

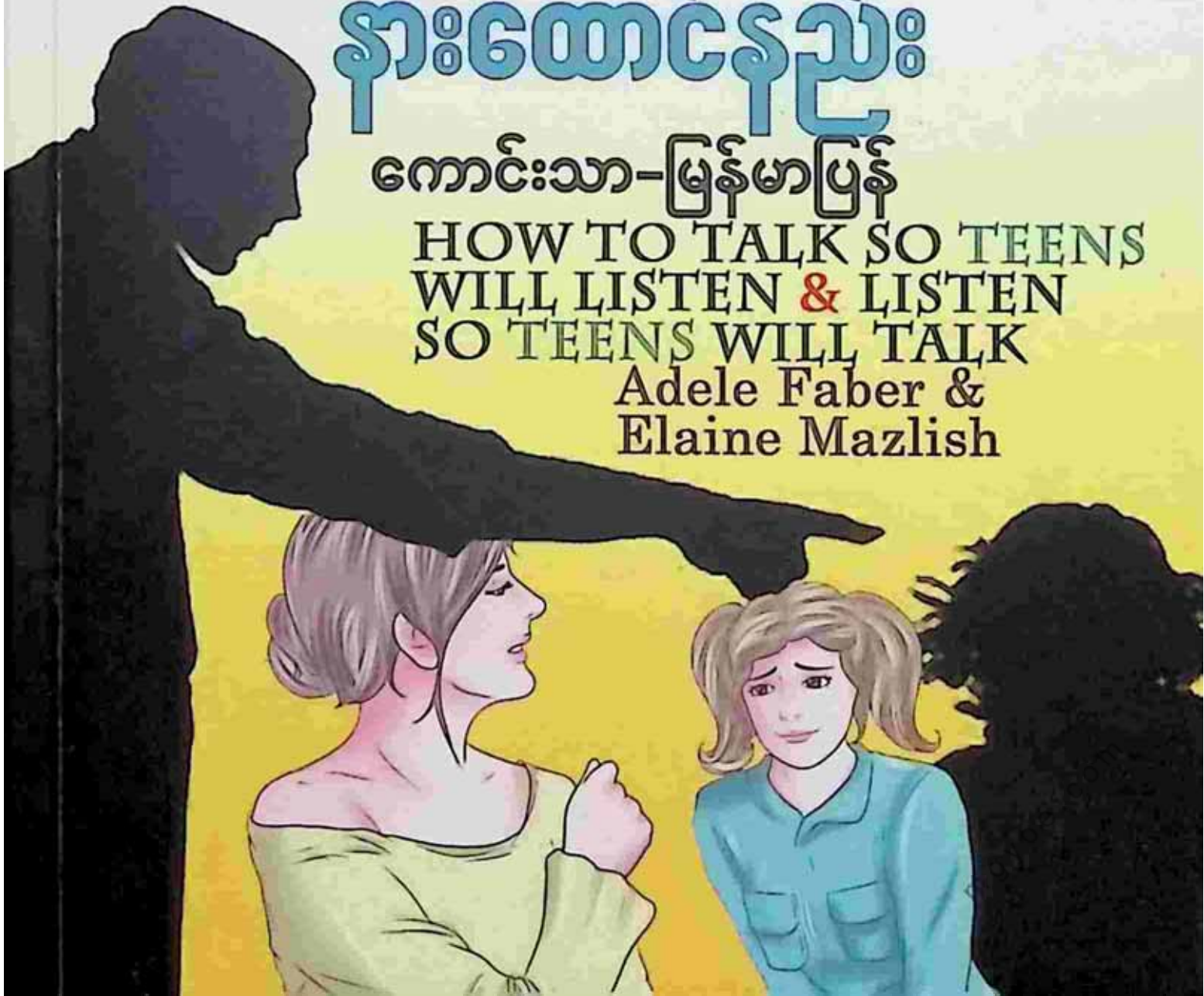
ဝိတ်ကူးချိုချိုအနုပညာ

# မိဘများအတွက် ဆယ်ကျော်သက်များနှင့် စကားပြောနည်း နားထောင်နည်း

ကောင်းသာ-မြန်မာပြန်

HOW TO TALK SO TEENS  
WILL LISTEN & LISTEN  
SO TEENS WILL TALK

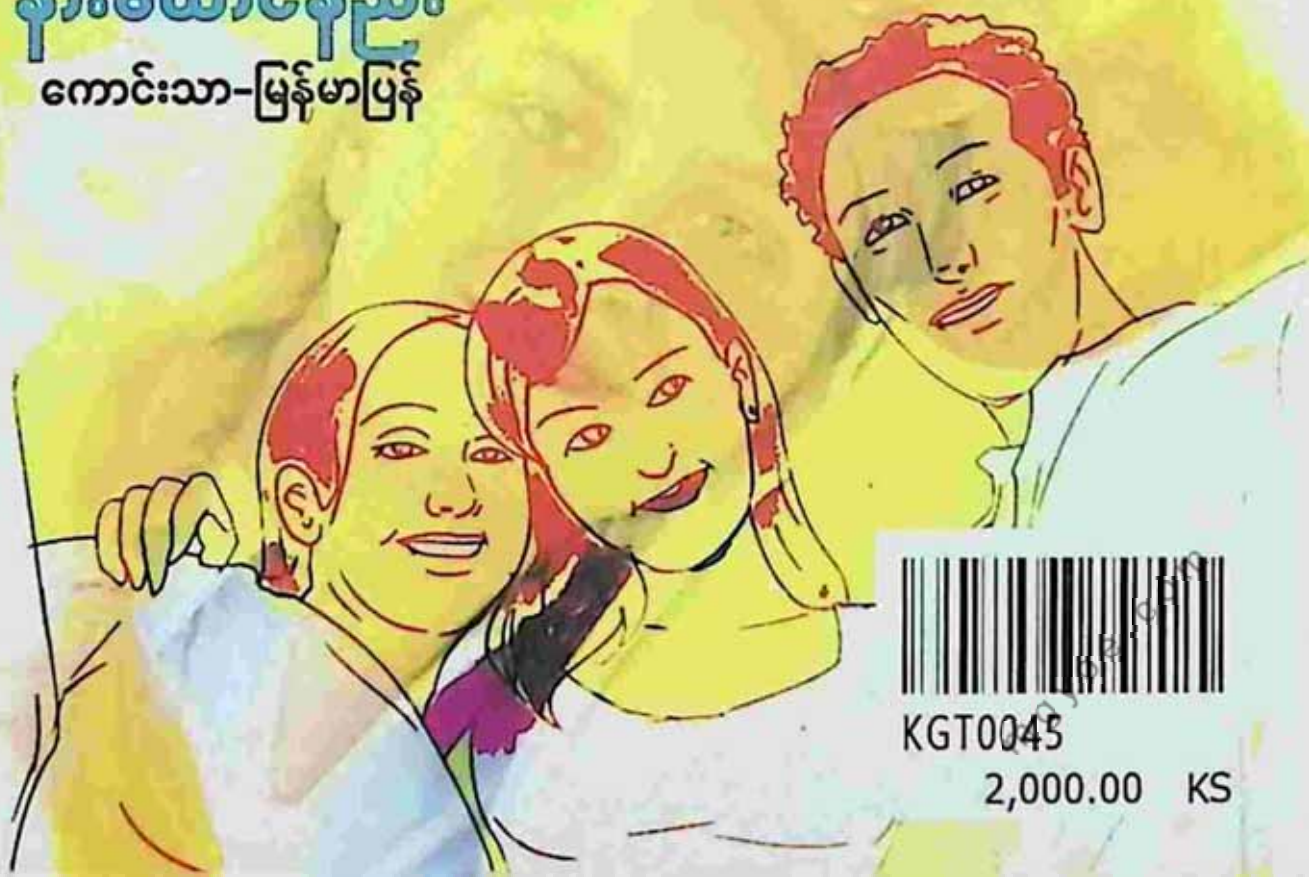
Adele Faber &  
Elaine Mazlish



mgjoe.com

မိဘများဘက်က လိုချင်နေတဲ့အရာက  
 သားသမီးတွေရဲ့ မိမိအပေါ် လိုအပ်ခြင်းကို  
 ခံနေချင်တာ ဖြစ်ပြီး  
 ဆယ်ကျော်သက်များဘက်ကတော့  
 မိဘများကို မလိုအပ်ချင်တော့တာ ဖြစ်ပါတယ်။  
 ဒီ ပဋိပက္ခက မှန်ပါတယ်။  
 မိဘများအနေနဲ့ မိမိတို့ရဲ့ ချစ်လှစွာသော  
 ဆယ်ကျော်သက်ကလေးများကို မိမိတို့ထံမှ  
 လွတ်လပ်သွားအောင် ကူညီပေးဖို့ပါ။

**မိဘများအတွက်**  
**ဆယ်ကျော်သက်များနဲ့**  
**စကားပြောနည်း**  
**နားထောင်နည်း**  
 ကောင်းသာ-မြန်မာပြန်



KGT0045

2,000.00 KS

မိဘများအတွက်ဆယ်ကျော်သက်များနဲ့စကားပြောနည်းနားထောင်နည်း၊ ကောင်းသာ  
စာဖျက်နှာ ၁၈၀ + ဖျက်နှာ၊ ၁၂ • ငစင်ဘီ x ၁၈ • ၅ စင်ဘီ

ထုတ်ဝေသူ - ဦးစန်းဦး၊ စိတ်ကူးချိုချိုစာပေ(၀၀၅၃၈)၊ ၈၅၊ ၁၆၄လမ်း၊ တာမွေ၊ ရန်ကင်း။  
ပုံနှိပ်သူ - ဒေါ်ဝင်းမာ၊ စိတ်ကူးချိုချိုပုံနှိပ်တိုက်(၀၀၄၁၂)၊ ၁၁၇၉၊ မစိုးရိမ်လမ်း၊ ရန်ကင်း။  
၂၀၁၇၊ မေလ၊ ပထမအကြိမ်၊ အုပ်ရေ ၅၀၀

ရောင်းစျေး ၂၀၀၀ ကျပ်

စိတ်ကူးချိုချိုစာအုပ်



မိဘများအတွက်  
ဆယ်ကျော်သက်များနဲ့  
စကားပြောနည်း၊  
နားထောင်နည်း

HOW TO TALK SO TEENS  
WILL LISTEN & LISTEN  
SO TEENS WILL TALK  
**Adele Faber & Elaine Mazlish**

ကောင်းသာ

မြန်မာပြန်

မေတ္တာစာရိုက်၊ ၂၀၁၅

mgyc.com

mgyc.com

### မာတိကာ

- မိဘများတွေ့ရှိရမှာက	က
- ဆယ်ကျော်သက်များတွေ့ရှိရမှာက	ခ
- စာရေးသူများအကြောင်း	ဂ
- ကျွန်ုပ်တို့ကျေးဇူးတင်ရမည်မှာ	၁
- ဒီစာအုပ်ဘယ်လိုဖြစ်လာသလဲ	၃
- စာရေးသူများရဲ့မှတ်စု	၉
၁ - ခံစားချက်များနဲ့ စပ်လျဉ်း၍	၁၁
၂ - ကျွန်ုပ်တို့ “သေချာအောင်လုပ်” နေရဆဲပါ	၄၀
၃ - ပြစ်ဒဏ်ပေးမှာလား၊ ပြစ်ဒဏ်မပေးဘူးလား	၇၃
၄ - အတူတကွ ပြဿနာကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းခြင်း	၉၁
၅ - ကလေးများနဲ့ တွေ့ဆုံစည်းဝေးခြင်း	၁၁၀
၆ - ခံစားချက်များ၊ ခင်သူမိတ်ဆွေများနဲ့ ချစ်ရသူမိသားစုများနဲ့ပတ်သက်၍	၁၂၁
၇ - မိဘများနဲ့ဆယ်ကျော်သက်များအတူတကွ	၁၃၂
၈ - လိင်ကိစ္စနဲ့မူးယစ်ဆေးဝါးများနဲ့စပ်လျဉ်း၍ နောက်တစ်ကြိမ် ကျွန်ုပ်တို့တွေ့ဆုံသည့်တိုင်	၁၅၄



ဆယ်ကျော်သက်များ နားထောင်လာအောင် ပြောနည်းနဲ့  
ဆယ်ကျော်သက်များ ပြောချင်လာအောင်  
နားထောင်ပေးနည်း

[ယခုစာအုပ်က နိုင်ငံတကာစာအုပ်ကို ဘာသာပြန်မှီးငြိမ်းပြု  
ထားတာဖြစ်လို့ အချို့သဘောထားတွေက ကျွန်တော်တို့ဆီနဲ့  
မကိုက်ညီတာတွေတော့ အနည်းအကျဉ်းပါနိုင်ပါတယ်။  
ဒါပေမယ့် ယေဘုယျအားဖြင့် တိုင်းပြည်အသီးသီး  
ရဲ့ လူနေမှုဘဝပုံစံတွေက နီးစပ်လာတာကြောင့် ဆက်စပ်  
စဉ်းစားဖို့တော့ ရနိုင်မှာပါ ]

### မိဘများတွေ့ရှိရမှာက-

- \* သူတို့စိတ်တိုလာမှုနဲ့ ဒေါသများကို အနာတရမဖြစ်ဘဲ ထုတ်ဖော်နည်း
- \* သူတို့ရဲ့ဆယ်ကျော်သက်များရဲ့ စိုးရိမ်သောကများကို တုံ့ပြန်ကူညီပေးနိုင်မယ့်နည်းလမ်း
- \* ဆယ်ကျော်သက်တစ်ယောက်ကို ပူးပေါင်းဆောင်ရွက် တတ်ရေးနဲ့ တာဝန်ယူနိုင်စွမ်းရှိလာရေးအတွက် အားပေး မယ့် ကျွမ်းကျင်မှုများ။
- \* ဆယ်ကျော်သက်များ သူတို့ရဲ့ မှားယွင်းတဲ့ပြုမူချက်များ၊ ပြင်ဆင်ချက်များနဲ့ ရင်ဆိုင်ရာမှာ ပြစ်ဒဏ်ပေးခြင်းအစား တခြားနည်းလမ်းများ။
- \* ပဋိပက္ခထိပ်တိုက်ရင်ဆိုင်မှုများကို ငြိမ်းချမ်းစွာ ဖြေရှင်း နည်း။
- \* လိင်ကိစ္စနဲ့ မူးယစ်ဆေးဝါးကိစ္စများပြောဖို့ အခွင့်အလမ်း ငယ်ကလေးများ အကျိုးရှိရာရှိကြောင်း ရယူနည်း။



### ဆယ်ကျော်သက်များတွေ့ရှိရမှာက-

- \* သူတို့နဲ့သက်တူရွယ်တူ အခြားကလေးများက သူတို့ရဲ့ စိုးရိမ်သောကများနဲ့ သွေးပျက်ပျာလောင်ခတ်မှုများ အကြောင်း ပြောပြခြင်း
- \* မိသားစုများ၊ သူငယ်ချင်းများနဲ့ ပိုမိုသင့်မြတ်ပြေလည်အောင် နေသွားနိုင်ရေး သီးသန့်ကျွမ်းကျင်မှုများ။
- \* သူတို့ရဲ့မိဘများနဲ့ သဘောမတူကွဲလွဲချက်များကို ပြောရာမှာ လေးစားဖွယ်နည်းလမ်းများဖြင့် အသံထွက်ပြောနိုင်ရေး။





John Mazlish



John Mazlish

(စာရေးသူများအကြောင်း)

