တဲ့ မာကဲတ် ကဒေအည် ကာတည်

ညာဝို့ ညူ တဲ့ အနောင် လာ။

ကျောင်းမပြေလည်း
ရပါတယ်



မည်မ် လဲဝ် က ကာ။ မည်မ် တိုင် တဂ့် အနောင် လာ။

မည် မာကာန် ညူ ကလဲ့ ယိုဲ့ ပလာ ကာ။

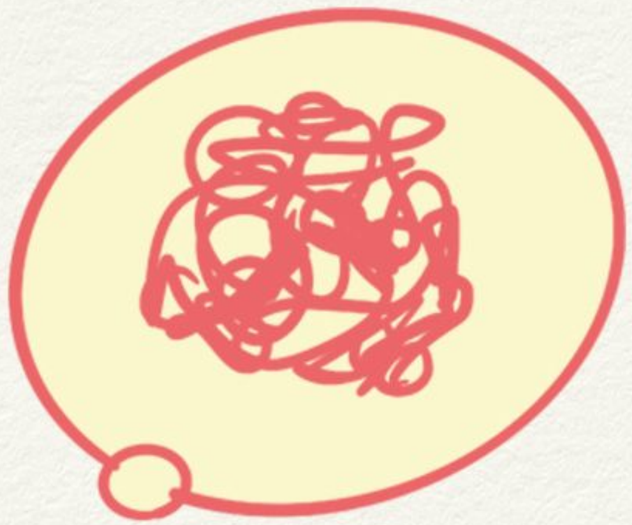
အသံမပြေလည်း ရပါတယ်



တကဲ့ မအက် လေင်း ဆာဝတ်

ညာဝဲ့ ညူ ပနှဲ့ နမောည်၊ ကထဲ့ နမောည်

နောင် ဖလေင်း တိုဲ့ တကဲ့ လေင်း ဆာဝတ်။

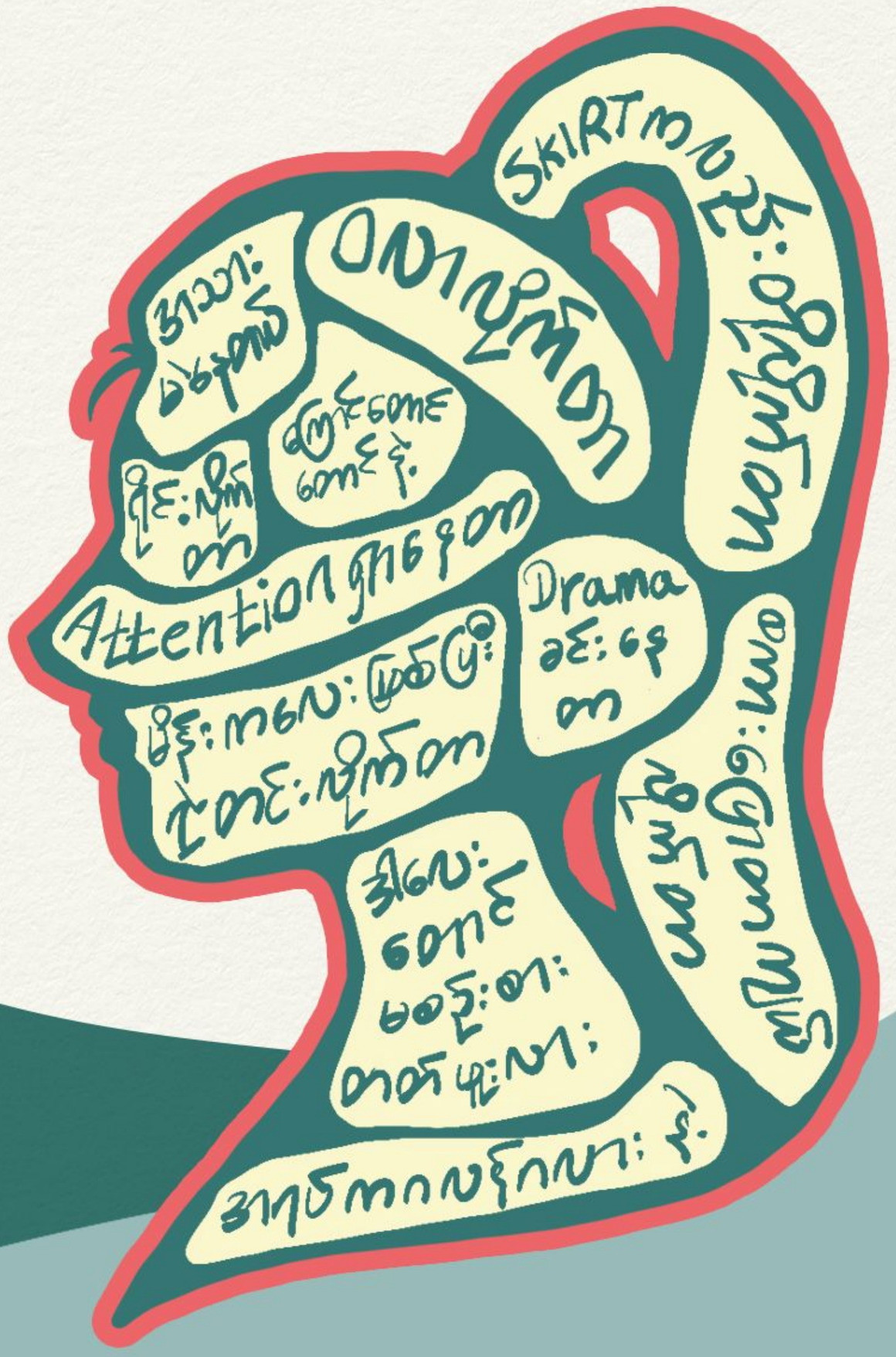




တကဲ့ မအာက် နဲက် နဲ့ ဒါတာ တကဲ့ ဆဲာင် နဲအံဲင်

ဘာဆေင် ဆိုင် ကာတည် ညာဝ့ါ နဲအံဲင် ည။

အဲတကဲ့ ခနဲ့ မဘောဲ့ ဘာလဲဟ် ဆနံဟ် စီဖန် လာ။

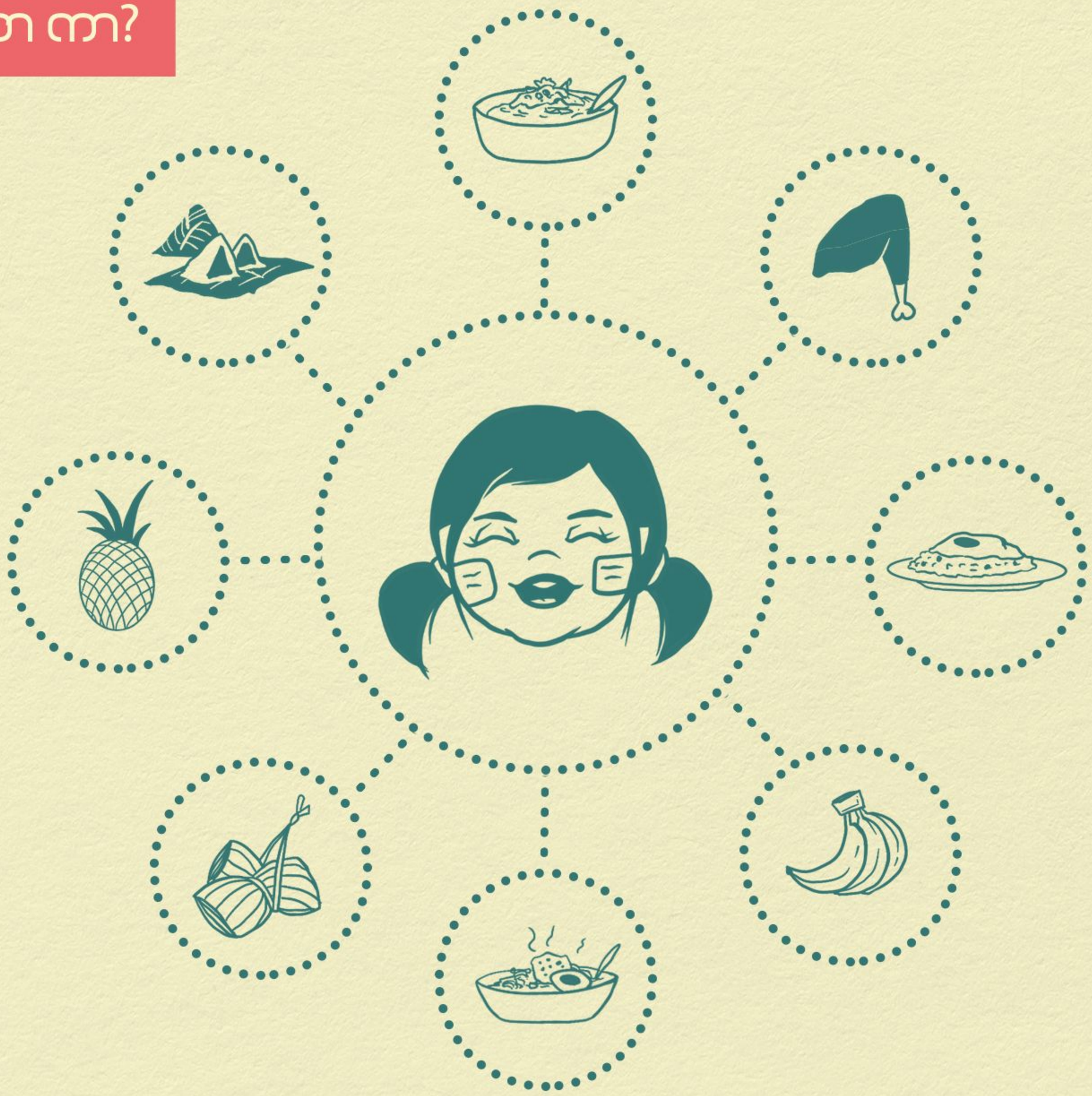




မည်မ် လဲဝ် က? မည်မ် တဂ့် အနောင် လာ?

မည်မ် ညူ အမိုဲ် နဲ်

ပလာ ကာ?



မရုံန် ဆနောက် ပလာ ကာ?

တာ့ မအိမ် မရုံန် ဆနောက် ပလာ ကာ?



တိုဂ အဲတဂ့ က မနိုက် ဆဒန် ပလာ လာဝ်

တဂ့ ညူ မကာဝ် မအိုတ် တိုင် အဲတဂ့ တဂ့ လေင်း

ကာတည် ညာဝ့် ပလာ။



အသင်းမရပြုလည်း
ရပါတယ်

ဘော့ မောည် ညာဝှါ တာ့ လေင်း ဆာဝတ် နဲ့
ညူ တိုဂ နောလို့ က မဘော့ တောလောင် ပလာ။



အာရုံစူးစိုက်မှုပြဿနာ ရပါတယ်

တကဲ့ ည့ဲလဲဟ် ကာတည့်

ညာဝ့ဲ ည့ူဖေတ်

တကဲ့ အနောင်လာ။

တကဲ့ည့ဲလဲဟ်

တကဲငလေံ	တကဲ့ည့ဲဟ်



ဘောင်း မဘော့ ခန တော့ ညဲလဲဟ် ကာတည် ညာဝ့ါ



၁



မူဝင် တိုင် တော့ နဉ်တ်
ညဲလဲဟ် ကာတည်
ညာဝ့ါ ဘောင်း

၂



မဘော့ ဘာလဲဟ် တော့ အနောင် လာ
ဘာဆောင် တိုင် တော့ ညဲလဲဟ်
ကာတည် ညာဝ့ါ

၃

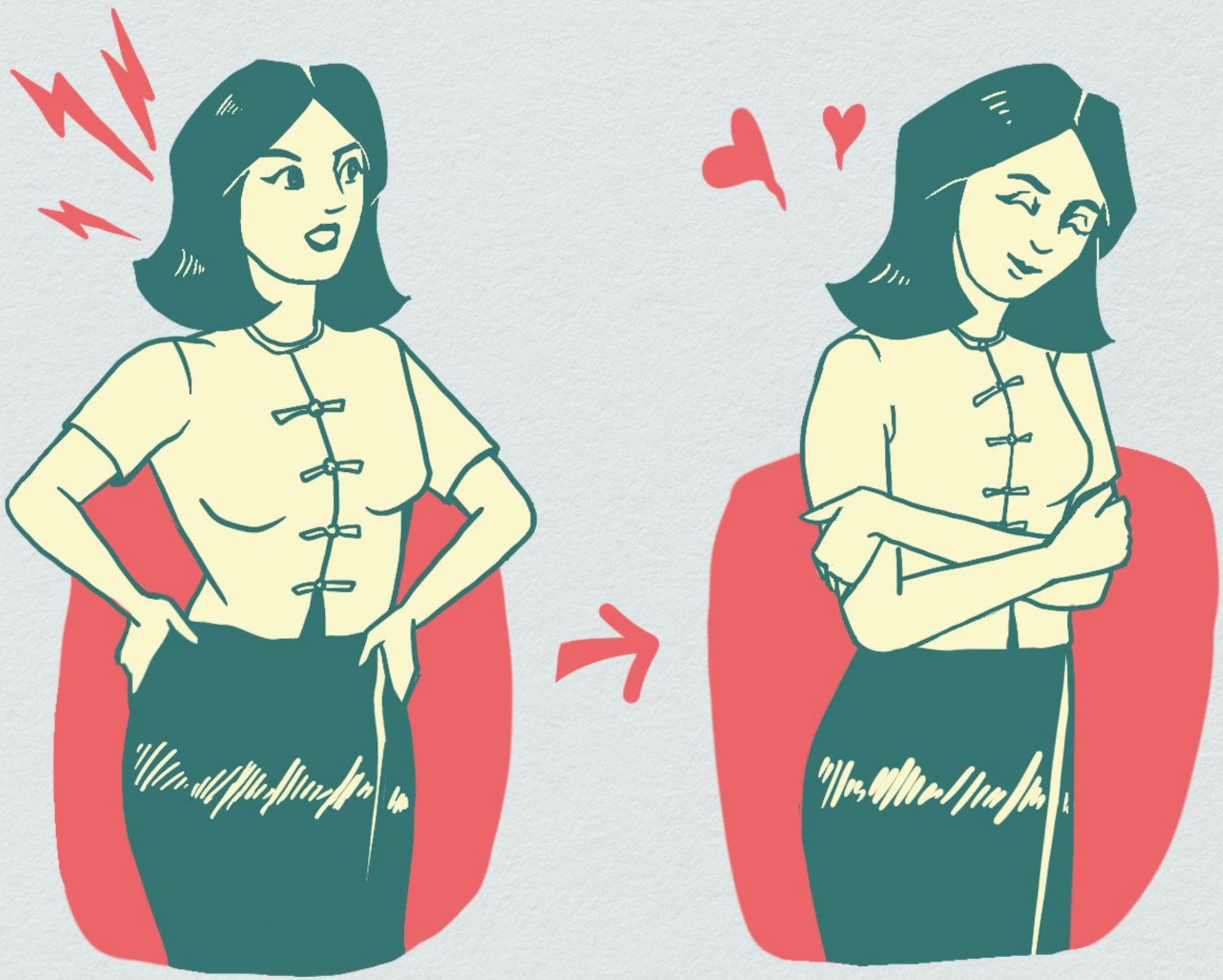
ဘောင်း မနီက် ပနော့ ပလာ ကာ
ဘာ ဆောင် တိုင် တော့ ညဲလဲဟ်
ကာတည် ညာဝ့ါ
ဘောင်း ညူ အဲ။

