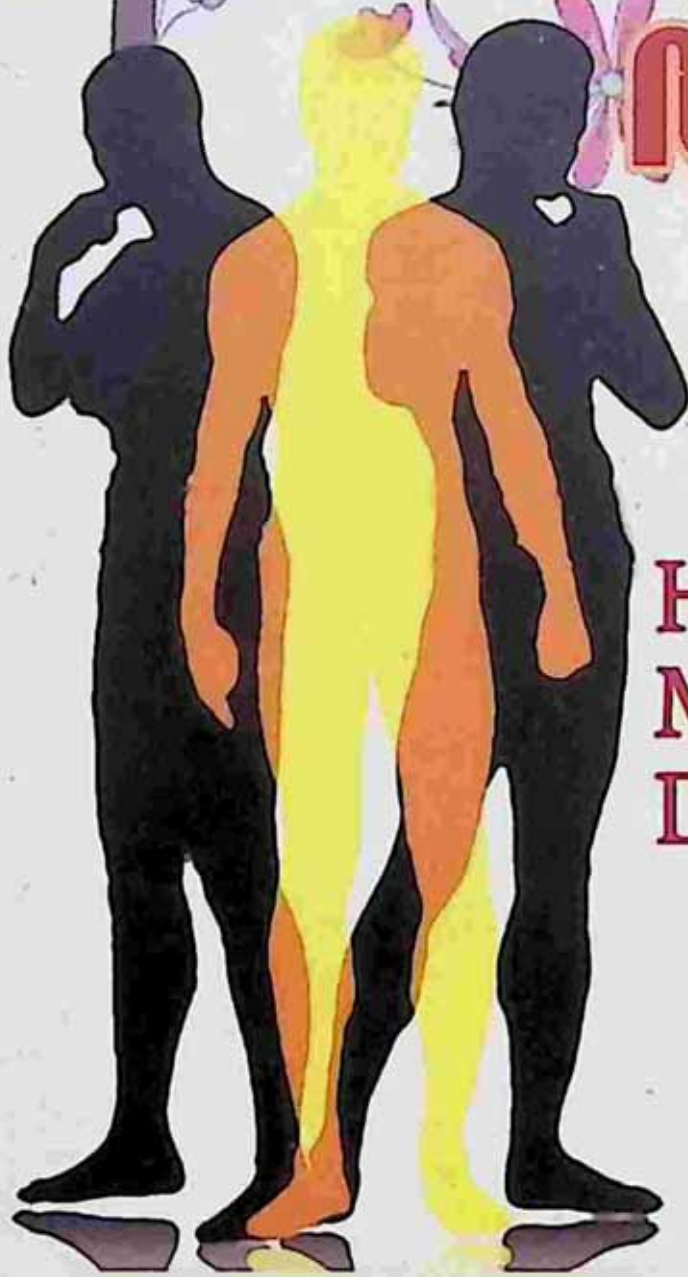


စိတ်ကူးချိုချိုအနုပညာ

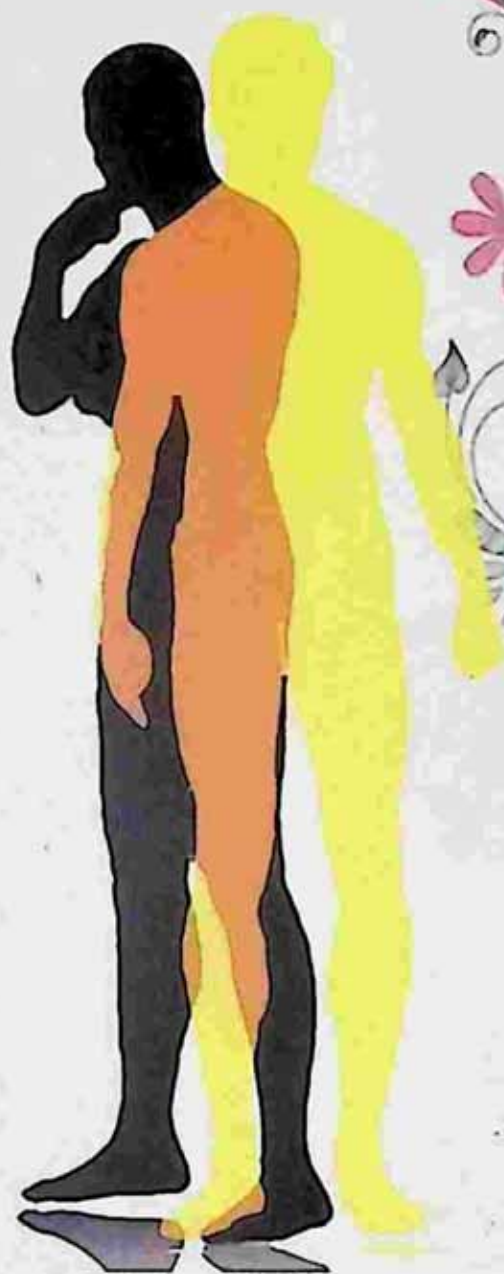
ငါ တစ်ယ က ထူးခြားအောင် ကပြင်ပါ လုပ်ပါ

ဒိုဂျေဆန်း
မြန်မာပြန်

HOW TO
MAKE
DIFFERENCE
Tim Drake



mgyoe.com



**HOW TO
MAKE
DIFFERENCE-
MAKE IT
HAPPEN AND
FULFIL
YOUR POTENTIAL**
Tim Drake



DJS0013

2,000.00 KS

ထုတ်ဝေသူ - ဦးစန်းဦး၊ စိတ်ကူးချိုချိုစာပေ၊ ၈၅၊ ၁၆၄လမ်း၊ တာမွေ။
 ပုံနှိပ်သူ - ဒေါ်ဝင်းမာ၊ စိတ်ကူးချိုချိုပုံနှိပ်တိုက်၊ ၁၁၇၉၊ မစိုးရိမ်လမ်း၊ ရန်ကင်း။
 အပြင်အဆင် - အမ်အက်စ်အို
 ၂၀၁၃၊ ဒီဇင်ဘာလ၊ ပထမအကြိမ်၊ အုပ်ရေ ၅၀၀
 ရောင်းစျေး ၂၀၀၀ ကျပ်

၈၀၈ - ၈၃

တစ်မူထူးခြားအောင်လုပ်ပါ
 ဒီဂျော့ဆန်း - ရန်ကုန်၊ စိတ်ကူးချိုချိုစာပေ၊ ၂၀၁၃၊
 စာမျက်နှာ ၂၁၅၊ မျက်နှာ၊ ၁၂.၅ ဧင်တီ x ၁၈.၅ ဧင်တီ
 (၁) တစ်မူထူးခြားအောင်လုပ်ပါ



တစ်မှုထူးခြားအောင်လုပ်ပါ
MAKE A DIFFERENCE

Tim Drake

ဒိုဂျေဆန်း

မြန်မာပြန်



mgyc.com

mgyc.com

ဗာတိကာ

- စကားဦး	၁
- မိတ်ဆက်	၂
၁X တစ်မူထူးခြားတဲ့ ဧတွးဧခါမူအလေ့အထ	၉
- အဲဒါက ဘာလဲ	၉
- တစ်မူထူးခြားစေဖို့အတွက် တစ်မူထူးခြားသောနည်းလမ်းများ	၁၂
* ဘာကြောင့်အရေးကြီးတာလဲ	၁၅
* ပိုစ်မော်ဒန်	၁၇
၂X အပြုသဘော တစ်မူထူးအောင်လုပ်သူတွေဟာ	
အောင်နိုင်သူတွေပါ	၁၉
* အဆိုးမြင်ခြင်းဟာ တုံးနေတဲ့ပုဆိန်	၂၄
* ကျွန်တော်တို့ လုပ်နိုင်မှာပါ	၂၆
* စေတနာ့ဝန်ထမ်း ဆင့်ကဲဆင့်ကဲတိုးတက်မှု	၃၁
၃X ဧတွးဧခါမူအလေ့အထနဲ့	
ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကို ရှာဖွေခြင်း	၃၇
* ဘာကြောင့်အရေးကြီးတာလဲ	၃၉
* သံမှို တကယ်စွဲခြင်း	၄၅

၄၁ တန်ဖိုးထားမှုများမြေပုံ	၄၇
* ပါဝင်သောအရာများ	၅၀
* မြေပုံနှင့် လမ်းညွှန်အိမ်မြှောင်	၅၂
* ကွယ်လွန်သူရဲ့အကြောင်း	၅၅
* အကြံပေး စာတစ်စောင်	၅၇
* ထပ်ဖန်တလဲလဲများနှင့် ဝိရောဓိများ	၅၉

၅၁ တိုသို့လိပ်ပြာရဲ့ မာလိန်မှူး	၆၁
- စရိုက်ကို ဘယ်လိုတည်ဆောက်ကြသလဲ	၆၄
* တာဝန်အပြည့်အဝ ယူပါ	၆၄
* အခြေအနေအကုန်လုံးမှာ မိမိရဲ့ တည်ရှိမှုကို လေ့ကျင့်လိုက်ပါ	၆၇
* မိမိရဲ့ အသိစိတ်ကို နားထောင်ပါ	၆၉
- အသိစိတ်ဆိုတာ ဘာလဲ	၇၂
* သတ္တိရှိပါ	၇၄
- ထပ်ဆောင်းအကူအညီ	၈၀

၆၁ ဘာကြောင့်လဲမှ ဘယ်လိုလဲဆီသို့	
အခြားသူတွေအတွက် တန်ဖိုးပန်တီးပေးခြင်း	၈၄
- စေတနာက အရေးပါပါတယ်။	၈၆
- သူတို့ကို တန်ဖိုးရှိအောင် လုပ်ပေးခြင်းဖြင့်	
တန်ဖိုးပေါင်းထည့်ပေးခြင်း	၈၈
* မိသားစုများတွင် တန်ဖိုးထပ်ဖြည့်ထည့်ခြင်း	၈၉
* ကမ္ဘာအတွက် တန်ဖိုးထပ်ဖြည့်ထည့်ခြင်း	၉၂
- ခေါင်းဆောင်အဖြစ်ဖြင့် တန်ဖိုးပန်တီးခြင်း	၉၄
* ခေါင်းဆောင်မှုနဲ့ ဂလိုဘယ်လိုက်ဖေးရှင်း	၉၆
* စိတ်ကူးများမှတစ်ဆင့် တန်ဖိုးကို ဖန်တီးခြင်း	၁၀၃

၇၂	ဘဝဆီသို့ သယ်ဆောင်ခြင်း	၁၀၉
	- လိနဲ့ ဟယ်လင်။ သိကြီးကို ရှာဖွေခြင်း	၁၁၃
	* အသက် ၉ နှစ်ရှိ သူ့သားကြီးအနေဖြင့် ရေးသားသည့် နာရေးစာတို	၁၁၈
	* ဇနီးသည်အနေဖြင့် ရေးသားသည့် နာရေးစာတို	၁၁၉
	* မိတ်ဆွေနှင့် လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်ဖြစ်သူအနေဖြင့် ရေးသားသည့် နာရေးစာတို	၁၂၀
	* လိရဲ့ စာ	၁၂၂
	* ဟယ်လင် ရည်ရွယ်ချက်ကို ရှာဖွေခြင်း	၁၂၆
	* သူ့ရဲ့ တူတော်မောင် အသက် ၁၈ နှစ်ရှိ သူ့အနေဖြင့် ရေးသားသော နာရေးစာတို	၁၃၃
	* သူငယ်ချင်းအရင်းအချာဖြစ်သူ ဂျန်အနေဖြင့် ရေးသားသော နာရေးစာတို	၁၃၄
	* လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်ဖြစ်သူ ကေအနေဖြင့် ရေးသားသည့် နာရေးစာတို	၁၃၆
	* ဟယ်လင်ရဲ့ စာ	၁၃၇

၈၂	နယ်ပယ်ရွေးချယ်ခြင်းနှင့် ဖြစ်အောင်လုပ်ခြင်း	၁၄၁
	- ရည်ရွယ်ချက်၏ ပုံသဏ္ဍာန်များနှင့် အရွယ်အစားများ ကွဲပြားစေခြင်း	၁၄၁
	* အကျိုးပြုနိုင်စွမ်း ရှိသူ	၁၄၂
	* ဒုက္ခပေးတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်	၁၄၃
	* အကျိုးပြုနိုင်စွမ်းရှိသူကို အသုံးပြုခြင်း	၁၄၅
	* ၂၄နာရီပတ်လည် စိန်ခေါ်မှု	၁၄၇
	* ကိုယ့်နယ်ပယ်ပိုင်နက်ကို ရွေးချယ်ခြင်း	၁၄၉
	* တစ်မူထူးခြားမှုအတွက် အားများ	၁၅၂
	* သံနို့ဌာန်ကို ထက်မြဲစေခြင်း	၁၅၃
	* သဘောထားအမြင်ကို ရွေးချယ်ခြင်း	၁၅၅

- * သဘောထားခံယူချက်ကို အမည်အမှတ်တံဆိပ်
တပ်ဆင်ခြင်း ၁၅၆
- * ပန်းတိုင်ချမှတ်ခြင်း ၁၆၀

- ၉၂ တစ်မှုထူးခြားမှုအတွက် အားများ ၁၆၅
- စင်ကြယ်သောတန်ဖိုး ဗဟိုခွာအား ၁၇၇
- * ဟယ်လင် သူ့လမ်းကို ရှာပါတယ်။ ဒါပေမဲ့
တိုက်ရိုက်တော့ မဟုတ်ဘူး ၁၈၆

- ၁၀၂ ဒီကဇန ဘယ်ကို သွားကြမလဲ ၁၉၀
- တစ်မှုထူးခြားအောင် လုပ်ပေးလိုသောဆန္ဒရှိရန် လိုအပ်ခြင်း ၂၁၀
- * မေးမြန်းစေခိုင်းခြင်း ၂၁၂



စကားဦး

သမီးလေး လေးနှစ်အရွယ်မှာ မျက်နှာပုံတွေ ဆွဲရတာကို ကြိုက်နှစ်သက်ခဲ့ပါတယ်။ မိဘတို့ရဲ့ ထုံးစံအတိုင်း သူ့ရဲ့ ကြိုးစားအားထုတ်မှုတွေကို အသိအမှတ်ပြုပေးခဲ့ပါတယ်။ ချီးကျူးစကားကို ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာဖြင့် ပြောပေးခဲ့ကြပါတယ်။

တစ်ရက်မှာ သူ ဆွဲထားတဲ့ မျက်နှာပုံကို လာပြတယ်။ မျက်နှာမှန်း သိသာပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ မျက်လုံး တစ်လုံးမှ မပါဘူး။

“သမီး ဆွဲထားတဲ့ မျက်နှာက လှတယ်။ ဒါပေမဲ့ မျက်လုံး မပါဘူး”

လို့ သူ့ကို ထောက်ပြလိုက်တယ်။ သူက ကျွန်တော့်ကို တစ်ချက်ကြည့်တယ်။ ‘အလိုက်တာ’ ဆိုတဲ့ အကြည့်။ အဖေလုပ်နေပြီး သမီးလောက်တောင် မသိဘူးလားဆိုတဲ့အကြည့်။ သူက လက်ထဲ ကိုင်ထားတဲ့ ခဲတံကလေးကို ထောင်ပြတယ်။

“ဒီမှာ။ ခဲတံထဲမှာ . . .”

လို့ ပြောပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ အသုံးဝင်ပုံ၊ အသုံးချနိုင်ပုံတွေကို ရှာဖွေတွေ့ရှိပြီး ကွဲပြားခြားနားတဲ့အဖြစ်ကို ရဖို့ ထိထိရောက်ရောက်လုပ်ကိုင်ဖို့ သင်ယူကြရာမှာ ပြည့်ဝအောင်လုပ်ပေးမယ့် ကျွန်တော်တို့ရဲ့ အစွမ်းသတ္တိကို ခဲတံထဲမှာပဲ သိမ်းဆည်းထားမိနေကြသလား။



မိတ်ဆက်

ဒီစာအုပ်ဟာ ဖတ်လိုက် တွေးဆလိုက်နဲ့ သွားရမယ့် စာအုပ်မျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ အခန်းတိုင်းမှာ အရေးပါတဲ့ အတွေးတွေ တွေးမိစေဖို့အတွက် အစကလေးတွေ ထောင်ထားတယ်။

ဒီစာအုပ်ဟာ တစ်မူထူးခြားမှုကို ရရှိအောင် လုပ်ပေးနိုင်မယ့် စာအုပ်လည်း ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီစာအုပ်ဟာ Tim Drake ရေးသားပြုစုတဲ့ HOW TO MAKE A DIFFERENCE - Make It Happen and Fulfil Your Potential ကို မြန်မာမှုပြုထားတဲ့ စာအုပ်ဖြစ် ပါတယ်။

ဒီစာအုပ်ဟာ စာရှုသူရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကို မိမိဘာသာ တွေ့ရှိပြီး သိသွားစေ ခြင်းဖြင့် ဘဝကို ပြောင်းလဲပေးမယ့် ဘဝလမ်းညွှန်လည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ပြီးတော့ တစ်မူထူးခြားအောင် လုပ်ပေးနိုင်သူ အဖြစ်ကိုလည်း ရရှိဦးမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

တစ်မူထူးခြားအောင် ကြံဆလုပ်ဆောင်နေကြရတဲ့ အချိန်အခါမှာ အဲဒီစကား လုံးက ပုံဆောင်မဲ့ဖြစ်နေပြီး အတော်လည်းကြီးကျယ်နေတဲ့အပြင် သူ့ကို ကိုင်တွယ် ရလွယ်ကူအောင် လက်ကိုင်တပ်ဖို့ဆိုတာကလည်း ခက်ခဲပါတယ်။

အဲဒီလို ကြီးကျယ်နေတဲ့ 'တစ်မူထူးခြားအောင်လုပ်ခြင်း'ကို တစ်ကိုက်စာ အတုံးအတစ်ကလေးဖြစ်အောင် ဒီစာအုပ်မှာ လုပ်ပေးထားပါတယ်။ အရင်ဆုံး မိမိရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ အသုံးဝင်ပုံကို ရှာဖွေသိရှိပြီး ဘဝကို အဓိပ္ပာယ်ရှိသွားအောင်

လုပ်ဖို့ ကိရိယာတန်ဆာပလာတွေကို ပေးထားပါတယ်။ ကိုယ့်ရဲ့ တန်ဖိုးကို ရှာတွေ့ဖို့ မြေပုံနဲ့ ဘယ်ဟာက မိမိကို ရွှေ့ပေးတာလဲဆိုတာကို သိနိုင်ဖို့ တင်ပြပေးထားပါတယ်။ ပြီးတဲ့အခါမှာ မိမိရဲ့ အစွမ်းသတ္တိတွေကို ပြည့်ဝအောင် လှုပ်ရှားလုပ်ကိုင်စဉ်မှာ ခြေလှမ်းတိုင်း နေရာမှန်မှန် ခြေချနိုင်တာ သေချာစေဖို့အတွက်ကို နည်းပေးလမ်းပြထားပါတယ်။

ကျောရိုးပြုထားတဲ့စာအုပ်ကို ယခင်တုန်းက ၂၀၀၆ခုနှစ်မှ ထုတ်ဝေခဲ့ပြီး နောက်တစ်ကြိမ်ထုတ်တော့ ပြန်ပြင်ရေးပြီး ထုတ်ဝေခဲ့တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဘဝရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို ရှာဖွေတွေ့ရှိလိုကြတဲ့ ဆန္ဒတွေ ပိုပြင်းပြလာကြတဲ့ ယနေ့အချိန်အခါနဲ့ အပ်စပ်အောင် ပြန်ပြင်ရေးခဲ့တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ချက်ချင်းလက်ငင်းနဲ့ ရေရှည်အတွက် ပျော်ရွှင်သူခ ရကြစေဖို့ မိမိရဲ့ အလားအလာကောင်းတွေကို ပြည့်ဝစေခြင်းဖြင့် တစ်မူထူးခြားသွားတဲ့ ဘဝတွေကို ရရှိသွားစေမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ရလဒ်အဖြစ် ခါတိုင်းထက် ပိုပျော်ရွှင်တဲ့သူ ဖြစ်သွားမယ်။ သူများတွေ အကျိုးရှိအောင် လုပ်ပေးရင်း ကိုယ်တိုင်လည်း အကျိုးရှိသွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

နှစ်ဦးနှစ်ဖက်အကျိုးရှိဖို့ကို သတိမူဖို့ အရေးကြီးပြီး သာယာမျှတဖို့လည်း လိုပါတယ်။ အခြားသူတို့ကို အကူအညီတွေနဲ့ တန်ဖိုးထားတာတွေကို အများဆုံး ပေးနိုင်မယ့် လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်မှုတွေကို ရှာဖွေဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ တစ်ချိန်တည်းမှာပဲ မိမိကိုယ်မိမိ ကျေနပ်အားရမှုတွေနဲ့အတူ ပြည့်ဝခြင်းတွေ အများဆုံး ရရှိစေရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ စီမံကိန်းချပြီး လုပ်ကိုင်တဲ့အခါ ငွေရှိရှိနဲ့ ထိန်းထားဖို့လိုပြီး အဲဒီအတွက် ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ ဘဝကို အဓိပ္ပာယ်ရှိအောင် လုပ်ထားဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ ကိုယ်လုပ်တဲ့ အလုပ်ဟာ အဓိပ္ပာယ်ရှိတယ်လို့ ခံစားရမှလည်း ဘာကြီးဖြစ်နေနေ တိုက်ပွဲကို ဆက်လက်ဆင်နွှဲနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

တစ်ဦးတစ်ယောက်အနေဖြင့်ဖြစ်စေ၊ အဖွဲ့အစည်းရဲ့ အဖွဲ့ဝင်တစ်ဦးအဖြစ်ဖြင့် ဖြစ်စေ တစ်မူထူးခြားအောင် လုပ်နိုင်လို့ ကျေနပ်အားရမှုတွေ ရရှိမယ်။ အားတက်စရာကောင်းတာက မိဒီယာတွေမှာ မကောင်းပြောကြတာကို ကြုံနေရပေမဲ့ စီးပွားရှာလုပ်ငန်းလောကရဲ့ ထိပ်သီးဦးဆောင်သူတွေဟာ ကောင်းရာမှန်ရာတွေကို လုပ်ကိုင်လာနေကြတယ်။ လူမှုအဖွဲ့အစည်းရဲ့ အပြောင်းအရွှေ့ကို ပိုဖွင့်ပေးနေတယ်။ သူတို့ရဲ့ ဝန်ထမ်းတွေနဲ့ စားသုံးသူတွေကို ထိတွေ့တာမှာ အကျိုးဖြစ်ထွန်းဖို့ဆိုတာ လူမှုအဖွဲ့အစည်းအတွက် တန်ဖိုးတွေ ဖန်တီးပေးဖို့ လိုအပ်ကြောင်း သဘောပေါက်ထားကြပါတယ်။ ဒီတော့ သူ့အဖွဲ့အစည်းအတွက်ဖြစ်စေ၊ လူမှုအဖွဲ့အစည်းအတွက်

၄

ဖြစ်စေ တန်ဖိုးတွေ ဖန်တီးပေးနိုင်ဖို့ မိမိရဲ့ ဝန်ထမ်းတွေကို အခွင့်အလမ်းတွေ ဖန်တီးပေးတဲ့အပြင် တိုက်တွန်းအားပေးခြင်းကိုလည်း ပြုကြပါတယ်။

တစ်မူထူးခြားသွားအောင် တစ်ဦးတစ်ယောက်ကို လည်းကောင်း၊ အဖွဲ့အစည်းကို လည်းကောင်း၊ လူမှုဝန်းကျင်ကိုလည်းကောင်း လုပ်ကိုင်ပေးနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလို တစ်မူထူးခြားအောင် သေးသေးပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ကြီးကြီးပဲဖြစ်ဖြစ် လုပ်ကိုင်ကြတာမှာ ဦးစီးဦးဆောင်နေရာမှာ နေရာယူပြီး အရွယ်အစား ကြီးကြီးမားမားဖြင့် လုပ်ကိုင်သူတွေကို တစ်မူထူးခြားမှု မောင်းနှင်သူများလို့ ဒီစာအုပ်မှာ ခေါ်ဝေါ်သုံးစွဲထားပါတယ်။ ပူးပေါင်းပါဝင်ကြသူတွေကိုတော့ တစ်မူထူးခြားမှုပေးပို့သူလို့ ခေါ်ဝေါ်သုံးစွဲထားပါတယ်။ တစ်ဦးတစ်ယောက်ကို တစ်မူထူးခြားအောင် လုပ်ကိုင်ပေးသူကို အကျိုးပြုနိုင်စွမ်းရှိသူလို့ ခေါ်ဝေါ် သုံးနှုန်းထားပါတယ်။

တစ်မူထူးခြားမှု မောင်းနှင်သူများနဲ့ ပေးပို့သူများအဖို့ အရွယ်အစားက ကြီးမားနိုင်ပါတယ်။ ဥပမာအားဖြင့် ၁၉ရာစုမှာ ကျွန်စနစ်ပပျောက်စေပြီး တစ်မူထူးခြားအောင် လုပ်ကိုင်ခဲ့တာမျိုးဟာ အရွယ်အစားကြီးမားပါတယ်။ အဲဒီတုန်းက တစ်မူထူးခြားမှုမောင်းနှင်သူအဖြစ် ဝဲလ်ဘာဖို့စ်က လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီတုန်းက ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ စီးပွားရေးအခြေအနေတွေက လုပ်သားကို အခမဲ့ရရှိနိုင်မှုအပေါ်မှာ တည်မှီနေပါတယ်။ ဒီတော့ ကျွန်စနစ်ပပျောက်ဖို့ အပြောင်းအရွှေ့ကို ဆန့်ကျင်ကြပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဝဲလ်ဘာဖို့စ်နဲ့ သူ့နောက်လိုက်တွေက အစိုးရကို ဖိအားပြင်းပြင်းထန်ထန်ပေးနိုင်ခဲ့တာကြောင့် ကျွန်ပိုင်ရှင်တွေကို အစိုးရမှ လျော်ကြေးငွေတွေ ပေးချေပြီး ကျွန်တွေကို ကျွန်ဘဝမှ လွတ်မြောက်စေခဲ့ခြင်းဖြင့် ကျွန်စနစ် နိဂုံးချုပ်ခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီခေတ်က ငွေတန်ဖိုးအရ ပေါင်ပေါင်း သန်းချီပြီး ကုန်ကျခဲ့ပါတယ်။

အကျိုးပြုနိုင်စွမ်းရှိသူကျတော့ ဘဝကို ပြောင်းလဲပေးဖို့အတွက် အထောက်အကူနဲ့ ဂရုတစိုက်လုပ်ကိုင်ပေးခြင်းတို့ဖြင့် လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ပါတယ်။ မိမိအနေဖြင့် တစ်မူထူးခြားအောင် လုပ်ကိုင်ပေးနေမှန်း မသိတာ၊ သတိမမူမိတာတွေလည်း ရှိနေပါတယ်။

အဓိပ္ပာယ်ရှာဖို့ ဆန္ဒ ဘာကြောင့် ပြင်းပြကြတာလဲ

တစ်မူထူးခြားအောင် ပြုကြတဲ့သူတွေမှာ တူညီတဲ့ အချက်တစ်ခု ရှိတယ်။ သူတို့မှာ ခံယူထားတဲ့ ကိုယ်ကျင့်တရား ရှိနေပြီး အဲဒီကိုယ့်ကျင့်တရားက တားထား

