိုသင် တွေ့မြင်လာပါလိမ့်မည်။

ကျွန်ုပ်မှာ မိမိ၏ဒေါသကို ဤသို့သောနည်းများဖြင့် မိမိ ကိုယ်ခန္ဓာအတွင်းမှ ဖယ်ရှားပစ်ရခြင်း မပြုလုပ်ရသည်မှာ နှစ်ကာလ အတော်ကြာမြင့်ခဲ့ပါပြီ။ ထို့ကြောင့် ကျွန်ုပ် ဝမ်းမြောက်ရပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ပြင်းထန်သောဒေါသသည် ကျွန်ုပ်အား စောင့်ကြပ်ပေးနေကြသော ကာကွယ်ရေးမင်းသားများကို တိမ်းရှောင်ပြီး ကျွန်ုပ်၏ကိုယ်တွင်းသို့ ဝင်မလာနိုင်ခြင်းကြောင့်ပင်တည်း။



သင်၏စိတ်သည် သင်၏တစ်ဦးတည်းသော ဆရာဖြစ်၏

သင် ဤကမ္ဘာလောကကြီးအတွင်းသို့ ဝင်ရောက်လာခြင်းသည် သင့်အတွက် ဘာမျှအကြောင်းမဟုတ်။ ဤကမ္ဘာလောကကြီးကို သင် စွန့်ပစ်ထွက်ခွာသွားခြင်းမှာလည်း သင့်အတွက် အနည်းငယ်မျှသာ အကြောင်းရှိမည်။ သို့မဟုတ် ဘာမျှအကြောင်းမဟုတ်ဟုလည်း ဆိုနိုင် သည်။ သို့ရာတွင် သင်၏ဘဝကို သင်ပိုင်ဆိုင်နေရသည့် ယခုကာလ အတောအတွင်း၌မူ သင်သည် အားလုံးသက်ဆိုင်သည်။ သင့်အတွက် အကြောင်းအားလုံး ဟုတ်သည်။

သင်သည် ကံကြမ္မာ၏ အရှင်သခင်ဖြစ်နိုင်လျက် သင့်ဝိညာဉ်၏ ဆရာလည်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ဤသို့ဖြစ်နိုင်ရန်အတွက် သင်သည်

သင့်စိတ်ကို သင်စိုးပိုင်ရမည်ဖြစ်သည့်ပြင် သင်သည် သူတစ်ပါးတို့၏ အရေးအခင်းများတွင် ဝင်ရောက်စွက်ဖက် ရှုပ်ထွေးခြင်း မပြုမိအောင် မိမိကိုယ်မိမိ ထိန်းသိမ်းလမ်းညွှန်ပေးရမည် ဖြစ်လေသည်။

သင့်ကိုယ်သင် နိုင်နင်းခြင်းနှင့် အခြားသူများအား နိုင်နင်းအောင် မကြိုးစားခြင်းတည်းဟူသော အကြောင်းနှစ်ခု၏ကြားတွင် ဆက်သွယ်မှု မည်သို့ရှိသည်ဆိုသောအချက်ကို သင် သတိထားရပေလိမ့်မည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် မိမိတို့ကိုယ်ကို အလုံးစုံ ကောင်းမွန်ပြည့်စုံအောင် ကြိုးစားလုပ်ကိုင်ရန်အတွက် အချိန်နည်းနည်းကိုသာ သုံးစွဲပြီးလျှင် သူတစ်ပါး၏ အရေးအခင်းများအတွင်းသို့သာ ဝင်ရောက်စွက်ဖက် ရှုပ်ထွေးမှုများကို ပြုလုပ်နေခြင်းသည် စိတ်ဒုက္ခရောက်ရခြင်း၏ အဓိကအကြောင်းရပ်ပင် ဖြစ်တော့သည်။

