



ကလေးနဲ့အိမ်
အိမ်နဲ့ကလေး

ONE2U

ငှက်တောင်ပံကို ရွှေချမလား၊ အနာဂတ်ကို ရွှေချမလား

မြန်မာပြည်မှာ အရှားပါးဆုံးစာအုပ်ကို ပြောပါဆိုရင် လူကြီးဖတ်ဖို့
ကလေးစာအုပ် အမျိုးအစားတွေပဲလို့ ပြောရမယ်ထင်ပါတယ်။

ဘာဖြစ်လို့လဲ.....

မြန်မာပြည်က အိမ်ထောင်စု အများစုကြီးမှာ ကလေးတွေနဲ့ မိဘတို့ကြား
ပြင်းထန်တဲ့ တိုက်ပွဲတွေဖြစ်ရင်ဖြစ်၊ ဒါမှမဟုတ်ရင် စစ်အေးတိုက်ပွဲတွေကတော့
ဖြစ်နေကြတာချည်းပါပဲ။ မိဘအများစုကြီးမှာ ငါက မိဘအုပ်ထိန်းသူ၊
ကလေးတွေထက် ငါသိတယ်၊ ငါက လမ်းညွှန်ရင် ကလေးတွေက နာခံကြရမည်။
ပြန်မပြောရ၊ အတွန့်မတက်ရဆိုတဲ့ မိရိုးဖလာ ဆုံးမသွန်သင်နည်းတွေကို
လက်ဆုပ်မဖြေနိုင်သေးတဲ့ တစ်လမ်းမောင်းစံနစ်နဲ့ (One Way နဲ့) ကလေးတွေကို
မောင်းနှင် နေကြသူချည်းပဲလို့ ပြောရင် နာလိုခံခက်ဖြစ်ကြမယ်။ စေ့စေ့တွေးရင်
ရှက်ပြီးကလေးနဲ့ ဝန်ခံကြလိမ့်မယ်ထင်ပါရဲ့။ ကျွန်တော်အပါအဝင် ခင်ဗျား
အပါအဝင်ပေါ့.....

အမှန်တော့ ကလေးတစ်ယောက် မှန်မှန်ကန်ကန် လူလား
မြောက်အောင် ပြုစုပျိုးထောင်ပေးတဲ့ အလုပ်ကို ကျွမ်းကျင်တတ်မြောက်ဖို့ဆိုတာ
ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုတွေ၊ လေ့လာမှုတွေလိုပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ လူတိုင်း
လုပ်နေကြတာဖြစ်လို့ လွယ်တယ်လို့ ထင်မှတ်မှားနေကြဆဲပါ။ ပန်းပင်တစ်ပင်
ရှင်သန်ဖို့ အရေးမှာတောင် သိပ္ပံနည်းကျ နည်းစံနစ်တွေ လိုနေသေးရင် လူသားကို
ပြုစုပျိုးထောင်ပေးတဲ့ လုပ်ငန်းဟာ သင်ယူလေ့လာစရာတွေ
အမြောက်အများရှိနေသေးကြောင်း လက်မခံလို့ မရပါ။ ဗီဇသဘာဝ အရ

အချိန်တန်ရင် အလိုလို တတ်မှတ်ပါလို့ ယူဆလို့ မရပါ။

ကလေးတွေ ဘယ်လိုကြီးထွားဖွံ့ဖြိုးလာတယ်ဆိုတာ မှန်မှန်ကန်ကန် နားလည်ဖို့ မိဘတိုင်း သင်ယူလေ့လာမှုတို့၊ လမ်းညွှန်မှုတို့ အမှန်တကယ် လိုအပ်ပါတယ်။ ကလေးနုနယ်စဉ်မှာ ပြုစုပျိုးထောင်နည်း အမှားတစ်ခုက နောင်ကလေးရဲ့ တစ်သက်တာလုံး ပြင်မရတဲ့ နစ်နာမှုမျိုးဖြစ်သွားစေနိုင်ပါတယ်။

မိဘတွေဖက်က အမှတ်မထင်ဖြစ်လေ့ရှိတဲ့ အားနည်းချက်တွေက သားသမီးတွေအပေါ် နားလည်မပေးနိုင်တာ၊ နားလည်ပေးဖို့ မကြိုးစားတာတွေဘဲ ဖြစ်ပါတယ်။ မိသားစုဆိုတာ လူ့အဖွဲ့အစည်း တစ်ခု (သို့မဟုတ်) နိုင်ငံတစ်ခုရဲ့ အသေးငယ်ဆုံး အစိတ်အပိုင်း ယူနစ်တစ်ခုသာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ အသေးဆုံးယူနစ် တစ်ခုဖြစ်တဲ့ မိသားစုတစ်ခုအတွင်း ဆက်ဆံရေးဟာ One Way ဖြစ်တယ်၊ အာဏာရှင်ဆန်တယ်ဆိုရင် အဲဒီ အမူအကျင့်၊ အဲဒီ ပုံရိပ်ဟာ လူ့အဖွဲ့ အစည်းအပေါ် တစ်နည်းနည်းနဲ့ ထင်ဟပ်နိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ မိသားစု တစ်ခု အတွင်းမှာ အနိမ့်ဆုံးအဆင့် မိဘဆိုတာ မိမိသားသမီးတွေ အတွက် အာဏာရှင် မဖြစ်သင့်ပါဘူး။

ကျွန်တော်တို့ နှစ်ရှည်လများ မေ့လျော့နေတဲ့ အချက်က အသက်ကြီးသူက (မိဘက)၊ အသက်ငယ်သူတွေကို (သားသမီးတွေကို) အပြန်အလှန်လေးစားမှု လိုအပ်တယ်ဆိုတဲ့ အချက်ပဲဖြစ်ပါတယ်။ ကလေးရဲ့ လွတ်လပ်စွာ ရွေးချယ်ခွင့်၊ ကိုယ်ပိုင်အခွင့်အရေးကို အသိအမှတ်ပြုပြီး အမိန့်အာဏာအစား မိမိကိုယ်ကို မိမိပြုစုပျိုးထောင်ဖို့ကို အဓိကထားပြီး လေ့ကျင့်ပညာပေးခြင်းကသာ ကလေးကိုယ်တိုင် တာဝန်ရှိမှု၊ တာဝန်ယူမှုတွေကို လက်ခံကျင့်သုံးလာတတ်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