တဲ့ စည်းက သူတို့လုပ်တဲ့ အလုပ်အပေါ် အဓိပ္ပာယ် ပြည့်ဝနေစေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဓိပ္ပာယ် သူဘာသာသူ အကောင်အထည်ပေါ်ထွက်လာတာမှာ နည်းလမ်း အသွယ်သွယ် ရှိနေပေမဲ့ ပေါင်းစည်းပေးတဲ့ သီကြိုးက ကျွန်တော်တို့ ဘယ်သူလဲ ဆိုတဲ့အချက်နဲ့ ဘာကို မြတ်နိုးသလဲဆိုတဲ့အချက်တို့ကနေ ထွက်ပေါ်လာပါတယ်။ အဲဒီသီကြိုးသာ မရှိခဲ့ရင် ကျွန်တော်တို့မှာ ဦးတည်ချက်အတိုင်း ရွှေ့နေအောင် ထိန်းကျောင်းစရာ ပဲ့မရှိတဲ့အတိုင်း ဖြစ်နေပါလိမ့်မယ်။ ကျွန်တော်တို့ဟာ မိမိလိပ် ပြာရဲ့ မာလိန်များအဖြစ်မှာ မရှိနိုင်တော့ဘူး။ ကျွန်တော်တို့ လုပ်ကိုင်နေတာတွေမှာ အဓိပ္ပာယ် ရှာမတွေ့နိုင်တော့ဘူး။ ကျွန်တော်တို့ တန်ဖိုးထားတာတွေအပေါ်မှာ လည်း သစ္စာဖောက်မိလိမ့်မယ်။ ဟာတာတာကြီးဖြစ်နေပြီး စိတ်ဓာတ်ကျလိမ့်မယ်။

ကျွန်တော်တို့ ဘဝအဓိပ္ပာယ်ရှိစေမယ့် အရေးပါအရာရောက်တဲ့ အရာကို ချိတ်ဆက်ထားနိုင်ဖို့ ပြင်းပြတဲ့ဆန္ဒ တိုးများလာနေတယ်။ အဲဒါကို တစ်မူထူးခြား စေလိုတဲ့ စေတနာလို့ ဒီစာအုပ်မှာ သုံးနှုန်းထားပါတယ်။ အဲဒီစေတနာဆန္ဒ ဘယ်က ရောက်လာပါသလဲ။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ လူမှုဝန်းကျင် အပြောင်းအရွှေ့တွေ ဖြစ်ပေါ်နေတာကနေ ပေါ်ထွက်လာခဲ့တာ ဖြစ်ပါတယ်။

ပေါင်းစည်းမှုတွေ ဖြစ်ပေါ်တာကြောင့် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းမှာ ဘုံအဖြစ်ထားရှိ လို့ရတဲ့အရေးကို အလေးထားလာကြတယ်။ အတိုင်းအတာကြီးမားတဲ့ ပဋိပက္ခတွေ လျော့ကျနေပြီး တိုင်းပြည်အတွက် အဓိပ္ပာယ်ရှိတာတွေကို လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်လာ ကြတယ်။ ငြိမ်းချမ်းရေးနဲ့ သာယာဝပြောမှုကို ထိပါးလာတဲ့အခါ လူထုက စည်းလုံး လိုက်ကြပြီး အောင်ပွဲရအောင် လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ကြတယ်။ မိမိနိုင်ငံရဲ့ နိုင်ငံသူ နိုင်ငံသားတွေ ဖိနှိပ်မှုအောက်မှ လွတ်မြောက်ဖို့အတွက် မိမိ အသက်ကို ပဓာန မထားဘဲ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ကြတယ်။

ပျက်စီးရာပျက်စီးကြောင်းအတွက် စေတနာပါတဲ့ လူမှုမူဝါဒတွေကို ခုခံဆန့် ကျင်တာဟာလည်း အဓိပ္ပာယ်ရှိတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီမှာ ပြဿနာ ရှိတာက အရေးအောင်ဖို့ လုပ်ကိုင်ကြချိန်မှာ အဓိပ္ပာယ်ရှိတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ရှိနေပြီး အရေးအောင်ပြီးချိန်မှာတော့ ရည်ရွယ်ချက် ဆုံးခန်းတိုင်သွားပြီမို့ ဟာတာတာကြီး ဖြစ်ရတဲ့အပြင် စိတ်ဓာတ် အကြီးအကျယ်ကျဆင်းပါတယ်။

အခုအခါမှာ ဘာကိုရရှိလိုက်လို့ ကျေနပ်အားရ ဖြစ်မိသလဲဆိုတာက အရင်ကနဲ့ မတူတော့ဘူး။ ရုပ်ဝတ္ထုပစ္စည်းဥစ္စာတွေရလို့ ကျေနပ်အားရ ဖြစ်မိရတာ တွေအပြင် အဓိပ္ပာယ်ရှိတဲ့ ကျေနပ်အားရမှုတွေကိုလည်း ရချင်ကြတယ်။ မျိုးဆက်

သစ်တွေအနေဖြင့် မြေကမ္ဘာရဲ့ ဂေဟစနစ်ကို စောင့်ရှောက်ပေးနိုင်တာမျိုးကို ကျေနပ်အားရ ဖြစ်မိကြလိမ့်မယ်။ သူတို့အနေဖြင့် ကားကောင်းကောင်းဝယ်စီးနိုင် လို့ ကျေနပ်အားရ ဖြစ်မိမှာ မဟုတ်ဘူး။ ဝတ်ကောင်းစားလှ ဝတ်စားဆင်ယင်နိုင် လို့ ကျေနပ်အားရ ဖြစ်မိမှာ မဟုတ်ဘူး။ ပြည်ပကို အပန်းဖြေခရီးသွားနိုင်တဲ့ ကြိမ် ရေများလို့ ကျေနပ်အားရ ဖြစ်မိမှာ မဟုတ်ဘူး။ ရုပ်ရှင်မင်းသားကျော်သူလို နိဗ္ဗာန်ယာဉ်ကို ကိုယ်တိုင်မောင်းရတာမျိုးကို ကျေနပ်အားရ ဖြစ်ကြမယ်။ ကျော်သူ လို တစ်မူထူးခြားမှု ပေးပို့သူ အဖြစ်ဖြင့် စတင်ပြီး တစ်မူထူးခြားမှု မောင်းနှင်သူ အဖြစ်ကို ရောက်ရှိတာမျိုးကို အားကျကြမယ်။

ကျွန်တော်တို့ လုပ်ကိုင်နေတာတွေမှာ အဓိပ္ပာယ်ရှိရှိဖြစ်စေချင်တဲ့ ဆန္ဒတွေ ရှိနေကြတယ်။ ဂလိုဘယ်လိုက်ဇေးရှင်းကြောင့် အပြိုင်အဆိုင်တွေကြမ်းလာတဲ့ ဖိအားကြောင့် ဒဏ်ပိနေကြတယ်။ လူလျှော့ချပြီး ကုန်ကို ပိုများများထုတ်လုပ်နိုင် အောင် လုပ်ကိုင်လာကြရတယ်။ ဒီတော့ အလုပ်ဝန်ထုပ်ပိုများသွားစေတယ်။ အချိန်ဆင်းရဲမွဲတေမှုတွေ ပေါ်ပေါက်စေတယ်။ လူအဖြစ်ဖြင့် နေထိုင်နေတာ အတွက် လူဖြစ်ရကျိုးနပ်မှ နပ်ရဲ့လားဆိုတဲ့ မေးခွန်း ထွက်ပေါ်လာစေတယ်။

အဲဒီအကြောင်းအချက်တွေက ဘဝရဲ့ တည်ငြိမ်တဲ့ ဗဟိုချက်ကို ရှာဖွေဖို့ဆန္ဒ ကို အားသွင်းပေးနေတယ်။ အဲဒီ ဗဟိုချက်မှာ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကို တို့ထိနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ လူအဖြစ်ဖြင့် နေထိုင်ခြင်းကို အတည်ပြုပေးနိုင်မှာ ဖြစ် ပါတယ်။ အဲဒီဗဟိုချက်မှာ အဓိပ္ပာယ်ကို ရှာဖွေတွေ့ရှိမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီလို ဗဟိုချက်ကို ရောက်ရှိတဲ့ အခိုက်အတန့်တွေဟာ အလွန်အလွန်ကောင်းမွန်တဲ့ အခိုက်အတန့်တွေ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီအခိုက်အတန့် အကောင်းစားတွေမှာ ကျွန်တော်တို့ တန်ဖိုးအသစ်တချို့ကို ဖန်တီးပေးနေကြတယ်။ အဲဒီလို ဖန်တီးပေး ခြင်းကြောင့် ကျွန်တော်တို့ သမိုင်းတွင်ကျန်ရစ်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ငယ်ချင်ငယ်မယ်။ ကြီးချင်ကြီးမယ်။ သမိုင်းတွင်ကျန်ရစ်မှာ သေချာပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့မှာ ရှိနေ တဲ့ ဒဏ်ပိနေတာတွေနဲ့ ဖိအားတွေကို အဓိပ္ပာယ်ရှိတဲ့ဟာတွေအဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲ ပေးလိုက်ကြမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ ဘဝဇာတ်ကြောင်းကို ပြန်ပြောပြဖို့အတွက် အဓိပ္ပာယ်ရှိတာတွေ လုပ်ကိုင်ပေးထားဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ ဘဝဇာတ်ကြောင်းကို ပြောပြတဲ့အခါ အစဉ် အတိုင်း ပြောပြကြရပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ဘဝမှာ ဖြစ်ပွားနေတဲ့ အဆီအငေါ် မတည့်တာတွေကို အဆီအငေါ်တည့်အောင် ဇာတ်ကြောင်းကို ခင်းကြရပါတယ်။

မမေ့နိုင်စရာ ဖြစ်အောင် ပြောပြကြရပါတယ်။ လူတွေက ဇာတ်လမ်းတွေကို မှတ်မိကြတယ်။ ဇာတ်လမ်းမှာ ပါတဲ့ အချက်အလက်တွေကို မမှတ်မိဘူး။ ဇာတ်လမ်းမှာပါတဲ့ သဘောတရားတွေကို မေ့မေ့ပျောက်ပျောက် ဖြစ်သွားကြတယ်။

ဇာတ်လမ်းမှာ အားကျစရာ ဇာတ်ကောင်ပါရင် အဲဒီဇာတ်ကောင်အဖြစ်ကိုယ့်က နေရာဝင်ယူချင်မိတယ်။ အဲဒီအခါ လုပ်ကိုင်ရမယ့် ရည်ရွယ်ချက်ဆိုတဲ့ အသိ ရှိသွားတယ်။ ရည်ရွယ်ချက်ထားရှိပြီး လုပ်ကိုင်တဲ့အခါ ဦးတည်ချက်တွေ ရှိသွားတယ်။ ခြေဦးတည်ရာ သွားနေတဲ့သူ မဟုတ်တော့ဘူး။ အဲဒီ ဦးတည်ချက်တွေက သက်ငြိမ်ပဟိုချက် တည်ရှိရာကို သတ်မှတ်ပေးပါတယ်။

ဒီစာအုပ်မှာ လိနဲ့ ဟယ်လင်ဆိုတဲ့ ဇာတ်ကောင်နှစ်ဦးကို နမူနာအဖြစ် တင်ပြပေးထားပါတယ်။ သူတို့ရဲ့ ဇာတ်ကြောင်းတွေနဲ့ တစ်မူထူးခြားအောင် လက်တွေ့လုပ်ကိုင်ကြတဲ့အခါ ဘယ်လိုလုပ်ရမယ်ဆိုတာကို ပြောပြပေးထားပါတယ်။ တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် လုပ်ကိုင်သွားပုံတွေကို တင်ပြပေးထားပါတယ်။

ထပ်ပြောပါဦးမယ်။ ဒီစာအုပ်က ခင်ဗျားရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကို ရှာဖွေဖို့ ကူညီပေးရုံမျှမက လုပ်ကိုင်တဲ့အခါ သုံးစွဲဖို့ ကိရိယာတန်ဆာပလာတွေကိုပါ ပေးထားပါတယ်။ တန်ဖိုးများမြေပုံဆိုတာကို တင်ပြပေးထားပြီး အဲဒီမြေပုံကို သုံးစွဲကာ ခင်ဗျားကို ဘာတွေက စေ့ဆော်နေသလဲဆိုတာ တကယ်သဘောပေါက်နိုင်စေမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ပြီးတော့ ခင်ဗျားရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်က ဘာလဲဆိုတာကိုလည်း တွေ့မြင်သွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီလို တွေ့လိုက်တဲ့အခါ တစ်မူထူးခြားမှုကို ဘယ်အရွယ်အစားနဲ့ လုပ်မှာလဲဆိုတာကို တိုင်းတာချိန်တွယ်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

အရွယ်အစားကို ဆုံးဖြတ်သိရှိပြီးတဲ့အခါ နောက်တစ်ဆင့်မှာ မိမိရဲ့ သဘောထားအမြင်ခံယူချက်ကို ပုံဆောင်ခဲဖွဲ့ပြီး ခိုင်မာကြည်လင်အောင် လုပ်ကိုင်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ပြီးရင် အကောင်အထည်ဖော်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ခရီးစဉ်တစ်ခုလုံးမှာ ခင်ဗျား စိတ်ဓာတ်မြင့်မားနေဖို့ လိုပါတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ ကိုယ်လုပ်ကိုင်တာတွေကို အသိအမှတ်ပြုခံချင်ကြပါတယ်။ တခြားသူတွေက တလေးတစားဖြင့် အသိအမှတ်ပြုကြတာကို ခံယူရရှိရင် လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်တာတွေမှာ အထောက်အကူ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အရေးကြီးတာက ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တလေးတစားဖြင့် အသိအမှတ်ပြုပေးနိုင်ဖို့ ဖြစ်ပါတယ်။

မိမိရင်ဘတ်ထဲမှာ ကျေနပ်အားရ ဖြစ်မိတာအတွက် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဆုချရ

၈

ပါမယ်။ လုပ်ပါ။ ဆက်လုပ်ပါလို့ ရင်ဘတ်ထဲမှ သဘောတူပေးတာကြောင့် အကဲ
 စမ်းတာတွေ၊ မှတ်ကျောက်တင်တာတွေကို ခံနိုင်ရည်ရှိနေမှာဖြစ်ပြီး လွန်မြောက်
 နိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဟုတ်တယ်၊ မှန်တယ်ဆိုတဲ့ ဆည်းလည်းသံတွေ ရင်ဘတ်ထဲ
 မြည်နေမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ လူဖြစ်ရကျိုးနပ်အောင် လုပ်ကိုင်နေတယ်လို့ ထောက်ခံ
 နေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဟုတ်တယ်။ ငါတစ်မူထူးခြားအောင် လုပ်တာ မှန်တယ်လို့
 ခေါင်းညိတ်ပြတာ ဖြစ်ပါတယ်။



၁။ တစ်မူထူးခြားတဲ့ တွေးခေါ်မှုအလေ့အထ

အဲဒါက ဘာလဲ

“တစ်မူထူးခြားအောင် လုပ်ချင်တယ်”

ဒီစကားကို သူများပြောတာလည်း ကြားဖူးတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပြောဖြစ် တဲ့အခါလည်း ရှိတယ်။

ကျွန်တော်တို့ အားလုံးနီးပါးက တစ်မူထူးခြားအောင် လုပ်ပေးချင်ကြပါတယ်။ ပြဿနာက ဘယ်လို လုပ်ရမယ်ဆိုတာကို ဂဃနဏ မသိကြဘူး။ ပိုအရေးကြီးတဲ့ အချက်ဖြစ်တဲ့ ဘာလို့ တစ်မူထူးခြားချင်ကြတာလဲဆိုတာကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်း မသိကြဘူး။

ဒီနေရာကို ကျွန်တော်တို့ ရောက်နေကြတာ ရည်ရွယ်ချက် ရှိလိမ့်မယ်လို့ ခံစားမိကြပေမဲ့ ဘာရည်ရွယ်ချက်မှန်း ရေရေရာရာ မသိကြဘူး။ အဲဒီအတွက် တစ်ခုခု လုပ်ရမယ်လို့ ကျွန်တော်တို့ ယုံကြည်ကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဘာလုပ်ရမယ်ဆို တာ မသေချာဘူး။ လောကမှာ အမှတ်ထင်ထင်ဖြစ်အောင် လုပ်ပြီး ထားရစ်ခဲ့ချင် တယ်။ ကုန်လွန်ခဲ့တာတွေအတွက် အရာထင်ကျန်ရစ်စေချင်တယ်။ ဒါပေမဲ့ ဘယ်လို အမှတ်ထင်ထင်မျိုးကို ထားရစ်ခဲ့ရမှာလဲဆိုတာကို မရှင်းမလင်းဖြစ်နေပါ တယ်။

ဒီတော့ တစ်မူထူးခြားအောင် လုပ်ချင်ကိုင်ချင်တဲ့ ဆန္ဒက လေဟာနယ်ထဲမှာ ရောက်နေသလို ဖြစ်နေရပါတယ်။ လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တာ တစ်ခုခုမှန်းတော့ ကျွန်တော်တို့ သိထားကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ လုပ်ချင်တဲ့ဆန္ဒများစာရင်း အပေါ်မှာပဲ ဝဲနေပြီး စာရင်းထဲကို မသွင်းဖြစ်ဘူး။ ဦးစားလည်း မပေးဖြစ်ပါဘူး။

တစ်မူထူးခြားအောင် လုပ်ဖို့ကို ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်အဖြစ် ထားရှိပေမယ့် ဒီတစ်ပတ်အတွင်းမှာတော့ လုပ်ဖြစ်ဦးမှာ မဟုတ်ဘူး။ အနားတောင် သိဖြစ်ဦးမှာ မဟုတ်ပါဘူး။

ဒီစာအုပ်မှာ အဓိကအချင်းအရာ နှစ်ခုပါတယ်။ တစ်ခုက တစ်မူထူးခြားတဲ့ တွေးခေါ်မှုအလေ့အထဖြစ်ပြီး ရိုးရိုးကလေး လုပ်သွားရုံဖြင့် မိမိ ရွေးချယ်ထားတဲ့ နယ်ပယ်မှာ တစ်မူထူးခြားအောင် လုပ်ကိုင်တဲ့အခါ ထိရောက်မှု ရှိသွားအောင် အကွက်ချ စီစဉ်ပေးထားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ နောက်တစ်ခုကတော့ ပိုအရေးကြီးပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကို ဘယ်လို ရှာဖွေတွေ့ရှိနိုင်သလဲ ဆိုတာကို တင်ပြပေးထားပါတယ်။ ကိုယ့်ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကို သိခြင်းကြောင့် တစ်မူထူးခြားအောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲဆိုတာနဲ့ ဘယ်မှာ ရှာရမလဲဆိုတာကို သိသွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ တစ်မူထူးခြားသွားအောင်လုပ်မယ့် ကျွန်တော်တို့ရဲ့ မောင်းနှင်မှုနဲ့ စိတ်အားထက်သန်မှုတို့အတွက်လည်း ခွန်အားတိုးစေမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

တစ်မူထူးခြားအောင်လုပ်ရင်း စိတ်ချမ်းသာမှုကို ရှာနိုင်တယ်။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကို တွေ့ရှိပြီး ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ နေထိုင်ရင်း လွတ်လပ်မှုကို ရရှိနိုင်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ဘဝတွေက အဓိပ္ပာယ် ရှိသွားမှာဖြစ်လို့ စိတ်အားထက်သန်မှုတွေနဲ့ စိတ်ပြင်းပြမှုတွေ ပွင့်လန်းသွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဓိပ္ပာယ်ရှိသွားတဲ့ အခါ အလုပ်ကို လာရတာလည်း ငြီးငွေ့စရာ မဟုတ်တော့ဘူး။ အိမ်ကို ပြန်ရတဲ့အခါ မိသားစု အခြေအနေက စိန်ခေါ်နေတာလည်း မရှိတော့ဘူး။ လူမှုဘဝရဲ့ အခက်အခဲတွေကိုလည်း ရှင်းနိုင်သွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ရည်ရွယ်ချက်ကို တွေ့ရှိပြီး ဘဝမှာ အဓိပ္ပာယ် ရှိသွားတဲ့ အကျိုးကျေးဇူးကြောင့် ပျော်ရွှင်မှုထက် ကျေနပ်အားရမှုတွေ ရရှိဖို့ ပိုလွယ်နေမယ်။ ပျော်ရွှင်မှုဟာ လှည့်စားချက်ပါ။ လာပြီးရင် ထွက်သွားတယ်။ ခက်ခဲကြမ်းတမ်းလာတဲ့အခါ ထိန်းထားဖို့ ခက်တယ်။ ဘဝရဲ့ ပန်းထိုးပန်းချီကားပေါ်မှာ ခက်ခဲတဲ့အကွက်နေရာတွေ ရှိနေပြီး ခက်ခဲတဲ့အကွက်နေရာကို ရင်ဆိုင်ရတဲ့အတွက် ကျေနပ်အားရမှု ရရှိနိုင်ပါတယ်။ ဒီတော့ ကျေနပ်အားရပြီး စိတ်ချမ်းသာသွားတဲ့အဖြစ်ကို ရရှိအောင် လုပ်လိုရပြီး ပျော်ရွှင်ခြင်းထက်လည်း ပိုကြာကြာခံပါတယ်။ ကျေနပ်မှုနဲ့ လုပ်ရကျိုးနပ်တာတွေကြောင့် စိတ်ချမ်းသာမှုကို ရရှိမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

အခု တွေးခေါ်မှုအလေ့အထကို အရင်ဆုံး ကြည့်လိုက်ကြရအောင်။

*

တစ်မူထူးခြားအောင် လုပ်ပါ

တစ်မူထူးခြားတဲ့ တွေးခေါ်မှုအလေ့အထဟာ အသိတရားနဲ့အတူ တမင် ရည်ရွယ်ပြီး အပြုသဘောပြောင်းလဲမှုကို လုပ်ဖို့ ဆုံးဖြတ်ချက် ချထားပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့နဲ့အတူ ရှိနေကြတဲ့သူတွေကိုဖြစ်ဖြစ်၊ အခြေအနေတွေကိုဖြစ်ဖြစ် တစ်မူထူးခြားသွားအောင် လုပ်ပေးမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ တွေးခေါ်မှုအလေ့အထက မျော့ချင်ရာမျော့နေတဲ့ဆီမှ ပန်းတိုင်ရှိနေတဲ့ ခရီးရှည်တစ်ခုဆီ ရောက်ရှိသွားစေမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ မတုန်မလှုပ်တဲ့ အဇ္ဈတ္တယုံကြည်စိတ်ချမှုကို ဖန်တီးပေးတာကြောင့် ပိုကောင်းသွားအောင် ပြောင်းလဲပေးနိုင်သူတွေအဖြစ်ကို ရောက်ရှိသွားစေမှာ ဖြစ် ပါတယ်။

အနီးမှာ ရှိသူတွေ၊ ဆက်သွယ်ထိတွေ့မှု ရှိသူတွေကို တိုးတက်ကောင်းမွန် အောင် လုပ်ကိုင်ပေးနိုင်ခဲ့တာကြောင့်လည်းကောင်း၊ အဖွဲ့အစည်းဖြစ်ဖြစ်၊ လူမှု အသိုင်းအဝိုင်းဖြစ်ဖြစ် အပြုအမူတွေ ပြောင်းအောင် လုပ်ပေးနိုင်တာကြောင့် လည်းကောင်း မိမိဖြစ်စေချင်တာတွေ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့တာမို့ အမွေအနှစ်တွေအဖြစ် ထားရစ်ခဲ့နိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီအတွက်ကြောင့် ကျွန်တော်တို့ဟာ ဆထက်ထမ်းပိုး လုပ်ကိုင်နိုင်စွမ်း တိုးကြမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

တစ်မူထူးခြားတဲ့ တွေးခေါ်မှုအလေ့အထဟာ ရံဖန်ရံခါ မသိလိုက်မသိဘာသာ လုပ်ကိုင်မိနေတဲ့ တတ်သိလိမ္မာမှုတွေကို အသိဖြင့် ပုံမှန်လုပ်ကိုင်တဲ့ တတ်သိလိမ္မာမှု အဖြစ်သို့ ပြောင်းရွှေ့ရောက်ရှိစေပါတယ်။ တစ်မူထူးခြားအောင် လုပ်ကိုင်နိုင်စွမ်း ကြောင့် ပြတ်တောင်းပြတ်တောင်းဖြင့် ကြုံရာကျပန်းဖြစ်ကတ်ဆန်း ဖြစ်နေတာတွေ လျော့ကျသွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

တစ်မူထူးခြားတဲ့ တွေးခေါ်မှုအလေ့အထဟာ မိမိကိုးကွယ်တဲ့ ဘာသာတရား ရဲ့ ဖြည့်ဘက်ဖြစ်ပြီး အတူပူးပေါင်းလုပ်ကိုင်နိုင်တဲ့အရာဖြစ်ပါတယ်။ ဘာသာတရား နေရာမှာ အစားထိုးလို့တော့ မရပါဘူး။

*

တစ်မူထူးခြားစေဖို့အတွက် တစ်မူထူးခြားသော နည်းလမ်းများ

ကျွန်တော်တို့ လုပ်နိုင်တဲ့ ကွဲပြားထူးခြားမှုတွေကို ကဏ္ဍနှစ်ပါးနဲ့ ခွဲခြားကြည့်နိုင်ပါတယ်။ တစ်ခုက လူသားချင်းစာနာမှုဖြင့် ဒုက္ခရောက်နေတာတွေကို တုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်ပေးတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျန်တစ်ခုက အဖွဲ့အစည်းတွေ၊ ကုမ္ပဏီတွေ၊ စီးပွားရှာလုပ်ငန်းတွေ၊ အစိုးရတွေက တည်ကြည်မှု ကင်းမဲ့ပြီး ညှာတာထောက်ထားခြင်း မရှိဘဲ မြေကမ္ဘာရဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေး ထိခိုက်စေတာတွေကို တုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်ပေးတာ ဖြစ်ပါတယ်။

ပထမတစ်မျိုးက ကမ္ဘာတစ်လွှား ဒုက္ခရောက်သူတွေကို ကူညီပေးတာကနေ သင့်နေ့စဉ်ဘဝမှာ ကြုံလိုက်ရတဲ့ ဒုက္ခရောက်သူကို ကူညီပေးတာအထိ အကျိုးဝင်ပါတယ်။ ဒုတိယတစ်မျိုးက ပတ်ဝန်းကျင်နဲ့ ပတ်သက်တဲ့ တာဝန်တွေကို လျစ်လျူပြုထားတဲ့ အဖွဲ့အစည်းတွေကို တုံ့ပြန်တာ ဖြစ်ပါတယ်။

တစ်မူထူးခြားမှုဖြစ်အောင် လုပ်ကိုင်တာဟာ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ လူမှုဝန်းကျင်မှာ ရှိနေကြတဲ့ လူတွေ၊ အဖွဲ့အစည်းတွေ၊ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းနဲ့ နောင်လာမယ့် မျိုးဆက်တွေအတွက် ကောင်းကျိုးဖြစ်ထွန်းစေဖို့ ဖြစ်ပါတယ်။

တစ်ဦးချင်းတစ်ယောက်ချင်း တစ်မူထူးခြားအောင်လုပ်ကိုင်ခြင်းဖြင့် ကျေးဇူးပြုကာ ကောင်းသောအရာတွေ ဖြစ်ပွားစေကြမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ တစ်ဦးချင်းအဆင့်ဖြင့် လုပ်ကိုင်တဲ့အခါ တခြားသူတွေ လိုအပ်နေချိန်မှာ မေတ္တာကရုဏာတရား ရှေ့ထားပြီး ပွားများလုပ်ဆောင်ပေးရုံဖြင့် တစ်မူထူးခြားနိုင်ပါတယ်။

အနှစ်သာရအားဖြင့်ပြောရရင် တခြားသူတွေ တိုးတက်ကောင်းမွန်စေလိုတဲ့ ဆန္ဒဖြစ်ပြီး ဘယ်လောက်အထိ လုပ်ပေးနိုင်သလဲဆိုတာကို ကျွန်တော်တို့ ဘယ်လောက်အထိ ဆန္ဒပြင်းပြတယ်ဆိုတဲ့ အချက်ရယ်၊ ဖြစ်ပျက်နေတာတွေနဲ့ ဖြစ်အောင်လုပ်နေတာတွေမှာ ကျွန်တော်တို့ ဘယ်လောက် အထိထိထိရောက်ရောက်ရှိတယ်ဆိုတာရယ်တို့က အဆုံးအဖြတ်ပြုပေးနေပါတယ်။

