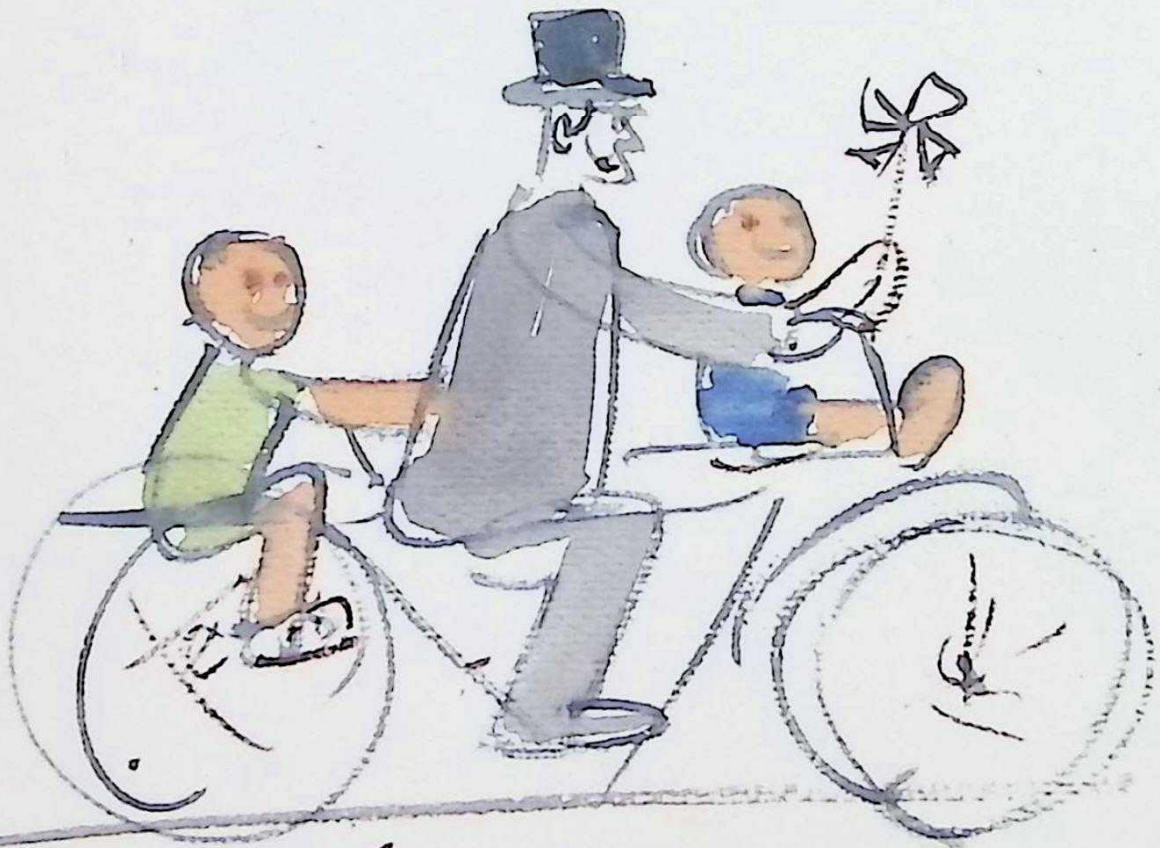


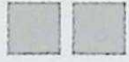
# မြတ်ကြမ်း

## ဖေဖေပေးခဲ့မယ့် ဒါဗျေ



Most  
There's  
nooy.

(ဒုတိယအကြိမ်)



“ငုပ်မိသဲတိုင် တက်နိုင်ဖျားရောက်”

စိတ်ထားမျိုး မွေးနိုင်လျှင်

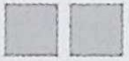
အခက်အခဲပေါင်းများစွာ ကြုံရသော်လည်း

ကျွန်တော်တို့အားလုံး

ကြီးမားသောအောင်မြင်မှုများ ရနိုင်ကြောင်း

ကမ္ဘာကြီးအား အသိပေးခွင့်ရခြင်းမှာ

ကောင်းသောအခြင်းအရာဖြစ်သည်။



# မြတ်ဦး

ဖေဖေပေးခဲ့မယ့်  
အမွေ



ISBN 978-99971-50-36-3  
9789997150363



**ဘုဒေစာအုပ်တိုက်**

အမှတ် (H) ၊ လှိုင်မြင်းမိုရ်ကန်လမ်း၊ ကန်ရိပ်မွန်အိမ်ရာ၊ လှိုင်မြို့နယ်၊  
ရန်ကုန်မြို့။

ဖုန်း - ၀၉ ၉၅၀ ၂၀၈ ၁၆၈

စာတိုက်သေတ္တာအမှတ် - ၁၁၀၅၁

Email - [finance.tphtoday@gmail.com](mailto:finance.tphtoday@gmail.com)

Facebook - @todaybookstores

Web - [www.todaybooks.com.mm](http://www.todaybooks.com.mm)

တူဒေးစာအုပ်တိုက်  
 ဒုတိယအကြိမ်  
 ၂၀၀၅ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ  
 အုပ်ရေ (၅၀၀)  
 တန်ဖိုး (၁၀,၀၀၀) ကျပ်  
 မျက်နှာဖုံးသရုပ်ဖော်  
 မုတ်သုံ

ထုတ်ဝေသူ  
 ဒေါက်တာသာထွန်းဦး  
 တူဒေးစာအုပ်တိုက်

အမှတ်စဉ်-၂၊ အဏ္ဏဝါလမ်းသွယ် (၂)၊ ညောင်တန်းအိမ်ရာ၊  
 ပုဇွန်တောင်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ပုံနှိပ်သူ  
 ဦးဝင်းအောင်  
 သန်းထိုက်ရတနာ ပုံနှိပ်တိုက်  
 ၈၄/၈၆၊ လမ်း ၅၀၊ ပုဇွန်တောင်မြို့နယ်။  
 စာမူခွင့်ပြုချက် - ၄၀၀၆၅၀၀၅၀၆  
 မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက် - ၄၀၀၉၉၆၀၅၁၀  
 ပြန်ချိရေး

တူဒေးစာအုပ်တိုက်  
 စာမူ မူပိုင်ခွင့် - တူဒေးစာအုပ်တိုက်  
 ISBN 978-99971-50-3-6-3

လူငယ်စာစဉ် (၁၀)

ဖေဖေပေးခဲ့မယ့်အမွေ

မြတ်ငြိမ်း

A Legacy to my sons  
by  
JIMMY TEO

ဒုတိယအကြိမ်



# မာတိကာ

ထုတ်ဝေသူအမှာ	
စကားဦး	
ဖေဖေအိတ်ဖွင့်ပေးစာ	၁
ထမြောက်အောင်မြင်သူများ	၃
ဒေါသ	၇
နှစ်လိုဖွယ်ကောင်းခြင်း	၁၀
ရိုးရိုးစင်းစင်းကျင့်ကြံနေထိုင်ခြင်း	၁၃
ကောင်းချီးမင်္ဂလာများ	၁၆
ချေးငှားခြင်း	၁၉
မော်တော်ကားများ	၂၁
အခွင့်အလမ်း	၂၅
အပြောင်းအလဲ	၂၈
ကလေးသူငယ်များ	၃၀
ယဉ်ကျေးဖွယ်ရာရှိခြင်း	၃၅
လူလိမ်လူကောက်များ	၃၈
သမီးကညာများ	၄၂
သေခြင်းတရား	၄၆

လင်မယားကွာရှင်းပြတ်စဲခြင်း	၄၉
အရက်သေစာသောက်စားခြင်း	၅၃
ပျော်မွေ့စွာအလုပ်လုပ်ခြင်း	၅၆
မံနာလိုစိတ်	၅၉
လေ့ကျင့်ခန်း	၆၂
စိတ်တူသဘောတူ မိတ်ဆွေစု	၆၄
ဖော်ရွေမှု	၆၈
မိတ်ဆွေများ	၇၂
ကျောက်မျက်ရတနာများ	၇၅
လက်ဆောင်များ	၇၈
ဂေါက်သီးရိုက်ကစားခြင်း	၈၁
ကျန်းမာရေး	၈၄
အားလပ်ရက်များ	၈၇
ရိုကျိုးနှိမ့်ချခြင်း	၉၁
တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေး	၉၄
ဩဇာလွှမ်းမိုးမှု	၉၆
အမျိုးကောင်းသမီးများ	၉၉
ဘာသာစကားများ	၁၀၂
ရယ်မောခြင်း	၁၀၅
တရားထိုင်ခြင်း	၁၀၇
ပိုက်ဆံ	၁၁၀
ဂီတ	၁၁၃
သဘာဝတရား	၁၁၆
သပ်ရပ်မှု	၁၁၉
တည်မြဲခြင်း	၁၂၁
ဓာတ်ပုံရိုက်ခြင်း	၁၂၄

ဖြစ်နိုင်ခြေစဉ်းစားတွေးခေါ်ခြင်း	၁၂၆
မိန်းမလှ/အိမ်ထောင်ပြုခြင်း	၁၂၉
အချိန်တိကျခြင်း	၁၃၂
စာဖတ်ခြင်း	၁၃၄
ဘာသာတရားများ	၁၃၇
ရိုသေလေးစားမှု	၁၄၁
မှတ်တမ်းစာအုပ်များ	၁၄၄
လျော့ရဲမှု	၁၄၆
ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း	၁၄၈
တောင်းပန်ပါတယ်	၁၅၁
ကျေးဇူးတင်ပါတယ်/ကျေးဇူးပြုပြီး	၁၅၃
ခေတ်	၁၅၅
ကိရိယာတန်ဆာပလာများ	၁၅၇
ဒုက္ခများ	၁၅၉
နားလည်မှုရှိခြင်း	၁၆၁
ရေ	၁၆၅
ချမ်းသာကြွယ်ဝမှု	၁၆၇
ဉာဏ်အမြော်အမြင်	၁၇၀
အလုပ်ကျင့်ဝတ်များ	၁၇၄



### ထုတ်ဝေသူအမှာ

‘ရည်ရွယ်ချက်ကတော့ မင်းတို့ဘဝမှာ နေပျော်ရေးအတွက် ပဲ့ပြင်လမ်းညွှန်ချက် ကလေးတွေ အရန်သင့်ရှိနေဖို့ပါပဲ’ ဟူ၍ စာရေးသူက သူ့ အဓိကရည်ရွယ်သော သားနှစ်ယောက်ကို အသိပေးခဲ့ပါသည်။ ရုတ်တရက်ကြည့်လျှင်တော့ အတော် ယေဘုယျနိုင်သော စကား ဖြစ်သည်ဟု ထင်စရာရှိပါသည်။ သို့သော် ‘ဘဝမှာ နေပျော်ရေး’ ဟူသော အရေးကိစ္စသည် လူသားတိုင်းလိုလို သိသလိုလိုနှင့်မသိ၊ ပြည့်သလိုလိုနှင့် မပြည့်သော အရေးကိစ္စဖြစ်နေသည်ကိုလည်း မေ့မထားသင့်ပါ။

လူတို့သည် အောင်မြင်ခြင်း၊ ချမ်းသာခြင်း၊ ကျော်ကြားခြင်း၊ ဇိမ်ကျကျ နေလိုခြင်း၊ လူချစ်လူခင်များခြင်း စသည့် လောက၏ ကောင်းချီးပေးမှုများကို အပြည့်အဝ ရယူခံစားလိုကြသည်။ ထို ကောင်းချီးမင်္ဂလာများကို ရရှိပိုင်ဆိုင်ရ လေအောင် အသဲအမဲ ကြိုးစားရှာဖွေကြသည်။ လက်ဝယ်ပိုင်ပိုင်ရရှိနိုင်ကြဖို့ အားထုတ်ဆောင်ရွက်ကြသည်။ ဤသို့ အားထုတ်ကြိုးပမ်းရင်း လို၍မရသော ဆင်းရဲ မလိုဘဲနှင့်ရသောဆင်းရဲတို့ကို ခံစားကြရသောအခါ စိတ်ဆင်းရဲကိုယ်ဆင်းရဲ ဖြစ်တတ်ကြသည်။ ရရှိထားသော မိမိဘဝကို မကျေမနပ်ဖြစ်လာကြသည်။ ထိုအခါ ထိုသို့သောသူမျိုးကို ဘဝတွင်နေပျော်သူများ ဟူ၍ မည်သို့သတ်မှတ်နိုင်ပါတော့ မည်နည်း။

တစ်ဖန် မိမိရည်မှန်းသည်ကို မရရအောင် ကျားကုတ်ကျားခဲ အားထုတ် လုပ်ဆောင်သဖြင့် အန္တိမပန်းတိုင်သို့ ရောက်ရှိခဲ့သည် ဆိုငြားအံ့။ မရသေးသည်တို့ ရအောင် ကြိုးပမ်းဆွတ်ခူးခဲ့ရသော အောင်မြင်မှု၏ရသကို ကောင်းစွာခံစားဖို့ အချိန် များများစားစား မကျန်တော့ဘဲ နွမ်းနယ်မှုများစွာဖြင့် ခြေကုန်လက်ပန်းကျရတော့ သည်။ ထိုသို့သောသူမျိုးကိုလည်း ဘဝတွင်နေပျော်သူများ ဟူ၍ ရည်ညွှန်းနိုင်ပါ တော့မည်လော။

ထိုသဘောတရားကို ထွင်းဖောက်သိမြင်သော မူရင်းစာရေးသူက သူ့သားနှစ်ယောက်အတွက် ဘဝခရီး ဆက်ပြီးနှင့်ရာတွင် မောဟမများ၊ သောက မပွားရလေအောင် အဖိုးတန်အရာရောက်လှသော ဘဝနေနည်းကို လက်ဆင့်ကမ်း ခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ထို ဘဝနေနည်းများသည် သူ့သားများအတွက်သာမက လိုက်နာကျင့်ကြံနိုင်သူ လူသားတိုင်းအတွက် နေပျော်သောဘဝ တည်ဆောက်နိုင်ရေး အကျိုးကျေးဇူးကြီးစွာနှင်းအပ်နိုင်သော စာအုပ် ဖြစ်ပေသည်။

တူဒေ: စာအုပ်တိုက်



### စကားဦး

သားနှစ်ယောက်ဖြစ်သော ဂျီရှူအာနှင့်ဂျီနာသန်တို့အတွက် ကျွန်တော့် အတွေးများကို စာဖြင့်ရေးချသည့် အလေ့အကျင့်က ကျွန်တော်ရေးပြီးသား စာမူကြမ်းများကို မိတ်ဆွေအပေါင်းအသင်း အတော်များများအား ပေးပြီး ဖတ်ဖို့ အကြောင်းဖြစ်ပေါ်စေခဲ့သည်။ သူတို့က ကျွန်တော့်စာမူကြမ်းများကို ဂရုတစိုက်ဖတ်ကြသည်။ ပြီးတော့ စိတ်ကောင်းနှလုံးကောင်းဖြင့် သူတို့၏ ထင်မြင်ချက်တွေ၊ အကြံပြုချက်တွေကို ပြောပြကြ၏။ ရလဒ်အဖြစ် ကျွန်တော်သည် ဘာသာတရား၊ အမျိုးကောင်းသမီးများ၊ သမီးကညာများ၊ ကလေးသူငယ်များနှင့်ပတ်သက်သည့် ဆောင်းပါးများကို ဖြည့်စွက်ရေး ဖြစ်ခဲ့၏။ မကြာမီအတွင်း ဤစာအုပ်ကို သင်ဖတ်ရသောအခါ သင်လည်း ကျွန်တော့်ထံ စာရေးပြီး သင့်အတွေးအမြင်များကို အသိပေးချင်စိတ် ပေါ်လာလိမ့်မည်ဟု ကျွန်တော်ယုံကြည်သည်။ ကျေးဇူးတင်ပါသည် ခင်ဗျား။

