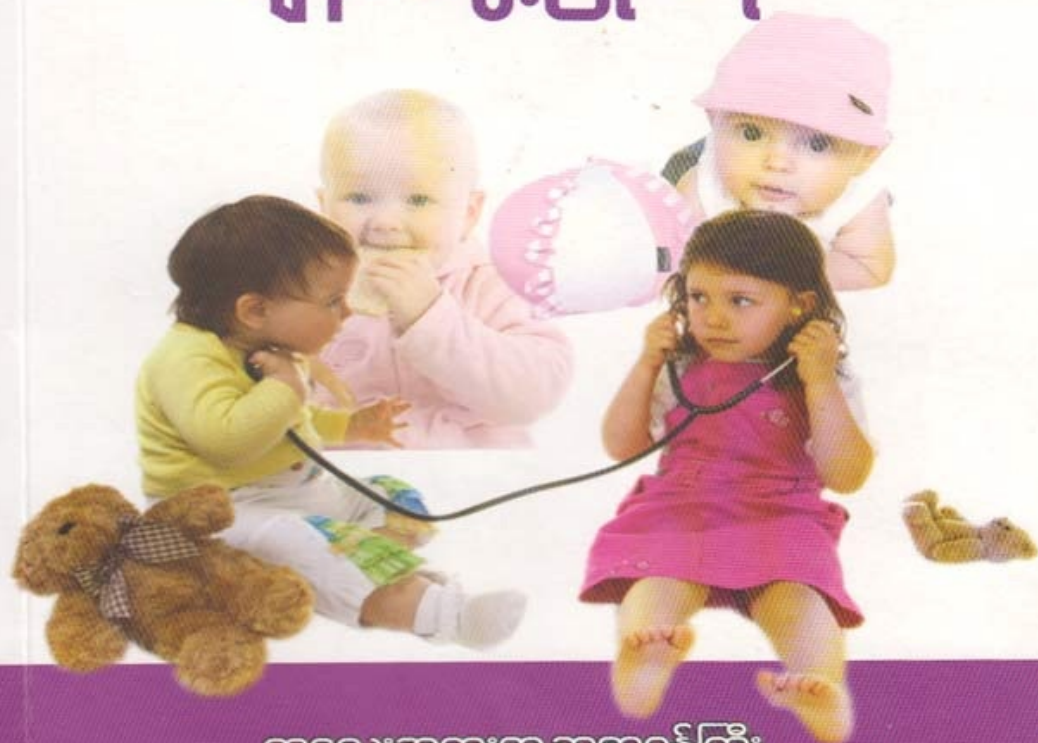


သားသားမီးမီးတို့
ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ
ကျန်းမာဖွံ့ဖြိုးရေး



ကလေးအထူးကု ဆရာဝန်ကြီး
ဒေါက်တာ ခင်မျိုးဟန်

မိဘတို့အနေဖြင့် ထိန်းချုပ်ကိုင်တွယ်ရခက်ခဲသော ကလေးများ ကို တွေ့ရမှာ ဖြစ်သလိုအ လွယ်တကူနားထောင်လိုက်နာတတ်သည့် ဆုံးမရလွယ်သော ကလေးများ ကိုလည်း တွေ့ရ မှာ ဖြစ်ပေသည်။ မိမိတို့ရင်သွေးများ ၏ ပင်ကိုသဘာဝစရိုက်များ ကို မှန်မှန်ကန်ကန်လေ့လာ ၍ အလျှော့အတင်းနှင့် ထိန်းကျောင်းပြုစုစောင့်ရှောက်ပေးနိုင်ပါက သူတို့၏ ဘဝလေးများ ပိုမို ချောမွေ့ သာယာလာနိုင်မှာ ဖြစ်ပေသည်။

မူလသဘာဝမှ

မိဘတို့အနေဖြင့် ကလေးငယ် “ဂျီ”ကျချင်စိတ်မပေါ်နိုင်ရန် တိတိကျကျအကြောင်းပြ၍ ငြင်း ဆန်နိုင်အားရှိရပါမည် ။လူကြီး၏ မရေမရာ ဇဝေဇဝါအခြေအနေကိုကလေးမရိပ်မိစေရန်လွန် စွာ မှအရေး ကြီးပေသည်။ ထိုသို့ ထိန်းသိမ်းနိုင်လျှင် တအိအီနှင့် ဂျီသည်ကလေး၏ စိတ်ကို လွယ်ကူစွာ ထိန်းချုပ်သွားနိုင်မှာ ဖြစ်ပေသည်။

တအိအီနှင့် ဂျီကျတတ်မှု မှ

ကလေးငယ်တစ်ဦးသည်အရွယ်ပေါ်မူတည်၍ အချို့အကျင့်များ ပြောင်းလဲနိုင်သည်။လက်ဦး ဆရာမီနှင့် ဘတို့က အရေး ကြီးဆုံး ဖြစ်သည့်အတွက် ကလေးများ ရှေ့တွင် စံနမူနာကောင်း များ ပြသဖို့လိုအပ်ပေသည်။ မိသားစုအတွင်း :တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး ကြင်ကြင်နာနာနှင့် ဝေမျှစား သောက်နေထိုင်ပုံကိုပြနိုင်လျှင် အရွယ်ရောက်လာသည်နှင့် ကလေးငယ်၌ လည်း အလိုလိုမျှ ဝေခံစားတတ်သည့်အသိ ဖြစ်ပေါ်လာမှာ အမှန်ပင် ဖြစ်တော့သည်။

မျှဝေတတ်စေချင်ပါသည်မှ

မိသားစုအတွင်း :တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦးယဉ်ယဉ်ကျေးကျေး သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့ဆက်ဆံပြောဆိုတတ် ကြခြင်း၊ ကျေးဇူးထုတ်ဖော်၍ ကျေးဇူးတင်ခြင်းတို့သည်အရေး ပါလှသည့်အချက်တို့ပင် ဖြစ် ကြသည်။ ကလေးငယ်အား

