

စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာအခြေပြု
ကလေးငယ်များပြုစုပျိုးထောင်ခြင်း
အထူးအဆများ

ဖွံ့ဖြိုးစအရွယ် သားငယ်သမီးငယ် ညှိဖော်သိမ်း





allowance.com



NY10001
700.00 KS

ဖွံ့ဖြိုးစေအတွက် သားငယ် သမီးငယ်

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ် - ၄၀၀၆၂၅၀၆၀၉ နှင့်

မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ် - ၄၀၀၀၂၄၀၁၁၀ တို့ဖြင့်

မျက်နှာဖုံးဒီဇိုင်းကို **m.s.o** ပြုလုပ်ပြီး ထုတ်ဝေသူ - ဦးစန်းဦး၊ စိတ်ကူးချိုချိုစာအုပ်တိုက်၊ ၈၅၊ ၁၆၄ လမ်း၊ တာမွေ၊ ရန်ကုန်နှင့် ပုံနှိပ်သူ- ဒေါ်ဝင်းမာ၊ စိတ်ကူးချိုချိုပုံနှိပ်တိုက်၊ ရန်ကုန်တို့က ပထမအကြိမ် စောင်ရေ - ၅၀၀ ရိုက်နှိပ်ကာ ၂၀၁၀ ပြည့်နှစ်၊ မတ်လတွင် တန်ဖိုး ၇၀၀ ကျပ်ဖြင့် ဖြန့်ချိသည်။

စာအုပ်ချုပ် - သစ္စာ

၁၅၅၀၅

ညီမော်သိမ်း

ဖွံ့ဖြိုးစေအတွက် သားငယ် သမီးငယ် / ညီမော်သိမ်း ။ - ရန်ကုန်။

စိတ်ကူးချိုချိုစာပေ ၂၀၁၀။

စာမျက်နှာ ၇၇ မျက်နှာ၊ ၁၂.၅ စင်တီ* ၁၇.၅ စင်တီ

(၁) ဖွံ့ဖြိုးစေအတွက် သားငယ် သမီးငယ်

မာတိကာ

သားသို့ . . . သီချင်း	၁
ဘဝအစ	၅
နိုးတစ်ဝက်ညများ	၈
နားအေးပါးအေး	၉
ကစားဖော်	၁၁
ရေချိုးပေးမယ် မငိုနဲ့ကွယ်	၁၃
မျက်ရည်	၁၅
အာသာဆန္ဒ	၁၈
အရိပ်တကြည့်ကြည့်	၂၁
မမြောက်ပါနဲ့	၂၃
မတော်တဆ	၂၄
ကစားခန်း	၂၆
ကစားစရာ	၂၇
အဝတ်အထည်	၂၉
အနားယူခြင်း	၃၁

ရှိလေ့ရှိထသဘာဝ	၃၃
ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်အားကိုးစိတ်	၃၅
ယဉ်ယဉ်ကျေးကျေး	၃၇
သက်ကြီးစကား	၄၀
ကြင်နာခြင်း	၄၂
လက်ဆောင်	၄၄
အတွင်းစိတ်	၄၅
အင်္ဂလန်ကအန်ထော်နီ	၄၇
အမြင်သစ်	၅၁
စိတ္တဇမဲ့နေထိုင်ခြင်း	၅၃
အမျိုး၊ ဘာသာ၊ သာသနာ	၅၄
၁၂ နှစ်က . . . ၁၈ နှစ်	၅၅
ပြင်ပနေ့ညများရဲ့အတိုင်းအတာ	၅၈
စိတ်နဲ့ကစားခြင်း	၅၉
ညီအစ်မနှစ်ယောက်	၆၁
တိမ်လွှာပြတိုင်း	၇၀
အမေးအဖြေများ	၇၂



မာတိကာ

သားသို့ . . . သီချင်း	၁
ဘဝအစ	၅
နိုးတစ်ဝက်ညများ	၈
နားအေးပါးအေး	၉
ကစားဖော်	၁၁
ရေချိုးပေးမယ် မငိုနဲ့ကွယ်	၁၃
မျက်ရည်	၁၅
အာသာဆန္ဒ	၁၈
အရိပ်တကြည့်ကြည့်	၂၁
မမြောက်ပါနဲ့	၂၃
မတော်တဆ	၂၄
ကစားခန်း	၂၆
ကစားစရာ	၂၇
အဝတ်အထည်	၂၉
အနားယူခြင်း	၃၁