ကြီးကောင်ဝင်သူနဲ့ ကလေးတို့အကြား ဆက်သွယ်ရေးတွေမှာ နိုင်ငံတကာက ကျွမ်းကျင်သူတွေလို သတ်မှတ်ကြတဲ့ “အဒဲလာဖော့” နဲ့ “အီလိန်မက်ဇလစ်ချ်” တို့က အသက်မွေးမှု အသိုင်းအဝိုင်းရဲ့ ထက် သန်စွာ ချီးကျူးမှုနဲ့ မိဘများရဲ့ ကျေးဇူးတင်မှုတွေ ဆွတ်ခူးနိုင်တဲ့ လုပ်ငန်း ကိုယ်ထည်တစ်ရပ်ကို ထုတ်လုပ်နိုင်ခဲ့ပါတယ်။

သူတို့ရဲ့ပထမဆုံးစာအုပ် "Liberated Parents Liberated Children" က “လူသားစိတ်ဓာတ်ကို အမြင့်မားဆုံးတန်ဖိုးနဲ့ အတည် ပြုပေးတဲ့ စာပေရေးရာအားထုတ်ရရှိမှု” အတွက် “ခရစ်စတိုဖာ” ဆုကို ဆွတ်ခူးလိုက်ပါတယ်။ နောက်ထပ်ထွက်ရှိတဲ့ ယခုစာအုပ်နဲ့အတူ "Siblings Without Rivalry" တို့က နယူးယော့ခ်တိုင်းသတင်းစာရဲ့ ရောင်းအားအကောင်းဆုံး ဘက်စုံဆဲလားစာရင်းမှာ ပါလာပြီး အုပ်ရေ

၃ သန်းကျော်ထုတ်ဝေခဲ့ရပြီး ဘာသာပေါင်း ၂၀ ကျော်သို့ ပြန်ဆိုခဲ့ရ တယ်။ သူတို့ရဲ့ နောက်ထပ်စာအုပ် ဖြစ်ကြတဲ့ "How to Talk So Kids Can Learn At Home and in School" က "Child" မဂ္ဂဇင်း မှာ "ပညာရေးမှာ မိသားစုရေးရာပြဿနာအပေါ် အထူးချွန်ဆုံးဖော်ပြ နိုင်တဲ့ အကောင်းဆုံးစာအုပ်" လို့ သတ်မှတ်ခဲ့တယ်။

ယင်းစာရေးဆရာမများရဲ့ ဝပ်ရှော့အစီအစဉ်မီဒီယိုရိုက်ချက်တွေ ကို "PBS" က ထုတ်လုပ်ပေးပြီး၊ လက်ရှိမှာ တစ်ကမ္ဘာလုံးက မိဘဆရာ တွေ အုပ်စုလိုက်အသုံးပြုနေကြပြီး၊ ကလေးတွေနဲ့ ဆက်ဆံရေးတိုးတက် အောင် လုပ်နေကြတယ်။ မကြာသေးခင်က ထွက်လာတဲ့ယခုစာအုပ် "How to Talk So Teens will Listen & Liston So Teens Will Talk" ဟာ ဆယ်ကျော်သက်ရွယ်ကာလမှာ ကလေးတွေ ကြုံရတဲ့ ခက်ခဲ တဲ့ပြဿနာရပ်တွေကို ကိုင်တွယ်ပြထားပါတယ်။

ဒီစာရေးဆရာမနှစ်ယောက်စလုံးက နောက်ဆုံးပေါ်ကလေးစိတ် ပညာကို "ဒေါက်တာဟိန်းဂျီနော့တ်" ထံလေ့လာသင်ယူခဲ့ပြီး၊ "လောင်း အိုင်းလန်း" တက္ကသိုလ်က မိသားစုဘဝသိပ္ပံကောလိပ်နဲ့ နယူးယော့ခ် လူမှုရေးသုတေသနကျောင်းတော်သစ် တည်ထောင်သူနဲ့အဖွဲ့ဝင်များ လည်း ဖြစ်ကြတယ်။ အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု ကနေဒါနဲ့ ကမ္ဘာ့အနှံ့ မကြာခဏလှည့်လည်သင်ကြားပို့ချရပြီး၊ အဓိကရုပ်သံပြပွဲတွေဖြစ်တဲ့ "oprah" ကနေ "Good Morning America" အထိ ပွဲတွေမှာ စကားပြောဟောခဲ့ရတယ်။ လောလောဆယ်သူတို့ "လောင်းအိုင်းလန်း" မှာ နေထိုင်ပြီး ၂ ယောက်စလုံးက ကလေး ၃ ယောက်အမေတွေချည်းဖြစ် ကြတယ်။

**အထက်ပါစာရေးဆရာ ၂ ယောက်ရဲ့ထုတ်ဝေပြီးစာအုပ်များ**

1. "How to Talk So kids can Learn- At Home and in School"
2. "Between Brothers and Sisters:  
A Celebration of Life's Most Enduring Relationship"
3. "How to Talk So Kids Will Listen &  
Listen So kids Will Talk"
4. Liberated Parents/ Liberated Children:  
Your Guide to a Happier Family
5. "Siblings Without Rivalry:"  
How to Help Your Children Live Together So You  
Can Live Too

**Book For Children (ကလေးစာပေလက်ရာများ)**

1. "Bobby and the Brockles"
2. "Bobby and the Brackles Go to School"

www.fabermazlish.com သို့သွားရောက်ကြည့်ရှုလေ့လာနိုင်  
ပါတယ်။

[ ဤစာအုပ်မှ သရုပ်ဖော်ကာတွန်းများကို  
"Kimberly Ann Coe" က ရေးဆွဲသည်။ ]



“မိဘများအနေနဲ့ ကျွန်တော်တို့ရဲ့လိုအပ်ချက်မှာ  
 လိုအပ်ခြင်းခံနေ ရန်ဖြစ်ပြီး ဆယ်ကျော်သက်များ  
 အနေနဲ့ သူတို့ရဲ့လိုအပ်ချက်က ကျွန်ုပ်တို့ကို မလို  
 အပ်တော့ခြင်းပင် ဖြစ်တယ်။ ယင်းပဋိပက္ခက  
 လက်တွေ့ကျကျ စစ်မှန်တယ်။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့  
 ချစ်စွာသော ကလေးများကို ကျွန်ုပ်တို့ထံမှ လွတ်  
 လပ်သွားအောင် ကျွန်တော်တို့ကူညီပေးရင်း၊ ယင်း  
 အတွေ့အကြုံကို နေ့စဉ်ခံစားနေရပါလိမ့်မယ်”

ဒေါက်တာ ဟိမ်းဂျီ၊ ဂျီနော့တ်  
 Between Parent and Teenager မှ  
 (၁၉၆၉ မက်မိလန်ကုမ္ပဏီ)

### ကျွန်ုပ်တို့ ကျေးဇူးတင်ရမည်မှာ-

ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ မိသားစုများနဲ့ မိတ်ဆွေများကို ဒီရှည်ကြာလှသော စာရေးခြင်းလုပ်ငန်းစဉ်အတွင်းမှ “ဟဲ့-နင်ဘယ်တော့စာရေးလို့ပြီးမှာလဲ တိတိကျကျပြောစမ်းပါ” လို့ ဝင်မေးစရာ မလိုအောင်ပင် သူတို့ရဲ့ နားလည်မှုရှိခြင်းနဲ့ သည်းခံခြင်းများအတွက်-

ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ ဝပ်ရှော့များအတွင်းမှ မိဘများ အုပ်စုသို့ သူတို့အတွေ့အကြုံများ ပြန်အစီရင်ခံခြင်းအတွက်နဲ့ သူတို့မိသားစုများ ဆက်သွယ်ရန်နည်းလမ်းသစ်များ ကြိုးစားဖို့ သူတို့ရဲ့ ဆန္ဒရှိမှုများအတွက် သူတို့ ဝေမျှတဲ့ ပုံပြင်ဇာတ်လမ်းများက ကျွန်ုပ်တို့အတွက် တစ်ဦးကို တစ်ဦးနိုးဆော်မှုရစေပါတယ်။

ကျွန်ုပ်တို့နဲ့အတူအလုပ်လုပ်တဲ့ ဆယ်ကျော်သက်များ၊ သူတို့ရဲ့ ကမ္ဘာလောကနဲ့ သူတို့ကိုယ်တိုင်ရဲ့ အကြောင်းများ၊ ကျွန်ုပ်တို့အား ပြောပြခဲ့တဲ့ အရာအားလုံးတို့အတွက် သူတို့ရဲ့ အရိုးသားဆုံး ဖွင့်ပြောချက်များက ကျွန်ုပ်တို့အား သူတို့ရဲ့ စိုးရိမ်သောကများထဲ၊ အဖိုးတန်လှတဲ့ ထိုးထွင်းသိမြင်မှုများပေးအပ်ခဲ့ပါတယ်။

ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့အံ့ဩစရာကောင်းလှတဲ့ ကာတွန်းအနုပညာရှင် “ကင် ဘာလီအန်းကိုး” ကျွန်ုပ်တို့ထည့်သွင်းလိုက်တဲ့ စကားလုံးတွေကို ကာတွန်းဇာတ်ကောင်တွေရဲ့ ပါးစပ်ကထွက်လာစေအောင်လုပ်နိုင်ပြီး ဇာတ်ကောင်တွေရဲ့ စကားလုံးတွေဘဝထဲ ယူသွင်းနိုင်တဲ့အထိ အံ့ဩဖွယ် ရာစရိုက်လက္ခဏာတွေ အမျိုးမျိုးနဲ့ အသွင်ပြောင်းဖန်တီးပေးနိုင်တဲ့ အတွက်-

စာပေရေးရာ ကိုယ်စားလှယ်တော်နဲ့ ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ ချစ်ခင်လှတဲ့ မိတ်ဆွေ “ဘော့မာခယ်” ကို အစကတည်းက ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့စီမံချက်ကို စိတ်အားထက်သန်ခဲ့ပြီး၊ ဒီစာအုပ်မူကြမ်းတွေကို ခရီးတစ်လျှောက်အတူ တူလုပ်ကိုင်ဖတ်ရှုစစ်ဆေးပေးခဲ့တဲ့ မဝေဝါးမယိမ်းယိုင်တဲ့ သူတို့ရဲ့ ထောက်ပံ့ခဲ့ခြင်းများအတွက်-

ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ အယ်ဒီတာ “ဂျင်နီဖာဘရဲဟ်” က “ပြည့်ဝတဲ့မိဘ” လို့ပဲ ကျွန်ုပ်တို့အပေါ် ယုံကြည်မှုရှိပြီး ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ အကောင်းဆုံးကို အတည်ပြုပေးလျက်၊ ပိုကောင်းအောင်လုပ်နိုင်မယ့်အရာတွေကို လေးစားစွာ ထောက်ပြခဲ့တဲ့အတွက် အချိန်တိုင်းမှာ သူမက မှန်ကန်ခဲ့ပါတယ်။

ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ ဆရာသမား “ဒေါက်တာဟိမ်းဂျီနော့တ်” ကို ကျေးဇူးအထူးတင်ပါတယ်။ သူကွယ်လွန်ပြီးကတည်းက ကမ္ဘာကြီးက တရွေ့ရွေ့ပြောင်းလာခဲ့တယ်။ ဒါပေမဲ့ သူ့ရဲ့စီရင်ချက်ဖြစ်တဲ့ “ကျွန်တော်တို့ လိုအပ်တဲ့ လူသားဆန်တဲ့နည်းစနစ်နဲ့ လူသားရဲ့ ပန်းတိုင်ကိုရောက်ရှိ ရေး” ကတော့ အမြဲထာဝရမှန်ကန်နေမှာပါပဲ။



### ဒီစာအုပ်ဘယ်လိုဖြစ်လာသလဲ။

လိုအပ်တာက ဒီလိုပါ။ ဒါကိုမမြင်ခဲ့တာတော့ တော်တော်ကြာ  
ပါပြီ။ နောက်တော့ အောက်ပါစာမျိုးတွေ ရောက်လာပါတယ်။

ချစ်ခင်လှစွာသော ‘အဒဲလာ’ နဲ့ ‘အီလိန်း’

“ကယ်တော်မူပါ” ကျွန်မတို့ရဲ့ကလေးတွေက ငယ်လှတယ်။  
‘ဘယ်လိုပြောရမလဲ’ က ကျွန်မရဲ့သမ္မာကျမ်းစာပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ သူတို့  
က ၁၁ နှစ်နဲ့ ၁၄ နှစ်တောင် အခုရှိနေပြီ။ ပြဿနာတွေ အတွဲသစ်တစ်ခု  
လုံးနဲ့ ရင်ဆိုင်နေရမှန်း ကိုယ့်ဟာကိုယ် သိရတယ်။ မိဘနဲ့ ဆယ်ကျော်  
သက်ကလေးတွေအကြောင်း စာအုပ်တစ်အုပ်လောက် ရှင်ရေးမယ်ဆိုရင်  
ဘယ့်နှယ်သဘောရသလဲ။

တစ်ခဏချင်း ဖုန်းကမြည်လာတယ်။

“ကျွန်တော်တို့ရဲ့ မြို့ပြအစည်းအရုံးကြီးက မိသားစုနေ့ ကွန်ဖရင့်  
နှစ်ပတ်လည်အစည်းအဝေးကြီးလုပ်ဖို့ စီစဉ်ထားပါတယ်။ ဆရာမတို့က  
အဲဒီအစည်းအဝေးကြီးမှာ ကြွရောက်ပြီး ဆယ်ကျော်သက်တွေနဲ့ပတ်  
သက်တဲ့အကြောင်းအရာ သော့ချက်တွေကို ဟောပြောပေးလိမ့်မယ်လို့  
မျှော်လင့်ပါတယ်”

ကျွန်မတို့တွေဝေနေသေးတယ်။ ယခင်က ဆယ်ကျော်သက်တွေ အပေါ်ထဲထဲဝင်ဝင် အာရုံစိုက်တဲ့ အစီအစဉ်မျိုး မတင်ဆက်ခဲ့ဘူး။ ဒီစိတ်ကူးကတော့ အကောင်းသား။ ကျွန်မတို့တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး အချင်းချင်း ဆယ်ကျော်သက် ဥပမာတွေ၊ သူတို့ဖြစ်ပုံတွေကို ဒီအချိန်မှာ အမြင်ချင်း ဖလှယ်အကျိုးရှိရှိဆက်သွယ်ပြီး အခြေခံစည်းမျဉ်းတွေ သုံးသပ်နိုင်ကြမှာ ဖြစ်လို့ပါပဲ။

အရာကိစ္စအသစ်တွေ တင်ပြဖို့က အမြဲတမ်းစိန်ခေါ်ချက်တွေ ရှိ တတ်တယ်။ ပရိသတ်က ဒီအကြောင်းအရာအသစ်တွေနဲ့ ချိတ်ဆက်မိ လိမ့်မယ်လို့ ဘယ်တော့မှ မသေချာဘူး။ ဒါပေမဲ့ သူတို့ချိတ်ဆက် မိကြပါရဲ့။ ပရိသတ်က ရည်ရွယ်ချက်ရှိရှိစိတ်ပါလက်ပါ နားထောင်ပြီး၊ စိတ်အားထက်သန်စွာ ပြန်လှန်ဆွေးနွေးဖော်ကြပါတယ်။ အမေးအဖြေ ကဏ္ဍကိုရောက်တော့။ အရာရာအပေါ်မှာ ကျွန်မတို့ရဲ့ရှုမြင်သုံးသပ်ပုံ တွေကို သူတို့က မေးမြန်းကြပါတယ်။ နောက်ဆုံးမှာ ကျွန်မတို့ဘေး နားပတ်လည်ဝိုင်းလာကြသူတွေကတော့ သူတို့ကိုယ်ရေးကိုယ်တာတွေ အကြောင်း သီးသန့်ဖြေပြချင်နေကြတဲ့ မိဘအုပ်စုလေးပါပဲ။

