

# ဂျုလုံး

လင်မယားတွေ

အဆင်ပြေပြေ

ချစ်နည်း



## မိတ်ဆက်

ချစ်လို့၊ ကြိုက်လို့ပဲ ယူယူ၊ လူကြီးမိဘပေးစားလို့ ခေါင်းညိတ်လိုက်ရတာ ပဲဖြစ်ဖြစ် လင်ရယ်၊ မယားရယ်လို့ဖြစ်လာရင် အတူတူနေကြရရောဗျ။

ဟ..ဒါ ဘာဆန်းလဲ။

ဆန်းတာက တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် နီးနီးကပ်ကပ် အတူတူနေကြပြီဆိုကာမှ ကိုယ် သိမထားသေးတဲ့ သူ့အမူအကျင့်ဆိုးတွေက ဘူးပေါ်သလို ပေါ်လာတာ။

လူဆိုတာ ကိုယ့်ရုပ်ကိုယ် မှန်ထဲပြန်ကြည့်ရင်တောင်မှ သဘောမကျစရာတွေ တွေ့သေးတာ၊ သူများဆိုရင်တော့ များလှပေါ့။ နီးနီးကပ်ကပ်နေရလေ၊ သဘောမကျစရာတွေ များလေပဲ။

ကဲ.... ဘယ့်နှယ်လုပ်ကြမှာလဲ။

ခုချိန်ရောက်မှ သူ့အမေအိမ် ပြန်ပို့ရအောင်လည်း မဖြစ်။ အပြစ်တွေ မြင်သလို ကောင်းတာတွေလည်း ရှိနေတာ ကိုယ်တွေ့။ ပစ်လိုက်ရမှာကလည်း အဆီနဲ့ဝင်းဝင်း၊ စားရမှာလည်း သဲတရှုပ်ရှုပ် ဆိုတာမျိုးပ။

ဒါက အိမ်ထောင်ရေးတိုင်းမှာ မလွဲမသွေကြုံကြရတာ ။ အိမ်ထောင်ရေးဆိုတာ အကောင်းအဆိုး ဒွန်တွဲနေသဟာကြီးပဲ။ အရေးကြီးတာက အဆိုးတွေ တဖြည်းဖြည်း နည်းသွားပြီး အကောင်းတွေ များများလာဖို့ပဲ။ ဒီလိုဖြစ်ဖို့အတွက် နည်းလမ်းတွေက ရှိပါတယ်။

လင်ရယ်၊ မယားရယ်လို့ တစ်မိသားနဲ့ တစ်မိသမီး ပေါင်းပေးထားတာ

နောင်ဂျိန်ချဖို့ မဟုတ်ဘူး၊ အဆင်ပြေပြေ ချစ်ဖို့၊ ဘဝခရီးဖော်အဖြစ် တစ်သက်တာ လက်တွဲဖို့ပါ။

အဲဒီ လို လက်တွဲကြဖို့အတွက် ကိုယ့်ဘက်ကလည်း ပြုပြင်တန်တာ ပြုပြင်၊ သူ့ဘက်ကိုလည်း ညှိနှိုင်းတန်တာ ညှိနှိုင်းရမှာပါပဲ။

ဘယ်လင်မယားမဆို ပြဿနာမျိုးစုံ ကြုံဖူးတာချည်းပဲ။  
လင်မယားပြဿနာတွေကို ဖြေရှင်းဖို့ အကြံပေးနေတဲ့ ပညာရှင်၊  
အတိုင်ပင်ခံပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့ အဆိုအမိန့်များကို စာအုပ်တွေ၊  
အင်တာနက်ဝက်ဘ်ဆိုက်တွေထဲက လေ့လာဖတ်ရှုပြီး မြန်မာတွေနဲ့ အဆင်ပြေမယ့်  
ကောင်းနိုးရာရာတွေကို ရေးသားတင်ပြထားပါတယ်။

လင်မယားတွေကို အကြံပေးချင်တာကတော့ ကိုယ့်ချို့ယွင်းချက်၊  
အားနည်းချက်ကို အရင်မြင်အောင် ကြည့်စေချင်တယ်။ ပြီးရင်  
ကိုယ့်အိမ်ထောင်ဖက်နဲ့ ကီးကိုက်အောင် ညှိလိုက်ပါ။ ဒါဆို အိုကေပြီပေါ့။

ဒီစာအုပ်ထဲမှာ ယောက္ခမကြီးတွေအကြောင်းကလည်း  
ကန့်ကန့်လန့်လန့်နဲ့ ပါနေသေးတယ် ခင်ဗျ။ ယောက္ခမကြီးများကိုလည်း  
မေတ္တာရပ်ခံပါရစေ။ ပဲလှော်ကြား ဆားမဖြစ်ပါစေနဲ့။ နေရာတကာ  
သိပ်မငန့်ကြပါနဲ့ခင်ဗျာ။

ကိုယ်မပါလည်း ကမ္ဘာကြီးက လည်မြဲတိုင်း လည်နေမှာခင်ဗျ။

ကမ္ဘာကြီးလည်နေပုံက တိမ်းနေ၊ စောင်းနေသဟဲ့ဆိုပြီး ဝင်တည့်ဖို့  
မကြိုးစားပါနဲ့။ ခပ်စောင်းစောင်းလေး အလိုက်သင့်လည်နေတာ သဘာဝ ပါ။  
ကိုယ်ဝင်ရှုပ်မှ ဗရတ်သုတ်ခတွေ ဖြစ်ကုန်ပါ့မယ်။

“လင်မယားတွေ အဆင်ပြေပြေချစ်နည်း” စာအုပ်လေးဟာ  
လင်မယားတွေ အိမ်ထောင်သာယာရေးအတွက် အထောက်အကူဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။

**ပျော်ပျော်ကြီး ချစ်နိုင်ကြပါစေ။**

\*

ထက်ခနဲရှိ ပူညံ ပူညံ

ကျွန်ကျွန်



မိန်းမတွေဟာ  
နားပူနားသာလုပ်လေလေ  
သူတို့ပဲအထီးကျန်လေလေပါ။

ငိုကြွေး၊ မျက်ရည်ကျပြသလို  
တွေမြင်တဲ့အခါ  
Oxylocin ဆိုတဲ့ဟော်မုန်း  
တိုးပွားလာတယ်တဲ့။  
အဲဒီဟော်မုန်းက  
အခြားသူကိုပွေ့ဖက်၊ တွေ့ထိ၊  
နှစ်သိမ့်စေချင်တဲ့ဆန္ဒ ပြစ်စေပါသတဲ့။



များများ  
ငိုပစ်မယ်

နာသွား  
နာသွား



အိမ်ထောင်ရေးဆိုတာလည်း  
တစ်နေ့လာဒါ၊ နောက်တစ်နေ့လာလည်း ဒါ။  
အပြီတမ်းသမားရိုးကျချည်းပဲဆိုရင်  
ရေသေအိုင်လိုဖြစ်တတ်တယ်ဆိုပဲ။  
ရှင်သန်နေဖို့အတွက်  
ကတောက်ကဆတ်လေးတွေကလည်း  
အသုံးတည့်တယ်တဲ့။





