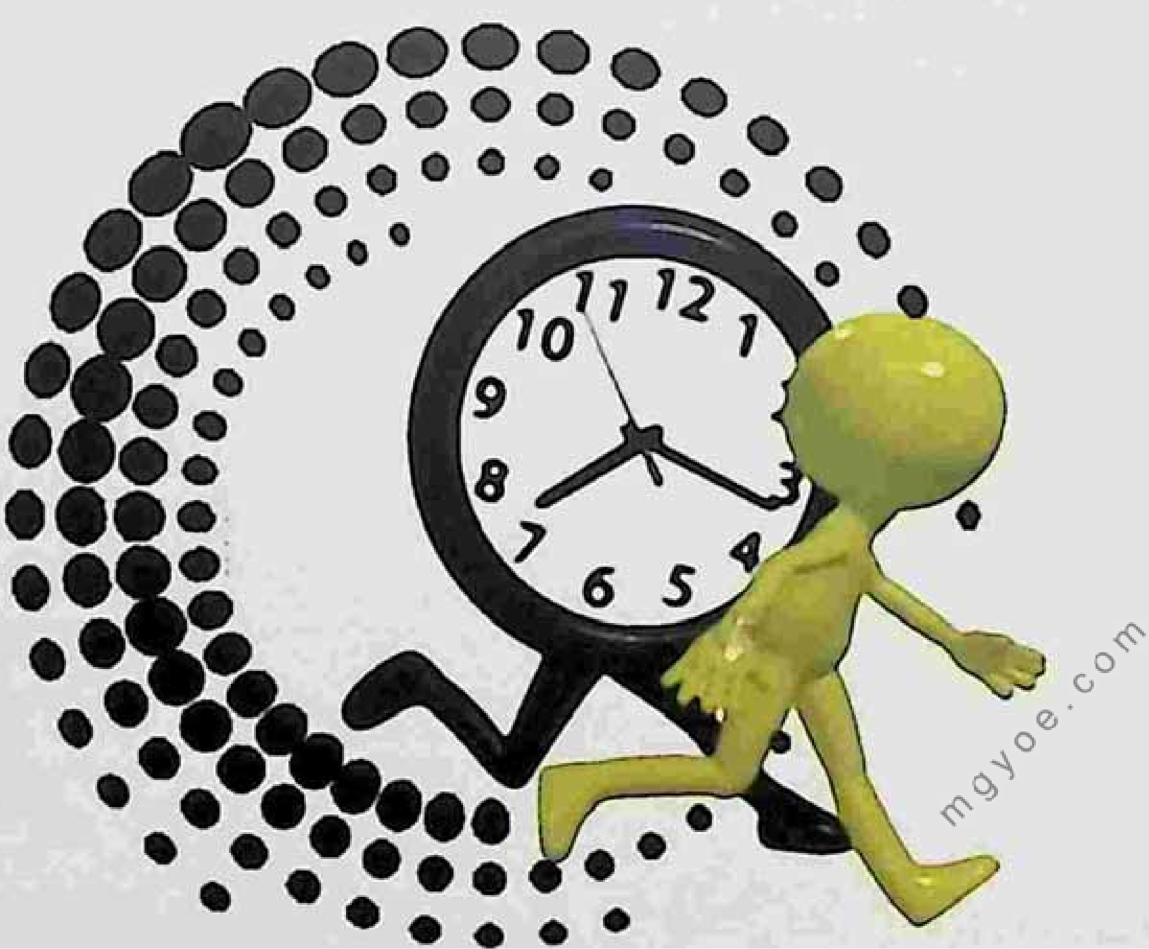
Do You Have The

TIME FOR SUCCESS?

Julio Melara

အောင်မြင်ဖို့ အချိန်မှ ရှိရဲ့လား

ကောင်းသာ-မြန်မာပြန်



mgyoe.com

mgyoe.com

ဘဝက ရိုးရှင်းပါတယ်။
ဒါပေမဲ့ မလွယ်ဘူးလေ။
အချိန်ဆိုတာ သင့်ရဲ့ အောင်မြင်မှုအတွက်
သော့ချက်ပါပဲ။

Do You Have The TIME FOR SUCCESS?

Julio Melara

အောင်မြင်ဖို့ အချိန်မှ ရှိရဲ့လား

ကောင်းသာ-မြန်မာပြန်

KGT0058
1,500.00 KS

mgyoe.com

အောင်မြင်ဖို့အချိန်မှရှိရဲ့လား။ ကောင်းသာ
စာမျက်နှာ ၇၀++ မျက်နှာ၊ ၁၆ စင်တီ× ၁၈·၅စင်တီ

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

ရောင်းဈေး ၁၅၀၀ ကျပ်

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

mgyoe.com

mgyoe.com

စိတ်ကူးချိုချိုစာအုပ်

■■■■■■■■■■

အောင်မြင်ဖို့ အချိန်မှ ရှိရဲ့လား

DO YOU HAVE THE TIME FOR SUCCESS?

Julio Melara

ကောင်းသာ

မြန်မာပြန်

ပထမအကြိမ်၊ ၂၀၁၁

mgyoe.com

mgyoe.com

mgyoe.com

mgyoe.com

မာတိကာ

– ရည်ညွှန်းချက် (က)
– အသိအမှတ်ပြုကျေးဇူးတင်လွှာ (ဂ)
– အမှာစာ (င)
– နိဒါန်း (ဈ)

အခန်း [၁] ဘဝက ရိုးရှင်းပါတယ်၊ ဒါပေမဲ့မလွယ်ဘူးလေ။ ၃
အခန်း [၂] အချိန်ဆိုတာ သင့်ရဲ့အောင်မြင်မှုအတွက် သော့ချက်ပါပဲ။ ၁၁
အခန်း [၃] 'T' က 'Talent' ဆိုတဲ့ 'ပါရမီ'အတွက်။ ၁၈
အခန်း [၄] 'I' က 'Information' ဆိုတဲ့ 'သတင်း'အတွက်။ ၂၈
အခန်း [၅] 'M' က 'Motivation' ဆိုတဲ့ 'မောင်းတင်ချက်'အတွက်။ ၄၀
အခန်း [၆] 'E' က 'Enthusiasm' ဆိုတဲ့ 'စိတ်အားထက်သန်မှု'အတွက်။ ၅၀
အခန်း [၇] ခုတော့ သင့်အတွက်ပါပဲ။ ၆၁

□

mgyoe.com

mgyoe.com

mgyoe.com

mgyoe.com

ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ အကြောင်းပြချက်

ဆင်ခြေတွေနဲ့

ခေါင်းဆောင်လှောင်ပြောင်ခံရမှာတွေကနေ

ခွာချဖယ်ရှားဖို့ အချိန်ကျပြီ

mgyoe.com

mgyoe.com
mgyoe.com

mgyoe.com

ရည်ညွှန်းချက်

ကျွန်တော် ဒီစာအုပ်ကို ကျွန်တော့်ရဲ့မိခင်ကြီး 'အီဗွန်း' ကို ရည်ညွှန်းပြီး ရေးလိုက်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ မိခင်ကြီးရဲ့မေတ္တာက ကျွန်တော့်ကို ဒီနေ့ရောက်နေတဲ့ အရာအားလုံးနဲ့ ထာဝရမျှော်လင့်ချက်တွေကို လမ်းညွှန်ပေးခဲ့တာ ဖြစ်ပါတယ်။ အမေ့ကြောင့်ပဲ ကျွန်တော်ဟာ သတ္တိကောင်းလာ၊ မေတ္တာထားတတ်လာပြီး အလုပ်ကြိုးစားလုပ်ခြင်းရဲ့ အရေးပါမှုကို လေ့လာသင်ယူခဲ့ရပါတယ်။ အမေက ကျွန်တော့်ရဲ့ အသေးငယ်ဆုံးသော ပြီးမြောက်အောင်မြင်ချက်လေးကိုတောင် အမြဲတစေ ဂုဏ်ယူဝင့်ကြွားတတ်ပြီး ကျွန်တော့်ရဲ့ သိပ်အကောင်းဆုံးကို လုပ်နိုင်ဖို့ အဆက်မပြတ် စိန်ခေါ်ပေးခဲ့သေးတယ်။ "အမေဟာ ဘဝတစ်လျှောက်လုံး ရုန်းကန်ရင်းနဲ့ပဲ ခုအချိန်က ကျွန်တော့် အိပ်မက်တွေနောက် လိုက်ပါဖို့အတွက် အချိန်အခါကောင်းပဲလို့ သင်ကြားပေးခဲ့တာပါပဲ"

ဂျူလီယို အေ၊ မယ်လာရာ

mgyoe.com

mgyoe.com

စိတ်ပိုင်းအချို့ပွဲ

ပန်းတိုင်ဆိုတာ အခွင့်အလမ်းတစ်ရပ်ရဲ့ကိစ္စ မဟုတ်၊
ရွေးချယ်မှုကိစ္စသာ ဖြစ်တယ်။
စောင့်ဆိုင်းနေရမယ့် အရာလည်းမဟုတ်။
အားထုတ်ကြိုးပမ်းယူရမယ့်အရာသာ ဖြစ်တယ်။