၄



ဘော့ အနောင် လာ မူဝင်
ဘာလဲဟ် တိုင် ညဲလဲဟ်
ကာတည် ညာဝ့ါ
အမိုန် ညူ အဲ။

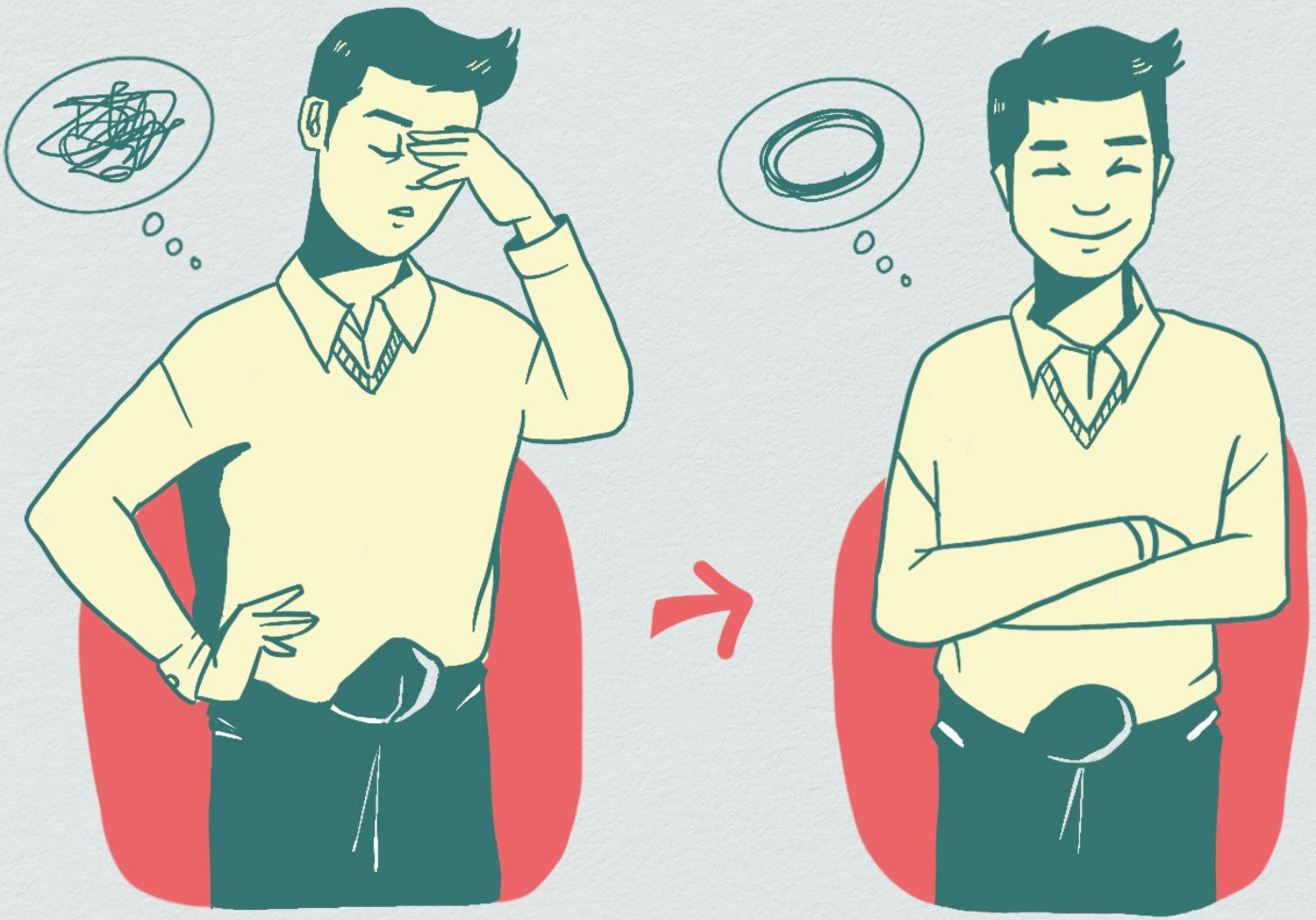
တော့ ညဲလဲဟ် ဇိလန်



တဲ့ ညဲ့လဲဟိ

ဇိလန်

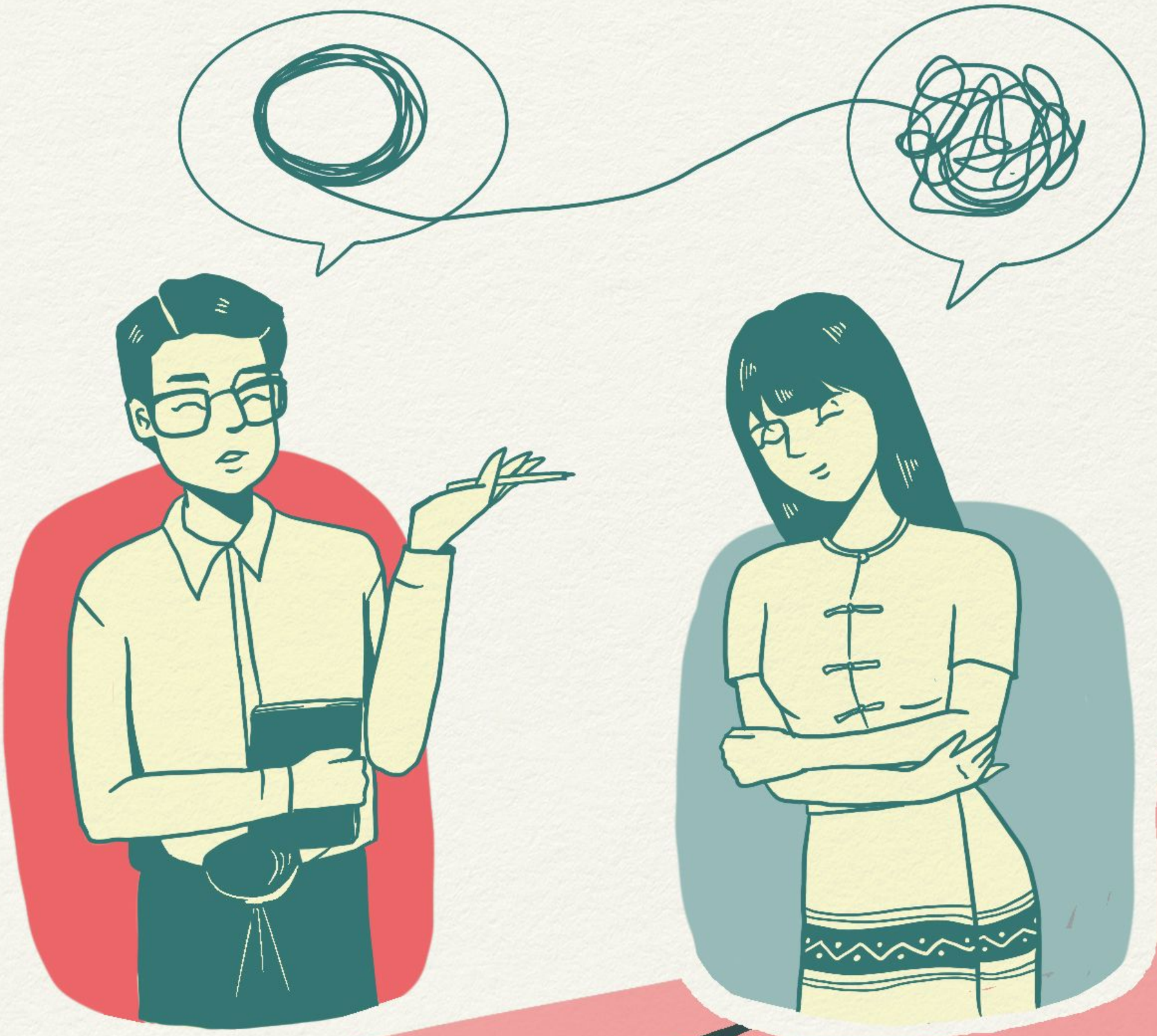
ငါဘတ်



ကျောင်းဖတ်ပြီးသူး
ရယ်ပါတယ်

Counseling

တာ့ အဓနောင် လာ။။



တကဲ့ လံက် အဘို့ တိုင် အဘို့ ညူ က

နောင် ဖလံင် ဘာဆဲ့ ပီထာတ်

တိုင် တဲ့ လေင်း ဆာဝတ် ပလာ။



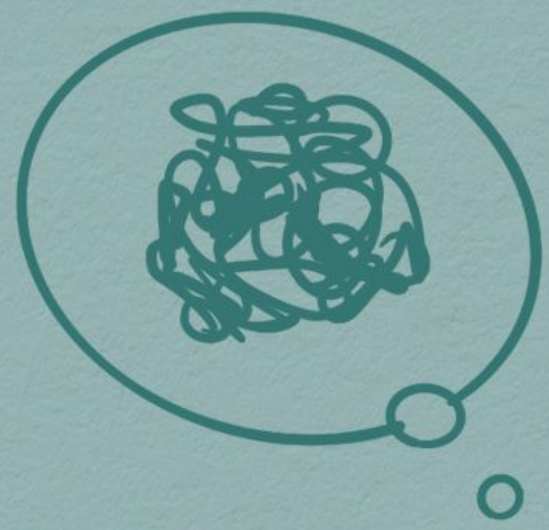


တကဲ့ မအီမ် ကရည် ဒါနဲ့ ညူ ခါန် အဆောင် တိုင် အောလာင်

အဆောင် မအီမ် ဘူင် ဟာ၊ တကဲ့ မအီမ် နဲအံင် ကဆဲာင် မဲလဲာက် က ဆဲာင်

လဲာဝ် နဉိုတ် မအီမ် ဘူင် ဟာ တိုင် အောလာင်။

ကျောင်းမပြေလည်းရပါတယ်







တာ့ မအိမ် ဘူင် တိုင် အောလာင် ညူ နမောည်

တာ့ ဆနောက် တာ့ မအိမ် ဘာဆောင် နောင် အမိုန် ယဲာ။

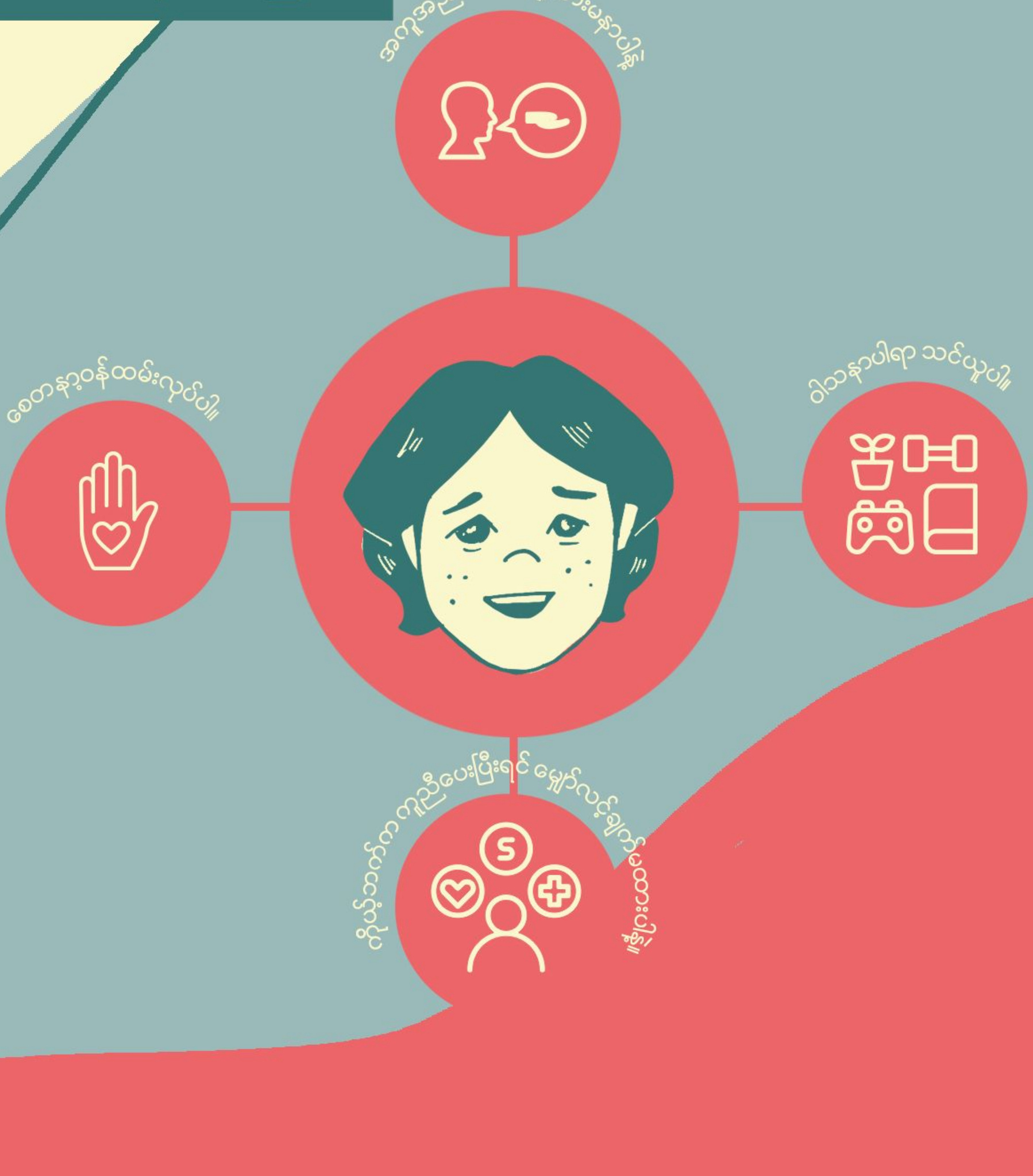
ကျွန်မမပြုလည်း ရပါတယ်



ဘော့ မောည် တော့ မအိမ် ဘူင် အမိုးန် ညူ။ ခန မဘော့

တော့ အနောင် လာ န မောည် အဲ။





တာ့ ခူဇာ တိုင် နဲ့အံင် ည။
တာ့ လာခါ အဒ
မနူတ် အဘို့ ပဘာ။



တကဲ့ ပီထာက် တိုက နဲ့အံင် ညူ နောင် ဘာ
မဲဆ နဲ့ာနဲ့ာဝ် ဟာ မဲဆ နာမဟ် ပလာ။

(ယဲာညိ် ကာတညိ် ညာဝ့ါ
ဆမေံ ညူ နမောညိ် ပလာ)