ဤစာအုပ်ကို သင် တစ်ထိုင်တည်းဖြင့် အပြီးဖတ်ဖို့မလိုပါ။ မာတိကာ စာမျက်နှာကို လှန်လှောကြည့်ပြီး သင့်အတွက် အကြံဉာဏ်လိုအပ်မည့် ခေါင်းစဉ်များကို ရွေးပြီးဖတ်ရုံသာဖြစ်၏။ လင်မယားကွာရှင်းပြတ်စဲခြင်းနှင့် မိန်းမလှ/အိမ်ထောင်ပြုခြင်းဆောင်းပါးများကို ဖတ်ပြီး လူအတော်များများ အတွက် အထောက်အကူရသွားသည်ဟု သိရသဖြင့် ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ဖြစ်မိကြောင်း ဖော်ပြလိုပါသည်။

ဤစာအုပ်အကောင်အထည်ပေါ်လာစေရေးအတွက် ကူညီခဲ့သူများ၊ အားပေးခဲ့သူများအား အထူးကျေးဇူးတင်ကြောင်း ဖော်ပြပါရစေ။ ဤစာအုပ်မျိုးကို ရေးနိုင်ဖို့ ဤကမ္ဘာပေါ်တွင် အလားအလာအနည်းဆုံး လူတစ်ယောက်မှာ ကျွန်တော်ဖြစ်ခဲ့ကြောင်း သင်တို့ သတိရပါလိမ့်မည်။ ပြီးတော့ ပြုံးယောင်ပြုံးတုံ့ဖြစ်မိမည်ဆိုတာလည်း ကျွန်တော်သိနေပါသည်။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ‘ငုပ်မိသဲတိုင် တက်နိုင်ဖျားရောက်’ စိတ်ထားမျိုး မွေးနိုင်လျှင် အခက်အခဲပေါင်းများစွာကြုံရသော်လည်း ကျွန်တော်တို့အားလုံး ကြီးမားသော အောင်မြင်မှုများ ရနိုင်ကြောင်း ကမ္ဘာကြီးအား အသိပေးခွင့် ရခြင်းမှာ ကောင်းသောအခြင်းအရာ ဖြစ်သည်ဟု ကျွန်တော် ယုံကြည်ပါသည်။

ဟိုကေဒိုတက္ကသိုလ်မှ ပါမောက္ခ ကူနိုယိုဝါကေ၏ စကားအတိုင်းပြောရလျှင် ဤစာအုပ်သည် ‘၂၁ ရာစုနှစ်ထဲတွင် ကမ္ဘာကြီးကို မလွဲမသွေ ပခုံးပြောင်းတာဝန်ယူကြရမည့် လူငယ်များအတွက် အရေးပါအရာရောက်သည့် စာအုပ်’ ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။ သူ့အယူအဆအတိုင်းဖြစ်မည်ဟု ကျွန်တော် မျှော်လင့်သည်။ ဤစာအုပ်ကို လူတိုင်းဖတ်ရပါမည်။ ဤစာအုပ်တွင် ဖြည့်ဆည်းရမည့် ဘဝပေးတာဝန်တစ်ရပ်ပါရှိနေသည်။

ဤစာအုပ်ပါဆောင်းပါးများကို ဖတ်ရှုခံစားပါ။ ပြီးတော့ သင့်မိတ်ဆွေများအား ပေးဖတ်ပါ။

လျင်မီအင်န်အိပ်ချ်တီယို

### ဖေဖေအိတ်ဖွင့်ပေးစာ

သားတို့ရေ

ဖေဖေဟာ မင်းတို့နှစ်ယောက်စလုံးနဲ့ အတူနေဖို့ အချိန်နည်းနည်းလေးပဲ ပေးခဲ့တယ်နော် ဖေဖေစိတ်မကောင်းပါဘူးကွယ်။

ဒီစာအုပ်ကို မင်းတို့အတွက်ရည်စူးပြီးရေးထားတယ်။ တစ်ဆိတ်လောက် ငရုတစိုက်နဲ့အကြိမ်ကြိမ်အခါခါဖတ်ကြည့်ကြပါ။ ဒီစာအုပ်ကို ဖေဖေစေ့စေ့စပ်စပ်နဲ့ နှိုက်နှိုက်ချွတ်ချွတ်လေ့လာပြီးမှရေးခဲ့တာ။ ဒီအထဲမှာ ဖေဖေ ရှုံးနိမ့်မှုတွေနဲ့အောင်မြင်မှုတွေကနေပြီး ဖြစ်ထွန်းလာတဲ့ ဘဝအသိတွေပါတယ်။ ဖေဖေက မင်းတို့ကို ဘဝရဲ့ချောက်ပေါက်တွေနဲ့ကင်းဝေးစေချင်တယ်။ မင်းတို့ကို ဖေဖေ ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ ပြောမပြုဖြစ်ခဲ့တာတွေကို ပေါ့ပေါ့ပါးပါး ဖတ်လို့ရတဲ့ပုံစံနဲ့ ရေးထားတဲ့ ဒီစာအုပ်ထဲမှာ ရေးပြထားတယ်။ ရည်ရွယ်ချက်ကတော့ မင်းတို့ဘဝမှာ နေပျော်ရေးအတွက် ပဲ့ပြင်လမ်းညွှန်ချက်ကလေးတွေ အရန်သင့်ရှိနေဖို့ပါပဲ။

ဒီစာတွေကို ဖေဖေရေးနေဆဲကာလမှာပဲ ဒီစာတွေကိုစာအုပ်အဖြစ် ထုတ်ဝေဖို့ နိုင်ငံအသီးသီးမှာရှိတဲ့ ဖေဖေမိတ်ဆွေအတော်များများက မေတ္တာရပ်ခံခဲ့ကြတယ်။ ကမ္ဘာတစ်ဝန်းမှာရှိတဲ့ တခြားမိဘတွေနဲ့ ကလေးသူငယ်တွေပါ အကျိုးရှိအောင်ပေါ့။ ဒီတော့ တစ်နေ့ အရွယ်ရောက်လာတဲ့အခါ စံပြ ခေါင်းဆောင်တွေဖြစ်လာမယ့် လူတော်လူကောင်းကလေးတွေ ပေါ်ပေါက်လာပြီး ဒီကမ္ဘာကြီးဟာ ပိုပြီးနေပျော်စရာကောင်းတဲ့နေရာဌာနကြီး ဖြစ်လာအောင် ဒီစာအုပ်က အထောက်အကူပြုနိုင်ပါစေကွယ်။

ဒီစာစုဟာ နည်းပေးလမ်းညွှန်ချက်တွေရယူရာဌာန ဖြစ်ပါစေ။  
 ဒီစာစုဟာ လူ့အလွှာအသီးသီး၊ အထူးသဖြင့် ပညာရေးဆိုင်ရာအဖွဲ့အစည်း  
 တွေမှာ အပြုသဘောဆောင်တဲ့ ဆွေးနွေးမှုတွေ အများအပြားပြုလုပ်ရမယ့်  
 အကြောင်းအရာတစ်ရပ် ဖြစ်ပါစေ။

ပူပန်ကြောင့်ကြတတ်တဲ့မိဘအားလုံးဟာ သူတို့ရဲ့သားသမီးတွေကို  
 ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့ပြီးကျေနပ်နှစ်သိမ့်မှုရှိတဲ့ဘဝမျိုး ရစေချင်ကြတယ်။ မင်းတို့  
 အပေါ်ထားတဲ့ ဖေဖေစေတနာဟာလည်း ဒီအတိုင်းပါပဲကွယ်။

လျင်မီ အင်န် အိပ်ချ် တီယို



### ထမြောက်အောင်မြင်သူများ

ကမ္ဘာမြေကြီးပေါ်မှာ ဖေဖေတို့နေရမယ့်သက်တမ်းဟာ နှစ်ပေါင်း ၈၀ လောက်ရှိတယ်။ အဲဒီနှစ်တွေကိုနေ့ရက်တွေအဖြစ် ပြောင်းဖွဲ့လိုက်ရင် ရက် ပေါင်း ၂၉ ၂၈ ရက်ပဲရှိတယ်။ အဓိပ္ပာယ်ကတော့ ကုန်လွန်သွားတဲ့ တစ်နေ့ တစ်ရက်တိုင်းဟာ တို့တစ်တွေအဖို့ တို့များရဲ့သင်္ချိုင်းနဲ့တစ်ရက် ပိုနီးလာပြီဆိုတာကို ဖော်ပြနေတာပဲ။ တို့တစ်တွေဟာ ခရီးသွားဧည့်သည်တွေ လိုပါပဲ။ ဒီလိုဖြစ်တာတောင် လောကမှာ သင်ယူဆည်းပူးစရာတွေနဲ့ ပျော်ရွှင် ခံစား စရာတွေ အများကြီးရှိနေတယ်။ ပျော်ရွှင်ကြည်နူးမှုရဲ့အလယ်မှာ ဝမ်းနည်း ကြေကွဲမှုလည်း ရှိနေလေရဲ့။ ဒါကြောင့် တို့တစ်တွေ ဒီလောကကြီး မှာ အသက်ရှင်နေထိုင်ရစဉ် အတောအတွင်း လောကီအရသာတွေကို အပြည့် အဝခံစားနိုင်ရေးအတွက် လျှို့ဝှက်ချက်နည်းနည်းပါးပါးလောက်ကို သင်ယူ ဆည်းပူးဖို့ လိုအပ်လာတယ်လေ။

ငယ်စဉ်တောင်ကျေးကလေးဘဝတုန်းကဆို ဖေဖေဟာ ကြယ်တွေ ကို မော့ကြည့်ပြီးအံ့ဩနေလေ့ရှိတယ်။ ကြယ်တွေက နည်းနည်းနောနောမှ မဟုတ်ဘဲ။ ဟိုးမိုးမြင့်ယံဆီက သူတို့ရဲ့မှိတ်တုတ်မှိတ်တုတ်လင်းလက်မှု ကလေးတွေက ဖေဖေကိုညှိယူဖမ်းစားခဲ့တယ်။ အခု အသက်ငါးဆယ်နား ကပ်လာပေမယ့်လည်း အဲဒီအံ့ဩစိတ်က ဖေဖေရင်ထဲမှာလှုပ်ခတ်နေတုန်း ပဲ။ တို့များရဲ့ နဂါးငွေ့တန်း ကြယ်စင်စုကြီးထဲမှာကိုပဲ ကြယ်ပေါင်းကုဋေ နှစ်သောင်းကျော်ရှိပြီးနေနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အစိုင်အခဲပေါင်း ကုဋေနှစ်သိန်း တစ်သောင်း ရှိသတဲ့လေ။ ဖေဖေတို့ရဲ့ စကြဝဠာကြီးထဲမှာ နဂါးငွေ့တန်း ဆိုတာ ကြယ်စင်စုတစ်ခုပဲရှိ သေးတာ။ ဒီစကြဝဠာကြီးထဲမှာ အဲဒီလို

ကြယ်စင်စုပေါင်းသန်းနှစ်ရာကျော် ရှိသတဲ့။ တို့များရဲ့ 'ဖန်ဆင်းရှင်' တကယ့် ကိုကြီးမားတဲ့တန်ခိုးရှင်ပါပဲ။ သူက တို့များကို ကမ္ဘာမြေကြီးပေါ်ကနေပြီး အဲဒီကြယ်တွေထဲက တချို့တစ်ဝက်ကို ကြည့်ခွင့်မြင့်ခွင့်ပြုတယ်။ ပြီးတော့ အနည်းအကျဉ်းကို လေ့လာခွင့်ပြုတယ်လေ။

ဖေဖေတို့ အသေးငယ်ဆုံးဒြပ်စင်တစ်ခုကိုယူပြီး ပုံကြီးချဲ့ကြည့်ရင် အဲဒီဒြပ်စင်ဟာ စကြဝဠာအသေးစားကလေးဖြစ်နေတာတွေကြရမယ်။ အဲဒါကိုသိမြင်သဘောပေါက်လာတဲ့အခါ ဖေဖေမှာ ပိုပြီးအံ့ဩတကြီး ဖြစ်ရ တာပေါ့ကွယ်။ အဲဒီဖန်ဆင်းမှုတွေရဲ့နောက်ကွယ်က အံ့ချီးဖွယ်ကျွမ်းကျင် လိမ္မာမှုတွေကို နားလည်သဘောပေါက်ဖို့ဆိုတာတော့ ဖေဖေတို့ ရဲ့ ဉာဏ်ပညာနဲ့ လိုက်မမီလောက်အောင်ပါပဲ။ တို့များအနေနဲ့ ဒီထက်နက်နက် နှိုက်ပြီး သင်ယူ ဆည်းပူးခြင်းဆိုတဲ့ ယမကာကို ချုံမြိန်စွာသောက်သုံးရုံပဲပေါ့။

တို့များရဲ့လူသားဦးနှောက်ကို ဘယ်ကွန်ပျူတာမှ မယှဉ်နိုင်ဘူး။ လောကမှာ စိတ်စွမ်းအင်ဆိုတာရှိနေတယ်။ လောကမှာ 'သက်ဝင် ယုံကြည်မှု' ဆိုတာရှိနေတယ်။ ဘယ်ကိစ္စမျိုးမှာမဆို ပြင်းပြတဲ့ယုံကြည်ချက်နဲ့ ယုံကြည် စိတ်ချ မှုဆိုတာလိုအပ်တယ်ကွယ်။ ကမ္ဘာ့အထက်မြက်ဆုံးဦးနှောက် တစ်ခု ဟာ သူ့စွမ်းအားရဲ့ဆယ်ပုံတစ်ပုံပဲ အသုံးချတယ်လို့ ကမ္ဘာကျော်သိပ္ပံပညာရှင် ကြီး 'အဲလ်ဘတ်အိန်စတိုင်း' ကပြောခဲ့တယ်။ အဓိပ္ပာယ်က တို့တစ်တွေဟာ တို့ရဲ့ဦးနှောက်ကို ထိုက်သင့်သလောက်အသုံးမချကြဘူးလို့ ပြောတာပေါ့ ကွယ်။ လျှို့ဝှက်ချက်ကတော့ စိတ်ဖိစီးမှုနည်းနိုင်းမျှအနည်းဆုံးနဲ့ ဦးနှောက်ရဲ့ စွမ်းအားကို ဘယ်လိုအထိရောက်ဆုံးအသုံးချရမယ်ဆိုတာ သိထားဖို့ပါပဲ။

ကုန်လွန်ခဲ့တဲ့ နှစ်ပေါင်းများစွာအတွင်း ပညာတတ်တချို့ဟာ ထမြောက် အောင်မြင်မှုမရှိသူတွေ ဖြစ်နေတာ ဖေဖေတွေ့ခဲ့ရတယ်။ သူတို့တစ်တွေထဲက အများစုဟာ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းတွေကို စွန့်စွန့်စားစား မလုပ်ဝံ့ကြဘူး။ ဒီတော့ သူတို့ဟာ အငြိမ်းစားယူချိန်ထိ၊ ဒါမှမဟုတ် ကွယ်လွန်ချိန်ထိ သူတစ်ပါး လက်အောက်ခံအမှုထမ်းအဖြစ် အလုပ်လုပ်