ဝီလျံ ဂျင်းနင်းစ် ဘရိုင်ယန်
(၁၈၅၀–၁၉၂၅)

mgyoe.com

mgyoe.com

အသိအမှတ်ပြု ကျေးဇူးတင်လွှာ

ဒီစာအုပ်ကို တိုးတက်ရေးသားနေတဲ့ အချိန်အတောအတွင်း နှစ်ပေါင်းများစွာ ကျွန်တော့်ကို ထောက်ပံ့၊ အားပေး၊ စိန်ခေါ်ပေးကြတဲ့ လူတွေကို ကျေးဇူးတင်တဲ့ အာရုံတစ်ခု နက်ရှိုင်းစွာ ခံစားရတာကို ကျွန်တော် ရိုးရိုးလေးပဲ အကောင်းဆုံး ကျေးဇူးအထူးတင်ရှိကြောင်း ပြောလိုတယ်။

- ကျွန်တော့်ရဲ့ဇနီးသည် 'ရှယ်ရီ' ကို သူမရဲ့ ရွေ့လျားခြင်း မရှိတဲ့ ချစ်မေတ္တာနဲ့ အားပေးမှုအတွက် ဘုရားသခင်က သူမကို ကောင်းကင်ဘုံရဲ့လက်ဆောင်မွန်အဖြစ် ကျွန်တော့်ကို ပေးအပ်ချီးမြှင့်ခဲ့တာပါ။
- ကျွန်တော့်ညီမ 'ဇင်နီရာ' နဲ့ ညီ 'မန်နီ' တို့ကို သင်တို့ရဲ့ တည်မြဲတဲ့ ချစ်မေတ္တာ၊ စိတ်ဝင်စားမှုနဲ့ ဆုတောင်းပေးမှု အားလုံးအတွက်။
- ကျွန်တော့်ရဲ့ဘော့စ် 'ဝီလျှံမက်ကပ်ဖ်'၊ ပထမဆုံး အကြံ

mgyoe.com

mgyoe.com

ပေးဆရာဖြစ်တဲ့သူက ကောလိပ်မှာ မောင်သစ်လွင်ဘဝ ဖြစ်တဲ့ ကျွန်တော့်ကို သူ့အမြင်တွေနဲ့ အိပ်မက်တွေနဲ့ နှီးဆွ ပေးခဲ့တယ်။ သူ့ရဲ့ယုံကြည်မှုတွေက ကျွန်တော့်ကို လမ်း ကြောင်းပေါ် ကူညီတင်ပေးတာပါ။

- လုပ်ငန်းခွင်အတွင်း ကျွန်တော့်ရဲ့အပေါင်းအသင်း၊ လုပ် ဖော်ကိုင်ဖက်များပါပဲ။ သူတို့ရဲ့ အားပေးကူညီမှုတွေ၊ တုံ့ပြန်အကြံပေးချက်တွေအတွက် 'ခရိုက်'၊ 'ဂလင်း'၊ 'ပေါလ်'၊ 'ပူဒီ'၊ 'ဂျေ တီ ဒီပေါလ်'၊ 'ဒေါက်'၊ 'ရန်ဒီ'၊ 'ရေး' တို့ကိုလည်း သီးသီးသန့်သန့် ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ သင်တို့ရဲ့ မိတ်ဆွေ ရင်းချာဖြစ်မှုရဲ့ လက်ဆောင်ကိုတော့ ဘယ်သူငယ်ချင်းဆီ ကမှ မရနိုင်ဘူး။
- 'ခရစ်စတီ ဂရပ်ဖီယို'၊ 'မိုက်စဗာအိုအေ'၊ 'ကယ်ရီလင်း မက်လေလန်'၊ 'ဂျိမ်းစ်ကူးပါးစ့်ရာ'၊ 'ဂျူလီဘားနာ့ဒ်'တို့ကို ဒီစာအုပ် ထုတ်လုပ်နေစဉ်အတွင်း သင်တို့ရဲ့ ထောက်ပံ့ ကူညီမှုတွေအတွက်။
- 'နယူးဩလန် ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေရေးအုပ်စုက လူတွေနဲ့ ကျွန်တော့် ကို ယုံကြည်ပေးတဲ့ 'WWL Radio'တို့ကို ကျေးဇူးတင်ပါ တယ်'

mgyoe.com

mgyoe.com

အမှာစာ

အောင်မြင်မှုတဲ့လား။ ဒါကိုပဲ ကျွန်တော်တို့ အားလုံးရှာနေကြတာပဲ။ ဒါပေမဲ့ ၂၉ နှစ်သားဆီက သင် ဘာတွေသင်ယူနိုင်မှာတဲ့လဲ။ အဖြေကတော့ များကိုများပါ့။ ဆိုရိုးစကားအဟောင်းတစ်ခု မှတ်မိပါလေစ။ 'စာအုပ်တစ်အုပ်ကို အဖုံးလေးကြည့်ရုံမျှနဲ့ မဆုံးဖြတ်ပါနဲ့'။ ဒီကိစ္စမှာတော့ ဒီစကားက ပိုမတိကျနိုင်ပါဘူး။ ဘာ့ကြောင့်ဆို ဒီစာအုပ်ထဲမှာ သင်ရှာဖွေတွေ့ရမယ့် ဉာဏ်ပညာကတော့ ယင်းရဲ့ စာရေးဆရာရဲ့ အသက်ထက်ကျော်လွန်သွားတဲ့အတွက်ကြောင့်ပဲ ဖြစ်ပါ တယ်။

သင် သိပါတယ်။ အောင်မြင်မှုအတွက် အုတ်မြစ်က အရင်းအမြစ်နဲ့ လူတွေအမျိုးမျိုး ကွဲပြားမှုအားလုံးဆီက သတင်းတွေ သင်ယူရခြင်းနဲ့ ဆောက်လုပ်ထားတာကြောင့် ဖြစ်တယ်။ အောင်မြင်တဲ့လူတွေဟာ သင်ယူတာ၊ နားထောင်တာ ဘယ်တော့မှမရပ်တတ်ဘူး။ အရင်းအမြစ်၊ နည်းပြဆရာ၊ CEO၊ ဆရာသမား သို့မဟုတ် လူငယ်အမှုဆောင်တစ်ဦးပဲ ဖြစ်စေဦးတော့ လူတိုင်းမှာ သင့်ရဲ့အောင်မြင်မှုဆီ

mgyoe.com

mgyoe.com

ပေါင်းရုံးနိုင်မယ့် အတွေးတွေ၊ အယူအဆတွေတော့ ရှိတတ်ကြတယ်။ ဒါဟာ ရုပ်ဝတ္ထုအောင်မြင်မှုသာမက သင့်နေ့စဉ်ဘဝ ပျော်ရွှင်စေနိုင်မယ့် အောင်မြင်မှုရဲ့ အမည်တွေကို သင် စတင် နားလည်စေမယ့် အယူအဆတွေ မျှဝေသွားခြင်းဖြင့်သာ ရနိုင်တယ်။

နှစ်အနည်းငယ်ခန့်က ကိုယ့်အသက်မွေးမှုပေါ်ကို ကမ်းကပ်နိုင်တဲ့ လူငယ်တစ်ယောက် တွေ့ဖူးတယ်။ ကျွန်တော့် အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းဘဝမှာ ထင်ရှားတဲ့လူငယ်တွေ မြောက်မြားစွာ အခု ကျွန်တော် တွေ့ဖူးပါရဲ့။ ဒါပေမဲ့ ဒီလူငယ်ကတော့ ထူးခြားနေတယ်။ ဘာ့ကြောင့်လဲ သင်သိသလား။ အကြောင်းရင်းတစ်ခုကတော့ 'စိတ်အားထက်သန်မှု' ရှိနေတာပါပဲ။ ကျွန်တော် ကြိုက်တယ်။ ဘာ့ကြောင့်ဆို စိတ်အားထက်သန်မှုကို အောင်မြင်ရုံသက်သက် အောင်မြင်နေသူတွေနဲ့ သီးခြားခွဲခွဲခြားခြား ကျွန်တော် အမြဲ ယုံကြည်ထားလို့ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

စိတ်အားထက်သန်မှုက သင့်ဘဝကို ပြောင်းလဲပေးပါလိမ့်မယ်။ ယင်းက စွမ်းအင်တွေ ထုတ်လုပ်ပေးလို့ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကို သင့်စဉ်းစားကြည့်ပါ။ သင် တစ်ခုခုနဲ့ပတ်သက်ပြီး စိတ်လှုပ်ရှားနေရင် ဒါကိုရဖို့ သင်ပိုခက်ခက်ခဲခဲ ကြိုးစားလုပ်လိုစိတ် ပိုပေါ်လာမှာ မဟုတ်ဘူး။ စိတ်အားထက်သန်ဆိုတာ နှလုံးခုန်မှုကို အားပေးတဲ့ 'အင်ဒရီနာလင်း' ဓာတ် ဖြစ်တယ်။ သင့်ကို ပိုကြီးမားတဲ့ စွမ်းဆောင်ရည် ထုတ်သုံးဖြစ်အောင် တွန်းအားပေးတယ်။