လူမှုဝန်းကျင်တစ်ခုလုံးအနေဖြင့် တစ်မူထူးခြားအောင် လုပ်ပေးကြသူတွေကို

တစ်မူထူးခြားမှုမောင်းနှင်သူတွေလို့ ခေါ်ဝေါ်ကြပါတယ်။ သူတို့ကို တစ်မူထူးခြားမှု ပေးပို့သူတွေက ကူညီပေးကြပါတယ်။ တစ်ဦးချင်း တစ်ယောက်ချင်း လုပ်ကိုင်ကြသူ တွေကို အကျိုးပြုနိုင်စွမ်းရှိသူလို့ ခေါ်ကြပါတယ်။

တစ်မူထူးခြားမှုမောင်းနှင်သူတွေဟာ လှိုင်းလုံးတွေနဲ့ ပြောင်းလဲမှုတွေ ဖြစ် ပေါ်စေကြပါတယ်။ သူတို့က လောကကို တစ်မူထူးခြားသွားစေပြီး ပိုကောင်းတဲ့ နေရာတစ်ခုအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိအောင် လုပ်ကိုင်ကြပါတယ်။ လူထုနယ်ပယ်ထဲမှာ အမွေအနှစ်တွေ ချပေးကြပါတယ်။

တစ်မူထူးခြားမှုမောင်းနှင်သူတွေဟာ လေရဟတ်ကို လှည့်ပေးနေတဲ့ လေ အား ဖြစ်နေတတ်ပြီး လေရဟတ်ကို လှဲချပစ်တဲ့ လေအားလည်း ဖြစ်နေပါတယ်။ သူတို့ လုပ်ကိုင်နေတဲ့ အဖွဲ့အစည်းမှာ၊ သူတို့နေထိုင်ကြတဲ့ လူမှုဝန်းကျင်မှာ၊ သူတို့ ပါဝင်တဲ့ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းမှာ သူတို့ တန်ဖိုးထားပုံအရ ကန့်လန့်ခံနေတာတွေ တွေ့ရင် ပြောင်းလဲပစ်ဖို့ လုပ်ကိုင်ပါတယ်။

ကမ္ဘာမှာ ထင်ရှားတဲ့ Amnesty International နဲ့ Greenpeace တို့ဟာ စတင်ချိန်မှာ တစ်ဦးတစ်ယောက်ကနေ စဖြစ်ခဲ့တာ ဖြစ်ပါတယ်။ နောက်တော့မှ တစ်မူထူးခြားမှုပေးပို့သူတွေ ပူးပေါင်းပါဝင်လာကြပြီး ထားရှိတဲ့ရည်ရွယ်ချက် အတိုင်း တက်တက်ကြွကြွဖြင့် လုပ်ကိုင်ကြတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ပိုနေမြဲကျားနေမြဲ အတိုင်း ဆက်ရှိနေဖို့အတွက် အပြင်းအထန် ပဋိပက္ခပွားကြသူတွေ ဖြစ်နေတတ်ပြီး နောက်မဆုတ်စတမ်း လုပ်ကိုင်တတ်ကြပါတယ်။ တုံးတိုက်တိုက် ကျားကိုက်ကိုက် လုပ်ကိုင်တတ်ကြပါတယ်။ သာဓကအားဖြင့် တစ်မူထူးခြားမှုမောင်းနှင်သူဖြစ်တဲ့ နယ်လ်ဆင် မန်ဒဲလာ (Nelson Mandela)ဟာ အကျိုးပြုနိုင်စွမ်းရှိသူအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိခဲ့ရာမှာ သူသုံးစွဲတဲ့ လက်နက်တွေက သေနတ်တွေနဲ့ ဗုံးတွေ ဖြစ်ပါတယ်။

တစ်မူထူးခြားမှုပေးပို့သူတွေက တစ်ယောက်တစ်လက် ကျောင်းသားလက်ဆို သလို ပါဝင်လုပ်ကိုင်ပေးကြတာဖြစ်ပြီး တစ်ယောက်ချင်းအနေဖြင့် မပြောပလောက် ပေမဲ့ သူတို့ရဲ့ စုပေါင်းအားဟာ အရမ်းအရေးပါပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့အများစုဟာ တစ်မူထူးခြားမှုပေးပို့သူအဖြစ် လုပ်ကိုင်နိုင်ကြသူများ ဖြစ်ပါတယ်။

လူမှုအသိုက်အမြုံကြီးတစ်ခုလုံး ပြောင်းလဲသွားအောင် တစ်ဦးတစ်ယောက် တည်းဖြင့် လုပ်ပေးနိုင်တာ ရှားပါတယ်။ ကိုယ်ပြောင်းလဲစေခြင်းတဲ့ အရွှေ့ဆီကို လူသူအများ မပါဘဲ စတင်လို့ မရနိုင်ပါဘူး။

တစ်ခါတလေမှာ ခြေလျင်တပ်သားအဆင့်ဖြင့် ပါဝင်လှုပ်ရှားသူဖြစ်ပေမဲ့ တစ်မူထူးခြားမှုမောင်းနှင်သူလို ရဲရင့်ပြီး လုပ်ကိုင်နိုင်စွမ်းရှိသူ ဖြစ်နေတတ်ပါတယ်။ ပိုလန်နိုင်ငံ ပြောင်းလဲမှု ဖြစ်စဉ်မှာ ခေါင်းဆောင်နေရာကို ရောက်လာခဲ့တဲ့ လက်ဝဲလင်စာ (Lech Walesa) ဟာ သင်္ဘောကျင်း လျှပ်စစ်လုပ်သားအဖြစ် လုပ်ကိုင်နေရာမှ လှုပ်ရှားမှုမှာ ပြောင်းလဲမှုပေးပို့သူအဖြစ် ပါဝင်ခဲ့သူဖြစ်ပါတယ်။ သူပါဝင်တဲ့ လှုပ်ရှားမှုက ကွန်မြူနစ်အစိုးရကို ဖြုတ်ချပေးနိုင်ခဲ့ပြီး ပိုလန်ရဲ့ အပြောင်းအလဲအောင်မြင်မှုဟာ အခြား အရှေ့ဥရောပနိုင်ငံတွေဆီ ကူးစက်ရောက်ရှိကာ အရှေ့ဥရောပတစ်ခွင်မှာ ကွန်မြူနစ်အစိုးရတွေ ပြိုလဲသွားစေခဲ့ပါတယ်။ အကျည်းတန်တဲ့ အာဏာရှင်အစိုးရကို တွန်းလှန်ဖို့ မတ်မတ်ရပ်ရဲတဲ့ သတ္တိခွန်အား ရှိသူဖြစ်ပါတယ်။ သူနည်းတူ သင်္ဘောကျင်းလုပ်သားတွေဟာ စစ်တပ်နဲ့ လျှို့ဝှက်ရဲတွေကို မဖြူကြဘဲ အလုပ်ပြန်ဆင်းခိုင်းတာကို ဆန့်ကျင်ခဲ့ကြပါတယ်။ အဲဒီ ပြောင်းလဲမှု ပေးပို့သူတွေက နောက်ဆုံးမှာ တစ်မူထူးခြားတဲ့ ပြောင်းလဲမှုကို ဖြစ်မြောက်အောင် လုပ်ပေးနိုင်ခဲ့ကြပါတယ်။

တစ်မူထူးခြားမှုပေးပို့သူတွေ လုပ်ပေးတဲ့ ပြောင်းလဲမှုတွေဟာ အရေးပါကြပါတယ်။ မိသားစု၊ အလုပ်၊ လူ့အသိုင်းအဝိုင်း၊ သီးခြားဖွဲ့ထားတဲ့အုပ်စုတွေမှာ လိုအပ်နေတဲ့ ရိုင်းပင်းကူညီမှု၊ အားပေးထောက်ခံမှုတွေအတွက် သူတို့ လုပ်ကိုင်ပေးကြရာမှာ တစ်ဦးချင်းအရဆိုရင် အရွယ်အစားသေးငယ်ပေမဲ့ စုပေါင်းအားအဖြစ်ကို ရောက်သွားတဲ့အခါ အကျိုးကျေးဇူးကြီးမားပါတယ်။

အကျိုးပြုနိုင်စွမ်းရှိသူတွေဟာ အခြားသူတွေကို ချစ်ခင်မြတ်နိုးခြင်းဖြင့် အကျိုးပြုပေးနေကြသူတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ တခြားသူတွေရဲ့ ဘဝတွေကို တန်ဖိုးရှိအောင် ဖြည့်ထည့်ပေးနိုင်ကြသူတွေလည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တန်ဖိုးထားတတ်အောင် ပြုပေးနေကြသူတွေလည်း ဖြစ်ပါတယ်။ တချို့က ပင်ကိုအရ အသုံးတော်ခံကြတာဖြစ်ပြီး တချို့ကတော့ အလုပ်တစ်ခုအဖြစ် လုပ်ကိုင်ပေးကြတာ ဖြစ်ပါတယ်။

သူတို့ ထားခဲ့တဲ့ အမွေအနှစ်က တစ်ကိုယ်ရေဆန်ပါတယ်။ သူ့အနီးမှာ ရှိကြသူတွေက သူ့ကို ချစ်ခင်ကြတယ်။ သူတို့ သေသွားရင် အသုဘလိုက်သို့သူ အများအပြားဖြင့် စည်းကားနေလေ့ရှိပါတယ်။ သူရှိစဉ်က သတိမပြုမိဘဲ သူသေဆုံးချိန်ကျမှ သူ့ကျေးဇူးတွေကို သတိတရဖြစ်ကြရသူတွေလည်း ရှိပါတယ်။ လူအများက

ကြည်ညိုခြင်းကို ခံယူရသူတွေ ဖြစ်သော်လည်း မသိလိုက်မသိဘာသာ နေတတ်ကြ သူများ ဖြစ်ပါတယ်။ သူတို့က လောကကို မပြောင်းဘူး။ ကိုယ်နဲ့နီးစပ်တဲ့ ဝန်းကျင် ကိုပဲ ပြောင်းလဲပေးကြပါတယ်။

တချို့ အကျိုးပြုနိုင်စွမ်းရှိသူတို့ရဲ့ ဈာပနမှာတော့ လူသူကင်းမဲ့နေပါတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ သူတို့က ကြီးမားတဲ့ပြောင်းလဲမှုကို ပြုခဲ့ကြပြီး လူတွေ မိအောင် မလိုက်နိုင်ခဲ့ကြလို့ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါမှမဟုတ် တခြားသူတွေအားလုံးကို ဘာဆိုဘာမှ လုပ်မပေးဘဲ တစ်ဦးတစ်ယောက်တည်းကို ကူညီဖို့အတွက် ပုံအော့ခဲ့လို့ ဖြစ်ပါ တယ်။ အဲဒီတစ်ယောက်တည်းကို လည်ချက်အဖြစ် ထားရှိပြီး ပြောင်းလဲမှုကို ပြုခဲ့ တာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီစာအုပ်ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်က ရှင်းပါတယ်။ ခင်ဗျားတစ်မူထူးခြားမှုမောင်းနှင်သူ ဖြစ်ချင်သလား။ ဒါမှမဟုတ်ရင် တစ်မူထူးခြားမှုပေးပို့သူ ဖြစ်ချင်သလား။ ဒါမှ မဟုတ် အကျိုးပြုနိုင်စွမ်းရှိသူ ဖြစ်ချင်သလား။ ပြီးတော့ ခင်ဗျားဘဝရဲ့ ဘယ် နယ်ပယ်မှာ စတင်ချင်တာလဲ။ အဲဒီမေးခွန်းတွေကို အရင်ရွေးချယ်ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါ။

အဲဒီလို ဆုံးဖြတ်လိုက်မှ မိမိရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ဆီကို ရောက်ဖို့ လမ်းသာသွားမှာ ဖြစ်ပြီး ပိုလည်း သဘောပေါက်သွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီရည်ရွယ်ချက်က အရှာရ ခက်လှအောင် တွေ့နိုင်ခဲ့တဲ့အရာ ဖြစ်နေတတ်တာမို့ ယခုလို တစ်ဆင့်ပြီး တစ်ဆင့် သွားကြရတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ်လိုချင်တာရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို သိသွားပြီး အဓိပ္ပာယ် ရှိရှိ ဖြစ်နေမှ လုပ်ကိုင်ဖို့ နည်းနိဿယတွေ ပေါ်ထွက်အောင် ဆောင်ရွက်နိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီနည်းနိဿယတွေက တစ်မူထူးခြားမှုကို အရောက်ပို့ဖို့အတွက် ထိရောက်မှုရှိစေမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီလို ထိရောက်မှုရှိနေတဲ့အတွက် ခင်ဗျားသွား တဲ့ ခရီးရှည်ရဲ့ စိတ်လှုပ်ရှားတက်ကြွစရာအပိုင်း စတင်မှာဖြစ်ပြီး ဖြစ်အောင် လုပ် လိုက်နိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဘာကြောင့် အရေးကြီးတာလဲ

ဘဝက တိုက်ပွဲလို့ ဆိုကြတယ်။ လူမှုပတ်ဝန်းကျင်မှာလည်း မငြိမ်မသက် ဖြစ်တာတွေ ရှိနေတယ်။ အကြမ်းဖက်တာတွေ၊ လူစုလူဝေးဖြင့် ဒေါသတကြီး လုပ်ကိုင်ကြတာတွေ ရှိနေတယ်။ မင်းမဲ့စရိုက် လွမ်းသွားတဲ့ ဖြစ်ရပ်တွေလည်း ရှိနေတယ်။ အဲဒီလို အဖြစ်အပျက်တွေက တစ်မူထူးခြားအောင် လုပ်ကိုင်ပေးတာကို

အဖျက်အမှောင့် ပြုနေကြပါတယ်။

မကောင်းမြင်ဝါဒ၊ အဆိုးမြင်ဝါဒတွေဟာ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ မြော်မြင်မှုတွေ မှာ ဖြစ်နိုင်ခြေရှိတာတွေအပေါ် မြင်အားလျော့ကျစေတဲ့အပြင် ပိုကောင်းဖို့ ပြောင်းလဲပေးနိုင်စွမ်းကိုလည်း ကျဆင်းစေပါတယ်။ စိတ် မကြည်မလင် ဖြစ်ရစေတဲ့ အနိဋ္ဌာရုံတွေကို ၂၄ နာရီပတ်လည် မြင်နိုင်တွေ့နိုင်နေ တယ်။ ဟိဗိမှာ၊ အင်တာနက်မှာစသဖြင့် မြင်ရတွေ့ရတယ်။ အဲဒီလို မြင်ရတွေ့ရတာတွေကြောင့် အဆိုးမြင်တာတွေ မသိမသာစိမ့်ဝင် ရောက်ရှိသွားပြီး အဆိုးအမြင်ဖြင့် ကြည့်နေမိစေပါတယ်။

ကမ္ဘာ့လူမှုဝန်းကျင်ရဲ့ အဆိုးတွေကိုချည်း အသားပေး ပြသကြတာကြောင့် တကယ့်အခြေအနေကို မမြင်သာတော့ဘူး။ ပုံပျက်ပြီး တစ်ဘက်ကို လိုက်နေတဲ့ ပြသချက်တွေကိုပဲ ကြည့်နေကြရတယ်။ အတုမြင်အတတ်သင်ပြီး ဆိုးဆိုးဝါးဝါးတွေ လိုက်လုပ်မိကြသူတွေ ရှိတယ်။ ကမ္ဘာတစ်နေရာက ဒေါသမီးတောက်တွေ နောက် တစ်နေရာကို ကူးစက်ရောက်ရှိတာ မြန်ဆန်တယ်။

အဲဒီလို ဖြစ်ကြုံနေရတာကို အကောင်းဘက်ကနေကြည့်ရင် အဆိုးတွေကို ရပ်ပစ်ပြီး အကောင်းတွေကို လုပ်ကြဖို့ လိုနေပြီဆိုတဲ့ သတိတရားကို ရရှိစေတယ်။ တစ်မှုထူးခြားတဲ့ ပြောင်းလဲမှုကို လုပ်ဖို့အတွက် ကူညီကြဖို့ အသင့်ရှိနေကြစေတယ်။ အဲဒီလို အခြေအနေမှာ လူတစ်စုက အုပ်စုဖွဲ့ပြီး စတင်ပေးလိုက်ရင် နောက်မှာ လိုက်ပါလာကြမယ့်သူတွေ အများအပြား ရှိနေပါလိမ့်မယ်။

အဲဒီအချိန်အခါမှာ ဦးဆောင်လွှမ်းမိုးထားတဲ့ အုပ်စုက ဘယ်လိုပူးပေါင်း ဆောင်ရွက်ကြမယ်။ ဘယ်လို ဖွဲ့စည်းကြမယ်။ ဘယ်လို အုပ်ချုပ်ကြမယ်ဆိုတာတွေ အပေါ် အပြုသဘောဆောင်တဲ့ သက်ရောက်မှုတွေ ပေးမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီလို ဖြစ်နေချိန်မှာ နိုင်ငံသားတွေ၊ စားသုံးသူတွေ၊ အလုပ်သမားတွေ စသဖြင့် အလွှာနဲ့ အမျိုးအစား အမျိုးမျိုးမှ လူတွေ ပါဝင်လာကြမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ သူတို့က အဓိက ကျတဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက်တွေ ချမှတ်လုပ်ကိုင်ရာမှာ တိုက်ရိုက်ပါဝင်ခွင့်၊ အများဆန္ဒဖြင့် လုပ်ကိုင်ခြင်းတို့ကို တောင်းဆိုကြမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

အခု ကျွန်တော်တို့ရဲ့ အဆိုးမြင်ဝါဒတွေရဲ့ မူရင်းမူလတွေကို စစ်ဆေးကြည့်ကြ

မယ်။ ကျွန်တော်တို့ကို ဒုက္ခပေးနေတဲ့ အနာတရတွေကို စစ်ဆေးကြည့်ကြမယ်။
ဒါမှ ဝီဝီပြင်ပြင် သိကြရပြီး ကျော်လွှားနိုင်ကြမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ပို့စ်မော်ဒန်

ပို့စ်မော်ဒန်ဆိုတဲ့ အသုံးအနှုန်းဟာ တိကျမှု အားနည်းနေပြီး လူ့ယဉ်ကျေးမှု တိုးတက်ဖြစ်ပေါ်မှုတွေမှာ ရှိနေတဲ့ မည်းညစ်တဲ့ စိတ်နေစိတ်ထားတွေကို အကျဉ်း ရုံးပြီး ဖော်ထုတ်ပြသတာလို့ ဆိုကြပါတယ်။ ပြင်သစ်မှ ထွက်ပေါ်လာခဲ့တဲ့ အသုံး အနှုန်းဖြစ်ပြီး ၂၀ ရာစုအနှောင်းပိုင်းမှာ မင်းမဲ့စရိုက် ရုတ်ရုတ်သဲသဲ ဖြစ်ခဲ့တာတွေ အတွက် တံဆိပ်ကပ်ဖို့ အသုံးချခဲ့ပါတယ်။ လူ့ယဉ်ကျေးမှု တိုးတက်ဖြစ်ပေါ်ခဲ့တယ် ဆိုတာကို လက်မခံဘူး။ လူ့ဘောင်အဖွဲ့အစည်းမှာ ဆင့်ကဲဆင့်ကဲ တိုးတက်နေ တယ်ဆိုတာကိုလည်း ငြင်းပယ်ပါတယ်။

ပို့စ်မော်ဒန်ဝါဒ ဘာအတွက် ရပ်တည်သလဲဆိုတာ သိပ်မရှင်းဘူး။ ဒါပေမဲ့ ဘာတွေကို ပယ်သလဲဆိုတာကတော့ ရှင်းတယ်။ လူ့ဘောင်အဖွဲ့အစည်း တိုးတက် ကောင်းမွန်စေမယ့်၊ ရွှေ့သို့တိုးတက်စေမယ့် အယူအဆတွေ၊ အမြင်သဘောထား တွေကို ဘာကြီးဖြစ်နေနေ ပစ်ပယ်ပါတယ်။ လူတစ်ဦးတစ်ယောက်ကို ရှုမြင်ရာမှာ ပြောင်းလဲနေတဲ့ သမုဒ္ဒရာရေပြင်ထက်မှာ မျောပါနေတဲ့ ဖော့စိုကလေးလို့ မြင်ပါ တယ်။ လူတစ်ဦးအနေဖြင့် ပင်လယ်ထဲပစ်ချခံရတဲ့ ဖော့စိုကလေးလို့ ဖြစ်ပေါ်လာ မယ့် ရလဒ်တွေကို အဓိပ္ပာယ်ရှိရှိ ဘာမှ လုပ်မပေးနိုင်ဘူးလို့ ယူဆရှုမြင်ပါတယ်။ ဒီတော့ ဘာမှမလုပ်ဘဲ လက်မှိုင်ချနေရမယ့် အဆိုးမြင်ဝါဒ တစ်ခုပါပဲ။

အဆိုးမြင်တာဟာ အသက်အရွယ်မရွေး၊ လူတစ်ယောက်ရဲ့နောက်ခံမရွေး အကုန်လုံးကို ဆွဲဆောင်နိုင်စွမ်း ရှိပါတယ်။ ရေပန်းစားတဲ့အမြင်လည်း ဖြစ်ပါ တယ်။ လူကို အားကုန်ခန်းစေပါတယ်။ စိတ်အားငယ်တဲ့ ခံစားမှုအပေါ် ကြိုက် နှစ်သက်နေတာကို ပေါက်ဖွားမွေးမြူထားစေပါတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မရှုနိုင် မကယ်နိုင်ဖြစ်နေအောင် လုပ်တတ်တဲ့သူအဖြစ်ကို ရောက်ရှိစေပါတယ်။ ကိုယ့် ကိုယ်ကိုယ် မကူနိုင်ဘူးဆိုတဲ့ စိတ်ကူးယူဆချက်နဲ့ နေထိုင်ရာမှ နောက်တော့ တကယ်ကို စိတ်ထဲ ယုံကြည်သွားပါတယ်။ တကယ်မဟုတ်ရင်တောင် တကယ်လို့ပဲ ယုံကြည်သွားပါတယ်။

အဆိုးမြင်သူအဖို့ သူတို့ဟာ အခြေအနေရဲ့ ပြုသမျှ နုနေရတဲ့ သားကောင်လို့ ရှုမြင်ပါတယ်။ သူတို့ လုပ်လို့ရတာ မရှိဘူးလို့ ဆိုပါတယ်။ အဲဒီလို မကူနိုင်မကယ်နိုင်ဖြစ်နေရတာကို မြေကြီးလက်ခတ်မလွဲတဲ့ ဟောကိန်းအဖြစ် ယုံကြည်ထားလိုက်ကြပြီး မလုပ်နိုင်မကိုင်နိုင်ဖြစ်နေ တဲ့သူ အဖြစ်ကို ခံယူလိုက်ပါတယ်။ ကိုယ်ထူကိုယ်ထ မလုပ်နိုင်တဲ့အဖြစ် မှာ နေထိုင်ရင် သက်သာသလို ရေသာခိုနေပါတော့တယ်။

အပြုသဘောဆောင်တဲ့ တစ်မှုထူးခြားခြင်းကို လုပ်ချင်ပါတယ်ဆိုရင် ကျွန်တော်တို့ဟာ မကူနိုင်မကယ်နိုင်ဖြစ်နေတာကို ပယ်ဖျောက်ကြရပါမယ်။ အဲဒီ အတွက် အချက်တချို့ကို စဉ်းစားကြည့်ရအောင်။



၂။ အပြုသဘော တစ်မှုထူးအောင် လုပ်သူတွေဟာ အောင်နိုင်သူတွေပါ

ကမ္ဘာပေါ်မှာ အပြောင်းအလဲကြီးတွေ ဖြစ်ပွားခဲ့တယ်။ တစ်ခုက စစ်အေး တိုက်ပွဲကြီး ပြီးဆုံးသွားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ နောက်တစ်ခုက တောင်အာဖရိကမှာ အသားအရောင်ခွဲခြားမှုဝါဒ ဆိတ်သုန်းသွားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ တကယ်ကို အပြု သဘောဆောင်တဲ့ တစ်မှုထူးချက်တွေ ဖြစ်ပါတယ်။ စစ်အေးပြီးဆုံးသွားတဲ့အခါ သန်းချီတဲ့ လူပေါင်းများစွာ လွတ်လွတ်လပ်လပ် နေထိုင်ခွင့် ရရှိသွားကြတယ်။ သူတို့တစ်သက် မရတော့ဘူးလို့ ထင်ထားတာကို ရရှိသွားကြတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ နိုင်ငံမှာလည်း တစ်သက်လုံး မရနိုင်ဘူးလို့ ထင်ထားတာတွေကို ရရှိ လာတာကို ကြုံကြရတယ်။ ကမ္ဘာက အံ့ဩချီးကျူးကြရတဲ့အထိပါပဲ။

ကမ္ဘာ့ဘဏ်ရဲ့ သုတေသနပြုချက်အရ ၁၉၈၀ ခုနှစ်နဲ့ ၂၀၀၀ ပြည့်နှစ် ကြားကာလမှာ အာဏာရှင်စနစ်နဲ့ အုပ်ချုပ်တဲ့နိုင်ငံ ၇၀ မှ ၃၀ သို့ လျော့ကျသွား တာ တွေ့ရှိခဲ့ရပါတယ်။ ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ဒီမိုကရေစီကို ထောက်ခံတဲ့ ဖရီးဒမ်း ဟောက်စ်က ၁၉၈၀ခုနှစ်မှာ ပါတီစုံရွေးကောက်ပွဲကို ဒီမိုကရေစီ ပုံစံတကျကျင်းပ ခဲ့တဲ့နိုင်ငံ ၅၄ နိုင်ငံ ရှိကြောင်း ပြောကြားခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီ ၅၄ နိုင်ငံမှာ ကမ္ဘာ လူဦးရေရဲ့ ၄၆% နေထိုင်လျက် ရှိပါတယ်။ ၂၀၀၅ခုနှစ်မှာတော့ နိုင်ငံပေါင်း ၁၂၁ နိုင်ငံ ရှိနေပါပြီ။ လူဦးရေအရပြောရရင် ကမ္ဘာလူဦးရေရဲ့ ၈၀% ကို ကိုယ်စားပြု ပါတယ်။

အာဖရိကမှာလည်း ဒီမိုကရေစီဘက်ကို အပြောင်းအရွှေ့တွေ ပေါ်ပေါက်ခဲ့ပါတယ်။ ဆန္ဒမဲဖြင့် ဖြုတ်ချပေးနိုင်ခဲ့တဲ့ အစိုးရပေါင်း ၁၈ ခု ရှိခဲ့ပါတယ်။ ၁၉၆၀ ပြည့်လွန်နှစ်တွေနဲ့ ၁၉၇၀ ပြည့်လွန်နှစ်တွေတုန်းက တစ်ခါမှ မကြုံဖူးခဲ့တဲ့ အဖြစ်တွေပါပဲ။

အနောက်ကမ္ဘာမှာ ဘာတွေဖြစ်နေသလဲ ဆိုတာကို နမူနာအဖြစ် ယူကေကို ကြည့်ကြမယ်။ ၁၉၅၀ ပြည့်လွန်နှစ်တွေက အမှန်တကယ် ဝင်ငွေတိုးခဲ့တာ ၄၀၀ % ရှိခဲ့ပါတယ်။ ယူကေနိုင်ငံသားတွေရဲ့ ကြွယ်ဝခြင်းဟာ အိမ်ဈေးတက်တာကြောင့် ပိုချမ်းသာသွားကြတယ်။ ကျန်းမာရေး ပိုကောင်းသွားတယ်။ အသက်ပိုရှည်သွားတယ်။ ပိုမိုနုပျိုစွာဖြင့် နေထိုင်လုပ်ကိုင်နိုင်ကြတယ်။ ပိုသန့်ရှင်းပြီး ပိုဘေးကင်းတဲ့ အလုပ်တွေမှာ လုပ်ကိုင်ကြရတယ်။ စိတ်ဝင်တစားဖြစ်ရတဲ့ အလုပ်တွေ လုပ်ကြရတယ်။ ငြီးငွေ့ဖွယ် တကုပ်ကုပ် လုပ်ရတဲ့အလုပ်တွေ လျော့နည်းသွားတယ်။ အသက် ၂၀၊ ၃၀ လောက် ပိုငယ်သွားသလိုမျိုး ခံစားကြရတယ်။