သင်၏စိတ်ကို သင် စိုးပိုင်ရန်အလုပ်ကို မည်သူတစ်ဦးတစ်ယောက်ကမျှ ဝင်ရောက်လုပ်ကိုင်ပေးနိုင်မည်မဟုတ်ပေ။ ဤအလုပ်ကို လုပ်ကိုင်ပေးဖို့အတွက်လည်း သင်သည် မည်သူ့အားကိုမျှ ခွင့်ပေးခြင်း မပြုလုပ်နိုင်ချေ။ သင်၏စိတ်သည်သာ သင်၏ဆရာ ဖြစ်ပေသည်။ သင်၏ဆရာဆိုသော်လည်း သင်၏စိတ်သည် သင့်အတွက် ကြင်နာမှု ရှိသောဆရာပင် ဖြစ်နိုင်လေသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သင်၏စိတ်သည် သင် ဘာကိုလိုချင်သည်ဟု အတိအကျ သိရှိသေချာသော အခါ၌ သင်အလိုရှိသည့်အတိုင်း သင့်လိုအပ်ချက်ကို ပြည့်ဝစေမည့် နည်းလမ်းများကို တွေ့အောင် ရှာကြံ၍ ပေးသောကြောင့်ပင်တည်း။

ဤကမ္ဘာပေါ်ရှိ လူသားမှတစ်ပါး အခြားသောသတ္တဝါတို့သည် သူတို့၏ ဘဝတစ်လျှောက်လုံးတွင် သူတို့အတွက် သတ်မှတ်ထားသော နမူနာပုံစံများအတိုင်း သူတို့၏ သဘာဝ အသိစိတ်ထားမှ ကျော်လွန်၍ မဖြစ်ထွန်းနိုင်ကြချေ။ သင်သည်ကား သင့်ကိုယ်ပိုင်စိတ်၏ ချမှတ်သော

နမူနာပုံစံအတိုင်းပင် ဖြစ်ရလေသည်။

သင့်အား မည်သို့မျှ ကန့်သတ်ထားခြင်း မရှိချေ။

*

ငြိမ်းချမ်းစိတ်ကို ရှုထောင့် သင် စိတ်ရှည်ရပေမည်

ငြိမ်းချမ်းစိတ်ဆိုသောအရာကို ရရှိနိုင်ရန်အတွက် လွယ်ကူသော သင်ခန်းစာတစ်ခုနှင့်သာ ပြီးမြောက်မည်ဆိုပါက ကျွန်ုပ်သည် ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာနှင့်ပင် ယခုကဲ့သို့ စာအုပ်တစ်အုပ် ရေးမည့်အစား စာတိုတို တစ်ပုဒ်ကိုသာ ရေးသားမည်ဖြစ်ပါသည်။ ဤစာအုပ်သည် ကြွယ်ဝချမ်းသာရေးနှင့် ငြိမ်းချမ်းစိတ်ရရှိရေးအတွက် ဘာသာရပ်များစွာကို ရှုထောင့်အစုံစုံမှ ချဉ်းကပ်ခြင်းဖြစ်ပေသည်။ သို့ဖြစ်ရာ ဤစာအုပ်တွင် ပါဝင်သည့် ကြီးကျယ်ခမ်းနားသော အစီအစဉ်များမှာ လယ်သမားတစ်ဦး၏ လယ်ယာလုပ်ငန်း လုပ်ဆောင်ရသည်နှင့် နှိုင်းယှဉ်ကြည့်ရှုရပေမည်။ ဤကိစ္စသည် လယ်လုပ်ငန်းနှင့် အလားသဏ္ဍာန်တူညီမှု ရှိပါသည်။ လယ်လုပ်သူသည် သူ၏လယ်မြေကို ထွန်ယက်ရသည်။ စပါးစေ့များကို စိုက်ပျိုးရသည်။ စပါးများကို ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ရသည်။ ထို့နောက် ရိတ်သိမ်းရမည့်အချိန်ထိ စောင့်ဆိုင်းရလေသည်။ ထိုလယ်သမား၏ လုပ်ဆောင်ရပ်များကို သတိပြုပြီးလျှင် စိတ်ချယုံကြည်မှုဖြင့် စိတ်ရှည်ရမည်ဖြစ်ပေသည်။ လယ်သမားကဲ့သို့ပင် မနောက်မူ၊ ကာယကံမှုများအားဖြင့် ဆောင်ရွက်ချက်များသည် လိုအပ်သောအကျိုးကို ရရှိစေနိုင်သည့် ထင်ရှားသောသာဓကများပင် ဖြစ်လေသည်။

