



၁၁၁

ကျန်မြေ  
ချုပ်သော

BURMESE  
CLASSIC



တစ်ရွှေ

www.burmeseclassic.com

JU Publishing House  
**Green Earth Series**



BURMESE  
CLASSIC

# ကျင်မသုတေသန ပြို.တစ်ပြို.

ပတ်ဝန်ကျင်ထိန်းသိမ်းရေး

(Environment) ဆိုင်ရာ အောင်ပါယံ:

စုသေအကြံ့မ်း ၂၀၁၃ ခုနှစ် ဧပြီလ  
စာမျက်ပြုရှုဟန်အဖွဲ့ ၉/၂၀၂(၁)  
ပျော်နာဂုံးချင်ပြုရှုဟန်အဖွဲ့ ၂၂၃/၂၀၁၃(၄)

တင်နိုး



ရွှေ အုပ်

အုပ်ဒါန်း

ရီးယား

အကျင်းအပြင်အဆင်

ကော်ဝင်း

အကျင်းကာတွန်းသရုပ်ဆောင်

ကော်မောင်

အကျင်းဆယ်

ဂိုဏ်း

အကျင်းဆယ့်

ဦးသန်းဆွေး (ဓမ္မသည်တော်တပေ)

ပျော်နာဂုံးပုံနှိပ်

ဦးဘိုးဝင်း । နေပါရောင်အောင်သာက်

အဖွဲ့ ၅၇ । သာလေး । လမ်းအတော်ပြုနယ်များ ရန်ကုန်မြို့

အကျင်းပုံနှိပ်

ကြောင်းဝင်း (ကလ္ဗာပုံနှိပ်ဝိုက်)

၁၂၂ ရွှေနှင့်အောင်လမ်း သုဝဏ္ဏာ ရန်ကုန်မြို့

တာအုပ်ဆူး

ဂိုဏ်း

## တရာ့သုတေသန အကျင်း



၂၀၁၃ခုနှစ် ဧပြီလ ၂၂ရက်သည်

သုတေသနသုတေသန ကျွောင်း (Earth Day) ဖြစ်ပါသည်။

တရာ့သုတေသန

ကျွောင်း ပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေးအောင်းပါးများကို

(၃၃)ကြိုင်မြောက် ကျွောင်း၊ အာမတ်တရာ့အပြည်

နည်းထုတ်လ လိုက်ပါသည်။

ဤစာအုပ်ကိုဖတ်၍

ပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေးနှင့် ပတ်သက်သော သဘောထားအပြည်များ

စာတိသုတွေ့

အနည်းဆင့်အများ ဖြစ်ပေါ်လာခဲ့မည်ဆိုလျှင်

ဤစာအုပ်ကို ရေးရက္ခာနှင့်သည်ဟု ယူဆပါသည်။

၁၁

၂၄-၃-၂၀၀၃

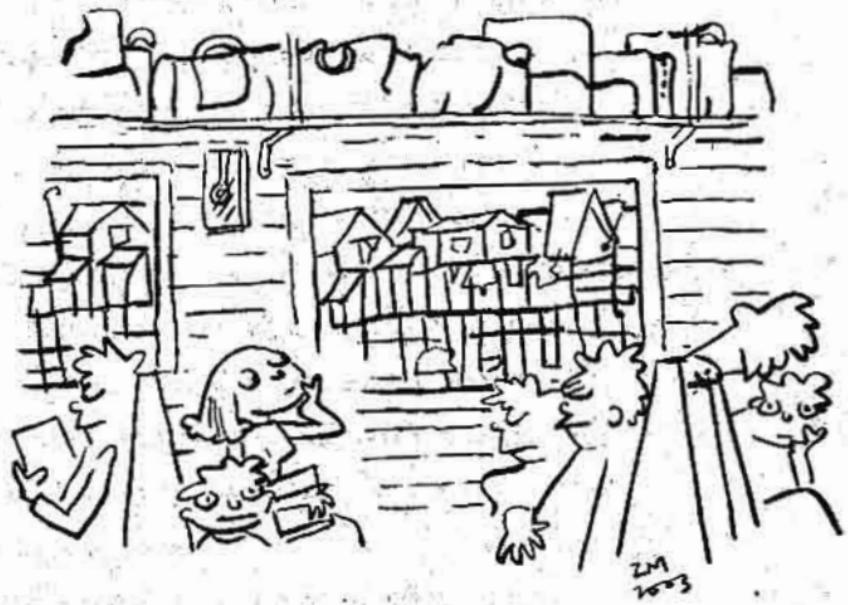
## မာတိကာ

- ၁) ကြပ်ကြပ်အောင် -----
- ၂) ပြန်သုံးထို့ရတဲ့ စွန်ပစ်ပစ္စည်း ----- ၃၉
- ၃) မြို့တော်နဲ့ အာဘားအာဘ ----- ၃၅
- ၄) အဖိုက်နဲ့ မြို့တော် ----- ၂၅
- ၅) ရေဆိုး ရေညှစ် ----- ၂၁
- ၆) မြို့တော်နှင့် ရောဂါ ----- ၀၉
- ၇) မြို့တော်နှင့် လူဦးရေ ----- ၁၀၉
- ၈) ရေကြည်ရာ ပြက်နှရာ ----- ၁၂၇
- ၉) မြို့တော်နှင့် စည်းကမ်း ----- ၁၄၃
- ၁၀) မြို့တော်နှင့် ဆူညံ့သဲ ----- ၁၅၃

[www.burmeseclassic.com](http://www.burmeseclassic.com)



[www.burmeseclassic.com](http://www.burmeseclassic.com)



အခန်း (၁)

## ကွဲပွဲကွဲပွဲအိတ်

## ၉၃၅

သမီးရေ

ဒီဝင်ဘာလထဲမှာ အနိတ် ပစ္စာလေးကို ခဏသွား  
ပြန်ခဲ့တယ်။ သိပ်ပကြာတဲ့ ခရီးပေါ်။ သုံးလေးရှုက်ပါပဲ။ ရထား  
အထက်တန်းတွဲမှာ ကြံရတဲ့ စိတ်ရှုပ်စရာ အတွေ့အကြံနဲ့  
ဟာသလေးတွေကိုတော့ လူချင်းတွေများပဲ ပြောတော့မယ်။  
ခရီးနဲ့ ပတ်သက်လို့ အန်တို့စိတ်ထဲမှာ စွဲမြေနေတာကတော့  
ရထားဆံ့လမ်း လမ်းဘေးပေယာက မြင်ကွင်းရှုခင်းတွေပဲ သမီး  
ရေ။ အထူးအဆန်းတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ရန်ကုန်-ပစ္စာလေး  
ရထားကို ခဏခဏ စီးနေခဲ့ရတဲ့ အတွေ့အကြံအရ ထပ်ခါ  
ထပ်ခါ တွေ့နေရတဲ့ မြင်ကွင်းအဟောင်းလေးတွေပါပဲ။

ရထားလမ်းဘေး ရွှေခင်းနဲ့ ကားလမ်းဘေး ရွှေခင်း  
ဆင်တူသယောင်ယောင် ရှိပေါ်ယုံ အမိကကွဲလွှာဆန့် ကျင့်နေ  
တာ တစ်ခု ရှိပါတယ်။ ဘာလဲဆိုတော့ လမ်းဘေးအိမ်တွေရဲ့  
မြင်ကွင်းတွေပဲ။ ကားလမ်းဘေးက အိမ်တွေဟာ ကားလမ်း  
သိကို မျက်နှာမှုနေတဲ့ အတွက် ကာပေါ်ကခရီးသည် မြင်ရသာ  
မှာ မြင်ကွင်းတွေက အိမ်ရှေ့မျက်နှာစာ မြင်ကွင်းတွေ ဖြစ်နေ  
တတ်ဘယ်။ ရထားလမ်းကတော့ ကားလမ်းနဲ့ ပြောင်းပြန်လေ။  
ရထားလမ်းဘေးက အိမ်တွေဟာ ရထားလမ်းကိုနောက်ကျော်  
ပေးပြီး ဟိုဘက်လှည့် ဆောက်ထားကြတာများတယ် သမီးရဲ့။  
ရထားလမ်းဆိုတာ အိမ်တွေရဲ့နောက်ဘက်ကနော ဖောက်ထား  
တာမဟုတ်လား။ ဒီတော့ ရထားခရီးသည်ဟာ ပြတ်း ပေါက်  
ကနော လျှပ်ကြည့်ရင် အိမ်တွေရဲ့ နောက်ဖော်မြင်ကွင်းကိုပဲ  
မြင်ရတ်တယ်။ အိမ်တစ်အိမ်ရဲ့ ဟန်ဆောင်မှုပါပဲ ဖုံးကွယ်  
မှုပါတဲ့ ပကဗောဓာရင်းခံ မြင်ကွင်းကို မြင်ချင်ရင် ရထား  
ပြတ်းပေါက်ကနော ကြည့်ပုံ ဖြစ်မယ်။ အဲဒါမြင်ကွင်းမှာက  
အိမ်ရှေ့မြင်ကွင်းလို ပန်းစိုက်အိုး၊ ပန်းပင်လေးတွေ မနိုင်း  
မြေက်ခင်းပြင်နဲ့ အလှုစိုက် ချံ့နှိုင်ပန်းပင်လေးတွေ လုံးဘူး။  
နောက်ဖော်ဆိုတော့ အဝတ်ကြီးတန်းဆောင် ပြင်ရနိုင်

တယ်။ အဝတ်ကြံ့ကြွဲတန်းတောင်မှ ယောကုံးသုသိနဲ့ အကျိုး  
တွေတာ အိမ်စွဲရွှေ့ပူး နေရာယုံတ်တာရှိ များသောအားဖြင့်  
အန်တိတို့ ပြင်ရတာက ဓါန်းမထပ်နဲ့ အကျိုး တွေ၊ အမိကက  
တော့ ထပ်တန်းတွေပျော်ကျယ်။ ကလေးရှိတဲ့ အိမ်တွေမှာ  
ကလေးအားနဲ့ ပြုတော်အဟောင်းတွေ၊ အိမ်ရာဇ်တော်အ  
ဟောင်းတွေ၊ တရာ့ချို့ စုတ်ပြရာလေးတွေ အထောက်လေး  
တွေနဲ့ပျော်။ ကြည့်ရတာတော့၊ ကလေးသေးလိုအဝတ်တွေ  
ပြစ်မှာပျော်။

ရေချိုးတဲ့ ရေတိုင်ကိုပိုင်ပြတ်တွေ၊ အဝတ်လျှော့တဲ့  
အုတ်ရုံ ဒါမှာဟုတ် အုတ်ပောရာအင်း ဒါမှာဟုတ် ပျော်ချင်တွေနဲ့  
ရေချိုးအဝတ်လျှော့နေတဲ့ ဓါန်းမတွေကို တွေ့ခိုင်တယ်။  
ရေချိုးခန်းမရှိတဲ့ အိမ်တွေမှာ ဓါန်းမတွေအတွက် ရေချိုးစရာ  
နေရာဟာ နောက်ဖော်ရာကိုတွော်။ ဝက်တွေ၊ ကြံ့တွေ  
စားတွေ ဖွေးထားတဲ့ အိမ်မှာတော့ စားဆားကို၊ ဝက်စာခွက်  
တွေနဲ့ တုံးလုံးပက်လက် လဲဖော်ရာနေတဲ့ အကောင်တွေကို  
ပြင်ရနိုင်တယ်။

အန်တို့စိတ်ကို မကြည့်မလင် ပြစ်စေတာက အိမ်၏  
စည်းရှိုးသောက်များ ပြောည်းရှိုးနဲ့ အပြောက်မှာ ပြင်နေရတဲ့  
အမိုက်သိုက်တွေ၊ အိမ်ထောင့်ကအမိုက်ပုံတွေ၊ အမိုက်  
နဲ့မောက်းနဲ့ ရောပြီး ရပုံနေတဲ့ အညာစ် အကြော်  
တွေ၊ အခါအထဲမှာမှ ဖွေးခဲ့ ပြင်နေရတဲ့  
ကြံ့ကြွဲပါတယ်။

အိမ်တ်အိမ်နဲ့ စွဲနှုပ်ပစ္စည်းတွေကို အမို့  
အတော့ အရှိုးအဆ ချွော့ကြည့်လိုက်ရင် ဘယ်စုစုပုံး  
ရရှိုင်မလဲလို့ အတိအကျ တစ်သေမတ်တည်း အပြောတွေကို  
စိုင်ပေါ်ယဲ အများဆုံး စွဲနှုပ်ပစ္စည်းဟာ ကြံ့ကြွဲအိုး ပဲ  
ဆိုတာတော့ မပြုးနိုင်ဘူးထင်တယ်နော်။  
အန်တို့အိမ်က အမိုက်ပုံးကိုပဲကြည့်



ကြိုပြုပါတ်

အခါအပိုက်ပုံးထဲမှာ ထမင်းကျန်၊ တင်းကျန်တွေ  
ရထုတ်တဲ့ ကြိုပြုပါတ်၊ အသီးအရွက် အပိုပစ္စည်း တွေ  
ရထုတ်ထားတဲ့ ကြိုပြုပါတ်၊ အိမ်ပေါ်တို့ အလုံးအရင်းနဲ့  
ဟက်လာတဲ့ ဖုံတွေကိုလျဉ်းရာက ရလာတဲ့ အပိုက်သရိက်  
တွေ ရထုတ်ထားတဲ့ ကြိုပြုပါတ်၊ ဆတ်ပြုပိုလိုက်တဲ့ ဝဏ္ဏ  
အပိုင်းအစတွေနဲ့ ဘူးခွဲတွေကို ရထုတ်ထားတဲ့ ကြိုပြုပါတ်  
အမျိုးမျိုးသော ကြိုပြုပါတ်တွေနဲ့ ပြည့်နေတာပဲ။

အခါ ကြိုပြုပါတ်တွေကို ဘယ်ကရလာသော့လဲ။

အချေခေတ်မှာ ဘာပစ္စည်းဝယ်ဝယ် ကြိုပြုပါတ်  
ကလေးတွေနဲ့ ထည့်ပေးလိုက်ကြတာကို။ အာလုံး ပါးဆယ်  
သား ဝယ်ရင်လည်း ပါးဆယ်သားဆန့်တဲ့ ကြိုပြုပါတ်  
ကုလားပဲချွဲမြင်း တစ်ဆယ်ကျပ်သား ဝယ်ရင်လည်း ကြိုပြုပါတ်  
အိတ်၊ ခရားချုပ်သီး နှစ်ဆယ်သား ဝယ်ရင်လည်း ကြိုပြုပါတ်  
အိတ်၊ ဒီဇော်ကို ပလတ်စတ်ခေတ်၊ ဒီမှုပုဂ္ဂိုလ် ကြိုပြုပါတ်  
အိတ်ခေတ်လို့ ပြောရမယ်ထင်တယ်ဇော်။

အန်တိတို့ ငယ်ငယ်တုန်းက အန်တို့မေ့မေ့ သမီးတို့  
ဘွားဘွား ဧရာဝယ်ဘွားရင် လက်ခွဲခြင်းကို အမြဲယုံဘွား  
တာသမီးရဲ့။ ကြိုပြုနဲ့ ရက်ထားတဲ့ လက်ခွဲခြင်းပေါ့။ လက်  
ခွဲခြင်းကတော့ အမျိုးမျိုးကိုင်တာ ပြင်စုံပါရဲ့။ ဟိုး ခင်  
ငယ်ငယ်တုန်းက လက်ခွဲခြင်းအပိုင်း လက်ကိုင်ရိုး တစ်ခု  
တည်း တစ်ထားပြီး ပြိုင်ဆွက်ခဲ့ပေါ်သေား ကြိုပြုအောင့်၊ အောက်  
အက်မှာ ပန်းခွဲယ် ပန်းလိပ်ကလေးတွေဖော်ပြီး ရက်ထားတဲ့  
ဧရာဝယ်တောင်းပေါ့။ လက်ခွဲခြင်းဟာရာက ညောင်းရင် လက်  
ဝါးနဲ့ လက်ခွောင်းတွေ ရာရင် တောင်ဆောင်မှာ လက်ကိုင်  
ကို ချိတ်ယူပြီး များ တင်ပါးနဲ့ ထိန်းပြီး သယ်ပယ်ဆိုင်  
သယ်လိုဂုဏ်တဲ့ လက်ခွဲခြင်း၊ နည်းနည်းဆောင်ပြုပိုင်လောက်ဗျား  
လက်ကိုင်ကွဲ့နှစ်ရနဲ့ ထိန်းပျော်ကြိုပြုခြင်း လောင်တော့ဘွား  
ရောက်ပိုင်းဆောင်မှာ ပလတ်စတ်ခွဲခြင်းရေးရှင်စုံတွေ ပဲ

လာတော့ အိမ်က ကြို့ဖြစ်တွေဟာ ပါးမိတ်က သံရှိတ်တွေမှ  
ကြပ်နိုင့်၊ စီးပွားတက်လို့၊ ပလတ်စတင်ခြင်း ကသာ ဇွဲ၏  
ရေးဝယ်ရာမှာ အသုံးခံရတဲ့ ပစ္စည်းဖြစ်လာရော့၊ ပလတ်  
စတင်ဟာ တော်တော်အရေးကြီးပြီး အသုံးစင်တဲ့ အစားထိုး  
ဘွဲ့ည်းတစ်ခု ဖြစ်လာတာပဲ သမီးရော့။

ကြံ့ချွဲ့အိတ် ခေါ်စားခင်က အန်တိတို့ ဘာ  
ပစ္စည်းတွေနဲ့ ထုတ်ပို့ခဲ့ကြသလဲ။

အန်တိတို့ ငယ်ငယ်တုန်းက အသားဝါးဝယ်ရှင်  
အောင်ဖက်ကြီးတွေနဲ့ ထုပ်ပေးလေ့ရှိတယ်။ ဒီအောင်ဖက် ကြီး  
တွေဟာ သစ်တော်ပြိုးတိုးရေးကို ပိုးတည်နေလေသလား  
လို့ အန်တိတို့ သိပ်သတိမထားခဲ့ပါကြော့ဗျား ထုပ်ပဲ့ကြွယ်  
သုံးလျှို့ပြင် ကောင်းမှုကောင်း၊ ပန်းဝယ်ရှင်လည်း ပန်းစည်းတို့  
အောင်ဖက်နှုံးပက်ချိပ်ပြီး ထုတ်ပို့ပေးလိုက်တာ။ ‘မောင်ပဒေ’  
ပဲစိမ်းရရှိပို့တို့ ပဲကြီးရရှိပို့ အသေးစုံပေါက်တို့ကို ဝယ်  
ရင်လည်း အောင်ဖက်ကြီးတော်ခွက် ဒါမှုပဟုတ် ပစ္စည်းများမှုင်  
နှစ်ရွက်။ အနားချင်းထပ်မံအောင်ပေါင်း၊ ကန်တော့ပုံစံချို့  
သွားကြေားထိုးတံ့ထက် နည်းနည်းကြီးတဲ့ ဝါးတုတ်တံ့သေး  
သေး ကာလေးတွေနဲ့ အောက်ခြေခိုင်းမှာ တွဲလိုက်တာပဲ။ အော်  
ကန်တော့ထဲကိုမှ အခွဲ့ည်းပြီးသား ပဲတွေထည့်ပြီး အ  
ပေါက အဝကိုလည်း အပေါ်ပိုင်း အောင်ဖက်တို့  
ပြန်ပေါက ချို့ပြီး တုတ်တံ့တင့် နဲ့ ထပ်ထိုး  
ပြီး တွဲပေးလိုက်တဲ့အခါ သေသေသာ်သာ်  
ထုတ်ပို့ပြီးသား ဖြစ်သွားရော့။

မှန်ဟင်းခါးဖတ်တို့ အသုပ်စုံတို့ အသင်သင့်စား ရ<sup>၁</sup>  
ပယ့် အစားအစာတွေ ဝယ်တဲ့အခါမှာ သုံးလေ့ရှိတဲ့ အောင်  
တင်မျိုးကတော့ ငှက်ပျော်ဖက်ပဲ။ ငှက်ပျော်ဖက်ခွဲ့ချဲ့  
အတွင်းပိုင်း (အပေါ်ပိုင်း)အခြေမှုကို အဝတ်နဲ့ ပျော်နေအောင်  
ဓမ္မတ်ဆုင်ပြီးမှ စားစရာကို ထည့်ထုပ်ပေးလေ့ရှိတယ်။



ရောက်တစ်ပါးက ညောင်ရွှေကို ညောင်ရွှေကတော့  
အန်တိတို့ အညာပိုင်းမြောလတ်စိုင်းများ ခံပေါ်သေးသေး စားစရာ  
တွေကို ထုပ်ပေးရာများသုံးတယ်။ တရာ့ဒေသတွေများ ညောင်  
ရွှေကိုအတော် ပို့ကြရှေ့ရွှေကို သုံးတယ်။ တုတ်တံ့လေးနဲ့ထိုးပြီး  
အထုပ်ကို ပိတ်ပေးရင်ပေး၊ ပပေးရင် ဒီးကြီးကို သုံးပြီး  
ချဉ်ပေးလေ့ရှိတယ်။ အန်တိတို့ ယောက်တုန်းက ပေပေ  
လက်ဖက်ဝယ်တဲ့အခါ ရရန်းလက်ဖက်ကိုမှ အထုပ်လိုက်  
ဝယ်တာ တွေ့ရှုံးတယ်။ ရရန်းလက်ဖက်ဆိုတာ တာကယ့်ကို  
လက်ဖက်အညွှန်ကလေးတွေချဉ်းရခဲ့တာ သမီးရဲ့။ အဲဒါ  
လက်ဖက်တွေကို ငှက်ဖျောဖက်နဲ့ လုံးလုံးရှုံးရှုံးရှုံးလေး  
တွေ ကျော်လျှပ်နေအောင်ထုပ်ထားတာ။ အထုပ်ကလေး  
တွေကို ဒီးကြီးနဲ့ အထက်အောက် သေးတိုက်ပတ် ချဉ်ထား  
တဲ့အခါ ငှက်ဖျောရွှေက်စိုင်းစိုင်းနဲ့ ဒီးကြီးအားအား သိပ်လျတာပဲ။  
ဆလင်းပို့စံ လက်ဖက်ထုပ်ကလေးတွေပဲ့။ ၁၁ သားထုပ်။  
အမိတ်သားထုပ်စသည်ပြင် ရောင်းလေ့ရှိတယ်။

နောက်ပြီး အန်တိမှတ်ပိတ္တာတစ်ခု ရှိသေးတယ်။  
အန်တိငယ်ယောက စာခဲ့ရတဲ့ ထန်သီးမှန်။ ထန်သီးမှန်ကို  
အဂိုင်းအပြားတိုးကနေ စားနဲ့လိုးပြတ်ပြီး ရောင်းတာက  
တစ်ပူးလေး။ အန်တိ ပုတ်ပိနေတဲ့ တော်းဟပ်ပူးက တစ်  
ခုချင်း ညောင်ရွှေက်နဲ့ထုပ်ပြီး ကန်တော့ရွှေ့ချွှေ့ပုံး ထန်သီးမှန်  
လေးတွေ လုပ်ထားတား ညောင်ရွှေက်က ဖော်ဒောင် မဟုတ်  
ဘူးလေး။ ဒီးညောင်ဒော်ပေသား ပင်ညောင်ဒော်ပေသား အဲဒါ  
အမျိုးအတော်။ ညောင်ရွှေက်တစ်ရွှေက်ကို ကန်တော့ရှိပြီး  
အဲဒါကန်တော့ထဲများ ထန်သီးမှန်နှစ်ကို ထည့်ပြီး ရှုတ်တော့  
ကန်တော့ပုံ ညောင်ရွှေက်ထန်သီး ပုံနဲ့ရတာပဲ့။ အန်တိစွဲ  
လက်ထဲရောက်တော့မှ ညောင်ရွှေက်ကို ပြည်လိုက်တဲ့အား  
လွှားကြုံနေတဲ့ ထန်သီးမှန် အဲဒါကလေးတွေ ရတာပဲ့  
ထန်သီးမှန်ရဲ့ နှစ်က အနှစ်ထဲများညောင်ရွှေက်ဘရတဲ့ အနှစ်တစ်

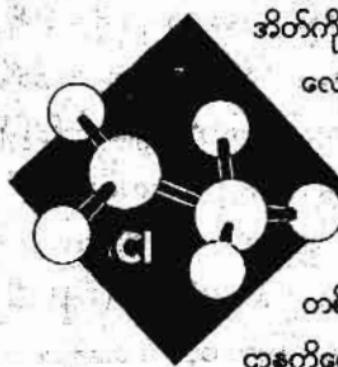
## ကြပ်ကြပ်အိတ်

မျိုးနဲ့ ပေါ်လိုက်တော့ ပမောနိုင်စရာဖြစ်သွားတော့ပဲ သမီးရယ်။

အင်း အန်တိပုံစံက အဟောင်ကို တသေသခဲလင်း နေတဲ့ ရှူးရိုးအဘွားကြီးပုံစံ ပြစ်နေဖြစ် တူပါရဲ့၊ တကယ်တော့လည်း အဲဒီအင်းကိုတော့ ငှက်ဖျောဖက်တွေ့၊ ဉောင်ကိုတော့ ဝိမ်းကြာဖက်တွေ့ဟာ ထုတ်ပိုးပစ္စည်းကေနဲ့ စွဲနှစ်ပုံ ပစ္စည်းအဖြစ် ပြောင်းသွားတော့ အမိုက်ပုံများ ဒီမှာမတူတဲ့ လွှင့်စဉ်သွားတဲ့ မြေကြီးပေါ်များ ကြာရင် ခြောက်သွေးရာက အလွယ်တကူ ဆွေးပြီး မြေသူမြေဖြစ်သွားကြတော်ကို။

**ကြပ်ကြပ်အိတ်ကတော့ မဆွေးဆိုင်တဲ့ပစ္စည်းပဲ။**

တစ်ဖက်က ကြည့်ရင် ထုတ်ပိုးပစ္စည်းအဖြစ် အသုံးဖို့တော့က သစ်ပင်တွေပေါ်တော်ပြီး အင်ပက်ခုံး ရတာ၊ ဉောင်ဖက်ခုံးရတာ၊ ငှက်ဖျောရှုက်တွေ့ ခုတ်ရတာ၊ ဉာဏ်တွေ့ရှုံးရတာ၊ အဲဒီအလှပ် အဆင့်တွေ့ကို ကျော်ဖြတ်ပြီး ကြပ်ကြပ်အိတ်တွေ့ကို သင့်တင့်တဲ့ရေးနဲ့ ပေါ်ပေါ်များများ ရနေတာ အားရကျော်စွာရာပဲပေါ့။ သစ်ပင်တွေ့ကို အသုံးပြု စရာ ပလိုတော့ဘူးကို။ ဒီပေးမယ့် တစ်ဖက်မှာက ကြပ်ကြပ်အိတ်ကို စွဲနှစ်ပုံ ပစ္စည်းအဖြစ် မြိမ်ကြည့်လိုက်ရင် ရင်လေးစရာ အကောင်သား သမီးလဲ။



အန်တိ တစ်ခါးပြောပူးသားပဲ။ ကြပ်ကြပ်အိတ်ဟာ Recycled လုပ်လိုပရတဲ့ ပစ္စည်းလို့။ ကြပ်ကြပ်အိတ်ဟာ သာမန် ပလတ်စ တစ်စတွေ့နဲ့ မတူဘူး၊ ပလတ်စတစ်ကို Recycling ရှာနကိုရောင်းလို့ ပလတ်စတစ် လိုက်ကောက်တဲ့ လွှေဟာ ကြပ်ကြပ်အိတ်ကို မကောက်ကြဘူး။ စစ်ယူပေါက်ပေါက် ပြောကြစတမ်းဆိုရင်တော့ ကြပ်ကြပ်အိတ်တွေ့ကို Recycle လုပ်လိုရနိုင်ပါတယ်လို့ ဆိုရမယာ။ ဒီပေးမယ့်ဘယ်သူမှာမလုပ်ချင်ကြ၊ မလုပ်ကြဘူး။ စွဲနှစ်ပစ္စည်းကေနဲ့

မြန်မာစံ

အောက်တစ်ခြိမ် ပြန်လည်အသုံးချလို့ရတဲ့ အဆင့်အထိ  
ပြုလုပ်ရနှာ ကုန်ကျဝဝါတွေဟာ ဖတ်စာဆ များလျှင်း  
မှတ်တိုး သိတွေနဲ့ ပေါ်ရနေတဲ့ ကြိုးကြုံဒါတိကို ပြန်  
လော်သူ့လျှို့ ဆိုတာလည်း တော်တော်လက်ဝင်တဲ့ကို  
ထုတ်လား၊ ဘယ်သူကရော ကြိုးကြုံဒါတိ လွှဲပဲပဲပြီး



ရော်သာရှိပူးလို့လဲ။ ပေါ်ရနေတဲ့  
ကြိုးကြုံဒါတိတွေဟာ အမိုက်  
ပုံမှာချည်း ဖွေးဖွေးလှပ်နေတာ  
ပဟုတ်ဘူး၊ လမ်းထောင့်တွေ  
လမ်းတော်မျက်စာင်းပြင်တွေ အိမ်  
အောက်ဖော်လမ်းတွေမှာ လေနဲ့  
လွှဲပဲပြီး ပြားနေတာပဲ။ ဘယ်သူ  
ကမ္မလည်း အရေးတယ့် မ<sup>ရောက်ကြဘူး။ ဘယ်သူက</sup>  
Recycle ပြန်လည်ပဲ့

တာဝန်ပယူနိုင်ကြဘူးပေါ့။

စည်ပင်သာယာရာနကတော့ ကြိုးကြုံဒါတိ တစ်  
စီသာကို တစ်ဆယ်ကျပ်နဲ့ဝယ်ပေးတယ်လို့ အနိတ် သတင်း  
ကြားတယ်။ ဝယ်ပေးတယ်လို့ သုံးခွဲနဲ့ရတာက ဒီလို့၊ အသုံး  
လိုလိုဝယ်တာ ပဟုတ်တဲ့ ပြန်မကောင်း ရှုပေကောင်း ပြန့်နေတဲ့  
ကြိုးကြုံဒါတိတွေကို ပတ်ဝန်းကျင်ကနဲ့ တတ်နိုင်သူ့  
ပျောက်ကွယ်သွားလို့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ ပိုက်ဆံ အကျိန်ခံပြီး  
ဝယ်တာကို ဆိုလိုတယ်။ ဒီကိစ္စကို ပြန်မှာရပ်မြှင့်သံကြားတို့  
ပြန်မှာအသံတို့ကနဲ့ ကြညာတာတော့ မတွေ့မှုံး၊ မကြားဖူး  
ပါဘူး။ သတင်းတယ်မှာ ကြညာတာလည်း မတွေ့ရှုပါဘူး၊  
ဒီပေါ်ယုံ ဒီသတင်းကြားခဲ့ရတာတော့ အမှန်ပါပဲ။ လွှာတွေ  
သိပ်မသိကြလို့လား၊ ဒီပူးပဟုတ် သိပေါ်ယုံ ကြိုးကြုံဒါတိ  
တစ်စီသာရှိ ဘယ်သူမှာ အိမ်မှာ အရေးအချိပ်ခံပြီး ဂိတ်

ရှုတ်ရှုတ် မစုရင်လိုလာ၊ ဒါပူမဟုတ် တစ်ဆယ်ကျွဲ ဆိုတဲ့  
ငွေဟာ လူကိုပဆွဲအောင်နိုင်လိုလာ၊ ဒါပူမဟုတ် ဒါ သတင်း  
ဟာ သတင်းများ ပြစ်နေလိုလာ၊ အန်တိပသီခိုပ္ပါယူလေး၊  
အန်တိတို့ ပတ်ဝန်ကျင်မှာတော့ ကြိုပ်ကြိုပ်အိတ်တွေတာ  
ကားလမ်းမဘားက လူသွားတဲ့ ပြောလမ်းတွေမှာ၊ မြတ်း  
တစ်ဝက်ဖိုးလိုပဲဖြစ်ဖြစ်၊ နောက်ဖေး လမ်းကြားတွေ ပူ  
လွတ်လွတ်လပ်လပ်ကြိုး ဟိုသည်လွင့်ပါလိုပြစ်ဖြစ် တန်ခိုက်  
ရရှုတ်မြောင်းပြစ်ခဲ့ရွာတဲ့ မြောင်းအိုင်တွေမှာ ပိုးလိုး ပတ်  
လက်နစ်လွှဲဖြစ်ဖြစ် ပေါ်ပေါ်များများကြီးကို ပြန်နေရတော့  
တာပါပဲ။

ပတ်ဝန်ကျင်ကို အမြင်အရ အရှင်ဆိုအစေတာ ဉာဏ်  
ပတ်ပေါ်ရောစေတာ၊ ဒါကို အသာထားလိုက်ပြီး မြတ်းနဲ့  
ပြောဆိုရှာကို အနောင့်အယုက်ပြစ်တာကတော့ ဘယ်လိုက္ခ  
သည်ဆံလိုမရတဲ့ကိုစွဲပဲ။ ကြိုပ်ကြိုပ်အိတ်ဟာ တော်တော်နဲ့  
မဆွဲ့မပြောမြင်တဲ့ အင်မတန် ဒိုင်မာတဲ့ပစ္စည်းကိုး သမီးမျှး  
သူနဲ့ မြတ်းနဲ့ ဘယ်တော့များ တန်သားတည်း ပေါ်စပ်  
ပလလို့ အန်တိ မိတ်ကူးယဉ်ကြည်ဖူးပါရဲ့။ ဘယ်တော့စူး  
မြှေဆီလွှာ မဖြစ်သွားဘူးဆိုတဲ့ ယေဘုယျအဖြေကိုပဲ ရှုံး  
တယ်။

ရောင်စုံအရွယ်စုံ ကြိုပ်ကြိုပ်အိတ်ကလေးတွေထား  
ရော်ဝယ်သူနဲ့ ရော်ရော်သူအတွက် အလျော်အဆင်ပြု အသုံး  
တည့်ပေါ်ယုံး လက်ခံရ တဲ့ မြေပြင်နဲ့ရေပြင်အတွက်  
တော့ ဖျက်ဆီးတဲ့ အရှင်တော့၊ အရှင်တော့၊ အရှင်တော့၊  
က မြို့ပြေတွေမှာ သာ အနိုက်ပုံတွေ၊  
လမ်းဘေးတွေမှာ  
ကြိုပ်ကြိုပ်အိတ်မြေ  
ရပေပယ့် အခုံ  
တော့ ရွှေ့လှုံးရွှေ့

ယောက်တော်တွေမှာပါ မြင်နေရဖို့၊ ရထား  
ပြတ်းပေါက်ကနဲ့ ကြည့်ဘိုက်ရင် ဟိုးခေါ်လှမ်းလှ  
တော်တန်းကြီးတွေ၊ စိမ့်ဘို့သို့ သစ်ပင်အုပ်တွေ၊ ဘိုက်ခင်း  
လယ်ကွင်းတွေကို ကြည့်ရင်း ကြည့်နဲ့မှတဲ့ အရသာဟာ  
အနီးကပ် ရွာတွေ မြို့တွေရဲ့ လမ်းဘေးက ကြိုးကြိုးအိတ်  
အမိုက်တွေကို မြင်ရတဲ့အခါ ပျောက်ပျက်သွားတတ်တယ်။

တစ်လောက်နဲ့က သန်လျှပ်ကျောက်တန်း ရေးလယ်  
ဘုရားကို သွားလွှာတော့ ရေပြိုမှာ ဘာတွေရတယ် ထင်လဲ၊  
ကြိုးကြိုးအိတ်တွေ ပေါ်လောများနဲ့ မြင်ခဲ့ရတယ်။  
ကျောက်တန်း ရေးလယ်ဘုရားငဲ့ ကုန်းမြေအောက်မြော ဝါးကြီး  
တွေကို ဝါးတကျွေးကြတာကိုး၊ ဝါးလာရောင်းတဲ့သူတွေက  
ပေါက်ပေါက်ဆုပ်တွေကို ကြိုးကြိုးအိတ်နဲ့ ထပ်ရောင်းက  
တယ်။ ဘုရားလွှာခေါ်သွားလို့ အဝယ်ကို စိတ်ရှည်ရှည် ပျော်  
လင့်ခိုင်ကြော ဘေးကနဲ့ တကောက်ကောက်လိုက်ပြီး  
တစာစာ ရောင်အောက်တာ၊ သွေ့သူတို့ခုံမှာလည်း ဝါတို့လိုပဲ  
ငွေရှာရတာ အခက်သားပါလားလို့ ကိုယ်ရှင်းတာချင်ပေးယုံ  
ကိုယ်ကပဲ ဝါးကျွေးမြှိုက်စွာကို ဓမ္မတာသွေ့တရား မထက်သန  
ဂိလိုလား မသိဘူး။ မဝယ်ချင်တဲ့လူကို ဘေးက တ  
တွေတိတွေတိ လိုက်နောင့်ယျက်နောင်း၊ စိတ်ရှုပ် စိတ်ပျက်  
ခဲ့ရတာ အမှန်ပါပဲ့၊ တရိုက်တော့ ဝယ်လိုက်ကြတယ်။ ဝယ်ပြီး  
တော့ ဝါးကျွေးကြတယ်။ ကျွေးပြီးတော့ ကြိုးကြိုးအိတ်ခွဲ့  
တွေကို ရေထားပစ်ချုပ်ရပါပဲ့၊ ရေပြိုမှာ ကြိုးကြိုးအိတ် ရောင်  
ခုံလေးတွေ ပေါ်လောများနဲ့ မြင်ရတယ်လေ။ ကိုယ့်မှာ  
ပါတဲ့ အိတ်တန်ခုခုထဲကို ဒါကြိုးကြိုးအိတ်ကလေး စုလုံးပြီး  
ထည့်ယူ အမိုက်ပုံးတွေရှင်ပစ်၊ မတွေ့ရင် အိမ် အထိသယ်ပြိုး  
အိမ်က အမိုက်ပုံးထဲမှာပစ်။ အော်လိုသာ ဆိုရင် ဘယ်ကောက်  
ကောင်းမလဲနော်။

ရေထဲမှာ ဉာဏ်ကြပ်အတိတွေ ဖျော့နေတာ၊ သီတွေ  
ငှေ့ပြုး ရေပြုမှာ ပေကျံနေတာ၊ ဒါတွေတင်ပကား၊ လီက  
ဉာဏ်ကြပ်အတိကို အစာမျတ်လို တပ်လိုတိရင်ဝိုင်ရင် ဉြှို့  
ဉာဏ်အတိ စုပ်ခံရပြီးသော်လည်းမှာ မြေကြီးမှာတူတော့လည်း  
ဉာဏ်ကြပ်အတိဟာ ပြောဆွဲပြုပါသေားတဲ့အပြင် ဇွဲကြီးထဲမှာ  
ဉာဏ်ကြပ်အတိရှိနေရင် မြေပြုပါပဲမှာ ဉာဏ်ကြပ်အတိတော်  
နေရင် အဲဒီအောက်ပက်ရေပြုမှာ ဘာမြှင်၊ ဘာအထင့်  
ပပေါက်တော့ဘူးသို့လဲ။ မြေကြီးအတွက်၊ ပတ်ဝန်းကျင်  
အတွက် ဘယ်လောက် စုစုံစာလိုက်သလဲ။

