ချစ်စံဝင်း

ထားရှိရမည့်သဘောထား

စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ် - (၅၀၈/၉၃) (၁၁)

မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ် - (၄၄/၉၄) (၂)

မျက်နှာဖုံးပန်းချီဒီဇိုင်း - မောင်ကျော်စိုး

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း - ပထမအကြိမ်
အုပ်ရေ (၁၀၀၀)
၁၉၉၄ ခုနှစ်၊ မတ်လ။

တန်ဖိုး - (၆၀) ကျပ်

စာအုပ်ချုပ် - ကိုမြင့်၊ (၃၄)လမ်း။

အတွင်းသားပုံနှိပ်သူ - ဦးကျော်စိုး (၀၄၂၅၀)
စိုး အော့ဖ်ဆက်၊
၇၈(ခ)၊ ပန်းဆိုးတန်းလမ်း၊
ရန်ကုန်။

မျက်နှာဖုံးပုံနှိပ်သူ - ဦးကျော်စိန် (၀၂၉၀၉)
ကျောက်စိမ်း အော့ဖ်ဆက်၊
၁၇၁၊ ၃၃လမ်း၊ရန်ကုန်မြို့

ထုတ်ဝေသူ - ဒေါ်မော်မော် (၀၂၀၃၇)
ပန်းမျိုးတစ်ရာစာပေ
တိုက် ၂၃၃၊ အခန်း ၁၄၊
၆-ရပ်ကွက်၊ တိုက်လေးလုံး
ရန်ကင်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ခင်မောင်မြင့် ၀၁-၀၄-၀၇

ထိပ်တန်းသို့တက်လိုသော် စာစဉ် အမှတ်(၁)

စာရေးဆရာ ချစ်စံဝင်း၏ ၃၇ အုပ်မြောက် စာအုပ်

ထားရှိရမည့်သဘောထား

ချစ်စံဝင်း

DESKTOP
" PAN MYO TA YAR "
PUBLISHING

ကွန်ပျူတာ စာစီ
ပန်းမျိုးတစ်ရာ ကွန်ပျူတာ စာစီလုပ်ငန်း
၂၃၃/၁၄- ၆ ရပ်ကွက်၊ ရန်ကင်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့၊
ဖုန်း - ၅၁၇၉၅။

N L A
LIBRARY

ဆရာချစ်စံဝင်းသည် ၁၉၈၆ ခုနှစ် နှင့် ၁၉၉၀
ပြည့် နှစ်များတွင် ဗုဒ္ဓဘာသာ အခြေခံဖြင့်
ရေးသားသော ဤခရီးနီးသလား နှင့်
ဆန်ဖွပ်သည့်အဘိုးအို စာအုပ်တို့ဖြင့် အမျိုးသား
စာပေဆု နှစ်ကြိမ် ရရှိခဲ့ပါသည်။

မာ တိ ကာ

အခန်း	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁။	ဟာသဉာဏ်	၁၇
၂။	ယုံကြည်ချက်	၂၃
၃။	သိမ်ငယ်စိတ်	၂၉
၄။	ဝေဖန်ရေး	၃၅
၅။	မရိုးသားမှု	၄၁
၆။	နောက်လိုက်	၄၅
၇။	ဆွဲဆောင်ခြင်း	၄၉
၈။	ပင်ကိုယ်စွမ်းရည်	၅၃
၉။	ကန့်သတ်မှုများ	၅၇
၁၀။	စိတ်ပူပန်ခြင်း	၆၁
၁၁။	လမ်းသစ်	၆၅
၁၂။	ငယ်ရွယ်ခြင်း	၆၉
၁၃။	စိန်ခေါ်မှုများ	၇၅
၁၄။	ကြီးထွားခြင်း	၇၉
၁၅။	အသေးလေးများ	၈၃
၁၆။	သင်ကြားခြင်း	၈၇
၁၇။	လင်းရောင်ခြည်	၉၁
၁၈။	ရိုးသားမှု	၉၅
၁၉။	သတ္တိ	၉၉

၂၀။	မျှော်လင့်ချက်	၁၀၃
၂၁။	ကြည်နူးဖွယ်ရာလေးများ	၁၀၇
၂၂။	အပြုသဘောဝေဖန်ချက်	၁၁၃
၂၃။	စာအုပ်	၁၁၇
၂၄။	ထိုးထွင်းဉာဏ်	၁၂၁
၂၅။	နှိုင်းယှဉ်ခြင်း	၁၂၅
၂၆။	စွမ်းဆောင်နိုင်မှု	၁၃၁
၂၇။	မတော်တဆကိစ္စများ	၁၃၇
၂၈	အသက်အပိုင်းအခြား	၁၄၁
၂၉။	စိတ်အားထက်သန်မှု	၁၄၇
၃၀။	ရုပ်မြင်သံကြား	၁၅၁
၃၁။	စွမ်းအင်	၁၅၅
၃၂။	စိတ်ပျက်ခြင်း	၁၅၉
၃၃။	ဓာတ်လှေကား	၁၆၃
၃၄။	အလုပ်ဖြုတ်ခံရခြင်း	၁၆၇
၃၅။	ဈေးကွက်စီးပွားရေး	၁၇၁
၃၆။	စကားအသုံးအနှုန်း	၁၇၃
၃၇။	အောင်နိုင်ခြင်းနှင့်ဆုံးရှုံးခြင်း	၁၇၇

သူတို့အမြင်

အစားရခြင်း

ချစ်စံဝင်းဆိုတဲ့ကလောင်ဟာ ဆရာပီမိုးနင်းနဲ့ ဆရာသိန်းဖေမြင့်တို့ကို ကျုပ်တို့ အစားရတာပဲ။

ဆရာတော်ဘဒ္ဒန္တကဝိသာရ(အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ)
ဈေးကုန်းကျောင်းတိုက်
ပျဉ်းမနားမြို့။

နိုင်ငံ၊ လူမျိုး၊ ဘာသာနှင့် သာသနာအတွက်

- အဖိုးတန်လှသော ကျောက်မျက်ရတနာများ ထွက်ပေါ်တတ်ပါသည်။ သို့ရာတွင် တစ်ခါတစ်ရံမျှသာဖြစ်၏။
- နိုင်ငံနှင့်လူမျိုးအတွက် အကျိုးပြုသည့်စိတ်ကို ချမ်းမြေ့စေသော စာရေးဆရာများလည်း ထွက်ပေါ်တတ်ပါသည်။ သို့သော် အမြဲမဟုတ်ပါ။

ချစ်စံဝင်းဆိုသော ကလောင်သည်ကား နိုင်ငံ၊ လူမျိုး၊ ဘာသာ၊ သာသနာအတွက် ပေါ်ထွက်နေသည်ဟု ကျွန်ုပ်ယူဆပါသည်။

ဗိုလ်မှူးကြီး အုန်းကြည် (အငြိမ်းစား)
စာရေးဆရာ အိမ်မဲဒေါင်းပြာ
(အမျိုးသား စာပေဆုရ)

မျက်စိကောင်းကောင်းနဲ့ဖတ်ချင်

ချစ်စံဝင်းရဲ့စာများ အင်နဲ့အားနဲ့ပေါ်ထွက်နေချိန်မှာ အသက်အရွယ်ရလာပြီး ကျွန်တော့်မျက်စိတွေ အားနည်းနေပြီဖြစ်လို့ စိတ်မကောင်းဖြစ်ရပါတယ်။ ဆရာရဲ့ စာတွေကို ကျွန်တော် မျက်စိကောင်းကောင်းနဲ့ ဖတ်ချင်ပါတယ်။

ဦးအုန်းဖေ (ပခုက္ကူ စာပေဆုရှင်)

အစားရတဲ့ကလောင်

ချစ်စံဝင်းဆိုတဲ့ကလောင်ဟာ မြင်တဲ့အရာ၊ ရောက်တဲ့ခရီးကို စာဖြစ်အောင်ရေးလို့ရတဲ့ ကလောင်ပါပဲ၊ ဦးသိန်းဖေမြင့်နဲ့ ဆရာကြီးပီမိုးနင်းတို့ရဲ့ကလောင်များကို ကျွန်တော်တို့ အစားပြန်ရခဲ့တယ်လို့ ထင်မိပါတယ်။

မောင်နှင်းဆွေ

ဆရာချစ်စံဝင်း ပြုစုခဲ့သောစာအုပ်များ

၁။ ပါကာဗေဒ နိဒါန်း

ပထအကြိမ် – ၁၉၆၇၊

၂။ အမေနှင့် အမေ့အကြောင်း

ပထမအကြိမ် – ၁၉၇၇၊ ဒုတိယအကြိမ် – ၁၉၈၀

တတိယအကြိမ် – ၁၉၈၁၊ စတုတ္ထအကြိမ် – ၁၉၈၈

ပဥ္စမအကြိမ် – ၁၉၉၀၊ ဆဋ္ဌမအကြိမ် – ၁၉၉၂

သတ္တမအကြိမ် – ၁၉၉၃၊

၃။ ပြည်သူ့ရင်သွေး

(လူမှုဝန်ထမ်းလုပ်ငန်း)

ပထမအကြိမ် – ၁၉၇၉၊

၄။ အမေ့ရင်သွေး

(ကလေးကျန်းမာရေး)

ပထမအကြိမ် – ၁၉၈၀

၅။ နိုင်ငံသစ်နိဒါန်း

(၁၉၇၄–ခုနှစ်၊ အခြေခံဥပဒေရေးဆွဲခြင်း)

ပထမအကြိမ် – ၁၉၈၀၊

၆။ မိုးထက်မြင့်သည့်စိတ်ထားများ

ပထမအကြိမ် – ၁၉၇၉၊ ဒုတိယအကြိမ် – ၁၉၈၀

၇။ မြတ်လယ်တီ

ပထမအကြိမ် - ၁၉၈၆၊ ဒုတိယအကြိမ် - ၁၉၉၃

၈။ ဤခရီးနီးသလား

ပထမအကြိမ် - ၁၉၈၆၊ ဒုတိယအကြိမ် - ၁၉၇၈

တတိယအကြိမ် - ၁၉၈၈၊ စတုတ္ထအကြိမ် - ၁၉၈၉

ပဉ္စမအကြိမ် - ၁၉၉၀၊ ဆဋ္ဌမအကြိမ် - ၁၉၉၁

သတ္တမအကြိမ် - ၁၉၉၃၊

၉။ မြတ်ပညာနှင့် သားထံပေးစာများ

ပထမအကြိမ် - ၁၉၇၈၊ ဒုတိယအကြိမ် - ၁၉၈၉

၁၀။ ဂျပန်လူငယ်တစ်ယောက်အကြောင်း

ပထမအကြိမ် - ၁၉၈၉၊ ဒုတိယအကြိမ် - ၁၉၉၀

တတိယအကြိမ် - ၁၉၉၀၊ စတုတ္ထအကြိမ် - ၁၉၉၁

ပဉ္စမအကြိမ် - ၁၉၉၃၊

၁၁။ မြန်မာ့ရုပ်သေးသဘင်

ပထမအကြိမ် - ၁၉၈၉၊

၁၂။ မြန်မာလူငယ်တစ်ယောက်အကြောင်း

ပထမအကြိမ် - ၁၉၉၀၊

၁၃။ ယသော်ရော့အလွမ်း

ပထမအကြိမ် - ၁၉၉၀၊ ဒုတိယအကြိမ် - ၁၉၉၁

တတိယအကြိမ် - ၁၉၉၃၊

၁၄။ ဆန့်ဖွပ်သည့် အဘိုးအို

ပထမအကြိမ် - ၁၉၉၀၊ ဒုတိယအကြိမ် - ၁၉၉၁

တတိယအကြိမ် - ၁၉၉၃၊

၁၅။ မြန်မာသူကြွယ်တစ်ယောက်အကြောင်း

ပထမအကြိမ် - ၁၉၉၁၊

၁၆။ ဗန်ကောက် (၁)

ပထမအကြိမ် - ၁၉၉၁၊

၁၇။ အနုပညာမဲ့သောနေ

(အေအိုင်ဒီအက်စ်ရောဂါ)

ပထမအကြိမ် - ၁၉၉၁၊

၁၈။ တူနှစ်ကိုယ်ချစ်

ပထမအကြိမ် - ၁၉၉၁၊ ဒုတိယအကြိမ် - ၁၉၉၃

၁၉။ ဗန်ကောက် (၂)

ပထမအကြိမ် - ၁၉၉၁၊ ဒုတိယအကြိမ် - ၁၉၉၃

၂၀။ သာသနာစက်ခြည်လင်းစေဖို့

ပထမအကြိမ် - ၁၉၉၁၊

၂၁။ ဒေါင်းဖတ်စာပုံပြင်များ(ပထမတွဲ)

ပထမအကြိမ် - ၁၉၉၂၊

၂၂။ အံ့ဖွယ်လူသား ကိုရီးယား

ပထမအကြိမ် - ၁၉၉၂၊

၂၃။ ဒေါင်းဖတ်စာပုံပြင်များ(ဒုတိယတွဲ)

ပထမအကြိမ် – ၁၉၉၂၊

၂၄။ စင်ကာပူ (သို့မဟုတ်) အရှေ့ဖျားကခြင်္သေ့မြို့

ပထမအကြိမ် – ၁၉၉၂၊ ဒုတိယအကြိမ် – ၁၉၉၂

၂၅။ အမေ့ခြေရာ

ပထမအကြိမ် – ၁၉၉၂၊ ဒုတိယအကြိမ် – ၁၉၉၂

တတိယအကြိမ် – ၁၉၉၃၊

၂၆။ စိတ်ကောင်းရှိဖို့ပထမ

ပထမအကြိမ် – ၁၉၉၂၊ ဒုတိယအကြိမ် – ၁၉၉၃

၂၇။ ဈေးကွက်စီးပွားရေးနှင့် မြန်မာလူငယ်

ပထမအကြိမ် – ၁၉၉၃၊

၂၈။ ခုတင်နံပါတ်–၅

ပထမအကြိမ် – ၁၉၉၃၊

၂၉။ ထိုင်း (သို့) အရှေ့ဖျားကပဥ္စမကျား

ပထမအကြိမ် – ၁၉၉၃၊

၃၀။ ထိုင်းနိုင်ငံရှိ မြန်မာဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းများ

ပထမအကြိမ် – ၁၉၉၃၊

၃၁။ ဗန်ကောက်မှ မလေးကိုဖြတ်၍ စင်ကာပူသို့

ပထမအကြိမ် – ၁၉၉၃၊

၃၂။ **ပိန္နဲဆရာတော်နှင့် ပိန္နဲကျောင်း**

(လုံ့လဝီရိယလိုအပ်ကြောင်း)

ပထမအကြိမ် - ၁၉၉၃၊

၃၃။ **ဂါစီယာသို့ သဝဏ်လွှာ**

ပထမအကြိမ် - ၁၉၉၃၊

၃၄။ **ကမ္ဘာ့သာသနာပြုဆရာတော် ဦးပညာဝံသ**

(ထေရဝါဒ ကမ္ဘာ့သာသနာပြု မှတ်တမ်း)

၃၅။ **ထားရှိရမည့် သဘောထား**

(ထိပ်တန်းသို့ တက်လိုသောစာစဉ် - ၁)

ဆက်လက်ထုတ်ဝေမည့် စာအုပ်များ

၃၆။ **ပူနေးဆုဝေ ကမ္ဘာမြေ**

(ကမ္ဘာမြေကြီး ပူနွေးလာခြင်း)

၃၇။ **ရှက်ပြုံး**

(ဟီရိနှင့်ဩတ္တပ္ပ တရားနှစ်ပါး အကြောင်း)

၃၈။ **ပွားများရမည့်မေတ္တာတရား**

(ထိပ်တန်းသို့ တက်လိုသော် စာစဉ် - ၂)

၃၉။ **မြစိမ်းရောင်မိုးဖုရားကြီး**

၄၀။ **နှုတ်ဆက်ခဲ့ပါသည်မော်ခင်**

အမေနှင့် ချစ်စံဝင်း (၁၉၄၁)

အမေသည် ၁၉၉၃ ခု၊ ဇွန်လ ၁၁ ရက်နေ့က
ကွယ်လွန်ခဲ့ပါသည်။

- အမေသည် လယ်ယာ၏ အင်အားဖြစ်သည်။
- အမေသည် ညီညွတ်မှု၏ အင်္ဂါရပ်ဖြစ်သည်။
- အမေသည် စာပေ၏ မှတ်တိုင်ဖြစ်သည်။
- အမေသည် ရိုးသားမှု၏ ပြယုဂ်ဖြစ်၏။
- အမေသည် မြန်မာ့ရိုးရာစရိုက်၏ အသွင်အပြင်ဖြစ်၏။

(အမေကောင်းရာသုဂတိလားပါစေ)

NLA ★ LIBRARY ★

ထိပ်တန်းသို့ ရောက်ရေးသော်

အထက်သို့ရောက်ရှိရေးတွင် စိတ်သဘောထားသည် အလွန်မှ အရေးကြီးပါသည်။ လူ့ဘဝ၏ ကာယကံအလုပ်ကိုသော်လည်း ကောင်း၊ ဝစီကံအလုပ်ကိုသော်လည်းကောင်း၊ လူ၏ မနောက ဦးဆောင်ပြဋ္ဌာန်းခြင်းဖြစ်၏။

လူ့ဘဝ၌ အမှားဆိုသည်မှာ မှားယွင်းသောသဘောထားမှ ပေါက်ဖွားလာမှုဖြစ်၍ အမှန်ဆိုသည်မှာလည်း မှန်ကန်သောစိတ် သဘောထားမှ ပေါ်ပေါက်လာခြင်းဖြစ်၏။ ဘဝတွင် အမှားများစွာ ပြုလုပ်မှုသည် မအောင်မြင်ဘဲနေ၍ အမှန်ကို လုပ်ဆောင်သူသည် အောင်ပွဲကို ရယူသူဖြစ်၏။

စင်ကာပူနိုင်ငံမှ ကျွန်တော့် မိတ်ဆွေတစ်ဦး၏ ရုံးခန်းတွင် အောက်ဖော်ပြပါ စာပုဒ်ကို ရေးသား၍ နံရံတွင် ကပ်ထားပါ၏။

The important and decisive factor in life is not what happens to us, but the attitude we take toword what happens.

A R B

ဘဝ၌ အရေးကြီးသော အဆုံးအဖြတ်များကိုပေးသော အရာသည် ကျွန်ုပ်တို့ နေ့စဉ် တွေ့ကြုံနေရသော ဖြစ်ရပ်များမဟုတ်။ ထိုဖြစ်ရပ်များအပေါ် ကျွန်ုပ်တို့ထားရှိသော စိတ်သဘောထားသာလျှင် ဖြစ်၏။

ဤစကားသည် အမှန်ပင် ဖြစ်ပါ၏။

ဖြစ်ရပ်များသည် နေ့စဉ်နှင့်အမျှဖြစ်ပွားလျက်ရှိရာ ကျွန်တော်တို့သည် ထိုဖြစ်ရပ်များအပေါ် ထားရှိသည့် သဘောထားများအတိုင်း ဖြစ်ရပ်တို့၏အဖြေများကထွက်ပေါ်လာတတ်၏။ ထို့ကြောင့် ကျွန်တော်တို့က ဖြစ်ရပ်များကိုတုံ့ပြန်ရာတွင် မှန်ကန်သော သဘောထားဖြင့် တုံ့ပြန်နိုင်ရေးအတွက် ကျွန်တော်တို့၏စိတ်နေသဘောထားများအား လေ့ကျင့်ယူရမည်ဖြစ်၏။ ဤကာအုပ်သည် လူ့သဘောအားသုတေသနပြုတင်ပြချက် ဖြစ်ပါ၏။ ကျွန်တော်တို့သည် ဘဝတိုးတက်ရာ တိုးတက်ကြောင်းအတွက် ဝီရိယရှိရမည်။ အလုပ်

ကြိုးစားရမည်။ အချိန်ကိုတန်ဖိုးထားရမည်၊ ကြီးမြင့်သောစိတ်ကို မွေးမြူရမည်စသည်ဖြင့် ယေဘုယျတင်ပြချက်များကိုသာ ရေးသား တင်ပြခဲ့ပြီဖြစ်၏။ မကြာသေးမီက ကျွန်တော်သည် စင်ကာပူ၌ အလုပ်ရုံ ဆွေးနွေးပွဲတစ်ခုသို့ သွားရောက် လေ့လာခွင့်ရရှိခဲ့ပါ၏။ စက်ရုံတစ်ရုံ၌ ကျင်းပသော အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲဖြစ်၏။ ထိုစက်ရုံ သည် လျှပ်စစ်အနုစားလေးများကို တပ်ဆင်သောစက်ရုံ ဖြစ်၏။ ထိုစက်ရုံ၏ အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲတွင် လူတိုင်း ဖြစ်ပေါ်လေ့ရှိသော စိတ်ဓာတ်ရေးရာများအကြောင်းကို အလေးအနက်ထား ဆွေးနွေး ကြရာ အလွန်မှ စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းပါ၏။

သင်တန်းဆရာက ဦးဆောင်ဆွေးနွေးသည်။ စက်ရုံဝန်ထမ်း များက သင်တန်းဆရာ၏ ဆွေးနွေးချက်များအပေါ် မိမိစက်ရုံမှ ဝန်ထမ်းများ၏ အလေ့အကျင့်များ၊ ဖြစ်ရပ်များနှင့် နှိုင်းယှဉ်၍ ပြန်လည်တင်ပြကြပါ၏။ ထိုဆွေးနွေးပွဲသည် အကြောင်းအရာသစ် များကို ရရှိရုံသာမက ဆွေးနွေးပွဲ တက်ရောက်သောသူတို့၏ စိတ်ဓာတ်များကိုပါ ပြုပြင်ပြီးဖြစ်ခဲ့ပါ၏။

ကျွန်တော်သည် အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲမှ ဆွေးနွေးချက်များ ကျွန်တော်၏ကိုယ်တိုင်တွေ့ကြုံခံစားမှုများနှင့် ဇစ်ဇဂလာ Zig Ziglar ၏ Step To The Top နှင့် See You At The Top စာအုပ်များကို အခြေခံ၍ ဤစာအုပ်ကို ရေးသား အပ်ပါ၏။

ဤစာအုပ်ကို ဆောင်ထားစေလိုပါ၏။ ထို့နောက် အချိန်ရလျှင် ရသလို တစ်မျက်နှာ နှစ်မျက်နှာဖြစ်စေ၊ တစ်ပုဒ်၊ တစ်ကြောင်း စသည်ဖြင့်ဖြစ်စေ ဖတ်ရှုပါ။ ထို့နောက် မှတ်သားထားပါ။ မိမိ ဖတ်ရှုသောအချက်ကို မိမိ၏ ဆင်ခြင်တုံတရားဖြင့် စဉ်းစားကာ ထိုနေ့တွင်ပင် လက်တွေ့လုပ်ဆောင်ကျင့်သုံးကြည့်ပါ။ ထိုသို့ပြုလုပ်ပါက မကြာမီ သင့်ဘဝသည် ထူးခြားမှုရှိလာမည်ဖြစ်၏။ ဗေဒင်မေးစရာ၊ ယတြာချေစရာမလိုဘဲ သင်သည် ထိပ်တန်းသို့ ရောက်မည်မှာ သေချာလှပါ၏။ ကျွန်တော်သည် ဤစာအုပ်တွင် စိတ်နေသဘောထားများကို လှေကားထစ်များသဖွယ်စီစဉ်၍ ပေးထားပါ၏။ စာပိုဒ်များအဆုံးတွင် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်ဟူသော (၁) ကို ရေးသားထားပါ၏။

လက်တွေ့လုပ်ဆောင်ရန် (၁) သည် သင် ချက်ခြင်းပြောင်းလဲ လုပ်ဆောင်ရမည့်ကိစ္စဖြစ်၍ လက်တွေ့လုပ်ဆောင်ရန် (၂) ကို သင် ထပ်မံ၍ ချရေးပြီး ဆက်လက်လုပ်ဆောင်ပါ။ ခေါင်းစဉ် တစ်ခုပြီးတစ်ခု ဖတ်သွားပါ။ ထိုခေါင်းစဉ်ငယ်များသည် သင့် အတွက် အထက်သို့တက်ရန် လှေကားထစ်များဖြစ်ပါ၏။ လှေကားထစ်များဆုံးလျှင် သင့်အား ထိပ်ဆုံး၌တွေ့ရမည်မှာ အမှန်ပင်ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်တော်သည် စန္ဒာမဂ္ဂဇင်း ပြန်လည်ထွက်ရှိသောအခါ ဤစာအုပ်ပါ အချက်အလက်များကို အခန်းဆက်အနေနှင့် ဖော်ပြခဲ့ဘူးပါ၏။

ချစ်စံဝင်း

မန်းမျိုးဆစ်ရာဇာစာပေမှ

ဆရာချစ်စံဝင်း၏ ထိပ်တန်းသို့တက်လိုသော စာစဉ်များကို ထုတ်ဝေလျက်ရှိပါသည်။ ဖတ်ရှုကျင့်သုံးပါ။ သင့်အား ထိပ်ဆုံး၌သာ တွေ့မြင်ရမည်ဖြစ်သည်။

စာစဉ် ၁ - ထားရှိရမည့်သဘောထား
စာစဉ် ၂ - ပွားများရမည့်မေတ္တာတရား
စာစဉ် ၃ - မွေးမြူရမည့်သတ္တိ
စာစဉ် ၄ - ရည်မှန်းရမည့်ပန်းတိုင်
စာစဉ် ၅ - သွားရောက်ရမည့်နည်းလမ်း
စာစဉ် ၆ - စိစစ်ရမည့်ရွေးချယ်မှု
စာစဉ် ၇ - မလျှော့ရမည့်ဇွဲ

(ဆက်တိုက်ထွက်ပါမည်)

ပွားများရမည့်မေတ္တာတရား
ဆက်လက်ထွက်ရှိပါမည်။

၁။ ဟာသဉာဏ်

ကျွန်တော်သည် ရန်ကစ်ကချန်စစ်ဟူသော ကလောင်ဖြင့် အဟိတအုပ်တွင် ရေးသားရင်း ဟာသစာရေးဆရာဖြစ်ရန် ကြိုးစားရာမှ အတည်အခန့်ရေးသော စာရေးဆရာ ဖြစ်လာ၏။ အီကြာကွေးသည် ခနေဖြူကျော်ထွန်းဟူ၍ အတည်အခန့်ရေးရန် ကြိုးစားရင်း အီကြာကွေး နာမည်နှင့် ကျော်ကြားလာသည်။

စာပေတွင် ဟာသစာပေသည် လိုအပ်၏။ လူ့ဘဝတွင်လည်း ဟာသဉာဏ်သည် လိုအပ်သည်။ ရှေးဘုရင်များသည် ပျော်တော်ဆက်များကို ထားရှိကြ၏။ ဇာတ်ပွဲ၊ သဘင်ပွဲများတွင် ရယ်စရာ မပါလျှင် မပြည့်စုံ၊ လူ့ဘဝ တိုးတက်အောင်မြင်ရေးလမ်းစကို ရှာဖွေရာတွင် ဟာသဉာဏ်သည် အပြုံးကဲ့သို့ပင် အရေးကြီးသော လိုအပ်ချက်တစ်ရပ် ဖြစ်၏။

ကျွန်တော်တို့သည် တစ်ခါက အထက်မင်းလှ စာဆိုတော်ပွဲမှ ပြန်လာရာ ဧရာဝတီမြစ်ထဲတွင်မုန်တိုင်းမိ၍ အတော် ဒုက္ခရောက်သွားကြ၏။ ကျွန်တော်တို့အဖွဲ့တွင် စာရေးဆရာ မောင်ဝံသ၊ ကျော်မင်းကျော်နှင့် မိတ်ဆွေတစ်ဦးတို့ပါ၏။ မုန်တိုင်းမှာ နှစ်ရက်ခန့် ဆက်ကျရာ ကမ်းသို့ပင်မကပ်နိုင်ဘဲရှိရာ လေတစ်ချက် ဆောင့်တိုက်လိုက် ရဲဘော်လှမျိုးက ရယ်စရာတစ်ခုပြောလိုက်နှင့် အန္တရာယ်ကြားတွင် အကြောက်တရားကို ဟာသဖြင့် ပုတ်ထုတ်ပစ်ရ၏။

ထိုမိတ်ဆွေမှာ အလံနီတစ်ဦးဖြစ်ရာ ကျွန်တော်တို့ တောထဲမှာ တပ်မတော်စစ်ကြောင်းကလိုက်လို့ ဆုတ်ရရင် စိတ်ဓာတ်မကျဘဲ၊ အောင်အောင်မြင်မြင် ဆုတ်ခွာနိုင်အောင် ခုလိုပဲ ဟာသပြောရတယ်။ ဒုက္ခရောက်လာရင် အခြားဘာနဲ့မှကုစားလို့ မလွယ်ဘူး။ ဟာသနဲ့ပဲ ထိန်းကျောင်းရတယ်ဟုဆိုပါ၏။

မောလ်ဟင်းကော့ Mal Hancock သည် ကျော်ကြားသော လေဖြတ်သည့် ရောဂါသည်တစ်ဦးဖြစ်၏။ သူသည် အားကစား ထူးချွန်၍ အားကစားဖြင့်အောင်မြင်ရန် အလားအလာ ကောင်းနေစဉ် လေဖြတ်ခံရကာ ခါးအောက်ပိုင်း တစ်ခုလုံးသေသွားခဲ့၏။ သူသည် ဆေးဝါးကုသမှုခံရင်း စိတ်ဓာတ် ကျဆင်းဖွယ်ရာ ကောင်းသောနေ့ရက်များကိုမျိုသိပ်သည်းခံခဲ့ရ၏။ မောလ်ဟင်းကော့

ဘဝသည် သာမန်အားဖြင့်ဆိုပါက ဆုံးခန်းသို့ ရောက်ပြီဖြစ်၏။ သို့သော် မောလ်သည် သူ၏ဒုက္ခကို ဟာသရှုထောင့်မှ အကောင်းမြင်ဝါဒဖြင့် ရင်ဆိုင်ခဲ့၏။

သူသည် ဆေးရုံ၌တက်ရောက်စဉ် မိမိဆေးရုံပတ်ဝန်းကျင်မှ မြင်ကွင်းကို ဟာသရှုထောင့်မှ ပန်းချီဆွဲခဲ့၏။ သူ့အား နံနက် ၃ နာရီတိုင်း အိပ်ဆေးတိုက်ရန် လာရောက်နိုးလေ့ရှိသော သူနာပြု ဆရာမအား ရေရွတ် ညည်းညူခြင်းမပြုသည့်အပြင် ထိုဖြစ်ရပ်ကို ကာတွန်းတစ်ခုဆွဲခဲ့၏။ ဤသို့ဖြင့် မကြာမီကာလအတွင်း ဆေးရုံ၌ တစ်နေ့ တစ်နေ့ မောလ် ဘာကာတွန်းများဆွဲလဲဟု သူနာပြု များက လာရောက်ကြည့်ရှုရသည်အထိ ဖြစ်လာခဲ့၏။ လူတို့သည် သူတို့ ပျော်ရမည့်၊ ရယ်ရမည့်အရေးကို နှစ်လိုဖွယ်ရှိကြ၏။

များမကြာမီ မောလ်သည် မိမိရေးဆွဲသောပုံများအနက်မှ တစ်ပုံကို မဂ္ဂဇင်းတိုက်တစ်ခုသို့ ရောင်းချလိုက်သည်။ ယင်းပုံတစ်ပုံ ရောင်းချလိုက်ခြင်းသည် သူ့အား အောင်မြင်သောကာတွန်းဆရာ အဖြစ်သို့တွန်းပို့ပေးခဲ့၏။ ယခုတော့ မောလ်ဟင်းကော့၏ကာတွန်းပုံ များသည် သတင်းစာများနှင့်တီဗွီများတွင် အောင်မြင်စွာ နေရာယူ ထားကြပြီဖြစ်၏။

မောလ်နှင့် ထိုမိတ်ဆွေတို့သည် ကျွန်တော်တို့အားလုံး အတွက် အရေးပါသော ဘဝသင်ခန်းစာတစ်ခုကို ပေးခဲ့၏။ သင့်

ဘဝတွင် ထွက်ပေါက်တစ်ရပ်ရှိနေသည်ကို အမြဲသတိရပါ။ ထို ထွက်ပေါက်သည် ဟာသ ဖြစ်၏။

ထိုကြောင့် လက်တွေ့လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် တတ်နိုင်သမျှ အခြားသော သူများနှင့် ရယ်မောခြင်းများကိုပြုလုပ်မည်။ သို့သော် ထိုသို့ရယ်မောစဉ် ငါ၏မိသားစု ငါ၏အလုပ်အကိုင်တို့နှင့်ပတ်သက်၍ လေးနက်သောစိတ်ကို မွေးမြူရန်အတွက်ကား သတိလက်မလွတ်ဘဲ ထားရှိမည်။ မိမိကိုယ်နှင့်ပတ်သက်၍ လေးနက်လွန်းခြင်းများ မဖြစ်အောင် သတိရှိနေမည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ______________________________

____

____

____ ။

ပျော်ရွှင်မှုဆိုသည်မှာ သင်ရောက်ရှိရမည့် စခန်းမဟုတ်၊
ပျော်ရွှင်မှုဖြင့် လိုရာခရီးသို့ သွားရန်ဖြစ်သည်။

Happiness is not a station at which you arrive, but a manner of traveling.

