နန်းချစ်ကြည်စာပေ

ဒေါက်တာမတင်ဝင်း
(ပညာရေးတက္ကသိုလ်)

ပျော်ရွှင်အောင်မြင် လုပ်ငန်းခွင်မှာ

ILLUSTRATION
NAY WINN AUNG

ဒို့တာဝန်အရေး ၃ ပါး

* ပြည်ထောင်စု မပြိုကွဲရေး ဒို့အရေး

* တိုင်းရင်းသားစည်းလုံးညီညွတ်မှုမပြိုကွဲရေး ဒို့အရေး

* အချုပ်အခြာအာဏာတည်တံ့ခိုင်မြဲရေး ဒို့အရေး

နိုင်ငံတော်ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေပေါ်ပေါက်ရေးသည်

ပြည်ထောင်စုသားအားလုံး၏ ပဓာနကျသောတာဝန်ဖြစ်သည်

ပြည်သူ့သဘောထား

* ပြည်ပအားကိုး ပုဆိန်ရိုး အဆိုးမြင်ဝါဒီများအား ဆန့်ကျင်ကြ

* နိုင်ငံတော်တည်ငြိမ်အေးချမ်းရေးနှင့် နိုင်ငံတော်တိုးတက်ရေးကို
နှောင့်ယှက်ဖျက်ဆီးသူများအားဆန့်ကျင်ကြ

* နိုင်ငံတော်၏ပြည်တွင်းရေးကို ဝင်ရောက်စွက်ဖက်နှောင့်ယှက်သော
ပြည်ပနိုင်ငံများအား ဆန့်ကျင်ကြ

* ပြည်တွင်းပြည်ပအဖျက်သမားများအား ဘုံရန်သူအဖြစ် သတ်မှတ်ချေမှုန်းကြ

နိုင်ငံရေးဦးတည်ချက် ၄ ရပ်

* နိုင်ငံတော်တည်ငြိမ်ရေး ရပ်ရွာအေးချမ်းသာယာရေးနှင့်တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး

* အမျိုးသားပြန်လည်စည်းလုံးညီညွတ်ရေး

* ခိုင်မာသည့်ဖွဲ့စည်းပုံ အခြေခံဥပဒေသစ် ဖြစ်ပေါ်လာရေး

* ဖြစ်ပေါ်လာသည့် ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေသစ်နှင့်အညီ ခေတ်မီဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်သော
နိုင်ငံတော်သစ်တစ်ရပ်တည်ဆောက်ရေး

စီးပွားရေးဦးတည်ချက် ၄ ရပ်

* စိုက်ပျိုးရေးကိုအခြေခံ၍ အခြားစီးပွားရေးကဏ္ဍများကိုလည်း
ဘက်စုံတိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးအောင် တည်ဆောက်ရေး

* ဈေးကွက်စီးပွားရေးစနစ် ပီပြင်စွာဖြစ်ပေါ်လာရေး

* ပြည်တွင်းပြည်ပမှ အတတ်ပညာနှင့် အရင်းအနှီးများဖိတ်ခေါ်၍
စီးပွားရေးတိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးအောင် တည်ဆောက်ရေး

* နိုင်ငံတော်စီးပွားရေးတစ်ရပ်လုံးကို ဖန်တီးနိုင်မှုစွမ်းအားသည်
နိုင်ငံတော်နှင့် တိုင်းရင်းသားပြည်သူတို့၏လက်ဝယ်တွင် ရှိရေး

လူမှုရေးဦးတည်ချက် ၄ ရပ်

* တစ်မျိုးသားလုံး၏စိတ်ဓာတ်နှင့် အကျင့်စာရိတ္တမြင့်မားရေး

* အမျိုးဂုဏ် ဇာတိဂုဏ်မြင့်မားရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုအမွေအနှစ်များ
အမျိုးသားရေးလက္ခဏာများ မပျောက်ပျက်အောင်ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရေး

* မျိုးချစ်စိတ်ဓာတ် ရှင်သန်ထက်မြက်ရေး

* တစ်မျိုးသားလုံး ကျန်းမာကြံ့ခိုင်ရေးနှင့် ပညာရည်မြင့်မားရေး

ပျော်ရွှင် အောင်မြင် လုပ်ငန်းခွင်မှာ

ဒေါက်တာမတင်ဝင်း(ပညာရေးတက္ကသိုလ်)

နန့်ချစ်ကြည်စာပေ

၁၅၀၁ အထက်ပန်းဆိုးတန်း၊ မြန်မာ့ဂုဏ်ရည်အိမ်ရာ၊

မင်္ဂလာတောင်ညွန့်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။ ဖုန်း– ၃၉၃၀၇၅၊ ၀၉၅၀၁၂၆၉၀

ပျော်ရွှင်အောင်မြင်လုပ်ငန်းခွင်မှာ
ပထမအကြိမ်၊ ၂၀၀၈ ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လ
အုပ်ရေ ၅၀၀

အဖုံးပန်းချီ နေဝင်းအောင်

စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ် ၄၀၀၅၅၀၀၅၀၈ နှင့်
မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ် ၄၀၀၅၉၃၀၆၀၈ တို့အရ
ဒေါက်တာမတင်ဝင်း (၃၇၇၄) ဝင်းရတနာစာပေ၊ ၃၃ အက်ဖ်၊
ရတနာလမ်းသွယ်၊ ၇ မိုင်၊ မရမ်းကုန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်က ထုတ်ဝေ၍
မျက်နှာဖုံးနှင့် အတွင်းစာသားကို ဦးအောင်မျိုး၊ ဆုလာဘ်ပြည့်ပုံနှိပ်တိုက်၊
အမှတ် (၁၉၇ က) ၁၃ လမ်း၊ ၉ ရပ်ကွက် ငွေကြာရံအိမ်ရာ
တောင်ဥက္ကလာပမြို့နယ် ရန်ကုန်မြို့က ပုံနှိပ်သည်။

စာအုပ်ချုပ် ဦးမြင့်

တန်ဖိုး ၂၁၀၀ ကျပ်

နန့်ချစ်ကြည်စာပေမှ စီစဉ်ဖြန့်ချိပါသည်။
ဖုန်း ၃၉၃၀၇၅
၀၉၅၀၁၂၆၉၀

မာတိကာ

နိဒါန်း တစ်။ ။ ပျော်ရွှင်ခြင်း ၇
နိဒါန်း နှစ်။ ။ အောင်မြင်ခြင်း ၁၅

အပိုင်း ၁

၁–၁။ ပျော်ရွှင်တတ်မှ အမြတ်ရနိုင်မည့်လုပ်ငန်းခွင် ၂၃
၁–၂။ လုပ်ငန်းခွင်မှာ မပျော်ရွှင်သည့်အကြောင်းများကို လေ့လာကြည့်ပါ ၂၄
၁–၃။ လုပ်ငန်းခွင်တွင် အောင်မြင်လိုသူများအတွက် ဆွေးနွေး အားပေးချက်များ ၂၉
၂။ စိတ်အင်အား တိုးပွားစေသော စကားများ ၃၉
၃။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် အကောင်းဆုံးဖြစ်ပါစေ ၄၁
၄။ အခွင့်အလမ်းကို နောက်ကျမှရတော့လည်း ထူးချွန်ရုံမက ရင့်ကျက်နိုင်ခွင့်တောင်မှ ပို၍ရနိုင်သေးသည် ၄၃
၅။ စိတ်အင်အား မလျော့ပါးပါစေနှင့် ၄၆
၆။ စိတ်ကို သတိတရားဖြင့် အားဖြည့်ပေးပါ ၄၇
၇။ လောကထဲမှ ဖတ်ကြည့်သင့်သည့် အရေးကြီးစာအုပ်နှစ်အုပ် ၄၈
၈။ အလုပ်ဆိုသည်မှာ အနာကိုကျက်စေသည်၊ သိက္ခာကို တက်စေသည် ၅၃
၉။ လူသာနာပါစေ စိတ်မနာပါစေနှင့် ၅၆
၁၀။ ကံတကယ်ကောင်းချင်လျှင် ကံဆိုးကိုချေဖျက်၍ ကံကောင်းကိုနှိုးပေးပါ ၅၉
၁၁။ လူတိုင်းလူတိုင်း တတ်သည့်ပညာ ကိုယ်စီပါအောင် ကိုယ်တိုင်ကြိုးစားကြရသည် ၆၁
၁၂။ တိုးတက်ကြီးပွားလိုလျှင် သတိနှင့်ဝီရိယကို အတူယှဉ်၍ထားကာ ကြိုးစားပါ ၆၆

အပိုင်း ၂

တစ်သက်တာအတွက် အောင်မြင်ခြင်းကို ဆောင်ကြဉ်းလာမည့် လုပ်ငန်းခွင် ရွှေစည်းမျဉ်းများ

၁။ ဘုန်းစွမ်းနဲ့လူစကို ပြနိုင်အောင်ကြိုးစားပါ ၆၉
၂။ လုပ်ငန်းခွင်တွင် ကိုယ့်ခွန်ကိုယ့်အားနှင့် ထင်ပေါ်ကျော်ကြားစေခြင်း ၇၂
၃။ အလှည့်အပြောင်းများမှာ ကိုယ်စွမ်းကိုယ်စပြသနိုင်ရမည် ၇၅
၁။ တိုးတက်ချင်သူများသည် သာမန်လူများထက်ပိုပြီး အလုပ်လုပ်ရမည် ၇၅
၂။ အလုပ်လုပ်သည့်နေရာတွင် တုံ့နေးသူ၊ ရပ်တန့်နေသူ မဖြစ်ပါစေနှင့် ၇၆
၃။ ကတိပေးမလွယ်ပါနှင့်၊ အလုပ်ဖြင့်သက်သေပြနိုင်ပါစေ ၈၀
၄။ သူများမသိသည့်အကြောင်းများကို သိအောင်ကြိုးစားထားပါ ၈၂
၅။ အောင်မြင်ချင်သူသည် စံချိန်တင်ပြီးလျှင် လျှော့ချ၍မရချေ ၈၅
၆။ အလုပ်ကို နှစ်ခြိုက်သဘောကျသူ ဖြစ်ပါစေ ၈၇
၇။ မိမိ၏ကိုယ်ပိုင်နေရာတစ်နေရာကို သတ်သတ်မှတ်မှတ် ရထားအောင် ကြိုးစားပါ ၈၉
၈။ မိမိလုပ်နေသည့်လုပ်ငန်းခွင်ကို နှစ်သက်မြတ်နိုးစိတ်ထားပါ ထိုအချက်ကို ထုတ်ဖော်ပြောဆိုရန်လည်း မရှက်ပါနှင့် ၉၃
၉။ ကိုယ့်ကြိုးစားမှုကို သိုသိပ်စွာထားပါ ၉၄
၁၀။ သင့်ကိုစောင့်ကြည့်ပြီး အကဲဖြတ်နေသည့်သူများ ရှိသည်ဆိုသည်ကို သတိထားပါ ၉၇
၁၁။ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးနှင့် ဝတ်ပုံစားပုံ ၁၀၁
၁၂။ ပြုံးချိုကြည်လင်သူဖြစ်ပါစေ ၁၀၂
၁၃။ လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ရာတွင် နွေးထွေးမှုကိုပြသနိုင်ပါစေ ၁၀၄
၁၄။ ယုံကြည်ချက်နှင့် စိတ်အင်အားကို ဖော်ထုတ်ပြသနိုင်ပါစေ ၁၀၇
၁၅။ လူအများ သတိထားမိနိုင်သော ကိုယ်ပိုင်ဟန်ရှိပါစေ ၁၁၁
၁၆။ မိမိကိုယ်ကို သပ်ရပ်သန့်ရှင်းအောင် ဂရုစိုက်ပါ ၁၁၃
၁၇။ ဆွဲဆောင်မှုကောင်းသူဖြစ်ပါစေ ၁၁၅

၁၈။ ယဉ်ကျေးဖွယ်ရာရှိသူ ခေတ်မီမီ အဆင့်အတန်းမြင့်မြင့် နေတတ်သူဖြစ်ပါစေ ၁၁၈
၁၉။ နှစ်လိုဖွယ်ရာကောင်းအောင် ပြေပြစ်စွာ သိမ်မွေ့စွာ စကားပြောတတ်ပါစေ ၁၂၁
၂၀။ သူတစ်ပါးနားလည်အောင် ရှင်းလင်းသေသပ်စွာ စာရေးသားတတ်ပါစေ ၁၂၄
၂၁။ တိကျသော ရည်မှန်းချက် ထားရှိပါ ၁၂၆
၂၂။ ရေတိုလုပ်ငန်းကိုလည်း နားလည်ထားပါ ၁၂၉
၂၃။ ဘဝ၏အဆစ်အပိုင်းတိုင်းကို တိကျစွာ စီမံလုပ်ဆောင်ရပါမည် ၁၃၁
၂၄။ ဦးတည်ချက် ခိုင်မာစွာ ချမှတ်ထားပါ ၁၃၃
၂၅။ မိမိ၏အခန်းကဏ္ဍကို မိမိကောင်းစွာနားလည်ပါစေ ၁၃၃
၂၆။ မိမိ၏အားနည်းချက် အားသာချက်များကို ကောင်းစွာလေ့လာသုံးသပ်ပြီးဖြစ်ပါစေ ၁၃၄
၂၇။ အခက်အခဲ အတားအဆီးနှင့် ခြိမ်းခြောက်မှုများ ရှိလာနိုင်သည့်အကြောင်းကို ကြိုတင်တွက်ဆထားပါ ၁၃၅
၂၈။ အရေးကြီးသည့်အချိန်အခါနှင့် လုပ်ရမည့်အလုပ်ကို နားလည်အောင် ကြိုးစားပါ ၁၃၈
၂၉။ စကားကောင်းမပြောနိုင်လျှင် ပါးစပ်ကိုပိတ်ထားပါ ၁၃၉
၃၀။ အတင်းအဖျင်း မပြောပါနှင့် ၁၄၀
၃၁။ သူတစ်ပါးကို စိတ်ပါလက်ပါ ချီးကျူးစကားပြောတတ်ပါစေ ၁၄၆
၃၂။ ရွှင်ရွှင်ပျပျနေတတ်ပြီး အကောင်းမြင်တတ်သူဖြစ်ပါစေ ၁၄၈
၃၃။ ဖြောင့်မတ်သူ အထူးသဖြင့် ဖြောင့်မတ်သူဖြစ်ပါ ၁၅၀
၃၄။ မိမိအဆင့်အတန်းကို မိမိမြှင့်တင်ပါ၊ မိမိအဆက်အသွယ် မိမိအား ကြည်ညိုသူများကို မွေးမြူပါ ၁၅၃
၃၅။ အလုပ်လုပ်ရာတွင် ရာနှုန်းပြည့်စူးစိုက်ကာ ဝင်စားပါ ၁၅၆

နိဂုံးချုပ် ဆွေးနွေးခြင်း

၁။ အလုပ်ကြိုးစားခြင်းဖြင့် ရာထူးတိုးတက်နိုင်ပါစေ ၁၆၀

၂။ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များနှင့် ပိုမိုအဆင်ပြေလာကာ
ခင်မင်ရင်းနှီးလာပါစေ ၁၇၀
၃။ မိမိကိုယ်ကိုမိမိ ပိုမိုကျေနပ်တိုးပွားလာပါစေ ၁၈၀
၄။ မိမိအလုပ်ကို ပိုမိုနှစ်ခြိုက်လာပါစေ ၁၈၆
၅။ မိမိ၏အလုပ်ကို ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် နားလည်လာပါစေ ၁၉၄
၆။ မိမိတို့လုပ်ငန်းခွင်ကို ဦးဆောင်သူ ကြီးကြပ်သူများ၏
ရှုထောင့်များကို နားလည်နိုင်ပါစေ ၁၉၉
၇။ မိမိကိုယ်နှင့်ပတ်သက်သည်ဖြစ်စေ မိမိအလုပ်နှင့်ပတ်သက်သည်
ဖြစ်စေ ဂုဏ်ယူတတ်ပါစေ ၂၀၁
၈။ လုပ်ငန်းခွင်တွင် မိမိထက်ငယ်သော ညီငယ်
နှမငယ်များအတွက် စံပြဖြစ်ပါစေ ၂၀၂
၉။ လုပ်ငန်းပိုင်းမှာလည်း မြင့်မားသောအကျိုးကျေးဇူးကို
သယ်ပိုးလာသူဖြစ်ပါစေ ၂၀၃

နိဒါန်း တစ်

ပျော်ရွှင်ခြင်း

ယခုစတင်ဖတ်ရသည့်ခေါင်းစဉ်သည် စာဖတ်သူများကို ဆွဲဆောင်နိုင်ရန်ဟူသော ဦးတည်ချက်ဖြင့် ရွေးချယ်ထားသော ခေါင်းစဉ်မဟုတ်ပါ။ လူ့လောကတွင် ပျော်ရွှင်ခြင်းသည် ပဓာနကျသောလိုအပ်ချက်တစ်ခုဖြစ်သည်။ ထိုလိုအပ်ချက်သည် လူ၏စိတ်နှင့် ပတ်သက်နေပါသည်။ ပျော်ရွှင်ခြင်းကို အပြင်မှာရှာ၍ မရနိုင်ပါ။ မိမိ၏စိတ်တွင်းမှာသာ ရှာ၍ရနိုင်ပါသည်။ ပျော်ရွှင်ခြင်းသည်၊ အလုံးအခဲမဟုတ်၊ ပုံသဏ္ဌာန်မရှိ။ စိတ်ဆိုသည်မှာလည်း ပုံသဏ္ဌာန် မရှိ။ လူ၏ကိုယ်ခန္ဓာတွင် ခံစားရသမျှသည် လူ၏စိတ်နှင့် တိုက်ရိုက်ပတ်သက်နေပါသည်။

ပျော်ရွှင်တတ်သောသူနှင့် စိတ်ညစ်တတ်သောသူဟူ၍ ခွဲခြားလျှင် ရနိုင်ပါသည်။ မည်မျှသေးငယ်သည့် ရလဒ်တစ်ခုကို ရသည်ဖြစ်စေ ဝမ်းသာအားရဖြစ်တတ်သူ၊ ကံကောင်းလိုက်လေဟုတွေးကာ ပျော်ရွှင်တတ်သူများလည်း ရှိတတ်သည်။

ခေါင်းစဉ်တွင် ပထမဆုံးလာသော စကားလုံးမှာ **'ပျော်ရွှင်'** ဟူသော စကားလုံးဖြစ်သည်။ ပျော်ရွှင်သောသူသည် တက်ကြွလေ့ရှိသည်။ စိတ်အင်အား ပြည့်ဝလေ့ရှိသည်။ ထိုသို့သောသူများသည် ရင်ဆိုင်ရသော ကိစ္စအဝဝကို အားနှင့်အင်နှင့် ရင်ဆိုင်လေ့ရှိသည်၊ ကြည်လင်သောရွှင်ပျသော စိတ်ဖြင့် ချဉ်းကပ်လေ့ရှိသည်။ သူ၏စိတ်သည် အလုပ်များသော်လည်း အခက်အခဲများနှင့် ရင်ဆိုင်ရသော်လည်း စိတ်ဆင်းရဲလိုက်တာနော်၊ ခက်လိုက်တာနော်၊ စိတ်ညစ်လိုက်တာနော် ဟူသော ညည်းညူစကား ထွက်လာလေ့မရှိပါ။ အလုပ်များသည့်အခါတွင် ငြိမ်သက်ကောင်း ငြိမ်သက်နေမည်၊ လေးနက်စွာတွေးတောကောင်း တွေးတောနေမည်။ အလုပ်ကို အတွေးနှင့်တစ်ပါတည်း အကောင်အထည် ဖော်ကောင်း ဖော်နေမည်။ ထိုသို့ စိတ်နှင့် လုပ်ရမည့်အလုပ်တသားတည်းဖြစ်အောင် နေထိုင်ခြင်းဖြင့် စိတ်ညစ်ခြင်း စိတ်ရှုပ်ခြင်းတို့

သည် သူ၏စိတ်တွင်းသို့ ဝင်ရောက်နိုင်ခြင်းရှိမည် မဟုတ်ချေ။ တချို့က အလုပ်က လုပ်တိုင်း အဆင်ပြေတတ်တာမဟုတ်တော့ အလုပ်အတွက် ပြင်ဆင်နေတဲ့အခါ စိတ်ညစ်ရသေးတာပဲလို့ ဆင်ခြေပေးကောင်း ပေးနိုင်ပါသည်။

အလုပ်အတွက် ပြင်ဆင်နေသည့်အချိန် (အနိမ့်ဆုံးအားဖြင့် စာမေးပွဲဖြေဖို့ ပြင်ဆင်နေသည့်အချိန်များမှာ) ဖြေသည့်နည်းရှိသည်။ အခုအလုပ်လုပ်နေသည့်အချိန်မှ တင်ထားသည့် ဝီရိယအားကို လက်ရှိ အနေအထားထက်ပိုတင်လျှင် နေထိုင်မကောင်းဖြစ်မှာ အမှန်ပဲ၊ လူကို ထိခိုက်မှာအမှန်ပဲဆိုသည်အထိ တင်၍ကြိုးစားပါ။ စာမေးပွဲဖြေခါနီး တွင် ထိုကဲ့သို့ တာဝန်ကျေပွန်အောင်ကြိုးစားပြီးဖြစ်သည်ကို စဉ်းစား လိုက်ပါ။ ထို့နောက် ငါသည် ထိုမျှလောက် အားထုတ်ဖို့လိုသလား ဟုလည်း မိမိကိုယ်ကိုမေးလိုက်ပါ။ လူအနည်းငယ်မှအပ ထိုမျှလောက် အားထုတ်လေ့ မရှိပါပေ။ သို့သော် ထို့ထက်ထို့ထက်ပို၍ အားမထုတ် နိုင်တော့ဘူးဟု ပြောနိုင်သည့်အဆင့်ထိမြှင့်ပြီး အားထုတ်ကြိုးစားသည့် သူများသည် မည်သို့သောအဖြစ်မျိုးနှင့် ရင်ဆိုင်ရသည်ဖြစ်စေ နောင်တ မရဘဲ နေနိုင်သည်ဖြစ်၍ စိတ်အေးချမ်းသာရှိတတ်သည်။

မိမိ၏ကိုယ်ထဲစိတ်ထဲတွင် ရှိသည့်အားကို ထုတ်ယူပြီး အလုပ် ကို အောင်အောင်မြင်မြင် လုပ်ကိုင်နိုင်အောင် ကြိုးစားရမည့် အစား၊ "စိတ်ညစ်လိုက် ဘာဖြစ်လို့ ဒီလိုအလုပ်ကို ရွေးမိတာပါလိမ့်စသည် စသည်ဖြင့် ညည်းညူနေတတ်သည်။ တချို့များ ဖြစ်လာသည့်အကြောင်း ကိုပင် ဆဲဆဲဆိုဆိုလုပ်ကာ ကိုယ်တွင်းမှအားကို တိုးပွားအောင်ထုတ်ပြီး အားပြည့်လာသည်အထိ၊ စိတ်အင်အား၊ အသိပညာအင်အား အင်အား ကြီးမားလာအောင် ကြိုးစားရမည့်အစား အင်အားကို အပြင်သို့ထုတ်ပြီး ရင်တွင်းတွင် အပူကို ချန်ပစ်ခဲ့ကြသည်။ ထိုလူများသည် မပျော်ရွှင်တတ် ကြချေ"။

ပျော်ရွှင်သောစိတ်ကို ရင်တွင်းတွင် အရင်းတည်ထားတတ်သည့် အကျင့်သည် အချို့သူများတွင် မွေးရာပါအကျင့် ဖြစ်နိုင်သည်။ အချို့ သောသူတို့တွင် ပျော်ရွှင်ခြင်းသည် မွေးရာပါအကျင့် မဟုတ်သည့်ပြင် စိတ်ညစ်ညူးလေ့ရှိတတ်သေးသည်ဟု ဆိုပါကလည်း မိမိကသာ မိမိ၏

စိတ်ကို ပြုပြင်လိုပါက စိတ်လက်ပျော်ရွှင်သူ၊ တက်ကြွသူ၊ အေးချမ်းသူ၊ ပြဿနာရပ်များကို တည်ငြိမ်စွာဖြေရှင်းသည့် အလေ့အထရှိသူ ဖြစ်လာအောင် ကြိုးစား၍ရနိုင်ပါသည်။ ကောင်းမြတ်သောစိတ်အကြံ၊ ကောင်းမြတ်သော အတွေးများကိုသာ လက်ခံတတ်သောသူ၊ မကောင်းသည့်စိတ်အကြံ မကောင်းသည့်အတွေးများ ဝင်လာပါက သတိကြီးစွာထား၍ ဖယ်ထုတ်သည့်အလေ့ကို မွေးတတ်သူများသည် ပျော်ရွှင်သူများ ဖြစ်တတ်ပါသည်။

ပျော်ရွှင်သည်ဟုဆိုရာတွင်လည်း ပေါ့ပါးစွာ နေတတ်ပြောတတ်၍ အလုပ်ကိုလေးနက်စွာ မလုပ်ဘဲ ဟီးလေးတိုက်ကာ နေတတ်သူများကို အမှန်တကယ်ပျော်ရွှင်သူများစာရင်းတွင် ထည့်သွင်းခြင်းမပြုပါ။ တည်ကြည်လေးနက်၍ ငြူစူမှု မနာလိုဝန်တိုမှုကင်းကာ လွတ်လပ်ပေါ့ပါးသော စိတ်နေသဘာဝရှိသူသည် အမှန်တကယ်ပျော်ရွှင်သူဖြစ်သည်ဟု ဆိုနိုင်ပါသည်။ လွတ်လပ်သည်ဟုဆိုရာတွင် အပြစ်များမှ လွတ်လပ်ခြင်း၊ ညစ်ညူးခြင်း၊ ပူပန်ကြောင့်ကြခြင်းတို့မှ ကင်းလွတ်၍ ပေါ့ပါးခြင်းရှိသူများသည် ရယ်မောမနေသည့်တိုင်၊ တက်ကြွသည့်ပုံကို မပြဘဲ အေးဆေးတည်ငြိမ်စွာ နေထိုင်သည့်တိုင် စိတ်အေးချမ်းသာရှိနေတတ်ပါသည်။

လူများတွင် ငယ်စဉ်ကတည်းက အကျင့်ကောင်းတစ်ခု ရှိပါသည်။ မိမိကိုနာကျင်ထိခိုက်စေသည့်ကိစ္စများကို ရှောင်ရှားလေ့ရှိတတ်ကြပါသည်။ ဥပမာ ကလေးကလေးသည် ရေနွေးပူထဲ လက်နှိုက်မိသည့်ကိစ္စ၊ ပြာဖုံးနေသောမီးကျီးခဲ ကိုင်မိသည့်ကိစ္စမျိုးကို ကြုံပြီးသည်နှင့် နောက်တစ်ခါ မလုပ်တော့ဘဲ ရှောင်တတ်ပါသည်။ ထိုသို့ မိမိနစ်နာမည့်ကိစ္စများကို ရှောင်တတ်သူသည် ကြီးပြင်းလာသည်နှင့် မိမိကိုယ်ကို အကိုးစားလွန်ကာ မိမိ၏စိတ်၊ မိမိ၏ကိုယ်၊ မိမိ၏အလုပ်အကိုင်၊ မိမိ၏တိုးတက်မှု၊ မိမိ၏ဘဝတို့ကို ထိခိုက်စေနိုင်သောကိစ္စများကို အမှတ်မထင် လုပ်တတ်လာပါသည်။ ထိုသို့ မိမိကိုထိခိုက်နိုင်ချေရှိသော အလုပ်များကို လုပ်ရာတွင် မထိခိုက်အောင်ရှောင်တိမ်း၍ စွန့်စားကြည့်ခြင်းဖြင့် လောင်းကစားဆန်သောလုပ်ငန်းတို့တွင် မွေ့လျော်တတ်သောအကျင့်ဖြင့် ပျော်စရာရှာတတ်သူလည်း ဖြစ်တတ်သည်။ သို့မဟုတ် တားမြစ်ထားသော အန္တရာယ်ကြီးသည့် အလုပ်ကို လုပ်

ကြည့်ခြင်းဖြင့် ပျော်ရွှင်နိုင်မည်ဟု ထင်တတ်ကြသောကြောင့်လည်း ဖြစ်သည်။ ထိုသို့လုပ်ကြည့်သည့်အခါတွင် မထိခိုက်ဘဲ လွတ်မြောက်သွားသည့်အခါ အဟုတ်ထင်သွားသဖြင့် မိမိဘဝကို ထိခိုက်နိုင်သော "ပျော်ရွှင်ဖွယ်"များကို ဆက်၍လုပ်တတ်ကြသည်။ ထိုသို့ မလျှော်သည့်အလုပ်ကို လုပ်နေရင်း ထိခိုက်နစ်နာလာသည့်အခါ စိတ်ရောကိုယ်ပါ ပင်ပန်းဆင်းရဲတတ်သည်။

ထိုသို့ နစ်နာထိခိုက်နိုင်သည့် အလုပ်တို့ကို လုပ်ကိုင်ရင်း စိတ်လက် မကြည်မလင်ဖြစ်လာသည့်အချိန်တွင် မိမိ၏အမှားကို ပြန်လည်ဆန်းစစ်သည့်အလေ့ကို မွေးမြူခြင်း၊ ဆန်းစစ်သည့်အလေ့ကို စနစ်တကျ ကျင့်ခြင်းမပြုဘဲ စိတ်ညစ်သည်ဟုဆိုကာ စိတ်ညစ်ပြေနိုင်သည်ဟု ယူဆသော မှားယွင်းသည့်အလုပ်များကို လုပ်တတ်ကြပြန်သည်။ အရက်သောက်ခြင်း၊ မူးယစ်ဆေးဝါးသုံးခြင်းစသည့် အလုပ်များကိုလည်း လုပ်တတ်ကြသည်။ ယောဆရာတော်ကြီး၏ မိန့်ဆိုချက်အရ ပြောရပါလျှင် စိတ်ကို မေ့ဆေးပေးခြင်း၊ ထုံဆေးပေးခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ မေ့ဆေး ထုံဆေးတို့သည် ပြယ်သွားသည့်အခါ မူလကထက် ကိုယ်ရောစိတ်ပါ ပို၍ပင်ပန်းတတ်ကြသေးသည်။

အချို့က စိတ်ငြိမ်နိုင်မည်၊ ပျော်ရွှင်လာနိုင်သည်ဟု သူတစ်ပါးက ဆွဲဆောင်တိုင်း ယုံကြည်ကာ စိတ်ပြေလက်ပျောက်သဘောဖြင့် မိမိနှင့် ရယ်မောရွှင်ပျစွာ စကားပြောပေးသောသူများနှင့် အကျိုးမဲ့ အနှစ်မဲ့ စကားများကို ပြောဆိုခြင်းစသည့် အလုပ်များကို လုပ်နေခြင်းဖြင့် အချိန်ကုန် လူပန်းဖြစ်တတ်ကြသည်။ ထို့ပြင် ထိုကဲ့သို့ မိမိဘဝ၏အဆစ်အပိုင်းများဖြစ်သော အချိန်ကို ဦးတည်ချက် ရေရေရာရာမရှိဘဲ ဖြုန်းတတ်သူများသည် စိတ်လေနေသူ စိတ်ညစ်နေသူများကို လမ်းမှားလိုက်သွားရန်လည်း ဆွဲဆောင်တတ်ပါသေးသည်။

ထိုသို့လမ်းမှားသို့လိုက်အောင် ဆွဲဆောင်သိမ်းသွင်းခြင်း ခံရသူများထဲတွင် စိတ်မပျော်ရွှင်သော၊ အောင်မြင်မှုမရသောသူများသာ ပါတတ်သည်မဟုတ်ပါ။ အောင်မြင်သော ထင်ရှားသော ကျော်ကြားသောသူများလည်း ဆွဲဆောင်သိမ်းသွင်းခြင်း၏နောက်သို့ ပါတတ်ပါသည်။ ထိုသူများသည်လည်း စိတ်မညစ်ဘဲနှင့် စိတ်လေတတ်ပါသေးသည်။

အကြောင်းမှာ အောင်မြင်မှု အရှိန်အဟုန်ကို မိမိတို့ဘာသာ ဇက်သတ် ချုပ်ကိုင်၍ ဦးတည်ချက်မှမသွေဖီဘဲ လုပ်သင့်သည့်အလုပ်တို့ကို ထွေထွေ ရရ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ရမည့်အစား မိမိကိုမြှောက်ပင့်နေကြသူများ၏ အပြောအဆို အပြုအမူများကို ကျေနပ်သာယာကာ မိမိ၏မူလစိတ်ရင်း ကောင်းများ အားနည်းလာတတ်ကြသည်။ ထို့ကြောင့် မိမိ၏ဦးတည် ချက်များကို မေ့လျော့ကာ မလုပ်သင့်သည့်အလုပ်ကို လုပ်လာတတ် ကြသည်။ မပြောသင့်သည့်စကားများကို ပြောလာတတ်ကြသည်။

ဦးတည်ချက် ပျောက်နေသည့်အဖြစ်ကိုလည်း မိမိဘာသာ မမြင်နိုင်၊ မဆန်းစစ်နိုင်ဘဲ ပြည့်စုံမှု၊ ကျော်ကြားမှုများ၏ လွှမ်းမိုးခြင်း၊ ချုပ်ကိုင်ခြင်းခံရသူများသည် တကယ်တမ်းပျော်ရွှင်နေသူ မဟုတ်ပါ။ ပူလောင်မှုများရှိနေသည်ကို နီးစပ်သူများထဲမှ ဆင်ခြင်သုံးသပ်နိုင်သူ များကပင် သိနားလည်လာတတ်ပါသည်။ ထိုသူကိုယ်တိုင်မှာမူ တိမ် သလာဖုံးနေသဖြင့် မျက်စိအကြည့် မသဲကွဲသူများနှင့်တူစွာ ပညာရှိပါ လျက် သတိဖြစ်ခဲတတ်ပါသည်။

ထိုသို့ဖြစ်ရသည်မှာ သတိလက်လွတ်သွားသောကြောင့် ဖြစ် သည်။ အောင်မြင်ခြင်းတွင် ယစ်မူးသွားသောကြောင့် သတိလက်လွတ် သွားခြင်း ဖြစ်သည်။

လူအချို့သည် မိမိတို့ကိုယ်တိုင် လေးစားသောသူများ ကြည်ညို သောသူများ၏ အမှားအယွင်းကို သူလည်းလေ လောကီသားပေမို့ ဟူသောအတွေးဖြင့် ဖြေကာ ခွင့်လွှတ်တတ်သော်လည်း အချို့ကမူ လေးလေးနက်နက်သဘောထားခဲ့သလောက် သန့်စင်ကြည်လင်ခြင်းကို လည်း ပြည့်ပြည့်ဝဝတောင့်တတတ်ကြသဖြင့် မှားယွင်းမှုတစ်ခုတလေ ကိုမျှ သည်းခံနိုင်ကြမည် မဟုတ်ပေ။ ထိုသို့ အောင်မြင်သူ၊ ကျော်စောသူ တစ်ဦးအဖြစ်မှ လူအများ၏ကြည်ညိုခြင်းကို ခံရသူသည် တော်ရုံဖြင့် မိမိ၏အဖြစ်ကို မိမိသတိမရကြတတ်ပါ။ သို့သော် ကြာလေလေ "အယ သော"ဟု ခေါ်သော အခြံအရံနည်းပါးခြင်းနှင့် ကြုံရတတ်ပါသည်။ အစောပိုင်းက မိမိ၏ကျော်စောသတင်းနှင့် အောင်မြင်မှုများကို မှီခိုလို သဖြင့် မိမိနှင့်မခွာဘဲ ကပ်ရပ်နေသူများသည် လိုချင်သည်ကို မရသည့် အချိန်၊ လိုချင်သလောက်မရသည့်အချိန်တွင် ရှောင်ခွာသွားတတ်ပါ

သည်။ မိမိ၏မကောင်းသတင်းကို မိမိဘာသာ ပြန်လည်ကြားသိရသည့် အဖြစ်သို့ မရှောင်လွှဲသာဘဲ ရောက်လာတတ်ပါသည်။ မူလက ပိုင်ဆိုင်သည့် သက်ရှိသက်မဲ့အရာဟူသမျှကိုလည်း လက်လွှတ်ရတတ်ပါသည်။

ထိုသို့ခြေလှမ်းမှားသဖြင့် မူလက မကုန်ဆုံးနိုင်ဘူးဟု ထင်ရလောက်အောင် ရရှိခဲ့သော ကျော်စောသတင်းများ၊ အောင်မြင်မှုများ ပျော်ရွှင်မှုများသည် နေလာနှင်းပျောက်ဆိုသလို ပျောက်သွားတတ်ကြသည်။ ထိုသို့သောအဖြစ်နှင့် ကြုံရလျှင် မိမိကိုယ်ကို ကောင်းစွာဆောက်တည်တတ်မှသာ လူဟူသော မြင့်မြတ်သည့် တန်ဖိုးကြီးမားသည့်အဖြစ်ကို ပြန်လည်ရရှိအောင် အဖတ်ဆယ်နိုင်မည်ဖြစ်ပေသည်။ ထိုသို့ပြန်လည်ဆောက်တည်ရန်၊ အဖတ်ဆယ်ရန်ကိစ္စမှာ အပြောလွယ်သလောက် အလုပ်ရခက်ပါသည်။ နိုင်ငံတကာရှိ ထင်ရှားကျော်ကြားသောသူများပင် စိတ်ရောကိုယ်ပါလွှတ်ပစ်ပြီး အပျော်ရှာရင်း ဆုံးပါးသွားကြသူ များလှပါသည်။

ထိုသို့အဖတ်ဆယ်ယူရာတွင် မိမိ၏ကိုယ်စိတ်တို့ကို ကောင်းစွာဆောက်တည်သင့်ပါသည်။ ကျော်စောသတင်းကို အဖတ်ဆယ်ယူရသည့်အဖြစ် မရောက်မီ အစောပိုင်းကတည်းက မိမိကိုယ်ကို ဆောက်တည်ထားသင့်သည်ဟူသော သတိတရား ပေါ်ပေါက်အောင် လေ့ကျင့်ထားပြီး ဖြစ်သင့်ပါသည်။

ဤနေရာတွင် စာရေးသူ၏မိခင်ကြီး ဆုံးမခဲ့သည့်စကားကို တင်ပြလိုပါသည်။ "**ဝမ်းသာရင်လည်း သိပ်ဝမ်းမသာနဲ့ ထိန်းထား၊ ဝမ်းနည်းရင်လည်း သိပ်ဝမ်းမနည်းနဲ့ ထိန်းထား**"ဟူသောစကား ဖြစ်ပါသည်။ စာရေးသူက မေမေကလည်း မဖြစ်နိုင်တာ၊ ဝမ်းသာပါတယ်၊ ပျော်ပါတယ်ဆိုမှ ထိန်းထားရဦးမှာလား၊ ဝမ်းနည်းတယ်ဆိုရင်လည်း မျက်နှာမှာပေါ်နေမှာပဲဟု အတွန့်တက်မိပါသည်။ ကြီးလာသည့်အခါတွင်မှ ဝမ်းသာခြင်း၊ ဝမ်းနည်းခြင်းကဲ့သို့သော ပေါ်လွင်လှသည့်ခံစားချက်ကို ထိန်းထိန်းသိမ်းသိမ်းထားနိုင်ခြင်းသည် မိမိကိုယ်ကို ဆောက်တည်ရာတွင် အရေးပါသောအလေ့အကျင့်ဖြစ်သည်။ မိမိကိုယ်ကို ထိန်း၍ ငြိမ်သက်တည်ကြည်စွာ နေထိုင်တတ်သူတို့သည် ဝမ်းနည်းလျှင်လည်း အလွန်အကျွံမဖြစ်တတ်၊ ဝမ်းသာလျှင်လည်း အလွန်အကျူးမပြတတ်ချေ။ မိမိ၏စိတ်ထဲတွင် ခံစားရခက်လောက်

အောင် မြှုထားခြင်းလည်း မဟုတ်ချေ။ မိမိကိုယ်ကို သတိဖြင့် ထိန်းထားခြင်းသာ ဖြစ်သည်။ ဤသို့သောကိစ္စများသည် ဖြစ်လေ့ဖြစ်ထရှိသော ကိစ္စများသာဖြစ်သည်။ ငါသည် ငါ၏အောင်မြင်မှုနှင့် ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာဖြစ်နေမှု ဂုဏ်ယူဝမ်းသာနေမှုတို့ကို မထိန်းနိုင်မသိမ်းနိုင် ပြသနေပါက ငါ၏အရောင်အဝါသည် သူတစ်ပါးတို့အတွက် မျက်စိကျိန်းစရာ ဖြစ်သွားနိုင်သည်ဟု တွေးတောကာ သူတစ်ပါးတို့စိတ်မသက်မသာ မဖြစ်ရအောင် မိမိကစေတနာထားရပါမည်။ သူတစ်ပါးတို့အား ကာကွယ်သည့်အနေဖြင့် သိုသိပ်စွာနေပေးလိုက်ခြင်းသည် အများကိုလည်း စိတ်အေးချမ်းစေသည်၊ မိမိကိုယ်ကိုလည်း မိမိဆောက်တည်ပြီး ဖြစ်သွားစေနိုင်ပါသည်။ မနာလိုဝန်တိုတတ်သောသူများ စိတ်မချမ်းမသာဖြစ်ရသည်မှာ မိမိ၏အမှားကြောင့်မဟုတ်၊ မိမိ၏ တာဝန်မဟုတ်ဟု ငြင်းဆိုချင်သူများ ရှိနိုင်ပါသည်၊ ဟုတ်ပါသည်။

ထိုသူတို့၏မစ္ဆရိယစိတ်ကြောင့် သူတို့ဘာသာ စိတ်ဆင်းရဲခြင်းသည် မိမိ၏တာဝန်မဟုတ်ပါ။ သို့သော် အောင်မြင်အောင် ကြိုးစားရင်းထင်တိုင်းမပေါက်နိုင်ကြသဖြင့် စိတ်ဆင်းရဲနေသူများ၊ ဝမ်းနည်းအားငယ်နေသူများ၏ရှေ့တွင် ပိုမိုအားငယ်စေချင်သော ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် ငါတို့ကတော့ ဘယ်လိုအောင်မြင်တာဟု ပြောဆိုပြစားခြင်းမှာမူ သူတော်ကောင်းများ၊ လူယဉ်ကျေးများ၏ လုပ်ထုံးလုပ်နည်း မဟုတ်ပါပေ။

ပျော်ရွှင်သည်ကိုပင် ဣန္ဒြေရရပျော်ရွှင်တတ်လာသည့်အချိန်တွင် စိတ်ဆင်းရဲ ကိုယ်ဆင်းရဲဖြစ်သည့်အခါတွင်လည်း မိမိကိုယ်နှင့် မိမိ၏စိတ်၊ မိမိ၏အပြုအမူ အပြောအဆိုတို့ကို ကောင်းစွာဆောက်တည်ပြီး ဖြစ်သွားစေသည်။ မိမိ၏ စိတ်မချမ်းသာခြင်းကို ပေါက်ကွဲခြင်း၊ ရေရွတ်မြည်တမ်းခြင်း၊ သူတစ်ပါးတို့၏ လုပ်ကြံမှုကြောင့် မိမိမှာ ဤသို့ခံစားနေရပါသည်ဟု ဒေါသဖြင့် ပြောဆိုနေခြင်းတို့ဖြင့် လူသိအောင် ပြုနေပါက ပထမဦးစွာ မိမိ၏အရင်းနှီးဆုံးမိသားစုဝင်များ စိတ်မချမ်းမသာ ဖြစ်ရပါမည်။ သူတို့သည် မိမိနှင့်ထပ်တူ ခံစားနေရသည်ဖြစ်ရာ မိမိနာကျင်နေရသလောက် သူတို့နာကျင်ရပါသည်။ ထို့ကြောင့် စိတ်ဆင်းရဲခြင်းကို မပြသဘဲ၊ ထိန်းထားနိုင်လေလေ ကောင်းလေလေပင်။ မိမိကိုချစ်သူများ စိတ်မချမ်းမသာ မဖြစ်ရလေအောင် ထိန်းသိမ်းပြီးဖြစ်သကဲ့သို့ မိမိဒုက္ခရောက်သည်ကို မြင်လိုသော၊ ဒုက္ခ

ရောက်လေလေ ဝမ်းသာလေလေ ဖြစ်တတ်သောသူများက မိမိကိုစောင့်ကြည့်နေသော်လည်း ဝမ်းနည်းခြင်း၊ ပေါက်ကွဲခြင်း၊ ဣန္ဒြေပျက်ခြင်း မရှိသည့်အခါ သူတို့ဖြစ်စေချင်သလို မဖြစ်ပါကလားဟု တွေးကာ ဝမ်းမသာနိုင်အောင် ဖြစ်သွားကြမည်ဖြစ်သည်။ ဤနည်းဖြင့် သူတို့ကို အောင်နိုင်လိုက်ခြင်းဖြစ်သည်ဟု ဆိုနိုင်ပါသည်။ ပျော်ရွှင်ခြင်းကို ခံစားသည့်အချိန်ကာလမှာပင် သတိရှိရန် လိုအပ်သည်ကို သတိချပ်မိသူသည် အောင်မြင်သောသူတစ်ဦး ဖြစ်လာမည်မှာ သေချာလှသည်။

စိတ်ထဲတွင် ဒေါသ၊ လောဘ၊ မောဟ၊ ဣဿာ၊ မစ္ဆရိယစသည့် အကုသိုလ်တရားတို့ ထူထပ်စွာ ဝင်ရောက်ငြိတွယ်ခြင်း မခံရအောင် သတိတရားဖြင့် နေသူသည် စိတ်ရောရုပ်ပါ ကြည်လင်ပေါ့ပါးမည်။ စိတ်ဓာတ်ကို နည်းမှန်လမ်းမှန်ဖြင့် ပျော်ရွှင်အောင် ထိန်းထားနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ ထိုသို့မိမိ၏စိတ်ကို သတိရှိရှိဖြင့် နေထိုင်တတ်ရန်မှာ မိမိ၏ စိတ်၊ မိမိကိုယ်ကို ကောင်းစွာဆောက်တည်ကျင့်ရှိမှ အောင်မြင်မည့် လမ်းစဉ်တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ ထိုလုပ်ငန်းစဉ်သည် မင်္ဂလသုတ်တော်တွင် ပါဠိဘာသာဖြင့် (အတ္တသမ္မာ ပဏိဓိစ– မိမိကိုယ်ကိုဆောက်တည်ရခြင်းဟူသော လုပ်ငန်းစဉ်ဖြစ်ရာ) လေ့ကျင့်နိုင်လေလေ မကောင်းမှုကို ပယ်သတ်ပြီး ကောင်းမှုကို ပွားများပြီးဖြစ်နိုင်သော အလေ့အကျင့်လည်း ဖြစ်ပါသည်။ စိတ်တည်ငြိမ်ခြင်းသည် စိတ်တွင်းတွင် မကျေနပ်မှု၊ ပူလောင်ပင်ပန်းမှု၊ လိုချင်တပ်မက်မှုစသော အနှစ်အနယ်များ မထားဘဲ အေးချမ်းခြင်း၊ ပျော်ရွှင်ခြင်းကို တိုးပွားစေသော အရည်အချင်း အရင်းအမြစ်တစ်ခုဖြစ်သည်ဟု ရဲဝံ့စွာဆိုချင်ပါသည်။

နိဒါန်း နှစ်

အောင်မြင်ခြင်း

မိမိ၏စိတ်ကို တည်ငြိမ်အေးချမ်းအောင်၊ ပျော်ရွှင်အောင် နေကျင့်ရှိသူသည် အောင်မြင်သည့်သူဖြစ်လာမည်မှာ သေချာပါသည်။ စိတ်ညစ်လိုက်တာဟု ညည်းညူရေရွတ်နေတတ်သူ၏ စကားထဲတွင် သူ၏စိတ်မှာမူ ကြည်လင်ခြင်းမရှိဘဲ အပြစ်တို့ဖြင့် သို့မဟုတ် မှားယွင်းမှုတို့ဖြင့် ညစ်ထေးစွန်းထင်းနေသည်ကို ကိုယ်တိုင်ဝန်ခံစကားပြောနေခြင်းဖြစ်သည်ဟု ဆိုရပေမည်။ အချို့သောသူတို့သည် စိတ်ညစ်လိုက်တာ၊ ဘာလုပ်လို့ ဘာကိုင်ရမှန်းမသိဘူးဟူ၍ သူ၏ခံစားချက်ကို တိတိကျကျပြည့်ပြည့်စုံစုံ ဖော်ပြပြောဆိုတတ်ပါသည်။ ညစ်ထေးသောသူ၏ အမြင်သည် မကြည်လင်နိုင်ပါ။ ညစ်ထေးစွန်းထင်းနေခြင်းသည် ကောင်းမှု၏အကျိုးဆက်များ မဟုတ်နိုင်ပါ။ မကောင်းသောအလုပ်၊ မကောင်းသောအကြံအစည်တို့ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာရသော ညစ်ထေးခြင်းသာရှိနိုင်ပါသည်။ အကြံကောင်း ဉာဏ်ကောင်းများသည် စိတ်ညစ်ထေးနေသမျှ ပေါ်ပေါက်လာမည်မဟုတ်ပါ။ ထို့ကြောင့် ကောင်းသောအလေ့အထ အကြံအစည်၊ အလုပ်အကိုင်တို့ကို အလေ့အကျင့်ဖြစ်အောင် ကျင့်ကြံလုပ်ဆောင်နေသင့်ပါသည်။ ယောဆရာတော်ကြီး ဟောတော်မူသော တရားတစ်ပုဒ်ထဲတွင် **အလုပ်များပါစေဗျာ၊ အလုပ်မရှုပ်ပါစေနဲ့**ဟု မိန့်တော်မူဖူးပါသည်။ လုပ်ရမည့်အလုပ်တို့ကို စိတ်ဆင်းရဲခြင်း၊ ငြီးငြင်ခြင်းစသည့် ခံစားချက်များအစား ကုသိုလ်စိတ်ဖြင့် လုပ်ကျင့်ရှိသော် အလုပ်များသာ များမည်၊ အလုပ်ရှုပ်တော့မည် မဟုတ်ချေ။

အကယ်၍ မည်သည့်ကိစ္စကြောင့် မည်သည့်အကြောင်းကြောင့် မိမိ၏စိတ်သည် ဤသို့ခံစားနေရခြင်းဖြစ်သည်ဟူသော တိကျသည့် အကြောင်းရင်းကို မသိဘဲ စိတ်ညစ်ထေးနေသော၊ စိတ်ရှုပ်နေသော ခံစားမှုဖြစ်ပေါ်နေသည်ဟုဆိုပါက ထိုသို့စတင်ခံစားရသည့်အချိန်တွင် မည်ကဲ့သို့အဖြစ်မျိုး ဖြစ်ခဲ့သည်၊ သို့မဟုတ် မည်သည့်အကြောင်းအရာ

များကို တွေးမိသည်စသည့် အကြောင်းရင်းကို ပြန်၍စဉ်းစားလိုက်ပါ။ မည်သည့်အချိန်က မည်သူနှင့်တွေ့သည်၊ သို့မဟုတ် မည်သူ့ကို သတိရသည်။ ထိုသူ၏ထံမှ စာတစ်စောင်ရသည်စသည်ဖြင့် ဖြစ်ပေါ်သောအကြောင်းများကို နောက်ပြန်စဉ်းစားကြည့်လိုက်ပါက တစ်ခါတစ်ရံဘယ့်လောက်ကမှ အရေးမကြီးလှသည့် စိတ်အနှောင့်အယှက်ကလေးတစ်ခုတလေကြောင့် စိတ်ထဲတွင် တစ်နေ့လုံး မကျေမလည်ဖြစ်နေခဲ့သည်ကို သိလာရမည်ဖြစ်သည်။ နည်းနည်းမျှ အရေးမကြီးသည့်ကိစ္စကလေးကို မွေးထားကာ မိမိဘဝ၏ အရေးကြီးသောအစိတ်အပိုင်းတို့ကို ဖြုန်းတီးမပစ်သင့်ပါ။ ထိုသို့သိလာသည့်အခါတွင် မည်မျှပင် တိုတောင်းသည်ဖြစ်စေ အချိန်တိုင်းသည် မိမိဘဝ၏အစိတ်အပိုင်းများဖြစ်သည်ကို သတိရလိုက်စေလိုပါသည်။

ထိုသို့ သတိရလိုက်သည်နှင့် အကြောင်းမဟုတ်မဟုတ်ရရမရှိဘဲ မကျေမလည်ဖြစ်နေမှုကို စိတ်တွင်းမှထုတ်လိုက်နိုင်ရပါမည်။ ထိုသို့ဆိုလျှင် မိမိ၏စိတ်ကိုမိမိ စင်ကြယ်အောင် (မညစ်ထေးအောင်) ဆေးကြောတတ်လာပါလိမ့်မည်။ ဤသို့မကျေလည်မှုကို နောက်မှတစ်ဖန်အကြောင်းပြန်၍ရှာနေရမည့်အစား စိတ်ထဲတွင် မှိုင်းလာသည်နှင့်ချေဖျက်နိုင်အောင် ကျင့်ယူလိုက်ပါက စိတ်ညစ်သက်သာလာပါလိမ့်မည်။

မိမိ၏စိတ်ကို မညစ်ထေးအောင် တစ်နည်းဆိုသော် သန့်စင်အောင် ထားတတ်လာသည်နှင့် ထိုသူသည် စိတ်အေးချမ်းသာသူ ဖြစ်လာပါလိမ့်မည်။ စိတ်အေးချမ်းသာသူ၊ ပျော်ရွှင်သူသည် မိမိလုပ်ရမည့်အလုပ်နှင့် မလုပ်ဘဲ ရှောင်ကြဉ်ရမည့်အလုပ်တို့ကို ခွဲခြမ်းသိမြင်နိုင်ပါလိမ့်မည်။

လုပ်သင့်သည့်အလုပ်ကို အားကြိုးမာန်တက်လုပ်သူ၊ မလုပ်သင့်သည့်အလုပ်ကို ကင်းကင်းရှင်းရှင်းဖြစ်အောင် ရှောင်ကြဉ်သူတို့သည် အောင်မြင်ခြင်းကို မလွဲမသွေရရှိမည့်သူများဖြစ်သည်။ အောင်မြင်ခြင်းကို ဖြတ်လမ်းကလိုက်ရန် ဟိုဟိုသည်သည် သွေးတိုးစမ်းနေတတ်ကြသူများသည် သွေးတိုးစမ်းရင်းလည်း အချိန်ကုန်သည်။ စမ်းမိသည့်သွေးကြောကလည်း မှားတတ်သေးသည်။ အောင်မြင်ပျော်ရွှင်သည့်ဘဝကို တည်ဆောက်ချင်သည်ဟုဆိုလျှင် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများကို

လေးစားစွာတိကျစွာ လိုက်နာရန်လိုအပ်သည်။ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းကို တိကျစွာလိုက်နာမည့်သူသည် ဦးတည်ချက် တစ်စုံတစ်ရာကို ချမှတ်ပြီးသည်နှင့် ကြိုးကြိုးစားစား အလုပ်လုပ်ရမည်ဖြစ်သည်။ လူပျော့လူညံ့များ ပြောတတ်သည့်စကားအတိုင်း "အခြေအနေကို စောင့်ပြီးကြည့်ဦးမယ်လေ၊ အခြေအနေပေးတဲ့အတိုင်း လိုက်လုပ်ရမှာပေါ့။ ကံပေးတဲ့အတိုင်းပဲ"ဟု ပြောလည်းပြောကာ ပေးလာမည်ဟု ထင်ထားသောအခြေအနေနှင့် ကံတရားကိုစောင့်ကြည့်နေသူများသည် အနှစ်ပါပါတန်ဖိုးရှိရှိအလုပ်များကို လုပ်နိုင်ရန် ခဲယဉ်းသူများဖြစ်သည်။ ကံကိုမယုံရဘူးလားဟု မေးလျှင် ယုံပါသည်။ ကံကောင်း မကောင်းဆိုသည်မှာ မိမိ၏အလုပ်ပေါ်တွင် တည်မှီပါသည်။ မိခင်ကြီး ပြောဆိုဆုံးမခဲ့သော စကားတစ်ခွန်းကို သတိအမြဲရသည်။ ကံဆိုးလေခြင်းဟု ညီးညူခြင်း၊ ဝမ်းပန်းတနည်းဖြစ်နေခြင်းသည် မိမိသည် မကောင်းမှုကို ကျူးလွန်ခဲ့သူဖြစ်သည်။ မကောင်းမှု၏ဆိုးကျိုးများကို မထိမ်းနိုင်မသိမ်းနိုင်ဘဲ ပူပန်သောစိတ်ဖြင့် ခံစားနေရခြင်းဖြင့် လူညံ့တစ်ယောက်လည်း ဖြစ်ပါသည်ဟု ဖြောင့်ချက်ပေးနေရာရောက်သည်ဟု အမေကဆိုဆုံးမပါသည်။ ကြီးလာလေလေ ထိုစကားသည် မှန်လှပါပေသည်ဟု နားလည်ကာ အမေ့ကို ကျေးဇူးတင်မိပါသည်။

သို့သော် ကံဆိုသည်မှာ တစ်ဦးတစ်ယောက်က ပေးသနားသော အခွင့်အလမ်း မဟုတ်ချေ။ ကံဆိုသည်မှာ အလုပ်ဟု ဖွင့်ဆိုရမည့် ဝေါဟာရဖြစ်သည်။ အတိတ်ကာလက ပြုခဲ့ဖူးသောကောင်းမှုများကလည်း အကျိုးပေးနိုင်ပါသည်။ သို့သော် အတိတ်က မည်ရွေ့မည်မျှကြိုးစား၍ မည်ရွေ့မည်မျှအားကောင်းသော ကံရှိခဲ့သည်ကို ကိုယ်မသိနိုင်ချေ။ ယခုအခြေအနေတွင် မိမိ၏ကြိုးစားမှု၊ အင်အားနှင့် ဇွဲသတ္တိများကို စုစည်းကာ ကြိုးစားပါက အတိတ်ကာလက စုဆောင်းမိခဲ့သော ကံကောင်းများသည်လည်း နိုးလာပါလိမ့်မည်။ ထိုအတိတ်ကံ၏ထောက်ပံ့မှုကြောင့် ယခုဘဝကြိုးစားမှုသည် ပို၍အရှိန်ကောင်းလာနိုင်ပါသည်။ အတိတ်ကာလက မကောင်းသောကံများ ရှိခဲ့လျှင်လည်း ယခုဘဝ၌ ရိုးသားမှု၊ ကြိုးစားမှုများကို အရင်းတည်၍ ဝီရိယနှင့် သတိကိုပေါင်းစပ်ကာ အလုပ်လုပ်နေသောသူသည် အောင်မြင်ခြင်း

တည်းဟူသော မျိုးစေ့ကောင်းကို စိုက်ပျိုးသူဖြစ်သည်။ သတိရှိရှိဖြင့် နေရောင်နှင့်လေပါ ကောင်းစွာရရှိနိုင်သော မြေခံရေခံကောင်းကို ရွေးချယ်ကာ ပေါင်းသင်ပေးနိုင်ပါက အသီးအပွင့်များ ဝေစည်ကာ ပွင့်လန်းလာသကဲ့သို့ အောင်မြင်ခြင်းကို ဝမ်းမြောက်စဖွယ် ရရှိနိုင်ပါလိမ့်မည်။ ထိုအသီးအပွင့်ကိုပင် ပျော်ရွှင်မှုဟု ခေါ်ရပါမည်၊ ပျော်ရွှင်မှုကို မိမိ၏အင်အားဖြင့် ပေါ်ပေါက်စေနိုင်သူသည် စိတ်အင်အားလည်း တိုးတက်မည်ဖြစ်သည်။ အလုပ်မှပေးသော ပညာကိုလည်း ပိုမိုကျယ်ပြန့်စွာ လေ့လာနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ မည်သည့်နေရာမှ ရလာမည်မှန်းမသိသည့် လာဘ်လာဘကို မျှော်နေသူများထဲတွင် အမှန်တကယ်အောင်မြင်သူ ရှားတတ်ပါသည်။ အလုပ်ခွင်ကို ကြည်လင်သော ရွှင်ပျသောစိတ်ဖြင့် ချဉ်းကပ်လေ့ရှိသူ၏စိတ်သည် အလုပ်များသော်လည်း အခက်အခဲများနှင့် ရင်ဆိုင်ရသော်လည်း စိတ်ဆင်းရဲလိုက်တာနော်၊ ခက်လိုက်တာနော်၊ စိတ်ညစ်လိုက်တာနော်ဟူသော ညည်းညူစကားထွက်လာလေ့မရှိပါ။ အလုပ်များသည့်အခါတွင် ငြိမ်သက်ကောင်း ငြိမ်သက်နေမည်။ လေးနက်စွာ တွေးတောကောင်း တွေးတောနေမည်။ အလုပ်ကို အတွေးနှင့်တစ်ပါတည်း အကောင်အထည်ဖော်ကောင်းဖော်နေမည်။ ထိုသို့ မိမိ၏စိတ်နှင့် လုပ်ကိုင်သင့်သည့် အလုပ်ကို တသားတည်းဖြစ်အောင် နေတတ်သူ၏စိတ်တွင်းသို့ မလိုလားအပ်သော စိတ်ဆင်းရဲမှုများ ဝင်ရောက်လာနိုင်မည် မဟုတ်ပါ။

မိမိ၏စိတ်ကို သတိဖြင့် မှန်ကန်စွာထိန်းသိမ်း၍ ကောင်းသောစိတ်ထားကို အမြဲထားနိုင်ရန် ကြိုးစားသူ၊ မှန်ကန်သော အကျိုးရှိသောစကားကိုသာ ပြောဆိုဖြစ်အောင် ကြိုးစားသူ၊ ကောင်းသောအလုပ်ကို ဝီရိယတင်၍ အချိန်မဖြုန်းဘဲ အလုပ်လုပ်သူသည် တင်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း ပျော်ရွှင်သည့်ပြင် ထက်မြက်သောသူလည်း ဖြစ်လာနိုင်သည်။ စကားကို ဟိုရောက်သည်ရောက် ပေါက်တတ်ကရပြောသောသူများနှင့် ပေါင်းသင်းမိပါက တောင်တောင်အီအီ ပြောဆိုသောစကားများကြောင့် အချိန်လည်းကုန်သည်၊ စိတ်လည်းလေရုံမျှမက စိတ်လည်းလေးလံလာတတ်သည်။ ထိုသူများသည် ပျော်ရွှင်ထက်မြက်မှုနှင့်ပါဝေးသည်ထက် ဝေးလာရုံမက အောင်မြင်မှုနှင့်ပါ ဝေးလာရသည်။

ထို့ကြောင့် စိတ်ကိုလွတ်လပ်ပေ့ါပါးအောင် အမြဲသဖြင့် သတိ

ထားကာ ဝီရိယကို တင်ထားသောသူသည် အောင်မြင်သူအဖြစ်သို့ ရောက်လာမည်မှာ သေချာသည်။ အခက်အခဲနှင့်မကြုံဘဲ သက်သောင့်သက်သာ အောင်မြင်လာသူသည် ရှားလှပါသည်။ ရှားသော်လည်း ရှိသည်ဟုပြောပါက ဇာတ်လမ်းကို ဆုံးအောင်စောင့်ကြည့်ပါဦး၊ အခက်အခဲဆိုသည်မှာ မြေပြောင်ပြောင်ပေါ်တွင် ရုတ်တရက် စုန့်ကာစုန့်ကာ တက်လာတတ်သော မီးတောင်လို မရှိနိုင်သည့်နေရာ၌ မထင်မှတ်သည့်အချိန်တွင် ပေါ်ပေါက်လာတတ်သေးသည်။

အခက်အခဲနှင့် ကြုံသည့်အခါမှာပင် သတိထားနိုင်လောက်အောင် ထက်မြက်ခြင်း မရှိသူသည် အခက်အခဲကြုံသည်နှင့် တွေဝေခြင်း၊ ညည်းညူခြင်း၊ သူတစ်ပါးတို့၏အကူအညီကို မျှော်လင့်ခြင်း၊ စိတ်အားလျော့ပါးခြင်းစသည့် အနုတ်လက္ခဏာတို့ဖြင့် ကြုံရတတ်ပါသည်။ မရှုနိုင်မကယ်နိုင် ဖြစ်တတ်သည်။ မဆောက်တည်နိုင်ဘဲ ယောက်ယက်ခတ်တတ်သည်။

စိတ်ဓာတ်ထက်မြက်တက်ကြွသောသူသည် အခက်အခဲများကို ကြုံရသည့်အခါ အချိန်တိုအတွင်းမှာပင် မည်သို့ဆောင်ရွက်ရမည်ကို သိသည်။ ချက်ချင်းလည်း ဆောင်ရွက်တတ်သည်။ ထိုအချက်ကို မဟာဇနကဇာတ်တော်ကို ဖတ်လိုက်လျှင် သိနိုင်သည်။ မဟာဇနက စီးလာသောသင်္ဘောပေါ်မှ သင်္ဘောစီးခရီးသည် လူအများသည် သင်္ဘောပျက်ပြီဟု သိသည်နှင့် 'ဘာလုပ်လို့ ဘာကိုင်ရမှန်းမသိ'ဟု အရပ်ပြောပြောရမည့်အဖြစ်နှင့် သင်္ဘောစီးခရီးသည်များ ကြုံရတော့သည်။ ထိုခေတ်က နတ်ဒေဝတာများကို ကူညီမှိုင်းမရန် ဆုတောင်းသူ၊ ငိုကြွေးမြည်တမ်းနေသူ၊ သင်္ဘောနစ်လျှင် လွတ်မည်ထင်၍ မစူးစမ်းဘဲ ရေထဲခုန်ချသူဟူ၍ လူအမျိုးမျိုးရှိကြသည်။ နောက်ဆုံးတွင် သေသေချာချာ စဉ်းစားခြင်းမရှိဘဲ ကြောက်လန့်တကြား လုပ်လိုက်သည့် လုပ်ရပ်များကြောင့် မဟာဇနကမှတစ်ပါး အားလုံးပင် သေဆုံးခဲ့ကြသည်။

နတ်ဒေဝတာများကလည်း မကူညီ၊ ငိုနေ၍လည်း အကြောင်းမထူး၊ မစူးစမ်းဘဲ ရေထဲခုန်ချ၍ ငါးမန်းကြီးများ၏ခံတွင်းသို့ သက်ဆင်းရသူဟူ၍ လူအများ ပျက်စီးနည်းအမျိုးမျိုးဖြင့် ပျက်စီးနေချိန်တွင် မဟာဇနကမင်းသားသည် ပထမဆုံး ထောပတ်စသည့် အဆာခံသောစားဖွယ်များကို စားသည်။ ကိုယ်တိုင် ဆီစိမ်ပုဆိုးစသည်တို့ကို သေချာ

စွာ ခိုင်ခိုင်မြဲမြဲ ဝတ်ဆင်သည်။ သို့မှသာ ရေထဲတွင် ရေစိုခြင်းဒဏ်ကို အထိုက်အလျောက် ကာကွယ်နိုင်မည်။ ထို့နောက် ထိုခေတ်က ပင်လယ်ကူး သင်္ဘောများသည် ရွက်သင်္ဘောများဖြစ်ပေရာ ရွက်တိုင်များအနက် အမြင့်ဆုံးဖြစ်သော လင်းယဉ်တိုင်ပေါ်သို့တက်၍ အားယူကာ ခုန်၍ ချလိုက်သည်။ ထိုသို့အမြင့်မှအားယူကာ ခုန်ချသောကြောင့်သာ သင်္ဘောပျက်အနီးတွင် ခုန်ချသောလူသားများကို စားကာနေကြသော ငါးလိပ် ငါးမန်းများ၏ဘေးရန်မှ လွတ်မြောက်ခဲ့ရသည်။ ထိုကဲ့သို့ မည်သည့်ကိစ္စကို လုပ်ဆောင်ရမည်၊ မည်သို့လုပ်ဆောင်ရမည်ဆိုသည့်အချက်တို့ကို သိသည့်သူသည် မိမိ၏ဦးနှောက်တွင်းသို့ မလိုအပ်သော ပိန်ဖျင်းသောအရာများကို မသွင်းဘဲ လွတ်လပ်ပေါ့ပါးသောစိတ်ဖြင့် နေထိုင်ခဲ့သဖြင့် အရေးကြုံသောအခါ ထက်မြက်သော အကြံကောင်းဉာဏ်ကောင်းများကို ချက်ချင်းထုတ်နိုင်ခြင်းဖြစ်သည်။

မဏိမေခလာ ကယ်ဆယ်သောကြောင့် မဟာဇနက လွတ်မြောက်ရခြင်းဖြစ်သည်ဆိုသည့်အချက်ကိုလည်း စိတ်ဝင်စားဖွယ်ကောင်းသောကြောင့် တင်ပြလိုပါသည်။ မဏိမေခလာသည် ၇ ရက်တိုင်တိုင် ရေကူး၍နေသော မဟာဇနကကို တွေ့မြင်သည်နှင့် နတ်တို့၏တန်ခိုးဖြင့် ချက်ချင်းကောက်ယူပွေ့ချီကာ ကယ်တင်ခြင်းမဟုတ်ချေ။ ကယ်တင်ရန် သင့်မသင့်ကို မေးခွန်းထုတ်ကာ စမ်းသပ်စစ်ဆေးခဲ့သေးသည်။ ထိုမဏိမေခလာနတ်သမီးနှင့် မဟာဇနက၏ အဖြေကောက်နုတ်ချက်ကို တင်ပြပါမည်။

မဏိမေခလာ၏အမေး ၁။ ။ ဤကဲ့သို့ ကမ်းမမြင်နိုင်သော သမုဒ္ဒရာတွင် အဘယ်သူသည် အကျိုးမဲ့စွာ အင်အားသုံး၍ ကူးခပ်နေပါသနည်းဟု မေးခဲ့သည်။ စိတ်ကိုအသင့်အတင့်ထား၍ နေသူမဟုတ်ပါက အတော်ပင် ခံပြင်းဖွယ်ကောင်းသော မေးခွန်းဖြစ်သည်။

မဟာဇနက၏အဖြေ။ မဟာဇနကသည် နတ်သမီးကို ပြန်၍ဖြေသည်မှာ အသင့်အတွက် ကမ်းမမြင်သော်လည်း ငါကမူ ကမ်းကိုမြင်သည်။ ငါ၏ကမ်းဆိုသည်မှာ မဟာဇနကသည် သေသည့်တိုင်အောင် ယောကျ်ားတို့၏လုံ့လကို မလျှော့ခဲ့ပေဟူသော အသိဖြင့် ငါ၏အဆွေအမျိုး အဘိုးအဘွားတို့သည် သိက္ခာရှိစွာဖြင့် နေနိုင်ကြလတ္တံ့။

မဟာဇနကအဖြေ ၂။ ။ အကယ်၍ ငါသည် မသေမီမှာပင် သမုဒ္ဒရာ

ကမ်းမမြင်သည့်နေရာ ဖြစ်သည်၊ ကူးခပ်နေသဖြင့် မည်သို့မျှ အကျိုး မထင်နိုင်ဟု တွေးတောကာ မကူးခပ်ဘဲနေ၍ သေသွားခဲ့ပါက တစ်နေ့ တွင် ငါ၏အဘိုးအဘွား အဆွေအမျိုးများက မဟာဇနကသည် ယောကျ်ားဖြစ်လျက် သေသည်အထိ ကြိုးစားကာ ကူးခပ်ခြင်းမပြုဘဲ ရေမျောသောသစ်တုံးတစ်တုံးပမာ လှိုင်းပုတ်ခြင်းခံ၍ သေရှာလေ၏ဟု ပြန်လည်သိရှိကာ အရှက်မကွဲကြစေရန် ငါသည် ယခုတိုင် ဝီရိယကို မလျှော့စတမ်း အားထုတ်၍ ကူးခပ်နေခြင်းဖြစ်သည်ဟု ဆိုသင့်ဆိုရာ စကားကို ရဲရဲတောက်ဆိုခဲ့သည်။

မဟာဇနကအဖြေ ၃။ ။ ထို့ပြင် နတ်သမီးအနေဖြင့် ပြန်လှန် ပြောဆို ရန် စကားမရှိအောင် နောက်ဆုံးစကားတစ်ခွန်းကို ဆိုခဲ့သေးသည်။ ငါသည် သမုဒ္ဒရာကမ်းစပ်သို့မရောက်ဘဲ ခြေကုန်လက်ပမ်းကျ၍ သေမည်ဟုထား၊ မသေမီ လူအများတို့ မြင်နိုင်ရန်ခဲယဉ်းသော သင်ကဲ့ သို့သော နတ်သမီးကို မျက်ဝါးထင်ထင် အရှင်လတ်လတ် မြင်ခွင့်ရခဲ့ သည်မှာ ငါ၏လုံ့လဝီရိယအကျိုးပင် ဖြစ်သည်ဟူသော စကားပင်ဖြစ် သည်။ ထိုသို့သော အမေးအဖြေကို ပြုပြီးမှသာ နတ်သမီးက ကယ် တင်ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ အချို့သောသူများမှာ နတ်သမီးကိုမြင်သည်နှင့် ကယ်ပါယူပါ တစာစာဆိုလျက် ဝီရိယအားကို လျှော့ချလိုက်သဖြင့် ရေတွင်ချက်ချင်းနစ်၍ သေသွားနိုင်ပေသည်။

စာရေးသူတင်ပြလိုသည်မှာ ထက်မြက်တက်ကြွသောသူ ဖြစ် ရန်မှာ တစ်ခါတလေသာ မိမိ၏စိတ်ကို စောင့်ရှောက်ရုံဖြင့် မိမိ၏ကိုယ် ကို ဆောက်တည်၍မရနိုင်သည့်အကြောင်း ဖြစ်ပါသည်။ မိမိ၏စိတ် ကို မိမိကိုယ်တိုင်ပင် အစဉ်သဖြင့် စောင့်ရှောက်အပ်သည်။ မိမိ၏စိတ် အင်အားကိုသာ အားကိုး၍ အောင်မြင်ခြင်းကို အရယူရန်လိုအပ်သည်။ စိတ်အင်အားဟုဆို၍ ကိုယ်အားမပါဟု မထင်မှတ်ကြစေလိုပါ။ စိတ် အားသည် ပင်မဖြစ်သဖြင့် စိတ်အင်အားကို ပင်မထား၍ ဆိုရခြင်းဖြစ် သည်။

သူတစ်ပါးတို့ထံမှ အကူအညီကိုတောင်းခံပါက မိဘများပင် ဖြစ်စေဦး၊ အမြဲတစေ အဆင်သင့်နေမည်မဟုတ်ချေ။ ကာလဒေသ ပယောဂဟူ၍ အမျိုးမျိုးသောအကြောင်းများရှိရာတွင် တစ်ပါးသူတို့ အနေဖြင့် သူတို့ရင်ဆိုင်နေရသော အကြောင်းကိစ္စများ၊ သူတို့၏ စိတ်နေ

သဘာဝ အပြောင်းအလဲများ၊ အချိန်ကာလ အကြောင်းမသင့်မှုများ ကြောင့် မိမိအား အစဉ်သဖြင့်ကူညီခဲ့သည်ဆိုစေ တစ်ခါတစ်ရံတွင် ငြင်းပယ်တတ်ကြသေးသည်။ သူတစ်ပါးတို့၏ငြင်းပယ်ခြင်းကို ခံရလျှင် ရှက်ဖွယ်လည်းကောင်းမည်၊ စိတ်အားငယ်ဖွယ်လည်း ကောင်းမည်။ သူတစ်ပါးတို့၏ငြင်းပယ်ခြင်းကို မခံယူချင်ပါက တောင်းဆိုခြင်းကို လျှော့ရမည်။ မတောင်းဆိုဘဲ မိမိ၏ပယောဂဆိုသော မိမိ၏ကြိုးပမ်း အားထုတ်လုပ်ဆောင်ခြင်းသည်သာ မိမိအလိုရှိတိုင်း ထိုက်တန်ရာ အကျိုးကို ပေးမည်ဖြစ်သည်။

အောင်မြင်လိုသူသည် မိမိ၏အားကိုမိမိ ယုံကြည်ရမည်၊ အား ကိုးရမည်၊ ဖြည့်ဆည်းနေရမည်။ အထိခိုက်ခံရလျှင်၊ အတိုက်ခိုက်ခံရ လျှင် ပိုမို၍စိတ်အားတက်အောင် မိမိ၏ကိုယ်ကိုမိမိ လေ့ကျင့်ထား သင့်သည်။ အကြောင်းမှာ ထိခိုက်ခြင်းသည် မိမိကိုသတိရှိအောင် နှိုးပေးသောအကြောင်းတရားဖြစ်သည်။ ထိုသို့ယူဆ၍ တည်တည်ငြိမ်ငြိမ် မနေပါက သူတစ်ပါးတို့လုပ်တိုင်း ခံနေရသူအဖြစ်သို့ ရောက်သွား နိုင်သည်။

အခက်အခဲများသည် မိမိကိုထိခိုက်စေသော်လည်း အတက် လမ်းတွင် ခြေကုပ်မြဲစေသော အဖုအထစ်များ၊ အချွန်အတက်များဟု မှတ်သားရမည်ဖြစ်သည်။ နာကျင်မှုပေါ်သို့ စိတ်ရောက်မသွားစေဘဲ ခြေကုပ်မြဲအောင် အသုံးချတတ်ဖို့၊ ဟန်ချက်ညီအောင် အသုံးချတတ်ဖို့ သတိရှိသောသူ အစွမ်းရှိသောသူသည် အနှောင့်အယှက် အခက်အခဲ ကြောင့် ပိုမိုခရီးတွင်တတ်သည်။ ပိုမိုမြင့်မားအောင် တက်သွားနိုင် စွမ်း တိုးတက်လာတတ်သည်။ ထိုနည်းဖြင့် အောင်မြင်ခြင်းဟူသော ပန်းခိုင်ကို ပိုင်ပိုင်လှမ်းယူနိုင်တတ်သည်။

အပိုင်း ၁

၁-၁။ ပျော်ရွှင်တတ်မှ အမြတ်ရနိုင်မည့် လုပ်ငန်းခွင်

လုပ်ငန်းခွင်နှင့်ပတ်သက်၍ နိဒါန်းသွယ်သည့်အချိန်မှစပြီး ပျော်ရွှင်တတ်မှ အမြတ်ရနိုင်မည့်လုပ်ငန်းခွင်ဟု တိကျသည့်သတ်မှတ်ချက်ပေးပြီး တင်ပြတော့မည်ဖြစ်ရာ စိတ်ညစ်တတ်သည့်သူများက "ငါတို့တော့ ဒုက္ခပဲ၊ ငါတို့က ပျော်ရွှင်တတ်တဲ့သူတွေ မဟုတ်ဘူး၊ လုပ်ငန်းခွင်မှာ အောင်မြင်မှု မရနိုင်တော့ဘူး ထင်ပါရဲ့" ဟု မတွေးမိစေချင်ပါ။

လောကတွင် လုံးဝမပျော်ရွှင်တတ်သူဆိုသည်မှာ မရှိနိုင်ပါ။ သူ့အတိုင်းအတာနှင့်သူ ပျော်ရွှင်တတ်ကြသည်။ မပျော်မရွှင်နိုင်သည့်အချိန်တွင် မိမိ၏စိတ် မိမိ၏အခြေအနေကို ဆန်းစစ်တတ်သည့် အဆိုးမြင်ဝါဒီမဖြစ်ရန် မိမိကိုယ်ကို သတိထားသည့်သူများအနေဖြင့် အကောင်းကို ရွေးချယ်လက်ခံတတ်သည့် အကျင့်ရှိသဖြင့် ပိုမိုပျော်ရွှင်နိုင်မည့်အလားအလာ ရှိတတ်သည်။ ငြူစူခြင်း၊ မနာလိုခြင်း၊ မလိုအပ်ဘဲ စိတ်ဆင်းရဲပင်ပန်းတတ်ခြင်း စသည့်အကျင့်များကို မွေးထားတတ်သူများသည် အလုပ်ခွင်ထဲတွင် နောက်တန်းသို့ တစ်စတစ်စ ရောက်သွားတတ်သည်၊ သတိထားရန် လိုပါသည်။ အချို့သောသူများမှာ များစွာအရေးမကြီးသည့် ကိစ္စများနှင့်ပတ်သက်၍ တအိအိပူနေတတ်သေးသည်။ စာရေးသူငယ်စဉ်ကပင် ထိုသို့သော အမျိုးသမီးကြီးတစ်ယောက်ကို တွေ့ဖူးသည်။ စာရေးသူသည် ရင်းနှီးသော အလှူအိမ်တစ်အိမ်သို့ အမေနှင့်အတူ လိုက်သွားရသည်။ စာရေးသူတို့နှင့် ရပ်ဆွေရပ်မျိုးဖြစ်သည့် ပိုက်ဆံရှိသူဟု တောတွင်ခေါ်လေ့ရှိကြသည့် အမျိုးသမီးတစ်ယောက်လည်း ပါလာပါသည်။

အလှူအိမ်တွင်လည်း လူမများလှသည့်ပြင် မြို့သေးသေးကလေးက လူများဖြစ်သဖြင့် ကိုယ်ထဲကိုယ့်ဟာဟု တောအခေါ်ဖြင့် ခေါ်ကြသော ရင်းနှီးသူချည်းဖြစ်သဖြင့် အဝတ်အစားကလည်း တစ်ယောက်ထက် တစ်ယောက် ထူး၍မကောင်းလှပါချေ။ သင့်တင့်ရုံသာ ဝတ်ထားကြပါသည်။

ထိုအချိန်တွင် စာရေးသူတို့နှင့်ပါသော ပိုက်ဆံရှိသူအမျိုးသမီးသည် တစ်စခန်း ထပါတော့သည်။ ဟော– ကြည့်ပါဦး၊ ဟိုမိန်းမဝတ်ထားတဲ့ အဝါရောင် လုံချည်က ကျွန်မအဆင်၊ ကျွန်မအရောင်အတိုင်းပဲ၊ ထပ်တူဖြစ်နေတယ်၊ ဒုက္ခပဲ။ ဒီလိုမှန်းသိရင် တခြားလုံချည်ကိုဝတ်ခဲ့တယ်။ အခုတော့ ပြန်လဲလို့လည်း မဖြစ်တော့ဘူး။ ဘာဖြစ်လို့ အဲသည်မိန်းမက အဲသည် လုံချည်ကို ဝတ်လာတာပါလိမ့်ဟု တဖျစ်ဖျစ်နှင့် ပြောဆိုနေပါတော့သည်။ သူပြောသည့်အဝါရောင်ကို ဝတ်ထားသူအမျိုးသမီးကို ကြည့်လိုက်တော့လည်း စာရေးသူတို့ဘက်သို့ လှည့်၍ပင်မကြည့်ချေ။ သူ့မှာရှိသည့်လုံချည်ထဲက သူ့စိတ်ကြိုက်အရောင်ကို ရွေးကာဝတ်လာရုံသာ ဖြစ်ပုံပေါ်ပါသည်။ အဲသည်ကိစ္စအတွက် ထိုအမျိုးသမီးတွင် ခံစားချက်အထူးမရှိပေ။ စာရေးသူတို့နှင့်ပါလာသူသည် ကိစ္စမဟုတ်သည်ကို ကိစ္စလုပ်ကာ စိတ်ဆင်းရဲနေတတ်သူဖြစ်သည်။ စာရေးသူသည် ကြီးလာသည့်တိုင်အောင် သူနှင့်မရင်းနှီးခဲ့ပေ။ သူကလည်း သူနှင့်အဆွေအမျိုးမဟုတ်လျှင် ဂရုမစိုက်တတ်ပေ။ ကြီးလာမှ ထိုကဲ့သို့သောသူမျိုးကို ထပ်ကာထပ်ကာတွေ့ဖူးခဲ့သည်။ မိမိကိုယ်ကိုမိမိ စိတ်ဖြင့်နှိပ်စက်နေတတ်သူသည် တော်တော်ပင် ကံဆိုးတတ်သူများဖြစ်ပေသည်။ ထိုသူများသည် လုပ်ငန်းခွင်သို့မဝင်ဘဲ အိမ်တွင်သာ မှီခိုသူအဖြစ် နေသူများဖြစ်သည်။ လုပ်ငန်းခွင်သို့ဝင်ရပါက တစ်မျိုးတစ်ဖုံ စိတ်ဆင်းရဲဦးမည် ဖြစ်သည်။

၁-၂။ လုပ်ငန်းခွင်မှာ မပျော်ရွှင်သည့် အကြောင်းများကို လေ့လာကြည့်ပါ

စာရေးသူ၏ခံယူချက်အရ ပြောရလျှင် လုပ်ငန်းခွင်ဟု ဆိုလိုက်ကတည်းက လူအများစုသည်–

တင်းကျပ်သော စည်းမျဉ်းများ၊

လေးလံသော တာဝန်များ၊

အမိန့်အာဏာဖြင့် အုပ်ချုပ်သူများကို ဦးစွာတွေးမိကြသည်။ ထိုသို့

တွေးသည့်သူ အရေအတွက်က များတတ်သည်။ တာဝန်ဆိုလျှင် လွတ်လပ်ပေါ့ပါးခြင်းနှင့်ယှဉ်ပြီး မတွေးကြဘဲ လေးလံခြင်း၊ အချုပ်အနှောင်များခြင်း၊ ပင်ပန်းခြင်းတို့နှင့်ယှဉ်၍ တွေးတတ်ကြသည်။ ကိုယ်နှစ်သက်သည့် လုပ်ငန်းတာဝန်ဖြစ်နေလျှင် တော်သေးသည်။ မနှစ်သက်သည့်လုပ်ငန်း၊ တစ်နည်းပြောရလျှင် မကျွမ်းသောကြောင့် ကြောက်သည့်လုပ်ငန်း ဖြစ်နေပါက လုပ်ငန်းခွင်ထဲသို့ မဝင်ခင်ကတည်းက "ဒုက္ခပဲ၊ ငါက အဲသည်အလုပ်ကို မကြိုက်ဘူး၊ ပျင်းစရာကောင်းမှာပဲ၊ ငါလုပ်တတ်ပါ့မလား" ဆိုသည့် သောကများ ဝင်တတ်သည်။ ထိုသို့မလိုအပ်သည့် သောကဝင်ပြီဟုဆိုလျှင် မိမိရင်ဆိုင်ရမည့်လုပ်ငန်း၏ပမာဏနှင့် လုပ်ငန်း၏သဘာဝသည် မိမိ၏စိတ်ထဲတွင် လေးလံခက်ခဲသွားတတ်သည်။

အမှန်တကယ် ခက်သည်ဖြစ်စေ၊ လွယ်သည်ဖြစ်စေ မိမိ၏စိတ်ထဲတွင် ခက်သွားတတ်သည်၊ မိမိမကျွမ်းကျင်သည့်ကိစ္စဆိုလျှင် လူတိုင်းမကြိုက် မနှစ်သက်တတ်သည်မှာ သဘာဝပင်ဖြစ်သည်။ ထိုအလုပ်မျိုးကို လုပ်ရမည့်အရေးဆိုလျှင် လူတိုင်းက စိုးရိမ်မကင်းဖြစ်ကျင့် ရှိတတ်သည်။

မိမိနှစ်သက်သည့်လုပ်ငန်းကို လုပ်ခွင့်ရသောသူ အရေအတွက်မှာ လုပ်ငန်းခွင်တိုင်းတွင် အလွန်နည်းပါးတတ်သည်။ မိမိ၏စိတ်ထဲတွင် နှစ်သက်စရာကောင်းသည်ဟု ယူဆပြီး ရွေးချယ်လိုက်သည့်လုပ်ငန်းဖြစ်သည့်တိုင် လုပ်ငန်းခွင်ဝင်ကာစအချိန်တွင်ဖြစ်စေ၊ အချိန်နည်းနည်းကြာညောင်းလာသည့်အခါတွင်ဖြစ်စေ အလုပ်ကိုမနှစ်သက်ဘဲ ဖြစ်လာတတ်သည်။ စိတ်ပင်ပန်းလာသည်နှင့်အမျှ "မှားလို့ ဒီလိုအလုပ်ကိုမှ ရွေးမိတယ်။ ပျင်းစရာကောင်းလိုက်တာ၊ အလုပ်များလိုက်တာ၊ လူတွေကလည်း ဆက်ဆံလို့မကောင်းဘူး" စသည်ဖြင့် အဆိုးမြင်သည့်စိတ်များ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်သည်။

အမှန်မှာ မိမိ၏စိတ်ပင်ပန်းမှု၊ စိတ်ရှုပ်ထွေးမှုများက အိမ်တွင်းရေး၊ လူမှုရေးစသည်ဖြင့် ဘက်စုံဖြစ်နေတတ်သည်။ ထိုအချိန်တွင် ရွေးချယ်ပြီး တွေးမိတတ်သည်မှာ အဆိုးဘက်၊ အမှောင်ဘက်၊ လေးလံသည့်ဘက်က ဖြစ်နေ၍ ပိုဆိုးနေခြင်းဖြစ်သည်။ လူတိုင်း၏ဘဝတွင် မည်သည့်လုပ်ငန်း၊ မည်သည့်တာဝန်၊ မည်သည့်ကိစ္စပင်ဖြစ်စေ မကြိုက်လျှင် ဆိုးတတ်သည်မှာ

သဘာဝပင်ဖြစ်သည်။ ယေဘုယျသဘောနှင့်ပြောရလျှင် သိပ်ကောင်းသည်ဆိုသည့် လုပ်ငန်းခွင်မရှိသကဲ့သို့၊ သိပ်ဆိုးသည်ဆိုသည့် လုပ်ငန်းခွင်လည်း မရှိပေ။ လက်ခံသူ၏စိတ်နေသဘာဝနှင့် တုံ့ပြန်မှုကိုလိုက်ကာ "သိပ်တို့ အလွန်တို့"ဆိုသည့် ဝိသေသနများနေတတ်ခြင်းဖြစ်သည်။ သိပ်ဆိုးသည့်အလုပ်၊ သိပ်ကောင်းသည့်အလုပ်ဆိုသည်မှာ အမှန်တကယ် မရှိဘူးလားဟု မေးလျှင် သင့်စိတ်ပေါ်တွင် အခြေပြုပါသည်ဟု ဖြေရပါမည်။ စိတ်ပျက်၊ လက်ပျက်နှင့် မေးချင်သည့်သူများကို ပြန်ပြီးဖြေချင်သည်မှာ သိပ်ကောင်းခြင်းသည်လည်း ကိုယ့်သဘောထားနှင့်ဆိုင်သလို သိပ်ဆိုးတာကလည်း ကိုယ့်သဘောထားနဲ့ပဲဆိုင်ပါသည်ဟု ဖြေရမည်ဖြစ်သည်။ မိမိ၏အလို အတိုင်း ဖြစ်မှကောင်းသည်ဟု ထင်မြင်ယူဆထားသူသည် သူ၏အလို အတိုင်း ဖြစ်မလာသည့်အခါတွင် လုပ်ငန်းခွင်က ဆိုးလှသည်ဟု မြင်မည်မှာ သေချာသည်။ လုပ်ဖော်ကိုင်ဘက်များကိုလည်း မကောင်းဘူးဟု မြင်လိမ့်မည်။ ကိုယ့်အလိုအတိုင်း မဖြစ်တတ်သည်မှာ လောက၏သဘာဝအရ ထပ်ကြိမ်များတတ်သည်။ မိမိ၏အလိုအတိုင်း မဖြစ်သည်နှင့် စိတ်မဆင်းရဲစေရအောင် သတိထားကာ ကြိုးစား၍နေသင့်သည်။ လောကတွင် မိမိ၏အလို အတိုင်းချည်းဖြစ်နေပါက မိမိတွင် အထက်သို့ရောက်အောင် ရုန်းကန်နိုင်သည့်အစွမ်းအစ၊ အဆိုးမှဖောက်ထွက်နိုင်သည့်အား၊ အခက်အခဲကို ကျော်လွှားနိုင်အောင် ကြိုးစားချင်စိတ်ဆိုသည့် ကောင်းမြတ်သည့် အရည်အသွေးများ တိုးတက်လာနိုင်တော့မည် မဟုတ်ချေ။

ထိုသို့ဆိုလျှင် မည်သို့လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်မှ အောင်မြင်မည်နည်း၊ ပျော်ရွှင်မည်နည်း ဆိုသည့်အတွေးများ၊ အမေးများ ထွက်လာနိုင်သည်။ အလုပ်က မည်သည့်အလုပ်မျိုးပင်ဖြစ်ပါစေ တစ်နေ့ကို ထမင်းနှစ်နပ်စားပြီး သေဖို့ထိုင်စောင့်နေသည့်သူများထဲ ကိုယ်ပါမသွားချင်လျှင်၊ ရခဲလှသည့် လူ့ဘဝကို ရလာသည့်ခဏအတွင်း ဘဝထဲမှအနှစ်သာရကို ထုတ်ယူချင်လျှင် အလုပ်လုပ်ကြရမည်ဖြစ်သည်။ အလုပ်လုပ်ခြင်းသည် ထမင်းစားရန် တစ်ခုတည်းအတွက် မဟုတ်ချေ။ အလုပ်လုပ်သူရော၊ မလုပ်သူပါ ထမင်းစားနိုင်ကြပါသည်။ "ဒို့က ထမင်းမကြိုက်ဘူး၊ ပေါင်မုန့်ပဲကြိုက်တယ်"ဟု

ပြောတတ်သည့် မိန်းမတစ်ယောက်ကို စာရေးသူလုပ်ငန်းခွင်တွင် ရှိစဉ်က တွေ့ဖူးသည်။ ဘာ့ကြောင့်လဲဟု မေးသည့်အခါ ပြန်ဖြေပုံက သင်းပါသည်။ ''ထမင်းက ဝါးရလို့ပါ''ဟု ဆိုသည်။ ထိုသို့ခပ်ကြောင်ကြောင်မတွေးဘဲ သာမန်အားဖြင့် အသက်ရှင်သန်ဖို့ ထမင်းရှာ၍စားရသည်ကို စာရေးသူ ရည်ညွှန်းပါသည်။

ထမင်းစားဖို့သက်သက်အတွက် အလုပ်လုပ်သည်ဟုဆိုပါက ကိုယ် လုပ်ရသည့် အလုပ်၏တန်ဖိုး နည်းသွားနိုင်သည်။ တန်ဖိုးကြီးမားပြီး အဓိပ္ပာယ်ပြည့်ဝသည့် အလုပ်များကို လုပ်နိုင်သည့်အင်အားနှင့် ပြည့်ဝစေရန် ထမင်းစားရခြင်းဖြစ်သည်ဟု တွေးလိုက်ပါ၊ ပိုမိုပြီးအားတက်လာပါလိမ့်မည်။

နှစ်ပေါင်းသုံးဆယ်ကျော်ခန့်က အလွန့်အလွန်အောင်မြင်ကျော်ကြား ခဲ့သည့် ကျူရှင်ဆရာတစ်ယောက်နှင့် တွေ့ခဲ့ဖူးသည်။ သူ၏ဇနီးသည်မှာ စာအလွန်တော်သည်ဟု ကျော်ကြားခဲ့သည်၊ ထူးချွန်ဆုများ ရခဲ့သည်။ အမျိုးသမီးက အလုပ်မလုပ်ဘူးလားဟု မေးမိသည်တွင် သူသုံးနေသည့် ငွေလောက် သူလုပ်သည့်အလုပ်က ရမှာမှ မဟုတ်တာဟု ပြန်၍ဖြေသည်။ ကြားသည့်စကားလား၊ ရိုးရိုးသားသား ပြောတတ်သလို ပြောခဲ့သည်လားဟု ပင် မခွဲခြားတတ်နိုင်ပြီ။ စာရေးသူက သူ့အမျိုးသမီးက စာသိပ်တော်သည် ဟု ကြားဖူးထားသဖြင့် ထိုအမျိုးသမီးထံမှ တန်ဖိုးကြီးမားသောပညာသည် အလုပ်လုပ်နေပါက ရှင်သန်နေမည်ဖြစ်သည်ဟူသော အတွေးဖြင့် မေးမိခြင်း ဖြစ်သည်။

သူ၏အဖြေကိုကြားရမှ သူက အလုပ်တန်ဖိုးကို ငွေနှင့်သတ်မှတ် တာကိုးဟု သိလိုက်ကာ ဩော်– ဩော်ဟုသာ အာမေဍိတ်သံပေးလိုက်မိ သည်။ စိတ်ထဲတွင် အမျိုးသမီးတတ်ထားသည့် ပညာများကို အသုံးမချ သည်မှာ ကြာလာလျှင် လျော့ပါးသွားမည်၊ စိတ်ကလည်း လေသွားမည်။ ဘဝတွင် ခန့်ထည်သည့်ကိုယ်ပိုင်နေရာ တစ်နေရာကိုရော၊ ရင့်ကျက်မှုကိုပါ အလုပ်မလုပ်ဘဲ မရနိုင်ဘူးဟု စာရေးသူကလည်း ကိုယ့်အတွေးနှင့်ကိုယ် ငြိမ်သက်နေလိုက်မိသည်။ ထိုအမျိုးသမီးလောက် တော်သည်ဟု ထင်ပေါ်

