စိတ်ကူးချိုချိုအနုပညာ

အောင်မြင်ရေးအတွက် တန်ခိုးစွမ်းအား

ကောင်းသာ

မြန်မာပြန်

Dr. Walter Doyle Staples

POWER TO WIN

Dr.Walter Doyle Staples

POWER TO WIN

ဒီစာအုပ်က ပျော်ရွှင်မှုနဲ့ အောင်မြင်မှုရရေး
လိုအပ်တဲ့ သတင်းအချက်အလက်တွေ ရယူပေးပါတယ်။
ဒေါက်တာစတေပယ်စ် ရှင်းပြခဲ့တဲ့ စကားလိုပါပဲ။

'နေ့စဉ်နေ့တိုင်း သင် ဒီဇိုင်းတီထွင်ခဲ့ရာ၊ မှားယွင်းခဲ့ရာ
အထွေထွေခံစားချက်တွေကပဲ သင့်ကမ္ဘာကြီးကို ဖန်တီးနေတာပါ။'

ဒီစာအုပ်ကို အသုံးချရင်းနဲ့
ပျော်စရာကောင်းပြီး အောင်မြင်တဲ့ ကမ္ဘာကြီးကို
ဒီဇိုင်းထွင်ပါလေတော့ . . .။

အောင်မြင်ရေးအတွက် တန်ခိုးစွမ်းအား

ကောင်းသာ
မြန်မာပြန်

အောင်မြင်ရေးအတွက်တန်ခိုးစွမ်းအား ကောင်းသာ
စာမျက်နှာ မျက်နှာ၊ ၁၂ • ၈၈ တီ× ၁၈ • ၅ စင်တီ

ထုတ်ဝေသူ - ဦးစန်းဦး စိတ်ကူးချိုချိုစာပေ(၀၀၅၃၇)၊ ၈၅ ဘဝ်လမ်း တာမွေ၊ ရန်ကုန်။
ပုံနှိပ်သူ - ဒေါ်ဝင်းမာ၊ စိတ်ကူးချိုချိုပုံနှိပ်တိုက်(၀၀၄၁၂)၊ ၁၁၇၉၊ မဓိုးရိပ်လမ်း ရန်ကင်း။
၂၀၁၇ ဗေဗော်ဝါရီလ ပထမအကြိမ် အုပ်ရေ ၅၀၀၊

ရောင်းရေး ၁ ၅ ၀ ၀ ကျပ်

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

စိတ်ကူးချိုချိုစာအုပ်

အောင်မြင်ရေးအတွက် တန်ခိုးစွမ်းအား

POWER TO WIN

Dr. Walter Doyle Staples

ကောင်းသာ

မြန်မာပြန်

"ကြားကျနေတဲ့ ဦးနှောက်တစ်ခုမှာ ဘာစွမ်းအားမှမရှိပါ။ မြေဆီညြောကောင်းတဲ့ဦးနှောက်က ဘာအကန့်အသတ်ကိုမှ နားမလည်"။

သင့်မှာ "**အောင်မြင်ရေး တန်ခိုးစွမ်းအား**" ရှိပြီးဖြစ်တယ်။ သင့် သဘာဝပါရမီတွေနဲ့ စွမ်းရည်တွေက မျက်နှာပြင်အောက်မှာ ပုန်းကွယ်ငုပ်လျှိုးလျက်ရှိနေပြီးသားပါ။

ဒီစာအုပ်က ထိုပုန်းကွယ်နေတဲ့အရင်းအမြစ်တွေကို သင့်ဟာသင် ပိုနက်ရှိုင်းစွာရှာဖွေ့လာအောင် ကူညီပါလိမ့်မယ်။ အံ့မခန်းနိုင်အောင် ကြီးမားလှတဲ့ အစွမ်းအစများကို သင်ပိုင်ဆိုင်ထားကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလိုက်တာနဲ့၊ ဖြစ်နိုင်ခြေများစွာ သင်လက်လှမ်းမီတဲ့အထိ ရောက်လာပါလိမ့်မယ်။

သဘာဝအရ သားအိမ်ဆိုတဲ့နှပ်နေရေးဇုံနယ်ထဲက သင်အားနဲ့ မာန်နဲ့ ဘယ်လိုရန်းထွက်ခဲ့သလဲဆိုတာ ပြန်သတိရပါ။ သင့်ဘဝတစ်ခုလုံးကို သင့်ဟာသင် ဖန်တီးထားတဲ့ နှပ်နေရေးဇုံနယ်ကိုတော့ သင်ချိုးဖျက်ထွက်ရလိမ့်မယ်။

မာတိကာ

စာရေးသူအကြောင်း

'ဒေါက်တာဝေါ်လတာစတေပယ်စ်'ဟာ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးနဲ့ အသက်မွေးမှု တိုးတက်ရေးနဲ့ စပ်လျဉ်းတဲ့စာအုပ်လေးအုပ် ပြုစုခဲ့တယ်။ သူက အာရုံကြောဘာသာဗေဒအစီအစဉ် (NLP) မှာ လက်မှတ်ရလေ့ကျင့်သူဖြစ်တယ်။

ဒေါက်တာစတေပယ်စ်ဟာ သူ့ဘဝတစ်လျှောက် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု၊ ဥရောပနဲ့ကနေဒါတို့မှာနေခဲ့တယ်။ သူ လော့အိန်ဂျယ်လိစ်မှာ နေစဉ်က ပုဂ္ဂိုလ်ရေးတိုးတက်မှုနယ်ပယ်တွင်းက ခေါင်းဆောင်တွေများစွာနဲ့ ဆက်သွယ်ခဲ့မိရာမှာ၊ 'အန်ထော်နီရော်ဘင်စ်'၊ 'ဘရိုင်ယန် ထရေစီ'၊ 'ကင်းတလန်ချတ်' တို့ပါဝင်ပြီး သူတို့အားလုံးက သူ့အလုပ်အပေါ် တက်ကြွစွာ စိတ်ဝင်စားခဲ့တယ်။

သူ့ရဲ့ရောင်းအားအကောင်းဆုံးစာအုပ် 'Think Like a Winner' က လက်ရှိ မြောက်အမေရိကတစ်ခွင်က စာအုပ်ဆိုင်များနဲ့ ကမ္ဘာအနှံ့ နိုင်ငံပေါင်း ၂၅ နိုင်ငံကျော်ကျော်မှာ ရနိုင်နေပါပြီ။ ဂျပန်၊ ပြင်သစ်၊ စပိန်၊ ဂျာမန်၊ ပေါ်တူဂီ၊ အင်ဒိုနီးရှားနဲ့ အာဖရိကက ဘာသာများဖြင့် ပြန်ဆိုထားပြီးပါပြီ။

သူ့စာအုပ်များက မောင်းတင်ရေးနယ်ပယ်ထဲက 'Who's Who' လိုပဲ 'ဒေါက်တာဗင်းဆင့်ပီးလ်'၊ 'ဘတ်လင့်လက်တာ'၊ 'အင်းနစ်ဝိတ်လေ'နဲ့ ဒေါက်တာရော်ဘတ်ရူးလား'တို့ရဲ့ စာအုပ်တွေ ဖတ်ရသလိုပါပဲ။ သူ့စာအုပ်အကြောင်းနဲ့ သူ့ဆောင်းပါးတွေကိုတော့ ထင်ရှားတဲ့ မဂ္ဂဇင်း

တွေဖြစ်တဲ့ 'Entreprenear', 'Reader's Digest', 'US Air Aagorines' အမေရိကန်အနောက်လေကြောင်းမဂ္ဂဇင်းတွေမှာ တွေ့နိုင်ပါတယ်။

ဒေါက်တာဟာ အမေရိကန်နဲ့ ကနေဒါအနှံ့ ရေဒီယိုနဲ့တီဗီတွေ တစ်ရာကျော်မှာ အင်တာဗျူးခဲ့တယ်။ ခေါင်းဆောင်မှု၊ မော်ဂင်းတင်မှု၊ လူ့အပြုအမူရေးရာ ခေါင်းစဉ်များမှာ မြင့်မားစွာ နာမည်ရပြီးဖြစ်တယ်။ အတိုင်ပင်ခံ ဟောပြောပို့ချသူလည်းဖြစ်ခဲ့တယ်။ ဆွေးနွေးပွဲများရဲ့ဥက္ကဋ္ဌ လည်းဖြစ်တယ်။

ပဏာမ

ယနေ့ကမ္ဘာဈေးကွက်ထဲမှာ၊ 'Power To Win' ရဲ့ အသုံးဝင်ပုံ ကျယ်ပြန့်နေတာကို ကျွန်တော်ကျေနပ်နှစ်သိမ့်စွာကြည့်ရင်းနဲ့ ကျွန်တော် တစ်ဦးချင်းနဲ့ သူတို့ရဲ့ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယူဆပုံတွေရဲ့အရေးပါမှု တိတိ ကျကျ သတိထားမိလာပါတယ်။ သူတို့ကိုယ်သူတို့ ဘယ်လိုထင်ထား ကြသလဲ။ သူတို့ပြီးမြောက်နိုင်ရေး မနိုင်ရေးကို ဘယ်လိုထင်နေသလဲ။ ဒီ 'အတ္တရဲ့အနှစ်သာရ' ဟာ တစ်ဦးချင်းရဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ရေးနဲ့ အသက်မွေးမှု ဘဝတွေရဲ့ရှုထောင့်တိုင်းကို လိုအပ်သလို အကျိုးသက်ရောက်နေပါ တယ်။

အုပ်စုများစွာကို ကျွန်တော်စကားပြောခဲ့ရာမှာ၊ ထူးခြားတဲ့အချက် တစ်ချက်ရဲ့ ရိုက်ခတ်ခြင်းခံရတယ်။ လူများစွာက သူတို့အကြောင်း သူတို့ကိုယ်တိုင် သိပ်များများစားစား သိမထား နားမလည်ကြသေးတာပဲ။ ဘဝထဲမှာ ပမဏာသိပ်များများ မျှော်လင့်မထားကြဘူး။ အနည်းဆုံး သူတို့ရဲ့အစွမ်းအစ အစစ်အမှန်နဲ့ အနီးစပ်ဆုံးကိုတောင် မျှော်လင့် မထားကြဘူး။

ယနေ့ ဆယ်ကျော်သက်တွေ အကြီးဆုံးရင်ဆိုင်နေကြရတဲ့ပြဿနာ ကြီးတစ်ခုက၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တန်ဖိုးထားမှုနိမ့်ကျနေခြင်းပဲဆိုတဲ့ အချက်ကို ကလေးစိတ်ပညာရှင်တွေ တွေ့နေရတယ်။ အရွယ်ရောက်သူ

အချို့က ပညာမြင့်ပါလျက် သူတို့ရည်မှန်းချက်တွေ စွန့်လွှတ်ပစ်ပြီး သူတို့ရနိုင်သလောက်ထက် အများကြီးနည်းနေလည်းပဲ အခြေကျငြိမ်နေတုန်းပါပဲ။ အိပ်မက်အကြီးစားတွေမက်ဖို့တော့ ရွေးချယ်ထားပုံပေါ်ရဲ့။ အတွေးကြီးကြီးတွေ စဉ်းစားဖို့ပေါ့။ တကယ်တမ်းက ကျွန်တော်တို့ဟာ ဒီလူဦးရေရဲ့ကျယ်ပြန့်တဲ့ အစိတ်အပိုင်းကြီးရဲ့ မြင်သာတဲ့ရွေးချယ်မှုအဖြစ် သဘောထားစဉ်းစားခြင်းကို ရှေ့လျှောက်မခံရတော့တာပဲ ဖြစ်နေတယ်။ ဒါပေမဲ့ လူသားအားလုံးရဲ့ပါရမီတွေအားလုံးကို တစ်ဦးချင်းအရရော၊ စုပေါင်းအရပါ ဖြုန်းတီးဖို့ ကျွန်တော်တို့အားထုတ်နိုင်ပါရဲ့လား။

ဘဝခရီးလျှောက်လှမ်းရတာဟာ၊ လိမ့်ကျဖို့ သိပ်လွယ်တဲ့ကြိုးတန်းလျှောက်ရခြင်းမျိုးနဲ့တော့ မတူဘူး။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ကျွန်တော်တို့စဉ်းစားသမျှ၊ ပြောသမျှနဲ့ လုပ်သမျှတွေမှာ ဘယ်တော့မှ တည်ငြိမ်တယ်လို့မရှိဘဲ၊ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တန်ဖိုးထားမှု အဆင့်အနိမ့်အမြင့်တွေက အခရာကျတဲ့အခန်းကဏ္ဍက ပါနေကြတယ်။ ဒီနေ့မှာ ဒီအဆင့်က မြင့်နေပြီး ဘာမဆိုလုပ်နိုင်တယ် ထင်ကြပေမယ့်၊ နောက်တစ်နေ့မှာ ဒီအဆင့်က နိမ့်ကျသွားပြီး၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်နဲ့ ကိုယ့်စွမ်းရည်တွေအပေါ် ယုံကြည်ချက်တွေ အမှောက်မှောက် အမှားမှားဖြစ်တတ်ကြတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို တန်ဖိုးထားမှုရဲ့ အနီးစပ်ဆုံးအဆင့်ကို ကျွန်တော်တို့ကိုယ်ပိုင် အားထုတ်ချက်များနဲ့သာ တိုးတက်အောင်လုပ်ရမှာပါ။ ဒါက သိပ်လွယ်တဲ့လုပ်ငန်းတာဝန်တော့ မဟုတ်ဘူး။ ကျွန်တော်တို့ဘဝတွေထဲ တခြား လူတွေအဖြစ်အပျက်တွေကနေ၊ ကျွန်တော်တို့ လမ်းကြောင်းထဲ ရောက်လာဖို့ကိုပဲ၊ ခပ်ရိုးရိုးပဲ မျှော်လင့်နေရတော့တယ်။ မှန်ပါတယ်။ ပြင်ပအရင်းအမြစ်တွေကနေ၊ ဒါတွေရောက်လာတာမျိုးရှာမှရှားပဲ။ ဒါက ခက်မာပြင်းထန်ပြတ်သားလှတဲ့ အမှန်တရားပါ။

ဒီမှာပဲ လိုအပ်လာတာက ပုဂ္ဂိုလ်ရေး တန်ဖိုးစွမ်းအားတင်ခြင်းပါပဲ။ တန်ခိုးစွမ်းအားတင်ခြင်းက ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တန်ဖိုးထားမှုအဆင့်အတွက် တာဝန်ယူမှုတွေ လက်ခံခြင်းစုစုပေါင်းခြင်းပါပဲ။ ကျွန်တော်တို့က ရှင်သန်ကျန်ရစ်ရုံသာမက၊ တိုးတက်ကြွယ်ဝစေဖို့ စိတ်ချစေရေး၊ လိုအပ်တာမှန်သမျှ လုပ်ဖို့ပါပဲ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်တန်ဖိုးထားမှုက ကျွန်တော်တို့ဘဝတွေရဲ့ ရှုထောင့်တိုင်း အရည်အသွေးတွေကို ဆုံးဖြတ်သတ်မှတ်ပေးနေပါတယ်။ ဘာ့ကြောင့်ဆို လေ့လာမှုအားလုံး၊ အားထုတ်မှုအားလုံးကို အဲဒါက တိုက်ရိုက်အကျိုးသက်ရောက်နေလို့ပါပဲ။ဒီလိုနဲ့ပဲ၊ ဒီအရာက တစ်ဦးချင်းသာမက မိဘတွေ၊ ကျောင်းတွေ၊ အဖွဲ့ အစည်းတွေနဲ့ အစိုးရပါ ပတ်သက်လာရတဲ့ဘာသာရပ်တစ်ခု ဖြစ်လာရတာပါ။

တကယ့်အချက်အရ ကျယ်ပြန့်တဲ့အဓိပ္ပာယ်နဲ့ပြောရရင်၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တန်ဖိုးထားမှုဆိုတာ နိုင်ငံတွေရဲ့စီးပွားရေး ကောင်းစွာဖြစ်တည်မှုကို တိုက်ရိုက်သယ်ဆောင်ခြင်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ သတင်းအချက်ခေတ်ကြီး ပေါ်ထွန်းလာတာကို ကျွန်တော်တို့အားလုံး ဒီဌမျက်မြင်ကြုံရပြီးပြီ။ ကာယလုပ် အားစိုက်ထုတ်မှုကနေ ဦးနှောက်လုပ်အားအထိ အဆင့်ဆင့် တရွေ့ရွေ့ ပြောင်းလာတာဟာ အလုပ်သမားဝန်ထမ်းတွေရဲ့ လုပ်ရပ်မှာ ကြီးစိုးလို့လာပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ရှင်သန်နေရတဲ့ လက်ရှိကမ္ဘာစီးပွားရေးက၊ နည်းပညာတိုးတက်မှုအရှိန်အဟုန်နဲ့ တက်သုတ်ရိုက် ပြောင်းလဲခြင်းနဲ့ စရိုက်ဖော်ထားလို့ နိုင်ငံတကာပြိုင်ဆိုင်မှုမဝင်လာမီမှာပဲ၊ ယခင်မျိုးဆက်တွေတုန်းက မသုံးဖူးခဲ့တဲ့ ပြိုင်ဆိုင်မှု၊ သင်တန်းတွေ၊ ပညာရေးအဆင့် ပိုမြင့်မြင့်မားမား တောင်းဆိုမှုတွေနဲ့ တိုးနေရတယ်။

ဒီတိုးတက်မှုတွေမှာ အလုပ်အင်အားစုအတွင်း တစ်ဦးချင်းတွေမှာ

ပိုကြီးမားတဲ့ တီထွင်နိုင်မှုစွမ်းအား၊ ဖန်တီးနိုင်မှုစွမ်းအား မိမိဘာသာ တိုးတက်မှု၊ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးတာဝန်ယူမှုတွေ ပိုပြီးလိုအပ်လာပါတယ်။ ဒါကို အထက်နဲ့အောက် တည်ဆောက်ပုံယန္တရားမှာ၊ အထက်တန်းစီမံခန့်ခွဲမှု ကနေ အောက်ခြေအငယ်တန်း အလုပ်သမားတွေအထိ သုံးနိုင်တယ်။

ခေတ်သစ်လုပ်ငန်းဆောင်တာမှာ ထိပ်ပိုင်းလူအနည်းစုလေးကပဲ ခေါင်းဆောင်ပြီး၊ စဉ်းစားစရာတွေအားလုံး ဒိုင်ခံစဉ်းစား၊ ဆုံးဖြတ်ချက် အားလုံး သူတို့ပဲချပြီး၊ အများက သူတို့ပြောသမျှအားလုံး လက်ညှိုးထောင် ခေါင်းညိတ် တစ်သဝေမတိမ်း လိုက်နာရတာမျိုး ရှေ့ဆက်လုပ်လို့ မရနိုင်တော့ပါဘူး။ ယနေ့အဖွဲ့အစည်းတွေမှာ တစ်ဦးချင်းစွမ်းဆောင်ရည်တွေ နှိုးဆွဖို့၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မှီခိုရေး အဆင့်တိုင်းမှာ တွက်ချက်နိုင်စွမ်းတွေ ရှိဖို့လိုအပ်ပါတယ်။ လူတိုင်းပါဝင်ဆောင်ရွက်နိုင်စွမ်းရှိရမယ်။

ဒီကိစ္စဖြစ်လာပြီဆိုရင်၊ လူ့အဖွဲ့အစည်းထဲ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တန်ဖိုးထားမှု ပိုအဆင့်မြင့်ရေး လိုအပ်တဲ့ တစ်ဦးချင်းအားထုတ်မှုဆုလာဘ်တွေ နှိုးဆွချက်တွေ၊ အားပေးအားမြှောက်မှုတွေ လုပ်ပေးတဲ့ လူ့အဖွဲ့အစည်းရဲ့ အဓိကဦးနှောက်ရွှေ့ပြောင်းမှုတစ်ခုလိုအပ်ပါတယ်။ ဒါကို လုပ်နိုင်တဲ့ အဖွဲ့အစည်းဟာ မြင့်မားတဲ့ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တန်ဖိုးထားမှုကို မွေးစားနိုင်ပြီး၊ တစ်ဦးချင်း ပြောင်မြောက်ထူးချွန်မှုတွေကို မြှင့်တင်နိုင်လို့၊ ကြွယ်ဝကြီးထွားတိုးတက်လာမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

မြင့်မြင့်ရှည်ရှည်ပဲ အော်ဒါမှာသတဲ့လား၊ ဟုတ်ကဲ့၊ အမှန်ပါပဲ။ ဒါကကွဲလွဲရင် တခြားဘာများရှေးစရာရှိလို့လဲ။ ဒီစိန်ခေါ်ချက် လက်ခံရမှာပဲ။ အဆုံးထိအောင် သင့်ကိုယ်သင် ဇောက်ချလို့၊ သင့်ရဲ့ကိုယ်ပိုင် အဓိပ္ပာယ်ရှိတဲ့ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုကိုသာ လုပ်ပါလေတော့။ ။

♦

နိဒါန်း

"ဒီဇိုင်းတီထွင်ရင်း၊ အမှားမှားအယွင်းယွင်းဖြစ်ရင်း၊ ကျွန်ုပ်တို့၏ အတွေးတွေနဲ့ ခံစားချက်တွေက ကျွန်ုပ်တို့ ကမ္ဘာကြီးကို ဖန်တီးတယ်။ ကျွန်ုပ်တို့၏အနာဂတ်ကို ပုံဖော်နိုင်တဲ့အရည်အချင်းက – ယခုပစ္စုပ္ပန်မှာ လဲလျောင်းနေလေရဲ့။ ယင်းသို့သိမြင်၊ ယင်းသို့ လက်ခံထားတဲ့ ကမ္ဘာကြီးက ကျွန်ုပ်တို့နေထိုင်ရာ ကမ္ဘာကြီးပဲပေါ့"။