တိမ့်မှာပြည်မှာ ဇွဲဝါကြပ်အိတ်အသုံး ဆောင်လာ  
လာတာ ဘာကြောသေးလိုလဲ။ အလွန်ထုံးမျှရင် နှစ် ၂၀ ဆုံး  
ဒီ နှစ် ၂၀ အတွင်းမှာ တစ်ခိုင်ငံလုံးက ဖြေပြင်မှာ ဇွဲဝါကြပ်  
အိတ်တွေ ဖွေးဖွေးလှုပ်နေပြီသိတော့ စွာင်လာယူ အနှစ်  
၂၀ မှာ ဘယ်လိုအားဖော်ပါပလဲလို့ အန်တိ တွေးပုံစံသေးတယ်။  
ကြပ်ကြပ်အိတ်အသုံးကို အန်တိက ဆန့်ကျင်နေတာ မဟုတ်ပါ  
ဘူး။ ဒါဟာ တကယ်အသုံးကျတဲ့ပစ္စည်းပဲ။ အသုံးကို ဝင်း  
ပြောက်ဝင်းသာ လက်ခံပါတယ်။ သွားရင်းလာရင်းကင့်  
ဘာမဆို လွယ်လွယ်ကူကူဝယ်ပြီး သယ်ပူးမြန်မြို့ ဒီတွဲဝါကြပ်  
အိတ်က အင်မတန်အသုံးကျတာလေ။ မျိုးတင်းခါးတို့  
အန်နိုင်ခါ်ကိုဆွဲတို့ ဝယ်ချွမ်ရင် တို့ဆောင်တုန်းကဆို ကိုယ့်အိုင်  
က မြိုင်တွေကို သယ်သွားရတာ မဟုတ်လာ။ သိဝယ်ချွမ်ရင်  
အိုင်ကင့် သိပုလင်းသယ်သွားရတာလေ။



ကြိုးပြောအိန္ဒ

မရတိပါတုန်းက အန်တိတူ့မြို့များ ဆီကို စို့အိုးလေးတွေနဲ့  
ထည့်ရတာ။ များများဝယ်ချင်သယ်ချင်ရင် သတ္တုပုံးတွေနဲ့  
သယ်ရတာ။ ပလတ်စတန်ပုံးတွေ ဖော်လာတော့ ပြုပြုပါးပါး  
သယ်နိုင်တာဖော့။ ဟော အခု ကြိုးပြောအိတ်ကျတော့ ဆီ  
ပေးတို့ ဘာတို့ဝယ်နဲ့ အိမ်ကနေ ပုလင်းတောင်  
သယ်စရာမလိုဘူး မတုတ်လာ။



ပလတ်စတန်ဟာ သူရဲ့ ဂုဏ်သွေးတွေအရ  
သတ္တု အစားထိုး ပစ္စည်းဖြော်လာတာပဲ။ ဒါ  
ဂုဏ်သွေးတွေဟာ တကယ် အံ့ဩစရာ ကောင်  
ခါတယ်။ ဆဲအားကို ခံနိုင်ခြင်း၊ အပူဒဏ်ကို  
ခံနိုင်ခြင်း၊ ဓာတုပစ္စည်းတွေရဲ့ လောင်စား  
မှတ် ခံနိုင်ခြင်း၊ ထုန္တက်မှု ပစ်ချမှစတဲ့  
အကြမ်းအဏီကို ခံနိုင်ခြင်း၊ အလွယ်တကူ  
ပုံ့သွားခိုင်ခြင်း၊ လျှပ်စစ်ကို ခုခံနိုင်ခြင်း၊  
နိတိုင်းမှုကို ခုခံနိုင်ခြင်း၊ ပြုပါးခြင်း၊  
ရေ့ဆုံးခြင်း၊ ကဲ ပလတ်စတန်ရဲ့ ဂုဏ်သွေးတွေဟာ  
ချစ်ဝရာပကောင်းသူးလာ။ ကာသာန်ပါတွေလည်း ပလတ်  
စတန်တစ်မျိုးပဲ။ အဝတ်အစားရှုပ်တော့ အတွင်းကခံတဲ့  
လိုင်နာ (Liner) တွေဟာလည်း ပလတ်စတန် တစ်မျိုးပဲ။  
ဆိုက်ကယ်စီး ဦးထုပ်လိုမ့်း၊ အန္တရာယ်ကာကွယ်တဲ့ လုံခြုံရေး  
ဦးထုပ်တွေ တော်တော်များများကို ပလတ်စတန်တစ်မျိုးနဲ့  
ထုတ်ကြတယ်။ ဓာတ်ပုံ့နဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ပလင်ဟာ လည်း  
ပလတ်စတန်တစ်မျိုးပဲ။ ဒုံးပတ်ဝန်းကျင်မှာ ရှိသူမျှ ပစ္စည်း  
တော်တော်များများဟာ ပလတ်စတန် ရဲ့ ကျေးဇူးတွေ ပြုး  
အော်ပါကာပစ္စည်းတွေ ကြည်မလာ။ ပယ်လမင်း ပန်းကျိုး  
ချက်ယောက်တွေ ကြည်မလာ။ လုံလည်းလှုံး ပြုလာ၍းဆော့  
ကြိုးပြောအိန္ဒလိုလည်း မကွဲဘူး။

အန်တိတူ့မြို့များတွေတို့က ပလင်းတစ်အသုံးဟာ

## ဓမ္မပြုခံအောင်

အကန့်အသတ်နဲ့သာ ရှိခဲ့တယ်။ အချက်အလက်ကတော့ ပလတ် စတင်စေတဲ့ပဲ။

ပလတ်စတင် ဘယ်နှစ်မျိုးရှိသလဲ။ ပလတ်စတင် ဘယ်ကနေရသလဲဆိတာ သမီး နည်းနည်းပါးပါးတော့ သိမြို့ ဖြစ်လိမ့်မယ်။ အပြည့်အစုံစနစ်တကျတော့လည်း သိမှာ မဟုတ်ဘူးလို့နော်။

‘ဖော်လိကျိုး’ အလေးချိန်ကြီးမားတဲ့ အောင်ဝန် ပစ္စည်းတစ်ခုကို စတ်ပြုပြီးထုတ်ယူထားတဲ့ (Polymerize လုပ်တယ်လို့ စတုဖော်စကားနဲ့ ပြောကြတယ်) ပစ္စည်းတစ်ခု ထုတ်လုပ်ပူးအဆင့် ပြီးစီးသွားတဲ့အခါးမှာ အရိုင်အခဲ (Solid) ဖြစ်သွားပေမယ့် ထုတ်လုပ်နေဆဲ့အဆင့်မှာ အရည် အဖြစ် လိုသလို ပုံးသွေးနိုင်တဲ့ ပစ္စည်းတစ်ခု’ ဟာ ပလတ်စတင်ပဲဖော် ပလတ်စတင်ရလို့ အမိကကုန်ကြပ်နဲ့ လိုအပ်တဲ့ပစ္စည်း တွေကတော့ ကျောက်ပါးသွား၊ ရော့ထွက် စတုပစ္စည်းတွေ့ ပါဝါးချည်း၊ သစ်သား၊ ဓာတ်ငွေ့၊ လော့ သားနဲ့ရော လို့ ပြောတယ်။

ပထမပိုးဆုံး စက်ရုံအဆင့်မီ ပလတ်စတင်ကို ဘုရား ရာရုံ အလယ်ပိုင်းမှာ စတင်ရရှိခဲ့တယ်လို့ သိရတယ်။ အော် ပလတ်စတင်ကတော့ Cellulose Nitrate (Celluloid) ပဲ။ အော် ဆယ်လူလို့စီက်ပြောတိုက်ကို ဘဒ်ခြေ ခုနစ်မှာ စပြီး အသုံးပြု ခဲ့သတဲ့။ Cellulose Acetate ကိုတော့ ဘဇ္ဇာ ခုနစ်မှာ စတွေ့ ခဲ့သတဲ့။ အော်အမျိုးအစားကို နောက်ပိုင်းမှာ စတ်ပုံးနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ စလင်ပြေားတွေရဲ့ အခြေခံပစ္စည်းအဖြစ် သုံးခဲ့တယ်။ ပထမကမ္မာစစ်မှာတော့ လေယာဉ်တွေမှာ အသုံးပြု ခဲ့ကြတယ်။

ပလတ်စတင်ကို အမျိုးအစားခွဲခြားရေး၊ အပူ ကြောင့် ရရှိတဲ့ အခြေအနေကိုမှတ်ညီပြီး Thermosetting နဲ့ Thermoplastic လို့ အကြပ်းဖျင်း ခွဲခြားနိုင်တယ်။

ကြပ်ကြပ်အိတ်

Thermosetting ကအပူပေးခြင်းအားဖြင့် ထွက်လာတဲ့ ပစ္စည်းဟာ infusible ဂုဏ်သတ္တိနဲ့ insoluble ဂုဏ်သတ္တိကို ရလာတာမျိုး။ Thermoplastic ဆိုတာ အပူပေးခြင်းအားဖြင့် ပျော်ဖောင်းပြီး အအေးခံတဲ့အခါ့ပှာ ပိုမာကြာသွားတာမျိုး စသဖြင့် ခွဲ့မှားထားတယ်လို့ သိရတာပဲ။

နောက်တစ်မျိုး ခွဲ့မှားနိုင်သေးတာတော့ ပလတ်စတ်ဖြင်လာလို့ အသုံးပြုတဲ့ နှစ်မူလပစ္စည်းတွေပေါ် မူတည်ပြီး ခွဲတာ။ ပလတ်စတ်စောင့်လို့ အန်တိတို့၏နောက် Resin ဆိုတာကို အမျိုးအစားခွဲ့မှားလိုက်တယ်ပေါ့ သမီးရယ်။

(1) Natural resin (2) Cellulose derivatives (3)

Protein products နဲ့ (4) Synthetic resin တဲ့။

ကြပ်ကြပ်အိတ်ဟာ Synthetic အမျိုးအစားပဲ။

Synthetic resins ကို ထုတ်ယူရာမှာ အသုံးပြုတဲ့

Polymerization နည်း နှစ်မျိုးရှိတဲ့အတွက် Synthetic resins ကိုယ့် နှစ်မျိုး ထပ်ခွဲသေးတယ်။

(1) Condensation polymerization ကြောင့် ရလာတဲ့ Synthetic resins (အများအားဖြင့် အဲဒီအမျိုးအစားဟာ Thermosetting ဖြစ်တတ်တယ်။) (2) Addition polymerization ကြောင့် ရလာတဲ့ Synthetic resins (အများအားဖြင့် အဲဒီအမျိုးအစားဟာ Thermoplastic ဖြစ်တတ်တယ်။)

ကြပ်ကြပ်အိတ်ဟာ နံပါတ် ၂ အမျိုးအစား Addition Polymerization ကြောင့်ရလာတဲ့ Thermoplastic ပဲ။

သူရဲ့ ဓာတုပေါ်ပစ္စည်းဟာ ဘာလဲလို့ အန်တိရိုင်း

ကြည့်တော့ Polyvinyl Chloride ဖြစ်မလား Polypropylene ဖြစ်မလား မသိဘူးလို့ နားလည်သူတေသာ့က ဘုရားမန်းပေးတယ်။ B.E (Chemical) နဲ့ ဘွဲ့ရထားတဲ့ ဦးမကလေးတစ်ယောက်ကို ထပ်မံ့ပေးကြည့်တော့ သူက Synthetic resins

## ကြပ်ကြပ်အိတ်

ထက Thermoplastic တစ်ခုပဲတဲ့။ သေချာအောင် ထပ်  
မေးပေးမယ်တဲ့။ နောက်တော့ သူက ပြောတယ်။ HDPE  
တဲ့။ အနိတိတွေ ထင်နေတာက PVC (Polyvinyl Chloride) နဲ့ Polypropylene ထင်တာ။ သူပြောတော့ High  
Density Poly Ethylene ဆိုပဲ။

ဘာပဲဖြစ်ဖြစ်လေ PVC ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ HDPE ပဲဖြစ်ဖြစ်  
အသုံးပြုရ လွယ်ကူရောမွှောအောင် ထုတ်လုပ်ဖို့ ပြေားလဲ ကြ  
ပြီးပြီ။ စွမ်းပစ်ပစ္စည်းဘဝရောက်ရင် ဘယ်လို စွမ်းပစ်  
ကြရပယ်ဆိတာ အရေးတာကြီး တွေးကြ၊ ကြော်လို့ အချို့  
ရောက်လာ ပြီလို့ အနိတိထင်တယ်။ အနိတိက ဒီးပျားရေး  
လုပ်ငန်းရှင် အမျိုးအစားပဟုတ်တဲ့အတွက် ကြပ်ကြပ် အိတ်  
လုပ်ငန်းဟာ ဘယ်လောက် အမြတ်အစွမ်းများတယ်ဆိုတာ  
စိတ်ဝင်စားပဲပါဘူး။ ကြပ်ကြပ်အိတ်ကို Recycle လုပ်လို့  
ရမရ၊ မရခဲ့ရင် သန်းပေါင်းများစွာသော ကြပ်ကြပ်အိတ်တွေကို  
ပြောကြီးထဲမှာ တစ်ဆိပ်း ပြောဆိုလွှာ ပိတ်ပနေအောင် ဘယ်  
လို့စွမ်းပစ်နည်းကို အသုံးပြုကြမယ့်၊ ဒါကိုပဲ စိတ်ဝင်စားတယ်။

**ကြပ်ကြပ်အိတ် ပေါက်ကတော့ နည်းနည်းပါးပါး**

ပေနေတဲ့ အိတ်ကို ရော့နဲ့ ဆပ်ပြာနဲ့အေး၊ ရောစ် အောင်

အပြောက်ခံ၊ ပြီးတော့ အိတ်ကို သေသေသပ်သပ်

ပေါက်ပြီး နောက်တစ်နောက်လို့ သိမ်းကြတယ်။

အမိုက်ပုံမှာ ဒီလောက်ပြန်ကျ ပနေဘူး။

အခုံပိုင်းအလွယ်တကူကြိုးကို ရောက်ရောက်

လာ လွန်းလို့ ကြပ်ကြပ်အိတ်တွေဟာ ဟိုနေရာ

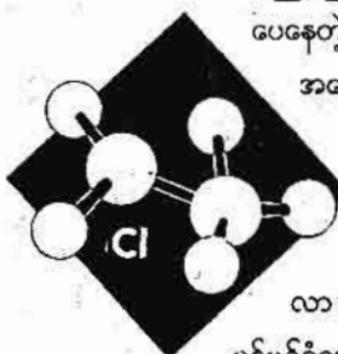
စွမ်းပစ်ခံရ၊ ဒီနေရာ စွမ်းပစ်ခံရနဲ့ ကြပ်ည်းဖြည်း လမ်း

ပေါ့မှာ ပြန်ကျလာကြပြီပေါ့။

သူတဲ့နိုင်ငံတွေမှာ ကြပ်ကြပ်အိတ်နဲ့အော်ပိုင် စုံကြပါတယ်

တွေ သုံးနောက်ပုံပါပဲ။ စုံကြပ် Recycle လုပ်စိုး လွယ်တာတိုး

ကြပ်ကြပ်အိတ်တနို့မှာလည်း Recycled လို့ ရေးထားတာ



ပြန်လည်တယ်ထင်ပါရဲ့။

သွေ့စွာတယ်။ Recycle ပြန်လည်တယ်ထင်ပါရဲ့။ ခက်တာက Recycle လုပ်တာဟာ အကျိန်အကျသိမ်များတာ။ ရေးနည်း နည်း ဒီကြီးတာပေါ့။ အန်တိတို့ဆိုမှာ ပလတ်စတင်ကိုပြန် ကျိုး ကလေးကတေးစရာတို့ ဘာတို့လုပ်တာ တွေ့ဖူးပါတယ်။ ဒီပစ္စည်းကနေ ဟိုပစ္စည်း ဖြစ်သွားတာမျိုးလေ။ Recycle စစ်စစ်ကတော့ အန်တိတို့ဆိုမှာ စက္ကာလုပ်နေးပဲ။ စက္ကာဟာ ဝက္ခာပြန်ပြစ်တာလေ။ အဲဒီ Recycle အစစ်ပဲပေါ့။

လို့ယုံကြည်တေားများ  
နောက်ဖေး  
လမ်းကြားများရှိတဲ့  
မြိုင်ကြော်နိတ်တွေကို  
အနိုင်ပုံမှာ ပစ်နိုက  
တစ်ယောက်ချင်း။  
တစ်အောင်ချင်းရဲ့  
တာဝန်ပဲ။  
ဒီအမျိုက်တွေကိုမှ  
အနိုင်ကျင်း  
တစ်နေရာရာကို  
စည်းကော်တာကျ  
ပစ်ပေးဖို့ကတော့  
စည်ပင်သာယာအဲဖဲ့က  
တာဝန်ယူပါလိမ့်မယ်

အပယ ရယ်စရာ ပြောရှုံးမယ်။ အန်တိတို့ဆိုမှာ နောက်ဝက္ခာတွေ စစ်တောင်းစက္ကာတွေ ရှားကုန်လို့ ဘားမား ဝက္ခာဆိုပြီး ဝက္ခာဖောင်းတွေပြန်ကျိုး သုံးလာတာ နှစ်ပေါင်း များစွာ ကြာယာခဲ့ပြီ မဟုတ်လား။ ‘Recycle ကွဲ’လို့ ဘယ်သူ မှုလည်း မကြွေးကြွေးခဲ့ဘူး။ ဝက္ခာရေးကလည်း ထင်ဝက် ကျော်ကျော်ကို သက်သာတော့ Recycle ဝက္ခာတွေကို အများဆုံး သုံးနေခဲ့ကြတာ။ အခုံ သူတို့ဆိုမှာလည်း Recycle ဝက္ခာကို တရာ့နေရာတွေမှာ ဂုဏ်ယူစွာ ရေးကြီးပေးပြီး သုံးနေကြပြီလေ။

အန်တို့ ဝက္ခာတုအုပ်တွေ တော်တော်များများဟာ Recycled paper တွေ မဟုတ်လား။ အန်တို့ဝက္ခာတုအုပ် တွေကို တစ်ခုချင်း ကောက်ကိုင်ကြည်ပြီး သူတို့အချင်းချင်း သဘောတွေကြပြီး တတွေတွေတွေ ပြောနေကြတယ်။ That's great! တို့ That's wonderful! တို့ ရေးကြပြီ။ နှင့် တို့ဆိုမှာ Recycled paper ကို သုံးတယ်နော်'တဲ့။ တအုံတ ထဲ ဂုဏ်ပှုချိုးကြားသလို ပေးကြတယ် သမီးရဲ့။ ဟား ဟား အန်တိုက မင်္ဂလာသေနဲ့ အေးပေါ့ ငါတို့ အားလုံး Recycled paper ကိုပဲ သုံးကြတယ်။ နှစ်ပေါင်း ၂၀ ကျော်ပြီးလို့ ကြွဲ လိုက်တယ်လေ။

သူတို့ဆိုမှာတော့ ဝက္ခာတုအုပ်တို့ ဘာတို့လို့ Recycled paper မသုံးကြပါဘူး။ နှစ်ကြာကြာခံပယ့် အရာဝက္ခာထဲမှာ

ဝတ္ထုတွေ၊ စာအုပ်တွေပါတာကို၊ သမီးခဲ့၍ ထပ်ပိုးပစ္စည်အဖြစ်  
သုံးတဲ့ ဝတ္ထုအိတ်၊ စာအိတ်တရှိနဲ့ ပို့စ်ကိုတွေ့မှာတော့  
Recycle paper ကိုသုံးပြီး ဂုဏ်ယူဇာနဲ့ Recycled paper  
လို့ တံဆိပ်ကပ်ထားလို့။

အန်တိတို့သိမှာလည်း ကြပ်ကြပ်အိတ်တွေတို့  
Recycled plastic လို့ တံဆိပ်ရိုက်ပြီး သုံးနိုင်ကြရင် ဘယ်  
လောက် ကောင်းပလဲလို့ စိတ်ဘူးယဉ်ပိုဒေးပါရဲ့။

လောလောဆယ်တွေ့ ဒီကြပ်ကြပ်အိတ် အတောင်း  
တွေကို မျက်သီးပစ်တဲ့နည်းလမ်း၊ တစ်ယောက်ယောက်  
ရှာတွေ့သွားမို့ရယ်၊ မျက်သီးပစ်ချင်တဲ့စိတ် ပျောစို့ရယ်  
ခါတို့ပဲ ဖျော်လင့်နေရတယ်လော့။

အချုအချိန်မှာတော့ သမီးတို့လည်း တတ်နိုင်သူမျှ  
ကြပ်ကြပ်အိတ်ကို အမိုက်စွမ်းပစ်ရာနေရာမှာ သွားပစ်ကြတဲ့  
ကိုယ့်အိမ်သားမှာ၊ အောက်ဖော်လမ်းကြားမှာ ရှိတဲ့ ကြပ်ကြပ်  
အိတ်တွေကို အမိုက်ပုံးမှာ ပစ်ဖိုက သမီးတို့ တစ်ယောက်ချင်း  
တစ်အိမ်ချင်းရဲ့ တာဝန်ပဲ့။ ဒီအမိုက်တွေကိုမှု ရောဝတီပြုပဲ  
မရောက်စေဘဲ အမိုက်ကျင်း တစ်နေရာရာကို စည်းတမ်း  
တကျ ပစ်ပေးဖိုကတော့ စည်းပင်သာယာဆွဲက တာဝန်  
ယူပါလိမ့်မယ် ထင်ပါရဲ့။





အ ၁၄။ (၂)

# ပြန်သုံးလိုရတဲ့ စွန်ပစ်ပစ္စည်း

မြန်မာ့ဂိရ္တာ၊ စွန်ပုဂ္ဂန္တာ

သူတို့သီကလူတွေ Recycle Recycle နဲ့ ရေးကြီး  
ခွင့်ကျယ် ထအော်နေကတာများ တို့မြန်မာစိုင်ငံသားတွေက  
သနားတောင် သနားသေးတယ်။ ဓမ္မပစ်ပစ္စည်းကနေ ငွေပြန်ရ  
အောင် လုပ်တာ၊ ပစ္စည်းတစ်ခုကနေ နောက်တစ်ပျီး အသုံး  
ဝင်ပစ္စည်းဖြစ်အောင် ပြန်ပြောင်းတာ။ အဲဒါတွေကို အန်တိတို့  
စိုင်ငံမှာ အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်ခဲ့တာ ကြာ ကြာ  
လျှပြီ။

တိုင်ယောပါတုန်းကတည်းက ဒုန်အိုးဒုန်ချက် အ<sup>၁</sup>  
ပေါက်တွေ အဟောင်းအမြင်းတွေကို အနိုက်အဖြစ် ဘယ်သူမှာ  
ပပတ်ကြပါသူး။ ဒေါပ်ရှေ့ရောက်လာတဲ့ အဝယ်သမားကို  
လုပ်းခေါ်ပြီး ရောင်းကြတာပါပဲ။ ‘ဒုန်အိုး ဒုန်ချက်တွေ  
ဝယ်တယ် ပလော့နဲ့ဆုတ်ပုံ’ဆိတဲ့ အောင်သံကို အခုထိ အန်တိ  
ကြားယောင်နေတုန်းပဲ။ အရင်တုန်းက နယ်က လူတွေဟာ  
ထမင်းဟင်းချက်တဲ့ အိုးတွေချက်တွေကို ဒုန်အိုး ဒုန်ချက်  
တွေသုံးကြတာ များပါတယ်။ ဆန်ဆေးတဲ့ လျှို့တို့ အဝတ်  
လျှော်တဲ့ လျှို့တို့ဟာ အများအားဖြင့် ဒုန်တွေပဲ သပို့ရဲ့။  
ပလတ်ဓတ်ပါတ်တွေ သိပ်ခေါက် မစားသေးဘူး။ ဒုန်သူတူ့  
တာလ ပလတ်ဓတ်နိုးပါး အသုံးတွင်ကျယ်ခဲ့တာ၊ ဖော့ပေါ့  
ပါးပါး ကိုင်လို့သယ်လို့ လွယ်တယ်လေ။ အခုခေါတ်လို့ စတိုး  
ချိုင့်တွေ မပေါ့သေးခင်များ အန်တိတို့ ဒုန်ချိုင့်တွေနဲ့ ကြွေရည်  
သုတ် ချိုင့်တွေကို သုံးခဲ့ကြရတယ်။

တရာ့၊ အဝယ်သမားတွေက ဒန်ချက်ဒန်ဖိုး အတောင်းတွေကို ငွေပေးပြီးဝယ်တယ်။ တရာ့က သူသီဥား  
ပါလာတဲ့ ဒန်ချက်အသစ်တွေနဲ့ ပြန်လည်ပေးတယ်။ အဟောင်း  
သုံးခုပေးပြီး အသစ်တစ်ခု ပြန်ရတတ်တာမျိုးပေါ့။ တရာ့က  
တော့ ပဲလျှော့တွေ ပြန်ပေးတယ်။ တရာ့ကတော့ ကော်ပတ်လုံး  
ကလေးတွေ ပလ်စိတ်ပစ္စည်းတွေ ပြန်ပေးတယ်တော်မျိုးပေါ့။  
ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် စွန်ပစ်ပစ္စည်းကို အမိုက်ပံ့မှာ မူလ်ဘဲ ငွေရှ

အောင်ရှာတာ၊ နောက်တစ်ရက်ပြန်ပြောင်းတာ။ ဒါတွေကို  
ဟိုတိုန်းကတည်းက အန်တိတို့ အသိရှိလုပ်ခဲ့ကြတာ။

သူတို့ဆီမှာတော့ လူတော်တော်များများ ပစ်စလက်  
ထဲ လုပ်ကြပုံရပါတယ်။ ဒါကြောင့် ရှာနယ်တွေ မဂ္ဂဇင်းတွေ  
ထဲမှာ Recycle .... Recycle နဲ့ စည်းရုံးသိမ်းသွေး နေကြရ  
တာဖော်။

မနှစ်ကလားမသိဘူး၊ သူတို့ဆီကထုတ်တဲ့ အင်္ဂလာ  
စသင် ရှာနယ်တစ်ခုထဲမှာ သိမီးတို့လို ချာတိတ်အချေယ  
တွေအတွက် ပတ်ဝန်းကျင် ထိန်းသိမ်းရေး ဆောင်ရုံးလေး  
တစ်ခုပါလို့ အန်တိ ဖတ်လိုက်ဖို့သေးတယ်။ အမိုက်ကို  
စနစ်တကျ နားလည်နည်းပဲ ဆိုပါတော့၊ သူ့မျိုးစုံကလေး  
သုံးခုက ချုပ်စရာကောင်းတယ်။ သရုပ်ဖော်ပုံကလေးတွေနဲ့  
ကလေးတွေ စိတ်ဝင်စားအောင် ဆွဲဆောင်ထားတာဖော်။

(A) Recycling (စွန်ပစ်စည်းကို တဖန် အသုံးစင်  
အောင် ပြုလုပ်ခြင်း) ဆိုတာ ဘာလဲ။

(B) ပိုင်းချွဲအမိုက်ဟာ အမိုက်အစ် ပြင်သလား  
ရွှေဖြို့နေသလား။

(C) အမိုက်ကို နည်းစိုင်သူဗျာ နည်းပီးအောင်  
ယင်း ကိုယ်တိုင် ဆောင်ရွက်နိုင်ခို့  
R နဲ့ စကားလုံး သုံးမျိုးကို  
စိတ်ထဲမှာခွဲထားပါ။

အဲဒီသုံးမျိုး နဲ့ ကလေးနားလည်  
နိုင်အောင် ရှုံးပြပေးထားတာ  
တွေဖော်။



ပြန်သုတေသနရဲ့ စွမ်းပိုင်ဆွေများ

သူတို့ဆီက ကလေးတွေက မချွေတာတတ်ဘူး  
လူကြီးအသိလဲ မရှိကြဘူးနဲ့တုပါတယ်။ တို့ဆီက ကလေး  
တွေက သူတို့ထက်ခိုပြီး ရင့်ကျက်ပုံရတယ်။

အန်တိတို့ထွေထွေပေါ်တဲ့က နှိမ်ခွက်တွေဆို အမိုက်  
ထဲသွားပေပါဘူး။ ရုထားကြတာ၊ ခွက်ကလေးတွေ တန်း  
ခိုပြီး အများကြော်ရတဲ့အသိ နှိမ်ခွက်တွေ၊ ဖန်ပုံလင်းတွေ ဝယ်  
တဲ့လူကို ရောင်းလိုက်တာပဲ။ တို့ဆီမှာ တစ်ခါးပုံးပစ္စည်းရယ်လို့  
သိပ်ပရှုပါဘူး။ အန်တိတို့ ပလိုတော့တဲ့ မှတ်စုစာအုပ်တွေ၊  
ဗလာစာအုပ်တွေကို ပိဿာချိန်နဲ့ ရောင်းပေါ်တာပဲ။ စက္ကာကို  
Recycle ပြန်လည်တဲ့ လုပ်ငန်းစောင်းမာရေးခင် စက္ကာသိပ် ပရှား  
ခင်ကတည်းက ဗလာစာအုပ်အဟောင်းတွေ၊ သတင်းစာ  
ဟောင်းတွေ အဖောင်းတွင်ကျယ်ခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီအချိန်တို့က  
စက္ကာက အမိကတို့ပုံးပစ္စည်းကို။ ပဲကြေား၊ ပဲလျှော်ဝယ်ရင်း  
ငရှိသီးခြားကိုဝယ်ရင်၊ သက္ကား ဝယ်ရင်၊ စက္ကာကနဲ့တော့နဲ့  
ထုပ်ပိုးပေးတာလေ။ စက္ကာ၊ အသေးအကြီး ခွဲ့မြားပြီး သုံး  
ကြတာပေါ့။ အသေးစက္ကာတွေက ကွမ်းယာဆိုင်ကို ပြန်  
သွင်းလိုရတယ်။ မြေပဲလျှော်ရောင်းသူတွေဆီ ပေးလိုရတယ်။  
အန်တို့ တစ်သက်နဲ့တစ်ကိုယ် အမိုက်ပုံးမှာ သတင်းစာတို့  
စက္ကာအဟောင်းအကောင်းတို့ကို ပစ်ထားတယ်လို့ တစ်ခါးပုံး  
ပမြဲ့ပူးပါဘူး။ အန်တိတို့ဆီက ကလေးတွေ အားလုံး  
စက္ကာဟောင်းဆိုတာ ငွေ၊ နှိမ်ခွက်ဆိုတာ ငွေ၊ အန်အိုးပေါ်ကို  
အန်အိုးချိုင့်ဆိုတာတွေ ငွေလို့ သိကြတယ်။ အသိလွှန်လို့  
တရှိကလေးတွေများ လုပ်ကြေးတောင် မသိလိုက်ရခင် အိမ်က  
စာအုပ်အကောင်း အန်ချိုင်းအကောင်းတွေ ရောင်းစားပစ်  
ကြသေးတယ်။ မှန်စိုးစုကြတာလေ။

သူတို့ဆီမှာတော့ ပတ်ဝန်းကျင် ထိန်းသိမ်းရေး  
အဖွဲ့ဝင်တွေရဲ့ လုပ်ရား မီးဆော်မှုကြောင့်သာ အမိုးချွဲ့မြား  
နည်း နားလည်ကုန်ကြရရှာတယ်။ တို့ဆီမှာတော့ စွန်ပစ်

## မြန်မာစိန္ဒတု နှစ်များပွဲ

ရမယ့်အမိုက်နဲ့ ငွေပြန်ရမယ့် အမိုက်ကို ခွဲပြားတတ်ပြီး သားပါပဲ။ တစ်ခုပဲတွာတယ်။ တို့ဆီက ကလေးက ပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေးဆိုတဲ့ အမြှင်ကြောင့် လုပ်တာ ဖော်တူဘူး ငွေရှာတဲ့နည်းအဖြစ် လုပ်တာ။ ဒါပဲကွာတယ်။ အမိုက်ထဲကော် ငွေပြန်ရအောင်ရှာနည်းကို သိပြီးသား မြစ်ပေါ့ သိစိုး နောက် တစ်ဆင့် ကျွန်းသေးတယ်။ အဲဒါ ဘာလ ဆိုတော့ ကိုယ့်ကြောင့် ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင် ပိုသန့်ရှုံးသွားအောင် ဆောင်ရွက်ချင် တဲ့အသိ (တစ်နည်းပြောရရင်) ပတ်ဝန်းကျင်ကို ထိန်းသိမ်း ပေးရှင်တဲ့ အသိရှိပိုပါပဲ။

ဒီတော့ သိမ်းကို Recycle ဆိုတဲ့ စကားအသုံး အနှစ်။ အသုံးပောင်ပုံ၊ နည်းအမျိုးမျိုး အဲဒီတွေသိအောင် ပြောပြု ရှင်လာတယ်။

### (A) Recycle ဆိုတာဘာလ

အနိတ် ခဏာဏာ ပြောခဲ့ဖော်လိုပါပဲ။ Recycle ဆိုတာ ပစ္စည်းတစ်ခုကို သုံးပြီးတဲ့နောက် နောက်တစ်ကြိုင်၊ နောက်တစ်ပါး ပြန်အသုံးပိုင်အောင် ထုတေသန ပြပိုင်ပြုလုပ်တာကို ဖော်ပေါ်တယ်။ တစ်သေသုံး ပစ္စည်းဆိုတဲ့ စကားနဲ့ ဆန့်ကျင်ဘတ်တွေ့တဲ့ တစ်မျိုးပါး တစ်မျိုး ပြောင်လျှပ်း အသုံးကျေတဲ့ ပစ္စည်း ပြန်အောင် လုပ်တဲ့လုပ်ငန်းကို Recycling လို ဖော်တယ်။



Recycling ဆိုတဲ့နာမည်က အပြောပြီး သမီး အတွက် အလျမ်းဝေးလွန်းတယ်လို သမီး ထုတ်ပို့ ကိုယ့်အိုပ်ကအမိုက်တွေကို အမျိုးအစား ခွဲပြားလေး လိုက်ရင်ကိုပဲ သမီးဟာ Recycling လုပ်ငန်းမှာ ပါဝါးအုပ် ဆောင်ရွက်တဲ့ အဖွဲ့ဝင်ပြည်သွားပါပြီ။ သတ်မှတ် စော စာအုပ်အဖော်။ ပရွောင်းအဖောင်း အဲဒီလွှာကို သင်သစ်

မြန်မာလိပ်စာ ရွှေများများ

ထား၊ ပလပ်စတ် ပစ္စည်းအချို့တွေ (ဥပမာ- ဆေးပူလင်းချို့  
ရေသိနှုန်းချို့ ပေါင်မှန်ထုတ်တဲ့ပလပ်စတ်အိတ်ချို့အဲဒေတွေ)  
ကို သပ်သပ်ထား၊ ဖန်ပူလင်းချို့တွေကို သပ်သပ်ထား၊ ဆဲပဲး  
အပ်တို့ ကိုကာကိုလာတို့ လိမ့်ဖျော်ရည်တို့ အဲဒီ သံဘူး

ကူးမြှုပ်းရဲ့

တစ်နေရာမှာ

စွဲတွေခန်းမြောက်ပြီး

သောက်အေးလုပ်သာက်တို့

ရောက်တွေပြီး၊

လူတွေသေး

အထောက်သားအွန်ရာယ်နဲ့

ကပ်ခိုက်နေတဲ့

အနှစ်မှာ

ကူးမြှုပ်းရဲ့

ထုပ္ပန်တစ်နေရာမှာတော့

ဘာရေးရေးတာကို

ရော်ကာရတဲ့ရော့၊

အသေး ဖြန့်တော်

အေးကြော်ပေးနေ

တစ်ယောက်ကို

တစ်ယောက်

ရော်တွေဖွင့်ပြီး

ယောက်ကာစားကြ

မြန်မားတော်ကြတာကို

ချို့တွေကို သပ်သပ်ထား၊ အဲဒီလိုအပိုက်အမျိုးအစားကို ခွဲခြား  
တတ်ရင်ပဲ သမီးဟာ Recycling လုပ်ငန်းကို စတင် ဆောင်  
ရွက်နေပြီပဲ။ အန်တိတို့ဆိုမှာ ဂုပ်စက္ကားချို့တွေ၊ မဂ္ဂဇင်  
စာအုပ် အဖော်အတွက်အခါး ပြန်ရောင်လိုရတော့ခွဲတွေချည်း  
ပဲ။ သူ့ပစ္စည်းနဲ့သူ ဝယ်တဲ့သူ အမျိုးမျိုးရှိတော့ ရောင်း  
လိုက်ရှုပါပဲ။ လမ်းတကာလိုက်ပြီး ပစ္စည်း အဟောင်အမြှင်  
တွေ ဝယ်တဲ့လူတွေ အများကြီးရှိတယ်လေ။ သူတို့က နေပြီး  
ပစ္စည်းအဟောင်းစုအောင်တဲ့ ဆိုင်ကြီးတွေကို ပြန်သွင်းတာ  
ပဲ။ ဆိုင်ကြီးတွေဆိုတာ လူမြှင့်သာတဲ့ ဆိုင်ခန်းကြီးတွေ  
မဟုတ်ဘူး။ အိမ်ထဲမှာ စက္ကားရှိ စက္ကားသပ်သပ်၊ ပလပ်စတ်  
ကို ပလပ်စတ်သပ်သပ် ခွဲခြားဝယ်နေကြတဲ့ လုပ်ငန်းရှင်တွေ  
ပဲ။ အဲဒုမှာ သူတို့က ပစ္စည်းတွေကို လိုအပ်ရင် ထပ်ပြီး  
ခွဲခြားတယ်။ ရေဆေးစရာလိုရင် ရေဆေး သန့်စင်တယ်။  
အဲဒီကမှာတစ်ဆင့် စက်ရှုအသေးစားအလေးတွေ ပြစ်တဲ့ စဉ်  
စက် သေးသေးကလေးဆီ ရောက်သွားပယ်၊ ကော် လုပ်ငန်း  
ဌာနတစ်ခုကို ရောက်သွားပယ်။ ပလပ်စတ်လုပ်ငန်း ဌာန  
တစ်ခုကို ရောက်သွားပယ်။

တို့ဆိုမှာ မဂ္ဂဇင်၊ ဝဏ္ဏစာအုပ် တော်တော်များများ  
ဘာ ဘားမားစက္ကားလို့ တို့အလွယ်သောကြတဲ့ ပြန်သုံး စက္ကာတွေ  
နဲ့ ဂိုက်ထားကြတာများတယ်။ သမီးတို့ အကြပ်သုံးတဲ့  
ဗလာစာအုပ်တရှိတာလဲ ပြန်သုံးစက္ကာ၊ Recycled paper ဖွဲ့  
ပဲ။ ထုပ်ပိုးစက္ကာတရှိတာလဲ ပြန်သုံးစက္ကာတွေပဲ။ တို့ဆိုတဲ့  
စက္ကာပေါ်ကလေးတွေမှာ အများကြီး။ လုပ်လုပ်က တွေက  
ချေကိုက်လို့ ပြစ်မှုပဲပေါ်နေ။ တွေကချေကိုလိုတယ် ဆိုတယဲ

ပြန်လည်စုတေသနများ

ဒါ Recycled paper တွေကို အားပါးတရ သုံးစွဲမယ့် သုံးစွဲသူ လူထုရှိလို ရေးကွက်ရှိလို တွက်ချကိုက်တာ။