Zig Ziglar

၂။ ယုံကြည်ချက်

ယုံကြည်ချက်သည် ကမ္ဘာမြေပေါ်တွင် အင်အားအကြီးမားဆုံးသော စွမ်းအင်တစ်ခု ဖြစ်၏။ ခရစ်စတိုဖာ ကိုလံဘတ်သည် အနောက်ဘက်တွင် ကုန်းမြေကြီးတစ်ခုရှိရမည်ဟု စွဲမြဲစွာယုံကြည်ချက်ကြောင့်သာ အမေရိကတိုက်ကိုစောစွာတွေ့ခဲ့ရပြီး ကိုလံဘတ်၌ စွဲမြဲသော ယင်းယုံကြည်ချက်မရှိပါက အမေရိကတိုက်အား နောင်အနှစ် ၅၀–လောက်မှ တွေ့ရှိခဲ့ပါလျှင် ကမ္ဘာ့သမိုင်းလည်း တစ်မျိုးတစ်မည် ဖြစ်ခဲ့ပါမည်။ ကိစ္စတစ်ရပ်ကို ယုံကြည်ပြီဟုဆိုပါက ထိုယုံကြည်မှုနှင့်အတူ စိတ်အားထက်သန်မှုများ ပေါက်ဖွားလာကြ၏။ စိတ်အားထက်သန်မှုသည် အောင်ပွဲပင်ဖြစ်၏။ မိမိ ယုံကြည်မှုကိစ္စတစ်ခုကိုလုပ်ပါ။ မယုံကြည်သောကိစ္စကို မလုပ်လျှင် အကောင်းဆုံးဖြစ်ပါ၏။

ကျွန်တော်အယ်ဒီတာလုပ်စဉ်က လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်အယ်ဒီတာ တစ်ဦးက "ဆောင်းပါးတစ်ပုဒ်တော့ ရောဒ့်ဗျာ ကမန်းကတန်း ရေး လိုက်ရတာ ကောင်းမယ်လို့တော့ မထင်ပါဘူး" ဟုဆိုကာ ပေး တတ်၏။ ထိုအခါ ကျွန်တော်က ခင်ဗျားကိုယ်တိုင်က ကောင်းမယ် မထင်တဲ့ မယုံကြည်တဲ့ ဆောင်းပါးကို ဘာပြုလို့ ပေးရတာလဲ။ ခင်ဗျားရေးတဲ့လူကိုယ်တိုင်ကမှ မယုံကြည်တာ၊ တခြားဘယ်သူက လိုက်လုပ်မှာလဲ၊ ဘယ်သူကရော ဖတ်မှာလဲဟုဆိုကာ ထိုဆောင်းပါး ကို ကျွန်တော်သည် စာစောင်တွင်မထည့်ဘဲ ချန်လှပ်၍ထားခဲ့၏။

ဂျုံးအော့ဖ်အာ့စ် Joan of Arc သည် အင်္ဂလန်နိုင်ငံကို တိုက်ရန် ပြင်သစ်တပ်မတော်ကြီးအား မိမိသည် ဦးဆောင်နိုင်မည်ဟု ယုံကြည်စဉ်က သူမ၏အသက်သည် ၁၂-နှစ်သာရှိသေး၏။ ဂျုံး၏ ယုံကြည်ချက်ကားပြင်းထန်လှ၏။ သူမအသက် ၁၇-နှစ်သို့ ရောက် သောအခါ ချားလ်စ်မင်းသား၏ရှေ့မှောက်သို့ ဝင်ရောက်၍ မိမိ၏ ယုံကြည်ချက်ကိုရှင်းပြခဲ့၏။ ချားလ်စ်မင်းသားသည် သူမ၏ ယုံ ကြည်ချက်ကို သဘောကျသဖြင့် သံချပ်ဝတ်စုံတစ်စုနှင့် ဦးဆောင် ရန် တပ်မတော်ကြီးတစ်ခုကိုပေးလိုက်၏။ ဂျုံးသည် မအောင်မြင် နိုင်ဟု အများကယူဆထားသော အော်လင်းနန်းမြို့ရိုးအား အောင် မြင်စွာ ဝန်းရံ ပိတ်ဆို့ထားနိုင်ခဲ့သည်။ ဤသည်မှာ ယုံကြည်ချက် ကြောင့်ဖြစ်သည်။

သာမန်လူများက သာမန်မဟုတ်သော စိတ်ဓာတ် ယုံကြည်မှုဖြင့် ရယူအပ်သောအရာသည် အောင်မြင်မှုဖြစ်ပါ၏။

အောင်မြင်မှုများ ရယူရေးသည် လွယ်ကူသော ကိစ္စကားမဟုတ်ပါ။ ကြီးမားသောအောင်ပွဲများသည် လွယ်ကူချောမောစွာဖြင့် ရယူနိုင်မှုနည်းပါးကြပါ၏။ သို့သော် ယုံကြည်မှုနှင့်ကား အရာရာကို ရရှိနိုင်၏။

ဝီလ်ရောဂျားစ် Will Rogers သည် အမေရိကန် နွားကျောင်းသားတစ်ဦးဖြစ်၍ နွားများကိုကြိုးဖြင့်ပစ်ဖမ်းရာမှ သူသည် ကြိုးဖြင့်ပြသသော မျက်လှည့်ပညာရှင်တစ်ဦးဖြစ်လာ၏။ သူသည် ပဥ္စလက်မျက်လှည့်အဖွဲ့ကြီးများ၌ ကြိုးဖြင့် အံ့ဖွယ် ပြကွက်များကို ပြသခဲ့၏။ ရောဂျားစ်သည် တစ်နေ့၌ သူ၏ မျက်လှည့်စင်ပေါ်မှနေ၍ အကြီးအကျယ်ဆုံးသော စကားတစ်လုံးကိုပြောခဲ့၏။ သူပြောသောစကားမှာ "ဘဝမှာအောင်မြင်ချင်ရင် ကိုယ်ဘာလုပ်နေတယ်ဆိုတာကိုသိဖို့လိုပါတယ်။ ကိုယ်လုပ်နေတာကို ကိုယ်ယုံကြည်ပါ။ ကိုယ်လုပ်နေတာကို မြတ်နိုးပါ" ဟူ၍ ဖြစ်ပါ၏။

ထိုစကားသည် လူတိုင်းအား အောင်မြင်မှုကို ဆောင်ကြဉ်းပေးနိုင်သော ပုံသေနည်းတစ်ရပ်ဖြစ်လာခဲ့ပါ၏။

သင်ရော သင်ဘာလုပ်နေသည်ကို သိပါရဲ့လား။ သင်လုပ်နေတာကို သင်ယုံကြည်ပါရဲ့လား။ မြတ်နိုးပါရဲ့လား။ သင်သည် အမှန်သိသည်၊ မြတ်နိုးသည်ဟုဆိုပါက သင်သည် ထိပ်တန်းသို့ ရောက်ရှိမည့် လမ်းကြောင်းပေါ်တွင် ရပ်နေပြီးသား ဖြစ်ပါ၏။ လောကတွင် အဆင်မပြေ မညီညွတ်မှုများ မည်မျှပင်များပြားမှု ရှိပါစေ၊ ကျော်လွှားရမည်။ အတားအဆီးများသည် မည်မျှပင် ကြီးခေါင် မြင့်မားပါစေ၊ ယုံကြည်မှု စိတ်ဓာတ်သည် အားလုံးကို ကျော်ဖြတ်ရမည့် လမ်းစကို ညွှန်ပြမည်ဖြစ်ပါ၏။

ကမ္ဘာတွင် အကြီးမားဆုံးစွမ်းအင်ဖြစ်သော ယုံကြည်စိတ်ကို သင့်ရင်ထဲ၌ ပျိုးထောင်၍ရပါသည်။

ထိုကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ကမ္ဘာမြေပြင်၌ အကြီးမားဆုံးဖြစ်သော စွမ်းအင်ဖြစ်သည့် ယုံကြည်စိတ်ကို ပိုမို၍ လေးနက်အောင် ငါ လုပ်ဆောင်မည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် __________________________

____

____

_______________________________________။

မဖြစ်နိုင်ဆိုသော စကားသည် လူမိုက်တို့၏ အဘိဓာန်တွင်သာရှိသည်။

Impossible is a word to be found only in the dictionary of fools.

Napoleon Bonaparte

၃။ သိမ်ငယ်စိတ်

သိမ်ငယ်စိတ်သည် မလိုလားအပ်သော စိတ်သဘောထား တစ်ရပ်ဖြစ်၏။ သို့သော်လည်း လူအများစုတွင် သိမ်ငယ်စိတ်များ ရှိနေ၏။ သိမ်ငယ်စိတ်သည် မိမိကိုယ်မိမိ သူများနှင့် နှိုင်းယှဉ်ရာမှ ပေါ်ပေါက်သောစိတ်ဖြစ်သည်။

ကျွန်တော်သည် ကျွန်တော့်ဘဝကို သိမ်ငယ်စိတ်များနှင့်သာ စတင်ခဲ့ရခြင်းဖြစ်၏။ ကျွန်တော်အခါလည်သားတွင် ဖခင်ကွယ်လွန် ခဲ့ခြင်း၊ မိခင်မုဆိုးမနှင့် ကြီးပြင်းလာရခြင်း၊ ဘယ်သန်ခြင်း အစ ရှိသော အရာများသည် ငယ်စဉ်ဘဝတစ်ခုလုံး၌ သိမ်ငယ်စိတ်ကို မွေးဖွားစေခဲ့ပါ၏။ ဘယ်သန်မှုသည် လူနံ့လူညံ့တို့၏ အင်္ဂါတစ်ရပ် အဖြစ် စွဲမှတ်ကာ အထက်တန်း ကျောင်းသားဘဝတွင်သာမက တက္ကသိုလ်ရောက်သည်အထိ ကျွန်တော်၏ ဘယ်လက်ကိုဖွက်ကာ

စာရေးခဲ့ရ၏။ သူငယ်ချင်းများက "ဘယ်ကျော်ဖင်နှိုက်၊ ကောက်ရိုးမီးမြိုက်" ဟုနောက်ကြ၏။ ဖင်နှိုက်သောလက်ဖြင့် စာရေးခြင်းသည် နိမ့်ကျသည်ဟူသော သဘောဖြစ်၏။

ငယ်စဉ်က ကျွန်တော်သည် မိမိ ဘယ်လက်ဖြင့်ရေးသော ရည်းစားစာကို ဘယ်မိန်းကလေးကမှ ယူမည်မဟုတ်ဟုလည်း ထင်မှတ်ခဲ့၏။ နောက်ပိုင်းတွင် ကျွန်တော်သည် သူငယ်ချင်းများက ဘယ်ကျော် ဘယ်ကျော်ဟုစသဖြင့် စာကို ညာလက်ဖြင့် ကြိုးစား၍ ရေးခဲ့ရာ ခြောက်လလောက်ကျင့်တော့ ညာနှင့် စာရေးနိုင်လာ၏။

အများနှင့်မတူစေဘဲ ဘဝက ကျွန်တော့်အား ဘယ်သန်မှုကို ပေးအပ်ခဲ့မှုကြောင့် ကျွန်တော်သည် ဘယ်နှင့်ရော ညာနှင့်ပါ စာရေးနိုင်သူတစ်ဦးဖြစ်လာခဲ့၏။ ယခုအခါ ကျွန်တော်သည် ဘယ်နှင့်စာရေးတာ ညောင်းပါက ညာနှင့်စာရေး၏။ ဤသည်မှာ ကျွန်တော်ဘယ်သန်ခြင်းကြောင့် ရရှိသည့် အကျိုးဖြစ်ပါ၏။

လူတိုင်းသည် ဘာမဟုတ်သောကိစ္စအချို့ကို အခြေခံ၍ မိမိကိုယ်မိမိ သူများထက်နိမ့်ကျသည်ဟု တွေးထင်ကာ သိမ်ငယ်သော အချိန်များ ရှိတတ်၏။ များပြားလှစွာသောသူတို့သည် မိမိတို့ဘဝတွင် ရုပ်ဆင်း၊ အရည်အသွေးတို့နှင့် စပ်လျဉ်း၍ သိမ်ငယ်

စိတ်များ ဝင်နေကြ၏။ အရုပ်ပုခြင်း၊ အသားညိုခြင်း၊ ဘာယ်သန်ခြင်း၊ ဆံပင်ပါးခြင်း စသည်တို့ဖြစ်၏။ လူများသည် မိမိကိုယ်မိမိ ရုပ်မြင်သံကြားဇာတ်လမ်းထဲမှ ဇာတ်လိုက်မင်းသား၊ မင်းသမီးတို့နှင့် နှိုင်းယှဉ်၍ကြည့်တတ်ကြသည်ကများ၏။ ဆယ်ကျော်သက်မိန်းကလေးများသည် မိမိကိုယ်မိမိ အတန်းထဲတွင် အနည်းဆုံးအဆင့် ၁၀ အတွင်းမှမရလျှင် ကျေနပ်စရာမဟုတ်ဟု ထင်မှတ်ကြ၏။ အလားတူပင် ဆယ်ကျော်သက် ယောက်ျားလေးတိုင်းကလည်း မိမိသည် ရုပ်ရှင်ထဲမှ ကျော်ဟိန်းနှင့် ကျော်သူ နှစ်ယောက်ပေါင်းအရည်အချင်း မိမိကိုယ်တွင်ရှိနေရမည်ဟု ခံယူထားတတ်ကြ၏။ လူတိုင်းသည် မိမိတွင်ရှိသော အရည်အချင်းများကိုသူများနှင့် နှိုင်းယှဉ်တတ်ကြ၏။ တကယ်တမ်းအားဖြင့် မိမိသည်မိမိသာလျှင်ဖြစ်၍ မည်သူနှင့်မှနှိုင်းယှဉ်ရန်မလိုပါ။ လူဟူ၍ဖြစ်လာပါက မိမိသည် အခြားသူများထက် အလွန်အမင်းနိမ့်ကျခြင်းလည်းမရှိသလို အပြတ်အသတ်သာလွန်နေခြင်းလည်း မရှိပါ။

အောင်မြင်မှုဟူသည် အခြားသူများနှင့် နှိုင်းယှဉ်ပြီးကာမှရယူခြင်းမဟုတ်။ လူတိုင်းသည် အောင်မြင်မှုကို မိမိအရည်အသွေးနှင့် မိမိရယူခြင်းဖြစ်၏။ လူတိုင်းအတွက် မိမိတွင်ရှိသော အရည်အချင်းဖြင့် အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင်လုပ်နိုင်သူသည် နံပါတ် ၁ ပင်ဖြစ်ပါ၏။ လူတို့သည် အခြားသောသူတို့၏စွမ်းရည်ကို မျှော်မှန်း

တမ်းတကာ အားငယ်နေမည့်အစား မိမိ ပင်ကိုစွမ်းရည်ကို အသုံး ပြုရန် လိုအပ်၏။

ထိုကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် သူများနှင့်မတူ၊ သီးခြားဖြစ်သည်။ ပြိုင်ဘက်လည်းမရှိ။ ငါသည် သူများ၏ ပင်ကိုစွမ်းရည်များကို မျှော်မှန်းတမ်းတလုပ်ဆောင်မည့်အစား ငါ၏ပင်ကိုစွမ်းရည်ဖြင့် အကောင်းဆုံးလုပ်ရပ်ကို လုပ်ဆောင်မည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ______________________________

____

____

______________________________။

ကမ္ဘာပေါ်တွင် အနည်းဆုံး ၉၅ ရာခိုင်နှုန်းသော လူတို့၌ သိမ်ငယ်စိတ်များ ရှိနေကြ၏။

At least ninety-five percent of the people in the world feel inferior.

Dr. Maywell Maltz

၄။ ဝေဖန်စရေး

ကျွန်တော့်ဘဝတွင် အဝေဖန်ခံရမှုများကို စိတ်ဆိုး စိတ်တို နေခြင်းများဖြင့် အချိန်များစွာဆုံးရှုံးခဲ့ရသည်ကို အသက် ၅၀- ကျော်မှသိ၏။ ကျွန်တော့်အား ဝေဖန်သူများကို လိုက်လံချေပခြင်း ဖြင့် အမှန်တကယ် ကျွန်တော်သည် အချိန်များစွာကုန်ခဲ့ပါ၏။ ကျွန်တော့်လုပ်ရပ်သည် မှန်ကန်ကြောင်း၊ ကျွန်တော်သည် အမှား မလုပ်မိကြောင်း သက်သေ အထောက်အထားများကို တင်ပြရင်း ဖြင့် အဖိုးတန်အချိန်များ အကျိုးမဲ့စွာကုန်လွန်ခဲ့သည်မှာ နှမြော စရာဖြစ်၏။

နှမြောနေ၍ ယခုအသက်အရွယ်တွင်ရော ကျွန်တော့်အား ဝေဖန်မှုများကို အပြုံးနှင့် တုံ့ပြန်ပါသလားဟုဆိုပါက မဟုတ်ပါ။ ကျွန်တော့်အား ဝေဖန်သူများကို ကျွန်တော်သည် ယခုတိုင်လိုက်လံ ချေပနေဆဲဖြစ်ပါ၏။

ဒေဗီကရွတ်ကက် Davy Crockett တွင် အမြဲဆောင်ထားသော ဆောင်ပုဒ်တစ်ခုရှိ၏။ ထိုဆောင်ပုဒ်မှာ–

သင့် လုပ်ဆောင်ချက်သည် မှန်ကန်မှုရှိကြောင်း သေချာအောင် ပထမလုပ်၊ ထို့နောက်မှ ဆက်လုပ်ပါ။ **Make sure you are right, then go ahead** ဟူ၍ ဖြစ်ပါ၏။

လူတိုင်းသည် ချီးမွမ်းခံရသောအချိန်များရှိသလို ဝေဖန်ပြောဆိုခံရမှုများလည်း ရှိ၏။ မြန်မာစကားပုံတွင် ချီးမွမ်း ဂု–ရက်၊ ကဲ့ရဲ့ ဂု–ရက် ဆိုသောစကားပုံရှိ၏။ သင်သည် မည်သည့်အလုပ်ကို လုပ်လုပ် ပို၍အောင်မြင်လေ ပို၍အဝေဖန်ခံရလေ ဖြစ်၏။ ဘာကိုမှ ကြိုးပမ်း လုပ်ဆောင်ခြင်းမရှိသူများသာ ဝေဖန်ခံရခြင်းဘေးမှ ကင်းဝေးကြပါသည်။

ဝေဖန်ခြင်းဟူသမျှကို မိမိအတွက် အပြုသဘောဆောင်သော အထောက်အကူပြုလုပ်ရပ်အဖြစ် သဘောထားပါက ဝေဖန်ခြင်းသည် မိမိအတွက် ဘာပြဿနာမှ ရှိနိုင်တော့မည် မဟုတ်ပါ။ ဝင်စတန်ချာချီ **Winston Churchill** သည် မိမိရုံးခန်း၏ နံရံတွင်အေဗရာဟင်လင်ကွန်း **Abe Lincon** ၏စကားတစ်ရပ်ကို မှန်ပေါင်သွင်း၍ ချိတ်ဆွဲထားပါ၏။

"ကျွန်ုပ်သည် ကျွန်ုပ် လုပ်ဆောင်နိုင်သမျှ အကောင်းဆုံး လုပ်ဆောင်ခဲ့ပြီးဖြစ်သည်။ ရှေ့ဆက်လုပ်ရန်လည်း ရည်မှန်းသည်။ ရည်မှန်းချက်အတိုင်း ထမြောက် အောင်မြင်ပါက ကျွန်ုပ်အား ဆန့်ကျင်ဝေဖန်မှုများသည် အကြောင်းမဟုတ်တော့ချေ။ ကျွန်ုပ်၏ လုပ်ဆောင်ချက် မှားယွင်းသွားပါကလည်း ဘုရားသခင်၏တမန်တော် နတ်သားဆယ်ဦးတို့က ကျွန်ုပ် မှန်ကန်ကြောင်း ကျိန်တွယ်ပြောဆိုနေသည့်တိုင် ဘာမျှ ထူးခြားလာမည်လည်း မဟုတ်။"

I do the very best I can. I mean to keep going. If the end brings me out all right, then what is said against me won't matter. If I'm wrong, ten angels swearing I was right won't make a difference.

ချာချီသည် သူ့ဘဝသက်တမ်းတစ်လျှောက်လုံးတွင် ဝေဖန်ခြင်းများစွာခံခဲ့ရ၏။ သမ္မတကြီးလင်ကွန်းသည်လည်း သူ့ခေတ်သူ့အခါက ပြင်းပြင်းထန်ထန် အဝေဖန်ခံရသူဖြစ်၏။ ယခုအခါ ကျော်ကြားထင်ရှားသူအများစုသည် ဤကဲ့သို့ပင် ဖြစ်၏။

ဝေဖန်သူတို့၏ တိုက်ခိုက်ရှုတ်ချမှုသည် သတ္တိကြီးမားသောသူတို့အား ရှေ့သို့ ဆက်လက်ရွေ့လျား တောက်ပြောင်စေပါ၏။

သင်သည် အဖိုးတန်ကြေးပစ္စည်း တစ်ခုဆိုလျှင် ဝေဖန်ရေးသည် ဘာရာဆိုခေါ် နိုင်ငံခြားမှ လာသည့် ကြေးချွတ်ဆေးသာလျှင် ဖြစ်ပါ၏။

သတိပြု လုပ်ဆောင်ရမည့်အချက်မှာ သင့်လှေထဲသို့ ရေမဝင် အောင်သာ ဂရုစိုက်ပါ။ တစ်ကမ္ဘာလုံးသော ရေထုသည် သင့် လှေအား နစ်မြုပ်အောင် မလုပ်ဆောင်နိုင်ပါ။ တစ်ကမ္ဘာလုံးသော ရေထု၏အထက်တွင် သင့်လှေ ရှိနေမည်မှာ သေချာပါ၏။ ဝေဖန် ရေးကို သိပ်ဂရုမစိုက်ပါနှင့်။ သိကြားမင်း နွားယောင်ဖန်ဆင်း၍ လာသည်ကို ချိုကားသည်ဟု ဝေဖန်သူများရှိနေရာ သင့်ယုံကြည် ချက်အတိုင်းသာ ဆက်လုပ်ပါ။ ထိုသို့ လုပ်နေသမျှ သင့်အား ထိပ်ဆုံးတွင်သာ တွေ့နေရမည်မှာ သေချာပါ၏။

ထို့ကြောင့် လက်တွေ့လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ဝေဖန်မှုနှင့် ကြုံတွေ့လာပါက အေဗရာဟင်လင်ကွန်း၏စကားကို အဖန်တလဲလဲ ရွတ်ဆို ပါမည်။ ပြီးလျှင်ထိုဝေဖန်မှုများ၏ အထက်သို့ရောက် အောင် တက်လှမ်းမည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ....

....

....

....။

ဆန့်ကျင်မှုများကို မကြောက်ပါနှင့်။ စွန်သည် ဆန့်ကျင်ဘက်
အမြင့်သို့ တက်နေခြင်းဖြစ်သည်ကို သတိထားပါ။

Don't be afraid of opposition. Remember a kite rises against-not with- the wind.

Hamilton Mabie

၅။ မရိုးသားမှု

ကျွန်တော်သည် စိတ်ကောင်းရှိဖို့သည်ပထမ၊ ရက်ပြီး အစရှိသော စာအုပ်များကို ရေးခဲ့သည်။ ထိုစာအုပ်များသည် ရိုးသားစွာ ပြုလုပ်ရန်နှင့် မရိုးသားမှုကို မပြုလုပ်ကြရန် တိုက်တွန်းလှုံ့ဆော်သော စာအုပ်များဖြစ်ပါ၏။ စိတ်ဓာတ်မရိုးသားမှုသည် လူ့ဘဝတွင် ကျဆုံးခြင်း၏ အခြေခံအကြောင်းတရားတစ်ရပ် ဖြစ်၏။ မအောင်မြင်မှု၏လမ်းစသည် မရိုးသားမှုဖြစ်၏။ The American Heritage Dictionary က ရိုးသားခြင်း Honest ဟူသော စကားရပ်ကို လုံးဝမှန်ကန်ခြင်း၊ ရိုးသားဖြောင့်မတ်ခြင်း၊ ဂုဏ်သိက္ခာနှင့်ပြည့်စုံခြင်း၊ မလိမ်ညာခြင်း၊ မလှည့်စားခြင်း၊ မမျှတသော အခွင့်အရေးကိုယူမှုမရှိခြင်းဟု အဓိပ္ပါယ် ဖွင့်ဆိုပါ၏။

ရိုးသားမှုမရှိဘဲ မှန်ကန်သော အောင်မြင်မှုကို မရရှိနိုင်ပါ။ ဝင်စတန်ချာချီ Winston Churchill က "ရိုးသားဖို့ အရေး

ကြီးသည်။ သို့သော် မုန်ကန်ဖို့လည်း လိုပါသည်" ဟုဆို၏။ သင်သည် ငွေစာရင်းစာအုပ်ထဲမှငွေကို ခိုးယူခြင်းမပြုသကဲ့သို့ သင့်အလုပ်ရှင်ထံမှ အချိန်ခိုးယူခြင်းသည်လည်း ရပိုင်ခွင့်တစ်ရပ်မဖြစ်သင့်ဟုဆို၏။

အမေရိကန်တရားရေးဌာနတစ်ခု၏ မရိုးသားမှုများကို သုံးနှစ်ကြာ လေ့လာပြီးနောက် အစီရင်ခံစာတစ်ခု ထုတ်ပြန်ရာတွင် အမေရိကန်နိုင်ငံ၏ လုပ်ငန်းများတွင် မရိုးသားမှု၊ ခိုးမှုတို့ကြောင့် တစ်နှစ်လျှင် ဒေါ်လာ သန်းငါးထောင်မှ သန်းတစ်သောင်းအထိ ထိခိုက်မှုရှိသည်။ ထိုအထဲတွင် အပေါ်လွင်ဆုံးမှာ အချိန်ခိုးခြင်းဖြစ်သည်။ ဥပမာ လုပ်သားများသည် အလုပ်ခွင်သို့ နောက်ကျမှလာခြင်း၊ အချိန်စောပြန်ခြင်း၊ ကော်ဖီနှင့် နေ့လယ်စာစားရန် အချိန်ရှည်လျားစွာယူခြင်း၊ ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း၊ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာဖုန်းဆက်ခြင်း၊ ရှောင်တခင်ခွင့်ကို အလွဲသုံးစားပြုခြင်း၊ အရက်နှင့်မူးယစ်ဆေးဝါး သုံးစွဲခြင်းတို့ကြောင့် တစ်နေ့တွင် လေးနာရီနှင့်ဆယ့်ရှစ်မိနစ်ခန့် အချိန်ခိုးခံနေရ၏။ အလုပ်ခွင်၌ အချိန်ခိုးခြင်းသည်လည်း မရိုးသားမှုတစ်ရပ်ဖြစ်၏။ ထိုသူများအားလုံးသည်လည်း မကြီးပွားမည့်သူများဖြစ်၏။ အချိန်အများအပြား အခိုးခံနေရသော မည်သည့်နိုင်ငံမဆို မကြီးပွားဘဲရှိတတ်၏။

တိုးတက်ကြီးပွားရေးအတွက် မိမိစိတ်ခဲတက်ကို ပထမသန့်စင်နိုင်အောင် ပြုလုပ်ရမည် ဖြစ်၏။ မရိုးသားပါက မိမိတွင်ရှိသော တိုးတက်ကြီးပွားသည့် စွမ်းရည်များသည်ပင် မရိုးသားမှုနှင့် ရောနှောကာ အစတေးခံရတတ်၏။ မရိုးသားမှုဟူသောစကားရပ်တွင် သူများပစ္စည်းခိုးမှု လိမ်မှု ကောက်မှုမဟုတ်။ မမျှမတဆောင်ရွက်မှု၊ ဘက်လိုက်မှုတို့သည်လည်း မရိုးသားမှုသာလျှင် ဖြစ်၏။

Honesty is the best policy ရိုးသားမှုသည် အကောင်းဆုံးဝါဒဟုဆိုကြ၏။ ဤစကားသည် မမှန်ပါ။ ရိုးသားမှုသည် တစ်ခုတည်းသောဝါဒသာလျှင် ဖြစ်ပါ၏။

ထိုကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် မည်မျှခက်ခဲသော အလုပ်ဖြစ်ပါစေ၊ မှန်ကန်မျှတမှုဟူသော ဝါဒကိုသာ လက်ကိုင်ထား၍ ဆောင်ရွက်ပါမည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ______________________________
____
____
____။

မရိုးသားဘဲ ရရှိသော ဥစ္စာပစ္စည်းများ လက်ဝယ်ရရှိခြင်းထက် ထိုပစ္စည်းများအား စွန့်ပစ်ရသည်ကို ပို၍နှစ်သက်ပါ၏။ စွန့်ပစ်ရမှုသည် ခေတ္တ အနှောင့်အယှက် ဖြစ်နိုင်သော်လည်း မရိုးသားမှုကြောင့်ကား ထာဝစဉ် နောင်တရနေမည် ဖြစ်ပါ၏။

Prefer loss to the wealth of dishonest gain; the former vexes you for a time, the latter will bring you lasting remorse.