သားတို့ကလေးသူငယ်ဘဝတုန်းက မိဘတွေဟာ ဘယ်လို ပြုစုစောင့်ရှောက်ပျိုးထောင်သင့်သလဲဆိုတဲ့ အတွေးမျိုးကို ပေးတဲ့ စာအုပ်လေးဖြစ်တယ်။ သူ့စာအုပ်လေးဖတ်မှ ဖေဖေ တို့မိဘတွေ မသိကျိုးကျွန်ဖြစ်ခဲ့တဲ့လပ်ဟာချက်တွေကို သတိချပ်မိတော့တယ်။ မိဘတိုင်း ဖတ်သင့်တဲ့စာအုပ်လေး တစ်အုပ်ပဲပေါ့။ ဒါနဲ့ ဒီစာအုပ်လေးကိုဖတ်ရသမျှ ဖေဖေ ခံစားရသလို ချရေးလိုက်မိတယ်။ သားလည်းဖတ်ကြည့်ပေါ့။ မိဘတွေရဲ့ဘဝဆိုတာ သားသမီးတွေငယ်စဉ်က သားချော့ သီချင်းလေးတွေဆိုပြီး အိပ်မောကျအောင် တယုတယသိပ်ခဲ့ ကြရဖူးတယ်။ သားသမီးတွေ တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် အရွယ် ပြောင်းလဲသွားတဲ့အထိ ရင်ထဲမှာ မေတ္တာ စေတနာ မုဒိတာ ကရုဏာတေးသီချင်းလေးတွေကို အသံမထွက်ဘဲ တသိမ့် သိမ့် သီဆိုနေမိတတ်ကြတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီစာအုပ်လေးရဲ့ နာမည်ကို “သားသို့သီချင်း” လို့တောင် ဖေဖေအတွေးကလေး က ပေးချင်မိတယ်။

ဒီစာအုပ်အပေါ်မှာ ဖေဖေစိတ်လှုပ်ရှားခဲ့ရစေတဲ့ ကဗျာဆရာဝီလျံဘလိတ်ရဲ့ကဗျာတစ်ပုဒ်ကလည်း စာအုပ် ထဲမှာပါခဲ့တယ်။

မေမေက ညည်းတွားလို့
ဖေဖေလည်း ငိုရှိုက်လို့
သူတို့ကြားထဲမှာ

ကျွန်တော်ဟာ လောကကို
 စမြင်လိုက်ရတော့တယ် ... ။ တဲ့
 ကဗျာရဲ့ခေါင်းစီးက ... “ရင်သွေး” တဲ့။
 ဝီလျံဘလိတ်ဆိုတာက အင်္ဂလန်ရဲ့ကဗျာသမိုင်းထဲမှာရှိခဲ့တဲ့
 ကဗျာချစ်သူဖွဲ့သူတစ်ယောက်ပေါ့။ သူ့ကဗျာတွေကို ...
 ကမ္ဘာစာပေထဲမှာလည်း တွေ့ကြရတယ်။ စာအုပ်ရေးတဲ့ဆရာ
 မလေးကက်သံရင်းဘေရွန်က ... ဝီလျံဘလိတ်ရဲ့ကဗျာတွေ
 ကို မြတ်နိုးတတ်ပုံရတယ်။ ဒါကြောင့်လည်း သူ့စာအုပ်ထဲမှာ
 ဒီကဗျာလေးကို ဖော်ပြခဲ့တာထင်ပါရဲ့။ ဖေဖေတို့ ငယ်စဉ်
 ကျောင်းသားဘဝက၊ ကျောင်းနံရံကပ်စာစောင်တစ်ခုမှာ
 ဝီလျံဘလိတ်ရဲ့ကဗျာလေးတစ်ပုဒ်ကို ဖေဖေကိုယ်တိုင်ပဲ
 ဘာသာပြန်ပြီး သရုပ်ဖော်ပန်းချီလည်းရေးခဲ့ဖူးတယ်။

ဘဝထဲမှာ သူရောက်လာတယ်
 သူ နားမလည်နိုင်တဲ့စိတ်နဲ့
 တိတ်တိတ်ညင်သာ ထွက်ခွာသွားတယ်
 သူနားလည်တဲ့အခါ
 ဘဝဟာ ပြန်ရှိမယ်။
 သူနားမလည်နိုင်တဲ့စိတ်နဲ့
 ကိုယ့်ရဲ့ဘဝကိုယူသွားတယ်။
 ပစ်ထားရစ်ခဲ့တယ်။
 စကားလုံးတွေကို တံတိုင်းမကာပါနဲ့။