သုံးလေးနှစ် အရွယ်မှစ၍ ယဉ်ကျေး လိမ္မာအောင်ပြုစုပျိုး ထောင် ပါမှလူ့ယဉ်ကျေးလေးများ အဖြစ် ကြီးပြင်းလာနိုင်လာပါလိမ့်မည်။

အလိမ္မာလေးများ ဖြစ်စေလို မှ

ကလေးငယ်အား စည်းနှင့် ကမ်းနှင့် ချစ်တတ်ဖို့ လွန်စွာ အရေး ကြီးလှပေသည်။ သူတစ်ပါးအပေါ်အကောင်းမြင်အောင်ကြည့်တတ်၊ တွေးတတ်ဖို့ကို မိဘတို့ကရှေ့ဆောင်လမ်းပြ၍ နွေးနွေးထွေးထွေးသင်ကြား ပျိုးထောင်ပေးအပ်ပေသည်။ သင့်တင့်သည့်အခက်အခဲပြဿနာလေးများ ကိုတိုက်ရိုက်ဖြေရှင်းပေးသည်ထက် ကလေးငယ်ကိုယ်တိုင် ဖြေရှင်းတတ်အောင် ဝိုင်းဝန်းကူညီပေးသင့်ပေသည်။

ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့ဘဝ အစဉ်ရနိုင်ပါ့မလားမှ

*

ဒေါက်တာခင်မျိုး ဟန်

အဖဦးသိန်းဟန်(ဆရာဇော်ဂျီ) နှင့် အမိဒေါ်စောရင်(ကြီးကြီးစော)တို့မှ ၁၉၄၂ ခုနှစ် ဒီဇင်ဘာလ ၁၀ ရက်နေ့တွင် ရန်ကုန်မြို့၊ ကမာရွတ်မြို့နယ်၊ စံရိပ်ငြိမ်အိမ်တွင် မွေးဖွားခဲ့သည်။

ရန်ကုန်မြို့၊ အလံပြဘုရားလမ်းပေါ်ရှိ မက်သဒစ်အင်္ဂလိပ်အထက်တန်းကျောင်း (ယခု ဒဂုံ အ.ထ.က ၁)မှ ၁၀ တန်းကို ၁၉၅၉ ခုနှစ် မတ်လတွင် အောင်မြင်ခဲ့သည်။ ရန်ကင်းကောလိပ်နှင့် ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်တို့မှ ဥပစာသိပ္ပံအပိုင်း(က)နှင့် (ခ)အတန်းများ ကို အဆင့်ဆင့်အောင်မြင်ပြီး နောက်ရန်ကုန်တက္ကသိုလ် ဆေးသိပ္ပံပညာဌာန(လမ်းမတော်)သို့ ရောက်ခဲ့သည်။ ၎င်းဆေးသိပ္ပံပညာဌာနမှ ၁၉၆၆ ခုနှစ်တွင် အမ်ဘီဘီအက်စ်(ရန်ကုန်) ဘွဲ့ကို ရရှိခဲ့သည်။

ရန်ကုန်ပြည်သူ့ဆေးရုံကြီးတွင် အလုပ်သင်ဆရာဝန်အဖြစ် တစ်နှစ်
တာဝန်ထမ်းဆောင်ပြီး နောက်ဖျာပုံပြည်သူ့ဆေးရုံသို့ လက်ထောက်ဆရာဝန်အ
ဖြစ်ပြောင်းရွှေ့တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့သည်။

၁၉၆၉ ခုနှစ်တွင် ရန်ကုန်ကလေးဆေးရုံကြီး၊ ရန်ကုန် ဆေးတက္ကသိုလ်(၁)၏
ကလေးကျန်းမာပညာဌာနသို့ နည်းပြဆရာမ အဖြစ်နှင့် ပြန်လည်ပြောင်းရွှေ့လာခဲ့သည်။
၁၉၇၂ ခုနှစ် အောက်တိုဘာလတွင် ကိုလံဘိုစီမံကိန်းပညာတော် သင်အဖြစ်
အင်္ဂလန်နိုင်ငံသို့ စေလွှတ်ခြင်းခံရသည်။ ၁၉၇၃ ခုနှစ် D.C.H(Diploma in Child Health)
ဘွဲ့ကို Royal College of Physicians and Surgeon, Glasgow မှ ရခဲ့သည်။

၁၉၇၃ ခုနှစ် မြန်မာပြည်သို့ပြန်ရောက်ပြီး ရန်ကုန်ကလေးဆေးရုံကြီး၌
ကုသရေးနှင့် သင်ကြားရေး အပိုင်းတို့တွင် ဆက်လက်၍ တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ရာ ၁၉၇၈
ခုနှစ် ပုသိမ်သို့ပြောင်းသည့်ကာလ အထိပင် ဖြစ်သည်။