Chilo

၆။ နောက်လိုက်

ကျွန်တော်၏မိတ်ဆွေ ဦးရောဘတ်သိန်းဖေက ဇန်ကောက်မြို့ ဘိုင်ရော့ဟိုတယ်ကြီးရှိ သူ၏အလုပ်ခန်းတွင် Either lead, follow or out of the way ဟူသော စာတမ်းကို ရွှေစာလုံးဖြင့်ရေးသားထားပါ၏။ "ဦးဆောင်မလား၊ ဦးဆောင်ပါ။ နောက်ကလိုက်မလား၊ လိုက်ပါ သို့မဟုတ် လမ်းဖယ်ပေးပါ" ဟူ၍ ဖြစ်၏။ ဦးရောဘတ်သည် အာရှတိုက်တွင် အောင်မြင်သော ဟိုတယ်သမားတစ်ယောက်ဖြစ်ပါ၏။ သူသည် အထက်ပါစာတမ်း ကို သူ့ဘဝမှရယူထားခြင်းဖြစ်၏။ သူသည် နောက်လိုက်ကောင်း အဖြစ် အချိန်များစွာရယူခဲ့ပြီးမှ ယခု ခေါင်းဆောင်လုပ်နေခြင်း ဖြစ်သည်။ လုပ်ငန်းများတွင် ခေါင်းဆောင်ရော နောက်လိုက်ပါ လိုအပ်ပါ၏။ ဘေးတိုက်လုပ်သူများသာ မလိုအပ်ဘဲရှိရာ နောက် လိုက်များသည် ခေါင်းဆောင်ကဲ့သို့ပင် လိုအပ်ချက်တစ်ရပ်ဖြစ်ပါ၏။

ခေါင်းဆောင်များ အလွန်အရေးကြီးကြောင်းကို အငြင်းမပွားလိုပါ။ သို့သော် နောက်လိုက်ကောင်းများလည်း အလွန်မှ လိုအပ်လှပါ၏။

တစ်ခါက အက်စ်အိုင်မက်မီလန် S I Mc Millen က သူ၏ None of these Diseases စာအုပ်တွင် ဇာတ်လမ်းတစ်ခုကို ဖော်ပြထားသည်မှာ စိတ်ဝင်စားဖွယ်ရာ ဖြစ်ပါ၏။ ဇာတ်လမ်းမှာ အမျိုးသမီးငယ်တစ်ဦးသည် ကောလိပ်ကျောင်းတစ်ခုသို့တက်ရန် လျှောက်လွှာ၌ပါသော မေးခွန်းများကို ဖြေဆိုရ၏။ မေးခွန်းတစ်ခုက "သင်သည် ခေါင်းဆောင်တစ်ယောက်လား" ဟုမေးထားပါ၏။

အမျိုးသမီးငယ်သည် ရိုးသားမှုလည်းရှိ၊ လိပ်ပြာလည်းမသန့်သောကြောင့် ထိုမေးခွန်းကို ကျွန်မသည် ခေါင်းဆောင် "မဟုတ်ပါ" ဟုဖြေဆိုပြီး စိတ်ဓာတ်ကျစွာဖြင့် ပြန်လာခဲ့ပါ၏။ ကျွန်မသည် ခေါင်းဆောင် "မဟုတ်ပါ" ဟုဖြေဆို၍ ကောလိပ်သို့တက်ရန် သူသည် အဆိုးဝါးဆုံးအခြေအနေသို့ရောက်ပြီဟု မျှော်လင့်ကာ စောင့်နေခဲ့၏။

နောက် မကြာမီပင် ထိုကောလိပ်မှ အကြောင်းကြားစာတစ်စောင်ကို လက်ခံရရှိခဲ့၏။ ထိုအကြောင်းကြားစာတွင် ကောလိပ်မှ ပါမောက္ခများက "ယခုနှစ် ကျွန်ုပ်တို့ကောလိပ်သို့ တက်ရောက်ရန်

လျှောက်ထားသူ ခေါင်းဆောင် ၁၄၂၅-ဦး ရှိခဲ့သည်။ သို့အတွက် ထိုခေါင်းဆောင်များအနက် အနည်းဆုံး နောက်လိုက်တစ်ယောက် ရှိဖို့ အမှန်လိုအပ်သည်"ဟု ယုံကြည်ကာ သင့်အား ကောလိပ် တက်ခွင့် ပြုလိုက်သည်" ဟု ရေးသားထားပါ၏။

ဒေါက်တာ မက်မီလန်က ကျွန်ုပ်တို့သည် ကားပြိုင်ပွဲတွင် ဝင်ပြိုင်မည့်ကားများအလား တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ပြိုင်ဆိုင်လျက်ရှိကြ၏။ ပထမရယူလိုသောစိတ်ကြောင့် မိမိကိုယ်တိုင်နှင့် အခြားသူများပါ ထိခိုက်မှုများ ရှိနေသည်ကို ဘာကြောင့် လျစ်လျူရှုထားကြသည် မသိဟု ဆိုခဲ့၏။

လောကတွင် ခေါင်းဆောင် တစ်ဦးဖြစ်ရန် နည်းလမ်းမှာ ခေါင်းဆောင်များကိုလေ့လာရန်နှင့် သူတို့၏လုပ်ဆောင်ချက်များကို နမူနာယူ၍ နောက်မှလိုက်လုပ်ရန် ဖြစ်ပါ၏။

ထို့ကြောင့် လက်တွေ့လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ခေါင်းဆောင်များ၏ စံနမူနာပြ လမ်းကြောင်းအတိုင်းလိုက်၍ ခေါင်းဆောင်မှု အခွင့်အလမ်း ပေါ်ပါက ခေါင်းဆောင်လုပ်နိုင်ရန် အသင့်ကြိုးစားထားမည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ....
....
....
....။

တပည့်မခံ ဖူးသူသည် အမိန့်မပေးတတ်ပါချေ။

Who hath not served cannot command.

John Florio

၇။ ဆွဲဆောင်ခြင်း

ကျွန်တော်တို့လူမျိုးသည် အတော်ပင် ပြုံးနိုင်ခဲ့သော လူမျိုးဖြစ်၏။ ဓာတ်ပုံရိုက်ခါနီးတွင်ပင် မျက်နှာကြီးများကို ပို၍တည်ထားလိုက်ကြ၏။ အစည်းအဝေးပွဲများတွင် လူကြီးရော လူငယ်များပါ မျက်နှာတည်တည်ကြီးများဖြင့် နေတတ်ကြ၏။ လုပ်ငန်းအောင်မြင်မှုများအတွက် မျက်နှာတည်တည်ကြီးများသည် အသုံးမဝင်ရုံသာမက အနှောင့်အယှက်ပင် ဖြစ်တတ်၏။

မကြာသေးမီက ရေးတက္ကသိုလ် Yale University တွင် လေ့လာမှုတစ်ရပ် ပြုလုပ်ကာ အရောင်းအဝယ် လုပ်ငန်းတွင် ကျွမ်းကျင်သူတို့က ကာလအတော်ကြာကပင် သိရှိပြီးဖြစ်သော အချက်တစ်ချက်ကို အလေးအနက်ပြု၍ ထုတ်ပြန်ခဲ့ဖူး၏။

ရေးတက္ကသိုလ်မှပါမောက္ခကြီးများ ပြုလုပ်ခဲ့သော လေ့လာမှုမှာ လူတို့၏ ရုပ်သွင်ပြင်များ၊ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးများ၊ စိတ်နေ

စိတ်ထားများနှင့် အခြားသူများအပေါ် လွှမ်းမိုးနိုင်မှုစွမ်းအားများကို ရက်သတ္တပတ် အတော်ကြာ လေ့လာခဲ့ကြခြင်းဖြစ်၏။ ထိုသို့ လေ့လာပြီး သူတို့အရေးတကြီးထုတ်ပြန်ခဲ့သော ထုတ်ပြန်ချက်မှာ "အပြုံးသည် လောကတွင် လူတို့၏ အင်အားအကြီးမားဆုံးသော လွှမ်းမိုးနိုင်မှု စွမ်းအားဖြစ်သည်" ဟုဖြစ်ပါ၏။

ထိုသို့ထုတ်ဖော်ချက်ကို ကျွန်တော်တို့သည် သတင်းကောင်းတစ်ရပ်အဖြစ် ဝိုင်း၍ကြိုဆိုရမည်ဖြစ်၏။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ပြုံးခြင်းအလုပ်ကို မလုပ်ဘဲနေ၍သာရှိမည်။ လုပ်ဆောင်ရန် ဘာအရင်းအနှီးမှ မလိုဘဲ ကျွန်တော်တို့ အမြဲလုပ်နိုင်သောကြောင့် ဖြစ်ပါ၏။ ပြုံးခြင်းသည် သူတစ်ပါးအား ဆွဲဆောင်ရန်အင်အား အကောင်းဆုံးနှင့် ကျွန်တော်တို့ အမြဲလုပ်နိုင်သော ကိစ္စဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် သင်၏မျက်နှာကို ပြုံးနေအောင် လေ့ကျင့်ထားပါဟု ဇစ်ဇဂ လာက ဆို၏။

လူများအား ဆွဲဆောင်နိုင်ရာတွင် အပြုံးတစ်ခုတည်းသာ မဟုတ်။ သင်ဘာလုပ်ချင်သည်၊ ဘာလုပ်လိုသည်ကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သူသဘောပေါက်အောင် ရှင်းလင်း ပြောဆိုနိုင်မှုသည်လည်း စွမ်းအားရှိသော လက်နက်တစ်ခုဖြစ်၏။

လူများအား ဆွဲဆောင်ရာတွင် တတိယ အရေးပါသော လက်နက်မှာ ဟန်မဆောင်မှုနှင့် ရိုးသားမှုပင်ဖြစ်ပါ၏။ ဟန်မဆောင်

မှုနှင့် ရိုးသားမှုသည် အလွန်မှ အရေးပါသော ကိစ္စဖြစ်သည်။ အမှန်စင်စစ် ကျွန်တော်တို့အတွက် ထိုကိစ္စ မှန် မမှန် တဏှာသိုလ် တစ်ခုက စူးစမ်းလေ့လာမှုပြုသည်ကို စောင့်နေရန်မလိုအပ်သည့် ကိစ္စဖြစ်ပါ၏။

ထို့ကြောင့်

- နွေးထွေး ရင်းနှီး နှစ်လိုဖွယ်ကောင်းသော အပြုံး
- သိစေလိုသော အချက်ကို ရှင်းလင်း လွယ်ကူအောင် ပြောပြခြင်းနှင့်
- ဟန်ဆောင်မှုကင်းသော၊ မှန်ကန်ရိုးသားမှုတို့သည် သူတစ်ပါးအား ဆွဲဆောင်ရာတွင် အောင်နိုင်ခိုင်မာသော အရည်

အချင်း အတွဲကြီး တစ်ရပ်ဖြစ်၏။

ဤအရည်အချင်းသည် လူတိုင်းအား ကုန်ပစ္စည်းရောင်းရာ၌ ဖြစ်စေ၊ အလုပ်အကိုင်ရှာဖွေရာတွင်ဖြစ်စေ အလွန်အရေးပါသော အရည်အချင်းများဖြစ်ပါ၏။

ထို့ကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် လူတိုင်းအား ဟန်ဆောင်မှုကင်းသော အပြုံးဖြင့် ရိုးသားစွာ ဆက်ဆံပါမည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ______________________________

____

____

______________________________။

မိမိကိုယ်ကို ကောင်းအောင်ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် အခြားသူများကို ပိုကောင်းအောင် ပြုလုပ်နိုင်ပါမည်။

You can only make others better by being good yourself.

Hugh R. Hawels

၈။ ပင်ကိုစွမ်းရည်

လူတိုင်းတွင် ပင်ကိုယ်စွမ်းရည်များ ရှိကြ၏။ ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းသည်လည်းကောင်း၊ ဗန္ဓုလ၊ အလောင်းဘုရား အစရှိသော သူရဲကောင်းများသည်လည်းကောင်း ပင်ကိုယ်စွမ်းရည်ဖြင့် တက်လာသူများဖြစ်၏။ သူများတွင်ရှိသော အရာများထက် မိမိ၏ ပင်ကို စွမ်းရည်ကို အသုံးပြုသော် ထိပ်တန်းသို့ ရောက်နိုင်၏။

မကြာသေးမီက တီလ်ဒါကင်ပလင် Tilda Kemplen အား ဝါရှင်တန်မြို့တော်ကြီး၌ "လူမှုရေးအကျိုးပြုမှုဆိုင်ရာ ဂျက်ဖာဆင်ဆု" ကို ချီးမြှင့်ခဲ့၏။ လူတိုင်း ရတောင့် ရခဲသောဆုကြီးဖြစ်၏။ ထိုဆုကြီးမျိုးကို တီလ်ဒါသည် ရရှိလိမ့်မည်ဟု အိပ်မက်ပင် မမက်ခဲ့ဖူး ပါ။

တီလ်ဒါကို တင်နက်စီပြည်နယ်အရှေ့ပိုင်းတွင် မွေးဖွားခဲ့ပါ၏။ ထိုဒေသသည် ကျောက်ဆောင် ထူထပ်သော်လည်း တီလ်ဒါ

ကင်ပလင်သည် ယခုထက်တိုင် ထိုဒေသတွင် နေထိုင်သူဖြစ်၏။ သူမသည် စာသင်ခန်း တစ်ခန်းတည်းသာရှိသော ကျောင်းတွင် ရှစ်တန်းအထိ ပညာသင်ကြားခဲ့ရ၏။ ရှစ်တန်းအောင်သောအခါ သူတို့အရပ်၌ အထက်တန်းမရှိ၍ ရှစ်တန်းတွင် စာပြန်သင်ရ၏။ နောက် မက်သဒစ် သာသနာပြုကျောင်းတစ်ကျောင်းတွင် အလုပ်ရခဲ့၏။ တီလ်ဒါက ပညာဆက်သင်ရန် ဆုံးဖြတ်ခဲ့၏။ ၁၂–နှစ်သို့ရောက်မှ အထက်တန်းကျောင်း တစ်ကျောင်းတွင် ပညာဆက်လက်သင်ကြား၏။ ထိုအချိန်တွင် သူမ၌ ခင်ပွန်းဖြစ်သူနှင့် ကလေးသုံးယောက်တို့ရှိကာ ယင်းတို့၏ ထမင်းချက်တာဝန်၊ အိမ်ထောင်ထိန်းသိမ်းရန်တာဝန်များကိုပါ ထမ်းဆောင်နေရ၏။

၃၇–နှစ်တွင်မှ အထက်တန်းပညာကို ပြီးဆုံးခဲ့၍ နောက်တော့ သူမသည် ကောလိပ်တစ်ခုမှ ဘွဲ့တစ်ခုကို ရယူခဲ့၏။ သူမသည် တောင်ပေါ်ဒေသမှကလေးများအား သူမတွေ့ကြုံရသော အခက်အခဲများကို မတွေ့ကြုံစေလိုသော ဆန္ဒရှိ၏။ ထိုကလေးများအတွက် အစီအစဉ်တစ်ရပ်ကို ပြုလုပ်လိုသောဆန္ဒရှိ၏။ သူမတွင် ငွေကလည်းမရှိ။ နေရာ အဆောက်အအုံလည်း မရှိပါ။ ထို့ကြောင့် တီလ်ဒါသည် ထိုကလေးများအတွက် လယ်ကွင်းများ၌ ပင်သင်တန်းများကို ဖွင့်ကာ အခမဲ့ သင်ကြားပေးခဲ့၏။

ထို့နောက် ကလေးသူငယ်များဖွံ့ဖြိုးရေးဌာနတစ်ခုကို ဖွင့်လှစ်၍ ရန်ပုံငွေရှာကြံခဲ့၏။ သူမ၏ ကလေးသူငယ်များဖွံ့ဖြိုးရေးဌာနသည် အောင်မြင်မှုရှိလာကာ ယင်းဖွံ့ဖြိုးရေးဌာနသည် ဝန်ထမ်းအင်အား ၆၀၀–ကျော်အထိကို အလုပ်များပေးအပ်ထားနိုင်ခဲ့၏။ တီလ်ဒါတို့ဒေသသည် အလုပ်လက်မဲ့ ၂၆–ရာခိုင်နှုန်းအထိရှိသောဒေသဖြစ်၏။ ထိုလုပ်ရပ်ကြောင့် တီလ်ဒါအား ဂျက်ဖာဆင်ဆုကြီးချီးမြှင့်ခဲ့၏။ ထိုဆုကြီးကို ရယူချိန်တွင် တီလ်ဒါက "လူတိုင်းမှာပင်ကို စွမ်းရည်တွေ ရှိနေပါတယ်။ ကျွန်မလုပ်ခဲ့တဲ့ အလုပ်ဟာ လူတိုင်း လုပ်နိုင်တဲ့ အလုပ်ပါပဲ" ဟု ပြောကြားခဲ့၏။

တီလ်ဒါ၏စကားကို လူအများအပြားက အလေးအနက်ထားခဲ့ကြ၏။ ဘဝတစ်ခုတွင် မိမိအား အောင်မြင်မှုရရှိအောင်ပြုလုပ်ပေးနိုင်သည့်အရာသည် မိမိသာလျှင်ဖြစ်၏။ မိမိရရှိလာသော အခြေအနေများသည် မိမိအား အထက်သို့ပို့ခဲ့သည်မဟုတ်။ ထိုအခြေအနေများကို မည်သို့ အကျိုးရှိအောင်အသုံးချမည်ဟူသော အချက်သည်သာ အထက်သို့ ပို့နိုင်သောအရာ ဖြစ်၏။

ထိုကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ငါ့တွင်မရှိသော အရာများထက် ငါ့တွင် ရှိနေသော ပင်ကို စွမ်းရည်များအတွက်သာ အချိန်ကို ပိုအသုံးပြုတော့မည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ____________________

____

____

______________________________။

ကျွန်ုပ်တို့၏ ဘဝတာဝန်မှာ သူများထက် သာလွန်အောင် ပြုလုပ်ရန်ထက် ကျွန်ုပ်တို့၏ စံချိန်များကို ကျွန်ုပ်တို့ သာလွန်အောင် ကြိုးပမ်းရေးသည် အဓိကဖြစ်၏။

Our business in life is not to get ahead of others, but to get ahead of ourselves.

Stewart B. Johnson

၉။ ကန့်သတ်မှုများ

လူတိုင်းတွင် အကန့်အသတ်ခံရမှုများရှိ၏။ မည်သို့သောသူမျှ (၇)ပေခွဲထက်ကျော်၍ ရှည်သူဟူ၍မရှိ။ အချို့သည် သချ်ာည့်ကြ၍၊ အချို့သည် ပထဝီဝင်ကိုမကျက်မှတ်နိုင်ပေ။ ရွာမှကျွန်တော်၏ သူငယ်ချင်း ဦးဆန်အိတ်သည် ငယ်စဉ်ကနွားလှည်းပေါ်မှကျကာ လက်တစ်ဖက် ကောက်၍နေပါ၏။ သို့သော်သူသည် ရွာတွင် ရွှန်အားနှင့်ပြည့်စုံ၍ လေးခွပစ်ရာတွင် လက်တည့်သူတစ်ဦးဖြစ်၏။

သောမတ်အယ်ဒီဆင်အား သူ၏ဆရာက ဦးနှောက်အဆန့် ချောင်နေသူဟု သတ်မှတ်ခဲ့ပါ၏။ မင်းက လူဗလံလေးပဲ။ ဒီကိစ္စ မင်း မလုပ်နိုင်ပါဘူး။ မင်းတို့က မျိုးရိုးမှ မရှိတာ။ ဒီကိစ္စလုပ်လို့ မဖြစ်နိုင်ပါဘူးဟု လူတစ်ယောက်အား ဘေးမှ ဝိုင်းဝန်းကန့်သတ် ပေးမှုများရှိတတ်၏။

ထိုသို့သော အကန့်အသတ်များကို သိပ်ဂရုမစိုက်ဘဲ မိမိ ယုံကြည်မှုရှိပါက ထိုကိစ္စကို ဆက်၍လုပ်ပါ။ ကန့်သတ်ပြောဆိုမှုများသည် အမှန်များမဟုတ်ပါချေ။

မန္တလေးမြို့မှ တမ္ပဝတီဦးဝင်းမောင်၏ ကိုယ်ရေးအတ္ထုပ္ပတ္တိကို ကြည့်ပါက သူသည် သိပ္ပံဘွဲ့ကိုရူပဗေဒပညာဖြင့်ရရှိခဲ့၏။ သို့သော် သူသည် ရှေးဟောင်းသုတေသနနှင့် ပန်းပညာရပ်များတွင် နိုင်ငံမှ အားကိုးရသော ထူးချွန်သူတစ်ဦးဖြစ်၏။ ရူပဗေဒဘွဲ့ရ၍ ဤပညာနှင့်သာ လုပ်စားရမည်ဟု အကန့်အသတ်မရှိ။ ရူပဗေဒပညာရပ်သည် ရှေးဟောင်းအဆောက်အအုံများကိုတိုင်းထွာရာ ဦးဝင်းမောင် အတွက် အသုံးကျမှုများ ဖြစ်လာခဲ့၏။

ဆရာများက ဂျော့ဝက်စတင်းဟောက်စ် George Westinghouse အား လက်တွေ့မကျသူ၊ ထုံထိုင်းသူဖြစ်၍ ကောလိပ်မှထွက်ခွာသွားရန် အကြံပေးခဲ့ကြ၏။ ထိုသို့အဆိုးဆုံးသော အခြေအနေဖြင့် စတင်ခဲ့ရသော ဂျော့သည် အသက်နှစ်ဆယ် မပြည့်မီ ရေနွေးငွေ့နှင့်လည်ပတ်ခုတ်မောင်းနိုင်သော စက်အတွက် မူပိုင်ခွင့်မှတ်ပုံတင်ခွင့် Patent တစ်ခုရရှိခဲ့၏။ သူသည် လမ်းချော်သွားသော မီးရထားတွဲများကို လမ်းပေါ်ရောက်အောင် မ,တင်ပေးသည့်ကိရိယာကို တီထွင်ခဲ့၏။ သူ့ကိရိယာကို မီးရထားလုပ်ငန်း

လုပ်ဆောင်သူတိုင်းက ဝယ်ယူသုံးစွဲခဲ့ရ၏။ သူသည် ထိုကဲ့သို့သော တီထွင်မှုလေးရာကျော်ကို ပြုလုပ်ခဲ့၏။ သူသည် အသက်ကြီးလာသောအခါ မစွမ်းမသန်ဘဝသို့ ရောက်ရှိခဲ့သော်လည်း သူသည် ဆက်လက် တီထွင်ခဲ့၏။ သူသည် တစ်နေရာမှ တစ်နေရာသို့ လက်တွန်းလှည်းဖြင့်သွားနေရသည့်တိုင် တီထွင်မှုများကို ပြုနေဆဲဖြစ်၏။

သူသည် ပတ်ဝန်းကျင်မှ ကန့်ကွက်သံများနှင့် ကန့်သတ်ပေးမှုများကိုလက်မခံဘဲ သမိုင်းတွင် အကြွယ်ဝဆုံးနှင့် အတီထွင်နိုင်ဆုံး ပုဂ္ဂိုလ်များထဲတွင် တစ်ဦးအပါအဝင် ဖြစ်အောင် လုပ်ဆောင်ခဲ့၏။ လူ့ဘဝတွင် ဘာကိုမှ ကန့်သတ်ချုပ်ချယ်၍မရပါ။ ဘေးမှကန့်သတ်မှုများကိုလည်း နားမယောင်ရန်လိုအပ်၏။

ထို့ကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် မိမိ၏ အရည်အသွေးအား ကန့်သတ်ပြောဆိုမှုများကို လုံးဝ ဂရုမစိုက်တော့ပါ။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ....

....

....

....။

ပါရမီဟူသော စကားရပ်တွင် စိတ်ဆန္ဒ ဖြစ်ပေါ်လာမှုသည် တစ်ရာခိုင်နှုန်းသာရှိ၍ ချွေးပြန်အောင် ကြိုးစားရမှုက ၉၉ ရာခိုင်နှုန်း ဖြစ်ပါ၏။

Genius is one percent inspiration and ninety-nine percent perspiration.

