

အောင်မြင်သူတွေ ဘယ်လိုတွေးသလဲ

အောင်စည်သာ

HOW SUCCESSFUL PEOPLE THINK

John C. Maxwell



၆ တွေးခေါ်စဉ်းစားပုံစံ
ဆင့်အကဲ
ဖြေခင်းလေ့စဉ်တမ်း

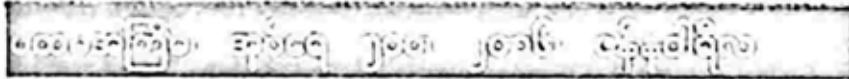
တစ် ခု ခု ကို
 ဘယ် လို လုပ် ရ မလဲ သိ သူ ဟ ဘ
 အ လုပ် တစ် နေ ရ ဘ ရ ဖို့
 မ ခဲ ယ ဉ်း တတ် ပါ ဘူး
 ဒါ ဝ မ ယ့်
 တစ် ခု ခု ဟ ဘ ဘ ဘ ကြ ဘ င်း ဆို တ ဘ
 သိ တဲ့ အ နေ တွေး သ မ ဘ နေ တွေ က နေ တ ဘ
 သူ တို့ ရဲ့ ဆ ရ ဘ
 ဖြစ် နေ တတ် ပါ တယ်



မျက်နှာပုံးဒီဇိုင်း m.s.o

ထုတ်ဝေသူ-ဦးစန်းဦးစိတ်ကူးချိုချိုစာပေ(၀၀၅၃၈)၊၆၇၊၁၆၄လမ်း၊တာမွေ။

ပုံနှိပ်သူ -ဒေါ်ဝင်းမာ၊စိတ်ကူးချိုချိုပုံနှိပ်တိုက်(၀၀၄၁၂)၊၁၁၇၉၊မစိုးရိမ်လမ်း၊ရန်ကင်း။



အောင်စည်သာ

အောင်မြင်သူတွေဘယ်လိုတွေးသလဲ

စာမျက်နှာ ၁၆၇ မျက်နှာ၊

၁၃ စင်တီ x ၁၈ စင်တီ

မာတိကာ

- နိဒါန်း	၀
အခန်း (၁) အမြင်ကျယ်ကျယ် စဉ်းစားတွေးခေါ်ပါ	၁၂
အခန်း (၂) စူးစိုက်စွာ စဉ်းစားတွေးခေါ်နိုင်မှုတွင် မျှော်ပါခြင်း	၂၆
အခန်း (၃) တိထွင်ကြံဆဉာဏ်ကို အသုံးချခြင်း	၄၃
အခန်း (၄) ယုတ္တိရှိရှိစဉ်းစားပါ။ လက်တွေ့ကျကျတွေးခေါ်ပါ	၆၁
အခန်း (၅) မဟာဗျူဟာကျကျ စဉ်းစားတွေးခေါ်ခြင်း	၇၃
အခန်း (၆) အားလုံး ဖြစ်နိုင်ပါတယ်လို့ ယုံကြည်ခြင်း	၈၆
အခန်း (၇) ပြန်လှန်သုံးသပ် စဉ်းစားခြင်း	၁၀၀
အခန်း (၈) ရှေးရိုးစွဲ အတွေးအခေါ်တွေကို မေးခွန်းထုတ်ခြင်း	၁၁၃
အခန်း (၉) ပူးပေါင်းစဉ်းစားတွေးခေါ်ခြင်း	၁၂၇
အခန်း (၁၀) တစ်ကိုယ်ကောင်းမဆန်စွာ တွေးခေါ်ဖို့ ကြိုးစားပါ။	၁၄၁
အခန်း (၁၁) အမြတ်အစွန်း စဉ်းစားနည်း	၁၅၅



mgyc.com

mgyc.com

နိဒါန်း

အတွေးကောင်းသူတွေ၊ အကြံကောင်းသူတွေကို အမြဲတမ်းလိုအပ်နေကြပါတယ်။ တစ်ခုခုကို ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ သိသူဟာ အလုပ် တစ်နေရာရဖို့ မခဲယဉ်းတတ်ပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ တစ်ခုခုဟာ ဘာကြောင့်ဆိုတာကို သိတဲ့ အတွေးသမားတွေကတော့ သူတို့ရဲ့ ဆရာ ဖြစ်နေတတ်ပါတယ်။ လုပ်ငန်းခွင်မှာ အတွေးသမားတို့ဟာ အမြဲအထက်အရာရှိ ဖြစ်နေပါတယ်။ စိတ်ကူးဉာဏ်ကွန့်မြူးသူတွေဟာ ပြဿနာတွေကို ဖြေရှင်းနိုင်ကြတယ်။ သူတို့မှာ အဖွဲ့အစည်း (သို့) လုပ်ငန်းတစ်ခုကို တည်ဆောက်ဖို့ နည်းလမ်းတစ်ခုမဟုတ် တစ်ခုရှိနေပါတယ်။ ပြီးတော့ သူတို့ဟာ ကောင်းမွန်တဲ့ အနာဂတ်ကိုပဲ အမြဲမျှော်လင့်ကြတယ်။ အတွေးအခေါ်ကောင်းသူတွေဟာ လူဆိုးလူမိုက်တွေရဲ့ သိမ်းသွင်းမှုကို ဘယ်တော့မှ ခံရလေ့မရှိဘူး။ ဝါဒဖြန့်ချိရေးကိစ္စတွေရဲ့ သားကောင်ဖြစ်လေ့ဖြစ်ထမရှိပါဘူး။ ဥပမာ - ဟစ်တလာလို ဝါဒဖြန့်သမားတွေရဲ့ သားကောင်ဖြစ်လေ့မရှိပါဘူး။ ဟစ်တလာက ပြောခဲ့တယ်။ 'အာဏာရှင်တွေအတွက် ကံကောင်းခြင်းဆိုတာ တွေးခေါ်စိတ် မရှိခြင်းပါပဲ' တဲ့။ ကောင်းမွန်ပြောင်မြောက်တဲ့ အတွေးအခေါ်သမားတွေဟာ သူတို့စိတ်ကိုသူတို့ နိုင်နိုင်နင်းနင်းအုပ်ချုပ်နိုင်ကြပါတယ်။ ခက်ခဲတဲ့ အခြေအနေတွေ၊ ဆိုးရွားတဲ့ အာဏာရှင်တွေရဲ့ လက်အောက်မှာတောင်မှ သူတို့ဟာ မှန်ကန်တဲ့

အိုင်ဒီယာတွေနဲ့ ရှင်သန်နိုင်ပါတယ်။ တိုတိုရှင်းရှင်းဆိုရင်တော့ အတွေး
အခေါ်သမားတွေဟာ အောင်မြင်တယ်ပေါ့။

သင့်ရဲ့တွေးပုံခေါ်ပုံကို ဘာလို့ပြောင်းသင့်သလဲ

တွေးပုံခေါ်ပုံပြောင်းလဲခြင်းရဲ့ တန်ဖိုးဟာ အတော့်ကိုများပါတယ်။
အတွေးအခေါ်ကောင်းတွေဟာ သင့်အတွက် ကောင်းကျိုးများစွာ သယ်
ဆောင်လာနိုင်ပါတယ်။ အခွင့်အလမ်းတွေ ဖန်တီးပေးတာ၊ ဝင်ငွေတိုးစေ
တာ၊ ပြီးတော့ ပြဿနာတွေ ဖြေရှင်းပေးတာမျိုးပေါ့။ အဲဒီ အမှုအကျင့်
ဟာ သင့်ကို ပညာရှင်ဆန်ဆန်ရော၊ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဆန်ဆန်ပါ တိုးတက်စေ
ပါလိမ့်မယ်။ အဆင့်သစ်တစ်ခုဆီ မြင့်တင်ခေါ်ဆောင်သွားပါလိမ့်မယ်။
အဲဒါဟာ သင့်ဘဝကို တကယ်ကြီးကို လုံးဝပြောင်းလဲစေပါလိမ့်မယ်။

သင့်ရဲ့ တွေးပုံခေါ်ပုံကို ပြောင်းလဲဖို့ သင်သိထားရမယ့် အချက်
တစ်ချို့တော့ ရှိပါတယ်။ အဲဒါတွေကတော့ -

၁။ တွေးပုံခေါ်ပုံကို ပြောင်းလဲခြင်းဟာ အလိုအလျောက် ဖြစ်မလာပါဘူး။

ဝမ်းနည်းဖို့ကောင်းတာက တွေးပုံခေါ်ပုံပြောင်းလဲခြင်းဟာ သူ့ဟာ
သူ ဖြစ်ပေါ်လာတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ကောင်းမွန်တဲ့ အကြံဉာဏ်တွေဟာ
လူတွေကို လိုက်ရှာခဲ့ပါတယ်။ သင်က အကြံကောင်းလိုချင်ရင် သူ့ကို
သင်က ရှာဖွေရမှာပါ။ သင်ဟာ ပိုမိုကောင်းမွန်တဲ့ အတွေးအခေါ်တွေကို
ရရှိနိုင်သူဖြစ်ဖို့ဆိုရင် သင် ကြိုးစားရပါမယ်။ သင်ဟာ ပိုတော်တဲ့ အတွေး
အခေါ်သမားဖြစ်ပြီဆိုတာနဲ့ အကြံဉာဏ်ကောင်းတွေဟာ သင့်ကိုယ်ထဲက
ထွက်လာပါလိမ့်မယ်။ ပြောရမယ်ဆိုရင်တော့ သင်အချိန်တိုင်းမှာ ဘယ်
လောက်ကောင်းကောင်း တွေးခေါ်နိုင်တယ်ဆိုတာ သင်ဟာ အရင်က
ဘယ်လောက်ကောင်းကောင်းတွေးခေါ်ခဲ့သလဲဆိုတာအပေါ် မူတည်

ပါတယ်။

၂။ တွေးပုံခေါ်ပုံကို ပြောင်းရတာဟာ ခက်ခဲပါတယ်။

‘ကျွန်တော့် ခေါင်းပေါ်က ပြုတ်ကျလာတာ’ ဆိုတာကို ကြားတာနဲ့ ဗောက်တွေလိုပဲ သင်ဟာ အလွယ်အတူ မျှော်လင့်မိမှာပါ။ အဲဒီလို အလွယ်တကူ ကောက်ချက်ချခြင်းဟာ လူအများစုရဲ့ အမြင်ပါ။ ကမ္ဘာ့ အတော်ဆုံးတွေးခေါ်မြော်မြင်သူတွေထဲက တစ်ယောက်ဖြစ်တဲ့ အဲ(လ်) ဘတ်အိုင်းစတိုင်းက ပြောတာကတော့ ‘စဉ်းစားတွေးခေါ်ရတာ ခက်ခဲပါတယ်။ ဒါဟာ လူအများစု မတွေးခေါ်ရခြင်းရဲ့ အကြောင်းတရားပါပဲ’ တဲ့။ တွေးခေါ်ခြင်းဖြစ်စဉ်တစ်ခုကို တိုးတက်ဖို့ သင်ဘာမဆို လုပ်ရလိမ့် မယ်။ ဘာလို့ဆို စဉ်းစားတွေးခေါ်နိုင်ခြင်းဟာ ခက်ခဲတာကိုး။

၃။ တွေးပုံခေါ်ပုံကို ပြောင်းလဲပစ်ဖို့ ရင်းနှီးမြှုပ်နှံရတာ တန်ပါတယ်။

နပိုလီယံက ‘ပိုများတဲ့ ရွှေတွေဟာ ကမ္ဘာမြေက ထွက်တာထက် ပိုပြီး လူတွေရဲ့ ဦးခေါင်းက တူးဖော်ရရှိတယ်’လို့ ပြောခဲ့တယ်။ သင့် ကိုယ်သင် တွေးခေါ်သူကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ်ဖို့ ဘဝကို ဘယ်လို ပြောင်းလဲရမယ်ဆိုတာ သင်ယူတာဟာ သင့်ကိုယ်သင် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံတာ ပါပဲ။ ရွှေသိုက်တွေဟာ ကုန်ခန်းသွားနိုင်တယ်။ စတော့ရှယ်ယာဈေး ကွက်တွေ ပျက်စီးသွားနိုင်တယ်။ အိမ်ခြံမြေ ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုတွေ ကျဆုံးနိုင် တယ်။ ဒါပေမဲ့ အတွေးအခေါ်ကောင်းတွေရှိတဲ့ လူဦးခေါင်းဟာ အနှိုင်းမဲ့ ပါ။ တန်ဖိုးမဖြတ်နိုင်တဲ့ စိန်တွင်းတစ်တွင်းပေါ့။

**စဉ်းစားတွေးခေါ်သူကောင်းတစ်ယောက်
ဘယ်လိုဖြစ်လာနိုင်ပါသလဲ။**

ကောင်းစွာ စဉ်းစားတွေးခေါ်ခြင်းဖြစ်စဉ်မှာ ကျွမ်းကျင် တတ်မြောက်လိုပါသလား။ ယနေ့ထက် ပိုပြီး မနက်ဖြန်မှာ စဉ်းစားတွေးခေါ်နိုင်စွမ်း ပိုကောင်းလာချင်ပါသလား။ အဲဒါဆိုရင်တော့ သင့်အတွေးအခေါ်ကို ပြောင်းလဲမယ့် မရပ်မနားဖြစ်စဉ်ထဲ သင်ဝင်ပါဖို့လိုပါပြီ။ ကျွန်တော်က သင့်ကို အောက်ပါအချက်တွေ အကြံပေးချင်ပါတယ်။

၁။ အရင်းအမြစ်ကောင်းတွေ အနားမှာ နေပါ။

စဉ်းစားတွေးခေါ်သူကောင်းတွေဟာ အမြဲတမ်း အိုင်ဒီယာတွေ ညှစ်ထုတ်ဖို့ ကြိုးစားနေကြတယ်။ စတင်တွေးခေါ် စဉ်းစားလိုရတဲ့ ဘယ်လိုအကြောင်းအရာမျိုးကိုမဆို ရှာဖွေနေကြတယ်။ သင့်ဦးနှောက်ထဲကို ဘာတွေထည့်လိုက်သလဲဆိုတာဟာ သင့်ဦးနှောက်က ဘာထွက်လာနိုင်လဲဆိုတာအပေါ် အတော့်ကို အကျိုးသက်ရောက်မှု များပါတယ်။ စာအုပ်တွေ၊ မဂ္ဂဇင်းတွေဖတ်ပါ။ တိပ်ခွေတွေ၊ အသံသွင်းချက်တွေ နားထောင်ပါ။ တွေးခေါ်သူကောင်းတွေနဲ့ အချိန်ဖြုန်းပါ။ သူများရဲ့ အိုင်ဒီယာပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ သင်ကအစပြုတဲ့ အတွေးအခေါ်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဘယ်လိုအိုင်ဒီယာမျိုးမဆို သင့်အတွက် အသုံးဝင်မယ်ထင်ရင် မှတ်သားထားပါ။ သင်တွေးလေ့တွေးထရှိတဲ့နေရာက စာအုပ်တစ်အုပ်မှာ ရေးမှတ်ထားပါ။ သင့်ရဲ့ စဉ်းစားတွေးခေါ်ခြင်းကို အထောက်အကူပြုနိုင်ပါတယ်။

၂။ အတွေးအခေါ်ကောင်းသူတွေထံ ဆည်းကပ်ပါ။

သင့်အချိန်တွေကို မှန်ကန်သောသူတွေအတွက် အသုံးပြုပါ။ ဒီစာအုပ်အတွက် ကျွန်တော်ဟာ လူတော်တော်များများဆီက အိုင်ဒီယာ

ကောင်း တော်တော်များများရယူထားပါတယ်။ ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်ရဲ့ အတွေ့အကြုံတွေ အပါအဝင်ပေါ့။ ကျွန်တော့်ဘဝမှာ အခင်မင်ဆုံး မိတ်ဆွေတွေနဲ့ အနီးကပ်ဆုံး သူငယ်ချင်းတွေက အတွေးအခေါ်သမား တွေပါ။ အခုအချိန်မှာတော့ ကျွန်တော်လူတိုင်းကို မေတ္တာထား တတ်နေ ပါပြီ။ ကျွန်တော် တွေ့ဆုံတဲ့ မည်သူ့ကိုမဆို အကြင်နာတရားထားဖို့ ကြိုးစားတယ်။ ပြီးတော့ သူတို့ဘဝကို တန်ဖိုးတစ်ခု ပေါင်းထည့်ပစ်ဖို့ ကြိုးစားတယ်။ ဟောပြောပွဲတွေ၊ စာအုပ်တွေ၊ အသံသွင်း သင်ခန်းစာတွေ ကတစ်ဆင့်ပေါ့။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော့် အချိန်တွေကို အသုံးချဖို့ လူတွေကို ရွေးချယ်တဲ့အခါမှာ ကျွန်တော့်ရဲ့ အတွေးအခေါ်တွေကို စိမ်ခေါ်နိုင်မယ့် တွေးပုံခေါ်ပုံရှိတဲ့ လူတွေကိုပဲ ရွေးချယ်ဖြစ်ပါတယ်။ အရင်းနှီးဆုံး သူငယ် ချင်းတစ်ဖြစ်လဲ ကျွန်တော့်အမျိုးသမီး၊ ကျွန်တော့် ကုမ္ပဏီက အဓိက ဝန်ထမ်းတွေ စသူတွေဟာ တကယ့်ကို အတွေးအခေါ်သမားကောင်းတွေ ပါပဲ။ သံကို သံချင်း ချွန်သလိုပါပဲ။ ထူးချွန်တဲ့သူတွေကသာ အခြားသူကို ထူးချွန်စေပါတယ်။ သင်ဟာလည်း အတွေးအခေါ်မှာ ထူးချွန်ချင်တယ် ဆိုရင် တွေးခေါ်သူကောင်းတွေနဲ့ အချိန်ဖြုန်းဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