ဧရာဝတီတိုင်း၊ပုသိမ်မြို့တိုင်းဆေးရုံကြီးတွင် ၁၉၇၈ ခုနှစ်မှစ၍ ၁၉၉၀ ပြည့်နှစ်
အထိတာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ပြီး ၁၉၉၀ ပြည့်နှစ် ဧပြီလတွင် ရန်ကုန်ကလေးဆေးရုံကြီးသို့
ပြန်လည်ပြောင်းရွှေ့ခြင်းခံရသည်။ ၁၉၉၁ ခုနှစ်တွင် ရာထူးတိုးမြှင့်၍ ပြောင်းရွှေ့
ရန်အခြေအနေဖြစ်လာရာ အသက်ကြီးလာပြီဖြစ်သော မိခင်ကြီးအား ငဲ့ညှာသော စိတ်ဖြင့်
ရာထူးတိုးမြှင့်ခြင်းကိုငြင်းပယ်၍ အလုပ်မှနှုတ်ထွက်ခွင့်ကိုသာတောင်းခံခဲ့ပါသည်။ ၁၉၉၁
ခုနှစ်မှတင်ခဲ့သော နုတ်ထွက်ခွင့်မှာ ၁၉၉၃ ခုနှစ် ဒီဇင်ဘာလတွင် မှရသဖြင့် အမှု
ထမ်းဘဝ၌ ၂၆ နှစ်ကျော်ကျော် တာဝန်ထမ်းဆောင်ပြီး အနားယူခဲ့သည်။

အမှုထမ်းက ၂၆ နှစ်တွင် ဖျာပုံပြည်သူ့ဆေးရုံတွင် အမှုထမ်းခဲ့သောနှစ်နှစ်
မှလွဲလျှင် ကျန် ၂၄ နှစ်မှာ ကလေးကျန်းမာရေးနှင့် သက်ဆိုင်သော တာဝန်များကိုသာ
ထမ်းဆောင်ခဲ့သည်။

အမှုထမ်းဘဝမှာ အနားယူပြီး ညနေပိုင်းဆေးခန်းထိုင်သည်မှလွဲ၍
အခြားအလုပ်များကိုမလုပ်ဘဲ ကလေးကျန်းမာရေးနှင့် သက်ဆိုင်သော ကျန်းမာရေး

ပညာပေးဆောင်းပါးများ ကိုသာ လုံမ လေးမဂ္ဂဇင်း၌ ‘သန်စွမ်းစေလို
သားသားမီးမီးတို့ကို’ဟူသော ခေါင်းစဉ်ဖြင့် လစဉ်ရေး သားခဲ့သည်မှာ ၁၉၉၃ ခုနှစ် မှ ၂၀၀၇
ခုနှစ် ဇန်နဝါရီလအထိ ဖြစ်ပါသည်။ ‘သားသားမီးမီးတို့ ကျန်းမာသန်စွမ်းဖို့၊ ‘သားသားမီးမီးတို့
ဖြစ်တတ်သော ရောဂါ များ ’၊ ‘သားသားမီးမီးတို့ ဖြစ်တတ်သော ရောဂါ များ -၂’ နှင့်
‘သားသားမီးမီးတို့ ဖြစ်တတ်သော ရောဂါ လက္ခဏာများ ’ ကလေးကျန်းမာရေး စာအုပ်များ ရေး
သား ထုတ်ဝေခဲ့ပြီ ဖြစ်သည်။

*

အမှာစာ

စာရေး သူအနေနှင့် ယခင်ကရင်သွေးငယ်များ ဌ အဖြစ်များ တတ်သော ရောဂါများ အကြောင်း၊ ၎င်းအရွယ်တို့တွင် အတွေ့ရများ သော ရောဂါ လက္ခဏာများ အကြောင်း စသည်တို့ကိုရေး သားစုစည်း ၍ ၊ စာအုပ်များ အဖြစ်တင်ဆက်ခဲ့ဖူးပါသည်။ ဆက်လက်၍ ကလေးငယ်များ ၏ အရွယ်အလိုက်၊ ခန္ဓာ ကိုယ်ဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်မှု ၊ စိတ်ဓာတ်ဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်မှုများ အလိုက် ဖြစ်ပေါ်နိုင်ကြသော သဘာဝ ဖြစ်စဉ် များ အကြောင်းကို မိဘများ သိရှိနားလည်စေရန် Family Health Journal တွင် အပတ်စဉ်ရေး သား ခဲ့ပါသည်။ မိဘများ အနေနှင့် မိမိတို့ရင်သွေးငယ်များ ၏ သဘာဝ ဖြစ်စဉ်များ အပေါ်မှီငြမ်း၍ ၎င်းတို့၏ ကိုယ်စိတ်နှစ် ဖြာကျမ်းမာဖွံ့ဖြိုး ရေး ကိုပိုမိုချောမွေ့စွာ ထိန်းကျောင်းပြုစုစောင့်ရှောက်ပေးနိုင်ရန်ရည် သန်ခဲ့ခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

ထိုကဲ့သို့ အပတ်စဉ်ရေး သားခဲ့သော ရင်သွေးငယ်တို့၏ ကိုယ်စိတ်နှစ် ဖြာကျန်းမာဖွံ့ဖြိုး ရေး ဆောင်းပါးများ ကိုယခုစာအုပ်တွင် အခန်းကဏ္ဍကြီးသုံးခုခွဲ၍ စုစည်းတင်ပြထားပါသည်။ ပထမကဏ္ဍ ဖြစ်သော ‘သားသားမီးမီးတို့၏ သဘာဝ’တွင် ရင်သွေးငယ်တစ်ဦးချင်းစီ၏ မူလသဘာဝ ပင်ကိုစရိုက် များ အကြောင်းကိုမိဘတို့ နားလည်သဘောပေါက်စေရန် သီးခြားဖော်ပြထားခဲ့သည်။ ဆက်လက်၍ ထိုကဏ္ဍ၌ ပင် ကလေးငယ်တို့၏ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုး မှု နှင့် ပတ်သက်သည့် ‘ကြောက်ရွံ့တတ်သည့် သဘာဝ၊ ရန်လိုဒေါသကြီးသည့်သဘာဝ၊ မနာလို ရန်လိုတတ်သည့်သဘာဝ’အစရှိသည့် မိဘတို့သိ သင့်သည့်ကလေးငယ်ဖွံ့ဖြိုး မှု နှင့် သက်ဆိုင်သော ဆောင်းပါးများ ကို တင်ပြထားပါသည်။ ထိုဆောင်း ပါးများ ကိုဖတ်ရှုပြီးနောက် ကလေးငယ်အားထိန်းချုပ်ကွပ်ကဲရာတွင် မိဘများ ပိုမိုအဆင်ပြေနိုင်စေ မည် ဟု မျှော်မှန်းမိပါသည်။