သင်သည် အကယ်၍ ဆင်းရဲဒုက္ခကို တွေ့ရှိရလျှင် ထို ဆင်းရဲဒုက္ခအား တန်ဖိုးရှိသော သင်ခန်းစာတစ်ခုအနေထားပြီး ကြည့်မြင်ရမည် ဖြစ်လေသည်။ ကျွန်ုပ် ငယ်စဉ်ကာလက ဆင်းရဲဒုက္ခတွေ့လျှင် စိတ်ရွံ့၍

နောက်တွန့်တတ်ပါသည်။ ယခုအချိန်တွင်မူ ထိုဆင်းရဲဒုက္ခကောင်
ကျွန်ုပ်ထံလာသည်ကို မြင်ရလျှင်

“ဟယ်လို ကောင်ကလေး မင်း ငါ့ဆီလာပြီး ဘာသင်ခန်းစာများ
သင်ပေးမလို့လဲ ငါမသိဘူး။ ဒါပေမဲ့ ဘာသင်ခန်းစာကိုပဲသင်သင် ငါ
ကောင်းကောင်းကြီး သိရှိတတ်မြောက်အောင်ကိုပဲ သင်ယူလိုက်ပါ့မယ်။
ဒါမှသာ မင်း ဒုတိယအကြိမ်ထပ်ပြီး ငါ့ထံ မလာဘဲနေရမယ်”

ကျွန်ုပ်သည် မိမိ၏ ကိုယ်ပိုင်ဘဝတွင်သာ နေတတ်ရန် သင်ကြား
တတ်မြောက်ပြီးသောအခါ၌ ဆင်းရဲဒုက္ခရပ်များသည် ကျွန်ုပ်ထံ
လာရောက်ခြင်း နည်းပါး နည်းပါး သွားပါသည်။ ထိုဆင်းရဲဒုက္ခများ၏
အင်အားမှာလည်း လျော့ပါး လျော့ပါး သွားပါသည်။ အချိန်ကြာမြင့်
လာသောအခါ၌ ထိုဆင်းရဲဒုက္ခများ ကျွန်ုပ်ထံ လာရောက်မှုမှာ ရပ်ဆိုင်း၍
သွားကြပါတော့သည်။



သင့်ကိုယ်တိုင်ဘဝတွင် နေထိုင်နိုင်ရန် အိမ်တွင်းရှင်းလင်းမှု ပြုလုပ်ရပေမည်

ကျွန်ုပ်တို့တစ်တွေ အရွယ်ရောက်လာပြီဆိုလျှင် ကျွန်ုပ်တို့အထဲမှ
များစွာသောသူတို့မှာ မိမိတို့ဘဝ၌ များစွာသော အရှုပ်အထွေးများ
ပေါ်ပေါက်ရရှိလာကြလေသည်။ သင်၏ကိုယ်ကို သင် သိမြင်စပြုလာ
ပြီးလျှင် သင်တည်ဆောက်လိုသော ဘဝ၏ အသွင်အပြင် ပုံသဏ္ဍာန်
များကို သင် သိမြင်လာသောအခါတွင် ဤအရှုပ်အထွေးများကို စွန့်ပစ်
လိုက်ပါလော့။

သင်၏အချိန်ကို ဖြုန်းတီးပေးနေသူများ၊ သင်၏ ကြိုးပမ်းအား
ထုတ်လုပ်ကိုင်မှုကို အနှောင့်အယှက်ပေးနေသူများနှင့် သင့်အား ထိန်း
ချုပ်ရန် ကြိုးစားနေသူများကို စတင်၍ သင် စွန့်ခွာကောင်း စွန့်ခွာပါ

လိမ့်မည်။ သူတို့နှင့် ရှင်းရှင်းနေလိုက်ပါလော့။ ထိုသူများအား သင်၏ ရန်သူများအဖြစ် ပြောင်းလဲပေးလိုက်ရန်ကား မလိုပါ။ သို့ရာတွင် သင်သည် သင့်ကိုယ်တိုင်ဘဝတွင် ရပ်တည်လိုသောအခါ၌ သင်၏ ကိုယ်တိုင်ဘဝကို ရယူနိုင်သည့် သင်၏ ကိုယ်ပိုင်အခွင့်အရေးကို ထိပါးစေမည့်သူတို့အား ရှောင်ကြဉ်နိုင်မည့်နည်းလမ်းများကို သင် တွေ့ရှိပါလိမ့်မည်။