သင်၏ မျိုးဆက်သစ်၊ တစ်နည်းဆိုသော် အနာဂတ်၏ ခေါင်းဆောင်များ ဖြစ်ကြသော သားသမီးများကို အမိန့်ရှိမှ လုပ်တတ်သောသူ၊ ခလုတ်နှိပ်မှ ခေါင်းညိတ်တတ်သော သူများ အဖြစ် လိုချင်ပါသလား၊ ဒါမှမဟုတ် ထိုးထွင်းကြံဆ

ပေါက်မြောက် အောင်မြင်သော ဘဝကို ရရှိသော လူသားတစ်ဦးအဖြစ်
လိုချင်ပါသလား။

စဉ်းစားရွေးချယ်ကြည့်ကြပါကုန်။

မိဘတိုင်း မိမိသားသမီးကို ချစ်မြတ်နိုးကြမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ကလေးအတွက် အစိုးရိမ်ကြီးလွန်ပြီး နေရာတကာချုပ်ခြယ်၊ တားဆီး
အမိန့်ပေးနေရင် ကလေးဟာ အသိစိတ်မဲ့ လှုပ်ရှားသွားလာ လုပ်ကိုင်တဲ့ အမူအကျင့်
စွဲကပ်သွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီ လိုပဲ ကလေးကို ချစ်စိတ်နဲ့ နေရာတကာ
အလိုလိုက် အကြိုက်ပေးနေပြန်ရင်လည်း ငှက်တောင်ပံကို ရွှေချပေးလိုက်သလို
ဖြစ်နေဦးမှာပဲ။

ကလေးကို ပြုစုပျိုးထောင်လေ့ကျင့်ဖို့အတွက် လက်တွေ့ဖြစ်ရပ်တွေနဲ့
နှိုင်းယှဉ်တင်ပြထားတဲ့ ကလေးနဲ့အိမ်၊ အိမ်နဲ့ကလေး ကို ဖတ်ပြီးပြီးချင်းပဲ
မေးခွန်းတွေက ချက်ချင်းခုန်ထွက်လာတော့တယ်။

ငှက်တောင်ပံကို ရွှေချမှာလား။

ဥယျာဉ်ကို နွမ်းကြေစေမှာလား။

စာရေးသူ ဆရာတင့်ခိုင် ကတော့ အနာဂတ်ကို ရွှေချပါတဲ့။

မောင်ခိုင်လတ်

*

စာရေးသူ၏ အမှာ

"ကလေးနဲ့အိမ်၊ အိမ်နဲ့ကလေး" သည်

ကျွန်တော်ရေးသားထုတ်ဝေခဲ့သော ကလေးကိုချစ်ပါ။ အပြုံးကလေးတစ်ချက်
အပွေ့လေး တစ်ဖက်၊ အနာဂတ်ကို ထုဆစ်ပေးမည့် အိမ်ကလေးတစ်အိမ် စသည့်
ကလေးပြုစုပျိုးထောင်ရေးဆိုင်ရာ စိတ်ပညာစာအုပ်များထဲမှ ကျွန်တော်
ကြိုက်နှစ်သက်သည့် ဆောင်းပါးများကို ရွေးထုတ်ပြီး မဂ္ဂဇင်း ဂျာနယ်များတွင်
ကျွန်တော် ထပ်မံရေးသားခဲ့သော စာမူများကိုပါ စုပေါင်းထုတ်ဝေလိုက်သော
စာအုပ်တစ်အုပ်ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်တို့နိုင်ငံတွင် ကလေးပြုစုပျိုးထောင်ရေးကို
စိတ်ပညာရှုထောင့်မှ ရေးသားတင်ပြသော စာရေးဆရာများ အလွန်နည်း
ပါးနေသေးသည်ဟု ထင်ပါသည်။ အနာဂတ် ကမ္ဘာကို စိုးမိုးရမည့် ယနေ့
ကလေးသူငယ်များသည် အနာဂတ်၌ လူချွန်လူကောင်းများ ဖြစ်လာစေရန်
အလွန်အရေးကြီးလှပေသည်။ အဆိုပါ အချက်မှာ ယနေ့ ကျွန်တော်တို့ တိုင်းပြည်
ကျွန်တော်တို့ လူမျိုးအတွက် မလွဲမသွေ လိုအပ်ချက်တစ်ခု ဖြစ်၏ ။ အဆိုပါ
လိုအပ်ချက် ကွက်လပ်လေးကို ဖြည့်ဆည်းလိုသော ဆန္ဒ အမှန်ဖြင့်
ဤဆောင်းပါးများကို ကျွန်တော်ရေးသားခြင်း ဖြစ်သည်။

ဤသို့ ရေးသားရာတွင် စိတ်ပညာဆိုင်ရာ အထောက်အထား အချို့ကို
လက်လှမ်းမီရာ အင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့် ရေးသားထားသော ကလေး
ပြုစုပျိုးထောင်ရေးစာအုပ် စာတမ်းများမှလည်းကောင်း၊ Reader's Digest
ဆောင်းပါး အချို့မှလည်းကောင်း ရယူခဲ့ပြီး၊ နှစ်ပေါင်းနှစ်ဆယ်ကျော်

ကလေးလေးယောက်ကို ပြုစုပျိုးထောင်လာခဲ့သော ကျွန်တော်၏
အတွေ့အကြုံများနှင့် ပေါင်းစပ်ကာ ဤဆောင်းပါးကို ရေးသားတင်ပြခြင်း
ဖြစ်သည်။