၃။ အတွေးအခေါ်ကောင်းတွေကိုပဲ တွေးပို့ကြိုးစားပါ။

အတွေးအခေါ်ကောင်းသူတစ်ယောက် ဖြစ်လာဖို့ဆိုရင် တွေးခေါ် ခြင်းဖြစ်စဉ်နဲ့ ပတ်သက်လို့ အာရုံစူးစိုက်ထားရပါလိမ့်မယ်။ တွေးခေါ်ပါ၊ ပုံဖော်ပါ၊ ချဲ့ထွင်ပါ၊ ပြီးတော့ အကောင်အထည်ဖော်ပါ။ အစီအစဉ်တကျ ရှိပါစေ။ စဉ်းစားတွေးခေါ်ခြင်းဆိုတာ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းတစ်ခုပါပဲ။

၄။ သင့်အတွေးအခေါ်အတိုင်း လက်တွေ့အကောင်အထည်ဖော်ပါ။

အိုင်ဒီယာတွေရဲ့ သက်တမ်းဟာ သိပ်ကိုတိုပါတယ်။ သူတို့ မပုပ်

သိုးခင် သင်အကောင်အထည်ဖော်နိုင်ဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

၅။ သင့်ရဲ့ စိတ်ခံစားမှုတွေကို အခြားသော အတွေးအခေါ်ကောင်းတွေ ရရှိဖို့ ခွင့်ပြုပါ။
 တွေးခေါ်စဉ်းစားခြင်းဖြစ်စဉ်ကို စတင်ဖို့ ခံစားချက်တွေအပေါ်မှာ မှီခိုလို့ မရပါဘူး။ တစ်ခုခုကို အကောင်အထည်ဖော်ဖို့ ခံစားချက်ကောင်း ချိန်ကို စောင့်နေမယ်ဆိုရင်တော့ ဘယ်အရာမှ လက်တွေ့ပြီးမြောက်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ စဉ်းစားတွေးခေါ်ခြင်းအတွက်လည်း ဒီအတိုင်းပါပဲ။ စဉ်းစားဖို့ စိတ်အခြေအနေကောင်းကို စောင့်နေဖို့ မလိုပါဘူး။ သင့်ရဲ့ အချိန်မရွေးဖြစ်နေတဲ့ ခံစားချက်တွေက တစ်ဆင့် စဉ်းစားခြင်းကို ဆောင် ရွက်နိုင်ပါတယ်။

၆။ ပြန်ကျော့ပါ။

အတွေးအခေါ်ကောင်းတစ်ခုတည်းနဲ့ ဘဝကောင်းတစ်ခုကို မတည်ဆောက်နိုင်ပါဘူး။ အတွေးအခေါ်ကောင်းတစ်ခုအပေါ် တစ်သက်လုံး ရေသာခိုလိုက်သွားချင်သူတွေဟာ ဘဝမှာ အရှုံးတွေနဲ့ ရင်ဆိုင်ရတတ်ပါတယ်။ အောင်မြင်မှုဆိုတာ အတွေးအခေါ်တွေ တောင်လိုပုံပြီး ဘဝတစ်လျှောက်လုံး အတွေးအခေါ်ကောင်းတွေကို ရှာဖွေ နေသူတွေအတွက်ပါ။ ငါးမိနစ်စာ အတွေးအခေါ်ကောင်းတစ်ခုနဲ့ နှစ် ငါးဆယ်စာ နေချင်တဲ့သူတွေအတွက် မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် ဘဝ တစ်လျှောက်လုံး ထပ်ကာထပ်ကာ တွေးခေါ်ဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

တွေးခေါ်ဖို့ နေရာကောင်းတစ်ခုကို ရှာဖွေပါ

တွေးခေါ်သူကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်လာဖို့ဆိုတာ သိပ်ရှုပ်ရှုပ် ထွေးထွေး မဟုတ်ပါဘူး။ လမ်းကြောင်းအတိုင်း လိုက်သွားရုံပါပဲ။ တွေး

မယ်၊ ပုံဖော်ကြည့်မယ်၊ ချဲ့ထွင်မယ်၊ အသုံးချမယ် စတဲ့ အဆင့်တိုင်းကို သာ သင်လုပ်နိုင်မယ်ဆိုရင် သင့်ဘဝအတွက် အတွေးအခေါ်ကောင်းတွေ ဖန်တီးပေးနိုင်တဲ့ လူနေမှု ပုံစံကောင်းတစ်ခုရရှိမှာ မလွဲပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ နေ့စဉ်နေ့တိုင်း အဲဒီလို အကြံဉာဏ်ကောင်းတွေ ထွက်နေဖို့ဆိုတာ ဘယ်လိုလုပ်ရမှာလဲ။ ကျွန်တော်လုပ်တဲ့ နည်းစနစ်တစ်ခု သင့်ကို ပြောပြပါမယ်။ ပထမဆုံး လွတ်လွတ်လပ်လပ်တွေးခေါ်နိုင်မဲ့ နေရာတစ်ခု ရှာဖွေပါ။ အဲဒီနေရာဟာ သင့်အတွက်ကော၊ သင့်စိတ်အတွက်ပါ ဆူညံသံတွေ၊ အနှောင့်အယှက်တွေနဲ့ ဝေးတဲ့နေရာ ဖြစ်ရပါမယ်။ အတွေးအခေါ်တွေဟာ စတင်ထွက်လာတဲ့အခါမှာ ဘယ်တော့မှ ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ထွက်လာလေ့ မရှိပါဘူး။

ဒုတိယအဆင့်အနေနဲ့ အဲဒီအတွေးအခေါ်တွေကို ပုံဖော်ရပါမယ်။ ပုံဖော်ခြင်းမှာ ရှင်းလင်းဖို့အတွက် မေးခွန်းများစွာ ပါဝင်နိုင်ပါတယ်။ သင့်အိုင်ဒီယာနဲ့ ပတ်သက်လို့ မေးခွန်းပေါင်းများစွာ မေးရပါမယ်။ အဲဒီအတွက် အကောင်းဆုံး နည်းစနစ်တစ်ရပ်က သင့်အိုင်ဒီယာကို စာရွက်ပေါ်မှာ ချရေးခြင်းပါပဲ။ အဲဒီလို အဆင့်ဆင့် ရှင်းလင်းအောင် လုပ်ဆောင်ခြင်းကတစ်ဆင့် အိုင်ဒီယာတစ်ခု ပုံပေါ်လာပြီဆိုတာနဲ့ မပြီးပြတ်သေးပါဘူး။ အဲဒီအိုင်ဒီယာကို တတိယအဆင့်အနေနဲ့ ချဲ့ထုတ်တတ်ဖို့ လိုပါသေးတယ်။ များသောအားဖြင့် လူတွေဟာ အိုင်ဒီယာကို ပုံပေါ်ပြီဆိုတာနဲ့ ချဲ့ထုတ်ဖို့ မေ့နေတတ်ကြပါတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ တတိယအဆင့်အနေနဲ့ သင့်အတွေးအခေါ်ကို အမြင့်မားဆုံး အလားအလာတွေရှိစေဖို့ ထပ်မံဖြည့်စွက်သင့်တာတွေနဲ့ ချဲ့ထုတ်ဖို့ လိုပါတယ်။

နောက်ဆုံးအဆင့်အနေနဲ့ စဉ်းစားရမှာကတော့ သင့် အတွေးအခေါ်ကို အသုံးချရမယ့်နေရာပါ။ သင်ကိုယ်တိုင်အတွက်သော်လည်းကောင်း၊ အခြားသူတွေအတွက်သော်လည်းကောင်း ဖြစ်နိုင်ပါ

တယ်။ အတွေးအခေါ်တစ်ခုရဲ့ တကယ့်အနာဂတ်ဟာ အသုံးချနိုင်ခြင်း ပါပဲ။ အိုင်းစတိုင်းရဲ့ Relativity သီအိုရီလိုပေါ့။ အဲဒီ သီအိုရီကို ၁၉၀၅ ခုနှစ်နဲ့ ၁၉၁၆ ခုနှစ်မှာ ထုတ်ခဲ့ပေမဲ့ အဲဒီ သီအိုရီရဲ့ အဓိက ပါဝါဖြစ်တဲ့ နျူကလီးယားစွမ်းအင်နဲ့ နျူကလီးယားဗုံးကတော့ ၁၉၄၂ ခုနှစ်နဲ့ ၁၉၄၅ ခုနှစ်မှာမှ ပေါ်ပေါက်ခဲ့တာပါ။ သင့်မှာ အိုင်ဒီယာ ကောင်း တစ်ခု ရှိနေခဲ့ပြီဆိုရင် တစ်နေ့နေ့မှာ အကောင်အထည်ဖော်ဖို့ လိုအပ်ပါ တယ်။

တွေးခေါ်သူကောင်းတစ်ယောက်ရဲ့ ပုံရိပ်လွှာ

သင့်ရဲ့ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တစ်ယောက် ဒါမှမဟုတ် သင့် သူငယ် ချင်းတွေထဲက တစ်ယောက်က အတွေးအခေါ်ကောင်းသူ တစ်ယောက် လို့ အခြားသူတွေပြောတာကို သင်ကြားဖူးပါသလား။ အဲဒီ စကားစု ဟာ ရည်ညွှန်းခံရသူနဲ့ အခြားသူတွေ မတူညီမှုကို ပြသပါတယ်။ ကျွန်တော်ကတော့ ကောင်းစွာတွေးခေါ်တတ်ခြင်းဆိုတာ အချက် တစ် ချက်ထဲ မဟုတ်ဘူးလို့ ယုံကြည်ပါတယ်။ အတွေးအခေါ်ကောင်းခြင်း ဆိုရာမှာ အရည်အချင်းပေါင်းများစွာ ပါဝင်နေပါတယ်။ အတွေးအခေါ် ကောင်းသူတစ်ယောက် ဖြစ်လာခြင်းဟာ အဲဒီ အရည်အချင်းတွေကို တတ်နိုင်သလောက် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် ဆောင်ရွက်နိုင်ခဲ့လို့ ဖြစ်ပါ လိမ့်မယ်။

ဆင်းရဲသည်ဖြစ်စေ၊ ချမ်းသာသည်ဖြစ်စေ အရေးမကြီးပါဘူး။ ဒေါက်တာ ဘွဲ့ရသည်ဖြစ်စေ၊ သုံးတန်းပဲ အောင်သည်ဖြစ်စေ အရေး မကြီးပါဘူး။ ကိုယ်ခန္ဓာသန်စွမ်းသူဖြစ်စေ၊ ဒုက္ခိတဖြစ်စေ အရေးမကြီး ပါဘူး။ သင်ဟာ တွေးခေါ်သူကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ်အောင် သင်ယူ လေ့လာနိုင်ပါတယ်။ သင့်မှာ ရှိသင့်တဲ့တစ်ခုတည်းသော အရာက

တွေးခေါ်မှုရဲ့ နေ့စဉ်ဖြစ်စဉ်တွေနဲ့ အသားကျဖို့ပါ။

တွေးခေါ်သူကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်လာဖို့ အစိတ်အပိုင်းလေးများစွာ ပေါင်းစပ်ပါဝင်ထားပါတယ်။ အဲဒီ အစိတ်အပိုင်းလေးတွေကတော့ အောက်ပါအရည်အချင်း ၁၁ ချက်ပါပဲ။

- အမြင်ကျယ်ခြင်း
- စူးစိုက်ခြင်း
- တီထွင်ဉာဏ်ရှိခြင်း
- ယုတ္တိတန်တန် စဉ်းစားခြင်း
- မဟာဗျူဟာကျကျ စဉ်းစားခြင်း
- ဖြစ်နိုင်တယ်လို့ ယုံကြည်ခြင်း
- ပြန်လှန်သုံးသပ် စဉ်းစားနိုင်ခြင်း
- ပေါ်ပင်အတွေးအခေါ်တွေကို မေးခွန်းထုတ်နိုင်ခြင်း
- ပူးပေါင်းစဉ်းစားဆောင်ရွက်တတ်ခြင်း
- တစ်ကိုယ်ကောင်းမဆန်ခြင်းနှင့်
- အကျိုးအမြတ်ကို စဉ်းစားတတ်ခြင်းတို့ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီအချက်တွေကို ဒီစာအုပ်မှာ အခန်းတစ်ခန်းချင်းစီအနေနဲ့ ဖော်ပြထားပါတယ်။ အခန်းတစ်ခန်း ပြီးဆုံးလို့ နားလည်သဘောပေါက်ပြီး လက်တွေ့အကောင်အထည်ဖော်နိုင်ပြီဆိုရင် သင်ဟာ တွေးခေါ်သူကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ်ဖို့ အရည်အချင်းတစ်ခု ရရှိသွားပါပြီ။ အကယ်၍ ဒီစာအုပ်မှာပါတဲ့ အခန်း ၁၁ ခန်းစလုံးကို သေချာနားလည်သဘောပေါက်ပြီး လက်တွေ့အကောင်အထည်ဖော်နိုင်ပြီဆိုရင်တော့ သင့်ဘဝရဲ့ အပြောင်းအလဲကို ကျွန်တော် အာမခံပါတယ်။



“အောင်မြင်မှုနဲ့ ပတ်သက်လာရင် လူတွေကို
 လက်မတွေ၊ ပေတွေ၊ ကိုယ်အလေးချိန်တွေ၊
 ဘွဲ့ဒီဂရီတွေ၊ မိသားစု နောက်ခံတွေ
 စတာတွေနဲ့ မတိုင်းတာပါဘူး။
 သူတို့ ဘယ်လောက်အမြင်ကျယ်ကျယ်
 တွေးနိုင်သလဲဆိုတာနဲ့ တိုင်းတာတာပါ။”

ရွာ(၆)

အခန်း(၁)

အမြင်ကျယ်ကျယ် စဉ်းစားတွေးခေါ်ပါ

အမြင်ကျယ်ကျယ်ရှိတာဟာ ဘယ်သူ့အတွက်၊ ဘယ်နေရာမှာ မဆို အသုံးဝင်ပါတယ်။ GE ကုမ္ပဏီရဲ့ အုပ်ချုပ်သူတစ်ယောက်ဖြစ်တဲ့ ဂျက်ဝေါ့(ခ်) လို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးက သူ့ရဲ့ အလုပ်သမားတွေကို 'ဖောက်သည် တွေဆီ ကွန်ပျူတာတစ်လုံး ရောင်းရဖို့ထက် အဲဒီဖောက်သည်တွေနဲ့ ရေရှည်ဆက်ဆံရေးက ပိုအရေးကြီးတယ်'လို့ ပြောလိုက်ခြင်းက သူ့ အလုပ်သမားတွေကို အမြင်ကျယ်ကျယ်ရှိဖို့၊ အရှည်ကိုစဉ်းစားဖို့ သတိ ပေးလိုက်တာပါပဲ။ အိမ်၊ ခြံ၊ မြေ အရောင်းအဝယ်မှာ ကျွမ်းကျင်သူ တစ်ဦးဖြစ်တဲ့ သူဌေးကြီး ဒေါ်နယ်ထရန်က ပြောပါတယ်။ 'ခင်ဗျား အမြဲတမ်း စဉ်းစားနေရမှာပါ။ ဘယ်လိုပဲဖြစ်ဖြစ် စဉ်းစားရမယ့် အတူ တူတော့ ကြီးကြီးမားမား၊ ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့်ပဲ စဉ်းစားမှာပေါ့' အမြင် ကျယ်ကျယ် စဉ်းစားတွေးခေါ်နိုင်ခြင်းဟာ လူတစ်ယောက်ရဲ့ အတွေး အခေါ်ကို ကျယ်ပြန့်တဲ့အမြင်နဲ့ ရင့်ကျက်မှုတွေ ယူဆောင်လာပေးပါ

တယ်။ အဲဒီလို စဉ်းစားတွေးခေါ်နည်းဟာ ဘက်ပေါင်းစုံကို မြင်တွေ့နိုင် ပါတယ်။ အဲဒီလို စဉ်းစားနည်းဟာ ရုပ်ပုံတစ်ခုရဲ့ ဘောင်ကို ပိုကျယ်ပြန့် အောင် ဆွဲချဲ့လိုက်သလိုပါပဲ။ သင်မြင်နိုင်တာတင် မဟုတ်ပါဘူး။ သင် လုပ်နိုင်တာတွေပါ ကျယ်ပြန့်လာတာပါ။ အဲဒီလို ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် စဉ်းစားသူတွေနဲ့လည်း အချိန်ဖြုန်းကြည့်ပါ။ အမြင်ကျယ်သူတွေ၊ အရှည် တွေးခေါ်သူတွေဟာ အောက်ပါအရည်အချင်းတွေနဲ့ ပြည့်စုံနေကြောင်း သင်တွေ့ရှိလာပါလိမ့်မယ်။