Thomas A. Edison

၁၈။ စိတ်ပူပန်ခြင်း

ကျွန်တော်သည် အလွန်စိတ်ပူပန်တတ်သူတစ်ဦး ဖြစ်သည်။ ကျန်းမာရေးပညာပေးစာအုပ်များကို ဖတ်၍ ကျွန်တော့်တွင် တီဘီရောဂါ ရှိနေပြီဟုထင်ကာ များစွာစိတ်ပူခဲ့ရဖူးပါ၏။ ကျွန်တော့် ဘဝရှေ့ရေးအတွက် တွေးတောကာလည်း များစွာစိတ်ပူပန်ခဲ့၏။ ကျွန်တော်အိမ်ထောင်ကျသောအခါ ကျွန်တော့်ထက်ပိုမိုပူပန်တတ်သူ ဇနီးနှင့် လက်ထပ်ဖြစ်ခဲ့ပါ၏။ ကျွန်တော့်ဇနီး၏ ဖခင်ကြီးက ကျွန်တော်တို့ထက် ပို၍ ပူပန်တတ်သူ ဖြစ်နေပြန်ပါ၏။

ဒေါက်တာချားစ်မေယို Dr. Charles Mayo၏ အဆိုအရ စိတ်ပူပန်မှုသည် သွေးလည်ပတ်မှုနှင့် အာရုံကြောစနစ်တစ်ခုလုံးကို ထိခိုက်စေသည်ဟု ဆိုပါ၏။ လောကတွင် အလုပ်များလွန်း၍ အလုပ်ပိသေဆုံးသွားသော အသုဘဟူ၍မရှိ။ သို့သော် စိတ်ပူပန်မှုကြောင့် သေဆုံးရသူများကို မကြာခဏတွေ့ဖူး၏။

ယခုခေတ်တွင် တိုးတက်ပြောင်းလဲလာသည်နှင့် စိတ်ပူပန်စရာများက ပို၍များလာ၏။ ကျွန်တော်သည် လေယာဉ်ပျံစီးရသည်ကို အလွန်မှစိုးရိမ်၏။ စိုးရိမ်၍ မစီးဘဲရသလားဟုဆိုတော့လည်းမရ၍ စိုးရိမ်ခြင်းကြီးစွာဖြင့် စီးရပြန်၏။

ကမ္ဘာပေါ်တွင် လူများသည် စိတ်ပို၍ ပူပန်ကြသည်နှင့်အမျှ စိတ်ငြိမ်ဆေးများကို ပို၍သောက်သုံးလာကြ၏။ စိတ်ပူပန်ခြင်းကို လူသားတို့၏ ရန်သူဟုလည်း ဆိုကြ၏။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် စိတ်ပူပန်ခြင်းသည် လူသားတို့အား ဖျက်ဆီးနေသောကြောင့် ဖြစ်၏။ စိတ်ပူပန်ခြင်းများကို ကျွန်တော်တို့ ဖျောက်ကြရမည် ဖြစ်၏။

စိတ်ပညာရှင်များ အကြိမ်ကြိမ် သုတေသနပြုပြီး ထုတ်ပြန်ကြသည်မှာ စိတ်ပူပန်မှု၏

- ၄၅ ရာခိုင်နှုန်းသည် ဘယ်တော့မှ ဖြစ်မလာတတ်ဟု ဆို၏။
- ၃၀ ရာခိုင်နှုန်းသည်က ဖြစ်ပြီးနေ၏။
- ၁၂ ရာခိုင်နှုန်းမှာ အခြေမခိုင်သော ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ သောကများလည်း ဖြစ်၏။

- ၁၀ ရာခိုင်နှုန်းသည် ဘာမှ အဓိပ္ပါယ်မရှိသည့် နေ့စဉ် ပူပန်မှုလေးများဖြစ်သည်။ ပေါင်းကြည့်ပါက ၉၇ ရာခိုင်နှုန်း ရှိပါ၏။ ကျွန်တော်တို့သည် အကြောင်းမဲ့ မရေရာသော ကိစ္စများ နှင့် ဖြစ်မလာမည့်ကိစ္စများအပေါ် အခြေခံ၍ ကျွန်တော်တို့လူသား များသည် မိမိတို့ပိုင် အချိန်အားလုံး၏ ၉၀ ရာခိုင်နှုန်းမျှတွင် အကြောင်းမခိုင်လုံဘဲ စိတ်ပူပန်နေကြ၏။

ဒေါက်တာမေယို၏ စကားမှန်ပါက ကျွန်တော်တို့သည် မိမိ တို့ကိုယ်မိမိ အသေသတ်နေသူများ ဖြစ်ပါ၏။ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတစ်ဦးက အကြံပေးသည်မှာ သင် ပြုပြင်ပြောင်းလဲခြင်းငှာ မစွမ်းနိုင်သော ကိစ္စများအတွက်မပူပန်ပါနှင့်။ ထိုသို့ပူပန်နေမည့်အစား ထိုအင်အား ကို အပြုသဘောဆောင်သော၊ အကျိုးဖြစ်ထွန်းစေသော နည်းလမ်း များကို သုံးပါဟုဆိုပါ၏။

လောကတွင် သိပ်စိတ်မပူပါနှင့်။ ကျွန်တော်သည် အသက် ၅၀ အတွင်း အလွန်အမင်း စိတ်ပူခဲ့ပြီးဖြစ်ပါ၏။ စိတ်ပူနေမည့် အစား ထိုအချိန်များတွင် တစ်စုံတစ်ရာထလုပ်လိုက်ပါက လုပ်ငန်း ကိစ္စများအတော်ပြီးနေမည်ဖြစ်ပါ၏။

စိတ်သောကသည် လှုပ်နေသောကုလားထိုင် Rocking chair နှင့်တူ၏။ လှုပ်နေသော်လည်း ထိုကုလားထိုင်သည် သင့် အား ဘယ်ကိုမျှ သယ်ဆောင်သွားနိုင်ခြင်း မရှိပါ။

ထို့ကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ပူပန်သောကစိတ်များ ဝင်လာတိုင်း ဒေါက်တာမေယို၏ ပြောစကားများကို သတိရနေပါမည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ______________________________
____
____
______________________________။

> သောကသည် အမှားကို ဘုရားအဖြစ် ကိုးကွယ်နေခြင်း ဖြစ်သည်။
>
> ***Worry is worship to the wrong God.***
>
> **Jack Exum**

၁၁။ လမ်းသစ်

ကျွန်တော်တို့၏မိသားစုတွင် ကလေးများ စိတ်အညစ်ရဆုံး ကိစ္စသည် ကျွန်တော်က လုပ်ငန်းသစ်များကို တစ်ခုပြီးတစ်ခု လုပ်ကိုင်၍ ကျွန်တော့်ဇနီးက မူလလုပ်နေကျအတိုင်း လုပ်ရန် ဟူသော အငြင်းပွားမှုအပေါ် ကလေးများသည် ဘယ်ဘက်သို့ လိုက်ရမှန်း မသိခြင်းဖြစ်၏။

လမ်းသစ်သည် စွန့်စားရခြင်းဖြစ်သော်လည်း လမ်းသစ်ကို ရှာဖွေခဲ့ပါက ဤကမ္ဘာကြီးသည် ဤမျှလောက် တိုးတက်လာမည်မဟုတ်။

"လက်တွေ့စမ်းသပ်ပြီးသော အောင်မြင်မှုနည်းလမ်း တစ်ခုကို ဘယ်တော့မှ ပြောင်းလဲခြင်းမပြု" ဟူသော ဆိုရိုးစကားလည်း ရှိ

ပါ၏။ ထိုစကားကို ယေဘုယျလက်ခံထားရမည်ဖြစ်သော်လည်း အညွှန်းဟောင်းကို ပြောင်းလဲကျင့်သုံးရသောအခါမျိုးလည်း ရှိပါ၏။ တစ်ရွာမပြောင်း သူကောင်းမဖြစ်ဟူသောစကားရှိသလို သေချင်တဲ့ကျား တောပြောင်းဟုလည်း ဆိုကြ၏။

ကင်တပ်ကီနှင့် မက်ဒေါ်နယ်တို့သည် ကြက်သားကင် နည်းစနစ်အသစ်နှင့် ဟမ်ဘာဂါနည်းသစ်တို့ကြောင့် အောင်မြင်လာခြင်းဖြစ်ပါ၏။ ငံပြာရည်ကို ကျွန်တော်တို့သည် ဘိုးစဉ်ဘောင်ဆက် ထုတ်လုပ် သုံးစွဲခဲ့ကြ၏။ ဦးပွင့်ကောင်းသည် သမားရိုးကျနည်းမှ တစ်ဆင့်တက်ကာ အရသာထူးကဲသော ပွင့်ကောင်းငံပြာရည်ကို ထုတ်လုပ်သောအခါ အားလုံးက ဝိုင်းဝန်း သုံးစွဲခဲ့ကြ၏။

တစ်ခါက အမေရိကန်နိုင်ငံ ဒါးလက်စ် ပြည်နယ်တွင် တွမ် လင်ဒရီ Tom Landry သည် သားကောင်လိုက်ပွဲများ၌ ထူးထူးခြားခြား နာမည်ကြီးခဲ့၏။ သူသည် သားကောင်ကို အငိုက်ဖမ်းတတ်သည့် စွမ်းရည်ရှိ၏။ ထုံးစံအားဖြင့် မိမိနှင့် သားကောင်သည် တစ်ဦးကိုတစ်ဦး ကာကွယ်ရန် အသင့်ပြုလုပ်ထားကြသည်သာဖြစ်၏။ တွမ်သည် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ကာကွယ်ရန် အသင့်လုပ်ထားသည့်ကြားမှ သားကောင်သတိလွတ်နေချိန်၌ အငိုက်ဖမ်း အနိုင်ယူ၏။

သမားရိုးကျအတိုင်းဆိုပါက သူတင်ကိုယ်တင်ဖြစ်သော်လည်း တွမ်က အငိုက်ဖမ်းသည့် နည်းသစ်ကို ထွင်၍ သုံးခြင်းဖြင့် သားကောင်ကို အနိုင်ရရှိခဲ့၏။

သင့်အားလည်း အကြံပြုလိုသည်မှာ သမားရိုးကျအတိုင်း ပြုလုပ်ပါ။ ထို့နောက် အခြေအနေပေးပါက နည်းလမ်းဟောင်းများကိုပြောင်း၍ အကောင်းမြင်တတ်သူ၊ စိတ်ဓာတ်တက်ကြွသူ၊ ယဉ်ကျေးသောအပြုအမူ စသည်တို့ကို အပြုသဘောဆောင်သော အတွေးများနှင့် လေ့ကျင့်ကြည့်ပါ။ ထိုသို့ အသစ်တီထွင် အသုံးပြုမှုများသည် သင့်အား အောင်မြင်မှုကို ပေးနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် လမ်းဟောင်းပေါ်မှ အသစ်တီထွင်နိုင်ရန်အခွင့်အခါကို စောင့်နေမည်။ အခြေအနေပေးပါက နည်းလမ်းဟောင်းကို စွန့်မည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ________________________________
____
____
________________________________။

အောင်မြင်မှုကို ရယူလိုလျှင် ဖန်တီးရာတွေနေသော လမ်း ဟောင်းကို ဖယ်ခွာ၍ လမ်းသစ်မှ သွားပါ။

If you want to succeed you should strike out on new paths rather than travel the worn paths of accepted success..

John D. Rockefeller, Sr.

၁၂။ ယေ်ရှူယင်ခြင်း

ကျွန်တော်သည် လူငယ်များအတွက် အမြဲဂုဏ်ယူ၍နေပါ၏။ ကျွန်တော်ရေးသော စာအုပ်အများအပြားတွင် လူငယ်များအား ရည်သန်ရေးသားထားမှုများ အတော်ပါဝင်၏။

မြန်မာလူငယ်များသည် မြန်မာနိုင်ငံ၏ အကြွယ်ဝဆုံးသော အရင်းအမြစ်များဟု ကျွန်တော် ယုံကြည်ပါ၏။

ကျွန်တော်သည် အထက်တန်းကျောင်းသားများအား စိတ်ကူးနှင့် သုတေသနတစ်ခု လုပ်ကြည့်ပါ၏။ ကျွန်တော်၏ စိတ်ကူး သုတေသနမှာ လူငယ်ကျောင်းသားတို့၏ ကိုယ်ကျင့်သိက္ခာဆိုင်ရာ စံနှုန်းလေ့လာချက်သုတေသန ဖြစ်ပါ၏။ ထိုသို့ လေ့လာရာတွင် ထိုသို့ သုတေသနပြုချက်၏အဖြေမှာ–

- ရန်ကင်း အထက(၁)တွင် မိမိတို့ လုပ်ကိုင်မည့် လုပ်ငန်းလမ်းကြောင်းများကို ရွေးချယ်မှုနှင့် ပတ်သက်၍ အသင့်ဖြစ်နေသူ အထက်တန်းကျောင်းသား ၇၅ ရာခိုင်နှုန်း ရှိနေပါ၏။
- ကမာရွတ် အထက(၂)တွင်မူကား မူးယစ်ဆေးဝါးကိစ္စနှင့် ပတ်သက်၍ ၉၅ ရာခိုင်နှုန်းက ဥပဒေကို ယခုထက်ပိုမို ပြင်းထန်စွာ ပြဋ္ဌာန်းအပ်သည်ဟု လူငယ်များက ယူဆထားကြ၏။
- စက်မှုတက္ကသိုလ်မှ ကျောင်းသား ၉၇ ရာခိုင်နှုန်းက ဆေးခြောက်နှင့်ပတ်သက်၍ မူးယစ်ဆေးဝါးကို လုံးဝမသုံးစွဲဖူးသည်ကို တွေ့ခဲ့ရ၏။
- ဆေးတက္ကသိုလ် (၁)တွင်ကား ၁၀၀ ရာခိုင်နှုန်းသည် အရွယ်မရောက်မီ ကာမဂုဏ်ဆက်ဆံမှုမျိုး မပြုလုပ်ခဲ့ဖူးပါဟု ဆိုကြ၏။

ကျွန်တော်၏သားကြီးနေသော အထက်တန်းကျောင်းတွင်ကား ဘာသာရေး၊ လူမှုရေးအသင်းအဖွဲ့များတွင် ဝင်ရောက် လုပ်ကိုင်နေသူ ၉၆ ရာခိုင်နှုန်းရှိ၏။

ကျွန်တော့်သားအလတ် ပညာသင်ကြားနေသော အထက်တန်းကျောင်းတွင်ကား ထုံးတမ်းစဉ်လာ အိမ်ထောင်ရေး ပုံစံကို ပိုမိုနှစ်သက်သူ ၉၅ ရာခိုင်နှုန်းရှိသည်ဟုဆိုပါက ကျွန်တော်တို့ နိုင်ငံအတွက် နောင်ရေးသည် စိတ်အေးနေရပြီဖြစ်၏။

ထိုလူငယ်များသည် ဆေးခြောက်ကို ရှောင်ခြင်းအားဖြင့် သူတို့၏စိတ်ကို ထိန်းချုပ်နိုင်ပြီဖြစ်ကြ၏။ အရွယ်မတိုင်မီ ကာမဂုဏ်ဆက်ဆံမှုမျိုးမရှိဆို၍ အေအိုင်ဒီအက်စ်နှင့် ကာလသား ရောဂါတို့မှ ဟန့်တားထားပြီးသားဖြစ်နေ၏။ ထို့အတူ လူငယ်များ အတွင်း ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချမှုပြဿနာလည်း မရှိတော့။

သုတေသနစာတမ်းသည် အထက်ပါအဖြေ မထွက်ဘဲ ပြောင်းပြန်ဖြစ်နေပါက ကျွန်တော်တို့နိုင်ငံ၏ အနာဂတ်သည် စိုးရိမ်ဖွယ်ရာ ဖြစ်ပါ၏။

လူငယ်ဘဝမှစ၍ အကောင်းဘက်သို့ ဦးတည်မှုများ ရှိပါက ထိုသူ၏ဘဝသည် အကောင်းချည်းဖြစ်ဖို့ရာ ရာခိုင်နှုန်းအလွန်မှများပါ၏။ လူငယ်တို့တွင် ခွန်အားသစ်များ၊ တက်ကြွမှုများ၊ စွန့်စားဝံ့မှုများရှိရာ ထိုအရည်အချင်းများကို အပြုသဘောဆောင်သည့် လုပ်ငန်းများတွင် အသုံးပြုပါက များစွာထိရောက်မှုရှိပါ၏။ လူငယ်

များ၏ စွမ်းဆောင်မှုကို ကျွန်တော်တို့သည် အားလုံးသိပြီး ဖြစ်ကြ၏။

ထို့ကြောင့် ဘဝတိုးတက်ရေးတွင် လူငယ်ဘဝမှစ၍ မှန်ကန်သောဦးတည်ချက်များရှိအောင် ပျိုးထောင်ကြရမည်ဖြစ်၏။ လူငယ်များသည် အချိန်အပိုင်းအခြားအားဖြင့် ကြွယ်ဝချမ်းသာသူများဖြစ်ကြ၏။ အသက် ၅၀ ကျော်မှ အကောင်းတရားကို မြင်ပါက အကောင်းလုပ်ရန် အနှစ် ၂၀ သာရှိတော့၍ အသက် ၂၀ အရွယ်၌ အကောင်းလုပ်ဆောင်ရန် သိသူသည် သူ့တွင် အကောင်းလုပ်ချိန် အနှစ် ၅၀ ရရှိမည်ဖြစ်ပါ၏။ လူငယ်များသည် မြန်မာနိုင်ငံ၏ အနာဂတ်ကို ဖန်တီးကြမည်ဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် (လူငယ်တစ်ဦးဖြစ်ပါက) ငါ့ဘဝ၊ ငါ့လူမျိုးအတွက် အကောင်းဘက်သို့ ဦးတည်ဆောင်ရွက်မည်ဟု သန္နိဋ္ဌာန်ချမှတ်ဆောင်ရွက်မည်။ ငါသည် (လူကြီးဖြစ်ပါက) ငါ့နိုင်ငံ၊ ငါ့လူမျိုးအတွက် လူငယ်များအား ပြုစုစောင့်ရှောက်မည်ဟု ဆုံးဖြတ်သည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ______________________________

____

____

____ ။

ကျွန်ုပ်၏အဘိုး မည်သူမည်ဝါဖြစ်သည်ကို သိဖို့ထက် သူ့မြေး ဘယ်လိုလူစားမျိုး ဖြစ်လာမည်ကို သိဖို့က ကျွန်ုပ်တို့အတွက် ပို၍ အရေးကြီးပါ၏။

I don't know who my grandfather was, I am much more concerned to know what his grandson will be.

Abraham Lincoln

၁၃။ စိန်ခေါ်မှုများ

ကျွန်တော်တို့အား သဘာဝတရားကြီးသည် အမြဲစိန်ခေါ်နေပါ၏။ လူသားတို့သည် သဘာဝတရား၏ စိန်ခေါ်မှုကို အန်တုဖက်ပြိုင်ကာ ဤကမ္ဘာပေါ်တွင် ဆက်လက်အသက်ရှင်နေခြင်းဖြစ်၏။ ရောဂါပိုးများ၊ မုန်တိုင်းနှင့် ငလျင်ဒဏ်များ၊ ကမ္ဘာကြီးပိုမိုပူနွေးလာမှုနှင့် အက်ဆစ်မိုးရွာသွန်းမှုများကို ကျွန်တော်တို့သည် ရင်ဆိုင်နေရ၏။ သို့သော် လူသားသည် ပြဿနာအရပ်ရပ်ကို ရင်ဆိုင်ကာ ရှေ့သို့ချီတက်ရင်း ဤကမ္ဘာမြေကြီးကို အလှဆင်နေပါ၏။

မကြာသေးမီက ကမ္ဘာ့ဘောလုံးလောကတွင် ထူးခြားသော သတင်းတစ်ရပ်ဖြစ်ခဲ့၏။ ထိုသတင်းမှာ တွမ် ဒင်ပဆေ Tom Dempsey ဆိုသူသည် ၆၃ ပေအကွာမှ ဂိုးကို ကန်သွင်းခဲ့၏။

၆၃ ပေအကွာမှ ကန်သွင်းနိုင်မှုသည် အတော်ပင် ချီးကျူးစရာဖြစ်၏။ သို့သော် ပို၍ စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းသည်က ထိုဂိုးကို ကန်သွင်းသူ တွမ် ဒင်ပဆေသည် မွေးစဉ်ကပင် ခြေမသန်သူဖြစ်၏။ သူ၏ ညာခြေတွင် ခြေချောင်းကလေးများလည်း ပါလာခဲ့သူမဟုတ်ပါ။

တွမ်သည် မိမိခြေမသန်မှုကို အားငယ်မနေဘဲ ကိုယ်လက်ကြံ့ခိုင်မှုများကိုလုပ်ကိုင်ခဲ့၏။ မိဘများကလည်း တွမ်ကို အားပေးခဲ့၏။ တွမ် ဒင်ပဆေက "ကျွန်တော့်ရဲ့အားနည်းချက်ဟာ ကျွန်တော် တစ်စုံတစ်ရာ မလုပ်နိုင် မကိုင်နိုင်ကြောင်း အကြောင်းပြဖို့ မဟုတ်ဘူး။ အဲဒီလို အားနည်းချက် ရှိပေမယ့် လုပ်ပြနိုင်တယ်လို့ စိန်ခေါ်ဖို့ဖြစ်ပါတယ်" ဟုဆိုပါ၏။

တွမ်ဒင်ပဆေက ဘဝ၏ စိန်ခေါ်မှုများကို အရှုံးမပေးဘဲ အန်တုကာ ရင်ဆိုင်၍ အောင်ပွဲရသူဖြစ်၏။ ကျွန်တော်တို့ နေ့စဉ် လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်နေသော စီးပွားရေးဆိုင်ရာ၊ လုပ်ငန်းဆိုင်ရာ ကိစ္စများတွင် ဘက်ပေါင်းစုံမှ စိန်ခေါ်အန်တုမှုများ ၊ အခက်အခဲများ၊ အဟန့်အတားများကို တွေ့ရတတ်ပါ၏။ ထိုအခါ တွမ်က သူ၏ သန်စွမ်းသောသူများ၏ ခြေထောက်ထက် ထက်ဝက်မျှသာရှိသော သူ၏ခြေထောက်ဖြင့် ၆၃ ပေအကွာမှ ကန်သွင်းမှုကို သတိရပါ။

တွမ်အားစိန်ခေါ်မှုသည် ၆၃ ပေအကွာမှ ကန်သွင်းသည့်ရာပေါင်း များစွာသော ဂိုးများကို ဂိုးပေါက်ထဲသို့ မဝင်အောင် ဘာမျှ မတတ်နိုင်ပါ။

ထို့ကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် လူသားဖြစ်သောကြောင့် ဘာမဆို လုပ်နိုင်သူဟု စိတ်ကိုထားရှိမည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ______________________________

____

____

____ ။

လူတစ်ယောက်သည် မိမိဘာကိုလုပ်နိုင်သည်ဟု ကန့်သတ်ခြင်းသည် မိမိကိုယ်မိမိ ထိုအရာထက် ပိုမလုပ်နိုင်ဟု ထိန်းချုပ်လိုက်ခြင်းနှင့်အတူတူပင် ဖြစ်၏။

When a man has put a limit on what he will do, he has put a limit on what he can do.

Charles M. Schwab

၁၄။ ကြီးထွားခြင်း

မည်သည့်အရာမှ သူ့ဟာသူ ကြီးထွားမှုမရှိ။ အားမာန်များနှင့်သာ ကြီးထွားကြခြင်းဖြစ်၏။ သစ်ပင်သည် ရေ၊ လေ၊ မြေတို့ ထိတွေ့မှ ကြီးပြင်းလာရ၏။ ကျွန်တော်တို့သည် စုပေါင်း၍ ကုမ္ပဏီတစ်ခုထောင်ထားရာ ပိုက်ဆံများလာထည့်ထားကြပြီး မည်သူမျှ စိတ်မဝင်စားသောအချိန်တွင် ကုမ္ပဏီလည်း ရပ်နေ၏။ ထလုပ်တော့ ကုမ္ပဏီလုပ်ငန်းများ ရှင်သန်လာ၏။

ကျွန်တော်၏ ပန်းမျိုးတစ်ရာစာပေသည် ကျွန်တော်စာအုပ်အသစ်များရေး၍ ထုတ်ဝေမှုပြုနိုင်သမျှ ကြီးထွားမှုရှိပြီး စာမရေးနိုင်၊ ထုတ်ဝေမှုမပြုနိုင်ပါက အရင်အရှိန်လေးနှင့် ဆက်သွားနေတတ်သော်လည်း အရှိန်ကုန်ပါက ရပ်၏။

ကြီးထွားမှုဟူသည် လုပ်နေမှ ကြီးထွား၏။ မလုပ်သောနေ့တွင် ကြီးထွားမှုရပ်ဆိုင်းသောနေ့ ဖြစ်ပါ၏။

ကမ္ဘာတွင် လေ့ကျင့်ခန်းများနှင့်ပတ်သက်၍ ကျော်ကြားသော ဂျက်လာလန်း Jack La Lanne ဆိုသူကို ကြားဖူးမည်ဖြစ်ပါ၏။ သူ့ကို အများက Mr. Exercise လေ့ကျင့်ခန်းဟုခေါ်ကြ၏။ သူသည် ဒေါ်လာရှစ်သောင်းတန်ကားကြီးကို စီးနိုင်၍ ကြွယ်ဝအောင်မြင်သူတစ်ဦး ဖြစ်၏။ သူ့ဘဝကို ပြန်၍လေ့လာပါက အထက်တန်းကျောင်းသားဘဝတွင် ဂျက်လာလန်းသည် ပိန်လှီချည့်နဲ့နေသောကြောင့် ကျောင်းတက်နေရင်း အားပျော့ကာ အသက်ထွက်သွားမည်စိုး၍ ဆရာများ၏မေတ္တာရပ်ခံချက်ဖြင့် ကျောင်းထွက်လိုက်ရသူဖြစ်၏။ ကျောင်းမှထွက်ချိန်တွင် သူ့ခန္ဓာကိုယ်သည် အတော်ကြီးသေးကွေးနေ၏။ သူ့အနာဂတ်သည် မျှော်လင့်ချက် မရှိသလောက်ဖြစ်၏။

တစ်နေ့၌ ဂျက်လာလန်းသည် ကျန်းမာရေးဟောပြောချက်တစ်ခုကိုနားထောင်ပြီး သူ့ကျန်းမာရေးကို ပျိုးထောင်ရန်ဆုံးဖြတ်ခဲ့၏။ သူသည် တစ်နေ့တွင် ၂ နာရီမျှ ကျန်းမာရေးလေ့ကျင့်ခန်းများ စတင်လုပ်ဆောင်၏။ သူနေ့စဉ်စားသုံးနေသော အာဟာရပုံစံကိုလည်း ပြောင်းလဲပစ်လိုက်၏။ သူသည် မိမိ၏ပုံသဏ္ဍာန်၊ မိမိ၏စိတ်အမြင်၊ မိမိ၏ ခန္ဓာကိုယ်ကိုပါ တဖြည်းဖြည်း ပြောင်းလဲပစ်ခဲ့၏။ သူ၏ စိတ်ရောခန္ဓာကိုယ်ပါ ပြောင်းလဲလာခဲ့၏။

သူသည် မကြာမီ အမေရိကန်နိုင်ငံတွင် ကျန်းမာရေးလေ့ကျင့်ခန်းဌာနတစ်ခုကို ဖွင့်လှစ်နိုင်ခဲ့၏။ ထို့အပြင် အောလင်နှင့် ကာလီဖိုးနီးယားပြည်နယ်များတွင် တစ်အိမ်ချင်းလိုက်လံ၍ လေ့ကျင့်ခန်းများကို ပြသကာ မိမိလုပ်ငန်းကို တိုးချဲ့ခဲ့၏။

သူ၏ ကျန်းမာရေးလေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ငန်းသည် အောင်မြင်ကျော်ကြား၍ သူ၏ ဂုဏ်သတင်းမှာလည်း နိုင်ငံတကာအတိုင်းအတာသို့ ရောက်ရှိခဲ့၏။ ဂျက်လာလန်းက "ကျုပ်ကိုယ်ကျုပ်ကြီးထွားအောင်လုပ်ရတာတော့ မလွယ်ကူပါဘူး။ ဒါပေမယ့် လုပ်လို့ရတယ်ဆိုတာတော့ ခင်ဗျားတို့အမြင်ပဲလေ" ဟုဆိုဖူးပါ၏။

တိုးတက်ကြီးပွားဖို့ဆိုသည်မှာ သင့်အပေါ်တွင်သာ မူတည်လျက်ရှိပါ၏။ သင် ယခုထလုပ်လျှင် ကြီးပွားမှု၊ ကြီးထွားမှု ယခုထဖြစ်နိုင်၏။ အားလုံး သင့်အပေါ်တွင်သာ မူတည်နေပါ၏။

ထို့ကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ငါ၏ရည်မှန်းချက်၊ ငါ၏တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးမှုအတွက် ငါကိုယ်တိုင် တာဝန်ယူမည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ________________________.
________________________________.
________________________________.
________________________________။

လူတစ်ယောက်သည် မိမိကိုယ်ကိုမိမိ အဖော်ပြု၍နေရသူ ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် သင်၌ မိတ်ဆွေကောင်း အမြဲရှိနေအောင် သင့်ကိုယ်သင် ဂရုတစိုက် ပြုသင့်၏။

A man has to live with himself, and he should see to it that he always has good company.