ဤစာအုပ်တွင် ကျွန်တော် ရေးသားတင်ပြထားသော အကြောင်း
အရာများသည် မိဘအုပ်ထိန်းသူများ အဖို့ သူတို့၏ ကလေးများကို
ပြုစုပျိုးထောင်ရာ၌ နေ့စဉ်ကြုံတွေ့နေရသော ပြဿနာများသာဖြစ်သည်။ သို့ဖြစ်၍
လည်း ဤစာအုပ်ပါ အချက်အလက်များသည် မိဘအုပ်ထိန်းသူများအား
ကလေးပြုစုပျိုးထောင်ရာ၌ တစ်နည်းမဟုတ်တစ်နည်း
အထောက်အကူပြုလိမ့်မည်ဟု ကျွန်တော် ယုံကြည်လက်ခံထားပါ၏ ။

စိတ်ရင်းမှန်ဖြင့်

တင့်ခိုင်

*

ပြည့်ကျောက်မျက်

**စိတ်သုတေသီများ၏ အဆိုအရမူ မိခင်တစ်ဦးသည် သူမ၏
သားသမီးများအား နို့ချိုတိုက်ကျွေး၏။ အဆိုပါကိစ္စသည် ကလေးအား
အကောင်းဆုံးအကြင်နာ၊ အကောင်းဆုံးမေတ္တာ၊
အကောင်းဆုံးယုယမှုပေးခြင်းသာဖြစ်၏။**

မိန်းမသားတို့၏ ဘဝတွင် အပျော်ရွှင်ဆုံးနေ့တစ်နေ့ကို ပြောပါ။
အပျော်ရွှင်ဆုံး အချိန်တစ်ချိန်ကို ပြောပါဟုဆိုလာပါလျှင်မူ
မည်သို့ပြောကြပါမည်နည်း။ ကျွန်တော်ပြောနိုင်သော နေ့တစ်နေ့နှင့်
အချိန်တစ်ချိန်တော့ရှိ၏။ အဆိုပါနေ့သည် မိခင်ဘဝသို့ ကူးပြောင်းရသောနေ့
ဖြစ်၏။ ကျန်းမာသန်စွမ်းသော ကလေးငယ်တစ်ဦးကို အောင်မြင်စွာ
မွေးဖွားနိုင်သော နေ့ဖြစ်၏။ မွေးဖွားပြီးစ ရင်သွေးငယ်ကို မိမိရင်ခွင်တွင်
နွေးထွေးယုယစွာ ပွေ့ပိုက်ထားသော အချိန် ကလေးပင်ဖြစ်၏။ အဆိုပါ
အချိန်ကလေးသည် မိခင်တစ်ဦးအဖို့ ကမ္ဘာပေါ်တွင် ငွေကြေးအားဖြင့်
လည်းကောင်း၊ စိတ်ချမ်းသာမှုအားဖြင့်လည်းကောင်း
အချမ်းသာဆုံးဖြစ်နေသူများအား ပြိုင်ရဲသော အချိန်ကလေးပင်ဖြစ်၏။
တစ်နည်းဆိုသော် နိုင်နေသော အချိန်ကလေးပင်ဖြစ်၏။ မရှိ၊ မဖြစ်၊ မလုပ်
အားလုံးတို့သည်ရှိ၏။ ဖြစ်၏။ လုပ်၏ ဖြစ်နေသော အချိန်ကလေးပင်ဖြစ်၏။

သူမ (မိခင်) သည် ထိုအချိန်၌ ကမ္ဘာပေါ်တွင် အင်အားအပြည့်ဆုံး
လူသားတစ်ဦးအဖြစ်သို့ ကူးပြောင်းသွားပြီဖြစ်၍ သတ္တိ၊ ဇွဲ၊ လုံ့လ၊
ဝီရိယတို့သည်လည်း သူမ၌ ပြည့်ဖြိုးနေမည်ဖြစ်၏။ သူမအား

မည်သူယှဉ်ပြိုင်ရဲပါမည်နည်း။ ကျွန်တော့်အထင်ကိုပြောရလျှင်မူ၊ သူမကို
ယှဉ်ပြိုင်နိုင် သော သူသည် မည်သူမှမရှိ၊ အဘယ်ကြောင့်နည်း။ သူမတွင် မိခင်စိတ်
အပြည့်ရှိနေ၍ ဖြစ်၏ ။

*

ဤလောကကြီးတွင် ငွေကြေးတန်ဖိုးကြီးမားသော အရာများ၊
မြောက်မြားစွာရှိပါ၏ ။ ပတ္တမြားငမောက်သည် ငွေကြေးအရ အလွန်တန်ဖိုးကြီး၏ ။
ထို့ထက် အသုံးချတန်ဖိုး Value ပိုမို ကြီးမားသောအရာသည် မိခင်၏
နို့ရည်သာတည်း။

စိတ်သုတေသီများ၏ အဆိုအရမူ မိခင်တစ်ဦးသည် သူမ၏
သားသမီးများအား နို့ချို တိုက်ကျွေး၏ ။ အဆိုပါ ကိစ္စသည် ကလေးအား
အကောင်းဆုံးအကြင်နာ၊ အကောင်းဆုံးမေတ္တာ၊
အကောင်းဆုံးယုယမှုပေးခြင်းသာဖြစ်၏ ။ ထို့ကြောင့်လည်း ကလေးငယ်အဖို့
အဆိုပါအချိန်၌ (နို့စို့နေချိန်၌) မိခင်၏ နို့ရည်မှလွဲ၍ အခြားဘာမှ တန်ဖိုးမရှိ။
ကလေးဘဝကိုလည်း အထောက် အကူမပြု မိခင်နို့ရည်သည်သာ နို့စို့ကလေး၏
အနာဂတ်အတွက် အသုံးချတန်ဖိုး Value ကြီးမား ဆုံးသော အရာတစ်ခုဖြစ်၏ ။