ကျော်ကြားခြင်းမရှိသည့်သူများမှာ လုပ်ငန်းခွင်တွင် အလုပ်ဝင်လုပ်ရင်း တစ်ဖက်မှလည်း လေ့လာဆည်းပူးနေခဲ့ကြသည်ကို တက္ကသိုလ်နီးချင်းများ ဖြစ်၍ တွေ့မြင်နေရသည်။ ထိုအမျိုးသမီးများသည် တစ်နေ့တခြား ထင်ပေါ် ကျော်ကြားကာ နိုင်ငံတော်၏အကျိုး၊ မိမိဌာန၏အကျိုး၊ မိမိတို့မိသားစု၏ အကျိုးများကို အောင်အောင်မြင်မြင် ထမ်းဆောင်နေနိုင်ကြပြီ ဖြစ်သည်။ အစောပိုင်းခေတ်က အမျိုးသမီးများကို ခန့်အပ်ခြင်းမရှိသော အရာအထူး များကို မကြာလှသေးသောကာလမှစ၍ ခန့်အပ်ပေးပြီဖြစ်ရာ၊ လျှမ်းလျှမ်း တောက် ကျော်ကြားသော အမျိုးသမီးများအဖြစ်သို့ ရောက်ခဲ့ကြပြီဖြစ်သည်။ အင်မတန်စာတော်သည်ဆိုသော အမျိုးသမီး၏အကြောင်းကို မကြားရသည် မှာ ကြာခဲ့ပြီဖြစ်သည်။ ဥပဒေသအဖြစ် ပြောရပါလျှင် လျှောက်လှမ်းနေသူ သည် ခရီးရောက်တတ်သည်။ ရပ်နေသူသည် ခရီးလည်းမရောက်၊ ပြီး ပြည့်စုံခြင်းကိုလည်း မရ၊ လူမသိသူမသိဖြင့် ဘဝကိုကုန်ဆုံးရတတ်သည်။ နမြောစရာကောင်းလှသည်။ သူ့ကို လုပ်စာနှင့်လောက်အောင် သုံးနိုင်မည် မဟုတ်သဖြင့် အလုပ်မလုပ်ခိုင်းဘူးဟုဆိုသည့် ခင်ပွန်းသည်မှာလည်း ဆုံးပါး သွားပြီဖြစ်သည့်ပြင် အသက်ရှင်စဉ်က လက်ဖွာဖွာဖြင့် သုံးတတ်ခဲ့သဖြင့် ဆုံးပါးချိန်တွင် လက်ကျန်ပစ္စည်းမှာ ပြန်၍ဆပ်ပေးရမည့်အကြွေးများသာ ဖြစ်သည်။

အလုပ်ခွင်ဆိုသည်မှာ ကိုယ်ကပေးရသလို ကိုယ်ကပြန်ရနိုင်သည့် အတွေ့အကြုံတွေကလည်း အများကြီးရှိသည်။ အခက်အခဲ အတားအဆီး တို့ကလည်း ပုံစံအမျိုးမျိုးနှင့်ရှိမည်။ ထိုသို့သောအခက်အခဲများကို ကျော် လွှားရန် ကြိုးစားရင်း ကိုယ်သိထားသည်ထက်၊ တတ်ထားသည်ထက် ပိုမိုမြင့်မားသည့် အသိအလိမ္မာဉာဏ်ပညာများကို ရယူပိုင်ဆိုင်လာနိုင်ခွင့် များလှသည်။ မိမိကိုယ်ကိုလည်း ယုံကြည်စိတ်ပိုမိုထားနိုင်လာသလို၊ ဇီဇာ ကြောင်သည့်အကျင့်၊ သူများကိုအပြစ်ရှာချင်သည့် စိတ်ထား၊ သူများအပေါ် စုံပစ်ပြီးမိုခိုချင်သည့် အလေ့အထများ ပပျောက်သွားမည်ဖြစ်သည်။ လုံးဝ မပျောက်သည့်တိုင် သင့်တင့်ပြေပြစ်အောင် ပေါင်းသင်းသည့်နည်းကို ကိုယ့် ဘာသာကိုယ် ရှာ၍တွေ့နိုင်မည် ဖြစ်သည်။

၁-၃။ လုပ်ငန်းခွင်တွင် အောင်မြင်လိုသူများအတွက် ဆွေးနွေးအားပေးချက်များ

လုပ်ငန်းခွင်တွင် အောင်မြင်သူဖြစ်လိုလျှင်–

လုပ်ငန်းခွင်ဝင်ရာတွင် သယ်ယူသွားသင့်သည့် အဆောင်များများကို တင်ပြလိုက်ပါသည်။

၁။ လွတ်လပ်ပေါ့ပါးသော စိတ်ထား (အပြစ်ကင်းစင်၍ လောကဓံကို မိမိ၏သီလ၊ သမာဓိအားကိုးဖြင့် ရင်ဆိုင်နိုင်သည့်စိတ်ထား) လုပ်ငန်းခွင်သို့ ဝင်ကြမည့်သူများတွင် အချို့သည် စားနိုင်သောက်နိုင်သည်။ သုံးနိုင် ဖြုန်းနိုင်သည်။ ထိုသို့ပြည့်စုံခြင်းကို အားကိုးကာ မာန်မာနမတက်အောင် သတိထားကာ စိတ်ကိုပေါ့ပါး လွတ်လပ်နေစေချင်ပါသည်။ "ငါက ဘွဲ့လည်း အကြီးကြီးရထားတယ်၊ စားနိုင် သောက်နိုင်တယ်၊ အသိုက်အဝန်းကလည်း ကြီးတယ်၊ ငါ့ကို ထိုက်တန်တဲ့ နေရာကို မပေးဘူးဆိုရင် ချက်ချင်းပြန်ထွက်ခဲ့မယ်။ ဆက်ဆံရတဲ့သူများကလည်း ငါ့ကိုပြိုင်နိုင်မယ့်သူများ မဟုတ်။ ပြိုင်သလိုလို၊ ဂရုမစိုက်သလိုလို လုပ်ကြည့်ရင်လည်း သိစေရမယ်" ဟုဆိုသူသည် သူ၏စိတ်ထဲမှကိန်းနေသောမာန်မာန၊ သူများအပေါ်တွင်ထားသော အာဃာတတို့ကြောင့် လွတ်လပ်ပေါ့ပါးမည် မဟုတ်ချေ။

၂။ အရေးကြီးသည်မှာ မိမိသည်အဆောင်အယောင်များ မပါသည့်တိုင် လူသူအများ၏ လေးစားချစ်ခင်ခြင်းကို ခံယူရမည့် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး၊ စိတ်ကောင်းနှလုံးကောင်းဖြင့် ပြည့်စုံနေရမည်ဖြစ်သည်။ မိမိ၏နေတတ်ထိုင်တတ်မှု၊ မိမိကိုယ်ကိုနှိမ့်ချ၍ မင်္ဂလာသုတ်တော်လာ ဂါရဝ နိဝါတ တရားဖြင့် ပြည့်စုံသူဖြစ်ခဲ့လျှင် ထိုရှိရင်းစွဲဂုဏ်တွင် နေတတ်ထိုင်တတ်ခြင်းကြောင့် ပိုမိုဂုဏ်တက်လာနိုင်သည်။ လုပ်ငန်းခွင်တွင် လူချစ်လူခင်များလာနိုင်သည်။ အမည်နာမ ထုတ်ဖော် မပြောသင့်သဖြင့် မပြောသော်လည်း ယခုထက်တိုင် လူချစ်

လူခင်များလှသော အမျိုးသမီးကြီးတစ်ယောက်ကို သတိရမိသည်။ အရာအထူးကြီးမားသူ၏ ဇနီးမယားဖြစ်သော်လည်း လုပ်ငန်းခွင်တွင် နည်းနည်းကလေးမျှ မမောက်မာဘဲ၊ တာဝန်ဟူသမျှကို အများနှင့်အတူ ဝိုင်းကူလုပ်သည်။ ဆရာ ဆရာမများကို လေးလေးစားစား ဆက်ဆံသည်။ သူက အသက်ရောဝါပါကြီးသည့်တိုင် ဆရာမများကို အမည်ရှေ့တွင် 'မမ'ဟူသော ဝိသေသနထည့်၍ ခေါ်တတ်သည်။ ဆင်းရဲသူများကို ချော့ချော့မော့မော့ဖြင့် သူ့ကူညီငွေကို လက်ခံရန်ပြော၍ အကူအညီပေးတတ်သည်။ သူသည် အမြဲပင် ပြုံးနေတတ်သည်။ လွတ်လပ်ပေါ့ပါးသူသည် ပြုံးနိုင်ရမည်မှာ သေချာသည်။ နောက်တစ်ယောက်မှာ သူ့လောက်အဆင့်မမြင့်၊ သို့သော် ဆက်ဆံပုံမှာ ရင့်လှသည်။ သူကတွေ့ချင်သော် သူက လာမည့်အစား သူ့ထက်ပညာတတ်သူများကို အမည်ခေါ်ကာ လက်ညှိုးကို ကွေးချည်ဆန့်ချည်လုပ်ကာ သူ့ဆီကိုခေါ်ယူသည်။ သူ့တစ်ကိုယ်လုံးမှာ လေးလံနေသည်။ အကြောင်းမှာ လုပ်ယူထားရသော ဟန်များ မာန်များကြောင့်ဖြစ်သည်။ အမှန်ဆိုလျှင် ရိုးရိုးသားသား နေထိုင်ပြောဆိုခြင်းဖြင့် သူ့အသက်၊ သူ့ဝါ၊ သူ့ဟိတ်ကြောင့် ချစ်ခင်ချဉ်းကပ်မည့်သူ များမည်မှာသေချာသည်။ ခေတ္တအားဖြင့်တော့ ကပ်ကြပါသည်။ နောက်ပိုင်းတွင် ရှိလေသည်ဟု မထင်တော့ချေ။ လုပ်ငန်းခွင်ဆိုသည်မှာ ကိုယ်ပိုင်အစွမ်းအစဖြင့်သာ နေပျော်သောနေရာဖြစ်သည်။ ဟိတ်ကြောင့် ပျော်စရာကောင်းနေသည်ဟုဆိုလျှင် ဟိတ်မရှိသည့်အခါ ခြောက်သွေ့ခြင်းမက ခြောက်သွေ့သွားတတ်သည်။ မိမိဘာသာမိမိ အရည်အသွေးပြည့်အောင်၊ အနှောင်အဖွဲ့မှ လွတ်လပ်သောသူဖြစ်အောင် နေတတ်ခဲ့သော် မည်သည့်ပြောင်းလဲမှုနှင့် ကြုံရသည်ဖြစ်စေ ကျက်သရေရှိမြဲ ရှိမည်ဖြစ်သည်။

လေးနက်တည်ကြည်သော ဦးတည်ချက် လေးနက်ခြင်းသည် လေးလံခြင်း မဟုတ်ပါ။ ပေါ့တန်ခြင်းမရှိသော မည်သည့်အရာကိုမဆို

ရဲရဲရင့်ရင့် တည်တည်ကြည်ကြည် ရင်ဆိုင်မည့် ပြတ်သားသော ဦးတည်ချက်ရှိသူသည် မည်သည့်လုပ်ငန်းခွင်တွင်မဆို လေးစား ခင်မင်သူလည်း ပေါတတ်သည်။ လုပ်ငန်းခွင်တွင် အောင်အောင် မြင်မြင်လည်း ဖြစ်တတ်သည်။

၃။ အချို့သောသူများမှာ လုပ်ငန်းခွင်ကို ဝင်လာသည်မှာ အိမ်မှာပျင်းလို့ လာပြီးအလုပ်လုပ်တာ၊ အိမ်မှာက ပြည့်စုံတယ်။ အဲသည်တော့ အတွေ့အကြုံသစ်ကိုရအောင် အလုပ်ခွင်လာပြီးလုပ်တာဟု ကြွေးကြော်ကာ အလုပ်ခွင်သို့ ဝင်လာတတ်သည်။ အလုပ်ခွင်သည် သူ၏ နေရာမဟုတ်ကြောင်းကို သူ့ဘာသာသူ ကြေညာပြီးဖြစ်သွားပြီ။ သူသည် သူကြေညာထားသည့်အတိုင်းပင် လုပ်ငန်းခွင်မှ တာဝန်များကိုလည်း ဂရုစိုက်လှခြင်းမရှိ။ လူအများနှင့်သင့်တင့်သော်လည်း လေးလေးမြတ်မြတ် ခင်ခင်မင်မင်ရှိလှသည် မဟုတ်ချေ။ အလုပ်ကို ရော လုပ်ငန်းခွင်မှ ပရိသတ်ကိုရော ဂရုမစိုက်ဘဲနေသောသူသည် ခင်ပွန်းသည်၏လုပ်ငန်းက သူ့ခေတ်နှင့်သူ ကောင်းသောကြောင့် ဝင်ငွေကောင်းနေချိန်ဖြစ်သဖြင့် ခပ်မင့်မင့်နေတတ်သည်။ ထိုအမျိုး သမီးသည် လုပ်ငန်းခွင်တွင် နယ်ပြောင်းရမည်ဆိုသည်နှင့် အလုပ် ထွက်သွားခဲ့သည်။ ခင်ပွန်းသည်၏အလုပ်သည် ကောင်းဆဲဖြစ်နိုင် သော်လည်း ခမ်းခမ်းနားနား ဆိုင်ကြီးကန္တားကြီး ဖွင့်လှစ်နိုင်သည် မဟုတ်ချေ။ စာရေးသူသည် မည်သည့်အလုပ်ကို လုပ်သည်ဖြစ်စေ ကောင်းသည် ဆိုးသည်တို့ကို တည်ကြည်ဖြောင့်မှန်စွာ ရင်ဆိုင်၍ ထက်ထက်မြက်မြက် ထူးထူးချွန်ချွန်လုပ်သူ များလာစေချင်သည်။ ကောင်းမည်ဆိုလျှင် လုပ်မည်၊ စွန့်လွှတ်ရမည်ဆိုလျှင် မလုပ်တော့ ဟု ဆိုသောသူများသည် ရေရှည်တွင် တိုးတက်ကြီးပွားလာခြင်း မရှိတတ်ချေ။

၄။ ကောင်းမြတ်သော စေတနာ စိတ်ကောင်းဖြင့် လုပ်ငန်းခွင်သို့ ဝင် လိုက်စေချင်ပါသည်။

လုပ်ငန်းခွင်သည် မိမိအတွက် နယ်မြေသစ်ဖြစ်သည်။ မည်သို့သော

မြေမျိုးမှန်းလည်း မသိရ။ မည်သည့်လူမျိုးတွေ ကျက်စားနေသည်ဟုလည်း မသိရချေ။ သို့သော် လူတိုင်း လူဆိုးများမဟုတ်သည်မှာ သေချာသည်။ လူဆိုးဟု သတ်မှတ်ခံရသူများ ဆိုလျှင်တောင်မှ တကယ်ဆိုးသူများ မဟုတ်နိုင်ချေ။ ထို့ကြောင့် တစ်ယောက်ယောက်က လုပ်ငန်းခွင်မှ ဘော့စ်သည် မည်သို့ဆိုးကြောင်း၊ သူ၏ပတ်ဝန်းကျင်တွင် မည်မျှနှိပ်စက်တတ်ကြောင်း စသည့်စကားများကို ပြောလာသည့်တိုင် စိတ်မပူကြစေချင်ပါ။ စာရေးသူလည်း လုပ်ငန်းခွင်ဝင်ခါနီးက ကြားဖူးခဲ့ပါသည်။ တကယ်တမ်း လုပ်ငန်းခွင်ထဲသို့ ရောက်သည့်အချိန်တွင် မိမိ၏တာဝန်များကို ကျေပွန်အောင် ကြိုးစား ထမ်းဆောင်နေလိုက်သဖြင့် မည်သူ၏ဒုက္ခပေးခြင်းကိုမှ မခံရချေ။တစ်နည်းပြောရသော် ဒုက္ခပေးကောင်းပေးမည်၊ သို့သော် မသိလိုက်သောကြောင့် ကောင်းသည်။ အရေးကြီးသည်မှာ လုပ်ငန်းခွင်သို့ ဝင်သည့်သူသည် လုပ်ငန်းနှင့်ပတ်သက်၍ ထူးထူးချွန်ချွန် ထက်ထက်မြက်မြက်ရှိရန် လိုသည်။ အားလုံးနှင့် အဆင်ပြေပြေ ဖြစ်ရန်သာ လိုသည်။ ကြောက်ရွံ့ထိတ်လန့်ကာ အရိုကျိုးလွန်ခြင်း၊ ကြောက်ကန်ကန်ခြင်း မလုပ်သင့်ပေ။

၅။ မိမိသယ်ဆောင်သွားသော လွတ်လပ်ပေါ့ပါးသော စိတ်ထားသည် မာန်မာန၊ လောဘ၊ ဒေါသ၊ အာဃာတတို့ဖြင့် ပူလောင်ထောင်လွှားသောစိတ် မဟုတ်သဖြင့် ကောင်းမြတ်သော အဆောင်လက်ဖွဲ့တစ်ခုဟု ဆိုနိုင်သည်။

လူအတော်များများသည် အဆောင်လက်ဖွဲ့တို့ကို ဝါသနာပါတတ်သည်။ အရေးကြီးသည်မှာ အစွမ်းထက်သော အဆောင်လက်ဖွဲ့များကိုဆောင်လိုလျှင် မိမိ၏အသိစိတ်ထဲတွင်ကိန်းနေသော မေတ္တာစိတ်၊ ကရုဏာစိတ်တို့ အားကောင်းလာရန် အရေးကြီးသည်။ မေတ္တာသုတ်ကို ရွတ်ဆိုပါ။ သို့သော် ထားမေတ္တာက အရေးကြီးသည်။ နှုတ်က ရွတ်နေရုံနှင့် မပြီး၊ စိတ်က လုပ်ငန်းခွင်တွင် ရှိနေသော လူရော နတ်ပါ သတ္တဝါအပေါင်းကို ကောင်းစေလိုသောစိတ်က

စူးစူးစိုက်စိုက်ရှိနေဖို့ လိုသည်။ စိတ်ထဲတွင်သာ မေတ္တာထားရုံဖြင့် လည်း မပြီးချေ။ မိမိအနေဖြင့် နှုတ်၏စောင်မခြင်း၊ လက်၏စောင်မ ခြင်းတို့ဖြင့် အချင်းချင်း ကူညီမှုပေးရန် အသင့်ဖြစ်နေစေသင့်သည်။

ယခုဆက်လက် ဖတ်ရှုရမည့် အကြောင်းအရာတို့မှာ လေးနက်သော် လည်း ဖတ်ရသည်မှာ လွယ်ကူသဖြင့် ထူး၍ရှင်းပြရန်မလိုပါ။ သတိထား၍ ဖတ်ရှုရန်သာ လိုပါသည်။

၆။ လေးနက်တည်ကြည်သော ဦးတည်ချက်ဆိုသည်မှာ ဘဝတိုတိုတွင် အရသာချိုချို အနှစ်ပြည့်ပြည့်ဖြင့် နေလိုသူတို့၏ စိတ်နေသဘာဝ ဖြစ်သည်။ အချိန်ဟူသမျှ အသုံးကျစေရမည်ဟူသော စိတ်ထား ဖြစ်သည်။

၇။ ထိုစိတ်သည်လည်း လုပ်ငန်းခွင်တွင် အောင်မြင်ရန်အတွက် အကောင်း ဆုံး အဆောင်လက်ဖွဲ့ဖြစ်နေပြန်သည်။

၈။ စေတနာစိတ်ကောင်းသည် ထိုစိတ်ကို ပိုင်ဆိုင်သူကို စေတစ်လုံး ပိုင်ရှင် ဖြစ်စေသည်။

၉။ ကံကောင်းသူ ကောင်းမှုရှိသူသည် လိုချင်သည်ကို ရအောင်ယူနိုင် မည်မှာ သေချာသည်။

၁၀။ မြတ်စွာဘုရားရှင်က စေတနာသည် ကံဟု မိန့်တော်မူခဲ့သည်။ ထို့ကြောင့် စေတနာကောင်းကို စိတ်တွင်းတွင် အားကောင်းသည် ထက် ကောင်းအောင်မွေး၍ အောင်ပန်းကိုဆွတ်ခူးနိုင်ရန် လုပ်ငန်း ခွင်ကို ဝင်လိုက်ပါ။

၁၁။ မိမိလုပ်ရမည့်အလုပ်ကို ကောင်းစွာနားလည် သဘောပေါက်သူ၊ ကျွမ်းကျင်သူ ဖြစ်ရပါမည်။

၁၂။ ထိုကဲ့သို့သော အရည်အချင်းနှင့် ပြည့်စုံရန်မှာ တွေဝေမနေဘဲ ညည်းညူဖင့်နွဲ့မနေဘဲ လုပ်ရမည့်အလုပ်ကို ချစ်ခင်စွာ နှစ်ခြိုက် သဘောကျစွာ စိတ်ပါဝင်စားစွာ လုပ်နေသူဖြစ်ရန် လိုအပ်ပါသည်။

၁၃။ လုပ်ငန်းခွင်တွင် အောင်မြင်ချင်သည့်သူသည် ရပ်တန့်နေသူ မဖြစ် စေသင့်ပေ။

အထက်ပါစာသားများကိုဖတ်ပြီးလျှင် မလွယ်လိုက်တာဟု ငြူစူစွာ တွေးမိသူများ ရှိနိုင်ပါသည်။ စာရေးသူကလည်း ပြောချင်သည်။ အထက်ပါ အရည်အချင်းများသည် မိမိကိုယ်ကိုထိန်းသိမ်းသူများ ဆောက်တည်သူများမှသာ ရှိနိုင်သောအရည်အချင်းများ ဖြစ်သည်။ မိမိကိုယ်ကို မထိန်းသိမ်းနိုင်လျှင် အဖိုးတန်သောအရာများ၊ မြင့်မားသောအဆင့်များနှင့် ဝေးမြဲပင် ဝေးနေဦးမည်ဖြစ်သည်။ မှန်မှန်ကန်ကန်နည်းဖြင့် မဟုတ်ဘဲ ဟုန်းဟုန်းတောက် တက်ချင်သူများအတွက် နည်းလမ်းများသည် ဤစာအုပ်တွင် မပါနိုင်ချေ။

စိုင်ကော်၍ ချုံပေါ်ရောက်သူများသည် ဒဏ်ရာကင်းကင်းနှင့် ရောက်သူ နည်းပါသည်။ ချုံပေါ်ရောက်စတွင် ကံကောင်းလိုက်တာ ဘာမှမဖြစ်ဟု ပြောနိုင်မည်ဖြစ်သော်လည်း ချုံပေါ်မှ လျှောကျချိန်တွင် အထိနာတတ်သည်။ သဘာဝကျကျ တိုးတက်သည်မှာ နှေးသော်လည်း တည်ငြိမ်ခိုင်ခံ့ပါသည်။

လူအများစုသည် အလုပ်ခွင်တစ်ခုသို့ ဝင်ရပြီဆိုသည်နှင့် ရာထူး အမြန်တက်တက်ချင်သည်။ သူတို့စိတ် သူတို့အင်အားကိုမူ တိုးတက်အောင် မွေးမြူလေ့ကျင့်ခြင်းလည်း မပြုတတ်ပေ။ ငါက ဘွဲ့ရပဲ၊ ငါ့ဘွဲ့မျိုး ပတ်ဝန်းကျင်တွင် ရထားသူမရှိ၊ ငါအလုပ်လုပ်သည့် လုပ်ငန်းခွင်တွင်လည်း ငါ လောက် ဘွဲ့ကြီးကြီးရထားသူလည်း မရှိ။ ငါ့လောက် လုပ်တတ်သူမရှိဟု တွေးတတ်သည်။ အလုပ်ကို ထုံ့ပိုင်းထုံ့ပိုင်းဖြင့် အလုပ်ပြရုံသာ လုပ်တတ်သည်။ အားမထုတ်ဘဲ ခပ်ဆိုင်းဆိုင်းလုပ်တတ်ကြသူလည်း များသည်။ လုပ်ငန်းခွင်ဆိုတာ အိမ်မပြန်ခင်မှာ ပေးထားသည့်လုပ်ငန်းကလေးများကို လုပ်မည်။ အချိန်မကုန်ခင်မှာ အထက်ကလူကြီးက ပြီးအောင်လုပ်၊ ပြီး ဘယ်အချိန်မှာ ပြန်တင်ဟုပြောထားသည့် အလုပ်မဟုတ်လျှင် အလုပ်ပြရုံ လောက်သာ လုပ်တတ်ကြသည်။ အချိန်ရအောင်ယူပြီး စားသောက်တန်းသို့ သွားမည်၊ စကားပြောမည်၊ အိမ်ပြန်ချိန်နီးလာသည်နှင့် အချိန်မတိုင်ခင် အိမ်ပြန်ရန် ပြင်နေတတ်ကြသည့်သူလည်း များသည်။ လုပ်ငန်းခွင်များမှာ အလုပ်ကိုသင်ယူရင်း ပိုမိုသိနားလည်အောင် မိမိဘာသာမိမိ အားထည့်ကာ ကြိုးစားနေသည့်သူ များလာလျှင် တိုးတက်လာမည်ဖြစ်သည်။ များသော အားဖြင့် အလုပ်ကို အမှန်တကယ်ကြိုးစားလုပ်ကိုင်သူဦးရေထက် အလုပ် လုပ်ပြတမ်း ကစားနေသည့်ဦးရေက များနေပါသည်။ ထိုသို့သောလူများ

အရေအတွက်များလာလျှင် လုပ်ငန်းခွင်ကိုသာ ထိခိုက်စေနိုင်သည်မဟုတ်၊ ထိုသို့အနေမှားသူများအတွက်လည်း များစွာထိခိုက်မည်မှာ သေချာပါသည်။ ကြာလေလေထိခိုက်မှု၏ဒဏ်ကို သိသိသာသာခံရလေ ဖြစ်တတ်သည်။

မည်သည့်အလုပ်မျိုးကိုမဆို ထက်သန်သောစိတ်ထားဖြင့် ကြိုးစား လုပ်ဆောင်ရပါမည်။ အလုပ်လုပ်သည့်အခါ သူများလည်း သည်လောက်ပဲ လုပ်တာပဲဟု အများနဲ့တန်းညှိပြီး လုပ်ရိုးလုပ်စဉ်လောက်သာ လုပ်တတ် သည့်သူ မဖြစ်ပါစေနှင့်။ ထက်မြက်သည့်သူ၊ ထူးထူးခြားခြား အစွမ်းပြချင် သည့်သူများသည် လုပ်ငန်းတူလုပ်နေသူများထက်ပိုပြီး ထူးခြားစွာ ဝီရိယ ထားပြီး ကြိုးစားလုပ်ဆောင်ရပါမည်။ အလုပ်ကို ရသည့်လခနှင့် ရာထူး အဆင့်အတန်းနှင့်တွက်ပြီး မလုပ်ပါနှင့်။ ကောင်းကောင်းမချီးမြှောက်လျှင် တတ်သလောက် မလုပ်နိုင်ဘူးဟု ပြောတတ်သည့်သူ၊ ခံယူတတ်သည့်သူ များသည် မကြီးပွားတတ်ကြချေ။ မထင်ရှား မကျော်ကြားတတ်ချေ။

၁၄။ အလုပ်ကို မည်မျှလောက်အထိ ကြိုးစား လုပ်ဆောင်နေရသည့် အကြောင်းကို သူများမသိစေသင့်ချေ။ ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် ပိုတော် အောင်၊ ပိုတတ်အောင် မည်သို့သောစာများကို ဖတ်သည်။ မည်သို့ လေ့ကျင့်သည်ဆိုသည်တို့ကို အများက မသိစေသင့်ချေ။ တစ်နည်း ဆိုရသော် မပြစားသင့်ချေ။ ပွင့်ပွင့်လင်းလင်းသိအောင် နေထိုင်လုပ် ကိုင်ပါက ကြွားသည်၊ ဘဝင်သမားကြီးဖြစ်သည်။ စိတ်ဓာတ်ကျ အောင် လုပ်လိုက်ဦးမည်ဆိုသော အနှောင့်အယှက်များနှင့် ကြုံတွေ့ရ တတ်သည်။ အောင်မြင်သည့်သူဖြစ်လာသည့်တိုင်အောင် မချိမဆန့် သေကောင်ပေါင်းလဲကြိုးစားမှ ဒီလိုနေရာရောက်တာပါကွာ၊ မလွမ်း လောက်ပါဘူးဟု ပြောကြဦးမည်။ မည်မျှပင် ဂရုမစိုက်ပါဘူးဟု ပြောသည့်တိုင် ကြားရသည်လည်း မသက်သာ၊ စိတ်လည်း မသက်မသာ ဖြစ်နိုင်သည်။

၁၅။ လူတိုင်းတွင် ရည်မှန်းချက်ကိုယ်စီ ရှိတတ်ကြသည်။ ထိုရည်မှန်း ချက်ကို လူသူလေးပါး မသိအောင် နေသည့်တိုင် သရော်သလိုလို နိုင်စားသလိုလို လုပ်တတ်ကြသည့်သူများ နေရာတကာမှာ ရှိတတ်

သည်။ မတုန်လှုပ်အောင် စိတ်ကိုထိန်းထားပါ။ မတုန်လှုပ်ဘဲ နေတတ်ရန်ကလည်း ဆောက်တည်ရသည်။ အရေးကြီးသည်မှာ တည်တည်ငြိမ်ငြိမ်နှင့် ကျွမ်းကျင်လိမ္မာသည့် မျက်နှာနေမျက်နှာထား ရှိရပါမည်။ ထောင်လွှားသည်ပုံစံ မပေါက်အောင် မိမိစိတ်ကိုမိမိ တည်ငြိမ်သိမ်မွေ့သည့် အနေအထားရအောင် ထိန်းနိုင်ရပါမည်။ နေ့စဉ် လုပ်ရမယ့်လုပ်ငန်းစဉ်ထဲတွင် စိတ်ဝင်စားပြီး ရည်မှန်းချက်ကို စူးစိုက်သည့်စိတ်ဖြင့် အလုပ်လုပ်ရင်း လုပ်ငန်းခွင် အတွေ့ အကြုံကြောင့် သိစရာ တတ်စရာများကို တတ်လာသိလာသည့်အခါတွင် စိတ်က ပိုမိုတည်ကြည်ငြိမ်သက်လာပါလိမ့်မည်။ ရင့်ကျက်ခြင်း၊ ဟန်ချက်ညီခြင်းဆိုသည်မှာ အတွေ့အကြုံပေါ်တွင် အခြေပြုပြီး ပေါ်ပေါက်လာရခြင်းဖြစ်သည်။

၁၆။ မိမိသည် တွေဝေနေသူမဟုတ်၊ လုပ်သင့်သည့်အလုပ် ဆည်းပူးသင့်သည့် ပညာ၊ ဆောင်ရွက်သင့်သည့် လုပ်ငန်းများကို ဆည်းပူးရင်း တက်တက်ကြွကြွ အလုပ်လုပ်ခြင်းသည် ကိုယ်ပိုင်အကျင့် ဖြစ်လာသည့်တိုင်အောင် ကျင့်ပြီးနေရမည် ဖြစ်သည်။

၁၇။ မိမိအလုပ်လုပ်နေသည်ကို သိသင့်သိထိုက်သည့်သူများက သိအောင် လုပ်ရန်လိုသည်ဟုဆိုသော်လည်း လူအများ အထူးသဖြင့် မစနိုင်သူများ သိဖို့ရန် ပဓာနဦးတည်ချက်အနေဖြင့် ထားပြီးမလုပ်ရ။ မိမိအလုပ်ကို မိမိစိတ်ပါဝင်စားစွာ လုပ်ကိုင်ရင်း အလုပ်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသည့် ကျော်စောသတင်းကြောင့် ပတ်ဝန်းကျင်မှလူများ မသိလျှင် မဖြစ်လောက်အောင် ပေါက်မြောက်အောင် လုပ်ရန်သာလိုသည်။ အတိုချုပ်ပြောရလျှင် လူသိအောင် မကြော်ညာဘဲ အလိုအလျောက် အလုပ်ကြောင့် ပေါက်မြောက်သည့်အစွမ်းအစမျိုး ထက်မြက်လာအောင် လုပ်ရန်သာ လိုပါသည်။

၁၈။ ကျော်စောသတင်းကဖြင့် အတော်အတန်တောင်မှ ကြီးနေပြီ၊ သို့သော် အချင်းချင်းဂုဏ်ယူကာ ကူညီကြရမည့်အစား ကဖျက်ယဖျက် လုပ်ပြီး ရပ်ဆိုင်းသွားအောင်လုပ်သည်ကို ခံရလျှင်လည်း အလုပ်

လုပ်နေသည့်အရှိန်ကို ရပ်မပစ်ပါနှင့်။ လောကတွင် လျစ်လျူရှုတတ်သည့်သူများကိုချည်း တွေ့နေရမည်မဟုတ်ချေ။ လျစ်လျူရှုတတ်သည့်သူကလည်း မိမိ၏အနီးတွင် အမြဲရှိနေချင်မှနေမည်။ မိမိ၏အလုပ်သည် လုပ်လေလေ ပီပြင်လေလေဖြစ်မည်မှာ သေချာသည်။ မိမိအလုပ်က ပီပြင်လေလေ မိမိမှာ ကိုယ်ပိုင်အလင်းရလာလေလေပင်။

၁၉။ တိုးတက်ချင်သည့်သူများသည် လုပ်ငန်းခွင်၌ မိမိတို့လုပ်နေကျတာဝန်ဝတ္တရားများကိုသာမက လုပ်နေကျအလုပ်ထက် ပိုမိုသည့်အစွမ်းအစကို ပြသနိုင်ဖို့လည်း ကြိုးစားကြရပါမည်ဟု မှတ်သားရဖူးသည်။ ကိုယ်တိုင်လည်း လိုက်နာလုပ်ကိုင်ခဲ့ဖူးသည်။ တစ်နေ့လာလည်း ခိုင်းတာကို ပြီးအောင်လုပ်ပြီးလျှင် ပြီးရောဆိုသည့်အချိုးဖြင့် အလုပ်လုပ်ခြင်းမျိုးမဟုတ်ဘဲ လုပ်ငန်းခွင်နှင့်ပတ်သက်သည့် တိုးတက်ရာ တိုးတက်ကြောင်းများကို လုပ်ဆောင်နိုင်မှသာ လူအများကြီးထဲမှ ပေါ်လွင်ထင်ရှားသူတစ်ယောက်ဖြစ်လာနိုင်မည်။ သို့သော် မိမိ၏တိုးတက်မှု ထင်ပေါ်ကျော်ကြားမှုများသည် မိမိ၏အတ္တအင်အား၊ မိမိအကျိုးစီးပွားတိုးတက်မှုအတွက်သာ ရည်ရွယ်သည်ဆိုပါက တစ်ကွေ့မှာ ခြေချော်ကျတာမျိုးလည်း ဖြစ်နိုင်ချေရှိသေးသည်။ မိမိလုပ်ဆောင်သမျှသည် မိမိအကျိုးစီးပွား တက်လာသည်နှင့်အမျှ မိမိ၏လူမှုပတ်ဝန်းကျင်၊ မိမိ၏လုပ်ငန်းပတ်ဝန်းကျင်များကို တစ်ပါတည်းတက်လာအောင် ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်ရန် လိုအပ်သည်။

လူအများစုသည် ရာထူးတက်ဖို့ ချီးမြှင့်မြှောက်စားခြင်းခံရဖို့ကို ဦးတည်ချက်ထားပြီး လုပ်တတ်ကြသည်။ ထိုကဲ့သို့သောလူများသည် နေရာကောင်းမရသေးလျှင် သေချင်မတတ် စိတ်ဆင်းရဲရတတ်သည်။ အမှန်ဆိုသော် အလုပ်ကို နှစ်နှစ်ကာကာ မြတ်နိုးသည့်စိတ်ဖြင့် ကြိုးစားလုပ်ဆောင်နေတတ်သည့်သူသည် မလွဲမသွေ နေရာရလာတတ်သည်။ မယုံမရှိပါနှင့် သာဓကများစွာရှိပါသည်။

အလုပ်လုပ်ခြင်းသည် အသိပညာများ ထပ်၍တိုးပွားလာနိုင်ခွင့်ကို ပွင့်လန်းစေသည်။ လူ့ဘဝ၏အကြောင်းကို ပိုမိုသိမြင်နိုင်သည်။ အတုယူရမည့်သူများ၊ အတုမယူသင့်သည့်သူများစသည်ဖြင့် လူအမျိုးမျိုးထံမှ ပညာများကို ရနိုင်သည်။ အများ၏အကျိုးကို ဆောင်နိုင်သဖြင့် စိတ်အားတက်ကြွလာနိုင်သည်။ ပိုမိုနိုးကြားသောစိတ်ဓာတ် ဖွံ့ဖြိုးလာနိုင်သည်။

လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်သည်ကို မနှောင့်နှေးဘဲ မှန်ကန်သော စိတ်ရင်းစေတနာထားကာ လုပ်တတ်သည့်အကျင့်ရှိရမည်။ မည်သည့်အလုပ်ကိုမဆို အကောင်းဆုံးလုပ်နိုင်ဖို့သာ လိုသည်ဆိုသည့်အချက်ကို ကောင်းစွာသိလာပါလိမ့်မည်။ အလုပ်အပေါ်တွင် စေတနာထားလှချည့်ဆိုသည့်စိတ် မရှိဘဲ၊ ပို၍ပို၍ အထက်တက်ဖို့ ကြိုးစားနေရင်း သတိလက်လွတ်မိပါက ခြေချော်၍ကျသွားလျှင် ခြေမကိုင်မိလက်မကိုင်မိဖြစ်ကာ ချောက်ထဲကျသွားတတ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ကိုယ့်စိတ်ကိုထိန်းပြီး အချိန်ရှိနေစဉ်တွင် စေတနာကောင်းထားကာ ကောင်းသည့်အလုပ်များကို လုပ်နိုင်ဖို့ ဆက်လက်ကြိုးစားကြရမည်သာ ဖြစ်သည်။

ထိုသို့ ဘဝခရီးတစ်လျှောက်မှာရော၊ လုပ်ငန်းခွင်မှာပါ အောင်မြင်ပျော်ရွှင်သည့် လူသားတစ်ယောက် ဖြစ်လာရန်ကိုစွမှာ လုပ်သင့်သည့်အလုပ်ကို ကြိုးစားပမ်းစားမလုပ်လျှင်လည်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ တို့တစ်တွေတော့ သက်သက်သာသာနေရင်း ပျော်နေတာပါပဲဟု ပြောတတ်သူများလည်းရှိပါမည်။ သို့သော် စကားမဆုံးခင် မျက်ရည်ချောင်းစီးသည့်အဖြစ်နှင့် ကြုံကြရတတ်သည်။ ထို့ကြောင့် လုပ်ရမည့်အလုပ်ကို တွန့်ရွံ့ရရ အောင်အောင်မြင်မြင် လုပ်ဆောင်နိုင်ရန် စိတ်အား ကိုယ်အား စုစည်းထားဖို့ လိုအပ်ပါသည်။

၂။ စိတ်အင်အား တိုးပွားစေသော စကားများ

ခရီးတစ်သောင်း၏ အောင်မြင်မှုသော့ချက်သည် ပထမခြေလှမ်းထဲတွင် ရှိသည်။ "မည်သည့်ကိစ္စဖြင့် လုပ်ရဦးမည်။ မည်သည့်လမ်းဖြင့် လျှောက် လှမ်းရဦးမည်ဟု တွေးလိုက်၊ ပြောလိုက်ဖြင့် တကယ်တမ်းမလုပ်ဖြစ်သေးဘူး" ဆိုသည့်သူများ၏ အရေအတွက်များတတ်သည်။ လူတိုင်းလူတိုင်း ကြီးပွား ချင် စိတ်ရှိသည်မှာ သဘာဝကျသည်။

အမှန်တကယ်ကြီးပွားချင်သူများ၏ စိတ်ဓာတ်မှာ ခရီးတစ်သောင်း ဟုတင်စားသော ဝေးလံသည့်ခရီးကို သွားရသည်ဖြစ်စေ ငါ့ပန်းတိုင်မှာငါ ဆွတ်ခူးရမည့်အောင်ပန်းကို ငါရအောင်ခူးဆွတ်နိုင်ရမည်ဟု စိတ်ဓာတ်ပြင်း ထန်စွာ သန္နိဋ္ဌာန်ချလိုက်နိုင်ပြီဟုဆိုလျှင် ထိုကဲ့သို့သော သန္နိဋ္ဌာန်များကို လည်း သတိမေ့လျော့ခြင်းမရှိဘဲ လေးလေးစားစား ထပ်ကာထပ်ကာ ချမှတ် ကာ ခြေတစ်လှမ်းပြီးတစ်လှမ်း မှန်မှန်လျှောက်လှမ်းသွားမည် ဖြစ်သည်။

ပထမဆုံးခြေလှမ်းကို မလှမ်းဘဲ ကျော်၍ကြည့်ကာ သြော်- ငါ့ ပန်းတိုင်က အဝေးကြီးမှာရှိနေသေးတာပဲဟု မျှော်တွေးနေလျှင် ခရီးဆုံးကို ရောက်နိုင်တော့မည် မဟုတ်ချေ။ ပထမခြေလှမ်းပြီး၊ နောက်တစ်လှမ်း၊ နောက်ထပ်တစ်လှမ်းစသည်ဖြင့် မှန်မှန်လှမ်းပြီး သွားနိုင်လျှင် အောင်မြင်ဖို့ နီးပြီဖြစ်သည်။ လမ်းမှာ မအိပ်မနေ သွားလိုက်၊ ပင်ပန်းလွန်းလို့ ထိုးအိပ် လိုက်၊ ပြေးသွားလိုက် မောလွန်းလို့ လှဲနေလိုက်ဖြင့် ထုံ့ပိုင်းထုံ့ပိုင်း မလုပ် သင့်ချေ။ မလျှော့သောဇွဲဖြင့် မှန်မှန်လှမ်းနေရမည်။ စိတ်လျှော့ကာ ထိုင်ပြီး ဖြစ်ပါ့မလားဟု တွေးနေသည့်သူများသည် ပန်းတိုင်ရောက်ရန် ခက်တတ် သည်။ မှန်မှန်လှမ်းသွားသည့်သူသည် မိမိ၏ခြေလှမ်းမှန်ဖို့ သတိထားသူ ဖြစ်ရမည်။ ပန်းတိုင်မရောက်ခင် လာလမ်းကို ပြန်ကွေ့မလာဘဲ တစိုက်မတ် မတ် သွားတတ်သူလည်း ဖြစ်ရမည်။ ဇွဲလည်းရှိသူဖြစ်လျှင် ခရီးတစ်သောင်း ဝေးသည့်နေရာမှ ပန်းတိုင်တွင် စိုက်ထားသည့်အောင်ပန်းကို ဆွတ်ခူးနိုင် မည်မှာ သေချာပါသည်။

မတွေဝေလျှင်၊ မကြောက်ရွံ့လျှင်၊ နောက်မတွန့်လျှင်၊ လိုချင်သည့် အောင်ပန်းကို ဆွတ်နိုင်မည့်သူ ဖြစ်မှာသေချာသည်။

စရည်းအိုးခွက်ကြီးစွာလျက်လည်း စဉ်ဆက်ကျများ ပြည့်သောလား သို့– စကားကို ကြားဖူးကြသူ များသည်၊ ကြားရဖန်များသဖြင့် နားဝမှာပင် ထားတတ်ကြသည်။ မြင်ဖန်များသဖြင့် ဖြစ်နေကျပဲဟု ရေလျှံနေသော အိုးစရည်းကို ကြည့်ရင်း တခြားသို့စိတ်ရောက်နေတတ်သည်။

မည်သည့်အလုပ်ကို လုပ်သည်ဖြစ်စေ သေသေချာချာစဉ်းစားပြီးမှ လုပ်မည်ဟု ဆုံးဖြတ်ပါ။ ဆုံးဖြတ်ပြီးလျှင် လုပ်နိုင်သမျှ အလုပ်အသေးအဖွဲ ကလေးမှစ၍ အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင်သာ မှန်မှန်လုပ်ရပါမည်။ မည်မျှ လောက် ကြီးသည့်အိုးကြီးပဲဖြစ်ဖြစ် **ဆက်ကာဆက်ကာမပြတ်** တစ်စက် တစ်စက် ကျနေသည့်ရေပေါက်များ စုမိသွားသည့်အချိန်တွင် ပြည့်ရုံမက လျှံ၍ပင်ကျသွားတတ်ပါသေးသည်။

အလုပ်ဆိုသည်ကလည်း စပြီးလုပ်ကတည်းက ဖွဲခတ်ပြီး အဆက် မပြတ် စိတ်ပါဝင်စားစွာ အားသွင်းပြီးလုပ်နေမည်ဆိုလျှင် မည်မျှပင်ကြီး ကျယ်သည်ဖြစ်စေ အောင်မြင်စွာပြီးစီးသွားတတ်သည်။ အလုပ်ကို စပြီး လုပ်သည်မှ မကြာသေးခင်မှာပင် မပြီးသေးဘူးလားဟု တွင်တွင်မေးပြီး ဘယ်လောက်ပြီးနေပြီလဲဟု မှန်းဆနေခြင်းသည် စိတ်ကိုမောစေသည်။ စိတ်ပင်ပန်းစေသည်။ အရေးကြီးသည်မှာ အလုပ်ကို တရစပ်လုပ်နေရင်း အလုပ်ထဲတွင် မွေ့လျော်ဝင်စားနေဖို့သာ အရေးကြီးသည်။ ထိုသို့ အလုပ်ထဲ တွင် စိတ်ဝင်စားနေလျှင် စိတ်က တက်ကြွနေတတ်သည်။ လုပ်ငန်းအောင် မြင်ပြီဟု သိလိုက်ချိန်တွင် အို– ဘယ်လောက်မှမကြာပါကလားဟု ဝမ်းသာ သည့်စိတ်ဖြင့် တွေးလိုက်နိုင်သည်။ အလုပ်ကို စဉ်ဆက်မပြတ်လုပ်ဖြစ်ဖို့က အရေးကြီးသည်။ အလုပ်ထဲတွင် စိတ်ဝင်စားနေလျှင် ပြီးစီးတာမြန်သည်ဟု ထင်ရတတ်သည်။ စိတ်ထားတတ်ဖို့ကိစ္စကို ဥပမာတစ်ခု ပေးချင်ပါသည်။

၃။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် အကောင်းဆုံးဖြစ်ပါစေ

''လူပဲ အကောင်းဆုံးကိုသာ လိုချင်တာပေါ့၊ အကောင်းဆုံးပဲ ဖြစ်ချင်တာပေါ့''ဟု ပြောတတ်သူများ ရှိတတ်သည်။ မှန်ပါသည်။ အကောင်းဆုံးကို လိုချင်လျှင် အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် လုပ်တတ်ရပါမည်။ *မြင်းမိုရ်တောင်လောက် ကြီးမြင့်မားပြီး ရေခဲနှင်းဆောင်းကာ အေးအေးချမ်းချမ်းနှင့် တင့်တယ်လှပနေလိုသော်လည်း၊ ထိုသို့သောအနေအစားကို မရနိုင်လျှင် ငိုညည်းမနေပါနှင့်။ လှပသည့်တောင်ကုန်းကလေးတစ်ခုဖြစ်အောင် ကြိုးစားပါ။ အလွန်မြင့်မားသည့် သစ်ပင်ကြီးတစ်ပင် မဖြစ်လျှင်လည်း စိတ်မဆင်းရဲပါနှင့်။ လှပသည့်သစ်ပင်အုပ်အုပ်ကလေးတစ်ပင် ဖြစ်ပါစေ။ နာမည်ကျော်ကြားတဲ့မြစ်မကြီးတစ်စင်း မဖြစ်လျှင်လည်း ဘာဖြစ်သေးသလဲ၊ ရေကြည်သွင်သွင် အမြဲစီးနေသည့် မြစ်ကလေးတစ်စင်း ဖြစ်ပါစေ။*

နာမည်ကျော်ကြားထင်ရှားသည့် ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတစ်ယောက် မဖြစ်နိုင်လျှင်လည်း ဝမ်းနည်းမနေပါနှင့်။ မိမိပတ်ဝန်းကျင်ကို အဆင်ပြေပြေအနေလှပအောင် ဦးဆောင်နိုင်သည့်သူတစ်ယောက် ဖြစ်ပါစေဟု ပြောလျှင် စာဖတ်နာသည့်သူများက Be the best whatever you are. ကို ဘာသာပြန်ပြီး ထည့်ထားသည်ဟု ပြောမိကြပါလိမ့်မည်။ အမှန်မှာ မူရင်းစာသားကို ရုတ်တရက် ရှာမတွေ့နိုင်သဖြင့် အနီးစပ်ဆုံး ကိုးကားထားခြင်းဖြစ်သည်။ ယခုခေတ် လူငယ်အချို့သည် အလုပ်များသည်ကို အကြောင်းပြကာ အလုပ်တို့ကို ဖြစ်ကတတ်ဆန်းလုပ်တတ်ကြသည်။ ဖြစ်ကတတ်ဆန်းလုပ်တတ်သူသည် စောင့်ကြည့်နေသူတို့၏အမြင်တွင် မရှိသုံး သုံးရသည့်သူတစ်ယောက်သာဖြစ်သွားနိုင်သည်။ မရှိမဖြစ်သည့်လူတစ်ယောက် ဖြစ်လာမှသာ အောင်မြင်သူတစ်ယောက် ဖြစ်လာပါမည်။ ထို့ကြောင့် တကယ်တမ်းအဆင့်မြင့်မြင့်နေချင်သူသည် စိတ်နေမြင့်သလို မည်သည့်နေရာမှ မည်သည့်အလုပ်ကိုလုပ်သည်ဖြစ်စေ အကောင်းဆုံးလုပ်နိုင်ရန် ကြိုးစားသင့်ကြသည်။ ထိုသို့အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် ကြိုးစားလုပ်သဖြင့် ပို၍ပင်ပန်းသည်ဟုမဆိုနိုင်ပါ။ ပျင်းရိငြီးငွေ့ကာ အလုပ်သေးသေးကလေးကိုပင် တရွတ်ဆွဲ၍ လုပ်နေရသူ

သည် ပင်ပန်းတတ်ပါသည်။ စိတ်အင်အားကလည်း ကျနေတတ်ပါသည်။ တိုးတက်ထွန်းကားနေသူတို့ကို မျှော်ကြည့်ကာ သူတို့ကတော့ ဖိမ်ပဲ၊ သူတို့လို ဖြစ်ချင်လိုက်တာဟု မဖြစ်နိုင်သည်ကိုတွေးနေခြင်းသည် အချိန်ဖြုန်းနေခြင်းသာ ဖြစ်သည်။ တိုးတက်ထွန်းကားသူဖြစ်ဖို့ရန် သူတို့ကဲ့သို့ ဖွဲလုံ့လဝီရိယကြီးမားကာ မိမိ၏စိတ်ကို မှန်မှန်ကန်ကန် ထားတတ်သူဖြစ်ရပါမည်။

ထင်ရှားကျော်ကြားသည့်သူတိုင်းလည်း သူ့ဒုက္ခနှင့်သူပင်။ လူတွေအားကျသလောက် မဟန်လှသည်ကို ကိုယ်တိုင်ကြုံသူမှ သိမည်ဖြစ်သည်။ လူတိုင်းသည်လည်း လောကဓံတရားကို ခံစားနေရသည်ဖြစ်ရာ ဖြစ်လေ့ရှိသည့်အတိုင်း သူ့ဒုက္ခနှင့်သူပင်။ အရေးကြီးသည်မှာ ကိုယ်လည်း စိတ်ချမ်းသာ၍ ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်က လူအများကိုလည်း ခင်မင်ကြင်နာစွာ စောင့်ရှောက်ပေးနိုင်မည်ဆိုလျှင် အမှန်ပင် လူတော်လူကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ်လာပါလိမ့်မည်။ စိတ်ကလည်း အေးချမ်းကြည်လင်နေသည့်အတွက် ကောင်းသည့်အလုပ်များကို လုပ်နိုင်ရန် စိတ်အင်အား ပိုမိုတိုးတက်လာပါလိမ့်မည်။

မပြည့်စုံသောဒုက္ခဟု မိမိဘာသာထင်နေသောသူများသည် လောကတွင်းသို့ ထွက်၍ကြည့်စရာပင် မလိုလှပါ။ မိမိ၏ပတ်ဝန်းကျင်တွင် မသန့်စင်သော စည်းစိမ်ဥစ္စာများပေါ်တွင်ထိုင်ကာ ခပ်မင့်မင့်နေတတ်ကြသူများသည်လည်း ဆိုးလောကဓံနှင့် ကြုံကြိုက်သည့်အခါတွင် အသံကျယ်ကျယ်လည်း မပြောရဲသဖြင့် ဟန်ဆောင်၍ အံကြိတ်ကာ ခံနေရရှာသည်တို့ကို မြင်နိုင်ပါလိမ့်မည်။ သူတို့ဘဝနှင့်ကိုယ့်ဘဝ လဲမလားဟုမေးပါက ခပ်မြန်မြန်ပင် ခေါင်းခါမိပေလိမ့်မည်။ ကိုယ့်လက်ရှိဘဝကို ပိုမိုသာယာအောင်သာ ကြိုးစားပါ။ သူတစ်ပါးကို အားကျခြင်း၊ မစ္ဆရိယဖြစ်ခြင်းစသည့် မကောင်းစိတ်တို့ဖြင့် လက်ရှိအနေထက် ကျဆင်းသွားအောင် အဆင်းတွင် တွန်းချသည့်အလုပ်များကိုမလုပ်သင့်ကြပေ။ အထူးသဖြင့် လုပ်ငန်းခွင်တွင် မဟုတ်တမ်းတရား စကားများဖြင့် တစ်ဖက်နှင့်တစ်ဖက်တိုက်ပေးခြင်း၊ မိမိလက်လှမ်းမီနိုင်သည့် လူကြီးနားသို့ မမှန်သတင်းများ သွင်းပေးခြင်းဖြင့် မိမိမုန်းသောသူ၊ ပြိုင်ဘက်ဟုသတ်မှတ်သူကို ဒုက္ခရောက်အောင် ကြံဆောင်ခြင်းသည် မိမိကိုယ်ကိုသာ ဝန်ပိစေတတ်သည်။ ထိုသို့သောလူမျိုးကို မြင်ခဲ့ရပေါင်းများပြီဖြစ်သည်။

၄။ အခွင့်အလမ်းကို နောက်ကျမှရတော့လည်း ထူးချွန်ရုံမက ရင့်ကျက်နိုင်ခွင့်တောင်မှ ပို၍ရနိုင်သေးသည်

စာရေးသူသည် တရားနာလေ့ရှိပါသည်။ အထူးသဖြင့် ယောဆရာတော်ကြီး၏ တရားများကို နာလေ့ရှိပါသည်။ မကြာခင်က ယောဆရာတော်ကြီးသည် ငယ်စဉ်ကိုရင်ဘဝကစ၍ ဘဝဖောက်ကြောင်းကို ဟောတော်မူရာ ၁၈ နှစ်ကျမှ ကိုရင်ဝတ်နိုင်သည့်အကြောင်း ပါဝင်ပါသည်။ ကိုရင်ဝတ်သည့်အချိန် ဒီလောက်နောက်ကျနေတာ ဆရာတော်ကြီး စာသိပ်တတ်ပါ့မလားဟု လူပြိန်းတွေးတွေးက ထင်စရာပင်။ ဆရာတော်ကြီးသည် တိပိဋကဓရ ဓမ္မဘဏ္ဍာဂါရိကဘွဲ့တော်ကြီးကိုသာမက စာမေးပွဲပေါင်းများစွာ ဖြေဆိုကာ ဖြေဆိုတိုင်းလည်း ပထမရသည်ဟု မှတ်သားရဖူးပါသည်။

ဆရာတော်ကြီးသည် စာကျက်ရာတွင် ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းများတွင် ကျက်လေ့ရှိသည့် အလေ့အထအတိုင်း အော်၍ကျက်လေ့မရှိကြောင်းလည်း မှတ်သားရပါသည်။ စာကို စိတ်ထဲဝင်အောင်သွင်း၍ အသံတိတ်ကျက်ထားခြင်းသည် စွဲမြဲစွာမှတ်မိစေသည်ဟု ဆရာတော်ကြီးက မိန့်တော်မူဖူးပါသည်။ စာကိုအသံထွက်၍ အာဂုံပြန်ဆိုရသည့်အချိန်မှသာ အသံထွက်၍ ရွတ်ဆိုတော့သည်ဟုဆိုသည်။ ဆရာတော်ကြီးကို စာမေးပွဲဖြေတော့မယ်ဆိုရင် ပထမမှ ရပါမလားလို့ ပူပန်သောက ဖြစ်ဖူးပါသလားဘုရားဟု လျှောက်ထားမေးမြန်းခဲ့ရာ သောကမရောက်ဖူးပါဘူးဗျာ၊ ဖြေတော့လည်းကျုပ်ပဲ ပထမရတာပါပဲဟု ဖြေဆိုတော်မူခဲ့ပါသည်။ ဆရာတော်ကြီးသည် စာမေးပွဲဖြေဆိုတော်မူမည့်အချိန်တွင်လည်း ကျောင်းတွင် ဆရာတော်ကြီး တာဝန်ယူထားသည့် စာချ စာသင်တာဝန်များနှင့် အခြားလုပ်ဆောင်ရသည့် တာဝန်များကို မပျက်ကွက်ဘဲ ဆက်လက်ကာ တာဝန်ယူသည်ဟုလည်း

သိရပါသည်။ ထိုတာဝန်များကိုလည်း မပျက်မကွက် ထမ်းဆောင်ရင်း ဖြေရမည့် စာမေးပွဲကိုလည်း ဖြေတော်မူခဲ့သည်။

အဘယ့်ကြောင့် ဤမျှအောင်မြင်တော်မူပါသနည်းဟု စဉ်းစားရာတွင် သီလ သမာဓိ ပညာအားကို သတိဖြင့်စုစည်းကာ လုပ်ရမည့်အလုပ်များကို လုပ်၍ မလုပ်ရမည့်အလုပ်များကို ရှောင်ခဲ့သောကြောင့်ဖြစ်သည်ဟု အဖြေရပါသည်။ ရင့်ကျက်သည့်အချိန်တွင် မိမိ၏ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ကို မမေ့မလျော့ဘဲ စိတ်အင်အားပြည့်ဝစွာ အလုပ်လုပ်နိုင်ရန် အလုပ်ကို များများလုပ်သလောက် အလုပ်ရှုပ်မခံခြင်းသည်လည်း ပဓာနကျသော ဆရာတော်ကြီး၏ ဂုဏ်ရည်ဖြစ်ပါသည်။ ရဟန်းသာမက လူပုဂ္ဂိုလ်များ မည်သည့်အရွယ်၊ မည်သည့်အလုပ်ကို လုပ်သည်ဖြစ်စေ အတုယူထိုက်သော စိတ်အင်အား မွေးသည့်နည်းဖြစ်ပါသည်။

လူဖြစ်လာရ လူ့ဘဝတွင် မရနိုင်သေးသည့်အရာကို မှန်းပြီး လက်တကမ်းမှာ သူ့အတိုင်းအတာနှင့်သူ လှပထွန်းလင်းနေသည့် အရာများကို အလွယ်တကူလှမ်းယူနိုင်ပါလျက် မယူနိုင်ဘဲ မိမိလိုချင်သည်ကို မိမိထက် ဦး၍ရနေသည့်သူများကို ငြူစူနေသည့်သူ များသည်။ ဒေါသပွားကာ မာန်တက်နေသဖြင့် မင်းတော့ နေနှင့်ဦး၊ ငါလည်း မင်းထက်မညံ့ပါဘူး။ ငါ့အစွမ်းကို တစ်နေ့ကျရင် ကောင်းကောင်းသိရမည်ဟု နှုတ်ကရော၊ စိတ်ထဲမှပါ ကြုံးဝါးနေသူတို့သည် စိတ်အင်အားကျနေသည့်သူများ ဖြစ်သည်။ ဒေါသသည် ပူလောင်သောစိတ်ဖြစ်သည်။ စိတ်ထဲတွင် ဒေါသပွားနေသည်၊ ပူလောင်နေသည်ဟုဆိုလျှင် ကောင်းစွာတွေးတောနိုင်စွမ်း၊ ကောင်းစွာ ညှိနှိုင်းဆွေးနွေးနိုင်စွမ်းများလည်း ကျသွားမည်ဖြစ်သည်။ ပူလျှင် ပွတာတ်သည်။ စက်များပူလာလျှင် ခုတ်မောင်းနိုင်စွမ်း ကျသွားသည်။ အခိုးများ အေးသွားသည်အထိ ရပ်ဆိုင်းထားပြီးမှ စက်ခေါင်းအေးမှ ဆက်လက်မောင်းနှင်နိုင်သည်။

မိမိကိုယ်ကို အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် ကြိုးစားရင်း လိုချင်သည့်ဆန္ဒများ ပြည့်ဝလာသည့်အချိန်တွင် "ဪ ငါ့အနေနဲ့ သိမ်ငယ်တယ်လို့ ယူဆထားတဲ့ ကိစ္စတွေဟာ တကယ့်ကိုအားအင်ပြည့်ဝစေတဲ့ အရာတွေပါ

ကလား။ ငါအထင်ကြီးခဲ့သမျှတွေဟာ အခွံတွေပါကလား"ဟု သိလာပါလိမ့်မည်။ ဟင် အခွံဆိုတာ သိလျှင် ဘာလုပ်ရမည်နည်းဟု မေးချင်သူများရှိပါက အနည်းဆုံး တုံ့ပြန်ချက်နှစ်မျိုး ကွဲပြားခြားနားသည့် လူများရှိသည်။ အပေါ်ယံဟန်ဖြင့်ဝါကြွားလိုသူများသည် အခွံကိုပင် အနှစ်ထင်ကာ ဆက်လက် ဟန်လုပ်နေမည်ဖြစ်သည်။ အနှစ်ရှိမှ ဆောင်ရွက်နိုင်မည့်ကိစ္စများ၊ ပြဿနာများနှင့် ကြုံရသည့်အခါ ထိုသူတွင် အားအစစ်အမှန်မရှိသဖြင့် အမှန်တကယ်ဒုက္ခရောက်ရတတ်သည်။ အခွံကို အခွံမှန်းသိသည့်အချိန်တွင်မူလကတည်းက အပေါ်ယံဟန်များထက် စိတ်အင်အားအစစ်ကို မွေးထားခဲ့သည့် မိမိကိုယ်ကို အားရကျေနပ်သည့်စိတ်ဝင်လာကာ ပိုမို၍အနှစ်ပြည့်အောင် ကြိုးစားမည်ဖြစ်သည်။

စာရေးသူသည် နောက်ကျမှ ပါမောက္ခရာထူးကို ရသူဖြစ်သည်။ မိမိကိုကျော်၍ကျော်၍ ရာထူးရသွားသူများကို မနာလိုမဖြစ်ခဲ့ပါ။ ဖြစ်နိုင်အားလည်း မရှိပါ။ သူတို့တွင် ဂုဏ်ဒြပ်ဒါန်ရှိပါသည်။ သို့သော် စာရေးသူတွင် အားကိုးစရာ အသိပညာအားရှိအောင် ကြိုးစားထားသည့်ပြင် အလုပ်ကို နှစ်လို၍ ဆက်လက်ကြိုးစားရင်း တက်လာသောသိက္ခာရှိပါသည်။ ထိုသို့နေလာရင်း အချိန်နောက်ကျသည်ဖြစ်စေ ပါမောက္ခဖြစ်လာသည့်အခါ အတက်နှေးခြင်းကြောင့် ပိုမိုရင့်ကျက်အောင် အသိပညာဖြည့်ဆည်းနိုင်ခွင့် ရခဲ့သည်ကို ဝမ်းသာရသည်။ မိမိကဲ့သို့ အတက်နှေးနေသူများ၊ တပည့်တပန်းများကို စာနာနိုင်သည့်စိတ်အား ပိုမိုမိုပြည့်ဝလာသည်ကိုလည်း ဝမ်းသာရသည်။ တကယ့်တကယ်ဆိုလျှင် ရာထူးဆိုသည်မှာ အခွံတစ်ခုပါလားဟု သိလာသည်တွင် ရယ်မောရွှင်ပျစိတ်ဖြစ်ကာ မာနတက်ရမည့်အစား အခွံကိုဆောင်း၍ မာန်မတက်လေနှင့်ဟု မိမိကိုယ်ကိုသတိပေးရင်း အခွံတွင် အနှစ်ပြည့်လာအောင် ကြိုးစားမြဲ ကြိုးစားနေရပြန်သည်။

၅။ စိတ်အင်အား မလျော့ပါးပါစေနှင့် မည်သည့်အရာမဆို မလျော့ပါးအောင် ဖြည့်ဆည်း၍ရနိုင်သည်

စိတ်အင်အား မလျော့ပါးပါစေနှင့်ဟူသော ခေါင်းစဉ်ဖြင့် စာတစ်ပုဒ်ကို ရေးမည်ဟု ဆုံးဖြတ်ပြီးသည်နှင့် စာရေးသူ စဉ်းစားမိသည်မှာ စိတ်အင်အား တိုးတက်အောင် နေထိုင်လုပ်ကိုင်ရမည့်အကြောင်းကို စာအုပ်ပေါင်းများစွာ တွင် ထည့်သွင်းရေးသားပြီးပြီဖြစ်သော စာရေးသူကို စိတ်အင်အားကြီးမား သူဟု အထင်မကြီးကြပါနှင့်ဟု စာဖတ်သူများကို ဦးစွာမေတ္တာရပ်ခံရန် ဖြစ်ပါသည်။ စိတ်အင်အားကြီးမားသူလည်း မဟုတ်ပါဘဲနှင့် ဘာ့ကြောင့် စိတ်အင်အားပြည့်ဝအောင် နေနည်း ထိုင်နည်းများကို ရေးနေပါသနည်းဟု မေးရန်အကြောင်းရှိပါသည်။ ငယ်စဉ်ကစ၍ စာရေးသူသည် ဦးတည်ချက် ကြီးမားသောသူတစ်ယောက် ဖြစ်ခဲ့ပါသည်။ မိဘဆရာသမားများ၏ မျှော်လင့် ချက်ကလည်း မိမိ၏အပေါ်တွင် ကြီးကြီးမားမား ထားရှိသည်ဟုလည်း နားလည်ခဲ့ပါသည်။

ထို့ကြောင့် မိမိ၏ဦးတည်ချက်ပန်းတိုင်ကို ရောက်ရှိနိုင်ရန် မဆုတ် မနစ် ကြိုးစားခဲ့ရပါသည်။ ထိုသို့ မဆုတ်မနစ် ကြိုးစားနိုင်ရန်မှာ စိတ် အင်အားပြည့်ဝနေရန် လိုအပ်ပါသည်။ စိတ်လေခြင်း၊ စိတ်ရှုပ်ခြင်း၊ စိတ် ဓာတ်ကျခြင်းတို့သည် စိတ်ကိုသာမက လူကိုလည်း အင်အားလျော့ပါးစေ နိုင်သည်။ စိတ်က လောကကိုဖန်ဆင်းနိုင်စွမ်းရှိသည့်အတွက် လူတိုင်း၏ ကောင်းကျိုး မကောင်းကျိုးဆိုသည်တို့မှာ စိတ်ပေါ်တွင်တည်မှီနေကြသည်။ ဤသည်မှာ လောကသဘာဝဖြစ်ပါသည်။

စိတ်ဓာတ်ကို ကောင်းစွာမွေးရန်အတွက် အားဖြည့်ပေးရန် လိုအပ်ပါ သည်။ ထိုအဆိုသည် စာဖတ်သူအချို့အတွက် ထူးဆန်းသောအဆို ဖြစ်ပါ လိမ့်မည်။ စာဖတ်ရင်း ရှင်းသွားပါလိမ့်မည်။

၆။ စိတ်ကို သတိတရားဖြင့် အားဖြည့်ပေးပါ စိတ်ကောင်းတိုးပွားလာလေလေ စိတ်အင်အားတိုးပွားလေလေ ဖြစ်လာပါလိမ့်မည်

စိတ်သည် အစဉ်သဖြင့် တက်ကြွမနေပါ၊ အားပြည့်မနေပါ။ ထိခိုက်လွယ်တတ်သောသူများအတွက် သူတစ်ပါးတို့၏ ထိပါးသောအပြုအမူ၊ အပြောအဆိုများကြောင့် စိတ်ထိခိုက်ရသည်မှာ ငယ်စဉ်ကတည်းက ဖြစ်သည်။ အကြိမ်ပေါင်း မရေမတွက်နိုင်အောင် ထိခိုက်ခဲ့ရသည်။ ထိုသို့ စိတ်ဓာတ်အင်အား လျော့ပါးစရာကိစ္စမျိုးနှင့် ကြုံရသည့်အခါတွင် စိတ်အင်အားကို တိုးပွားအောင် ဖြည့်ဆည်းရမည်ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ဖြည့်ဆည်းရာတွင် စိတ်ကို ကြည်လင်ရွှင်ပျစေနိုင်သော အလုပ်များကို ရွေးချယ်လုပ်ကိုင်တတ်ရမည်ဖြစ်သည်။လူ့လောကတွင် လူအမျိုးမျိုး နတ်အထွေထွေဟူသော ဆိုရိုးစကားရှိသည်။ ထိုသို့အမျိုးမျိုးသောသူများထဲတွင် ကိုယ်လည်းပါဝင်သည်။ သူတစ်ပါးကို ညှဉ်းဆဲကလူ အနိုင်ယူတတ်သောသူတို့ထဲတွင် မပါဝင်အောင် သတိထားကာ မိမိကိုယ်နှင့်စိတ်ကို ထိန်းသိမ်းဖို့လိုအပ်သည်။

ကျောင်းနေစဉ်ကတည်းက ဆရာများ မသိအောင် ကြီးနိုင်ငယ်ညှဉ်းလုပ်တတ်သူများလည်း ရှိသည်။ အသက်ကြီးလာသည့်အခါတွင်လည်း ထိုနည်းလည်းကောင်းပင်ဟု ယေဘုယျပြောရမည်ထက် ပို၍ဆိုးသော လောကဓံနှင့် ကြုံရတတ်သည်။ ထိုအချိန်များတွင် စာရေးသူလုပ်မိသည့် လုပ်တတ်သည့်အလုပ်မှာ စိတ်ကို စာထဲတွင်နှစ်၍ စာဖတ်ခြင်းဖြစ်သည်။ထို့ကြောင့် စာဖတ်သူက အထူးသဖြင့် လူငယ်များအားပြောချင်သည်မှာ စိတ်ကို အားပြည့်နေစေရန် စာဖတ်ပါဟူသော စကားဖြစ်သည်။ စာမဖတ်နိုင်ဘူး၊ အချိန်မရှိလို့။ ကလေးက နှစ်ယောက်တောင်မှ မနိုင်ဘူးဟုပြောတတ်သူများကို ပြောချင်သည်မှာ မိမိ၏ကလေးများသည် မိခင်များအတွက် အကောင်းဆုံး စာအုပ်များဖြစ်သည်ဆိုသည့်အချက်ဖြစ်သည်။ ကောင်းစွာဖတ်တတ်ပါက ကလေးကို လူချွန်လူကောင်းများဖြစ်လာအောင် ပျိုးထောင်ပေးနိုင်သည်။

၇။ လောကထဲမှ ဖတ်ကြည့်သင့်သည့် အရေးကြီး စာအုပ်နှစ်အုပ် ထိုစာအုပ်များကို ကျေညက်အောင်ဖတ်ပြီးပါက စိတ်အင်အားပြည့်ဝခိုင်မာလာလိမ့်မည်

ဤနေရာတွင် လောကမှာ အရေးကြီးသည့်စာအုပ်နှစ်အုပ် ရှိသည်ဆိုသည့် စကားကို ရေးသားခဲ့သည်မှာ ကြာပြီဖြစ်သဖြင့် ပြန်လည်ထည့်သွင်းရေးသားလိုပါသည်။ ပထမဆုံးစာအုပ်မှာ မိမိကိုယ်နှင့်စိတ်ဟူသော စာအုပ်ဖြစ်သည်။ ဒုတိယစာအုပ်မှာ ပတ်ဝန်းကျင်ဟူသော စာအုပ်ဖြစ်သည်။ ပတ်ဝန်းကျင်သည် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် သက်ရှိသက်မဲ့အားလုံး ပါဝင်သော ပတ်ဝန်းကျင် ဖြစ်သည်။

လူတိုင်းလူတိုင်း အနီးကပ်ဆုံး အနီးစပ်ဆုံးအရာများကို မမြင်ဘဲ ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် မိမိ၏ကိုယ် မိမိ၏စိတ်တို့ကို မေ့ထားတတ်ပါသည်။ မေ့မထားလျှင်လည်း မှန်ကန်စွာမမြင်ဘဲ ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။ မိမိကိုယ်ဟူသောစာအုပ်ကို ကောင်းစွာမဖတ်တတ်သူ၊ ဖတ်ပြန်လျှင်လည်း သဘာဝကျကျ မဖတ်တတ်သူများသည် အမှားကို ထပ်ကာတလဲလဲ တွေ့ရတတ်သည်။ အမှားကို အမှန်ထင်ကာ ကြိမ်ဖန်များစွာလုပ်ပြီးသည့်နောက် အမှားလုပ်မိသည်မှာလည်း ထပ်ကြိမ်များတတ်သည်။ ထိုသို့ မိမိကိုယ်ကို မဖတ်မိ၍ အမှားလုပ်မိသောကြောင့် စိတ်အင်အားပြုန်းတီးသော၊ ကိုယ်ကျိုးနည်းသွားသူများမှာ အရေအတွက် မနည်းလှပါ။ အောင်ရာအောင်ကြောင်းနှင့်ပတ်သက်သော စာပေများ၊ အောင်မြင်သည့်သူများ၏ အတ္ထုပ္ပတ္တိများတွင် ရေးသားထားသောအကြောင်းအရာများတွင် စိတ်ဝင်စားဖွယ်ကောင်းသော တူညီချက်တစ်ခုရှိတတ်သည်၊ ထိုတူညီချက်မှာ အောင်မြင်သူတို့သည် သူတို့၏အားသာချက်နှင့် အားနည်းချက်များကို သူတို့ဘာသာသူတို့ ဆန်းစစ်ဝေဖန်တတ်သည်။ အကယ်၍ မိမိ၏အားနည်းချက်

များကို ဆန်းစစ်မိသည့်အခါတွင်လည်း အားနည်းချက်များထဲမှ အမြတ်ထုတ်ယူနိုင်သော အလေ့အထရှိတတ်ကြသည်ကို တွေ့ရသည်။

ထို့ကြောင့် **"မိမိကိုယ်"**ဟူသောစာအုပ်ကို ကောင်းစွာဖတ်လေ့ရှိသူ မိမိ၏အားနည်းချက် အားသာချက်များကို ကိုယ်တိုင်ဆန်းစစ်ဝေဖန်တတ်သူများသည် စိတ်အင်အားမလျော့ပါးအောင် ထိန်းသိမ်းတတ်သည်။ ထို့ကြောင့် အောင်မြင်လိုသော လူငယ်များသည် စာဖတ်ရမည်၊ ဖတ်ရမည့်စာအုပ်ထဲတွင် "မိမိကိုယ်နှင့် စိတ်ဟူသော"စာအုပ်တစ်အုပ်သည် စိတ်အင်အား မလျော့ပါးအောင် ထိန်းသိမ်းတတ်သည့်သူတစ်ယောက်၊ တစ်နည်းဆိုလျှင် အောင်မြင်ထွန်းကားသူတစ်ယောက်ဖြစ်ရန် အရေးကြီးသည့်စာအုပ်တစ်အုပ်ဖြစ်သည်။ ထိုသို့သောစာအုပ်ကို ဖတ်ရာတွင် အပျော်ဖတ်သဘောမျိုးဖြင့် မဖတ်သင့်ပါ။ အထက်တွင် ဖော်ပြထားသကဲ့သို့ အမှားနှင့်အမှန်ကို ခွဲခြမ်းဝေဖန်သုံးသပ်သည့် အလေ့အကျင့် အားကောင်းလာအောင် ဝေဖန်သုံးသပ်ကာ ဖတ်ရမည်ဖြစ်သည်။

ထိုသို့အမှားများသောသူများသည် မိမိကိုယ်နှင့်စိတ်ကို ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း၊ ဝေဖန်ဆန်းစစ်ခြင်းစသည့် နည်းမျိုးဖြင့် ဖတ်ရှုလေ့လာရင်း သတိကောင်းစွာ ထားတတ်လာပါက အမှားနည်းသွားမည် ဖြစ်သည့်ပြင် ပြုခဲ့မိသော အမှားများအပေါ်တွင် နောင်တရကာ အချိန်ဖြုန်းတီးသူများ မဖြစ်တော့ဘဲ နောက်တစ်ခါ အကြောင်းကြောင်းကြောင့် အဆင်မပြေဖြစ်တော့မည်ဟုဆိုလျှင် ကြိုတင်သတိထားမိတတ်သည်။ မိမိ၏စိတ် အခြေအနေကိုလည်း သတိထားမိတတ်ကြသည်။ စိတ်ဓာတ်ကျချင်သလိုလို ဖြစ်ပြီဟု သိလိုက်သည်နှင့် စိတ်အလိုလိုက်ကာ စိတ်လျှော့လိုက်ခြင်း၊ စိတ်လေသွားခြင်း မဖြစ်တတ်ချေ။ ဖြစ်လျှင်လည်း ခဏသာဖြစ်မည်။ ထို့နောက် မိမိကိုယ်နှင့်စိတ်ကို ဆောက်တည်သောလုပ်ငန်းများကို လုပ်တတ်ပါသည်။

လောကတွင် အရေးကြီးသော နောက်စာအုပ်တစ်မျိုးမှာ ပတ်ဝန်းကျင်ဟူသော စာအုပ်ဖြစ်သည်။ စာရေးသူသည် သံအမတ်ကြီးတစ်ဦးဖြစ်ခဲ့သူလည်းဖြစ်၊ စာဖတ်နာလှသည့်သူ၊ နိုင်ငံတကာရေးရာကိုလည်း ကျွမ်းကျင်သောသူလည်းဖြစ်သည့် ဦးလေးအုန်းထံမှ စာအုပ်နှစ်မျိုးအကြောင်းကို

ကြားသိလိုက်ရခြင်း ဖြစ်သည်။ တစ်ခါက စာအုပ်တစ်အုပ် ပေးမည်ဟု ဦးလေးအုန်းက ချိန်းဆိုထားသော လှည်းတန်းဈေးအနီး တစ်နေရာသို့ ကျောင်းကအပြန် လေးနာရီခွဲတွင်လာခဲ့ပါမည်ဟု စာရေးသူက ကတိပေးခဲ့သည်။ သို့သော် ကျောင်းတွင်အလုပ်ပေါ်သဖြင့် ငါးနာရီထိုးခါနီးမှ ရောက်သွားခဲ့သည်။ပလက်ဖောင်းပေါ်တွင် ရပ်နေသော ဦးလေးအုန်းထံသို့ အပြေးသွားကာ အမှန်တကယ်အားနာလှသဖြင့် ခွင့်လွှတ်ပါ ဦးလေးအုန်းရယ်၊ ကျွန်မသိပ်နောက်ကျသွားပါတယ်ဟု ပြောလိုက်သည်။ ဦးလေးအုန်းက အားမနာနဲ့၊ ဦးလေးလည်း စာဖတ်လို့ကောင်းနေတာဟု ပြုံးပြုံးရွှင်ရွှင် ပြန်ပြောပါသည်။ စာရေးသူမှာ ဦးလေးအုန်း၏လက်တွင် စာအုပ်တစ်အုပ်မှ မမြင်သဖြင့် စာအုပ်က–ဟု မေးခွန်းမေးမည်ပြုပြီးမှ စကားရပ်သွားသည်။ ဦးလေးအုန်းက စာအုပ်က ဟောသည်လောကကြီးပေါ့၊ တစ်ခုလုံးမဟုတ်ပေမယ့် လူတွေက ဖြတ်သွားဖြတ်လာနေကြတာလေ၊ လူတွေရဲ့ အဝတ်အဆင် အပြုအမူ အသွားအလာတွေကိုကြည့်ရင်း လေ့လာသုံးသပ်နေတာ စာဖတ်နေတာပဲပေါ့။ လောကမှာ မိမိနဲ့သူတစ်ပါး (မိမိနဲ့ သက်ရှိသက်မဲ့ လောက)ဆိုတဲ့ စာအုပ်နှစ်မျိုးရှိတယ်လေ။ မြတ်စွာဘုရားရှင်ဆိုရင် မိမိဆိုတဲ့ စာအုပ်ကို အသေချာပေါင်းများစွာ ဖတ်ရှုလေ့လာခဲ့လို့ သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ကို ရခဲ့တာပေါ့ဟု အေးဆေးစွာပြောလိုက်ပါသည်။ ထိုစကားသည် အလွန်ကောင်းသောစကားဖြစ်သည်။ မိမိ၏အောင်မြင်မှုကို တည်ဆောက်ရန်မှာ မိမိ၏အကြောင်းကို မသိဘဲနှင့် မဖြစ်နိုင်ချေ။ မိမိကိုယ်ကို ကောင်းစွာ နားလည်အောင် ဖတ်ရပေမည်။ အများတကာ၏ လေးစားမှု၊ ချစ်ခင်မှု၊ စည်းရုံးမှု ကူညီမှုများမပါဘဲလည်း မည်သည့်လုပ်ငန်းခွင်တွင်မဆို အောင်မြင်ရန် ခဲယဉ်းသည်။ အများကိုနားလည်ပေးနိုင်ဖို့လည်း အများဟူသော စာအုပ်ကိုဖတ်ရမည်။ နားလည်ပေးရမည်။ ကူညီပေးရမည်ပင်။

စိတ်အင်အား မလျော့ပါးရန် မိမိဘာသာဖြည့်တင်းနေရန် လိုအပ်သည်။ ထိုသို့ဖြည့်တင်းသည့်အခါတွင် အံဝင်ခွင်ကျဖြစ်စေရန် မိမိစိတ် မည်သို့ခံစားနေရသည်၊ မည်သည့်အကြောင်းကြောင့်ဖြစ်သည်၊ မိမိမည်သည့် အလုပ်ကို လုပ်ချင်သည်၊ ဘာ့ကြောင့်လုပ်ချင်သည်၊ မည်သည့်နည်းဖြင့်

လုပ်ချင်သည်စသည်တို့ကို ကြိုကြိုတင်တင်သိထားမှသာ မိမိ၏စိတ်အင်အားကို မည်သို့ဖြည့်တင်းရမည်။ စိတ်ဓာတ်အင်အား တိုးပွားရုံမက အကြံဉာဏ်အား တိုးပွားရန် မည်သို့ကြိုးစားသင့်သည်တို့ကို လေ့လာနိုင်မည် ဖြစ်သည်။ မိမိဟူသောစာအုပ်ဖတ်ပြီးသည့်နောက် ပတ်ဝန်းကျင်ရှိလူသားများ၊ သဘာဝအခြေအနေများကို လေ့လာသုံးသပ်ပြီးသည့်နောက် စိတ်အင်အားသည် အလိုအလျောက် ပြန်လည်တိုးတက်လာသည်လည်းရှိသည်။ ထွန်းကားသူ ထင်ရှားသူများ၏ အကြောင်းအတ္ထုပ္ပတ္တိကိုဖြစ်စေ၊ ပညာရှိတို့၏ဆိုရိုးစကားများ၊ စကားပုံများကိုပင်ဖြစ်စေ ဖတ်ရှုလေ့လာကာ စိတ်အင်အားကို ဖြည့်တင်းနိုင်ပါသည်။

ဥပမာ– မြန်မာစကားပုံများထဲတွင် **"ထိုးချင်တဲ့ဆင် တစ်လှမ်းဆုတ်တတ်သည်"**ဟူသော စကားပုံပါဝင်ပါသည်။ တိုးတက်ချင်သူများ၊ မတိုးတက်နိုင်ဘဲ ရှိရင်းစွဲအနေထက် ဆုတ်နေရပါက အားပေးသည့်အနေဖြင့် အသုံးဝင်သောစကားပုံ ဖြစ်ပါသည်။ ထိုစကားပုံကိုဖတ်ရှု၍လည်းကောင်း၊ တစ်ယောက်ယောက်ထံမှ နားထောင်၍လည်းကောင်း စိတ်အင်အား တိုးပွားလာကာ ရှေ့သို့တက်လှမ်းနိုင်မည့်အလုပ်ကို လုပ်သင့်သည်။ ထိုးချင်တဲ့ဆင် တစ်လှမ်းဆုတ်သတဲ့ဟုဆိုကာ ရှေ့သို့မတက်လှမ်းဘဲ တစ်လှမ်းပြီးတစ်လှမ်း ဆုတ်သူသည် အောင်မြင်နိုင်သူ၊ ဆင်မင်းကဲ့သို့ အားကောင်းသည့်သူ မဖြစ်နိုင်ချေ။ ထို့ပြင် ရှေ့သို့လည်းမတိုး၊ နောက်သို့လည်းမဆုတ်ဘဲ အခြေအနေကို စောင့်ကြည့်နေသည်ဟုဆိုကာ တုတ်တုတ်မှမလှုပ်သောသူသည် ဆင်အစစ်နှင့် မတူဘဲ ဆင်ရုပ်နှင့်သာတူကာ တိုးတက်သည့် အားကောင်းသည့်သူ ဖြစ်မလာနိုင်ချေ။ ထို့ကြောင့် အားတက်စေရန် စာကိုဖတ်သော်လည်း စာတွင်ပါသလို အားထည့်ကာ ကိုယ်တိုင်မလုပ်က ဘာမှဖြစ်လာနိုင်မည်မဟုတ်ချေ။

စာဖတ်ရာတွင် စာအမျိုးမျိုးရှိပါသည်။ အစားအစာတွင်လည်း လူနှင့်သင့်သောအစားအစာ၊ အားရှိစေသောအစားအစာများ ရှိသကဲ့သို့ လျှာအရသာကောင်းသော်လည်း အာဟာရလည်းမဖြစ်၊ အားလည်းမတိုးဘဲ ခေါင်းကိုက်ဝမ်းနာဖြစ်စေသော မသင့်တင့်သည့်အစားအစာများဟူ၍ ကွဲပြား

နေသကဲ့သို့ ဖတ်ရမည့်စာကိုလည်း စနစ်တကျရွေးချယ်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ အချိန်သာကုန်၍ စိတ်အင်အားမတိုးတက်သည့်စာကို စိတ်အင်အားအတွက် စာဖတ်လိုသည့်သူက ရွေးချယ်ရန်မလိုပါ။

စာရေးသူတို့ငယ်စဉ်က အတန်းထဲတွင် အင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့် ရေးသားထားသော ပြဋ္ဌာန်းစာအုပ်တစ်အုပ် ဖတ်ရပါသည်။ ထိုစာအုပ်ထဲတွင် By-way of Reading. ဟူသောဆောင်းပါးတစ်စောင် ပါဝင်ပါသည်။ ထိုဆောင်းပါးအရ လောကတွင် ဖတ်စရာစာအုပ်က များလှသည်၊ အကုန်ဖတ်၍မရနိုင်။ ထို့ကြောင့် လောကအကြောင်းကိုသိနိုင်ရန်၊ မှတ်သားစရာများကို ထုတ်ယူမှတ်သားနိုင်ရန် ဖြတ်လမ်းမှစာဖတ်နည်းကို သိသင့်သည်ဟု ဆိုသည်။ ဖြတ်လမ်းက စာဖတ်နည်းမှာ အတ္ထုပ္ပတ္တိများကို ဖတ်ခြင်းဖြစ်သည်။ ထွန်းကားသူများ အောင်မြင်သူများ၏ လုပ်နည်းလုပ်ဟန်၊ စိတ်နေသဘောထားများကို အတ္ထုပ္ပတ္တိများတွင် ရှာဖွေတွေ့ရှိနိုင်ပါသည်။ စာရေးသူ ဥပမာပြလိုသော စာသားတစ်ခုရှိပါသည်။

၈။ အလုပ်ဆိုသည်မှာ အနာကိုကျက်စေသည် သိက္ခာကိုတက်စေသည်

သိက္ခာတက်လာလေလေ အနာအဖြစ်နည်းလေလေပင်

ထိုစကားကို ပစ္စည်းအမျိုးပေါင်းများစွာနှင့် လျှပ်စစ်မီးသီးကို တီထွင်ခဲ့သော (သောမတ်အယ်ဒီဆင်) က ပြောခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ ထွန်းကားသော ကြီးကျယ်သောသူတို့၏ဘဝတွင်လည်း အခက်အခဲများစွာရှိခဲ့သည်။ တစ်နည်းဆိုသော် အခက်အခဲများကို ကျားကုတ်ကျားခဲ ပင်ပန်းကြီးစွာကျော်ဖြတ်ပြီးမှ အောင်မြင်ကျော်ကြားခြင်းတည်းဟူသော ပန်းတိုင်မှ ပန်းကို ဆွတ်ခူးခဲ့ကြသူချည်းဖြစ်ရာ ထိုသူတို့၏စကားကို မှတ်သားရခြင်းသည် စိတ်အားကို အမှန်တက်စေပါသည်။ လူတိုင်းသည် အလုပ်အမျိုးမျိုးကို လုပ်နေရသည်ချည်းဖြစ်သည်၊ ကလေးဘဝမှစ၍ ကျောင်းမှန်မှန်တက်ကာ စာသင်ယူနေရသည်မှာလည်း ဘဝခရီးအတွက် ပြင်ဆင်သောအလုပ်ကို လုပ်နေခြင်းဖြစ်သည်။ ယခုစာဖတ်နေသောသူသည်လည်း ကောင်းနိုးရာရာ တစ်စုံတစ်ခုရရှိလေမလားဟု လေ့လာသောအလုပ်ကို လုပ်နေသူဖြစ်သည်။ စိတ်ညစ်ညစ်နှင့် ထိုင်နေသူ၊ စိတ်သက်သာလို သက်သာရာရငြား လူတစ်စုနှင့် စကားပြောနေသူများလည်း သက်သာရာရှာသောအလုပ်ကို လုပ်နေသူများဖြစ်ကြပါသည်။ သို့သော် လူရွေး၍ လုပ်သင့်သည့်အလုပ်၊ ထားသင့်သည့် ဦးတည်ချက်၊ ထားသင့်သည့်သဘောထားများအကြောင်းကို ပြောနေခြင်း မဟုတ်၊ အလုပ်တစ်ခုခုကို ကြံစည်လုပ်ဆောင်နေခြင်း မဟုတ်ပါက စကားထဲမှ အမြတ်မရဘဲ မိမိတို့၏အချိန်များသည် ပြုန်းတီးမှန်းမသိ ပြုန်းတီးကုန်တတ်ကြသည်။

ယခုတင်ပြခဲ့သော အလုပ်သည် အနာကိုကျက်စေသည်၊ သိက္ခာကို တက်စေသည်ဟု ပြောသော ထင်ရှားကျော်ကြားသည့်သူသည်လည်း အစောပိုင်းက စားဝတ်နေရေးအတွက် အလုပ်လုပ်ရင်း တစ်ဖက်က တီထွင်

မှုများကို ကြိုးစားလုပ်ကိုင်ခဲ့သူဖြစ်သည်။ မီးရထားပေါ်တွင် အလုပ်သမား အဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်ရင်း စမ်းသပ်မှုတစ်ခုလုပ်ခဲ့ရာ မီးလောင်ပေါက်ကွဲမှု ဖြစ်ခဲ့သည်။ သူ့ကိုရော၊ သူ၏ပစ္စည်းများကိုပါ မီးရထားပေါ်မှ ကန်ချကာ အလုပ်ဖြုတ်ခြင်းကို ခံခဲ့ရသည်။ ထိုသို့အပြစ်ပေးသူများကိုလည်း အပြစ်တင်ဖွယ် မရှိချေ။ မီးရထားပေါ်တွင် သောမတ်စ်အယ်ဒီဆင်ကို ဆက်ထားပါက မီးလောင်နိုင်သည့်ကိစ္စမျိုးကို သူဆက်လက်၍ စမ်းသပ်ဦးမည်ဖြစ်သည်။

အကယ်၍သာ ထိုသူသည် ရှက်ရှက်ဖြင့် သူ၏တီထွင်မှုများကို ဆက်၍မလုပ်ဘဲ သာမန်မီးရထားဝန်ထမ်းကဲ့သို့သော အလုပ်များကိုသာ လုပ်နေမည်ဆိုပါက ထင်ရှားကျော်ကြားသော၊ လူ့ဘောင်ကို အကျိုးပြုသောသူတစ်ဦး ဖြစ်လာမည်မဟုတ်ပေ။

"**အလုပ်ဆိုတာ အနာကိုကျက်စေတယ်**"ဟူသောစကားသည် သူဖြတ်သန်းခဲ့ရသော ဘဝခရီးတွင် သူခံစားခဲ့ရသော အနာ၊ တစ်နည်းဆိုသော် ငတ်မွတ်ခဲ့ရသော၊ ဆင်းရဲခဲ့ရသော ကိုယ်အနာ၊ သိမ်ငယ်ခဲ့ရသော၊ အရှက်ကွဲခဲ့ရသော၊ ကဲ့ရဲ့ခြင်းကိုခံခဲ့ရသော စိတ်အနာများကို ကျက်စေခဲ့သော သူ၏ပွဲတွေ့နည်းဖြစ်နိုင်ပါသည်။ အကြောင်းမှာ အလုပ်တွင် စိတ်ဝင်စားနေသူသည် အလုပ်ထဲမှရရှိသော ဗဟုသုတများကို လေ့လာရင်း သူ၏အသိဉာဏ် တစ်ဆင့်ထက်တစ်ဆင့် မြင့်တက်လာသည်ကို ဝမ်းသာအားရဖြစ်ရမည်မှာ သေချာသည်။ စာတစ်ကြောင်းစာပင်ရရ ဪ– လောကသဘာဝဆိုတာ ဒီလိုပါကလားဟု ဖြေပြေနိုင်စရာ အသိပညာများလည်း ရရှိနိုင်သည်၊ တီထွင်မှုတွင် အဆင့်ဆင့်မြင့်တက်နိုင်သော လှေကားထစ်များကိုလည်း သိမြင်စေနိုင်သည်။

ထို့ကြောင့် အလုပ်ဆိုသည်မှာ အနာကိုကျက်စေသည့်အကြောင်းကို မှတ်မှတ်ရရ ပြောခဲ့ခြင်း ဖြစ်ဟန်တူသည်။ "**သိက္ခာကို တက်စေသည်**"ဆိုသည့်စကားကလည်း မှန်ကန်လှသည်။ အလုပ်မလုပ်ဘဲ အကြံကြီး ကြံစည်ကာ ဟိုအလုပ်ဖြင့် ငါနှင့်မတန်သေး၊ သည်အလုပ်ဖြင့် ငါမလုပ်ချင်သေးဟု ကြေးများနေသူများသည် ကြာလေလေ ယောင်ခြောက်ဆယ်ဖြစ်လေလေပင်။ ထိုသူများသည် မိမိတို့အလုပ်မဖြစ်သည်ကို ဖုံးကွယ်ရန် ဝါတတ်သေးသည်၊ ကြွားတတ်သေးသည်။ အလုပ်တစ်ခုခုကို လေးလေး

စားစား မလုပ်ဘဲ ဝါကြွားသောသူများ၏အဖြစ်သည် အလုပ်ကို မှန်မှန် ကန်ကန် လုပ်သူနှင့် ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်သော ဆိုးကျိုးကိုရတတ်ပါသည်။ သူတို့သည် အနာမကျက်သဖြင့် အနာယင်းသွားတတ်ပါသေးသည်။ သိက္ခာမတက်သည့်ပြင် သိက္ခာကျဆင်းလျော့ပါးကာ စိတ်အင်အားလည်း နည်းပါးသည်ထက် နည်းပါးသွားကာ ငယ်စဉ်ကဖတ်ခဲ့ရသော ကုဋေ ၈၀ သူဌေးသား တောင်းစားရသကဲ့သို့ဖြစ်တတ်သည်။ အတိတ်ကံ များစွာကောင်း ခဲ့သော သူဌေးသားသည် ပစ္စုပ္ပန်တွင် အတိတ်ကံကောင်းကို ဆောက်တည် ထိန်းသိမ်းနိုင်ခြင်းမရှိ၍ အလွန်ဆင်းရဲသွားခြင်းဖြစ်သည်၊ အတိတ်ကံကောင်း ကို ပစ္စုပ္ပန်အားထုတ်ခြင်းဖြင့် မီးလိုင်းမှဝင်နေသော လျှပ်စစ်အားကို ခလုတ် ဖွင့်သကဲ့သို့ ဖွင့်ကာ အလင်းကိုယူသင့်ပါသည်။