ထိုမှတစ်ပါး မိမိကိုယ်တိုင်ပြုလုပ်သော ရှုပ်ထွေးမှုများလည်း ရှိတတ်ပေသေးသည်။ ထိုအရှုပ်အထွေးများမှာ နေ့စဉ်နေ့တိုင်း မိမိ ရရှိသည့်အချိန်ကို မည်သို့မည်ပုံ ခွဲဝေသုံးစွဲရမည်ဆိုသော အချက်ကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်း မခွဲဝေတတ်ဘဲ ရှိနေနိုင်ခြင်းဖြစ်လေသည်။ ဤတွင် အချိန်ခွဲဝေသုံးစွဲရေး အချိန်ဘားဂျက်စာရင်းကို ပြုလုပ်ထားရှိရပေလိမ့်မည်။

သင် “မလုပ်မနေရ” ကိစ္စရပ်များအတွက် အချိန်ကို ရှေးဦးစွာ ဦးစားပေးခွဲဝေရမည်ဖြစ်လေသည်။ ဤသို့လုပ်ဆောင်ရန်မှာ မိမိ၏ ကိုယ်ပိုင်ဘဝတွင် အကျိုးရှိရှိ ကျေကျေနပ်နပ် နှစ်သိမ့်အေးချမ်းစွာ နေထိုင်လိုသူများအတွက် ဖြစ်လေသည်။

အိပ်စက်နားနေရန်အတွက် တစ်နေ့ ရှစ်နာရီဆိုလျှင် ကောင်းမွန်လုံလောက်သော အချိန်ခွဲဝေမှုဟု ဆိုရပါမည်။

သင့်အလုပ်အကိုင်အတွက် တစ်နေ့ရှစ်နာရီ ထားရှိခြင်းသည် လည်း ကောင်းမွန်သော အချိန်ခွဲဝေခြင်းပင်ဖြစ်၏။ သို့ရာတွင် သင့်ဘဝအောင်မြင်မှုများ ကြီးမားလာသောအခါတွင် သင်၏အလုပ်ချိန်မှာ ထို့ထက် နည်းပါးလာပါလိမ့်မည်။

ကျန်ရှစ်နာရီမျှသောအချိန်သည် အထူးသဖြင့် တန်ဖိုးရှိသော အချိန်ပင် ဖြစ်လေသည်။ ထိုရှစ်နာရီအချိန်ကို သင် ကြိုက်နှစ်သက်ရာ

ဆောင်ရွက်ရန်အတွက် ခွဲဝေသင့်ပေသည်။ ထိုခွဲဝေထားသော နာရီ တိုင်းတွင် သင် လုပ်သင့်လုပ်ရာကို လုပ်ဆောင်ရန်မဟုတ်ဘဲ သင် ဆန္ဒ ရှိရာကိုသာ လုပ်ဆောင်ရန်ဖြစ်လေသည်။ သင် ဘာကို လုပ်ဆောင်ချင် ပါသနည်း။ ယခု ခေတ္တရပ်လိုက်ပါဦး။ စဉ်းစားပါ။ အစီအစဉ် စာရင်း တစ်ခု ပြုလုပ်ပါ။

ဥပမာ

၁။ ကစားခြင်း

၂။ မိတ်ဆုံပျော်ရွှင်မှု

၃။ စာဖတ်ခြင်း

၄။ စာရေးခြင်း

၅။ ဂီတတီးမှုတ်ခြင်း

၆။ သင့်စားဝတ်နေရေးအတွက် လုပ်ဆောင်ရသော အလုပ် အကိုင်အတွက်မဟုတ်သော သင် ဝါသနာပါရာ ဘာသာရပ် အတွက် အသိဉာဏ်တိုးရေး ဆောင်ရွက်ခြင်း

၇။ ဥယျာဉ်ပန်းမန် စိုက်ပျိုးခြင်း

၈။ သင့်အိမ်တွင်းအလုပ်ရုံ၌ အသုံးအဆောင် ကိရိယာ တန်ဆာ ပလာများလုပ်ခြင်း

၉။ အပျော်တမ်း လမ်းလျှောက်ခြင်း

၁၀။ လှေလှော်ခြင်း

၁၁။ တစ်နေရာရာတွင် သဘောကျသလိုထိုင်ပြီး စိတ်အေး လက်အေး တိမ်တောင်တိမ်လိပ်များ၊ နက္ခတ်တာရာများ ငေးမောကြည့်ရှုခြင်း။