Charles Evans Hughes

၁၅။ အစသေးလေးများ

သင်၏ဘဝတွင် အောင်မြင်မှု သို့မဟုတ် ဆုံးရှုံးမှု၊ ပျော်ရွှင်မှု သို့မဟုတ် စိတ်ဆင်းရဲမှုတို့ ဖြစ်စေတတ်သောအရာများမှာ ဖြစ်ရပ်ကြီးများမဟုတ်ဘဲ မထင်ရှားသော ဖြစ်ရပ်များသာ ဖြစ်သည်ကို သင် သတိထားမိမည် ဖြစ်ပါ၏။ သင်ကျောင်းဆရာဖြစ်လာခြင်း၊ လက်ရှိဇနီးနှင့် အိမ်ထောင်ကျခြင်း၊ သိန်း ၁၀၀ လောက်တန်နေမည့်အိမ်နှင့် လွဲသွားခြင်း၊ သင်သည် မော်လမြိုင်သားဖြစ်သော်လည်း ပြည်မြို့တွင် အခြေချမိနေခြင်းတို့သည် ကြီးကြီးကျယ်ကျယ် စီမံချက်ချလုပ်ဆောင်ခြင်းမဟုတ်ဘဲ မတော်တဆကိစ္စလေး၊ အသေးအဖွဲကိစ္စလေးများကြောင့် ဖြစ်လာရသည်ကို သင် သတိပြုမိမည်ဖြစ်ပါ၏။

ထို့ကြောင့် အသေးအဖွဲ ကိစ္စလေးများသည်လည်း အရေးကြီးလှပါ၏။ မြင်းခွာသံတစ်ချောင်းပြုတ်နေသည်ကို မတပ်မိသော

ကြောင့် ဒုက္ခရောက်သွားသော ခရီးသည်အကြောင်းကို ငယ်ငယ်က သင်ရော ကျွန်ုပ်ပါ ဖတ်ဖူးပြီးဖြစ်ပါ၏။

ကျွန်တော့်အိမ်တွင် နာရီသည် ၄ နာရီတိတိနောက်ကျနေပါ၏။ ဤကိစ္စသည် ဘာမှ အကြောင်း မဟုတ်ပါ။ သိသည်နှင့်ချက်ချင်း ပြင်လိုက်ရာ အချိန်ကိုက်ဖြစ်သွားပါ၏။ တစ်ခါတွင်မူ ကျွန်တော်၏အိမ်မှ နာရီသည် လေးမိနစ် နောက်ကျနေရာ မန္တလေးသို့ ၆–၃၀ ထွက်မည့်ရထားအတွက် ကျွန်တော်သည် ၆–၃၀ တွင်ပင် ရောက်ရှိသွားရာ ရထားကို မမီတော့ဘဲ ဖြစ်သွားရပါ၏။

ကျွန်တော့် မိတ်ဆွေတစ်ဦးက မိန်းကလေးတစ်ဦးအား "ကြောင်မလေး" ဟုခေါ်သောအခါ ကလေးမလေးက အလွန် သဘောကျသဖြင့် သူ့အပေါ်ကြောင်မလေးတစ်ကောင်လို ဆက်ဆံပါ၏။ ထိုအတွေ့အကြုံကို သူကသဘောကျကာ အခြားမိန်းကလေး တစ်ဦးအား "ကြောင်မ" ဟုခေါ်လိုက်သောအခါ ထိုမိန်းကလေး သည် သူ့အား ရန်သူလို အငြိုးထားသွားပါ၏။ ကြောင်မလေးနှင့် ကြောင်မသည် အက္ခရာအသံထွက်အားဖြင့် ဆန့်ကျင်ဘက်ကြီး မကွာလှပါ။ သို့သော် ဖြစ်ပေါ်လာသော အခြေအနေသည် လုံးဝ ဆန့်ကျင်ဘက် ဖြစ်သွားပါ၏။ ထို့ကြောင့် ကျွန်တော်တို့သည် အသေးအဖွဲလေးများကိုလည်း ဂရုပြုကြရမည်ဖြစ်ပါ၏။ ကျွန်တော်

သည် ပေးစရာရှိသောငွေများကို ရက်အနည်းငယ် နောက်ကျပြီးမှ ပေးသောကြောင့် မိတ်ဆွေပျက်ရမှုများ ရှိခဲ့ပါ၏။ တကယ်တော့ ဘာရယ်မဟုတ်၊ ကိစ္စမရှိသေးဟုဆိုကာ လျစ်လျူရှုရာမှ ကိစ္စကြီးထွားလာခြင်းဖြစ်ပါ၏။

သေးငယ်သော ကိစ္စလေးများသည် အမှန်ကြီးကျယ်သော ကိစ္စများကိုဖြစ်စေနိုင်ပါ၏။ မြန်မာ့ပန်းပုနှင့်ပတ်သက်၍ သစ်သားကို ရွှံ့လိုကိုင်၍ အရုပ်ထုနိုင်သူ ပန်းပုပညာရှင်သည် မြန်မာနိုင်ငံတွင် တစ်ဦးတည်းသာရှိ၍ သူသည် ဦးစိုးတင့်ဖြစ်ပါ၏။ မွန်စိုးတင့်ဟုလည်းခေါ်ကြ၏။ ယနေ့မြန်မာနိုင်ငံတွင် သူ့ထက်တော်သော ပန်းပုပညာရှင်တစ်ဦးကိုမျှ ကျွန်တော် မတွေ့ဖူးသေးပါ။ သို့သော် တစ်နေ့တွင် သူ့အရက်သောက်သည်ကို "သောက် သောက်၊ ခင်ဗျား သေအောင်သာသောက်၊ သေသွားလဲပြီးရောဗျာ" ဟု ပြောမိသည့်အတွက် ကိုစိုးတင့်သည် ကျွန်တော့်အား သူ့မိတ်ဆွေစာရင်းမှ ပယ်ဖျက်ကာ စွန့်ခွာသွားခဲ့၏။

ကျွန်တော့်ဘဝတွင် အသေးအဖွဲကိစ္စလေးတစ်ခုဖြင့် အပြောင်မြောက်ဆုံး ပန်းပုဆရာတစ်ဦး ဆုံးရှုံးခဲ့ရ၏။

သေးငယ်သော ကိစ္စလေးများသည် အမှန်ပင် ကြီးကျယ်သောကွာခြားမှုများကို ဖြစ်စေတတ်ပါ၏။ အသေးအဖွဲလေးများအား

ဂရုထားနိုင်မည်ဆိုပါလျှင် အကြီးအမားကြီးများအားလုံး အဆင်ပြေ ညီညွတ်လာနိုင်မည်ကို ဂရုပြုစေလိုပါသည်။

ထိုကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် အသေးအဖွဲကိစ္စလေးများအား ဂရုစိုက်ပါမည်။ မိမိမကူညီနိုင်သော လူတစ်ယောက်အား နူးညံ့သော စကားကို ဆိုပါမည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ________________________________

____

____

________________________________။

> အခြားသူများအပေါ် သင်ကောင်းလျှင် သင့်အပေါ် သင်လည်း အကောင်းဆုံး ဖြစ်နေပါမည်။
>
> ***When you are good to others you are best to yourself.***
>
> **Dr. Louis L. Mann**

၁၆။ သင်ကြားခြင်း

သင်ကြားခံယူမှုသည် လူ့ဘဝတစ်လျှောက်လုံးတွင် လိုအပ်သောအရာဖြစ်၏။ ဘယ်အထိ လိုအပ်ပါသနည်းဟုဆိုပါက သေခါနီးအချိန်အထိ လိုအပ်၏။ တစ်သက်တွင် တစ်ခါတည်းသေဖို့ အခွင့်အရေးရပေရာ သေဖို့အတွက် ကြိုတင် သင်ကြားပြင်ဆင်မှုမရှိပါက သေပုံသေနည်း မှားသွားလျှင် နောက်တစ်ကြိမ်ပြင်၍ မရတော့ပါ။ သေပြီးသောကိစ္စတွင် ပြန်ပြင်၍လည်း မရနိုင်ပါ။

လူသည် အချို့ကိစ္စများတွင် မသင်လျှင် မတတ်ပါ။ ထို့ကြောင့် စာသင်ကျောင်းများကို ထားရှိခြင်းဖြစ်၏။ တစ်ခါက အိန္ဒိယနိုင်ငံ၌ ဝံပုလွေအုပ်စုတွင် လူညီအစ်မနှစ်ဦးကိုတွေ့ရှိ၍ ဝံပုလွေများကို ခြောက်လှန့်ကယ်ဆယ်ခဲ့ရာ ၁၂ နှစ်အရွယ် ညီအစ်မနှစ်ဦးကိုရရှိခဲ့၏။ ထိုညီအစ်မသည် စကားကို အလွန်ပင် ခက်ခဲစွာ သင်ကြားခဲ့ရပြီး အချိန်အတော်ကြာ လေးဘက်ပင်သွားနေကြ၏။

သင်ကြားမှု လိုအပ်ကြောင်းနှင့်ပတ်သက်၍ စိတ်ပညာရှင် ဟင်နရီဘရန့် Henry Brandt၏ အဖြေသည် အလွန်နှစ်သက်စရာကောင်းပါ၏။ တစ်ခါတွင်မိဘများကဟင်နရီဘရန့်အား ဘုရားရှိခိုးကျောင်းများသို့ ကလေးများအား လွှတ်သင့်ပါသလားဟု မေးရာ လွှတ်သင့်ပါတယ်ဟု ဖြေကြားပြီးနောက် နေမကောင်းလျှင် ဆရာဝန်ဆီ ခေါ်သွားတဲ့နည်းနဲ့ အတူတူပါပဲ၊ လူငယ်ဘဝရောက်တာနဲ့ ဘုန်းကြီးကျောင်းကို ပို့သင့်တာပေါ့။ သူဖျားနေပြီပဲ၊ ဆေးသောက်ချင်သလား၊ မသောက်ချင်ဘူးလားဆိုတာ သူ့ဟာသူ စဉ်းစားဖို့အရွယ်ရောက် တဲ့အထိ စောင့်ဖို့လိုသေးလား။ ကလေးက ညစ်ညစ်ပတ်ပတ် ဖြစ်နေတာကို သန့်သန့်ရှင်းရှင်း နေဖို့သာ လိုတယ်ဆိုတဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက်ကို ကလေးချနိုင်တဲ့နေ့အထိ ဘယ်မိဘကများ စောင့်နေကြပါသလဲဟုမေးခဲ့ပါ၏။

နိုင်ငံကြီးများတွင် အလုပ်ခွင် သင်တန်းများ ရှိကြသည်။ သင်တန်းများသည် လူ့ဘဝကို မည်သို့မည်ပုံ ပြောင်းလဲစေနိုင်ကြောင်း၊ သင်တန်းတက်ဖူးသူတိုင်း သိကြပါ၏။ သင်ကြားမှုများကို စာပေများမှသော်လည်းကောင်း၊ ဟောပြောပွဲများ၊ စကားဝိုင်းများမှ သော်လည်းကောင်း၊ ခရီးသွားရာမှသော်လည်းကောင်း၊ လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရာမှသော်လည်းကောင်း ရရှိနိုင်ပါ၏။

လေ့လာသင်ကြားမှုများကို အမြဲပြုလုပ်ပါ။ ကမ္ဘာကြီးသည် လျင်မြန်စွာ ပြောင်းလဲနေပါ၏။ သင်သည် တစ်ရက် မလေ့လာပါက တစ်ရက်စာ နောက်ကျ ကျန်နေမည်ဖြစ်၏။

မကြာသေးမီက အားကစားနည်းပြဆရာ တစ်ဦးသည် မေးခွန်းတစ်ခုမေးခဲ့မိပါ၏။ "ခင်ဗျား အားကစားသမားကောင်း လူငယ်တစ်ဦးကို ဘယ်လိုရှာဖွေတတ်ပါသလဲ" ဟုမေးရာ သူက "ဘယ်သူဟာ သင်ကြားပေးတာကို ယုံယုံကြည်ကြည်နဲ့ ဘယ်လောက်လက်ခံမယ့် လူစားလဲဆိုတဲ့ မျက်စိနဲ့ကြည့်ပြီး ရှာဖွေရတာပါပဲ" ဟုဆိုပါ၏။

မိဘများသည် ရင်သွေးငယ်တို့အား ငယ်စဉ်မှစ၍ သင်ကြားမှုများကို ပြုလုပ်ပေးရန် လို၏။

ထို့ကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် သူများပြောတာချည်း နားထောင်နေမည့်အစား ငါကိုယ်တိုင် ဝင်ရောက်ဆွေးနွေးတော့မည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ______________________________

____

____

______________________________။

ကလေးအားလုံးသည် မွေးဖွားစဉ်က ကောင်းမွန်သူချည်း ဖြစ်သည်။

All children are born good.

Lord Palmerston

၁၇။ လင်းရောင်ခြည်

ဤကမ္ဘာလောကတွင် နေရောင်ခြည်လိုအပ်သကဲ့သို့ သင့်ဘဝတွင် အစဉ်ထွန်းလင်းနေမည့် ဘဝလင်းရောင်ခြည်တစ်ရပ် လိုအပ်သည်။ ထိုလင်းရောင်ခြည်သည် လ၏အလင်းရောင်ကဲ့သို့ အေးချမ်း၏။ နေ၏ရောင်ခြည်ကဲ့သို့ ထွန်းလင်း၏။

ထိုအလင်းရောင်ခြည်၏ အောက်သို့ ရောက်သူတိုင်းသည် အောင်မြင်မှုများရရှိ၏။ ထိုအလင်းရောင်ကား မည်သည့် အလင်းရောင်ဖြစ်မည်နည်း။ ထိုအလင်းရောင်မရှိပါက ဘဝအမှောင်ကျနေမှု ဟုဆိုနိုင်၏။ ထိုအလင်းရောင်၏ အောင်မြင်မှုကို စတင်တွေ့ရှိခံစားခဲ့သူသည် ဂျွန်မက်ကောနဲလ် John Mc Connell ဖြစ်၏။ သူသည် သူတစ်ယောက်တည်းဖြင့် ဝေါ်သင်တန် စက်မှုလုပ်ငန်း Worthington Industry ကို လွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်း ၂၈ နှစ်က စခဲ့၏။

ထိုကုမ္ပဏီသည် သာမန်ထက်လွန်ကဲသော အောင်မြင်မှုကို ရရှိခဲ့၏။ ဝေါသင်တန် စက်မှုလုပ်ငန်း၏ ဘဏ္ဍာငွေသည် ဒေါ်လာ သန်း ၅၀၀ မျှ ရရှိခဲ့၏။ မက်ကောနဲလ်သည် ကြီးစွာအောင်မြင် သဖြင့် စက်ရုံ၏လျှို့ဝှက်ချက်ကို လေ့လာရန် လူပေါင်းများစွာတို့ သည် ရောက်လာခဲ့ကြ၏။ မက်ကောနဲလ်က "ကျွန်တော့်စက်ရုံမှာ လျှို့ဝှက်ချက်မရှိပါဘူး။ ဒါပေမယ့် ရွှေစည်းမျဉ်း Golden Rule တစ်ခုတော့ ရှိပါတယ်။ ဒါကတော့ **သင့်ကို ပြုမူစေချင်သကဲ့သို့ အခြားသူများအပေါ်တွင်လည်း သင်က ပြုမူပါ**ဟုဆိုတဲ့ စည်းမျဉ်း ပါပဲ" ဟုဆိုခဲ့၏။ ဝေါသင်တန် စက်မှုလုပ်ငန်းသည် မိမိအား ပြုမူ ဆက်ဆံစေချင်သည့်အတိုင်း သူတစ်ပါးအားလည်း ပြုမူ ဆက်ဆံခဲ့ ပါ၏။

မက်ကောနဲလ်က ကျွန်ုပ်၏လုပ်ငန်းသည် ကျွန်ုပ်၏ရွှေစည်းမျဉ်း နှင့်အညီ လုပ်ကိုင်သော ကုမ္ပဏီဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်လုပ်ငန်း၏ ရွှေ စည်းမျဉ်းသည် လူတိုင်းအတွက်လည်း ဘဝနေထိုင်နည်း အနှစ်ချုပ် ဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏အမြင်ဟောင်းများကို ပြောင်းပြန်လှန်ပစ် လိုက်ပြီး အခြားသူများ၏ ရှုထောင့်အသစ်မှ မြင်တတ်ရန်ဖြစ် သည်။ ထိုသို့ ပြုလုပ်မှုသည် တစ်ခါတစ်ရံ လုပ်ဆောင်ရန်ခက်ခဲ သော်လည်း ပြဿနာမရှိသောလုပ်ရပ် ဖြစ်၏။ မက်ကောနဲလ်၏ ရွှေစည်းမျဉ်းသည် ဝေါသင်တန်စက်မှုလုပ်ငန်းကို ကြီးပွားလာစေ ခဲ့၏။

ပုဂ္ဂိုလ် အများအပြားက ဂျွန်မက်ကောနဲလ်၏ ဒဿနကို ချီးကျူးခဲ့ကြ၏။ ထိုဒဿနကို ကျိုးကြောင်းဆီလျော်သော ဒဿန အဖြစ်လည်းလက်ခံခဲ့ကြ၏။ ပုဂ္ဂလိကဆိုင်ရာဒဿန၊ လုပ်ငန်း ဆိုင်ရာ ဒဿန၊ အောင်ပွဲချီရာဒဿနအဖြစ် လက်ခံခဲ့ကြ၏။

အခြားသူများအား ယင်းတို့၏ ဘဝလိုအပ်ချက်များအတွက် အကူအညီ လုံလောက်စွာပေးခြင်းဖြင့် မိမိဘဝလိုအပ်ချက်မှန်သမျှ သည်လည်း အောင်မြင်မှုရစေခဲ့ခြင်း ဖြစ်၏။ ဤဒဿနသည် လူသားတို့အတွက် လင်းရောင်ခြည်သစ်ဖြစ်၏။ လူတို့သည် မိမိ အတွက်သာကြည့်ခဲ့၍ လုပ်ငန်းများစွာ မတိုးတက်ဘဲ ရှိခဲ့၏။ မိမိ လုပ်သားများ၊ မိမိပစ္စည်းကို ဝယ်ယူ သုံးစွဲသူများ အတွက်ပါ ကိုယ်ချင်းစာနာမှုနှင့် လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်ခြင်းသည် အောင်ပွဲသို့ ချီတက်ခြင်းဖြစ်ပါ၏။

ထို့ကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ငါ့မိသားစု၊ ငါ့လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များ နှင့် သူစိမ်းများအား ငါ့အားဆက်ဆံပြုမူစေလိုသည့်အတိုင်း ငါဆက်ဆံမည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ______________________________

____

____

____။

အခြားသူများအတွက် ဘဝအလင်းရောင်ကို သယ်ဆောင်လာသူအဖို့ထိုအလင်းရောင်သည်မိမိအတွက်လည်းအလိုလို ရရှိပြီး ဖြစ်ပါ၏။

Those who bring sunshine into the lives of others can not keep it from themselves.

James M. Barrie

၁၈။ ရိုးသားမှု

ကျွန်တော်သည် တစ်နေရာ၌ မရိုးသားမှုအကြောင်းကို ဖော်ပြခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါ၏။ ယခု ကျွန်တော်သည် ရိုးသားမှုအကြောင်းကို ထပ်၍ ရေးပါမည်။ ရိုးသားမှုမရှိပါက ဘဝတိုးတက်အောင်မြင်ရေး ကိစ္စကို လုံးဝမကြိုးစားရန်ဖြစ်ပါ၏။ ဘဝတိုးတက်အောင်မြင်ရေး ကိစ္စသည် မရိုးသားသူများနှင့် သူခိုးများအတွက် မဟုတ်ပါ။ မရိုးသားမှုအားလုံးသည် ပျက်စီးခြင်းသို့ ရောက်ရပါ၏။ ထို့ကြောင့် သင်သည် ရိုးသားမှု မရှိပါက ဤစာအုပ်ကို မဖတ်ရန်လည်း ဖြစ်ပါ၏။

Corporate Bigamy စာအုပ်ကို ရေးသားခဲ့သူ ဒေါက်တာ မော်တီမား Dr. Mortimer က အောင်မြင်သော ကုမ္ပဏီကြီး ၅၀၀ မှ ထိပ်တန်းပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတစ်ရာနှင့် တွေ့ဆုံမေးမြန်းရာတွင်

ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများက "မရိုးသားဘဲ ထိပ်တန်းသို့ ရောက်ရှိလာခဲ့သည်ဟုဆိုကြားအံ့၊ ထိုသူသည် ဆင့်အနေသူဖြစ်ပါမည်" ဟုဆိုခဲ့၏။ ဤအယူအဆသည် ခွန်အားရှိ၍ တိကျမှုလည်း ရှိသောအဆိုဖြစ်၏။

သို့သော် ဘဝတစ်ခုကိုမှန်ကန်မှုနှင့် ရိုးသားမှုအပေါ် အခြေခံ၍တည်ဆောက်တော့မည်ဟုဆိုပါက အမှားနှင့် အမှန်ကို ခွဲခြားသိမြင်အောင် လေ့ကျင့်ရမည်။ အမှားနှင့် အမှန်ကို ခွဲခြားသိမြင်သော လုပ်ငန်းမပါဘဲ ရိုးသားမှုသည်လည်း မပေါ်ပေါက်နိုင်၍ သတိရှိရမည်ဖြစ်ပါ၏။

ထို့ကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ယာယီကာသိကာအောက်ဖြစ်မှုတို့ကို အမှုမထားဘဲ မှန်သည့်အရာကိုသာ လုပ်ဆောင်မည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ________________________________

____

____

________________________________။

မည်သည့် ဥပဒေသည် လိုက်နာရန်ဖြစ်၍ မည်သည့်ဥပဒေသည် အတင်းအကျပ် လိုက်နာခိုင်းရန်ဟု ခွဲခြားသတ်မှတ် ထားခြင်းမရှိပါ။

No individual has the right to determine what law shall be obeyed and what law shall be enforced.

Herbert Hoover

၁၉။ သတ္တိ

အောင်ပွဲတွင် သတ္တိသည် အရေးကြီးပါသည်။ လူချင်းတူပါလျက် သတ္တိရှိသူတို့ မိမိရှေ့တက်သွားသည်ကို အားလုံးကြုံဖူးကြမည်ဖြစ်၏။ သတ္တိသည် လုပ်ရဲမှုဖြစ်၏။ အမှန်တရားအတွက် လုပ်ရဲမှုသည်သတ္တိဖြစ်၏။ အားမလျော့မှု၊ ရည်မှန်းချက်၊ ယုံကြည်ချက်အတိုင်း ကိုယ်စွမ်းကိုယ်စကို အသုံးပြု၍ အခြားတစ်ပါးအား မထိခိုက်စေဘဲ လမ်းမှန်ကမ်းမှန်အတိုင်း ဆောင်ရွက်နိုင်မှုသည် သတ္တိဖြစ်၏။ ကမ္ဘာ့သမိုင်းတွင် သတ္တိစွမ်းရည်ကို ပြသခဲ့သူပေါင်း အများအပြား ရှိ၏။ သတ္တိနှင့် ပတ်သက်၍ အမေရိကန်နိုင်ငံတွင် အခုခေတ်၌ ထုတ်ဖော် ပြောဆိုခဲ့သည့် လူငယ်တစ်ဦးမှာ ရမ်ဒီဝါးတားစ် Randy Waters ဖြစ်၏။ သူသည် ဘောလုံးကစားရာတွင် ကိုက်လေးဆယ်ဝေးသော ကန်ချက်များကို ဘောလုံးမြေမကျခင်က ကန်နိုင်သူဖြစ်၏။ ရမ်ဒီသည် တင်းနစ်ချန်ပီယံ

တစ်ဦးလည်းဖြစ်၏။ ရမ်ဒီသည် အသားကြိတ်စက်တွင် လက်တစ်ဖက်ပါသွားသဖြင့် ထိုခဏတွင်ပင် လဲကျသေဆုံးသွားပြီဟု အထင်ခံခဲ့ရသူဖြစ်၏။ သို့သော် ရမ်ဒီသည် ကျန်လက်တစ်ဖက်ဖြင့် စိတ်ဓာတ်မကျဘဲ ဘဝအောင်ပွဲကို သတ္တိမွေး၍ ရယူခဲ့၏။

သတ္တိကို မွေးယူ၍ ရသည်။

ထို့ကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် လူနှစ်ဦးအား သတ္တိရှိလာစေရန် ရည်ရွယ်၍ ရန်ဒီအကြောင်းကို သွားပြောမည်။ ဤသို့ဖြင့် ငါ့ကိုယ်ငါလည်း သတ္တိသွေးသားပြီး ဖြစ်မည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ____________________

____

____

_____________________________။

သတ္တိသည် လူသား၏ အဆင့်အမြင့်ဆုံး အရည်အချင်း ဖြစ်၏။

Courage is the first of human qualities.

Sir Winston Churchill

၂၉။ မျှော်လင့်ချက်

ကိစ္စရပ်တိုင်းတွင် မျှော်လင့်ချက် ရှိနေသည်ဟု ယူဆပါ။ မျှော်လင့်ချက်မရှိတော့ပါဘူးဟုကား အရမ်းမပြောပါနှင့်။ မျှော်လင့်ချက်သည် နေရာတကာတိုင်းတွင် ရှိပါ၏။ မျှော်လင့်ချက်ကို သူချည်းတော့ ပစ်မထားပါနှင့်။ မျှော်လင့်ချက်ကို လုံ့လ၊ ဝီရိယ ထည့်သွင်း၍ အားထုတ်ပါ။

သင်သည် လုပ်ငန်းတစ်ခုကို တည်ထောင်ပြီးကာမှ စွန့်ပစ်ခဲ့သည့်အကြိမ် အတော်လေးများသည်ဟု ယူဆပါ၏။ ကျွန်တော်လည်း ထိုအတိုင်းဖြစ်ပါ၏။ ယခုတော့ ကျွန်တော်သည် ဘယ်ကိစ္စကိုမှ စွန့်မပစ်တော့ပါ။ မျှော်လင့်ချက်နှင့်အတူ ဆက်ကြိုးစားပါသေး၏။

ကျွန်တော့်အမေသည် လူ့ဘဝတွင် နေ၍ရပါက လေးငါးဆယ်ရက်ပါပဲဟု ကျွန်တော့်ညီက အရေးတကြီး လာပြောသော

အခါ ကျွန်တော်သည် အမေ မသေရသေးဘူးဆို၍ ရွာနားမှ ဆရာဝန်နှင့်ပင် ကုသရာ ပြန်ကောင်းလာခဲ့ဖူးပါ၏။

တစ်ခါကမူ ဟာရီပါရီ Harry Perry ဆိုသူအား ဆရာဝန်က သွေးကင်ဆာရောဂါကြောင့် အသက်ဆုံးဖွယ်ရှိကြောင်း ပြောပြရာ သူသည် ကြိုးပမ်းမှုအားလုံးကို စွန့်လွှတ်လိုက်ပြီး ဘဝဆုံးနေသည့် လူတစ်ယောက်အလား နေထိုင်ခဲ့၏။

ထိုအချိန်မှစ၍ ဟာရီပါရီသည် ဘယ်သူနှင့်မှလည်း အတွေ့ မခံဘဲ အရက်ကိုချည်း သောက်နေ၏။ သေမည့် အချိန်ကို သူ စောင့်နေခြင်းဖြစ်၏။ သို့သော် ငါးနှစ်အတွင်း သေဖို့မဆိုထားဘိ၊ သေလုမျောပါးတောင် မဖြစ်သဖြင့် ထပ်မံ၍ ဆေးစစ်ကြည့်ရာ ဆရာဝန်မှားခဲ့ကြောင်း သိရ၏။ ဟာရီပါရီကဲ့သို့ လူများစွာသည် အမှားကို ဆုပ်ကိုင်ကာ မျှော်လင့်ချက်ကို စွန့်ပစ်ခဲ့ကြ၏။

ခေတ်ပျက်သူဌေးဆိုသော အသုံးအနှုန်း တစ်ခုရှိ၏။ ခေတ်ကြီးပျက်ချိန်၌ပင် သူဌေးဖြစ်အောင်လုပ်နိုင်မှု လမ်းစ ရှိနေလျှင် ကျွန်တော်တို့သည် ကျွန်တော်တို့မျှော်လင့်ချက်များကို ဘာကြောင့် ဖျောက်ပစ်ကြမည်နည်း။

ဇနကမင်းသားသည် သင်္ဘောကြီးပျက်နေသည့်တိုင် သူ့ဘဝအတွက် မျှော်လင့်ချက် ထားရှိကာ ကြိုးစားခဲ့သူ ဖြစ်ပါ၏။

ဆလုံလူမျိုးတို့သည် သေဆုံးပြီးသောလူကို ဘယ်တော့မှ မြေမြှုပ်မပစ်ဘဲ နီးရာကျွန်းတစ်ခုပေါ်တွင် အမိုး၊ အကာနှင့်တင်ကာ အစားအစာများနှင့်အတူ ခွေး တစ်ကောင်ကို ထားရစ်ခဲ့ပါ၏။ စားစရာတို့မှာ ထိုလူပြန်ရှင်လာပါက စားရန်နှင့် ခွေးမှာ အသက်ပြန်ရှင်လာပါက အဖော်ရရှိရန် ဖြစ်၏။ ဆလုံလူမျိုးတို့သည် သေဆုံးပြီးဖြစ်သူအတွက်ပင် မျှော်လင့်ချက်ထားကြလျှင် ကျွန်တော်တို့ကရော ဘာကြောင့် ကျန်ကိစ္စများ အားလုံးတွင် မမျှော်လင့်ဘဲ နေကြမည်နည်း။

Steps to the Top စာအုပ်ကို ရေးသူ ဇစ်ဇစ်ဂလာ Zig Ziglar က သူ၏ စာအုပ်တွင် Don't let your epitaph read "Born 1950, Died 1984, Buried 1999" ဟု ရေးသားခဲ့ပါ၏။ သင့်သင်္ချိုင်း ဂူကမ္ပည်းစာတမ်းသည် ၁၉၅၀ မွေး၊ ၁၉၈၄ သေဆုံး၊ ၁၉၉၉ မြှုပ်နှံ ဟုဖြစ်စေသင့်သည်ဟု ဆိုပါ၏။

မျှော်လင့်ချက်မရှိသူသည် အစောကြီးကပင် ဆုံးရှုံးနေသူ ဖြစ်ပါ၏။

ထို့ကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် မျှော်လင့်ချက် မရှိသူမဟုတ်။ အောင်မြင်ဖို့ မွေးဖွားလာသူဟု အစဉ် နှလုံးသွင်း နေမည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ____________________
____
____
______________________________။

ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ဘဝ၏ မျှော်လင့်ချက်နှင့် ယုံကြည်ချက်ဟူသော အဓိကကြိုးနှစ်ချောင်းကို လက်မလွှတ်လိုက်ပါနှင့်။

What ever happens, do not lose hold on the two main ropes of life HOPE and FAITH.

