



လူငယ်ဆိုင်ရာ
လူမှုဆက်ဆံရေး
ပြဿနာများ

ရှုမဝမီဒီယံ

လူငယ်ဆိုင်ရာ
လူမှုဆက်ဆံရေး ပြဿနာများ

ရှုပါသိမ်း

မာတိကာ

၁။	လွတ်လပ်မှုရဲ့ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ		၁
၂။	စာမေးပွဲ		၁၂
၃။	အိပ်စက်ခြင်းဆိုင်ရာပြဿနာ		၁၈
၄။	စိတ်ညစ်လိုက်တာ အကျင့်ပါသွားလိမ့်မယ်		၃၃
၅။	လူငယ်ဘဝကတည်က စိတ်တည်ငြိမ်အောင်လုပ်ထားနိုင်ရင်.....		၃၉
၆။	စိတ်နှလုံးဖြေလျှော့တတ်မှ ကျန်းမာတဲ့ နှလုံးလှဖြစ်မယ်		၄၆
၇။	ခွင့်မလွှတ်တတ်ခြင်းမှာ ခါးသီးမှုတွေ အပြည့်ပါတယ်		၄၉
၈။	စိတ်ထောင်းလို့ ကိုယ်ကြေရတဲ့အဖြစ်ကို လက်ခံမှာလား		၅၃
၉။	ကြိတ်မှိတ်ခံစား ဟန်ကြီးတစ်ခွဲသား နေမိမှားမယ်		၆၂
၁၀။	ပျိုမြစ်နုနယ်ခြင်းမှ ကြီးပြင်းအိုမင်းခြင်းသို့		၆၅
၁၁။	အခြေခံအကျဆုံးဆဲလ်မှ အဓိကအကျဆုံးစိတ်သို့		၇၁

လွတ်လပ်မှုရဲ့ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ

ယနေ့အခါသမယဟာ အနောက်နိုင်ငံတွေသာမက နည်းပညာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်တဲ့ အရှေ့နိုင်ငံတိုင်းလိုလိုမှာရှိကြတဲ့ ဆယ်ကျော်သက်ရွယ် သားသမီးတို့ဟာ အချိန်ရရင် ရသလို အငြိမ်မီဒီယာ(Passive Media)လို့ခေါ်တဲ့ တီဗီ၊ ဗီစီဒီ၊ အမ်တီဗီ၊ ဂိမ်း ပလေယာတို့နဲ့ အချိန်ဖြုန်းတတ်ကြတယ်။ ထို့အတူပဲ အလှုပ်မီဒီယာ(Active Media)လို့ခေါ်တဲ့ ကွန်ပျူတာအင်တာနက်သုံးစွဲမှုတွေလည်း အချိန်နဲ့အမျှ အသုံး ချနေကြပါတယ်။

လူငယ်တွေဟာ ကမ္ဘာနဲ့ ရင်ပေါင်တန်းပြီး အမီလိုက်နေနိုင်ဖို့ လက်လှမ်းမီ သမျှ မီဒီယာတွေအသုံးပြုပြီး ကမ္ဘာပေါ်မှာ ဒီကနေ့ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ အကြောင်းအရာ တွေကို စက္ကန့်၊ မိနစ်မလပ် လေ့လာအားထုတ်ကြပါတယ်။ ဒါမှလည်း ကမ္ဘာပေါ်မှာ တိုးတက်တဲ့လူငယ်အဖြစ် ရပ်တည်နိုင်ဖို့၊ တခြားနိုင်ငံတွေက လူငယ်တွေနဲ့ယှဉ်ရင် နောက်တန်းမရောက်စေဖို့၊ လူ့အောက်မကျစေဖို့ဆိုတဲ့ အသိဉာဏ်ပညာ၊ ဗဟုသုတ ဖြည့်တင်းရေး မာနတရားထားနေကြတာပါ။ နည်းပညာတိုးတက်နေတဲ့ အာရှ နိုင်ငံတွေက သားငယ်သမီးငယ်တွေဟာ အနောက်နိုင်ငံတွေလိုပဲ နေ့လယ်စာ၊ ညစာ စားနေချိန်မှာတောင် တီဗီရှေ့မှာ နိုင်ငံတကာက ဂြိုဟ်တုဆက်သွယ်ရေးသတင်းတွေ၊ ဖျော်ဖြေပွဲတွေ၊ အခမ်းအနားတွေဖွင့်လှက် တန်းလန်း စားရင်းကြည့်ရှုနေကြတာတွေ ကို မြင်တွေ့နေရပါတယ်။ ဒါဟာ ကမ္ဘာပေါ်မှာ နောက်ဆုံးပေါ် ဖက်ရှင်ဒီဇိုင်း အသစ်အဆန်းကို သိချင်၊ မြင်ချင်တယ်၊ နောက်ဆုံးထွက်တဲ့ သီချင်းခွေ၊ ရုပ်ရှင်၊ ဗီဒီယိုဇာတ်လမ်းတွဲတွေကို သိချင်တယ်။ ခေတ်မီနိုင်ငံကြီးတွေက လူငယ်တွေ ဘာတွေပြောင်းလဲဝတ်ဆင် အသုံးပြု နေထိုင်သွားလာနေကြတယ်ဆိုတာကို သိချင်