သွားကြရတာပေါ့ကွယ်။ ဒီနေရာမှာ ယုန်နဲ့လိပ်ပုံပြင်ကလေးကို ဖေဖေ သတိရမိတယ်။ ယုန်ကလေးက တာထွက်ကတည်းက တစ်ဟုန်ထိုးပြေးပြီး ဟိုးရှေ့အဝေးကြီးကို ရောက်သွားတော့ သူနိုင်ပြီဆိုပြီး တစ်ရေးတစ်မောအိပ် ပစ်လိုက်တယ်လေ။ လိပ်ကလေးကတော့ တဖြည်းဖြည်းတအိအိနဲ့သွားတယ်။ ဒါပေမဲ့ မရပ်မနားသွားတယ်။ ပြိုင်ပွဲမှာ လိပ်ကလေးနိုင်သွားတယ်။ ဒါကြောင့် မင်းတို့ရဲ့ခွန်အားကို အနိုင်မခံအရှုံးမပေးစိတ်ဓာတ်နဲ့ ကျားကန် ပေးထားရမယ်။ ဘယ်တော့မှ လက်မလျှော့ရဘူး။ ဘယ်တော့မှ ကျေနပ် ရောင့်ရဲမနေရဘူး။ အကောင်းတွေတော့ဖြစ်လာမှာပဲလို့ ယုံမှတ်မထားရဘူး။ ပေါ်ပေါက်လာနိုင်စရာရှိတဲ့ အရေးပေါ်ကိစ္စအများကို ရင်ဆိုင်နိုင်အောင် မင်းတို့အသင့်ပြင်ထားရမယ်။

တို့တစ်တွေအားလုံးဟာ ထမြောက်အောင်မြင်သူတွေဖြစ်ဖို့ မွေးဖွား လာကြတာချည်းပဲ။ တာရှည်ခံတဲ့ ထမြောက်အောင်မြင်မှုကို သေချာ ပေါက်ရစေတာကတော့ ရိုကျိုးနိမ့်ချမှုပဲ သားတို့ရေ။ ဂုဏ်မောက်ခြင်း ကတော့ ဘယ်တော့မဆို အချိန်တန်ရင် ဂုဏ်သိက္ခာညှိုးနွမ်းမှုကို ဖြစ်ပေါ် စေတာပါပဲ။ မင်းတို့ရဲ့ စက်ယန္တရားတစ်ခု တိုက်စားမှုအနည်းဆုံးနဲ့ ယိုယွင်း ပျက်စီးမှု သက်သာအောင် စက်ထဲကို ချောဆီထည့်ပေးကြရတယ်မဟုတ် လား။ ရိုကျိုးနိမ့်ချခြင်းဟာ ချောဆီပဲပေါ့။ မင်းတို့မှာရိုကျိုးနိမ့်ချမှုများများ ရှိလေ မင်းတို့ရဲ့ စက်ယန္တရား ပိုပြီးကြာရှည်ခိုင်ခံ့လေပေါ့။

တို့များရဲ့ 'ဖန်ဆင်းရှင်' လိုပဲ ကြီးမြတ်ပြီး အံ့မခန်းလောက်တဲ့ အခြင်းအရာတွေကို ပြုလုပ်ဖို့ကြိုးစားအားထုတ်ပါ။ မင်းတို့ရဲ့အတွေးတွေကို ပျော်စရာ ကောင်းတဲ့အတွေးတွေ၊ လှပတဲ့အတွေးတွေ ဖြစ်အောင် လုပ်ကြပါ။ ကောင်းတာကိုတွေးပြီး ကောင်းတာကိုလုပ်ကြပါ။ တက်တက်ကြွကြွနဲ့ရွှင်ရွှင် ပျပျနေကြပါ။ အဲဒါဆိုရင် သကြားကို ပုရွက်ဆိတ်တွေမက်မောသလို လူတွေက မင်းတို့ကိုမက်မောလာလိမ့်မယ်။ မင်းတို့ဟာ နည်းပေးလမ်းညွှန်မှုနဲ့ အလင်းရောင်ကိုဖြန့်ဖြူးပေးသူတွေ ဖြစ်လာနိုင်ပါတယ်။

# ၆ မြတ်ငြိမ်း

ကြယ်တွေကိုကြည့်ပါ။ ငြိမ်းတော့ တို့တစ်တွေ သဘောပေါက်နားလည် နိုင်စွမ်းမရှိလောက်အောင် ထူးဆန်းအံ့သြစရာကောင်းတဲ့ အခြင်းအရာတွေကို ဖန်တီးထားတဲ့ 'ဖန်ဆင်းရှင်' တစ်ဦး ရှိတယ်ဆိုတာ သဘောပေါက်ပါ။ နောက်ငြိမ်း တို့တစ်တွေဟာ ထမြောက်အောင်မြင်သူတွေ ဖြစ်ရမယ်ဆိုငြိမ်း ဘယ်ပြဿနာမျိုးကိုမဆို အပြေ ရှာလို့ရအောင်၊ အခက်အခဲတွေကို ကျော်လွှားနိုင်အောင် တို့တစ်တွေကို သူ့ရဲ့ဖန်တီးမှုစွမ်းရည်မျိုး ပေးအပ်ထားတယ်ဆိုတာလည်း သဘောပေါက်ပါ။



### ဒေါသ

ဒေါသက သာမန်အသိဉာဏ်ကို 'ကန်း'သွားစေတယ်။ သမိုင်းဝင် ဘေးဒုက္ခဆိုးကြီးတွေကျရောက်မှုအတော်များများကို တကယ်တမ်း ရှောင် ကွင်းမယ်ဆို ရှောင်ကွင်းလို့ရတာပေါ့ကွယ်။ ဒေါသထွက်နေတဲ့ အခိုက်အတန့် အတွင်း လှုပ်ရှားလှုပ်ဆောင်မှုတွေက ပြန်ပြင်လို့မရသောက်တဲ့ ဆုံးရှုံးပျက်စီး မှုတွေကို ဖြစ်ပေါ်စေတာပေါ့။

ဒေါသဟာ မင်းတို့ရဲ့ကျန်းမာရေးအတွက်လည်း မကောင်းဘူး။ ဒေါသကြီးတဲ့လူတစ်ယောက်ဟာ ဟောင်ဇော်နဲ့နေတဲ့ တိရစ္ဆာန်တစ်ကောင်နဲ့ အတူတူပဲ။ လူတွေဟာသူ့အနားကခွာသွားကြလိမ့်မယ်။ အဲဒီလိုလူစား တွေဟာ သာမန်အားဖြင့် ခေါင်းတစ်ခြမ်းကိုက်ရောဂါနဲ့သွေးတိုးရောဂါကို ခံစားကြရတတ်တယ်။

ဘာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ တစ်ခါတလေမှာတော့ တို့တစ်တွေ ဒေါသထွက်ဘဲ မနေနိုင်ကြဘူး။ အဲဒီလိုဒေါသထွက်ဘဲ မနေနိုင်တဲ့ အခိုက်အတန့်မျိုး ကြုံလာပြီဆိုရင် အောက်ပါကုစားနည်းကလေးတွေ သုံးကြည့်ပါလို့ ဖေဖေ အကြံပေးပါရစေ။

- ❖ အဲဒီလိုအခြေအနေမျိုးကို မလွဲသာမရှောင်သာကြုံလာရပြီဆိုရင် အဲဒီနေရာကနေ အမြန်ထွက်ခွာသွားပြီး ဘုရားသခင်ဆီမှာ ဝတ်ပြု ဆုတောင်းလိုက်ပါ။ မင်းတို့ကိုကူညီစောင့်ရှောက်ဖို့နဲ့ သည်းခံစိတ်ကို ပေးသနားဖို့ ဘုရားသခင်ဆီမှာ တောင်းခံပါ။
- ❖ မင်းတို့ယုံကြည်စိတ်ချပြီး အကြံကောင်းဉာဏ်ကောင်းပေးလေ့ရှိသူ တစ်ဦးကို ရှာပါ။ 'အကြံဉာဏ်ကောင်းပေးသူတွေရဲ့ အလယ်မှာနေရင် အန္တရာယ်ကင်းတယ်' ဆိုတဲ့ ဆိုရိုးစကားရှိတယ်လေ။

- ❖ တစ်နေရာရာကို သွားပြီး ကစားပွဲတစ်ခုခုပစ်လိုက်ပါ။ ဒါမှမဟုတ် တူရိယာပစ္စည်းတစ်ခုခုကို တီးမှုတ်နေလိုက်ပါ။ အဲဒီနည်းတွေက မင်းတို့ရဲ့ ဒေါသစိတ်ကို ပြေပျောက်စေလိမ့်မယ်။
- ❖ ရေကို တဝကြီးချိုးပစ်လိုက်ပါ။ အညစ်အကြေးအားလုံးကို ဆေးကြော သန့်စင်ပစ်လိုက်ပါ။ မင်းတို့စိတ် ပေါ့ပါးလန်းဆန်းလာလိမ့်မယ်။
- ❖ ‘နော်မန် ဗင်းဆင့်ပီးလ်’၊ ဒါမှမဟုတ် ‘ရောဘတ် အိပ်ချ်ရှုလာ’ ရဲ့ ဂန္ထဝင်မြောက် စာအုပ်တွေထဲက အခန်းတစ်ခန်းလောက် ဖတ်လိုက်ပါ။ သူတို့ရဲ့စာတွေက ရင်ကို အေးမြစေတယ်။ ပြီးတော့ မြင့်မြတ်တဲ့ စာနာ နားလည်မှုအကြောင်း၊ မေတ္တာတရားအကြောင်းတွေနဲ့ ထုံမွမ်းနေ တယ်။ အဲဒီစာတွေကို ဖတ်ရုံလောက်နဲ့ မင်းတို့ရင်ထဲက တင်းမာမှုတွေ လျော့ပါးသွားလိမ့်မယ်။
- ❖ ဆုံးဖြတ်ချက်တစ်ခုကို မြန်မြန်ဆန်ဆန်ချရတော့မယ်ဆိုရင်တောင် တစ်ထိုင်တည်းမဆုံးဖြတ်လိုက်လေနဲ့။ ဝတ်ပြုဆုတောင်းဖို့နဲ့ ဒေါသ တွေပြေပျောက်သွားအောင် အနည်းဆုံး ခုနစ်ရက် အချိန်ယူပါ။ အဲဒီလို အချိန်ယူလိုက်တဲ့အတွက် မင်းတို့ဝမ်းမြောက်ရမှာပါ။
- ❖ ဘိုးဘွားရိပ်သာ၊ ဒါမှမဟုတ် မိဘမဲ့ကလေးများကျောင်းကိုသွားပြီး ကူညီပါ။ အောက်ခြေသိမ်းအလုပ်တွေကို လုပ်ပါ။ မင်းတို့နဲ့ အနီးဆုံး ဆေးရုံက အချိန်ပြည့်အနီးကပ်စောင့်ကြည့်လူနာခန်းကို သွားကြည့်ပါ။ အဲဒီခါကျ မင်းတို့ ဘယ်လောက်ဘဝအကျိုးပေးကောင်းတယ်ဆိုတာ သဘောပေါက်လာလိမ့်မယ်။ အဲဒီခါကျ မင်းတို့လူလောကကြီးမှာ ဆက်ပြီး အသက်ရှင်နေထိုင်ချင်လာလိမ့်မယ်။ တခြားလူတွေက သေခြင်းတရားကို ငုံ့မျှော်နေရတဲ့အချိန်၊ ဒါမှမဟုတ် သူတို့ရဲ့ ခန္ဓာ ကိုယ်တွေပေါ်မှာ ခွဲစိတ်ကုသမှုကို စောင့်စားနေရတဲ့ အချိန်မှာ မင်း တို့က ကျန်းကျန်းမာမာနဲ့ အသက်ရှင်နေထိုင်ခွင့်ရတာကို ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာဖြစ်လာလိမ့်မယ်။

မင်းတို့ပျော်ရွှင်နေရင် ဒေါသထွက်ခဲ့မယ်၊ ဒီလိုမှ မဟုတ်ဘဲ ဒေါသထွက်နေပြီဆိုရင်တော့ မင်းတို့ စိတ်အစာဆာလောင်မွတ်သိပ်နေပြီ၊ စိတ်အစာ ပြန်လည်ဖြည့်ဆည်းပေးဖို့နဲ့ စိတ်ကိုဆုံးမပဲ့ပြင်ပေးဖို့ လိုအပ်နေပြီလို့ သဘောပေါက်ပေတော့၊ အဲဒီ အခါမျိုးကျရင် သဘာဝတရားကြီးနဲ့ နီးနီးစပ်စပ် နေဖို့နဲ့ ဘုရားရဲ့ အရိပ်အာဝါသကို ဒိုလှုံဖို့ ခဏတစ်ဖြုတ် အနားယူလိုက်ပါ။



### နှစ်လို့ဖွယ်ကောင်းခြင်း

တို့တစ်တွေ လူစုလူဝေးတစ်ခုထဲမှာ လူတွေကိုတွေ့ကြုံကြရတယ်။  
 ခဏတစ်ဖြုတ်လောက်နေပြီးတာနဲ့ တချို့လူတွေကို သဘောကျသွားတယ်။  
 ခင်မင်နှစ်သက်သွားတယ်။ တချို့လူတွေကိုတော့ သဘောမကျဘူး။ မခင်မင်  
 မနှစ်သက်ဘူး။ ဒါသဘာဝပဲ။ တချို့လူတွေက မိတ်ဆွေအပေါင်းအသင်းဖြစ်  
 ဖို့ အရမ်းလွယ်တယ်။ အဲဒီလိုလူမျိုးတွေကို တို့တစ်တွေ ခင်မင်နှစ်သက်  
 သွားတာပဲ။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ သူတို့ရဲ့အပြုံးတွေ၊ သူတို့ရဲ့ အကြင်နာ  
 ကိုယ်-နှုတ် အမှုအရာကလေးတွေနဲ့ သူတို့ရဲ့ချိုသာမှုကလေးတွေကြောင့်ပဲ  
 ပေါ့။ အဲဒီလိုလူမျိုးတွေ ကိုယ့်ဝန်းကျင်မှာ အမြဲရှိနေရင်သိပ်ကောင်းတာပေါ့  
 တွယ်။ တို့တစ်တွေလည်း သူတို့လို ခင်မင်နှစ်လိုဖွယ်ကောင်းသူတွေဖြစ်နိုင်  
 မယ်ဆိုရင် အတိုင်းထက်အလွန်ပေါ့။

အောက်မှာဖော်ပြထားတဲ့ ဂုဏ်အင်္ဂါရပ်တွေကို ပြုစုပျိုးထောင်နိုင်  
 မယ်ဆိုရင် ကောင်းလိမ့်မယ်လို့ ဖေဖေယူဆတယ်ကွဲ့။

- ❖ အဝတ်အစားကို သပ်သပ်ရပ်ရပ်နဲ့ စနစ်တကျ ဝတ်စား ဆင်ယင်  
 ပါ။ ကိုးရိုးကားရားအဝတ်အစားတွေ မဝတ်ဆင်ပါနဲ့။
- ❖ ဆံပင်တိုတိုထားပါ။ ဆံရှည်ကိုယ်တော်တွေကျတော့ ဂျစ်တီး  
 ဂျစ်ကန်လူ၊ သေသေသပ်သပ်မရှိတဲ့လူဆိုတဲ့ ပုံရိပ်မျိုး ဖြစ်ပေါ်  
 စေတယ်။ နောက်ပြီး တာဝန်မဲ့တဲ့လူ၊ ကိုယ်ကျင့်တရားပျက်ပြား  
 နေတဲ့လူ လို့တောင် ထင်မြင်သွားစေနိုင်တယ်။
- ❖ မင်းတို့ကိုယ်က သင်းရနံ့ကလေးထွက်နေရင် မဆိုးဘူး၊ ချွေးနံ့  
 ပျောက်ဆေး၊ ဒါမှမဟုတ် အနံ့မပြင်းတဲ့ ရေမွှေးဆွတ်ပါ။

