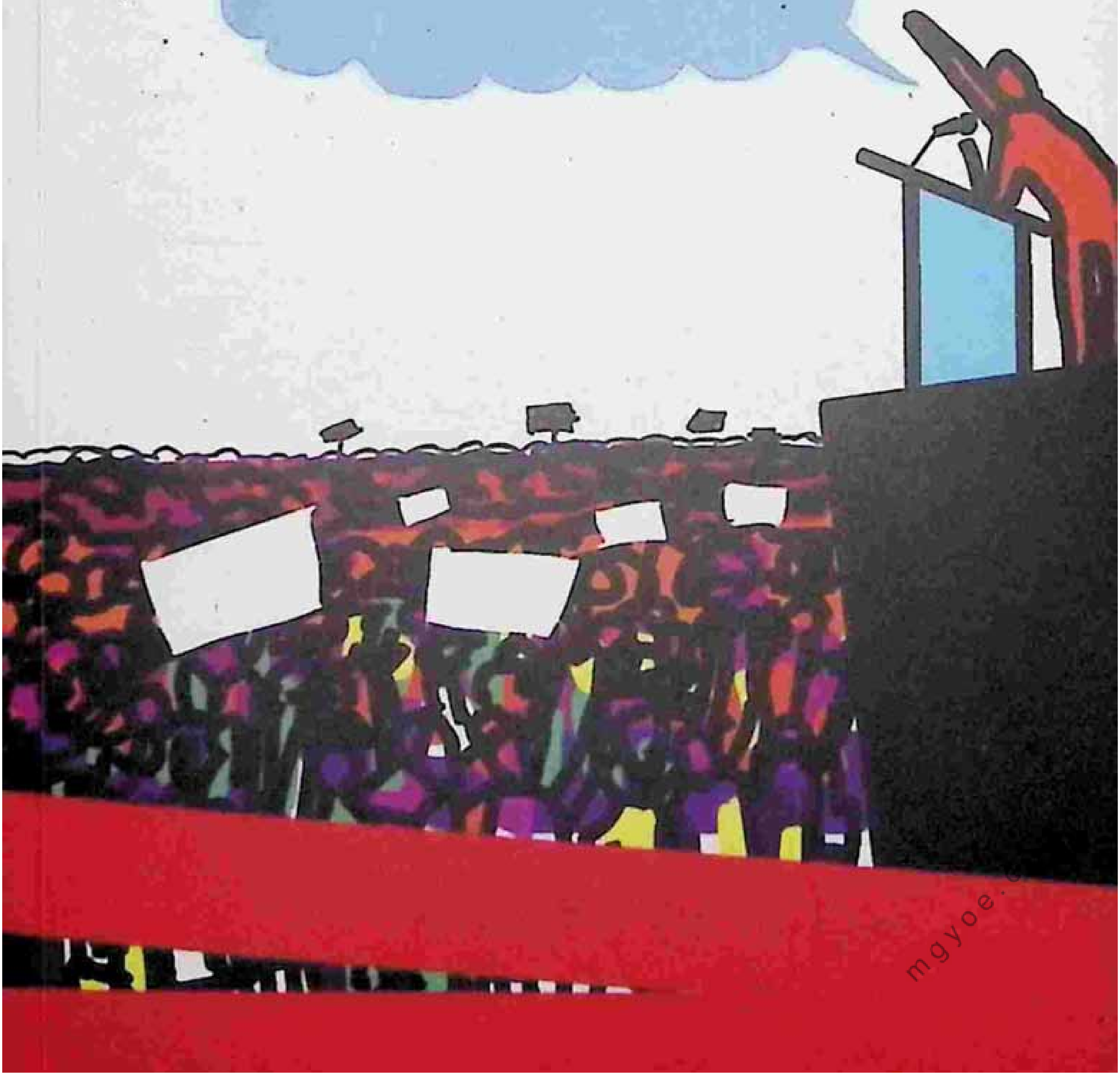
စိတ်ကူးချိုချိုအနုပညာ

The Essence

mgyoe.com

ပရိသတ်ရှေ့ထွက် ဟောမယ် ပြောမယ်ဆိုရင်

မောင်ချို(စိတ်ပညာ)
မြန်မာပြန်



mgyoe.com

mgyoe.com

ဒီစာအုပ် သင့်လက်ထဲ ရောက်နေပြီဆိုပါက
သင် တစ်ခုခုကို ခံစားမိပါလိမ့်မယ်။
အဲဒီခံစားမှုက မိမိကိုယ်မိမိ ယုံကြည်ခြင်း ဆိုတဲ့ ခံစားမှုပါ။
ဟုတ်ပါ့မလားလို့ သင် ထင်ကောင်း ထင်မယ်။
လူရှေ့ထွက်ပြီး စကားပြောရမယ်ဆိုရင်
သင် ရင်တုန်နေမယ်လို့ သင် ထင်မယ်။
အမှန်တကယ်လည်း ရင်တုန်ခဲ့ရတဲ့ အကြိမ်ပေါင်း
မနည်းတော့ပါဘူး။ ဒီစာအုပ် ဆုံးအောင် ဖတ်ပြီး
လိုက်နာလေ့ကျင့်ထားမယ် ဆိုရင်တော့
သင်ရင်တုန်ကောင်း တုန်နေမယ်။
ဒါပေမဲ့ သင့်ရဲ့မျက်နှာထားကြည့်ပြီး ပရိသတ်က
အားရကျေနပ်နေကြမယ်။ သင် ရင်ခုန်နေတာ
ပရိသတ် လုံးဝ မသိပါဘူး။ ဘာလို့လဲ ဆိုတော့
ဒီစာအုပ်က သင့်ကို
ဝါရင့်အပြော၊ အဟောသမားအဖြစ်
ပြောင်းလဲပေးလိုက်ပြီး ဖြစ်လို့ပါ။

DEVELOP YOUR
PRESENTATION SKILLS
Theo Theobald

MC0003
2,500.00 KS

mgyoe.com

မျက်နှာဖုံးသရုပ်ဖော်	· တော်တီဆွေ
ထုတ်ဝေသူ	· ဦးစန်းဦး(၀၀၅၃၈)၊
	· စိတ်ကူးချိုချိုစာပေ၊ ၈၅၊ ၁၆၄ လမ်း၊ တာမွေ။
ပုံနှိပ်သူ	· ဒေါ်ဝင်းမာ(၀၀၄၁၂)၊ စိတ်ကူးချိုချို
	· ၁၁၇၉၊ မစိုးရိမ်လမ်း၊ ရန်ကင်း။
စာအုပ်ချုပ်	· ဦးမြင့်၊ ညီဝင်းမြင့်

[illegible]

မောင်ချို (စိတ်ပညာ)
ပရိသတ်ရှေ့ထွက် ဟောမယ် ပြောမယ်ဆိုရင်/–ရန်ကုန်။
စိတ်ကူးချိုချိုစာပေ၊ ၂၀၁၉။
စာမျက်နှာ ၁၅၇++ မျက်နှာ၊
၁၃ စင်တီ × ၂၀.၅ စင်တီ
(၁) ပရိသတ်ရှေ့ထွက် ဟောမယ် ပြောမယ်ဆိုရင်

mgyoe.com

mgyoe.com

မာတိကာ

–	အမှာ	က
–	နိဒါန်း	င
၁။	ဘာကြောင့် ဟောချင် ပြောချင်ရတာတုံး	၁
၂။	ဘယ်အချိန်စမလဲ	၁၄
၃။	ဘယ်ကိုပြောမတုံး	၂၈
၄။	မပြောနဲ့ဦး၊ ချရေးလိုက်ပါဦး	၄၂
၅။	ဟောနိုင်၊ ပြောနိုင်စွမ်း ဆိုတာ ဘာလဲ	၅၃
၆။	အရွှန်းဖောက်တတ်အောင် လုပ်ပါ	၆၃
၇။	ခေတ်မီ ကိရိယာတွေနဲ့ ဟောနေ ပြောနေကြပြီ	၇၃
၈။	တခြား ထောက်ကူပြုပစ္စည်းများ	၈၁
၉။	ပွဲမဝင်ခင် အပြင်က လေ့ကျင့်	၈၇
၁၀။	ကိုယ့်အသံကိုယ် ကြားအောင် လုပ်ပါ	၉၅
၁၁။	စဟောပြီ	၁၀၂
၁၂။	ဘယ်လို နိဂုံးချုပ်မလဲ	၁၀၉
၁၃။	သိပ်စိတ်လှုပ်ရှားသွားပြီလား၊ ရအောင် ပြန်ထိန်းပါ	၁၁၄
၁၄။	ပရိသတ်ကို ဘယ်လိုထိန်းမလဲ	၁၁၉
၁၅။	ပရိသတ်ကို မေးခွင့်ပေးမယ်ဆိုရင်	၁၂၈
၁၆။	ကဲ လက်တွေ့လုပ်ကြစို့	၁၃၁

mgyoe.com

mgyoe.com

၁၇။ ကဲ သင့်အလှည့်ရောက်ပြီ၊ စင်ပေါ်တက်ပေတော့ ၁၃၆

၁၈။ သိသမျှ ရှိသမျှ ပြောင်တလင်းခါအောင် ပြောလိုက်ချင်တယ် ၁၄၂

၁၉။ ပရိသတ်လည်း ပြောပါစေ ၁၄၈

၂၀။ တိုးတက်မှု ရှိလာသလား ၁၅၁

၂၁။ ရှေ့မှာ ဘာရှိသေးသလဲ ၁၅၄

❐

mgyoe.com

mgyoe.com

အမှာ

ကျွန်တော်တို့ တစ်တွေဟာ အဟောအပြောကောင်း သူတွေ ဖြစ်လိုကြပါတယ်။ အဟောအပြောကောင်းသူ ဖြစ်လိုတဲ့ အကြောင်းတွေကလည်း အများကြီးပါ။ တချို့က နိုင်ငံရေးနယ်ပယ်မှာ ထင်ပေါ်၊ တွင်ကျယ်ချင်တယ်။ ဒါကြောင့် အဟောအပြော ကောင်းအောင် လုပ်ချင်တယ်။ လေ့ကျင့်ချင်တယ်။ တချို့က အစည်းအဝေးတွေမှာ ထပြီး မိမိအဆိုပြုလိုရာ အဆိုပြုနိုင်အောင် စကားပြော လေ့ကျင့်ချင်ကြတယ်။ တချို့က စင်ပေါ်တက်ပြီး ပရိသတ် လူစုလူဝေးကို ဟောချင်၊ ပြောချင်စိတ်ရှိလို့ စကားပြောအတတ်၊ အဟော၊ အပြော အတတ်ကို လိုက်စားကြတယ်။

လူတော်တော်များများဟာလည်း စကားပြောကောင်းသူအဖြစ် သတ်မှတ်တာ ခံလိုကြတယ်။ အခွင့်သာရင် လူရှေ့ထွက်ပြီး ဟောချင်၊ ပြောချင်ကြတယ်။ တချို့ဆိုရင် လူရှေ့ထွက် ပြောဖို့သာ မဝံ့မရဲ ရှိမယ်၊ စကားပြော မကောင်းဘူးလို့ သတ်မှတ်မှာကိုတော့ မခံချင်ကြဘူး။ ပြောချင်သူနဲ့ ပြောဝံ့သူတွေရှိသလို ပြောချင် ဟောချင်ပါလျက် မဟောဝံ့၊ မပြောဝံ့

mgyoe.com

mgyoe.com

သူတွေရှိတာကို ဒီစာအုပ်ရေးသူ သတိထားမိတဲ့အတွက် ဟောချင်ပြောချင်သူတွေလည်း ဟောပြောရာမှာ အသုံးဝင်မယ့် နည်းလမ်းကောင်းတွေ ရစေ၊ မဟောရဲ မပြောရဲကြသူများလည်း ဟောရပြောရတော့မယ့် အနေအထား ရောက်လာပါက လူရှေ့သူရှေ့ ပရိသတ်ကြီးရှေ့ထွက်ပြီး ဟောနိုင်ပြောနိုင်မယ့် နည်းလမ်းကောင်းများ ရပါစေ ဆိုတဲ့ ကောင်းမွန်သော ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် ဤစာအုပ်ကို ရေးသားခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ မည်သို့သော အရည်အချင်းများရှိလျှင် အဟောအပြောကောင်းသူ တစ်ဦး ဖြစ်လာနိုင်သည်ကို ဤစာအုပ်ရေးသူအနေဖြင့် ကောင်းစွာ သိရှိထားပြီ ဖြစ်ပါတယ်။ ထို့ပြင်တဝမည်သို့သော အားနည်းချက်တွေရှိနေပါက စင်ပေါ်တက်၍ ဟောရပြောရမည့် လုပ်ငန်းကို နှောင့်ယှက်ဟန့်တားနိုင်သည်ကိုပါ ဤစာရေးသူ သိထားပြီး ဖြစ်ပါသည်။ သို့ပါ၍ စာရေးသူအနေဖြင့် စစ်မှန်သော စေတနာကောင်းဖြင့် မိမိသိရှိထားသော ဟောပြောရေးဆိုင်ရာ နည်းနာနိဿယများကို မခြွင်းမချန် ဖော်ပြသွားမည် ဖြစ်ပါသည်။ စာဖတ်သူအနေဖြင့် ကျွန်ုပ် ရေးသားစီရင်အပ်သော ဤစာအုပ်အား ကျေညက်အောင် ဖတ်၍ လက်တွေ့နယ်ပယ်တွင် အသုံးချမည်ဆိုပါက ပရိသတ်ရှေ့တွင် အဟောအပြောကောင်းသူ တစ်ဦးဟု သတ်မှတ်ခံရမည်မှာ မုချ ဖြစ်ပါသည်။

ဤစာအုပ်ကို သင် စိတ်ဝင်တစား ဖတ်ရှုပြီးဆိုပါက သင်ဟာ နှုတ်ရေးညံ့သူ တစ်ယောက် မဟုတ်ဟု သင့်ကိုယ်သင် သတ်မှတ်ထားနိုင်ပြီ ဖြစ်ပါသည်။ ဤစာအုပ် ဖတ်ခြင်းဖြင့် သင့်အနေဖြင့် ဟောပြောရေးဆိုင်ရာ ဗဟုသုတများ၊ ဆောင်ရန်ရှောင်ရန် အချက်များကို ရရှိသွားပြီ ဖြစ်ပါသည်။ တချို့သော အချက်အလက်များကို သင် ဖတ်ကြည့်ပြီးသည့်အခါ သင့်အနေဖြင့် ဘာများ ဆန်းလို့လဲ၊ ဒါ လူတိုင်းသိပြီးသား အချက်တွေပဲလို့ စာဖတ်သူ သင် ထင်ကောင်း

mgyoe.com

mgyoe.com

ထင်နိုင်ပါသည်။ သို့သော် ဒီစာအုပ်ထဲတွင် သင် မသိသေးသော အချက်ပေါင်းများစွာ ပါဝင်သည်ကိုလည်း တွေ့ရ၊ ဖတ်ရမည် ဖြစ်သည်။ ဟောပြောရာတွင် ပေါ်ပေါက်လာလေ့ရှိသော စိတ်လှုပ်ရှားမှုကို မည်သို့ထိန်းမည်နည်း။ သင့်အသံကို မည်သို့မည်ပုံ တစ်ဆင့်ချင်း လေ့ကျင့်ရင်း ပြုပြင်သွားနိုင်သနည်း။ ဟောရ ပြောရမည့် ကိစ္စကို ဘယ်ကစပြီး ပြင်ဆင်လုပ်ကိုင်မည်နည်း။ ပြောရမည့် အကြောင်းအရာများကို ဘယ်လိုရှာဖွေမည်နည်း။ ရှာဖွေ စုဆောင်းပြီးဖြစ်သော အကြောင်းအရာများကို ဘယ်လိုအစီအစဉ်တကျဖြစ်အောင် လုပ်၍ ဟောပြောမည်နည်း။ မည်သို့ ကြိုတင်လေ့ကျင့်ထားရမည်နည်း စသည့် အချက်များ ဤစာအုပ်က သင့်အား သင်ကြားသွားမည် ဖြစ်သည်။

အဟောအပြောကောင်းသူ တစ်ယောက် ဖြစ်ဖို့ ဆိုတာ လက်တွေ့ လုပ်ကြည့်ရင်း သင်ယူသွားရမယ် ဆိုတဲ့မူကို လက်ခံပြီး တစိုက်မတ်မတ်ပင် ထိုမူအတိုင်း လိုက်နာလေ့ကျင့်ဖို့ လိုပါတယ်။ စာအုပ်တစ်အုပ်ကို သေသေချာချာကျေကျေညက်ညက် ဖတ်လိုက်ခြင်းဟာ သင့်ရဲ့ အသိဉာဏ်တံခါးကို ဖွင့်ပေးလိုက်တာ မှန်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ လူရှေ့သူရှေ့ထွက်ပြီး စကားပြောရမယ်၊ ပရိသတ်ကို မိမိဘက်ပါအောင် စည်းရုံးဟောပြောရမယ် ဆိုတဲ့ အလုပ်က စာအုပ်ဖတ်ထားရုံသက်သက်နဲ့တော့ မလုံလောက်ပါ။ လက်တွေ့လိုပါတယ်။ ပရိသတ်ရှေ့ တကယ်ထွက်ပြောရင်းနဲ့ တစ်ကြိမ်ထက် တစ်ကြိမ် တိုးတက်လာအောင် အခွင့်အရေးရတိုင်းလေ့ကျင့်နေရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ နောက်တစ်ချက် ရှိပါသေးတယ်။ သင် တိုးခဲ့တဲ့ ပွဲတွေကို မေ့မပစ်လိုက်ပါနဲ့။ သင်ဟောခဲ့၊ ပြောခဲ့တဲ့ ပွဲတိုင်းကို ပြန်လည်စဉ်းစားပြီး အားနည်းချက်၊ အားသာချက်တွေကို ရှာပါ။ ကောင်းကွက်၊ ဆိုးကွက်ကို ရှာပါ။ ပြန်ဆန်းစစ်ကြည့်ပါ။ ရှေ့မှာ ပြောရမယ့် ကိစ္စတွေ အများကြီး ရှိပါသေးတယ်။

mgyoe.com

mgyoe.com

သင့်လက်ရှိ အနေအထားကို သင်ကိုယ်တိုင် ဘယ်လို သုံးသပ်မလဲ။ သင်ဟာ အဟော၊ အပြော လွန်စွာ ကောင်းနေသူ ဖြစ်နေပြီလား။ ဟောရပြောရမယ့်ဘက်မှာ သင်ဟာ လွန်စွာမှ အောင်မြင်နေသူ တစ်ယောက် ဖြစ်နေပြီလား။ ဒါမှမဟုတ် သင့်မှာ အားနည်းချက်တွေ ကျန်နေသေးတာ သင်ကိုယ်တိုင် သတိထားမိနေသလား။ ရှေ့လျှောက် ကောင်းသည်ထက် ကောင်းအောင် ဟောချင်၊ ပြောချင်စိတ်တွေ ပြင်းထန်နေပါသလား။ ဒီစာအုပ်က သင့်ရဲ့ ကောင်းမွန်တဲ့ ဟောပြောမှုဆိုင်ရာ အရည်အချင်းကောင်းတွေ၊ အတတ်ပညာတွေ၊ ပရိယာယ်တွေကို ပိုမိုတိုးတက်ကောင်းမွန်စေရန် ပံ့ပိုးပေးနိုင်မည်သာမက သင့်မှာရှိနေသော အားနည်းချက်များကိုပါ လျော့ပါးသွားစေရန်နှင့် နောက်ဆုံး သင့်ရဲ့ အားနည်းချက်များ လုံးဝ ပျောက်ကွယ်သွားအောင် ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်မည်ကို သင် ယုံပါ။

❐

mgyoe.com

mgyoe.com

နိဒါန်း

စင်မြင့်ပေါ် စကားပြောနည်း၊ ဒါမှမဟုတ် လူရှေ့သူရှေ့ စကားပြောနည်း၊ ဒါမှမဟုတ် တခြား ကောင်းမွန်လှပသော ခေါင်းစီးတပ်ထားတဲ့ စာအုပ်ပေါင်း များစွာ ရှိပြီး ဖြစ်ပါတယ်။ ယခု ဤရှိပြီးသား စာအုပ်စာရင်းမှာ ဒီစာအုပ် အပါအဝင် ဖြစ်သွားပြန်ပါပြီ။ ဒီစာအုပ် သင့်လက်ထဲရောက်နေပြီဆိုပါက သင် တစ်ခုခုကို ခံစားမိပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီခံစားမှုက မိမိကိုယ်မိမိ ယုံကြည်ခြင်း ဆိုတဲ့ ခံစားမှုပါ။ ဟုတ်ပါ့မလားလို့ သင် ထင်ကောင်း ထင်မယ်။ လူရှေ့ထွက်ပြီး စကားပြောရမယ်ဆိုရင် သင် ရင်တုန်နေမယ်လို့ သင် ထင်မယ်။ အမှန်တကယ်လည်း ရင်တုန်ခဲ့ရတဲ့ အကြိမ်ပေါင်း မနည်းတော့ပါဘူး။ ဒီစာအုပ် ဆုံးအောင် ဖတ်ပြီး လိုက်နာလေ့ကျင့်ထားမယ် ဆိုရင်တော့ သင်ရင်တုန်ကောင်း တုန်နေမယ်။ ဒါပေမဲ့ သင့်ရဲ့ မျက်နှာထားကြည့်ပြီး ပရိသတ်က အားရကျေနပ်နေကြမယ်။ သင် ရင်ခုန်နေတာ ပရိသတ် လုံးဝ မသိပါဘူး။ ဘာလို့လဲ ဆိုတော့ ဒီစာအုပ်က သင့်ကို ဝါရင့်အပြော၊ အဟောသမားအဖြစ် ပြောင်းလဲပေးလိုက်ပြီး ဖြစ်လို့ပါ။

mgyoe.com

mgyoe.com

ဒီစာအုပ်မှာပါတဲ့ နည်းလမ်းတွေကို သင် လိုက်နာကျင့်သုံးမယ်ဆိုပါက သင့်အနေဖြင့် လူမှုရေးနယ်ပယ်၊ စီးပွားရေး နယ်ပယ်တွေမှာ စကားပြောကောင်းသူ တစ်ဦးအဖြစ် အသိအမှတ်ပြုခံရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ စကားပြောခွင့်ရသည့် အခွင့်အရေးတွေကို သင် ကောင်းစွာ အသုံးချနိုင်ပါကသင်သည် အမှန်တကယ်ပင် အပြော၊ အဟောကောင်းသူ တစ်ဦး ဖြစ်လာနိုင်မည်မှာ ကျိန်းသေပါသည်။