မောင်အေဝမ်းမှာ ဇနီးတစ်ယောက်ရှိတယ်ခင်ဗျ။

လူတွေဟာ ပထဝီ၊ တေဇော၊ အာပေါ၊ ဝါယော ဓာတ်ကြီးလေးပါးနဲ့  
ဖွဲ့စည်းထားတယ် ဆိုပေမယ့် မောင်အေဝမ်းရဲ့မယား ခင်အေးဝမ်းကတော့ ဖွဲ့စည်းပုံ  
နည်းနည်းလွဲနေပုံရတယ်။

မောင်အေဝမ်းအထင်ပြောရရင် ဝါယောဓာတ်နည်းနည်း  
လွန်ကဲနေတယ်။

မောင်အေဝမ်းရဲ့ သူငယ်ချင်းတစ်ယောက်က ပြောဖူးတယ်။  
မနက်လင်းတာနဲ့ သူတို့အိမ်မှာ ရေနွေးခရားအိုးနဲ့ သူ့မိန်းမ အပြိုင်ဆူတာပဲတဲ့။

ခင်အေဝမ်းက အဲဒီ လို မဟုတ်ဘူး။

မနက်လင်းတာနဲ့ ရေနွေးခရားအိုးမဆူခင်ကတည်းက ခင်အေဝမ်းက  
ဆူနေတာ။ ပူညံပူညံနဲ့ သူမို့ ဝါယောများပလေ။ နားပူနားဆာ ပြိုင်ပွဲသာ  
ရှိလို့ကတော့ ခင်အေဝမ်းက ကမ္ဘာ့အိုလံပစ်မှာ ရွှေတံဆိပ်ရမှာ သေချာတယ်ခင်ဗျ။

မောင်အေဝမ်းကသာ နားပူနားဆာ လုပ်သလေးဘာလေး ပြောနေရတာ  
၊ မိန်းမတွေက “နားပူနားဆာ” ဆိုတဲ့ ဝေါဟာရကို လက်မခံဘူးခင်ဗျ။  
ဘဝခရီးလေးမှာ ယောက်ျားသားတွေ လုပ်ရမယ့်အလုပ်ကို လုပ်ကိုင်ဖို့အတွက်  
သတိပေး နှိုးဆော်နေတာတဲ့။ သေလိုက်။

အလုပ်ကို အချိန်မီ သွားနိုင်ဖို့၊ အိပ်ရာစောစောထ၊ ရေမိုးချိုးဖို့၊  
အိမ်အလုပ်တွေကို မယ်တစ်ရွက် မောင်တစ်ထမ်း ကူညီလုပ်ကိုင်ဖို့၊ ကျွမ်းနေတဲ့  
မီးလုံးလဲဖို့၊ မီးဖိုကွိုင်ပြတ်နေတာ အသစ် ပြန်တပ်ဖို့၊ ချွေးစော်နံ့နေတဲ့ စွပ်ကျယ်တွေ၊  
အကျွေးတွေ၊ ပုဆိုးဟောင်းတွေကို အဝတ်ညစ်ခြင်းထဲ သတ်သတ်မှတ်မှတ်  
ထည့်ထားဖို့၊ ပစ္စည်းတွေ ဖရိုဖရဲ ပစ္စလက်ခတ်ထားတာ ပြန်သိမ်းဖို့၊  
သတိပေးနှိုးဆော်ချက်တွေက စုံသလား မမေးနဲ့။ လက်သည်းညှပ်ကို ညှပ်ပြီး

သူ့နေရာသူ ပြန်ထားဖို့ဆိုတဲ့ အသေးအဖွဲကအစ ထောင့်စေ့ပေါ့။

အမယ်..အမယ်.. နားပူနားဆာလုပ်တယ်ဆိုတာ  
အပြုသဘောဆောင်တယ်တဲ့ခင်ဗျ။

ယောက်ျားတွေကို ဘီယာတွေ၊ အရက်တွေ သိပ်မသောက်နဲ့နော်၊  
အဆီအဆိမ့်တွေ သိပ်မစားနဲ့နော်။ ဗိုက်ကြီး ပူလာပြီ၊ ခါးကြီး တုတ်လာပြီ ၊  
လေ့ကျင့်ခန်း လုပ်ပါနော်လို့ ချော့ချော့ မော့မော့ပြောရင် ကိုရွှေယောက်ျားတို့  
နားထောင်မယ်များ ထင်သလား၊ ဝေးသေးတဲ့။ နားပူနားဆာလုပ်တာက  
ပိုအလုပ်ဖြစ်တယ်လို့ မိန်းမက ပြောတယ်ဗျ။ ယောက်ျားတွေ ကျန်းမာ အသက်ရှည်ဖို့  
မတို့က စေတနာနဲ့ နားပူနားဆာ လုပ်ရတာ တဲ့။ သေလိုက်။

ဟုတ်တယ်ပဲ ထားလိုက်ပါဦး။ စေတနာနဲ့ နားပူနားဆာ  
လုပ်တယ်ပေါ့လေ။

ကိုအေဝမ်းတို့ ယောက်ျားသားကြီးတွေက ပြန်ပြီး နားပူနားဆာ  
လုပ်မယ်ဆိုရင်တော့ လူတွေရဲ့အမြင်က တစ်မျိုး ခင်ဗျ။ ယောက်ျားတွေ  
နားပူနားဆာ လုပ်ခွင့်မရှိဘူး။ ကိုအေဝမ်းရဲ့ သူငယ်ချင်း အမျိုးသားတစ်ယောက်ဟာ  
အင်မတန် နားပူနားဆာလုပ်တာ ဝါသနာ ပါတယ်၊ အဲဒီ လူကို လူတွေက  
မိန်းမကြီးနဲ့ တူတယ်လို့ တံဆိပ်တပ်ကြပြန်ရော၊ ခက်ဖူးလား။

ယောက်ျားဆိုတာ (အဟမ်း) အိမ်ထောင်ဦးစီး၊ အိမ်ဦးနတ်လို့ ဆိုသကဲ့။  
ယောက်ျားတွေက ခေါင်းဆောင်တွေ၊ ယောက်ျားတွေဟာ အသိအမြင် ဉာဏ်ပညာ  
ကြီးမားကြတယ်။ အမျိုးသမီးတွေရဲ့ ဦးဆောင်လမ်းပြပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဖြစ်တယ်။ အဲဒီ လို  
ကဏ္ဍကြီးတွေကို မောင်အေဝမ်းတို့က အပိုင်စီးထားခဲ့ကြပေသကဲ့။ အဲဒီ  
တော့လည်း အကြောင်းကိစ္စရှိတဲ့အခါ ပူညံ့ပူညံ့မလုပ်ဘဲ အကျိုးသင့်၊  
အကြောင်းသင့် ဝေဖန်ဆွေးနွေးရမှာတဲ့။ အဲဒီ လို  
ဝေဖန်သုံးသပ်လမ်းညွှန်မှုပေးတာက မိန်းမတွေကို သူတို့ ဂရုစိုက်ပုံပြတာပါတဲ့။

အဲ... မိန်းမတွေကလည်း ဘယ်မှာ အညံ့ခံမှာလဲ၊ ပူညံ့ပူညံ့နဲ့  
နားပူနားဆာ လုပ်တာက ယောက်ျားတွေကို ဂရုစိုက်မှု ပြတာတဲ့။

ဆိုပါစို့ ..