လူတွေဟာ သူတို့ဘဝတွေအပေါ်မှာ ပိုထိန်းချုပ်ရေးအတွက် အဆက်မပြတ် အားထုတ်တတ်ကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူတို့ယေဘုယျ ကျဆုံးကြတယ်။ ဘာကိုသြဇာလွှမ်းနိုင်သလဲ၊ မလွှမ်းနိုင်ဘူးလဲ မတွေးတတ်ကြလို့ပဲဖြစ်ပါတယ်။ သူတို့ယုံကြည်နေတဲ့ ရှေးဟောင်းဆိုရိုးစကားက၊ ဘဝဆိုတာ ကျွန်တော်တို့လုပ်ထားတဲ့အတိုင်းပဲတဲ့။ ဒါပေမဲ့ ဒီအထဲမှာ သူတို့ရဲ့ ရှုပ်ထွေးမှုတွေနဲ့ ပျာလောင်ခတ်မှုတွေ ပေါင်းထည့်လိုက်သေးတယ်။ ဖိအားတွေ ဆောက်တည်လာစဉ်၊ လူတွေဟာ ပိုပြင်းပြင်းထန်ထန် တွန်းလိုက၊ သူတို့လိုချင်တဲ့အတိုင်း ပြောင်းလဲအောင် တွန်းအားပေးမယ် မျှော်လင့်လိုက်နဲ့ နောက်တော့ သူတို့ဟာသူတို့ ငါတို့တွေက သေမျိုးတွေချည်းပဲမို့ ဘဝအပေါ် သိပ်မတောင်းဆိုသင့်ဘူးဆိုတဲ့ အချက်မှာ နုတ်ထွက်ပြီး လုံးဝ စိတ်ပျက်စွန့်လွှတ်သွားကြပါတော့တယ်။ နည်းစနစ်တွေနဲ့တောင် ဆန္ဒရှိရာရလဒ်တွေ ယူဆောင်မပေးလာနိုင်ကြတော့ဘူးပေါ့။

လူများစုက ဘဝထဲဖြတ်သန်းသွားရင်း၊ သူတို့ကိုယ်သူတို့ ကံကြမ္မာ ဆိုတဲ့ ရုပ်သေးဆရာရဲ့ လက်နဲ့ ကြိုးဆွဲရာကနေရတဲ့ ရုပ်သေးရုပ်ကလေး တွေပဲလို့ ခံယူထားတတ်ကြလေတယ်။ ဒီသေချင်စရာကောင်းလှတဲ့ ရှုမြင်ချက်က လူတစ်ဦးချင်းစီရဲ့ သူတို့ရဲ့ရွေးချယ်နိုင်ခွင့် သူတို့ရဲ့စိတ် ဆန္ဒ၊ သူတို့ရဲ့ကျိုးကြောင်း ဆင်ခြင်နိုင်တဲ့စွမ်းအားတွေကို ဓားပြတိုက် သွားပါလေတော့တယ်။ ဝမ်းနည်းဖွယ်ကောင်းတာက သဘာဝရဲ့ ပထမ ဥပဒေသကို လူများစု မသိကြသေးတာပါပဲ။ **"ဒီယနေ့နဲ့ပတ်သက်လို့ ကျွန်တော်တို့ စဉ်းစားဖို့ ရွေးချယ်ထားတာတွေဟာ နောက်ဆုံး အနာဂတ်မှာ ဖြစ်လာတတ်ကြတာပါပဲ"**။ တစ်နည်းပြောရရင် ယခု ပစ္စုပ္ပန်မှာ သင်နဲ့ကျွန်ုပ်တို့ ဘာတွေဘယ်လိုစဉ်းစား ခံစားကြတယ်ဆို တာတွေက အနာဂတ်မှာ ကျွန်တော်တို့အပြုအမူတွေရဲ့အကျိုးဆက် အဖြစ် ကျွန်တော်တို့ ပြုမူကြမယ့် လုပ်ရပ်တွေကို သတ်မှတ်ပြဋ္ဌာန်းလာ တတ်ပြန်တာက သဘာဝရဲ့ကြောင်းကျိုးတရား ဆက်သွယ်ချက်အတိုင်း ပါပဲ။

ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ဦးနှောက်တွေက ကျွန်တော်တို့ရဲ့ကမ္ဘာကြီးကို ကျွန်တော်တို့သိထားတဲ့အတိုင်းပဲ ဖန်တီးထားတယ်။ အမှန်တရား ဘာ တစ်ခုမှမရှိပါ။ ဒီယနေ့ ကျွန်တော်တို့သိထား၊ လက်ခံထားတဲ့အမှန် တရားက ရှင်းရှင်းပဲ အဲဒီအချိန်၊ အဲဒီအမှတ်မှာ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ သီးသန့် စဉ်းစားခြင်းအမူအရာရဲ့ ထုတ်ကုန်တစ်ရပ်ပဲဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ အတ္တရဲ့အနက်အဓိပ္ပာယ်အနှစ်သာရလည်း ပါဝင်တယ်။ အချက်က ကျုပ်တို့က ဘယ်သူလဲ၊ ကျုပ်တို့အတွင်းမှာ ပုန်းအောင်းငုပ်လျှိုးနေတာ ဘာပါရမီတွေလဲ၊ ဘာအရည်အချင်းတွေလဲဆိုတာ၊ ကျုပ်တို့ အမှန် တကယ် မသိနားမလည်ကြတာပဲဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော်တို့ သိတယ်လို့ပဲ ထင်ကြတယ်။ ကျွန်တော်တို့ဘဝတွေရဲ့ သီးခြားအဓိပ္ပာယ်

ပြန်ချက်အရ ပြုမူနေကြရလို့ အချိန်မရွေးရလာတဲ့ သတင်းအချက်အသစ်တွေကို ရပြီးသား သတင်းဟောင်းတွေနေရာ အစားထိုးပြီး ကိုယ့်ဘာသာကိုယ်နေမှုတွေ ရွေးချယ်ပြောင်းလဲနိုင်လို့ပါပဲ။

ပစ္စုပ္ပန်ဆိုတာ အမြဲတိုတောင်းတယ်။ ခဏတာလေးတွေကျော်ဖြတ်သွားလို့ အတိတ်က ခံစားချက်တွေ၊ အတွေးတွေ မကြာခဏ ပါဝင်နေတယ်။ ထပ်လောင်းလိုက်တာတွေက၊ လက်ရှိစဉ်းစားခြင်းတောင်ပုံရာပုံထဲမှာ အနာဂတ်နဲ့ ပတ်သက်တဲ့ စိုးရိမ်မှုတွေ ပါဝင်နေတာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အတိတ်မှာဖြစ်ဖြစ်၊ အနာဂတ်မှာဖြစ်ဖြစ်၊ အခြေချနေရင်း စိုးရိမ်မှု၊ ကြောက်ရွံ့မှုတွေကတော့ ကျွန်တော်တို့စိတ်ဦးနှောက်ကို ကြီးစိုး လွှမ်းမိုးခွင့်ရနေပြီးသားပါပဲ။ အတိတ်က ကျဆုံးမှုတွေပေါ် အခြေခံပြီး ဖြစ်လာနိုင်သမျှတွေ မှန်းဆတွေးရင်းနဲ့ ကျွန်တော်တို့ ကြောက်ရွံ့မှုတွေ အမြဲတမ်းဖန်တီးတတ်တယ်။

လက်ရှိမှာ ကျွန်တော်တို့စဉ်းစားသမျှတွေက ဒီရှုထောင့်တွေအပေါ်မှာပဲ အာရုံစူးစိုက်ထားစရာမလိုပါဘူး။ ကြေးစားဂေါက်သီးသမားတစ်ယောက် သူ့ဘောကိုရိုက်လွှဲလိုက်တဲ့ခဏမှာ ဘာတွေစဉ်းစားနေသလဲလို့ တွေးကြည့်ပါ။ သေချာတာက သူ့ရဲ့သီးသန့်နည်းစနစ်နဲ့အောင်မြင်စွာ ရိုက်ဖြစ်ဖို့အကြောင်းပဲ အာရုံစူးစိုက်နေမှာပါ။ သူတို့ဖြစ်လာချင်တာတွေ ဖြစ်ကိုလာမယ်လို့ ရိုးရိုးလေး ယုံကြည်နေတယ်။ ဒါက ဥပဒေသရဲ့ လုပတဲ့ကြီးကျယ်ခမ်းနားမှုပါပဲ။ **"ကျွန်တော်တို့ စဉ်းစားနေသမျှတွေက ဖြစ်လာမယ်"** တဲ့။ ဒါကြောင့် လက်ရှိမှာ အကျိုးရှိရှိထိန်းချုပ်သွားရင်းနဲ့ ကျွန်တော်တို့ရဲ့သိစိတ်တွေကို လေ့ကျင့်သွားမယ်ဆိုရင် အနာဂတ်က သူ့ဟာသူ ဂရုစိုက်သွားပြီး၊ ကျွန်တော်တို့ထက်သန်စွာ အား ထုတ်နေတဲ့ ထုတ်လုပ်မှုရလဒ်တွေ ရလာပါလိမ့်မယ်။

လက်ရှိလောလောဆယ် အခိုက်အတန့်ကသာ တကယ့်အချိန်

ကောင်းပဲဆိုတာ အမြဲသတိရနေရမယ်။ လက်ရှိမှာ အောင်မြင်ဖို့ အရေးကိုပဲ အာရုံစိုက်နေရတဲ့အခါ ကြောက်ရွံ့နေဖို့မဖြစ်နိုင်တော့ပါဘူး။ ဒါက လုပ်ရပ်ထဲ အကောင်းမြင်မျှော်လင့်ချက်ရဲ့စွမ်းအားပါပဲ။ အကောင်းမြင်ဝါဒက စိတ်ဦးနှောက်ရဲ့သဘောထားပဲဖြစ်တာ ရှင်းနေတယ်။

စဉ်းစားတဲ့အခါ အကောင်းမြင်ရင်ခုန်ခြင်းကို လေ့ကျင့်သွားမယ်ဆိုရင် ပြုမှုတဲ့အခါ အကောင်းမြင်စွာ စိတ်အားထက်သန်လာမှာပဲပေါ့။ အဆိုးမြင်လေ့ကျင့်သွားမယ်၊ အဖျက်သဘောစဉ်းစားနေမယ်ဆိုရင် ပြုမှုတဲ့အခါမှာလည်း အဆိုးမြင်စွာ ထုတ်လုပ်မှု ဘယ်ကျတော့မှာလဲ။ ဘယ်ဘက်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ကျွန်တော်တို့ပတ်ဝန်းကျင်ကတော့ အမျိုးတူ အားဖြင့် တုံ့ပြန်ပေးမှာပဲ။ အခြားသူတွေရဲ့လိုအပ်ချက်တွေကို ကျွန်တော်တို့ ဘယ်လောက်ကောင်းကောင်းဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်သလဲဆိုတဲ့ တိုက်ရိုက်အချိုးအစားနဲ့အညီ အကောင်းမြင်၊ အဆိုးမြင်တုံ့ပြန်ချက်တွေ ကျွန်တော်တို့ လက်ခံရနေတာပါပဲ။

ဒီဥပဒေသက ဖော်ပြနေတာက ကျွန်တော်တို့အတွေးတွေ၊ ခံစားချက်တွေက ကျွန်တော်တို့ရဲ့ အနာဂတ်ကို ဆုံးဖြတ်သတ်မှတ်နေတာမို့၊ ကျွန်တော်တို့အတွေးတွေ ခံစားချက်တွေအားလုံးကို ကျွန်တော်တို့ ထိန်းချုပ်နိုင်တယ်ဆိုတာပါပဲ။ ဒါတွေအားလုံး ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရေး တန်ခိုးစွမ်းအားအတွင်းမှာပဲရှိကြတယ်။ ကျွန်တော်တို့အပြည့်အဝ ထိန်းချုပ်နိုင်တဲ့ဘဝထဲက ကိစ္စတွေပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ ဒါလောက်နဲ့ပဲ လုံလောက်နေပါပြီ။ ကျွန်တော်တို့ထိန်းချုပ်ဖို့ လိုသမျှဟာလည်း ဒါလောက်ပါပဲ။ ပစ္စုပ္ပန်မှာ ကျွန်တော်တို့စဉ်းစားသမျှတွေကို စည်းကမ်းချနိုင်တယ်။ ဒီနေရာမှာပဲ ကျွန်တော်တို့တစ်ဦးချင်းရဲ့ လွတ်မြောက်ခြင်းက လဲလျောင်းနေတာပါ။

ဒါကို သာမန်လောက်ပဲ အရေးပါတဲ့တွေ့ရှိမှုလို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို

လှည့်စားမယုံကြည်လိုက်ပါနဲ့။ ကျွန်တော်တို့ဘဝတွေမှာ လက်ရှိစဉ်းစားခြင်းကို ကန့်သတ်နေတဲ့အချက်ဖြစ်တာကြောင့် လေးလေးနက်နက် ပြင်းပြင်းထန်ထန် အရေးပါနေရတာပါပဲ။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့စိတ်ကူးဉာဏ်သုံးတာတွေကို လိုက်ကန့်သတ်နေတာကြောင့် ဒါကိုပြည့်ဝစွာ နားလည်သဘောပေါက်ခြင်းက လူသားရဲ့အကြီးမားဆုံး တွေ့ရှိခြင်းပေါ့။

ကျွန်တော်တို့ရဲ့ လက်ရှိသိစိတ်အတွေးတွေအပေါ် လေးလေးနက်နက်တန်ဖိုးထားပါမှ၊ ယင်းတို့က ကျွန်တော်တို့ရဲ့လုပ်ရပ်တွေကို ဆုံးဖြတ်ပေးနေပြီး၊ အခြားသူတွေရဲ့တုံ့ပြန်ချက်ကိုလည်း တပြန်တလှည့် ဆုံးဖြတ်ပေးနေမှာပါ။ ဒီအချက်ကနေ ကျွန်တော်တို့ရဲ့အနာဂတ်ကလည်း သူ့ဟာသူဂရစိုက်သွားမှာပဲဖြစ်တယ်။

ကျွန်တော်တို့ရဲ့အတွေးတွေ၊ လှုပ်ရှားမှုတွေကို ထိန်းချုပ်နိုင်တာနဲ့ ရလဒ်တွေကိုပါ ဆုံးဖြတ်သတ်မှတ်ပြီးသားဖြစ်သွားတယ်။ ဒါဟာ ကျိုးကြောင်းဆက် ဥပဒေသပါပဲ။ ကောင်းကောင်းဆိုးဆိုး ထူးမခြားနားပဲဖြစ်ဖြစ် ဒီရလဒ်တွေက ကျွန်တော်တို့ရဲ့ လက်ရှိအပြုအမူရဲ့ တိုက်ရိုက်အကျိုးဆက်တစ်ခုပါပဲ။ လူ့အပြုအမူ၊ မောင်းတင်ချက်ရဲ့ဥပဒေသတွေက လူတိုင်းအတွက် အညီအမျှသုံးလို့ရတယ်။ ကျွန်တော်တို့ဟာ ဒီယနေ့ ကျွန်တော်တို့နဲ့ ထိုက်တန်တဲ့နေရာကို အတိအကျရောက်နေတယ်။ မနက်ဖြန်မှာ တခြားတစ်နေရာရောက်ချင်တယ်လို့ မဆုံးဖြတ်မချင်း၊ အလားတူနေရာမှာပဲ ရှိနေဦးမှာပဲ။ ဘဝထဲ ကျွန်တော်တို့ ဘယ်နေရာမှာရှိတယ်ဆိုတာထက် ဘယ်ကို သွားမလဲဆိုတာက ပိုအရေးပါပါတယ်။

အောင်မြင်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေက သူတို့ရဲ့ကိုယ်ပိုင်ပန်းတိုင်တွေကို တိန်းချုပ်နိုင်တယ်လို့ ယုံကြည်ပြီး အောင်မြင်ဖို့ ဖြစ်နိုင်ခြေတွေကိုလည်း စိတ်ထဲက အသိအမှတ်ပြုကြတယ်။

ဒီစာအုပ်က သင့်ကို ပုဂ္ဂိုလ်ရေးတိုးတက်မှုအပေါ် ပိုနည်းစနစ်ကျ ကျ ချဉ်းကပ်ဖို့လိုတာတွေကို ယုံကြည်လာစေပြီး၊ မောင်းတင်ရေးယူဆ ချက်တွေကိုလည်း ပိုသိရှိလာအောင် ဒီဇိုင်းဆင်ထားပါတယ်။ သင့်ရဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးတန်ခိုးစွမ်းအားတွေ ဘယ်လိုလေ့ကျင့်ရမလဲဆိုတာပြလိမ့် မယ်။ တစ်နည်းအားဖြင့် သင့်အတွင်းလိုအပ်ချက်တွေ ဖြည့်ဆည်းဖို့ သင့်ဘဝထဲက ဖြစ်ရပ်တွေနဲ့အခြားလူတွေအပေါ် သင့်ရဲ့သြဇာလွှမ်းမိုး နိုင်စွမ်းကို ဘယ်လိုသုံးရမယ်ဆိုတာ ဒီစာအုပ်က ပြသပါလိမ့်မယ်။

အထူးသဖြင့် ပြသမှာတွေကတော့ ...

- သင့်အတွေးတွေ၊ စိတ်လှုပ်ရှားချက်တွေ ထိန်းချုပ်နည်း။
- ပိုထိရောက်တဲ့လူဖြစ်လာရေး သင့်အပြုအမူတွေ ပိုခေတ်မီအောင် မွမ်းမံနည်း။
- အကောင်းမြင်စိတ် သဘောထားတစ်ရပ်နဲ့ ဖြစ်နိုင်ခြေများ စဉ်းစားနည်းရယူပုံ။
- လုပ်ဆောင်ချက်တိုးတက်ရေးနဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တန်ဖိုးထားမှု တည်ဆောက်နည်း။
- သင့်ရဲ့မသိစိတ်ကို ဖန်တီးမှုရှိရှိ၊ ရည်ရွယ်ချက်ရှိရှိ သုံးနည်း။
- သင့်ကိုယ်ပိုင် အနာဂတ်ကို စိတ်ဖိစီးမှုကင်းလွတ်အောင် ဖန်တီး မှန်းဆနည်း။
- တစ်ဦးချင်း ရင်ဆိုင်တွေ့တဲ့အခါ လူမှုဆက်ဆံရေးတွေ အောင် မြင်အောင် လေ့ကျင့်နည်း။
- သင့်ကိုယ်သင် 'လုပ်ငန်းစဉ်' အာနိသင်များ ဖန်တီးထားနည်း။
- သိစိတ်အားထုတ်မှုနဲ့ ကိုယ့်ဟာကိုယ် မောင်းတင်ရေးရ ယူနည်း။
- သီးသန့်ဥပမာတွေ ချထားရင်း၊ အခြားလူများကြား အပြန်

အလှန် မောင်းတင်ရေးဖြစ်အောင် လုပ်နည်း။

- ○ အခြားသူတွေအတွက် မဖြစ်နိုင်ဘူးထင်ရတဲ့ ပန်းတိုင်တွေရောက်ဖို့ ပုံသေနည်း။
- ○ အခြားသူတွေနဲ့ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရေးမှာ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးစွမ်းအားနဲ့ ဓနရယူနည်း။
- ○ ဘဝထဲသင်လိုချင်တာရဖို့ ထိရောက်တဲ့ ကိရိယာတွေအဖြစ် ပုဂ္ဂိုလ်ရေးစွမ်းအားနဲ့ မောင်းတင်ရေးကို သုံးနည်း။

တို့ဖြစ်ကြတယ်။

ကိုယ့်ဟာကိုယ် ရှာဖွေတွေ့ရှိရေး ဒိုင်းနမစ်ပညာကို လေ့ကျင့်ပြီး သင့်ရဲ့ပုန်းကွယ်နေတဲ့ အစွမ်းအစတွေဖွင့်လိုက်ပါ။ လက်ရှိကို ထိန်းချုပ်ရင်း သိစိတ်ကိုဖြတ်သန်းလျက် အနာဂတ်ကိုအရယူပါ။ ဒီလုပ်ငန်းစဉ်ထဲ သင့်ဘဝကို ပုဂ္ဂိုလ်ရေးအောင်မြင်မှုအမယ်တွေနဲ့ ကြွယ်ဝနေပါစေ။

ပုဂ္ဂိုလ်ရေးတန်ခိုးစွမ်းအားက သဘာဝကျပြီး ဥပဒေကြောင်း ဝင်ပါတယ်။ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးနဲ့ အဖွဲ့အစည်းရေးခွင်ထဲမှာ ထိပ်တန်းကျကျလုပ်ဆောင်ရေးအတွက် မရှိမဖြစ်တဲ့အရာပဲ။ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးစွမ်းအားဟာ ကိုယ်လက်လှမ်းလို့မမီတဲ့ တခြားတစ်နေရာမှာရှိတယ်လို့ လူများစွာက ထင်ကြတယ်။ တကယ်တော့ သင့်ပတ်လည်အနားမှာရှိတာပါ။ သင့်ရဲ့ နေ့စဉ်လုပ်ရပ်တွေထဲမှာပေါ့။