ဟောင်စော်နံ့နေတဲ့ လူတစ်ယောက်ဟာ ဘယ်သူ့ကိုမဆို စိတ်အနှောင့်အယှက် ဖြစ်စေတယ်။ နည်းနည်းလေးကရိကထခံပြီး မင်းတို့ကိုယ်မင်းတို့ လတ်ဆတ်ပြီး ရနံ့ကလေးသင်းနေအောင် လုပ်ကြပါ။ ကောင်းတာကတော့ ဘယ် ပွဲလမ်းသဘင်ကိုပဲ သွားသွား မသွားခင် စိတ်ကြိုက် ရေမိုးချိုးသန့်စင်ပြီးမှ သွားပါ။ အဲဒီလိုလုပ်ဆောင်တာဟာ မင်းတို့ကိုယ်မင်းတို့လည်း ဂရုစိုက်တယ်။ တခြားလူတွေ စိတ်ကသိကအောက်မဖြစ်အောင်လည်း ဂရုစိုက်တယ်လို့ ပြသရာရောက်တဲ့အထိ တာသွားပါတယ်။

❖ လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲပြုံးပါ။ မျက်မှောင်ကြုတ်ရတာ ပိုပြီးခက်ပါတယ်။ မျက်နှာသေကြီးနဲ့လူတစ်ယောက်ကို ဘယ်သူမှ အပေါင်းအသင်း မလုပ်ချင်ကြဘူး။

❖ စကားကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်းနဲ့ လိုရင်းကိုပဲပြောပါ။ လေကြောရှည်မှုကို ရှောင်ပါ။ ယဉ်ကျေးဖွယ်ရာစကားပြောပါ။ မင်းတို့ရဲ့ စကားတွေထဲမှာ “ကျေးဇူးအများကြီးတင်ပါတယ်”၊ “တယ်ဟုတ်ပါလား”၊ “ခွင့်ပြုပါနော်”၊ “တစ်ဆိတ်လောက်”၊ “သတိထားနော်”၊ “သိပ်ကောင်းတာပေါ့”ဆိုတဲ့ စကားတွေအပြင် တခြား အကောင်းမြင် စကားလုံးတွေသုံးပြီး ဖွယ်ဖွယ်ရာရာ ဖြစ်အောင် ပြောပါ။

❖ တခြားလူတွေနဲ့ စကားပြောတဲ့အခါ သူတို့ရဲ့မျက်လုံးကို တည့်တည့်ကြည့်ပြီးပြောပါ။ မျက်နှာကြက်ကိုမော့ကြည့်ရင်း ပြောတာတို့၊ ကြမ်းပြင်ကို ငုံ့ကြည့်ပြီးပြောတာတို့ မလုပ်ပါနဲ့။ မဟုတ်ရင် မင်းတို့မှာ မျက်စိရောဂါတစ်ခုခု ရှိနေတယ်၊ ဒါမှမဟုတ် ရူးကြောင်ကြောင် ဖြစ်နေတယ်လို့ သူတို့က ထင်သွားလိမ့်မယ်။

❖ စိတ်ရင်းမှန်နဲ့ ချီးမွမ်းပါ။ မင်းတို့ကိုဖိတ်ခေါ်တဲ့ အိမ်ရှင်တွေ၊ ဒါမှမဟုတ် သူငယ်ချင်းအပေါင်းအသင်းတွေနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ကောင်းကွက်လေးတွေကို ရှာကြံပြီးပြောပါ။ ဒါဆိုရင် သူတို့ရဲ့

၁၂ မြတ်ငြိမ်း

ကောင်းကွက်တွေကို အသိ အမှတ်ပြုတဲ့လူ ရှိသားပဲ၊ သူတို့ကို ချီးမွမ်းတဲ့သူရှိသားပဲဆိုပြီး သူတို့ ကျေးဇူးတင်ဝမ်းမြောက်ကြ လိမ့်မယ်။

- ❖ ဘယ်သူနဲ့ပဲတွေ့တွေ့ အရင်စပြီး နှုတ်ဆက်သူက မင်းတို့ ဖြစ်ပါစေ။ တခြားလူတွေကို ဘယ်လို လှိုက်လှဲပျူငှာနှုတ်ဆက်ရမယ် ဆိုတာ သိနေတဲ့ လူတွေ ရှိနေရင် ဒီကမ္ဘာလောကကြီးဟာ ပိုပြီးနေချင့်စဖွယ်ကောင်းတဲ့ ကမ္ဘာကြီး ဖြစ်လာမှာအမှန်ပဲ။
- ❖ ဘယ်သူ့ကိုမဆို ကူညီဖို့အသင့်ဖြစ်နေပါ။ လက်မတွန့်ပါနဲ့။ လောကမှာ ကောင်းတဲ့အပြုအမူလေးတွေ ပြုလုပ်ဖို့ အခွင့်အလမ်း ကလေးတွေ အမြဲတမ်းရှိနေပါတယ်။

လူတွေက မင်းတို့ကို ခင်မင်နှစ်လိုလာပြီဆိုရင် မင်းတို့ဟာ အောင်မြင်မှု လှေကားမှာ လှေကားထစ်နည်းနည်းလောက် တက်လှမ်း ရောက်ရှိနေပြီလို့ ဆိုရမယ်။

နှစ်သက်သဘောကျခံရခြင်းဆိုတာ မုန်းတီးရွံရှာခံရ ခြင်းနဲ့ ပြောင်းပြန်ဖြစ်တယ်။ ဒီတော့ တို့တစ်တွေ အမုန်းမခံချင်ရင် အခင်မင်ခံရအောင် ဘယ်လိုလုပ် ရမယ်ဆိုတာကို လေ့လာဆည်းပူးရမယ်။ တကယ်လို့တို့တစ်တွေအားထုတ်ကြိုးစားမယ် ဆိုရင် ချစ်သူခင်သူပေါလာအောင်လုပ်ဖို့ ဆိုတာ မခဲယဉ်းပါဘူး။



### ရိုးရိုးစင်းစင်းကျင့်ကြံနေထိုင်ခြင်း

ဖေဖေ ကျောင်းသားအရွယ်ကလေးငယ်ဘဝကတည်းက ခေါင်းထဲ  
စွဲနေတဲ့ ဆောင်ပုဒ်ကလေး ရှိတယ်ကွဲ့။ ဖေဖေ ပစ္စည်းတစ်ခုခုကို လိုချင်စိတ်  
ပေါက်လာတိုင်း အဲဒီဆောင်ပုဒ်ကလေးကို ကိုက်တံအဖြစ်သုံးပြီး ချင့်ချိန်  
တိုင်းထွာကြည့်တာ အကျိုးရှိကြောင်း တွေ့ရတယ်။

ဆုံးခန်းတိုင်အောင်သုံး၊ သုံးလို့ရအောင်ပြင်၊  
မသုံးဘဲဖြစ်အောင်နေ ပေးကမ်းစွန့်ကြဲ

#### ❖ ဆုံးခန်းတိုင်အောင်သုံး

မင်းတို့ ပစ္စည်းတစ်ခုခု (ဥပမာ- ဖိနပ်၊ ကွန်ပျူတာ၊ အိမ်ထောင်ပရိ  
ဘောဂ၊ ဒါမှမဟုတ် အဝတ်အစား)ဝယ်တော့မယ်ဆိုရင် မင်းတို့မှာရှိပြီးသား  
ဖြစ်တဲ့ပစ္စည်းတွေကိုကော ဆုံးခန်းထိတိုင်သုံးပြီးပြီလား ဆိုတဲ့မေးခွန်းကို  
မေးကြည့်ပါ။ တို့တစ်တွေဟာ တို့မှာရှိပြီးသားဖြစ်တဲ့ ပစ္စည်းတွေကို သုံး  
လို့မရတော့တဲ့အထိသုံးစွဲတတ်ဖို့ အကျင့်လုပ်ရမယ်။ ကမ္ဘာပေါ်မှာ အချမ်း  
သာဆုံးဆိုတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတွေဟာ ပစ္စည်းအသစ်အဆန်းတွေနဲ့ ဝင့်ဝါပလွှားမှု  
မလုပ်ကြတာဘာကြောင့်လဲလို့ မင်းတို့ တစ်ခါတလေ မအံ့ဩမိကြဘူးလား။  
ရှေးဆန်တဲ့လူတွေဟာ အမြဲတမ်းတစ်သမတ်တည်း ချမ်းသာကြွယ်ဝနေကြ  
ပြီး ဝင့်ဝါပလွှားသူတွေကတော့ အနှေးနဲ့အမြန် ဆင်းရဲမဲ့တေ သွားကြတာ  
မကြာခဏတွေ့ရတယ်လေ။

❖ သုံးလို့ရအောင်ပြင်

လူ့အတော်များများဟာ သူတို့ရဲ့ပစ္စည်းအဟောင်းတွေကို လိုအပ်သလို နည်းနည်းပါးပါးပြင်လိုက်ရင် ပြန်သုံးလို့ရနိုင်သားနဲ့ အဲဒီပစ္စည်းအဟောင်းတွေကို လွှင့်ပစ်ပြီး အသစ်တွေကို ဝယ်တတ်ကြတယ်။ ဂျပန်ပြည်က ကုန်တိုက်ကြီးတွေရှေ့မှာဆိုရင် ရဲတပ်ဖွဲ့ကနောက်မှလာပြီး သိမ်းဖို့ စာကပ်ထားတဲ့ စက်ဘီးတွေကို မြင်တွေ့ရတာ သမားရိုးကျမြင်ကွင်းဖြစ်နေပြီ။ လူတွေက စက်ဘီးအသစ်တွေ ဝယ်ပစ်လိုက်ကြတာပဲ။ ပြီးတော့ စီးမယ်ဆို စီးလို့ရနိုင်သေးတဲ့ စက်ဘီးအဟောင်းတွေကို စွန့်ပစ်ခဲ့ကြတယ်လေ။ အဲဒါဟာ ဖြုန်းတီးမှုသက်သက်ပဲ။ တို့တစ်တွေအနေနဲ့ တို့မှာရှိထားတဲ့ပစ္စည်းတွေကို တန်ဖိုးထားထိန်းသိမ်းပြီး ပြင်လို့ရသလောက်ပြင်ပြီးသုံးဖို့ အကျင့်လုပ်ကြရမယ်။

❖ မသုံးဘဲဖြစ်အောင်နေ

လူများစုဟာ စိတ်နောက်ကိုယ်ပါ မဆင်မခြင်ဝယ်နေတတ်ကြတယ်။ ရလဒ်ကတော့ သူတို့မသုံးတဲ့ပစ္စည်းတွေ သူတို့လက်ထဲမှာ သောင်တင်နေတာပဲပေါ့။ ဒီတော့ ပစ္စည်းတစ်ခုခုမဝယ်ခင် ဒီပစ္စည်းကို မင်းတို့ တကယ်လိုအပ်ရဲ့လားဆိုတာ ဆန်းစစ်ကြည့်ရမယ်။ တကယ်လို့ အဲဒီပစ္စည်းမရှိလည်း သက်သောင့်သက်သာနေလို့ထိုင်လို့ ရနိုင်တယ်ဆိုရင် မဝယ်ဘဲနေပါ။ အဲဒီပစ္စည်းကိုမသုံးဘဲ ဖြစ်အောင်နေပါ။

❖ ပေးကမ်းစွန့်ကြဲ

အစားထိုးပစ္စည်းတွေ ဝယ်ယူမယ့်အစား လိုအပ်နေသူတစ်စုံတစ်ဦးကို ပေးကမ်းစွန့်ကြဲဖို့ စဉ်းစားပါ။ ဆင်းရဲနွမ်းပါးသူတွေကို ကြည့်တဲ့ မင်းတို့ရဲ့ မျက်လုံးတွေနဲ့ နှလုံးသားမှာ ကရုဏာတရားပြည့်လျှမ်းနေရမယ်။ ကလေးများ ဂေဟာကိုသွားကြည့်ပါ။ ကလေးသူငယ်တွေနဲ့စကားစမြည် ပြောကြည့်ပါ။ မင်းတို့ ဘယ်လောက်ကံကောင်းတယ်ဆိုတာ သဘောပေါက်လာလိမ့်

မယ်။ မင်းတို့မှာပိုနေတဲ့ပစ္စည်း၊ ဒါမှမဟုတ် မလိုချင်တော့တဲ့ပစ္စည်းတွေကို ပေးကမ်း စွန့်ကြဲပါ။ သေသေချာချာဆန်းစစ်ပြီး ပေးကမ်းစွန့်ကြဲတဲ့ပညာကို တတ်သွားရင် မင်းတို့ဟာလူ့လောကမှာနေရတာ ကျေနပ်နှစ်သိမ့်စရာ ကောင်းတဲ့လူတွေ ဖြစ်လာလိမ့်မယ်။

ဝင့် ဝါမောက်ကြွားမှုကင်းစွာနဲ့ ရိုးရိုးဝင်းဝင်း ကျင့်ကြံနေထိုင်ပါ။ ဆင်းရဲနွမ်းပါးသူတွေကို ညှာတာထောက်ထားပါ။ အဲဒီအခါ မင်းတို့ဘဝမှာ ပူးပွင့်လန်းဆန်းလာတဲ့ နှလုံးသားနဲ့ စိတ်ထားဟာ ဝစ်မှန်ပြီး ကျေနပ်နှစ်သိမ့်စရာကောင်းတဲ့ လှပတင့်တယ်မှုတွေနဲ့ ထုံမွမ်းနေလိမ့်မယ်။



### ကောင်းချီးမင်္ဂလာများ

ဖေဖေ လူငယ်ကလေးဘဝတုန်းက တနင်္ဂနွေဘာသာရေးသင်တန်းမှာ 'ဖေဖေရရှိခံစားနေရတဲ့ ကောင်းချီးမင်္ဂလာတွေကို နာမည်တပ်ပြီး တစ်ခုချင်း ရေတွက်ပြဖို့' ခိုင်းစေတာ ခံခဲ့ရဖူးတယ် သားတို့ရေ။ ခုတော့ ဖေဖေ အသက် ၄၆ နှစ် ရှိနေပြီ။ ဖေဖေရရှိခံစားခဲ့ရတဲ့ကောင်းချီးမင်္ဂလာတွေများလွန်းလို့ ရေတွက်လို့တောင်မရနိုင်တော့ဘူး။ အဲဒီကောင်းချီးမင်္ဂလာတွေကို ခံစားနိုင်အောင် အသက်ရှင်နေထိုင်ခွင့်ရတဲ့အတွက် ကျေးဇူးတင်ဝမ်းမြောက်ရုံပဲ ရှိတော့တယ်။

ဖေဖေအမေက ဖေဖေကိုပြောခဲ့ဖူးတယ်။ 'လူသားမျိုးနွယ်အတွက် အကြီးမြတ်ဆုံးကောင်းချီးမင်္ဂလာနှစ်ခုကတော့ စားသောက်နိုင်စွမ်းရှိခြင်းနဲ့ အိပ်စက်နိုင်စွမ်းရှိခြင်းပဲ။ မင်းတို့မှာ အဲဒီစွမ်းရည်နှစ်မျိုးစလုံးရှိတာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် မင်းတို့ဟာကျန်းကျန်းမာမာနဲ့သက်တမ်းရှည်စွာနေနိုင်ပြီး လောကီစည်းစိမ်တွေကိုခံစားရမယ်' တဲ့။ ဘယ်လောက်မှန်လိုက်သလဲနော်လူအတော်များများဟာ အိပ်ဆေးသောက်နေကြရတယ်။ သူတို့အိပ်မပျော်ကြဘူးလေ။ အစားအစာကောင်းကောင်းမစားနိုင်တဲ့လူတွေလည်း အများကြီးရှိတာပေါ့ကွယ်။