“ကျွန်မက တစ်ကိုယ်တော်မိခင် ၁၃ နှစ်ရွယ် ကျွန်မသားလေးက ကျောင်းကခပ်ဆိုးဆိုးကောင်လေးတွေနဲ့ ပေါင်းပြီးကျောင်းပြေးကြတယ် လို့ ကြားတယ်။ မူးယစ်ဆေးဝါးတောင်ပါတယ်တဲ့။ သားလေးကို ဒီကောင်တွေနဲ့ ဝေးဝေးကရှောင်ဖို့ ပြောပေမယ့် မရဘူး။ ရုံးနေတဲ့ စစ်ပွဲ ကိုတိုက်နေရသလိုပါပဲ။ ဘယ်လိုများသားလေးကို ဆွဲဆောင်သိမ်းသွင်း ရပါ့မလဲ”

“ကျွန်မစိတ်ပျက်မိတယ်။ ၁၁ နှစ်ရွယ် ကျွန်မသမီးလေးက သူ့ အတန်းထဲက သူငယ်ချင်းကောင်လေးတစ်ယောက်ဆီက အိမ်မေးလ်တွေ လှမ်းလှမ်းရေးပို့နေတာတွေ လက်ခံဖတ်နေတယ်။ “နင့်ကို ငါလိင်ကိစ္စ

လုပ်ချင်တယ်” လို့အစချီပြီး ညစ်တီးညစ်ပတ်တွေချည်းပါပဲ။ ကျွန်မ ဘာလုပ်ရမှန်းမသိဘူး။ သူ့မိဘတွေပဲခေါ်ရကောင်းမလား။ ကျောင်းအုပ် ကြီးဆီအထိ တိုင်ရကောင်းလေမလား”

“ကျွန်မသားလေး ခုမှ ၁၂ နှစ်ပဲရှိသေးတယ်။ ဆေးလိပ်သောက် တတ်နေပြီ။ စီးကရက်တွေ တမြဲမြနဲ့ ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ”

“ကျွန်မသေလုအောင် ကြောက်မိတယ်။ ကျွန်မသားလေးရဲ့ အခန်းကို ရှင်းလိုက်တော့၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သတ်သေတဲ့ အကြောင်း ကဗျာတစ်ပုဒ်စပ်ထားတာ တွေ့ရတယ်။ ကျောင်းမှာလည်း အခြေအနေ ကောင်းနေတယ်။ သူငယ်ချင်းကောင်းတွေရှိနေရက်သားနဲ့။ မပျော်မရွှင် စိတ်ညစ်နေပုံလည်း မတွေ့ရပါဘူး။ မမြင်နိုင်တာတစ်ခုခုရှိနေလိမ့်မယ်။ သူ့ကဗျာတွေတဲ့အကြောင်း ဖွင့်ပြောရကောင်းမလား”

ကားစီးအိမ်ပြန်လာစဉ် မဆုံးနိုင်အောင် ပြောဖြစ်ကြတယ်။ ဒီနေ့ ကျွန်မတို့ရဲ့ကမ္ဘာကြီး သိပ်ကိုခြားနားသွားခဲ့ပြီ။ အချိန်တွေကြာညောင်း သွားတာနဲ့အမျှ အများကြီးပဲ တကယ်ပြောင်းလဲသွားပါပြီ။ လိင်ကိစ္စ မူးယစ်ကိစ္စ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သတ်သေသွားမလား တွေးတောပူပန်ရ တာတွေ မနည်းလှဘူး။ တွေးပူရတာတွေက ခါတိုင်းထက်တောင် အများ ကြီး ပိုလာသေးတယ်။ အပျိုဖော်ဝင်လူပျိုဖြစ်လာတာတွေကလည်း ပိုစော လာနေတယ်။

ရက်အနည်းငယ်အကြာ ဖုန်းကမြည်လာပြန်တယ်။ ဒီတစ်ခါက တော့ ကျောင်းဆရာကြီးဆီက ဖုန်းဖြစ်တယ်။

“ကျွန်တော်တို့အလယ်တန်းကျောင်းနဲ့ အထက်တန်းကျောင်းတွေ ပေါင်းပြီး၊ ကျောင်းသားအုပ်စုငယ်လေးဖွဲ့ပြီး စမ်းသပ်ရေးအစီအစဉ်တစ် ခုလုပ်ထားပါတယ်။ အဲဒီမှာ ဆရာမတို့နှစ်ယောက်ရေးခဲ့တဲ့ စာအုပ် "How to Talk So Kids Will Listen" ကော်ပီတစ်အုပ်စီ မိဘတွေ

ကို ပေးဖတ်ခိုင်းထားတယ်။ ခင်ဗျားတို့စာအုပ်က သိပ်အထောက်အကူရလို့ မိဘတွေက လူကိုယ်တိုင်တွေ့ချင်နေကြတယ်။ သူတို့တွေနဲ့ ခင်ဗျားတို့တွေ့ဆုံဖို့ ကျွန်တော်ဝပ်ရှော့တစ်ခုလုပ်ဖို့ စီစဉ်နေတယ်”

ရက်အနည်းငယ်ကြာတဲ့အခါ ကျွန်မတို့ဘာသာအကောင်းဆုံး သိထားကြတဲ့၊ ဆယ်ကျော်သက်တွေနဲ့ပတ်သက်လို့ ပြန်တွေးမိလာတယ်။ ကျွန်မတို့ကိုယ်ပိုင်ကလေးတွေရဲ့ ကြီးကောင်ဝင်စအရွယ်ကို ပြန်သတိရအကျဉ်းချုပ် အောက်မေ့မိပေမယ့်၊ ကြာလွန်းလှ သမို၊ သော့ပိတ်ထားသလို၊ မှတ်ဉာဏ်ထဲမှောင်ပိတ်ဖုံးနေတာနဲ့ အသက်ရှူပေါက်ရတဲ့ အခိုက်မှာ တောက်ပတဲ့အကွင်းအကွက်တွေ နည်းနည်းချင်း ပြန်ဝင်မိလာတယ်။ ဘဝရဲ့သိပ်ခက်ခဲတဲ့အဆင့်တွေ ပြန်လေးလေးနက်နက်အတွေးဝင်မိပါတယ်။

ကျွန်မတို့ကလေးတွေမွေးလာတဲ့ အချိန်ကစပြီး ကြားဖူးထားတဲ့ စကားတစ်ခွန်းက “သူတို့ငယ်နေတုန်းမှာ ပျော်အောင်သာ ချစ်ချစ်ခင်ခင်နေကြ၊ ကလေးတွေငယ်တုန်းမှာ ပြဿနာကငယ်မယ်။ ကလေးတွေကြီးလာတော့ ပြဿနာတွေကကြီးလာတာပဲ” တဲ့။ ထပ်ခါထပ်ခါ ဒီစကားကြားရတော့၊ တစ်နေ့မှာ ဒီကျွန်မတို့ရဲ့ ချိုမြတဲ့ကလေးတွေဟာ ကျွန်မတို့ရဲ့အရသာတွေကို ဝေဖန်မယ့်၊ ကျွန်မတို့ရဲ့စည်းမျဉ်းတွေကို စိန်ခေါ်မယ့်၊ ကျွန်မတို့ရဲ့တန်ဖိုးတွေကို ပယ်ချမယ့်၊ ငြူစူတဲ့သူစိမ်းလေးတွေအဖြစ် ပြောင်းသွားတော့တယ်။

ကျွန်မတို့ရဲ့ကလေးတွေ အပြုအမူပြောင်းလဲရေးအတွက်၊ ကျွန်မတို့တစ်စုံတစ်ရာပြင်ဆင်ခဲ့တာတောင်၊ ကျွန်မတို့ရဲ့ပျောက်ဆုံးရတဲ့ ခံစားမှုတွေကိုတော့၊ ဘယ်သူကမှ ပြင်ဆင်မပေးကြဘူး။

ရင်းနှီးတဲ့ ဆက်ဆံရေးအဟောင်းတွေ ပျောက်ဆုံးရတယ်။

ယုံကြည်ချက်တွေ ပျောက်ဆုံးရတယ်။

လိုတာတွေ ပြည့်လို့ကျေနပ်အားရနေမှုတွေ ပျောက်ဆုံးရတယ်။

ကိုယ့်ကလေးတွေ ထိခိုက်မှုမရှိအောင် လုံခြုံရေးထိန်းသိမ်းပေးတဲ့ စွမ်းအားတွေအားလုံးပြည့်ဝတဲ့ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပေးသူဖြစ်ရတယ် ဆိုတဲ့၊ ကျွန်မတို့ရဲ့ အာရုံလည်း ပျောက်ဆုံးရတယ်။

ပျောက်ဆုံးရတဲ့အာရုံတွေထဲက ပိုကြီးမားတာက ကျွန်မတို့ရဲ့ အကြောက်တရားပါပဲ။ မျိုးဆက်တစ်ဆက်လောက်က ဒီလိုပုံစံမျိုး ဖြစ်လာခဲ့မယ်ဆိုရင် ဒီနေ့အမေတွေ၊ အဖေတွေဖြစ်နေရတဲ့ သူတွေ အတွက်၊ ဘာနဲ့တူရမှာလဲ။ သူတို့ဟာသူတို့ ကလေးတွေကို မြေတောင် မြှောက်ရာ မှာ ခါတိုင်းတွေထက်၊ ပိုရိုင်းပျ၊ ပိုကောက်ကျစ်၊ ပိုပြီးရုပ်ဝတ္ထု ဆန်၊ ပိုလိင်စိတ်များ၊ ပိုအကြမ်းဖက်တဲ့ ယဉ်ကျေးမှုတစ်ရပ်ထဲ သွတ်သွင်းမိပေလိမ့်မယ်။ ဘာကြောင့်ဒီနေ့မိဘတွေ စိတ်ရှုပ်ထွေးရ တာလဲ။ ဘာကြောင့်သူတို့အစွန်းမကျသွားရအောင် မလုပ်နိုင်ရတာလဲ။

ဘာကြောင့် လူတွေဟာ စွန့်လွှတ်ပစ်ကြ၊ လက်လျှော့ပစ်တတ် ကြတာ၊ ကျွန်မတို့နားလည်နိုင်ပါတယ်။ အခြားတစ်ဖက်မှာ လူတွေက အကောင်းဆုံးကို မျှော်လင့်တတ်ကြတယ်။ “ငါပြောသလိုလုပ်” ဒါမှ မဟုတ် “နင်ကြိုက်သလိုသာလုပ်တော့” ဆိုတဲ့ချဉ်းကပ်မှုနှစ်မျိုးလုံးက ဆက်သွယ်ရေးဖြစ်နိုင်ခြေတွေကို ဖြတ်တောက်ပစ်လိုက်ပါတယ်။

ပြစ်ဒဏ်ချတတ်တဲ့ မိဘမျိုးကို လူငယ်တစ်ယောက်က ဘာကြောင့် ပွင့်ပွင့်လင်းလင်းဆက်ဆံနိုင်ရတာလဲ။ ကျွန်မတို့ရဲ့ ဆယ်ကျော်သက် တွေဟာ၊ တစ်ခါတစ်ရံ လုံခြုံမှုရှိနေတဲ့တိုင်အောင် သူတို့မိဘတွေရဲ့ တန်ဖိုး တွေ၊ အတွေးတွေကို ခံယူနိုင်ကြသေးတယ်။ ဆယ်ကျော်သက်တွေဟာ သူတို့ရဲ့သံသယတွေ ဖော်ပြနိုင်စွမ်းရှိဖို့လိုအပ်တယ်။ သူတို့ထက်ကြီးတဲ့ လူတွေနဲ့တိုင်ပင်ပြီး၊ သူတို့ကို စီရင်ချက်မချဘဲ ကောင်းတဲ့နားထောင် ပေးခြင်းနဲ့ တာဝန်ရှိဆုံးဖြတ်ချက်တွေနဲ့ ကူညီနိုင်ပါတယ်။

ဆယ်ကျော်သက်တွေနဲ့အတူတူ နေထိုင်ခြင်းဟာ စိတ်ရှုပ်ထွေး  
 စရာဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ကျွန်မတို့လည်း အသိသား၊ သတိလည်း ရကြပါ  
 တယ်။ ဒါပေမဲ့ ထိုဝရန်းသုန်းကားနှစ်တွေအတွင်းမှာ ကျွန်မတို့ လေ့လာ  
 ပြီးတဲ့ ကျွမ်းကျင်မှုတွေနဲ့ ကျွန်မတို့ဘယ်လိုတွဲခိုနေရပြီ၊ ဒီကျွမ်းကျင်  
 မှုတွေကပဲ၊ ခက်ခဲကြမ်းတမ်းတဲ့ရေပြင်အောက်ကို နစ်မြုပ်မသွားဘဲ၊  
 ကျွန်မတို့ကို ရေကြောင်းထိန်းသိမ်းပေးရာမှာ ကူညီပေးပါလိမ့်မယ်။

အခုတော့ ကျွန်မတို့အတွက် သိပ်အဓိပ္ပာယ်ရှိလှတဲ့ တခြားလူတွေ  
 ဆီလွှဲပေးဖို့အချိန်ကျလာပါပြီ။ ဒီလက်ရှိမျိုးဆက်ဆီက လေ့လာသင်ယူဖို့  
 က သူတို့အတွက်လည်း အဓိပ္ပာယ်ရှိပေလိမ့်ဦးမယ်။

ဆယ်ကျော်သက်တွေရဲ့ မိဘတွေအတွက် ကျွန်မတို့ရဲ့ ပထမဆုံး  
 ဝပ်ရှော့ခေါ်အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲစလုပ်ဖို့၊ ကျောင်းအုပ်ကြီးထံ အကြောင်း  
 ကြား ဆင့်ခေါ်ကြဖို့ရဲ့။ ။ ။



### စာရေးသူများရဲ့မှတ်စု

ဒီစာအုပ်က ကျွန်မတို့ နှစ်ဦးတိုင်းပြည်တစ်ခွင်လှည့်လည်ပို့ချခဲ့တဲ့ အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲတွေအပေါ်မှာ အခြေခံပြီး၊ နယူးယော့ခန့် 'လောင်းအိုင်းလန်' မှာ အတူတကွနဲ့ သီးခြား စီရှိခဲ့ကြတဲ့ ဆယ်ကျော်သက်တွေရဲ့ မိဘတွေနဲ့ ကျွန်မတို့ဒီအလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲကို အကောင်အထည် ဖော်ခဲ့တာပါပဲ။ ကျွန်မတို့ရဲ့ပုံပြင်ကို အရိုးရှင်းဆုံးဖြစ်နိုင်သမျှ ပြောပြဖို့၊ ကျွန်မတို့ရဲ့အုပ်စုများစွာကို နှစ်အုပ်စုထဲ ကျန်အောင်ပေါင်းစပ်လိုက်ပြီး၊ ခေါင်းဆောင်တစ်ယောက်တည်းထားလိုက်တယ်။ ကျွန်မတို့နာမည်တွေ ပြောင်းပြီး ဖြစ်ရပ်တွေ ပြန်စီစဉ်ထားပေမယ့်၊ ကျွန်မတို့ကိုယ့်အတွေ့အကြုံတွေရဲ့မရှိမဖြစ်တဲ့အမှန်တရားကို ယုံယုံကြည်ကြည်သစ္စာ ရှိသွားကြမှာပါ။ ။