Zig Ziglar

၂၈။ ကြည်နူးဖွယ်ရာစလေးများ

လူ့ဘဝတွင် လူတိုင်းအောင်ပွဲကြီးကို မျှော်လင့်နေကြ၏။ သို့သော်သူတို့ထံသို့ နေ့စဉ် ဝင်ရောက်လာသည်က ကြည်နူးမှု အငယ်လေးများနှင့် အောင်မြင်မှု အငယ်လေးများ ဖြစ်ပါ၏။

တစ်ခါက ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတစ်ဦးက သဘောတရားအရဆိုပါက ယခုရာစုတွင် အမေရိကန်နိုင်ငံ၌ မွေးဖွားလာသောကလေး မည်သူမဆို အမေရိကန် သမ္မတရာထူး ဆက်ခံရရှိနိုင်သည်ဟုဆိုသော်လည်း ရိုးရှင်း မြင်သာသော အချက်မှာ အများစုကြီးသည် အရောင်အတိမ်းကောင်း၍ ရရန် မလွယ်ကူသော ထိုရာထူးကို လက်လွှတ်ကြရမည်ဟု ဆိုပါ၏။

ကျွန်တော်သည် စာပေဆု ရရှိဖူးပါ၏။ စာပေဆုသည် တစ်ကြိမ်၊ နှစ်ကြိမ်သာရရှိခြင်းဖြစ်၍ အခြား ဘဝကြည်နူးစရာ

များက များလွန်း၍ တစ်ကြိမ်၊ နှစ်ကြိမ်ဟု ရေတွက်၍ မဖြစ်နိုင်ပါ။

စာပေဆုရသလို၊ အကယ်ဒမီရသလို၊ ဘွဲ့ထူး ဂုဏ်ထူးရသလို ရရှိသောအချိန်တွင်မှ ပျော်ကြရမည်ဟုဆိုလျှင် လောကတွင် ပျော်ရသောအချိန် အလွန်မှနည်းမည်ဖြစ်၏။ လောကတွင် မည်သူမဆို ချီးကျူးဂုဏ်ပြုခံရခြင်း၊ ပွေ့ဖက်ခံရခြင်း၊ လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ခံရခြင်းတို့ ကြုံရတတ်ပါ၏။

ကျွန်တော်သည် တစ်ပိဿာခွဲရှိသော ငါးတစ်ကောင်များ၍ ရသောအခါက အလွန် ဝမ်းသာခဲ့ရဖူးပါ၏။ လာရောင်းသော ငါး၏အသားနှင့်မတူ၊ ထိုငါးကြီး၏ အသားကို စားရသောအခါ ကျွန်တော့်အဖို့ အရသာထူးထူးကဲကဲ ရရှိခဲ့ဖူးပါ၏။ လူတိုင်းသည် လပြည့်ဝန်းကြီးကို မြင်ဖူးကြမည် ဖြစ်ပါ၏။ ပဒုမ္မာကြာတွေပွင့်နေသောရေကန်သို့လည်း ရောက်ဖူးမည်ဖြစ်၏။ သေးငယ်သော ချမ်းမြေ့မှုလေးများသည် လူ့ဘဝတွင် များစွာရှိပါ၏။ ရေခဲစိမ်ထားသော ရေအေးအေးလေးတစ်ခွက်ကို သောက်လိုက်ရချိန်၊ စွတ်ပြွတ်ပူပူလေးတစ်ခွက်အား အားရပါးရ သောက်လိုက်ရစဉ်၊ လှပသော နေဝင်ချိန် သို့မဟုတ် နေထွက်ချိန်နှင့် ကြုံတွေ့ရသည့် အခါမျိုးတွင်လည်း ကျွန်တော်တို့သည် ကြည်နူးမှုလေးများကို ရတတ်၏။

တစ်ဖန် လွတ်လပ်စွာခရီးသွားလာခြင်း၊ မိမိနှစ်သက်သော စာရေးဆရာ၏ ဟောပြောပွဲသို့ သွားခွင့်ရခြင်း၊ သူငယ်ချင်းများနှင့် ပျော်ပွဲစားထွက်ခွင့်ရခြင်း အစရှိသော အချိန်လေးများသည်လည်း ပျော်စရာကို ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်သော အချိန်လေးများ ဖြစ်ပါ၏။ ဘဝတစ်ခုတွင် ထိုသို့သော ပျော်ရွှင်စရာအငယ်လေးများသည် ထောင်ချီ၍ရှိနိုင်ပါ၏။ ထိုပျော်ရွှင်စရာ အငယ်လေးများသည် ကျွန်တော်တို့ဘဝအား ရှည်လျားစွာသော ပျော်ရွှင် ကြည်နူးမှုများကို ပေးနိုင်ပါ၏။

သို့သော် သင်သည် အောင်မြင်မှုကြီးတစ်ခု ရရှိဖို့အတွက်ကိုသာ တစိုက်မတ်မတ် လိုက်နေသူဖြစ်၏။ သေးငယ်သော်လည်း မိမိတို့ မိသားစုအတွင်း ကြည်နူးချမ်းမြေ့စရာကောင်းသော ပျော်ရွှင်မှုလေးများကိုလည်း ဘဝတွင် စနစ်တကျ ကြည်နူးခံစားဖို့ လိုအပ်ပါ၏။

လူဟူ၍ ဖြစ်လာပါက ဘဝကပေးအပ်သော ဝမ်းမြောက်ကြည်နူးဖွယ်ရာ မှန်သမျှကို ခံစားဖို့ လိုအပ်ပါ၏။ ယမန်နေ့က သူရဲကောင်းကြီးအဖြစ် သတင်းစာတွင် ဖော်ပြခံရမှုသည် နောက်တစ်နေ့တွင် မေ့ပျောက်ဖွယ်ရာ ဖြစ်သွားတတ်၏။ ဘဝ၌ ကြီးမားသော ဆုကြီးများ ရရှိမှုဆိုသည်မှာ တစ်ကြိမ်တစ်ခါမျှသာ ဖြစ်၏။ သို့သော် ဘဝတွင် သေးငယ်လှသော အလှရတနာများ

ဟုဆိုနိုင်သော ပျော်ရွှင်ကြည်နူးမှုလေးများကား ဆက်ခါ ဆက်ခါ နေ့တိုင်း ရရှိနိုင်၏။ သင်သည် ယနေ့တွင်ပင် ကြီးမားသော ပျော်ရွှင်မှုကြီးတစ်ခု မကြုံရစေကာမူ သေးငယ်သော ကြည်နူးစရာ လေးများကို ခံစားလိုက်ပါ။ သင့်မိသားစုအတွင်းပင် ပျော်ရွှင်မှု လေးများ မြောက်မြားစွာရှိပါသည်။ ထိုပျော်ရွှင်မှုလေးများကို လိုလိုလားလား ခံစားကြည့်ပါ။ သင့် ဘဝသည် ထိုသို့သော ပျော်ရွှင်မှုငယ်လေး များနှင့် ဆက်၍ ဆက်၍ ဖြစ်သွားသော် သင့်အား ပတ်ဝန်းကျင်မှ ဒီလူ အတော် ပျော်ပျော်နေတတ်တဲ့ လူပဲဟုဆိုကာ သင့်ဘဝကို အားကျလာမည့်လူ တစ်ပုံတစ်ပင် ရှိလာမည်ကို သင် ယုံကြည်စေလိုပါ၏။

ထို့ကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် အောင်မြင်မှုလေးများနှင့် ဘဝက ပေးအပ်လာသမျှသော ကြည်နူးဖွယ်ရာ ဖြစ်ရပ်လေးများကို အသိအမှတ်ပြု၍ ခံစားမည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ____________________________
____
____
____။

အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် အစဉ်တစိုက် ကြိုးစားနေသူ
အဖို့ အဆိုးဆုံး ဖြစ်မလာနိုင်ပါ။

If you consistently do your best, the worst won't happen.

B. C. Forbes

၂၂။ အပြုသဘော ဝေဖန်ချက်

ဝေဖန်ရေးသောင်းကျန်းသော ကျွန်တော်တို့နိုင်ငံတွင် ဝေဖန်ရေးမျိုးစုံကို ကြားဖူးကြမည်ဖြစ်ပါ၏။ ထိုအထဲတွင် အပြုသဘော ဝေဖန်ချက်ဟူသော စကားအသုံးအနှုန်း တစ်ခုကိုလည်း ရှားရှားပါးပါး ကြားဖူးမည်ဖြစ်ပါ၏။ ပါတီများတွင်ကား အပြုသဘော ဝေဖန်ချက်ဟူ၍ ခေါင်းစီး တပ်ကာ ပိသာလေးဖြင့် ခေါင်းထုသော အလေ့များလည်းရှိ၏။ ထိုသို့သော အပြုသဘောဝေဖန်မှုများကို မဆိုလိုပါ။ တကယ့် အပြုသဘောပါသော ဝေဖန်ချက် Positive Strokes ကို ဆိုလိုပါ၏။ အပြုသဘောဝေဖန်ချက် ဟူသော စကားကို Warm fuzzies ဟူသော စကားလုံးနှင့်လည်း သုံးလေ့ရှိပါ၏။ မည်သည့် ဝေါဟာရနှင့်ပင်သုံးသည်ဖြစ်စေ၊ သင်ကိုယ်တိုင်လုပ်ရမည့် အချက်မှာ တကယ့် အပြုသဘောပါသည့် ဝေဖန်ချက်ကို ပျံ့နှံ့အောင်လုပ်ဖို့ ဖြစ်ပါ၏။ မိမိ၏သူငယ်ချင်းများ၊

လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များ၊ မိသားစုဝင်များအား ယင်းတို့၏ ကောင်းမွန်သော လုပ်ဆောင်ချက်များကိုတွေ့တိုင်း ချီးကျူးစကား ပြောဆိုသည့်အလေ့အကျင့်ကို လုပ်ပေးစေလိုပါ၏။ အချို့သော ပုဂ္ဂိုလ်များကမူ အပြင်ပန်း အားဖြင့် မကောင်းဟု ရှုမြင်စရာဖြစ်သော်လည်း နောက်ကွယ်တွင် ကောင်းကွက်ကလေးများ ရှိနေပါက ထိုအကွက်လေးကို ရှာဖွေထုတ်ဖော်ပြောဆိုရန် ဝန်မလေးဖို့ လိုပါ၏။ ထိုကဲ့သို့ ပြုလုပ်မှုသည် သင့်အတွက် တစ်စုံတစ်ရာအားထုတ်မှု ပြုရခြင်းလည်း ရှိနိုင်ပါ၏။ သို့သော် သင်သည် ဖြူစင်သော စိတ်ထားနှင့် ချီးကျူးမှုပြုခြင်း၊ တစ်ပါးသူ၏ ပင်ကို စွမ်းရည်ကို ရိုးသားစွာသုံးသပ်ခြင်းဖြစ်ကြောင်း ပေါ်လွင်လာပါက အလွန်အကျိုးရှိတတ်ပါ၏။

လူပေါ်လူဇော်လုပ်နည်းမှ မြှောက်ပြောခြင်းနှင့် ဆန့်ကျင်မှုရှိပါ၏။ သင့်အိမ်နီးနားချင်း၊ သင့်မိတ်ဆွေတို့၏ ကြိုးပမ်းမှုများကို သတိထား၍ အသိအမှတ်ပြုရန် ဖြစ်ပါ၏။ အောင်မြင်သော အားကစားအသင်း တစ်ခု ရရှိရေးအတွက် အလေ့အကျင့်မှာ အရေးကြီးသည် မှန်သော်လည်း အားကစားသမားတစ်ဦးချင်းသည် အပြုသဘောနှင့် ဝေဖန်မှုကို လက်ခံဖို့လိုသည် ဟူသော အချက်ကလည်း အလွန်မှ အရေးကြီးပါ၏။

သင့်နေ့စဉ် ပျော်ရွှင်ကြည်နူးဖွယ်ကောင်းသော ခိုင်မာသည့်စိတ်ဓာတ်ရရှိစေရန် သူတစ်ထူးအားလည်း ထိုစိတ်ဓာတ်မျိုး ဖြစ်အောင် ပြုလုပ်ပေးခြင်းသည် အကောင်းဆုံး လုပ်အပ်သည့် အရာများအနက် တစ်ခု ဖြစ်ပါ၏။ သင်သည် သင့်မိတ်ဆွေအပေါ် ယနေ့ Positive Strokes ကို ပေးလိုက်သည်နှင့် သင်လည်း Warm Fuzzies ကို ချက်ချင်း ပြန်ရမည်မှာ သေချာလှပါ၏။ လူတစ်ယောက်အား အလုပ်တစ်ခုနှင့် ပတ်သက်၍ ကောင်းစွာ လုပ်နိုင်မှုအတွက် သင်က ထုတ်ဖော်ချီးကျူးလိုက်ချိန်တွင် သင့်ရင်တွင်း၌လည်း နွေးထွေးကြည်နူးမှုများ ခံစားရတတ်၏။ သင်လည်း လုပ်ငန်းတစ်ခုကို လုပ်ပြီးတိုင်း ချီးကျူးမှုတစ်စုံတစ်ရာကို မျှော်လင့်ခဲ့သည် မဟုတ်ပါလော။ သင့်လုပ်ရပ် တစ်ခုအတွက် တစ်စုံတစ်ယောက်ထံမှ ချီးကျူးမှုကို မရရှိခဲ့သေးဟုဆိုပါက သင့်ဘက်ကလည်း မပေးခဲ့သေးသောကြောင့် ဖြစ်နိုင်၏။

ထို့ကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များ၊ သူငယ်ချင်းများ၊ မိသားစုဝင်များအား ယင်းတို့၏ ကောင်းသောလုပ်ဆောင်ချက်များကို ရှာဖွေ၍ ဖြူစင် မှန်ကန်သော စိတ်ထားဖြင့် ချီးကျူးစကားကို ဆိုပါမည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ....

....

....

.... ။

နေကို မျက်နှာမူပြီး နေလိုက်ပါ။ အရိပ်များသည် နောက်ဘက်သို့ ရောက်သွားပါမည်။

Keep your face to the sun and the shadows will fall behind.

Zig Ziglar

၂၃။ တာခုမ်

ရာဇဝတ်မှုဖြင့် ထောင်ထဲတွင် ကြာရှည်နေခဲ့သူတို့အား ထောင်ထွက်ကြီးဟုဆိုကာ အရပ်ထဲတွင် ဆေးဖော်ကြောဖက် မလုပ်ဘဲ ရှိတတ်ကြ၏။ ထောင်ကျသွားပါက လူဆိုးဟူ၍သာ အမြင်ခံကြရ၏။ ထောင်ကျသွားသူများကို လူတို့က အပြီးတိုင် လူဆိုးစာရင်း သွင်းတတ်ကြ၏။

သို့သော် အထက်ပါ အစဉ်အလာနှင့် ဆန့်ကျင်ဘက် ကိစ္စ တစ်ရပ်ဖြစ်ခဲ့ဖူး၏။ လာရီဝဲလ် Larry Wells ဆိုသူသည် လက်နက်ကိုင်ဆောင်မှု၊ ဓားပြမှုတို့ဖြင့် ၁၅ နှစ် ထောင်ကျသွားခဲ့၏။ လာရီဝဲလ်သည် သူ့အားထောင်ချသော တရားသူကြီးနှင့် ဝိုင်းဖမ်း သောသူများအပါအဝင် ရဲများနှင့် အစိုးရရှေ့နေအပေါ် လက်စား ချေရန် အငြိုးလည်းရှိနေ၏။ သို့သော် သာမညကိစ္စလေး တစ်ခု

သည် သူ့ဘဝကို လုံးလုံးလျားလျား ပြောင်းလဲစေခဲ့၏။ လာရီ၏ မိဘများက တစ်နေ့တွင် ထောင်တွင်းသို့ ဂျိမ်းအယ်လင် James Allen ၏ As a Man Thinketh လူတစ်ယောက် တွေးခေါ်သည့်အတိုင်းဆိုသည့် စာအုပ်တစ်အုပ်ကို ပို့ပေးခဲ့၏။ ထို စာအုပ်ကို ဖတ်ပြီးသောအခါ လာရီသည် မိုးကြိုးပစ်ခံရသလို ခံစားခဲ့ရ၏။

ထိုစာအုပ်က လာရီအား လူတစ်ယောက်သည် မိမိကိုယ်မိမိ ယူဆထားသည့်အတိုင်း ဖြစ်လာတတ်သည်ဟူသောအချက်ကို ကောင်းစွာသဘောပေါက်စေခဲ့၏။ ထိုနေ့မှစ၍ လာရီသည် ထောင်တွင်း၌ပင် မကောင်းသော အတွေးအခေါ်များကို စွန့်ပယ်၍ အပြုသဘော ဆောင်သော အမြင်များကို ပြောင်းလဲ ထားရှိခဲ့၏။

ယနေ့ လာရီသည် Expedition Outreach ဟူသော အဖွဲ့ကြီး၏ ခေါင်းဆောင် အကြီးအကဲ ဖြစ်နေပါ၏။ ထိုအဖွဲ့ကြီး သည် လူငယ်ပေါင်းများစွာတို့၏ စိတ်ထဲတွင် အပြုသဘောဆောင် သော အမြင်များကို တည်ဆောက်ပေးခဲ့၏။ လာရီဝဲလ်က လူ တစ်ယောက်၏ အတွေးအမြင်သည် ထိုလူ၏ ဘဝပင်ဖြစ်သည်။ အမြင်ကို ပြောင်းလဲခြင်းဖြင့် ဘဝကို ပြောင်းလဲစေနိုင်သည်ဟူ

သောအတွေးကို လာရီသည် စာအုပ်မှရရှိခဲ့၏။ ရရှိမှုကို လက်တွေ့ပြုလုပ်ခြင်းအားဖြင့် လာရီ၏ ဘဝသည် ပြောင်းလဲလာခဲ့၏။

ထို့ကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ငါသည် ယနေ့မှစ၍ စာပေလိုက်စားမှု ပြုမည်။ စာပေထဲမှ မှန်ကန်ကောင်းမွန်မှုများကို ငါသည် လက်တွေ့ အကောင်အထည်ဖော်မည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ______________________________ ။

မိတ်ဆွေဖြစ်မှုကို တိုးချဲ့ပါ။ ဆယ်ဆ အကျိုးပြန်လာပါမည်။

Radiate friendship and it will be returned ten fold.

Henry P. Davidson

၂၄။ ထိုးထွင်းဉာဏ်

လူတိုင်းတွင် ထိုးထွင်းဉာဏ် ရှိသည်။ ထိုဉာဏ်ကို ကျွန်တော်တို့ အသုံးပြုရမည် ဖြစ်၏။ ဖြတ်ထိုးဉာဏ်ဟုလည်း ခေါ်ကြသည်။ ကမ္ဘာကျော်တိုက်ပွဲကြီးများတွင် ဖြတ်ထိုးဉာဏ်ရှိသည့်ဘက်မှ အင်အားများစွာသော တပ်များကို အနိုင်တိုက် အောင်ပွဲခံခဲ့သည်များကို စစ်သမိုင်း မှတ်တမ်းများတွင် ဖတ်ရှုကြမည်ဖြစ်ပါ၏။

အတူတူ တစ်တန်းတည်းသားချင်း ဖြတ်ထိုးဉာဏ်ရှိသော ကျောင်းသားက ဂဏန်းသင်္ချာတွက်လျှင် အမြန်ပြီးတတ်၏။ လူ့ဘဝအောင်မြင်ရေး လမ်းကြောင်းတွင် ဖြတ်ထိုးဉာဏ်ကိုလည်း ကျွန်တော်တို့ ပစ်ထား၍ မရပါ။

ယနေ့ကမ္ဘာတွင် Popcorn ခေါ် ပြောင်းဖူးပေါက်ပေါက်သည် ကျော်ကြားသော စားစရာတစ်မျိုး ဖြစ်နေ၏။ ဒင်းနစ်

ကော့ပဲဆဲလ် ဆိုသူကို Popcorn King ပြောင်းဖူးပေါက်ပေါက် ဘုရင်ဟု ဆိုကြ၏။ ထိုဘွဲ့ကို သူ ဘယ်ကရခဲ့သနည်းဟုဆိုပါက လမ်းဘေးက ရရှိခဲ့ခြင်းဖြစ်၏။ ခေတ်ဟောင်းက ပြောင်းဖူးဖုတ်ရောင်းသည့် လှည်းအိုကြီးတစ်ခုကို ဘယ်သူမှ စိတ်ဝင်စားမှု မရှိ။ လမ်းဘေးတွင် နှစ်အတော်ကြာ ဒီအတိုင်းသာ ရှိနေ၏။ ထိုလှည်းအိုကြီးကို ဒင်းနှစ်တွေသောအခါ အတော်နိပ်သော အကြံတစ်ခုကို သူ ရရှိခဲ့ပါ၏။ သည်လှည်းအိုကြီးအား အပင်ပန်းခံ၍ ပြင်၏။ ထို့နောက် ပွဲလမ်းသဘင် အခါကြီး နေ့ကြီးများတွင် ထိုလှည်းအိုကြီးဖြင့် ရှေးနည်းအတိုင်း ပြောင်းဖူးများကို ဖုတ်၍လည်းကောင်း၊ ပေါက်ပေါက်ပြုလုပ်၍လည်းကောင်းရောင်းရာ ဒင်းနှစ်၏ ပြောင်းဖူးမှ မစားဖူးသောသူသည် ခေတ်မမီတော့သည့် ဘဝသို့ ရောက်ရှိကာ ဒင်းနှစ်သည်လည်း ပြောင်းဖူးပေါက်ပေါက် ဘုရင်ဘဝသို့ ရောက်ခဲ့၏။

မြန်မာတို့သည် ထိုးထွင်းဉာဏ်ရှင်သူများ ဖြစ်ကြပါ၏။ ထိုးထွင်းဉာဏ်ကိုအသုံးပြုရန်၊ မျက်စိကို ဖွင့်ထားရန်လည်း လိုအပ်ပါ၏။ အခွင့်အလမ်းဟူသည် ကြိုးစား ဖမ်းယူရသော အရာဖြစ်သည်။ သူ့အလိုလို ဗိုက်ကို ခေါင်းနှင့်လာဝှေ့သောအရာမဟုတ်။ သို့သော် ဖမ်းယူတတ်သူတို့အတွက် အခွင့်အလမ်းကလည်း မကြာခဏ ပေါ်တတ်ပါ၏။

ထိုကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ငါ၏ ထိုးထွင်းဉာဏ်ကို အသုံးပြုရန်၊ အခွင့်အလမ်းများကို ရှာဖွေရန် မျက်စိဖွင့် ထားမည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ______________________________
____
____
______________________________။

ယခင်ကမရှိသေးသော အရာများကို အိပ်မက်မြင်မက်နိုင်စွမ်းရှိသူများ ကျွန်ုပ်တို့ထံတွင် လိုအပ်နေသည်။

We need men who can dream of things that never were.

John F. Kennedy

၂၅။ နှိုင်းယှဉ်ခြင်း

ကျွန်တော်သည် ဤစာအုပ်ကို လူတတ်ကြီးလုပ်၍ ရေးနေခြင်းမဟုတ်ပါ။ ကျွန်တော်သင်တန်းတစ်ခုကို တက်၍ စာတစ်အုပ်ကိုဖတ်ရင်းမှ ကျွန်တော်၏ သွက်သွက်ခါအောင် မှားသော အမှားများကို တွေ့မိရာမှ စာဖတ်သူလည်း ဆင်ခြင်နိုင်ပါက အကျိုးရှိလေမည်ဟုထင်ကာ ချရေးနေခြင်းဖြစ်ပါ၏။

ဘီလ် ဂလတ်စ် Bill Glass ဆိုသူ တရားဟောဆရာတစ်ယောက်သည် လေ့လာမှုတစ်ခုကို ပြုလုပ်ခဲ့ရာ ထောင်ထဲတွင်ရှိသောအကျဉ်းသား ၉၀ ရာခိုင်နှုန်းသည် သူတို့၏ မိဘများက မင်းတစ်နေ့တော့ ထောင်ထဲရောက်မှာပဲ ဟုမှတ်ချက်အချခံရသူများဖြစ်နေပါ၏။ ဘီလ်၏ လေ့လာမှုကို ကျွန်တော်ဖတ်ရပြီးသော အချိန်တွင် ကျွန်တော်သည် ကျွန်တော့်သားအား မင်း ထောင်ထဲ

ရောက်မယ့် အကောင်ပဲဟု အကြိမ်တစ်ထောင်လောက် ပြောပြီး ဖြစ်၏။ ကျွန်တော်သည် ယခုအတိုင်းဆိုပါက ထောင်ထဲ မရောက်မချင်း ပြောနေမည့်ကိန်းဆိုက်နေ၏။ ယနေ့အထိ ကျွန်တော့်သား ထောင်ထဲမရောက်သေးခြင်းမှာ ကျွန်တော့်ကြောင့် မဟုတ်။ သူ့အရည်အချင်းကြောင့်သာဖြစ်၏။

သားသမီးများနှင့် ပတ်သက်၍ စကားဝိုင်းများတွင် ဂုဏ်ယူပြောဆိုတတ်ကြသော မိဘများရှိပါ၏။ ထိုမိဘများသည်ပင် မိမိတို့ကလေးများ၏ တိုးတက်ရေးကိစ္စကို ပြောတိုင်း အခြားကလေးများနှင့် နှိုင်းယှဉ်၍ ပြောတတ်ကြ၏။

တွမ်မူလင်း **Tom Mullen** ဆိုသူက သူ၏ **Life is a Laughing Matter** အလေးအနက် ပြောရရင် ဘဝ ဆိုတာ ရယ်စရာပါစာအုပ်၌ ၁၅ နှစ်သမီးအရွယ် အေမီ၏ အကြောင်းကို ဖော်ပြထားပါ၏။ တစ်နေ့တွင် အေမီသည် အဆင့် "ဘီ" ရရှိသွားခဲ့ရာ မိဘများက ကလေးမအား လမ်းထိပ်က ကပ္ပွဲ အမြဲသွားနေတဲ့ကောင်မလေးက "အေ" ရတယ်။ ညည်းက "ဘီ" ပဲရသလားဟူ၍ သူ့ရာ အကြီးအကျယ် တုန်လှုပ်သွား၏။ နောက်တစ်နေ့တွင် အေမီသည် မိဘများအား "ကျွန်မက တကယ်ညံ့လို့ရှိမှာပါ" ဟု စာရေး၍ ပြောခဲ့၏။ ထိုစာကို မိဘများ ဖတ်ရချိန်တွင်

အေမီလည်းမရှိတော့ပါ။ ထိုစာသားသည်လည်း အေမီ မိမိကိုယ်ကို မိမိ သေကြောင်းမကြံစည်မီ မိဘများထံ ရေးခဲ့သော စာထဲမှ တစ်ကြောင်းဖြစ်ပါ၏။

လူတို့၏ စိတ်ထဲသို့ ဝင်ရောက်လာသော အရာများသည် ထိုသူအား လွှမ်းမိုးတတ်သည်ကို ကျွန်တော်တို့ အထူးသတိပြုကြ ရမည်ဖြစ်ပါ၏။ တကယ်တော့ အေမီ၏ ဖြစ်ရပ်မျိုးသည် ရှားရှား ပါးပါးဖြစ်ရပ်လည်းမဟုတ်။ မကြာခဏ ဖြစ်နေသော ဖြစ်ရပ်တစ်ခု ဖြစ်သည်ကို မိဘများ သတိပြုရန် လိုအပ်ပါ၏။

မိဘတို့က မိမိတို့၏သားသမီးများ မည်မျှတော်သည်၊ မည်မျှ လိမ္မာသည်ကို ဂုဏ်ပြိုင်လိုသောစိတ်ဖြင့် နှိုင်းယှဉ်ရင်း သားသမီး များ ဓားစာခံဖြစ်ရသည်ကို ရပ်ဖို့ကောင်းသည်မှာ ကြာပြီ ဖြစ်၏။ ညှော်သည်လာစဉ်က မူကြိုကျောင်းမှ မိမိ၏ကလေးငယ် အား အင်္ဂလိပ်သီချင်းဆိုခိုင်းခြင်းသည် မိမိရင်သွေးကို ဓားစာခံ လုပ်၍ မိဘများ ဂုဏ်ပြိုင်လုပ်မှုဖြစ်၏။

ကျဆုံးခြင်းသည် ရှက်ဖွယ်မဟုတ်ကြောင်း ကျွန်တော်လည်း ဤစာအုပ်ရေးနေရင်းမှသာ သိရှိခဲ့၏။ ထိုအချိန်တွင် ကျွန်တော့် အသက် ၅၀ ကျော်နေပြီ ဖြစ်၏။ ရှက်ဖွယ်ကိစ္စကား ဘာကိစ္စ

ဖြစ်သနည်း။ ရှက်ဖွယ်ကိစ္စဆိုသည်မှာ ကြိုးပမ်းလုပ်ဆောင်ရန် ငြင်းဆိုသော ကိစ္စသာလျှင် ရှက်စရာဟု ကြီးပွားတိုးတက်ရေး စာအုပ်များကို ရေးသားသူ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတို့က ဆို၏။

ထို့ကြောင့် ကျွန်တော်တို့ကိုယ်တိုင်အတွက် လည်းကောင်း၊ သားသမီးများအပေါ် ပြုမူရာတွင်လည်းကောင်း၊ အများနှင့် နှိုင်းယှဉ်တာမျိုး တတ်နိုင်သမျှ နည်းအောင်ပြု၍ ပင်ကို အရည်အသွေးဖြင့် အကောင်းဆုံးကြိုးစားရန်အတွက်သာ လုပ်ဆောင်ကြဖို့ လိုပါ၏။ ကလေးလူငယ်တို့အား အခြားမည်သူတစ်ဦးတစ်ယောက်ကမှ ထိုကလေး၏ မိဘ၊ ညီအစ်ကို၊ မောင်နှမများကဲ့သို့ ပျော်ရွှင်ဝမ်းမြောက်မှုကို မပေးနိုင်ပါ။

ကလေးတစ်ယောက်သည် အခြားသူမဟုတ်။ ထိုကလေးပင် ဖြစ်သည်။ ထိုကလေး၌ သူ့တွင် သီးခြားထူးခြားမှုများ ရှိ၏။ လူတိုင်းတွင် သီးခြားဖြစ်မှုများ ရှိ၏။

ကမ္ဘာ့လူသားများ သန်း ၆၀၀၀ ကျော်ရှိသည့်တိုင် တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦးတူကြသူဟူ၍မရှိ။ ကလေးတစ်ဦးသည် အခြားတစ်ဦးနှင့်ဘယ်လိုမှ မတူနိုင်ပေ။ ထို့ကြောင့် နှိုင်းယှဉ်ဆုံးဖြတ်ခြင်း ကိစ္စသည် မလိုအပ်။ တစ်ဦးချင်းစီ၏ သီးခြား အရည်အချင်းများကို သီးခြား မြေတောင်မြှောက်ရန်လိုအပ်၏။

ထို့ကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် မိမိတွင်ရှိသော အရည်အချင်းဖြင့် မိမိ လုပ်နိုင်တာကို အကောင်းဆုံး လုပ်မည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ________________________________

____

____

____။

ငုံ့ကြည့်လျှင် ခေါင်းမူးတတ်သည်။

Tis looking downward makes one dizzy.