၁၉၈၂ ခုနှစ်ထဲတုန်းက လာစ်ပေးဂတ်စ်မှာ အသက် ၇၀ လောက်ရှိတဲ့ ရည်ရည်မွန်မွန်အဘွားကြီးတစ်ယောက်ကို တွေ့ခဲ့ဖူးတယ်။ သူက ကွယ်လွန်သူ ရယ်ဗလွန်အလှကုန်ပစ္စည်းတွေ စတင်ထုတ်လုပ်ခဲ့သူရဲ့ ဇနီးပေါ့။ သူဟာ ခင်မင် နှစ်လိုချင်စရာအကောင်းဆုံးနဲ့ သဘောကောင်း၊ မနောကောင်းအမျိုးသမီးကြီးပဲ။ သူက ဖေဖေနဲ့ တွေ့တွေ့ချင်းပဲ ဖေဖေကို

ပွေဖက်နှုတ်ဆက်တယ်။ ပြီးတော့ ဖေဖေနဲ့ဖေဖေမိတ်ဆွေတွေအားလုံး သူ့အိမ်ကိုလာလည်ဖို့ဖိတ်ခေါ်တယ်။ သူ့အိမ်ကမြေအောက်ပေ ၃၀ အနက်လောက်မှာဆောက်ထားတယ်။ တည်ဆောက်ခဲ့သူကတော့ ကွယ်လွန်သူသူခင်ပွန်းပဲပေါ့။

သူ့အိမ်ကိုရောက်အောင် ဖေဖေတို့ ဓာတ်လှေကားနဲ့ဆင်းကြရတယ် လေ။ သူ့ခြံထဲရောက်သွားတာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် ဖေဖေတို့ နိဗ္ဗာန်ဘုံကလေး တစ်ခုကို ရောက်သွားသလိုပါပဲ။ ခြံထဲမှာ ဂေါက်သီးရိုက်လှေကျင့်ကွင်း အသေးစားကလေးတစ်ကွင်း ရှိတယ်။ ဒါ့ပြင် ရေတံခွန်တွေလည်းရှိရဲ့။ သူ့အိမ်ထဲကိုလှည့်လည်ကြည့်ရှုပြီးတဲ့အခါ ဖန်သားဖလားခွက်ကြီးထဲမှာ ထည့်ထားတဲ့ အခွံမာမာနဲ့ အသီးကလေးတွေ (အားလုံးပျော့နေပြီ) တွေရ တယ်။ ဒါနဲ့ 'အဲဒီအသီးကလေးတွေက ဘာလုပ်ဖို့လဲ' လို့ ဖေဖေကမေး ကြည့်တယ်။ အမျိုးသမီးကြီးရှင်းပြတာက သူဟာ ကင်ဆာရောဂါကြောင့် လျှာနဲ့လည်ချောင်းကို ခွဲစိတ်ကုသထားရတယ်တဲ့။ အဲဒီလိုခွဲစိတ်ကုသ ခဲ့ရတဲ့အတွက် သူ့လျှာပေါ်က အရသာခံစားတဲ့ အဖုကလေးတွေမရှိတော့ ဘူးတဲ့။ ဒါကြောင့် သူဟာ ဘာကိုမှ အရသာခံလို့မရတာ နှစ်ပေါင်းများစွာ ကြာခဲ့ပါပြီတဲ့ကွယ်။ အဲဒီအခိုက်အတန့်ကလေးမှာ ဖေဖေဟာ ကောင်း ကောင်းစားနိုင်သောက်နိုင်၊ အရသာခံနိုင်တဲ့အတွက် ကျေးဇူးတင်ဝမ်း မြောက်မိပါတယ်။ စဉ်းစားကြည့်ကြစမ်း။ ဒီအမျိုးသမီးကြီးဟာ ကျိကျိတက် ချမ်းသာကြွယ်ဝတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူ့ခမျာ စားတဲ့သောက်တဲ့အခါ ချိုချဉ်ဖန်ခါး အရသာတွေကို ခံစားလို့မရရှာတော့ဘူးလေ။

ဖေဖေတော့ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်လာတဲ့အခါ ဖြစ်နိုင်ရင်တစ်ရေး တစ်မော အိပ်ပစ်လိုက်တာပဲ။ ဒါဟာ ဖေဖေခန္ဓာကိုယ်က အနားယူဖို့အမိန့် ပေးတာကို နာခံလိုက်တာပဲ။ မင်းတို့ဂရုစိုက်ရမှာက နှစ်နှစ်ခြိုက်ခြိုက်နဲ့ အိပ်ရေးဝအောင် အိပ်ဖြစ်ဖို့ပဲ။ အဲဒီလို အအိပ်ကိုဂရုစိုက်ရင် မင်းတို့ရဲ့ ကျန်းမာရေးနဲ့ နုပျိုလန်း ဆန်းမှုကို ထိန်းထားနိုင်လိမ့်မယ်။ ဖေဖေ မိတ်ဆွေ တချို့ကပြောကြတယ်၊ သူတို့ တစ်နေ့ကို နှစ်နာရီကနေလေးနာရီလောက်ပဲ

အိပ်ကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူတို့ရဲ့ ကျန်းမာရေးက ဒေါင်ဒေါင်မြည်နေတာပဲတဲ့။  
 ဖေဖေကတော့သူတို့ ပြောတာကို လက်မခံဘူး။ သူတို့ရဲ့ခန္ဓာကိုယ်တွေဟာ  
 မကြာခင်အတွင်း အနာရောဂါတွေကို မခုခံမကာကွယ်နိုင်တော့ဘဲ အရုပ်  
 ကြိုးပြတ်ဖြစ်သွားကြလိမ့်မယ်။ စက်ယန္တရားတွေတောင် အနားပေးဖို့နဲ့  
 ကြံ့ခိုင်ရေးလုပ်ပေးဖို့ လိုအပ်တယ်ဆိုတာ သတိရပါ။ အဲဒီလိုမှမလုပ်ရင်  
 အဲဒီ စက်ယန္တရားတွေ ပျက်စီးကုန်မှာပေါ့။ ဆေးရုံတက်တယ်ဆိုတာ  
 ငွေကုန်ကြေးကျများတဲ့ကိစ္စ။ နောက်ပြီး စောစောစီးစီးသေတယ်ဆိုတာ  
 အလွန်အင်မတန်နုမြောစရာ ကောင်းတဲ့ကိစ္စ။ ဒီတော့သင့်တင့် လျှောက်  
 ပတ်စွာ အိပ်ဖြစ်အောင် ဂရုစိုက်ပါ။ ဖြစ်နိုင်ရင် ညဉ့်နက်သန်းခေါင်ထိ  
 နေတာမျိုးကို ရှောင်ကြဉ်ပါ။

ဒါကြောင့် အစားအသောက်ကို သင့်တင့်မျှတစွာစားသောက်ပါ။  
 ပြီးတော့ အိပ်ရေးဝအောင်အိပ်ပါ။

မင်းတို့ရဲ့ဘဝနဲ့ ဖိသားစုသက်တမ်းကို ဆွဲဆန့်နိုင်ဖို့  
 သင့်တင့်စွာ၊ ငြိမ်းချမ်းစွာ၊ ချမ်းသာလှစေပြည့်စုံစွာ  
 စားပါ။ အိပ်ပါ။



### ချေးငှားခြင်း

တိုရန်တိုက ဖေဖေမိတ်ဆွေတစ်ဦး မကြာမီကလေးက ဖေဖေဆီ လာလည်တယ်ကွဲ့။ ဒီလိုမလာခင်ကလေးမှာပဲ သူဟာ အကြီးအကျယ် စီးပွားပျက် သွားခဲ့တယ်။ သူ့မှာ သူပိုင်ပစ္စည်းဆိုလို့ ငွေအနည်းအကျဉ်းနဲ့ ပေါင်နဲ့ထားတဲ့ အိမ်တစ်လုံးပဲရှိတယ်။ သူ့ရဲ့ငွေကြေးဥစ္စာတွေ ကုန်းကောက် စရာမရှိလောက်အောင်ဆုံးရှုံးသွားပေမဲ့ အိမ်ပေါင်ထားတဲ့အကြွေးကလေး အနည်းအကျဉ်းကလွဲပြီး သူ့မှာ ကြွေးမြီမရှိတော့ဘူးလို့ သူက ဝင့်ကြွား ဂုဏ်ယူစွာကြေညာခဲ့တယ်။ ဒါဟာ ချီးကျူးဂုဏ်ပြုစရာကောင်းလောက်တဲ့ အနေအထားမျိုးပဲ။ သူ့မှာ စိတ်ငြိမ်းချမ်းမှုရှိတယ်လေ။

ဖေဖေတို့ရဲ့လက်ရှိလူ့အဖွဲ့အစည်းဟာ ကြွေးဝယ်ကတ်ပြားစနစ် ပေါ် အခြေပြုထားတယ်နော်။ ကြွေးဝယ်ကတ်ပြားစနစ်က သုံးစွဲရလွယ်တယ်၊ ကရိုကထမများဘူး၊ လုပ်ငန်းနဲ့ပတ်သက်တဲ့ ဧည့်ခံဖြေဖျော်မှုတွေအတွက် အသုံးတည့်တယ်၊ ဒါပေမဲ့ မချိန်မီငွေမသွင်းနိုင်ရင်တော့ ပေးရမယ့် အတိုးနှုန်းကမြင့်တယ်။ ဒါကြောင့် ပေးချေစရာရှိတဲ့ငွေတောင်းခံလွှာ အားလုံးကို အချိန်မီ ပေးသွင်းတတ်အောင် အကျင့်လုပ်ပါ။

မဆင်မခြင်ဈေးဝယ်တာကို တားဆီးဖို့အတွက် ကြွေးဝယ်ကတ်ပြား နဲ့ မဝယ်ဖြစ်အောင်ကြိုးစားပါ။ ကြွေးဝယ်ကတ်ပြားနဲ့ဈေးဝယ်ရတာ သိပ်လွယ်ကူလွန်းတယ်။ ပစ္စည်းတစ်ခုကို ကောက်ကာငင်ကာမဝယ် ဖြစ်အောင်အားထုတ်။ ဆုံးဖြတ်ချက်ချဖို့ကို ရက်အနည်းငယ်လောက်အချိန် ပေးပြီးစဉ်းစား။ အဲဒီလောက်ကြာသွားတဲ့အခါကျ ဝယ်ချင်စိတ်မရှိတော့ဘဲ ဖြစ်ချင်ဖြစ်နေလိမ့်မယ်။

အိမ်ရာခြံမြေတွေထဲမှာ ရင်းနှီးမြှုပ်နှံပါ။ အဲဒီရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုဟာ

မြိုးမြိုးမြက်မြက်အမြတ်ရဖို့ အသေချာဆုံးနဲ့ စိတ်အချရဆုံးပဲ။ ဘိုးဘွားပိုင်  
 မြေပေါ်က အဆောက်အအုံမျိုးကို ဝယ်နိုင်အောင်ကြိုးစား။ ကမ္ဘာပေါ်မှာ  
 လူဦးရေက တစ်နေ့တခြားတိုးပွားလာနေတယ်။ ဒါပေမဲ့ မြေအကျယ်အဝန်း  
 က ဒီအတိုင်းပဲ ရှိနေတယ်။ လူတိုင်း လူတိုင်း အိမ်တစ်လုံးတော့ လိုတာပဲ။  
 စင်ကာပူမှာရှိတဲ့ အိမ်ရာခြံမြေတွေဟာ လွန်ခဲ့တဲ့နှစ်နှစ်ဆယ်တုန်းကထက်  
 တစ်ထောင်ရာခိုင်နှုန်းတန်ဖိုးတက်သွားတယ်။ ပြည်ပမှာရင်းနှီးမြုပ်နှံမယ်  
 ဆိုရင် တည်ငြိမ်မှုရှိတဲ့နိုင်ငံတွေ၊ ဒါမှမဟုတ် စွမ်းရည်ထက်မြက်တဲ့အစိုးရ  
 အုပ်ချုပ်နေတဲ့ နိုင်ငံတွေကို သွားပါ။ ရင်းနှီးမြုပ်နှံဖို့အတွက် ငွေကြေး  
 ချေးငှားရမယ်ဆိုရင် အနိမ့်ဆုံးငွေကြေးပမာဏကိုပဲ ယူပါ။ အမြင့်ဆုံး  
 ငွေကြေးပမာဏကိုယူဖို့ မကြိုးစားပါနဲ့။

ငွေကြေးချေးငှားတာဟာ ရောဂါတစ်ခုဖြစ်သွားနိုင်တယ်။  
 ငွေကြေးစုလို့ ဆောင်းလို့ရတာနဲ့ ချက်ချင်းပြန်ဆပ်ပါ။

ဖေဖေအကြံပေးချက်ဟာ တင်းကြပ်လွန်းသယောင်ရှိကောင်းရှိ  
 မယ်။ စီးပွားရေးကျပ်တည်းတဲ့ ခေတ်ကာလတွေအကြောင်း ပြန်လှန် စဉ်းစား  
 သုံးသပ်ကြည့်ရင် အထက်မှာဖေဖေပြောခဲ့တာတွေကို မင်းတို့သတိရလိမ့်မယ်  
 ထင်ပါတယ်။ အခွင့်အလမ်းကိုရတုန်းယူပါ။ စီးပွားရေးကျပ်တည်းနေတဲ့  
 ကာလမျိုး၊ အိမ်ရာခြံမြေတွေဈေးကျနေတဲ့အချိန်မျိုးမှာ အိမ်ရာခြံမြေတွေကို  
 မင်းတို့ တတ်နိုင်တဲ့ငွေအင်အားအတွင်းက တတ်နိုင်သလောက်သာဝယ်ပစ်။  
 အချိန်တန်ရင် တိုးပွားလာတဲ့ဆုလာဘ်တွေကို မင်းတို့ရလာလိမ့်မယ်။

ငွေကြေးအကြွေးမတင်ပါစေနဲ့ ၊ မဟုတ်ရင်  
 မင်းတို့ဟာ ငွေဝယ်ကျွန်လိုဖြစ်လာပြီး မင်းတို့ရဲ့  
 စဉ်းစားတွေးခေါ်မှုနဲ့ပျော်ရွှင်မှုကို အနှောင့်အယှက်  
 ဖြစ်စေလိမ့်မယ်၊ ပြီးတော့ မင်းတို့ရဲ့ မိတ်ဆွေတွေ  
 တောင် ရန်သူဖြစ်သွားစေနိုင်တယ်။