တာ့ ပီထာက် တိုဂ နဲအံင် ည့။
မဘော့ မဲနိုည် တိုင် မနုတ် လံက်
အဲတာ့ ဇေါ်။



အာရုံမရပြုလည်း
ရပါတယ်

တာ့ ဘာဆောင် တိုင် တာ့ မအီမ်
မဘော့ တိုက နဲ့အံင်

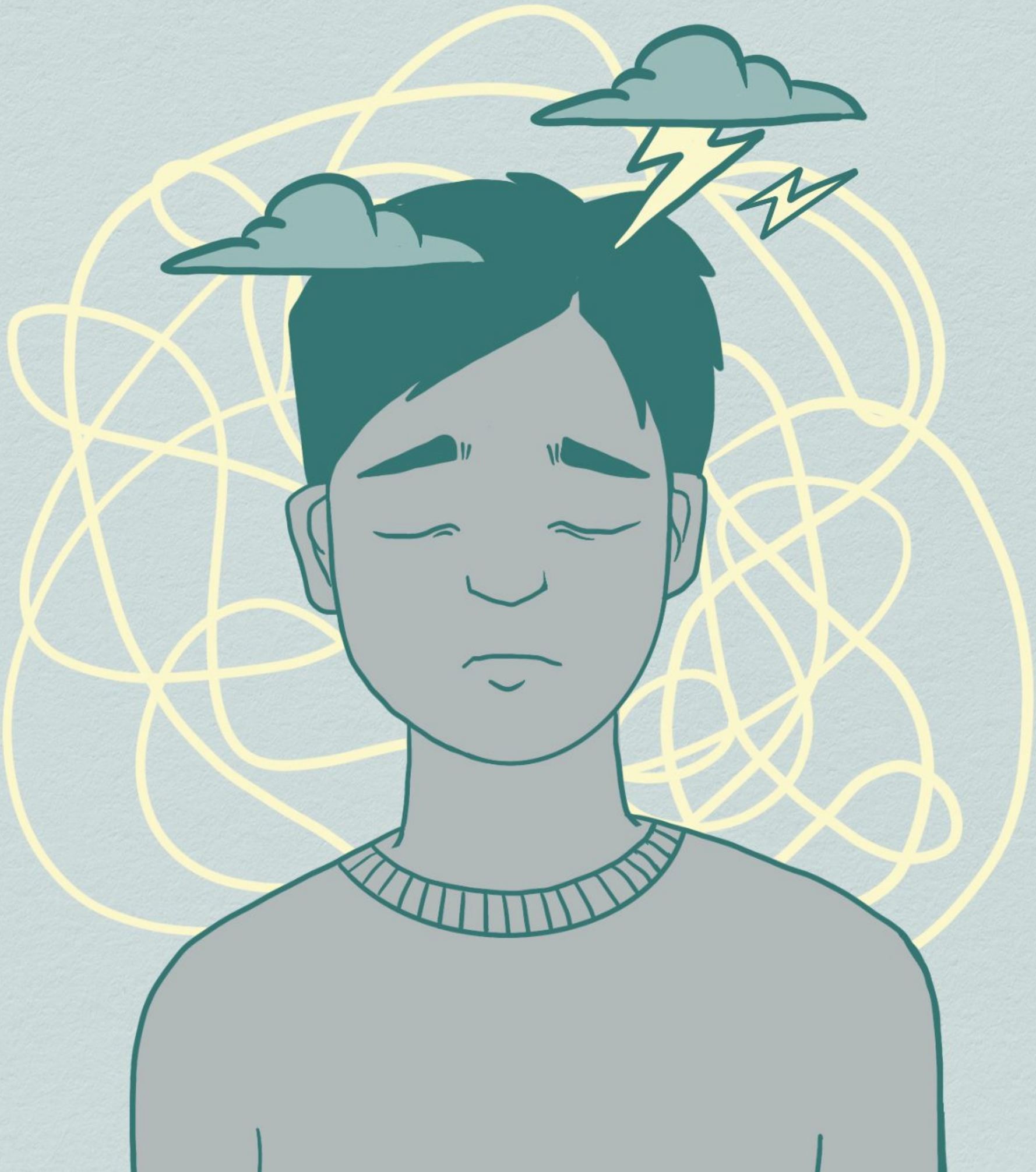
ကျောင်းမပြုလုပ်ရသည့်
ရပ်ကွက်



တဲ့ ကာတည်

ညာဝါ နဲက်

ကျောင်းဓမ္မပြုလည်းရပါတယ်



ခန မကာဝ် ဟာ တာ့ မကာဝ် နောင် ဘူနီ မဲဆ မာလီတ် လဘုံ့

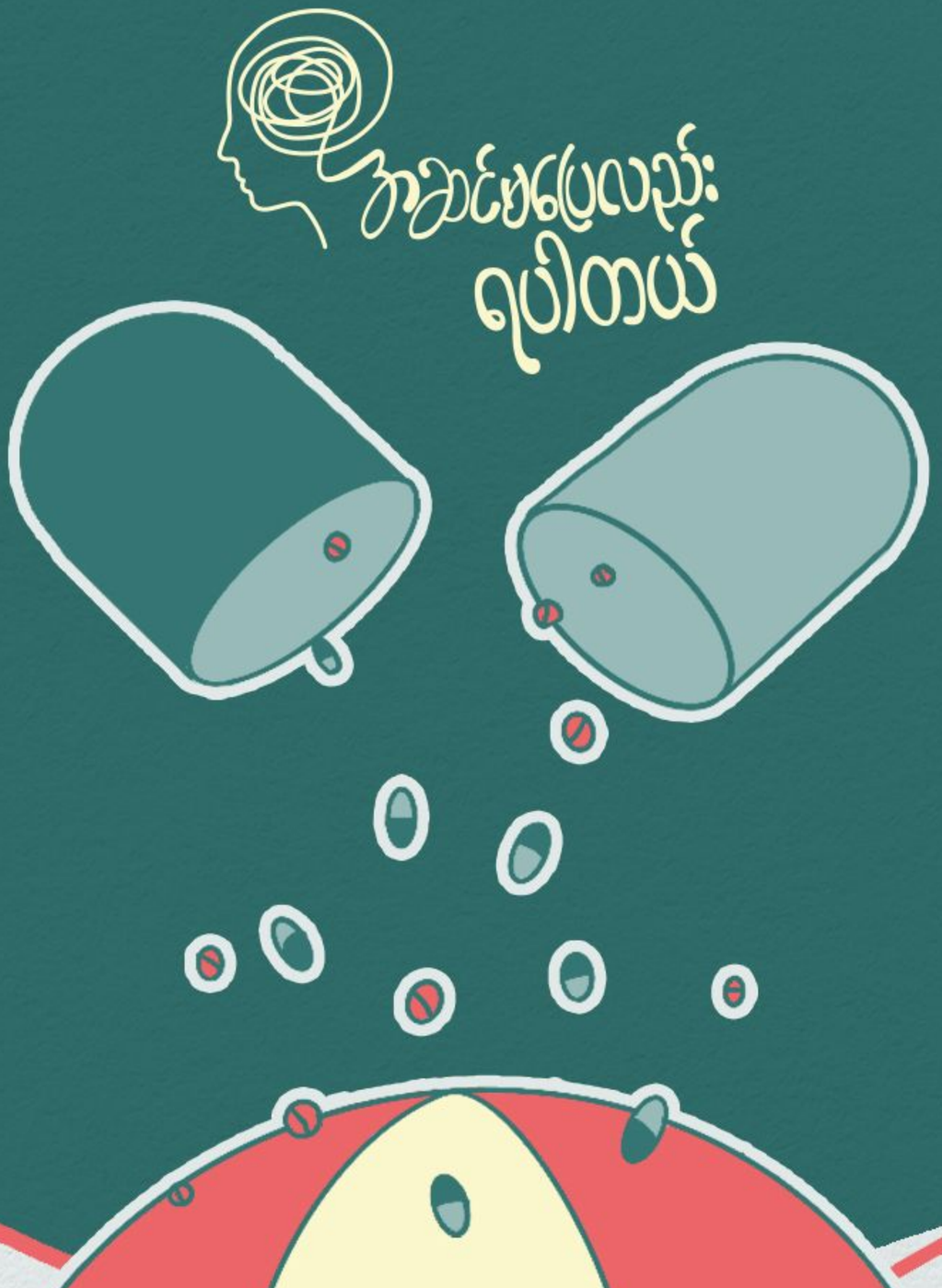
တာနက် ကာတည် ညာဝ့ါ ပါက် ကတောည် တိုင် မဲဆ နဉိုတ် မဘော့

မာတည် တိုက နဲအံင် ညူ





အာရုံစူးစိုက်နည်းရပါတယ်





တကဲ့ လေင်း ကာတည် ညာဝ့ါ
ဝေတ် တိုင် ကာတည် ညာဝ့ါ

Post(1)

(ဆ)

(၁)မနူတ် အဘို့ ဘာဆောင် တိုင် တာ့ မအဲ့မ် မဘော့ အမိုးန် တိုင် တာ့ မကာဝ် မဘော့ အမိုးန် တာ့ မခီက် ဆဒန် ညာဝါ့ မာကဲတ် ကအောည် ညူ ယဲာ။ အထီမ် တာ့ နဉိုတ် မကာဝ် ကရဲာဝ် ဘာဆောင် တိုင် တာ့ အဖုံင် အောမာက် ညူ

အဲတာ့ မအဲ့မ် အဖုံင် အောမာက် ၊ခူကလေ ၊ မနူတ် တာဖုံင် မအဲ့မ် ခေမ် အောမက် တာ့ မဘော့ ကာန် ညူ ယဲာ။ တာ့ မခီတ် ဆဒန် တာ့ မာကဲက် ကအောည် ညူ ကဝါ တာ့ နဲာ့ တိုင် တာ့ ဖေတ် မနူတ် အဘို့ ဘာဆောင် တိုင် တာ့ မခီတ် မာစမ် မာစမ် ကာတည် ညာဝါ့ ညဲာ ညူ။ ထန် အလောည် ထန် အလောည် တာ့ မဘော့ ကာန် တာ့ မကာဝ် အမိုးန် အဘို့ တိုင် အဘို့ ဘာဆောင် တိုင် ကာမောည် ကရဲာဝ် ညူ တာ့ မခီတ် ဆဒန် တာ့ မာကဲက် ကအောည် ပလာ။ တာ့ မဘော့ မကာဝ် အမိုးန် အဘို့ တိုင် အဘို့ ညူ တာ့ မဘော့ မအိုတ် ဘာလဲဟ် တိုင် တာ့ မဘော့ မတာမ် ဘာလဲဟ် ပလာ။ တာ့ မကာဝ် မဘော့ အမိုးန် နဲအေံင် ကရဲာဝ် ညူ ဖေတ် တာ့ အမိုးန် အတိုတ် အောလောင် အဆောင် တာဖုံင် ပလာ။ တာ့ မကာဝ် ဒူဒူည် ဆောတ် တာ့ မခီတ် ဆဒန် ညာဝါ့ တာ့ မာကဲကတ် ကအောည် ညူ နဉိုတ် မကာဝ် ဘာဆောင် တိုင် တာ့ မခီတ် ဆဒန် ညာဝါ့ မနူတ် အဘို့ ဟာ။ ကာမောည် နဉိုတ် မကာဝ် တာ့ မကာဝ် အဘို့ တိုင် အဘို့ တာ့ မအဲ့မ် ၊တာ့ မနီက် ၊ တာ့ မအက် ကာတည် ညာဝါ့ တာ့ မကာဝ် ညူ နာ့ ဒါလမ် အဖုံင် ခေမ် အောမာက် တာဖုံင် ညူ ယဲာ။

post(2)

ထူဝါ့

(၂)

ဖလော့ မဘော့ ကာတည် စီဆဟ် တိုာ မာကဲက် ကအောည် ညူ အဲတာ့ ခန ပီထက် အမာအမိုးန် ဘာလဲဟ် တိုာ နဲအေံင် တိုင် ကာတည် ညာဝါ့ နဲအေံင်။ တာ့ လေင်း ဆာဝတ် ညူ တောတ် တိုင် တာ့ မအက် လေင်း ကာတည် ညာဝါ့ ပလာ။ နောင် တာ့ မကာဝ် အခမ် ဖလော့ မဘော့ ကာတည် စီဆဟ်၊ တိုာ မာကဲက် ကအောည် ညူ ခေမ် တိုင် တိုာ လေင်း ဆာဝတ် ခလဲာဝ် ကာတည် ညာဝါ့ လေင်း ဟာ ညူ ဒူဒူည် လယိုံ့ တိုင် တိုာ တာ့ မာကဲက် ကအောည် ဘာလဲဟ် ပလာ။ နောင် ဘာဆာ့ မနူတ် လယိုံ့ ကာတည် စီဆဟ် ထာဝ်ထီ ကရဲာဝ် ညူ အောတက် မညီတ်၊ တာ့ မညမ် ပစာဟ် ဟာ၊ မူဝါတ် ဇာလတ် ၊အပ် ဒါဒါ့၊ဖလော့ ထူ့ ကောလာတ် လေင်း ညူ ကမန် ကမန် မဲရုံန် ကလေံတ် ဟာ။ တာ့ မကာဝ် မအိုတ် ဒါတာ တာဖုံင် ညူ လယိုံ့ တိုင် တိုာ အဲတာ့ ဘာလဲဟ် ပလာ။ တာ့ မအက် လေင်း ကာတည် ညာဝါ့ ညူ မလဲာက် ဟာ မနူတ် မအဲ့မ် လဘုံ့ တာနက် နီ တာဖုံင်၊ တာ့ နဲင့် မနူတ် တာဖုံင်၊ ညာဝါ့ တိုကာ့၊ ညာဝါ့ ဖလိုင် ၊ဘီနည် ကာနည် ၊တိုာ ညောလိုံ့ ကဲတာမ် ပေါတဲာက်၊မနူတ် ဖောရီ့ မနူတ် ပါပါ့ တာဖုံင် မအက် အဟဲင် ဟာ ပလာ။ မနူတ် မအဲ့မ် ဒါတာ တာနက် တာဖုံင် ညူ ဘာဆောင် တိုင် တာ့ မအက် လေင်း ကာတည် ညာဝါ့ ညူ ပလာ။

တာ့ မအက် လေင်း ကာတည် ညာဝါ့ ညူ ဘော့ မောည် တာ့ မနက် အမိုးန် တိုင် တာ့ မကာဝ် အမိုးန် အဘို့ တိုင် အဘို့ ညူ နဲ တိုင် တာ့ မအက် အဒ အဇာလန်

–တာ့ မနီက်

–တာ့ လယိုံ့ ၊ တာ့ ဆဒန်

–တာ့ မဘော့ ကာန် အဲတာ့ ထန် အလောည် ထန် အလောည် လယိုံ့ ဒါတာ ဖောအေံင် ပလာ။

တာ့ မကာဝ် အဆောင် ညူ

–အထီမ် မအဲ့မ် ဒါတာ တာနက် နီ ကာမောည် မဘော့ လောဟ် နောင် တာ့ စီဆဟ် တာဖုံင် ပလာ။

–နောင် ဖလေံင် မနူတ် အဘို့ ဘော့ မောည် ခဲန် ဘာလဲဟ် အဒ။

–အထီမ် ကာမောည် မဘော့ ပန်ံ့ ခလူပ် နောင် တ့ ဆဲာင် နဲ့ နဲအေံင် အတိုာတ် အောလာင် အဆေင် ညူ တ့ လေင်း မအက် ကာတည် ညာဝ့် တောလောင် တိုင် ကာမောည်။

အဘာန် တ့ လေင်း ဆာဝတ် လဘ်ံ့ တာနက် ဖောအေံင် မခဲါန် မကာဝ် မအိုာတ် နောင် ဘူနီ ယဲာည် ကာတည် ညာဝ့် လေင်း ဟာ ညူ တိုာ လေင်း ဆာဝတ် က နဲ့ ဟာ ပလာ။ နောင် ဘာဆ့ ညူ အဲ အဲတ့ အထီမ် နင့်ိတ် မကာဝ် တ့ လေင်း ဆာဝတ် မနူတ် အဘို့ ညူ တေတ် (ထူဝဲ့ ဘူလတ်) လာပဲဟ် တ့ ညူ တ့ လေင်း ဆာဝတ် ကာတည် ညာဝ့် တိင် တိုာ လေင်း ဆာဝတ် ပလာ။

post(3)

တလောည်

(၃)

တ့ မအက် လေင်း ဆာဝတ် ကာတည် ညာဝ့် ညူ ပနဲ့ နမောည် ၊ ကထွဲ နမောည် နောင် ဖလေင်း တိုာ တ့ လေင်း ဆာဝတ်။ကာတည် ညာဝ့် ပါက် ခလဲာဝ် နင့်ိတ် မဘော့ မာတည် တိုာ နဲအေံင် ခလဲာဝ် မအဲမ် မဘော့ ဖာယဲာ နာဝ့် ဇီအီမ် ဟာ ကာ ခနဲ့ အောလာင် အဆေင် ညူ အဲ။ ဘော့ အနောင် လာ မဘော့ ဘူ ညူ ကာမောည် နင့်ိတ် မောအိုပ် တ့ လယို့ံ တ့ စီဆဟ် ကာမောည် ညူ။ ကာမောည် ကရည် မဘော့ တ့ စီဆဟ် လယို့ံ တိုင် တိုာ နဲအေံင် ညူ မအောန် ဆဒန် ဟာ တိုင် အောလာင် မဲမ့ စီဆဟ် မာအီ့ိတ် ယဲာ။ တ့ မဘော့ ကာမောည် နင့်ိတ် ဆဒန် လယို့ံ ကာတည် ညာဝ့် ဖောအေံင် ခလဲာဝ် စွေ မခီတ် အောလာင် လံက် ဟာ တိုင် စွေ အတုံ့ ထာဝ်လူည် နီ။ တ့ နဲင့် တိုာ နဲအေံင် နဲ့ ငါဘတ် ခလဲာဝ် တ့ ထူ့ ကောလတ် ညူ နဲ့ ဒဲ။ ယဲာည် ဘူညူ ခေမ် စွေ ခူကလေံ နဲ့ ငါဘတ် ခလဲာဝ် ကာတည် ညာဝ့် စွေ နောင် ဘာဆ့ စွေ နဲ့ မာအီ့ိတ် ယဲာ။ ဘော့ အနောင် လာ မောအိုပ် တ့ စီဆဟ် ညူ အဲ၊ တ့ မောအိုပ် စီဆဟ် ဒါလမ် ငါဘတ် အဇာလန် ညူ ဖလော့ တ့ မအက် နဲက် တိုင် အောလာင် အဆေင် ဒါတာ တ့ လေင်း ကာတည် ညာဝ့်။ တ့ မအက် နဲက် တိုင် အောလာင် တ့ အမိုံန် ဟာ ညူ ငါဒေန် တိုင် အဖုံင် ခေမ် အောမာက် ၊ အဲရီံ နောင် ဖလော့ ကာတည် အမိုံန် ဟာ၊ ဒါလမ် အဖုံင် အောမာက် ကာမောည် မအက် နောင် မဲဆ ကရည် ကာတည် နက် တိုင် မဲတ့ နဲ့ တိုင် တ့ လေင်း ကာတည် ညာဝ့်။ တ့ ညူ တ့ လယို့ံ ဟာ ဇာလန် အတိုာတ် တာဖုံင်၊ ဖလော့ တ့ မအက် နဲက် ညူ မဲဆ နဲ့ တိုင် တ့ လေင်း ကာတည် ညာဝ့် ၊ အဖုံင် အောမာက် ညဲာ၊ ခူကလေံ ညဲာ တာ ဖုံင် ဘာဆောင် တိုင် မအက် တ့ လေင်း ကာတည် ညာဝ့် မဲတ့ တောလောင် တိုင် အောလာင် အဆေင် ဟာန် ဟာ။ နာညောတ် လေင်း ဘော့ မောည် လောဟ် နောင် တ့ ဖေတ် ကာတည် ညာဝ့် စီဆဟ် ကရဲာဝ် ညူ အမိုံန် ဘာလဲဟ် ကာတည် ညာဝ့် ။ တ့ မအက် လေင်း ဆာဝတ် ကာတည် ညာဝ့် ညူ ပနဲ့ နမောည် ကထွဲ နမောည် နောင် ဖလေံင် တိုာ လေင်း ဆာဝတ် ဟာ။တ့ ပနဲ့ မာတ့ ခနဲ့ အဲတ့ တာဖုံင် ညူ တ့ လယို့ံ စီဆဟ် အောလာင် အဆေင် ကာမောည် ဇာလန် လယို့ံ ကာ လယို့ံ ဟာ ကာ ညူ ဆဒန် ဟာ။တ့ လယို့ံ စီဆဟ် နဲအေံင် နောင် ဘူနီ ဘော့ မောည် ဆဒန် အောလာင် မကာဝ် မအိုာတ် စွေ ဆနောက် ဟာ နောင် အတိုာတ် အောလာင် လဲ။

post(4)