နားလည်တတ်တာလေးနဲ့

ပြန်လာခဲ့ပါ။ ။

ဖေဖေကတော့ ကဗျာရဲ့ ခေါင်းစီးကို “တံတိုင်း” လို့ပဲပေးခဲ့ဖူးတယ်။ အဲဒါကတော့ အချစ်ကဗျာဖြစ်လိမ့်မယ်ထင်ပါရဲ့။ အခု ဖေဖေ ဒီစာအုပ်လေးကိုဖတ်ပြီးရေးနေတော့လည်း ဝီလျံဘလိတ်ရဲ့ကဗျာနဲ့ ပြန်ဆုံစည်းရတယ်။ အခုပြန်ဆုံစည်းရတာကတော့ ကလေးကဗျာလေးနဲ့ပေါ့။ သံသရာလည်ပတ်မှုတစ်ခုပေါ့။ ဖေဖေကတော့ ဒီညမှာပဲ ... ဒီစာအုပ်လေးအကြောင်း စရေးလိုက်တော့မယ်။ သားဖတ်ကြည့်ပေါ့။ ။



ဘဝအစ

သားရေ ... ကလေးတွေရဲ့ဘဝအစကတော့ အငိုနဲ့ စခဲ့ရတာပါပဲ။ ဒါဟာ ကမ္ဘာဖြစ်စဉ်ကြီးပဲပေါ့။ ကလေးငယ် ဟာ အမိဝမ်းတွင်းက မွေးဖွားသန့်စင်လာတဲ့အခါမှာ သူဟာ စကြဝဠာရဲ့အေးမြမှုနဲ့ သဟဇာတမျှမှုကို လိုလားတောင့်တ ခဲ့ပေလိမ့်မယ်။ ပြီးတော့ သူဟာ မေတ္တာတရားတွေအသချေ နဲ့ ဘဝအတွက် လုံခြုံစိတ်ချရမှု၊ အာဟာရပြည့်စုံမှုကိုလည်း လိုလားတောင့်တခဲ့ပေလိမ့်မယ်။ မိခင်ရဲ့သဘာဝနှလုံးသား က စိမ့်ယိုစီးဆင်းလာတဲ့ နို့ချိုရည်ကိုသာ မက်မောတောင့် တမိပေလိမ့်မယ်။ နို့မှုန့်နဲ့ တခြားအာဟာရတွေကိုတော့ သူ ဟာ မလွဲသာမရှောင်သာမှသာ ကျေနပ်နှစ်သိမ့်မိရှာပေလိမ့် မယ်။ ဒီအတွက်လည်း မိခင်တိုင်းဟာ ဖြည့်ဆည်းသင့်ကြ တယ်။ ပူလောင်စပ်ခါးဟင်းလျာများကို အာသာဆန္ဒရှိကြပေ

မဲ့ ကိုယ့်ရင်သွေးလေးရဲ့ ကျန်းမာရေးအတွက် ရှောင်ရှား စားသောက်သင့်ကြတယ်။ မိခင်တိုင်းဟာ မိခင်ပီသစွာနဲ့ ကလေးကို အနှီးနဲ့ထွေးပိုက်ယုယတာကအစ၊ ချိပိုးသယ်ဆောင်တာအဆုံး စနစ်တကျရှိဖို့လိုပါတယ်။

သားရေ ... ကက်သရင်းဘေရွန်ရဲ့ စာအုပ်အဆိုအရ ပြည်ပနိုင်ငံတချို့မှာ ရင်သွေးမွေးဖွားခါစ မိခင်များအတွက် မိမိရင်သွေးငယ်ကို ဘယ်လိုစောင့်ရှောက်ထွေးပွေ့ရမယ်ဆိုတဲ့ သင်တန်းကျောင်းကလေးတွေတောင် ဖွင့်လှစ်ထားရှိပေးနေတယ်လို့ဆိုပါတယ်။ ဟုတ်တယ်သား။ စနစ်ကျမှ ချစ်ကြတယ်ဆိုတာ ချစ်ရကျိုးနပ်ကြပေမပေါ့။

မိခင်ဟာ သားငယ်သမီးငယ်ကို အချိန်မှန်နို့ချိုတိုက်ကျွေးသင့်တယ်။ ကလေးဆိုတာတော့ မကြာခဏငိုကြမှာပဲတဲ့။ ဒါပေမဲ့ ရင်ပြည့်ရင်ကယ်ဝေဒနာမဖြစ်ဖို့အတွက် သတ်မှတ်ချက်အချိန်ကျမှသာ နို့ချိုတိုက်ကျွေးသင့်တယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ ဥပမာ၊ နာရီဝက်တစ်ကြိမ်ပေါ့။ ကလေးကို အခုလို အချိန်ဇယားနဲ့ စနစ်တကျအာဟာရဖြည့်တင်းပေးသွားမယ်ဆိုရင် ကလေးတိုင်းဟာ နောက်တစ်ခါနို့မစို့ခင်စပ်ကြားမှာ ကောင်းမွန်နှစ်ချိုက်စွာ အိပ်ပျော်နေကြလိမ့်မယ်လို့ဆိုပါတယ်။ အစာခြေဖျက်ခြင်းကိုလည်း ကလေးရဲ့ ရင်ထဲက အစာအိမ်က ကောင်းမွန်စွာအလုပ်လုပ်လိမ့်မယ်လို့ဆိုပါတယ်။ များသောအားဖြင့်တော့၊ ကလေးငယ်များရဲ့ ကျန်းမာ