Robert Browning

၂၆။ စွမ်းဆောင်နိုင်မှု

လူတိုင်းတွင် အောင်မြင်ကြီးမြတ်သော မျိုးစေ့များရှိနေကြ၏။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သူတို့သည် လူများဖြစ်နေကြခြင်းကြောင့် ဖြစ်၏။ လူသားတွင် အောင်မြင်မှုကို ဖမ်းယူနိုင်သောသတ္တိ၊ ဖန်တီးနိုင်သော စွမ်းအားများရှိ၏။

သင့်၌လည်း ထိုမျိုးစေ့ရှိနေ၏။ သင်သည်လည်း ဖန်တီးနိုင်သူ၊ အောင်ပွဲကို ဆုပ်ကိုင်နိုင်သူဖြစ်၏။

သင်သည် ကြီးမားသောလုပ်ငန်းကြီးများကို လုပ်ဆောင်နိုင်သူဖြစ်သည်။ သင်၏ စွမ်းအားကို အသုံးပြုပါက ထိုသို့ အသုံးပြုရန် သင့်ထံသို့ စွမ်းအားများ အလိုလို ထပ်မံရောက်ရှိလာမည် ဖြစ်ပါ၏။

အင်္ဂလိပ်စကားလုံးတွင် can စွမ်းဆောင်နိုင်သည် ဟူသော စကားတစ်လုံးရှိ၏။ ထိုစကားတစ်လုံးသည် အင်္ဂလိပ်ဘာသာ၌ အလွန်အရှိန်အဝါကြီးသော စကားလုံးဖြစ်၏။

၁၈၄၀ ပြည့်နှစ်က မည်သူမျှ တစ်နာရီတွင် မိုင်သုံးဆယ်ထက် ကျော်လွန်သောအရှိန်ဖြင့် ရွေ့လျားသွားလာမှုကို မပြုနိုင်။ ပြုပါက အသက်ရှုကျပ်လာနိုင်သည်ဟု သတင်းစာများတွင် ရေးသားခဲ့ကြ၏။

၁၉၀၁ ခုနှစ်က လူသားသည် ကောင်းကင်ယံတွင် ပျံတက်နိုင်သော စက်မျိုးကို ပြုလုပ်ဖန်တီး၍ ရနိုင်မည်မဟုတ်ဟု ဆိုခဲ့ပြန်၏။

- ၁၉၂၆ ခုနှစ်တွင်ကား လကို တစ်စုံတစ်ရာဖြင့် မှန်အောင် ပစ်ခတ်ရန် ကြံစည်ခြင်းသည် အခြေခံအားဖြင့် မဖြစ်နိုင်ဟု ရေးသားခဲ့ကြ၏။
- ၁၉၃၀ ပြည့်နှစ်သို့ ရောက်သောအခါတွင်ကား ရုပ်ဝတ္ထုပစ္စည်းတွင် ကိန်းအောင်းနေသော စွမ်းအင်ကိုထုတ်ယူရန်မှာ မဖြစ်နိုင်ဟုဆိုခဲ့၏။
- Anyone traveling at the speed of thirty miles per hour will definitely suffocated- 1840.
- No possible combination can be united into a parctical machine by which men shall fly- 1901

- The foolish idea of shooting at the moon is basically impossible- 1926
- To harness the energy locked up in matter is impossible- 1930

အထက်ပါ ကောက်နုတ်ချက်များအားလုံးသည် သတင်းစာများထဲမှ တိုက်ရိုက်ကောက်နုတ်ဖော်ပြချက်များ ဖြစ်ပါ၏။ အနှစ် ၁၀၀ အတွင်း မဖြစ်နိုင်တာများ ဖြစ်နိုင်ခဲ့ပါ၏။ အယ်ဒီဆင်နှင့် ရိုက်ညီနောင်တို့သည် မဖြစ်နိုင်ဟူသော စကားများကို လက်မခံကြသူများဖြစ်၏။

၂၈ ပေမျှရှည်လျားသော အလျားကို ခုန်ရန် မဖြစ်နိုင်ဟု ကျွမ်းကျင်သူတို့က ယုံကြည်ခဲ့သော အချိန်တစ်ချိန်ရှိခဲ့၏။ သို့သော် ဘော့ဘီမွန် Bob Beamon ဆိုသော အားကစားသမားသည် ၂၉ ပေ အလျားခုန်ကာ စံချိန်သစ်တင်ခဲ့၏။

နှစ်ပေါင်းများစွာကပင် ကျွမ်းကျင်သူတို့သည် တစ်မိုင်မျှရှိသော ခရီးကို လေးမိနစ်ထက် လျော့နည်းသော အချိန်အတွင်း ရောက်အောင်မပြေးနိုင်ဟု ယုံကြည်ခဲ့ကြ၏။ သို့သော် ၁၉၅၄ ခုနှစ်တွင် ရောဂျာဘင်နစ္စတာ Roger Bannister သည် တစ်မိုင်ကို လေးမိနစ်ထက်လျော့နည်း၍ ပြေးပြခဲ့ပါ၏။ ယနေ့တွင်မူ ထိုစံချိန်

ကို အထက်တန်းကျောင်းသား အားကစားသမားပင် လိုက်နိုင်နေပြီဖြစ်၏။

၁၉၇၆ ခုနှစ်က နာဒီယာကွန်မာနိစီ Nadia Comaneci သည် အိုလံပစ်အားကစားပွဲတွင် စံချိန်သစ်ဆယ်ခုကို တင်နိုင်ခဲ့၏။ ယခုတော့ အခြားမိန်းကလေးများသည်လည်း စံချိန် ၁၀ ခုကို ချိုးသော အောင်မြင်မှုမျိုး ရယူလာခဲ့ကြ၏။

တစ်ယောက်က စံချိန်သစ်တစ်ခုကို တင်ထားတိုင်း နောက်တစ်ယောက်က ထိုစံချိန်သစ်ကို ချိုးပစ်လိုက်နိုင်၏။ လူသားသည် အံ့ဖွယ်ကောင်းလှ၏။ ကန့်သတ်ချက်ဆိုသည်မှာ ကျွန်တော်တို့သည် ကိုယ့်ဟာကိုယ် ထားရှိခြင်းသာဖြစ်၏။ အဟန့်အတားဆိုသည်မှာ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကန့်သတ်ချက်များဖြစ်၏။ ထိုအချက်ကို ရှင်းလင်းစွာ မြင်လာသည်နှင့် ကျွန်တော်တို့ လုပ်ဆောင်ချက်များသည် စံချိန်သစ်များကို တင်လာနိုင်မည်ဖြစ်၏။ တစ်စုံတစ်ရာကို ဖြစ်မည်ဟု ယုံကြည် သဘောပေါက်ပါက ထိုအရာသည် ဧကန်ဖြစ်မည်ဟု အလောင်းအစား ပြုသင့်ပါ၏။

ထို့ကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် စွမ်းဆောင်နိုင်မှုကို ယုံကြည်သည်။ ကန့်သတ်ချက်များအားလုံးကို ဖယ်ရှားပစ်မည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ______________________________

____

____

______________________________။

မရဲသူသည် အရဲစွန့်၍ မလုပ်ကြ။

Those who dare not, do not.

Zig Ziglar

၂၈။ မတော်တဆ ကိစ္စများ

လောကတွင် မလွှဲမသွေဖြစ်သည့် ကိစ္စများရှိသလို မတော်တဆကိစ္စများလည်း ရှိနေ၏။ ကမ္ဘာကြီးသည်ပင် မတော်တဆ ဖြစ်ပေါ်လာခဲ့ခြင်းဖြစ်၏။

ကျွန်တော်သည် မတော်တဆကြောင့် ကောင်းကျိုး ဖြစ်ခဲ့မှုများကိုတင်ပြလိုပါသည်။ သင့်ကလေး အသားဝါဖူးပါက ကလေးဆေးရုံကြီးတွင် ကလေး၏မျက်လုံးနှစ်လုံးကို အဝတ်အနက်နှင့်ပိတ်ကာ မီးချောင်းအောက်တွင် ထားလိုက်သည်ကိုလည်းကောင်း၊ အသားဝါတာ သိပ်များပါက သင့်ကလေးအား ဆရာဝန်က အကျီချွတ်၍ နေရောင်ပြပေးရန်သော်လည်းကောင်း ပြုလုပ်ပြောဆိုမည်ဖြစ်၏။

အသားဝါခြင်းသည် သွေးထဲမှ ဘီလီရူဘင်ဆိုသော ပစ္စည်းကြောင့်ဖြစ်လေရာ ထိုပစ္စည်းအား မည်သို့ချေဖျက်ရမည်ကို အကြီး

အကျယ်စဉ်းစားနေကြစဉ် အိန္ဒိယနိုင်ငံ၌ ဘီလီရှုဘင်များကို ရုံး ပိတ်ရက်တစ်ခုတွင် မတော်တဆ နေရောင်အောက်တွင်ထားမိရာမှ အလင်းရောင်သည် ဘီလီရှုဘင်ကို ဖျက်ဆီးနိုင်ကြောင်း သိရှိခဲ့ရာ အသားဝါသော ကလေးငယ်များစွာ၏ အသက်ကို ကျွန်တော်တို့ ကယ်တင်နိုင်ခဲ့၏။

ယခု ဤကမ္ဘာကြီးတွင် ပင်နဆလင်ဟူသော ဆေးမရှိပါက ကမ္ဘာ့လူ သုံးပုံ တစ်ပုံအတွက် သေဖို့ရာပင်ရှိ၏။ ပင်နဆလင်ကို ဆာ အလက်ဇန္ဒြား ဖလင်းမင်းသည် မတော်တဆတွေ့ခဲ့ခြင်း ဖြစ်၏။ ထိုမတော်တဆကိစ္စသည် ဒေါက်တာ ဖလင်းမင်းအား ဆာဘွဲ့ကို ရရှိစေခဲ့၏။ ကမ္ဘာ့လူသန်းပေါင်းများတို့၏ အသက်ကို ကယ်တင်နိုင်ခဲ့၏။

ဒူနီယာပီယာဆယ်လ် Duane Pearsall သည် သိပ္ပံ ပညာရှင်တစ်ဦးဖြစ်၏။ ဓာတ်ခွဲခန်းထဲတွင် ကျွမ်းကျင်သူ ပညာရှင် တစ်ဦး၏ စီးကရက်အငွေ့ကြောင့် အထူး စီမံထားသော စက် ကိရိယာ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခု ပျက်သွားခဲ့၏။ သူသည် ထိုစဉ်က တည်ငြိမ် လျှပ်စစ်စွမ်းအင်ကို ထိန်းချုပ်သည့် အီလက်ထရွန်းနစ် ကိရိယာအား စမ်းသပ်နေချိန် ဖြစ်၏။

ထိုအခါက ပီယာဆယ်လ်သည် စက်ကိရိယာ အစိတ်အပိုင်း ပျက်စီးသွား၍ သူ့စမ်းသပ်မှုကို ရပ်ဆိုင်းလိုက်ရပြီး စိတ်အနှောင့် အယှက်အတော်ကြီး ဖြစ်သွားခဲ့ရ၏။

နောက်ပိုင်းတွင် မီးခိုးငွေ့သည် မိမိ၏ စက်ကိရိယာအပေါ် အာနိသင်ပြမှုဆိုသည်မှာ တန်ဖိုးရှိသော ပညာရပ်တစ်ရပ်ဖြစ်သည်ကိုသိရှိလာမှ သူသည်မမျှော်လင့်ဘဲ တိုတောင်းလှသောကာလလေးအတွင်း မတော်တဆဖြစ်မှုလေးမှ မီးခိုးအချက်ပြစနစ် **Smoke detector alarm** ကို တီထွင်ခဲ့ရာ လူထောင်ပေါင်းများစွာ၏အသက်ကို ကယ်နိုင်ခဲ့၏။

အောင်မြင်မှုသည် နည်းလမ်းပေါင်း များစွာဖြင့် ရောက်လာတတ်၏။ မတော်တဆကိစ္စများမှ အောင်မြင်မှုများ မကြာခဏရတတ်၏။ ထို့ကြောင့် ကိစ္စရပ်တိုင်းတွင် အခွင့်အလမ်းကို မြင်အောင် ကြည့်သည့် အလေ့အကျင့် မိမိ၏ စိတ်ဓာတ်တွင် ကိန်းအောင်းနေအောင် တည်ဆောက်ပေးရန် လို၏။ အခွင့်အလမ်းသည် နေရာတိုင်းတွင် ရှိတတ်၏။ မကြာခဏဆိုသလို ကျွန်တော်တို့နှင့်အလွန်နီးကပ်စွာ ရှိနေတတ်သည်ကို သတိပြုရန် လိုအပ်ပါ၏။

ထို့ကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် မတော်တဆ ဖြစ်ရပ်များအား အခွင့်အလမ်းဟု သဘောထားကာ သတိရှိနေပါမည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ....

....

....

....။

အကောင်းဆုံးကို မျှော်လင့်ထားပါ။ အဆိုးဆုံးအတွက်လည်း ပြင်ဆင်ထားပါ။ ဘာပဲကြုံလာကြုံလာ ရင်ဆိုင်လိုက်ပါ။

Expect the best. Prepare for the worst. Take what comes.

Zig Ziglar

၂၈။ အသက် အပိုင်းအခြား

ဤကမ္ဘာကြီးကို ငယ်ရွယ်သူတို့၏ကမ္ဘာဟု စကားဆိုကြ၏။ ထိုစကားမှန်မမှန် သမိုင်းကို သက်သေတည်ပါက ယင်းစကား မှန်ကန်ကြောင်းတွေ့ရမည် ဖြစ်ပါ၏။

လေယာဉ်ဖြင့် အတ္တလန်တိတ်သမုဒ္ဒရာကို ပထမဦးဆုံး မရပ်မနားဘဲ ဖြတ်သန်းကာ ပဲရစ်မြို့အထိ ရောက်အောင်သွားခဲ့သည့် လင်းဘတ် **Lind berg** သည် အသက် ၂၅ နှစ်သာ ရှိပါ၏။

ဂျွန်ပေါလ်ဂျုံး **John Paul Jones** သည် ကမ္ဘာ့ပင်လယ်ပြင်အားလုံးကို ဖြတ်သန်း ခုတ်မောင်းနိုင်သော သင်္ဘောကပ္ပတိန်ရာထူးကို ရရှိချိန်တွင် အသက် ၂၂ နှစ်သာ ရှိသေး၏။

နပိုလီယံသည် အသက် ၂၃ နှစ်မပြည့်မီကပင် အမြောက်တပ်၌ ဗိုလ်ကြီးအဆင့်သို့ရောက်နေ၏။ ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းသည်

လည်း သေနာပတိချုပ်ရာထူးကို ရရှိချိန်တွင် အသက် ၃၀ မပြည့်သေးပါ။

အက်ဂါအယ်လင်ပိုးသည် Edgar Allen Po သည် ကဗျာဆရာအဖြစ် နိုင်ငံတကာအထိ နာမည် ကျော်ကြားလာချိန်တွင် အသက် ၁၈ နှစ်မျှသာ ရှိနေသေး၏။ ထရေစီ အော်စတင် Tracy Austin သည် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု တင်းနစ်ချန်ပီယံဖြစ်ချိန်တွင် ၁၆ နှစ်သာ ရှိသေး၏။ အလက်ဇန္ဒြားသည် ဂရိတ် Alexander the Great သည် အသက် ၂၆ နှစ်တွင် ကမ္ဘာ့ဒေသများစွာကို အောင်မြင်ခဲ့ပြီးဖြစ်၏။

အယ်လီဝှစ်တနေ Eli Whitney သည် ဝါကြိတ်စက်ကို အသက် ၂၈ နှစ်တွင် အဆင့်မြင့်အောင်တီထွင်နိုင်ခဲ့၏။

ပါမောက္ခကြီးများပင် စိတ်ရှုပ်စေခဲ့သော သင်္ချာပုစ္ဆာများကို ငါးနှစ်သား အရွယ်ကပင် တွက်ပြနိုင်သော ပါရမီရှင်ကလေးများ အကြောင်းကိုလည်း သတင်းစာများတွင် ဖတ်ရှုရပါ၏။ အထက်ပါစာရင်းကို ကြည့်ပါက အသက်သုံးဆယ်မတိုင်မီ ထူးခြားပြောင်မြောက်သော ကိစ္စများကို လူငယ်တို့လုပ်နိုင်ကြသည့် သာဓကကို တွေ့ကြရပါ၏။

သို့သော် ကျွန်တော်သည် ဤကမ္ဘာမြေကြီးသည် အသက်ကြီးရင့်သူတစ်ဦး၏ ကမ္ဘာလည်းဖြစ်၍ လူလတ်ပိုင်းသည်လည်း ဤကမ္ဘာမြေအား ပိုင်ဆိုင်ကြောင်း ထပ်မံ သက်သေ ပြဦးမည် ဖြစ်ပါ၏။

ကွန်မိုဒိုဗန်ဒါဘီ **Commodore Vanderbilt** သည် အသက် ၇၀ ရောက်သည်အထိ မီးရထားသံလမ်းအလုပ်ဖြင့် အထွတ်အထိပ်သို့ မရောက်သေးဘဲ ရှိနေ၏။ ယင်းသည် အသက် ၈၈ နှစ်တွင်မှ မီးရထားသံလမ်းလုပ်ငန်းတွင် အတက်ကြွဆုံး ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတစ်ဦးအဖြစ် ရပ်တည်လာခြင်းဖြစ်သည်။

ဆိုကရေးတီး **Socrates** သည် အသက် ၈၀ ရောက်မှ ဂီတပညာကို လေ့လာလိုက်စားခဲ့သူဖြစ်၏။ ပါစတာ **Pasteur** သည် အသက် ၆၀ အရွယ်တွင်မှ ခွေးရူးပြန်ရောဂါအတွက် ဆေးကို စမ်းသပ်အောင်မြင်ခဲ့၏။ ကိုလံဘတ် **Columbus** သည် အသက် ၅၀ ကောင်းစွာကျော်ပြီးချိန်မှ အမေရိကတိုက်ကို ရှာဖွေတွေ့ရှိသော၊ ပထမဆုံးသော ပင်လယ်ခရီးကို စတင်နိုင်ခဲ့သူဖြစ်၏။

ဗော်လ်တဲယား **Voltaire**၊ နယူတန် **Newton**၊ စပင်ဆာ **Spencer**၊ တယ်လီရင်း **Talleyrand**၊ သောမတ်ဂျက်ဖာဆင် **Thomas Jefferson**တို့သည် အားလုံး တက်တက်ကြွကြွရှိခဲ့၍ အသက် ၈၀ ကျော်လွန်ကြသည့်တိုင် အတွေးအခေါ်နယ်ပယ်ကို ဦးဆောင်ခဲ့ကြ၏။

ဂရင်မာမိုးဇက် **Grandma Moses** သည် သူမ၏ ကျော်ကြားမှုနှင့် အောင်မြင်မှုကို အသက် ၉၀ ကျော်မှ ရရှိခဲ့၏။ ဂါလီလီယို **Galileo** သည် အသက် ၇၃ နှစ်တွင်မှ နေ့စဉ်နှင့် လစဉ် လ၏တောက်ပြောင်သော မျက်နှာပြင်ပမာဏကို ကမ္ဘာမှ မြင်တွေ့ရမှုသဘောတရားကို ရှာဖွေတွေ့ခဲ့၏။

ကျွန်တော် တင်ပြနေခြင်း၏ ဆိုလိုရင်းမှာ ထိပ်ပိုင်းသို့ ရောက်နိုင်ရန် အသက် အပိုင်းအခြားသည် ဘာပြဿနာမှ မရှိ ဟူသော အချက်ကို တင်ပြခြင်း ဖြစ်ပါ၏။

ထို့ကြောင့် တိုးတက်အောင်မြင်မှုကိစ္စအတွင်း အသက်ငယ် နေသည်ကို အားမနာပါနှင့်၊ အသက်ကြီးလွန်းနေ၍ အရွယ်လွန်ပြီ ဟု မထင်လိုက်ပါနှင့်။ အချိန်တိုင်းသည် သင့်အတွက် အောင်ပွဲ ရနိုင်ချိန်ချည်းသာ ဖြစ်ပါ၏။

ထိုကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် အသက်အရွယ်သည် အခက်အခဲ အဟန့်အတားမဟုတ်။ မည်သည့် အသက်အရွယ်မဆို အဖိုးတန် အရည်အချင်း တစ်ရပ်အဖြစ် ခံယူမည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ______________________________
____
____
____ ။

ကျွန်ုပ်အဖို့ အသက်အရွယ် ကြီးရင့်ခြင်းဆိုသည်ကို မိမိ ယခုရောက်ရှိနေသော အသက်ထက် ဆယ့်ငါးနှစ်မျှ ကြီးသည့် အရွယ်ဟု မှတ်ယူထားပါသည်။

To me old age is always fifteen years older than I am.

Bernard M. Baruch

၂၉။ စိတ်အားထက်သန်မှု

စိတ်အားထက်သန်မှုကို ချက်ချင်း ပျိုးထောင်၍ ရပါသည်။ ကျွန်တော်နှင့် ဦးမြတ်တိုးတို့သည် ကြည့်မြင်တိုင် လှူငယ်ရေးရာ ညကျောင်းတွင် သန့်ရှင်းရေးလုပ်သောနေ့တစ်နေ့ကို အမှတ်ရတိုင်း ယနေ့တိုင်ပြောလေ့ရှိ၏။ ဆရာတို့ခေါ်၍သာ ရောက်လာကြသည့် ကျောင်းသားများသည် ဟိုမတ်တတ် ဒီမတ်တတ်နှင့် မြက်နုတ်ရန် ဝန်လေးနေကြ၏။ ထိုအခါဆရာတစ်ဦးက အသံချဲ့စက်ကို ဖွင့်ကာ "ရဲဘော်ကျောင်းသားတို့၊သင်တို့ရဲ့ရှေ့မှာရှိနေတဲ့ မြက်တွေကို ငါတို့ရဲ့ ဘဝမှာ တွေ့ကြုံနေရတဲ့ အမှိုက်သရိုက်တွေလို သဘောထားကြ။ အဲဒီ မြက်တောကြီးဟာ ဘဝအမှိုက်ပုံကြီးပဲ၊ သူတို့ကိုရှင်းပစ်ကြ" ဟု စိတ်အားထက်သန်စွာဖြင့် ပြောလေလျှင် ကျောင်းသားများ သည် ပေါက်ပြားများကို ဆွဲယူကာ မြက်တောကြီးကို ခဏချင်း ရှင်းပစ်လိုက်ကြပါ၏။

မိမိကိုယ်တိုင် စိတ်ဓာတ်ကျနေသည်ကို သူများလာ၍ စိတ်ဓာတ်တက်အောင် ပြောသည်ကိုလည်းကောင်း၊ သူများစိတ်ဓာတ်ကျသည်ကို မိမိက စိတ်ဓာတ်တက်အောင်သော်လည်းကောင်း၊ လုပ်ဆောင်မှုများကို လူတိုင်း ကြုံကြမည် ဖြစ်ပါ၏။ စိတ်အားထက်သန်မှုသည် လုပ်ငန်းတစ်ဝက်ပြီးမြောက်နိုင်ပါ၏။ ထို့ကြောင့် မိမိစိတ်ဓာတ်ကို အမြဲ မြှင့်တင်ပေးဖို့ လိုပါ၏။

စိတ်ဓာတ်မြှင့်တင်ရေးအတွက် အများအသုံးပြုသောနည်းလမ်းတစ်ရပ်ကို တင်ပြလိုပါ၏။ ထိုနည်းလမ်းကို သင် ဖန်တီးပြီးသောအခါ သင်သည် အတော်လည်း စိတ်ဓာတ် ကျသွားနိုင်စရာရှိ၏။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် လိုက်နာလုပ်ဆောင်ရန် အဓိပ္ပာယ်မဲ့သောကြောင့်ဖြစ်ပါ၏။ သို့သော် ထိပ်တန်းသို့ရောက်ရှိရေး စာအုပ်များတွင် ထိုနည်းကို လိုက်နာဖို့တိုက်တွန်းထားကြပါ၏။

အချို့စာအုပ်များကမူ သင်သည် ထိုနည်းကိုလိုက်နာကြည့်ပါက စာတိုက်မှ ချက်လက်မှတ်တွေ တစ်ပုံကြီး သင့်ထံသို့ရောက်ချင်မှ ရောက်လာမည်ဖြစ်သော်လည်း သင့် ဝင်ငွေ တိုးတက်လာဖို့သည်ကားအမှန်ဟု ကတိပေးပြောဆိုကြပါ၏။

ထိုနည်းမှာ သင်သည် နံနက် ၆ နာရီထရန် နိုးစက်ပေးထားပါ။ ထိုနိုးစက်ကို အခွင့်အလမ်း အချက်ပြချိန် **opportunity clock** ဟု အမည်ပေးထားပါ။ နိုးစက်သံကြား၍ အိပ်ရာမှ နိုး

သည်နှင့် မှန်ရှေ့တွင် မတ်တတ်ရပ်လျက် လက်သီး လက်မောင်း တန်းကာ "ဒီနေ့ တစ်လောကလုံးကပေးစွမ်းမည့် အခွင့်အလမ်း များကို ငါရယူဖို့ အိပ်စက်ရာမှ ထလာခြင်းဖြစ်သည်။ ဒီနေ့သည် သိပ်ပြီးမြင့်မြတ်တဲ့နေ့ပါတကား" ဟု ကြွေးကြော်ရန်ဖြစ်ပါ၏။

ထိုနည်းကိုလုပ်ရန် ပထမတော့ ရယ်စရာကောင်းနေမည်ဖြစ်၏။ သင့်ဆံပင်များက သင့်မျက်နှာပေါ်တွင်ဝဲကျပြီး မျက်စိကလည်း အိပ်ချင်မူးတူးဖြစ်နေနိုင်ပါ၏။ ထိုသို့ ပြုလုပ်သောအခါ သင့်ကိုယ်သင်လည်း ရယ်ချင်လာမည်ဖြစ်၏။ မရယ်ဖြစ်တောင် ပြုံးစိစိ ဖြစ်နေနိုင်၏။ ကိစ္စမရှိပါ။ ရယ်မောခြင်းသည် ရွှင်လန်းမှုတစ်ရပ်၊ စိတ်အားထက်သန်ခြင်း၏ သင်္ကေတတစ်ရပ်မဟုတ်ပါလော။ ရယ်မောခြင်းသည် သင်၏အစွမ်းထက်ပုံသဏ္ဍာန်အားကောင်းခြင်း၊ မှန်ကန်ခြင်းကို ပြဆိုထားပြီး မဟုတ်ပါလော။

စာအုပ်အများအပြားက ဤနည်းသည် ရလဒ်ကောင်းများ ရရှိရန် အာမခံချက်ရှိပါသည်ဟု ဆိုပါ၏။ ထိုအတိုင်း ဆက်၍ ၂၁ ရက်မျှ ပြုလုပ်ပါ။ ထို့နောက်တွင်ကား သင့်အား ကျွန်တော်သည် ထိပ်တန်း နေရာများတွင် တွေ့ရမည်ဟု ကျွန်တော်ယုံကြည်ပါ၏။

ထို့ကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ နံနက်အိပ်ရာမှ နိုးထချိန်တွင် စိတ်အားထက်သန်စွာဖြင့် အို- ဒီနေ့ဟာ ကမ္ဘာတစ်ဝန်းလုံးက ပေးစွမ်းနိုင်တဲ့ အခွင့်အလမ်းတွေကို ရယူဖို့ အိပ်ရာက ထရမှာမို့ သိပ်ကို ကြီးကျယ်တဲ့ နေ့တစ်နေ့ပါလား ဟု ကြွေးကြော်မည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ________________________________

____

____

____။

> ကမ္ဘာမြေပြင်ဝယ် စိတ်အားထက်သန်ခြင်းသည် အကြီးမြတ်ဆုံး အရည်အချင်း တစ်ရပ်ဖြစ်၏။ ယင်းသည် ငွေကြေး အာဏာ အရှိန်အဝါတို့ကို အောင်နိုင်သည်။
>
> ***Enthusiasm is the greatest asset in the world. It beats money and power and influence.***
>
> **Henry Chester**

၃၈။ ရုပ်မြင်သံကြား

လူများသည် ရုပ်ရှင်နှင့် ရုပ်မြင်သံကြားတွင် ရှုမြင်ရသော ကိစ္စများကို အလေးအနက်ယုံကြည်တတ်ကြ၏။ The Edge of Night ဟူသော ဇာတ်လမ်းကို ရုပ်မြင်သံကြားမှ ပြသရာ ထိုဇာတ်ကားတွင် သရုပ်ဆောင်နှစ်ဦး မင်္ဂလာဆောင်ကြသည့် ဇာတ်ဝင်ခန်းတစ်ခန်း ပါဝင်၏။ ထိုဇာတ်ဝင်ခန်းကို အသေးစိတ် ရိုက်ပြရာ ရုပ်ရှင်ကြည့် ပရိသတ် ၅၇၆ ဦးထံမှ မင်္ဂလာလက်ဆောင်များကို ပို့ပေးခဲ့ကြ၏။ ပို့ပေးသော မင်္ဂလာလက်ဆောင်များထဲတွင် အချို့လက်ဖွဲ့များသည် အသေးအဖွဲ့များဟု ဆိုသော်လည်း တန်ဖိုးကြီးသော လက်ဆောင်အများအပြား ပါဝင်၏။

ဤကိစ္စအား သုံးသပ်ကြည့်ရာတွင် စိတ်ကူးယဉ်ဇာတ်လမ်းများကို အမှန်တကယ်ဖြစ်ရပ်များသဖွယ် ယုံကြည်လက်ခံလာအောင် တင်ပြနိုင်ခြင်းကြောင့် ဤသို့ဖြစ်ရသည်ဟု ယူဆနိုင်စရာ ရှိပါ၏။

ရုပ်မြင်သံကြား ဇာတ်လမ်းများသည် အချိန်ကုန်စေ၍ လူတစ်ယောက်အား မိမိဘဝလက်တွေ့တည်ဆောက်မှု အမှန်တရားများမှ ကင်းကွာအောင် ပြုလုပ်တတ်ကြောင်း သိထားစေလိုပါ၏။

သင်သည် ရုပ်မြင်သံကြားတွင် အဘယ်မျှ စွဲလမ်းသူဖြစ်ကြောင်း သိသာရန် စမ်းသပ်ကြည့်၍ ရပါ၏။ ကျော်ဟိန်း၏ အကြွေး ဟူသော ဇာတ်လမ်း သို့မဟုတ် အင်္ဂလိပ်ကားသစ်တစ်ခုကို ကြည့်နေစဉ် မမျှော်လင့်ဘဲ မိတ်ဆွေတစ်ဦးရောက်လာပါက သင်စိတ်ရှုပ်သွားမသွား စမ်းကြည့်စေလိုပါ၏။ အမှန်ပင် စိတ်ကသိကအောင့်ဖြစ်သွားနိုင်၏။ သို့မဟုတ် မိတ်ဆွေအား ထိုရုပ်ရှင်ကားကို သင်နှင့်အတူ ဆုံးအောင် ဆက်ကြည့်စေရမည်ဖြစ်၏။

သင်သည် စိတ်ကူးယဉ်လောကတွင် နစ်မြုပ်၍ လက်တွေ့ဘဝနယ်ပယ်နှင့် ကင်းကွာသူတစ်ဦး ဘယ်တော့မှမဖြစ်စေသင့်ပါ။

ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးကမူ "ကျွန်ုပ် အမြင်အရဆိုသော် ရုပ်ရှင်၊ တီဗွီ ဇာတ်လမ်းများကို နေ့စဉ် ကြည့်နေသော ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးသည် လက်တွေ့ဘဝတွင် အကောင်းမြင်ဝါဒနှင့် ကိုယ်ကျင့်သိက္ခာကို တန်ဖိုးထားသော သဘောထားများကို မတည်ဆောက် မထိန်းသိမ်းနိုင်" ဟု ဆိုပါ၏။

ထိုကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် မိမိဘဝကို ထိန်းချုပ်မှုပြုမည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ______________________________
____
____
____။

> လောကမှာ အကြောင်းတရားတွေက မပြောင်းလဲဘဲ ကျုပ်တို့ကသာ ပြောင်းလဲနေခြင်း ဖြစ်သည်။
>
> *Things do no change; we change.*
>
> **Thoreau Walden**

၃၁။ ဇွမ်းအခင်

ကျွန်တော်တို့၏ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်မှုများသည် ကျွန်တော်တို့အား သိပ်ထိခိုက်စေမည်မဟုတ်ပါ။ ကျွန်တော်တို့က ကျွန်တော်တို့ဘာသာ အားကုန်နေပြီဟု ထင်နေခြင်းသက်သက် ဖြစ်ပါ၏။