တယ်။ ဒီလို ခေတ်ကို မိနေချင်လို့ ဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီလိုသဘောတရားမျိုးဟာ ပြည်တွင်းက လူငယ်ဆယ်ကျော်သက်တွေ အပေါ်မှာလည်း အနည်းနဲ့အများ လွှမ်းမိုးမှု၊ ကူးစက်မှု၊ အတုခိုးမှုလေးတွေရှိနေပြီ ဆိုတာ ငြင်းကွယ်လို့ မရနိုင်ပါဘူး။ ဒီကနေ့ ဆက်သွယ်ရေးစနစ်တွေဟာ အလွန်ကို လျင်မြန်လွယ်ကူလှပါတယ်။ မြန်မာလူငယ်တွေအဖို့ ဖုန်းတစ်ချက်ကောက်နှိပ်ရုံနဲ့ မိုင်ထောင်ချီဝေးတဲ့ ရေခြားမြေခြားက နောက်ဆုံးပေါ် လူငယ်ယဉ်ကျေးမှုတွေကို ရင်ခုန်မက်မောလို့ ရနိုင်တဲ့ အနေအထားရှိပါတယ်။ ဒီတော့ ဒီလို ခေတ်မီတိုးတက်တဲ့ နည်းပညာတွေရဲ့ ကောင်းကွက်ကနေ ပေါ်ထွက်လာတဲ့ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးက ရုပ်ရှင်တွေ၊ ဂီတတွေ၊ ဝတ်စားဆင်ယင်မှုတွေ၊ လူမှုရှင်သန်မှုတွေက တစ်စွန်းတစ်စ ဖော်ပြနေတဲ့ လိင်မှုအသားပေးချက်တွေဟာ ဆယ်ကျော်သက်ရွယ်တို့ရဲ့ ဦးနှောက်နဲ့ နှလုံးသားကို ရိုက်ခတ်လာပါတယ်။

ဆယ်ကျော်သက်ဆိုတာ အသစ်ဆိုတဲ့အရာတိုင်းကို မြတ်နိုးပါတယ်။ အသစ်ဆိုတာတွေကို ရင်ခုန်တတ်ကြပါတယ်။ မသိမမြင်၊ မကြုံဖူးသေးတဲ့ အတွေ့အကြုံအသစ်တိုင်းကို စွန့်စားရှာဖွေတတ်ကြပါတယ်။ ဒီတော့ လိင်မှုဆိုင်ရာ အတွေ့အကြုံသစ်ကိုလည်း ခံစားနားလည်ချင်ကြပါတယ်။ ပထမတော့ မျက်စိနဲ့ကြည့်ရင်ခုန်မိကြတယ်။ နိုင်ငံခြားက အဖော်အချွတ်ပုံတွေနဲ့ ရင်ခုန်ကြမယ်။ ပြီးရင် တစ်ဆင့်တက်ပြီး လိင်မှုအသားပေး ရုပ်ရှင်ပြကွက်တွေကို ခံစားမယ်။ ပြီးရင် လိင်ဆက်ဆံခြင်းအဆင့် ရုပ်ရှင်တွေကို ကြည့်ရှုခံစားကြမယ်။ ပြီးရင်တော့ နောက်ဆုံးအဆင့် ကိုယ်တိုင် လက်တွေ့စမ်းသပ်ခံစားကြည့်ခြင်းဆီကို လူက ဦးမတည်မိသေးရင်တောင် စိတ်ကတော့ တစ်နေ့နေ့တော့... လို့ ကြိတ်ပုန်းခုတ်တော့မှာပါ။