အပြော၊ အဟော ကောင်းတယ် ဆိုတာ အခြေခံ အချက်နှစ်ချက်ပေါ် မူတည်ပါတယ်။ ပထမအချက်က သင့်ရဲ့ မွေးရာပါ ဗီဇဓာတ်ခံတွေပါ။ ဘယ်လို ပတ်ဝန်းကျင်မှာ သင် မွေးဖွားကြီးပြင်းခဲ့ရသလဲ။ ဘယ်လို မိဘ၊ အသိုင်းအဝိုင်း၊ ဘယ်လိုလူတွေနဲ့ ပြောဆို ဆက်ဆံခဲ့ရသလဲ။ သင့်ရဲ့ ငယ်ဘဝ ပတ်ဝန်းကျင်ဟာ သင့်ကို ဒီကမ္ဘာလောကကြီးမှာ ရှိရှိသမျှ မနုဿတွေထဲက တစ်ယောက်နဲ့မှ မတူအောင် ပုံသွင်းပေးလိုက်ပြီး ဖြစ်ပါတယ်။ သင်ဟာ ဘယ်သူနဲ့မှ မတူတဲ့ လူသား တစ်ဦးပါ။ သင် ဘယ်လို ပညာရပ်တွေ သင်ယူခဲ့သလဲ၊ သင့်ရဲ့ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းက ဘာလဲ၊ သင့်ပတ်ဝန်းကျင်က သင့်ကို ဘယ်လို တုံ့ပြန်ဆက်ဆံခဲ့သလဲ။ ဒီလိုနဲ့ သင်ဟာ ရှင်သန်ကြီးထွားပြီး လူ့လောက ဇာတ်ခုံကြီးပေါ်မှာရှိတဲ့ လူတွေထဲက လူတစ်ယောက်အဖြစ် ပါဝင်ကပြနေသူတစ်ဦး ဖြစ်လာပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ သင်ဟာ သင်ပါ၊ ဘယ်သူနဲ့မှ ခိုင်းနှိုင်းယှဉ်ပြလို့ မရပါဘူး။ သင့်ကကွက်က သင့်ရဲ့ မူပိုင်ပါ။ ဘယ်သူ့ကကွက်နဲ့မှ မတူပါဘူး။ ဒါတွေဟာ သင့်ရဲ့ မွေးရာပါ ဗီဇဓာတ်ခံပေါ်က ခြင်းရာသတ္တိတွေပါ။

ဒုတိယ အချက်ကတော့ သင် ရှေ့ဆက်လုပ်ရမယ့် အရာတွေပါ။ ဘာတွေလဲဆိုတော့ သင်ဟာ သင်ယူမှု အသစ်အသစ်တွေ လုပ်နေရပါမယ်။ အသစ်အသစ်တွေ လေ့ကျင့်

mgyoe.com

mgyoe.com

နေရပါမယ်။ ဒီအသစ်အသစ်ရရှိလာတဲ့ အတွေ့အကြုံတွေကို နိုင်နိုင်နင်းနင်း အသုံးချနိုင်ရမယ်၊ မှတ်တမ်းမှတ်ရာတွေ ရှိရမယ်၊ ပြောရမယ့် အကြောင်းအရာတွေကို ကြိုတင် ချရေးထားရမယ်။ သင့်မှာ ပြောရမယ့် စာမူတွေ အမြဲ ရှိနေရမယ်။ ပြောရမယ့် လူတွေရဲ့ စိတ်အဟုန်တွေကို သင် အကဲဖြတ်နိုင်စွမ်းရှိရမယ်။ သင်ကိုင်တွယ် သုံးစွဲမည့် စကားပြော ကိရိယာ၊ မိုက်ခွက်၊ Power Point စသည်တို့ အကြောင်း ကောင်းကောင်း နားလည်ထားရမည်။ ကျွမ်းကျင်စွာ သုံးတတ်ရပါမယ်။

ယခု ဖော်ပြတဲ့ အချက်အလက်တွေကို လိုသလို ရောနှောသမပြီး အသုံးချမယ် ဆိုရင်တော့ သင်ဟာ စကားပြောကောင်းသူ တစ်ယောက် အဖြစ် အသိအမှတ်ပြုခံရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ပွဲသာ ပြီးသွားမယ်၊ ပရိသတ်က သင့်အကြောင်း ပြောလို့ဆုံးမှာ မဟုတ်ဘူး။

ဒီစာအုပ် ဖတ်ပြီး သင် စတင် လေ့ကျင့်တော့မယ် ဆိုရင် သင့်ကို အကြံကောင်းတစ်ခု ပေးလိုပါသေးတယ်။ ကိုယ်တွေ့ပါ။ အဲဒါကတော့ သင် စပြီး လေ့ကျင့်တဲ့ အချိန်က စပြီး ငါ အကောင်းဆုံး ဟောပြောနိုင်သူ တစ်ယောက် ဖြစ်အောင် ကြိုးစားမယ်ဆိုတဲ့ စိတ်ကိုပါ တစ်ပြိုင်တည်း မွေးထားလိုက်ပါ။ အပြင်စာများများ ဖတ်ဖို့ မမေ့လိုက်ပါနဲ့။ သူများပြောတာ နားထောင်ပါ။ လေ့လာပါ။ ပြောဟန်၊ ဆိုဟန်ကို လေ့လာပါ။ ကိုယ့်ထက်သာလွန်သူတွေကို ရှာပါ။ ချဉ်းကပ်ပြီး နည်းနာယူပါ။ တပည့်ခံပါ။

စင်ပေါ်ရောက်ရင် သတိထား။ တစ်ခါတလေ သင့်မှာ ပြောစရာတွေ များနေလိမ့်မယ်။ ဘာပြောရမှန်း မသိတာလည်း ဖြစ်နိုင်တယ်။ သင် ခေါင်းအေးအေး ထားပါ။ ဂနာမငြိမ် မဖြစ်ပါစေနဲ့။ မတ်မတ်ရပ်ပါ။ အရေးအကြီးဆုံးကတော့ သင့် မျက်နှာ ရွှင်ရွှင်ပျပျ ဖြစ်နေပါစေ။ ဒီနေရာမှာ

mgyoe.com

mgyoe.com

မှန်တာပြောရရင် ဒီစာရေးသူကိုယ်တိုင် စင်ပေါ်တက်ပြီး ဘာပြောရမှန်း မသိလောက်အောင် စိတ်တွေ ထုံတုန်ခဲ့ရဖူးတယ်။ စိတ်အေးအေးထားနိုင်ဖို့က အဓိကပါ။ ဖြည်းဖြည်းပြောပါ။ အသံအနိမ့်အမြင့် မှန်ပါစေ။

သင်ဟာ အဟော၊ အပြောကောင်းသူဖြစ်စိဖို့ ကြိုးစားနေသူဆိုပါက သင့်ကို ဆက်လက် လေ့ကျင့်ဖို့ အားပေးချင်ပါတယ်။ လေ့ကျင့်ပါ များလေ၊ စကားပြော ကောင်းလေပါ။ အခွင့်ရတိုင်း ပရိသတ် ရှေ့ထွက်ပြီး ပြောပါ။ သင့်ဇာတိစိတ်ကိုယ်၌က ဟောချင်၊ ပြောချင် ရှိနေပါက ပြောပါ၊ ဟောပါ။ အလေ့အကျင့်များများရှိလေ၊ အပြောအဟော ကောင်းလေပါ။ ဘယ်လို ပြောရမလဲ ဆိုတဲ့ နည်းစနစ်အသစ်တွေကိုလည်း ဟောရင်း ပြောရင်း သင် သိလာမှာပါ။ သင် တီထွင်လာနိုင်ပါတယ်။ သင်ဟာ ပြောနိုင်၊ ဟောနိုင်သူ ဖြစ်ပါစေလို့လည်း ဒီစာအုပ်ရေးသူက ဆုမွန်ကောင်း တောင်းပေးလိုက်ပါတယ်။ ကျင့်သားရပြီးသား လူအဖို့ စိတ်လှုပ်ရှားမှုဆိုတာမရှိသလောက်ပါ။ စင်ပေါ်ရောက်တာနဲ့ စိတ်လှုပ်ရှားမှု ရှိတော့မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ပရိသတ်က သင့်ရှေ့မှာ ရှိနေပြီလေ။ ကဲ... ပြောပေတော့။

သင် ရှေ့ဆက် ဖတ်ရမယ့် အခန်းတွေကို ဝါစဉ်အလိုက် ပြင်ဆင်ထားပါတယ်။ ဘယ်အခြေအနေမျိုးက အရင်လာမယ်၊ ဘယ်အခြေအနေမျိုးက နောက်က လိုက်မယ် ဆိုတာကို ဖြစ်နိုင်ခြေပေါ် မူတည်ပြီး စီစဉ်ထားပါတယ်။ အဆင်ချောဖို့ အောက်မှာ ဖော်ပြထားတဲ့ အချက်တွေကို ဦးစားပေးပြီး မှတ်ထားနိုင်ရင် ပိုကောင်းပါတယ်။

- ✱ အပြော၊ အဟော ကျွမ်းကျင်ရမယ်။
- ✱ ချရေးထားရမယ်။
- ✱ ကြိုတင်လေ့ကျင့်မှုတွေ လုပ်ထားရမယ်။
- ✱ ကိုယ့်အသံကိုယ် ထိထိရောက်ရောက် သုံးပါ။

mgyoe.com

mgyoe.com

* တုန်လှုပ်ချောက်ချားမှု မျက်နှာမှာ လုံးဝ မပေါ်ပါစေနဲ့။
* စကားပြောချက်ကောင်းပါစေ။
* လိုအပ်ပါက ရုပ်ပုံကားများ ဆောင်ထားပါ။
* လက်တွေ့လုပ်ပြစရာရှိလျှင် ပစ္စည်းများ စုံပါစေ။
* ပြောရင်းနဲ့ လေ့ကျင့်ပါ။ သိပ်အတင့်မရဲပါစေနဲ့။
* ရယ်စရာ ညှပ်ပြောပေးပါ။
* ကိုယ့်စိတ်ကိုယ် နိုင်အောင် ထိန်းပါ။
* ပရိသတ်ကိုလည်း နိုင်အောင် ထိန်းပါ။

❒

mgyoe.com

mgyoe.com

mgyoe.com

mgyoe.com

အခန်း [၁]
ဘာကြောင့် ဟောချင် ပြောချင်ရတာတုံး

သင် ဘာကြောင့် ပြောချင်၊ ဟောချင်ရသည်ကို သင့်ကိုယ်သင် မေးကြည့်မိပါသလား။ သင်ဟာ ဘယ်လိုလူဆိုတာကိုရော သိပါရဲ့လား။ အဟောအပြောကောင်းသူ တစ်ယောက် ဖြစ်နိုင်တဲ့ သင့်ရဲ့ ကိုယ်ပိုင် အရည်အသွေးတွေကိုရော သတိထားမိပါရဲ့လား။

အများအားဖြင့်ကတော့ အခြေအနေက တောင်းဆိုတဲ့အတွက် လူတွေရှေ့ထွက်ပြီး ပြောသင့်တာတွေ ပြောခဲ့ရတယ်။ ကိုယ့်မှာ ဒီလို ပြောနိုင်၊ ဆိုနိုင်တဲ့ အရည်အချင်းမျိုး ရှိသလား၊ မရှိဘူးလား ဆန်းစစ်ချိန် မရှိခဲ့ပါဘူး။ သင် လုပ်နေတဲ့ အလုပ်ရဲ့ အနေအထားက လူရှေ့ထွက်ထွက်ပြီး ပြောရမယ့် အခြေအနေ၊ အချိန်အခါတွေ ရှိခဲ့မှာပါ။ ပြောရင်း၊ ဟောရင်းနဲ့ နောက်မှ သိရတာက ကိုယ့်မှာ ဒီလို ဟောရပြောရတဲ့အခါမှာ ဟောနိုင်၊ ပြောနိုင်တဲ့ အရည်အချင်းရှိလို့ ဟောခိုင်း၊ ပြောခိုင်းတာ ဖြစ်တယ် ဆိုတာပါပဲ။ ပရိသတ်ကလည်း လက်ခံတယ်၊ ကိုယ်ကလည်း ပြောနိုင်တယ်။ ဒီလိုနဲ့ နောက်ပိုင်း ပိုကောင်းအောင် ပြောချင်လာတယ်။ ကောင်းကောင်းမွန်မွန် ထိထိရောက်ရောက်ရှိတဲ့ ဟောရပြောရတဲ့ အလုပ်မျိုး လုပ်ချင်လာတယ်။

သင် ဆန္ဒရှိလို့ ဟောတဲ့၊ ပြောတဲ့ဘက်မှာ ထူးချွန်ချင်စိတ်ရှိလာပြီဆိုလျှင် အောက်မှာ ဖော်ပြထားတဲ့ အချက်တွေဟာ သင့်ရဲ့ ထူးထူးချွန်ချွန် ဖြစ်ဖို့ စိတ်ကို အထောက်အကူပြုနိုင်ပါတယ်။

mgyoe.com

mgyoe.com

* ယနေ့ခေတ်ဟာ အပြိုင်အဆိုင် တက်လမ်းရှာနေတဲ့ ခေတ်ပါ။ သင်ဟာ တကယ့်ကို ထူးထူးချွန်ချွန် ဟောပြောနိုင်သူ တစ်ယောက်ဖြစ်လျှင် သင့်ရဲ့ ဟောပြောနိုင်စွမ်းကို အသုံးပြုပြီး လူတွေကို သင့်ရဲ့ စကားလုံးတွေနဲ့ ဆွဲဆောင်နိုင်တယ်။ လူတွေရဲ့ စိတ်တွေကို သင့်ရဲ့ ဟောပြောမှုပညာနဲ့ လွှမ်းမိုးထားနိုင်တယ်။ သင့်အယူအဆတွေကို လူအများ နားထဲ စွဲသွားအောင် ပြောဆိုနိုင်တယ်။ အဟောအပြောကောင်းသူ တစ်ယောက်ဟာ ကြီးမားတဲ့ ပရိသတ်ကြီးကို တစ်အောင့်အတွင်းမှာ သင့်ဘက်ပါလာအောင် ဆွဲဆောင်နိုင်စွမ်း ရှိတယ်။
* ပြောရင်း ဟောရင်းရလာတဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်စိတ်တွေကို တခြားနေရာတွေမှာ အသုံးပြုနိုင်တယ်။ ပရိသတ်ကို ရင်ဆိုင်ပြောဆိုရာမှာ စိုးရိမ်စိတ်မရှိသူ တစ်ယောက်ဟာ တခြားအခြေအနေတွေမှာလည်း စိုးရိမ်ပူပန်မှုနည်းမှာ သေချာပါတယ်။ စိုးရိမ်ပူပန်မှုနည်းတဲ့လူ၊ မရှိတဲ့ လူဟာ လုပ်ငန်းများ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ရာမှာ အထစ်အငေါ့ နည်းပြီး အောင်မြင်မှုရတတ်ပါတယ်။ အချေအတင် ပြောရမယ့် ကိစ္စတွေမှာ ပရိသတ်ရှေ့ထွက် ပြောဆိုနိုင်စွမ်းရှိသူက သာပါတယ်။ လူအနည်းငယ် စုပြီး ပြောဆိုဆွေးနွေးရမယ့် ကိစ္စမျိုးတွေမှာ ပရိသတ်ရှေ့ အဟောအပြောကောင်းသူဟာ အလိုလို နေရာရပြီး ဦးဆောင်သူ ဖြစ်သွားနိုင်ပါတယ်။
* ဟောတတ်၊ ပြောတတ်လျှင် တစ်ဖက်သားအတွက်လည်း စိတ်ဝင်စားစရာ၊ စိတ်ချမ်းသာစရာ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ တစ်ဖက်သားတွေလည်း သင့်ကြောင့် အကြံကောင်းဉာဏ်ကောင်းတွေ ရသွားနိုင်သလို အတွေးသစ်၊ အမြင်သစ်တွေလည်း ရသွားနိုင်ပါတယ်။ သို့သော် ကြီးမားတဲ့ ပရိသတ်ကြီးကို ထိန်းချုပ်ပြောဆိုဖို့ကတော့ အစွမ်းအစကောင်းတွေ ရှိဖို့ လိုပါတယ်။ အကယ်၍ သင် ပရိသတ်ကြီးကို ဆွဲဆောင်ပြောဆိုနိုင်ပြီ ဆိုရင်တော့ ပရိသတ်ကြီးရဲ့ လက်ခုပ်သံတွေဟာ သင့်ရဲ့ မနောမှာ ပီတိတွေ လွှမ်းသွားနိုင်ပါတယ်။

mgyoe.com

mgyoe.com

* ပြောဟောတတ်သူတွေဟာ သူတို့ရဲ့ အရည်အသွေးတူ မိတ်ဆွေများထက် ပို၍ ဩဇာရှိလာတတ်ပါတယ်။ အထက်လူကြီးက ဌာနဆိုင်ရာ ကိစ္စတွေနဲ့ ပတ်သက်လို့ ဟောပြောဖို့ လိုလျှင် အပြောအဟောဘက် စွမ်းတဲ့လူကိုသာ တာဝန်ပေးတတ်ပါတယ်။ ဒီလို တာဝန်ပေးခံရခြင်းဟာ နောင်ရာထူးတိုးတက်ရေးအတွက် များစွာ အထောက်အကူ ဖြစ်ပါတယ်။
* စင်ပေါ်မှာ ပရိသတ်ကို ဖျော်ဖြေတာနဲ့ ပရိသတ်ကို ဟောပြောတာ မတူပါဘူး။ သင်က ဟောပြောသူပါ၊ ဖျော်ဖြေ သူနဲ့ ဟောပြောသူ မတူတာရှိသလို တူတာ ရှိပါတယ်။ စင်ပေါ်တက်ရပါတယ်။ စင်ရှေ့မှာ ပရိသတ် ရှိပါတယ်။ ပရိသတ်ရှေ့က စင်ပေါ်တက်ခွင့်ရခြင်းဟာ ထူးမြတ်တဲ့ ဂုဏ်ဒြပ်တစ်ခုပါ။
* ပြောရမယ့် အကောင်းဆုံး အချက်တွေ မပြောလိုက်မိတာလည်း ရှိနိုင်ပါတယ်။ ဒီအတွက် စိတ်စနောင့်စနင်း မရှိပါစေနဲ့။
* အဆင်မပြေမှုဆိုတာ အားလုံး မကင်းနိုင်တဲ့ ကိစ္စရပ်တွေပါ။ အဆင်မပြေတာကို ပြေအောင် လုပ်လိုက်နိုင်တယ် ဆိုရင်ကိုက သင့်ထံသို့ ဆုလာဘ်ကောင်းတွေ ရောက်လာဖို့က ကျိန်းသေသွားပါတယ်။ ကြီးမားတဲ့ လူအုပ်ကြီးကို ပြောဟောဖို့အတွက် အဆင်မပြေစရာတွေ အများကြီး ရှိပါတယ်။ သင်ကိုယ်တိုင် ဖြေရှင်းရမှာပါ။ ဒီလိုဖြေရှင်းလိုက်နိုင်ရင် သင့်စိတ်ခွန်အားတွေ တိုးလာပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှုလည်း မြင့်လာမှာပါ။
* သင့်ရဲ့ ကိုယ်ရေးမှတ်တမ်းမှာ ဟောပြောနိုင်စွမ်းရှိသူ တစ်ယောက်လို့ ထည့်သွင်းပြောဆိုနိုင်ခြင်းသည် သင်၏ ကိုယ်ရေးမှတ်တမ်းကို ပိုပြီး ခံ့ညားသွားစေပါတယ်။ ဒီအချက်ပေါ်မူတည်ပြီး သင့်ကို လူတွေ့ စစ်မေးကြရမည့်သူများသည် သင့်ကို မတွေ့ခင်ကပင် သင့်ရဲ့ အရည်အသွေးပေါ်တွင် အခြေခံ၍ သင့်ကို အမှတ်ပေးဖို့ အဆင်သင့် ဖြစ်နေပါပြီ။
* ဘဝရဲ့ ရည်မှန်းချက်တွေ ပြည့်ဖို့ဆိုတာ စိန်ခေါ်မှုတွေ၊ အခက်အခဲတွေကို ရင်ဆိုင်ကျော်ဖြတ်ပြီးမှ ဖြစ်လာနိုင်ပါတယ်။

mgyoe.com

mgyoe.com

အခက်အခဲကို ရင်ဆိုင်ပြီးတာနဲ့ ပင်ကိုစိတ် အနေအထား ပြန်ရောက်ရအောင် မိမိကိုယ်မိမိ လုပ်ယူကြရပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ လူစုလူဝေးကို ရင်ဆိုင်ဝံ့တဲ့ အဟောအပြောသမားဟာ သာမန်လူတွေထက် စိတ်လှုပ်ရှားမှုကို မူလပကတိ တည်ငြိမ်စိတ် ပြန်ရောက်အောင် ဆောင်ရွက်ရာတွင် ပိုပြီး မြန်မြန်ဆန်ဆန် ဆောင်ရွက်နိုင်ပါတယ်။

* ပြောဖို့၊ ဟောဖို့ အစီအစဉ်တွေ ကျကျနန ဆွဲရတယ်၊ ပြင်ဆင်မှုတွေ လုပ်ရတယ်။ လိုအပ်တာတွေ အကုန်လုပ်ထားရတယ်။ ဒါမှ ဟောတဲ့ ပြောတဲ့နေရာ အဆင်ပြေ ချောမွေ့မှာ။ လူရှေ့ သူရှေ့ စကားပြောတယ်ဆိုတာ သာမန်အလုပ် မဟုတ်ပါဘူး။ အလွန်အရေးပါတဲ့ အလုပ်ပါ။ ဒီလို အရေးပါတဲ့အတွက် သင်ဟာ လိုအပ်တာကို ပြင်ဆင်လုပ်ကိုင်ရတဲ့ အကျင့်ရသွားတဲ့ အခါ သင်ဟာ ဘယ်လိုကိစ္စမျိုး၌မဆို သေသေချာချာ ပြင်ဆင် လုပ်ကိုင်ပြီးမှလုပ်တဲ့ အလေ့အထ ရသွားတယ်။ ဒါဟာ အဟော၊ အပြောသမားတွေမှာ နောက်ထပ် ရှိသွားတဲ့ ကောင်းမွန် အဖိုးတန်တဲ့ အမူအကျင့်ပေါ့။

ဟောပြောတဲ့ အတတ်ပညာရဲ့ နောက်မှာ စီးပွားရေး၊ လူမှုဆက်ဆံရေး အတတ်ပညာတွေပါ ပါလာပါတယ်။ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ကိုယ့်ပါးစပ်နဲ့ ပြောရတာ ဆိုးခံကောင်းစံ ဆိုတဲ့အတိုင်း ကိုယ့်ခြေစုံပေါ် ကိုယ်ရပ်ပြီး ပင်ကို အစွမ်းအစနဲ့ လုပ်ရတဲ့ အလုပ်မို့ သင့်ရဲ့ ဟောချင် ပြောချင်စိတ်က သင့်ဘဝရဲ့ အောင်မြင်မှု အထွတ်အထိပ်ကို ပို့ပေးနိုင်တယ်။ ဟောတတ်ပြောတတ်ပြီ ဆိုတဲ့နောက် အထွတ်အထိပ် တက်ရမယ့် လမ်းဟာ သင့်အတွက် မတ်စောက်စောက်ကြီး မဟုတ်တော့ပါဘူး။