“အဒဲလာဗော့” နဲ့ “အီလိန်းမက်လစ်ချ်”



mgyc.com

mgyc.com

### ခံစားချက်များနဲ့စပ်လျဉ်း၍

ဘာကိုမျှော်လင့်ရမယ်၊ ကျွန်ုပ်မသိ။

ကျွန်မကားရပ်နားစခန်းမှ ကျောင်းအဝင်ဝသို့ မိုးရွာထဲက သုတ်ကရက်ပြေးလာစဉ်၊ လွင့်ထွက်မတတ်လေပြင်းဒဏ်ကြောင့် ထီးကိုကျစ်ကျစ်ပါအောင်ကိုင်ထားရင်းမှ၊ ဒါလောက်အေးလှတဲ့ညမှာ နွေးထွေးတဲ့ကိုယ့်အိမ်ကိုစွန့်ခွာပြီး၊ ဆယ်ကျော်သက်တွေရဲ့ အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲလာတက်ကြရပါလိမ့်လို့ စဉ်းစားမရအံ့ဩမိရတယ်။

လမ်းညွှန်ဌာနအကြီးအကဲက ကျွန်မကိုတံခါးဝမှာ ဆီးကြိုနှုတ်ဆက်ပြီး အကြမ်းဖျင်းမိဘ ၂၀ လောက်ထိုင်လျက် စောင့်နေတဲ့ စာသင်ခန်းတစ်ခုအတွင်းလိုက်ပို့ပါတယ်။

မိဘတွေကို ကျွန်မနာမည် မိတ်ဆက်ပြီး ဆိုးလှတဲ့ရာသီဥတုကြားက အရောက်လာကြတဲ့ သတ္တိကိုချိုးကျူးမိပါကြောင်း ကွန်ဂရက်ကျူလိပ်လုပ်လိုက်ပါတယ်။ ပြီးမှ လူတိုင်းဖြည့်နိုင်ဖို့ နာမည်တံဆိပ်ပြားပွေ့ဖြန့်ပေးလိုက်တယ်။ သူတို့အားလုံး ကိုယ့်နာမည်ကိုယ်ရေးဖြည့်ပြီး စကား

စမြည်ပြောနေကြခိုက်၊ ဒီအုပ်စုကို ကျွန်မ အကဲခတ်ခွင့်ကြိုတယ်။ လူတွေက အမျိုးမျိုးကွဲပြားနေကြတယ်။ မိန်းမတွေများသလောက် ယောက်ျားတွေ များပါတယ်။ လူမျိုးစုနောက်ခံတွေလည်း ကွဲပြားနေတယ်။ စုံတွဲလိုက်တချို့တစ်ကိုယ်တော်တချို့၊ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းဝတ်စုံတွေနဲ့၊ တချို့ကျတော့ ဂျင်းပင်တွေနဲ့ လွတ်လွတ်လပ်လပ်ပုံစံနဲ့မြင်ရတယ်။

အားလုံးအဆင်သင့်ဖြစ်ကြတဲ့အခါ သူတို့အားလုံးကို ကိုယ့်နာမည်ကိုယ်ပြောမိတ်ဆက်ကြဖို့နဲ့ ကိုယ့်ကလေးအကြောင်း နည်းနည်းထည့်ပြောကြဖို့ မေတ္တာရပ်ခံလိုက်ပါတယ်။

တွေဝေခြင်းအလျဉ်းမရှိ။ မိဘတွေတစ်ယောက်ပြီးတစ်ယောက်၊ ကိုယ့်ကလေးအကြောင်းပြောကြရာမှာ ဆယ်ကျော်သက်တွေ အသက် ၁၂ နှစ်က ၁၆ နှစ်အထိ ရှိကြတယ်။

ဒီနေ့ကမ္ဘာမှာ ဆယ်ကျော်သက်တွေနဲ့ ပတ်သက်သမျှ ခက်ခဲလှကြောင်း လူတိုင်းလိုလိုမှတ်ချက်ချကြတယ်။ လူတွေကြည့်ရတာ၊ နောက်တရွံ့ရွံ့နဲ့မို့ စောင့်ကြည့်ခံထားရဟန်ရှိတယ်။ သူစိမ်းတွေပြည့်နေတဲ့ အခန်းတွင်းမှာ ချက်ချင်းလက်ငင်းကြီးတော့ မပွင့်လင်းနိုင်ကြသေးပါဘူး။

“ဘာမှရှေ့ဆက်မပြောမိမှာ ကျွန်မအသေအချာ အသိပေးလိုတာ ဒီမှာ ပြောကြမယ့်စကားအားလုံးဌာနဆိုင်ရာ လျှို့ဝှက်ချက်တွေချည်းပဲ။ ဒီနံရံလေးဘက်အတွင်းပြောသမျှစကားတွေ၊ ကလေးတို့ဆေးလိပ်သောက်တာ၊ အရက်သောက်တာ၊ ကိုယ်ထင်တာထက်စောပြီး လိင်စိတ်ထကြွတာတွေဟာ ဘယ်သူနဲ့မှ မဆိုင်၊ ဘယ်သူ့ကိစ္စမှမဟုတ်ဘူး။ ဒါကို သဘောတူကြလား”

ခေါင်းများညိတ်ကြတယ်။

“ကျွန်မရဲ့အလုပ်က မိဘနဲ့ဆယ်ကျော်သက်တို့ရဲ့အကြားမှာ

ပိုကျေနပ်ဖွယ်ရာ ဆက်ဆံရေးကို ဦးတည်နိုင်တဲ့ ဆက်သွယ်ရေးနည်းစနစ်တွေ တင်ပြဖို့ ဖြစ်တယ်။ ရှင်တို့အလုပ်ကတော့ ဒီနည်းစနစ်တွေကို စမ်းသပ်ကြည့်ဖို့ပါပဲ။ ရှင်တို့အိမ်တွေမှာ ဒါတွေကို လုပ်ရပ်အဖြစ် အကောင်အထည်ဖော်ပေးပြီး၊ အုပ်စုထံပြန်အစီရင်ခံတင်ပြပေးပါ။ ကျွန်မတို့ရဲ့ကလေးတွေ သူတို့ရဲ့ကလေးဘဝကနေ ကြီးကောင်ဝင်ဘဝထိ ခက်ခဲတဲ့အကူးအပြောင်းကို ကူညီပေးဖို့အထိ ရောက်ဆုံး နောက်ဆုံးနည်းလမ်းတွေကို ကျွန်မတို့သတ်မှတ်ပေးရမှာပါ။”

ဒီမှာစကားပြောတာ ခဏနားပြီး၊ အုပ်စုရဲ့တုံ့ပြန်ချက်ကို အကဲခတ်ကြည့်တယ်။

“ခက်ခဲတဲ့အကူးအပြောင်းဆိုတာ ဘာကြောင့်ရှိနေရတာပါလိမ့်” ဖခင်ဖြစ်သူတစ်ယောက်က ဝင်ထောက်တယ်။ “ကျွန်တော်ကလေးဘဝတုန်းက ဒီခက်ခဲတဲ့အချိန်ကို ဘယ်လိုကျော်လွန်ခဲ့မှန်း သတိတောင်မရဘူး။”

“ဒါကတော့ ရှင်ကလွယ်ကူတဲ့ကလေးဖြစ်ခဲ့လို့ပါ” လို့ သူ့ဇနီးကဘေးကဝင်၊ သူ့ယောက်ျားပခုံးကို ပုတ်ပြီးပြောတယ်။

“ကဲ ကောင်းပြီ။ အခုဟာ ဒီလွယ်ကူတာတွေပိုလို့လွယ်ကူသွားနိုင်ပြီပဲဟာ။ ဒီကနေ့ မကြားဘူးတာတွေကြားရတော့မယ်” လို့ ကြားလူတစ်ယောက်ကလည်း ဝင်ပြောတယ်။

“ကျွန်မတို့အားလုံးပြောလက်စ ဆက်သွားကြရအောင်။ ကျွန်မတို့ရဲ့ ကိုယ်ပိုင်ကြီးကောင်ဝင်ဘဝကနေလည်း ပြန်လေ့လာနိုင်ပါတယ်။ ဒါက ဒီကနေ့ ကျွန်မတို့ကလေးတွေတွေ့ကြုံရတာတွေအပေါ်မှာ ထိုးထွင်းသိမြင်လာနိုင်ပါတယ်။ ကဲ ကျွန်မတို့ဘဝတွေ အဲဒီအချိန်တုန်းက ဘယ်လိုအကောင်းဆုံးတွေ ကြုံခဲ့ကြသလဲဆိုတာစပြီး သတိပြန်ဖော်ကြည့်ကြစို့။”

‘လွယ်ကူတဲ့ကလေး’ ဖြစ်ခဲ့တဲ့ “မိုက်ကယ်” ဆိုတဲ့လူက စပြော  
တယ်။

“ကျွန်တော့်အတွက် အကောင်းဆုံးတွေကတော့ အားကစားနဲ့  
သူငယ်ချင်းတွေနဲ့ အဖွဲ့ကျခဲ့တာတွေပဲ”

အခြားတစ်ယောက်က “ဟာ ကျွန်တော်ကတော့ တစ်ကိုယ်တော်  
ဘယ်ကိုမဆိုလွတ်လွတ်လပ်လပ်သွားနိုင်ခဲ့တယ်။ မြေအောက်ရထား  
လမ်းထဲကိုယ့်ဟာကိုယ်သွားနိုင်တယ်။ မြို့ထဲလည်း တစ်ယောက်တည်း  
စိတ်ကြိုက်လည်နိုင်တယ်။ ပင်လယ်ကမ်းခြေပဲ သွားသွား၊ ပျော်စရာတွေ  
ချည်းပဲ” လို့ ဝင်ဖြေတယ်။

တခြားမိန်းမတစ်ယောက်ကလည်း “ဒေါက်မြင့်ဖိနပ်တွေ စီးခွင့်  
ရလို့မိတ်ကပ်တွေခြယ်၊ ကောင်လေးတွေနဲ့ အိစိကလီရိုက်ကောင်းခဲ့  
တယ်။ ကျွန်မနဲ့မိန်းကလေး သူငယ်ချင်းတစ်ယောက်နဲ့ဆိုရင် ကောင်  
လေးတစ်ယောက်နဲ့ပတ်သက်လို့ စကားများရသေးတယ်။ ဒီကောင်လေး  
က ငါ့ကိုကြိုက်နေတာ၊ နင့်ကိုကြိုက်နေတာလို့ ငြင်းကြရသေးတာပေါ့”  
တဲ့။

“ဒီတုန်းကဘဝဆိုတာ သိပ်လွယ်လှပါရဲ့။ မနက်မနက်နေဖင်ထိုး  
အောင် အိပ်နေကျ။ အလုပ်ရှာရတာတွေ၊ အိမ်လခပေးရမှာတွေ၊ မိသားစု  
အတွက် ရှာဖွေထောက်ပံ့ရတာတွေ ပူစရာမလိုပေါင်၊ မနက်ဖြန်အတွက်  
ဘာမှစဉ်းစားစရာမလို၊ ဘာမဆိုမိဘပဲ အားထားရတယ်”

“ကျွန်မအတွက်ကတော့ ကိုယ်ဘယ်သူလဲဆိုတာ တူးဖော်ရတဲ့  
အချိန်တစ်ခုရှိခဲ့တယ်။ စမ်းသပ်မှု၊ ကွဲပြားတဲ့သီးသန့်ဖြစ်မှုအသွယ်သွယ်နဲ့  
အနာဂတ်အတွက် အိပ်မက်မက်ခဲ့ရတယ်။ ဒါပေမဲ့ မိသားစုအတွက်  
လုံခြုံမှုတော့ ရခဲ့ပါတယ်”

မိန်းမတစ်ယောက်ကတော့ ခေါင်းတခါခါနဲ့ “ကျွန်မအတွက်”

တော့၊ ကြီးကောင်ဝင်ဘဝ အကောင်းဆုံးအချိန်ဆိုတာ သွားရှာပါပြီ”  
ညည်းတယ်။

သူ့နာမည်တံဆိပ်ပြားကြည့်လိုက်တော့ “ကာရင်” တဲ့။

“ရှင်ပြောပုံအရ၊ ရှင်ဘဝမှာ အကောင်းဆုံးအချိန်မရှိသလိုပဲပေါ့”

“ကာရင်” က ပခုံးတွန့်လိုက်ရင်း ဖြေတယ်။

“ကိုယ့်ကို လက်ခံကြပါ့မလားလို့ တွေးတောပူပန်ရတာ လူတွေကို  
ခက်ခက်ခဲခဲ၊ ရယ်ပြ၊ ပြုံးပြဖို့ ကြိုးစားရတာတွေ ငါနဲ့အမှန်တကယ်  
ကိုက်ညီပါ့မလားရယ်လို့ ဘယ်တော့မှ မခံစားရ၊ သူစိမ်းပြင်ပြင်အဖြစ်ပဲ  
အမြဲခံစားနေရတယ်”

“ကောင်လေးတွေနဲ့ပတ်သက်လို့ ဒါတွေက စွဲလမ်းမှုတွေပဲ အခုကြိုက်၊  
အခုလမ်းခွဲလိုက်ကြ၊ သူတို့ကြောင့်ပဲ အချစ်ဆုံးသူငယ်ချင်းတွေ ဆုံးရှုံးရနဲ့  
စာမေးပွဲရမှတ်တွေကျလို့ ဘွဲ့မရတော့မလို့လို့တောင် ဖြစ်သွားရတယ်”

“အဲဒီရက်တွေတုန်းက လူပေါင်းမှားတဲ့ဒဏ်အတော်ခံရတယ်။  
အန္တရာယ်တွေများလိုက်တာဆိုတာ မပြောပါနဲ့တော့။ ကျွန်တော်ကိုက  
မိုက်မဲလွန်းပါတယ်”

ကျွန်မဒီအုပ်စုကို သဘောကျသွားတယ်။ သူတို့ရဲ့ရိုးမြောင့်မှုကို  
အသိအမှတ်ပြုမိတယ်။ “ကျွန်မကိုပြောပြစမ်းပါ။ အဲဒီချားရဟတ်လည်  
တဲ့နှစ်ကာလတွေက ရှင်တို့မိဘတွေပြောခဲ့တာတွေထဲက ရှင်တို့အတွက်  
အထောက်အကူဖြစ်ခဲ့တာတွေများရှိသလား”

ပရိသတ်တွေ သူတို့မှတ်ဉာဏ်ထဲရှာဖွေဖွဲ့နှောက်ကြည့်ကြတယ်။

“ကျွန်တော့်မိဘတွေကတော့ ကျွန်တော့်သူငယ်ချင်းတွေရှေ့မှာ၊  
ကျွန်တော့်ကို တစ်ခါမှမအော်မငေါက်ဖူးဘူး။ တစ်ခုခုကျွန်တော်မှားရင်၊  
သူငယ်ချင်းတွေနဲ့ အလည်လွန်လို့ အိမ်ပြန်နောက်ကျတဲ့အခါမျိုးမှာ  
သူငယ်ချင်းတွေပြန်သွားမှ ဆူစရာရှိတာ ဆူတတ်တယ်”

“ကျွန်တော့်အဖေကလည်း ဒါမျိုးဆုံးမတတ်ပါတယ်၊ မင်းသံသယ ရှိလာရင်၊ မင်းအသိဉာဏ်နဲ့သာ တိုင်ပင်ကြည့်ပါ။ ဘယ်တော့မှ မှားမှားမကြောက်နဲ့” တဲ့။