ယောက်ျားတွေက စိုထိုင်းထိုင်း တဘက်ကို တန်းပေါ်မှာ ဖြန့်မလွှားဘဲ  
လုံးထွေးပြီး အိပ်ရာပေါ် ပစ်တင်ထားမိရင်း အမှိုက်ကို တွေ့ကရာ  
ချောင်ထဲပစ်လိုက်မိရင် အဲဒီ လို အဲဒီ လိုကိစ္စမျိုး တစ်ခုခုလုပ်မိရင် မိန်းမက  
မျက်နှာလွှဲနေမှာ မဟုတ်ဘူး။ ပြောမှာ၊ ပြောကို ပြောဦးမှာ။ အဲဒီ ယောက်ျားကို  
ဂရုစိုက်တာတဲ့။

အဲဒီ လိုပြောချင်ဆိုချင်တဲ့ ညာဉ်ကို ယောက်ျားတွေက မကြိုက်မှန်း  
မိန်းမတွေက သိတယ်။ ထပ်ခါထပ်ခါ ပြောပေးမှ ယောက်ျားတွေက ပြုပြင်မှာလို့  
မိန်းမတွေက ယုံတယ်။ ဗျစ်တောက်ဗျစ်တောက်နဲ့ ဓာတ်ပြားဟောင်းကြီးကို  
တစ်နေကုန် ဖွင့်နေမယ်။

သူတို့ပြောသမျှဆိုသမျှဟာ အဖြစ်မှန်ကို အခြေခံတာလို့ မိန်းမတွေက  
ဆုပ်ကိုင်ထားတာ။ သူတို့ပြောသမျှဟာ စိတ်ပျက်ပြီးငွေစရာကောင်းတယ်လို့  
သူတို့ကိုယ်တိုင် သိရင်တောင်မှ မနားတမ်း ဆက်ပြောဦးမှာတဲ့။ အမှန်ကိုပြောတာမို့  
သူတို့တရားတယ်လို့ မိန်းမတွေက ခံယူထားတာ။ ခက်ဘူးလား။

အမယ်.. သူတို့မိန်းမချင်းကျတော့ ပူညံ့ပူညံ့လုပ်တာကို နားပူနားဆာလို့  
မမြင်ဘူးတဲ့ဗျ။ မိန်းမတွေ ရှုမြင်ကြပုံက ယောက်ျားတွေဟာ ငပျင်းတွေ၊  
အင်မတန်အရေထူပြီး အကြောမာလို့ ကိုင်ရတွယ်ရ ခက်တယ်၊ ပြောလို့လည်း  
မနာတဲ့ သတ္တဝါတွေလို့ မြင်တာ။ နားပူနားဆာလုပ်တဲ့ မိန်းမရဲ့သူငယ်ချင်း  
အမျိုးသမီးက ပူညံ့ပူညံ့လုပ်နေတဲ့သူကို မြင်ရရင် သူ့ခမျာ ဝဋ်ခံနေရရှာတာ ဆိုပြီး  
အချင်းချင်း သနားကရုဏာ သက်ပါသတဲ့။

ခင်အေဝမ်းကို ပူညံ့ပူညံ့ သိပ်မလုပ်ပါနဲ့ကွာ။ အိမ်နီးချင်းတွေ

ကြားလို့လည်း မကောင်းပါဘူးလို့ မောင်အဝမ်း မရဲတရဲ ပြောကြည့်တော့ ဘယ်လိုပြန်ပြောမယ်ထင်သလဲ။ သူများတွေကြားရင် ပိုကောင်းတာပေါ့။ ဒီအိမ်မှာ သခင် ဘယ်သူလဲဆိုတာ အားလုံးသိနိုင်တာပေါ့ တဲ့။ သေရော။

ကိစ္စတစ်ခုကို မပြီးနိုင်မစီးနိုင် ပူညံပူညံလုပ်ဖန်များလာတဲ့အခါ ယောက်ျားတွေစိတ်ထဲ ဘယ်လိုဖြစ်မယ်ထင်သလဲ။ စရည်းအိုးခွက် ကြီးစွာလျက်ပင် တစ်စက်ကျများ ပြည့်သောလားသို့ မကျေမချမ်းဖြစ်ရမှုတွေဟာ တအုံနွေးနွေးနဲ့ ပြည့်သောလားသို့ မကျေမချမ်း ဖြစ်ရမှုတွေဟာ တအုံနွေးနွေးနဲ့ ရင်ထဲမှာ အကျိတ်အခဲကြီး ကြီးကြီးလာသဗျ။ တစ်ချိန်ချိန်မှာ ပေါက်ကွဲသွားနိုင်တယ် (သတ္တိရှိရင်ပေါ့လေ)။

ယောက်ျားတွေကို စစ်တမ်းကောက်ကြည့်တော့ သူတို့အမုန်းဆုံး စာရင်းရဲ့ထိပ်ဆုံးမှာ နားပူနားဆာလုပ်ခြင်းဆိုတာပဲ ရှိသတဲ့။ မောင်အဝမ်းနဲ့ သဘောထားချင်းတိုက်ဆိုင်လိုက်လေ။

အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုမှာ ကိုယ့်မယားကိုယ် ပြန်သတ်မှုတွေ တစ်နှစ်ဖြစ်ပွားခဲ့တာမှ ၂၀၀၀ ကျော်ဟာ မိန်းမက နားပူနားဆာလုပ်တာက သတ်ပစ်ချင်လောက်အောင် တွန်းအားပေးသလို ဖြစ်သွားရတာ တဲ့ခင်ဗျ။

မောင်အဝမ်းနဲ့ သဘောချင်း တိုက်ဆိုင်လိုက်လေ။

ဟောင်ကောင်မှာ ကိုယ့်မယား ခေါင်းကို တူနဲ့ထထုသတ်တဲ့အမှု ဖြစ်တယ်။ ပူညံပူညံလုပ်တတ်တဲ့ သူမိန်းမရဲ့ ခေါင်းထဲက ဦးနှောက်ကို ဖျက်ဆီးပစ်ဖို့အတွက် ခေါင်းကို တူနဲ့ပထုသတ်လိုက်တာလို့ တရားခွင်မှာ ယောက်ျားက အစစ်ခံတယ်တဲ့။ တရားသူကြီးကလည်း မိန်းမက နားပူနားဆာလုပ်လို့ တူနဲ့ ထထုမိတယ်ဆိုတာကို လက်ခံပြီး ပြစ်ဒဏ်ကို လျှော့လျှော့ပေါ့ပေါ့ ချပေးသတဲ့။ မောင်အဝမ်းနဲ့ သဘောချင်း တိုက်ဆိုင်လိုက်လေ။