စဉ်ဆက်မပြတ် လေ့လာနေကြတယ်

အမြင်ကျယ်ကျယ် စဉ်းစားတွေးခေါ်သူတွေဟာ သူတို့သိ သလောက်နဲ့ ဘယ်တော့မှ ရောင့်ရဲလေ့မရှိကြပါဘူး။ သူတို့ နေရာအသစ် တွေကို သွားကြတယ်။ စာအုပ်အသစ်တွေ ဖတ်ကြတယ်။ လူအသစ်တွေ နဲ့ တွေ့ကြတယ်။ ပြီးတော့ အရည်အချင်းအသစ်တွေ သင်ယူရရှိကြ တယ်။ အဲဒီအလေ့အကျင့်ကြောင့်ကိုပဲ မဆိုင်ပါဘူးလို့ လူတွေ ထင်တဲ့ အရာတွေကို သူတို့ရအောင် ချိတ်ဆက်နိုင်ကြတယ်။ သူများနဲ့ မတူတာ တွေ မြင်ကြတယ်။ သူတို့ဟာ ဘဝတစ်လျှောက်လုံး သင်ယူလေ့လာနေ ကြသူတွေပါ။

အဲဒီလို သင်ယူလေ့လာလိုတဲ့ အကျင့်ကောင်းတစ်ခု ရရှိဖို့ဆိုရင် ကျွန်တော်လုပ်လေ့လုပ်ထရှိတာကတော့ မနက်တိုင်း မနက်တိုင်း အချိန် အနည်းငယ်ယူပြီးတော့ ဒီနေ့တစ်နေ့တာမှာ ကျွန်တော့်အတွက် ဘာတွေ သင်ယူလေ့လာနိုင်ဖို့ အခွင့်အလမ်းရှိနေသလဲဆိုတာကို စဉ်းစားပါတယ်။ ကျွန်တော့်ရဲ့ ပြကွဒိန်နဲ့ လုပ်ရမယ့် အချိန်ဇယားကို အပြန်ပြန်အလှန်လှန် ကြည့်ရှုလေလေ၊ ဒီနေ့ ကျွန်တော်ဘယ်သူနဲ့ တွေ့မယ်၊ ဘာတွေ ဖတ်ရ မယ်၊ ဘယ်လိုအစည်းအဝေးတွေ တက်ရမယ် စတာတွေကို မှတ်မိလာ

တာနဲ့အမျှ အဲဒီကတစ်ဆင့် ဘာတွေလေ့လာနိုင်သလဲဆိုတာကိုပါ စဉ်းစားလာနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီနောက်တော့ ကျွန်တော့်ရဲ့ နေ့စဉ်လုပ်ငန်းဆောင်တာတွေထဲကမှ ကျွန်တော့်ကို တစ်နည်းတစ်ဖုံ တိုးတက်လာနိုင်စေမယ့် အခြေအနေတွေကိုလည်း အမြဲလေ့လာ ခေါင်းသွင်းထားပါတယ်။ အကယ်၍ သင်ဟာ ဘဝတစ်လျှောက်လုံး သင်ယူလေ့လာတဲ့ အလေ့အကျင့်တစ်ခု ဖန်တီးချင်တယ်ဆိုရင် သင့်တစ်နေ့တာကို ဘယ်လိုသင်ယူစရာအခွင့်အရေးတွေ ရှိနေသလဲဆိုတဲ့အချက်နဲ့ စတင်စဉ်းစားဖို့ အကြံပြုလိုပါတယ်။

စူးစူးစိုက်စိုက် နားထောင်ပါ

အကြောင်းအရာတစ်ခုနဲ့ ပတ်သက်လို့ သင့်ဗဟုသုတပမာဏကို တိုးတက်စေနိုင်တဲ့ အကောင်းဆုံးနည်းလမ်း တစ်ခုက အဲဒီနယ်ပယ်မှာ အတွေ့အကြုံများစွာရှိတဲ့ ပညာရှင်တွေရဲ့ စကားကို နားထောင်ဖို့ပါ။ ကျွန်တော်ဟာ အဲဒီလို အခွင့်အရေးတွေကို အမြဲတမ်း လိုက်ရှာနေတတ်တယ်။ တစ်နှစ်မှာ ဘောလုံးနည်းပြနဲ့ သင်တန်းဆရာပေါင်း ကိုးရာကျော်ကို စကားပြောခဲ့ရပါတယ်။ အဲဒါက သူတို့ရဲ့ ဘောလုံးသင်တန်းတစ်ခု သင်တန်းဆင်းပွဲမှာပါ။ အဲဒီပွဲမှာ ကျွန်တော့်ရဲ့သား မက် စတီ(မ်) မေလာနဲ့ အတူတူ တက်ရောက်ခဲ့ပြီး ထင်ရှားတဲ့ နည်းပြချုပ်တွေဖြစ်တဲ့ ဒေ(မ်)ဝမ်းဆက်(ဒ်)၊ ဘက်(ဂျ်)ဒေးဗစ် စသူတို့နဲ့ ညစာ စားခွင့် ရရှိခဲ့ပါတယ်။ အဲဒါဟာ အလွယ်တကူရရှိနိုင်တဲ့ အခွင့်အရေး မဟုတ်ပါဘူး။ အဲဒီတော့ အဖွဲ့အစည်းစိတ်ဓာတ်နဲ့ ပတ်သက်လို့ သူတို့ကို ကျွန်တော် မေးခွန်းတချို့ မေးနိုင်ခဲ့ပါတယ်။ ပြီးတော့ သူတို့ပြောတာတွေကို နားထောင်ခွင့်ရခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီ ညနေ အပြန်လမ်းပေါ်မှာ ကျွန်တော့်သား မက်က ကျွန်တော့်ကို ပြောပါတယ်။ 'ဥန်ရေ၊ ခင်ဗျား သူတို့ကို မေးခဲ့

တာ မေးခွန်းပေါင်းတစ်ရာလောက် ရှိမယ်ထင်တယ်' လို့ ဆိုပြီးတော့ပေါ့။ 'အကယ်၍ ကျွန်တော်တို့ဟာ တိုးတက်ချင်တယ်၊ သင်ယူချင်တယ်ဆိုရင် ဘယ်လိုမေးခွန်းမျိုး မေးရမလဲဆိုတာနဲ့ ရတဲ့အဖြေကို ဘဝမှာ ဘယ်လို ပြန်ပြီး အသုံးချရမလဲဆိုတာကို သိရပါမယ်။ နားထောင်ခြင်းဟာ စကား ပြောခြင်းထက် ပိုပြီး လေ့လာခွင့်ရစေတယ်' လို့ ကျွန်တော်ကလည်း ပြန်ပြောလိုက်ပါတယ်။

သင် လူတွေနဲ့ တွေ့တဲ့အခါ သင့်မှာ သင်ယူလေ့လာဖို့ အစီအစဉ် ကောင်းကောင်းတစ်ခု ရှိနှင့်သင့်ပါတယ်။ အဲဒါဟာ သင်မလုပ်နိုင်တာ တွေကို လုပ်နိုင်တဲ့ လူတွေနဲ့ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်နိုင်မယ့် နည်းလမ်း တစ်ခုပါပဲ။ ကျယ်ပြန့်စွာ တွေးခေါ်နိုင်သူတွေဟာ သူတို့အရာအားလုံးကို မသိနိုင်ဘူးဆိုတာကို ဝန်ခံကြပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူတို့ရဲ့ နားလည်မှုနဲ့ အတွေးအခေါ်ကို ကျယ်ပြန့်ကြီးထွားစေဖို့ ဖောက်ထွက်တဲ့ မေးခွန်းတွေကို မကြာခဏ မေးလေ့မေးထရှိကြတယ်။ သင်သာ ပိုတော်တဲ့ အမြင်ကျယ် ကျယ်စဉ်းစားနိုင်သူတစ်ယောက် ဖြစ်ချင်တယ်ဆိုရင် နားထောင်သမား ကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ်အောင် အရင်ကြိုးစားပါ။

မျက်စိတစ်ဆုံး ကြည့်ရှုပါ

စာရေးဆရာ ဟင်နရီဒေးဗစ်သိုရူးက ပြောခဲ့တယ်။ 'တစ်ခါတစ်ရံ မှာ မျက်စိအောက်မှာ ရှိနေပေမဲ့လည်း အချို့အရာဝတ္ထုတွေက မမြင် နိုင်ပါဘူး။ ဘာလို့ဆို ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ဉာဏ်ပညာက မသိလို့ပါ' တဲ့။ လူတွေဟာ သူတို့ မြင်နေကျဟာကိုပဲ အရင်မြင်လေ့ရှိတယ်။ ဥပမာ- ကျွန်တော်တို့ ကုမ္ပဏီကလုပ်တဲ့ ခေါင်းဆောင်မှုဆိုင်ရာ ဆွေးနွေးပွဲတစ်ခု ကို လူတွေရောက်လာပြီဆိုရင် သူတို့မြင်ချင်၊ သိချင်တဲ့အရာက ဘယ်မှာ ကားပါကင်ထိုးရမယ်၊ သက်သောင့်သက်သာထိုင်ခုံကို ဘယ်မှာရှာရမယ်၊

စပီကာဖွင့်ထား၊ မထားနဲ့ နားချိန်တွေဟာ မှန်ကန်စွာရှိ မရှိ စတာတွေ ပါပဲ။ အဲဒီ ဆွေးနွေးပွဲကိုပဲ ကျွန်တော်ရောက်တဲ့အခါ ကျွန်တော် သိချင်၊ မြင်ချင်တာက အလင်းရောင် ကောင်း မကောင်း၊ အသံပိုင်းဆိုင်ရာ စနစ်တွေ ကောင်းကောင်း အလုပ်လုပ် မလုပ်၊ ပရိသတ်နဲ့ ဟောပြောသူ အကြား နေရာအထားအသို မှန်၊ မမှန် စသည်ဖြင့်ပေါ့။ သင်ဟာ ဘယ် လိုလူစားလဲဆိုတာကို ဆုံးဖြတ်ပေးမှာက သင်ဘယ်လိုတွေးသလဲဆိုတာ နဲ့ သင်ဘာကို မြင်သလဲဆိုတာပါ။

ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် စဉ်းစားတွေးခေါ်သူတွေဟာ သူတို့ရဲ့ မြင် ကွင်းထဲမှာ သူတို့မမြင်သေးတဲ့အရာတွေ ရှိနေတယ်ဆိုတာ သိကြတယ်။ သူတို့ကိုယ်ထဲက သူတို့ မမြင်နိုင်တဲ့အခါ အခြားသူရဲ့ ကမ္ဘာထဲကို အခြားသူရဲ့ မျက်စိထဲကတစ်ဆင့် ကြည့်ကြတယ်။ ဘောင်ထဲမှာနေရင် ဘယ်လိုရုပ်ပုံမျိုးလဲဆိုတာကို သိဖို့ ခက်ခဲပါတယ်။ ဘောင်ပြင်ထွက်ပြီး ကြည့်မယ်ဆိုရင်တော့ ရုပ်ပုံတစ်ခုကို ကောင်းစွာမြင်နိုင်မှာပါ။ သူများတွေ ဘယ်လိုမြင်လဲဆိုတာကိုသိဖို့ သူတို့ဘယ်လိုစဉ်းစားလဲဆိုတာကို အရင် ဆုံးသိရပါမယ်။ နားထောင်သမားကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်လာခြင်းဟာ အဲဒီကိစ္စကို ကောင်းစွာ အကူအညီပေးနိုင်ပါလိမ့်မယ်။ သင့်အလုပ်ကို သင်လုပ်ရင်းပဲ သူတစ်ပါးရဲ့ ရှုထောင့်ကို သင့်ဂရုစိုက်ရပါလိမ့်မယ်။

ပြည့်ဝစွာ နေထိုင်ပါ

ပြင်သစ်စာရေးဆရာ မိုက်ကယ်အီကမ်ဒီမွန်တိန်းက ရေးသားခဲ့ တယ်။ 'ဘဝရဲ့ တန်ဖိုးတွေဟာ ဘယ်နှရက် ရှင်သန်ရသလဲဆိုတာနဲ့ မဆိုင်ပါဘူး။ ဘဝမှာ ဘယ်လောက်ပဲ ရှင်သန်ချိန်နည်းပါစေ အဲဒီ အချိန်ကို ဘယ်လို အသုံးချသလဲဆိုတာဟာ သင့်ဘဝရဲ့ တန်ဖိုးပါပဲ' တဲ့။ ပြောချင်တဲ့သဘောတရားက သင်ဟာ သင့်ဘဝကို ဘယ်လိုနည်း

မျိုးနဲ့မဆို ဖြတ်သန်းနိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ တစ်ကြိမ်တစ်ခါပဲ အသုံးချနိုင်မှာပါ။ အမြင်ကျယ်တဲ့သူတစ်ယောက် ဖြစ်လာခြင်းဟာ ဘဝကို ပြည့်ပြည့်ဝဝ အသုံးချနိုင်မှာပါ။ အမြင်ကျယ်တဲ့ သူတွေဟာ သူတို့ရဲ့ အတွေ့အကြုံတွေကို တိုးချဲ့လိုကြတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ သူတို့ဟာ သူတို့ရဲ့ကမ္ဘာကို ကျယ်ပြန့်ချင်ကြတယ်။ ရလဒ်ကတော့ အမြင်ကျဉ်းတဲ့ သူတွေထက် သူတို့ဟာ ပိုပြီးအောင်မြင်ကြတယ်။ ပြီးတော့ မလိုလားအပ်တဲ့ အံ့ဩဖွယ် ဖြစ်ရပ်ဆန်းတွေကိုလည်း ကြုံတွေ့ရပါတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ သူတို့ဟာ ဘယ်လိုအခြေအနေမျိုးမှာမဆို အရာဝတ္ထုတော်တော်များများကို တွေ့ဆုံဖို့ ပိုပြီး အခွင့်အလမ်းရှိလို့ပါပဲ။ လူတွေ၊ ဆက်ဆံရေးတွေ၊ အချိန်တွေ၊ တန်ဖိုးတွေနဲ့ ပြဿနာရပ်တွေ အကုန်လုံးပေါ့။ အဲဒီတော့ သူတို့ဟာ ဘဝနဲ့ ပတ်သက်လို့ သာမန်လူတွေထက် ပိုပြီး ခံနိုင်ရည်ရှိကြတယ်။ အတွေ့အကြုံများကြတယ် ဆိုတာ ပြောစရာ မလိုတော့ပါဘူး။ သူတို့ဟာ သူတို့ဘဝကို အမြင်ကျယ်ကျယ်နဲ့ ပြည့်ပြည့်ဝဝ နေထိုင်ခဲ့ကြသူတွေပါ။

အမြင်ကျယ်ဖို့ ဘာလို့ လိုအပ်သလဲ

ယေဘုယျအားဖြင့်တော့ အမြင်ကျယ်ကျယ်စဉ်းစားခြင်းကို အကျိုးရှိတယ်လို့ အသိအမှတ်ပြုရမှာပါ။ လူအချို့က ဦးနှောက်အပိတ်ထဲမှာ နေထိုင်နေကြတယ်။ ဘယ်သူမှတော့ အဲဒီနည်းလမ်းကို မကြိုက်ကြဘူး။ ဒါပေမဲ့ တစ်ခါတစ်ရံ သင့်မှာ လိုချင်စိတ် သိပ်မရှိတဲ့အခါမျိုးမှာ သင့်ဦးနှောက်က ပိတ်မိနေတတ်ပါတယ်။ သင်ဘာလို့ အမြင်ကျယ်သူတစ်ယောက် ဖြစ်လာဖို့ လိုအပ်သလဲဆိုတဲ့ အကြောင်းပြချက်အချို့ကို ကြည့်ကြည့်ရအောင်။

၁။ အမြင်ကျယ်ခြင်းဟာ သင့်ကို ခေါင်းဆောင်နိုင်စေတယ်။

ခေါင်းဆောင်မဟုတ်တဲ့ အမြင်ကျယ်သူတချို့ကို တွေ့နိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျဉ်းမြောင်းတဲ့ အယူအဆနဲ့ ခေါင်းဆောင်တွေကိုတော့ အရေအတွက်နည်းနည်းသာ တွေ့နိုင်မှာပါ။ ခေါင်းဆောင်တွေဟာ အရေးကြီးတဲ့ ကိစ္စရပ်တော်တော်များများကို သူ့လူတွေအတွက် လုပ်ကို လုပ်ပေးနိုင်ရပါမယ်။

- နောက်လိုက်တွေ မမြင်တဲ့ အနာဂတ်ရည်မှန်းချက်ကို သူတို့ ကြိုပြီး မြင်ရပါမယ်။
- အခြေအနေ အရပ်ရပ်ကို ဘက်ပေါင်းစုံကနေ ခြုံငုံပြီး စဉ်းစားနိုင်ရပါမယ်။ (အမြင်ကျယ်တဲ့ ခေါင်းဆောင်တွေဟာ အပေါ်က အနာဂတ်ရည်မှန်းချက်ကို စတင်တည်ဆောက်ရာမှာ ဖြစ်လာနိုင်တဲ့ ပြဿနာတွေကို သိရှိကြပါတယ်။)
- အဲဒီလို သိရှိခြင်းဖြင့် သူတို့ရဲ့အဖွဲ့အနေနဲ့ ဘယ်လမ်းကြောင်းကို သွားနေသလဲဆိုတာကို လမ်းညွှန်မြေပုံတစ်ခု ဆွဲထုတ်နိုင်ရပါမယ်။ ဖြစ်လာနိုင်တဲ့ စိမ်ခေါ်မှုတွေ၊ အတားအဆီးတွေပါဝင်တဲ့ အဲဒီ လမ်းပြမြေပုံကိုကြည့်ပြီး ချမှတ်ထားတဲ့ ခေါင်းဆောင်တွေရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ဟာ သူတို့ရဲ့ အိပ်မက်ကို အကောင်အထည်ဖော်ဖို့ ဖြစ်ရပါမယ်။
- ကနဦးအစမှာ ခိုင်မာတဲ့ အနာဂတ်အမြင်တစ်ခုရှိခြင်းဟာ လမ်းကြောင်းပေါ်လာတဲ့ အခါမှာတော့ အတိတ်နဲ့ ပစ္စုပန်ကို ချိတ်ဆက်နိုင်ပြီး အဖွဲ့အစည်းက သွားနေတဲ့လမ်းကြောင်းဟာ ပိုပြီး အဓိပ္ပာယ်ရှိလာပါမယ်။ အဲဒီလိုအပ်ချက်ကိုလည်း ခေါင်းဆောင်တွေကသိပြီး အမြင်ကျယ်ကျယ်နဲ့ ချိတ်ဆက်နိုင်ရပါမယ်။