မိခင်တိုင်းသည် သားသမီးအပေါ် မေတ္တာရှိ၏ ။ အဆိုပါ ကိစ္စသည်
ကျွန်တော်တို့ လူ့အဖွဲ့ အစည်းတွင် ငြင်းဆိုဖွယ်ရာမရှိပါ။ သို့ရာတွင် မိခင်၏
နို့ချိုတိုက်ကျွေးခြင်းနှင့် နို့ဘူးစို့ခြင်းတို့ သည် အလွန်ပင် ကွာဟလွန်းလှ၏ ။
မိခင်သည် မိမိ၏ ရင်သွေးငယ်ကို နွေးထွေးယုယစွာ နို့ချို တိုက်ကျွေးခြင်းဖြင့်
အဆိုပါ ကလေးငယ်၏ ဘဝသည် လုံခြုံနေ၏ ။ ကလေး၏ အနာဂတ်စိတ်ပိုင်း
ဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးမှုအတွက် အလိုလားအပ်ဆုံးသော စိတ်လုံခြုံမှုကိုလည်း ရရှိနေ၏ ။
ထို့အပြင် ကလေးနှင့် မိခင်အကြား အပြန်အလှန်နားလည်မှု၊ အပြန်အလှန်
မေတ္တာထားရှိမှု၊ အပြန်အလှန် ဆက်နွှယ်မှုအားလုံးတို့သည် မိခင်၏ နို့ရည်မှ

တစ်ဆင့် စီးဆင်းစိမ့်ဝင်ပျံ့နှံ့သွားသည်ဟု ဆိုပါသည်။

*

ကိုးလလွယ် ဆယ်လသား (သန္ဓေသား) ဘဝနှင့် မိခင်၏
ဝမ်းကြာတိုက်အတွင်း လုံခြုံနွေးထွေးစွာ နေလာရသော ကလေးငယ်သည်
မွေးလမ်းကြောင်းမှတစ်ဆင့် ရုန်းကန်လှုပ်ရှား ကြိုးစားကာ ထွက်လာရသောအခါ၌
ပထမဦးဆုံး ကလေးငယ်ခံစားရသည်မှာ ပြင်ပကမ္ဘာသည် မိခင်၏
ဝမ်းကြာတိုက်ကဲ့သို့ နွေးနွေးထွေးထွေး၊ အေးအေးချမ်းချမ်းမရှိလှဟူသော
အသိပင်ဖြစ်၏။ အဆိုပါ အသိကို အထောက်အကူပြုနိုင်သော ကလေးငယ်၏
အတွေးများမဖြစ်ပေါ်စေရန် မိဘ အုပ်ထိန်းသူများက ပြုလုပ်ပေးသင့်သည်။
မလွဲမရှောင်သာကိစ္စများကိုမူ မပြောလိုပါ။ သို့ရာတွင် မိမိဘက်မှ
ပြုလုပ်ပေးစွမ်းနိုင်သော အခြေအနေရှိခဲ့လျှင်မူ ‘ချမ်းအေးပြီး စိတ်ပျက်ဖွယ်ရာ
ကမ္ဘာကြီး တစ်ခု’ ဟု ကလေးငယ် ယူဆသွားစေရန် မိခင်က ကလေးကို
နွေးထွေးအေးမြစွာ နို့ချိုတိုက် ကျွေးနေသင့်ပေသည်။

*

‘ကိုယ့်ကလေးပဲ၊ နို့မတိုက်ချင်ဘဲနေပါ့မလား၊ ဒါပေမဲ့ နို့မှ မထွက်တာ၊
ဘယ်တတ်နိုင်ပါ့ မလဲ’ ဟု ဖြေရှင်းချက်ထုတ်သော မိခင်များအား တွေ့ဖူးပါ၏။
မိခင်တစ်ဦးသည် သာမန်အားဖြင့် အခြေခံကျန်းမာရေးပြည့်စုံနေသူ တစ်ဦးဖြစ်ပြီး
မိခင်စိတ်အပြည့်အဝထားတတ်ပါလျှင်မူ နို့ထွက် ပါ၏။

ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်တစ်ဦးသည် မိမိ၏ သန္ဓေသားကို
လွယ်ရပြီဆိုကတည်းက မေတ္တာ တရားထားရှိပြီးသားဖြစ်၏။ မြန်မာမိခင်များ
အတွက်မူ ဆိုဖွယ်ရာမရှိတော့ပြီ။

သို့ရာတွင် စိတ်သုတေသီများ၏ အဆိုအရမူ ကိုယ်ဝန်ဆောင်
မိခင်တစ်ဦးသည် မိမိမွေးဖွားလာမည့် ရင်သွေးငယ်အား မိမိ၏ နို့ရည်

တိုက်ကျွေးမည်ဟု အခိုင်အမာဆုံးဖြတ်ထားရန် လိုသည်။ စိတ်ထား
အသင့်ပြင်ဆင်မှုနှင့် နို့သီးကောင်းပြင်ဆင်မှုတို့သည် နို့ထွက်အားကောင်းရန်
ဆေးဝါးဆိုင်ရာ အထောက်အကူပြုမှုတို့ထက် ပိုမိုအရေးကြီးသည်ဟု
စိတ်သုတေသီများက လက်ခံခဲ့ကြသည်။ သို့ရာတွင် ကိုယ်ဝန် ရှိစဉ်ကတည်းက
အရှက်အကြောက်အလွန်ကြီးမားခြင်း၊ ကျပ်တည်းကျဉ်းမြောင်းသော
အတွင်းခံ(ဘော်လီ) အင်္ကျီများဝတ်ဆင်ခြင်း၊ နို့သီးခေါင်းပြုပြင် ဖန်တီးမှု
လုံးဝမရှိခြင်း၊ နို့သီးခေါင်း အတွင်းသို့ဝင်နေခြင်း စသော မိခင်တစ်ဦး၏
အားနည်းချက်ကြောင့် ကလေးနို့စို့ရန် အခက်အခဲရှိခြင်းကိုမူ အပြစ်ဟုပြောဆိုရန်
တွန့်ဆုတ်နေမိပါ၏။