သူတို့သီပ္ပါယျတော့ အဲဒါ Recycled paper တွေ Recycled plastic တွေကို သုံးစွဲချင်တဲ့လူ ပို့လို ရေးကွက် မရ၊ တွက်ရေးပကိုက်ဘူးထင်တယ်။ Recycled paper တာ သာမန် ဝါကနေဖြစ်တဲ့ စက်ရုံထိတ် စဲ့အားလုံးထက် ရှိခြား ရေးကိုနေတယ်။ ပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေးအမြဲ့တို့သူ တွေက ဆိုင်းဘုတ်တွေထောင်၊ T-shirt အကျိုးတွေမှာ စာတမ်းတွေရှိကို၊ မဂ္ဂဇင်းရာနယ်ထဲမှာ ထည့်ကြော်လို့ လုထုကို Recycled paper တွေ ဝယ်သုံးအောင် နည်းမျိုးပဲ ပါအမြဲ့ပြီး ဆွဲဆောင်နေကြရတယ်။ သမီးတွေစွဲမလား မသိဘား၊ Time မဂ္ဂဇင်း Newsweek မဂ္ဂဇင်းတွေထက ပတ်ဝန်းကျင် ထိန်းသိမ်းရေးအားဖြူအဓည်းတွေကဲ့ကြော်ပြာတွေ လေး။ အမြဲတမ်းဝါနေကျ သုံးမျိုး အန်တိ သတိထားပါတယ်။ ကြတွေကိုရှိအတွက် သတ်ကြလို့ ကြုံတိရှေ့ဗျာန်းမျိုးတွေ ရှားပါးကြန်လို့ သတိပေး တားမြှင်ထားတဲ့ ကြော်ပြာ၊ ရော် အလဟာသု ဖြန်းတိုးပောင်နေကြလို့ ရောကို ထိန်းသိမ်းသုံးစွဲမျိုး သတိပေး တားမြှင်တဲ့ ကြော်ပြာနဲ့ စဲ့အားလုံးတွေတို့ ရွှေ့ပေါ်ဘဲ ရောင်းပြီး Recycling လုပ်ငန်းကို ပါဝင်ဆင့်စွဲမျိုး နှီးဆော်ထားတဲ့ ကြော်ပြာ။ အ ဒါတွေကို အန်တိ ခဏာဏ သတိထား ပါနေတယ်။



ကြုံရဲ့ ရှိယာ အားလုံးဝေဒနာကို ပျောက ကော်မာားစေတယ်ဆိုတဲ့ တိုင်းရင်းဆေးအယူရှိသတဲ့ အဒါကြော် ရှိဖြတ် ခံထားရတဲ့ ကြုံလောက်းရဲ့ စာတ်ပုံး ကြုံမျိုးတွေ ထိန်းသိမ်းစွဲ စည်းရုံးထားတဲ့ ကြော်ပြာ၏ ဝယ်တဲ့လူတို့ မဝယ်ချင်အောင်၊ မဝယ်ရုံအောင် မသုရောက် အောင် ရေးထားတဲ့ ကြော်ပြာပဲ။ အကယ်၍ သင်သည်

မြန်မာ့ဘုရား ရန်များ

အဖားဝေဒနာ ပျောက်ကင်းရန်အတွက် ကြံးချိုဝယ်ယူလိုက  
လျှင် ထိုကြံးတိဂ္ဗ္ဗာန်ကို ရှင်ဖယ်သောနတ်၊ မရှုက်တီး ဘေးမတို့  
မြင့် ရက်စက်စွာသတ်မှုအတွက် သင့်မှာ တာဝန်ရှိသည်  
...တဲ့။ မရှုက်တီးဘေးမ (Machete) ဆိုတာ သူတို့ အာဖရိက  
မှာ သုံးတဲ့ ဘေးကြီးတစ်မျိုးပေါ့ သမီးရယ်။

ဝယ်သူတွေ့ရှုနေရင် ရောင်သူရှိမှာပဲ။ ရောင်သူရှိရင်  
သတ်ပေးတဲ့သူလဲရှိမှာပဲ။ ဒီတော့ ဝယ်တဲ့လူ ပရှိအောင်  
တားမြင်စိုးအတွက် ဒီကြံးပြောကို သုံးရတာပေါ့။ အနောက်  
တိုင်းက အဖားပြတ်ဆေးသော်းမျိုးကိုပဲ သုံးပါ။ ကြံးတွေကို  
မသတ်ကြပါနဲ့ ကြံးမျိုးတွေ တုံးကုန်တော့မယ့် အစွဲရှာယ်ကနေး  
သင်ကိုယ်တိုင် ကာကွယ်ပေးပါ။ ချိုကို ရောင်းဝယ်ခြင်း  
ပလုပ်ပါနဲ့ ...တဲ့

ရောက်တစ်မျိုးက ရောကို ချွေတာသုံးစွဲစိုး ကြော်ပြာ  
လေးး။

ဟုတ်တော့ဟုတ်တယ် သမီးရဲ့ ရေဟာ တရှို့၊ အ  
တွက် အင်မတန်ရှားပါးတဲ့ အသက်ကယ်ပစ္စည်းပြုပေးယုံ  
တရှို့အတွက်တော့ ပစ်စလက်ခတ် ဖြန်းတီးစရာ ပေါ်များ  
နေတဲ့ ပစ္စည်းပြုပေးနေတယ်။ ကဗ္ဗာကြိုးရဲ့ တစ်နေရာမှာ ရေတွေ  
ခန့်ခြောက်ပြီး သောက်ရောမလုံးလောက်လို့ ရောက်တွေပြု၏  
လူတွေသော အတော်ဘား အစွဲရှာယ်နဲ့ ကပ်ဆိုက်နေတဲ့ အခိုင်  
မှာ ကဗ္ဗာကြိုးရဲ့ တြော်းတစ်နေရာမှာတော့ ကားရောမေးတာ  
ကို ရေပိုက်ကာရတဲ့ရေးရဲ့ အလေဟာ မြန်းတီးဆေးမြောပ်နေ့  
တစ်ယောက်ကိုတစ်ယောက် ရေပိုက်တွေဖွင့်ပြီး ပက်ကြ  
ကစားကြုံ မြန်းတီးရောက်တာကိုး။ ပေါ်များတဲ့လူတွေက  
ပေါ်များသာလို့ သုံးခိုင်ပြီး ရှားပါးတဲ့လူတွေက ရှားပါးသာလို့  
ချွေတာသုံးစွဲရတာဆိုတော့ ပေါ်များတဲ့လူတွေ တိယ်သွေးသော  
တတ်အောင် လုပ်စိုးဆိုတာလဲ တော်တော်လက်ဝင့်ဗဲ့ ကိုစွဲလေး  
အာဖရိကမှာ ရေရှားတာကို ဝါဝိုက် ဘာဂုဏ်ရမှာလဲ၊ သူတို့

မြန်မာစိန္တာ စွန်မှန်ပွဲညွှန်

ရေရှးတာနဲ့ ဝါတိုက ရေဟသံရတော့ဘူးလား၊ ဒီဇော်ခွင့်းတွေ  
ပေါ်လာမှာပဲ။ ကိုယ်ဟာ သူတို့နဲ့ တစ်ကဲဗ္ဗာတည်း နေနေတာ  
ကိုယ့်ရေဟာ သူရော၊ အူရေဟာ ကိုယ့်ရေဆိတဲ့ အမြင်မျိုး  
ရှိလာအောင် ဒီကြော်ဌာကလေးက ကြိုးစား အားထုတ်  
ထားတာပါပဲ။

စောစောက အဖိုက်နဲ့စွန်ပစ်ပြန်သုံးပစ္စည်း အ  
ကြောင်း ဆိုပါတော့။ ဝယ်တဲ့သူရှိနေရင် ရေးကွက်ရှိဗြာပေါ့  
ဝယ်တဲ့သူဆိတာကလဲ လိုအပ်မှ ဝယ်တာလော့။ လိုအပ်နေ  
အောင် လုပ်ရင် ဝယ်ကြော့ပဲ။ T-shirt တွေမှာ တံဆိပ်ရိုက်  
ထားတဲ့ စာတမ်းနဲ့ ဝယ်ပါဝယ်ပါ ကြော်ဌာနေတာ ကောင်းပါ  
ရဲ့။ ဒါပေါ်ယုံ တကယ်လိုအပ်နေရင် ကြော်ဌာစရာလုပ်ဘဲ  
ဝယ်ကြော့လို့ အန်တိထင်တယ်လော့။ စက္ကာအသစ်တွေ ထုတ်  
လုပ်မှုကို အရင်လျှော့ချုပြုး စက္ကာအဟောင်းတွေ ပြန်သုံး  
စက္ကာလုပ်ပစ်ရင် စက္ကာသစ်ရှားရင် ပြန်သုံးစက္ကာကို ဝယ်ကြော့  
ပဲပဲ။ တို့ပြန်ယာစိုင်ငဲ့မှာ ပြန်သုံးစက္ကာတွေ ဝယ်သုံးအောက်တဲ့  
ပြည်သူလူထုဟာ ပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေး အမြင်နဲ့  
ဝယ်နေတာ ဖဟုတ်ဘူးသမိုးရဲ့။ ရေးသက်သာလို့။

သူတို့ဆိုမှာ စက္ကာသစ်က ရေး သက်သာရှိး ပြန်သုံး  
စက္ကာက ရေးကြော်ဌာနေတဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေး  
အမြင်ရှိတဲ့လူတောင် ဝယ်နဲ့ နည်းနည်းတော့  
တွေနဲ့နေမှာပဲ။ တို့ဆိုနဲ့ ပြောင်းပြန်ပြစ်  
နေတယ်။ အန်တိက သူတို့ကို အကြော်း  
ကြည့်ချင်ပါတယ်။ ‘ရှင်တို့ စက္ကာသစ်စက်ရှိ  
တွေ အလုပ်မလုပ်ဘဲ နေကြည့်လိုက်ပါလား  
ပြန်သုံးစက္ကာတွေ ရေးကွက်ဝင်လာပါလိမ့်မယ်’ လို့  
ဒါလေးများ စက်ခက်ခဲ့လုပ်လို့ နော်။

သူတို့ဆိုမှာ အဖိုက်ထဲကအဟောင်းတွေ ပြန်သုံးလို့  
တဲ့ စွန်ပစ်ပစ္စည်း Recyclables တွေလုံး စုဆောင်ရဏာ



ပြန်သုတေသန၊ စွမ်းပိုင်ပစ္စည်း

အကျိန်အကျေများတယ်။ အဲဒါတွေအတွက် ရုဆောင်းသူ လိုတယ်။ ထရှင်ကားတွေလိုတယ် ဒါရိုင်ဘာတွေ ထပ်ရှာရ ပယ်။ (ဝယ်ယူ)ရုဆောင်းထားလို့ အရင်းအနှစ်းလိုတယ်။ recyclable ပစ္စည်းတွေကို ပြန်ရောင်းလိုရတဲ့ ပိုက်ဆံက ကုန်ကျေတဲ့ပိုက်ဆံနဲ့ မကာမိအောင် နည်းပါးနေတာ သမီးရဲ့။ တို့ဆိတ် လူတွေအတွက်တော့ ဒါဟာ အစဉ်အလာ လုပ်ငန်း ကြီးအဖြစ် နေသားတက္ကာ လည်ပတ်နေပြီ။

ပစ္စည်းအဟောင်းရောင်းသူ၊ ပစ္စည်းအတောင်း ဝယ်သူ၊ ပစ္စည်းအဟောင်းတွေ ရုဆောင်းလက်ခံကောက်ယူ သူ၊ ပစ္စည်းသုတေသနအဖြစ် ပြန်ထုတ်လုပ်သူ အဲဒီလို အဆင့်ဆင့် ချောချာမွေ့မွေ့။ ပြန်ပြန်သန်ဆန် ရောက်သွားတယ်။ ပြန် ထုတ်လုပ်ထားတဲ့ပစ္စည်းကို စောစောက ပစ္စည်းအတောင်း ရောင်းသူကပဲ ပြန်ဝယ်ပြီး အားပါးတရ သုံးတယ်။ ဒါတော့ ဒီလမ်းကြောင်းဟာ စက်ပိုင်းပုံသဏ္ဌာန် ပြန်လည်ပတ်နေပြီ ဖော့။

စွမ်းပိုင်ပစ္စည်းကနေ ပြန်သုံးလို့ရအောင် ထုတ်ထားတဲ့ တစ်ခုကို ဝယ်ပါ။ အဲဒီလို ဝယ်ခြင်းအားဖြင့် ကိုယ်စားတဲ့ (အဖိုက်ခွဲဗြားစွမ်းပိုင်ခြင်းကနေ စထားတဲ့) ကွင်းတစ်ခုကို ပြန်ပိတ်ပေးပါတဲ့။ အဲဒီနည်းအားဖြင့် Recycling ကို ပါဝင် ဆောင်ရွက်နိုင်ပါတယ်တဲ့။ အဲဒီလိုကို ဝါဒပြန့် သိမ်ဆွင်း နေရတယ်သမီးရော့။ သမီးတို့ ပြောပြောနေတဲ့ စကားလိုပဲ၊ သနားတောင် သနားသေးတယ်နော်။

နောက်စွမ်းပိုင်တဲ့ အဖိုက်တွေထဲကနေ ပြန်သုံးလို့ရတဲ့ ပစ္စည်းတွေ သုံးပုံစံပုံလောက်ပါပါတယ်။ ကုန်တဲ့ သုံးပုံ တစ်ပုံကဗျာ အဖိုက်အဝင်ပါ။

(B) ဘယ်ဟာ အဖိုက်လဲ ဘယ်ဟာက ဇွဲကော် ဘာတွေပြန်သုံးလို့ရသလဲ သမီး သိပါတယ်။

## (၁) ဝတ္ထုအမျိုးမျိုး

သတင်းတပါမယ်၊ ဗလာဓာဇ်ပါမယ်၊ မဂ္ဂဇင်း  
ပါမယ်၊ တစ်ခါးသိုးဝတ္ထုခွက်လေးတွေ၊ ဝတ္ထု ပန်ကာနိပြား  
လေးတွေပါမယ်။

## (၂) ပလပ်စတင်အမျိုးမျိုး

ဒီထုပ်ထည့်တဲ့ ပလပ်စတင်၊ မြှုပ်ဆားလျှော့ထည့်  
တဲ့ ပလပ်စတင်၊ သံကြေားထုပ်တဲ့ ပလပ်စတင်၊ ကော်စိန်  
အပြတ် အရာတဲ့ ကော်ရုပ် အရာပ် အတောင်၊ အဲဒီအထဲမှာ  
ကြွပ်ကြွန်အိတ်တော့ မပါရှာဘူး၊ ကြွပ်ကြွန်အိတ်ဟာ ပလပ်  
စတင်တောင်၊ ဝယ်သူတွေ လျဉ်တောင် အကြည့်မခံရတဲ့  
ပလပ်စတင် အမျိုးအစား၊ ဒီကြော့လဲ ပြီးတစ်ရုပ် အမိုတ်  
အဖြစ် အများဆုံးပြင်ရတဲ့အရာဟာ ကြွပ်ကြွန်အိတ် ပြစ်  
နေလေရဲ့ အင် ... တရာ့ကတော့ ? ကြွပ်ကြွန်အိတ်ကို ဒီသွေး  
ပီးပို့မှာ ပီးဖွေးဖို့ သုံးကြတယ်။ ထင်းရှုံးသီလောင်စာအား  
သုံးတာဖဲ့ သမီးရယ်။ ကြွပ်ကြွန်အိတ်ကလေးကို လုံခြုံး  
ပီးသွေးတွေရဲ့ အောက်မှာ ပီးရှို့လို့ကိုရင် ပီးသွေးတွေ  
ပီးခွဲကုန်သတဲ့။ ထင်းရှုံးသီကို သုံးတာဟာ ကိုယ့် အတွက်  
ပိုက်ဆံကုန်တယ်၊ ရေးကိုးတာကိုး ကွဲ့။ ကြွပ်ကြွန်အိတ်ကို  
သုံးတော့ ပိုက်ဆံ ပကုန်တဲ့အပြင် အဖိုက်တောင် ပီးဆို



ပြီးသား ပြစ်သွားတယ်၊ ထင်းရှုံးသီလောင်းတွေ  
မဝယ်တော့တဲ့အတွက် သစ်တော့ ပြန်တိုး  
ရေးကော် ကာကွယ်ပြီးသား ပြစ်တယ် လို့  
ကြိုးကြိုးကျယ်ကျယ် ကိုယ့်ကိုယ်ကို အဆွဲး  
တင်လို့လဲ ရသေးတာကိုး၊ ဒီပေါ်ယုံ ဝင်းနည်းစဉ်  
တင်ချက် ကြွပ်ကြွန်အိတ် ပီးဆိုလို့ ထွက်လာတဲ့ ပီးဆိုလို့  
ညျဉ်နဲ့ဟာ ကိုယ့်အိပ်ခန်းထဲမှာ ထုထည် မားလာခြေး  
သေးပြင်စေတတ်တဲ့ ကတ်ငွေ့တွေ နော်ရှုံးမှုလုံး ပြစ်  
နေနိုင်တယ်။

မြန်မာနိုင်တဲ့ စွမ်းပို့ဆောင်

(၃) သတ္တုဘူးစံတွေ

ဒုန်းလုပ်တဲ့ဘူးစံ၊ သံဖြူယာတ္ထာနဲ့လုပ်တဲ့ဘူးစံ အမျိုး  
မျိုး၊ ဘီယာဘူးစံ၊ အချိုရည်ဘူးစံအမျိုးမျိုး၊ အခုက္လာ  
အချိုရည်၊ အချိုရည်ဘူးစံတွေ တော်ဝော်ခေါ်ဟားနေ  
တယ်။ တိုရွှေနွေစဉ် ဂွန်ပစ် ပစ္စည်းထဲမှာ ဖြောခင်

သတ္တုဘူးစံ အမျိုးမျိုး၊ ဒါ  
တော့ပယ်၊ အဲဒီဘူးစံတွေ  
ဟာ အရည်ကျိုပြီး အောက်  
ထင် ဘူးစံ ပြန်လုပ်လိုက်တဲ့  
Recyclables ပစ္စည်းတွေ  
ပါပဲ။ ဒါနဲ့ တလောက  
ရှုပ်မြုပ်သံကြား နိုင်ငံ  
တကာ သတင်းတစ်ခုမှာ  
သီးကြည့်လိုက်ရသေး  
ယေး ဖော်ဘူး။ ဘီယာဘူးစံတွေနဲ့

လျော်ပြီး ပင်လယ်ကိုဖြတ်တဲ့ လူ တစ်  
ယောက်ရဲ့ သတင်းလော်။ ရွှေပန်လူမျိုးလား မသိဘူး၊  
ကိုယ့်ဟာကိုယ် လျော်ပြီး ပင်လယ်ကို ဖြတ်တဲ့လူဆိုတော့  
ကမ္ဘာကျော်သွားတာပေါ့နော်။ သူကို သတိထားမိခေတဲ့  
အချက်ထဲမှာ ဘီယာ ဘူးစံတွေကို Recycling သော်မျိုး  
ပြန်သုံးပြတဲ့ အကြောင်းရင်းလဲ ပါပါလိုပုံမယ်။

အန်တိတို့သိမှာတော့ ‘သံဖြူတန်း’ဆိုတဲ့ ရပ်ကွက်  
ရေးဆိုင်တန်းတောင်ရှိတာ။ သံဖြူပစ္စည်းတွေ အဟောင်း  
ကင် အသစ်အောက်တစ်မျိုးပြုမောင် လုပ်ပေးတဲ့လုပ်ငန်း  
တွေပေါ့။ သို့ ငံပြာရည်ချင်တဲ့ပူတဲ့ တစ်ဆယ်သာမူတဲ့  
အစိတ်သာမူတဲ့ ဒီးဆယ်သာမူတဲ့ စသည်ဖြင့် အဲဒီ တော်  
ဝော ချင်စရာချက်တွေဟာ သံဖြူတန်းမှာ ဝယ်နိုင်တဲ့ ပစ္စည်း  
တွေ။ ရော်သိမိုးခွေကိုတို့ ပီးချာလည်(သိတင်းကျွဲ့ပါ ပီးပုံး)တို့လဲ

အခါဆိုင်မျိုးကအေ လုပ်တာပဲ။ သံဖြူပုံအရှိုးမျိုးနဲ့ ဒီသိခိုက်စွဲ  
စတဲ့သူ့ဘုံးပွဲည်းတွေ နှစ်ပွဲည်းတွေ သူဇာရာနဲ့သူ ပြန်သုတေသန  
အသုံးအဆောင် ပစ္စည်းတွေ ထုတ်လုပ်ခဲ့ကြတာ။

(၄) ပလပ်စတစ်ဘူးခွံတွေ၊ အထူးသုပ္ပါး ရောင်း  
ဘူးခွံတွေ ပြန်သုံးလို့ ရတယ်။

ဒါနဲ့ တစ်ခါတုရွှေ့က ရယ်စရာအပြစ်တစ်ခုတို့ ပြောပြု  
ရှိပယ်။ အန်တို့သူငယ်ချမ်း ဦးဝါတာရဲ့ အပြစ်ပေါ့ အန်တို့တို့  
သူငယ်ချမ်းသုံးယောက် လက်ပက်ရည်ဆိုင်မှာ ထိုင်များကြတဲ့  
အခါန် အန်တို့တို့စားပွဲနားတို့ ပုံပေါင်းသည်တစ်ယောက်  
ရောက်လာတယ်။ သူက စက်မှု(၁)ဝန်တို့ကြောက်ထုတ်တဲ့  
ရောသနဘူး(အဖောက်)ခွံတွေတို့ ပြန်အသုံးချတဲ့ ပုံပေါင်း  
သည်ပဲ။ ရောသနဘူးကို အရှည်လိုက် ပလပ်စတစ် အဖောင်း  
အချောင်းလေးတွေ ပုံပေါ်လာအောင်စားနဲ့ ညီညီသာညာ  
ခွဲထားတယ်။ အခါရောသနဘူးထဲကိုပုံ ပုံပေါင်းရာဘာအိတ်  
လေးထည့်လိုက်ပြီး လေ့မှုတ်လိုက်တော့ ပုံပေါင်းတွေ့ညား  
ပြည်း ဖောင်လာတဲ့အခါ ရောသနဘူးရဲ့ အပြုံရောင် ထောင်  
စတစ် အရှည်ပြားကလေးတွေက လိုက်ပြီးဖောင်လာတယ်။  
ပုံပေါင်းက အနိဆိုရင် အနိဂုံး အပြုံစင်းကျားလေးတွေနဲ့

ပိုးပုံးကလေးလို့ ဘောင်ခံပါထားတော့ လူလဲလှ ဆွဲ  
ဆောင်မှုလဲ ရှိတယ်။ အန်တို့သုံးယောက်လုံး  
သဘောကျသွားတယ်။ နိမိခက်က တစ်ခု  
ဝယ်တယ်။ (တစ်ခုကို နှစ်ဆယ်လား သုံး  
ဆယ်လား မသိပါဘူး။) အန်တို့ မမှတ်စီ တော့  
ဘူး။ သူ ပြန်သုတေသနည်တွေကို ပြစ်ရ အထူး

အသန်း recycling product တစ်ခု ရတာကို။ လျှော့  
လား ပိတ္တိတိုင်းပြည်က နှင့်တို့ထက် ပတ်ဝန်းကျင် ထိန်း  
သိမ်းရေး၊ အိုက်နည်းပါးရေး၊ အပြုံရှိတယ်” အဲလို့ ကြွာလို့  
ရတာပေါ့။



ကိုပါတာကတော့ ထုံးခံအတိုင်း ပူပေါင်းသည်ကို  
အစ်တာရှုံးလုပ်တာပေါ့။ ပူပေါင်းသည်ကလဲ သူဟာ သူတတ်  
တဲ့ပညာနဲ့ အသက်မွေးဝင်းကျောင်းနေရတဲ့ အကြောင်း၊  
အရှင်းအနှစ်းပရှိလို့ နေပြန်တိုးနဲ့ ငွေချေးပြီး လုပ်နေတဲ့  
အကြောင်း ပြောပြုတယ်။ အဲဒါမှာ ဒီးပါတာက သာမာသွား  
တယ်လေ။ (သူကို အန်တိတိ အားလုံးက နိုင်ကွဲချမ်းဆိုရင်  
အချဉ်ကြီးလို့ ခေါ်ကြတယ်၊ အဲဒါလိုပေါ်ရင်၊ သူ အရှင်း  
စိတ်ဆိုတယ် မဟုတ်လား။ သူရှုံးကလဲ တကယ့် ဘူး  
သူငြေး ရှုံးကို သူဝယ်ရင် ပစ္စည်းတွေဟာ ရေးဆင်လိုပရ  
အောင် တက်နေတော့တာပဲ။ သူဝယ်သမျှ ပစ္စည်းတန်ဖိုးတွေ  
က အမြတ်နဲ့ ပြင့်နေတတ်တယ်။ သူအတွက် ပစ္စည်းအားလုံး  
ဟာ တန်တယ်၊ ရေးသင့်တယ်ချဉ်းပဲ။) ခင်များရင်းရုပယ့်  
တင်နေတာအရင်းက ဘယ်လောက်များလို့လို့ သူက  
ပြန်မေးတယ်။ ပူပေါင်းသည် က ၅၀၈/ လောက်လို့ ဖြေတယ်။

အဲဒါမှာ သူ အုံသုပ္ပါး သာမာသွားပြန်ရော၊ သူအတွက်  
ငွေ ၅၀၈/ ဆိုတာ လက်ဖက်ရည်ဆိုင်တစ်ခါ ထို့ပုံပို့တာကို။  
အဲဒါတော့ သူက ချက်ချင်းပဲ သူဒီစိတ်ထဲက ငါးရာတန်ဝက္ခာ၊  
တစ်ရွက် ထုတ်ပေးလိုက်တယ်။ ခင်များ နေပြန်တိုးရေးစရာ  
မလိုအောင် ပုံစံဖိုးယူသွားတဲ့။ ပူပေါင်းသည်က ကျေးဇူးတွေ  
တင်လို့။ ‘ဒါဆို အဲကိုကြီးအိမ်က ကလေးတွေအတွက်  
ပူပေါင်းတွေ ယူသွားပါ’တဲ့ ဆိုပြီး နောက်ထပ်နှစ်လုံးလား  
မသိဘူး လုပ်ပေးသွားတယ်။ အန်တိတိ နှစ်လောက်က  
သူကိုကြည့်ပြီး ခဲ့ကြတိတ်ကြိုက် ဟားကြေတာပေါ့။ သူဒီပုံမှာ  
ကလေးဆိုလို့ သူပဲ ရှိတာကို။ အဲဒါမှာ သူ ဓမ္မတာရိတဲ့  
အဖြစ်များ အန်တိတိ မျက်စာရိုင် မျက်စာကဲ့နဲ့တောင် ပေါ်  
ရှိနဲ့ မရလိုက်ဘူး။ ဂိုက်ဆံပေးရာ ပါသွားရော့။ အန်တိတိက  
ပြောပါတယ်။ နှစ်ပို့က်ဆံတော့ ပူပေါင်းအရင်းပြုစံမလား။  
အရေပဲ ဖော်ခံရမလား မသိဘူးလို့။ နောက်ကံသံလောက်

မြန်မာစိရှုတဲ့ ရွှေမြန်မ္မား

ကြာတော့ အဲဒီဆိုင်မှာပဲ သူပြန်ထိုးဖြစ်တော့ အဲဒီ ပူပေါင်း  
သည်ပဲ သူကို ညည်ပြပြန်ရောလော့၊ သူက ပူပေါင်းသည်ကို  
မှတ်ပို့ပြီး ပူပေါင်းသည်က သူကို မမှတ်ဖို့ဘူးပေါ့။ အန်တိတိ  
က သူကို ကဲ...မှတ်ပြုလားဆိုတဲ့ စကားတောင် မပြောလိုက်ရ  
ပါဘူး။ သူအဖြစ်သူ သဘောကျေပြီး ရယ်နေဖော်ရဲ့။

ရေသနဘူးဆုံးနဲ့ ပတ်သက်ပြီး စိတ်ဝနောင့်စန်း  
ဖြစ်စရာတစ်ခု ခဏာအကျော်တယ်။ ရန်ကုန်ဘူးတော်ကြီးကို  
ရထားဝင်လာရင် ရထားလမ်းဘေးကနေ လူတိုးတွေ ကလေး  
တွေ ရေသနဘူးဆုံးတောင်းနေကြတဲ့အဖြစ်လော့။ ရေသနဘူးဆုံး  
တို့ recycle ပြန်လည်တဲ့ဌာနကို ပိုပေးဖို့ (ရောင်းဖို့) တောင်း  
နေကြတယ်။ ပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေး အမြှင့်ရှုတဲ့သူမှာ၏  
သမျှ ကိုယ်မသုံးတော့တဲ့ ရေဘူးဆုံးတွေကို ပစ်ပေးဖို့ ဝန်မလေး  
ကြဘူး။ ဒီပေါ်မယ့် တစ်ခု စဉ်းစားစရာရှိတာက ရထားတာ  
ရှင်နေတာမဟုတ်ဘူး သွားနေတာ (ခို့ဖြည့်ဖြည်းပဲ ဖြစ်ဖြစ်)  
ရထားသံလမ်းမှာ ရထားမှားကို ကပ်လာပြီး ရေသနဘူးဆုံး  
တောင်းရတဲ့အလုပ်ဟာ အန္တရာယ်ကင်းတဲ့ အလုပ်တော့  
မဟုတ်ဘူး။ ရထားသံလမ်းမှာ သစ်တုံးတွေ ရှိနေပယ်။  
ကျောက်ပဲ အစအနတွေ ရှိနေပယ်။ ခြေချေပြီး လဲနိုင်တယ်။

ရထားနဲ့ တိုက်ဖိုက်ဖိုက်တယ်။ ကိုယ်က ရေသနဘူး  
တစ်ခုနှင့်ခု ပစ်ချုပ်လိုက်လို သူက ထုတေသနတဲ့ အဆိုင်  
မှာ မတော်တဆ တစ်ခုခုများ ဖြစ်ခဲ့ရင်။

(အန်တို့ကို သူငယ်ချင်းတွေက အဆိုင်မြင်  
ပါဒီလို ခဏာအကျော် နေက်ခေါ်ကြတယ်။)

တကယ်ပဲ အန်တိုက စိတ်ပူတတ်တယ်လော့။

ရထားပေါ်ကနေ ရေသနဘူးဆုံး ပစ်ချုပေးတဲ့အဖြစ်တော်  
ကုန်းရှုမှ ရောက်ရွှေ့လားလို ခဏာအကျော်ပါပါတယ်။ အာဏ်  
ပြီး ပစ်ပေးရတဲ့ အဖြစ်ဟာရော တဆိတ် မရှိနေဘူးဟာတွေယ်။

(၅) အုန်းသီးဆုံးတွေ့ ရှုနှင့်အိတ်ခုံးဝေး အုန်းဆုံး



မြန်သမုပ္ပန္တဲ့ စွဲနှစ်ပျော်

ဝက်ရုံတို့ ခြေထုတ်ဖုံလုပ်တဲ့ လုပ်ငန်းတို့ အများကြီးပါပေ၏။

(၆) ကားတာယာအဟောင်းတွေ့ ဝက်ဘီးတာယာ  
အဟောင်းတွေ့။

သူတို့သီမှာတော့ ကားတာယာအဟောင်း တွေ့ကို  
ပြုပြင်ပြီး သုံးပို့ဟာကိုပဲ အလွန်အရေးကြီးတဲ့ ထိန်းသိမ်း  
ဆောင့်ရှောက်မှုကြီး တစ်ခုပဲ။ သူတို့သီမှာ ဝက်ဘီးအမျက်တို့  
ကားအခုပ်အပြတ်တို့ဟာ အမိုက်တွေ့ပဲကို။ တို့သီမှာတော့  
အဲဒီတွေ့ဟာ တစ်ပို့တို့တဲ့ ပြန်သုံး ပစ္စည်းဇွဲ ဖြင့်ကုန်ပါတယ်။  
သိပ်မရတ်ရင်ပဲ။

‘တာယာအာအဟောင်းတွေ့ ပစ်မထားပါနဲ့ ပုံမထားပါနဲ့  
အဖော် ကြိုက်တို့ ခြင်တို့ ခိုအောင်းပေါက်ပွားကုန်စိုင်ပါတယ်။  
တာယာတွေ့ ရပုံနေတဲ့အခါ ခြောက်သွေ့ပူးပြင်းတဲ့ရာသီမှာ  
ဒီးခဲ့လောင်တတ်ပါတယ်။ တာယာတွေ့ကို စနစ်ကျကျ  
ပြန်သုံးကြပါစို့’ဆိုတဲ့ အမိပွားယိုး သူတို့နှီးဆော်ကြတယ်။  
အမေရိကန်ရှင်ရှင်ကားတွေ့မှာ သမီး ခဏာခဏမြှင်နေရမှာဖဲ့  
သစ်ပင်မှာ ကားတာယာအဲတောင်းကို တွဲလောင်းချည်ပြီး  
အနီးစီးတာလေ။ ပါဒြေနှီးရေး အနုစားသာသောမျိုး ရှုပ်ရှင်  
ထဲမှာ ခဏာခဏ ထည့်ဝိုက်ပြလေ့ရှုံးတယ်။ တာယာတွေ့တို့  
ဆေးလှလှသုတိပြီး တောရိုင်းပန်းဖွင့်လေးတွေ့နဲ့ ပြည်ပြီး  
ပန်းခိုက်ထားလို့ ရတယ်ပဲ။ ဒါမှာမဟုတ် တာယာတွေ့တို့  
အပိုင်းအစ ခုတ်ထားထားပြီး ပြန်သုံးတဲ့အခါ ဟောကိုရှိက်တဲ့  
ရာသာပြားစိုင်းတွေ့ ရာသာတယ်။ ဂတ်ပြပြီး ဘာမှာပြန်သုံးမရတဲ့  
တာယာတွေ့ကိုတော့ လောင်စာအဖြစ် ပီးရှိလို့ရပါတယ်  
အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတစ်ခုတည်းကတင် တစ်နှစ်တော်  
နှစ်ကို တာယာပေါင်း သန်း ၂၀၀လောက်ကို လောင်း၏  
အပြစ်ပြောင်းယူလို့ ရနိုင်ပါတယ် ...တဲ့။

(၇) အမိုက်ကို နည်းနိုင်သူမျှ နည်းအောင် ထိန်း  
နှီးမင်း ဘာတွေ့လုပ်ရမလဲ။

မြန်မာနိဂုံစာရွေ နှင့်ပြည်သူ့

အခါးများ သူတို့စကားနဲ့တော့ သုတေသနမျိုး အလွယ်မှတ်  
လိုအောင် ပြောပြထားတယ်။ Reduce, Reuse နဲ့ Recycle  
တဲ့။

Reduce ဆိုတာ စွန်ပစ်တဲ့ အမိုက်နည်းအောင်  
ထိန်းချုပ်တာကို သော်တယ်။ ဆိုပါရို့ သမီးရယ်၊ သမီးဝို့ဖို့  
ဝယ်စားတဲ့အာသီ ရောင်စိုးဝက္ခာတို့မျိုးနဲ့ သေးသေးလေးတွေ  
ထုပ်ထားတဲ့ မှန်မျိုးအတား ပုန်တွေ အများကြီးကို ပလ်  
စတစ် တစ်ခုတည်းနဲ့ ပြေားစုတပ်ပြီးရောင်းတဲ့ မှန်မျိုးကို  
ဝယ်စားကြရယယ်ပေါ့။ အခါးဆိုရင် တစ်ခုခဲ့အတွက် အမိုက်  
တစ်ခုခဲ့ ထွက်မလာတော့ဘဲ အမိုက်တစ်ခုတည်း ထွက်  
လာပယပေါ့။ တစ်ခုချင်း အသေးတွေထုပ်ထားတာ ဝယ်  
ဘဲ ဘူးလိုက်ရောင်းတဲ့ မှန်အမျိုးအတားကို ဝယ်ပို့သဘောမျိုး  
ပေါ့။ အကြောင်းက ကောင်းပါပဲ၍ အန်တိတိဆိုက ကလေး  
တွေ လိုက်နာနိုင်ပဲ့မလားမသိဘူး။ ပိုက်ဆံအများကြီး တစ်ခု  
တည်း ကုန်သွားနိုင်စရာ အကြောင်းရှုတယ်လေ။

နောက်တစ်ပျိုး Reuse ဆိုတာက သုံးပြီးသား  
ပစ္စည်းကို ပြန်သုံးတာကိုသော်တယ်။ သူပြောချင်တဲ့သော  
က ဒီလိပါ။ ပစ္စည်းတစ်ပျိုးကို အကြိုပ်ကြိုပ်ပြန်သုံးချင်းအားဖြင့်  
အမိုက်ပြစ်ပေါ်မှုကို နည်းအောင်လုပ်ပါဆိုတဲ့ သဘော။ သူ  
တို့ဆိုမှာ အချို့ရည်တွေ သစ်သီးဖျော်ရည်တွေ စွားနိုင်တွေအား  
လုံးစကြော်း အသေး တွေ့နဲ့ တစ်ခါသောက်  
င လ း င တ း  
လုပ်ထားတို့  
တယ်။ တို့ဆို  
မှာ အခုံ စော်  
စာနောတဲ့ Juice- c  
ဖျော်ရည်ထုတ်ဟာ  
သူတို့ ဆိုကလို ဥပမာဏ်ပါပဲ။



မြန်မာစိန္တတဲ့ ရွှေပြန်စွေး

ဖော်ရည်ဘူး၊ ဖော်ရည်ထိတ် အမျိုးမျိုးကို တစ်ခါးတဲ့ ၀၂၂  
သောက်ပြီး၊ အိုးက်တွေ အများကြီး လွင့်ပစ်ပယ့်အတာ၊  
ဖန်ခွက်ကိုအသုံးပြုပြီး၊ ဖော်ရည်ဘူး အကြီးကနေ နဲ့ယူ  
အသုံးပြုပါ။ ဂိုလ်ဝိုင် ဖော်သောက်ပါ။ ဖန်ခွက်ဟာ ခဏ  
ခဏအသေးကြောင်း ပြန်သုံးမို့ အကောင်းဆုံးပါပဲတဲ့။

ဒေါဒီ Reuse ထဲမှာ အကြံ့ဝင်တဲ့နည်းတစ်ဖိုက ကိုယ်  
မသုံးတော့တဲ့ပစ္စည်းကို အလျှော့ဌာနတစ်ခုခုမှာ သွားလျှော့လိုရ<sup>၁</sup>  
တယ်။ အဟောင်းရေးတွေကိုမှာ သွားရောင်းလိုရတယ်။ လွင့်  
ပစ်မဲ့အတာ၊ တစ်ယောက်ယောက်ကို အသုံးပြုခိုင်အောင်  
လုပ်ပေးပါလို့ ပညာပေးလေ့ရှုတယ်။ ကလားစရာ အရှင်လေး  
တွေ၊ အကျိုးတွေ၊ ကျော်လိုးအတိတ် အဟောင်းတွေ၊ ကိုယ်မစိအောင်  
တော့တဲ့ မိန်အဟောင်းတွေ အဲဒေါတွေကို ကိုယ့်ထက်နွဲးပါး  
တဲ့လူတွေကို ပေးတဲ့ နည်းပေါ့။

အောက်တစ်ပိုး Recycle ဆိုတာကတော့ မောင်  
က ပြောတဲ့ အသုံးဝင်မှု သံသရာလည်နေအောင်လုပ်စိုး မိုး  
ဆော်ထားတဲ့ R ပါပဲ။

Reuse နဲ့ Recycle က တို့သိမှာ ပြောစရာမလို  
အောင် ကျော်ပြီးသားမို့ ကလေးတွေ လိုအပ်တဲ့အသိက  
Reduce ပြောမယ်ထင်ပါရဲ့။

[www.burmeseclassic.com](http://www.burmeseclassic.com)



[www.burmeseclassic.com](http://www.burmeseclassic.com)



၁၁၄ : (၃)

