

ကြီးပွားချမ်းသာခြင်းသို့ ရက် ၉၀ စီမံကိန်း ကောင်းသာ-မြန်မာပြန်



A 90-Day
Improvement Plan

*Jump Start
Your
Growth*

John C. Maxwell



m သင့် ဒီစာအုပ်ကို ဖတ်ဖို့ စဉ်းစားပြီဆိုကတည်းက
 သင်ဟာ မနက်ဖန်မှာ ပိုကောင်းတဲ့၊ ပိုချမ်းသာတဲ့၊
 ပိုအောင်မြင်တဲ့၊ ပိုကျန်းမာတဲ့၊ ပိုပြည့်စုံတဲ့၊
 ပိုပျော်ရွှင်တဲ့၊ ပိုပြီးဆက်ဆံရေးကောင်းမွန်တဲ့သူ ဖြစ်ချင်နေမှာ
 သေချာပါတယ်။

သင့်ရဲ့ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာဘဝ တိုးတက်ချင်နေတာလည်း
 ဖြစ်နိုင်တယ်။

ဘဝတစ်သက်တာအိပ်မက်ကို ရယူ
 ပြီးမြောက်ချင်နေတာလည်း ဖြစ်နိုင်တယ်။

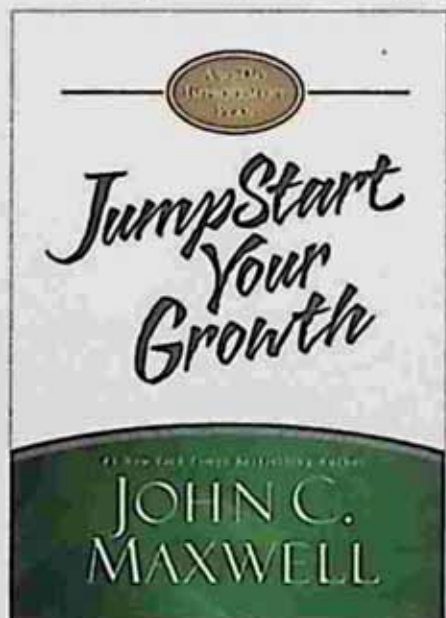
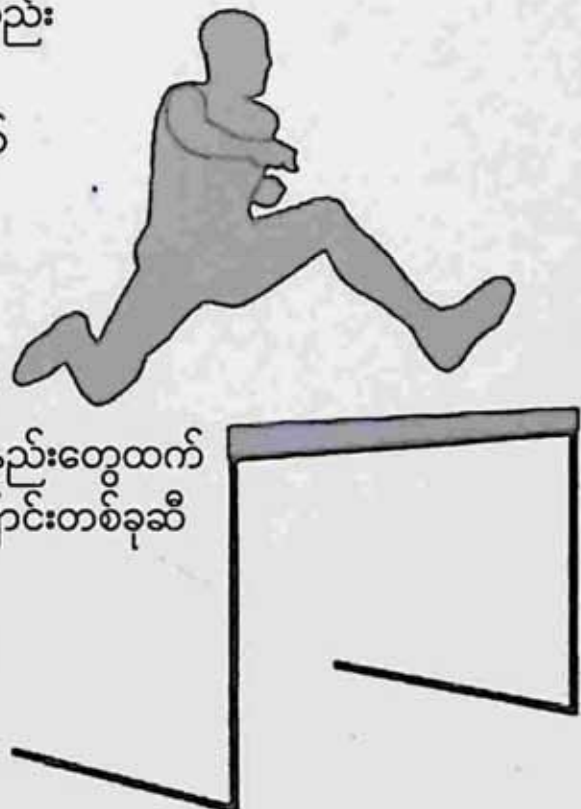
အဆိုပါအရာတွေကို သင်ရနိုင်တယ်ဆိုတာ
 စာရေးသူက ယုံကြည်ပါတယ်။

သင့် အဇ္ဈတ္တထဲမှာ အစွမ်းအစတွေရှိနေမှာလည်း
 သိထားပါတယ်။

ဒါပေမယ့် ဒါတွေရရှိလာဖို့ သင်ဘာလုပ်ရမယ်
 ဘာလုပ်သင့်တယ်ဆိုတာကို
 သိဖို့တော့ လိုပါတယ်။

အသိပညာတွေ ရှာဖွေရမယ်၊
 အတားအဆီးတွေ ကျော်ဖြတ်ရမယ်။

ခက်ခက်ခဲခဲချဉ်းကပ်ရမယ့် သဘာဝကျတဲ့နည်းတွေထက်
 မဟာဗျူဟာကျတဲ့ သဘာဝကျကျ လမ်းကြောင်းတစ်ခုဆီ
 တိုးဝင်ခုန်ကျော်ဖို့ ဒီစာအုပ်မှာ
 သင်နဲ့အတူ ဆွေးနွေးလမ်းညွှန်ထားပါတယ်။



KGT0063
 2,000.00 KS

ကြီးပွားချမ်းသာခြင်းသို့ ရက် ၉၀ စီမံကိန်း၊ ကောင်းသာ
စာမျက်နှာ ၁၈၅ မျက်နှာ၊ ၁၆ ခင်တီ x ၁၈.၅ ခင်တီ

ထုတ်ဝေသူ - ဦးစန်းဦး၊ စိတ်ကူးချိုချိုစာပေ(၀၀၅၃၈)၊ ၈၅၊ ၁၆၄လမ်း၊ တာမွေ၊ ရန်ကင်း။
ပုံနှိပ်သူ - ဒေါ်ဝင်းမာ၊ စိတ်ကူးချိုချိုပုံနှိပ်တိုက်(၀၀၄၁၂)၊ ၁၁၇၉၊ မစိုးရိမ်လမ်း၊ ရန်ကင်း။
၂၀၁၈၊ ဇူလိုင်လ၊ ပထမအကြိမ်၊ အုပ်ရေ ၅၀၀။

ရောင်းစျေး ၂၀၀၀ ကျပ်

email: skccph@gmail.com ; P.O.Box: 705
www.facebook.com/SKCCmyanmarbook
www.skccmyanmarbook.com

စိတ်ကူးချိုချိုစာအုပ်



ကြီးပွားချမ်းသာခြင်းသို့
ရက် ၉၀ စီမံကိန်း
JUMP START YOUR GROWTH
A 90-Day Improvement Plan
John C. Maxwell
ကောင်းသာ
မြန်မာပြန်

မေတ္တာစာရုံ ၂၀၁၈

နိဒါန်း

သင်ဒီစာတွေဖတ်နေစဉ်မှာ မနက်ဖြန်မှာ ပိုကောင်းနေတဲ့သူတစ်ယောက် ဖြစ်ချင်နေမှာဆိုတော့ သံသယဖြစ်စရာမလိုပါဘူး။ သင်တစ်နည်းနည်းနဲ့တော့ တိုးတက်ချင်နေမှာပါပဲ။ သင့်ရဲ့ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းအလုပ်မှာ တိုးတက်ချင်နေမှာပဲ။ ပိုကျန်းမာတဲ့ ဘဝနေနည်းစတိုင်မျိုးနဲ့ နေချင်နေမယ်။ သင့်ရဲ့ ဗဟုသုတတွေလည်း တိုးပွားချင်နေမယ်။ တစ်စုံတစ်ယောက်နဲ့ ဆက်ဆံရေးပိုအားကောင်းနေမယ်။ သင့်ရဲ့ စိတ်ဓာတ်ပိုင်းဆိုင်ရာဘဝ ပိုနက်ရှိုင်းချင်နေမယ်။ သို့မဟုတ် ဘဝတစ်သက်တာ အိပ်မက်ကို ရယူပြီးမြောက်ချင်နေမှာပါပဲ။

သင် ဒါတွေ ရနိုင်လိမ့်မယ်လို့ ကျွန်တော် ယုံကြည်တယ်။ သင့်ရဲ့ အတွင်း အဇ္ဈတ္တထဲမှာ အစွမ်းအစတွေ များစွာရှိနေမယ်။ ဒါပေမဲ့ သင်လက်ရှိမှာ ဒါတွေရဖို့ ကိရိယာလက်စွဲတွေကိုကော သုံးဖြစ်ပါရဲ့လား။ သင်လုပ်ရမှာတွေ ပိုကောင်းအောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမယ်ဆိုတာရော သင်သိပါရဲ့လား။ သင့်ရဲ့ဆက်ဆံရေးတွေ ဘယ်လိုတိုးတက်စေမလဲ။

သင့်ပန်းတိုင်တွေအရောက် ဘယ်လိုသွားမလဲ။ လူတစ်ယောက်အနေနဲ့ အသိပညာတွေသင်ဖို့ နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း ဘယ်လိုရယူမလဲ။ အတားအဆီးတွေကိုကော သင်ဘယ်လိုကျော်ဖြတ်မှာလဲ။ သင် ပိုကောင်းလာတာတွေ ဖြစ်လာရေးကို စောင့်ရင်း အလုပ်ကိုပိုကြာကြာလုပ်ဖို့ ခက်ခက်ခဲခဲကော လုပ်သင့်ပါရဲ့လား။

အဖြေကတော့ ကြီးပွားရေးအတွက် သင့်မှာ ရည်စူးချက်ရှိရှိ မဟာဗျူဟာကျ စီမံကိန်းတစ်ရပ် ရှိဖို့လိုပါတယ်။

လူများစွာက ခက်ခက်ခဲခဲ ကြိုးစားရင်းရတဲ့ ကျောင်းတွေကနေ လေ့လာသင်ကြားခဲ့ရတယ်။ ခက်ခဲတဲ့အတွေ့အကြုံတွေက သူတို့ကို ကြံ့ရာကျပန်း သင်ခန်းစာတွေကို ခက်ခဲတဲ့နည်းနဲ့ သင်ကြား ပေးခဲ့တယ်။ တစ်ခါတလေမှာ ပိုလို့ကောင်းသလို တစ်ခါတစ်ခါကျတော့ ပိုဆိုးသွားတတ်ပါတယ်။

သင့်မှာ အိပ်မက်တွေ၊ ပန်းတိုင်တွေ အာရုံနိုးကြားမှုရှိပါတယ်။ သင် အမှန်တကယ် ခက်ခက်ခဲခဲ အလုပ်လုပ်ရုံနဲ့ သင်သဘာဝကျကျ တိုးတက်လာမယ်လို့ လျာထားမိရဲ့လား။ သင် တစ်ကြိမ်တစ်ခါတော့ ယုံကြည်ခဲ့ဖူးလိမ့်မယ်။ ဒီနောက် ပုဂ္ဂိုလ်ရေးတိုးတက်မှုက သူ့ဟာသူတော့ ဖြစ်မလာတတ်မှန်း ကျွန်တော်ရှာဖွေတွေ့ရှိခဲ့တယ်။ ဒါနဲ့ပတ်သက်လို့ ကျွန်တော်တို့ မဟာဗျူဟာတော့ ကျကိုကျရမှာပါ။ ကျွန်တော်တို့ကြီးပွားရေး လုပ်ငန်းစဉ်ရဲ့ ပိုင်ရှင်အဖြစ်ကို ကျွန်တော်တို့ကပဲ အပြည့်အဝယူဖို့ လိုပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုရင် ဘယ်သူမှ ကျွန်တော်တို့အတွက် ကိုယ်စားလုပ်ပေးမှာ မဟုတ်လို့ပါပဲ။ တကယ်လို့ ကျွန်တော်တို့ဘဝတွေ တိုးတက်စေချင်ရင် ကျွန်တော်တို့ဘာသာပဲ တိုးတက်အောင် လုပ်ရမှာပဲဖြစ်တယ်။

သင့်ကိုယ်သင် တိုးတက်ဖို့ ဘယ်လိုကြီးပွားအောင်လုပ်ရမယ်ဆို

တာတွေ လေ့လာရေးမှာ သင့်ကိုကူညီဖို့ ဒီစာအုပ်မှာ ကျွန်တော် အား ထုတ်ထားပါတယ်။ ဒါမှသာ သင်ဖန်တီးဖို့ရှိတဲ့ လူစားမျိုးဖြစ်လာဖို့ အကောင်းဆုံးအခွင့်အလမ်းကို သင် ရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ရည်စူးချက်ရှိရှိ ကြီးပွားရေးက သင့်ရဲ့ အစွမ်းအစ တံခါးကိုသော့ဖွင့်နိုင်မယ့် သော့ ချက်ပဲဖြစ်ပါတယ်။ နောက်ရက် ၉၀ ကြာရင် သင်ဟာ ပိုပြည့်ဝပြီး ပိုလည်း ထိရောက်လာမယ့် တစ်ဦးချင်းပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်လာဖို့ရာ ရှင်းလင်း တဲ့ ခြေလှမ်းတွေပြင်ဆင်ပြီးလျက်သား ဖြစ်လိမ့်မယ်။ သင့်ရဲ့ကြီးပွား ရေးခရီးမှာ သင် ဘယ်နေရာရောက်နေနေ ဘာစိန်ခေါ်ချက်တွေ ရင် ဆိုင်နေရသည်ပဲဖြစ်ပါစေ၊ သင့်ကိုယ်သင် တိုးတက်ဖို့အခွင့်အရေး တစ်ခု တော့ သင် ရမှာဖြစ်တယ်။