'ဒေါက်တာနော်မန် ဗင်းဆင့်ပီး' ဆိုတဲ့ အကောင်းမြင်စဉ်းစားခြင်းရဲ့ ဖခင်ကြီးက 'စိတ်အားစိတ်သန်မှုက လျင်မြန်စွာ ကူးစက်တတ်တယ်' လို့ ပြောခဲ့တယ်။ ယင်းက သင့်ကိုယ်ပိုင်ဘဝရဲ့ ရှုထောင့်တိုင်းမှာ ပျံ့နှံ့နေရုံမက လူတိုင်းရဲ့ နီးကြားတက်ကြွနေချိန်မှာလည်း အကျိုးသက်ရောက်နေနိုင်ပါတယ်။ လူတွေဟာ သင့်ရဲ့ အကောင်းမြင် စွမ်းအင်

mgyoe.com

mgyoe.com

တွေရဲ့ အာနိသင်သက်ရောက်နေမှာဖြစ်ပြီး သူတို့ရဲ့သဘောထားနဲ့ အလုပ်ခွင် အလေ့အထတွေလည်း တိတိကျကျ ပြောင်းလဲသွားမှာကို သင်တွေ့ရလိမ့်မယ်။

သတိထားရမယ့် စကားတစ်ခွန်းရှိတယ်။ စိတ်အားထက်သန်မှုက ဇောက်ချမှု ရှိတတ်တယ်။ ဇောက်ချမှုရှိရင် အလုပ်ဖြစ်ပြီပဲ။ သင်က နေ့စဉ်မနက်ထတိုင်း သွေးပူမိးတောက်နေစရာတော့ မလိုဘူးပေါ့။ ဒါပေမဲ့ သင့်သဘောထားတွေ အကောင်းမြင်ဘက်ကိုတော့ ပြောင်းလဲဖို့ အသင့်ဖြစ်လာမှာပဲ။ နောက်ဆုံးမှာ အဆိုးမြင်စွမ်းအင်တွေအတွက် သင် ဘာလုပ်ပစ်ရမှာလဲ။ ဒီအဆိုးမြင်စွမ်းအင်တွေက သင့်ရဲ့ အဖိုးတန်ဆုံး အရင်းအမြစ်ဖြစ်တဲ့ စိတ်အားထက်သန်မှုကို ယိုစီးသွန်ကျသွားစေတယ်။ စိတ်အားထက်သန်မှုရဲ့ ဘေးထွက်အကျိုးတရားတွေကလည်း ရှိသေးတယ်။ အနည်းငယ်ကိုပဲ ကြည့်ရအောင်။

- စိတ်အားထက်သန်မှုက ကြောက်လန့်မှုတွေကို လျှော့ချပေးတယ်။ မသိတာတွေ ကြောက်လန့်နေတာနဲ့ ကျဆုံးသွားမှာကို ကြောက်လန့်နေတာမျိုးပေါ့။
- အခြားသူတွေကို ဆွဲဆောင်တတ်တဲ့ သင့်ရဲ့အရည်အချင်းတွေကို တိုးပွားစေတယ်။ သင် ယုံကြည်လိုက်တာနဲ့ တခြားလူတွေကပါ သင်ယုံကြည်ရာကိုလိုက် ယုံကြည်သွားစေပါတယ်။
- ဘယ်အခြေအနေ၊ အလုပ်၊ ဘယ်ပြဿနာမဆို ထိုးထွင်းသိမြင်မှု နက်ရှိုင်းတိုးတက်လာစေတယ်။
- အလုပ်ထဲမှာ ဖန်တီးမှုပါပါ ကျွမ်းကျင်မှုတွေ ရလာ တယ်။
- အောင်မြင်သူတစ်ယောက်ဖြစ်ရတဲ့ ခံစားမှုနဲ့ ပိုပြီး ရှင်သန်

mgyoe.com

mgyoe.com

တက်ကြွမှုတွေ သင့်ပတ်ပတ်လည်မှာ အကူအညီ ရလာစေတယ်။

- နောက်ဆုံး စိတ်အားတက်ကြွမှုက စိတ်ကို နုပျိုစေတယ်။
- နောက်ဆုံးမှာ သင့်ရဲ့ အသက်အရွယ်က အရေးမပါတော့ဘဲ သင့်သဘောထားကပဲ တကယ် အရေးပါ အရာရောက်နေတော့တယ်။

ဒဲဘရောင်း

LSU ဘော့စ်ဘော နည်းပြခေါင်းဆောင်

❐

mgyoe.com

mgyoe.com

နိဒါန်း

ဒီစာအုပ်ထဲမှာ အောင်မြင်မှုရဲ့အဓိပ္ပာယ်တွေနဲ့ သူ့ရဲ့ စည်းမျဉ်းတွေကို ရိုးရှင်းအောင် ခွဲခြားသတ်မှတ်ဖို့ ကျွန်တော် ကြိုးစားထားတယ်။ နှစ်ပေါင်းများစွာက ဘုရားသခင်က လူသားမျိုးနွယ်ကို ဖန်ဆင်းကြောင်းနဲ့ အရာရာကို နားလည်လာခဲ့တယ်။ ဘုရားသခင်လုပ်တာ ရိုးရှင်းလှပါတယ်။ မလွယ်တော့ မလွယ်ပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ ရိုးပါတယ်။ လူသားအဖြစ်နဲ့ ကျွန်တော်တို့က ရှုပ်ထွေးတဲ့ကိစ္စရပ်တွေဆီ တိမ်းညွတ်လာကြတယ်။ ကျွန်တော်တို့က လူဖြူ၊ လူမည်း၊ ဟစ်စပါးနစ်၊ တရုတ်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ယောကျ်ား၊ မိန်းမ၊ ဆင်းရဲချမ်းသာ၊ ပညာတတ်တတ် မတတ်တတ် ဘဝထဲမှာ ကျွန်တော်တို့အားလုံး အတူတူလိုက်ရှာနေကြတဲ့ တစ်ခုတည်းသော အရာတွေကတော့ 'အောင်မြင်မှု' သာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ အသက်မွေးမှုတွေဆီက၊ ကျွန်တော်တို့ရဲ့မိသားစု၊ စိတ်ဓာတ်ရေးဘဝဆီက၊ ကြင်ဖော် ဘက်ဆီက ဘဝရဲ့ရေိယာမှန်သမျှ အားလုံးထဲမှာ ကျွန်တော်တို့ အားလုံးအောင်မြင်မှုကို လိုချင်ကြတယ်။

mgyoe.com

mgyoe.com

ကျွန်တော် မှတ်မိသလောက် ကြာမြင့်စွာကတည်းက ကျွန်တော် အောင်မြင်လာခဲ့တာ ဖြစ်တယ်။ ကျွန်တော် ၁၃ နှစ်သားအရွယ်က အမေက သစ်သားသေတ္တာတစ်လုံး ကျွန်တော့်ကို ပေးတယ်။ သေတ္တာရဲ့ အပြင်ဘက်မှာရေးထားတဲ့စာတန်းက 'အောင်မြင်ရေး၏ လျှို့ဝှက်ချက်' တဲ့။ ဒါနဲ့သေတ္တာကို ဖွင့်ကြည့်လိုက်တော့ အက္ခရာလေးလုံးပါ စာလုံးတစ်လုံး 'Work'(အလုပ်လုပ်ပါ) ကို တွေ့ရပါတော့တယ်။ စောစောပိုင်းကလေးဘဝကတည်းက ကျွန်တော့်အမေက ကျွန်တော့်အစ်မနဲ့ အစ်ကိုတို့ကို အားပေးခဲ့ပြီး ကျွန်တော့်ကိုတော့ အကောင်းဆုံးတွေလုပ်ဖို့ ပြောခဲ့တယ်။ ကျွန်တော်တို့အတွင်းထဲကိုလည်း အလုပ်ကျင့်ဝတ်တွေ သွင်းပေးတယ်။ အဲဒီကတည်းက ကျွန်တော့်ရဲ့ခရီးစဉ်က အောင်မြင်မှုရှာဖွေရေးပေါ်မှာပဲ ရှိနေခဲ့တယ်။ အောင်မြင်မှုဆိုတာ ငွေကြေးလည်းမဟုတ်၊ ရာထူးနေရာ မြင့်မားတာလည်းမဟုတ်၊ ကျော်ကြားမှုမဟုတ်။ 'ကျွန်တော့်ရဲ့ အကောင်းဆုံးကိုသာ လုပ်ခြင်းပဲ' ရယ်လို့ ကျွန်တော် နားလည်စပြုလာပါတယ်။ ဒါဟာ ကျွန်တော်လုပ်ဖို့ တာစူထွက်လာတာတွေနဲ့ အတိအကျတူနေတယ်။ ကျွန်တော်က ဘယ်လိုလူစားလဲ။ ပုံမှန်လူသားတစ်ယောက်သာ၊ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းအရ အရောင်းသမားပါ။ သဘာဝအရ လုပ်ရပ်ရဲ့ လူသားတစ်ယောက်ပါပဲ။