## မြို့တော် နဲ့ အထားအထာ

Supermarket ခေတ်လို့ ပေါ်ရင်တဲ့ အခုလို ကာလ  
မျိုးမှာ နည်းပညာ၊ အတာတိုးပညာနဲ့ ပြပြင်စီရင်ထားတဲ့ အစား  
အစာတွေ အလျှောက်ပါပဲ။ လူတော်တော်များများပဲ အစား  
အစာကို အဲဒီ Supermarket တွေကနေ ဝယ်ယူ သုံးစွဲနေကြ  
ပါပြီ။ Supermarket တွေမှာ ရောင်းတဲ့ အစားအစာမှန်သမျှ  
ဘာလ နည်းတစ်မျိုးမျိုးနဲ့ ပြပြင်ခံထားရတဲ့ အစားအစာတွေ  
ချည်းပါပဲ။

ဒီဇော်ကလေးတွေက ကံကောင်းတယ်လို့ ယေဘု  
ယူ ပြောရလိမ့်မယ်။ ဒီခေတ်ဟာ (အန်တိတို့ ငယ်စဉ်ခေတ်  
နဲ့တာရုံ) ကလေးတွေအားကို အစားအစာတွေဆိုတာ ပုံစံ  
အမျိုးမျိုး နည်းအမျိုးမျိုးနဲ့ အပြင်အဆိုင် တိထွေးပြပြင်ထား  
ကြတဲ့ခေတ်ကို။ အစားအစာကို ထပ်ပိုးပြောဆင်တဲ့နေရာမှာ  
လည်း သူ့ထက်ပါ အရောင်စုံ၊ အသွေးစုံ ဒီဇိုင်းစုံတဲ့ ပလ်  
စတင် စတ္တားအိတ်အမျိုးမျိုး သုံးထားတယ်၊ ကလေးတွေရဲ့  
မျက်စိကနေတစ်ဆင့် ဆွဲဆောင်နေတဲ့ ပုန်ထုပ်ကလေးတွေ  
အမျိုးမျိုးပဲ။ ခေတ်စီနည်းစနစ်တွေနဲ့ ပြပြင်စီရင်ထားတဲ့  
မုန်ကလေးတွေဟာလည်း တစ်ခါထက်တစ်ခါ တစ်မျိုး  
ထက်တစ်မျိုး စိုိုိလှပလာ၊ စိုိုိဖေါ်ပါးလာ၊ စိုိုိကြွှုံးရွှေလာ  
တော့တယ်။ ရွှေရောင်ငွေရောင်ရောနေရာတဲ့ အရောင်စုံ ပလ်  
စတင်စတ္တားအမျိုးမျိုးဟာ မုန်ဆိုင်တွေမှာ၊ ဆူပါးမားကောက်တွေ  
မှာ စိရိတားလိုက်တာ လှတောင်လှနေသေးတယ်။ သမို့တို့  
အားလုံး ဒီမုန်ထုပ်ကလေးတွေကို ဘယ်ဟာကို အရင်စားရရှိ  
ပလဲလို့ ရင်တာခို့ခို့နဲ့ ရွှေးယူနေရတယ် မဟုတ်လား။  
ဒါကြောင့် ဒီခေတ်ကလေးတွေ ကံကောင်းတယ်လို့ ဆိုကြတာ  
ပေါ့။

တို့ငယ်ငယ်တုန်းကတော့ ကလေးတွေမှာ အွေးချယ်  
ဝရာ သိပ်မရှိခဲ့ဘူး။ အများအားဖြင့် မူလအစားအစာတွေပဲ  
တွင်ကျယ်နေခဲ့တာကို။ ပြောင်းဖူးဆိုပါစို့၊ ပြောင်းဖူးဂို့ ပြုစ်

စားမလား၊ ပါးဖုတ်စားမလား ဒါပဲ။ ဒီခေတ်လို ပြောင်းလုံး  
ကုန်ကြမ်းကနေ နည်းပညာနဲ့ စိရင်ပြုလုပ်ထားတဲ့ မှန်ချို့  
ကလေးတွေ ပမားခဲ့သူ့လေ။ ဂျို့နဲ့ သကြားနဲ့ ပြပြုလုပ်ထားတဲ့  
မှန်ရပ်လို့လဲ များများစားစားမှု ပရိတဲ့။ ဘိဝကပ်မှန်ချို့ဆုံး  
မှန်ပဲလျှော့လို့သော် မှန် အလုံးလေးပေါ် အရောင်စု သတ္တာအောင်  
လေးတွေ တင်ထားတဲ့ မှန်ချို့ချို့၊ အဲဒီတွေဟာ အထူးအသန်း  
ပဲ့။ ခါးချုပ် ဆိုလဲ အမျိုးသိပ်ပစ်ပါ့ဘူး။ ခါးချုပ်စက္ကာတွေတာလဲ  
အခုစက္ကာတွေလို အရောင်စုလုပ်နေတာမဟုတ်ပါဘူး။ အရား  
အားဖြင့် ကလေးတွေစားလေ့ရှုတာက ကိုယ့်အောက် မှန်  
ချို့ချို့ပါပဲ။ ကိုယ့်အိမ်ပတ်ဝန်းကျင်၊ ကိုယ့်မြှုပ်ပတ်ဝန်းကျင်တာ  
လုပ်တဲ့ မှန်တွေပဲ ခိုခိုပ်ပင် စားခဲ့ကြတယ်။ တိုင်းတန်း  
က လာတဲ့ မှန်ဆိုလို့လဲ အင်္ဂလန်ကလာတဲ့ မှန်တွေ စားစား  
တွေက များတာပဲ။

အခု ရုပါးကော်ခေတ်မျာတော့ အစာအစာတွေ  
တော်တော်များများဟာ အိမ်နဲ့ချင်းနိုင်ငံတွေကတင်ပိုတဲ့  
နည်းပညာနဲ့ စိရင်ထားတဲ့ ခေတ်ပါ  
အစားအစာတွေပဲပဲ့။ အဲဒီလို မှန်တွေ  
ခေတ်စားလာတဲ့အခါ တို့နိုင်ငံက မှန်  
လုပ်ငန်းရှင်တွေဟာ အဲဒီ  
ခေတ်ပါ နည်းတွေကို  
သုံးပြီး နိုင်းစွားစာလုံး  
တွေနဲ့ ပြန် ပာဖြင့်  
နိုင်ငံခြား ပုန်းထုပ်  
ကလေးတွေ လိုက်  
တိတွင်ကြတာပဲ့။ တော်  
တော် တွင်ကျယ်ကြပါတယ်။ တော်တော်  
လည်း မြတ်ဟန်တူပါရဲ့။ ပုန်းထုပ်  
လေးတွေဟာ ဖောင်းဖောင်းလေးတွေ



စွဲလိုက်တော့ ပါတဲ့မျန်က နည်းနည်းလေး။ ဒါပေမယ့် ဒါကို  
ရေးကြီးလူချည်ရဲ့ လို ဘယ်ကလေးမှုမဖြင့်ပါဘူး။ မတန်တရာ  
ရေးတင်ထားတယ်လို ဘယ်ကလေးမှု မတွက်ပါဘူး။ မျန်  
ထုပ်တစ်ခုကို အလွယ်တက္ကဝယ်၊ ချက်ချင်းဖောက်စား  
ခဏလေးနဲ့ ကုန်တဲ့အခါ အိတ်ခွဲလေးကို ဘတ်ခဲ့ လွှဲ၏

ပစ်လိုက်တာပဲ ပဟ္မတ်လား။ ပိုက်  
ဆံရှုံးလေးရင် ဇန်နဝါရီ ဝယ်  
စားမို့ အဆင်သွင့်ပဲ။

အဲဒီ ရွှေရောင်ငွေရောင်ရောင်တဲ့  
ရောင်ရဲ့ ပလပ်စတင်အိတ်ကလေး  
တွေဟာ အမိုက်အဖြစ် လွှဲပစ်ခံရ  
တဲ့အခါ တို့ပတ်ဝန်ကျင်ကို ဘယ်  
လောက်ရှုံးပွဲ ညစ်ပတ်စောင်လဲ  
ဆိုတာ ခဏထားလိုက်ပါဉိုး။ အဲဒီ  
မျန်တွေ၏ အာဟာရတန်ဖိုး ဘယ်  
လောက်ရှုံးလဲဆိုတာပဲ တွက်

မြည့် ကြရအောင်။

အစားအစာ မျန်သမျှ

သဘာဝ အစားအစာ (Natural

food) ဘဝကနေ ပြုပြင် စီရင်ထားတဲ့ အစားအစာ  
(Processed food) ဘဝရောက်အောင် ဓာတ်ပိုဒည်းစနစ်နဲ့  
ပြုပြင်လဲလိုက်တိုင်း သူရဲ့ နိုအာဟာရတန်ဖိုးထက် လျော့  
နည်းသွားပြီး ငွေကြေးရေးနှင့်တန်ဖိုးအရ မြင့်တက်လာလေ့  
ရှုပါတယ်။

အလွယ်ကူဆုံးနဲ့ အထင်ရှားဆုံးဥပမာအဖြစ် အာလုံး  
ကြော် potato chips လေးတွေကိုပဲကြည်ပါ။ သူရဲ့ သဘာဝ  
ကိုကြပ်းကတော့ အာလုံးပါပဲ။ အာလုံးအမျိုးမျိုးရှာ ဘယ်နှင့်  
ကအာလုံးပဲပြုပြစ် အာလုံးမျန်ရင် ကာမိုးသို့ပြတ်များများ

သက္ကားဓရတ်နည်နေပါး ပါဝင်ကြတာပဲ။ အဲဒီအလူးကို ရော့ကော့စတင်ဆိုခဲ့တဲ့မျိုးနဲ့ ဆေးပြီး အခွဲသင်လိုက် ပါမျိုးလိုးလိုက်တဲ့အခါ လေနဲ့အလင်းရောင်ဟာ အာလုံးအခွဲသင်နေတဲ့ အချိန်ပုံး အာလုံးရဲ့ အာဟာရတန်ဖိုးကို လျော့နည်နောင်လုပ်ပစ်လိုက်ပြီ။ အနိတို့ရဲ့ အလွန်မိုးကြောင်တဲ့ သူထယ်ချုးတစ်ယောက်ဟာ ဆူပါမားကောက်ထဲမှာ အာလုံးကြောင်ထုပ် ဝယ်စိုးရွေးတိုင်း သဘာဝအာလုံးကြောင်ကိုသာ ခဲ့ယဉ်းယဉ်းလိုက်ရာ ဝယ်လေ့ရှိတယ်။ သူမားနေကျ သဘာဝ အာလုံးကြောင်ဟာ အာလုံးကို အခွဲမသင်ဘဲ အလျားလိုက် ပါမျိုးလိုးပြီးကြော်ထားတာ။ additives တိုး preservatives တိုး ဘာတု မထည့်ထားတဲ့ အာလုံးကြောင်ပေါ့။ အဲဒီကို မရရှင် ပစ္စာဆူးသမီးရော့။

အာလုံးကို ကြော်တဲ့အခါ ဟင်းသီးဟင်းရွှေက်သီးနဲ့ ကြော်လိုက်တာ။ အဲဒီ ဟင်းသီးဟင်းရွှေက်သီးဟာ အာလုံးထင် ပိုမိုးမျေးကြော်တဲ့ အမိုးတန်တဲ့ပစ္စားပွဲည်းပေါ်နော်။ အ... အာလုံးကြော်တန်ထုပ်ကို အလေးချိန်မျိုးကြော်ရင် ၃၀ ရာရိုင်းနှင့် ဟာ စုပ်ယူပစ်လိုက်တဲ့သီးရဲ့ အလေးချိန်ပါပဲတဲ့။

အာလုံးကြော်ကို သဘာဝမဟုတ်တဲ့ အနဲ့ အရောင်တွေနဲ့ မွှမ်းပံ့စိုး Artificial additives တွေနဲ့ ရောဇွဲလိုက်တယ်။ အာလုံးကြော်မှာ အဲဆော့တွေ ကပ်ပါသွားရောက်ပါး အဲဒီအာလုံးကြော်တွေ ပြောက်သွေ့ကြိုးရွှေလာတဲ့အခါ အမိုးမျိုးသော ရောင်စိုးပလပ်စတင်အိတ်တွေနဲ့ ထည့်တယ်။ အဲဒီပလပ်စတင်အိတ် အများရဟာ ပြုနိုးသုံးလို့ ပျော်လိုက်တဲ့ ပစ္စားတွေပေါ့။ အမိုးကိုရှုပ်မဲ့ ပစ္စားတွေပေါ့။ အဲဒီပလပ်စတင်အိတ်တွေထဲတဲ့အာလုံးနဲ့အတူ လေအသင့်အတင့်ကိုပါ ကျော်ထည့်ပြီး ပိတ်လိုက်ကြတယ်။ သဘာဝအာလုံးရဲ့ တုန်းဆောင်ပြီး ခေတ်ပါ အာလုံးကြော် ဘဝရောက်တဲ့အခါ တန်ဖိုးအဆင့်ရာလောက် ပြင့်တက်သွားရောတဲ့ အဲဒီတာ မြှင့်

ဒီရင်ထားခံရတဲ့ အဓားအစားအတွက် အကောင်းဆုံး အရှင် ဆုံး ဥပမာပါပဲ။ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် ထိန်းသိမ်းရေးအမြင် နဲ့ကြည့်ရင် ပတ်ဝန်းကျင်ကို ပလ်စတ် ရွန့်ပစ်အဖိုက်နဲ့ ညစ်ညမ်းစေတယ်။ အာဟာရတန်ဖိုးအမြင်နဲ့ ကြည့်ရင်လဲ အာလူးကြော်ရဲ့ အာဟာရတန်ဖိုးဟာ သဘာဝအာလူးရဲ့ အာဟာရတန်ဖိုးထက် တော်တော်နည်းနေလေရဲ့။

အဲဒီလိုပဲ အသားကို ပြုပြင်စီရင်လိုက်တဲ့အခါ အသား ဖျာပါဝင်တဲ့ ပရိတ်နှင့် ပိုက်တာမင်္ဂလာတ်တွေဟာ လျော့ နည်း ကုန်ဆုံးသွားတော့တယ်။ အသားကနေ အသားနဲ့ လုပ်တဲ့ အဓားအစားအဖြစ် ပြောင်းလဲပြုပြင်လိုက်တဲ့အခါ ဝက်အူ ချောင်းလို့ ကြက်အူချောင်းလို့ တမ်းသာဝါလို့ အမိုး အဓားတွေ ဖြစ်ကုန်တာပေါ့ သမီးရယ်။ နှိုတွက်ပစ္စည်းတွေလဲ ဒီ အတိုင်းပဲပေါ့။ လတ်ဆတ်တဲ့ နှိုဟာ ကယ်လိစိယ်စာတ်၊ ပရိတ်နှင့်စာတ်၊ မိတ်ယောသိတဲ့ နဲ့ သိတွဲ့ပို့(မဲ့)တွေ ပါဝင်တယ်။ အဲဒီကနေ နှိုတွက်ပစ္စည်း ဒီမှုမဟုတ် နှိုပါတဲ့မူနဲ့ ပြုလုပ် လိုက်တဲ့အခါ အဲဒီ အာဟာရတွေ လျော့ကုန်တယ်။ ဒါ အပြင် ရော့ပုန်တို့ ပစ်(လှ့)(ပါ)ရှိတ်(ကို)(စိုး)တို့ ချို့(မဲ့)တို့ဟာ အသီ စာတ်ပို့မှား၊ သက္ကားစာတ်နဲ့ ဆားစာတ်ပို့မှားပြီး သဘာဝ ဖဟုတ်တဲ့အနဲ့နဲ့ သဘာဝမဟုတ်တဲ့ အရောင်တွေ ပါဝင်လေ့ ရှုတယ်။

တို့ လူသားတွေဟာ မျောက်တွေလိုပါပဲ၊ အဓားအစာ ကို ပျက်စီအမြင်နဲ့ကြည့်ပြီး ရွှေချုပ်လေ့ရှုံးသတဲ့။ အရောင်ဟာ တို့တွေအတွက် တော်တော်အရော်ကြေးတဲ့ အခန်းကဏ္ဍာပဲ တဲ့ ဒီတော့ နည်းပညာရှင်တွေဟာ အရောင်ကို အမျိုးမျိုး တို့တွင် ဆုံးစွဲလာတော့တယ်။ ပြုပြင်စီရင်ထားတဲ့ အဓားအစာ၏ အရောင်ဟာ နှစ်မှုလဲ အသီးအနှစ် အဓားအစာ အရော့ပုံစံတ် ပို့လွှဲချင်သလား၊ လွှာအောင်လုပ်လို့ရတယ်။ အရောင် တော်ကိုချောင်သလား ရတယ်။ ပို့စွဲသလား ရတယ်။

မြတ်နဲ့အစာအာ

အရောင်ကို နည်းစနစ်အပျိုးမျိုး အတော်ပညာအပါးမျိုး  
ပြုပြင် ချယ်လှယ်သွားတာပဲ။

နောက် အနဲ့ အတာအောက် သဘာဝကနဲ့ ပြုပြင်  
ပြောင်းလဲစိရင်တဲ့အခါးသဘာဝအနဲ့ဟာ လျှော့နည်ဆွား  
တစ် ဖျောက်ဆုံးသွားတော်တယ်။ ဒီပေါ်ယူ ဆဲ စိတ်ထူး  
ပါနဲ့။ အခံပြုပေါ်တဲ့ ပစ္စည်းတွေ အပျိုးမျိုးမျိုးပါတယ်။ အသိုး  
အနဲ့အပျိုးမျိုးရဲ့၊ အနဲ့အပျိုးမျိုးကို ကြိုက်သလို ပြုပြင်  
ဖန်တီးယူနေကြတာပဲ ပဟုတ်လား။ ဥပမာ စထရော်ဘယ်ရှိ  
သိရဲ့ လျေပတဲ့ ဓာတ်ပုံကလေနဲ့ အတာအောက်တစ်ခု ဆိုပါ  
တော့။ အဲဒီအစားအတာဟာ စထရော်ဘယ်ရှိနဲ့လေးလဲ  
သားနေလိမ့်မယ်။ ဒီပေါ်ယူအဲဒီထဲမှာ စထရော်ဘယ်ရှိသိုး  
တစ်လုံးမှ မပါတာလဲ အထူးအဆန်းပဟုတ်ပါဘူး။ စထရော်  
ဘယ်ရှိသိုးနဲ့ကသာ အမိကပဲလေး။

ဘားသောက်ကုန်တစ်ခုကို သုံးစွဲသူလက်ထဲ ရောက်  
အောင် ပြန့်တဲ့အခါး အဂိကအရေးကြိုးဆုံးအရာဟာ အဲဒီအစား  
အစာထဲမှာ ပါဝင်တဲ့ သဘာဝသီးနှံ သဘာဝအလားအလာလို့  
သပိုးထုတ်သေား။ ဘားသောက်ကုန်တစ်ခု

တွင်ကျယ်လာစိုးရောင်းစွဲစိုး  
အရေးကြိုးဆုံး လိုအပ်  
ချက်တာ ရွေးကွဲတို့  
ကြော်ဖြာ အင်အား  
ပဲ့။ အဲဒီကြော်ဖြာ  
အင်အား တောင်  
အောင် Food  
Additives စွဲ  
ကြော်အနဲ့အစားတဲ့



**ပြုပြည်ရင် ပစ္စည်းတွေဟာ အမိက လိုအပ်ရမ်ပေါ့။**

အဲဒီ Food Additives တွေဟာ လူကို ဒုက္ခပေး အန္တရာယ် ပြုပြည်သောက်လို့ ဓမ္မသောက်ကုန် ပညာရှင်တွေ စ်ဆေး အပြောကြတယ်။ ဘာက ဘယ်ရောငါး ဘယ် အန္တရာယ် ဖြစ်စေတယ်လို့ အတိအကျ မစွဲစွဲမိုင်သေးပေါ်ယူ အဲဒီအရာတွေ လူခွဲ့ ကိုယ်အပေါ်မှာ သျော်သောက်ရောက်မှု ရှိတော့တော့ အထင် အရှေ့ပါပဲ။ အသာဆဲ လုပ်တဲ့ အစားအစာ တွေကို မပုပ်သိုးအောင် စိရင်တဲ့အခါ သုံးလေ့ရှိတာက နိုက်တိုက် (Nitrites) တွေပဲ။ အဲဒီ နိုက်တိုက်တွေဟာ ကင်ဆာပြစ်မိုင်တယ်လို့ စင်းသပ် စင်ဆေးတွေရှိ လာကြလို့ အချုပ်ရင် အနောက်ဥရောပ နိုင်တွေမှာ နိုက်တိုက် အသုံးကို ကန့်သတ် တားပြစ်ကုန်ကြပါ။ တို့မို့မှာဖြင့် အချုပ် သုံးစွဲလို့ ကောင်းတွေ့လေ။

အခု ရုပ်မားကောက်မှာရွှေးဝယ်တာတွေ ဆောင်တဲ့နေ့  
ပြီ ဆိုတော့ အစားအစာကို တာရှုညံ့အောင် ပြုပြည်ရင်ထား  
တဲ့ preserved food တွေ တွင်တွင်ကျယ်ကျယ် သုံးနေကြပါ  
လို့ ယောယျပြောမိုင်တာပေါ့နော်။ သူတို့ဆိုမှာက တစ်ပတ်  
တစ်ခါ ခင်းကျင်းရောင်းလေ့ရှိတဲ့ သီးနှံကုန်စိမ်းရောင်းပွဲ  
တွေကလွှဲရင် အစားအသောက်ဝယ်စရာ ရွှေးရယ်လို့ ဖို့  
တော့ဘူး။ အသာဆဲး၊ ဆန့်၊ သီ၊ အာလူး လိုချင်တဲ့ စား  
သောက်ကုန်ပုန်သူ့ ရုပ်မားကောက်ကြီးတွေမှာပဲ ဝယ်ရတော့  
တယ်။ စာဖည်းကြီး Supermarket တွေနဲ့ စာမည်ယူဆဲ  
Supermarket တွေ အပြုပြည်အဆိုင်ပဲပေါ့။ ရွှေးဝယ်ချင်တဲ့  
သူတိုင်းတာ အဲဒီ Supermarket တွေကလွှဲလို့ အားကိုးရေး  
ဖို့သောက်ပဲ။ shopping cart လိုအပ်တဲ့ လက်တွေ့လွှဲပဲ  
မြင်းကြီးတွေနဲ့ဝယ်၊ ကိုယ့်ကားဆိုအထိ တွန်းယူရေး အဲဒီ  
ထဲက ပစ္စည်းကို ကိုယ့်ကားထဲထည့်။ အဲဒီ သုံးတို့ဆိုက  
ရွှေးဝယ်နည်းပေါ့။ တို့မို့မှာက ရွှေးတွေ့၊ ပယ်လို့ကောင်းမှု

မြန်စ် နဲ့အကောက်

ကောင်း၊ အလေးရှိန်ပြည်တူးသို့ပေါယ် အီးပြည်တူး  
ကပဲ ရုပါမားကက်များ ရွှေးဝယ်ရတာထက်တော့ သတ်ထား  
နေသေးတာပဲမဟုတ်လား။

အနိတ်ပြောချင်တာက Supermarket မှာရောင်တဲ့  
အသားငါးတွေတာ တာရှည်ခံအောင် ထိန်ဆိုပဲ စိရင်ထား  
တဲ့ preserved meat တွေပဲ။ ရေခဲတုံးလို့ခဲ့နေအောင်  
လုပ်ထားတဲ့ Frozen food တွေပဲ။ အလေးရှိန်ပြီး  
ရွှေးနှုန်းသတ်မှတ်ပြီးသား ရွှေး/လို့ ရေးထားရင် အဲဒီ ရွှေး/  
တန်ပဲ။ လျှောပြီး။ ရွှေး/ထားပါ ဘာညာ ပြောနေဆုံးနေလို့  
မရဘူး။ အဲဒီ အသားထုပ်ကို ကိုယ့်ရွှေးဝယ်ခြင်းထဲ ကောက်  
ထည့်လိုက်ရတာ မဟုတ်လား။ Frozen chicken, Frozen  
shrimp, Frozen fish အစုံပဲ။ တစ်နှည်းတော့ ကောင် တယ်။  
ရွေးဆင်ရွေးညိုနေရှိန် ချိန်တွယ်နေရှိန် လျှော့သွားတယ်။  
အချိန်ကုန်သက်သာတယ်။ ဒီကြောင့် အခုခံဆုံး တို့ဆိုတဲ့  
စော်ပါသူ တော်တော်များများတာ (ငွေကြေးလည်း  
ကြွယ်ဝတယ်ဆိုရင်) Supermarket မှာပဲ ရွှေးဝယ်တော့တာ  
ဆိုပဲ။

အဲဒီတော့ preserved food တွေရဲ့ အရှည်အသွေး  
တာ ဘယ်လိုရှိမလဲ ကြည်ရအောင်။



Freezing (ရေခဲရှိကိုခြင်းအားဖြင့် စုစုပေါင်း သို့အောင် စိရင်ပြုပြင်ခြင်း)

အသားငါးတင် စတုတ်ဘဲ အသိုး  
အရွက်တွေကိုလည်း ရေခဲတုံး ပြစ်အောင်  
အအေးတော် ပေးလို့ရတယ် မဟုတ်လား။ အဲဒီလို့  
အေးခဲ့ပေါ်ခြင်းအားဖြင့် ပါဝင်တဲ့ ပရိုတိန်းတော် မီတာဆင်  
တော်တွေကိုလဲ ထိန်းပေးပြီးသား ပြစ်သွားဖူး။ ဒီနည်းသာ  
မဆိုဘူး။

ပြန်က် နဲ့ အစာအသာ

Canning (စည်သွပ်ဘူးအဖြစ် ပြပိုင်စီရင်ခြင်း)

လေလုံတဲ့ သတ္တုဘူးထဲမှာ အသားတိုး အစားအစာ၊  
ပါသီး စတဲ့ စားစရာတွေကိုထည့်၊ အသေပိတ်ပြီး ဘူးကို  
အပူပေးတဲ့အခါ ပို့သတ်ပြီး ချက်ပြတ်ပြီဆား အစားအစာကို  
ရတာပေါ့။ အဲဒီအစားအစာထဲမှာ အာဟာရပါဝင်နှစ်းကတော့  
တော်တော်ကို လျှော့နည်းကုန်တယ်။ အဲဒီအထဲမှာမှ အရောင်နဲ့  
အနုတွေကို သဘာဝစားစရာနဲ့ အတူဆုံးဖြစ်အောင် ဖွံ့ဖြိုးပါ  
ပြင်ဆင်ပြီးထည့်ထားတာမို့ Artificial Additives တွေ  
ပါတယ်လို့ ပြောနိုင်တာပေါ့။ ဒီနည်းဟာ မကောင်းလျှော့ဗျား။

Drying (လေငွေ့ပူနဲ့ နေပူ တစ်နည်းနည်းနဲ့  
အပူပေးပြီး အစိတ်ထိတ်ပယ်ထားတဲ့နည်း)

အခြားကိုခံထားတဲ့အခါ အာဟာရတ် လျှော့နည်း  
သယောင်ရှုပေမယ့် ဒီနည်းဟာ မဆိုဘူး။

တိုင်ယ်ကတည်းက စွဲစွဲမြေပြ တန်ဖိုးထားစား  
နေကြတဲ့ ပွဲန်ခြောက်တို့ ငါးရှုံးခြောက်တို့ဟာ အခြားကိုခံ  
အပူပေးထားတဲ့ preserved food တွေပေါ့။ အမယ် သမီးတို့  
ဗွားဗွား(အန်တိတိပေပေ)ကဖြင့် ခရားချဉ်သီးကိုတောင်  
အခြားကိုလှပ်ဖူးတယ် သမီးရဲ့။ ကျွန်းထဲကိုင်းထဲမှာ ခရား  
ချဉ်သီးတွေပေါ်ပြီး အလျှော့ပယ် များလာတဲ့အခါ ပေပေက  
အများကြီးဝယ်ထားပြီး ထက်ခြဲ့စွဲ၊ နေလှမ်းတော့တာပဲ။  
ခရားချဉ်သီးဟာ တစ်ချိန်မှာ ပေါ်ပေမယ့် တစ်ချိန်မှာ တော်  
တော် ရှားတတ်တာ၊ အဲဒီရှားပါ့ချိန်မှာ သုံးလို့ရအောင်  
ပေပေက အခြားကိုလှပ်းတာလေး၊ ပြီးတော့မှုပြန်ချက်တာ၊  
စားလို့ကောင်းသား၊ ဒီပေမယ့် အန်တိတို့ ကလေးတွေက  
တော့ ခရားချဉ်သီး အပုံးလိုက်တို့ ကိုက်စားရတဲ့ အရာဟာ  
ကို စိုးစွဲပက်တာ။ သမီးကို ပြောပြုဗုံးသားပဲ။ အန်တိတို့  
ညီအစ်ပတေတွေ ပေပေ ပိုးစိုးချောင်းထဲက ခရားချဉ်သီးတွေကို  
ယူယူစားတဲ့အကြောင်းလေး။ ခရားချဉ်သီး နှဲ့ပြီး လှနေတဲ့

ပြုလောက် နဲ့ အစာအတ

အလုံးကိုရွှေ့ ဖေမေ့ ပုဂ္ဂန်ပြောက်ပုလင်ထဲက အလျော့း  
ပုဂ္ဂန်ပြောက်တွေကိုရွှေ့ ပြီးတော့ ပုဂ္ဂန်ပြောက်တွေတို့  
ခရမ်းချဉ်သီးထဲ ဟိုအနေရာဒါနရာကနဲ့ ထိုးထည့် ဆယ်  
ကောင် ဆယ့်ဝါးကောင်လောက်ရှိမှာပေါ့။ ပြီးတော့မှ အော်  
ခရမ်းချဉ်သီးကို ဂိုဏ်ဂိုဏ်စားကြောလေ ကောင်နှုတောင်း

သရက်သီးပြောက်လဲ အပြောက်ခံထားတဲ့ အဓား  
အစာပဲ။ တာရှည်ခံတယ်လေး၊ အန်တို့ ထုတ် ကျိုး  
ကတော့ ပျော်ပြောက်ဆိုတာလဲ ခေတ်စားတယ်။ ပျော်ကလေး  
တွေကို အမျှင်အမျှင်ဖွားပြီး အပြောက်လျှပ်စားတာ။

Bottling ပုလင်းထဲ သွော်ပြီး အပူပေးတဲ့နည်းပေါ့။  
ကပ်ခဲတစ်လေ အဲဒီလိုပုလင်းသွော်ပြီး တာရှည်ခံအောင်  
လုပ်တဲ့နေရာမှာ နိုအနိုမပျောက်တတ်ဘူး။ အရောင်တော့  
နည်းနည်းပြောင်းတာပေါ့။ ပုလင်းသွော်ပြီး အပူပေး ပြုပြင်  
စီရင်ထားတဲ့ preserved food တာ လူကို ဥပါဒ်ပေးအနည်း  
ဆုံးလို့ ပြောနိုပါတယ်။ တို့သိမှာ သရက်သီးဆုံး၊ သံစုရာ  
သီးသန်တွေဟာ ဖန်ပုလင်းထဲမှာထည့် ဆိုပိုင်ထားတဲ့  
preserved food တွေပေါ့။

  
ပို့ဆောင်ကတော့ လူတွေဟာ ရာသီတာကို လော့ဗေး  
ဝို့မှာ preserved လုပ်ထား၊ ရားတဲ့အချိန်စွာ  
ထုတ်စား၊ ပေါ်လာရင်ရာသီစာ အသီးအနှံ  
လတ်လတ်ဆတ်ဆတ်ကို ပြန်စား အဲဒီလို့  
သံသရာလည်းကြောတာ။ ဒီဆောင်မှာတော့  
ရာသီတရယ် ရားပါးချိန်ရယ် မတော်ထဲ့ဗေး  
preserved food တွေကိုပဲ လွှာယ်လွှာယ်ကုတု သုံး  
ခွဲနေကြတာပါပဲ့။

Irradiating (အသီးအနှံ အဓားအစာတွေတို့ အနှံနှံ  
ကြောကြာ ဖုန်းအောင်ထိန်းပို့ ရောမ်းခြားပေးပြီး ကုသာပုံးအည်)၊  
တရီးခိုင်းတွေမှာ သုံးကြတယ်။ တရီးခိုင်းတွေမှာတော့

အစိုးရက ပိတ်ပင် တာမြှင့်ယူရတယ်။ လူကို ဥပါဒ် ပြန်ဝေလို့

အသိနည်းတွေထဲမှာ လူကို ဒုက္ခ ဖော်ဆုံး။ Artificial

Additives တွေကနေ အကောင်းဝေးဆုံးကတော့ Freezing ပဲ။

ဒီပေါ်ယှဉ် Freezing ဟာ ရေခဲဖြုတ်နေအောင် ၂၄ နာရီပတ်လုံး

လျှပ်စစ်စွမ်းအားနဲ့ အအေးခံထားရတယ်ဆိုတော့ လျှပ်စစ်

စွမ်းအောင်တွေကုန်တယ်လို့ ပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေးသား

တွေက ထောက်ပြတယ်။

စည်သွေ့သွေ့တွေရဲ့ ပကောင်းကျိုးက နည်းနည်း

ပိုများလေလျှော့ လေလုံးတဲ့သူတွေသူးထဲ ထည့်ပြီးယူ အပူပေးတာ

ဆိုတော့ Bacteria ဒေါ်ပိုးမှားတွေကိုတော့ သတ်ပေး

ပါတယ်။ ဒီပေါ်ယှဉ် အစားအစာမှာပါတဲ့ အာဟာရဓာတ်

နည်းနည်းတော့ လျှော့သွားတယ်၊ သတ္တုပစ္စုံတွေကို ပြန်း

တို့မှုလည်း နည်းနည်းပါတာပို့ ပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေး

အမြင်နဲ့ ကြည့်ရင် သိပ်သုံးစွဲလွန်းဖို့တော့ ပကောင်းသူး၊

လေလုံးအောင်လုပ်ပြီး ပိတ်တဲ့နေရာမှာ Lead လို့ဒေါ်တဲ့

ခဲသတ္တုတို့ သုံးရတဲ့အတွက် ကျန်းမာရေးအမြင်နဲ့ ကြည့်ရင်လဲ

သိပ်အားရရှာ၊ ဖရို့သူး။ ဒီပေါ်ယှဉ်လဲ တို့တွေ သုံးစွဲနေရာ

တာပါပဲ။

ကျန်းမာရေးအမြင်ဆိုတာနဲ့ ပတ်သက်လို့ စကား

စပ်ပြီး ပြောရှိုးယယ်။

အခုခေတ်မှာ ပေါင်မျိန့်တွေဟာ နှုန်းတက် နှုန်းလာ

ပြုသတ်ကို ပြုဖွေးလာ၊ စားလိုက်လည်း ကောင်းလာတယ်

နော်။ အန်တိတို့ကတော့ သိပ်ဒေါ်ကြောင်သူမဟုတ်လို့

ပေါင်မျိန်ပြုဖွေးလွှား နှားနှားလွှားကို အားရပါးရတာပဲ။

ဒီပေါ်ယှဉ် အန်တိဂုံး မိုးကြောင်တဲ့ သူငယ်ချင်းကတော့

ပေါင်မျိန်အပြု့ကို ဘယ်တော့မှုမရွေ့သူး။ အန်တိဂုံးကို

မသက်မသာကြည့်ပြီး နင် ပေါင်မျိန်အပြု့တွေ မတော့ပဲ အဲဒီ

အရောင်ချုပ်ထား (bleaching လုပ်ထား)တာ၊ အဲဒီ bleaching

agents တွေတာ လူကိုယ်ခွဲာကို ထိခိုက်တယ်။ အသိရောင်ပေါင်မှန်ပဲစား၊ အဲဒီလို မကြာခဏ ဆရာတ်လေ့ရှုတယ်။ ဟုတ်တော့ဟုတ်တယ် သိမီးရဲ့ အဲဒီပေါင်မှန် အမြေရောင် Cereal အမြေရောင်တွေရအောင် ဂျုကို အန္တည့်ဆုံးပြစ်အောင် ဖြူဖွေးအောင် refine လုပ်ပြီး အရောင်ချက်တဲ့အခါး အဲဒီ ဓတ္ထပစ္စည်းတွေကို သုံးရတာ၊ သုတိုက လူကိုယ်ခွဲ့ကို ဒုက္ခပေးတယ်။

အဲဒီသူငယ်ချင်းက အန်တိ ကိုကာတိလာတွေ သောက်ရှင်လည်း ဘေးကနေ တစ်ချိန်လုံး သတိပေးနေတာ ကပ်းစောင်ဟာ လူ့မဲတ္ထုတူး၊ လူကို ဥပုဒ်ပေးတယ်။ ဒါကို အန်တိသိသားပဲ။ ဒါပေမယ့် Diet Coke တို့ ဘာတိုက ဘာအရာသာမှ ဖို့ဘူးမဟုတ်လား Classic CocaCola ကုန် ကောင်းတာလေး။ နည်းနည်းသောက်တာ ဘာမှမပြစ်ပါဘူးလို့ အန်တိက ဆင်ခြေပေးလေ့ရှုတယ်။ တကယ်တော့ နည်းနည်းနည်းနည်းနည်းနဲ့ များလာတဲ့အခါး အန္တရာယ်ပြစ်တာပေါ့ဇော်။ လူတွေကတော့ သိပ်မကြာကိုကြဘူး။ အဲဒီသူငယ်ချင်းနဲ့ အန်တိနဲ့ အချို့မှန်ကြောက်တဲ့နေရာမှာတော့ နည်းနည်းနီးစပ်တယ်။ သူက အသည်းအသန်ရှေ့ပြီး အန်တိကတော့ နည်းနည်းပါးပါး ပါနေရင်လဲ တိုးထည့်လိုက်တာပဲ။

သူကမြင့် စားစရာတစ်ခုရှုရဲ့ ပါဝင်တဲ့ ပစ္စည်းစာရင်း

Ingredient list မှာ SMG ဆိုတာ ထိုတာ သေခားအောင် သဲသဲမဲ့ ရှာဖွေစဉ်ဆေးလေ့ရှုတယ်။ သူမျက်စိက အနီးက်ကြည့်စိုး သိပ်တောင်း

တယ်။ စည်သွင်းဘူးမှာ၊ အချို့ရည်ဘူးမှာ၊ ပုလင်းမှာ သေးသေးဖွားဖွားလေ့တွေ ရေးထားတဲ့ စာကြောင်းလေ့ရှုရှု ဖွေဖွေ မြင်နိုင်ပါပဲရဲ့။ အန်တိကတော့ အနီးဖို့တဲ့ဘူးတော့၊ ဒိုတ်တွေက ပါဝင်ပစ္စည်းစာရင်း ကြည့်စိုး သူမျက်စိက အားကိုရေးလေ့ရှုတယ်။ ရှုံးတော့ ရယ်ရတယ်။



သူ့ အနိတိ နဲ့ နှစ်ယောက်ပေါင်းရင် တစ်မျက်စီပါ၊ သူက အဝေးကို တော်တော်မွန်တယ်လဲ။ မျက်မွန်လဲ မတတ်ဘူး၊ ပေတေ တယ်။ အနိတိက အနီးမွန်ကို မျက်မွန်မတတ်ဘဲ ပေတေ ဖော့သူ။ နှစ်ယောက်ပေါင်းတော့မှ တစ်မျက်စိရတာ။ အဝေးကလာဇ္ဈာတဲ့ ဘတ်စ်ကားနံပါတ်တို့၊ အဝေးမှာ မြင် နေရတဲ့ ဆိုင်ရာမည်တို့ကို လျမ်းပတ်တဲ့အခါ သူက အနိတိ မျက်စိကို အားကိုး လေ့ရှိတယ်။

ထားပါတော့၊ သိမီးတို့ မှန့်တစ်ခုခု ဝယ်စားတဲ့အခါ ကိုယ့်ကို ဘေးအန္တရာယ်ပမြဲစိုး၊ အရင်ဆုံး ရရှိကိုပါ။ မှန့်ထုပ်မှာပါဝင်တဲ့ ပစ္စည်းတွေကို ဖတ်ကြည့်ပေါ့။ ပြီးတော့မှ စားသင့်တယ်ထင်ရင် စားကြတာပေါ့။ (အမှန်အတိုင်း ဖော်ပြုပေးမယ်လို့တော့ ဖျော်လုံးပါရဲ့၊ တရိုက် ညာရှင်တယ်၊ ပါသယောင်ယောင် ညာတာ၊ ပပါသယောင်ယောင် ညာတာ အဲဒီမျိုးတွေပေါ့။) အဲဒီ အစားအစာကို စားပြီး အထုပ်ခွံကို လွှင့်ပစ်တဲ့အခါ ပတ်ဝန်းကျင် ညစ်ညမ်းမှု မဖြစ်ရအောင် အတတ်ခိုင်ဆုံး ကာကွယ်ထိန်းဆိုင်းရလိုပုံးမယ်။

ဒါမိတစ်ဒါမိရဲ့ အမိုက်(စွန့်ပစ်ပစ္စည်း)တွေဟာ ဘာ တွေလဲလို့ စာရင်းစစ်ကြည့်လိုက်တဲ့အခါ အများဆုံး စွန့်ပစ် ပစ္စည်းက နှစ်မျိုးရှိတယ်။

(က) စက္ကာ့ စက္ကာက်မျိုးစုံ အဲဒီက ၃၀ ရာစိုင်နှင့်။  
(ဂ) အော်လေန် ပစ္စည်းမျိုးစုံ၊ အသီးခွံတို့ အချက်အစွဲတို့ ဥပုလ ငှက်ပျော်စွဲ၊ ရှောက်သီဆွဲ ခရိုးရှုံးသီးယူန်၊ ကြော်သွဲ ပုံး၊ အသီးမျှည့်တွေပေါ့။ အဲဒီက ၃၀ရာစိုင်နှင့်။ ကျော်တာ တွေကတော့ အနည်းဆောက်းပေါ့။

(က) ဖန်ထည်ပစ္စည်း Glass ၁၀ရာစိုင်နှင့်။  
(င) သွေးပစ္စည်း စည်သွေးပစ္စည်း ပုလင်းအပုံး၊ ၁၀ ရာစိုင်နှင့်။  
(ဃ) ပလင်စတစ် အိတ်အခွံမျိုးစုံ၊ ကြိုးကြိုးအိတ် အမျိုးမျိုး  
(စ) အမြားပစ္စည်းမှား၊ ဥပုလ ရော်ဘာပရှုန်းတို့ ဘာတို့ပေါ့။

အခါရာရိုင်နှစ်းဟာ သူတို့ဆီကလူတွေ စစ်တစ်း  
ကောက်ထားတဲ့ သူတို့အမိုက်အမျိုးအစားနဲ့ ရာရိုင်နှစ်းတွေ  
ပဲ။ တို့ရိုင်ငံများတော့ ပလ်ဝစတန်က ပိုများမယ် ထင်တယ်။  
တို့ဆီများ ပလ်ဝစတန်စားပဲ ကုလားထိုင်တွေကိုတောင် သုံး  
နောက်ရသူတွေ အများသေား။ သူတို့ဆီများ ဓမ္မာက ၃၀ ရာ  
ရိုင်နှစ်း ဖြစ်နေမှာပဲ။ ဓမ္မာကို ရေးဝယ်တဲ့ ထုပ်ပိုးပစ္စည်း  
အဖြစ် သုံးမဲ့ ပတ်ဝန်းကျင် ထိန်ဆိုပဲရေးသမားတွေက  
လျှေဆာ်နောက်တော်တိုး။

တို့ဆီကတော့ အစားအစာကိုထည့်စုံ ကြိုးကြိုး  
အိတ်၊ စာအုပ်တွေဘာတွေ ဝယ်ရင်လည်း ကြိုးကြိုးအိတ်၊  
ပလ်ဝစတန်တွေပဲ သုံးကြိုးတာ။ ဓမ္မာဆိုတာ ထုပ်ပိုးပစ္စည်း  
လုပ်နိုင်စုံ နေဖော်သောသာ အန်တို့ ဝါယာအုပ်တွေမိုက်စုံ  
ဘားမားဓမ္မာတောင် ရေးက ဒေါ်ခိုက်နေတာ။

ဘာပဲဖြစ်ဖြစ်ဖျော်လေး။ အိမ်တစ်အိမ်တာ တစ်ပတ်ကို  
အမိုက်ပုံးနှစ်ပုံး ဂွန်ပစ်ရတယ်ပထား၊ တစ်နှစ်များ အမိုက်  
တန်ချိန်၊ တန်ကို ဂွန်ပစ်ရတယ်လို့ ယော်ယျာ တွက်လိုရ<sup>၁</sup>  
တယ်။ တစ်အိမ်ကို တစ်နှစ်များ အမိုက် တန်ချိန်ပြုပြီးမှာ  
တစ်နှစ်ကို အမိုက် ဘယ်နှစ်နှစ် ဂွန်ပစ်ကြပါလိမ့်။ အခါ အမိုက်  
တွေဟာ အမိုက်ကျင်းမျိုးရာကို စရောက်သဲ တို့ဖြူးထဲမှာပဲ  
ဟိုသည်ပြန်ကျေပြီး လေလွင့်နေခဲ့ပြီးဆိုပါတော့။ ဘယ်  
လောက်များ များများလိုက်မဲ့ အမိုက်တွေလဲနေ။ အန်တို့  
တော့ တွေးဖိတိုင်း ဘုရားကိုပဲ တာမိနေတော့တယ်။





အေဒီ : ( ၄ )

# အပိုက် နဲ့ ပြောတော်

သမီးလေး ....