ရည်စူးချက်ရှိရှိ ကြီးပွားအောင် နောက် ရက် ၉၀ အတွက် နေ့စဉ် နေ့တိုင်း မိနစ် ၁၅ မိနစ်ကျစီ ဘေးဖယ်ထားပါ။ အဲဒီ ၁၅ မိနစ်အတွင်း တစ်နေ့တာအတွက် သတ်မှတ်ထားတဲ့ အာရုံနှိုးဆွချက်အဆိုအမိန့် တစ်ခုစီကို ဖတ်ပြီးသေချာစွာစဉ်းစားပါ။ သင်ခန်းစာတွေကို အစာ ခြေချက်ပစ်ပါ။ နောက်စာမျက်နှာမှာ မေးခွန်းတွေကို တုံ့ပြန်ဖြေကြား ဖို့လက်တွေလေ့ကျင့်ခန်းတွေ ဖြည့်စွက်လုပ်ရင်း ရှေ့သို့တိုးရွေ့ပါ။ နောက် ၃ လအတွက် သင်ဟာ နေ့စဉ်နဲ့အမျှ ရည်ရွယ်ချက်ရှိရှိ အချိန်ယူကြီးပွားရေး လုပ်သွားရင် သင့်အစွမ်းအစတွေက သင့်လမ်း ကြောင်းပေါ်မှာပဲ ရှိလိမ့်မယ်။ ရည်ရွယ်ချက်ရှိရှိ ကြီးပွားရေး အလေ့ အထတစ်ခုကိုလည်း သင် လုပ်မိလိမ့်မယ်။ နောက်ကြောင်းပြန်လှည့် ရင်း သင်ဘယ်လိုခရီးပေါက်လာမှန်း သင်တွေ့ရမယ်။ အဆင်သင့်ဖြစ်ပြီလား။ ကဲ.....စကြစို့ရဲ့.....။



နေ့



“သင် ဖြစ်ချင်တဲ့သူ ဖြစ်လာဖို့နဲ့၊ သင် ဖြစ်လာချင်တဲ့သူကို
စောင့်နေရတာကို ရပ်ဆိုင်းဖို့လိုတဲ့ အချိန်ကိုရောက်လာပါပြီ”

ဘရစ်စပရင်းစတင်း

အစွမ်းအစဆိုတာ ဘယ်ဘာသာစကားမှာမဆို အံ့ချီးဖွယ်
အကောင်းဆုံး ဝေါဟာရဖြစ်ပါတယ်။ ယင်းက အကောင်းမြင်ဝါဒနဲ့
ရှေ့ကိုမျှော်တယ်။ သူ့မှာ မျှော်လင့်ချက်တွေနဲ့ ပြည့်နေတယ်။ ကြီး
မြတ်မှုနဲ့ ထိတွေ့တယ်။ အစွမ်းအစဆိုတာ ဖြစ်နိုင်ခြေတွေပေါ်မှာ အခြေခံ
တဲ့ စကားလုံးဖြစ်တယ်။ သင့်ရဲ့အစွမ်းအစကို လူသားတစ်ယောက်အနေ
နဲ့ စဉ်းစားကြည့်ပါ။ ရင်ခုန်လာရစေမယ်။ အနည်းဆုံးတော့ မျှော်လင့်
ချက်ပေါ်လာမယ်။ ဘယ်လောက်ထိ အကောင်းမြင်ကြလိုက်သလဲလို့။
ကျွန်ုပ်ကိုယ်ကျွန်ုပ် ယုံကြည်သလောက် သင့်အစွမ်းအစကို သင်ယုံကြည်
နိုင်ပါတယ်။

သင့်မှာ ကြီးပွားရေးထဲ ခုန်ဝင်ဖို့ ဆန္ဒရှိကြောင်း ကျွန်ုပ်ယုံကြည်

တယ်။ ဒါကြောင့် သင့်ရဲ့အစွမ်းအစတွေဆီရောက်နိုင်တယ်။ မေးပါရစေ။ “သင့်ရဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ရေးကြီးပွားမှုအတွက် သင့်မှာ စီမံကိန်းတစ်ရပ်ရှိပါသလား” ကျွန်တော် အသက် ၂၀ အရွယ်က ဒီမေးခွန်းကို ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် မေးဖူးခဲ့တာမို့ ကျွန်တော့်ဘဝပြောင်းလဲခဲ့တယ်။ သင့်ဘဝကိုလည်း ပြောင်းလဲပေးနိုင်မယ်လို့ ယုံကြည်တယ်။ ကျွန်တော့်အသက်မွေးမှုကို စတင်တော့ ရည်စူးချက်ရှိရှိလုပ်တယ်။ ပန်းတိုင်တွေရောက် အောင်မြင်ခဲ့တယ်။ မဟာဗျူဟာထားတယ်။ အလုပ်ကြိုးစားပါတယ်။ ကျွန်တော်သွားချင်တဲ့နေရာ ရောက်မယ်လို့ မျှော်လင့်တာပေါ့။ ဒါပေမဲ့ မျှော်လင့်ချက်က မဟာဗျူဟာ မဟုတ်သေးဘူး။ အလုပ်ကြိုးစားရုံနဲ့ မအောင်မြင်နိုင်သေးဘူး။ စီမံကိန်းတစ်ရပ် ကျွန်တော့်မှာ မရှိသေးတာကို နားလည်မိတော့တယ်။ ဒါကြောင့် သင့်မှာ စီမံကိန်းရှိပါသလား။



သင့် အစွမ်းအစနဲ့ပတ်သက်လို့
 သင် ဘာကိုယုံကြည်သလဲဆိုတာ
 ဖော်ပြပါ။ ပြီးတော့ သင်ဖြစ်လာနိုင်တာ
 အားလုံးဖြစ်လာဖို့ သင်ဘယ်လိုစီမံသလဲ
 သို့မဟုတ် မျှော်လင့်ထားသလဲ
 ဆိုတာကိုလည်း ဖော်ပြပါ။



နေ့



“မနက်ဖြန်အတွက် ရှင်သန်ရတဲ့ ဘဝကတော့၊ အမြဲတမ်း
နားလည်ထားတာနဲ့ ကွာလှမ်းဝေးနေတဲ့ ရက်တစ်ရက်ပဲ ဖြစ်လိမ့်
မယ်”

လိယိုဘတ်စကာဂလီးယား

သင်ကလည်း ကျွန်တော့်လိုပဲ။ သင့်အစွမ်းအစတွေ ရောက်ဖို့နဲ့
ကြီးပွားရေးကို ဟန့်တားနေတဲ့ ကွာဟချက်တွေကို ဖန်တီးနေတဲ့အယူ
အဆလွဲမှားမှုတွေ တစ်ခု သို့မဟုတ် အများဖြစ်နေမယ်လို့ ထင်တယ်။
ကြီးပွား ရေးနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အယူအဆလွဲမှားခြင်းတွေကတော့ ရိုးရိုး
လေးကြိုးစားလုပ်နေရုံနဲ့ အလိုအလျောက် ကြီးပွားသွားမယ်လို့
ထင်နေတာမျိုး ဖြစ်တယ်။ ဒါက သင်လိုအပ်တဲ့ ရည်စူးချက်ရှိရှိ
လုပ်ခြင်းကနေ နောက်ပြန်ဆွဲနေတာပါပဲ။

သင် ဒီလိုနောက်ပြန်ဆွဲနေတာက ကြောက်ရွံ့နေခြင်းကြောင့်
လည်း ဖြစ်နိုင်သလို၊ ကြီးပွားရေးစီမံကိန်းကို စတင်ရာမှာ “အကောင်း
ဆုံး” လမ်းကို ရှာနေတာကြောင့်လည်း ဖြစ်နိုင်တယ်။ ကြီးပွားရေးမှာ

သင့်မှာ အဖြေတွေ ရှိမနေဘူးလို့ ဝန်ခံဖို့လည်း ပါဝင်နေတယ်။ အမှားလုပ်မိမှာကို ကြောက်နေတာမျိုးနဲ့ မိုက်မဲကြောင်း လူတွေထင်မှာကို ကြောက်နေတာမျိုးပါတယ်။ သင်တိုးတက်ချင်ရင် အမှားကို ဝန်ခံရဲရမယ်။ ရည်စူးချက်ရှိရှိ တိုးတက်ချင်ရင် နေ့စဉ်နေ့တိုင်း အမှားတွေ လုပ် မိနိုင်တယ်လို့ မျှော်လင့်ထားရမယ်။ ဒီနေ့ပဲ စလုပ် မှားချင်မှားပါစေ။ အမှားများများတွေ့မှ သင်ခန်းစာများများရမယ်မှတ်ပါ။

ဒါဟာ မှန်ကန်တဲ့ လားရာဘက်ကို သင်ရွေ့နေတဲ့ လက္ခဏာတစ်ရပ်အဖြစ် ကြိုဆိုရမယ်။



ကြီးပွားရေးစီမံကိန်းတစ်ရပ်
စဖို့ရာ၊ သင့်ကိုနောက်ပြန်
ဆွဲနေတဲ့၊ ယုံကြည်မှုတွေကို
စာရင်းလုပ်ပါ။
ဒီအယူအဆလွဲမှားခြင်းတွေ
ကျော်လွှားဖို့ရာ ကြီးပွားရေး
လုပ်ငန်းစဉ်ထဲ စခုန်ဝင်ဖို့
ဘာ အမှန်တရားတွေ သင်သုံး
နိုင်သလဲ။



နေ့



“မောင်းတင်ချက်က သင့်ကို လှုပ်စီးလက်သလို ရိုက်ခတ်
စေတာ မဟုတ်ဘူး။ မောင်းတင်ဆော်ဩချက် အယူအဆတစ်ခုလုံး
က ထောင်ချောက်တစ်ခု ဖြစ်တယ်။ မောင်းတင်တာတွေ မေ့ပစ်
လိုက်ပါ။ လုပ်စရာရှိတာ စလုပ်ပါ”

ဂျင်နီဇာရီ

သင့်ကို မကြီးပွားအောင် ကွာဟနေတဲ့ အယူအဆလွဲမှားမှုနောက်
တစ်ခုက သင်လေ့လာ ကြီးပွားဖို့က အာရုံနှိုးဆွမှုတွေ လုပ်ပေးဖို့
လိုတယ်လို့ စဉ်းစားယူဆနေခြင်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ခြားနားအောင်လုပ်
နိုင်တာ ကျွန်တော့်မှာ မျှော်လင့်ချက်ပဲရှိတယ်။ ဒါက အာရုံကို
နှိုးဆွမပေးဘူး။ ဒါပေမဲ့ တစ်နည်းနည်းနဲ့တော့ စတင်လုပ်ဖြစ်စေတယ်။
ကျွန်တော်အံ့ဩရတာက ကြီးပွားရေးကို ရည်ညွှန်းလို့ တစ်နှစ်အကြာမှာ
ကျွန်တော့်ရဲ့သူရဲကောင်းတချို့ကို စတင်ဖြတ်သန်းမိတယ်။ ဒါက ဧရာမ
ခြားနားသွားတာပါ။

ကြီးပွားရေးကို ထိန်းထားဖို့ အကြောင်းရင်းတွေထက်၊ ကြီးပွား
ရေးကို စတင်လုပ်ဖို့ အကြောင်းရင်းတွေကသာ အလေးသာတယ်လို့

ကျွန်တော် ရဲရဲပြောဝံ့ပါတယ်။ ဆက်လက်ကြီးပွားရေးရဲ့ အကြောင်း
 ရင်းက အကျိုးတရားတွေကို ရိတ်သိမ်းရေးကို ကြာနိုင်သလောက်
 ကြာကြာ ဇောက်ချလုပ်ရေးနဲ့ ကပ်ငြိစေးကပ်နေရပါမယ်။ ဒါကြောင့်
 သင့်ဇောက်ချလုပ်မှုကို အနည်းဆုံး ၁၂ လ။ ကြာအောင်ကပ်ငြိသွားရင်
 ဒီလုပ်ငန်းစဉ်နဲ့ သင် ချစ်ကျွမ်းဝင်မိလိမ့်မယ်။ တစ်နှစ်ဆုံးလို့ ကိုယ့်
 ကိုယ်ကိုယ် ပြန်ကြည့်ရင် ဘယ်လောက်ထိအောင် ခရီးရောက်နေမှန်း
 သိလို့ အံ့သြသွားမိလိမ့်မယ်။



ကြီးပွားရေးအတွက်၊ ဇောက်ချဖို့
 သင့်ရဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးကြေညာချက်ကိုရေး
 ချပါ။ လက်မှတ်ထိုး ရက်စွဲတပ်ပါ။
 သည့်နောက်မှာ ဒီဇောက်ချ
 စလုပ်မယ့် ကိစ္စကို အနည်းဆုံး
 ရက် ၉၀ ကြာကြာ စွဲကပ်ငြိစွဲမြဲ
 ခိုင်မာစွာလုပ်ပါ။
 သင် အံ့သြလောက်ဖွယ်
 ခရီးပေါက်ကြောင်း
 တွေ့ရလိမ့်မယ်။



နေ့



“သင် လေ့လာဖို့ တစ်ခုတည်းသော လမ်းက သင့်ထက် ပိုကောင်းတဲ့ လူတွေနဲ့ သင့်ပတ်လည်မှာ ဝိုင်းနေတာပါပဲ။”