ရည်ရွယ်ချက်တစ်ခုလုံးက အောင်မြင်စွာ နေထိုင်ဖို့ပါ။ စိုးရိမ်ကြောက်ရွံ့ခြင်းကင်းကင်း၊ အဓျတ္တငြိမ်းချမ်းရေးနဲ့ ပျော်ရွှင်မှုတွေ ပြည့်နေတဲ့ ဒိုင်းနမစ်ဘဝပါဝင်တယ်။ သင်တိုးမြှင့်နိုင်တဲ့ အရေးပါဆုံး ကျွမ်းကျင်မှုက ဘဝနဲ့ပတ်သက်တဲ့ သင့်သဘောထားပဲ။ သင့်ကိုယ်သင် ထင်မြင်ချက်တွေ ပြောင်းလဲရာကနေ ကမ္ဘာကြီးတစ်ခုလုံးပေါ် အမြင်ပါ ပြောင်းလဲလာရတာပါ။

ငွေရောင်အနားကွပ်

အဆိုးမြင်ဝါဒီရဲ့ အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ချက်။ မှန်နေတဲ့ ၉၀% ကို မေ့ထားပြီး၊ မှားနေတဲ့ ၁၀%ကိုသာ အာရုံစိုက်ရင်း၊ ဘဝရဲ့ အဆိုးဆုံးကိုပဲ မျှော်လင့်ထားသူဖြစ်တယ်။ **အကောင်းမြင်ဝါဒီရဲ့ အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ချက်။** ဆန့်ကျင်ဘက်တွေနဲ့တကွ၊ ရနိုင်တဲ့အခွင့်အလမ်းတွေပါ နားလည်တဲ့၊ အဆိုးထဲက ကောင်းကွက်ကို ရှာကြည့်တတ်တဲ့၊ ဘဝရဲ့ အကောင်းဆုံးတွေပဲ မျှော်လင့်ထားသူမျိုးဖြစ်ပါတယ်။

ဒါက ဘဝအပေါ် သင်ကြည့်မြင်ပုံပဲ။ အကောင်းမြင်ဝါဒီတွေက သူတို့စိတ်သဘောထားတွေကို သူတို့အကျိုးငှာ စည်းချုပ်နည်းတွေ လေ့လာထားသူတွေပါပဲ။ ဒါက လိုအပ်တဲ့ စိတ်ကျမ်းကျင်မှုပါ။

အခန်း [၁]

သင့်ကိုယ်သင် ဘယ်လို မောင်းတင်မလဲ

"ဒီစာအုပ်မှာ အဆုံးမရှိ၊ ယင်းကို အစအနနဲ့သာ သုံးနိုင်တယ်။ ဒီစာအုပ်ထဲက သဘောတရားတွေက၊ တိုးတက်ရေးတွေးခေါ်ရှင်တွေ၊ အိပ်မက်သမားတွေနဲ့ လက်တွေ့ လုပ်ရေးသမားတွေအတွက် ရည်ညွှန်းတယ်။ အနာဂတ်က အစစ်အမှန် သူတို့လက်ထဲမှာပါ။ သင်တတ်နိုင် တယ်ထင်ရင်၊ တတ်နိုင်မှာပါ။ မတတ်နိုင်ဘူးထင်ရင်တော့၊ တတ်နိုင်မှာ မဟုတ်။"

မောင်းတင်ခြင်းရဲ့ လျှို့ဝှက်ဆန်းကြယ်မှု

မောင်းတင်ခြင်းက် လူ့အစွမ်းအစ ပြည့်ဝရေးမှာ အခရာအနေနဲ့ အသိအမှတ်ပြုထားကြတာကြာလှပြီ။ ၎င်းက လူမှုရေးနဲ့ နည်းပညာပြောင်းလဲနေသလို၊ လိုအပ်တဲ့ရလဒ်အဖြစ် စိတ်ဖိစီးမှုတွေပါ ပေါ်လာနေတဲ့ လက်ရှိ မျက်မှောက်ခေတ်ကာလကြီးမှာလောက် ယခင်တစ်ခါဖူးမှ အရေးသိပ်ကြီးခဲ့တာမဟုတ်ဘူး။

အကောင်းမြင်နှိုးဆွချက်နဲ့ မောင်းတင်ပေးရေးလို စိတ်ကူးဆန်းကြယ်တဲ့ ကာသာရပ်မျိုးက နည်းနည်းပဲရှိမယ်။ ဘာ့ကြောင့်ဆို ခြားနား

တဲ့ လူတွေအတွေက် မြောက်မြားစွာသော ခြားနားတဲ့အလုပ်တွေကို အဓိပ္ပာယ်ပေါက်စေတဲ့အတွက်ကြောင့်ပဲ ဖြစ်တယ်။ လူများစွာ ဒါကို အရယူချင်တယ်။ ဘယ်လိုအရယူရမှန်းမသိကြဘူး။ ဘယ်လိုပဲဖြစ်ဖြစ် အဆိုးမြင် မောင်းတင်ချက်နဲ့ နှိုင်းယှဉ်ရင်၊ အကောင်းမြင်မောင်းတင်ချက်ကမှ ထုတ်လုပ်မှုရလဒ်တွေကို ယူလာပေးသေးတယ်။ အကောင်းမြင်မောင်းတင်ချက်က၊ ဆန္ဒအပေါ် အာရုံစိုက်ထားတယ်။ အဆိုးမြင်မောင်းတင်ချက်က ကြောက်ရွံ့ခြင်းအပေါ် အာရုံစိုက်ထားတယ်။

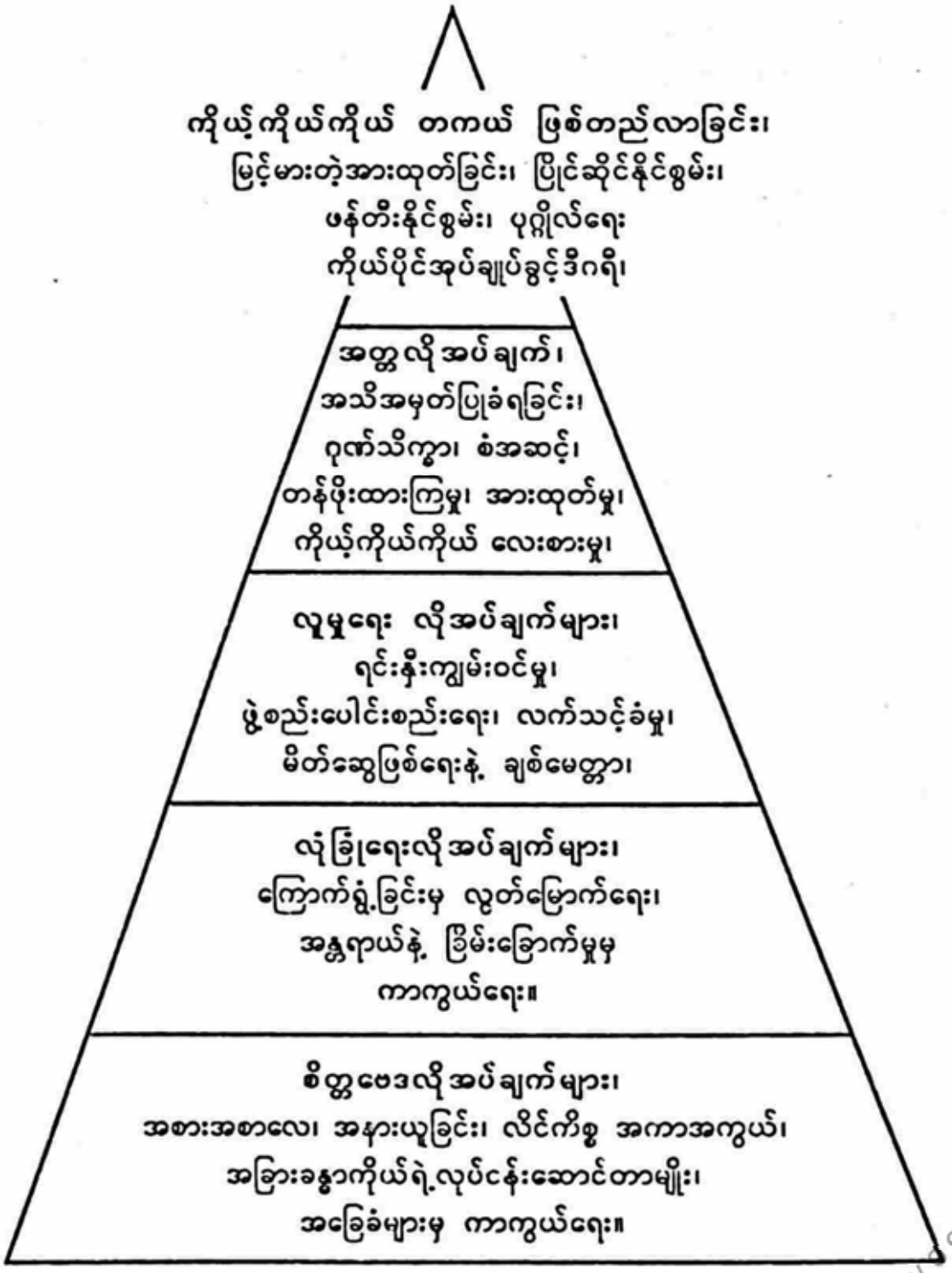
ဂန္ဓဝင်စာအုပ် 'မောင်းတင်ခြင်းနဲ့ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး' ထဲမှာ စာရေးသူ 'အေအိပ်ချ်၊ မက်စလိုး' က ပုံသေနည်းထုတ်ရာမှာ လူသားရဲ့ လိုအပ်ချက်တွေကို အခြေခံအမျိုးအစား ငါးမျိုးအားဖြင့် ခွဲနိုင်တယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ သတ္တဝါဆိုင်ရာသက်သာမှု၊ လုံခြုံစိတ်ချရမှု၊ လူမှုရေး ထူးခြားမှု၊ အတ္တဆိုင်ရာ ကျေးဇူးတင်တတ်မှု၊ ကိုယ့်ဟာကိုယ် တကယ်ဖြစ်မှု တို့ပါပဲ။ ဒီလိုအပ်ချက်တွေ ပြည့်ဝစေတာက မောင်းတင်ချက်မဟုတ်ဘဲကြောင်း 'မတ်စလိုး' က ရှင်းပြတယ်။ နောက်ထပ်ပိုမြင့်မားတဲ့ ကျေနပ်မှုရဖို့ လူ့အတွင်းက အဒ္ဓတ္တမောင်းနှင်ချက်နဲ့ ဆန္ဒကသာ မောင်းတင်ချက်ဖြစ်သတဲ့။

'မဟ်စလိုး'ရဲ့ ဇယား (သရုပ်ဖော်ပုံ ၁) မှာ အောက်ခြေအကျဆုံး လိုအပ်ချက် ၂ ချက် 'စိတ္တဗေဒလိုအပ်ချက်' နဲ့ 'လုံခြုံရေးလိုအပ်ချက်' တို့ နားလည်ဖို့လွယ်ပါတယ်။ အထက်ပိုင်းကျတဲ့ လိုအပ်ချက်တွေက အတ္တဆိုင်ရာလိုအပ်ချက်တွေဖြစ်လို့ ပိုရှုပ်ထွေးပြီး သတ်မှတ်ဖို့ခက်လှတယ်။ တိုးတက်လာတဲ့ အစီအစဉ်ထဲမှာ အသိအမှတ်ပြုခံရခြင်း၊ စံအဆင့်၊ မြင့်မားတဲ့အားထုတ်မှုရရေးအခွင့်အလမ်း ပြိုင်ဆိုင်မှု၊ ဖန်တီးမှု၊ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးကိုယ်ပိုင်အုပ်ချုပ်ခွင့် ဒီဂရီ တို့ ပါဝင်နေတယ်။

ဒီစာအုပ်မှာ အောက်ခြေအကျဆုံးလိုအပ်ချက်နှစ်မျိုးကိုတော့

မောင်းတင်ချက်ရဲ့အဓိပ္ပာယ်အရ မလိုအပ်လို့ အသေးစိတ်ဖော်ပြမနေတော့ဘူး။ အစားအစာ၊ အကာအကွယ်၊ လုံခြုံရေး၊ ကျန်းမာရေးတွေ လူများစွာ ရနိုင်တာတွေပဲ။ အပေါ်က လိုအပ်ချက် ၃ ခုသာ အာရုံစိုက်သွားရမယ်။ ဒီကိုယ့်ဟာကိုယ် အရှိန်အဟုန်တင်ရေး ခံစားချက်တွေက လူ့တန်ဖိုးတွေ၊ နှိုးဆွချက်တွေ၊ ကိုယ့်ဟာကိုယ် ထိုက်တန်မှုအဓိပ္ပာယ်တွေ၊ အစုစုပေါင်းထားတဲ့ 'လူပီသခြင်း' ပါပဲ။ 'လူပီသခြင်း' ထဲမှာ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးပိုင်ဆိုင်မှု ပါလာပြီး အတွဲလိုက်လာပါတယ်။

သရုပ်ဖော်ပုံ (၁)
သင့်ကို သာလွန်အောင် ဘယ်ဟာတွေက မောင်းနှင်နေသလဲ



အခြားသူတွေ မောင်းတင်ရေးလိုပဲ၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မောင်းတင်သွားနည်းကို မောင်းတင်ချက်အဓိပ္ပာယ်ထဲ အရင်ထည့်ရမှာပါ။ ဘယ်လိုပဲဖြစ်ဖြစ် ဒါတွေအားလုံးအောင်မြင်အောင်လုပ်နိုင်ဖို့က ဗဟုသုတ၊ ယုံကြည်ချက်၊ ပိုင်းဖြတ်ချက်၊ ကံကြမ္မာကို စိတ်ချခြင်းဆိုတဲ့ အင်အားတွေ တိုးပွားဖို့လိုပါတယ်။ ပျမ်းမျှခြင်းတစ်ကမ္ဘာလုံးလူဦးရေရဲ့ ၅% သာ အောင်မြင်နိုင်နေတဲ့လူတွေဖြစ်နေတယ်။ ဒီလူတွေဟာ ကိုယ့်ဟာကိုယ် မောင်းတင်နိုင်တဲ့ မြင့်မြင့်မားမားအားထုတ်နိုင်သူတွေပါပဲ။ အခြားသောအောင်မြင်နိုင်ဖွယ်ရာ ရှိပေမယ့် မောင်းတင်ချက်ကင်းရှိသူ ၉၅% သောလူထုကို ဦးဆောင်နေသူတွေပါပဲ။

တစ်ဦးချင်းတွေက အခြားသူတွေကို မောင်းတင်ပေးနိုင်မယ်လို့ မမျှော်လင့်နိုင်မီ၊ မိမိကိုယ်ကိုမောင်းတင်တတ်ရေးကို ပထမလေ့လာရဦးမှာပါ။ အပြန်အလှန်မောင်းတင်ခြင်းက လူ့ဆက်ဆံရေး၊ နားလည်မှုရှိရေး၊ သာဓကချထားရေးတို့ရဲ့ ကောင်းတဲ့ကိစ္စရပ်များပဲဖြစ်ပါတယ်။ အဖွဲ့အစည်းရေးရာသာမက၊ အိမ်တွင်းအဝဝတွေမှာပါ သီးသန့်အရေးပါနေတယ်။ အခြားသူတွေကိုလည်း နားလည်မှုရှိရှိ ကူညီရင်း ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အတ္တလိုအပ်ချက်ကို ဖြည့်ဆည်းပြီးသားဖြစ်သွားရင်တော့၊ တစ်ချိန်တည်း ပြည့်ဝသွားစေတဲ့လုပ်ငန်းစဉ်ပါပဲ။ အခြားသူကို မောင်းတင်ပေးရင်းနဲ့ ကိုယ်လည်း တပြန်တလှည့်ကျေနပ်မှုရနိုင်တာကိုး။ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးတန်ခိုးစွမ်းအားကို အကျိုးရှိရှိလေ့ကျင့်ရင်း အခြားသူတွေကို သြဇာလွှမ်းနိုင်စွမ်းရှိခြင်းက တစ်ဦးချင်းကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တန်ဖိုးထားရေးကို စုပေါင်းလုပ်ဖြစ်သွားပါတယ်။ မောင်းတင်ရေးစာအုပ်မှာ မောင်းတင်ရေးနဲ့ နားလည်ထားရမယ့် ပါဝင်ချက်ပါ ရောထွေးထားတယ်။ အဲဒီပါဝင်ချက်က အရာတစ်ခုခုကို ဘာ့ကြောင့် ဘယ်လိုလုပ်ရမှန်း 'နားလည်ထား' ပါ။ သင့်ဘဝမှာ အောင်အောင်မြင်မြင် အသုံးချနိုင်မယ့်အချက်ပါပဲ။

ဒါက သင့်စဉ်းစားပုံအမူအရာနဲ့ ဆိုင်တဲ့စည်းမျဉ်းပါပဲ။

သင့်ရဲ့ နေ့စဉ်ဘဝစည်းမျဉ်းတွေထဲမှာ မသိစိတ်အရ အလေ့အကျင့်အားနဲ့ လုပ်မိတာတွေရှိမယ်။ ဘယ်လိုပဲဖြစ်ဖြစ် သိစိတ်နဲ့လုပ်တာ ပိုထိရောက်တဲ့အတွက် နေ့စဉ်ဘဝအပြည့်ဝဆုံးရအောင် ပိုထိရောက်တာကို သုံးရမှာပဲ။

လောကမှာ ပြောင်းလဲခြင်းကသာ တည်တံ့နေတဲ့အတွက် လူတွေဟာ ဒီပြောင်းလဲခြင်းကိုပဲ၊ ကြိုတင်ခန့်မှန်းမရနိုင်တဲ့အနာဂတ်ထဲမှာ အောင်အောင်မြင်မြင် မှိုင်မှိုင်ပြုနိုင်မယ့် နည်းတွေ လေ့လာကြရတယ်။

"ဒဗလျူကလီးမင့်စတုန်း'က သူ့ဘဝစောစောပိုင်းမှာကတည်းက သူ့ပန်းတိုင်ကို ဆုံးဖြတ်ပြီးနေပြီ။ သူက ကမ္ဘာကြီးကို ပြောင်းလဲပစ်ချင်တယ်။ အနာဂတ်မျိုးဆက်တွေအတွက် ကမ္ဘာကို ပိုကောင်းအောင် လုပ်ချင်တယ်။ သူ့အချိန်နဲ့ အားထုတ်မှုတွေ စိုက်ထုတ်ပြီး၊ လူတွေကို မူလတန်းကျောင်း၊ အထက်တန်းကျောင်းနဲ့ တက္ကသိုလ်အထိ သင်ကြားပေးရာမှာ သင့်ကိုယ်သင် ဘယ်လိုမောင်းတင်ရမယ်၊ တခြားလူတွေအတွက် မဖြစ်နိုင်ဘူး ထင်ရတဲ့ ပန်းတိုင်တွေ ဘယ်လိုရယူရမယ်ဆိုတာ ပါဝင်ပါတယ်။

ဒီစာအုပ်ရဲ့ချဉ်းကပ်ချက်တွေက မောင်းတင်ရေးဘာသာရပ်နဲ့ အောင်မြင်တဲ့ လူ့ဆက်ဆံရေးမှာ ထူးခြားသီးခြားကျတဲ့နည်းလမ်းတစ်ခုနဲ့ ရယူအားထုတ်ရေးလည်းပါတယ်။ လူအများစုရဲ့လုပ်ငန်းဆောင်တာတွေမှာ ဘဝရဲ့အဓိကလွင်ပြင် ၈ရိယာသုံးမျိုးပါဝင်နေတယ်။

၁။ သူတို့ရဲ့ နေအိမ်ပတ်ဝန်းကျင်၊

၂။ သူတို့ရဲ့လူမှုရေးပတ်ဝန်းကျင်နဲ့

၃။ သူတို့ရဲ့ လုပ်ငန်းခွင်ပတ်ဝန်းကျင်တို့ပါပဲ။

အဲဒီမှာ၊ ညီတူမျှတူ ကြီးကျယ်ခမ်းနားတဲ့ စတုတ္ထမြောက်လွင်ပြင်

တစ်ခုရှိတယ်။ ကျန်တဲ့သုံးခုအပေါ်မှာ ထင်ရှားစွာ အကျိုးသက်ရောက်နေတဲ့ 'သင့်ရဲ့အဒ္ဓတ္တအတွင်းအတ္တ'ပဲဖြစ်ပါတယ်။ သင့်စိတ်ဦးနှောက်ထဲမှာ သင့်ကိုယ်သင် ပြန်မြင်နေရပုံ၊ ပုံကားချပ်တွေ ထောင်နဲ့သောင်းနဲ့ ချိုရှိရာမှာ ဒီပုံကားချပ်တွေအားလုံးက သင့်ရဲ့'ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ပုံရိပ်'ကို အတူတကွ ကိုယ်စားပြုနေကြတယ်။ ဒီပုံရိပ်ကပဲ ကမ္ဘာကြီးအလယ် သင့်ကို ထူးခြားထိုးထွက်လာစေပြီး အဆုံးမှာ သင့်ရဲ့အောင်မြင်မှုနှိုင်းရ အဆင့်ကို ဆုံးဖြတ်ပေးတယ်။

လူတစ်ဦးချင်းစီကို လူ့အတ္တလိုအပ်ချက်တွေရဲ့လှေကား တစ်လျှောက် အပေါ်ဆုံး **'ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တကယ်ဖြစ်တည်မှု'** အဆင့် ထိရောက်နိုင်ရေးအတွက် သူတို့စဉ်းစားပုံနဲ့ ပြုမူပုံတွေ သူတို့ဟာ သူတို့ပြောင်းနိုင်ပုံတွေကို ကျွန်တော်တို့ စဆွေးနွေးသွားမှာပါ။ ဒီတစ်ဦးချင်းတွေက ဒီကျွမ်းကျင်မှုသဘောထားတွေ၊ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးလမ်းကြောင်းတွေ၊ သူတို့နဲ့ အနီးစပ်ဆုံးမောင်းတင်ချက်တွေ တစ်ကြိမ်ရလိုက်တာနဲ့ ပိုကြီးမားပိုကောင်းတဲ့ အရာတွေဆီ သူတို့ဆက်သွားနိုင်တော့တယ်။