*

အနာဂတ်ကမ္ဘာကြီးကို ကြီးစိုးရမည့် ပုဂ္ဂိုလ်များသည်
ယနေ့မွေးဖွားလိုက်သော ကလေး သူငယ်များသာဖြစ်၏။ အဆိုပါ ကလေးများသည်
စိတ်ဖွံ့ဖြိုးမှု အမှန်တကယ်လိုအပ်နေပါ၏။ ဤသို့ဆိုပါလျှင် အနာဂတ်
လှပမှုအတွက် ယနေ့ကလေးသူငယ်များ၏ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးမှု သည်
အရေးတကြီး လိုအပ်နေသည်ဟုပြော၍ ရနိုင်ကောင်းပါ၏။

ကလေးသူငယ်များ၏ စိတ်ဖွံ့ဖြိုးမှုအတွက် အလိုအပ်ဆုံးသည်
သူတို့လေးတွေ၏ စိတ်လုံခြုံမှုရှိနေရေးပင်ဖြစ်၏။
ဤသို့စိတ်လုံခြုံမှုရှိလာရေးအတွက် နို့စို့ကလေးများအဖို့ အဓိက
လိုအပ်သောအရာသည် မိခင်၏ နို့ရည်ဖြစ်၏။

မိခင်နို့ရည်ကို သောက်စို့နေရသော နို့စို့ကလေးငယ်တစ်ဦးအဖို့ ယခု
သူစို့နေရသော နို့ရည်များသည် လူသား(မိခင်) နို့ရည်ဖြစ်သဖြင့် သူ့ဖို့
သဘာဝအစားအစာတစ်ခုကို စားသောက်သုံးစွဲနေရခြင်းပင်ဖြစ်၏။

နို့စို့ကလေးငယ်များအဖို့ မိခင်၏ နို့ရည်နှင့်ညီမျှသော အစားအစာသည်

ဤလောက၌ မရှိ။ ဤအယူအဆကို ဆေးသိပ္ပံပညာရှင်များ လက်ခံခဲ့ကြသလို စိတ်ပညာရှင်များကလည်း လက်ခံခဲ့ကြသည်။ သို့ရာတွင် ကလေးအထူးကု ဆေးသိပ္ပံပညာရှင်များကမူ မိခင်၏ နို့ရည်ကို အလုံအလောက် သောက်စို့ရခြင်းဖြင့် အဆိုပါကလေးသည် ကျန်းမာသန်စွမ်းမည်။ ရောဂါကင်း မည်။ ခုခံအားကောင်းမည်ဟူသော ကလေး၏ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာသန်စွမ်းမှုအတွက် ညွှန်ပြပေးခဲ့၏ ။

စိတ်ပညာရှင်များကမူ မိခင်နို့ရည်ကို သောက်သုံးရသော ကလေးနှင့် မိခင်နို့ရည်ကို မသောက်သုံးရသော ကလေးတို့သည် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာတွင် အလွန်အမင်း မသိသာလှသော်လည်း စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာခံစားမှုတွင်မူ သိသိသာသာ ကွာခြားလွန်းလှ၏ ။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။ နို့ဘူးကို ပွေ့ပိုက်ထားရသော ကလေးသည် မိခင်၏ နို့အုံကို ပွေ့ပိုက်ထားရသော ကလေးကဲ့သို့ နွေးထွေးညင်သာမှုမရှိ။ တစ်နည်းဆိုသော် မိခင်၏ ရင်ခွင်တွင် နွေးထွေးစွာ နို့ရည်ကို သောက်စို့ နေရသော အတွေ့အထိနှင့် ပုခက်ပေါ်တွင် နို့ဘူးကိုစို့နေရသော ကလေး၏ အထိ အတွေ့တို့သည် စိတ်ခံစားမှုအဘောအရ မည်သို့မှ မတူညီနိုင်ပါ။

ထပ်ဆင့်ရှင်းပြပါမည်။ နို့စို့အရွယ် ကလေးငယ်တစ်ဦးအား နို့တိုက်လိုက်ခြင်းဖြင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ဆက်နွယ်မှုသည် တတိယလူသား တစ်ဦးမည်သို့မှ မသိရှိနိုင်သော ဆက်နွယ်မှုသာ ဖြစ်၏ ။ အလွန်တရာမှ ညင်သာသိမ်မွေ့၏ ။ နူးညံ့နက်ရှိုင်း၏ ။

နွေးထွေးသောမိခင်၏ ရင်ခွင်တွင် ငြိမ်သက်သိမ်မွေ့စွာ မိခင်၏ နို့အုံကို ပွေ့ဖက်ထားရ သော နို့စို့အရွယ်ကလေးတစ်ဦး၏ သဘာဝ နို့သီးခေါင်းမှ နို့ရည်သောက်စို့နေရခြင်းသည်၊ ပုလင်းကို ပွေ့ဖက်၍ ပြုလုပ်စီမံထားသော နို့သီးခေါင်းမှ သဘာဝမဟုတ်သော နို့ရည်ကို သောက်စို့နေရခြင်းထက် ကလေးအဖို့ အထိအတွေ့တွင် ပိုမိုသာယာသည်။ ပိုမို စိတ်ချမ်းသာ သည်။ စိတ်လုံခြုံမှုပိုရှိသည်။ ထို့ထက်ပို၍ သေချာသည်မှာ ကလေးသည် မိခင်၏ နို့အုံကို

ကိုင်တွယ်နို့စို့နေရသောအခါ လူသားများနှင့် ဆက်သွယ်လှုပ်ရှားနေရပြီဟု နားလည်ခံစားလာ၏။ စိတ်ပညာသဘောအရ ပြောရလျှင်မူ အဆိုပါ ခံစားမှုသည် ကလေး၏ အနာဂတ်အတွက် တန်ဖိုးမဖြတ်နိုင်သော တန်ဖိုးပင်ဖြစ်သည်။