ကိုယ့်ပန်းတိုင်ကိုယ်ပုံဖော်ခြင်း

လူဟာ ကိုယ့်ဘဝကို ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် ဆစ်ထုရတာပါ။ လူပျော့လူညံ့တွေသာ တခြားသူရဲ့ ပုံသွင်းတာကို ခံကြတာပါ။ အကယ်၍ သင်ဟာ အပြောအဟော အလုပ်ကို သန်ပါတယ်၊ ဒီအလုပ်ကိုပဲ အသက်မွေးဝမ်း

mgyoe.com

mgyoe.com

ကျောင်းအဖြစ် သတ်မှတ်ချင်ပါတယ်လို့ အရိုးသားဆုံး စိတ်ထားနဲ့ ဝန်ခံလိုက်ပြီဆိုရင် သင့်မှာ စံနမူနာထားပြီး လေ့လာရမယ့် လူတွေ အများကြီးပါ။ ထိုသူတွေဟာ သင့်လိုပဲ အဟောအပြောဘက်မှာ ကောင်းဖို့ မိမိကိုယ်မိမိ လေ့ကျင့်ပျိုးထောင်ပြီး လူ့လောကရဲ့ ထိပ်တန်းနေရာကို တက်လှမ်းသွားကြတဲ့ လူတွေပါ။ သိသာအောင် နမူနာတချို့ထုတ်ပြောရရင် အင်္ဂလန်နိုင်ငံ ဝန်ကြီးချုပ် Tony Blair၊ အမေရိကန်သမ္မတ Bill Clinton၊ အမေရိကန်နိုင်ငံသား လူမည်းခေါင်းဆောင် Martin Luther King၊ တောင်အာဖရိကနိုင်ငံ နိုင်ငံရေးခေါင်းဆောင် Nelson Mandela၊ အမေရိကန်သမ္မတ Barack Obama တို့ဟာ အပြောအဟောဘက်မှာ ထူးချွန်ကြသူတွေပါ။ လေ့လာစရာ၊ စံပြုစရာ ပုဂ္ဂိုလ်တွေပါ။

ဒီလိုလူမျိုးတွေအကြောင်း လေ့လာမယ်၊ ဒီလိုလူတွေ ဘယ်လိုလုပ်တယ်၊ ဘယ်လို ဟောတယ်၊ ပြောတယ် ဆိုတာတွေကို လေ့လာသင့်ပါတယ်။ သေသေချာချာကို လေ့လာသင့်ပါတယ်။ သို့သော် သင် သူတို့ ဖြစ်သွားလို့ မရပါ။ သင်က သတ်သတ် သူတို့က သတ်သတ်ပါ။ ဒီနေရာမှာ အရေးအကြီးဆုံး အချက်တစ်ချက် ရှိပါတယ်။

အဲဒါကတော့ သင်ဟာ ဘယ်တော့မှ Tony Blair နဲ့သော် လည်းကောင်း၊ Bill Clinton နဲ့သော်လည်းကောင်း၊ Martin Luther King နဲ့သော် လည်းကောင်း၊ Nelson Mandela နဲ့ သော်လည်းကောင်း၊ Barack Obama နဲ့ သော်လည်းကောင်း၊ သို့မဟုတ် တခြား သင် စံထားလေ့လာသော သူတစ်ဦးဦးနဲ့ သော်လည်းကောင်း တူမသွားပါစေနဲ့။ ထိုသူတို့၏ ကြိုးစားအားထုတ်ပုံ၊ ဖတ်ရှုလေ့လာပုံ၊ ပြင်ဆင်ပုံတို့ကို လေ့လာပါ။ ပြောဟန်ဆိုဟန်တို့ကို လိုက်တုရန် မလိုပါ။ သင်ဟာ သင့်အသံ၊ သင့်ဟန်နဲ့ ပြောပါ၊ ဟောပါ။ သင်ဟာ သင်ဖြစ်ပါစေ၊ တခြားသူတစ်ဦးဦးရဲ့ ပုံရိပ် မဖြစ်ပါစေနဲ့။ သင် စံထားသူတို့၏ ပင်ကိုအရည်အချင်းတွေနဲ့ သင့်ပင်ကို အရည်အချင်းတွေကို ပေါင်းစပ်ပြီး သင့်တွင် ကောင်းမွန်သာလွန်တဲ့ အရည်အချင်းသစ်တွေ တိုးပွားလာအောင် ဆောင်ရွက်ပါ။ သင့်ရဲ့ ရည်မှန်းချက်ကိုလည်း ဖြစ်နိုင်ခြေရဲ့ တစ်ဖက်စွန်းအထိ ဆွဲဆန့်မထုတ်ပါနဲ့။ သင် ကြိုက်နှစ်သက်သူနဲ့ တူအောင် သင် လိုက်မတုပါနဲ့။ သင် စံထားသူတွေနဲ့ တူအောင် မလုပ်ပါနဲ့။

mgyoe.com

mgyoe.com

သင့် ကိုယ်ပိုင်ဟန်၊ ကိုယ့်ဉာဏ်ဖြင့် သင် ပြောပါ၊ ဟောပါ။ သင့်ရဲ့ ကိုယ်ပိုင် ပြောဟန်ဆိုဟန်တွေကို ပကတိအတိုင်း ရှိပါစေ။

စင်ပေါ်တက်ရင် ဘဝင်စိတ်ပါ ထက်ပါစေ

စင်ပေါ် ရောက်သွားတာနဲ့ အဟောအပြောကောင်းသူတွေ၊ အာဂ လူတွေ ဖြစ်သွားကြတယ်။ မားမားရပ်၊ ရင်ကိုဖွင့်ပြီး ပရိသတ်ကို ဝံ့ဝံ့စားစား ကြည့်ကြတယ်။ ပြောလို့ဟောလို့ပြီးလို့ ဒီလူတွေအနား သင် ရောက်သွားရင် ယခင်က စင်ပေါ်မှာ တွေ့ခဲ့တဲ့ အာဂလူစား အသွင်အပြင်တွေ မရှိတော့ပါဘူး။ သူလိုကိုယ်လို ရိုရိုကျိုးကျိုး လူတွေပဲ ဆိုတာ သင် တွေ့မှာပါ။ စင်အောက် မှာတော့ တစ်မျိုး၊ စင်မြင့်ပေါ် ရောက်သွားတော့ တစ်မျိုး။ အဖြေက ဒီလိုပါ။ 'ပရိသတ်ရှေ့မှာ ဟန်ကိုယ့်ဖို့' ဆိုတာမျိုးပါ။ စင်ပေါ်ရောက်ရင် အလိုလိုနေ ရင်း ဒီလူတွေဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်တဲ့စိတ်တွေ ဝင်လာတယ်။ ကိုယ်ကြီးကို မတ်ပြီး ရင်ကော့ပြီး ရပ်တယ်။ ပရိသတ်ကြီးကို ကြည့်ပြီး အားတက်တယ်၊ ကျေနပ်တယ်၊ ပြီး ဝံ့ဝံ့စားစား ကြည့်တယ်။ အဟောအပြော ကျွမ်းကျင်သူဟာ သူရဲ့ ကိုယ်နေကိုယ်ဟန် ဘယ်လိုရှိရမယ်၊ သူ့ရဲ့မျက်နှာ အမူအရာ ဘယ်လို ထားရမယ်၊ ဘယ်လို လေယူလေသိမ်းနဲ့ ပြောရမယ် ဆိုတာ သူ့ရဲ့ သွေးထဲ၊ သားထဲကကို သိနေတယ်။ စင်ပေါ်ရောက်ရင် ကိုယ် အမူအရာ၊ ဟန်ပန်၊ လေသံတွေ ပြောင်းသွားပါတယ်။ ဒါကို အတွင်းအစွတ္တ ပြောင်းလဲသွားခြင်းလို့ ခေါ်ရင် သင့်မြတ်ပါတယ်။ စင်ပေါ်မှာ ဒီအဟော အပြော သန်သူတွေဟာ မူလထက် ပိုပြီး ကြီးထွားသွားတယ်လို့ ထင်ကြရ တယ်။ စိတ်တွေလည်း ပိုထက်မြက်သွားကြတယ်။ ဒီလို ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် စန်းတင်လိုက်ခြင်းဖြင့် သူတို့ ပြောတဲ့ စကားတွေ အောင်သွားတယ်။ ပရိ သတ်ကို ဖမ်းစားလိုက်နိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် ဘယ်သူပဲဖြစ်ဖြစ် စင်မြင့်ပေါ် တက်ပြီး ပြောရဟောရတော့မယ်ဆိုရင် မှင်မောင်းကောင်းဖို့ လိုပါတယ်။

ဒီနေရာမှာ လူ့စိတ်ရဲ့အကြောင်းကို ရှေ့တန်းတင်ပြီး ပြောနေတာ မဟုတ်ပါဘူး။ လူရဲ့ ပင်ကိုအစွတ္တသဏ္ဍာန် ပြောင်းလဲသွားခြင်းကိုသာ ပြောဆိုခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ တစ်နည်းပြောရရင်တော့ စင်အောက်မှာ တစ်ကိုယ်၊ စင်ပေါ်မှာ တစ်ကိုယ် ခွဲလိုက်ခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလိုမှ မဟုတ်လျှင် စင်

mgyoe.com

mgyoe.com

အောက်မှာရှိသော စိုးရိမ်စိတ်တွေ စင်ပေါ်ထိ ပါသွားမည်ဖြစ်ပြီး ဟောရ ပြောရရာတွင် ထစ်ဆို့နှောင့်နှေးစေနိုင်ပါတယ်။ အဖျွတ္တ ပြောင်းလိုက်သည့် နည်းသည် ဟောပြောရာတွင် အကောင်းဆုံးနည်း ဖြစ်ပါတယ်။ အဖျွတ္တကို အမှန်ပင် ပြောင်းလဲလိုက်နိုင်ပါက မငြိမ်မသက် ဖြစ်နေသော အဖျွတ္တသည် စင်အောက်တွင် ကျန်ခဲ့ပြီး စင်ပေါ်ရှိ ဟောပြောမည့်သူ၏ အတွင်းအဖျွတ္တ သည် ဝံ့ဝံ့စားစားရှိခြင်း၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှုအပြည့်ရှိခြင်း၊ အခက် အခဲနှင့် ပြဿနာမျိုးစုံကို ရင်ဆိုင်ရန် အသင့်အနေအထားတွင် ရှိနေခြင်းတို့ ဖြင့် ထုံမွမ်းလျက် ရှိနေပါတယ်။

သင့်ကိုယ်သင် သိပါသလား

ဖြေဖို့ အင်မတန်ခက်တဲ့ မေးခွန်းပါ။ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ကိုယ့်အကြောင်း အကုန်မသိပါဘူး။ ဒီလိုပါပဲ၊ သင်နဲ့ ဆုံတွေ့ကြရတဲ့ သူတွေလည်း သင့် အကြောင်း ကုန်စင်အောင် မသိကြပါဘူး။

သင်နဲ့ တရင်းတချာရှိတဲ့ မိတ်ဆွေတွေထဲက တစ်ဦးတစ်ယောက်က သင့်ကို တွေ့စက သင်ဟာ ခပ်မှန်မှန်နေတတ်သူ၊ ရင်းနှီးဖော်ရွေမှု သိပ်မရှိသူ လို့ ထင်ကြောင်း၊ နောင်ပေါင်းမိတော့မှ မဟုတ်ကြောင်း၊ သင်ဟာ ခင်မင် နှစ်လိုဖွယ်ရှိသော လူတစ်ယောက် ဖြစ်ကြောင်း စသည်တို့ကို သင့်အား ပြောကောင်း ပြောပါလိမ့်မယ်။ ဒီလို ဖြစ်ရတာကတော့ သင့်အကြောင်း သူတို့ မသိကြလို့ ဖြစ်ပါတယ်။ အမှန်က သင် လူစိမ်းကို စကားပြောရမှာ ရှက်ခြင်း၊ မရင်းနှီးလျှင် ခပ်တန်းတန်းနေလိုခြင်းတို့ကြောင့် ဖြစ်ပါတယ်။ နောင် ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်လာသည့်အခါတွင် သင့်မိတ်ဆွေများအပေါ် ပွင့်ပွင့် လင်းလင်း ပြောဆိုဆက်ဆံလာသည့် စရိုက်မျိုး သင့်မှာ ရှိပါတယ်။

ပင်ကိုဗီဇအားဖြင့် သင်သည် လူအများနှင့် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံ ရာတွင် ဘာတစ်ခုမှ ခက်ခဲမှုမရှိသော သူတစ်ဦး ဖြစ်ပါတယ်။ သို့သော် တွေ့သူတိုင်းပေါ် သင့်ဘက်က ရွေးချယ်ပေါင်းသင်းသည်ဖြစ်ရာ တာရှည် ပေါင်းသင်းကြည့်ပြီးမှသာလျှင် သင့်ရဲ့ အတွင်းစရိုက်ကို သိကြမှာ ဖြစ်ပါ တယ်။ ထို့အတူ သင်သည် လူများရှေ့တွင် ထွက်၍ စကားပြောရန် ဝန်လေး သူ၊ ကြောက်ရွံ့သူ တစ်ယောက် မဟုတ်ပါ။ သို့သော် အကြောင်း မတိုက်ဆိုင်

mgyoe.com

mgyoe.com

သေး၍သာ လူရှေ့ထွက် စကားမပြောသေးခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ အခြေအနေက တောင်းဆိုလာပါလျှင် သင်သည် စင်မြင့်ထုပေါ်တက်၍ လိုအပ်သည်တို့ကို ပြောနိုင်စွမ်းရှိသူ တစ်ဦး ဖြစ်ပါတယ်။

ကြီးမားသော ပရိသတ်ကြီးရှေ့ထွက်၍ မထင်မှတ်ဘဲ အထစ်အငေါ့ မရှိ ဟောပြောလိုက်နိုင်ခြင်းသည် အံ့သြဖွယ် ဖြစ်ရပ်တစ်ခု ဖြစ်ကောင်း ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ အမှန် ဤကိစ္စရပ်မျိုးသည် သင် ထင်သလောက် အံ့သြဖွယ် ကိစ္စ မဟုတ်ပါ။ လူ့ပင်ကိုဗီဇဓာတ်ခံ၌ပင်လျှင် အများရှေ့ထွက် စကား ပြောနိုင်သော စွမ်းအင်ရှိပြီးသား ဖြစ်ပါသည်။ ဘယ်အချိန်အခါမျိုးမှာ ဒီလို စွမ်းအင်တွေ ထွက်ပေါ်လာနိုင်သလဲ ဆိုတာလည်း ခဲရာခဲဆစ် ကိစ္စ တစ်ရပ် မဟုတ်ပါ။

လူ့ပင်ကိုစရိုက်များ

၁။ စိတ်ထက်သန်မှု

လူဟာ သာမန် အနေအထားထက် ပိုပြီး တစ်စုံတစ်ခုကို အားတက် သရော လုပ်ချင်တဲ့ ဆန္ဒ ပေါ်လာတတ်ပါတယ်။ တစ်နည်းပြောရရင် စိတ် အားထက်သန်လာတယ်လို့ ဆိုလို့ရပါတယ်။ စိတ်အားထက်ထက်သန်သန် ရှိလာပြီဆိုရင် လူဟာ မထင်မှတ်ထားတာတွေကို လုပ်နိုင်စွမ်း ရှိလာပါတယ်။ အဆိုတစ်ခု ရှိပါတယ်။ 'စိတ်မပါရင် ထိုင်နေတာ အကောင်းဆုံးပဲ' တဲ့။ ဟုတ်ပါတယ်။ စိတ်အားထက်သန်မှုမရှိလျှင် ဘာကိုမှ မထိတထိနဲ့ မလုပ် တာ အကောင်းဆုံးပါ။ စိတ်အားထက်သန်လာပြီ ဆိုရင်တော့ အားတက် သရောလုပ်တာ အကောင်းဆုံးပေါ့။

ဒီလို စိတ်အားထက်သန်လာတဲ့အခါမျိုးမှာ လူဟာ ပရိသတ်ရှေ့ ထွက်ပြီး မိမိ ပြောလိုရာကို အားတက်သရော ပြောဖို့ စိုးရိမ်တွန့်ဆုတ်မှု မရှိတော့ပါဘူး။ သင်ဟာ စိတ်အားထက်သန်လာပြီဆိုပါက အဟော ကောင်း၊ အပြောကောင်း တစ်ဦး ဖြစ်သွားပါတယ်။ ပရိသတ်က သင် ပြောသမျှကို အာရုံစိုက် နားထောင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ သင်ဟာ စိတ်အားထက်သန်စွာ ပြောဟော နေလို့ပါ။ သင့်မှာ ကြိုတင်ပြင် ဆင်ထားမှု ရှိ မရှိကို ပရိသတ်က ထည့်မတွေးပါ။ ပရိသတ်က စိတ်အား

mgyoe.com

mgyoe.com

ထက်သန်သူကို မြင်ချင်ကြပါတယ်။ စိတ်အား ထက်ထက်သန်သန်နဲ့ ပြောတာ၊ ဟောတာကို နားထောင်ချင်ကြပါတယ်။ စိတ်အားထက်သန်မှု ဆိုတာ အတုရယ်၊ အစစ်ရယ် မရှိပါဘူး။ လုပ်ယူလို့ မရပါဘူး။ အကြောင်း တိုက်ဆိုင်လာလျှင် လူ့ပင်ကိုစိတ်သည် တက်ကြွလာတတ်ပါသည်။ ဒီလို သဘာဝမျိုး လူတိုင်းမှာ ရှိပါတယ်။

၂။ ဟာသဉာဏ်

လူဟာ ပြုံးချင်၊ ရယ်ချင်ပါတယ်။ သင် လူတွေကို ပြုံးအောင်၊ ရယ်အောင်လုပ်နိုင်လျှင် သင့်ကို လူတွေက နှစ်ခြိုက်သဘောကျမည် ဖြစ်ပါတယ်။ ပျော်အောင်၊ ရွှင်အောင် လုပ်ဖို့ဆိုတာ သင့်အတွင်းစာတ်ခံကိုက ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့နေဖို့ လိုပါတယ်။ ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့စိတ်ဆိုတာ အကောင်းမြင်ဝါဒရှိမှသာလျှင် မွေးမြူလို့ ရပါတယ်။ အပြုသဘောစိတ်၊ အကောင်းမြင်ဝါဒစိတ်များကသာလျှင် တွေ့ရမြင်ရ၊ ကြုံရဆုံရသည့် ကိစ္စများအပေါ် ချမ်းမြေ့သော စိတ်ထားနှင့် ကြည့်မြင်သုံးသပ်နိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဆိုးကို အကောင်းလို့ မြင်နိုင်မှာ၊ ဟာသလေး စွက်ပြီး ဖြေနိုင်မှာ၊ အကောင်းမြင်စိတ်က ဒုက္ခကို ဟာသဉာဏ်နဲ့ တွန်းလှန် ကာကွယ်ပြီး ပြုံးပြုံးလေး ရင်ဆိုင်နိုင်အောင် ကူညီနိုင်ပါတယ်။ ဒီလိုစိတ်ထားရှိတဲ့လူရဲ့ အဟောအပြောကို ပရိသတ်က ကြိုက်ကြပါတယ်။

အကောင်းမြင်ဝါဒရှိသူ၊ အပြုသဘောစိတ်ရှိသူမှာ ဟာသဉာဏ် ရှိတယ်။ ဟာသဉာဏ်ဆိုတာ လူရဲ့ ကြီးမားတဲ့ စွမ်းအားတစ်ခုဆိုတာ သင် မေ့မထားပါနဲ့။ အင်မတန် အဖိုးတန်တဲ့ လူ့စွမ်းအားတွေထဲမှာ ဟာသဉာဏ်လည်း ပါတယ်။ ဟာသဉာဏ်ဆိုတာ အကောင်းမြင်၊ အပြုသဘောစိတ်တွေရဲ့ ပြယုဂ်လို့ ပြောထားပြီးပါပြီ။ ဒီလို ဟာသဉာဏ်ရှိသူကို ပရိသတ်ထဲကနေ တစ်စုံတစ်ယောက်၊ တစ်စုတစ်ဖွဲ့က နှောင့်ယှက်ဖို့ မလွယ်ပါ။ ပရိသတ်ထဲမှ နှောင့်ယှက်လာသူကို ဟာသဉာဏ်ရှိသူကသာလျှင် ပြောဆို၊ ဟောပြောရင်း ထိန်းသွားနိုင်ပါတယ်။

ဟောပြောပွဲမှာ မီးပျက်သွားလည်း ဟာသဉာဏ်ရှိသူက ဟာသလေး ပြောရင် တည်တည်ငြိမ်ငြိမ် ထိန်းသွားနိုင်ပါတယ်။ မိုက်ခွက်မကောင်းတဲ့

mgyoe.com

mgyoe.com

ကိစ္စ၊ လိုအပ်တဲ့ ရုပ်ပုံကား မပြည့်စုံတဲ့ကိစ္စ၊ Power Point မကောင်းတဲ့ ကိစ္စ၊ Power Point မရတဲ့ ကိစ္စတွေကို ဟာသဉာဏ်ရှိသူက ရေးကြီးခွင့်ကျယ် လုပ်မနေဘဲ ရယ်စရာ ဖြစ်ရပ်တစ်ခုလို့ သဘောထားပြီး ပြောစရာ ဆက်ပြော၊ ဟောစရာ ဆက်ဟောသွားနိုင်ပါတယ်။ ပရိသတ် အော်ဟစ်ဆူပူလာရင်လည်း အပြုံးမပျက် ရင်ဆိုင်ဝံ့ပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ သင် မမေ့ရအောင် ထပ်ပြောပါမယ်။ ဟာသဉာဏ်ဆိုတာ အပြုသဘောစိတ်၊ အကောင်းမြင်ဝါဒရဲ့ ကိုယ်ပွားစိတ်ထား ဆိုတာပါ။

၃။ ပညာရှင် ပီပီသသ၊ ပညာသားပါပါ

ပညာရှင် ပီပီသသဖြစ်ဖို့ဆိုတာကို ရှင်းပြဖို့ ဘယ်လုပ်ငန်း၊ ဘယ်ပညာရပ်တွေမှာ ပညာရှင် ပီပီသသ ကျင့်ကြံရမယ် ဆိုတာကို ပြောရမယ်ဆိုရင် ဆုံးမှာ မဟုတ်ပါ။ ဒီနေရာမှာ ပြောချင်တာကတော့ ပရိသတ်ရှေ့ ဟောပြောမယ့်သူတွေအကြောင်း သက်သက်ပါ။ ဟောမယ့်၊ ပြောမယ့်သူဟာ ပြောရမယ့် အကြောင်းအရာပေါ်မှာ အလေးအနက်ထားပြီး ပညာရှင် ပီပီသသ ပြောရမှာပါ။ ဟောပြောမယ့်သူဟာ ဟောပြောရမယ့်အကြောင်းအရာကို ကောင်းစွာ နားလည်ရပါမယ်။ ပြောရာဆိုရာမှာ ပညာသားပါပါ ပြောရပါမယ်။ ပရိသတ်ကို လေးစားရပါမယ်။ ဒါ့အပြင် အောက်ပါ အချက်များသည်လည်း ပညာရှင် ပီသသော အဟောအပြောသမားတိုင်း လိုက်နာရမယ့် အချက်များ ဖြစ်ပါတယ်။