မစ်ကီဆမ်းနား

ကျွန်တော့်ဘဝ စောစောပိုင်းက ကျွန်တော့်အဖွဲ့အစည်းထက် ဖိဆ ပိုကြီးတဲ့ လုပ်ငန်းကြီးတွေက လူသုံးယောက်နဲ့ အယူအဆတွေ ဖလှယ် ရေးကို ကျွန်တော်တက်ခဲ့ရတယ်။ သူတို့မှာ ကျွန်တော့်ထက်ပိုကောင်း တဲ့ အယူအဆတွေ ရှိကြတယ်။ ပိုကောင်းတဲ့ခေါင်းဆောင်ဖြစ်ရေးဟာ ကျွန်တော့် ပန်းတိုင်ဖြစ်တဲ့အတွက် အဲဒီ နှီးနှောပွဲကို ကျွန်တော်သွား တက်တယ်။ ကျွန်တော့် အသိုင်းအဝိုင်း သေးသေးလေးအပြင်ဘက်က ပိုကောင်းပိုကြီးတဲ့ ခေါင်းဆောင်တွေနဲ့ ထိတွေ့ဖို့လိုနေတယ်။

စတင်ခါစက မရွံ့မရဲ ဖြစ်သေးတယ်။ အယူအဆချင်း ဖလှယ်တဲ့ အခါ သူတို့ထက် ကျွန်တော်က အဆင့်နိမ့်နေကြောင်း ခပ်မြန်မြန် သဘောပေါက်သွားလို့ သူတို့ကို အမှီကူးခပ်ဖို့ ကြိုးစားရတယ်။ သူတို့က သူတို့ရဲ့အယူအဆတွေ ကျွန်တော်နဲ့ဝေမျှ လေ့လာကြလို့ အားပေးမှု ကိုရပါတယ်။

ပထမ ၁၀ နှစ်တာမှာ ကျွန်တော်သာ ပုဂ္ဂိုလ်ရေး ကြီးပွားမှုကို ရည်စူးချက်ရှိရှိ လိုက်ပါလုပ်နိုင်ဖို့၊ နှိုင်းယှဉ်ချက်၊ ကွာဟချက်ကို ကျော်လွှားနိုင်ပြီး သူတို့ကို အမိလိုက်နိုင်သွားပါတယ်။

ကျွန်တော့်ရဲ့ သက်သာရေးဇုံထဲက ထွက်နိုင်ဖို့ကြိုးစားရာမှာ အကူးအပြောင်းမှာ ခက်ခဲပေမဲ့ သင်လည်း အလားတူကြုံရမှာ ပါပဲ။ သင့်ရှေ့က အခြားလူတွေနဲ့အတူ ဖေးဖေးမမ ကူညီလေ့လာခွင့်ရခဲ့ခြင်း ကြောင့်သာ။ မသက်မသာမှုတွေနဲ့ ထိုက်တန်စွာ ကျော်လွှားနိုင်တာ ဖြစ်ပါတယ်။



သင်ကြီးပွားချင်တဲ့ နယ်ပယ်ထဲမှာ
အခြားသူများနဲ့ ဘယ်မှာသင်တွေ
ဆုံနိုင်သလဲ။
သင့်ကို ကူညီဖို့လိုတဲ့ သူတွေကို
သင် သိပါသလား။ သုတေသနအချို့
လုပ်ပါ။ စိတ်တူကိုယ်တူ အခြားသူ
များနဲ့ လေ့လာဆက်သွယ်နိုင်မယ့်
နေရာဟာ ကွန်ဖရင့် တစ်ခုများလား။



နေ့



“အခုကစလို့ နောင် ၅ နှစ်မှာ ဖြစ်လာမယ့် သင်ဟာ ယနေ့ သင်နဲ့ အလားတူ တစ်ထပ်တည်းတူနေဖို့က ခြွင်းချက်နှစ်ရပ်ပဲ ရှိပါတယ်။ သင်နဲ့အတူတကွ ပေါင်းသင်းနေတဲ့ လူတွေနဲ့ သင်ဖတ်တဲ့ စာအုပ်တွေပါပဲ။”

ချားစ်ထရီမင်းဒက်စ်ဂျူးစ်

လူမှုရေး စိတ်ပညာရှင် ဟားဗတ်က “ဒေါက်တာဒေးဗစ်မက်ကလဲ လန်း” ရဲ့ သုတေသနအရ သင် အဖွဲ့ကျပေါင်းသင်းနေတဲ့သူတွေကို “မှီငြမ်းပြုအုပ်စု” လို့ ခေါ်ပြီး ဒီလူတွေက သင့်ရဲ့ အောင်မြင်မှုနဲ့ ကျဆုံးမှုတွေရဲ့ ၉၅ ရာခိုင်နှုန်းလောက်အထိ ဆုံးဖြတ်ပေးနေတယ်လို့ ဆို တယ်။ ကျွန်တော်တို့ဟာ ကိုယ့်ထက် ပိုကြီးကျယ်တဲ့ သူတွေနဲ့ပေါင်း သင်းရလို့ အမြဲတမ်း အမြတ်ထွက်ပါတယ်။ ဂုဏ်သိက္ခာရှိတဲ့သူတွေနဲ့ ကျွန်ုပ်အချိန် ယူပေါင်းသင်းဖို့ ကြိုးစားသင့်ပါတယ်။ ဒီလူတွေက အကောင်းမြင်ကြ တယ်။ အသက်မွေးမှုအရ ကျွန်တော်ရှေ့က ဖြစ်နေတယ်။ ကျွန်တော်တို့ ကို ချိုးနှိမ်မယ့်အစား ကျွန်တော်တို့ကို မြေတောင် မြှောက်ပေးတတ်တဲ့ သူတွေပါ။

ကြီးပွားရေးခရီးစဉ်ကို သင်တစ်ယောက်တည်း မသွားနိုင်ပါဘူး။ သင်ရောက်ချင်တဲ့ အစွမ်းအစတွေဆီလည်း တစ်ကိုယ်တော်တည်းလုပ် မရနိုင်ပါ။ ဘယ်သူ့ရဲ့ပတ်ဝန်းကျင်ပဲဖြစ်ဖြစ် အကြီးကျယ်အခမ်းနား ဆုံး အခန်းကဏ္ဍကတော့ လူတွေပါပဲ။

ဒါကြောင့် သင်အချိန်အများဆုံးယူပြီး ပေါင်းဖော်နေတဲ့ သူတွေ ဟာ ဘယ်နေရာဦးတည်နေသလဲလို့ သင် ခက်ခက်ခဲခဲ ကြာရှည်စွာ စဉ်းစားချိန်ဆ သုံးသပ်ရပါလိမ့်မယ်။



သင့်ဘဝထဲ လက်ရှိမှာ သင့်အပေါ်
ဩဇာအရှိဆုံးလူတွေကိုစာရင်း
လုပ်ပါ။
သင့်ထက် ပိုကြီးကျယ်ပြီး
သင့်ကို ပိုချဲ့ထွင်နိုင်မယ့်
လူတွေရဲ့ ဩဇာညောင်းမှုကို
သင် ဘယ်လိုတိုးတက်
စေနိုင်မှာလဲ။



နေ့
၆

“သင့်ရဲ့ခရီးဆုံးပန်းတိုင်ကို သင်မပြောင်းလဲနိုင်ပါ။ သို့သော်
သင့်ရဲ့လားရာ ကိုတော့၊ ညတွင်းချင်း ပြောင်းလဲနိုင်တယ်”

ဂျင်းရွန်

ရည်စူးချက်ရှိရှိ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးကြီးပွားမှုထဲ ကျွန်တော်ချိတ်ဆက်
တဲ့ပထမနှစ်မှာ ဒီကိစ္စက တစ်ဘဝလုံး လုပ်ငန်းစဉ်ဖြစ်နေကြောင်း ကို
ကျွန်တော် တွေ့ရှိမိတော့တယ်။ ထိုနှစ်အတွင်း ကျွန်တော့်စိတ်ထဲ က
မေးခွန်းက “ဒီကိစ္စ ဘယ်လောက်ကြာမလဲ” ဆိုရာကနေ “ဘယ်
လောက်ဆေးဝေး ငါသွားနိုင်မလဲ” ဆိုတဲ့အထိ ပြောင်းသွားခဲ့တယ်။ ဒါက
သင့်ကိုယ်သင် အခုချက်ချင်း မေးနေရမယ့် မေးခွန်းပါ။ သင်ဖြေနိုင်
မှာလည်း မဟုတ်ပါဘူး။ လွန်ခဲ့တဲ့ အနှစ် ၄၀ ကတည်းက ဒီကြီးပွားရေး
ခရီးက သင့်ကို အကွာအဝေးမဟုတ်တဲ့ လားရာကို ချမှတ်ဖို့ ကူညီပေး
ပါလိမ့်မယ်။

ဘဝထဲ သင်လုပ်နိုင်သမျှ အကောင်းဆုံးကို မျှော်လင့်နိုင်၊ သင်ရ

ထားပြီးသမျှထဲက အကောင်းဆုံးကို လုပ်ယူဖို့ပါပဲ။ သင့်ကိုယ်သင် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံရင်း သင် အကောင်းဆုံးကို သင့်ဟာသင် လုပ်ယူနိုင်တာပဲ ဖြစ်တယ်။ သင်အလုပ်ပိုလုပ်လေ သင့်အစွမ်းအစလည်း ပိုကြီးလာ လေလေပါပဲ။ သင်ရှေ့ဆက်ပြီး ပိုဝေးဝေးသွားသင့်ပါတယ်။

သင့်ရဲ့အကောင်းဆုံးကို ကြီးပွားအောင် လုပ်ပေးရင်း သင်လည်း ပဲ သင့်ရဲ့အကောင်းဆုံးဖြစ်လာနိုင်ပါတယ်။

“

ဘဝထဲ ဘယ်နေရာထိ
သင်သွားချင်သလဲ။
သင်သွားလိုတာက ဘယ်လားရာလဲ။
သင်သွားနိုင်တယ်လို့ ခန့်မှန်းတာ
ဘယ်လောက်ဝေးဝေးထိလဲ။

”

နေ့



“နောက်တော့မှ’ တို့ ‘နောက်မှငါလုပ်မယ်” တို့လို လေးလေးနက်နက် ထိခိုက်စေတဲ့ စကားမျိုးရှိနိုင်သေးလား။ ‘မနက်ဖြန်’နဲ့စတဲ့ အာဟာရ၊ နောက်ဆုံးကျမှရတဲ့ အလုပ်အမဲလိုက်ခြင်း၊ ဘဝအိပ်မက်နောက် လိုက်ပါရာမှာ တစ်နေ့နေ့တော့နဲ့စပြီး၊ ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် ချထားတဲ့ လမ်းပိတ်ကျောက်တုံးတွေနဲ့ ပေါင်းစပ်ထားတာတွေက ကျွန်ုပ်တို့ကို အော်တိုပိုင်းလော့နဲ့ သော့ခတ်ခြားထားလိုက်တော့တယ်။”

ဂျင်နီဇာရိဒ်

ကျွန်တော်အသက် ၂၀ တုန်းက လုပ်ငန်းရှင်နဲ့ အလှူအတန်းဝါသနာပါသူ “ဒဗလျူကလီးမင့်စတုံး” က အလျင်လိုမှု အာရုံထားရေးအယူအဆကို ပြောပြဖူးတယ်။ “အခုပဲလုပ်ပါ” ခေါင်းစဉ်နဲ့ သူတရားဟောထားတာက “မနက်မိုးလင်း အိပ်ရာကမထမီ အခုပဲလုပ်ပါ” ဆိုတဲ့ စကားကို အကြိမ် ၅၀ ရွတ်ပါ။ တစ်နေ့တာဆုံးလို့ သင် နောက်ဆုံးလုပ်သင့် “အခုပဲလုပ်ပါကို အကြိမ် ၅၀ ရွတ်ဖို့ပဲ” လို့ပြောသွားတယ်။ ကျွန်တော့်ကို တိုက်ရိုက်ပြောနေသလို ခံစားရတယ်။ နောက် ၆ လကြာအောင် အဲဒီအတိုင်း အတိအကျ လိုက်နာလုပ်လိုက်တာ၊ အလျင်လိုမှုအာရုံကို အကြီးအကျယ်ရလိုက်ပါတယ်။ ဒီအချိန်မှာ သင် ရင်ဆိုင်ရတဲ့ အကြီးဆုံးအန္တရာယ်ကတော့ ရည်စူးချက်

ရှိရှိ ကြီးပွားရေးလုပ်တဲ့ အခါမှာ “နောက်မှ” ဆိုတာကို ဦးစားပေး
နေတာပါပဲ။ ဒီထောင်ချောက်ထဲ အကျမခံပါနဲ့။

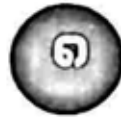
ဒီစာအုပ်ကို စတင်ဖတ်လိုက်ခြင်းဖြင့် ဒီလုပ်ငန်းစဉ်ကို စတင်ပြီး
သားဖြစ်ပါစေ။ ဒီမှာတင် ရပ်မနေပါနဲ့။ နောက်ထပ် ခြေလှမ်းတွေ
ဆက်လှမ်းပါ။ ဒီအရာကို ဒီနေ့ပဲ စတင်လေ့လာခြင်းဖြင့် ကြီးပွားရေး
ကို ကူညီနိုင်မယ့် အရင်းအမြစ်ကို ကောက်ယူပါလေ။

“

“အခုပဲလုပ်ပါ” စကားလုံးကို
ချရေးပါ။ နေ့စဉ် ဒီစာလုံးကို
သင် မြင်သာမယ့် တစ်နေရာမှာ
ကပ်ထားပါ။ နောက်တစ်ချိန်မှာ
စလုပ်ဖို့ စောင့်ရင်းစဉ်းစားပါ။
“အခုပဲလုပ်လိုက်” စာသားကို
ထပ်ခါထပ်ခါ လက်တွေ့ရေရွတ်
ပြီး ရလဒ်ကို ချရေးပါ။