အစကပြောခဲ့မိပါရောလား၊ မောင်အဝမ်းရဲ့မိန်းမလည်း

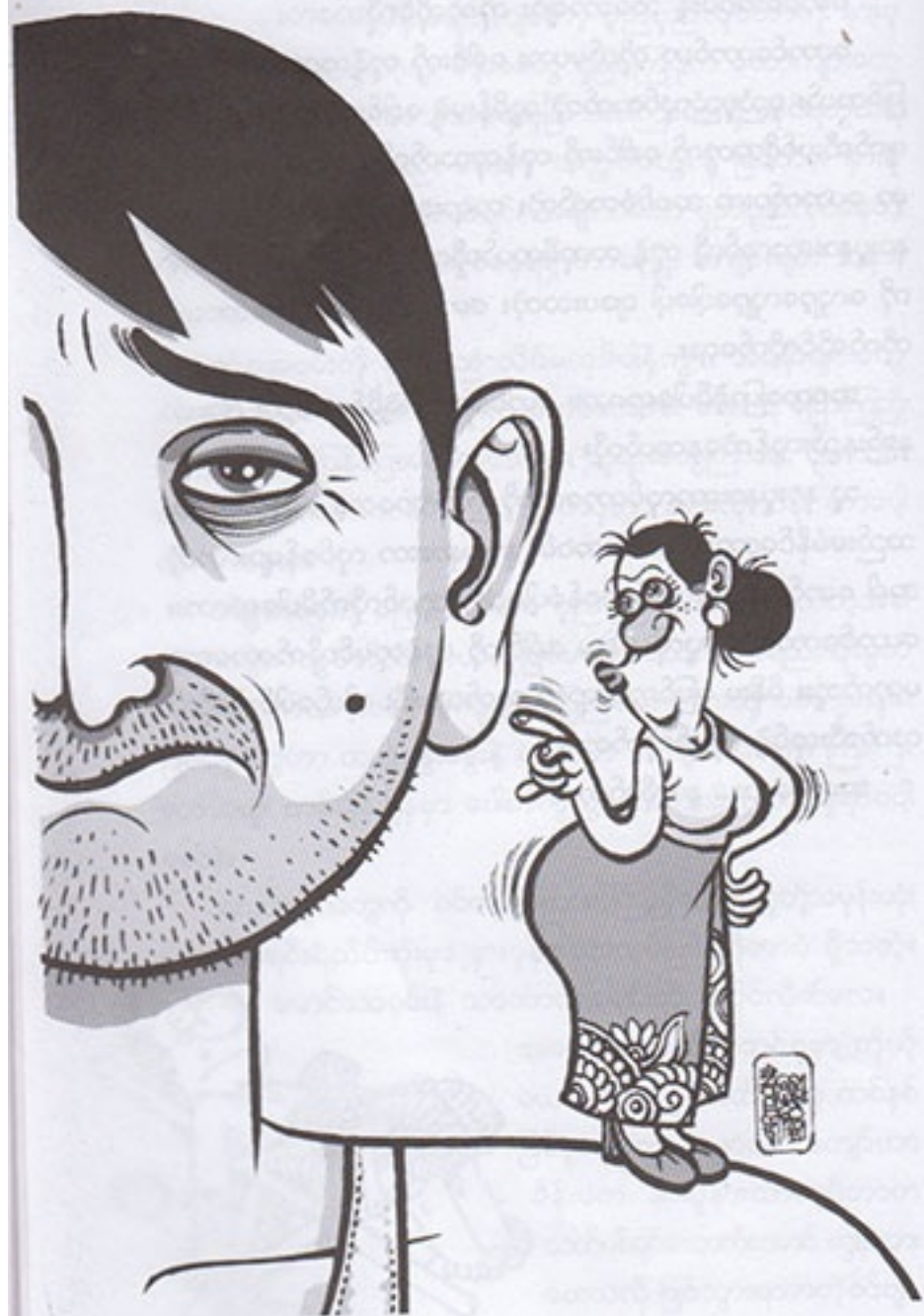
ဝါယောနည်းနည်း လွန်ကဲနေတယ်လို့။

သူ နားပူနားဆာလုပ်တာတွေကို ကြာလာတော့ မောင်အေဝမ်း သည်းမခံနိုင်တော့ဘူး။ ခင်အေဝမ်း နားပူနားဆာ လုပ်ဖန်များလာတဲ့အခါ မောင်အေဝမ်း (မှန်ရာဝန်ခံပါ့မယ်) ထုပ်ပစ်လိုက်မိပါရောလား။ ဟောင်ကောင်က လူလို မိန်းမခေါင်းကို တူနဲ့ထုပ်ပစ်လိုက်တာတော့ မဟုတ်ဘူး။ မိန်းမ မမြင်ကွယ်ရာကို ထွက်သွားပြီး ကိုယ့်ပေါင်ကိုကိုယ် လက်သီးဆုပ်နဲ့ ထုပ်ပစ်လိုက်တာ။

အမယ်လေး ... နာလိုက်တာ။

\*

နာပူ နာဆာ ဆာဗေ



မောင်အေဝမ်းဟာ အိမ်ထောင်ကျစမှာတော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်  
ကံအကောင်းဆုံးလို့ ထင်ထားပါတယ် ခင်ဗျ။

အမှန်ဝန်ခံရရင်တော့ မိဘက ရိုက်နှက်ပြီး ပေးစားထားတာ  
မဟုတ်ပါဘူး။ ကိုယ့်ဟာကို ချစ်လှချည်ရဲ့ သူနဲ့မှ မယူရရင် သေတော့မှာပဲ အထင်နဲ့  
ယူခဲ့တာပါ။

အဖေကတော့ ပြောဖူးပါရဲ့။ ကမ္ဘာပေါ်မှာ ရှိရှိသမျှ မိန်းမမှန်ရင်  
ယောကျာ်းကို အပြစ်မရှိ အပြစ်ရှာ၊ နားပူနားဆာလုပ်တာ သဘာဝ တဲ့။ အဲဒီ  
အဖေစကားကို မယားမရှိခင်အထိတော့ မောင်အေဝမ်းတို့က မယုံရေးချ မယုံပေါ့။

အိမ်ထောင်သည် သူငယ်ချင်းတွေကလည်း သူတို့ဇနီးမယားတွေ  
ပူညံပူညံ သိပ်လုပ်တာပဲလို့ မောင်အေဝမ်းကို လာပြောတဲ့အခါ ဒီလူတွေ  
မောင်အေဝမ်း ကောင်းစားမှာ မလိုလားလို့ပြောတယ် ထင်တာ။

မောင်အေဝမ်းတို့ မျက်စိစုံမှိတ်ပြီး အိမ်ထောင်ပြုလိုက်ပါရောလား။

စာထဲပေထဲတော့ ဖတ်ဖူးသား။ မိန်းမဆိုးဆိုးနဲ့ရရင် ပညာရှိဖြစ်သတဲ့။  
မောင်အေဝမ်းကလည်း မိန်းမကျမ်းကို အထိုက်အလျောက်တော့ ကျေပြီသား။  
(ထင်တာပဲ)။

မောင်အေဝမ်းရဲ့ ဇနီးမယား ခင်အေဝမ်းလည်း ဘာသားနဲ့  
ထုထားတာမို့လို့လဲ၊ သူလည်း မိန်းမပဲခင်ဗျ။ မိန်းမဗီဇအတိုင်း နားပူနားဆာကတော့  
လုပ်တာပဲပေါ့။

သိတော်မူကြတဲ့အတိုင်းပါပဲ။

နားပူနားဆာလုပ်တဲ့မိန်းမတွေ မျှော်လင့်ထားတာက ယောကျ်ားတွေဟာ  
နားပူနားဆာ နာနာလုပ်ပေးရင် သူတို့အပြစ်ကို သူတို့ သိမြင်လာမယ်၊  
အပြစ်မကင်းတဲ့ခံစားမှုနဲ့ ပြုပြင်လာကြလိမ့်မယ်လို့ မျှော်လင့်တာတဲ့။ အံ့ဩပါ။