ရေးအတွက် မွေးကင်းစအရွယ်မှာ မိခင်က နို့ထွက်ကောင်းရင် မနက် ၆ နာရီတစ်ကြိမ်၊ မနက် ၁၀ နာရီတစ်ကြိမ်၊ မွန်းလွဲ ၂ နာရီ၊ ညနေ ၆ နာရီနဲ့ ည ၁၀ နာရီခြားပြီး နို့တိုက်ရမယ်လို့ဆိုပါတယ်။ မိခင်ရဲ့နို့ချိုရည်မဟုတ်ဘဲ နို့ဘူးဖျော်တိုက်တဲ့ကလေးများဆိုရင်လည်း၊ စောစောကပြောတဲ့အချိန်ဇယားအတိုင်း တိုက်သင့်တယ်လို့ဆိုပါတယ်။ သိပ်ပြီး သေးကွေးနုနယ်လွန်းလှတဲ့ မွေးခါစကလေးလေးတွေဟာ ညဘက်မှာနိုးတတ်ကြတော့၊ ညသန်းခေါင်ပိုင်းမှာ ကလေးကို တစ်ကြိမ်လောက်တော့ နို့တိုက်နိုင်ပါတယ်တဲ့။ ဒါကလည်း ကလေးက ငိုယိုမှုရှိလာခဲ့ရင်ပါ။



နိုးတစ်ဝက်ညများ

သားရေ ...

အမိဝမ်းကမွေးဖွားစ ကလေးငယ်တွေဟာ မွေးဖွားပြီး (၃)ပတ်နဲ့ (၄)ပတ်အတွင်းမှာတော့ ညဘက်မှာ မကြာခဏအိပ်ရာကနိုးတတ်ကြပါသတဲ့။ ညဘက်နိုးထချိန်မှာ အနီးလေးတွေ သေးစိုနေလားလို့ မိခင်က သတိထားရမယ်။ လဲလှယ်ပေးရမယ်။ အေးတဲ့ရာသီဆိုရင် ရေနွေးဝတ်ကလေးနဲ့ ကလေးရဲ့ခန္ဓာကိုယ်အောက်ပိုင်းကို သန့်ရှင်းရေးလုပ်ပေးသင့်တယ်တဲ့။ ကလေးငိုပြီး ညဘက်မှာ ခဏနိုးတတ်ကြတဲ့ မွေးဖွားပြီးစ ပထမပတ် ဒုတိယပတ်တွေမှာပဲ ညပိုင်းနို့ချိုရည်ကို တစ်ကြိမ်လောက်တိုက်ကျွေးသင့်တယ်လို့ဆိုပါတယ်။



နားအေးပါးအေး

ကလေးငယ်တို့ရဲ့ သဘာဝကတော့ တိတ်ဆိတ်ခြင်း၊
 ငြိမ်းချမ်းခြင်းကို အထူးလိုလားတောင့်တတတ်ကြပါသတဲ့။
 ကလေးတွေဟာ သူတို့နီးထပ်ပြီး မျက်လုံးလေးပေကလပ် ပေ
 ကလပ်နဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်ရဲ့ အရောင်တွေ၊ အရုပ်တွေရဲ့ လှုပ်ရှား
 မှုကို မှတ်သားနေတတ်ကြပါသတဲ့။ ကလေးတွေရဲ့ အနီးစိုပြီး
 မွေ့ယာကိုပါစိုမှာစိုးလို့ တချို့လူကြီးတွေက ကလေးများရဲ့
 ကျောအောက်မှာ ပလပ်စတစ်အခင်းလိုမျိုးကြီး ခင်းပေးတာ
 ဟာ မှားပါသတဲ့။ ကလေးရဲ့ ကိုယ်ငွေ့နဲ့ အခင်းရဲ့ ဓာတုဓာတ်
 သဘောကြောင့် ကျောပြင်အသားနုနုလေးတွေမှာ အပူ
 လောင်ခြင်းကို ဖြစ်စေတတ်ပါသတဲ့။ မထိုင်နိုင်၊ မတ်တပ်
 မရပ်နိုင်သေးတဲ့ကလေးတွေဟာ သူတို့ရဲ့ ပင်ကိုယ် သဘာဝ
 ကိုက ငြိမ်သက်တိတ်ဆိတ်စွာ လဲလျောင်းမှေးစက်နေရခြင်း