ကျန်ရှိန်နာရီမျှသောအချိန်သည် အထူးသဖြင့် တန်ဖိုးရှိသော အချိန်ပင် ဖြစ်ပါသည်ဟု ကျွန်ုပ် ထပ်မံ၍ ပြောဆိုပါသည်။ ထိုအချိန်

များသည် သင်၏ လွတ်လပ်စွာ အသုံးပြုနိုင်သော အချိန်များပင် ဖြစ်၏။ ထိုအချိန်အတွင်း၌ သင် ကြိုက်နှစ်သက်သည့် ပုံစံအတိုင်း သင့်ကိုယ်ပိုင် ဘဝတွင် နေထိုင်ရန်ဖြစ်ပေသည်။ ဤသို့နေထိုင်ရန်အတွက် သင့်၌ တစ်စုံတစ်ခုသော ရဲဝံ့စိတ်သည် လိုအပ်ပါလိမ့်မည်။ အခြားသူများ အတွက် ထမ်းဆောင်ပေးရန် တာဝန်များရှိနေသည်ဟု ချဲ့ထွင်ပြီး စိတ် ကူးချက်များ သင့်၌ ပေါ်လာနိုင်ပါသည်။

သင့်ဘဝအောင်မြင်ရေး ကြိုးပမ်းမှု စတင်ခါစ အချိန်များတွင်မူ သင်သည် ထိုအချိန်များကို အလုပ်အကိုင်နှင့် ပတ်သက်သော ပညာရပ် များအတွက် သို့မဟုတ် သင့်ဝင်ငွေတိုးတက်မှု မြင့်မားစေရန်အတွက် သဘာဝကျကျ သုံးစွဲသင့်ပေသည်။ သို့ရာတွင် သင့်အတွက် ကြိုက်သလို သုံးစွဲရန် အချိန်အချို့ကို မယူဘဲနှင့် တစ်နေ့တာကို ကုန်လွန်မသွားပါ စေနှင့်။ သင်ကြိုက်နှစ်သက်သလို စင်စင်ကြယ်ကြယ် အရသာရှိအောင် အချိန်တစ်ခုခုကို သုံးစွဲသင့်လေသည်။

ဤသို့ပြုလုပ်ခြင်းသည် သင့်ကိုယ်တိုင်ဘဝ၌ ရပ်တည်ခြင်း တစ်စိတ်တစ်ဒေသပင် ဖြစ်လေသည်။ သင်၏ အောင်မြင်မှု တိုးတက် လာသောအခါတွင် သင်၏ စင်ကြယ်သည့် အာရုံခံစားမှုအပေါ် အချိန်ကို တိုးမြှင့်ရမည်ဖြစ်လေသည်။ သင်၏ ထိုကိုယ်ပိုင်အချိန်များကို သင့် အလုပ်တာဝန်များနှင့် အခြားကိစ္စရပ်များက ဝါးမျို၍ မသွားပါစေနှင့်။

လွန်ခဲ့သော မကြာမီ အချိန်အတောအတွင်းက ကျွန်ုပ်၏ ရင်းနှီး သော မိတ်ဆွေတစ်ဦးသည် ကျွန်ုပ်အိမ်သို့ လာရောက်လည်ပတ်၏။ ထိုအချိန်တွင် ကျွန်ုပ်မှာ အိမ်နောက်ဖေးရှိ မြက်ခင်းထဲ၌ ဘောင်းဘီတိုနှင့် လဲလျောင်းရင်း ကျွန်ုပ်၏ ခွေးများနှင့် ဘောလုံးကစားနေသည်ကို သူ တွေ့မြင်သွားသည်။