မည်သည့်ဘဝအခြေအနေဖြင့် စတင်ခဲ့သည်ဖြစ်စေ မိမိလုပ်နိုင်သည့် အလုပ်ကို ကြိုးကြိုးစားစား လုပ်ကိုင်တတ်သောသူသည် ဘဝခရီးတွင် ခံစားခဲ့ရသော စိတ်အနာရော လူအနာပါ အကျက်မြန်သည်၊ သိက္ခာလည်း တက်နိုင်သည်။ အလုပ်တိုင်းကို ကြိုးကြိုးစားစားလုပ်ခြင်းဖြင့် စိတ်အင်အား တိုးပွားစေနိုင်ပါသည်။

စိတ်ဓာတ်၏ သဘောသဘာဝသည် လောကတွင်ရှိသော သက်ရှိ သက်မဲ့များ အားလုံး၏ သဘာဝအတိုင်း ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုနှင့် ကင်း၍ တစ်သမတ်တည်း ရပ်တည်မနေနိုင်ပါ။ အားနည်းသည့်အခါလည်း ရှိမည်၊ ရှုပ်ထွေးသည့်အခါလည်း ရှိမည်၊ တင်းကျပ်သည့်အခါများလည်း ရှိပါမည်။ ထိုသို့သော သဘောများဖြင့် မကောင်းသည့် ခံစားမှုမျိုးကို မခံစားရသည့် သူ မရှိနိုင်ပါ။ မြတ်စွာဘုရားနှင့်ရဟန္တာအရှင်မြတ်ကြီးများမှတစ်ပါး လူသား တိုင်းသည် စိတ်ဆင်းရဲမှုဒဏ်ကို ခံစားရတတ်ပါသည်။ စိတ်ဆင်းရဲမှုကို ခံစားရခြင်းသည် လူဆင်းရဲမှုကိုခံစားရခြင်းထက် လူ၏အင်အားကို လျော့ ပါးစေသည်။ ဆိုးကျိုးသက်ရောက်မှု များစေနိုင်ပါသည်။ စိတ်အင်အား ကို မွေးမြူသည့်အခါတွင် နှလုံးသွင်းမှန်ရန် လိုအပ်သည်ဖြစ်ရာ စာရေးသူ မှတ်သားမိသမျှ လောကုတ္တရာစာပေ အဆုံးအမများ၊ လောကီစာပေ အဆုံး အမများကို တင်ပြလိုပါသည်။

၉။ လူသာနာစေ စိတ်မနာပါစေနှင့် ကိုယ်တွင်ဖြစ်သောအနာက ကျက်လွယ်ပြီး စိတ်အနာက ကျက်ခဲ၍ သတိထားသင့်သည်

မြတ်စွာဘုရားရှင်က ဘဂ္ဂပေါင်းများစွာ သားတော်စပ်ခဲ့သဖြင့် သားအရင်းအခြာကဲ့သို့ ချစ်ခင်သော နကုလပီတာနှင့် နကုလမာတာတို့သည် အသက်အလွန်ကြီးလာသည့်အချိန်တွင် "အရှင်ဘုရား၊ တပည့်တော်များသည် အရှင်ဘုရားကို အမြဲပင် လာရောက်ဖူးမြော်ချင်စိတ် ပြင်းပြနေပါသည်။ သို့သော် အသက်ကြီးလာသည့်အလျောက် ကိုယ်နှာက နာကျင်ကိုက်ခဲကာ အသွားအလာ အလှုပ်အရှားများလျှင် မခံရပ်နိုင်အောင် ပင်ပန်း၍ မလာနိုင်ပါဘုရား"ဟု လျှောက်ထားခဲ့ပါသည်။ ထိုအချိန်တွင် မြတ်စွာဘုရားရှင်က "**လူသာနာစေ၊ စိတ်မနာစေနှင့်**"ဟု မိန့်ကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။

အချို့သောသူများသည် မိကောင်း ဖကောင်း ဆရာကောင်းများ၏ သွန်သင်ဆုံးမခြင်းကို မခံခဲ့ရသဖြင့် ကုသိုလ် အကုသိုလ်နှင့် ထိုကုသိုလ်ကံ အကုသိုလ်ကံတို့၏အကြောင်းကို ကောင်းစွာမသိ နားမလည်ပါ။ နိုင်ထက်စီးနင်း လုပ်ကိုင်တတ်၊ ပြောဆိုတတ်ပါသည်။ အစောပိုင်းတွင် ထိုသို့ နိုင်ထက်စီးနင်းလုပ်သည်ကို တုံ့ပြန်ခြင်းမပြုဘဲ ခံလိုက်သူများ ရှိနိုင်ပါသည်။ အရေးကြီးသည်မှာ ခံလိုက်ရသည့်အကြောင်းကိစ္စများကို ဖြေရှင်း၍ရနိုင်ပါက ဖြေရှင်းလိုက်ပါ။ ရန်တုံ့ပြန်စရာမလိုဘဲ အေးချမ်းသောနည်းဖြင့် ဖြေရှင်းလိုက်ပါ၊ ဖြေရှင်း၍မရနိုင်အောင် ကောက်ကျစ်သောနည်းများကို သုံးသူများနှင့် ရင်ဆိုင်တွေ့ပါက ရှောင်လိုက်ပါ၊ ကြောက်လို့ ပြေးရမှာ ရှက်စရာဟု မတွေးပါနှင့်၊ တောထဲတောင်ထဲတွင် ခြင်္သေ့ကဲ့သို့ ကျားကဲ့သို့ ဝက်ဝံကဲ့သို့ သောသတ္တဝါများကို ရင်ဆိုင်ရပါက လွတ်အောင်ပြေးရမည်သာ ဖြစ်သည်။ ပို၍ကောင်းသောနည်းမှာ အစောပိုင်းကတည်းက ထိုသတ္တဝါများ ကျက်စားတတ်သည့်အချိန်၊ ကျက်စားတတ်သည့်နေရာကို လေ့လာကာ ရှောင်ကွင်း၍ သွားသည့်နည်းဖြစ်ပါသည်။

လူ့လောကထဲတွင်လည်း အလိုလိုနေရင်း ရန်လိုနေတတ်သူများ ရှိတတ်ပါသည်။ သူတို့နှင့်ရင်ဆိုင်ကာ မိမိ၏စိတ်အင်အားကို ထိပါးစေသည့် အားပြိုင်ခြင်းမျိုး မပြုပါနှင့်။ သိက္ခာစောင့်ခြင်းဖြင့် ရန်ကိုရှောင်ကွင်းခြင်းသည် ပညာရှိတို့နှစ်ခြိုက်သော အလုပ်ဖြစ်သည်၊ ရှက်စရာမလိုပါ။ ထိုသို့ ပညာရှိတို့နှစ်ခြိုက်သည့်နည်းဖြင့် ရန်ကိုရန်ချင်း မတုံ့နှင်းဘဲ နေတတ်သည့်အလေ့ စွဲမြဲလာသည့်အခါတွင် ရန်လိုသူတို့ကို မေ့သွားပါလိမ့်မည်။ လုပ်စရာအလုပ်များကလည်း အသက်ကြီးလာသည်နှင့် များလာပါလိမ့်မည်။ မိမိကိုအစဉ်သဖြင့် လိုက်လံပြိုင်ဆိုင်နေသူများကိုလည်း သွားရာလမ်း၊ ဆောက်တည်သည့်နည်းမတူသဖြင့် အတွေ့နည်းသွားပါလိမ့်မည်။ ကြာလာလေလေ တွေ့သည်ဖြစ်စေ မတွေ့သည်ဖြစ်စေ သူတို့၏ရန်ပြုခြင်းနှင့် မိမိသည် မဆက်စပ်တော့ဘဲ ဖြစ်သွားပါလိမ့်မည်။

စိတ်နာနေခြင်းသည် တန့်နှံ့ဖြစ်ကာ အကုသိုလ်ဇောများကို ပိုမိုဖြစ်ပွားစေနိုင်ပါသည်။ ငါက မမှားဘဲနှင့် ခံရလေခြင်းဟူသော အတွေးဖြင့် ပူလောင်ခြင်းသည် ဒေါသဖြစ်နေသောကြောင့် ပူလောင်နေခြင်းဖြစ်သည်။ အချိန်ကုန်သည်၊ လူပန်းသည်၊ အကျိုးမဲ့သည်၊ အနစ်မဲ့သည်။ ထို့ကြောင့် ထိုစိတ်ကို ဖျောက်၍ရအောင် ဖျောက်ဖို့လိုအပ်ပါသည်။

အကယ်၍ တစ်စုံတစ်ယောက်သည် မိမိ၏အပြစ်ကင်းပါလျက် စိတ်ဆင်းရဲစရာကြုံပါက လူသာနာစေ စိတ်မနာပါစေနှင့်ဟူသော ဆုံးမစကားကို သတိရလိုက်စေလိုပါသည်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်ကိုလည်း အသန့်စင်ဆုံးဖြစ်အောင် ဆေးကြောထားသော လက်အုပ်အစုံဖြင့် ကြည်ညိုရှိသေစွာ ရှိခိုးပူဇော်လိုက်ပါ။ စိတ်သန့်စင်အေးချမ်းသွားပါလိမ့်မည်။

သူများတွေလည်း ဒီလိုအမှားမျိုးကို ကျူးလွန်တာပဲ၊ အပြစ်လုပ်တာပဲ၊ ငါ့ကျမှ ခံရသလားဟု မိမိအပြစ်လုပ်သည်ကိုပင် မှားပါသည်ဟု မိမိကိုယ်ကိုမိမိ ဝန်ခံနိုင်ခြင်းမရှိသေးသောသူ၊ အမှားကို သူတစ်ပါးနှင့်လိုက်ကာ တန်းညှိသောသူသည် စိတ်အင်အားလျော့ပါးမြဲ လျော့ပါးကာ၊ ကိုယ်လည်းပန်းမည့်ပြင် အမှားဟောင်းများအတွက် ခံရသောဆိုးကျိုးထက် ဆိုးရွားသော ဆိုးကျိုးများက တန်းစီစောင့်နေသည်ကို မမြင်သေးသဖြင့်သာ လူ့ပြည်တွင် အနေရခက်နိုင်ပေလိမ့်မည်။

တချို့သောသူများသည် မတရားသဖြင့် သူတစ်ပါးကိုနှိပ်စက်ပြီး နောက်မှ မုတ်ကရော့၊ ငါ့ကို ဘာမှတ်လို့လဲဟု ဇာတ်ထဲက လူကြမ်းပမာ ကြုံးဝါးတတ်ကြသေးသည်။ မယုံမရှိပါနှင့် ကိုယ်တိုင်ကြားဖူးခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ထိုသို့သောစကားမျိုးကို ရုပ်ရှင်များ၊ ဇာတ်များထဲတွင် လူကြမ်းများ ပြောတတ်ကြပါသည်။ စာရေးသူက တစ်သက်လုံး မိဘများသွန်သင်ခဲ့သော **"ပြုသူအသစ် ခံသူအဟောင်း"** ဆိုသည့်စကားကို အခါတိုင်း အခါတိုင်းမှာပင် ပြန်လည်ကြားယောင်ကာ အများကျူးလွန်သူကိုယ်စား ကျောချမ်းမိပါသေးသည်။ လောကကြီးသည် မတရားဘူးဟု လူအများပြောလေ့ရှိပါသည်။ သာသနာ၏အဆုံးအမအရ ဆိုရပါမူ လောကကြီးသည် တရားပါသည်။ ယောဆရာတော်ကြီး ဟောတော်မူသော တရားတစ်ပုဒ်တွင်ပါသည့်အတိုင်း ပြောရပါမူ *"လူတိုင်းလူတိုင်းသည် ကိုယ်လုပ်သောအလုပ်ကို ကောင်းသည် ဆိုးသည်ကို ကိုယ်ကမသိသေးခင်မှာပင် ကိုယ့်ကံက သိပြီးပြီ၊ ကောင်းလျှင် ကောင်းသည်ဟု မှတ်သားပြီးပြီ၊ ဆိုးလျှင် ဆိုးသည်ဟု မှတ်သားပြီးပြီ"* ဟုဆိုပါသည်။ မည်သည့်ကံတရားကမှ မတရားသတ်မှတ်ထားသော ကံတရားမဟုတ်။ အကျိုးပေးသည့်အခါတွင်လည်း စည်းကမ်းမဲ့ အကျိုးပေးသော ကံတရားမဟုတ်သည့်အကြောင်းကို ခံယူထားသူသည် စိတ်အေးချမ်းသာစွာ နေရတတ်ပါသည်။ ရှေးခေတ်က ဆရာတော်ဘုရားကြီးတစ်ပါးသည် သံဃာစင်ပေါ်မှဆင်းလာသည့်အခါ ချွတ်ထားခဲ့သော သူ၏ဖိနပ် ပျောက်နေသည်ကို တွေ့လိုက်ရသည်နှင့် 'ဟော- ဖိနပ်သူခိုးတွေ့ပြီ'ဟု မိန့်တော်မူလိုက်သည်။ အနီးရှိလူအားလုံးက ဟိုဟိုသည်သည်လှမ်းကြည့်ကာ ဘယ်မှာလဲဘုရား၊ ဘယ်မှာလဲဘုရားဟု မေးသည်တွင် ဆရာတော်ကြီးက သူ၏ရင်ဘတ်ကိုပုတ်ပြကာ "ဒီမှာလေ၊ သူတစ်ပါးဖိနပ်ကို အရင်ဘဝတစ်ခုခုမှာ ခိုးခဲ့လို့သာ အခုလိုနေရာ အခုလိုအချိန်မှာ ဘယ်သူ့ဖိနပ်မှ မပျောက်ဘဲ ကိုယ့်ဖိနပ်သာ ပျောက်တာပေါ့ဗျာ"ဟု ရွှင်ရွှင်ပျပျပြောဆိုကာ ဆက်လက်လျှောက်သွားတော်မူသည်ဟု မှတ်သားခဲ့ရဖူးပါသည်။

၁၀။ ကံတကယ်ကောင်းချင်လျှင် ကံဆိုးကို ချေဖျက်၍ ကံကောင်းကိုနှိုးပေးပါ
ကံကောင်းလေလေ စိတ်အင်အားတိုးပွားလေလေဖြစ်လာမည်

ယခုစာဖတ်သူများထဲတွင် ကံကို နည်းအမျိုးမျိုးဖြင့် ယုံနေကြသူ၊ မယုံဘဲနေသူများစသည်ဖြင့် အမျိုးမျိုးပါဝင်နေကြမည် ဖြစ်သည်။ ထေရဝါဒီများယုံကြည်သော ကံသည် တန်ခိုးရှင်တစ်ဦးဦးက ဆုံးဖြတ်သတ်မှတ်ထားသည့်အတိုင်း ခံစားစံစားရသော သတ်မှတ်ချက်တစ်ရပ်မဟုတ်ပါ။ ကံသည် အလုပ်ကိုရည်ညွှန်းပါသည်။ မိမိလုပ်ခဲ့သော အလုပ်သည် မိမိ၏ကံဖြစ်ပါသည်။ ထိုကံသည် အတိတ်ဘဝဘဝက လုပ်ဆောင်ခဲ့သော အတိတ်ကံဖြစ်ပါသည်။ ထို့ပြင် ယခုဘဝတွင် ကောင်းသောစေတနာဖြင့် ကောင်းစွာနှလုံးသွင်းကာ ကြိုးစားအားထုတ် လုပ်ကိုင်နေသည့်အလုပ်ဟူသော ပယောဂသမ္ပတ္တိသည်လည်း ဖြစ်ပြီးသော အတိတ်ကံဆိုးများကို အားလျော့သွားစေနိုင်ပါသည်။ဆိုးကျိုးပေးမှုကို လျော့ပါးစေနိုင်ပါသည်။ ပစ္စုပ္ပန်တွင် ကောင်းစွာဆောက်တည်၍ ကောင်းမှုအမျိုးမျိုးကို ကောင်းအောင်ကြိုးစား လုပ်ဆောင်နေသူသည် ပစ္စုပ္ပန်ကံ၏ထောက်ပံ့မှုကြောင့် အတိတ်ကံ အကျိုးပေးသာ လျော့ပါးစေနိုင်သည် မဟုတ်ပါ။ အတိတ်ဘဝဘဝက ပြုခဲ့ဖူးသော တိမ်မြုပ်နေသည့် ကံကောင်းများပင်လျှင် နိုးထလာကာ ပစ္စုပ္ပန်ကောင်းမှုကံနှင့်ပေါင်း၍ ကောင်းမြတ်သောအကျိုးကို ရစေနိုင်ပါသေးသည်။

စဉ်းစားဖွယ်ကောင်းသော ဥပမာတစ်ခု ပေးချင်ပါသည်။ လျှပ်စစ်မီးကို ပင်မမီးစက်က လွှတ်ပေးနေသည့်တိုင် မိမိတို့အိမ်က မီးသီးကျွမ်းနေလျှင် မီးမလင်းနိုင်ပါ။ မီးသီးအကျွမ်းကို အကောင်းနှင့်လဲလှယ်၍ ထွန်းမှသာ မီးလင်းနိုင်ပါသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ မီးကိုပိတ်ထားမိလျှင်လည်း မီးအားလွှတ်သည့်တိုင်အောင် အိမ်တွင်မီးမလင်းနိုင်ပါ။ မီးခလုတ်ကိုဖွင့်လိုက်မှသာ မီးလင်းနိုင်ပါသည်။ ထိုဥပမာထဲမှာပင် မီးသီးဝယ်ဖို့ရာ ငွေမရှိလို့ ဆိုင်ပိတ်

သွားလို့၊ မီးသီးကိုပြန်တပ်ဖို့ရာ လူမရှိလို့စသည့် အခက်အခဲအသေးအဖွဲ ကလေးများကိုလည်း ကျော်လွှားရတတ်ပါသည်။ ထိုထက်ကြီးမားသော အခက်အခဲများမှာ မီးလိုင်းပြတ်နေခြင်း၊ အကြောင်းကြောင်းကြောင့် မီးလိုင်း ကို ပြင်ပေးမည့်သူများကို ရှာမရသေးခြင်းစသည့် နာသာခံခက်ပြဿနာ မကြီးမသေးများနှင့်လည်း ကြုံရတတ်ပါသည်။ သို့သော် မီးအလင်းကို ရလိုပါက လိုအပ်သမျှကိုဖြည့်ဆည်းရသလိုပင် ပစ္စုပ္ပန်ကံကောင်းဖို့အတွက် ယခုဘဝတွင်လည်း ကောင်းရာကြိုးကုတ်၊ ကောင်းအောင်လုပ်ပြီးလျှင် ဖြည့်ဆည်းရတတ်ပါသည်။

စာရေးသူ ဥပမာပေးချင်သည်မှာ အတိတ်ဘဝများစွာက ကောင်းမှု များပြုထားသည့်တိုင် ရွှန်းရွှန်းဝေအောင် အကျိုးမပေးသေးသည်မှာ ယခု ဘဝတွင် အားထုတ်ခြင်း (ပယောဂသမ္ပတ္တိ) အားနည်းနေသေးသောကြောင့် လည်း ဖြစ်နိုင်သည့်အကြောင်းကို စဉ်းစားစေလိုသဖြင့် ပေးသောဥပမာ ဖြစ်ပါသည်။ ယခုပစ္စုပ္ပန်ဘဝကံကောင်းသည့်အချိန်တွင် အတိတ်ဘဝက ကံကောင်းများနှင့်ဆက်မိပြီး အမှောင်တိုက်ကိုဖြိုခွင်းနိုင်သော မီးအလင်း ရောင်ရသကဲ့သို့ ရနိုင်သည့်အကြောင်းကိုလည်း သတိထားကြစေလိုပါ သည်။

၁၁။ လူတိုင်းလူတိုင်း တတ်သည့်ပညာ ကိုယ်စီပါအောင် ကိုယ်တိုင်ကြိုးစားကြရသည် စိတ်အင်အားသည် တတ်သိနားလည်ခြင်းရှိသူတွင် ပိုမိုတိုးတက်လွယ်သည်

စာရေးသူသည် ကံကောင်းချင်လျှင် အလုပ်ကို ကြိုးစားပမ်းစားလုပ်ရမည် ဟူသော အဆုံးအမကို ငယ်စဉ်ကတည်းက ရခဲ့သူဖြစ်သည်။ ဤနေရာတွင် ဥပမာတစ်ခုပေးလိုပါသည်။ စာရေးသူသည် လက်ဖက်သုပ်ကို အလွန်ကြိုက်သည်။ လက်ဖက်သည် ခါးသဖြင့် များများစားလျှင် ရင်တုန်တတ်သည်၊ လေပွတတ်သည်။ ထို့ကြောင့် မေမေက များများမစားရန် တားမြစ်သည်။ စာရေးသူက မေမေရယ်၊ စောစောကတည်းက လက်ဖက်ကို ဆေးလို့ ပြောထားပါလား၊ ဆေးဆိုရင် ခါးလည်းခါးတဲ့လက်ဖက်ကို စားမိရင်တောင် များများစားမိမှာမဟုတ်ဘူးဟု ပြောမိသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ လူတို့၏ သဘာဝသည် လုပ်ရမည်၊ စားရမည်ဟု တိုက်တွန်းပြောဆိုလျှင် ရုတ်တရက် လက်မခံတတ်ကြပါ။ ထိုဥပမာကဲ့သို့ပင် စာကျက်စမ်း၊ စာကျက်စမ်း၊ စာကျက်မှ လူရာဝင်မှာဟု တိုက်တွန်းသည့်အခါတွင် စိတ်ပါလက်ပါ လိုက် လိုက်လှဲလှဲ လက်ခံရန် ဝန်လေးတတ်သည်။ အရသာကိုကြိုက်နှစ်သက် သွားသည့်အချိန်တွင်မှ စိတ်ပါလက်ပါလုပ်တတ်ကြသည်။ စိတ်ပါလက်ပါ ဖြစ်လာသော အလုပ်ကို လုပ်ရသည့်အခါတွင် လူပင်ပန်းချင် ပင်ပန်းမည်၊ သို့သော် စိတ်ကမွေ့လျော်နေသဖြင့် ပင်ပန်းမည်စိုး၍ တားမြစ်သည့်တိုင် လုပ်တတ်ကြသည်။

စာရေးသူသည် သုံးတန်းလောက်မှစ၍ ကျောင်းသုံးစာအုပ်များတွင် ပါသောပုံပြင်များကို နှစ်နှစ်ခြိုက်ခြိုက်ဖတ်တတ်ပါသည်။ စာဖတ်ရမည် ကို အလွန်ကြိုက်သော လက်ဖက်စားရမည်ကဲ့သို့ပင် ကြိုက်သည်။ မိမိတို့ အတန်းအတွက် ဖတ်ရန်ပြဋ္ဌာန်းထားသည့်စာအုပ်ထဲမှ ပုံပြင်များကုန်သည့်

အချိန်တွင် မိမိထက်အတန်းကြီးသော အစ်မကြီးများထံမှ ကျောင်းသုံးစာအုပ်ကို မှန့်စားကျောင်းဆင်းချိန်တွင် ခဲယယငှား၍ဖတ်ရသည်။ အစ်မကြီးတို့သည် စာရေးသူဖြစ်လာမည့် မတင်ဝင်းကလေး ၏အနားတွင် ထိုင်ကာ စကားပြောနေကြသည်မှာ တသောသောပင်။ တစ်ခါတစ်ရံ တစ်ယောက်ယောက်က ဝန်တိုစွာဖြင့် 'ဟော့– ငါ့စာအုပ် ပြန်ပေးတော့၊ တကတဲ ငါတို့အတန်းမှာတောင် မသင်ရသေးဘူး။ သူက လူလှသူသူ ဖတ်နေလိုက်တာ' ဟုဖတ်ခွင့်ပြုတားသောစာအုပ်ကို ပြန်၍ဆွဲယူတတ်သည်။ စာရေးသူသည် ဘာမှပြန်မပြောရဲဘဲ စာအုပ်ကိုသာငေးကြည့်နေရသည်။ ထိုအချိန်တွင် အခြားတစ်ယောက်က ညည်းနယ်အေ၊ ငါတို့လည်း ဖတ်နေတာမှ မဟုတ်ဘဲ၊ ဖတ်ပါစေဟုပြောကာ သူ၏ကိုယ်ပိုင်စာအုပ်ကို စာရေးသူအား ထုတ်ပေးရင်း ရော့ ရော့ ညီမလေးဆက်ဖတ်လိုက်၊ ကျောင်းတက်ရင် ပြန်ပေး၊ ရိရိသေသေတော့ ဖတ်ဟုပြောတတ်ပါသည်။ စာရေးသူသည် ကံကောင်းစွာပင် စာဖတ်ခြင်းကို ငယ်စဉ်ကတည်းက နှစ်ခြိုက်ခဲ့သည်။ ကြီးလာသည့်အချိန်တွင် စာများများဖတ်မှ၊ စာအမျိုးမျိုးဖတ်မှ အောင်မြင်နိုင်ချေရှိသော စာရေးဆရာအလုပ်ကို ရွေးချယ်မိသည်မှာလည်း စာအုပ်များကို နှစ်ခြိုက်ရာမှ စာရေးသည့်အလုပ်ကို နှစ်ခြိုက်လာသောကြောင့်ဖြစ်သည်။

စာရေးသူကို လူငယ်စာရေးဆရာတစ်ယောက်က အလွတ်သဘောမေးဖူးပါသည်။ ဆရာမကြီး စာရေးတဲ့အခါမှာ Mood ဝင်အောင် တွန်းရေးသလားဟူသော မေးခွန်းဖြစ်သည်။ စာရေးသူသည် ရုတ်ချည်းပင် ရယ်ရယ်မောမောဖြင့် ပြန်ဖြေလိုက်ပါသည်။ auto Mood ဝင်အောင် တင်ထားတယ်လေဟူသော အဖြေဖြစ်ပါသည်။ ရယ်မောရွှင်ပျစွာ ရယ်မော၍ ဖြေလိုက်သော်လည်း စကားဖြစ်ရုံဖြေလိုက်သည် မဟုတ်ပါ။ စာရေးသူသည် စာရေးချင်သည့်စိတ်ဖြင့် ပတ်ဝန်းကျင်ကိုလည်း ကြည့်နေတတ်ပါသည်၊ စာကိုလည်း ထိုစိတ်ဖြင့်ပင် ဖတ်နေတတ်ပါသည်။ တစ်ခါတစ်ရံတွင် ရေးဖြစ်မည်မဟုတ်မှန်း သိသိဖြင့် တွေးနေတတ်ပါသည်။ သို့သော် ထိုအတွေးများသည် တစ်နေ့သော် စာဖြစ်လာတတ်ပါသည်။

ဥပမာဆိုပါစို့။ စာရေးသူသည် လုပ်ငန်းခွင်တွင် အတက်နေးသူဖြစ်သည်။ စိတ်ဓာတ်မကျခဲ့ပေ။ စာရေးသူ၏ဖခင်ကြီးက "လောကမှာ

ဘာပဲလုပ်လုပ် အတက်နှေးချင်းနှေးပါစေ၊ တက်ပြီးရင်တော့ ပြန်မကျစေနဲ့" ဟူသောစကားကို စာရေးသူငယ်စဉ်ကတည်းက ပြောခဲ့ဖူးပါသည်။ စာရေးသူသည် အတက်နှေးခြင်းကိစ္စကို ပြန်၍လေ့လာကြည့်ရာ အချို့သောကာလများတွင် စနစ်သည် သုတေသနလုပ်ငန်း မည်မျှလုပ်သည်၊ မိမိ၏လုပ်ငန်းအတွက် မည်မျှအကျိုးပြုသည်ကို အမှတ်ပေး၍ ရာထူးတက်ပေးသည်ဟု သိရသည်။ ထိုကဲ့သို့သောအချိန်တွင် နိုင်ငံခြားမှပြန်လာကာစ အသားမကျသေးသဖြင့် စာတမ်းပြုစုနိုင်ခြင်းမရှိသဖြင့် ရာထူးမတက်နိုင်။ စာရေးသူအပါအဝင် နိုင်ငံခြားပြန်များသည် ရာထူးထက် ရာထူးအလိုက် အစွမ်းအစပြသခွင့်ကို ပိုမိုမျှော်လင့်နေခဲ့သည်။ နောက်ပိုင်းတွင် စာတမ်းများစွာပြုစု၍ စာတမ်းများစွာ တင်သွင်းဖတ်ကြားလာနိုင်သည့်အချိန်သို့ ရောက်လာသည်။ ထိုအချိန်တွင် ရာထူးတက်ပေးသည့်စနစ်သည် လုပ်သက်အပေါ် အခြေပြုသွားပြန်သည်။ ထိုအချိန်တွင် စာရေးသူတို့မှာ ဘယ်လို Contribution မှမရှိဘဲနှင့် ရာထူးကိုမျှော်နေလို့ ဖြစ်မလားဟု အမြင်ပင် အရာရာကို အမည်းရောင်ဆိုး၍ ကြည့်တတ်သောဆရာတစ်ယောက်က ပြောခဲ့သည်ဟုဆိုသည်။ ကြားထဲမှ ဆရာကြီးတစ်ယောက်က သူတို့ကိုတာဝန်ပေးပြီး နိုင်ငံခြားက ဒေါက်တာဘွဲ့ကို အယူခိုင်းလိုက်တာပဲ။ ဘွဲ့ကိုရအောင် ယူလာတာကို Contribution လို့ မှတ်ရမှာပေါ့ဗျာဟု ကြားထဲမှ မနေနိုင်သဖြင့် ဝင်၍ပြောလိုက်သည်ဟု ဆိုပါသည်။ နောက်ပိုင်းတွင် စာတမ်းများဖတ်ကာ သုတေသနလုပ်ငန်းများ ဆက်တိုက်ဆိုသလို လုပ်လာပြီးနောက် ရာထူးတက်ခြင်း မတက်ခြင်းသည် အရေးမကြီးတော့ပါ။ မိမိလုပ်ရသည့်အလုပ်တိုင်းကို လက်ဖက်စားရသလို နှစ်ခြိုက်သွားပြီဖြစ်ရာ ပျော်ရွှင်တက်ကြွစွာ နေမိသည်။ တစ်ခါက မိမိအလုပ်လုပ်ခဲ့သော လုပ်ငန်းခွင်သို့ စာအုပ်များပြန်အပ်ရန်နှင့် ထပ်၍ငှားရန်သွားခဲ့ပါသည်။ လုပ်ဖော်ကိုင်ဘက်များနှင့် နှုတ်ဆက်ရာတစ်ဦးကို နေကောင်းရဲ့လားဟု မေးလိုက်သည်တွင် လူတော့ နေကောင်းတယ်၊ စိတ်နေမကောင်းဘူးဟူသော အဖြေကို ပေးခဲ့ပါသည်။

စာရေးသူက အားပါးတရပြုံးကာ ခွေတာ၊ ခေါက်တာ၊ ဖိတာ နှိပ်တာတွေ ပြောမလို့လား၊ ငါတို့တော့ ကျော်လွန်ခဲ့ပြီဟု ပြောလိုက်ပါသည်။ တကယ်လည်း ပြုံးနိုင်ပြီဖြစ်ပါသည်။ ယခုအချိန်မို့ ပြုံးတာလား၊ မဟုတ်ပါ။

အခက်အခဲများနှင့် ကြုံနေရစဉ်မှာလည်း စာရေးသူပြုံးနိုင်ပါသည်။ အကြောင်းမှာ ငယ်စဉ်က မုန့်စားကျောင်းဆင်းသည့်အချိန်တွင် ခပ်နိမ့်နိမ့် ဝါးကြမ်းခင်းထားသော ထရံကာကျောင်း၏အောက်၌ထိုင်ကာ အချိန်လု၍ သူများ၏စာအုပ်များကို ငှားကာ ဖတ်ခဲ့ရသည်။ တက္ကသိုလ်ဆရာမဘဝတွင် စာအုပ်အမျိုးမျိုးကို ပြည့်စုံစွာရှာ၍ ရနိုင်သော စာကြည့်ခန်းထဲတွင် ဗီရိုတစ်ခုမှ တစ်ခုသို့ကူးကာ စာဖတ်နိုင်ပြီဖြစ်သည်။ ထိုစာအုပ်များကို မက်မက်မောမော ဖတ်ရင်း စာအုပ်တစ်အုပ်ပြီးတစ်အုပ် ရေးနိုင်ခဲ့သည်။ ထိုသို့ စာဖတ်ရင်း စာကြည့်တိုက်မှ လုပ်အားပေးသူငယ်ကလေးကို တစ်နေ့တွင် အားရင် ခဏထိုင်စမ်း၊ ဆရာမ မင်းကို နောက်ထပ်တူးဖော်နိုင်ခဲ့ကြတဲ့ ပျူမြို့တော်ဟောင်းတွေအကြောင်းကို ပြောချင်လို့ဟုဆိုကာ ပျူမြို့တော်များအကြောင်းကို စိတ်ပါလက်ပါ သင်ပြခဲ့သည်။ ထိုကလေးသည် စာအုပ်ငှားရန်သွားတိုင်း ဂရုစိုက်ကာ ငှားပေးသောကြောင့် ကျေးဇူးဆပ်လိုသဖြင့် သင်ပေးလိုက်ခြင်းသာ ဖြစ်သည်။

စာရေးသူသည် စကားများသည့်အခါ အလွန်များသလောက် နည်းလျှင်လည်း လိုသည့်စကားအပြင် မပြောတတ်သဖြင့် ထိုကလေးသည် ရှေးဟောင်းသုတေသနဌာနသို့ဝင်ရန် နောက်တစ်နေ့တွင် စာမေးပွဲဖြေရမည်ကို မသိခဲ့ချေ။ နှုတ်ဖြေစာမေးပွဲတွင် ထိုကလေးသည် မေးသမျှကို ပြည့်စုံစွာ ဖြေဆိုနိုင်ကာ စာမေးပွဲအောင်သွားပါသည်။ ယခုအရာရှိငယ်တစ်ယောက် ဖြစ်နေပါပြီ။ ထိုသို့သောဘဝကို ရရှိလာသည့် စာရေးသူသည် ရာထူးမတက်သဖြင့် ငြူစူရန်အကြောင်းမရှိတော့ပေ။ စာသင်ရန်လည်း အလွန်ဝါသနာပါသည်။ ဝါသနာပါသည့် စာသင်ရသည်။ စာရေးဆရာဖြစ်ချင်စိတ် ငယ်စဉ်ကပင် ပြင်းထန်ခဲ့သည်။ စာရေးဆရာလည်း ဖြစ်ရသည်။ စာအုပ်များကိုလည်း ဝယ်ယူ၍ဖတ်နိုင်ပြီ။ ထိုသို့ဖြစ်ချင်သလိုဖြစ်နိုင်ပြီဟု ဆိုသည့်အချိန်တွင် ရာထူးမတက်သေးချေ။ တစ်နေ့တွင် ဆရာဝတစ်ယောက် တရှုံ့ရှုံ့ဖြင့် ဒေါသထွက်ကာ စာရေးသူ၏စားပွဲသို့ ရောက်လာပါသည်။ စာရေးသူအပါအဝင် လူတော်တော်များများကျန်ရစ်ကာ တစ်ယောက်သောသူ ရာထူးတက်သွားပါသည်။ ရာထူးတက်သွားသူသည် လူတော်တစ်ဦးဖြစ်သည်။

စာရေးသူအဖို့ မကျေနပ်စရာမရှိပါ။ မကျေနပ်သောဆရာက ထိုက်တန်သလောက် မချီးမြှင့်လျှင် တတ်သလောက် မလုပ်နိုင်ဘူးဟု ပြောသည့်အခါ မိမိကိုယ်ကိုမိမိ ပြန်၍မေးကြည့်မိပါသည်။ ထိုသို့တတ်သလောက် မလုပ်ဘဲ နေနိုင်သလားဟူသော မေးခွန်းဖြစ်ပါသည်။ စာရေးသူကတော့ တတ်သလောက် မလုပ်ဘဲ မနေနိုင်ပါ။ မတတ်သေးလျှင် တတ်အောင်ကြိုးစား၍ လုပ်ဦးမည်သာဖြစ်ပါသည်။ လူ့ဘဝတွင် လိုချင်သည့်အရာများကို အပြည့်အစုံရဖို့ ခက်ပါသည်။ သို့သော် ရရှိသည့်အရာထဲတွင် မိမိနှစ်ခြိုက်သော စာအုပ်စာတန်းများပါရှိနှင့် အထူးဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာဖြစ်နိုင်သည်မှာ စာရေးသူအတွက် ကံကောင်းခြင်းတစ်ရပ်ပင်ဖြစ်သည်။ စာအုပ်သည် စာရေးဆရာ၏ အားတိုးဆေး မဟုတ်ပါလား။ စာအုပ်ရလျှင် ဝမ်းသာသင့်သည်မှာ စာရေးဆရာအတွက် သဘာဝကျသည်။

၁၂။ တိုးတက်ကြီးပွားလိုလျှင် သတိနှင့် ဝီရိယကို အတူယှဉ်၍ထားကာ ကြိုးစားပါ စိတ်အင်အားသည် ဝီရိယ၏အရှိန်ကြောင့် ပို၍တိုးတက်လာတတ်သည်

မည်သည့်အခါမျှ ငါတို့ကတော့ အကျိုးပေးနံ့ချာတဲ့သူတွေပဲ၊ ဘယ်တော့မှ အဆင့်မြင့်လာမှာမဟုတ်ဘူးဟု မတွေးပါနှင့်။ ထိုသို့မှားသောအတွေးများကို လက်မခံပါနှင့်။

အရေးကြီးသည့်အချက်မှာ ယောဆရာတော်ကြီး ဟောကြားတော်မူခဲ့သည့်အတိုင်း လူတိုင်းသည် ကိုယ်လုပ်ချင်ရာကို ကိုယ်လုပ်နိုင်သည့် လုပ်ပိုင်ခွင့်ရှိသည် (လောကီရေးလုပ်ပိုင်ခွင့်နှင့် မရောထွေးပါနှင့်)။ မကောင်းမှုသည် မကောင်းကျိုးပေးနိုင်သည်ဟု ယုံကာ မကောင်းမှုကို ရှောင်၍ ကောင်းမှုကို လုပ်ဆောင်သောသူများလည်း ရှိသည်။ မကောင်းမှုကိုလည်း ကောင်း၊ ကောင်းမှုကိုလည်းကောင်း မမှုကြသောသူများသည် နေချင်သလို နေကာ လုပ်ချင်သလို လုပ်တတ်ကြသည်။ သူတို့၏ခံယူချက် သဘောထား အတိုင်း လုပ်ပိုင်ခွင့်ရှိသလို လုပ်တတ်ကြသည်။ မည်သူမှ တားဆီးနိုင်ခြင်း မရှိအောင် ကိုယ်ပိုင်ဆုံးဖြတ်ချက်ဖြင့် လုပ်တတ်ကြသည်။

ထိုသို့ လုပ်ချင်သလို လုပ်သူများရော၊ လုပ်သင့်သည်ကို ရွေး၍ လုပ်သူများရော လိုချင်သည်ကို တောင့်တတိုင်း ရနိုင်သည်မဟုတ်ပါ။ ရှိသည်ကိုသာ ယူရတတ်သည်ဟု ယောဆရာတော်ကြီးက ဟောတော်မူဖူးပါသည်။ ရှိသည်ဟူသောစကားမှာ ကုသိုလ်ကံအကျိုးပေး ရှိသည့်အတိုင်းကို (ရှိသမျှကို)ဟု ဆိုလိုပါသည်။ လူအများသည် မိမိတို့လိုချင်တောင့်တသည့်အတိုင်း ဖြစ်မလာသည့်အခါတွင် မိမိတို့၏ကံအကျိုးပေးမှု နံ့ချာလှသည်ဟု ယူဆကြသည်။ ကံအကျိုးပေးနံ့ချာခြင်းကို ပိုကောင်းလာအောင် တိုးတက်လာအောင် မိမိ၏စိတ်အင်အား၊ ကိုယ်အင်အားဖြင့် လုပ်ယူနိုင်

သည်ကို မေ့လျော့နေတတ်ကြသည်။ ကိုယ် နှုတ် စိတ်ဖြင့် မိမိကိုယ်ကို ဆောက်တည်ကာ ကောင်းမှုမြတ်နိုး ကောင်းအောင်ကြိုးစား၍ ကောင်းမှု အင်အားတိုးပွားလာလေလေ ကံကောင်းလာလေလေ ဖြစ်တတ်သည်။

အချို့သောသူများသည် လိုချင်တိုင်း ရနေသည့်အခါ၊ ထိတ်လန့်စရာ မရှိဟု ထင်မြင်ယူဆနေကြသည့်အချိန်တွင် ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာသုံးပါးကို မေ့လျော့နေတတ်ကြသည်။ မိဘနှစ်ဖြာဆိုသည့် ကျေးဇူးရှင်များကို ရေးရေးသာအမှတ်ရတတ်သည်။ ကျန်သည့်ကျေးဇူးရှင်များကိုကား ရေးရေးပင်မမြင်ကြတော့ချေ။ ကံဆိုးသည် လိုချင်တောင့်တသည်ကို မရတော့ဟု ယူဆကြသည့်အချိန်တွင် ရတနာမြတ်သုံးပါးကို ဆည်းကပ်တတ်ကြပါသည်။ စိတ်အနေဖြင့်ကား ရတနာမြတ်သုံးပါးတို့၏ အပေါ်တွင် မရောက်နိုင်ချေ။ ပုတီးတစ်လုံးကိုချတိုင်း လိုချင်သည့်ဆုများကို တောင်းခံနေတတ်ကြသည်။ ဟာသနှော၍ ပြောရမည်ဆိုလျှင် မည်သည့်အယူဝါဒကို ကိုးကွယ်သည်ဖြစ်စေ ဆုတောင်းတိုင်းသာ ရမည်ဆိုပါက ရလာသောဆုလာဘ်များကို ထားစရာနေရာအတွက် ထပ်မံ၍စိတ်သောကရောက်ကာ နေရာကျယ်ကျယ် နေရာကြီးကြီး ပေးသနားပါရန် ဆုတောင်းရဦးမည်ဖြစ်သည်။ လူအများသည် ကံကောင်းထောက်မသဖြင့် ဆုတောင်းတိုင်းမရဘဲ တန်ရုံသာ ရနေခြင်းဖြစ်သည်။

အပိုင်း ၂

တစ်သက်တာအတွက် အောင်မြင်ခြင်းကို ဆောင်ကြဉ်းလာမည့် လုပ်ငန်းခွင် ရွှေစည်းမျဉ်းများ

၁။ ဘုန်းစွမ်းနှင့်လူစကို ပြနိုင်အောင် ကြိုးစားပါ အစွမ်းအစတကယ်ရှိနေဖို့ စဉ်ဆက်မပြတ် ဝီရိယတိုင်ကို ထူထားပါ

အခုအချိန်မှာ ဘယ်လိုနိုင်ငံ ဘယ်လိုဒေသ ဘယ်လိုအလုပ်ခွင်မှာမဆို လူတွေက များလာပြီ၊ အလုပ်တွေကလည်း ရှုပ်လာပြီ။ အဲသည်တော့ ဘုန်းစွမ်းနဲ့လူစ ပြသဖို့ဆိုသည်မှာ ရတောင့်ရခဲ အခွင့်အလမ်းမျိုးဖြစ်လာပါပြီ။ ဟိုစဉ်က မဟာဇန္ဓလ ဖြစ်လာမည့် သာမန်တပ်သားကလေး မောင်ရစ်သည် ဘုန်းစွမ်းနှင့်လူစ မပြရဘဲ အညတြအနေဖြင့် ကြာရှည်မနေနိုင်သဖြင့် ဘိုးတော်ဘုရား ညီလာခံသဘင်ကျင်းပနေချိန်တွင် သူ့ရှေ့၌ ထိုင်နေသည့် သူကို ထ၍ တံတောင်ဖြင့် ထောင်းခဲ့သည်။ မင်းကြီးက 'ဟဲ့ ဘာလုပ်တာလဲ' ဟု လို့မေးသည်တွင် 'အရှင့်အမှုတော်ကို ထမ်းဆောင်ခဲ့သည်မှာ ကြာခဲ့ပါပြီ။ သို့သော် လူစွမ်းလူစပြသဖို့ အခွင့်အရေးမရနိုင်သည့်အတွက် မင်းကြီးက ကျွန်တော်မျိုးကိုသတိထားမိအောင် သူငယ်ချင်းကိုထပြီး ထောင်းမိခြင်းဖြစ်ပါသည်'ဟု လျှောက်တင်ခဲ့သည်။ မောင်ရစ်သည် ပင်ကိုအရည်အသွေး ပြည့်ဝသူဖြစ်သဖြင့် မင်းကြီးမဟာဇန္ဓလ အဖြစ် ကျော်ကြားခဲ့သည်။ သူငယ်ချင်းကို ထပြီးထောင်းသည့် သူ့လုပ်ရပ်ကို စာရေးသူက ကောင်းသည်ဟု ထောက်ခံပြီး ဤစာကိုရေးခြင်း မဟုတ်ပေ။ လူအများကြီးထဲမှ မိမိကို အလုပ်လုပ်ပိုင်ခွင့်၊ တစ်နည်းဆိုသော် အစွမ်းအစပြသနိုင်ခွင့်ပေးနိုင်သည့်သူများက သတိထားမိလာရန်ဆိုသည်ကလည်း အလွန့်ကိုရနိုင်ခဲသည့် ဒုလ္လဘဖြစ်သည်။ သို့ဖြစ်၍ စိတ်ဖိစီးမှုလည်း များနိုင်ပါသည်။ ရတ်တရက် စိတ်မထိန်းနိုင်ဘဲ လုပ်မိလုပ်ရာ လုပ်လိုက်သည်လည်း ဖြစ်နိုင်သည်။ သူကိုယ်တိုင်က ထက်ထက်မြက်မြက်နှင့် တော်ပေသေး၍သာ သမိုင်းစဉ်တွင် ကျော်ကြားခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် မဟာဇန္ဓလဆိုသည့်ဘွဲ့ကို ရခဲ့သည့်အပြင် သူရဲကောင်းပီသစွာ နိုင်ငံတော်ကိုကာကွယ်ရန် ရန်သူများကို တိုက်ခိုက်ရင်း ကျဆုံးသွားသည့်အထိ တာဝန်ကျေပွန်ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

လုပ်ငန်းခွင်တွင် ဦးစီးခေါင်းဆောင်လုပ်ရသည့် သူများမှာလည်း ကျယ်ပြောသည့် အမျိုးအမည်စုံလင်သည့် လုပ်ငန်းဆောင်တာများကို ကိုင်တွယ်နေရသဖြင့် အလုပ်များလှသည်။ သို့ဖြစ်၍ သူကိုယ်တိုင်က လူတစ်ယောက်ချင်း၏ အစွမ်းအစကို နားလည်သိရှိနိုင်အောင် ကိုယ်တိုင်တွေ့ဆုံဆက်သွယ်ပြီး အစွမ်းအစကို သတိထားနိုင်မည်မဟုတ်ချေ။ သူသတိထားနိုင်လောက်အောင် ပြောပေးသည့်သူ တင်ပြပေးသည့်သူများ ရှိပါမှ သူက သတိထားနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

ယခုခေတ်တွင် ရွှေစည်းမျဉ်းများအဖြစ် အသုံးပြုနိုင်သည့် လုပ်နည်းလုပ်ဟန်များကို တင်ပြမည်ဖြစ်သည်။ ဖတ်ထားသည့်အကြောင်းအရာများ၊ သူတစ်ပါးထံက သိရှိမှတ်သားထားရသည့် ကိုယ်တွေ့လုပ်ရှားရန်းကန်မှုများ၊ ကိုယ်တိုင်ကြုံခဲ့ရသည့် အလဲအကွဲများပါဝင်သည့် ကိုယ်တွေ့ဖြစ်ရပ်များကို ပေါင်းပြီး၊ ယခုတင်ပြည့် ရွှေစည်းမျဉ်းများကို ထုတ်ထားခြင်း ဖြစ်သည်။ အသုံးပြုမည့်သူများကလည်း ဖတ်ပြီး စဉ်းစားသုံးသပ်ကာ ကိုယ့်အဖြစ်နှင့် ဟပ်မိလောက်တယ်ဆိုတာ သေချာသည်ဟု ယုံကြည်မှ သုံးစေချင်ပါသည်။ ယခုတင်ပြမည့်အချက်များထဲမှ အချို့အချက်များက ရိုးစင်းသည်။ အခုတလော မြန်မာစကားလုလှများကို သုံးမိလျှင် 'အဲဒါ ဘာလဲဟင်'ဟု ပြန်မေးတတ်ကြသည့်သူများ များလာသဖြင့် နည်းနည်းရှင်းပြချင်ပါသည်။ သိနားလည်ပြီးသားလူများ သည်းခံကြစေလိုသည်။ ဘုန်းဆိုသည်မှာ ပုညမှ ဆင်းသက်လာသည့်စကားဖြစ်သည်။ ပုညဆိုသည့်ပါဠိဝေါဟာရကို မြန်မာလို ကုသိုလ်ကောင်းမှုဟု ဘာသာပြန်နိုင်သည်။ ပုညမှ ရွေ့လျားပြောင်းလဲပြီး ဘုန်းဟုပြောဆိုလာကြသည့်စကားဖြစ်သည်။ ဘုန်းစွမ်းဆိုသည်မှာ မိမိကိုယ်တိုင် ဘဝဘဝကပြုခဲ့ဖူးခဲ့သည့် ကုသိုလ်ကောင်းမှု၏ အစွမ်းကိုပြောခြင်းဖြစ်သည်။ လူစဆိုသည်မှာ လူစွမ်းလူစဆိုသည့်စကားကို အတိုကောက် ပြောခြင်းဖြစ်သည်။ အစွမ်းအစရှိသည့်သူကို လူရေးလူစရှိသည့်သူဟု ပြောတတ်သည်။ ဘုန်းစွမ်းဆိုသည့် အရည်အသွေးရော၊ လူရေးလူစဆိုသည့် အရည်အသွေးပါ တိုးတက်မှုအတွက် အလွန်လိုအပ်သည်။ ရှေးဘဝက အကြောင်းကောင်းခံထားသည့်သူဟုဆိုလျှင် ထိုအကြောင်းကောင်းများက အကျိုးကောင်းများကို ဆောင်ကြဉ်းလာမှာ သေချာသည်။ ဘာ့ကြောင့် ဘုန်းစွမ်း

နှင့်လူစကို ပြရန်လိုသလဲဟု မေးသင့်သည်။ ကောင်းသည့်အကြောင်းများကို အများကြီးလုပ်ထားခဲ့သည့်သူများမှာလည်း အလွန်ရှည်လျားသည့် သံသရာတွင် မကောင်းမှုများ လုပ်မိခဲ့သည်မှာ များစွာရှိမည်ဖြစ်သည်။ ထိုကဲ့သို့သော မကောင်းသည့်အကြောင်းရင်းခံများကလည်း မကောင်းကျိုးပေးဖို့ စောင့်နေမည်ဖြစ်သည်။ ထိုသို့မကောင်းကျိုးများ ပပျောက်သွားအောင် အကြောင်းကောင်းများ အောင်အောင်မြင်မြင် အကျိုးပေးအောင် ယခုဘဝမှာလည်း ဝီရိယဆိုသည့် ရဲရင့်သောစိတ်ခွန်အားဖြင့် ကြိုးစားရဦးမည်ဖြစ်သည်။ ထိုင်နေရင်း ရလာမည့်ကောင်းကျိုးက အားနည်းမည်။ ကောင်းသည့်အလုပ်ကို ကြိုးစားအားထုတ်ရင်း ရလာမည့်အကျိုးက အားကြီးမည်။ ထက်မြက်မည်။ ဘာကိုလိုချင်ပါသလဲ။ သင့်၏စေတနာနှင့် လုပ်ရပ်ပေါ်တွင် အခြေပြု၍ ဆုံးဖြတ်နိုင်သည်။ အကြောင်းဆိုးများ ပပျောက်အောင် ယတြာချေရန်ပြောခြင်းမဟုတ်ပါ။ ကောင်းမြတ်သည့် စိတ်ထားအမှန်ဖြင့် ကောင်းသည့် ဦးတည်ချက်ဖြင့် ကောင်းကျိုးကိုယ်တွင်တည်စေခြင်း၊ အများကိုလည်း ကူညီစောင့်ရှောက်ခြင်းတို့ ပြုနိုင်ပါသည်။

၂။ လုပ်ငန်းခွင်တွင် ကိုယ့်ခွန်ကိုယ့်အားနှင့် ထင်ပေါ်ကျော်ကြားစေခြင်း

ယခုခေတ်တွင် မဟာဇမ္ဗူလထုံးကို နလုံးမူကာ ထင်ပေါ်အောင် မလုပ်သင့်ပေ။ လုပ်ငန်းခွင်နှင့်ပတ်သက်သည့် နည်းစနစ်များကို လေ့လာကာ ကိုယ့်ခွန်ကိုယ့်အားဖြင့် ကျော်ကြားအောင်သာ ကြိုးစားသင့်သည်။ လုပ်ငန်းခွင်တွင် လုပ်ဆောင်သင့်သည့် လက်တွေ့လုပ်ငန်းများကို တင်ပြလိုက်ပါသည်။ လူအများကြီးထဲတွင် အသိအမှတ်အပြုခံလိုပါက သုတေသနစာတမ်း၊ အစီရင်ခံစာ၊ ဆောင်းပါးစသည်တို့ကို အခါအားလျော်စွာသာ တင်သွင်းပါ။

၁။ လုပ်ငန်းခွင် အုပ်ချုပ်သူများသည် အလုပ်များသည့်အတွက် စာတန်းများ အစီရင်ခံစာများကို ခဏခဏ တင်သွင်းနေလျှင်လည်း ဖတ်နိုင်မည်မဟုတ်ပေ။ အလုပ်ကြိုးစားသည်ဟု မစဉ်းစားဘဲ ပြစားသည်ဟု ထင်သွားတတ်ပါသေးသည်။ မိမိတင်သွင်းသမျှ စာတမ်း၊ အစီရင်ခံစာ၊ ဆောင်းပါးစသည်များကို တကယ်လုပ်ဆောင်နိုင်ပါက အမှန်တကယ် အကျိုးရှိသည့်၊ ကောင်းမြတ်သည့် အကျိုးကျေးဇူးများကို ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်မည်မှာ သေချာမှ တင်သွင်းပါ။

စာတမ်းများတွင် တင်သွင်းသူ၏အမည်ကို ထင်ထင်ရှားရှား ရေးသားထားရမည် ဖြစ်သည်။

စာတမ်းကို မိမိတို့အထက်လူကြီးသာမက တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် တာဝန်ရှိသူများ သိသည်အထိ၊ ဖတ်ရှုနိုင်သည်အထိ တက်သွားနိုင်အောင်ကြိုးစားရမည်။ ရုံးလုပ်ထုံးလုပ်နည်းနှင့် လျော်ညီစွာ တင်ပေးရန် လိုသည်။ အထူးကြိုးစားရန် မလိုပါ၊လက်တွေ့လိုအပ်ချက်များနှင့် ကိုက်ညီအောင် ကြိုးစားရမည်သာဖြစ်သည်။ လုပ်ငန်းခွင်၏ ထူးခြားမှု၊ အောင်မြင်မှုများကို ထုတ်ဖော်ပေးနိုင်သည့် ဆောင်းပါးများ ရေးခြင်းသည် အထက်တွင်တင်ပြခဲ့သည့် လိုအပ်ချက်နှင့် လျော်ညီပါသည်။ လုပ်ငန်းခွင်ဆိုင်ရာ စာစောင်များတွင် ထည့်သွင်း

နိုင်အောင် ရေးသားပေးပို့သည့် ဆောင်းပါးဖြစ်လျှင်လည်း အရည်အသွေးပြည့်မီသည့် ဆောင်းပါးများဖြစ်ရန် လိုအပ်သည်။ **မိမိ၏ အလုပ်ကိုမိမိ စူးစိုက်၍ ကျယ်ပြန့်စွာအလုပ်လုပ်နိုင်မှသာ အောင်မြင်မှု ရနိုင်မည်ဖြစ်သည်။**

မကောင်းပြောကာ နှောင့်ယှက်ခြင်း၊ ရှဲ့ကာစောင်းကာပြောပြီး စိတ်ကိုအနှောင့်အယှက်ပေးခြင်း၊ ကိုယ့်ကိုကွက်ကြည့်ကွက်ကြည့်လုပ်ကာ အတင်းအဖျင်းပြောခြင်းမှစ၍ အလုပ်လုပ်ရာတွင် အခက်အခဲ တွေ့အောင် လုပ်ဆောင်ခြင်းများကို မျက်စိထဲလည်း မထည့်နှင့်၊ ခေါင်းထဲလည်း မထည့်ပါနှင့်။ ကိုယ့်အလုပ်အပေါ်မှာသာ အားစိုက်ခွန်စိုက်ဖြင့် ကြိုးစားပြီးလုပ်ရန်လိုသည်။ အချိန်ကြာကြာ မစောင့်ရတတ်ပါ။ နှောင့်ယှက်သူများ ပျောက်သွားပါလိမ့်မည်။ အကြောင်းမှာ အလုပ်လုပ်နေသူကို အတင်းပြောနေသူက အမီမလိုက်နိုင်ပါ။ သူက ရိုးရိုးလမ်းကလိုက်တာ မဟုတ်ဘူး၊ မီနိုင်တယ်ဟု မပြောပါနှင့်၊ လမ်းရိုးကို မလိုက်သူများမှာ ပို၍ကျန်ရစ်ခဲ့တတ်ပါသည်။ မိမိအလုပ်ကိုလည်း မထိခိုက်စေရအောင် မိမိ၏အစွမ်းအစကိုလည်း တိုးတက်စေရအောင် အလုပ်ကိုကြိုးစား လုပ်ဆောင်ရမည်။ထိုသို့လုပ်ဆောင်နိုင်သည့် စေတနာလည်းရှိရမည်။အစွမ်းအစလည်း ရှိရမည်။

၂။ မိမိသည် တွေဝေနေသူမဟုတ်၊ လုပ်သင့်သည့်အလုပ် ဆည်းပူးသင့်သည့် ပညာ၊ ဆောင်ရွက်သင့်သည့် လုပ်ငန်းများကို ဆည်းပူးရင်း တက်တက်ကြွကြွအလုပ်လုပ်ခြင်းကို ကိုယ်ပိုင်အကျင့်ဖြစ်လာသည့်တိုင်အောင် ကျင့်ပြီးနေရပါမည်။ မည်သည့်အလုပ်ကိုဖြစ်စေ မလုပ်ဘဲ ကြည့်ရုံရှုရုံဖြင့် ကျွမ်းကျင်စွာ တတ်မြောက်မသွားနိုင်ပါ။ ထို့ကြောင့် အလုပ်ကို အမြဲတစေ ဆောင်ရွက်လုပ်ကိုင်နေရမည်ဖြစ်သည်။အလုပ်သည် လုပ်ရင်းလုပ်ရင်း တိုးတက်ထွန်းကားလာတတ်သည့်သဘာဝရှိသည်။အလုပ်လုပ်နေသောလက်များသည် လက်ဆကောင်းလာမည်။ စာရေးနေသူဆိုလျှင်လည်း စာရေးရင်း အတွေးသစ်များ ပေါ်လာနိုင်သည်။ ခံစားချက်များ ဖွံ့ဖြိုးလာနိုင်သည်။

၃။ မိမိလုပ်နေသည့်အလုပ်သည် သိသင့်သိထိုက်သည့်သူများကို သိအောင် လုပ်ပြမည်ဆိုသည့် ဦးတည်ချက်နှင့် လုပ်ရမည်မှာ မဟုတ်ပါ။ မိမိအလုပ်ကို မိမိစိတ်ပါဝင်စားစွာလုပ်ရင်း အလုပ်ကြောင့်ဖြစ်ပေါ်လာသည့် ကျော်စောသတင်းကြောင့် ပတ်ဝန်းကျင်ကလူများ မသိလျှင်မဖြစ်လောက်အောင် ဖြစ်လာသည်အထိ ပေါက်မြောက်အောင်မြင်သည်အထိ လုပ်ရမည်ဖြစ်သည်။

၄။ ကျော်စောသတင်းကဖြင့် အတော်အတန်တောင်မှ ကြီးနေပြီ၊ သို့ပေမယ့် ကူညီကြရမယ့်အစား ကဖျက်ယဖျက်လုပ်ပြီး ရပ်ဆိုင်းသွားအောင် လုပ်ခြင်းခံရသည့်တိုင် အလုပ်လုပ်ခြင်းကို ရပ်မပစ်ပါနှင့်။ လောကတွင် လျစ်လျူရှုတတ်သည့်သူများနှင့်ချည်း တွေ့ရမည် မဟုတ်ပါ။ လျစ်လျူရှုတတ်သည့်သူကလည်း ကိုယ့်အနီးမှာ အမြဲရှိနေရန် ခဲယဉ်းပါသည်။ မိမိအလုပ်မှာ ကြိုးစားပြီးလုပ်လေလေ ပိုပြင်လေလေဖြစ်လာမည်။ မိမိအလုပ်က ပိုပြင်လေလေ မိမိမှာ ကိုယ်ပိုင်အလင်းရလာလေလေဖြစ်မည်။

၅။ အောင်မြင်လိုသူတိုင်း ကိုယ်လျှောက်လှမ်းရမည့်လမ်းကို သိရမည်။ ဆိုလိုသည်မှာ မိမိရွေးချယ်သည့်အတိုင်း လမ်းစဉ်ချမှတ်လုပ်ဆောင်ရမည်ဖြစ်သဖြင့် မိမိလျှောက်လှမ်းရမည့်လမ်းအတိုင်း လျှောက်ရမည့်နည်းကို သိရမည်ဖြစ်သည်။ မိမိလုပ်ရမည့်အလုပ်ကို ကောင်းစွာ သိအောင်လုပ်ပါ။ ထိုသို့သိမှ အကောင်းဆုံးနည်းဖြင့် လုပ်ဆောင်နိုင်မည်၊ သူတစ်ပါးတို့ လုပ်ဆောင်သည်ထက်သာအောင် လုပ်ဆောင်နိုင်ရမည်။ မိမိ၏လုပ်ငန်းကိုလည်းကောင်း၊ လုပ်နည်းလုပ်ဟန်များကိုလည်းကောင်း သူတစ်ပါးကို မပြစားပါနှင့်။ တည်ငြိမ်စွာ၊ သိုသိပ်စွာ၊ ကျွမ်းကျင်လိမ္မာသည့်ဟန်ပန်ဖြင့် နေတတ်ပါစေ။ နေ့စဉ်နေ့တိုင်း မိမိလုပ်ရမည့်အလုပ်ကို ပြေပြစ်ချောမောစွာ၊ ယုံကြည်မှုပြည့်ဝစွာ နှောင့်ယှက်တားဆီး၍ မရအောင် အရှိန်မှန်မှန်ဖြင့် လုပ်ကိုင်နိုင်ပါစေ။ ထိုသို့သောအရည်အချင်းနှင့် ပြည့်စုံရန်မှာ မိမိ၏အလုပ်ကိုမိမိ အမှန်တကယ် တတ်မြောက်ကျွမ်းကျင်သူဖြစ်ရပါမည်။ ထိုအရည်အချင်းသည် ခေတ်များပြောင်းသွားသည့်တိုင် ထိန်းထားနိုင်မည့် အရည်အချင်းဖြစ်ရပါမည်။

၃။ အလှည့်အပြောင်းများမှာ ကိုယ်စွမ်းကိုယ်စပြသနိုင်ရမည်

၁။ တိုးတက်ချင်သူများသည် သာမန်လူများထက်ပိုပြီး အလုပ်လုပ်ရမည်

တိုးတက်ချင်သည့်သူများသည် လုပ်ငန်းခွင်တွင် မိမိတို့လုပ်နေကျ တာဝန်ဝတ္တရားများကိုသာမက လုပ်နေကျအလုပ်ထက် ပိုမိုသည့်အစွမ်းအစကိုပြသနိုင်ရန် ကြိုးစားကြရမည်ဟု မှတ်သားရဖူးပါသည်။

လုပ်ငန်းခွင်နှင့်ပတ်သက်သည့် တိုးတက်ရာ တိုးတက်ကြောင်းများကို လုပ်ဆောင်နိုင်မှသာ လူပေါင်းများစွာထဲမှ ထူးထူးခြားခြား ပေါ်လွင်ထင်ရှားမည့်သူတစ်ယောက် ဖြစ်လာပါမည်။ သတိထားရမည့်အချက်မှာ မိမိအတ္တ၊ မိမိအကျိုးစီးပွား တိုးတက်မှုတစ်ခုတည်းအတွက်သာ ရည်ရွယ်သည်ဟုဆိုလျှင် တစ်ကွေ့ကွေ့မှာ ခြေချော်ကျသည့်အဖြစ်မျိုးနှင့် တိုးနိုင်ပါသည်။ အကြောင်းမှာ "အတ္တကိုဗဟိုပြုသူ၏ ဘဝင်သည် လေဟပ်ခြင်းခံရတတ်သဖြင့် သတိလက်လွတ်ဖြစ်တတ်သောကြောင့်ပင်။"

လက်ဖက်ကောင်းစားချင်လျှင် ပလောင်တောင်တက်နှေးရမည် ဆိုသည့်စကားပုံ ရှိပါသည်။ မည်သည့်အရာမဆို ကိုယ်လိုချင်သလို ချက်ချင်းဖြစ်အောင်လုပ်၍ ဖြစ်ကောင်းဖြစ်မည်။ သို့သော် အရည်အသွေးအားဖြင့် အဆင့်မမီဖြစ်တတ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် မည်သည့်ကိစ္စကိုပဲလုပ်လုပ် ရင့်ကျက်ချိန်ကိုရောက်အောင် ပြည့်ဝချိန်ကိုရောက်အောင် အလုပ်ကို မှန်မှန်လုပ်ရင်း တက်သွားရန်လိုပါသည်။ အလုပ်ကို တကယ်တမ်းကြိုးစားလုပ်ဆောင်နေသူမှာ တစ်စတစ်စဖြင့် လူများသိလာကြတတ်ကြပါသည်။ သို့သော် ကောင်းသည့်အလုပ်ကို လုပ်နေလျှင် ထိုသတင်းကို သိအောင်ဖြန့်ဝေပေးမည့်သူ နည်းမည်။ မကောင်းသည့်ကိစ္စများကို သွားပြီးမလုပ်ပါလေနှင့်၊

လူသိများတတ် လူသိမြန်တတ်ပါသည်။ မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ ကောင်းသည့် အလုပ်များကို ဆေစည်သွားအောင် လုပ်လိုက်စေချင်သည်။ အကျိုးမမဲ့နိုင်ပေ။ *"အမှန်တကယ် အရည်အချင်းရှိသည့်သူမှန်လျှင် ကြာရှည်တိမ်မြုပ်မနေတတ်ချေ"*။ ထိုအချက်ကလည်း ရွှေစည်းမျဉ်းတစ်ခုဖြစ်သည်။

တောကြီးသာခေါင်ထဲမှာ ပန်းများ၏ဆင်းရန့်များ၊ စန္ဒကူးနံ့စ်များ၏ မွှေးမြသည့်ရနံ့များ၊ မြေကြီးထဲတွင်တည်ရှိသည့်ရတနာကြောများကို တကယ် နားလည်တတ်သိတတ်သူ၊ အစွမ်းအစရှိသူများ၏ကြိုးပမ်းမှုကြောင့် လူ အများက တန်ဖိုးထားရသည့် မြတ်နိုးယုယရသည့် အနေအထားသို့ ရောက် လာရတတ်သည်။ အားမငယ်ပါနှင့်၊ နည်းမှားကို မသုံးပါနှင့်။ အနှစ်ပြည့် အောင်သာ ကြိုးစားရန်လိုအပ်သည်။

အနှစ်ပြည့်ဝလာသည့်အချိန်တွင် မိမိက မသိချင်ယောင်ဆောင်နေ၍ မရအောင် ကိုယ့်ကိုသိချင်သူများ၊ ကိုယ့်ကိုမြှင့်တင်ပေးချင်သည့်လူများ များစွာပေါ်ထွက်လာနိုင်သည်။ မိမိကိုမြှင့်တင်ပေးခြင်းဖြင့် သူတို့ပါရရှိနိုင် သည့် အကျိုးအမြတ်ရှိသောကြောင့် မိမိနောက်သို့ တကောက်ကောက် လိုက်သူများလည်း ရှိမည်ဖြစ်သည်။

မိမိကိုယ်ကိုဆောက်တည်ပြီး ကြိုးစားခဲ့သည့် အလုပ်၏အကျိုးဆက် အသီးအပွင့် (အကျိုးကျေးဇူး)သည် အများကို အကျိုးပြုနိုင်စွမ်းဖြင့် ပွင့်လန်း လာမှသာ မသေမချင်း ဂုဏ်သတင်းဝေစည်ပြီး နေစဉ်မှာလည်း စိတ်အေး ချမ်းကာ ကွယ်လွန်သည့်အချိန်မှာလည်း လူသာပြောကျသွားမည်၊ သိက္ခာမှာ မီးမကျွမ်းနိုင်ဘဲ အများအတွက် စံပြုစရာအဖြစ်ကျန်ရစ်လိမ့်မည်။ ထိုအကျိုး များသည် ရွှေစည်းမျဉ်းကို လိုက်နာသူများ ရရှိနိုင်သည့် အကျိုးကျေးဇူး ဖြစ်ပါသည်။

၂။ အလုပ်လုပ်သည့်နေရာတွင် တုံ့နှေးနေသူ ရပ်တန့်နေသူ မဖြစ်ပါစေနှင့်

လုပ်ငန်းခွင်များတွင် သတိထားကြည့်လျှင် လူအမျိုးမျိုးရှိသည်။ သူတို့၏ စရိုက်သည် နေ့စဉ်နှင့်အမျှ လုပ်ငန်းခွင်သို့ တုံ့နှေး တုံ့နှေး၊ မလှမ်းချင်

လှမ်းချင်နှင့် လာတတ်ကြသည်။ သူတို့ခေါင်းထဲတွင် ရှိတတ်သည့် အတွေး ကလည်း နေ့စဉ် တစ်မျိုးသာဖြစ်သည်။ "လုပ်ငန်းခွင်ကိုရောက်ပြီး ရုံးဆင်း ချိန်အထိ လုပ်စရာကလေးတွေကို လုပ်ရုံပေါ့ဆိုတာမျိုး"မျှသာ ဖြစ်သည်။ ထိုသို့သောလူမျိုးအရေအတွက် များသည့်အလုပ်ခွင်တွင် အရေးမကြီးလှသော ကိစ္စကလေးများပင် ပြီးသင့်သည့်အချိန်မှာ မပြီးတတ်ပေ။ ဆက်ဆံရသည့် သူများလည်း စိတ်ဆင်းရဲသည်။ ငွေစကြေးစ၊ ပစ္စည်းဝတ္ထုစသည့် လုပ်ငန်း ကို ချောမွေ့စေသည့် ချောဆီမပါလျှင် ဘာမျှမလုပ်တာကလည်း လူမဆန် ပါ၊ စက်ရုပ်ဆန်နေတတ်သည်။ စက်ရုပ်သည် ချောဆီကုန်လျှင်၊ လောင်စာ ဆီ ကုန်လျှင် ထိုးရပ်သွားတတ်သည်မှာ သဘာဝကျသည်။ ထိုသို့စက်ရုပ် ဆန်သည့်လူမျိုးသည် နေ့စဉ် အလုပ်ဆင်း အလုပ်တက်နှင့် စားဝတ်နေရေး ကိစ္စကို ဆောင်ရွက်နေနိုင်သဖြင့် သူတို့ကိုယ်သူတို့ ရပ်တန့်နေသူဟု မထင် မှတ်ဘဲ အသက်ရှင်နေသူဟု မှတ်ယူကြမည်ပင်။ သို့သော် အလုပ်လုပ် သည့်အချိန် အလွန်နည်းပါးသည်။ အလုပ်ခွင်များတွင်ရှိသည့် စားသောက် ဆိုင်များတွင် စားသောက်နေသည်ထက် ထိုင်ပြီးစကားပြောကာ အလုပ် လည်း မဖြစ်၊ ပညာလည်း မရ၊ ကုသိုလ်လည်း မရနှင့် အချိန်များ အကျိုး မဲ့စွာ ကုန်ဆုံးနေတတ်ပါသည်။ အချိန်ကုန်နေသလောက် အခွင့်အရေးများ လည်း ပြုန်းတီးနေကြသည်။

အလုပ်ခွင် ရွေ့စည်းမျဉ်းကို လိုက်နာသည့်သူသည် နေ့လယ် ထမင်း စားချိန်ဆိုလျှင် လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်သည့်အလုပ်များကို ပြီးစီးအောင်လုပ်ပြီး ဖြစ်သွားနိုင်သည်။ အကယ်၍ လုပ်ငန်းခွင်မှာ အလုပ်များနေလျှင် အလုပ် တွေ အခါတိုင်းလိုစောပြီး မပြီးစီးနိုင်ဟုဆိုလျှင်တောင်မှ လုပ်နေကျအလုပ် ပြီးသည်နှင့် ကျန်သည့်အလုပ်များကို နေသားတကျဖြစ်အောင် လုပ်ဆောင် နေဦးမည်ဖြစ်သည်။ "အလုပ်ပြီးလည်း အိမ်ကိုပြန်ရတာမှ မဟုတ်တာ၊ ဘာလုပ်ရမှာလဲ"ဟု ပြောလိုသည့်သူများ ရှိနိုင်ပါသည်။ လုပ်ငန်းခွင် ရွေ့စည်းမျဉ်းကို လိုက်နာသူသည် အချိန်ပိုရလျှင် ရသလောက် လေ့လာ နေမည်၊ စူးစမ်းနေမည်၊ ဖတ်ရှုနေမည်၊ မှတ်သားနေမည်။ ထိုသို့ကြိုးစား ပမ်းစားလုပ်နေသူသည် အလုပ်မလုပ်သူများက သနားသယောင်ယောင်၊

သရော်သလိုလို ကြည့်နေခြင်းကို ခံနေရမည်ဖြစ်သော်လည်း သူက သတိထားမိမည် မဟုတ်ပါ။ လေ့လာရုံမက၊ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာခြင်း၊ ရေးသားပြုစုခြင်းတို့ဖြင့် မအားရအောင် အလုပ်များကာ စိတ်အေးချမ်းသာရှိနေမည်ဖြစ်သည်။

ထိုအချိန်တွင် အလုပ်လုပ်ချင်ယောင်ဆောင်နေသူများသည် မည်သူ့ထံမှ မုန့်တောင်းစားရမည်နည်း။ မည်သူနှင့်စကားပြောရင်း သူ့အတွင်းရေးကို စပ်စုရမည်နည်းဟု တွေးနေမည်ဖြစ်သည်။ အမှန်တကယ် အလုပ်မလုပ်ဘဲ အလုပ်များဟန်ဆောင်နေရဦးမည်။ ဝတ်နိုင်စားနိုင်သူများကလည်း သူ့ဝတ်စားလာသည်ကို တအံ့တသြမချီးမွမ်းသည့်သူကို မကြိုက်၊ ချီးမွမ်းခြင်းခံရလျှင် မည်သည့်နိုင်ငံက မည်သူပြန်အလာမှာ ပါလာသည့်အဝတ်စဖြစ်ကြောင်း ပြောရဦးမည်။

လူ့ဘဝကို ထိုမျှလောက်သာ အသုံးချနိုင်သည်မှာ နမြောစရာကောင်းသည်။ လူ့ဘဝတွင် စား ဝတ်နေပြီး၊ အို၊ နာ၊ သေဆိုသည့်အဖြစ်ကိုရောက်သွားသည့်တိုင် အနှစ်မရလျှင် တိုးတက်ရှင်သန်သည်ဟု မသတ်မှတ်နိုင်ပေ။ တိုးတက်ရှင်သန်သူဆိုသည်မှာ မိမိ၏ကောင်းကျိုးကို အများအကျိုးနှင့်တွဲပြီး သိက္ခာမညှိုး၊ သီလမပျက်ဘဲ လုပ်ဆောင်နိုင်သည့်သူဖြစ်ရပါမည်။ မိမိဘယ်လိုအလုပ်မျိုးကို လုပ်နေသည်၊ ဘယ်လိုဦးတည်ချက်ထားနေသည်ဆိုသည့်အချက်ကို မိမိဘာသာ ရှင်းလင်းစွာ သိနားလည်ထားရပါမည်။

နေ့စဉ်နေ့စဉ် မည်သည့်အလုပ်ကို မည်မျှလောက်အချိန်ပေးပြီး လုပ်မည်ဆိုသည်ကိုလည်း တွက်ဆထားရမည်ဖြစ်သည်။ လုပ်ငန်းချိန်အတွင်း အလုပ်မလုပ်ဘဲ၊ စကားပြောလိုက်၊ လစ်ရင် လစ်သလို တာဝန်ကျရာနေရာက ခွာလိုက်လုပ်နေသည်ကို မိမိအထက်ကလူကြီးများ မသိဘူးပဲထားပါ၊ မိမိကံကတော့ သိပါသည်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို လုံလုပြီဟု ထင်နေစဉ်မှာ မိမိ၏ကံက မှတ်သားသွားပြီဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် မိမိကိုယ်တိုင်လည်း မိမိမဟုတ်သည့်အလုပ်ကို လုပ်မိနေကြောင်း သိမှန်းမသိ သိနေကာ စိတ်အင်အားလျော့ပါးနေမည်။ ရဲရင့်သောစိတ်ထက် ရိုင်းစိုင်းသော ရန်လိုသောစိတ်များပေါ်ပေါက်နေနိုင်သည်။ ထိုသူများသည် မည်မျှပင်ဟန်ဆောင်ကောင်းသော်လည်း အမှန်တကယ် မအောင်မြင်နိုင်ပေ။

သေသေချာချာစဉ်းစားကြည့်လျှင် မိမိဖြုန်းတီးလိုက်သည်မှာ အလုပ်ခွင်က အချိန်မျှသာမဟုတ်ပေ။ မိမိအသက်၏ အစိတ်အပိုင်းများလည်းဖြစ်သည်။ အချို့သောသူများသည် အလုပ်ကို ကောင်းစွာမလုပ်ဘဲ ပြုန်းတီးသွားစေခြင်းဖြင့် မိမိဘဝ၏အဆစ်အပိုင်းများကို အကျိုးအမြတ်မရဘဲ လေလွင့်သွားအောင် မိမိဘာသာ လုပ်နေခဲ့ကြခြင်းဖြစ်သည်။

အလုပ်လုပ်သည့်အခါ အလုပ်ပြီးစီးသည်နှင့်အမျှ အလုပ်လုပ်သူတို့၏ဘဝတွင် အသိပညာနှင့်အတတ်ပညာများ တွေးတောစဉ်းစားတတ်သည့် အလေ့အထများ ပိုမိုတိုးတက်လာသည်။ ထိုကဲ့သို့ မိမိဘဝကို ရှင်သန်အောင်ကြိုးစားသူများသည် သူတစ်ပါးတို့ အလုပ်လုပ်၍ မပြီးခင်မှာ လုပ်စရာရှိသည်တို့ကို ပြီးစီးအောင်လုပ်တတ်သည်။ လူမြင်လျှင် အမြင်ကတ်ချင်စရာကောင်းအောင် ပျာယာလည်းမခတ်၊ လူအများကိုလည်း အနှောင့်အယှက်မပေးဘဲ မှန်မှန်အေးအေး လှုပ်ရှားကာ အလုပ်ကိုပြီးစီးစေသည်။ ထိုသို့ ခပ်မှန်မှန် အေးအေးနှင့် အလုပ်ပြီးအောင်လုပ်တတ်သည်မှာ အလုပ်လုပ်ရာတွင် ကျင့်သားရနေသောကြောင့်ဖြစ်သည်။ အချိန်ပိုထွက်လာသည့်အချိန်တွင် အချို့သူများလို ပျင်းစရာကောင်းလိုက်တာဟုလည်း မပြော၊ စကားလည်း မဖွာဘဲ ဘဝတိုးတက်ရေးအတွက် ပြင်ဆင်စရာကိစ္စများကို ပြင်ဆင်သည့်အလုပ်ကို လုပ်လေ့ရှိသည်။ ထိုအလုပ်များမှာ အလုပ်ကိုချစ်သူများအတွက် ထူးခြားသောအလုပ်များ မဟုတ်ချေ။ လေ့လာစရာကိစ္စများကို လေ့လာသည်။ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာစရာကိစ္စများကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာသည်။ လူ့လောကမှာ လေ့လာ၍မကုန်နိုင်သည့် အသိပညာများထဲမှ မိမိနှင့်ဆီလျော်မည့် အသိပညာ အတတ်ပညာများကို လေ့လာသင်ယူသောအလုပ်သာဖြစ်သည်။

ထိုသူမျိုးသည် ဦးတည်ချက်ကို သူတို့ဘာသာသူတို့ ပြက်ပြက်ထင်ထင် မြင်နိုင်သည်။ ဦးတည်ချက်ကိုရောက်အောင် မည်သို့သောလမ်းကို ရွေးရမည်ဆိုသည်ကိုလည်း စဉ်းစားနိုင်သည်။ ရွေးချယ်နိုင်သည်။ ထိုကဲ့သို့ ရှင်သန်စွာ လုပ်ကိုင်နေထိုင်သည့်သူနှင့် စက်ရုပ်လို ရှင်သန်နည်းမျိုးနှင့် ရှင်သန်သူများသည် ဘဝလမ်းကြောင်းအစပိုင်းတွင် ခြေလှမ်းချင်း မကွာလှသော်လည်း ကြာလေလေ ကွာခြားလေလေဖြစ်သွားတတ်သည်။

"လောကတွင် အပြောင်းအလဲတွေများသည်။ ဖြစ်ချင်သလို ဖြစ်ပျက်တတ်သည့် သဘောရှိသည်။ ဦးတည်ချက်တွေ၊ လမ်းကြောင်းတွေကို ချမှတ်လုပ်ဆောင်နေသည့်တိုင် ဖြစ်လာချင်မှ ဖြစ်လာမှာ"ဟု ပြောချင်သူများလည်း ရှိသည်။ မိမိကိုယ်ကိုမိမိ ဆောက်တည်ထားသူ ပြင်ဆင်ထားသူများသည် အပြောင်းအလဲများနှင့်ကြုံသည့်အခါ မလိမ့်လဲရအောင် ဟန်ချက်ကို ထိန်းနိုင်သည့်အစွမ်းအစ ရှိတတ်သည်။ ထိုသူများသည် တရားသေသမားများ မဟုတ်ချေ။ အရည်အချင်းပြည့်ပြီး အကွေ့အကောက် အလှည့်အပြောင်း ရှိတတ်သည်ဆိုသည့်သဘောကို သိပြီးသားဖြစ်တတ်သည်။ အလှည့်အပြောင်းမှာ အကောင်းကိုရအောင် ယူတတ်ကြသည်။ ထိုသို့သော အချက်သည် တိုးတက်ရေး ရွေ့စည်းမျဉ်းတစ်ခုပင်ဖြစ်သည်။

လူများတွင် မိမိစိတ်ကြိုက်ကို မိမိရွေးချယ်ပိုင်ခွင့်ရှိသည်။ ကိုယ့်စိတ်ကြိုက် နေထိုင်ခွင့်၊ နေထိုင်နည်းကို ရွေးချယ်တတ်ကြသည်။ အကျဉ်းထောင် သံတိုင်ကြားမှာကျနေသည့် အကျဉ်းသားနှစ်ယောက်က သံတိုင်တွေကြားမှ အပြင်ကိုမျှော်ကြည့်သည့်အခါတွင် အမြင်မတူသည့်သဘောအတိုင်း၊ ကောင်းကင်ကိုမျှော်ကြည့်သူက ငွေလကြယ်စင်ကို မြင်သည်။ အောက်ဘက်သို့ ငုံ့ကြည့်သူက ဗွက်ထနေသည့် ရွှံ့နွံတောကိုမြင်သည်။ အတူတူ အနေအထားမှာ မြင်ပုံချင်းမတူလျှင် လွတ်လပ်စွာ လှုပ်ရှားနိုင်သည့်အခါတွင် တိုးတက်သွားပုံချင်းလည်း မတူနိုင်တော့ချေ။ ကြိုက်နှစ်သက်ရာကိုသာ ရွေးနိုင်သည်။ ရှင်သန်ထက်မြက်တိုးတက်နေသည့် လူသားဖြစ်ချင်သလား၊ ချောဆီပါမှ မီးခိုးလုံးကိုမှုတ်ထုတ်ပြီး ထုံ့ပိုင်းထုံ့ပိုင်းသွားတတ်သည့် စက်ရုပ်လို လူသားလား။ လိုသည်ကို ရနိုင်သည်။

၃။ ကတိပေးမလွယ်ပါနှင့်၊ အလုပ်ဖြင့် သက်သေပြနိုင်ပါစေ

ယခုခေတ်လူများထဲတွင် အများစုသည် ဆူလွယ်နပ်လွယ်သမားများ ဖြစ်ကြသည်။ ထိုသူတို့က ကတိပျက်၍ ဆူလျှင်လည်း ဆူ၊ နပ်လျှင်လည်း နပ်၊ မနပ်သော်လည်း အရေးကြီးသည်ဟု မထင်ကြပါ။ အမြီးကျက် အမြီးစား၊ ခေါင်းကျက် ခေါင်းစားလုပ်တတ်ကြသည်။ ထိုသို့သောလူမျိုးသည်

ကြာရှည်ကြာများ ထွန်းကားရန်မလွယ်ကူချေ။ တစ်ခါတည်း ဇာတ်သိမ်းသွားတတ်သလို၊ လိမ့်လိမ့်လဲလဲနှင့် သိမ်ငယ်သည့်ဘဝမျိုးသို့လည်း ရောက်သွားတတ်သည်။ စာရေးသူတို့၏မျက်စိရှေ့မှာပင် ထိုကဲ့သို့သော လူမျိုးအရေအတွက် အများကြီးမြင်ဖူးကြမည်မှာ သေချာပါသည်။

ကတိတည်ဖို့ လိုအပ်ပါသည်။ အလုပ်အပ်လိုက်သည်နှင့် ရမယ်၊ ရမယ်၊ ဖြစ်စေမယ်ဆိုပြီး အလုပ်အပ်သည့်သူများ၏ ထုံးစံအတိုင်း လောတတ်သည်ကို သူတို့လိုချင်သည့်နေ့တွင် ရမည်ဟုလွယ်လွယ်ပင် ပြောလိုက်တတ်သည်။ အမှန်တကယ် ချိန်းသည့်နေ့တွင် ရဖို့ခဲယဉ်းသည်ကို သိသော်လည်း အလုပ်ကိုရအောင် ဆွဲချင်ဇောနှင့် လက်ခံလိုက်သည်။ မရတော့လည်း ဟိုအကြောင်းပြ၊ သည်အကြောင်းပြနှင့် လွတ်အောင်ရှောင်တတ်ကြသည်။ ပစ္စည်းအပ်သူမှာ အချိန်ကုန် ငွေပန်းနှင့် ဒေါသအမျက်ထွက်သော်လည်း လွန်ပြီးနေပြီဖြစ်သဖြင့် မတတ်သာဘဲ ပြန်ကြရတတ်သည်။ ထိုနည်းဖြင့် နာမည်တစ်ခုကို မထူထောင်နိုင်ဘဲ လိမ့်လိမ့်လဲလဲရှိနေသော လုပ်ငန်းများစွာရှိသည်။

ဌာနမှတာဝန်ပေးသည့်အခါတွင်လည်း ထိုကဲ့သို့ပင်။ နှုတ်မှ ဟုတ်ခနဲ ဟုတ်ခနဲ မြည်တတ်၊ အရပ်ကြိုးပြတ် ခေါင်းညိမ့်တတ်ခြင်းတို့သည် မကောင်းချေ။ တာဝန်ပေးမည်ဟုဆိုလျှင် တာဝန်ထမ်းဆောင်ရမည့် အချိန်ကို သေသေချာချာ တွက်ချက်ပြီး နေ့ကိုသတ်မှတ်သင့်သည်။ ပြီးလျှင် နှစ်ရက်လောက် နောက်ဆုတ်ပြီး ရက်ချိန်းပေးသင့်သည်။ အကြောင်းကိစ္စဆိုသည်မှာ ကြို၍မသိနိုင်သည့်အတွက် ကြားထဲတွင် ကိစ္စတစ်စုံတရာပေါ်ခဲ့သည့်တိုင် ချိန်းသည့်ရက်တွင် မကွက်မပျက် အလုပ်ပြီးနိုင်သည်၊ အပ်နိုင်မည် ဖြစ်သည်။ ထိုကဲ့သို့ ကတိကို လွယ်လွယ်မပေးဘဲ ချိန်းသည့်ရက်ကို မပျက်မကွက် အလုပ်လက်စသတ်ပြီးဖြစ်စေခြင်းသည် အလုပ်အပ်သူအနေဖြင့် "တစ်ခါလာတာနဲ့ တန်းပြီးကိုယ်လိုချင်တာရလို့ စိတ်မပင်ပန်းရဘူး။ စရိတ်မပွန်းဘူး။ အပ်ထည်ပစ္စည်းလည်း အရည်အသွေးကောင်းကောင်း ရရှိနိုင်တယ်"ဆိုသည့်အကြောင်းကို အပ်သည့်ပစ္စည်းကိုပြပြီး ရှင်းလင်းပြောဆိုသင့်ပါသည်။

အလုပ်လုပ်သည့်အခါတွင် "စနစ်တကျ လုပ်တတ်တယ်၊ အရည်

အသွေးကောင်းတဲ့ ပစ္စည်းတွေကိုသာ ထုတ်လုပ်တတ်တယ်။ ရက်ချိန်းမှန်တယ်။ ကတိတည်တယ်ဆိုရင် တစ်သက်တာအတွက် အတက်လမ်းချည်းကြုံရတော့မယ့်သူတစ်ယောက် ဖြစ်သွားပြီ''ဟု စိတ်ချနိုင်ပါသည်။ ထိုသို့သော လူမျိုးမှာ ရွှေစည်းမျဉ်းပိုင်ရှင်ဖြစ်ပြီဟု ဆိုနိုင်သည်။

ဌာနမှ တာဝန်ပေးလျှင်လည်း တန်ရာတန်ကြေးကို ဆုံးဖြတ်သတ်မှတ်သည့်အခါ လုပ်ရမည့်အလုပ်၏ အရည်အသွေးနှင့် လိုက်လျောသည့်အဖိုးအခကို သတ်မှတ်ဖို့ လိုအပ်ပါသည်။ တန်ရာတန်ကြေးထက်ပိုလျှင်တောင်မှ အလုပ်၏အရည်အသွေးက စံချိန်မီနေသည်ဟုဆိုလျှင် အပြစ်မဖြစ်နိုင်ချေ။ အပ်ထည်ပစ္စည်းကို အပ်ရမည့်ရက်ချိန်းလည်း မမှန်၊ အပ်ထည်ရဲ့အရည်အသွေးကလည်း စံချိန်မမီဘူး။ နှုတ်ကလည်း ဟုတ်တာမဟုတ်တာ အပထား အစ်ကိုတွေ၊ ဆရာတွေတစ်ထောကြီးနဲ့ လျှာထွက်အောင်ပြောနေသည်ဟုဆိုလျှင် တာဝန်ရှိသည့်သူပင်ဖြစ်စေ၊ လုပ်ငန်းတစ်ခုမှာ အလုပ်အပ်သည့်သူပင်ဖြစ်ဖြစ် နောက်တစ်ခါပြန်လာရန် ခဲယဉ်းပေလိမ့်မည်။ တစ်ခါဆက်ဆံ ဆယ်ခါလန်သွားမည်မှာ သေချာသည်။ ကျွန်တော် ကျွန်မတို့မှာတော့ တစ်ခါမှမလန်ပါဘူး၊ ဖောက်သည်တွေရှိပေဟု ပြောနိုင်သူများလည်းရှိနိုင်ပါသည်။ အကြောင်းမှာ လူအများစုသည် တာဝန်မဲ့နေတတ်သဖြင့် အလုပ်အပ်သူများမှာ ပင့်သက်ချကာ ဆက်ဆံနေကြရသောကြောင့် ဖြစ်နိုင်သည်။ လူငယ်များ၊ လူလတ်များထဲမှ အမှန်တကယ် စည်းစနစ်ကျနစွာဖြင့် အလုပ်လုပ်ကြမည်ဆိုလျှင် ရွှေစည်းမျဉ်းပိုင်ရှင်များအဖြစ် လက်မလည်နိုင်အောင် အလုပ်လုပ်ရပါလိမ့်မည်။

၄။ သူများမသိသည့် အကြောင်းများကို သိအောင်ကြိုးစားထားပါ

အခုခေတ်မှာ သိစရာ တတ်စရာများလှသည်။ ထိုအချက်ကို သတိမူမိသူများနှင့် သတိမမူမိသူများ၏ ကွာခြားချက်များမှာ ကြာလေလေ သိသာလေလေ ဖြစ်တတ်သည်။

စာရေးသူတို့သူငယ်ချင်းတစ်ယောက်သည် ပြင်သစ်စာနှင့်စကားကို

တတ်ပါသည်။ သူတို့သူငယ်ချင်းများနှင့် အဆင့်တူလောက် တတ်သည်ဟု ဆိုနိုင်ပါသည်။ ထိုသူငယ်ချင်းက အခြားသူငယ်ချင်းများ မစဉ်းစားမိသည့် အချက်ကို စဉ်းစားမိပြီး မလုပ်မိကြသည်ကို လုပ်ဖြစ်ခဲ့သည်။ သူသည် ပြင်သစ်ဘာသာ ညနေသင်တန်းကို တက်ရောက်ပြီး ခွင့်ရက်ရှည်ရသည့် အခါ ပြင်သစ်ကိုသွားရောက်လည်ပတ်သည်။ ပြင်သစ်အသံသွင်းထားသည့် ဓာတ်ပြားများကို နားထောင်ပြီး ပြင်သစ်ဝတ္ထုများကိုဖတ်သည်။ ထိုသို့ဖြင့် အချိန်တိုတိုအတွင်းမှာပင် သူသည် ပြင်သစ်ဘာသာစကားကို သွက်လက်စွာ ပြောတတ်ခဲ့သည်။ သူသည် ပြင်သစ်အကြောင်းကို လေ့လာနေသည့်အတွက် သူတို့အတန်းသားများ ပြင်သစ်သို့ တာဝန်နှင့်သွားရမည်ဆိုသည့်အကြောင်း ကိုလည်း ကြို၍သိခဲ့သည်။ ပြင်သစ်သို့သွားပြီး လည်ပတ်ကြသည့်အချိန်တွင် ပြင်သစ်ဘာသာကို ကောင်းကောင်းပြောတတ်သည့် ထိုလူငယ်သည် လူသိများလာသည်။ ထင်ပေါ်လာသည်။ သူများမကျွမ်းကျင်သည့်ကိစ္စကို ကျွမ်းကျင်သည့်သူသည် ထက်မြက်သူဖြစ်လာသည်မှာ သဘာဝပင်ဖြစ်သည်။ ထိုသူငယ်ချင်းသည် ထက်မြက်သူဖြစ်လာအောင် သူ့ဘာသာသူ ကြိုးစားခဲ့ သဖြင့် ရထိုက်သည့်အကျိုးကို ရလာခြင်းဖြစ်သည်။ တချို့ကလည်း သူ့ ဝါသနာ၊ သူ့ကြိုးစားမှုနှင့်ကိုက်ညီသောရလဒ်ကို ရလာသည့်သူနှင့်ပတ်သက် ၍ ဒီအကောင်က ဒီရုံမြင်လို့ ဒီချုံထွင်တာပါကွာဟု ပြောတတ်ကြသေး သည်။ ယုန်လည်း မမြင်၊ ချုံလည်း မထွင်သူများထက်စာလျှင် ယုန်ကို လည်း မြင်၊ ချုံကိုလည်းထွင်သူသည် ပို၍မတော်ပါလားဟု တွေးနိုင်သည်။ ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးကာ ကြိုတင်ပြင်ဆင်တတ်သူများ ကြီးပွားသွားသည်မှာ မုဒိတာမပွားနိုင်စရာ အကြောင်းမရှိပါပေ။

လူတိုင်းသည် မွေးရာပါအစွမ်းအစ၊ ကြိုးစားမှု၊ လုပ်ငန်းပိုင်းဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုစသည့် အရည်အချင်းနှင့် ကြိုးပမ်းမှုများကြောင့် ထူးခြားစွာ အသိအမှတ်ပြုခြင်းကို ခံရခြင်းဖြစ်သည်။ ရွှေစည်းမျဉ်းကို ပိုင်ဆိုင်လိုသူများ သည် လိုချင်သည့်ရလဒ်အတွက် အစဉ်သတိထားကာ အကင်းပါးပါးဖြင့် လေ့လာနေသင့်သည်။

ထိုကဲ့သို့ နေရာတစ်နေရာကိုရဖို့အတွက် မိမိကိုယ်ကို ပြင်ဆင်မည့် သူများသည် သူများက ကောင်းသည်ဆိုတိုင်း လိုက်လုပ်ရန် မသင့်ချေ။