ကို လိုလိုလားလားရှိတတ်ကြပါသတဲ့။ ပြီးတော့ သူတို့ဟာ နေရောင်ခြည်နည်းနည်းနဲ့ ညအခါဆို ငွေလရောင်ကို ပြတင်းကတစ်ဆင့် မျှော်လင့်ကြိုဆိုနှစ်သက်တတ်ပါသတဲ့။ နေခြည်ဖြာစ နံနက်ခင်းတွေမှာ သူတို့ကိုထွေးပွေ့ပြီး ခြံဝင်းထဲမှာ မိခင်ဖြစ်သူက လမ်းလျှောက်နေသင့်တယ်တဲ့။



ကစားဖော်

ကလေးတွေရဲ့ပထမကစားဖော်ဟာ သူတို့စို့နေကြတဲ့ နို့ဘူးလေးတွေရဲ့နွေးထွေးတဲ့ နို့သီးခေါင်းလေးတွေဖြစ်တယ်လို့ဆိုပါတယ်။ သူတို့ဟာ သူတို့ရဲ့လက်ဖဝါးနုနုလေးတွေနဲ့ နို့ဘူးလေးကိုဆုပ်ကိုင်ရင်း ပုခက်ထဲမှာဖြစ်ဖြစ် မိခင်က နွေးထွေးစွာခင်းကျင်းသိပ်ထားတဲ့အိပ်ရာခင်းမှာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ချစ်စဖွယ် ခြေကားယား လက်ကားယားနဲ့ ဆော့ကစားနေတတ်ကြတယ်။ သူတို့က သူတို့ကိုထွေးရစ်ထားတဲ့အနီးကို လည်း လွတ်လပ်မှုကိုလိုလားတဲ့သဘာဝနဲ့ ကန်ကျောက် တွန်းဖယ်ပစ်တတ်ကြသေးတယ်။ သားတို့ငယ်ငယ်တုန်းကလည်း ဒီလိုပဲပေါ့။ ဖေဖေတို့က အနီးတွေနဲ့ထွေးထားလိုက်ခဏနေသွားကြည့်ရင် သားရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်မှာ အနီးကမရှိပြန်ဘူး။ ဘေးကို ဖရိုဖရဲနဲ့ကျနေပြန်ရော။ တစ်ခါတစ်ခါကျ

တော့ စကားမပြောတတ်သေးတဲ့ရင်သွေးငယ်လေးရဲ့ ကစား
 ဖော်ဟာ မိခင်ကိုယ်တိုင်ပဲဖြစ်ပါသတဲ့။ ကလေးရဲ့ခြေဖမိုး
 လေးတွေကို ဆုပ်နယ်ပေးနေတဲ့မိခင်ရဲ့မျက်နှာကို ကလေး
 က မှတ်သားရင်း ပျော်ရွှင်မြူးတူးနေတတ်တယ်တဲ့။ ကလေး
 ကို မှက်၊ ခြင်၊ ယင် မသန်းရအောင်တော့ အသက်ရှူမကျပ်
 နိုင်တဲ့ခြင်ထောင်အသေးစားလေးနဲ့ သန့်သန့်ရှင်းရှင်း ထားရ
 မတဲ့။



ရေချိုးပေးမယ် မငိုနဲ့ကွယ်

သားရေ ...

ခန္ဓာကိုယ်မှာ ချွေးပေါက်လေးတွေရှိတဲ့ ရင်သွေးငယ်
 တို့ရဲ့ခန္ဓာကိုယ်အနံ့ သန့်စင်ပေးရမှာက မိခင်တိုင်းရဲ့ဝတ္တရား
 ပါပဲ။ ရာသီဥတုအေးတဲ့အခါ၊ သန့်ရှင်းတဲ့ရေလုံတစ်ခုထဲ
 မှာ ရေနွေးနဲ့ ရေအေးကိုရောစပ်ပြီး ဆပ်ပြာမွှေးနဲ့ ရေချိုးပေး
 ရမယ်။ ပြီးရင် အမြန်ဆုံး သန့်ရှင်းခြောက်သွေ့တဲ့မျက်နှာ
 သုတ်ပဝါနဲ့ ထွေးပွေ့ရမယ်။ ကလေးရဲ့ခန္ဓာကိုယ်ကို ကိုယ်
 လိမ်းပေါင်ဒါအနုစားမွှေးမွှေးလေးလိမ်းပေးရမယ်။ ရေချိုး
 ပေးနေတုန်းမှာ ကလေးရဲ့နှာခေါင်း၊ ပါးစပ်စတဲ့အသက်ရှူ
 ပေါက်တွေကို မပိတ်မိစေဖို့ အရေးကြီးတယ်။ နားရွက်လေး
 တွေထဲကိုလည်း ဆပ်ပြာနဲ့ ရေမဝင်စေဖို့အရေးကြီးတယ်။
 မိခင်က ကလေးရဲ့ခန္ဓာကိုယ်အနံ့က ချေးညှော်တွေကို နူးညံ့