“ကျွန်တော့် အမေဆိုလည်း ကျွန်တော့်ကို တိုးတက်ဖို့အတွက် တွန်းအားပေးတတ်တယ်။ ပြန်စစ်ဆေးခိုင်းတယ်။ ကျွန်တော့်အဖေက တော့ တစ်မျိုးတစ်ဘာသာပဲ။ ကျွန်တော့်က ပြီးပြည့်စုံပြီးသားပဲတဲ့၊ ဘာမှ ပြောမနေဘူး။ မိဘနှစ်ပါးရဲ့ကောင်းတဲ့ အရောအနှောပဲ”

“ကျွန်တော့်မိဘတွေက ကျွန်တော့်ကို ကျွမ်းကျင်မှုအမျိုးအစား အားလုံးတတ်ကျွမ်းအောင် လုပ်ခိုင်းတတ်တယ်။ စာရင်းအင်းနိုင်နိုင်နင်းနင်းလုပ်တာ၊ တာယာတွေပြင်ဆင်လဲတာတွေလုပ်တတ်အောင် တွန်းအားပေးတတ်တယ်။ စပိန်စာတွေဆိုရင် တစ်နေ့ ၅ မျက်နှာကျပြီးအောင် ဖတ်ခိုင်းတတ်တယ်”

ကျွန်မက “ရှင်တို့က မိဘတွေဆီက အထောက်အကူဖြစ်တဲ့ အတွေ့အကြုံတွေ အတော်လေးရသားပဲ” လို့ ချီးကျူးမိသေးတယ်။

“အခုပြောနေတာတွေက ရုပ်ပုံကားရဲ့တစ်ဝက်ပဲ ရှိသေးတယ်” လို့ “ဂျင်း” ကပြောတော့မှ အနာတရဖြစ်စရာတွေ အများကြီးကျန်သေးပုံပဲ။ “ဂျင်း” ရဲ့စကားကရေကာတာရဲ့ တံခါးကိုဖွင့်ချသလို၊ စိတ်ညစ်ညူး ဖွယ်မှတ်ဉာဏ်တွေ စုပြုံပေါ်လာပြန်တော့တယ်။

“ကျွန်မဆိုရင် အမေဆီက အထောက်အပံ့နည်းနည်းပဲ ရတယ်။ မိဘရဲ့လမ်းညွှန်မှုက ညံ့လို့ပြဿနာတွေ တစ်ပုံတပင်နဲ့ ဘယ်လိုရှင်းရမှန်း မသိဘူး”

“ကျွန်တော့်မိဘတွေက အပြစ်တွေရှိသမျှ ကျွန်တော့်အပေါ်ပဲ ပုံချ တတ်တယ်။ မင်းက တို့ရဲ့သားပဲ။ မင်းအပေါ်တို့ အများကြီးပိုမျှော်လင့် ထားတယ်လို့ပဲ ပြောတတ်တယ်”

“ကျွန်တော့်မိဘတွေက ကျွန်တော်ရှေ့မှာ သူတို့လိုအပ်တာတွေ ချည်း ပြောတတ်ကြတယ်။ သူတို့ရဲ့ပြဿနာတွေကို ကျွန်တော့်ပြဿနာ လုပ်ပစ်ကြတယ်။ ကျွန်တော်က သားသမီး ၆ ယောက်ထဲ အကြီးဆုံး ဖြစ်နေတော့ အိမ်သန့်ရှင်းရေးကအစ အချက်အပြုတ်အဆုံး ကျွန်တော့် တာဝန်တွေချည်းဖြစ်နေတယ်။ ညီ၊ ညီမတွေလည်း ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်နေရတော့၊ ဆယ်ကျော်သက်တစ်ယောက်ရဲ့အချိန်က မရှိတော့ဘူး။”

“ကျွန်တော်ကတော့ ဆန့်ကျင်ဘက်ပဲ ကလေးပေါက်စလေးလို အကာအကွယ်ပေးတာက တရားလွန်တယ်။ မိဘတွေ သဘောတူ အတည်မပြုဘဲ ဘာမှမဆုံးဖြတ်နိုင်ဘူး။ နောက်ပိုင်းစိတ်ကုဆရာနဲ့ တော်တော်ကုယူရတဲ့အထိပါပဲ။”

“ကျွန်တော့်မိဘတွေက စည်းကမ်းတင်းကျပ်လွန်းလို့ ဝယ်ချင်တာ မဝယ်ရ၊ သွားချင်တာမသွားရ၊ ဝတ်ချင်တာ မဝတ်ရနဲ့ မလွတ်လပ်တော့ဘူး။”

နောက်ဆုံးရင်ဖွင့်ပြောရသူက “လော်ရာ” ဆိုတဲ့ အမျိုးသမီးပါ။

“ကျွန်မအမေက တခြားတစ်ဖက်စွန်းကိုရောက်တယ်။ ဘာမှဆုံးမသွန်သင်ဖော်လည်း မရဘူး။ ပျော့ညံ့ညံ့အေးတိအေးစက်နဲ့ ကျွန်မ ညဘက်တွေသန်းခေါင်ကျော်နာရီပြန် ၂ ချက် ၃ ချက်မှ အိမ်ပြန်လာလို့ ပူမယ့်ပင်မယ့်လူတစ်ယောက်မှ မရှိဘူး။ ဒါနဲ့ ၁၆ နှစ်နဲ့ ကျွန်မကိုကင်းရှူတတ်၊ အရက်သောက်တတ်လာတယ်။ အမေက ကျွန်မဘဝကို နှစ်များစွာဖျက်ဆီးခဲ့ပါတယ်။”

“မိုက်ကယ်” ကဝင်ပြီး နှစ်သိမ့်ပါတယ်။ “ဘာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ကျွန်တော် တို့ရှင်သန်နေဆဲပါပဲ။ ကြီးပြင်းလာတယ်။ အိမ်ထောင်တွေကိုယ်စီနဲ့ ကိုယ် ပိုင်မိသားစုဘဝစီနိုင်ခဲ့ပြီ။ တစ်နည်းမဟုတ်တစ်နည်းနဲ့ လူကြီးပီသအောင် စွမ်းဆောင်စီမံနိုင်တဲ့သူတွေဖြစ်ပြီပဲ။”

“လော်ရာ” က ဝင်ထောက်လိုက်တယ်။ “ရှင်ဘယ်တော့မှကျော် လို့မရတဲ့ကိစ္စတွေရှိသေးတယ်နော်။ အခုဒီကိုလာရတာ ကျွန်မသမီးကိစ္စ ပဲ။ ထိန်းမရကွပ်မရနဲ့ ကျွန်မမှာ အတော်ခေါင်းခဲနေရတယ်။ ကျွန်မ အမေကြောင့် ကျွန်မပျက်စီးရတာမျိုး သမီးလေး ထပ်မဖြစ်စေချင်ဘူး။”

“လော်ရာ” ရဲ့မှတ်ချက်ကြောင့် အုပ်စုတစ်စုလုံးက လောလော ဆယ် သူတို့ရဲ့ လက်ငင်းပြဿနာတွေအပေါ် အာရုံပြန်ကပ်လာကြ တယ်။

“ကျွန်တော့်သားက သဘောထားအသစ်နဲ့ သူပုန်ဆန်လာတယ်။ ဘယ်သူ့စည်းမျဉ်းနဲ့မှ သူမနေလိုတော့ဘူး။ ကျွန်တော် ၁၅ နှစ်သား တုန်းကဖြစ်ခဲ့သလိုမျိုးကြုံရတာ။ ကျွန်တော်တုန်းကတော့ ပုန်းကွယ်မျို သိပ်ခဲ့ပါတယ်။ သားကျတော့ ဖွင့်ထုတ်လိုက်တာများ စာအိတ်ခေါင်းထိပ် ပေါ်ရောက်မတတ်ပါပဲ”

“ကျွန်မ သမီးက ၁၂ နှစ်ပဲရှိသေးတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူမရဲ့အတ္တ က လက်ခံမှုကို အငမ်းမရရှာနေပုံက ပြောရမှာ ရှက်စရာပါပဲ။ ကောင်လေး တွေက ရှာနေတာက သဘောလွယ်လွန်းလို့ စိတ်မချရဘူး။ ပေါ်ပြုလာ ဖြစ်ချင်နေလို့ တစ်နေ့နေ့တော့ နှာခေါင်းကျည်ပွေ့တွေ တော့မှာပါပဲ”

“ဒီကနေ့ရဲ့ကလေးတွေက သူတို့ဆေးလိပ်သောက်လို့ သောက် မှန်း၊ အရက်သောက်လို့သောက်မှန်းတောင် သိကြတာ မဟုတ်ဘူး။ ဆေးချကြတာ၊ မိန်းကလေးတွေ အရက်သောက်ကြတဲ့ ညကလပ်ပွဲတွေ အကြောင်းပုံပြင်တွေ နားမဆုံအောင် ကြားနေရတယ်။ ဒါနဲ့ တဆက် တည်းချိန်းတွေ့ပြီး မုဒိမ်းမှုဖြစ်ကြတာတွေ ကြားရပြန်တယ်” လို့ ကျွန်မ က ဝင်ပြောပါတယ်။

အုပ်စုရဲ့စိုးရိမ်သောက အစုစုပေါင်းလာတာကြောင့် ပြောရတာ လေးလံလာတယ်။

“ကာရင်” က မချီတင်ကဲနဲ့ရယ်လိုက်ပြီး၊ “ကဲ-ကဲ၊ အခုပြဿနာတွေ ဘယ်လိုလဲဆိုတာ အားလုံးသိပြီးကြပြီပဲ ခပ်မြန်မြန်အဖြေလေးတချို့တော့ လိုအပ်နေပါပြီ”

ကျွန်မက စကားဝင်ပြောလိုက်တယ်။ “ခပ်မြန်မြန်ဖြေရတာတော့ မရှိဘူး။ ဒီခေတ်ကမ္ဘာကြီးရဲ့ အန္တရာယ်တွေအားလုံးကနေ ဆယ်ကျော်သက်တွေကို ကာကွယ်ပေးနိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါပေမဲ့ ရှင်တို့အိမ်မှာ ရှင်တို့ကလေးတွေ၊ သူတို့ခံစားချက်တွေ လွတ်လွတ်လပ်လပ် ဖော်ကျူးနိုင်မယ့် ရာသီဥတုမျိုး ဖန်တီးနိုင်မယ်ဆိုရင်တော့ သင့်ခံစားချက်တွေ ပိုပွင့်ပွင့်လင်းလင်း သူတို့ကြားရဖို့ အခွင့်ကောင်းတစ်ရပ် ပေါ်လာနိုင်ပါတယ်။ “သင့်ရဲ့ လူကြီးတစ်ယောက်ရဲ့ ဘက်စုံအမြင်ကို စဉ်းစားဖို့ပိုပြီး လိုလိုလားလား ရှိလာမှာပါ။ သင့်တန်ဖိုးတွေကို ပိုကာကွယ်နိုင်ဖွယ်ရှိလာလိမ့်မယ်”

“ရှင်ဆိုလိုတာက မျှော်လင့်ချက်တော့ရှိသေးတာပေါ့နော်” “လော်ရာ” မျက်ဝန်းတောက်လာပြီး ဝမ်းသာတော့မယ့်မျက်နှာရိပ်မျက်နှာကဲနဲ့ မေးလိုက်တယ်။

“ကျွန်မရဲ့အတွေ့အကြုံအရ ကလေးတစ်ယောက်နဲ့ ဆက်ဆံရေးတိုးတက်ဖို့က ဘယ်တော့မှ သိပ်နောက်ကျလွန်းတယ် မရှိပါဘူး”

“ဟုတ်ရဲ့လား”  
“ဟုတ်တာပေါ့ရှင်”

ကဲ-ပထမဆုံးလေ့ကျင့်ခန်းစလုပ်ဖို့ အချိန်တန်ပြီ။



“ကျွန်မက ရှင်တို့ရဲ့ဆယ်ကျော်သက်တစ်ယောက်လို့ထားပါ” အုပ်စုကို လေ့ကျင့်လုပ်ဖို့ စလိုက်တယ်။ “ကျွန်မက ကိစ္စတစ်ခုခုခေါင်းစဉ်အနေနဲ့ စပြောမယ်။ ရှင်တို့ဘက်က တုံ့ပြန်ပုံတွေ ထွက်လာသမျှကို ကြည့်ပါ”

ကျွန်မကောလိပ်ကျောင်းသွားချင်သလား-

မသွားချင်ဘူးလား မသိတော့ပါဘူး။

- မိဘက - “ဟဲ့-မရူးစမ်းနဲ့၊ သမီးကောလိပ်ကျောင်းကို သွားရမှာပေါ့”
- “ဒီစကားက ငါကြားဖူးသမျှထဲမှာ အတုံးဆုံး အအဆုံး စကားပဲ”
- “သမီးဘာလို့ ဒီစကားမျိုးပြောထွက်နိုင်လဲဆိုတာ မယုံနိုင်ဘူး။ သမီးရဲ့ ဘွားဘွားနှလုံးသားကို ခွဲချင်လို့လား။

ဘာကြောင့် ငါကချည်းပဲ ဒီအမှိုက်တွေ လွှင့်ပစ်နေရပါလိမ့်။

- “စားလိုက်၊ အိပ်လိုက်ကလွဲပြီး၊ သမီးက ဘယ်တော့မှ ဘာတစ်ခုမှလုပ်ဖော်မရလို့ပဲကိုး”
- “ဘာလို့ နင်တစ်ယောက်တည်း ညည်းညူနေရတာလဲ”

ရဲအရာရှိဆီက ဒီနေ့မှူးယစ်ဆေးအကြောင်း မိန့်ခွန်းရည်ကြီး ကြားရတယ်။ အားလုံးကြောက်ရအောင်ဖြူခြောက်နေသလား မသိ

- “ကြောက်အောင်လုပ်နေတာတဲ့လား။ မင်းခေါင်းထဲ အဓိပ္ပာယ်ရှိတာတွေ ထည့်နေတာပါ”
- “အေးပါ။ တစ်နေ့မင်းဆေးသုံးတာမိလို့ကတော့ တကယ် ကြောက်ရလိမ့်မယ်”

“ဒါ- ကျွန်မတို့ခေါင်းတွေရှိနေတဲ့ အတွေးတွေပဲ” “လော်ရာ” က ပြောတယ်။ “ကျွန်မတို့ကိုယ်တိုင်ကလေးအဖြစ် ရှိစဉ်က ဒီစကားမျိုး ခံရတာ သဘာဝကျလှတယ်”

ကျွန်မက ပြန်ပြောလိုက်တယ်။ “ကျွန်မလည်း သဘာဝကျတယ် ထင်တယ်၊ မိဘတွေအနေနဲ့ ဝေဒနာဖြစ်တဲ့ စိတ်ပျက်ဖွယ်ခံစားချက်တွေ

တွန်းဖယ်ပစ်ရမယ်။ ဆယ်ကျော်သက်တွေက သူတို့ရဲ့ စိတ်ရှုပ်ထွေးချက်တွေ နောင်တတွေ၊ စိတ်ပျက်ရမှုတွေ၊ အားယုတ်ရမှုတွေ ဖော်ကျူးတာကို နားထောင်ရဖို့က ကျွန်မတို့အတွက် ခက်ခဲလှပါတယ်။ မှန်ကန်တဲ့နည်းလမ်းနဲ့ ခံစားတတ်အောင် သူတို့ကို ကျွန်မတို့ ပြချင်ပါတယ်”