”

နေ့



“သင် အကြောက်တရားကို အစာကျွေးပြီး သင့်ယုံကြည်မှု
ကို အငတ်ထားမလား။ သင့်ယုံကြည်မှုကို အစာကျွေးပြီး သင့်
အကြောက်တရားကို အငတ်ထားမလား။”

မာစီဂုကာဒိုး

ကြီးပွားရေးက ရှုပ်ထွေးတဲ့ လုပ်ငန်းဖြစ်နိုင်ပြီး သတ္တရှိဖို့ လိုအပ်
တယ်။ ကျွန်တော် မကြာသေးမီက လူတွေကို မအောင်မြင်အောင်
တားဆီးနေတဲ့ အကြောက်တရားနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ဆောင်းပါးတစ်ပုဒ်
ဖတ်ရတယ်။ အခန်း ၅ ခန်း ခွဲထားတာ တွေ့ရတယ်။

- ကျဆုံးရမှာကို ကြောက်ခြင်း။
- မသိသေးတာတွေအတွက် ကုန်သွယ်ရေးလုံခြုံမှုကို ကြောက်
ခြင်း။
- ငွေရေးကြေးရေးအရ ချဲ့ထွင်လွန်းမှာကို ကြောက်ခြင်း။
- တခြားလူတွေ ဘာပြော ဘာထင်ကြမှာကို ကြောက်ခြင်း။
- အောင်မြင်မှု တခြားသူစိမ်းတွေ ရသွားမှာကို ကြောက်ခြင်း။

ဒါတွေအနက်က ဘယ်ဟာက သင့်ကို အထိခိုက်ဆုံး ဖြစ်မှာလဲ။ ကျွန်တော့်အတွက်က နောက်ဆုံးအချက်၊ သူစိမ်းတွေ အောင်မြင်မှုကို ယူသွားမှာကိုပါပဲ။ သဘာဝအရ ကျွန်တော်က လူတွေကို ကျေနပ်မှုပေးတတ်သူပါ။ ကျွန်တော်တို့အားလုံး ကြောက်တတ်ကြတာပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ သတင်းကောင်းတစ်ခုက ရှိတယ်။ ကျွန်တော်တို့အားလုံး ယုံကြည်မှုရှိကြတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မေးရမှာက “ဘယ်စိတ်လှုပ်ရှားမှုကို ငါပိုအားကောင်းစေဖို့ လုပ်မလဲ” ဆိုတာပါ။ သင့် အဖြေအရေးကြီးတယ်။ သင့်ယုံကြည်မှုကို အစာကျွေးပြီး၊ သင့်အကြောက်တရားကိုတော့ အငတ်ထားလိုက်ပါတော့။



ဒီ အကြောက်တရား ၅ ခုမှာ
 ဘယ်ဟာက သင့်ကြီးပွားရေးမှာ
 အကြီးဆုံးအတားအဆီးကို
 ဖန်တီးနေသလဲ။
 ဘာကြောင့်လဲ။ သင့်ယုံကြည်မှုကို
 အစာကျွေးပြီး၊ သင့်အကြောက်တရားကို
 အငတ်ထားလိုက်၊ ဒါကို သင်ဘယ်လို
 ကျော်လွှားမလဲဆိုတာ ဖော်ပြပါ။



နေ့



“တစ်ဦးတစ်ယောက်ရဲ့ ဒဿနက စကားလုံးတွေနဲ့ အကောင်းဆုံးကို ဖော်ပြနိုင်တာမဟုတ်ဘူး။ တစ်ဦးတစ်ယောက်လုပ်တဲ့ ရွေးချယ်မှုအရသာ ဖော်ပြတာဖြစ်တယ်။ ရေရှည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့ ဘဝတွေ ကို ပုံသွင်းနေပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်လည်း ပုံသွင်းနေပါတယ်”

အီလီနာရစ်စဗဲစ်

ဒီအဆင့်မှာပဲ သင်ဟ “မတော်တဆကြီးပွားရေး” ဆိုတဲ့ သံချေးတက်လမ်းကြောင်းမှာ ကပ်ငြိနေမှန်း နားလည်ရတော့တယ်။ ဒီမှာ ဘဝအတွေ့အကြုံမျှသာ မျှော်လင့်နိုင်ပြီး လမ်းတစ်လျှောက်လုံး အတွေ့အကြုံတွေဆီကပဲ လေ့လာဖို့လိုနေတော့တယ်။ ဒါပေမဲ့ ဒါက သင့်ကို ရည်စူးချက်ရှိရှိ ကြီးပွားရေး ခိုင်မာတဲ့လမ်းက ထိန်းထားပေးနေတယ်။ ခြားနားချက်နဲ့ပတ်သက်ပြီး ရှင်းလင်းသွားစေဖို့ အောက်ပါနှိုင်းယှဉ်ချက်များကို လေ့လာသင့်တယ်။

- မတော်တဆကြီးပွားရေး
- မနက်ဖြန်မှစတင်စီမံရေး
- ကြီးပွားရေးရောက်လာမှာကို စောင့်မျှော်နေခြင်း
- အမှားများကသာ လေ့လာခြင်း
- ကံကောင်းဖို့ကိုပဲ မှီခိုခြင်း
- မကြာခဏစောစီးစွာနုတ်ထွက်ခြင်း
- အလေ့အထဆိုးများဆီ ကျရောက်ခြင်း
- အပြောကြီးတတ်ခြင်း
- လုံခြုံအောင်သရုပ်ဆောင်ခြင်း
- သားကောင်လို စဉ်းစားတတ်ခြင်း
- ပါရမီအပေါ်မှီခိုခြင်း

- ရည်စူးချက်ရှိရှိကြီးပွားရေး
- ဒီနေ့ပဲစလုပ်ဖို့ ဇွဲသန်ရေး။
- ကြီးပွားဖို့တာဝန်တွေ အပြည့်အဝယူခြင်း။
- အမှားမလုပ်မီက ကြိုတင်လေ့လာထားခြင်း။
- ခက်ခဲစွာလုပ်ခြင်းကို မှီခိုခြင်း
- ကြာရှည်မာကျောစွာ ဇွဲနဲ့ တောင့်ခံခြင်း။
- အလေ့အထကောင်းများ အတွက်တိုက်ခိုက်ခြင်း။
- တစ်လျှောက်လုံး လိုက်ပါဆောင်ရွက်နေခြင်း။
- အရဲစွန့်ဒုက္ခခံလုပ်ခြင်း။
- လေ့လာသူကဲ့သို့ စဉ်းစားတတ်ခြင်း။
- စရိုက်သဘာဝအပေါ်မှီခိုခြင်း။

“

ဝဲဘက်ကော်လံထဲက သဘောထား
 တွေက သင့်ကြီးပွားရေးမှာ အကြီးဆုံး
 အတားအဆီးတွေဖြစ်ကြောင်းနဲ့
 ယာဘက်ကော်လံထဲက သဘောထား
 တွေကတော့၊ ဒါတွေကို ကျော်လွှားပြီး
 လုပ်ရပ်လုပ်ခြင်းဖြင့် ကူညီတာ
 တွေဖြစ်ကြောင်း သတ်မှတ်ခွဲခြားပါ။
 သင် ဘယ်လိုလုပ်မှာတွေ ချရေးပါ။

”

နေ့



“ပြောင်းလဲခြင်းသို့ ပထမခြေလှမ်းက သတိပြုမိခြင်းပဲဖြစ်
တယ်။ ဒုတိယမြောက် ခြေလှမ်းကတော့ ဒါကို သက်သေခံခြင်း
ပါပဲ”

နာသန်နီကယ် ဘရန်ဒင်

သင် ကြီးပွားလိုရင် သင့်ကိုယ်သင် သိထားရမယ်။ သင့်ရဲ့ အား
ကောင်းချက်၊ အားနည်းချက်၊ သင့်ရဲ့စိတ်ဝင်စားမှုနဲ့ အခွင့်အလမ်းတွေ
ကို သိထားရမယ်။ သင် ဘယ်ရောက်ခဲ့ကြောင်းကို သာမက သင်ယခု
ဘယ်ရောက်နေမှန်းလည်း သိနေရမယ်။ သင်သွားချင်တဲ့ နေရာအတွက်
လမ်းကြောင်းတစ်ခု မချမှတ်နိုင်ပေမယ့် အချိန်တိုင်းမှာ သင်တစ်ခုခုတော့
လေ့လာချင်နေမှာပဲ။ ဒီနေ့မှာ ကိစ္စရပ် အသစ်တွေ လေ့လာနိုင်စွမ်းရှိပြီး
မနေ့က လေ့လာခဲ့တာတွေပေါ်မှာ တည်ဆောက်သွားရင်းနဲ့ ဆက်လက်
ကြီးပွားရေးကို လုပ်သွားရမှာပါ။ ဒါ သင့်ကိုယ်သင် တိုးတက်အောင်
လုပ်နေတဲ့ လမ်းကြောင်းကို ရယူခြင်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

လူတွေဟာ သူတို့ကိုယ်သူတို့ ဘာဖြစ်သင့်မှန်းတောင် မသိကြ

ဘူး။ ဒီလိုနဲ့ သူတို့ရဲ့ ကြီးပွားရေးကို အာရုံစိုက်နိုင်ဘဲ ကျန်နေရတာ ပါ။ သင့်ရဲ့ အစွမ်းအစတွေ ပေါက်ဖွားဖို့ သင်ဟာ ဘယ်သူဆိုတာကို တော့ သိထားရမယ်။ ဒါပေမဲ့ သင် ဘယ်သူလဲဆိုတာကို သိဖို့၊ သင့်မှာ ကြီးထွားရမှာပဲ။ ဒီတော့ ဘာဖြေရှင်းချက်များ ရှိပါသလဲ။

သင်ကြီးပွားရေး စူးစမ်းရှာဖွေနေစဉ် သင့်ကိုသင်လည်း စူးစမ်း ရှာဖွေနေရမယ်။ စတင်မယ့်နည်းက သင့်စွဲလမ်းချက်တွေကို ဂရုစိုက် ဖို့ပဲ။ “သတိပြုမိခြင်း” က သင့်ကိုယ်သင် သိခြင်း။ သင် ဘယ်သူဖြစ် ကြောင်း သင်လက်ခံရင် သင့်ရဲ့စွဲလမ်းချက်တွေ အာရုံစိုက်နိုင်ပြီး စတင် တည်ဆောက်မိမယ်။

“

သင့်ကိုယ်သင် ဘယ်လောက်
 ကောင်းကောင်းသိသလဲ။ သင့်ရဲ့
 စိတ်ဝင်စားမှု အားကောင်းချက်
 အားနည်းချက်၊ အခွင့်အလမ်းနဲ့
 စွဲလမ်းချက်တွေကို စာရင်းလုပ်ပါ။
 ဒီနောက် သင့်ရဲ့စွဲလမ်းချက်တွေ
 ပေါ်အာရုံစိုက်ပါ။ ဒါတွေကို ဘဝထဲမှာ
 ဘယ်နေရာမှာ
 သင်ထားချင်လုပ်ချင်ပါသလဲ။

”

နေ့



“ဆိုကရေးတီးက ပြောတယ်။ မစမ်းသပ်ထားတဲ့ဘဝက ရှင်သန်ဇို့အတွက် မထိုက်တန်ဘူးတဲ့။ ဒါဆို မရှင်သန်တဲ့ဘဝမျိုးကို စစ်ဆေးဖို့ရာ ထိုက်တန်တာပါပဲ။”

အေဗရာဟင်ကက်ပလန်

ဘဝရှင်သန်ရေးအတွက် နေ့စဉ် ကိုယ်လုပ်နေရတာကို မကြိုက် တဲ့လူ ဘယ်လောက်များမှန်း သိရတာ ကျွန်တော် အံ့ဩမိတယ်။ ဘာ ကြောင့်လဲ။ ရှင်သန်ရေးအတွက် ရှိဖို့လိုအပ်တာတွေကို ကျွန်တော် နားလည်တယ်။ အလုပ်တွေ လုပ်ခဲ့ပေမယ့် မကြိုက်တဲ့အလုပ်တွေ ဖြစ်ခဲ့တယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော့် ဘဝတစ်ခုလုံး ဒီတစ်နေရာတည်းပဲ တော့ မနေခဲ့ပါဘူး။ မပြည့်ဝတာ တစ်ခုခုတွေ့မိတယ်။ အသက်မွေး မှုတစ်ခု တည်ဆောက်ဖို့ ကြိုးစားကြည့်တယ်။ ဒါပေမဲ့ ကိုယ်လိုချင် တာ မဟုတ်ပြန်ဘူး။

ဘာကြောင့်လဲဆိုတာ စစ်ဆေးဖို့ အချိန်တချို့ယူတယ်။ သင် ရောက်တဲ့နေရာမှာ ဆက်နေဖို့က ကြီးကြီးမားမား အရဲစွန့်ရမှု မရှိရင်တော့

သမားရိုးကျ ဘဝနဲ့ သင်ကျဆုံးနိုင်ပြီး အလုပ်တောင် ပြုတ်သွားနိုင်
တယ်။ အားလုံးအနက် အဆိုးဆုံးကတော့ သင့်ဘဝအဆုံးသတ်ချိန်
ရောက်တော့မှ သင့်ရဲ့ အစွမ်းအစတွေ မပြည့်ဝခဲ့ရတာတွေကို
ပြန်နှောင်တရမိလာတယ်။