ခြုံငုံကြည့်ရင် ကျွန်တော်တို့ဆီမှာ ရွှေ့လျားသွားလာမှု ပိုများလာခဲ့တယ်။ လမ်းတွေဖောက်၊ တံတားတွေဆောက်၊ ကားတွေ အများကြီး ရောက်လာတာကြောင့် သွားလာမှုတွေ ခရီးဆန်လို့ ရသွားတယ်။ ပညာရေးဘက်မှာလည်း ပုဂ္ဂလိကကဏ္ဍမှာ ကျောင်းတွေ၊ သင်တန်းတွေ အမျိုးမျိုး ဖွင့်လှစ်သင်ကြားပေးနေပြီ။ ယူတတ်ရင် ရဖို့ပဲ ရှိပါတယ်။ အင်တာနက်ကလည်း ကောင်းသထက်ကောင်းလာနေပါတယ်။ မီဒီယာတွေကလည်း ပွင့်လန်းဝေဆာနေကြတယ်။ သတင်းအချက်အလက်တွေ ပိုသိရတယ်။ ပိုမြန်မြန်လည်း သိခွင့်ရကြတယ်။ မိမိကိုယ်မိမိ ယုံကြည်မှုတွေ စိတ်ချလက်ချဖြစ်မှုတွေ တည်ဆောက်ပေးဖို့ လိုအပ်နေတာတွေရပြီး ဒီစာအုပ်က အဲဒီအားနည်းချက်ကို ဖြေဖျောက်ပေးနိုင်ပါတယ်။

သင်ယူမှုမှာ တစ်သက်တာလုံး သင်ယူမှုဆီကို ဦးတည်ပြီး သွားနေတယ်။ အခွင့်အလမ်းတွေက အသက်ကြီးငယ်မရွေး ပွင့်လန်းလာနေတယ်။ လူငယ်တွေ ပြည်ပမှာပညာသင်ကြတာ ပိုများလာတယ်။ အရည်အသွေးရှိတဲ့ သင်ကြားမှုတွေဆီ ရောက်ဖို့ ရည်မှန်းချက်တွေ ထားရှိဖို့ လိုတယ်။

ဘဏ္ဍာရေးစနစ်မှာလည်း ရေစီးကြောင်းပြောင်းလဲသွားပြီ။ ပိုကောင်းသွားတာ

က အကြွေးခွဲမနစ်အောင် ထိန်းကျောင်းပေးထားတဲ့စနစ်တွေကို သုံးစေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဥပမာအားဖြင့် credit card အစား debit card ကိုပဲ သုံးစေခြင်း။

အစားအသောက် ဝယ်ဖို့အတွက်လည်း ရွေးချယ်စရာ တစ်ပုံတစ်ပင် ရှိနေစေတယ်။ ဈေးနှုန်းတွေကလည်း သင့်တင့်လျောက်ပတ်တယ်။ လွန်ခဲ့တဲ့ နှစ် ၂၀ ကျော်လောက်က မွေးဖွားခဲ့တဲ့ စူပါမားကက် လက်လီဖြန့်ချိစနစ်ဟာ မြို့ပြတွေမှာ ခိုင်ခိုင်မာမာ နေရာယူထားကြပြီ။

မီဒီယာ ရယူဖို့အတွက်လည်း နည်းလမ်း အသွယ်သွယ် ရှိနေတယ်။ တီဗီလွှင့်တဲ့လုပ်ငန်းတွေ၊ အက်ဖ်အမ်လွှင့်တဲ့လုပ်ငန်းတွေ အများအပြား ရှိနေတယ်။ အင်္ဂလန်မှာ ကန်တဲဘောပွဲကို တိုက်ရိုက်ကြည့်လို့ ရနေကြပြီ။ သတင်းစာဆိုရင်လည်း ရွေးချယ်စရာတွေ ရှိနေပြီ။

ကောင်းသထက်ကောင်းလာနေတယ်ဆိုတာ ငြင်းလို့ မရပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ ကျေနပ်စရာကောင်းလောက်အောင် မရသေးတာကို အပြစ်ပြောကြတယ်။ အဆိုးဘက်တွေမှာ တိုးများလာတာတွေကို ထောက်ပြကြတယ်။ မြို့ပြယဉ်ကျေးမှုတွေမှာ ဘီယာဆိုင်တွေ များလာတယ်။ ရာဇဝတ်မှုတွေ များလာတယ်။

တကယ်တော့ ယုံမှတ်ခြင်းတွေဟာ စစ်တမ်းမကောက်ထားတဲ့ အချက်တွေ၊ နည်းလမ်းမကျတဲ့ ဆန်းစစ်ချက်တွေမှ ရလာတဲ့ အဖြေကို ယုံမှတ်ထားကြတာ ဖြစ်ပါတယ်။ နွေရာသီ နေပူတော့ ဒီနှစ် ပိုပူတယ်လို့ ယုံမှတ်လိုက်တယ်။ ဒါပေမဲ့ မနှစ်တုန်းက အမြင့်ဆုံးအပူချိန် ဘယ်လောက်လဲဆိုတာ မသိသလို ယခုနှစ်အပူချိန်ကိုလည်း မသိဘူး။ ပိုပူတယ်လို့ပဲ ယုံမှတ်လိုက်တာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီတော့ ပိုပိုကောင်းလာတယ်၊ ပိုပိုဆိုးလာတယ်ဆိုတာတွေက ယုံမှတ်ခြင်းတွေလို့ ပြောနိုင်ပါတယ်။

မိသားစုအလိုက် စဉ်းစားကြည့်ပြီး ပိုကောင်းလာသလား၊ ပိုဆိုးသွားသလား အဆုံးအဖြတ်ပြုကြတယ်။ ပိုဆိုးသွားတယ်ဆိုတာကို ပြောချင်ရင် မိသားစုတွေ ထားရှိတဲ့တန်ဖိုး ကျသွားတာကို ပြောလို့ရတယ်။ 'မိဘချို့တဲ့မှု' ပြဿနာ ရှိနေတယ်။ မိဘနှစ်ပါးစလုံး အလုပ်လုပ်ကြရတယ်။ အလုပ်လည်း များကြတယ်။ ကလေးတွေအတွက် ပေးရမယ့် အချိန်တွေ လျော့သွားတယ်။

ကောင်းတဲ့ဘက်က တွေးကြည့်ရင် လင်မယားနှစ်ယောက်စလုံး အလုပ်လုပ်ကြတဲ့အခါ အများစုက ကလေးယူတာကို စိမ့်ကိန်းချပြီး ယူကြရတယ်။ ဒီတော့ ကလေးတွေများတဲ့ မိသားစုမှာ ကလေးတစ်ယောက်ချင်းအရ မိဘနဲ့ နေခွင့်ရတဲ့

၂၂

အချိန်က နည်းနေပြီး ကလေးကို သားဆက်ခြားပြီး ယူတဲ့မိသားစုမှာ ကလေး တစ်ယောက်ချင်းအရ မိဘနဲ့ နေခွင့်ရတဲ့ အချိန်က ပိုများနေတယ်။ ပြီးတော့ ကလေးဦးရေ နည်းတဲ့အတွက် ပိုအာရုံစိုက်နိုင်တယ်။ ပိုဂရုစိုက်နိုင်တယ်။ ဒီတော့ အရင်ကထက် ပိုကောင်းတယ်လို့ ကောက်ချက်ချနိုင်တယ်။ နောက်ထပ် ပိုကောင်း တာတစ်ခုက ဖုန်းဖြင့် ဆက်သွယ်ဖို့ ပိုမိုလွယ်ကူနေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ လူချင်း မတွေ့ကြရပေမဲ့ အသံအားဖြင့် ဆက်သွယ်လို့ ရနေစေတယ်။ နောက်ဆုံးအခြေ အနေတွေကို အသိပေးဖို့ လွယ်ကူနေစေတယ်။ ဒီတော့ အနေချင်းဝေးပေမယ့် နီးစပ်မှု ရှိနေကြတယ်။

အမေရိကန်မှ လူမှုဗေဒပညာရှင် ဘာရီ ဂလက်စ်နာက အကြောက်လူ့ယဉ် ကျေးမှုလို့ ခေါင်းစဉ်တပ်ပြီး ရေးခဲ့ဖူးတယ်။

ဘာလို့ လေထုထဲမှာ အကြောက်တရားတွေ အများအပြား ရှိနေရတာလဲ။ အများစုက အခြေအမြစ် မရှိကြဘူး။ ဘာဖြစ်လို့လဲ။ ရာဇဝတ်မှုက ထိုးကျသွားချိန် မှာ လူအများစုက တိုးများနေတယ်လို့ ယုံမှတ်ထားကြတယ်။

ကျွန်တော်တို့ကို ပျော်စရာဇာတ်သိမ်းကို ပေးနေပေမဲ့ ကျွန်တော်တို့က အဖြစ်ဆိုးဇာတ်လမ်းအသစ်ကို ရေးကြတယ်။

နေထိုင်မှုဘဝ အရည်အသွေး ကျဆင်းလာတယ်လို့ ပြောကြတယ်။ ညည်းညူ စရာတွေ ရှိနေတာ မှန်ပါတယ်။ အဲဒီအတွက် စိတ်ဓာတ်ကျဖို့ မလိုပါဘူး။ အကျ ဘက်ကို ရောက်နေတာတွေ ရှိတယ်။ ကိုယ်ကျင့်တရား၊ အကျင့်သိက္ခာ စတာတွေ လျော့ရဲရဲ ဖြစ်သွားတယ်။ ရိုသေကိုင်ရှိုင်းမှုတွေ နည်းသွားတယ်။ လေးစားသမှု ပြုတာတွေ လျော့ကျသွားတယ်။

သဘာဝကို လေးစားရမယ်။ လူလူချင်း လေးစားရမယ်။ ဥပဒေကို လေးစား ရမယ်။ လူ့ယဉ်ကျေးမှုရဲ့ လူနေမှုဘဝမှာ အမွေဆက်ခံထားတဲ့ ဘောင်ကလနား တွေကို လေးစားရမယ်။

အပြောင်းအလဲက မြန်တယ်။ အဘက်ဘက်မှာ ပြောင်းလဲနေတာ ဖြစ်နေ တယ်။ နည်းပညာသစ်တွေ တိုးပွားရင်း ပြောင်းလဲနေတယ်။ အဲဒီအတွက် တက်ကြွ လတ်ဆတ်နေဖို့ လိုတယ်။ ခေတ်ကို အမီမလိုက်နိုင်တဲ့ ဥပဒေတွေကို လေးစားလွန်းရင်

တစ်ပုထုခြားအင် လုပ်ပါ

ဘယ်ကိုမှ မရောက်တော့ဘူး။ တခြားကိစ္စတွေမှာလည်း အလားတူပဲ။ လေးစားသမှု ပြုရတာကြောင့် ဆက်ဆံရေး ငြီးငွေ့စရာကောင်းနေစေတဲ့အပြင် ခေါင်းငုံ့ခံတဲ့ အကျင့်ကို ဖြစ်ပေါ်စေတယ်။ အကြွင်းမဲ့အာဏာရှင်ဆန်ဆန် ဆက်ဆံရေးကို ဖြစ် ထွန်းစေတယ်။ လေးစားသမှု လုံးဝကင်းမဲ့နေပြန်ရင်လည်း အန္တရာယ် ရှိတယ်။ လူတွေအတွက် ကြည်ညိုစရာ ကင်းမဲ့နေမယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဗဟိုပြုပြီး နေထိုင်တဲ့ လူ့ဘောင်ဖြစ်သွားပြီး ဆတ်ဆတ်ထိမခံတဲ့ ဆက်ဆံရေးတွေ ဖြစ်ပေါ်နေလိမ့် မယ်။ သမစ်တ္တအတွက် လမ်းညွှန်သံလိုက်အိမ်မြှောင် မရှိနိုင်တော့ဘူး။

ဒါပေမဲ့ လူတွေက လေးစားသမှုပြုစရာလူ မရှိဘဲ မနေတတ်ကြဘူး။ ဒီတော့ ကျော်ကြားတဲ့သူတွေကို လေးစားကြတယ်။ အပေါ်ယံ အပြင်ပန်းမှာ မြင်ကြရတဲ့ ပင်ကိုယ်စရိုက်အရ လေးစားထိုက်သလား ဆုံးဖြတ်ကြမယ်။ ရဲရင့်ခြင်း၊ သတ္တိရှိ ခြင်းစတဲ့ မမြင်သာတဲ့ ပင်ကိုအရည်အချင်းတွေကို ထည့်မတွက်တော့ဘူး။ သူ့ရဲ ကောင်းဆိုတာ ချောင်ထဲ ရောက်သွားမယ်။

ကျွန်တော်တို့ လူ့ဘောင်မှာ ဖြေရှင်းဖို့ ကြိုးစားပေမဲ့ မအောင်မြင်တာ တစ်ခု ရှိနေတယ်။ အထူးသဖြင့် နိုင်ငံရေးသမားတွေ ဖြေရှင်းဖို့လိုတယ်လို့ အာဘောင် အာရင်းသန်သန်ဖြင့် ပြောကြတဲ့ ဆင်းရဲသားအောက်အလွှာပြဿနာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဆင်းရဲသားအောက်အလွှာက ကျန်တဲ့လူဦးရေနဲ့ အရမ်းဝေးကွာတဲ့ဆီ မျောပါသွား တယ်။ ဝင်ငွေ၊ ပညာရေး၊ ကျန်းမာရေးနဲ့ မျှော်လင့်ချက် စတာတွေမှာ အစစအရာရာ အောက်တန်းနောက်တန်းကျနေတယ်။ ဒါဟာ 'ကံအလျောက် ဖြစ်နေကြတာ'လို့ ဆင်ခြေပေးရမယ့် ပြဿနာ မဟုတ်ဘူး။ နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း ပုန်ကြောင့်ကြပေးရမယ့် ကိစ္စရပ် ဖြစ်နေတယ်။ ချက်ချင်းအလျင်အမြန် ဆောင်ရွက်ပေးရမယ့်ကိစ္စလည်း ဖြစ်နေတယ်။

ပြဿနာတွေ ရှိနေတယ်။ ညည်းတွားနေဖို့ မဟုတ်ဘူး။ တက်တက်ကြွကြွ လုပ်ရှားမှုတွေ လိုနေတယ်။ ပြဿနာတွေ ရှိနေတဲ့အတွက် နောက်ထပ်ပြဿနာ တစ်ခု ထပ်ရှိလာတယ်။ အဲဒီပြဿနာက အဆိုးမြင်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဆိုးမြင်ဝါဒီ ဖြစ်နေရင် - အတားအဆီး၊ အပိတ်အဆို့တွေနဲ့ ခံတပ်တည်ဆောက်ပြီး နောက် ကွယ်မှာ ပုန်းနေတယ်။ မသိကျိုးကျွံပြုထားတဲ့စိတ်နဲ့ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ကြတယ်။ အဲဒီအတားအဆီးခံတပ်ထဲမှာ ကျွန်တော်တို့ ခိုလှုံပြီး နေကြတယ်။ သက်သောင့် သက်သာဖြင့် နေတယ်။ ရှေ့ကို ထွက်မတိုက်တော့ဘူး။ ကိုယ်လိုရာဆွဲတွေးထားတဲ့ ထင်ယောင်ထင်မှားတွေနဲ့ ရှုမြင်တယ်။ ကျေးလက်ဒေသမှာ ရိုးစင်းတဲ့ဘဝတွေ



တွေ့ရပုံကို သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့ဖြင့် တင်ပြကြတယ်။

တကယ့်လက်တွေ့မှာတော့ မြို့ပြအရိပ်အောက်ကို ပြုတိုးနေတယ်။ မွန်းကျပ်တယ်ပြောနေရင်း မြို့ပြလေကို ရှူနေကြတယ်။ မြို့ပြမှာ စားစရာသောက်စရာ၊ ပျော်စရာရွှင်စရာ စတာတွေ ပြည့်စုံအောင် ထားပြီး ခံတပ်ထဲမှာ နေထိုင်ကြတယ်။ အကျေနပ်ကြီး ကျေနပ်နေကြတယ်။ အခွင့်ထူးတွေ ရယူပြီး နေထိုင်ကြတယ်။

အဆိုးမြင်ခြင်းဟာ တုံးနေတဲ့ ပုဆိန်

ရှေ့ကို ထွက်မတိုက်ချင်တာကို အကြောင်းပြနိုင်ဖို့အတွက် အဆိုးမြင်လိုက်ကြတယ်။ ဘာမှ လုပ်လို့မရဘူးဆိုတဲ့အဆင့်အထိရောက်အောင် အဆိုးမြင်လိုက်ကြတယ်။ ပတ်ဝန်းကျင်ဟာ မိမိလုပ်ပေးလို့ရတဲ့ အတိုင်းအတာထဲမှာ မရှိဘူး။ ထိန်းမနိုင်သိမ်းမရ အခြေအနေပါလို့ ဆိုလိုက်ကြတယ်။ အနုတ်လက္ခဏာ ကြီးကြီးမားမား ထည့်တွေးတဲ့ တွေးတောမှုအလေ့အထဖြင့် နေထိုင်ကြတယ်။ ဆိုးရိုးစကား တစ်ခု ရှိပါတယ်။

ကျေးဇူးသိတတ်တဲ့သူဟာ ဘယ်လိုအခြေအနေမှာပဲ ရောက်နေနေ ကျေးဇူးတင်ဖို့ပဲ ရှိမယ်။ မကျေမနပ်ပြောနေတတ်သူဟာ နတ်ပြည်မှာ ရောက်နေရင်တောင် မကျေမနပ် ပြောဆိုနေဦးမှာပဲ။

နှစ်အတန်ကြာကာလအတွင်း စိတ်ပညာဆိုင်ရာ သုတေသနတွေမှာ သိရှိခဲ့တဲ့ အချက်က-

အဆိုးမြင်နေပြီဆိုရင် စွမ်းဆောင်နိုင်စွမ်း လျော့ကျသွားတယ်။ လက်မြှောက်အရူးပေးလွယ်တယ်။ စိတ်ဓာတ်ကျတာ မြန်တယ်။ ကျတဲ့ ကြိမ်ရေလည်း များတယ်။

အကောင်းမြင်ဝါဒီဆိုရင် ကျောင်းနေစဉ်မှာ စာမည့်ဘူး။ အားကစား၊ အလုပ်နဲ့ ဘဝတို့မှာလည်း စွမ်းဆောင်ရည် ကောင်းကြတယ်။ အသက်ပို ရှည်တယ်။ နေထိုင်မကောင်းဖြစ်ရင်လည်း ပြန်ကျန်းမာဖို့ မြန်တယ်။ တီထွင်ကြံဆမှုတွေမှာလည်း ပိုကောင်းတယ်။ ဦးနှောက်က မဖြစ်နိုင်ပါဘူးလို့ တွက်ဆထားပေမဲ့ သူတို့ရဲ့ နှလုံးအိမ်က လုပ်နိုင်မယ်လို့ ယူဆထားတယ်။

တစ်ပုထုခြားအင် လုပ်ပါ

လပေါ်ကို ခြေချဖို့၊ လေးမိနစ်နဲ့ တစ်မိုင်ခရီးကို ပြေးဖို့၊ ကမ္ဘာတစ်ပတ် တစ်ကိုယ်တော် ရွက်လွင့်ဖို့၊ ချို့ငဲ့နွမ်းပါးတဲ့သူတွေကို နည်းနည်းပါးပါးဖြစ်ဖြစ်၊ အကြီးအကျယ်ပဲဖြစ်ဖြစ် ကူဖို့ လှူဖို့ စတာတွေ လုပ်ကိုင်ဖို့ဆိုတာ အကောင်းမြင် တတ်တဲ့ သဘောထားအမြင်ရှိနေဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ အဆိုးမြင်ရင် ရှေ့ဆက်လုပ် ဖြစ်တော့မှာ မဟုတ်ဘူး။

အကောင်းမြင်နေတဲ့သူ ဖြစ်ဖို့အတွက် ကိုယ်ပိုင်မိုးလေဝသနဲ့ နေထိုင်ဖို့ လိုအပ်ပါလိမ့်မယ်။ သွားလေရာ ကိုယ်ပိုင်မိုးလေဝသနဲ့ သွားရမယ်။ ဆိုလိုတာက ဖွံ့ဖြိုးရင့်ကျက်ပြီး အခြေခိုင်ခိုင် မယိုင်မလဲတဲ့ မိမိကိုယ်ကိုမိမိ တန်ဖိုးထားခြင်းဖြင့် သွားလာနေထိုင်ဖို့ ဖြစ်ပါတယ်။ နေ့စဉ် ကြံကြံရစမြဲဖြစ်တဲ့ လောကဓံတရားကို ရင်ဆိုင်ဖို့အတွက် ဖြစ်ပါတယ်။ နမူနာအဖြစ် တစ်သက်တစ်ကျွန်း ထောင်ဒဏ်ကျခံ နေရသူတွေနဲ့ အကြမ်းတမ်းဆုံးထောင်တွေမှာ လုပ်ကိုင်ခဲ့ရတဲ့ ဒေါ်ဟော့ပါရဲ့ ကိုယ်တွေ့ ဖြစ်ရပ်တစ်ခုကို တင်ပြလိုပါတယ်။

တစ်ခုသော နံနက်ခင်းမှာ သူက ပလက်ဖောင်းတစ်ခုပေါ် လမ်းလျှောက်လာ ရင်း လမ်းဘေးမှာ ချရောင်းတဲ့ သတင်းစာဆိုင်ရှေ့ကို ရောက်တော့ သတင်းစာ တစ်စောင်ဝယ်ဖတ်ဖို့ စိတ်ကူးရမိတယ်။ သတင်းစာဝယ်ဖို့ လူ သုံးလေးယောက် တန်းစီနေကြတဲ့အထဲမှာ သူ့အသိတစ်ယောက်က နောက်ဆုံးနေရာမှာ တန်းစီထား တယ်။ သတင်းစာရောင်းတဲ့သူက ခပ်ရိုင်းရိုင်းဆက်ဆံပြီး ရောင်းပေးနေတယ်။ သူ့အသိ အလှည့်ရောက်တော့လည်း သတင်းစာရောင်းတဲ့သူက ခပ်ရိုင်းရိုင်းပြောပြီး ရောင်းတယ်။ ဝယ်တဲ့သူက အပြုံးမပျက်ဘူး။ မျက်နှာတစ်ချက် မပျက်ဘူး။ ဘာမှ မခံစားရတဲ့အတိုင်း ဝယ်တယ်။

သူတို့နှစ်ယောက် သတင်းစာဆိုင်က ထွက်လာပြီးချိန်မှာ ဒေါ်ဟော့ပါက အသိကို မေးမြန်းတယ်။ ရိုင်းရိုင်းပျပျ ဆက်ဆံတာကို အပြုံးမပျက် ရင်ဆိုင်နိုင်တာကို ချီးမွမ်းတယ်။ အသိက ပြောပြတယ်။
“အဲဒီလို လူစားမျိုးက ငါ့စိတ်ခံစားမှုကို ထိပါးဖို့ ငါခွင့်မပြုနိုင်ဘူး။ ခင်ဗျားက ခွင့်ပေးလိုက်တာကိုး။”

ဟုတ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့က ခွင့်ပေးလိုက်တတ်ကြသူတွေပါ။ =

ကိုယ်ပိုင် မိုးလေဝသနဲ့ သွားလာနေထိုင်မယ်ဆိုရင် တစ်မှုထူးခြားတဲ့ ပြောင်းလဲမှုကို လုပ်ဖို့အတွက် မရှိမဖြစ် ရှိထားရမယ့် လိုအပ်ချက်တစ်ခု ပြည့်ဝနေမှာ ဖြစ်တာကြောင့် အောင်မြင်ဖို့အတွက် အထောက်အကူဖြစ်နေမှာပါ။ သူတစ်ပါးကြောင့် မိမိစိတ်မှာ အနှောက်အယှက် အဖြစ်မခံရအောင် ကိုယ်ပိုင်မိုးလေဝသနဲ့ နေပေးလိုက်ပါ။

ကျွန်တော်တို့ လုပ်နိုင်မှာပါ

လွန်ခဲ့တဲ့ နှစ်ပေါင်း ငါးဆယ်ကျော် ခြောက်ဆယ်လောက်က စိတ်ပညာရှင် အဘရာဟမ် မတ်စ်လိုက လူ့စိတ်ရဲ့ စေ့ဆော်ချက်နဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အဆိုပြုချက်တစ်ခု တင်ပြခဲ့ဖူးပါတယ်။ သူ့အဆိုပြုချက် အခြေခံက လိုအပ်ချက်တွေ ပြည့်ဝသွားတဲ့အခါ လိုအပ်ချက်တွေရဲ့ စေ့ဆော်မှု ကင်းမဲ့သွားတယ်။ ဥပမာအားဖြင့် ခင်ဗျား ရေအရမ်းငတ်နေတယ်။ ရေသန့်ဘူး တစ်ဘူး ရရှိပြီး ရေသောက်လိုက်တယ်။ ရေငတ်ပြေသွားတယ်။ ရေက ခင်ဗျားကို စေ့ဆော်မှု မပြုတော့ဘူး။

၁၉၄၉ခုနှစ်မှာ ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေခဲ့တဲ့ သူ့ရဲ့ကျမ်းမှာ အဆင့် ၅ ဆင့်ကို ဖော်ပြပေးထားပါတယ်။

အောက်ခြေအဆင့်မှာ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ လိုအင်တွေ ရှိနေတယ်။ ဗိုက်ဆာတာ၊ ရေငတ်တာ၊ လိင်ဆက်ဆံလိုတာ၊ ဆီးသွားချင်တာ စတဲ့အရာတွေ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒုတိယအဆင့်မှာ လုံခြုံမှု ရှိနေပါတယ်။ မိမိဘာသာ ထိန်းထိန်းသိမ်းသိမ်းနေခြင်း၊ ဘေးကင်းအောင်နေခြင်း စတဲ့အရာတွေ ဖြစ်ပါတယ်။

တတိယအဆင့်မှာ လူမှုရေးနဲ့ အဖွဲ့ဝင်အဖြစ် ပါဝင်ခြင်းတို့ ရှိနေကြပါတယ်။ လက်ခံခြင်း၊ အသင်းဝင်ဖြစ်ခြင်း၊ အဖွဲ့စိတ်ဓာတ် စတာတွေ ဖြစ်ပါတယ်။

စတုတ္ထအဆင့်မှာ အတ္တ ရှိနေပါတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် လေးစားခြင်း၊ အရေးပါစေခြင်း၊ ဟိတ်ဟန်ထုတ်ခြင်း စတာတွေ ဖြစ်ပါတယ်။

ပဉ္စမအဆင့်က အပေါ်ဆုံးအဆင့် ဖြစ်ပြီး မိမိရဲ့ အစွမ်းအစကို ရရှိခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ အောင်မြင်ထမြောက်ခြင်း၊ ဖွံ့ဖြိုးခြင်း၊ တီထွင်ကြံဆခြင်း၊ သူတစ်ပါးကို ကူညီခြင်း စတဲ့အရာတွေ ဖြစ်ပါတယ်။

နောက်ပိုင်းမှာ မတ်စ်လိုက အပေါ်ဆုံးအဆင့်ကို ပြောင်းလဲခဲ့ပါတယ်။ အစွမ်းအစပေါ်လာတာတွေမှာ မိမိမှ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်မှု ပြုတယ်လို့ သူက ပြင်ဆင်ချက် ပေးခဲ့ပါတယ်။ မိမိ တကယ်ရရှိအောင် လုပ်ကိုင်ခြင်းကို ဆိုလို

ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ဟာ ပြည့်ဝကျေနပ်တဲ့အဖြစ်ဆီကို မရောက်ကြဘဲ အရေးပါ တဲ့အဆင့်တွေဆီကိုသာ ရောက်ရှိကြပြီး ရှေ့ကို ခရီးဆက်နေကြရတယ်လို့ သူက သုံးသပ်ပါတယ်။