နောက်မျက်နှာစာကတော့၊ ကြယ်တာရာတွေဆီ အဆက်မပြတ်တဲ့ ခရီးတစ်ခုနှင့်ရတာပဲဖြစ်တယ်။ ဒါက သင်အသစ်ရထားတဲ့ဖြစ်နိုင်ခြေတွေ စဉ်းစားတတ်ခြင်းဆိုတဲ့ စိတ်ကူးဆန်းကြယ်မှုတွေ ပြည့်ဝစေဖို့၊ သင့်ရဲ့မသိစိတ်ရဲ့ အံ့ချီးဖွယ်ရာတန်ခိုးစွမ်းအားတွေ သုံးခြင်းပါဝင်နေတယ်။

လူများစု မသိကြ နားမလည်ကြသေးတာက၊ ဒီအတွင်းကျကျ စိတ်တန်ခိုးပါပါတွေက ကျွန်တော်တို့တစ်ဦးချင်းစီမှာ ရှိပြီးဖြစ်နေတာပါပဲ။ "အရန်သင့်နိုးကြားဖို့' တစ်ဦးချင်းလိုက်၊ အဖွဲ့အစည်းအလိုက်အကျိုးတရားတွေအတွက် သူတို့ဟာ သူတို့ထုတ်နုတ်လေ့ကျင့်ဖို့ အဆင်သင့်ပါပဲ။

ဒီမှာမေးစရာတွေရှိလာပါတယ်။ လူသားနဲ့သူ့စိတ်တို့ဟာ ပြင်ပ အချက်တွေနဲ့ရောစပ်လိမ်ယှက်နေတာ ကျွန်တော်တို့ အပြည့်အဝ နားမလည်နိုင်တဲ့အထိပါပဲ။ အာကာသ သူစိမ်းဆန်ဆန် အခွင့်အရေး၊ အတွင်းကျကျကိုယ့်ကိုယ်ကို ထိုက်တန်နေမှု၊ အုံ့ချီးဖွယ်ရာစိတ်စွမ်းအား တွေအားလုံး လူသားမျိုးနွယ်ဆီ ကောင်းကင်ဘုံတန်ခိုး (သို့) နာမ်အင်အားစု တချို့ကယုံကြည်အပ်နှံထားပြီး ဖြစ်နေတယ်။

မွေးကတည်းက ကျွန်တော်တို့အားလုံးကို အကြီးမားဆုံးလက်ဆောင်မွန်ပေးပြီးပြီ။ ဘဝနဲ့ကျွန်တော်တို့ရဲ့ စစ်မှန်တဲ့အတ္တကို အတိုင်းအတာအရ တူးဖော်ရှာဖွေပိုင်ခွင့်တွေပါပဲ။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့မသိစိတ်ထဲမှာ၊ ဒီတစ်စုံတစ်ရာသောကောင်းကင်ဘုံဥာဏ်ပညာက ရှိထားပြီးဖြစ်တယ်။ တစ်စုံတစ်ရာက စတင် ကျွန်တော်တို့နှလုံးကို ခုန်လာစေပြီး၊ အဆုတ်တွေကိုလည်း အသက်ရှူစေလိုက်ပါတယ်။ ဘယ်လိုလုပ်ဆောင်တယ်၊ တိုးတက်ကြီးထွားလာတယ်။ ဒဏ်ရာတွေကုသတယ်၊ ရောဂါတွေ ကာကွယ်တာတွေ ကျွန်တော်တို့ခန္ဓာကိုယ်က သိနေတယ်။

ကျွန်တော်တို့က စိတ်နဲ့ဦးနှောက်ကို ဖွင့်လျက် မွေးလာကြတာပါ။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ပတ်ဝန်းကျင်က အချိန်နဲ့အမျှ သတင်းအချက်တွေ ဘာသာပြန်ဆို ပြင်ဆင်ပေးနေပြီး ကျွန်တော်တို့ရဲ့ကိုယ်ပိုင်အယူအဆတွေ၊ ယုံကြည်မှုတွေနဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ရေး နှိုးဆွမှုတွေ ပုံဖွဲ့ဖို့သုံးပါတယ်။ စာအုပ်တချို့က အကောင်းမြင်စဉ်းစားမှု အကြံပေးချက်တွေနဲ့၊ ဘဝရဲ့စိန်ခေါ်ချက်တွေ ပြဿနာတွေ များစွာအကောင်းဆုံးရင်ဆိုင်နိုင်ဖို့၊ သူတို့မတတ်နိုင်တာတွေ 'ဖြတ်ကျော်သွားလို့' ဘုရားသခင်လက်ထဲကိုပဲ ယုံကြည်ရိုးရိုးလေးနဲ့ ဝကွက်အပ်နှံလိုက်ကြတယ်။ ဘဝရဲ့လျှို့ဝှက်ဆန်းကြယ်မှုတွေက လူ့အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ချက်ထက် ကျော်လွန်တာရှိချင်ရှိမယ်။ ဘဝရဲ့ ပြဿနာတွေ အများစုမှာတော့ ဒီလိုမဟုတ်ပါဘူး။

စာရေးဆရာမ 'အန်းရင်:' (Ann Rand)က သူမရဲ့နာမည်ကျော် စာအုပ်ဖြစ်တဲ့ 'The Fountainhead'မှာ **'ကျွန်ုပ်တို့က လက်နက်မဲ့ အဖြစ် မွေးလာကြသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ စိတ်ဦးနှောက်ကသာ ကျွန်ုပ်တို့၏ လက်နက်ဖြစ်တော့သည်'**။ လို့ ရေးခဲ့တယ်။ ကျွန်တော်တို့မှာ အစွမ်းအစတွေ အကန့်အသတ်မရှိပါ။ သော့ရိုက်ဖွင့်နိုင်မယ့်၊ တန်ခိုးစွမ်းအား ရှာတွေ့ဖို့သာ လိုပါတယ်။

'ဘင်ဂျမင်ဖရန့်ကလင်' က သူ့ကြွေးကြော်ချက်ကို ဒဿနနဲ့ ခုလို မြှင့်တင်ခဲ့ပါတယ်။ **"စာရေးစက္ကူကတ်တစ်ခု၊ ဖောင်တိန် တစ်ချောင်း၊ စိတ်ကူးဉာဏ်နည်းနည်းနဲ့ မဖြေရှင်းနိုင်တဲ့ ပြဿနာ ရယ်လို့ မရှိပါ"**။ တဲ့။ ကမ္ဘာပြဿနာတွေကို၊ သူ့ကိုယ်ပိုင်ရယ်လို့ မိုင်ြမ်းပြုဖို့ လိုအပ်တာ ဘယ်သူမှမရှိပါဘူး။

အနောက်ကမ္ဘာမှာ လူတွေဟာ သူတို့ဘဝတွေကို သူတို့ဘာသာ လွတ်လွတ်လပ်လပ် ဆုံးဖြတ်ကြတယ်။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ လွတ်လပ်တဲ့ စိတ်ဆန္ဒနဲ့ အားလုံးကိုလွတ်လပ်စွာ လေ့ကျင့်လုပ်နိုင်ကြပါတယ်။

"အကောင်းမြင်ထုတ်ဖော်ပြောဆိုချက်အမှုအရာ" ပေါ် အခြေခံပြီး၊ မောင်းတင်ခြင်းစည်းမျဉ်းကြီး ၁၀ချက် ရှိပါတယ်။ ဒီ ၁၀ ချက်အပြည့် အဝ ရယူနိုင်ပြီဆိုရင် မောင်းတင်ခြင်းတစ်ခုလုံး ပြည့်စုံပါပြီ။

စည်းမျဉ်းဆိုတာ အခြေခံအမှန်တရားတစ်ခုပါ။ တခြားအရာတွေ အခြေခံပြီးမှ ဥပဒေတို့ မောင်းတင်ချက်တို့ ဖြစ်လာတယ်။ လူကလုပ်တဲ့ "လူ့အဖွဲ့အစည်းရဲ့ဥပဒေ" ဟာ ကျိုးပျက်နိုင်တယ်။ ဥပမာ၊ မခိုးရဘူး ဆိုတဲ့ဥပဒေ၊ ခုထိလူတကာချိုးဖောက်နေကြတုန်းပဲ။ 'သဘာဝရဲ့ဥပဒေ' ကတော့ ဒီလိုမဟုတ်ဘူး။ သင်သိသိ မသိသိ၊ လက်ခံခံ မခံခံ သုံးလို့ ရဆဲ မချိုးမဖောက် မှန်ကန်ဆဲပါ။ ၂၁၂ ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက်မှာ ရေဆူတယ် ဆိုတာမျိုးပေါ့။

လူ့အပြုအမူ မောင်းတင်ချက်တွေကို အစိုးရပြီး အုပ်ချုပ်နေတဲ့ ဥပဒေဟာ 'သဘာဝရဲ့ဥပဒေ'ပဲ။ ကျွန်ုပ်တို့ ယုံကြည်ကြည်– မယုံကြည်ကြည်၊ လက်ခံခံ– မခံခံ၊ သိသိ–မသိသိ၊ ဒီဇိုင်းဆင်ခြင်းဖြင့် မှားယွင်းခြင်းဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့လက်ရှိ ဆောင်မြင်မှုအဆင့်ကို ကျွန်ုပ်တို့ဆီယူလာတာပါပဲ။

ဥပမာ သင်တိုက်ခေါင်မိုးပေါ်ရောက်နေခိုက်၊ အောက်ပြန်ဆင်းဖို့ပဲ ရှိသလို၊ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးစွမ်းအားနဲ့ သင်မောင်းတင်ချက်ရလာတဲ့အခါမှာ လည်း 'အထက်သို့တက်ရေး' က လွဲလို့ ဘယ်လားရာမှမရှိပါ။ နှစ်မျိုးစလုံးက 'သဘာဝရဲ့ဥပဒေ' ချည်းပါပဲ။

လက်တွေ့ရည်စူးချက်အတွက် ဒီအဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ချက်ကို အခြေခံပြီး မောင်းတင်ခြင်းကို နားလည်အောင်ကြိုးပမ်းတဲ့အနေနဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို အောက်ပါအတိုင်း သတ်မှတ်ရလိမ့်မယ်။

"မတည်ငြိမ်တဲ့ အတွင်းစိတ်အခြေအနေကနေ၊ ရိုးရှင်းတဲ့ စိတ်ဆန္ဒမြောက်မြားစွာကြောင့်၊ ပြင်ပကျေနပ်မှုစိတ်အခြေအနေတစ်ရပ်ဆီကို တိုက်ရိုက်ဆန္ဒပါဝါ ဦးတည်သွားတဲ့ရလဒ်က မောင်းတင်ခြင်းခဲ့ဖြစ်ပါတယ်"။

ဒါက ပုဂ္ဂိုလ်ရေး 'ထရပ်ပြီးသွား' အမျိုးအစားဖြစ်တယ်။ မောင်းတင်ခြင်းက ပုဂ္ဂိုလ်ရေးတန်ခိုးစွမ်းအားကိုပေးတယ်။ အခြားသူတွေနဲ့ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရေးလုပ်လိုတဲ့ ဆန္ဒနဲ့ သင့်အတွင်းလိုအပ်ချက်ကို ဖြည့်ဆည်းနိုင်တဲ့ စွမ်းအားလည်းဖြစ်တယ်။

မောင်းတင်ခြင်းက စိတ်လှုပ်ရှားမှုတစ်ရပ်ပါ။ 'လုပ်ရပ်နဲ့လှုပ်ရှားတာ'ပါ။ အကောင်းမြင်မောင်းတင်ချက်က ဆန္ဒနဲ့ နီးကပ်စွာချိတ်ဆက်နေပြီး ပြင်ပပန်းတိုင်ဆုလာဘ်နဲ့လည်း တပြန်တလှည့်ချည်နှောင်လိုက်သေးတယ်။ သင့်ကိုစိတ်ဝင်စားစေတဲ့၊ အတွင်းလိုအပ်ချက်တွေ ကျေနပ်

စေမယ့် နှိုးဆွချက်တွေ မှိုင်မှိုင်းပြုတဲ့ သိစိတ်လုပ်ရပ်ကနေ ရလဒ်ပေါ်လာ ရတာပါ။

မောင်းတင်ခြင်းရဲ့စည်းမျဉ်းကြီး ၁၀ ရပ်

အကောင်းမြင်နှိုးဆွချက် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မောင်းတင်ခြင်းရယူဖို့၊ တိုးတက်ရေးခြေလှမ်းစည်းမျဉ်းကြီး ၁၀ ရပ် အောက်ပါအတိုင်းရှိပါတယ်။

၁။ အကောင်းမြင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ထင်ပုံရိပ်။
၂။ ပြင်ပဖြစ်ရပ်တွေပေါ် အကောင်းမြင်ခံယူရှုမြင်ချက်။
၃။ အကောင်းမြင်စိတ်ပိုင်းသဘောထား။
၄။ ဖြစ်နိုင်ခြေကို စဉ်းစားခြင်း၊
၅။ အကောင်းမြင်ထုတ်ဖော်ပြောဆိုခြင်းအပြုအမူ။
၆။ ထိရောက်တဲ့ 'တစ်ဦးချင်း ရင်ဆိုင်တွေ့ချက်' ကျမ်းကျင်မှု။
၇။ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဇောက်ချခြင်း၊
၈။ အတ္တထဲ မေးစရာမလိုအောင် ယုံကြည်မှု၊
၉။ မသိစိတ်ကို ဖန်တီးမှုရှိရှိသုံးခြင်း။
၁၀။ အခြားသူများနဲ့ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရေး အောင်မြင်ရန်၊ ပြင်းပြ ရိုးသားတဲ့စိတ်ဆန္ဒ။

သင့်ရဲ့ဦးနှောက်ဂီယာတွေနဲ့ ချိတ်ဆက်လိုက်ပါတော့။ သင့်အင်ဂျင်ကို စတင်ပြီး 'မတ်စလိုး'ရဲ့ ဇယား ၅ ဆင့်အတိုင်း ချိတက်ပါလေတော့။ ယခု သင့်လမ်းကြောင်းတစ်လျှောက် အဆင့်ဆင့်သွားရမယ့်ခြေလှမ်းတွေကို သိနားလည်ပြီး၊ အတွင်းအဇ္ဈတ္တငြိမ်းချမ်းရေးသို့သွားရာ သင့်လမ်းကို ရွေးချယ်ပါ။ သင့်ယာဉ်မှာ၊ ရှေ့တက်မယ့်ဂီယာတွေ ၁၀ ခုရှိပြီး၊ နောက်ကြောင်းပြန်လှည့်ဖို့မရှိပါ။ ဘဝလမ်းမှာ သင့်ယာဉ်ကို ဘယ်တော့မှ

လမ်းအောက်သို့ ပြန်မဆင်းပါလေနဲ့။

စွမ်းအားရှိတဲ့အတွေးတွေနဲ့ ခံစားချက်တွေကို စုပေါင်းပြီး၊ သီးခြား လုပ်ရပ်များအဖြစ်သို့ ပုံဖွဲ့ခြင်းကို 'လုပ်ငန်းစဉ်+အပေါင်း' စုပေါင်းစွမ်း အင်တန်ခိုးခြင်း အာနိသင်လို့ ခေါ်ဝေါ်ကြောင်းကို 'ဂျက်မက်ကွက်' က သူ့ရဲ့ 'Synergy and the Power of Personal Praficiency' စာအုပ်ထဲမှာ တင်ပြထားတယ်။ သူတို့က အခြားသူတွေကို ကူညီပြီး သင်လိုချင်တဲ့ အနာဂတ်မျိုး သင်ဖန်တီးနိုင်အောင် ကူညီသေးတယ်။ ဒီဇိုင်းဆွဲခြင်း (သို့) အမှားအယွင်းတွေ လုပ်ခြင်းဖြင့် သင့်ရဲ့နေ့စဉ် အတွေးတွေ၊ လုပ်ရပ်တွေက ကမ္ဘာကြီးကို ဖန်တီးနေပါတယ်။

ဘဝထဲမှာ သင့်ရဲ့အောင်မြင်နိုင်စွမ်းကို (S) လို့ထားပြီး၊ ယင်းနဲ့ တိုက်ရိုက်အချိုးကျတာက သင့်ရဲ့သဘာဝမွေးရာရာ အောင်မြင်ရေး အတွက် 'အစွမ်းအစ'တွေကို (P) လို့ထားလို့၊ သင့်ရဲ့ 'ပုဂ္ဂိုလ်ရေး မောင်းတင်ချက်' မြှောက်ဖော်ကိန်း (M) နဲ့မြှောက်လိုက်ခြင်းပါပဲ။ S = PxM ညီမျှခြင်းရမယ်။

ဒီညီမျှခြင်း S = PxM မှာ၊ P က သင့်ရဲ့ကြိုတင်အစီအစဉ်ချထားရာ အသိဉာဏ်တွေဖြစ်ပြီး၊ M က သင်မောင်းတင်ရေးစည်းမျဉ်း ၁၀ ရယူနိုင်တဲ့အခါ ရလဒ်ပေါ်လာမယ့် သင့်ရဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ရေးမောင်းနှင်ချက်နဲ့ စိတ်ဆန္ဒတွေကို ကိုယ်စားပြုတယ်။

ကျွန်တော်တို့ဟာ စိတ်ဦးနှောက်ရဲ့တန်ခိုးစွမ်းအားတစ်ခုနဲ့ စဉ်းစားဖို့ လုပ်ဆောင်ဖို့နဲ့ ကြီးထွားဖို့ ခွင့်ပြုချက်နဲ့ မွေးလာကြတာဖြစ်တယ်။ အလားတူပဲ၊ ကျွန်တော်တို့ဘာသာ အမြင့်ဆုံးတွေ ရွေးချယ်ရောက်နိုင်ဖို့အတွက် အတွင်းကျကျ အရည်အသွေးတွေလည်း သုံးစွဲခွင့် အပ်နှင်းထားခံရပြီးပြီ။ လူအများစုက သူတို့ရဲ့စစ်မှန်တဲ့ အစွမ်းအစတွေနဲ့ သူတို့ရဲ့ သဘာဝအရည်အသွေးတွေ အသုံးချခွင့်အပေါ် ကြီးကြီးမားမား

လျှော့တွက်ထားကြတယ်။ အောင်မြင်မှုလမ်းကြောင်းကို ပိတ်ဆို့နေတဲ့ အဖျက်သဘော အဆိုးမြင်တွေတောင် ပေါ်လာလိုက်သေးတယ်။

ဘယ်သူတွေမှာ အခြေခံအသိပညာအရည်အချင်းတွေရှိပြီး၊ သီးခြား ဗဟုသုတနဲ့ ကျွမ်းကျင်မှုတွေ မောင်းတင်ချက် အခြေခံတချို့တောင် ရထားကြသလဲဆိုတာ သိကြတယ်။ ဘယ်လိုပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အစစ်အမှန် အောင်မြင်တဲ့သူတွေကတော့ မောင်းတင်ချက်စည်းမျဉ်း ၁၀ ရပ်ကို လက်ဝယ်ခိုင်ခိုင်ရှိထားပြီး။ နေ့စဉ် သူတို့ဘဝတွေမှာ အခြားသူတွေနဲ့ သက်ဆိုင်သမျှ သုံးနေကြဆဲပါပဲ။

လူတွေရဲ့စုပေါင်းဗဟုသုတက ၅ နှစ်တိုင်းမှာ သံသယဖြစ်ဖွယ်ရှိတတ်တယ်။ ကံဆိုးတာက ဒီအချိန်လေးအတွင်း ကျွန်တော်တို့ ဗဟုသုတတွေ ချဲ့ထွင်သွားနေခိုက်မှာ လူရဲ့အတွင်းငြိမ်းချမ်းရေးနဲ့ 'ပညာတတ်' ဖြစ်နိုင်စွမ်းက မဖြစ်နိုင်တော့တာပါပဲ။ ဘဝအောင်မြင်သူက အကောင်းမြင်ကိုယ့်ကိုယ်ကို မောင်းတင်ချက်တွေနဲ့ နှိုးဆွသွားနိုင်ကြတယ်။ သူတို့ရဲ့ ဆောင်ရွက်ချက်တွေဟာ သူတို့ရဲ့ လက်ရှိအတွေးတွေနဲ့ ကြီးစိုးရမှန်းနားလည်ကြတဲ့အတွက် အောင်မြင်ဖို့ အပြည့်အဝမျှော်လင့်ရင်း အောင်နိုင်ရေးပဲ အာရုံစိုက်ကြတယ်။ ထူးချွန်ရေးနောက်လိုက်ခြင်းက အောင်မြင်ရေးလှုံ့ဝှက်ချက်ကို သိခြင်းပါပဲ။

ကျွန်ုပ်တို့က ကျွန်ုပ်တို့ကံကြမ္မာရဲ့ ဆရာကြီးတွေဖြစ်တယ်

ကျွန်တော်တို့ ဖန်တီးရှင်ကြီးရဲ့ တန်ခိုးစွမ်းအားတွေ ကျွန်တော်တို့ထံမှာ မွေခံရှိထားပြီးပြီ။ မဖြစ်နိုင်တာတွေနဲ့ ရင်ဆိုင်ရတဲ့အခါ၊ တက်ကြွစွာ ထုတ်ပြောနိုင်မှုနဲ့ တုံ့ပြန်ဖို့ လိုတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်နဲ့ ကိုယ့်မွေးရာပါ အရည်အချင်းတွေပေါ် ယုံကြည်ရမယ်။ ဖြစ်နိုင်ခြေတွေ စဉ်းစားရင်း ဘဝပြဿနာတွေ ဖြေရှင်းရမယ်။