သင် ရှေ့ဆက်ရှင်သန်နေလိုတာက ဘယ်လိုအရဲစွန့်မှုမျိုးနဲ့ အတူ
တူဖြစ်ပါသလဲ။

“

သင်အခုလုပ်နေတဲ့ အလုပ်ကို
ကြိုက်သလား။
ဘာ့ကြောင့်လဲ။ မကြိုက်တာတွေနဲ့၊
ကြိုက်တာတွေကို စာရင်းလုပ်ပါ။
သင့်ရဲ့ စွဲလမ်းမှုနဲ့
ရည်စူးချက်တွေနဲ့
အတူအံဝင်အောင် လုပ်ပါ။

”

နေ့ ၁၂

“ကျွန်မတွေ့ခဲ့တဲ့ အောင်မြင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းက သူ (သူမ)ရဲ့ ထူးခြားတဲ့အရည်အသွေးတွေနဲ့ အာရုံနိုးကြားမှုတွေကို အားကောင်းအောင် အာရုံစားထားကြတာချည်းပါပဲ။ သူတို့ ကိုယ်ပိုင်ဘဝတွေမှာ သူတို့က ခေါင်းဆောင်တွေပါပဲ။ သူတို့ရဲ့အိမ်မက်တွေကို သူတို့ ကိုယ်ပိုင်ပုံစံနဲ့ လိုက်ပါလုပ်ရဲပါတယ်။”

မာရီယာဘာတီရိုမို

သင့် စွဲလမ်းမှုတွေ ရှာတွေ့တာနဲ့ သင့်အစွမ်းအစတွေ ရောက်တာရဲ့ကြားမှာ တိကျတဲ့ တိုက်ရိုက်ဆက်စပ်မှုတစ်ခု ရှိတယ်။ ဒါကြောင့် သင့်ရဲ့စွဲလမ်းမှုကိုပါ ချုပ်တည်းဖို့တွေ့ပါသလား။ သင်ဘာလုပ်ချင်တယ်ဆိုတာ သိပါသလား။ သင်လုပ်တဲ့အခါ ခြားနားသွားရတာ ဘာကြောင့်လဲ။ သင့်ရဲ့ စွဲလမ်းမှုကို တီးခေါက်ကြည့်တဲ့အခါ သင့်စွမ်းအင်နဲ့ထူးချွန်မှုအခန်း ကဏ္ဍနှစ်ရပ် ရလိုက်ပါတယ်။ စွဲလမ်းမှုက အခြားသူများအပေါ် ကျော်ပြီး အကျိုးပေးတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆို တော့ စွဲလမ်းမှုရှိတဲ့သူက စိတ်ဝင်စားမှုလောက်ပဲ ရှိတဲ့သူ ၉၉ ဦးထက် ပိုကြီးမားပါတယ်။

လူတစ်ယောက်ရဲ့ဘဝမှာ အကြီးမြတ်ဆုံး ၂ နေ့ရှိကြတယ်လို့

ဆိုတယ်။ မွေးတဲ့နေ့နဲ့ ဘာကြောင့်ဆိုတာ ရှာတွေ့တဲ့နေ့ကိုပါပဲ။ စာရေး
ဆရာ “စတီဗင်ကိုဘေး” က ပြောတယ်။ “ကျွန်တော်တို့ ဘဝတွေရဲ့
ခြားနားပုံက ဘာက ကျွန်တော်တို့အတွက် အရေးပါကြောင်းကို နား
လည်ဖို့နဲ့ ဒါကို စိတ်ထဲပုံဖော်ပြီး ကျွန်တော်တို့ဘာသာ စီမံခန့်ခွဲလို့
ဘယ်ဟာက အရေးပါဆုံးလဲဆိုတာ သိအောင်လုပ်တယ်”

သင့်ကိုယ်သင် နားလည်ပြီး သင်လုပ်ချင်တာ လုပ်ဖို့က ဒီဘဝထဲ
သင်လုပ်သမျှထဲက အရေးကြီးဆုံးပါပဲ။ ဒီနောက် သင့်ရဲ့အားထုတ်မှု
အားလုံးနဲ့အတူ ဒါကို လိုက်ပါဆောင်ရွက်ပါလေ။

“

သင် ဘာလုပ်လို့ပါသလဲ။ သင့်အတွက်
နက်ရှိုင်းစွာ အရေးပါတာတွေ
ချရေးပါ။ ထိုနယ်ပယ်ထဲ
သင့်ဟာ သင် ပေါင်းရုံးလုပ်တာတွေ
သင်ဘယ်လိုမြင်နိုင်သလဲ။
ဒီကမ္ဘာပေါ်မှာ လုပ်စရာရှိတာတွေ
သင် လုပ်နိုင်ပြီလို့ သင်ဘာတွေ
ယုံကြည်တဲ့အကြောင်း
စူးစမ်းရှာဖွေပါ။

”

နေ့



“သင့်ရဲ့ထူးခြားမှုကို ရှာတွေ့တွေ့ရှိပါ။ ဒီနောက် ယင်းကို
ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် စည်းကမ်းချပါလေ”

ဂျင်းဆန်းဘာဂ်

အောင်မြင်ဖို့နဲ့ သင့်ရည်စူးချက် ပြည့်ဝဖို့ အဓိကသော့ချက် တစ်ခု
ကတော့ သင့်ရဲ့ ထူးခြားတဲ့ ပါရမီတွေကို နားလည်ဖို့နဲ့ ဒါတွေကို
သုံးရမယ့် မှန်ကန်တဲ့ တလင်းပြင်ကို ရှာတွေ့ဖို့ပဲ ဖြစ်တယ်။ သင်
ဘယ်သူလဲဆိုတာနဲ့ ဘာမှမဆက်စပ်ဘဲ ပါးလွှာတဲ့လေထုထဲက အယူ
အဆတွေ ဆွဲထုတ်ရယူနိုင်ရေး၊ သင့်ကိုလည်ပတ်ဖို့ အိပ်မက်တစ်ခု
ရှိရေးနဲ့ သင်လုပ်နိုင်သမျှတွေ့ရဲ့ကြားမှာ ကြီးမားတဲ့ ခြားနားချက်ရှိ တယ်။
သင်ပိုင်ဆိုင်တဲ့ အရည်အချင်းတွေနဲ့ ကိုက်ညီတဲ့ ဆန္ဒတွေကို
နားလည်ဖို့အတွက် သင့်မှာ ဝေဖန်ဆန်းစစ်ချက်တချို့ရှိရမယ်။

“ဝါးရင်းဘင်နစ်” က သင့်ကိုယ်သင် မေးဖို့ အောက်ပါမေးခွန်း
သုံးခုပေးထားတယ်။ (၁) သင်လိုချင်တာနဲ့ ဘယ်နေရာမှာ သင်ကောင်း
တာရဲ့ကြား ခြားနားချက်ကို သင်သိပါသလား။ (၂) သင့်ကို ဘာက
မောင်းနှင်ပေးနေလို့ သင်ကျေနပ်အောင် ဘာတွေပေးထားကြောင်း

သိပါသလား။ (၃) သင့်ရဲ့တန်ဖိုးတွေနဲ့ ဦးစားပေးမှုတွေ၊ ပြီးတော့ သင့်အဖွဲ့အစည်းရဲ့ တန်ဖိုးတွေနဲ့ ဦးစားပေးမှုတွေကော သင်သိရဲ့လား။ ဒီခြားနားချက်တွေကို တိုင်းတာရင်း သင်နဲ့သင်လိုချင်တာရဲ့ကြားက အတားအဆီးတွေ ပွင့်လာလိမ့်မယ်။ ဒီခြားနားချက်တွေ သင်ကျော်လွှားနိုင်မလား။ သင့်ကိုယ်သင် မေးဖို့ လိုလာပြီ။

“

သင်လိုချင်တာလုပ်ဖို့ ဆန္ဒတွေကို ထောက်ပံ့ဖို့ရာမှာ---
 သင် ဘာပါရမီ၊ ဘာကျွမ်းကျင်မှု၊ ဘာအတွေ့အကြုံ၊ ဘာအခွင့်အလမ်းတွေများ သင်ပိုင်ဆိုင်ထားပါသလဲ။

”

နေ့



“သင့်နှလုံးသားထဲအထိ သင် ဝင်ကြည့်တဲ့အခါမှသာ သင့်ရဲ့ ရှုမြင်ချက် တွေ ရှင်းလင်းလာပါလိမ့်မယ်။ အပြင်ပန်းကို ကြည့်သူက အိပ်မက်တွေပဲမြင်မယ်။ အတွင်းအဇ္ဈတ္တကို ကြည့်သူက၊ နိုးထလာ လိမ့်မယ်။”

ကာလိယွန်း

သင်လိုချင်တာကို သိရမှာထက် ဘာကြောင့်လိုချင်မှန်းကို သိဖို့ က ပိုအရေးကြီးပါတယ်။ ရွေ့လျားလှုပ်ရှားမှုက အရေးပါတာမို့လို့ ဒီလိုဖြေရခြင်းပါပဲ။ မှန်ကန်တဲ့ အကြောင်းရင်းတွေနဲ့ သင်လုပ်ဖြစ် တဲ့အခါ အခြားသူတွေရဲ့ ဘဝမှာ အကောင်းမြင်ခြားနားမှုတွေလုပ်နိုင် မယ်။ တစ်ကိုယ်ကောင်းမဆန် လှုပ်ရှားမှုက အကောင်းမြင်ဆက်ဆံ ရေးတွေ တည်ဆောက်ပေးတယ်။ လူတွေကို သင့်အစီအစဉ်တွေရှေ့က ထားချင်နေတဲ့ သင့်ရဲ့ ပုန်းလျှိုးနေတဲ့ အစီအစဉ်မဖြစ်ရင်တောင် သူ တို့က ကာကွယ်ပေးနေလို့ပါပဲ။ မှန်တဲ့အကြောင်းရင်းနဲ့ တစ်ခုခုလုပ်ရင်း ဘဝက ရှုပ်ထွေးမှုတွေလျော့ပြီး ရှင်းလာလိမ့်မယ်။ သင့် အမြင်တွေ ရှင်းလင်းလာရုံမက မှန်ကန်တဲ့လမ်းပေါ် ရောက်နေပြီရယ်လို့ ညဘက်

တွေ စိတ်ချစွာ အိပ်မောကျလိမ့်မယ်။

ကျွန်တော် ဆက်သွယ်ခေါင်းဆောင်ရတဲ့အခါ ဒီကိစ္စအတွက် ငါမွေးလာရတယ်လို့ ထင်မိတယ်။ ဒါက ကျွန်တော့်အင်အားတွေပေါ် မှီနေပြီး စွမ်းအင်တွေလည်းပေးတယ်။ ပိုအရေးပါတာက တခြားလူ တွေရဲ့ ဘဝတွေပါ ခြားနားသွားအောင် လုပ်ပေးလို့ပါပဲ။

သင့်မှာလည်း အလားတူ ကျေနပ်မှုမျိုးရမယ်လို့ မျှော်လင့်မိတယ်။ သင်လုပ်လိုတဲ့အရာတွေ လုပ်ဖြစ်လို့ အောင်မြင်နိုင်ပါတယ်။ ရောင် ပြန်ဟပ်ဖို့ အချိန်ယူပါ။ သင့်ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ သဘောထားတွေကို စူးစမ်း ရှာဖွေပါ။ သင့်ကိုယ်သင် သိလာရင်း သင်ဟာ ကြီးပွားလာမှာပါပဲ။

“

သင်ကြိုက်တာတွေ လုပ်ဖို့အတွက်
သင့်ရဲ့မောင်းနှင်ချက်တွေက ဘာလဲ။
ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဒီလိုမေးပါ။
ငါ ဒါကို ဘာကြောင့်လုပ်ချင်တာလဲ။
သင့်ရဲ့ရည်ရွယ်ချက်ကို စစ်ဆေးပါ။

”

နေ့



“သင် ရောက်နေရာကနေ သွားချင်ရာနေရာအထိ ရွှေ့ချင်ရင်တော့၊
သင့်ဆန္ဒရှိရာ ခရီးဆုံးပန်းတိုင်ကနေ အဝေးကိုရောက်သွားစေမယ့်
ရွေးချယ်မှုတွေကို သတိပြုမိခြင်းနဲ့ စတင်ရဖို့ရှိတယ်။ သင်ဒီနေ့
လုပ်တဲ့ ရွေးချယ်မှုတိုင်းကို သိပ်သိစိတ်ရှိရှိ ဖြစ်လာရင်း၊ သင်ရှေ့တိုး
မယ့် ရွေးချယ်မှုတွေမှာ သင်စမတ်ကျကျ စလုပ်နိုင်လာမယ်”

ဒါရင်းဟာဒီ

သင်အခုလုပ်နေတာကနေ လုပ်ချင်တာအထိ သွားရေးက လုပ်
ငန်းစဉ်တစ်ခုဖြစ်တယ်။ ဒါက အောက်ပါကဏ္ဍ ၄ ရပ်နဲ့စတင်တယ်။

၁။ သတိပြုမိခြင်း။ သင် လက်ရှိမှာ ဘယ်လိုဦးတည်နေတယ်ဆို
တာ အချိန်ယူစဉ်းစားပါ။ သင်သွားချင်တဲ့ နေရာမဟုတ်ရင်
သင်ဆန္ဒရှိရာ နေရာကိုသွားဖို့ လိုအပ်တဲ့ခြေလှမ်းတွေကို ရေးချ
ပါ။