ပါတ်

(၄)

တ့ မအက် နဲက် နဲ့ ဒါတာ တ့ ဆဲာင် နဲအေံင် ဘာဆောင် ဆိုင် ကာတည် ညာဝ့် နဲအေံင် ညူ အဲတ့ ခနဲ့ မဘော့ ဘာလဲဟ် ဆနံဟ် စီဖန် လာ။အထီမ် မကာဝ် ကရည် ငဟိုင် ကရည် မဘော့ ညူ နဲ့ တိုင် ဇာလန် မာစမ် မာစမ်။ ယဲာည် မကာဝ် ဘူညူ အဲ တိုာ မာဝါင်၊ တိုာ ဘူတတ်၊ တိုာ မတ်၊ တိုာ ကောလောဟ်၊ တိုာ ပေါတဲာက် ၊ တိုာ ကဲတာမ်၊ ဝူဝည် ၊ ကဲလေံ၊ဘီဟဲဟ်၊ဆလဲာပ်၊ တာဖုံင် ပလာ။ တ့ မကာဝ် ကရဲာဝ်ညူ နောင် ဖလေံင် နဲ့ ဒါလမ် တ့ ပနဲ့ မအက် ဒါတာ ကာတည် ညာဝ့် ညဲာ။ တ့ မနီက် မဘော့ မနူတ် အဘို့ ညူ တ့ မကာဝ် အလောဟ် ထီယာ မအဲမ် ဒါလမ် ဖူင့် ကောတာန် ညူ တ့ မလောပ် ဘာဇီ ၊ စဝတ် ဆဲဝဲက် ဆဲဝိမ် ညူ အမာမီ က နမောည် ပနဲ့

ဟာ။ယဲာည် ဖူင့် အဒ နောင် ဇာဂူန် တိုင် မာဒလေံ ညူ ဘာဇီ ကဝည် အဆလိုင်း ၊ဘာဇီ ဒါဒ့် ဘီဟဲဟ်၊ ကာကောင် ဘာလိုည်၊ ဆဲကဲ့ ဘာလိုည် တာ့ တာဖိုင် ပန့ာ ထာဝ်ထီ ယဲာ ညူ အတိုာတ် ဖောအေံင် ဒူလေံ ဟာ။ အဘာန် မဲဆ မအဲံမ် ဒါတာ တာနက် နီ ထီယာ မအဲံမ် ဖောအေံင် မဲနိုံည် ဟာ ညူ ကာတည် ညာဝ့် ဖောအေံင် မဲနိုံည် ဟာ၊တာ့ မအဲံမ် မဘော့ ဖောအေံင် မဲနိုံည် ဟာ လဲာဝ် တာ့ မကာဝ် မခီတ် ဖောအေံင် က မဲနိုံည် ဟာ ပလာ။ တာ့ တာဖိုင် တထာဝ် ဟာ ခလဲာဝ် တာ့ ထထာဝ် မဲနိုံည် ညူ တာ့ မခီတ် ကာတည် ညာဝ့် တိုင် တာ့ လေင်း ကာတည် ညာဝ့် ညူ ယဲာ။

post(5)

နဲမာ့

(မညမ် လဲာဝ် က ? မညမ် တာ့ အနောင် လာ ? မညမ် ညူ အမိုံန် ပလာ ကာ ?

–အတိုာတ် တာ့ လေင်း ညူ ခနာ့ မညမ်။ တာ့ မညမ် တာ့ မာကာန် ညူ အတိုာတ် တာ့ လေင်း ဆာဝတ် တိုာ ညာဝ့်။

–တာ့ လေင်း ဆာဝတ် ယဲာည် နဲာ့ ညူ မညမ် မာကာန် ညူ အမိုံန်။ တာ့ လေင်း ဆာဝတ် ဟာ ညူ နဝိုတ် မညမ် ခလဲာဝ် မာကာန် နာမာ့ ဟာ။တာ့ မအဲံမ် မဘော့ ယဲာည် ဖေတ် နောင် ဘူညူ တာ့ လေင်း ဆာဝတ် ညာဝ့် နဲာ့ နဲ ဟာ။ တာ့ ထူ့ ကောလာတ် ၊ ညာဝ့် နဲက် တိုင် တာ့ ညာဝ့် ပအီံတ် ညူ ညာဝ့် တာ့ လေင်း ဆာဝတ် ဟာ ယဲာ။ ယဲာည် မညမ် တာလောက် တိုင် ဘူဝါက် ညူ ဖေတ် တာ့ လေင်း၊အမိုံန် အတိုာတ် တိုာ တိုင် ညာဝ့်။ မနူတ် အဘို့ံ ဘော့မောည် ညာဝ့် တိုင် တိုာ ပနံ့ တိုင် တာ့ လေင်း ဆာဝတ် ညူ ခနာ့ မညမ် မာကာန် နောင် ဆမေ ယဲာ။

Post(6)

(မဲရုံန် ဆနောက် ပလာ ကာ ? တာ့ မအဲံမ် မဲရုံန် ဆနောက် ပလာ ကာ ?)

–ယဲာည် မဲရုံန် ဆနောက် ကရဲာဝ်ညူ အမိုံန် အတိုာတ် တာ့ လေင်း ဆာဝတ် တိုာ တိုင် ညာဝ့် ။ တာ့ လေင်း ဆာဝတ် ယဲာည် နဲာ့ ညူ တာ့ မဲရုံန် တာ့ မအဲံမ် အမိုံန် ။ တာ့ လေင်း ဆာဝတ် ယဲာည် ဟာ ညူ မဲရုံန် ကလေံတ် ဟာ၊ ယဲာည် မဲရုံန် ညူ အဟူတ် ငါဟ် အဟူတ် ငါဟ် လဲာဝ် နဝိုတ် မဲရုံန် ထာဝ် ထီယာ။ ယဲာည် ဖေတ် နောင် ဘူညူ ဒါလမ် တိုာ နောလို့ အဲတာ့ တာ့ လေင်း ဆာဝတ် နဲာ့ နဲဟာ။ တာ့ ထူ့ ကောလာတ် တိုင် ညာဝ့် ပအီံတ် လဲာဝ် တာ့ ညာဝ့် နဲက် ယဲာည် ဖေတ် နောင် ဘူညူ ဒါလမ် ညာဝ့် ညူ တာ့ လေင်း၊ ဆာဝတ် ဟာ။ ယဲာည် မဲရုံန် အထီမ် လယို့ ညဲာ တိင် တာ့ မညမ် တာ့ မာကာန် အမိုံန် ညူ အတိုာတ် တာ့ လေင်း ဆာဝတ် တိုာ ညဲာ တိုင် ညာဝ့် ညဲာ ညူ အမိုံန် ။

–မဲရုံန် ဘော့ ဆ နဲနဲ ။ ယဲာည် မဘော့ နောင် တာ့ ဘာဆောင် တိုင် တာ့ မဲရုံန် ညူ အမိုံန် အတိုာတ် တာ့ လေင်း ဆာဝတ် ညာဝ့် တိုင် တိုာ ယဲာ။

Post(7)

လူဇူတ်

(တာ့ မခီတ် ဒါလမ် တိုာ အဲတာ့ က နဲာ့ ပလာ။ ဒါလမ် ညာဝ့် အဲတာ့ တာ့ လေင်း ဆာဝတ် နဲာ့ ကာ နဲာ့ ဟာ ကာ ညူ ပနာ့ နောင် တာ့ မအဲံမ် မဘော့ တိုာ အဲတာ့။)

–အဲတာ့ ယဲာည် လံက် တိုင် မနူတ် အဘို့ံ ညူ တိုာ အဲတာ့ မကာဝ် မအိုာတ် နောင် ဇါလန် စီဖံန် လာ။

–တာ့ မခီတ် ဒါလမ် တိုာ အဲတာ့ ညူ နောင် စီဖံန် လာ။ အဲတာ့ ယဲာည် လံက် တိုင် မနူတ် အဘို့ံ ညူ (disposimine) တိုင် (serotonin) ဒါလမ် ကလောင် အဲတာ့ ၊တာ့ မခီတ် တာ့ဖိုင် ညူ မအောန် မနီက် တိုင် အဲတာ့ ဘာလဲဟ်။ တာ့ ညာဝ့် နဲတဲတ် တိုင် တာ့ မဲရုံန် ကလေံတ် ဟာ၊ လဲာဝ် တာ့ မာကဲတ် ညာဝ့် တာဖိုင် အဲတာ့ ဆဒန် နောင် တာ့ မနီက် ဒါလမ ကလောင် အဲတာ့ တိုင် တိုာ အဲတာ့ ပလာ။

–အထီမ် တိုဂ အဲတဒ့ ဆနောက် ညူ တိုဂ ဖေတ် နောင် စီဖံန် လာ၊နောင် ဒါလမ် တိုဂ အဲတဒ့ ညူ မနီက် နောင် စီဖံန် လာ။

–မနူတ် အဘို့ တိုဂ ယဲဂည် ဆနောက် ညူ (disposimine) တိုင် (serotonin) တဒ့ မနီက် မအောန် တဒ့ လဘဲတ် နောင် ဒါလမ် ကလောင် ညဲဂ ညူ ယဲဂ။တဒ့ မအဲက် ဇါလာတ် ၊ညာဝ့် ပအီတ် ၊တဒ့ ညာဝ့် စငဲမ် ၊ တဒ့ မဲရုံန် ဆနောက် ၊ တဒ့ မညမ် အမိုံန် ၊ဘေဒ့ မောည် တိုဂ ဆနောက် တိုင် တဒ့ မနီက် ညာဝ့် အမိုံန် ညူ မဘေဒ့ မအောန် ကလောင် အဲတဒ့ ညူ အမိုံန် အတိုဂတ် တိုဂ တိုင် ညာဝ့် အဲတဒ့ ယဲဂ။

–ညာဝ့် ယဲဂည် ထူကောလာတ် ညူ တဂ အဲတဒ့ ဖေတ် နောင် စီဖံန် လာ၊ တိုဂ အဲတဒ့ မအဲမ် နောင် စီဖံန် လာ ညာဝ့် တိုင် တိုဂ နောလို့ အဲတဒ့ ယဲဂည် ဖေတ် နောင် ဇါလန် ဘူနီ မဲရုံန် ကလေံတ် ဟာ။ မညမ် အမိုံန် ဟာ၊ တဒ့ ညာဝ့် ပအီတ် တိုင် တဒ့ မအဲမ် မဒို့ ဆနောက် ဟာ ၊လဲဝ် တဒ့ ကာတည် ညာဝ့် နဲက် တုံ ယဲဂည် ဖေတ် နောင် ဘူညူ ဒါလမ် ကလောင် အဲတဒ့ ညူ အမိုံန် နဲဟာ။

–ယဲဂည် ဘူညူ အဲ တိုဂ နောလို့ အဲတဒ့ ယဲဂည် ဖေတ် နောင် ဘူညူ တဒ့ မနီက် ညာဝ့် အဲတဒ့ တာဖုံင် အမိုံန် ဟာ၊ တိုဂ အဲတဒ့ က တဒ့ မနီက် နဲဒ့။

Post(8)

–ဘေဒ့ မောည် ညာဝ့် တဒ့ လေင်း ဆာဝတ် နဲဒ့ ညူ တိုဂ နောလို့ က မဘေဒ့ တောလောင် ပလာ။

–တိုဂ တိုင် ညာဝ့် ညူ တေံတ် မဲနိုံည် ယဲဂ။ယဲဂည် ဘူညူ အဲ အဲတဒ့ မာလီတ် တဒ့ ဘာဆောင် တိုဂ တိုင် တဒ့ ညာဝ့် ပအီတ် ဇော။

–ကာမောည် ယဲဂည် မနီက် လေင်း ညူ အောတတ် ပနေင်း ဘူလောင် မီအည်၊ဘဟိုည် နဲန် ၊မာတဒ့ က ဆဲင် နဲဟာ၊ ငေါဟ် လာပီန် တဒ့ မညမ် မာကာန် က ပစဟ် ဟာ။ယဲဂည် ဖေတ် နောင် ဘူညူ တိုဂ ဆနောက် ဟာ။

–တဒ့ ညာဝ့် ပအီတ် ညူ အတိုဂတ် တိုဂ တိုင် ညာဝ့် ညူ တဒ့ လေင်း ဆာဝတ် နဲဒ့ နဲဟာ။တိုဂ နောလို့ အဲတဒ့ တဒ့ လေင်း ဆာဝတ် ယဲဂည် ဟာ ညူ အဲတဒ့ နမောည် တဒ့ မာကဲတ် ကအောည် မောရာဟ် ယဲဂ။

–ဘေဒ့ မောည် ညာဝ့် ဆနောက် ညူ တိုဂ နောလို့ ခနဒ့ မဘေဒ့ ဇါလန နဲဒ့ (၃) ဇါလန်။

၁။ခူဇဲဂ မဘေဒ့ တိုဂ တိုင် နငါန် လဲဝ် ခူဇဲဂ မဆိုံန် မဘေဒ့ တဒ့ ညီအဲန် ၊လဲဝ် တဒ့ လာကာဝ် ဇါလန် မဘေဒ့ မာလီတ် ဇဲ။

၂။မဲရုံန် နောင် ဆနောက်၊ မဲရုံန် နောင် အထီမ် လယို့ ထာဝ်ထီ မဘေဒ့ နောင် ဘူညူ ဇဲ။

၃။မညမ် မာကာန် နောင် တဒ့ အမိုံန် တဒ့ မအို့ တဒ့ ကဲန ညူ ခနဒ့ ငလေံ ခူဇဲဂ မဘေဒ့ နောင် ဘူညူ ဇဲ။အဲတဒ့ ယဲဂည် မဘေဒ့ နောင် ဇာလန် ဘူညူ အတိုဂတ် တိုဂ နောလို့ တိုင် ညာဝ့် ညူ တဒ့ လေင်း ဆာဝတ် အမိုံန် အဲတဒ့ ခူဇဲဂ မဘေဒ့ နောင် ဘူညူ ဘဲတ်။

Post(9)

–တဒ့ ညဲလဲဟ် ဒါတာ ညူ အတိုဂတ် ကာမောည် ဖေတ် နောင် စီဖံန် လာ။

–တဒ့ ညဲလဲဟ် ညူ အတိုဂတ် တဒ့ မအဲမ် မဘေဒ့ အမာစမ် ယဲဂ။ တဒ့ လဘိုင် ၊တဒ့ ညာဝ့် ပေါထာဝ် တိုင် တိုဂ အဒ လဲဝ် တဒ့ မာတည် ညူ ယဲဂ။

–တဒ့ မခီတ် လဲဝ် တဒ့ မနီက် တိုင် တဒ့ ညဲလဲဟ် ညူ တဒ့ မအဲမ် မဘေဒ့ ကာမောည် ယဲဂ။

–ယဲာညည် ဘူညူ တာ့ မအဲ့မ် မဘော့ ညဲလဲဟ် ကာမောညည် က အမိုံန် က အမိုံန် ။ဆဲာ လေင်း အရုံတ် လေင်း ဆဲာ လေင်း အရုံတ် လေင်း၊ က ဖေတ် ဆဲာင် ပလာ။ တာ့ မအဲ့မ် မဘော့ ညဲလဲဟ် နောင် ဒါတာ ညူ က မကာဝ် တိုင် အဲတာ့ ယဲာညည် ကာမောညည် ငဲလေံ နမောညည် ဟာ ပလာ။

–မဲဆ မဖ လာဆေံ ဘာဆောင် တိုင် တာ့ ညဲလဲဟ် ညူ အဲတာ့ မထာမ် ဧော မကာဝ် နောင် စီဖံန် လာ။

–နောင် တာ့ ညဲလဲဟ် ညူ အဲတာ့ ငဲလေံ ကာ။

–နောင် တာ့ ညဲလဲဟ် ညူ အဲတာ့ ညဲလဲဟ် ဘာလဲဟ် ဆဲာင် ကာ။

–နောင် တာ့ ညဲလဲဟ် ညူ မဲတာ့ တာ့ နငေါန် ကာ။

–ဘော့ မောညည် တာ့ ညဲလဲဟ် ဟာ ညူ ၊ တိုာ နဲအေံင် မဟာမ် ဘာလဲဟ် ကာ။

–နောင် တာ့ ညဲလဲဟ် ညူ အဲတာ့ ရူဧာ မဘော့ ပလာ ကာ။

–နောင် တာ့ ညဲလဲဟ် ညူ အဲတာ့ လာကူံ ပလာ ကာ။

–ယဲာညည် မကာဝ် တာ့ ညဲလဲဟ် ညူ တာ့ မအဲ့မ် မဘော့ ယဲာ။ ညလင် ဘာလဲဟ် တာ့ မအဲ့မ် မဘော့ ညဲလဲဟ် ညူ ဒါလမ် မနူတ် အဘို့ တိုင် အဘို့ ညူ နဲ့ ခလဲာဝ် မဲနိုံည် ဟာ။