ပထမဆုံး ဘယ်လိုနေရာကိုယူချင်တယ်၊ ဘယ်လိုပညာမှာ ထူးချွန်ချင်တယ် ဆိုသည်ကို သိအောင် မိမိကိုယ်ကို လေ့လာရမည်။ သို့မှသာ မိမိ၏ အားသာချက်၊ အားနည်းချက်များကို မိမိဘာသာ သိလာမည်ဖြစ်သည်။ ထို့နောက် ဘယ်လိုပညာရပ်မျိုး၊ အတတ်ပညာမျိုးနှင့် မိမိအစွမ်းအစသည် ကိုက်ညီမှု ရှိမရှိကို ရွေးချယ်ရမည်ဖြစ်သည်။ ဥပမာ– ကွန်ပျူတာမှာ ကျွမ်းကျင်သူဖြစ်နိုင်သလား၊ ဒီဇိုင်းမှာ ထူးချွန်သူဖြစ်နိုင်သလား။ မိမိဝါသနာကို မိမိနားလည်ပြီး တစိုက်မတ်မတ်ကြိုးစားတတ်လျှင် သူများနှင့်မတူ တစ်မူထူးခြားသည့်သူတစ်ယောက် ဖြစ်လာနိုင်မည်။

မိမိရွေးချယ်သည့်အလုပ်သည် အဆက်အစပ်မိမိနှင့် စိတ်ဝင်စားစရာလည်း ကောင်းမည်၊ စုစုစည်းစည်းလည်းရှိမည်ဆိုလျှင် ကျွမ်းကျင်သူအဖြစ် အများတကာက လာရောက်ချဉ်းကပ်ရမည် ဖြစ်သည်။ လုပ်ငန်းခွင်တစ်ခုမှာ တာဝန်ထမ်းဆောင်နေသူဆိုလျှင်လည်း ထိုလူမျိုးကို အထက်လူကြီးများက မျက်စိကျမှာ သေချာသည်။ မိမိဘာသာ အလုပ်လုပ်သည်ဟုဆိုလျှင်လည်း အောင်မြင်ထင်ရှားသည့်သူ ဖြစ်လာနိုင်သည်။

လုပ်ငန်းခွင်မှာ ရှိနေဆဲပင်ဖြစ်ဖြစ် မိမိကိုယ်ပိုင်အလုပ်ကို လုပ်နေသူဖြစ်ဖြစ် ပတ်ဝန်းကျင်အပြောင်းအလဲများ၊ တိုးတက်နိုင်ချေရှိမှုများကို မျှော်တွေးဆင်ခြင်နေတတ်သည့်သူ လေ့လာသုံးသပ်နေတတ်သည့်သူ ဖြစ်ရပါမည်။ လုပ်နေကျအလုပ်ကို တစိုက်မတ်မတ်လုပ်သည်မှာ မှန်သော်လည်း ခေတ်က ရတ်တရက်ဆိုသလိုပဲ ပြောင်းပြောင်း၊ တစ်စတစ်စနဲ့ပဲ ပြောင်းပြောင်း မိမိမသိလိုက်ဘဲ ပြောင်းသွားသည်ဆိုလျှင် မိမိပတ်ဝန်းကျင်က မိမိလုပ်နေသည့်အလုပ်ကို စိတ်ဝင်စားတော့မည် မဟုတ်ချေ။ ထိုသို့ဆိုလျှင် အားပေးမည့်သူများ တစ်စတစ်စနှင့် နည်းသွားမည်ဖြစ်သည်။

အများအားပေးမှု စိတ်ဝင်စားမှုလည်း မိမိ၏ဖန်တီးချက်၊ ကြိုးပမ်းဖြည့်ဆည်းချက်များသည် အသုံးဝင်မည်ဖြစ်သည်။ တစ်ခါတရံတွင် သစ်ပေ့ဆန်းပေ့ဆိုသည်တို့ကို လူအများကစိတ်ဝင်စားတတ်သလို၊ တစ်ခါတလေကျတော့လည်း ဟောင်းတာမှ ကောင်းတာဆိုပြီး ရှေးဟောင်းပစ္စည်း၊ ထုံးနည်းဓလေ့များကို လိုက်စားကြတတ်ပြန်သည်။ သို့ဖြစ်၍ အောင်မြင်ချင်သည့်သူသည် မိမိ၏အစွမ်းအစနှင့်လည်း ကိုက်ညီ၊ အများလည်း စိတ်

ဝင်စားနိုင်သည့် လုပ်ငန်းဆောင်တာများကို အစဉ်လေ့လာနေရမည်။ ပညာရပ်များကို အမြဲဖြည့်ဆည်းလေ့လာနေရမည် ဖြစ်သည်။

ပင်မအနေဖြင့် မိမိ၏အားသာချက်ကို အပိုင်ဆုပ်ကိုင်ထားရမည်။ အလုပ်ကို တစ်ခုပြီးတစ်ခု ခုန်ခုန်ပြီး ပြောင်းနေရမည် မဟုတ်ချေ။ **မိမိအားသာချက်ကို ဖြန့်ကျက်ပြီး မိမိနေရာကို မိမိဘာသာ ခိုင်မာကျယ်ပြန့်အောင် လုပ်ယူရမည်ဖြစ်သည်။** ထိုအချက်ကလည်း အရေးကြီးသည့် ရွေးစည်းမျဉ်း ဖြစ်သည်။

၅။ အောင်မြင်ချင်သူသည် စံချိန်တင်ပြီးလျှင် လျှော့ချ၍ မရချေ

လူ့ဘဝဆိုသည်မှာ တိုတောင်းလှသည်။ အောင်မြင်မှုဆိုသည်မှာလည်း ပိုင်ဆိုင်ပြီးလျှင် လက်လွှတ်ခံရန် မသင့်ချေ။ ဘဝလမ်းဆုံးသည်အထိ လက်မလွှတ်တမ်း ဆုပ်ကိုင်သွားနိုင်ရမည်။ ထိုသို့ဖြစ်နိုင်ရန် အများတကာထက် ပိုပြီးကြိုးစားနိုင်ရမည်။ သူများတွေက ပေါ့ပေါ့နေသော်လည်း ကိုယ်က မနေနိုင်ပေ။ မနေသင့်ပေ။ အဆင်းမှာလည်း လျှောကျမည့်လမ်းကြောင်းကိုလည်း မလိုက်နိုင်ပေ။ အောင်မြင်မှုလမ်းမှလည်း မသွေဖည်နိုင်ချေ။ အောင်မြင်ခြင်းကို ရပ်တန့်ထားနိုင်ခွင့်လည်း မရှိချေ။ ပေါ့ပေါ့နေ ပေါ့ပေါ့စားဖြင့် အချိန်ကုန်နိုင်ခွင့်မရှိသဖြင့် အမှားအယွင်းမရှိအောင် လမ်းကြောင်းက မသွေဖည်အောင် နေတတ်ရပါမည်။ ဒီလောက်ကျဉ်းမြောင်းကျပ်တည်းတဲ့ ဘဝမှာတော့ မနေနိုင်ဘူးဟုဆိုလျှင် အောင်မြင်မှုပေးမည့် ရွေးစည်းမျဉ်းကို လက်လွှတ်လိုက်ပါ။ ပေါ့ပါးရုံမက ပေါ့တန်သွားသည့်အခြေအနေကို ဆိုက်မှန်းမသိ ဆိုက်ရောက်သွားနိုင်သည်။ လူ့အောက်သူ့အောက် မကျလိုသူများ၊ ရာသက်ပန်အောင်မြင်လိုသူများသည် တက်ကြွနိုးကြားရမည်။ မိမိကိုယ်နှင့်စိတ်ကို ကြိုးစားမှုထဲတွင် နှစ်မြှုပ်ထားရပါမည်။ မိမိကိုယ်ကိုရောပတ်ဝန်းကျင်ကိုပါ အကဲဖြတ်တတ်ရပါမည်၊ ထက်မြက်နေရပါမည်၊ အစဉ်အသင့်ဖြစ်နေရပါမည်၊ သတိကြီးကြီးထားတတ်ရပါမည်။ အခွင့်အလမ်းကို ဖမ်းဆုပ်နိုင်ဖို့ အမြဲဖျတ်လတ်နိုးကြားနေရပါမည်။

အဲဒီလောက် အရည်အချင်းပြည့်မီရမလားဟု မေးလိုပါက ကြိုးစားလျှင် လမ်းမှန်မှာ မှန်မှန်လျှောက်လျှင် ထိုသို့သောအရည်အချင်း ပြည့်မီလာရမည်မှာ သေချာသည်။ ထိုအချိန်တွင် သင်သည် ပင်ပန်းနေတော့မည် မဟုတ်တော့ချေ။ တောင်စမ်းစမ်း မြောက်စမ်းစမ်းနှင့် ဝေဝေဝါးဝါးဖြစ်နေကြသူများအလယ်တွင် မိမိသည် နိုးကြားနေသူ ကြည်လင်ပြတ်သားသည့် အမြင်ဖြင့် အရာရာကို အကဲဖြတ်နိုင်သူဖြစ်လာမှာ သေချာသည်။ မိမိ၏ စိတ်အင်အားနှင့် အခြားသူများကို အကဲဖြတ်နိုင်သည်။ ဘက်လိုက်ခြင်း၊ စွဲလမ်းခြင်းမရှိ၊ အရှိကိုအရှိအတိုင်း သုံးသပ်နိုင်သည်ဆိုလျှင် စိတ်လက်ပေါ့ပါးသွားမှာ သေချာပါသည်။ သူများတကာ အချင်းချင်းတွန်းတိုက်ပြီး နေရာရဖို့ ကြိုးစားနေခြင်းသည် သင်နှင့်အနည်းငယ်မျှ မဆိုင်တော့ဘဲ ရယ်ရွှင်စရာကောင်းလာပါဦးမည်။ နေရာလုနေသည့်သူများနှင့် ဆက်ဆံရသည့်အခါ သိမ်မွေ့စွာ၊ နူးညံ့စွာ ပြန်လည်ဆက်ဆံနိုင်ပါလိမ့်မည်။

ထိုသို့ တခြားသူများနှင့်မတူဘဲ တစ်မူထူးခြားသည့်အနေအထားသို့ ရရှိလာမည်။ အလုပ်အပေါ်မှာ တကယ်တမ်း သစ္စာရှိရှိနှင့် စိတ်ရောကိုယ်ပါ အလုပ်ထဲတွင် နှစ်မြှုပ်ထားသူတိုင်း ထူးခြားစွာအောင်မြင်လာမည်။ သို့မဟုတ်ပါက မနူးမနပ် စိမ်းဆတ်ဆတ်လူတစ်ယောက် ဖြစ်လာပါလိမ့်မည်။ အေးချမ်းတည်ငြိမ်အောင် မိမိကိုယ်ကို မထိန်းသိမ်းနိုင်ဘဲ၊ လူအမြင်ကပ်စရာ ဆောင့်ကြွားကြွားဟန်နှင့် တကယ်တမ်း မဟန်သည့်လူတစ်ယောက်သာ ဖြစ်သွားပါလိမ့်မည်။ မိမိကိုယ်ကို ဆောက်တည်နိုင်ဖို့ဆိုသည်မှာ တကယ်တမ်း အရည်အချင်းပြည့်ဝအောင် ကြိုးစားနေသူ၊ ပြိုင်ချင်းပြိုင်လျှင် မိမိကိုယ်နှင့်သာ မိမိပြိုင်သူဖြစ်သင့်ပါသည်။ မနေ့က ငါထက် ကနေ့ငါက သာအောင် ကြိုးစားနေသည့်သူဆိုလျှင် စိတ်မထွေးပြား၊ မလွင့်ပါးတော့ဘဲ ကိုယ့်ကိုပြိုင်ပြီး တွန်းတိုက်သူများကို ပြန်၍ရန်လုပ်ဖို့ အချိန်မရသောကြောင့် ဒေါသတောင် ဖြစ်ခွင့်မပေးနိုင်လောက်အောင် ကိုယ့်စိတ်ကို ကိုယ်နိုင်လာပါမည်။

အလုပ်ထဲတွင် စိတ်က နှစ်မြှုပ်ထားတိုင်း လောကဓံက လွတ်နိုင်ပါ့မလားဟု မေးချင်သည်ဆိုလျှင်လည်း မေးထိုက်သည်။ ရွှေစည်းမျဉ်းထဲတွင် နိုးကြားသည့်သူဖြစ်ရမည်ဟု ထည့်သွင်းပြောဆိုထားပါသည်။ နိုးကြားနေ

သည့်သူများမှာ ခလုတ်မတိုက်တတ်ပါ။ ခြေလှမ်းမြဲမြဲ အနေမှန်တတ်သည့် အတွက် အတွန်းအတိုက်ခံရသည့်အချိန်တွင် ဖုံးဖုံးလဲမသွားတတ်ပါ။ ယိမ်းယိုင်မသွားအောင် ထိန်းသိမ်းနိုင်စွမ်းရှိတတ်ပါသည်။ အလုပ်ထဲစိတ်နှစ်ထားသည့်သူသည် သူ့ကိုတိုက်ချင်ခိုက်ချင်သည့်သူများ၏ ပစ်ကွင်းအလယ်သို့ မရောက်နိုင်တော့ချေ။

ဆောက်တည်မှုက ခိုင်မာလေလေ ယိမ်းယိုင်သည့်တိုင် ပြန်လည်တည့်မတ်နိုင်စွမ်း ပြည့်ဝလေလေဖြစ်မည်။ ဆောက်တည်အားကောင်းသည့်သူများက မိမိ၏အလုပ်၊ မိမိ၏သီလ၊ သတိ၊ သမာဓိတို့ကို အားကိုးအားထားပြုထားနိုင်ပါသည်။ အဖျက်တရားနှင့်ကြုံလျှင်လည်း ပညာတိုးလာသည့်အထိ ဆင်ခြင်နိုင်ပါသည်။ တ, ဆို, ငို, ညည်းနေမည့်အစား တည်ငြိမ်ရင့်ကျက် အေးချမ်းပျော်ရွှင်သည့်အသွင်ကို ဆောင်ထားနိုင်သည်ဟု ဆိုလျှင် အောင်မြင်ခြင်းသည် သင့်ထံသို့ လျင်မြန်စွာ ပြန်လှည့်လာမည်ဖြစ်သည်။ စိတ်ဆင်းရဲစရာကောင်းသည့်အချိန်တွင် အရှိန်မပျက်အောင် အလုပ်လုပ်တတ်သည့် အရည်အချင်းရှိသင့်ပါသည်။ စိတ်ကို လွှတ်မထားဘဲ ကောင်းသည့် အကြောင်းရင်းခံများကို မပျက်စီးရအောင် ထိန်းသည့်နေရာတွင် အကြားအလပ်မရှိခဲ့လျှင် ပါရမီတစ်ခုအနေဖြင့် ထိုအရည်အချင်းကို ရရှိလာနိုင်ပါသည်။ **တက်လျှင်လည်း တည်ငြိမ်စွာ၊ ကျလျှင်လည်း အေးဆေးစွာ နေထိုင်နိုင်ခြင်းသည် အလုပ်ပေါ်မှာသစ္စာရှိပြီး မဆေ့မဆ တက်ကြွထက်မြက်စွာ နေကျင့်ရှိသည့်သူများ၏ ကျက်သရေဖြစ်ပါသည်။** ထိုသို့ ကျက်သရေရှင်ဖြစ်လာအောင် ကြိုးစားခြင်းကိုလည်း ရွှေစည်းမျဉ်းဟုပင် ခေါ်ကြပါစို့။

၆။ အလုပ်ကို နှစ်ခြိုက်သဘောကျသူ ဖြစ်ပါစေ

အလုပ်ရှာပြီ၊ အလုပ်ရပြီ။ သို့သော် ကိုယ်လုပ်ချင်သည့်အလုပ် မဟုတ်။ မလုပ်သင့်သည့်အလုပ် ဖြစ်နေသလား၊ မလုပ်သင့်ဘူးဟုဆိုလျှင် ထမင်းစားရဖို့အတွက် မိမိကိုယ်ကို မိမိသိက္ခာကို ထိမ့်ပျက်လောက် ပစ်ပစ်ခါခါမလုပ်သင့်ပေ။ ထမင်းစားလို့ မလောက်တဲ့အလုပ်ဖြစ်လို့ အလုပ်ခွင်စည်းကမ်းကို ဖောက်ဖျက်တယ်လို့ ခပ်မော့မော့ပြောတတ်သည့် သူများကိုလည်း ပြောချင်

ပါသည်။ အလုပ်က သိက္ခာမကျပါ၊ ထိုသို့ပြောသည့်သူသာ သိက္ခာကျသွားပါသည်။

မလုပ်သင့်တာ မဟုတ်ဘူး၊ မလုပ်ချင်တာ။ အလုပ်ကတော့ လုပ်မယ်ဆိုရင် လုပ်သင့်ပါတယ်ဆိုဟုဆိုလျှင် ဆောင်ပုဒ်တစ်ခု ပေးလိုက်ပါမည်။ "လူ့ဘဝမှာ လုပ်ချင်တဲ့အလုပ် မရသေးရင် လုပ်သင့်တဲ့အလုပ်ကို လုပ်ရင်းစောင့်ရမည်"ဟုဆိုပါသည်။ အလုပ်မလုပ်ဘဲ အခွင့်အရေးကို စောင့်ရင်းထိုင်နေတတ်သည့်သူများကို ရည်ရွယ်ပြီး စာရေးသူ ရေးဖူးပါသည်။ အခွင့်အရေးဆိုသည်မှာ လမ်းသွားရင်း လမ်းမှာထိပ်တိုက်တိုးတတ်သည်၊ ထိုင်နေသည့်သူထံကို ဆိုက်ဆိုက်မြိုက်မြိုက် ရောက်လာလေ့မရှိဟု ရေးခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

ကိုယ်လုပ်နေသည့် အလုပ်၏တန်ဖိုးကို ဖြတ်သည့်အခါတွင် လူကိုလိုက်ပြီး တန်ဖိုးဖြတ်နည်း ပြောင်းသွားတတ်သည်။ ရရှိသည့် ငွေကြေးပမာဏများလျှင် အရများလျှင် ထိုအလုပ်ကို ကောင်းသည်ဟု ပြောတတ်သည့်သူ၊ အနေချောင်သည်ဟုဆိုလျှင် ထိုအလုပ်ကို ကောင်းသည်ဟု ပြောတတ်သူများ၏ အရေအတွက်က များပါလိမ့်မည်။

တကယ့်အနှစ်သာရမှာ သီလမပျက်ယွင်းဘဲ လုပ်နိုင်သည့် အလုပ်ဖြစ်ရမည်။ ထို့ပြင် အလုပ်၏အနှစ်သာရကို မြင်အောင်ကြည့်တတ်ရမည်။ အလုပ်ကြောင့် လူ့တန်ဖိုးဘယ့်လောက်မြင့်တက်သလဲ။ လူ့သိက္ခာ ဘယ့်လောက် မြင့်တက်သလဲဆိုသည်ကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ နားလည်တတ်ရပါလိမ့်မည်။ အလုပ်နှင့်ပတ်သက်သည်ဖြစ်စေ မည့်သည့်သက်ရှိသက်မဲ့တို့နှင့်ပင်ပတ်သက်သည်ဖြစ်စေ ကောင်းတယ်၊ မကောင်းဘူးဆိုသည်မှာ မိမိသဘောထားနှင့် များစွာပတ်သက်ပါသည်။

လူအများကို လိမ္မာယဉ်ကျေးအောင်၊ ကိုယ်ကျင့်သီလမြဲအောင်သွန်သင်ရမည့်သူက အဂတိလေးပါးလိုက်စားပြီး များများကန်တော့နိုင်သည့်ကလေးကို အမှတ်များများပေးသည်ဆိုသည်များကို ကြားနေရပါသည်။ ထိုဆရာဆရာမများသည် သူလုပ်ရသည့်အလုပ်၏တန်ဖိုး၊ သိက္ခာနှင့် အနှစ်သာရကို ဘယ်တော့မှတွေ့မည်မဟုတ်ပေ။ ထိုကဲ့သို့ များများရအောင် သိက္ခာမဲ့စွာ လုပ်ရင်းကိုင်ရင်းနှင့် ကျောင်းပေါက်ဝက ထွက်သွားရပါလိမ့်မည်။

အလုပ်ပေါ်မှာတည်မှီပြီး စိတ်ချမ်းသာခြင်း၊ ဂုဏ်ယူဝမ်းမြောက်ခြင်း

စသည့် စိတ်နေသဘာဝလည်း ပေါ်လာတော့မည် မဟုတ်ပါ။ အလုပ်ကို နှစ်သက်သည့်သူသည် ဘယ်လိုအလုပ်မျိုးကိုလုပ်နေသည်ဖြစ်စေ ခြေလှမ်း လှမ်းသည်မှအစ ကိုယ်နေဟန်ထားအထိ လွတ်လပ်ပေါ့ပါးနေပါမည်။ ဖိစီးမှုနည်းပါးပါမည်။ မိမိအလုပ်ကို မိမိသိက္ခာရှိအောင်လုပ်ရင်း အခက် အခဲပေါင်းများစွာကို ရဲရင့်တည်ကြည်စွာ ဖြတ်ကျော်နိုင်ပါလိမ့်မည်။ "ငါဟာ ဒီလိုအလုပ်မျိုးကို တန်ဖိုးရှိအောင်လုပ်ရင်း နေထိုင်နိုင်တာဟာ မခံမြောက် ဖွယ် ကောင်းလေစွ၊ ကုသိုလ်ယူခဲ့နိုင်တာ ကံကောင်းလေစွ"ဟု တွေးသည့် သူသည် ဘယ်လိုအလုပ်ကိုလုပ်လုပ် လူ့တန်ဖိုးတက်ပါသည်။ မိမိလုပ်သည့် အလုပ်၏အနှစ်သာရကို သေသေချာချာနားလည်ပြီး တိုးတက်အောင် ထိန်း နေသူများသည် ရွှေစည်းမျဉ်းကို လိုက်နာသူများဖြစ်ပါသည်။

၇။ မိမိ၏ကိုယ်ပိုင်နေရာတစ်နေရာကို သတ်သတ်မှတ်မှတ် ရထားအောင် ကြိုးစားပါ

မည်သို့သော အလုပ်ကိုပင်ဖြစ်စေ ခိုင်းလိုက်လျှင် မဖင့်နွှေးဘဲ လုပ်ပေးတတ် သည်၊ ဝတ္တရားကျေသည်၊ အလုပ်ကောင်းသည်ဆိုသည့် ဝိသေသသည် လုပ်ငန်းခွင်တွင် အမည်ဆိုးမဟုတ်ပေ။ သို့သော် ထိုကဲ့သို့ကျော်ကြားခြင်းကို စာရေးသူတို့မြန်မာနိုင်ငံတွင် ထန်းတက်ကောင်းလက်မှတ်ရသည်ဟု ပြော တတ်ကြသည်။ ဂျပန်ခေတ်က အလုပ်တစ်ခုခုကိုခိုင်းပြီးလျှင် ဂျပန်စစ်ဗိုလ် က ဂျပန်စာဖြင့် လက်မှတ်တစ်စောင်ပေးသွားတတ်သည်။ နောက်ဂျပန် တစ်ယောက် လာသည့်အခါ ပထမလူပေးသွားသော လက်မှတ်ကို ပြလိုက် သည်နှင့် နောက်လူက ကောင်းတယ်ကားဟုဆိုကာ ပထမလူခိုင်းသွားသည့် ထန်းတက်သည့်အလုပ်၊ ရေခပ်သည့်အလုပ်စသည်ဖြင့် လက်မှတ်ထဲမှာ ပါသည့်အလုပ်တို့ကို တရစပ်ခိုင်းလေတော့သည်။ ထိုအခါကျမှ မြန်မာ ကျေးလက်သူ ကျေးလက်သားများသည် ဂျပန်လက်မှတ်ကို နားလည်ကြ ရတော့သည်။ ယခုလည်း လုပ်ငန်းခွင်တွင် အကူအညီတောင်းသည့်အလုပ် ကိုတော့ လုပ်ရမည်သာဖြစ်သည်။ သို့သော် ထိုကဲ့သို့သော ဗဟိရအလုပ် များနှင့်သာ ထိုက်တန်သည့်သူတစ်ယောက်ဟု သတ်မှတ်ခြင်းမခံရပါစေနှင့်။

မိမိတွင် အတတ်ပညာနှင့်ပတ်သက်၍ ထူးထူးခြားခြား ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် သိနားလည်သည့် အစွမ်းအစရှိသည်။ လုပ်ငန်းနှင့်ပတ်သက်၍ဖြစ်စေ၊ လုပ်ငန်းတည်ရှိရာဒေသ၏ ပထဝီဝင်အနေအထားနှင့် ပတ်သက်၍ဖြစ်စေ၊ လူမှုဆက်ဆံရေးအရ ထူးခြားချက်များနှင့်ပတ်သက်၍ဖြစ်စေ၊ သိသင့်သိထိုက်သော ယဉ်ကျေးမှုလက္ခဏာများနှင့်ပတ်သက်၍ဖြစ်စေ ကောင်းစွာကျွမ်းကျင်သူဖြစ်သည်ဆိုသည့်အချက်ကို ပြသနိုင်ရန်လိုအပ်သည်။ အချို့သောတာဝန်ရှိသူများသည် ရုတ်တရက်ထိတွေ့ရသော ဝန်ထမ်းများနှင့်ပတ်သက်၍ မည်သို့ထူးထူးခြားခြား သိနားလည်သူကို ချက်ချင်းမသိနိုင်ကြပေ။ ကိုယ်တိုင်ကလည်း အထက်လူကြီးကိုချဉ်းကပ်ကာ ကျွန်တော်က ဒီလိုဒီလိုအကြောင်းများကို သိပါသည်ဟု ထုတ်ဖော်ပြောကြားရန် မသင့်လျော်ပေ၊ တင်ပြဖို့ရာလည်း ဝန်လေးမည်ဖြစ်သည်။ သို့သော် စက်ရုံအလုပ်ရုံများ၊ ကုမ္ပဏီများစသည့်လုပ်ငန်းဆိုင်ရာ အဖွဲ့အစည်းများတွင် ပတ်ဝန်းကျင်နှင့်ဆက်ဆံရန်အတွက် ပြောနိုင်ဆိုနိုင် စည်းရုံးနိုင်သောသူများ ရှိရမည်ဖြစ်သည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာနိုင်ငံပီပီ သာသနာရေးဆိုင်ရာ ပူဇော်ပွဲများ၊ အခမ်းအနားများကို ကျင်းပရတော့မည်ဆိုလျှင် အမှန်တကယ် ကျွမ်းကျင်တတ်မြောက်သော ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ယောက် ရှိရမည်ဖြစ်သည်။ ထိုအခါတွင် မူလကတည်းက ရှိနှင့်နေသူတို့ကို မည်သူက မည်သည့်နေရာတွင် ထူးထူးခြားတတ်ကျွမ်းပါသနည်းဆိုသည့် မေးခွန်းကို မေးရပေမည်။

အများကလည်း တကယ်တမ်းတတ်ကျွမ်းသူများကို ညွှန်ပြကြမည်ဖြစ်ရာ ထိုက်ထိုက်တန်တန် ကိုယ်ပိုင်နေရာကို ခန့်ခန့်ထည်ထည်ရလာပါက မငြင်းဆန်ပါနှင့်။ တာဝန်တစ်ရပ်အနေဖြင့် ကောင်းစွာလက်ခံကာ၊ ခန့်ခန့်ထည်ထည် ဆောင်ရွက်ပေးလိုက်ရန်လိုသည်။ ထို့ပြင် မည်သည့်ကိစ္စတွင်မဆို လေးနက်တည်ကြည်စွာ ဆွေးနွေးအကြံပေးနိုင်သူ ဖြစ်သည့်အကြောင်းကို အကြောင်းအားလျော်စွာ အကူအညီပေးရင်း သိသင့်သူများကို သိစေရမည်ဖြစ်သည်။ မိမိ၏နေရာကို ကောင်းစွာယူထားသူသည် အလုပ်ကိုပိုမိုလုပ်ဆောင်ခွင့် ရသည်ဖြစ်စေ၊ မိမိ၏လုပ်ငန်းခွင်အတွက် သင့်လျော်စွာ အကျိုးပြုနိုင်မည်ဖြစ်သဖြင့် ကျေနပ်ဖွယ်ကောင်းပါသည်။

အမှန်တကယ် တတ်သိကျွမ်းကျင်သူ၊ ဗဟုသုတများသူများသည် စကားစပ်၍ပြောနေစရာပင် မလိုအပ်ချေ။ မသင့်တော်သည့် အပြုအမူများကို ပြုမူနေသည်ကိုတွေ့လျှင် သိမ်မွေ့စွာသွန်သင်ရင်း ကူညီလိုက်ရုံဖြင့် လူတော်လူကောင်းများက ရလာသည့်အခွင့်ကောင်းကို လေးလေးမြတ်မြတ်ခံယူမည်ဖြစ်သည်။ ဗဟုသုတကောင်းကို တောင်း၍ ယူမည်ဖြစ်သည်။ အရေးကြီးသည်မှာ မိမိ၏နေရာကို မှန်ကန်သောအမူအရာ တည်ကြည်သောအပြုအမူဖြင့် ယူထားရန်သာလိုသည်။ ပျာယာခတ်ကာ မျက်နှာလုပ်ချင်သည့်ပုံဖြင့် ရောနှောပြောဆိုတတ်သူများသည် ထန်းတက်ကောင်းလက်မှတ်ပင် မရတတ်ပါ။ ကိုယ်ပိုင်နေရာကောင်းတစ်ခု Niche တစ်ခုကိုရရန် ဝေးနေပါသေးသည်။ Niche ဟူသော ဝေါဟာရကိုမြန်မာလို မှခ်ကပ်ဟု ဘာသာပြန်ပါသည်။ ပုဂံတွင် ဂူဘုရားများ၏နံရံတွင် ထွင်းထားသည့်နေရာ၌ ဓာတ်တော်များနှင့်ဆိုင်သော ရုပ်တုများကို ဓာတ်လမ်းသဘောပါအောင် ထည့်သွင်းထားတတ်ကြသည်။ ယခုသုံးလိုက်သော Niche မှာမူ ထိုသဘောလောက် မမြင့်မားပါ။ သင့်ကို မြင့်မားသောနေရာတစ်နေရာ ပေးလာသည့်အချိန် ရောက်သည်အထိ အစွမ်းအစပြနိုင်ပါစေ။ ထိုသို့ ထူးခြားသောနေရာသို့ ရောက်သည်အထိ ကြိုးစားပါလေဟု ဆိုခြင်းဖြစ်သည်။

ထူးခြားသော နေရာတစ်ခုကို ရရှိရန်မှာ မိမိနှင့်သက်ဆိုင်သော ဘာသာရပ်ကိုကောင်းစွာကျွမ်းကျင်သည်အထိ လေ့လာထားရသည်။ ထို့ပြင် မိမိတာဝန်ထမ်းဆောင်သည့် ဒေသနှင့် နီးစပ်ခြင်းမရှိသောဒေသမှ ထူးခြားချက်များကိုပင် ကျွမ်းကျင်လိမ္မာရန် လိုအပ်သည်။ မိမိ၏လုပ်ငန်းနှင့် ပတ်သက်သည့် ဆီမီနာများ၊ ဝပ်ခ်ရှော့များတွင်လည်း တက်တက်ကြွကြွ ဝင်ရောက်ဆင်နွှဲတတ်ရန် လိုပါသည်။ ထိုသို့သောအလုပ်များကို လုပ်ရာတွင် ထင်ပေါ်မှ စင်တော်ကကောက်မည်ဟူသော မျှော်လင့်ချက်မထားပါလေနှင့်။ ထိုသို့သောရည်ရွယ်ချက်နှင့် လုပ်မိသူသည် ရွှေပြည်တော် မျှော်တိုင်းဝေးဖြစ်လာကာ စိတ်အားလျော့ပါးသွားတတ်သည်။ မိမိဘာသာမိမိ စိတ်ဝင်စားသော လုပ်ငန်းကို တက်ကြွစွာပါဝင်လှုပ်ရှားနေသည့်တိုင် စိတ်တိုင်းမကျစရာကလေးများကို တွေ့ဦးမည်ဖြစ်သည်။ အရေးမကြီးပါ။ မိမိကိုယ်တိုင်

ဝါသနာပါသဖြင့် လုပ်ဆောင်သောအလုပ်ဖြစ်သဖြင့် မျှော်လင့်ချက် မထား လေလေ ကောင်းလေလေပင်။ မျှော်လင့်ချက်ထားစရာမရှိဘဲ ဘာဖြစ်လို့ နေရာတစ်နေရာရအောင် ကြိုးစားလုပ်ဆောင်ရမည်နည်းဟု မေးရန်သင့်ပါ သည်။ မျှော်လင့်ချက်ထားခြင်းဆိုသည်မှာ ပစ္စည်းဥစ္စာ၊ အခွင့်အထူးတို့ကို ရရှိရန်အတွက် မျှော်လင့်ချက်မထားပါနှင့်ဟု ပြောလိုရင်းဖြစ်ပါသည်။ မိမိတတ်ကျွမ်းသော အသိပညာ ဗဟုသုတကို ပိုမိုအနှစ်ပြည့်အောင် ဖြည့် ဆည်းနေသူသည် တစ်နေ့တခြား သိသင့်သည်တို့ကို သိလာတတ်လာမည် ဖြစ်ရာ ကြာလေလေ ဗဟုသုတဟင်းလေးအိုးကြီး ဖြစ်လေလေပင်။ ထူးခြား သော နေရာကောင်းတစ်ခုရရှိထားသည့်သူသည် မိမိ၏လုပ်ငန်းခွင်မှာသာ မက အခြားသောဌာနများကလည်း အကူအညီတောင်းခြင်းကို ခံရဖွယ်ရှိ တတ်သည်။ ထိုသို့အကူအညီတောင်းလာလျှင် မိမိ၏ဌာနဆိုင်ရာမှ ခွင့်ပြု ချက်ကို ယူကာ အကူအညီပေးရမည်ဖြစ်သည်။ မည်သို့သော အကူအညီမျိုး ဖြစ်တတ်သည်ကို တင်ပြပါမည်။ ဒေသတိုင်းတွင် ရှိတတ်သော ထူးခြား သည့်လက္ခဏာများနှင့်ပတ်သက်သည့် လေ့လာရေးခရီးကို ဦးဆောင်ကာ ထွက်ပေးခြင်း၊ သက်ဆိုင်သည့်ဒေသမှာပင် ဟောပြောပွဲကျင်းပပေးခြင်း၊ ခရီးတိုထွက်ကာ လေ့လာရေးခရီးကို ဦးဆောင်ပေးခြင်းစသည့်တို့ကို ဆောင် ရွက်ပေးသင့်သည်။

မိမိ၏အလုပ်ကိုမိမိ နှစ်လိုသူအတွက် ကျယ်ပြောသောပတ်ဝန်းကျင် တွင် ရထိုက်သောနေရာကို ရသည်ဟုပင် ဆိုရမည်ဖြစ်သည်။ အခြားဝတ္ထု ပစ္စည်းများကို မျှော်လင့်သည့်စိတ် မမွေးပါလေနှင့်။ မွေးမိလျှင် ပျော်ရွှင်မှုနှင့် ဝေးသွားနိုင်သည်။ အကြောင်းမှာ အချို့သော အရာအထူးကြီးမားသည့် ပုဂ္ဂိုလ်များမှာ သူတို့ကိုယ်တိုင် ပညာလည်းလိုလားကာ ကိုယ်တိုင်ကြီးကြပ် ၍ ပညာရှင်ကိုနေရာပေးတတ်သည်။ တလေးတစားလက်ဆောင်ပေးတတ် သည်။ အရေးကြီးသည်မှာ လက်ဆောင်မဟုတ်ပေ။ လေးစားစွာနားထောင် မှတ်သားခြင်းသာ ဖြစ်သည်။

၈။ မိမိလုပ်နေသည့်လုပ်ငန်းခွင်ကို နှစ်သက်မြတ်နိုးစိတ် ထားပါ၊ ထိုအချက်ကို ထုတ်ဖော်ပြဆိုရန်လည်း မရှက်ပါနှင့်

အချို့သောသူတို့သည် မိမိရောက်ရှိနေသည့် လုပ်ငန်းခွင်၊ လုပ်နေရသည့် အလုပ်တို့ကို နည်းနည်းကလေးမှမကြိုက်ဘူးဟု ပြောလေ့ရှိပါသည်။ စာရေးသူ စဉ်းစားမိသည်မှာ အစောပိုင်းကတည်းက ဒီလိုအလုပ်မျိုးကို မကြိုက်နိုင်မှန်း သိပါလျက် ဘာ့ကြောင့်ဒီလိုအလုပ်ကို လုပ်ရသနည်း။ ဘာ့ကြောင့် မကြိုက်ရသည်ကို အခုအချိန်မှာရော စဉ်းစားမိပါ၏လောဟူသော အတွေးများကို တွေးမိသည်။ သင့်ကိုအကြံပေးချင်သည်မှာ မိမိလုပ်ကိုင်သည့် အလုပ်ထက် သာသည်ဟုထင်ကာ တစ်နေရာပြီးတစ်နေရာသို့ ပြောင်းနေသူများသည် ထင်သလိုခရီးမပေါက်ဘဲ တောင်မရောက်မြောက်မရောက် ဖြစ်နေတတ်ကြသည်။

စာရေးသူတို့ငယ်ငယ်က စာကြိုးစားသည့်သူများကို ကဲ့ရဲ့သူများ ရှိတတ်ကြသည်။ သူကတော့ စာကြိုးစားရမှာပေါ့။ တိုက်ဂေါ (တောဂိုက်) လေ၊ ကြိုက်မယ့်သူမှ ရှိမှာမဟုတ်တာဟုလည်း ပြောတတ်ကြသည်။ မည်သို့ပင် မည်သူကပြောပြော အလုပ်တစ်ခုကို မလုပ်ချင်လျှင်လည်း ရှင်းရှင်း၊ လုပ်ချင်လည်း ရှင်းရှင်းပင်လုပ်ကိုင်သင့်သည်။ အလုပ်ကိုမကြိုက်လျှင် သဘာဝအရ အလုပ်ကလည်း မအောင်မြင်တတ်ချေ။ ထို့ကြောင့် လုပ်နေသည့် အလုပ်ထဲမှ နှစ်ခြိုက်စရာ အရည်အချင်းများကို ရွေးချယ်တတ်ပါစေ။ ပြီးလျှင် တိုးတက်နိုင်သည့် အခွင့်အလမ်းများကိုလည်း သတိထားမိပါစေ။ ခိုင်းသလောက်သာလုပ်ပြီး စိတ်ညစ်စွာဖြင့် မကြိုက်ဘူးဟု အော်နေသည့် သူများနှင့် ရောကာ မကြိုက်ဘူးဟုမအော်ဘဲ ကျွန်တော်တော့ ကြိုက်တယ်၊ ကြိုက်စရာတွေက ဘယ်လိုအရည်အချင်းတွေဖြစ်တယ်၊ မကြိုက်ချင်စရာတွေက ဘယ်လိုအရည်အချင်းများ ဖြစ်တယ်ဟု ပြောနိုင်လောက်အောင် မိမိ၏အလုပ်ကို ဂရုစိုက်ပါ။ မကြိုက်ချင်စရာတွေ ရှိနေတာတောင်မှ ဒီအလုပ်ကို ကြိုက်နေသေးတာပဲလားဟုမေးခဲ့သော် အဲသည်လိုမကြိုက်တာကလေးတွေကို ပြင်လိုက်လျှင် သိပ်ကောင်းတဲ့အရည်အသွေးများ ပေါ်ထွက်လာမှာကို မြင်နေရတဲ့အတွက် ဒီအလုပ်ကို ကြိုက်နေရခြင်းဖြစ်သည်ဆိုသည့်

အကြောင်းကို လေးနက်စွာပြောပြသင့်သည်။ မည်သည့်နည်းနှင့်မျှ မိမိ လုပ်နေသည့်အလုပ်ကို အထင်သေးစရာဖြင့် တွယ်ကပ်မနေပါနှင့်၊ အထင်ကြီးစရာ နှစ်ခြိုက်စရာရှာပါ၊ တိုးတက်လာပါလိမ့်မည်၊ စိတ်လည်းချမ်းသာလာပါလိမ့်မည်။

၉။ ကိုယ့်ကြိုးစားမှုကို သိုသိပ်စွာထားပါ

စာရေးသူရေးခဲ့သည့် "ပျော်ရွှင် အောင်မြင် လုပ်ငန်းခွင်မှာ" ဆိုသည့် စာအုပ်ထဲတွင် မိမိ၏ကြိုးစားမှုကို သိုသိပ်စွာထားရန် ထပ်တလဲလဲရေးထားပါသည်။ အမှတ်မထင် မဟုတ်ပါ။ အရေးကြီးသောကြောင့် ထည့်ထားခြင်းဖြစ်သည်။

လူဆိုသည်မှာ ကံ ကံ၏အကျိုးနှင့်မကင်းဘဲ စံစားခံစားရသည်ပင်။ သို့သော် တချို့သူများသည် သူတို့အလုပ်လုပ်နေသည်ကို အလွန်ပြစားချင်ကြပါသည်။ ဒါမှ တာဝန်ရှိသူတွေ သိမည်၊ တက်လမ်းပွင့်မည်ဆိုသည့် အတွေးက သဘာဝကျကျ အလုပ်လုပ်ခြင်းကို လွှမ်းမိုးထားသည့် သဘောဖြစ်သည်။ လုပ်ငန်းခွင်ရောက်လာသည်နှင့် လူသူလေးပါးနှင့် စကားမပြောနိုင်လောက်အောင် အလုပ်ရှုပ်ပြနေတတ်သည့်သူများလည်း ရှိတတ်သည်။

အမှန်တကယ်မှာ အပြင်ကရုပ်က အရေးမကြီးပါ။ တကယ့်အလုပ်က အရည်အချင်းပြည့်မီဖို့သာ လိုအပ်ပါသည်။ တချို့သူများသည် လုပ်ငန်းခွင်မှ လူသူအများကို နှစ်လိုဖွယ်ရာအပြုံးနှင့် နှုတ်ဆက်ဖို့ အချိန်ရတတ်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် ကိုယ့်ကိုမော်ကြည့်နေသူများကို ချိုမြစွာပြုံးပြရင်း နေကောင်းကြတယ်နော်ဟု နှုတ်ဆက်လိုက်သည်ဆိုပါစို့။ ထိုသို့နှုတ်ဆက်ခြင်းသည် စည်းရုံးသည့်အလုပ်ကို တခြားနည်းဖြင့်လုပ်သည်ထက် တာသွားတတ်ပါသည်။

နှစ်လိုဖွယ်ရှိသည်၊ အေးဆေးသည်၊ သက်သောင့်သက်သာ ရှိသည်။ လောလော လောလော ပျာယီပျာယာ မလုပ်တတ်ချေ။ မိမိကိုယ်အမူအရာ နှုတ်အမူအရာများကို ထိန်းသိမ်းတတ်သည်။ ထိုသူ့ကိုကြည့်ရသည်မှာ

အင်မတန်မှ အေးချမ်းသည်။ ပြေးပြေးလွှားလွှား သုတ်သီးသုတ်ပျာလုပ်လေ့မရှိ။ အော်ဟစ်ခြင်း၊ မြန်မြန်လုပ်စမ်း၊ နောက်ကျတော့မှာပဲဟု သူ့လက်အောက်က အလုပ်သမားများကို ပြောခြင်းမရှိချေ။ သို့သော် စီမံခန့်ခွဲတတ်သည့်အတွက် အလုပ်တိုင်းသည် သူ့အချိန်နှင့်သူ ပြီးစီးသွားတတ်သည်။ "အလုပ်တွေ များလိုက်တာ၊ ဟူး... မောလိုက်တာ။ အိပ်ရေးလည်း မဝဘူး" ဆိုသည့်စကားကိုလည်း တကယ့်အဖြစ်မှန်ဆိုလျှင်တောင်မှ ထုတ်ဖော်ပြောလေ့ မရှိဘဲ၊ တည်ကြည်ငြိမ်သက်စွာ နေတတ်သည့်သူသည် တကယ်တမ်းလုပ်ငန်းပိုင်းကိစ္စများကို ပြောကြပြီဟုဆိုသည့်အခါ အလုပ်တိုင်းသည် ပြီးစီးရုံမက သေသေသပ်သပ် ဖြစ်နေတတ်သည်။ အချက်အလက်များ ပြည့်စုံနေသည်ကိုတွေ့ရတတ်သည်။ လုပ်ငန်းခွင်ကို ရောက်လာသည့်အခါတွင်လည်း သပ်ရပ်အေးချမ်းလှသည်။ တက်ကြွဖျတ်လတ်နေသည်။

အချို့သူများသည် လုပ်ငန်းခွင်သို့ရောက်လာသည့်အခါတွင် ဟိုပစ္စည်းပြုတ်ကျ၊ ဒီပစ္စည်းပြုတ်ကျ ဖြစ်နေတတ်သည်။ နောက်ကျတတ်ခြင်းစသည့်ချို့ယွင်းချက်များသည် အလုပ်ကို စနစ်တကျစီမံကိန်းချပြီး မလုပ်တတ်ကြောင်း သက်သေပြနေသည့် လက္ခဏာများဖြစ်သည်။

အလုပ်ကို စနစ်တကျ အမှန်တကယ်လုပ်သည့်သူများသည် အလုပ်ခွင်တွင် ဘယ်လောက်ပင်ပန်းသည်ဆိုသည့်အချက်ကို မပြောကြချေ။ တာဝန်ကို ကောင်းစွာကျေပွန်အောင် လုပ်ထားသည်ကိုသာ သက်သေတင်တတ်သည်။ သူတို့သည် လူမသိသူမသိ အိပ်ရေးပျက်ခံပြီး အလုပ်လုပ်တတ်သည်။ ပြီးလျှင် ကိုယ်ခန္ဓာကို နားချိန်မည်သို့ပေးမည်ဆိုသည့်ကိစ္စကို စနစ်တကျစီမံတတ်သည်။ လူသူလေးပါးကြားလောက်အောင် ပင်ပန်းလှသည်ဟု ညည်းညူမနေတတ်ချေ။ အကယ်၍ အလုပ်များကိုပြီးစီးအောင် လုပ်ရမည်ဟုဆိုလျှင် စိတ်အင်အားကြီးမားစွာနှင့် လေ့လာမည်၊ ဆည်းပူးမည်၊ အတွေ့အကြုံယူမည်၊ အသိပညာစုဆောင်းမည်၊ ဆွေးနွေးမည်၊ ထပ်ပြန်တလဲလဲ လေ့ကျင့်မည်။ ပြီးလျှင် ပေါ့ပေါ့ပါးပါးပုံစံဖြင့် လမ်းလျှောက်မည်။ လန်းဆန်းသွားအောင် နားမည်။

အလုပ်ကို ဘယ်နေ့ပြီးရမည်ဟု သတ်မှတ်ထားပြီးပြီဆိုလျှင် ရက်တိုးတောင်းသည့်အကျင့် မလုပ်ပါနှင့်။ မည်သူ့ထံကမှ အကူအညီကို

မတောင်းပါနှင့်။ အကြံဉာဏ်တောင်းနိုင်သည်၊ လမ်းညွှန်မှုတောင်းနိုင်သည်၊ သတင်းအချက်အလက် တောင်းနိုင်သည်။ အယူအဆကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိအောင် မေးမြန်းနိုင်သည်။ မိမိအလုပ်မှာဝင်ပြီး ကူလုပ်ပေးပါဆိုသည့် အကူအညီကို မတောင်းပါနှင့်။ အလုပ်တွေတစ်ပုံတစ်ပင်နှင့် ပင်ပန်းလွန်းလှသည်။ ဘာလုပ်လို့ လုပ်ရကောင်းမှန်းမသိဘူးဆိုသည့် စကားမျိုးကို ထုတ်ဖော်ပြောဆိုခြင်း မပြုပါနှင့်။ **လုပ်ငန်းခွင်ရွှေစည်းမျဉ်းက ခွင့်မပြုပါ။** အကူအညီယူရလောက်အောင် ပရမ်းပတာဖြစ်နေသူသည် လုပ်ငန်းခွင် ရွှေစည်းမျဉ်းနှင့် မကိုက်ညီနိုင်သေး။ ကြိုးစားရဦးမည်ဖြစ်သည်။

အလုပ်ကိုလက်ခံစဉ်ကတည်းက မိမိကိုယ်ကို ထင်တစ်လုံးနှင့် လိုအပ်တာထက်ပိုပြီး တတ်ကျွမ်းပါသည်ဟု မပြောပါနှင့်။ မပြပါနှင့်။ တကယ်အလုပ်လုပ်ကြပြီဆိုသည့်အခါ မနိုင်မနင်းဖြစ်လျှင် ပို၍ဆိုးတတ်သည်။ တကယ်လုပ်သည့်အခါတွင် ကိုယ့်ကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုအပြည့်နှင့် လုပ်ဖို့လိုအပ်သည်။ လူအများရှေ့တွင် ဇောချွေးပြန်ပြီး ရုပ်မပျက်ပါစေနှင့်။

အလုပ်လုပ်သည့်အခါ နောက်မှလုပ်မည်ဆိုကာ၊ အချိန်တွေ ရှိသေးသားပဲဟုဆိုကာ အချိန်ရွှေ့သည့်အကျင့်ကို ရှောင်ပါ။ မည်သည့်ကိစ္စကို အရင်ဆောင်ရွက်လျှင် အလုပ်ပိုပြီးတွင်ကျယ်နိုင်သည် ဆိုသည့်အချက်ကို စဉ်းစားစီစဉ်ပြီး လုပ်ဆောင်ပါ။ အလုပ်လုပ်သည့်အခါတွင် စိတ်ကို ငြိမ်သက်စွာ ထားပြီး ဆောင်ရွက်ဆဲအလုပ်မှတစ်ပါး တခြားတစ်ပါးသောကိစ္စများကို ခေါင်းထဲမသွင်းဘဲနေနိုင်အောင် အကျင့်လုပ်ထားပါ။

အလုပ်သိပ်လုပ်တာပဲ၊ ဘယ်တော့ကြည့်ကြည့် ပျာယာခတ်နေတာပဲ ဆိုသည့်စကားမှာ ချီးမွမ်းစကား မဟုတ်ချေ။ အကယ်၍ အလုပ်ပြီးစီးအောင်မြင်၍ ချီးမြှောက်ခြင်းခံရလျှင်တောင်မှ သေမတတ်လုပ်ပြီးမှ ချီးကျူးခံရသည်ကို မလိုချင်ပါဘူးဟု မကြားနိုင်းနားပြောသည်ကို ခံရတတ်သေးသည်။ ဘာပဲလုပ်လုပ် တည်ငြိမ်အောင် ထိန်းသိမ်းရင်း အရာရောက်အောင် လုပ်တတ်ရန် လိုအပ်ပါသည်။

၁၀။ သင့်ကိုစောင့်ကြည့်ပြီး အကဲဖြတ်နေသည့်သူများ ရှိသည်ဆိုသည်ကို သတိထားပါ

များစွာမကြာလှသေးသည့် တစ်ခါတုန်းက အမေရိကန် နိုင်ငံခြားရေးဝန်ကြီးဖြစ်ခဲ့သူ ကိုလင်းပိုဝဲလ် ပြောသည့်စကားကို ခေါင်းစဉ်တင်လိုက်ခြင်းဖြစ်သည်။ ကိုလင်းပိုဝဲလ်သည် လူဖြူလူမဲ ခွဲခြားမှုပြင်းထန်သည့် အချိန်က မွေးဖွားကြီးပြင်းခဲ့သည့် လူမဲဆင်းရဲသားမိသားစုဝင် ကလေးတစ်ယောက်ဘဝမှ ကမ္ဘာ၏ရှေ့ရေးနောက်ရေးများကို ပြုပြင်ပြောင်းလဲနိုင်စွမ်းရှိသည့် ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးဖြစ်လာသည်အထိ တိုးတက်လာသူဖြစ်သည်။ သူငယ်စဉ်က ဆင်းရဲသဖြင့် နေ့စဉ်အလုပ်ရရှိနိုင်သည့်အရပ်သို့ သွားကာ အလုပ်စောင့်ရသည်။ လူဖြူကလေးများ မလုပ်ချင်သည့် အချိုရည်ပုလင်းများကို ဆေးကြောသည့်အလုပ်ကို လုပ်ရသည်။ သူသည် ထိုအလုပ်ကိုလုပ်ရင်း မင်းကို စောင့်ကြည့်နေတဲ့သူရှိတယ်၊ သတိထားဟု မိမိဘာသာမိမိ ပြန်၍သတိပေးတတ်သည်ဟု ဖတ်ရဖူးသည်။ တကယ်လည်းစောင့်ကြည့်သည့်သူ ရှိပါသည်။ အလုပ်ကြီးကြပ်သည့်သူက တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် အလုပ်ကို တိုးမြှင့်ပေးခဲ့သည်။ ထိုသို့နေရင်း စစ်တက္ကသိုလ်မှ တပ်သားများခေါ်သည့် အချိန်တွင် တပ်မတော်ကျောင်းသို့ဝင်ခဲ့သည်။ ကိုလင်းပိုဝဲလ်၏စကားကို သတိထား မှတ်သားသင့်ပါသည်။ မည်သည့်အလုပ်ကို လုပ်သည်ဖြစ်စေ၊ လူမြင်တာမှတ်လို့ဟူသော အတွေးဖြင့် ပြီးလျှင်ပြီးရော မလုပ်ပါနှင့်။ သူတစ်ပါး မသိမမြင်လျှင်တောင်မှ မိမိဘာသာ သိပါသည်။ အတွင်းစိတ်က မိမိမဟုတ်သည့်အလုပ်ကို လုပ်နေသည့်အတွက် စိတ်လက်ပေါ့ပါးစွာ ကြာရှည်နေနိုင်မည်မဟုတ်ပါ။ မိမိသည် မည်သူမှ စောင့်မကြည့်သည့်တိုင်အောင် မည်သည့်အလုပ်ပင်ဖြစ်စေ စေတနာစိတ်ကောင်းဖြင့် အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင်ကြိုးစားကာ လုပ်ဆောင်မည်ဆိုပါက မိမိမသိလိုက်ခင် မိမိ၏ကံတရားက သိပါသည်။ မိမိမှာလည်း အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင်ကြိုးစားလုပ်ဆောင်တတ်သည့် အလေ့အကျင့်ကောင်း တိုးတက်လာမည်ဖြစ်သည်။ ဤသို့ဖြင့် မိမိကို စောင့်ကြည့်နေသူများရော၊ စောင့်မကြည့်သည့်တိုင် မိမိ၏လုပ်ပုံကိုင်ပုံကို တစ်ကြိမ်ပြီးတစ်ကြိမ် ဖြတ်သွားဖြတ်လာလုပ်ရင်း သိမြင်သွားနိုင်ပါသည်။

မိမိ၏လုပ်ဆောင်မှုများသည် မည်သူမည်ဝါမြင်ဖို့ သိဖို့ဟူသောစိတ်ဖြင့် မဟုတ်ဘဲ အမှန်တကယ် ကောင်းကောင်းမွန်မွန် ကြိုးစားလုပ်ဆောင်လိုသောစိတ်ဖြင့် လုပ်ရင်း တစ်ခါမဟုတ် တစ်ခါဆိုသလို အသိအမှတ်ပြုသူများလာပါလိမ့်မည်။ စာရေးသူကိုယ်တိုင် ကြုံရသည်ကို တင်ပြပါမည်။ စာရေးသူသည် မိမိ၏ဘာသာရပ်နှင့်ပတ်သက်သည့် စာတမ်းပေါင်း များစွာကို တင်သွင်းဖတ်ကြားဖူးပါသည်။ မိမိ၏ပတ်ဝန်းကျင်မှ ကောင်းလှချည့်ဟုချီးကျူးသူများမှာ မိမိ၏တပည့်များနှင့် လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်အနည်းငယ်သာ ရှိခဲ့ပါသည်။ သူတစ်ပါးတို့၏လက်ခုပ်သံများကိုသာ မျှော်လင့်၍ အလုပ်လုပ်မည်၊ ကြိုးစားမည်ဆိုလျှင် အလုပ်ဆက်လုပ်ချင်စရာ မကောင်းဟုပင် ဆိုရမည်။ အကြောင်းမှာ လစာနည်းဝန်ထမ်းဖြစ်နေချိန်တွင် ကိုယ်တင်သွင်းမည့် စာတမ်းနှင့်ပတ်သက်သည့် စရိတ်စကများကို ကိုယ်တိုင်ကျခံရသည်မှာ ဝန်လေးလှသည်။

ထိုသို့သောအခြေအနေမျိုးမှာပင် စာရေးသူသည်အလုပ်မပျက်အောင် ဆက်လက်ကြိုးစားလုပ်ကိုင်ခဲ့သည်။ စာရေးသူတို့ တက္ကသိုလ်တွင်လည်း အကြီးအကဲပြောင်းသွားပါသည်။ ထိုဆရာကြီးက စာတန်းတင်သွင်းလိုသူများကို သူ့ထံသို့ စာမူကြမ်းကိုသာ ပို့ခိုင်းသည်။ စာတန်းတင်သွင်းမည့်အချိန်တွင် စာရေးသူတို့၏စာမူကြမ်းများမှာ သင့်တင့်လျှောက်ပတ်သော အဖုံးဖြင့်သတ်ရပ်သောစာတန်းများအဖြစ်သို့ ရောက်နေပြီဖြစ်ပါသည်။ စာတန်းတင်ရမည့် ခန်းမထဲတွင် စားပွဲခင်းကောင်းကောင်း ခင်းထားသော စားပွဲပေါ်တွင် စာတန်းများသည် စာရေးသူတို့မမျှော်လင့်၊ မတောင့်တနိုင်သည့် အဆင့်ဖြင့် ခမ်းခမ်းနားနား တင်ထားပြီးဖြစ်ပါသည်။ မမျှော်လင့်နိုင်သည့်အဆင့်ဆိုသည်မှာ စားပွဲပေါ်မှ စာတန်းများသည် သပ်ရပ်ကောင်းမွန်ရုံမက စောင်ရေလည်းများသည်။ စာတမ်းဖတ်ပွဲသို့ တက်ရောက်ကြသည့် ပြင်ပမှပညာရှင်များ အပါအဝင် ပုဂ္ဂိုလ်အမျိုးမျိုးက ယူ၍ဖတ်နိုင်သည်။ ယူသွားနိုင်သည်။

စာရေးသူတို့လို စာတမ်းဖတ်သည့်သူများ၏စိတ်သည် ရွှင်လန်းချမ်းမြေ့လှသဖြင့် စာတန်းတင်သည့်အခါတွင်လည်း တက်တက်ကြွကြွရှိကြပါသည်။ နောက်ပိုင်းတွင် ပြန်၍ကြားရသည်မှာ ပြင်ပမှ ထက်မြက်

သလောက်၊ ပြတ်ပြတ်သားသား ဆေဖန်တတ်သော ပညာရှင်ကြီးတစ်ယောက်က စာရေးသူတို့၏ ဆရာကြီးကို များစွာချီးကျူးခဲ့သည်ဆိုသည့်အကြောင်း ဖြစ်သည်။ ချီးကျူးပုံမှာ "ဦးသောင်းထွတ် ခင်ဗျားသိပ်တော်တဲ့ ပါမောက္ခချုပ် တစ်ယောက်ပဲ။ ပညာတတ်တွေကို အလုပ်လုပ်ချင်စိတ် ဖွံ့ဖြိုးလာအောင် ခင်ဗျားလုပ်ပေးနိုင်တယ်။ ခင်ဗျားကြောင့် တက္ကသိုလ် မြင့်မားတိုးတက်လာနိုင်တယ်"ဟု ချီးကျူးခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဆရာကြီးသည် တော်လွန်းသဖြင့် ဝန်ကြီးအဆင့်သို့ တိုးမြှင့်ပေးခြင်း ခံရပါသည်။ စာရေးသူတို့လည်း စာတန်းမဖတ်ရတော့ပေ။ သို့သော် အရှိန်ကျန်နေသဖြင့် ဆက်လက်၍ ကြိုးစားကြပါသည်။ လုပ်ငန်းခွင် ရွှေစည်းမျဉ်းအရ ပြောရပါမူ အလုပ်စတင်လုပ်ဆောင်ကတည်းက အလုပ်ကိုချစ်မြတ်နိုး၍ လုပ်သည်ဖြစ်ရာ အခြေအနေကောင်းသည်ဖြစ်စေ၊ အခြေအနေ မပေးသေးသည်ဖြစ်စေ ကြိုးစားလုပ်ဆောင်နေမည် ဖြစ်သည်။ စာရေးသူအနေဖြင့် အလုပ်ကြိုးစားလုပ်ဆောင်ခြင်းကြောင့် နာမည်ကောင်းရခဲ့သည်မှာ တစ်သက်တာအတွက် ပင် လုံလောက်သောစိတ်အင်အားကို ဖြစ်စေခဲ့ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ပြောလိုသည်မှာ အမှန်တကယ် အလုပ်ကို ကြိုးစားလုပ်ကိုင်နေသူသည် ရင်းစားမဆုံးနိုင်ပေ။ သင့်ကိုစောင့်ကြည့်နေသူများကလည်း အလုပ်ကိုတိုး၍ မြှင့်ပေးနိုင်မည်။ သင်၏စေတနာကောင်းဖြင့် လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်မှုကြောင့် ကောင်းမြတ်သော ကံတရားကလည်း ကောင်းကျိုးကိုဆောင်ကြဉ်းနိုင်ပါလိမ့်မည်။ အရေးကြီးသည်မှာ မိမိကောင်းစွာ ကြိုးစားလုပ်ဆောင်နေရခြင်းသည် မပွင့်သေးသော ရတနာသိုက်များကို ပွင့်သွားစေရန် ကြိုးပမ်းနေခြင်းသာ ဖြစ်သည်။ အချီးနှီးအလုပ်မဟုတ်ဟု သိနားလည်ထားရန်လိုသည်။ ထိုသို့သိနားလည်ခြင်းဖြင့် အလုပ်လုပ်နေခြင်းသည် အချီးနှီးမဟုတ်ကြောင်း သိကာ အလုပ်၏အဓိပ္ပာယ်ကို ကောင်းစွာနားလည်လာပါလိမ့်မည်။ (ဤနေရာတွင် အနည်းငယ်ရှည်သွားပြီဖြစ်သော်လည်း အလုပ်ကြိုးစားခြင်းဖြင့် ကံကောင်းသည့်အဖြစ်ကို တင်ပြလိုပါသေးသည်။ တစ်နေ့တွင် ဆရာကြီးက ရုံးခန်းသို့ လာရန် ဆင့်ခေါ်၍ စာရေးသူသည် ပြင်ပတွင် ကျူရှင်ပြနေကြောင်း တိုင်စာရောက်ရှိသဖြင့် အထက်ရုံးများမှ အဆင့်ဆင့်ညွှန်ကြားသည့်ပြင် အက်စ်ဘီ

မှလည်းတာဝန်ရှိသူများက ဆရာကြီးထံသို့ လာရောက်စုံစမ်းကြောင်း ပြောပါသည်။ စာရေးသူသည် ကျူရှင်မပြခဲ့ဘူးပါ။ ထိုစဉ်က ကျူရှင်ပြသည်ဆိုလျှင် ရာဇဝတ်မှုကြီးတစ်ခုပင်ဖြစ်ရာ အလုပ်ပြုတ်နိုင်ပါသည်။ စာရေးသူသည် မလောက်မင နေထိုင်စားသောက်ရသည့်တိုင် တစ်ခါမှ ကျူရှင်မပြခဲ့ပါ။ ထို့ကြောင့် ဆရာကြီး၏စကားကို ကြားသည့်အချိန်တွင် များစွာထိတ်လန့်သွားပါသည်။ အထူးသဖြင့် ကိုယ်မလုပ်သောအလုပ်နှင့်ပတ်သက်၍ အပြစ်မခံယူလိုသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

ဆရာကြီးက ပြုံးချိုသောမျက်နှာဖြင့် စိတ်မပူပါနဲ့၊ အဲသည်လိုတိုင်စာမျိုးကို လူကြီးတော်တော်များများလည်း အပေးခံရဖူးပါတယ်။ ကျွန်တော်လည်း လေး ငါးခါ အတိုင်ခံရဖူးပါတယ်။ မဟုတ်တာ မလုပ်တဲ့သူဟာ သူ့ဘာသာသူ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ဖြစ်သွားတာပါပဲ။ ကျွန်တော့်ကို လာမေးတုန်းက ခင်ဗျားတို့ပြောသလို ကျူရှင်ပြတာ မပြတာတော့ ကျွန်တော်လည်း အိမ်အထိလိုက်မကြည့်နိုင်တော့ မသိဘူး။ သိတာကတော့ အဲသည်ဆရာမဟာ သိပ်လည်းတော်တယ်၊ သိပ်လည်းအလုပ်လုပ်တယ်လို့ ပြောလိုက်ပါတယ်။ အခုလည်း ဆရာမကိုယ်တိုင် ဖြေရှင်းစာကို ရေးပါ၊ ရေးချင်သလိုရေးပါ၊ ကျွန်တော်ထောက်ခံပြီး လက်မှတ်ထိုးပေးပါမယ်ဟု ပြောပါသည်။ စာရေးသူသည် မဟုတ်တမ်းတရား အစွပ်စွဲခံရသည့်ဘေးမှ လွတ်မြောက်သွားပါသည်။ ဆရာကြီးနှင့်တွေ့ပြီး စေတနာ မေတ္တာဖြင့် အားပေးသည်ကို ကြားရကတည်းက စိတ်ချမ်းသာခဲ့ရပါသည်။

လူတိုင်းတွင် နောက်ဘက်သို့ ပြန်ကြည့်သည့်အခါတိုင်း ဘေးအန္တရာယ် များစွာကို တိုးဝှေ့ဖြတ်သန်းကာ အထက်သို့ရောက်၍ အသက်ဝဝရှူနိုင်အောင် ကြိုးစားခဲ့ရသည်ကို ပြန်၍သတိရပါလိမ့်မည်။ ထိုသို့သတိရတိုင်း မိမိကိုယ်၌က ရိုးရိုးသားသား ကြိုးစားလုပ်ဆောင်ခဲ့လျှင် သူတော်ကောင်းများနှင့် တွေ့ကြုံကာ ကယ်တင်ခြင်းကို ခံရနိုင်သည်ဆိုသည့်အချက်ကို သိနိုင်ပေသည်။

၁၁။ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးနှင့် ဝတ်ပုံစားပုံ

လူမှာအဝတ်၊ တောင်းမှာ အကွပ်ဟု ပြောစမှတ်ရှိသည်။ တန်ဖိုးကိုဖြတ်သည့်နေရာတွင် အဝတ်အစားက အရေးပါပါသည်။ Personality ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးကို လူအများက အကဲခတ်သည့်အခါ ရုပ်ရည်သာမက ဝတ်ပုံ စားပုံ၊ နေပုံထိုင်ပုံများကိုလည်း ထည့်သွင်းစဉ်းစားပြီး စိတ်တွင်းက အမှတ်ပေးလေ့ရှိကြသည်။

သူ့အရွယ်နှင့်သူ ဝတ်ဆင်ရမည်ဟုဆိုသည့်စကားကို သိဖို့သာမက လက်တွေ့လိုက်နာဖို့ကလည်း အရေးကြီးပါသည်။ ထမ်းဆောင်နေရသည့် တာဝန်ဝတ္တရားကလည်း စကားပြောပါသည်။ အပြင်ပ လူတောထဲတွင် ဝတ်ချင်သလို ဝတ်နိုင်သော်လည်း လုပ်ငန်းခွင်တွင် ဝတ်၍မရချေ။ လုပ်ငန်းခွင်တွင် ရှိရမည့်သိက္ခာနှင့် လိုက်လျောညီထွေစွာ ဝတ်ရစားရပါမည်။ ယခုခေတ်တွင် စာတတ်ပေတတ် ပညာတတ်ဟု ပြောရမည့်သူများသည်ပင် ကိုယ့်အသက် ကိုယ့်တာဝန် ကိုယ့်ရုပ်သွင်နှင့် မလိုက်လျောသည့် အဝတ်အစားများကို ဝတ်နိုင်တိုင်း ဝတ်တတ်ပါသေးသည်။ လူများက ဟယ်ချမ်းသာလိုက်တာ၊ ကြည့်လို့ကောင်းလိုက်တာလို့ မြှောက်ပင့်ပြောဆိုပြီး မျက်နှာနည်းနည်းလွှဲလိုက်သည်နှင့် မျက်နှာရှုံ့သွားတတ်သည်။ "မမက သိပ်လှတာပဲ။ အောင်မယ် ဆရာက တီရှပ်နဲ့ဆိုတော့ နုမှနု" ဆိုသည့် စကားများကို ပြုံးပြုံးကြီးနားထောင်ပြီး ယုံနေမည်ဆိုလျှင်တော့ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးကို ထိခိုက်သွားပြီဖြစ်သည်။

မြှောက်ပင့်ပြောသူ၏စိတ်ထဲတွင် "အသက်မှအားမနာ၊ တာဝန်ချိန်ကြီးမှာနော်၊ သူကစပြီးဖောက်နေတော့ ကျန်တဲ့သူတွေကလည်း ဖောက်တော့မှာပေါ့။ အမယ်လေး ရုပ်က ရင့်ရော်ရတဲ့အထဲမှာ အဝတ်က လူငယ်ဆင်ဆိုတော့ ရင့်တာက ပိုပြီးသိသာနေတယ်" ဆိုသည့်အတွေးမျိုးကို သူတစ်ပါးတို့၏စိတ်ကြေးမုံပြင်မှာ မထင်ဟပ်မိပါစေနှင့်။ အထူးသတိထားရန် လိုပါသည်။

ဤနေရာတွင် စာရေးသူ၏စိတ်ထဲတွင် ပေါ်လာသဖြင့် ပြောချင်သည်မှာ ခေတ်လူငယ်များသည် လွတ်လပ်ချင်သည်။ ဝတ်ချင်သည်ကို

ဝတ်ရန်သာ လွတ်လပ်ခွင့်ပေးလိုက်ပြီဆိုလျှင် ပေးထားသည့်လွတ်လပ်ခွင့်၏ အပြင်ဘက်သို့ရောက်အောင် လွတ်လပ်သွားတတ်ကြသည်။ မိန်းကလေးများကလည်း မိန်းကလေးအလျောက်၊ ယောကျ်ားကလေးများကလည်း ယောကျ်ားကလေးအလျောက် စည်းကျော်တတ်ကြသည်။

ယခုခေတ် ဘုန်းတော်ကြီးများကလည်း ဒကာမများ မတော်တရော် ဝတ်လာလျှင် မျက်နှာလွှဲပြီး ဆောက်တည်နေတော်မူကြရမည်ပင်။ မလုံမခြုံ ဝတ်စားခြင်းသည် ခေတ်မီတိုးတက်ပါသည်ဆိုသည့် နိုင်ငံများမှာတောင်မှ သူ့လူတန်းစားနှင့်သူ သူ့နေရာနှင့် သူ့အချိန်အခါနှင့်သူသာ ဝတ်တတ်ကြသည်။ ခေတ်မီသည်ဆိုလျှင် အသိပညာ အတတ်ပညာနယ်ပယ်မှာ တိုးတက်ဖို့ ခေတ်မီဖို့ လိုပါသည်။ နေနည်းထိုင်နည်းတွင်လည်း တိုးတက်ဖို့လိုပါသည်။ မိမိတို့အတုယူသည်က ဟီရိဩတ္တပ္ပ (မကောင်းမှုမှ ရှက်ခြင်း ကြောက်ခြင်း) ကင်းမဲ့သည့် ဝတ်ဆင်ပုံ နေထိုင်ပုံ ဖြစ်ရန်မလိုပါ။ သတိရလာသည့်အကြောင်းတစ်ခုကို ပြောချင်ပါသေးသည်။ အဝတ်ကောင်း အစားကောင်းတွေကို ဝတ်သည်ကတော့ ဟုတ်ပါပြီ၊ သန့်ရှင်းအောင် သပ်ရပ်အောင် မဝတ်သည့်သူများသည် ပိုပြီးအရုပ်ဆိုးတတ်သည်။ စာတတ်သည်ဆိုတိုင်းလည်း လူများတကာက အထင်ကြီးသည်မဟုတ်ချေ။ ကိုယ့်ရုပ်သွင်က ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး မြင့်မားသည်ဟု လူအများ၏စိတ်ထဲတွင် သတ်မှတ်မှ လူအများက အမှန်တကယ် နှစ်လိုကြည်ညိုကြသည်ဟု ဆိုနိုင်သည်။

၁၂။ ပြုံးချိုကြည်လင်သူ ဖြစ်ပါစေ

လူများသည် တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက်ပေါင်းသင်းပြီး ကြာရှည်လက်တွဲ၍ရမရကို မျက်နှာကြည့်ပြီး ဆုံးဖြတ်တတ်ပါသည်။ ခင်မင်နှစ်လိုဖွယ်ကောင်းသည့်သူဟု လူအများပါးစပ်ဖျားမှာ ရေပန်းစားသည့်သူတို့သည် ချိုချိုသာသာ ပြုံးတတ်သည့်သူ မျက်နှာထားကြည်လင်ရွှင်ပျသူဖြစ်သည်။ "ဟယ် သူ့ကိုမြင်လိုက်ရတာ နှလုံးကိုအေးသွားတာပဲ"ဆိုသည့်သူများသည် မျက်နှာထား ပျော့ပျောင်းသည့် သဘာဝအပြုံးပိုင်ရှင်များ ဖြစ်ကြပါသည်။ သူတို့နှင့် အားကစားအသင်းအဖွဲ့မှာဖြစ်စေ အခြားသောလူမှုရေးအသင်းအဖွဲ့မှာဖြစ်စေ၊

လုပ်ငန်းလုပ်ဆောင်ရာမှာဖြစ်စေ အတူတူတွဲလုပ်ချင်သည့်သူများ များတတ်ပါသည်။

စိတ်သဘောထားကောင်းအောင် မိမိကိုယ်ကို ပြုပြင်ထားသည့်သူသည် စိတ်သဘောထားကောင်းပါတယ်၊ စိတ်နှလုံး ပျော့ပျောင်းပါတယ် ဆိုသည်ကို အများသိအောင် မည်သို့လုပ်ရမည်နည်း။ ပြုံးပါ။ ပြုံးခြင်းသည် သဘောထားကောင်းမှုကို ဖော်ပြရာတွင် လူသိလွယ်သည့် တစ်ခုတည်းသောနည်းဖြစ်ပါသည်။

ထိုသို့ပြုံးသည့်အခါမှာ ပါးစပ်ကလေးကိုဖြဲပြီး ပြုံးရုံ၊ လုပ်ဖန်များတော့ အလေ့အကျင့်ရပြီး ဟင်းဟင်း ဟင်းဟင်းနှင့်ရယ်ပြီး နှုတ်ဆက်တတ်သူ၊ ခပ်ချွဲချွဲစကားပြောတတ်သူများလည်း ရှိသည်။ မှန်သည်ကိုဆိုရလျှင် စိတ်တွင်းဓာတ်ခံ မကြည်လင်သည့်သူများသည် အောင်မြင်သည့် အပြုံးပိုင်ရှင်များအဖြစ်သို့ မရောက်နိုင်ချေ။ "ပါးစပ်သာ ဖြဲထားတာပါကွာ၊ မျက်လုံးတွေက ပြုံးမှမပြုံးနိုင်ဘဲ၊ ပုပ်စပ်နေတာပဲ"ဟု အပြောခံရသူများ ရှိတတ်သည်။

ထိုကဲ့သို့ တကယ်မပြုံးနိုင်ဘဲ ပါးစပ်သာဖြဲထားတတ်သည့်သူများသည် ကိုယ်တိုင်လည်း စိတ်မပျော်ရွှင်တတ်ချေ။ စိတ်အေးချမ်းပျော်ရွှင်အောင် "သာရဝေါ၊ နှလုံးပျော့ပျောင်း အသင်သူတော်ကောင်းတို့"ဟု မင်းကွန်းဆရာတော်ကြီးက တရားဟောတော်မူမည့်အခါ ဒကာ ဒကာမများကို ခေါ်တော်မူသလို မိမိတို့၏စိတ်ထားမှာ ပျော့ပျောင်းသောစိတ် ရှိရပါမည်။ ထိုစိတ်သည် လူတိုင်းတွင် အလိုလိုတော့ ပေါ်ပေါက်မလာနိုင်ပါ။ မွေးယူရပါလိမ့်မည်။ မိမိတို့ကိုးကွယ်သည့်ဘုရားကို ကြည်ညိုလေးမြတ်စွာ ရှိသေပူဇော်ပြီး ဘုရားရှင်၏အဆုံးအမကို လိုက်နာရမည်ဖြစ်သည်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်ကတော့ **"လူလူချင်းတွေ့ရင် မျက်မှောင်ကုပ်မထားရဘူး။ အချင်းချင်း ဦးစွာပြောတဲ့စကားများဟာ နှစ်လိုဖွယ်ကောင်းတဲ့ တစ်ဖက်သားရဲ့အရည်အချင်းများကို ဖော်ထုတ်တဲ့စကားများ ဖြစ်စေရမယ်"**ဆိုသည်မျိုးအထိ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးဆိုင်ရာ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများအထိ သင်ကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။ လူမှုဆက်ဆံရေးနှင့် ပတ်သက်ပြီးတော့တောင်မှ လိုလေသေးမရှိအောင် သင်ကြားတော်မူသည့်အတွက် မြတ်စွာဘုရားရှင်ကို လွန်စွာကြည်ညိုရပါသည်။

ပြုံးချိုကြည်လင်မှုရရှိဖို့ဆိုတာ မေတ္တာစိတ်ထက်သန်ရမည်။ မေတ္တာစိတ်ကလည်း ကြိုးစားပြီး မွေးမြူရမည့်စိတ်ဖြစ်ပါသည်။ သူတစ်ပါးအပေါ် မောက်မာသည့်စိတ်၊ မထီမဲ့မြင်ပြုချင်သည့်စိတ်ကင်းပါမှ မိမိစိတ်ထဲတွင် လေးလံနေသည့်ခံစားမှု လျော့ပါးလာမည်ဖြစ်သည်။ သူတစ်ပါးတို့ စိတ်အေးချမ်းသာရှိပါစေဟု သတိရတိုင်း မေတ္တာထားသည့်စိတ် မွေးပေးနိုင်လျှင် ထိုသူ၏မျက်နှာတွင် သဘာဝကျသည့်အပြုံးပန်းများ ဝေဆာနေမည်ဖြစ်သည်။

သဘာဝမကျသည့်အပြုံးဆိုသည်မှာ လုပ်ယူလျှင် စပ်ဖြဲဖြဲလည်း ဖြစ်သွားနိုင်သည်၊ တစ်ဝက်တစ်ပျက်မှာပင် ရပ်ချင်ရပ်သွားနိုင်သည်။ လူမြင်လျှင် ချစ်ခင်ပါစေဆိုသည့်ဆုနှင့် မပြည့်စုံနိုင်ပေ။

တကယ်တမ်း အပြုံးချိုမြသူ၊ မျက်နှာကြည်လင်သူ၊ လူတကာချစ်ခင်သူဖြစ်အောင် ပထမဆုံး မိမိ၏စိတ်ကို ကောင်းအောင်ပြင်ရမည် ဖြစ်သည်။ စိတ္တေန နိယျတိလောကော ဖြစ်ပါသည်။ အောင်မြင်ချင်သူ၊ စိတ်ချမ်းသာချင်သူ၊ လူချစ်လူခင်များချင်သူများမှာ ရွှေငွေနှင့်လည်း ဝယ်၍မရ၊ အရာအထူးနှင့်လည်း လဲလှယ်၍မရသည့် မေတ္တာအရောင်ကိန်းနေသည့် အပြုံးမျက်နှာကို စိတ်ကောင်းနှင့်သာ ပြုပြင်ဖန်တီးနိုင်ပါသည်။

မေတ္တာဓာတ်ကို မိမိစိတ်မှာကိန်းအောင်ကတော့ စိတ်ကိုစင်အောင်ထားနိုင်ရပါမည်။ ချက်ချင်းမဖြစ်နိုင်လျှင်တောင်မှ ကောင်းမှုမြတ်နိုးသည့် စိတ်ရင်းစေတနာနှင့် ကောင်းအောင်ကြိုးစားလျှင် ဖြစ်သွားမည်မှာ သေချာသည်။ ထိုကဲ့သို့ အပြုံးမျက်နှာဖြစ်မှန်းမသိ ဖြစ်သွားပြီး လူတကာချစ်ခင်လေးစားခြင်းခံရသည့်အခါတွင် ကိုယ်တိုင်လည်း ကိုယ့်မေတ္တာတရားကြောင့် စိတ်ချမ်းသာနေပါပကောဟု သိလိုက်ရပါလိမ့်မည်။ မိမိပတ်ဝန်းကျင်တွင်ရှိသည့် အနိမ့်ဆုံးသူမှအစ အမြင့်ဆုံးသူအထိ မေတ္တာဖြင့် ပြုံးပြလိုက်စမ်းပါ။ အလုံးစုံ ပြီးမြောက်သွားမည်မှာ သေချာသည်။

၁၃။ လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ရာမှာ နွေးထွေးမှုကို ပြသနိုင်ပါစေ

ကျွန်မတို့ငယ်ငယ်က စာမျိုးစုံကိုဖတ်ဖြစ်သည်။ ယဉ်ကျေးဖွယ်ရာရှိသည့် နေနည်းထိုင်နည်းများနှင့် ပတ်သက်သည့် ဗဟုသုတကို စုဆောင်းခဲ့ဖူးပါ

သည်။ တစ်နိုင်ငံနှင့်တစ်နိုင်ငံ မတူသောကြောင့် အခြားနိုင်ငံများတွင် ဘယ်လို နေမှ ဘယ်လိုထိုင်မှ ယဉ်ကျေးသည်ဟု လက်ခံသည့်အကြောင်းများကို လည်း မှတ်သားထားခဲ့သည်။ ငယ်ငယ်ကတည်းက တစ်နေ့ကျလျှင် ကျယ် ပြောသည့် လူမှုရေးလောကအလယ်သို့ ရောက်သွားနိုင်သည်ဟုလည်း မိမိ ဘာသာ ယုံကြည်ထားသည်။ လိုအပ်သည့်အခါရောက်မှ ထုံးလေ့များကို အပြေးအလွှား သင်၍မရနိုင်ဘူးဟုလည်း ကြိုတင်တွေးတောထားသည်။

လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ခြင်းသည် မြန်မာဟန် မြန်မာဓလေ့မဟုတ်ချေ။ သို့သော် နိုင်ငံတကာဓလေ့ ဖြစ်နေသည်။ လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်သည့်နည်းကို စာထဲတွင်ဖတ်ထားမိသည်မှာ မိမိလက်သည် ပျော့တီးပျော့ဖတ်နှင့် အေး စက်စက် ဖြစ်မနေသင့်ဘူးဟု ဆိုပါသည်။ ရာသီဥတုအေးသည့်ဒေသတွင် ဖြစ်၍ လက်က အေးနေနိုင်သည်ဟု တွေးမိပါသည်။ သို့သော် မိမိကိုယ်ကို ကျန်းမာရေးကောင်းပြီး အသက်ဓာတ်ပြည့်ဝအောင်ထားဖို့ လိုအပ်သလို စိတ်လည်းထားတတ်ဖို့ လိုအပ်သည်။

လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်သည့်အခါတွင် ကိုယ်ကိုတော့ အထိုက်အလျောက် ကိုင်းရမည်ဖြစ်သည်။ လက်အချင်းချင်း ဆွဲကိုင်လှုပ်ရမ်းသည့်အခါ စိတ်ပါ လက်ပါ ကျစ်လစ်စွာဆုပ်ကိုင်ပြီး လှုပ်ရမ်းရမည်ဖြစ်သည်။

ထိုသို့လှုပ်ရမ်းသည့်အခါ အချင်းချင်းနှစ်လိုလျှင် နှစ်လိုသလို အကြိမ် များစွာလှုပ်ရမ်းရင်း နှုတ်ဆက်စကားပြောတတ်သည့်အလေ့လည်း ရှိသည်။ အထူးသဖြင့် တစ်နိုင်ငံခေါင်းဆောင်နှင့် နောက်တစ်နိုင်ငံ ခေါင်းဆောင်တို့ ပြုံးရွှင်စွာ လက်ဆွဲလှုပ်ရမ်းရင်း ပြုံးပျော်ရွှင်ပျစွာ နှုတ်ဆက်နေသည်ဟုဆို လျှင် နိုင်ငံရေးအခြေအနေကောင်းသည်ဟု တွက်ဆနိုင်သည်။

အရေးကြီးပုဂ္ဂိုလ်ကြီး လာသည်ကို နှုတ်ဆက်ရန် တန်းစီနေသည့် သူများကိုမူ ကြာရှည်ကြာများ နှုတ်ဆက်စကားပြောခြင်း၊ လက်ချင်းဆုပ် ထားသည်ကို မဖြေဘဲ ကြာရှည်လှုပ်ရမ်းခြင်း မပြုတတ်ကြချေ။ သို့သော် စိတ်ပါလက်ပါ အတွင်းစိတ်က နွေးထွေးမှုပေါ်လွင်အောင် ကျစ်ကျစ်ဆုပ်ပြီး နှုတ်ဆက်ပုံကိုကြည့်ကာ တစ်ခဏဖြစ်သော်လည်း သိသာပါသည်။ တချို့ သောသူများကတော့ ဘယ်လိုလက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ရမည်၊ ဘာ့ကြောင့်နှုတ် ဆက်ရမည်ကို မသိနားမလည်တတ်ကြပေ။ လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ခြင်းသည်

တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် အတွေ့အထိအားဖြင့် မိတ်ဆက်ခြင်းဖြစ်သည်။ မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှု၊ လုံခြုံမှုကို နှုတ်ဆက်သည့် လက်၏ အတွေ့ဖြင့် ပြသနိုင်သည်။ တစ်ဖက်သားသည် မိမိကိုယုံကြည်သင့်သူ၊ ခင်မင်သင့်သူ ဖြစ်သည်ဟု ခံစားသွားစေနိုင်သည်။ ထုံးစံဖြစ်၍သာ လက်ချင်းဆုပ်လိုက်ရသည်။ တချို့ဆိုလျှင် လက်ချင်းဆုပ်သည်ဟုပင် မခေါ်နိုင်ဘဲ ပျော့တီးပျော့ဖတ်လက်ဖြင့် ဝတ်ကျေတန်းကျေ ထိတွေ့လိုက်ရုံသာဖြစ်သည်။ ထိုသို့သောအတွေ့ကြောင့် တစ်ဖက်သားဆီက လေးစားခြင်း၊ ယုံကြည်ခြင်းကို ပြန်လည်မရရှိနိုင်ချေ။

လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်သည့်အခါ တင်းတင်းဆုပ်ပြီး နှုတ်ဆက်ပါ။ လက်နှစ်ဖက်စလုံးနှင့် လေးမြတ်ထိုက်သည့် တစ်ဖက်လူ၏လက်ကိုကိုင်ပြီး နှုတ်ဆက်ပါ။ သို့သော် တစ်ဖက်သားက လက်ကိုလွှတ်လိုက်သည့်အခါတွင် ထိုသူ၏လက်သည် နာပြီး ကျန်ရစ်လောက်အောင်တော့ မဖျစ်ညှစ်သင့်ပေ။ အထူးသဖြင့် သိပ်အသက်ကြီးသည့်သူများ၏လက်ကို နာကျင်အောင် မဖျစ်ညှစ်သင့်ပေ။

အမျိုးသမီးများနှင့် အမျိုးသားများ တွေ့ဆုံသည့်အခါ အမျိုးသမီးများက အရင်လက်မကမ်းလျှင် အမျိုးသားများက လက်ကိုလှမ်းမဆွဲရပါ။ ယဉ်ကျေးဖွယ်ရာရှိသည့်သဘောဖြင့် အမျိုးသားအချင်းချင်း နှုတ်ဆက်သည့်အခါတွင် စတင်လက်ကမ်းပေးပြီး လက်ကိုကောင်းစွာဆုပ်ကိုင်လှုပ်ယမ်းပြီး မိမိနာမည်ကို အရင်ပြောကာ နှုတ်ဆက်သည့်သူကို နှစ်လိုဖွယ်ကောင်းသူဟု သတ်မှတ်ကြသည့်ဓလေ့ ဥရောပတွင်ရှိသည်။ ထိုကဲ့သို့သောလူမျိုးသည် အကင်းပါးသူ၊ ခင်မင်ရင်းနှီးစိတ်ရှိသူ၊ စိတ်သက်သောင့်သက်သာ ထားတတ်သူ၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ယုံကြည်စိတ်ချသူဟူ၍ သတ်မှတ်နိုင်သည်ဟု မှတ်သားရဖူးသည်။

ထိုကဲ့သို့ ခင်မင်နှစ်လိုဖွယ်ကောင်းသူက လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်နေသည့်အချိန်မှာ မျက်စိချင်းတည့်တည့်ဆိုင်ကြည့်ကာ သင့်နာမည်ကိုလည်း ခေါ်ပါလိမ့်မည်ဟု စာအုပ်များထဲတွင် ဖတ်ရသည်။ ဥပမာ လက်ကိုကမ်းပေးရင်း ကျွန်တော့်နာမည် ခင်မောင်ပါခင်ဗျာ၊ ဦးကြီးမြင့် ကျန်းမာပါရဲ့လားဟု ပြောတတ် မေးတတ်ပါသည်။

အလုပ်သဘောဖြင့် မေးကြပြောကြသည့်အခါတွင် အလုပ်ဌာနကို လည်း ထည့်ပြောလေ့ရှိသည်။ ဥပမာ ကျွန်တော်က ဒေါက်တာစိုးသာပါ၊ ပညာရေးတက္ကသိုလ် သင်ပြနည်းပညာဌာနက ပါမောက္ခပါခင်ဗျာဆိုလျှင် ပြည့်စုံသည်၊ ယဉ်ကျေးသည်ဟု သတ်မှတ်နိုင်ကြောင်း ဖတ်ရဖူးသည်။

လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ခြင်းသည် ဥရောပ၏ ရှေးရိုးစဉ်လာ နှုတ်ဆက် ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ထိုကဲ့သို့နှုတ်ဆက်ခြင်းကို ရာထူးဌာနနှင့်ရာနှင့် လိုက်လျော ညီထွေစွာ၊ ခန့်ထည်စွာ၊ ယဉ်ကျေးစွာ၊ ဆောင်ရွက်နိုင်ရန် သတိထားကြ ရမည်ဖြစ်သည်။ အေးတိအေးစက် ပျော့တီးပျော့ဖတ်လက်ဖြင့် ထိရုံကိုင်ရုံ လောက်ဆိုလျှင် တစ်ဖက်က လေးလေးစားစားဆက်ဆံသည့်သူက အထင် အမြင်သေးတတ်သည်။ သူ့ကိုအလေးမထားဘူးဟုလည်း ကောက်ယူတတ် သည်ဟုဆိုသည်။ ထိုကဲ့သို့ လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်သည့်ပုံမျိုးနှင့်ဆိုပါက အလုပ် ကိစ္စများကို ဆွေးနွေးညှိနှိုင်းကြသည့်အချိန်တွင် အဆင်မပြေဖြစ်တတ် သည်ဟု ဆိုပါသည်။ ကျွန်မတို့ သတင်းကားများကို ကြည့်သည့်အခါ နိုင်ငံ့အကြီးအကဲများသည် သူတို့သဘောထားကို လူအများသိအောင် ပြသ သည့်အနေဖြင့် အချင်းချင်းလက်များကို အားပါးတရ အချိန်ကြာကြာ လှုပ် ရမ်းနှုတ်ဆက်ပြသကြသည်ကို သတိပြုပြီး ကြည့်ကြစေလိုသည်။ မိမိတို့ နိုင်ငံ၏ပင်ရင်းဓလေ့မဟုတ်သည့်တိုင် ကမ္ဘာသုံးဓလေ့ကို ကောင်းစွာ နားလည်ထားခြင်းဖြင့် ကိုယ်နေဟန်ထားအားဖြင့်ပင်ဖြစ်စေ မိမိတို့ဘက်မှ အားသာနိုင်သည့်အနေအထားကို ဖန်တီးယူနိုင်ရမည်ဖြစ်သည်။

၁၄။ ယုံကြည်ချက်နှင့် စိတ်အင်အားကို ဖော်ထုတ်ပြသနိုင်ပါစေ

လူများ၏ ဟန်ပန်အမူအရာ ပြောပုံဆိုပုံ နေပုံထိုင်ပုံများသည် ထိုသူ၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးကို ဖော်ထုတ်ပြသနေသည်။ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ဆိုသည်မှာ မွေးယူလို့ရနိုင်သည်။ နေထိုင်ရာပတ်ဝန်းကျင်က လူများ၏ စရိုက်တို့ ဓလေ့ထုံးစံတို့အပေါ်မှာ တည်မှီနေသည်ဟုဆိုသော်လည်း ပိုမို ကျယ်ပြန့်သည့် လူမှုဝန်းကျင်ကို ရောက်သွားသည်နှင့် မိမိကိုယ်ကို ပြုပြင်ဖို့ လိုအပ်သည်။

အကယ်၍သင်သည်အလုပ်ခွင်ကိုလာသည့်အခါတွင် တုံ့နှေးတုံ့နှေးဖြင့် အိပ်ရေးမဝသလို စိတ်အလိုမကျဖြစ်နေသည့်ဟန်ဖြင့် လုပ်ငန်းခွင်သို့ဝင်သွားတတ်သည်ဟုဆိုကြပါစို့။ သင်သည် လုပ်ငန်းကြီးကို ဦးဆောင်သည့်နေရာကို ယူထားသည့်သူဖြစ်လျှင် အားလုံးကဝိုင်း၍ကြည့်သည်ကို ခံရကာလုပ်ငန်းခွင်သို့ဝင်ရမည်ဖြစ်သည်။ ထိုသို့လူအများ၏ မျက်စိအောက်တွင်နေရသူဖြစ်သည့်အတွက် (မှားယွင်းသော သင်၏ဟန်ပန်ကြောင့်) လူအများ၏နှစ်လိုခြင်း၊ လေးစားခြင်းကို ခံရသည့်သူဖြစ်လာဖို့ မလွယ်တော့ချေ။ များသောအားဖြင့် ဦးဆောင်ခေါင်းရွက်ပြုသူ၏ အကျင့်စရိုက်ကို သူ့လက်အောက်မှလူများက လိုက်တတ်ကြသည်။ အားလုံးသည် သင့်ကိုမြင်ဖန်များလျှင် နှေးကွေးလေးလံလာကြမည်မှာ သေချာသည်။

ဖြစ်သင့်သည်မှာ ကားပေါ်မှဆင်းပြီး လုပ်ငန်းခွင်ထဲသို့ တိုက်ရိုက်ဝင်သည်ဖြစ်စေ၊ သို့မဟုတ် အဝင်ပေါက်ဝမှ လမ်းလျှောက်၍ လုပ်ငန်းခွင်တွင်းသို့ ဝင်သည်ဖြစ်စေ သင့်ခြေလှမ်းများတွင် စပရင်တပ်ထားသကဲ့သို့တက်တက်ကြွကြွ ဖျတ်ဖျတ်လတ်လတ်လှမ်းပြီး ဝင်သွားရန်လိုအပ်သည်။ မျက်နှာကလည်း ရွှင်ပျနေရမည်ဖြစ်သည်။ တက်ကြွဖျတ်လတ်သည်ဟုဆိုသော်လည်း အလောတကြီးဖြင့် မပြေးရုံတမယ် လှမ်းနေရမည် မဟုတ်ချေ။ အလောသုံးဆယ်ဖြစ်နေခြင်းနှင့် သွက်လက် တက်ကြွ လန်းဆန်းနေခြင်းတို့သည် မတူကြပေ။ သင်၏မျက်နှာကလည်း ရွှင်ပျနေရမည်၊ ရှင်သန်သည့်အသက်ဓာတ်ဖြင့် နိုးကြားနေရပါမည်။ ရောက်နေသည့် ပတ်ဝန်းကျင်တွင် မိမိကိုမျှော်ကြည့်ရင်း စိတ်ပါဝင်စားနေကြမည့်လူများ ရှိသလို မိမိကလည်း စိတ်ပါဝင်စားမှုနှင့် ကြည့်ရှုလေ့လာပြီး ဖြစ်ရပါမည်။

စာရေးသူတို့ဝန်းကျင်တွင် ခေတ်ဆန်သော သူငယ် သူငယ်မများသည် အကောင်းစားဖိနပ်များကို စီးပြီး လမ်းလျှောက်သွားနေသည်ကို မြင်ရသည့်အခါ များသောအားဖြင့် စိတ်ပျက်မိတတ်သည်။ လူက ဖိနပ်ကိုစီးနေခြင်းမဟုတ်၊ လူကို ဖိနပ်ကစီးနေသလိုပဲဟု ပြောမိတတ်ပါသည်။ အကြောင်းမှာ ခေတ်မီသည့်ခွာမြင့်မြင့်ဖိနပ်များကို စီးထားပြီး တရွတ်တိုက်ကာ လမ်းကိုမလျှောက်ချင်လျှောက်ချင် လျှောက်နေကြသည်မှာ မလိုက်လျောသည့်ပြင် (Smart) မကျလွန်းသောကြောင့် ဖြစ်သည်။ လုပ်ငန်းခွင်မှာဖြစ်စေ၊ တက်