ဒီသဘာဝဟာ လူငယ်နဲ့ စိတ်ပညာ၊ ဆယ်ကျော်သက်တွေရဲ့ စိတ်ပညာမှာ ဖြစ်ပေါ်တတ်တဲ့ သဘာဝအခြေခံစိတ်ပါလို့ စိတ်ပညာပါရဂူတွေက လေ့လာသုံးသပ်ထားတာဖြစ်ပါတယ်။ ဆယ်ကျော်သက်တို့ရဲ့ အဲဒီ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ လှုံ့ဆော်ဖြစ်ပေါ်မှုကို ဘယ်သူမှ ဟန့်တားပိတ်ပင်လို့ မရနိုင်ပါဘူး။ ဟန့်တားပိတ်ပင်ခံရရင်လည်း ခိုးကြောင်ခိုးဝှက်လုပ်ကြမှာ မလွဲပါဘူး။ လိင်မှုအရသာကို ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ စမ်းသပ်ခွင့်ရဖို့ဆိုတာ လွတ်လပ်စွာ သွားလာနေထိုင်ခွင့်ရခြင်းဆိုတဲ့ အခွင့်အရေးနဲ့ တိုက်ရိုက်သက်ဆိုင်ပါတယ်။ တင်းတင်းကျပ်ကျပ်ကြီးချုပ်လှောင်ခံထားရတဲ့ လူငယ်အဖို့က အခုတော့ စမ်းသပ်ခွင့်မရပေမယ့် အခွင့်သင့်ရင်တော့ဆိုတဲ့ ကြိုးဝါးစိတ်နဲ့ နေနေပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီလို အခြေအနေမျိုးဟာ

ဆိုးကျိုးကို ပိုမိုဖြစ်ထွန်းစေပါတယ်။

ယနေ့အချိန်မှာ အိတ်ချ်အိုင်ဗွီ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး ကူးစက်ခံနေရသူတို့ရဲ့ လေးပုံတစ်ပုံဟာ အသက် ၂၀ အောက်လူငယ်တွေနဲ့ ကလေးသူငယ်တွေဖြစ်နေတာကို လေ့လာဖတ်ရှုရပါတယ်။ လူငယ်တွေထဲမှာ ဘာကြောင့် အိတ်ချ်အိုင်ဗွီပိုး ကူးစက်ခံရသလဲဆိုတာကို ဆန်းစစ်ကြည့်ပြန်တော့လည်း လိင်မှုရေးရာအတွေ့အကြုံရချင်လို့ စမ်းသပ်ခြင်းတွေကနေ အများဆုံး ကူးစက်ခံရတာပါလို့ သုတေသနပြုချက်တွေက ဖော်ပြနေပါတယ်။ ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေး အဖွဲ့ကြီးအနေနဲ့လည်း ကမ္ဘာ့လူငယ်ထုအတွင်းမှာ ဒီလို ထိတ်လန့်ဖွယ်အခြေအနေကို အရေးပေါ်အခြေအနေအဖြစ် သတ်မှတ်ပြီး ကမ္ဘာ့နိုင်ငံအသီးသီး၊ လူမျိုးအသီးသီးကို အထူးသတိပြုဖွယ်အဖြစ် အကြောင်းကြား တပ်လှန့်လိုက်ပါတယ်။ တစ်ကမ္ဘာလုံးက လူငယ်တွေကို လိင်မှုကိစ္စကြောင့် ရလာဖွယ်ရှိတဲ့ အိတ်ချ်အိုင်ဗွီပိုးကူးစက်မှုကို အသိပညာပေးမှု၊ ကျန်းမာရေးပညာပေးမှု၊ စာရိတ္တထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်မှု စသဖြင့် အဘက်ဘက်က အရေးယူဆောင်ရွက်ကြစေဖို့ ညွှန်ကြားထားပါတယ်။