ခယဲာညည် ညူ အဲတာ့ ညဲလဲဟ် တိုာ နဲအေံင် ညူ ဖေတ် နောင် စီဖံန် လာ ညူ ခနာ့ မာလီတ် လဲာဝ် နမံတ် ဓဲ။

Post(10)

-တာ့ ညဲလဲဟ် ညူ မဘော့ ခနာ့ နောင် ခင် ဘေင်း ဘဲတ် ။

–တာ့ မအဲ့မ် မဘော့ ကာမောညည် တာဖုံင် ညူ ငါဝါတ် ကဆပ် ဆနံဟ် နမောညည် ဟာ။ယဲာညည် ဘူညူ တာ့ မဘော့ ငါဝါက် ကဆပ် ဆနံဟ် နမောညည် ဟာ ညူ ယဲာ။အဲတာ့ ခန ညာဝါ့ တေတ် လဲာဝ် မဘော့ နဲနဲ ဓဲ။ ဘော့ မောညည် မဘော့ နမောညည် ညူ မဘော့ မာလီတ် တိုာ နဲအေံင် ခနာ့ ဘော့မောညည် မဘော့ မာလီတ် နမောညည် ညူ။

၁။နောညည် အတိုာတ် မဲဆ မဖ လာဆေံ တိုင် မဲဆ မခါန် လာဆေံ ဘအက် ကာ၊ လာခါညည် နဲ့ ကာ၊ ဘော့ မောညည် အမိုံန် ကဝါ ဘာလဲဟ် ညူ မူဝင် တာ့ ညဲလဲဟ် ဘာလဲဟ် လဲာဝ် မအိုာတ် ဘာလဲဟ် ဓဲ။

၂။အထီမ် မနူတ် မဲဆ မခါန် လာဆေံ ညူ အူဖီန် လာ၊ နောင် စီဖံန် လာ၊ဘော့ မောညည် အမိုံန် ကဝါ ညူ ဘော့ အဲနောင် လာ နဒိုတ် ညဲလဲဟ် ဘာလဲဟ် ညူ မထာမ် မာလီတ် ဘာလဲဟ် တိုာ နဲအေံင် ဓဲ။

၃။တာ့ ညဲလဲဟ် ဘာလဲဟ် ဘာဆောင် တိုင် မနူတ် မဲဆ မခါန် လာဆေံ ညူ ၊လဲာဝ် မဲဆ မဖ လာဆေံ ကရဲာဝ်ညူ မကာဝ် မအိုာတ် ဘာလဲဟ် နောင် ဓါလန် စီဖံန် လာ။

၄။ ယဲာညည် နဒိုတ် မဲဆ မခါန် လာဆေံ ဖေတ် နောင် တာ့ အယာတ် အဲတာ့ ညူ ဘော့ မောညည် ညဲလဲဟ် နောင် စီဖံန် ညူ မခီတ် ၊ မနိုက် မာလီတ် တိုင် တာ့ မအဲ့မ် မဘော့ ညဲာ ညူ ပနာ့ ပလာ ကာ။

–နောညည် တာ့ မကာဝ် မအိုာတ် တာဖုံင် နီ ညူ တာ့ နဒိုတ် ဘာဆောင် တိုင် တာ့ ညဲလဲဟ် ဘာလဲဟ် ကရဲာဝ်ညူ အဲတာ့ မဘော့ ညဲလဲဟ် ဧော။

Post(11)

–တာ့ ဓါလန် ညဲလဲဟ် ငါဘတ် ယဲာညည် နဒိုတ် ညဲလဲဟ် ညူ တာ့ မခီတ် တိုင် တာ့ မအဲ့မ် မဘော့ ညူ နဲ့ စလာင် လာ။

ထန် အလောညည် တာ့ မညမ် တာ့ မာကာန် တိုင် တာ့ မအဲ့မ် မဲရုံန် တိုင် တာ့ ကရည် မဘော့ာ အမိုံန် ညူ ခေါမ် တိုင် ဆနံဟ် ဘောင်း မဆိုံန် မဘော့ မမဲန် ဘာလဲဟ် ညူ မကာဝ် မအိုာတ် မအောန် ဆဒန် ဘာလဲဟ် အလောဟ် ဓဲ။

–နောညည် တာ့ မကာဝ် အတိုာတ် ဘာဆောင် တိုင် တာ့ ညဲလဲဟ် တာ့ မအဲ့မ် မဘော့ မကာဝ် ဓါလန် အတိုာတ် တိုာ နောလို့ ညူ ယဲာ။

–မာလီ့တ် နမံတ် ဘာလဲဟ် တာ့ မအဲ့မ် မဘော့ နဲအံောင်။

–ကလ နောင် ဘူနီ

ာ။–ဘာဆောင် တာ့ မကာဝ် ဘောင်း

–တာ့ မကာဝ် ဘောင်း မာစမ် မာစမ် ညူ ဘော့ မောည် မကာဝ် ဘာလဲဟ် ဝူဝည် ဝူဝည် ညူ ဆဲာင် ထူမ် လာ?

–ဘောင်း မကာဝ် ဘာလဲဟ် ဆဲာင် နောင် စီဖံန် လာ?

–ဒါတာ ယဲာ ကာ?

–မကာဝ် ထန် ကာတည် ထန် ညာဝါ ဆဲာင် ပလာကာ?

၂။တာ့ နဲင့ါ ဘောင်း တာ့ မကာဝ် အောလာင် ယဲာည် နဲင့ါ ညူ ဘောင်း နဲင့ါ နဲန ဆဲာင် ပလာ ကာ?

–ယဲာည် ဘူညူ ဟာ ညူ ဘောင်း နဲင့ါ ဒါတာ ယဲာ ကာ?

–လဲာဝ် တာ့ မကာဝ် အောလာင် ခေမ် ညူ ဘောင်း ညအဲာင် ထူမ် အခါမ် လာ?

–မူဝင် မာလီ့တ် ဘာလဲဟ် ဓဲ။

–တာ့ ကရည် မအဲ့မ် မဘော့ နဲအံောင် လဲာဝ် တာ့ ကရည် မအဲ့မ် မဘော့ မဲနိ့ည် ဟာ ညူ က ခနာ့ မမဲန် မဆိုံန် ဘာလဲဟ် ပလာ။

–ကလ နောင် ဘူနီ

–တာ့ နဲာ့ တိုင် ဈွေ တာ့ လယို့ ဟာ တာ့ မအဲ့မ် မဘော့ အမာစမ် မာစမ် ညူ မနီက် လဲာဝ် မကာဝ် မအိုာတ် လဲာဝ် မလီ့တ် ဘာလဲဟ် ဘာဆောင် တိုင် တာ့ မကာဝ် မအိုာတ် လဘို့ ညူ အဲ။

–ဘော့ မောည် ညဲလဲဟ် ညူ မကာဝ် မအောန် တာ့ လေင်း တိုာ နဲအံောင် ဓဲ။တာ့ ညဲလဲဟ် နောင် ဘူညူ တာ့ အနောင် လာ မကာဝ် မအောန် တာ့ လေင်း တိုင် ဘောင်း အဲ။

–ဘော့ မောည် ညဲလဲဟ် ညူ မတဲင် မအက် ဇလိုည် ဓဲ။ တာ့ လယို့ ဟာ ကာတည် တာ့ မအဲ့မ် မဘော့ နဲအံောင် ညူ ဘော့ မောည် ညဲလဲဟ် အဆောင် နောင် တာ့ ပနာ့ တာ့ ဆဒန် တိုင် တာ့ တောလောင် တိုင် ဘောင်း ညူ နဲာ့ ပလာ ကာ။

–ခနာ့ ညဲလဲဟ် ညူ တာ့ အနောင် လာ မခင် စခတ် တိုင် ဘောင်း အဲ။

–တာ့ မအဲ့မ် မဘော့ ဘောင်း မူဆီ ညူ တာ့ အနောင် လာ ခနာ့ မာတတ် ဘာလဲဟ် တိုင် ဘောင်း အဲ။

–နောင် တာ့ မကာဝ် မအိုာတ် ဘာဆောင် တိုင် တာ့ မကာဝ် ဒါတာ နီ ဘော့ မောည် မဘော့ ညူ မအဲ့မ် မအက် ဇလိုည် က ကာ။

Post(12)

–တာ့ ညဲလဲဟ် ဓါလန် ငါဘတ်

–နောင် မဘဲ့င် ဘာဆောင် တိုင် ဇါလန် တာ့ ညဲလဲဟ် နောင် ညာဝါ့ လဲာဝ် တာ့ ခနီက် တိုင် တာ့ မခီတ် ဇါလန် တာ့ ညဲလဲဟ် ညူ ယဲာ။

–တာ့ မနီက် မဘော့ ကရည် ညူ ထာဝ်ထီ ညူ တာ့ မဘော့ မဲနိုဲ့ည် ဟာ၊ ဇါလန် မာစမ် မာစမ် လဲာဝ် ညဲလဲဟ် ယဲာ နမောည်။

–ကလ နောင် ဘူနီ

၁။–ဘော့ မောည် နမံတ် ဆဲာင် မဘော့ ထာဝ်ထီ ဇဲ။

–တာ့ မဘော့ ဘောင်း ညူ တာ့ မခီတ် နဲနဲ ဟာ ၊ တာ့ မခီတ် ဘောင်း ညူ နာ လေ့ ယဲာ။

–နဲင့် မာလီဲတ် တာ့ မခီတ် စီဖံန် လာ။ တာ့ မခီတ် ညူ ဘော့ နမံတ် ဆဲာင် ဇဲ ။ ယဲာည် ဘူညူ တာ့ မခီတ် ဘောင်း ညူ မအောန် နာမာ့ ဒါလမ် ညာဝါ့ ဘောင်း ဇဲ။တာ့ မနီက် ဘာဆောင် တိုင် တိုာ ဘောင်း ကောလာတ် အိုန် အုံန် လဲာဝ် တာ့ ဒါတာ တာဖုံင် ညူ နမံတ် မာလီဲတ် ဇဲ။ တာ့ မနီက် ဘူညူ ဘော့ လာကုံ ဇဲ။ လဲာဝ် မအောန် လာကာဝ် တိုင် ဖောအေံင် ဇဲ။

၂။ဘော့ မောည် မကာဝ် ဘိုန် ဆဲာင် ညူ မဆိုံန် ဇဲ။ တာ့ မအဲံမ် မဘော့ ညူ တာ့ အနောင် လာ အမိုံန် အတိုာတ် ဘောင်း?

–နောင် တာ့ နမောည် ဘောင်း တာ့ မကာဝ် မအက် အဒ လဲာဝ် တာ့ နမောည် ခေါမ် တိုင် တာ့ အမိုံန် တာဖုံင် ညဲာ လာကုံ ဘဲ့တ်။

–နောင် ဘူညူ ဘော့ မောည် နမောည် တာ့ အမိုံန် ညူ တာ့ မအဲံမ် မဘော့ ဘောင်း တာဖုံင် ညူ မကာဝ် ဘိုန် ဇဲ။

ကလနောင် ဘူနီ

၁။အထီမ် တာ့ မနီက် နဲ့ အမာစမ် မာစမ် ညူ နောင် တိုာ နောလို့ ဘောင်း၊ နမံတ် ဇဲ။ တာ့ ဆနောက် လဲာဝ် တာ့ ကာတည် ညာဝါ့ နဲက် ညူ နောင် တိုာ ဘောင်း ဖေတ် စီဖန် လာ ခန့ မာလီဲတ် လဲာဝ် နမံတ် ဇါလန် မအောန် တာ့ ဆဒန် ယဲာ။

၂။တာ့ မဘော့ ဘောင်း မူဆီ မောလာ့ ညူ မထာမ် မာလီဲတ် ဘာလဲဟ် ဇဲ။ တာ့ မနီက် ဘောင်း နောင် ဘူညူ တာ့ နဲင့် ဘောင်း ကာ။

–တာ့ တလုံင် တာ့ မန် ညူ တာ့ ဖေတ် နဲနဲ ကာ?နောင် ဇါလန် အဆေင် လဲာဝ် တာ့ လယို့ တိုင် ဘောင်း မနီက် နမောည် ပလာ ကာ? နောင် တာ့ မနီက် ဘူညူ တာ့ မခီက် တာဖုံင် ညဲလဲဟ် ပလာ ကာ။

–နောင် လာဆေံ မခါန် ဒါတာ ဘော့ မောည် မဘော့ မတာမ် ညူ ဘောင်း မတဲ့င် မအက် ဇလိုည် လဲာဝ် က ကာ။

Post(13)

–မဲဆ မဘော့ ဆဲာင် တိုင် တာ့ မကာဝ် မစုံ့ ဘော့ ဘူင် ဘော့ ဖလိုမ် လဲာဝ် တာ့ နဲင့် ညူ (counseing) ညူ (or) counseling တာ့ အနောင် လာ။

– counseling တာ့ ညူ မဲဆ မကာဝ် ငါဒေန် မစုံ့ ဘော့ ဘူင် ဘော့ ဖလိုမ် ဖေတ် တာ့ ဘာဆောင် တိုင် ညာဝါ့ တာ့ မဘော့ စီဆာဟ် ညူ လဲာဝ် တာ့ ညာဝါ ဆဒန် တာ့ ဆဲာင် နဲအေံင် နဲ့၊ နဲင့် တာ့ မကာဝ် မစုံ့ ဘော့ ဘူင် ဘော့ ဖလိုမ် လဲာဝ် တာ့ မဘော့ တောလောင် ဘာဆောင် တိုင် တာ့ မဘော့ ကာန် ညူ ယဲာ။နောင် တာ့ မဘော့ ဘူင် မဘော့ ဖလိုမ် ညူ တာ့ ဘာဆောင် တိုင် ညာဝါ့ တာ့ မဘော့ မာလီဲတ် တာ့ မဘော့ စီဆဟ် လဲာဝ် တာ့ ညဲလဲဟ် တာ့ မအက် နေင် ညူ ယဲာ။

–တ့ မဘေ့ ကာန် ညူ မဲဆ မဘေ့ တောလောင် ခေမ် ညူ တ့ စီဆဟ် တိုဂ နဲအေံင် ညူ မဘေ့ မူဝင် မာလီ်တ် လဲဝ် ညဲဂ မဘေ့ ကဝါ အောလာင်။

–counseling ညူ နဉိ်တ် ဖေတ် နောင် အထီမ် ဘီတာမ် လာ?