၂။ လုပ်ရပ်စလုပ်ခြင်း။ သင်စမလုပ်ရင် အောင်မြင်မှာမဟုတ်ဘူး။
နေ့စဉ် သီးခြားတစ်ခုခု စလုပ်နေမှသာ သင့်ပန်းတိုင်ဆီ ပိုနီးကပ်
လာတဲ့ ခြေလှမ်းတွေ လှမ်းမှီနိုင်မယ်။

၃။ တွက်ချက်နိုင်စွမ်းရှိမှု။ တွက်ချက်နိုင်စွမ်းထဲ လိုက်ပါမယ့်လူ

အတွက် ကိစ္စနည်းနည်းလုပ်ဖို့ ရှိတယ်။ သီးခြားပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးဆီ
သင့်ရဲ့တိုးတက်မှုနဲ့ ပတ်သက်လို့မေးပါ။ တိုးတက်ကြောင်း သင်
မြင်လိုတဲ့နေရာ နယ်ပယ်တစ်ခု (ငွေကြေးရေးရာ၊ ကျန်းမာရေး
အသက်မွေးမှု၊ ဆက်ဆံရေး) မှာ သင့်ရဲ့လုပ်ရပ်တိုင်းကို ချရေးပါ။

၄။ ဆွဲဆောင်မှုရှိခြင်း။ သင်ကြီးပွားနေရင် တခြားလူတွေလည်း
ကြီးပွားလာအောင် ဆွဲဆောင်လိမ့်မယ်။ တစ်ဦးကိုတစ်ဦး အောင်
မြင်အောင် ကူညီနေတဲ့ စိတ်တူကိုယ်တူ အသိုင်းအဝိုင်းတစ်ရပ်
ကို သင်တည်ထောင်ရေး အနေအထားတစ်ခု သင်ချထားမိတော့
တယ်။

“

သင်လုပ်ချင်တာကို ပိုနီးကပ်စွာလုပ်ဖို့
သတိပြုမိခြင်း၊ လုပ်ရပ်၊ တွက်ချက်နိုင်စွမ်း
ရှိမှု၊ ဆွဲဆောင်မှုရှိခြင်းဆိုတဲ့
နယ်ပယ်တွေမှာ (ဒီနေ့မှာပဲ စတင်လုပ်ဖို့)
ဘာခြေလှမ်းတွေ သင်လှမ်းရမလဲ။

”

နေ့ ခင်း

“ပညာရှိဆရာဆိုတာ သင့်အတွင်းက ပါရမီတွေနဲ့ အရည်အချင်းတွေကို ပိုမြင်တတ်တဲ့သူဖြစ်တယ်။ သင့်ကိုယ်သင် မြင်တာထက် ပိုမြင်တယ်။ ဒီဆရာတွေ ကို သင့်ထံမှ ဆွဲထုတ်ယူလာအောင် ကူညီပေးတယ်။”

ဘော့ပရိုတာ

ကျွန်တော့်ရဲ့ အကြီးဆုံး စီးပွားရေးက ကျွန်တော့်ကို ရှေ့က လမ်းပြ နိုင်စွမ်းရှိသူတွေ ကိုယ့်ရှေ့မှာ ပေါ်လာရေးကို ရလဒ်အဖြစ် ရယူတာ ဖြစ်တယ်။ တချို့က ကျွန်တော့်ကို ပုဂ္ဂိုလ်ရေးချိတ်ဆက်မှုကနေ ကူညီကြ တယ်။ ဒါပေမဲ့ အများစုကတော့ သူတို့ရေးတဲ့ စာအုပ်တွေမှာ ကျွန်တော် တွေ့ရတဲ့ ဉာဏ်ပညာတွေကနေတစ်ဆင့် ကူညီကြတယ်။

ထူးချွန်စွာလုပ်ကြတဲ့ ထိုလူတွေဆီက လေ့လာရတာတွေက အောက်ပါ (၆) ချက်ဖြစ်တယ်။

- ၁။ ဇောက်ချလုပ်ခြင်း။ လိုအပ်ရင် လူတွေကို သူတို့ရဲ့ အချိန်တွေ အတွက် ပေးဆပ်ပါ။
- ၂။ ခိုင်မာခွဲရှိခြင်း။ သင့်ကို သင်ကြားမယ့်သူတစ်ဦးနဲ့ လစဉ်တွေ့ ဆုံပါ။

- ၃။ ဖန်တီးမှုရှိခြင်း။ လူချင်းမတွေ့နိုင်ရင် သူတို့စာအုပ်တွေက တစ်ဆင့် စတင်လုပ်ပါ။
- ၄။ ရည်စူးချက်ထားခြင်း။ အပြန်အလှန် လုပ်ရပ်တိုင်း နာရီတိုင်းအတွက် ၂ နာရီကျ ပြင်ဆင်ဖို့အချိန်ကို သုံးပါ။
- ၅။ ရောင်ပြန်ဟပ်ပါ။ အပြန်အလှန် လုပ်ရပ်နာရီတိုင်းအတွက် ရောင်ပြန်ဟပ်ဖို့ အချိန် ၂ နာရီကျ ယူပါ။
- ၆။ ကျေးဇူးတင်ခြင်း။ ဒီလူတွေက သင့်ရဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရေး ကြီးပွားရေးအတွက် လက်ဆောင်ဖြစ်တယ်။ ကျေးဇူးဆပ်ဖို့ သေချာပါ။



သင်လုပ်ချင်တာတွေ ထူးချွန်
 စွာလုပ်နေကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်
 ၃ ဦးအကြောင်း စဉ်းစားပါ။
 သူတို့ဆီက သင်ကြားရသမျှတွေ
 စတင်ဖို့ ဒီနေ့ သင်
 ဘာတွေလုပ်မှာလဲ။



နေ့



“အရိုးသားဆုံး ကိုယ်ထူကိုယ်ထ ဖြစ်လာတဲ့ လူတစ်ယောက် ဆီက ကျွန်တော်တို့ ဒီစကားတွေ ကြားခဲ့ရတယ်။ ကျုပ်ခက်ခဲတဲ့ လမ်းရဲ့ထိပ်ဆုံးကို ရောက်ခဲ့ရာမှာ လမ်းတစ်လျှောက် ခြေလှမ်းတိုင်း အတွက် ကျွန်တော်ကိုယ်ပိုင် ပျင်းရိမှုနဲ့ မသိနားမလည်မှုတွေကိုပဲ တိုက်ခိုက်ခဲ့ရတယ်”

ဂျိမ်းစ်သုန်မ်

ကိုယ်လုပ်ချင်ရာကိုလုပ်ရတာကို အမြဲဂုဏ်ယူခဲ့တာမို့ ဒါဘာနဲ့ တူသလဲလို့ သင်ရှေ့ကို ကြိုမြင်အောင်လုပ်ပေးချင်လှပါတယ်။ ပထမက သင်မှန်းဆထားတာနဲ့ ခြားနားလိမ့်မယ်။ လူများစွာကို ကျွန်တော့်လို ထိခိုက်လိမ့်မယ်လို့ ကျွန်တော်ဘယ်တော့မှ မထင်ပါဘူး။ ဘဝက သိပ် လှပနေမယ်လို့လည်း ကျွန်တော်မသိခဲ့ဘူး။ တခြားလူတွေဆီက ကျွန်တော့်ကိုထုတ်လုပ်ပေးမယ်လို့ ဘယ်တုန်းကမှ မျှော်လင့်မထားဘူး။

သင်လုပ်ချင်တာလုပ်ရတဲ့အခါ၊ သင်မှန်းဆတာထက် ပိုခက်ခဲ လိမ့်မယ်။ ဒါကို ထိရောက်ဖို့ အချိန်ဘယ်လောက်များများ ယူရမှန်းလဲ မတွေးတတ်ပါဘူး။ အောင်မြင်ဖို့ရာ ဈေးနှုန်းပေးရမှန်းလည်း မျှော်လင့် မထားဘူး။ ကျွန်တော့်ရဲ့စွမ်းအင်အဆင့်တွေ ပြီးခဲ့တဲ့နှစ်တွေကလို့

ဘယ်လောက်များများ ထိခိုက်လိမ့်မယ်လို့ အိပ်မက်မမက်ခဲ့ဘူး။

သင်လိုရာကိုလုပ်တဲ့အခါ သင်မှန်းဆတာထက် ပိုကောင်းနေမှာ ပါပဲ။ ကျွန်တော့်ရဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရေး ကြီးပွားရေးကို စတင်မြှုပ်နှံတဲ့အခါ အပြန် အလှန်ကို ပေါင်းရုံးတွက်မထားပါဘူး။ ဒါပျော်စရာပဲလို့လည်း အိပ်မက် မမက်ပါဘူး။ သင်ဖန်တီးဖို့ရှိတာကို လုပ်ရတာ ဘာနဲ့မှ နှိုင်းယှဉ်လို့ လည်း မရဘူး။

“

သင့်ကိုယ်သင် အောင်မြင်နေတယ်လို့
ရုပ်လုံးဖော်ကြည့်ပါ။
ထိုအောင်မြင်မှုကိုရဖို့
သင်လိုအပ်ရာကို သင်မှန်းဆ
လို့ရသလား။
ဒါက ဘယ်လိုဆု
လာဘ်တွေများရမှာလဲ။

”

နေ့



“လူသားရဲ့စိတ္တပေဒ တိုးတက်မှုနဲ့ မောင်းတင်ချက်ထဲမှာ သူတို့ ကိုယ်သူတို့ လုပ်တဲ့တန်ဖိုးစီရင်ဆုံးဖြတ်ချက်ထက် ပိုအရေးကြီးတာ ဘယ်အခန်းကဏ္ဍမှ မရှိဘူး။ သူတို့ဘဝတွေရဲ့ ရှုထောင့်တိုင်းဟာ သူတို့ကိုယ်သူတို့ မြင်တဲ့နည်းအတိုင်းပဲ ထိခိုက်နေတော့တယ်”

နာသန်နီ၊ ရယ်ဘရန်ဒင်

လူများစွာက ဘာကြောင့် သူတို့အစွမ်းအစတွေရောက်ဖို့နဲ့ ကြီးပွားရေးမှာ ကျဆုံးနေရကြောင်း မကြာခဏ ကိုယ့်ဘာသာကိုယ်မေးမိတယ်။ အဓိကအကြောင်းရင်းတွေက ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တန်ဖိုးထား လေးစားမှု နိမ့်ကျနေလို့ပဲဖြစ်ပါတယ်။ လူများစွာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မယုံကြည်တတ်ကြပါဘူး။ ဖြစ်နိုင်ခြေတွေ မွေးလာကတည်းက ပါလာတာကို မမြင်ကြဘူး။ ဖြစ်နိုင်ခြေ မြေကွက်ဧကတစ်ရာလောက် သူတို့ပိုင်ကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဒီမြေကွက်ကို သူတို့ဘယ်တော့မှ မထွန်ယက်ကြဘူး။ သူတို့ ဒါကိုလေ့လာပေါက်ဖွားလို့ တစ်စုံတရာ အံ့ချီးဖွယ်သီးပွင့်ဆောလာမယ်လို့ မယုံကြည်တဲ့အတွက်ကြောင့်ပါပဲ။ ကျွန်တော့်သူငယ်ချင်း ဇစ်ဇစ်ကလာ” ကပြောဖူးတယ်။

“ကျွန်တော်တို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အဆိုးမြင်ခံစားရတဲ့အခါ အကောင်းမြင်နည်းလမ်းတွေ နည်းနည်းပဲလုပ်ဖြစ်တော့တယ်” တဲ့။ သင်ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပုံရိပ်ထက် ကျော်လွန်ပြီး ဘာမှမလုပ်ဆောင် နိုင်ဘူး။ သင့်မှာ တန်ဖိုးအစစ်တွေရှိတာ၊ ဒါကိုရင်းနှီးဖို့ ထိုက်တန်တာ ကို နားမလည်ရင် အစွမ်းအစတွေပေါက်ဖွားဖို့ အချိန်နဲ့အားထုတ်မှု တွေလိုမယ်ဆိုတာ သိမှာမဟုတ်တော့ဘူး။ အစွမ်းအစတွေရှိတဲ့ လူဖြစ် ချင်ရင်တော့ ဘယ်သူဘာပြောပြော သင်တတ်နိုင်တယ်ဆိုတာ ယုံကြည် ရမယ်။



သင့်ရဲ့အကောင်းဆုံးပုဂ္ဂိုလ်ရေး
 အရည်အချင်းတွေအားလုံးကို
 စာရင်းတစ်ခုလုပ်ပါ။ ထိုစာရင်းကို
 ဒိုင်ဗင်ထိုးတဲ့ ဘုတ်ပြားလိုသုံးပြီး
 သင့်ကို အကောင်းဆုံးဖော်ပြတဲ့
 စကားလုံးပေါ်မှာ ဆုံးဖြတ်ပါ။
 သင့်ကိုယ်သင် တန်ဖိုးစ၊
 ပေါင်းဖြည့်တဲ့အနေနဲ့ ဒီစကားလုံးကို
 ဓူဝံကြယ်လို လမ်းညွှန်အဖြစ်
 သင်ဘယ်လိုသုံးမှာလဲ။