ထို့နည်းတူစွာ အထက်တန်းကျောင်းတွေမှာလည်း ကျောင်းသင်ခန်းစာတွေထဲမှာ ထည့်သွင်းသင်ကြားပေးရေးကိုလည်း စီစဉ်နေကြပါတယ်။ အနောက်နိုင်ငံတွေရဲ့ ကျောင်းတွေမှာတော့ ဆယ်ကျော်သက် လိင်ပညာပေးဘာသာရပ် ထည့်သွင်းသင်ကြားနေတာ ကြာပါပြီ။ သို့သော်လည်း သင်ခန်းစာဟာ သင်ခန်းစာသာဖြစ်ပြီး လိင်မှုကိစ္စဆိုတာမျိုးဟာ မိမိကိုယ်ကိုယ် မထိန်းသိမ်းနိုင်ရင် ကိုယ်တိုင် ကိုယ်ကျ ဆုံးဖြတ်ချက်မချနိုင်ရင် ကျူးလွန်မိရက်သား ဖြစ်နေမှာပါ။ ဒါကြောင့် ဆယ်ကျော်သက်တို့အဖို့ အရွယ်မတိုင်ခင် ထိန်းသိမ်းထားနိုင်ရေးဟာ သူတို့ကို နားဝင်အောင် စဉ်ဆက်မပြတ် လမ်းညွှန်ထိန်းကျောင်း ကြပ်မတ်ပေးမှသာ ဖြစ်နိုင်ပါလိမ့်မယ်။ ဒီကိစ္စကိုတော့ အဓိကထမ်းဆောင်ရမှာက မိဘနဲ့ ဆရာ၊ ဆရာမများပဲဖြစ်ပါတယ်။



မိဘတွေ၊ ဆရာ၊ ဆရာမတွေ ဘယ်လိုပဲ ကြပ်မတ်ကွပ်ကဲ အုပ်ထိန်းမှုရှိနေပါစေ၊ ဆယ်ကျော်သက်တို့ရဲ့ သဘာဝကတော့ အချိန်တန်ရင် အပေါင်းအသင်းဖွဲ့ပြီး လွတ်လပ်မှုကို ရှာဖွေမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အိမ်တွင်းမှာ သေသေဝပ်ဝပ်နဲ့ ဆော့ကစားတတ်တဲ့ ကလေးဖြစ်သော်ငြားလည်း ဆယ်ကျော်သက်ရွယ်ဝင်ပြီ

ဆိုတာနဲ့ အိမ်ထဲအနေနည်းပြီး အိမ်ပြင်ထွက်ဖို့ လမ်းစရာကာ အပြင်မှာ အပေါင်း အဖော်တွေနဲ့ လွတ်လပ်မှုရဲ့ အရသာကို ခံစားကြမှာက ယောက်ျားလေးပဲဖြစ်ဖြစ်၊ မိန်းကလေးပဲဖြစ်ဖြစ် သေချာနေပါတယ်။

အထက်တန်း ကျောင်းသူကျောင်းသားဘဝဟာ နှလုံးသား ဖူးငုံသစ်စချိန်မို့ ဆန့်ကျင်ဘက်လိင်ကို ရင်ခုန်ရတဲ့အရွယ်ဖြစ်လာပါတယ်။ သူတို့ရဲ့ အရေးအရာ တွေထဲမှာ နှလုံးသားရေးရာဟာလည်း ရေးကြီးခွင်ကျယ်ကိစ္စ ဖြစ်လာပါတယ်။ ယောက်ျားလေးချင်းတွေရင် မိန်းကလေးတွေကိစ္စပြောကြသလို၊ မိန်းကလေးချင်း ကလည်း ယောက်ျားလေးကိစ္စ တွတ်ထိုးကြပြန်ပါတယ်။ ဒါဟာ ဓမ္မတာပါ။ လွတ်လပ်မှုရဲ့ အရသာထဲမှာ ဆန့်ကျင်ဘက်လိင်အကြောင်း ပြောဆိုဆွေးနွေးရတာ၊ အပြန်အလှန်ဖောက်သည်ချရတာလည်း ပါဝင်ပါတယ်။ ဆန့်ကျင်ဘက်လိင် သဘာဝကို သိလိုစေနဲ့ ရှာဖွေစူးစမ်းကြလေသမျှထဲမှာ အသိအမှန်တွေက အနည်း အကျဉ်းသာပါဝင်ပြီး အသိအလွဲ အမှားတွေက အများကြီးရှိနေမှာလည်း သေချာ ပါတယ်။ ဒါကတော့ လိင်ပညာပေး ကျန်းမာရေးအသိပေးမှု နည်းရင်နည်းသလို ဖြစ်ကြမှာ မလွဲပါဘူး။ ဒီအရွယ်ဟာ လိင်ပညာပေးခံရဖို့အတွက်ကို သူတို့ကိုယ်နှိုက် ကိုက အလိုလိုတောင်းဆိုနေကြတဲ့ အရွယ်ပါ။ ဒီအချိန်မှာ လိင်ပညာပေးခြင်း၊ လိင်သဘာဝအကြောင်း၊ လိင်အင်္ဂါများရဲ့ အလုပ်လုပ်ဆောင်ပုံတွေကို အမှန်ကန် ဆုံးနည်းလမ်းနဲ့ အသိပညာပေးနိုင်ရင် အကောင်းဆုံး အခွင့်အလမ်းရခြင်းပါပဲ။ ဒီနေရာမှာတော့ လိင်ပညာပေးခြင်းအလုပ်ဟာ လိင်ဆက်ဆံခြင်းကို အားပေးတွန်း ပို့ခြင်းအလုပ်မဟုတ်ကြောင်းကို ကွဲကွဲပြားပြားသိထားစေရဖို့က အဓိက အရေးကြီး ပါတယ်။