မိန်းမတွေကို နားပူနားဆာလုပ်တယ်လို့ ပြောရင်သူတို့ မကြိုက်ဘူးခင်ဗျ။  
အိမ်ထောင်သက်ကြာလာတနဲ့အမျှ မိန်းမတွေရဲ့ နားပူနားဆာလုပ်တဲ့  
နည်းပညာကလည်း ပြောင်းလဲလာတယ်။ အိုင်တီခေတ်မှာ ပညာသားပါတဲ့  
ပုံစံသစ်နဲ့ နားပူနားဆာ လုပ်တာဗျ။

မိန်းမ နားပူနားဆာလုပ်တာကို မောင်အေဝမ်း တိတ်တဆိတ်  
လေ့လာအကဲခတ်လိုက်တဲ့အခါ အခြေခံအားဖြင့် နည်းလမ်းငါးမျိုးနဲ့ လုပ်ကြတာ  
တွေ့ရပါတယ်။

အဲဒီ နည်းလမ်းတွေ ပြောပြမယ်။

(၁) ဓာတ်ပြားဟောင်းကြီးဖွင့်တဲ့နည်း

ဒီနည်းက အကြောင်းအရာတစ်ခုတည်းကို ထပ်ပြန်တလဲလဲ  
ပြောနေတဲ့နည်းပါ။

နားထောင်ကြည့်ရအောင်။

“ယောက်ျား၊ အမှိုက်တွေ သွားမပစ်သေးဘူးလား” ၊ (ခဏနားမယ်)  
“ယောက်ျား၊ အမှိုက်တွေ သွားမပစ်ရသေးဘူးဆို ဟုတ်လား” ၊ (နောက်ထပ်  
ငါးမိနစ်လောက်နေတော့) “အမှိုက်မပစ်သေးဘူးလား ယောက်ျား၊ အမှိုက်တွေက  
ခုထိ အပုံလိုက်ရှိနေတုန်းပဲ”

(၂) စုံစီနဖာနားပူနားဆာနည်း

ဒုတိယနည်းကတော့ ပထမနည်းလို အကြောင်းအရာတစ်ခုတည်းကို  
ထပ်ပြန်တလဲလဲ ပြောနေတဲ့နည်း မဟုတ်ဘူး။ မိန်းမရဲ့စိတ်အာရုံထဲ ပေါ်လာသမျှကို  
သူ့ပါးစပ်က တဖျစ်ဖျစ် မြင်းအီးပေါက်သလို လျှောက်ပြောနေတဲ့နည်းပေါ့။  
နားထောင်ကြည့်ရအောင်။

“အိပ်ခန်းတံခါးကနဲ့လန့်ကာ ပျက်နေတာကို ပြင်မယ် ပြင်မယ်

ပြောနေတာ ကြာပြီနော်” ၊ “မီးသွေး ကုန်ခါနီး တာ သိရဲ့လား” ၊ “မိတာခ သွားဆောင်ရမှာ မေ့မနေနဲ့ဦး ” ၊ “အကျ..အိတ်ထောင်မှာ ဘာတွေ ပေလာပြန်တာလဲ” စသည်..စသည်..။

(၃) အကျိုးပြုနားပူနားဆာနည်း

ဒီနည်းကတော့ ယောက်ျားရဲ့အကျိုးကို လိုလားလို့ လမ်းညွှန်တဲ့ နားပူနားဆာပါ။ နားထောင်ကြည့်စမ်းပါ။

“ဒီနေ့ ဆေးသောက်ပြီးပြီလား” ၊ “အရည်မရ အဖတ်မရ ပီဒီယို ဇာတ်လမ်းတွေကို အအိပ်ပျက်ခံပြီး ကြည့်မနေနဲ့လေ” ၊ “အချို့တွေ ကြပ်ကြပ်စား ၊ ရှင်တော့ ဝလာတော့မှာပဲ”

(၄) သွယ်ကာဝိုက်ကာ နားပူနားဆာ

ကိုယ့်အကြောင်းကို တိုက်ရိုက်ပြောတာမဟုတ်ပေမယ့် ကိုယ့်ရင်ဝကို တည့်တည့်မှန်တဲ့ နားပူနားဆာလုပ်နည်းတစ်မျိုးပါပဲ။ ခံစားကြည့်ပါ။

“ခင်မမယောက်ျားတော့ ရာထူးတက်သွားပြန်ပြီတဲ့” ၊

“ထိုက်ထိုက်ရဲ့ စိန်နားကပ်က တော်တော်အရည်ကောင်းတာပဲ၊ ဖွေးလို့”

(၅) အဆင့်မြင့် နားပူနားဆာ

အဆင့်မြင့်ရပ်ရှင်ရုံ၊ အဆင့်မြင့်ဈေးဆိုတာမျိုးတွေ တွင်ကျယ်တဲ့ ခေတ်မှာ နားပူနားဆာလုပ်တဲ့ မိန်းမကလည်း သမားရိုးကျမဟုတ်ဘူး။ အဆင့်မြင့်မြင့် နားပူနားဆာလုပ်တာဗျ။ လေ့လာကြည့်ပါဦး။

“အရင်လက ရှင် ဝယ်ရောင်းလုပ်လို့ အရှုံးကြီးရှုံးပုံမျိုး နောက်တစ်ခါဆိုရင်တော့ မခံနိုင်တော့ဘူး”

“ဒီည ဧည့်ခံပွဲမှာ ရှင် သောက်ပုံစားပုံကို စောင့်ကြည့်ရမှာပဲ”

ဒါကတော့ မောင်အဝမ်း လေ့လာ တွေ့ရှိသလောက်ပေ ခင်ဗျာ။ အစက ပြောခဲ့ပါရောလား၊ မိန်းမဆိုးဆိုးနဲ့ရရင် ပညာရှိ ဖြစ်သတဲ့။ ခင်အဝမ်းထက်ပိုဆိုးတဲ့ မိန်းမမျိုးနဲ့ရတဲ့ ပညာရှိတွေကတော့ မောင်အဝမ်း တင်ပြခဲ့တဲ့ နားပူနားဆာငါးမျိုးထက် ပိုပြီး စုံစုံစေ့စေ့ တွေ့ဖူးရင်လည်း တွေ့ဖူးမှာပေါ့နော်။

မောင်အဝမ်း လေ့လာတွေ့ရှိတာကတော့ ခုခေတ် မော်ဒန်မိန်းမတွေက နားပူနားဆာပေမယ့် ရှူးဂါးကုတ်တက်၊ သကာရည်လေးဖုံးပြီး လုပ်တာ။ မျက်နှာရှစ်ခေါက်ချိုးနဲ့ ဗျစ်တောက်ဗျစ်တောက် မြင်းအီးပေါက် ရှိသလို အရယ်အမောလေးတွေ စွက်ပြီး နားပူနားဆာ လုပ်တာလည်း ရှိသဗျ။ ကိုရွှေယောကျ်ားတို့ ကျောကော့နေအောင် ခံဖို့သာ ပြင်ထားကြပေရော။

ဒီလိုဆိုလိုက်တော့ မောင်အဝမ်းတို့ ယောကျ်ားသားတွေ တစ်ဖက်သတ်ကြီး လိုမ့်ပဲ ခံကြဖို့တော့လည်း ဟုတ်သေးဘူး။ တန်ပြန်နည်းတွေလည်း ရှိပါသေးရဲက။