### မော်တော်ကားများ

စွမ်းဆောင်ရည်ထက်မြက်တဲ့ ဘတ်စကားတွေ၊ မီးရထားတွေနဲ့မှ အလုပ်မဖြစ်ဘူးဆိုရင်တော့ ဒီခေတ်မှာ မော်တော်ကားဟာ လိုအပ်ချက် တစ်ခုပဲ။ မင်းတို့ရဲ့သက်တမ်းတစ်လျှောက်အတွင်းမှာ မင်းတို့ ကားပေါင်း များစွာ ပိုင်ဆိုင်ကြလိမ့်မယ်။ မင်းတို့ဘဝမှာ တစ်ချိန်မဟုတ်တစ်ချိန်ချိန် မင်းတို့မိတ်ဆွေတွေဆီက မော်တော်ကားတွေ ငှားစီးဖြစ်မယ့်အလားအလာ လည်းရှိတာပဲ။ မင်းတို့ သင်ခန်းစာတွေလည်း အများကြီးရကြမှာပဲ။ ကားမှာ ချို့ယွင်းချက်တွေတွေတာ၊ ပေါက်သွားတဲ့ဘီးကို လဲတပ်ရတာ၊ ကားဝပ်ရှော့ကို သွားရတာ၊ ကားရေဆေးရတာ၊ ကားကို အရောင်တင်ဆီနဲ့တိုက်ရတာအပြင် တခြားတာဝန်ဝတ္တရားတွေလည်း အများကြီးလိုတယ်နော်။ မော်တော်ကား တစ်စီးကို ပိုင်ဆိုင်ပြီဆိုရင် စိတ်ရှည်ဖို့လိုမယ်။ အလေးထားဂရုစိုက်တတ်ဖို့ လိုမယ်။ မင်းတို့ရဲ့အသက်ဟာ အဲဒီကားပေါ်မှာ တည်မှီနေတယ် မဟုတ် လား။

မင်းကားမောင်းနေတဲ့အခါ မင်းအသက်ဟာ ဘီးလေးဘီးပေါ်မှာ တည်မှီနေတယ်ဆိုတာ အမြဲတမ်းသတိရနေပါလို့ ဖေဖေမေမေပြောခဲ့ဖူးတာ ဖေဖေ မှတ်မိနေတယ်။ တကယ်လို့ဘီးလေးဘီးထဲက တစ်လုံးလုံးပြဿနာ ပေါ်တာနဲ့ ဖေဖေ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရသွားနိုင်တယ်။ ဒါမှမဟုတ် အသက်ဆုံးရှုံး သွားနိုင်တယ်လေ။ သေဆုံးခြင်းအကြောင်းပြောရင်းနဲ့ တစ်ဆက်တည်း ပြောရရင် ယာဉ်တိုက်မှုတွေကြောင့် သေဆုံးသွားတဲ့ မိတ်ဆွေအတော် များများရဲ့ အသုဘတွေကို ဖေဖေ လိုက်ပို့ခဲ့ရပြီးပြီ။ ဒီတော့ မော်တော် ကားဟာတို့များအတွက် သွားရေးလာရေးအဆင်ပြေဖို့ အရေးပါအရာ

ရောက်တဲ့ ယာဉ်တစ်ခု ဖြစ်နေသလို ဝမ်းနည်းကြေကွဲမှု ဖြစ်ပေါ်စရာ အကြောင်းရင်းတစ်ခုလည်း ဖြစ်သွားနိုင်တယ်သားတို့ရေ။ ဒါကြောင့် ခုပြောမယ့် အကြောင်းအချက်တွေကို သိနားလည်ထားအောင် အားထုတ် ကြရမယ်။

❖ မော်တော်ကားကို အချိန်မှန် ပြုပြင်ထိန်းသိမ်းပေးရမယ်။ ပဲလတ်တွေ က အသစ်ဟုတ်ရဲ့လား၊ ဒါမှမဟုတ် သန့်ရှင်းရဲ့လား၊ စက်ဆီချောဆီ ဖြည့်ထားသလား၊ ကားဘီးတွေ ချိန်သားကိုက်အောင် စနစ်တကျ ချိန်ထားရဲ့လား၊ ဘရိတ်ကောင်းရဲ့လား၊ ရေတိုင်ကီတို့ လေအေးပေး စက်တို့ ကောင်းကောင်းမွန်မွန် အလုပ်လုပ်ရဲ့လား ဆိုတာတွေကို သေသေချာချာ စစ်ဆေးကြည့်ရှုရမယ်။ အဲဒါတွေကို အချိန်မှန်ပြုလုပ် တဲ့အတွက် ငွေကြေး အကုန်အကျသိပ်မများပါဘူး။ မော်တော်ကား လည်း ကြာရှည်အသုံးခံလာမယ်။

❖ အန္တရာယ်ကင်းတယ်လို့နာမည်ရထားတဲ့ ကားမျိုးကို ဝယ်ပါ။ ဂုဏ်ရှိန် မြင့်မားစေဖို့အတွက် ကားဝယ်တာမျိုးကတော့ သိပ်ပြီးအမြော်အမြင် ကြီးရာ မရောက်ဘူး။ မကြာခင်ကလေးကမှကွယ်လွန်သွားတဲ့ ကမ္ဘာ့ အချမ်းသာဆုံးစာရင်းဝင် ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတစ်ဦးဟာ အလုပ်လုပ်ဖို့အတွက် ကုန်တင်ကားကြီးတစ်စီးကိုပဲ မောင်းခဲ့သတဲ့။ သူက နာမည်ကျော် 'ဝေါလ်တန်' ကုန်ပစ္စည်းအရောင်းဆိုင်တွေကို ပိုင်ဆိုင်သူကြီးပေါ့။

❖ ဆီတိုင်ကီထဲမှာ အမြဲတမ်း ဆီအပြည့်ထည့်ပါ။ တိုင်ကီထဲမှာ ဆီတစ်ဝက် ပဲ ရှိတာ မကောင်းဘူး။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ဆီတွေ အငွေ့ပြန်ဖို့ နေရာလပ်ရှိနေလို့ပဲ။ ဆီတွေအငွေ့ပြန်ကုန်တယ်ဆိုတော့ အကျိုးမဲ့ ဖြုန်းတီးရာရောက်တာပေါ့။

❖ မင်းတို့ တစ်ဦးတစ်ယောက်ရဲ့ ကားကိုငှားပြီးသုံးပြုဆိုရင် ဆီအပြည့် ဖြည့်ပြီး ပြန်ပေးရမယ်။ ကားကို ဆေးကြောသန့်စင်ပြီးကားအတွင်းမှာ ဖုန်မရှိအောင် လေစုပ်စက်နဲ့ စုတ်ပစ်ရမယ်။ ဒီလုပ်ရပ်က မင်းတို့ဟာ ယဉ်ကျေးတဲ့လူ၊ စိတ်ကောင်းရှိတဲ့လူ ဆိုတာကို ပြသလိုက်တာပဲ။

- ❖ မင်းတို့ကားထဲမှာ ရေမွှေး၊ ဒါမှမဟုတ်၊ အနံ့ပျောက်ဆေး အမြဲဖျန်း ဆွတ်ထားပါ။ ကားမောင်းနေခိုက်မှာပေမယ့်လည်း ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင် မှာ ရနံ့သင်းသင်းကလေး မွှေးပျံ့နေတော့ ကောင်းတာပေါ့။ တစ်ခါ တလေ မင်းတို့ရဲ့ဧည့်သည်တွေက အနံ့ဆိုးတွေ ထွက်ကောင်း ထွက်နေ နိုင်တယ်။ အဲဒီအခါမျိုးကျ ကိုယ့်ကားထဲမှာ ရေမွှေးကလေး ဖျန်းထားတော့ စိတ်အနှောင့်အယှက်မဖြစ်ရတော့ဘူးပေါ့ကွယ်။
- ❖ ကိုယ့်ကားထဲမှာ ဆောင်ထားတဲ့ အပိုဘီးမှာ လေအပြည့်ရှိရဲ့လား ဆိုတာ ပုံမှန်စစ်ဆေးပါ။ တချို့ဆို ကားဘီးပေါက်သွားလို့ အပိုဘီးနဲ့လဲတပ် မယ်လည်းဆိုရော အပိုဘီးကလည်း သုံးမရတဲ့အနေအထားမျိုးဖြစ် နေတာ ကြုံကြရတယ်လေ။
- ❖ သာမန်ချို့ယွင်းမှုကလေးတွေကို ပြင်ဆင်နိုင်အောင် ကားထဲမှာ ပစ္စည်း အစုံအလင်ပါတဲ့ တန်ဆာပလာသေတ္တာ ဆောင်ထားရမယ်။ အဲဒီ အထဲမှာ နန်းကြိုးကလေးတွေလည်းပါဝင်အောင် ဂရုစိုက်ပါ။
- ❖ ရေနည်းနည်းပါးပါးဆောင်ထားတာ မမှားဘူး။ ဘာဖြစ်လို့လဲ ဆိုတော့ လူနေအိမ်ခြေတွေနဲ့အလှမ်းဝေးတဲ့ နေရာမျိုးမှာ ကားရေတိုင်ကီကို ရေဖြည့်ပေးဖို့ ရေရှာရတာ အခက်အခဲတွေ့ရတတ်လို့ပဲ။

ကားမောင်းရင်း ပျော်ရွှင်မှုကိုရှာပါ။ ဒါပေမဲ့ တရားဝင် ကန့်သတ် ထားတဲ့ မိုင်နှုန်းအတွင်းမှာပဲ မောင်းပါ။ အရက်သေစာသောက်စားထားရင် ကားမမောင်းနဲ့။ အရက်သေစာမသောက်တဲ့ သူငယ်ချင်းတစ်ဦးဦးကို မောင်းခိုင်းပါ။ ဒါမဟုတ် လုံခြုံစိတ်ချရတဲ့ တစ်နေရာရာမှာ မင်းတို့ ကားကို ရပ်ပစ်ခဲ့။ အိမ်ကို အငှားကားနဲ့ပြန်။ 'တဒဂ်ပျော်ရွှင်မှုဟာ တစ်သက်တာ ယူကျုံးမရစရာ ဖြစ်သွားနိုင်တယ်' ဆိုတဲ့ဆိုရိုးစကား ရှိတယ်မဟုတ်လား။ အရှိန်ပြင်းစွာ မောင်းလာတဲ့ကားတွေကို ဘယ်တော့မဆို လမ်းဖယ်ပေးပါ။ ကားမောင်းနေခိုက်မှာ မောက်မာဝင့်ကြွားဖို့မလိုဘူး။

အဲဒီဖော်ပြချက်တွေဟာ စိတ်ပင်ပန်းစရာကောင်းလှတယ်လို့ ထင်ရပေမယ့်လည်း တကယ်တမ်းကျတော့ မော်တော်ကားတစ်စီးကို ပိုင်ရတာ၊ မောင်းရတာဟာ ပျော်စရာ၊ ကြည်နူးစရာ ကောင်းပါတယ်။ ဒါကြောင့် မော်တော်ကားတစ်စီးပိုင်ဆိုင်ရတာကို မင်းတို့ရဲ့ပျော်ရွှင်ကြည်နူးမှု ဖြစ်အောင် လုပ်ပါ။



### အခွင့်အလမ်း

ဖေဖေရောက်နေတဲ့ မလေးရှားနိုင်ငံ၊ ကွာလာလမ်ပူမြို့မှာ ၁၉၉၅ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ ၁၂ ရက်နေ့က မနက်ပိုင်းရုပ်မြင်သံကြားအစီအစဉ်ကို ဖွင့်ကြည့်မိတဲ့ အတွက် ပီတိဖြာသွားခဲ့တယ်။ အဲဒီတုန်းကမလေးရှားနိုင်ငံရဲ့ 'အမျိုးသား ငွေစုဘဏ်' လက်ရှိဥက္ကဋ္ဌကို တွေ့ဆုံမေးမြန်းခန်းအစီအစဉ် ထုတ်လွှင့်နေတဲ့အချိန်ပေါ့။ ဒီလူ အသက် ၄၀လောက်ပဲ ရှိဦးမယ်။ ဒါပေမဲ့ သူ့ရဲ့ ရိုက်ကူးနှိမ့်ချမှုနဲ့ ဉာဏ်ရည်ထက်မြက်မှုတွေ၊ အပြောအဆိုညက်ညော မှုတွေကို ကြည့်ပြီး ဖေဖေ တအံ့တဩဖြစ်ခဲ့ရတယ်။ သူဟာ စီးပွားရေး လုပ်ငန်းပေါင်းများစွာမှာ ပါဝင်နှစ်မြုပ်နေတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူ့မှာ နိုင်ငံရေး အတွက် အချိန်ပေးနိုင်သေးတယ်။ ဖေဖေ ရုပ်မြင်သံကြားစက်ပေါ်မှာ တွေ့မြင်ခဲ့ရတဲ့အတိုင်း ဆက်ပြီး ရိုက်ကူးကူးနှိမ့်နှိမ့်ချချ နေထိုင်ကျင့်ကြံ သွားမယ့်ဆိုရင် သူဟာ လာမယ့်နှစ်တွေအတွင်းမှာ ထိပ်တန်းနိုင်ငံရေး ခေါင်းဆောင်တစ်ဦး ဖြစ်သွားမှာပဲ။ 'ညီညွတ်သော မလေးအမျိုးသားအဖွဲ့' (ယူအမ်အင်အို) ရဲ့ လူငယ်အဖွဲ့အစည်းမှာ အကြီးအကဲဖြစ်လာမယ့် အလား အလာကိုမေးတော့ သူက နှိမ့်ချရိုက်ကူးမှုအပြည့်နဲ့ ရယ်မောလိုက်တယ်။ ပြီးတော့ ဒီအကြောင်းကိုပြောရလောက်အောင် အချိန်မတန်သေးပါဘူးလို့ ဖြေတယ်။ သူ ထပ်ဖြည့်ပြီးပြောလိုက်တာကတော့ အရာရာတိုင်းမှာ သူဟာနဲ့သူ 'အချိန်အခါ' နဲ့ 'အခွင့်အလမ်း' ဆိုတာ ရှိပါတယ် တဲ့လေ။

ဆော်လမွန်ဘုရင်ကြီးဟာ အောက်ဖော်ပြပါ အခွန်ရှည်မယ့်ရှုမြင်  
ချက်တွေကို ပြုလုပ်ခဲ့တယ်။

ဒီကမ္ဘာလောကကြီးမှာ တစ်စုံ တစ်ရာကို ငါ တွေ့ခဲ့တယ်။  
လျင်မြန်သူမှ အပြေးပြိုင်ပွဲမှာ နိုင်တာ မဟုတ်သလို  
အားကြီးသူမှ တိုက်ပွဲမှာ နိုင်တာ မဟုတ်။  
အဲဒီလိုပဲ . . . .