ရောက်နေသည့်သင်တန်းမှာဖြစ်စေ၊ တက္ကသိုလ်မှာဖြစ်စေ၊ လူအများ ဝင်ထွက်သွားလာနေသည့် နေရာများတွင် တာဝန်ရှိသည့် အုပ်ချုပ်သူများရော သူ့နေရာနှင့်သူ ပါဝင်လှုပ်ရှားနေရသူများ အပါအဝင် လုပ်ငန်းနှင့် သင်တန်းနှင့်သက်ဆိုင်သည့်သူ အားလုံးသည် မိမိကိုယ်ကိုယုံကြည်မှု အပြည့်အဝရှိသည့်သူ၊ စိတ်အင်အားပြည့်သည့်သူဖြစ်သည်ဟု ကိုယ်ခန္ဓာ အစိတ်အပိုင်းတိုင်းက ဖော်ထုတ်ပြသနိုင်မှသာလျှင် ပတ်ဝန်းကျင်၏လေးစားမှုကို ရရှိနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ မူးတူးတူး ဝေတေတေပုံစံနှင့် အဝတ်အစားကလည်း ဗရပွာဖြင့် လေးလံထိုင်းမှိုင်းစွာ သွားလာလှုပ်ရှားနေသူဆိုလျှင် မည်သူကမျှ အထင်ကြီး လေးစားမည်မဟုတ်ချေ။ သင်တန်းတက်နေသူဟု ဆိုလျှင်လည်း အုပ်ချုပ်သူများ၊ ဆရာများက နှစ်သက်မည်မဟုတ်ချေ။ လုပ်ငန်းသို့ဝင်ရန် ကြိုးစားသူဟုဆိုလျှင်လည်း အလုပ်ရှင်များက ကြိုက်နှစ်သက်မည်မဟုတ်ချေ။

လုပ်ငန်းခွင်များတွင် တူညီဝတ်စုံ ဝတ်ရသော်လည်း ဝတ်စုံများကို စနစ်တကျ စမတ်တကျဝတ်မှသာလျှင် လုပ်ငန်း၏ကျက်သရေလည်း တိုးတက်မည်။ ဝတ်ဆင်သောသူလည်း (Smart) ကျမည်၊ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးလည်း တိုးတက်မည်ဖြစ်သည်။

မိမိကိုယ်ကို သန့်ရှင်းသပ်ရပ်စွာ ပြုပြင်ပြီး စိတ်လက်ရွှင်ပျစွာ သွားလာလှုပ်ရှားမည်ဆိုလျှင် မိမိဘာသာမိမိလည်း ယုံကြည်ချက် အပြည့်အဝထားကာ အလုပ်လုပ်နိုင်ပါလိမ့်မည်။ ထိုသို့မဟုတ်ပါက တစ်ခုခုလိုနေသလို လေးလံနေသလို ခံစားရပါလိမ့်မည်။ မိမိကိုယ်ကိုလည်းယုံကြည်ချက် အပြည့်အဝထားနိုင်အောင်၊ စိတ်အင်အားပြည့်ဝအောင် သတိထားပြီး မွေးမြူရပါမည်။ ပြောခဲ့သည့်စကားတစ်ခုကို ပြန်ကောက်ပြီးပြောရမည်ဆိုလျှင် *''မိမိ၏ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးကို စစ်ဆေးမွေးမြူနေရန်မှာ မိမိ၏တာဝန်ဖြစ်သည်ဆိုသည့်အချက်ကို အမြဲသတိထားသူသည် မည်သည့်ပတ်ဝန်းကျင်တွင်မဆို တင့်တယ်သူ၊ လူအများ လေးစားခံရသူဖြစ်မည် ''*။

တစ်ခါတုန်းက သာမန်အိမ်ရှင်မဟု ပြောနိုင်သည့် အဘွားကြီးတစ်ယောက်က သူ့အိမ်တွင် ကိစ္စတစ်ခုကြောင့်လာပြီး တည်းခိုနေသည့် အမျိုးသမီးတစ်ယောက်ကို သွန်သင်နေသည့်စကားကို ကြားလိုက်ရဖူးသည်။ ထိုအမျိုးသမီးက မျက်နှာတွင် သနပ်ခါးတောင်မှ မလိမ်းနိုင်ဘဲ သူ့စိတ်ထဲ

တွင် ပူပန်နေသည့်ကိစ္စတစ်ခုကို ဆောင်ရွက်ရန် အပြင်ထွက်မည့်ဟန် ပြင်နေသည်။ အိမ်ရှင်အဘွားက "သမီးကလေး၊ သနပ်ခါးလိမ်းသွားဦး။ သိပ်စိတ်ညစ်နေတယ်ဆိုရင် ပိုပြီးသနပ်ခါးလိမ်းဖို့ လိုလိမ့်မယ်။ သနပ်ခါးလိမ်းလိုက်ရင် သမီး သောကရောက်နေတဲ့အသွင်အပြင်ကို သမီးဘာသာတောင် မခံစားရတော့ဘဲ ဖြစ်သွားလိမ့်မယ်။ သနပ်ခါးဟာ ဆေးတစ်ပါးပဲလို့ ပြောလိုက်ပါတယ်"။ ကျွန်မက အဘွားသည် ဘိုးစဉ်ဘောင်ဆက်ကတည်းက စိတ်ကိုပြုပြင်ပြောင်းလဲသည့်နည်းကို အသုံးချပြီး စိတ်ကုထုံးတစ်ခု လုပ်နေသည်ဟု စဉ်းစားလိုက်မိပါသည်။ တကယ့်အရေးနှင့်ကြုံလျှင် သူများ၏ စိတ်ကုထုံးထက် ကိုယ့်ကိုယ်ကို ကုသည့် စိတ်ကုထုံးကမှ ပိုမိုအစွမ်းထက်သည်။ လုပ်ငန်းခွင်မှာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ လူမှုဝန်းကျင်မှာပဲဖြစ်ဖြစ် မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်ချက်မရှိသည့်သူသည် ဘာပဲလုပ်လုပ် တွန့်ဆုတ်လုပ်တတ်သည်။ ကိုယ်လုပ်သည့်အလုပ်ကို ဟုတ်ပါ့မလားဟု စဉ်းစားသည့် သူ၏အကြည့်မှာလည်း အားနည်းတတ်သည်။ တွန့်ဆုတ်သည့် ကိုယ်ဟန်လည်း ရှိသည်။ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးဆိုသည်မှာ အပြင်က အဝတ်အစားလောက်နှင့် ပြုပြင်၍မရပေ။ အတွင်းစိတ်က အားအကိုးရဆုံးဖြစ်သည့် မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်ရမည်။ ထို့ပြင် မိမိ၏စိတ်အင်အားကို မည်သည့်အကြောင်းကြောင့်မှ မကျဆင်းစေရအောင် ထိန်းသိမ်းဖို့လိုအပ်သည်။ စိတ်အင်အားပျက်ပြားအောင် လာပြောတတ်သည့်သူ၏စကားဆိုလျှင် လက်ခံဖို့ ငြင်းဆန်လိုက်သည်က အကောင်းဆုံးနည်းဖြစ်သည်။ မိမိ၏ကိုယ်တွင်းတွင် ကိန်းနေသည့် စိတ်အင်အားကို လျော့ပါးမသွားစေဘဲ သူတစ်ပါးမြင်သာအောင် တက်ကြွရွှင်လန်းစွာ နေထိုင်လှုပ်ရှားတတ်ဖို့ လိုအပ်ပါသည်။ ထိုသို့အနေအထိုင် တတ်မှသာ လုပ်ငန်းခွင်တွင် အုပ်ချုပ်သူ၏နေရာတွင်နေ၍ စီမံခန့်ခွဲရသည်ဖြစ်စေ၊ အဆင့်ဆင့်ညွှန်ကြားသော လုပ်ငန်းများကို အကောင်အထည်ဖော် လုပ်ဆောင်ရသည်ဖြစ်စေ ပတ်ဝန်းကျင်မှ လူသူအများ၏လေးစားခြင်း၊ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်လာခြင်းစသည့် ကောင်းမြတ်သော သဘောထားကို ရယူနိုင်ကြမည် ဖြစ်ပါသည်။

၁၅။ လူအများသတိထားမိနိုင်သော ကိုယ်ပိုင်ဟန်ရှိပါစေ

လူတိုင်းမှာ ကိုယ်ပိုင်ဟန်ရှိပါသည်။ ခေတ်စကားနှင့်ပြောရလျှင် ကိုယ်ပိုင်စတိုင်လ် လူတိုင်းမှာ ရှိသင့်သည်၊ ရှိတတ်ကြပါသည်။ တစ်ခုပဲရှိပါသည်။ ထူးခြားသောစတိုင်လ်ကြောင့် သတိတော့ထားမိပါ၏။ "ဟာကွာ ဘယ်လိုကြီးပါလိမ့်"ဟု နှုတ်မှထွက်ကာ သတိထားမိတာမျိုးဆိုလျှင် ရွှေစည်းမျဉ်းက လက်မခံပါ။ ဆံပင်ကို အနီရောင်ဆိုးမည်။ သို့မဟုတ် အဖြူရောင်ဆိုးမည်။ အဝတ်အစားကိုလည်း ခေတ်မီလျှင်ပြီးရောဆိုကာ မိမိတို့ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ ဓလေ့ထုံးစံနှင့်မလိုက်လျောသည့် အဝတ်၊ ရာသီဥတုနှင့်လည်း မလိုက်လျောသည့်အဝတ်ကိုဝတ်မည်ဆိုလျှင် ပတ်ဝန်းကျင်က သတိထားမိမည်။သို့သော် ထိုသို့ မိမိကိုယ်ကို ပြူးကနဲပြဲကနဲဖြစ်အောင် ဆင်သသည့်သူများသည် လူအများက စူးစူးစိုက်စိုက်အကြည့်ခံရမည်၊ ချဉ်းကပ်သည်ကိုလည်း ခံရမည်။ သို့သော် လေးလေးစားစားဆက်ဆံခြင်းကို မခံရတတ်ချေ။ ခေတ်မီခြင်းသည် တာရှည်မခံချေ။ ခေတ်က ခဏခဏဆိုသလို အပြောင်းအလဲရှိတတ်သည်။ ခေတ်ပြောင်းသွားလျှင် လိုက်ပြောင်းချင်ပြောင်း၊ မပြောင်းခဲ့သော် ခေတ်နောက်ကျပုံက ထင်ရှားပြီး "ကြောင်"သွားတတ်သည်။

အစဉ်သဖြင့် ထူးခြားပြီးနေရန်မှာ မိမိ၏ဟန်သည် ပတ်ဝန်းကျင်နှင့်လိုက်လျောညီထွေရှိရုံမက မိမိနှင့်လည်းလိုက်လျောညီထွေရှိနေရန် လိုအပ်သည်။ အဝတ်အစားက ပုံရိုးရိုးဖြစ်ပြီး အရောင်ကလည်း ကြောင်ကြောင်ကျားကျား မဟုတ်။ ခေတ်နောက်မကျသလို ခေတ်လွန်တာမျိုးလည်း မဟုတ်ဘူး။ ဥပမာအဖြစ် ကယ်ရီဂရန့် (Cary Grant) ဆိုလျှင် ဥရောပဝတ်စုံကို သပ်ရပ်စွာဝတ်ထားပြီး ဘယ်အချိန်ကြည့်ကြည့် အပြုံးချိုမြမြနှင့် ကြည့်ရသည်မှာ နှစ်လိုဖွယ်ရှိသည်။ သူ့မှာ ကိုယ်ပိုင်ဟန်ရှိသည်။ ဟော ဘွိုင်ဂျော့ချ် (Boy George) ကို ကြည့်ဦးမလား။ သူ့မှာလည်း သူများတကာ သတိထားမိစေနိုင်သည့် ကိုယ်ပိုင်ဟန်၊ ကိုယ်ပိုင်စတိုင်လ် အပြည့်ရှိသည်။ သို့ပေမဲ့ သူ့ကြည့်ရသည်မှာ ငယ်ဂုဏ်လေးကြောင့် ကြည့်ရသည်မှာ သက်သာရာရနေသည့် ဇရတ်သုတ်ခပုံစံမျိုးရှိနေသည်။ ခေတ်ကလည်းပြောင်း၊ သူ့

လုပ်ငန်းကလည်း ပိုပြီးခေတ်မီသည့်သူများနှင့် အပြိုင်အဆိုင်မလိုက်နိုင်တော့သည့်အချိန်တွင် သူ့စတိုင်လ်သည် ကြည့်လို့မကောင်းသည့်အဆင့်သို့ ရောက်သွားသည်။

ထို့ကြောင့် အများကသတိထားမိသည့် ကိုယ်ပိုင်ဟန်ကို ယူသည့်အခါမှာလည်း ကြည့်လို့စိတ်ဝင်စားဖွယ်ကောင်းရမည်။ ခေတ်မဆန်လွန်းဘဲ Formal ဖြစ်ရမည်။ ယဉ်ကျေးရမည်။ ခေတ်နှင့်လိုက်လျောညီထွေ ဖြစ်ရမည်။ သိမ်မွေ့ရမည်။ ကိုယ်ပိုင်ဟန် တည်ဆောက်သည့်အခါ မြင်သည်နှင့်နှစ်လိုသွားသည့် လေးစားသွားသည့် ဟန်ဖြစ်နိုင်ရန်မှာ စိတ်ရော ကိုယ်အမူအရာရော အဝတ်အဆင်ရော နေပုံထိုင်ပုံရော အားလုံးပေါင်းမှ ပြည့်စုံနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

အဝတ်အစားကျပ်ကျပ်များကို မဝတ်ပါနှင့်။ မလုံမခြုံအဝတ်များကို မဝတ်ပါနှင့်။ ခေတ်မီပြီး လုံခြုံသည့် ယဉ်ကျေးဖွယ်ရာရှိသည့် အဝတ်အစားများကို ဝတ်သင့်သည်။ အဆင်ကြီးကြီး ပြူးတူးပြဲတဲများကိုလည်း မဝတ်သင့်ပေ။ (ယောကျ်ားဖြစ်ဖြစ် မိန်းမဖြစ်ဖြစ် မဝတ်သင့်ပါဘူး)။ ဝတ်သည့်အခါမှာလည်း ကိုယ်ပေါ်တွင် ချောင်ချောင်ချိချိနှင့် ပုံစံကျနသည့် အင်္ကျီများကို ဝတ်သင့်သည်။ လက်ဝတ်လက်စားအများကြီး မဝတ်သင့်ချေ၊ လုပ်ငန်းခွင်တွင် တာဝန်ထမ်းဆောင်နေသူများ ပိုမိုဆင်ခြင်သင့်သည်။ နည်းနည်းနှင့်အဖိုးတန်တာကို ဝတ်သင့်သည်။ လက်ဝတ်လက်စားမပါလျှင်လည်း အရေးမကြီးပါ။ လူအများ လေးစားလောက်သည့် အဝတ်အဆင်များကိုသာ ပြေပြေပြစ်ပြစ်ဖြစ်အောင် ဝတ်ဆင်သင့်သည်။

အချုပ်ပြောရလျှင် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးထဲတွင် အဝတ်အစားလည်းပါသည်ဟုဆိုသော်လည်း ထိုအဝတ်အစားများကို ရွေးချယ်သူ၏စိတ်နေသဘာဝ တည်ကြည်ငြိမ်သက်ဖို့ တူ့ခြေ့ရဖို့အရေးကြီးသည်။ သွားပုံလာပုံဟန်ပန်ကလည်း တည်ငြိမ်မှ လူတွေက သြော် ကြည့်လို့ကောင်းလိုက်တာစိတ်ကိုအေးချမ်းသွားတာပဲဟု ပြောတတ်ကြသည်။ လုပ်ငန်းခွင်တွင် ထိုကဲ့သို့သော အဝတ်အဆင်၊ သွားလာနေထိုင်သည့် ဟန်ပန်နှင့် ပြောဟန်ဆိုဟန်များကစ၍ အရေးကြီးသည်။

အရေးကြီးသည်မှာ အရွယ်နှင့်လိုက်လျောဖို့ကိစ္စ ဖြစ်သည်။ အရွယ်ကကြီးလှပြီ၊ မလိုက်လျောသည့်ပစ္စည်းများ၊ (ဥပမာ လက်ကိုင်အိတ်၊ ဖိနပ်စသည်များ) ကို မသုံးသင့်ပေ။ အဝတ်အစားကိုလည်း အကောင်းစားများဝတ်ထားသည့်တိုင် မသပ်ရပ်ဘူးဆိုလျှင် ပစ္စည်းတန်ဖိုးကြီးသည်ကို လူများက သတိပြုမိမည် မဟုတ်ချေ။ မသပ်မရပ်ဖြစ်နေသည်ကိုသာ လူများက သတိပြုမိမည် ဖြစ်ပါသည်။

လူအများရှေ့မှာ ရပ်ပြီး စကားပြောဆိုနေရသည့်သူ၊ လူအများကဝိုင်းကြည့်နေသည်ကို ခံယူနေရသည့်သူဆိုလျှင် အထူးသတိထားကာ ဝတ်ဆင်ရပါမည်။ စကားပြောဆိုရပါမည်။ တွန့်ခြေကိုထိန်းပြီး လှုပ်ရှားသွားလာရပါမည်။ မြင်လိုက်သည်နှင့် နှစ်လိုဖွယ် ချစ်ခင်ဖွယ်ကောင်းလှသည်ဟု ထင်မြင်လာအောင် နေတတ်ထိုင်တတ်ရပါမည်။

၁၆။ မိမိကိုယ်ကို သပ်ရပ်သန့်ရှင်းအောင် ဂရုစိုက်ပါ

သပ်ရပ်သန့်ရှင်းမှုသည် လူငယ် လူလတ် လူကြီး မည်သူ့အတွက်မဆိုလိုအပ်သည်။ ထိုသပ်ရပ်သန့်ရှင်းမှုသည် တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းမှုနှင့် အတူတူဖြစ်ပါသည်။ လူမှုဝန်းကျင်မှာ ကျင်လည်နေဆဲဖြစ်သဖြင့် သူများအတွက်သာ အရေးကြီးသည်မဟုတ်ချေ။ မိမိ၏ကျန်းမာရေးအတွက်ရော နှစ်လိုဖွယ်ရာဖြစ်ရေးအတွက်ပါ အရေးကြီးသည်။ တချို့က တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးကို ဂရုမစိုက်တတ်ကြချေ။

စာရေးသူတို့ပတ်ဝန်းကျင်တွင် ခင်မင်နှစ်လိုဖွယ်ကောင်းသည့် ဇနီးမောင်နှံစုံ တစ်စုံရှိသည်။ အပျို လူပျိုဘဝကတည်းက ခင်မင်ခဲ့ကြခြင်းဖြစ်သည်။ ထိုအချိန်တုန်းက နှစ်ဦးလုံး ချွေးနံ့ပြင်းလှသည်ဆိုသည်ကို မသိခဲ့ချေ။ အိမ်ထောင်ကျသွားပြီး အလွန်အလုပ်ကြိုးစားခဲ့ကြသဖြင့် စီးပွားလည်းတက်လာသည်။ အမျိုးသမီးကဆိုလျှင် အလှအပကို ငွေကုန်ကျေးကျခံပြီး ပြင်ဆင်လာခဲ့သည်။ သို့သော် ချွေတာရန် မသင့်သည့်နေရာမှာ ချွေတာခဲ့ဟန်တူသည်။ အင်္ကျီများကို နေ့စဉ် မလျှော်ဖွပ်ဘဲနှင့် နေ့ဆက်၍ ဝတ်ဟန်တူသည်။ နှစ်ယောက်စလုံး ချွေးနံ့ပြင်းလာသည်ကို တွေ့တိုင်း သတိထားမိလာခဲ့သည်။

လူများသည် အပေါ်ယံလုပမှုကိုသာ ဂရုစိုက်ဖန်များလာသည့်အခါ သူတို့နှင့်ရောနှောနေရမည်ကို လူများက မနှစ်မြို့ဖြစ်လာသည်ကိုပင် ဂရုစိုက်မိဟန် မတူပေ။ တကယ်တမ်း အောင်မြင်ချင်သည့် လုပ်ငန်းရှင်ဖြစ်ချင်လျှင် ငယ်စဉ်ကတည်းက သတိထားပြီး မိမိကိုယ်ကို သန့်ပြန့်အောင်နေတတ်ဖို့ ဂရုစိုက်ရမည်ဖြစ်သည်။ ဘယ့်လောက်အထိ ဂရုစိုက်ရမည်နည်းဟုဆိုလျှင် အလုပ်ရဖို့၊ သို့မဟုတ် ရာထူးတိုးဖို့အတွက် လူတွေ့နှုတ်မေးအဖြေ သွားမည့်သူလို နေ့စဉ်ပြင်ဆင်ရပါမည်။ အသန့်ရှင်းဆုံး၊ အသပ်ရပ်ဆုံး ဖြစ်စေသင့်ပါသည်။

သပ်ရပ်သန့်ရှင်းသူဖြစ်ရန်–

- ဖိနပ်များကို သန့်ရှင်းအောင် ဆေးကြောပွတ်တိုက်ပြီးမှ စီးနင်းပါ။
- အဝတ်အစားကို အဖိုးတန်ဈေးကြီးကြီး ဝတ်စရာမလိုပါ။ လျှော်ဖွပ်ပြီး မီးပူတိုက်ပြီး အဝတ်များဖြစ်စေရပါမည်။
- ကြယ်သီးပြုတ်နေသောအင်္ကျီ၊ အပေါက်အပြဲရှိနေသောအင်္ကျီ၊ အဖာအထေးရှိနေသောအင်္ကျီတို့ကို လူတောထဲတွင်၊ အလုပ်ခွင်တွင် မဝတ်သင့်ပါ။
- ရေချိုးပြီးမှ အလုပ်ခွင် သို့မဟုတ် လူတောထဲသို့ သွားသင့်သည်။ အမွှေးနံ့သာ သင့်တင့်ရုံသုံးက ပို၍ကောင်းသည်။
- နေ့စဉ် ဆံပင်ကို သန့်ရှင်း၍ ဖြီးသင်ပါ။ ဆံပင်များ နံစော်နေခြင်း၊ ပွယောင်းနေခြင်းမရှိအောင် သတိထား၍ဖြီးသင်ပါ။ လိုအပ်သည့်အချိန်တွင် လျှော်ပါ။
- အမျိုးသားများ မုတ်ဆိတ်ကို မှန်မှန်ရိတ်ရန် လိုအပ်ပါသည်။
- အမျိုးသမီး အမျိုးသားများ သွားများကို သန့်ရှင်းသင့်ပါတယ်။ သွားများကိုနုတ်ရန် ဖာထေးရန် လိုအပ်သလို ဆောင်ရွက်သင့်ပါသည်။ သွားမကောင်းက ခံတွင်းအနံ့ မကောင်းတတ်ပါ။ လျှာကိုလည်း သန့်ရှင်းအောင် ဆေးကြောသင့်ပါတယ်။ စကားပြောသည့်အချိန်တွင် အညှိတက်နေသောလျှာကို လူမြင်က မတင့်တယ်ချေ။
- လက်သည်းများကို တိတိရိရိဖြတ်၍ သန့်ရှင်းထားသင့်ပါတယ်။ လက်များကိုလည်း ကြေးညှော်ကင်းအောင် သန့်ရှင်းထားသင့်ပါ

သည်။ သစ်ပင်များ၊ အမှိုက်များကိုရှင်းသည့်အခါ လက်ကို လက်အိတ်စွပ်ထားရန် လိုပါသည်။

- နှာခေါင်းနှင့် နားများတွင် အမွေးအမှင်များ ရှင်းလင်းထားရပါမည်၊ သန့်ရှင်းထားရပါမည်။
- မျက်မှန်တပ်ရသောသူများ မျက်မှန်ကို မိမိ၏မျက်စိနှင့် ကိုက်မကိုက် အဆင်ပြေမပြေ စစ်ဆေးရမည်။ မိမိမျက်နှာနှင့် ကိုက်ညီသောပုံကို ရွေးချယ်တပ်ဆင်ဖို့ လိုအပ်သည်။

မြန်မာအမျိုးသမီးများအနေဖြင့် သနပ်ခါးကို ညီညီလိမ်းသင့်ပါသည်။ ရာသီဥတုပူပြင်းသည့်အခါ မျက်နှာအဆီပြန်တတ်သည်။ သနပ်ခါးက အဆီပြန်ခြင်းကို သက်သာစေသည်။ အသားအရေကိုလည်း ထိန်းသိမ်းပေးတတ်သည်။ သနပ်ခါးဖုန်ဖုန်ကလေးနှင့် သဘာဝအနံ့သင်းသင်းသည် နှစ်လိုဖွယ်ဖြစ်စေနိုင်သည်။

အဝတ်အစား သန့်သန့်ရှင်းရှင်းဝတ်ပြီး ဆံပင်ကို သေသေသပ်သပ်ဖြီးသင်ကာ အဆင်ပြေသလို ခေါင်းပေါ်မှာထုံးနှောင်ချင်လျှင် ထုံးနှောင်မည်၊ ချည်နှောင်ချင်လျှင် ချည်နှောင်မည်။ ပန်းမွှေးမွှေးကလေးများကို ပန်ထားနိုင်လျှင် ပိုကောင်းမည်။ မျက်နှာထားကလည်း ရွှင်ရွှင်ပျပျရှိမည်ဆိုလျှင် လူတကာ နှစ်လိုနိုင်သည့်သူတစ်ယောက် ဖြစ်လာမည်မှာ သေချာသည်။ အဖိုးတန်အဝတ်အဆင်ကို မိမိနှင့်မလိုက်ဖက်ဘဲ ဝတ်ဆင်ပြီး မသပ်မရပ်နေခြင်းထက် သန့်သန့်စင်စင် ရိုးရိုးရှင်းရှင်းဝတ်သည်မှာ များစွာနှစ်လိုဖွယ်ရာ ကောင်းမည်ဖြစ်သည်။ ဤစာကို ရေးနေစဉ်မှာပင် မိမိဝန်းကျင်မှာရှိသည့် ကလေးမများကို မြင်ယောင်လာပါသည်။

၁၇။ ဆွဲဆောင်မှုကောင်းသူ ဖြစ်ပါစေ

ရုပ်လှသူများသည် လူမှုဝန်းကျင်မှာရော အလုပ်လုပ်ရာမှာပါ သက်သောင့်သက်သာနှင့် အဆင်ပြေတတ်သည်။ နေရာ ရတတ်သည်။ ထိုအချက်သည် နိုင်ငံရပ်ခြားတွင် သုတေသနလုပ်ပြီး စာရင်းဇယားနှင့် ပြထားသည့်အတိုင်း တင်ပြထားခြင်းဖြစ်သည်။ ချောမောသူတို့၏ရုပ်သွင်က သူတို့ကို လူအများ

က ခင်မင်နှစ်လိုစေသောကြောင့် ဘာပဲလုပ်သည်ဖြစ်စေ သူတို့အဖို့ အလွယ်တကူ ဖြစ်စေပါလိမ့်မည်။ ရုပ်ရှင်များမှာလည်း လူချောများက လူကောင်းများအဖြစ် သရုပ်ဆောင်ရပြီး ရုပ်သိပ်ဆိုးသည့်သူများက လူဆိုးလုပ်ရတတ်သည်။

အရုပ်ဆိုးရှာသည့် ကလေးသူငယ်များသည် ရုပ်ရှင်ကြည့်ရင်း စိတ်ဆင်းရဲတတ်ကြသည်ဟု ဆိုပါသည်။ ထိုအကြောင်းကို ကလေးသူငယ်စိတ်ပညာစာအုပ်များထဲတွင် ဖတ်ရခြင်းဖြစ်သည်။

ထိုကဲ့သို့ သုတေသနပြုမိသောကြောင့်များလားဟု ထင်ရသည်မှာ နိုင်ငံခြားဇာတ်ကားများတွင် ရုပ်ချောသူများကို လူဆိုးအခန်းက ထည့်သုံးပြီး၊ ရုပ်မချောသူများကို လူကောင်းအခန်းက ထည့်သုံးထားသည်ကို ကြည့်ရပြန်သည်။ သရုပ်ဆောင်ကောင်းသည့်သူများသည် ကျရာနေရာတွင် ပီပြင်စွာ သရုပ်ဆောင်နိုင်သည်။ အမှန်မှာ ရုပ်ရည်ချောမောသည်ထက် ဆွဲဆောင်မှုရှိခြင်းသည် လူများနှင့်ဆက်ဆံရသည့်နေရာ အုပ်ချုပ်ရသည့်နေရာများတွင် ပိုမိုအောင်မြင်သည်။ ချောမောပြီး သေသေချာချာ ရင်းနှီးလာသည့်အချိန်များတွင် ချောသည်ကလွဲ၍ ခပ်ဖွယ်ဖွယ် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးများကို သိလာသည့်အချိန်တွင် ချစ်ခင်မှုလျော့ပါးသွားတတ်သည်။

အကယ်၍ သင်သည် ဆွဲဆောင်မှုရှိသည့် သူတစ်ယောက်ယောက်ကို ကြည့်သည့်အခါ ရုပ်ချောလို့ ဆွဲဆောင်မှုရှိတာလား ဆိုသည့်အချက်ကို စဉ်းစားရင်း သေသေချာချာကြည့်လိုက်ပါ။ သေသေချာချာကြည့်လေ ရုပ်ချော၍မဟုတ်ဟု ဆိုသည့်အချက်ကို သိလာလေလေဖြစ်လာမည်။ ဥပမာပြောရလျှင် ဟောလီးဝုဒ်ရုပ်ရှင်လောကမှ ကျော်ကြားထင်ရှားသည့် လီဇာမင်နယ်လီ၊ ဝုဒီအလန်၊ ဂျူလီယာရောဘတ်စ်၊ ရှောင်ပင် စသည့်သူများသည် အချောအလှကြီးများ မဟုတ်ကြချေ။

သို့သော် သူတို့၏ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးက လွှမ်းမိုးနိုင်စွမ်းရှိသည်။ နှစ်လိုဖွယ်ကောင်းသည်။ ကြီးစိုးနိုင်သည့်စွမ်းအား ကောင်းသည်။ သူတို့၏ ပြောပုံဆိုပုံ၊ လှုပ်ရှားပုံများသည် ဆွဲအားကောင်းသည်။ ရုပ်ရှင်ကြည့်နေမှန်း သိနေသည့်တိုင် သူတို့သည် မိမိနှင့် တိုက်ရိုက်ထိတွေ့နေသကဲ့သို့ ခံစားရ

သည်၊ အသက်ဝင်ရှင်သန်နေသည်၊ ဩဇာရှိနေသည်၊ သရုပ်ပီပြင်နေသည်။ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး မြင့်မားလှသည်။

သိထားသင့်သည်မှာ ရှင်တို့ကျွန်မတို့အနေဖြင့် မွေးရာပါရုပ်ကိုသာ ပြောင်းရန်ခက်မည်ဖြစ်သည်။ အထက်တွင်ဖော်ပြခဲ့သည့်သူများလို ဆွဲဆောင်မှုကောင်းသည့် သူများနှင့်တူအောင် လုပ်၍ရနိုင်သည်။ အဝတ်အစားကို မိမိနှင့်လိုက်လျောအောင် ဝတ်တတ်မည်။ သန့်စင်လန်းဆန်းအောင် နေတတ်မည်။ ပြုံးရွှင်ကြည်မြသည့်ရုပ်သွင် ရှိမည်။ စိတ်ကောင်း စေတနာကောင်း ထားမည်။ အေးချမ်းမည်။ ခင်မင်ဖော်ရွေတတ်သူဖြစ်မည်။ နွေးနွေးထွေးထွေး ဆက်ဆံတတ်ပြီး လူအများကို ဂရုစိုက်တတ်မည်ဟုဆိုလျှင် မည်သူမဆို ဆွဲဆောင်မှုအားကောင်းသည့်သူ ဖြစ်လာမည်မှာ သေချာသည်။ နှစ်လိုဖွယ်ကောင်းသမျှသည် မျက်လုံးနှင့် အပြုံးထဲတွင် ရှိနေတတ်သည်။ အသက်ဝင်နေသည့် မျက်လုံးတောက်တောက်များသည် ချောမောသည့်ရုပ်သွင်အဖြစ် လူအများက မြင်စေနိုင်သည့် အစွမ်းရှိသည်။

မျက်နှာသာမက နေပုံထိုင်ပုံကလည်း အရေးကြီးသည်။ ခွေလျော့ပြီး ထိုင်နေလျှင် စိတ်ဓာတ်ကျနေသည့်သူတစ်ယောက်နှင့် တူနေတတ်သည်။ ဆွဲဆောင်မှုကင်းမဲ့တတ်သည်။ ရုပ်ချောပါလျက် ဆွဲဆောင်မှုနည်းသည့်သူများသည် မနေတတ်၊ မထိုင်တတ်သောကြောင့်ဖြစ်သည်။ လမ်းလျှောက်လျှင် မတ်မတ်လျှောက်ရမည်။ မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်စိတ်အပြည့် အားမာန်အပြည့်ရှိသည့်ဟန်နှင့် နေထိုင်ပြောဆို သွားလာတတ်ရမည်။ လူများနှင့် လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ပုံစသည်ဖြင့် မိမိနှင့်ပတ်သက်သမျှတို့သည် ပွင့်လင်းချိုသာနေရပါမည်။ ပျော်ရွှင်တက်ကြွသည့်အသွင်သည် သင့်ကိုယ်ပေါ်တွင် လွှမ်းခြုံနေရမည်။ စိတ်ဓာတ်တကယ်ကျနေလျှင်ကောဟု မေးချင်လျှင် လူပဲ စိတ်ဓာတ်ကျတတ်သည်မှာ သဘာဝပင်ဖြစ်သည်။ သို့သော် အောင်မြင်ချင်သည့်သူများသည် စိတ်ဓာတ်ကျသည့်ရုပ်သွင်ကြီးကို သယ်ဆောင်ပြီး လျှောက်သွားမနေတတ်ကြပါဟု ပြောချင်သည်။ အခန်းထဲသို့ ရောက်ကာမှ လူများမသိအောင် ငိုချင်ငိုပါ။ အပြင်ရောက်သွားသည်နှင့် တက်ကြွရွှင်လန်းစွာ နေတတ်အောင် အကျင့်လုပ်ထားရမည်ဖြစ်သည်။

စာရေးသူ တွေ့ဖူးသည့် ပညာတတ်များထဲတွင် မနေတတ်မထိုင်တတ်သည့်သူများ ပါနေတတ်ကြပါသေးသည်။ လျော့ပါးခွေခေါက်သည့် အနေအထိုင်ဖြင့် လူပုံလယ်တွင် နေတတ်သည့်ပြင် အစည်းအဝေးများမှာပင် စားပွဲကို တတောက်တောက်ခေါက်နေတတ်ပြီး လူများနှင့်မျက်လုံးချင်းဆိုင်ကာ မကြည့်နိုင်လောက် အောင်စိတ်ပျံ့လွင့်နေတတ်သည်။ စကားပြောတော့လည်း တစ်ဖက်သားများကို လေးလေးစားစားပြောလေ့မရှိ။ ဗလုံးဗထွေး ပြောတတ်သည်ဟုဆိုလျှင် ဆွဲဆောင်မှုအား လုံးဝကင်းမဲ့သည့်သူဖြစ်သွားနိုင်သည်။ ဆွဲဆောင်မှုအားကောင်းသည့်သူဆိုသည်မှာ အလုပ်ခွင်မှာရော လူမှုဝန်းကျင်မှာပါ တင့်တယ်အောင်နေတတ်သူ ဖြစ်သည်။ ဆွဲဆောင်မှု ကောင်းမှ အောင်မြင်သူဖြစ်နိုင်သည်ဟုဆိုကာ အမြဲနှလုံးသွင်းပြီးနေလျှင် ဖြစ်သလိုနေကျင့်များကို ရှောင်တတ်သွားမည်ဟု မျှော်လင့်ရသည်။ အလုပ်လုပ်သည်ဆိုရာတွင် တစ်ဦးကောင်း တစ်ယောက်ကောင်းမဖြစ်နိုင်ဘဲ အလုပ်လုပ်နိုင်သူအားလုံး၏ လေးစားမှုကိုရရှိအောင် ဆွဲဆောင်ထိန်းသိမ်းထားနိုင်သူက ဦးဆောင်မှသာ လုပ်ငန်းခွင်အောင်မြင်မှု မြင့်မားလာပါလိမ့်မည်။

၁၈။ ယဉ်ကျေးဖွယ်ရာရှိသူ ခေတ်မီမီ အဆင့်အတန်းမြင့်မြင့် နေတတ်သူဖြစ်ပါစေ

လုပ်ငန်းခွင်များတွင် မိုးရာသီ ဆောင်းရာသီများမှာ နှာရည်စို့ရွဲပြီး နှပ်တပျစ်ပျစ် နှားခေါင်းနီနီနဲ့ လျှောက်သွားနေသည့်သူ မဖြစ်ပါစေနှင့်။ လူပုံလယ်တွင် ချောင်းတဟွတ်ဟွတ်ဆိုးသည့်အခါများ၌ ပါးစပ်ကို လက်ကိုင်ပဝါ မအုပ်ဘဲဆိုးပြီး၊ ကြုံရာနေရာမှာ တံတွေးထွေးတတ်သူ မဖြစ်ပါစေနှင့်။ အဆင်ကိုးရိုးကားရားနှင့် ခေတ်လွန်ပုံစံ အဝတ်အစားများကို မည်သည့်နေရာမှာမှ မည်သူ့အတွက်မှ မဝတ်မိပါစေနှင့်။ လူတကာက ခေတ်မီသည်ဟု ယူဆကာ လုပ်နေသည့်ကိစ္စများကို ကိုယ့်မူ ကိုယ့်ဟန်နှင့်မညီလျှင် မလုပ်ပါနှင့်။

ကိုယ်မူကိုယ့်ဟန်ဖြင့် နေတတ်သည့်သူများကို မလိုတမာစိတ်ထားတတ်သူများက စိတ်ကြီးဝင်နေသူ၊ သူ့ကိုယ်သူ ထင်တစ်လုံးနှင့် သူများကိုလူမထင်ဘူးစသည့် အပြောမျိုးများပြောကာ တိုက်ခိုက်သည်ကို ခံရပါလိမ့်

မည်။ သူတို့နှင့်ရောလိုက်လျှင် တိုက်ခိုက်မှုက ပိုဆိုးလာလိမ့်မည်။ ထိုသို့ အပြောခံရလေလေ အေးချမ်းတည်ငြိမ်မှုကိုရအောင် မွေးဖို့လိုအပ်လေလေ ပဲဟု သတိထားသင့်သည်။

ယခုခေတ်တွင် ဖိစီးမှုများခြင်းသည် အလုပ်မဟုတ်သည့် တိုက်ခိုက် ခြင်းများကို ခံရဖန်များသောကြောင့်လည်း ဖြစ်နိုင်သည်။ အိမ်သို့ရောက်မှ ခံစားချက်ကို ကိုယ့်နည်းကိုယ့်ဟန်နှင့် ထုတ်ဖော်ချင်လျှင် ထုတ်ဖော်ပါ။ လူပုံလယ်တွင် ယဉ်ကျေးဖွယ်ရာစွာ၊ တည်ကြည်ခံ့ညားစွာ နေကျင့်လုပ်ထား ရန် လိုပါသည်။

လူမှုဝန်းကျင်တွင် ရောက်နေလျှင်လည်း သူတစ်ပါးဟားသည်ကို ခံပြီး စိတ်ဓာတ်ကျနေဖို့မဟုတ်ဘဲ ဦးတည်ချက် ပြည့်မီအောင်လုပ်ရန်သာ လိုသည်။ လုပ်ငန်းခွင်တွင်လည်း မိမိထမ်းဆောင်ရမည့်တာဝန်ကို ထူးထူး ချွန်ချွန် အဆင့်မြင့်မြင့် ထမ်းဆောင်နိုင်ရန်သာ အရေးကြီးသည်။ အများ တကာက အရှုးလုပ်သည်ကို ခံဖို့ လုပ်ငန်းခွင်မှာ ရောက်နေခြင်းမဟုတ်ချေ။ တာဝန်ကို ထူးချွန်စွာထမ်းဆောင်ရန်သာ ဖြစ်သည့်ဆိုသည့်အချက်ကို နှလုံးသွင်းထားပြီး တိုက်ခိုက်မှုများကို လက်ခံခြင်းမပြုပါနှင့်။ မိမိလုပ်ရမည့် အလုပ်ထဲတွင် စိတ်ကိုနှစ်ထားလိုက်ခြင်းဖြင့် ပိုမိုအေးချမ်းပါလိမ့်မည်။ မိမိဆုံးဖြတ်ချက်ကို မိမိဘာသာ ပြည့်မီအောင်လုပ်ရန် ကိုယ့်သဘောထားနှင့် ကိုယ့်အစွမ်းအစကို အများအယှဉ်းမရှိအောင် ထိန်းနိုင်မှသာ အောင်မြင်မည် ဖြစ်သည်။ ပူလောင်ရှုပ်ထွေးမှုကို လက်ခံပြီးမှ ပြန်လည်တွန်းထုတ်နေရ သည်ဟုဆိုလျှင် အလုပ်ရှုပ်သည်၊ ပင်ပန်းသည်၊ အချိန်ကုန်သည်၊ လူတွေနှင့် မပေါင်းနှင့်ဟု မဆိုလိုပါ။ လုပ်ငန်းခွင်ဖြစ်နေသဖြင့် ပေါင်းရန်လိုအပ်သည်။ သို့သော် ခြေတစ်လှမ်းဆုတ်ပြီး မှန်တန်းအနေအထားနှင့် ပေါင်းခြင်းသည် အလုပ်ရှုပ်သက်သာပြီး မိမိ၏ရည်မှန်းချက် ပြည့်မီစေသည်။ ဘဝတွင် အမှန်တကယ်အရေးကြီးသည်မှာ ကိုယ့်အရည်အချင်းတိုးတက်ဖို့နှင့် အချိန် မလေလွင့်ဘဲ ဦးတည်ချက်သို့ ရောက်ရန်သာဖြစ်သည်။

ထိုသို့ဆိုသဖြင့် တည်ကြည်လေးနက်သည့်သူများနှင့် လေးနက်စွာ ပြောသင့်သည့်စကားများကို ပြောခြင်း၊ ရယ်မောရွှင်ပျစွာ စကားပြောခြင်း စသည့်အလုပ်များကို လုံးဝမလုပ်ရဟု ပြောဆိုလိုရင်း မဟုတ်ပေ။ လူများ၏

သဘောမနောကို လေ့လာသိရှိပြီးလျှင် ခပ်မှန်မှန်နေတတ်ပါမှ အငြိအစွန်း နည်းပါးမည်ဖြစ်သည်။ မိမိ၏ကြိုးစားမှုကြောင့် မိမိ၏အခြေအနေ မြင့်တက်သွားလျှင်လည်း ခပ်ခွာခွာနေထားသည့်အတွက် ပို၍အဆင်ပြေမည် ဆိုသည့်အချက်ကို သတိထားလိုက်စေချင်သည်။ သူ့ဘက်က မြင့်တက်သွားလျှင်ရော မည်သို့သဘောထားမည်နည်း။ အတူတူပဲသဘောထားရပါမည်။ လူများအပေါ်တွင် မေတ္တာထားရမည်။ ကူညီဖို့လိုလျှင်လည်း ကူညီရမည်။ သို့သော် ရောရောနှောနှောလုပ်မိလျှင် မအေးချမ်းနိုင်ချေ။ အေးချမ်းတည်ငြိမ်မှုဆိုသည်မှာ ကြိုးစားတည်ဆောက်ရမည့်အရာ ဖြစ်သည်။ လူအများစုက အတွေးလည်းပူ၊ အပြောလည်းပူ၊ အလုပ်လည်းပူတတ်ကြသဖြင့် ဓာတ်ကူးတတ်သည်။ မိမိပါ မလိုဘဲ ပူလောင်လာတတ်သည်။ သတိထားရန်လိုသည်။

လူများစုသည် နိမ့်သည်ဟုဆိုလျှင်လည်း ဖိနှိပ်ချင်ကြသည်။ မြင့်သည်ဟုဆိုလျှင်လည်း ဆွဲချချင်တတ်သည်။ သူများကစိပတ်ကြောင့် ကိုယ့်အလုပ်ကို အထိခိုက်မခံပါနှင့်။ ကိုယ့်ကိုစေ့စေ့ကြည့်ကာ အတင်းပြောနေသူများ၏ရှေ့တွင် ကိုယ်လုပ်စရာရှိသည်တို့ကို ပုံမှန်အတိုင်း အေးချမ်းသက်သာစွာ လုပ်ကိုင်နေထိုင်တတ်ရပါမည်။ မည်သည့်အလုပ်မျိုးပင်ဖြစ်စေ သမ္မာအာဇီဝကျပါက အလုပ်ထဲတွင် မွေ့လျော်ဖွယ်ရာ အသိပညာများ ဖတ်ရှုလေ့လာ၍ မကုန်နိုင်အောင် ရှိတတ်သည်။ ထိုသို့သော အလုပ်ထဲတွင် ဖတ်ရှုလေ့လာရသည့် စာအုပ်များ၊ သို့မဟုတ် လူငယ်ဖြစ်နေ၍ ဖတ်နေရ၊ ကျက်နေရသည့် ကျောင်းစာများထဲတွင်ပါသည့် စာပေအသိလောက်ဖြင့် စိတ်ကို အေးချမ်းအောင် မထိန်းနိုင်သေးဘူးဟုဆိုလျှင် ရှေးဟောင်းအဆုံးအမများ ခေတ်သစ်လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများပါသည့် စာပေများကို ဖတ်ရှုလိုက်လျှင် အပြောင်းအလဲဖြစ်ကာ စိတ်အားတက်ကြွလာတတ်သည်။

စိတ်က ပိုပြီးတည်ကြည်အေးချမ်းလာတတ်သည်။ ကိုယ့်ဘက်က စိတ်အေးနေလျှင် တစ်နည်းဆိုရသော် စိတ်ဆင်းရဲအောင် လုပ်ကြည့်သည့်တိုင် စိတ်ဆင်းရဲခြင်း ဖြစ်ပေါ်ပုံမပေါက်လျှင် တိုက်ခိုက်သူများက နောက်ဆုတ်သွားလိမ့်မည်။ အစွမ်းအစရှိသည့်သူ စိတ်ရောကိုယ်ပါ အဆင့်အတန်းမြင့်သူကို လိုလားသည့်၊ ရှာဖွေနေသည့်သူများက အေးချမ်းပြီး တည်ကြည်

ငြိမ်သက်သည့် စုစုစည်းစည်းဖြစ်သည့် သေသပ်စွာနေတတ်သည့်သူများကို လေးစားလာတတ်သည်။ ဆရာရှာနေသည့် (ဆရာမွေးနေသည့်သူများ မဟုတ်) သူများကလည်း တည်ကြည်ငြိမ်သက်သည့် အေးချမ်းသည့်သူများကို ချဉ်းကပ်တတ်သည်။

၁၉။ နှစ်လိုဖွယ်ကောင်းအောင် ပြေပြစ်စွာ သိမ်မွေ့စွာ စကားပြောတတ်ပါစေ

စကားပြောတတ်ရန် လေ့လာပြီး အသိပညာ ဗဟုသုတ ရှိရမည်၊ အလေ့အကျင့် ရှိရမည်။ ယခုခေတ်တွင် ကလေးများကို စကားပြေပြေပြစ်ပြစ် ပြောတတ်ရန် လေ့ကျင့်သည့်ဘက်တွင် အားနည်းနေသည်။ ကလေးများကိုသာ အပြစ်တင်လျှင် တစ်ဖက်သတ်ဆန်မည်ဖြစ်သည်။ လေ့ကျင့်ပေးပုံများအရ ကျောင်းစာများကို စာအုပ်များအတွင်း ပြည့်စုံစွာရေးသွင်းဖို့ နှုတ်တိုက်ရအောင် ဆောင်ဖို့ ပြန်လည်ရေးချဖြေကြားဖို့သာ အားသန်နေကြသည်။

စာရေးသူတို့ခေတ်က လေ့ကျင့်မှုနည်းစနစ်များတွင် စာထဲ၌ပါသည့် အချက်အလက်ထက် ကျောင်းသားကိုဗဟိုပြုသည်။ ဆရာက ကျောင်းသားများကို သင်ခန်းစာနှင့်ပတ်သက်၍ ရှင်းလင်းပြသည်။ ကျောင်းသားများသည် ကျောင်းသုံးစာအုပ်ထဲတွင် ပါသည့်အကြောင်းများချည်း ပြန်လည်ရွတ်ဆိုနေရသည် မဟုတ်ပါချေ။ သိသင့်သိထိုက်သည်တို့ကို ထည့်သွင်းလင်းရှင်းသည်။ ထို့နောက် ကျောင်းသားများ မည်ကဲ့သို့နားလည်သနည်း၊ မည်မျှလောက်နားလည်သနည်းဆိုသည့် အချက်တို့ကို သိအောင်မေးမြန်းလေ့ရှိ၍ ကျောင်းသားက ဖြေဆိုရသည်။ စကားပြောရသည်။ သိပ်ရှည်နေလျှင် ဆရာက တိုတိုပြောဆိုပြီး လိုရင်းတိုရှင်းပြောနည်းကို လေ့ကျင့်ပေးသည်။

စကားပြောတတ်ခြင်းသည် အရာအထူးမြင့်လာသည့်အခါ ပတ်ဝန်းကျင် ကျယ်ပြန့်လာသည့်အခါ အရေးကြီးသည့် ဆက်သွယ်ရေးလုပ်ငန်းများကို အောင်မြင်စေနိုင်သည့် အရည်အချင်းတစ်ခုကို ပိုင်ဆိုင်လာခြင်းဖြစ်သည်။ စကားကို ပြေပြစ်စွာပြောတတ်ခြင်း၊ စီးရာပါကြောင်းစကားများ

ကို ပြောတတ်ခြင်းတို့သည် စည်းရုံးရေးအတွက်လည်း အရေးကြီးသည်။ ထို့ကြောင့် ငယ်စဉ်ကတည်းက ကလေးများကို ကောင်းစွာစကားပြောတတ်အောင် လေ့ကျင့်ပေးရန်လိုအပ်သည်။

တိုင်းရင်းသားများ စကားဝဲဝဲကလေး ပြောတတ်သည်မှာ ပိုပြီးနှစ်လိုဖွယ်ကောင်းသည်။ ဝဲတာက သဘာဝဖြစ်ဖို့သာ လိုအပ်သည်။ မြန်မာအမျိုးသမီး အချို့သည် လူမျိုးစုံနှင့်ဆက်ဆံရသည့် လုပ်ငန်းခွင်များမှာ မြန်မာစကားကို အင်္ဂလိပ်ဘာသာ စကားပြောသလို အသံအတက်အကျ အနိမ့်အမြင့်နှင့် ပြောနေကြပုံကတော့ နှစ်သက်ဖွယ်မကောင်းပေ။ မြန်မာစကားပြောတော့လည်း မြန်မာမပီ၊ အင်္ဂလိပ်လိုပြောတော့လည်း နေရာမကျဖြစ်နေခြင်းသည် လူအများက အထင်ကြီးမည့်အစား အထင်အမြင်သေးဖွယ်ရာဖြစ်နိုင်ပါသဖြင့် သတိထားကြဖို့ လိုအပ်သည်။

- စကားပြောသည့်အခါတွင် ဝါးပြီး လုံးပြီးမပြောသင့်ပေ။ ပီသကြည်မြစွာ ပြောတတ်ရန် အရေးကြီးသည်။ သို့မှသာ လူအများက နားလည်မည်ဖြစ်သည်။
- အသံကို ပျော့ပျောင်းစွာ အလွန်တိုးညင်းစွာပြောလျှင် လူများက ပြည့်ပြည့်စုံစုံ မကြားတတ်ကြချေ။
- ဗန်းစကားများများကို သုံး၍ ပြောခြင်းသည် လူတိုင်းနားမလည်နိုင်သဖြင့် မပြောသင့်ချေ။ နားလည်နိုင်လျှင်လည်း နားထဲသို့ မယဉ်ကျေး မဖွယ်ရာသည့်ပုံစံနှင့် တိုးဝင်သွားတတ်၍ မသုံးသင့်ပေ။ ဥပမာပြောရလျှင် ကျွန်မနှင့်ခင်မင်သည့် ဆရာဝန်မကလေးတစ်ယောက်က စာရေးသူတို့အိမ်မှာ ခေတ္တတည်းခိုနေပါသည်။ တစ်နေ့မှာ သူအိမ်အပြန် နောက်ကျသည်။ ထိုသို့နောက်ကျသည့်အကြောင်းကို သူကရှင်းပြပုံမှာ သူတာဝန်ကျသည့်အခန်းက လူနာ (ဂန်)သွားလို့ အိမ်အပြန်နောက်ကျတယ်ဟု ပြောလိုက်ခြင်းဖြစ်သည်။ စာရေးသူတွင် နားရှိနေ၍သာ ကြားလိုက်ရပါသည်။ နားထဲတွင် မခံသာအောင်ဖြစ်သွားရဖူးသည်။ ထိုဆရာဝန်မကလေးကိုလည်း ဆုံးမသွန်သင်လိုက်ပါသည်။ မိမိပြုစုကုသပေးနေသည့်လူနာကို သေသွားတယ်ဟုတောင်မှ မပြောသင့်ပါဘူး သမီး။ ကိုယ့်

စေတနာကို ပေါ်လွင်အောင်ကြိုးစားပြီး ကူသပေးပေမယ့် လက်လွှတ်လိုက်ရသည်၊ ဆုံးပါးသွားသည်ဟုသာ ပြောသင့်ပါသည်ဟု ဆုံးမလိုက်ရသည်။

- ပြောသည့်စကားကို နားထောင်လိုက်သည်နှင့် ထိုသို့သောစကားမျိုးကို ပြောသူသည် မည်သို့သောလူစားဖြစ်သည်ဆိုသည်ကို ခွဲခြား၍ရတတ်သည်။ မောက်မောက်မာမာ ပြောတတ်သည့်သူများ၊ မိမိကိုယ်ကို ကျွန်မက သိပ်တော်တယ်မဟုတ်လားဟု ကိုယ်ရည်သွေးစကားကို မလိုအပ်ဘဲ ထည့်ပြောတတ်သူများသည် တကယ်တော်သူမဟုတ်ဟု အများက သိသွားတတ်သည်။
- စကားပြောသည့်အခါ ရှင်းပျ၊ ရှင်းလင်း၊ ပြေပြစ်၊ ရိုးသားဆိုသည့် အရည်အချင်းများနှင့် ပြည့်စုံအောင် ကြိုးစားကြဖို့ လိုအပ်သည်။ စကားပြောကောင်းသည့်သူ ဖြစ်ချင်လျှင် အထက်ပါအရည်အချင်းလေးမျိုးနှင့် ပြည့်စုံရမည်ဖြစ်သည်။ ပြောရမည့်စကားကို ရှင်းလင်းစွာ ပြောနိုင်လျှင် လူအများနားလည်မည်။ ပြောချင်သည့်အကြောင်းအရာများကို ကောင်းစွာနားလည်မှတ်မိအောင် ပြောပြတတ်သူအဖြစ် လူအများက အမှတ်ရနေရမည်ဖြစ်သည်။ လေးစားနေမည် ဖြစ်သည်။

စကားပြောသည့်နေရာတွင် ဝါးပြီး ပြောတတ်သည့်သူ၊ ကိုယ့်အမည်ကို ပြောတာတောင်မှ အသံတိမ်တိမ်နှင့် ပြောတတ်သည့်သူဆိုလျှင် လူအများက စိတ်ငယ်နေသည့်သူ၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို မယုံကြည်သည့်သူအဖြစ် မှတ်ယူသွားတတ်သည်။

စကားပြောသည့်အခါတွင် ရိုးရိုးသားသားပြော၊ တည့်တည့်မတ်မတ်ပြော၊ ဆိုလိုရင်းကို ဒက်ထိရောက်အောင်ပြော၊ အပိုဆိုလျှင် ဘာမှမပြောပါနှင့်။ လိုရင်းမရောက် ကွေ့ကောက်ချဲ့ထွင်ပြောခြင်းသည် လူအများ၏စိတ်အားကို ပြုန်းတီးစေနိုင်သည်။ နားထောင်နေသည့်သူများကို ငြီးငွေ့စေသည်။ လူများက ကိုယ့်စကားကို နားထောင်ရတာ စိတ်ဝင်စားပြီး ထပ်ပြီးနားထောင်ချင်သေးတယ်၊ နားထောင်လို့ ကောင်းလိုက်တာဟုဆိုသည့်နေရာတွင် ရပ်ထားသင့်သည်။

၂၀။ သူတစ်ပါး နားလည်အောင် ရှင်းလင်းသေသပ်စွာ စာရေးသားတတ်ပါစေ

စာရေးသည့်အခါ သူများဖတ်ဖို့ရယ်၊ ကိုယ်ဖတ်ဖို့ရယ်ဆိုပြီး နှစ်မျိုးနှစ်စား ခွဲထားလို့ရသည်။ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်ဖတ်ဖို့ ရေးသည်ဆိုလျှင်တော့ ကိုယ်ဖတ်တတ်လျှင် ပြီးပါသည်။ စာမှာလည်း အမျိုးအစားကွဲသည်။ ချောစာဟု ခေါ်သည့် အသိမိတ်ဆွေအချင်းချင်း ပေးသည့်စာ၊ အစီရင်ခံစာ၊ ဆောင်းပါး စသည်ဖြင့် အမျိုးအစားကွဲပြားမှုကများသည်။ ချောစာတောင်မှ လူကြီးထံသို့ ရေးသည့်စာ၊ သူငယ်ချင်းအချင်းချင်း ရေးသည့်စာစသည်ဖြင့် ကွဲပြားသည့် အခါ ရေးပုံသားပုံ၊ ဝေါဟာရရွေးချယ်ပုံ ကွဲပြားသွားမည်မှာ သဘာဝပင် ဖြစ်သည်။

သူများဖတ်ဖို့စာဟုဆိုလျှင် လက်ရေးလက်သား ရှင်းလင်းရပါမည်။ ရေးသားသည့်အချက်အလက်များကို လူအများနားလည်ရပါမည်။ စကားပြောသည်နှင့် စားရေးသည်မှာ သဘောချင်းတူသည်။ စာကိုဖတ်လိုက်လျှင် ဘာကိုဆိုလိုသည် ရှင်းလင်းစွာသိနားလည်ရပါမည်။ တချို့သူများသည် စာရေးသည်ပင်ဖြစ်စေ၊ လက်နှိပ်စက်ရိုက်သည်ပင်ဖြစ်စေ သပ်ရပ်ခြင်းမရှိပေ။ စာရေးသည်မှာလည်း ရှင်းရှင်းလင်းလင်းမရှိ။ စကားကောင်းကောင်း ဖြောင့်ဖြောင့်မပြောတတ်ဘဲ၊ ဟိုလှည့်ဒီလှည့်ပြောနေသလိုမျိုး စာရေးတတ်ကြသည်။ မိမိရေးသည့်အကြောင်းအရာများကို သူတစ်ပါးငို့ နားလည်ဖို့ လိုသည်ဆိုသည့်အချက်ကို သတိထားပြီး လက်ဖြင့်ရေးလျှင်လည်း သပ်ရပ်စွာ ရှင်းလင်းစွာ ရေးရမည်။ လက်နှိပ်စက်နှင့်ရေးလျှင်လည်း သပ်ရပ်ရမည် ဖြစ်သည်။ လက်နှိပ်စက်နှင့်ရေးသည်ဖြစ်စေ လက်ရေးနှင့်ရေးသည်ဖြစ်စေ၊ သတ်ပုံသတ်ညွှန်းမှန်ဖို့ ကြိုးစားရပါမည်။ တချို့ဆိုလျှင် စကားပြောရာမှာ မပီသဘူးဆိုသည့်အချက်ကို သူရေးသည့်စာကို ဖတ်လိုက်သည်နှင့် သိနိုင်သည်။ ဥပမာဆိုပါတော့ ဆန်းစစ်သည်ဆိုသည့်စကားကို စာအုပ်တစ်အုပ် ထဲတွင် "စန်းစစ်"တယ်ဟု နေရာတော်တော်များများတွင် ရေးထားသည်။ စာကို ဖြစ်သလိုရေးသည့်သူများထံမှာ အလုပ်အပ်ပြီး ကိုယ်တိုင်ပြန်မစစ် မိလျှင် ရေးထားသည့်စာသည် မည်မျှလောက်ပင်ကောင်းသည်ဖြစ်စေ အရေး

အသားများသည်ကို မသန့်စင်မိပါက တန်ဖိုးကျသွားတတ်သည်။ အလွယ်ဆုံး ဥပမာကို ပြလိုက်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ စာအုပ်များတွင် အသံထွက်များနေသည်မှာ အလွန်ဆိုးပါသည်။ သူများဖတ်ဖို့ချောစာကို ကိုယ်တိုင်ရေးသည့်အခါတွင်လည်း တစ်ဖက်သားကို လေးလေးစားစား သဘောထားပါသည်ဆိုသည့်အချက်ကို ပြသရာရောက်သည့် ဝေါဟာရများကို ရွေးချယ်ရမည်ဖြစ်သည်။

လက်မှတ်ရေးထိုးရာမှာလည်း ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ရေးထိုးရပါမည်။ လက်မှတ်ဆိုသည်မှာ လူ၏စရိုက်ကို လေ့လာရာတွင် အရေးပါသည်ဆိုသည့်အချက်ကို သိထားဖို့လိုအပ်သည်။ တချို့က အဆန်းထွင်ပြီး လက်မှတ်ရေးထိုးတတ်ကြသည်။ အောက်ကလည်း ရေးသူသည် မည်သူဖြစ်သည်ဆိုသည်ကို ကွင်းစကွင်းပိတ်နှင့် ဖော်ပြမထားဘဲ ထားတတ်သည်။

ထိုကဲ့သို့ လက်မှတ်ကို အဆန်းထွင်ရေးထိုးထားသည့် စာတစ်စောင်နှင့်ပတ်သက်၍ ဆရာကြီး (ဦး) သာနုရေးသည့် ဆောင်းပါးတစ်ပုဒ်ကို ငယ်ငယ်က ဖတ်ဖူးခဲ့သည်။ ထိုဆောင်းပါး ဖတ်ရသည့်အချိန်က ပြည်တွင်းဆူပူသောင်းကျန်းမှုများ မပြင်းထန်တော့ပေမယ့် ရှိနေသေးသည်။ ရာဇဝတ်မှုခင်းကလည်း များနေသေးသည့်အချိန်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် မြို့တစ်မြို့နှင့်တစ်မြို့အကြားမှ သွားလာနေသည့်သူများသည် ဓားပြတိုက်ခြင်း၊ ပြန်ပေးဆွဲခြင်းစသည့် အန္တရာယ်များနှင့် ကြုံရလေ့ရှိပါသည်။

တစ်နေ့မှာ ဆရာသာနုက လက်မှတ်ဆန်းဆန်းထိုးထားသည့် စာတစ်စောင်ကို လက်ခံရရှိခဲ့သည်။ ပြန်ပေးဆွဲခြင်းခံရသည့် မိတ်ဆွေ တစ်ယောက်က ရေးလိုက်ခြင်းဖြစ်သည်။ သူ့အိမ်ကို သွားပြောပေးပါ၊ ငွေဘယ့်လောက်ကိုယူလာ၊ မြို့ပြင်က ဘယ်နေရာကိုလာပြီး သူ့ကိုရွေးပါစသည်ဖြင့် အချိန်နှင့်နေရာ ညွှန်းသည့်စာဖြစ်သည်။

ရေးလိုက်သည့်စာက တိုတိုပင်ဖြစ်သည်။ ရေးပုံကို အထပ်ထပ်လေ့လာသည့်တိုင် မည်သူရေးလိုက်သည်ဟုလည်း တတ်အပ်မသိနိုင်။ ဆိုးသည်မှာ လက်မှတ်က ဆရာသာနုအနေဖြင့် မရင်းနှီးသည့်လက်မှတ် ဖြစ်နေပြန်သေးသည်။ လက်မှတ်ကို အတန်တန်လေ့လာသော်လည်း မည်သူဟုရိပ်စားမိလောက်အောင် သဲလွန်စမရနိုင်သဖြင့် ဘယ်အိမ်သွားပြောပေးရမှန်း

မသိ ဖြစ်နေခဲ့သည်ဟု ဆရာသာဓု ကရေးခဲ့သည်။ ထိုသို့ဖြင့် စာထဲမှာ ပါသည့် နောက်ဆုံးငွေပေးပြီး ရွေးရမည့်ရက်ကို ကျော်သွားခဲ့သည်ဟု ဆရာသာဓု ကရေးခဲ့သည်။ ဆရာကလည်း စိတ်စက်မချမ်းသာသည့်တိုင် ဘာမျှလုပ်လို့မရခဲ့ချေ။ လက်မှတ်အောက်က အမည်ကို ထည့်ပေးလိုက်လျှင်လည်း ဟုတ်သေးတယ်ဟုဆိုပြီး ကရုဏာဒေါသောလည်း ဖြစ်မိသည်။ စာရေးဆရာများ ခံစားလျှင် စာထွက်လာတတ်သည့်အတွက် ဆရာကြီးက လက်မှတ်ကို ရိုးသားရှင်းလင်းစွာ ရေးထိုးကြပါ။ ဘယ့်လောက်ပဲ ရိုးသားစွာရေးထိုးသည်ဖြစ်စေ တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် မတူညီပါဘူး။ တုပြီးထိုးလို့မရပါဘူး ဆိုသည့်အကြောင်းကို လက်မှတ်နမူနာများပါ ထည့်ပြီး ဆောင်းပါးရေးသားထားသည်ကို စာရေးသူဖတ်လိုက်ရသည်။

လက်မှတ်ဆန်းနှင့် အသက်လဲသွားရရှာသူရှိသလို၊ လက်မှတ်ဆန်းကြောင့် ဆက်သွယ်ရေးကိစ္စများ မပြေပြစ်တာလည်း ရှိတတ်သည်။ စာရေးရာတွင် ရိုးသားရှင်းလင်းစွာရေးဖို့ လိုအပ်သလို လက်မှတ်လည်း ရိုးသားရှင်းလင်းစွာ ရေးထိုးဖို့ လိုအပ်သည်ဟု ပြောချင်သည်။

၂၁။ တိကျသောရည်မှန်းချက် ထားရှိပါ

စာရေးသူတို့ပတ်ဝန်းကျင်တွင် ရေရှည်အောင်မြင်သည့်သူ၊ အလုပ်လုပ်ပြီး မအောင်မြင်သည့်သူ၊ အလုပ်လည်း ကောင်းကောင်းမလုပ်၊ အောင်လည်း မအောင်မြင်သည့်သူဆိုပြီး လူအမျိုးမျိုး ကွဲပြားနေတတ်သည်။ ထိုကဲ့သို့ အထူးထူး အပြားပြားသော လူများထဲတွင် ကျွန်မတို့ကိုယ်တိုင်လည်း တစ်မျိုးမျိုးအဖြစ် ပါနေပါသည်။

အောင်မြင်သည့်သူများမှာတောင်မှ ခဏတာ အောင်မြင်သည့်သူ၊ ခဏတာ လျှမ်းလျှမ်းတောက် အောင်မြင်သည့်သူ၊ ရေရှည်အောင်မြင်သည့်သူဆိုပြီး ခွဲခြား၍ရနိုင်သည်။ တကယ်တမ်းတော့ ထိုထက်အသေးစိတ်လျှင် လေးလံနေမည်စိုးသဖြင့် အောင်မြင်သည့်သူကိုလည်း နှစ်မျိုးသာ ခွဲခြားတင်ပြလိုက်ပါသည်။ ပတ်ဝန်းကျင်အခြေအနေ အပြောင်းအလဲများမှာ ပြောင်းလဲသည့်အခြေအနေကို ဆုပ်ကိုင်တတ်သည့်သူများသည် ရုတ်တရက်ချမ်းသာ

ကြွယ်ဝသွားတတ်သည်။ နာမည်ကျော်ကြားသွားတတ်သည်။ သို့သော် အခြေအနေပြောင်းသွားသည့်အခါတွင် ရုတ်တရက် အခြေအနေတိမ်းစောင်းသွားတတ်ပြန်သည်။ အခြေအနေဆိုသည်မှာ ပြောင်းနိုင်ချေရှိသည်ဆိုသည်ကို သတိထားတတ်သည့်သူများသည် ကိုယ်ကျွမ်းကျင်သည့်အလုပ်မှာ ဆုပ်ဆုပ်ကိုင်ကိုင် အခြေချထားတတ်၍ အလုပ်တစ်ခုမှ နောက်တစ်ခုသို့အင်အားပြောင်းထည့်ရသည့် အချိန်လောက်မှာသာ ပင်ပန်းတတ်သည်၊ အခြေမပျက်တတ်ချေ။

ထိုကိစ္စနှင့်ပတ်သက်၍ ကျွန်မ၏အဖေကို ဥပမာပြချင်သည်။ ကျွန်မအဖေသည် တော်တော်ငယ်သေးသည့်အချိန်တွင် နာမည်ကြီး ကားပြင်ဆရာကြီးတစ်ယောက်၏ တပည့်ဖြစ်ခဲ့သည်။ ထိုကားပြင်ဆရာကြီးက သူ့အလုပ်ရုံကို တခြားနယ်မှာသွား ပြီးဖွင့်တော့မည်ဟုဆိုသည့်အချိန်တွင် အဖေက ခွင့်တောင်းပြီး အလုပ်မှထွက်ခဲ့သည်။ ထို့နောက် ဘီ အို စီ ကုမ္ပဏီတွင် စက်ပြင်ဆရာအဖြစ် သွားပြီးအလုပ်လုပ်သည်။ ဒုတိယကမ္ဘာစစ်အတွင်းတွင် ကုမ္ပဏီကပိတ်ပါသည်။ စစ်ကြီးအပြီးတွင် အဖေက စစ်မဖြစ်ခင်က ရရှိသည့်လစာက ကောင်းသော်လည်း အပြောင်းအလဲတွေရှိသည်။ သူလုပ်ချင်သည်ကလည်း ကိုယ်ပိုင်အလုပ်ဖြစ်သဖြင့် အချို့သောသူများလို ကုမ္ပဏီသို့ ပြန်ပြီးစာရင်းမသွင်းတော့ချေ။ ပြင်ပမှာ ကိုယ်ပိုင်အလုပ်ရုံ ထောင်ခဲ့သည်။

လခစားအလုပ်ထက် ကိုယ်ပိုင်အလုပ်က ပိုပြီးပင်ပန်းသည်။ သို့သော် ဘီအိုစီကုမ္ပဏီက အလုပ်ရုံဆောက်သည့်စနစ်၊ အုပ်ချုပ်ပုံစနစ်တို့ကို ပညာယူတတ်သည့်အဖေက လေ့လာသင်ယူခဲ့သည့်အတွက် တစ်စတစ်စနှင့် ကြီးပွားလာပါသည်။ စစ်ကြီးအပြီးမှာ မော်တော်ကားအင်ဂျင်များကို လေလံဆွဲပြီး ဝယ်သည်၊ ပြန်လည်ပြုပြင်ပြီး ရောင်းပါသည်။

လွတ်လပ်ရေးရပြီးသည့်နောက် ပြည်ပက ပစ္စည်းများမှာယူနိုင်သည့် လိုင်စင်များချပေးသည့်အခါ ပြည်ပမှစက်ကြီးများကို မှာယူခဲ့သည်။ ထိုကဲ့သို့ ဖေဖေကြီးပွားလာသည့်အခါ လွတ်လပ်ရေးနှင့်အတူ ရေနံလုပ်ငန်းပါ ကြီးပွားလာသည်။ ရေနံတွင်းများကို တွင်းရိုးတွင်းစားများထံက ဝယ်ယူပြီး ရေနံဆီချက်သည့်လုပ်ငန်းများကို လုပ်ကိုင်နိုင်သော လူချမ်းသာများသည် ပိုမိုချမ်းသာသွားကြသည်။ ရေနံတွင်းများတွင် အသုံးပြုသည့် ဝန်ချီစက်တပ်

ကားကြီးတွေကလည်း ဖေဖေ့အလုပ်ရုံကို ရောက်လာတတ်သည်။ ကား တဝီဝီစီးနေသည့် လူချမ်းသာများလည်း ရောက်လာတတ်ကြသည်။ သူတို့ ကလည်း ဖေဖေ့ကို ခင်သည်။ အရင်းအနှီးလည်းရှိသည်၊ စက်မှုလုပ်ငန်းကို လည်း ကျွမ်းသည်။ နိုင်ငံခြားက စက်ပြင်လုပ်ငန်းသုံး စက်ကြီးများကိုလည်း ဝယ်ယူထားသည့် ဖေဖေ့ကို ရေနံလုပ်ငန်းထဲကို ဝင်ပါဗျာဟု တိုက်တွန်း ကြပါသည်။ ဖေဖေက ခြေလှမ်းသစ်ကို မလှမ်းဘဲ သူကျွမ်းသည့် စက်မှု လုပ်ငန်းကိုသာ တိုးချဲ့ခဲ့သည်။ ဥပမာ ရေနံသံကန်ကြီးများ လိုအပ်သဖြင့် သံပြားကြီးများကို သံဂဟေဆော်ပြီး သံကန်ကြီးများလုပ်ရသည့် လုပ်ငန်းသုံး သံဂဟေဆော်စက်တစ်လုံးကို တည်ထောင်သည်။ ကျွန်မသိရသလောက် သံဂဟေဆော်ရသည့် သံချောင်းများသည် နိုင်ငံခြားမှ မှာယူရသည်။ ထိုစက်သည် ဖေဖေ့ကို များစွာစီးပွားတက်စေခဲ့သည်။

ရေနံလုပ်ငန်းထဲသို့ မဝင်သည့်အကြောင်းကို သူ့မိတ်ဆွေများက မေးသလား၊ မမေးဘူးလားဆိုတာကို ကျွန်မ မသိခဲ့ပါ။ ကျွန်မကိုတော့ ဖေဖေကပြောပါသည်။ အလုပ်လုပ်သည့်အခါ ကိုယ်ရွေးချယ်သည့် အလုပ်၏ ရှေ့အလားအလာကို မှန်းဆသိမြင်နိုင်ရမည်။ စက်မှုလုပ်ငန်းဆိုတာက ကိုယ်ပိုင်သည့်လုပ်ငန်းဖြစ်၍ တိုးတက်နိုင်ချေရှိသည်ဆိုသည့် အကြောင်း ကို ဖေဖေ ခန့်မှန်းနိုင်သည်။ တိုးတက်အောင် ဘယ်လိုစီမံရမည်ဆိုသည်ကို လည်း တွက်ဆထားသည်။

"ရေနံလုပ်ငန်းက အခုလောလောဆယ် ဖေဖေဝင်လုပ်ရင်လည်း ချမ်းသာနိုင်တယ်။ ဒါပေမဲ့ ရေရှည်အလားအလာကိုတော့ ဖေဖေမခန့်မှန်း တတ်ဘူး"ဟုဆိုသည်။ ထို့ကြောင့် ရေနံလုပ်ငန်းထဲကို ဖေဖေမဝင်ဘဲ နေခြင်းဖြစ်သည်။ "အလုပ်ဆိုတာ အတက်နှေးချင်နှေးပါစေ၊ တက်ပြီးရင် တော့ ပြန်မကျစေနဲ့"ဟု ဖေဖေက ပြောသည်။

ရေရှည်အောင်မြင်ဖို့ဆိုသည်မှာ–

(က) အလားအလာကို အစဉ်သဖြင့် မျှော်ကြည့်တတ်သူဖြစ်ရပါမည်။

(ခ) အလုပ်နှင့်ပတ်သက်သည့် နည်းစနစ်များကိုလည်း သိနားလည်ရပါ မည်။

(ဂ) အလုပ်လုပ်ရာမှာ အပင်ပန်းခံပြီး ဖွဲခတ်လုပ်နိုင်သူ ဖြစ်ရပါမည်။

(ဃ) အလားအလာကိုမျှော်ကြည့်ပြီး တိုးတက်နိုင်သည့် စွန့်စားလုပ်ကိုင်မှုကို လုပ်ရပါမည်။

(စ) ရိုးစင်းသယောင် ထင်ရသော်လည်း အလားအလာကို မျှော်ကြည့်၍ မရနိုင်လျှင် မစွန့်စားသင့်ပါ။

ဖေဖေ မစွန့်စားခဲ့သည့်အတွက် ရေနံလုပ်ငန်းများကို ပြည်သူပိုင်သိမ်းသည့်အခါ ဖေဖေ့လုပ်ငန်းများ ပြည်သူပိုင်သိမ်းသည့်အထဲ မပါခဲ့ပါ။ ဖေဖေ မခန့်မှန်းနိုင်ဘူးဟု ပြောခဲ့သည့်စကားသည် အင်မတန်မှ နက်နဲကျယ်ဝန်းမှန်း အဲသည်တော့မှပဲ နားလည်ခဲ့ရပါသည်။

၂၂။ ရေတိုလုပ်ငန်းကိုလည်း နားလည်ထားပါ

ရေတိုလုပ်ငန်းဟု ဆိုလိုက်သည်နှင့် ရေရှည်လောက် အရေးမကြီးဘူးလို့ ထင်လျှင် မှားပါတယ်။ ရေရှည်မဲကိန်းများသည် ရေတိုလုပ်ဆောင်ချက်များပေါ်မှာ အခြေတည်ပြီး လုပ်ဆောင်ရသောကြောင့် ရေတိုလုပ်ငန်းများကို စနစ်တကျ စီမံတတ်ဖို့ လိုအပ်ပါသည်။ ရေတိုစီမံကိန်းဆိုတာ ဘယ်လောက်အချိန်ကန့်သတ်ရမည်ဆိုသည်ကိုတော့ လူပုဂ္ဂိုလ်တိုင်း ကိုယ့်ဆုံးဖြတ်ချက်နှင့်ကိုယ် ချမှတ်ရမည်ဖြစ်သည်။ တချို့သောသူများက တစ်လ၊ တစ်နှစ်၊ ငါးနှစ် အဆင့်ဆင့်ပိုင်းထားတတ်သည်ဟုဆိုသည်။။ လူတချို့သည် အလုပ်များလိုက်တာ၊ အစားမမှန်၊ အအိပ်မမှန်ဖြစ်နေကြပြီး မိသားစုကိစ္စ လူမှုရေးကိစ္စများကိုတောင် လှည့်မကြည့်အားဘူးဟုဆိုလျှင် ခဏရပ်ပြီး ဆင်ခြင်စဉ်းစားဖို့ လိုအပ်ပြီဖြစ်သည်။ မိမိအလုပ်လုပ်သည့် အချိန်တွင် စီမံကိန်းချပုံမှားနေသဖြင့် အချိန်မမျှတတာလည်း ဖြစ်နိုင်သည်။ တစ်လတာ စီမံကိန်းထဲတွင် ဆောင်ရွက်ဆဲအလုပ်များ ပါဝင်ပြီး လုပ်ငန်းအပြီးသတ်အပ်ရမည့်အချိန်ကို တိကျထင်ရှားစေရပါမည်။

ပုံမှန်လုပ်ငန်းများနှင့် ဦးစားပေးလုပ်ငန်းများကို ခွဲခြားထားရပါမည်။

တစ်နှစ်တာ စီမံကိန်းဆိုသည်မှာ လုပ်ဆောင်နေဆဲ လုပ်ငန်းများနှင့် မဆိုင်ချေ။ လုပ်ဆောင်ရန် စီမံချက်ရေးဆွဲခြင်း၊ လုပ်ငန်းစဉ်ရေးဆွဲခြင်း၊ တင်ပြပြီး ခွင့်ပြုချက်ယူခြင်းစသည်တို့ ပါဝင်သည်။

ငါးနှစ်တာစီမံကိန်းထဲတွင် အတွေးအခေါ်တွေ၊ အိပ်မက်စိတ်ကူးတွေ၊ ပန်းတိုင်တွေ၊ ဆန္ဒတွေ၊ လိုအင်တွေ ပါဝင်မည်ဖြစ်သည်။ တစ်နေ့ကျလျှင် လုပ်ဆောင်နိုင်ဖို့ မျှော်မှန်းသည့် လုပ်ငန်းကို အကောင်အထည်ဖော်ရန် အုတ်မြစ်ချသည့် စီမံကိန်းဖြစ်စေရပါမည်။ မအောင်မြင်သည့် လုပ်ငန်းတိုင်းကို လေ့လာလိုက်လျှင် ရေတိုကို ငါးနှစ်အချိန်ပေးသည် ဆိုသည့်စနစ်မျိုး မရှိတာတ်ကြပေ။ ဖုတ်ပူမီးတိုက် လုပ်တတ်ကြသည်။ "လုပ်ဟဲ့ လုပ်ဟဲ့ဆိုပြီး ထလုပ်လိုက်ကြမည်။ စီမံကိန်းထဲတွင် လိုအပ်ချက်မရှိအောင် သေသေချာချာ စီစစ်ခြင်းမရှိ၍ ဟာကွက်များပါလာမည်။ အသေးအဖွဲ့ဟု ထင်ရသော်လည်း အလုပ်ကိုဆက်လုပ်၍ မဖြစ်သည့်အခြေအနေများ နှင့်ကြုံရခြင်းသည် ရေတိုလုပ်ငန်း ရေးဆွဲစဉ်က စေ့စပ်မှုမရှိ၍ ဖြစ်တာတွေဟု ပြောနိုင်သည်။ ထိုသို့အချိန်မယူတတ်ကြသောကြောင့် ပျက်ပြားသွားရသည့် လုပ်ငန်းများသည် ဘဝတိုးတက်မှု၊ ဌာနတိုးတက်မှုနှင့် နိုင်ငံတိုးတက်မှုများကို များစွာ နှောင့်နှေးစေနိုင်သည်။

အမှန်မှာ ငါးနှစ်တာအတွက် စီမံကိန်းသည် ရေရှည်မဟုတ်သေးချေ။ သို့သော် ရေရှည်စီမံကိန်းများသည် ငါးနှစ်တာ ရေတိုစီမံကိန်းမှ အဆစ်အပိုင်းလိုက် တိုးတက်သွားရမည့်လမ်းကြောင်းများ ဖြစ်သည်။

ရေတိုစီမံကိန်းများကိုလည်း တစ်လ၊ တစ်နှစ်၊ ငါးနှစ်ဆိုပြီး သီးခြား စီခွဲထားသည့် လုပ်ငန်းဇယားထားရပါမည်။

တစ်လတာအတွက် လုပ်ငန်းစဉ်ကို ရေးသားသည့်စာရွက်က တစ်ရွက်တည်းဖြစ်ဖို့ လိုပါသည်။ Clipboard ကလေးနှင့်ညှပ်ပြီး အလုပ်စားပွဲပေါ်တွင် တင်ထားရပါမည်။ ထိုစာရွက်ပေါ်တွင် လုပ်ငန်းပြီးစီးရမည့် ရက်စွဲများကို ထည့်သွင်းထားရပါမည်။ နေ့စဉ်လုပ်ဆောင်စရာကိစ္စကို ရေးမှတ်ရပါမည်။ ယခုလိုခေတ်တွင် တယ်လီဖုန်းနှင့်ဆက်သွယ်သည့်စနစ်သည် တွင်ကျယ်နေပြီဖြစ်၍ မိမိကအလုပ်ကိစ္စနှင့် ဆက်သွယ်ရမည့် ဖုန်းနံပါတ်များကို ရေးထည့်ထားရပါမည်။

တစ်နှစ်စာစီမံကိန်းများ ရေးရမည့်စာရွက်ကိုတော့ နံရံပေါ်မှာ ချိတ်ထားရပါမည်၊ အကွက် ၁၂ ကွက်ပါရပါမည်။ တစ်ကွက်သည် တစ်လအတွက် စီမံကိန်းရေးရန်ဖြစ်သည်။ လတိုင်း မိမိလုပ်ချင်သည့်အချက်ကို

ရေးသွင်းရမည်ဖြစ်သည်။ မိမိဘာကိုလုပ်ရမည်ဆိုသည်တို့ကို ရေးရမည် မဟုတ်ချေ။ လုပ်ချင်တာကိုသာ ရေးရမည်ဖြစ်သည်။

ငါးနှစ်စာ ရေတိုစီမံကိန်းရေးဆွဲသည့်အခါ မိမိနှစ်သက်စွာ လုပ်နိုင်မည့်အလုပ်များကို ထည့်သွင်းရေးဆွဲရမည်ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ ကိုယ်လုပ်ချင်သည်ကိုတွေးတောပြီး ပုံဖော်နေရင်း ရရှိလာသည့်အခွင့်အလမ်းများကိုလည်း ယူတန်ပါက ယူရမည်ဖြစ်၍ ငါးနှစ်လောက်အချိန်ရသည့် ရေတိုစီမံကိန်းများသည် တင်းကျပ်ခြင်းမရှိသင့်ချေ။ မိမိက သိပ်လုပ်ချင်နေတယ်၊ အခြေအနေက မပေးသေးဘူးဟုဆိုလျှင်လည်း မိမိကျော်လွှားရမည့် အခက်အခဲကိုလိုက်ပြီး အသုံးပြုမည့်လုပ်နည်းကိုင်ဟန်များကလည်း ပြောင်းသွားမည်ဖြစ်သည်။ လုပ်ချင်သည့်အလုပ်ကို လုပ်နိုင်ဖို့ ဘယ်လိုပြင်ဆင်ရမည်ဆိုသည်တို့ကို သေချာစွာ သုံးသပ်ရပါမည်။

၂၃။ ဘဝ၏ အဆစ်အပိုင်းတိုင်းကို တိကျစွာ စီမံလုပ်ဆောင်ရပါမည်

ဘဝဇာတ်ကြောင်းတစ်လျှောက်တွင် အောင်မြင်နိုင်ရန် ဇာတ်ကွက်တိုင်းတွက်ခိုင်မာသည့် ဇာတ်လမ်းကျောရိုးကို ရွေးချယ်တတ်ဖို့လိုအပ်သည်။ ဘဝ၏ အဆစ်အပိုင်းတိုင်းကို အောင်မြင်အောင်စီမံလုပ်ဆောင်နိုင်မှ ဘဝတစ်လျှောက်လုံးမှာ အောင်မြင်မှုရနိုင်မည် ဖြစ်သည်။

လူအများစုသည် ပညာသင်ကတည်းက အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းလုပ်ငန်းတစ်ခုခုကို လုပ်မည်ဆိုသည့် ရည်ရွယ်ချက်နှင့် စာသင်တတ်ကြသည်။ စာကိုသင်ယူသည့်အခါမှာလည်း ဆရာကောင်း သမားကောင်းနှင့် တွေ့လျှင် တော်သေးသည်။ ဆရာသမားသာမက မိဘများကလည်း တော်ဖို့ လိုအပ်ပါသည်။ ထိုသို့ မိဘဆရာ နှစ်ဖြာသောသူတို့၏အမြင်က မှန်ခဲ့သည်ဆိုလျှင် စာကိုအရကျက်ပြီး၊ စာမေးပွဲမှာ အမှတ်ကောင်းလျှင် တော်သည်ဆိုသည့် အယူအဆလောက်သာ ထားတတ်သည့် လူ့ကြက်တူရွေးကလေးများ ဖြစ်မသွားကြဘဲ၊ လူစင်စစ်က စာကူးစက်ကလေးများ ဖြစ်မသွားကြဘဲ တကယ့်ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးတိုးတက်ပြီး အသိဉာဏ်မြင့်မားခိုင်မာသည့် လူလတ် လူကြီးများဘဝကို ရလာကြမည်ဖြစ်သည်။

ထိုသို့ဖြစ်လာဖို့ရာ အခြေခံပညာသင်ယူနေဆဲ ကျောင်းသားများကို တောင်မှ လေ့ကျင့်ပေး၍ရနိုင်ပါသည်။ စာကိုဖတ်ပြီး အဓိပ္ပာယ်ကို နား လည်မှ ကျက်သည့်အကျင့်ကို မွေးပေးဖို့ လိုအပ်သည်။ ကလေးများသည် သူတို့တစ်တွေ ကျက်မှတ်ရသည့် စာထဲကအချက်အလက်များကို မျက်စိဖြင့် မြင်ရုံ၊ နှုတ်ဖြင့်ကျက်ရုံသာမက ဉာဏ်ဖြင့်ဆင်ခြင်တတ်လာသည်အထိ လေ့ ကျင့်ပေးမည်ဆိုလျှင် ဘဝတစ်လျှောက်လုံးအတွက် သူတို့ဘာသာ ကိုယ်ထူ ကိုယ်ထ လေ့လာသည့်အကျင့် ရရှိလာမှာသေချာသည်။

တကယ်တော့ စာသင်ကျောင်းကိုသွားရတာက စာကိုအရင်းအတိုင်း အရကျက်မှတ်တတ်ရုံအတွက်လောက်သာ ရည်ရွယ်သည်ဟုဆိုလျှင် လူ့ အဖိုးတန် ဖြစ်မလာနိုင်လောက်ချေ။ တကယ်တော့ စာထဲမှအနှစ်ကို ထုတ် ယူပြီး မိမိဘဝတိုးတက်မှုအတွက် အသုံးချတတ်သူများဖြစ်လာမှသာ ပင်ပန်း ရကျိုး နပ်မည်ဖြစ်သည်။

အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းမှုကို ရွေးချယ်သည့်အခါတွင်လည်း မိမိရွေး ချယ်သည့်အလုပ်၏အနှစ်သာရနှင့် မိမိ၏ဦးတည်ချက်တို့ ဟပ်မိနိုင်သလား ဆိုသည်ကို သတိထားပြီးရွေးချယ်နိုင်ခွင့်လည်း ရှိသင့်ပါသည်။ ရွေးလည်း ရွေးချယ်နိုင်သင့်ပါသည်။

ယခုတလော ကြားရ မြင်ရသည်များတွင် ငွေဝင်များသည့် အလုပ် ကိုသာ လူတွေဝိုင်းနေတတ်ကြတာကို တွေ့ရပါသည်။ ငွေပဲလိုချင်ပေမည် ပေါ့။ ငွေမရှိလျှင် လူလုပ်လို့မှ မဖြစ်တာဟု ခပ်ဆတ်ဆတ်ပြောတတ်ကြ သည့်သူတွေလည်း များပါသည်။ ထိုသို့တွေးလျှင်လည်း ဟုတ်သည်ပင်။ သို့သော် ဟုတ်တိုင်း မှန်တယ်လို့ ပြော၍မရပါ။ ခေတ်ကာလအခြေအနေ ကိုလိုက်ပြီး တိုင်းတာနေလို့သာ ငွေရှိလျှင် တင့်တယ်နေသည်ဟုဆိုနိုင်သည်။

အမှန်ဆိုလျှင် မည်သည့်အလုပ်ကိုပဲလုပ်လုပ် လူအများအတွက် ကောင်းကျိုးဆောင်ရင်း လူအများ၏အားကိုးအားထားပြုရာ သူတစ်ယောက် ဖြစ်လာပြီဆိုလျှင် ငွေများများရပြီး လောဘအိုးကြီးဟု သတ်မှတ်ခြင်းခံရ သည့်သူထက် ဘဝတွင် ပျော်ရွှင်စွာ ပြည့်စုံစွာ ကြွယ်ဝစွာ နေထိုင်နိုင်ခွင့် ရလာနိုင်သည်။

၂၄။ ဦးတည်ချက် ခိုင်မာစွာ ချမှတ်ထားပါ

ဦးတည်ချက်ချမှတ်ထားပါ။ အင်မတန်တော်သည့်သူတွေတောင်မှ တိကျသည့် ဦးတည်ချက် ချမှတ်ထားခြင်းမပြုလျှင် အောင်မြင်သင့်သလောက် မအောင်မြင်နိုင်ပါ။ "ခင်ဗျား ဒီစာမေးပွဲအောင်ရင် ဘာလုပ်မလဲ။" "သေသေချာချာတော့ မစဉ်းစားရသေးပါဘူး။ ဒီလိုပဲ ကြည့်လုပ်ရတော့မှာပါပဲ"ဟု ပြောတတ်သူနှင့် "ဘာလုပ်မယ်၊ အဲသည်အလုပ်ကိုလုပ်ဖို့အတွက် ဘာတွေကိုလေ့လာထားတယ်၊ ဘယ်လိုပြင်ဆင်ထားတယ်၊ ဘယ်သူတွေနဲ့ ဆွေးနွေးထားတယ်"စသည်ဖြင့် တိကျစွာပြောတတ်သည့်သူက အောင်မြင်နိုင်ချေများသည်။ ထိုသို့ ပြောတတ်သည့်သူဆိုတာကလည်း ဦးတည်ချက်ချမှတ်ပြီး အလုပ်လုပ်တတ်သည့်သူပဲဖြစ်နိုင်သည်။

၂၅။ မိမိ၏အခန်းကဏ္ဍကို မိမိကောင်းစွာ နားလည်ပါစေ

အလုပ်ခွင်မှာအောင်မြင်ချင်သည့်သူသည် အလုပ်ခွင်အဖွဲ့အစည်းထဲမှ အံဝင်ခွင်ကျဖြစ်အောင် ဝင်သွားနိုင်သည့်သူဖြစ်ရပါမည်။ အကြောင်းမှာ အလုပ်လုပ်ခြင်းသည် ကိုယ်တစ်ယောက်တည်းအတွက် မဟုတ်ချေ။ အလုပ်ခွင်တစ်ခုလုံး စည်းစည်းလုံးလုံး ညီညီညွတ်ညွတ် လုပ်ဆောင်နိုင်မှ အောင်မြင်မည်ဆိုသည့်သဘာဝကို နားလည်လက်ခံထားရမည်ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ပြောသဖြင့် ကိုယ်ပိုင်စဉ်းစားခွင့် လုပ်ဆောင်ခွင့်မရှိဟု အမှတ်မမှားစေလိုပါ။ လူတိုင်းလူတိုင်းသည် အဖွဲ့အစည်းကို မကွဲပြားစေဘဲ မိမိစွမ်းသည့်ဘက်မှနေပြီး ထောင့်စေ့အောင် ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်ရပါမည်။ တွေးတောစဉ်းစားတတ်သည့်သူ၊ ပြဿနာတစ်စုံတစ်ခုပေါ်လာလျှင် အဖြေရှာပေးနိုင်သည့်သူ၊ အများက ယုံကြည်လက်ခံသည့် အကြံဉာဏ်များကို လက်တွေ့အကောင်အထည်ဖော်တတ်သည့်သူ၊ အများကချစ်ခင်နှစ်လိုလာအောင် ရှင်ပျူတက်ကြွသည့်သူ၊ စည်းကမ်းကြီးပြီး မိမိကိုယ်ကိုမိမိ ထိန်းသိမ်းတတ်သူ၊ ဦးတည်ချက်မှ မသွေဖည်ဘဲ အဖွဲ့အစည်းကိုလည်း စည်းရုံးတတ်သူ၊ စွန့်စားလုပ်ဆောင်ကာ အခက်အခဲများကို ကျော်လွှားတတ်သူ၊ တိကျစွာစဉ်းစား လုပ်

ဆောင်တတ်သူ၊ အလုပ်လုပ်ရာတွင် စေ့စပ်ညှိနှိုင်း၍ အဖွဲ့အစည်းအတွက် အောင်မြင်မှုကို ရစေသူစသည်ဖြင့် လူအမျိုးမျိုးရှိတတ်ပါသည်။ မိမိသည် ဘယ်လိုလူအမျိုးအစားလဲဟူသော မေးခွန်းကို မိမိဘာသာမေး၍ စိစစ်တွေးတောရန် မိမိကိုယ်ကိုပြင်ဆင်ရန်၊ မိမိအခန်းကဏ္ဍကို မိမိကိုယ်တိုင် သတ်မှတ်နိုင်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ မိမိ၏အခန်းကဏ္ဍကို မိမိနှစ်သက်ပါသလား၊ အခြားသောအခန်းကဏ္ဍကို ရွေးချယ်လိုပါသလား ဆိုသည့်မေးခွန်းများကို မေးရန်လိုအပ်ပါသည်။

၂၆။ မိမိ၏အားနည်းချက် အားသာချက်များကို ကောင်းစွာလေ့လာသုံးသပ်ပြီးဖြစ်ပါစေ

လူအများစုသည် မိမိကိုယ်ကို မိမိဘာသာ ပြန်လည်ဆန်းစစ်လေ့ မရှိကြပေ။ အားနည်းချက်များကိုလည်း လေ့လာသုံးသပ်လိုခြင်း မရှိတတ်ကြ။ တကယ်တမ်းတိုးတက်အောင်ကြိုးစားချင်သည့်သူများသည် မိမိ၏ ပျော့ကွက်၊ ဟာကွက်၊ အားနည်းချက်များကို မလေ့လာဘဲ နေ၍မရချေ။ လေ့လာသည့်အခါတွင်လည်း မိမိကိုယ်ကိုမိမိ သစ္စာရှိစွာ ရိုးသားစွာ ဆန်းစစ်နိုင်ကြဖို့လိုအပ်သည်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်မြင်သည်ကတစ်မျိုး၊ အများတကာက ကိုယ့်ကိုမြင်သည်က တစ်မျိုးဆိုသလို ကွဲပြားနေတတ်သည်ကို သတိထားကြဖို့ လိုအပ်ပါသည်။ ကိုယ့်ကိုမြင်ကြသလို၊ ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် ပြန်ပြီး မြင်နိုင်အောင် ကြိုးစားကြဖို့လိုအပ်သည်။ ကျွန်မတို့ နေနေကြသည်မှာ ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် စိတ်အစဉ်မှာ မြင်သည့်အတိုင်း နေတတ်ကြခြင်းဖြစ်သည်။ ငါက မဟုတ်မခံပဲလေ၊ စိတ်ထားဖြောင့်ဖြောင့်ထားတယ်ဟု ထင်သော်လည်း သူများအမြင်တွင် 'အကဲသိပ်ဆတ်တာပဲ၊ ပြေပြေပြစ်ပြစ် ညှိညှိနှိုင်းနှိုင်း လုပ်လို့မရဘူး' ဆိုသည်မျိုး ဖြစ်နေတတ်သည်။

ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် အလုပ်လုပ်သည့်နေရာတွင် ထူးခြားစွာဖန်တီးပြီး စိတ်ကိုနှစ်ကာ လုပ်တတ်သည်ဟု ထင်မှတ်တတ်သော်လည်း သူများအမြင်တွင် အလုပ်လုပ်တာ ပွစာကြဲနေတာပဲ။ သူတွေးလိုက်ရင် ခပ်ကြောင်ကြောင်ပဲဟု ထင်တတ်ကြပြန်သည်။ ဘယ်အမြင်က မှန်သလဲဆိုသည့် အချက်ကို

မိမိဘာသာ ဆန်းစစ်သည့်အခါတွင် ရှိးသားဖို့လိုသည်။ တီထွင်ဖန်တီးတတ်သူဖြစ်သော်လည်း အလုပ်ကိုပြီးစီးအောင် လုပ်လေ့မရှိသူ၊ အလုပ်လုပ်ဖော်များနှင့်လည်း သဘောထားအမြဲကွဲသည်ဆိုလျှင်တော့ ဒါတွေဟာ မိမိရဲ့အားနည်းချက်တွေပဲဆိုသည်ကို သတိထားမိဖို့ လိုအပ်သည်။

အလုပ်ကို သေသေချာချာ ကြိုးစားလုပ်ကိုင်တတ်တယ်၊ သို့ပေမယ့် အသေးအဖွဲကလေးကစပြီး သည်းမခံတတ်ဘူး။ မကြိုက်ရင် မကြိုက်သလို ပြောထည့်လိုက်သည်ဆိုလျှင်တော့ ယူထားသည့်နေရာက ဦးဆောင်ခေါင်းရွက် လုပ်ရမည့်နေရာဖြစ်နေလျှင် အားသာချက်ဟု ပြောရမှာ ခက်နေသည်။ အားနည်းချက်ဟုပြောလျှင် ကွက်တိဖြစ်သွားမည်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဟု မေးပါက အဲသည်လိုလူမျိုးနှင့် လူများစုက အလုပ်မလုပ်လိုကြသောကြောင့်ဖြစ်သည်။

ကိုယ့်အားနည်းချက်များ၊ အားသာချက်များကို ဆန်းစစ်ခြင်းသည် စိတ်ပျက်စရာအလုပ်မဟုတ်ချေ။ အားနည်းချက်များအားလုံးကိုလည်း ပြင်ပစ်ဖို့ ခက်ပါသည်။ မကောင်းဘူးဆိုသော်လည်း ထိုအကျင့်ကလေးတွေကြောင့်လည်း အလုပ်က မြန်မြန်ပြီးစီးသွားနိုင်တတ်သည်။ ဆန်းစစ်သည့်အလေ့ကြောင့် မိမိလုပ်နေသည့်အလုပ်နှင့် မိမိ၏စရိုက် မကိုက်ညီလျှင် ပြင်ပစ်လို့ရနိုင်ပါသေးသည်။ အပြည့်အစုံကောင်းသည့်သူ စင်းလုံးချောသည့်သူဆိုတာ ဘယ်လိုမှဖြစ်မလာနိုင်ပါ။ ကာလဒေသနှင့် တွဲဖက်လုပ်ဆောင်ရမည့် လူသူအများအပေါ်မှာလိုက်ပြီး ပြေပြစ်အောင် အသုံးချသွားနိုင်လျှင် အားနည်းချက်ဆိုသည့်အရာများကလည်း အကျိုးများများရစေနိုင်သည့် အရည်အချင်းများတောင်မှ ဖြစ်နိုင်ပါသေးသည်။

၂၇။ အခက်အခဲ အတားအဆီးနှင့် ခြိမ်းခြောက်မှုများ ရှိလာနိုင်သည့်အကြောင်းကို ကြိုတင်တွက်ဆထားပါ

လူဆိုသည်မှာ အမျိုးမျိုးကွဲပြားတတ်ပါသည်။ ကျောင်းသားအရွယ်ကတည်းက ကိုယ့်အလုပ်ကိုသာ စိုက်လိုက်မတ်တတ် လုပ်နေသည့်သူ၊ တော်အောင်ကြိုးစားနေသည့်သူများရှိတတ်သလို၊ သူတို့ကိုယ်တိုင်လည်း တော်ပါလျက်

သူများကို မကြုံလျှင် ကြုံအောင်စောင့်ပြီး ခြေထိုးဖို့၊ ကိုယ်အားဖြင့် သရော်မော်ကားလုပ်ဖို့၊ နှုတ်အားဖြင့် နောက်ပြောင်ပျက်ရယ်လုပ်ဖို့ အချိန်ရှာ၍ရသည့် သူကလေးတွေ ရှိတတ်သည်။ ကလေးသည် ကျောင်းမှာမပျော်လျှင် စာမတော်တတ်ပါ။ အချို့ကလေးကတော့ စိတ်ညစ်ညစ်နှင့် ငုံ့ခံပြီး ကလေးပီပီ မပျော်နိုင်ဘဲ ဖြစ်သွားတတ်သည်။ အထူးသဖြင့် မိဘများက စီးပွားဥစ္စာမပြည့်စုံရှာလျှင် ပိုဆိုးသည်။ မိဘများက ကလေး၏အမူအရာ ပြောင်းနေသည်ကို သတိမထားမိလျှင်လည်း ဆိုးပါသည်။ ဆရာဆရာမများမှာလည်း တာဝန်ရှိသည်။ ကလေးချင်း အနိုင်ကျင့်သည့်အခါ ငုံ့မခံတတ်ဘဲ ပြန်ပြီး တိုက်ခိုက်တတ်သည့်ကလေးဆိုလျှင် ကျောင်းမှာလည်း ပြဿနာပေါ်တတ်သည်။ စိတ်ရောဂါ လူပါ အနာတရဖြစ်တတ်ပါသည်။ စာရေးသူက စာအုပ်ဖတ်တတ်တဲ့သူ သူငယ်ချင်းတစ်ယောက်နှင့်တွေ့ခဲ့၍ စိတ်မချမ်းမသာဖြစ်ခဲ့ရာမှ အသက် ၅၀ ကျော်မှ တခြားသူငယ်ချင်း ခံရသည်က ပိုဆိုးသည်ကို သိရသည်။ ထိုသူငယ်ချင်းသည် တခြားသူငယ်ချင်းတစ်ယောက်အတွက် လူကြုံပါးလိုက်သည့် စာမေးပွဲအတွက် မှတ်စုများကို မပေးဘဲ ထားခဲ့သည်ကို ခံခဲ့ရသူက ပြန်ပြောသည်ကို သိရပါသည်။ လူကလည်း ငယ်သေးသည်၊ ပုံပန်းကလည်း ရိုးသလိုလိုနှင့် ထိုသို့သောသူများကတောင်မှ သူငယ်ချင်းချင်း ဒုက္ခပေးတတ်သည်ဆိုလျှင် လုပ်ငန်းခွင်များမှာ ထိုကဲ့သို့သောသူများ တကယ်ပေါမှာ သေချာပါသည်။ မဟုတ်တာ မမှန်တာကို တိုးတိုးတစ်မျိုး ကွယ်ရာတစ်မျိုးပြောတတ်ခြင်း၊ လူကြီးက အထင်အမြင်မှားအောင်ပြောတတ်သည်များကိုလည်း လူတိုင်းလိုလိုကြုံတွေ့ဖူးကြပါမည်။ သူများကို ထိုကဲ့သို့ဒုက္ခပေးတတ်သည့်သူက ဘာမျှဖြစ်မလာခဲ့ပါ၊ ကျန်သည့်သူများက ပညာတတ်များ ဖြစ်လာခဲ့ပါသည်။

ထိုသို့ အချင်းချင်းဒုက္ခပေးခြင်း၊ လူကြီးများက အထင်လွဲစေခြင်းများသာ မကပါ၊ တိုးတက်ပြောင်းလဲလာသည့် အခြေအနေကို ကိုယ်ကအမီလိုက်နိုင်မှ တန်ကာကျမည်ဖြစ်သည်။ ကျောင်းမှာလည်း ကျောင်းအလျောက်စာအုပ်စာတမ်းအသစ်များ၊ အယူအဆအသစ်များ၊ စာတမ်းများ၊ ကွန်ပျူတာကျွမ်းကျင်မှုများစသည့် ကိုယ်မကြိုးစားလျှင် ကိုယ်ကျန်ရစ်မည့် ခေတ်သစ်ပညာရပ် တိုးတက်မှုများကလည်း ကိုယ့်ကိုစိန်ခေါ်နေခြင်းပင်။ ကိုယ့်

ဘဝနဲ့ကိုယ်ပဲဟု ပြောပြီး ရေသာခိုနေသည့်သူများသည် နောင်အခါတွင် ရေသာလည်းမခိုနိုင်၊ ချောင်လည်းမခိုနိုင်တော့ဘဲ အပြင်ရောက်သွားတတ်သည်။ ထိုသို့အပြင်ရောက်သူဦးရေ များလှသည်။

ထိုကဲ့သို့ လောကမှာ၊ အလုပ်ခွင်မှာ စိန်ခေါ်မှုတွေ များလာသည်၊ ခြိမ်းခြောက်မှုတွေ များလာသည်ဆိုလျှင် စိတ်သောကများတတ်ပါသည်။ ထိုသို့စိတ်သောကများခြင်းသည် လူတစ်ယောက်တည်းမဟုတ်ပါ၊ လူတိုင်းမှာ ဖြစ်တတ်ပါသည်။ ထိုကဲ့သို့ အတားအဆီးများ ခြိမ်းခြောက်မှုများထဲက ဘယ်အရာသည် ကိုယ့်ကိုဒုက္ခပေးနိုင်ဆုံးဖြစ်မလဲဆိုသည်ကို တွေးလိုက်မိသည်နှင့် ဘယ်လိုဖြေရှင်းရလျှင် ကောင်းမလဲဟု တွေးလိုက်မိပြီဆိုလျှင် ကိုယ့်မှာ စဉ်းစားဆင်ခြင်တုံတရား တိုးတက်သွားပြီ၊ တိုးတက်လာပြီဟု ယူဆနိုင်ပါသည်။ သို့သော် ထိုနေရာတွင် ရပ်နေ၍တော့ မဖြစ်နိုင်ပေ။

မကြာခင်က တူမကလေးလို ချစ်ခင်ရသည့် ကလေးမကလေး သီတင်းကျွတ်ကန်တော့ဖို့ ရောက်လာသည်။ သူ့ကို မတွေ့ရသည်မှာ ကြာပြီဖြစ်၍ မျှော်နေသည့်အကြောင်းကို ပြောမိတော့ ပိုမိုလှပလာသည့် ရွှင်ပျလာသည့်ကလေးမကလေးက သံရုံးတစ်ရုံးကို မေးခွန်းပေးပို့စစ်ဆေးတဲ့ နိုင်ငံခြားက အဆင့်မြင့်စာမေးပွဲကို အောင်မြင်လို့ ဒီပလိုမာရသွားပြီဖြစ်တဲ့ အကြောင်းနဲ့ သူဟာ အလုပ်တစ်ဖက်ကို မပျက်ကွက်အောင် ကြိုးစားလုပ်ကိုင်ရင်း ကျောင်းတက်ရ၊ ကျောင်းကအပြန်မှာ ထမင်းခပ်သုတ်သုတ်စားပြီး စာထိုင်ကျက်ရတာ မနက် ၂ နာရီထိုးတဲ့အထိ နေ့တိုင်း အလုပ်ဖြစ်သည့် အကြောင်းများကို ပြောပြပါသည်။ ဒီပလိုမာရပြီဆိုတော့တောင်မှ သူ့ခမျာ မယုံနိုင်လောက်အောင် ဖြစ်ရပါသည်တဲ့။ စာမေးပွဲမေးခွန်းက ခက်လွန်းလို့ အောင်မယ်တောင် ထင်မထားဘူးတဲ့။ အဲသည်လိုအကြောင်းများကို ပြောရင်းသမီးက လုပ်ငန်းခွင်မှာ စီနီယာဖြစ်နေပေမယ့် နောက်ဝင်လာတဲ့ကလေးတွေလို စာရင်းကိုင် ဒီပလိုမာ မရထားဘူးလေ။ အဲသည်တော့ ဒီပလိုမာရအောင် ကြိုးစားရတာပေါ့ဟု ပြောပါသည်။ ထိုကလေးမလေးသည် တကယ်တော်ပါပေသည်။ ခေတ်ကာလတိုးတက်မှုက စိန်ခေါ်သည်ကို သူက သတိထားနိုင်သည်။ ပြီးတော့ ချက်ချင်းပဲ မိမိကိုယ်ကို ဖြည့်ဆည်းခဲ့သည်။ မိဘကိုလုပ်ကျွေးနေသည့် ကလေးလည်းဖြစ်သည်။ ကြွယ်တောင့်

ကြွယ်ပိုးကြီး မဟုတ်ပေမယ့် လိုအပ်သည့်နေရာတွင် ငွေအားရော လူအား ရော ထုတ်ပြီး ကြိုးစားသူကလေးပေပဲ။ သူသည် တိုးတက်ရာ လမ်းမပေါ် ရောက်နေ၍ ဆက်ပြီးတိုးတက်မှာ သေချာပါသည်။ စိတ်ထားမကောင်း သည့်သူဆိုလျှင်တော့ ငါတို့က လုပ်သက်နဲ့ တတ်ထားပြီးသား၊ နောက် ပေါက်တွေက ဒီပလိုမာကလေးရတာနဲ့ လာကျယ်မနေနဲ့ဟု ပြောမှာသေချာ ပါသည်။ ထိုကဲ့သို့သောသူသည် ဘဝ၏စိန်ခေါ်မှုများကို အလီလီခံရင်း ရှုံးသွားသည့်သူတစ်ယောက်ဘဝကို ရောက်သွားမည်ဖြစ်သည်။

၂၈။ အရေးကြီးသည့်အချိန်အခါနှင့် လုပ်ရမည့် အလုပ်ကို နားလည်အောင် ကြိုးစားထားပါ

အလုပ်လုပ်သည့်အခါတွင် ကာလဒေသနှင့်ရော လုပ်ဆောင်ရမည့် လုပ်ငန်း သဘာဝနှင့်ရော လိုက်လျောညီထွေရှိဖို့ မိမိ၏ကြိုးစားမှုနှင့် အားထုတ်မှုကို ချိန်ထားရပါမည်။ ဝီရိယကို ရဲရင့်ခြင်းဟု ပြန်ဆိုနိုင်ပါသည်။ အတားအဆီး ဟူသမျှကို ရဲရဲရင့်ရင့်ဖြတ်ကျော်ပြီး ဇွဲသတ္တိရှိရှိ ကြိုးပမ်းလုပ်ဆောင်သည်ကို ဝီရိယရှိသည်ဟု ခေါ်ကြပါသည်။ အဲသည်ဝီရိယမှာတောင်မှ လိုသွားသည် များရှိသလို ပိုသွားသည်များလည်းရှိပါသည်။ ဝီရိယလွန်လျှင် ဥဒ္ဓစ္စ ဖြစ်သည် ဟု ပြောကြပါသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ သိပ်ပြီးကြိုးစားကာ စူးစိုက်ထားလျှင် ပျံ့လွင့်ဆိုသည့် ဆိုးကျိုးကိုရတတ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် သတိထားပြီး ဟန် ချက်ညီညီ ဇွဲရှိရှိ အလုပ်လုပ်တာကိုမှ ဝီရိယရှိတယ်ဟု ခေါ်ရမည်ဖြစ်သည်။ သတိဆိုတာကတော့ ပိုသည်မရှိနိုင်ပါ။

စာသင်နေသည့်အချိန်မှာရော အလုပ်ခွင်မှာ ဝင်ရောက်လုပ်ကိုင်နေ သည့်အချိန်မှာရော၊ တစ်ခုခုကို တီထွင်နေသည့်အချိန် တည်ဆောက်နေ သည့်အချိန်မှာရော ဝီရိယရှိဖို့ လိုအပ်သည်ကတော့ အသေအချာပင်ဖြစ် သည်။ သို့သော် လုပ်ရမည့်အလုပ်ပမာဏထက် ပိုပြီး ကြိုးစားလွန်းလျှင် လည်း ထိရောက်မှုမရှိနိုင်ပါ။ စိတ်ပင်ပန်းလွန်း၍ မိမိလုပ်နေသောအလုပ်ကို စုစုစည်းစည်း သုံးသပ်ပြုပြင်၍ မရတတ်ပါ။ ထို့ကြောင့် မည်သည့်အလုပ် ကိုပဲလုပ်လုပ် သတိနှင့်ကပ်ပြီး ချင့်ချင့်ချိန်ချိန် လုပ်သင့်ပါသည်။

၂၉။ စကားကောင်းမပြောနိုင်လျှင် ပါးစပ်ကိုပိတ်ထားပါ

လူများသည် မိမိကိုယ်ကို ကောင်းစွာဆုံးမမထားလျှင် အလွန်အတင်းပြောချင်ကြသည်။ ကြမ်းတမ်းသည့်စကားကို ဆိုချင်တတ်ကြပါသည်။ ရောက်တတ်ရာရာကို ပြောပြီး မိမိပါးစပ်ကို အပေါစားဖြစ်အောင် နေ့စဉ်နှင့်အမျှ လုပ်နေတတ်ကြပါသည်။ အဲဒီကိစ္စကတော့ သဘာဝပဲလေဟု လွှတ်ထားဖို့ မသင့်တော်ပါ။ မိမိစိတ်ကို ထိန်းကျင့်လုပ်မှ နှုတ်ကိုလည်း ထိန်း၍ရနိုင်ပါမည်။

ကြားပြီးပြီလားဟင်ဟု လုပ်ငန်းခွင်များမှာ ကျောင်းများမှာ တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် မေးတတ်မြန်းတတ်ကြပါသည်။ ဘာထူးသလဲဟု မေးမှဖြစ်မည့်ဌာနများလည်း ရှိသည်။ ထိုကဲ့သို့ ဌာနမျိုးမဟုတ်သော်လည်း ဘာထူးသလဲ၊ ကြားပြီးပြီလားစသည်ဖြင့် မေးတတ်မြန်းတတ်သည်ကတော့ ကောင်းသည့်အကြောင်းများကို ပြောဖို့ထက် သတင်းထူး သတင်းဦးကို ကိုယ်သိသည်ကို ပြောချင်သည့်သဘောနှင့် မေးတတ်သည်က များပါသည်။ မကြားရသေးဘူး၊ ပြောပါဦးဟုဆိုလျှင် ဟုတ်လောက်၏၊ မဟုတ်လောက်၏ဆိုသည်ကို ဘေးဖယ်ထားပြီး ပေါက်တတ်ကရ ပြောပါလေတော့သည်။ တချို့ကလည်း ဟုတ်တာမဟုတ်တာ အပထား၊ ကိုယ်ဖြစ်စေချင်သည့်အတိုင်း ဆွဲပြီးပြောတတ်သည့်စကားများကို ကြားပြီးလျှင် အာသာပြေပြီး နောက်တစ်ယောက်ကို ပြန်ပြောဖို့ ဆက်လက်ထွက်ခွာသွားတတ်ကြပါသည်။

မဟုတ်မမှန်သည့် မုသားစကားများ၊ တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် အထင်အမြင်မှားစေသည့် အချစ်အခင် ပျက်ပြားစေသည့်စကားများ၊ သူတစ်ပါးကို စွပ်စွပ်စွဲစွဲပြောသည့်အခါ မိမိနှုတ်ကို သိက္ခာကျစေလောက်သည့် ရှန့်ရင်းကြမ်းတမ်းသည့်စကားများ၊ အနှစ်မဲ့ အကျိုးမဲ့တဲ့စကားများကို နေ့စဉ်ပြောနေခြင်းဖြင့် အကုသိုလ်များကို စုဆောင်းမိပြီးသား ဖြစ်သွားတတ်ပါသည်။ မိမိ၏စိတ်သည်လည်း ရှင်းလင်းကြည်သန့်သည့် အနေအထားကို မရရှိနိုင်ပါ။ မကောင်းတာတွေကိုပြောပြီး လေးလံနေပါသည်။ မကောင်းသည့်စကား မဟုတ်မမှန်သည့်စကားကို ပြောဖန်များလာလျှင် လူ့တန်ဖိုးကျလာတတ်ပါသည်။

လူများသည် ပါးစပ်ပိတ်ထားပါလျက် ကြွက်ကြွက်ညံအောင် စကား ပြောတတ်ကြပါသေးသည်။ ဘယ်နေရာမှာများ စကားများနေတယ် ထင်ပါ သလဲ။ မျက်စိကိုမှိတ်ကာ ပေါင်ပေါ်မှာလက်ယှက်ပြီး တရားမှတ်နေသည့် အချိန်မှာတောင်မှ စိတ်က ထွက်မှန်းမသိထွက်သွားပြီး ဘယ်သူနှင့်တွေ့လျှင် ဘာတွေပြောလိုက်မည်ဆိုပြီး အသံတိတ်စကားတွေ အများကြီး ပြောတတ် ကြပါသည်။ ထို့ကြောင့် ပါးစပ်ပိတ်ရုံမက စိတ်ကို သတိနှင့် ချုပ်ထားပါ ဟု ပြောရမည်ဖြစ်သည်။

၃၀။ အတင်းအဖျင်း မပြောပါနှင့်

အတင်းအဖျင်းသာမက

ကုန်းတိုက်ခြင်း၊

ကျိန်ဆဲခြင်း၊

တိုင်းထွာခြင်း၊

ကျိန်ဆိုခြင်း၊ ကျိန်ဆဲခြင်း၊

နှိမ့်ချပြောဆိုခြင်း၊

ဆဲရေးခြင်းတို့သည် လူကို အနုတ်လက္ခဏာပြစေသော နှုတ်ထွက် စကားများ ဖြစ်သည်။

ဟုတ်သည့်တိုင် မကောင်းသည့်စကားပြောဆိုခြင်းတို့ကို ရှောင်သင့် ပါသည်။

အကုသိုလ်ဖြစ်နိုင်သောကြောင့် ရှောင်သင့်သည်ဟု ဘာသာရေး အမြင်ဖြင့် ပြောခြင်းမဟုတ်ပါ။ ဘာသာရေးအရ ရှောင်ကြဉ်သင့်သည်၊ လူမှုရေးတွင်လည်း အထက်ပါနှုတ်ထွက်စကားများကြောင့် လူမှုဆက်ဆံ ရေးတွင် ကြီးမားသောအနုတ်လက္ခဏာ ပြသွားနိုင်ပါသည်။

တစ်ခါတုန်းက လုပ်ငန်းခွင်မှာ အတူတူအလုပ်လုပ်ခဲ့ကြသည့် ကတော် ကြီးတစ်ယောက်က လက်နှိပ်စက်ဖြင့် စာရေးနေသည့်ကျွန်မ၏ စားပွဲဆီကို လျှောက်လာပြီး၊ ဆရာမများ နားနေခန်းတွင် အတူတူနေကြသည့် ဆရာမ

များ ကြားလောက်သည့်လေသံနှင့် ဆရာမက ကျွန်မရဲ့အတင်းကို ပြော တယ်ဆို၊ ကြားရတဲ့သူများက မခံချင်ဖြစ်လို့ လာပြောတယ်ဟု ဆိုပါသည်။

ကျွန်မက ဆရာမရယ် စကားကိုဝေဝေဆာဆာ ပြောတတ်တဲ့ကျွန်မ ကသာ ဆရာမအတင်းကို ပြောတယ်ဆိုရင်တော့ ဆရာမ တော်တော်အခံရ ခက်သွားမှာပဲ။ ငယ်ငယ်တုန်းကတော့ ကျွန်မအတင်းပြောခဲ့ပါတယ်။ အခု ကြီးမှတော့ အတင်းမပြောမိတာ သေချာပါတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ကျွန်မအလုပ်တွေများနေတယ်လေ။ ကျွန်မ မအားလို့ အတင်းမပြောနိုင်ဘူး။ ဆရာမအတင်းမှ မဟုတ်ဘူး။ ဘယ်သူ့အတင်းမှ မပြောနိုင်ဘူးဟု ပြော လိုက်ပါသည်။ ရယ်လည်းရယ်နေမိပါသည်။ ထိုကတော်ကြီးတစ်ယောက် ဖြစ်သူ ဆရာမကြီးက ရယ်ရယ်မောမောနှင့် နားလည်ပြီ၊ နားလည်ပြီဆိုပြီး ပြန်ထွက်သွားပါသည်။ တကယ်တော့ သူများအကြောင်းကို ဟုတ်သည် ဖြစ်စေ၊ မဟုတ်သည်ဖြစ်စေ ပြောသည်ဆိုလျှင် ခေါင်းလေးတာပဲ အဖတ် တင်မည်၊ သူ့ဘဝနှင့်သူ ကိုယ့်ဘဝနှင့်ကိုယ် နေကြရသည်။ သူမှားလျှင် သူခံရမည်၊ ကိုယ်မှားလျှင်လည်း ကိုယ်ခံရမည်ပင်။ ကျွန်မကတော့ တစ် ယောက်ယောက်၏ အတင်းစကားကို လာပြီးပြောလျှင် အပြောလာသည့် သူကို နောက်ဆိုရင် ဘာမှလာမပြောပါနဲ့နော်ဟု တောင်းပန်လွှတ်သည်။ ဒါတောင်မှ သူ့စကားကိုကိုယ့်စကားလုပ်ပြော၍ ရှင်းရသေးသည်။ အကောင်း ဆုံးက ဘဝတိုတိုမှာ အနှစ်သာရရှိရှိ နေသွားချင်လျှင် သူများအကြောင်း ပြောနေမည့်အစား အဓိပ္ပာယ်ရှိသောအလုပ်တစ်ခုခုကိုသာ လုပ်နေလိုက်တာ ကောင်းပါသည်။ ဘုရားစာကိုရွတ်ချင်ရွတ်၊ မမေ့သင့်သည့် အဆုံးအမများ ကို ပြန်ပြီးရွတ်ဆိုချင် ရွတ်ဆိုနေပါ၊ စာကောင်းပေမွန်များကို ဖတ်ချင်ဖတ် နေပါက ပို၍အကျိုးရှိနိုင်သည်။

ကျွန်မသည် အသက် ၆၀ က ကောင်းကောင်းကျော်သည့်အထိ အယူအဆမှားခဲ့သည်ကို ပြန်ပြောချင်ပါသည်။ အတင်းပြောတယ်ဆိုတာ လူတစ်ယောက်ယောက် အမှန်တကယ် လုပ်တဲ့အလုပ်၊ ပြောတဲ့စကားနဲ့ ပတ်သက်ပြီး မလိုတမာမျက်နှာထားနဲ့ ခပ်စပ်စပ်ကလေးပြောတာပဲဟု ထင်ခဲ့ မိပါသည်။ အသက် ၆၀ ကျော်မှ အတင်းပြောတယ်ဆိုတာဟာ တကယ် မဟုတ်တဲ့အကြောင်းတွေကို လုပ်ကြံပြောဆိုတာဖြစ်တဲ့အကြောင်းကို အလန့်

တကြားသိရတော့တာပါပဲ။ မဟုတ်တာမှန်း သိသိကြီးနှင့် မြိန်ရေရှက်ရေ ပြောတတ်ကြတာဟာ တစ်သက်တစ်ခန္ဓာအတွက် ဘယ့်လောက်မှလည်း ကောင်းကျိုးရတာ မဟုတ်ဘဲနှင့် ပြောတတ်ကြသည်ကိုး။ အဲသည်လို ပြော သည့်သူများသည် ဇာတ်တောင်မှ မသိမ်းသေးပါဘူး၊ စိတ်ဆင်းရဲ ကိုယ် ဆင်းရဲ ဖြစ်နေတတ်ကြတာကို သိရမြင်ရပါသည်။ သူတို့မကောင်းပြောခဲ့ သည့်သူတွေက ဘာမှမဖြစ်ပါ။

တကယ်တော့ ကျွန်မ အတင်းမပြောဘဲ ပြောပါသည်ဟု မျက်နှာ ကြီးဟု ထင်သည့်သူကို သွားပြောသည်ကိုက မဟုတ်မမှန်သည့် စကား လည်းဖြစ်သည်၊ ကုန်းတိုက်ချောစားချင်သည့်စိတ်နှင့် ပြောတာလည်း ဖြစ် သည်ဆိုတော့ အချိန်တွေ နှမြောစရာပင်။ အောင်မြင်ခြင်းကိုလည်း အဲသည် စကားက ဆောင်ကြဉ်းမပေးနိုင်ပါ။

မုသားပြောတယ်ဆိုသည်ကလည်း စိတ်ကိုလွှတ်ထား၍သာ ပြောမိ တာပါ။ စိတ်ကိုမလွှတ်ဘဲ ထိန်းသိမ်းထားလျှင် မပြောမိအောင် ထိန်း၍ရပါ သည်။ စကားများများပြောဖန်များလျှင် မမှန်သည့်စကားများ ပါသွားတတ် သည်။ အကြောင်းအရာတစ်ခုခုကို ဦးတည်ပြီးပြောလျှင် စကားကားမသွား အောင် ပြင်ဆင်ပြီး သတိထားကာ ပြောတတ်ကြဖို့လိုပါသည်။ အချင်းချင်း စုပြီး တောင်ရောက်မြောက်ရောက် ပြောသည့်အခါတွင် အကျိုးမဲ့ အနှစ်မဲ့ စကားများသာ ပါသည်မဟုတ်ပါ။ မဟုတ်တာ မမှန်တာလည်း ပါတတ်ပါ သည်။ သေသေချာချာကို ပါတတ်၍ အထူးပြုပြီး ပြောရပါမည်။

သူတစ်ပါးကို ခက်ခက်ကျိတ်ကျိတ် နှိပ်နှိပ်စက်စက် ပြောသည် ဆိုသည်ကလည်း မလိုဘဲ ပြောနေကြခြင်းဖြစ်သည်။ အတန်ကြာပြီဖြစ် သော ကာလတုန်းက ကျွန်မနှင့်အတူ နိုင်ငံခြားခရီးကိုသွားမည့် လူတစ် ယောက်သည် နိုင်ငံခြားခရီးအတွက် အတူတူသွားလာ လုပ်ကိုင်စဉ်မှာ အကြောင်းမဲ့ ဘုတောသည့်စကားများကို ပြောဖူးတာ မှတ်မိပါသည်။ အတူ ခရီးသွားမည့် နောက်တစ်ယောက်က သူဟာ ကျွန်မစာတွေကို ဖတ်ဖူးပါ တယ်ဟု ပဋိသန္ထာရစကား ပြောသည့်အခါ အခုနလူက သူ့ယောက်ဖ ကလေးတွေက ကျွန်မနှင့် တစ်ဌာနတည်းမှာ အလုပ်လုပ်ရတာကိုလည်း သိရော ဝမ်းသာစကားပြောကြသည်တဲ့။ အဲသည်ကလေးတွေက ကျွန်မ၏

စာဖတ်ပရိသတ်ဖြစ်ကြ၍ ဝမ်းသာဂုဏ်ယူကြသည့်အကြောင်းကို ပြောကြတယ်ဟု ဆိုပါသည်။ သူက ပြန်ပြောသည်မှာ "ငါကတော့ သူ့စာတွေကို မဖတ်ပါဘူး။ သူဖြီးထားတာတွေကို ငါကဖတ်ရမှာလားလို့ ပြောလိုက်တယ်"ဟု ဆိုပါသည်။ ကျွန်မက ထိုပုဂ္ဂိုလ်ပြောသည့်စကားကို ရယ်မောပြီး နားထောင်လိုက်နိုင်ပါသည်။ အကြောင်းကတော့ အခါပေါင်းများစွာ မျက်နှာချင်းဆိုင်ပြီး သူက ကျွန်မကိုပြောထားသည့်စကားတွေက ယခုပြောသည်ထက် များစွာဆိုးခဲ့သေးသည့်အတွက် သူ့စကားကို အလေးမထားတော့ပါ။

"ခင်ဗျားကို လူကြီးတွေက မကြိုက်ဘူး၊ ရာထူးတက်ဖို့ အချိန်ရောက်ရင်တောင်မှ သူများကိုကျော်ပေးမှာ ဆိုသည့်စကားမျိုး၊ ခင်ဗျားနားလည်ထားဖို့က ဒီလိုဖြစ်လာဖို့ဟာ အထက်က စီမံတာဗျဆိုတာမျိုး၊ (စာစစ်သူ ရွေးတဲ့အခါက သူ့ကိုအထင်ကြီးတဲ့ ပါချုပ်က ခွင့်ပြုလို့ သူက ကျွန်မကို ချန်ထားပြီး ရွေးတာကို ပြောတာပါ)"တွေကိုပြောပြီး အဲသည်လိုပြောင်တိုက်ခိုက်တဲ့အခါ အင်မတန်ဒေါသကြီးသည်ဟု လူသိများသည့် ကျွန်မက တော်တော်ဟာသမြောက်စွာ တုံ့ပြန်ခဲ့ဖူးသည်။ "ကျွန်မကို ရာထူးမပေးဘဲ သူများကိုကျော်ပေးမှာလို့ပြောတော့ ဟုတ်တယ်၊ ကျော်ပေးမယ့်သူကိုတောင် ကျွန်မက သိပြီးပြီဟု ပြောလိုက်ပါသည်။ တကယ်မဟုတ်သည်ကို ဖန်တီးပြီးပြောသည့်သူက ယောင်သွားပြီး ဟုတ်လား၊ ဘယ်သူလဲဟုမေးသည့်အခါ လာ အနားကို၊ တိုးတိုးပြောမှဖြစ်မယ်ဟု ကျွန်မက ပြောလိုက်သည်။ အနားလာသည့်အခါမှ သူ့အမည်ကိုပြောပြီး သူ့ကိုကျော်ပေးမှာ သေချာတယ်ဟု ပြောလိုက်ပါသည်။ သည်တော့မှ ခံရပြီဟုပြောရင်းထခုန်သည်။ ယခုစာကိုရေးနေရင်း ကျွန်မပြုံးနေလိုက်ပါသည်။။ တော်တော်ရယ်စရာကောင်းသည့်သူပဲဟုလည်း တွေးမိသဖြင့် ဒေါသဖြစ်ရန်အကြောင်းမရှိတော့ပေ။ အထက်ကစီမံသည်ဆိုသည့်စကားနှင့်ပတ်သက်ပြီး "အထက်ဆိုတာ တာဝတိံသာလားဟင်၊ ဆရာတက်လို့ရတယ်ဆိုရင် ကျွန်မလည်း တက်လို့ရနိုင်တာပေါ့"ဟု ကျွန်မက ရယ်ချင်စိတ်ကို မဖုံးဖိနိုင်ဘဲ မျက်နှာကို အပိုးသေအောင် မနည်းကြီးကြိုးစားကာ ရယ်ဟဟဖြင့် ပြောလိုက်မိပါသည်။ သူ့ခမျာ စိတ်တွေဆိုးနေလိုက်သည်မှာ အတော့်ကို မျက်နှာပုပ်စပ်သွားသည့်အထိ ဖြစ်သွားရှာပါသည်။

သည်အကြောင်းများကို ခံရသူကျွန်မကသာ မှတ်မိနေခြင်းဖြစ်သည်။ သူက ပြောမိသည်ဆိုသည့်အကြောင်းကိုတောင်မှ မှတ်မိမည်မဟုတ်ချေ။ သူက သူတစ်ပါးတို့ကို စိတ်ဆင်းရဲအောင် ကြံစည်စဉ်းစားပြီး လူတကာကို ပြောတတ်သူဖြစ်သည်။ တချို့သူများက သူပြောတာကို အလေးအနက်ယူပြီး မျက်ရည်ပေါက်ကြီးငယ်များ ကျသည်အထိ စိတ်ဆင်းရဲခဲ့ကြရသေးသည်။ ထိုသို့သော စကားမျိုးကို စေတနာဆိုးအကြောင်းခံကာ ပြောသည့်သူသည် သူမသိသော်လည်း သူ့ကံကသိပြီး အကုသိုလ်အမှတ်တွေ ပေးပြီးသွားပြီ ဖြစ်သည်။ အဓိပ္ပာယ်မရှိသည့်စကားကို ပြောပြီး အကုသိုလ်ယူခြင်းသည် ပြောသူအဖို့ အလွန်နစ်နာသည့်ကိစ္စဖြစ်သည်။ သူပြောသည်ကိုယုံ၍ စိတ်ဆင်းရဲသူက ကြာလှ တစ်ဘဝလောက်သာဖြစ်သော်လည်း သူ၏လားရာ ဂတိများတွင် စိတ်ဒုက္ခများစွာရောက်သည့် ဝဋ်လည်ခြင်းမျိုးနှင့် တွေ့ပေတော့မည်။ ကိုယ်တိုးတက်ရန် သူတစ်ပါးကို တိုက်ခိုက်ဖို့မလိုအပ်ပေ။ ကိုယ်တက်ချင်လျှင် ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် အရည်အချင်းပြည့်စုံအောင်၊ တိုးတက်အောင် ကြိုးစားရမည်။ အဓိပ္ပာယ်ရှိသလောက် ကောင်းသည့်စကားများကိုသာ ပြောကျင့်လုပ်ပါ။ လူလူချင်း ဆက်ဆံလျှင် ကျေးဇူးပြုပြီးဆိုသည့်စကားနှင့် ကျေးဇူးတင်ပါသည်ဆိုသည့်စကားကို အထက်ကလူကိုဖြစ်စေ ကိုယ့်အောက်က လူကိုဖြစ်စေ လူလူချင်း လေးစားသည့်အနေဖြင့် ပြောကျင့်လုပ်ပါ။ သင်နေသော ပတ်ဝန်းကျင်သည် ပျော့ပျောင်းပြီး မေတ္တာတရားနှင့် အေးချမ်းနေပါလိမ့်မည်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်လို ကရုဏာတော်ရှင်ကြီးကိုတောင်မှ မကောင်းထင်သည့်သူ၊ မကောင်းကြံသည့်သူများ ရှိခဲ့သေးသည်ဖြစ်ရာ သာမန်လူတွေ၏ဘဝတွင် ကောင်းတာလုပ်၊ ကောင်းတာပြောနေသည့်တိုင်၊ ရန်မူသူ၊ ပြစ်မှားသူများနှင့် တွေ့ရဦးမှာဖြစ်ပါသည်။ စိတ်မဆင်းရဲပါနှင့်။ ကောင်းတာကို မကြိုက်နိုင်သူသည် ကိုယ်မဟုတ်သေးသည်မှာ ဝမ်းသာရဦးမည်။ တစ်နေ့သော် နားလည်လိမ့်မည်ဟုသာ မေတ္တာပို့ရင်း တွေးပါ၊ တကယ်ပင် နားလည်လာသည်ကို တွေ့ခဲ့ရသည်။ တခြားသူမဟုတ်ပါ၊ အမြဲတိုက်ခိုက်နေသော ဇာတ်လိုက်ကြီးသည် သူ၏ကျဆုံးခန်းနှင့်ပတ်သက်၍ ရင်ဖွင့်စရာ လူတစ်ယောက်ကို ရှာသည့်အခါ စာရေးသူကိုတွေ့၍ လာကာ ရင်ဖွင့်ပါ

သည်။ စာရေးသူသည် တည်ကြည်ငြိမ်သက်စွာဖြင့် သူပြောသမျှကို လေးလေးစားစား နားထောင်ကာ အားပေးစကားများ ပြောခဲ့ပါသေးသည်။

လုပ်ငန်းခွင်အကြောင်းကို ရေးပါသည်ဆိုသော်လည်း အကြောင်းအရာက စုံလှသဖြင့် စာဖတ်သူများကို အားနာလာပြီဖြစ်သော်လည်း မည်သည့်နေရာမှ လူပင်ဖြစ်စေ အတူတူပင်ဖြစ်သည်။ သိထားသင့်စရာသည်။ ယခုတင်ပြခဲ့သည့်ဇာတ်လိုက်ကျော်များသည် သူများခေါင်းကို ပြားသွားအောင်နင်းပြီးမှ အပေါ်တက်လိုသူများဖြစ်သဖြင့် လုပ်ငန်းခွင်အကြောင်း သိလိုသူများအတွက် သတိပေးသည့်အနေဖြင့် ရေးလိုက်ရခြင်းဖြစ်ပါသည်။ သူများလာလုပ်လျှင်လည်း မခံရအောင် ကုသိုလ်စိတ်ဆိုသည့် ဒိုင်းဖြင့် ခံလိုက်ပါ။ မတတ်သာ၍ ထိုးစစ်ပြန်ပြီးဆင်ရလျှင်လည်း သတ်ကွင်းမှ မဟုတ်တာ၊ ဟာသဆန်ဆန် တုံ့ပြန်လျှင် တော်လောက်ပြီဟု ယူဆပါသည်။

လုပ်ငန်းခွင်ကြီးကြပ်သူများသည် လုပ်ငန်းခွင်မှာ စစ်ဆေးသည့်အနေဖြင့် မဟုတ်ဘဲ လှည့်လည်ပြီး သာကြောင်းမာကြောင်းများကို မျက်နှာထားကြည်ကြည်နှင့် မေးမြန်းတတ်သည့်သူ၊ သူတစ်ပါးတို့ပြောသည့်စကားကို အရေးတယူ နားထောင်တတ်သည့်သူများသည် လူအများက လေးစားသည်ကို ခံရသည့်သူများ ဖြစ်လာတတ်သည်။ ထိုသို့ လှည့်လည်လေ့လာခြင်းဖြင့် လူအများအဖို့ သောကမရောက်စေသင့်ပါ။ လုပ်ငန်းခွင်မှ လူကြီးကို နှုတ်ဆက်ခွင့်ရတာကို ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာဖြစ်ကြသည်ဆိုသည့် ခံစားမှုဖြစ်ပါစေ၊ ဆင်းရဲသူများ၊ အမြဲတစေ သိမ်ငယ်နေသူများသည် လူကြီးများ၏ အပြုံးတစ်ချက်ဖြင့် နှုတ်ဆက်ခြင်း၊ လက်တစ်ရမ်းမျှဖြင့် အသိအမှတ်ပြုခြင်းတို့ကြောင့် တာရှည်စွာ ကာလရှည်ကြာစွာ စိတ်ချမ်းသာသွားတတ်ကြပါသည်။

ထိုသို့သောသူများကို အကြောင်းမရှိပါဘဲ ပြောင်တိုက်ခိုက်တတ်သည်။ ထိုသို့အမျက်စောင်မာန်ကြီးသူများသည် ကွယ်ရာမှာလည်း တိုင်းထွာဆဲရေးပြီး ပြောလေ့ရှိသည်။ သူဆဲသည့်သူက ဆဲသည့်အကြောင်းကိုလည်း မသိလည်း မသိ၊ ယူလည်း မယူတော့ သူ၏ရိုင်းစိုင်းသည့် ဆဲရေးတိုင်းထွာသည့်စကားများကို သူပဲပြန်ပြီးယူရတတ်ပါသည်။ ကြားရသည့်သူများကလည်း ရိုင်းစိုင်းစွာပြောသည့်သူကိုသာ အပြစ်မြင်တတ်ကြသည်။ တစ်ခါ

တုန်းက ကိုယ့်ကျောင်းက ဆရာ ဆရာမများကို ဒေါ်မပြောနဲ့၊ မတို့ ကိုတို့ တောင်မှ မထည့်ဘဲ ပြောတတ်သည့် ဆရာကြီးတစ်ယောက် ရှိခဲ့သည်။ တင်ဝင်းက ဘယ်လို၊ တင်ရီက ဘယ့်နှယ်စသည်ဖြင့် ခေါ်တတ်သည်။ ကာယကံရှင်များ ပြန်ကြားအောင် လာပြောသည့်သူက အခြားဌာနက ဖြစ်သည်။ သူဖြင့် ကြားရတာ နားကလောလွန်းလို့ဟု ဆိုသည်။ ကျွန်မတို့ကတော့ ရယ်နေမိသည်။ သူ့သားသမီးကျတော့ မမတို့ ကိုကိုတို့ကို ရှေ့က ခံပြီး နာမည်မှည့်ထားသည်ကို သိတော့ ရယ်ချင်စရာကြီးဖြစ်နေသည်။ စကားပြောတာနှင့်ပတ်သက်ပြီး လုံးဝပြည့်စုံမည်မဟုတ်သော်လည်း တစ်ချက်ကိုတော့ ထည့်ပြောချင်ပါသည်။

ကျိန်စာတိုက်ခြင်းသည် သူတော်ကောင်းများ၏ အလေ့အကျင့်မဟုတ်သည့်အတွက် ရှောင်ကြဉ်သင့်ပါသည်။ ဝစီဘေဒ ထိတိုင်းရှတတ်သည်။ သူများကိုလည်း ကျိန်စာမတိုက်ပါနှင့်၊ ဒေါသတကြီးဖြင့် ကျိန်ဆိုခြင်းလည်း မပြုပါနှင့်။ ကြားရသည့်သူများကလည်း မနှစ်လိုနိုင်ချေ။ ကြားရသည်နှင့် အထင်သေးသွားတတ်သည်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို သတိမထားမိသော်လည်း အတွင်းစိတ်က မှားသည်ဆိုသည့်အချက်ကို ခံစားပြီး စိတ်စက်မရွှင်မပျ ဖြစ်သွားနိုင်သည်။ အကုသိုလ်ဆိုသည့်စာရင်းထဲသို့ မိမိဘာသာမိမိ မသိဘဲ ကိုယ့်လုပ်ရပ်၏ဆိုးကျိုးဆက်စာရင်းက ဝင်သွားခဲ့ပြီဖြစ်သည်။

၃၁။ သူတစ်ပါးကို စိတ်ပါလက်ပါ ချီးကျူးစကား ပြောကြားတတ်ပါစေ

မကောင်းသတင်းဆိုရင် ပျံ့လွယ်တယ်၊ ကောင်းသတင်းဆိုရင် လူတွေက ပြောရမှာ တယ်ပြီးတုံ့နှေးတာပဲဟု ပြောတတ်ကြသည်။ အကယ်၍ ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်မှာ လူငယ်ဖြစ်စေ လူကြီးဖြစ်စေ တစ်ခုခုကို အောင်မြင်အောင် စွမ်းဆောင်နိုင်သည်။ သို့မဟုတ် ကံကြမ္မာဆိုးတစ်ခုခုကို အောင်မြင်စွာ ကျော်လွှားနိုင်သည်ဆိုလျှင် သူ့စိတ်ဓာတ်၊ သူ့ဇွဲ၊ သူ့အတိတ်ကုသိုလ်ကံကောင်းနှင့် ယခုပစ္စုပ္ပန်ကြိုးစားဆောက်တည်မှုတို့ကို အကြောင်းပြုပြီး လှိုက်လှဲစွာ ချီးကျူးစကားပြောလိုက်ပါ။ စေတနာ စိတ်ကောင်းနှင့် ဆုမွန်ကောင်း

တောင်းပေးလိုက်ပါ။ ထိုသူများသည် များစွာစိတ်ချမ်းသာသွားပါလိမ့်မည်။ ကိုယ့်အနေဖြင့် စေတနာကောင်းကို အရင်းစိုက်ပြီး ဝစီကံဖြင့် စိတ်ပါလက်ပါ ပြောလိုက်ရုံနှင့် သူတစ်ပါးကို အပျော်ကလေးတွေ ပေးလိုက်နိုင်သည်မှာ လွန်စွာကောင်းလှသည်၊ စေတနာဒါနလည်း မြောက်သွားသည်။ မိမိ၏ ဘဝတွင်လည်း မိမိစွမ်းဆောင်နိုင်တာကိုပင် မည်သူကမျှ အသိအမှတ် ပြုဖော်မရဘဲ ခြောက်ခြောက်သွေ့သွေ့ဖြစ်နေသည်ဆိုလျှင် ဝမ်းနည်းစရာ ကောင်းမည်ပင်။ သူတစ်ပါးကို စိတ်ချမ်းသာပါစေ၊ သူ့အောင်မြင်မှုအတွက် သူ့ဘာသာ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာဖြစ်နိုင်ပါစေဆိုသည့် စေတနာနှင့် သေသေ ချာချာ ချီးကျူးလိုက်ပါ။ အောင်မြင်သည့်သူတိုင်း ထိုသို့ စေတနာဒါနမျိုးကို လုပ်တတ်ပါသည်။ တချို့က သူသာ တော်တာမဟုတ်ဘူး၊ ငါလည်း တော် တာပဲ။ ငါက တကယ်တော်လို့ အောင်မြင်တာပဲ။ သူ့လိုမတော်တဆ အောင်မြင်မှုရလာတာ မဟုတ်ဘူးဟု ခပ်တင်းတင်းပြောပြီး မသိကျိုးကျင် လုပ်နေတတ်ပါသေးသည်။ ထိုကဲ့သို့သောသူ၏စိတ်သည် မစ္ဆရိယမဖြစ်ပါ ဘူးဟု ငြင်းဆန်၍မရနိုင်လောက်သည့် စိတ်ထားဖြစ်သည်။

ဝဋ်ဆိုသည်မှာ ကြောက်စရာကောင်းပါသည်။ လူတိုင်းဘဝမှာ သစ်ငုတ်မြင့်တုံ့ မြက်မြင့်တုံ့ ဟုပြောလေ့ရှိသလို အချင်းချင်းမှာ သူကကျော သွားလိုက်၊ ကိုယ်ကကျော်သွားလိုက်နှင့် ဖြစ်နေတတ်သည်။ ထိုထက်ဆိုး သည့် မှန်ကင်းတစ်လှည့် ထင်းတစ်လှည့်ဆိုသည့်အတိုင်းလည်း ဖြစ်တတ်ပါ သေးသည်။ ထို့ကြောင့် သူများအောင်မြင်သည့်အတွက် အငိုက်စိတ်မဝင်ပါလေ နှင့်။ လူပဲ မသေမချင်း လျှောက်လှမ်းနေရဦးမည့်ခရီးမှာ ကိုယ်ကလည်း သာသွားနိုင်ပါသည်။ သာသွားလျှင်လည်း သိပ်ဝမ်းမသာပါနှင့်။ ဝမ်းသာပြီး မော့တော့မော့တော့လုပ်နေလျှင် ခလုတ်တိုက်ပြီး လဲသွားမှ ခက်ချိမ့်မည်။

အရေးကြီးသည်မှာ လူဆိုတာ ပြိုင်ချင်းပြိုင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုပြိုင်ခြင်း မှာ အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။ သူတစ်ပါးအောင်မြင်လျှင်လည်း ကောင်းလိုက် တာ၊ ပျော်စရာကြီးကွာဆိုပြီး တကယ့်ကိုပျော်ရွှင်စွာနှင့် ချီးကျူးလိုက်စေချင် ပါသည်။ မိမိဘက်မှ စေတနာပါသောအပြုံးဖြင့် ချိုသာစွာ ရွှင်ပျစွာ ချီးကျူး ပေးရုံမျှသာဖြစ်သည်။ တစ်ဖက်သားအတွက် များစွာစိတ်ချမ်းသာစေနိုင်ပါ သည်။ ဤကဲ့သို့ ဝန်မကျယ်လှသော စေတနာဒါနကို ပြုတတ်စေချင်ပါသည်။

၃၂။ ရွှင်ရွှင်ပျပျ နေတတ်ပြီး အကောင်းမြင်တတ်သူဖြစ်ပါစေ

လူဆိုသည်ကတော့ အမျိုးမျိုးပါပဲ။ မျက်နှာရှစ်ခေါက်ချိုးနှင့် မတူသလို မတန်သလိုပုံမျိုးချိုးပြီး နေတတ်တဲ့သူတွေလည်း ရှိသလို၊ ပြုံးချိုရွှင်ပျစွာနှင့် အတင်းပုံးပြီး သူများအကြောင်းကို စပ်စုတတ်သူ၊ တခြားသူများအကြောင်း ကို သယ်ဆောင်ပြောဆိုတတ်သူများလည်း ရှိပါသည်။ ကလေးများသည် လူကြီးများ၏ အရိပ်ဖြစ်သည့်အတွက် ကလေးဖြစ်ပါလျက် ရွှင်ရွှင်ပျပျမရှိဘဲ မှိုင်နေတတ်ခြင်း၊ မျက်နှာထားမာထန်နေခြင်းများသည် အိမ်ကအကျင့်တွေ ကူးလာ၍ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ လူကလည်း နေကောင်းတယ်၊ စိတ်ဆင်းရဲစရာ လည်း တကယ်တမ်းကြီးကြီးမားမားမရှိလှပေမယ့် ရွှင်ရွှင်ပျပျမနေခြင်းသည် လောကကို အကောင်းမြင်တတ်သည့် အလေ့အကျင့်ရရှိအောင် ကျင့်မပေး သောကြောင့် ဖြစ်သည်။

ရွှေစည်းမျဉ်းအရပြောရလျှင် ရတနာရှိရာ ရတနာလာတတ်ပါသည်။ မိမိကိုယ်၌က စိတ်ကောင်းနှလုံးကောင်းထားပြီး ကောင်းသည့်စကားများကို ပြောမည်၊ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်နေမည်၊ ကြုံလာသမျှကိစ္စတွေကို အကောင်းဘက် က မြင်အောင် ကြိုးစားမည်ဆိုလျှင် ကောင်းတာတွေဖြစ်လာတတ်သည်။

အရေးကြီးသည်မှာ စေတနာစိတ်ကောင်းထားရန် ဖြစ်သည်။ မိမိနှင့် မိမိ၏ပတ်ဝန်းကျင်ကို စေတနာစိတ်ကောင်းထားပြီး ဘဝတိုတိုမှာ အရသာ ရှိရှိနှင့် နေတတ်အောင် လေ့ကျင့်ပေးရန်လိုပါသည်။ လူငယ်တွေကလည်း လူကြီးတွေကို အကြောက်တရား ထားတာများလွန်းလှသဖြင့် အရိပ်မြင်လျှင် တောင်မှ ကွေ့ရှောင်တာမျိုးဖြစ်တတ်သည်။ လူကြီးတချို့ကလည်း မိမိ ပတ်ဝန်းကျင်က လူများကို ခပ်တင်းတင်းနှင့် ကင်းအောင်နေတတ်ကြပါသေး သည်။ လုပ်ငန်းခွင်သည် မေတ္တာအဆီအစေးမကပ်သဖြင့် ဟာကွက်များကာ သွေ့ခြောက်နေတတ်သည်။

အရာအထူးအလျောက် လောကဝေါဟာရဖြင့် ခေါ်တတ်ကြသည့် အထက်လူနှင့်အောက်လူများသည် တရားသဘောနှင့်ကြည့်လျှင် နာမ်ရုပ် တွေ အချင်းချင်းဖြစ်သည်။ သင်္ခါရလောကကြီးမှာ အောက်ကလူတွေဆို သည့်စကားကို မသုံးဘဲ နေနိုင်လျှင် ကောင်းပါမည်။ အချင်းချင်းချစ်ခင်

အောင် လူကြီးကစတင်ကာ လမ်းဖွင့်ပေးသင့်သည်။ နေကောင်းကြတယ် နော်၊ အလုပ်လုပ်ရတာ အဆင်ပြေကြရဲ့လား၊ ပင်ပန်းသွားကြပြီနော်။ ကျေးဇူး တင်ပါတယ်။ အားလုံး စိတ်ပါလက်ပါလုပ်ဆောင်လို့ ဒီလုပ်ငန်းကြီး ချော မွေ့အောင်မြင်နေတာပါ စသည်ဖြင့် စေတနာစိတ်ကောင်းနှင့် ပြောသည့် စကားမှန်လျှင် ဖန်ပြာခွက်နှင့် ကျောက်စက်ရေကို တိုက်လိုက်သည်နှင့် တူပါသည်။ လူတိုင်း၏ရင်ကို အေးမြစေနိုင်ပါသည်။

အကောင်းမြင်တတ်သူဆိုသည်မှာ အကောင်းတွေဖြစ်လာမှ မြင် တတ်သည့်သူကို ခေါ်သည်မဟုတ်ချေ။ မကောင်းသည့်ကိစ္စများ ဖြစ်လာ လျှင်တောင်မှ ထိုမကောင်းသည့်အဖြစ်များကို ဘယ်လိုကျော်လွှားနိုင်သည် ဆိုသည့် အဖြေကိုရအောင် ချက်ချင်းတွက်ဆတတ်သူ၊ ကိုယ်နှင့်အတူ ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်နေသူများကို စိတ်ဓာတ်မပျက်ပြားအောင် စည်းရုံးထိန်း သိမ်းရုံမက အသစ်တဖန် ပြန်လည်ကြိုးစားချင်စိတ် ထက်မြက်လာအောင် တွန်းအားပေးနိုင်သည့်သူ ဖြစ်ရပါမည်။ တွန်းအားဆိုသဖြင့် ဇွတ်တွန်းပြီး လုပ်ခိုင်းရမည် မဟုတ်ချေ။ လူများ၏စိတ်သည် ထင်သည်ထက်ပို၍ အား ကောင်းသည်ဆိုသည့်အချက်ကို ယုံကြည်ရပါမည်။ ထိုအချက်ကို ပိုမိုခိုင်မာ အောင် တွန်းအားပေးသည့်သဘောဖြင့် အလုပ်ကို ကိုယ်တိုင်ဦးဆောင်ကာ လုပ်ပြရင်း စည်းရုံးနိုင်သူ ဖြစ်ရပါမည်။ ကိုယ်တိုင်ကလည်း တက်ကြွသည့် သူ ဖြစ်ရမည်။ အကောင်းတွေဖြစ်လာအောင် အများနှင့်အတူ ပူးပေါင်းလုပ် ဆောင်၍ ရသည်ဟု ယုံကြည်သည့်သူဖြစ်ရပါမည်။ တစ်နည်းဆိုရလျှင် အကောင်းဖြစ်လာအောင် လုပ်သည့်နည်းကို ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ (နှုတ်ပြော မပါဘဲ) လုပ်ပြတတ်သည့်သူဖြစ်ရန် လိုအပ်သည်။

စာသင်နေသည့် ကျောင်းသားဖြစ်စေ၊ အလုပ်ခွင်မှ လူငယ်တစ် ယောက်ဖြစ်စေ ပတ်ဝန်းကျင်တွင် ထူးချွန်သည့်သူတစ်ယောက် ဖြစ်ရန်မှာ အစဉ်ကြိုးစားနေရပေမည်။ လုပ်ငန်းခွင်က လူကြီးများကလည်း မိမိပတ်ဝန်း ကျင်ကို ဦးဆောင်သည့်သူ၊ လမ်းပြသည့်သူဖြစ်ဖို့အရေးတွင် အမြဲတစေ တော်တည့်မှန်ကန်ဖို့ လိုအပ်သည်။ အရည်အချင်းရှိ၍၊ အရည်အချင်းပြည့် ၍ နေရာကောင်းရသည်မှာ မှန်သော်လည်း အစဉ်သဖြင့် ပြောင်းလဲတိုးတက် နေသည့် လောကကြီးတွင် ကိုယ်ကိုယ်၌ကလည်း တိုးတက်နေသူဖြစ်ပြီး

အများကို အမြဲတစေဦးဆောင်နိုင်ဖို့ မိမိကိုယ်ကို ဆောက်တည်ထိန်းသိမ်းထားသည့် စံများ သတ်မှတ်ထားရန် လိုအပ်သည်။

မည်သို့သောစံများဖြစ်သည်ကို တစ်ချက်ချင်း ရေးချဖို့က ကျမ်းလေးမည် စိုးရသည်။ ခြုံပြီးပြောရလျှင် အချိန်တိုင်းမှာ အကျင့်စာရိတ္တအနေနှင့်ရော၊ အသိပညာ အတတ်ပညာအနေနှင့်ရော တစ်ခါလောက်ပြုပြင်ရုံဖြင့် ပြည့်စုံရန် မဖြစ်နိုင်ချေ။ သေသေချာချာ ဆန်းစစ်ပြီး ပြုပြင်နေသင့်သည်။ ဥပမာပေးရပါဦးမည်။ ငါသည် သူများတိုးတက်မည့်လမ်းခရီးကို မပိတ်ပင်ပါ။ ငါ၏လုပ်ငန်း၊ ငါ၏အခြေအနေတိုးတက်အောင် ကြိုးစားသည့်အခါ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်း မဖောက်ပါ။ ကိုယ်ကျင့်တရားကို အသက်နှင့်လဲပြီး စောင့်ရှောက်ပါမည်။ ငါ၏သား၊ ငါ၏သမီးများကို ပြန်ပြောသည့်အခါတွင် ရှက်စရာကောင်းသည့် အပြုအမူ အပြောအဆိုများကို ငါမလုပ်ခဲ့ပါ။ ကိုယ်ကျိုးအတွက် သူတစ်ပါးတို့၏အစွမ်းအစကို ခေါင်းပုံမဖြတ်ပါ။ တစ်နည်း သူတစ်ပါးတို့၏အညွန့်ကို မချိုးပါ။ ငါသိသမျှ တတ်သမျှကို သူတစ်ပါးတို့ အကျိုးအတွက် (ဘာမှတံစိုးလက်ဆောင် မယူဘဲ) ဖြန့်ဝေသင်ကြားပေးပါမည်စသည်ဖြင့် ယခုဘဝရော နောက်ဘဝများမှာပါ အောင်မြင်စေမည့် လူချစ်လူခင်များစေမည့် ကိစ္စများကို လုပ်ဆောင်ရန်ဆုံးဖြတ်ရမည်။ ဆုံးဖြတ်သည့်အတိုင်းလည်း အများက ကိုးစားသူဖြစ်အောင် မိမိကိုယ်ကို ဆောက်တည်ဖို့ လိုအပ်ပါသည်။

၃၃။ ဖြောင့်မတ်သူ အထူးသဖြင့် ဖြောင့်မတ်သူဖြစ်ပါ

မြန်မာဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များသည် မေတ္တာသုတ်ပရိတ်တော်နှင့် ရင်းနှီးကြသည်။ ထိုပရိတ်တော်ထဲတွင် သက္ကောစ၊ ဥဇူစ၊ သုဟုဇူစဆိုသည့် စကားများပါပါသည်။ သက္ကော ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုရာတွင် စွမ်းနိုင်သူလည်းဖြစ်ရမည်။ ဥဇူစ ဖြောင့်မတ်သူလည်းဖြစ်ရမည်။ သုဟုဇူစ အထူးသဖြင့် ဖြောင့်မတ်သူလည်း ဖြစ်ရမည်ဆိုသည့် စကားများဖြစ်သည်။

ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုသည်ဆိုသည်နှင့် ဒါနဆိုသည့်ပစ္စည်းဝတ္ထု ပေးကမ်း လှူဒါန်းခြင်းကိုသာ သတိရလိုက်ကြတာ များသည်။ ပစ္စည်းဝတ္ထုမပါ

ဘဲ စေတနာဒါနပြုနိုင်ပါသည်။ မကောင်းမှုကိုပယ်ပြီး ကောင်းမှုကိုပြုဖြစ်အောင် စွမ်းဆောင်ခြင်းသည် သူတော်ကောင်းများ၏ အလုပ်ဖြစ်သည်။ ဖြောင့်မတ်သူ၊ အထူးသဖြင့်ဖြောင့်မတ်သူများသည် စွမ်းနိုင်သူများလည်းဖြစ်သည်။ အထက်တွင် တင်ပြခဲ့သည့် မိမိကိုယ်ကို ကောင်းစွာဆောက်တည်သည့်သူများ၊ ကိုယ်ကျိုးစီးပွားအတွက် လောဘမတက်ဘူးဆိုသည့် သူများတောင်မှ ကိုယ်အလုပ်၊ နှုတ်အပြောများကိုသာ ထိန်းဖို့လွယ်ပြီး စိတ်ထဲမှာဖြစ်ပျက်နေသည့် လိုချင်လောဘများကို သတိချပ်ပြီး ကြပ်ကြပ်ကြီးထိန်းဖို့ ခက်ပါလိမ့်မည်။ ခက်သည်ကို ဖြစ်အောင်လုပ်ယူနိုင်သူများသည် စွမ်းသူများဖြစ်သည်။

တချို့သောလူငယ်များသည် သူငယ်ချင်းများအတွက် အကာအကွယ်ပေးတတ်ပါသည်။ မကောင်းတာလုပ်လျှင် ဖုံးဖိပေးခြင်း၊ သူတို့အတွက် လိမ်လည်ပေးခြင်းများ ရှိတတ်ပါသည်။ အမှန်ကို ဖော်ထုတ်ချင်သည့်သူရှိလျှင် ရန်သူဟုသတ်မှတ်တတ်သည်။ အမှန်ဆိုလျှင် သူငယ်ချင်းကို မဟုတ်တာမလုပ်ဖြစ်အောင် တားမြစ်နိုင်မှသာ သူငယ်ချင်းကို တကယ်ကာကွယ်ရာကျပါလိမ့်မည်။ ထိုသို့အကာအကွယ်ပေးသည့် အကျင့်သည့် အချို့သောအသက်အရွယ်ကြီးသူများမှာလည်း ရှိတတ်သည်။ အရက်မူးပြီး တားမြစ်နယ်မြေကို အတင်းကားမောင်းဝင်ပြီး ဟိုဝင်တိုက်၊ သည်ဝင်တိုက်လုပ်သည့်သား၏သူငယ်ချင်းကို အဖမ်းမခံရအောင် ပြောပေးသည့်သူတစ်ယောက်အကြောင်းကိုလည်း ကြားဖူးခဲ့သည်။ လုပ်ငန်းခွင်မှ သူ့အပြစ်နှင့်သူ မနေသင့်တော့သဖြင့် ထွက်သွားသည့်သူကို အပြစ်မရှိသူအဖြစ် ကာကွယ်ပြောဆိုပြီး၊ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းအတိုင်း နေသူများကို ရန်လုပ်သည့် ကျောင်းအုပ်ကြီးတစ်ယောက်ကိုလည်း ကိုယ်တိုင်တွေ့ဖူးပါသည်။ ထိုအကြီးအကဲဖြစ်သူသည် သူ့ဘာသာသူတော့ တော်ပါသည်၊ သိမ်မွေ့သည်ဟုပြောနိုင်ပါသည်။ ယခုလိုဖြစ်ရခြင်းမှာ ဖြောင့်မတ်ခြင်းကို ကောင်းစွာနားမလည်၍ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ အမှန်ဆိုလျှင် မကောင်းမှုကို ကာကွယ်ပေးဖို့ အကူအညီတောင်းမည်ဆိုလျှင် ငါ့ကိုလာမတွေ့နဲ့ဟောဟု ပြတ်ပြတ်ပြောလိုက်တာက ဆက်တိုက်ဖြစ်ပေါ်လာမည့် အမှားအယွင်းများကို ရှောင်နိုင်သည့်အပြင် အထူးသဖြင့် ဖြောင့်မတ်သူဖြစ်အောင် ထိန်းနိုင်သည်။

စည်းထားသည်ဆိုသည်မှာ ကိုယ်ကလည်း စည်းမဖောက်မိအောင် သူများလည်း စည်းရိုးကို မချိုးမဖျက်နိုင်အောင် သတိထားနိုင်မှ အောင်မြင်နိုင်သည့်အလုပ်ဖြစ်သည်။ ရွှေစည်းမျဉ်းကို မလိုက်နာချင်သည့်သူများကမှ သူ့ကိစ္စကိုယ့်ကိစ္စ အပြန်အလှန်ကူညီနိုင်မှ အောင်မြင်မှာပေါ့ဟု ပြောတတ်ပြီး လမ်းခုလတ်တွင် အလုပ်ကထွက်သွားရသည့် စာရေးသူ၏အသိတစ်ယောက်လိုဖြစ်ပါလိမ့်မည်။ ကူညီသည်ဆိုသည်မှာ ကောင်းသည့်အလုပ်ကိုလုပ်ဖို့ ကြိုးစားနေသည့်အချိန်တွင် တုံးခုပြီး လှမ်းလျှင်တောင်မှ မမီနိုင်သည့်အဖြစ်မျိုးနှင့် ကြုံနေသည့်သူကို ကူညီသည်ဟုဆိုလျှင် ဘာမျှပြောစရာမလိုပေ။ နတ်လူ သာဓုခေါ်ရမည့်အလုပ်ဖြစ်သည်။ ကိုယ့်လူဖြစ်၍ အပြစ်လုပ်သည်ကို ဖုံးဖိပေးမည်၊ ကူညီမည်ဆိုလျှင် မကောင်းမှုကို အလိုတူအလိုပါ လုပ်သည့်သူဖြစ်သွားမည်။ ဖြစ်လာသည့်ပြဿနာသည် တစ်ဖက်တည်းရှိသည်မဟုတ်ချေ၊ ခံရသည့်ဘက်ကလည်း ရှိမည်ပင်။ ခံရသည့်ဘက်မှလူတွေသည် အမှန်တရားကို ဝတ်ရုံကြီးတစ်ခုနှင့် လုံခြုံအောင်လွှမ်းပြီး ဖုံးပေးထားသည်ကို သိသိကြီးနှင့် အနစ်နာခံသွားရသည်ဟုဆိုလျှင် ခံစားရသည့်ဝေဒနာမှာ ဆိုးရွားလှမည်ဖြစ်သည်။ တကယ်တမ်း ဖြောင့်မတ်သည့်သူများသည် မကောင်းမှုကိုလုပ်ထားသည့်သူဆိုလျှင် အတွေ့တောင်မှခံတော့မည်မဟုတ်ချေ။ အပြစ်မလုပ်ဘဲ အပြစ်လုပ်သည်ဟု အစွပ်စွဲခံရသည်ဆိုလျှင်လည်း ခံရသူဘက်က ကူညီကြမည်ဖြစ်သည်။

တစ်ခါတုန်းက ဘာသာတရားကိုင်းရှိုင်းသည်ဟု သူ့ကိုယ်သူလည်း ယုံကြည်သည့် ပတ်ဝန်းကျင်ကလည်း ယုံကြည်ရသည့် လူတစ်ယောက်က သူ့သား စာမေးပွဲဖြေတာကို အဖြေပြပေးသည့် မိန်းကလေးတစ်ယောက်ကို ဆရာမက မြင်သော်လည်း မတားဘဲ မသိချင်ယောင်ဆောင်ပေးသည်။ သိပ်တော်တာဟု ပြောပါသည်။ ကျွန်မက စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းအတိုင်း လိုက်နာလုပ်ဆောင်ခြင်းမရှိလျှင် အပြစ်ဖြစ်သည်ဟု ပြောလိုက်သည်။ ထိုသူက လူတစ်ယောက်စာမေးပွဲအောင်သွားအောင် ကူညီပေးတာဟာကုသိုလ်ကောင်းမှုဖြစ်သည်။ သူ့သားသည် အမှတ်လေးဆယ်နှင့်ကပ်ပြီး အင်္ဂလိပ်စာအောင်သွားသည်။ ဆရာမက ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုတာပဲဟု ပြောပါသည်။ ကျွန်မက အဲသည်လူကို ထပ်၍ပြောလိုက်သည်။ ဆရာမက တစ်တန်းလုံး

ကို ကုသိုလ်မပြုနိုင်တော့ မတတ်တာချင်းအတူတူ ရှင့်သားက အောင်သွားတယ်ဆိုရင် ကျန်တဲ့ကလေးများအပေါ်မှာ မတရားဘူးပေါ့ဟု ပြောလိုက်ရပါသည်။ သူတော်ကောင်းကြီးက နှုတ်ခမ်းစူသွားသည်။ အထူးသဖြင့် ဖြောင့်မှန်သည့်သူများသည် ကျောသားရင်သား မခွဲခြားဘဲ အမှန်တရား၏မျက်နှာကိုသာ ကြည့်မည်ဆိုလျှင် မတရားမှုများ လျင်လျင်မြန်မြန် ကွင်းစင်သွားမည်ဖြစ်သည်။တကယ်တမ်းကြီးစားချင်သည့် လူငယ်များလည်း စိတ်ဓာတ်ကျသည့်အဖြစ်မျိုးနှင့် မကြုံရတော့ဘူးဟု စိတ်ချနိုင်လောက်ပါသည်။

အထူးသဖြင့် ဖြောင့်မှန်သည့်သူသည် အကျိုးရလဒ်ကိုချည်း ကြည့်ရမည်မဟုတ်ချေ။ အကြောင်းတရားကို ကြည့်ရာမှာ ကောင်းသောနည်းစနစ်ကျသောအကြောင်းတရားကို အခြေခံအဖြစ်မထားဘဲ အကျိုးကောင်းဆိုသည်မှာ မဖြစ်နိုင်ချေ။ ထိုမျှလောက် ရိုးစင်းသည့် ဗုဒ္ဓ၏အဆုံးအမကို မသိဘဲ အထူးသဖြင့် ဖြောင့်မှန်ခြင်းဆိုသည့် အရည်အချင်းနှင့် ပြည့်ဝမလာနိုင်ချေ။ ထိုကဲ့သို့သော အခြေခံကို သိထားသင့်သည်။

၃၄။ မိမိအဆင့်အတန်းကို မိမိမြှင့်တင်ပါ၊ မိမိအဆက်အသွယ် မိမိအားကြည်ညိုသူများကို မွေးမြူပါ

စာရေးသူတို့ မြန်မာမှာ ပြောစမှတ်တွင်သည့်စကားတစ်ခု ရှိပါသည်။ အလိုကြီးသော် မရ၊ အလိုနည်းသော် ရ၏ဆိုသည့်စကားဖြစ်သည်။ ကိုယ်ရောက်ရှိနေသည့် ပတ်ဝန်းကျင်တွင် ကိုယ့်ကိုအဆင့်မြင့်သည့်သူ၊ ကိုးစားလောက်သည့်သူဟု သတ်မှတ်သည့်သူများကို ကိုယ်က အမှတ်ထင်ထင် မွေးမြူ၍ရခဲ့သည်။ဘယ့်လောက်ပဲပေးပေး ကျွေးကျွေး မွေးမြူထားသူများက သစ္စာမစောင့်ဘူးဟု ညည်းညူပြောဆိုသည့်စကားများကို ကြားနေကျဖြစ်သည်။ လူများကို ကိုယ်လိုသလို ပြုပြင်ဖို့ဆိုသည်မှာ မလွယ်ကူပေ။သူတို့က ရုပ်ဝတ္ထုနှင့်ချည်း တည်ဆောက်ထားတာမဟုတ်သည့်အပြင် သူတို့ဖြတ်သန်းခဲ့ရသည့်ဘဝတစ်လျှောက် အတွေ့အကြုံများကလည်း ရှိနေသေးသည်။ သို့ဖြစ်၍ ကိုယ့်စိတ်နှင့်သူ့စိတ်တို့ ညီညွတ်ပြီး လုပ်သမျှအလုပ်များတွင် ပါရမီဖက်များ ပီသဖို့ဆိုသည်မှာ အလိုလိုဖြစ်မလာနိုင်ချေ။

လူများသည် ကိုယ့်အပေါ်တွင် နည်းမျိုးမျိုးနှင့် မျှော်လင့်ချက်ထား

တတ်ကြသည်။ တချို့သောသူများသည် သူတို့မကောင်းမှုလုပ်သည့်အခါ တွင် အပေါင်းအဖော် ဖြစ်စေချင်သည်။ သူတို့ခိုင်းတာကို လုပ်ပေးစေချင် သည်။ နို့မဟုတ်လျှင် ရန်လုပ်ချင်တတ်သည်။ ပြန်၍စဉ်းစားကြည့်လျှင် ကျောင်းသားအရွယ် လူငယ်ဘဝတုန်းကတောင်မှ ထိုကဲ့သို့သော အဖြစ်များ နှင့် ကြုံခဲ့ရပါသေးသည်။ ထိုသူမျိုးများနှင့်ပေါင်းလျှင် အန္တရာယ်က မကင်း နိုင်ပါ။ ထို့ကြောင့် မကောင်းသည့်သူဆိုလျှင် မပေါင်းဘဲနေခြင်းသည် ပို၍ကောင်းပါသေးသည်။ မပေါင်းဘူးဆိုသည်နှင့် မခေါ်မပြောဘဲ နေလိုက် သည်ဟု မဆိုလိုပါ။ ကိုယ်နှင့် စိတ်ချင်း သဘောချင်း မှုချင်းမတူသည့် သူများနှင့် ပူးပေါင်းပြီး ဘာမျှမလုပ်တာက ရှင်းပါသည်။ ကောင်းပါသည်။

ကိုင်း အဲသည်လိုဆိုရင်ဖြင့် တစ်ယောက်တည်းသမား ဖြစ်သွားပြီ။ ထိုသို့ဆိုလျှင် ဘာလုပ်မလဲဟု မေးလာသော် အဖြေရှိပါသည်။ တည်ကြည် ငြိမ်သက်စွာ နေတတ်ရပါမည်။ ငူငူငေါင်ငေါင်ကြီး နေရမည်မဟုတ်ပါ။ တည်ကြည်ငြိမ်သက်စွာ အေးဆေးစွာ မျက်နှာထားကြည်လင်စွာနှင့် မဟုတ် တာ မလုပ်၊ မမှန်တာ မပြောဘဲ တကယ့်ကိုတည်ငြိမ်စွာ နေတတ်ရမည်ဖြစ် သည်။ လောကတွင် သူများကို ဒုက္ခပေးချင်သည့်သူချည်း ရှိသည်မဟုတ်၊ လူကောင်းသူကောင်းများက လာပြီးပေါင်းတော့လည်း ကိုယ့်အသိပညာ၊ ကိုယ့်စေတနာ၊ ကိုယ့်တည်ကြည်မှုများသည် ကိုယ့်အစုအဖွဲ့၏ အင်အားဖြစ် လာမည်မှာ သေချာသည်။ တုန်လှုပ်အောင် လုပ်သည်ကို ခံနိုင်ရည်ရှိပြီး တုန်လှုပ်ခြင်းကင်းသည့်သူဆိုလျှင် ကိုယ့်အဖွဲ့သားများအနေဖြင့် အလွန် လေးစား အားကိုးခြင်းကို ခံရတတ်သည်။ ကျွန်မတို့ငယ်ငယ်ကတည်းက သဘာဝခေါင်းဆောင်ဖြစ်သည့် ထိုကဲ့သို့သောကျောင်းသားမျိုးကို တွေ့ဖူးသည်။

အသက်အရွယ်ရောက်လာသည့်အခါမှာလည်း တည်ကြည်မှန်ကန် သည့်သူ မလိမ်မညာတတ်သည့်သူဆိုလျှင် မပေါင်းဖူးသည့် သူများကပင် သတင်းစကားကြားသည်နှင့် ဒီလူက လူမှန်ပဲ၊ ဒီလူနဲ့ဆက်သွယ်ပြီး အလုပ် လုပ်သည်ဆိုလျှင် မှားနိုင်စရာမရှိဘူးဟု ပြောခြင်းကိုခံရတတ်သည်။ ကိုယ့် အဖွဲ့သားဟုဆိုသဖြင့် အသင်းအဖွဲ့အနေနှင့် ဖွဲ့ထားခြင်းမဟုတ်ပေ။ ကိုယ် နှင့်လုပ်ငန်းတူ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များက ကိုယ်ပြောသည့်စကားဆိုလျှင် ယုံ သည်။ အဲသည်လမ်းကိုသွားလျှင်တော့ ဆူးညှောင့်ခလုတ်ကံသင်းနှင့် ကြုံရမည်ဟု

ပြောလိုက်သည်နှင့် အားလုံးက ဒီလမ်းသွားဖို့နေနေသာသာ လှည့်တောင်မှ မကြည့်တာမျိုး၊ ဒါကိုတော့ လုပ်သင့်တယ်ဟေ့ဆိုလျှင် ချက်ချင်းထလုပ်တာ မျိုးလို သြဇာတိက္ကမကြီးမားသည့်သူများ ရှိတတ်သည်။ ငယ်သည်ဖြစ်စေ ကြီးသည်ဖြစ်စေ သြဇာကြီးမားသူများ၌ တည်ကြည်ဖြောင့်မှန်ခြင်း၊ မှသား ကင်းခြင်းစသည့် ဂုဏ်တို့ဖြင့် ပြည့်စုံတတ်သည်။

စာရေးသူက ထိုစကားများကို စာတွေ့နှင့် ပြောနေခြင်း မဟုတ်ပေ။ စာရေးသူတို့ကျောင်းနေဘက်ထဲမှ ဆရာမတစ်ယောက်ဆိုလျှင် သူ့ဇာတိမြို့၌ တပည့်တော်ခဲ့ဖူးတဲ့သူ၊ တပည့်တော်ဆဲသူများသာမက ကျောင်းသားမိဘ ရပ်မိရပ်ဖများအပြင် ဘာသာမျိုးခြားသူများ၊ အနေအစားဆင်းရဲသူများက အစ မည်သူ့ကိုမဆို သူ့ကိုအားကိုးလေးစားတတ်ကြသည်။ မိသားစုအတွင်း တွင် အဆင်မပြေဖြစ်နေလျှင်တောင်မှ ဆရာမကို အားကိုးအားထားပြုပြီး လာရောက်တိုင်ပင်တတ်ကြသည်။ ဘာ့ကြောင့် အဲသည်လိုဖြစ်လာရသနည်း ဟုဆန်းစစ်လိုက်ပါက သူသည် မှီခိုအားထားနိုင်၍ ရိုးသား၍ ယုံကြည် နိုင်လောက်၍၊ စေတနာကောင်းနှင့် ကူညီတတ်၍ဖြစ်သည်။ အပေါင်း အသင်း လုပ်ဖော်ကိုင်ဘက်များသည် တိုင်ပင်ချင်သည့်အခါ အကြံဉာဏ် တောင်းချင်သည့်အခါ သူ့ထံကိုချဉ်းကပ်တတ်ကြသည်။ ဘယ်သူနဲ့သိတယ် မဟုတ်လား၊ ဆက်ပေးစမ်းပါဆိုသည့်ကိစ္စမျိုးကို အဲသည်လိုလူမျိုးက လုပ် မှာမဟုတ်ဘူးဆိုသည်ကို သိသည့်အတွက် အဲသည်လိုကိစ္စကို အကူအညီ တောင်းဖို့ ရောက်လာကြမည်မဟုတ်ချေ။

အကူအညီပေးသည်ဆိုသည်ကတော့ အကျိုးအမြတ်ရှိရမှာပေါ့။ ဘယ် လိုအကျိုးအမြတ်နည်းဟုဆိုလျှင် သစ္စာစောင့်သိခြင်းဖြစ်သည်။ ဘာ့ကြောင့် ကိုယ့်ကိုသစ္စာစောင့်သိချင်သလဲ၊ မိမိ၏ ဦးဆောင်မှုကို ခံယူချင်သည့်သူများ ကို ကြင်နာသနားရမည်၊ မေတ္တာစေတနာ ထားရမည်၊ နားလည်ပေးရမည်၊ ဖြောင့်မတ်စွာ ဆက်ဆံရမည်။ ကိုယ့်အချင်းချင်း ထိခိုက်နစ်နာအောင် မလုပ်သင့်ပါ၊ ချောက်မတွန်းရပါ။ ထောက်ပံ့ခြင်း၊ ရှင်ပျချစ်ခင်စွာ ဆက်ဆံခြင်းများ အားလုံးကို ပေးအပ်သော်လည်း၊ မဟုတ်တာ လုပ်လာ သည့်အခါများတွင် ဖုံးဖိပေးခြင်း လိမ်ညာပေးခြင်းစသည့်အလုပ်မျိုးကို မလုပ် သင့်ပေ။ မဟုတ်တာကို မလုပ်ဖြစ်ကြအောင် ကာကွယ်ပေးခြင်း၊ စောင့်

ရှောက်ပေးခြင်း၊ မိမိတို့အချင်းချင်း ညှာတာခြင်းများသည် ခေါင်းဆောင်ကောင်း၏ အရည်အချင်းများဖြစ်ပါသည်။

အလုပ်ဆိုသည်မှာ စပြီးလုပ်ကတည်းက ဖွဲ့ခတ်ပြီး အဆက်မပြတ် စိတ်ပါဝင်စားစွာ အားသွင်းပြီး လုပ်နေမည်ဆိုလျှင် မည်မျှပင်ခက်ခဲခက်ခဲ၊ ကြီးကျယ်ကြီးကျယ်၊ အောင်မြင်စွာ ပြီးစီးသွားတတ်သည်။ အလုပ်ကဖြင့် ခုမှစပြီးလုပ်တယ်၊ မပြီးသေးဘူးလားဟု တွင်တွင်မေးပြီး ဘယ်လောက်ပြီးနေပြီလဲဟု မှန်းဆနေတာက စိတ်ကိုမောစေသည်၊ စိတ်ကိုပင်ပန်းစေသည်။ အရေးကြီးသည်မှာ အလုပ်ကိုတရစပ်လုပ်ရင်း အလုပ်ထဲတွင် မွေ့လျော်စွာ ဝင်စားနေလျှင် စိတ်ကတက်ကြွနေတတ်သည်။ လုပ်ငန်းအောင်မြင်ပြီဆိုသည့် အချိန်တွင် အို– ဘယ့်လောက်မှမကြာပါကလားဟု ဝမ်းသာသည့်စိတ်နှင့် တွေးလိုက်နိုင်သည်။ အလုပ်ကို စဉ်ဆက်မပြတ် လုပ်ဖြစ်ဖို့က အရေးကြီးသည်။ အလုပ်ထဲတွင် စိတ်ဝင်စားနေလျှင်တော့ ပြီးစီးတာမြန်သည်ဟု ထင်ရတတ်သည်။

၃၅။ အလုပ်လုပ်ရာတွင် ရာနှုန်းပြည့်စူးစိုက်ကာ ဝင်စားပါ

အလုပ်လုပ်သည့်နေရာတွင် အလုပ်ထဲသို့ ရာနှုန်းပြည့် စူးစိုက်ထားသည်၊ အလုပ်ကို နှစ်သက်သည်၊ အလုပ်ကို ကျွမ်းကျင်သည်ဟုဆိုလျှင် လုပ်ငန်းခွင်တွင် ပျော်ရွှင်မည့်သူ၊ အောင်မြင်မည့်သူဖြစ်နိုင်သည်။ သို့မဟုတ်ပါက လုပ်ငန်းအောင်မြင်မှုကို အရာအထူး၊ လာဘ်လာဘတို့နှင့်တိုင်းတာကာ အရနည်းသည်ဟုဆိုလျှင် အလုပ်ကိုလျှော့၍လုပ်မည်။ ကောင်းသည် မကောင်းသည်ကို အပထားကာ ရသည့်နည်းဖြင့် အဂတိလိုက်စားမည်။ ပို၍ကောင်းမည် ထင်သည့်နေရာသို့ ကူးရန်ကြိုးစားမည်၊ အမှန်ဆိုသော် ချောင်းကိုပစ်၍ မြစ်ကိုရှာသူများ ရေသာများ၍ ငါးမတွေ့ဘဲ ရေနစ်သွားကြသည့် ပုံပမာလို ဖြစ်တတ်သည်။ စိတ်ဆင်းရဲ ကိုယ်ဆင်းရဲဖြစ်တတ်ကြသည်။ မည်သည့်နေရာတွင်မဆို အားအင်ထုတ်၍ လုပ်တိုင်းလည်း အမြဲသဖြင့် အဆင်မပြေနိုင်ချေ။ မိမိ၏အမှားကြောင့် အဆင်မပြေဖြစ်ခြင်း မဟုတ်ဟု ဆိုပါက စိတ်ဆင်းရဲစရာမလိုချေ။ လုပ်ငန်းခွင်တွင် တိုးတက်ဖွံ့မှု ရှိလာ

အောင် မိမိ၏အစွမ်းအစကိုသာ တိုးပွားအောင် ကြိုးစားရမည်ဖြစ်သည်။ စာရေးသူ ရေးနေသည်မှာ မှန်းဆ၍ ရေးနေခြင်းမဟုတ်ချေ။ ကိုယ်တိုင်ဒုက္ခကြီးစွာ ခံစားပြီး အားမာန်တင်းကာ ကြိုးစားခဲ့ရသည့်အဖြစ်များကို ပြန်လည်အသက်သွင်း ရေးသားနေခြင်းဖြစ်သည်။ အလုပ်ထဲတွင် အဆင်ပြေကာ ထောင်နိုင်လာပြီဆိုလျှင် သူတစ်ပါးကို ထိပါးချင်သူများ၊ နိုင်စားချင်သူများကိုလည်း အင်မတန်သတိထားကာ ရှောင်ခဲ့ရသေးသည်။ မိမိ၏ကြိုးပမ်းမှုကြောင့် တိုးတက်လာသည့်အချိန်တွင်လည်း ထိပါးသည်ကို ခံရပြန်သေးသည်။ ထိုသို့သော ဆူးညှောင့်ခလုတ်များကို ကျော်ကာ လာခဲ့ရပြီးသည့်အခါတွင် စိတ်အေးချမ်းသာရှိသွားပြီဖြစ်သည်။ အကြောင်းမှာ လုပ်ငန်းခွင်နှင့်လည်း ဝေးခဲ့ပြီ။ ထိုသူများနှင့်လည်းဝေးခဲ့ပြီ။ ကိုယ့်တွင်လည်း လုပ်စရာအလုပ်များနှင့် ပြည့်နေပြီဖြစ်သောကြောင့်ပင်။ ထိုသို့သောနေရာသို့ ရောက်လာရသည်မှာ လုပ်ရမည့်အလုပ်ကို ဖွဲ့ခတ်၍လုပ်ခဲ့သည်၊ အလုပ်ထဲတွင် စိတ်နှစ်ထားသည်၊ အလုပ်များသည့်အတွက် တစ်ခါမျှစိတ်မညစ်ခဲ့ပေ။ မည်သည့်အကြောင်းကို လေ့လာသင့်သည်ကို အမြဲသတိထား၍ ရှာဖွေလေ့လာသည်။ ခေတ်အခြေအနေအရ ရေးသင့်သည့်စာကို ရွေးချယ်ရေးသားသည်။ အစဉ်အသင့်ဖြစ်အောင် သတိထားသည်။ ပြည့်စုံစွာပြင်ဆင်၍ စာရေးသည်၊ စာသင်သည်၊ တက်တက်ကြွကြွနေထိုင်သည်။ အရွယ်အိုလာသည့်အခါတွင် လူပင်ပန်းသော်လည်း စိတ်လန်းဆန်းနေသည်မှာ အလုပ်၏အကျိုးကျေးဇူးကြောင့်ဖြစ်သည်။

အလုပ်ထဲတွင် စိတ်နှစ်ကာ စာကြည့်တိုက်သွားလိုက်၊ စာဖတ်လိုက်၊ စာရေးလိုက်နှင့် လုပ်ငန်းခွင်တွင်ရှိနေစဉ်ကတည်းက စာရေးများခဲ့သည်။ ထိုသို့စာထဲတွင် စိတ်နှစ်ထားခြင်းသည် စိတ်ညစ်ညစ်နှင့် လုပ်ရသောအလုပ်မဟုတ်ချေ။ သဘောကျနှစ်ခြိုက်စွာ လုပ်ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ တစ်ခါက လုပ်ငန်းခွင်တွင် ရှိသူများသည် ဦးစီးဌာန၏ခွင့်ပြုချက်မရဘဲ စာရေးခွင့်မရှိဟု ဆိုကာ ဒါ့ဘာချိန်အတွင်းတွင် သတိပေးခြင်းခံရသည်။ စာရေးသူ ရေးမိသည့်ဆောင်းပါးမှာ သတင်းစာမှခွင့်ပြုချက်ဖြင့် သတင်းစာတွင် ပါပြီးဖြစ်သည်။ ထိုကာလတွင် အထက်တန်းကျောင်းများအထိ ဆရာဝန်ကြီးများကိုယ်တိုင်ဆင်းကာ အေ့ဒ်စ်ရောဂါကို သတိပေးဟောပြောနေသည့် အချိန်ဖြစ်သည်။

ဆရာဝန်ကြီးများက ကာကွယ်ဆေးမရှိသည့်ရောဂါဟု ပြောသွားပါသည်။ ထိုဟောပြောချက်ထဲမှာပင် မိသားစုအတွင်း ဇနီးမောင်နှံများ တစ်ယောက်နှင့် တစ်ယောက် သစ္စာစောင့်သိကြလျှင် ထိုရောဂါဆိုး မကူးစက်နိုင်ဆိုသည့် အကြောင်းပါဝင်သည်။ လူငယ်လူရွယ်များ မူးယစ်ဆေးဝါးသုံးကာ အပ်ဖြင့် ကိုယ်တွင်းသို့ မူးယစ်ဆေးထိုးသည့်အလုပ်လုပ်လျှင် အေ့ဒ်စ်ဖြစ်တတ်သည်။ မူးယစ်ဆေးမသုံးလျှင် အေ့ဒ်စ်ဖြစ်မှာ ပူစရာမလိုဟူသော အကြောင်းလည်း ပါဝင်သည်။ စာရေးသူသည် ကျောင်းသားများနှင့်အတူ နားထောင်နေရင်း မိမိတို့မြန်မာဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များအနေဖြင့် သီလစောင့်ထိန်းလိုက်လျှင် အေ့ဒ်စ် ဖြစ်ရန်မလွယ်ကူသည့်အကြောင်းကို တွေးမိသည်။ ယဉ်ကျေးမှုကို စောင့် ထိန်းခြင်းသည် ဆေးတစ်ပါးပင်ဖြစ်သည်။ ထိုသို့တွေးကာ စာရေးသူသည် **"ယဉ်ကျေးမှုစွမ်းအား ဆေးတစ်ပါးမှတ်ပါ"** အမည်ဖြင့် ဆောင်းပါးရေးခဲ့သည်။ ရောဂါမကျရောက်စေချင်လျှင် မြန်မာနိုင်ငံ၏ ပင်မကိုးကွယ်ယုံကြည်မှုမှ ဆင်းသက်လာသော ယဉ်ကျေးမှုစွမ်းအားကို ဆေးတစ်ပါးကဲ့သို့ သုံးပါဟု ရေးသားထားခြင်းဖြစ်သည်။ အမှားမရှိ။ အငြိအစွန်းမရှိပေ။ ဒါဘာတွင် စာရေးသူ သတိပေးခံရမည်ကို ကြို၍သိပါသည်။အကြောင်းမှာ ဆရာကြီး ၏အခန်းတွင်းတွင် သတင်းစာကိုဖြန့်ကာ ပြသ၍တိုင်တောနေသောသူများ ကို မြင်ခဲ့ရသည့်ဆရာမက သတိပေးသောကြောင့်ဖြစ်သည်။ ဒါဘာတွင် သတိပေးခြင်းခံရပြီးသည့်နောက် ဆရာကြီးရုံးခန်းသို့ လိုက်သွားသည်။ ဆရာကြီးက တည်ဆဲဥပဒေရှိသောကြောင့် လုပ်ငန်းခွင်တွင်ရှိသူများ စာ မရေးရ။ စာရေးမည်ဆိုပါက ဦးစီးဌာန၏ခွင့်ပြုချက်ရမှ ရေးရမည်ဆိုသည့် စာတ်ပြားကို ပြန်၍ဖွင့်ပြပါသည်။ စာရေးသူကလည်း စာရေးခြင်းသည် ငယ်စဉ်ကပင် စာရေးသူ၏ဝါသနာဖြစ်သဖြင့် မစွန့်လွှတ်နိုင်သည့်အကြောင်း ဖြစ်သည်။ စာသင်ခြင်းကလည်း အင်မတန်ဝါသနာကြီးသော အလုပ်ဖြစ် သည်။ ထို့ကြောင့် မိမိဘာသာမိမိ မည့်သည့်အလုပ်ကိုမျှ (မည်သည့်အမှား ကိုမျှ မကျူးလွန်ဘဲ)နှင့် မစွန့်နိုင်ကြောင်း တင်ပြပါသည်။

ဆရာကြီးကလည်း မလျှော့ပါ။ စာရေးသူက စာရေးသူ ကျူးလွန်မိ သော အကျိုးပြုစာရေးမိသည့်အပြစ်အတွက် ရုံးတင်ပါဟု တောင်းဆိုသည့် အခါ ပိန်းကြာဖက်တွင် ရေမတင်သကဲ့သို့ အတားအဆီးဟူသမျှ လျော့ကျ

သွားပါသည်။ ကုန်းတိုက်ချောစားသူများသည် စာရေးသူထံမှ အကြောင်းအားလျော်စွာ အကူအညီများ တောင်းခံနေကြပါသေးသည်။ စာရေးသူကလည်း ပေးမြဲပင်ပေးပါသည်။ သဘောထားကြီးလွန်း၍ မဟုတ်ပါ။ သူတို့၏ သတ္တိကို ချီးကျူးမိ၍ဖြစ်ပါသည်။