ဆယ်ကျော်သက်တို့ရဲ့ လွတ်လပ်မှုအရသာထဲမှာ ရည်းစားသနာကိစ္စက လည်း ဘဝကို တော်တော်လေး လွှမ်းမိုးပါတယ်။ ရည်းစားအတွဲရလာလို့ ရင်ခုန် ကြည်နူးပျော်ပါးကြရသလို၊ ရည်းစားကွဲဇာတ်လမ်းတွေကြောင့်လည်း ပညာရေး ထိခိုက်တာ၊ လူမှုရေး၊ ကျန်းမာရေးထိခိုက်ရတာတွေ ရှိပါတယ်။ တချို့ဆို အထက် တန်းကျောင်းသူဘဝမှာပင် စောစီးစွာ အိမ်ထောင်ရက်သားကျသွားရတဲ့ အဖြစ်မျိုး လည်း ရှိပါတယ်။ ကျောင်းသူဘဝမှာပင် အိမ်ထောင်ရက်သားကျရတဲ့ အဖြစ်တွေကို လေ့လာကြည့်ရင် ချိန်းတွေ့လို့ အိမ်ပြန်နောက်ကျရတာထက် (အိမ်မပြန်ရဲတော့တာ ထက်) ရည်းစားဘဝ နယ်လွန်၊ စည်းကမ်းကြလို့ မဖုံးနိုင်မဖိနိုင်ရာကနေ ညားသွား ရတဲ့အဖြစ်က ရာခိုင်နှုန်း ပိုများနေတာ တွေ့ရပါတယ်။ ဒါဟာ လွတ်လပ်စွာ ချိန်းတွေ့ရာကနေ အထိအတွေ့ကို မလွန်ဆန်နိုင်ခြင်း၊ ယောက်ျားလေးအဖို့က

မိမိရည်းစားအပေါ် စည်းမစောင့်ဘဲ လိင်ကိစ္စစမ်းသပ်လိုခြင်း၊ မိန်းကလေးအဖို့ လည်း လိင်မှုသဘောသဘာဝကို မသိနားမလည်ခြင်းတွေကြောင့် ငယ်ငယ်ရွယ် ရွယ် အိမ်ထောင်ကျခြင်းဆိုတဲ့ လွတ်လပ်မှုဆိုးကျိုးတွေ ပေါ်ပေါက်ရတာပါ။

ဆယ်ကျော်သက်တို့ရဲ့ ရည်းစားအတွဲကိစ္စမှာ ‘အတွေ့’ ဆိုတဲ့ အရသာ ဟာ အတော်ကြီးကို ထိန်းသိမ်းထားနိုင်ပါမှ လိင်ကိစ္စဆီ မရောက်မှာဖြစ်ပါတယ်။ ယနေ့အချိန်အခါဟာ ရည်းစားစုံတွဲတို့အဖို့ ကိုယ်လက်ရင်းနှီးဖို့အရေးဟာ လွတ်လပ်တဲ့နေရာမှာ ချိန်းတွေ့မှ၊ ရုပ်ရှင်ရုံမှာ ရုပ်ရှင်ကြည့်မှမဟုတ်ဘဲ ဘတ်စ်ကား အတူစီးသွားရင်ပဲ အတွေ့ဆိုတဲ့ အရသာကို ရနေကြပါတယ်။ တစ်ခါတလေများ ဘတ်စ်ကားစီးသွားရင်း မခွဲနိုင်မခွာရက်လောက်အောင်ကို ပူးကပ်ချိတ်တွဲနေတဲ့ အတွဲလေးတွေ တွေ့နေရပါတယ်။ ဒီလို ‘အတွေ့’ ဆိုတဲ့ကိစ္စမှာ အဓိကကတော့ မိန်းကလေးအဖို့ အထူးထိန်းသိမ်းထားရမယ့် ဝတ္တရားရှိပါတယ်။ မိန်းကလေးက အသိစိတ်ဓာတ်ရှိရှိနဲ့ ကိုယ်ကာယကို စောင့်ထိန်းနိုင်ရပါမယ်။ သာမန်သိလောက် နဲ့ မလုံလောက်တဲ့ ဒီလိုကိစ္စမျိုးဟာ မိန်းကလေးတွေအတွက် သေရေးရှင်ရေးတမျှ အရေးကြီးပါတယ်။