ဖြစ်နိုင်ခြေတွေ တက်ကြွစွာ သိစိတ်ရှိထားရင်၊ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ မသိစိတ်မှာ အလိုအလျောက် ဖြေရှင်းချက်တွေ ဖန်တီးမိမယ်။ ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ကံကြမ္မာက ဒီလုပ်ငန်းစဉ်ကို စွမ်းအားဖြည့်နေပါပြီ။

❑

အခန်း [၂]

အကောင်းမြင် ထုတ်ဖော်ပြောဆိုချက် အပြုအမူ၊ အောင်မြင်စွာနေထိုင်ခြင်းရဲ့ သော့ချက်

"ဘဝတစ်ခုရဲ့ စိန်ခေါ်ချက်နဲ့ မျှော်လင့်ချက်အစစ်က၊ ပုဂ္ဂိုလ်ရေး ခတိုးတက်မှုရဲ့ နောက်တစ်ဆင့်ကို၊ ဦးဘည်မျှော်မှန်းရင်းဖန်တီးဖို့သာ။

ဒီ ယနေ့ရှိနေတဲ့ ကျွန်တော်တို့ တစ်ဦးချင်းစီက-ကျွန်တော်တို့ရဲ့အတွေးတွေ၊ လုပ်ရပ်တွေအားလုံး အစုစုပေါင်းလဒ်အဖြစ်၊ ကျွန်ုပ်တို့ထံ အတိအကျ ယူလာတာတွေပါ။

ယုံကြည်ရာတစ်ခု ထုတ်ပြောမယ့်စွမ်းရည်တစ်ခုရဖို့၊ အလျင်မြန်ဆုံးနဲ့ အထိရောက်ဆုံးနည်းလမ်းက ကျွန်ုပ်တို့ ရထားပြီးသားကဲ့သို့ လုပ်ရန်သာရှိတော့တယ်"။ ။

အကောင်းမြင်ထုတ်ဖော်ပြောဆိုချက်အပြုအမူ

အရာရာက စတင်ခြင်းတစ်ခုပါ။ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးတိုးတက်မှုမှာလည်း အရာရာပဲ စတင်လုပ်ရတာပါ။ သင်ဟာ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးလမ်းကြောင်းမှာ

ရိုးရှင်းတဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တိုးတက်ရေးအစီအစဉ်ကြားကနေ အကောင်းမြင်ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ထုတ်ဖော်ပြောဆိုချက်တွေ တိုးမြှင့်နိုင်ပါတယ်။ ဒီကျမ်းကျင်မှုအသစ်တွေနဲ့ စိတ်သဘောထားတွေကို လူ့ဆက်ဆံရေးရဲ့ အခြေခံစည်းမျဉ်းတွေနဲ့အညီ ဘယ်လိုသုံးရမယ်ဆိုတာ ဒီစာအုပ်ထဲမှာ တွေ့ရမယ်။

သင့်မသိစိတ်ရဲ့ကောင်းကင်ဘုံတန်ခိုးစွမ်းအားတွေကို သင့်သိစိတ်အားထုတ်မှုနဲ့ တီးခေါက်ကြည့်ပြီး၊ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးအားထုတ်မှုရဲ့ အမြင်သစ်ဆီ ရောက်ရေးအတွက် ဘယ်လိုစီမံဆောင်ရွက်ရမယ်ဆိုတာကိုလည်း ရှင်းပြထားပါတယ်။

အကောင်းမြင်ထုတ်ဖော်ပြောတတ်သူတွေက အများနဲ့တစ်ဦးချင်းစီ ရင်ဆိုင်တွေ့ရာမှာ ကျေနပ်ဖွယ်ရာ၊ အဓိပ္ပာယ်ရှိရှိ ဘယ်လိုချိတ်ဆက်တတ်ပုံကိုလည်း သင်တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။ သူတို့ကိုယ်တိုင်၊ သူတို့မိသားစု၊ မိတ်ဆွေ၊ အဖွဲ့သားတွေနဲ့ လူ့အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုလုံးအကျိုးအတွက် သူတို့ရဲ့ မသိစိတ်တန်ခိုးစွမ်းအားတွေ ဘယ်လိုအသုံးချသွားတယ်ဆိုတာလည်း တွေ့ရမယ်။

"အကောင်းမြင်"နဲ့ 'ထုတ်ဖော်ပြောဆိုချက်' စကားရပ်တို့က တွဲဖက်ဝေါဟာရတွေပါပဲ။ 'အကောင်းမြင်' က တည်ဆောက်ရေးအတည်ပြုချက်ဖြစ်ပြီး၊ 'ထုတ်ဖော်ပြောဆိုချက်' က 'တက်တက်ကြွကြွထုတ်ပြန်ကြေညာခြင်း' ပဲဖြစ်ပါတယ်။

'အကောင်းမြင်' နဲ့ 'ဖြစ်နိုင်ခြေ' တို့ကလည်း တွဲဖက်ဝေါဟာရတွေပါပဲ။ 'ဖြစ်နိုင်ခြေ'က တည်ရှိခြင်းတွေဖြစ်နိုင်တာကိုပြပြီး၊ 'အကောင်းမြင်' က ဖြစ်ရပ်တွေရှိတာ သေချာတယ်လို့ ယုံကြည်တာဖြစ်ပါတယ်။ အကောင်းမြင်သဘောထားက အခြားဖြစ်နိုင်ခြေတွေကို ယုံကြည်ထားတာဖြစ်တယ်။ အကောင်းမြင်စဉ်းစားခြင်းက ကံကြမ္မာရဲ့ တခြားနာမည်ပါ။

'ထုတ်ဖော်ပြောဆိုခြင်း' က သင်ဘယ်သူလဲ၊ သင်ဘာတွေစဉ်းစားတယ်၊ ဘာတွေခံစားကြောင်း တခြားသူတွေကို ကြေညာခြင်းလုပ်ရပ်ပါပဲ။ ဒီအရာက ဘဝကိုဦးမ်ဝပ်တဲ့ချဉ်းကပ်မှုအစား တက်ကြွတဲ့ချဉ်းကပ်မှုနဲ့ စရိုက်ဖော်ပါတယ်။ ဒီနည်းလမ်းနဲ့ သင့်အနာဂတ်အပေါ်ပိုထိထိရောက်ရောက် ထိန်းချုပ်လာနိုင်ပြီး၊ ကြိုတင်နိမိတ်ဖတ်နိုင်မှုတွေလည်း သင့်မှာ တိုးလာပါတယ်။

အကောင်းမြင်ထုတ်ဖော်ပြောဆိုချက်အပြုအမူက၊ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဆက်သွယ်ချက်မှာ လွတ်လပ်ပွင့်လင်း၊ တိုက်ရိုက်ကျပြီး ရိုးဖြောင့်တဲ့အတွက် ထင်ရှားပါတယ်။ သီးသန့်အခြေအနေတွေမှာ၊ အနီးစပ်ဆုံးလမ်းတစ်ခုနဲ့ သင့်ရဲ့ထုတ်ပြောနိုင်ခွင့်ကို သေချာစွာယူပြီး တစ်ချိန်တည်းမှာ အခြားသူများရဲ့ အခွင့်အရေးကို သင်လေးစားအသိအမှတ်ပြုတာလည်း ပါတယ်။

ယင်းအချက်က အခြားသူတွေနဲ့ တစ်ဦးချင်းစီရင်ဆိုင်တွေ့တဲ့အခါ၊ 'သင်နိုင်ရင်၊ ငါလည်းနိုင်နိုင်တယ်' ဆိုတဲ့ဦးတည်ချက်ထားရာမှာ၊ သင်လက်ခံရတာထက် ပေးချင်စိတ်တောင် ပေါ်လိုက်သေးတယ်။

အကောင်းမြင်မှာ လောဘကြီးသယောင်တိမ်းညွှတ်တတ်တဲ့ လူတွေက၊ လက်ရဲဇက်ရဲတဲ့ဘက်မှာ အမှားအယွင်းတွေဖြစ်တတ်တယ်။ ထုတ်ဖော်ပြောဆိုတတ်မှုမှာ၊ အကောင်းမြင်ချက် မပါပြန်ရင်လည်း ဘေးဒုက္ခကပ်ဘေးဆိုက်တတ်ကြောင်း သတိပြုပါ။ တိတ်ဆိတ်ပြီး စိတ်ချထားကဲ့ ယုံကြည်မှုမှာ၊ လက်တွေ့ဆန်တဲ့ အာရုံခံနိုင်စွမ်းသတိရှိမှုဆိုတဲ့ ထက်မြက်တဲ့အာရုံနဲ့ပေါင်းစပ်ထားရင် ဒါဟာ ဓမ္မမိဌာန်ပါပဲ။

ပေးထားတဲ့ ဘယ်အခြေအနေမဆို သင်ဟာ ဓမ္မမိဌာန်ကျရမှာ ဖြစ်သလို၊ အခြားသူတွေရဲ့ တုံ့ပြန်မှုကိုလည်း အာရုံခံလွယ်ရမယ်။ ဖြစ်နိုင်ခြေတွေအားလုံးကိုတော့ စဉ်းစားထားရမှာပဲ။ အနီးစပ်ဆုံးလုပ်ရပ်

လမ်းကြောင်းကို ဆုံးဖြတ်ပြီးတာနဲ့ စီမံကိန်းအတိုင်း အကောင်အထည်ဖော်ဖို့ အသေးစိတ်တွေ ရှေ့တိုးစီမံရမယ်။ ဒီနောက်တော့ ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ရိုးသားစွာ ပရိယာယ်ရှိရှိဟာသနဲ့လုပ်ပေတော့။ သင့်ကိုယ်သင်နဲ့ အခြားသူတွေပေါ် လေးစားမှုပြတဲ့ သင့်အမြင်တွေကို ယုံကြည်ပါ။ သင့်ဦးစားပေးချက်မှာ ပြဿနာတွေရဲ့ရှေ့မှာ လူကိုအရင်ထားပါ။

ဆုံးဖြတ်ချက်တွေလုပ်၊ အကောင်အထည်ဖော်ရာ ရလဒ်အလင်းရောင်တွေ သင် 'မှုတ်ထုတ်မိရင်း ဝန်ခံပါ။ နောက်တစ်ချိန် ပိုကောင်းတာတွေကို ဖြေရှင်းပါ။ လူ့ဆက်ဆံရေးတွေမှာ ကျဆုံးခြင်းအပါအဝင်၊ ဘာမဆိုကုသနိုင်တဲ့ ပြီးပြည့်စုံတဲ့ဖြေရှင်းချက်ရယ်လို့ မရှိဘူး။ အဒကောင်းမြင်ထုတ်ဖော်ပြောဆိုချက်ရှိရုံနဲ့ အရာရာဟန်ကျသွားမှာ မဟုတ်သေးပါဘူး။ ဒီစာအုပ်ထဲမှာ ဒီအယူအဆတွေ ခိုင်မာလက်တွေ့ကျကျ ဘောင်ခတ်ပြထားတယ်။

အနီးစပ်ဆုံးအပြုအမူအတွက်၊ စံပြမော်ဒယ်အခန်းကဏ္ဍ

လူတွေဟာ အောင်မြင်တဲ့လူ့ဆက်ဆံရေးတစ်ရပ်ကို လိုချင်ကြပြီး၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို တကယ်ဖြစ်တည်လာခြင်းအပါအဝင်၊ မြှောက်မြှားစွာသော အတ္တလိုအပ်ချက်တွေ အားထုတ်ရေးဘက်တစ်ဖက်လှည့်ဦးတည်ချင်သေးတယ်။

ရွေးချယ်ပြီးတဲ့၊ အပြုအမူရေးရာစံပုံစံမော်ဒယ်က၊ အကောင်းမြင်ထုတ်ဖော်ပြောတတ်သူကို အောင်နိုင်ရေးလိုအပ်ချက်တွေနဲ့ တောင့်ခံပ့ံပိုးထားတဲ့အရည်အချင်းစွမ်းရည်တွေနဲ့ သီးခြားပုဂ္ဂိုလ်ရေးလမ်းကြောင်းနဲ့ ပေါင်းစပ်ထားတာဖြစ်ပါတယ်။

ဒီမော်ဒယ်ရဲ့ရှုထောင့်တွေက ကိုယ့်ရဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ရေးတန်ဖိုးစနစ်တွေနဲ့ ဘဝနှိုးဆွချက်တွေနဲ့ အနီးစပ်ဆုံးဖြစ်မဖြစ် လူတွေစီရင်ဆုံးဖြတ်ရမှာပါ။

ဒီစံပုံစံမော်ဒယ်က သင်ဟာသင်ဖြစ်ချင်တဲ့လူအမျိုးအစားဟုတဲ့ မဟုတ်၊ ရောင်ပြန်ဟပ်နိုင်မယ့် အခွင့်အရေးကို 'သာဓက'တစ်ရပ်ပေးတယ်။

အကောင်းမြင်ထုတ်ဖော်ပြောတတ်သူများ

အကောင်းမြင်ထုတ်ဖော်ပြောတတ်မှုအပြုအမူမှာ၊ အကောင်းမြင်စိတ်သဘောထားနဲ့တကွ ဘဝအပေါ် အကောင်းမြင်ခံယူချက်လည်းပါဝင်တယ်။ သူတို့က အခြားသူတွေနဲ့ ဆက်ဆံရေးမှာ ချစ်မေတ္တာနဲ့ မောင်းတင်ထားတဲ့သူတွေဖြစ်ကြတယ်။ "မင်းနိုင်ရင်၊ ငါနိုင်မယ်" ဆိုတဲ့ ဆက်ဆံရေးကို လေ့ကျင့်ရင်း အလှူအတန်းအလုပ်ဆုံး အာရုံထားတယ်။ တစ်ချိန်လုံး သူတို့ဟာ သူတို့ပေးချင်စိတ်နဲ့၊ အတုံ့အပြန်လည်း ဘာမှမမျှော်လင့်ဘဲ၊ နောင်အနာဂတ်တစ်ချိန်ချိန်မှာ များစွာသူတို့လက်ခံရပါလိမ့်မယ်။

သူတို့ရဲ့လွတ်လပ်မှုကိုထုတ်ပြောပြီး၊ တရားတဲ့ကစားပွဲအာရုံနဲ့ ကိစ္စရပ်အားလုံးကို ဦးနှောက်ဖွင့်ထားလျက်၊ စီရင်ဆုံးဖြတ်ချက်ကို အရန်ထားပါတယ်။ သက်ဆိုင်ရာဂျူထောင့်တွေ လေးပင်လာတဲ့ထိအောင်ပေါ့။

သူတို့ယုံကြည်မှုအတွက် ရပ်တည်တယ်။ သူတို့ရဲ့ အကောင်းမြင်ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပုံရိပ်ကိုထုတ်ပြောပြီး၊ သူတို့လုပ်သမျှတွေမှာ ဘဝကို ရှုမြင်သုံးသပ်ထားတယ်။ သူတို့ရဲ့အိမ်၊ လူမှုရေးနဲ့၊ လုပ်ငန်းဘဝတွေထဲမှာ စိန်ခေါ်ချက်တွေ ဖန်တီးလက်ခံပြီး၊ သူတို့ရဲ့အတွေးတွေ၊ လုပ်ရပ်တွေ အားလုံးအတွက်တာဝန်အပြည့်အဝယူတယ်။ သူတို့ဟာ အရာအားလုံးအပေါ် တန်ဖိုးတွေပေါင်းဖြည့်ပြီး ရောက်လေရာနေရာတိုင်းမှာ ကောင်းကွက်ကိုကြည့်တယ်။ သူတို့ရဲ့လုပ်ရပ်တွေ၊ စိတ်လှုပ်ရှားချက်တွေ ကိုထိန်းချုပ်နိုင်စွမ်းရှိထားတဲ့အတွက်၊ ကြီးကြပ်ကွပ်ကဲမှုအပြည့်ရှိတယ်။ ဖြစ်နိုင်ခြေနယ်ပယ်တွေနဲ့ သူတို့စိတ်ဦးနှောက်ရဲ့စွမ်းရည်တွေကို ဖြန့်

ကြက်ချဲ့ထွင်ထားပြီး၊ သူတို့ကမ္ဘာကြီးကို ပုံပြန်ဖော်နိုင်ရေးအတွက် လူသားရဲ့တတ်နိုင်တဲ့ စွမ်းရည်တွေကို ယုံကြည်ထားတယ်။ သူတို့ရဲ့စုပေါင်းဆောင်ရွက်မှုတွေအတွက် အခြားသူတွေကို နာမည်ကောင်းပေးထားပြီး၊ သူတို့ရဲ့ကောင်းကျိုးအတွက် ဖန်တီးရှင်သခင်ကြီးကို ကျေးဇူးတင်နေတော့တယ်။

ချစ်မေတ္တာနဲ့ မောင်းတင်တဲ့သူတွေဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကျေနပ်မှုနဲ့ ယုံကြည်မှုတွေ၊ ကြွယ်ဝချမ်းသာဖို့ ဘယ်လောက်အရေးပါမှန်းနားလည်နေပြီး၊ အခြားသူတွေကို အမှုထမ်းရေးအာရုံတစ်ခုလည်းထားတယ်။ အခြားသူတွေနဲ့ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရာမှာ ယင်းကိုယ်ပိုင်ကံအကျိုးအတွက်၊ စုပေါင်းအားထုတ်ရေးကို မကြာခဏာရှာကြံတယ်။ ဒီပန်းတိုင်က ပိုက်ဆံအာရုံထဲ ချမ်းသာကြွယ်ဝဖို့နဲ့တော့ လုံးဝမဆက်သွယ်ပါဘူး။ သုတေသနတွေကပြတဲ့ တကယ့်အချက်အရ၊ ငွေကြေးလုပ်ခြင်းက အားထုတ်မှုရဲ့ ပင်မပန်းတိုင်မဟုတ်ပါဘူး။ ဘယ်လိုပဲဖြစ်ဖြစ် ဒါကိုထည့် စဉ်းစားတာက သားနားတဲ့လမ်းတစ်လမ်းပါပဲ။

မောင်းတင်ချက်စည်းမျဉ်းတွေက ရိုးရိုးဘာသာစကားနဲ့ ရှင်းရှင်းလေး ဖော်ပြလို့ရတယ်။ လူဆက်ဆံရေးအယူအဆတွေက အရာရာဘက်တွေနဲ့လည်း ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်နေပါတယ်။ ဒါက ဒီစာအုပ်ထဲက ချဉ်းကပ်မှုတွေပါပဲ။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယူဆချက်၊ လူသားဝါဒနဲ့ လူအနှစ်သာရတို့ကဲ့သို့ ဘာသာရပ်တွေက လေးလေးနက်နက်ဥာဏ်အမြော်အမြင်နဲ့ ထိုက်တန်တဲ့အရာတွေပါပဲ။ ဒီစာအုပ်က တစ်ဦးချင်းရဲ့အပြုအမူတွေ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာလေ့လာရင်း အလားတူဒဿနရေးရာ မေးခွန်းတွေ ဖော်ပြဖို့ကြိုးစားရာမှာ။ သူတို့ရဲ့ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပုံရိပ်၊ စိတ်သဘောထားနဲ့ အခြားသူတွေရဲ့ ဆက်ဆံရေးတွေ ပါဝင်နေတယ်။

သင်တန်းတစ်ခု တက်ပါ

ဒီမှာပုဂ္ဂိုလ်ရေး တိုးတက်မှုသင်တန်းတစ်ခုတက်ဖို့ သင်စာရင်းသွင်းလိုက်ပါ။ ဒီ ၃ ရက်သင်တန်းပြီးတဲ့အခါ သင်တန်းသားတွေက အုပ်စုကို သင်တန်းအကြောင်း ခေါင်းစဉ်တစ်ခုကို ၁၀ မိနစ် စောရေးပို့ရမယ်။

"ဂျက်"က အိမ်ထောင်ကျလို့ လက်ထပ်ပြီးကာစပဲ ရှိသေးတယ်။ သူ့မှာ လိုင်ကိစ္စဘာသာရပ်တစ်ခုရှိ နေကြောင်းကို သူ့ဇနီးသည်ကို ပြောရမှာ မသိမသာ မဝံ့မရဲ ဖြစ်နေလို့၊ သူ့မှာ ရွက်လွှင့်နေတယ်လို့ပဲ ပြောဖြစ်တယ်။

နောက်တစ်နေ့မှာ သူ့ဇနီးက သူမ အတန်းဖော်တွေနဲ့ တွေ့တော့၊ သူမခင်ပွန်း လုပ်သမျှ စုံစမ်းစပ်စုတာခံရတယ်။ 'ဂျက်' က ကြောက်စရာကြီးပဲလို့ သူတို့ပြောတော့၊ သူမက ခင်ပွန်းသည် ဘာတွေ ဖြစ်ခဲ့မှန်းတော့ မသိကြောင်း၊ ပထမအကြိမ်မှာ သူ အဖျားတက်သွားကြောင်း၊ ဒုတိယအကြိမ်မှာတော့ သူ့ဦးထုပ် မိုးပေါ်ပျံတက်သွားကြောင်း ပြန်ပြောလေရဲ့။

အကောင်းမြင် ထုတ်ပြောတတ်သူဟာ အခုကော နောင်ပါ ဟာသနှောပြီး အာရုံစိုက်တတ်တယ်။

အခန်း [၃]