အရင်တစ်ပတ် သောကြာနေ့တွန်းက အန်တိပြုထဲ  
ဆူးလေဘုရားလမ်းကနေ မိုလ်ချုပ်ရေးကို လမ်းလျှောက်ပြီး  
သွားခဲ့သေးတယ်။ အနောက်ရထာလမ်းပေါ်က ဓာတ်ပုံဆိုင်  
တစ်ဆိုင်ဗျာ ဓာတ်ပုံဝင်ကူးပြီး အပြန်မှာပျော်။ သမီးရဲ့ညီမလေး  
ပုံပုံက အားကားပေါ်မှာ အိပ်ငိုက်ပြီး လိုက်လာခဲ့တာဖို့  
မြို့ထဲရောက်မှ နိုးသွားခဲ့တာ။ အန်တိတို့လည်း ပုံပုံလေး

အငိုက်ပြုအောင်ဆိုပြီး ဓာတ်ပုံဆိုင်ကနေ မိုလ်ချုပ်ရေးကို  
လမ်းလျှောက်ပြီး သွားခဲ့ကြရတာပျော်။ အဲဒီနောက ဆူးလေ  
ဘုရားလမ်းတစ်လျှောက် လမ်းလျှောက်တဲ့အခါ အရိပ်ရတဲ့  
Trader's Hotel ရွှေကနေ ဖြတ်လျှောက်ကြတယ် သမီးရေ။

Trader's Hotel ရွှေကနေ လမ်းလျှောက်ရတော့ အန်တိ  
တော်တော် ပိတ်ချုပ်သာသွားတယ်။ ဟိုတယ်ကြီး ခမ်းနား  
လို့လည်း မဟုတ်ပါဘူး။ ဟိုတယ်ရွှေက ခင်းထားတဲ့ ကျောက်  
ခင်း ပြင်ညီ မျက်နှာပြုပြီး လူပလို့လည်း မဟုတ်ပါဘူး။

ဟိုတယ်ရွှေမျက်နှာစာ လူသွားလမ်းကျယ်ကြီးရဲ့ဘေးက  
အမိုက်ပုံးကြီးတွေကိုကြည့်ပြီး အားတက်သွားလိုပါ။  
ဒီအမိုက်ပုံးမျိုး တြေားဟိုတယ်တွေက အားကျူးပြီးလိုက်လုပ်  
မယ်ဆိုရင် သိပ်ကောင်မှာပဲလို တွေးမိသွားလိုပါ။ ရန်ကုန်

တစ်မြို့လုံးမှာ လမ်းတော်တော်များများရဲ့ ထောင့်မှာ အဲဒီ  
အမိုက်ပုံးမျိုး မဟုတ်ရင်တောင် အဲဒီလောက်နီးပါး ခိုင်ခန့်  
သောသပ်တဲ့ အမိုက်ပုံးမျိုးတွေ လုပ်ပေးကြရင် သိပ်ကောင်မှာ  
ပဲလို့လည်း ဖျော်လင့်ပိတယ်။

အရင်နှစ်တွေ (သိပ်မကြာခင်)က ဘတ်(စံ)ကားဝိတ်  
တွေမှာ အမိုက်ပုံးတွေ ရှိခဲ့ဖူးပါရဲ့။ ကုန်သည်ကြီးကျော်  
ကုမ္ပဏီကြီးတွေက ဘတ်(စံ)ကားမှတ်တိုင်မှာ ကြော်ဖြာ  
သောာမျိုးနဲ့ အမိုးတွေသာတွေ ဆောက်တဲ့ လမ်းညွှန်  
ဆိုင်းဘုတ်တွေတပ်ပေးတာ အန်တိမှတ်ဖိုးနဲ့တယ်။ အခု

အဲဒီ အမိုက်ပုံးတွေ ပျက်စီးကုန်တာလားမသိဘူး။ အန်တိ  
မြို့ထဲမှာ လမ်းလျောက်တဲ့အခါ အမိုက်ပစ်ရှင်ပေယှု ပစ်စရာ  
အမိုက်ပုံး မပြင်စိလို့ ကိုယ့်အိတ်ထဲမှာပဲ ပြန်သယ်လာခဲ့ပြီး  
အိပ်က အမိုက်ပုံးကျော် ပစ်ရတာခေါ်ခဲာပဲ။ အန်တိပဲ  
ပျက်စီးရှင်သွားခဲ့သလား မသိပါဘူးကျယ်။

အမိုက်ပစ်တဲ့ကိုစွဲတာ ပြဿနာမဟုတ်ဘူးလို့ ထင်ရှု  
ပေယှု တကယ်တော့ တော်တော်အရေးကြီးတယ် မဟုတ်  
ဘူးလား။ မြို့ထဲလမ်းမှာ အမိုက်တွေလွှင်နေရင် ကြည့်ရ<sup>၁</sup>  
တာလည်း မျက်စိပသာဒဲ မဖြစ်၊ ကျိုးမာရေးအတွက်လည်း  
ခိုးရိုင်ပူးပန်စရာပေါ့။ တရာ့၍ လမ်းပကြီးတွေပေါ်မှာတော့  
စည်ပင်သာယာဝန်ထမ်းတွေဟာ တစ်နေ့လုံး တစ်ချိန်လုံး  
အမိုက်တွေ လျှော့ ရှာ သိမ်းနေကြလို့ လမ်းပကြီးကို ရှုံးနေ  
တာပါပဲ။ အေဒီလိုမျိုး မြင်ကွွင်းဟာ တော်တော်စိတ်ချုပ်သာ  
စရာ တောင်းတာပဲဖော်။

တရာ့၍လမ်းတွေမှာတော့ တကယ် အမိုက်လမ်း  
လူအရှုပ်ဆုံး၊ ကားအရှုပ်ဆုံးလမ်းပတွေ ဖြစ်ပေယှု အမိုက်  
တွေ ရှုံးပွဲနေတာလည်း မြင်နေရပါတယ်။ ရှုက်ပျောစီးပဲ  
အညာတို့၊ ဒုးရင်းသီးအခွဲတို့၊ ကြိုးကြိုးအိတ်တို့ ဘာတို့  
ပေါ်လော့ စုနေအောင် လမ်းအေားမှာပုံးနေတာလည်း ခေါ်ခဲာ  
မြင်ရပါတယ်။ အေဒီလမ်းပတွေကို ပြောတာနော်။  
လမ်းကြားတွေကိုတော့ ပပြောနေတော့၊ အဲထတ်ရှိပြီး  
နောက်ဖော်လမ်းကြားဆိုတာကတော့ စဉ်းတောင်  
မစဉ်းတာနဲ့တော့။

တစ်ခါတစ်ခါကျေ အန်တိစဉ်းတော်မိတယ် သမီဆူး  
စည်းကော်ရှိခြင်း၊ စည်းကော်မြဲခြင်း ဆိုတာ ချမ်းဆောင်း  
ခြင်း၊ ဆင်းခြင်းနဲ့ ဆိုင်သလားလို့။ ဆင်းရဲ့နဲ့ပဲ့ချင်  
စည်းကော်မြှုပူးဘရှိဘူးလား၊ ရှုပ်သာကြိုယ်ဝရ် စည်းကော်ဆူး  
သလား။ အေဒီလိုတော့ သမီးကြားပြောလို့ရဘူး ထင်တယ်



အိုက် န. မြို့ကော်

သပိုးရေ။ ချမ်းသာပြီး စည်းကမ်းမရှိတာတွေ အန်တိအများ  
ကြီး မြင်စုံဖောပါရဲ့။ ဥပမာပေါ့၊ ရန်ကုန်မြှုံးများ ကိုယ်ပိုင်  
ကားစီးတဲ့ လူတန်းစားဆိုတာ အန်တိတို့လို သာမန်လူတန်း  
စားနဲ့ တရုံ ချမ်းသာကြွယ်ဝတဲ့ အတန်းအစားထဲများ ပါမှာ  
ပေါ်ဖော်။ အဲဒီများမှ ကားကောင်းကောင်းကြီးတွေပါးပြီး အဲဒီ

ကားထဲကနေ စက္ကာဝတို့၊  
ပလပ်စတင်အိတ်စုံတို့ကို  
သန်ရှင်း ပြောင်  
လက်နောတဲ့ ကတ္တရာ  
လမ်းမပေါ် ဖုတ်ခနဲ့  
ဖုတ်ခနဲ့ ပစ်ချတာ  
အန်တိ မျက်စိနဲ့ မြင်ရ<sup>၅</sup>  
တာ မကြာခဏာပါပဲ။  
အဲဒီ ဘယ်လိုဖြစ် တာ  
လဲ။ ချမ်းသာပေါ်မယ့် လမ်း



ပေါ်များ အား့က်မပစ်သင့်ဘူးဆိုတဲ့ အသိတရား  
လေးတောင် မရှိဘူးပေါ့။ ဒီတော့ ဆင်ရဲချမ်းသာဆိုတာထက်  
ပညာတတ်တာ မတတ်တာနဲ့များ ဆိုင်မလားလို့ တွေးကြည့်  
မိမြန်ရော့။ ဒါပေါ်မယ့် အဲဒီလိုလည်း မဟုတ်ပြန်ဘူး သပိုးရေ။  
ပညာတွေ (အတန်းပညာတွေ ဘွဲ့တွေပေါ့) တတ်ပြီးတော့  
စည်းကမ်းထိန်းသိမ်းလို့ အသိပညာမရှိတဲ့ လူတွေလည်း  
အများကြုံးပဲ။

ဒီတော့ စည်းကမ်းနှုံးမရှိမှုပဲ ကိုယ်ပိုင်အသိတရား  
ကိုယ်ကျင့်သိကားနဲ့ပဲ ဆိုင်လေသလားလို့ တွေးမိမြန်ရောပေါ့။

အန်တိလည်း ဟိုးငယ်ငယ်က အား့က်တွေ ဘာတွေ  
လမ်းသေးမှာ ပစ်ချခဲ့လူများ အသေအချာပါပဲ။ ဆေးကျော်သူ  
ဘဝအထိ စက္ကာဝတွေ ဘတ်(စံ)ကားလက်မှတ်ဖွေ့ဗြာ ဖက်  
တွေ၊ ဆီးစွေ့တွေ လမ်းသေးမှာ ပစ်ချခဲ့လျှောပါ။ ဆရာဝန်

ဖြစ်ခဲ့နိုင်မှာလား ဖြစ်ပြီးမှာလား ဟသိဘူး။ အိပ်က် စနစ်တော်  
ပစ်ရေးဆိုတဲ့ အသိတရားကြီး ဝင်လာခဲ့တာ။ ဒါတော်စွဲ  
အိပ်က်ကို ကိုယ့်ကြောင့် မရှုပ်စေရပေးယို သူများကြောင့်  
ရှုပ်နေတာကို ပချင့်မရ တားမြစ်ချင်စိတ်တွေ မဖြစ်ခဲ့သေး  
ဘူး။ နိုင်က ခပ်ရှုပ်ရှုပ်၊ အိပ်က်ရှိဖြီးသား လမ်းပေါ်ကို  
နောက်အိပ်က်တစ်ခု ပစ်ချိဖို့ဆိုတာ ဘယ်သူမှ သိန်ဝန်လေး  
မယ်လိုလည်း မထင်ခဲ့ဘူး။ လမ်းဘေး တစ်နေရာရာမှာ  
အိပ်က်ပုံ သေးသေးကလေးတစ်ရုက္ခိုမြင်ရင် အီဒေရာမှာ  
နောက်ထပ်အိပ်က်ထပ်ပစ်ရင် ရတယ်ဆိုတဲ့ အသိကြီးက  
လူတွေမှာ ရှိပုံရတယ်။ တစ်ယောက်က အိပ်က်တစ်ခု ပုံထား  
ရင် နောက်တစ်ယောက်က အလွယ်တကူ လိုက်ပုံမှာပဲ။  
အဲဒါလည်း အလွန်ဖြစ်ခိုင်ရေးများတယ်လေ။

တကယ်လိုသာ လူတိုင်းမှာ အိပ်က်စနစ်တော်  
ဥစ်ပစ် ချင်တဲ့ အသိတရားလေး ရှိခဲ့မယ်ဆိုရင် အန်တိတို့  
လမ်း တွေမှာ အိပ်က်ဆိုတာ အိပ်က်ပုံကလွှဲပြီး ဘယ်နှာတွေ  
မြင်နေရာအကြောင်း မရှိနိုင်ဘူးပေါ့။ တစ်ယောက်ချင်း  
စည်းကမ်းရှိသွားရင် မြို့တော်မြို့လုံး စည်းကမ်းရှိသွားမှာပေါ့  
နော်။ နှစ်းတစ်လုံးနဲ့ သီပြီးသူမှာ စကားတော့ ရှိသား  
ပါပဲ။ ဒီပေးယုံ နှစ်းစေ့တိုင်း နှစ်းစေ့တိုင်း ရဲ့ သီကလေးတွေ  
ရုပေါင်းတဲ့အား သီဆိုတဲ့အာရာ ရလာတာပဲ။ သီဖြစ်နိုင်တဲ့  
နှစ်းစေ့ကလေးတွေ အများကြီး ရုပေါင်းပို့ပဲ လိုပဲတယ်။

အရင်တုန်းက ရန်ကုန်တာ အရှေ့တော်အာရွှေ့  
အသန့်ရှုံးဆုံး စည်းကမ်းအရှိုးဆုံးမြို့တော်တဲ့ သီးရဲ့။

လူဦးရေတုထပ်တဲ့ မြို့တော်ကြီးတစ်ခုလုံး အိပ်က်  
တစ်ဖျော်တစ်စုံများတဲ့ သန့်ရှုံးလှုပေးနေဖို့ဆိုတာ မပြုနိုင်ဘူး  
ထင်စရာရှိတယ်နော်။ ဒီပေးယုံ သိပ်ဖြစ်နိုင်တေားပေးလိုအပ်သူ

အိပ်တိုင်းအိပ်တိုင်းဟော အိပ်က်ကို အော်တုံးဆော်  
ပစ်ခဲ့မယ်ဆိုရင် အီအိပ်က်ပုံကို အိပ်က်ကျော်သီ စနစ်တော်

အမိန် နဲ့ပြုတော်

ပစ်ပေးမယ့် အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုခုလည်း ရှိမယ်ဆိုရင် ဘာ  
မဖြစ်စိန်စရာ ရှိမလဲ။

လူတစ်ယောက် စည်းကမ်းရှိဖို့ကိုစွာ အော်လူ ချမ်း  
သာနေစရာမလိုပါဘူး။ စည်းကမ်းရှိချင်တဲ့ အသိ စိတ်ဓာတ်  
ကလေးပဲ လိုတာပါ။ အေးလေ၊ ခက်နေတာကလည်း အော်  
အသိစိတ်ဓာတ်ကလေးကို သူတို့၏နောက်ထဲ ရောက်အောင်  
ဘယ်သူက အောင်ပြင်စွာ သွင်းပေးနိုင်မလဲ။ ဘယ်လိုနည်းနဲ့  
သွင်းပေးနိုင်မလဲ။ ဘယ်လောက် ကြာကြာ ကြိုးစားရင်  
လူတိုင်းမှာ အော် အသိစိတ်ဓာတ်ကလေး ရှိသွားနိုင်မလဲ။  
တွေးကြည့်ရင်တော့ တော်တော် ရင်ဟောစရာ ကောင်းလို့  
ပယ်။

တကယ်တန်း ပြောရပယ်ဆိုရင် အန်တိတို့ဆိုမှာ  
သူတို့ဆိုက လူတွေထက်တောင်မှ အမိုက်ကို အသုံးချေတတ်  
နေခဲ့တာပါ။ ဆင်းရဲ့နှေ့ပါးလိုလေး။ အမိုက်ထဲကနေ ပိုက်ဆုံး  
ရအောင်ပြန်ရှာတဲ့ အတတ်ပညာကို အန်တိတို့ မိုင်းသားတွေ  
က ကျွမ်းကျေပြီးသားပါ။

တို့ဆိုမှာ သတင်းစာကို အမိုက်ပုံထဲ သွားပစ်တဲ့သူ  
ဘယ်နှောက်များ ကြြပြီးလိုလဲ။ တို့ဆိုမှာ သတင်းစာကို  
ဝါသာရှိနိုင်း အမြဲရောင်းပစ်တာ ပဟ္မတ်လား။ သတင်းစာကို  
ဝယ်ယယ်သူတော်ည်း အဆင်သွေ့ရှိတယ်။ ရေးလည်း တဗြား  
ဓမ္မားထက် ကောင်းတယ်။ တို့နိုင်ငံက အမိုက်ပုံထဲမှာ  
သတင်းစာ တစ်စောင်တော်လေတောင် ဖရောက်ခဲ့ဘူး။ သူတို့ဆို  
က အမိုက်ပုံတွေထဲမှာ သတင်းစာတွေ ဝါယာအုပ်တွေ  
ရှာနယ်တွေ အများကြီးပဲ။ နောက်ပြီး သတင်းစာနဲ့ တဗြား  
အမိုက်သိုက်တွေကို ရောရောပြီး ပစ်ကြလွန်းလို့ ပတ်ဝန်း  
ကျင်ထိန်းသိမ်းရေး အမြင်ရှိတဲ့လူတွေက ‘သတင်းစာကို  
သိသေန်အထူးနှံ သိသေန်ပုံးမှာပစ်ပါ’ (Recycle) ပြန်လှုပ်  
ကြပါ’လို့ မိုးဆော်ယူရတယ်။ ဒါတောင် အချင်း တရီ့လူတွေ

ပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိပ်းရေး၊ သစ်တောထိန်းသိပ်းရေး၊ အမြင်တွေ ဖုန်းလိုနဲ့တူပါရဲ့။ စားကြေးစားကျို့ အသီးချွှေတွေ စည်သွပ်ဘူးခံတွေနဲ့ရောပြီး၊ သတ်းစာကို အမိန်ပုံးထဲမှာ ပစ်တဲ့အကျင့် ပိုမောက်တုန်းပဲ။

စားကြေးစားကျို့ဆိုလို သူတို့သိက ကြိုပြုကြိုပ်အိတ် အမိန်တွေဟာ တို့သိက ကြိုပြုကြိုပ်အိတ်အမိန်တွေ ထက် Recycle ပြန်လုပ်စို့ လွယ်ပုံရတယ်။ အန်တို့အထင်ပျော်လေး၊ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ သူတို့စားကြေးစားကျို့ ထည့်တဲ့ ကြိုပြုကြိုပ်အိတ်မှာ သီပပါလိုဘဲ။ ဘယ်တို့ကျေးကမှ သီပေးမန္တာ လိုပဲ။ သူတို့သိက သီသိပ်ပသုံးဘူး မဟုတ်လား၊ တို့သိလို သီပြန်ဟင်းတို့ သီကြောင်းတို့ မစားကြဘူးလေး။ သူတို့က ဒါးဆိုရင်လဲ Oven ဒါးဖို့ထဲမှာ ထည့်က်စား၊ နောက် Smoked meat ပါးနဲ့တွေ့ရှု တွေ့ထားတဲ့ အသားလွှာ ဒါးလွှာ ဒါးသီးသီး ကို စားတတ်ကြတယ်မဟုတ်လား။ အာလုံး ဆိုရင်လည်း Oven ထဲမှာ ထည့်ဖော်ပြီး၊ အခွဲ့စား၊ ထက်ခြေားခြေားပြီး စားကြတာ။ သူတို့တွေ သီကို အသုံးပြုတာဆိုလို တင်ဆီး ဟင်းရွက်သုပ်(Slad)ထဲမှာ တစ်ခါတလေး မဖြစ်စလောက်

ကလေး ထည့်တာတို့ ကြက်ဥကြောင်းတဲ့အခါ သီကို အိုးထဲ မဖြစ်စလောက်ထည့်ပြီး၊ အိုးကို တို့တို့

သည်သည် စိုက်ကွေ့လွှဲပုံပြီး သီရဲ့အတပ် ကလေးနဲ့ ကြက်ဥကြောင်းတာတို့ အဲခေါ်တွေ ပဲရှုတာ။ သူတို့က သီအား ရှိစိတ် စားကြတာကို။

ဒီတော့ သူတို့အမိန်ထဲမှာ ဘယ့်နှယ်လုပ်ပြီး သီရဲ့ မလဲ။ ဒီတော့ သူတို့ကြိုပြုကြိုပ်အိတ်တွေမှာ သီပေးမန္တာ ဘူး။ Recycle ပြန်လုပ်တဲ့နေရာမှာ သီကို ဆေးပစ်စားစာလိုက် တစ်ဆင့်လည်း သက်သာမှာပေါ့။

သူတို့မိမိစားတွေက တစ်ယောက်ချင် စည်းကောင်

အမိန် န. ပြုတော်

နဲ့ အသိစိတ်ရှိလိုသာ အမိုက်သိုက် အမျိုးအစားတွေ ခွဲခြား  
ပြီး ပင်ပေးစွဲ လိုက်စာကြတာ။ တို့နိုင်ငံသားတွေကျတော့  
ပတ်ဝန်းကျင်ထိန်ဆိပ်းရေးအမြှင် ရှိခိုာပလိုတဲ့ ငွေအတွက်နဲ့  
အမိုက်ကို ကိုယ့်အိမ်မှာကိုယ် ခွဲခြားပြီးသား။ သတင်းစာ  
အမိုက်၊ ဝတ္ထုစာအုပ်အမိုက်နဲ့ သိယာပုလင်းခွဲအမိုက်တွေဟာ  
အမိုက်ပုံဆိတောင် မရောက်ရပါဘူး။ လာဝယ်တဲ့သူတွေကို  
ချောင်းပစ်တာလေ။

လွှာ့ပစ်တဲ့ ပလ်စတင်တွေနဲ့ စည်သွပ်ဘူးခွဲတွေကို  
တော့ ပလ်စတင်ကောက်သားတွေက လိုက်ကောက်ပြီး  
ပလ်စတင်ဝယ်သူဆိုမှာ ပြန်သွင်း၊ အော်နည်းနဲ့ သူတို့ငွောကြ  
တယ် မဟုတ်လား။ တစ်ရတော့ရှိတယ်။ အော်အမိုက်ပုံဖွဲ့  
သားတွေဟာ အမိုက်ပုံကို တကယ်ကို ပွဲအောင်ဖွဲ့တာတော့  
အမှန်ပဲ။ အထဲကနေ သူတို့ ပြန်ရောင်းလိုရမဲ့ ပစ္စည်းကို  
ရှာတာလေ။ တရာ့အမိုက်ဖွဲ့တွေဟာ စည်းကမ်းရှိတယ်ဆိုရင်  
သမီးယံးမလား မသိဘူး။ သူတို့လိုချင်တဲ့ပစ္စည်းတွေ အမိုက်  
ထဲကနေယူပြီးရင် ငြွှေ့ရော့ခိုးအိတ်လိုဒေါ်တဲ့ အဖြုံရောင်အိတ်  
တွေထဲမှာ ထည့်လိုက်တယ်။ ပြီးရင် ကျန်တဲ့အမိုက်တွေကို  
အမိုက်ပုံနှင့်ထောင့်မှာ အားလုံးပြန်စပ်ပုံပြီး ရှင်းပေးသွားတယ်  
သမီးရေး။ အန်တိက ညည်ဆို အမိုက်ပုံမှာ အမိုက်သွား  
ပစ်နေကျော် သိတာ။

ညည်မှာ ဘာဖြစ်လို့ အမိုက်သွားပစ်နေရတာလဲ။  
အမိုက်ကားလာတဲ့အချိန်မှာ အမိုက်ကားမှာ ထည့်ပေး  
လိုက်ရင် မရဘူးလားလို့ ပေးခရာရှိတယ်။

အမိုက်ကားဟာ အိမ်မှာ လူတ်ပေါက် အမြှေကျွဲ့  
နေတဲ့ အိမ်မျှေးအတွက်တော့ အဆင့်ပြေတာပေါ့။ အန်တိတဲ့  
လိုမျိုး ပိုးလင်းကပိုးချုပ် အပြင်ရောက်ရောက်နေတဲ့  
လူနည်းစုအိမ်သားတွေ အတွက်တော့ အဆင့်ပြေဘူး။  
အမိုက်ကားလာချိန်မှာ အိမ်မှာ အမိုက်ထုပ် ချော်ပဲလူဗျာရှိပဲ

ရန်ကျိုးမြို့၌ အိမ်တော်မြို့တို့၏  
အလုပ်အသီးသီးကို သွားပြီး အလုပ်လုပ်နေပါ မိသာစု ဝင်ငွေ  
ပြောင့်ဖြူးမှာမို့ အားလုံးအလုပ်လုပ်ကုန်ကြပြီလို့ အန်တိ  
ထင်ထားခဲ့တော်ကြပြီ။ ဒါပေမယ့် အမိုက်ကား စနစ် အခုထိ  
အသုံးတည့်နေတော်မြို့တော် အန်တိအထင်တော် မပူဇိုင်  
ဘူးလို့ သိလာရပြီပေါ့။ အိမ်တိုင်အိမ်တိုင်မှာ အနည်းဆုံး  
တင်ယောက်တော် အမိုက်သွေ့နံပါးမွှေ့ လူကျွန်ုပ်ရုပ်လွှဲလို့  
တွေ့ရပြီလော်။ အိမ်ဖော်ကလေး ပြစ်ချမ်းပြစ်ပယ်။ အအောင်း  
အသေလို့ အပြင်အလုပ်မလုပ်ဘဲ အိမ်အလုပ်ပလုပ်ပြီး ကျိုးသူ  
ပြစ်ချမ်းပြစ်ပယ်။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် တို့နိုင်ငံမှာ အပြင်အလုပ်  
မလုပ်ဘဲ အိမ်မှာ ကျွန်ုပ်သွေ့တွေ့တော် ရတိ ရှိနေတုန်းပဲ  
ဆိုတဲ့ အပြောတွက်လာတယ်။ အဲဒါ ပဲလာပဲပေါ်နော်။

ဘူးတို့သိမှာ အိမ်မှာ အမိုက်ကားအလာ သွေ့ပေးဆယ့်  
လူ ပရှိဘူး။ ဒါကြောင့် အမိုက်ကားကို ပတောင့်ရအောင်  
စနစ်တင်ခဲ့လုပ်ထားတယ်။ အိမ်တိုင် အိမ်တိုင်မှာ ရုပ်သော်  
လောက်ပြင်တဲ့(အဖိုးဖိုးထားတဲ့) အမိုက်ပုံးကြီးတွေ ရှိတယ်။  
ကိုယ့်အမိုက်ကို အော်တယ်မှာ ထည့်ထားတယ်။ အမိုက်ရတဲ့  
လူဟာ သူတာဘူးရောက်လာပြီး ဒီအမိုက်တွေတို့  
တားခဲ့ တပ်ပြီး ထွက်သွားတာပဲ။



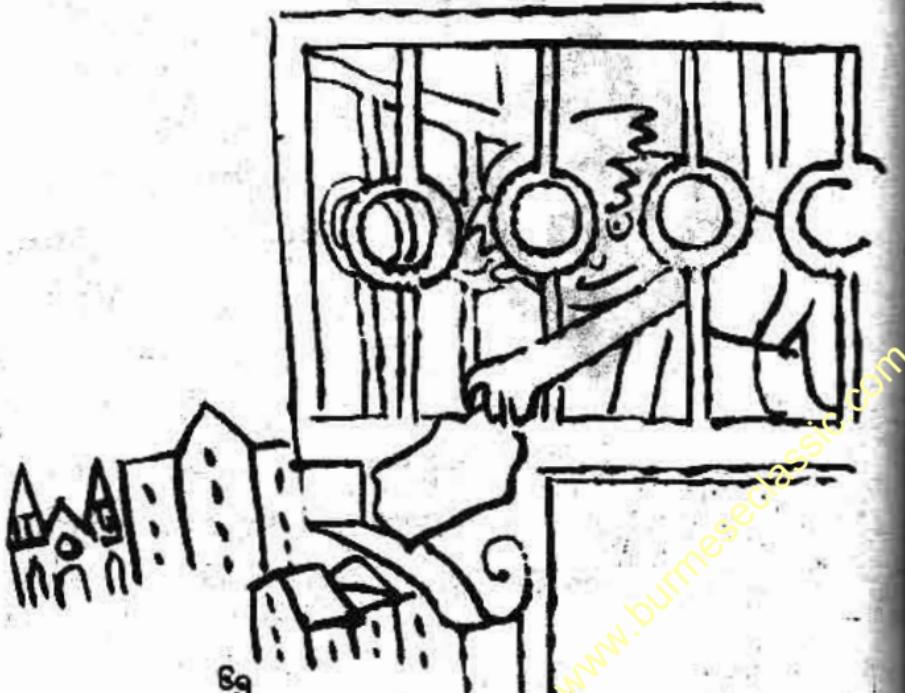
အန်တိကတော် အမိုက်ကား လာ  
တဲ့အရှိန်မှာ အိမ်မှာ လူမရှိတတ်တဲ့  
အိမ်ထောင်ရ အပျိုးအစားထဲမှာ  
ရှိတော့ အမိုက်ကို အော်လို အိမ်ရွှေ့မှာ  
ပုံးနှံထားပြီး လာသယ်ပေးပယ့် စနစ်ပို့တာ  
ကိုယ့်အတွက် ပိုအဆင်ပြောယ်လို့ တောင့်တာဖိတယ်  
အခုစော် အမိုက်ပုံးရှိတဲ့နေရာ (အိမ်နဲ့ သုတေသနတော်းလေး  
လမ်းမြောက်)အထိ လမ်းလျောက်ပြီး အမိုင်မှား သွေ့  
လျက်ပါပဲ။ အန်တိအိမ်တို့ လာသမျှ ကပေးသွေ့သည် နှင်း

## အနိုင် န. ပြန်ကျော်

က ဖွံ့ဖြိုးသည်တွေကို ဝရီတာကန္တ အနိုင် ပစ်ပချေအောင် ကုသာရိုက် ဆောင်ဗြို့သုတေသနမြို့များတို့မှာ တရာ့ကာ မြို့၏ ဝက္ခာတို့ သီးစောတို့ ပုဂ္ဂိုလ်သီးအွဲတို့ကို တားရင်း အလွယ် တကူ ပစ်လိုက်ချင်ကြတယ်။ အဲဒါမျိုးကျ တဟဲ့ဟဲ့နဲ့ တား မြစ်ယူရတာဖော့။ သမီးတို့တောင် အန်တို့ အိမ်ရောက်ရင် အနိုင်ပုန်သူမျှ အနိုင်ပုံးထဲ့ သွားထည့်ကြတာလေး ဝရီတာ ကန္တ ပစ်ရဘူးဆိုတဲ့အသိကို နယ်ကလာတဲ့ သမီးတို့လို ကလေးတွေတောင် သီဇာကြော် မဟုတ်လား။

ဒဲပေမယ့် ယုံချင်မှယုံ၊ ရန်ကုန်တိုက်ခန်းတွေမှာ ဝရီတာရော၊ နောက်ဖော်ပြတ်ကောရော အနိုင်တွေ ပစ်ပစ် ချေနေကြတာလည်း အန်တို့မြစ်နေရဆဲပါပဲ။ ကိုယ်ပစ်ချ နေတာ ကိုယ့်အိမ်ပတ်ဝန်းကျင်ပဲလို့ သူတို့ မတွက်ပိတာလား ဒါမှပဟုတ် မေ့မေ့သွားတာလားမသိဘူး။ အားပလိုအားမရှု မြစ်စရာလေးတွေတော့ အများကြိုးရှိနေသေးတာပဲဖော်။

သူတို့သိက မြို့တော်ကြိုးတွေမှာတောင် ယေဘုယျ သန်ရှုံးတောက်ပြောင်နေတယ်လို့ ပြောလို့ရပေမယ့် တရာ့ နေရာလေးတွေမှာ အနိုင်တွေ တို့တစ်စ သည်ပစ်စ လွှဲ



အမိန် နဲ့ ပြုတော်

အေတာကို ပြင်ဆုံးကြတာပဲ။ ပြုတော်ရဲ့ လမ်းကြားဆိတာ ရှိတဲ့ ပြုဆိုရင် အနည်းဆုံး အမြတ်အများ အခါနာက်ဖော်ပြုကြားမှာ အမိန်စတွေတော့ ရှိမှာပဲ။ တို့ရဲ့ ဘယ်ပုံတစ်ပုံပဲ ပြင်ပြု ပေါ့။ တရာ့ပြုတော်တွေကျတော့လည်း အမိန်ဆိတာ ဘာ လဲလို့ ဖော်ယူရလောက်အောင်ပဲ။ အမိန်တစ်စု လမ်းကြား ရှိမော်တာ ဘယ်လောက် အုပ်စုရာကောင်းလဲနော်။ ပြတ်ခင် နဲ့ လူသွားလမ်းကွန်ကရစ် (Pavement) တွေတာ လွှာ သန္တရှင်းလို့ အရွက်ကြွေတဲ့ရာထိမှာ ပြက်ခင်းပေါ်မှာ အရွက် ပြောက်တွေ ပြင်ရတတ်ပေမယ့် အရွက်ပိုက် ကောက်သား တွေက အမြတ်း ကောက်ကောက်နောက်တော့ အော် အမိတ် လည်း ရှင်းသွားတာပဲ။

သူတို့ဆိုမှ အမိန်ကို ပြင်ချင်တယ်ဆိုရင် သဗ္ဗားရာ ကပ်းစပ်ကိုသွား သံပြင်ပေါ်မှာ လမ်းလျှောက်။ ကံကောင်းရင် ကိုကာကိုလာဘူးဆုံး ဆဲပ်းအပ်ဘူးဆုံးတွေကို သံပြင်ပျော် တွေ့ရမယ်။ ဘီယာဘူးဆုံးတော့ တွေ့ရမှာပတုတ်ဘူး။ ဘာ ကြောင့်လဲဆိုတော့ တရာ့ပြည်သံပါတ်တွေက အရက်နဲ့တိယာ တို့ လမ်းမှာ၊ ဆိုင်အပြင်မှာ၊