–တ့ ဘာဆေင် တိုင် တိုဂ ညာဝါ့ တ့ မအဲ်မ် မဘေ့ အမာစမ် မာစမ် ညူ မအောန် တိုင် ဘေင်း တ့ စီဆဟ် အတုံ အထီမ် နီ နောင် ဘေင်း ညူ မူဝင် ဇါလန် ညာမာဝ် ဟာ၊ လဲဝ် တ့ မအဲ်မ် မဘေ့ ခေမ် ဘေင်း အတိုာတ် တ့ မခီတ် တိုင် တ့ မအဲ်မ် ညူ ယဲာည် ဖေတ် တ့ စီဆာဟ် ညူ (counseling) နာမ့ နမောည် ပလာ။

–တ့ နာမ့ ညူ တောလောင် တိုင် ဘေင်း တ့ အနောင် လာ။

–တ့ နာမ့ ဖေတ် နောင် ဘေင်း တ့ မနီက် တိုင် တ့ မခီတ် မဘေ့ တာဖုံင် ညူ ၊ ဘေ့ မောည် မဘေ့ ဆဲာင် မဘေ့ တောလာင် တိုင် ဘေင်း ယဲာ။

Post(14)

–တ့ မအဲ်မ် ဘူင် တိုင် အောလာင် ကရည် မအဲ်မ် ဒါနီ့ နဲ့ နောင် ဘူညူ အမိုံန် အတိုာတ် တ့ လေင်း ဆာဝတ် ညူ ယဲာ။

– တ့ မနီက် ဒါလမ် ညာဝါ ညူ အဘို့ တိုင် အဘို့ တ့ မကာဝ် မတို့ အောလာင် အဲဒိုပ် အဲရီ နဲ့ ညူ လဲဝ် တ့ မအဲ်မ် ဒါနီ့ နဲ့ က။

–တ့ မအဲ်မ် ဘူင် စွေ ညူ ခူဇ၊ ခူကလေံ နဲ့ ထူမ် ဒီလိုည် လာ၊လဲဝ် အထီမ် အဲတ့ နဉိ်တ် တ့ တောလောင် ညဲာ တောလောင် တိုင် အဲတ့ အမိုံန် ညူ ခူကလေံ အမိုံန်။ကလ နောင် ဘူနီ ဒါလမ် ဖေဘိုက်(facebook) ဘေင်း ညူ ခူကလေံ နဲ့(၁၀၀၀) ခလဲဝ် တ့ မအဲ်မ် ဒါနီ့ ယဲာည် ဟာ ညူ တ့ မအက် အဟဲ်င် နဲ့ ပလာ။

–တ့ မအောန် တ့ လေင်း ယဲာည် နမောည် နောင် တ့ ဘာဆေင် တိုင် ညာဝါ့ ၊လဲဝ် တ့ ဘာဆေင် တိုင် တိုဂ နောလို့ ညူ တ့ မကာဝ် နောင် တ့ မအဲ်မ် ကရည် ဒါနီ့ ညူ ယဲာ။

–အဘို့ တိုင် အဘို့ နမောည် တ့ မကာဝ် မအိုာတ် နောင် တ့ မကာဝ် ဖါလိုည် ညဲာ ညူ ခူကလေံ အဘို့ တိုင် အဘို့ ကရည် ခလဲဝ် ငဟိုင် နောင် တ့ ကရည် မအဲ်မ် ဒါနီ့ ဟာ။ကလ မကာဝ် နောင် ဘူနီ –ခူကလေံ အဒါခူမ် ပန့ နောင် တအာဝ် လဲဝ် ပန့ နောင ဒါတာ အဒီန် ၊ နောင် အဲတ့ အဲနာနောင် က ဟာ၊ တ့ နဲ့ ဟာ တိုင် အဲတ့ ဖောအေံင် မအိုာတ် တ့ ညူ ၊ လဲဝ် မကာဝ် မအိုာတ် ဆောနာ ဆာမာ မာတ့၊ မကာဝ် နောင် ဇါလန် ငလေံ၊မအက် အဒ တိုဂ နဲအေံင် ဘော့ မောည် မအက် နဲက် တိုင် အဲတ့ ယဲာ။

–တ့ မအဲ်မ် ကရည် ဒါနီ့ တ့ နဲ့ ဘာဆေင် တိုင် နောလို့ လဲဝ် တ့ ဘာဆေင် တိုင် ဘေင်း ညူ တေတ် ဟာ တ့ မကာဝ် မအိုာတ် ကာတည် ကတုံ ညူ ယဲာ။

–ကလနောင် ဘူနီ–ခူကလေံ တ့ မကာဝ် ညူ ၊ မအောန် ပေါတောဟ် ဟာ၊ယဲာည် ဘူညူ ဟာ၊မခါန် မာတတ် လာဆေံ ခလဲဝ် အဘို့ တိုင် အဘို့ တ့ မအက် ဒါလမ် ညာဝါ့ နမောည် မကာဝ် နောင် တ့ မကာဝ် နောင် တ့ မကာဝ် ဆာမဟ် အောကင် ညူ ငဟိုင် တ့ မအဲ်မ် ကရည် ဒါနီ့ ဟာ။

–နောင် တ့ မူဝင် မာလီ်တ် နမောည် တ့ မအဲ်မ် ကရည် ဒါနီ့ ညူ နဲ့ ထူဝါ့ ဇါလန် အတိုာတ် တ့ လေင်း ဆာဝတ် ညာဝါ့ တိုင် တိုဂ နောလို့ ညူ အမိုံန် ။

–တ့ မအဲ်မ် ဒါနီ့ တလိုင် ညူ တ့ ညလင် ဘာလဲဟ် ဒါလမ် တိုဂ အမိုံန် ကဝါ။

–ယဲာည် တ့ မအဲ်မ် ဒါနီ့ တလိုင် နဲ့ ညူ နောင် တ့ မာကဲတ် ကအောည် ကလ ယဲာည် ဂူဂူည် ပလာ။

–တ့ မအဲ့မ် ဒါနိ့်' မာန် ညူ တ့ မာကဲတ် ကအောည် တ့ ညာဝ့် ပလောဟ် တ့ ထူ့ကောလာတ် ဆဲာင် တာဖုံင် ဘေ့ မောည် စီဖော ညူ မဘေ့ မအောန် ပလာ။

–မနူတ် အဘို့် ယဲာည် နဲာ တိုင် တ့ မအဲ့မ် ဒါနိ့် မာန် ညူ မအက် အဒ တိုာ နဲအံင် ဆဲာင် ပလာ။

–နောင် တ့ မအဲ့မ် ကရည် ဒါနိ့် ဘေင်း တိုင် အောလာင် တ့ မကာဝ် ဘေ့ ဖာယာ ဘူညူ နဲ့ ပလာ။

–နောင် တ့ မအဲ့မ် ဘူညူ တ့ မနီက် ဒါတာ၊ယဲာည် မဂါန် ဆနံဟ် လဲာဝ် ဘေ့ မောည် ညာဝ့် မအဲ့မ် နေင် ညူ တောလောင် တိုင အဲတ့ ပလာ။

–နောင် ဘူညူ တ့ မကာဝ် မအိုာတ် ဒါတာ တ့ မအဲ့မ် ကရည် ဒါနိ့် ညူ အတိုာတ် တ့ လေင်း ဆာဝတ် ညာဝ့် တိုင် တိုာ ထူဝ့် ဇါလန် ညူ ဖေတ် တ့ ဘိုန် လဲာဝ် က အမိုန် ပလာ။

post(15)

– တ့ မအဲ့မ် ကရည် ဒါနိ့် ညူ ခါန် အဆေင် တိုင် အောလာင် အဆေင် မအဲ့မ် ဘူင် ဟာ၊ တ့ မအဲ့မ် နဲအံင် ကဆဲာင် မဲလဲာက် က ဆဲာင် ၊လဲာဝ် နဝိုတ် မအဲ့မ် ဘူင် ဟာ တိုင် အောလာင်။

–တ့ မအဲ့မ် နဲအံင် ထာဝ်ထီ ညူ ၊တိုင် အောလာင် အဆေင် က ဒူလေံ ဟာ။လဲာဝ် ငဲလေံ နောင် တ့ ခန့ ပန့ မကာဝ် တိုင် မနူတ် ယဲာ။တ့ မအဲ့မ် နဲအံင် ညူ ခန့ နမံတ် နောင် ခင် ဘေင်း၊ တာ နဲမံတ် နဲ့ နဲနဲ တ့ မပေင် ယဲာည် မနီက် ထီယာ တ့ တလုံင် တ့ မာန် ညူ တ့ မအဲ့မ် နဲအံင် အမိုန် ဟာ ညူ မကာဝ် ဟာ ပလွာ

–နောင် တ့ မူဝင် မာလီတ် နမောည် တ့ မအဲ့မ် နဲအံင် ညူ တ့ လေင်း ဆာဝတ် တိုာ တိုင် ညာဝ့် တ့ လေင်း နဲ့ နဲ ဟာ။

–တ့ မာလီတ် မနူတ် တ့ မအဲ့မ် နအံင် ညူ တ့ ဇါလန် ဆမေံ ဟာ၊တ့ မာကဲက် ကအောည် ကာတည် ညာဝ့် ၊လဲာဝ် ညာဝ့် ပေါထာဝ် ညူ တ့ ညဲလဲဟ် ညာဝ့် ဖေတ် တ့ မကဲက် ကအောည် ဇါလန် ငါဘတ် ပလာ။

–ဖလော့ တ့ မအဲ့မ် နဲအံင် ဆဲာင် ညူ တ့ မအဲ့မ် မဘေ့၊ လဲာဝ် တ့ မဲရုံန် တေတ် တ့ မဲရုံန် လဲာဝ် တ့ မာကဲက် ကအောည် ၊တိုာ မက် ညူ ဆဲာ လေင်း ဖေတ် ငါဘတ် ဆဲာ လေင်း ဖေတ် ငါဘတ် ကဝါ ပလာ။

–အထီမ် လယို့ ကတောည် ငါဘတ် ဖလော့ တ့ မအဲ့မ် ဆဲာင် နဲအံင် ဆဲာင် နဲအံင် ၊ တ့ မခီတ် အတိုာတ် နဲအံင် ငါဘတ် ညူ တ့ မာကဲက် ကအောည် ညာဝ့် ပအီတ် က ဖေတ် ပလာ။

–တ့ မာကဲတ် ကအောည် ညာဝ့် ပလောဟ် တိုင် တ့ ထူ့ ကောလာတ် ဆဲာင် ညူ က ဘေ့ ဖေတ် ငါဘတ် ပလာ။

–မဲဆ မအဲ့မ် ဆဲာင် နဲအံင် တ့ မအောန် ဒါန် တိုာ ညဲာ ညူ ငဲလင် ဘာလဲဟ် က တ့ လေင်း ဆာဝတ် နဲ့ နဲ ဟာ။

–အမီအထီ မဲဆ မအဲ့မ် ဆဲာင် နဲအံင် ညူ ဇါလန် ဟာ ၊ ခလဲာဝ် ယဲာည် နဝိုတ် မအဲ့မ် ဘူညူ ထာဝ်ထီ ယဲာ အတိုာတ် မဲဆ မဖ လာဆေံ တ့ အမိုန် က နဲ့ တ့ အရုံတ် က နဲ့ ပလာ။

post(16)

-တ့ မအဲ့မ် ဘူင် တိုင် အောလာင် ညူ နမောည် တ့ ဆနောက် တ့ မအဲ့မ် ဘာဆေင် နောင် အမိုန် ယဲာ။

–တ့ မနီက် ဘာဆေင် တိုင် တ့ လေင်း ဆာဝတ် ညူ ဇါလန် အမာစမ် မာစမ် ၊ တ့ မစုံ့ အဝံင် အဝံင် အောမာက် နဲအံင် ထီယာ နဲအံင် တ့ မစုံ့ အဝံင် နဲအံင်၊နောင် တ့ တောလောင် အမိုန် မဆုံန် မအောန် ပလာ။

–နောင် ခင် အဲတ့ ထီယာ အောမာက် အဲတ့ တ့ မနီက် တိုင် မနူတ် ခေမ် အဲတ့ ညူ မအောန် တိုင် ဘေင်း၊ တ့ မနီက် အမိုန် ၊လဲာဝ် ဘေ့ မောည် တ့ မအဲ့မ် နဲအံင် လောယော ယဲာ။

–တ့ မအဲ့မ် မဲနိုည် တိုင် အောလာင် ညူ မဘေ့ မအောန် အမိုန် ၊အတိုာတ် တိုာ တိုင် ညာဝ့် ညူ ယဲာ။

–ထီယာ နီ အဲ မဘော့ မအောန် နောင် ဘူနီ အတိုတ် တာ့ လေင်း ဆာဝတ် ညူ အမိုံန်။

–တာ့ မအဲံမ် ဒါနီ့ ညူ နောည် မဲဆ မဖ လာဆေံ တိုာ နဲအေံင် ၊တာ့ ပနာ့ ကလောည် ၊တာ့ ဆဲာင် နဲအေံင် တာ့ ဒမန် ၊ဘော့ မောည် မူဝင် ညာမာဝ် လဲာဝ် တောလောင် တိုင် တာ့ မအဲံမ် နေင် ညူ ယဲာ။

–အဘာန် မဲဆ မဖ လာဆေံ မနူတ် မအဲံမ် ခေမ် အဲတာ့ တာ့ ဖေတ် ဓါလန် အမာစမ် မာစမ် တာ့ လေင်း ဆာဝတ် ဘေင်း အမိုံန် ဆနောက် ၊လဲာဝ် ဘော့ မောည် အမိုံန် ကဝါ ညူ ထီယာ လဲာဝ် ထီယာ က တောလောင် မအောန် ပလာ။

post(17)

–ဘော့ မောည် တာ့ မအဲံမ ဘူင် အမိုံန် ညူ ခန မဘော့ တာ့ အနောင် လာ နမောည် အဲ။

–မဲတာ့ တာ့ တောလောင် ညူ နဲာ့ နငေါန် လာ။

–စာဝ် အောမာက် နဲအေံင် ၊ခူကလေံ ၊ညောညာ၊ မနူတ် မအဲံမ် ခေမ် အောမာက် ၊မဲဆ မဘော့ ကာန် မဲနိုံည် ညူ ၊ခန မကာဝ် အဟူတ် အဟူတ် ပလာ။နောင် ခင် ဘေင်း နဲာ့ မကာဝ် ခနာ့ ထာဝ် ထီ လာ။ နဲငါ့ တာ့ မကာဝ် ဖောအေံင် ဓဲ၊ယာည် ကတုံ ဟာ ညူ မထာမ် ဘာလဲဟ် တာ့ မအဲံမ် မဘော့ ဖောအေံင် က အဲတာ့ ကာတည် ညာဝါ့ ခန တေတ် ပလာ။

–အဘာန် အဖုံင် အမာစမ် မာစမ်

ကလ နောင် ဘူနီ

–အဘာန် မဲဆ မဖ လာဆေံ ညူ တိုင် အောလာင် အဆေင် က၊ မကာဝ် မထာမ် ဘော့ မောည် ဖေတ် အဘာန် မဲနိုံည်။

–တာ့ ကလောည် ညူ ခူဓဲာ မဘော့ မာလီံတ် ဓဲ။

ကလ နောင် ဘူနီ

–တာ့ ကာတည် ညာဝါ့ တေတ် နဲအေံင် တာ့ မတဲံင် အယိုက် ၊တာ့ မဆိုံန် တာ့ ယ၊ လဲာဝ် တာ့ မဘော့ မဲနိုံည် တာဖုံင် ညူ မမဲန် မဆိုံန် မာလီံတ် ဓဲ။တာ့ နငိုံတ် အဲတာ့ ညူ မကာဝ် မအိုတ် တိုင် အောလာင် အဆေင် ဓဲ။ နဲာ့ နငေါန် လာ။ တာ့ မဘော့ အောလာင် က ခင် အဲတာ့ ခန လာကူံ ပလာ။

–အဲတာ့ ယဲာည် တောလောင် တိုင် အောလာင် ညူ နဲာ့ နဲမတ် လာ။ အောလာင် တောလောင် ဘာလဲဟ် တိုင် အဲတာ့။

–မဘော့ မအောန် တိုင် အောလာင် ညူ က ကာတည် ညာဝါ့ ခန တေတ် ပလာ။

–ဓါလန် မအက် အဒ အဲတာ့ အမာစမ် မာစမ် ယဲာည် ဘူညူ ဟာ၊ တာ့ ဓါလန် ညာဝါ့ တေတ် အဲတာ့ ညူ ခေါမ် တိုင် ဆနံဟ် ခန မဘော့ မလာ။

–ယဲာည် မအဲံမ် မဲနိုံည် တိုင် အောလာင် ညူ ဘော့ မောည် တာ့ နဲငါ့ အမိုံန် တာ့ မကာဝ် ဘီဘီန် တိုင် ကလဲက် က မအက် တာ့ လံက် လဲာဝ် ခန မဘော့ မအောန် ပလာ။

–အဲတာ့ ယဲာည် မဘော့ တောလောင် တိုင် အောလာင် ညူ ဒါလမ် ညာဝါ့ အဲတာ့ က ဆနောက် အတိုတ် မနူတ် ခေမ် အဲတာ့ က ဖေတ် တာ့ ဘိုန် အမိုံန် ပလာ။

post(18)

– အဲတာ့ မာကဲက် ကအောည် တိုာ တိုင် ညာဝါ့ ညူ ဘော့ မောည် နဲာ့ တိုင် တာ့ လေင်း ဆာဝတ် တိုင် နဲအေံင် ခန ပီထာက် တိုာ နဲအေံင် (seif -care) ညူ တာ့ နငိုံတ် ဖေတ် ဘူညူ ယဲာ။

–တဲ့ ပီထာက် တိုင် နဲအေံင် ညူ မဲဆ မအောန် တဲ့ လေင်း ဆာဝတ် တောတ် တိုင် တဲ့ တောလောင် ခဲလဲဝ် တောလောင် ဟာ ခလဲဝ် အဘို့ တိုင် အဘို့ အဘာန် စာဝ် အောမာက် နဲအေံင် ၊တဲ့ မအဲမ် မနူတ် ဖူင့် နဲအေံင် ၊မခင် ကဘင် နောင် တဲ့ မာကဲက် ကအောည် မအဲမ် နောင် တဲ့ လေင်း ဆာဝတ် ညူ တဲ့ ကာကည် ဆနံဟ် ဟာ၊နောင် တဲ့ ဘူညူ ဘေဲ့ မောည် မဂါန် ဆဲာင် ၊အဘာန် မဲဆ မာလီတ် တဲ့ လေင်း ဆာဝတ် နဲ့ လဘို့ တာနက် နီ မကာဝ် မအိုာတ် နောင် ဘူညူ ယဲာ။

–တဲ့ ပီထာက် တိုာ နဲအေံင် ညူ တဲ့ မအဲမ် မဘေဲ့ အလောည် တိုင် အလောည် တဲ့ လေင်း ဆာဝတ် ဘာဆောင် တိုင် ညာဝ့် အတိုာတ် ဟဲ့ ညူက မဘေဲ့ မအောန် ပလာ။