- နောက်ဆုံးတော့ သင့်တော်တဲ့အချိန်မှာ လိုအပ်တဲ့ ဖြစ်ရပ်တွေကို ဖန်တီးနိုင်ပြီပေါ့။

ခေါင်းဆောင်မှုမှာ ဘယ်အချိန်မှာ ဆိုတာဟာ ဘာလုပ်ရမလဲ ဆိုတာနဲ့ ထပ်တူအရေးကြီးပါတယ်။ 'လူတိုင်းရဲ့ဘဝမှာ ထူးခြားဆန်းကြယ်တဲ့ဖြစ်ရပ်တွေ ဖြစ်လာနိုင်ပါတယ်။ သူ့ရဲ့ စတင်မွေးဖွားခြင်းကဲ့သို့ပေါ့။ သူသာ အချိန်ကိုက်လုပ်နိုင်ရင် သူ့အတွက်အချိန်အခါကောင်းပါပဲ'လို့ ဝင်စတန်ချာချီက ပြောခဲ့ပါတယ်။

လမ်းတွေဆောက်တဲ့ အခါမှာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ခရီးတစ်ခုစီစဉ်တာမှာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ကိုယ်ကခေါင်းဆောင်ပြီး ရွေ့လျားခြင်းမှာပဲဖြစ်ဖြစ် ကျယ်ပြန့်တဲ့အမြင်ဟာ သင့်ကိုပိုပြီး အောင်မြင်စေပါလိမ့်မယ်။ ပတ်ဝန်းကျင်အခြေအနေတစ်ရပ်လုံးကို အမြင်ကျယ်ကျယ်မြင်ဖို့ကြိုးစားသူတွေဟာ သူများထက်ပိုပြီး အခက်အခဲတွေကို ကျော်လွှားနိုင်ပါလိမ့်မယ်။

၂။ အမြင်ကျယ်ခြင်းဟာ သင့်ကို အမြဲလမ်းမှန်ပေါ်မှာ ရှိနေစေပါလိမ့်မယ်

'နေရာတိုင်းအတွက်လိုအပ်တဲ့လူဆိုတာ ဘယ်နေရာမှာမှ မရှိပါဘူး'လို့ သောမတ်(စ်)ဖူလာက ပြောခဲ့တယ်။ ကိစ္စတွေပြီးမြောက်ဖို့ဆိုရင် အာရုံစူးစိုက်ဖို့ လိုပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ မှန်ကန်တဲ့အရာတွေကို လုပ်နိုင်ဖို့ဆိုတာတော့ အရာအားလုံးကို အရင်ဆုံး အမြင်ကျယ်ကျယ် စဉ်းစားဖို့လိုပါမယ်။ သင့်ရဲ့ နေ့စဉ် လုပ်ငန်းဆောင်တာတွေကို ကျယ်ပြန့်တဲ့အမြင်နဲ့ စဉ်းစားနိုင်ခြင်းဟာ သင့်ကိုလမ်းမှန်ပေါ်မှာ ရှိနေစေပါတယ်။ 'ကိစ္စသေးသေးလေးတွေကို ဆောင်ရွက်ရင်း အိပ်မက်ကြီးကြီးမက်မက်နေသူတွေဟာ အဲဒီအလုပ်သေးသေးလေးတွေနဲ့ လိုချင်တဲ့ အိပ်မက်ကြီးကြီးဆီကို ဦးတည်ချက်မှန်စေတယ်'လို့ အယ်ဗင်တော်ဖလားက ပြောခဲ့ပါတယ်။

၃။ အမြင်ကျယ်ခြင်းဟာ သူများတွေရဲ့ အမြင်ကိုလည်း နားလည်စေပါလိမ့်မယ်။

လူမှုဆက်ဆံရေးမှာ သင် လေ့ကျင့်သင်ယူရမယ့် အရည်အချင်း တစ်ရပ်က သူတစ်ပါးနေရာကဝင်ပြီး စဉ်းစားနိုင်ဖို့ပါ။ အဲဒါဟာ အလုပ် လုပ်တဲ့အခါ ဖောက်သည်တွေနဲ့ ဆက်ဆံရေးမှာ အဓိကသော့ချက်ဖြစ်ပြီး ကိုယ့်ဖောက်သည်တွေ ကျေနပ်နိုင်ဖို့၊ ဆက်ဆံရေးတွေခိုင်မြဲဖို့၊ အိမ် ထောင်ရေးခိုင်မြဲဖို့၊ ကလေးငယ်တွေကို ပြုစုပျိုးထောင်ဖို့၊ အားနည်းသူ တွေကို ကူညီနိုင်ဖို့၊ စတာတွေကို ဖန်တီးနိုင်ပါတယ်။ လူနဲ့ လူချင်း ဆက်ဆံရေးတွေဟာ သူတစ်ပါးနေရာက ဝင်ပြီး စဉ်းစားနိုင်တဲ့ အရည် အချင်းနဲ့ တိုးတက်ကောင်းမွန်လာနိုင်ပါတယ်။ ဘယ်လိုဖြစ်နိုင်မှာပါလဲ။ သင့်ကမ္ဘာ၊ သင်လိုချင်တာတွေထက်ကျော်ပြီး စဉ်းစားကြည့်ပါ။ ကိစ္စတစ် ရပ်ကို ဖြစ်နိုင်တဲ့ ထောင့်ပေါင်းစုံကနေ စဉ်းစားဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ သူ တစ်ပါးရဲ့ လိုအပ်ချက်နဲ့ ခံစားချက်တွေ၊ သူတစ်ပါးရဲ့ ဖြတ်သန်းမှုနဲ့ အတွေ့အကြုံတွေ၊ အဲဒါတွေအားလုံးကို သင့်ရဲ့ စဉ်းစားမှုမှာ ထည့်သွင်း စဉ်းစားနိုင်မယ်ဆိုရင် သင်ဟာ သူတစ်ပါးမြင်တာတွေကိုလည်း မြင်နိုင်ပြီ ပေါ့။ အဲဒီအရည်အချင်းဟာ ဘဝအတွက် တကယ့်ကို အင်အားကြီးမား တဲ့ အရာတစ်ခုပါ။

၄။ အမြင်ကျယ်ခြင်းဟာ အဖွဲ့အစည်းစိတ်ဓာတ်ကို တိုးတက်စေပါတယ်

ဘယ်လိုအသင်းအဖွဲ့မျိုးမှာပဲ သင်ပါဝင်သည်ဖြစ်စေ သင့် အမြင် တစ်ခုတည်းသာမက အဖွဲ့အစည်းမှာ ပါဝင်သူတိုင်းရဲ့ အမြင်နဲ့ အခန်း ကဏ္ဍအားလုံးကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားနိုင်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ အဖွဲ့ အစည်းထဲမှာရှိတဲ့ လူတစ်ယောက်ယောက်က သူနဲ့ အခြားအဖွဲ့ဝင်တွေ အဆင်မပြေဘူးလို့ ထင်လိုက်တဲ့အချိန်တိုင်းဟာ အဲဒီအဖွဲ့အစည်း ဒုက္ခ ရောက်တဲ့အချိန်ပါပဲ။ အဖွဲ့ဝင်တွေအားလုံးက အမြင်ကျယ်ကျယ်နဲ့ စည်း စည်းလုံးလုံးရှိလေလေ အဖွဲ့အစည်းရဲ့ လုပ်ဆောင်ရည် ပိုကောင်းလာ

လေပါပဲ။

၅။ အမြင်ကျယ်ခြင်းဟာ နိစ္စရူပကိစ္စတွေကြား ပိတ်မိနေခြင်းကနေ သင့်ကို လွတ်မြောက်စေပါတယ်

နေ့စဉ်ဘဝရဲ့ တချို့အရာတွေဟာ လုံးဝလိုအပ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ မထင်ရလောက်အောင် ပျင်းစရာကောင်းပါတယ်။ အမြင်ကျယ်တဲ့သူ တွေဟာ အဲဒီအရာတွေကို လက်မလွှတ်သလို ပျင်းရိငြီးငွေ့ခြင်းမှာလည်း အပိတ်ဆို့ မခံပါဘူး။ အရေးကြီးတဲ့ နိစ္စရူပတွေအတွက် လိုသလောက်ပဲ စိတ်ဝင်စားမှုကို ပေးထားပြီး အခြားအရာတွေကိုလည်း မျက်ခြည်မပြတ် စဉ်းစားနေတတ်ပါတယ်။ အနာဂတ်ကို မေ့နေတဲ့သူဟာ ပစ္စုပ္ပန်ရဲ့ ကျေး ကျွန်ဖြစ်တယ်ဆိုတဲ့အကြောင်း သူတို့သိပါတယ်။

၆။ အမြင်ကျယ်ခြင်းဟာ မြေပုံပေါ်မပါတဲ့ နယ်ပယ်တွေကို မြင်နိုင်စေတယ်

ကျွန်တော်တို့ အဲဒီနေရာကိုရောက်ဖို့ အဲဒီတံတားကို ဖြတ်ကိုဖြတ်ရ တယ်ဆိုတဲ့ အပြောကို သင်ကြားဖူးပါသလား။ အဲဒါဟာ အမြင်မကျယ် တဲ့သူတစ်ယောက်ရဲ့ ပြောစကားတွေပါ။ ကမ္ဘာကြီးဟာ ဘယ်သူမှမဖြတ် ရသေးခင် သူတို့စိတ်ထဲမှာကြိုပြီး တံတားဖြစ်နေသူတွေနဲ့ တည်ဆောက် ထားတာပါ။ နယ်ပယ်သစ်တွေကို ရောက်ရှိဖို့နဲ့ နယ်မြေသစ်တွေမှာ ကျင်လည်ဖို့ တစ်ခုတည်းသော နည်းလမ်းက ပစ္စုပ္ပန်ကို ကျော်လွန်ပြီး ကျယ်ပြန့်တဲ့အမြင်တစ်ခု ရရှိဖို့ပါ။

အမြင်ကျယ်ကျယ် ဘယ်လိုစဉ်းစားတွေးခေါ်မလဲ

အခွင့်အလမ်းသစ်တွေ ရှာဖွေဖို့နဲ့ အကန့်အသတ်တွေကို ကျော်လွှားဖို့ ဆုံးဖြတ်ထားတယ်ဆိုရင် သင့်ရဲ့စွမ်းဆောင်ရည်တွေထဲမှာ အမြင်ကျယ်ခြင်းဆိုတဲ့ အရည်အချင်းတစ်ခု ထပ်ပေါင်းထည့်ဖို့ လိုအပ်နေပါပြီ။ အမြင်ကျယ်ကျယ်စဉ်းစားနိုင်မယ့် တွေးခေါ်သူတစ်ယောက် ဖြစ်လာနိုင်ဖို့ အောက်ပါအကြံပြုချက်တွေကို ခေါင်းထဲထည့်ထားပါ။

၁။ တိကျဖို့ မကြိုးစားပါနဲ့။

အမြင်ကျယ်တဲ့သူတွေဟာ ဝေဝါးမှုတွေနဲ့ အသားကျကြတယ်။ တွေ့ရှိမှုအသစ်တိုင်းကို သို့မဟုတ် သတင်းအချက်အလက်တိုင်းကို ပုံစံသွင်းထားတဲ့ တိကျတဲ့ ပုံစံခွက်ထဲကို ဘယ်တော့မှ ထည့်လေ့မရှိဘူး။ မြင်နိုင်တဲ့ ရှုပ်ထွေးတဲ့ ကိစ္စရပ်တွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီး သူတို့ခေါင်းထဲမှာ ကျယ်ပြန့်စွာ စဉ်းစားကြတယ်။ သင်ဟာ ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် စဉ်းစားလိုသူဆိုရင် ရှုပ်ထွေးပြီး တည်ငြိမ်မှုမရှိ ပြောင်းလဲနေတဲ့ အတွေးအခေါ်တွေနဲ့ လွတ်ကင်းလို့ မရပါဘူး။

၂။ အတွေ့အကြုံတိုင်းက သင်ယူပါ

အမြင်ကျယ်သူတွေဟာ သူတို့ရဲ့ မြင်နိုင်စွမ်းကို ချဲ့ထွင်ဖို့ ရရှိတဲ့ အတွေ့အကြုံတိုင်းက သင်ယူနိုင်ဖို့ ကြိုးစားလေ့ရှိကြတယ်။ သူတို့ရဲ့ လက်ရှိအောင်မြင်မှုတွေမှာ သာယာမနေဘဲ အဲဒီအောင်မြင်မှုတွေက တစ်ဆင့် သင်ယူကြတယ်။ ပိုပြီး အရေးကြီးတာက သူတို့ဟာ ရှုံးနိမ့်မှုတွေက တစ်ဆင့်လည်း သင်ယူကြတယ်ဆိုတာပါပဲ။ သူတို့ဒါကို ဘာလို့လုပ်နိုင်သလဲဆိုရင် ဦးနှောက်က သင်ယူဖို့ လက်ခံနေသေးလို့ပါပဲ။

ကောင်းသောဆိုးသော ဘယ်လိုအတွေ့အကြုံမျိုးပဲဖြစ်ပါစေ သင့်ကိုအမြင်ကျယ်နိုင်ဖို့ အထောက်အကူ ပြုပါတယ်။ အောင်မြင်မှုတွေ၊

ဆုံးရှုံးမှုတွေ၊ အတွေ့အကြုံတွေဟာ ကျယ်ပြန့်များပြားလေလေ သင့်မှာ သင်ယူနိုင်ဖို့ အခွင့်အလမ်း ပိုမိုများပြားလေပါပဲ။ သင်သာ အမြင်ကျယ် သူတစ်ယောက်ဖြစ်ချင်တယ်ဆိုရင် အပြင်လောကကို ထွက်ပြီး အရာ များစွာကို စမ်းသပ်လုပ်ဆောင်ကြည့်ဖို့ လိုပါတယ်။ အခွင့်အလမ်းတွေကို ယူဆောင်ပါ။ ပြီးတော့ ရှုံးနိမ့်သည်ဖြစ်စေ၊ အောင်မြင်သည်ဖြစ်စေ၊ ဖြစ်ရပ်တွေက သင်ယူပါ။ အတွေ့အကြုံတိုင်းဟာ သင်ခန်းစာပါ။

၃။ လူအများဆီက ဗဟုသုတ ရယူပါ

အမြင်ကျယ်သူတွေဟာ သူတို့ရဲ့ အတွေ့အကြုံတွေက သင်ယူ သည့်နည်းတူ သူတို့မှာ မရှိတဲ့အတွေ့အကြုံတွေကိုလည်း သင်ယူကြပါ တယ်။ အဲဒါဘယ်လိုဖြစ်လာသလဲဆိုရင် သူတို့ဟာ သူတစ်ပါးဆီက ဗဟုသုတတွေကိုလည်း လက်ခံကြလို့ပါ။ ဖောက်သည်တွေ၊ ဝန်ထမ်း တွေ၊ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တွေနဲ့ ခေါင်းဆောင်တွေဆီက အတွေးအခေါ်၊ ဗဟုသုတ အတွေ့အကြုံတွေက တစ်ဆင့်လည်း သူတို့ သင်ယူတတ်ကြ ပါတယ်။

သင့် အတွေးအခေါ်ကို ချဲ့ထုတ်ပစ်ပြီး အမြင်ကျယ်ချင်တယ်ဆို ရင် သင့်ကို အတွေ့အကြုံ ဝေမျှနိုင်တဲ့သူကို ရှာဖွေပါ။ ဒါပေမဲ့ သင် အကြံဉာဏ်ရယူတဲ့သူကို ရွေးချယ်ရာမှာတော့ ဉာဏ်ရှိပါစေ။ လူတိုင်း ဆီက အတွေးအခေါ်ရယူရမယ်ဆိုတာနဲ့ လမ်းမှာတွေ့တဲ့လူတိုင်းကို ရပ်ပြီး မေးနေစရာမလိုပါဘူး။ ရွေးချယ်ပါ။ သင့်ကို ကောင်းကောင်း သိပြီး သင့်အပေါ်ဂရုစိုက်တဲ့သူတွေ၊ သူတို့နယ်ပယ်မှာ ကျွမ်းကျင်တဲ့သူ တွေ၊ သင့်ထက်ပိုပြီး ကျယ်ပြန့်တဲ့၊ နက်ရှိုင်းတဲ့ အတွေ့အကြုံရှိသူတွေ ထံကိုသာ ဆည်းကပ်ပါ။