“ကာရင်” က ဝင်ပြောပါတယ်။

“ကျွန်မရဲ့ကလေးတွေအတွက် ဒါတွေက ပုံပြင်ရှည်ကြီးတစ်ပုဒ်ပါပဲ။ မိဘတစ်ဦးအနေနဲ့ နားထောင်ပေးရတာကြောင့် ဒါတွေကို အံဝင်အောင်လုပ်ပေးချင်တယ်”

ကျွန်မက ဝင်ပြောရတယ်။ “ဒါက စိန်ခေါ်ချက်ကြီးပဲ။ ကျွန်မတို့ရဲ့ စဉ်းစားခြင်းကို ‘ဘယ်လိုအံဝင်အောင် လုပ်ရမလဲ’ ကနေ ‘ငါ့ကလေးတွေအတွက် သူတို့ဟာ သူတို့အံဝင်အောင်လုပ်နည်းတတ်ရေးဆီကို ရွှေ့ပေးရမယ်”

ပိုက်ဆံသေတ္တာအိတ်ထဲက ကာတွန်းပုံတွေ တစ်ထပ်ကြီးအုပ်စုထံထုတ်ပြလိုက်ပြီး “ဟောဒီမှာ ဆယ်ကျော်သက်တွေ ပြဿနာတက်တဲ့အခါ ကူညီနိုင်မယ့် ကျွမ်းကျင်မှုနဲ့ အခြေခံစည်းမျဉ်းတွေကို ဒီကာတွန်းသရုပ်ဖော်တွေမှာ ပီပီပြင်ပြင်တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။

### ခံစားချက်များကို ဖြုတ်ပစ်မယ့်အစား



အမေက “အဘယ်” ကို ဆိုးဆိုးရွားရွားမခံစားစေချင်ဘူး။ ဒါပေမဲ့ သမီးရဲ့စိတ်ပျက်လက်ပျက်ဖြစ်ရမှုကို အမေက ဖြုတ်ပယ်ခြင်းအားဖြင့် ဝေဒနာကို ပညာမပါ ပိုသဲလာစေပါတယ်။

### ခံစားချက်နဲ့ အတွေးများကို အသိအမှတ်ပြုပါ



အဘယ်ရဲ့ဝေဒနာတွေ အားလုံးကို အမေက မဖယ်ရှားပစ်နိုင်ပါ။ သူမရဲ့အတွေးတွေ၊ ခံစားချက်တွေကို စကားလုံးတွေအဖြစ် ပွင့်ထွက်လာအောင်လုပ်ပေးခြင်းဖြင့် သမီးကိုလက်တွေ့အမှန်တရားနဲ့ ထိတွေ့ပတ်သက်စေအောင်ကူညီပေးပြီး ရှေ့ဆက်သွားရေးသတ္တိတွေ စုဆောင်းမိလာတော့တယ်။

### ခံစားချက်ကို လျစ်လျူရှုမယ့်အစား



အမေက ရည်ရွယ်ချက်ကောင်းပါတယ်။ သားကို ကျောင်းမှာ စာတော်စေချင်တယ်။ ဒါပေမဲ့ သားရဲ့အပြုအမူတွေကို ဝေဖန်နေပြီး၊ သားရဲ့စိုးရိမ်ပူပန်မှုတွေကိုတော့ ဖြုတ်ပယ်ထားတဲ့အပြင်၊ ဘာလုပ်ရမယ် လို့ တအားဖိခိုင်းနေပြန်တဲ့အတွက်၊ သားဖြစ်သူ၊ ကိုယ့်ဟာကိုယ်ဘာလုပ် ရမှန်းသိအောင်လုပ်ဖို့ အမေ့အတွက် ပိုခက်ခဲလာတယ်။

ခံစားချက်များကို စကားလုံး (သို့) သံယောင်လိုက်ပေးခြင်း  
(အင်း-ဟာ-ဟုတ်လား-စသည်) ဖြင့် အသိအမှတ်ပြုပေးခြင်း



မိခင်ရဲ့ စကားအနည်းဆုံးနဲ့ စာနာမှုထား ဂရုတစိုက်နားထောင် ပေးမှု တုံ့ပြန်ချက်က သားဖြစ်သူကို ကိုယ့်ဘာသာနားလည်လာပြီး၊ သူဘာလုပ်ဖို့လိုကြောင်း လွတ်လွတ်လပ်လပ် အာရုံစိုက်ရေးကို ကူညီရာ ရောက်စေပါတယ်။

### ယုတ္တိကျကျနဲ့ ရှင်းပြချက်တွေပေးမယ့်အစား



အဖေဖြစ်သူက သူ့သမီးရဲ့ ကျိုးကြောင်းမဆီလျော်တဲ့ တောင်းဆိုချက်ကို ကျိုးကြောင်းဆီလျော်တဲ့ ရှင်းပြချက်တွေနဲ့ တုံ့ပြန်နေတယ်။ သမီးက ပိုပြီး ပျာလောင်ခတ်လာတာပေါ့။

### လက်တွေ့တရားအရ သင်မပေးနိုင်တာကို စိတ်ကူးယဉ်ခွင့်ပေးလိုက်ပါ



စိတ်ကူးနယ်ထဲ သမီးလိုချင်တာ၊ ဖခင်က ပေးအပ်ခြင်းဖြင့် သမီး ဖြစ်သူလက်တွေ့တရားကို လက်ခံလာရေးအတွက် ဖခင်က လုပ်ရကိုင်ရ နည်းနည်းပိုလွယ်ကူသွားပါတယ်။

### သင့်ရဲ့ပိုကောင်းတဲ့ စီရင်ချက်ကိုပြန်ပြီးဆန့်ကျင်သွားမယ့်အစား



အမေက သူ့သားပျော်ရဖို့အတွက် ထိပ်တိုက်အချင်းများမှာကို ရှောင်တယ်။ အမေက ကိုယ့်ရဲ့ပိုကောင်းတဲ့စီရင်ချက်ကို လျစ်လျူရှုလိုက်တယ်။ ခုခံမှုအနည်းဆုံးလမ်းကြောင်းကို ယူလိုက်တယ်။

### လက်သင့်မခံနိုင်တဲ့ အပြုအမူကို သင်ပြန်ဦးတည့်နေစဉ်၊ ခံစားချက်များကို လက်ခံခြင်း။



သားရဲ့ ခက်ခဲတဲ့အခြေအနေအတွက် အမေကစာနာမှုကို ပြရင်း၊ သူမရဲ့ခိုင်မာတဲ့ ကန့်သတ်မှုကို သားဖြစ်သူ လက်သင့်ခံလာစေရေးအတွက်၊ ပိုမိုလွယ်ကူအောင်လုပ်သွားနိုင်တော့တယ်။

လူတွေ ရုတ်တရက် ကာတွန်းပုံကစကားတွေဖတ်ရင်း၊ တအောင့်စဉ်းစားနေကြလေရဲ့။ ကျွန်မသူတို့ကိုအချိန်ပေးပြီး စောင့်ကြည့်နေလိုက်တယ်။ အုပ်စုထဲက တချို့က ခပ်မြန်မြန်တုံ့ပြန်ပေမယ့် တချို့ကတော့

စကားတွေ ပြန်စီပြီးမှ နောက်ဆုံးသူတို့စိတ်ကျေနပ်စေမယ့် စကားလုံးတွေ ရှာတွေ့သွားကြပုံရပါတယ်။

“လော်ရာ” ကစပြောလာတယ်။ “ကျွန်မတော့ စလုပ်လို့ရပြီ ထင်မိတယ်။ ဒီအယူအဆက ဆယ်ကျော်သက်ကလေး ခံစားနေရတယ်လို့ ရှင်ထင်တာတွေ စကားလုံးတွေအဖြစ်ပါလာအောင် ကြိုးစားပြီး ရှင်ခံစားနေရတာတွေကိုတော့ နောက်ဆုတ်ထားလိုက်တာပါပဲ”

“ဂျင်း” က ဝင်ပြောတယ်။ “အခုဒီမှာ ကျွန်တော်ပယ်ချင်တဲ့အပိုင်းတွေ တွေ့ရတယ်။ ကျွန်တော့်ခံစားချက်တွေအကြောင်း ကျွန်တော်ပြောချင်တဲ့အခါ ဘာကိုဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ”

“မိုက်ကယ်” က သဘောတူလိုက်တယ်။ “အဆုံးတော့လည်း ကျွန်တော်တို့က မိဘတွေပဲဗျာ။ ကျွန်တော်တို့တန်ဖိုးထားရာ ကျွန်တော်တို့ယုံကြည်ရာ ဘာမဆို ကျွန်တော်တို့ပြောနိုင်ကြတာပဲ”

ကျွန်မက ဝင်ရှင်းပြရပါတယ်။ “ရှင်တို့ရဲ့သတင်းပို့ချက်တွေ ပို့ဖို့အချိန်က ရှင်တို့မှာ အမြဲတမ်းရှိနေတာပဲ။ ရှင်တို့ကလေးတွေ၊ သူတို့ကြားရသမျှ နားလည်နိုင်ရေးကို ရှင်တို့စလုပ်နိုင်ရင်၊ ရှင်လည်း ကြားသင့်တာ ပိုကြားရနိုင်ဖို့ အခွင့်အလမ်းတွေ ရလာနိုင်ပါတယ်။ ဒါတောင် အာမခံချက်တွေကတော့ မရှိသေးပါဘူး။ ရှင်တို့ကို သူတို့က စွပ်စွဲလာနိုင်သေးတယ်။ နားလည်မှုမရှိဘူးတို့၊ ကျိုးကြောင်းမကျဘူးတို့ ဖက်ရှင်အောက်တယ်။ ခုနစ်ဆွေးရှစ်ဆွေးဖြစ်နေပြီတို့ ပြောကြမယ်။ သူတို့ကန့်ကွက်နေ၊ ရှုတ်ချနေတဲ့ကြားကပဲ၊ ကျွန်မတို့ဘယ်နေရာမှာ ရပ်တည်နေတာလဲလို့ ဆယ်ကျော်သက်တွေက အတိအကျ သိချင်နေကြပြန်သေးတယ်။ ရှင်တို့တန်ဖိုးထားချက်တွေ၊ ယုံကြည်ချက်တွေက၊ သူတို့ရွေးချယ်ချက်တွေ သတ်မှတ်ဖို့ရာသော့ချက်ကျတဲ့ အခန်းကဏ္ဍကရှိနေတာကိုး”

ကျွန်မ သက်ပြင်းရှည်ကြီး ချလိုက်ပါတယ်။ ကျွန်မ ဒီညနေမှာ

ရေခဲမြေခဲတွေ အားလုံးချထားပေးခဲ့ပြီ။ သူတို့တစ်တွေ အိမ်ပြန်ပြီး တစ်ဖန် စိမ့်စဉ်းစားကြပါစေ။

“ကဲ-နောက်အပတ်မှ ပြန်ဆုံကြမယ်” လို့ နှုတ်ဆက်လိုက်တယ်။

**သူတို့ပြောပြတဲ့ပုံပြင်များ**

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲမှာ မိဘတွေ (အမေရော၊ အဖေပါ) က၊ သူတို့ ကလေးတွေရဲ့ တကယ့်ပြဿနာတွေ ခြုံငုံမိအောင် ကြိုးစားကြတယ်။ အောက်ပါတို့ကတော့ မိဘတွေရဲ့ သူတို့ကလေးတွေနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အခက်ကြုံရမှုတွေကို ရင်ဖွင့်ပြောပြတာတွေပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

**“ဂျိုး”**

ကျွန်မရဲ့သမီး “ရေချယ်” က အိမ်ပြန်ရောက်လာရင်၊ စိတ်ညစ်နေပုံပေါ်နေတတ်တယ်။ ဘာတွေဖြစ်နေလို့လဲ မေးကြည့်ပေမယ့် “မပြောချင်ပါဘူး” လို့ဆိုပြီး ရေငုံနှုတ်ပိတ်နေတယ်။ “ဖွင့်ပြောလိုက်မှ ရင်ထဲပေါ့သွားမှာပေါ့” လို့ ကျွန်မဖျောင်းဖျလည်း ကျွန်မမျက်နှာကို ကွက်ကြည့်ပြီး ထူးမခြားနားနဲ့ နှုတ်ဆိတ်မြဲဆိတ်နေတယ်။ ချဉ်းကပ်မှု အသစ်နဲ့ ဆက်ကြိုးစားကြည့်တယ်။

ဖျောင်းဖျောင်းဖျဖျ ထပ်ပြောတော့မှ မျက်ရည်တွေကျပြီး ဖွင့်ပြောပါတော့တယ်။ အလယ်တန်းကတည်းက ခင်လာခဲ့တဲ့ မိန်းကလေး သူငယ်ချင်းနှစ်ယောက်က အတန်းကြီးကို ရောက်လာမှ ပေါ်ပြုလာကျတဲ့ အုပ်စုသစ်နဲ့ပေါင်းမိပြီး “ရေချယ်” ကို အဖက်မလုပ်တော့ဘဲ စခွာလာတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ နေ့လယ်စာစားချိန်နေရာဦးပေးနေကျဟာ အခုမဦးပေးတော့ဘဲ ခပ်ရှောင်ဖယ်ဖယ်ဖြစ်လာတယ်။ သူတို့အဖွဲ့သစ်ထဲလည်း ဖိတ်ခေါ်တာတွေ မလုပ်တာကြောင့် ဘက်မတန်တဲ့သဘော

ဖြစ်လာတယ်။ ဝတ်တာစားတာညံ့ပြီး နည်းနည်းဝလာတယ်လို့ ကွယ်ရာ မှာ ကဲ့ရဲ့တာတွေပြန်ကြားရတယ်။

ကျွန်မတုန်လှုပ်သွားမိတယ်။ ဒါမျိုးကြားဖူးနေပေမယ့်၊ သမီးကျမှ ဒီလိုအနှိမ်ခံရလေခြင်းလို့ ခံပြင်းမိပါတယ်။ ကျွန်မလုပ်ချင်တာအားလုံး က သမီးရင်ထဲက ဝေဒနာတွေအကုန်ဖယ်ရှားပစ်ချင်တာပါပဲ။ ဒီရွံ့စရာ ကောင်းတဲ့ သူငယ်ချင်းတွေ မေ့ပစ်ပြီး မိတ်ဆွေသစ်တွေ ရှာဖွေပြောချင် လိုက်တာ။ ဒါပေမဲ့ လက်တွေ့ ဘာတစ်ခွန်းမှမပြောဖြစ်ပါဘူး။ သမီး ခံစားရတာတွေပဲ ပြောဖြစ်တယ်။

“သမီးရယ်၊ တော်တော်ကြမ်းတမ်းရက်စက်တာပဲနော်။ ကိုယ်ယုံကြည် အားထားရမယ့်လူမျိုးပဲရှာပေါ့။ သမီးကို နင့်နင့်သီးသီး နာကျင်အောင်လုပ် တဲ့သူမျိုးကတော့ မိတ်ဆွေစစ်မိတ်ဆွေမှန် ဘယ်ဟုတ်နိုင်တော့မှာလဲ”

သမီးက ခေါင်းညိတ်လိုက်တယ်။ ကျွန်မတို့သားအမိနှစ်ယောက် သား ‘မိတ်ဆွေစစ်’ နဲ့ ‘မိတ်ဆွေတု’ အကြောင်း တော်တော်ကြာအောင် ဆွေးနွေးဖြစ်ကြတယ်။ တအောင့်လောက်အကြာ၊ သမီးတော်တော် စိတ်သက်သာရာရလာတာ အကဲခတ်မိတယ်။