“ဘယ်လိုရှုခင်းလဲ။ ဒီလိုပုံအတိုင်းကို ပရိသတ်က မြင်သွားမှာ

စိုးတယ်ထင်တယ်” ဟု သူက တအံ့တဩပြော၏။

“နည်းနည်းမှ မစိုးရိမ်ပါဘူး။ ကျွန်ုပ် သင်ကြားပြောပြထားတဲ့ အတိုင်း ကျွန်ုပ် ကျင့်သုံးတယ်ဆိုတာကို ပရိသတ်အားလုံး သိစေချင်ပါတယ်။ ကျွန်ုပ်အခု ဒီမှာလေ ဒီအချိန်မှာ ကျွန်ုပ် လုပ်လိုသည့်အတိုင်း အတိအကျလုပ်နေတာပဲ။ ကိုယ်လုပ်ချင်တာ လုပ်ရတာထက် ကောင်းအောင် ဘယ်သူ ပိုလုပ်နိုင်မလဲ” ဟု ကျွန်ုပ်က ဖြေကြားပါသည်။

ကျွန်ုပ်၏မိတ်ဆွေမှာ တစ်နေ့လျှင် ရှစ်နာရီထက် ပိုလွန်ပြီး အလုပ်လုပ်၏။ သူသည် ဘဏ္ဍာရေးဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းရပ်ကြီးတစ်ခု၏ အုပ်ချုပ်ရေးဆိုင်ရာ အကြီးအကဲဖြစ်၏။ တစ်ခါတစ်ရံတွင် သူသည် ညဉ့်အချိန်အထိ အလုပ်လုပ်သူဖြစ်လေသည်။ သူတွင် ဒေါ်လာ သန်းပေါင်းများစွာနှင့် စိတ်၏ငြိမ်းချမ်းမှုကို မရရှိနိုင်ရှာပေ။ သူ၏ ကျန်းမာရေးမှာလည်း ကျဆင်းစပြုနေလေပြီ။

နောက်တစ်နေ့တွင် သူသည် ကျွန်ုပ်ထံသို့ တယ်လီဖုန်းမှ စကားပြော၏။ “လွန်ခဲ့တဲ့ နာရီပိုင်းအတွင်းက ကျွန်ုပ် ဘာလုပ်ခဲ့သလဲဆိုတာ ခန့်မှန်းပြောစမ်းပါ” ဟု သူက မေး၏။

“ကျွန်ုပ် ခန့်မှန်းမပြောဆိုတတ်ပါ။ သို့သော်လည်း ခင်ဗျား ဘာလုပ်ခဲ့တယ်ဆိုတာကိုတော့ သိချင်ပါတယ်” ဟု ကျွန်ုပ်က ပြန်ပြောလိုက်၏။

သူသည် ပျော်ရွှင်စွာပင် ရယ်မော၏။

“ကျွန်ုပ်က ခွေးတွေနဲ့ ကစားတယ်လေ။ ဒီလိုကစားရတာ အံ့ဩစရာကောင်းလောက်အောင် ကောင်းတာပဲ” ဟု ကျွန်ုပ်တော်မိတ်ဆွေက ပြော၏။ ခဏမျှ ရပ်တန့်ပြီးမှ သူက ဆက်ပြောပြန်၏။ “ဒီနောက်တော့ ကျွန်ုပ် အခုလို ကစားတော့မယ်ဗျို့ ယုံတော့”

ဤအခန်း၏ သော့ချက်ဖြစ်သော အယူအဆကို လွန်ခဲ့သော

နှစ်ပေါင်းများစွာကပင် ကျွန်ုပ်သည် ထုတ်ဖော်ညွှန်းဆိုခဲ့ပါသည်။ သမ္မတ ဝဒ်ရီးဝီလ်ဆင်သည် ကျွန်ုပ်၏ ရေးသားညွှန်းဆိုချက်ကို ဖတ်ပြီးလျှင် ဤသို့ပြောဖူး၏။ “ဒီနည်းဟာ စိတ်ကူးဉာဏ်ကို ကွန့်ဖြူးစေတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဒီလောကနဲ့တော့ မဆိုင်ပါဘူး။”

တခြားသောအချိန်တစ်ခုတွင် ကျွန်ုပ်အား ကျွန်ုပ်၏မိတ်ဆွေရင်းက တွေ့ဖူးသလို ကျွန်ုပ်မှာ ဘောင်းဘီတိုဝတ်ပြီး ခွေးများနှင့် မြူးထူး ခုန်ပေါက်နေရင်း သမ္မတဝီလ်ဆင် ကျွန်ုပ်ထံလာသည်ကို ကျွန်ုပ် လက်ခံ တွေ့ဆုံ၏။ သမ္မတသည် ကျွန်ုပ်အား သဘောကျ ကျေးဇူးတင်သွား၏။ အလုပ်ရှုပ်၍ သောကများသော သမ္မတသည် မိနစ်အနည်းငယ်မျှ ကြာအောင် စိတ်ပန်းကိုယ်ပန်းဖြေသည့်သူတစ်ဦးအနေနှင့် မွန်မြတ်သည့် လွတ်လပ်ခွင့်အရသာကို ကျွန်ုပ်နှင့်အတူ ဝေငှရယူသွားပါသည်။