"လုပ်ငန်းစဉ် + အပေါင်း"
လူသားညီမျှခြင်းများ မည်သို့ဖန်တီးမလဲ

"လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ရပ်မှ၊ ကျွန်ုပ်တို့ ထည့်လိုက်တဲ့အမယ်တွေထက် ကျွန်ုပ်တို့ ပို၍ရနိုင်ပါတယ်။

သူတို့ရဲ့ စုပေါင်းစပ်ပေါင်းလုပ်ရပ်တွေရဲ့ 'စုပေါင်းစွမ်းအင်တန်ခိုးရခြင်း' အာနိသင်ကြောင့်ပဲဖြစ်တယ်။

အောင်မြင်ခြင်းက တကယ်စင်စစ် တစ်ကိုယ်ကောင်းမဆန်တဲ့ ပန်းတိုင်တစ်ခုရှိတယ်။

လုပ်ငန်းစဉ်ထဲ အခြားသူတွေရဲ့ အကူအညီမပါဘဲ၊ အောင်မြင်ဖို့ရာ မဖြစ်နိုင်လို့ပါပဲ။

အချိန်တစ်ခုထဲမှာပဲ၊ ကျွန်ုပ်တို့ဟာ အခြားသူများနဲ့ ဆက်သွယ်နိုင်ကြတာပါ။ ။"

ရင်ဆိုင်တွေ့ပုံညီမျှခြင်း

သင်လူတွေကိုသြဇာလွှမ်းချင်ရင်၊ သူတို့ကို သင်လုပ်စေချင်တာတွေ လုပ်ဖြစ်စေဖို့ပါပဲ။ သင်ဟာမောင်းတင်ခြင်း၊ ခေါင်းဆောင်ခြင်း၊

ရောင်းချခြင်း၊ သွေးဆောင်ခြင်း လုပ်ငန်းတွေထဲမှာရှိနေတယ်။ သင့်ပန်းတိုင်ကို အခြားသူတွေရဲ့ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ချက်နဲ့သာ အားထုတ်နိုင်တာ မှန်တယ်။ တစ်စုံတစ်ရာ အတုံ့အပြန်ကိုတော့ သဘာဝကျကျ မျှော်လင့် ရလိမ့်မယ်။ ကောင်းစွာ စမ်းသပ်ပြီးတဲ့ စည်းမျဉ်းတစ်ခုတော့ ရှိတယ်။ လူ့ဆက်ဆံရေးတွေ အားလုံးမှာ သုံးလို့ရတဲ့ ဒီစည်းမျဉ်းက သင်အောင်မြင်ဖို့ အခြားသူတွေက ဝိုင်းဝန်းကူညီကြရေးကို ဦးတည်ပါတယ်။

ပထမအခြားသူများကို သူတို့လိုချင်တာပေးဖို့ဖြစ်တယ်။ သင်အတုံ့အပြန်လိုချင်တာကိုလည်း သူတို့က ပေးပါလိမ့်မယ်။

သော့ချက်စကားလုံးက ပထမဦးစွာလုပ်ရေးဖြစ်တယ်။ ရင်ဆိုင်တွေ့ရေးညီမျှခြင်းကို အတိုချုပ်ရည်ညွှန်းရရင် 'တကယ်လို့ သင်နိုင်ရင် ငါလည်းနိုင်မယ်'လို့ပဲ ပြောရမယ်။ ဒါဟာ လူ့ဆက်ဆံရေးအပေါ် ဘာပဲ ဆွေးနွေးဆွေးနွေး ဗဟိုပြုရမယ့် အယူအဆဖြစ်တယ်။ အခြားသူတစ်ဦးနဲ့ တစ်ဦးချင်းရင်ဆိုင်တွေ့တဲ့အခါ ဖြစ်ပျက်လာသမျှတွေကို ယင်းက ဖော်ပြနေလို့ပဲဖြစ်ပါတယ်။

အောင်မြင်တဲ့ လူ့ဆက်ဆံရေးကို တစ်ဦးချင်းအနေနဲ့ လေ့ကျင့်သွားမှသာ၊ ကျွန်တော်တို့ဟာ ဘဝမှာအားလုံးကို အောင်မြင်နိုင်မယ်။ ဒါ သဘာဝရဲ့ဥပဒေသပဲ။ "လက်စ်ဂစ်ဘလင်"က သူရဲ့ 'How you can Have Confidence and Power' စာအုပ်ထဲမှာ 'လူတို့ဟာ သူတို့ရဲ့ကိုယ်ပိုင်အတ္တတွေ ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့်ကြွယ်ဝစေဖို့ ပြုမူတဲ့အခါ ပြုမူလိုက်၊ မပြုမူဘဲ ကျဆုံးတဲ့အခါလည်း ရှိတတ်ကြတယ်" လို့ ရေးထားတယ်။ ကျွန်တော့်အတ္တလိုအပ်ချက်တွေကို ကျေနပ်အောင် ဖြည့်ဆည်းပေးရပါလိမ့်မယ်။ အခြားသူများနဲ့စာနာထောက်ထားရင်း၊ ကိုယ့်အပေါ်

ဆက်ဆံစေချင်တဲ့အတိုင်း အခြားသူများကို ဆက်ဆံရေးလေ့ကျင့်သွားနိုင်ပါတယ်။ သင်က ပထမဦးစွာ ပေးအပ်ထားရင်၊ ရယူခြင်းတွေ သူ့ဟာသူ ဂရုစိုက်ပြီး ဖြစ်တာသင်တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။ ဒါဟာ သင့်ရဲ့ နေ့စဉ်ရင်ဆိုင်မှုတွေထဲမှာ အသုံးချတိုးတက်အောင်လုပ်ဖို့ လိုအပ်တဲ့စိတ်သဘောထားပဲဖြစ်ပါတယ်။

'ဝန်ထမ်းရေး' သဘောထားက အခြားသူရဲ့ရှုထောင့်တွေဖြစ်တဲ့၊ ကျွမ်းဝင်ချစ်ကြည်မှု၊ ချီးကျူးမှု၊ စာနာထောက်ထားမှု၊ လေးမြတ် လေးစားမှုတွေကို လေးလေးစားစား တန်ဖိုးထားတဲ့စိတ်ကို သယ်ဆောင်ပေးပါလိမ့်မယ်။ ကျွန်တော်တို့အားလုံး ဒီမေးခြင်းဆိုတဲ့ ကန့်သတ်မဲ့ မဆလာတော့ရှိကြရလိမ့်မယ်။

"သင်နိုင်သလို အညီအမျှ ငါနိုင်တယ်' ဆိုတာက ယုံကြည်မှုနဲ့ ကောင်းစွာ အဓိပ္ပာယ်ပြည့်ဝနေကြသူ လူ ၂ ယောက်တို့ အချင်းချင်း ထုတ်ဖော်ပြောဆိုကြတဲ့အကောင်းမြင်စကားကို ကိုယ်စားပြုနေပါတယ်။ ရှင်းလင်းစွာ အနှစ်ချုပ်ထားတဲ့ ဆက်ဆံရေးကိုလည်း ဖော်ပြတယ်။ တူမျှတဲ့ အခြေခံပေါ်မှာ တုံ့ပြန်နေကြပြီး၊ ဘယ်နှစ်ဘက်စလုံးရဲ့ အခွင့်အရေးတွေ လိုအပ်ချက်တွေကို အသိအမှတ်ပြုကြတယ်။

ရင်ဆိုင်တွေ့ရေးညီမျှခြင်းက သိပ်အခြေခံကျပါတယ်။ အောင်မြင်တဲ့ လူ့ဆက်ဆံရေးမှာ ရှောင်တခင်အားဖြင့် အရေးပါလှပါတယ်။ လူများစုတွေဟာ ဘဝတာလုံး အချိန်ဖြုန်းပြီး သာမန်လုပ်နေကျကိစ္စလေးတွေကို လုပ်နေကျမဟုတ်တဲ့ ကောင်းမွန်စွာလုပ်နိုင်ကြတာ စိတ်ဝင်စားစရာပါပဲ။ သင့်ရဲ့နေ့စဉ်ရင်ဆိုင်တွေ့ချက်ရဲ့ညီမျှခြင်း ရိုးရိုးလေးကို အသုံးချဖို့ သတိရရင်၊ လုပ်နေကျကိစ္စလေးတွေ လုပ်နေကျမဟုတ်တဲ့ ကောင်းမွန်စွာလုပ်သွားရင်၊ အောင်မြင်တဲ့လူ့ဆက်ဆံရေးလမ်းကြောင်းပေါ် သင်ရောက်နေမှာပါ။

ဒီအချက်ကို သရုပ်ဖော်ဖို့၊ ဟောပြောသူတစ်ယောက်၊ အုပ်စုငယ်တစ်စုကို မိတ်ဆက်စကားပြောပုံကို ကြည့်ကြပါစို့။ သူ (သူမ) က ပရိသတ်ကို ပြုံးပြုံးလေးနဲ့ စကားစပြောတယ်။ ဒီလုပ်ငန်းစဉ်မှာ၊ ပရိသတ်ကို ပြန်ပြုံးပြဖို့ ဖိတ်ခေါ်မယ်။ ဒီနောက် ပရိသတ်ကို သူတို့အချင်းချင်း ဘယ်ဘက်ညာဘက်က လူတွေ မိတ်ဆက်ခိုင်းတယ်။ သူမကိုယ်သူမ ပရိသတ်နဲ့ မိတ်ဆက်ရာမှာ သူမနာမည်ကို ပြောမယ် ပရိသတ်တွေကိုလည်း သူတို့နာမည်တွေ ကျယ်ကျယ်လေးအော်ပြောခိုင်းမယ်။ အရေးပါတဲ့ အချက် ၂ ချက်တွေ့ရမယ်။

၁။ အပြုံးတွေ ပေးအပ်၊ လက်ခံခြင်းဖြင့် ပရိသတ်ကို သက်သာစွာ ဖြေလျှော့နားနေစေပြီး စိတ်ဦးနှောက်ကို ဖွင့်ထားစေလိမ့်မယ်။

၂။ သူတို့ကိုယ်သူတို့ အချင်းချင်းမိတ်ဆက်ရင်းဖြင့် ပရိသတ်ကို စိတ်နှလုံးဖွင့်ထားပြီး၊ မိတ်ဆွေရင်းချာသဘောထားတစ်ရပ် မှိုင်မမ်းပြုစေအောင် ကူညီပေးတယ်။

မိတ်ဆက်ခြင်းကို စုပေါင်းအခြေခံတစ်ရပ်နဲ့လုပ်တာဖြစ်တယ်။ လူတိုင်းအော်ပြောနေကြစဉ်၊ လူတွေဟာ အဲဒီအချိန်မှာပဲ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး ဆက်သွယ်နိုင်ကြတယ်။

ရင်ဆိုင်တွေ့ရေးညီမျှခြင်းကနေ၊ နောက်ပြောလို့ရသေးတာက "သင်ရော ကျွန်ုပ်ပါနိုင်ရင်၊ လူတိုင်းနိုင်တော့တာပဲ" လို့ပါပဲ။ ကျွန်တော်တို့ ဆက်ဆံရေးမှာ၊ သင်နဲ့ကျွန်တော်နှစ်ယောက်စလုံးနိုင်နေရင် အခြားသူတွေလည်း ကျွန်တော်တို့မိသားစုမိတ်ဆွေအဖွဲ့သားတွေနဲ့ လူ့အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုလုံးပါ ဒီလုပ်ငန်းစဉ်ထဲမှာ ပေါင်းဖြည့်လိုက်ပါအောင်မြင်ကြပါလိမ့်မယ်လို့ ဆိုလိုတာပါ။

လူနှစ်ယောက်က ဆက်ဆံရေးတစ်ခုမှာ ခံစားချက်ကောင်းနေကြ

ရင်၊ သူတို့ဘေးပတ်ဝန်းကျင်က လူတွေက ဒီအကျိုးကိုခံစားရပြီး၊ ကောင်းတဲ့ ခံစားချက်သေးသေးလေးက သူတို့အားလုံးကို ဖြတ်သန်းသွားလေတယ်။

"မင်းနိုင် + ငါနိုင် = လူတိုင်းနိုင်" ညီမျှခြင်းကို ၂+၂=၄ နဲ့ညီတယ်လို့ သာမန်အားဖြင့် ပြောရမလိုဖြစ်ပေမယ့် တကယ်တော့ မဟုတ်သေးပါဘူး။ ၂+၂=၇ နဲ့တောင် ညီနေတယ်လို့ ပြောရမှာပါ။ ဒီညီမျှခြင်း ၂ ခုမှာ ပါဝင်တဲ့ အစိတ်အပိုင်းတွေရဲ့ ပေါင်းခြင်းထက်တောင် စုစုပေါင်းရလဒ်က ပိုလာတယ်ဆိုတဲ့ သဘောဖြစ်နေတယ်။ ဒီညီမျှခြင်းမျိုးကို 'လုပ်ငန်းစဉ်=အပေါင်း' ညီမျှခြင်းတွေလို့ ခေါ်တယ်။

ဝိုင်နဲ့ချိစ်မုန့်ပေါင်းရင်၊ ဝိုင်နဲ့ချိစ်မုန့်ပဲရမယ် ပြောတတ်ကြပေမယ့် ပိုလေ့လာရေးကောင်းတဲ့ လူတွေကတော့ ဝိုင်နဲ့ချိစ်မုန့်ပေါင်းရင် ပါတီပွဲနဲ့ညီတယ် ပြောကြလေရဲ့၊ ပါတီပွဲမှာ ဝိုင်လေးသောက်၊ ချိစ်မုန့်လေးဝါးပြီး၊ တခြားရလဒ်တွေပါ ဖန်တီးကြတာကိုး။

ပါတီပွဲရဲ့အသံဗလံပေါင်းစုံ ဆူညံ၊ ဝိုင်အရှိန်နဲ့ လူတွေရဲ့ခန္ဓာကိုယ်တွေ လှုပ်ယမ်း၊ မျက်နှာထားတွေ စွမ်းအင်ပြည့်ပြည့်လှုပ်ရှားလို့၊ ကိုယ့်ဟာကိုယ် မောင်းနှင်တဲ့နွေးထွေးမှုတွေနဲ့ ကောင်းမြတ်တဲ့ ခံစားချက်တွေက ဗုံးပေါက်ကွဲထွက်လာတာမျိုးပဲ။

ပါဝင်တဲ့ အမယ်တွေထက် သင် ပိုရနိုင်တာ ရှင်းပါတယ်။ ဘာ့ကြောင့်ဆို သူတို့ရဲ့အစုစုပေါင်းထားတဲ့ 'စုပေါင်းစွမ်းအင် တန်ခိုးရခြင်း' အာနိသင်ကြောင့်ပါပဲ။ ပေါင်းဖြည့်တဲ့တွဲဖက်လုပ်ရုပ်တွေက ကိုယ့်အချင်းချင်းပေါ်မှာ၊ 'စုပေါင်းစွမ်းအင်တန်ခိုးရခြင်း' အာနိသင်ရှိဖို့ လိုအပ်နေတယ်။

လူနှစ်ယောက်များစွာကြိုးလှတဲ့ အလေးတစ်ခုဆွဲတဲ့အခါ၊ တစ်ဦးချင်း သတ်သတ်စီဆွဲတာထက် ပိုဆွဲနိုင်ကြတာတွေ့ရပါ့တယ်။ ဒီ'စုပေါင်း

စွမ်းအင်တန်ခိုးရခြင်း' အာနိသင်က အခြားသူတွေနဲ့ တစ်ဦးချင်း အောင်မြင်စွာ ဆက်သွယ်တဲ့အခါမှာ ဖြစ်လာတတ်တယ်။ အောင်မြင်တဲ့ လူ့ဆက်ဆံရေးက ပထမဆုံး အခြေခံခြေလှမ်းမှာပဲ စတင်ရမှာပါ။ လူတွေက အချိန်တစ်ခုမှာ လူတစ်ဦးချင်းစီနဲ့သာ ဆက်သွယ်နိုင်ကြလို့ပါပဲ။

လူများစွာက သူတို့ကိုယ်ပိုင်လိုအပ်ချက်တွေကို မသိစိတ်အဆင့်နဲ့ ကြိုတင်နေရာယူပြီးလွန်းနေကြပေမယ့်၊ အခြားတွေ လိုအပ်တာကို သီးသန့်ဂရုစိုက်တာတွေကိုတော့၊ သိစိတ်နဲ့သာလုပ်ကြတာ ကံဆိုးလှတယ်။ သင် နေ့စဉ်ရင်ဆိုင်ရတဲ့၊ တစ်ဦးချင်းရင်ဆိုင်တွေ့မှုတွေမှာ၊ မြင့်မားတဲ့ ဦးစားပေးမှုတွေ နေရာချထားတဲ့အကျင့်ကို လုပ်သွားရမယ်။ ပြဿနာတွေနဲ့ပတ်သက်သမျှ ဦးစားပေးတာတွေ လျှော့ရမှာပဲ။ သင်က ပြဿနာဖြေရှင်းသူ မဟုတ်သေးလို့ပဲ။

လူနှစ်ယောက်ဟာ အပြန်အလှန် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် လေးစားမှု၊ နားလည်မှုရှိရေး အရိပ်အာဝါသအောက်မှာ ပြဿနာတွေကို အကျိုးရှိစွာ အာရုံစိုက်နေကြတယ်။

ရင်ဆိုင်တွေ့ချက်တိုင်းမှာ အောင်မြင်နိုင်မယ်လို့ မမျှော်လင့်သင့်ဘူး။ ဘယ်ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဆက်ဆံမှုမျိုးမှာမဆို၊ ကျိုးကြောင်းတရား အခန်းကဏ္ဍကို ရှေ့ပြေးအနေနဲ့ နားလည်ထားရမယ်။ ဆက်ဆံရေးအသစ်ဟောကိုတော့ စတွေ့စ ၂ မိနစ် ၃ မိနစ်အတွင်းမှာ စဉ်းစားစရာတွေ ရနိုင်ပါတယ်။

သင့်ရဲ့နေ့စဉ်ရင်ဆိုင်တွေ့ချက်တွေက သင့်ရဲ့အောင်မြင်တဲ့နေ့ရက်တွေဖြစ်လာမယ်။ သင့်ရဲ့အောင်မြင်တဲ့နေ့ရက်တွေကလည်း သင့်ရဲ့အောင်မြင်တဲ့လတွေဖြစ်လာမယ်။ ဒီလိုအဆင့်ဆင့်တိုးလာမှာပါ။ ဒါတွေက သင့်ရဲ့စိတ်သဘောထားပေါ်မှီနေတယ်။ သင့်နေ့စဉ်ဘဝမှာ၊ သင့်ရဲ့အခြေအနေအဝဝကို ထိန်းချုပ်နိုင်ရမယ်။

လူများစုက သူတို့နေ့ရက်တစ်ရက်ချင်းရဲ့ ၆၀%ယောက်၊ အခြားသူတွေနဲ့ တစ်နည်းမဟုတ်တစ်နည်း၊ အကြောင်းတစ်ခုမဟုတ်တစ်ခုနဲ့ တော့ ပတ်သက်ဆက်ဆံနေကြတာပါပဲ။ ဒီအကောင်းမြင်ထုတ်ဖော်ပြောတတ်တဲ့ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးလမ်းကြောင်းကို ဗဟုသုတသာလွန်ခြင်း၊ မေးစရာမလိုတဲ့ယုံကြည်မှု၊ လောင်နေတဲ့စိတ်ဆန္ဒတို့နဲ့ ပေါင်းစပ်လိုက်တဲ့အခါ သင့်ဖြစ်နိုင်ဖွယ်မရှိတဲ့ အိပ်မက်တွေဆီ သင်တကူးတကန့် ရောက်နိုင်စွမ်းရှိလာပါလိမ့်မယ်။

ဘယ်လိုပဲဖြစ်ဖြစ်၊ တစ်ဦးချင်းကသာ၊ သူတို့ရဲ့တန်ဖိုးတွေကို စည်းမျဉ်းတွေ အသုံးချရင်းနဲ့ သတ်မှတ်ဆုံးဖြတ်နိုင်ပြီး၊ ရလဒ်တွေကို စီရင်ဆုံးဖြတ်နိုင်တာပါ။ ကြိုးစားဖို့ရဲ့ဝံ့ပါ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်ဖို့ရဲ့ဝံ့ပါ။ အိပ်မက်မက်ဖို့လည်း ရဲ့ဝံ့ပါလေတော့။ အနည်းဆုံးအားဖြင့်တော့ သင့်ကို ဘာကရွေးချယ်ထောက်ထားပြီး၊ သင့်ကိုယ်သင် နည်းနည်းလေး ပိုကြိုက်နှစ်သက်ရေး ဘယ်လိုလုပ်ရတယ်ဆိုတာ နည်းနည်းပိုလေ့လာ သွားရဖို့ ရှိနေတယ်။

အောင်မြင်ခြင်းက တစ်ကိုယ်ကောင်းမဆန်တဲ့ ပန်းတိုင်ပါပဲ။ လုပ်ငန်းစဉ်ထဲမှာ အခြားသူတွေကို မကူညီဘဲနဲ့ မအောင်မြင်နိုင်လို့ပါ။

လူတိုင်းက သင့်လိုပဲ ဖြစ်ကြတယ်။ သူတို့မှာလည်း အလားတူ လိုအပ်ချက်တွေ ရှိပြီး၊ သင့်လိုပဲ အလားတူရလဒ်တွေအတွက် နှီးဆွနေရတယ်။ ဒီတော့ သင်ပေးသလိုပဲ သင်ပြန်ရမှာပါ။ လိုအပ်ချက်တွေ ဖလှယ်ပြီး၊ အပြန်အလှန်လေးစားမှုနဲ့ ရလဒ်တွေညီမျှစွာ ယူကြရမယ်။ 'သင်နိုင် = ငါနိုင်' ကို လေ့ကျင့်သွားပါ။