ကျွန်တော်ဟာ အောင်မြင်ချင်တဲ့အတွက်ကြောင့် အောင်မြင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေဆီသွား စကားပြောစနည်းနာရတယ်။ သူတို့အကြောင်းဖတ်ရတယ်။ အသံသွင်းတိတ်ခွေတွေ ဖွင့်နားထောင်ရတယ်။ ဗီဒီယိုခွေတွေ ကြည့်ရှုရတယ်။ နှီးနှောဖလှယ်ပွဲတွေ တက်ရောက်လေ့လာရတယ်။ သူတို့ ဘာ့ကြောင့် အောင်မြင်ရတာလဲ။ ဘာတွေက သူတို့ကိုခြားနားသွားစေတာလဲ။ ကမ္ဘာတစ်ဝန်းလုံးမှာ ရှိသမျှလူတွေ အားလုံးအနက် လူနည်းနည်းလောက်ကိုပဲ အောင်မြင်တဲ့လူအဖြစ် ကျွန်တော်တို့

mgyoe.com

mgyoe.com

အတန်းအစား ခွဲနိုင်ကြတာလဲ။ သူတို့ ဒီနေရာကို ဘယ်လိုရောက်လာတာလဲ။ ဒီလိုရှာဖွေရင်း ဒီလူတွေရဲ့ ဘဝထဲစည်းမျဉ်းတွေ၊ သဘောထားတွေ၊ အပြုအမူတွေ၊ အလေ့အထတွေ၊ ဘုံစရိုက်လက္ခဏာတွေနဲ့ ပတ်သက်လို့ ကျွန်တော် စတင်လေ့လာရ၊ ဖတ်ရ၊ ကြားရ၊ မြင်ရပါတော့တယ်။ ဒါကြောင့် ဒါတွေကို ကျွန်တော့်ဘဝထဲဆီ စတင်အသုံးချရပါတော့တယ်။ ဒီနောက် တစ်စုံတစ်ခု စိတ်ဝင်စားစရာတွေ စတင်ဖြစ်လာတယ်။ ဒါတွေက လက်တွေ့အလုပ်ဖြစ်နေတာကိုး။ ကျွန်တော့်အိမ်ထောင်ရေးမှာ၊ ကျွန်တော့်ရဲ့ ဆက်ဆံရေးမှာ၊ ကျွန်တော်ရဲ့ အသက်မွေးမှုမှာ၊ နောက် ကျွန်တော့်ဘဝရဲ့ ဧရိယာတိုင်းမှာပါ အလုပ်ဖြစ်နေတာတွေ့ရပါတော့တယ်။ ကျွန်တော့်အလုပ်ထဲက ဥပမာက ပိုမြန်ပါတယ်။

ကောလိပ်မှာ ကျွန်တော့်ရဲ့ မောင်သစ်လွင်အတောအတွင်းက ဒေသခံစီးပွားရေးလုပ်ငန်း သတင်းစာဌာနမှာ တစ်နာရီလုပ်ခ ၃.၃၅ ဒေါ်လာနဲ့ စလုပ်ရတယ်။ လေးပတ်အကြာမှာ ဘော့စ်က တစ်နာရီကို ၄ ဒေါ်လာနှုန်း တိုးပေးတယ်။ ကမ္ဘာကြီးက ငါ့ဥစ္စာလို့တောင် ထင်သွားမိတယ်။ နောက် နှစ်အနည်းငယ်ကြာတော့ ကုမ္ပဏီရဲ့မျက်နှာစာအမျိုးမျိုး၊ ရာထူးအဆင့်အမျိုးမျိုးတွေ အနှံ့အပြား ကျွန်တော့်လမ်းကြောင်းတွေ လုပ်ခဲ့တယ်။ ကောလိပ်စီနီယာ ကျောင်းသားဘဝရောက်လာတဲ့အချိန်မှာ တက္ကသိုလ်ဝတ်စုံဝတ်ပြီး ရာထူးတွေမြင့်လာလို့ ကြော်ငြာရောင်းရတဲ့ အခွင့်အလမ်းရလိုက်တယ်။ ဒါကြောင့် ညနေ တိုင်းကျောင်းစာသင်ခန်းစာထဲက ကပျာကသီထွက်လို့ အရောင်းအရောင်း၊ အရောင်းကိစ္စတွေ ထွက်လုပ်တယ်။ ကောလိပ်ကျောင်း နေစဉ်ပထမနှစ်ပြည့်ပြည့်မှာ ဒေါ်လာ ၄၀,၀၀၀ ရှာနိုင်ခဲ့တယ်။

ဒုတိယမြောက်နှစ်မှာ ဒေါ်လာ ၇၀,၀၀၀ ရှာနိုင်ခဲ့တယ်။ နောက် ၂ နှစ်ကြာတဲ့အခါ ဂဏန်း ၆ လုံး (သိန်းဂဏန်း) ရှာနိုင်လာ

mgyoe.com

mgyoe.com

'တယ်။ အခုတော့ ဝင်ငွေ အလယ်အလတ်အောက်ရှိ မိသားစုက ဆင်း သက်လာတဲ့လူငယ် ဟစ်စပါးနစ်ကောင်လေးတစ်ယောက် ကျောင်းသင် အတန်း ကောင်းကောင်းမနေရဘဲနဲ့ ပြဿနာတွေ ကယိမ်းကယိုင်နဲ့ ကြားထဲကပဲ မိခင်ရဲ့ ချီးမြှောက်မှုကြောင့် အသက် ၂၈ နှစ်နဲ့ ပထမဆုံး ဒေါ်လာ သန်းထက်ဝက် ရှာနိုင်နေပါလားလို့ သင်တို့ ပြောနိုင်ပါပြီ။ သင်ရှုံးသွားနိုင်တယ်လို့ ကျွန်တော် ပြောခဲ့တယ် မဟုတ်လား။ ကျွန်တော် ချမ်းသာပြီလား။ အောင်မြင်ပြီလို့ ပြောနိုင်ပြီလား။ သင်လောင်းမလား။ ဘာ့ကြောင့်လဲ။ ကျွန်တော့်ရဲ့ အကောင်းဆုံးကိုပဲ အမြဲတမ်းလုပ်သွားမယ် လို့ ဆုံးဖြတ်ရင်း ကျွန်တော် ဖောက်ချနိုင်လို့ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

အခုတော့ အောင်မြင်ဖို့ ဆုံးဖြတ်ချက်ကို သင်ချဖို့ရာ အချိန် ကျပါပြီ။ ဒီနေ့ပဲ အောင်မြင်ရမယ်လို့ ဆုံးဖြတ်ချက်ချရာမှာ သင့်ရဲ့ အိမ်ထောင်ရေးထဲ၊ သင့်ရဲ့ မိတ်ဆွေဖြစ်ဆက်ဆံရေးထဲ၊ သင့်စိတ်ဓာတ် ရေးဘဝထဲ၊ သင့်ဘဝရဲ့ ကျန်းမာရေး၊ ငွေရေး ကြေးရေး၊ အသက်မွေး မှုနဲ့ ကျန်ဧရိယာတွေအားလုံးမှာ အောင်မြင်စေဖို့ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီလို အောင်မြင်ဖို့ သင့်မှာ အချိန်ရှိသေးရဲ့လား။ ကျွန်တော်တော့ ရှိမယ်လို့ မျှော်လင့်တယ်။

သင်သိပါတယ်။ အချိန်ဆိုတာ သူ့ကို သင်ပိုပညာရှိရှိ သုံးနိုင် တဲ့အခါမှာ သင့်မှာရှိသမျှအားလုံးဟာ အချိန်ပဲဖြစ်ပါတယ်။ အချိန်ဆိုတာ သူ့မှာပါဝင်တဲ့ Time အက္ခရာတွေ T.i.m.e လေးလုံး တစ်လုံးစီရဲ့ သီး ခြားအဓိပ္ပာယ်တွေကို ဖော်ဆောင်နေတယ်လို့ ဆိုရမယ်။ အဲဒီအက္ခရာ လေးလုံး အဓိပ္ပာယ်တွေက အောင်မြင်ရေးရဲ့ ဟင်းအမည် သော့ချက် လေးရပ်ပါပဲ။ သူတို့ကတော့–

T = Talent ဆိုတာ 'ပါရမီ'

I = Information ဆိုတဲ့ 'သတင်းအချက်'

mgyoe.com

mgyoe.com

M = Motivation ဆိုတဲ့ 'မောင်းတင်ချက်'

E = Enthusiasm ဆိုတဲ့ 'စိတ်အားထန်သန်မှု'

တို့ပါပဲ။

အောင်မြင်ခြင်းဆိုတာ ခရီးရဲ့ အဆုံးသတ်နေရာတစ်ခု မဟုတ်ဘဲ ခရီးစဉ်မျှသာ ဖြစ်တယ်ဆိုတာကို သတိရပါ။ နောက်ဘက် ထိုင်ချပြီး နောက်လာမယ့် အခန်းတွေကို အတူတူ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ခရီးစဉ်ကြီး အဖြစ် ခံစားစဉ်းစား မွေ့လျော်ကြပါစို့။

❒

mgyoe.com

mgyoe.com
mgyoe.com

mgyoe.com

စိတ်ပိုင်းအချုပ်ပွဲ

"ဒီကမ္ဘာလောကထဲ ကြီးမြတ်တဲ့အရာကတော့
ဘယ်နေရာမှာ ကျွန်ုပ်တို့ ရောက်နေသလဲဆိုတာနဲ့
သိပ်မဆိုင်လှဘဲ ဘာလားရာအတိုင်း ရွေ့နေသလဲ
ဆိုတာပဲ ဖြစ်တယ်"