ဘယ်ခွင့် မရှိလိုပဲ။ ဘီယာ  
သားတွေဟာ ဆိုင်ထဲမှာပဲ  
သောက်ကြရတယ်။ ဆိုင်ပြု  
မှာ၊ ကိုယ့်ကားထဲမှာ၊  
သောက်လက်၊  
အရာရုံးလုပ်နွေး  
ဘီယာဘူးဆုံး



အမိန် နဲ့ ပြုတော်

သိရှိရတူး၊ ဒါနက္ခာင့် အရက်ပုလင်နွှံကို အပြင်ဖူး ဘယ်တော့မှ  
မတွေ့ရဘူး။ ဆိုင်ကလူတွေက အပြင်ဝရ်တာမှာ သွား  
တေးသောက်မယ့် လူဆိုရင် ဘီယာကို တစ်ခါးသုံး ပလ်ဝတ်  
ခွက်ကျည်လေးတွေထဲ ထည့်ပေးပြီး ပုလင်နွှံကို ပြန်သိပ်း  
ယူထားလေ့ ရှိတယ်။

နောက်ပြီး သူတို့သိမှာ အသက် (၁၈)နှစ် ပြည့်ပြီး  
သူတို့ စိုင်ပုလင်တို့ ဘီယာတို့ကို စတိုးဆိုင်ကြိုးတွေက  
ရောင်းလေ့ရှိတယ်။ တစ်ခါးတိုန်းက ရယ်ဝရာတစ်ခု တွေ့ရှု  
ရှုတယ်။ အနိတိသူငယ်ချင်း ရှုပန်မလေးတစ်ယောက် စိုင်  
တစ်ပုလင်ဝယ်တယ်။ ရှာမန်မလေးတစ်ယောက်က ဘီယာ  
ပြေားတွေ တစ်ပါတ် ဝယ်တယ်။ ရှုပန်မလေးက ရှာမန်မလေး  
ထက် အသက်ငါးနှစ် ပိုကြိုးတယ်။ ရှုပန်မလေးက ဂုဏ်  
ရှာမန်မလေးက ၃၆ နှစ်။ အဲဒီ ရှုပန်မလေးကို ဒုရိုဘာလိုင်စင်  
ပြနိုင်းတယ်။ မှတ်ပုံတင်ကတ် သဘောမျိုးပေါ့။ ကိုယ့်စာစုံပုံ  
နဲ့အသက်ပါတဲ့ ကတ်ဆိုလို့ သူတို့သိမှာ ဒုရိုဘာလိုင်စင်ပဲ  
ရှိတာကိုး။ ရှုပန်မလေးက ရယ်ပြီး သူပတ်ဝိုက်ကို ထုတ်ပြရှု  
တယ်။ သူက အုပ်သည်ဆိုတော့ စကာတာပဲဇားမှာ ဆိုတော့  
ကားမောင်းလိုင်စင် လုပ်မထားဘူးလော့။

‘ငါမိတယ်၊ ငါကို ဂျယ်လွယ်နဲ့ စိုင်ပုလင်းရောင်းမှာ  
ဖော်ပုံသူးဆိုတာ၊ ဒါနက္ခာင့် ဒီ ပတ်ဝိုက် အဆင်သင့်ယူ  
ထားတော့’တဲ့။

သူတို့နိုင်ငံကလူတွေရဲ့အသက်ကို သူတို့သိမိုင်၊  
အနိမ့်မိမ့်ပေါယ့် တော်မိမ့်ငံ၊ အထူးသြားပြိုင်၊ အာရုံးမိုင်ငံက  
လူတွေရဲ့အသက်ကို သူတို့ မစိမ့်မိမ့်ကြဘူး၊ တို့တွေက  
ပုံပုံသေးသေးမေးတွေ့စိုးလား၊ ဆံပောင်တို့ကို လှုကသေးသေး  
မျက်စွာကလည်း ဥဇ္ဈာဟဲ့ အပေါ့ကုန်သူတွေထက် အကျိုး  
သူတွေက ပိုကြတာကိုး၊ အသက် ဂုဏ် အရွယ် ရှုပ်မလေး  
ခရာ ၁ ရှစ်ပြည့်ဘူးလို့ အထင်ခံရတော့တာလား။

အဲဒီရူပန်ပလေး စားသောက်ဆိုင်မှာ ဘီယာတို့  
စိုင်တို့ မှာသောက်လိုက်တောင် ရုပါးမလား ဖြောတတ်ဘူးအနေ။

ဒါနဲ့ တော့တောက ဘူးဆုံးတွေကိစ္စ ဆက်ပြောရှိုးပယ်။  
ဘတ်စိတ္တကားဟိတ်တို့ သမုဒ္ဒရာကမ်းစပ်တို့မှာ ကိုကာကိုလာ  
ဘူးဆုံး၊ အအေးသူးဆုံးတွေကို တို့ဆိုက ပလပ်စတင်ကောက်  
သမားတွေလိုပဲ လိုက်ကောက်နေတဲ့သူတွေရှိတယ် သမီးချွဲ့  
ဒီပေါ်မယ့် တော်တော်ကို တွေ့မြှုံးတောက အဲဒီ ဘူးဆုံးကောက်သူ  
တွေဟာ ဒီမှာလို ငွေလိုလို ငွေရှာနေတဲ့သူတွေ မဟုတ်ဘူး  
အများအားဖြင့် ပင်စင်စား အသိုးကြီး၊ အဘွားကြီးတွေ  
ပြင်တတ်တယ်။ သူကားနဲ့သူ ရောက်လာတယ်။ ကျွန်းမာရေး  
အတွက် လမ်းလျောက်တယ်။ ပြီး ပြန်သိန်းမှာ အနီးက  
အထိုက်ပုံးမှာ အထိုက်တွေနဲ့အတွက်ရောနေတဲ့ ဘူးဆုံးတွေကို အိတ်  
တစ်ခုခုနဲ့ စုသိမ်းယူသွားတယ်။ သမုဒ္ဒရာကမ်းစပ်သည့်အား  
ကျောက်ဆောင်တွေကြားမှာ ကျနေတဲ့ ဘူးဆုံးတွေတို့ လိုက်  
ကောက် စုသိမ်းပြီး ကားမောက်ဖုံးထဲ ထည့်ယူသွားတယ်။  
ဘာလုပ်တာလဲလို ပေးကြည့်ရင် သူတို့ကပြီးပြီး Recycling  
ဌာနကို သွားလိုမှာလို ဖြေလေ့ရှိတယ်။

အသက်ကြီးလို အလုပ်မလုပ်ရတဲ့အခါ သူတို့တာ

သူတို့ရဲ့ ဥယျာဉ်ကလေးထဲမှာတင် သစ်ပင်စိုက်၊

ရေလောင်း၊ အခိုက်မြှို့နေရတာကိုး၊ တို့ဆိုမှာလို

သားသပီးတွေ၊ ပြေးမြတ်တွေနဲ့ အတွေ့

မနေကြတား၊ ပြေးတွေနဲ့ တွေ့ချိန်တွေက

ကျေးဇူးတော်နေ့တို့၊ ခရာစ်မတ်စ်နေ့တို့ပဲ

ရှိတာမတုတ်လား။ ဒီတော့ သူတို့တာ ပတ်ဝန်း

ကျွန်းအတွက် တစ်ခုခု လုပ်ပေးချင်နေကြတယ်။ တို့ယူ

ကိုယ်ကို ပတ်ဝန်းကျွန်းအတွက် အသိုးကျွန်းအောင်အောင်အောင်၊

အဲဒီအခါးမှာ ပတ်ဝန်းကျွန်း၊ ထိန်းသိမ်းရေးအားလုံးက သူတို့

ကိုယ်ကို စစ်ဖြူပြုပြီး အလုပ် လုပ်ကြတဲ့ဟာပါပဲ။



တရလေတုန်းက အန်တိပိတ်ဆွဲ လင်ပယား နှစ်  
ယောက် ပြန်ဟပြည်ကို လာလည်တာ သိုး သိလိုက်တယ်  
ပတ္တတ်လား။ အဲဒီလင်ပယားကလေ တဗြားနိုင်ငံခြားသား  
ထုတ္တသည်တွေလို ကုမ္ပဏီမှာ စာရင်းသွင်းပြီး လာလည်တာ  
ပဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်အမိအဓိများနဲ့ကိုယ် လည်မှာဆိတဲ့ အမျိုး  
အစား။ အန်တိက အိပ်ရှင်ဆိတော့ သူတို့တည်းခိုတာ၊  
လျောက်လည်တာ အဆင်ပြေအောင် အန်တိသူငယ်ချင်း ဖို့  
ခက် အကူအညီနဲ့ စီစဉ်ပေးရတယ် ပဟုတ်လား။ သူတို့က  
လေ၊ ပြန်ဟလူမျိုးတွေ၊ နောက်လူမှာသာဝကို စိတ်ဝင်စားလိုတဲ့  
အန်တိဝို့ သူငယ်ချင်းသုံးယောက် သူတို့ကို ရွှေတို့ဘုရား  
ဒေသွားပြီး ပြပေး ရှင်းပြပေးပေမယ့် သူတို့ စိတ်မဝင်စား  
သလိုလိပဲ့၊ ရန်ကုန်ပြီးထဲက လမ်းကြားတွေထဲ လျောက်သွား  
ချင်တာတဲ့။ အန်တိက လူလည်ကြော်ကြည့်ပါသေးတယ်။ သူတို့  
ကို သူတို့သွားချင်တဲ့ နေရာတွေပေးမသွားဘဲ ကိုယ် ပြရှင်တဲ့  
နေရာတွေ ဒေါ်ပြတာမျိုး။ ဒီပေါ်ယုံ သူတို့က အမျိုးသား  
ပြတိုက်ကိုလည်း ဒေါ်လိုပလိုက်၊ မိုလ်ချုပ်ရေးလည်း ဒေါ်လို  
မလိုက်၊ တရုတ်တန်းတော့ လျောက်ချင်သာတဲ့။ ဒါနဲ့ တရုတ်  
တန်းကို ညာဖော်င်း လမ်းလျောက်ပြီး ပြရတယ်။ ဒီပေါ်ယုံ  
သူတို့ကို ကိုယ်က အမြတ်နှုန်းသို့ ချုပ်ချေယ်ထားနိုင်တာ  
ပဟုတ်။ မိတ်ဆွဲတွေဆိုတော့ ဖို့ခက်နဲ့ သူတို့သည်တွေလို  
ဆက်ဆံရေးမျိုးလည်း ပဟုတ်။ သူတို့ဟာသူတို့ နားခွင့်  
ပေးထားတဲ့အခါ်မှာ အန်တိက ကိုယ့်အိမ်ကိုယ် ပြန်စားတဲ့  
အခါ်မှာ သူတို့က ရန်ကုန်ပြီးထဲ လမ်းကြားတွေကို လျောက်  
သွားကြပါလေရောသိုးရော။ နောက်နေ့ အန်တိနဲ့ ပြန်တွေ့  
တော့ သူတို့က ဝင်ဆာအားရ အသိပေးတယ်။ ‘ဒါတို့သွား  
ချင်တဲ့နေရာတွေ ဒါတို့ ရောက်ခဲ့ပြီးပြီး လမ်းတွေအားပုံ’လှဲ့  
အန်တိက ဘာ ပြန်ပြောရမလဲ၊ သေဟဲ့ နှစ်ယလို ပြည်းရ<sup>1</sup>  
မှာလား။ ‘သော်... တရုတ်လား၊ ကောင်းတော်လှဲ’လို့ ပရီ

အနိုင် ၂. မြို့တော်

မြှေးလေးနဲ့ ပြန်ပြောလိုက်ရတာပေါ့ သမီးရယ်။

မန္တေးလေးကို သူတို့နဲ့အတူ အန်တိလျောက်လည်  
ပြပေးပါတယ်။ သူတို့က ရန်ကုန်နဲ့စာရင် မန္တေးလေးကို  
ခိုကြုက်တယ်။ မန္တေးလေးနဲ့စာရင်လည်း ရွှေးပြည့်ဆယ်ကို  
ခိုကြုက်တယ်။ ပုဂံတွေဘာတွေ အားလုံးလည်ပြီးလို့ ရန်ကုန်  
ပြန်လာတော့ သူတို့က မှတ်ချက်တစ်ခု ချတယ်။

‘မန္တေးလေးက ရန်ကုန်ထက်ပိုပြီး သမီးရှုံးတယ်ဆုံး’  
တဲ့၊ အေးပေါ့၊ သူတို့က အန်တိမပြတဲ့ နေရာတွေ (ရန်ကုန်ပြီး  
ထဲမှာ) အန်တို့ထက် လူလော်ကျပြီး လျောက် သွားခဲ့တာတို့၊

ဒါ့ ဘာရမလဲ၊ အန်တို့လည်း အညွှေတွေ့ပစ်စီးဘူး၊  
သူတို့ကို အေးအေးအသေးဆေးပဲ ပြန်တွေ့ပြန်လိုက်တာပေါ့။

‘တုတ်တယ်၊ မြို့တော်ရဲ့ အနေအထား၊ အကျယ်  
အဝန်း၊ တည်ရှိပုံးနဲ့ လူပြီးရေး၊ ရေးကွက်တွေပေါ်မှာ မှတ်ညှိပြီး  
အခိုင်းတော်ရဲ့ သမီးရှုံးမှာ၊ ညာစ်ပတ်မှုရယ်လို့ ပြစ်လာတာ  
မဟုတ်လား၊ နှင့်တို့ခါကလိုပဲဆဲ့။ မျှေးယောက်မြို့တော်ကို  
နဲ့တာရင် လော့သန်းရှုလစ်ပို့က ပိုပြီးသမီးရှုံးတယ်လေး၊  
ဒီသဘောမျိုးပဲပဲ။ ရန်ကုန်တာ နှယ်းယောက်လိုပဲ ပြစ်ဇူး  
တယ်’လို့။

က...မှတ်ပြုလား၊ ဒီဝကာဒေကြာ့နဲ့ မျှေးယောက်သား  
တွေ ဘယ်လိုခိုစားရမယ် မသိပေးယုံ လော့ဆန်းရှုလစ်ပို့  
မြို့တော်သူ မြို့တော်သားတွေ ပြစ်ဇူးတဲ့ မိတ်ဆွေ ရာမန်  
လင်မယားဘာမတော့ အန်တို့ဝကာဒေကို အပြေား ပျေားရွှေ့ဘူး၊  
‘အေးအေး၊ နှင့်ပြောတာ မှန်ခါတယ်’ လို့ ထောက်ခံ  
ခွားလေရဲ့။

www.burmeseclassic.com



www.burmeseclassic.com



၁၁၄ : (၅)

## ရေဆိုး ရော်စ်

၁၃၅

သတိပေါ်

‘ပြည့်ပြုတေးထိပ်ပြီး စာကျက်ရင် မြင်ကိုက်လွန်းလို့  
မတ်တစ်ရပ်လမ်းအဲသွာက်ပြီး စာကျက်ရတယ်’ လို့ သမီး  
ရေးလိုက်တဲ့စာ ဖတ်ရတော့ အန်တိဖြင့် စိတ်မကောင်း ဖြစ်  
သွားတာ အမှန်ပဲ။

အနိတိတိုင်ယောက်များက ရော့ချောင်းဟာ ခြင်  
မကိုက်လှပါဘူး သမီးရယ်၊ ကုန်မြင့်တစ်ပိုင်း ဖြစ်နေတဲ့  
မြှုပ်ဟုတ်လား မိုးရေတွေဆိုတာ မြင့်ရာကနေ နို့ရာကို  
စီးသွားတာ မြန်လွန်းလို့ ရေဒိုင်တို့ ဖြောင်းအသေ တို့မှ  
ဖရို့ခဲ့ဘာ။ ခြင်ပေါ်ကုန်များစရာ ဇော်ရယ်လို့ သိပ်ဖရို့ခဲ့ဘားလေး

“ခြင်မရှိတဲ့နေရာရယ်လို့ လောကကြီးမှာ ရှိပါရှိရဲ့  
လား”လို့ သမီးကပေးတော့ အန်တိပြုးပါတယ်။ မရှိလို့ ပြုဗျာ  
တဲ့ အပြုဗျာပဲဆိုပါတော့။ ခြင်မရှိတဲ့နေရာ လောကကြီးမှာ  
ရှိပါသေးတေယာယ်သမီးရယ်။ ခြင်ပါက်ပွားစေသယ့် ပတ်ဝန်းကျင်  
အကြောင်းပါရှိအောင် ပြုပြန်ထားပိုက်ရင် အဲဒေရာဇ်သုတေသန  
သယ်ကခြင်က လာပေါက်ပွားစိုင်မလဲ၊ မဟုတ်ဘူးလား။

ဒဲပေမယ့် မြို့တော်မြို့လုံးမှာ ခြင်ကိုက်နေတဲ့ ပြဿနာ  
ကို သမီးတို့တစ်အိမ်တည်းက ဒဲပုံမဟုတ် သမီးတစ်ယောက်  
တည်းက ဖြေရှင်းထိတော့ ဖြေပို့နို့ယူဆုံးရယ်။ စာကျက်ရင်  
ခြင်ကိုက်ခံရတဲ့ ဒုက္ခဘာတွေက်တော့ ဖြေရှင်နည်း သုံးနည်း  
ရှိလေခဲ့။

သမီးမျာက အဆုတ်အအေးပါရောင်ကနဲ့ ရရှိပြု  
တဲ့ရောင်အထိ ရှုတတ်တော့ ဒီပြိုင်ဆေးအနဲ့တွေ့ကြောင့်  
သမီးရောင်ပြိုင်မှာ အန်တိဂုံးလိမ့်ပါတယ်။ ခက္ခလာ သုတေသန  
ပကောင်ဆွာလေး၊ အောက်ပါး ပြိုင်ဆေးလွှာ၏ မျိုးတော်ပြိုင်ဆေး

ကရိုး အည်

တိုကို လက်နဲ့ထိပြီးရင် လက်ကို ဆပ်ပြာနဲ့ဆေးဖို့ လိုတယ်။ ခြင်ဆေးခွဲ ဒီးရှိုးရာက ရတဲ့ပြာကို စနစ်တကျ ခွန့်ပစ်ပုံ အန္တရာယ် ကင်းမယ်။ အခုပေါ်နေတဲ့ ခြင်ဆေးတော်တော်များ များဟာ အသိပ်အတောက်တော်တော်ပြင်းတယ်ဆိုပဲ သိမ်းကဲ့။

တစ်ခါတစ်ခါတော့ ခြင်ဆေးတွေကို စတ်ပျက်စီးခိုင် လာတဲ့အခါးမျိုးဟာ အန်တိတော့ လိမ္မားခွံးအခြားကိုတွေတို့ ဒီးရှိုးပြီး ခြင်ဆေးအပြင် သုံးဖူးတယ်။ အနဲ့က ဖွေးတယ် ခြင်လည်း ပြေးတယ်။ ပြဿနာက လိမ္မားခွံးကို တစ်ချိန်ထုံး ကောနာလေးနဲ့ကိုင်ပြီး ပီးရှိုးပေးနေရတဲ့အကြားပဲ။

(၂) ခြင်ထောင်ချုပြီး ခြင်ထောင်ထဲမှာ စာကျက်တဲ့နည်း

အဲဒီနည်းက လျှပ်စစ်ပါး ဒီမှုပဟုတ် inverter ပါးနဲ့ အန္တရာယ်ကင်းမယ်။ အများအာမြင့် နယ်က အိမ်တွေတာ inverter သုံးကြတဲ့လေ။ ဖယ်ရှင်းတိုင်ပါးကို သုံးနေရတဲ့ အရှင်မှာ ခြင်ထောင်ထဲကနဲ့ စာကြည်ဖို့ဆိုတာ အန္တရာယ် ကြီးပါဘိသာနဲ့။

(၃) ခြင်ပတိက်တဲ့ လိမ္မားဆိမ်းပြီး စာကျက်တဲ့ နည်း



နိုင်ငံပြားကလာတဲ့ ညျှစ်ဆေးဘူးလေးတွေကမြင့် တကယ်အစွမ်းထောက်ပါရဲ့။ အနဲ့ကလေးက လည်း သင်းသင်း ဖွေးဖွေးလေး၊ ရျေးကတော့ ကြီးလျှတယ်။ ဒီပေါ်မယ့် ဒီ ကိစ္စကို အန်တို့တော် ထားပါကျယ် စာကျက်တဲ့ ကလေးအတွက် ဆုချုပ္ပာဒေါ် ပတ္တ်ဘူးလား။

ခြင်နဲ့ပတ်သက်တဲ့ ပြဿနာကို သမီးပြောသူများ သမီးကို ပြောပြုစရာတစ်ခုရှိုးသေးတယ်ဆိုတာ အင့်ကဲ့သတိကဲ့ သွားတယ်။

ရေဆိုး အညွှန်

ရေဆိုးရေညစ်နဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အကြောင်းပေါ့။

ရေဆိုးရေညစ်ဆိုတာ လူတွေက သုံးပြီးတဲ့နောက် စွမ်းပစ်လိုက်တဲ့ ပြန်ထွက်လာတဲ့ ရေအမျှအတားကို ခေါ်တယ် Waste Water ပေါ့တွေယ်။

Water conditioning တို့ Waste Water treatment

တို့ဆိုတဲ့ စကားလုံးတွေကို သမီးကြားဖူးလား။ Water conditioning ဆိုတာ သဘာဝရေကို သုံးခွဲလိုရတဲ့ အကြောင်းအနေထိ သန့်စင်အောင် ပြုပြင်ပေးတာ။ အဲဒီလို conditioning လုပ်ပေးတဲ့နေရာမှာ အဆင့်နှစ်ဆင့်ရှိတယ်လို့ အလွယ်မှတ်လို့ ရရှိနိုင်တယ်။ တစ်ဆင့်က softening လိုပေါ်တဲ့ ရေဓာတ် ရောွှက်ဖြစ်အောင် ထတ်ဆားတွေ ဖယ်ထုတ် ပေးတဲ့နောက်တစ်ဆင့်က Purification လိုပေါ်တယ်။ သန့်စင်တဲ့ရေကို ရအောင် ရောင်းတွေ ဖယ်ထုတ်ပေးတဲ့ နည်းပဲ့။

Water conditioning နဲ့ ပတ်သက်လို့ မြန်မာ့ရှုပ်ပြင် သံကြားမှာ စကားခဏ္ဍပြုလေ့ရှိတဲ့ သတ်းကြော်နှာလေး တစ်ခုတော့ ရှိတယ်။ ရေဖြန်ပြုးပေးဝေတဲ့စနစ်ကို အပိုင် အမြတ် ရှင်းပြပေးထားတာလေး။

သောက်သုံးရေအတွက် ရုသောင်းတဲ့အခါး Surface Water လိုပေါ်တဲ့ မြစ်၊ ဧရား၊ အင်းအိုင်စတဲ့ မြေ၊ မျက်နှာပြင် ပေါ်ကရေး၊ Ground Water လိုပေါ်တဲ့ မြေအောက်ထဲက ရတဲ့ အရိစိရေး၊ နှစ်မျှုးလုံးကို ရုသောင်းရတ်တယ်။

Surface Water (မြစ်ဧရားကရတဲ့ရေ)ဟာ အများ အားဖြင့် ရောွှက်ဖြစ်ပေယ့် Ground Water (အရိစိရေး) ကျတော့ မြေနေရာအသကိုလိုက်လို့ ရေဓာတ်ဖြစ်နေတာမို့ ကြိုတွေ့ရတ်တယ်။ အဲဒီအခါး ရေဓာတ်ကို ရောွှက်ဖြစ်အောင် ပြပြင်ယူမှု စက်ရှိမှာသုံးလို့ရတာမျိုး၊ ရှိုက်တယ် ဥပမာ - အဝတ်လျှော့ အခြောက်လုပ်းပေးတဲ့ ကိုရုံးတွေ ချည်မှုပ်နဲ့အထည်ရက်လုပ်တဲ့ စက်ရှိလို့အတွက်မျှပေါ့လေး။

ရေနီး ဧည့်

ဘယ်ရေအမျိုးအစားပဲဖြစ်ဖြစ် သောက်သုံးစွဲ သင့်  
တော်တဲ့အဆင့်ကို ရှုံးဆိုရင် ရေမှာပါတဲ့ ဓာတ်ဆားတွေကို  
ဖယ်ထုတ်ပစ်ရလိုပုံပယ်။ မဂ္ဂနီသီယပ်နဲ့ ကယ်လ်သီယပ်  
ကာဗွန်နိတ်တွေကို ဖယ်ခြင်း၊ ဆာလမိတ်တွေ ကလိုနိုင်တွေ  
ကို ဖယ်ခြင်း၊ ဖော့ဝိတ်တွေ သီလိကာတွေကို ဖယ်ခြင်း  
မှားပြုပ်စက်ရုံမှာသုံးတဲ့ သန့်စင်တဲ့ရေဆိုရင် သံဓာတ်ကိုပါ  
ဖယ်စွဲ ကုသရသတဲ့။

Purification လိုပေါ်တဲ့ သန့်စင်ပေးခြင်းအဆင့်  
ဆိုတာကတော့ ရေမှာပါတဲ့ရောရီတွေကို ဖယ်ပေးတာပါပဲ။  
Chlorination လုပ်တဲ့နည်းက တော်တော်အွမ်းထင်ပါ  
တယ်။ Chlorine နဲ့ ကုသခြင်းဆိုပါတော့၊ သထဲကို ပြတ်စေ  
ခြင်း၊ ကျောက်မီးသွေးကို ပြတ်စေခြင်း၊ လေနှင့်တိုက်နှုတ်  
တွေ့ထိပြီး လေသလပ်စေခြင်း (Aeration လိုပေါ်တယ်)  
အဲဒီနည်းတွေနဲ့ အော်ဂဲနှစ်ဓာတ်ပေါင်းတွေကို ဖယ်ထုတ်  
ပေးနိုင်တယ်။ တရာ့ပို့စွားလေးတွေ (Micro organisms)တို့  
ဖယ်ထုတ်ပေးနိုင်တယ်။ အဲဒီ Water Conditioning ပါပဲ။  
အန်တိ အမိကပြာချင်တာက Waste Water Treatment  
ပါ။



ခြင်ကိုက်ခံရတဲ့ဒုက္ခာကို ပေးနေတဲ့ ရေဆိုး  
ရေည်တွေဟာ ခြင်အန္တရာယ်လိုပဲ ဓာတ်  
စရာကောင်းတဲ့ တရာ့ရောရီတွေကိုပါ  
ပေးနိုင်တယ်သို့ရဲ့။ ဝင်းလျှော ဝင်းပုံက်  
ရောင်း အသည်းရောင်အသားဝါရောင်း၊ အုပောင်  
ငိုးဖျား တိုက်နှုတ်ရောင်း စသာပြု၏ ရေ့နဲ့ ပတ်သက်လို့  
ကူးစက် ပြန်ဖွားတဲ့ရောင်းတွေအပါအဝင် အဆိပ်အတော်  
အန္တရာယ်တွေ အစုံပါပဲ။

ဒီဓာတ် Waste Water Treatment အဓာတ်၏  
ပြာချင်တာ၊ ရေဆိုးရေည်ကို စွဲနှစ်တဲ့အဲ့မှာ ပတ်ဝန်းကျင်

တို့ အစွဲရှာယ်ပြုအောင် အဆင့်ဆင့်ကုသပြုပြန်ပြီးမှ စွဲနှင့်  
ပစ်တာကို Waste Water Treatment လို့ ခေါ်တယ်။

ဟိုးရှေးရှေးတွေနှင့် လူအည်စာကြေး အမိုက်  
သရိုက် နဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်က စွဲနှင့်ပစ်ပွဲည်းတွေကို ကုသ ပြုပြင်  
တဲ့ နည်းက မြစ်ထပ်လယ်ထဲ ပစ်ချုတဲ့နည်းတဲ့ တော်တော်  
လွယ်ကူတာပဲနော်။ ဟုတ်မှာပေါ့ သမီးရယ်၊ တိုတွေ့က  
လူဦးရေကလည်း တော်တော်နည်းတယ်။ မြစ်ချောင်းတွေ  
ပင်လယ်သမ္မဒ္ဒရာတွေဟာလည်း သန့်စင် နေသေးတာကိုသာ

အခုတော့ တစ်နှစ်ထက်တစ်နှစ် တိုးပွားလာတဲ့  
လူဦးရေဟာ မနည်းတော့ဘူး။ မြို့တော်ကြီးတွေမှာ လူဦးရေ  
ထူထပ် ညာပ်သိပ်ကုန်ပြီ။ အည်စာကြေးရေတွေဟာ အရင်  
ထက် အဆမတန် များလာလို့ စွဲနှင့်ပစ်တဲ့နေရာမှာ ခက်ခက်ဖြင့်  
ပြု အော်အား သန့်စင်တဲ့ သောက်သံးရေ မလုံလောက်တော့ဘူး  
တဲ့။ အော်ထဲမှာ အဆိုးဆိုးကတော့ အပူပိုင်အသေက မြို့ကြီး  
တွေပါပဲတဲ့။

WHO က တွေ့ထားတဲ့ စစ်တပ်းတပ်ခုအရရှိရင်  
တတိယက္ဘာ နိုင်ငံတွေရဲ့ မြို့ပြုရရာနှင့်ဟာ ရေပရတဲ့  
ပြဿနာကို ရင်ဆိုင်နေရသာတဲ့။ အန်တိက ရေရှေးတဲ့နေရာမှာ  
နေခဲ့ရပူးတော့ ရရကို အလဟယ်ဖြေားတိုးနေတဲ့ တရီး  
မြို့တော်သူ မြို့တော်သားတွေကို မြစ်ရင် ရင်ထဲမှာ တော်တော်  
နာကျင်ရတတ်တယ်။ အန်တိတို့ အရေးတောင် အာရုံ မှာ  
မြို့ပြုလူဦးရေရဲ့ ရေရှေးနှင့် သောက်သံးရေ လုံလုံလောက်



၁၃  
များ အောင်

လောက် မရှုဘူးတဲ့။ အာဖရိကမှာ လူဦးရေ ၃၈၈၄၉၆၅တော်သိန့် မသန့် စင်ဆေးပို့ အခွင့်အရေးမရဘဲ ရေဆိပ်းရော သောက်သုံးနေရလို့ ရောင်းတွေ ပြစ်နေရသတဲ့။

အန်တိတိနိုင်ငံမှာရော အဲဒီအန္တရာယ်တွေနဲ့ တင်ရဲ့လာ။

တိဘိရောင်းနဲ့ အဆုတ်ရောင်းတွေ တစ်စိန်းတစ်စိန်းပြိုးလာတာဟာ လေထုည်ညွှေမှုကြောင့် ဆိုရင် ၀၇၈ ရောင်းတွေ၊ အသည်းရောင်အသားဝါရောင်းတွေ၊ ငှက်ရားရောင်းတွေ၊ တိုက်ဖိုက်ရောင်းတွေ ပြန်ပွားလာတာတာ ရေထုည်ညွှေမှုကြောင့်ပေါ့ သပိုးရယ်။

ရေထုက ဘာကြောင့် ည်ည်းရသလဲ။

စွန်ပစ်ပစ္စည်းတွေ၊ လူအည်းအကြေးတွေ၊ စက်ရှုံးလုပ်ငန်းသုံး၊ အည်းအကြေး၊ အဆိပ်အတောက်တွေက အန်တိတိ သုံးနေရတဲ့ ရေထဲကို ရောက်ကုန်ကြလိုပဲဖော်။

မိုင်ငံတိုင်းမှာ တော်ဗျာနဲ့ မြို့သေးသေး ကလေးတွေမှာ ကျော်မာရေးနဲ့ ညီညွှတ်စေစိုး ရေဆိုး မြှောင်းစနစ်၊ ပိုလှာစနစ်တွေ ပရှုံးကြဘူး။ မြို့ကြေးတွေမှာသာ ရော်ဗြားစနစ်၊ ပိုလှာစနစ်တွေရှိတာ။ ဒီတော့ တော်ဗျာ နဲ့ မြို့သေးကလေးတွေဟာ ရေဆိုးမြှောင်းနဲ့ ပိုလှာမြှောင်း အပြော် သူတို့အနီးက ပြစ်တွေရောင်းတွေကိုပဲ အသုံးပြုကြရတယ်။

ရောဝတီပြစ်မှာ ဖော်တော်၊ သတော်နဲ့မှား တစ်ဇွဲ ခရိုးလောက် သွားပိုရင် ပြစ်ကိုးပါးက လူနေအိမ်တွေရဲ့ အိမ်သာတွေဟာ မြှုပ်ရောပြင် အထက်မှာ တံတားလေးထိုးပြိုး ဆောက်ထားတဲ့ အိမ်သာတွေချည်းပဲ။ ရောဝတီပြစ်တာ သူတို့အတွက် အကောင်းဆုံးနဲ့ အကုန်အကျ အနှံ့ဖုန်း ပိုလှာစနစ်ကြေးပေါ့။

အဲဒီအိပ်သာတွေရဲ့ အောက်ဘက်ကျကျ ပြစ်တင်အဲ မှာတော့ လုတာချို့ ရေဆိုးနေကြတာ ပြုလုပ်ယ်။ အမျိုးသေးတွေ

၁၃၇ မျဉ်

အဝတ်လျှော်နေတာ မြင်ရမယ်။ ဒါဟာ အပြစ်တင်လိုပရတဲ့  
ပြစ်တည်မှုတင်ချပဲ။ ရေဆိုးမြောင်း၊ ပိုလွှာပိုက်တွေ မရှိတူး  
လေ။ ယင်လုံအိမ်သာတွေအောက်ဖို့ အိမ်သာတွင်းကို အဖုံး  
ဖိုးထားတဲ့ ရေလောင်းအိမ်သာအောက်ဖို့ အဆင့်တွေဟာ  
မြည်မြည်နဲ့မြိတ်ရှည်ရှည် စောင့်ယူရမယ့်အဆင့်တွေ။

က... မြို့တော်ကြီးတွေယူရော၊ ရေဆိုးမြောင်းနဲ့  
ပိုလွှာစနစ် ဘယ်လိုအခြေအနေတွေ ရှိသတဲ့လဲ။

မြို့တော်တင်ချပဲ၏ ကျွန်းဟရေးနဲ့ ပြည့်စုစွာ တိုးတက်  
မှုဟာ အဲဒီနိုင်ငံရဲ့ စီးပွားရေးအခြေအနေပေါ်မှာ လုံးဝ  
မှုတည်နေတယ်။

မြို့တည်ကတည်းက ဖောက်ထားတဲ့ ရေမြောင်း  
(Ditches) တွေ၊ ရေနှုတ်မြောင်း ဒါမှုပဟုတ် ရေဆိုးမြောင်း  
(Drains) တွေ၊ ပိုလွှာပိုက်စနစ် (Sewage) တွေ အဲဒီတွေကို  
ပြပြင်ထိန်းသိမ်းစို့ ငွေကြေးမလုံလောက်ရင် မြို့တော်၏ ကျွန်း  
ဟရေးဟာ အားရဓရဘာ ဘယ်ကောင်းတော့မလဲ။

ပထာဏသင့်အနေနဲ့ အိမ်တိုင်း အိမ်တိုင်းရဲ့ရှေ့မှာ  
ဖောက်ထားတဲ့ရေမြောင်းဟာ အမြှတ်မှုပ် နေရ<sup>၁</sup>  
မယ်။ ရေမြောင်းထဲက ရေတွေဟာ စီးနေရမယ်။ ရေစီး  
နေဖို့ဆိုရင် ရေထဲမှာ အမိုက်သရိုက်တွေနဲ့ ပြည့်ကျပ် ဆိုပိတ်  
ပနေစို့ အရေးကြီးတာပေါ့။ အမိုက်တွေနဲ့ဆိုပါနေဖို့ကလည်း  
အိမ်သူအိမ်သားတွေက စည်းကမ်းရှိရှိ၊ အမိုက်ကို အမိုက်  
နေရာမှာ ပစ်ပေးမှု၊ ဒါမှုပဟုတ် မတော်တဆုံး မြောင်းထဲ  
ရောက်လာတဲ့ ဥက္ကာပစ်အမိုက်ကို မြောင်းထဲကနေ ဆယ်ယူ  
ပေးမှု ပြစ်မှာပေါ့။ တစ်ပေါ်သာက်ချမ်း တစ်အိမ်ချမ်းစိုက တာဝန်  
သိသိ ထိန်းသိမ်းစောင့်ရွောက်ရင် စည်ပင်သာယာဌာနအတွက်  
လည်း ဝန်ပေါ့မယ်၊ ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်လည်း ကျွန်းမားရေးနဲ့  
ညီဗျာတ်မယ်။

လူဦးရေ ပြည့်ကျပ်လာတဲ့အခါ ဒွှေ့ပစ်ပစ္စည်းဟာ

ဆယ်ဆ၊ ဆယ့်ခြားကိစာတော်ပြု။ ဆိုဖို့  
အရင်တုန်းက ပေအိတ်ပေါ်သယ်ပတ်လည် မြှုတွက်နှာ  
အိမ်တစ်အိမ်ရှိတယ်။ အဲဒီအိမ်မှာ မိသားစုံပေါ်ရှိတယ်  
ထား ခွန့်ပြစ်ပစ္စည်နဲ့အည်းအကြေးဟာ လူ ငါးယောက်စာပဲ  
ထွက်မှာပြု။ ဟော.. အခု အဲဒီမြေနေရာမှာ ရှစ်ထပ်တိုက်  
တစ်ခု ဆောက်လိုက်တယ်။ ရှစ်လွှာမှာ ဟိုဘက်ခန်း သည်  
ဘက်ခန်း လုပ်လိုက်တော့ ဆယ့်ခြားကိစာတော်ခန်း ပြစ်သွားတယ်။  
အိမ်ထောင်စု ၁၆၅ နေကြောတယ်။ အရင်က လူ(၅၀)ယောက်  
၏ အည်းအကြေးတွေ ရှိလာတယ်။

  
မြို့ထက် မြို့ညီထင်မှာနေရတဲ့ အန်တို့သူငယ်ချင်  
တစ်ယောက်ဆိုရင် သူတို့တိုက်ခန်းရဲ့ နောက်အေး လမ်းကြေား  
ကလေးဟာ အမိုက်သရိုက်တွေနဲ့ ရောငြားတွေဆိုပို့တဲ့ ရှေ့  
တွေ လျှော့နေတာပဲ။ ဓမ္မဗျိုက်တွေ၊ စားကြွေး၊ စားကျွို့တိုက်တွေ  
ကြိုပြုကြိုပြုတို့ကိုတွေ ပေါ်လောများလို့။ သူတို့ နောက်  
အေးတံ့သီးကို အမြှုပိုက်ထားရတယ်။ ပြတ်မှာလည်း သံဆန်  
ကာ တပ်ထားရတယ်။ အပေါ်ထင်တွေက ထမ်းဟန်တွေ  
သွန်ချာ ဆံပပ်ခြော်တွေ သွန်ချာ၊ ရောလိုးတွေသွန်ချာ လုပ်လွန်း  
လို့တဲ့။ အန်တိုက် အကြော်ပေးပိုတယ်။ ‘အဲဒီနောက်အေး  
လမ်းကြေားကို အမိုက်တွေရှင်းပြီး ရောငြားတွေ  
ဟောက ကွန်ကရ်စ်ခုပစ်လိုက်ပါလာ’ လို့  
သူက ဘာပြောတယ်မှတ်လဲ။