–တဲ့ မအဲမ် မဘေဲ့ တဲ့ လေင်း ဆာဝတ် တိုာ နဲအေံင် ညူ တဲ့ မအဲမ် မဘေဲ့ ကာမောည် ထန် အလောည် ညူ က အဲတဲ့ မဘေဲ့ လဲဝ် က။

ကလ နောင် ဘူနီ

–နာမူတ် မာတဲ့ ၊တဲ့ ခတ် လဲပါန် ၊မအဲန် အူအဲန် ၊မာညာဝ် ဆဲာမ် ၊မဘေဲ့ ဆောင် ဆောင် အောမာက်၊ တဲ့ မဒိုက် စိုန် လဲဝ် တဲ့ ဂူလည ဆောဘည် ညူ က ဇါလန် တဲ့ ပီထာက် တိုာ နဲအေံင် ညူ ပလာ။ အမီ အထီ တဲ့ လံက် နဲအေံင် ၊တဲ့ မာစမ် မာစမ် ညူ မအောန် အထီမ် လဲဝ် အဲတဲ့ ခန မဘေဲ့။

–တဲ့ ပီထာက် တိုာ နဲအေံင် ၊ခန နိုတ် မဘေဲ့ ပလာ။ မအောန် တိုင် အောလာင် အထမ် ၊တဲ့ မအဲမ် မဘေဲ့ နဲ့ ခလဲဝ် ၊တဲ့ လေင်း တိုာ နဲအေံင် က နဲ့ ဆဲာင် ပလာ။ ယဲာည် မအောန် အထီမ် နောင် ဘူနီ ညူ ၊တဲ့ ညာဝ့် ပအီတ် ညူ က လောယော ပလာ။ တဲ့ မဘေဲ့ ဆနံဟ် က ငါဘတ် ပလာ။ ခယဲာည် ညူ အဲ တိုာ နဲအေံင် က မအက် အဒ ဆဲာင် ဘာလဲဟ် ပလာ။

post(19)

–တဲ့ ပီထာက် တိုာ နဲအေံင် ညူ နောင် ဘာ မဲဆ နဲာနဲာဝ် ဟာ မဲဆ နာမဟ် ပလာ။(ယဲာည် ကာတည် ညာဝ့် ဆမေံ ညူ နမောည် ပလာ)

–အမီ အထီ တဲ့ ပီထာက် တိုာ နဲအေံင် ဟာ ညူ ယဲာည် ဘူညူ ဟာ။ နောင် တဲ့ ပီထာက် တဲ့ မအဲမ် မဘေဲ့ တိုာ နဲအေံင် ညူ မဲဆ မဖ လာဆေံ မခီတ် ဆဲာင် ပလာ။ မခီတ် နောင် ဘူညူ အမိုန် ၊ တဲ့ မခီတ် ဘူညူ နဲ့ တိုင် မဲဆ မဖ လာဆေံ အဘို့ ယာ ဟာ။ တိုာ နဲအေံင် ယဲာည် ပီထာက် ဆနံဟ် ဟာ ညူ အောလာင် က ပီထာက် ဆဲာင် ဟာ ပလာ။

ကလ နောင် ဘူနီ

–တောကာ အဲတဲ့ မညာက် ယဲာည် ဟာ ညူ ထီယာ နဒိုတ် လာကာဝတ် အဲတဲ့ ခန လာကာဝ် နောင် စီဖံန် လာ။

–တဲ့ ပီထာက် တိုာ နဲအေံင် ညူ က ထူ ကောလာတ် ဘာဆောင် တိုင် တအာဝ် ၊မအောန် တဲ့ မပေင် အတိုာတ် တိုာ တိုင် ညာဝ့် ယဲာ။တဲ့ လံက် တိုာ နဲအေံင် ဆဲာင် ၊အောလာင် လံက် တိုာင် ညဲာ၊ ဘေဲ့ မောည် ဆဒန် တဲ့ ပီထာက် ညူ နမောည် ညဲာ အဘို့ ယာ။တဲ့ ပီထာက် တိုာ နဲအေံင် ညူ နမောည် ဘာလဲဟ် တာ လေင်း ညူ ၊ မအက် အဟဲင် တိုင် အောလာင် ကလ နောင် မူဓောတ် ဘာလဲဟ် တဲ့ လေင်း ဟာ။ တဲ့ ပီထာက် တိုာ နဲ အေံင် ညူ တိုင် အောလာင် အဆောင် က၊ မအောန် တဲ့ လံက် နောင် တဲ့ မနီက် ညူ ယဲာ။

–မအောန် အထီမ် တိုင် တိုာ နဲအေံင် က ၊နဲ့ ထူ ကောလာတ် လာ။ ယဲာည် ကာတည်ညာဝ့် ဆမေံ ညူ နမောည ပလာ။ အောလာင် ကလံက် တဲ့ မအဲမ် မဘေဲ့ ခန ညူ က မအောန် မဘေဲ့ တိုင် ဘေင်း ယဲာ။

post(20)

–တဲ့ ပီထာက် တိုာ နဲအေံင် ညူ မဘေဲ့ မဲနိုည် တိုင် မနူတ် လံက် အဲတဲ့ ဇေါ။

–တ့ ဝီထာက် တိုဂ နဲအေံင် ညူ နဲ့ မဘော့ ဘေင်း အဘို့ ညူ လာ။ မဘော့ အဘာန် အောမာက် နဲအေံင် ရူကလေံ တိုင် မဲဆ မဘော့ ကာန် ၊လဲာဝ် မနူတ် ခေမ် အောမာက် ၊နောင် မဲဆ လံက် အဲတ့ က ခန မဘော့ မဲနိုံည် ယဲာ နမောည်။

–နောင် တ့ မအဲံမ် မဘော့ ညူ အတိုာတ် မဲဆ မဖ လာဆေံ တိုင် ထီယာ တ့ ဘာဆေင် ဟာ တိုင် အဲတ့ လဲာဝ် တ့ ညာဝ့ါ စဟုံတ် ညူ ဘော့ မောည် တ့ မနီက် စီဖော ညူ ယဲာ။ တ့ မအဲံမ် ကရည် ဒါနို့ မဲနိုံည် ညူ မနူတ် လံက် အဲတ့ ရူကလေံ အဘို့ တိုင် အဘို့ ညာဝ့ါ တေတ် လဲာဝ် အထီမ် ညူ ယဲာ။ တိုဂ နဲအေံင် က ဖေတ် တ့ ဆနောက် ပလာ။

–ဘော့ မောည် မဘော့ နောင် ဘူညူ မာလီတ် တ့ မခါန် လဘုံ့ ၊ လဲာဝ် မဘော့ မတာမ် ဓဲ။

–ဘော့ မောည် ညာဝ့ါ ဆနောက် တ့ မအောန် တ့ လေင်း ညူ ရူကလေံ ဆဒန် အဲတ့ က ငဟိုင် နောင် ကဝံည် စံနန် (ဖုန်း) နမောည် ပလာ။

–ရူကလေံ အဲတ့ ယဲာည် ပန့ နောင် တအာဝ် ညူ က မကာဝ် နမောည် ပလာ။

–တ့ လံက် အုံ မူဆီ ညူ တ့ ဆနောက် မဘော့ မာလီတ် မဲနိုံည် ဓဲ။

–နောင် ဒါတာ အငိန် (suppoat Group) တ့ ညူ မူဝင် ဟာ လီတ် ၊ တ့ ဖေတ် အဲတ့ ညူ ဘော့ မောည် ကာတည် ညာဝ့ါ ကတုံ ၊ တ့ မဘော့ ဆဲာင် နဲအေံင် ညူ က မတဲာင် တိုင် အောလာင် တ့ ညဲလဲဟ် အဘို့ တိုင် အဘို့ ညူ ရူဓဲာ မမဲန် မဆိုံန် မဘော့ ဓဲ။

နောင် ဘူနီ အဘာန် အောမာက် ၊ ရူကလေံ တ့ မအဲံမ် ဒါနို့ တိုင် အောလာင် က၊ တ့ မနီက် မအက် ညူ တ့ မအက် အဟဲာင် တိုင် ညာဝ့ါ ပအီတ် ညူ ညလင် တောလောင် ဘာလဲဟ် ပလာ။တိုဂ နဲအေံင် တ့ လေင်း ဆာဝတ် ယဲာည် နဲ့ ညူ တိုင် အောလောင် ဘော့ မောည် တ့ လေင်း ဆာဝတ် နဲ့ ညူ အဲတ့ တောလောင် ဆနံဟ် ပလာ။

post(21)

–တ့ ဘာဆေင် တိုင် တ့ မအဲံမ် မဘော့ တိုဂ နဲအေံင်

–ဖလော့ တ့ ညာဝ့ါ ပအီတ် ညူ ခန ရူဓဲာ မဘော့ ကာ။ တ့ ဆနောက် ဟာ ၊တ့ ထူ့ ကောလာတ် ညူ လယို့ တိုင် ဘေင်းကာ။

–တ့ မာကဲတ် ကအောည် (covid-19) မာစမ် အထီမ် ဖေတ် တ့ မအဲံမ် မဘော့ နောည် တ့ ညာဝ့ါ ပအီတ် ၊ တ့ ဖေတ် နာ လေ့ ယဲာ နဲ ဟာ၊ တိုင် တ့ ထူ့ ကောလာတ် တ့ ဖနံတ် ညူ ပန့ နောင် ဆာမာ မာတ့ ယဲာ။ အထီမ နောည် တ့ ဝီထာတ် တိုဂ နဲအေံင် မဘော့ ဟာ ညူ နမောည် ဟာ ခန မဘော့ ယဲာ နမောည် ။မဘော့ တ့ ဝီထာက် တိုဂ နဲအေံင် မဘော့ ဟာ ညူ အတိုာတ် တ့ လေင်း ဆာဝတ် တိုဂ တိုင် ညာဝ့ါ လဲာဝ် တောလောင် တိုင် တ့ မအဲံမ် မဘော့ အတိုာတ် ဒူဒူည် အဲတ့ ပလာ။

ယဲာည် ဘူညူ နောင် တ့ မခါန် လဘုံ့ နောင် တ့ ဆနံဟ် မဘော့ မာလီတ် ဇော။

–အထီမ် လယို့ (၁၀) လာယီ ညူ ခန မဲရုံန် ထာဝ် ထီယာ ဘော့ မောည် မဲရုံန် ကလဲတ် အမာမိုံန် ညူ က ခန မအဲံမ် နေင် ပလာ။

–အထမ် လယို့ မညမ် ၊ဘော့ မောည် တ့ မညမ် တ့ မာကာန် ပနုံ့ တိုင် တ့ လေင်း ဆာဝတ် ညူ နောင် ဆနံဟ် ခန မဲလဲာက် မညမ် ပလာ။

–ထန် အလောည် ယဲာ ခန လာကာဝ် အဲဒိုံပ် အဲရီ။

–ခန မအက် အထီမ် တ့ မဘော့ အဲတ့။

ကလ နောင် ဘူနီ

–တာ့ မပေင် အလာယီ ထူဝဲ့ လာယီ ခန မအက် ပလာ။

–တာ့ ညအဲာင် အမာစမ် မာစမ် ညူ နဲင့်၊ လဲာဝတ် ဘော့ မောည် တာ့ မခီတ် ဟာ ညူ ခန နမံတ် ညာဝ့်

–တာ့ ပနာ့ တိုင် တာ့ ညအဲာင် ညူ ယို့ ကာ ယို့ ဟာ ကာ။ လဲာဝ် လာ နင့်။ တာ့ ပနာ့ တိုင် တာ့ ညအဲာင် လဲာဝ် တာ့ မဘော့ စီဆဟ် တာ့ မနီက် အဲတာ့ ညူ ခန ငလေံ ပလာ။

–တိုာ နဲအေံင် က ခနာ့ မဘော့ ဆောင် ဆောင် ပလာ။ မအဲံမ် အူအဲံန် ၊ ညလောပ် ဘာဇီ ကလောည် ၊ မအဲံမ် ဒါလမ် အောမာက် ၊ဝီထာက် တိုာ နဲအေံင် (skin care) မဘော့ တာ့ ဘူညူ အတိုာတ် ညာဝ့် ညူ စီဖော ပလာ။

–ယဲာည် ပေါကောန် ကအဲ၊ ဗပါကောန် ဘူင့် နဲာ့ ညူ မောစောန် အူအဲံန် တိုင် ဘနာ မာစမ် အောမာက် ညူ က ခန ညီအဲန် အမီအထီ၊ လဲာဝတ် ထန် အလောည် မဘော့ မအောန် က နမောည် ပလာ။

–တာ့ မတဲံင် တိုင် ဘနာ ညူ က မာလီံတ် နမောည် ပလာ။ နောင် မဲဆ မဘော့ တာ့ ညအဲန် ညူ က ခန မဘော့ ထာဝ်ထီ ယဲာ။

–ခူကလေံ တိုင် အဘာန် အောမာက် က ခန မကာဝ် ပလာ။ မဘော့ ကာန် ယဲာည် အမိုံန် ဟာ က မကာဝ် မအိုာတ် တိုင် မဲဆ မဘော့ ကာန် မဲနိုံည် တိုင် အဲတာ့ က နမောည် ပလာ။

–တာ့ ယဲာည် နငိုံတ် အဒ ဟာ ညူ ခန နဲာ့ မဘော့ အထီမ် လာ။ ယဲာည် မဆာည် တိုင် အဲတာ့ က နဲာ့ နငေါန် လာ၊ မအက် ခေမ် ဘဲံတ် ။

–တာ့ မနီက် အဲတာ့ ညူ ထန် အလောည် မခဲါန် မအက် ထာဝ်ထီ ယဲာ။

–ထန် ဟာ မဲရုံန် ထန် အလောည် တာ့ မဘော့ နဲအေံင် တိုင် တာ့ မခီက် တာ့ မနီက် တာဖုံင် တိုာ နဲအေံင် ခန မနီက် ဘာလဲဟ် ပလာ။

–နောင် မဲဆ တာ့ နဲင့် မဲနိုံည် ဟာ၊တာ့ ညမဟ် ညူ က ခန မဘော့ ပလာ။

–ထန် ဟာ မဲရုံန် နောင် ဘူညူ လဲာဝ် မဲရုံန် နငါဟ် တာ့ ဘာတာင်(၁၅) မီနဲာက် တိုင် ဆဲာ တဖဲာင် လာယီ လဂည် ၊တာ့ ပဟော့ နာမာ့၊ လဘဲံတ် ညူ မာစမ် မာလီံတ် ဓဲ။ ခယဲာည် ညူ အဲ မခီတ် မာလီံတ် တာ့ မတဲံင် ပနာ့ မူမူည် မူမူည် ဒါလမ် ညာဝ့်။ ခယဲာည် ညူ အဲ တာ့ နဲင့် အမိုံန် တာ့ ညာမာန် ဂါတောင် ညူ နဲင့် မာလီံတ် ဓဲ။

–ဘော့ မောည် ဝီထာက် တိုာ နဲအေံင် မအောန် အထီမ် ညူ နဲာ့ မဘော့ လဂည် လာ။

–တိုာ တိုင် ညာဝ့် အဲတာ့ တာ့ လေင်း ဆာဝတ် ယဲာည် နဲာ့ ညူ ယဲာည် တောလောင် တိုင် မနူတ် မအဲံမ် ခေမ် အဲတာ့ ညူ မဘော့ မအောန် နမောည် အမိုံန် ကဝါ ပလာ။

post(22)

တာ့ ကာတည် ညာဝ့် နဲက်

–ကာမောည် တာဖုံင် အဲတာ့ ဖေတ် မနူတ် ညူ တာ့ ကာတည် ညာဝ့် ပအီံတ် ပနာ့ တိုင် ဆာမာဟ် မာတာ့၊ တာ့ ညာဝ့် နဲလိုံတ် က နဲာ့ ပလာ။ တာ့ မအက် အဟဲင် မနူတ် လံက် အဲတာ့ တာ့ မာဇီန် ဘီနည် ကာနည် ၊မောတောန် နောင် တာ့ မဘော့ ကာန် ၊တာ့ စီဆဟ် ဒါလမ် အောမာက် ဟိုင် ငေန ဟာ။ ဘာဆောင် နောင် တာ့ ဘာတင် ၊ တာ့ မနီက် ဒါလမ် ညာဝ့် ညူ တာ့ မအောန် တိုင် အဲတာ့ တာ့ အမိုံန် ဟာ ယဲာ။တာ့ ကာတည် ညာဝ့် နဲက် ၊ တာ့ ဆနောက် ဟာ ညူ တာ့ မအဲံမ် မဘော့ ကာမောည် ယဲာ ၊ တာ့ ကာတည် ညာဝ့် နဲက် တိုင် တာ့ မနီက် ညာဝ့် ညူ အဟူတ် ယဲာ။