မိမိဘာသာ တကယ်ဖြစ်လာအောင် လုပ်ကိုင်တဲ့အခါ အဓိပ္ပာယ်ကို ရှာဖွေ တယ်။ အခြားသူတွေကို ကူညီတယ်။ ယေဘုယျအားဖြင့် တစ်နည်းနည်းဖြင့် တစ်မူထူးခြားအောင် လူသားထုအတွက် လုပ်ကိုင်ပေးတယ်။ သူ့သတ်မှတ်ထားတဲ့ အဆင့်တွေမှာ အထက်ကို တက်နိုင်တာဟာ လူတစ်ဦးအဖို့ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဘဝအတွက် အခြေခံလိုအပ်ချက်ကို ရရှိစေတယ်။ မိမိရဲ့ အတ္တကို ကျေနပ်မှု ရရှိစေတယ်။ အသိအမှတ်ပြုခံရတယ်။ အတ္တဟိတအတွက် ပရဟိတ္တကို လည်း ဆောင်ရွက်တယ်။ အခြားသူတွေကို ကူညီတယ်။

တချို့လူတွေအဖို့ အမြင့်အဆင့်တွေကို မရောက်နိုင်ကြဘူး။ ရောက်ဖို့ လိုလို့လားလို့လည်း ယူဆထားတယ်။ သူလည်း မလိုဘူး။ တခြားသူတွေ အတွက်လည်း မလိုအပ်ဘူးလို့ ယူဆတယ်။ စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းတာက ဒီလိုလူတွေ ဘဝမှာ ငွေရေးကြေးရေးအရ အောင်မြင်မှု ရရှိတဲ့အခါ လူမှုရေးကူညီမှုတွေအတွက် အလှူရှင်အဖြစ်ကို ခံယူကြတာ ဖြစ်ပါတယ်။ သူတို့ဟာ လူ့ဘောင်ကောင်းကျိုးဆောင်တဲ့ လူကောင်းတွေ ဖြစ်ကြောင်း အသိအမှတ်ခံယူလိုကြပါတယ်။ အရည်အချင်း အစစ်အမှန်ရှိသူဟာ တခြားသူတွေကို ကူညီရမယ်လို့ ခံယူထားကြပါတယ်။

အဆင့်တွေ ရှိနေကြတာမှာ အထက်သို့ တက်ဖို့နဲ့ တစ်မူထူးခြားအောင် လုပ်ကိုင်တာကို ဘာလို့ လုပ်ကိုင်ကြရတာကို သဘောပေါက်ဖို့နဲ့ ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ ဆိုတာသိဖို့အတွက် တစ်ကိုယ်ရေ တိုးတက်မှု ရှိဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ တစ်ကိုယ်ရေ တိုးတက်မှုဆိုတာ ခက်ခဲပါတယ်။ အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ချက်တွေကလည်း အမျိုးမျိုး ဖြစ်နေတယ်။

ဒီစာအုပ်မှာ ဆိုလိုတဲ့ တစ်ကိုယ်ရေတိုးတက်မှုစကားလုံးရဲ့ အဓိပ္ပာယ်က ကျွန်တော်တို့ရဲ့ လူတစ်ဦးတစ်ယောက်အနေဖြင့် အလားအလာရှိတဲ့ အစွမ်းတွေကို မဟာဗျူဟာအရ ဖွံ့ဖြိုးတာကို ဆိုလိုပါတယ်။ အဲဒီကိစ္စမှာ

သေရေးရှင်ရေးအဖြစ် အရေးပါတာက မိမိကိုယ်မိမိ တန်ဖိုးထားခြင်း အတွက် ခိုင်ခိုင်မာမာအခြေပြုစရာကို တည်ဆောက်ခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဘာဖြစ်လို့ အခုလို တည်ဆောက်ဖို့ အရမ်းအရေးကြီးနေတာလဲဆိုတော့ ဒီကနေ့ လူ့အလွှာဖွဲ့တည်ပုံမှာ အောက်ခြေလွတ်စရာတွေ ရှိနေတယ်။ အမိန့်ပေးထိန်းချုပ်တဲ့ ရာထူးဂုဏ်သိမ်အဆင့်ဆင့် ဖွဲ့တည်ပုံအစား ဒီမိုကရေစီက နေရာဝင်ယူနေတယ်။ နိုင်နိုင်နင်းနင်း ရင်ဆိုင်နိုင်ဖို့နဲ့ ကိုယ်ပိုင်ငြင်းပယ်မှုတွေဟာ နေ့စဉ်လိုလို လိုအပ်တဲ့ လိုအပ်ချက်တွေ ဖြစ်နေတယ်။

အဆင့်အတန်း၊ အခွင့်အာဏာ၊ လေးစားသမှုပြုခြင်း၊ ရာထူး၊ ကြွယ်ဝမှု အစရှိတာတွေကို တလေးတစားရှိကြတာ တစ်စတစ်စ လျော့ပါးလာတယ်။ ကောင်းတဲ့ ဖြစ်စဉ်လို့ ဆိုနိုင်ပါတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ အာဏာကို လေးစားတာဟာ တန်ဖိုးရှိမှုအရ မဟုတ်ဘဲ ရာထူးနေရာကြောင့် လေးစားကြရတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီတော့ အထက်အမြင့်မှ အုပ်ချုပ်စီမံသူတို့ကို ဝေဖန်ပြစ်တင်တာတွေ၊ ဆန့်ကျင်တာတွေ ကင်းနေစေတယ်။ ရာထူးအဆင့်ဆင့် ဖွဲ့တည်ပုံက တောင့်မာနေပြီး ပြောတဲ့အမိန့်ကို နာခံကြရတယ်။ တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းအရ တန်ဖိုးရှိမှု၊ ဆုံးဖြတ်နိုင်မှုတွေ သိပ်မလိုတော့ဘူး။

လူမှုအဖွဲ့အစည်းတွေမှာ ကျင့်သုံးကြတဲ့ အမိန့်ပေး ထိန်းချုပ်စနစ်တွေဟာ ဒီမိုကရေစီဘက်ကို ရွှေ့ပြောင်းလာကြတယ်။ ထက်အောက်အဆင့်ကွာခြားမှုအရ ကွာခြားမှုတွေ လျော့ပါးလာပြီး သာတူညီမျှ ဖြစ်လာတယ်။ ရာထူးအနေအထားကြောင့် အခွင့်အာဏာ ရရှိရမယ်ဆိုတဲ့ အာမခံချက် မရှိတော့ဘူး။ ဆုံးဖြတ်ချက်ချတဲ့ ခေါင်းဆောင်တွေကို မေးခွန်းထုတ်လာကြတယ်။ ချို့တဲ့ချွတ်ချော်မှု ရှိနေတာတွေရင် သူ့ကို ဂရုမစိုက်တော့ဘူး။ သူ့စကားကို မလိုက်နာတော့ဘူး။

ဒီတော့ တာလုံလုံဖြင့် နေရသူ တစ်ယောက်မှ မရှိတော့ဘူး။ အခွင့်အာဏာ ရှိသူအနေဖြင့် အားနည်းချက်ရှိရင်ဖြစ်စေ၊ ဖုံးကွယ်နေတဲ့ အပြစ်အနာ ရှိရင်ဖြစ်စေ ထောက်ပြတာကို ခံယူရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ မန်နေဂျာတွေ၊ ကျောင်းဆရာဆရာမတွေ၊ နိုင်ငံရေးသမားတွေ၊ ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်တွေ စတဲ့သူတွေဟာ ပုံစံတစ်ခုနဲ့ မဟုတ်ရင် အခြားပုံစံတစ်ခုဖြင့် ငြင်းဆန်တာမျိုးတွေကို ကြုံကြရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ လူ့အချင်းချင်း စာနာမှု၊ နွေးထွေးမှု၊ တည်ငြိမ်အေးဆေးမှုနဲ့ ရယ်စရာမော့စရာ

တစ်ပုထုပြားအောင် လုပ်ပါ

ပြောတတ်ခြင်းတို့ကို စွဲကိုင်ထားရင်း အာဏာကို ထူထောင်တဲ့သူတွေကိုသာလျှင် တလေးတစား ရှိကြမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ သူတို့ ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းပေးနေကြရတဲ့သူ တွေနဲ့အတူ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တန်ဖိုးရှိအောင် တည်ဆောက်ကြပါတယ်။

အဲဒီလို အခွင့်အာဏာနဲ့ တခြားသူတွေကို ဦးဆောင်ပေးနိုင်မှုတွေ တစ်ကိုယ် ရေ တိုးတက်မှုအတွက် လိုအပ်ပါတယ်။ မတ်စ်လိုရဲ့ အဆင့်တွေကို ကျွန်တော်တို့ တက်ကြတာမှာ မတည်မငြိမ်ဖြင့် တက်ကြမယ်ဆိုရင် တစ်ခါတလေမှာ ရှေ့ကို ခြေတစ်လှမ်းချပြီး နောက်ကို ခြေနှစ်လှမ်းပြန်ဆုတ်ရတာတွေ ရှိနေပါလိမ့်မယ်။

လုံခြုံစိတ်ချရမှုနဲ့ တိုးတက်မှုနှစ်ခုကြားမှာ ရွေးချယ်စရာတွေ ထောင်ချီပြီး ရှိနေတယ်လို့ မတ်စ်လိုက ပြောကြားခဲ့ပါတယ်။

တိုးတက်မှုဆိုတာ ကျွန်တော်တို့ သက်သာသလို နေထိုင်နေတဲ့ ဇုန်ထဲကနေ ထွက်ပြီး နစ်နာစရာ ရှိနေပါလျက် စွန့်စားခြင်း၊ မိမိရဲ့ ကိုယ်ကျိုးဆိုတဲ့အသိအပေါ် စိန်ခေါ်မှုအသစ်တွေကို နိုင်နိုင်နင်းနင်း ရင်ဆိုင်ကိုင်တွယ်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ လုံခြုံ စိတ်ချမှုဆိုတာ နစ်နာစရာရှိနေတာကို မစွန့်စားဘူး။ ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် ဂုဏ်တင် ဝါဒဖြန့်ထားတာတွေကို တကယ်ယုံကြည်နေခြင်း၊ ရင်ဆိုင်နိုင်ခြင်း ရှိမရှိ မသိဘဲ မြေကတုတ်ကျင်းထဲမှ ခေါင်းပြုကြည့်ခြင်းတို့ ဖြစ်ပါတယ်။

လူ့ဘောင်တစ်ခုလုံးအနေဖြင့် အဆင့်များကို ဘယ်လောက် မြန်မြန်တက် နေသလဲ ဆိုတာကို သိစေနိုင်တဲ့ ကိန်းဂဏန်းတွေ မရနိုင်ပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ တိုးတက် ဖြစ်ပေါ်နေမှုများ ရှိနေတဲ့ အထောက်အထားများ ရှိနေပါတယ်။

စီမံခန့်ခွဲမှုဆိုင်ရာ အကြံပေးလုပ်ငန်းအကြီးစားတစ်ခုမှ လက်လီအရောင်းဆိုင် များတွင် ဈေးဝယ်ကြသူများကို သုတေသနပြုခဲ့ရာမှာ ဈေးဝယ်သူတို့ ဈေးဝယ် တဲ့အတွေ့အကြုံမှာ ရှာဖွေတဲ့အရာကို မေးမြန်းခဲ့ရာ အများစုက 'အဓိပ္ပာယ်' လို့ ဖြေကြားခဲ့ကြပါတယ်။ အရောင်းဆိုင်တွေကို သူတို့ ဆန်းစစ်ကြည့်ပြီး သူတို့ စိတ်ထဲမှာ မှန်တယ်လို့ယူဆထားတဲ့ အချက်တွေနဲ့ ဆိုင်ကို တိုက်ဆိုင်စစ်ဆေးကြည့် ပြီး အဓိပ္ပာယ် ရှိမရှိ တန်ဖိုးဖြတ်ပါတယ်။ ဝယ်သူတွေအပေါ် တရားမျှတရဲ့လား။ မှန်မှန်ကန်ကန် လုပ်ရဲ့လားစတာတွေကို ဆန်းစစ်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ လွန်ခဲ့တဲ့ ၁၀ နှစ်တုန်းက အဓိပ္ပာယ်ဆိုတာကို ဂရုပြုကြတာ အငွေအသက်မျှလောက်တောင် မရှိခဲ့ပါဘူး။

မတ်စ်လို့ရဲ့ အဆင့်သတ်မှတ်ပုံ မူကွဲတစ်ခုကို စီးပွားရေးအကြံပေးလုပ်ငန်း တစ်ခုမှ ဖော်ထုတ်သတ်မှတ်ပေးခဲ့ရာမှာ အဆင့် ၃ ဆင့် ပါဝင်ပါတယ်။ လူဦးရေကို တန်ဖိုးထားပုံတွေအရနဲ့ အမှုအကျင့်တွေအရ ခွဲခြားသတ်မှတ်ပေးပါတယ်။ အာဟာရ မောင်းနှင်ခြင်း/ကြွင်းကျန်သူ၊ ပြင်ပညွှန်ပြမှု ခံယူသူနဲ့ အတွင်းညွှန် ပြမှု ခံယူသူတို့ ဖြစ်ပါတယ်။

ပြင်ပညွှန်ပြမှုခံယူသူဟာ ပေါ်လွင်ထင်ရှားတဲ့ ယူဆချက်တွေနဲ့ ဂုဏ်အဆင့် အတန်းတွေအတွက် စေ့ဆော်မှု ဖြစ်ပေါ်သူ ဖြစ်ပါတယ်။ မိမိကိုယ်ကိုမိမိ တန်ဖိုး ထားခြင်းအတွက် တခြားသူတွေ သူတို့ကို ဘယ်လို တွေးကြ မြင်ကြသလဲဆိုတာအရ သတ်မှတ်ပါတယ်။ ဒီတော့ ဘယ်လိုကားမျိုးကို စီးသလဲ၊ ဘယ်လိုအလုပ်မျိုးမှာ လုပ်ကိုင်နေသလဲ၊ သူ့ကလေးတွေက သူ့ကို အထင်တကြီး ရှိကြရဲ့လား စတာတွေ ခေါင်းထဲမှာ ထည့်ထားကြပါတယ်။

အတွင်းလမ်းညွှန်မှုခံယူသူဟာ ကိုယ်စွမ်းကိုယ်စနဲ့ စမ်းပြီး တိုးကြည့်နေတတ်ပါ တယ်။ လူ့ဘောင်ရဲ့ တန်ဖိုးကို ဂရုစိုက်တယ်။ တစ်မှုထူးခြားအောင် လုပ်ကြတယ်။ လူမှုရေးနဲ့ နိုင်ငံရေး ဦးတည်ချက်တွေအရ လှုပ်ရှားလုပ်ကိုင်ကြတယ်။ အရာရာကို ခံစားမှု ဦးစားပေးတတ်ကြတယ်။ သူတို့အဖို့ ခံစားချက်က အရေးပါတယ်။ တခြား သူတွေ သူတို့အပေါ် ဘာတွေးသလဲ၊ ဘယ်လိုမြင်သလဲဆိုတာတွေကို ဂရုမစိုက်ကြ ဘူး။

ခပ်ရှင်းရှင်း ပြောရရင် ပြင်ပလမ်းညွှန်မှုခံယူသူဟာ သူ့လုပ်ကိုင်နေတာအပေါ် အလုပ်ရှင်သူဌေး ဘယ်လိုမြင်သလဲဆိုတာကို ပူပန်တတ်သူ ဖြစ်ပါတယ်။ အတွင်း လမ်းညွှန်မှု ခံယူသူကတော့ နောက်နောင်မျိုးဆက်သစ်တွေက အခုသူ့လုပ်ကိုင်နေ တာတွေအပေါ် ဘယ်လိုမြင်ကြမလဲဆိုတာကို ပူပန်တတ်သူ ဖြစ်ပါတယ်။

၁၉၉၈ခုနှစ်မှာ ဆိုင်နာဂျီ အတိုင်ပင်ခံလုပ်ငန်းက အမေရိကန်လူထုကြားမှာ လေ့လာမှုပြုခဲ့ရာမှာ အတွင်းလမ်းညွှန်မှုခံယူသူဦးရေက လူဦးရေရဲ့ ၂၅%ဝန်းကျင် ရှိကြောင်း သိရှိခဲ့ပါတယ်။ ကြိုတင်ခန့်မှန်းမှုတစ်ခုက ၂၀၂၀ ခုနှစ်မှာ ၄၀% ကနေ ၅၀% အထိ ရှိလာလိမ့်မယ်လို့ ဆိုပါတယ်။

အတွင်းလမ်းညွှန်မှုခံယူသူဦးရေ ၄၀ ကနေ ၅၀%အထိ ဖြစ်လာမှာ ကြောင့် မြင့်တဲ့ဘက်မှာ ရှိလာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ တစ်နည်းပြောရရင် လူဦးရေရဲ့ ထက်ဝက်အထိ ရှိလာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီတော့ ၂၀၂၀ ခုနှစ်

တစ်မူထူးခြားအောင် လုပ်ပါ

ကျရင် တစ်ဦးကို တစ်ဦး ရိုင်းပင်းကူညီကြပြီး တစ်မူထူးခြားအောင် လုပ် ကိုင်နိုင်ကြမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ တက်ကြွစရာကောင်းနေသလို အားရစရာ လည်း ကောင်းပါတယ်။ အစိုးရနဲ့ စီးပွားရှာလုပ်ငန်းတွေရဲ့ လုပ်ကိုင်ပြု မူပုံတွေ ကောင်းသထက်ကောင်းသွားမယ့် နိမိတ်လက္ခဏာ ဖြစ်သလို မြေကမ္ဘာရဲ့ အနာဂတ်အတွက်လည်း ကောင်းတဲ့နိမိတ် ဖြစ်ပါတယ်။

စိန်ခေါ်မှုတွေ တစ်ပုံတစ်ပင် ရှိနေပေယ့် တစ်မူထူးခြားအောင် ပြောင်းလဲလို့ သူ့အဖို့ စိန်ခေါ်မှုတွေ၊ အကဲစမ်းမှုတွေဟာ ထမင်းစားရေသောက်ကိစ္စတွေသာ ဖြစ်ပါတယ်။

မရှင်းမလင်းနဲ့ မရေမရာတဲ့လောကမှာ ကျွန်တော်တို့က ခေါင်းဆောင်မှုနဲ့ လမ်းပြမှုတို့ကို ရှာဖွေနေကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ တစ်ချိန်တည်းမှာပဲ လက်ရှိနဲ့ အနာဂတ် လောကတို့ကို နောက်ခံပြုပေးမယ့် အခြေခံသဘောတရားတွေကို တွေးတောရာမှာ ပိုမိုရှင်းလင်းပြတ်သားစွာဖြင့် တွေးတောလာနိုင်ကြမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီ အခြေခံ သဘောတရားတွေကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဖို့အတွက် တစ်မူထူးခြားမှုမောင်းနှင်သူတွေနဲ့ ပြောင်းလဲမှုပေးပို့သူတို့ရဲ့ အကောင်းမြင်မှု၊ ရည်ရွယ်ချက်ကို သိရှိမှုတွေက ထက်မြက်တဲ့ ကိရိယာများအဖြစ် အရေးပါတဲ့ကဏ္ဍမှ ပါဝင်လုပ်ကိုင်ပေးမှာ ဖြစ်ပါ တယ်။ အဲဒီလို လုပ်ကိုင်ဖြစ်ထွန်းမှုတွေ အခုကတည်းက ဖြစ်ပေါ်နေတယ်ဆိုတဲ့ အထောက်အထားတွေ တွေ့နေကြရပါတယ်။ အကျင့်ပျက်မှုတွေနဲ့ အဓမ္မအကြမ်း ဖက်လုပ်ကိုင်မှုအင်အားတွေရဲ့ နေရာတွေကို အသိကြွယ်ပြီး လူ့ဂုဏ်သိက္ခာရှိတဲ့ အင်အားတွေက နေရာဝင်ယူနေကြပါပြီ။

နိုင်ငံရေးမှန်ကန်တည့်မတ်မှုကလည်း အားတစ်ခုပါပဲ။ ရယ်သွမ်းသွေးစရာ ဖြစ်နေပေမဲ့ အကာအကွယ်လိုအပ်နေကြသူတွေအတွက် ကြီးမားတဲ့ အကျိုးကျေးဇူး ကို အရောက်ပို့ပေးနိုင်ပါတယ်။ လူနည်းစုဖြစ်နေကြတဲ့ မျိုးနွယ်စုတွေအတွက် လူ့ ဂုဏ်သိက္ခာကို ဆောင်ကျဉ်းပေးပါတယ်။

စေတနာ့ဝန်ထမ်း ဆင့်ကဲဆင့်ကဲ တိုးတက်မှု

သုတေသနတွေ တောင်ပုံရာပုံ ပြုခဲ့ကြရာမှာ လူမှုရေးဆိုင်ရာ ယုံမှတ်ချက်တွေ နဲ့ အပြုအမူတွေဟာ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ဆန္ဒရည်မှန်းချက်တွေမှာ အရေးပါတဲ့ ပြောင်းလဲမှုတွေ ပြုပေးနေကြောင်း တွေ့ရှိခဲ့ကြရပါတယ်။ အဲဒီအပြောင်းအလဲတွေ

ဟာ အခြေခံကျပြီး လွန်ခဲ့တဲ့ နှစ်ပေါင်း တစ်ဆယ်နှစ်ဆယ်လောက်တုန်းက ခန့်မှန်းဖို့ ခက်ခဲနေခဲ့ပါတယ်။

စိတ်ဝင်စားတယ်ဆိုတာ ဘာလဲ။ အရေးပါတာမှန်ပေမဲ့ ဆုပ်ကိုင်ပြုလို့ မရနိုင်ဘူး။ ယခုအခါ ပြင်းပြဆန္ဒတွေဟာ အပြုအမူတွေအတွက် ကြီးမား တဲ့ မောင်းနှင်သူတွေ ဖြစ်နေကြတယ်။ ပိုကြီးတဲ့ အိမ်ကြီးတွေ၊ ပိုလန်းတဲ့ ကားတွေ၊ ပိုကောင်းတဲ့လစာနဲ့ခံစားခွင့်တွေအစား ဘဝရည်မှန်းချက်တွေက အကြီးမားဆုံး စေ့ဆော်မှုတွေ ဖြစ်နေကြတယ်။ ခင်ဗျား ဘာတွေပိုင်သလဲ ဆိုတာက ကိစ္စမရှိဘူး။ မိသားစုနဲ့အတူ၊ မိတ်ဆွေတွေနဲ့အတူ၊ လူမှု အသိုင်းအဝိုင်းနဲ့အတူ ဘာတွေလုပ်သလဲက ပိုအရေးကြီးတယ်။ ဘဝ ရည်မှန်းချက်တွေကို လိုချင်တဲ့ဆန္ဒနဲ့ ဘဝကို ဘယ်လိုနေထိုင်သလဲ ဆိုတာတို့ အတူတူပြီး သူတို့က တစ်မူထူးခြားအောင် လုပ်ချင်တဲ့ ဆန္ဒ စတင်စေတယ်။ အပြုသဘောဖြင့် လူတွေနဲ့ ဖြစ်ရပ်တွေကို သက်ရောက် စေချင်ကြတာဟာ ပိုမိုအရေးပါလာတယ်။

အဲဒီပြောင်းလဲမှုကြောင့် စေတနာ့ဝန်ထမ်းတွေ တိုးများလာစေခဲ့ပါတယ်။ လူ့အဖွဲ့အစည်း သေဆုံးသွားပြီလို့ ဗြိတိသျှ ဝန်ကြီးချုပ် မာဂရက်သက်ချာက ပြော ခဲ့ဖူးပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ စေတနာ့ဝန်ထမ်းအဖြစ် လုပ်ကိုင်ကြသူတွေ အများအပြား ရှိနေဆဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ၂၀၀၃ခုနှစ် စစ်တမ်းအရ ဗြိတိန်နိုင်ငံမှာ လူဦးရေ ၁၇ သန်းဟာ စေတနာ့ဝန်ထမ်းအဖြစ် လုပ်ကိုင်မှုတွေ ရှိနေကြပါတယ်။ ၂၀၀၁ခုနှစ်နဲ့ နှိုင်းယှဉ်ရင် ၁.၇ သန်း ပိုများလာတာ ဖြစ်ပါတယ်။

လုပ်နိုင်ကိုင်နိုင်တဲ့ လူဦးရေနဲ့ အချိုးကျညှိရင် ၄၈% ကနေ ၅၁ %သို့ တိုး သွားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အများဆုံးတိုးသွားတဲ့ စေတနာ့ဝန်ထမ်းအမျိုးအစားက အနည်းဆုံး တစ်လတစ်ကြိမ် လုပ်ကိုင်ကြသူများ ဖြစ်ပါတယ်။ သူတို့ဟာ စေတနာ့ ဝန်ထမ်းအလုပ်ကို ပုံမှန်အလုပ်အဖြစ် သတ်သတ်မှတ်မှတ် လုပ်ကိုင်ပေးနေကြသူ များဖြစ်ပြီး တစ်မူထူးခြားအောင် လုပ်ဖို့ အလေးအနက်ထားကြသူများ ဖြစ်ပါတယ်။

အဆိုးမြင်ကြသူတို့က လူ့အဖွဲ့အစည်း တစ်စစ်ကြွေကျနေပြီလို့ ပြောဆို နေကြပေမဲ့ လူဦးရေရဲ့ ထက်ဝက်လောက်က သံချောင်းခေါက်သံကို

အမှုမထားကြပါဘူး။ ဖြစ်ကို ဖြစ်လာရမယ်ဆိုတဲ့ မြေကြီးလက်ခတ် မလွဲနိုင်တဲ့ ဟောကိန်းရဲ့ အပိုင်းအကန့်တစ်ခုအဖြစ် လုပ်ကိုင်နေကြပါတယ်။ သူတို့တတွေဟာ တစ်မူထူးခြားဖို့အတွက် တစ်ခုခုကို လုပ်ကိုင် လျက်ရှိကြပါတယ်။

စေတနာ့ဝန်ထမ်း လှုပ်ရှားမှုတစ်ခုလုံးကို အားပေးနေတာ စီးပွားရှာလုပ်ငန်းတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ စီးပွားရှာလုပ်ငန်းတွေရဲ့ အမြင်မှာ အရေးပါတဲ့ ပါဝင်ပတ်သက် သူတွေဟာ ဒေသခံလူ့အဖွဲ့အစည်းဖြစ်ပါတယ်။ လိုအပ်တဲ့ လုပ်သားအင်အားစု အတွက် အားကိုးရတဲ့အပြင် ဝယ်ယူသုံးစွဲသူတွေအဖြစ်ဖြင့်လည်း အရေးပါနေကြ ပါတယ်။ ဒီတော့ လုပ်ငန်းတွေအနေဖြင့် သူတို့ လုပ်ငန်းလည်ပတ်ရာဒေသရှိ လူ့ အဖွဲ့အစည်းအပေါ် သူတို့ရဲ့ တင်ရှိနေတဲ့ တာဝန်ကို ကျေပွန်ကြပါတယ်။ လက်ရှိ နဲ့ နောက်နောင်ခန့်ထားမယ့် ဝန်ထမ်းတွေကို ဆွဲဆောင်မှု ရှိအောင် ဖန်တီးကြရာ မှာ အချိန်ညီအစီအစဉ်ကို ကျင့်သုံးကြတာတွေကို တွေ့နိုင်ပါတယ်။

အဲဒီ အချိန်ညီအစီအစဉ်အရ ဝန်ထမ်းအနေဖြင့် လုပ်ခရရှိတဲ့ အလုပ်ချိန် အတွင်းမှာ စေတနာ့ဝန်ထမ်း လုပ်ကိုင်ခွင့်ပေးထားပြီး ဘယ်နှနာရီ လုပ်ကိုင်နိုင် တယ်ဆိုတာကို လုပ်ငန်းမှ သတ်မှတ်ပေးပါတယ်။ အချို့ကုမ္ပဏီတွေက ကုမ္ပဏီရဲ့ တစ်ကိုယ်ရေနဲ့ စီမံခန့်ခွဲမှု ဖွံ့ဖြိုးရေးအစီအစဉ်မှာ စေတနာ့ဝန်ထမ်းလုပ်ကိုင်ဖို့ ကိစ္စကိုပါ ထည့်သွင်းရေးဆွဲထားကြပါတယ်။ ဝန်ထမ်းများအနေဖြင့် မိမိနေထိုင်ရာ အရပ်မှာ ရပ်ရေးရွာရေး လူမှုရေးကိစ္စတွေကို ဆောင်ရွက်ခွင့် ရရှိသွားပါတယ်။ အဲဒီအတွက် ကုမ္ပဏီအနေဖြင့် တက်တက်ကြွကြွ လုပ်ကိုင်ပေးနေကြတဲ့ ဝန်ထမ်း တွေ ရှိနေစေပြီး မိသားစုစိတ်ဓာတ်ကိုလည်း ရရှိပါတယ်။