*

အို . . . မိခင်၊ သင်အား အလေးအနက် ပြောလိုပါ၏။ သင်သည် ကျွန်တော်အပါအဝင် လူသားများ၏ မိခင်ဖြစ်၏။ သင်သည် အနာဂတ်ကို ပိုင်စိုး၏။ သင်သည် ပုခက်လွှဲသူဖြစ်၏။ သင်သည် ကိုးကွယ်ရာ အရှင်သည်ပင်လျှင် ကျေးဇူးဆပ်ရာ၌ နို့တစ်လုံးသာ ကျေသည်ဟု မှတ်ယူရာ လူသားအားလုံး၏ ကျေးဇူးရှင်ကြီးဖြစ်ပါ၏။ သင်၏ နို့ရည်တစ်စက်သည် တိုင်းပြည်၏ အဖိုးတန်ကျောက်မျက်ရတနာဖြစ်၏။ သင်၏ နို့ရည်တစ်စက်သည် လူသားများအတွက် မရှိမဖြစ် လိုအပ်နေပါ၏။ သို့ဆိုပါလျှင် သင်၏ နို့ရည်တစ်စက်သည် အနာဂတ်လူသားများအတွက် အဖိုးတန်ကျောက်မျက်ဖြစ်၏။ ဤအယူအဆကို သင်သည် သံသယကင်းရှင်းစွာ ယုံကြည်လက်ခံ ထားပြီး နို့စို့ကလေးငယ်အား သင်၏ နို့ရည်တိုက်ကျွေးပါရန် အကြံပြုတင်ပြလိုက်ရပါသတည်း။

(၁၉၉၇၊ နိုဝင်ဘာလ စစ်ပြန်မဂ္ဂဇင်း)

*

အပြုံးသုတေသန

တစ်လခွဲခန့်အရွယ် ကလေးငယ်တစ်ဦး၏ မျက်နှာတွင် အပြုံးရိပ်များကို စတင်တွေ့မြင်နေရပြီ ဖြစ်၏။ ကလေးသည် အသက် ၃ လ အရွယ် ရောက်မှပင် အပြုံးကို ကျေနပ်ခြင်းဆိုင်ရာ သင်္ကေတတစ်ခုအဖြစ် သိရှိလာတော့သည်။ ၃ လ အရွယ် ကလေးငယ်တစ်ဦးသည် မိခင်၏ မျက်နှာကို ကျက်မှတ်သိရှိလာပြီဖြစ်၍ မိခင်ကို တွေ့သည်နှင့် မတတ်တတ် ပြုံးပြီလာတတ်သည်။

‘တွေ့လျှင် တွေ့ချင်း သဘောကျစေသောနည်းပါ။ ပြုံးပါ’ ဟူသော စာစုလေးကို ကျွန်တော် သည် လွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်း ၄၀ ခန့်ကပင် ဖတ်ဖူးခဲ့ပါသည်။ ဖတ်သာဖတ်ခဲ့ရသည်။ ထိုစဉ်က အပြုံး၏ ထိရောက်လေးနက်မှုကို မသိရှိခဲ့ပါ။ ကလေးပြုစုပျိုးထောင်ရေးကို လေ့လာကြည့်မိသော အခါမှ ကျွန်တော်သည် အပြုံး၏ တန်ဖိုးကို စိတ်ဝင်စားလာခဲ့သည်။ ထိုအခါ အပြုံး၏ အစကို လှန်လှော့ချင်လာသည်။ လူသားတစ်ဦး လူ့ဘဝသို့ ရောက်လာသောအခါ မည်သည့်အချိန်၌ အပြုံးကို စတင်တွေ့ရှိသနည်း။ မည်ကဲ့သို့ တွေ့ရှိလာခဲ့ရသနည်းဟူသော အချက်များကို စူးစမ်း ချင်လာသည်။ ထို့ကြောင့် အပြုံး၏ အစကို ခြေရာကောက်မိသည်။

*

ကလေးငယ်တစ်ဦးသည် မွေးလျှင်မွေးချင်း မပြုံးတတ်ပါ။ ထို့ထက်ပို၍ လေ့လာတွေ့ရှိခဲ့ရ သည်မှာ ကလေးငယ်တစ်ဦးသည် မွေးလာလာချင်း လူ့ဘဝကို အင်အားစနစ် ခံနိုင်ရည်ရှိသည်။ ဆရာဝန် သည် မိခင်ဝမ်းထဲမှ မွေးလမ်းကြောင်းအတိုင်း

တိုးထွက်လာသော ကလေးကို ပထမဦးဆုံး ဂုဏ်ပြုချီးမြှင့်လိုက်ခြင်းမှာ ခြေနှစ်ချောင်းကို မြှောက်ကိုင်ကာ ဇောက်ထိုးချလိုက်ခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ နှာခေါင်းနှင့် လည်ချောင်းတစ်လျှောက်ရှိ မလိုလားအပ်သော အရာများ ထွက်ကျသွားစေရန် ဤသို့ ပြုလုပ်လိုက်ခြင်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ကျွန်တော်တို့သည် ဤလောကကြီးအား စတင် မိတ်ဆက်စဉ်ကပင် ပြောင်းပြန်ဇောက်ထိုးမိတ်ဆက်ခံခဲ့ရသည်။ မကျေမနပ်နှင့် ငိုပြခဲ့ကြ ရသည်။

ကဲ . . ဘဝ၏ အစကတည်းက ငိုပြခဲ့ရသော ကျွန်တော်တို့သည် မည်သည့်အချိန်တွင် အပြုံးဟူသော ငြိမ်းချမ်းရေး သင်္ကေတတစ်ခုကို ရှာဖွေတွေ့ရှိခဲ့ပါသနည်း။

ကြီးကြီးကျယ်ကျယ်ပြောရလျှင် ဤဆောင်းပါးသည် လူသားတစ်ဦး၏ ရင်ထဲမှအပြုံးကို တူးဆွရှာဖွေထားသော ဆောင်းပါးဖြစ်သည်။ တစ်နည်းဆိုသော် ကလေးငယ်တစ်ဦး၏ အပြုံး သမိုင်းကို သုတေသနပြုလုပ်ရန် ကြိုးပမ်းထားသော ဆောင်းပါးဖြစ်သည်။