တဲ့ဝါဂွမ်းစနဲ့ သုတ်သင်ဖယ်ရှားပေးရမယ်။ ပူနွေးတဲ့ရာသီမှာ
 တော့ ရေအေးအေးလေးချိုးပေးသင့်တယ်။ ကလေးကတော့
 ရေလုံထဲမှာ ရေနဲ့စထိ၊ထိချင်း ငိုမှာပါပဲ။ ငိုမှာစိုးရိမ်ပြီး ရေ
 မချိုးပေးရင် နောင်တာအရှည်မှာ ကလေးဟာ “ရေကြောက်
 တတ်တဲ့”စိတ် ရှိသွားတတ်ပါသတဲ့။ အဲဒီစိတ်မဖြစ်ပေါ်လာ
 ဖို့အတွက် ရေချိုးတဲ့အလေ့အကျင့်ကို ရာသီဥတုအခြေအနေ
 အရ ဆောင်ရွက်ပေးကြရပေလိမ့်မယ်။ ။



မျက်ရည်

စူးစူးဝါးဝါးပါလားကလေးရယ် ...

မင်းရင်ထဲကို အေးမြစေချင်တယ်

ဒါပေမဲ့ ခက်နေကြသလိုလို ...

မင်းရဲ့မေမေက ဘာလုပ်ရမှန်းမသိသေးသလိုလို ...

ကလေးကတော့ ငိုတတ်ခဲ့ပြီ

စာအုပ်ထဲက ကဗျာဆရာဝီလျံဘလိတ်ရဲ့ကဗျာလေးကို ဖေဖေဒီလိုပဲနားလည်နိုင်ခဲ့တယ်။ စာရေးဆရာမ ကက်သရင်းဘောရွန်ရဲ့အဆိုအရတော့ စကားမပြောတတ်သေးတဲ့ အရွယ်မှာ ငိုရတာကလေးရဲ့ဖွင့်ဟမပြောနိုင်တဲ့ရင်တွင်းလျှို့ဝှက်ချက်တွေပဲတဲ့။ နို့ဆာလို့ငိုရရှာတာလား။ ဒါမှမဟုတ်၊ အိပ်ယာထိုင်ခင်းမသန်ရှင်းလို့ ရုတ်တရက်မျက်စိနဲ့ မမြင်စွမ်းသာတဲ့ပိုးမွှားအငယ်စားလေးတွေရဲ့ ကိုက်ခဲခြင်းကိုခံရ

လို့လား။ သိပ်ငိုနေတဲ့ကလေးကို ညင်သာစွာ မချီလိုက်ပါ။
 သူ့ရဲ့ကျောပြင်လေးကို ယုယုယယနဲ့ပွတ်သပ်ပေးပါ။ သူ့
 အတွက် ရေကျက်အေးလေးကို ဇွန်းသေးသေးတစ်ဇွန်းစာ
 လောက်တိုက်လိုက်ပါ။ ကလေးဟာ ဆီးသွားနည်းပြီး၊ ဝမ်း
 မမှန်ဘူးဆိုတာ သတိပြုမိရင်လည်း နီးစပ်ရာကလေးအထူး
 ကုသမားတော်တစ်ဦးဦးကို ပြသတိုင်ပင်ဆွေးနွေးပါလို့ဆို
 ပါတယ်။ ကလေးရဲ့အိပ်ရာခင်းလေးကို မကြာခဏလျှော်ဖွပ်
 လဲလှယ်ပေးရမယ်။ ပူနွေးတဲ့နေရောင်ခြည်ရဖို့ အနီးလေးတွေ
 ကအစ၊ မကြာခဏထုတ်လှန်းပေးရမယ်။ နို့တိုက်ရတဲ့မိခင်
 ကတော့ တတ်နိုင်သမျှအစားရှောင်ရပေလိမ့်မယ်။ နို့ဘူး
 တိုက်ရင်လည်း နို့ထည့်မယ့်ဘူးနဲ့ နို့သီးခေါင်းကို ရေနွေး၊
 ဆပ်ပြာတွေနဲ့ တစ်ခါသုံးပြီးတိုင်းတစ်ခါ သန့်စင်ဆေးကြော
 ပစ်ရမယ်။ မိခင်ကလည်း ကိုယ်တိုင် ကလေးကိုနို့တိုက်တယ်
 ဆိုရင် ကိုယ့်ရဲ့ရင်သားတွေကို နို့တိုက်ခါနီးတိုင်း ရေနွေး
 ဝတ်၊ ဆပ်ပြာတို့နဲ့စင်ကြယ်အောင် သုတ်သင်ဆေးကြောပြီး
 မှ နို့ချိုတိုက်ကျွေးပါတဲ့။ သူတို့ဆီမှာ ကလေးကိုအငိုတိတ်
 အောင်ချောတဲ့နည်းတစ်ခုကတော့ ခြေခင်းလက်ခင်းသာယာ
 တဲ့အချိန်မျိုးမှာ ကလေးရဲ့ပုခက်တင်လက်တွန်းလှည်း
 ကလေးကို သစ်ရွက်သစ်ကိုင်းတွေလှုပ်ရှားယိမ်းနွဲ့နေတဲ့
 သစ်ပင်ကြီးတစ်ပင်ရဲ့အရိပ်မှာ သွားထားပေးလိုက်တာပါပဲ
 တဲ့။ ပုခက်တင်လက်တွန်းလှည်းလေးပေါ်မှာရှိတဲ့ကလေးက