လုပ်ငန်းနဲ့ ဝန်ထမ်းတို့အကြား လှပတင့်တယ်တဲ့ အပြန်အလှန်ဆက်ဆံ ရေး တည်ရှိနေစေပြီး လုပ်ငန်းတည်ရှိရာ လူမှုဝန်းကျင်မှာ လုပ်ငန်းရဲ့ ကျောထောက်နောက်ခံဖြင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုတွေ ဖြစ်ထွန်းစေပါတယ်။ ဝန်ထမ်းများ အလုပ်မှာ မြဲမြံစေတဲ့အတွက် လူ့ဟောင်းထွက်လို့ လူသစ် ရှာရ၊ ခန့်ရ၊ သင်ပြပေးရစတဲ့ ကရိယာတွေမှ သက်သာမှုကို လုပ်ငန်းမှ ရရှိပါတယ်။

အထောက်အထားများအရ ပြောနိုင်တာတစ်ခုက စေတနာ့ဝန်ထမ်း ဆောင်ရွက်မှုများကြောင့် စိတ်ပျိုပြီး ကိုယ်နုတယ်ဆိုတဲ့အချက် ဖြစ်ပါတယ်။ အသက်ကြီးသွားပေမဲ့ ရုပ်ရောစိတ်ပါ ကျန်းကျန်းမာမာဖြင့် ရှိနေစေကြောင်း တွေ့ရှိရပါတယ်။

တခြားသူတွေကို တစ်မှုထူးခြားအောင် လုပ်ကိုင်ပေးတာကြောင့် မိမိမှာ အတိုင်းအဆမရှိ စိတ်ချမ်းသာမှုများ ရရှိပါတယ်။ သက်ရှည်ကျန်းမာခြင်းကိုလည်း ရရှိစေပါတယ်။

စိတ်ဝင်တစား ဖြစ်စရာကောင်းတဲ့ တွေ့ရှိချက်တစ်ခုက အမြတ်မယူတဲ့ လုပ်ကိုင်မှုတွေကို စူးစိုက်ပြီး အကြံပေးတဲ့ အတိုင်ပင်ခံအဖွဲ့တစ်ခုဖြစ်တဲ့ ဆိုင်နာဂျီက ၂၁ရာစု စေတနာ့ဝန်ထမ်းဆိုတဲ့ အမည်ဖြင့် သူတို့ရဲ့ တွေ့ရှိချက်တွေကို စာအုပ်ထုတ်ဝေခဲ့ပါတယ်။ သူတို့ရဲ့ တွေ့ရှိချက်တစ်ခုက စေတနာ့ဝန်ထမ်း ဦးရေအစဉ်အဆက် တိုးနေခဲ့ရာမှ တန့်သွားတယ်ဆိုတဲ့အချက် ဖြစ်ပါတယ်။ တန့်သွားရတဲ့ အကြောင်းရင်းတွေကို ရှာကြည့်တဲ့အခါ စေတနာ့ဝန်ထမ်းအဖြစ် ဝင်ရောက်လုပ်ကိုင်ဖို့အတွက် ပညာရေးအရ အဆင့်မီဖို့ လိုအပ်ချက်၊ ကြုံရာလူ ဝင်လုပ်လို့ မရနိုင်ဘဲ လုပ်ကိုင်ရမယ့်နယ်ပယ်ကို သိထားသူဖြစ်ဖို့ လိုအပ်ခြင်းနဲ့တကွ အခြားလိုအပ်ချက်များ ရှိဖို့လည်း လိုအပ်တာကြောင့် လုပ်ကိုင်ပေးသူဦးရေ ကျဆင်းသွားရတာ ဖြစ်ကြောင်း သိခဲ့ကြရပါတယ်။ နောက်တစ်ချက်က အချိန်လုံလုံလောက်လောက် မပေးနိုင်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ လူမှုရေးအသင်းအဖွဲ့များအနေဖြင့် စေတနာ့ဝန်ထမ်း အချိန်ပိုင်းလာရောက်လုပ်ကိုင်သူတို့အတွက် ထိထိရောက်ရောက် ရှိတဲ့ အစီအစဉ်ကို ဆွဲမပေးနိုင်တာကလည်း အကြောင်းရင်းတစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။ နောက်ထပ်တစ်ချက်က စေတနာ့ဝန်ထမ်း လာရောက်လုပ်ကိုင်သူရဲ့ တတ်ကျွမ်းမှုအရ လုပ်စရာ စီစဉ်မပေးနိုင်ခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ သတင်းနည်းပညာတတ်ကျွမ်းပြီး ကွန်ပျူတာဖြင့် လုပ်ကိုင်နေသူတစ်ဦးကို အိမ်ဆေးသုတ်ဖို့ စုတ်တံနဲ့ သုတ်ဆေးပေးတဲ့အခါ စေတနာ့ဝန်ထမ်း လုပ်ကိုင်သူအနေဖြင့် အဓိပ္ပာယ် မရှိသလို ခံစားမိမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ်တတ်ကျွမ်းတာက တစ်မျိုး၊ လုပ်ခိုင်းတာက တခြား ဖြစ်နေပါတယ်။ ပတ်သက်ဆက်နွယ်မှုရှိပြီး အဓိပ္ပာယ်ရှိရှိ အလုပ်မျိုးကို ကမ်းလှမ်းနိုင်ဖို့ လိုပါတယ်။

အဲဒီလို ဖြစ်ဖို့ဆိုတာက ပြောဖို့သာ လွယ်ပါတယ်။ တကယ်လုပ်ဖို့ကျတော့

ကိုက်ညီမယ့် အလုပ်မျိုးမှာ စေတနာ့ဝန်ထမ်းလိုအပ်ခြင်း မရှိဘဲ မကိုက်ညီတဲ့ အလုပ်မျိုးတွေမှာ စေတနာ့ဝန်ထမ်း လိုအပ်နေတဲ့ အလွဲတွေ များပါတယ်။ ဒီတော့ လိုအပ်ချက်နဲ့ လုပ်ပေးနိုင်စွမ်းရှိတာတို့ အံ့ကိုက်ဖြစ်အောင် လူမှုရေးအသင်းအဖွဲ့ များမှ ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်အောင် နည်းလမ်း ရှာကြံကြရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီလို မလုပ်ပေးနိုင်ရင် မိမိစေခိုင်းလိုတဲ့ အလုပ်အမျိုးအမည်တွေအတွက် စေတနာ့ဝန် ထမ်းများကို သင်တန်းပေးနိုင်အောင် စီမံဆောင်ရွက်ပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အသင်းအဖွဲ့ကိုယ်၌ကလည်း စီမံခန့်ခွဲမှု၊ ရန်ပုံငွေရှာဖွေမှုတို့ကို စီးပွားရှာလုပ်ငန်း များနည်းတူ တတ်ကျွမ်းဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

စေတနာ့ဝန်ထမ်းလုပ်ကိုင်ခြင်းနဲ့ ပတ်သက်လို့ အရေးပါတဲ့ အချက်တစ်ခု က တစ်ခုလုံးခြုံငုံပြီးကြည့်တဲ့အမြင် ပြောင်းလဲသွားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ယခင်တုန်းက လူမှုရေးတာဝန်တစ်ရပ်အဖြစ် ဆောင်ရွက်ခဲ့ကြတာ ဖြစ် ပြီး ယခုအခါမှာ တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းစီရဲ့ စိတ်ချမ်းသာမှုတွေ ရရှိလို့ မှုကြောင့် ဝင်ရောက်လုပ်ကိုင်လာကြတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ချမ်းသာသူက ဆင်းရဲသူတွေကို ဝေမျှပေးရမယ်လို့ ယူဆတဲ့ခေတ် မဟုတ်တော့ပါဘူး။ အခုအခါမှာ တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းရဲ့ ကိုယ်စွမ်းဉာဏ်စွမ်းရှိသရွေ့ ဝင်ရောက်လုပ်ကိုင်ကြတာဖြစ်ပြီး ဆင်းရဲချမ်းသာ တိုင်းတာမှု မရှိတော့ ပါဘူး။ အဲဒီလို ဖြစ်သွားတဲ့အတွက် ကူညီပေးတဲ့သူမှာလည်း စိတ် ချမ်းသာ၊ အကူညီခံရသူမှာလည်း စိတ်ချမ်းသာ နှစ်ဦးနှစ်ဖက် အကျိုးရှိ ပါတယ်။

အခုလို မျဉ်းပြိုင်များအဖြစ် အပြိုင်အကျိုးရှိပုံ နမူနာ တစ်ခုကို တင်ပြလိုပါ တယ်။ မာရသွန်ပြေးပွဲမှာ ပထမဆုံးအကြိမ် ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်သူတစ်ဦးအဖို့ ခရီးရှည်ပြေးရတာကို အတွေ့အကြုံ မရှိသေးတဲ့အတွက် အခက်အခဲ ရှိပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ပြေးတဲ့လမ်းဘေး ဝဲယာမှာ ရပ်ကြည့်နေကြတဲ့ ပရိသတ်ထံမှ အားပေးမှုများ ကို ခံယူရရှိပါတယ်။ ပရိသတ်ကလည်း တက်တက်ကြွကြွဖြင့် အင်တိုက်အားတိုက် အားပေးကြပါတယ်။ အမောပြေ သောက်စရာလည်း တိုက်ကျွေးပါတယ်။

အားပေးတဲ့ ပရိသတ်အနေဖြင့် နာရီအတန်ကြာ မတ်တတ်ရပ်ပြီး အားပေးကြ ရပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဝင်ပြိုင်ရတဲ့သူလို ပန်းတိုင်ကို ရောက်အောင်သွားရမယ် ဆိုတဲ့

၃၆

ဒိုကျာန်

တာဝန် မရှိကြဘူး။ ဒီတော့ ပိုပျော်ဖို့ ကောင်းနေစေပါတယ်။ ကိုယ်အားပေးလိုက်လို့ ပြေးတဲ့သူ ရှေ့ကို ဆက်ပြေးဖို့ ခွန်အားတွေ ရသွားတဲ့အပေါ် ရရှိတဲ့ စိတ်ချမ်းသာမှုကလည်း ကြီးမားပါတယ်။ ပြေးတဲ့သူကို တစ်မှုထူးခြားအောင် ကူညီပေးလိုက်တာ ဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီလို စိတ်မှာ ဖြစ်ပေါ်တဲ့အတွက် ရုပ်ပိုင်းစိတ်ပိုင်း နှစ်ဖြာစလုံးမှာ ကျန်းမာရေး တိုးတက်ကောင်းမွန်စေပါတယ်။ လေ့လာချက်များအရ ကျန်းမာရေးကောင်းအောင် တိုက်ရိုက်အကျိုးပြုတာ တွေ ရပါတယ်။ အာဂန္တုဖျားနာခြင်း မရှိသလောက် နည်းပါးသွားတာကိုလည်း တွေ့ခဲ့ကြပါတယ်။

ကောင်းကျိုးပြုတဲ့ တစ်မှုထူးခြားခြင်းတွေကို လုပ်ကိုင်ပေးကြသူတွေဟာ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ လူ့ဘောင်မှာ တဖြည်းဖြည်းချင်း တည်ဆောက်ပေးသွားကြပါတယ်။ အဲဒီအတွက် ထိထိရောက်ရောက်ရှိအောင် ဘယ်လိုလုပ်ပေးနိုင်သလဲဆိုတာ နောက်အဆင့်မှာ လေ့လာကြည့်ကြပါမယ်။



၃။ တွေးခေါ်မှု အလေ့အထနဲ့ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ရည်ရွယ်ချက်ကို ရှာဖွေခြင်း

တစ်မူထူးခြားအောင် ပိုမိုထိရောက်စွာ လုပ်ကိုင်နိုင်စေမယ့် လမ်းကြောင်းကို ရေးဆွဲရပါမယ်။ တစ်မူထူးခြားတဲ့ တွေးခေါ်မှုအလေ့အထဟာ အသိတရားဖြင့် တမင်ရည်ရွယ်ပြီး ချမှတ်ထားတဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက် ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ အနီးဝန်းကျင်မှာ ရှိနေကြသူတွေနဲ့ အခြေအနေတွေကို ကောင်းကျိုးဖြစ်ထွန်းတဲ့ တစ်မူထူးခြားခြင်းတွေ ဖြစ်ထွန်းသွားအောင် လုပ်ကိုင်မယ်လို့ ဆုံးဖြတ်ချက် ချထားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ မိမိရဲ့ အသိတရားဖြင့် လုပ်ကိုင်ခြင်းမဟုတ်တဲ့ ကြုံသလိုကျသလို မိမိရဲ့ အစွမ်းဖြင့် တစ်မူထူးခြားအောင် လုပ်ကိုင်တဲ့အခါ တစ်ခုခုကို လုပ်ပေးလိုက်ပြီးချိန်မှာ ဘယ်လိုလုပ်ပေးခဲ့တယ်ဆိုတာကို အပြည့်အဝ မသိရှိတဲ့အဖြစ်ကနေ ပုံမှန် တသမတ်တည်း အသိတရားကပ်ပြီး မိမိရဲ့ အစွမ်းဖြင့် လုပ်ကိုင်တဲ့အဖြစ်ဆီကို ကူးပြောင်းကြမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကြုံရာတစ်ခုခုကို လုပ်ကိုင်မှာ မဟုတ်ဘဲ မိမိကောင်းကောင်းလုပ်တတ်တာ တစ်ခုခုကို လုပ်ကိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီလို မလုပ်ကိုင်ခင်မှာ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကို စစ်ဆေးကြည့်ဖို့ လိုပါတယ်။ အချိန်ယူပြီး စစ်ဆေးကြည့်ကြရပါမယ်။ သတ်သတ်မှတ်မှတ်ရှိတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်အဖြစ်ကို ရောက်ရှိစေဖို့အတွက် စိတ်ပိုင်းဖြတ်ပြီး လုပ်ကိုင်ရမှာဖြစ်ပြီး အကဲစမ်းတာတွေကိုလည်း ကြုံရနိုင်ပါတယ်။

ကြီးမားလှတဲ့ စိတ်စေတနာကောင်းတွေ ရှိနေပေမဲ့လည်း စိတ်စေတနာ ကောင်းရဲ့ ရင်းမြစ်ကို ဖော်ထုတ်သတ်မှတ်ပေးနိုင်ခြင်း မရှိရင် ခဏတာအတွင်းမှ ပြန်ပျောက်သွားနိုင်ပြီး ရရှိမယ့် အကျိုးကျေးဇူးတွေပါ ဆုံးရှုံးသွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီလို မဖြစ်ရလေအောင် ကျွန်တော်တို့ တန်ဖိုးများမြေပုံကို ရေးဆွဲထားဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ အဲဒီမြေပုံက တစ်မူထူးခြားအောင် လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်မှု စတင် ချိန်မှာ ကျွန်တော်တို့ ဘယ်နေရာတွေကို စူးစိုက်ပေးရမယ်ဆိုတာ ညွှန်ပြပေးနေ မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ တန်ဖိုးထားမှုတွေရဲ့ မျှခြေအစစ်အမှန်ကို သဘော ပေါက်သွားတဲ့အခါ စရိုက်၊ အသိတရား၊ သတ္တိ စတာတွေကို စတင် တည်ဆောက် နိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒါတွေ ရှိနေမှ ခရီးရှည်ကို သန်သန်စွမ်းစွမ်းဖြင့် နှင်နိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

တန်ဖိုးမြေပုံ ရေးဆွဲပြီးတဲ့အခါ တစ်မူထူးခြားအောင်လုပ်ဖို့ တန်ဖိုးတွေ ဘယ်လိုပေါင်းထည့်မယ်၊ ဘယ်လိုဖန်တီးမလဲဆိုတာတွေကို ဖော်ထုတ်သတ်မှတ်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ပြီးတော့ ဘယ်လိုအမျိုးအစားကို တစ်မူထူးခြားအောင်လုပ်မှာလဲ ဆိုတာကို စစ်ဆေးကြည့်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ လေ့လာလည်အောင် လှည့်ချင်လှည့်မယ်။ အဲဒီလို လှည့် လိုက်ပြီဆိုရင် ကျွန်တော်တို့က တစ်မူထူးခြားမှုမောင်းနှင်သူတွေ ဖြစ်သွားကြပြီ။

ကျွန်တော်တို့ ပြောင်းလဲပေးချင်တဲ့ အရာတွေ ရှိနေပြီး စတင်ခါစ ဒါမှမဟုတ် အတော်ခရီးရောက်နေပြီဖြစ်တဲ့ ပြောင်းလဲမှုအတွက် လှုပ်ရှားလုပ်ကိုင်မှုကြီးရဲ့ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုအဖြစ်ပါဝင်လုပ်ကိုင်ကြမယ်ဆိုရင် တစ်မူထူးခြားမှုပေးပို့သူတွေ အဖြစ် ပါဝင်လုပ်ကိုင်ကြတာ ဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့က တစ်ဦး တစ်ယောက်ချင်းစီအတွက်ဖြစ်ဖြစ်၊ လူအနည်းငယ် အတွက်ဖြစ်ဖြစ် ပြောင်းလဲပေးချင်တာဖြစ်နေခဲ့ရင် ကျွန်တော်တို့က အကျိုးပြုနိုင် စွမ်းရှိသူအဖြစ် လုပ်ကိုင်တာ ဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ ရည်မှန်းထားတဲ့ ပန်းတိုင်တွေရဲ့ သဘောသဘာဝနဲ့ ဦးစားပေး တွေကို စစ်ဆေးကြည့်ကြမယ်။ အလုပ်၊ အားကစား၊ အိမ် စသဖြင့် ဘယ်နယ်ပယ်ကို သူတို့ ယူထားသလဲ။ ဘယ်ဟာတွေက အရေးအကြီးဆုံးလဲ။ ဘယ်ဟာတွေက အားချင်း ဆောင်ရွက်ရမှာလဲ။ ဘယ်ဟာတွေက နှစ်မျိုးစလုံးလဲဆိုတာတွေကို ဖော် ထုတ်သတ်မှတ်ပေးရမယ်။

နောက်ဆုံးမှာတော့ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်က ကျွန်တော်တို့ရဲ့

တစ်ပူထူးခြားအောင် လုပ်ပါ

လုပ်ကိုင်မှုတွေ စူးစိုက်ဖို့ ဆုံးဖြတ်ထားတဲ့ သဘောတရားအမြင်ခံယူချက်နဲ့ ဘယ်လို အပြန်အလှန် အကျိုးပြုနေကြသလဲဆိုတာကို ကြည့်ကြမယ်။ ပြီးတော့ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ လုပ်ချင်ကိုင်ချင်စိတ်တွေ ပေါက်နေအောင် ကျွန်တော်တို့ရဲ့ စေ့ဆော်မှုက ဘယ်နည်းဘယ်ပုံ ထိန်းသိမ်းပေးထားသလဲဆိုတာကိုလည်း ကြည့်ကြမယ်။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ လှုပ်ရှားမှုတွေနဲ့ ဆက်နွယ်နေပြီး နိုးကြွနေကာ ချက်ချင်း သိသွားစေတာ သေချာစေမယ့် အမှတ်တံဆိပ်ကို ဘယ်လိုတပ်ကြမလဲ ဆိုတာကိုလည်း ကြည့်ကြမယ်။

ဘာကြောင့်အရေးကြီးတာလဲ

ဒီကိစ္စက အကြီးစားပါ။ အခုဟာကို သံမှိုစွဲပေးထားနိုင်ပြီဆိုရင် လုပ်ငန်းစဉ်ရဲ့ ကျန်တဲ့အပိုင်းတွေ ပိုအဓိပ္ပာယ် ရှိလာမယ်။ အသုံးပြုတဲ့အခါ ကျေနပ်စရာ ပိုကောင်းလာမယ်။ အဓိပ္ပာယ်ရှိတဲ့ အဆင်အကွက်တွေ ပေါ်ထွက်လာမယ်။ ပြင်းပြတဲ့ ဆန္ဒရှိမယ်။ စိတ်ဒဏ်ပိတာ ရှိနေမယ်။ စိတ်ဒဏ်ပိနေတာကို အပျက်ဘက်မှာ မဟုတ်ဘဲ ကောင်းတဲ့ဘက်မှာ အသုံးချလိုက်မယ်ဆိုရင် ပိနေတဲ့ ဒဏ်တွေ ယုတ်လျော့သွားမယ်။

အရမ်းအရေးကြီးတဲ့အချက်က ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကို ရှာဖွေတွေ့ရှိသွားပြီဆိုရင် ကျွန်တော်တို့ဆီမှာ ငုပ်နေတဲ့ စွမ်းပကားတွေကို ဖွင့်ထုတ်ပေးဖို့ ပိုမိုလွယ်ကူသွားစေပါလိမ့်မယ်။

ဂျွန် ဘူချန်က ရေးခဲ့ဖူးတယ်။

“ခေါင်းဆောင်မှုပေးခြင်းရဲ့ လုပ်ငန်းတာဝန်က လူ့လောကကို ကြီးကျယ်တဲ့ အရာတွေ ထားပေးဖို့ မဟုတ်ဘူး။ ကြီးကျယ်တဲ့အရာက အဲဒီမှာ ရှိနေပြီးသားပါ။ အဲဒါကို နှိုက်ထုတ်ပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်”

ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကို ရှာဖွေက မလွယ်ဘူး။ လူ့အနည်းငယ်လောက်သာ ကလေးဘဝ ကတည်းက သူတို့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကို သိထားနှင့်ကြတာကြောင့် တကူးတက လမ်းညွှန်ပေးဖို့ မလိုတော့ဘူး။

ကျွန်တော်တို့ အများစုကတော့ စိတ်နဲ့ စိတ်ဓာတ်တို့ သဟဇာတဖြစ်အောင် လုပ်ရတာ ခက်ခဲနေပြီး ရခဲ့ရင်တောင် ဆက်လုပ်ပေးနေဖို့ လိုအပ်နေတယ်။ ဆက်လုပ်ပေးနေရတာ တန်ပါတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ တစ်ပူထူးခြားအောင်

လုပ်ကိုင်တဲ့အခါ ပိုမိုထိရောက်မှု ရှိစေမှာ ဖြစ်တဲ့အပြင် ဘဝခရီးရဲ့ တခြားနယ်ပယ် တွေမှာလည်း ကောင်းကောင်းကြီး အထောက်အကူပေးနိုင်ပါတယ်။ ခင်ဗျားရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သဘောပေါက်သွားတဲ့အခါ လုပ်နေတဲ့အလုပ်၊ ပိုနေတဲ့အချိန်တွေ ခွဲဝေသုံးစွဲပုံတို့ ပြောင်းလဲသွားမယ်။

ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကို ရှင်းအောင်လုပ်နိုင်မယ်ဆိုရင် ကျွန်တော် တို့ဟာ ဘယ်လိုလူလဲဆိုတာကို သဘောပေါက်ဖို့ နီးစပ်သွားမယ်။

ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်က ဘာလဲ။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ရပ်တည်ချက်က ဘာလဲ။

ကျွန်တော်တို့က ဘယ်သူတွေလဲ။ ကျွန်တော်တို့ ဘာလုပ်နေသလဲ။ ဒီမေးခွန်း နှစ်ခုက များသောအားဖြင့် တကွတပြားစီ ဖြစ်နေကြတယ်။ ရည်ရွယ်ချက်ကို ရှာဖွေတွေ့ရှိခဲ့ရင် ကျွန်တော်တို့က ဘာလဲဆိုတာကို ပိုသဘောပေါက်နိုင်ပါလိမ့်မယ်။

ဒီမေးခွန်းက နက်နဲသိမ်မွေ့တဲ့ ဒဿနဆန်တဲ့ မေးခွန်းဖြစ်ပြီး ကျွန်တော်တို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မေးလေ့မေးထ မရှိတဲ့ မေးခွန်းလည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ တစ်မှုထူးခြားတာကို လုပ်ချင်တဲ့ ခံစားမှုရှိတာဟာ ကျွန်တော်တို့ တိရစ္ဆာန်တွေနဲ့ ကွာခြားသွားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ တိရစ္ဆာန် တွေက စား၊ သောက်၊ မျိုးပွား စတာတွေပဲ လုပ်ကိုင်ကြတယ်။ တစ်မှု ထူးခြားတာကို လုပ်ကိုင်လိုတဲ့ဆန္ဒရှိတာဟာ လူ့သဘောသဘာဝကို ဖော်ပြပေးနေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့က ပစ္စုပ္ပန်ကိုသာ မြင်နိုင် ကြတာမဟုတ်ဘူး။ အနာဂတ်ကိုလည်း မြင်နိုင်ကြပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ က လောကကို ကျွန်တော်တို့ ဖြတ်သန်းဖို့အတွက် ပိုကောင်းတဲ့နေရာ ဖြစ်စေချင်ကြတယ်။ ကျွန်တော်တို့ နောက်မှ ရောက်လာကြမယ့်သူတွေ အတွက် ပိုကောင်းတဲ့နေရာ ဖြစ်စေချင်ကြတယ်။ အဲဒီ ခံစားမှုက ကျွန်တော်တို့ မြေကမ္ဘာပေါ်မှာ သုံးစွဲတဲ့ အလေ့အကျင့်ရဲ့ သက်ရောက်မှု အကြောင်းနဲ့ လက်ရှိနဲ့ နောင်မျိုးဆက်တွေအပေါ် ကျရောက်စရာရှိတဲ့ နစ်နာမှုတွေအကြောင်း ပိုသဘောပေါက်လာတာနဲ့အမျှ ပိုပြင်းထန်လာ ပါတယ်။

အဲဒီ အတွေးတွေက ကျွန်တော်တို့ရဲ့ စိတ်ထဲမှာ ထိပ်ဆုံးနေရာ ရောက်မနေ

ကြပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ ဆန္ဒတွေရဲ့ နောက်ခံအဖြစ် တစ်နည်းနည်းဖြင့် ထည့်တွက်ကြ ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ ထည့်တွက်မယ်ဆိုရင် ဘယ်လို ပိုကျယ်ပြန့်တဲ့ ဘယ်လို ကိုယ်ကျင့်တရားဘောင်ကလေးကို ကျွန်တော်တို့ ထည့်တွက်ရမလဲ။ ကျွန်တော်တို့ အတွက် ဘယ်ဟာက အရေးပါသလဲ။ အဲဒီအရေးပါတဲ့အရာက ကျွန်တော်တို့ ဘဝတွေရဲ့ ဖြစ်ထိုက်သောအပိုင်းမှာ လုပ်ကိုင်နေတာ ဟုတ်ရဲ့လား။

ကျွန်တော်တို့ ဘယ်သူလဲဆိုတာရယ်၊ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်က ဘာလဲဆိုတာရယ် ပိုသေချာသွားတဲ့အခါ တစ်မူထူးခြားတာကို ကျွန်တော်တို့ ဘယ်နေရာမှာ ဘယ်လိုလုပ်ကိုင်ကြမယ်ဆိုတာကို ဆုံးဖြတ်ချက်ချဖို့ လုပ်ကိုင်နိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီနှစ်ချက်က နီးနီးစပ်စပ် ချိတ်ဆက်နေကြတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲ ဆိုတော့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ တစ်မူထူးခြားအောင် ဆောင်ရွက်မှုတို့ဟာ အကြောင်း တရားနဲ့ အကျိုးတရား ဖြစ်နေကြတယ်။ တခြားသူတွေရဲ့ ဘဝတွေမှာ ကျွန်တော် တို့ တန်ဖိုးဘယ်လိုဖြည့်ထည့်ပေးသလဲဆိုတာဟာ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကို တိုက်ရိုက်အကောင်အထည်ဖော်လိုက်တာ ဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကို ရှာဖွေတွေ့ရှိဖို့ဆိုတာ မလွယ်ကူဘူး။ ကျွန် တော်တို့က ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သိတယ်လို့ ထင်ကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဂယနဏသိဖို့ လုပ်တဲ့အခါ ကျွန်တော်တို့အများစုက အတော်ကလေး ဝေဝါးကုန်ကြတယ်။ ဘာ အတွက် ကျွန်တော်တို့ ရပ်တည်နေကြတာလဲဆိုတာ အတိအကျ မသိကြဘူး။ ဘယ်ဟာတွေက ကျွန်တော်တို့ဘဝရဲ့ ဦးစားပေးတွေလဲဆိုတာကိုလည်း အတိ အကျ မသိကြဘူး။

ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်က ကျွန်တော်တို့ရဲ့ တည်ရှိနေရတဲ့ အကြောင်း ပြုချက် မလွဲမသွေ ဖြစ်နေရပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့မှာ တစ်ခုတောင် မရှိရင် ကျွန် တော်တို့ မကူနိုင်မကယ်နိုင်ဖြင့် မျောချင်ရာ မျောနေကြမယ်။ ဂျာမနီမှ နာမည် ကျော် ကဗျာကဝိ ဂိုသဲ ဆိုမိန့်ခဲ့သလို

“ရည်ရွယ်ချက် မရှိတဲ့ ဘဝဟာ အစောကြီးကတည်းက သေနေတယ်”
လို့ ပြောရပါလိမ့်မယ်။

ယနေ့ ကမ္ဘာပေါ်မှာ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ အဓိကပြဿနာ အများအပြားရဲ့ နောက် မှာ ရည်ရွယ်ချက် ပျောက်နေကြတာတွေက အကြောင်းရင်းခံအဖြစ် တည်ရှိနေကြ ပါတယ်။ စိတ်ကျန်းမာရေး စိန်ခေါ်မှုဖြစ်တဲ့ စိတ်အားငယ်ခြင်းကို ကမ္ဘာ တစ်လွှားမှာ ရှိကြတဲ့ ဖွံ့ဖြိုးပြီး လူ့ဘောင်တွေမှာ ရင်ဆိုင်နေကြရတာဟာလည်း

ရည်ရွယ်ချက် ပျောက်ဆုံးခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပါတယ်။ မူးယစ်ဆေး၊ မိသားစုပြိုကွဲခြင်း၊ အကြမ်းအရမ်းပြုမူခြင်း၊ လူ့အချင်းချင်း လေးစားမှုကင်းခြင်း စတာတွေဟာ ကောင်းမွန်တဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ ချိတ်ဆက်နေမှု အနည်းငယ်သာ ရှိကြသူတွေကြောင့် ဖြစ်ပွားနေရတာ ဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကို ရှာဖွေတွေ့ရှိဖို့ဆိုတာ သိအိုရီအရ လွယ်ကူ ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မေးဖို့လိုတဲ့ မေးခွန်း ရှိပါတယ်။

“ငါ ဘာကို လုပ်ဖို့ တကယ် အမြတ်နိုးဆုံးလဲ”

ကျွန်တော်တို့မှာ အဖြေအဆင်သင့် မရှိဘူး။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ဘဝ တစ်သက်တာလုံး လုပ်ကိုင်မယ်ဆိုပြီး ပြတ်ပြတ်ထင်ထင်ရှိတဲ့ ဆန္ဒဆိုတာ ငယ်စဉ် ကတည်းက ကျွန်တော်တို့မှာ မရှိခဲ့ကြဘူး။

ဒီတော့ ကျွန်တော်တို့ ထောက်စမ်းထိုးရှာကြရမယ်။ နောက်ထပ်မေးခွန်းက

“ငါ့ဘဝရဲ့ ဘယ်နယ်ပယ်နေရာတွေမှာ ကျေနပ်အားရမှု အရဆုံးလဲ”

ဆိုတဲ့ မေးခွန်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဘယ်လိုအခြေအနေမျိုးမှာ တကျည်ကျည် မြည်သံ အထူးတလည် မြည်ပါသလဲ။ အဲဒီ တကျည်ကျည်မြည်သံဟာ တစ်ခုခု ပိုကြီးထွားဖို့ မြည်ရတာ ဖြစ်ပါတယ်။

အကျိုးဆောင်ဖို့ ခေါ်သံ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ဘဝကို ကိုယ့် အတွက် ဆိုတာထက် ပိုကြီးမားတဲ့ တစ်ခုခုအတွက် ပေးခိုင်းတာပါ။ ကျွန်တော်တို့ ဖြစ်သင့်ဖြစ်ထိုက်တာ ဖြစ်လာဖို့အတွက် မြည်နေတာပါ။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ပဓာနရည်ရွယ်ချက်ကို ရအောင်လုပ်ဖို့ ခေါ်သံပါ။

တကယ်လို့ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်က ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ဘဝတွေကို ကြီးစိုးထားမယ်ဆိုရင် အကြီးအကျယ် ကံကောင်းတယ်လို့ ဆိုရပါလိမ့်မယ်။ ကျွန်တော်တို့ အများစုမှာ ပဓာနရည်ရွယ်ချက်က ဘဝရဲ့ နယ်ပယ်အမျိုးမျိုးမှာ ရှိနေတဲ့ အဓိကရည်ရွယ်ချက်တွေကို စုပေါင်းစပ်ပေါင်း လုပ်ထားတာ ဖြစ်နေတယ်။

ဥပမာအားဖြင့် ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်က ကျွန်တော်တို့မှာ ရှိတဲ့ တီထွင်ဖန်တီးမှုဖြင့် ကျွန်တော်တို့ အနီးမှာ ရှိနေကြတဲ့ လူတွေကို ပိုကောင်းအောင် လုပ်ပေးဖို့ ဆိုပါစို့။ အဲဒီရည်ရွယ်ချက်ကို အကောင်အထည်ဖော်တဲ့အခါ ဘဝရဲ့ နယ်ပယ်အမျိုးမျိုးမှာ အသုံးပြုရတဲ့အတွက် နည်းလမ်းတွေကလည်း အမျိုးမျိုး ဖြစ်

နေပါတယ်။

ဆိုကြပါစို့။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ လုပ်ငန်းခွင်ကို စွမ်းရည်တွေ အပြည့်အဝ အသုံးပြုနိုင်တဲ့အထိ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ တီထွင်ဖန်တီးမှုစွမ်းရည်တွေနဲ့ ပြောင်းလဲပေးလိုက်တယ်။ တီထွင်ဆန်းသစ်တဲ့ စိတ်ကူးတွေနဲ့ လုပ်ငန်းစဉ်တွေ၊ ထုတ်ကုန်တွေ၊ ဝန်ဆောင်မှုတွေကို ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် လုပ်ကိုင်လိုက်ကြတယ်။ အလုပ်လုပ်ရတာ ပျော်စရာကောင်းသွားတယ်။ ကျေနပ်မှုလည်း ရသွားစေတယ်။ လုပ်ကိုင်ရသူတွေ အကျိုးရှိသွားတယ်။

တကယ်လို့များ အခုလို တီထွင်ဆန်းသစ်ပေးတာကို လုပ်ခွင့်မရခဲ့ဘူးဆိုရင် ကျွန်တော်တို့ရဲ့ တီထွင်ဖန်တီးမှုစွမ်းရည်တွေကို တခြားမှာ သွားသုံးရတော့မယ်။ ဥပမာ ရယ်စရာလုပ်တာမှာ သုံးချင်သုံးမယ်။ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တွေ ရယ်မောရအောင် လုပ်ကိုင်ကြမယ်။

အတူလုပ်ကိုင်တဲ့သူနဲ့ဖြစ်ဖြစ်၊ မိသားစုနဲ့ဖြစ်ဖြစ် အိမ်ကို အလှဆင်မယ်။ ဒါမှမဟုတ် ဝါသနာပါတဲ့ပန်းချီ ဆွဲချင် ဆွဲမယ်။ ကချင် ကမယ်။ သီချင်းဆိုချင် ဆိုမယ်။ အတူလုပ်ကိုင်မယ့်သူ မရှိတဲ့အတွက် တစ်ယောက်တည်း လုပ်ကိုင်ရတဲ့အခါ စာရေးခြင်း၊ ပန်းဥယျာဉ် ပျိုးထောင်ခြင်း၊ ချက်ပြုတ်ခြင်း စတာတွေ လုပ်ကိုင်ပြီး တီထွင်ဖန်တီးမှုစွမ်းရည်ကို သုံးစွဲပစ်လိုက်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ရည်ရွယ်ချက်ဟာ ကျယ်ပြန့်တဲ့ အကြောင်းအရာ ဖြစ်နေပြီး ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ဘဝအတွေ့အကြုံတွေ အကုန်လုံး ပေါင်းစပ်ပါဝင်နေကြတယ်။ ပုတီးသီသလို ကြိုးတစ်ချောင်းနဲ့ ဘဝရဲ့ ကွဲပြားခြားနားတဲ့ အတွေ့အကြုံတွေကို တွဲပေးထားပါတယ်။ အဲဒီလို တွဲသီပေးတဲ့ကြိုးကို ကျွန်တော်တို့ ရှာဖွေနေကြတာ ဖြစ်ပါတယ်။

ကြိုးကို ကျွန်တော်တို့ တွေ့တဲ့အခါ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ပဓာနရည်ရွယ်ချက်ဟာ ပုံဆောင်ခဲဖွဲ့တည်ပါတယ်။ ရည်ရွယ်ချက်က ပုံသေဖြစ်ပြီး အကောင်အထည်ဖော်တဲ့အပိုင်းမှာတော့ အမြဲပြောင်းလဲနေပါတယ်။

အဲဒီအချက်က အရေးကြီးတယ်။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက် ဘယ်လို ထွက်ပေါ်သလဲဆိုတာ ဘယ်လိုပို့ပေးသလဲဆိုတာအပေါ် မူတည်ပြီး ဘဝကို ဖြတ်သန်းတဲ့အခါမှာ အပြောင်းအလဲတွေ ရှိနေပါတယ်။ ဥပမာအားဖြင့် တကယ်လို့ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်က တခြားသူတွေ သင်ယူတာကို ကူညီပေးဖို့ဆိုရင် အဖွဲ့အစည်းရဲ့ လူအရင်းအမြစ်မှာ တစ်ခါတလေကျတော့ ဆရာတစ်ဦးအဖြစ်

လုပ်ကိုင်ပေးမှာ ဖြစ်ပြီး တစ်ခါတလေမှာတော့ သင်ယူမှုအထောက်အကူ ပစ္စည်း ဖန်တီးသူအဖြစ် လုပ်ကိုင်ပေးပါတယ်။

အရွယ်ရောက်ပြီးသူတွေကို အင်္ဂလိပ်စကား သင်ပေးမယ်။ ကလေးတွေ ကိုလည်း အင်္ဂလိပ်စာ သင်ပေးမယ်။ ဘဝတစ်လျှောက် သင်ပေးနေတာ မှာ တစ်ခါတလေကျတော့ ညနေပိုင်းသင်တန်းမှာ သင်တယ်။ တစ်ခါ တလေမှာတော့ စနေ၊ တနင်္ဂနွေမှာ သင်ပေးမယ်။ အားကစားသင်ယူမှု မှာ ကူညီပေးတာမျိုးလည်း ရှိမယ်။ ဉာဏ်ရည်ချို့တဲ့နေတဲ့ ကလေးတွေကို သင်ပေးဖို့ ကူညီတာလည်း ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်။ အဲဒါတွေကို သိကြီးနဲ့ အချိတ်အဆက် ရှိနေစေတယ်။ အဲဒီသိကြီးက တခြားသူတွေ သင်ယူ တာကို ကူညီပေးဖို့ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက် ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ပုတီး တစ်လုံးစီမှာ မတူကွဲပြားတဲ့ အလုပ်အတွေ့အကြုံ အသီးသီး ရှိနေကြပါ တယ်။

ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကို တွေ့ရှိပြီးချိန်မှာ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ဘဝ အဓိပ္ပာယ် ရှိသွားပါတယ်။ အပိုင်းပိုင်းအစစ တကွဲတပြားဖြစ်နေတာတွေ အတူ တကွ လုပ်ကိုင်ခြင်းတွေ စတင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဘဝက အစီအရီ စီပြီး သေသပ် ကျနစွာ ရှိမနေဘူး။ ဒီတော့ ကျွန်တော်တို့ လိုက်ရှာချင် ရှာပေးရလိမ့်မယ်။ ကျွန် တော်တို့ရဲ့ အမှုအကျင့်တွေကို မောင်းနှင်တဲ့ ဝတ္တရားကို ရယူထားတဲ့ အပိုင်းအစ တွေ ရှိမယ်။ ရည်ရွယ်ချက်အတိုင်း လုပ်ကိုင်တဲ့အပေါ် ကျေနပ်အားရမှု ဖြစ်တဲ့ အပိုင်းအစတွေ ရှိမယ်။ ကျွန်တော်တို့ စိတ်ဓာတ် မှိုင်တွေကျစေတဲ့ အခြေအနေတွေ ကို အရှိကို အရှိအတိုင်း လက်ခံပေးရမယ့် အပိုင်းအစတွေလည်း ရှိမယ်။ အဲဒီ အပိုင်းအစတွေကို ကျွန်တော်တို့ လှည့်သင့်တာလှည့်၊ လှန်သင့်တာလှန်ပြီး လန်းဆန်းလတ်ဆတ်အောင် လုပ်ပေးကြရမှာဖြစ်ပြီး ကျွန်တော်တို့မှာရှိတဲ့ ပဓာန ရည်ရွယ်ချက်ရဲ့ အဓိပ္ပာယ်နဲ့ ထိုက်သင့်လျော်ကန်စွာ လုပ်ကိုင်ပေးရမှာ ဖြစ်ပါ တယ်။

သံမှို တကယ်စွဲခြင်း

ကျွန်တော်တို့မှာ မေးခွန်း နှစ်ခု ကျန်ရှိနေသေးတယ်။

“ငါ ဘာကို လုပ်ဖို့ တကယ် အမြတ်နိုးဆုံးလဲ”

“ငါ့ဘဝရဲ့ ဘယ်နယ်ပယ်နေရာတွေမှာ ကျေနပ်အားရမှု အရဆုံးလဲ”

ဒီမေးခွန်းနှစ်ခုဟာ ကွဲပြားခြားနားကြပါတယ်။ ကာယကံရှင်သိစေဖို့အတွက် ထင်ဟပ်ပြသရာမှာ အချိန်ယူပါတယ်။ နည်းလမ်းတစ်ခုကတော့ စာရွက်အလွတ်ပေါ်မှာ မြေပုံရေးဆွဲတဲ့နည်း ဖြစ်ပါတယ်။ စိတ်ထဲမှာပဲ စဉ်းစားနေမယ်ဆိုရင် စဉ်းစားရင်းတန်းလန်း အသုံးတည့်တဲ့ အတွေးတွေနဲ့ တွေးလက်စတွေ ပြန်ပျောက်သွားတတ်ပါတယ်။ ပျောက်သွားပြီးရင် ပြန်ပေါ်မလာတော့ဘူး။ ဒီတော့ စာရွက်ပေါ်မှာ ရေးတို့ပြီး မှတ်သားထားဖို့ လိုပါတယ်။ ရေးတို့တာမှာ အရမ်းတိုတောင်းလွန်းရင် နောင်တစ်ချိန် ပြန်ဖတ်တဲ့အခါ ဝှက်စာဖတ်နေရသလို ဖြစ်နေလိမ့်မယ်။ ဒီတော့ အဓိပ္ပာယ် ပြန်ဖော်နိုင်မယ့် အတိုချုပ်မှတ်သားမှု ဖြစ်ရပါမယ်။

စာရွက်ပေါ် တို့မှတ်ထားဖို့ ပြောနေရတာ အကြောင်းရှိပါတယ်။ စိတ်ထဲပေါ်လာတာတွေက အစီအစဉ်တကျ မဖြစ်ဘူး။ ကြုံရာကျပန်း ပေါ်လာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျားမှာ ဖန်သားလို ကြည်လင်ပြတ်သားနေတဲ့ ရည်ရွယ်ချက် ရှိနေတယ်ဆိုရင်တော့ သေးသွယ်ပါးလျတဲ့ ခံစားမှုတွေကနေ တစ်ဆင့် အသိပေးပါလိမ့်မယ်။ အပြုသဘောဆောင်တဲ့ စိတ်လှုပ်ရှားမှုကလေးတွေ၊ လုပ်ကိုင်ခဲ့ဖူးတာ ပြန်သတိရမိတာတွေ၊ အောင်မြင်ပြီးစီးမှုတစ်ခုခု ရလိုက်ချိန်မှာ စိတ်ထဲ လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲ ကျေနပ်အားရဖြစ်မိတာတွေ စသဖြင့် ဟိုနားတစ်ကွက် ဒီနားတစ်ကွက်ဖြင့် အသိပေးနေရင်း နောက်တော့ အဆင်အကွက်တစ်ခုအဖြစ် တဖြည်းဖြည်းပေါ်လာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီလို အဆင်အကွက် ဖြစ်တည်တဲ့အဆင့်အထိ ရောက်လာဖို့ အကြိမ်ကြိမ် ထင်ဟပ်ပြသပါတယ်။ သိကြီးကတော့ သူ့ဘာသာသာသူ ပေါ်လာဖို့အတွက် နှေးကွေးပါတယ်။ စိတ်မှာ ရုတ်တရက်ကွန်မြူးတာ၊ ရုတ်တရက်သိလိုက်တာတွေကို တခြားရင်းမြစ်တွေကနေ ရယူချင်လို့ စမ်းကြည့်ချင်တယ်ဆိုရင် အောက်ဖော်ပြပါ တို့ကို စမ်းကြည့်နိုင်ပါတယ်။

- လုပ်ရင်းကိုင်ရင်း စိတ်ထဲ လုပ်ရကျိုးနပ်တယ် ခံစားမိခြင်း၊ အားရကျေနပ်မိခြင်း၊ အားတက်မိခြင်းတွေ ဖြစ်ပေါ်ရင် အဲဒီအလုပ်ကို မှတ်စုစာအုပ်ထဲ ရေးမှတ်ထားလိုက်ပါ။
- စိတ်တက်ကြွလန်းဆန်းနေချိန်မှာ လုပ်ကိုင်နေတာ ဘာအလုပ်လဲဆိုတာ ရေးမှတ်ထားပါ။ ဘယ်သူတွေနဲ့ အတူတကွ လုပ်ကိုင်နေတာလဲ။ ဘာတွေ ဖြစ်ပျက်သလဲ ဆိုတာတွေကိုပါ မှတ်သားထားလိုက်ပါ။
- ကလေးဘဝတုန်းက မှတ်မှတ်ထင်ထင် ဖြစ်မိခဲ့တဲ့ အိပ်မက်တွေ ပြန်စဉ်းစားကြည့်ပေးပါ။ အခု ဘယ်လိုအိပ်မက်တွေ မြင်မက်နေသလဲ။ မဂ္ဂဇင်း၊ သတင်းစာ၊ အင်တာနက် စတာတွေထဲမှ ပုံတွေယူပြီး သိမ်းထားပါ။ နှစ်ခြိုက်နေမိတဲ့ ဖျော်ရည် သောက်ပေးပါ။
- တရားထိုင်သလို ထိုင်ရင်း မိမိစိတ်ကို ပြန်ကြည့်လိုက်ပါ။ ပြန်ပြောင်းသုံးသပ်ကာ ရှုမြင်ကြည့်ပါ။ သွားရင်းလာရင်း၊ သီချင်းနားထောင်ရင်း၊ ရေချိုးရင်း၊ ခရီးသွားရင်း စိတ်ထဲ ဘာတွေတွေ့နေမိတာများသလဲ သတိမူပေးပါ။ သတိမူပေးနေပြီဆိုရင် မသိစိတ်ကနေ လှမ်းပြောပေးပါလိမ့်မယ်။ ဘာပြောလိုက်သလဲဆိုတာ သတိမူပြီး နားထောင်ပါ။ မှတ်စုစာအုပ်မှာ ရေးမှတ်ထားပါ။ အိပ်မက်တွေနဲ့ ပြောချင်ပြောမယ်။ ရှောင်ဖယ်ဖယ်လုပ်နေမိတဲ့ကိစ္စတွေကိုလည်း ရေးမှတ်ထားပါ။

အာရုံတွေအရ ခင်ဗျားရဲ့ လိပ်ပြာကို မြေပုံရေးဆွဲနေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ (လိပ်ပြာ မသန့်ဘူး။ လိပ်ပြာ မလုံဘူး စသဖြင့် ပြောဆိုကြတဲ့ လိပ်ပြာကို ဆိုလိုပါတယ်) ခင်ဗျားရဲ့ ဘဝမှာ ထားရှိတဲ့ ရည်မှန်းချက်ကို သဘောပေါက်ဖို့အတွက် ခင်ဗျားမှာ အရေးပါတဲ့ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ မနောဓာတ်တွေ ရှိနေပါတယ်။ အဲဒီ မွေးရာပါ ဘဝရည်မှန်းချက်ကို သိနိုင်ဖို့ လိပ်ပြာက အချိန်ကာလတစ်ခု ရယူပြီး ရက်လုပ်ပေးတာကို နားထောင်ပေးခြင်းဟာ ရည်ရွယ်ချက် ရှာပုံတော်ဖွင့်တဲ့ လုပ်ငန်းစဉ်ရဲ့ သော့ချက် ဖြစ်ပါတယ်။ ရက်ကန်းရက် အကွက်ဖော်တာ နှေးကွေးနေရင်လည်း ဆက်လက်သတိမူပေးနေလိုက်ပါ။ ခင်ဗျား ရှာပုံတော်ဖွင့်နေတဲ့ ရတနာကို ဖော်ထုတ်ပြသဖို့ အချိန်ယူပြီး လုပ်ကိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ နောက်ဆုံးမှာတော့ ပြန်ပြန် ပြပါတယ်။



၄။ တန်ဖိုးထားမှုများ မြေပုံ

လောကထဲမှာ ခင်ဗျား လုပ်ပေးချင်တဲ့ ပြောင်းလဲမှုဟာ
ခင်ဗျားမှ ခင်ဗျားပါပဲ။

မဟာတ္ထမ ဂန္တီ

ခင်ဗျားရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကို သဘောပေါက်ဖို့ လုပ်ကိုင်တာဟာ ခင်ဗျား
ဘယ်သူမှန်း မသိဖြစ်နေရတဲ့ ပုစ္ဆာကို ဖြေရှင်းပေးတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီပုစ္ဆာက
ဉာဏ်မမီသောအရာ ဖြစ်နေတော့ အားပါးတရ ဖြေရှင်းလို့ ရသွားတာမျိုး ဘယ်
သောအခါမှ မရှိပါဘူး။ မရေမရာနဲ့ ဒွိဟတွေ ရှိပြီးရင် ရှိနေမြဲ ဖြစ်နေတယ်။
ဘာလို့လဲဆိုတော့ ဟုတ်မှဟုတ်ရဲ့လားဆိုတာက လူရဲ့ လက်ရှိအနေအထားမှာ
ပါဝင်နေတဲ့ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခု ဖြစ်နေတယ်။

စိတ်ဓာတ်မကျပါနဲ့။ ကျွန်တော်တို့ သိကြီးကို ဖော်ထုတ်သတ်မှတ်ပေးနိုင်ပြီ
ဆိုရင် ကျွန်တော်တို့ ငြိမ်သက်နေတဲ့ အမှတ်ဆီကို ဆိုက်ရောက်သွားပါ
လိမ့်မယ်။ အဲဒီအမှတ်မှာ ပုံပြောင်းလို့ ရပါတယ်။ အဲဒီ သက်ငြိမ်မှတ်ကို
ဆိုက်ရောက်တဲ့အခါ ခင်ဗျား တချက်ချက်မြည်ရင်း စက်ခုတ်နေအောင်
လုပ်ပေးနေတဲ့အရာကို ခင်ဗျား တွေ့ပြီဆိုတာ ခင်ဗျား သိလိုက်မယ့်
အမှတ်ဆီ နောက်ဆုံးမှာတော့ ရောက်ရှိလို့ သွားပါလိမ့်မယ်။ ခင်ဗျား
လုပ်ရတာပျော်တဲ့ အလုပ်တွေကို ခင်ဗျားလုပ်နေတာဖြစ်လို့ ခင်ဗျား

သက်သောင့်သက်သာ ဖြစ်နေမယ်။ အဲဒီ ဗဟိုချက်အမှတ် လည်ချက် ကနေ ခင်ဗျား လုပ်ချင်ကိုင်ချင်တဲ့ အလုပ်တွေမှန်သမျှ စီးဆင်းထွက်ကျ လာပါလိမ့်မယ်။ အဲဒါကို သဘောပေါက်ဖို့အတွက်ဆိုတာ လောကထဲမှာ ခင်ဗျား လုပ်ပေးချင်တဲ့ တစ်မှုထူးခြားမှုကို သဘောပေါက်ဖို့အတွက် ဂန့်ရဲ့ အဆိုအမိန့်ဟာ မရှိမဖြစ် လိုအပ်ချက် ဖြစ်နေတယ်ဆိုတဲ့အချက် ကို သိနားလည်ထားဖို့ လိုပါတယ်။

ခင်ဗျားရဲ့ တန်ဖိုးထားမှုတွေကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိထားတာဟာ ရည်ရွယ် ချက်ကို သိနားလည်ဖို့အတွက် ကြီးမားတဲ့ အထောက်အကူ ဖြစ်ပါတယ်။ တန်ဖိုး ထားမှုတွေဟာ ရည်ရွယ်ချက်ရဲ့ အစိတ်အပိုင်းတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ ပြီးတော့ ရည်ရွယ် ချက်လို့ပဲ ချော်ထွက်နိုင်ပြီး အရှာရခက်ခဲ့ပါတယ်။

တချို့တန်ဖိုးထားပုံတွေက သိသာထင်ရှားပါတယ်။ တချို့က မှိန်နေတယ်။ တချို့ကျတော့ အချိန်ကာလအလျောက် အရေးပါပုံတွေ ပြောင်းလဲသွားတယ်။

ကျွန်တော့် ကိုယ်တွေ့ကို တင်ပြလိုပါတယ်။ လွန်ခဲ့တဲ့ ၅ နှစ်လောက်က အလုပ်မှာ စာရွက်စာတမ်းတွေ သပ်သပ်ရပ်ရပ်၊ စီစီရီရီ ဖြစ်ဖို့ဟာ ကျွန်တော့် အတွက် အရေးပါတဲ့ တန်ဖိုးထားမှု ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။ လွန်ခဲ့တဲ့ ၃ နှစ်မှာတော့ အဲဒီ ကိစ္စက အရေးပါတဲ့စာရင်းရဲ့ နံပါတ် ၈ မှာ ရောက်နေပြီ။ အခုဆိုရင် စာရင်းထဲ မပါတော့ဘူး။ ခေါင်းထဲမှာ ရှိတောင် မရှိတော့ဘူး။

ကျွန်တော်တို့ရဲ့ တန်ဖိုးထားမှုတွေကို ကိုင်တွယ်ရလွယ်ကူအောင် လက်ကိုင် ကို ဘယ်လိုတပ်ရမလဲ။ တန်ဖိုးထားမှုတွေနဲ့ ပတ်သက်လို့ ရေးသားတင်ပြခဲ့ကြသူ တွေထဲမှာ ထင်ရှားသူက ရစ်ချတ် ဘာရက် ဖြစ်ပါတယ်။ သူဟာ အင်ဂျင်နီယာ တစ်ဦးသာဖြစ်ပြီး စိတ်ပညာရှင် မဟုတ်ပါဘူး။ သူလုပ်တဲ့အလုပ်က ကမ္ဘာ့ဘဏ်မှာ တန်ဖိုးထားမှုညှိနှိုင်းရေးမှူး ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီအလုပ်အတွက် သူက ဉာဏ်စွမ်း ဉာဏ်စဖြင့် အရှုပ်ရှင်းတဲ့ လုပ်ငန်းစဉ်ကို တီထွင်ကြံဆကာ သုံးစွဲခဲ့ပါတယ်။ သူ ရေးသားပြုစုတဲ့စာအုပ်မှာ ဝန်ထမ်းရဲ့ ကိုယ်ပိုင်အမြင်ဖြင့် တန်ဖိုးထားမှုများနဲ့ အဖွဲ့အစည်းရဲ့အမြင်ဖြင့် တန်ဖိုးထားမှုများ နှစ်ခုအကြား သဟဇာတ ဖြစ်နေစေဖို့ ပေါင်းကူးတံတား ဘယ်လို ထိုးပေးရမယ်ဆိုတာကို တင်ပြပေးခဲ့ပါတယ်။