သင်သည် သင့်ကိုယ်၏ ကိုယ်တိုင်ဆရာအဖြစ်ဖြင့် သိမြင်လျက် သင်သိမြင်သည့်အတိုင်း ဆောင်ရွက်သောအခါတွင် သင်သည် အဆင့် အမြင့်ဆုံးဖြစ်သည့် လျှို့ဝှက်ချက်ကို အသုံးချခြင်းပင် ဖြစ်ပါသတည်း။

နိုလီယန်ဟိတ်



မြန်မာပြန်ဆိုသူ၏ နိဂုံးအမှာ

ဂေါတမဗုဒ္ဓသည် နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း တရားများကို ချည်းသာ ဟောကြားတော်မူခဲ့သည်မဟုတ်။ လောကီကြီးပွား ချမ်းသာကြွယ်ဝရေး နည်းလမ်းများကိုလည်း (အင်္ဂုတ္တိုရ် ပါဠိတော်၊ အဋ္ဌကနိပါတ်၊ ယမကဝဂ်၊ သမ္ပဒါသုတ်တွင်) ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။ ကြွယ်ဝချမ်းသာလိုသော လောကီသားသည်

- ၁။ ဥဋ္ဌာနသမ္ပဒါ-ထကြွလုံ့လ ဝီရိယနှင့်ပြည့်စုံခြင်း
- ၂။ အာရက္ခသမ္ပဒါ-လုံ့လဝီရိယဖြင့် ရှာကြံ၍ရလာ သော ပစ္စည်းဥစ္စာကို လုံခြုံအောင် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်မှုနှင့် ပြည့်စုံခြင်း
- ၃။ ကလျာဏမိတ္တတာ-မိတ်ကောင်းဆွေကောင်းနှင့် ပြည့်စုံခြင်း
- ၄။ သမဇိဝိတာ-အဝင်အထွက် ဥစ္စာအင်အားကို တိုင်းထွာ၍ သုံးစွဲမှုနှင့်ပြည့်စုံခြင်း
- ၅။ သဒ္ဓါသမ္ပဒါ-ယုံကြည်မှုနှင့် ပြည့်စုံခြင်း

၆။ သီလသမ္ပဒါ-ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့်ပြည့်စုံခြင်း

၇။ စာဂသမ္ပဒါ-ပေးကမ်းစွန့်ကြဲခြင်းနှင့် ပြည့်စုံခြင်း

၈။ ပညာသမ္ပဒါ-အသိအလိမ္မာတရားနှင့် ပြည့်စုံခြင်း
များ ရှိရမည်။

ဗုဒ္ဓဟောကြားခဲ့သော သမ္ပဒါတရားတော်သည် နှစ်ပေါင်း
နှစ်ထောင့်ငါးရာကျော် ကြာမြင့်ခဲ့ပြီးဖြစ်ပါသည်။ မှန်ကန်
သော တရားသဘောသည် နှစ်ပရိစ္ဆေဒ မည်မျှပင် ကြာ
ညောင်းခဲ့သော်လည်း ဟောင်းသည်ဟူ၍မရှိ။ အနှစ်သာရ
အားဖြင့် မွန်မြတ်ကောင်းမွန်လျက် ရှိမြဲရှိနေပေသည်။

သမ္ပဒါတရားကို ခဏခဏ ကြားဖူးသဖြင့် ရိုးသည်ဟု
ထင်ခဲ့သော် ကြားနာသူ၏စိတ်က ထင်မြင်ခြင်းမျှသာ ဖြစ်ပါ
သည်။ မူရင်းတရားတော်မှာ ဟောင်းသည်လည်းမရှိ၊
သစ်ဆန်းမှုလည်းမရှိ၊ ပကတိ မှန်ကန်မှုအပေါ်တွင်သာ
ရပ်တည်မြဲ ရပ်တည်လျက်နေခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။