နေ ချ

“သင် ၁၇ နှစ်သားအရွယ်က ‘ဟင့်အင်း၊ မင်းမတတ်နိုင်ဘူး’ ဆိုတဲ့ ငြင်းပယ်သံကို ပျမ်းမျှအကြိမ်ပေါင်း ၁၅၀၀၀၀ ကြားခဲ့ရ တယ်။ ‘ဟုတ်တယ်၊ မင်း တတ်နိုင်တယ်’ ဆိုတာကိုတော့ အကြိမ် ၅၀၀၀ သာ ကြားရတယ်။ ‘ဟုတ်ကဲ့’ တစ်ခါအတွက် ‘ဟင့်အင်း’ တွေ ၃၀ တောင်ကြာတယ်။ ဒါက ‘ငါမတတ်နိုင်ဘူး’ ဆိုတဲ့ ယုံကြည် မှုစွမ်းအား ဘယ်လောက်ကောင်းကြောင်း ပြနေတာပါပဲ။

ရွန်အက်ဘရပ်စ် နဲ့ မူရေးစမစ်

သင့်ရဲ့သဘာဝက ဘာလဲ။ သင့်ကိုယ်သင် အားပေးသလား၊ ဝေဖန်သလား။ သင်အကောင်းမြင်ရင်တော့ အကောင်းမြင် ကိုယ့်ကိုယ် ကိုယ် ပုံရိပ်ကိုဖန်တီးမိမယ်။ သင်အဆိုးမြင်ရင် သင့်ရဲ့ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ထိုက်တန်မှုကို လျှော့တွက်မိမယ်။ အဆိုးမြင်တွေ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပြောတာတွေ ဘယ်ကလာသလဲ။ များသောအားဖြင့် ငယ်စဉ်ကတည်း ကပါ။

သင့်ဘဝကို ပြောင်းချင်ရင် သင့်ကိုယ်သင် စဉ်းစားပုံကို ပြောင်း ရမယ်။ သင့်ကိုယ်သင် စဉ်းစားပုံလမ်းကြောင်းပြောင်းချင်ရင် ကိုယ်ပိုင် အားပေးသူဖြစ်လာဖို့ လေ့လာရမယ်။ ကောင်းတဲ့အလုပ်လုပ်တဲ့ အခါ တိုင်း ဒီအတိုင်း ကျော်လွန်မသွားပါစေနဲ့။ ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် ပေါင်းဖြည့်

mgd.com

ပေးပါ။ အမှားလုပ်မိတဲ့အကြိမ်တိုင်း ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် ကြီးပွားရေး အတွက် ကြေးပေးလိုက်ရပြီရယ်လို့ သင်ခန်းစာထုတ်ပါ။ နောက်တစ် ချိန်မှာ ပိုကောင်းအောင် လုပ်ရေးကို လေ့လာထားရမယ်။ သင့်ကိုယ်သင် ပြောနိုင်မယ့်အကောင်းမြင်ကိစ္စတိုင်းက သင့်ကို ကူညီပေးပါလိမ့်မယ်။

“

သင့်ကိုယ်သင်ပြောတဲ့သဘာဝက
ဘာပါလဲ။ သင်နဲ့ပတ်သက်ရာ
အကောင်းမြင်နဲ့အဆိုးမြင်အတွေးတွေ
အားလုံးကို စာရင်းလုပ်ပါ။
နောက် ၂၄ နာရီအတွင်း သင့်
ကိုယ်သင်နဲ့ပတ်သက်သမျှ
အကောင်းမြင်တွေနဲ့အဆိုးမြင်
အတွေးတွေ ဘယ်နှကြိမ်စီဖြစ်
သလဲဆိုတာ ကုန်မှတ်တဲ့ ‘တာလီ’
မှတ်ပါ။

”

နေ့



“သင့်ကိုယ်သင် ဒီကမ္ဘာပေါ်က လူတစ်ဦးဦးနဲ့ မနှိုင်းယှဉ်
ပါနဲ့။ သင်ဒီလို နှိုင်းယှဉ်နေရင် သင့်ကိုယ်သင် စော်ကားသလို
ဖြစ်နေမယ်”

ဘေးဂိတ်စ်

ကျွန်တော့်အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းကို စလုပ်တဲ့အခါ ကျွန်တော့်
အဖွဲ့အစည်းရဲ့ နှစ်စဉ်အစီရင်ခံစာတွေယူကြည့်ရာမှာ ခေါင်းဆောင်တွေ
အသီးသီးရဲ့ စာရင်းအင်းတွေ ပြထားတာ တွေ့ရတယ်။ ကျွန်တော့်
ရပ်တည်ချက်ကိုရှာကြည့်ပြီး အခြားခေါင်းဆောင်တွေရဲ့ တိုးတက်မှုနဲ့
ကျွန်တော့်တိုးတက်မှုကို နှိုင်းယှဉ်ကြည့်တယ်။ ဒီလိုလုပ်လာတာ ငါးနှစ်
ကြာလာတော့ ဒီကိစ္စက ဘယ်လောက်နစ်နာစေကြောင်း နားလည်လာမိရ
တော့တယ်။

ဒီလိုနှိုင်းယှဉ်တာဟာ အချက်နှစ်ချက်ဖြစ်တာ တွေ့ရတယ်။ တခြား
သူတွေက ကိုယ့်ထက်သာနေမှန်းသိရလို့ ကိုယ့်မှာ အားပျက်သွားရတာ။
ဒါမှမဟုတ် တခြားလူတွေထက် ကိုယ်ကသာနေမှန်း သိရလို့ ကိုယ့်မှာ

ဝင့်ကြွားဂုဏ်ယူပြီး ဘဝင်မြင့်သလို ဖြစ်ရတာတွေပါပဲ။ ဘယ်အချက်မှ မကောင်းပါဘူး။ ကိုယ့်ရဲ့ကြီးပွားရေးကို ဘာမှ အကျိုးမပြုဘူး။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တခြားသူနဲ့နှိုင်းယှဉ်တာက မလိုအပ်တဲ့လမ်းလွဲ မှုပါပဲ။ သင်တကယ်နှိုင်းယှဉ်သင့်တာ သင့်ကိုယ်သင်သာဖြစ်တယ်။ သင့်ရဲ့လုပ်ငန်းဟာ မနေ့ကထက် ဒီနေ့ပိုကောင်းလာရမယ်။ သို့မှသာ တိုးတက်ကြီးပွားလာမှာပေါ့။ ပြီးခဲ့တဲ့ ရက်၊ အပတ်၊ လ၊ နှစ်တွေက ထက် ဒီနေ့ရှိတဲ့ သင့်ကိုနှိုင်းယှဉ်လို့ လုံလောက်အောင် တိုးတက်လာ ရင် အားရှိတော့တာပေါ့။



သင့်ကိုယ်သင်ဘယ်သူနဲ့
နှိုင်းယှဉ်မိသလဲ။
ဒါလုပ်တဲ့အခါ သင်
ဘယ်လိုခံစားရသလဲ။
သင့်ကိုယ်သင်ဘယ်လောက်
တိုးတက်လာကြောင်း
ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် နှိုင်းယှဉ်ဖို့
လက်နဲ့ချရေး ပြောင်းလဲအာရုံ
စိုက်ကြည့်ပါ။



နေ့



“လုပ်ရမယ့်အရာအပေါ်မှာ ကန့်သတ်ချက်တစ်ခုထားတဲ့သူ
ဟာ သူ့လုပ်နိုင်တာအပေါ်မှာလည်း ကန့်သတ်ချက်တစ်ခု ထားမိ
လိမ့်မယ်”

ချားလ်စ်ရှုတ်

လူအများစုက ကာတွန်းဇာတ်လိုက် “ရှူး” နဲ့ တူနေတယ်။ ‘ရှူး’
က ဖြေတယ်။ “ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်ရမယ်ဆိုရင်တော့ ကျွန်တော်
က ဘုရားမရှိဝါဒိဖြစ်လိမ့်မယ်။” လူတွေ သူတို့ဘဝတွေ အပေါ်က
အတွေ့အကြုံတွေကို အကြီးမားဆုံးကန့်သတ်ပေးနေတာက များသော
အားဖြင့် သူတို့ကိုယ်သူတို့ပဲ ချထားချက်တွေပဲဖြစ်နေတယ်။

စာရေးဆရာ “ဂျက်ကန်းဖီးလ်” က ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကန့်သတ်
နေတဲ့ စဉ်းစားခြင်းအတွက် ဖြေရှင်းချက်တစ်ခု ပေးခဲ့တယ်။ သူ့ရဲ့
“အောင်မြင်ရေးစည်းမျဉ်း” စာအုပ်ထဲမှာ အောက်ပါခြေလှမ်း ၄ ချက်ပေး
ခဲ့တယ်။

- ၁။ သင်ပြောင်းပစ်ချင်တဲ့ ကန့်သတ်ရှိယုံကြည်မှုတစ်ခုကို ခွဲခြားသတ်မှတ်ပါ။

- ၂။ သင့်ကို ဒီယုံကြည်မှုကဘယ်လိုကန့်သတ်နေကြောင်းကို ဆုံးဖြတ်ပါ။
- ၃။ သင်ဘယ်လိုဖြစ်ချင်၊ လုပ်ချင်၊ ခံစားချင်ကြောင်း ဆုံးဖြတ်ပါ။
- ၄။ ဒီနည်းလမ်းအသစ်နဲ့ဖြစ်တာ၊ လုပ်တာ၊ ခံစားတာတွေ သင့်ကို ခွင့်ပြုပေး၊ အတည်ပြုပေးတဲ့ တစ်ပြန်လှည့်ဖော်ပြချက်တစ်ရပ်ကို ဖန်တီးပါ။

ဒါ-ကောင်းတဲ့အကြံပါ။ သင့်ကိုယ်သင် နေ့စဉ် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကန့်သတ်နေတဲ့ ယုံကြည်မှုတွေကိုပြောင်းဖို့၊ တစ်ပြန်လှည့်ဖော်ပြချက်ကို ထပ်လုပ်ပါ။ အဆုံးမှာ သင်ဖြစ်နေတာက သင့်ကိုနောက် ပြန်ဆွဲနေတာ မဟုတ်ဘဲ သင်စဉ်းစားပုံနည်းကသာ သင့်ကိုနောက်ပြန် ဆွဲနေတာပါပဲ။



သင်ပြောင်းပစ်ချင်တဲ့
 ကန့်သတ်နေတဲ့ယုံကြည်မှု
 တစ်ခုကို ခွဲခြားသတ်မှတ်ပါ။
 နည်းလမ်းအသစ်နဲ့ဖြစ်တာ၊
 လုပ်တာ၊ ခံစားတာတွေ
 သင့်ကိုခွင့်ပြုပေး၊ အတည်ပြု
 ပေးတဲ့ တစ်ပြန်တစ်လှည့်
 ဖော်ပြချက်တစ်ရပ်ကို ဖန်တီးပါ။



နေ့



“ခြားနားချက်တစ်ခု သင်လုပ်နေသကဲ့သို့ သရုပ်ဆောင်ပြု
မူပါ။ အလုပ်ဖြစ်ပါလိမ့်မယ်”

ဝီလျံဂျိမ်းစ်

လူတွေက ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တန်ဖိုးထားလေးစားမှု၊ နိမ့်ကျမှု၊ နိမ့်ကျနေတာကြောင့် သားကောင်အဖြစ်ခံစားရပြီး သိမ်ငယ်စိတ်ဝင်နေကြတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကာကွယ်ရေးသမား တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်သူဖြစ်လာပြီး ရှင်သန်ကျန်ရစ်ရေးအတွက် ကြောက်ကန် ကန်ကြတယ်။ သင့်မှာ အမှန်တကယ် အဲဒီလိုဖြစ်နေရင် တခြားလူတွေအပေါ် တန်ဖိုးတွေဖြည့်ရင်း အမှုထမ်းဆောင်ပေးခြင်းဖြင့် ထိုခံစားချက်တွေကို စီးချင်းထိုးနိုင်ပါတယ်။ ကိစ္စက သေးငယ်တာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ တခြားလူတွေရဲ့ ဘဝမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် လေးစားမှုဖြင့်တင်ပေးခြင်းဖြင့် ခြားနားမှုတစ်ခုလုပ်ပါ။ သင့်ကိုယ်သင် ဆိုးဆိုးဝါးဝါး ခံစားရတာ ခက်ခဲလိမ့်မယ်။ တခြားလူအတွက် တန်ဖိုးတွေဖြည့်ပေးခြင်းဖြင့် သင့်တန်ဖိုးတွေလည်း မြင့်တက်လာပါလိမ့်မယ်။ ဒီလိုနဲ့ အကောင်းမြင် ခံစားချက်တွေ တစ်ဦးကတစ်ဦးဆီ စက်ဝန်းသံသရာလည်အောင် ဖန်တီးမိသွားပါတယ်။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် လေးစားရေးတည်ဆောက်ဖို့ အကောင်းဆုံး
 လမ်းက သင့်ကိုယ်သင်နဲ့ သင့်တန်ဖိုးတွေအတွက် မှန်တာကိုလုပ် ဖို့ပါပဲ။
 ကျေနပ်မှုအာရုံတစ်ခု အားကောင်းကောင်းရတာဖြစ်တယ်။ သင့်စရိုက်
 လက္ခဏာတည်ဆောက်ရေးလုပ်ရပ်ကို သင်လုပ်တဲ့အခါတိုင်း သင်
 ပိုသန်မာတဲ့ လူတစ်ယောက်ဖြစ်လာတယ်။ လုပ်ငန်းခက်ခဲလေလေ
 စရိုက်တည်ဆောက်ရေးက ပိုကြီးလာလေလေပဲ။ သင့်ကိုယ်သင် ခံစား
 ချက်ကောင်းရေးထဲ သင့်ဘာသာသင် လက်တွေ့သရုပ်ဆောင် ပြုမူနိုင်
 တယ်။ ဘာကြောင့်ဆို အကောင်းမြင်စရိုက်က သင့်ဘဝရဲ့ ဧရိယာတိုင်း
 မှာ ကျယ်ပြန့်ခဲ့ဲ့ထွင်လာရင် သင်လုပ်သမျှ အရာအားလုံးနဲ့ ပတ်သက်လို့
 အကောင်းမြင်ခံစားချက်တွေနဲ့ ယုံကြည်ချက်တွေပါ ရလာတတ်ပါတယ်။