ဒုတိယအပိုင်း ဖြစ်သော ‘သားသားမီးမီးတို့ကို ပြုစုရေး တွင် အရေး ပါသော မိဘတို့ကဏ္ဍ’ အ ခန်းတွင် ရင်သွေးပြုစုရေး နှင့် ပတ်သက်သည့် ဆောင်းပါးငါးပုဒ်တင်ပြထားပါသည်။ ကလေးငယ်တစ် ဦး၏ ကျန်းမာရေး

အခြေအနေပြယုဂ်ကို အလေးချိန်ဇယားနှင့် ယှဉ်၍ လေ့လာနိုင်ပေသည်။ထို့ကြောင့် ‘ကိုယ်အလေးချိန်’ ဆောင်းပါးသည်မိဘတို့ သိသင့်သိထိုက်သော ဗဟုသုတ ဖြစ်သည်ဟု ယူဆမိပါ သည်။

ကလေးငယ်များ အားပြုစုစောင့်ရှောက်ရာတွင် သန့်ရှင်းရေး ကအရေး ပါသလို နည်းမှန်လမ်း မှန်ပြုစုတတ်ဖို့နှင့် နည်းမှန်လမ်းမှန်ကျွေးမွေးတတ်ဖို့ကလည်း လိုပေသေးသည်။ ထို့ကြောင့် ဤပြုစု ရေး အပိုင်းတွင် မသိမ ဖြစ်၊ သိရမည် သတိပေးညွှန်ကြားမှု ဆောင်းပါးများ ဖြစ်နေပေသည်။ သားငယ် သမီးငယ်တို့အတွက်သာစဉ်းစား၍ မိဘများ အားညွှန်ကြားနေရုံနှင့် မလုံလောက်သေးဘဲ မိဘတို့ ဘက်မှခံစားချက်နှင့် အခက်အခဲများ ကိုပါ ကိုယ်ချင်းစာ၍ မိဘများ သားငယ်၊ သမီးငယ်တို့ကိုပြုစု စောင့်ရှောက်ရင်းနှင့် စိတ်ပေါ့ပေါ့ပါးပါး ဖြစ်စေရန် မည် သို့နေထိုင်သင့်ကြသည်ကိုလည်း တင်ပြထား ပါသည်။

နောက်ဆုံးကဏ္ဍ ဖြစ်သော ပျိုး ထောင်ရေး အပိုင်းတွင် ယခုခေတ်မိဘများ အနေနှင့် သတိမ ထားမိဘဲ အမှတ်တမဲ့လျစ်လျူရှုထားခဲ့လေ့ရှိကြသော စည်းကမ်း ပေးခြင်းကိစ္စနှင့် ပတ်သက်သည့် ဆောင်းပါးများ ကိုဖတ်ရှုရမှ ဖြစ်ပေသည်။ ကလေးတစ်ဦး၏ လက်ရှိကလေးဘဝတွင် သာမက လူကြီး ဘဝတိုင်အောင် ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် လိုက်လျောညီထွေ ဆက်ဆံနေထိုင်တတ်ပြီးဘဝတွင် ‘ချမ်းမြေ့မှု ’ ကိုပိုင်ဆိုင်နိုင်ရန်မိဘတို့ဘက်မှ မည် သို့ မည် ပုံပံ့ပိုးကွပ်ကဲပေးသင့်သည်တို့ကိုလည်း ‘ပျော်ရွှင် ချမ်း မြေ့ဘဝ အစဉ်ရနိုင်ပါ့မလား’နှင့် ‘လိုက်လျောညီထွေ ကျင့်တတ်ပါစေ’ဆောင်းပါးများ တွင် ဖတ်ရှုလေ့ လာနိုင်ပါသည်။

မိမိတို့ရင်သွေး၌ တာဝန်ယူတတ်သည့်စိတ် ဖြစ်လာစေရန်သော် လည်းကောင်း၊ ယဉ်ကျေး သိမ်မွေ့သည့်အလိမ္မာလေးများ ဖြစ်လာစေရန်သော် လည်းကောင်း မိဘတို့အနေနှင့် မိသားစုအတွင်း ၊ မည် သို့ ဆက်ဆံပြုမူသင့်ကြောင်းကို တင်ဆက်သည့်ဆောင်းပါးများ ပါရှိသလို မိဘများ အနေနှင့် ဆန္ဒ လောကြီး၍ ကလေးအား ပျို ၊ ထောင်မှု စောသွားလျှင် ဒုက္ခရောက်နိုင်သည့်ဆောင်းပါးလည်းပါနေခဲ့ပါ သည်။ နောက်ဆုံးအနေနှင့် ကလေးငယ် အဖော်မွန်သည်မိဘ ဖြစ်ဖို့ မည် သို့သော အရည်အချင်းများ

ရှိသင့်သည်ကိုလည်း မိမိကိုယ်ကိုယ် မိမိဆန်းစစ်ကြည့်နိုင်ရန် တင်ဆက်ထားပါသေးသည်။

ဤစာအုပ်ပါဆောင်းပါးများ ကိုဖတ်ရှုပြီးနောက် ရင်သွေးငယ်များ ၏
ကိုယ်စိတ်နှစ် ဖြာကျန်းမာ ဖွံ့ဖြိုး ရေး တွင် မိဘတို့အနေနှင့် အထောက်အကူ
ဖြစ်စေသည့်အခွင့်အရေး များ ရခဲ့သည်ဟုဆိုလျှင်စာ ရေး သူ၏ ရည်ရွယ်ချက်၊
အောင်မြင်သည်ဟုဆိုရမည် ဖြစ်ပါသည်။