အိုလီဗာ ဝင်ဒယ်ဟုမ်းစ်
(၁၈၀၉–၁၈၉၄)

mgyoe.com

mgyoe.com

စိတ်ပိုင်းခံတွင်းတွေ့စရာ

"အောင်မြင်ခြင်းရဖို့ သင့်ရဲ့ ကိုယ်ပိုင်

ဖြေရှင်းချက်တစ်ခုတည်းက

တခြား ဘယ်အရာထက်မဆို

ပို၍အရေးပါနေကြောင်းကိုတော့

အမြဲတမ်း ခေါင်းထဲ ထည့်ထားပါ"

အိဗရာဟမ် လင်ကွန်း
(၁၈၀၉–၁၈၆၅)

mgyoe.com

mgyoe.com

အခန်း [၁]
ဘဝက ရိုးရှင်းလှပါတယ်၊ ဒါပေမဲ့ မလွယ်ဘူးလေ

နှစ်များစွာတုန်းက ဒီကမ္ဘာလောကကြီးကိုရော ကျွန်တော့်ရဲ့ ကိုယ်ပိုင်ဘဝကိုပါ တအံ့တသြရှိခဲ့တယ်။ ဘဝက ယေဘုယျအားဖြင့် တကယ်တမ်း ဘာမှမရှုပ်ထွေးလှဘူးလို့ ကျွန်တော် နိဂုံးချုပ်မိလာပါ တယ်၊ ဘဝအပေါ် အာဏာပိုင်ရမယ်လို့လည်း ကျွန်တော် မကြွေးကြော် ပါဘူး။ အောင်မြင်ရေးရဲ့ ကျောင်းတော်သားဖြစ်ရေးလည်း မအော်ပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော် လူတွေကို အမြဲတမ်း ပြောခဲ့သလိုပဲ ကျွမ်းကျင်သူတွေ က တိုင်တန်းနစ်သဘော်ကြီးကို ဆောက်ကြပြီး အပျော်တမ်းသမားတွေ က နိုအာရဲ့ ကယ်ဆယ်ရေးသဘော်ကြီး 'အာ့ခ်' ကို ဆောက်လုပ်ကြ တယ်ဆိုတာပါပဲ။ လေ့လာအကဲခတ်ခြင်း၊ နားထောင်ခြင်း၊ ရှာဖွေခြင်း၊ မေးမြန်းခြင်း၊ စာဖတ်ခြင်းတွေအားဖြင့် ကျွန်တော်တို့လှပပြီး အံ့သြဖွယ် အရာ သင်ယူနိုင်ပါတယ်။ လူသားအဖြစ်ကတော့ ကျွန်တော်တို့က ရှုပ်ထွေးတဲ့အရာ အများစုတွေကို ပိုတိမ်းညွှတ်နေပုံရပါတယ်။ ဒါပေမဲ့

mgyoe.com

mgyoe.com

ဘ၀ကတော့ တကယ်တမ်း လှလှပပ ရိုးရှင်းပြီးသားပါပဲ။ အောက်ပါ မေးခွန်းတွေရဲ့ အဖြေတွေကို တစ်အောင့်လောက် အချိန်ယူ စဉ်းစား ကြည့်ပါ။

၁။ ကျွန်တော်တို့ အင်္ဂလိပ်ဘာသာစကားမှာ စာလုံးတွေ ထောင်ချီသိထားကြတယ်။ အခြေခံ အင်္ဂလိပ်အက္ခရာ ဘယ်နှလုံးရှိပါသလဲ။

၂။ ကျွန်တော်တို့က တစ်နှစ်ကို ဒေါ်လာ ၁၂,၀၀၀ ရှာနိုင် ကြတယ်။ 'Fortune 500' ကုမ္ပဏီက တစ်နှစ်ကို ဒေါ်လာ ၂ ဘီလျံဝင်တယ်။ ဖက်ဒရယ် ပြည်ထောင်စုအစိုးရက တစ်နေ့မှာ ဘတ်ဂျက်လိုငွေပြမှုမှာ ဒေါ်လာ ထရေလီယံ ၁၀ ရှိလာမယ်တဲ့။ ကျွန်တော်တို့သုံးနေတဲ့ ကိန်းဂဏန်း စနစ်မှာ ဒစ်ဂျစ်တယ် ဂဏန်းဘယ်နှလုံးပဲ ရှိသလဲ။

၃။ ပေါ့ပ်ဂီတကနေ အော်ပရာသီချင်းကြီး၊ ရော့ခ်ဂီတတွေ၊ တစ်ပြည်လုံးအနှံ့နေရာတိုင်းမှာ တေးချင်းသီဆိုနေကြတဲ့ အဆိုတော် အနုပညာရှင်တွေ ထောင်နဲ့ချီပြီး ရှိပါတယ်။ လူတွေက ဂီတဟန်ပန်စတိုင် အမျိုးမျိုးကို ချစ်မြတ်နိုးကြ ပါတယ်။ ဂီတသင်္ကေတက ဘယ်နှခုရှိလို့လဲ။

၄။ သင့်အိမ်ကို ဆေးသုတ်ဖို့ ဆုံးဖြတ်တဲ့အခါကစပြီး ပန်းချီ ဆွဲတဲ့အထိ အသွေးရောင်စုံတွေ ရာနဲ့ချီပြီး ရွေးရဖို့ ရှိတယ်။ မူလ ပင်မအရောင်က ဘယ်နှမျိုးရှိသလဲ။

၅။ နေ့စဉ် သင်လုပ်ဖို့ရှိတဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက်တွေ အားလုံးအနက် ထဲက သင် ဘယ်လောက်များများ အမှန်တကယ် ရွေးချယ် ဖို့ ရှိသလဲ။

mgyoe.com

mgyoe.com

အဖြေများ

၁။ အက္ခရာပေါင်း ၂၆ လုံးပဲရှိပါတယ်။ (A မှ Z ထိ)

၂။ ကိန်းဂဏန်းစနစ်မှာ ဒစ်ဂျစ်တယ်ဂဏန်း ၁၀ လုံးပဲ ရှိတယ်။ (၀ မှ ၉ ထိ)

၃။ ဂီတသင်္ကေတ သံစဉ် ခုနစ်သံသာရှိတယ်။ (ဒို၊ ရေ၊ မီ၊ ဖာ၊ ဆိုလာ၊ ဒီး၊ ဒို)

၄။ ပင်မ မူလအရောင်သုံးမျိုးပဲ ရှိတယ်။ (အပြာ၊ အနီ၊ အဝါ)

၅။ ရွေးချယ်မှု နှစ်မျိုးပဲ ရှိတယ်။ (ခေါင်းညိတ်နဲ့ ခေါင်းခါ Yes or No)

အင်္ဂလိပ်ဘာသာစကားအကြောင်း၊ ဒေါ်လာ ဘီလျံတွေအကြောင်း၊ မနေ့ ကျွန်တော်တို့ ယဉ်ကျေးမှုအတွင်း ဂီတသံတွေကွဲပြားမှုအကြောင်းတွေ အဲဒါတွေကို စတင်ဆွေးနွေးနေစဉ် ရုပ်ထွေးတဲ့ ဘာသာရပ်တွေမှာ ရိုးရှင်းတဲ့အဖြေတွေရှိတာ တွေ့လိမ့်မယ်။

ခုပဲ မေးခွန်း ၅ ခုနဲ့သက်ဆိုင်ရာ အဖြေတွေကို နီးကပ်စွာကြည့်ပါ။ ဘဝမှာ စစ်မှန်တဲ့ ရွေးချယ်မှုက နှစ်မျိုးပဲရှိတာပါ။ ဒီ ရွေးချယ်မှု နှစ်ခုစလုံးက သိပ်ကိုရိုးရှင်းလှပါတယ်။ ရွေးချယ်မှုတစ်ခုက သင့် မျှော်လင့်ချက်၊ အိပ်မက်တွေ၊ အမြင်တွေ၊ ပန်းတိုင်တွေနဲ့ သင့်ရဲ့ဘဝကို ပါ ဖျက်ဆီးမယ့် ရွေးချယ်မှုဖြစ်တယ်။ အခြားရွေးချယ်မှုကတော့ သင့် အိပ်မက်နဲ့ ပန်းတိုင်တွေ ရယူဖို့ကူညီပေးပြီး သင့်ကို မျှော်လင့်ချက်တွေ ပေးရင်း ဒီကမ္ဘာမြေပေါ် သင့်ဘဝရဲ့ အရည်အချင်းတွေကို ကြွယ်ဝတိုး တက်စေပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့အားလုံးအတွက် လုပ်ရမယ့် ဆုံးဖြတ်ချက်က 'ဟုတ်ကဲ့' သို့မဟုတ် 'ဟင့်အင်း' တစ်ခုခုပါပဲ။

mgyoe.com

mgyoe.com

'ဟင့်အင်း' (No) ကို သင်ရွေးချယ်မယ်ဆို ရွေးနိုင်တယ်။ No မဟုတ်ဘူးတဲ့။ ကျွန်တော့်ဘဝနဲ့ ခရီးဆုံးပန်းတိုင်ကို ကျွန်တော် မထိန်းချုပ်ဘူး။ No တဲ့၊ ပန်းတိုင်နောက်ကိုလိုက်ပါဖို့ ကျွန်တော့်မှာ အချိန်မရဘူးတဲ့လား။ No မနက်ဖြန်ကို ဂရုမစိုက်ပါဘူး။ ဒီနေ့ အတွက်ပဲ အသက်ရှင်နေရတာပဲလေ။ ပန်းတိုင်မရှိ၊ လားရာမရှိ၊ ရည်မှန်းချက်မရှိ၊ အမြင်မရှိ၊ မျှော်လင့်ချက်ပါ မရှိတော့ မရှိ... မရှိ ဘာမှ မရှိတော့ပါ။