၄။ သင့်ကမ္ဘာကို ချဲ့ထွင်ဖို့ သင့်ကိုယ်သင် ခွင့်ပြုလိုက်ပါ

သင်ဟာ အမြင်ကျယ်သူတစ်ယောက် ဖြစ်ချင်တယ်ဆိုရင် သင့်

လက်ရှိဘဝရဲ့ အပြင်ကို ထွက်ပြီး ကမ္ဘာလောကကြီးမှာ ကျင်လည်ရပါမယ်။ ပတ်ဝန်းကျင်နဲ့ အသိုင်းအဝိုင်းကလူတွေကို ဘောင်ထဲမှာပဲ နေစေလိုကြတယ်။ များသောအားဖြင့်လူတွေဟာ ပိုနေမြဲ ကျားနေမြဲ စိတ်ဓာတ်ကိုပဲ ကြိုက်ကြတယ်။ ရခဲ့ပြီးသားအရာတွေကိုပဲ လိုချင်ကြတယ်။ ဖြစ်လာနိုင်တဲ့ အောင်မြင်မှုတွေကိုတော့ အရေးမလုပ်ကြဘူး။ အန္တရာယ်ကင်းတဲ့ ရိုးရိုးရှင်းရှင်းအဖြေတွေကိုပဲ လိုချင်ကြတယ်။ အမြင်ကျယ်ကျယ် စဉ်းစားဖို့ဆိုရင် မတူကွဲပြားတဲ့ လမ်းတွေကို လျှောက်ဖို့၊ နယ်ပယ်သစ်တွေကို ရှာဖွေတွေ့ရှိဖို့နဲ့ ကမ္ဘာသစ်ကို ချဲ့ထွင်ဖို့ သင့်ကိုယ်သင် ခွင့်ပြုရပါမယ်။ သင်အခုရနေတဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်ထက် ပိုကျယ်ပြန့်တဲ့ နေရာဆိုတာ အမြဲရှိနေမယ်ဆိုတာ မမေ့ပါနဲ့။

အမြဲတမ်းသင်ယူပါ။ အမြဲတမ်းတိုးတက်နေပါ။ အမြဲတမ်းအမြင်ကျယ်ဖို့ အမြဲတမ်းအခွင့်အလမ်းကို ရှာဖွေပါ။ သင်သာ အမြင်ကျယ်တဲ့ တွေးခေါ်သူတစ်ယောက် ဖြစ်ချင်တယ်ဆိုရင် အဲဒါတွေဟာ အဖြေပါပဲ။

စဉ်းစားရမယ့် မေးခွန်းတစ်ခု
 ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်နဲ့ ကိုယ့်ကမ္ဘာထက်ပိုပြီး
 ကျော်လွန်စဉ်းစားနိုင်ခဲ့ပြီလား။
 ကျယ်ပြန့်တဲ့အမြင်နဲ့ ဘက်ပေါင်းစုံက
 အရာတွေကို မြင်နိုင်၊ တွေ့နိုင်၊ ဆင်ခြင်နိုင်ဖို့ပေါ့။



“သူဟာ အရာတိုင်းကို သူ့မှာနောက်ထပ်
လုပ်စရာဘာမှမရှိသလို လုပ်တယ်”

နီဘယ်ဆုရ ဈား(လိမ်)ဒစ်ကင်(စ်)

အခန်း (၂)

စူးစိုက်စွာ စဉ်းစားတွေးခေါ်နိုင်မှုတွင် မျောပါခြင်း

• တွေးခေါ်သူ ဘက်(ဒ်)ရန်းရပ်ဆယ်(လ်)က တစ်ခါက ပြောဖူးတယ်။ ‘ခက်ခဲတဲ့ အောင်မြင်မှုတွေရရှိဖို့အတွက် လုံလောက်တဲ့ အာရုံစူးစိုက်ချိန်ရရှိဖို့နဲ့ အာရုံစူးစိုက်မှု လိုပါတယ်’တဲ့။ လူမှုဗေဒပညာရှင် ရောဘတ်လစ်(ဒ်) က ရှာဖွေတွေ့ရှိခဲ့တာကတော့ ‘စူးစိုက်တဲ့ တွေးခေါ်မှုဟာ စိတ်မငြိမ်မသက်ဖြစ်ခြင်းနဲ့ ဝေဝါးမှုတွေကို ဖယ်ရှားနိုင်တဲ့ အတွက် သင်ဟာ ဖြစ်ရပ်တစ်ခုအပေါ်မှာ အာရုံစိုက်နိုင်ပြီး ရှင်းရှင်းလင်းလင်းတွေးခေါ်နိုင်ပါတယ်။ စူးစိုက်တဲ့ တွေးခေါ်ပုံဟာ သင့်အတွက် အရာများစွာ ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်ပါတယ်။’ လို့ ဆိုပါတယ်။

၁။ စူးစိုက်စွာ တွေးခေါ်ခြင်းဟာ ချမှတ်ပြီးသား ရည်ရွယ်ချက်တွေ သေချာပေါက်ရရှိနိုင်ဖို့ ခွန်အားတွေ ဖြစ်ထွန်းစေနိုင်ပါတယ်။

အာရုံစူးစိုက်မှုဟာ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဘယ်အရာအတွက်မဆို စွမ်းအင်နဲ့ ခွန်အားတွေ ယူဆောင်လာပေးနိုင်ပါတယ်။ သင်

ဟာ ပညာရပ်တစ်ခုမှာ ထူးချွန်ဖို့ဆိုရင် စူးစိုက်စွာ သင်ယူနိုင်ဖို့ပဲ လိုပါတယ်။ သင့်ရဲ့ ကုန်ပစ္စည်းထုတ်လုပ်မှု လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ရပ်ကို ပြန်လည်ဆန်းသစ်ဖို့ဆိုရင်လည်း အဲဒီလုပ်ငန်းစဉ်အပေါ် အာရုံစူးစိုက်ထားခြင်းက အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းကို ရှာဖွေတွေ့ရှိစေပါတယ်။ သင်ဟာ ခက်ခဲတဲ့ သင်္ချာပုစ္ဆာတစ်ရပ်ကို ဖြေရှင်းချင်တယ်ဆိုရင်တော့ စူးစိုက်စွာ တွေးခေါ်နိုင်ခြင်းက ရှင်းလင်းတဲ့အဖြေတစ်ခုကို ရရှိစေပါလိမ့်မယ်။ ကိစ္စရပ်တစ်ခု သို့မဟုတ် ပြဿနာတစ်ရပ်ဟာ ရှုပ်ထွေးလေလေ အာရုံစူးစိုက်တဲ့ တွေးခေါ်မှု ပိုပြီး လိုလေလေ ဖြစ်ပါတယ်။

၂။ စူးစိုက်တဲ့ တွေးခေါ်မှုဟာ အကြံဉာဏ်တွေ တည်ဆောက်ဖို့ အချိန်ကို ပေးပါတယ်။

ကျွန်တော်ဟာ အိုင်ဒီယာ အသစ်တွေကို ရှာဖွေတွေ့ရှိချင်၊ ဖန်တီးချင်ပါတယ်။ အမြဲတမ်းလိုလို ကျွန်တော့်ရဲ့ တီထွင်သူအဖွဲ့နဲ့ ဦးနှောက်မုန်တိုင်းဆင်ခြင်း၊ တီထွင်ဉာဏ်ဆန်းသစ်စွာတွေးခေါ်ခြင်းတွေကို ပြုလုပ်လေ့ရှိပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ စတင်တွေ့ချင်းမှာ အိုင်ဒီယာတွေ များနိုင်သမျှ များအောင် အရင်ထုတ်ပါတယ်။ ဖောက်ထွက်တဲ့ အဖြေတစ်ခုဟာ များပြားတဲ့ အိုင်ဒီယာတွေကို ဝေမျှခြင်းကတစ်ဆင့် ပေါ်ထွက်လာနိုင်ပါတယ်။

ဒါပေမဲ့ အဲဒီ အိုင်ဒီယာတွေကို နောက်တစ်ဆင့်တက်ဖို့ဆိုရင်တော့ သင့်ရဲ့ အတွေးအခေါ်ကို ကျယ်ပြန့်စွာ စဉ်းစားခြင်းကနေ အိုင်ဒီယာတွေကို ရွေးချယ်စစ်ထုတ်ယူပြီး အသုံးဝင်မယ့်အရာတစ်ချို့ကိုပဲ အာရုံစူးစိုက်စဉ်းစားခြင်းကိုပြောင်းဖို့ ပြင်ဆင်ရပါတော့မယ်။ ကောင်းမွန်တဲ့ အတွေးအခေါ်တွေဟာ တကယ့်ကို ကြီးကျယ်တဲ့ အိုင်ဒီယာတွေ ဖြစ်လာနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီကောင်းမွန်တယ်ဆိုတဲ့ အတွေးအခေါ်အပေါ် အာရုံစိုက်ပြီး စဉ်းစားမယ်ဆိုရင်ပေါ့။ အိုင်ဒီယာတစ်ခုတည်းအပေါ်မှာ အကြာကြီး

စူးစိုက်ထားတာဟာ တကယ့်ကို စိတ်တိုစရာ ကောင်းပါတယ်။ ကျွန်တော် တစ်ခါက အတွေးအခေါ်တစ်ခုကို ရက်အတော်ကြာအောင် အာရုံစူးစိုက်စဉ်းစားပြီး အဲဒီအိုင်ဒီယာကို တိုးတက်အောင်လုပ်ဖို့ ကြိုးစားဖူးပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော် မအောင်မြင်ခဲ့ပါဘူး။ သို့သော်လည်း တစ်ခါတစ်ရံ ကျွန်တော့်ရဲ့ စိတ်ရှည်မှုက စူးစိုက်စွာ စဉ်းစားခြင်းနဲ့ ထပ်တူကျခဲ့ရင်တော့ အကျိုးအမြတ်များစွာ ဖြစ်ထွန်းတတ်တဲ့အခါတွေလည်း ရှိပါတယ်။ စူးစိုက်စွာ စဉ်းစားခြင်းက အကောင်းဆုံးဖြစ်ခဲ့မယ်ဆိုရင် အိုင်ဒီယာတွေတင် တိုးတက်ကောင်းမွန်လာမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ကိုယ်တိုင်လည်း တိုးတက်လာပါလိမ့်မယ်။

၃။ စူးစိုက်စွာတွေးခေါ်မှုက ပန်းတိုင်တွေကို ပိုပြီးရှင်းလင်းစေတယ်။

ဂေါ့(ဖ်)ကစားတာကို ကျွန်တော့်ရဲ့ အနှစ်သက်ဆုံး ဝါသနာလို့ သတ်မှတ်ထားပါတယ်။ အဲဒါက တကယ့်ကို စိန်ခေါ်မှုတွေများတဲ့ ကစားပွဲတစ်ခုပါ။ ကျွန်တော်အဲဒီကစားနည်းကို ဘာလို့ကြိုက်သလဲဆိုရင် ရည်မှန်းချက်တွေက သိပ်ကို ရှင်းလင်းလို့ပါ။ တောင်ကာရိုလိုင်းနားတက္ကသိုလ်က ပရော်ဖက်ဆာ ဝီလီယံမွန်ဘလီက ဂေါ့(ဖ်)နဲ့ ပတ်သက်လို့ သူ့ရဲ့ တွေ့ရှိချက်တစ်ခုကို ပြောပါတယ်။

‘ဂေါ့(ဖ်) ကစားနည်းနဲ့ ပတ်သက်လို့ အရေးကြီးဆုံးအရာတစ်ခုက ရှင်းလင်းတိကျတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်တစ်ခု ရှိခြင်းပါ။ အကောင်းဆုံးဆိုတာ ဘာလဲ သင် သိတယ်။ သာမန်ဆိုတာဘာလဲ သင်သိတယ်။ သိပ်မလွယ်သလို မရနိုင်တာလည်း မဟုတ်ဘူး။ သင့်ရဲ့ ပျမ်းမျှရမှတ်ကို သင် သိတယ်။ ပြီးတော့ အဲဒီမှာ စိန်ခေါ်မှုတွေရှိတယ်။ သင်နဲ့ သင့်ပြိုင်ဘက်တွေရဲ့ ရမှတ်တွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီး သင့်ရဲ့ ရည်မှန်းချက်က သူတို့ရိုက်ချက်တွေထက် ပိုကောင်းဖို့ပဲ။ အလုပ်ဖြစ် မဖြစ်ဆိုတာထက် ဂေါ့(ဖ်) ကစားနည်းမှာ အဲဒီရည်ရွယ်ချက်က သင့်ကို စိတ်အားတက်ကြွစေတယ်’

ကျွန်တော် ဂေါက်ကွင်းမှာ တစ်ခါမြင်ဖူးတာက ကျွန်တော်နဲ့ အတူကစားတဲ့ ကစားဖော်က သူဘောလုံးကို ကျင်းစိမ်ပြီးတာနဲ့ အမှတ် အသားပင်ကိုပြန်ထားဖို့ မေ့နေခဲ့တယ်။ ကျွန်တော့်ရဲ့ ပစ်မှတ်ကို ကျွန်တော်မမြင်နိုင်တဲ့အတွက် ကျွန်တော်ကောင်းစွာ အာရုံမစူးစိုက်နိုင်တော့ဘူး။ အာရုံစူးစိုက်မှုကနေ ဒေါသအဖြစ် ပြောင်းလဲစေပြီး ကျွန်တော့်ရဲ့ လက်ရည်တွေလည်း ညံ့ဖျင်းသွားခဲ့တယ်။ ဂေါ့(ဖ်)သမားကောင်း တစ်ယောက်ဖြစ်ဖို့ဆိုရင် အဲဒီလူဟာ ရှင်းလင်းတဲ့ ပစ်မှတ်တစ်ခုကိုပဲ အာရုံစိုက်ထားရမယ်တဲ့။ စဉ်းစားတွေးခေါ်ခြင်းမှာလည်း ဒီလိုပါပဲ။ အာရုံစူးစိုက်ခြင်းဟာ သင့်ကို ရည်ရွယ်ချက်တွေသိစေတယ်။ ပြီးတော့ အဲဒီရည်ရွယ်ချက်တွေကို သေချာပေါက် ရရှိစေပါတယ်။

၄။ စူးစိုက်စွာတွေးခေါ်မှုက သင့်ကို နောက်တစ်ဆင့်ကို ရောက်စေတယ်။

အရာရာတိုင်းကို ယေဘုယျအမြင်ရှိတယ်ဆိုရုံနဲ့ ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်မှုကို မရရှိနိုင်ဘူး။ အရာရာတိုင်းကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားနေမယ်ဆိုရင် ပြီးပြည့်စုံတဲ့ အရည်အချင်းတစ်ခု သင်မရနိုင်ဘူး။ အဆင့်တစ်ခုကနေ ဒီထက်မြင့်တဲ့ နောက်အဆင့်တစ်ခုကို တိုးတက်ဖို့ဆိုရင် အာရုံစူးစိုက်နိုင်ရမယ်။ စီးပွားရေးစီမံကိန်းကို လက်စသတ်ဖို့၊ အမြတ်ကို တိုးတက်ဖို့၊ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တွေကို မြှင့်တင်ဖို့ စသည်ဖြင့် သင့်ရဲ့ ရည်မှန်းချက်ဟာ ဘယ်လိုပဲ ဖြစ်ပါစေ၊ သင်အာရုံစူးစိုက်ဖို့ လိုပါတယ်။ စာရေးဆရာ ဟင်နရီအေအိုဗာဆွိက ပြောပါတယ်။ ‘မရင့်ကျက်သေးတဲ့ စိတ်ဟာ ဟိုခုန်ဒီခုန် ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ရင့်ကျက်တဲ့ အတွေးအခေါ်ကတော့ တစိုက်မတ်မတ် ရှေ့ဆက်တိုးပါတယ်’ ဆိုတာပါပဲ။

ဘယ်လိုနေရာမှာ သင့်အတွေးအခေါ်ကို အာရုံစိုက်သင့်ပါသလဲ
 သင့်ဘဝရဲ့ အရာရာတိုင်းဟာ စူးစိုက်တဲ့ တွေးခေါ်မှုကို လိုအပ်ပါ
 သလား။ အဖြေကတော့ (NO) ပါပဲ။ ရွေးချယ်တတ်ပါစေ။ စူးစိုက်တဲ့
 အတွေးအခေါ်နဲ့ ပတ်သက်ပြီး မလိုအပ်ဘဲ အပင်ပန်းမခံပါနဲ့။ ကျွန်တော့်
 အတွက်ဆိုရင်တော့ နယ်ပယ်လေးခုနဲ့ပတ်သက်လာရင် နက်ရှိုင်းတဲ့ စူး
 စိုက်တွေးခေါ်မှုတစ်ခု လိုအပ်ပြီလို့ သတ်မှတ်ထားပါတယ်။ ခေါင်း
 ဆောင်မှု၊ တီထွင်နိုင်မှု၊ ဆက်ဆံရေးနဲ့ နိုင်ငံတကာ အချိတ်အဆက်
 ရှာဖွေနိုင်မှုတို့ပါပဲ။ သင့်ရွေးချယ်မှုဟာ ကျွန်တော်နဲ့ ကွဲလွဲနိုင်ပါတယ်။
 မှန်ကန်စွာရွေးချယ်နိုင်ဖို့ အကြံပြုချက်အနည်းငယ်ကတော့ . . .