အနိုင် အနိုင် အခြေအနေများ မည်သို့ဖန်တီးမလဲ

၁။ သိစိတ်အားထုတ်ချက်အတွေးတွေနဲ့ သင့်စိတ်ကို အားနဲ့ ဖွင့်ထားပါ။ သင့်စိတ်ကို ပိုကျယ်ဝန်း၊ ကျယ်ဝန်းလာအောင် သံကန့်လန့်နဲ့ ဆွဲကော်ဖွင့်နေတယ်လို့ မှန်းဆထားပါ။ လျှပ်စစ်တံခါးတွေ ပွင့်လာပြီး၊ သင့်ရဲ့မသိစိတ်တွေ အလိုလျှောက် သွေးအားကောင်း တုံ့ပြန်ချက်တွေနဲ့ အလေ့အထဖြစ်လာပါလိမ့်မယ်။

၂။ အခြားသူတွေကို ထိရောက်စွာ နားထောင်ရန် သင်ဖွင့်ထားတဲ့စိတ်ကို သုံးပါ။ အခြားသူနဲ့သူတို့ရဲ့အယူအဆတွေကို လေးစားမှုပြပါ။

၃။ သင့်ကိုယ်သင် အကောင်းမြင်ထုတ်ပြောတဲ့လူအဖြစ် သိစိတ်ရှိရှိ အသွင်ပြောင်းပြီး တစ်ချိန်လုံး အကောင်းမြင်ထုတ်ပြော၊ စဉ်းစားပြီး ပြုမူပါ။

၄။ 'လိုအပ်ချက်များ ဝေမျှခြင်း' ဖြင့်၊ နေ့စဉ်အခြားသူများနဲ့ ဆက်ဆံရေးအောင်မြင်တဲ့ ပုံသေနည်းများ သုံးပါ။ တစ်ဦးချင်း ရင်ဆိုင်ခြင်း အောင်မြင်စွာ လေ့ကျင့်နိုင်ရင်၊ လူတိုင်းနိုင်ပါလိမ့်မယ်။ ။

အခန်း [၄]

သင့်ရဲ့ "အတ္တ" လိုအပ်ချက်တွေက သင့်ရဲ့ ဆုလာဘ်တွေပါပဲ

"သင်ဟာ သင့်ကိုယ်သင် ထင်မြင်ထားတာထက် ပိုလွန်သေးတယ်။ တက်တက်ကြွကြွ၊ သိစိတ်ရှိရှိဖြင့်၊ သင့်ရဲ့ ဖြစ်နိုင်ခြေများ စဉ်းစား ရင်း၊ မသိစိတ်ကို ဖြေရှင်းချက်များ ဖန်တီးရေးထဲသို့ အလိုအလျောက် တက်ကြွစွာ ရောက်လာ စေရမယ်။ သင်အခြားသူတွေနဲ့ မဆက်ဆံမီ၊ သင့်ကိုယ်သင် အကောင်းမြင်တတ်၊ ထုတ်ဖော်ပြောတတ်ရမယ်။ ။"

သင့်ရဲ့လိုအပ်ချက်တွေက သင့်ရဲ့ဆုလာဘ်တွေပဲ။

အခြေခံလိုအပ်ချက်ဖြစ်တဲ့ အစားအစာ၊ အကာအကွယ်၊ လုံခြုံမှုတွေ ဘယ်လိုကျေနပ်အောင် ဖြည့်ဆည်းရမယ်ဆိုတာ ရှင်းပြပြီးတဲ့ နောက်၊ ကျန်းမာတဲ့လူတွေဟာ အတ္တနဲ့ဆက်နွယ်တဲ့ပန်းတိုင်တွေ ရယူ ရေးအတွက် 'မတ်စလိုး' ရဲ့ ကမ္ဘာသီ 'လူ့လိုအပ်ချက်များ အနိမ့်အမြင့်

စီစဉ်မှု' အလိုအရ လုပ်ရမယ်။ အတ္တကို လူသားတွေရဲ့အတွင်း ငြိမ်းချမ်းရေးဆီ ရှေးရှုပြီး၊ အမွေခံကိုယ့်ဟာကိုယ် ထုတ်ပြောရေးကို တိမ်းညွှတ်ချက်ဖြစ်တယ်လို့ အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ရမယ်။ အတ္တနွယ်တဲ့ လိုအပ်ချက်တွေက အကောင်းမြင်ထုတ်ပြောတတ်တဲ့ လူတွေကြား ဆက်ဆံရေးတစ်ရပ်ကို ကြီးစိုးလွှမ်းမိုးနေတယ်။ အောက်ပါစာရင်းက လူတွေနဲ့အဖွဲ့အစည်းတွေရဲ့အောင်မြင်တဲ့ လူ့ဆက်ဆံရေးရလဒ်တစ်ခုနဲ့ အောင်မြင်နိုင်တဲ့ အတ္တဆက်နွယ်ချက်ဆုလာဘ်များပဲဖြစ်ပါတယ်။ ဒီဆုလာဘ်တွေက သင့်လမ်းကြောင်းမှာ မြင့်မားတဲ့အားထုတ်မှုတွေရရေးအတွက် ပိတ်ဆို့ထားသမျှ အတားအဆီးတွေ ကျော်လွှားဖို့ ကူညီပေးပါလိမ့်မယ်။

တစ်ဦးချင်းအလိုက်၊	**အဖွဲ့အစည်းအလိုက်**
အတွင်းငြိမ်းချမ်းရေး၊	အတွင်းငြိမ်းချမ်းရေး။
ဂုဏ်သိက္ခာ၊	ဝန်ထမ်းဆက်ဆံရေးတိုးတက်မှု။
ယုံကြည်ချက်၊	ဝန်ထမ်းလဲလှယ်ဖြည့်တင်းချက် နိမ့်ကျမှု၊
အသိအမှတ်ပြုခံရမှု၊	ပျက်ကွက်သူများ ဝါဒလျော့နည်းချက်။
လေးစားမှု၊	ထုတ်ကုန်အရည်အသွေး တိုးတက်ခြင်း၊
ပျော်ရွှင်ရမှု၊	ပိုကောင်းစွာ စီမံကိန်းချခြင်း၊
စိတ်အားထက်သန်မှု၊	ထုတ်လုပ်မှု ပိုမြင့်လာခြင်း၊
ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်	အကျိုးအမြတ်များလာခြင်း၊
	တန်ဖိုးထားခြင်း၊
အောင်မြင်မှု၊	အောင်မြင်မှု။

ကျွန်တော်တို့အတွင်းမှာ အတ္တလိုအပ်ချက်ရဲ့ အမွေခံတွေရှိပြီး ဖြစ်တယ်။ ဒါပေမဲ့ ဒါတွေ အောင်အောင်မြင်မြင် ကျေနပ်မှုရစေဖို့ လိုအပ်တဲ့ ကျွမ်းကျင်မှုတွေ တိုးတက်စေပြီး မောင်းတင်မှုတွေလည်း ရဖို့လို

အပ်တယ်။ စိတ်သဘောထားအသစ် မှိုင်ြမ်းခြင်းက စိတ်ဦးနှောက် ကျွမ်းကျင်မှုတွေ ရယူခြင်းပါပဲ။

စဉ်းစားဖို့ အချိန်ယူပါ

လူတွေက 'အတွေးအတွက် ပုံရိပ်' အကြောင်း ပြောကြတဲ့အခါ ပိုအနီးစပ်ဆုံးကျဖို့ 'အတွေးအတွက် အစာ' အကြောင်းတင်စားပြောကြတယ်။ ဘာတွေ စားတယ်ဆိုတာထက် 'ဘာတွေစဉ်းစားနေတာလဲ' က ပိုစိတ်ဝင်စားစရာပါ။ လူတွေဟာ စကားလုံးတွေအရမဟုတ်ဘဲ၊ 'ပုံရိပ်တွေအရ'သာ စဉ်းစားတတ်ကြတာကို ကျွန်တော်တို့သိကြတယ်။ လူတွေမှာ ပုံရိပ်ဖော်ထားတဲ့အတိုင်း ဖြစ်လာနိုင်ကြပါတယ်။

ကမ္ဘာဦးရှေးပဝေသဏီကတည်းက လူတွေပုံရိပ်တွေနဲ့ စဉ်းစားတတ်တယ်ဆိုတာကို ရှေးကျောက်လှိုဏ်ဂူတွေ၊ ကျောက်နံရံတွေမှာ ဆွဲထားတဲ့ ရှေးပန်းချီပုံတွေကြည့်ခြင်းဖြင့် သိနိုင်ကြတယ်။ သင်ဟာ လူတစ်ယောက်ရဲ့ မျက်နှာကို မြင်ရင် မှတ်မိတတ်ကြပေမယ့် နာမည်ကြားရုံနဲ့တော့ မှတ်မိတတ်ဖို့ ဒါလောက်မလွယ်မှန်း သိကြပါတယ်။ ဒါက မျက်စိကနေ ဦးနှောက်ဆီ သတင်းပို့တဲ့အာရုံကြောက၊ နားရွက်က ဦးနှောက်ဆီ သတင်းပို့တဲ့ အာရုံကြောထက် ၂၅ ဆတောင် ပိုကျယ်ပြန့်နေလို့ဖြစ်ရတာပါ။ သမိုင်းအရ လူတွေဟာစာလုံးအက္ခရာတွေ တီထွင်လာကြတာကြောင့် ရုပ်ပုံကို စာလုံးနဲ့သင်္ကေတက ဖော်တာကို လူတွေက အမှီလိုက်ပြီး မှိုင်ြမ်းပြနေကြရတာပါ။ ဒါပေမဲ့ တစ်ချိန်တည်းမှာ ပုံရိပ်တွေ အပေါ်မှာ စဉ်းစားရင်း ကြံဆတတ်တာကို အစဉ်သတိရနေကြရမှာပါ။

ကျွန်တော်တို့ဘာသာ မေးခွန်း ၂ ခုမေးရင်း စဉ်းစားကြရအောင်။

၁။ ဒီနေ့ ငါ့ဘဝလမ်းကြောင်းက ငါ လိုချင်ကဲ့အတိုင်း ဟုတ်ရဲ့လား။

၂။ ဘဝရဲ့ရှုထောင့်မြောက်မြားစွာဟာ၊ စိတ်ဓာတ်အရ၊ ရုပ်ပိုင်းအရ၊ အသက်မွေးမှုအရ၊ ငွေကြေးအရနဲ့ လူမှုရေးအရ ငါမျှော်လင့်တဲ့အတိုင်း ပြီးမြောက်နိုင်ပါ့မလား။

ဒီစာအုပ်ဖတ်နေစဉ် ဒီမေးခွန်းတွေ စဉ်းစားနိုင်တယ်။ မြင့်မြင့်မားမား အားထုတ်နိုင်သူတွေက အိပ်မက်တွေမက်ရာမှာ ကြီးကြီးတွေရွေးမက်ပြီး၊ ဒါကိုအားထုတ်ရရေးအတွက် ပိုင်းဖြတ်ချက်ရှိကြတယ်။ အိပ်မက်တွေကို မျက်မြင်ပုံဖော်ပြီး နေ့စဉ် သူတို့ဘဝရဲ့အိပ်မက်တွေနားလည်အောင် လုပ်ကြတယ်။

လူတိုင်း အတွင်းကျကျနားလည်ကြတာက သူတို့ရဲ့လက်ရှိလုပ်ဆောင်ချက်အဆင့်ထက် သူတို့က ပိုကောင်းနေတယ်ဆိုတာပဲ။ သူ့ဟာသူ အတွင်းအမှန်တရားက သင့်ရဲ့အစွမ်းအစ အပြည့်အဝကို အများဆုံးခြေလှမ်းလှမ်းနိုင်ရေး သင့်အတွက်လုံလောက်တဲ့ မက်လုံးဖြစ်သင့်တယ်ဆိုတာပါပဲ။

သင့်ရဲ့ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးမှာ ဘာတွေနဲ့ဖွဲ့စည်းထားသလဲ။

လူတွေ သူတို့ဘဝထဲ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးစွမ်းအားတွေ လေ့ကျင့်ပုံနည်းလမ်းက မြင့်မားတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ရေးကိစ္စတွေပါပဲ။ ယေဘုယျအားဖြင့် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးဆိုတာ သီးခြားလူတစ်ယောက် သူ့ဘဝပန်းတိုင်တွေ ရောက်ရေး ပုဂ္ဂိုလ်ရေးစွမ်းအားတွေနဲ့ စဉ်းစားပြုမှုဖို့ ကမ္ဘာရဲ့ရှုမြင်ပုံတွေ အနှစ်ချုပ်လိုက်တဲ့နည်းပါပဲ။

ထိရောက်တဲ့သူတွေမှာ ထိရောက်တဲ့ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးတွေရှိရမယ်။ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးဆိုတာကို တစ်ဦးချင်းရဲ့ရုပ်ပိုင်းစိတ်ပိုင်း လုပ်ရပ်တွေနဲ့ စိတ်သဘောထားတွေက ဖော်ပြတဲ့တစ်ဦးချင်းရဲ့အပြုအမူ အရည်အသွေးနဲ့အကျင့်ပါချက်ကွေအဖြစ် အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ထားတယ်။

သင့်ရဲ့ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးက သင့်ရဲ့အဖျတ္တသဘောထားတွေနဲ့ ယုံကြည်ချက်တွေကို ရိုးရိုးလေး အပြင်ထုတ်ဖော်ပြခြင်းပါပဲ။ သင့်အပြု အမူက သင့်သဘောထားတွေကို လုပ်ရပ်ဖြစ်စေခြင်းပါပဲ။ သင့်သဘော ထားတွေက တကယ့် သင်စစ်စစ်ဖြစ်ပြီး သင့်ရဲ့လုပ်ဆောင်ချက်က လည်း အချိန်တွေရဲ့ ၉၉.၉%အထိ၊ သင့်သဘောထားတွေကို အခြေခံ ပါတယ်။ သဘောထားတွေအားလုံးဟာ သင့်မသိစိတ်ထဲ နက်နက်ရှိုင်း ရှိုင်း အမြစ်တွယ်နေတဲ့ အခြေခံယုံကြည်ချက်တွေ တန်ဖိုးတွေရဲ့လုပ် ဆောင်ချက်တစ်ရပ်ပါပဲ။

သင့်ရဲ့စိတ်သဘောထားဟာ ဘဝနဲ့ပတ်သက်တဲ့ သင့်အယူအဆ ယုံကြည်ချက်တွေ၊ နေရာရွှေ့မှုတွေကိုပြတဲ့ စဉ်းစားခြင်း၊ ခံစားမှုပြခြင်း ဆိုင်ရာ၊ သင့်ရဲ့အလေ့အထ၊ အမှုအရာတွေအဖြစ် အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ် တယ်။ သင့်ရဲ့သဘောထားက သင့်ရဲ့အမှတ်တံဆိပ်တော်ဖြစ်လာပြီး၊ ကမ္ဘာကြီး (သင်လည်းအပါအဝင်) က သင့်ကို ဘယ်လို ထင်တယ်နဲ့ သင့်ဆီက ဘာတွေ မျှော်လင့်နိုင်သလဲဆိုတဲ့ နည်းလမ်းလည်း ဖြစ်တယ်။ သင်က ဘဝအပေါ် အကောင်းမြင်ရင်၊ သင့်မှာ အကောင်းမြင်စိတ် သဘောထားတွေပဲ စုပေါင်းနေမှာပေါ့။

ဒါတွေအားလုံးက သဘာဝရဲ့ ကျိုးကြောင်းဆက်သွယ်ချက်တရား ဆီကိုပဲ ဦးတည်နေပါတယ်။

"သင့်ရဲ့စဉ်းစားခြင်းကို သင်ပြောင်းလိုက်ရင်၊
သင့်ရဲ့ယုံကြည်ချက်လည်း ပြောင်းသွားမယ်။
သင့်ရဲ့ယုံကြည်ချက်တွေ ပြောင်းသွားရင်၊
သင့်ရဲ့မျှော်လင့်ချက်တွေ ပြောင်းသွားမယ်။
သင့်ရဲ့မျှော်လင့်ချက်တွေ ပြောင်းသွားရင်၊
သင့်ရဲ့သဘောထားတွေပါ လိုက်ပြောင်းသွားမယ်။ ။

အဲဒီသဘောထားအသစ်က တပြန်တလှည့် သူ့ကိုယ်ပိုင်အာနိသင် တစ်ရပ်ရှိလာတယ်။

သင့်သဘောထားတွေ ပြောင်းသွားရင်၊
သင့်အပြုအမူတွေပါ ပြောင်းသွားမယ်။
သင့်အပြုအမူတွေ ပြောင်းသွားရင်၊
သင့်ရဲ့လုပ်ဆောင်တင်ဆက်ပုံပါ ပြောင်းသွားမယ်။
သင့်ရဲ့လုပ်ဆောင်တင်ဆက်ပုံ ပြောင်းသွားရင်၊
သင့်ဘဝပါ ပြောင်းလဲသွားပါလေရော။ ။

အဓိပ္ပာယ်တွေအားလုံး စတင်ပြောင်းတာနဲ့ သင့်ကိုယ်သင် ထင်နေတာနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ သင့်ယုံကြည်မှုတွေ ပြောင်းဖို့ သင်အားထုတ်လာပါတော့တယ်။

သင့်ရဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ရေးယုံကြည်မှုစနစ်တွေကို ကိုယ်စားပြုတဲ့ သင့်မသိစိတ်ထဲ သိုလှောင်ထားရာ ရုပ်ပုံပုံရိပ်တွေပေါ် အခြေခံတဲ့ပြင်ပဖြစ်ရပ်တွေကို သင့်ရဲ့အာရုံကြောစံနစ်က ရံဖန်ရံခါတုံ့ပြန်လို့ သင့်မှာစိတ်လှုပ်ရှားမှုတွေ ဖြစ်လာတယ်။ ဒီအကွက်အကွင်းတွေကို 'အတုအယောင်' အတွေ့အကြုံတွေနဲ့ ပုံရိပ်ဖော် ပြောင်းလဲနိုင်ပါတယ်။ အကောင်းမြင်ပုံရိပ်တွေကဲ့သို့ အချက်အလက်အသစ်တွေ အစားထိုးခြင်းဖြင့် သင့်မသိစိတ်ထဲကို ယုံကြည်ရမှု လျော့တဲ့ ရှောင်တခင်အချက်အလက်အဟောင်းတွေ သိစိတ်ရှိရှိ ပေးအပ်ရင်း၊ မှတ်ဉာဏ်ထဲသိုလှောင်ပြီးသားအဆိုးမြင်ပုံရိပ်တွေလို ဒါမှမဟုတ် အကောင်းအဆိုး ပေါင်းစပ်ပေးရမယ်။

သင်တတ်နိုင်သလောက် ကြိုးစားရင်း၊ သင့်စိတ်လှုပ်ရှားမှုတွေကို ထက်မြက်စူးရှတဲ့စိတ်တန်ခိုးတွေ၊ သိစိတ်အတွေးတွေနဲ့ ထိန်းချုပ်နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ သင့်ရဲ့စိတ်လှုပ်ရှားမှုတွေက၊ အမြဲတမ်း သင့်ရဲ့မျိုးစေ့တွယ်နေတဲ့၊ အမှန်တရား တည်ဆောက်ချက်နဲ့ တောင့်ခံနေတယ်။ အမှန်

တရား တည်ဆောက်ချက်ဆိုတာ သင့်ကိုယ်သင် ထင်နေတာတွေကို အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ဖို့ သင့်ခေါင်းထဲမှာ ရှိနေပြီးသား ရုပ်ပုံတွေပါပဲ။

ရိုးသားတဲ့ ကျူးလွန်ခြင်း စိတ်ဆန္ဒတွေ ထပ်ခါထပ်ခါ သုံးတဲ့အခါ၊ အခုဖော်ပြပြီးတဲ့ သိစိတ်ပုံရိပ်ဖော်ခြင်း နည်းစနစ်က၊ သင် ဆုံးဖြတ်ရာ ဘယ်ပန်းတိုင်မဆိုရနိုင်ဖို့၊ သင်လိုအပ်ရာ ယုံကြည်ချက်နဲ့ ထိရောက်တဲ့ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးတွေ သင့်ကိုပေးတယ်။ အကောင်းမြင် ထုတ်ပြောတတ်တဲ့ အပြုအမူက သိစိတ်ရှိရှိ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးစရိုက်တွေကို လုပ်ရပ်အားထုတ်မှုနဲ့ ဖော်ပြနိုင်တယ်။ အပြောင်းအလဲဖြစ်စရာ ပေါ်လာနိုင်ပေမယ့်၊ လိုအပ်လှတာမဟုတ်လည်း၊ ဘဝအတွေ့အကြုံထဲ ငြိမ်သက်နေတဲ့ဆန္ဒအရ၊ ပြင်ပဖြစ်ရပ်တွေ ပေါ်လာခွင့်ကို လက်ညှိုးထောင်စနစ်နဲ့ လက်ခံ မခံ အားထုတ်နိုင်တယ်။ ဒီလိုဖြစ်ရပ်တွေက များသောအားဖြင့် ဖြစ်မလာတတ်ပါဘူး။