သမီးအတွက်ထားတဲ့ စိတ်ပညာအတိုင်ပင်ခံနဲ့လည်း ကျွန်မတစ်ဦး ချင်းသပ်သပ်လျှို့ဝှက်ပြီး သမီးကို ကူညီပေးဖို့မှာကြားရတယ်။ ကျွန်မ သမီးနဲ့ ခဏခဏအကြောင်း ကိစ္စမျိုးစုံ (ဆိုက်ဘာအနိုင်ကျင့်မှုအပါ အဝင်) ဆွေးနွေးကြပြီးတဲ့နောက်၊ သမီးအခြေအနေ အများကြီးသက်သာ သွားပါတော့တယ်။

“ဂျင်း”

ကျွန်တော်ရဲ့ သားအကြီးဆုံးက သရေစာစားသောက်ဆိုင်မှာ အချိန်ပိုင်းအလုပ်ဝင်လုပ်ရတယ်။ ပြီးခဲ့တဲ့ စနေနေ့အလုပ်က အိမ်ပြန်

ရောက်တော့ ဒေါကြီးမောကြီးနဲ့ သူ့အလုပ်ရှင်ဘော့စ်ကို မကျေမနပ်နဲ့ ဆဲဆိုနေလိုက်တာ မိုးကိုမွန်လို့။ အကျိုးအကြောင်းကိုမေးတော့၊ စနေတနင်္ဂနွေရက်အားရက်တွေမှာ အချိန်ပိုဆင်းနိုင်မလားလို့ အလုပ်ရှင်က သူ့ကိုမေးသတဲ့။ သားက “ဖြစ်နိုင်ပါတယ်” လို့ ဖြေခဲ့တယ်ဆိုပဲ။ အချိန်ပိုဆင်းမယ့် စနေနေ့ရောက်တော့ မနက်စောစော သားက အလုပ်ဆင်းမယ်လို့ဆိုင်ကိုလာတော့ အလုပ်ရှင်က အချိန်ပိုတက်ဖို့လူလဲပစ်လိုက်တဲ့အတွက် သားကိုအချိန်ပိုဆင်းဖို့ မလိုတော့ဘူးလို့ နှင်လိုက်သတဲ့။ အလကားခေါ်ပြီး ဒုက္ခပေးတယ်လို့ သားက ဒေါသတွေဖြစ်ရတာပါပဲ။

သားဖြစ်သူ ကံကောင်းပါတယ်။ ကျွန်တော့်သားလုပ်ပုံတွေ ဝေဖန်ပစ်ချင်တာ လျှာကိုယားလို့။ မနည်းနှုတ်ပိတ်နေရတယ်။ အချိန်ပိုဆင်းနိုင်မလားလို့မေးတာကို ဆင်းရင်းဆင်းမယ်။ မဆင်းရင်မဆင်းဘူးလို့ ပြတ်ပြတ်သားသားဖြေလို့ရပါလျက်နဲ့ “ဖြစ်နိုင်ပါတယ်” ဆိုတာ မရေမရာ မပြတ်သားတာနဲ့မို့ အလုပ်ရှင်က သေချာတဲ့လူ အစားထိုးလိုက်တာပေါ့။

ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော် ဒါတွေ ဘာမှပြောမနေတော့ပါဘူး။

“မင်းတိကျတဲ့ မှန်မှန်ကန်ကန်အဖြေပေးလိုက်ရလို့ မင်းဘာမှ မခံစားလိုက်ရဘူးလား” လို့ တိုတိုတုတ်တုတ်ပဲ မေးလိုက်တယ်။

“ဟင့်အင်း။ ကျွန်တော့်မှာလည်း ဆင်းရဲကောင်းမကောင်းပြန်စဉ်းစားဖို့နေခဲ့လို့ပါ” “ဪ-ဪ”

“ကျွန်တော့်မှာ ဒီအလုပ်အပြင် အခြားဘဝတစ်ခုရထားတာ အဖေလည်း အသိပဲ” “ဘာဆိုလို့လဲ” လို့ ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် တွေးလိုက်မိတယ်။

“ကျွန်တော်လို သွားတယ်လို့မှန်းဆမိပါရဲ့။ အိမ်ပြန်ရောက်တော့ စနေနေ့ ကျွန်တော်အလုပ်ဆင်းဖြစ်တယ်လို့ ဘော့စ်ထံအတည်ပြုချက်ပေးလိုက်ရမှာ”

ကဲ-ဘယ်လိုလဲ။ သူ့ကို ကိုယ့်ချို့ယွင်းချက်ပြန်သိရအောင် တစ်စွန်း တစ်စလေးပဲပြလိုက်တာ အစကတည်းက သူ့ဘာလုပ်သင့်လဲ သဘော ပေါက်သွားရတာပေါ့။

“လော်ရာ”

ကျွန်မသမီးလေးကို “ဂျင်း” ဝယ်ပေးဖို့ Shopping ခေါ်သွားမိ တာ၊ ငါးပါးမှောက်ကရော။ ဘာကိုင်ကိုင်သူနဲ့ မတော်ရတာနဲ့ အရောင် ကိုမကြိုက်၊ ဒီဇိုင်းနာအမှတ်ကိုမကြိုက်နဲ့၊ နောက်ဆုံးကြိုက်တဲ့ ‘ဂျင်း ဘောင်းဘီ’ တွေ့ပါရဲ့။ ပေါင်လည်ထိတိုတို၊ အသားကပ်လိုက်တာမှ တသားတည်း၊ ဇစ်ကိုတအားဆွဲတပ်ရလောက်အောင် ကျပ်လိုက်သမှ အထုပ်နဲ့အထည်နဲ့ မတော်ရာတွေ ကွက်ကွက်ကွင်းကွင်းနဲ့-

ကျွန်မတစ်ခွန်းမှ ပြောမနေတော့ဘူး။ တခြားကောင်တာသွားလို့ ခပ်ပွပွဂျင်းဘောင်းဘီတစ်ထည်ယူလာတယ်။ သမီးဆီရောက်တော့ သူ့ ဂျင်းဘောင်းဘီ တိုတိုကျပ်ကျပ်ကို ဝတ်ပြီးဟန်ရေးပြနေတယ်။ ကျွန်မ ယူလာတာကို စစ်ကြည့်ပါဦးလားလို့ပြတဲ့အခါ “သမီးက ဒါမျိုးခပ်တုံးတုံး ပုံစံမျိုးမဝတ်ဘူး။ မေမေတို့လို ဒေါ်ဝတုတ်တွေပဲ ပွပွကြီးတွေ ဝတ်တတ် ကြတာ” တဲ့၊ မကြိုက်ရင် မကြိုက်ဘူးပေါ့၊ လူကြီးကိုများကဲ့ရဲ့နေသေး။ စိတ်ဆိုးလိုက်တာခွေးမလေးလို့ ဆဲမိမလို့ သိသိလေးလိုတယ်။

“ငါ-အပြင်ကပဲ စောင့်နေလိုက်တော့မယ်” လို့ တိုတိုပြတ်ပြတ် ပြောပြီး ပြန်မယ်လို့ဆိုင်အပြင်မှာသွားစောင့်နေလိုက်တယ်။ အိမ်အပြန် လမ်းမှာ ကျွန်မစကားတစ်ခွန်းမှမပြောဘူး။ နောက်ဘယ်တော့မှ သမီးနဲ့ ဈေးဝယ်မထွက်တော့ဘူးလို့ စိတ်ထဲတေးထားမိတော့တယ်။

အိမ်ရောက်လုလုမှာ “ဆောရီးပဲမေမေ” ရာလို့ သမီးက ညည်းညူ လိုက်တယ်။ သိပ်တောင်းပန်ခယတဲ့ဟန်တော့ မပေါက်ဘူး။ ဒါကြားရ

တာနဲ့ ကျွန်မ ဝမ်းသာပါတယ်။ သူ့ကို ပြန်တောင်းပန်ရစေမယ့်စကား မျိုး ကျွန်မအစွန်းမထွက်မိတာကိုပဲ ပိုဝမ်းသာမိရသေးတယ်။

“လင်ဒါ”

ကျွန်မနဲ့ ကျွန်မသားတို့ရဲ့ ဆက်ဆံရေးက ပိုကောင်းလာမယ်လို့ မထင်မိပါဘူး။ သူ့သူငယ်ချင်းတွေရဲ့ ဆွဲရာနောက်ပဲပါနေတာပဲ။ သူမ လွန်ဆန်နိုင်ဆုံး သူငယ်ချင်းတွေကတော့ ၁၃ နှစ်ရွယ်အမြွှာညီအစ်ကို “နစ်” နဲ့ “ဂျပ်စတင်” တို့ပါပဲ။ ဉာဏ်သိပ်ကောင်းပြီး အထိန်းအကွပ် မဲ့နေတဲ့ကောင်လေးတွေပါပဲ။ စီးကရက်တွေ မိုးမွန်အောင် သောက်ပြီး စက်ဘီးခိုးစီးတတ်ကြတယ်။ မိဘတွေ ဆူဖို့လာပြီဆိုရင်၊ ပြတင်းပေါက် က ကျော်ထွက်ပြေးပြီး ဈေးတွေ လျှောက်လည်တတ်တယ်။ ကျွန်မမှာ နည်းလမ်းရှိရင် ဒီကောင်လေးတွေနဲ့ မပေါင်းနဲ့တားမိမှာပဲ။ ကျွန်မ ခင်ပွန်းသည်ကတော့ အသာငြိမ်ငြိမ်နေ သူ့မှာ နည်းလမ်းတစ်ခုရှိထား တယ်လို့ ဆိုတယ်။

ပြီးခဲ့တဲ့လက သူ့နည်းလမ်းကို စလုပ်တော့တယ်။ စနေနေ့ ညနေမှာ ကျွန်မတို့အိမ်ကို ညစာစားဖို့ အဲဒီအမြွှာညီအစ်ကိုတွေကို ဖိတ်လိုက်တယ်။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ကိုယ့်မျက်စိရှေ့မှောက်မှာဆိုတော့ အနည်းဆုံးတစ်ညတာတော့၊ ဘယ်သွားသွား၊ ဘာလုပ်လုပ်၊ သိရတာ ပေါ့။ ပထမအကြိမ်မှာတော့ ခပ်စိမ်းစိမ်းဖြစ်နေဆဲမို့၊ စကားလက်ဆုံး မကျဖြစ်ခဲ့ဘူး။

နောက်တစ်ပတ် စနေညနေမှာတော့ အာသွက်လျှာသွက်ဖြစ်လာ တယ်။ သူတို့နှစ်ယောက်က ကျောင်းကသိပ္ပံဆရာက စာသင်တာ ပျင်း စရာကောင်းအောင် ညံ့တယ်လို့ ရှုတ်ချနေကြလေရဲ့။ ကျွန်မခင်ပွန်းက “မင်းတို့အမှန်တကယ်မကြိုက်တဲ့ ဆရာတစ်ယောက်ပေါ့လာပြီပေါ့”

သူတို့က ပိုပြီးကဲ့ရဲ့သေးတယ်။ “ငြီးငွေ့စရာပါပဲ။ ဘာမှအကြောင်းမရှိဘဲ နဲ့ ကျွန်တော်တို့ကို လှမ်းအော်တယ်”

ကျွန်မက ဝင်ပြောတယ်။ “နစ်” ရေ၊ ငါလောင်းရဲတယ်။ မင်းနဲ့ ‘ဂျပ်စတင်’ တို့သာ ကျောင်းဆရာတွေဖြစ်လာရင်တော့၊ မင်းတို့ရဲ့တပည့် ကလေးတွေကိုတော့ ဘာအကြောင်းမှမရှိဘဲ အော်ဟစ်နေမှာ မဟုတ်ဘူး။

“မှန်လိုက်တာဗျာ” နှစ်ယောက်သားသံပြိုင်ထောက်ခံကြတယ်။

ကျွန်မ ယောက်ျားကလည်း တစ်ခွန်းဝင်ထောက်တယ်။

“မင်းတို့ဆရာတွေဖြစ်ရင်၊ ပျင်းစရာကောင်းအောင်တော့ သင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ မင်းတို့ကို ဆရာအဖြစ်ရတာ၊ ကလေးတွေတော့ ကံကောင်း ကြမှာပဲ” သူတို့တွေတစ်ယောက်ကို တစ်ယောက် စိုက်ကြည့်ရင်း ရယ် လိုက်ကြတယ်။ ကျွန်မတို့သားက ပါးစပ်အဟောင်းသားနဲ့ ငေးကြည့်နေ တယ်။ သွေးအေးတဲ့သူ့သူငယ်ချင်းတွေက သွေးမအေးတဲ့မိဘတွေနဲ့လေ ပေးဖြောင့်နေတာကို မယုံနိုင်အောင် ဖြစ်နေရတာပေါ့။

“စတီဗင်”

ကျွန်တော် နောက်အိမ်ထောင်ပြုလိုက်တာ တစ်နှစ်လောက်တော့ ရှိပါပြီ။ အသက် ၁၄ နှစ်ရှိလာပြီးဖြစ်တဲ့ သမီးရင်း \*Amy “အေမီ” ဟာ သူမရဲ့ မိထွေးတော် ကျွန်တော့်ဇနီး “ကယ်ရီး” ကိုစတွေ့တဲ့နေ့က တည်းက မကြည်မလင် ငြူစုစောင်းမြောင်းတတ်တယ်။ ကားထဲအတူတူ လိုက်ရပြီဆိုရင် “ကယ်ရီး” ကို အကြောင်းမရှိ အကြောင်းရှာအမျိုးမျိုး ဝေဖန်ကဲ့ရဲ့နေတော့တာပဲ။

“ကယ်ရီး” အပေါ် “အေမီ” ရဲ့ ဆက်ဆံပုံတွေက မတရားပါဘူး။ “ကယ်ရီး” ခမျာ သမီးနဲ့မိတ်ဆွေဖြစ်ရေးအတွက် အတော်ခက်ခက်ခဲခဲ ကြိုးစားပါတယ်။

ကျွန်မပြီးခဲ့တဲ့ အပတ်က အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲရောက်တော့ “အေမီ” ပြဿနာနဲ့တိုးတယ်။ ဒီကိစ္စနဲ့ပတ်သက်လို့ ကျွန်မမှာ ဘာနည်းလမ်းမှ မရှိဘူး။ ကျွန်မစဉ်းစားလို့ရတာ အားလုံးက “ဖြည်းဖြည်းနဲ့သက်သက် သာသာလုပ်ပါ။ သူမ (မိထွေး) နဲ့အငြင်းမပွားနဲ့။ အကျိုးအကြောင်းပြဖို့ တောင် မကြိုးစားလေနဲ့။ ဒီအချိန်မှာနားပဲထောင်လိုက်ပါ။ သူပြော နိုင်သလောက် ပြောပါစေ။

“အိုကေ၊ ‘အေမီ’ ရေ။ သမီး လေးသံကြည့်ရတာ အားကောင်းတဲ့ ခံစားချက်တွေ တစ်ပုံတပင်ရှိနေပုံပါပဲ။ တစ်ခုခုများပြောစရာရှိသလား” အေမီက ပြန်ပြောပါတယ်။

“ကျွန်မ ဘာပြောချင်သလဲဆိုတာ အဒေါ်တို့လည်း ကြားချင်မှာ မဟုတ်ဘူး”