*

ကလေးငယ်တစ်ဦးသည် မည်သည့်အချိန်၌ အပြုံးကို ရှာဖွေတွေ့ရှိပါသနည်း။ ပညာရှင်များ၏ လေ့လာချက်အရ တစ်နှစ်မှ နှစ်လအထိ ကလေးငယ်များသည် သူ့ပတ်ဝန်းကျင်မှ လူများအပေါ် အာရုံစိုက်မှုမရှိသေးပါ။ မိခင်တစ်ဦးကိုပင် ခါတိုင်းတွေ့နေကျ ပုံစံမဟုတ်သော ပုံစံသစ်တစ်ခုဖြင့် တွေ့လိုက်ရသောအခါ ကလေးငယ်သည် မမှတ်မိတော့ပါ။ နမူနာပြောရလျှင် မျက်မှန်တပ်ထားခြင်းမျိုး၊ ဦးထုပ်ဆောင်းထားခြင်းမျိုး ဖြစ်သည်။ ဆိုလိုသည်မှာ အသက် ၂ လ အထိ ကလေးငယ်တစ်ဦးသည် အာရုံစူးစိုက်မှု မခိုင်မြဲသေးပါ။ ၃ လ ၄ လ သားအရွယ်သို့ ရောက်သောအခါမှ အရာဝတ္ထုတစ်ခု၏ ချိန်မှတ် Focus ကို အားထုတ်မှုမပါဘဲ ကြည့်နိုင်လာသည်။ မိခင်အပါအဝင် မိသားစုဝင်များ၏

မျက်နှာကို ကျက်မှတ်လာသည်။ ရွှေလျားနေသော အရာများကို ကြည့်တတ်လာသည်။ အသိ၊ အလင်း၊ အရိပ်အရောင်များကို ခံစားတတ်လာသည်။ လူသားများအပေါ် ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်သော စိတ်ခံစားမှုရရှိလာသည်။ ထိုအခါမှသာ ပြုံးတတ် လာသည်။

ပညာရှင်အချို့ကမူ တစ်လခွဲအရွယ် ကလေးသည် သူတွေ့ထိ ဆက်ဆံရသမျှသော ပတ်ဝန်းကျင်မှ သတင်းအချက်အလက်များကို မှတ်ယူနေသည်။ သည်လိုနှင့်ပင် ထိုအရွယ်ကပင် အပြုံးကို စတင်တွေ့ရှိလာသည်ဟု ဆိုကြသည်။

မည်သို့ပင်ဆိုစေ၊ တစ်လခွဲခန့်အရွယ် ကလေးငယ်တစ်ဦး၏ မျက်နှာတွင် အပြုံးရိပ်များကို စတင်တွေ့မြင်နေရပြီ ဖြစ်၏ ။ ကလေးသည် အသက် ၃ လအရွယ်ရောက်မှပင် အပြုံးကို ကျေနပ်ခြင်းဆိုင်ရာ သင်္ကေတတစ်ခုအဖြစ် သိရှိလာတော့သည်။ ၃ လအရွယ် ကလေးငယ် တစ်ဦးသည် မိခင်၏ မျက်နှာကို ကျက်မှတ်သိရှိလာပြီဖြစ်၍ မိခင်ကို တွေ့သည်နှင့် မတတ် တတတ် ပြုံးပြလာတတ်သည်။ သူ ကျေနပ်ကြောင်း ဖော်ပြလိုသောအခါ လူကြီးများကိုလည်း မရအရ စတင် ပြုံးပြတတ်သည်။ သို့ရာတွင် သူ့အပြုံးသည် မသေသပ်သေး၊ မလှပသေး၊ မတည်ငြိမ်သေးပါ။ ဤအရွယ်ကလေးငယ်တစ်ဦးသည် စံမီအပြုံးတစ်ပွင့်ကို ဖန်ဆင်းရန် အပြင်းအထန် ကြိုးစားနေတတ်ပါသည်။

အသက် ၅ လ၊ ၆ လသို့ ရောက်သောအခါတွင်မူ ကလေးသည် သေသပ်၊ ကျနု၊ လှပစွာ ပြုံးတတ်နေပြီ ဖြစ်၏ ။ ကမ္ဘာပေါ်ရှိ အလှပဆုံး အပြစ်အကင်းဆုံး အပြုံးပွင့်လေးတစ်ပွင့်ကို ဖန်ဆင်းနိုင်ပြီ ဖြစ်၏ ။ ထိုအခါမှသာ ကလေးတစ်ဦးသည် လောကကို အလှဆင်နိုင်သော လူသားတစ်ဦးဖြစ်လာတော့သည်။ ကလေးငယ်တစ်ဦး၏ ကြည်စင်လင်းလက်နေသော အပြုံးလေး သည်ပင်လျှင် ဤလောကကြီး၏ ငြိမ်းချမ်းရေး သင်္ကေတတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

မိဘတိုင်း သားသမီးကို ချစ်သည်။ သို့ရာတွင် ရင်ထဲက ချစ်နေရုံမျှနှင့်မပြီး၊ ကလေးသိရန် လိုသည်။ အချစ်၏ သင်္ကေတသည် အနမ်းဖြစ်သည်။ ပိုက်ထွေးယုယမှု၊ ငြင်သာ နွေးထွေးသော ဆက်ဆံမှုများကို ကလေးသည် အလွန်နှစ်ခြိုက်ပါသည်။

‘သင်သည် သင့်ကလေးကို ချစ်ကြောင်း တစ်နေ့တွင် အကြိမ်တစ်ရာခန့်ပြသပါ’ ဟု Benjamim Spock က ပြောဖူးသည်။ ‘အပြော’ မဟုတ်။ ‘အပြ’ ကို ဆိုလိုခြင်းဖြစ်သည်။