–ယဲ့ည် ဘူညူ တာ့ ညာဝါ့ ပလောဟ် တင် တာ့ ညာဝါ့ နဲက် ညူ မဲနိုဲ့ည် ဟာ ပလာ၊ မနူတ် ကရဲ့ဝ်ညူ နဝိုဲတ် မအဲမ် မဲနိုဲ့ည် ပလာ။ တာ့ ညာဝါ့ ပလောဟ် ညူ တာ့ ဘာဆောင် တိုင် တာ့ မာကဲတ် ကအောည် ညာဝါ့ လဲာဝ် တာ့ မအဲမ် မဘော့ ညာဝါ့ ၊တာ့ ပနာ့ တိုဘ နဲအေံင် ၊တာ့ မအက် ညာဝါ့ မအဲမ် မဘော့ ဒါတာ မနူတ် ခေမ် အဲတာ့ တာဖိုင် ညူ ။ ကလ ဖေတ် တာ့ မအဲမ် မဘော့ ညူ ယဲာ။ တာ့ ညာဝါ့ ပလောဟ် ညူ လဂည် နောင် တာ့ကောန် ငါဘတ် ခလဲာဝ် တအာဝ် ညူ ပနာ့ က ပနာ့ ဟာ၊ ဆဒန် က ဆဒန် ဟာ။ တာ့ ဖေတ် ကာတည် ညာဝါ့ ညူ ပနာ့ နောင် တာ့ ညာဝါ့ နဲက် ၊ တာ့ နဲမတ် ဟာ၊ ကာတည် ညာဝါ့ နဲထေ့ ဟာ၊ တာ့ မဘော့ ကာန် ဆနောက် အုံ မူဆီ ၊ ကာတည် တေတ် ဟာ လဘုံ့ တာနက် နီ တိုဘ နဲအေံင် နဝိုဲတ် နငဲတ်၊ ဖေတ် တာ့ မနီက် တာဖိုင် ညူ ယဲာ။

–မနူတ် မအဲမ် ခေမ် အဲတာ့ ညူ တာ့ ကာတည် ညာဝါ့ ပလောဟ် ၊ ကာတည် ညာဝါ့ နဲက် ညူ မနူတ် အဒါဒူမ် ဖလံင် ပလာ။။တာ့ ဖေတ် တိုဘ နဲအေံင် ဘာဆောင် တိုင် တာ့ မနီက် ညူ ၊ မဲနိုဲ့ည် ဟာ၊ တာ့ နဝိုဲတ မဘော့ မဲနိုဲ့ည် ဟာ။

post(23)

–ခန မကာဝ် ဟာ တာ့ မကာဝ် နောင် ဘူနီ မဲဆ မာလီဲတ် လဘုံ့ တာနက် ကာတည် ညာဝါ့ ပါက် ကတောည် တိုင် မဲဆ နဝိုဲတ် မဘော့ မာတည် တိုဘ နဲအေံင် ညူ

–မဲဆ ဆဒန် အဲတာ့ မနူတ် အဘိုံ့ ယဲာည် ညဲာ နဝိုဲတ် မဘော့ မာတည် တိုင် တိုဘ နဲအေံင် ညူ ဆဒန် ခလဲာဝ် ဘောမောည် ကာတည် ညာဝါ့ ညဲာ တငဲံမ် ယဲာည် အဲတာ့ မကာဝ် မအိုာတ် ဟာ တိုင် ညဲာ ညူ တာ့ ညူ တာ့ စီဆဟ် အဘူလတ် ယဲာ။

–ဘော့ မောည် ဖေတ် တာ့ တောလောင် ထာဝ်ထီ ယဲာ နောင် တာ့ လံက် အဖုံင် အောမာက် တိုင် ခူကလေံ ညူ တာ့ ညူ တာ့ လယိုံ့ ဇာလန် ကာ။

–ခယဲာည် ညူ အဲ တာ့ တာဖိုင် တာဖန် ကာတည် ညာဝါ့ ပေန် ခမဲာတ် နဲတဲံတ် ခလဲာဝ် ၊ခန မကာဝ် စီဖန် တာ့ မကာဝ် မအိုာတ် ဖလံင် ဘာလဲဟ် ညူ ခန မထာမ် ဘာလဲဟ် ပလာ။

–တာ့ မကာဝ် မအိုာတ် လဘုံ့ ညူ ဘော့ မောည် မကာဝ် ဟာ တိုင် ဖောအေံင် လဲာဝ် ဖောအေံင် ဘော့ မောည် မအက် အဟဲင် ဟာ နောင် လဘုံ့ တာနက် နီ ခန နမံတ် ညာဝါ့ ဓဲ။

–“တာ့ လယ ဇာလန် ဟာ ညူ နဲ့ မဘော့ ဒါတဟ် လာ”

– မဲဆ နဝိုဲတ် လဘဲံတ် နောင် လဘုံ့ တာနက် ဖလောတ် မနူတ် အဘိုံ့ ဖလောတ် မဘော့ ဟာ ကာန် ညူ ညဲာ မအဲမ် ခေမ် တာ့ အမိုန် ဟာ ငါဘတ် လဲာဝ် ညဲာ ပနာ့ အခါ့ တာ့ အမိုန် ညူ ယဲာ။

–ယဲာည် ဘူညူ တာ့ မနီက် ကာတည် ညာဝါ့ ဖောအေံင် ဖေတ် ဟာ အဲနာနောင် မဘော့ ဒူလေံ ဟာ လဲာဝ် ခေါမ် တိုင် မအဲမ် နဲအေံင် ကရဲ့ဝ်ညူ နဲ့ မဘော့ တာ့ ဘူညူ လာ။

–“ဘော့ မောည် ကာတည် ဆနောက် ဟာ ညူ ဘေင်း မကာဝ် နောင် ဘူနီ ဟာ ကာ”

–မနူတ် အဘိုံ့ မခီတ် တာ့ မာတည် မကာဝ် မအိုာတ် တိုင် ဘေင်း ဒါလမ် ကာတည် ညာဝါ့ ညဲာ ညူ မအဲမ် မခီတ် အခါ့။ဖလော့ တာ့ မခီတ် တောလောင် တိုင် ညဲာ ဘော့ မောည် မဘော့ တာ့ ဘာနမ် ညူ။

–“ဘေင်း ညူ မအက် အဒ တိုဘ နဲအေံင် ယဲာ၊မနီက် အတိုာတ် နဲအေံင် ယဲာ”

–မနူတ် အဘိုံ့ မခီတ် တာ့ နငဲံတ် ဒါလမ် ကာတည် ညာဝါ့ ယဲာည် စွေ ညူ အတိုာတ် အောလောင် အဆောင် ဖေတ် တာ့ ဘအက် အဘူလတ် ၊ယဲာည် စွေ ဟာ ညူ မဲဆ မအဲမ် ခေမ် လောဆောတ် နာ စွေ အမိုန် ကဝါ မူဆီ ပလာ။အတိုာတ် ဖောအေံင် တာ့ မကာဝ် မဘော့ တာ့ မအဲမ် ဖောအေံင် ခန ငလေံ ၊ ခန မအောတ် ကာတည် ဆနံဟ် လဲာဝ် ဖောအေံင် ညူ ပေန် မနူတ် လာခါ အဒ ယဲာ။ လဲာဝ် မဲဆ လံက် တိုင် ကာညဲ ၊မအက်အဒ တိုင် ကာညဲ က နဲ့ ပလာ ခန မကာဝ် မအိုာတ် တိုင် ဖောအေံင် နောင် ဘူညူ။

“ဘေင်း ညူ လဘိုံတ် ၊ မနူတ် ကဘည် ၊ မနူတ် မာလိုဘတ် နောင် ဘူညူ ဘေင်း နောည် မကာဝ် နောင် ဘာဆာ့ မနူတ် ဘာ အဘိုံ”။

–နောင် ဖလေင်း မတာဝ် တာ့ ဘူညူ မခီက် ဒါလမ် ကာတည် ညာဝါ့ ညဲာ စွေ ညူ မဘော့ ဆဲာင် ဟာ၊မနုံ့ ခလူပ် ဟာ တာ့ မခီတ် ညဲာ ကဝါ နောင် မူဆီ လာ။ နောင် တာ မကာဝ် နောင် ဘူညူ ခလဲာဝ် တာ့ ဖေတ် ဒါလမ် ကာတည် ညာဝါ့ ဖောအေံင် ညူ နဝိုတ် မာတည် ခလဲာဝ် အတုံ့ တိုင် နောည် နဝိုတ် မဘော့ မာတည် နောင် တိုာ နဲအေံင် ညူ တာ့ မခီက် ဖောအေံင် ဘော့ မောည် စီဖော ဘာလဲဟ် ပလာ ညူ အဲတာ့ ခန မကာဝ် မအိုာတ် တိုင် ဖောအေံင် ဓဲ

“ဘေင်း နဝိုတ် တာ့ စဆဟ် ညူ မဘော့ ညပ်”

ဖောအေံင် ညူ ဘော့မောည် လံက် အောလာင် အဆေင် ညူ နဝိုတ် ဟာ။ တာ့ နဝိုတ် ဖောအေံင် တာ့ မအဲမ် နေင် မအဲမ် ဖလိုမ် တိုင် တာ့ လံက် ယဲာ။ အမီအထီ ညူ တာ့ စီဆဟ် အောလာင် အဆေင် ညူ ခန ဆဒန် ထန် ကာတည် ထန် ညာဝါ့ ညူ တာ့ မကာဝ် ညဲာ ကရဲာဝ်ညူ မခီက် အတိုာတ် အောလာင် အဆေင် ပနုံ့ ခလူပ် လဲာဝ် နဲင့်ဘော့ အမိုံန် လဲာဝ် မအဲမ် ခေမ် ညဲာ အထီမ် နဝိုတ် နဲာ့ မအဲမ် ခေမ် ညဲာ ညူ တာ့ ညူ တာ့ အမိုံန် အဒ ကဝါ တာ့ အဆေင် တာဖုံင်။

post(24)

(တာ့ မဘော့ ကရည် တိုင် တာ့ ခိုင်)ကရဲာဝ်ညူ နောင် ဘာဆာ့ မနီက် ထာဝ်ထီ ဒါလမ် ကာတည် ညာဝါ တိုင် တာ့ မာကဲတ် ကအောည် ယဲာ။

–တာ့ မဘော့ ကာန် အဲတာ့ ယာည် ဒူဒူည် ဖေတ် ဘာလဲဟ် တာ့ စီဆဟ် ညူ ဆဒန် ခလဲာဝ် မဘော့ ဘာလဲဟ် ထာဝ်ထီ ယဲာ ညူ ငဟိုင် ငါညာန် တိုင် ညဲာ (တာ့ မနီက် ထာဝ်ထီ ဒါလမ် ကာတည် ညာဝါ့ တိုင် တာ့ မာကဲတ် ကအောည် ယဲာ)။

–တာ့ မနီက် ငါဘတ် ထာဝ်ထီ ဒါလမ် ကာတည် ညာဝါ့ ညူ အလာပ်၊အောဘတ် ဘအော့ တာ့ မနီက် ထာဝ်ထီ တိုင် တာ့ မာကဲတ် ကအောည် တေတ် ဒါလမ် ကာတည် ညာဝါ့ ဘော့ မောည် လောဟ် နောင် တာ့ တာဖုံင် ညူ ဒါလမ် လာဆေံ မကာဝ် မအိုာတ် ပလာ။ မဲဆ မဘော့ အောဘတ် ဘအော့ တိုင် ဘာဆောင် တိုင် တာ့ မခီက် ကာတည် ညာဝါ့ တာ့ စီဆဟဟ် နောင် နဲက် ကော တီ်တ လက နောင် တာ့ စီဆဟ် ဖေန် တာ့ အဒ ပလာ။ အောဘတ် ဘအော့ မအမ် အောလာပ် ညူ မဘော့ စီဆဟ် တိုင် ကာတည် ညာဝါ့ ကာ၊ ကာတည် ညာဝါ့ ဆနောက် ဟာ ညူ မအမ် အောလာပ်၊မဘော့ အောဘတ် အစာဝ် လာ မအောန် ဘော့ စီဆဟ် ဆဒန် ဟာ ဒေံ ညူ ဖောအေံင် ထူဝါ့ မာစမ် တာ့ မဘော့ စီဆဟ် မဲနိုံည် ယဲာ။ မအမ် အောလာပ် တိုင် မဲဆ မဘော့ အောဘက် ဘအော့ ညူ နောင် ဖလေင်း ကာတည် ညာဝါ့ စီဆဟ် ၊ကာတည် ညာဝါ့ ဆလဲာဝ် ဝူဝူည် ၊ကာတည် ညာဝါ့ မအဲမ် နေင်း ဟာ ညူ တာ့ တာဖုံင် ညူ ဘာဆောင် တိုင် တာ့ မာကဲတ် ကအောည် ဒါလမ် ကာတည် ညာဝါ့ ပလာ။ ဘော့ မောည် မောဆိုံန် ဘာလဲဟ် တာ့ မာကဲတ် ကအောည် ဒါလမ် ကာတည် ညာဝါ တာ့ အမိုံန် လောဟ် ညူ တာ့ ဖေတ် ဒါလမ် ကာတည် ညာဝါ့ မအမ် အောလာပ် (ယဲာည် ဘူညူ မဘော့ အောဘတ် ဘအော့ ယဲာည် မောဆိုံန် မဲနိုံည် ညူ အမိုံန် ကဝါ ပလာ။ယဲာည် တာ့ မာကဲတ် ကအောည် ဖေတ် ခန ခလဲာဝ် အောလာပ်၊ တရုံတ် ဖေတ် ခန ခလဲာဝ် တာ့ စီဆဟ် ထူဝါ့ ဘူလတ် ကရဲာဝ်ညူ ဖေတ် ဘာလဲဟ် တာ့ အမိုံန် ညူ ခန မောဆိုံန် ဘာလဲဟ် မဲနိုံည် ညူ လာ အမိုံန် က။ ဘော့ မောည် လောင် ဟာ ကာတည် ညာဝါ့ ညူ ထာဝ်ထီ ယဲာည်(တာ့ နဲမံတ် ဖေတ် ဒူဒူည်) ခနာ့ နဲာ့ ဒါလမ် ကာတည် ညာဝါ့ အဲတာ့။ ဘာဆောင် တိုင် တာ့ မနီက် ဒါလမ် ကာတည် ညာဝါ့၊ မအမ် အောလာပ် ၊ မဘော့ အောဘတ် ဘအော့ တာ့ မဘော့ စီဆဟ် ထူဝါ့ ဘူလတ် ညူ ဘော့ မောည် အမိုံန် ဘာလဲဟ် တာ့ ဘူညူ မဘော့ ခမူတ် ၊ မဘော့ ခူဇဲာ၊ျအောတ် ကာတည် ဆနံဟ် ဘော့ မောည် မဘော့ အမိုံန် ပလာ။ ယဲာည် နဲာ့ ဒါလမ် အဲတာ့ တာ့ အမိုံန် ဟာ ညူ ဘော့ မောည် ဆနံဟ် ဘာလဲဟ် ၊ တာ့ မအဲမ် အဘိုံ့ တိုင် အဘိုံ့ ဘော့ အမိုံန် ကဝါ မူဆီ ၊ ဘော့ မောဆိုံန် ဘာလဲဟ် ၊ကာတည် ၊တိုာ တာ့ မာကဲတ် ကအောည် ညူ ယဲာည် အမိုံန် ညူ တာ့ ဘော့ အမိုံန် ဘာလဲဟ် ဇာလန် က နဲာ့ ပလာ။ မအောန် မဘော့ တာ့ အမိုံန် ၊ဘော့ မောည် လံက် ဘာလဲဟ် တိုာ နဲအေံင် တိုင်

မောဆိုးန် တိုဂ ညူ ဘာဆောင် တိုင် တ့ မခီတ် ကာတည် ညာဝါ့ ဘော့ လောဟ် နောင် တ့ စီဆဟ် တ့ မအဲမ် မဘော့ နဲအံင် ဘော့ မောည် လက ဘာလဲဟ် ဇာလမ် အမိုးန် ပလာ။

လာဆေံ ဒါလမ် မကာဝ် မအိုာတ် တိုင် အဲတာ ယဲာည် အဲတ့ နဒိုတ် ဆဒန် ဘာလဲဟ် ကဝါ မူဆီ ခလဲာဝ် ၊ ခူကလေံ အဖိုင် အောမာက၊် မဲဆ လံက် အဲတ့ နဒိုတ် မကာဝ် မအိုာတ် ညူ နဲ့ လဘို့ လာဆေံ(လဲပ်) လာကာဝ် မာလီတ် နမောည် ပလာ။နောည် တ့ မကာဝ် မအိုာတ် တာဖိုင် နီ ညူ အဲ မဲမဲန် ဘာလဲဟ် တ့ နဲ့ ဒါလမ် လာဆေံ (လဲပ်) ညူ ပလာ။