ကျွန်တော့်ဇနီးနှင့် မကြာခဏဖြစ်ရသောကိစ္စမှာ ကျွန်တော်သည် မကြာခဏ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်စွာဖြင့် အိမ်သို့ပြန်လာပါ၏။ ထိုနေ့က လုပ်ငန်းများ ဘာတစ်ခုမှ အပေါက်အလမ်းမတည့်ခဲ့ပါ။ အိမ်သို့ ကျွန်တော်သည် ဒယီးဒယိုင်ဖြင့် ပြန်လာခဲ့ပါ၏။ အိမ်လှေကားထစ်များသို့ တစ်ထစ်ပြီးတစ်ထစ် တက်ရန်အတွက်ပင် အင်အား မရှိတော့ပါ။

ထိုအချိန်တွင် ဇနီးက ရွှင်လန်းအားတက်စွာဖြင့် "ဒီနေ့ အစောကြီး ပြန်လာတယ်။ ပြန်လာတော့ စာတိုက်စရာရှိတာ

တိုက်ဖို့နဲ့တူတယ်။ ကျွန်မလည်း စာဝိုင်းဖတ်ပေးမယ်" ဟု ဆိုပါ၏။ ထိုအခါ ကျွန်တော်သည်အလွန်ဒေါပွသွားပြီး "ဒီနေ့ စာတိုက်မယ် ဟုတ်လား၊ အိမ်လေ့ကျားကို ငါ့ဘယ်လိုတက်လာရတယ်ဆိုတာ လည်း သတိထားပါဦး၊ ဒီနေ့ စာတိုက်ဖို့ဆိုတဲ့ကိစ္စဟာ လုံးဝ မဖြစ်နိုင်ဘူး" ဟု ပြောကာ တစ်ခါတည်း ငြင်းပစ်လိုက်ရပါ၏။ ယနေ့ညနေတွင် တစ်စုံတစ်ရာအတွက် ကျွန်တော်၏ဦးခေါင်းကို သုံးပါက ကျွန်တော်သည် ရူးသွားမည်ဟုလည်း ထင်နေ၏။

ကျွန်တော့်ဇနီးကလည်း မိမိယောက်ျား ပင်ပန်းနွမ်းနယ်လာ သည်ကို မစူးစမ်းဘဲ အလုပ်အကြောင်း ပြောမိလေခြင်းဟုဆိုကာ စိတ်မကောင်း ဖြစ်သွားချိန်တွင် တယ်လီဖုန်းတစ်ခုဝင်လာ၏။ တယ်လီဖုန်းကိုကိုင်ရန်ပင် ကျွန်တော်သည် အားမရှိတော့ဟု ထင် နေ၏။ တယ်လီဖုန်းကိုကိုင်လိုက်သည်နှင့် တစ်ဖက်မှ "ကိုချစ်စံ၊ ဆယ် မိနစ်အတွင်းကျွန်တော်လာခဲ့မယ်၊ နှင်းဝတ်ရည်မှာ လက်ဖက်ရည် သောက်ပြီး စစ်တုရင်ထိုးရအောင် ငါးပွဲလောက်တော့ ကစားကြ တာပေါ့" ဟု ဆိုပါ၏။ စစ်တုရင်ငါးပွဲသည် ည ၁၁ နာရီအထိ ရောက်သွားနိုင်ပါ၏။ ကျွန်တော်သည် စိတ်အားထက်သန်စွာဖြင့် "ခု လာခဲ့ပေ့" ဟု ပြောဆိုမိပါ၏။ ထိုခဏတွင်ပင် ပင်ပန်းနွမ်းနယ် မှုများသည် ချက်ချင်း ပျောက်သွား၏။ ကျွန်တော့်ဇနီးသည် ထို

ဖြစ်ရပ်ကို သူဘာယ်လိုမှနားမလည်နိုင်သောဖြစ်ရပ်အဖြစ် မျက်လုံး ပြူး၍ ကြည့်နေပါ၏။

ထိုဖြစ်ရပ်မျိုး သင်လည်း ကြုံကြိုက်ဖူးမည်ဖြစ်ပါ၏။ ဤလို ဖြစ်ရပ်များ တစ်နေ့ တစ်နေ့ ကမ္ဘာပေါ်တွင် သန်းနှင့်ချီ၍ ဖြစ် နေပါ၏။

တကယ်တော့ ဤကိစ္စသည် သိပ်လျှို့ဝှက်နက်နဲသော ကိစ္စ ကားမဟုတ်ပါ။ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်နေပြီဟု သင့်ကိုယ်သင် နှလုံးသွင်း မိလိုက်သည်နှင့် သင်၏ခွန်အားများသည် တကယ်ရှိနေသည်ထက် ပို၍ယုတ်လျော့သွားတတ်ကြောင်း သင် သတိပြုရန် လိုအပ်ပါ၏။

သင်သည် မိမိစိတ်ကို အလုပ်တစ်ခုပေါ်တွင် စိတ်ဝင်စား ပျော်မွေ့လာအောင် ဝင်စားကြည့်လိုက်ပါ။ သင့်တွင် အင်အား လက်ကျန် မည်မျှ ရှိသည်ကို အံ့သြဖွယ်ရာ တွေ့မြင်ရလိမ့်မည် ဖြစ်ပါ၏။

ထို့ကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် "ခင်ဗျား ဘယ်လို အခြေအနေရှိပါသလဲ၊ နေကောင်းရဲ့လား" ဟု မေးလာတိုင်း "အကောင်းဆုံးပဲ၊ ဒါပေမယ့် ပိုကောင်းလာမယ့်အခြေအနေတွေ ရှိနေတယ်" ဟု ငါဖြေဆိုမည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ______________________________

____

____

____။

> သေနေသော မီးကျီးခဲဖြင့် မီးမွေး၍ မရပါ။
>
> ***Fires can't be made with dead embers.***
>
> **James Mark Baldwin**

၃၂။ စိတ်ပျက်ခြင်း

သင်သည် စိတ်ပျက်စရာဖြစ်ရပ်များကြုံလာလျှင် မည်သို့လုပ်ဆောင်ပါသနည်း။ သင်တော့ ဘယ်လိုလုပ်သည်မသိ။ အက်ဂါဘာဂျင် Edgar Bergen ကြုံခဲ့ရသည့် ဖြစ်ရပ်ကိုကားပြန်ပြောလိုပါ၏။

အယ်ဂါသည် တစ်နေ့တွင် စာတိုက်မှတစ်ဆင့် ခါတ်ပုံပညာစာအုပ်တစ်အုပ်ကို မှာလိုက်ပါ၏။ ထို့နောက် နေ့စဉ်စာပို့သမားအားမျှော်နေမိ၏။ သူသည် ခါတ်ပုံစာအုပ်ကို ဖတ်၍ ခါတ်ပုံပညာကိုလက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန် စိတ်စောနေ၏။ ဆယ်ရက်ခန့်ကြာသော်သူ့ထံသို့ စာပို့သမားက စာအုပ်ထုပ် တစ်ထုပ်ကို လာပို့ပါ၏။ သူသည် စိတ်အားထက်သန်စွာဖြင့် စာအုပ်ကို ဖြည်ကြည့်လိုက်ပါ၏။ သူသည် အကြီးအကျယ် စိတ်ပျက်သွား၏။ ဒေါသပင်

ထွက်လာပါ၏။ ရောက်လာသော စာအုပ်မှာ ဓာတ်ပုံပညာစာအုပ် မဟုတ်ဘဲ အသံထွက်ပညာ Ventriloquism စာအုပ် ဖြစ်နေပါ၏။ ထိုစာအုပ်ကို ချက်ချင်း ပြန်ပို့ရန် စီစဉ်လိုက်ပါ၏။ ပြင်းပြင်းထန်ထန် စာတစ်စောင်ကိုလည်းရေးရန် စိတ်ကူးလိုက်၏။

သို့သော်လည်း ထိုကိစ္စနှစ်ခုစလုံးကို သူမလုပ်ဖြစ်ခဲ့ပါ။ ရောက်လာသော စာအုပ်ကို အက်ဂါဖတ်ကြည့်လိုက်၏။ ဘာဂျင် အက်ဂါသည် မကြာမီမှာပင် ကမ္ဘာကျော် အသံပညာရှင် Ventrieoqul ist ဖြစ်လာခဲ့၏။ ဘာဂျင်သည် သူ၏ကောင်းမွန် သန့်စင်သော ဟာသတို့ဖြင့် လူပေါင်း များစွာအား ပျော်ရွှင် ကြည်နူးအောင်ပြုလုပ်ခဲ့၏။ သူသည် အလွန်မှလည်း အောင်မြင် ခဲ့၏။ အက်ဂါဘာဂျင်က အောင်မြင်မှုများကို စိတ်ပျက်စရာအခြေ အနေမှလည်း ရှာဖွေ၍ ရသည်ဟုဆိုပါ၏။

ထို့ကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် စိတ်ပျက်စရာအခြေအနေနှင့် ကြုံကြိုက် လျှင်ပင် ထိုအထဲမှ အောင်မြင်မှုလမ်းစကို ရှာဖွေမည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ______________________

____

____

______________________ ။

> သင် အရေးနိမ့်ချိန်၌ မည်သို့တွေးခေါ်သည်ဟူသော အချက်က သင်၏ မအောင်မြင်မီကာလ မည်မျှ ရှည်ကြာမည် ဟူသောအချက်ကို ပြဋ္ဌာန်းပါသည်။
>
> ***How you think when you lose determines how long it will be until you win.***
>
> **David Schwartz**

၃၃။ ဓာတ်လှေကား

ကျွန်တော်သည် ယခုရဲမင်းကြီးရုံး၊ ယခင်ပါတီဌာနချုပ်ရုံးတွင် ရုံးတက်စဉ်က လေးထပ်သို့တက်ရန် ဓာတ်လှေကားကို အမြဲစောင့်ရ၏။ နေ့လယ်ထမင်းစားချိန်တွင် အနည်းဆုံး လူနှစ်ယောက်မှ သုံးယောက်ခန့် ဓာတ်လှေကားပေါက်ဝတွင် ရှိနေ၏။ ဓာတ်လှေကားက တစ်ကြိမ်တွင် ရှစ်ယောက်လောက်သာ ဆံ့ပါ၏။ ထိုဓာတ်လှေကားကို စောင့်ရသည်ကို စိတ်မရှည်နိုင်တော့ဘဲ ကျွန်တော်သည် တစ်နေ့တွင် မိမိဘာသာမိမိ တက်သွား၏။ ကျွန်တော်သည် ဓာတ်လှေကားစောင့်နေသူများထက် ရုံးခန်းသို့ စောရောက်ရှိသွားပြီး ကျွန်တော့်ထံ အရေးကြီးတယ်လီဖုန်းတစ်ခု ဝင်လာသည်ကိုလည်း အချိန်မီ စကားပြောလိုက်နိုင်ပါ၏။

တကယ်တော့ ဓာတ်လှေကားမစီးဘဲ လှေကားထစ်တွေအတိုင်း တက်သွားမည်ဆိုပါက ထိပ်သို့ရောက်အောင် ဘာကိုမှ စောင့်စရာလိုမည် မဟုတ်ပါ။

ဤသဘောတရားသည် ဓာတ်လှေကားစီးဖို့အတွက်သာမက ဘဝတိုက်ပွဲတွင် ထိပ်သို့ တက်ရေးအတွက်လည်း အသုံးတည့်ပါ၏။ ဓာတ်လှေကားဆိုသည်က လူပြည့်နေရုံသာမက အမြဲ လည်း သုံးမရအောင်ဖြစ်နေပြီး စီးနေရင်းလျှပ်စစ် ပြတ်သွားပါက ပိတ်မိ၍လည်း နေတတ်ပါ၏။

လူတိုင်းသည် အပေါ်ပိုင်းသို့တက်ရန် လှေကားထစ်များကို အသုံးပြုရန် ကျွန်တော်အကြံပေးလိုပါ၏။ တစ်ထစ်ချင်း တက်လှမ်းရန် ဆန္ဒရှိသူတိုင်းအား ထိပ်ပိုင်းတွင် တွေ့ရမည် ဖြစ်ပါ၏။

ထို့ကြောင့် လက်တွေ့လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ငါ၏ပြင်းထန်သောကြိုးစားမှုဖြင့် အထက်သို့ တက်မည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ______________________________

____

____

______________________________။

သူတို့ဟာသူတို့ လုပ်နိုင်သော ကိစ္စများနှင့် လုပ်သင့်သော ကိစ္စများအတွက် သင်သည် အခြားသူများအား အစဉ် အမြဲ ဝိုင်းကူ၍ လုပ်မပေးနိုင်ပါ။

You cannot help men permanently by doing for them the things they could and should do for themselves.

Edward Everett Hale

၃၄။ အလုပ်ဖြတ်ခံရခြင်း

ကျွန်တော်သည် စားသောက်ဆိုင်များတွင် မကြာခဏ အပေါင်းအသင်းများနှင့် သွားရောက် စားသောက်တတ်သူ ဖြစ်ပါ၏။ သွားရောက် စားသုံးတိုင်း မကြာခဏ အဆင်မပြေသော စားပွဲထိုးများနှင့် တိုးတတ်၏။ ထိုအခါ ထမင်းစားပွဲမှာလည်း ပျော်စရာမဖြစ်ဘဲ ရှိတတ်၏။

တစ်နေ့တွင် ရန်ကုန်မြို့ပြင်ရှိ စားသောက်ဆိုင်တစ်ခုတွင် ကျွန်တော်တစ်ယောက်တည်း နေ့လယ်စာ ဝင်စားပါ၏။ စားပွဲထိုးသူမှာ စိတ်ဝင်စားမှုမရှိဘဲ စားပွဲထိုးနေပြီး ကျွန်တော် ထမင်းစားနေချိန်တွင် သူသည် ရေများကို အကြောင်းမဲ့ သွန်ပစ်နေပါ၏။

ထိုအခါ ကျွန်တော်က သူ့အားခေါ်၍ "မောင်ရင် ဒီအလုပ်မှာ စိတ်မဝင်စားဘူးမဟုတ်လား" ဟု မေးမိ၏။

"ဟုတ်ပါတယ်၊ စိတ်မဝင်စားဘူး"

"ဒီအတွက်လဲ မောင်ရင် သိပ်တော့ စိတ်ပူစရာမရှိပါဘူး။ ဘာပြုလို့လဲဆိုတော့ မကြာခင် မောင့်ရင်ကို အလုပ်ရှင်က အလုပ်ဖြုတ်ပစ်တော့မှာပဲ" ဟု ကျွန်တော်ကဆိုလိုက်၏။

ထိုအခါ သူကအံ့ဩသွားကာ "ဘာပြုလို့လဲ၊ ဆိုင်ပိုင်ရှင်နဲ့ သိလို့လား" ဟု ဆိုပါ၏။

"သိစရာမလိုပါဘူး။ မင်း ဒီလောက်တောင် စိတ်မဝင်စားတာကို ဘယ်ဆိုင်ပိုင်ရှင်က ဆက်ထားမှာလဲ။ ဒီအလုပ်ကို ဒီလိုလုပ်နေရင် ဆိုင်ပိုင်ရှင်ကို မောင်ရင်က ပိုက်ဆံပေးပြီး အလုပ်လုပ်တာတောင် သူက ဆက်ထားမှာမဟုတ်ဘူး" ဟု ကျွန်တော်က ပြန်ပြောခဲ့ပါ၏။

ကံကောင်းထောက်မ၍ ထိုလူငယ်သည် သူ၏ သဘောထားကိုပြောင်းကာ အလုပ်ကို ကြိုးစား၍ လုပ်ခဲ့၏။

သင်ဘာပဲလုပ်လုပ် သဘောထားသည် အရေးကြီးလှပါ၏။ သင့်သဘောထား မှန်ကန်သည်နှင့် သင့်လုပ်ဆောင်ချက်သည်လည်း ပို၍ ကောင်းလာမည်ဖြစ်၏။ လုပ်ဆောင်ချက် ပို၍ကောင်းလာလျှင် သင့်တန်ဖိုးလည်း တက်လာမည်ဖြစ်၏။ ထိုအခါ သင့်

အလုပ်ရှင်အတွက်လည်း ပို၍ အဖိုးတန်သော လူတစ်ယောက် ဖြစ်လာမည် ဖြစ်၏။ ဤနည်းသည် သင်အလုပ်မြဲအောင်နှင့် တိုးတက်အောင် လုပ်နိုင်သောနည်းဖြစ်၏။

ထို့ကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ငါ့ကိုပေးသော လုပ်ခထက် ပိုအောင် လုပ်မည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ထိုသို့ လုပ်ခြင်းဖြင့် တစ်နေ့တွင် ငါသည် ငါလုပ်သည့်လုပ်ခထက် ပိုလာမည် ဖြစ်သည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ____________________

____

____

____________________။

အလုပ်သည် လူ၏အကြီးမြတ်ဆုံးသောအရာဖြစ်၏။ အလုပ် မလုပ်ပါက ထိုလူသည် ဘာမျှလည်းမဟုတ်။ ဘာကိုမျှလည်း မလုပ်နိုင်ဘဲ၊ ဘာအောင်မြင်မှုမှလည်း မရှိသည့်ပြင် ဘာကိုမှလည်း ပြည့်စုံအောင် ဖြည့်ဆည်းနိုင်မည်လည်း မဟုတ်ပါ။

Work is man's greatest function. He is nothing, he can do nothing, achieve nothing, fulfill nothing without working.

J.M. Cowan

၃၅။ ဈေးကွက် စီးပွားရေး

ဈေးကွက်စီးပွားရေးသည် ယနေ့ကမ္ဘာတွင် မျက်နှာပန်းလှနေပါ၏။ ဈေးကွက်စီးပွားရေးစနစ်သည် ကမ္ဘာပေါ်တွင် အမြင့်ဆုံးသော လူနေမှုအဆင့်အတန်းများကို ပေးထားပါ၏။

အဘယ်ကြောင့် ထိုသို့ ပေးအပ်နိုင်သနည်းဆိုသောအမေးကို ဖြေဆိုကြသောအခါ ဤစီးပွားရေးစနစ်၌ ရောင်းကုန်ပစ္စည်းများကို ကောင်းသည်ထက်ကောင်းအောင် ပြုပြင်သည့်နည်းတူ ရောင်းပုံရောင်းနည်းများကို ဝယ်သူစိတ်ကျေနပ်မှု ရှိသည်ထက်ရှိအောင် အပြိုင် ကြိုးစားနေသောကြောင့်ဟု ဖြေဆိုသူများရှိပါသည်။

သင့်ဘဝတွင် သင်လိုချင်သောအရာ ရရှိနိုင်ရေးအတွက် သူတစ်ပါးလိုချင်သည်ကို ပထမ ဖြည့်စွမ်းပေးနိုင်ဖို့လိုပါ၏။

ထို့ကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ငါကြိုးစားသလောက် အကျိုးပြန်လည်ဖြစ်ထွန်းမည်ဟု ယုံကြည်ကာ အတတ်နိုင်ဆုံးသော အတိုင်းအတာအထိ ငါ၏စွမ်းအားကို စိုက်ထုတ်အသုံးပြုပါမည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ________________________________
____
____
____ ။

သင်သည် အခြားသူများအပေါ်ကောင်းလျှင် သင့်အပေါ် သင်အကောင်းဆုံး ဖြစ်ပါမည်။

When you are good to others you are best to yourself.

Dr. Louis L.Mann

၃၆။ စကား အသုံးအနှုန်း

နယ်မှ ကျွန်တော့်မိတ်ဆွေ ကိုမြင့်မောင်က အိမ်သို့လာလည်ရာ အိမ်မှ ဓာတ်ပုံအယ်လဘန်တစ်အုပ်ကို ဖွင့်ကြည့်ရင်း ကျွန်တော့်ဇနီး နိုင်ငံခြားတွင်ရိုက်ထားသောပုံတစ်ပုံကိုတွေ့၍ သူက ချီးကျူးသည့် သဘောဖြင့်

"အစ်မကြီးကတော့ ဟောဒီဓာတ်ပုံထဲမှာ နိုင်ငံခြားမ အတိုင်းပဲ" ဟုဆိုလိုက်ပါ၏။ ကျွန်တော့်ဇနီးက "ဘာပြောတယ်၊ ကိုမြင့်မောင် ရှင်ပြန်ပြင်ပြော" ဟု ဆိုပါ၏။

"နိုင်ငံခြားမ အတိုင်းပဲ"

"ပြောပြန်ပြီလား၊ ပြင်ပြောဦးရှင်"

"ဪ် မှားလို့ နိုင်ငံခြားသူအတိုင်းပဲ" ဟုဆိုမှ တင်းမာမှု လျော့နည်းသွားပါ၏။ အစကတည်းက နိုင်ငံခြားသူအတိုင်းပဲဟု

ပြောမိလျှင် ထိုနေ့အဖို့ ကိုမြင့်မောင်သည် ကျွန်တော့်အိမ်တွင် ညေ့်ကောင်း စောင်ကောင်းတစ်ဦး ဖြစ်သွားနိုင်ပါ၏။

စကားအသုံးအနှုန်းသည် အလွန်မှ အရေးကြီးပါ၏။ မိမိ ကိုယ်မိမိ ယဉ်ကျေးအောင် သုံးနှုန်းပြောဆိုဖို့ လိုအပ်ပါ၏။

ဘဝတက်လမ်းရှာရာတွင် အပြောအဆို၊ အပြုအမူသည် အရေးကြီးလှပါသည်။ တစ်ခါက ကျွန်တော်တို့ အလုပ်ခန့်ကြရာ တွင် လူတစ်ယောက်သည် စကားအသုံးအနှုန်းတစ်ခု မှားသွားပါ ၏။ ကျွန်တော်တို့အထဲမှ အဖွဲ့ဝင်လူကြီးတစ်ဦးက ယင်းအသုံး အနှုန်းကို လှမ်းထောက်လိုက်ရာ ထိုသူက "ကျွန်တော် မသုံးသင့် တာ သုံးလိုက်မိပါတယ်၊ မှားသွားပါတယ်ခင်ဗျား" ဟု ဝန်ခံခဲ့ပါ၏။ ကျွန်တော့်မိတ်ဆွေက "ကျွန်တော် လူရွေးနေတာ မှားသွားတာကို ဝန်ခံတတ်တဲ့လူကို ရွေးနေတာမဟုတ်ဘူး။ အစကတည်းက မမှား တဲ့လူကို ရွေးနေတာ" ဟု ဆိုခဲ့ဖူးပါ၏။

ကျွန်တော်တို့ ကလေးများ ပြောဆိုသုံးစွဲနေသော စကားလုံး များထဲတွင် အများကြီးပြင်စရာများရှိနေပါ၏။ စကားကို ဂရုတစိုက် ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့စွာ ပြောဖို့လိုပါ၏။ သို့သော် ခဝပ်ကျိုးနွံရန် မဟုတ်ပါ။ အမှားမပါရန် ဖြစ်သည်။

ထိုကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ငါ၏ နှုတ်ထွက်စကားများကို သတိပြု ဆင်ခြင်မည်။ ထိုစကားတို့၏ ပတ်ဝန်းကျင်မှ လူများအား ရိုက်ခတ်မှုကိုလည်း သတိထားမည်။

၂။ ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ____။

ကောင်းခြင်းသည်သာ ဘယ်အခါမျှ ဆုံးရှုံးမှု မရှိသော အရင်းအနှီး ဖြစ်၏။

Goodness is the only investment that never fails.

Henry David Thoreay

၃၇။ အောင်နိုင်ခြင်း နှင့် ဆုံးရှုံးခြင်း

စကားပြောထူးချွန်သူ ဒင်းနစ် ဝိုတလေ Denis Waitley ပြောသောစကားကို ကျွန်တော်ပြန်ပြောလိုပါ၏။ ဒင်းနစ်က ကွင်းထဲ၌ နောက်ဆုံး အနိုင်အရှုံးကို အဆုံးအဖြတ်ပေးမည့် ဂိုးကို ကန်သွင်းခါနီးတွင် အောင်မြင်သော စိတ်ဓာတ်ရှိသူသည် "ဒီဂိုးသာ ငါ ကန်သွင်းနိုင်ရင် ငါတို့အားလုံး ဒေါ်လာသုံးသောင်းစီရမှာပဲ" ဟု တွေးတတ်၍ ရှုံးနိမ့်သောစိတ်ဓာတ်ရှိသူက "ငါ ဒီဂိုးကို ဝင်အောင် မသွင်းနိုင်ရင်တော့ ငါတို့တစ်ဦးကို ဒေါ်လာသုံးသောင်းစီ လက်လွတ်ရတော့မှာပဲ" ဟု တွေးတတ်ကြောင်း ပြောခဲ့၏။

ဒေါက်တာ ဒင်းနစ်ဝိုတလေ ဆိုလိုသည်မှာ အောင်နိုင်သော စိတ်ဓာတ်ရှိသူသည် မိမိ ဘာကိုလိုချင်သည်ကိုသာ အာရုံစူးစိုက်တတ်၍ ရှုံးနိမ့်သောစိတ်ဓာတ်ရှိသူတို့သည် မိမိက ဆုံးရှုံးမည်ကိုသာ အာရုံစူးစိုက်တတ်သည်ဟု ဆိုလိုရင်းဖြစ်ပါ၏။

ကျွန်တော်တို့၏ ဘဝ၌ အကြီးမားဆုံးသော အဖျက်စွမ်းအားသည် ကျွန်တော်တို့၏ စိတ်များကို အပျက်သဘောဘက်တွင် အသုံးပြုခြင်းဖြစ်၏။ လူအများစုသည် မိမိတို့ မလိုလားမနှစ်မြို့က်သောအရာများတွင် စိတ်ဝင်စားတတ်ကြ၏။ ဥပမာအားဖြင့် ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ အအေးမိခြင်း၊ ပစ္စည်းတစ်ခုမရောင်းလိုက်ရခြင်း၊ ကားရပ်ရန်နေရာတစ်ခု လက်လွှတ်ရခြင်းများကို စိတ်ဝင်စားသူတို့သည် ရှုံးနိမ့်သော စိတ်ဓာတ်ရှိသူများ ဖြစ်၏။ သူတို့သည် ဆုံးရှုံးမှုများကိုသာ ခေါင်းထဲတွင် ထည့်ထားတတ်ကြ၏။

အောင်မြင်မှုလိုချင်ပါက အောင်ပွဲနှင့် အောင်နိုင်ခြင်းကိစ္စများကိုသာ အာရုံဝင်စားရန် လိုအပ်ပါ၏။

ထို့ကြောင့် လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ရန်

၁။ **ယနေ့မှစ၍ ငါသည် ငါဘာလိုချင်သည်ကို အာရုံစူးစိုက်၍ အောင်မြင်ခြင်းနှင့် အောင်နိုင်ခြင်းတို့အတွက်သာ တွေးတောနေမည်။**

ရှုံးနိမ့်မှာ ကြောက်သူသည် အရေးနိမ့်ဖို့ သေချာ၏။

He who fears being conquered is sure of defeat.

Napoleon Bonaparte

ချစ်စံဝင်း

ချစ်စံဝင်း

ကမ္ဘာ့သာသနာပြုဆရာတော် ဦးပညာဝံသ

◆ ကမ္ဘာတွင် အအောင်မြင်ဆုံးဖြစ်သော ထေရဝါဒ သာသနာပြု ဆရာတော်ကြီး ဦးပညာဝံသ၏ စွန့်စား စွန့်လွှတ် စွမ်းဆောင်မှုကိုယ်ရေးအတ္ထုပ္ပတ္တိ။

ပီနန်ဆရာတော်နှင့် ပီနန်ကျောင်း

◆ ပြည်ပ သာသနာပြုဆရာတော်ကြီး၏ ကြီးပွားရေး၊ စီးပွားရေး၊ သာသနာရေး၊ သဘောထားများ၊ ထက်မြက် စူးရှသော အတွေးအမြင်များ..........။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် စာပေသမားတိုင်း လက်မလွှတ် သင့်သော စာအုပ်သစ် နှစ်အုပ်။

မန်းမျိုးဇော်ရာဇာစာပေ	ထွက် နေ ပါပြီ

ချစ်စံဝင်း

ဂါဇီယာသို့ သစ္စာ

- လူသားတို့၏ ဝိရိယသမိုင်းအကျဉ်း
- အောင်ပန်းဟူသည် လူတိုင်းပန်ခွင့်ရှိသောပန်း
- သူတောင်းစားဘဝ၊ အိမ်ဖော်ဘဝများမှ ကမ္ဘာ့ထိပ်တန်းသို့ ရောက်လာသူများ
- ကြိုးစားလျှင် ဘုရားဖြစ်၏

စသည့် လုံ့လဝီရိယသမိုင်းကို သက်သေခံ တင်ပြထားသည့် စာတမ်းတစ်ခု။

ထွက်နေပါပြီ

မန်းမျိုးတစ်ရာစာပေ

ချစ်စံဝင်း

ရှက်ပြုံး

■ လောကကြီးကို စောင့်ရှောက်လျက်ရှိသည့် ဟီရိဩတ္တပ္ပ၊ အရှက်နှင့်အကြောက် လောကပါလ တရားနှစ်ပါးအကြောင်းကို ရှင်းလင်းဖွဲ့ဆိုထားပြီး ယင်းတရားနှစ်ပါးအပေါ် အရှေ့နှင့်အနောက်တို့၏ သဘောထားကို ချယ်မှုန်း တင်ပြထားသော လက်ရာသစ်။

ထွက်နေပါပြီ

မန်းမျိုးဇာဇ်ရာဇာဇမ

ချစ်စံဝင်း

ပူနွေး ဆူဝေ ကမ္ဘာမြေ

- သဘာဝ ပတ်ဝန်းကျင် ထိန်းသိမ်းရေး
- အိုဇုန်းလွှာ ပါးလျားလာမှု
- ကမ္ဘာ့ရင်းမြစ်များ ယိုယွင်း ပျက်စီးလာခြင်း
- ရာသီဥတု ဖောက်ပြန်ခြင်း

စသည့် အခြေအနေများနှင့် ပတ်သက်၍
မီးမောင်းထိုး တင်ပြထားသည်။

မကြာမီ ထွက်တော့မည်

ပန်းမျိုးတစ်ရာစာပေ