နီးစပ်ထိကပ်သော သင့်ကိုယ်ငွေ့များ၊ ယုယပိုက်ထွေးသော သင်၏ လက်များ၊ နှုတ်ခမ်း ပေါ်မှ ဖူးပွင့်လာသော သင်၏ ချိုမြိန် အပြုံးလေးများ၊ ကြည်သာချိုအေးသော သင်၏ စကားပြောသံများ၊ ရွှန်းလွဲတောက်ပသော သင်၏ အကြည့်လေးများ၊ ထိုအရာအားလုံးတို့သည် ကလေးငယ်တစ်ဦး အပြုံးတစ်ပွင့် မွေးဖွားလာစေရန် ဖန်တီးပေးလိုက်သော မောင်းနှင်အားများ ဖြစ်ပါ၏ ။

*

အပြုံးကို အမုန်းဖြင့် တည်ဆောက်၍ မရနိုင်မှန်း လူတိုင်းသိကြပါ၏ ။ သို့ သိနေပါလျက်နှင့် ပင် အသိခေါက်ခက် အဝင်နက်ပြီး ကလေးငယ်အား ပြုံးဖော်မရ။ ပြုံးချိန်မရသော မိဘများ ကျွန်တော်တို့ လူ့အဖွဲ့အစည်း၌ ရှိနေပါသေးသည်။

ကလေး ဘာကြောင့် ပြုံးသနည်း။ ကြည်နူးရွှင်ပျ၊ စိတ်အလိုကျ၍ ပြုံးခြင်းဖြစ်သည်။ ပြုံးလောက်သော စိတ်ခံစားမှုရှိလာ၍ ပြုံးခြင်းဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ကလေးငယ်တစ်ဦးကို ဆက်ဆံရာတွင် သူ၏ နှလုံးသားကို လှုပ်ခတ်စေနိုင်သော ဆက်ဆံရေးမျိုး လိုအပ်ပါသည်။ သင်၏ နှလုံးသားကို အတတ်နိုင်ဆုံး ခင်းကျင်းပြသနိုင်ပါက ကလေးငယ် ပြုံးလာမည်။ သင့်အနမ်း၊ သင့်အပွေ့၊ သင့်အဖက်၊ သင့်အပြုံးများသည် ကလေး၏ နှလုံးသား တံခါးကို

သော့ဖွင့်ပေးလိုက်သော လက်နက်ပုန်း ကလေးများဖြစ်သည်။ ချို့မြဲမြဲ အပြုံးလေးဖြင့် သင့်အား ဆီးကြိုနေသော ကလေးသည် စိတ်လုံခြုံနေသော ကလေးတစ်ဦးဖြစ်ပါသည်။

ကလေးငယ်တစ်ဦးအား ဆက်သွယ်ရန် အကောင်းဆုံးအချိန်သည် ကလေးငယ် အိပ်ရာမှ နိုးပြီး မဝိဘဲ ဆော့ကစားနေသောအချိန် ဖြစ်သည်ဟု စိတ်ပညာရှင်က ဆိုကြသည်။ ပကတိ စိတ်အခြေအနေများဖြင့် ကြည်လင်လန်းဆန်းနေသော အချိန်မျိုးတွင် မိဘများသည် နူးညံ့သော ဆက်ဆံရေးမျိုးဖြင့် ကလေးအား အသိအမှတ်ပြု ဆက်ဆံသင့်ပါ၏ ။ ဤအချိန်သည်ပင် ကျွန်တော် အထက်တွင် ဖော်ပြခဲ့သကဲ့သို့ မိဘများအဖို့ သူတို့၏ နှလုံးသားကို အကောင်းဆုံး ခင်းကျင်းပြသ ပေးသင့်သောအချိန်လည်း ဖြစ်သည်။

အသက် ၂ လ အရွယ်၌ ကလေး၏ မျက်နှာပေါ်တွင် အပြုံးများ ယှက်သန်းနေပြီဟု ဆိုကြသည်။ ရွန်းလဲ့သော မျက်ဝန်းများနှင့် အတူ ဖျတ်ခနဲ လင်းလက်လာသော အပြုံးအစအနများကို လည်း ထိုအရွယ် ကလေးငယ်များ၏ မျက်နှာပေါ်တွင် တွေ့ရတတ်သည်။

သို့ရာတွင် ကလေးသည် ထိုအချိန်၌ အပြုံးကို စိတ်ခံစားမှုဖြင့် မသိရှိသေးပါ။ အသက် ၃ လ၊ ၄ လ အရွယ်သို့ရောက်မှပင် အပြုံးကို ရှာဖွေတွေ့ရှိလာ၏ ။ စိတ်ခံစားမှုနှင့် ဆက်စပ်သိရှိ လာ၏ ။ ၅ လ၊ ၆ လ တွင်မူ ကြည်စင်လင်းလက်သော အပြုံးတစ်ပွင့်ကို လှလှပပ ပြုံးပြတတ်နေပြီ ဖြစ်သည်။ သူ၏ စိတ်ကျေနပ်မှုသင်္ကေတအဖြစ် အပြုံးကို သုံးတတ်လာပြီဖြစ်၏ ။

ထို့ကြောင့် မိဘအုပ်ထိန်းသူများသည် ကလေးငယ်တစ်ဦး ပြုံးတတ်လာရေးတွင် အဟန့်အတား အနှောင့်အယှက်ဖြစ်စေသော မည်သည့်အပြုအမူမျိုးကိုမဆို ရှောင်ကြဉ်သင့်ပါ၏ ။ သို့မှသာ ဤကမ္ဘာပေါ်ရှိ ကလေးငယ်များအားလုံး ပြုံးပျော်နိုင်ကြမည် ဖြစ်သည်။ ထိုအခါ ဤကမ္ဘာကြီးသည်လည်း ငြိမ်းချမ်းသာယာလာမည်။ ဤသည်ပင်လျှင်

ယနေ့လူသားများ လိုလား တောင့်တနေသော ဆန္ဒတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

(Family Magazine ၂၀၀၆-ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ)

*