ဒေါက်တာ ခင်မျိုး ဟန်

၂၀၁၄ ခုနှစ်၊ ဧပြီလ ၂၇ ရက်။

*

မူလသဘာဝ

မိဘတို့အနေဖြင့် ဖြစ်စေ၊ ကလေးငယ်တို့၏ ပထမဦးအစ မူကြိုစရာအနေဖြင့် ဖြစ်စေ ကလေး တို့အောင်မြင်ကြစေရန် ပြုစုပျိုး ထောင်ကြမည် ဆိုလျှင် ကလေးတို့၏ မူလပင်ကို သဘာဝလေးများ ကိုအနည်းနှင့် အများ လေ့လာဆင်ခြင်ထားနိုင်လျှင် ပို၍ သင့်တော် မည် ဟုထင်မိပါသည်။

ကလေးတို့၏ ပင်ကိုသဘာဝနှင့် ပတ်သက်၍ တစ်ခါကကျွန်မဖတ်ဖူးသော အင်္ဂလိပ်ကဗျာတို လေးတစ်ပုဒ်ရှိပါသည်။ဖတ်ရင်းသဘောကျမိ၍ တတ်သလောက် မြန်မာလိုဘာသာပြန်ကြည့်မိလိုက် သော အခါ-

‘တချို့ကလေးများ က တွန်းလှည်းပမာ၊ အမြဲအတွန်းခံကြတာ။ တချို့မှာ တော့ လှေငယ်အလား၊ အလှော်ခံဖို့များ ။

တချို့ကျတော့ လေတံခွန်စွန်နယ်၊ ကြိုး တပ်မထားရင် လွင့်သွားနိုင်တယ်။

တချို့ ကတော့ ကြောင်လေးအသွင်၊ ကျောသပ်ပေးရန် ကျေနပ်နေချင်။

တချို့ကျတော့ နောက်တွဲ ပမာ ရှေ့ကဆွဲမခေါ်ရင် အသုံးမဝင်ပါ။ တချို့မှာ တော့ လေပူ ဖောင်း၊ လေအပြည့်နဲ့ဖောင်း။ သေသေချာချာ မကိုင်တွယ်ရင် ပေါက်ကွဲထွက်သွားမယ်ပြင်။

တချို့မှာ တော့ အစဉ်အမြဲ ပူးပေါင်းလွယ်ပြီး အားကိုးရတာ ပဲ’ ဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။

ယင်းကဗျာလေးအတိုင်းပင် ကလေးတစ်ဦးစီသည်ပုံစံတစ်မျိုး စီနှင့် ကွဲပြားခြားနားစွာ ကြီး ပြင်းလာကြသည်ကိုတွေ့ နေရပါသည်။ မိသားစုတစ်စုတည်းမှာ ပင် အကြီးနှင့် အလတ်မတူကြသလို အငယ်နှင့် အထွေးတို့လည်းတူကြမှာ မဟုတ်ပါပေ။ ထိုသို့ တစ်မျိုး စီပုံစံကွဲပြားနေကြခြင်းကပင်လျှင် သူတို့တစ်ဦးစီ၏ ထူးခြားမှု လေးများ ဟု ဆိုနိုင်ပါသည်။ သို့ ရာတွင် အခြေခံလိုအပ်ချက်များ ကိုလေ့လာ လိုက်သည့်အခါဆင်းရဲချမ်းသာမရွေး ကလေးအားလုံး၏ လိုအပ်ချက်များ သည်

တူညီနေကြသည်ကို တွေ့နိုင်ပေသည်။

ကလေးတို့၏ တူညီသည့်အခြေခံ လိုအပ်ချက်ဆိုသည်မှာ သူတို့၏ ခန္ဓာကိုယ်ဖွံ့ဖြိုး
: ကြံ့ခိုင်ရေး အတွက်ပြည့်ဝသည့်အာဟာရနှင့် ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှု များ ဖြစ်သလို
သူတို့လေးတွေ ၏ စိတ်ဓာတ်ဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်ရေး အတွက်အရေး ကြီးလှသော
ချစ်ခြင်းမေတ္တာခံယူရရှိရေး နှင့် security ဟုဆိုရမည့် လုံခြုံမှု ရရှိရေး တို့လည်း ပါပေသည်။

ကလေးတိုင်းလိုလို လမ်းကြောင်းတစ်မျိုး တည်းနှင့် ဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်လာသည်ကို
တွေ့ရသော် ငြားတစ်ဦးချင်းစီတွင် သူ၏ မူပိုင်ဖွံ့ဖြိုးမှု ပုံစံနှင့် သူ
ဖြစ်နေသည့်အတွက်တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦးဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်မှု
မတူညီဘဲကွဲပြားသွားကြဟန်ရှိသည်။ တိုးတက်မှု မြန်၍ ရှေ့ရောက်နေသည်က ပိုသာ၊
ပိုကောင်း သည်ဟုတော့ တစ်ထစ်ချမှဆိုနိုင်ပါပေ။ ကလေးတစ်ဦးချင်းစီသည်သူ့စံနှုန်းနှင့် သူ
ဖွံ့ဖြိုး နေ၍ ဖြစ်ပါ သည်။