မိမိတို့ ကောင်းစွာနိုပ်စက်သည့်တိုင်အောင် ရှင်သန်နေဆဲ မိန်းမ တစ်ယောက်ထံမှ အကူအညီကိုတောင်းခံရဲသည်မှာ တော်တော်တန်တန် သတ္တိမဟုတ်ပေ။ စာရေးသူတွင် ထိုသို့သောသတ္တိမရှိသဖြင့် သူတို့ကိုကူညီ နေရသေးသည်။

ထိုသို့သောစကားကို ပြောရသည်မှာ လုပ်ငန်းခွင်တွင် နေရာမကျတိုင်း ငါ့မှာသာ ဒီလိုဖြစ်နေရတယ်ဟု တွေးတောနေကြမည့်လူငယ်များကို အသိပေးလိုသောကြောင့် ဖြစ်သည်။ အထက်သို့တက်ချင်သောသူသည် အခက် အခဲ အနှောင့်အယှက်များစွာကို ကျော်ဖြတ်ပြီးမှသာ တက်၍ရပါသည်။ မည်သည့်ကိစ္စမျှ လွယ်လွယ်နှင့်မရနိုင်သည့်အကြောင်းကို သိစေချင်ပါသည်။

နိဂုံးချုပ်တွင် အောင်မြင်ဖို့ ပျော်ရွှင်ဖို့ဆိုသည်မှာ မိမိ၏အပေါ်တွင်လည်း များစွာတည်မှီသည့်ကိစ္စဖြစ်သည်။ လုပ်ငန်းခွင်တို့သည် ရှုပ်ထွေး၊ ခက်ခဲ၊ နက်နဲခြင်းမရှိလျှင် ပျော်ရွှင်ဖွယ်ကောင်းသည့်နေရာ ဖြစ်လာတော့ မည်မဟုတ်ချေ။ ပျင်းရိစရာ ငြီးငွေ့စရာ၊ မျှော်လင့်ချက်ကင်းမဲ့သည့်နေရာ တစ်ခုသာဖြစ်ပါလိမ့်မည်။ အောင်မြင်ချင်၊ ပျော်ရွှင်ချင်သည့်သူသည် အခက် အခဲတွေ့လေလေ ပျော်စရာတော့ကောင်းလာပြီ၊ ကိုယ်ခံအားကို မွေးမှုပဲဟု မှတ်ယူလိုက်စေချင်ပါသည်။ ကိုယ်ကခံရသည့်အားလားဟု မေးလျှင် မိမိ နှစ်သက်သလိုသာ ယူကြပါကုန်ဟု ဖြေဆိုလိုပါသည်။ အကြောင်းမှာ တစ်ခါတစ်ရံ မိမိကို ငါးဖယ်တေ တေကြသည်ကို ခံထားလိုက်လျှင် မိမိ၏ ကိုယ်ခံအားသည် တက်လာသဖြင့် နောက်တစ်ခါ မိမိကို မှတ်လောက် သားလောက်ရှိအောင် လုပ်လိုက်ကြဦးစို့ဟု စမ်းသပ်လိုသူများလာခဲ့သော် သူတို့မှောက်သွားမည်မှာ သေချာပါသည်။ ယခုပြောနေသည်မှာ တကယ့် တကယ် ရိုက်နှက်သတ်ဖြတ်ခြင်း၊ ရန်ဖြစ်ခြင်းကို မဆိုလိုပါ။ လူများသည် လုပ်ငန်းခွင်တွင် အကဲစမ်းတတ်လွန်းသဖြင့် မိမိ၏ဘက်မှ သတိရှိရှိဖြင့် ပြင်ဆင်ပြီးသား ဖြစ်သင့်ကြောင်းကိုသာ ဆိုလိုပါသည်။

နိဂုံးချုပ်ဆွေးနွေးခြင်း

၁။ အလုပ်ကြိုးစားခြင်းဖြင့် ရာထူးတိုးတက်နိုင်ပါစေ

အလုပ်ကိုကြိုးစားခြင်းဖြင့် ရာထူးတိုးတက်နိုင်ပါစေဆိုတဲ့ ဆွေးနွေးတင်ပြချက်ဟာ စာရေးသူကိုယ်တိုင် များစွာနှစ်သက်ခြင်းမရှိလှတဲ့ စကားဖြစ်နေပါတယ်။ တကယ်ဆိုတော့ စာရေးသူတို့အားလုံး ကံပစ်ချတဲ့အတိုင်း၊ တစ်နည်းဆိုရရင် ဘဝပေးကုသိုလ်အတိုင်း ရလာတဲ့အလုပ်တစ်ခုခုကို လုပ်နေကြရင်း ဒီလောကမှာနဲ့တော့ ငါရပ်တန့်ပြီး မနေနိုင်ဘူးလို့ တွေးတတ်ကြတဲ့သူချည်းဖြစ်ပါတယ်။ အဲသည်လိုရပ်တန့်မနေနိုင်လို့ ရာထူးတိုးတက်မှုဆိုတဲ့ ပန်းတိုင်တစ်ခုကိုသာ ဦးတည်ချက်ထားပြီး လုပ်နေဆဲအလုပ်ကို လုပ်နေကြတယ်ဆိုရင်လည်း သိပ်ပြီးကျဉ်းမြောင်းပါမယ်။ မိမိဘဝတစ်ခု လုံးအတွက် ခင်းထားတဲ့လမ်းစတစ်ခုအနေနဲ့ သတ်မှတ်ဖို့ မထိုက်တန်လောက်အောင် သေးငယ်လှပါတယ်။

ဒါဖြင့်ရင် စာရေးသူက ဘာ့ကြောင့် အဲသည်အကြောင်းကို ဆွေးနွေးဖို့ ရွေးချယ်လိုက်သလဲလို့ မေးစရာရှိပါတယ်။ ဟုတ်ကဲ့။ ရာထူးတိုးတက်ဖို့ဆိုတဲ့ဦးတည်ချက်ဟာ ထက်မြက်တက်ကြွတဲ့၊ တိုးတက်အောင်မြင်ချင်တဲ့သူများအဖို့ အပြည့်အဝ ထိုက်တန်ခြင်းမရှိတဲ့ ဦးတည်ချက်ဖြစ်တယ်ဆိုတာကို ဆွေးနွေးချင်လို့ ဖြစ်ပါတယ်။

အရာအထူးတိုးတက်မှုဟာ တကယ်တော့ တိုးတက်ခြင်းအမျိုးမျိုးရဲ့နောက်ပိုင်းမှာ သူ့အလိုလိုလိုက်လာရမယ့် သဘာဝဖြစ်ရပ်တစ်ခုသာ ဖြစ်သင့်ပါတယ်။ လုပ်ငန်းခွင်ရောက်တာနဲ့ ရာထူးတိုးတက်အောင် ဘယ်သူ့နဲ့အကြောင်းအပေါင်းသင့်ရမလဲ၊ ဘယ်လိုနည်းနဲ့ ချဉ်းကပ်ရမလဲ။ အလုပ်လုပ်တဲ့အခါမှာ ဘယ်လိုကျိုးကျိုးနွံနွံနေရမလဲဆိုတာတွေကို အရင်ဆုံး တွေးတဲ့သူတိုင်းလည်း ရာထူးအမြန်တက်တတ်တာ မဟုတ်ပါဘူး။ ရာထူးကလည်း အမြန်တက်သွားပြီး ရောက်သွားတဲ့နေရာမှာ ချောင်ထဲပိတ်မိသလို ဖြစ်သွားရင်

ကော ဘယ်သူကြိုက်နိုင်ပါ့မလဲ။ ဒါမှမဟုတ် မိမိရရှိလာတဲ့ မြင့်မားတဲ့ရာထူးသစ်မှာ မိမိမကျွမ်းကျင်တဲ့လုပ်ငန်းများနဲ့ တိုးရမယ့်အပြင် အဲသည်အဆင့်မှာ လုပ်ငန်းကိုကြီးကြပ်တဲ့သူကလည်း လူအများက အတော့်ကို ကြောက်ကြရတဲ့ စည်းကမ်းကြီးသူဖြစ်နေရင်ကော၊ များစွာထက်မြက်ခြင်းလည်း မရှိ၊ အတတ်ပညာပိုင်းဆိုင်ရာမှာလည်း ထူးချွန်ခြင်း နည်းပါးတဲ့သူဆိုရင် ဘယ်လိုဖြေရှင်းမလဲ၊ စဉ်းစားစရာတွေက များလှပါတယ်။

လုပ်ငန်းခွင်တစ်ခုမကမှာ အဆင့်ဆင့်တက်လာတဲ့သူများနဲ့ ဆွေးနွေးမိရာက ရလာတဲ့အသိပညာများကို လက်ဆင့်ကမ်းလိုပါတယ်။ အထက်တစ်နေရာမှာ တင်ပြခဲ့သလို ဆိုးတဲ့လုပ်ငန်းခွင်၊ ကောင်းတဲ့လုပ်ငန်းခွင်ဆိုပြီး ခွဲခြားတာဟာ သဘာဝမကျတတ်ပါဘူး။ လုပ်ငန်းခွင်ကို ရောက်လာတဲ့ လူများရဲ့ ပင်ကိုစရိုက်နဲ့တုံ့ပြန်မှုအရ ကောင်းတယ် ဆိုးတယ်ဆိုတာဖြစ်လာတာပါပဲ။

ပြီးတော့ လုပ်ငန်းခွင်ထဲမဝင်ခင်မှာ လုပ်ငန်းခွင်အကြောင်း၊ လုပ်ငန်းခွင်ထဲက လူကြီးအကြောင်းများကို ကြားကြရတာဟာ မီဒီယာက ထုတ်လွှင့်တဲ့သတင်းနားထောင်ရသလို၊ မဲ့ကာရွဲ့ကာအတင်းပြောကျင့်ရှိသူ ပြောတဲ့စကားကိုနား ထောင်ရသလိုပါပဲ။

လုပ်ငန်းခွင်ထဲကလူကြီးဟာ ဘယ့်လောက်ဆိုးတယ်၊ သူနဲ့သင့်တင့်စေချင်ရင် ဘယ်လိုညှိတ်တွားရမယ်၊ လုပ်ငန်းခွင်ကို မဝင်ခင်မှာ သူ့ဆီကို အရင်ဝင်ရမယ်။ သူ့ဇနီးထက် သူ့အမေကို ပိုမိုအလေးထားတဲ့အတွက် အဲသည်အမေကြီးနဲ့ သင့်တင့်အောင်ပေါင်းရမယ်။ ဘယ်သူဖြင့်ရင် အဲသည်လိုအပေါင်းကောင်းလို့ လုပ်ငန်းခွင်မှာ သူရှိနေတဲ့အချိန်တစ်ချိန်လုံးမှာ လူကြီးနဲ့ သိပ်အဆင်ပြေတာပဲ။ အခု တခြားပြောင်းသွားတော့တောင် ဒီမှာလုပ်သမျှပွဲတွေကို တက်ရောက်ဖို့ဖိတ်ခေါ်ခြင်း ခံရတယ်ဆိုတဲ့ စကားများ၊ ဒါထက်တောင်မှ ဆန်းပြားတဲ့စကားများ လာပြောတဲ့သူများနဲ့ လုပ်ငန်းခွင်ဝင်ခါနီးမှာ ကြုံရတတ်ပါတယ်။ တကယ့်ကိုသဘောထားမှန်မှန်နဲ့ စဉ်းစားမယ်ဆိုရင် မိမိနဲ့ နဖူးတွေ့ ဒူးတွေ့ တွေ့ရမှာက လုပ်ငန်းခွင်ထဲက မိမိကိုင်တွယ်ရမယ့် အလုပ်နဲ့ လုပ်ငန်းဆိုင်ရာ နည်းပညာများဖြစ်ပါတယ်။ လူမှုရေးက ပထမ လာနေတာကိုက သဘောထားမှားနေတာပါပဲ။

စာရေးသူလည်း ကြုံဖူးပါတယ်။ အဲသည်လိုလာပြောတဲ့ လုပ်ငန်းခွင်မှာ ရှိပြီးသား အသက်ကြီးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးလည်း ပြန်ရော၊ စာရေးသူရဲ့ အမေက မဖြစ်ဖူး၊ မဖြစ်ဖူး ဟိုဦးလေးကြီးပြောသလို ကျောင်းမသွားခင် အိမ်သွားလိုက်ကြစို့လို့ ပြောရှာပါတယ်။ အင်မတန်ရိုးသားတော့ လုပ်ငန်းခွင်ထဲကို သမီးဝင်ကာစမှာ အဆင်မပြေဖြစ်မှာကို သိပ်ကြောက်ရှာတဲ့အမေ့ကို သနားလည်း သနားပါတယ်။ စာရေးသူဝင်ရမယ့်လုပ်ငန်းခွင်က အထက်တန်းကျောင်း တစ်ကျောင်းဖြစ်ပါတယ်။ စာရေးသူက အဲသည်ခေတ်အနေနဲ့ ရှားပါးသေးတဲ့ ဘီအီးဒီဘွဲ့ကို ထူးထူးချွန်ချွန် ဂုဏ်ထူးများစွာနဲ့ အောင်လာတဲ့သူဖြစ်ပါတယ်။ မောက်မာလို့ မာနကြီးလို့တော့ မဟုတ်ပါဘူး။ လုပ်ငန်းခွင်ကိုဝင်ဖို့ဆိုတာ စာတတ်ဖို့လိုပါတယ်။ စာကို စာကူးစက်လို၊ ကြက်တူရွေး စာအံသင်သလို သိလာသမျှကလေးကို ပြန်ပြီးရွတ်ဆိုပြရုံပြတတ်တဲ့ သူအဖြစ် သင်လာတဲ့သူလည်းမဟုတ်ပါဘူး။

အခုဝင်ရမယ့်ကျောင်းက စာရေးသူငါးတန်းကစပြီး တက္ကသိုလ်ဝင်တန်းထိ နေခဲ့ရတဲ့ကျောင်းဖြစ်ပါတယ်။ ငါးတန်းကစပြီး ဆရာကောင်း သမားကောင်းများရဲ့ တပည့်အဖြစ်နဲ့ ကောင်းစွာကြိုးစားသင်ယူခဲ့သူလည်း ဖြစ်တဲ့အတွက် မိမိရဲ့ကျောင်းတော်ကြီးကို ပြန်ပြီးဝင်တဲ့အခါမှာ သဘာဝကျကျကလေးပဲ ပြန်ဝင်ချင်ပါတယ်။ ဆရာသမားများထံကို ဝင်ရောက်သွားတဲ့အခါ ရပ်ဝေးကပြန်လာတဲ့ သမီးအလိမ္မာကလေး အိမ်ကိုပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် ပြန်လာသလိုမျိုး၊ ဆရာကောင်းတပည့်ကလေးအဖြစ်မိမိကိုကောင်းစွာ သွန်သင်ပေးလိုက်တဲ့ ဆရာများက ဂုဏ်ယူထိုက်တဲ့တပည့်ကလေး တစ်ယောက် ပြန်လာပြီကောလို့ ကျေကျေနပ်နပ် ဆီးကြိုကြတာကိုခံယူရင်း လက်ဆယ်ဖြာ ထိပ်မှာမိုးပြီး အားလုံးသောကျေးဇူးရှင် ဆရာ ဆရာမများကို ကန်တော့ရင်း မိမိနေခဲ့တဲ့ကျောင်းကို ပြန်ဝင်သွားချင်ပါတယ်။

အဲဒါကြောင့် အလွန်ရိုးသားတဲ့ စာရေးသူရဲ့အမေကို စာရေးသူက ကျောင်းကိုသာ အရင်သွားမယ်၊ ဒါကလည်း လုပ်ငန်းသဘာဝအရ မှန်ကန်တယ်။ ပြီးတော့ ဆရာကြီးကို မိမိရရှိခဲ့တဲ့ဘွဲ့လက်မှတ်များကို ပြသရဦးမယ်။ ဆရာကြီး ညွှန်ကြားတာကို ခံယူရဦးမယ်။ လုပ်ငန်းခွင် လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများကို ဆောင်ရွက်ပြီးတဲ့အချိန်မှာ ဆရာကြီးကို ထိုင်ပြီးကန်တော့မယ်။

ဘာလက်ဆောင်မှ ယူမသွားဘူး။ လူလူချင်း စုံဆယ်ဖြာ လက်မှာမိုးပြီး ညွှတ်တွားပူဇော်ကန်တော့နိုင်တယ်ဆိုတာ အင်မတန်ရှိသေမှသာ ပြုနိုင်တာ ဖြစ်တယ်။ လက်အုပ်ကြာင့် ရွှေပဒုံဆိုတာ အမြတ်ဆုံးကန်တော့ပစ္စည်းပဲလို့ တင်ပြရပါတယ်။ ပြီးတော့မှ ဆရာများ နားနေတဲ့အခန်းကို သွားမယ်လို့ ပြောပြတဲ့အခါ အမေက သဘောမတူပါဘူး။ အခုနဦးလေးကြီး ပြောသလို ဆရာကြီးအမေကို အရင်သွားပြီး ဦးညွှတ်ဖို့ တွင်တွင်ပြောနေပါတယ်။ အဲသည်လိုမလုပ်ရင် လုပ်ငန်းခွင်မှာ အဆင်မပြေဖြစ်မှာ အမေက သိပ်စိုးရိမ် နေပါတယ်။ အဲသည်တော့ စာရေးသူလည်း အမေနဲ့ ဆရာကြီးအမေ့ထံ "ဗိုလ်ဝင်ခံဖို့"သွားရတာပေါ့လေ။ အဆင်ပြေလိုက်တာကတော့ အိမ်မှာ ဘယ်သူမှမရှိကြတာနဲ့ အလျင်အမြန်ပြန်ခဲ့နိုင်တာပါပဲ။

နောက်တစ်နေ့မှာ စာရေးသူဟာ မိမိကိုမွေးထုတ်လိုက်တဲ့ကျောင်း ကို ကျောင်းဝတ်စုံဝတ်ပြီး သေသေသပ်သပ်၊ ရိုရိုသေသေ သွားရောက်ခဲ့ပါ တယ်။ ဆရာကြီးကအစ ဆရာများကို ကန်တော့ပါတယ်။ ကျွန်မပြန်လာခဲ့ ပါပြီ။ မသင့် မတော်တာတွေ့ရင် ငယ်ငယ်တုန်းက ဆုံးမသလိုပဲ ဆုံးမပါ။ အဲသည်လိုဆုံးမမှုကို ခံယူရမယ်ဆိုရင် ပိုပြီးပျော်ရွှင်မိမှာပါလို့ ပြောပြီး အဲသည်ကျောင်းက မွေးပေးလိုက်တဲ့ တပည့်ဟောင်းတစ်ယောက်ဟာ ဆရာမ တစ်ယောက်အဖြစ် ကျောင်းကိုပြန်ပြီး ဝင်ခဲ့ပါတယ်။ ဆရာ ဆရာမအများ စုက ပျော်ရွှင်စွာကြိုဆိုခဲ့ကြပါတယ်။ တစ်ချို့က ပျော်ရွှင်ဟန်ဆောင်ကာ ပြုံးနေကြပါတယ်၊ ဒါက သဘာဝပါပဲလေ။

စာရေးသူက အဲသည်ကျောင်းမှာ စာသင်နှစ် နှစ်နှစ်လောက်ပဲ ဆရာမ လုပ်ခဲ့ရပါတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ပညာသင်ဆုရလို့ နိုင်ငံခြား ကိုထွက်ခွာသွားရတာကြောင့် ဖြစ်ပါတယ်။ ဆရာ ဆရာမများ ကျောင်းသား များနဲ့ အဆင်ပြေပါတယ်၊ အထူးသဖြင့် ကျောင်းစာကြည့်တိုက်ကြီးနဲ့ ပိုပြီး အဆင်ပြေပါတယ်။ တကယ့်ရတနာသိုက်ကြီး ဖြစ်ပါတယ်။ အဲသည် ကျောင်းမှာ နေရင်း "လူများကိုဦးဆောင်ချင်တဲ့သူဟာ လူတွေကိုမရှောင်ပါနဲ့၊ အတင်းအဖျင်းပြောတာဟာ ဘယ်နိုင်ငံမှာမဆို သဘာဝပဲ။ ဆရာများ နားနေ ခန်းဆိုတာဟာ အတင်းပြောတဲ့ကွင်းပဲ။ မရှောင်နဲ့လို့ ပြောခဲ့ဖူးတဲ့" ဆရာ တစ်ယောက်နဲ့ ခင်ခဲ့ပါတယ်။ စာရေးသူက ပြန်ဖြေတာကတော့ "အမှန်

အတိုင်း ပြောပါမယ်။ သူများကိုခေါင်းဆောင်တဲ့သူတော့ မဖြစ်ချင်ပါဘူး။ ကိုယ့်စိတ်ကိုတောင် နိုင်အောင်မထိန်းနိုင်ဘဲ ဒေါသကြီးတတ်လွန်းလို့ကြီး လွန်းလို့ ခေါင်းဆောင်လည်း မဖြစ်ချင်ပါဘူး။ အတင်းပြောတာကြောင့် စာကြည့်တိုက်ထဲမှာ ဝင်ပြီးထိုင်နေတာလည်း မဟုတ်ပါဘူး။ စာတွေက ဖတ်လို့ကောင်းလွန်းလို့ စာကြည့်တိုက်တာဝန်ကို ယူထားလို့ပါလို့ ဖြေလိုက်ပါတယ်။ အဲသည်ဆရာက ဒီလောက်အသက်နဲ့ ဒီလောက်စာတွေကို ဖတ်ပြီးသားဖြစ်နေတာ အံ့အားသင့်မိပါတယ်လို့ ပြောပါတယ်။

ဒီနေရာမှာ ရယ်စရာပြောရပါဦးမယ်။ အသက် ၂၃ နှစ်မှာ ဆရာမဖြစ်ခဲ့တဲ့အချိန်တုန်းက အခြားဆရာမငယ်ငယ်၊ ဆရာငယ်ငယ်တွေကလည်းများတော့ ဘယ်သူနဲ့ဘယ်သူကဖြင့် ကြိုက်နေတယ်ဆိုတဲ့ ခန့်မှန်းချက်တွေက ထွက်ထွက်လာပါတယ်။ စာရေးသူက ကိုယ့်အထက်က တက္ကသိုလ်ဆရာမတစ်ယောက်ဆီကရတဲ့ ဟာသကိုယူပြီး ကျောင်းသားများထံ ပြန်ပြီးအသံလွှင့်လိုက်ပါတယ်။ အေး ပေးစားကြ၊ ပေးစားကြ၊ ၁၁ ယောက်ပြည့်ရင် ဘောလုံးသင်းဖွဲ့ပစ်မယ်ဆိုတဲ့ စကားဖြစ်ပါတယ်။ ကျောင်းသားများကလည်း ရယ်ရယ်မောမောနဲ့ နားလည်မှုရသွားကြပြီး ဘယ်သူကမှ တောင်တောင်အီအီ မပြောတော့ပါဘူး။

ကျောင်းစာကြည့်တိုက်ကြီးနဲ့ အဆင်ပြေတဲ့သူဟာ ကျောင်းဆရာမဖြစ်တဲ့အတွက် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူတွေနဲ့လည်း အဆင်ပြေတာမဆန်းလှပါဘူး။ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများအဖို့ အသက်ချင်း များစွာမကွာလှတဲ့ စာရေးသူကို စံပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ် ရွေးချယ်ဖို့ အဆင်ပြေပါတယ်။ စာရေးသူက ကျောင်းတက်တဲ့နေ့ကစပြီး ကျောင်းဝတ်စုံကို တစ်သမတ်တည်း ဝတ်တဲ့အတွက် ကျောင်းဝတ်စုံကိုဝတ်ဖို့ တရားဟောစရာမလိုတော့ပါဘူး။ စာရေးသူက နှစ်ဝက်လောက်မှ ဆယ်တန်းကို အတန်းပိုင်အဖြစ်ဝင်လာရသူဖြစ်ပါတယ်။ အရင်ဆရာက ကျောင်းပြောင်းသွားရပြီး လူစားမရနိုင်သေးတဲ့အတွက် အချို့အတန်းများမှာ စာနောက်ကျနေပါတယ်။ အဲသည်ပြဿနာကို စာရေးသူက လွယ်လွယ်ကူကူ ဖြေရှင်းပေးလိုက်ပါတယ်။ စနေနေ့နဲ့ တနင်္ဂနွေနေ့များမှာ မနက် ၈ နာရီကစပြီး စာနောက်ကျနေတဲ့အတန်းက ကလေးများကို အခမဲ့ အင်္ဂလိပ်စာသင်ပေးပါတယ်။

နောက်ကျတဲ့စာကများတော့ ၂ နာရီလောက်ပဲသင်မယ်လို့ စိတ်ကူးထားပေမယ့် သင်ရင်းနဲ့ ပင်ပန်းကြပြီလား၊ လိုက်နိုင်သေးသလားဆိုတဲ့ မေးခွန်းကိုမေးပြီး ဆက်သင်တဲ့အခါ များပါတယ်။ တစ်ခါတည်း လေ့ကျင့်ခန်းများပါ လုပ်နိုင်းလိုက်တော့ ပိုပြီးအဆင်ပြေတာပေါ့။ အဲသည်လိုစာသင်နေရင်း ကိုယ်တိုင်ဆာလာတဲ့အခါမှာ စာသင်တာကိုရပ်ပြီး ကျောင်းနားမှာရှိတဲ့ ထမင်းသုပ်ဆိုင်က ထမင်းသုပ်များကို ကျောင်းသားစေ့အောင် တစ်ပွဲစီမှာပြီး ကျွေးခဲ့ပါတယ်၊ ကိုယ်တိုင်လည်းစားပါတယ်။ ဝကြရဲ့လားလို့ မေးတဲ့အခါမှာ ခင်မောင်မြင့်ဆိုတဲ့ကျောင်းသားက မဝသေးပါဘူးလို့ ဖြေလို့ နောက်တစ်ပွဲမှာပြီး ကျွေးရပါတယ်။ နောက်နေ့တွေကျတော့ မှာကတည်းက အဲသည်ကလေးအတွက် တစ်ပွဲအပိုမှာခဲ့ပါတယ်။

ဆရာနဲ့ တပည့် တပည့်မများ တက်ညီလက်ညီစာသင်ပြီး ဆရာက အဆာပြေကျွေးနိုင်တာကလည်း အဲသည်ခေတ်က ထမင်းသုပ်တစ်ပွဲက တစ်မတ်ပဲရှိတာကိုး။ ဆရာ့လခက သုံးရာ့ငါးဆယ်ရပါတယ်၊ ငါးဆယ်က ဘီအီးဒီဘွဲ့အတွက် ဘွဲ့ကြေးရတာပါ။ စာရေးသူတို့ဟာ တက်ကြွပျော်ပါးစွာ စာသင်ပြီးတဲ့အခါမှာ အတန်းခန်းသန့်ရှင်းရေးကို စာရေးသူက ဦးဆောင်ပြီး ကျောင်းသား ကျောင်းသူများနဲ့အတူ ဆောင်ရွက်ခဲ့ကြပါတယ်။ အဲသည်လောက်ဆိုရင် ကျောင်းသားများနဲ့လည်း အဆင်ပြေပါတယ်ဆိုတဲ့ စကားကရှင်းလောက်ပါပြီ။တကယ်ဆိုတော့ ဆရာလုပ်ရတာ အခုတင်ပြခဲ့သလောက်တော့ မရိုးစင်းလှပါဘူး။ သူတို့ရဲ့ လူမှုရေးဘဝပြဿနာများကစပြီး ဝင်ရောက် ဖြေရှင်းပေးရတာတွေလည်း ရှိတာပေါ့။ အထူးကျေးဇူးတင်ရတာက စာရေးသူ အပိုသင်တန်းပေးနေတာကို ကျန်တဲ့ဆရာ ဆရာမများက ကဲ့ရဲ့ခြင်း၊ မကောင်းပြောခြင်း မပြုခဲ့ကြလို့ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

စာရေးသူဟာ အဲသည်လို အလုပ်ကိုကြိုးကြိုးစားစား လုပ်ခဲ့ပါတယ်။ ရထူးတက်ချင်လို့လားလို့ မေးရင်တော့ ရာထူးတက်ဖို့လောက်ပဲဆိုရင် ဒီလောက်မကြိုးစားပါဘူးလို့ ဖြေပါတယ်။ သိပ်ကြီးကျယ်တယ်လို့ ထင်သွားတဲ့သူလည်း ရှိမှာပါပဲ။ ဟုတ်ပါတယ်။ အခုစာဖတ်သူလူငယ်များကို ပြောချင်တာက ရာထူးဆိုတာ တက်ဖို့လွယ်ပါတယ်၊ မတော်တဲ့သူလည်း နှစ်စေ့ရင် တက်နိုင်တာပဲ။ မတက်ဘဲနေတဲ့သူရောလို့ မေးရင် စာရေးသူက

ဖြေပါမယ်။ ရာထူးအတက်နှေးသူဟာ သူယူတတ်ရင် ပညာပိုပြီးအဆင့်မြင့် အောင် တတ်သွားမယ်၊ သဘောထားမှန်သွားပြီး လုပ်နည်းလုပ်ဟန် အဆင် ပြေသွားမယ်။ လောကကြီးဟာ ပိုမိုပျော်ရွှင်စရာကောင်းတဲ့ နယ်မြေကြီး တစ်ခု ဖြစ်သွားမယ်။ လူတော်တော်များများကလည်း စိတ်ဝင်စားစရာ သိပ်ကောင်းတဲ့သူတွေဖြစ်လာမယ်။ ကိုယ်နဲ့အဆင်မပြေဘူးဆိုတဲ့သူ ဖြစ်နေ ရင်တောင်မှ စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းတဲ့ အရည်အချင်းကတော့ လျော့ပါး သွားမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ပြီးတော့လည်း မိမိမထင်မိလောက်အောင် မိမိအပေါ် မှာ ခင်မင်လေးစားတဲ့သူတွေလည်း များလှပါကလားလို့ သိလာရပြီး ပျော်ရွှင်နိုင်ပါတယ်။

စာရေးသူပြောခဲ့တဲ့စကားတွေဟာ အောင်မြင်သွားတဲ့သူတစ်ယောက် ဖြစ်လို့သာပေါ့၊ မဟုတ်ရင် ရာထူးကလေးတစ်ခု ရလာဖို့ စောင့်နေရမှာပါပဲ။ သူကရော ဘာမို့လဲလို့မေးရင် စာရေးသူဖြစ်လာမယ့် ဆရာမဟာ တစ်ခါမှ ရာထူးရဖို့ စောင့်မနေခဲ့ပါဘူး။ ရာထူးအတက်လည်း နှေးပါတယ်။ အဲသည် လို နှေးနေတုန်းမှာလည်း ဟိုလူ့ထံသွား၊ ဟိုလူ့ကပ်၊ သည်လူ့ကပ်စတဲ့ မျက်စိနောက်စရာအလုပ်များကို မလုပ်ခဲ့ပါဘူး။ စာရေးသူက အခုအထိ လည်း ကြီးကျယ်တဲ့သူတစ်ယောက်လို့ ပြောနိုင်တဲ့ အရည်အချင်း ထူးထူး ခြားခြားကြီး ဘာမှမရှိပါဘူး။ အရည်အချင်းတစ်ခုအတွက်ပဲ ဂုဏ်ယူနေဆဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲသည်အရည်အချင်းကတော့ ဦးပုညလေကလေးနဲ့ ပြောရ ရင် စောင်မပါ၊ ကြည့်ရှုပါ၊ စောင့်ရှောက်ပါ၊ မွဲသွေ့သွေ့မျက်နှာနဲ့ ကိုယ် ချမ်းသာရကြောင်း ငယ်ငေါင်းစုပ်ပဲ နံ့နဲ့သည့်စကားများကို ယောင်မှားလို့ တောင် မဆိုခဲ့ဘူးတဲ့ စိတ်နေသဘာဝ ရှိနေတာပါပဲ။

မတောင်းတဲ့အပြင် ကိုယ်နဲ့မသင့်တော်တဲ့နေရာဆိုရင် အများက မက်မောနေတဲ့နေရာဖြစ်ပါစေ စာရေးသူကို ပေးရင်လည်း ငြင်းဆန်မှာဖြစ်ပါ တယ်။ စာရေးသူနောက်ဆုံးကျောင်းတက်တဲ့နေ့မှာ ရုံးအကူဦးလေးကြီးက (အဲဒီခေတ်က ခေါ်တဲ့အတိုင်း) ပညာညွှန်ကြားရေးဝန်ရုံးက စာလာတယ်။ ရာထူးတက်ပြီး ပြောင်းဖို့လားမသိဘူးဆိုတော့ စာအိတ်ကိုယူပြီး ဆရာ ကြီး ရုံးခန်းကိုအသွားမှာ ကျောင်းအုပ်သာခန့်လို့ကတော့ ငါငြင်းမှာပဲ။ အုပ်ချုပ်ရေးပိုင်းကို ငါမကျွမ်းဘူး။ ဝါသနာလည်း မပါဘူးလို့ တွေးနေခဲ့ပါ

တယ်။ စာအိတ်ဖွင့်တော့မှ နိုင်ငံခြားပညာသင် ရွေးချယ်ခြင်းဆိုတာကို သိခဲ့ရတာပါ။

အလုပ်လုပ်တဲ့နေရာမှာ လူငယ်များကိုပြောချင်တာက ကိုယ့်အနေနဲ့ ဝါသနာလည်းမပါဘူး၊ လေ့လာထားခြင်းလည်း မရှိဘူး၊ လေ့လာဖို့လည်း အခက်အခဲတွေရှိမယ်ဆိုရင် အဲသည်လုပ်ငန်းကို မမက်မောစေချင်ပါဘူး။

မှန်းတာက ရာထူးတက်ရုံလောက်ဆိုရင် သေးငယ်ပါတယ်။ ပိုသိ၊ ပိုတတ်၊ ပိုမြင်၊ ပိုပြီးထက်မြက်ထူးချွန်တဲ့သူဖြစ်ဖို့က ပထမဖြစ်ပါတယ်။ နောက်တော့လည်း မြင့်သည်ထက်မြင့်အောင် တက်ရမှာပေါ့။ မောတော့ မောမှာပဲ။ သို့ပေမယ့် တစ်ဆင့်ရောက်ပြီးပြီဆိုရင် ဆွဲထားလို့မရနိုင်လောက်တော့ပါဘူး။

တချို့သောသူများဟာ ဘွဲ့ကြီးကြီးတစ်ခု ရပြီးပြီဆိုရင် ငါဟာ တယ်တော်ပါကလားဆိုပြီး ဆက်လက်လေ့လာခြင်းဆိုတဲ့ သိက္ခာဖြည့်ဆည်းတဲ့ အလုပ်ကို မလုပ်ဘဲ မဟာသမုဒ္ဒရာထဲမှာ ကျောက်ချပြီးရပ်ထားတဲ့ သင်္ဘောကြီးလို ဖြစ်သွားတတ်ကြပါတယ်။ တချို့သောဆရာကြီး၊ ဆရာမကြီးများကတော့ အသက်သာကြီးသွားတယ်၊ အငြိမ်းစားသာ ယူသွားတယ်။ စာကတော့ ဖတ်တုန်းပါပဲ။ ဘာဖြစ်လို့ စာဖတ်တုံးဆိုတာ သိရသလဲဆိုတော့ စာကြည့်တိုက်ကနေပြီး စာအုပ်များကို ငှားငှားပေးရတတ်တာကိုး။ ပြီးတော့ လူငယ်များကိုလည်း လေးလေးစားစားဆက်ဆံတတ်ပါတယ်။ တကယ်တော့ သူလည်း လူငယ်ဘဝကလာခဲ့တာပဲလေ။ ကျားကုတ်ကျားခဲ ကြိုးစားခဲ့ရတာပဲလေ။ အဲသည်တော့ ကိုယ်ချင်းစာဟန်တူပါတယ်။ စာအုပ်တွေ ဘာတွေ လိုရင်လည်း ပေးတတ်ပါတယ်။ ဖတ်တဲ့သူဆိုရင် ပေးချင်သဗျာ။ ဖတ်ပါ၊ ဖတ်ပါ၊ ဒါပေမယ့် စာအုပ်ထဲမှာရေးထားတိုင်းတော့ မယုံနဲ့ဦး၊ လေ့လာဦး၊ ဆန်းစစ်ဦးနော်လို့ စေတနာကောင်းနဲ့ သတိပေးတတ်ပါတယ်။

တကယ်အလုပ်လုပ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များဆိုရင် သံဃာတော်များဖြစ်စေ၊ လူကြီးတွေဖြစ်စေ ရိုသေလေးစားခြင်းဟာ နေရင်းနေရင်း ပိုပြီးတိုးတက်သွားတတ်ပါတယ်။ သိက္ခာဆိုတဲ့ပါဠိစကားဟာ တကယ်တော့ တတ်ကျွမ်းခြင်းလို့ပြန်ဆိုနိုင်ပါတယ်။ တတ်ကျွမ်းတဲ့သူများဟာ ပိုမိုတည်ငြိမ်ပြီး အကြွားအဝါမရှိ ပကတိအေးချမ်းစွာနဲ့ ရဟန်းသံဃာဆိုရင်လည်း လျှောက်ထား

မေးမြန်းသူ၊ လူပုဂ္ဂိုလ်ဆိုရင်လည်း လေးစားစွာ မေးမြန်းသူများကို သေသေချာချာ ရှင်းလင်းသင်ပြတတ်ပါတယ်။

သိပ်မကြာခင်က ဆရာတော်သာမဏေကျော်ထံကို သွားရောက်ပြီး စာရေးသူရေးသားထားတဲ့ "မြတ်ဗုဒ္ဓသာသနာ ကြည်စင်ပွင့်လင်းစွာ" ဆိုတဲ့ စာအုပ်ကိုတင်ပြပြီး စစ်ဆေးပေးတော်မူပါရန် လျှောက်ထားခဲ့ပါတယ်။ ဆရာတော်က ပါဠိတော်နဲ့တိုက်ဆိုင်စစ်ဆေးပြီး အေးအေးဆေးဆေး သွန်သင်တော်မူခဲ့ပါတယ်။ စာရေးသူက ဆွမ်းချိန်လည်းနီးနေပါပြီဘုရား ဆရာတော် ဆွမ်းဘုဉ်းတာ နောက်ကျနေပါမယ်၊ စာအုပ်ကိုသာ ထားခဲ့ပါဘုရား၊ တပည့်တော် ကူးရေးထားလိုက်ပါမယ်လို့ လျှောက်ထားတဲ့အခါမှာ အဲသည်လို မဖြစ်ဘူး ဒကာမကြီး၊ ဦးဇင်းဖတ်ပြီး မြန်မာလိုရှင်းပြနေတဲ့စာအုပ်က ငါဠိလိုရေးထားတာလို့ အလွန်အေးဆေးစွာ မိန့်တော်မူပါတယ်။ အဲသည်တော့မှ စာရေးသူကို လူပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးပြောပြတဲ့ စကားတစ်ခွန်းကို သတိရလိုက်ပါတယ်။ ဆရာတော်သာမဏေကျော်က ပါဠိကနေပြီး မြန်မာလို တိုက်ရိုက်ဘာသာပြန်တဲ့ **"မှတ်သားလိုက်နာဖွယ် ဘုရားစကား ငါးဆယ်"** ကို စာရေးသူရခဲ့ပါတယ်လို့ ပြောတဲ့အခါ ဆရာတော် သမားတော်များနဲ့ များစွာရင်းနှီးကျွမ်းဝင်ရှိရတဲ့အလုပ်ကို လုပ်နေတဲ့ အဲသည်ပုဂ္ဂိုလ်က တကယ်တော့ ပါဠိဘာသာကနေပြီး တိုက်ရိုက်မြန်မာလိုချောအောင် ဘာသာပြန်ဖို့က မလွယ်လှပါဘူး။ ဆရာတော်သာမဏေကျော်က ဘာသာပြန်နိုင်တယ်ဆိုတာ ဆရာတော့်သွေးထဲမှာ ပါဠိဘာသာစကားတွေ စီးမျောနေလို့ ဖြစ်ပါတယ်လို့ ထူးဆန်းတဲ့စကားနဲ့ ပြောခဲ့ဖူးတာကို သတိရလိုက်မိပါတယ်။ အဲသည်လောက်တော်တဲ့ ဆရာတော်ဟာ အင်မတန် အေးဆေးသက်သာငြိမ်သက်စွာ သီတင်းသုံးနေတော်မူရင်း စာကိုမပြတ်ဖတ်ပြီး မပြတ်ဆိုသလို လူပုဂ္ဂိုလ်များ သိသင့်သိထိုက်တဲ့ အကြောင်းတွေကို ရွေးထုတ်ပြီး စာရေးတော်မူလေ့ရှိပါတယ်။

တကယ်တမ်း အလုပ်ကို ချစ်ခင်မြတ်နိုးတဲ့သူများဟာ ရာထူးတက်ဖို့၊ ငွေကြေးများများစားစား ရဖို့အတွက် ဦးတည်ချက် ပြင်းထန်လေ့မရှိပါဘူး။ စာကိုဖတ်ရင်း လေ့လာရင်း စာထဲကရနိုင်တဲ့ပညာကို မက်မက်မောမော ရှိတတ်တဲ့ စိတ်နေသဘာဝရှိလို့သာ အလုပ်ကိုချစ်တာ၊ အလုပ်ကြိုးစားတာ

ဖြစ်ပါတယ်။ ထမင်းစားဖို့ ငွေတော့ရှာရမှာပေါ့လို့ ပြောရင် ဟုတ်ပါတယ်။ စာရေးသူလည်း အင်မတန်ခေါင်းပါးစွာ နေရတဲ့အခါကာလများကို ကျော်ဖြတ်ခဲ့ရဖူးပါတယ်။ ဒါပေမယ့် တစ်ခါမှ ကျောင်းသားထံက ငွေကြေးက အစ အခြားလက်ဆောင်ပစ္စည်းများကို မယူမိအောင် ကင်းကင်းပြတ်ပြတ် ရှောင်ပါတယ်။ အထူးသဖြင့် စာသင်နေတဲ့ကာလ ကျမ်းများကိုကြီးကြပ်နေတဲ့ကာလမှာ အထူးသတိထားပြီး ရှောင်ပါတယ်။ ငါ့ကိုချစ်တာမှန်ရင် ငါးနှစ်ကြာတဲ့အခါ လက်ဖက်ငါးကျပ်သားနဲ့ လာခဲ့ပါလို့ မှာလိုက်ပါတယ်။

စာရေးသူ အခုတင်ပြခဲ့တဲ့အကြောင်းများကို လက်ခံချင်သူလည်း ရှိသလို လက်မခံချင်တဲ့သူလည်း ရှိမှာပါပဲ။ လက်ခံချင်တဲ့သူများကို ပြောချင်တာကတော့ မိမိရဲ့ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ကို ရာထူးတက်ဖို့ဆိုတာလောက်မှာ ရပ်ပြီးထားတဲ့သူမဖြစ်အောင် ဂရုစိုက်စေချင်ပါတယ်။ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်က နိမ့်နေရင် အားထုတ်မှုကလည်း အားနည်းနေတတ်ပါတယ်။ အဲသည်လိုအားနည်းနေတာဟာ အလေ့အကျင့်ဖြစ်သွားရင် မကောင်းဘူးဆိုတာထက် ဆိုးတယ်လို့ပြောချင်ပါတယ်။ အချို့သောပညာရှင်ဆိုသူများက လွယ်လွယ်ကူကူပြောနေတာကို ကြားဖူးတာ အခါခါပါပဲ။ ထိုက်တန်တဲ့ ချီးမြှင့်မှု မရရင်၊ တတ်သလောက် မလုပ်နိုင်ဘူးဆိုတဲ့စကားကို အထက်မှာ ရေးခဲ့တဲ့စာထဲမှာ ဖော်ပြခဲ့ပြီးပါပြီ။ သူ့စကားအရ၊ အလုပ်လုပ်ပိုင်ခွင့်က နောက်ရောက်နေပြီး၊ ရပိုင်ခွင့်က ရှေ့မှာရှိနေတာဟာ ပြောင်းပြန်ဖြစ်နေပါတယ်။ စေတနာကလည်း ခန်းနေပြီဆိုတာသိနိုင်ပါတယ်။ စေတနာခန်းရင် စမ်းရေများစိမ့်ပြီးထွက်သလို ထွက်နေရတဲ့ အသိအမြင် အတွေးအခေါ်များ၊ သိက္ခာများကလည်း ခန်းသွားမှာသေချာပါတယ်။ ဘဝကပေးလာတဲ့ တစ်နည်းဆိုရရင် ရရှိထားတဲ့အခွင့်အလမ်းကို သူမို့ ဖြုန်းပစ်ချင်ပလေတယ်။ အားထုတ်လိုက်စမ်း၊ ငါ့မှာ ပေးနိုင်တဲ့အစွမ်းအစတွေ၊ အသိပညာတွေ အများကြီးရှိတယ်။ စိတ်အားထက်သန်မှုကလည်း လူသာအိုမယ်၊ အစွမ်းအစကတော့ ထက်မြက်နေဆဲပဲလို့ စိတ်အားထက်သန်တဲ့စကားကို ပြောပါတော့လား။ စကားနဲ့ညီအောင် ကြိုးစားအားထုတ်ပါတော့လား။ မိမိရဲ့ကိုယ်ပိုင်ဂုဏ်သတင်းက စင်စင်ကြယ်ကြယ် ထွန်းတောက်ကျော်စောလာတဲ့အခါ အသိအမှတ်မပြုဘဲ နေကိုမနေနိုင်ကြဘဲ ဆည်းကပ်ကြရမှာဖြစ်ပါ

တယ်။ လှပမွေးပျံ့တဲ့ပန်းတွေဟာ တောကြီးသာခေါင်ထဲက အပင်မြင့်မြင့်ကြီးများပေါ်မှာ ပွင့်နေသလိုမျိုး၊ အလွန်အဖိုးတန်တဲ့ ကျောက်မြက်ရတနာများဟာ နက်လှတဲ့မြေကြီးထဲမှာ ရှိနေတတ်သလိုမျိုးပေါ့။ သိတတ်နားလည်သူများမှသာ ထုတ်ယူလို့ရနိုင်ပါတယ်။ တန်ဖိုးလည်းကြီးပါတယ်။ မိမိအရည်အချင်းကိုလည်း အဲသည်လိုအဖိုးတန်ပန်းများ၊ ရတနာများလိုသဘောထားပြီး ပိုမိုမြင့်မားတိုးတက်အောင် ကြိုးစားနေသင့်ပါတယ်။ အလွယ်တကူချီးမြှောက်ခြင်းကို မတောင့်တစေချင်ပါဘူး။ နို့မဟုတ်ရင် ခပ်ညံ့ညံ့လူများရဲ့ ချီးမြှောက်ထောက်ပံ့ခြင်းကို ခံရပြီး ကိုယ်လည်းခပ်လျှော့လျှော့ လူတစ်ယောက် ဖြစ်သွားနိုင်တယ်ဆိုတာကို သတိထားနိုင်ရပါမယ်။

နောက်သူပြောတဲ့စကားတစ်ခု ရှိပါသေးတယ်။ ကျွန်တော့ ဘာသာရပ်ကိုတော့ မေးချင်ရာမေးစမ်း၊ ပြောနိုင်တယ်။ တခြားဘာသာရပ်တွေကိုတော့ လာမမေးနဲ့ မဆိုင်လို့ စိတ်မဝင်စားဘူးတဲ့။ လောကမှာ လုပ်ငန်းကကြီးမြင့်လာလေလေ အသိပညာချင်းက ဆက်လာလေလေ၊ တစ်ခုသိရင် အများကြီးကိုလည်း သိလာရမှာဖြစ်လေလေပါပဲ။ ကျွန်တော်က ပထဝီဝင်မေဂျာယူခဲ့တာ သမိုင်းကိုမသိဘူးဆိုတဲ့ ကလေးစကားကို ပညာရှင်က ပြောရမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ အခုပြောတာတွေကို စီကာစဉ်ကာ စဉ်းစားလိုက်ရင် လူ့သဘာဝအရ တိုးတက်ချင်တဲ့စိတ်ဆိုတာ ပြင်းပြရမယ်၊ အလိုလိုတော့ မတိုးတက်နိုင်ဘူး။ အလုပ်လုပ်တဲ့အခါမှာ အားကုန်ထုတ်ပြီးကြိုးစားရမယ်။ စံချိန်ကိုလည်း တင်ထားရမယ်။ ဦးတည်ချက်ကိုလည်း မြင့်မြင့်မားမား ထားပြီး စိတ်ကူးယဉ်မနေဘဲ လက်တွေ့ကြိုးစားအားထုတ်မယ်ဆိုရင် ကျယ်ပြောတဲ့ လောကကြီးထဲမှာ ပျော်ရွှင်တင့်တယ်စွာ နေနိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။

၂။ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များနှင့် ပိုမိုအဆင်ပြေလာကာ ခင်မင်ရင်းနှီးလာပါစေ

လူမှန်ရင် အစုအသင်းနဲ့နေချင်တဲ့ သန္ဓေစိတ်ရှိတယ်လို့ စိတ်ပညာရှင်များက ဆိုပါတယ်။ ဟုတ်လည်းဟုတ်ပါတယ်။ လူများဟာ အသိုက်အဝန်းနဲ့

စုစုဝေဝေးနေတတ်တဲ့ သဘာဝရှိတာ သိသာမြင်သာနေတာပါပဲ။ အသိုက် အဝန်း ကြီးလေလေ အင်အားကြီးလေလေဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ရှေးစကားနဲ့ ပြောမယ်ဆိုရင်တော့ ဆွေသားမျိုးသားများတယ်ဆိုရင် အားရှိပါတယ်။ ဥပမာတစ်ခု ပြောပြချင်ပါတယ်။လဝွန်းအိန်က မင်းရဲကျော်စွာထံမှာ သုံ့ပန်း အဖြစ် အဖမ်းခံရပါတယ်။ ဆေးကုသပေးမယ်ဆိုရင်လည်း လက်မခံ ထမင်း ကျွေးမယ်ဆိုတော့လည်း သေခါနီးမှာမှ အရှင်နှစ်ပါးထမင်းကို ဝမ်းတွင်း မသွင်းပြီလို့ ပြောခဲ့ပါတယ်။ အာဂလူပဲ။ သူ့ထမင်းစားမိရင် သူ့ကျေးဇူးကိုခံ၊ ကျေးဇူးစားဖြစ်ရတော့မှာကိုး။ ဒါပေမယ့် သူ့ခမျာ သွေးထွက်ကလည်း လွန်နေတော့ ရေဆာလွန်းလို့ ကွမ်းတစ်ယာ ရေတစ်မှုတ်လောက်တော့ စားပါရစေ၊ သောက်ပါရစေလို့ တောင်းပြီး စားခဲ့သောက်ခဲ့ပါတယ်။ စား သောက်ပြီးလို့ နေရထိုင်ရတာ သက်သာလာတဲ့အခါမှာ မင်းရဲကျော်စွာကို စကားပြောပါတယ်။ အရှင့်သား ကျွန်တော် မနေရတော့ပါဘူး။ သေရပါ တော့မယ်။ မသေခင်မှာ စားခဲ့ရတဲ့ကွမ်း၊ သောက်ခဲ့ရတဲ့ ရေတစ်မှုတ်အတွက် ကျေးဇူးဆပ်ခဲ့ပါမယ်။ အရှင့်သားဟာ အရှင့်ဦးရီးတော် သူရှင်ရာဇာဓိရာဇ်နဲ့ ဘယ်အခါမှ စီးချင်းမထိုးပါနဲ့။ သူ့မှာ ဆွေသားမျိုးသား များလှတယ်။ ဆင်ခြေဖုံး မြင်းခြေဖုံး သူရဲကောင်းများကလည်း သူ့ဆွေသူ့မျိုးချည်းသာ ဖြစ်တယ်လို့ သတိပေးစကားပြောခဲ့ပါတယ်။ (ခေတ်အလိုက် ယဉ်ကျေးစွာ ပြောဆိုခြင်းဖြစ်သည်၊ မင်းရဲကျော်စွာနဲ့ ရာဇာဓိရာဇ် သွေးမစပ်ပါ) တကယ် တော့ ပတ်ဝန်းကျင်အသိုက်အဝန်းကြီးတဲ့သူဆိုတာ အားများတတ်တဲ့သဘော ကတော့ ဘယ်ခေတ်မှာမဆို မှန်ကန်ပါတယ်။

အဲသည်တော့ ဘယ်လိုလုပ်ငန်းခွင်ကိုပဲရောက်သည်ဖြစ်စေ လုပ်ဖော် ကိုင်ဖက်များနဲ့ အဆင်ပြေလာကာ ခင်မင်ရင်းနှီးလာဖို့က အရေးကြီးပါ တယ်။ လုပ်ငန်းခွင်မှာ အားကိုးရမယ့် အဆွေအမျိုးရှိတယ်။ သူက ရာထူး ရာခံလည်း ကြီးသူဖြစ်တယ်ဆိုပါတော့။ အဲဒါကြောင့် ဘယ်သူ့ကိုမှ ဂရုစိုက် စရာမလိုဘူး။ အစစအရာရာ အဆင်ပြေမှာပဲလို့ယူဆရင် ရေတိုကာလမှာ မှန်ကန်နိုင်ပါတယ်။ လူအများမှာ မျက်နှာကြီးရာ ဟင်းဖတ်ပါချင်တဲ့အကျင့် စွဲမြဲနေတတ်တာကိုး။ ရေရှည်မှာတော့ အာမခံချက် အပြည့်အဝ မရှိနိုင်ပါ ဘူး။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ တကယ်တမ်း စိတ်ထားမှန်ကန်တဲ့သူဆိုရင်

ငါ့ဆွေမျိုးဆိုပြီး မဟုတ်တာလုပ်ရင် ငါကလည်း မညှာဘူး။ လုပ်ငန်းခွင်မှာ လုပ်ငန်းခွင်စည်းကမ်းတစ်ခုပဲ အလေးထားရမယ်။ မဟုတ်တာလုပ်ရင် ငါက ဆွေမျိုးဆိုပြီးလည်း ညှာမှာမဟုတ်ဘူးလို့ ပြောလည်းပြောတတ်၊ တကယ် လည်းပြောသလို သဘောထားတတ်တဲ့သူများနဲ့ကြုံရင် အရှိန်အဝါကို သုံးမိ လို့ ဝန်ပိနိုင်ပါသေးတယ်။ တကယ်တော့ စည်းနဲ့ကမ်းနဲ့ မိမိစေတနာ မေတ္တာ၊ မိမိဝီရိယ၊ သတိစသည်တို့ကိုသာ သုံးသင့်ပါတယ်။ မိမိရဲ့စိတ် ကောင်း စေတနာကောင်းနဲ့ ကြိုးစားမှုကိုသာ အားကိုးတာ အမှန်ဆုံးဖြစ်ပါ တယ်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်ကိုယ်တော်တိုင်က အတ္တာဟိ အတ္တနော နာထော မိမိကိုယ်သာ ကိုးကွယ်ရာအစစ်ဖြစ်တယ်လို့ မိန့်တော်မူခဲ့တာပါပဲ။

မိမိကိုယ်နဲ့မိမိစိတ်ကို ပုံမှန်အနေအထားနဲ့ ထားတတ်အောင် ကြိုး စားသင့်ကြပါတယ်။

တချို့ကတော့ ပြောချင်ကြပေလိမ့်မယ်။ ဘယ်သူကရော ပုံမှန်စိတ် ထားနဲ့ မနေချင်ဘဲရှိပါ့မလဲ။ ဘယ်သူကရော ကိုယ့်အားကို ကိုယ်မကိုး ချင်ဘဲ ရှိပါ့မလဲလို့ စိတ်တိုတိုနဲ့ ဆင်ခြေပေးချင်ပေလိမ့်မယ်။ ငါတို့က အားကိုးရမယ့်သူရှိလို့သာပေါ့။ နို့မဟုတ်ရင် ဟိုအမျိုးသမီး (သူတို့ပြိုင်နေ တဲ့သူ) ကို မီဖို့မလွယ်ဘူးလို့ ပြောမယ့်သူလည်း ရှိပါလိမ့်မယ်။ စာရေးသူ ပြောနေတာက ယေဘုယျသဘောကို ပြောနေတာဖြစ်ပါတယ်။ ပြီးတော့ လည်း ခပ်တင်းတင်းနေတတ်တဲ့သူတိုင်း ဆိုးတဲ့သူမဟုတ်တတ်ပါဘူး။ စကားပြောရင် ခပ်ချွဲချွဲနဲ့ ချိုချိုမြမြပြောတတ်တဲ့သူတိုင်းလည်း တကယ်တမ်း စိတ်ဓာတ်ပျော့ပျောင်းတဲ့သူ မဟုတ်တတ်ပါဘူး။

အဲသည်လို ဟိုလူ့မှီခိုချင်၊ သည်လူ့မှီခိုချင်ဖြစ်နေတဲ့သူများက မှီခိုရ မယ့်သူရှိနေတာကြောင့် ကံကောင်းတာလား။ စာရေးသူတို့လို မိကောင်း ဖကောင်းနဲ့ မှန်ကန်တော်တည့်တဲ့ ဆရာသမားကလွဲလို့ မှီခိုရမယ့်သူ ကင်းတာဟာ ကံကောင်းတာလားဆိုတာ ရေရှည်ကျတော့ ပြောစရာမလို အောင် သိသာလာတတ်ပါတယ်။

တစ်ခါက စာရေးသူကို (ငယ်သူငယ်ချင်းဖြစ်လို့ စေတနာနဲ့) ပစ်ပစ် ခါခါ ပြောခဲ့တဲ့သူတစ်ယောက်ရှိခဲ့ပါတယ်။ စာရေးသူက လက်နှိပ်စက်နဲ့ပဲ မျက်နှာချင်းဆိုင်ထိုင်နေတဲ့အတွက် လောကအကြောင်း ဘာမှမသိဘူး။

သိပ်အမြင့်ကြီးကလူတွေနဲ့ သိဖို့မလိုဘူး။ ကိုယ်နဲ့ သိပ်မကွာတဲ့သူများနဲ့ သိကျွမ်းရမယ်။ သူ့အကျိုးကိုလည်း ဆောင်ပေးရမယ်။ ဒါမှ သူကလည်း ကိုယ့်အကျိုးကို ဆောင်ပေးမှာလို့ ပြောပါတယ်။ အကျိုးဆောင်တဲ့အခါ စည်းကမ်းတကျ ဟုတ်မဟုတ်ကို သူကထည့်မပြောပါ။ စာရေးသူကလည်း လက်နှိပ်စက်နဲ့မျက်နှာချင်းဆိုင်နိုင်မှ စာရေးလို့ပြီးမှာဆိုတော့ သူ့စကားကို နားမထောင်နိုင်ပါဘူး။ တစ်ခုတော့ ရှိပါတယ်။ သူတို့တစ်အုံတစ်မကြီး အငြိမ်းစားယူသွားရတာကတော့ အပြန်အလှန်အကျိုးဆောင်မှု လွန်သွားလို့ လားလို့ စဉ်းစားစရာဖြစ်ပါတယ်။ သို့ပေမယ့် စာရေးသူ မစပ်စုခဲ့လို့ သေသေချာချာမသိခဲ့ပါ။

စာရေးသူလက်ခံတာကတော့ သူများအရိပ်ထက် ကိုယ့်ဝီရိယ၊ ပညာ၊ သိက္ခာအားများကသာလျှင် စိတ်အချရဆုံး မှီခိုရာဖြစ်တယ်ဆိုတာက မမှား နိုင်ဘူးဆိုတဲ့ အချက်ဖြစ်ပါတယ်။ အချို့သောသူများကတော့ ကြည်ညိုစရာ ကောင်းလောက်အောင် သိုသိပ်တဲ့သူများဖြစ်ပါတယ်။ စာရေးသူတွေ့ဖူးတဲ့ လူငယ်တစ်ယောက်ရှိပါတယ်။ လုပ်ငန်းခွင်မှာပါ။ သူဟာ အင်မတန်မြင့်မား တဲ့ ရာထူးဂုဏ်သိန်ကြီးမားတဲ့ မိသားစုက ဆင်းသက်လာတာပါ။ အဲသည် လို ဂုဏ်ရှိန်ကြီးမားတဲ့သူများနဲ့ သာမန်အားဖြင့် ဆက်သွယ်မှုရှိတာ မဟုတ် ဘဲ သွေးရင်းသားရင်းများလည်း ဖြစ်တယ်ဆိုတာတောင်မှ လူသိမခံဘဲ လုပ်ရမယ့်တာဝန်ကို ရိုရိုသေသေလေးလေးစားစား လုပ်တတ်တဲ့သူဖြစ်ပါ တယ်။ လူမသိ သူမသိနဲ့ အကြာကြီးနေတဲ့အချိန်ကလည်း သူဟာ သူ့ တာဝန်ကို သူကျေပွန်တဲ့အပြင် ဆက်ဆံရေးကောင်းတဲ့သူလည်း ဖြစ်ပါ တယ်။ အတင်းရောနှောပေါင်းသင်းတာကို ဆိုလိုတာမဟုတ်ပါဘူး။ ယဉ် ကျေးဖွယ်ရာရှိတတ်တာကို ပြောတာပါ။ အဲသည်လို နှစ်လိုဖွယ်ကောင်းလို့ လူအများက ခင်မင်နေတာ အတန်ကြာမှ သူ့မိသားစုက ဂုဏ်ရှိန်သိပ်ကြီး တယ်ဆိုတာကို သိရပါတယ်။ အဲသည်တော့ သိုသိုသိပ်သိပ်နေခဲ့တဲ့ သူ့ကို လေးစားအံ့ဩ ချီးကျူးလို့မကုန်နိုင်အောင် ဖြစ်ကြရတော့တာပါပဲ။

အခုဆက်ပြီးဆွေးနွေးချင်တာက ဘယ်လိုနည်းနဲ့မှ အရှိန်မကြီးတဲ့ လူသာမန်၊ ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးပြီး စားနိုင်သောက်နိုင်တဲ့ မိသားစုက ဆင်း သက်လာပြီး ပညာသင်ယူခဲ့ရတဲ့ စာရေးသူတို့ရော မျက်နှာကြီး မျက်နှာငယ်

ခွဲခြားဆက်ဆံတာကို မကြုံခဲ့ရဘူးလားလို့ မေးချင်ကြပေလိမ့်မယ်။ ကြုံဘူး ပါသော်ကောလို့ ဖြေချင်ပါတယ်။ ဆရာတိုင်းကတော့ မျက်နှာကြီး မျက်နှာ ငယ် မခွဲခြားတတ်ပါဘူး။ ခွဲခြားတတ်တဲ့သူများကတော့ သိသိသာသာ ကြီးကို ခွဲခြားတာပေါ့။ စိတ်ဆိုးလားလို့မေးရင် စာရေးသူကို မထိခင်ကတော့ စိတ်မဆိုးပါဘူး။ သူ့ဘာသာ မြှောက်ချင်တဲ့သူကိုမြှောက်ပေါ့။ ဒါပေမယ့် အလယ်တန်းပညာသင်ဆုကို တစ်မြို့လုံးမှ နှစ်ယောက်တည်းရတဲ့အထဲက စာရေးသူတို့ကျောင်းက စာရေးသူတစ်ယောက်တည်း ရခဲ့တာဖြစ်နေပါလျက် နဲ့ စာရေးသူ သချ်ာတွက်တာနှေးလို့ (ကန့်သတ်ပေးတဲ့အချိန် မကုန်ခင် ပြီးပါတယ်) ဆရာက နင် စကောလားရှစ်ရတာ အစိုးရမျက်စိမှားလို့ ရတာ လားလို့ လူပုံလယ်မှာ မေးတော့တာပါပဲ။ ကြည့်စမ်း၊ ဟိုကဖြင့် ပြီးနေပြီဆိုပြီး စာရေးသူနဲ့ ပထမနေရာကို လုနေကျ တကယ်လည်းတော်တဲ့ မိန်းကလေး ကို လက်ညှိုးထိုးပြီးပြပါတယ်။ တကယ်တော့ ဆရာက ဆရာဖြစ်ပါလျက် ပညာရေးစိတ်ပညာကို အလေးမထားတဲ့သူ ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။ ကျောင်းသား တိုင်းမှာ နှေးတဲ့သူရှိသလို၊ မြန်တဲ့သူလည်းရှိတယ်။ ဆရာဟာ ဘယ်သူ့ကိုမှ နှိမ်ဖို့ မြှောက်ဖို့မလိုဘူး။ ပိုမိုတိုးတက်အောင် ကြိုးစားနိုင်ဖို့ ကူညီရမယ် ဆိုတာကို သိရမှာဖြစ်ပါတယ်။ အခုနက တော်တဲ့သူငယ်ချင်းဟာ အင်မတန် မြန်ပါတယ်။ သူ့စာအုပ်ကို သွားကြည့်တော့လည်း ပြပါတယ်။ ရှုပ်ယှက် ခတ်နေတာပါပဲ။ အခုတွေ့တဲ့အခါတိုင်း စာရေးသူက စိတ်ရင်းစေတနာ အမှန်နဲ့ နင်က ငါ့ထက်တော်ပါတယ်ဟာ၊ တစ်ခုပဲ နင့်ဘာသာနင် ရေးထား တဲ့သုညကိုတောင် ရှစ်ဖတ်မိပြီး အဖြေမှားသွားတာကြောင့် စာမေးပွဲကြီး မှာ နင့်အမှတ်က ကျသွားတာပါဟာလို့ ပြောတော့ သူက ဟိုတုန်းက အကြောင်းတွေကို မပြောစမ်းနဲ့ဟာလို့ ပြောပါတယ်။

သူနဲ့အဲသည်လိုပြောတာ ကြုံတိုင်းပြောတာဆိုတော့ ငါးခါ ခြောက်ခါ လောက်တော့ရှိခဲ့ပါပြီ။ အခုစာရေးမှပဲ ဟိုတုန်းက အကြောင်းတွေဆိုတဲ့ သူ့စကားကို ဆောင်းပါးထဲ ထည့်ရေးချင်စိတ်ပေါ်လာပါတယ်။ ဟုတ်ပါ တယ်။ ခွဲခြမ်းခွဲခြမ်း ဆက်ဆံတတ်တဲ့သူများထဲမှာ ဆရာတိုင်းလည်း မပါ ပါဘူး။ ပါတော့လည်း တစ်သက်လုံး စိတ်ဒုက္ခမပေးနိုင်ပါဘူး။ စာမေးပွဲ ကြီးကျရင် ကိုယ်တော်လို့ကတော့ ကိုယ့်ဘာသာ တက်သွားမှာဖြစ်ပါတယ်။

အရေးကြီးတာက ကျောင်းသားပဲဖြစ်ဖြစ် အလုပ်ခွင်က လုပ်သားပဲဖြစ်ဖြစ် ခွဲခြားပြီးဆက်ဆံတာကို ခံရရင် မိမိစိတ်ကိုမိမိ ထိန်းဖို့လိုပါတယ်။ တစ်ဖက်က ကိုယ့်ထက်မြင့်မားတဲ့သူအဖြစ် ဝိုင်းဝန်းပစားပေးတာကို ခံရသူကိုလည်း မငြိုငြင်ပါလေနဲ့။ သူကမှ တကယ့်ဒုက္ခသည်ဖြစ်ပါတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ လောကမှာ မြတ်စွာဘုရားရှင်ကစပြီး ဒွန်းစဏ္ဍားအထိ လောကဓံရှစ်ပါးနဲ့ ကင်းတဲ့သူမရှိပါဘူး။ သူဟာ အခုအခါမှာ မြင့်မြင့်မားမား ချီးပမြှောက်ပင့်ခြင်းကို ခံရတာကို အဟုတ်မှတ်ပြီး မောက်မာမိတယ်ဆိုပါတော့။ လောကဓံအလှည့်အပြောင်းမှာ သူ့နေရာပြောင်းသွားရင် သူ့ခမျာ အတော့်ကို ဆောက်တည်ရခက်ရှာပါလိမ့်မယ်။ ကိုယ်ကတော့ ဘာအရေးလဲ။ အခုလည်း ကိုယ့်ဘာသာကိုယ်ပဲ ဆောင်ကြဉ်းရတာပါပဲ။ နောင်လည်း ကိုယ့်ဘာသာကိုယ်ပဲ လုပ်ရမှာပေါ့။ အဲ– အရေးကြီးတာကတော့ ဟိုတစ်ချိန်က ကိုယ်နဲ့ အခုအချိန်ကကိုယ်ဟာ ဘယ်လိုနည်းနဲ့မှ မတူတော့အောင် တိုးတက် အောင်မြင်ပြီးဖြစ်သွားရပါမယ်။

ဒီနေရာမှာ စဉ်းစားစရာက လူတကာက ဝိုင်းဝန်းချီးမြှောက်ပြီး ကျောသပ်ရင်သပ်လုပ်ကာ ပစားပေးတာကိုခံရတာဟာ တကယ်တော့ တော်တော် နေတတ်စားတတ်အောင် အဲသည်ကလေးရဲ့မိသားစုက ပြန်ပြီးထိန်းပေးမှ တန်ကာကျပါမယ်။ နို့မဟုတ်ရင် သူ့ဘာသာသူ ဟန်ချက်ညီအောင် ထိန်းဖို့ဆိုတာ ငယ်သေးတော့ တတ်မှာမဟုတ်ဘူး။ ပြီးတော့ လောကသဘာဝအရ အမြဲတမ်း လိုတရနေမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ အပြောင်းအလဲကြီးကြီးမားမားဖြစ်လာရင် ပြန်ပြီးထိန်းဖို့ခက်သွားနိုင်ပါတယ်။

လုပ်ငန်းခွင်မှာ အဲသည်လိုသိပ်မြင့်တဲ့သူ၊ သိပ်နိမ့်တဲ့သူ၊ သိပ်မနိမ့်မမြင့်တဲ့သူဆိုသလို အစားစား ကွဲပြားနေတဲ့အထဲမှာ ဘယ်အထဲက ပါနေရသည်ဖြစ်စေ ကြုံတဲ့သူတိုင်းကို လေးလေးစားစား ဆက်ဆံကြဖို့လိုပါတယ်။ မိမိရဲ့အထက်လူကြီးများမှာလည်း ထမ်းဆောင်ရတဲ့တာဝန်နဲ့ ပတ်သက်လို့ ဘယ့်လောက်အရေးကြီးတယ်၊ ဘယ့်လောက်တာဝန်ပိတယ်ဆိုတာ သူတို့မှသာ သိနိုင်လို့ စိတ်တိုတောင်းနေတတ်တဲ့အခါများ ရှိနိုင်ပါတယ်။ အရေးကြီးတာကတော့ မိမိတို့က ကြီးသူကို ရိုသေရမှာပါပဲ။ လူအနေနဲ့ ငယ်ကောင်း ငယ်ပါမယ်။ ဒါပေမယ့် သူ့မှာ ကုသိုလ်ကံကောင်း ပါခဲ့တယ်လေ။

အဲသည်ကုသိုလ်ကံကောင်းအတွက် လေးစားရမှာဖြစ်ပါတယ်။ သူထမ်းဆောင်နေရတဲ့ တာဝန်အတွက်လည်း လေးစားရမှာဖြစ်ပါတယ်။ သူခိုင်းတဲ့အလုပ်ကိုလည်း စည်းကမ်းတကျ တာဝန်ယူလုပ်ဆောင်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ တကယ်လို့ ယဉ်ကျေးဖွယ်ရာစွာ ပြောဆိုဆက်ဆံသင့်ပါလျက်နဲ့ မောက်မာစီးပိုးတဲ့ အထက်လူနဲ့တွေ့ရင်လည်း သူ့ဆီက ရိုင်းပျမှု၊ အထက်စီးဆန်မှုကို ကိုယ်ကလက်မခံနဲ့ပေါ့။ တာဝန်ပေးတာကိုသာ လေးလေးစားစား လက်ခံလိုက်ပေါ့နော်။ သူလည်း အချိန်အခါအလိုက် စိတ်တိုနေတာဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ လူအမျိုးမျိုး နတ်အထွေထွေနဲ့ ဆက်ဆံရတဲ့သူများဟာ စိတ်ခံစားချက်မှာ ပိုမိုထိရှပွန်းပဲ့တတ်ပါတယ်။ စိတ်အေးချမ်းသာရှိပါစေလို့ မေတ္တာပို့သပါ။ အပြောဆိုး၊ အလုပ်ဆိုးတဲ့သူဆိုရင် ပိုပြီးမေတ္တာပို့ပါ။ သူ့ခမျာနေ့စဉ် ငရဲယူနေရသလို ဖြစ်နေတာကိုး။ ကိုယ့်ဘက်က အဆူမခံရအောင် မေတ္တာကို ကြားခံပေးပါ။

လုပ်ငန်းခွင်မှာ အထက်လူကြီးသာရှိတာမှ မဟုတ်တာ၊ တန်းတူရည်တူ၊ သက်တူရွယ်တူတွေလည်း ရှိတတ်တာပါပဲ။ အဲသည်တော့ ပေါင်းသင်းတဲ့အခါ ကြီးသူကို ရိုသေ၊ ရွယ်တူကို လေးစား၊ ငယ်သူကို သနားဆိုတဲ့နည်းအတိုင်း ပေါင်းသင်းဆက်ဆံနိုင်ဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ အလုပ်ခွင်ဆိုတာ အလုပ်လုပ်တဲ့နေရာပဲ။ ဘာဖြစ်လို့ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးကိစ္စတွေက ပါနေရတာလဲလို့ မေးချင်တဲ့သူတွေလည်း ရှိမှာပါပဲ။ တစ်နေ့လုံး နေလို့မှ စကားတစ်ခွန်းတောင် မပြောဘဲ နေတတ်တဲ့သူတွေလည်း ရှိတတ်ပါတယ်။ အဲသည်လိုလူမျိုးဟာ လူမှုရေးဘဝမှာ မအောင်မြင်သလို လုပ်ငန်းခွင်ဘဝမှာလည်း ဟန်ချက်မညီ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ လူများနဲ့ပေါင်းသင်းတဲ့အခါမှာ အဆင်မပြေတတ်ပါဘူး။ တကယ်တမ်း အကူအညီလိုရင်လည်း လူတွေကို ဘယ်လိုစိတ်ထား၊ဘယ်လိုစကား ဘယ်လိုနည်းနာများနဲ့ အကူအညီတောင်းမလဲဆိုတာ သိချင်မိပါတယ်။ တကယ်တော့ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံတဲ့အခါမှာ တစ်နေရာထဲမှာ အချိန်များစွာ အတူတူနေထိုင်ပြီး ကောင်းတူ ဆိုးဘက် လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်နေကြတဲ့သူ အချင်းချင်းကို ကူညီကြဖို့၊ မေတ္တာထားကြဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

လူအကြောင်း ပေါင်းမှသိဆိုသလို မပေါင်းဘဲနဲ့ မိမိအမြင်နဲ့ အကဲ

ခတ်ပြီး အကဲဖြတ်ရင် တိတိကျကျမှန်ဖို့ ခက်တတ်ပါတယ်။ စကားကို တိုတိုပြတ်ပြတ် ပြောတတ်ပေမယ့် အရေးရှိရင် ကိုယ်ဖိရင်ဖိ ကူညီတတ်တဲ့ သူများလည်း အများကြီးရှိပါတယ်။ ကိုယ့်ဘက်က အကူအညီပေးချင်လွန်းလို့ ကူညီဖို့ပြင်ဆင်နေတာတောင်မှ အားနာလွန်းလို့ ထွက်သွားတဲ့သူမျိုးရှိသလို လုပ်ပေးနေတဲ့ကြားက စီးစီးပိုးပိုးနဲ့ ဖွတ်အကူအညီတောင်းတတ်တာလည်း ရှိတာပါပဲ။ အရေးကြီးတာကတော့ မတတ်နိုင်တာကို ဖွတ်အကူအညီတောင်းရင်တော့ မတတ်နိုင်ပါဘူး။ စိတ်မရှိပါနဲ့လို့ ချိုချိုသာသာပြောလိုက်ဖို့သင့်ပါတယ်။ တစ်ခါအားနာလို့ မပြော၊ နောက်တစ်ခါ လာဦးမှာပဲ။ အဲသည်လိုလူတွေ အများကြီးရှိတတ်လို့ စေတနာကောင်းထားပြီး ကူညီတန်တဲ့အခါမှာ ကူညီရမှာဖြစ်ပေမယ့် စီးပိုးတာကိုတော့ မခံတတ်ဘူး။ စီးပိုးနေတာကို မသိလောက်အောင်လည်း မတုံးဘူးဆိုတာ ယဉ်ကျေးစွာပြသဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ လူတိုင်းတော့လည်း မကောင်းတာမဟုတ်ပေမယ့် စကားပြောတာကအစ သတိတော့ထားပြီး လေ့လာပေါင်းသင်းရပါလိမ့်မယ်။ ပစ္စည်းဝယ်သလို သက်မဲ့ပစ္စည်းကို ရွေးချယ်စမ်းသပ်ပြီးမှ ဝယ်လို့ရတာမဟုတ်တော့ လုပ်ငန်းခွင်ထဲမှာ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရင်း ပြောရင်းဆိုရင်း လူ့အကြောင်းကိုသိအောင် ကြိုးစားရတာကိုး။

စာရေးသူလည်း ခဏခဏခံရပါတယ်။ ခံရင်း ရှောင်တတ်သွားရတာပါပဲ။ စီးပိုးတဲ့သူများလည်း ကိုယ်နဲ့ ကြာရှည် ကံမဆုံတတ်ပါဘူး။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ သူများအပေါ် စိတ်ကောင်းမထားတဲ့သူများဟာ ကံကောင်းတဲ့သူနဲ့ ကြာကြာကံမဆုံတတ်ပါဘူး။

တကယ်တော့ လုပ်ငန်းခွင်တိုးတက်မှုထဲမှာ အချင်းချင်း စည်းစည်းရုံးရုံး နေတတ်ခြင်းဟာ အကြောင်းကောင်းတစ်ပါး ဖြစ်ပါတယ်။ နေကောင်းအောင် ဘယ်လိုနေရမယ်၊ စိတ်ချမ်းသာအောင် ဘယ်လိုနေရမယ်၊ ဘယ်လိုစာမျိုးတွေကို ဖတ်ရမယ်၊ ဘယ်လိုအစားအသောက်များဟာ လူနဲ့မသင့်တင့်ဘူး။ ဥပမာဆိုပါတော့၊ ပဲပင်ပေါက်လို အစားအစာများဟာ သူ့ကြည့်တော့ အဆိပ်အတောက်မရှိသလိုလိုနဲ့ တကယ်တော့ ယူးရစ်အက်ဆစ် သိပ်တက်တတ်လို့ အဆစ်အမြစ်ကိုက်ခဲနာကျင်တဲ့ ဝေဒနာရှင်များ အထူးရှောင်ရမယ့် အစားအစာဖြစ်ပါတယ်။ အဲသည်လို ဗဟုသုတ

ကလေးများကို တစ်ယောက်ဆီက တစ်ယောက်ကို ဖြန့်ပေးနိုင်ပါတယ်။ မိသားစုထဲမှာ အဆင်မပြေဖြစ်လို့ စိတ်မချမ်းမသာဖြစ်နေတဲ့သူရဲ့ အတင်းကို သူတစ်ပါးတို့မသိအောင် အစ်ကိုကြီး အစ်မကြီးတစ်ယောက်လို ကာကွယ် ဖုံးဖိပေးရင်း စိတ်မဆင်းရဲရအောင် တရားနဲ့ဖြေတတ်အောင် လူမှုရေးအရ ပြေလည်အောင် ဖြေရှင်းတဲ့နည်းများကိုလည်း ပေးသင့်ပါတယ်။ တကယ် တော့ လုပ်ငန်းခွင်ဆိုတာက မိသားစုအကြီးကြီးတစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။ ဘယ် သူ့ အရေးပဲဖြစ်ဖြစ် အိမ်ရှေ့ပူ အိမ်နောက်မချမ်းသာဆိုသလိုပါပဲ။ အားလုံး ပျော်ရွှင် အောင်မြင်တဲ့သူများဖြစ်မှ လုပ်ငန်းခွင်တစ်ခုလုံးလည်း အောင်မြင် ပျော်ရွှင်နိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

အရေးကြီးတာက တစ်ယောက်သဘော တစ်ယောက်နားလည် သဘောပေါက်နိုင်ကြဖို့ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲသည်လိုဖြစ်အောင် အသက် ကြီးသူ ဝါကြီးသူများကလည်း ကြုံရင်ကြုံသလို စကားပြောပေးကြဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ တစ်ခါက စာရေးသူတို့ လုပ်ငန်းခွင်မှာ ထမင်းစားပြီး စကားထိုင်ပြောတဲ့အကျင့် စတင်ပေါ်ပေါက်ခဲ့ပါတယ်။ စတာကတော့ စာရေးသူပဲဖြစ်ပါတယ်။ အရင်ကတော့ ထမင်းတစ်လုတ် စာတစ်ပုဒ်ဆိုသလို စာရေးတတ်ပါတယ်။ နောက်တော့ ဆေးရုံကိုရောက်တဲ့အထိ မကျန်းမမာ ဖြစ်သွားတော့ ဆေးရုံကအဆင်းမှာ ညီမများ ထိုင်တဲ့အခန်းမှာ ထမင်းစား ချိန်ရောက်ရင် သွားပြီးစားရင်း စကားပြောကြပါတယ်။ နောက်ပိုင်းကျမှ သိရတာက တစ်ယောက်နှစ်ယောက်က စာရေးသူ ထမင်းလာစားတာကို မကြိုက်ကြပါဘူးတဲ့။ စာရေးသူကလည်း မသိတဲ့အပြင် စာရေးသူ ထမင်း လာစားတာကို ကြိုက်တဲ့သူက ဦးရေများလို့ အဆင်ပြေတယ်လို့ ဆိုကြ ပါစို့ရဲ့။

စာရေးသူပြောတဲ့စကားကလည်း ရိုးရိုးကလေးပါ။ ကြုံတဲ့စကားကို ကြုံသလိုလေး ပြောတာပါ။ ဥပမာ– မိဘများကို သားသမီးများက လုပ် ကျွေးတဲ့အခါ အဝတ်အစား၊ ဆေးဝါးကအစ လိုလေသေးမရှိ ပြည့်စုံအောင် ထားရင် ပြီးရောပေါ့လို့ မထင်ကြပါနဲ့။ မိဘဘက်က သိမ်ငယ်တတ်တယ်။ ယုယုယယလည်း ပြောတတ်ဖို့လိုတယ်။ နို့မဟုတ်ရင် စိတ်မချမ်းသာလို့ နေကောင်းသင့်ပါလျက်နဲ့ နေမကောင်းဖြစ်နေနိုင်တယ်လို့ ပြောမိပါတယ်။

ဆရာမတစ်ယောက်က စာရေးသူကို စူးစူးစိုက်စိုက်ကြည့်ပြီး တစ်ခုခုကို တွေးနေသလို မျက်နှာထားနဲ့ ရပ်နေပါတယ်။ စာရေးသူကလည်း သူ့ကို ဘာမှမမေးပါဘူး။

နောက်တစ်နေ့ကျမှ အခြားထမင်းစားသူတွေပါ ရှိနေတဲ့အချိန်မှာ မမရယ် မမက ကျွန်မကိုပြောတာတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါပေမယ့် တိုက်ရိုက် ထိတာပဲ။ အဖေ့ကို ဆေးကုပေးတဲ့အခါ အကောင်းဆုံးဆရာဝန်၊ အကောင်းဆုံးဆေးတွေနဲ့ ကုပေးပါတယ်။ အစားအစာလည်း ကောင်းကောင်း ကျွေးပါတယ်။ ဒါပေမယ့် စကားပြောတော့ တိုတိုပြတ်ပြတ်ပဲ ပြောမိပါတယ်။ ကိုယ်ကလည်း စိတ်ပင်ပန်းနေတဲ့အချိန် လူကလည်း ပင်ပန်းတော့ ဆေးကိုမှန်မှန်မသောက်တဲ့အဖေ့ကို ဆူပူသလို ပြောဖြစ်သွားတာပေါ့။ အဖေက ကျွန်မကိုပြောနေတာ ကြာပြီ။ နင်ဟာ သိပ်မောက်မာတယ်။ နင်ဆေးကုပေးတာကိုလည်း ငါမခံတော့ဘူး။ ငါ့ဘာသာငါ သေသေ အိမ်ပြန်မယ်လို့ပြောနေတာ။ ကျွန်မကလည်း ငါလိုက်ပို့မှ ပြန်လို့ရမှာပဲ ဆိုပြီး နေနေတာ။ မမက ကျွန်မလည်း ဘာမှမပြောဘဲနဲ့ ဆုံးမလိုက်တော့ ကျွန်မအိမ်ပြန်ရောက်တာနဲ့ အဖေ့ကို ထိုင်ကန်တော့ပြီး အဖေရယ်၊ အိမ်ကို မပြန်ပါနဲ့၊ သမီးကို ခွင့်လွှတ်ပါ။ သမီးမလိမ္မာလို့ အပြောအဆို မောက်မာမိတာပါ။ တကယ်တော့ အဖေ့ကို သမီး အင်မတန်လေးစားပါတယ်၊ ချစ်ခင်ပါတယ်၊ အဖေ အသက်ရှည်စေချင်ပါတယ်။ အဲဒါကြောင့် အဖေ့ကို အသက်ရှည်အောင် ဂရုစိုက်ပြီး ဆေးသောက်ပါ။ အစားစားပါ။ နောင်မှာ သမီး အဖေစိတ်မချမ်းမသာဖြစ်အောင် မပြောပါဘူးလို့ ပြောခဲ့ပြီ။ အဖေလည်း သာဓုခေါ်ပြီး စိတ်တွေချမ်းသာသွားပါပြီလို့ ပြောပါတယ်။ တကယ်တော့ လုပ်ငန်းခွင်များမှာ အဲသည်လိုသက်ကြီးစကား သက်ငယ်ကြားနိုင်တဲ့ စကားဝိုင်းကလေးတွေလည်း ရှိသင့်ပါတယ်။ ရင်ဖွင့်ပြီး မှားနေခဲ့ရင် အမှန်ရှာနိုင်တာပေါ့။ သတိထားရမှာက အတင်းပြောတတ်တဲ့သူ မပါဖို့ပါပဲ။ နို့မဟုတ်ရင် သိပြီးပလားဆိုတဲ့အမေးနဲ့ မဟုတ်တာ ဇာချဲ့ပြီး အပြောခံရတတ်ပါတယ်။ ဟုတ်တာပြောလည်း မကောင်းတဲ့ဘက်က ကြည့်ပြောတတ်တဲ့သူ၊ မကောင်းတာပြောလည်း ဇာချဲ့ပြောတတ်တဲ့သူဟာ စရိုက်အမျိုးမျိုးနဲ့ လူသူအများနေတဲ့ လုပ်ငန်းခွင်လိုနေရာမျိုးမှာ များစွာဒုက္ခပေးတတ်လို့ သတိထားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

၃။ မိမိကိုယ်ကိုမိမိ ပိုမိုကျေနပ်စိတ် တိုးပွားလာပါစေ

လူတွေဟာ တစ်ခါတစ်ခါ ငါကိုက အသုံးကို မကျဘူး။ လုပ်လိုက်သမျှ တလွဲတချော်ချည်းပဲ။ ဘာကိုပဲဆုံးဖြတ်ဆုံးဖြတ် မှားနေတော့တာပဲဆိုပြီး စိတ်ညစ်တတ်ပါတယ်။ တချို့ကတော့ သေတောင်မှ သေချင်တယ်ဆိုတဲ့ အထိ မိုင်ကုန်အောင် စိတ်ညစ်သွားတတ်ပါတယ်။ အဲသည်လိုဖြစ်တာက တော့ လူတွေမှာ ကိစ္စတွေစုပြီးပြုံပြီး ရှုပ်ထွေးနေတဲ့အခါ စိတ်ဓာတ်ကျ တတ်တဲ့အတွက် ဖြစ်တတ်တဲ့စိတ်နေသဘာဝဖြစ်ပါတယ်။ လူပဲ မှားမှာပေါ့။ ကိုယ်တစ်ယောက်တည်းမှားတာမှ မဟုတ်တာ၊ ဖြေသာပါတယ်။ အဲသည် လို ပြောရုံနဲ့တော့ စိတ်တိုနေတာ၊ စိတ်ညစ်နေတာတွေ ပျောက်မသွားနိုင် ဘူးပေါ့လေ။

ဒါပေမယ့် ခဏကလေး နားလိုက်ပြီး မိမိနဲ့သိတဲ့သူများ၊ မိမိနဲ့ တိုက်ရိုက်မသိတောင်မှ တစ်ဆင့်စကားတစ်ဆင့်နားနဲ့ ကြားဖူးတဲ့သူများရဲ့ ဘဝဇာတ်ကြောင်းကလေးများကို ပြန်ပြီးစဉ်းစားကြည့်လိုက်စေချင်ပါတယ်။ ပထမနည်းကတော့ ကောင်းကွက်ကလေးများကို ရေတွက်ပါဆိုတဲ့ စကား လိုပါပဲ။ စိတ်ညစ်နေတဲ့သူဆိုရင်တော့ မသေသေးတာ အမှန်ပဲ။ အဲသည်လို မသေသေးတာကိုက ကောင်းကွက်တစ်ခုဖြစ်ပါတယ်။ စာရေးသူတို့အမေက ပြောဖူးပါတယ်။ လောကမှာ သေတာထက်သည်းတဲ့ ပြဿနာ မရှိဘူးတဲ့။ အဲသည်တော့ စဉ်းစားပါ။ ငါ မသေသေးဘူး၊ ငါဟာ ကုသိုလ်၊ ဥစ္စာ၊ ပညာ ရရာရကြောင်း ကောင်းမြတ်တဲ့အလုပ်တွေကို လုပ်နိုင်သေးတယ်။ ငါ ဘာဖြစ်လို့စိတ်ဓာတ်ကျနေရမှာလဲလို့ မေးလိုက်စမ်းပါ။ ငါ့မှာ ငွေမရှိဘူး လေ။ လုပ်ချင်တာကို လုပ်နိုင်ဖို့ ငွေရှိမှဖြစ်မှာလို့ တွေးလိုက်မိပြီး စိတ်ဓာတ် မကျလိုက်ပါနဲ့ဦး။ တိပိဋကဓရယောဆရာတော်ဘုရားကြီး ဟောတော်မူတဲ့ တရား တစ်ပုဒ်ထဲမှာပါတဲ့အတိုင်း ကုသိုလ်ရဖို့က အချိန်ကိုမတောင်းပါဘူး ဗျာ၊ ငွေကိုမတောင်းပါဘူးဗျာလို့ ဆိုတဲ့စကားအတိုင်း အလုပ်တစ်ခုခုကို လုပ်နေရင်း ကုသိုလ်ရအောင် လုပ်နိုင်တာပါပဲ။ ထမင်းချက်ရင်းတောင်မှ မေတ္တာထမင်း၊ ကရုဏာထမင်းကလေးများကို ချက်နိုင်ကြပါတယ်။ အိမ်သူ အိမ်သားများဟာ မိသားစုကြီးတည်မြဲနေအောင် စည်းစည်းလုံးလုံး ရှိနေ

အောင် ကိုယ့်တာကိုကိုယ်လုံအောင် ကြိုးစားနေရတယ်၊ ကျန်းမာကြပါစေ၊ ဘေးရန်ကင်းကြပါစေစသည်ဖြင့် မေတ္တာပို့သပေးရင်း ထမင်းချက်နေတယ် ဆိုရင် မေတ္တာပို့သတဲ့အလုပ်လည်း ပြီးမြောက်အောင်မြင်ပါတယ်။ ကရုဏာ ပို့သတဲ့လုပ်ငန်းလည်း ပြီးမြောက်အောင်မြင်နိုင်ပါတယ်။ ဩော် အခုခေတ် မှာများ ကလေးတွေ ကလေးပီပီ မနေရရှာဘူး၊ ပင်ပန်းကြတယ်။ အားရှိ အောင် စားနိုင်ကြပါစေလို့ ကရုဏာထားပြီး ချက်ပြုတ်ကျွေးမွေးရင်း ကုသိုလ် ယူနိုင်ပါတယ်။

အခုနပြောခဲ့သလို ကိုယ့်မှာက ချွေချွေတာတာ နေထိုင်စားသောက် ရသလောက် တချို့များ အလှုပယ်ဖြစ်နေလိုက်တာ မနာလိုချင်စရာတောင် ကောင်းတယ်လို့ မတွေးကြပါနဲ့ဦး။ မိတ္တဝိန္ဒကလိုဖြစ်သွားမှာ စိုးရိမ်ရပါသေး တယ်။ အိမ်ကနေပြီး မိခင်ကို စော်ကားမော်ကားပြုသွားမိတဲ့ မိတ္တဝိန္ဒက ဆိုတဲ့လုလင်ဟာ သမုဒ္ဒရာကြောမှာမြောသွားရင်း ကမ်းတစ်ခုကိုကပ်မိပါ သတဲ့။ ကမ်းပေါ်ကလူတစ်ယောက်ရဲ့ခေါင်းပေါ်မှာ ပန်းနီနီလှလှတွေ ပန်ပြီး ရပ်နေတာကိုမြင်ရတော့ မိတ္တကက အဲဒီလူရဲ့ခေါင်းပေါ်က ပန်းတွေဟာ တယ်လှပါကလား။ ငါ့ကိုပေးဖို့ တောင်းဦးမှဆိုပြီး အသင်ပန်ထားတဲ့ပန်းကို ကျုပ်သိပ်သဘောကျပါတယ်ဗျာ။ အဲသည်ပန်းကို သင်ပန်ထားတာ ကြာပြီ ဆိုတော့ ကျုပ်ကိုပန်ခွင့်ကလေး တစ်လှည့်လောက်ပေးပါလားလို့ တောင်းပါ သတဲ့။ တကယ်တော့ သူ့စိတ်ထဲမှာမြင်နေတာက ပဒုမ္မာကြာပန်းလို ပန်းပွင့် ကြီးက သူမြင်တဲ့သူရဲ့ခေါင်းပေါ်မှာ လည်နေတယ်။ အနီရောင်ပန်းက လည်း လှနေတော့ ပန်းပန်ထားတဲ့သူက တစ်ခွန်းမှမဟဘဲ နေလေလေ သူကမကျေနပ်ဘဲ မရအရတောင်းလေလေ ဖြစ်နေတာပေါ့။ နောက်ဆုံး တော့ ပန်းနီနီပန်ထားတဲ့သူက စကားပြောပါတယ်။ ကျုပ်ခံရမယ့် ငရဲ သက်တမ်းက ကုန်သွားပြီထင်ပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့် ခင်ဗျားက ပန်းနီနီကို သိပ်တောင်းနေတာဖြစ်မှာပေါ့။ ခင်ဗျားနဲ့ထိုက်ရင်လည်း ခင်ဗျားယူလေ၊ ထိုက်ရင်တော့ ရလိမ့်မပေါ့လို့ ခွင့်ပေးစကားလည်းပြောလိုက်ကရော ပန်းနီနီ ပန်ထားတယ်လို့ ထင်ရတဲ့လူရဲ့ခေါင်းပေါ်က သင်တုန်းဓားစက်ဟာ မိတ္တ ဝိန္ဒက ခေါင်းပေါ်ကို ဖြုတ်ကနဲရောက်လာတဲ့ပြီး သူ့ခေါင်းပေါ်မှာ လည်ပြီး တရှီးရှီးနဲ့ ခေါင်းကိုစားတော့တာပါပဲတဲ့။ သွေးတွေကလည်း အနာကနေပြီး

စီးကျလာလိုက်တာ မနည်းပါဘူးတဲ့။ သူမျက်စိများတုန်းက သိပ်လှခဲ့တဲ့ အနီရောင်ပန်းဆိုတာတွေဟာ ဦးခေါင်းကိုစားလို့ ထွက်လာတဲ့ သွေးတွေပဲပေါ့။

အဲသည်လို ဥပမာလိုပါပဲ။ မိမိမှာခံစားနေရတာကို မသက်သာလှဘူးလို့ထင်ကြတာကတော့ လူတို့ရဲ့ဓမ္မတာဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် လူတိုင်းမှာ ကိုယ့်ဒုက္ခနဲ့ကိုယ်ပါပဲ။ စိတ်မထားတတ်လို့ကတော့ ပိုပြီးစိတ်ဆင်းရဲပင်ပန်းတတ်ပါတယ်။ ကိုယ့်မှာ ကိုယ့်အပြစ်နဲ့ကိုယ် ဖြစ်နေရတဲ့အထဲမှာ ငရဲပန်းကို နတ်ပန်းထင်ပြီး မရအရတောင်းတယ်ဆိုရင်တော့ တကယ့်ကို ဆိုးပြီ၊ ကယ်လို့တောင်မှ မရနိုင်တော့ပါဘူး။ အကုသိုလ်လည်း ပိုများတတ်ပါတယ်။ ဘာ့ကြောင့်လဲဆိုတော့ လူအများစုရဲ့ သဘာဝအတိုင်းပါပဲ။ ကိုယ်ခံရတဲ့ဒုက္ခဟာ ကိုယ့်အမှားကြောင့်လို့ မထင်တတ်ကြပါဘူး။ ဘယ်သူက မကောင်းလို့ ငါတို့ဒီလိုဖြစ်နေတာ၊ ဘယ်သူက မကောင်းကြလို့ ခံရတာ စသည်ဖြင့် ဒုက္ခထုပ်ကို သူများအပေါ်ပစ်တင်ချင်တဲ့ သဘာဝရှိတတ်တာကိုး။ အဲသည်လိုတွေးလေ ဒေါသက ဖြစ်လို့ကောင်းလေ၊ အကုသိုလ်က များလေ၊ ကိုယ်ပဲ ငရဲကြီးသည်ထက်ကြီးကာ ဒုက္ခရောက်လေနဲ့ သံသရာလည်လို့မဆုံး ဖြစ်တတ်ပါတယ်။