(က) အချိန်လေးစားပါ။ (ကြိုတင်ရောက်နှင့်နေပါ)

(ခ) ပရိသတ် အနှောင့်အယှက်ပြုလာလျှင် တည်တည်ငြိမ်ငြိမ် ထိန်းပါ။
(ပရိသတ်ကို လုံးဝ နားလည်ပေးပါ။ ဆန့်ကျင်ဖို့ လုံးဝ မကြိုးစားပါနဲ့)

(ဂ) သပ်သပ်ရပ်ရပ် ဝတ်စားပြီးမှ ပြောပါ။ ဝံ့ဝံ့စားစား စိတ်ထားမွေးပါ၊ ပြုံးပါ။

(ဃ) (ပညာရပ်ဆိုင်ရာ ဆွေးနွေးဟောပြောရမည့် ကိစ္စများတွင်) လိုအပ်သော ပစ္စည်းများ ပြည့်စုံအောင် ပြင်ဆင်ပါ။ (ဥပမာ ရုပ်ပုံကားများ၊ စာရင်းဇယား၊ နမူနာပစ္စည်းများ)

mgyoe.com

mgyoe.com

အခြားအချက်ပေါင်းများစွာလည်း ထပ်တိုးလို့ ရပါသေးတယ်။ ပညာရှင် ပီပီသသ၊ ပညာသားပါပါ ဟောဖို့၊ ပြောဖို့ ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုတွေ အများကြီး လုပ်ထားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ တက်ကြွလန်းဆန်းနေဖို့ ဟောပြောပွဲ မတိုင်မီ သင် အိပ်ရေးဝအောင် အိပ်ထားပါ။ အိပ်ရေးပျက်ထားသော မျက်နှာနဲ့ ဘယ်တော့မှ စင်ပေါ်မတက်ပါနဲ့။ ဆံပင်ကအစ ဖိနပ်အဆုံး အားလုံး သပ်သပ်ရပ်ရပ် ရှိပါစေ။

၄။ ကျွမ်းကျင်နှံ့စပ်ဖို့ လိုတယ်

သင် ကျွမ်းကျင်နှံ့စပ်ရာကိုသာ ပြောပါ။ မသိ၊ မတတ်တာကို မပြောပါနဲ့။ ကိုယ် နားမလည်တာကို ပြောလျှင် သင့်မျက်နှာမှာ စိုးရိမ်မှုတွေ ပေါ်နေတတ်ပါတယ်။ ကိုယ် ကျွမ်းကျင်နှံ့စပ်တာကို ရဲရဲတင်းတင်း ပြောရင် သင့်လေသံဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှု အပြည့်ရှိကြောင်း ဖော်ပြနေပါမယ်။ ကိုယ်သိ၊ ကိုယ်တတ်၊ ကိုယ်ကျွမ်းကျင်နှံ့စပ်တဲ့ အကြောင်းတွေကို ပရိသတ် နားဝင်အောင် ပြောရမှာပါ။ ကြွားဝါလိုစိတ်၊ မော်ကြွားလိုစိတ်နဲ့ ပြောလို့ မရပါ။ ပရိသတ်က သင့်မှာရှိပြီးသား အရည်အချင်းကို သိပြီးသား လည်း ဖြစ်နေနိုင်ပါသည်။ သို့ကြောင့် သင့်အကြောင်းတွေ သူတို့ ထပ်မသိချင်ပါ။ သင့်တာဝန်က ပရိသတ် သိချင်တာ ပြောဖို့ပါ။ ပရိသတ် စိတ်ဝင်စားတာကို ပြောဖို့ပါ။ ပရိသတ် အကျိုးရှိတာကို ပြောဖို့ပါ။ သင် နှံ့နှံ့စပ်စပ် သိထားတဲ့ အကြောင်းအရာတွေဟာ ပရိသတ် စိတ်ဝင်စားမယ့် အကြောင်းအရာတွေ၊ သင် နှံ့နှံ့စပ်စပ် သိထားတဲ့ အကြောင်းအရာတွေဟာ ပရိသတ် အတွက် အကျိုးရှိမယ့် အကြောင်းအရာတွေ ဖြစ်ဖို့ အထူး လိုအပ်ပါတယ်။

သင် ကောင်းကောင်း မသိတဲ့ အကြောင်းအရာတွေကို လှည့်ပတ် မပြောပါနဲ့။ မဖြစ်မနေ ပြောရမည့် အနေအထား ရောက်နေလျှင် သင့်ဘက်က အဆိုပါ အကြောင်းအရာတွေကို ကောင်းကောင်း မသိကြောင်း ဝန်ခံပါ။ ဆက်မပြောပါနဲ့။ ပရိသတ်က မေးလာရင် ဖြေပါ။ သိတာရှိလျှင် ဂဃနဏ ဖြေပါ။ မသိတာရှိလျှင် မသိကြောင်း ပြောပါ။ အရေးပါတဲ့ မေးခွန်းများ ဖြစ်နေပါလျှင် လက်လွတ်စပယ် မဖြေပါနှင့်။ အတိအကျ မဖြေနိုင်လျှင် မဖြေနိုင်ကြောင်း ဝန်ခံပါ။ ကျွမ်းကျင်သူများဖြင့် ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ပြီးမှ ဖြေ

mgyoe.com

mgyoe.com

ကြားလို့ရမယ်ဆိုရင် ပရိသတ်ကို ရှင်းပြပါ။ ရက်ချိန်းပေးပါ။ ထိုရက်ရောက်ရင် တိကျတဲ့ အဖြေပေးပါ။ ကတိတည်ပါ။ ပရိသတ်ကို မည်သည့်နည်းနှင့်မျှ လိမ်ညာဖို့၊ လှည့်စားဖို့ မကြိုးစားပါနဲ့။

၅။ ညှို့ယူဖမ်းစားနိုင်စွမ်းရှိပါစေ

မျက်နှာမြင် ချစ်ခင်ပါစေ၊ အသံကြား သနားပါစေ ဆိုတာထက် ပိုပါတယ်။ စင်ပေါ်တက်ပြီး များပြားလှတဲ့ ပရိသတ်ကြီးကို ဟောမယ့်၊ ပြောမယ့်လူဟာ ပရိသတ်ကို ညှို့ယူဖမ်းစားနိုင်စွမ်းရှိဖို့ လိုပါတယ်။ ဤနေရာ၌ ရုပ်ရည်ရူပကာ ချောမောခြင်း၊ အရုပ်အမောင်း ကောင်းခြင်းတို့ကို အဓိကထားပြီး မဆိုလိုပါ။ သင်ဟာ သင်အတိုင်းပဲ ရှိနေပါစေ၊ စိတ်ပါလက်ပါရှိလို့ စင်ပေါ်တက်လိုက်တာနဲ့ သင်ဟာ မူလအစ္ဆတ္တ ပြောင်းသွားပါပြီ။ စင်ပေါ်မှာ သင် ရင်ကော့၊ မတ်မတ် ရပ်နေပါပြီ။ သင့်စိတ်ထဲမှာ သင်ဟာ ပိုပြီး သန်မာကြီးထွားသွားပါပြီ။ အလွန်အရေးပါသူ ဖြစ်သွားပါပြီ။ အမှန်က သင့် အလုံးအထည် နဂိုအတိုင်းပဲ ရှိပါတယ်။ သင်ဟာ စင်ပေါ်ရောက်လို့ ဘာမှ ပိုပြီး ကြီးကျယ်ခမ်းနားသွားတာ မဟုတ်ပါ။ ဒါပေမဲ့ သင့်ရဲ့ အစ္ဆတ္တ ပြောင်းလဲသွားပါပြီ။ ‘ငိုချင်ရက်နဲ့ ဇာတ်ကွက်အလိုကျ ရယ်လိုက်တယ်’ ဆိုတာလိုပါပဲ။ သင်ဟာ စင်မြင့်ပေါ် ရောက်သွားပါပြီ။ သင့်ရှေ့မှာ လူ့ပင်လယ်ပြင်ကြီး ရှိနေပါပြီ။ သင့်ရင်ကို ဖွင့်၊ ကိုယ်ကို မြှင့်လိုက်ပါပြီ။ သင့် မျက်နှာဟာ လန်းဆန်းတက်ကြွနေပါတယ်။ အပြုံးတွေနဲ့ ပြည့်နေပါတယ်။ သင် ပရိသတ်ကို ညှို့ယူဖမ်းစားလိုက်နိုင်ပါပြီ။

ညှို့ယူဖမ်းစားနိုင်စွမ်း ဆိုတာ လူရဲ့ စွမ်းရည်တစ်ခုပါ။ တချို့ မွေးရာပါ စွမ်းရည်ပါ။ အထက်မှာ ဖော်ပြသလို ‘မျက်နှာမြင် ချစ်ခင်ပါစေ၊ အသံကြား သနားပါစေ’ တဲ့။ ချစ်မွေးပါလာကြသူတွေ ဒီလူ့လောကမှာ အများကြီးပါ။ ချစ်မွေးပါသူတိုင်း စင်ပေါ်တက် ဟောမယ်၊ ပြောမယ် ဆိုတဲ့စိတ် မရှိပါဘူး။ တက်ပြီး ဟောပြောလည်း အောင်မြင်တဲ့ ဟောပြောရေးသမားကောင်း တစ်ယောက် ဖြစ်မလာနိုင်ပါဘူး။ ညှို့ယူဖမ်းစားနိုင်စွမ်းဆိုတာ လေ့ကျင့်ပြုစု ပျိုးထောင်ပေးလို့ရသော အစွမ်းအစ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလို အစွမ်းအစမျိုး ဘယ်အချိန်ပေါ်လာသလဲ ဆိုတော့ သင်ဟာ စိတ်ထက်သန်စွာနဲ့

mgyoe.com

mgyoe.com

စင်မြင့်ပေါ်တက်လိုက်ပြီး အပြုံသဘော အကောင်းမြင်ဝါဒတွေနဲ့ ပရိသတ်အကျိုး မျှော်ကိုးပြီး သင် နှံ့နှံ့စပ်စပ် သိရှိတဲ့ အကြောင်းအရာတွေကို ပရိသတ်ကြီးကို သင်ဟာ ပြုံးရွှင်သော မျက်နှာထားနဲ့ စပြီး စကားပြောလိုက်ပြီ ဆိုတာနဲ့ သင့်ကိုယ်တွင်း ပေါ်ပေါက်လာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

သင် အဓိက မှတ်ရမယ့် အချက်တွေကို အကျဉ်းချုပ်ပေးပါ့မယ်

(က) သင့်ကို အဟော၊ အပြောကောင်းသူ တစ်ယောက် ဖြစ်အောင် လုပ်ပေးနိုင်တဲ့ အချက်တွေ ရှိပါတယ်။ သင် ဒီအချက်တွေကို မပြတ် လေ့လာပါ။ လေ့ကျင့်ပါ။

(ခ) သင် စံထားရသူတွေ ရှိပါတယ်။ သူတို့ကို လေ့လာပါ။ လိုက်မတုပါနဲ့။

(ဂ) သင့်အဖွဲ့တွဲ့ဟာ တကယ့်ကို ပြောင်းသွားနိုင်တယ်။ စင်ပေါ်သာ ရဲရဲကြီး တက်လိုက်ပါ။ သင်ဟာ နဂိုကထက် ကြီးကျယ်ခမ်းနားသွားမှာပါ။

(ဃ) အဟော၊ အပြော ကောင်းသူတွေမှာ အရည်အချင်းကောင်းတွေ ရှိပါတယ်။ ရှာဖွေလေ့လာပါ။

❒

mgyoe.com

mgyoe.com

အခန်း [၂]
ဘယ်အချိန်စမလဲ

ဟောရ၊ ပြောရမယ့် အကြောင်းအရာတွေက တစ်ခုနဲ့တစ်ခု မတူသလို ဟောရ၊ ပြောရမယ့် ပရိသတ်ကလည်း မတူညီပါဘူး။ ဒါကြောင့် သင့်အတွက် အဆင်ပြေမယ့် အကြောင်းတွေကို ဟောရ ပြောရမယ့် အခွင့်အရေး ရှိလာရင် သင့်ရဲ့ ဟောရ ပြောရမယ့် လေ့ကျင့်ပြုစုပျိုးထောင်မှု လုပ်ငန်းကို စတင်လိုက်ပါ။ သို့မဟုတ် ဟောရပြောရမယ့် ပရိသတ်နဲ့ တွေ့တဲ့အချိန်မှာလည်း သင့်ရဲ့ ဝါသနာ၊ ဆန္ဒကို စတင်ပြုစု ပျိုးထောင်လို့ ရပါတယ်။ ပြောရမယ့် အကြောင်းအရာဟာ သင် ကျွမ်းကျင်သော အကြောင်းအရာဖြစ်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ ထို့အပြင် သင် ဟောရပြောရမယ့် ပရိသတ်အကြောင်းကိုလည်း ကောင်းစွာ သိထားဖို့ လိုပါတယ်။

အဟောအပြော လေ့ကျင့်ရာမှာ ဟောပြောရမယ့် အကြောင်းအရာကို မည်မျှကြာအောင် ပြောမည်၊ ပရိသတ် မည်၍မည်မျှ ရှိရမည် ဆိုသည်မှာ အဓိက မကျပါ။ သင် ပြော ဟောမည့် ကာလမှာ သင်ကိုယ်တိုင် ဆုံးဖြတ်ရပါမည်။ လေ့ကျင့်ပျိုးထောင်စဉ်ကာလမှာ တစ်အောင့် တစ်ခဏလည်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ နားထောင်သူမှ ဆက်နားထောင်ချင်သည့် ဆန္ဒရှိလျှင် သင် ဟောပြောမှု လုပ်ငန်းစဉ်ကို ဆက်လုပ်နိုင်ပါသည်။ ပရိသတ်ရဲ့ စိတ်ထားကို

mgyoe.com

mgyoe.com

သင် ကောင်းစွာ အကဲဖြတ်နိုင်ဖို့ လိုပါတယ်။ လိုအပ်ရင် လိုရင်းချုံ့ပြောပါမယ်။ ဘယ်လောက်ကြာကြာ ပြောရမယ်၊ လူဘယ်လောက် ရှိရမယ်ဆိုတာ အဓိက မဟုတ်ပါဘူး။ ဘာပြောမယ်၊ ဘယ်သူတွေ နားထောင်မယ်က အဓိကပါ။ စတင်လေ့ကျင့်စဉ်မှာတော့ ကိုယ်တတ်ကျွမ်းနားလည်တဲ့ အကြောင်းအရာကိုသာ ပြောသင့်ပါတယ်။ ပရိသတ်ကတော့ တစ်ယောက်တည်း ရှိလည်း ရတယ်။ စခါစဆိုတော့ ခပ်နည်းနည်းပေါ့၊ သင် ပြောတာ နားထောင်ချင်သူ လေး၊ ငါးယောက် အလွန်ဆုံး ၁၀ ယောက်လောက်ရှိရင် သင် စတင်လို့ ရပါပြီ။ ပရိသတ် နည်းတယ်၊ များတယ် ဆိုတာ အဓိကအကြောင်း မဟုတ်ပါဘူး။ သင့်ဘက်က ထိထိရောက်ရောက် ဖြစ်ဖြစ်မြောက်မြောက် ပြောနိုင်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ ဝါရင့် ဟောပြောရေးသမား တစ်ဦးရဲ့ စကားဟာ မှတ်သားစရာ ကောင်းပါတယ်။ သူ့အပြောက "တစ်ခါ တလေ ဓာတ်သိ လူရင်း ၅၀ လောက် ရှေ့ပြောရတာဟာ လူစိမ်း ပရိသတ်စိမ်း ၅၀၀ လောက်ရှေ့ ထွက်ပြောရတာ ထက်တောင် ပိုပြီး ရင်တုန်မိတယ်" တဲ့။ ဒါကြောင့် ပရိသတ် အနည်းအများကို သင် ခေါင်းထဲ ထည့်မထားပါနဲ့။ ပြောဟောခွင့်ရရင် ပြောပါ၊ ဟောပါ။

ကာလ၊ ဒေသ၊ ပရိသတ်အလိုက် သင့်ရာတော်ရာကို ဟောရ ပြောရပါမယ်

ဘယ်အချိန် ဟောရ၊ ပြောရမယ် ဆိုတာ သိပါ။ ပရိသတ် အေးအေးလူလူရှိတဲ့အချိန်၊ အားတဲ့အချိန်မျိုးမှာ ပြောပါ၊ ဟောပါ။ ထမင်းစားချိန်၊ အိပ်ရာက မနိုးခင် ဝေလီဝေလင်း အချိန်မျိုးတွေဟာ ဟောရပြောရမယ့် အချိန် မဟုတ်ပါဘူး။ ညဉ့်နက်သန်းခေါင်ဟာလည်း ပြောဟောလို့ ကောင်းတဲ့ အချိန် မဟုတ်ပါဘူး။ ညနေအေးအေးလူလူနေချင်တဲ့ အချိန်မျိုး၊ ညနေစာ၊ ညစာစားမယ့် အချိန်မျိုးတွေမှာ သင် ဟောပြောဖို့ အချိန် သတ်မှတ်လျှင် သင် မျှော်မှန်းသလောက် ပရိသတ် မရနိုင်ပါ။

ဘယ်ဒေသတွေမှာ ဟောမှာလဲ။ အဓိကကတော့ သင် ဟောပြောမယ့်နေရာပါ။ လူတွေ လာရောက် နားထောင်ဖို့ သွားရေးလာရေး အဆင်ပြေတဲ့နေရာ ဖြစ်သင့်ပါတယ်။ လွင်ပြင်မှာ ဟောပြောမည် ဆိုပါက သင့်တော်မည့်

mgyoe.com

mgyoe.com

အချိန်ကို နေထွက်က နေဝင်မတိုင်မီအတွင်း ရွေးရပါမယ်။ သို့မဟုတ် ကွင်းပြင်တွင် ညဘက် ဟောပြောမည်ဆိုပါက လိုအပ်သည့် အလင်းရောင် ရအောင် လုပ်ရပါမယ်။

ပရိသတ်ဟုဆိုရာတွင် မည်သည့် ပရိသတ်ကို သင် ဟောရမည်ကို သိဖို့ လိုပါတယ်၊ သို့မဟုတ် အများဆုံးလာတတ်မည့် ပရိသတ်ကို သင် သိဖို့ လိုပါတယ်။ သင့် ပရိသတ်သည် ကျေးလက်ပြည်သူဖြစ်လျှင် ကျေးလက်ပြည်သူတွေနဲ့ သင့်တော်ကိုက်ညီသည့် အကြောင်းအရာကို ဟောရပြောရပါမယ်။ သို့မဟုတ် သင် ပြောရဟောရမယ့် အကြောင်းအရာက ကျေးလက်ပြည်သူတို့၏ အကျိုးစီးပွားအတွက် ဖြစ်ရပါမယ်။ အကယ်၍ သင်ဟာ ကျေးလက်တွင် မွေးဖွားကြီးပြင်းလာကြသော ပရိသတ်ကို သင့်ဘက် ပါအောင် ဆွဲဆောင်သိမ်းသွင်းပြီး ဟောပြောမယ်ဆိုပါက ကျေးလက်ပြည်သူ နားဝင်အောင် သင် ပြောရပါမယ်။ ထို့အတူ တက္ကသိုလ်ကျောင်းသူ ကျောင်းသားများကို ဟောရပြောရမယ်ဆိုလျှင်လည်း သင့်ပရိသတ်နဲ့ အံဝင်ခွင်ကျဖြစ်မည့် အကြောင်းအရာများ၊ ပရိသတ် အကျိုးစီးပွားဖြစ်မည့် အကြောင်းအရာများ ဖြစ်ရပါမယ်။ ပရိသတ်အကြောင်း ကောင်းကောင်းသိတဲ့ လူမှသာလျှင် အဟောကောင်း၊ အပြောကောင်းသူ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ အနည်းဆုံး သင်သည် သင့်ပရိသတ်သည် ကျား လွှမ်းမိုးသော ပရိသတ်လော၊ မလွှမ်းမိုးသော ပရိသတ်လောကို ခွဲခြားသိဖို့ လိုပါတယ်။

စတင်လေ့ကျင့်ဖို့ အကောင်းဆုံး ပရိသတ်ကတော့–

(က) ကိုယ့်အိမ် ပရိသတ်နဲ့ ကိုယ့်အရပ် ပရိသတ်

သင့်ရဲ့ အနီးစပ်ဆုံး ပတ်ဝန်းကျင်ဖြစ်တဲ့ သင့်အိမ်တွင်း ပရိသတ်နဲ့ သင် နေထိုင်ရာ အရပ်က ပရိသတ် ဖြစ်ပါတယ်။

သင်က သင့်မိသားစုရဲ့ ဖခင်၊ သို့မဟုတ် မိခင်တစ်ယောက်ဆိုပါက ဟောပြောရန် လေ့ကျင့်ရမယ့် အရပ်သည် သင့်အိမ်တွင်း၌ ဖြစ်ပါတယ်။ ပရိသတ်က သင့်မိသားစုပါ။ မိသားစု စကားဝိုင်းမှာ သင်ဟာ မိသားစု အကျိုး၊ မိသားစုကိစ္စကို ပြောဆိုခွင့်ရှိသူလည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီအခွင့်အရေးကို ယူပြီး ဟောပြောခွင့် ရှိပါတယ်။ ရတဲ့အချိန်မှာ ဒီအခွင့်အရေးကို သုံးပါ။ ပိုမိုကျယ်ပြန့်တဲ့ ပရိသတ်ကိုတော့ သင် နေထိုင်ရာအရပ်မှာ ရနိုင်ပါတယ်။

mgyoe.com

mgyoe.com

ရပ်ရေးရွာရေး စိတ်ဝင်စားသူ တစ်ဦးအဖို့ ပရိသတ် မရှားပါဘူး။ ဝါတွင်းဆွမ်းလောင်းဖို့ ကိစ္စ ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ရာမှာ သင် ဟောနိုင် ပြောနိုင်ပါတယ်။ သီတင်းကျွတ်ပွဲတော်ကျင်းပရေးမှာ သင် ပရိသတ် ရှေ့ထွက်ပြီး ဟောနိုင်၊ ပြောနိုင်ပါတယ်။ ဘုံကထိန် ကျင်းပရေးကိစ္စ၊ လွတ်လပ်ရေးနေ့ ပျော်ပွဲရွှင်ပွဲ ကျင်းပရေး ကိစ္စ၊ သင်္ကြန်စတုဒိသာကျွေးရေး ကိစ္စတွေမှာ သင် ဟောပြောမှု အတတ်ပညာကို ပြုစုပျိုးထောင်ခြင်း၊ တိုးတက်အောင် လုပ်ခြင်းတို့ကို ဆောင်ရွက်နိုင်ပါတယ်။