စားနပ်ရိက္ခာက အမြော်အမြင်ကြီးသူဆိုကိုမှ လာတာ မဟုတ်သလို  
စည်းစိမ်ဥစ္စာက ဉာဏ်ထက်သူဆိုကိုမှ လာတာ မဟုတ်သလို  
အခွင့်သာမှုက ပညာရှိသူဆိုကိုမှ လာတာမဟုတ်။  
ဒါပေမဲ့ အချိန်အခါနဲ့ အခွင့်အလမ်းက  
အဲဒါတွေအားလုံးကို ဖြစ်ပေါ်နေစေတာပဲ။

လွန်ခဲ့တဲ့နှစ်ပေါင်း ၃၀ အတွင်းမှာ အိမ်ရာခြံမြေတွေရဲ့တန်ဖိုးဟာ  
တက်လိုက်ကျလိုက်နဲ့ သံသရာလည်နေတာကို ဖေဖေ အကဲခတ်ရှုမြင်ခဲ့ရ  
တယ်။ ကျပ်တည်းခက်ခဲတဲ့အခြေအနေတွေကြောင့် ဈေးနှုန်းတွေထိုးကျသွား  
တယ်။ ဒါပေမဲ့ မလွဲမသွေပြန်တက်လာတာပဲ။ ဖေဖေ ၁၉၇၃ ခုနှစ်ကနေ  
၁၉၈၃ ခုနှစ်အတွင်း နေခဲ့တဲ့အိမ်ကို လွန်ခဲ့တဲ့နှစ်ပေါင်း ၄၀ တုန်းက  
စင်ကာပူဒေါ်လာ သုံးသောင်းနဲ့ဝယ်ခဲ့တယ်။ ဒီကနေ့ အဲဒီအိမ်ဟာ စင်ကာပူ  
ဒေါ်လာ ၈,၄၀၀,၀၀၀ တန်နေပြီ။ တန်ဖိုးဟာ အံ့အားသင့်စရာကောင်း  
လောက်အောင် အဆပေါင်း ၂၈၀ မြင့်တက်သွားတယ်။ အတိုးနှုန်းနဲ့ တွက်ချက်  
ကြည့်ရင် တစ်နှစ်အတွက် အတိုးနှုန်း ခုနစ်ထောင် ရာခိုင်နှုန်းရှိတယ်။  
ငွေကြေးအဖွဲ့အစည်းတွေမှာ မင်းတို့ငွေကို ပုံသေအပ်နှံငွေအဖြစ် အပ်နှံ  
ထားရင် တစ်နှစ်ကို အတိုး ၅ ရာခိုင်နှုန်းကနေ ၆ ရာခိုင်နှုန်းအထိပဲရမယ်။

အိမ်ရာခြံမြေတွေကို လူတွေမဝယ်တော့ဘဲ ဈေးနှုန်းတွေကျနေချိန်  
မှာ ဝယ်။ လူတွေအလုံအယက်ဝယ်နေချိန်မျိုးမှာမဝယ်နဲ့။ မင်းတို့ဝယ်ပြီး

နောက်ပိုင်း ဈေးမလှုပ်သေးလည်း လက်ထဲမှာထိန်းထား။ ဒါမှမဟုတ် ငှားထားပေါ့။ တကယ်လို့ ဘိုးဘွားပိုင်မြေအမျိုးအစားကို ဈေးနှုန်း ချိုချိုသာသာနဲ့ဝယ်ထားနိုင်လို့ကတော့ အိမ်ရာခြံမြေ ဝယ်-ရောင်း အလုပ် ဟာ ဘယ်တော့မှ မများနိုင်ဘူး။

ဖေဖေဆိုရင် စတော့ဈေးကွက်မှာလည်း အဲဒီအခြေခံသဘော တရားကိုပဲအသုံးပြုတယ်။ စတော့တစ်ခုအကြောင်း လူတိုင်းပါးစပ်ဖျားမှာ ပြောနေပြီး ဆင်ကန်းတောတိုးဝယ်နေချိန်မျိုးမှာ ဖေဖေ လက်ရှောင်နေ တယ်။ ဈေးကွက် ထိုးကျသွားပြီဆိုရင်တော့ ဖေဖေ တက်တက်ကြွကြွလှုပ်ရှား ပြီသာမှတ်။ ဖေဖေ ကောင်းကောင်းရင်းနှီးကျွမ်းဝင်နေတဲ့ အစုရှယ်ယာတွေ ကို ဖျိုးခနဲဖျပ်ခနဲ ကောက်ဝယ်ပစ်တယ်။ ပြီးတော့ လက်ထဲမှာ ကိုင်ထားလိုက် တယ်။ ဒီအစုရှယ်ယာတွေရဲ့တန်ဖိုးဟာ ပြန်ပြီးတက်ဖို့ပဲ ရှိတော့တယ်လေ။

မင်းတို့ရဲ့အဘွား (ဖေဖေယောက္ခမ) က ပြောဖူးတယ်။ ပိုက်ဆံမှာ ခြေလေးချောင်းရှိတယ်တဲ့၊ မင်းဘက်ကသာ အဆင်သင့်ဖြစ်နေရင် ပိုက်ဆံက မင်းဆီပြေးလာလိမ့်မယ်တဲ့။ ဒီအဆုံးအမကို သူက သူ့ဘိုးအေဆီက ဆည်းပူး ခဲ့ရတာလေ။ သူ့ဘိုးအေက တရုတ်ပြည်မှာ မဆိုစလောက်ကလေးပဲ ကျောင်း ပညာကို ဆည်းပူးခဲ့ရပေမဲ့ စီးပွားရေးနဲ့ ဘာသာရေးလုပ်ငန်းတွေမှာ အရမ်း အောင်မြင်ခဲ့သူပေါ့။ သူဟာ လူအတော်များများက တလေးတစားဖတ်ရတဲ့ စာအုပ် နည်းနည်းပါးပါးရေးခဲ့တယ်။ သူ့သားတွေထဲက နှစ်ယောက်ဟာ လူသိများတဲ့ဒေါက်တာဘွဲ့တွေရသွားကြတယ်။ အဘိုးကြီးဟာ သွားရောဂါကု ပညာ၊ ကြက်ဘဲမွေးမြူရေးပညာ၊ ဓာတ်ပုံပညာနဲ့ ထာဝံရဘုရားလေ့လာရေး ပညာရပ်တို့ကိုလည်း စမ်းသပ်လေ့လာခဲ့တယ်။ သူဟာ သူ့အတွက် ပေါ်ပေါက်လာတဲ့ အခွင့်အလမ်းအားလုံးကို အရယူခဲ့တယ်။ မင်းတို့ဟာ သူ့မြေးတွေ။ ဒီတော့ မင်းတို့လည်း သူ့ခြေရာအတိုင်း လိုက်နင်းသင့်တယ်။

အချိန်အခါနဲ့ အခွင့်အလမ်းက အားလုံးဆီကိုလာလိမ့်မယ်၊ အဲဒီနှစ်မျိုးစလုံးကို အရယူဖို့ အသင့်ဖြစ်နေပါဝေ။



### အပြောင်းအလဲ

ဘယ်သူပဲဖြစ်ဖြစ်၊ သူ့ဘဝမှာ အောင်မြင်မှုတွေရပြီး အသက် ၅၀ ဝန်းကျင်လောက်ရောက်လာပြီဆိုရင် လောကမှာ 'ဘယ်အရာမှမတည်မြဲဘူး'၊ ဒါကြောင့် 'အပြောင်းအလဲတွေကို မျှော်လင့်ထားရမယ်'ဆိုတဲ့ အယူအဆ မှန်ကန်ကြောင်း ထောက်ခံပြောဆိုလိမ့်မယ်။ အရာရာတိုင်းဟာ ဆက်လက် ရွေ့လျားနေရမယ်။ ခြောက်သွေ့တဲ့ ရာသီဥတုနဲ့ စိုစွတ်တဲ့ ရာသီဥတုတွေ၊ လူသားတွေရဲ့ စိတ်လှုပ်ရှားမှုတွေ၊ မွေးဖွားခြင်း၊ သေဆုံးခြင်းစတာတွေပေါ့။ နောက်ပြီး မကြာမတင်အတွင်း တို့များလည်း ဒီအထဲမှာ အကျိုးဝင်သွားမယ် လေ။ တို့တစ်တွေဟာ တို့များထိန်းချုပ်နိုင်စွမ်းရဲ့ ပြင်ပက ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ဖြစ်ရပ်တွေကြောင့် ပြောင်းလဲကြရလိမ့်မယ်။ လျှို့ဝှက်ချက်ကတော့ ကိုယ့် အကျိုးရှိဖို့အတွက် ပြောင်းလဲမှုဖြစ်ရပ်တွေကို ဘယ်လိုအသုံးချရမလဲ ဆိုတာ သိထားဖို့ပဲ။

တို့တစ်တွေဟာ ချောင်ပိတ်အဖမ်းခံရပြီး ရှင်သန်ရပ်တည်နိုင်ရေး အတွက် အလောင်းအစားလုပ်ရတော့မယ့် အနေအထားမျိုး ရောက်လာရင် ရှိသမျှ ကိုယ်တွင်းအင်အားကို ညှစ်ထုတ်ပြီး ရုန်းကန်တိုက်ခိုက်တတ် ကြတယ်။ တချို့လူတွေကျတော့ အဲဒီလို ဖိနှိပ်အကျပ်ကိုင်မှုမျိုးနဲ့ ကြုံလာရင် ပိုပြီးထက်မြက်ထူးချွန်လာပြီး ပိုအောင်မြင်ကြီးပွားလာတတ်ကြတယ်။ ဗိုလ်မှူးကြီးဆင်းဒါး ဆိုတဲ့ပုဂ္ဂိုလ် ပိုင်တဲ့ စားသောက်ဆိုင်ဟာ လမ်းဖောက် လုပ်ရေးမှာ မလွတ်ကင်းတဲ့အတွက် ဖြိုချဖျက်ဆီးပေးလိုက်ရတယ်။ ဒါကြောင့် ဘဝရဲ့ နှောင်းပိုင်းအရွယ် အသက် ၆၅ နှစ်ကျမှ 'ကင်တပ်ကီကြက်ကြော်' ကို စတင်ဈေးကွက်တင်ခဲ့တယ်။ ဒီကနေ့ဆိုရင် သူ့ရဲ့ 'ကင်တပ်ကီကြက်

ကြော်' ဟာ ကမ္ဘာကျော်ဖြစ်နေပြီ။ တကယ်လို့လမ်းဖောက်လုပ်ရေးက သူ့လက်ရင်း စီးပွားရေးအလုပ်ကို ဖျက်ဆီးမပစ်ခဲ့ဘူးဆိုရင် 'ကင်တပ်ကီ ကြက်ကြော်' ဆိုတာ ဖြစ်ပေါ်လာမှာ မဟုတ်ဘူး။

ဝေါ့ဒစ်စနေဟာ အကြိမ်ပေါင်းများစွာ ရှုံးနိမ့်ခဲ့တယ်။ ငွေကြေး ချွတ်ခြုံကျပြီး လူမွဲစာရင်းတောင့် အသွင်းခံခဲ့ရတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူဟာ ဇွဲခတ်ပြီး တောင့်ခံခဲ့တယ်။ နောက်ဆုံးအကြိမ် ကြိုးစားအားထုတ်ချိန်မှာ သူဟာ အိမ်တစ်အိမ်ရဲ့အပေါ်ဆုံးထပ်က အထပ်ခိုးကလေးပေါ်မှာ ကြွက်ကလေး တစ်ကောင်နဲ့အတူ ထမင်းစားနေတယ်။ ဒါနဲ့ ဒီနောက်ဆုံး အကြိမ်အားထုတ်မှုမှာအောင်မြင်ခဲ့ရင် ဒီကြွက်ကလေးကို နာမည် ကျော်အောင် လုပ်ပေးမယ်လို့ တစ်ကိုယ်တော်သစ္စာဆိုလိုက်တယ်။ ဒါကြောင့် ဒီနေ့တို့များ 'မစ်ကီးမောက်စ်' ကိုကြည့်ရှုနေကြရတာဖြစ်ပြီး ဝေါ့ဒစ်စနေဟာ လည်း လျှမ်းလျှမ်းတောက် အောင်မြင်ကျော်ကြားပြီး ချမ်းသာကြွယ်ဝတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီး ဖြစ်လာတာပေါ့။ ဒါကြောင့် 'အပြောင်းအလဲ' ဆိုတာ အောင်မြင် ရေးအတွက် အထောက်အကူပေးတဲ့ အကြောင်းရင်းတစ်ရပ်သာ ဖြစ်တယ်။ လူတွေရဲ့ သမာသမတ်မကျတဲ့ နည်းနဲ့ တိုက်ခိုက်မှုကြောင့်ဖြစ်ဖြစ်၊ သူတို့ရဲ့ မနာလို ဝန်တို့မှုကြောင့်ဖြစ်ဖြစ် မလွဲသာမရှောင်သာ အလုပ်အကိုင် ပြောင်းလဲလုပ်ကိုင်ရတော့မယ်ဆိုရင် စိတ်မညစ်ပါနဲ့။ စိတ်မဆင်းရဲပါနဲ့။ ရှေ့ကိုတက်လှမ်းနိုင်ရေးအတွက် တည်တည်ငြိမ်ငြိမ်နဲ့ ကိုယ့်အလုပ်ကိုသာ အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင်လုပ်။ ဟောဒီ မိခင်ကမ္ဘာကြီးက သူ့ရဲ့ဝမ်းဗိုက်ထဲမှာ မင်းတို့အတွက် အံ့ဩစရာ ကောင်းပြီး ကြီးမားခမ်းနားတဲ့ဆုလာဘ်တွေ ဆောင်ကြဉ်းထားတယ်။ တစ်ခုတော့ရှိတယ်၊ မင်းတို့ကလည်း အဲဒီဆုလာဘ် တွေကို ရယူခံစားရလောက်အောင် ထိုက်တန်ရမယ်။ ဒီတော့ 'အပြောင်း အလဲ' ကို လက်ခံဖို့ လိုလိုချင်ချင်ရှိကြောင်း ပြသကြပါ။

'အပြောင်းအလဲ' ကို လှိုက်လှဲစွာ ကြိုဆိုပါ။

ဘုရားကျောင်းတွေမှာသုံးတဲ့ လေမှုတ်သစ်သားအော်ဂင်တစ်လုံးကို ဖေဖေ သတိရတယ်။ အဲဒီအော်ဂင်ကို တီးတဲ့အခါ လိုချင်တဲ့အသံကို

ရအောင် လေ့မှတ်သွင်းဖို့ ခြေနှင်းကိရိယာကို ဖေဖေ ခက်ခက်ခဲခဲနင်းခဲ့ရ တယ်လေ။ ဒီခေတ်မှာတော့ လျှပ်စစ်အော်ဂင်တွေဟာ အိမ်တွေမှာသုံးဖို့၊ ဘုံရားကျောင်းတွေမှာသုံးဖို့ သာမန်ပစ္စည်းတစ်မျိုးဖြစ်နေပြီ။ ကွန်ပျူတာတွေ၊ ရုပ်မြင်သံကြား စက်တွေ၊ ကင်မရာတွေ၊ ဗီသုကာလက်ရာတွေ၊ တယ်လီဖုန်း တွေမှာ တပ်ဆင် အသုံးပြုတဲ့ နည်းပညာတွေ တိုးတက်ထွန်းကားလာတယ်။ ဒါတွေဟာ တောင်းဆိုမှုကြောင့် လူသားမျိုးနွယ်က ပြုလုပ်လာတဲ့ ပြောင်းလဲ မှုတွေပဲ။ လူတွေဟာ အလုပ်အကိုင်တွေလုပ်ဖို့၊ ကုန်ပစ္စည်းတွေထုတ်လုပ်ဖို့ ပိုမို ကောင်းမွန်တဲ့နည်းလမ်းတွေကို အမြဲတမ်း ရှာဖွေ ကြံဆနေကြတယ်။ အယ်ဒီဆင်ဆိုရင် လျှပ်စစ်မီးလုံးကို တီထွင်ပြုလုပ်ဖို့ ကြိုးပမ်းတဲ့အခါ အကြိမ် ပေါင်း သုံးထောင်တိတိ မအောင်မမြင်ဖြစ်ခဲ့ရသတဲ့။ ဒါပေမဲ့ နောက်ဆုံး မှာတော့ သူ အောင်မြင်သွားတာပဲလေ။ မင်းတို့ အကောင်အထည်ဖော်ဖို့ကြိုး စားနေတဲ့ စီမံကိန်းတွေမှာကော မင်းတို့ ဘယ်နှ့ကြိမ်ဘယ်နှ့ခါလောက် မအောင်မမြင်ဖြစ်ခဲ့ဖူးပြီလဲ။ မင်းတို့ရဲ့ စီမံကိန်းဟာ လူသားမျိုးနွယ်အတွက် သင့်မြတ်တယ်၊ ကောင်းတယ်လို့သိထားရင် အဲဒီစီမံကိန်းကို ဆက်ပြီးအား ထုတ်သင့်တယ်။ မင်းတို့လိုချင်တဲ့ရည်မှန်းချက်တွေ မပေါက်မြောက်မချင်း အပြောင်းအလဲတွေပြုလုပ်ဖို့ ပြင်ဆင်ထားပါ။