အဲသည်လို ရှုပ်ရင်းစွဲဒုက္ခထက်ပိုပြီး မပွားရ မများရအောင် ဆင်ခြင်နိုင်ရင် သက်သာအောင် ဆေးကောင်းဝါးကောင်းကို မှီဝဲနိုင်ရင် သက်သာလာပါလိမ့်မယ်။ ကိုယ်ခန္ဓာမှာ ရောဂါကျရောက်နေတယ်ဆိုရင် ကျရောက်နေတဲ့ ရောဂါနဲ့လိုက်လျောညီထွေရှိတဲ့ ဆေးဝါးဓာတ်စာကို သုံးရပါတယ်။ စိတ်နဲ့ပတ်သက်တဲ့ဝေဒနာဖြစ်ရင်တော့ စားတဲ့ဆေးထက် စိတ်ကိုသက်သာစေတဲ့ နည်းနာများကို သုံးမှဖြစ်ပါမယ်။ များသောအားဖြင့်တော့ တချို့သော စိတ်နဲ့ဆိုင်တဲ့ရောဂါဟာ ခန္ဓာကိုယ်မှာလည်း ပြပါတယ်။ စိတ်မှာလည်း ပြပါတယ်။ မအိပ်နိုင်အောင်၊ မစားနိုင်အောင် ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ မဆောက်တည်နိုင်အောင် ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ အဲသည်တော့ စိတ်ကိုငြိမ်စေတဲ့ဆေးကို သုံးစွဲမလား၊ သေချာတာကတော့ အဲသည်ဆေးမျိုးက ဆရာဝန်များတောင်မှ လက်လွှတ်စပယ် မပေးရဲပါဘူး၊ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးတွေ ရှိတာကိုး။ အိပ်မပျော်နိုင်လောက်အောင် ဖြစ်နေတဲ့သူများဟာ အိပ်ဆေးအဖြစ် စိတ်ငြိမ်

ဆေးကို သုံးတတ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အဲသည်ဆေးမျိုးက မူးယစ်ထုံထိုင်းဘေးဖြစ်စေတတ်တဲ့ဆေးအဖြစ် တရားဥပဒေနဲ့ တားမြစ်ထားတဲ့အတွက် ဆေးစာမပါရင် ဝယ်လို့မရနိုင်ပါဘူး။ အဲသည်လိုဒုက္ခများလှတဲ့ ဆေးများကို သုံးပြီး အိပ်ဖြစ်တယ်ဆိုပါတော့။ အိပ်ရာကနိုးတော့ ကိုယ်ဖြေရှင်းမှ ရမယ့် ကိစ္စကြီးက အိပ်နေတုန်းမှာ ပြေလည်သွားတာမှမဟုတ်တာ၊ ကိုယ့်မှာ အိပ်ရာက မူးတူးဝေတေနဲ့ထလာပြီး ထိုင်စောင့်နေတဲ့သူကောင့်သား ပြဿနာနဲ့ ရင်ဆိုင်ရပြန်တာပဲ မဟုတ်လား။

စာဖတ်သူကလည်း ဘယ့်နှယ် မိမိကိုယ်ကိုမိမိ ပိုမိုကျေနပ်စိတ် တိုးပွားလာပါစေဆိုပြီး စိတ်ညစ်စရာတွေချည်း ပြောနေတော့တာပဲလို့ တွေးနေကြပြီလား။ စာရေးသူက တွေးစေချင်လို့ပဲ ရေးသားတင်ပြနေတာပါ။ လူတိုင်းလူတိုင်းမှာ ပြဿနာတွေ အမျိုးမျိုးအစားစား တယ်ပြီးများလှပါတယ်။ အဲသည်တော့ ငါမသေသေးဘူး။ ပြီးတော့ အလွန့်ကိုအကြောင်းအပေါင်းမသင့်ကာမှ ဖြစ်တတ်တဲ့ရောဂါဆန်းများလည်း မိမိကိုယ်မှာ မကျရောက်သေးဘူးဆိုရင် လူဖြစ်ရကျိုးနပ်သည်ထက်နပ်အောင် လုပ်နိုင်တဲ့ အဖိုးတန်လူသားအဖြစ် မိမိကိုယ်ကိုကျေနပ်နိုင်တဲ့ စိတ်အင်အား တိုးပွားလာပြီဖြစ်ပါတယ်။ မတိုးပွားသေးဘူးဆိုရင်တော့ လိုချင်တာတွေ ရှိနေသေးလို့ဖြစ်မှာပဲ။

လူတွေဟာ တကယ်တော့ ပစ္စုပ္ပန်ကို သိပ်မေ့တတ်ပါတယ်။ ဖြစ်ခဲ့ပြီးတဲ့ ပြဿနာများကို ပြန်ပြီးစဉ်းစားတတ်ကြပါတယ်။ အခုရင်ဆိုင်နေရတဲ့ ပြဿနာဟာ အတိတ်မှာစတင်ခဲ့တာ မှန်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ပစ္စုပ္ပန်ကို ရောက်နေပြီဖြစ်တော့ ရောက်နေတဲ့အချိန်မှာ ဖြစ်နေတဲ့ပြဿနာကိုသာ ဖြေရှင်းရမှာဖြစ်ပါတယ်။ များသောအားဖြင့်တော့ လက်ရှိပြဿနာကို မဖြေရှင်းနိုင်တဲ့အခါ ဘာလုပ်လိုက်ရင် ကောင်းမယ်ထင်တယ်၊ ဘာဖြစ်လာရင် ကောင်းမှာပဲဆိုတဲ့ အနာဂတ်ကိုလှမ်းပြီး စိတ်ကူးယဉ်တတ်ကြပြန်ပါတယ်။ အမှန်ကတော့ မိမိရင်ဆိုင်နေရတဲ့ပြဿနာများကို တစ်၊ နှစ်၊ သုံး–ကိုင်းအခုချက်ချင်းပဲ ပြင်လိုက်တော့မယ်ဆိုပြီး ပြုပြင်နိုင်တဲ့၊ တစ်နည်းဆိုရင် မိမိစိတ်နဲ့မိမိကိုယ်ကို ဆောက်တည်နိုင်တဲ့ စွမ်းအားရှိတယ်ဆိုရင် မိမိမှာ

လုပ်ငန်းခွင်ဆိုတဲ့ တည်ရာမှီရာလည်းရှိနေတယ်ဆိုရင် ဘာကိုမှ ထိတ်လန့်ကြောက်ရွံ့စရာ မလိုတော့ပါဘူး။

လုပ်ငန်းခွင်မှာလည်း တကယ့်ကို ရိုးသားမှန်ကန်တဲ့သူတစ်ယောက် အမှားအယွင်းလုပ်မိလို့ ရိုးရိုးသားသား ဝန်ခံတယ်ဆိုရင် ခွင့်လွှတ်တတ်ကြပါတယ်။ ထုံးစံအတိုင်း စစ်ဆေးတာ၊ သတိပေးတာစတဲ့ လုပ်ငန်းတွေကိုတော့ လုပ်ကြဦးမှာပေါ့။ ဒါပေမယ့် မိမိအလုပ်ကို စံချိန်မီအောင် ပြန်ပြီးကြိုးစားမယ့်သူဆိုရင် ကူညီဖေးမချင်တဲ့သူ များတတ်ပါတယ်။ တစ်ခုတော့ရှိတာပေါ့လေ၊ အစောပိုင်းကတည်းက မိမိရဲ့လုပ်ရပ်များကို မှားရင် မှားမှန်းသိတတ်တဲ့သူဖြစ်ဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ တချို့ကတော့ အဲသည်လိုမဟုတ်ပါဘူး။ မှားတာက လူ့သဘာဝဖြစ်လို့ မတော်တဆမှားရင် ခွင့်လွှတ်နိုင်ပါသေးတယ်။ မှားတဲ့အလုပ်မှန်း သိပါလျက် အမှားကိုလုပ်ခြင်းကြောင့် အကျိုးအမြတ်ရမယ်ထင်လို့ လုပ်မိတာပါ။ ဦးတည်ချက်နဲ့ လုပ်မိတာပါ။ လုပ်သလို ဖြစ်မလာတဲ့အခါမှာလည်း မှားသွားတဲ့အကြောင်း ဝန်မခံတတ်ပါဘူး၊ အဲသည်လိုလူမျိုးဆိုရင် အပြစ်ကနေခွင့်လွှတ်ဖို့ မလွယ်ကူလှပါဘူး။တကယ်လို့ အလုပ်ခွင်တစ်ခုကနေပြီး ပယ်လိုက်ပေမယ့် ကံကောင်းထောက်မပြီးနောက်အလုပ်ခွင်ကို ရောက်မယ်ဆိုရင်တောင်မှ မိမိကိုယ်မိမိ ဘာဖြစ်သေးသလဲကွာ၊ လူတကာ ဒီလိုလုပ်နေတာပဲဆိုပြီး မသိချင်ယောင်ဆောင်နေပေမယ့် အဲသည်လိုလူဟာ တာရှည်အားဖြင့် အောင်မြင်တဲ့သူ ဖြစ်မလာနိုင်တော့ပါဘူး။ မိမိကိုယ်ကိုမိမိ ပိုမိုကျေနပ်တဲ့စိတ် တစ်နည်းဆိုရင် မိမိကိုယ်ကိုယုံကြည်မှုအပြည့်အဝထားတတ်တဲ့ စိတ်အင်အား တိုးပွားလာချင်တဲ့သူကတော့ ရေချိုးထားတဲ့သူဟာ အဝတ်ဟောင်းကို မဝတ်ချင်သလို၊ ကြေးညှော်အညစ်အကြေး အတင်မခံချင်သလို၊ အညစ်အကြေးကို ကြောက်တတ်ပါတယ်။ရှောင်တတ်ပါတယ်။ အို– ဒါတွေက သဘောတရားတွေပါ၊ အညစ်အကြေး အတင်မခံရတဲ့သူဆိုတာ ဘယ်မှာရှိပါ့မလဲ။ နွေနေပူပူ ဖုန်ထူထူနေရာသွားရင် ဖုန်တင်မှာပေါ့၊ ချွေးထွက်ပြန်တော့ ညစ်ပတ်ပြန်ရော၊ အညစ်အကြေးမတင်အောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမှာလဲလို့ စောဒကတက်ချင်သူများလည်း ရှိနိုင်ပါတယ်။ ဟုတ်တာပေါ့။ တင်စားပြီးပြောတဲ့ အညစ်အကြေးဖြစ်ဖြစ်၊ ပတ်ဝန်းကျင်က အညစ်အကြေးပဲဖြစ်ဖြစ် မတင်အောင် ရှောင်ဖို့

ခက်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် မခက်တာတစ်ခုကတော့ အညစ်အကြေးကို တင်မှန်းသိတာနဲ့ ဖြစ်နိုင်တဲ့အချိန်မှာ ရတဲ့အချိန်မှာ ခါချလိုက်ဖို့ ဆေးပစ်လိုက်ဖို့ လိုပါတယ်။ ပေနေတာက များသနဲ့၊ ထားလိုက်ပါတော့မယ်ဆိုရင် ကြေးကထူသွားမှာပေါ့။ အဲသည်သဘောပါပဲ။ အလုပ်တစ်ခုမှာ မှားမိတဲ့အခါ နောက်မှပြင်မယ်ဆိုတဲ့ နောက်ရွှေ့တဲ့အလေ့ကို ရှိနေရင် မယ်ဖျက်ပစ်လိုက်ပါ။

မိမိအလုပ်ကို သိပ်ကောင်းစေချင်တဲ့သူဟာ အလုပ်မှာ အမှားအယွင်း မရှိအောင် သတိကြီးစွာထားပြီး လုပ်တတ်ပါတယ်။ အလုပ်ကို အချိန်မီ ပြီးစေချင်လို့ ဝီရိယလည်းထားတတ်ပါတယ်။ အဲသည်လို သတိနဲ့ဝီရိယ တွဲထားပြီး လုံ့လကို အောက်ဘက်ကို ဘယ်တော့မှ လျှောမကျအောင် ကြိုးစားနေသူဖြစ်တယ်ဆိုရင် နေ့စဉ်နဲ့အမျှ မိမိရဲ့လုပ်၊ မိမိရဲ့ဆောင်ချက်ကို မိမိဘာသာ ကြည့်ပြီးကျေနပ်နေမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

မိမိဘာသာမိမိ ကျေနပ်သလို လုပ်ငန်းခွင်က ကြီးကြပ်တဲ့သူတွေ အုပ်ချုပ်တဲ့သူတွေကလည်း ကျေနပ်မှာသေချာပါတယ်။ တကယ်တော့ အထက်ကလူပင်ဖြစ်စေ၊ တန်းတူရည်တူ လူအချင်းချင်းပင်ဖြစ်စေ မိမိလုပ်တဲ့ အလုပ်က သိပ်ပြီး ပြီးပြည့်စုံတာပဲဆိုတာကို နောက်ကျမှ သိရတာပါ။ မိမိကတော့ ကိုယ်တိုင်လုပ်ဆောင်နေကတည်းက ကောင်းသည်ထက် ကောင်းအောင် လုပ်ဆောင်ရင်း ပီတိဖြစ်နေရမှာဖြစ်ပါတယ်။ မိမိအလုပ်ကို မိမိကျေနပ်နေတဲ့သူဟာ မိမိကိုယ်ကို တစ်နေ့ထက်တစ်နေ့ ပိုမိုကျေနပ်တဲ့ စိတ်တိုးပွားလာတတ်ပါတယ်။ အဲသည်အချိန်အထိ ပတ်ဝန်းကျင်က သိဦးမှာလည်း မဟုတ်ပါဘူး။ ချီးမြှင့်မြှောက်စားမှုကိုလည်း ခံရဦးမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ချီးမြှင့်မြှောက်စားခြင်းနဲ့ပတ်သက်လို့ ပီတိဖြစ်တာက ခဏလောက်သာပါ။ မိမိဘာသာ မိမိအရည်အချင်းကို မြှင့်တင်နိုင်လာတဲ့အခါမှာ အမြဲလိုလို ပီတိဖြစ်နေမှာ သေချာပါတယ်။

အောင်မြင်လာတဲ့သူဆိုရင် တချို့သူကတော့ ဘဝပေးကုသိုလ်ကောင်းတာကိုး။ ဉာဏ်ကလည်းကောင်းတော့ သူလုပ်သမျှ အလုပ်တွေက ကောင်းနေတာပဲလို့ ထင်တတ်ကြပါတယ်။ စာတွေဖတ်ကြည့်ပြီး ထူးချွန်တဲ့ သူများအကြောင်းကို သိလာရလေလေ သူတို့ဟာ ထူးပြီးဉာဏ်ကောင်းတာ

မဟုတ်ဘဲ၊ သတိ ဝီရိယကြီးမားစွာနဲ့ အလုပ်ကို နှစ်နှစ်ခြိုက်ခြိုက် လုပ်နေတတ်ကြတဲ့သူတွေ ဖြစ်နေတာကို သိရပါတယ်။ လူတွေများ အဲသည်လို အမှန်အတိုင်း ရိုးရိုးသားသားဖွင့်ပြောရင်လည်း မယုံမကြည်ဖြစ်တတ်ကြပါသေးတယ်။ ဥပမာဆိုပါတော့၊ စာရေးသူဟာ စာအများကြီး ရေးနိုင်ပါတယ်။ စာဖတ်များပါတယ်။ ဒါပေမယ့် စာရေးသူမှာ ထူးခြားတဲ့စွမ်းရည်ဆိုတာ မရှိပါဘူးလို့ပြောရင် လုပါတယ်ဆိုမှ ရေမချိုးရသေးဘူးဆိုသလို ပိုနေပြန်ပြီလို့ ပြောချင်ကြတဲ့သူများကို တွေ့ဖူးပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အမှန်ပါပဲ။ စာတွေအများကြီးထွက်ထာက အချိန်မရွေး စာရေးနေနိုင်ပါတယ်။ Mood မဝင်ဘဲ တွန်းရေးတာလားလို့ မေးတဲ့သူလည်းရှိပါတယ်။ အော်တိုမုဒ်မှာ တင်ထားတယ်လေလို့ ပြောလိုက်ရပါတယ်။ စာရေးစရာ ကုန်ကြမ်းကိုရော ဘယ်လိုရသလဲလို့ မေးချင်ကြပေလိမ့်မယ်။ ငယ်ငယ်ကတည်းက ဖတ်ခဲ့တဲ့စာက နည်းမှမနည်းပဲဘဲ။ စာဖတ်များလာတော့ မြင်တတ်လာပါတယ်။ ကြားတတ်လာပါတယ်။ တချို့သောအကြောင်းအရာဆိုရင် မရေးသင့်လို့ ချန်ထားလိုက်တာကြောင့် စာမျက်နှာပေါ်ကို ရောက်မလာတာပါ။ စာဖတ်သူများ သေသေချာချာစဉ်းစားဖတ်ရင် အခုတင်ပြတဲ့ ပျော်ရွှင်အောင်မြင် လုပ်ငန်းခွင်မှာ ဆိုတဲ့စာအုပ်ထဲမှာတောင်မှ မြင်တာ ကြားတာတွေကို ပြန်လည်ဖွဲ့ဆိုရေးသားခဲ့တယ်ဆိုတာ သိနိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။

၄။ မိမိ၏အလုပ်ကို ပိုမိုနှစ်ခြိုက်လာပါစေ

ဒီနေရာမှာ ရယ်စရာ စကားကလေးတစ်ခွန်းကို ထည့်ပြီးပြောချင်ပါတယ်။ လောကမှာ ကိုယ်တကယ်ချစ်ခင်နှစ်သက်တဲ့သူနဲ့ အကြောင်းဆက် ပေါင်းဖက်ရဖို့ မလွယ်သလို၊ ကံကောင်းလို့ အကြောင်းဆက်ပေါင်းဖက်နိုင်ရင်တောင်မှ တစ်သက်တာ လုံးစိတ်မပြောင်းဘဲ ချစ်မြဲချစ်လျက် စကားတစ်ခွန်းလောက်တောင်မှ မာမာမပြောမိဘဲ နေသွားနိုင်ကြဖို့လည်း ခက်ပါတယ်။ လင်နဲ့မယား လျှာနဲ့သွားဆိုတဲ့ စကားလည်း ရှိတယ်မဟုတ်လား။

အဲသည်ဥပမာနဲ့ သိပ်တူတဲ့အဖြစ်ကတော့ လူ့လောကမှာ ကိုယ်တကယ်နှစ်သက်တဲ့အလုပ်ကို ရနိုင်ဖို့ လုပ်နိုင်ဖို့ မလွယ်ပါဘူး။ လိုချင်တဲ့အလုပ်ကို ရလာရင်လည်း ပိုပိုပြီးနှစ်ခြိုက်လာနိုင်ဖို့လည်း မလွယ်ပါဘူး။

ဟင် အဲသည်လိုဆိုရင် လောကကြီးမှာ လူတွေဟာ မချစ်မနှစ်သက်တဲ့သူ တွေနဲ့ပဲ ပေါင်းသင်းနေရမယ်ပေါ့။ အဲသည်လိုဆိုရင် ဒုက္ခပါပဲ၊ စိတ်ဆင်းရဲ နေကြရမှာပေါ့။ အလုပ်လုပ်တော့လည်း အဲသည်လိုပဲဆိုရင် အခက်ပဲစသည် ဖြင့် အလောတကြီး ကောက်ချက်မချကြပါနဲ့ဦး။ ဆက်လက်ဆွေးနွေးကြ မယ့် အကြောင်းအရာကလေးများကို ဖတ်ကြည့်ပြီးမှ ကောက်ချက်ချကြ စေချင်ပါတယ်။

လူငယ်အများစုဟာ အလုပ်ရွေးတဲ့အခါမှာ မိမိဝါသနာနဲ့ကိုက်ညီ တဲ့အလုပ်ထက် မိမိရဲ့စိတ်ကူးယဉ်အိပ်မက်ကမ္ဘာထဲမှာ မိမိနဲ့ကိုက်ညီတယ် လို့ထင်ခဲ့တဲ့ အလုပ်ကို စိတ်ကူးပြီး ရွေးချယ်တတ်ကြပါတယ်။ လုပ်ချင်ပေ မယ့် လုပ်လို့မရနိုင်တဲ့အလုပ်တွေကလည်း ရှိနေပါသေးတယ်။ သူ့ခေတ်နဲ့ သူပေါ့။ စာရေးသူတို့ခေတ်ကတော့ ဆယ်တန်းမှာ အမှတ်ကောင်းတာ မကောင်းတာထက် တောကျောင်းကတက်လာတဲ့သူတွေ ကောလိပ်ကိုစပြီး တက်ကြရတော့ ရန်ကုန်ကနေပြီး မကွေးကိုမလာချင်ဘဲ လာရတဲ့ တချို့ သော ဆရာဆရာမများကို ဩော် တောသား တောသူကလေးတွေ အင်္ဂလိပ် လို့ ခပ်သွက်သွက်ပြောလို့ကတော့ တစ်လုံးမှနားလည်မှာမဟုတ်ဘူးဆိုပြီး ဖြည်းဖြည်း ပြောပေးမယ်၊ ပြုံးပြုံးကလေး ပြောပေးမယ်၊ နားမလည်ရင် စိတ်မဆင်းရဲရနဲ့၊ ဘာသာပြန်ပြီး ပြောပေးမယ်လို့ ပြောဖို့နေနေသာသာ မတန်မရာတွေ လာပြီးသင်ယူနေကြတယ်လို့ထင်ကြတဲ့ပုံနဲ့ မြန်မာနိုင်ငံသား ချင်း တစ်ကမ္ဘာစီဝေးခဲ့ကြပါတယ်။ ဒီအကြောင်းက ဖြစ်ရပ်မှန်ပါ။ ရေးရ တာ အားနာပေမယ့် တကယ့်ကိုဖြစ်ခဲ့တာပါ။

တော်သေးတာက စာရေးသူယူမိတဲ့ဘာသာဟာ ရိုးရိုးဝိဇ္ဇာဘာသာ တွဲ ဖြစ်လို့ပါပဲ။ စာရေးသူတို့ခေတ်က မေဂျာခေတ်လည်း မဟုတ်ပါဘူး။ ဘာသာတွဲခေတ်ဖြစ်ပါတယ်။ မကွေးကောလိပ်ကတည်းက စာကိုတော့ သေသေချာချာဖတ်ဖြစ်လာပါပြီ။ ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်တက်တော့ စာကြည့် တိုက်ကို မှန်မှန်သွားနိုင်ခဲ့ပါပြီ။ စာဖတ်တာလည်း များလာပါပြီ။ ကောလိပ် ကိုတက်စဉ်တုန်းက ဥပစာတန်းနှစ်တန်းမှာ ယူခဲ့ရတဲ့ဘာသာတွဲက ရန်ကုန် တက္ကသိုလ်ရောက်လာတော့ ဝိဇ္ဇာအောက်တန်း၊ အထက်တန်းမှာ ယူခဲ့ရတဲ့ ဘာသာတွဲနဲ့လည်း မတူပါဘူး။ အဲသည်လိုတက္ကသိုလ်ကျောင်းတော်ကြီးမှာ

စာဖတ်တယ်ဆိုတာကတော့ ပိုမိုပြီးကျယ်ပြန့်လာတဲ့အတွက် စိတ်လည်း ဝင်စားပါတယ်။ စာကြည့်တိုက်မှာသာ စာအုပ်ရှာပြီးဖတ်တာ မဟုတ်ပါဘူး။

စာရေးသူတို့ခေတ်က မြန်မာစာကလွဲလို့ ကျန်တဲ့ဘာသာစကားများ ကို အင်္ဂလိပ်လိုသင်ကြားလေ့ရှိပါတယ်။ တချို့ဆရာများကတော့ ကောလိပ် မှာတုန်းက သင်သလို ကျောင်းသားနားလည်တာ မလည်တာအပထားပြီး အင်္ဂလိပ်လို ဌာန်ကရိုင်းကျကျကြီး သင်နေကြတုန်းပါပဲ။ တချို့ဆရာများက တော့ အင်္ဂလိပ်လိုသင်ပေမယ့် နားလည်အောင် ကြောင့်ကြစိုက်ပြီး သင်ပါ တယ်။ ကျောင်းသားများကို မေးခွန်းများမေးကြဖို့ တိုက်တွန်းပါတယ်။ အင်္ဂလိပ်လို မေးရမှာခက်ရင် မြန်မာလိုမေးကြပါလို့ ရွှင်ရွှင်ပျပျကြီး တိုက် တွန်းလေ့ရှိတာကတော့ ဒဿနဌာနက ဒေါက်တာခင်မောင်ဝင်း ဖြစ်ပါ တယ်။

စာရေးသူဖြစ်လာမယ့်သူကတော့ စောစောကတည်းက အရိပ် အယောင် ပြခဲ့ပါတယ်။ အင်္ဂလိပ်စာ ကျူတိုရီယာယ်အခန်းမှာ ဆရာမက သင်ဘာဖြစ်ချင်သလဲလို့ အင်္ဂလိပ်လိုမေးပါတယ်။ စာရေးသူက သတင်းစာ ဆရာ ဖြစ်ချင်ပါတယ်လို့ ဖြေပါတယ်။ သတင်းစာကို အဆောင်ကယူတာ သာမက ကိုယ်တိုင်လည်း ဝယ်ယူဖတ်ရှုခဲ့ပါတယ်။ စာရေးသူက အဲသည်လို ဖြေပေမယ့် ကချင်အမျိုးသား လဖျားခေါင်ဆိုတဲ့ စာရေးသူတို့အတန်းဖော်က ကျွန်တော်ဟာ နယ်တစ်နယ်မှာ ဆရာလုပ်ချင်ပါတယ်လို့ ဖြေပါတယ်။ ကျွန်မဖြင့် သူ့ကို အဲသည်ကတည်းက သိပ်လေးစားသွားတာပါပဲ။ ရိုးရိုးပဲ ဆရာဖြစ်ချင်ပါတယ်လို့ပြောတာ မဟုတ်ပါဘူး။ I want to be a district teacher. လို့ဖြေတာပါ။ ဆရာက ဆုံးပါးသွားပါပြီ။ ကျောင်းကဆင်း ကတည်းက သတင်းစကားတွေကိုသာ ကြားနေရပါတယ်။ တစ်ခါမှမတွေ့ လိုက်ရပါ။

ကျောင်းပြီးတော့ အမေနဲ့အဖေက ဘီအီးဒီ အတက်ခိုင်းလိုက်လို့သာ တက်ရပါတယ်။ စိတ်ထဲမှာတော့ တော်တော်ကို ပျင်းစရာကောင်းမယ့် အလုပ်ပဲလို့ထင်ခဲ့တာပါ။ ဘီအီးဒီမတက်ခင် ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်မှာ အင်္ဂလိပ် စာသင်ရတာက စာရေးသူတို့တောသားများကို နားလည်မှုကောင်းစွာပေးခဲ့တဲ့ ဆရာမကြီးဒေါ်ခင်သီတာ ဖြစ်ပါတယ်။ သူက မကွေးကောလိပ်ကို လာပြီး

စာသင်ဖူးပါတယ်။ သူငယ်ချင်းတစ်ယောက်က (အဲသည်ခေတ်တုန်းက အမြင်နဲ့) ငှက်တော ခွေးတောကို မသွားနိုင်ဘူးဆိုလို့ အစားလာရောက်ခဲ့သူ ဖြစ်ပါတယ်။ စာရေးသူတို့ တောသူတောင်သားများဟာ ဆရာကို (အဲသည်ခေတ်က) ဘုရားတစ်ဆူ ဂူတစ်လုံးလို ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်လေ့ရှိပါတယ်။ အဲသည်လို စာရေးသူတို့ရဲ့စိတ်နေသဘာဝကို ဆရာမကြီးဒေါ်ခင်သီတာ ကများစွာနှစ်ခြိုက်ခဲ့ပါတယ်။ စာရေးသူတို့ ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်ကို ရောက်လာ တော့ ဆရာမကြီးလည်း ရန်ကုန်ကို ပြန်ရောက်နေပါပြီ။ စာရေးသူတို့ကို သူ့အိမ်ဖိတ်ပြီး ကျွေးမွေးပါတယ်။ သူ့ခင်ပွန်း သူ့ကလေးများနဲ့ မိတ်ဆက် ပေးပါတယ်။ မေမေ့ကို လိုလေသေးမရှိ ပြုစုခဲ့ကြတဲ့ သားသမီးတွေပဲလို့ ပြောခဲ့ပါတယ်။ စာရေးသူတို့လည်း ဝမ်းသာပီတိကြီးစွာ ဖြစ်ရပါတယ်။

ဆရာမကြီးသာမက စာရေးသူတို့တောသားတွေကို နှစ်ခြိုက်သွားတဲ့ အင်္ဂလိပ်စာဆရာကြီးတစ်ယောက်လည်း ရှိပါသေးတယ်။ သူက သူ့ဌာနက ဆရာ ဆရာမများကို တောက ကောလိပ်ကိုလွှတ်လိုက်ရတာ စိတ်မကောင်း ဖြစ်သွားတဲ့အပြင် ဌာနအကြီးအကဲအဖြစ် တာဝန်ရှိလို့ မကွေးကိုလိုက်လာ ပြီး ပတ်ဝန်းကျင်ကို လေ့လာပါသတဲ့။ အခြားနေရာများမှာတော့ ဆရာ ကြီး ဘယ်လိုမြင်သွားသလဲ မသိပါဘူး။ မနက်မိုးမလင်းခင်မှာ ထပြီး ကောလိပ်ဝန်းကျင်ကို ဆရာတစ်ယောက်နဲ့အတူ လျှောက်ကြည့်တော့ ကျောင်းသား ကျောင်းသူများ နေထိုင်ကြတဲ့အဆောင်များက အခန်းများထဲ မှာ မီးရောင်တလက်လက်ကို မြင်ရပါသတဲ့။ လျှပ်စစ်မီးမပေးတော့တဲ့ အချိန်ဖြစ်လို့ ကျောင်းသား ကျောင်းသူများက ဖယောင်းတိုင်ကလေးများကို ထွန်းပြီး စာကျက်နေကြတာကိုး။

ဆရာကြီးအနေနဲ့ ဒီလိုထူးခြားတဲ့မြင်ကွင်းကို မမြင်ဘူးတော့ ဟော ဟော ဘာပါလိမ့်လို့ တအံ့တသြနဲ့ ပါလာတဲ့ဆရာကို မေးတာပေါ့။ မြို့ခံ ဆရာက "ဆရာကြီးရယ် ကျွန်တော်တို့ကျောင်းသားများက မနက်ကျောင်း တက်တဲ့အခါမှာ စာလိုက်နိုင်အောင် မလင်းခင်မှာထပြီး စာကျက်နေတာပါ" လို့ အမှန်အတိုင်း ဖြေလိုက်ပါသတဲ့။

ဆရာကြီးက ရန်ကုန်ကိုပြန်တော့မယ့်မနက်မှာ ကျွန်မတို့ မကွေး ကောလိပ်ကျောင်းသားများနဲ့တွေ့ဆုံရင်း အဲသည်အကြောင်းကို ပြောသွားပါ

တယ်။ ဆရာဖြင့် ကောလိပ်ကျောင်းသားတွေဟာ မနက်မိုးမလင်းခင်မှာ အထက်တန်းကျောင်းသားကလေးများလို စာကိုလေးလေးစားစား ကြိုးစားကျက်မှတ်နေကြတာကို ကိုယ်တွေ့မျက်မြင်ကြုံတဲ့အခါမှာ ကျောင်းသားကလေးများအပေါ် လေးစားသွားသလို မေတ္တာလည်းထားမိပါတယ်။ အရင်တုန်းကတော့ ဆရာများကလည်း မကွေးဆိုရင် မသွားချင်ကြပါဘူး။ ဆရာကလည်း ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်မှာ လာတက်တဲ့ကျောင်းသားတွေက နည်းတာမှ မဟုတ်တာ၊ မကွေးကို ဆရာတွေခွဲပြီး ပို့ရမယ်ဆိုရင် အဲသည်ကျောင်းသားများအတွက် ဆရာဦးရေနည်းသွားမှာပေါ့လို့လည်း တွေးတာပေါ့လေ။ အခုတော့ဗျာ ဆရာ ဆရာမတွေကိုခွဲပြီး လွှတ်ရတာ တန်ပါတယ်ဗျာ။ စာသိပ်ကြိုးစားတဲ့ ကျောင်းသားကလေးတွေအတွက် တခြားဆရာတွေက မသွားချင်ဘူးဆိုရင်တောင် ဆရာကိုယ်တိုင်လာခဲ့ပါမယ်လို့ ရွှင်ရွှင်ပျပျကြီး ပြောသွားခဲ့ပါတယ်။ အဲသည်အင်္ဂလိပ်စာဌာန ပါမောက္ခက ရိုးသားပြီး လူချစ်လူခင်ပေါတဲ့ ကရင်အမျိုးသားဆရာကြီး ဦးကံကြီး ဖြစ်ပါတယ်။ ဆရာကြီးရဲ့သမီးဖြစ်သူ၊ သားဖြစ်သူများကလည်း လူချစ်လူခင်များလှတဲ့ ဆရာ ဆရာမများဖြစ်ပါတယ်။ မိသားစုတစ်စုလုံး ဆုံးပါးကုန်ပြီလို့ သိရပါတယ်။ နမြောစရာကောင်းလှပါတယ်။ လူလူချင်း စာနာထောက်ထားတတ်တဲ့ ရိုးသားအေးဆေးပြီး ချစ်တတ်ခင်တတ်တဲ့သူများဟာ လောကကြီးမှာ ပိုလျှံဖို့နေနေသာသာ လုံလောက်တယ်လို့ကို ဘယ်နံရောအခါကမှ ဘယ်မှာမှ မပြောနိုင်ပါဘူး။

အခုတင်ပြနေတဲ့ ခေါင်းစဉ်က မိမိရဲ့အလုပ်ကို ပိုမိုနှစ်ခြိုက်လာပါစေဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ရေးသားတင်ပြလိုက်တာကတော့ စာရေးသူရဲ့ ငယ်ဘဝတစ်ခုလုံး ကုန်မတတ်ပဲလို့ ငြိငြင်စိတ်ပေါ်မယ်ဆိုရင်တော့ ပြောတဲ့ အကြောင်းအရာကို အရည်လည်သွားအောင် တင်ပြရတာဖြစ်ပါတယ်လို့ ပြောချင်ပါတယ်။

မိမိဘဝကိုမိမိ စိတ်ပျက်ငြီးငွေ့နေရင် သူများတွေ ဘယ်လိုနေရထိုင်ရတယ်၊ ဘယ်လိုစိတ်ရှုပ်ထွေးနေရတယ်၊ ဘယ့်လောက်အပေါ်ယံဆန်တဲ့ ပြည့်စုံခြင်း ကြွယ်ဝခြင်းများနဲ့ အပြင်ပန်းကောင်းသလောက် အတွင်းမှာ ဗလာဖြစ်နေတဲ့ဘဝတွေနဲ့ ကြုံနေရတယ်ဆိုတာကို တစ်ချက်လောက်လှမ်း

ကြည့်လိုက်ပြီး ငါ့ဘဝကဆိုးလှတယ်ဆိုရင် ပိုကောင်းအောင် ငါဘာသာငါ ကြိုးစားရုံပဲပေါ့။ အဲသည်လိုမဟုတ်ဘဲ စိတ်ညစ်နေရင် ပိုပြီးဆိုးမယ်။ သူများတွေအားကျပြီး မမှန်တဲ့လမ်းကို လိုက်လို့ရှိရင် မတော်တဆ ငရဲကျ သွားရင် ဒုက္ခပဲစသည်ဖြင့် တွေးတောရင်း ဖြေဖျောက်နိုင်ပါတယ်။

မိမိအလုပ်ကို ပိုမိုနှစ်ခြိုက်လာပါစေဆိုတဲ့ စကားကတော့ ဆိုလိုချက် ကို ပြထားတဲ့စကားထာလို စကားဖြစ်ပါတယ်။ ဘယ်သူမဆို အလုပ်ကို ချက်ချင်းကြိုက်လှချည်ရဲ့ဆိုတဲ့သဘော မထားတတ်ကြပါဘူး။ အဲသည်လို ချက်ချင်းမကြိုက်တာကိုက ကောင်းတဲ့သဘာဝတစ်ခုဖြစ်ပါတယ်။ လုပ်ငန်း ခွင်တစ်ခုကို ဝင်လိုက်ရင် ရင်းနှီးတဲ့လူခံများ ရှိနေတယ်ဆိုရင်တောင်မှ လုပ်ငန်းရဲ့ သဘောသဘာဝ၊ လုပ်ငန်းခွင်မှာ တာဝန်ထမ်းဆောင်ဆဲ လူ အများရဲ့ သဘောသဘာဝများကို လေ့လာရဦးမှာဖြစ်ပါတယ်။ စတင်တွေ့ ထိရတဲ့ လုပ်ငန်းကို ကောင်းစွာသိနားလည်အောင် ကြိုးစားရဦးမယ်ဆိုရင် လည်း အလုပ်လုပ်ရင်း လေ့လာရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

လူတစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက်ကတော့ သဘောထား ထပ်တူညီဖို့ ခဲယဉ်းပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အစောပိုင်းမှာဖြစ်တတ်တဲ့ သဘာဝကတော့ စိမ်းနေသေးတဲ့ ကိုယ်မသိတဲ့အကြောင်းတွေ များပြားနေသေးတဲ့လုပ်ငန်းခွင် ကိုလူတွေချက်ချင်းမကြိုက်နိုင်ကြပါဘူး။ ဟိုဟာလုပ်ရင် မှားများသွားမလား၊ လူကြီးကများ ဆိုမလား၊ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များကများ ငြိုငြင်မလားစတဲ့ ကြောင့်ကြမှုတွေ များနေတတ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် လူတိုင်း ဖြစ်အောင် လုပ်နေတဲ့ကိစ္စကို ငါလည်း ကောင်းကောင်းကြိုးစားလိုက်ရင် ကောင်း ကောင်း လုပ်တတ်ရမှာပေါ့လို့ ဆုံးဖြတ်ပြီး ကြိုးစားလိုက်ရင် စိတ်ညစ်လိုက် တာနော်ဆိုတဲ့ ဆန့်ကျင်တဲ့သဘောထားရှိနေတာနဲ့စာရင် တော်တော့်ကို ကောင်းသွားပြီ ဖြစ်ပါတယ်။

နောက်ပြီးတော့ အစောပိုင်းကပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း လုပ်ဖော်ကိုင်ဘက် များနဲ့ ရင်းနှီးဖို့လမ်းစက လုပ်ငန်းခွင်အသစ်ကို ဝင်ကတည်းက ဖြစ်ပေါ်ပြီး သားဆိုတာကို သိလာရပါလိမ့်မယ်။ လုပ်ငန်းခွင်မှာ အုပ်ချုပ်ရေးကိုင်ရတဲ့ သူများကလည်း လူဟောင်းများကို လူသစ်နဲ့မိတ်ဆက်ပြီး မသိတာရှိရင် ကူညီပြသပေးလိုက်ပါလို့ တိတိလင်းလင်း မှာကြားပေးတတ်ပါတယ်။

ပတ်ဝန်းကျင်နဲ့ လူသစ်ကိုမိတ်ဆက်ပေးတဲ့သဘော ဖြစ်ပါတယ်။ များသော အားဖြင့် ကူညီတတ်ကြပါတယ်။ တချို့က တွန့်ဆုတ်နေတတ်တယ်ဆိုတာ ကလည်း မနစ်မြို့တာထက် မဝံ့မရဲဖြစ်တဲ့စိတ်ကြောင့် ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး နားလည်သွားရင် အဆင်ပြေချောမွေ့သွားမှာဖြစ်ပါတယ်။

စာဖတ်သူများ သတိပြုမိခဲ့ကြမယ်လို့ ထင်ပါတယ်။ မိဘများက ဘီအီးဒီ အတက်ခိုင်းလို့ တက်ရပေမယ့် ကိုယ်တိုင်က ဟိုလိုလို သည်လိုလို ဖြစ်နေသေးတဲ့အတွက် အထက်တန်းကျောင်းမှာစာသင်တဲ့ ဆရာမအလုပ် ဟာ ပျင်းစရာကောင်းလိမ့်လို့ ထင်ခဲ့မိတယ်လို့ ရေးခဲ့ပါတယ်။ တကယ်တမ်း ကျတော့ ဘီ အီး ဒီ သင်တန်းတက်နေကတည်းက အသစ်အသစ်သော ပညာရပ်များနဲ့ ထိတွေ့ရတဲ့အတွက် စိတ်ကပျော်လာပြီဖြစ်ပါတယ်။ စာရေး သူတို့ ပညာရေးမဟာဌာန (အဲသည်တုန်းက အဆင့်)ကို စတင်တက်ရောက် တဲ့နေ့က လူတွေ ၂၀၀ ကျော်လောက်ဖြစ်သွားလို့ အတန်းခန်းထဲမှာ လူ လျှံသွားပါတယ်။ တကယ်တော့ အခုတင်ပြနေတာတွေဟာ ရှေးရှေးစကား တွေဖြစ်ပါတယ်။ စာရေးသူတို့နှစ်မတိုင်ခင်က ပညာရေးဝိဇ္ဇာဘွဲ့ယူဖို့ တက် ရောက်တဲ့ လူဦးရေက ရှိလှအစိတ်လောက်ပဲရှိပါတယ်။ စာရေးသူတို့နှစ်ကျမှ ရာကျော်နေတော့ စကားပြောရင် အပွင့်လင်းဆုံးပြောတတ်တဲ့ ဆရာမ ကြီးက ဒီလိုပဲဖြစ်ရမယ်လေ၊ ဘာမှမလုပ်တတ်ရင် ကျောင်းဆရာလုပ်ဆိုတဲ့ စကားအတိုင်းပေါ့။ ရှင်တို့လည်း တခြားလုပ်စရာမရှိတော့ ဆရာလာလုပ် တာပဲဖြစ်ရမယ်လို့ အတန်းထဲဝင်လာပြီးပြောပါတယ်။ စာရေးသူက နယ် တစ်နယ်မှာ ကျောင်းဆရာလုပ်ချင်တယ်ဆိုတဲ့ သူငယ်ချင်းလဗျားခေါင်ကို အသာစောင်းငဲ့ကြည့်လိုက်ပါတယ်။ နည်းနည်းကလေးမှ မျက်နှာထား မပြောင်းပါဘူး။ လူကလည်း မလှုပ်ပါဘူး။ စာရေးသူကသာ ကြားထဲက သူ့ကိုအားနာနေမိတာပါ။ သူက ဆရာလုပ်ချင်တဲ့သူလေ။ စာရေးသူက သတင်းစာဆရာလုပ်လို့ မရလို့ ပညာရေးမဟာဌာန လာတက်တာဆိုတော့ ဆရာမကြီး ပြောတဲ့စကားအတွက် စာရေးသူကို ဘာမှမထိခိုက်ပါဘူး။ သူပြောတာ မှန်နေတာပါပဲ။

ဒါပေမယ့် If you can- do, if you can't- teach. ဆိုတဲ့စကားနဲ့ ပတ်သက်လို့တော့ ပညာရေးမဟာဌာနဘဝကနေပြီး ပညာရေးတက္ကသိုလ်

ဖြစ်လာတဲ့အခါမှာ စာကြည့်တိုက်ကိုမွှေရင်း စာတစ်အုပ်ကိုဖတ်မိလို့ သဘော ပေါက်သွားပါတယ်။

အမေရိကတိုက်ဆိုတဲ့ ကမ္ဘာသစ်ကိုရှာတွေ့စကာလက ဥရောပနိုင်ငံ အသီးသီး အထူးသဖြင့် အင်္ဂလန်က လူတော်တော်များများဟာ အမေရိကန် ကို အလုပ်လုပ်ဖို့ ထွက်သွားခဲ့ကြပါတယ်။ လမ်းစရိတ်၊ အမေရိကရောက် တာနဲ့ တည်းခိုစရိတ်၊ အလုပ်ရှာဖွေပေးတဲ့အတွက် ပေးရမယ့်စရိတ်တွေကို လုပ်အားခထဲက လနဲ့ချိုးပြီးဖြတ်တောက်ပါတယ်။ အဲသည်လို အလုပ်သမား သယ်ယူပို့ဆောင်တဲ့အလုပ်ကို လုပ်စားတဲ့သူတွေဟာ ငွေကြေးအမြတ်အစွန်း များများရကြပါတယ်။ အလုပ်သမားတွေကတော့ ဆင်းရဲပင်ပန်းတာပေါ့။

ဥရောပကအထွက်မှာ လက်သမားလုပ်တတ်တယ်၊ ပန်းရန်လုပ် တတ်တယ်ဆိုရင် တည်ဆောက်ကာစနိုင်ငံအတွက် အသုံးဝင်လို့ အလုပ် ပွဲစားများက လိုချင်ပါတယ်တဲ့။ ဘာမှမယ်မယ်ရရ မလုပ်တတ်တဲ့သူများ တောင်မှ အစောပိုင်းက အမေရိကန်ကိုထွက်သွားတဲ့ မိသားစုများမှာ ကလေး များ ပါသွားပါတယ်။ အဲသည်မှာ ကျောင်းကလည်းမဖွင့်သေးတော့ စာ နည်းနည်းသင်တတ်ရင် သူငယ်တန်းကျောင်းသားများအတွက် အရေး အဖတ် တတ်အောင် သင်ပေးနိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒါကြောင့် If you can- do, if you can't- teach. ဆိုတဲ့ စကားက တွင်ကျယ်လာတာဖြစ်ပါ တယ်။ တကယ်တော့ ရှင်းလင်းချက်မထည့်ဘဲ ပြောတော့ စာရေးသူတို့ အတန်းက လူတွေဟာ ဘာမှမလုပ်တတ်လို့ ပညာရေးမဟာဌာနကို လာ တက်သလို ဖြစ်သွားတော့တာပါပဲ၊ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ်ပါလေ၊ လုပ်ငန်းခွင်အသစ် မှာ အတွေ့အကြုံအသစ်တွေ၊ မိတ်ဆွေအသစ်တွေ၊ မသိသေးတဲ့ လုပ်နည်း လုပ်ဟန်တွေကို တွေ့ရတတ်ပါတယ်။ စာရေးသူကတော့ စာကြည့်တိုက်ကို သဘောကျသလို ဆရာကြီးဆရာမကြီးများ သင်ကြားတဲ့အထဲက အကြောင်း အရာတွေကိုလည်း သဘောကျတဲ့အတွက် ကျောင်းသူအသစ်ဘဝကတည်း က စိတ်မညစ်ခဲ့ပါဘူး။ ကြာလေလေ တစ်သက်တာလုံး စံပြုပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ် လေးစားရမယ့် အယ်နီပွားတို့လို သူငယ်ချင်းတွေကအစ အပေါင်းအသင်း သစ်တွေကိုလည်း ရခဲ့လို့ အင်မတန်မှပျော်ခဲ့ပါတယ်။ အသိပညာလည်း တိုးပွားခဲ့ပါတယ်။

တန်းပြဆင်းချိန်ဆိုရင် အထက်တန်းကျောင်းများကို ဆင်းပြီး ကလေးများကို စာသင်ကြရပါတယ်။ လက်ရေးအင်မတန်ဆိုးတဲ့ ကလေးကို ဝလုံးရေးတာကအစ ပြန်သင်ပြီး တစ်လအတွင်းမှာ လက်ရေးအတော်အတန်လှအောင် သင်ပေးနိုင်ခဲ့တာကိုလည်း မှတ်မိနေပါတယ်။ ကျောင်းခံဆရာမကြီးများက သွန်သင်တာကလည်း တစ်သက်တာအတွက် အဖိုးတန်အသိပညာများကို လိုသလိုထုတ်သုံးနည်းနဲ့တကွ ရတာဆိုတော့ အခုစာရေးနေရင်းတောင် ပျော်ပါတယ်။

မိမိလုပ်တဲ့အလုပ်ကို ပိုပြီးနှစ်ခြိုက်တော့ ပိုပြီးပျော်လာနိုင်ပါတယ်၊ တော်လာနိုင်ပါတယ်။ စိတ်ညစ်စရာမရှိဘဲ ညစ်နေတာကတော့ မိမိရဲ့သဘောထားမှားတာကြောင့် ဖြစ်ဖို့များပါတယ်။ လုပ်ငန်းခွင်မှာ ပျော်အောင်ဆိုရင်တော့ အုန်းသီးစားတဲ့ဥပမာကို ပေးရပါမယ်။ အခွံအကာကို နွာပြီးအတွင်းက အုန်းရည်နဲ့ အုန်းသီးအဆံကို ခွာစားနိုင်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ ဒါလား အုန်းသီး၊ ဘယ်လိုခွာစားရမှာလဲဆိုကာ စိတ်ညစ်နေရင် ဘဝတစ်ခုလုံး ဒါထက်ခက်တာတွေမှအပုံလို့ ပြောရပါမယ်။ လုပ်ငန်းခွင်ကို ပိုမိုနှစ်ခြိုက်လာဖို့ဆိုတာကတော့ မိမိသဘောအပေါ်မှာပဲ မူတည်ပါတယ်လို့ပြောရင် လက်ခံကြမယ်လို့ ယုံကြည်ပါတယ်။

၅။ မိမိ၏အလုပ်ကို ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် နားလည်လာပါစေ

လုပ်ငန်းခွင်အသစ်မှာ အလုပ်လုပ်ရတာ အဆင်ပြေလာပြီ၊ ချောမွေ့လာပြီ၊ အပြစ်တင်မခံရတော့ဘူးဆိုတဲ့အချိန်မှာ ငါတော့ ကိုယ့်လုပ်ငန်းကို ကိုယ်တော်တော်တတ်သွားပြီ၊ ဒီအတိုင်းဆက်လုပ်သွားရင် ဖြစ်လောက်ပါပြီလို့ စိတ်ထဲက ပြောကောင်းပြောနေမိမယ်ထင်ပါတယ်။ တကယ်တော့ မဟုတ်ပါဘူး။ အလုပ်ရဲ့သဘောဟာ အချိန်နဲ့အမျှ ပြောင်းလဲနေပါတယ်။ အတတ်ပညာပိုင်းဆိုင်ရာမှာ လုပ်နည်းကိုင်ဟန်ပြောင်းလဲသလို အသုံးပြုတဲ့ပစ္စည်း၊ နည်းစနစ်၊ အသုံးပြုပုံစသည်ဖြင့် အပြောင်းအလဲက များပါတယ်။ လူများရဲ့အကြိုက်ကလည်း ပြောင်းလဲတတ်ပါတယ်။ အဲသည်လို အပြောင်းအလဲများစွာနဲ့ ပိုမိုတိုးတက်တယ်လို့ ဆိုရမယ့်အပိုင်းရှိသလို၊ ရှေးမူရှေးဟန်များက

ပိုမိုနှစ်လိုဖွယ်ကောင်းနေတတ်တာကိုလည်း လုပ်ငန်းခွင်တိုင်းမှာ တွေ့ရပါတယ်။

အဲသည်တော့ တော်ချင်၊ တတ်ချင်၊ လူ့အောက်သူ့အောက် မကျချင်တဲ့သူများဟာ ပိုမိုစူးစိုက်တဲ့အလေ့အထကို ဆက်လက်မွေးမြူရပါမယ်။ သိသင့်တာတွေကို ပိုမိုသိလာအောင်လည်း နည်းနာခံသင့်တဲ့သူများထံမှာ နည်းနာခံရပါမယ်။ စာကိုလည်း ဖတ်ရပါမယ်။ စာဖတ်တယ်ဆိုတာ လုပ်ငန်းခွင်ဆိုင်ရာနဲ့ ပတ်သက်တာသာမက၊ ခေတ်အဆက်ဆက် လူမှုရေးအလိုက် အကြိုက်ပြောင်းလဲမှုများကိုလည်း လေ့လာထားရမှာဖြစ်ပါတယ်။

အဲသည်လိုလေ့လာရမယ့်ကိစ္စတွေကို ပြောနေတဲ့အခါမှာ မေ့မသွားစေချင်ပါဘူး။ စာရေးသူကိုယ်တိုင် ငယ်ငယ်က မှားယွင်းမှုတစ်ခုကို သတိရလိုက်လို့ ဖြစ်ပါတယ်။ အကြိုးစားလွန်တော့လည်း မှားတတ်ပါတယ်။ သိပ်ဖြစ်ချင်တဲ့ လူငယ်ကိုး။ သိပ်ပြီးအလုပ်လုပ်ချင်တာပါပဲ။ ရောမမြို့ကြီးကို တစ်နေ့တည်းနဲ့ ဆောက်လို့မရပါဘူး။ စိတ်အေးအေးထားပါလို့ မေတ္တာနဲ့သတိပေးတဲ့ လူကြီးတစ်ယောက်ကိုလည်း အထင်မှားမိခဲ့ပါသေးတယ်။ သူလည်း သူ့ဘဝထဲကထုတ်နုတ်ပြီး မိမိကိုသွန်သင်ခဲ့တာပါပဲ။ အင်မတန်ထက်မြက်တယ်လို့ ကျော်ကြားခဲ့သူဖြစ်ပေမယ့် ထက်မြက်မှုကြောင့်ပဲ အစွယ်ကျိုးခဲ့ရသူဖြစ်ပါတယ်။ အဲသည်လိုပြောလို့ ကြောက်စရာကြီးပါလားလို့ မအောက်မေ့ပါနဲ့၊ အလုပ်ကိုတော့ လုပ်နေရမှာပါပဲ။ **'တော်ချင်ရင် မပျင်းနဲ့'**ဆိုတာ စာရေးသူရဲ့ လက်သုံးစကား ဖြစ်ပါတယ်။ တော်လည်း တော်ချင်တယ်။ အိုလေ– နောက်တော့ လုပ်တာပေါ့ဆိုပြီး အလုပ်ကို ဘေးဖယ်ပြီး နားတတ်တဲ့သူဆိုရင် တော်လာဖို့ခက်တတ်ပါတယ်။

မတော်တဲ့သူဆိုရင် မိမိအလုပ်ကို ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် နားမလည်နိုင်ပါဘူး။ အခြားနားလည်သင့်တဲ့ အကြောင်းများကို လည်းနားမလည်နိုင်ပါဘူး။ အဲသည်လိုဆိုရင်တော့ လူ့လောကကြီးထဲမှာ လမ်းကောင်းကောင်းကို ရွေးပြီး လျှောက်လှမ်းသွားနိုင်ဖို့ ခက်ခဲပါတယ်။ လုပ်ငန်းခွင်မှာ ကိုယ်က မှိန်းနေလိုက်မိတာ တစ်ခဏပဲလို့ထင်ရပေမယ့် အပြောင်းအလဲက မြန်တော့ ဘာဖြစ်သွားပြီလဲဟင်၊ ဟိုလုပ်လက်စရော ဘယ်လိုဆက်လုပ်ရမှာလဲ။ ကျွန်တော့ပါတနာရောစသည့် စသည့်ဘူးလုံးနားမထွင်းဖြစ်နေတဲ့ မေးခွန်း

များနဲ့ စိတ်ဆင်းရဲစွာ နောက်ကျကျန်ရစ်ပါလိမ့်မယ်။ လုပ်ငန်းခွင်မှာ ဘယ်တော့မှ မျက်ခြည်မပြတ်စေသင့်ပါဘူး။ မအိပ်ရဘူးလားလို့ မောမောနဲ့ မေးသံကို တစ်ထောင့်ကနေပြီး ကြားမိသလိုပဲ။ အိပ်ချင်ရင်အိပ်ပါ၊ နိုးလာရင် တစ်ခေါ်လောက်ကနေ အပြေးလိုက်ရတဲ့အခါမှာ လုပ်ငန်းခွင်ကို မျက်ခြည်ပြတ်တဲ့အပြင် ထိပ်ဆုံးရောက်သွားနိုင်တဲ့ လူတော်ဘဝကိုတော့ အခါခါ နောက်ကပြေးလိုက်နေရတာနဲ့ မီနိုင်ဖို့ခက်သွားပါလိမ့်မယ်။ အခုခေတ်မှာ လူတော်တွေ တော်တော်များများဟာ လူအိပ်လွန်လိုက်၊ စိတ်အိပ်လွန်လိုက်နဲ့ ဟာ ဒီကောင်တွေလား၊ ငါ့ကိုမီမှာလို့ အပေါ်စီးနဲ့ကြည့်ပြီးပြောခဲ့တဲ့သူတွေက တစ်နေ့ကျရင် နောင်ကြီး ကျေးဇူးပြုပြီး ဒီနေရာကထပေးပါ။ ကျွန်တော်တို့ ဒီနေရာအပါအဝင် တစ်မိုင်ပတ်လည်မြေနေရာကို စာချုပ်ချုပ်ပြီး ဝယ်လိုက်ပါပြီခင်ဗျားလို့ လာပြောနိုင်တဲ့ အခြေအနေကို မကြာမတင်အချိန်အတော အတွင်းမှာ ရောက်ရှိသွားနိုင်ပါတယ်။

အလုပ်ခွင်ထဲမှာလည်းအလုပ်၊ အပြင်ရောက်တော့လည်း ဗဟုသုတစုဆောင်းရတဲ့ အလုပ်၊ နောက်အလုပ်ခွင်ထဲကို ပြန်ဝင်ပြန်တော့လည်း အလုပ်ဆိုတော့ လူ့ဘဝမှာနေရမယ့်အချိန် မရှိတော့ဘူးလို့ ပြောချင်တဲ့သူများ ရှိပါတယ်။ စာရေးသူအဖို့က အဲသည်လိုလူမျိုးနဲ့ ဆုံရမယ့်ကံက ပါလာတတ်ပါကယ်။ စာကြည့်တိုက်ကို နေ့စဉ်သွားရောက်ပြီး စာဖတ်ဖို့အချိန်ရှိပါတယ်။ စာကြည့်တိုက်ကိုသွားဖြစ်အောင် သွားကြပါလို့ တိုက်တွန်းတော့ နားထောင်နေရတဲ့သူတွေက မျက်နှာမသာမယာဖြစ်သွားကြပါတယ်။ အချိန်မရှိဘူးလို့မပြောပါနဲ့၊ စာရေးသူတို့လုပ်ငန်းခွင်မှာ အချိန်ရှာလို့မရနိုင်လောက်အောင် မဖြစ်သေးပါဘူး။ စားပွဲတစ်ခုတည်းမှာ ခေါင်းသုံးလေးလုံးစုပြီး ခေါင်းတွေနီးနိုင်သမျှနီးအောင် ကိုင်းညွတ်ပြီးထိုင်နေတာတွေ မြင်နေရသေးသရွေ့ အတင်းပြောဖို့အချိန်ရှိနေသေးတာပဲလို့ စာရေးသူက ပြောလိုက်ပါတယ်။ တကယ်တော့ စိတ်ဆိုးဆိုးနဲ့ပြောတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဟုတ်တာဆိုနာလိုခံခက်နေတဲ့ မျက်နှာများကိုမြင်ရတာ ရယ်ချင်နေသလိုတောင်မှ ခံစားမိပါတယ်။ သူတို့ခမျာ အဲသည်လိုအပြောမှမခံရဘဲကိုး။ တစ်ယောက်ကတော့ ဒီတက္ကသိုလ်က အခြားတက္ကသိုလ်ကိုလည်း မပြောင်းရွှေ့နိုင်တဲ့အတူတူ အလုပ်ထွက်မယ်ဆိုပြီး ထွက်သွားပါတယ်။ နောက်တစ်ယောက်ကတော့

လာပြီးပြောပါတယ်။ အရင်တုန်းကတည်းက ကြိုက်တာရော မကြိုက်တာရော ဘွင်းဘွင်းပြောတတ်တဲ့သူကိုး။ မမက ကျွန်မတို့ကို စာဖတ်ခိုင်းတော့ စိတ်ဆိုးတယ်၊ "အမ်အီးဒီဘွဲ့ရပြီးထားတာ၊ ဘာဖြစ်လို့ စာတွေထပ်ဖတ်ရဦးမှာလဲလို့လည်း ပြောမိကြပါတယ်။ ဒါပေမယ့် မမကိုယ်တိုင် စာဖတ်ဖတ်နေတာကို တွေ့နေရတော့ ကျွန်မလည်း စာကြည့်တိုက်ကိုတက်ပြီး အဖတ်ပါတယ်။ အောင်မယ် မမရေ– စာပြန်ဖတ်တော့ ပိုပြီးတတ်လာတယ်တော့။ အသစ်အသစ်သောအကြောင်းအရာတွေလည်း တွေ့တဲ့အခါမှာ ကျောင်းသားတွေကို စာပြန်သင်တဲ့အခါမှာ အားလည်းပိုရှိသွားတယ်။ စာသင်ရတာလည်း ပိုကောင်းသွားတယ်။ ကျေးဇူးတင်ပါတယ် မမရယ်လို့ ပြောရှာပါတယ်"။ သူတစ်ယောက်ပဲ ပြောတာပါ။ သူပြန်သွားတော့ ကျွန်မ သက်ပြင်းကိုမှုတ်ပြီးချလိုက်မိပါတယ်။

တကယ်တော့ မိမိအလုပ်ကို ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် သိနားလည်စေချင်တာက လုပ်ငန်းခွင်မှာ တော်စေချင် တတ်စေချင် ထက်မြက်စေချင်ရုံသာမကပါဘူး။ လုပ်ငန်းခွင်ပတ်ဝန်းကျင်မှာသာမက လူမှုပတ်ဝန်းကျင်မှာလည်း ပျော်စေချင်လို့ ဖြစ်ပါတယ်။ ပျော်စေချင်တယ်ဆိုတာက တည်တည်ခန့်ခန့်နဲ့ သိသင့်သိထိုက်တာကို သိတဲ့သူ၊ အခက်အခဲတစ်ခုခုနဲ့ ကြုံတဲ့အခါမှာ မိမိအတွက်သာမက အားလုံးအတွက် ဖြေရှင်းတန်သရွေ့ ဖြေရှင်းပေးနိုင်တဲ့သူဖြစ်လာတယ်ဆိုရင် အားလုံးကလေးစားအားကိုးတာကို ခံရသည်ဖြစ်စေ၊ မခံရသည်ဖြစ်စေ ကိုယ့်အနေနဲ့တော့ ငါဟာ အချည်းနှီး ထမင်းစားနေသူမဟုတ်ဘူး။ အများအကျိုးကိုလည်း ရွက်ဆောင်သယ်ပိုးပေးနိုင်တဲ့သူ ဖြစ်တယ်ဆိုတဲ့ ခံစားချက်နဲ့ စိတ်အေးချမ်းပျော်ရွှင်စေချင်လို့ ဖြစ်ပါတယ်။

အရာအထူးဟာ လူကို အတိုင်းအတာတစ်ခုအထိတော့ ဂုဏ်တက်စေပါတယ်။ ဒါပေမယ့် စာရေးသူတို့ဘဝတစ်လျှောက်မှာ တကယ်မတော်ဘဲနဲ့၊ ကောင်းစွာမတတ်ဘဲနဲ့၊ အကြောင်းအရာအတော်များများကို ကျယ်ပြန့်စွာ မလေ့လာဘဲနဲ့ အရာအထူးရတဲ့သူများဟာ သိပ်ပြီးစိတ်မပျော်နိုင်ကြပါဘူး။ ထက်မြက်တက်ကြွတဲ့လူငယ်များကလည်း သူတို့အရွယ်၊သူတို့အသိပညာအလျောက် မတော်ဘူးလို့သူတို့ယူဆတဲ့သူကို မညှာတာလိုကြပါဘူး။ အချင်းချင်းလည်း အားနာလို့ကလွဲလို့ လက်တွဲပြီး အလုပ်လုပ်တဲ့အလေ့မရှိ

ကြတော့ပါဘူး။ လုပ်သက်ကို ဦးစားပေးတဲ့ကာလများမှာ နေရာရလာတဲ့သူများဟာ အင်မတန်ကရုဏာသက်ဖို့ကောင်းပါတယ်။ သူတို့ကိုကြည့်ပြီးလည်း မိမိတို့ဟာ ဘယ့်လောက်ပဲ ပညာတတ်ခဲ့သည်ဆိုစေ ဘွဲ့တွေရခဲ့သည်ဆိုစေ ထပ်မံပြီးဖြည့်ဆည်းခြင်း၊ လေ့လာခြင်းမရှိလို့ကတော့ ရေခန်းသွားတဲ့ ရေအိုးလိုဖြစ်သွားတော့မှာပဲလို့ စိုးရိမ်မိပါတယ်။ ဘယ့်လောက်ရေပြည့်တဲ့ အိုးဖြစ်စေ စိမ့်တာ၊ ခန်းတာတွေရှိတတ်လို့ အမြဲပြည့်နေဖို့ဆိုတာ ဘယ်လိုဖြည့်ဆည်းနေရမယ်၊ ဘယ်လိုကြိုးစားနေရမယ်ဆိုတာ သတိထားနိုင်ကြရပါမယ်။ တကယ်တော့ မအိပ်မနေ စာဖတ်နေရမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ပတ်ဝန်းကျင်ကို သတိနဲ့လေ့လာတတ်တဲ့ အလေ့တော့ရှိရပါမယ်။ နိုင်ငံတကာမှာ ဘယ်လိုနည်းနဲ့ ပညာစုဆောင်းလေ့ရှိကြတယ်။ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းမှုကို ဘယ်လိုပြုကြတယ်ဆိုတာကို ဖတ်ရှုလို့ရနိုင်တဲ့ စာစောင်တွေ မြန်မာနိုင်ငံမှာလည်း ဖတ်ရှုနိုင်ပါတယ်။

ဘွဲ့ကြီးကြီးမားမားရရှိသူများလည်း အခုခေတ်မှာ များလာပြီဖြစ်ပါတယ်။ ရှင်ရော၊ လူရော၊ ကုန်ကုန်ပြောရမယ်ဆိုရင် သူဌေးရော၊ လက္ခဏာဟောတဲ့ ဆရာများရော ဘွဲ့ကြီးတွေကိုထမ်းပြီး တခမ်းတနားဖြစ်နေကြပြီဖြစ်ပါတယ်။စာရေးသူကတော့ ဘွဲ့ကြီးများနဲ့ လူဝတ်ကြောင်များအကြောင်းကိုသာ ပြောချင်ပါတယ်။ ဘွဲ့ကြီးကြီးရဖို့ဆိုတာ အင်မတန်ပင်ပန်းတဲ့အလုပ်ဆိုတာကို လက်ခံပါတယ်။ ရလာတဲ့အခါမှာလည်း ဂုဏ်ယူထိုက်တာပေါ့။ အဲသည်လိုဂုဏ်ယူရင်းက သတိထားဖို့က ဘွဲ့ကြီးကြီးကို အရယူနိုင်ဖို့ အချိန်တုန်းက ပြည့်ဝသည်ထက်ပြည့်ဝအောင် ကျက်လိုက်၊ မှတ်လိုက်၊ တွေးတောစဉ်းစားလိုက်၊ ရေးသားလိုက်၊ ပြင်ဆင်လိုက်နဲ့ ဘွဲ့ယူကျမ်းတင်မယ့်ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ တိုးတက်တဲ့အသွင်ကို ဆောင်နေပါတယ်။ အထူးသဖြင့် ဘွဲ့ယူကျမ်းကို ကြီးကြပ်တဲ့သူဆိုတာက တင်းတင်းကြပ်ကြပ် စစ်ဆေးတတ်ကြတော့ သူ့စိတ်ကျေနပ်ဖို့အတွက် အားကုန်ထုတ်ကြရပါတယ်။ အဲသည်တော့ ဘွဲ့ယူကျမ်းက တိုးတက်တဲ့အသွင်ကို ဆောင်တော့တာပါပဲ။ အဲ–ကျမ်းလည်းတင်ပြီးရော၊ ဘွဲ့ထူးဂုဏ်ထူးလည်းရပြီးရော၊ အခြားအခြားသောပြဿနာများကြောင့် လေ့လာခြင်း၊ စုဆောင်းခြင်း၊ ဆန်းစစ်ခြင်းစတဲ့ ပညာတိုးတက်ရာ တိုးတက်ကြောင်းများကို မလုပ်ဖြစ်ဘဲ ငါက ဘယ်လိုပညာရှင်

ပဲဆိုတာကို လက်လွှတ်စပယ်ပြောကာ နေထိုင်ကြမယ်ဆိုရင် တစိမ့်စိမ့် တစက်စက်ကျနေတဲ့ စုဆောင်းပြီးသား ပညာရည်ပညာသွေးတွေကလည်း ခန်းသွားတော့မှာ သေချာပါတယ်။ အောင်မယ် ငါလေ့လာထားတာတွေ ငါသိပါတယ်ဆိုရင် ဟုတ်တယ်၊ သိတာတော့ အမှန်ပဲ။ ခေတ်ကာလက လည်း တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးမှုတွေက အရှိန်အဟုန်က သိပ်ပြီးပြင်းလာနေပြီဆို တော့ ဟိုတုန်းက လေ့လာထားတာတွေကို (သိပ်တောင်မှမကြာသေးတဲ့) အခုခေတ်မှာ သုံးလို့မရတော့ပါဘူးခင်ဗျာလို့ အပြောခံရဖွယ်ရှိပါတယ်။ အဲသည်တော့ ကျွန်တော့ဘာသာရပ်တော့ ကျွမ်းတယ်၊ မေးချင်ရာမေး၊ ကျန်တာတွေတော့ မသိဘူးလို့ ပြောလို့မရတော့တဲ့ခေတ်ကဖြင့် ကပ်နေပြီ။ ရင့်ကျက်တဲ့ အသိပညာပြည့်ဝတဲ့လူသားဖြစ်ချင်ရင် မိမိတတ်သင့်သိသင့်တဲ့ အလုပ်ဟူသမျှကို အစဉ်သဖြင့် ပြည့်ပြည့်ဝဝနားလည်ပါစေ။

၆။ မိမိတို့လုပ်ငန်းခွင်ကို ဦးဆောင်သူ ကြီးကြပ်သူများ၏ ရှုထောင့်များကို နားလည်နိုင်ပါစေ

စာရေးသူတို့ အသက် ၂၀ အရွယ်လောက်က ဘွဲ့ယူကျမ်းရေးဖို့ ခေါင်း ဆောင်မှု အရည်အချင်းများဆိုတဲ့စာအုပ်ကို ရှာတဲ့အခါ တော်တော်လည်း ရှားပါတယ်။ တွေ့ပြန်တော့လည်း စစ်ဘက်ဆိုင်ရာခေါင်းဆောင်မှု အရည် အချင်းလောက်ကို ပဲတွေ့ရှိခဲ့ပါတယ်။

နောက်အနှစ် ၂၀ လောက်ရောက်တော့ ခေါင်းဆောင်မှုဆိုင်ရာ အတတ်ပညာကို ရှာတဲ့အခါမှာ စစ်ဖက်ဆိုင်ရာ ခေါင်းဆောင်မှုထက် ပိုမို များပြားတဲ့ စာအုပ်ကတော့ စီးပွားရေးဆိုင်ရာ ခေါင်းဆောင်မှုပညာ ဖြစ်နေ ပါပြီ။ ပြောင်းလဲခြင်းဟာ တော်တော်ပဲမြန်ပါတယ်။ မိမိတို့လုပ်ငန်းခွင်တွေ မှာလည်း ခေါင်းဆောင်မှုအတတ်ပညာက ပြောင်းလဲနေမှာဖြစ်သလို လုပ် ငန်းကို ဦးဆောင်သူ လုပ်ငန်းကိုကြီးကြပ်သူများရဲ့ သဘောထားများ၊ ရှုထောင့်များကလည်း ပြောင်းလဲနေမှာဖြစ်ပါတယ်။ အခုခေတ်မှာတော့ ခိုင်းတာ လုပ်ဆိုတာလောက်နဲ့ ပြီးနေဦးမယ့်လုပ်ငန်းခွင် ရှိကောင်းရှိနေမယ် ဆိုရင်တောင်မှ နည်းပါးသွားလောက်ပြီလို့ ဆိုနိုင်ပါတယ်။ အခုခေတ်မှာ

ဘယ်လိုလုပ်ငန်းခွင်ပဲဖြစ်ဖြစ် အပြန်အလှန်နားလည်မှုနဲ့ တည်ဆောက်ထားရမယ့် လုပ်ငန်းခွင်များ ဖြစ်သင့်ပါတယ်။ ဦးဆောင်သူ၊ ကြီးကြပ်သူများဟာ လုပ်သားများထက် အသက်အားဖြင့်ကြီးတဲ့သူဖြစ်ဖို့ အလားအလာ နည်းပါးလာပြီဖြစ်ပါတယ်။ အသက်က ငယ်နိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အသိပညာက ကျယ်ပြန့်တဲ့သူများဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ အခုခေတ်မှာ ဘာသာရပ်ဆိုင်ရာ နည်းပညာရပ်များကို ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် ဆက်သွယ်ဖတ်ရှုနိုင်ပြီး ဟုတ်လောက်၏၊ မဟုတ်လောက်၏ စတဲ့အချက်များကို ချွဲခြမ်းစိတ်ဖြာသုံးသပ်ပြီးမှ လက်ခံတတ်ကြတာကိုး။ လက်တွေ့စမ်းသပ်လုပ်ကိုင်တာကိုး။

မိမိက ခေတ်အနေအထားအရ လုပ်ငန်းခွင်မှာရှိတဲ့ ဦးဆောင်သူများ ကြီးကြပ်သူများနဲ့ ဆက်ဆံတဲ့နေရာမှာ အခုနစာရေးသူ တင်ပြခဲ့သလို ခေတ်နဲ့အပြိုင် ပြေးနေတဲ့လုပ်ငန်းခွင် ဟုတ်မဟုတ်၊ ကြီးကြပ်သူများရဲ့ အတွေးရှုထောင့်များက မိမိစာတွေ့အားဖြင့် လက်ခံထားသလို ဟုတ်မဟုတ်ကို လေ့လာသုံးသပ်ရပါမယ်။ ယခင်ကသုံးခဲ့တဲ့စနစ်ကို အပေါ်ယံကသာ ပြုပြင်ပြောင်းလဲထားတာဖြစ်တယ်ဆိုရင်လည်း သူတို့မူအတိုင်း လုပ်ဆောင်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ခေတ်မီချင်တာနဲ့ ပြုပြင်ပြောင်းလဲဖို့ တာစူတာတို့ တိုက်တွန်းတာတို့ဟာ အကြောင်းမထင်နိုင်ပါဘူး။

အဲသည်လို ခေတ်မီတယ်လို့ ထင်ရတဲ့သူများနဲ့ ဆက်ဆံတဲ့အခါမှာ သတိကြီးစွာထားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ရိုကျိုးလွန်းရင်လည်း အထင်မှားပြီး ဖိစီးမှုများလာတတ်သလို၊ သူလိုကိုယ်လိုဆက်ဆံရင်လည်း တစ်ဖက်က လက်မခံနိုင်လောက်ပါဘူး။ တကယ်တော့ စနစ်တကျကြီးကြပ်တတ်တဲ့သူဆိုရင်တော့ သူ့သဘောထား၊ သူ့အမြင်များကို လုပ်ငန်းခွင်မှာရှိတဲ့ သူအားလုံး သိနားလည်အောင် ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ရှင်းလင်းတင်ပြပြီး သူလိုချင်တာကို ရအောင်ယူသလို၊ လုပ်ငန်းခွင်က လူသူအများ ရထိုက်တာကိုလည်း သူကပေးနိုင်မယ့်သူ ဖြစ်ဖို့လိုပါတယ်။

၇။ မိမိကိုယ်နှင့် ပတ်သက်သည်ဖြစ်စေ မိမိအလုပ်နှင့် ပတ်သက်သည်ဖြစ်စေ ဂုဏ်ယူတတ်ပါစေ

အလုပ်လုပ်တယ်ဆိုတာ အပြန်အလှန် အကျိုးတူ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်တဲ့ လုပ်ငန်းဖြစ်ပါတယ်။ တစ်ဖက်နဲ့တစ်ဖက် လူလူချင်း လေးစားစွာ ဂုဏ်ကျက်သရေရှိရှိ ဆက်ဆံနိုင်ကြဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ တစ်ဖက်ကို ပသနေရပြီး ကျန်တစ်ဖက်ကလည်း သူ့စိတ်တိုင်းမကျရင် ဖိနှိပ်ညှဉ်းဆဲစရာ မလိုပါဘူး။ ညှဉ်းဆဲတယ်ဆိုတာ ခုခေတ်မှာတော့ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာညှဉ်းဆဲခြင်းပဲများပါတယ်။ ကြီးကြပ်သူများဘက်ကလည်း တာဝန်ကြီးကြီးမားမားကို ယူထားရတယ်။ လုပ်သားအားလုံးရဲ့ စားဝတ်နေရေး၊ ကျန်းမာရေး၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး အေးချမ်းလုံခြုံရေးကို တာဝန်ယူထားရတယ်။ အဲသည်အတွက် တာဝန်ကြီးပါတယ်။ အဲသည်အတွက်လည်း ဂုဏ်ယူထိုက်ပါတယ်။ တာဝန်ရှိသူပီပီ စည်းကမ်းမကျရင်လည်း စည်းကမ်းအတိုင်း အရေးယူဖို့အခွင့်အရေးရှိသင့်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် သတိထားရမှာက မိမိရဲ့တာဝန်အရ ဆောင်ရွက်ရင်း စိတ်လိုက်မာန်ပါ မဖြစ်စေဖို့ သတိရှိရမှာဖြစ်ပါတယ်။ မိမိက ပညာလည်းတတ်တယ်၊ တာဝန်ကြီးကြီးမားမားကို ထမ်းဆောင်ရလို့ သိက္ခာလည်း ကြီးမားတယ်။ အဲသည်လောက်နဲ့ပဲ လုပ်ငန်းခွင်ကို ထိန်းသိမ်းဖို့ပြည့်စုံပြီဖြစ်ပါတယ်။ အဲသည်လိုမဟုတ်ဘဲ လုပ်သားများစွာထဲက တစ်ဦးတစ်ယောက်မှားတာ၊ တစ်အုပ်စုမှားတာကြောင့် မိမိလုပ်ဆောင်ရမယ့်ကိစ္စဟာ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ဆန်မသွားစေချင်ပါဘူး။ လိုအပ်လို့ အလုပ်က ထုတ်ပယ်ပစ်လိုက်တာကမှ စိတ်ကိုနာကျင်ပင်ပန်းအောင် လုပ်တာထက်စာရင် သက်သာပါဦးမယ်။ တစ်ဖက်သားမှာလည်း ဂုဏ်သိက္ခာထိန်းသိမ်းနိုင်ခွင့် မပျက်ပြားဘဲ စိတ်သက်သာရာ ရနိုင်ပါတယ်။ အဲသည်နည်းနဲ့ နှစ်ဖက်လုံးက ဂုဏ်ယူနိုင်ပါစေ။

၈။ လုပ်ငန်းခွင်တွင် မိမိထက်ငယ်သော ညီငယ် နှမငယ်များအတွက် စံပြဖြစ်ပါစေ

လူစုလူဝေးနဲ့ အလုပ်လုပ်တဲ့အခါမှာ အောင်မြင်ချင်တယ်ဆိုရင် ငါမှငါဆိုတဲ့ စိတ်ထားကိုပယ်ပြီး ငါဟာ အများထဲက တစ်ယောက်ဆိုတာကို သတိ အထပ်ထပ် ပေးနေဖို့လိုအပ်ပါတယ်။ ကိုယ်ကအကြီးဆိုရင်တော့ စည်းရုံး ရေးနဲ့ပတ်သက်လို့ ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်ရမယ့်အလုပ်နဲ့ပတ်သက်လို့ တာဝန် ယူသင့်သူက မိမိပဲဖြစ်ရပါမယ်။ ကိုယ်က အစ်ကိုကြီးဖြစ်တယ်ဆိုရင် ကိုယ့် ထက်ငယ်တဲ့ ယောကျာ်းကလေးဟာ ညီငယ်ဖြစ်ပါတယ်။ မိန်းကလေးဟာ နှမငယ်ဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ်က အစ်မကြီးဖြစ်တယ်ဆိုရင် ကိုယ့်ထက်ငယ်တဲ့ ယောကျာ်းကလေးက မောင်ကလေးဖြစ်ပြီး ငယ်တဲ့မိန်းကလေးကတော့ ညီမလေး ဖြစ်ပါတယ်။ မြန်မာတို့ဟာ အသက်အရွယ်အလိုက် လေးလေး စားစား ဆက်ဆံပြောဆိုလေ့ရှိပါတယ်။ အကြီးဆိုရင် အစ်ကိုကြီးတန် အစ်ကို ကြီး အစ်မကြီးတန်ရင် အစ်မကြီးပေါ့။

အလုပ်လုပ်တဲ့အခါမှာ ဘယ်လိုနေရာက လာခဲ့သူပဲဖြစ်ဖြစ် တင်တင် စီးစီး နေတတ်ထိုင်တတ် ပြောဆိုတတ်တဲ့သူများဟာ အောင်မြင်တဲ့သူဖြစ်ဖို့ ခဲယဉ်းပါတယ်။ အဲသည်လိုဆိုရင် အောက်ကျို့ရမှာလားလို့ မေးရင်လည်း အောက်ကျို့ဖို့ မလိုပါဘူးလို့ ပြောရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဘယ်နေရာမှာမဆို ဂါရဝတရားထားပြီး အငယ်က အကြီးကိုဆက်ဆံသင့်သလို အကြီးက လည်း အငယ်ကို သက်သက်ညှာညှာ ကြင်ကြင်နာနာဆက်ဆံဖို့ လိုအပ်ပါ တယ်။ အလုပ်လုပ်တဲ့အခါမှာ အမှားနဲ့ရင်ဆိုင်ရလို့ ဘယ်လိုဖြေရှင်းရမှန်း မသိဘူးဆိုတဲ့သူကို တတ်နိုင်သလောက် စိတ်သက်သာအောင် အားပေးပြီး နည်းလမ်းပြသနိုင်ရင် ပြသပေးဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ ကိုယ်တိုင် နည်းလမ်း မပြသနိုင်ရင် နည်းသိတဲ့သူများကို အကူအညီတောင်းပေးမယ်ဆိုရင် စိတ် ရော ကိုယ်ပါ သက်သာသွားနိုင်ပါတယ်။

လုပ်ငန်းနဲ့ပတ်သက်လို့ အကျွမ်းတဝင်ရှိတယ်။ လူအများကိုလည်း လိုရင်လိုသလို အကူအညီပေးထားလို့ အားလုံးက အပြန်အလှန်အားဖြင့် ကူညီဖို့ အသင့်ဖြစ်နေတယ်ဆိုရင် ဘယ်သူ့မှာပဲ အရေးပေါ် လိုအပ်ချက်

ရှိသည်ဖြစ်စေ စေတနာစက်ဝန်းလည်ပြီး တစ်ဦးကိုတစ်ဦး အကူအညီပေးနိုင်ကြပါလိမ့်မယ်။ အဲသည်လိုဆိုရင် လုပ်ငန်းခွင်တစ်ခုလုံးဟာ စည်းစည်းလုံးလုံး ရှိလာပါလိမ့်မယ်။ တချို့သောသူများက သူဟာ သူများထက် အနေအစားမြင့်မားတဲ့သူ ဖြစ်တယ်ဆိုတာကို ပြသလိုတဲ့စိတ် ပြင်းထန်ပါတယ်။ နေတာ စားတာ သူများနည်းတူ နေမယ်၊ မျှတဝေငှစားသောက်တဲ့ အကျင့်လည်း ရှိမယ်ဆိုရင်တောင်မှ အတူတူစားသောက်တဲ့အခါမှာ ပတ်ဝန်းကျင်က သူဟာ နေကျင့်စားကျင့်မြင့်မားရာက တန်းတူနေဖို့ ကြိုးစားနေသူ ဖြစ်တယ်ဆိုတာ သိပြီးသားဖြစ်နေတတ်ပါတယ်။ ကြာရှည်ကြားများ ယူစားလေ့မရှိပါဘူး။ ကိုယ့်ဘာသာကိုယ်စားပါ၊ ဒီမှာလည်း ရှိပါတယ်။ အားမနာနဲ့ စားမှာသာစားစသည်ဖြင့် ကြင်ကြင်နာနာ ရှိတတ်ကြပါတယ်။

အဲသည်လိုမဟုတ်ဘဲ သူများထက် ထူးခြားဟန်ပြရင်တော့ ဟင်းဘယ်ဘဝကလာခဲ့တာများ တို့မသိဘူးမှတ်နေတယ်စသည်ဖြင့် ငယ်ကျိုးငယ်နာကို (ဟုတ်သည်ဖြစ်စေ၊ မဟုတ်သည်ဖြစ်စေကို) ဖော်တတ်ကြပါသေးတယ်။ ကိုယ်က ဘယ်ဘဝကလာခဲ့သည်ဖြစ်စေ အရေးမကြီးပါဘူး။ အခုလောလောဆယ်မှာ လုပ်ငန်းအရလည်း ဦးဆောင်မှုပေးနိုင်ဖို့ လိုအပ်သလို၊ လူမှုရေးအရလည်း ကူညီရိုင်းပင်းမှုပေးနိုင်သူ၊ ပေးတတ်သူ ဖြစ်ရပါမယ်။ နေတာထိုင်တာ ဣန္ဒြေရှိပြီး ဝါကြွားတာတို့၊ ပြစားတာတို့မလုပ်ဘဲ ရိုးသားခြင်း၊ ကြိုးစားခြင်း၊ တည်ကြည်ခြင်း၊ ဦးဆောင်နိုင်ခြင်းတို့ကို လူအများကို ပြသဖို့ထက် မိမိရဲ့သဘာဝအဖြစ် ရှင်သန်နေစေသင့်ပါတယ်။

၉။ လုပ်ငန်းပိုင်းမှာလည်း မြင့်မားသောအကျိုးကျေးဇူးကို သယ်ပိုးလာသူဖြစ်ပါစေ

အထက်မှာတင်ပြခဲ့တဲ့ လုပ်ငန်းခွင်အကျိုးကျေးဇူး၊ လူမှုရေးအကျိုးကျေးဇူးများကို စေတနာမှန်မှန်နဲ့ လုပ်ဆောင်ပေးနိုင်တဲ့သူဟာ လုပ်ငန်းပိုင်းကို မြင့်မားတဲ့ အကျိုးကျေးဇူးရရှိအောင် ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်တဲ့သူ ဖြစ်လာနိုင်ပါတယ်။ ဘာ့ကြောင့် အဲသည်လိုပြောနိုင်သလဲဆိုတော့ သူဟာ သူ့ဘဝတစ်လျှောက်လုံး ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် ရှုမြင်လေ့ရှိတယ်။ တစ်ယောက်တည်း

အကျိုးအတွက် အများအကျိုးကို ပိုပြီးဂရုစိုက်ဆောင်ရွက်လေ့ ရှိတယ်ဆိုတဲ့ အခါမှာ သူ့ရဲ့လုပ်ငန်းပိုင်းဆိုင်ရာ လူမှုရေးပိုင်းဆိုင်ရာ အရည်အသွေးများလည်း မြင့်မားလာနိုင်ပါတယ်။ အဲသည်လိုမြင့်မားလာတဲ့သူဟာ လုပ်ငန်းခွင်တစ်ခုထဲမှာပဲ ဆက်တိုက်အလုပ်လုပ်နေသည်ဖြစ်စေ၊ မိမိကိုယ်ပိုင်အလုပ်ကို တည်ထောင်နိုင်ဖို့ အခွင့်တောင်းပြီး ဆောင်ရွက်သည်ဖြစ်စေ အောင်မြင်တဲ့သူ ဖြစ်မှာ သေချာပါတယ်။

လုပ်ငန်းခွင်အတွင်းမှာဖြစ်စေ အပြင်မှာဖြစ်စေ ပျော်ရွှင်စေချင်ရင် အများတကာကို ပျော်ရွှင်စေချင်တဲ့ စေတနာ စိတ်ကောင်းနဲ့သာ နေ့နေ့ညည ကြိုးစားလုပ်ဆောင်ပါ။ ။

လုပ်ငန်းခွင်တွင် ပျော်ရွှင် အောင်မြင်စေချင်သည့်
ဒေါက်တာမတင်ဝင်း (ပညာရေးတက္ကသိုလ်)

ဒေါက်တာမတင်ဝင်း (ပညာရေးတက္ကသိုလ်)၏
ထုတ်ဝေပြီးစာအုပ်များ

၁။ ရာဇဝင်ထဲကမိန်းမသား
၂။ နိုင်ငံတကာစစ်မီးလျှံများ၏သမိုင်းအစ
၃။ ထင်ရှားသောကမ္ဘာ့သုခမိန်များ
၄။ လက်နှိပ်စက်နှင့်မျက်နှာချင်းဆိုင်ထိုင်နေတဲ့မိန်းမ
၅။ မြည်းတစ်ကောင်နှင့်မတင်ဝင်း
၆။ မှတ်သားမိသောစကားများ
၇။ သမီးကိုပြောဖြစ်သောပုံပြင်များ
၈။ မေမေပြောတဲ့ရှေးရှေးစကား
၉။ ဘိုးဘိုးအောင်၏ဝလုံးလေများ
၁၀။ စစ်သူကြီးများ စစ်ဘုရင်များ
၁၁။ မင်းယောက်ျား မင်းမိန်းမများ
၁၂။ သမိုင်းစဉ်တွင် နေရာယူခြင်း
၁၃။ လူငယ်များနှင့်စကားပြောခြင်း
၁၄။ ပလုတ်တုတ်ပုံပြင်များ (မေမေ့ရဲ့စကားပုံပြင်များ)
၁၅။ မင်းကျန်စစ်ကို ချစ်တဲ့သူများ
၁၆။ ဇာတိနဲ့အစဉ်အလာ
၁၇။ အလုပ်ဆိုတာ အင်အားပါ
၁၈။ အလုပ်နဲ့ ဘဝကိုတည်ဆောက်ခြင်း
၁၉။ ကြီးပွားသူ ထူးချွန်သူနှင့် အလုပ်
၂၀။ အောင်မြင်ခြင်း ပျော်ရွှင်ခြင်းနှင့်မိသားစု
၂၁။ လူတို့ဇာတ်တွင် ဝင်စားခြင်း
၂၂။ လွတ်လပ်ပေါ့ပါးသောစိတ်ထားရှိပါစေ
၂၃။ သားနဲ့ မိဘ
၂၄။ ငယ်ငယ်ကကြားခဲ့ဖူးတဲ့မိန်းမများအကြောင်း
၂၅။ ဝဋ်ဆိုတာ လည်တတ်တဲ့သဘောရှိတယ်
၂၆။ ဒါလေးကို ဖတ်ကြည့်ပါဦး
၂၇။ အတွေးပါသောဇာတ်ကြောင်းများ
၂၈။ အောင်ဟိတ်နဲ့လူ (အောင်မြင်စေသောအကြော င်းရင်းခံတရားရှိသူ)
၂၉။ ဘုံအနှမ်းမှ လူဆန်းများ
၃၀။ အလှရတနာသိုက် ဖွင့်လိုက်စမ်းမယ်

၃၁။ ကိုယ်ပဲလူကြီး ကိုယ်ပဲကလေး
၃၂။ လောကကို ဆရာတင်၍
၃၃။ မပျက်စီးအောင် ဒါတွေရှောင်
၃၄။ အတွေးမိုးစက်များ
၃၅။ ကြည်စင်ပွင့်လင်းသောစိတ်အထာဖြင့်
၃၆။ ပညာလိုလျှင် ပျိုမျစ်တယ်
၃၇။ စကားနှင်းပွင့်များ
၃၈။ လက်ဆင့်ကမ်းရတနာ
၃၉။ ပုလဲတစ်လုံး ရွှဲတစ်လုံး
၄၀။ ထက်မြက်ထူးချွန်သူတို့၏ နှုတ်ထွက်စကားများ
၄၁။ ရေကြည်ချမ်းမြ
၄၂။ သမီးလိမ္မာ မရှိစာ
၄၃။ ကြည်ညိုဖွယ်ရာမာတာများ
၄၄။ ပုံ့သကူအတွေးများ
၄၅။ ကုန်းဘောင်ကိုဆန်၍
၄၆။ ကမ္ဘာအနှံ့ပတ်ကြမယ်
၄၇။ သားလိမ္မာလှ သုဝဏ္ဏ
၄၈။ ပုံပြင်ကြိုက်သူ ဝင်စားသူ
၄၉။ ဇီဝကနှင့် ကိုယ်ပိုင်ဂုဏ်
၅၀။ အဖေနဲ့ အမေ
၅၁။ မင်းဆယ်ပါးရာဇဝင်
၅၂။ လူစွမ်းကောင်းများ
၅၃။ ရာဇဝင်ပုံရိပ်များ
၅၄။ သံယောဇဉ်ရုပ်သွင်များ
၅၅။ ဇာတ်တော်လာဆင်များ
၅၆။ နိုင်ငံနှစ်ဆယ် မြို့နှစ်ဆယ်
၅၇။ ဇာတ်လိုက်
၅၈။ မဟောသဓသုခမိန်၏ဖြတ်ထုံးများ
၅၉။ မနောမယအတွေးများ
၆၀။ အာရှနိုင်ငံများကို ဖုံ့ယူသိမ်းယူခဲ့ကြသည့် နယ်ချဲ့များ
၆၁။ အောင်ရာအောင်ကြောင်း ကောင်းသည့်စကားများ
၆၂။ မင်းယောကျ်ားတို့ရဲ့ စကားရာဇဝင်
၆၃။ ရှင်ခြင်းနှင့်သေခြင်းကြားမှ ကျွန်မတို့တစ်တွေ

၆၄။ သပြေညိုအောင်ပန်း ကမ်းလိုက်ပါတယ်

၆၅။ ဆရာကိုချစ်လျှင် စာကိုချစ်သည်

၆၆။ ရေနံ့စွမ်းအင် ပထမကမ္ဘာစစ်တွင်းသို့ ဝင်ခဲ့ပြီ

၆၇။ မိမိကိုယ်ကို သတ်သေသူများ

၆၈။ အားပါတဲ့စေတနာစကားများ

၆၉။ သစ်ပင်စိမ့်စမ်း ချစ်စမ်းစေချင်

၇၀။ လုပချင်ရင် စိတ်ကိုလည်းပြင် ရုပ်လည်းပြင်ပါ

၇၁။ ဘယ်လိုလုပ်ရပါ့

၇၂။ ချစ်ပန်းပွဲ့တင်

၇၃။ စာပေထဲမှ ရတနာများ

၇၄။ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ဖွံ့ဖြိုးခြင်း

၇၅။ ကိုယ်တွေ့နဲ့နော ပြောချင်တဲ့အကြောင်းကလေးတွေ

၇၆။ ချစ်သူမုန်းသူများသည့် ကျော်ကြားသူများ

၇၇။ အတွေးမှန်ကူကွက်များ

၇၈။ နေခြင်း သေခြင်းနှင့် လွတ်မြောက်ခြင်း

၇၉။ မင်္ဂလာဆိုသည်မှာ ကောင်းမှုကိုပျိုးထောင်ခြင်း

၈၀။ အထွတ်အထိပ်သို့ လမ်းရိုးမှတက်ခြင်း

၈၁။ ကုမုဒြာ အားပါပါပွင့်သလိုပ

၈၂။ လူကြီးနဲ့ကလေးကြား စကားဘယ်လိုပြောရမယ်

၈၃။ စစ်မီးမငြိမ်း မြက်မစိမ်းနိုင်သည့်မြေ

၈၄။ ၂၀၀၆ ခုအတွင်းမှ နိုင်ငံတကာထူးခြားဖြစ်စဉ်များ

၈၅။ ကမ္ဘာ့ရာဇဝင်ထဲမှ ထူးခြားသူများ

၈၆။ ခေတ်ဦးမြန်မာ့ရာဇဝင်ကို ဖန်ဆင်းသူများ

၈၇။ သောကကင်းစင် ပျော်ရွှင်ချမ်းသာ

၈၈။ အဖေကြီးဦးတင်ရဲ့ မေတ္တာရနံ့သင်းပျံ့တဲ့ နှင်းဆီကုန်းဘိုးဘွားရိပ်သာ
(နှင်းဆီကုန်းဘိုးဘွားရိပ်သာသို့ အပြီးအပိုင်လှူထားသောစာအုပ်)

၈၉။ မြတ်ဗုဒ္ဓသာသနာ ကြည်စင်ပွင့်လင်းစွာ

၉၀။ ပျော်ရွှင် အောင်မြင် လုပ်ငန်းခွင်မှာ