(ခ) လုပ်ငန်းဌာနတွင် အလွတ်သဘော ဟောပြောခြင်း

သင့်လုပ်ငန်း၊ သင့်ရုံး စသည့် အရပ်တွင် သက်ဆိုင်ရာ လူနည်းစုအလိုက် အလွတ်သဘော ဆွေးနွေးပွဲများ၊ ညှိနှိုင်းပွဲများ ရှိတတ်ပါတယ်။ လုပ်ငန်းနဲ့ သက်ဆိုင်ရာ အကြောင်းအရာများကို အလွတ်သဘော ဆွေးနွေးကြခြင်းတွင် သင် ဝင်ရောက် ဆွေးနွေးနိုင်ပါတယ်။ သင်က စပြီး လိုအပ်တဲ့ အကြံဉာဏ် ပေးနိုင်ပါတယ်။ ဒီအခါမှာ သင်က လိုတာကို ပြောရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ သင့်အနေဖြင့် အချိန်အနည်းငယ်ယူပြီး လိုအပ်တာကို ရှင်းလင်းပြောပြရမယ်ဆိုရင် ဒါဟာ သင့်အတွက် အခွင့်အရေးကောင်းပါ။ သင့်ရဲ့ ဟောပြောမှု စွမ်းရည်ကို ပြုစုပျိုးထောင်ဖို့ အခွင့်အရေး ရပါပြီ။ နောင်ပြောခွင့်ရသမျှ သင် အကြိမ်ကြိမ် လေ့ကျင့်ခွင့် ရှိပါတယ်။

ဤသို့ ဌာနတွင်း အလွတ်သဘော ပြောဆိုဆွေးနွေးခြင်း ပြုရာတွင် အကြောင်းအရာများမှာ လေးပင်သော အကြောင်းအရာများ မဟုတ်ပါ။ သင် သိပြီးသော ဌာနဆိုင်ရာ ကိစ္စရပ်များသာဖြစ်ပြီး ဆွေးနွေးပြောဆိုဖက်များမှာလည်း သင့်လုပ်ငန်းဌာနအတွင်းက သင့်ရဲ့ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များသာ ဖြစ်ပါတယ်။ အလွတ်သဘော ဆွေးနွေးခြင်း ဖြစ်သဖြင့် သင့်အလှည့်တွင် သင် ပြောလိုရာ ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း လွတ်လွတ်လပ်လပ် ပြောဆိုခွင့် ရှိပါတယ်။ အလွတ်သဘော ဆွေးနွေးခြင်း မှုအတိုင်း ဘာကိုမှ တရားဝင် မှတ်တမ်းတင်ထားခြင်း မရှိပါ။ အမှားအယွင်း အတိမ်းအစောင်း ခံပါတယ်။

mgyoe.com

mgyoe.com

(ဂ) လုပ်ငန်းခွင်အတွင်း တရားဝင်ဆွေးနွေးခြင်း

ဤဆွေးနွေးခြင်းမျိုးသည် အလွတ်သဘော ဆွေးနွေးခြင်းထက် ပိုမိုလေးနက်မှု ရှိသည်။ လုပ်ငန်းနှင့် သက်ဆိုင်ရာ အကြောင်းအရာများကိုသာ တင်ပြဆွေးနွေးကြရမည် ဖြစ်ပါသည်။ ဥပဒေများ၊ နည်းဥပဒေများကို ကိုးကား၍ လည်းကောင်း၊ ကိန်းဂဏန်း၊ စာရင်းဇယားများကို ကိုးကား၍ လည်းကောင်း၊ သို့မဟုတ် တခြား အရေးပါသော အကြောင်းအရာများကို၊ တခြား အရေးပါသော စာရွက်စာတမ်းများကို အကိုးအကားပြု၍ ဌာနဆိုင်ရာ ကိစ္စရပ်များကို ဆွေးနွေးကြရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဤ၌ သင့်အနေဖြင့် ဆွေးနွေးဟောပြောမှုပြုမည်ဆိုက ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သင်သည် ဤလုပ်ငန်းတွင် ဝင်ရောက်လုပ်ကိုင်နေသူ တစ်ဦးဖြစ်ပြီး အများနည်းတူ လုပ်ငန်းသဘာဝကို နားလည်ထားသူ ဖြစ်သောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ တရားဝင်ဆွေးနွေးခြင်း ဖြစ်သည့်အတွက်ကြောင့် သင့် ပြောဆိုမှု၊ ဟောပြောမှုတွင် အချိန်အကန့်အသတ် ရှိပါသည်။ လိုရင်းတိုရှင်း ဖြစ်ရပါမည်။ ဆိုင်ရာကိစ္စကိုသာ ပြောရပါမည်။ လိုအပ်ပါက သင့်တင်ပြ ပြောဆိုချက်ကို မှတ်တမ်းတင်ထားမည် ဖြစ်ပါသည်။

ဤသို့ လုပ်ငန်းခွင်အတွင်း တရားဝင် ဆွေးနွေးပွဲတွင် သင့်အနေဖြင့် ပြောရ၊ ဟောရမည်ဆိုပါက လက်လွတ်စပယ် ပြော၍ မရပါ။ လုပ်ငန်းဖြင့် သက်ဆိုင်သော ကိစ္စတို့ကိုသာ ပြောရပါမည်။ သင် ပြောမည့် ကိစ္စသည် သင့်လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များ သိရှိပြီးသားကိစ္စ ဖြစ်နေပါက သင် ပြောဟောသည်ကို သင့်ပရိသတ် ဖြစ်သော လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များက စိတ်ဝင်တစားရှိချင်မှ ရှိနိုင်ပါသည်။ သင့်အနေဖြင့် သင့်ပရိသတ် စိတ်ဝင်စားလာအောင် ပြောရပါမည်။ ဤသို့ ပြောနိုင်၊ ဟောနိုင်အောင် သင့်မှာ အဟော၊ အပြောကောင်းသူတို့၏ အရည်အချင်းများ ရှိထားဖို့ လိုပါသည်။ အဓိက အချက်မှာ သင်သည် သင့်လုပ်ငန်းကို ကျွမ်းကျင်သူ ဖြစ်ရပါမည်။ သင် ပြောရမည့် အကြောင်းအရာများသည် သင် ကောင်းစွာ သိပြီးသော အကြောင်းအရာများသာ ဖြစ်ရပါမည်။ သင် ကောင်းစွာ သိရှိနားလည်ထားသလို သင့်လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များကလည်း သိရှိနားလည်ပြီးသား အကြောင်းအရာများ ဖြစ်နေပါက ပရိသတ် စိတ်ဝင်စားအောင် သင် ဘယ်လိုဟောပြောမလဲ၊ ဟောပြောမည်နည်း။

mgyoe.com

mgyoe.com

ဤ၌ အဓိက ဇုက်ဖဲမှာ သင့်အနေဖြင့် လုပ်ငန်းဆိုင်ရာ အားနည်းချက်၊ အားသာချက် တချို့ကို တင်ပြနိုင်ခြင်း၊ သင့်ရဲ့ အမြင်၊ သင့်ရဲ့ ရှုထောင့်ကို အများ စိတ်ဝင်စားလာအောင် တင်ပြနိုင်ခြင်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။ လိုအပ်ပါက အရွှန်းလေးဖောက်ပြီး ပရိသတ် လှုပ်လှုပ်ရွရွ ဖြစ်အောင် ပြော၊ ဟောနိုင်ရန် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားခြင်း၊ ကြိုတင်လေ့ကျင့်ထားခြင်းတို့ လိုပါတယ်။

ပြင်ပပရိသတ်ကို လုပ်ငန်းဆိုင်ရာ ကိစ္စရပ်များ ဟောရပြောရတော့မည် ဆိုပါက…

သင့်လုပ်ငန်းဖြင့် ဆက်နွယ်နေသော အခြားလုပ်ငန်းမှာ လိုအပ်သည်များကို ဟောပြောပို့ချပေးပါရန် တောင်းဆိုလာတတ်ပါသည်။ အကယ်၍ အဆိုပါ ဟောရပြောရမည့် တာဝန် သင့်ပခုံးပေါ်ကျလာပြီဆိုပါက သင်ဘာလုပ်မည်နည်း။ တချို့ ကိစ္စရပ်များတွင် အဟောအပြောကောင်း၍ ပြောရဟောရသည် ရှိသလို အချို့ကိစ္စရပ်များတွင် သက်ဆိုင်သူ၊ လုပ်ငန်းကျွမ်းကျင်သူကိုသာလျှင် ဤသို့သော ကိစ္စကို တာဝန်ပေးတတ်ပါသည်။ ဤ၌ သင်သည် ဟောပြောရမည့် အကြောင်းအရာကို ကောင်းစွာ သိရှိနားလည်ပြီးသူဖြစ်ရပါမည်။ တာဝန်အရ ဟောပြောရမည်ဖြစ်ရာ မည်သို့ ဟောပြောမည်ဆိုသည့် ဟောပြောနည်းသည် အဓိက မကျပါ။ မည်သည့် အကြောင်းအရာကိုသာ သတ်မှတ်ကာလအတွင်း မည်မျှ ပြည့်စုံမှန်ကန်စွာ ဟောပြောရမည်ဟူသော အချက်သည်သာ ပဓာနကျပါသည်။

ဟောပြောရမည့် နေရာသည် သင့်အလုပ်ဌာနတွင်းရှိ သင့်တော်ရာနေရာ၊ သင်နှင့် အကျွမ်းတဝင်ရှိပြီးသော အခန်း သို့မဟုတ် ခန်းမ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ နားထောင်ရမည့်သူများသည် သင် ဟောပြောမည့်နေရာကို လာရောက် နားထောင်မှာ ဖြစ်ပါသည်။ သို့ကြောင့် သင့်အတွက် နေရာစိမ်းမဟုတ်ပါ။ မျက်နှာစိမ်းပရိသတ် ဖြစ်သော်လည်း နားထောင်၍ လေ့လာမှတ်သားရမည့် တာဝန်ဖြင့် ရောက်လာသူများဖြစ်သဖြင့် သင့်အနေဖြင့် မည်သည့်စိုးရိမ်မှုမျှထားရန် မရှိပါ။ သင် ကျွမ်းကျင်သော အကြောင်းအရာကိုသာ ဟောပြောပို့ချရန် လိုပါသည်။ သင့်ဘက်က ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ပြောဟောနိုင်လေလေ၊ နားထောင်သူ ပရိသတ် အကျိုးရှိလေလေ ဖြစ်ပါတယ်။ အကယ်

mgyoe.com

mgyoe.com

၍ သင်သည် ဟောပြောရမည့် အကြောင်းအရာကို ကောင်းစွာ နားလည်သူ တစ်ယောက် ဖြစ်သည်သာမက ဟောရ၊ ပြောရမည်ကို လွန်စွာ ဝါသနာပါသူ၊ ဟောနိုင်စွမ်း၊ ပြောနိုင်စွမ်းရှိသောသူ၊ ပရိသတ်ပေါ် စေတနာ၊ မေတ္တာထားသူဖြစ်မည်ဆိုပါက သင့်ဟောပြောမှုဟာ အတိုင်းထက်အလွန် အောင်မြင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

ဟောပြောရမည့် နေရာသည် ပရိသတ်ရှိရာ အရပ်ကို သတ်မှတ်ပါက ပင်ကိုမူလကပင် ဟောချင်၊ ပြောချင်သူအတွက် အရေးတကြီး ပြဿနာ မဟုတ်ပါ။ စွမ်းသူသည် နေရာမရွေး၊ အချိန်မရွေးပါ။ ဟောရပြောရဖို့သာပင် အဓိကပါ။ တစ်ခါတစ်ရံ ဟောသူ၊ နာသူတို့၏နေရာတွင် မဟုတ်ဘဲ သင့်တော်ရာ နေရာတစ်ခုလည်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ လုပ်ငန်းသဘောပေါ် မူတည်၍ နာမည်ကြီး ဟိုတယ်ကြီးများရှိ ခန်းမကြီးများလည်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ အခန်းကျဉ်းလေးမှသည် ခန်းမကြီးများတွင် သွား၍ ဟောရပြောရမည့် အခြေအနေမျိုးများ ရှိလာနိုင်သလို မိသားစုအတွင်း လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်ချင်း၊ တစ်နည်းအားဖြင့် ပြောရလျှင် နှစ်ယောက်၊ သုံးယောက်မျှရှိသော ပရိသတ်မှသည် နှစ်ထောင်၊ သုံးထောင်မကရှိသော ပရိသတ်ကြီးကို ပြောရ၊ ဟောရခွင့် ကြုံနိုင်ပါသည်။ အကယ်၍ သင်သည် ဟောရ၊ ပြောရ ဝါသနာပါသူဖြစ်ပါက နေရာမရွေး၊ ဒေသမရွေး၊ ပရိသတ်မရွေး ပြောနိုင်ဟောနိုင်ဖို့ သင့်ရဲ့ အစွမ်းအစကို ပြုစုပျိုးထောင်ပေးပါ။ တစ်နေ့ သင်သည် တစ်နိုင်ငံလုံးသို့မဟုတ် တစ်ကမ္ဘာလုံးကို ဟောရပြောရမည့်သူ တစ်ယောက် ဖြစ်မလာဘူးဟု ပြော၍ မရပါ။

ဂုဏ်ထူးဆောင်မိန့်ခွန်း ပြောကြားသူ

သင်သည် ဟောရပြောရမည်ကို အထူး စိတ်ဝင်တစားမရှိသူ ဖြစ်ကောင်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ သို့သော် သင်၏ အသက်၊ အတွေ့အကြုံ၊ ဂုဏ်ရှိန်၊ ရာထူး စသည်တို့ကြောင့် လိုအပ်သော မိန့်ခွန်း ချီးမြှင့်ပေးပါရန် မေတ္တာရပ်ခံလာပါက သင့်အနေဖြင့် ငြင်းပယ်လို့ မရပါ။ ထိုအခါမျိုးတွင် သင် သင့်တော်သော မိန့်ခွန်းကို ခြွေရပါမည်။ သင့်ရဲ့ စကားဖြင့် အခမ်းအနားကို ချီးမြှင့်ရပါမည်။

mgyoe.com

mgyoe.com

အသက်၊ ဝါ၊ သမ္မာတို့ကြောင့် လိုအပ်သည့် မိန့်ခွန်း ပြောကြားပေး ပါရန် တောင်းဆိုခံရပါက ဂုဏ်သရေရှိ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများသည် ကာလ၊ ဒေသ၊ အကြောင်းခြင်းရာဖြင့် လိုက်လျောညီထွေမှုရှိသော မိန့်ခွန်းမျိုးကို ချီးမြှင့်နိုင် ကြပါသည်။ ဒါကို ကြည့်ပြီး သင်သည်လည်း တစ်နေ့ ဤကဲ့သို့သော ဂုဏ်ထူးဆောင် မိန့်ခွန်းမျိုး ပြောကြားပေးပါရန် မေတ္တာရပ်ခံခြင်းခံရပါက မည်သို့သော မိန့်ခွန်းမျိုး ပြောမည်ကို ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားလိုစိတ် ရှိပါ သလား။ အကယ်၍ သင်သည် တစ်နေ့ ငါလည်း ဤကဲ့သို့သော ဂုဏ်ထူး ဆောင် မိန့်ခွန်းမျိုး ပြောကြားပေးပါရန် မေတ္တာရပ်ခံရအောင် ကြိုးစားမည် ဟူသော အတွေးတစ်ချက် သင်စိတ်ထဲ၌ ဝင်းလက်သွားပါက သင်သည် ဘဝအောင်မြင်မှုကို ရိုးရိုးသားသား၊ ကြိုးကြိုးစားစားနှင့်ရအောင် ဆောင် ရွက်သွားမည့် လူတစ်ဦး ဖြစ်သွားပါပြီ။

စေ့စပ်ပွဲများ၊ ထူးချွန်သူများအား ချီးမြှင့်ပွဲများ၊ အောင်ပွဲရ အားကစား အသင်း ဂုဏ်ပြုပွဲများ စသည်တို့တွင် ဂုဏ်သရေရှိ ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကို မိန့်ခွန်း ပြောကြားပေးရန် မေတ္တာရပ်ခံတတ်ပါသည်။ ဤကဲ့သို့ ဖိတ်မန္တကပြုခံရခြင်း သည် မက်မောဖွယ်ကောင်းသော ဂုဏ်တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ ပရိသတ် နည်း သည်၊ များသည်၊ အခမ်းအနား အသွင်အပြင် ကောင်းမွန်သည်၊ မကောင်းမွန် သည်တို့ကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားစရာ မလိုပါ။ အကြောင်းကိစ္စရပ်ပေါ်တွင် သင့်တော်သည့် မိန့်ခွန်း ချီးမြှင့်နိုင်ဖို့သာ အဓိကပါ။

ပေါ့ပေါ့ပါးပါး ဆွဲဆောင်ပြောဆိုရမယ့်အခါ

ပရိသတ်ထဲမှာ အလှူငွေရအောင် သင့်ကို ဟောဖို့၊ ပြောဖို့လည်း တာဝန်ပေးတာမျိုးလည်း ရှိနိုင်ပါတယ်။ သင် ပရိသတ်ကျအောင် ဟောရ ပြောရပါမည်။ အလှူငွေကောက်ခံပွဲတွေမှာ ပြုံးပြုံးရွှင်ရွှင် ရယ်ရယ်မောမော ပြောဆိုကောက်ခံခြင်းသည် ရှုတည်တည် မျက်နှာထားဖြင့် ကောက်ခံခြင်း ထက် အလှူငွေ ပိုရသည်ကို အလှူခံ ထွက်ဖူးသူတိုင်း သိကြပါတယ်။

လူမှုရေး အသင်းအဖွဲ့အတွက် လိုအပ်သော ရန်ပုံငွေရအောင် လှုံ့ ဆော်စည်းရုံး ဟောပြောရာတွင် ပေါ့ပေါ့ပါးပါး အားတက်သရော စည်းရုံး ဟောပြောဖို့ လိုပါသည်။ အသင်းအတွက် ရန်ပုံငွေ ကောက်ခံခြင်းသည်
mgyoe.com

mgyoe.com

လေးနက်သော ကိစ္စ အရေးပါသော အကြောင်းအရာ ဖြစ်သော်လည်း ရန်ပုံငွေ ကောက်ခံမည့် အဖွဲ့ဝင်များသည် လေးနက်တည်ကြည်လွန်းသော မျက်နှာထားများဖြင့် ပရိသတ်ရှေ့တွင် အလှူခံမည်ဆိုပါက အတွေးမနက်သော ပရိသတ်က လေးနက်တည်ကြည်သော မျက်နှာထားကိုပင် စိုးရိမ်ပူပင်နေသော မျက်နှာထားများအဖြစ် မှတ်ယူတတ်ကြသည်။ ရယ်နေပြုံးနေသော မျက်နှာကို မြင်ရသူတိုင်း ရယ်ချင်၊ ပြုံးချင်၊ ရယ်ချင်လာတတ်သည်။ စိတ်ပေါ့ပါး ရွှင်လန်းလာခြင်းသည် စေတနာ သဒ္ဓါတရားကို ပိုပွားစေပါသည်။ ဒါကို အထူး ဂရုပြုရပါမည်။ ဟောပြောသူက ရွှင်ရွှင်ပျပျ ဟောပြောနေပြီဆိုပါက ပရိသတ်ကပါ ပို၍ ရွှင်ရွှင်ပျပျ ဖြစ်လာပါသည်။ အထူးသဖြင့် ရန်ပုံငွေရရန် ဖိတ်ကြားပြောဟောရမည့် ကိစ္စရပ်များသည် ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် ဆောင်ရွက်ရမည့် ကိစ္စ ဖြစ်သည်ကို အဟောအပြော ဝါသနာပါသူတိုင်း သိထားသင့်ပါသည်။

ဟောရပြောရမည့် အခြား အကြောင်းအရာပေါင်းများစွာ ကျန်ပါသေးတယ်။ အထက်မှာ ဖော်ပြထားတာ စတိသဘောပါ။ မည်သည့် ကိစ္စအကြောင်းကိုပင် ဟောပြောသည် ဖြစ်ပါစေ၊ သင့်အနေဖြင့် စိတ်ပါလက်ပါ ပြောပါ၊ ပရိသတ် စိတ်ဝင်စားအောင် ပြောပါ။ ပရိသတ် နည်းသည်၊ များသည်က အဓိက မဟုတ်ပါ။ အောင်အောင်မြင်မြင်၊ ထိထိရောက်ရောက် ဟောနိုင်ပြောနိုင်ခြင်းသာ အဓိက ဖြစ်ပါတယ်။ ဟောရ၊ ပြောရသည့် အလုပ်ကို သင် စိတ်ဝင်တစား ရှိပါက ဟောနိုင်ပြောနိုင်အောင် သင် အစဉ် ကြိုးစားနေရပါမည်။

ပရမ်းပတာ မပြောမိပါစေနဲ့

သင့်ဘက်က အကောင်းဆုံး ဟောနိုင်ပြောနိုင်အောင် သင့်ရဲ့ ဝါသနာကို ပြုစုပျိုးထောင်ပေးပါ။ သင့်အဟောအပြော စွမ်းရည်ကို မပြတ် လေ့ကျင့်ပေးပါ။ ကိုယ့်ပုံစံနဲ့ကိုယ် ဟောတဲ့၊ ပြောတဲ့ အလေ့အထ အသားကျအောင် လေ့ကျင့်ပါ။

ဘယ်နေရာမှာ ဘယ်လို လေ့ကျင့်ရမလဲ၊ ဘယ်သူတွေနဲ့ လေ့ကျင့်ရမလဲ။ သင် ဟောခွင့်၊ ပြောခွင့်ရတဲ့ နေရာတိုင်းမှာ လေ့ကျင့်ပါ။ ပရိသတ်

mgyoe.com

mgyoe.com

နည်းနည်းနဲ့ စပါ။ သုံး၊ လေး၊ ငါးယောက်ရှိလျှင် သင့်အဟော၊ အပြော လေ့ကျင့်လို့ ရပြီ။ ပရိသတ် နည်းသည်၊ များသည်က အဓိက မဟုတ်ပါ။ သင် ပြောတာ၊ ဟောတာကို စိတ်ဝင်တစားရှိကြဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ သူတို့ စိတ်ဝင်စားအောင် သင်က လုပ်ရပါမယ်။ ဒါထက် ပိုအရေးကြီးတာက ပရိသတ်ကို ကိုယ်က မိမိဘက်ပါအောင်လည်း ဆွဲဆောင်နိုင်ရမယ်။ လိုအပ်ရင် ပရိသတ်ကို ကိုယ်လိုချင်တဲ့ ခွင်ထဲ ဝင်လာအောင် လုပ်နိုင်ရပါမယ်။