မိန်းမက နားပူနားဆာလုပ်တာ များလာရင် ခံရတဲ့ယောကျ်ားက အကာအကွယ်တွေ စသုံးလာတော့တာပဲ။ အလွယ်ဆုံးနဲ့ ဘေးအကင်းဆုံး နည်းကတော့ သတင်းစာ၊ ဂျာနယ်ကို မျက်နှာနဲ့ မခွာတမ်း ဖတ်နေတဲ့နည်းပေါ့။

မိန်းမ ပြောချင်ရာပြော၊ စာဖတ်ချင်ဟန်သာ ဆောင်နေ။ သတင်းစာ၊ ဂျာနယ်က ဘေးကင်းတယ်၊ မဂ္ဂဇင်းနဲ့ မျက်နှာမခွာဘဲနေရင် အန္တရာယ်ရှိတယ်။ ခုခေတ်မဂ္ဂဇင်းထဲက ကောင်မလေးတွေရဲ့ပုံက ကြည့်ဖို့ သိပ်ကောင်းတယ် ဟုတ်လား။ မျက်နှာနဲ့ မဂ္ဂဇင်း ခွာမရတာ မိန်းမတွေ့သွားရင် ယမ်းပုံမီးကျ ဖြစ်သွားမယ်။

နောက်ထပ် အကာအကွယ်တစ်မျိုးကတော့ မိန်းမ ပူညံ့ပူညံ့ စလုပ်ရင် ကွန်ပျူတာရှေ့သာ သွားထိုင်နေလိုက်။ အလုပ်လုပ်သလိုလို၊ ဘာလိုလိုနဲ့ အရင်ကတည်းက ကြိုထည့်ထားတဲ့ ဖိုင်တွေ ပြန်ဖွင့်ဖတ်ပေါ့။

အင်တာနက်ကော်နက်ရှင်ကောင်းရင်လည်း လျှောက်ကြည့်တာပေါ့။

နောက်တစ်နည်းကတော့ အလုပ်တွေ အိမ်ကို သယ်လာတဲ့နည်းပေါ့။  
မိန်းမ ဗျစ်တောက် ဗျစ်တောက် လုပ်မယ့်ပုံ ပေါက်ရင် အလုပ်သာ စလုပ်ပေရော။

အကာအကွယ်နောက်တစ်မျိုးကတော့ တီဗွီရီမုတ်ကွန်ထရိုး၊  
မိန်းမရဲ့အသံကို volume လျှော့လို့တော့ မရဘူးပေါ့။ ဒါပေမယ့် တီဗွီကို  
စိတ်ဝင်စားဟန်ဆောင်ပြီး ရီမုတ်ကွန်ထရိုးနဲ့ ဟိုချန်နယ် ရှာသလိုလို၊ ဒီချန်နယ်  
ရှာသလိုလို လုပ်ရင်း ထွက်ပြေးလွတ်မြောက်နိုင်ပါတယ်။

မိန်းမတွေဟာ သူတို့ နားပူနားဆာလုပ်တာကို ယောက်ျားတွေက  
မသိကျိုးကျွန်ပြုရင် အခံရခက်တယ်။ ဒေါသအိုးကို တုတ်နဲ့ကလိသလို မချီမဆုံ  
ဖြစ်တတ်တယ်။ အင်မတန် အထိနာတယ်။

တကယ်တော့လည်း မိန်းမတွေဟာ နားပူနားဆာလုပ်လေလေ သူတို့ပဲ  
အထီးကျန်လေလေပါ။

ဒါကို မိန်းမတွေ သိဖို့ ကောင်းတယ်။

အထူးသဖြင့်တော့ ခင်အဝမ်းတစ်ယောက် သဘောပေါက်ဖို့  
ကောင်းတာပေါ့ဗျာ။

ခုတော့ဖြင့်...

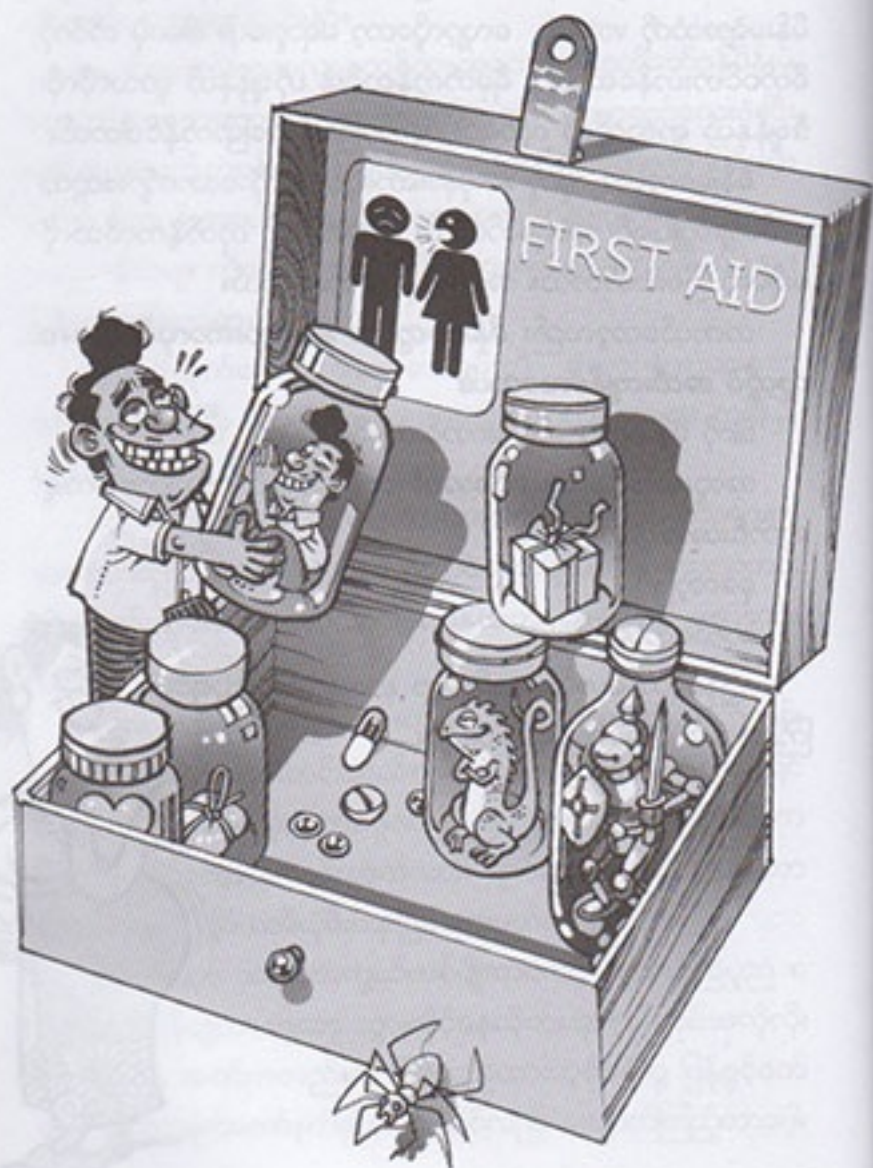
ကယ်တော်မူကြပါ။

ကျွန်တော် မောင်အဝမ်းခမျာ နားပူနားဆာ ဘုရင်မကြီးနဲ့  
အိမ်ထောင်ကျနေရပါသဗျာ။

\*



အေးရာ အေးကြောင်း



မောင်အေဝမ်းရဲ့ နားပူနားဆာဘုရင်မ ဇနီးအလှ ပူညံ့ပူညံ့လုပ်တဲ့ ကိစ္စကို လူသိရှင်ကြားရင် ဖွင့်လိုက်မိတယ်။ အလိုလေးဗျာ၊ ကမ္ဘာတစ်ဝန်းမှာ လင်နဲ့မယားကြား ပူညံ့ပူညံ့ ကိစ္စတွေ အများသားပါကလား။ အချို့ကလည်း မောင်အေဝမ်းကို စာတစ်တန် ပေတစ်တန်၊ အချို့ကလည်း ဖုန်းနဲ့ အချို့က လူကိုယတိုင်တွေ့ (လက်ဖက်ရည် ဘာညာတိုက်ပြီး) ကြုံရတွေ့ရ ပူညံ့ပူညံ့ကိစ္စ ရင်ဖွင့်ကြပါရောလား။