ကလေးများ ၏ ဖွံ့ဖြိုး မှု များ ကိုအသေးစိတ် လေ့လာမည် ဆိုလျှင်ခန္ဓာကိုယ်ဖွံ့ဖြိုး
တိုးတက်မှု နှင့် ဉာဏ်ရည်ဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်မှု ဆိုသည့်မူလ ခန္ဓာဖွံ့ဖြိုး မှု အပိုင်းနှင့် ဆက်ဆံရေး
ပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုး တိုးတက် မှု နှင့် စိတ်ခံစားမှု ဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်မှု ဟုဆိုသည့်ရင့်ကျက်မှု
ပိုင်းဆိုင်ရာ စိတ်ဖွံ့ဖြိုး မှု အပိုင်းဟူ သော အပိုင်းနှစ် ပိုင်းဖြင့် ဖွံ့ဖြိုး
တိုးတက်နေကြလေ့ရှိသည်ကို တွေ့ကြရပေမည် ။

ကလေးတစ်ဦးသည်တစ်နေရာတွင် ဖွံ့ဖြိုး မှု ရှေ့ရောက်နေသော်လည်း
နောက်တစ်နေရာ တွင် နောက်ကျနေသင့်နေနေနိုင်တတ်သည်ကိုမြင်ကြရသည်။ ဥပမာ-
ကလေး တစ်ယောက် သည် စ ကားလုံးကြွယ်ဝမှု အပိုင်းတွင် အခြားကလေးများ
ထက်သာနေကြောင်းတွေ့သည်ဆိုပါစို့။ သူသည်အ ရုပ်စာအုပ်တစ်အုပ်တွေ
လျှင်ခေါင်းမဖော်နိုင်အောင် စိတ်ဝင်တစားရှိတတ်ပြီးယင်းစာအုပ်ထဲမှ စာ
လုံးအသစ်အဆန်းများ ကိုမေးမြန်း၍ ရွတ်ဖတ် ကျက်မှတ်နေလေ့ရှိသည်။ သူနေသော မူကြို
ကျောင်း တွင် စာလုံးတော် တော် များများ ကို ကူးရေး နေနိုင်ပြီးစာလုံးအသစ်တက်လျှင်လည်း
ခဏလေးနှင့် သိ လွယ်၊ တတ်လွယ်လျက်နေရာတကျလည်း ပြန်အသုံးချတတ်နေသည်။

သို့ရာတွင် အရွယ်တူကလေးများ နှင့် ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားကစားဖို့ဆိုလျှင် သူ သဘောမကျတော့ပြီ။ အခြားကလေးများ နှင့် လည်းသင့်မြတ်အောင် မနေတတ်သည့်အပြင် သူ၏ လှုပ်ရှားမှု များ သည်ပုံမှန်မဟုတ်ဘဲ ယိမ်းယိမ်းယိုင်ယိုင် ဖြစ်နေတတ်သည်။ ထိုသို့ သော ကလေးမျိုး ကိုလေ့လာ ကြည့်လျှင် ဉာဏ်ရည်ဉာဏ်သွေး အနေဖြင့် ထက်မြက်ရှေ့ ရောက်နေသော်လည်း အခြားဖွံ့ဖြိုးမှု အရည်အသွေးများ တွင် နောက်ကျနေသည်ကို တွေ့နိုင်သည်။

ထိုနည်းတူစွာ အချို့ကလေးများ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး ပြေပြစ်၍ ချုံ့ပြုံး ရွှင်နေတတ်ပြီး ဆရာ၊ ဆရာမ တို့၏ စကားကိုလည်း လိုက်နာတတ်သည်။ သို့ရာတွင် အချိန်ကြာကြာအာရုံစိုက်ရမည့် ကိစ္စများ တွင် သူစိတ်မရှည်တတ်သည်ကိုမကြာခဏ တွေ့ရသည်။ မူကြိုကျောင်းတွင် ဆရာခိုင်းပါက စိတ်ဝင်တစား လုပ်တတ်ပါသော်လည်း သူ့အလှည့်ရောက်ဖို့စောင့်ရန်ကိုမူ စိတ်မရှည်တတ်ချေ။ ထိုကလေးမျိုး ကိုလေ့လာလျှင် လူမှု ဆက်ဆံရေး ဖွံ့ဖြိုးမှု နှင့် စိတ်ခံစားမှု ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး အပိုင်းတို့က မူလခန္ဓာ၏ ဖွံ့ဖြိုး အပိုင်းများ ဖြစ်ကြသော ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားဖွံ့ဖြိုးမှု နှင့် ဉာဏ်ရည်ဖွံ့ဖြိုးမှု အပိုင်းတို့ထက် ပို၍ သာလွန်ကောင်းမွန်နေသည်ကို တွေ့ရှိနိုင်ပေမည်။

အတော်များများ သော လူကြီးမိဘတို့သည် ကလေးတစ်ယောက် ကို လူတစ်ဦးအနေဖြင့် ကြည့်ဖို့မေ့နေတတ်လေ့ရှိသည်။ သူတို့အနေဖြင့် ကလေး၏ ဉာဏ်ရည်ဉာဏ်သွေး စွမ်းဆောင်နိုင်ချက်တစ်မျိုး တည်းကိုပင် ကြည့်လေ့ရှိနေတတ်ပေသည်။ အမှန်တကယ်တွင် ကလေးတစ်ဦးသည် ငယ်စဉ်အချိန်မှစ၍ သူ၏ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး ဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးမှု နှင့် စိတ်ခံစားမှု ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု တို့ သည်လည်း ခန္ဓာကိုယ်ဖွံ့ဖြိုးကြံ့ခိုင်မှု နှင့် ဉာဏ်ရည်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု တို့ကဲ့သို့ပင် အရေးကြီးလှသည်ကို မိဘများ အား သိစေချင်ပါသည်။

ကလေးတစ်ဦးအနေဖြင့် သူနေထိုင်ရာအသိုင်းအဝိုင်းတွင် ဝင်ဆံ့နေသည်၊ တန်းတူအခြား ကလေးများ နှင့် ရောနှော၍ ပါဝင်လှုပ်ရှားကစားနေနိုင်သည်ဟု ခံယူနိုင်မှသာလျှင် သူသည် ယင်းအသိုင်းအဝိုင်းမှာ သင်ယူလေ့လာဖို့ စိတ်ဝင်စားလာမှာ