‘လွန်ခဲ့တဲ့သုံးလေးနှင့်က တစ်ခါ ငါးတို့ ကွန်ကရ်စ်  
ခုပစ်လို့သား၊ ရောငြားလဲ ရှင်းခဲ့ပြီးသား အခု ထင်  
ပြစ်တာ’တဲ့။ အံ့ပြုကိုခိုင်ဖွံ့ဖြိုးပါ။ သူငယ်ချင်က စိတ်သူ၏  
နေလေရဲ့။ အဲဒီနောက်အေးလမ်းကြေားကို ထပ်ပြီး ပြိုမြဲနဲ့  
တစ်လမ်းလုံးက တိုက်ခန်းတွေ ညီညာတွေ လာသောတွေ  
ပြစ်မှာတဲ့။ ငွေကြေားသိန်းနဲ့သိပြီး ကုန်ကျော်တဲ့။ တရာ့

အမိန့်ကိုသာ ပစ်စလက်ဆတ် ပစ်ကြတာ သန္တရှင်းရေး ကျ  
တော့ သူနဲ့မဆိုင်သလိုပဲတဲ့။ တကယ်တမ်း ပတ်ဝန်ကျင်ကို  
ညံပတ်စေတာက သူတို့၊ ဒါပေမယ့်ထိခိုက်တာက မြေသိ  
ထပ်မျာဖော်တဲ့ တြေားအိမ်ထောင်စုတွေ။ ကဲ ဘယ်လေက  
စိတ်ညွှန်စရာကောင်းလဲနော်။

ဒီလိုလမ်းမျိုး ဒီလိုအိမ်ထောင်စုမျိုးတွေကြာ့ပဲပေါ့  
မိုးရာသီမှာ မိုးရှတ်တရာ် သည်သည်းထန်ထန် ရွာတဲ့အခါ  
ရေတွေကြီးပြီး လမ်းတစ်လမ်းလုံး ရှေ့လွှမ်းကုန်တတ်တာ။  
ကားလမ်းပေါ်မှာ ရေတွေခြေမျက်စီမကဘူး၊ ခြေသလုံး  
အလယ်လေက်ထိရောက်အောင် ဖုံးလွှမ်းနေရတာ။ မိုးရော  
တွေက အည်းအကြေး ရေပုပ်ရောဆိုး တွေနဲ့ရောလို့ ချုံစုံ  
ကြီးပေါ့ သမီးရယ်။ မိုးလွှာပျက်နေတဲ့ တိုက်တွေမှာမှာဆိုရင်  
အဲဒီရေထဲမှာ လူမစင်တွေလည်း ပါမှာပေါ့သမီးရယ်။ အဲဒီ  
ရေထဲကနေ ပြတ်သွားတဲ့ကားတွေမှာ ဘီးတွေ ကားကိုယ်  
ထည့်အောက်ပိုင်းတွေ ပေကျုမယ်။ ရောဝါပိုးတွေကပ်မယ်။  
အဲဒီရေည်ပေကျုမှုကို အိမ်ရှေ့မှာ ရော့ကိုနဲ့ ပြန်ဆေးချုရင်  
တြေားက ရောဝါပိုးတွေက ကိုယ့်အိမ်ရှေ့ရောက်လာမယ်။  
ဒါမှာဟုတ် အဲဒီ ရေလျှော့တဲ့လမ်းမှာ ခြေလျှင်လျှောက်သွားကြတဲ့  
လူတွေမှာတော့ စိန်၊ ခြေထောက်၊ ခြေသလုံး၊ ထမိုး  
ပုံဆိုးနဲ့ ဘောင်းသိအဖြားတွေမှာ ရေည်တွေ ပိုမယ်  
အဲဒီ အည်းအကြေးဟာ ကိုယ့်အိမ်အထိ ပါလာ  
မယ်။ ဒီလိုနည်းနဲ့ ရောဝါပိုးဟာ တစ်ဇန်နဝါရီ  
ကနေ အြေားတစ်နေရာကို ဖော်တော်ကားနဲ့ကို  
ခုန်ကူးကုန်ကြတာပေါ့။

မိုးရွာလို့ ရေလျှော်တယ်ဆိုတာ မိုးရော စီးဆင်းရယ်ပုံ  
ခြောင်းတစ်ခုခုမှာ ရေသွားလို့မရအောင် ဂိတ်ဆိုးနေလို့ပေါ့။  
တြေား ဘာအကြောင်း ရှို့ဦးမလဲ။ ရေဆိုးပြေားထပ်မှာ



ရေမဟုတ်ဘူး တမြေးအခိုင်အခဲ ပစ္စည်းကြီးတွေ ရောက်နေ  
လိုပဲပေါ့။

ရေဆိုးမြောင်းတစ်ခု ပိတ်ဆိုခြင်းဟာ အဲဒီအနီး  
အနားက အိပ်တွေ၊ စည်းကမ်းမရှိလို လို ယောကုယျမြောလို  
ရုပေမယ့် တစ်ခါတစ်ခါကျတော့ သဘာဝဘေးအန္တရာယ်  
ကြောင့်လည်း ပိတ်တတ်တယ်။ မိုးရွာတဲ့အခါ မိုးရေနဲ့အတူ  
လမ်းပေါ်က သဲတွေ၊ မြေကြီးတွေ ပိုးဝင်ပြီး မြောင်းထဲတို့  
ပါပါကုန်တာမျိုး၊ ကြာတော့ မြောင်းထဲမှာ သဲတွေ၊ ၌ ၌ တွေ  
ပြည့်သွားတာမျိုး၊ ပြစ်တတ်တယ်။ အဲဒီအခါမှာ ရေစီး သွားလို  
မရတော့ဘူး။ အဲဒီပိတ်ဆိုမှုအတွက် အကောင်းဆုံး မြှောင်း  
နည်းကာတော့ ကိုယ့်နိုင်ရှေ့က ရေဆိုးမြောင်းကို ကိုယ်ကိုယ်  
တိုင် ပေါက်တဲ့၊ ဝေါ်ပြားနဲ့ ပြန်သယ်တဲ့နည်းပါပဲ။

ဝေါ်ပြားနဲ့ အထဲက သဲမြော၊ အဲမှုမဟုတ် အဖို့တ်တို့  
အစာအနတွေ၊ သစ်ရွှေက်မြောက်၊ သစ်ကိုင်းမြောက်တွေတို့  
ကော်ယူပြီး မြောင်းသောမှာ ပုံထားလို ရတယ်။ နေ့ပုဂ္ဂိုင်  
အဲဒီပစ္စည်းတွေက မြောက်သွေးသွားတယ်။ အဲဒီ ကျမှ အဖို့က်  
အဖြစ် သွားပစ်ရမှာပေါ့။ အဲဒီက ရေဆိုးမြောင်း ရောက်  
မြောင်းစနစ် ဖောက်ထားတဲ့ မြှုပြန်ရာတွေအတွက် မြှော  
တယ်။ ရေဆိုးမြောင်းကို ပုံစံတဲ့နောက်တွေမှာတော့ ရေ  
အည်းအကြေးဟာ အိပ်ရဲ့နောက်ဖော်မှာ၊ ရေအိုင် အဖြစ်  
ပေါ်ပေါ်ပါပဲး၊ နေ့ပေါ်တွေ့ပဲ့။ ပြစ်ချောင်းနား နီးတဲ့အိုင်တွေ



၁၃၆ လျဉ်

မြစ်ချောင်းရေတဲ့ ကိုယ့်အည်စာကြားရေး စီးပွားသွားလို စိတ်ချုပ်သာဦးပယ်။ (မြစ်ရေည်ညွှန်စာတော့ သူတွေး ပူးစွေစရာ မလိုဘူးပေါ့လေ) မြစ်မနီး ချောင်းမနီး ကုန်းခေါ် ခေါ်မြေပြန်မှာ ရေဆိုးရေည်တာ ကိုယ့်အိမ် နောက်ဖေးက လွှဲပြီး ဘယ်မှုပါသွားတော့ဘူး။ ခြင်တွေ ပေါက်ဖွားတာလဲ ဒီကပဲ။ ယင်တွေ အဓာတ်တဲ့ စားကျက်လဲ ဒီနေရာပဲ။ ကိုယ့်အိမ်မှာ ကြုံကို ဝက် အကောင်းလောင်တွေ မွေးထားရင် အဲဒီအကောင်လေးတွေ တစ်စွဲစွဲနှင့်ပြီး အဓာတ်တာလဲ ဒီနေရာပဲဖြစ်မယ်။

သမ္မတရာထဲကို  
နီးဝင်လာတဲ့  
သို့ရော်တွေဟာ  
အယ်လ်ဂေးရော်၌  
တွေကို  
ဖွားမှုပေးစေတယ်  
အဲခိုအဲ  
မြန်မြည်တွေကို  
ရော်ပြင်က  
နှုန်းကိုတို့လိုက်လို့  
သမ္မတရာရော်ကိုထဲကို  
မြန်မြည်ခြား  
အောက်နိုင်တော့ဘူး  
အဲခိုအဲကျား  
အလင်းမရှိရင်  
အသက်မရှုရင်နိုင်တဲ့  
ရောအောက်  
သတ္တဝါးလေးတွေ  
သေကုန်ကြတော့ဘာယ်

အင်း ဒါပေမယ့် လျှော့နေတဲ့ ရေဆိုးမြောင်းတွေ၊ ကြိုးကြိုးအိတ်၊ ထမင်းတင်းအကျိုး အမိုက်သရိုက် တွေ ပေါ်လောများနေတဲ့ နောက်ဖေးလမ်းကြားတွေ အဲဒီတွေဟာ ရွှေ့စရာ၊ ရောင်ကူးစက်မေတ်တဲ့ ကြောက်စရာနေရာလို့ မမြစ်ကြတဲ့သူတွေလည်းရှိပယ် သမီးရဲ့။ တစ်ခါတစ်ခါတော့ အန်တို့ က ဆရာဝန်ပြုခဲ့ပူးလို့ သည်းသည်းလှုပ်နေတာများလား အန်တို့မှာ အသည်းရောင်အသားဝါရောင် ကူးစက်ခံရပူးလို့ အစွဲအရာရာ ပုံကြီးချွဲ့ နေပိတာများလားလို့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပြန်သန်စင်ကြည့်ချင်ဖို့လာအောင်ပဲ လမ်းပေါ်ထိ လျှော့နေတဲ့ နံပေါ်နေတဲ့ ရေပြုရော်တွေ အမိုက်သရိုက်တွေနားများပဲ အကြော်တဲ့လေးထိုးပြီး အကြော်ရောင်းနေတာလဲ ပြင်ရတတ်တယ်။ အဲဒီမြောင်းပေါက်ချို့ခြား လက်ဖက်သုပ္ပ၊ ရှင်းသုပ္ပဆိုင် ငင်းထားတာလဲ မြင်နေရတတ်တယ်။ လာရောက် စားဆုံးသူ ပြည်သူတွေကိုလည်း မြင်နေရတော့ အုံသုခိုးကျူးရာလား ပုံးတာများရာလား၊ သူတို့ ဘာမှုပါမြစ်တာကို ကြည့်ပြီး ငါထင်သလောတ် ရောင်းထိုးတွေ ပြန်မနေပါဘူးလေ ထို့ စိတ်သက်သာရာ ရှု ရမလား မတွေးတတ်အောင်ပါပဲ။

အမိုက်ပုံကြီးကို ကျောပေးပြီး ပုန်းဟန်အေးဆုံး တည် ထားတာမျိုး၊ လက်ဖက်ရည်ဆိုင် ငင်းထားတာမျိုးကဲလည်း

## အနိုင် ဇည်

မရှာဘုံး သပိဒရော မိုးပွားရောတာ ကိုယ့်အသက်ရှုပ်ဖူး  
အတွက် အရေးကြီးတာကိုး သပိဒဲ့။ ဒီကိုစွာတာ အမိတ်  
သရိက်နဲ့ သုခြံသား ရောလိုးရောသံပဲ ရှိသေးတယ်။

မိုးလွှာရောလိုးရောသံက နောက်တစ်ရှုံး

မိုးလွှာရောလိုးရောသံက မြို့တစ်မြို့အရေး  
အကြီးဆုံးအဖြစ် ထိန်သိပ်သာင့်တဲ့ စွမ်းပစ်ပစ္စည်းလော့။

အန်တိတို့ယ်တုန်းက ရော့ချောင်းမှာ လွှေတွေ  
ဟာ မိုးလွှာကန်၊ အည်းအကြေးကန်တုန်းဦး ရောလောင် အိမ်  
သာ မလုပ်ကြသေဘုံး။ အိမ်သာအောက်ဖတ်ပုံ၊ အလိုင်း  
လိုဒေါ်တဲ့ သတ္တုလာက်ဆွဲပုံးကို ထားမြှောက်တယ်။ လွှေမစ်ဆတွေ  
ကျပ်ကြီးတွင်ယ်တွေဟာ အော်ပုံးထဲကို ရောက်တာ၊ အော်ပုံး  
ကို ညည်ထိုရင် မိုးလွှာကားနဲ့ လာပြီး ကျိုးကြတယ်။ ညာ  
(သာ)နာရီလောက်လို့ ထင်တယ်။ ရပ်ကွက်ထဲကို မိုးဖေား  
ကြီး လာတဲ့အခိုင်ခိုင် ကာဆက်သံ၊ ကာအတွန်သံ ဤအဆုံး  
လည်ဘုံး၊ အနုရှိပိတာနဲ့ သိတယ်။ အိမ်တွေခဲ့ အိမ်သာအွောက်  
မိုးပုံးတွေကို ကာဆထဲကို သွန်ပေးရတဲ့အလုပ်တို့ ဘယ်ဘူး  
ကများ လုပ်ချင်မလဲလို့ အန်တိ ကလေးဘာဝတို့တာ တွေရှုံး  
တယ်။ အန်တိတို့ ဖော်ပေး

ကတော့ ကလေးတွေကို  
မြှုပ်နောက်ရှင်ရင် နှင့်  
တို့ စာကြိုးစားအော်၊  
စာ မတတ်ရင်  
မိုးလွှာကျျှေးတဲ့လူ  
လုပ်နေရမယ် လို့  
ပြောလေ့ ရှိတယ်။  
အန်တိက လုလည်  
ပဲ၊ ဘယ် မိုးလွှာ  
ကျျှေးလို့ မလဲ။

အနိုင် အညွတ်

‘မှန်ပြစ်သလက် ရောင်းစားများပေါ့ ဖော်လျှော့လို့ ချက်ချင်း  
ပြောလိုက်တယ်။ ပော်က ရှယ်လိုက်တာလေး။  
‘အင်း ကြီးဘွားရှိုးမယ်’တဲ့။

အခုတေဘာ့ ပြုတွေ့မှာ ပို့ဆောင်ရေးတဲ့စနစ် ပို့ဆောင်ရေးဘဏ်။  
ဒီပေါ်ယုံ ပို့ဆောင်ရေးကြေးကို ပြစ်ထဲ၊ သမုဒ္ဒရာထဲ  
ပစ်ပချစ် လက်ခံရတဲ့ရေပြင် အန္တရာယ်နည်းအောင် ပြပြင်  
ကုသရတဲ့ဇာန် ဝက်ရုံကြီးတွေ့တေဘာ့ ရှို့နေရှိုးမယ်။ လူတွေ  
စတင်စွန်းဇာသူ၍ ကာလပတ်လုံးပေါ့။

အိမ်တိုင်းအိမ်တိုင်းရဲ့ ပို့ဆောင်ရေးဘဏ် ပို့ဆောင်ရေးဘဏ်  
စစ်တဲ့ကန်ပြေစ်ပယ်။ အဲဒီကဝစ်ပြီးသား၊ ပို့ဆောင်ရေးဘဏ်  
စည်ပင်သာယာ ပို့ဆောင်ရေးလိုင်းထဲကို ရောက်မယ် အဲဒီ ပိုက်  
လိုင်းတွေ့ဟာ ပြုတော်လျှော့ ပြုအောက်မှာရှိုးမယ်။ ဒါ ပိုက်လိုင်း  
တွေ့ဟာ ရော်စောင့်ရေးဘဏ် ကုသရတဲ့ဇာန် Waste Water Treatment  
Plant ဆီကို ရောက်မယ်။

သူတို့ဆို ရော်ည်းမှုအတွက် ဥပဒေတွေ တစ်  
ခုပြီး တစ်ရု ပြောန်းအောက်တယ်။ ဥပမာ ၁၉၄၈ ခုနှစ် တက်ချုပ်  
ရော်ည်းမှုဆိုင်ရာဥပဒေ၊ ၁၉၅၂ ခုနှစ် ရော်ည်းမှု  
ထိန်းသိပ်နှင့် အတိုဥပဒေ စသပြုခဲ့ပဲ့။

ပို့ဆောင်ရေးဘဏ်လို့ သည်အတိုင်း သမုဒ္ဒရာထဲ စွန်းယပ်ကြခဲ့  
ဥပဒေတွေထဲတို့ယားကြရပဲ့။ အဲဒီအတွက် ပို့ဆောင်ရေးကြော်  
ကုသရို့ အကောင်းဆုံးနည်းစနစ်တွေကို သုံးအော်ကြပြီးပေါ့။

ပို့ဆောင်ရေးဘဏ်လို့ ကုသရှိပြုပို့ဆောင်ရေးနှင့် ရှို့နို့တယ်  
ပို့ဆောင်ရေးအပေါ်မှာ ပေါ်လောက်နေမယ် အဆိုင်အဆဲ အညွတ်  
အကြောင်းတွေလျှော့ ပောအေး ပို့ဆောင်ရေး အောက်နောက်ပစ္စည်း  
တွေကို ပို့ဆောင်ရေးအောက်ဆိုင်ရာ အောက်ဆိုင်ရာ လိုအပ်မှု ပောအေးလို့  
ပြောလို့ရတယ်။

လောလောဆယ် ပို့ဆောင်ရေးကုသရတဲ့ အဆင့်အမြန်  
သုံးဆင့်ရှို့တယ်။ ပထမဆင့် (Primary) လိုတဲ့ ရှုပ်စွဲ၏

အန္တာ ဇန်.

ပြပိုင်ကုသမှု ဒုတိယအဆင့် (Secondary) ဆိုတဲ့ ဒိုဝင်ဘူး ပြပိုင်ကုသမှုနဲ့ တတိယအဆင့် (Tertiary) ဆိုတဲ့ အဆင့်ပဲ။ သုတိနှစ်ပါက မိုးလျှော့ပြပိုင်ကုသတဲ့ ဓကိုရီတိုးဆွဲယာ ရေရှာဖာကြိုးကြိုးတွေ သမီးပဲ။ သမုဒ္ဒရာ ကပ်စပ်ပှု အောက် ထားကြတာ။ ပထားဆင့် (Primary) ပှု စင်အနိုင်အခဲတွေ ကို ၃၀ ရက်နှင့်ကေနဲ့ ၆၀ ရက်နှင့်အထိ ဖယ်ရှာသေတဲ့ ဒီအည် နဲ့ ဒိုဝင်ဘူးဆိုင်ရာ အောက်ဆိုရင် လိုအပ်မှု ပဟနာ Bio - chemical Oxygen Demand(BOD)ကို နည်းနည်း ထွေးပဲ ပေးလိုက်တယ်။ ကျိန်တဲ့ အည်အကြော်ရည် effluent တို့ ဘက်တိုးပိုးယားတွေ ဓိုင်းရပ်စွဲတွေ သတ်ပစ်စွဲ Chlorinate လုပ်ရသေးတယ်တဲ့။ မိုးလျှောစ် ကိုရိုယာတွေနဲ့ စပ်ပြီး ဘယ်လောက်အချွဲယ်အစားရှိတဲ့ အစိုင်အခဲဆိုရင် စစ်ကျိုးနေ့ ခဲ့မယ် ဘာဥာ ရှိမှာပေါ်နေ၏။ ဒီထက် နည်းနည်း ထုတဲ့ မှုန်တဲ့ မစင်အည်အကြော်ကို တစ်ရန်းတစ်ရာပေါင်းပြီး အချွဲ ကြိုး သွားအောင် လုပ်လိုလဲရသေးတယ်ဆိုပဲ။ ဒီအည်နဲ့ တစ် ဆင့် စစ်ပြန်ရောပဲ။ ခံသွားစေယို ပစ္စည်းတွေတော့ ထည့် ပေးရတာပေါ်လေ။

ပထားဆင့်ဟာ လုံးလောက်တဲ့ ကုသပြပိုင်မှုအဆင့် မဟုတ်ဘူးလို့ ယူဆလာတဲ့အခါ ဒုတိယအဆင့်ကို အောင် ချက် လာကြပြန်တာပေါ့။

ဒုတိယအဆင့်ကတော့ အောက်ပါစ်ပစ္စည်း တွေကို BOD လျှော့အင် အောက်ဆီးကို လုပ်တာ အောက်ဆီရှုံးနဲ့ တတ်ပြုပေါင်းစပ်ပေးတာ ပါပဲ။ မိုးလျှောရောက် တစ်စက်ဝက် စီးကျေဖော်တဲ့ မိုးလျှောစ် ပစ္စည်း Filtre ကို သုံးခြင်း၊ အမြှေအလှုပ်လုပ်ပေးနေတဲ့ နှင့်ယူ ထိုင်နည်း Activated sludge system ကို သုံးခြင်း အားဖြင့် အားပိုးဆင့်နဲ့ ပြပိုင် ကုသတယ်။ ဒီအဆင့်မှာ လေ့လာပွဲပေါ် အောက်ဆီရှုံးတတ် ပေါင်းစပ်ပေးတာပေါ့။ များကိုပိုင်းမှာ



ကရိုး အည်

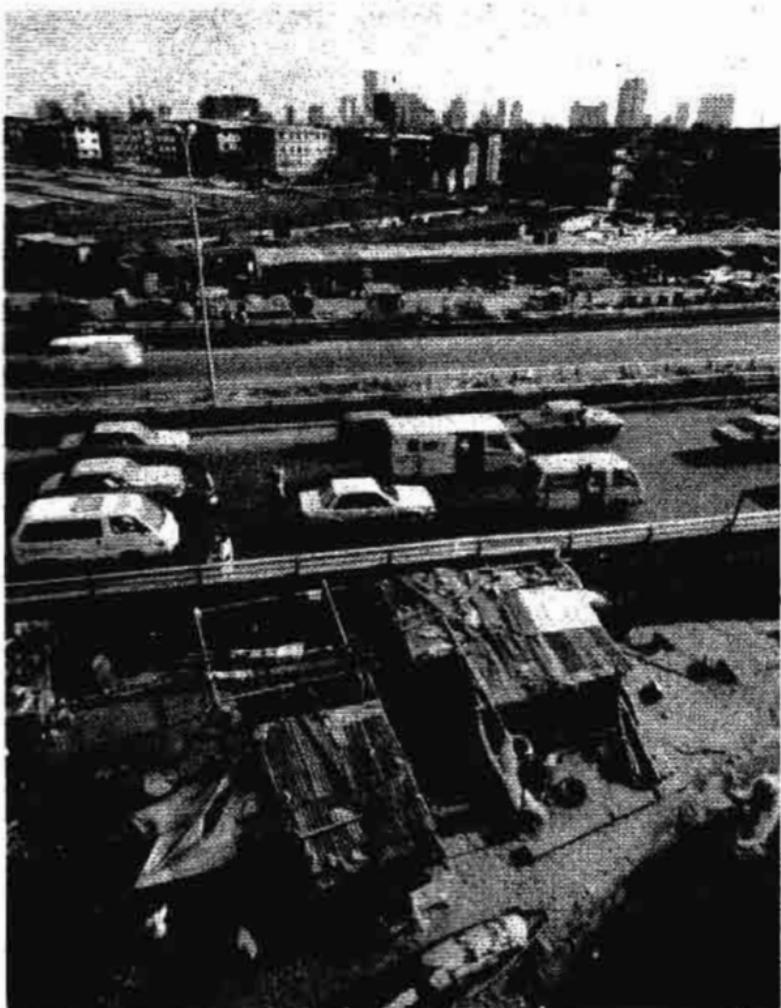
လေမဟုတ်တော့သဲ အောက်ဆိုရင်ကနိုင်းတွေထဲမှာ တိုက်  
ပိုက် စာတိပြုခေါ်သတဲ့။

တတိယဆင့် ပြုပြုပြုကျသမျှားတော့ ခုတိယဆင့်အပြီး  
မှာ ကျွန်ုင်နေတဲ့မို့လွှာရောမှာ ဖော်ပရပ်စ်၊ နိုက်ပြုရှင်း  
ကာဖွန်ခံတိပေါင်းတွေကို စစ်ယူတဲ့အဆင့်ပဲ့။ ရေညီကနိုင်း  
တွေ ဖော်ကနိုင်းတွေထဲကို ပြတ်ခေါ်ခြင်းအားဖြင့် ဒီ စတ်  
တွေဟာ ဒီအပင်တွေအတွက် အာဟာရ ပြစ်ကုန်တယ်။  
ဖော်အာရုပ်စ်ဟာ ချော့ချော့တော်ဆော်မှာ ထိထိရောက်ရောက်  
သုံးလို့ရတယ်လို့ သိရတယ်။ ဒါကြောင့် တရာ့ မြို့ကြီးတွေမှာ  
ခုတိယဆင့်ကရတဲ့ ဒါပင္းခုံနှစ်ကို ဖော်အာရုပ်စ်ထုတ်ယူ  
တဲ့ နည်းစနစ်တွေ လုပ်နေကြပြီတဲ့။

လူမဝင် အည်သာကြေးရောထက် သဘာဝပတ်ဝန်း  
ကျင်ကို အဆိုပ်အတောက်ပြစ်ခေတဲ့ ရေဆိုရည်စောင့်ကတော့  
ဝက်ရုံတွက် အည်သာကြေးပဲ့။

တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးတဲ့ နိုင်ငံကြီးတွေတာ အခုစေတ်မှာ  
ဝက်ရုံကြေးတွေကို နိုင်ငံထံလေးတွေမှာ တည်ဆောက်  
လာကြပြီဆိုတာ သိမီဆိုတယ်ပဟုတ်လား။

အခိုကကတော့ ချော့ဝေါးပေါ့နဲ့ သုံးရမယ့် အလုပ်  
သား၊ ပေါ်များလို့ပဲ ဆိုပါတော့။ ပတ်ဝန်ကျင် ညာစုံညာစုံ  
မှတ် ကိုယ့်နိုင်းမှာ ဖြော်ခေါ် သူနိုင်းမှာ ပြန်ပစ်ဆိုတဲ့  
ဂိတ်ထားလည်း ဖော်ရှုံးလို့ မဆိုမို့သူ့အပဲ့အော်။





၁၁၁ : (၆)

## မြို့တော် နှင့် ကျေးမာရီ

မြန်တော် နင့် အောင်

သမီးရေ

နေကောင်းကျခဲ့လာ။

မိုးတွင်းဒရာက်တော့မှာဆိုတော့ သွေးလွန်တုစ်  
ကျေးရာသီ ရရာက်တော့မှာလို ပြောရမှာပေါ့ဖော်။ သမီးက  
ဘု နှစ်ကော်ပြီဆိုပေးပယ့် သမီးညီမလေးထွေက သွေးလွန်  
တုစ်ကျေးရာရဲ့ ဝင်နိုင်တဲ့အရွယ်မှာပဲ ရှိနေသေးတယ်။  
ခြင်တွေကို သမီးတို့ ပျောက်ကွယ်အောင် မလုပ်နိုင်သေးသေး၍  
ခြင်ထောင်နဲ့ အိပ်တဲ့အခါ စနစ်ကျို့စို့ပဲ ဂရို့ကိုရတော့မှာပေါ့။  
ကလေးတွေဆိုတော့ အိပ်ပျော်တဲ့အခါ တို့ကန်သည်ကန်  
ကနိုက်တယ်မဟုတ်လာ။ ခြင်ထောင်ကို ဂရို့တစိုက် ဇူးယာ  
အောက်မှာ ခိုထားပုံ၊ တောင်ဒေါက်လေးတွေနဲ့မို့ ခြင်မဝင်  
မိုင်မှာ၊ ဒီလိုမဟုတ်ဘဲ ခြင်ထောင်အပြင်ဘက် ချေထောက်  
ရောက်သွား၊ ခြင်ထောင်က ဘာသွားရင် အဲဒေါရာကနေ  
ခြင်တွေ ဝင်လာပြီး ကိုက်ကုန်မှာပေါ့။

ရော့ချောင်းက ကုန်မပို့ပြီ့နဲ့ တော်သေးတယ်။  
အရှင်တုန်းက အန်တိတို့ ယ်ငယ်ကဆိုရင် ရော့ချောင်း မှာ  
ခြင်သိပ်မရှိခဲ့ဘူး၊ ပွဲလေးရောက်တော့မှာပဲ ခြင်တွေ ခြင်တွေ၊  
လောကမှာ ဒီလောက်မှားတဲ့ခြင်တွေကို ပထားလို့ဆုံးအကြောင်း  
မြင်ရတော့တာပါပဲ။

မွှဲလေးမှာ ဘာကြောင့်ခြင်များသလဲလို့ ဆေး  
ကျောင်းသူဘဝတုန်းက အဖြေလိုက်ရှာကြည့်မှုးတယ်။  
အမိကတွေတဲ့ အချက်သုံးချက်ကတော့ ကျူးရယ်၊ အိပ်ရွှေ၊  
ရောမြောင်းရယ်၊ မြေပြန့်ဖြစ်နေလို့ရယ်။ ကျူးရေဆိုတာ  
သောဥယျားမြှင့် ပြိုသက်နေတဲ့ ရောဟုတ်လာ။ ပြိုနေတဲ့  
ရော့ ခြင်ပေါက်များရတာ အလွန်ပြန်ဆန် လွယ်ကုတာပေါ့။

ဒဲနဲ့ ကြားဖြတ်ပြောရှိုးပယ့်၊ အန်တိတို့ တိုက်ခားမှာ  
လည်း အခုခြင်တွေ ရောက်လာနေပြီး၊ အရှင်တုန်းကတော့  
ခြင်လာချိန်ရယ်လို့ သတ်သတ်မှတ်မှတ်ရှိတော် သမီးလည်း

သိသားပဲ၊ ဉာ ၁၁ နာရီကျော်နဲ့ ၁ နာရီ ကြားမှာ ခြင်တွေ  
ရောက်လာတာလေ။ တစ်ညာကို သုံးဆေးကောင်ပဲ့။ အဲဒါ  
ခြင်တွေဟာ တကယ်ကို အေးထပ်အမြင့်ဆိုကို အောက်ကင္း  
တက်လာကြသလိုပဲ။ မနက်လင်းရင် ပရိတ္တုပြန်သူး။  
အောက်ပြန်ဆင်သွားသလား ပသိဘူး။ တကယ်တွေ  
ဘယ်ပြန်ဆင်းကြမလဲနော်။ ဘို့ဂိုတို့ စာအုပ်စင်တို့နဲ့အောက်  
ထသိတန်း၊ အဝတ်တန်းနဲ့အောက်၊ ချောင်ကျေတဲ့အောက်ဖူး  
မျှော်စို့ပို့အော်ပဲ့။ (ဉာ ၁၁ နာရီကျော်မှ ပြန်တွေကိုလာ  
သလား ဓာတ်စားစရာပဲ့လေ)

အရတွေ့ ဉာဇား မနက်ရော ခြင်တွေရောက်နေပြီး  
အမိကအကြောင်းရင်းကတော့ အန်တို့ ရေချိုးခန်းထက်  
ရေကန်ပဲ့။ အဲဒါရေကန်မှာ အဖုံးတပ်မထားဘူးလေး။  
အိမ်ထက် ရေကန်မှာ အဖုံးတပ်ရာယ်လို့လည်း မတွေ့ဖို့  
ဘဲကို။ အဲဒါပြုပါသက်နေတဲ့ ရေအကြည်ထဲကို ခြင်တော်ကောင်  
ညျှေးလိုက်ပြီးရင် အဲဒါအိမ်မှာ ခြင်တွေပွားကျိန်တာပဲ့။  
အန်တို့ရေကန်လေးကေလည်း အပြင်မှာသာ ကြိုပြားခီးတာ  
အတွင်းမှာ ကြိုပြားအပြုံ ပစ်ခဲ့ပါဘူး၊ တစ်ရက်ရက် အန်တိ  
အားဟဲ့အခါကျုမှ အတွင်းကို ကြိုပြားခီးစို့ စိစိုးရှုံးပယ်။

  
ကြိုပြားအပြုံ ပို့ဆောင်ရေးအာဏ် ကနိုဒ္ဓအတွင်းပို့ဆောင်  
သိသော်မြှုပ်ပို့ကိုယ်ထားတာမို့ အရောင်က ပဲ့ ဓမ္မင်  
မျှော် ထဲ့ အဲဒါဆော့ ခြင်တွေကို ဆွဲဆောင်ဖူးမှာ  
ပို့မြှုန်တာပဲ့။

(သမီး သိတယ်မဟုတ်လား ခြင်တွေဟာ အဖူးမှာ  
အဖူးမှာရောင်တွေကို ကြိုက်တယ်ဆိုတာ၊ အန်တို့ရောင်ဝါ၏  
ရုံး ညီရှင်းရှင်း ပို့ဆောင်ဝတ်ရုံဝတ်ထားရင် အဲဒါလုံးကို ခြင်ချွဲ  
ရိုင်းအုံအောက်ပဲ့။ အပြုံရောင်ကို ခြင်က သိပ်မပြုံးဘူး  
ထင်ပါ့ပဲ့။)

ဂို့လောက်လင်းတွေ များလောရင် ခြင်ပေါ်ပို့ဆောင်

မြတ်နှင့် အရာ

### မာရပြီးလဲ။

အုတ်ကန်ထဲမှာ ဂိုးလောက်လမ်းတွေနဲ့ ခြင်ဆိုက်ပွား  
မှု များနေတဲ့ ပြဿနာတိ ဘယ်လိုရှုပ်ရာလဲလို့ အန်တိဝင်းတာ၊  
အပြရှာနေခဲ့တာကြားပြီ။

နံပါတ် (၁) နည်းကတော့ ဂိုးလောက်လမ်းတိ တားပဲ  
ကျွန်းလေးတွေ ကန်ထဲမှာ ထည့်မွေးထားလိုပဲ။ ဒါပေမယ့်  
သစ်းလည်းဆိုသားပဲ၊ အန်တိက ‘ဆိုက်ကို’လေး၊ အကုသိုလ်  
အလုပ်လို့ အုပ်ကြောင်ကြောင်တွေးပြီး၊ အီနည်းကို ဂွဲ့ပယ်ခဲ့ရ  
တယ်။

ပထားတော့ အဖိုးဖိုးယယ်လိုပဲ။ အုတ်ကန်ဘာဝတစ်  
လျောက်ပွား သစ်သားအောင်တောင် ဂိုက်ပြီးပွားပါပြီ။ ပလ်  
စတင်ပြား၊ အီယာပုဂ္ဂတ် အရောင်ကြော် သွေးအားထိုးအပြား  
တစ်ခုရှုနဲ့အုပ်မယ်လဲ။ ဒါပေမယ့် အန်တို့သူငယ်ရှင်းတစ်  
ယောက်က ရုက်တယ်။ သူလုပ်ကြည်ပြီးပြီတဲ့။ အဖိုးဘယ်  
လောက်ပဲဖိုးဖိုး ခြင်တစ်ကောင်ဝင်ခိုင်သာရဲ့ နေရာတစ်ခုခဲ့  
တော့ ရှိတာပဲတဲ့။ အီခါလို ခြင်ဝိပြီးပြီးဆိုမှတော့ ဖိုးလျော်ထား  
တဲ့ ကန်ထဲမှာ ခြင်က စိတ်ကြုံက်ပွားတာပေါ့တဲ့။ သူ အဖိုးဖိုး  
ထားတုန်းကဆိုရင် ရောမျိုးမလို့ ရောက်လည်း စွဲ့လိုက်ရော  
ခြင်တွေက အားရပါးရ ပဲပဲတိုက်နိုက်တော့တာပဲတဲ့။

အခုတော့ သူက အဖိုးပြန်ရုက်ပြီး၊ အတွင်းမှာ  
ကြေား၊ အပြုံးထားလိုက်တယ်။ ကြေားအပြုံးခြင်းအား  
ဖြင့် အကျိုးအုပ်ခုရာတယ်။

တစ်ခုက ခြင်လျာပြီး ဦးစွဲ့နှင့် နည်းရည်းလေး လျှော့  
ခွားတယ်၊ နောက်တစ်ခုက ကိုယ့်ရောက် ဘယ်လောက်  
ည်ပတ်နေပြီးလဲဆိုတာ သိနိုင်တယ်။

အန်တိဝင်း အုတ်ကန်ရောက် အန်ရောင်အလျှော့နှာ  
ရှိအောင်မို့ အုတ်ကန်အခြားမှာ ဘယ်လောက်အနှုံးလိုင်နေပြီး  
လဲ၊ ဘာအရောင်ဖြစ်နေပြီးလဲ ဆိုမို့ဘူးလေး၊ သူတို့အုတ်ကန်

မှာတော့ အပြုံရောင်သိတော့ သံချေးရောင်ဝါနေတာ၊ အနယ်  
မွှန်တွေ ထိုင်နေတာကို ထင်ထင်ရှားရှားမြင်ရတာပေါ်။  
အုတ်ကန်လှယ်ဖို့ မကြာခဲ့က သတိရတာပေါ်လေ။ ရေမှာ နို့  
က ရှိနေတဲ့ သံဓာတ်နဲ့ တခြားဓာတ်သားတွေထဲမှာ တိုင်ကို  
ကလာတဲ့ သံချေးပါပေါင်းပြီး ရေမှာ သံချေးဓာတ်တွေ  
များနေမှန်း အလွယ်တကူ အသိတရား ရမေတာပေါ်။

ဒါနဲ့ မန္တလေးမြိုင်၊ ခြင်တွေ အကြောင်း ပြောရှိးယယ်။  
မန္တလေးကို အန်တိ ပထမပိုးဆုံးရောက်သွားတဲ့အခါ  
မန္တလေးနဲ့ ပတ်သက်လို့ ပထမဆုံးရတဲ့ First Impres-  
sion ကတော့ နှစ်ဦးမိုင်းအနိပ်၊ အဲဒါ မန္တလေးမှာရတဲ့အနေး  
အဲဒါအနုံဟာ ပထမပိုင်းမှာ လူကို တော်တော် အောက်လီ  
ဆန်စေတယ်။ ဘာကြောင့်များ ဒီအနုံတိုး နံနေပါလိမ့်လို့  
အန်တိစိတ်ညာစွမ်းတာပေါ့။ နောက်တော့မှ ခြင်ဆေးအဖြစ်  
နှစ်ဦးတက်တွေကို ပါးရှို့ရာက ရတဲ့အနုံပုန်း သိတယ်  
ခြင်တကာယ်ပြေးတာပဲ၊ ခြင်ထက် ဂိုပြီး ပြေးရတာတော့  
လူပေါ့လေ။

မန္တလေဆိပ်ဟာ ဘယ်လောက်များ များခဲ့ဖူသေလဲဆို  
ရင် လူကဝကားပြောရင် အဲဒီပါးစပ်အထွင် တစ်ခာ  
လေးတွေမှာ ကိုယ့်ပါးစပ်ထဲကို ခြင်တွေ ပြောပြု  
ဝင်လာတာ၊ အဲဒီထိအောင် ဖန္တလေးမှာ ခြင်  
ပေါ့ဖူးတယ်။ ခြင်နည်းတဲ့အသေကဇ္ဈာ သွား  
တာမို့ အဲဒီခြင်တွေက အန်တိုးအတွက်  
အထူးအသန်း ဒုက္ခတ်ပိုးဖော့ သရီးရှယ်း  
ညာမှောင်ရိပိုးရင် ခြင်က လူနားမှာ တရို့