‘အတွေ့’ အကြောင်း ပြောရမယ်ဆိုရင် ရုပ်ရှင်လည်းရှိသလို၊ ဝတ္ထုတွေ ဇာတ်လမ်းတွေလည်း အများကြီး ရှိနေပါတယ်။ အတွေ့ဆိုတဲ့ ကိစ္စမှာ ယောက်ျား လေးက လိုက်သူပါ။ မိန်းကလေးက ပြေးသူဖြစ်သင့်ပါတယ်။ ယောက်ျားလေးဟာ ‘အတွေ့’အကြောင်း ကောင်းကောင်းသိပြီဆိုရင် ချစ်သူရည်းစားဆီမှာ အတွေ့ထက် ပိုတဲ့အရသာကို တောင်းပါလိမ့်မယ်။ မိန်းကလေးက အသိရှိရှိနဲ့ ခေါင်းခါငြင်းပယ် ရင် အပေါင်းအသင်းညီတဲ့တစ်ချိန်မှာ ကြေးစားဆိုတာနဲ့ ရှောင်ကင်း၊ ရှောင်တိတ်၊ မြားမြားဦးလှည့်ပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီမှာ မူးယစ်ရီဝေစရာ ရဲဆေးတင်ထားတာလေးတွေ ပါပြီဆိုရင်တော့ ဆင်ခြင်တုံတရားလည်း လွတ်ကျွတ်ကာ အိတ်ချ်အိုင်ဗွီနဲ့ တွေ့ကြ ရတဲ့ဇာတ်လမ်းတွေ ဆယ်ကျော်သက်တွေမှာ ဖတ်မှတ်သိနေရပါတယ်။

ဒီတော့ ‘အတွေ့’ ဆိုတဲ့ကိစ္စဟာ ယောက်ျားလေးရော မိန်းကလေးပါ အထူးသတိထားရမယ့်ကိစ္စ ဖြစ်နေပါတယ်။ မိန်းကလေးတွေအဖို့လည်း ရည်းစား ထားတဲ့နေရာမှာ အရွေးမမှားဖို့ အထူးလိုပါတယ်။ ဇာတ်လမ်းလေးတစ်ပုဒ် (အဖြစ် မှန်) ရှိပါတယ်။ ကျောင်းသူလေးတစ်ဦးဟာ အပြင်က ရည်းစားအတွဲ ရလာပါ တယ်။ အပြင်ကရည်းစားက အသက်နည်းနည်းကြီးပြီး လူရည်လည်တယ်။ ကိုယ် ပိုင်ကားတစ်စီးနဲ့ ကြိုပို့နိုင်တယ်။ ပြီးတော့ အပျော်အပါးကိုလည်း စုံမက်တယ်။ နောက်ဆုံးတော့ ကျောင်းသူလေးခမျာ ဆယ်တန်းမအောင်ခင် အိမ်ထောင်ကျ၊

ကလေးတစ်ယောက်နဲ့ အေအိုင်ဒီအက်စ်သားကောင်ဖြစ်ရ၊ ကလေးမှာလည်း သေမိန့်ကျပြီးသားဖြစ်ရ၊ သူကလေးဘဝ သနားရုံကလွဲပြီး ဘေးပတ်ဝန်းကျင်က ဘာမျှမတတ်နိုင်တော့ပါ။ မိဘခမျာလည်း မတတ်သာတဲ့အဆုံး အိမ်မှာပဲ ခေါ်ထား၊ ပြုစုရုံကလွဲပြီး...။