၁။ သင့်ရဲ့ ဦးစားပေးတွေကို သတ်မှတ်ပါ

ပထမဆုံး သင်ဘာကို ဦးစားပေးမလဲဆုံးဖြတ်ပါ။ သင် ကိုယ်
 တိုင်လား၊ သင့်မိသားစုလား၊ သင့်ရဲ့အဖွဲ့အစည်းပါလား။ စာရေးဆရာ၊
 အကြံပေးပညာရှင်နဲ့ အတွေးအခေါ်ပညာရှင် အက်ဒွပ်ဒီဘိုးနိုးက ပြော
 တာကတော့ 'နိဂုံးဆိုတာ တွေးခေါ်ရလို့ ပင်ပန်းသွားတဲ့ နေရာပါပဲ' လို့
 ဆိုပါတယ်။ ကံဆိုးတာတစ်ခုက လူတော်တော်များများဟာ သူတို့ရဲ့
 ဦးစားပေးတွေကို ရေလိုက်သင့်ငါးလိုက်သင့် သူတစ်ပါးအပေါ်မှီခိုပြီး
 သူလိုငါလို သတ်မှတ်လေ့ရှိကြတယ်။ သင်အဲဒါကို သေချာပေါက်
 မလုပ်ချင်ဘူးမဟုတ်လား။ သင့်ရဲ့ လမ်းကြောင်းကို သူတစ်ပါးကို မချ
 မှတ်စေချင်ဘူး မဟုတ်လား။

သင့်ရဲ့ဦးစားပေးတွေသတ်မှတ်ဖို့ နည်းလမ်းများစွာရှိပါတယ်။
 သင့်ကိုယ် သင် သေချာပေါက်သိမယ် ဆိုရင် သင့်ရဲ့ ပါရမီနဲ့ သင်
 ကောင်းစွာအသုံးပြုနိုင်တဲ့ အရည်အချင်းတွေပေါ်မူတည်တဲ့ သင့်ရဲ့ အား
 သာချက်နဲ့ စတင်ပါ။ ပြီးတော့ ပြန်ရချက်တွေ၊ ရလဒ်တွေ၊ ကောင်းမွန်များ
 ပြားလာမယ့်အရာတွေကိုလည်း အာရုံစိုက်ပါ။ ရှစ်ဆယ် ရာခိုင်နှုန်းသော

သင့်ရဲ့ခွန်အားကို နှစ်ဆယ်ရာခိုင်နှုန်းသော အရာတွေ (အရေးကြီးဆုံး အရာတွေ) အတွက်ပဲ အသုံးချပါ။ နောက်တစ်ချက်ကတော့ ပြန်ရချက် ကြီးမားတဲ့ လူတိုင်းမမြင်နိုင်တဲ့ အခွင့်အလမ်းတွေကို အာရုံစိုက်ပါ။

၂။ သင့်အတွက် လက်ဆောင်တွေကို ရှာဖွေပါ

လူတော်တော်များများက သူတို့ရဲ့ အရည်အချင်းတွေ၊ လက်ဆောင်တွေ၊ ပါရမီတွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီး သိလေ့သိထ မရှိပါဘူး။ သူတို့ဟာ အင်္ဂလိပ်ကာတွန်းဇာတ်ကောင် ချာလီဘရောင်းနဲ့ တူပါတယ်။ တစ်နေ့ ဘော့(စ်)ဘောဂိမ်းတစ်ခုအပြီးမှာ သူကဆိုပါတယ်။ 'ဟေ့လူတွေ၊ ကျွန်တော်က ဘယ်တော့မှ လိ(ဂ်)ကစားပွဲကြီးတွေအတွက် ကစားသမား တစ်ယောက်ဖြစ်လာမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ အခုလည်းမရဘူး။ ကျွန်တော့် ဘဝတစ်ခုလုံး လိ(ဂ်)ပွဲကြီးတွေရဲ့ ကစားသမားတစ်ယောက်ဖြစ်ဖို့ စိတ်ကူးယဉ်ခဲ့တယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော်လုပ်နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး' လို့ ပြောပါတယ်။ အဲဒီကာတွန်းမှာပါတဲ့ နောက်ထပ်ဇာတ်ကောင်တစ်ကောင် ဖြစ်တဲ့ လူစီက အပေါ်ကစကားနဲ့ ပတ်သက်ပြီး 'ချာလီဘရောင်းရေ၊ နင်ဟာ သိပ်ကို အဝေးကြီးစဉ်းစားလွန်းတယ်။ သင်လုပ်ရမှာက သင့်အတွက် လက်တွေ့ကျမယ့် ရည်မှန်းချက်တွေ ချမှတ်ဖို့ပဲ။' လို့ ပြန်ပြောပါတယ်။ 'လက်တွေ့ကျမယ့် ရည်မှန်းချက်တွေ။ ဟုတ်လား' လို့ ချာလီဘရောင်းက အရောင်လက်လာတဲ့ မျက်ဝန်းတွေနဲ့ ပြန်မေးပါတယ်။ 'ဒါပေါ့။ နောက်တစ်ခေါက် နင်ဘောလုံးရိုက်သွင်းရမယ့် အလှည့်ဆိုရင် ဘောလုံးကို ရိုက်ပြီးတာနဲ့ လဲမကျဘဲ ပြေးဖို့ကို စဉ်းစားဖို့ပေါ့' လို့ ဆိုပါတယ်။ ကျွန်တော် လူတော်တော်များများနဲ့ တွေ့ဖူးပါတယ်။ အဲဒီလူတွေဟာ အိမ်ထဲမှာ လူစီလိုလူတွေနဲ့ အတူတကွ ကြီးထွား ရှင်သန်ခဲ့ရတယ်။ သူတို့အားပေးမှုနဲ့ ထောက်ခံမှု နည်းနည်း ရကောင်းရနိုင်တယ်။ ဒါပေမဲ့ သူတို့ လမ်းပျောက်ခဲ့ရတယ်။ သင့်မှာ တကယ်လို့ အဲဒီလို

နောက်ကြောင်းမျိုး ရှိခဲ့တယ်ဆိုရင် သင့်အတွက် လက်ဆောင်ဟာ ဘာလဲ ဆိုတာသိဖို့ သင်ပိုပြီး ကြိုးစားဖို့လိုပါပြီ။ သင်နဲ့ ပတ်သက်ပြီး အကောင်း မြင်စိတ်ရှိတဲ့ သူငယ်ချင်းတွေ၊ မိသားစုဝင်တွေကို သင်ဘယ်နေရာမှာ ထူးချွန်သလဲဆိုတာနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ သူတို့ရဲ့ အမြင်ကို မေးပါ။ သင့်ရဲ့ အတိတ်က အောင်မြင်မှုတွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ပြန်လည်စဉ်းစားဖို့ အချိန် အနည်းငယ်ယူပါ။ သင်သာ တကယ်လို့ သင့်ရဲ့အားသာချက်တွေအပေါ် သင့်တွေးခေါ်မှုကိုသာ အာရုံစူးစိုက်ချင်တယ်ဆိုရင် အဲဒီ အားသာချက်က ဘာလဲဆိုတာ သိရပါမယ်။

၃။ သင့်အိပ်မက်ကို ထုဆစ်ပါ

သင်သာ တကယ်လို့ ကြီးကျယ်တဲ့အရာတွေကို လိုချင်တယ်ဆိုရင် သင့်မှာ အိပ်မက်ကြီးကြီးတစ်ခုရှိဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ အဲဒီအိပ်မက်နဲ့ ပတ်သက်ပြီး သိပ်မသေချာဘူးဆိုရင် သင့်ရဲ့ စူးစိုက်တဲ့ တွေးခေါ်မှုကို အသုံးပြုပြီး ရအောင်ရှာဖွေပါ။ သင့်ရဲ့ တွေးခေါ်မှုဟာ နေရာတစ်ခုကိုပဲ ထပ်ခါထပ်ခါ ပြန်လည်ရောက်ရှိနေပြီဆိုရင်တော့ အဲဒီအရာဟာ သင့်ရဲ့ အိပ်မက်အစစ်အမှန်ပါပဲ။ အဲဒီအရာကို အချိန်များများ စူးစိုက်ကြည့် လိုက်ပါ။ ပြီးတော့ ဘာဖြစ်လာသလဲ စောင့်ကြည့်ပါ။ သင့်အိပ်မက်ကို သင်ရှာဖွေတွေ့ရှိပြီဆိုတာနဲ့ ဒုတိယတစ်ကြိမ် စဉ်းစားမနေဘဲ ရှေ့ကို ဆက်တိုးပါ။ ဆက်ချယ်(လ်)ပိတ်(ဂ်)ရဲ့ အကြံပေးချက်ကို နာယူပါ။ 'နောက် လှည့်မကြည့်ပါနဲ့။ တစ်စုံတစ်ခုကသင့်ကို နောက်ပြန်ဆွဲထား ပါလိမ့်မယ်' တဲ့။

သင်ဟာ အသက်ငယ်လေလေ အရာတော်တော်များများကို စိတ် ဝင်စားလေပါပဲ။ အဲဒါ ကောင်းပါတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ သင် ဟာ ငယ်ရွယ်တုန်းဆိုရင် သင့်ရဲ့ အားသာချက်တွေ၊ အားနည်းချက်တွေနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ သင့်အကြောင်းကို ရှာဖွေတုန်းရှိသေးလို့ပါ။ သင်ဟာ

အရာတစ်ခုကို အာရုံစိုက်ထားပြီး သင့်ရဲ့ အတွေးအခေါ်ကို ပြောင်းလဲခဲ့
မယ်ဆိုရင် သင်ဟာ သင့်ရဲ့အကောင်းဆုံး စိတ်ခွန်အား တော်တော်များ
များကို ဖြုန်းတီးတာ ဖြစ်သွားပါလိမ့်မယ်။ သင် ရင့်ကျက်ပြီး အငွေ့
အကြုံစုံလာတာနဲ့အမျှ တစ်နေရာတည်းအပေါ် အာရုံစူးစိုက်နိုင်မှုဟာ
လည်း ပိုပြီး အဓိကကျလာပါတယ်။ ပိုပြီး မြင့်မြင့်ဝေးဝေးကို သွားလေ
လေ ပိုပြီး အာရုံစူးစိုက်ရပါလိမ့်မယ်။

အမြဲတမ်းအာရုံစူးစိုက်နိုင်ဖို့ဆိုရင်

ဘာကိုတွေးမလဲဆိုတာ သိပြီးတာနဲ့ အဲဒီအပေါ် ဘယ်လိုပိုပြီး
အာရုံစူးစိုက်မလဲဆိုတာ ဆုံးဖြတ်သင့်ပါပြီ။ အဲဒီအချက်နဲ့ ပတ်သက်လို့
ကျွန်တော်က အကြံဉာဏ် ငါးချက်ပေးပါမယ်။

၁။ အာရုံထွေပြားစေတဲ့ အရာတွေကို ဖယ်ထုတ်ပါ။

အာရုံထွေပြားစေတဲ့ အရာတွေကို ဖယ်ထုတ်ခြင်းဆိုတာ ကျွန်
တော်တို့ရဲ့ အခုလက်ရှိ လူမှုဘဝယဉ်ကျေးမှုမှာ သေးငယ်လွယ်ကူတဲ့
အရာတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ အဲဒါဟာ အရေးကြီးပါတယ်။ သင်
ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲဆိုတော့ ပထမဆုံး သင့်ရဲ့ ဦးစားပေးတွေနဲ့ ပတ်သက်
တဲ့ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းတွေကို ဆက်လက်ကျင့်သုံးပါ။ ဘယ်တော့မှ
အလွယ်ဆုံးတစ်ခုကို အရင်လုပ်တာ၊ အခက်ဆုံးတစ်ခုကို အရင်လုပ်
တာ၊ အရေးကြီးဆုံးတစ်ခုကို အရင်လုပ်တာမျိုး မလုပ်ပါနဲ့။ ပထမဆုံး
လုပ်ရမယ့်ဟာကိုပဲ အရင်ဆုံးလုပ်ပါ။ အဲဒီအလုပ်ဟာ သင့်ကို အမြင့်ဆုံး
ပြန်ရချက်ပေးနိုင်မယ့် အရာပေါ့။ အဲဒီနည်းနဲ့ ဆိုရင် သင်ဟာ အာရုံထွေ
ပြားစရာတွေကို အနည်းဆုံးအထိ လျှော့ချနိုင်ပါလိမ့်မယ်။

ဒုတိယအနေနဲ့ အာရုံထွေပြားမှုတွေကနေ သင့်ကိုယ်သင် တားဆီး
ပါ။ အနှောင့်အယှက်မရှိဘဲ စဉ်းစားနိုင်ဖို့ဆိုရင် ကျွန်တော်တို့ အတား

အဆီးတွေ လိုအပ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်ဟာ ကျွန်တော့်ကိုယ်ကျွန်တော် ပတ်ဝန်းကျင်နဲ့ အာရုံအဆက်ဖြတ်လိုက်ဖို့ လုပ်တဲ့ ပညာရပ်မှာ ကျွမ်းကျင်ပါတယ်။ ကျွန်တော့်ရဲ့ တွေးခေါ်စရာနေရာလေးတစ်ခုကို ရောက်သွားပြီဆိုတာနဲ့ အနှောင့်အယှက်မရှိ အလုပ်လုပ်နိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကုမ္ပဏီသုံးခုကို ဦးဆောင်တည်ထောင်ထားသူ တစ်ယောက်အနေနဲ့ တာဝန်ဝတ္တရားတွေဖြစ်တဲ့ ကုမ္ပဏီအလုပ်တွေအပေါ် အာရုံစိုက်မှု ရှိစေဖို့နဲ့ အဲဒီအလုပ်တွေကို ဖယ်ထုတ်ပြီး ကောင်းစွာ အာရုံစိုက်စဉ်းစားနိုင်ဖို့ဆိုတဲ့ လွန်ဆွဲမှုနှစ်ခုဟာ ကျွန်တော့်အတွက် ပြဿနာတစ်ခုပါ။ အဲဒီလွန်ဆွဲမှုကို ဖြေရှင်းနိုင်ဖို့ အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းကတော့ နှစ်ခုလုံးရဲ့ တန်ဖိုးကို နားလည်ဖို့ပါ။ ဆိုလိုတာက လိုအပ်တဲ့အချိန်မှာ တစ်ခုကို စွန့်လွှတ်ဖို့နဲ့ နှစ်ခုလုံး တစ်ပြိုင်နက်မလုပ်နိုင်ဘူးဆိုတာပါပဲ။ လူအုပ်ကြားထဲကို ဖြည်းညင်းစွာဝင်သွားခြင်းဟာ လူတွေနဲ့ အဆက်အသွယ်ရဖို့နဲ့ သူတို့ရဲ့လိုအပ်ချက်ကို သိရှိစေပါတယ်။ လူတွေဆီက ထွက်ခွာလာခြင်းကတော့ သူတို့ကို ဘယ်လိုအရည်အချင်းမြှင့်ပေးမလဲဆိုတဲ့ အတွေးကို ရရှိစေပါတယ်။

ကျွန်တော့်ရဲ့ အကြံပြုချက်က နှစ်ခုလုံးအပေါ် တန်ဖိုးထားပါ။ သင်ဟာ အလိုလျောက် လူအုပ်ကြားထဲက ထွက်ခွာလေ့ရှိသူဆိုရင် များများထွက်ခွာပါ။ သင်ဟာ လူတွေကြားကို အလိုလျောက် ရောက်နေတတ်ပြီး တွေးခေါ်ချိန်နည်းတယ်ဆိုရင် သင့်ကိုယ်သင် အချိန်အပိုင်း အခြားတစ်ခု သတ်မှတ်ပြီး တွေးခေါ်ဖို့ အာရုံစိုက်ပါ။ အဲဒါဆို သင်ဟာ စူးစိုက်စွာ တွေးခေါ်ခြင်းရဲ့ အကျိုးကျေးဇူးကို ရရှိနိုင်ပါလိမ့်မယ်။

၂။ စူးစိုက်စွာတွေးခေါ်ဖို့ အချိန်တွေ ဖန်တီးယူပါ။

သင့်မှာ တွေးခေါ်ဖို့နေရာ ရှိပြီဆိုတာနဲ့ မလုံလောက်ပါဘူး။ သင့်မှာ တွေးခေါ်ဖို့အချိန်ပါ လိုအပ်ပါတယ်။ ပြောင်းလဲမှု မြန်ဆန်နေတဲ့

အခုခေတ်ရဲ့ နေ့စဉ်ယဉ်ကျေးမှုဟာ လူတွေကို ကိစ္စအများကြီး တစ်ပြိုင်နက်လုပ်တတ်တဲ့အကျင့်ကို ဖြစ်စေပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒါဟာ အကြံဉာဏ်ကောင်းတစ်ခုတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ကိစ္စတစ်ခုကို အပြီးမသတ်ဘဲ နောက်တစ်ခုကို တစ်ပြိုင်နက်လုပ်ခြင်းဟာ လေးဆယ်ရာခိုင်နှုန်းသော သင့်ရဲ့ခွန်အားကို အလဟဿ ဆုံးရှုံးစေပါတယ်။ လေ့လာသူတွေရဲ့ အဆိုအရ 'သင်ဟာ အချိန်တစ်ခုမှာ အရာအားလုံးကို ပြီးဖို့ ကြိုးစားတယ်ဆိုရင်၊ တစ်ကြိမ်မှာ တစ်ခုကိုပဲ အာရုံစိုက်ပြီး ပိုလုပ်ပါ။ တစ်ခုလုပ်လိုက်၊ နောက်တစ်ခု ပြောင်းလိုက် မလုပ်ပါနဲ့' ဆိုတာပါပဲ။