ဖြစ်ပေမည်။

ကလေးဘဝတွင် ဖွံ့ဖြိုးမှု များ သည် များ သော အားဖြင့်တစ်ခုနှင့် တစ်ခု ဆက်စပ်မှု များ ရှိနေ တတ်ကြသည်ကိုအလွယ်တကူ လေ့လာတွေ့ရှိနိုင်ပါသည်။ ဖွံ့ဖြိုး ဆဲကာလတစ်လျှောက်တွင် လည်း အမြဲတစေဆက်တိုက်ချောမွေ့တိုးတက်အောင်မြင်နေသည် ဟူ၍ မရှိတတ်ကြပါပေ။ တည်တည်တံ့ တံ့နှင့် တည်ငြိမ်သွားသည့်အချိန်များ ရှိသလို တည်ငြိမ်သည့်အပိုင်း၏ နောက်တွင် ပြောင်းလဲမှု အသစ် များ (ဆိုလိုသည်မှာ သင်ယူစရာ အသစ်များ) ရှိလာနိုင်ပါသည်။

ထိုကဲ့သို့ သင်ယူစရာအသစ်များ ကို သင်ယူဖို့ကလေးငယ်သည် သူ၏ ပတ်ဝန်းကျင်တွင် သင့် လျော်သလိုပြောင်းလဲမှု များ လုပ်ရသော ကြောင့် အချိန်အတန်ငယ်လိုကောင်းလိုပေလိမ့်မည်။ ထိုသို့ သင့်လျော်စေရန်ညှိနေရသည့် အချိန်လွန်မြောက်သွားပြီဆိုလျှင် သူသည်ပို၍ အဆင့်မြင့်သည့်တိုး တက်မှု အသစ်တစ်ခုကိုပိုင်ဆိုင်သွားပြီဟုဆိုနိုင်ပါမည်။ တစ်နည်းဆိုရလျှင်ကလေးငယ် တစ်ယောက် တွင် ဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်မှု တစ်ခု ဖြစ်လာဖို့ရန် အချိန်အနည်းငယ်ယူ၍ သူ့ဘာသာသူ သင့်လျော်အောင်စီမံ ဆောင်ရွက်ရလေ့ရှိပြီး ယင်းဖွံ့ဖြိုး မှု ကို သူ ပိုင်သွားပြီဆိုလျှင် နောက်ဖွံ့ဖြိုး မှု အသစ်တစ်ခုက သူ့ရှေ့တွင် ထပ်ပေါ်လာနိုင်ပြန်သလို ပြောင်းလဲမှု လည်း ဖြစ်လာနိုင်ပြန်သည်။ ထိုပြောင်းလဲမှု အသစ်ကို သူ အချိန်ယူ၍ ထပ်မံကျော်လွှားနိုင်ရန် သူ့ဘာသာသူ သင်ယူပြင်ဆင်ဆောင်ရွက်ရပြန်သည်။ ထိုကဲ့သို့တစ်ဆင့်စီတက်သွားရင်းဖြင့် ကလေးတို့သည်တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးလာကြရပေသည်။ ကလေးတို့သည် တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုး ပုံကွဲပြားခြားနားကြသည့်တိုင် ဤနည်းဖြင့် ပင်တစ်ဆင့်ချင်းစီတိုး တက်ပြောင်းလဲလာကြရသည်။ သူတို့၏ ဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်မှု ခရီးလမ်းကြောင်းသည် ဤသို့ ဖြင့်ပင်အ ဆင့်ဆင့်ဖြတ်သန်းပြောင်းလဲလာကြရပါသည်။

အသက် တစ်နှစ် အောက်အရွယ်မှာ သူတစ်ပါးလုပ်ပေး၊ ပြု စုပေးသည်ကိုခံယူနေကြရသည့် အချိန်အခါများ ဖြစ်ပေသည်။ သူတစ်ပါးကို အားကိုးနေကြရသည့်အချိန်ဟုပင် ဆိုရမည်။ ထိုအချိန် တွင် သူ့အား ပြု

စုပေးနေသည့်ပတ်ဝန်းကျင်မှ မိသားစုဆွေမျိုး သားချင်းများ က သူ့အပေါ်တွင် နွေးနွေး
ထွေးထွေးနှင့် ကြင်ကြင်နာနာ ယုယုယယနှင့် ဆက်ဆံနေကြလျှင်
ကလေးငယ်သည်မိသားစု၏ ချစ် ခင်ကြင်နာမှု နှင့် မေတ္တာကိုအပြည့်အဝရနေသူဟု
ခေါ်ဆိုနိုင်ပေမည်။ ထိုအခါသူ့တွင် စိတ်လုံခြုံမှု ရသ ဖြင့်သူ့ကိုယ်သူ ယုံကြည်မှု အပြည့်အဝ
ရလာနိုင်ပေတော့မည်။