ပက်လက်အနေအထားအရ သစ်ရွက်သစ်ကိုင်းတွေလှုပ်ရှား
 တာကိုမြင်ရတဲ့အခါ စိတ်အာရုံဝင်စားသွားပြီး အငိုတိတ်သွား
 သတဲ့။ ဒါမှမဟုတ်ရင်လည်း သူ့လက်ထဲမှာဆုပ်ကိုင်ထား
 လို့ရမယ့် ကစားစရာလေးတစ်ခုခု ပေးထားလိုက်ရမယ်။
 ကစားစရာဆိုတာကလည်း ကလေးအတွက်အန္တရာယ်မဖြစ်
 စေမယ့် ကစားစရာမျိုးဖြစ်ရမတဲ့။ ကလေးရဲ့သဘော
 သဘာဝမှာ ကစားစရာမဟုတ်တဲ့အရာဝတ္ထုများကိုလည်း
 ကစားစရာလို့ မှတ်ထင်တတ်ကြသတဲ့။ ထိုင်တတ်ခါစ
 လေးဘက်တွားတတ်ခါစ ကလေးတွေရဲ့အနားမှာတောင်မှ၊
 သူတို့ကိုအန္တရာယ်ဖြစ်စေနိုင်တဲ့ ပစ္စည်းအသေးအမွှားလေးက
 အစ ထားမပေးရဘူးတဲ့။ ဥပမာ - မီးခြစ်လိုမျိုးပေါ့၊ လူကြီး
 တွေက ချွန်မြပြီး လက်ကိုရှုနိုင်တဲ့အသုံးအဆောင်ပစ္စည်း
 တစ်မျိုးမျိုးကို မေ့လျော့လို့ ကြမ်းပြင်မှာချထားမိတာကို၊
 ကလေးက မကိုင်မိဖို့လိုပါတယ်တဲ့။



အာသာဆန္ဒ

ကလေးတချို့ဟာ လမ်းလျှောက်တတ်တဲ့အရွယ် ရောက်တဲ့အထိ မိခင်ရဲ့နို့ရည် ဒါမှမဟုတ် နို့ဘူးစို့ချင်တဲ့ အာသာဆန္ဒမကြေပျောက်တတ်ကြဘူးတဲ့။ တချို့ကလေးတွေကျတော့လည်း မိခင်က အလုပ်တာဝန်များပြားလို့ နို့ဖြတ်လိုက်တဲ့အခါ တခြားအစားအစာတွေကို စားလိုတဲ့ဆန္ဒ သိပ်မရှိချင်ကြဘူးတဲ့။ ဖေဖေတို့တိုင်းပြည်မှာတော့ မိခင်နို့စို့တဲ့ကလေးတွေကို နို့ဖြတ်ချင်တဲ့အခါ နို့သီးခေါင်းလေးကို ဆားခါးသုတ်ထားတတ်ကြတယ်။ ကလေးက နို့စို့တော့ မချိုဘဲခါးသက်တဲ့အရသာရှိသွားတဲ့အခါ နို့မစို့ချင်တော့အောင် လုပ်တဲ့နည်းတဲ့။ ဒါပေမဲ့ ကလေးတွေရဲ့သဘာဝကတော့ အရွယ်လေးရလာပြီဆိုတာနဲ့ ထမင်း၊ မုန့် စတဲ့အစားအစာတွေအပေါ်မှာ အာသာဆန္ဒပြောင်းလဲဖြစ်ပေါ်လာကြတာပါပဲ