သို့ရာတွင် သမ္ပဒါတရားအား ကြားရဖန်များသဖြင့် စိတ်
မဝင်စားတော့ပါဟု ထင်မှတ်ခဲ့သော် ဟင်းပြောင်းဟင်းလဲ
အနေဖြင့် ကျွန်တော် အတတ်နိုင်ဆုံး မူရင်းမပျက်အောင်
မြန်မာပြန်ဆို တင်ပြပါသည်။ သူ့စာအုပ်တွင် အခန်း ၁၆
ခန်းပါဝင်သော်လည်း စက္ကူနှင့် စာမျက်နှာကို ငဲ့ရသော
ကြောင့် အခန်း ၉ ခန်းကိုသာ ပြန်ဆိုဖော်ပြရပါသည်။

အမှားနှစ်ခုသည် တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ထပ်ရန် ခဲယဉ်း၏။
သို့ရာတွင် အမှန်တရားများသည် အမျိုးအမည် အခေါ်
အဝေါ်အားဖြင့် ကွဲပြားစေကာမူ အနှစ်သာရအားဖြင့်
တစ်သဘောတည်း ထွက်လေ့ရှိပါသည်။

မြန်မာပြန်ဆိုသူအနေနှင့်ကား နပိုလီယန်ဟီးလ်၏ စာအုပ်ပါ အနှစ်သာရကို ကြိုက်နှစ်သက်သဖြင့် မြန်မာပြန်ဆိုခြင်းဖြစ်ပါသည်။ သူ၏စာအုပ်ကို ဖတ်ရုံသာဖတ်ခြင်းဖြင့် အားရတင်းတိမ်မနေကြဘဲ စာဖတ်သူများသည် မိမိတို့ သိမြင်သည့်အတိုင်း အကျိုးတရားရသည်အထိ ကျင့်သုံးနိုင်ကြပါစေဟု ဆုတောင်းပါသည်။

စာဖတ်သူများ ငြိမ်းချမ်းစိတ်နှင့်တကွ ကြွယ်ဝချမ်းသာကြပါစေသတည်း။



ပြန်ဆိုသူ
 ဒေါ်ခင်အေး
 ဒေါ်ခင်အေး
 ဒေါ်ခင်အေး
 ဒေါ်ခင်အေး

ငြိမ်းချမ်းစိတ်နှင့် တိုးတက်ကြွယ်ဝပါ

အမေရိကန် သံမဏိဘုရင် ဒေါ်လာသန်းပေါင်း ၅၀၀ ကြွယ်ဝသူ
အင်ဒရူးကာနက်ဂျီ၏ ရွေးချယ်စောင့်ရှောက်ခံ လက်ဦးတပည့်
နပိုလီယန်ဟီးလ် ကိုယ်တိုင် နှစ်ပေါင်း ၂၀ ကြွယ်ဝချမ်းသာစေသော
အကြောင်းတရားများရှာကြ သုတေသနပြုလုပ်ပြီးမှ
ရေးခဲ့သည့် စာအုပ်။

စာရေးသူသည်

အမေရိကန်သမ္မတ ၃ ဦး၏ အကြံပေးပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်ခဲ့ပြီး
အမေရိကန်ကိုလိုနီ ဖိလစ်ပိုင်နိုင်ငံကို လွတ်လပ်သောနိုင်ငံဖြစ်ရေး
ဖိလစ်ပိုင်နိုင်ငံ၏ ပထမဆုံးသမ္မတဖြစ်ဟောမည့် ကွေ့ရုံအား
အကြံပေးခဲ့သူ၊
သူကိုယ်တိုင်လည်း ဂုဏ်ထူးဆောင်စာပေပါရဂူဘွဲ့ရှင်၊
သန်းကြွယ်သူဌေး။

သူ ရေးသမျှ စာအုပ်များမှာ
အရောင်းရဆုံးစာအုပ်များအဖြစ်
ယနေ့ထက်တိုင် ရပ်တည်နေ။

ယခု မြန်မာပြန်အဖြစ် အောင်ဝင်း(စိတ်ပညာ)က
တိုက်ရိုက်တိကျစွာ ပြန်ဆိုပေးထားခဲ့ပါသည်။



AW0005

2,500.00KS