လွန်ခဲ့တဲ့ နှစ်အတော်ကြာက ကျွန်တော်သိခဲ့တာက ကျွန်တော့်ရဲ့ အကောင်းဆုံး တွေးခေါ်ချိန်ဟာ မနက်ပိုင်းဆိုတာပါပဲ။ ဖြစ်နိုင်မယ်ဆိုရင် ကျွန်တော့်ရဲ့ မနက်ခင်းတွေကို စဉ်းစားဖို့နဲ့ စာရေးဖို့အတွက်ပဲ အသုံးပြုပါတယ်။ စူးစိုက်စွာ တွေးခေါ်ခြင်းအတွက် အချိန်ရဖို့ နည်းလမ်းတစ်ခုကတော့ ကုမ္ပဏီတစ်ခုက ချမှတ်ထားတဲ့ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းအတိုင်း သင့်ကိုယ်သင် ပုံသွင်းဖို့ပါ။ အဲဒါကတော့ မနက်ဆယ်နာရီမထိုးခင် အီးမေး(လ်) ဖွင့်မကြည့်ပါနဲ့။ အဲဒီအစား သင့်ရဲ့ ခွန်အားတွေကို ပထမဦးစား ပေးအစီအစဉ်အတွက် အသုံးပြုပါ။ အကျိုးမရှိတဲ့ အချိန်ဖြုန်းမယ့် ကိစ္စတွေကို ခဏရပ်တန့်ထားပြီး သင့်အတွက် တွေးခေါ်ချိန်တစ်ခု တည်ဆောက်ပါ။

၃။ သင့်ရှေ့မှာ အာရုံစူးစိုက်ဖို့ သတိပေးမယ့်အရာတွေကို ထားရှိပါ

ခေတ်သစ်တွေးခေါ်ပညာရှင်တစ်ဦးဖြစ်တဲ့ ရာ(ဖ်)ဝါ(လ်) ဒိုအီ မာဆန်က 'အာရုံစူးစိုက်မှုဟာ နိုင်ငံရေး၊ စစ်ပွဲ၊ ကုန်သွယ်ရေးနဲ့ လူတွေအပေါ် အုပ်ချုပ်ရေးတို့ရဲ့ လျှို့ဝှက်လက်နက်တစ်ခုပါပဲ။' လို့ ဆိုပါတယ်။ အရေးကြီးတဲ့ကိစ္စတစ်ခုအပေါ် အာရုံစိုက်မိဖို့ ဒဲဒဲဒဲကိစ္စနဲ့ ပတ်သက်တဲ့အရာတွေကို ကျွန်တော့်ရှေ့မှာ မြင်သာအောင်ထားပါတယ်။

ကျွန်တော့်လက်ထောက်ကိုလည်း အဲဒီလိုပစ္စည်းတွေကို ကျွန်တော့်ရှေ့မှာ မြင်သာအောင် ထားရှိဖို့၊ အဲဒီအကြောင်း ကျွန်တော့်ကိုအမြဲမေးဖို့နဲ့ အဲဒီကိစ္စအတွက် ကျွန်တော် မှီငြမ်းနိုင်မယ့် သတင်းအချက် အလက်တွေကို ပေးနေစေဖို့ မှာကြားထားပါတယ်။

ကျွန်တော့် ကွန်ပျူတာများမှာပြင်ပေါ်မှာ ချက်ချင်းမြင်တွေ့နိုင်မယ့် အရေးကြီးဖိုင်တစ်ခု ဖန်တီးထားပါတယ်။ ကျွန်တော်လုပ်ရမယ့် အရေးကြီးအရာတွေကို အဲဒီဖိုင်ထဲကို ထည့်ထားပါတယ်။ အဲဒီ မဟာဗျူဟာဟာ ကျွန်တော့်ရဲ့ အိုင်ဒီယာတွေ တိုးတက်ဖို့နဲ့ အတွေးအခေါ်တွေ ထက်မြက်ဖို့ နှစ်သုံးဆယ်လုံးလုံး ကူညီပေးခဲ့ပါတယ်။ သင်တစ်ခါမှ အဲဒီလို မလုပ်ဖူးဘူးဆိုရင် လုပ်ဖို့တိုက်တွန်းချင်ပါတယ်။

၄။ ရည်ရွယ်ချက်တွေ ချမှတ်ပါ

ရည်မှန်းချက်တွေဟာ အရေးကြီးတယ်လို့ ကျွန်တော် ယုံကြည်ပါတယ်။ ရှင်းလင်းတဲ့ ရည်မှန်းချက်တစ်ခု မရမချင်း စိတ်ဟာ စူးစိုက်မှု မပြုပါဘူး။ ရည်ရွယ်ချက်ရဲ့ တာဝန်တစ်ရပ်က သင့်ရဲ့ စိတ်ဝင်စားမှုကို ဆွဲဆောင်စူးစိုက်စေဖို့နဲ့ သင့်ကို လမ်းညွှန်မှုပေးဖို့ပါ။ နောက်ဆုံးပန်းတိုင်ကို သတ်မှတ်ပေးဖို့ မဟုတ်ပါဘူး။ သင့်ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်တွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီး စဉ်းစားတော့မယ်ဆိုရင် သတိပြုရမယ့်အရာက ...

- အဲဒီရည်ရွယ်ချက်တွေဟာ အာရုံစူးစိုက်နိုင်ဖို့ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ရှိရမယ်
- ရယူနိုင်ဖို့ ဖြစ်နိုင်ချေရှိရမယ်
- ပြီးတော့ ဘဝကိုပြောင်းလဲဖို့ အကူအညီပေးနိုင်ရမယ် စတာတွေပါပဲ။

အဲဒီအချက်တွေဟာ သင့်ကို အမြဲတမ်းရှေ့ကို ရွေ့နေပါစေလိမ့်မယ်။ ပြီးတော့ သင့်ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်တွေကို ချရေးထားဖို့ မမေ့ပါနဲ့။

အကယ်၍ သင်သာ ချမရေးထားဘူးဆိုရင် သင်အာရုံစူးစိုက်ဖြစ်မှာ မဟုတ်ဘူးဆိုတာ ကျွန်တော်ရဲ့ကြီး အာမခံရဲ့ပါတယ်။ ပြီးတော့ အဲဒီ ရည်ရွယ်ချက်တွေအပေါ် သေချာစွာ အာရုံစူးစိုက်ဖြစ်ဖို့ဆိုရင် ဒေးဗစ် ဘယ်လက်(စ်)ကို ဆိုတဲ့လူကြီးရဲ့ အကြံဉာဏ်ကို ယူပါ။ သူပြောခဲ့တာက 'သင်သာ သင့်ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကို ကျွန်တော့်လိပ်စာကတ်ရဲ့ နောက် ကျောမှာ ရေးမပေးနိုင်ဘူးဆိုရင် သင့်မှာ ရှင်းလင်းတဲ့ အိုင်ဒီယာတစ်ရပ် မရှိပါဘူး'

အကယ်၍ သင်ဟာ လွန်ခဲ့သော နှစ်အတော်များကို ပြန်ကြည့် လို့ သင် ချမှတ်ခဲ့တဲ့ ရည်ရွယ်ချက်တွေဟာ အခုအချိန်မှာ သင့်အတွက် သေးငယ်နေမယ်ဆိုရင် အဲဒီရည်ရွယ်ချက်တွေဟာ သူတို့ တာဝန်သူတို့ ကျေပွန်ခဲ့တယ်လို့ ဆိုရမှာပါပဲ။ သူတို့သာ သင့်ကိုတကယ်လမ်းညွှန်မှု ပေးခဲ့နိုင်တယ်ဆိုရင်ပေါ့။

၅။ သင့်ရဲ့ လမ်းကြောင်းနဲ့ ပတ်သက်ပြီး မေးခွန်းထုတ်ပါ

အချိန်တိုင်း အချိန်တိုင်း သင်ဟာ ရှေ့ကိုရွေ့နေရဲ့လား၊ လမ်း ကြောင်းပေါ်မှာ ရှိရဲ့လားဆိုတာ ပြန်ကြည့်နေပါ။ အဲဒါဟာ သင့်ရဲ့ စူးစိုက်တဲ့တွေးခေါ်မှုကို ဘယ်လောက်ထိ ကောင်းကောင်းအသုံးချ နိုင် သလဲဆိုတာအတွက် အကောင်းဆုံး စမ်းသပ်မှုတစ်ခုပါ။ သင့်ကိုယ် သင် မေးခွန်းတွေမေးပါ။ 'ငါ အာရုံစိုက်ခဲ့ရတဲ့ အချိန်တွေအတွက် ပြန်ရ ချက်တွေ မြင်နေရပြီလား။ ငါအခုသွားနေတာဟာ ငါချထားတဲ့ ရည်ရွယ် ချက်နဲ့ နီးစပ်နေဖို့လား။ ငါဟာလိုချင်တာတွေကိုရဖို့၊ ဦးစားပေးတွေကို လိုက်နာဖို့၊ အိပ်မက်တွေကို အကောင်အထည်ဖော်နေဖို့၊ ဦးတည် ချက်မှန်ကို ရွေ့လျားနေသလား' စသည်ဖြင့်ပေါ့။

ရှေ့ဆက်ဖို့ ဘယ်ဟာတွေကို စွန့်လွှတ်ခဲ့ရမလဲ

ရှေ့မှာပြောခဲ့သလိုပဲ ယေဘုယျအမြင်တစ်ခုနဲ့ ထိပ်ဆုံးကို မရောက်နိုင်ပါဘူး။ ကျွန်တော့်အဖေ ပြောခဲ့သလိုပေါ့။ 'မင်းလုပ်နိုင်တဲ့ အရာတစ်ခုကို ရှာဖွေပါ။ အခြား ဘယ်အရာကိုမှထပ်မလုပ်ပါနဲ့' လို့ ပြောခဲ့ဖူးတာပါ။ ကျွန်တော် နယ်ပယ်အနည်းငယ်မှာ ကောင်းကောင်းလုပ်နိုင်မယ်ထင်ခဲ့လို့ အရာတော်တော်များများကို စွန့်လွှတ်ခဲ့တယ်။ ကျွန်တော် ဒီအခန်းကိုရေးတော့ အရာတစ်ချို့ကို စွန့်လွှတ်ခဲ့ရတဲ့ အချိန်တွေကို ပြန်မြင်ယောင်မိတယ်။ အဲဒီထဲက အဓိကကျတဲ့ ယုံကြည်ချက်တွေကတော့ . . .

- လူတိုင်းကိုမသိနိုင်ဘူး

လူတွေကို ကျွန်တော်ချစ်တယ်။ ကျွန်တော်ဟာ လူတွေနဲ့ ရောရောနှောနှော နေတတ်တယ်။ ကျွန်တော့်ကို လူအပြည့်ရှိတဲ့ အခန်းတစ်ခုထဲကို သွင်းထားမယ်ဆိုရင် ကျွန်တော် သက်သောင့်သက်သာနေနိုင်ပြီး အားအင်ပြည့်သလို ခံစားရတယ်။ အဲဒီတော့ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်ကို လူတွေနဲ့ ဖြုန်းတဲ့ အချိန်တော်တော်များများကို လျှော့ချပစ်ဖို့ ကန့်သတ်ရတာ နတ်တော်ခက်ခဲပါတယ်။ အဲဒါကို အစားထိုးဖို့ ကျွန်တော်အရာတစ်ချို့ကို လုပ်ခဲ့တယ်။ ပထမဆုံး အနီးစပ်ဆုံး ပတ်ဝန်းကျင်က လူတွေကို ရွေးချယ်တယ်။ သူတို့ဟာ ပညာရပ်ဆိုင်ရာ အကူအညီတွေ ပေးနိုင်ရုံတင် မကဘဲ ကျွန်တော့်ရဲ့ဘဝခရီးလမ်းကို ပိုပြီး သာယာအောင် ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်တယ်။ ဒုတိယအချက်က အခြားသူငယ်ချင်းတွေရဲ့ ဘဝတွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီး သူငယ်ချင်းအချို့ကို မေးမြန်းကာ အမြဲတမ်းအဆက်မပြတ်ဖို့ ကြိုးစားတယ်။ အဲဒါတွေကို ကျွန်တော် ခရီးသွားတဲ့အချိန် လုပ်လေ့ရှိပြီး စူးစိုက်တဲ့ တွေးခေါ်ခြင်းတွေကိုတော့ အပျက်ခံလေ့မရှိဘူး။

- အရာအားလုံးကို မလုပ်နိုင်ဘူး

ခြွင်းချက်ဆိုတဲ့ အခွင့်အလမ်းတွေဟာ လူတွေရဲ့ဘဝမှာ အနည်းငယ်သာ ရှိပါတယ်။ အဲဒါကြောင့်ပဲ ကျွန်တော်ဟာ အရာတိုင်းမှာ ကောင်းစွာ စွမ်းဆောင်နိုင်ဖို့ထက် နယ်ပယ်အနည်းငယ်မှာပဲ ထူးချွန်ပေါက်မြောက်အောင် လုပ်ဆောင်ခဲ့တာပါ။ အဲဒါဟာ တကယ့်ကို အားစိုက်ရပါတယ်။ ကျွန်တော့်ရဲ့ အလုပ်တာဝန် ဝတ္တရားတွေကြောင့်ပဲ ကျွန်တော် လုပ်ချင်တဲ့ အရာတော်တော်များများ စွန့်လွှတ်ခဲ့ရပါတယ်။ ဥပမာအားဖြင့် - ရက်သတ္တပတ်တိုင်း ကျွန်တော့်ကိုယ်ကျွန်တော် ပျော်ရွှင်မှုပေးနိုင်ဖို့ ကိစ္စရပ်တွေ စဉ်းစားထားခဲ့ဖူးပါတယ်။ ကျွန်တော်ဟာ အလုပ်တာဝန် ဝတ္တရားတွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီး လက်အောက်ငယ်သားတွေကို ခွဲဝေပေးဖို့ ၁၀-၈၀-၁၀ ဥပဒေသကို အသုံးပြုပါတယ်။ အလုပ်ကိစ္စတွေနဲ့ ပတ်သက်လို့ ပထမတစ်ဆယ်ရာခိုင်နှုန်းကို ထားရှိရမယ့်အမြင်တွေ၊ တိုင်းတာရမယ့် အရည်အချင်းတွေ၊ လိုအပ်တဲ့ အကူအညီတွေ၊ သွင်းအားစုတွေ၊ ပစ္စည်းတွေ စတာတွေ ပေးခြင်း၊ အလုပ်ကောင်းစွာလုပ်နိုင်ဖို့ စိတ်ခွန်အားဖြည့်ပေးခြင်းနဲ့ ကူညီပေးပါတယ်။ ပြီးတော့ အဲဒီလူတွေ အလယ်က ရှစ်ဆယ်ရာခိုင်နှုန်းသော အလုပ်ကို ပြီးအောင်နဲ့ အဲဒီအလုပ်မှာ ကျန်တာတွေ လက်စသတ်နိုင်ဖို့ ကျွန်တော် ပြန်လည်ဝင်ကူပါတယ်။ အဲဒါဟာ ကျွန်တော့်ကို အာရုံစိုက်စရာအချိန်အချို့ ဖြစ်ပေါ်လာစေပါတယ်။

- နေရာတိုင်းကို မသွားနိုင်ဘူး

ထင်ရှားတဲ့ ဟောပြောသူတွေ၊ စာရေးဆရာတွေဟာ ခရီးအလွန် သွားရပါတယ်။ ဟောပြောမှုကို ကျွန်တော် အကြီးအကျယ်မလုပ်ခင်မှာ အဲဒီဟာ တကယ့်ကို အားကျစရာဘဝပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ မိုင်သန်းပေါင်းများစွာ ခရီးထွက်ပြီးတဲ့ အခါမှာတော့ အဲဒီဘဝရဲ့ စိတ်ပျက်စရာကို သိလာပါတယ်။ ချောချောမောမောပါပဲ။ ကျွန်တော့်ဇနီးသည်နဲ့ သွား

ရတဲ့ ခရီးကိုတော့ ကျွန်တော်ကြိုက်နှစ်သက်ပါတယ်။ အဲဒါဟာ ကျွန်တော်တို့အတွက် အကြီးမားဆုံး ပျော်ရွှင်မှုပါပဲ။ သူမနဲ့ ကျွန်တော် ဟာ တစ်နှစ်ကို ဆယ်ကြိမ်လောက် ခရီးထွက်ဖို့ စီစဉ်လေ့ရှိပြီး ပျော်ရွှင် ရဖို့လည်း အမြဲတမ်းမျှော်လင့်ပါတယ်။ အခုချိန်ထိတော့ မဖြစ်နိုင်သေး ပါဘူး။ ဘာဖြစ်လို့ဆို ကျွန်တော့်ရဲ့အချိန် တော်တော်များများဟာ ဟော ပြောပွဲတွေ၊ ကျွန်တော့်စကားနဲ့ဆို လူတွေကို ကိုယ်စွမ်းဉာဏ်စွမ်း တိုးတက်ဖို့နဲ့ ခေါင်းဆောင်ဖြစ်ဖို့ ကူညီတဲ့ ကိစ္စရပ်တွေနဲ့ ရှုပ်နေလို့ပါ။