ဆယ်ကျော်သက်တို့ရဲ့ လွတ်လပ်မှုတွေထဲက ဝမ်းနည်းကြေကွဲဖွယ်ရာ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးတွေကတော့ သင်ခန်းစာယူစရာ အများကြီးရှိပါတယ်။ ဒါက ရည်းစားသနာကိစ္စ၊ အတွေ့အထိကိစ္စကနေ အခြေအနေရွေ့လျော့ပြီး လိင်ကိစ္စဆိုင်ရာ ဆိုးကျိုးပေးမှုတွေကို ရိုးရိုးလေးသာ တင်ပြလိုက်တာပါ။ ဒါထက်တစ်ဆင့် တက်ပြီး ခေတ်ပေါ်မိန်းမပျို၊ ယောက်ျားပျိုလေးတွေ ကလပ်ပွဲ၊ ပါတီပွဲမှာ လွတ်လပ်မှုအရသာ အပြည့်အဝခံစားနေကြတာတွေ အများကြီးရှိနေပါသေးတယ်။ မိန်းကလေးတွေ၊ ယောက်ျားလေးတွေအဖို့ ခေတ်မီတယ်၊ ခေတ်ဆန်တယ်၊ မော်ဒန်ဖြစ်တယ်၊ အင်တာနေရှင်နယ်ဆန်တယ် စသဖြင့် ပြောပြောပြီး ကလပ်မတက်ဖူးရင် ခေတ်မမီတော့သယောင်၊ ခေတ်ပေါ်လူငယ်မဆန်သယောင်၊ မြို့ကြီးသားမပီသယောင်၊ တောင်ပြောမြောက်ပြော လျှောက်ပြောပြီး ခေတ်မီခြင်းကို အလွဲသုံးစား အမှားမှားအယွင်းယွင်း ပြောဆိုပြုမူနေနေတာတွေဟာလည်း လွတ်လပ်မှုရဲ့ ဆိုးကျိုးတွေဆီသွားနေတာကို သတိမမူမိဖြစ်နေကြပါသေးတယ်။



ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ (WHO)ရဲ့ ထုတ်ပြန်တဲ့ စာရင်းများအရ ၂၀၀၂ ခုနှစ်မှာ ကမ္ဘာတစ်ဝန်းလုံး HIV/AIDS ရောဂါတွေရှိထားသူပေါင်း သန်း ၄၀ ကျော်ရှိရာ အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၅၀ နှစ်ကြား အမျိုးသမီး ၁၇.၆ သန်း၊ အမျိုးသား ၁၉.၆ သန်း၊ အသက် ၁၅ နှစ်အောက် ဆယ်ကျော်သက်နဲ့ ကလေးသူငယ် ၂.၈ သန်း ရှိနေပါတယ်။ တစ်နှစ်တစ်နှစ် ရောဂါကူးစက်ခံရသူအသစ်လူပေါင်း ငါးသန်း ကျော်ရှိရာ ဆယ်ကျော်သက် ကလေးသူငယ်ပေါင်း ၇ သိန်း ရှိနေပါတယ်။ ၂၀၀၂ ခုနှစ်မှာ AIDS ရောဂါနဲ့ သေဆုံးရသူ သုံးသန်းကျော်ရှိရာမှာ အမျိုးသမီး ၁.၁ သန်းကျော်၊ အမျိုးသား ၁.၃ သန်းကျော်နဲ့ ဆယ်ကျော်သက်နဲ့ ကလေးသူငယ် ၆ သိန်းကျော် ရှိနေကြောင်း ဖော်ပြထားပါတယ်။

ရောဂါကူးစက်ခံရခြင်း၊ ရောဂါကူးစက်ပြီးနောက် သေဆုံးရခြင်းတွေမှာ အမျိုးသမီးတွေနဲ့ ဆယ်ကျော်သက်၊ ကလေးသူငယ်တွေ သေဆုံးနေရတာဟာ