သူကောင်းသားတစ်ယောက်ကတော့ ဟောဒီလို ပြောရှာတယ်ခင်ဗျ။ သူ့မှာ မကြာခဏ ခေါင်းကိုက်တတ်တဲ့ ပြဿနာရှိသတဲ့။ ခေါင်းကိုက်တဲ့အခါ ပါရာစီတမောနှစ်လုံးလောက်၊ မျက်စိကို မှိတ်၊ နားအေးပါးအေးနေရအောင် တီဗွီပါ ပိတ်ပြီး အိပ်ရာ ဒါမှမဟုတ် ဆိုဖာပေါ်မှာ မှိန်းနေချင်တာတဲ့ခင်ဗျ။ သို့သော်လည်းပေါ့လေ။ သူ အဲဒီ လိုနေပြီဆိုရင် သူ့မယားကညာက အနားရောက်လာတော့တာပဲတဲ့။

မောင်

ခပ်ဝေးဝေးနေစေချင်တဲ့ သဘောနဲ့

“ခေါင်းကိုက်လိုက်တာကွာ၊ သေတော့မှာပဲ” ဆိုတော့

မ

“ခေါင်းကိုက်ပျောက်ဆေး သောက်ပါလား”

မောင်

“ပါရာစီတမော နှစ်လုံးသောက်ထားတယ်”

မ

“ဘယ်နှလုံးသောက်တာလဲ။ ရှင်က ဆေးကို တယ်အားကိုးတာကိုး။ အနေအထိုင်ဆင်ခြင်ပေါ့။ (သူပဲ ခုနက ဆေးသောက်ခိုင်းတာ။ ခုတစ်မျိုး

တော်ကြာတစ်မျိုး)”

ခေါင်းစဉ်ပြောင်းဖို့ ကြိုးစားတဲ့အနေနဲ့

“ဒီနေ့ နေပူထဲသွားခဲ့တာ များလို့ပါကွာ”

“မဟုတ်ဘူး။ မနေ့ညက ရှင် အရည်မရ အဖတ်မရ ဗီဒီယိုတွေ ထိုင်ကြည့်နေလို့ အိပ်ရေးပျက်တာ။ မအိပ်ခင် ရေလည်း ထချိုးသေးတယ် မဟုတ်လား။ အအေးတော်တော်ကြိုက်၊ လေဖြတ်ပြီး သေလိမ့်မယ်။ ပြောနေတာ ကြားရဲ့လား။ တစ်ခုခုတော့ ပြန်ပြောမှပေါ့။ ခုတော့ အသေကောင်ကြီးအတိုင်းပဲ”

စဉ်းစားသာ ကြည့်ကြပါတော့။ အဲဒီ လိုပုံစံနဲ့ ခေါင်းက တစ်နေ့ထက် တစ်နေ့ ပိုပြီးသာ ကိုက်လာပါတော့သတဲ့။

မောင်အဝမ်းကို ရင်ဖွင့်လိုက်တာလေ။

အချို့အချို့သော သူကောင်သားများကလည်း ပူညံပူညံလုပ်တဲ့ မိန်းမကို ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းနည်း (ဆေးမီးတို) လေးတွေ ပေးကြတယ်ခင်ဗျ။ ကိုယ်လို သူလို လူကြီးမင်းများကို မျှဝေပေးလိုက်ပါတယ်။

ချောပြီး ရှောင်လွှဲနည်း

ကိုယ်က မဟုတ်တာလုပ်ထားခဲ့မိလို့ သူ့ဘက်က မုန့်တိုင်းဆင်မယ့် အရိပ်အယောင်မြင်ရင် သူ မမျှော်လင့်ဘဲ အံ့ဩသွားအောင် လုပ်လိုက်ပါတဲ့။ မဝယ်စဖူး ပန်းစည်းတွေ၊ ပန်းပွင့်တွေ ဝယ်ပေးလိုက်၊ မုန့်တွေ ဘာတွေ ဝယ်သွား၊ အပြင်လျှောက်လည်ဖို့ ခေါ်၊ ရုပ်ရှင် ကြိုတင်လက်မှတ်တွေ ဘာတွေ ဝယ်ပေးလိုက်၊ ပူညံပူညံလုပ်ဖို့ မေ့သွားမယ်တဲ့။

အိမ်ပြန်နောက်ကျသူ

သားမေ၊ မယားမေ့နဲ့ အပြင်မှာ နေမိတယ်။ အိမ်ပြန်ချိန်တောင် သတိမရဘူးဖြစ်နေမယ်။ အိမ်ပြန်နောက်ကျပြီး မိုးချုပ်နေတယ်ဆိုရင်

ခေါက်ဆွဲကြော် ကောင်းကောင်း ဒါမှမဟုတ် စားစရာတစ်ခုခု အထုပ်ဆွဲပြီး  
အိမ်ပြန်ပါတဲ့။

အိမ်ပြန်ရောက်တဲ့အခါ မင်းစားစေချင်လို့ ရှာဖွေပြီး ဝယ်လာရတာ ၊  
ဆိုင်တွေပိတ်ကုန်လို့ တော်တော်ခက်ခက်ခဲခဲ ရှာလာရတာ ၊ ဖွင့်တဲ့ဆိုင်  
လိုက်ရှာရတာ တော်တော်ကြာသွားတယ်ကွာလို့ ဆိုရင် အဆင်ပြေပါသတဲ့။

ခွင့်လွှတ်ခိုင်းပါ

ကိုယ်ကလည်း အပြစ်ကျူးလွန်ထားမိပြီ၊ ခိုးထုတ်ခိုးထည်နဲ့မိနေပြီ  
ဆိုပါတော့..အကောင်းဆုံးနည်းတစ်ခုကတော့ ကိုယ့်မျက်နှာကို ချုံချုံသာသာ  
ထားလိုက်ပါ။ ကိုယ့်မှာ အပြစ်ရှိကြောင်းဝန်ခံတဲ့ မျက်နှာပေးလေးလည်း ရှိပါ။

ပြီးတော့...။ မင်း ကိုယ့်ကို တကယ်ချစ်တယ်ဆိုရင်  
ဒါလောက်လေးတော့ ခွင့်လွှတ်ပါကွာ။ ခွင့်လွှတ်မလား၊  
ဘာမဟုတ်တဲ့ကိစ္စလေးအတွက်နဲ့ နှစ်ယောက်စလုံး စိတ်ညစ်ခံကြမလားလို့  
ပြောလိုက်ပါ။