နည်းနည်း အသက်ပိုကြီးလာသည့် သုံးလေးနှစ် အရွယ်ရောက်လျှင်မူ
သူ့ဘာသာသူ လုပ်နိုင် သည်များ ရှိလာနိုင်ပေပြီ။ ငယ်စဉ်အခါကသူပတ်ဝန်းကျင်မှ
ကမ္ဘာလေးသည်ကျဉ်းမြောင်းလှပေ သည်။ သူ့မိဘ၊ သူ့မောင်နှမနှင့် သူ့အိမ်သူအိမ်သား၊ဆွေမျိုး
များ လောက်သာရှိကြသည်။ ကျောင်းနေ သည့်အရွယ်ရောက်လျှင်မူ
သူ့ကမ္ဘာလေးသည်ကျယ်ပြန့်လာရပေတော့မည်။ ကျောင်းတွင် ဆရာ၊ ဆရာမ များ၊
အခြားရွယ်တူကလေးများ စသည်တို့နှင့် သူဆက်ဆံလာရပါတော့မည်။ ကလေး၏ ကမ္ဘာ
လေးသည် ပြောင်းလဲလာရပြီ ဖြစ်သည့်အလျောက် သူ၏ အပြုအမူ ဆက်ဆံရေး
တို့သည်လည်း ပြောင်းလဲ၍ လာရပေတော့မည်။

အသစ်ရင်ဆိုင်ရသည့်ပတ်ဝန်းကျင်တွင် သူကြုံတွေ့ရမည့် အတွေ့အကြုံ၊
အသစ်တို့ကိုအဆင် ပြေပြေရင်ဆိုင်နိုင်စေရန်ဆက်ဆံရသည့် လူစိမ်းသူစိမ်းများ
ကိုအထိုက်အလျောက် ပြေလည်အောင် သူဆက်ဆံနိုင်ဖို့လေ့လာသင်ယူရပါမည်။ သူ၏
ပတ်ဝန်းကျင်အသစ်နှင့် သူ အဆင်ပြေပြေနေတတ်ဖို့ မကြိုး စားလျှင် သူ အောင်မြင်မှာ
မဟုတ်တော့ပါပေ။ ဆိုလိုသည်မှာ သူပတ်ဝန်းကျင်အသစ်တွင် ပျော်ရွှင်နိုင်မှာ
မဟုတ်ဆိုသည်ကို သူလက်ခံရပေတော့မည်။ထို့ကြောင့် ကလေးငယ်သည်ကြိုး စား၍
ဆီလျော်အောင်၊ လိုက်လျောညီထွေ ဖြစ်အောင် ဆောင်ရွက်လာတတ်ပေတော့သည်။

အသစ်အဆန်းဗဟုသုတများ ကို လေ့လာရှာဖွေသည့်နေရာတွင် လည်း
တစ်ခါတစ်ရံအချို့ ကလေးငယ်တို့သည်အလောတကြီး လေ့လာတတ်သူများ ဖြစ်ကောင်း
ဖြစ်နေတတ်သည်ကို တွေ့ရ မည်။ အတွေ့အကြုံအသစ်များ ကို သူ့မှာ ရှိပြီးသားအတွေ့
အကြုံများ အပေါ် ထပ်လောင်း၍ ပိုမိုဖွံ့ဖြိုး သည့်အမြင်များ ရလာအောင် ကြိုး စားကောင်းကြို

စားပါလိမ့်မည်။ သူ၏ ကြိုးစားမှု သည် သူ၏ နဂိုရှိ ရင်းစွဲကိုယ်တွေ့အလေ့အကျင့်၊ သူ၏ အသက်နှင့် လိုက်ဖက်သည့်ဖွံ့ဖြိုးမှု၊ သူ၏ ကျန်းမာရေးနှင့် သူ၏ ပတ်ဝန်းကျင်မှ မိသားစုတို့၏ အားပေးကူညီမှု တို့အပေါ်တွင် များစွာ မူတည်၍ အောင်မြင်လာမည် ဖြစ်ပေသည်။

ကလေးတို့၏ တိုးတက်မှု သဘာဝ ဖြစ်စဉ်ကို လေ့လာပြီးနောက် ဆောင်းပါးအစတွင် ဖော်ပြခဲ့သည့်ကဗျာလေးထဲမှအတိုင်းပင် ကလေးတစ်ဦးချင်းစီ၏ ပင်ကိုစရိုက်ကိုလေ့လာ၍ တွန်းတွန်းထိုးထိုးအားပေးရမည် ကလေးကို တွန်းတွန်းထိုးထိုးလုပ်ဆောင်စေမှ အောင်မြင်စေနိုင်သလို သာသာ ကြည်ကြည်နှင့် အနည်းငယ်ပဲပိုးပေးရုံနှင့် ပြီးနိုင်သည့်ကလေးကိုလည်း လွယ်လွယ်ကူကူပဲပိုးပေးခြင်းဖြင့် ပြီးစေနိုင်ပါသည်။ အလောတကြီးရှိလှ၍ မသေမသပ် လှုပ်ပြာသော ကလေးကို အလောတကြီးမဖြစ်စေရန်လေ့ကျင့်ပေးဖို့လိုသလို သူများဦးဆောင်မှုကိုသာခံယူချင်၍ မကြိုးစားချင်သူ ကလေးများကိုကြိုးစားချင်လာအောင်ဖေးမပေးရမှာ ဖြစ်သော်လည်း ဖိအားပေးသလိုအဖြစ်ကိုတော့ မရောက်စေလိုပေ။

မိဘတို့အနေဖြင့် ထိန်းချုပ်ကိုင်တွယ်ရခက်ခဲသော ကလေးများကိုတွေ့ရမှာ ဖြစ်သလို အလွယ်တကူနားထောင်လိုက်နာတတ်သည့် ဆုံးမရလွယ်သော ကလေးများကိုလည်း တွေ့ရမှာ ဖြစ်ပေသည်။ မိမိတို့ရင်သွေးများ၏ ပင်ကိုသဘာဝစရိုက်များကို မှန်မှန်ကန်ကန်လေ့လာ၍ အလျှော့အတင်းနှင့် ထိန်းကျောင်းပြုစုစောင့်ရှောက်ပေးနိုင်ပါက သူတို့၏ ဘဝလေးများ ပိုမိုချောမွေ့ သာယာလာနိုင်မှာ ဖြစ်ပေသည်။