သို့တည်းမဟုတ် သင့် 'ဟုတ်ကဲ့' 'Yes' ကို ရွေးနိုင်ပါတယ်။ မှန်တယ်။ ဒီနေ့ ကျွန်တော့်ဘဝကို ပျော်မွေ့ပြီး အကောင်းဆုံးကို လုပ်နိုင်တယ်လို့ ဆုံးဖြတ်တယ်။ ကျွန်တော့်မိသားစု၊ ကျွန်တော့်အလုပ်၊ ကျွန်တော့်တိုင်းပြည်နဲ့ ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်အတွက် အကောင်းဆုံးကို ပေးမယ်လို့ ဆုံးဖြတ်ထားတယ်။ မှန်ပါတယ်။ ဒီကနေ့ ဘဝရဲ့ လက်ဆောင်မွန်အတွက် ဘုရားသခင်ကို ကျွန်တော် ကျေးဇူးတင်ပြီး ကျွန်တော့်ရဲ့ပန်းတိုင်တွေ၊ အိပ်မက်တွေနောက်ကို ဒီနေ့ ဘာတွေပဲ ဖြစ်ဖြစ် အူလှိုက်သည်းလှိုက် လိုက်ပါနေမှာပါပဲ။

အခု မှန်ကန်တဲ့ရွေးချယ်မှုက ထင်ရှားနေပါပြီ။ ကံမကောင်း အကြောင်းမလှစွာနဲ့ လူအများစုက 'ဟင့်အင်း' ဆိုတဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက်ကိုသာ ရွေးမိနေကြတယ်။ လူအနည်းငယ်က သိစိတ်ရှိရှိ ရွေးကြတာပါ။ လူအများစုက 'ဟင့်အင်း' ဆိုတဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက်ကို မသိစိတ်နဲ့ ရွေးမိကြတာ သူတို့ဟာသူတို့တောင် မသိကြဘူး။ သိစိတ်ရှိရှိ 'ဟုတ်ကဲ့' လို့ ဆုံးဖြတ်ချက်ကို မလုပ်နိုင်ခဲ့ကြလို့ အဲဒီလို 'ဟင့်အင်း' ကို ရွေးချယ်မိတာပါပဲ။ သူတို့ဘဝအခြေအနေကို ဘယ်လောက်ထိ တိုးတက်အောင် လုပ်ချင်ပေမယ့် ဘာမှဖြစ်မလာတော့ဘူး။ လူများစွာ သူတို့အခြေအနေတွေကို ပြောင်းလဲချင်ပေမဲ့ သူတို့ဘာသာ ပြောင်းလဲလိုစိတ်ရှိကြတာ

mgyoe.com

mgyoe.com

မဟုတ်ပါဘူး။ သင့်အောင်မြင်မှုအတွက် အုတ်မြစ်ကတော့ သင်ဆန္ဒရှိရာ အနာဂတ်ကို ဖန်တီးမယ့် 'ဟုတ်ကဲ့' ဆုံးဖြတ်ချက်ကို လုပ်ခြင်းအားဖြင့် စတင်ပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ရဲ့ အတွေ့အကြုံတွေ ကြီးထွားလာတာလည်း ထင်ရှားနေပါပြီ။ အကောင်းမြင်ဖြစ်ဖြစ်၊ အဆိုးမြင်ဖြစ်ဖြစ်ပေါ့။ ကျွန်တော်တို့လုပ်တဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက်တွေမှာ အဓိက အခန်းကဏ္ဍအတွက် ကျွန်တော်တို့ရဲ့ သဘောထားတွေ မှီငြမ်းပြုရမှာပဲ။ ဘယ်လိုပဲဖြစ်ဖြစ် ကျွန်တော်တို့ဘဝထဲ တစ်နေရာရာမှာတော့ ကျွန်ုပ်တို့ တစ်ဦးချင်းစီ ကြောက်လန့်မှု၊ ဝေဒနာ၊ ကျဆုံးမှုတွေတော့ တွေ့ကြုံခံစားရမှာပဲ။ ကျွန်တော်တို့အားလုံး အမှားတွေလုပ်မိကြတယ်။ အားပေးမခံရ၊ ကိုယ်ပိုင်လုပ်သမျှကို နှောင်တရမိကြတယ်။ အကျိုးအမြတ်ထုတ်မိတယ်။ ခက်ခဲတဲ့အချိန်တွေ တောက်လျှောက်ကျော်ဖြတ်ခဲ့ရတယ်။ ကျွန်တော်တို့အားလုံး ကိုယ့်ဘဝထဲမှာ ဆန့်ကျင်ဘက်ပြိုင်မှုကို ပုံစံတစ်မျိုးမဟုတ် တစ်မျိုးနဲ့ မျက်နှာချင်းဆိုင်နေရဆဲ ဆိုင်နေရဦးမှာပါပဲ။ သင့်စိတ်တွင်း ဆုံးဖြတ်ရေးရဲ့သော့ချက်က သင့်လမ်းကြောင်းမှာ ဘာတွေပဲဖြစ်လာလာ သင့်ရဲ့ပန်းတိုင်ဆီ ပါပြီးသွားဖို့ပါပဲ။ ပျော်ရွှင်မှုနဲ့ အောင်မြင်ခြင်းတို့က သင့်နားရွက်နှစ်ဖက်ရဲ့ကြားမှာ စတင်တာပါ။ သင့်စိတ်ဦးနှောက်က မနက်ဖြန်ရဲ့အခြေအနေများအတွက် ပုံဆွဲစားပွဲပါပဲ။

ဘယ်သူမှ ရေထဲမကျဖူးဘဲနဲ့ ရေနစ်ဖူးကြတာ မဟုတ်ပါဘူး။ သူတို့ ရေထဲကျန်ရှိနေလို့ ရေနစ်ရတာပါ။ မနေ့ကကိစ္စတွေ နှောင်တရခွင့် ကျွန်တော်တို့ မပေးနိုင်ဘူး။ ဒီနေ့ရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်ပြိုင်မှုတွေ၊ ဒါမှမဟုတ် မနက်ဖြန်ကို ကြောက်လန့်မှုတွေ ကျွန်တော်တို့အပေါ် ဒီနေ့ကို စားပြတိုက်သွားခဲ့ပါပြီ။ ဆန့်ကျင်မှုကို အကျိုးအာနိသင်ရယ်လို့

mgyoe.com

mgyoe.com

အသိအမှတ်ပြုပါ။ ယင်းက မိတ်ဆွေရင်းချာဖြစ်မှု ဘယ်လောက် နက်ရှိုင်းကြောင်း ဖွင့်လှစ်ပြတယ်။ ယင်းက တိကျတဲ့သတင်းတွေ ပို့တူး ဆွဖို့ သင့်ကို တွန်းအားပေးတယ်။ ယင်းက သင်အမှန်တကယ် ယုံကြည် တာနဲ့ သင့်ရဲ့ဦးစားပေးချက်တွေကို ဆုံးဖြတ်နိုင်အောင် ကူညီပေးပါ တယ်။

အောင်မြင်မှုဆီရှေးရှုတဲ့ ပထမဆုံးခြေလှမ်းက ဘဝထဲမှာ သင်လိုချင်တာကို ဆုံးဖြတ်ဖို့ပဲ။ ပြီးရင် ပန်းတိုင်တစ်ခုချမှတ်ပြီး အဲဒီ နောက်ကို အူလှိုက်သည်းလှိုက်ပါဖို့ပါပဲ။ အံ့သြစရာ အကောင်းဆုံး အပိုင်းက ဒီဆုံးဖြတ်ချက်ချဖို့ ဘယ်တော့မှ သိပ်စောလွန်း၊ သိပ်နောက်ကျ လွန်းတယ် မရှိတာပါပဲ။ သင်ပညာရေး၊ သင့်အလုပ်အကိုင်၊ ငွေကြေး၊ အိမ်ထောင်ရေးမှာပဲဖြစ်ဖြစ် ဘယ်တော့မှ သိပ်စောလွန်း၊ သိပ်နောက်ကျ လွန်းတယ်လို့ မရှိပါဘူး။ 'ဒီနေ့' ဟာ 'ဟုတ်ကဲ့' လို့ပြောရမယ့်နေ့ပဲ။ ခရီးဆုံးနေရာက အခွင့်အလမ်းရဲ့ကိစ္စရပ်တစ်ခုမဟုတ်၊ ရွေးချယ်မှုရဲ့ ကိစ္စရပ်သာ ဖြစ်တယ်။ ဘယ်အရာမှ လွယ်လွယ်နဲ့မရတာ၊ ဈေးနှုန်းမပေး ဘဲနဲ့ တန်ရာမရနိုင်တာ သတိရပါ။ စိတ်ဓာတ် စီမံခန့်ခွဲရေးက ကျွန်ုပ်တို့ ဘဝတွေ တိုးတက်ရေးမှာ ပထမဆုံး ဦးစားပေးချက်နဲ့ သော့ချက်တို့ပဲ ဖြစ်ပါတော့တယ်။