“ကြားချင်တာပေါ့။ သမီးဘာလို့စိတ်ညစ်ရတယ်။ ဘာလို့ဒေါသ ဖြစ်ရတယ်ဆိုတာတွေ ကြားရနိုင်တာပေါ့” ဒီစကားက အလုပ်ဖြစ်သွား တယ်။ ညည်းညူချက်စာရင်းရှည်ကြီးတစ်ခု သွန်ကျလာတော့တယ်။

“ဒီမိန်းမက အဒေါ်တို့ထင်သလို ချိုမြတာ မဟုတ်ဘူး။ မူရာ မာယာများနေတာ။ ရှင့်ကိုလည်း ဂရုစိုက်နေသလို၊ ကျွန်မကိုပဲ သဘော ကျနေသလို၊ ဟန်ဆောင်တတ်ပါတီသနဲ့”

ကျွန်မ “ကယ်ရီး” ဘက်ကလည်း မရပ်မိအောင်၊ ‘အေမီ’ မှားနေ တယ်လို့ ယုံကြည်အောင်လည်း မကြိုးစားပါဘူး။ ‘အို’ ဟာ ‘အင်း’ ‘အဲ’ တွေနဲ့ပဲ နားထောင်ပေးရုံပါပဲ။

နောက်ဆုံး ‘အေမီ’ ပဲ သူပြောချင်ရာ စိတ်လွတ်ကိုယ်လွတ်ပြောလို့ အားရမောပန်းသွားတယ်။ “အေးလေ၊ ဒါတွေဆက်ပြောနေလို့လည်း ဘာမှသုံးမရပါဘူး” “အသုံးကျပါတယ်။ မင်းဘယ်လိုခံစားနေရကြောင်း သိရဖို့ အဒေါ်အတွက် အသုံးကျပါတယ်”

‘အေမိ’ ကျွန်မကိုကြည့်ပြီး မျက်ရည်တွေ စီးကျလာတယ်။  
“အဒေါ်နဲ့ သမီးနှစ်ယောက်ထဲပဲ အချိန်ဖြုန်းရအောင်” “ကယ်ရိုးဘက်က  
ရော ဘာပြောသေးလဲ”

“ကယ်ရိုးက နားလည်မှာပါ” လို့သာ ကျွန်မ နှစ်သိမ့်လိုက်ပါ  
တော့တယ်။

\*

သင့်ဆယ်ကျော်သက်ရဲ့ ခံစားချက်တွေ အသိအမှတ်ပြုပါ။

ဆယ်ကျော်သက်။ “အိုး၊ ဘာလုပ်ရမှာလဲ။ “ဂေါ်ဒန်” ကို စနေနေ့မှာ ကလေးထိန်းပေးမယ်လို့ ပြောထားခဲ့တာ။ အခု “လီဆာ” ကသူနဲ့ လာအိပ် ဖို့ခေါ်နေပြန်ပြီ။

အမေ။ သမီးလုပ်သင့်တာကတော့-

သင့်ဆယ်ကျော်သက်ရဲ့ ခံစားချက်တွေဖြုတ်ပယ်ပြီး၊ အကြံဉာဏ် တွေ ပေးမယ့်အစား-

အတွေးနဲ့ ခံစားချက်များ အသိအမှတ်ပြုပါ။

“သမီးတော့လားရာနှစ်ဖက်ဆီပြိုင်တူအဆွဲခံနေရပုံပဲ။ သမီးက ‘လီဆာ’ ဆီသွားချင်တာ မဟုတ်လား၊ ဒါပေမဲ့ ‘ဂေါ်ဒန်’ ကို စိတ် မပျက်စေချင်ဘူးလေ”

ခံစားချက်ကို စကားလုံး (သို့) အသံနဲ့ အသိအမှတ်ပြုပါ။

“ဟာ-အာ”

လက်တွေ့တရားအဖြစ် သင်မပေးနိုင်တဲ့အခါ

စိတ်ကူးယဉ်ခွင့်လေးပေးလိုက်ပါ။

“မင်းကိုယ်ပွားခွဲထုတ်လို့ရရင် သိပ်ကောင်းမှာပဲ။ နှစ်ကိုယ်ခွဲလို့ တစ်ကိုယ်က ဂေါ်ဒန်ဆီကလေးသွားထိန်းပေး။ နောက်တစ်ကိုယ်က လီဆာနဲ့အတူတူသွားအိပ်ပေါ့”

ခံစားချက်ကို အပြုအမူမှာပြန်ဦးတည်ပေးခြင်းအဖြစ် လက်ခံပါ။

“သမီး ‘လီဆာ’ ဆီပိုသွားချင်နေမှန်းကြားရတယ်လေ။ ပြဿနာ က ‘ဂေါ်ဒန်’ ကိုစကားကျွဲထားမိလို့မဟုတ်လား။ ဒါတွေ သမီးအပေါ် မူတည်တာပဲလေ”

၂

ကျွန်ုပ်တို့ “သေချာအောင်လုပ်” နေရဆဲပါ။

ဒီညအစည်းအဝေးစဖို့ ကျွန်မစိတ်စောနေတယ်။

ပြီးခဲ့တဲ့ အစည်းအဝေးအပြီးမှာ “ဂျင်း” က သူ့သမီးနဲ့ပတ်သက် လို့ သူစိတ်ပျက်လက်ပျက်ဖြစ်နေတာတွေ ကျွန်မကိုပြောပြတိုင်ပင်ခဲ့ တယ်။ သူ့သမီးကို သူလုပ်စေချင်တာတွေ ဘယ်အချိန်မှာ ဘာတွေလုပ် ဖို့ ခိုင်းခိုင်းပြောမရဘူးဖြစ်နေတယ်တဲ့။ သူ့ရဲ့အခက်အခဲကို ကျွန်မသိတဲ့ အကြောင်းနဲ့ ဒီကိစ္စတစ်ပတ်ကျော်လောက်တော့ စောင့်ကြည့်ပြီး ခပ်နက် နက်ပြန်တွေးကြည့်ရဦးမယ်လို့ ပြောလိုက်ပါတယ်။

လူစုံတက်စုံစုဝေးမိတာနဲ့ ကျောက်သင်ပုန်းမှာ ခေါင်းစဉ်တစ်ခုကို ခုအပတ်အတွက် ဆွေးနွေးမယ့်ခေါင်းစဉ်အဖြစ် ချရေးလိုက်တယ်။

ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု ချိတ်ဆက်ရေးအတွက် ကျွမ်းကျင်မှုများ

“ကဲ-အခုစရအောင်” လို့ ကျွန်မ ဆွေးနွေးပွဲကို စတင်လိုက်တယ်။ “ကျွန်မတို့ရဲ့အချိန်တွေ အများစုကို “သေချာအောင်လုပ်နေ” ရတာတွေနဲ့ပဲ ကုန်ခဲ့ရတယ်။ သူတို့လေးတွေ လက်မှစင်အောင်ဆေးရဲ့လား။ သွား မှန်မှန် ကောတိုက်ဖြစ်ရဲ့လားစသဖြင့် အရာရာသေချာအောင် စစ်ရတယ်။ သူတို့ လမ်းပေါ်လျှောက်နေဦးမယ်။ စားပွဲပေါ်ခုန်တက်နေဦးမယ်” နဲ့စုံလို့ပါပဲ။

အသက်ကြီးလာလို့ ဆယ်ကျော်သက်အရွယ်ရောက်ပြန်တော့

လည်း ကျောင်းစာတွေ လိုက်နိုင်ရဲ့လား၊ သူတို့ဝေယျာဝစ္စတွေနိုင်ရဲ့လား၊ ရေမှန်မှန်ချိုးရဲ့လား၊ အိပ်ရာဝင်အိပ်ရာထ မှန်မှန်ရဲ့လား နဲ့စုံလို့။

“နေအိမ်တစ်အိမ်စီက ခြားနားကြတယ်။ မိဘတစ်ဦးစီကလည်း ခြားနားကြတယ်။ ဆယ်ကျော်သက်တစ်ဦးစီတိုင်းလည်း ခြားနားကြတယ်။ သင့်ဆယ်ကျော်သက်တွေ လုပ်သင့်တာနဲ့ မလုပ်သင့်တာတွေ သေချာအောင် ရွေးချယ်တတ်ရမယ်။ လူတွေတစ်အောင့်လောက်တွေ ဝေနေပြီး၊ သူတို့ ပူပန်ရတာတွေ တန်းစီပြုပြီးပြောချင်ပါတော့တယ်။

“နိုးစက်ထမြည်နေပြီးမှ ပြန်နှပ်နေပြန်ပြီလား”

“မနက်စာ စားမသွားဘူးနဲ့တူရဲ့”

“အကျီတစ်ထည်တည်း သုံးရက်ဆက်တိုက်ဝတ်နေပြန်ပြီ”

“စောစောစီးစီး ညီအစ်မအချင်းချင်း ရန်ဖြစ်နေပြန်ပြီ”

“ညနေခင်းဘက်ကော ဘာကိစ္စများရှိသလဲ” လို့ ကျွန်မက ထောက်လိုက်တယ်။

“အိမ်စာတွေစလုပ်လေ”

“သရေစာတွေ တစွတ်စွတ်စားနေပြန်ပြီလား”

“အမေအိမ်မှာမရှိတုန်း ကောင်လေးတွေ အိမ်ခေါ်ပြီး ရှုပ်ရှုပ်ယှက်ယှက်မလုပ်နဲ့နော်”

“လူကြီးတွေကို မပြောဘဲ၊ အပြင်ထွက်တာတွေ မလုပ်နဲ့နော်”

“ညဘက်ရောက်ပြန်တော့” ကျွန်မက ဝင်ထောက်လိုက်ပြန်တယ်။

“စာကျက်ရင်း ခုံပေါ်အိပ်ငိုက်နေပြန်ပြီ”

“ဖုန်းပြောနေတာက တစ်ညလုံးပဲလား။ အိမ်စာပြီးအောင်လုပ်လေ”

“ညဘက်ကို ရေပူရေနွေးတွေ သိပ်မသုံးနဲ့လေ”

“ညနက်တဲ့အထိ မနေနဲ့။ မနက်အိပ်ရာထနောက်ကျနေမယ်”

“အမယ်လေး နားထောင်ရုံနဲ့ပဲ မောပါဘိသနဲ့” ‘လော်ရာ’ ကထ

မှတ်ချက်ချတယ်။ “ဂေး” ကလည်း “အိမ်ကကောင်လေးဆိုရင်လည်း ဘာလုပ်ရမယ် ဘာမလုပ်ရဘူးနဲ့ အမျိုးမျိုးတွန်းပေး-တိုက်ပေးနေရတာ ချည်းပါပဲ။

“မိုက်ကယ်” က “ဪ-ကျွန်တော်တို့က တာဝန်ရှိတဲ့မိဘတွေ ဖြစ်နေတာကိုး၊ အစစအရာရာလိုက်ပြောနေရမှာပါပဲ” လို့ ပြောတယ်။

အုပ်စုထဲမှ အသိအမှတ်ပြုသံများ ပွစိပွစိပေါ်လာပြန်တယ်။

ကျွန်မက ဝင်ပြောလိုက်ပြန်ပါတယ်။

“ဆယ်ကျော်သက်တွေနဲ့ ပတ်သက်လာရင် တစ်ခါတစ်ခါ အရိုး ရှင်းနဲ့ ကျိုးကြောင်းအဆီလျော်ဆုံး မေတ္တာရပ်ခံချက်တောင်၊ တိုတိုတုတ် တုတ် စောဒကတက်ချက်၊ ဒါမှမဟုတ် ရှည်လျားတဲ့တိုက်ပွဲတစ်ပွဲကို ခလုတ်နှိပ်ပေးနိုင်သေးတယ်။ ကျွန်မတို့ကလေးတွေရဲ့ ရှုထောင့်က ပိုကောင်းကောင်းနားလည်သဘောပေါက်ချင်ရင်၊ ကျွန်မတို့ကိုယ် ကျွန်မ တို့ သူတို့ဖိနပ်စီးပြီး သူတို့ကိုယ်စားရပ်တည်ပေးနိုင်ရမယ်။ သူတို့ကို ကျွန်မတို့လုပ်စေချင်တာတွေ ဆယ်ကျော်သက်တွေ လိုက်လုပ်နေကျဖြစ် စေမယ့် စံပုံစံနည်းလမ်းအချို့ကို ကျွန်မတို့ဘယ်လိုတုံ့ပြန်မလဲဆိုတာ ကြည့်ကြရအောင်။ ကျွန်မကရှင်တို့ရဲ့ မိဘနေရာမှာ ရှိတယ်ဆိုပါစို့။ ရှင်တို့က ဆယ်ကျော်သက်နားရွက်တွေနဲ့ ကျွန်မပြောတာတွေ နားထောင် နေမယ်။ သင်တို့ရဲ့လတ်တလော၊ ဆင်ဆာမဲ့တုံ့ပြန်ချက်တွေကို တစ်ဆိတ် ဆင့်ခေါ်ကြည့်ကြမယ်။

ဟောဒီမှာ ချဉ်းကပ်ချက်အမျိုးမျိုး (ထိပ်စည်းခေါင်းစဉ်များ) နဲ့ မိဘဖြစ်သူ ကျွန်မက ဖော်ပြချက်များချပြောမယ်။ ကလေးတွေ ဘယ်လို ပြောကြမလဲ ကြည့်ပါ။

၁။ အပြစ်ဖို့ခြင်းနဲ့ စွပ်စွဲခြင်းများ။ “မင်းလုပ်ပြန်ပြီလား ပန်းကန် ပေါ်ဆီတွေ ပေကျံကုန်ပြီ။ မီး

ဖိုခလုတ်အစွမ်းကုန်ဖွင့်ပြီး  
အခန်းထဲက ထွက်သွားပြန်ပြီ။  
မင်းဘာတွေဖြစ်နေပြီလဲ။ “မင်း  
ကြောင့် မီးတော့ စလောင်တော့  
မှာပဲ”

“ကျွန်တော့်ကို အော်မနေနဲ့တော့လေ”

“သိပ်ကြာကြာထွက်သွားမှာမှ မဟုတ်ဘဲ”

“ကျွန်တော် ရေချိုးခန်းထဲဝင်တော့မယ်”

၂။ နာမည်ခေါင်းစဉ်တပ်ခြင်း။ “မင်းရဲ့စက်ဘီးအသစ်စက်စက်  
ကြီးကို သော့ခတ်ဖို့ ဘာကြောင့်  
မင်းမေ့နိုင်ရတာလဲ။ သိပ်မိုက်မဲ  
ရာကျတာတော့ ရှင်းနေပြီ။ အခိုး  
ခံရရင် အံ့ဩစရာ မဟုတ်တော့  
ဘူး။ မင်း ဒီလောက်ပဲ တာဝန်မဲ့  
တာ၊ ငါတော့ မယုံနိုင်အောင်ပဲ”

“ကျွန်တော် မိုက်မဲပါတယ်”

“ကျွန်တော် တာဝန်မဲ့ပါတယ်”

“ကျွန်တော် ဘယ်တော့မှမှန်တာမလုပ်ဘူး”

၃။ ခြိမ်းခြောက်ခြင်းများ။ “မင်းရဲ့လုပ်မြဲဝေယျာဝစ္စလုပ်ဖို့ အရေး  
ကြီးတယ်လို့ ငါမထင်ရင် မင်းလုပ်ခေး  
ဖို့လည်း အရေးကြီးတယ် ငါ မထင်ဘူး”

“ခွေးမကြီး”

“ခင်ဗျားကို ကျုပ် မုန်းတယ်”

“ဒီအိမ်ထဲက ထွက်သွားရမယ်ဆိုရင် ကျုပ်ပျော်မှာပဲ”