လူနည်းနည်းနဲ့ စဆိုရာမှာ သင် ပြောတာကို ကျေကျေနပ်နပ် နားထောင်မယ့်လူကို ရှာရာမှာ အစဦးပိုင်းမှာ လူအများကြီး မရနိုင်ပါဘူး။ လေး၊ ငါးယောက်ရရင် လုံလောက်ပါပြီ။ အဆင်ပြေတဲ့နေရာမှာ ဟောတာ၊ ပြောတာ လုပ်ပေါ့။ တစ်နေ့ ကုန်သည်ကြီးများ ဟိုတယ်ရဲ့ ခန်းမထဲမှာ ပရိသတ်ထောင်ကျော်ကို သင် ပြောရ၊ ဟောရမယ့်ကိန်း ကျိန်းသေရှိပါတယ်။ သင့်ဘက်ကသာ အောက်ခြေက စထားပါ။ လူနည်းလို့ဆိုပြီး ဘယ်တော့မှ ပေါ့ပေါ့တန်တန် မပြောပါနဲ့။ ဘယ်တော့မှ ပြင်ဆင်ထားမှုမရှိဘဲ ပရမ်းပတာ မပြောမိပါစေနဲ့။ သင် ဟောပြောမယ့် အကြောင်းအရာတွေဟာ သင် ကြိုတင်လေ့လာပြင်ဆင်ပြီးသား အကြောင်းအရာတွေသာ ဖြစ်ပါစေ။ လူငါးယောက်ရှိလည်း လေးလေးစားစား လုပ်ကိုင်ပြောဆိုပါ။ လူ ၅၀ ရှိလည်း စေ့စေ့စပ်စပ် ပြင်ဆင်ပြီးသားကိုသာ ပြောပါ။ ပရမ်းပတာ ဖြစ်သွားပြီဆိုရင် လူ ၅၀ ရှေ့မှာ ဖြစ်တာနဲ့ လူ ၅၀၀ ရှေ့ဖြစ်တာ အတူတူပါပဲ။ ပရိသတ်ရှေ့မှာ လုံးဝ ပရမ်းပတာ စကား မပြောပါနဲ့။ လေးနက်တည်ကြည်တဲ့စကား၊ အနှစ်သာရရှိတဲ့ စကားမျိုးသာ ပြောပါ။ ပရိသတ်များကို ကြောက်တာဟာ သဘာဝကျပါတယ်။ ဒီအကြောက်တရားကို ရအောင် ထိန်းပါ။ အကြောက်တရားကြောင့် စကားမမှားသွားပါစေနဲ့။

ဒါကြောင့် လူနည်းနည်းနဲ့ စတာ အကောင်းဆုံးပါ။ ကိုယ်နေတဲ့မြို့ (မြို့ငယ်လေး)၊ ကိုယ်နေတဲ့ ရပ်ကွက်၊ ကိုယ်နေတဲ့လမ်း စသည့် နေရာတွေမှာ အသင်းအဖွဲ့တွေ ရှိတတ်ပါတယ်။ သာရေးနာရေးအသင်း၊ ရပ်ကွက်လူငယ်သန့်ရှင်းရေးအသင်း၊ ဝါတွင်းဆွမ်းလောင်းအသင်းတို့၊ ဒါမှမဟုတ် သင်နေတဲ့မြို့ မှာ ဓာတ်ပုံဝါသနာရှင်များအသင်းတို့၊ ပန်းဝါသနာရှင်များအသင်းတို့၊ ပန်းချီဝါသနာရှင်များအသင်းတို့ ဆိုတာတွေ ရှိပါတယ်။ ဒီအသင်းအဖွဲ့တွေ

mgyoe.com

mgyoe.com

ဟာ သင် လေ့ကျင့်ဖို့ အကောင်းဆုံး နေရာတွေပါ။ သင် ဝါသနာပါရာ အသင်းမှာ အသင်းဝင်အဖြစ် မှတ်ပုံတင်ပါ။ ဝင်ရောက်ဆွေးနွေး ဟောပြောပါ။ တချို့ အသင်းအဖွဲ့တွေမှာ အသင်းဝင်မှ မဟုတ်ပါ၊ မည်သူမဆို ဝင်ရောက် ဆွေးနွေးဟောပြောလို့ ရတာတွေ ရှိပါတယ်။ အခွင့်ကြုံရင် သင့်ဘက်က ဟောပြောဖို့ အဆင်သင့် ဖြစ်ပါစေ။ သင့်မှာ ပြောစရာ၊ ဟောစရာတွေရှိအောင် လုပ်ထားပါ။ လူမှုရေးကိစ္စတွေကို သင် စိတ်ဝင်စားမယ် ဆိုရင်တော့ ရေဆားဒုက္ခသည်တွေထံ သင် သွားရောက် ကူညီခဲ့စဉ်က တွေ့ကြုံခဲ့ရသော ဖြစ်ရပ်များ၊ မီးဘေးဒုက္ခသည်တွေထံ ထမင်းထုပ် လိုက်ကမ်းစဉ်က သင့်ရဲ့ အတွေ့အကြုံတွေ။ ဒါမှမဟုတ် ပြီးခဲ့တဲ့ နွေက သင်နဲ့ သင့်မိသားစု သို့မဟုတ် သင်နဲ့ သင့်မိတ်ဆွေများ ဘုရားဖူး ခရီးထွက်စဉ်က အတွေ့အကြုံတွေ၊ မိဘမဲ့ကလေးဂေဟာသွားပြီး တစ်ရက်စာ အလှူမှာ ဝင်ရောက်ကူညီခဲ့ပုံ၊ သင် ပါဝင်ခဲ့သော အဖွဲ့လိုက် သွေးလှူပွဲ၊ ပြောစရာ အကြောင်းအရာတွေ အများကြီးပါ။ ဒါတွေကို လူတစ်စုရှေ့မှာ စိတ်ဝင်စားလာအောင် သင် ဘယ်လောက် ဆွဲဆောင်ပြောနိုင်မလဲ။ ပြောကြည့်ပါ၊ ဟောကြည့်ပါ။ သာမန်ကိစ္စရပ် တစ်ခုကို စိတ်ဝင်စားဖွယ်အဖြစ် သင် ပြောင်းလဲနိုင်စွမ်းရှိပြီဆိုလျှင် သင်ဟာ အဟောကောင်း အပြောကောင်း တစ်ဦး ဖြစ်သွားပါပြီ။ သင့်ဟောပြောပွဲဟာ အောင်မြင်သွားပါပြီ။

သင်ဟာ ဟောတာ ပြောတာ ကောင်းပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ သင် ဘာအကြောင်းအရာကို ဟောပြောမှာလဲ။ ဘယ်သူတွေကို ပြောမှာလဲ။ တက္ကသိုလ် ကျောင်းသူ ကျောင်းသားတွေကို ဘာသာရေး ရှေ့တန်းတင်ပြီး နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း တရားတွေ သွားဟောလို့ မရပါဘူး။ ဓမ္မစကြာ အသင်းဝင် အမျိုးသမီးတွေကို သင် ကျိုက်ထီးရိုး ဘုရားဖူး အတွေ့အကြုံကို ပြောပြရင် နားထောင်မှာပါ၊ သင်္ကြန်အကြောင်း သွားပြောရင်တော့ စိတ်ဝင်စားမှုပြမယ့်လူ တော်တော် နည်းမှာပါ။ တချို့ အဖွဲ့တွေဟာ သူတို့ ဘဝနဲ့ မသက်ဆိုင်တဲ့ အကြောင်းအရာတွေ၊ သူတို့ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းနဲ့ မသက်ဆိုင်တဲ့ အကြောင်းအရာတွေကို နားထောင်လိုစိတ် မရှိကြပါဘူး။ အမျိုးသမီး ပရိသတ်နဲ့ အမျိုးသား ပရိသတ် စိတ်ဝင်စားမှုချင်း မတူပါဘူး။ ၂၀ အောက် လူငယ်တွေနဲ့ ၆၀ ကျော် လူကြီးတွေရဲ့ စိတ်ဝင်စားမှုဟာ လွန်စွာ ကွာဟသွား

mgyoe.com

mgyoe.com

ပြီ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီအချက်တွေကို ဟောပြောမယ့်သူက သိထားရပါမယ်။ ၁၀ နှစ်အောက် ကလေးတွေကို သင် ဟောပြောမယ်ဆိုရင် ၁၅ မိနစ်ထက် ပိုမပြောသင့်ပါ။ ငယ်ရွယ်သူတွေရဲ့ အာရုံစိုက်မှုတာဟာ တိုပါတယ်။ သာမန် ပရိသတ်ကို ဟောမယ် ပြောမယ်ဆိုရင်က တစ်နာရီ ဆိုတဲ့ကာလဟာ အကောင်းဆုံးပါ။ (ဘာသာရေး ဟောပြောပွဲတွေ၊ နိုင်ငံရေး ဟောပြောပွဲတွေ ကတော့ တစ်မျိုးပေါ့)။

ဟောပြောသူဟာ ပရိသတ်ရဲ့ တုံ့ပြန်မှုကို အမြဲ အကဲခတ်နေရပါ မယ်။ ဖြစ်နိုင်လျှင် ဟောပြောပြီး ထိုင်၊ ပရိသတ်နဲ့ ထိတွေ့ပြီး ပရိသတ်ရဲ့ သဘော သိအောင် တီးခေါက်ကြည့်သင့်ပါတယ်။ ပရိသတ်ရဲ့ သဘောထား ကို သိမှသာလျှင် ဟောပြောသူဘက်မှ ပြင်ဆင်စရာရှိလျှင် ပြင်ဆင်နိုင်ပါ မယ်။ ကြိုက်နှစ်သက်သည်ဆိုရင်တောင် နောက်တစ်ကြိမ် ပိုမိုကောင်းမွန် အောင် မည်သို့မည်ပုံ ဟောမည်၊ ပြောမည်ကို ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားနိုင်ပါ သည်။

အလေ့အကျင့်ပြုလုပ်စဉ် ကာလတွင်လည်း တိကျတဲ့ ဇယားဆွဲပြီး လေ့ကျင့်သင့်ပါသည်။ တစ်လ ဘယ်နှကြိမ် ဟောပြောခွင့်ရအောင် ရှာ မလဲ၊ အနည်းဆုံး ဘယ်နှကြိမ် ဟောပြောမလဲ၊ အချိန် ဘယ်လောက် ဟောမလဲ၊ ဘယ်သူတွေကို ဟောမလဲ စသည့် အစီအစဉ်များ ချမှတ်ထား သင့်ပါသည်။ ဟောရမည့် ပရိသတ် အနီးအနားမရှိလျှင် ရှိနိုင်မည့် နေရာကို ရှာပါ။ ခရီးထွက်ဖို့ ဝန်မလေးပါနဲ့၊ မိတ်ဆွေဖွဲ့ဖို့ ဝန်မလေးပါနဲ့။ သင့်ဘက် က စွဲစွဲမြဲမြဲ ရှိပါလျှင် နောင် သင့်ကို ဖိတ်မည့်သူများ ပေါ်လာပါလိမ့်မယ်။ ဟောပြောပြီးခဲ့သည်များကိုပါ မှတ်တမ်းထားပါ။ ဘယ်သူတွေကို ဘာ အကြောင်း ပြောခဲ့သည်။ ပရိသတ် စိတ်ဝင်စားမှု ရှိ မရှိ၊ ပြုပြင်ရမည့် အချက်၊ ဖြည့်စွက်လေ့လာထားရမည့် အကြောင်းအရာများ စသည်တို့ကို မှတ်တမ်းပြုထားပါ။ ပြောစရာ အကြောင်းအရာသစ်များကိုလည်း ရှာဖွေ လေ့လာထားပါ။ သင်လာလျှင် စိတ်ဝင်စားစရာတွေ၊ အဖိုးတန်စကားတွေ၊ မှတ်သားဖွယ်ရာတွေကိုပါ ခေါ်လာတယ်ဆိုလျှင် သင့်ကို နွေးနွေးထွေးထွေး ကြိုမယ့် ပရိသတ်ဟာ နေရာတိုင်းမှာ ရှိနေမှာပါ။ သင့် ပြောဟန်၊ ဟောဟန် ပေါ် ညွှတ်ကြတဲ့သူတွေက သင့်ကို နောက်တစ်ကြိမ်ပေါ်ဖို့ အခွင့်အရေး

mgyoe.com

mgyoe.com

စောင့်နေတယ်ဆိုတာ သင် ယုံပါ။ သင့်ဘက်ကသာ အစဉ် တိုးတက်အောင် သင် အစွမ်းအစကို ပြုစုပျိုးထောင်ထားပါ။

သင် သတိပြုရမယ့် အချက်တစ်ချက်လည်း ရှိပါသေးတယ်။ သင့်ပရိသတ်ဟာ သင့်အိမ် ပတ်ဝန်းကျင်မှာလည်း အများကြီး ရှိနေနိုင်ပါတယ်။ သင်နဲ့ စကားစမြည် ပြောရတာ ကြုံကနစ်သက်သူတွေဟာ သင့်ရဲ့ ထာဝရ ပရိသတ် ဆိုတာ သင် မမေ့ထားပါနဲ့။ သူတို့ သင့်ကို မျှော်နေတတ်ပါတယ်။ သင် ဤအချက်ကို သတိပြုပါ။ ပရိသတ် အဝေးမှာလည်း ရှိပါတယ်။ အနီးမှာလည်း ရှိပါတယ်။ သာရေး၊ နာရေး ဖြစ်လျှင် လူစုလူဝေးကလေး ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ သင့်ကို မျှော်နေကြပြီ ဆိုရင်တော့ သူတို့ဟာ သင့်ရဲ့ အနီးဆုံး ပရိသတ်တွေပါ။ သင် နေထိုင်ရာ လမ်း၊ ရပ်ကွက်ထဲက လူတွေကို သင့်ရဲ့ ပရိသတ်ဖြစ်အောင် သင် ဦးစွာ သင် ကြိုးစားဆောင်ရွက်ထားသင့်ပါတယ်။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှု တည်ဆောက်ရာမှာ ကိုယ်နဲ့ ခင်မင်ရင်းနှီးမှုရှိပြီးသူ လူရင်းတွေကြားမှာ တည်ဆောက်ရတာ လွယ်ကူပါတယ်။ အကယ်၍ သင်ဟာ ပြောဖို့၊ ဟောဖို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်လာပြီ ဆိုရင် ပရိသတ်ကို တဖြည်းဖြည်းချင်း သင့်ဘက်ပါအောင် ဆွဲဆောင်သိမ်းသွင်းပါ။ သင့်ပေါ် ညွှတ်လာအောင် ပြောပါ၊ ဟောပါ။ ပရိသတ်ကို သင် ကောင်းစွာ ထိန်းထားနိုင်ပြီဆိုပါက သင်သည် ဟောနိုင်၊ ပြောနိုင်စွမ်းရှိသူ တစ်ယောက် သာမက ပရိသတ်ရဲ့ စိတ်နှလုံးကိုပါ ညှို့ယူဖမ်းစားနိုင်သော အဟောအပြောကောင်းသူ တစ်ဦး ဖြစ်လာပါပြီ။ သင့်ကို မြင်လျှင်ပင် ပရိသတ် ကျေနပ်နေပြီ ဖြစ်ပါသည်။ သင့်နှုတ်မှ ထွက်လာသော စကားများကို စိတ်ပါဝင်စားစွာ နားထောင်ဖို့ အဆင်သင့် ဖြစ်နေပါပြီ။ ဤသို့သော ကောင်းမွန်သည့် အခြေအနေကို တာရှည်ခိုင်မြဲအောင် ထိန်းထားနိုင်ဖို့ကတော့ သင့်ရဲ့ ပရိသတ်ပေါ်ထားတဲ့ စေတနာပေါ်မှာ မူတည်ပါတယ်။ သင်ဟာ ပရိသတ်ပေါ်မှာ စိတ်ရင်းစေတနာကောင်း မရှိ၊ ပရိသတ် အကျိုးစီးပွားကို မကြည့်ဘူး ဆိုလျှင် သင့်ရဲ့ အောင်မြင်မှုသည် ခဏတာသာ ဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။ ဟောပြောတယ်ဆိုတာ ထင်ပေါ်လိုမှုအတွက် မဖြစ်စေရပါ။

mgyoe.com

mgyoe.com

လိုရင်းချုပ်ပြောရရင်

၁။ တစ်ဖက်က စကားပြောဖို့ မေတ္တာရပ်ခံလိုပြီဆိုလျှင် ဘယ်လို စကားမျိုး ပြောရမယ် ဆိုတာ ချက်ချင်း မှန်မှန်ကန်ကန် ဆုံးဖြတ်နိုင်အောင် ကြိုးစားပါ။

၂။ သင့်ဘက်က ပြောရမယ့် အကြောင်းအရာကိုသာ ပြောပါ။ ပရိသတ် အနည်းအများ၊ ပြောရမယ့် အခန်း၊ နေရာ ခမ်းနားထည်ဝါမှု ရှိ မရှိကို အာရုံမစိုက်ပါနဲ့။
(နုံချာသည့်အရပ်ပင် ဖြစ်စေ၊ နွမ်းပါးသူ လူနည်းစုကို ဖြစ်စေ သင့်ဘက်က အကောင်းဆုံး ဟောပြောနိုင်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်)

၃။ ပရိသတ်၏ စိတ်ဝင်စားမှုကို ရအောင် ယူပါ။

၄။ သင့်ဘက်က ပြောဟောရာတွင် ဖွယ်ဖွယ်ရာရာ ရှိပါစေ။ နှစ်လိုဖွယ် အပြုံးနဲ့ ပရိသတ်အတွက် အကျိုးရှိမယ့် စကားများ ပြောပါ။

၅။ သင် မျှော်လင့်ထားသလို ပရိသတ်က မများ၊ နေရာက မခမ်းမနား ဖြစ်နေပါလျှင် စိတ်အားငယ်သွားစရာ မလိုပါ။ ရှေ့မှာ နွှဲရမယ့် ပွဲတွေ အများကြီး ကျန်ပါသေးတယ်။

❒

mgyoe.com

mgyoe.com

အခန်း [၃]
ဘယ်ကိုပြောမတုံး

အကယ်၍ သင်ဟာ ဟောရ၊ ပြောရမယ့် ကိစ္စရပ်များကို လွန်စွာ စိတ်ဝင်တစားရှိသူဆိုပါက သင့်အနေဖြင့် အဟောကောင်း၊ အပြောကောင်း သူတို့ကို ဂရုတစိုက် လေ့လာမိမှာ ဧကန်ပါ။ ဤ၌ တချို့သည် သာမန်မျှသာ ဖြစ်ပြီး တချို့သော ဟောပြောသူတို့မှာ လွန်စွာ အားကျ၊ အတုယူဖွယ် ကောင်းလောက်အောင် ဟောနိုင်ပြောနိုင်ကြောင်း သင် တွေ့ရပါမယ်။ ပြောရာဆိုရာတွင်လည်း အားတက်သရော စိတ်ပါလက်ပါရှိပြီး ပြောသွားသည့် အကြောင်းအရာများမှာလည်း လွန်စွာ စိတ်ဝင်စားဖွယ်ကောင်းသော အကြောင်းအရာများဖြစ်ပြီး ပရိသတ်ရဲ့ စိတ်ဝင်စားမှုကို သိမ်းကျုံးယူငင်သွားနိုင်သည်ကို တွေ့ရသည်။ ပြောသွားသည်မှာလည်း လက်တန်း၊ အကြောင်းအရာ စုံစုံလင်လင်လည်း ရှိလှသည်။ အရွှန်းလေးလည်း ဖောက်သင့်တဲ့နေရာ ဖောက်သွားတယ်။ သိသင့်သိထိုက်တဲ့ အကြောင်းအရာတွေကိုလည်း ရှင်း ရှင်းလင်းလင်း ကွက်ကွက်ကွင်းကွင်း သိအောင် မြင်အောင် ပြောသွားနိုင် တယ်။ ဘာလို့များ ဒီလောက်တောင် စွမ်းပါလိမ့်လို့ သင် အံ့သြမိမယ်ဆိုရင် လည်း အံ့သြသင့်ပါတယ်။ အမှန်က ဒီလောက်ထိအောင် သင် အံ့သြစရာ မလိုပါဘူး။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ အဟော၊ အပြော ကောင်းတယ် ဆိုတဲ့

mgyoe.com

mgyoe.com

လူတွေဟာ သူတို့ ဟောရ၊ ပြောရမယ့် အကြောင်းအရာတွေကို ကျွမ်းကျွမ်းကျင်ကျင်၊ ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် ဟောနိုင်၊ ပြောနိုင်အောင် လေ့လာမှတ်သားထားကြတယ်။ ဟောရပြောရမည့် အကြောင်းအရာတွေကို စာရွက်ပေါ် ချရေးတဲ့ အလေ့အထကိုလည်း စွဲစွဲမြဲမြဲ ကျင့်တယ်။ အကြိမ်ကြိမ် ချရေးတယ်။ ကောင်းသည်ထက် ကောင်းအောင် အကြိမ်ကြိမ် ပြင်တယ်။ အကြိမ်ပေါင်းများစွာ သူတို့ ရေးသားထားတဲ့ အကြောင်းအရာတွေကို ပရိသတ်မရှိဘဲ လေ့ကျင့်ဟောပြောကြတယ်။ ဒီလိုနဲ့ ပရိသတ် ထောင်ပေါင်းများစွာရှေ့မှာ ပြောရဟောရမယ့် အကြောင်းအရာတွေကို လက်တန်းပြောဟောနိုင်ကြတယ်။ ဒါကြောင့် သင် တစ်ခု သိရန်မှာ ဟောမယ့် ပြောမယ့်သူဟာ ဟောရ ပြောရမယ့် အကြောင်းအရာတွေကို ကြိုတင်လေ့လာထားပါ။ ဟောရ ပြောရမယ့် အကြောင်းအရာတွေကို စာရွက်ပေါ် ချရေးပါ၊ ကောင်းသည်ထက် ကောင်းအောင် အကြိမ်ကြိမ် ပြင်ပါ။ ပြီး ပရိသတ်မပါဘဲ အဟော၊ အပြော လေ့ကျင့်ထားပါ။ ဒါဟာ အရေးကြီးတဲ့ အချက်တွေပါ။

ပရိသတ်အကြောင်း ကောင်းကောင်း သိအောင် လေ့လာထားပါ

ဖတ်တာ၊ မှတ်တာတွေ မလုပ်ခင် သင် ဦးစားပေး စဉ်းစားစရာ တစ်ခု ရှိပါတယ်။ သင် ဘယ်သူတွေကို ဟောမှာ၊ ပြောမှာလဲ ဆိုတာပါ။ သင့်ဘက်က ဘယ်လောက်ပဲ ကောင်းအောင် ကြိုးစားထားပေမဲ့ သင် ပြောတာ ပရိသတ်က လုံးဝ စိတ်ဝင်စားမှု မရှိဘူးဆိုရင် သင့်ဝါယမ စိုက်ထုတ်မှုဟာ သဲထဲရေသွန်သလို အဟောသိကံ ဖြစ်သွားနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ပရိသတ်အကြောင်း သိအောင် လုပ်ထားပါ။