“

တခြားလူတွေပေါ်တန်ဖိုးဖြည့်ရင်း
 အခြားလူတွေကို အာရုံစိုက်တာ၊ သင်
 အပတ်တိုင်းအတွက် ဘယ်လောက်
 များသလဲ။ အခြားသူအပေါ် အပတ်
 စဉ်အခြေခံနဲ့ အမှုထမ်းဖို့
 သင် ဘာခြေလှမ်းတွေယူမလဲ။

”



“ပထမခြေလှမ်းက သင်တတ်နိုင်တယ်လို့ ပြောဖို့ပဲ”

ဝေစမစ်

ကျန်းမာရေး၊ အလုပ်၊ မိသားစု သို့မဟုတ် တစ်ခုခုမှာ စိတ်ရှုပ် ထွေးနေတာရှိရင် တစ်ချီတည်း အားလုံးကို ကိုင်တွယ်မယ့်အစား နေ့စဉ် နည်းနည်းချင်း လှီးပစ်ရှင်းပစ်ပါ။ သင့်ရဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တန်ဖိုးထားရှိ မှုက နေ့စဉ် သင်လေ့ကျင့်တဲ့လုပ်ရပ်တွေ၊ ဆုံးဖြတ်ချက်တွေ၊ အကောင်း မြင်အလေ့အထတွေပေါ်မှာ အခြေခံပါတယ်။ တစ်ချိန်တည်းမှာ အကြီး ဆုံးပြဿနာကို ကိုင်တွယ်ပြီး ဘာကြောင့်သင့်ကိုယ်သင် လေးစားမှု မတည်ဆောက်နိုင်ရတာလဲ။ အဲဒီ ကိစ္စကို မစိုးရိမ်ပါနဲ့။ စည်းကမ်းက စာရိတ္တတည်ဆောက်သူဖြစ်တယ်။ ခြေလှမ်းငယ်တွေ လှမ်းသွားခြင်းဖြင့် သင် အကောင်းမြင်လားရာဆီ ရောက်နိုင်တယ်။

မှန်တဲ့ ဦးတည်ချက်အတိုင်း မှန်တာလုပ်တဲ့အခါ ကြားမှာ အောင် ပွဲသေးသေးလေးတွေကို တခမ်းတနားလုပ်ရင်း အားလပ်ချိန်ယူသွားပါ။ ဒီလိုလုပ်မှ သင်အားရှိသွားမှာပါ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် “ငါက မှန်တာလုပ်ခဲ့

တယ်။ ငါ့အတွက် ကောင်းတယ်။ ငါ အောင်မြင်ဖို့ အများကြီး နီးစပ်
 လာပြီ” လို့ ဖြေပါ။ အောင်ပွဲငယ်တွေ ကျင်းပပေးခြင်းရဲ့ စွမ်းအားကို
 လျှော့မတွက်ပါနဲ့။ သင်လုပ်တဲ့ အကောင်းမြင် လုပ်ရပ်တိုင်းက သင့်ကို
 သင် ယုံကြည်လာအောင် ကူညီပေးတယ်။ ဒါက သင့်ကိုပိုပြီး အကောင်း
 မြင်စေတဲ့ လုပ်ရပ်တွေ ကျွမ်းစေပါတယ်။

“

သင်ဒီနေ့မှာလုပ်တဲ့
 အကောင်းမြင်လားရာနဲ့
 ကြီးပွားရေးခြေလှမ်းတွေ
 သုံးခုကိုစာရင်းလုပ်ပြီး
 အောင်ပွဲ အသေးလေးတွေကို
 ဘယ်လိုအခမ်းအနားမျိုး
 ကျင်းပပါသလဲ။

”

နေ့



“ပုဂ္ဂိုလ်ရေး တိုးတက်စွဲဖြိုးမှုဆိုတာ၊ သင့်ကိုယ်သင် တိုးတက်ဖို့ လိုအပ်တဲ့ အားထုတ်မှု၊ အချိန်နဲ့ စွမ်းအင်တွေနဲ့ သင်ဟာ ထိုက်တန်တယ်လို့ ယုံကြည်မှုပဲ ဖြစ်ပါတယ်။”

ဒင်းနစ်ဝိတ်တလေး

သင်ဘာကို တန်ဖိုးထားသလဲ။ သင့်ဘဝအတွက် အကောင်းမြင်ရှုမြင်ချက် ရှိသလား။ မရှိရင် သင်ဟာ သနားစရာပါပဲ။ သင်တန်ဖိုးထားတာကို တီးခေါက်ကြည့်ပြီး ဘာဖြစ်နိုင်ကြောင်း မြင်နိုင်ရင် သင်အကောင်းမြင်လုပ်ရပ်တွေ လုပ်ဖို့ စိတ်နိုးကြွလာနိုင်တယ်။

သင့်ရဲ့ ဇာတ်လမ်းတွေ ကြားရဖို့ ထိုင်ပြီးနားထောင်ချင်ပါတယ်။ သင့်ခရီးစဉ်မှာ အားပေးနှစ်သိမ့်ပေးချင်တယ်။ သင့်မှာ အခက်အခဲ ကြုံလို့ ခံစားချက်မကောင်းရင် သင်တန်ဖိုးထားဖို့ကို ကျွန်တော် ပြောချင်တယ်။ သင့်ဘဝက ပြောင်းနိုင်တယ်။ သင်ခြားနားအောင် လုပ်နိုင်တယ်။ သင့်ရဲ့ နောက်ခံ ဘာဖြစ်ဖြစ် ဘာအမှားပဲလုပ်လုပ် သင်ဟာ လေ့လာနိုင်၊ ကြီးပွားနိုင်တာပါပဲ။ သင့်ကိုယ်သင်တော့ ယုံကြည်ဖို့လိုအပ်တယ်။ အကောင်းမြင် စဉ်းစားလို့ ခြေလှမ်းတစ်ခု ယူတဲ့အခါတိုင်း ကောင်းတဲ့ရွေးချယ်မှုနဲ့

စည်းကမ်းအသေးတွေ လေ့ကျင့်သွားမယ်ဆိုရင် ခြေလှမ်းတစ်လှမ်း ပိုမိုနီးကပ်လာမယ်။ ရှေ့သို့သာ ဆက်ရွှေ့ပြီးသွားပြီ၊ ဆက်လက်ယုံကြည် သွားပါလေ။

“

သင့်ဘဝအတွက် သင့်ရဲ့
ရှုမြင်ချက်တွေကို ဖော်ပြပါ။
သင့်အိပ်မက်တွေ
ဘာဖြစ်သလဲ။
ထိုအိပ်မက်ဆီသို့
သင်ဆက်လက် ရှေ့တိုး
ရွှေ့ဖို့ရာ သင့်ရဲ့နောက်ခြေလှမ်းက
ဘာဖြစ်မလဲ။

”

နေ့



“ထိရောက်တဲ့ လုပ်ရပ်နောက်က တိတ်ဆိတ်တဲ့ ရောင်ပြန်ဟပ်မှု လိုက်ပါတတ်တယ်။ တိတ်ဆိတ်တဲ့ ရောင်ပြန်ဟပ် သင်ခန်းစာ ယူခြင်းဆီက ပိုမိုထိရောက်တဲ့ လုပ်ရပ်တွေ ရောက်လာတတ်သေးတယ်။”

ပီတာဒရပ်ကာ

“ကိုကာကိုလာ” ရဲ့ ဆိုရိုးဆောင်ပုဒ်အဟောင်းက “ပြန်လည်လန်းဆန်းစေတဲ့ ရုပ်နားခြင်း” လို့ ကုတ်ကို တင်စားကြတယ်။ ဟုတ်ပါပြီ။ တစ်စုံတစ်ယောက် ကြီးပွားအောင် ရုပ်နားပေးတဲ့ ပြန်လည်လန်းဆန်းစေသော ရောင်ပြန်ဟပ်ခြင်းက ကူညီပေးပါတယ်။

ပြီးခဲ့တဲ့ နှစ်ပေါင်းနှစ်ထောင်ကျော်ကာလက “ဂျူးလီးယက်ဆီဇာ” က အတွေ့အကြုံက အကောင်းဆုံးဆရာသမားလို့ ပြောခဲ့တယ်။ ဆီဇာကို ကျွန်တော်လေးစားပေးမယ့် သူ့စကားကို ကျွန်တော် သဘောမတူပါ။ အတွေ့အကြုံက အကောင်းဆုံးဆရာ မဟုတ်သေးပါဘူး။ အကဲဖြတ်ပြီးသား အတွေ့အကြုံကသာ အကောင်းဆုံးဆရာသမားပါ။ ဒီလိုဖြေနိုင်တာက သူ့ဘဝအပေါ် ရောင်ပြန်ဟပ်လို့ သင်ခန်းစာထုတ်၊ များစွာ အကဲဖြတ်ထားပြီးတဲ့ အတွက်ကြောင့် ဖြစ်ပါတယ်။

စမ်းသပ်ချက်ကို အရင်ပေးထားပြီးမှ သင်ခန်းစာကို နောက်မှ ပေးတဲ့အတွက် အတွေ့အကြုံက မာကျောတဲ့ ဆရာပဲလို့ နောက်ပြောင် ပြောတဲ့ ပြက်လုံးအဟောင်းတစ်ခုရှိတယ်။ လူတွေမှာ အတွေ့အကြုံ ပြီးမှ သင်ခန်းစာထုတ်ဖို့ အချိန်ယူ (ရပ်နား) ရတာဖြစ်တယ်။ စမ်းသပ် ချက်အရင်လက်ခံထားရင် သင်ခန်းစာက ဘယ်တော့မှ ရောက်လာမှာ မဟုတ်ပါ။ လူတွေမှာ နေ့စဉ်အတွေ့အကြုံတွေ မရေမတွက်နိုင်အောင် ရှိကြတယ်။ များစွာကို သင်ခန်းစာမထုတ်မိကြဘူး။ ဘာကြောင့်ဆို ရောင်ပြန်ဟပ်အကဲဖြတ်ဖို့ အချိန်ယူရပ်နားတာမှ မရှိကြဘဲ။ ဒါကြောင့် အချိန်ယူရပ်နားဖို့က အရေးပါလှပြီး ပြီးခဲ့တာတွေ ပြန် သုံးသပ်ဆန်းစစ်ပြီး အမိလိုက်နားလည်သဘောပေါက်သွားမှာပါ။



နေ့စဉ် အပြီးသတ်ချိန်မှာ ၁၀ မိနစ်က
မိနစ် ၃၀ အထိ အပတ်စဉ်မှာ ၁နာရီ
၂ နာရီခန့် အနည်းဆုံး တစ်နှစ်တာမှာ
တစ်နေ့ကုန် အကြိမ်များစွာ အချိန်ယူ
ရပ်နားသုံးသပ် သင်ခန်းစာထုတ်ဖို့
ပြုကွဲဒိန်မှာ ရက်သတ်မှတ်ပါ။
သင့်ရဲ့ အရေးပါဆုံး ချိန်းဆိုချက်တွေကို
အချိန်ယူ စောင့်ကြပ်သွားပါ။



နေ့



“ဘဝက နောက်ကြောင်းပြန်သွားမှသာ နားလည်နိုင်တယ်။
ဒါပေမဲ့ ရှင်သန်နေထိုင်ရာမှာတော့ ရှေ့သို့သာသွားရတယ်။”
ဆိုရင်းကီးယာကီးဂါးလ်

ခေတ္တရပ်နား ရောင်ပြန်ဟပ်သုံးသပ်ခြင်းက လူတို့ကြီးပွားရေးမှာ တန်ဖိုးအရှိဆုံး လုပ်ရပ်တွေဖြစ်တယ်။ မောင်းတင်ချက် အားပေးချက် တို့ထက်တောင် တန်ဖိုးများစွာကြီးသေးတယ်။ ဒီလိုရပ်နားသုံးသပ်မှ ကိုယ်လမ်းမှန်ပေါ်ရောက်နေမနေ သေချာနိုင်တယ်။ လမ်းမှားကို ရောက်နေမိတဲ့အခါ အရှိန်တင်ဖို့ မောင်းတင်စရာ မလိုတော့ဘူး။ တကယ် လိုတာက ရပ်နားပြီး ရောင်ပြန်ဟပ်လို့ လမ်းကြောင်းပြောင်းပစ်ရေးပါပဲ။

ဒီလို ရောင်ပြန်ဟပ်ဖို့ အချိန်မယူဘူးဆိုရင် “ဘဝမှတ်သားရေး”ရဲ့ အတွေ့အကြုံ အရေးပါမှုတွေ လက်လွတ်ကုန်မယ်။ ဖြစ်သမျှကိစ္စတွေ က အရေးကြီးတာမို့ ဘဝမှတ်သားဖို့ နည်းလမ်းအဖြစ်၊ လူတစ်ဦးအဖြစ် တစ်ခု၊ နေရာတစ်ခုကိုတော့ သွားရမယ်။ မကြာခဏ ဒီမှတ်သားရေး တွေက ဘဝတစ်ခု အသွင်ကူးပြောင်းရေး ဘဝလမ်းပြောင်းရေးတွေကို