ရှေ့ကိုတရွေ့ရွေ့တက်လှမ်းနိုင်ဖို့၊ တို့တစ်တွေ အရင်က အိပ်မက်တောင်မမက်ခဲ့ဖူးတဲ့ ရှာဖွေတွေ့ရှိချက်အသစ်တွေ ဖော်ထုတ် တွေ့ရှိနိုင်ဖို့ ဆိုတာ စွမ်းအားတွေရှိမှဖြစ်မယ်၊ အဲဒီစွမ်းအားတွေ ဖြစ်ထွန်းလာရေးအတွက် မင်းတို့၊ ဖေဖေတို့ လိုအပ်တာကတော့ အပြောင်းအလဲပဲ။ အပြောင်း အလဲကို လိုလိုလားလားအသုံးပြုပြီး တို့တစ်တွေကော တခြားလူတွေပါ အကျိုးအမြတ် ရှိလာအောင် တို့များရဲ့ စိတ်ကူးတွေနဲ့ လုပ်ဆောင်မှုတွေကို ပြုပြင်ပြောင်းလဲပစ်ပါ။ ဒီတော့ အပြောင်းအလဲကို လိုက်လံ့စွာကြိုဆိုပါ။



### ကလေးသူငယ်များ

ဖခင်တစ်ဦးဖြစ်ရတယ်ဆိုတာ အံ့ဩဝမ်းသာစရာအကောင်းဆုံး မင်္ဂလာတစ်ပါးပဲ။ မင်းတို့ကြည့်လေ၊ ဒီကမ္ဘာလောကကြီးထဲကို မင်းတို့လို လူသားကလေးတစ်ယောက် မွေးဖွားဝင်ရောက်လာတယ်၊ ပြီးတော့ သူ ကလေးဟာ မင်းတို့နဲ့လည်း တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းတူပြီး မင်းတို့ရဲ့ ဇနီးမယား နဲ့လည်း တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းတူနေလေရဲ့။ မင်းတို့ဟာ မင်းတို့ရဲ့ကလေး တွေအတွက် အုပ်ထိန်းစောင့်ရှောက်သူဖြစ်ရတော့မယ်။ သူတို့လေးတွေ ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့ပြီးကျေနပ်နှစ်သိမ့်တဲ့ဘဝကို ရဖို့ မင်းတို့ နည်းပေါင်းစုံနဲ့ ကြိုးစားကြရတော့မယ်။ ဒီတာဝန်တွေကို မင်းတို့ တမလွန်ဘဝ ကူးပြောင်း ချိန်ထိ ထမ်းဆောင်ကြရလိမ့်မယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီလို သူတို့လေးတွေကို ပြုစု ပျိုးထောင်နေတဲ့ ကာလအတွင်း မင်းတို့အတွက် အကူအညီနဲ့ ပဲ့ပြင် လမ်းညွှန်မှုတွေ လိုအပ်မယ့် အနေအထားမျိုးတွေ အများအပြားပေါ် ပေါက်လာလိမ့်မယ်။

❖ ကလေးတွေဟာ မိခင်ရဲ့ဝမ်းဗိုက်ထဲမှာပဲရှိနေသေးတာတောင် မင်းတို့ရဲ့ အသံကိုကြားနိုင်တယ်။ ဒီအချက်မှန်ကန်ကြောင်း သိပ္ပံပညာဆိုင်ရာ လေ့လာတွေ့ရှိချက်တွေက အတည်ပြုထားတယ်။ အဲဒီအခွင့်အရေး ကိုယူပြီး မင်းတို့ရဲ့သားသမီးတွေအပေါ် ချစ်ကြောင်းနဲ့ လိုလိုလားလား ရှိကြောင်း ဖွင့်ဟပြောဆိုသင့်တယ်။ ဖေဖေမိတ်ဆွေတချို့ဆိုရင် သူတို့ရဲ့ကလေးတွေ မိခင်ဝမ်းဗိုက်ထဲမှာ ရှိနေစဉ်မှာပဲ သီချင်းဆိုပြ ကြသတဲ့။ ဒီတော့ မွေးလာတဲ့ကလေးတွေဟာ ကျောင်းမှာ ပိုပြီး စာတော်ကြတယ်၊ ပိုပြီးဖေးဖေးမမရှိတယ်၊ ပိုပြီးပျော်ပျော်နေတတ်ကြ တယ်ဆိုပဲ။

၃၂ မြတ်ငြိမ်း

- ◆ သူတို့လေးတွေငယ်ရွယ်စဉ်ကတည်းက ပညာသင်ကြားနိုင်အောင် သူတို့ကိုမမွေးခင်ကတည်းက ပညာသင်စရိတ်အတွက် ဘဏ်မှာ ငွေစာရင်းဖွင့်ပြီး ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားသင့်တယ်။ တခြားနည်းကောင်း တစ်ခုကတော့ သူတို့အတွက် အသက်အာမခံထားပေးတဲ့နည်းပဲ။
- ❖ သူတို့ လိုချင်တာ မှန်သရွေ့ လိုလေသေးမရှိအောင်ဆောင်ကြဉ်းပေးပြီး အကျင့်ဖျက်တာမျိုး ဘယ်တော့မှ မလုပ်လေနဲ့။ သူတို့ကို ဝေဒနာ ခံစားရခြင်းနဲ့ ဆာလောင်မွတ်သိပ်ခြင်းဆိုတဲ့ အရှိတရားတွေနဲ့ ရင်မ ဆိုင်ရအောင် တစ်သက်လုံး ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ထားတာမျိုး မလုပ်ရဘူး။ သူတို့ကို ကလေးများဂေဟာ၊ ဒါမှမဟုတ် မိဘမဲ့ကလေး များကျောင်းကို ခေါ်သွားပါ။ သူတို့ရင်ထဲမှာ တန်ဖိုးရှိတဲ့ ကရုဏာ နှလုံးသားကလေး ဖူးပွင့်ပါစေ။ ပြီးတော့ ဆင်းရဲနွမ်းပါးသူတွေ၊ ခိုကိုး ရာမဲ့သူတွေကို လှူဒါန်းဖို့ စားသောက်ဖွယ်ရာနဲ့ တခြားအသုံးအ ဆောင်ပစ္စည်းတွေကို သူတို့ရဲ့ကိုယ်ပိုင်ငွေနဲ့ ဝယ်ယူခွင့်ပြုပါ။
- ❖ ဘယ်တော့မဆို မင်းတို့ရဲ့သားသမီးတွေနဲ့ ပွင့်ပွင့်လင်းလင်းဆွေးနွေးပါ။ သူတို့ကို မင်းတို့မိတ်ဆွေတွေလိုသဘောထားပြီး စကားပြောပါ။ သူတို့နဲ့ အတူ နောက်ပြောင် ကျီစယ်ပါ။ ရယ်မောပါ။ ကစားပါ။ ငိုစရာရှိရင် တောင် ငိုပစ်လိုက်ပါ။ အရာရာတိုင်းအတွက် အချိန်အခါဆိုတာ အမြဲ တမ်း ရှိတယ်။ သူတို့လေးတွေငယ်ရွယ်စဉ်မှာ တန်ဖိုးထားမြတ်နိုးပါ။ သူတို့ကြီးလာလို့ အိမ်ထောင်ရက်သားကျပြီး သားတွေသမီးတွေနဲ့ ဖြစ်လာတဲ့အခါကျတော့ မင်းတို့ အဲဒီလိုမြတ်နိုးယုယနေဖို့ အခွင့် အရေး ရမှာ မဟုတ်တော့ဘူး။
- ❖ သားသမီးတွေ ကြီးပြင်းလာတဲ့ သက်တမ်းအဆင့်ဆင့်မှာ ဓာတ်ပုံတွေ ရိုက်ထားပါ။ အဲဒီဓာတ်ပုံတွေကို သူတို့ တန်ဖိုးထားကြမှာပါ။ ပွားစည်း လာတဲ့ သူတို့သားသမီးတွေကို ပြန်ပြနိုင်တာပေါ့။ သူတို့နဲ့အတူ တွဲပြီး မိသားစုဓာတ်ပုံတွေလည်း ရိုက်ထားပါ။

❖ သူတို့နဲ့အတူ အားလပ်ရက် အပန်းဖြေခရီးတွေ ပုံမှန်ထွက်ပေးပါ။ သူတို့ရဲ့ အချိန်တွေကိုတော့ သိပ်များများမယူမိအောင် သတိထားပေါ့။ သီတင်းတစ်ပတ်လောက်ဆိုရင်တောင် လိုတာထက်ပိုများနေပြီထင်တာပဲ။ မင်းတို့ဟာ သူတို့ရဲ့မိတ်ဆွေဖြစ်နေတာတောင် 'ဖက်လဲတကင်း နေထိုင်ခြင်းက မထိမဲ့မြင်ပြုမှုကို ပေါက်ဖွားစေသည်' ဆိုတဲ့ဆိုရိုးစကားဟာ အမှန်တကယ် ဖြစ်လာနိုင်တယ်။

❖ သူတို့ကို လွတ်လွတ်လပ်လပ်နေထိုင်ကျင့်ကြံတတ်အောင်နဲ့ ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးတတ်အောင်သင်ကြားပေးပါ။ မင်းတို့ဟာ သူတို့ကို 'အားပေးအားမြှောက်ပြုသူ' ဖြစ်ရမယ်။ ပြီးတော့ လိုအပ်ရင် လိုအပ်သလို ကူညီရမယ်။ တကယ်လို့ သူတို့အတွက်အမွေအဖြစ် ပိုက်ဆံတွေထားခဲ့မယ်ဆိုရင် ခိုင်မာစိတ်ချရတဲ့ လုပ်ငန်းတွေမှာ ရင်းနှီးမြှုပ်နှံတတ်အောင် လမ်းညွှန်ပေးသင့်တယ်။ အထူးသဖြင့် အမြတ်ရဖို့ သေချာတဲ့ နေရာအကွက်အကွင်းတွေမှာရှိတဲ့ ဘိုးဘွားပိုင်မြေတွေကို ဝယ်ပြီး ရင်းနှီးမြှုပ်နှံဖို့ သွန်သင်ညွှန်ကြားပါ။

❖ ဘုရားသခင်မပါရှိရင် အရာရာတိုင်းဟာ အကျိုးမဲ့အချည်းနှီးဖြစ်မှာပဲ။ သူတို့ငယ်ရွယ်စဉ်ကတည်းက သူတို့နဲ့အတူ ဝတ်ပြုဆုတောင်းတတ်အောင် အကျင့်လုပ်ပါ။ မင်းတို့ အခက်အခဲတစ်ခုခုနဲ့ ကြုံနေရတဲ့ အခါမျိုးမှာ သူတို့ကိုလည်း ကူပြီးဆုတောင်းပေးခိုင်းပါ။ တို့တစ်တွေ အားလုံး ဘုရားသခင်ရှေ့တော်မှောက်ကို မဖြစ်မနေလာကြရပြီး ကူညီစောင့်မဖို့တောင်းခံရတဲ့ သာဓကတွေ အများကြီးရှိပါတယ်။ ကောင်းကင်ဘုံရဲ့စောင့်ရှောက်မှု မပါရင် ဒီကမ္ဘာကြီးဟာ အတော့်ကို အံ့အားသင့်စရာကောင်းတဲ့နေရာဌာနကြီး ဖြစ်သွားနိုင်တယ်။

❖ သူတို့လေးတွေကို ခေါက်ရိုးကျိုးအောင် သင်ကြားလေ့ကျင့်ပေးရမှာတွေကတော့ သန့်ရှင်းသပ်ရပ်စွာ နေထိုင်တတ်ဖို့၊ အချိန်တိကျဖို့၊ ဂါရဝတရားရှိဖို့၊ ရိုးရိုးစင်းစင်းနေထိုင်ကျင့်ကြံဖို့၊ ဖြောင့်မတ် မှန်ကန်ဖို့၊

ရိုသားစင်ကြယ်ဖို့၊ မိဘဘဝ၊ ပညာရေး၊ ဘာသာရေး၊ ဇွဲသတ္တိနဲ့  
သိရှိနားလည်နိုင်စွမ်းရှိဖို့တို့ပဲ ဖြစ်တယ်။

ကလေးသူငယ်တွေဆိုတာ ဘုရားသခင်က လူသား  
မျိုးနွယ်အတွက် ပေးလှနားတော်မူတဲ့ လက်ဆောင်  
တွေပဲ ဖြစ်တယ်။ သူတို့ မွေးဖွားလာချိန်ကစပြီး  
တို့များ ခွဲခွာသွားရတဲ့ အချိန်ထိ သူတို့ကို ထိုက်ထိုက်  
တန်တန် ပြုစုစောင့်ရှောက်သွားမယ်ဆိုရင်  
သူတို့ဟာတို့များရဲ့ မိတ်ဆွေတွေ ဖြစ်လာမှာပါ။



### ယဉ်ကျေးဖွယ်ရာရှိခြင်း

နေအိမ်အများစုမှာ၊ ဟိုတယ်တွေမှာ၊ ရုံးခန်းတွေမှာ ပန်းတွေကို မြင်တွေ့နိုင်တယ်။ ဒီပန်းကလေးတွေက သူတို့ရဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်ကို တန်ဖိုးတိုးစေတယ်။ ဆွဲဆောင်မှုအားကောင်းစေတယ်။ သူတို့ရဲ့ အရောင်တွေ၊ ရနံ့တွေနဲ့ အရွယ်အစားတွေက တို့များရဲ့ အာရုံတွေကို နှိုးကြွစေတယ်။ ဘာကယ်လို့ တို့တစ်တွေသာ အားထုတ်ကြိုးပမ်းမယ်ဆိုရင် လူ့ဘဝဟာ အဓိပ္ပာယ်ရှိပြီး နှစ်လိုပျော်မွေ့ဖွယ်ကောင်းတယ် ဆိုတာကို ဒီပန်းပွင့်ကလေးတွေက သိသာထင်ရှားစေတယ်။ ပတ်ဝန်းကျင်တိုးတက်သာယာစေဖို့ အတွက် ဒီပန်းပွင့်ကလေးတွေကို အသုံးချကိရိယာတွေအဖြစ် အသုံးချတတ်တဲ့ လူတွေကတော့ ဘဝကို ဘယ်လို အဓိပ္ပာယ်ရှိရှိနေထိုင်ရမယ် ဆိုတာ သဘောပေါက်ကြတယ်။

ယဉ်ကျေးဖွယ်ရာရှိခြင်းဆိုတာ ဘဝရဲ့ အမွန်မြတ်ဆုံးပန်းပွင့်ပဲ။

#### သက်ရှိယဉ်ကျေးဖွယ်ရာအပြုအမူများ

- ❖ မင်းတို့ကို ဧည့်ခံပွဲတစ်ခုခုထက် ဖိတ်ကြားခြင်းခံရတဲ့အခါ အသက်အကြီးဆုံး လူတစ်ဦး စတင်မစားမသောက်မချင်း အစားအစာ၊ ဒါမှမဟုတ် ယမကာကို မတို့မထိပါနဲ့။ မင်းတို့ထက် အသက်အရွယ်ကြီးရင့်သူဆိုရင် ဘယ်သူ့ကိုမဆို ဂါရဝတရားထားရမယ်။ ရာထူးဌာနန္တရနဲ့ ဆုံးဖြတ်ဖို့ မလိုဘူး။