သင့်ရဲ့ လုပ်ငန်းမှာ ဌာနတွင်း ဟောပြောရမယ်ဆိုရင် သင့် ပရိသတ်ဟာ ဘယ်လိုလူတွေ ဖြစ်တယ်ဆိုတာ သင် သိပြီးသား ဖြစ်ပါတယ်။ သူတို့ ဘာကို စိတ်ဝင်စားမယ် ဆိုတာ သင် ကောင်းကောင်း ခန့်မှန်းနိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ တခြားလုပ်ငန်းခွင်က လူတွေ၊ ပြင်ပက လူတွေကို သင် ဟောရ၊ ပြောရတော့မည်ဆိုပါက သင် ထိုသူတွေအကြောင်း ကောင်းကောင်း မသိနိုင်ပါ။ သို့သော် လူပုဂ္ဂိုလ်ဆိုင်ရာ အချက်အလက် ပြည့်ပြည့်စုံစုံ မသိရှိထားပေမဲ့ သင့်လုပ်ငန်းဖြင့် တစ်နည်းနည်း ဆက်စပ်လျက်ရှိပြီး လုပ်ငန်းဆိုင်ရာ ကိစ္စရပ်

mgyoe.com

mgyoe.com

များကိုသာ ဟောရပြောရမည်ဆိုပါက ကြီးမားသော ပြဿနာ၊ အခက်အခဲ မရှိပါ။ သင့်ဘက်ကသာ ဟောရမည့် အကြောင်းအရာများကို ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် သိထားဖို့ လိုပါတယ်။ သင့်ရဲ့ အကြိမ်ကြိမ် ပြင်ဆင်ထားမှု၊ လေ့ကျင့်ထားမှု၊ သင့်ရဲ့ စေတနာမှန်ကန်မှုတွေကြောင့် အောင်မြင်သော ဟောပြောပွဲဖြစ်မှာ ဧကန်ပါ။ သို့သော် ဟောပြောရမည့်သူ တစ်ယောက်အနေဖြင့် ပရိသတ် အကြောင်းကိုတော့ အကြမ်းဖျင်း ခန့်မှန်းနိုင်စွမ်း ရှိရပါမယ်။ သင့်ပရိသတ် သည် မူလတန်းပြဆရာ၊ ဆရာမ ဖြစ်နေပါလျှင် သင် တစ်ချိန်က သွားရောက် ဟောပြောခဲ့ဖူးသော လူချမ်းသာတို့၏ သားသမီးများသာ တက်နိုင်သော ကျောင်းက ကျောင်းသူ၊ ကျောင်းသားများအား ဟောပြောသလို ဟောပြော၍ မရပါဘူး။ သင့်ရာ အကြောင်းအရာကို သင့်သောနည်းဖြင့် ဟောရပါမည်။ ဟောပြောပါများ၍ အတွေ့အကြုံရှိလှပြီလို့ သင်ကိုယ်သင် မထင်ပါနဲ့။ ကာလဒေသကိုလိုက်၍ ပရိသတ်ရဲ့ စိတ်နေစိတ်ထား ပြောင်းလဲနေမှုရှိသည် ကို သတိပြုပါ။ အကောင်းဆုံးကတော့ ဟောပြောပွဲမစမီ သင် ဟောရ၊ ပြောရမည့် ပရိသတ်ထဲမှာ လူတချို့ကို တွေ့ပြီး စကားပြောကြည့်ပါ။ တီး ခေါက်ကြည့်ပါ။ စိတ်နေစိတ်ထား၊ သဘောထားတွေကို သိအောင် လုပ်ပါ။ သင် မကြာခင် နဖူးတွေ့၊ ဒူးတွေ့ တွေ့ရမည့် ပရိသတ်သည် ဘာကို ကြိုက်ကြသည်၊ ဘာကို မနှစ်သက်ကြသည်၊ ဘယ်လို အခက်အခဲ၊ ဘယ်လို ဒုက္ခမျိုးနဲ့ ရင်ဆိုင်နေရသည်၊ ဘယ်လို အနာဂတ်မျိုးကို မျှော်မှန်းနေကြ သည်၊ ဘယ်လို ခါးသီးဖွယ် အတွေ့အကြုံများရှိခဲ့သည် စသည်ဖြင့် ပရိသတ် အကြောင်း တစေ့တစောင်း ကြိုတင် လေ့လာတီးခေါက် ကြည့်ထားဖို့ လိုပါသည်။ အကယ်၍ ဟောပြောပွဲမတိုင်မီကပင် သင် သိလိုသော အချက် များ သိထားပြီး ဆိုပါကလည်း သင့်အနေဖြင့် ပရိသတ် ရင်ထဲ ထိမိသွားစေ မည့် အကြောင်းအရာမျိုး၊ အပြောမျိုး ဟောနိုင်ပြောနိုင်အောင် စေတနာရှေ့ ထား၍ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားသင့်ပါသည်။

ဘာကိုမှ ကြိုတင်မသိရှိထားလည်း ဟောရပြောရမည့် တာဝန်အရ သင် စင်ပေါ်တက်ရပါမည်။ သင် အရင်ဆုံး လုပ်ရမည့် အလုပ်မှာ သင့်ရှေ့ တွင်ရှိသော ပရိသတ်မှာ အမျိုးသား ပရိသတ်လား၊ အမျိုးသမီး ပရိသတ် လားကို သင် သိရပါမည်။ သို့မဟုတ် ကျား ပရိသတ်က များပြီး မ ပရိသတ်

mgyoe.com

m gyoe.com

က နည်းသလား၊ သို့မဟုတ် အမျိုးသမီး ပရိသတ်က အမျိုးသား ပရိသတ်ထက် များနေသလား။ ပရိသတ်နဲ့ ကျား၊ မ အချိုးပေါ်မှာ ချင့်ချိန်သုံးသပ်ပြီး ပရိသတ် အများစုဖြင့် ကိုက်ညီအောင် သင် ဟောရ ပြောရပါမည်။ အကယ်၍ ဟောရမည့် ခေါင်းစဉ်အရ သင့် ပရိသတ် အများစုသည် အမျိုးသမီးများ ဖြစ်နေနိုင်ပါသည်။ (ဥပမာ 'မိခင်ငယ်တို့ သိသင့်သိထိုက်သော ကလေးစိတ်ပညာ' 'ခေတ်ကုန် ဈေးနှုန်းနှင့် အိမ်ရှင်မတို့၏ အရေးပါသော အခန်းကဏ္ဍ') အကယ်၍ သင် ပြောရဟောရမည့် အကြောင်းအရာသည် 'အရက်၏ ရက်စက်မှု' 'လူပျိုဖော်ဝင်ချိန် ယောကျ်ားလေးများ၏ အမူအကျင့် ပြောင်းလဲပုံ' စသည့် ခေါင်းစဉ်မျိုး ဟောရမည်ဆိုပါက သင့် ပရိသတ် အများစုသည် ပုရိသ ယောကျ်ားများသာ ဖြစ်ပါမည်။ ထို့အတူ တရားဓမ္မအကြောင်း ဟောပြောရမည်ဆိုပါက သင့်ပရိသတ် အများစုသည် သက်ကြီးရွယ်အိုများ ဖြစ်ပါမည်။

ဆင်တူယိုးမှားပွားပြီး ပြောရမယ်

ဟောပြောပွဲ နှစ်ခု တစ်ထပ်တည်း မတူနိုင်ပါဘူး။ ဟောသူပြောသူတွေလည်း တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး ဟောရာ ပြောရာမှာ တစ်ထပ်တည်း မတူနိုင်သလို ဟောရပြောရမယ့် အကြောင်းအရာတွေဟာလည်း တစ်ထပ်တည်း တူနေစရာ မလိုပါ။ ဟောပုံပြောပုံ အတုယူသင့်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ တစ်ထပ်တည်း လိုက်တူအောင် အတုခိုး မပြောသင့်ပါ။ သင်ဟာ သင်ပါ၊ သူဟာ သူပါ။ ကိုယ့်ဟန်၊ ကိုယ့်ဌာန်၊ ကိုယ့်စံနဲ့ ကိုယ် ပြောရပါမယ်။ ထို့အတူပဲ ပြောရမယ့် အကြောင်းအရာတွေဟာလည်း တစ်ထပ်တည်း တူစရာ မလိုပါ။ အနှစ်သာရ၊ ဦးတည်ချက် တူသော်လည်း ကိုယ်ပိုင် စာလုံး၊ စာသားများ ဖြစ်ပွားပြီး ပရိသတ် နားမှာ ကြားဖူးပြီးသား၊ သိပြီးသား အကြောင်းအရာကိုပင် စကားတန်ဆာဆင်၍ ပိုမိုစိတ်ဝင်စားဖွယ် ကောင်းအောင် ပြောနိုင် ဟောနိုင် ရပါမည်။ ဟောရပြောရမည့် အကြောင်းအရာ တစ်ခုတည်းကိုပင် မူရင်း ရည်ရွယ်ချက် မပျောက်သွားစေဘဲ ပရိသတ် စရိုက်၊ အသက်၊ လိင် စသည်တို့ဖြင့် လိုက်လျောညီထွေဖြစ်အောင် ဟောနိုင် ပြောနိုင်ရပါမည်။

mgyoe.com

mgyoe.com

ကြားဖြတ်အကြွေကောင်းလေးတစ်ခု ပေးပါရစေ

သင် ဟောရ ပြောရမည့် အကြောင်းအရာများ စတင် စုစည်း လေ့လာ စဉ်ကပင် ပရိသတ် ကွဲလွဲနိုင်မှုပါ ထည့်သွင်းစဉ်းစား၍ ပရိသတ်မျိုးစုံနှင့် လိုက်ဖက်မည့် အကြောင်းအရာများကိုပါ တစ်ပါတည်း စုစည်းလေ့လာထား သင့်ပါတယ်။ မူလအကြောင်းအရာမှ သွေဖည်မသွားဘဲ ပရိသတ်ရဲ့ စရိုက်၊ အသက်၊ ကျား၊ မ၊ လူမှုစီးပွားရေး၊ နောက်ခံဒေသ စသည့် အချက်အလက် များပေါ် အခြေခံပြီး လိုသလို ထည့်သွင်းပြောကြားနိုင်မည့် အချက်များကို ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ရှာဖွေထားသင့်ပါတယ်။ ရယ်စရာ မောစရာလေးများကို ထည့် သွင်းပြောတတ်ဖို့ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားသင့်ပါတယ်။ တည်တည်တံ့တံ့ ခံ့ခံ့ထည်ထည် ပြောရမယ့်နေရာမှာလည်း ဌာန်ကရိုဏ်းကျကျ၊ ဟန်မာန် အပြည့်ဖြင့် ပြောနိုင်အောင်လည်း အကြိမ်ကြိမ် လေ့ကျင့်ထားဖို့ လိုပါတယ်။ ပရိသတ် ရင်ထဲ၊ အသည်းထဲအထိ ဝင်ရောက်သွားအောင် ပြောနိုင်စွမ်း ရှိရပါမည်။ ကာလ၊ ဒေသ၊ လူမှုပတ်ဝန်းကျင် အနေအထားတွေနဲ့ပါ တစ်သွေးတည်း၊ တစ်သားတည်း စိမ့်ဝင်သွားအောင် ပြောရမည်။ ဟောပြော သူသည် ပရိသတ်ကို ဦးဆောင်နိုင်သူ ဖြစ်ရပါမည်။ ထို့ပြင်တဝ ပရိသတ်ကို လည်း နိုင်နိုင်နင်းနင်း ထိန်းချုပ်နိုင်စွမ်း ရှိရပါမည်။ အကောင်းဆုံး အကြွေ တစ်ခုကတော့ သင်သည် ဟောရပြောရသည့် အလုပ်ကို နှစ်နှစ်ခြိုက်ခြိုက် အမှန်တကယ်ရှိပါက အချိန်မရွေး၊ ဒေသမရွေး၊ ပရိသတ်မရွေး၊ အကြောင်း အရာ မတွေ့ ပြောနိုင် ဟောနိုင်သူ တစ်ယောက် ဖြစ်အောင် သင့်ကိုယ်သင် အစဉ် ပြုစုပျိုးထောင်နေဖို့ လိုပါတယ်။

မျက်မှောက်ခေတ်ထဲမှာ နေပါ

ဟောရ ပြောရမည့်သူသည် ပစ္စုပ္ပန်နှင့် ကင်းကွာနေလို့ မရပါဘူး။ ဆိုလိုတာက ဟောတာ ပြောတာ ဝါသနာပါတဲ့သူဟာ မိမိအား ပတ်ဝန်းကျင် မှာ ဘာတွေဖြစ်နေသလဲ ဆိုတာ အမြဲ စိတ်ဝင်တစား လေ့လာဆန်းစစ် နေရပါမယ်။ လူတွေကို စိတ်ဝင်စားရပါမယ်။ ဖြစ်စဉ်၊ ဖြစ်ရပ်တွေကို စိတ်ဝင် စားရပါမယ်။ သင်ဟာ ဒီခေတ်၊ ဒီအခါရဲ့ လူသားဖြစ်ဖို့ လိုပါတယ်။ သင်ဟာ ခေတ်နှင့် တစ်ပြေးညီ ဖြစ်နေရပါမယ်။ မျက်မှောက်ခေတ်မှာ ဖြစ်နေ

mgyoe.com

mgyoe.com

တာတွေနဲ့ သင်ဟာ စိမ်းနေလို့ မရပါဘူး။ ဒီနေ့ခေတ် ပရိသတ်ဟာ နောက်ဆုံးပေါ် သတင်းအချက်အလက်များကို အစဉ်အမြဲ နားစွင့်နေကြသူများ ဖြစ်ပါတယ်။ ညနေဟောပြောပွဲမှာ မနက်က ဘာတွေဖြစ်လိုက်မှန်း မသိဘဲနဲ့တော့ စင်ပေါ်မတက်လိုက်ပါနဲ့။ ပြည်တွင်း၊ ပြည်ပ ဘာတွေ ဖြစ်နေတယ်ဆိုတာ သင် အမြဲ တီးမိခေါက်မိတော့ ရှိရပါမယ်။ ဒါတွေကို သင် သိထားမှ သင် ဟောပြောပွဲမှာ လိုသလို ထည့်သုံးနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အပရိက၊ အသေးအမွှားလို သတင်းအတိုအထွာကလေးဟာလည်း သုံးတတ်ရင် ပရိသတ်စိတ်နဲ့ အကြိုက်တွေ့သွားနိုင်ပါတယ်။ ရုပ်ရှင်နယ်၊ ဂီတနယ်က နောက်ဆုံးပေါ် အချစ်ဇာတ်လမ်းလေးတွေ၊ လက်တွဲဖြုတ် လမ်းခွဲမှုတွေ၊ ဘောပွဲအမိကရုဏ်းတို့ ဆိုတာတွေဟာ သင် ကြားညှပ် ပြောပြရမယ့် အကြောင်းအရာတွေ ဖြစ်နေနိုင်ပါတယ်။ နေရာတကျ ထည့်သွင်းဟောပြောမယ်ဆိုရင် ပရိသတ်ရဲ့ စိတ်ဝင်စားမှုကို ပိုမို နှိုးဆွပေးနိုင်ပါတယ်။ အကြောင်းအရာတစ်ရပ်ကို စိတ်ဝင်စားစရာဖြစ်အောင် ပြောရင် ပရိသတ်ရဲ့ အာရုံကို ကိုယ့်ဘက်ပါအောင် လုပ်ယူနိုင်ပါတယ်။ ပရိသတ်က သင်ပြော၊ ဟောတာကို အာရုံကျပြီဆိုရင် သင် ပြောလိုတာ၊ ဟောလိုတာကို ဆက်ပြောလို့ရပြီပေါ့။

နိစ္စဓူဝ ဖြစ်နေတဲ့ ဖြစ်ရပ်တွေပေါ်မှာ အကောင်းမြင် ရှုထောင့်ကနေ ကြည့်မြင်သုံးသပ်ပြီး ရယ်စရာ မောစရာအဖြစ် ပြောင်းလဲပြောပြတတ်ရင် သင်ဟာ အပြောကောင်း၊ အဟောကောင်း လူတစ်ယောက် ဖြစ်သွားပါပြီ။ လူတွေမှာ တူညီတဲ့ ဆန္ဒ ရှိပါတယ်။ ဒီဆန္ဒကတော့ ရယ်ချင်တယ်၊ ပျော်ချင်တယ်၊ စိတ်လက်ပေါ့ပေါ့ပါးပါး ဖြစ်ချင်တယ်။ ပရိသတ်ကိုသာ သောကကင်းအောင်၊ ရွှင်အောင်၊ လန်းအောင် သင့်ဘက်က စေတနာမှန်နဲ့ ဖန်တီးပေးနိုင်မယ်ဆိုပါက သင့်ဟောပြောပွဲဟာ ပြီးသွားတာ မြန်လွန်းတယ်လို့တောင် ထင်ကြမှာပါ။ လောကမှာ ပျော်ရတာ၊ ရယ်ရတာကို ကလေး၊ လူကြီး၊ ကျား၊ မ မရွေး ကြိုက်နှစ်သက်ကြပါတယ်။

တွေ့ရှိချက်တွေ သွက်သွက်သုံးပါ၊ ဒါပေမဲ့ ခိုင်လုံတဲ့ အချက်တွေ ဖြစ်ပါစေ။

ယနေ့ခေတ်မှာ သတင်းအချက်အလက်များရရှိဖို့ဆိုတာ ခက်ခဲတဲ့ခေတ် မဟုတ်ပါ။ သတင်းအချက်အလက်တွေ တစ်လှေကြီး သင် လို

mgyoe.com

mgyoe.com

သလောက် ရနိုင်တဲ့ ခေတ်ပါ။ ဘယ်သတင်း၊ ဘယ်အချက်အလက်တွေကို သင်ယူသုံးမလဲ ဆိုတာကိုသာ သင်က ဆုံးဖြတ်ရမှာပါ။ သင် ပြောရ ဟောရမယ့် အကြောင်းအရာများကို ပံ့ပိုးပေးမယ့် အချက်အလက်တွေကို သင် လွယ်လွယ်ကူကူ ရှာဖွေစုဆောင်းနိုင်ပါတယ်။ ဤသို့ အချက်အလက်များ ရှာဖွေစုဆောင်းရာတွင် သင် ရှာဖွေစုဆောင်းပြီး သင့် ဟောပြောပွဲတွင် ထည့်သွင်းဟောပြောမည်ဆိုပါက ခိုင်လုံမှု၊ ကိုးစားမှုများရှိဖို့ လိုပါသည်။ ခိုင်လုံမှု၊ ကိုးစားမှုရှိသာ၊ သတင်းအချက်အလက်များ သုံးမှသာလျှင် သင့် ဟောပြောမှုသည် ထိရောက်လေးနက်မှုရှိမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ သင် ကိုးကားပြောကြားသည့် အချက်များသည် ခိုင်လုံကိုးစားမှုရှိရုံသာမက တစ်ဖက်တွင်လည်း နားထောင်သူ ပရိသတ်အတွက် ရိုးရှင်းသော အချက်အလက်များသာ ဖြစ်သင့်ပါသည်။ အရိုးရှင်းဆုံးသော စကားလုံးများတွင်လည်း လေးနက်သည့် အနက်အဓိပ္ပာယ်ရှိသည်ကို သင် သတိပြုရပါမယ်။ စကားလုံး အကြီးကြီးတွေကို သုခမိန်ဂိုက်ဖမ်း၍ ဟောပြောဖန်များလာရင်လည်း ပရိသတ်က သင့်စကားလုံးကြီးတွေအပေါ် စိတ်ကုန်လာလိမ့်မယ်။ ဟောပြောရာမှာ အစီရင်ခံစာတင်သလို ကိန်းဂဏန်းတွေ ပြည့်နှက်နေပါကလည်း ပရိသတ် စိတ်ရှုပ်ထွေးသွားနိုင်တာကိုလည်း သင် သတိပြုရပါမယ်။

နေ့စဉ်သုံး စကားလုံးတွေနဲ့ ဟောပါ၊ ပြောပါ။ ပရိသတ် လွယ်လွယ်ကူကူ နားလည်မယ့် အကြောင်းအရာတွေကိုသာ ဟောပါ၊ ပြောပါ။ ပရိသတ်နဲ့ ဝေးလွန်းတဲ့ အကြောင်းအရာတွေကို ရှောင်ပါ။ လေးနက်တဲ့ အကြောင်းအရာတွေ ပြောလိုပါကလည်း တဖြည်းဖြည်းချင်းသာ ပရိသတ် နားဝင်အောင် ပြောပါ။ ဆန္ဒစော၍ မရပါ။ လော၍မရပါ။ ဥပမာ နမူနာပေးလျှင်လည်း မြင်သာတာနဲ့ ပေးပါ။ ဘယ်လောက် မြန်သလဲ ဆိုတာ "အသံရဲ့ အလျင်နှုန်း မြန်တယ်" ဆိုတာ လူပြိန်း နားမလည်ပါ။ "ဘယ်လောက် ကျယ်သလဲဆိုရင်" "ဘောလုံးကွင်း နှစ်ကွင်းစာလောက် ကျယ်တယ်" ဆိုတဲ့ မြင်သာတဲ့ ဥပမာနဲ့ ပြောပါ။

တအံ့တသြဖြစ်စေမယ့် အချက်အလက်ကလေးတွေ ထည့်ပြောရင် ကောင်းပါတယ်။ တအံ့တသြလေး ဖြစ်သွားရင် ပရိသတ် စိတ်ဝင်စားမှု မြင့်တက်လာတတ်ပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ အမှန်ကို ပြောရရင် တအံ့တသြ

mgyoe.com

mgyoe.com

ဖြစ်သွားတိုင်း မှန်တဲ့ ကိစ္စ မဟုတ်တာကို သင် သတိပြုရပါမယ်။ မှန်တာက သက်သက်၊ အံ့ဩဖွယ်ကောင်းတာက သက်သက်ပါ။ ဒါကြောင့် သင် ကြားညှပ်ပြောမယ့် အံ့ဩဖွယ် အကြောင်းအရာလေးတွေဟာ ယုတ္တိနဲ့လည်း သိပ်ကင်းနေလို့ မဖြစ်ပါဘူး။ ထောင်တန်တဲ့စကား ရယ်ပေါ့ ဆိုသလို အရေးပါအရာရောက်တဲ့ စကားတွေ ဟောပြောနေရာက တစ်နေ့တခြား မဆိုင်ရာကို ပြောပြီး ပရိသတ် အံ့ဩသွားအောင်တော့ မလုပ်သင့်ပါ။ နှိုင်းယှဉ်ပြီး ပြောဖို့ လိုလာပြီဆိုရင်လည်း တိကျကျ၊ သဘာဝကျကျ နှိုင်းယှဉ် ပြောဟောပါ။ "ဒီနေ့ခေတ် တယ်လီဖုန်း ဆက်သွယ်ရေးဟာ စစ်ပြီးခေတ် ကနဲ့ ဘာမှမဆိုင်ဘူး" ဆိုတာမျိုးမှာ ဘာအနှစ်သာရမှ ရှာလို့ မရပါဘူး။ "၁၉၄၅ ခု တစ်ဝိုက်က တယ်လီဖုန်း ဆက်သွယ်ရေးဟာ ခုခေတ်လူငယ်တွေ ကြားရင် အံ့ဩမှာပါ" ဆိုပြီး သေချာ ဂဃနဏ ရှင်းပြပါ။ ပြီးမှ ယနေ့ကာလ လက်ကိုင်ဖုန်းခေတ်ရဲ့ သာလွန်တိုးတက်ပုံကို ပြောပါ။ ကိုးကား ပြောဆိုမယ် ဆိုရင် သင့်ရဲ့ ကိုးကားမှုဟာ ခိုင်လုံပါစေ။ မရေမရာ၊ မသေမချာ မပြော ပါနဲ့။ မသေမချာ မဟောပါနဲ့။ မျက်မှောက်ခေတ်အကြောင်း ဟောပြောမယ် ဆိုရင်လည်း ခေတ်နဲ့ အမီလိုက် ပြောနိုင်အောင် လေ့လာပြီးမှ ပြောပါ။ ပစ္စုပ္ပန်ကို လျစ်လျူရှုထား၍ မရပါ။ ဟောပြောမည့်သူဟာ ခေတ်နဲ့ တစ်ပြေး ညီ အမီလိုက်နိုင်ဖို့ အထူး လိုအပ်ပါတယ်။