- အရာရာတိုင်းကို မသိနိုင်ပါဘူး

အာရုံစူးစိုက်ခြင်းဟာ အချို့အရာတွေကို လက်လွှတ်ရစေပါ တယ်။ ကျွန်တော် လူတွေကို ပြောလေ့ရှိတာက ဘဝမှာ အရာအားလုံးရဲ့ ကိုးဆယ့်ကိုးရာခိုင်နှုန်းကို သိဖို့မလိုအပ်ပါဘူး။ ကျွန်တော့်အပေါ် ပြန်ရ ချက်အများဆုံးပေးနိုင်မယ့် တစ်ရာခိုင်းနှုန်းတည်းသော အရာတွေကိုပဲ အာရုံစိုက်ချင်ပါတယ် ဆိုတာပါပဲ။ ကျန်တဲ့ ကိုးဆယ့်ကိုး ရာခိုင်နှုန်းကို တော့ ကျွန်တော့်ဇနီးသည်က ကျွန်တော် သိသင့်တယ်ထင်ရင် ပြော ပြပါတယ်။ အဲဒီ အချက်ကြောင့်လည်း ကျွန်တော့်ဘဝရဲ့ အားမျှခြေ အချို့ကို ကျွန်တော်အောင်မြင်စွာ လျစ်လျူရှုထားနိုင်စေတာပါ။

ဘဝမှာ အရေးကြီးတဲ့ အရာတွေကို လုပ်ဖို့ သင်ချစ်မြတ်နိုးတဲ့၊ သင်လုပ်ချင်တဲ့ အရာအချို့ကို စွန့်လွှတ်ရတာဟာ တကယ်တော့ လွယ် ကူတဲ့ ကိစ္စတစ်ရပ် မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ သင် စောစော ဒုက္ခခံနိုင် လေလေ၊ သင့်ဘဝအတွက် အရေးကြီးဆုံးနယ်ပယ်မှာ သင့်ကိုယ်သင် အမြင့်ဆုံး တွန်းပို့နိုင်လေပါပဲ။

စဉ်းစားစရာ မေးခွန်းတစ်ခု
အနှောင့်အယှက်တွေ၊ စိတ်ရှုပ်ထွေးမှုတွေကို
ဖယ်ထုတ်ပြီး တကယ်အရေးကြီးတဲ့
ကိစ္စရပ်တွေကို အာရုံစိုက်ဖို့ အဆင်သင့်ဖြစ်ပြီလား။



“တီထွင်ဖန်တီးရတာ
စိတ်ချမ်းသာစရာပါ။
တစ်နေရာတည်းမှာ ရပ်နေဖို့ မလိုပါဘူး”

ဗင်ချိုလွန်ဘာတီ

အခန်း (၃)

တီထွင်ကြံဆဉာဏ်ကို အသုံးပြုခြင်း

တီထွင်ဉာဏ်ဆိုတာ တစ်ကယ့်ကို ရွှေအစစ်ပါ။ သင့်အလုပ်ကို ယူဆောင်သွားဖို့ တန်ဖိုးအရှိဆုံး အရည်အချင်းတစ်ခုက တီထွင်ဖန်တီး ဉာဏ်ပါ။ သင်လုပ်နေတဲ့အလုပ်တွေ၊ သင်ပါဝင် ကပြနေတဲ့ နေရာတွေ၊ သင့်ရာထူးတွေ၊ သင့်စွမ်းဆောင်ရည်တွေထက် ပိုပြီးအရေးကြီးတဲ့အရာက သင့်ရဲ့ အတွေးအခေါ်ပါ။ လူတွေဟာ တီထွင်ဖန်တီးဉာဏ်ရှိအောင် တွေးခေါ်နေကြဖို့ အရေးကြီးတယ်ဆိုတာ သိပေမဲ့ လူတစ်ချို့ကတော့ အဲဒီအရည်အချင်းကို မေ့နေကြတယ်။

သင်ဟာ သင်ထင်သလောက် တီထွင်ဖန်တီးဉာဏ်မရှိဘူးဆိုရင် သင့်ရဲ့ တွေးပုံခေါ်ပုံကို ပြောင်းလဲပစ်နိုင်ပါတယ်။ တီထွင်ဖန်တီး နိုင်စွမ်း ဟာ မွေးရာပါ အရည်အချင်းတစ်ခု ဖြစ်စရာမလိုပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ တချို့ လူတွေရဲ့ ပင်ကိုဉာဏ်ကိုက တီထွင်ဖန်တီးနိုင်စွမ်းပါလာတာတွေလည်း ရှိပါတယ်။ များသောအားဖြင့် တီထွင်ဖန်တီးဉာဏ်ဟာ လမ်းတစ် လျှောက်လုံး ရှာဖွေရရှိခဲ့တဲ့ အတွေးအခေါ်အစုအပေါင်းပါ။ ဘယ်

လောက်ပဲကြီးမားတဲ့ အနုပညာရှင်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ကျွန်တော်တို့က သူ့ရဲ့ ပါရမီကို မွေးရာပါလို့ ဘယ်လောက်ပဲ ဆိုဆို သူတို့ဟာ သူတို့ရဲ့ ဆရာ တွေဆီက သင်ယူခဲ့ရတာတွေ ရှိမယ်၊ အခြားသူတွေရဲ့ အလုပ်ကို အတု ယူခဲ့ရတာတွေ ရှိမယ်၊ အဲဒါတွေအားလုံးကို စုပေါင်းပြီး နောက်ဆုံးမှသာ သူတို့ရဲ့ ကိုယ်ပိုင်စတိုင်နဲ့ ကြီးစွာသော အလုပ်တွေကို ဖြစ်ထွန်းစေတာပါ။ အနုပညာနဲ့ ဝိဇ္ဇာပညာရပ်တွေကို လေ့လာသူတစ်ယောက် ဖြစ်မယ်ဆိုရင် ထင်ရှားကျော်ကြားလှတဲ့ အနုပညာရှင်တွေနဲ့ သူတို့ရဲ့ အနုပညာဆိုင်ရာ လှုပ်ရှားမှုတွေဟာ သူတို့မတိုင်ခင်က ကျော်ကြားခဲ့သူတွေရဲ့ လုပ်ရပ်တွေနဲ့ ဆက်စပ်နေတာကို တွေ့မှာပါ။

တီထွင်ကြံဆညွှန်ကြားမှုရှိသူတွေရဲ့ လက္ခဏာရပ်တွေ

ကျွန်တော်က ခင်ဗျားဟာ တီထွင်ကြံဆသူတစ်ယောက် ဖြစ်သ လားလို့မေးရင် ကျွန်တော့်မေးခွန်းကို ခင်ဗျား သိပ်ရှင်းမှာမဟုတ်ပါဘူး။ အဲဒီတော့ တီထွင်ကြံဆစွာ စဉ်းစားတတ်သူတွေရဲ့ လက္ခဏာရပ်အချို့ကို လေ့လာကြည့်ရအောင်။

တီထွင်ကြံဆသူတွေဟာ အကြံဉာဏ်တွေ အိုင်ဒီယာတွေကို အလေးထားကြတယ်။ သိပ်တော်တဲ့ တီထွင်ကြံဆသူတွေဟာ အိုင်ဒီယာ တွေကို အသိအမှတ်ပြုကြတယ်။ သူတို့ရဲ့ ပါရမီအပေါ်ထက် သူတို့ ချမှတ်ထားတဲ့ စည်းကမ်းကိုသာ အမှီအခိုပြုကြတယ်။ စိတ်ကူးယဉ် တယ်ဆိုတာ သူတို့ရဲ့ ဒုတိယကိုယ်ခွဲ တစ်ခုလိုပဲ။ အဲဒီစိတ်ကူးစိတ် သန်းတွေကို ဘယ်လိုပြည့်စုံအောင် လုပ်ရမလဲဆိုတာလည်း သူတို့သိကြ တယ်။ တီထွင်ဖန်တီးတယ်ဆိုတာ အတွေးအခေါ်ရှိခြင်းပါပဲ။ သင်ဟာ အိုင်ဒီယာတွေကို တန်ဖိုးထားရင် သင့်မှာ အိုင်ဒီယာတွေ ရှိလာမှာ မဟုတ်ဘူး။

တီထွင်ကြံဆသူတွေဟာနည်းလမ်းတွေကို ရှာဖွေကြတယ်

ကျွန်တော်အခုထိ နည်းလမ်းများစွာရှိတာကို မကြိုက်နှစ်သက်တဲ့ တီထွင် ဖန်တီးသူ တစ်ယောက်မှ မတွေ့ဖူးသေးပါဘူး။ ဖြစ်နိုင်ခြေ များစွာကို ရှာဖွေခြင်းဟာ စိတ်ကူးစိတ်သန်းတွေရဲ့ အစပါပဲ။ အဲဒီ စိတ် ကူးစိတ်သန်းတွေဟာတော့ တီထွင်ဖန်တီးမှုရဲ့ မူလဇာစ်မြစ်ပါပဲ။ 'စိတ် ကူးစိတ်သန်းတွေဟာ ဗဟုသုတ ဉာဏ်ပညာထက် အရေးကြီးတယ်' လို့ အဲ(လ်)ဘတ်အိုင်းစတိုင်းက ဖြည့်စွက် ပြောကြားခဲ့တယ်။

ကျွန်တော့်အကြောင်း ကောင်းကောင်းသိတဲ့သူတွေကို မေးကြည့် မယ်ဆိုရင် ကျွန်တော်ဟာ နည်းလမ်းတွေကို တန်ဖိုးထားကြောင်း သူတို့ ပြောကြလိမ့်မယ်။ ဘာဖြစ်လို့ပါလဲ။ ရွေးချယ်စရာနည်းလမ်းတွေဟာ အကောင်းဆုံးအဖြေကို ရှာဖွေဖို့ ကူညီပေးပါတယ်။ ဘယ်တော့မှ အဖြေ တစ်ခုတည်း မစဉ်းစားပါနဲ့။ သိပ်တော်ပါတယ်ဆိုတဲ့ စဉ်းစားတွေးခေါ် သူတွေဟာ အကောင်းဆုံးအဖြေဆိုတာနဲ့သာ ထွက်ပေါ်လာလေ့ရှိပါ တယ်။ သူတို့မှာ အစားထိုးနည်းလမ်းတွေနဲ့ ဖွဲ့စည်းထားတဲ့ ဒုတိယ အကြံအစည်ဆိုတာ ရှိပါတယ်။ သူတို့မှာ သူတစ်ပါးတွေ မပိုင်ဆိုင်တဲ့ လွတ်လပ်မှုရှိတယ်။ ပြီးတော့ သူတို့ဟာ သူတစ်ပါးကို လွှမ်းမိုးပြီး ဦးဆောင်နိုင်စွမ်း ရှိကြတယ်။ ရွေးချယ်စရာနည်းလမ်းတွေကို မရှာဖွေဘဲ အဖြေတစ်ခုတည်းနဲ့ ကျေနပ်နေမယ်ဆိုရင်တော့ သူတို့လို အကောင်းဆုံး အဖြေတစ်ခုရနိုင်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။

တီထွင်ကြံဆသူတွေဟာ မရေရာမှုတွေကို လက်ခံကြတယ်

စာရေးဆရာ အိတ်(ရှ်)အယ်(လ်)မက်ကန်း(န်)က ပြောပါတယ်။ 'နှေးတဲ့သူတွေဟာ သေချာတယ်။ သေချာတဲ့ သူတွေဟာ အမြဲတမ်းနှေး တယ်'။ တီထွင်ကြံဆသူတွေဟာ မသေချာမှုတွေကနေ ရှောင်လွှဲဖို့ ဘယ်

တော့မှ မကြိုးစားကြဘူး။ ဘဝမှာရှိတဲ့ လွဲချော်မှုတွေနဲ့ ကွာဟချက်တိုင်းကို သူတို့မြင်ကြတယ်။ ပြီးတော့ အဲဒီကွက်လပ်တွေကို ဖြည့်ဆည်းဖို့ သူတို့ကြိုးစားကြတယ်။ သူတို့ရဲ့ စိတ်ကူးစိတ်သန်းတွေနဲ့ပေါ့။

တီထွင်ဖန်တီးသူတွေဟာ အစဉ်အလာတွေက ဖောက်ထွက်ရတာကို သဘောကျတယ်

တီထွင်ဖန်တီးတယ်ဆိုတာ သူ့ရဲ့သဘာဝကိုက အများနှင့် မတူတာကို လုပ်တာပါ။ ထုံးတမ်းစဉ်လာတွေကို ဆန့်ကျင်တာပါ။ သံအမတ်နဲ့ ယေး(လ်)တက္ကသိုလ်ရဲ့ သဘာပတိအဖြစ် နှစ်ရှည်လများ လုပ်ခဲ့ဖူးတဲ့ ကင်းမန်းဘရူစတာက 'တီထွင်ဖန်တီးသူတွေနဲ့ ရူးကြောင်ကြောင် အတွေးအခေါ်တွေကြားမှာ အဆက်အစပ်ရှိပါတယ်။ အဲဒီတော့ ကျွန်တော်တို့ အရူးတွေကို ဝမ်းသာအားရ ကြိုဆိုကြရမယ်' လို့ ဆိုပါတယ်။ သင့်ခန္ဓာကိုယ်ထဲက တီထွင်ဖန်တီးနိုင်မှု အတွေးအခေါ်ကို တိုးမြှင့်ချင်တယ်ဆိုရင် အစဉ်အလာတွေ၊ ယဉ်ကျေးမှုတွေကိုတော့ ဆန့်ကျင်စိတ်နည်းနည်းရှိမှ ရပါမယ်။

တီထွင်ဖန်တီးသူတွေဟာ ဘာမှမဆိုင်တာတွေကို ဆက်စပ်ပြနိုင်ကြတယ်

တီထွင်ဖန်တီးတယ်ဆိုတာ အခြားသူတွေရဲ့ အိုင်ဒီယာတွေကို လည်း အသုံးပြုတာဖြစ်တယ်။ တီထွင်ဖန်တီးမှုရဲ့ တကယ့်အနှစ်သာရက အိုင်ဒီယာတစ်ခုနဲ့ တစ်ခုကို ဆက်စပ်ပေးခြင်းဖြစ်တယ်။ အထူးသဖြင့် ဘာမှမဆိုင်ဘူးလို့ ထင်ရတဲ့ အတွေးအခေါ်တွေကိုပေါ့။ ဂရပ်ဖစ်ဒီဇိုင်းနာ တင်(မ်)ဟန်ဆန်က ပြောပါတယ်။ 'တီထွင်ဖန်တီးမှုပမာဏကို ဘယ်လောက်ထိချိတ်ဆက်နိုင်သလဲ၊ ဘယ်လောက်ထိ ပေါင်းစပ်နိုင်သလဲဆို

တာနဲ့ တိုင်းတာနိုင်ပါတယ်။ ကိစ္စတွေကို ပြောင်းပြန်လှန်လိုက်ပြီး နည်းလမ်းအသစ်နဲ့ တင်ပြတာမျိုးပေါ့။’

နောက်ထပ် အတွေးအခေါ်သစ်တစ်ခု စဉ်းစားခြင်းဟာ ကိုယ့်ကားနဲ့ကိုယ် ခရီးထွက်တာနဲ့တူပါတယ်။ သင်ဘယ်ကိုသွားနေသလဲဆိုတော့ သိတယ်။ ဒါပေမဲ့ တွေ့ကြုံရမယ့် နေရာတွေ၊ အဖြစ်အပျက်တွေကိုတော့ သင်ခရီးစမထွက်ခင် ခန့်မှန်းနိုင်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ တီထွင်ကြံဆတွေးခေါ်ခြင်းဆိုတာလည်း အဲဒီလိုပါပဲ။

တွေးပါ - စုဆောင်းပါ - ဖန်တီးပါ - ပြင်ဆင်ပါ -
ပြီးတော့ ချိတ်ဆက်ပါ

သင် စတွေးပြီဆိုတာနဲ့ ရှာဖွေစုဆောင်းမှတ်သားပါ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်မေးကြည့်ပါ။ ဘယ်လိုဟာတွေက သင့်အတွေးနဲ့ ဆက်စပ်နေသလဲ။ ဘယ်လိုအကိုးအကားတွေက သင့်အတွေးကို အထောက်အကူပြုနိုင်သလဲ။ လိုအပ်တဲ့ စာရွက်စာတမ်းတွေရပြီဆိုတာနဲ့ သင်မေးရမှာက ဘယ်လိုအိုင်ဒီယာတွေက သင့်အတွေးအခေါ်ကို ပိုကောင်းစေနိုင်သလဲဆိုတာပါ။ အဲဒီနောက်တော့ အဲဒီအိုင်ဒီယာကိုယူပြီး နောက်တစ်ဆင့် တက်လှမ်းပါ။ သင်ဟာ အဲဒီအိုင်ဒီယာကို ပြင်ဆင်တာ၊ ဒါမှမဟုတ် ပိုကောင်းအောင်လုပ်တာမျိုးတွေ လုပ်နိုင်ပါတယ်။ ဘယ်လိုပြောင်းလဲမှုမျိုးတွေက အဲဒီအိုင်ဒီယာမျိုးတွေကို ပိုကောင်းလာနိုင်ပါစေသလဲ ဆိုတဲ့ မေးခွန်းနဲ့ပေါ့။ နောက်ဆုံးတော့ သင်ဟာ အိုင်ဒီယာတွေကို လူမှန်၊ နေရာမှန် ချိတ်ဆက်ပြီး ပြည့်စုံတဲ့ ကြီးကျယ်တဲ့နည်းလမ်းတစ်ခု ဖန်တီးနိုင်ပါလိမ့်မယ်။