အလွန်ဝမ်းနည်းကြေကွဲစရာ ကောင်းလှပါတယ်။ အမျိုးသမီးတော်တော်များများဟာ လိင်မှုရေးရာကြောင့် ကူးစက်ခံရတယ်ဆိုရင် မဆင်ခြင် အပျော်အပါးလိုက်စားတဲ့ လင်ယောက်ျားကြောင့် သက်သက်မဲ့ ဓားစာခံဖြစ်ရတာတွေ ဖြစ်နေပါတယ်။ ထိုနည်းတူစွာပဲ ကလေးသူငယ်တွေဟာလည်း မိဘကတစ်ဆင့် ကူးစက်ခံရပြီး လူလားမမြောက်ခင်မှာဘဲ ဘဝကို အဆုံးသတ်သွားရရှာပါတယ်။ ဆယ်ကျော်သက်တွေကတော့ ကိုယ်တိုင်အပျော်အပါးကို လက်တည့်စမ်းကြတာကတစ်ကြောင်း၊ မိဘညီအစ်ကိုမောင်နှမတွေရဲ့ အုပ်ထိန်းမှု ချွတ်ချော်တိမ်းစောင်းတာကတစ်ကြောင်း၊ အခြားအခြား အကြောင်းတွေကြောင့်လည်း ကံဆိုးမိုးမှောင်ကျပြီး ဘဝဆုံးပါးရတာတွေ ဖြစ်ပါတယ်။

ယခုအချိန်မှာ HIV ပိုး ကူးစက်ခံနေရသူအသစ်များရဲ့ လေးပုံတစ်ပုံဟာ အသက် ၂၁ နှစ်အောက် လူငယ်တွေ ဖြစ်နေတာကိုလည်း ဝမ်းနည်းဖွယ် တွေ့နေရပါတယ်။ အထူးသဖြင့် လိင်ကိစ္စကို စူးစမ်းလေ့လာရာကနေ ရောဂါကူးစက်ခံနေရတာတွေဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် လူငယ်တွေကို အဲဒီရောဂါဆိုးကြီးအကြောင်း ကျန်းမာရေး ပညာပေးမှုများ၊ ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်မှုများကိုလည်း အပူတပြင်းအရေးယူဆောင်ရွက်နေကြပါပြီ။ မိဘများအနေနဲ့က သားသမီးတွေကို မိမိကိုယ်ကို မထိန်းသိမ်းနိုင်၊ မှန်ကန်တဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက် မချနိုင်သေးတဲ့အနေအထားမှာ လိင်ကိစ္စသိသင့်သိထိုက်တာတွေကို ပွင့်လင်းစွာ ကြိုတင်ပြောကြားထားဖို့ လိုနေပါပြီ။ မိခင်က သမီးကို လိင်ဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးအသိပေး ပြောဆိုဖို့လိုသလို ဖခင်ကလည်း သားတွေကို လက်တည့်စမ်းခြင်းအလုပ်ကို ရှောင်ရှားသင့်ကြောင်း တာဝန်ယူရတော့မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

မိခင်ဟာ အလုပ်ဘယ်လောက်ပဲမအားပါစေ။ သမီးရဲ့ ရည်းစားကိစ္စ၊ တွဲသွားတွဲလာကိစ္စ ချိန်းဆိုတွေ့ဆုံကြတဲ့ကိစ္စတွေမှာ အတွေ့ကြောင့်ဖြစ်ပေါ်တတ်တဲ့ စိတ်လှုပ်ရှားပြောင်းလဲမှုကို အထူးသတိချပ်ဖို့၊ မိမိကိုယ်ကို တင်းတင်းကျပ်ကျပ်ကို ကြပ်မတ်ထိန်းသိမ်းဖို့၊ မိန်းကလေးတို့ရဲ့ အရှက်တရားနဲ့ ဂုဏ်သိက္ခာတန်ဖိုးကို အမြတ်တနိုးထားဖို့ အထူးကို မှာကြားပေးနေရပါမယ်။ အလုပ်မအားတဲ့ကြားကပဲ နေ့စဉ်နေ့တိုင်း မိမိတို့မျိုးရိုးဂုဏ်သိက္ခာကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရမယ့်ကိစ္စကို ပြောဆိုနေရပါမယ်။ များများပြောနိုင်လေ ကောင်းလေပါပဲ။ မိန်းကလေးတချို့ဟာ ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ်နဲ့ စိတ်နောက်ကိုယ်ပါ ခန္ဓာကိုယ်ကို ယုံမှတ်လို့ ပုံအပ်ဖြစ်ကြတာဟာ အဲသလို အပြောအဆို အအုပ်အကွပ်နည်းပါးလို့ ကင်းလွတ်လို့ ဖြစ်နေကြရတာတွေပါ။