သင်ဟာ သင်ဆိုတာ အမြဲ သတိပြုပါ။

လူဟာ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး တစ်ထပ်တည်း တူကြတယ် ဆိုတာ မရှိဘူး။ သူတို့ဟာ သူတို့ပါ။ သင်ဟာ သင်ပါ။ ပရိသတ်ဟာ သင့်ကို တခြားသူတွေ နဲ့ တွဲမမြင်ပါစေနဲ့။ သင့်ကို သီးခြားခွဲပြီး သိပါစေ။ သင်ဟာ သင်ပါ။ သီးခြား ဘယ်သူနဲ့မှ မတူတဲ့ လူသားတစ်ယောက်ပါ။ ဒါကြောင့် သင် ရှာဖွေစုဆောင်းသည့် အကြောင်းခြင်းရာ၊ အချက်အလက်များသည် သင့် စိတ်ကြိုက် ဖြစ်ပါစေ။ သင် ပြောရမည့် အကြောင်းအရာသည် သင့်စိတ် ကြိုက် ဖြစ်ပါစေ။ သင့်ဟန်၊ သင့်စံနှုန်းများဖြင့် ပြောပါ၊ ဟောပါ။ သင့် ဟောပြောမှုများတွင် သင့်ရဲ့ စေတနာ၊ သင့်ရဲ့စွမ်းအား၊ သင့်ရဲ့ စိတ်ဝင်တစား ရှိမှု၊ သင့်ရဲ့ ကျွမ်းကျင်မှုတွေ စသည်တို့ အကုန် ပါဝင်ပါစေ။ ပရိသတ်က

mgyoe.com

mgyoe.com

သင့်ကို နှစ်ခြိုက်တာ သင့်ကို ဖြစ်ပါစေ၊ သင် ပြောဟောသော အကြောင်းအရာကို တခြား တစ်စုံတစ်ယောက်ကလည်း ပြောနိုင်ပါတယ်။ သို့သော် သင်ပြောတာ၊ ဟောတာကို ပရိသတ်က လက်ခံလိုက်ပြီဆိုရင် သင် ဘာပြောပြော စိတ်ဝင်တစား နားထောင်ကြမည်သာ ဖြစ်ပါတယ်။ သို့ကြောင့် သင် ယခင်က စုစည်းထားသော အတွေ့အကြုံများကို မပျောက်မပျက်စေဘဲ ပစ္စုပ္ပန်တွင်လည်း လိုအပ်သည့် ဖြည့်ဆည်းမှုများ ထပ်မံလုပ်ဆောင်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ပစ္စုပ္ပန်မှာရသမျှ အချက်အလက်များကို ရှာဖွေစုဆောင်းပြီး သင့်ရဲ့ အနာဂတ်ကာလမှာ ပြုလုပ်မယ့် ဟောပြောပွဲတွေမှာ ထုတ်ယူသုံးစွဲသွားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါဟာ ဟောမယ့်၊ ပြောမယ့် လူတစ်ယောက် မလွဲမသွေ လုပ်ရမယ့် တာဝန်ပါ။ ဗဟုသုတကို ထာဝစဉ် ဖြည့်ဆည်းနေရမှာပါ။

ကြားဖြတ် အကြံကောင်းလေး တစ်ခုလောက် ပေးပါရစေ

မျက်စိရှင်ရှင်၊ နားရှင်ရှင် ထားပါ။ တွေ့သမျှ ကြားသမျှ မှတ်ထားပါ။ အမြင်မတော်တာတွေ မထင်မှတ်ဘဲ တွေ့ရတတ်တယ်။ မကြားဝံ့ မနာသာတွေ မထင်မှတ်ဘဲ ကြားရတတ်တယ်။ တစ်ခါတလေတော့ အတော် အဖိုးတန် ဗဟုသုတရစေမယ့် ကိစ္စမျိုးကို မျက်မြင်ကိုယ်တွေ့ ကြုံရတတ်သလို တစ်ခါတစ်ရံမှာ အလွန်တန်ဖိုးရှိတဲ့ စကားတွေကိုလည်း အမှတ်မထင် ကြားရတတ်တယ်။ မျက်စိဖွင့်၊ နားစွင့်ထားတဲ့ အကျင့်ဟာ တစ်နေ့ သင့်ကို အကျိုးပြုနိုင်တယ် ဆိုတာ ယုံပါ။ အစဉ်အမြဲ နိုးနိုးကြားကြားရှိအောင် သင့်စိတ်ကို လေ့ကျင့်ပြုစု ပျိုးထောင်ထားပါ။

တစ်ဆက်တည်းလည်း သင်ဟာ ဟောဖို့ပြောဖို့ နေ့စဉ်နဲ့အမျှ လေ့ကျင့်ပြင်ဆင်နေရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလို ပြင်ဆင်ရာမှာ သင် မထင်မှတ်တဲ့ ဖြစ်ရပ်တွေ ပေါ်လာနိုင်ပါတယ်။ ဒါက ဒီလိုပါ။ သင် တစ်ခါတစ်ရံ ဘယ်က စလို့ ဘာကို ရေးရမှန်း မသိတဲ့ အခိုက်အတန့်မျိုးနဲ့ ကြုံရတတ်ပါတယ်။ ဟောပြောရမယ့် အကြောင်းအရာတွေကို စာရွက်ပေါ် ကြိုတင်ချရေးပြီး လေ့ကျင့်ဖို့ သင့်မှာ စိတ်ကူးရှိပေမယ်လို့ စာတစ်လုံးမှ ထွက်မလာတဲ့ အဖြစ်မျိုးနဲ့ သင် ကြုံဖူးမှာပါ။ ဒီအချိန်မျိုးမှာ သင် သိမ်းဆည်း သိုမှီးထားတဲ့ ကြုံရာကျပန်း တွေ့ခဲ့မြင်ခဲ့ ကြားခဲ့ရတဲ့ ဖြစ်ရပ်တွေ စတာတွေဟာ သင့်ကို

mgyoe.com

mgyoe.com

ဘာရေးရမှန်း မသိတဲ့ အနေအထားမှာ ဘာကို ရေးရမယ် ဆိုတဲ့ အခြေအနေ ရောက်သွားအောင် ကူညီနိုင်စွမ်းရှိတာကို သင် လက်ခံရမှာပါ။ စိတ်တစ်ဆို့ နေတဲ့အချိန်အနေမျိုးမှာ အတိတ်က ကြားဖူးနားဝ ရှိတာတွေ၊ တွေ့ဖူးမြင်ဖူး တာတွေဟာ သင့်ရဲ့ အာရုံမှာ ပေါ်လာပြီး သင့်ရဲ့ ဦးနှောက်ကို ဝိုင်းပြီး နှိုး ဆွပေးလိုက်တဲ့အခါ သင့်ဉာဏ်ပွင့်သွားပြီး သင့်လက်က ကလောင်ဟာ စာရွက်ပေါ်မှာ လွန်းထိုးပြေးနေပါတော့တယ်။ ဒါမှမဟုတ် သင့်လက်ချောင်း တွေဟာ ကွန်ပျူတာ ကီးဘုတ်ပေါ်မှာ သွက်လက်လှုပ်ရှားစွာ အလုပ်များနေ တော့မှာပါ။ သင့်အတိတ်မှာ စုဆောင်းထားတာတွေဟာ တကယ်တော့ အဖိုးတန် ရတနာတွေပါ။

ဒီနေရာမှာ ဘယ်လို အချက်အလက်တွေ သိုမှီးသိမ်းဆည်းထားရမယ် ဆိုတာ သင့်ရဲ့ ကိုယ်ပိုင် ဆုံးဖြတ်ချက်ပါ။ သင် သိမ်းဆည်းထားတဲ့ အချက် အလက်တွေကိုတော့ မကြာမကြာ ထုတ်သုံးဖို့ လိုတယ်။ မဟုတ်ရင် ဒီ အချက်တွေ ကိုးကားသုံးစွဲပြီး ဟောပြောရာမှာ ချိုတုံ့ချတုံ့တွေ ဖြစ်လာတတ် တယ်။ ဘယ်အချက်မဆို ခေတ်မီမီနေစဉ်မှာ မကြာမကြာ ကိုးကားဟောပြော သင့်တယ်။ ကြာသွားရင် ခေတ်မမီတော့ဘူး။ သင်ကိုယ်တိုင် ထည့်သွင်းဟော ပြောရန် သင့် မသင့် ချိုတုံ့ချတုံ့ ဖြစ်လာတတ်တယ်။ ဘာပဲပြောပြော အချက် အလက်တွေကိုတော့ ဆက်ပြီး စုဆောင်းနေရမှာ ဖြစ်တယ်။

အဆိုအမိန့်များ

သင့်ဟောပြော၊ ပို့ချချက်များ ပိုမိုလေးနက်မှုရှိစေရန် သင့်အနေဖြင့် အခါအားလျော်စွာ ရှေးပညာရှိများ ပြောကြားခဲ့သော အဆို၊ အမိန့်များကို ထည့်သွင်းပြောကြားဖို့ လိုပါမယ်။ သင့်စကား၊ သင့်အယူအဆ၊ သင့်ထင်မြင် ယူဆချက်များကို သည့်ထက် ရှေ့ရှေ့က ရှိခဲ့တဲ့ ပညာရှိ၊ သုခမိန်တို့၏ ဆုံးမသြဝါဒစကားများ၊ ရှေးပညာရှိတို့၏ အဆိုအမိန့်များ၊ ရှေးပညာရှိတို့၏ ထင်မြင်ယူဆချက်များ ဖြစ်ပါတယ်လို့ သင် ကိုးကားပြောဆိုပါက သင့် ဟောပြောမှုသည် ပရိသတ်ပေါ် ပိုမိုထိရောက်မှု ရှိနိုင်ပါသည်။ ရှေးပညာရှိ ကဝိတို့၏ အဆိုအမိန့်များသည် လွန်စွာမှ ထိရောက်သော စကား ဥပမာများ ဖြစ်ပါသည်။ နေရာတကျ ထည့်သွင်းဟောပြောမည်ဆိုပါက လွန်စွာ အဖိုး

mgyoe.com

mgyoe.com

တန်သော စကားများ ဖြစ်သည့်အတွက် ပရိသတ်၏ အထင်ကြီး လေးစားမှုကို သင် ထိုက်ထိုက်တန်တန် ရရှိနိုင်မည် ဖြစ်ပါတယ်။ သို့သော် ပညာရှိကဝိတို့၏ အဆိုအမိန့်များကို မည်သည့် ပရိသတ်၊ မည်သည့်အချိန်မှာ သုံးမည် ဆိုတာကိုတော့ သင် ကောင်းစွာ သိထားဖို့ လိုပါသည်။ ကာလဒေသအလိုက် မသုံးတတ်ပါက သင့်အတွက်လည်း မည်သည့်အကျိုးမှ မရ၊ ပရိသတ်ကလည်း နားမလည် ဖြစ်တတ်ပါသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ ပညာရှိတစ်ဦး တစ်ယောက်၏ အဆိုအမိန့်ကို ကိုးကားထည့်သွင်း ဟောပြောလိုက်ခါမှ ဒုက္ခလှလှကြီး ရောက်သွားတာမျိုးတွေလည်း အများကြီး ရှိပါတယ်။ ကာလတစ်ခုအတွင်း အိမ်ထောင်မပြု ဟူသော ခံဝန်ချက်ပေးထားပြီး သင်တန်းတက်နေသော အမျိုးသမီး သူနာပြုများအား ဟောပြောရာတွင် "ပုခက်လွှဲသော လက်သည် ကမ္ဘာကို လွှမ်းနိုင်သည်" ဟူသော အဆိုအမိန့်သည် တည့်မယောင်နဲ့၊ ရွဲ့နေတတ်သည်ကို ဟောပြောသူအနေဖြင့် သတိထားဖို့ လိုပါသည်။ "ယနေ့ခေတ် အိမ်ထောင်ရှင် အမျိုးသမီးတို့၏ ကဏ္ဍ" ဟူသော ခေါင်းစဉ်ဖြင့် သင့်အမျိုးသမီး ပရိသတ်ကို ဟောရပြောရမည် ဆိုရင်တော့ "ပုခက်လွှဲသော လက်" ဟူသော ပညာရှင်တို့၏ အဆိုအမိန့်သည် အံဝင်ခွင်ကျ ရှိပါသည်။ ထို့အတူ အလုပ်သမားများ၏ ညဘက် ပညာသင်ကြားရေး ကျောင်းဖွင့်ပွဲတွင် မိန့်ခွန်းခြွေရမည်ဆိုပါက "ပိုးသာကုန်၊ မောင်ပုံ စောင်းမတတ်" ဆိုသည့် ရှေးကဝိတို့ ထားခဲ့သော စကားကို ထည့်သွင်းကိုးကားမည်ဆိုပါက မိန့်ခွန်းခြွေသူကို ပရိသတ်က မနှစ်မြို့သော အကြည့်ဖြင့် ကြည့်မည်မှာ ကျိန်းသေပါသည်။ "ဦးကျည်ပွေ့ အတက် တကယ်ပေါက်သွားတယ်" ဆိုတာမျိုးကို အရွှန်းလေး ဖောက်ပြီး အားပေးစကား ပြောကြားမယ် ဆိုရင်တော့ သင့်ဟောပြောပွဲဟာ တက်ရောက်လာသော အခြေခံပညာနည်းပါးတဲ့ လုပ်သားထုကြီးရဲ့ အကြိုက်ဖြစ်သွားမှာ ကျိန်းသေပါတယ်။ "ရောမမြို့ကြီးကို တစ်ရက်တည်းနဲ့ အပြီးတည်ခဲ့တာ မဟုတ်ဘူး ဆိုတဲ့ ဆိုရိုးစကား ရှိတယ်။ ဒီက မိတ်ဆွေများလည်း ပညာတတ် ဘဝကို တည်ဆောက်ယူမယ်ဆိုရင်..." "တစ်နေ့တစ်လံ ပုဂံ ဘယ်ရွှေ့မလဲ" လို့ ဆိုထားတာပဲ။ တစ်နေ့ ဒီက မိတ်ဆွေများလည်း ပညာတတ်များ ဖြစ်လာမှာ မလွဲပါ" ဆိုတဲ့ စကားမျိုးသာ သင် ပြောနိုင်၊ ဟောနိုင်ပါက သင်သည် ပရိသတ်အသည်းစွဲ လူတစ်ယောက်အဖြစ် ရပ်တည်သွားနိုင်ပြီ ဖြစ်ပါတယ်။

mgyoe.com

mgyoe.com

"ပညာရှိတို့မည်သည် စကားပြောရာတွင် ကျမ်းကိုးနှင့် မကင်းရာ" ဟူသော အဆိုအမိန့် ရှိပါသည်။ သင့်အနေဖြင့် အခါခပ်သိမ်း ကျမ်းကြီး၊ ကျမ်းငယ် ကိုးကားကို ဟောပြောရန် မလိုပါ။ ဟောပြောပွဲသည် ပညာရှင်တို့၏ သမားဂုဏ်ပြ ဆွေးနွေးပွဲ မဟုတ်ပါ။ သူ့အိုးနှင့်သူ့ဆန် တန်ရုံသာ ဟောရ၊ ပြောရမည့် ကိစ္စ ဖြစ်ပါသည်။ သင်သည် ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်သော တက္ကသိုလ် ပရဝဏ်အတွင်း၌ တစ်ချိန်က ကာလအတော်ရှည်ကြာစွာ ထူးမြတ်သော ပညာရပ်များကို အပတ်တကုတ် လိုက်စားခဲ့ဖူးသူ ဖြစ်ကောင်းဖြစ်နေနိုင်ပါသည်။ သို့သော် မူလတန်း ကလေးငယ်များကို "စည်းကမ်းသည် လူ့တန်ဖိုး" ဟူသော ခေါင်းစဉ်ဖြင့် ပညာပေး ဟောပြောရန် တာဝန် ရှိလာပါက တက္ကသိုလ် ပရဝဏ်အတွင်းက သင် ရရှိခဲ့သော စကားလုံးကြီးများသည် ဘာမှအသုံးဝင်မှာ မဟုတ်ဘူး ဆိုတာလောက် သင် သိထားပြီဆိုလျှင် သင့်ကို မူလတန်းအရွယ် ကလေးများက သင် ဟောသမျှ၊ ပြောသမျှကို စိတ်ဝင်တစား နားထောင်မည်မှာ မြေကြီးလက်ခတ် မလွဲပါ။ (တစ်ချက် သတိထားရန်မှာ မူလတန်းအရွယ်ကလေးများ (ခြောက်နှစ်၊ ကိုးနှစ်၊ ဆယ်နှစ်အရွယ်) များ၏ အာရုံစိုက်မှုတာသည် အလွန်ဆုံး ၁၅ မိနစ်ခန့်သာ ရှိသည်ကို အထူး သတိပြုပါ။) ၁၀ မိနစ်ကျော်လာပြီဆိုရင် သင် ပြောတာကို ကလေးများ စိတ်ဝင်စားမှု မရှိတော့ပါ။)

ပေါက်ကရ လေးဆယ် ပြောတာတို့၊ တွေ့ကရာ ရှစ်သောင်း လျှောက်ပြောတာတို့ မလုပ်ပါနဲ့။ သင် မသိတာတွေ လျှောက်မပြောပါနဲ့။ သင့် ပရိသတ်ကို လေးစားပါ။ ကလေးပရိသတ်မှာလည်း ကလေးတွေနဲ့ ထိုက်တန်တဲ့ ဂုဏ်အဆင့် ရှိပါတယ်။ ကလေးပရိသတ်၊ သာမန် အောက်ခြေလူတန်းစား ပရိသတ်ကိုမှ သင် နားဝင်အောင် ဆွဲဆောင်ပြောဟောနိုင်စွမ်း မရှိပါက သင့်အနေဖြင့် အဆင့်မြင့် ဟောပြောပွဲများတွင် ပွဲလယ်တင့်စရာ အကြောင်းမရှိပါ။

ဟောပြောသူ၌ ဝမ်းစာရှိရပါမယ်။ ပညာဝမ်းစာ၊ ဗဟုသုတ၊ အတွေ့အကြုံ စသည်တို့ ရှိရပါမည်။ ပညာဝမ်းစာမရှိပါက အဆိုအမိန့်၊ အကိုးအကားများထဲ သွင်းဟောပြောနိုင်မှာ မဟုတ်ပါ။ ပညာရှင်တို့၏ အဆိုအမိန့်များသည် နေရာတကျ ထည့်သွင်းဟောပြောမည်ဆိုပါက ဟောပြောမှုကို

mgyoe.com

mgyoe.com

ပိုမိုလေးနက်၊ အသက်ဝင်စေနိုင်ပါသည်။ သေချာတိတိကျကျ နားမလည်သော ရှေးပညာရှင်တို့၏ အဆိုအမိန့်များကို တတ်ယောင်ကား လုပ်၍ ထည့်မသုံးပါနဲ့။ သင် ကောင်းစွာ သဘောပေါက် နားလည်သော အဆိုအမိန့်များကိုသာ သင့်ဟောပြောပွဲမှာ ထည့်သုံးပါ။ ဤသို့ သုံးနိုင်အောင်လည်း သင့်အနေဖြင့် ပညာဗဟုသုတဖြင့် ပြည့်စုံအောင် လုပ်ထားရပါမည်။ ကြိုက်နှစ်သက်ရာ ပညာရှိတို့၏ အဆိုအမိန့်များကို စုဆောင်းထားရပါမည်။ ဂဃနဏ သိအောင် လေ့လာထားရပါမည်။ မည်သည့်နေရာ၊ မည်သူတွေကို ဟောစဉ် သုံးရမည်ကို သင် သိအောင် လုပ်ထားပါ။ အဆိုအမိန့်များသည် မပါမပြီး၊ မရှိမဖြစ်သော အရာများ မဟုတ်သည်ကိုလည်း သင် ကောင်းစွာ သဘောပိုက်ထားဖို့ လိုပါသည်။ လိုမှသာ ထည့်သွင်းဟောပြောပါ။ မလိုလျှင် မသုံးပါနဲ့၊ တလွဲသုံးလိုက်မိသည်ထက်စာလျှင် ထည့်မသုံးဘဲ အရိုးရှင်းဆုံး စကားလုံးလေးများဖြင့် သင် ပြောလို ဟောလိုရာ ပြောလို့ ရပါသည်။

လိုရင်းအချုပ်ကတော့

၁။ ဟောဖို့၊ ပြောဖို့ကို ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားပါ။ သို့သော် ဘယ်သူတွေကို ဟောရ၊ ပြောရမယ် ဆိုတာ သင် အရင်ဆုံး သိအောင် လုပ်ပါ။ ပရိသတ်အကြောင်း ဘာမှ မသိရသေးဘဲနဲ့ ဘာကိုမှ ပြင်ဆင်ထားခြင်း မလုပ်ပါနဲ့။ ပြင်ဆင်ပြီးဆိုပါက စာဖြင့် ချရေးထားပါ။

၂။ ပရိသတ်စရိုက်၊ သဘာဝနဲ့ ကိုက်ညီအောင် ပြောဟောဖို့ ပြင်ဆင်ပါ။ အထူး ဖောင်းပေး ဟောပြောရမယ့် အချက်အလက်များကို စနစ်တကျ ရေးချပြီး လေ့ကျင့်ပါ။

၃။ အသက်ဝင်အောင် ဟောပြောနိုင်ဖို့ အကြိမ်ကြိမ် လေ့ကျင့်ပါ။ ဘယ်လို ပုံတိုပတ်စလေးတွေ ထည့်ပြောမယ်၊ ဘယ်သူဘယ်ဝါရဲ့ အဆိုအမိန့်တွေကို ထည့်သွင်းကိုးကား ဟောပြောမည်၊ ဘယ်လို ဟာသလေး ထည့်ပြောမည်၊ နိဂုံးကို ဘယ်လို ပညာသားပါပါ ထိထိရောက်ရောက်ဖြစ်အောင် ချုပ်မည် စသည်တို့

mgyoe.com

mgyoe.com

ကို ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားပါ။ လေ့ကျင့်ပါ။ ထပ်ကာထပ်ကာ လေ့ကျင့်ပါ။

၄။ သင့်အကိုးအကားများ၊ ပုံပြင်၊ အဆိုအမိန့်၊ စကားပုံ စသည်တို့ မှန် မမှန် စစ်ပါ။ ထည့်သုံးသင့်၊ မသုံးသင့် သေချာအောင် စစ်ပါ။

၅။ သင် ပြင်ဆင် ရေးသားထားသော အချက်များကို မှတ်တမ်း မှတ်ရာထားပါ။ သိမ်းထားပါ။ ဟောပြောပြီး ပြန်လည် သုံးသပ်မှု လုပ်ပါ။

❐

mgyoe.com