❐

mgyoe.com

mgyoe.com

စိတ်ပိုင်းအချို့ပွဲ

"ကျွန်တော့်မျိုးဆက်ရဲ့ အကြီးမားဆုံး
ရှာဖွေတွေ့ရှိမှုကတော့ လူသားတစ်ယောက်က
သူ့ရဲ့စိတ်သဘောထားကို ပြောင်းလဲခြင်းအားဖြင့်သာ
သူ့ဘဝကို ပြောင်းနိုင်တယ်ဆိုတာပါပဲ"

ဝီလျံ ဂျိမ်းစ်
(၁၈၄၂–၁၉၁၀)

mgyoe.com

mgyoe.com

စိတ်ပိုင်းခံတွင်းတွေ့စရာ

"မိုးကောင်းကင်ရဲ့အောက်မှာ

အရာရာအားလုံးအတွက် အချိန်တစ်ချိန်နဲ့

လုပ်ရပ်မှန်သမျှ အားလုံးအတွက်

ရာသီတစ်ရာသီတော့ ရှိကြပါတယ်"

အက်စယ်စီးယားတက်စ်

၃း၁

mgyoe.com

mgyoe.com

အခန်း [၂]

အချိန်ဆိုတာ သင့်ရဲ့အောင်မြင်မှုအတွက် သော့ချက်ပါပဲ

ကျွန်တော် အထက်တန်းကျောင်းသားဘဝတစ်လျှောက်လုံး ကျွန်တော့်အမေက ကျွန်တော့်ကို ဒီနှစ်တွေက ကျွန်တော့်ဘဝရဲ့ အကောင်းဆုံးနှစ်တွေပဲမို့ ကောင်းကောင်းသာ ခံစားဖို့ အဆက်မပြတ် ပြောခဲ့တယ်။ မှန်တာပေါ့၊ ကျွန်တော်လိုချင်သမျှက အဲဒီအချိန်က ဘွဲ့ရဖို့ ရယ်၊ လူကြီးတစ်ယောက်ဖြစ်လာပြီး အချိန်ပြည့် အလုပ်တစ်ခုကိုရဖို့၊ ပိုက်ဆံတွေထောပြီး ကိုယ်ပိုင်ကားသစ်ဝယ်နိုင်၊ ကားသစ်ထဲမှာ ယော့စတီ ရီယိုစနစ် တပ်ထားလို့ပေါ့လေ။ ပြန်ကြည့်ရင်တော့ အမေ ပြောတာ မှန်တယ်။ အဲဒီအထက်တန်းကျောင်းသားဘဝ နှစ်ကာလတွေက ကျွန်တော့်ဘဝရဲ့ အကောင်းဆုံးနှစ်တွေ အတိအကျပဲ ဖြစ်ခဲ့တယ်။ ဘာမှ စိုးရိမ်ပူပန်စရာမလို၊ ဘာမှ အိမ်ငှားခပေးရမယ့် တာဝန်မရှိ၊ ဘာအာမခံ ကြေးမှ မဆောင်ရ၊ အသုံးအဆောင် သစ်သီးဝယ်တဲ့ ကြွေးစာရင်း မပေးရ နဲ့ ကျွန်တော့်ဘဝကို သုံးစွဲနေလာရာမှာ ရက်သတ္တပတ်အကုန်မှာ

mgyoe.com

mgyoe.com

ဘယ်သူနဲ့ချိန်းတွေ့ရမလဲ၊ ကျွန်တော် ဘာဝတ်သွားရပါ့မလဲ၊ ကားခတ် ဆီဖိုး ပိုက်ဆံမှလောက်ရဲ့လားလို့ တောင်းစရာပဲရှိမယ်။ တကယ်ပဲ ကျွန်တော့်ဘဝထဲက အဲဒီအချိန်ကို နားလည်ဖို့အတွက် ဘာသဲလွန်စမှ မရှိခဲ့ပါဘူး။

ကျွန်တော်တို့အများစုမှာ ဒီစိတ်ရဲ့ ဘောင်ကားချပ်က ရှိနေတယ်။ ကျွန်တော်တို့ဘဝတွေထဲ တကယ့် 'အချိန်' ဟာ ဘာလဲဆိုတာကို ကျွန်တော်တို့ တိကျစွာ နားမလည်ကြသေးပါဘူး။ လူသားတွေ အနေနဲ့ နောက်ဘဝ စက်ဝန်းသံသရာထဲမှာ ကျွန်တော်တို့ကို ကူညီ တိုးတက်နိုင်စေမယ့် ဘဝရဲ့ မျက်နှာစာတွေတော့ ရှိပါတယ်။ လူတိုင်းရဲ့ ဘဝမှာ မျက်နှာစာလေးဖက်ရှိတယ်လို့ တစ်ခါက ကြားဖူးတယ်။ ပထမက လူဟာ 'စင်တာကလော့' ကို ယုံကြည်တာပဲ။ ဒုတိယမျက်နှာ စာက 'စင်တာကလော့' ကို မယုံကြည်တာပါ။ တတိယ ကိုယ်တိုင် 'စင်တာကလော့'ဖြစ်လာတာနဲ့ စတုတ္ထကတော့ သူက 'စင်တာကလော့' နဲ့ တူလာတာ ဖြစ်လာတာပါပဲ။ အခု ဒါတွေက ကျွန်တော်ပြောနေတာ နဲ့ပတ်သက်လို့ အတိအကျကြီးတော့ မဟုတ်ပေမဲ့ ဘဝတစ်လျှောက် မှာ ကျွန်တော်တို့ ခြားနားတဲ့ စက်ဝန်းသံသရာတွေကို သွားနေကြောင်း ကို ကောင်းမွန်တဲ့ သရုပ်ဖော်ပြချက်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ သင်ဟာ လုပ်ငန်း လောကထဲဝင်ဖို့ ပြင်ဆင်နေတဲ့ အသက် ၂၂ နှစ်ရွယ် ကောလိပ်ဘွဲ့ရ ပဲလား။ အသက် ၃၂ နှစ်ရောက်ခါမှ ပထမဆုံး သားဦးမွေးဖို့ မျှော်လင့် နေတဲ့ မိခင်လောင်းပဲလား။ အသက် ၅၄ နှစ်ရွယ် အငြိမ်းစားယူဖို့ ပြင်ဆင်နေတဲ့ အောင်မြင်သူစီးပွားရေးသမားပဲလား ဆိုတဲ့ကိစ္စရပ် ဖြစ် ပါတယ်။ ဘဝရဲ့ ဘယ်စင်မြင့်ပေါ်မှာပဲ သင်ရောက်ရောက်အကြောင်း မဟုတ်ပါဘူး။ ဒီဘဝထဲမှာ သင် ဘာကို ပြီးမြောက်ချင်သလဲဆိုတာကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်း အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ဖို့ အခုလောလောဆယ် 'အချိန်'

mgyoe.com

mgyoe.com

ကျနေတာပါ။ ပုံမှန်အခြေခံပေါ်မှာ နေ့စဉ်နဲ့အမျှ သင် ဘာစလုပ်နိုင်သလဲ ဆိုတာက သင့်ရဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဘဝကြမ်းထဲ ခမ်းခမ်းနားနား အကောင်းမြင် အာနိသင်တစ်ရပ်ပဲ မဟုတ်လား။ သင့်ရဲ့ စီးပွားရေးလုပ်ငန်း သို့မဟုတ် အသက်မွေးမှုနဲ့ပတ်သက်လို့ ဘာတွေရှိသလဲ။

သင် အရင်ကကြားဖူးမှာပါ။ အချိန်ဆိုတာ ကျွန်တော်တို့ ရှိသမျှထဲမှာ အဖိုးတန်ဆုံး ကုန်စည်ဖြစ်တယ်တဲ့။ ဒါ သိပ်မှန်တယ်။ အချိန်ဆိုတာ ညီမျှတဲ့အချိုးအစားနဲ့ ကျွန်တော်တို့မှာရှိနေတဲ့ တစ်ခု တည်းသောအရာပါပဲ။ လူတိုင်း တစ်ရက်တာကို ၂၄ နာရီတိတိနေကြရ၊ တစ်နှစ်ကို ၃၆၅ ရက်နေကြရတာချည်းပါပဲ။ ပြဿနာက လူများစွာက အလုပ်များလွန်းနေကြတာ၊ လမ်းလွဲနေကြတာ၊ ဂရုမစိုက်ကြတာနဲ့ မနက်ဖြန်မှ လုပ်နိုင်တာပဲလို့ စဉ်းစားတတ်ကြတာတွေ ဖြစ်တယ်။ အောင်မြင်တဲ့လူတွေအပေါ် ကျွန်တော့်လေ့လာချက်အရ သူတို့က ဆုံးဖြတ်ချက်တွေကို အချိန်နဲ့ကိုက်ညီတဲ့ ဖက်ရှင်နဲ့လုပ်နိုင်စွမ်းရှိကြတာ တွေ့ရတယ်။ သူတို့က ကြိုတင်တက်ကြွနေတတ်တယ်။ မနက်ဖြန်မှ လုပ်မယ်ရယ်လို့ စောင့်မနေတတ်ဘူး။ ဒီနေ့ပဲ ပြီးအောင်လုပ်ပစ်တတ် တယ်။ ပျောက်ဆုံးသွားတဲ့အချိန်တွေ ဘယ်တော့မှမရဘူးဆိုတာ သူတို့ သိကြတယ်။