ဒီကိစ္စမျိုးမှာ 'ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး+အပေါင်း' အာနိသင်မျိုးကို သတိပြုရမယ်။ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးထက်ပိုလာတတ်တာတွေက မြောက်မြားစွာသောအတိုင်းအတာတွေရှိလာတာကြောင့်ဖြစ်တယ်။ 'ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး + ပြင်းပြမှု' ဒါမှမဟုတ် 'ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး + ကျူးလွန်မှု' တွေ ဖြစ်လာနိုင်စရာရှိနေတယ်။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဒီလိုသာဆိုရင် သင်ဟာ တခြားလူတွေနဲ့ ကင်းကွာသွားနိုင်တယ်။ မောင်းတင်ချက် ၁၀ ချက်ကို ရယူခြင်းဖြင့် 'လုပ်ငန်းစဉ် + အပေါင်း' သဘောထားပါရနိုင်ပြီး ပြင်ပအရင်းအမြစ်တွေကရတဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်လေးစားမှု၊ ကျေနပ်မှုတွေ ခွင့်ပြုနိုင်တယ်။ ဒါဟာ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးစွမ်းအားတွေ ပုဂ္ဂလိက ပိုင်ဖြစ်လာတာပဲ။

သင့်ရဲ့စဉ်းစားခြင်းနဲ့ အပြုအမူမှာ၊ အကောင်းမြင်ထုတ်ပြောခြင်း ရုပ်တည်ချက်ရဖို့ လေ့လာခြင်းဖြင့် သင့်ဘဝရဲ့ထိပ်ဆုံးရောက်ဖို့ အစွမ်း

အစတွေ ရှိလာမယ်။ ဒီဘဝတောင်ထိပ်နေရာကို အပေါ်ကချောင်းကြည့်ခွင့် သင့်ရမှာဖြစ်ပြီး၊ အားထုတ်မှုအသစ်တွေရနိုင်ခြေရှိမှုကို နေ့စဉ်ဖြစ်ရပ်တွေကနေ စိတ်ရှုပ်စရာ ပျာလောင်ခတ်မျှမြင်ရမှာပါ။ ဒီနေရာမှာ 'ဖြစ်နိုင်ခြေ စဉ်းစားခြင်း' ကို လေ့ကျင့်ဖို့ ၉ လေးမှာ ၅ လေးလောက် ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ 'ဒေါက်တာရော်ဘတ်ရှူးလား'ရဲ့ 'ချောင်းကြည့်ရန် တောင်ထိပ်' (Peak to Peek) စာအုပ်ထဲက အလားတူခေါင်းစဉ်နဲ့ ရေးထားတဲ့ စည်းမျဉ်းအတိုင်းပဲဖြစ်ပါတယ်။

သင့်ရဲ့မသိစိတ်က အဆက်မပြတ်ထုတ်လုပ်နေတဲ့ အတွေးတွေရဲ့ စက်ရုံကြီးတစ်ရုံနဲ့တူပါတယ်။ ထုတ်လုပ်မှုလမ်းကြောင်းကို ချရင်း၊ သင့်သတင်းလွှာတွေ၊ ပန်းတိုင်တွေအတွက် တကူးတကန့် တာဝန်ယူနိုင်ဖို့ရာ 'သော့ဖွင့်' ထားရမယ်။

ရုပ်ပိုင်းအရ၊ သင့်ဦးနှောက်ပေါက်ကွဲမှုတွေမဖြစ်ဖို့ ခေါင်းက ဦးထုပ်ကိုဖိကိုင်ထိန်းထားရလိမ့်မယ်။ 'ကလောက်အမ်၊ဘရစ်စတိုး' က သူ့ရဲ့ 'T.NT: The Power Within You' စာအုပ်မှာ ပြောထားသလို၊ ဒိုင်းနမိုက် ပေါက်ကွဲမှုနဲ့ တောင်တွေဖြိုနိုင်တာ သိပြီးဖြစ်ကြတယ်။

ဒီချဉ်းကပ်မှုထဲ ပါဝင်နေတာက၊ အရည်ဖွဲ့တဲ့ တရွေ့ရွေ့ဖြစ်စဉ်ဖြစ်ပြီး၊ အောင်မြင်ဖို့ ခြေလှမ်း ၁၀ လှမ်း ရိုးရိုးပဲလှမ်းရမယ်။ ဒီလမ်းနဲ့ အလုပ်မဖြစ်ရင် ဖြစ်နိုင်သမျှတိုးတက်ရအောင် လေ့ကျင့်ပြီးရင်းလေ့ကျင့် လေ့ကျင့်လို့သွားရမယ်။

သဘာဝထဲက အရာအားလုံးလိုပဲ သင့်ရဲ့စိတ်ဦးနှောက်ဟာလည်း အတွင်းအဖျတ္တ ငြိမ်သက်အေးချမ်းမှုကိုရှာဖို့ သဘာဝကျကျတိမ်းညွှတ်မှု ရှိတယ်။ လုပ်ရပ်တိုင်းမှာ ဒါကိုဆင့်ခေါ်တဲ့အခါ ညီမျှပြီး ဆန့်ကျင်တဲ့ တုံ့ပြန်ချက်တစ်ခုတွေ့ရတယ်။ သင်စိန်မခေါ်မချင်း သင့်စိတ်က တော့ ကြားကျနေဦးမှာပဲ။

တခြားနည်းပြောရရင်၊ သင့်သိစိတ်နဲ့ မသိစိတ်တို့က အဒ္ဌတ္တ ညီမျှခြေကို အမြဲရှာနေမှာပဲ။ သင့်သိစိတ်က အဆင့်ကို သတ်မှတ်ဆုံးဖြတ်ပေးပြီး၊ မသိစိတ်ကတော့ ယင်းရဲ့ဦးဆောင်မှုနောက် အလိုအလျောက်လိုက်ပါတယ်။ သိစိတ်က ပြဿနာတစ်ခုကို ရင်ဆိုင်၊ ဒါမှမဟုတ်၊ နှိုးဆွချက်တစ်ခု မှိုင်ပြမ်းလိမ့်မယ်။ မသိစိတ်ကတော့ ဖြေရှင်းချက်ပေါ် အလုပ်လုပ်လိမ့်မယ်။ မှော်တန်ခိုးစွမ်းအားက၊ ကျွန်တော်တို့အားလုံးရဲ့ အတွင်းမှာ ရှိနေတယ်။ ကျွန်တော်တို့ဘဝတွေရဲ့ တိုးတက်မှုကို ရှာကြံဖို့၊ အကောင်းမြင်မောင်းတင်ချက်ရဲ့ ရလဒ်အဖြစ်နဲ့ ယင်းတန်ခိုးစွမ်းအားကို အမိန့်ပေးဆင့်ခေါ်လို့ ရနိုင်ပါတယ်။

အခု သင့်ရဲ့သိစိတ်နဲ့ မသိစိတ် အစိတ်အပိုင်း ၂ ခုတို့ အချင်းချင်း၊ သင်နဲ့ပတ်သက်သမျှ ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း၊ အကောင်းမြင်စွာနဲ့ ပြောဆိုနိုင်ကြပြီ။ သူတို့နှစ်ပိုင်းက သဟဇာတဖြစ်နေကြလို့ဖြစ်တယ်။ သင့်အာရုံနှိုးဆွချက်တွေကို သင့်သိစိတ်က အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ပေးပြီး၊ သင့်မသိစိတ်အတွက် ပန်းတိုင်တွေအဖြစ် အလိုအလျောက်ဖြစ်လာတယ်။

သိစိတ်အတွေးတွေက သင့်ရဲ့ဖြစ်နိုင်ခြေတွေ တက်တက်ကြွကြွရှာဖွေရင်း၊ သင့်မသိစိတ်ကဖြေရှင်းချက်တွေ ဖန်တီးရေးထဲသို့ အလိုအလျောက် တက်ကြွစွာရောက်စေတယ်။ အစစ်အမှန်ထိရောက်ဖို့က၊ အခြားသူတွေနဲ့ မဆက်ဆံမီမှာ၊ သင့်ဟာသင် အကောင်းမြင်ထုတ်ပြောနိုင်ရပါမယ်။ သင့်စိတ်ရဲ့သိစိတ်နဲ့မသိစိတ်တို့ကြားမှာ 'မင်းနိုင်ရင်၊ ငါလည်း နိုင်တယ်' ကို သင် လေ့ကျင့်ရလိမ့်မယ်။ သိစိတ်နဲ့မသိစိတ်ရဲ့ အကြားမှာ ပွင့်လင်းတဲ့မိတ်ဆွေဖြစ် ဆက်ဆံရေးကို ရှုန်းကန်ရယူရမှာပါ။ သူတို့အချင်းချင်း သိပ်ချစ်ကြတဲ့ အကောင်းဆုံးသူငယ်ချင်းတွေ ဖြစ်လာနိုင်ကြတယ်။ သူတို့တွေရဲ့ဆက်ဆံရေးက လုံးဝပွင့်လင်းလွတ်လပ်နေရမယ်။ မေတ္တာတွေပြည့်ဝလို့ အပြန်အလှန်လေးစားမှုတွေရှိသင့်ပါ

တယ်။ သင့်ကိုပျော်ရွှင်စေမယ့် ပန်းတိုင်တွေဆီ ရှေးရှုဝန်းရံနေရမယ်။

သင့်မသိစိတ်က သူ့ရဲ့အကောင်းဆုံးလုပ်ဆောင်ချက်တွေအဖြစ် သင့်ခန့်ကိုယ်လုပ်ဆောင်ချက်တွေ သက်သာစွာ ဖြေလျှော့နားပြီး ဖန်တီးခွင့်ပြုထားတဲ့အခိုက်မှာ သိစိတ်က ဝင်ရောက်နှောင့်ယှက်စွက်ဖက်လာတာမျိုး ခွင့်မပြုရဘူး။ လက်ရှိ မသက်မသာအာရုံနောက်ဖွယ်အတွေးတွေက သင့်ရဲ့ထိရောက်စွာ ခံစားချက်ကောင်းနေတာတွေထဲ ဝင်မလာရဘူး။ သင့်ရဲ့ တကယ့်အချိန်သိစိတ်အတွေးတွေဟာ သင့်မသိစိတ်အပြုအမူတွေကို ထိန်းချုပ်ထားရမယ်။ သင့်ရဲ့အဖျတ္တာအတွေးတွေက အဆုံးသတ်မှာ သင့်ဘဝရဲ့အဓိကနယ်ပယ်သုံးရပ်တွင်း အခြားသူတွေနဲ့ အောင်အောင်မြင်မြင် ဆက်ဆံနိုင်–မနိုင် ဆုံးဖြတ်ပေးပါတယ်။

သင့်သိစိတ်နဲ့ မသိစိတ်တို့အချင်းချင်း သဟဇာတဖြစ်နေရင်၊ သင့်ပတ်ဝန်းကျင်နဲ့ သင်သဟဇာတဖြစ်ရေးမှာလည်း ပိုထိရောက်နိုင်တယ်။ အခြားသူတွေကို သင်မေတ္တာမပေးမီမှာ သင့်ကိုယ်သင်အရင်မေတ္တာထားရမယ်။ အတုံ့အပြန်မေတ္တာတွေ လက်ခံရေးအတွက် အခြားသူတွေကို မေတ္တာထားရပါလိမ့်မယ်။

စဉ်းစားဖို့အချိန်ယူပါ

၁။ တကယ့် သင်နဲ့ ကိုက်မယ့်အပြုအမူမျိုးကို ဆုံးဖြတ်သတ်မှတ်ပြီး၊ အဲဒီပုဂ္ဂိုလ်ပုံစံမျိုးဖြစ်ရေးကို မှန်းဆပုံရိပ်ဖော်ပါ။

၂။ သင့်ရဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ရေး၊ အသက်မွေးမှု၊ လူမှုရေးဘဝနယ်ပယ် ၃ ရပ်အတွက် ရေတို၊ ရေရှည်ပန်းတိုင်များ သတ်မှတ်ပါ။ ဒီပန်းတိုင်တစ်ခုခုက အခြားသူများနဲ့ သင့်ရဲ့ဆက်ဆံရေးကို ပိုထိရောက်လာစေပြီး ပိုပျော်ရွှင်ရတဲ့သူ ဖြစ်လာရမယ်။

၃။ နေ့စဉ် တစ်ဦးချင်း ရင်ဆိုင်ရမှုတွေအတွင်း သင် ဖြစ်ချင်တဲ့ လူစားမျိုး သင် ဖြစ်လာရေးကို ပုံရိပ်သစ်များ စတင်ပြုမှုပါ။

၄။ သင့်ပြုမှုချက်အသစ်ကို သင်ဆန္ဒရှိတဲ့ လုပ်ဆောင်ချက်နဲ့ နှိုင်းယှဉ်ပါ။

၅။ တခြားသူတွေရဲ့ ကိုယ့်အပေါ်တုံ့ပြန်ချက်မှာ အကောင်းမြင်နေစေဖို့၊ အဆင့်တိုင်း သင့်ပြုမှုချက်တွေ သိစိတ်ရှိရှိ အဆက်မပြတ် ခေတ်မီစွမ်းမံပေးပါ။

အခန်း [၅]

ပုဂ္ဂိုလ်ရေးတိုးတက်ရန်၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပုံရိပ်ရဲ့အရေးပါမှု

"အကယ့်အမှန်တရားက ဘာအမှန်တရားမှ မရှိတာပါပဲ။ ဒါက စောင့်ကြည့်သူရဲ့မျက်စိအောက်မှာ လဲလျောင်းနေတယ်။ သင်က အခြားသူတွေရဲ့ လိုအပ်ချက်တွေ ကောင်းကောင်း ကျေနပ်စေဖို့ နည်းလမ်းတွေနဲ့ တိုက်ရိုက် အချိုးကျစေမယ့် – အကောင်းမြင်၊ အဆိုးမြင်တုံ့ပြန်ချက်တွေပဲ သင်ရလိမ့်မယ်။ ကမ္ဘာပေါ်က သတ္တဝါတွေအားလုံးအနက်မှာ၊ လူသားတွေကပဲ သူတို့ရဲ့အနာဂတ်ကို ခန့်မှန်းနိုင်ကြပြီး၊ တကယ်ဖြစ်လာနိုင်တယ်လို့ ယုံကြည်တတ်ကြပါရဲ့။ ။"

ပုဂ္ဂိုလ်ရေးတိုးတက်မှု

ပုဂ္ဂိုလ်ရေးတိုးတက်ရေးက ပုဂ္ဂိုလ်ရေးနဲ့ အသက်မွေးမှုရှုထောင့်ကနေကြည့်ရင် အရေးကြီးပါတယ်။ သင့်ဗျော်ရှင်မှုက အဲဒီအပေါ်တည်သလို၊ သင်နဲ့ အနီးစပ်ဆုံးလူတွေရဲ့ဗျော်ရှင်မှုလည်း အဲဒီပေါ်တည်နေတယ်။ သင့်အဖွဲ့အစည်းက သင့်အပေါ်မှာ စဉ်းစားဖွယ် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံ

ထားသလို၊ အလုပ်အပေါ်အသုံးချတိုးတက်စေနိုင်မယ့် ကျွမ်းကျင်မှု အသစ်တွေဆီက အကျိုးရဖို့အတွက်လည်း ရပ်တည်နေတယ်။

အောင်မြင်ရေးရဲ့အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ချက်တစ်ခုက၊ အခြားသူများနဲ့ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်တဲ့အခါမှာ၊ ချိန်ခွင်လျှာကိုက်မယ့်နည်းလမ်းတွေနဲ့ ပိုအာသီသများတဲ့ ပန်းတိုင်တွေ တိုးတက်မှုရှိရှိ ရယူနိုင်စွမ်းကို အောင်မြင်မှုလို့ ခေါ်တယ်။ အောင်မြင်မှုနဲ့ ပျော်ရွှင်မှုအဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ချက်တွေကို ဂရုမထားဘဲ၊ ဒီနှစ်ခုစလုံးက သင်နဲ့အခြားသူများရဲ့ဆက်ဆံရေးအပေါ် ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် မှီခိုနေတာတွေ့ရလိမ့်မယ်။ လူ့အခွင့်အရေး၊ အမျိုးသမီးအခွင့်အရေး၊ လူနည်းစုအခွင့်အရေးနဲ့ နည်းပညာပြောင်းလဲမှုတွေ များလှတဲ့ ခေတ်ကြီးထဲမှာ၊ လူ့ဆက်ဆံရေးတွေက ခါတိုင်းထက် ပိုအရေးပါလာပါတယ်။ လူတွေဟာ တောင်းဆိုချက်တွေ ပိုများလာလို့ ထုတ်ဖော်ပြောတာတွေလည်း ပိုများလာတယ်။ မြို့ပြယဉ်ကျေးမှုတိုးတက်လာတာနဲ့အမျှ ကမ္ဘာကြီးက ပိုသေးငယ်လာပြီး၊ တိုင်းပြည်တွေနဲ့ လူတွေဟာ အချင်းချင်း အပြန်အလှန်မှီခိုလာကြရတယ်။

အသိဉာဏ်ပညာ၊ အထူးပြုထားတဲ့ ဗဟုသုတ အတွေ့အကြုံ၊ အလုပ်ကြိုးစားမှုနဲ့ ပါရမီတွေက ထိရောက်တဲ့ လူ့ဆက်ဆံရေးမပါဘဲနဲ့ ဘာမှမအောင်မြင်နိုင်ဘူး။ အောင်မြင်မှုမရှိရင် လူများစုက မပျော်နိုင်တော့ပါဘူး။ ယနေ့ကမ္ဘာကြီးရဲ့ဒုက္ခသုက္ခတွေ၊ ကြေကွဲဖွယ်ရာတွေက မပျော်မရွှင်၊ သွေးပျက်နေကြတဲ့လူတွေကြောင့်ဖြစ်ရတာပါ။ သုတေသနပြုချက်တွေက ပြတာက လုပ်ငန်းမှာကျဆုံးကြရတာက လူ့ဆက်ဆံရေးမှာ ကျဆုံးကြလို့ဖြစ်ရတာပဲ တဲ့။ ဘယ်နယ်ပယ်မှာမဆို အောင်မြင်မှုဟာ အနီးစပ်ဆုံး ဗဟုသုတအပြုအမူတွေကို ကျွမ်းကျွမ်းကျင်ကျင် အသုံးချမှုနဲ့ ပေါင်းစပ်ထားတဲ့ရလဒ်ဖြစ်ပြီး၊ ဒီထဲမှာ လူ့ဆက်ဆံရေးမှာ အောင်မြင်မှုလည်း ပါနေတယ်။

ကမ္ဘာတစ်ဝန်း ကျွန်တော်တို့က ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယူဆထားချက်တွေပေါ် အခြေခံနေကြပြီး၊ အခြားအရာတွေအပေါ် ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ထင်မြင်ယူဆချက်တွေနဲ့ စီရင်ဆုံးဖြတ်နေကြတယ်။ အဆိုးမြင်အပြောတွေ၊ အဆိုးမြင်ယူဆချက်တွေက ယေဘုယျအားဖြင့် အဆိုးမြင်ထင်မြင်ချက်တွေပဲ ပေးလာတယ်။ လူတွေဟာ သင့်မျက်နှာကို အနုံ့မခံမီမှာပဲ သင့်သဘောထားတွေကို သတိထားမိတတ်တာကတော့ စိတ်ဝင်စားစရာပါပဲ။ လူတစ်ဦးချင်းစီက သူတို့ကိုယ်ပိုင်သဘောထားတွေအတွက်၊ တာဝန်တွေ အပြည့်အဝသယ်ဆောင်နေကြရတယ်။ အဆင့်မြင့်မြင့် လေ့ကျင့်ပြီးတဲ့ နည်းပညာတတ်ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ဒီယနေ့မှာ သူတို့ရဲ့ ကိုယ်ရည် ကိုယ်သွေးတွေကို ပိုစိတ်ဝင်စားလာတာ သရော်စရာပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ ဒါကို ဘယ်လိုစတင်လုပ်ရမှန်းတော့ မသိကြသေးပါဘူး။ လူ့ဆက်ဆံရေးရဲ့ ကြောင်းကျိုးတရား ဆက်စပ်ခြင်းကို နားလည်မှု ကင်းနေကြတယ်။

လူသားတွေရဲ့ဆက်ဆံရေးဆိုတာ လူတိုင်း အောင်မြင်နိုင်မယ့်နည်းလမ်းတစ်ခုနဲ့ လူတွေနဲ့ပတ်သက်ဆက်ဆံတဲ့အတတ်ပညာဝိဇ္ဇာရပ်ပါ။ လူတွေဟာ သူတို့အတုံ့အပြန်လိုချင်တာ ရနိုင်ဖွယ်ရှိသလောက် အတိုင်းအတာအထိသာ အခြားသူတွေကို ပေးနေတာ လူတိုင်းသိကြတယ်။ လူတွေက သူတို့ဘဝတွေမှာ၊ သူတို့အတွက်ကာကွယ်ကြမှာပဲ။ ငြိမ်ဝပ်တဲ့တုံ့ပြန်ချက်မှာ တရားလွန်ဖြစ်သွားရင်တော့၊ သေတဲ့အထိ ကျန်းမာရေးဆိုးဝါးသွားတတ်တယ်။ လက်ရဲဇက်ရဲတုံ့ပြန်ချက်မှာ တရားလွန်ကျသွားရင်တော့ အတ္တတွေတုန်ရီရီနဲ့ လူတွေကို စိတ်ဆိုးမာန်ဆိုး အော်ဟစ်ငေါက်ငမ်းကျိန်ဆဲတတ်ကြတယ်။ ကျွန်ုပ်လူ့အဖွဲ့အစည်းမှာ ဒီတုံ့ပြန်ချက်နှစ်မျိုးစလုံး မျက်မြင်သက်သေတွေနေကြရတယ်။

လူ့ဆက်ဆံရေးမှာ ကျွမ်းကျင်မှုအလိုက် ခြားနားချက်တွေရှိတာ