တဲ့။ ဘယ်လိုပဲအစားအစာတွေကိုပြောင်းလဲကျွေးမွေးကြသည် ဖြစ်စေ၊ စနစ်တကျအချိန်မှန်ကျွေးမွေးတတ်ဖို့တော့ မိခင်တွေမှာ တာဝန်ရှိတယ်တဲ့။ ကလေးက ကော်ဖီသောက်ချင်တယ်လို့တောင်းဆိုတိုင်း၊ မုန့်စားချင်တယ်လို့ပူဆာတိုင်း စည်းကမ်းမဲ့မကျွေးရဘူးတဲ့။ နို့တိုက်တဲ့အရွယ်တုန်းက သူ့အချိန်နဲ့သူ နို့တိုက်ကြသလိုမျိုးပေါ့။ ဒါဟာလည်း အရွယ်တစ်စတစ်စကြီးလာကြတဲ့အထိ၊ ကလေးတိုင်းဟာ မုန့်ပဲသွားရေစာကို သူ့အချိန်နဲ့သူ စည်းစနစ်တကျစားတတ်ကြဖို့ အလေ့အကျင့်လုပ်ပေးလိုက်တဲ့သဘောပါပဲတဲ့။ ဆော့ကစားနေရင်းက ထမင်းစားချိန်ရောက်ရင် ထမင်းစားရမယ်ဆိုတဲ့ အသိမျိုးကလေးက ရင်ထဲမှာဖြစ်ပေါ်လာတတ်ဖို့ပါပဲ။ အစားအစာတွေ ဘယ်လိုပဲပြောင်းလဲကျွေးမွေး၊ ကျွေးမွေး၊ သူတို့စားတဲ့ပန်းကန်ခွက်ယောက်၊ လက်သုတ်ပဝါ၊ ဇွန်းကအစ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်မှုရှိဖို့တော့ မိခင်တွေက အမြဲတစေဂရုစိုက်ပေးနေရမယ်လို့ဆိုပါတယ်။ ကလေးရဲ့လက်သည်း ခြေသည်းလေးတွေကိုလည်း မိခင်တွေက အမြဲဂရုပြုသန့်စင်ညှပ်ပေးနေရမယ်။ လက်သည်းထဲမှာရှိတဲ့ ဖုံး၊ အညစ်အကြေးတွေက သူတို့စားတဲ့အစားအစာနဲ့ရောပြီး အစာအိမ်ထဲကို ရောက်သွားရင် ပိုးကောင် သန်ကောင်ဘဝနဲ့ ကလေးရဲ့ ကျန်းမာရေးကို ဒုက္ခပေးကြတာပါပဲတဲ့။ နောက်ပြီးတော့ အစားအစာစားသောက်တဲ့နေရာမှာ ပန်းကန်၊ ခွက်၊ ဇွန်း၊

ခက်ရင်းတွေကို ညင်သာသိမ်မွေ့စွာကိုင်တွယ်အသုံးချတတ်ဖို့၊ သပ်သပ်ရပ်ရပ် လူမြင်ကောင်းအောင် စားသောက်တတ်ဖို့လည်း မိဘတွေက သူတို့ရှေ့မှာစားသောက်ပြရင်း၊ သွယ်ဝိုက်တဲ့နည်းနဲ့ဖြစ်စေ၊ တိုက်ရိုက်သရုပ်ပြတာမျိုးဖြစ်စေ၊ ကလေးတွေနောင်အရှည်အကြာမှာ ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့လာအောင်၊ စည်းကမ်းရှိလာအောင် သန့်သန့်ရှင်းရှင်းနေတတ်၊ စားတတ်လာအောင် ပျိုးထောင်ပေးဖို့လိုပါသတဲ့။



အရိပ်တကြည့်ကြည့်

မိဘများဟာ၊ သားသမီးအပေါ်မှာ အရိပ်တကြည့်
 ကြည့်နဲ့ ချစ်တတ်ဖို့လိုပါတယ်တဲ့။ စာရေးဆရာမ ကက်သ
 ရင်းဘောရွန်ကတော့ သူ့ရဲ့ရင်သွေးငယ်လေးတွေ ဘယ်နေ့က
 သွားပေါက်တယ်၊ ဘယ်နေ့မှစပြီးလေးဘက်တွားတယ်၊
 ဘယ်နေ့ကစလို့ထိုင်တတ်တယ်၊ ဘယ်တုန်းကစပြီး မတ်
 တတ်စမ်းရပ်လို့ ဘယ်နေ့မှာစလမ်းလျှောက်တယ်ဆိုတာကို
 စနစ်တကျမှတ်စုမှတ်ထားပါသတဲ့။ ပြီးတော့ ကလေးရဲ့
 ကိုယ်အလေးချိန်တိုးတက်မှုကိုလည်း ပေါင်ချိန်စက်ကလေး
 နဲ့ တစ်လတစ်ကြိမ်ချိန်ပြီးမှတ်ထားပါသေးသတဲ့။ သွား
 ပေါက်စ ကလေးငယ်တွေကို မိခင်တိုင်းဟာ အချိန်ယူပြီး
 မကြာခဏ၊ သူတို့ရဲ့အာခံတွင်းကိုသန့်ရှင်းစင်ကြယ်မှုလုပ်
 ပေးသင့်တယ်တဲ့။ နားလည်တဲ့အရွယ်ရောက်တဲ့ကလေးကို