ကောလိပ်ကျောင်းမှာနေစဉ်တစ်လျှောက်လုံး အောင်မြင်တဲ့ သူနဲ့ မအောင်မြင်တဲ့သူတွေကြားမှာ ဧရာမကွာဟချက်ကြီး သို့မဟုတ် ခြားနားချက်ကြီး ရှိနေပါလားလို့ စဉ်းစားလေ့ရှိခဲ့တယ်။ ခြားနား ချက်က အင်မတန် သေးငယ်ကြောင်း အခုတော့ ရှင်းသွားပါပြီ။ အောင်မြင်တဲ့သူ တွေမှာ အောင်မြင်တဲ့အလေ့အထတွေရှိပြီး မအောင်မြင်တဲ့သူတွေမှာ တော့ မအောင်မြင်တဲ့ အလေ့အထတွေရှိနေတာက စစ်မှန်တဲ့တစ်ခု တည်းသော ခြားနားချက်ဖြစ်နေတယ်။ အောင်မြင်တဲ့လူတွေက အချိန်ကို

mgyoe.com

mgyoe.com

တွက်ဆတတ်တဲ့ အလေ့အထထဲမှာ ရှိနေပါတယ်။ သင့်အချိန်ထက် ပိုအဖိုးတန်တာ ဘာမှမရှိပါ။ သူ့ကို သင် ဘယ်လိုသုံးစွဲရမယ်ဆိုတာ သင် အမြဲသေချာစွာ တွက်ဆတတ်ရဲ့လား။

ပုဂ္ဂိုလ်ရေး စွမ်းဆောင်ရည်မြင့်မားတဲ့သူတွေက သူတို့ဘဝမှာ အချိန်က မရှိမဖြစ်အရာနဲ့ ကြိုတင်ရှိထားရမယ့်အရာပဲလို့ သိထားပြီး ဖြစ်တဲ့အတွက် ဘဝကို ပြည့်ပြည့်ဝဝ အောင်မြင်လိုရင် သူတို့ အချိန် တွေကို ဆရာတစ်ဆူလို စီမံခန့်ခွဲနိုင်ရမယ်ဆိုတာ သိနေကြတယ်။ ဒီဟာ သူတို့ရဲ့ဘဝ စတိုင်အလေ့အထတစ်ရပ် ဖြစ်လာတယ်။ ဒီလိုမှ သူတို့ အချိန်ကို မစီမံနိုင်ရင် ဘယ်တော့မှ သူတို့ရဲ့ပန်းတိုင်ကို ရယူနိုင်မှာ မဟုတ်လို့ပါပဲ။

ဒါတွေအားလုံးက ဘာအဓိပ္ပာယ်တွေလဲ။ တကယ်လို့ သင် ဓာတ်စာသွားစားသင့်တယ်လို့ စဉ်းစားနေရင် ခုပဲ သွားစားဖို့ အချိန်ကျ ပြီလို့မှတ်။ သင့်ရဲ့မယားသည် (သို့) လင်ယောကျ်ားကို သင် ဘယ် လောက်ချစ်မြတ်နိုးကြောင်း သင်စဉ်းစားနေရင် ခုပဲ ကြင်ဖော်ကို သွား ပြောလိုက်ပါ။ သင် တစ်ယောက်ကို တောင်းပန်နေဖို့ လိုနေတယ် ဆိုရင် ချက်ချင်းပဲ သွားတောင်းပန်လိုက်ပါ။ စပိန်စကားပြောသင်တန်း ပဲတက်မလား၊ ကောလိပ်ဒီဂရီပဲ ယူမလား၊ အချက်အပြုတ်တွေပဲ သင် မလား၊ တောင်ပေါ် အပန်းဖြေခရီးထွက်မလား၊ ပုံမှန် လေ့ကျင့်ခန်းတွေ လုပ်မလား မိသားစုနဲ့ ပိုအချိန်ဖြုန်းလိုသလား၊ ငွေတွေ ချွေတာ စုဆောင်းမှာလား၊ သူငယ်ချင်းဟောင်းတွေ၊ ဆွေမျိုးတွေပဲ ဖုန်းဆက် ခေါ်မလား၊ ဘာပဲ သင်လုပ်ချင်ချင် ခု 'အချိန်' မှာပဲ လုပ်လိုက်ပါ။

ပထမအရာသာ ပထမနေရာထားပါ

သင် ဘယ်လိုလုပ်မှာလဲ။ ပထမဆုံးအရာကို ပထမနေရာ

mgyoe.com

mgyoe.com

ထားလိုက်ပါ။ သင့်ရဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ရေးနဲ့ အသက်မွေးမှုဘဝမှာ ပထမဆုံးကိစ္စတွေကိုသာ ဦးစားပေးသွားပါ။ ကျွန်တော်တို့ အများစုတွေဟာ ကိုယ်နဲ့ဘာက အရေးပါဆုံးလဲဆိုတာကို အသေအချာ ထိုင်ပြီးစဉ်းစားဖို့ အချိန်မရနိုင်ပဲ သိပ်အလုပ်ရှုပ်လွန်းနေကြတယ်။ ဘာကို အမှန်တကယ် ရယူပြီးမြောက်ချင်နေတာလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။ ဒီကိစ္စကို စဉ်းစားမိကြတဲ့တိုင်အောင် ကိုယ့်ဆုံးဖြတ်ချင်တာကို လက်တွေ့ အချိန်ယူမလုပ်နိုင်ကြဘူး။ လုပ်ရန်ကိစ္စတွေ ချသာရေးပါ။ ရေးတာတွေ့တာနဲ့ ချက်ချင်းလုပ်ပါ။ လုပ်ရပ် ချက်ချင်းလုပ်တဲ့အချိန်က တစ်ယောက်ယောက်ရဲ့ကံကြမ္မာ စတင်ချော်မထွက်မီကတည်းက ရှိနေခဲ့တာ ကြာလှပါပြီ။ အခုပဲသင့်ဘဝကိုစဖို့ အချိန်ကျပြီ။ နောက်လာမယ့် လတွေ၊ နှစ်တွေမှာသင့်ပန်းတိုင်ရဖို့ ဘယ်လုပ်ရပ်ကို ဆင့်ခေါ်မလဲဆိုတာ အတိအကျဆုံးဖြတ်ပါ။ သင့်ဘဝကို ပရိဂရမ်ဆွဲဖို့ သင့်မှာ အချိန်မရရင်ဘဝကသင့်ကို ပြန်ပရိဂရမ် ဆွဲသွားလိမ့်မယ်။

သင့်ရဲ့ဘဝထဲမှာ ဘာအချိန်လဲဆိုတာ နားလည်တာနဲ့ သင့်အောင်မြင်မှုရဲ့ 'အချိန်' ဟာ သော့ချက်ပဲလို့ ရှင်သန်နေရုံမျှမကသေးဘဲဘဝကို ကိုယ်လိုရာဆီ လုပ်ယူဖို့အတွက် ကူညီပါလိမ့်မယ်။ ဒီနောက်အောင်မြင်ခြင်းရဲ့ အဓိပ္ပာယ်အစစ်ကို သင်သာလျှင် ရှာတွေ့ပါလိမ့်မယ်။ 'အချိန်' မှာ အောင်မြင်မှုရဲ့ ဟင်းအမည်ကို လုပ်ဆောင်ဖို့ သော့ချက်အချို့ကို နီးကပ်စွာ တစ်ချက်ကြည့်ကြရအောင်။

□

mgyoe.com

mgyoe.com

စိတ်ပိုင်းအချိုပွဲ

"ပို၍ရောက်ရှိရေးကို ဘယ်တော့မှ မရပ်တန့်နဲ့။

တည်ရှိရုံထက် ပို၍ ..... ရှင်သန်ပါ။

ထိတွေ့ရုံထက် ပို၍ .....ခံစားလိုက်ပါ။

ကြည့်ရုံထက် ပို၍ ..... လေ့လာအကဲခတ်ပါ။

ဖတ်ရုံထက် ပို၍ ..... စုပ်ယူနှလုံးသွင်းပါ။

ကြားရုံမျှထက် ပို၍ ..... နားစွင့်ထောင်ပါ။

နားဆင်ရုံထက် ပို၍ ..... နှံ့နှံ့စပ်စပ် နားလည်လိုက်ပါ။

ဂျွန်အိပ်ချ် ရှတ်ဒက်စ်

mgyoe.com

mgyoe.com

စိတ်ပိုင်း ခံတွင်းတွေ့စရာ

"ကျွန်ုပ်တို့ အင်အားတွေပိုလို့၊ အရည်အချင်းတွေပိုလို့ အခွင့်အလမ်းတွေ ပိုကြီးကြီးမားမား မလိုအပ်ပါဘူး။ ကျွန်ုပ်တို့လိုအပ်သမျှက ကိုယ့်မှာရှိသမျှတွေကိုသာ သုံးစွဲသွားဖို့ပါပဲ"

ဘာစေး၊ အက်စ်၊ ဝဲလ်ရှ်

mgyoe.com