သူ့ရဲ့ လုပ်နည်းကိုင်ဟန်က ဝန်ထမ်းရဲ့ တန်ဖိုးထားပုံတို့ကို မြေပုံတစ်ခု ရေးဆွဲပါတယ်။ အဖွဲ့အစည်းရဲ့ တန်ဖိုးများကိုလည်း မြေပုံတစ်ခု ရေးဆွဲပါတယ်။

ပြီးတဲ့အခါ ဝန်ထမ်းကို ခေါ်ယူပြီး စံပြအဖွဲ့အစည်းမှာ အလုပ်လုပ်ရရင် သူ့ထားရှိမယ့် တန်ဖိုးတွေကို ဝန်ထမ်းကိုယ်တိုင် မြေပုံရေးဆွဲရပါတယ်။

ပြီးတဲ့အခါမှာ ရရှိထားတဲ့ မြေပုံ ဥပမာကို တိုက်ဆိုင်ကြည့်ပြီး ကွာဟနေတာတွေကို ရှာဖွေပါတယ်။ ဒီနည်းနဲ့ ဖော်ထုတ်ပေးတဲ့အခါ အဖွဲ့အစည်းအနေဖြင့် တအံ့တဩ ဖြစ်ရာတာတွေ တွေ့ရှိကြပါတယ်။ သူတို့ ယုံမှတ်ထားတဲ့ အဖွဲ့အစည်းရဲ့ ယဉ်ကျေးမှု၊ အဲဒီယဉ်ကျေးမှုအပေါ် လုပ်သားအင်အားစုရဲ့ အမြင်တို့ သူတို့ထင်ထားတာနဲ့ ကွာခြားနေတာကို တွေ့ကြရပါတယ်။ ဝန်ထမ်းကောင်း မြဲနေအောင် ဘယ်လိုထိန်းထားမလဲ။ ဝန်ထမ်းကောင်း အသစ်ရအောင် ဘယ်လို ဆွဲငင်မလဲ ဆိုတာတွေမှာလည်း ကွာဟမှုတွေ ရှိနေတာ တွေ့ကြရပါတယ်။

ဝန်ထမ်းရဲ့ တန်ဖိုးထားမှုတွေနဲ့ အဖွဲ့အစည်းရဲ့ တန်ဖိုးထားမှုတွေ ကွာဟမှု ရှိနေကျ ဖြစ်ပါတယ်။ သဘောထားကွဲလွဲခြင်းတွေကို မြေပုံတွေကို တိုက်ဆိုင်စစ်ဆေးကြည့်လိုက်ရင် သိသာထင်ရှားစွာ တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။ အလေးအနက်ထားရမယ့်ကိစ္စ ဖြစ်နေခဲ့ရင် ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဝန်ထမ်းတွေ ထွက်တာ၊ ဝန်ထမ်းအသစ်ဝင်တာနဲ့ ပတ်သက်တာ ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်။ ရည်မှန်းချက် ပန်းတိုင်တွေနဲ့ ပတ်သက်တာလည်း ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်။ လိုအပ်ရင် အဖွဲ့အစည်းရဲ့ တန်ဖိုးထားပုံတွေကို တစ်မူထူးခြားအောင် ပြောင်းသင့်ရင် ပြောင်းလဲပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဥပမာတစ်ခုကို တင်ပြချင်ပါတယ်။ သက်ကြီးရွယ်အိုတွေကို အိမ်တိုင်ရာ ရောက် ပြုစုပေးတဲ့ ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းမှာ လုပ်ကိုင်တဲ့ ဝန်ထမ်းအနေဖြင့် သက်ကြီးရွယ်အိုတွေကို မိဘသဖွယ် ပြုစုစောင့်ရှောက်တာကို တန်ဖိုးထားမှာ ဖြစ်ပြီး စီမံခန့်ခွဲမှုအရာရှိအနေဖြင့် အမြတ်ရရှိရေးကို တန်ဖိုးထားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဝန်ထမ်းအနေဖြင့် မိမိတန်ဖိုးထားမှုအပေါ် စိတ်ထိခိုက်ခံစားရပါက အလုပ်မှ ထွက်ပြီး မိမိနှင့် တန်ဖိုးထားတာချင်းတူသည့် အခြားလုပ်ငန်းမှာ သွားရောက်လုပ်ကိုင်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါမှမဟုတ် လက်ရှိကုမ္ပဏီမှာ စိတ်ရှည်သည်းခံပြီး လုပ်ကိုင်ရင်း ကုမ္ပဏီရဲ့ အကြီးတန်းအရာရှိတွေကို တန်ဖိုးထားပုံ ပြောင်းလဲဖို့ ကြိုးစားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ တကယ်လို့ အောင်မြင်ခဲ့တယ်ဆိုရင် တစ်မူထူးခြားအောင် လုပ်ကိုင်ပေးနိုင်တဲ့သူ ဖြစ်ပါတယ်။

ရိုးရိုးရှင်းရှင်းမဖြစ်တဲ့ နေရာတွေမှာ လွယ်ကူစေဖို့အတွက် တစ်ကိုယ်ရေ တန်ဖိုးထားမှုများကို ကြည့်ရှုပြီး ရရှိလာတဲ့ အချက်တွေကို ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ ချိတ်

ပေးနိုင်အောင် ကြိုးစားကြရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

တန်ဖိုးထားပုံတွေကို မြေပုံဆွဲတဲ့အခါ တန်ဖိုးထားမှုအမျိုးမျိုးကို အတန်းအစား ခွဲခြားစဉ်းစားမှာ မဟုတ်ဘဲ ကျွန်တော်တို့အတွက် အရေးပါပုံအရ စဉ်းစားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အတန်းအစားအရ ခွဲခြားစဉ်းစားရင် လူရှိသေရှင်ရှိသေ ဖြစ်စေမယ့် တန်ဖိုးထားမှုတွေကို ဆွဲထည့်မိစေတတ်ပါတယ်။ လူအထင်တကြီးဖြစ်စေမယ့် အမျိုးအစားအုပ်စုမှာ အချက်နည်းနေရင် ထပ်ဖြည့်မိမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ရိုးဖြောင့်မှုဟာ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ တန်ဖိုးထားမှုတွေကို ရွေးချယ်ရာမှာ အရေးအကြီးဆုံးအရာဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဂုဏ်တင်ဖို့အတွက် မရွေးချယ်ဘဲ အမှန်အတိုင်း ရွေးချယ်မှ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ဆီ ရောက်ရှိသွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အခုလက်ရှိ ရောက်နေတဲ့နေရာကနေ စတင်ဖို့ လိုပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ ခရီးထွက်ကြပြီးမှ ခရီးတစ်နေရာမှာ ရောက်ရှိမယ့် နေရာကနေ မစရပါဘူး။

ပါဝင်သော အရာများ

မြေပုံကို ကြည့်ပြီး ကျွန်တော်တို့ ဘယ်ကို ဦးတည်ထားသလဲဆိုတာက နောက်ပိုင်းကိစ္စ ဖြစ်ပါတယ်။ အရင်ဆုံးလုပ်ရမှာက တန်ဖိုးထားမှုတွေမှာ ပါဝင်နေတဲ့အရာတွေကို ကြည့်ဖို့ ဖြစ်ပါတယ်။ အောက်မှာ ဖော်ပြထားတာတွေက စနစ်အမျိုးမျိုးမှ ရရှိလာတဲ့ တန်ဖိုးထားပုံတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျားအနေဖြင့် အရေးကြီးတယ်လို့ သတ်မှတ်ထားပေမဲ့ ဖော်ပြထားတဲ့ စာရင်းထဲမှာ ပါမလာခဲ့ရင် ထပ်ဖြည့်ထည့်လိုက်ပါ။ မြေပုံက တစ်ကိုယ်ရေအတွက်ဖြစ်ရမယ့်အပြင် ခင်ဗျားအတွက် မြေပုံလည်း ဖြစ်ဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

ပထမအဆင့်မှာ စာရင်းကို အပေါ်ကနေ အောက်သို့ ဖတ်ရှုသွားရင်း ခင်ဗျားအတွက် ဖြစ်နေတဲ့ တန်ဖိုးထားမှုတွေကို ဘောလ်ပင်ဖြင့် အရာပေးပြီး မှတ်သားသွားပါ။ ဥပမာ အမှန်သင်္ကေတ ခြစ်ခြင်း၊ ဝလုံးငယ်လေးကို ဘေးမှာ ရေးပေးခြင်း။

ခင်ဗျားအတွက် အရေးပါတဲ့ တန်ဖိုးထားမှုတွေ၊ ပဲ့တင်ထပ်တာတွေကို ရွေးချယ်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

တစ်ပုထိုးခြားအောင် လုပ်ပါ

ကွပ်ကဲခြင်း
 ကိုယ်ကျင့်တရား
 ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တိုးတက်စေခြင်း
 ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ထိန်းခြင်း
 ကြင်နာခြင်း
 ကြွယ်ဝခြင်း
 ခွင့်လွှတ်ခြင်း
 ဝုဏ်ရိပ်
 တာဝန်ခံမှု၊ တာဝန်ရှိခြင်း
 တိုးတက်ကြီးပွားလိုစိတ်
 တစ်ကိုယ်ရေ တိုးတက်မှု
 ထိရောက်စွာလုပ်ကိုင်နိုင်မှု
 ထိုးထွင်းတီထွင်တတ်ခြင်း
 ထုတ်လုပ်နိုင်စွမ်း
 နှစ်သက်မှုကို ရရှိခြင်း
 နယ်ပယ်မျှတမှု
 (ရုပ်၊ ခံစားမှု၊ စိတ်၊ လိပ်ပြာ)
 ပူးပေါင်းလုပ်ကိုင်ခြင်း
 ပစ္စည်းဥစ္စာ
 ပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းခြင်း
 ပွင့်လင်းခြင်း
 မာန
 မိသားစု
 မေတ္တာ
 မိတ်ဆွေအပေါင်းအသင်း
 မျိုးဆက်သစ်
 မျှတခြင်း
 ရိုးကြောင့်ခြင်း
 ယုံကြည်စိတ်ချခြင်း
 ယှဉ်ပြိုင်နိုင်သူဖြစ်ခြင်း

စာနာကြည့်ခြင်း
 စူးစိုက်ခြင်း
 စိတ်ထက်သန်မှု
 ဆု
 ဇွဲသန်မှု
 ညင်သာခြင်း
 ဉာဏ်ပညာ၊
 တာဝန်
 လူမှုရေးတာဝန်
 လူမှုအကျိုးဆောင်ခြင်း
 လေးစားခြင်း
 လုံခြုံစိတ်အေးရမှု
 သတိတရား
 သမာသမတ်ရှိခြင်း
 သတ္တိ
 သဟဇာတ
 သင်ယူခြင်း
 အချစ်
 အဆင့်အတန်း(ဝုဏ်)
 အဓိပ္ပာယ်ရှိခြင်း
 အပြန်အလှန်ဆွေးနွေးခြင်း
 အမှီအခိုကင်းခြင်း
 အမြင်ကျယ်ခြင်း
 အရွှင်/ဟာသ
 အလိုက်သင့်ပြင်လွယ်ခြင်း
 အလုပ်-ဘဝ ချိန်ညှိခြင်း
 အသိပညာ
 အာဟာရ
 အားကစားလေ့ကျင့်ခန်း

မြေပုံနှင့် လမ်းညွှန်အိမ်မြှောင်

ခင်ဗျားကို ပဲ့တင်ထပ်တဲ့ စကားလုံးတွေကို ရွေးချယ်ပြီးချိန်မှာ စိတ်ဝင်တစား လုပ်ရမယ့် အပိုင်းကို ရောက်ရှိလာပါပြီ။ တန်ဖိုးထားမှု အတိုင်းအတာအရ စကားလုံးတွေကို ၁ ကနေ ၁၀ အထိ နံပါတ်စဉ် ထိုးရပါမယ်။ ၁ က တန်ဖိုးထားမှုအရ အရေးအကြီးဆုံး စကားလုံးကို ထိုးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ တကယ်လို့ ရွေးချယ်ထားတဲ့ စကားလုံး အရေအတွက်က တစ်ဆယ်ထက် နည်းနေရင် ရှိသလောက်အထိပဲ နံပါတ်စဉ်ထိုးပါ။ တကယ်လို့ တစ်ဆယ်ထက် ကျော်နေရင် ၁၀ အထိပဲ ထိုးပါ။ ကျန်တဲ့ စကားလုံးတွေကို ချန်ထားလိုက်ပါ။ အခုလို အမှတ်ပေးထားတာကို မှတ်တမ်းမှတ်ရာအဖြစ် သေချာစွာ သိမ်းဆည်းထားပါ။

အဆင့်သတ်မှတ်လိုက်ခြင်းဖြင့် ဘယ်ဟာက အရေးကြီးတယ်ဆိုတာ သိရှိသွားပြီး ဦးစားပေးစနစ် ကျင့်သုံးနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီအချက်တွေကို တစ်ခုချင်း နက်နက်နဲနဲ စဉ်းစားကြည့်ပါ။ ခင်ဗျားအတွက် အရမ်းအရေးကြီးတာမှန်ပေမဲ့ ခင်ဗျား ဂရုတစိုက်ရှိပေးတာကို အဲဒီအချက်တွေက ထိုက်ထိုက်တန်တန် ခံယူရရှိရဲ့လား။ အရေးတယူဖြင့် လုပ်ကိုင်ပေးတာကို ရရှိကြရဲ့လား။ အဲဒီ တန်ဖိုးထားမှုတွေက ပြင်းပြဆန္ဒ ရှိနေတာတွေ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ကျေနပ်အားရမှု ဖြစ်စေတဲ့ဟာတွေသာ ဖြစ်ပါတယ်။ အူထဲအသည်းထဲ ခံစားမှု ရှိနေပေမဲ့ တန်ဖိုးထားဖို့ကို လျစ်လျူထားမိတာတွေ ဖြစ်ပါတယ်။

ရိုးဖြောင့်စွာဖြင့် စာရင်းပြုစုတဲ့အခါ ခင်ဗျား အခုရောက်ရှိနေတဲ့နေရာနဲ့ အဝေးကြီးမှာ ရောက်နေခဲ့တဲ့ အရေးကြီးတဲ့ တန်ဖိုးထားမှု တစ်ခုနှစ်ခု စာရင်းထဲ ပါလာတာကို တွေ့ကောင်းတွေ့ပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီလို ပါလာရင် အရမ်း ဂရုစိုက်လိုက်ပါ။ ဝေးနေရင် နီးတဲ့ဆီကို သွားလိုက်ပါ။

ထိပ်ဆုံးမှာ ရှိနေကြတဲ့ တန်ဖိုးထားမှု ၁၀ ခုကို အဆင့်တွေ သတ်မှတ်ပေးပြီး တဲ့အခါ တန်ဖိုးထားမှုမြေပုံကို စတင်နိုင်ပါပြီ။ ပို့စကတ်အရွယ် ကတ်ပြားတစ်ခုကို ထောင်လိုက် အနေအထားဖြင့် ရှေ့မှာ ထားရှိပါ။ အဲဒီကတ်ပြားပေါ်မှာ ရွေးချယ်ထားတဲ့ စကားလုံးတွေကို ရောင်စုံဆော့ဖ်ပင်ဖြင့် ရေးပါ။ အရောင်အမျိုးမျိုးဖြင့် ရေးပါ။ စကားလုံးကို မိမိနှစ်သက်ရာ ပုံပန်းသဏ္ဍာန်ဖြင့် ရေးပေးပါ။ ဥပမာ လိပ်ပြာပုံ၊ ပျံသန်းနေတဲ့ ငှက်ပုံ။

အခုလို စိတ်ကူးကွန့်မြူးတာမှာ လိုက်နာရမယ့် လိုအပ်ချက် နှစ်ခု ရှိပါတယ်။ ပထမတစ်ချက်က တန်ဖိုးထားပုံတွေကို အဆင့်အလိုက် အစဉ်အတိုင်း ရေးရပါမယ်။ ပိုအရေးပါတာက အပေါ်ဘက် ထိပ်ဖက်မှာ ရှိရပါမယ်။ အောက်ဘက်မှာ နံပါတ်စဉ်ကြီးတာတွေ ရှိရပါမယ်။

နောက်တစ်ချက်က ကတ်ရဲ့ ထိပ်အလယ်နားကို မြားဦးခေါင်းအဖြစ် သတ်မှတ်ပေးပြီး နံပါတ်စဉ် ၁နဲ့ ၂ ၃နဲ့ ၄ တို့ကို နေရာချပေးထားရပါမယ်။ အဲဒီ ထိပ်အလယ်နားမှာ သီးခြား သွားစုနေရပါမယ်။ အရေးအပါဆုံး နံပါတ် ၁ စကားလုံးက မြားထိပ်နေရာမှာ နေရာယူထားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

အခုလို မြားဦးခေါင်းတပ်ဆင်ပေးထားတာဟာ ဒီဇိုင်းတစ်ခုလုံးအတွက် မြားလို ရွေ့လျားနေတဲ့ အဟုန်ရှိနေတယ်လို့ ခံစားမိစေလိုလို့ ဖြစ်ပါတယ်။ ကတ်ပြားကို ကြည့်လိုက်ရင် တန်ဖိုးထားမှု မြေပုံဟာ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ဆီကို ဦးတည်ထားတယ်လို့ အသိစိတ် ဖြစ်ပေါ်စေမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

တန်ဖိုးထားမှု မြေပုံဟာ အလုပ်လုပ်တဲ့ စာရွက်စာတမ်းပါပဲ။ ခင်ဗျား မှန်မှန်ကြည့်ပေးဖို့ လိုပါတယ်။ အဲဒီတန်ဖိုးထားမှုတွေကို တစ်ကြိမ် နှစ်ကြိမ် ကြိုးစားလုပ်ကိုင်ကြည့်ပါ။ ဖြစ်နိုင်သရွေ့ ကြိုဆိုလက်ခံပေးထားလိုက်ပါ။ ကတ်ပြားမှာ နေရာလွတ်တွေ ချန်ထားပါ။ အူထဲအသည်းထဲမှာ အရေးပါတယ်လို့ ခံစားမှုတွေ ရှိနေပေမဲ့ လက်ရှိအခြေအနေအရ အလှမ်းဝေးလွန်းနေတဲ့ တန်ဖိုးထားမှု တစ်ခုနှစ်ခု ပေါ်ပေါက်လာရင် ရေးဖို့အတွက် နေရာလွတ် ချန်ထားရတာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီလို တန်ဖိုးထားမှုကို ရေးမယ်ဆိုရင် အရောင်တောက်တောက်ကို သုံးစွဲပြီး မြားအောက်နားမှာ ရေးပါ။ စကားလုံးကို ထောင့်ကွင်းခတ်ပေးထားပါ။ ခင်ဗျားရဲ့ ဘဝထဲမှာ ထဲထဲဝင်ဝင် ပါဝင်ပတ်သက်နေပြီဆိုတော့မှ ကွင်းခတ်ထားတာကို ဖျက်ပစ်လိုက်ပါ။

ခင်ဗျားရှာနေတဲ့ နေရာကို ရှာဖွေဖို့အတွက် ခရီးနှင့်တာမှာ ဘယ်ဦးတည်ချက်နဲ့ သွားရမယ်ဆိုတာကို လမ်းညွှန်ပြမယ့် သံလိုက်အိမ်မြှောင် မရှိရင် မြေပုံတွေက သိပ်အသုံးတည့်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ကတ်ပြားရဲ့ ထိပ်နားမှာ စုဝေးနေကြတဲ့ တန်ဖိုး

ထားမှုများ ရေးထားတဲ့ မြားဦးခေါင်းဟာ မြောက်အရပ်ကို ရည်ညွှန်းပါတယ်။ တိတိကျကျ ပြောရရင် သံလိုက်မှ ညွှန်ပြတဲ့ မြောက်အရပ်ဖြစ်ပါတယ်။ မြေပုံကား ချပ်တွေပေါ်မှာ အသေသတ်မှတ်ပေးထားတဲ့ မြောက်အရပ်မဟုတ်ပါဘူး။

သံလိုက်မြောက်အရပ်က ပြောင်းလဲမှု ရှိပါတယ်။ အာတိတ်မှာ ခရီးထွက်တဲ့ သူတွေဟာ သံလိုက်မြောက်အရပ်ကို အားမကိုးကြပါဘူး။ မြေပုံပေါ်က မြောက်အစစ်ကိုသာ သုံးကြပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကို ဖော်ထုတ်သတ်မှတ်ပြီးချိန်ကျမှ မြောက်အစစ်ကို သိရှိကြမှာဖြစ်ပြီး တန်ဖိုးထားခြင်းများမှ ရရှိလာတဲ့မြောက်အရပ်ဟာ သံလိုက်မြောက်အရပ်သာ ဖြစ်ပါတယ်။ အချိန် အတိုင်းအတာ တစ်ခုအတွင်း ခင်ဗျားရဲ့ မြေပုံပေါ်မှာ တည်နေရာ ပြောင်းလဲသွားဖို့ လမ်းများပါတယ်။ စာရင်းထဲ ပါဝင်နေတဲ့ တချို့က စာရင်းထဲမှ ပယ်ဖျက်ခံရပြီး စာရင်းထဲ မပါသေးတဲ့ တချို့က စာရင်းထဲ ရောက်လာကြမယ်။ အဲဒီလို အပြောင်းအလဲတွေ ရှိနေပေမဲ့လည်း တန်ဖိုးထားမှုတွေဟာ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ တစ်ကိုယ်ရေသုံး မြောက်စစ်စစ်ကို အကြမ်း ဖျဉ်းအားဖြင့် ညွှန်ပြပေးနိုင်ကြပါတယ်။ မြားဦးခေါင်းမှာ ဖော်ပြထားတဲ့ ထိပ်ဆုံး တန်ဖိုးထားမှု သုံးလေးခုဟာ ခင်ဗျားရဲ့ ဘဝအတွက် ဘာတွေ အရေးပါနေသလဲ ဆိုတာကို ကောင်းကောင်းညွှန်ပြပေးနိုင်ကြပါတယ်။ ရည်ရွယ်ချက် ဘယ်နားမှာ ရှိနေသလဲ ဆိုတာကိုလည်း ညွှန်ပြပေးနိုင်ကြပါတယ်။

အရေးကြီးတဲ့အချက်အဖြစ် သတိရဖို့က အခုအဆင့်မှာ မှန်ကန်တဲ့ အဓိက တန်ဖိုးထားခြင်း မပါသေးပါဘူး။ အခရာကျတဲ့ အဓိကတန်ဖိုးထားခြင်းဟာ တန်ဖိုးထားခြင်းမြေပုံကို အပြုသဘောဆောင်တဲ့ တစ်မှုထူးခြားတဲ့ ပြောင်းလဲမှု ပြုလုပ်ဖို့အတွက် အကျိုးရှိရှိ ချက်ချင်းအသုံးချဖို့ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ တန်ဖိုးထားခြင်းအများစုဟာ ခင်ဗျားဘယ်သူလဲဆိုတာကို ပုံဖော်ပေးနေကြပါတယ်။ ဒီတော့ မှန်တယ်လို့ ပြောဖို့ မဖြစ်နိုင်သလို မှားတယ်လို့လည်း မဆိုသာပါဘူး။ တချို့အချက် တွေက အားထပ်ထည့်ပေးဖို့ လိုအပ်နေတယ်။ တချို့က နောက်တော့မှ ဖွံ့ဖြိုးအောင် လုပ်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ လောလောဆယ်မှာတော့ ရိုးဖြောင့်မှုနဲ့ တိကျဖို့တို့ က ပဓာနကျပါတယ်။

လေးလေးနက်နက် စဉ်းစားကြည့်ပြီးရင် နောက်ထပ်လုပ်ကိုင်စရာတွေ ရှိနေ

တာတွေကို ဆက်လက်လုပ်ကိုင်ပေးရပါမယ်။ အဲဒီ လုပ်ကိုင်စရာတွေက ခင်ဗျားကို ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ တန်ဖိုးထားမှုတွေဆီ နီးကပ်သွားအောင် ရွှေ့ပေးကြမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ရည်ရွယ်ချက်ရဲ့ အဓိကကျတဲ့နေရာအပေါ် တကယ်အသုံးတည်တဲ့ မီးအလင်း ထိုးပေးကြမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ သတ်မှတ်ချက်ပြုပေးထားတဲ့ သီကြိုးကိုလည်း မီးမောင်းထိုးပြပေးမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီသီကြိုးက ခင်ဗျားဘဝရဲ့ ကွဲလွဲတဲ့ အတွေ့အကြုံချည်မျှင်တွေနဲ့ ကျစ်ထားတဲ့သီကြိုး ဖြစ်ပါတယ်။

နောက်အဆင့်နှစ်ခုက ရည်ရွယ်ချက်ကို ရှာဖွေတွေ့ရှိဖို့အတွက် ဖော်ပြပေးထားတဲ့ အခုအခန်းကို အဆုံးသတ်ပေးကြမှာဖြစ်ပြီး တစ်ကိုယ်ရေဖွံ့ဖြိုးမှုကျမ်းတွေရဲ့ စံနမူနာတွေလည်း ဖြစ်ကြပါတယ်။ တကယ်ရွှေ့အစစ်တွေ ဖြစ်ကြပါတယ်။ ကုမ္ပဏီရဲ့ ဝန်ထမ်းတွေကို တန်ဖိုးတွေဖော်ပြတဲ့မြေပုံကို အသုံးပြုပြီး ကုမ္ပဏီကို ပြောင်းလဲပေးရာမှာ ကုမ္ပဏီရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ ချိန်ညှိပေးတဲ့ နည်းလမ်းတွေ ရှိပါတယ်။ အဲဒီနည်းလမ်းတွေက ဘေးကင်းရေးအတွက် ပြောင်းလဲပေးဖို့ ချိန်ညှိပေးရာမှာ တကယ်ကို အလုပ်ဖြစ်ပါတယ်။ ကျင့်သုံးတဲ့ စည်းကမ်းတွေနဲ့ စနစ်တွေကို တန်ဖိုးထားခံစားပြီး အင်တိုက်အားတိုက် လက်ခံကျင့်သုံးကြတဲ့အဖြစ်ကို ရရှိစေပါတယ်။ အဲဒီတန်ဖိုးထားခြင်းတွေဟာ ယုံကြည်အားထားစရာတွေ ဖြစ်လာခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီအဆင့်ကနေ အမှုအကျင့်များအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိခဲ့ပါတယ်။ ရလဒ်ကတော့ ဝန်ထမ်းတွေဟာ ဘေးကင်းရေးအတွက် အလွန်အမင်း သတိထား လာကြပါတယ်။ သူတို့ရဲ့ အဓိကတန်ဖိုးထားမှုတွေနဲ့ ဘေးကင်းစေရေးတို့ ပဲ့တင်ထပ်နေကြလို့ ဖြစ်ပါတယ်။ စည်းကမ်းစာအုပ်က လုပ်ပါဆိုလို့ လုပ်ကိုင်ကြခြင်း မဟုတ်ပဲ ပင်ကိုအသိဖြင့် လုပ်ကိုင်နေကြခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

ကွယ်လွန်သူရဲ့ အကြောင်း

အဦးဆုံး လုပ်ရမယ့် လေ့ကျင့်ခန်းက နာရေးစာတို သုံးခုရေးသားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ခင်ဗျား သေသွားတာ လတ်လတ်ဆတ်ဆတ်ကြီး ရှိသေးတယ်လို့ သဘောပိုက်ပြီး ရေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ့်ရဲ့ နာရေးစာတိုကို ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျရေးသားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အေးအေးချမ်းချမ်း သေသွားရှာတဲ့ ခင်ဗျားရဲ့ ဘဝဇာတ်ကြောင်းကို ရေးသားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ပထမတစ်ခုက သားသမီးရဲ့ အမြင်ဖြင့် ရေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ့်မှာ