မိန်းမက သဘောထားကြီးကြောင်းပြချင်လို့ ခွင့်လွှတ်ပါသတဲ့။

ပုတ်သင်ညှိနည်း

သူ ပူညံပူညံလုပ်လာရင် နားထဲ မဝင်ပေမယ့် ပြုံးပြီး ခေါင်းညိတ်ပေးပါ။  
တကယ်လို့ နားတစ်ဖက်မှာ ဝင်လာရင် ဟိုဘက်နားက ထုတ်ပစ်လိုက်ပါ။ ဒါဆို  
အိုကေပါသတဲ့။

မင်း မှန်ပါတယ်။ ချစ်လေး စေတနာ ကိုယ်သိတာပေါ့ ဆိုတာမျိုး  
အချို့သတ်ရင်လည်း အဆင်ပြေပါသတဲ့။

အချို့ကတော့ ကြိုက်ကြိုက်၊ မကြိုက်ကြိုက်  
ပြောသမျှနားထောင်နေလိုက်၊ သူကလည်း ထပ်ခါထပ်ခါ ပြောလိမ့်မယ်။

ကိုယ်ကလည်း နားထဲ မဝင်ဘဲ ရှုန်းသွားလိမ့်မယ်တဲ့။

တန်ပြန်ထိုးစစ်

အချို့သူကောင်းသားများကတော့ ပူညံ့ပူညံ့လုပ်တဲ့ ဇနီးမယားကို တန်ပြန်ထိုးစစ်ဆင်နွှဲသတဲ့။ (မောင်အေဝမ်းတို့တော့ ဒီနည်းကို မစမ်းရဲတာ အမှန်ပါ)

သူ့ဘက်က ပူညံ့ပူညံ့လုပ်လာရင် ကိုယ်က တီဗွီကို အသံမြှင့်ပစ်လိုက်တဲ့။ အိမ်မှာ တရားခွေတွေ၊ ဘာတွေ ဖွင့်ထားရင်လည်း အသံပိုကျယ်တဲ့။

နောက်တစ်နည်းကတော့ “No man is perfect” ဆိုတဲ့စကားကို လက်ကိုင်ထားရမှာတဲ့။ သူက ပူညံ့ပူညံ့ စလုပ်လာတာနဲ့ “No man is perfect ” ဆိုတဲ့စကားပုံ ရှိတာပဲ။ ကိုယ့်မှာလည်း ချို့ယွင်းချက်၊ အနည်းချက်ရှိတာပေါ့။ မင်းကရော ချို့ယွင်းချက်ကင်းလို့လား၊ ဘာညာဆိုပြီး သူ့ချို့ယွင်းချက်တွေကို ပြန်ဖော်ရမှာတဲ့။ အဲဒီ လို တန်ပြန်ထိုးစစ်ဆင်တဲ့အခါ မိန်းမသားတွေဟာ ထိလွယ်ရှလွယ်တွေမို့ သူ့ဘက်က ပူညံ့ပူညံ့လုပ်တာ ရပ်ပြီး တိုက်ကွက်ပြောင်းသွားလိမ့်မယ်။ သူပြောင်းမယ့် တိုက်ကွက်ကတော့ မျက်ရည်စစ်ဆင်ရေး၊ ငိုမယ်၊ ချော့ပေတော့..။

(မောင်အေဝမ်းကတော့ မိန်းမချော့တဲ့ကိစ္စမှာ ချာတူးလံတာမို့ ဒီနည်းကို မသုံးဝံ့တာ အမှန်ပါ)။

မင်္ဂလာနံနက်ခင်း

မနက်လင်းလို့ လင်နဲ့မယား မျက်နှာချင်း စဆိုင်ကြတဲ့အချိန်က အရေးကြီးသတဲ့ခင်ဗျ။

စကားအပြောအဆိုအသုံးအနှုန်းက အပေါင်းလက္ခဏာ ဆောင်ရမယ်၊ အပြုသဘောဆောင်ရမယ်တဲ့။ လင်းလင်းချင်း ဆောက်နဲ့ထွင်းဆိုသလို

မနက်မိုးလင်းကတည်းက ကန့်လန့်တိုက်တဲ့စကားပြောမိရင် တစ်နေကုန်  
ပူညံပူညံနဲ့ ကြုံရတတ်ပါသတဲ့။

ကိုယ့်အပြစ်ဒဏ် ကိုယ်ပဲ ခံ

ဇနီးမယားများ ပူညံပူညံလုပ်ကြတာ ယောက်ျားတွေရဲ့ အပြစ်တဲ့ ခင်ဗျ။  
(ယောက်ျားအချင်းချင်း အပြစ်ပြောရက်ပါ့ဗျာ။)

မိန်းမတွေပြောတာ (ညွှန်ကြားတာ) ကို ယောက်ျားက အပ်ကျမပ်ကျ  
နားထောင်ရင် အေးဆေးပဲတဲ့။ ပူညံပူညံလုပ်တာက ကိုယ်က နားမထောင်လို့  
နားထဲမဝင်ဝင်အောင် ပူပေးနေတာတဲ့။ ရွှေပြည်အေးဆရာသမားကတော့  
မိန်းမစကား နားထောင်ရင် ပူညံပူညံဒဏ် မခံရဘူးတဲ့။ (ယောက်ျားအများစု  
လိုက်နာနေကြတဲ့နည်းပေါ့)။

အကြင်နာပေးတဲ့နည်း

မိန်းမတွေ မကျေနပ်ရင် သိသာတယ်။ မိန်းမအများစုဟာ  
မကျေနပ်ကြောင်း မျက်နှာမှာ ဖော်ပြလေ့ရှိကြတယ်။

ကိုယ့်မိန်းမက ပုံမှန်မဟုတ်ဘဲ အသံတိတ်နေမယ်၊ ကိုယ့်ကို  
မသိကျိုးကျွံပြုနေမယ်ဆိုရင် မကြာခင် မုန်တိုင်း ဆင်တော့မယ်။

သူ ဂီယာပြောင်းတော့မယ့်အနေအထားတွေရင် ကိုယ်က စပြီး  
တပ်မက်စွာ ဖက်နမ်းလိုက်ပါ။ သူ့စိတ်အာရုံကို လမ်းကြောင်းပြောင်းပစ်လိုက်ပါ။  
ပူညံပူညံဇာတ်ထုပ်ကနေ နှစ်ယောက်တည်း နေချင်တယ်၊ ဇာတ်လမ်းကို  
ပြောင်းလဲသွားပါလိမ့်မယ်တဲ့။ (မောင်အေဝမ်း စမ်းကြည့်ချင်သား။)

ဒါတွေကတော့ ကိုကိုပုရိသတို့က ပေးကြတဲ့ ဆေးနည်အချို့ပေါ့ ခင်ဗျာ။

အနာနဲ့ဆေး ကိုက်အောင်ပေးရင် ပျောက်ရေးမခက်ပါတဲ့။ အနာတခြား  
ဆေးတခြားဆိုရင်တော့ ဆေးအတွက်ကြောင့် လေးနိုင်ပါရဲ့။

မောင်အဝမ်းလည် လက်တွေ့စမ်းကြည့်ပါဦးမယ်။

\*