ପ୍ରେଷନ୍ତି କିମ୍ବାଶୁଦ୍ଧିଫୋର୍ଡନ୍‌ରେପ୍ରିସ୍ ଲ୍ୟାଟ ଯର୍ଦ୍ଦତ୍ତା  
ତର୍ଫଫୋର୍ଡନ୍ କୁ ଉପରେ ଯର୍ଦ୍ଦତ୍ତାରେପ୍ରିସ୍ ପାଇଁ ଉପରେ  
ଯର୍ଦ୍ଦତ୍ତାରେପ୍ରିସ୍ ଏବଂ ପ୍ରେଷନ୍ତି କିମ୍ବାଶୁଦ୍ଧିଫୋର୍ଡନ୍‌ରେପ୍ରିସ୍



## မြန်မာပြီ။

နှစ်းတော်ရွှေသရာတင်လားမသိ၊ ရေးခဲ့တဲ့ သိချင်တော်ပုဒ်ကို သွားသတိရတယ်။ ‘မန္တာလေး... ကျွန်တော်တို့ ရွှေမန္တာလေး ချမ်းအေးပူအိုက်၊ အောက်သူတွေလိုက်ခဲ့ရမယ် ဟောတင်ပဆို’ ဆိုတာလေး။ အန်တို့ သူငယ်ချင်း စစ်ကိုင်ဆူ ခင်ဟာဟက အဲဒီသီချင်းကို အမြဲသည်နေကျ၊ အန်တိုင်းတ သိချင်းထဲမှာ ထပ်ဖြည့်ပြီးဆိုကြတယ်။ ‘ကျွန်တော်တို့ ရွှေမန္တာလေး၊ ချမ်းအေးပူအိုက် ခြင်ကိုက်၊ အောက်သူတွေလိုက်ခဲ့ရမယ် ဟောတင်ပဆို’လို့။

သရာတင်တို့ ခေါ်တုန်းက ခြင်မကိုက်သေးဘူးနဲ့ တူတယ်။

ခြင်ဆိုတာလည်း မြို့တော်မှာ လူဦးရေများ၊ သန်ရှုံး ရေးစနစ်တွေ ညုံလာကာမှ ရောက်လာတာကိုး၊ မန္တာလေး၊ ရတနာပုံ နေပြည်တော်အောက်ခံနဲ့ ရေးတဲ့ ရွှေးဝါယာတွေ ပြန်ဟရော အင်းလိပ်ပါ ပတ်ကြည့်ရသလောက်ပြင့် ခြင် အကြောင်းပါဘူး။

မန္တာလေးမှာ ခြင်ကိုက်တယ်၊ ကိုက်တယ်နဲ့ ညည်း ပိတဲ့ အန်တိုက ရန်ကုန်ရောက်ကာဝက ရန်ကုန်ဟာ ခြုံ သိပ် မကိုက်ဘူးဟာ လို့ သဘောကျေးမျိုးတယ်။ (ခြင်မကိုက်တဲ့ အိမ်မှာ သွားတည်းဆိုရတာဟည်း ပါပါလို့ပယ) အခုံဗြိုင် ရန်ကုန်က ခြင်ဟာ မန္တာလေးထက် ဂိုဆိုပါလားလို့ ညည်း ပူးနေရပြီ သမီးရေ။

ရန်ကုန်မှာ ခြင် နှစ်ပုံးရှိတယ်။ အန်တိုင်းတို့သိလာတဲ့ ခြင်က ခုပ်သေးသေး ကိုက်ရင် သိပ်မနာဘူး၊ တရာ့ကြပ်မှာ တွေ့အောက်ထပ်တွေ့မှာရှိတဲ့ ခြင်က အကြီးကြီးတွေ့ ဘုံး လိုက်ရင် အပ်နဲ့ထိုသလိုပဲ။ အခုံဗြိုင်ရဲ့ ညေနာက် အန်တာ ခြင်ဆေးခွေ့နဲ့ ဖြစ်နေပါပြီ။ ခြင်ဆေးခွေ့အန်တွေ့ ခြင်ဆေးခွေ့ပြာတွေ့အကြောင်းတော့ အန်တိုင်းအားလုံး

မြိုင်ကန် နှင့် အောက်

လျှပ်လူမှုရထာနကြတယ်လေ။

ခြင်ကနေ အမိကပေါက်ဖားတဲ့ ရောင်ကတော့  
သွေးလွန်တုပ်ကွေးနဲ့ ဌာ်ဖားရောင်ပါပဲ။ သွေးလွန် တုပ်ကွေး  
ဟာ တစ်နှစ်ပတ်လုံး ရှိဖော်သာ။ တစ်နှစ်ပတ်လုံး ကလေးတွေ  
ကို ပြီးမြောက်နေတာ၊ ဒီပေါမယ့် သွေးလွန် တုပ်ကွေး  
ရာသိလို့ ခေါ်ရတဲ့ Out break အချိန်ကတော့ ဖေလက်၏  
က စပိုး စွန်း ဇူလိုင်၊ ဉာဏ်တွေပဲပေါ့။

အဲဒီအချိန်မှာ မိဘတွေ အလွန်ရင်ပူကြရတယ်။  
ဆေးရုံတွေမှာ ကလေးလူနာတွေ ခုတင်ပဆန်လို့၊ နေရာ  
ပဆန်လို့ စကြိန်တွေမှာ ခုံတန်းပျေားတွေ ထိုးပြီး ကုသာ  
ကြရတယ်။ ဝမ်းနည်းစရာကောင်းလောက်အောင် အသေ  
အပျောက်ရာနှစ်းတွေ တိုးလာခဲ့တယ်။ နေ့မြင် ညာဖျောက်  
ဆိုတဲ့စကား သမီးကြားပူးမှာပေါ့။ နောင်းမှာ ဆေးရုံတန်း  
ရောက်လာတဲ့ကလေး ညာရောက်တော့ အသည်းအသန်  
လူမာအဖြစ် ကွယ်လွန်သွားတာမျိုးတွေလည်း ရှိတယ်။  
မိဘတွေက ပညာတတ်ဖြစ်ခဲ့ရင် စဟုသုတ္တိခဲ့ရင် ကလေးကို  
အချိန်ပါ ဆေးရုံတင်နိုင်ရင် ကလေးသက်သာရာရှုတယ်။  
အချိန်လွန်မှာ ရောက်လာရင် ကံဆိုးတဲ့ကလေးဟာ ဆုံးသိုး  
သွားရတော့တာပေါ့။



သွေးလွန်တုတ်ကွေးရောင်ဟာ ကာကွယ်လို့ရပါ  
တယ်။ ကာကွယ်လို့ရတဲ့ ရောင်ကို ဘာဖြစ်လို့  
မကာကွယ် နို့ကြသလဲ။

ရေစည်၊ ရေကန်တွေကို အစုံးစုံစား  
စနစ်ကျယ်သားပါ။ အမိုက်တွေကို ရေဆိုးပြောင်းတွေတိ  
ရှင်းပါ။ ခြင်လုံးသံကောတွေ တပ်ပါ။

လုပ်တုံးလုပ်နည်းတွေကို လူတို့ေးသိမှာပါ။ သိတော့  
လုပ်နိုင်တာနဲ့ မတူဘူးလေ။

အနိတ်ကိုယ်တိုင် အဲဒီလို့စနစ်ကျိုး လုပ်နှင့်သား

## ဆိုတာကြည့်။

ရေကန်ကို အန်တိ အပိုးပပိုးသူး၊ ပီးပမွှေးသူး  
တစ်လတ်ခါပဲ ကန်လျယ်တယ်။ ကြေားအပြောက်လို့ အန်တိ  
တစ်ရက်ကလေးတောင် ပအားသေးသူး။ လူက အားလပ်  
သွားရင် ပိတ်က တံ့ခြားအရာတွေနဲ့ ရှုပ်ထွေး ပူပင်နေပြန်  
ရော့။

ညည် ခြင်ထောင်ထောင်ပြီး ပအိုးသူး။

ခြင်ထောင်ထဲမှာ စာရေးဖိုးအတွက် အလုပ်ရှုပ်တာ  
ကိုး။ ခြင်ထောင်အပိုးတည့်တည့်က အရိပ်ကြောင့် စာရေးလို့  
ဟရတဲ့အခါ မျက်နှာကျက်မှုရှိနေတဲ့ ပန်ဖျော်ကို နေရာအော်ဖို့  
အန်တိ ဘာပြုစိုးလို့ စတင် မလုပ်ရှာမိသလဲ ပပြောတတ်သူး  
ခြင်ဆေးဒွေတွေနဲ့လိုက် ခြင်ဆေးဖျော်နဲ့ကိုနဲ့ ခြင်ထောင်  
မထောင်ဘဲ ပန်သုံးနာရိုး လေနာရိုးအထိ နေခဲ့တာ၊ ခြင်က  
အန်တို့ကို မကိုက်ဘဲ ဘယ်နေလိမ့်မလဲ။ သွေးလွှန်တုပ်ကျွေး  
ဖြစ်လေ့ဖြစ်ထို့တဲ့ အချေယ်ပဟုတ်တော့လိုပဲ့။ မဟုတ်ရင်  
အန်တိဖြင့် နှစ်တိုင်း အဲဒီရောင်းရေးနေလောက်ပြီး။

သွေးလွှန်တုပ်ကျွေး ဖြော်ပေါမယ့် ငှက်ဖျားရောင်း  
တော့ ရနိုင်တယ်လေ။ ငှက်ဖျားရောင်းဟာ အပူပို့ဗီး ဒေသတွေ  
စို့စို့ပြီးပူအိုက်တဲ့ဒေသ Hot and humid countries တွေမှာ  
အဖြစ်များတဲ့ရောင်းပါ။ မြောက်သွေးပြီး အေးတဲ့ဒေသက  
လူတွေဟာ ငှက်ဖျားရောင်းကို အဖော်အလဲ ကြောက်ကြ  
တယ်။

အန်တိတို့ ဆေးကျောင်းသားဘဝ၊ ဆရာဝန်ပြစ်ခါဝ  
ဘဝတွေက အဖျားရောင်းလူနာတစ်ယောက် ရောက်လာရင်  
ဘယ်ဒေသတွေတို့ ခရီးထွေက်ဖွဲးသလဲ၊ ငှက်ဖျားဒေသတွေကို  
သွားဖြေသလားလို့ အရင်ဆုံး ဖော်ချိန်း ထုတ်ကြရတယ်။

အဲဒီတုန်းက ငှက်ဖျားဒေသဆိုတာ သုတေသနတ်  
မှတ်မှတ် ရှိတာကိုး၊ အချေတော့ အဲဒီလိုမေးစမ်း မလိုတော့ဘူး။

သမီးရေ။ ငှက်ဖျား ရောင်ပိုးဟာ နေရာတိုင်းမှာ ပြန်လည်း  
လွန်ခဲ့တဲ့ ဒါန်၊ ငြောက်နှစ်လောက် ပြစ်မှုတော်။  
အန်တိတို့ ပြစ်သောင်ကျောင်သားကျောင်သူတွေ လျှော်ကား  
ဥယျာဉ်ကို ဖျော်ပွဲစားဆင့်း ထွက်ခဲ့ကြတယ်။ အဲဒါက အပြန်  
နှစ်ပတ်လောက်အတွင်းမှာထင်တယ် အန်တိသုတယ်ချင်း  
တစ်ယောက် ငှက်ဖျားရောင်း ဖျားပါလေရော်။ ဝိဇ္ဇာ်  
တော့ ငှက်ဖျားပိုးတွေတယ်တဲ့လေ။ သူ နှစ်လနီဆိုး နေ  
မကောင်း ပြစ်လိုက်တာပေါ့။

သူ တော်းဘယ်မှာသွားသွား လျှော်ကားကိုပဲ အန်တိ  
တို့ အတူတူသွားခဲ့တာ ဆိုတော့ လျှော်ကားမှာ ငှက်ဖျားခြင်း  
ရှိတာပေါ့နော်။ အန်တိပယုံနိုင်ခဲ့ဘူး။ လျှော်ကားဆိုတာ  
တော့နက်နက်မှ ပဟုတ်ဘဲ ဝင်းအောင်း သေးအောင်ယယ်  
ရေအိုင်စိုင်စိုင်သေးသေးရှိယယ်။ ဒါနဲ့ ငှက်ဖျားခြင်းက ရှိရော  
တဲ့လား။ ပြင်တွေဟာ ငှက်ဖျားအောက်နဲ့ စိုင်ပေါ်းဖျားဖွား  
ဝေးတဲ့ ရှိကုန်ကိုရောက်စိုး စွဲကောင်းကောင်းနဲ့ ပုံသဏ္ဌား  
လာသလား။ မပြစ်နိုင်ဘူးလို့ အန်တိ ပြောချင်တယ်။ ဒါပေးထဲ  
မပြင်းနိုင်ခဲ့ဘူးလေ။ သွေးအေဖြော်မှာ ငှက်ဖျားပိုးတွေနဲ့  
ပဟုတ်လား။ ဒါငှက်ဖျားပိုး ဘယ်လိုပဲ လျှော်ကားတို့  
ရောက် လာလာ၊ ငှက်ဖျားပိုး ဘယ်တဲ့ပြင်တော့  
ရှိနေပြီဆိုတာ မပြောနိုင်ဘူး ဒါတော့ ဟုတ်လား  
ရှိကုန်မှာ ငှက်ဖျားရှိ သလားထဲ့ ဒါပဲ  
ပေါ့။

တလောတုန်းက အန်တိအသိ တစ်ယောက်  
လဲ သား ၉ တန်းကျောင်သားလေးအောင်း အောင်သာ  
ကို နှစ်ညာအိပ်ခရီးထွက်ပြီး အပြန်မှာ ငှက်ဖျား ရောက်ခြင်း  
တာတဲ့။ အကြီးအကျယ်ဖျားတာဆိုပဲ။ စိုင်ရက်ဇ်နဲ့ အရာထို့  
မက်ဖလိုက်ငွေး သောက်ရာတယ်တဲ့။ သမားတော်နဲ့ ကုလိုဏ်ရု  
တာ၊ အဖျားက တော်တော်နဲ့မကျဘူးဆိုငဲ့။



အဲဒီရက်ပိုင်းက အန်တိလည်း အသည်အသန့်  
များ လိုက်သေးတယ်လေ။ မြစ်ကြီးအားက ပြန်ရောက်စွဲ နှင့်  
ရှားများလားလိုတောင် ထင်ပိတာ။ မြစ်ကြီးအားပါတ်ဆွေ  
တွေ့ကြားရင် စိတ်မကောင်းဖြစ်ရာက ဆဲချင်ကြိုးမယ်။  
အန်တိက အရင်နှစ်နှစ်လောက်တုန်းက ပထမတစ်ခေါက  
သွားတော့ ငှက်များကာကွယ်ဆေး ကြိုတင် သောက်တာ  
စနစ်ကျတယ်။ မသွားခင်တစ်ပတ်၊ ရောက်တဲ့တစ်ပတ်၊  
ပြန်လာတော့ တစ်ပတ်၊ ဆေးပတ်လည်အောင်သောက်တယ်  
ဆိုပါတော့။ အခုတစ်ခေါကကျတော့ စိတ်တွေ့ဆုံးယူကိုခတ်ပြီး  
မသွားခင် မသောက်ဘူး ဟိုရောတ်တဲ့ညာကျမှ မက်ဖလိုကွင်း  
တစ်ပြားသောက်တာ၊ ပြန်လာတော့လည်း ကိုယ့်အရှုပ်တွေ့နဲ့  
ကိုယ် သံသရာလည်ပြီး၊ ဆေးသောက်နဲ့ စိတ်ကူးမရတော့  
ဘူး။ ဆိုတော့ အန်တိလည်း များရော၊ သွားပြီးလို့ စိတ်ည်  
သွားတော့ဘူးတာ။ ကြောက်ကြောက်လန်းလန်း ဂိုင်ရက်ဝင်း  
သံ့ပြား သောက်ပစ်လိုက်ရော။

ဒီပေါ်ယုံ အရှားမပျောက်တဲ့အပြင် ပါးစပ်နဲ့  
အာမျိုးတွေ့မှာ အနာသေးသေးလေးတွေ ပေါ်လာတော့  
လန့်ဖျုပ်ရာကနေ တုန်လွှုပ်သွားပြန်ရော၊ ဆာလ်ဟာအပြု  
တည့်နေကျပေးယယ် အန်တို့ဆိုက်ကိုအရ ဆာလ်ယပတည့်  
လို့ ပြစ်ပြီးလားလို့ ပူပန်သွားရောဆိုပါတော့။ အဲဒီနဲ့ ပိုင်ရက်  
ဝင်းလည်း ဆေးပတ်မလည်း၊ မတ်ဖလိုကွင်းလည်း ဆေးပတ်  
မလည်း တော်သေးရဲ့ ငှက်များမဟုတ်ပေလို့။

ဒီပေါ်ယုံ ဦးစွဲ ပေါ်ကောင်းမဆိုကောင်း နောက်  
တစ်ခါ ငှက်များသာပြစ်ခဲ့ရင်တော့ အန်တိ အဲဒီ ဆေးတွေ့နဲ့  
ကုလို့ ပျောက်ပါတော့မလား၊ ကြောက်စရာကြီးနော်။  
ငှက်များအော မသွားဘူး။ ငှက်များမဖြစ်နိုင်ဘူးလို့ အရင်လို့  
တရားသောက်လို့ မရတော့ဘူး သမိုးရော၊ ရန်ကုန်၊ ပုဇွဲးလေး  
နေရာတိုင်းမှာ ငှက်များခြင်တွေ ရှိနေပြီ။

ငှက်ဖျားရောင်းတာ လူတစ်ယောက်ကနေ တစ်ယောက်ကို ကူးဖို့ ခြင်ကို အားကိုးနေရတာဖို့ နည်းနည်းအက်အခဲရှိချင်ရှိနော်မယ်၊ ကူးစက်ဖို့ ဘာအခက်အခဲပုံမှန့်တဲ့ ပိုးကတော့ တိုဘိပါပဲ။

လူဦးရောထာထပ်တဲ့ ပြုတော် ပူးအိုက်စွတ်ဖိုးပြုတော် သန္တုရှေ့ရောမလုပ်စိုးလို့ ကျွန်းဟောရေးနဲ့ ယဉ်းယူတ်တဲ့ ပြုတော် သာဖြစ်ခဲ့ရင် အဲဒီပြုတော်မှာ ကြောက်စရာ အကောင်ဆုံးရောင်းကတော့ တိုဘိပဲ။ ချောင်းဆိုးသွေးပါ ရောင်းလို လူတွေ့သိနေတဲ့ Tuberculosis ရောင်းပဲ။

Tuberculosis ဟာ လူဦးကိုယ်ခွဲ့ နေရာအနဲ့အပြားမှာ ဖြစ်စိုင်တယ်။ အရိုးတိုဘိလို့ခေါ်တဲ့ Bone Tuberculosis အူတိုဘိလို့ခေါ်တဲ့ Tuberculosis Intestine နဲ့ အဆုတ်တိုဘိလို့ခေါ်တဲ့ Pulmonary Tuberculosis တွေက အဖြစ်များတယ်၊ အများဆုံးကတော့ အဆုတ်တိုဘိပဲ။

တိုဘိရောင်းက တစ်ယောက်ကနေ တစ်ယောက်ကို ကူးဖို့ (ငှက်ဖျားလို့) ကြားဆုံးအကောင်၊ ကြားဆုံးစွဲ့ဗျားလေပဲလိုတယ်။ ဘယ်လိုကူးစက်သလဲ ကြည့်ရအောင်၊

အဆုတ်တိုဘိရောင်းရှိတဲ့သူက သလိပ်တစ်ချက်ထွေးထုတ်လိုက် အဲဒီသလိပ်ဟာ ပလက်ဖောင်းပေါ်ပြုပြင်ပေါ်မှာ ကျေသွားတယ်။ အဲဒီသလိပ်



မဖြောက်သေးရင် သိပ် အန္တရာယ်မတိုးသေးဘူး၊ သူတို့ထိမှ စွဲ့ဗျားလေပဲ ပေါ်မှု အပူရှိနိုင်ကြောင့် အဲဒီ သလိပ်က ပြောက် သွားပြုဆိုရင် အန္တရာယ်ပြီးပြီးပဲ။

ပြောက်သွေ့သွားတဲ့အပဲ ရောင်းပိုးဟာ လေထုထဲတဲ့ လွှဲလောတယ်သို့လဲ။ ပူဇော် ပို့ပြီး တက်လေ ပြုပြင်ဆုံးလေထုထဲမှာ အမြင့်ထဲမှုရှိတဲ့ ရောင်းပိုးဟာ ဟို့သာက်လင်း ဒီဘက်လင်းတွေ ရှုံးကြော်ကူးပြီး အသက်ရှုံးသာတဲ့ လူသား

ပြန်တဲ့ အောင်

တိုင်းရဲ့ နှာခေါင်းထဲကနဲ့ ဝင်တော့တာပဲ့။ ရောတီပိုးကို ရှုပိတဲ့လူက ကျိုးမာသန်စွဲးပယ်၊ ကိုယ်ခံအားကောင်းပယ် ဆိုရင်တော့ သက်သာတာပဲ့။ ကိုယ်ခံအား မကောင်တဲ့သူနဲ့ ပျော့နဲ့တဲ့ ကလေးသူငယ်လေးတွေဆိုရင်တော့ ရောတီဝင် သွားပြီပဲ့။

ကျောင်းမှာတုန်းက ကာကွယ်ရေးနှင့် လူမှုရေးဆေးပညာကို သင်ကြားရတုန်းက အဆုတ်တိဘီ ထိန်းချုပ် ကာကွယ်ရေးအဖြစ် လူနာရဲ့သလိပ်ကို ဘယ်လိုခွန့်ပစ်မလဲဆိုတဲ့ နည်းလမ်းတွေ သင်ခဲ့ရတယ်။

အဲဒီနည်းလမ်းဟာ ငွေကုန်ကြေးကျ မများပါဘူး။ ဂိုက်ဆံမကုန်ဘဲ လုပ်နိုင်တဲ့နည်းပဲ့။ ဒါပေမယ့် လိုက်နာ နိုင်တဲ့လူ ရှိပဲ့ပလားလို့ အန်တိ သံသယဖြစ်ခဲ့ဖူးတယ်။

လူနာရဲ့ သလိပ်ကို နှဲဆီခွက်ထဲမှာထည့် ပါးရှို့ ပွဲက်ပွဲက်ဆူအောင် ၁၀၀ ဒီဂရိစ်ဝိုင်တိဂရိတ်နဲ့ အကြာကြီး ကျိုးပစ်ရမယ်တဲ့။ ဒါပဲ သလိပ်မှာပါတဲ့ တိဘီပိုးသေမှာတဲ့။ ဘယ်သူကများ ဒီသလိပ်ခွက်ကို ပါးရှို့ကျိုးပစ်နိုင်ပဲ့မလဲ။

နောက်တစ်နည်းက အဲဒီနှဲဆီခွက်ကို အပုံးပြန်ပဲ့ဗြို့ တွင်းနက်နက်တဲ့ပြီး အဲဒီမြေကြေးထဲမှာ မြှုပ်ပစ်တဲ့နည်းပဲ့။ အဲဒီကိုရော လူနာတွေ လိုက်နာကြပါ့ပလား။ အသည်တုန်းကတည်းက အန်တိ သံသယနဲ့ စိတ်ဖော့ခဲ့ရတယ်။

အရင်က အန်တိထင်ခဲ့တာ သိခဲ့တာက အဆုတ်တိဘီ ဆိုရင် ဆင်းဆင်းရဲရဲ မိသားစုတွေမှာပဲ ပြောတယ်လို့ ထင်ခဲ့တာ။ တိဘီနဲ့ ဆေးရုံရောက်လာတဲ့လူတွေ ရှာဖို့နှုန်းတော်တော်များများတာ နှစ်းပါးတဲ့ လူတွေကိုး။ အန်တိ ဘယ်လောက်များ ညွှံလိုက်သလဲနော်။ ချမ်းသောတဲ့ လူအော့ မြှေ့ကလူတွေလည်း အဲဒီရောင်းနဲ့ ဆေးခန်းတွေမှာ ကြော်ခဲ့ရတာပဲ့။ ဆေးရုံမရောက်လာလို့ ရောင်းပြုပဲ့ဘူး လို့ပဲ

မချော့ခိုင်တာ။

နောက် အုပ်နည်းနည်းကြာလာတော့ ကလေး  
တိုဘိတွေ တော်တွေနှင့်များလာတာ တွေ့ရတယ်။ အသိ  
မိတ်ဆွဲရဲ့ သားသမီးတွေ၊ ဆရာဝန် သူငယ်ချင်းတွေရဲ့  
သားသမီးတွေပေါ့။ (Primary Tuberculosis) လို့ဖော်တဲ့  
အဆုတ်တိုဘိနဲ့ ဆေးစားနေရတာတွေ သိသိလာရတယ်။  
ဆရာဝန်ရဲ့ သားသမီး တိုဘိဖြစ်တာ အံ့ဩစရာ စတုတ်  
ပါဘူးနော်။ လောကမှာ ကလေးတကဗ္ဗာ ကလေးထဲမှာ အိမ်နှာ  
ဆေးခန်းတွဲရက်ဖွင့်ထားတဲ့ ဆရာဝန်ရဲ့ ကလေးဟာ တိုဘိ  
ကူးစက်ခံရရဲ့ အပြစ်ခိုင်ဆုံးဆိုတာ သမီး သဘောဒီးကု  
ထားရမယ်။

အန်တိတိနိုင်ငံဟာ အပူပိုင်းစုတဲ့မှာရှိတာတ တော်  
ကြောင်း၊ လူဦးရေး တုပ္ပန်းဖြည်းဖြည်းများလာတာက တော်ကြောင်း  
ကြောင့် ရောင်းတွေက တုပ္ပန်းဖြည်းတိုးများလာနေပြီး  
နောက်ပြီး သတိထားကြည့်ခိုးသလောက်တော့ အန်တိတိ  
လူဦးတွေဟာ တော်တော်တံတွေးထွေးတတ်ကြတာပဲနော်။  
အထူးသားပြင့် ယောက်းတွေဟာ လုပ်ဆွားရင် တံတွေးထွေး  
တတ်ကြတယ် ထင်တယ်။ ကွမ်းတံတွေးနဲ့ ပေါ်လိုက်တော့  
ပြောစရာကို မကျန်တော့ဘူးပေါ့။ အဒါ အတူင့်ခဲ့  
ဆိုင်သလား၊ ရောင်းနဲ့ဆိုင်သလား၊ အုပ်ချုပ်လုံးနဲ့

ဆိုင်မှာပေါ့နော်။ ရောင်းဆို့ပြီး ဆိုကတော်းက  
သလိုပို့တဲ့လူတာ သလိုပွဲတဲ့လူပြီးပေါ့  
အဲဒါဂို သူ့ဘယ်လိုလုပ်ပြီး မျှချုပ်လဲ၊  
(တိုဘိသမားတွေ သလိုပို့မှားမျှုပ်ရင် အဲ)

တိုဘိ အပြောတောင် ကူးစက်ခိုင်သေးတာ သိတော့)  
ထွေးထုတ်ရုံမှုတစ်ပါး အမြား ပရှိပေါ့။ ထွေးလော့လည်း  
လုပ်ဆွားရင်းဆိုရင် လူဘွားစကြံနဲ့ပေါ်၊ ကားဆောင်ရွက်  
ကားစီးရင်းဆိုရင် လုပ်းပတ်ပေါ့။ ကားက အရို့နဲ့

မြတ်နှင့် ဇာဂါ

သွားနေတဲ့အခါ ရွှေလူကထွေးလိုက်တဲ့ သလိပ်နဲ့ တံတွေးဟာ  
မြောက်လူရဲ့ မျက်နှာကို လာစဉ်ဖို့ တော်တော် နီးစပ်တယ်  
သိုးရော့။

တစ်ခါတုန်းက အန်တိကျောင်းသူဘဝမှာ မန္တလေးက  
အပြန် ကားပေါ်မှာ ရွှေလူက ထွေးလိုက်တဲ့ ကွမ်းတံတွေး  
အပ်၏ ခံရဖူးတယ်။ တစ်ခက်နှစ်ခက်ကို ပြောတာမဟုတ်ဘူး။  
အကို့ ရွှေခြေများ တစ်ခုလုံး စွာန်းထင်သွားတာ အဲဒီ အအောင်း  
(အအောင်းကိုးလား အသိုးကိုးလားတောင် မမှတ်ပါတော့ပါဘူး)  
ကလဲ ပြာပြာသလဲနဲ့ သူ့လက်ကိုပ်ပါပဲနဲ့ သုတ်ပေးပြီး တောင်း  
ပန်ရှာပါရဲ့။ ဒီပေါ်ယုံ တစ်လမ်းလုံး အန်တိ စိတ်တွေ့ည်  
နေရပြီပေါ့။

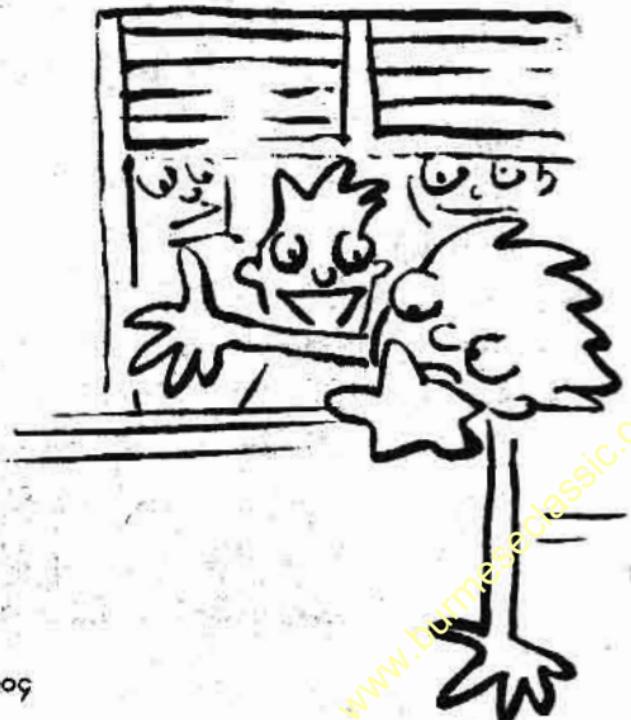
အဲဒီအခို့နှင့်တစ်ပြီး ရထားပေါ် ကားပေါ်မှာ ခရိုင်သွား



၅၆။ ဆိုရင် အန်တိဘရိကို တော်တော်များများ ယဉ်ထား  
တဲ့အရာဟာ ကိုယ်ရွှေက ခရိုသည်ပဲ မြစ်နေတော်တယ်။  
သူ ဘာလုပ်လိုက်လေပလဲလို စိတ်တထုတုနဲ့နဲ့ ပုံပန်နေရ<sup>၁</sup>  
တယ်။ မြတ်ဘာကိုကို သူမျှခေါင်းထုတ်လိုက်တာ မြင်ရင်  
လိုယ်က တစ်ခါတည်း အသင့်အဖော်အထားကို မြင်ဆင်ယူ  
ရတော့တာပဲ။ သူတဲ့တွေးသေလိုပဲ ကွမ်းသွေး ကိုယ့်ကို စဉ်  
အောင်ပေါ့။ တရီးက ကားပေါ် ရထားပေါ်မှာ ထိုင်ခံဗျာ ထိုင်  
နေရင်း မျက်စ္စာသစ်တဲ့ အလုပ်ကို ဖျော်ဖျော်ကြီး လုပ်တော်  
ကြတယ်၊ ရထားအရှိန်နဲ့ (သူ သတိမထားခဲ့ရင်) ရေတွေတာ  
နောက်ဘက်ကို စဉ်တာပေါ့ သပို့ရယ်။

ထားပေါ်တော့လေ၊ အန်တိပြာချင်တာက အပုစိုင်  
ကြောင့် လပ်းပေါ်မှာရှိတဲ့ သလိုပ်တွေထဲက တိုဘိုး အစရှိ  
တဲ့ပိုးတွေ ခုနှစ်ကုပ္ပါဒ်း လူတွေရဲ့ အသက်ရှုလမ်းကြောင်  
ထဲကို ရောက်ကုမ္ပဏီကြတယ်ဆိုတာပါပဲ။

ကံဆိုးခဲ့ရင် ကိုယ့်ကိုယ်ထဲကို ဝင်လေတဲ့ပိုးတာ  
ဆေးမတိုးတော့တဲ့ ပို့မြစ်နေစိုင်သေးရဲ့။ တရီးလှုနာတွေက



**မြင်ကန္ဒ**  
**အခိုက်ပေါ်ပါးတဲ့**  
**ရောဂါးတော့**  
**ဆွဲ့လွှာ့နှင့်တုပ်ကျွဲ့နဲ့**  
**ငါးများရောဂါးပဲ့**  
**ဆွဲ့လွှာ့ တုပ်ကျွဲ့**  
**ဟာ တစ်နှစ်ပတ်လုံး**  
**ရီနေတာ့**  
**တစ်နှစ်ပတ်လုံး**  
**ကလေးတွေကို**  
**မြင်းခြားကို**  
**သီပေမယ့်**  
**ဆွဲ့လွှာ့နှင့်ကျွဲ့**  
**ရာသီပို့ဆောက်**  
**Out Break**  
**အချိန်ကတော့**  
**ဖလေကုန်ကစ္စီး**  
**နှင့်ရှုံးပို့ဆောက်**  
**တွေ့ပေါ့ပဲ့**

ဆေးကို မှန်ပှစ် မသောက်ဘူး မဟုတ်လား၊ သောက်လိုက် မွေ့လိုက် ပြတ်လိုက်၊ သောက်လိုက် ပိုက်ဆံ့ပို့လို့ ဆေးပဝယ် မိမိဘဲ ပြတ်လိုက် အဲဒီလို့ အထက်ပိုးဟာ ဆေး ပြီးသွားတယ် ခေါ်တော့ပဲ့။ ဆေးတွေ့ကို မပြောက်တော့ဘူး၊ ဆေးက မိမိတော့ဘူး၊ ဟိုတို့က တို့ဟောရောင်းကိုကုရင် ဆေး နှစ်မျိုးပဲ့ သုံးတယ်၊ ရောက်တော့ သုံးပျိုးပေါင်းရတယ်၊ ရောက်တော့ အစွမ်းထက်တဲ့ဆေးတွေ့ ထပ်တို့ထွဲပြန်ရော့။ ဆေးသုံးမျိုး လေးပျိုး သောက်လိုက် ပြတ်လိုက်လုပ်နေရင် အဲဒီပိုးဟာ ဆေးနဲ့ ယဉ်သွားပြီးလို့ ယော့ယျာအားဖြင့် ပြောနိုင်တယ်။ အဲဒီပိုးကိုယ့်ကိုယ့်တဲ့ ရောက်လာပြီ ဆိုပါတော့နော့၊ ကျိုန်တာကို ဓမ္မားတာများ ကြည့်ပေတော့။

လူဦးရေ ထူထောင်တဲ့ ပူးအိုက်စွာတို့တဲ့ မြှို့တော်တွေ့မှာ ပြစ်လေ့ရှိတဲ့ ရောက်ရောင်းနှစ်ပျိုးက ဝိုးလျှောရောင်းနဲ့ အသည်းရောင်အသားပဲရောင် ပါပဲ့။

အန်တိတို့ ကျောင်းသွေးဘာဝတုန်းက မွှေ့လေးဟာ အသည်းရောင်အသားပဲရောင် အလွန်ပြစ်တဲ့ပြုပဲ့။ ကျူးရေ့ စနစ်ကြောင့်များလားလို့ အန်တိ သံသယပြစ်ခဲ့လူးပဲတယ်။ အရာတော့ ရောရာအနဲ့အပြားများ အသည်းရောင် အသားပဲရောင် ခေတ်စားနေပြီ။ စားသောက်ဆိုင်တွေ့ လမ်းဘေး ရွှေသည်တွေ့ကနဲ့ ကွဲပဲကိုကြတာများ ပြစ်မလားလို့ သိုး သံသယရှိတယ် မဟုတ်လား၊ တကယ်တော့ ရောင်ကွဲပဲကို အမြှေ့ယံ့နဲ့ အများဆုံးအကြောင်းရှုံးဟာ အည်းအကြောင်းရောင်းရှုံးများ ရော်စိုးပြောင်း နဲ့ ပို့လွှာရေတွေ့ကြောင့်ပဲ့။

အည်းအကြောင်းကို အသေအချာသန့်စင်မထားနေ အဲဒီရောက် ရောင်းပြောင်းတွေ့ ကန်တွေ့ထဲမှာ ရောက်ကုလို ရှင် အဲဒီရော့ သုံးနေရတဲ့ ပိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းတွေ့ အောင် အမွှေ့ယံ့လုပ်ငန်းတွေ့ဟာ ရောင်းပြောင်းရောင်းကြောင်းတွေ့ ပြု ကုန်ပြုပဲ့။ မြှို့ထဲ ရောက်ဖော်လုပ်ငန်းကြေားနဲ့ စီးတဲ့ရော်များ

ပြောင်းရောသည်၊ အဲဒီတွေဟာ တားကြုံးဟားကျို့ အဖိုက်  
သရိုက် အပုပ်အသိုးတွေနဲ့အတူ လူတွေရဲ့ သုံးရောထဲမှာ  
ရောက်ကုန်မယ်။ တာသို့ ဟင်းချွေကိုပိုက်ခင်းတွေဟာ ပိုလွှာရေး  
တွေကိုသုံးကြတယ်။ အာပင်အချက် စွဲ့ထွားစွဲ့ လိုအပ်တဲ့  
အာဟာရအဖြစ် ဓာတ်မြော်လာအဖြစ်ပေါ့၊ အဲဒီပိုလွှာရောတာ  
တစ်ခိုမြို့တည်းမှာ လူတွေအတွက် ရောင်းပိုးတွေကိုလည်း မြန်  
မြေး ပေးနေတယ်ဆိုတာတော့ ဘယ်သူ့မှ သတိမထားမော်  
ပေါ့။

အဲဒီဟင်းချက်ဟင်းသီးတွေ၊ အဲဒီဝါးတွေကိုပဲ  
အန်တိတို့ တားနေဖဲ့တာ။ အဲဒီမသန့်တဲ့ရေး အန်တိတို့ သောက်  
သုံးရောထဲကို ဘယ်လောက်အတိုင်းအတာအထိ ဝင်နေခဲ့ခြိုင်း၊  
စာရင်းဇယား ရာခိုင်နှုန်းနဲ့ပသိနိုင်ပေးပယ့် တနေ့တဗြား  
များလောတဲ့ ဝိုးကိုက်ပိုး၊ အသည်းရောင်အသားဝါပိုးတွေ  
ရောင်းတွေကိုတော့ မြင်နေကြားနေရတာပဲ။

  
ရောင်းရေး ကန်ရေး သောက်သုံးစွဲ့ သိပ်မသန့်သူး  
ဆိုရင် အပိုဒ်တွင်းရောကရော ဘယ်လောက် သန့်မြေအသား  
သလဲ အန်တိတို့သိပိုး တော်တော်ခက်ပါတယ်။ တွင်းရောတာ  
ဘယ်နားကရတဲ့တွင်းရောလဲ၊ အဖိုက်ပုံးနား၊ ပိုလွှာကန်တွေ  
နားက ရတဲ့ရောလား၊ စက်ရုံးရောသိုးပြောင်းနားက ရတဲ့  
ရောလား၊ ရေတွေးတည်ရာ ပြောကြီးပဲ့သန့်စင်မှု ည်စည်းမှု  
ပေါ့ပြား မူတည်နေတာ သမီးရဲ့။

အကောင်းဆုံးကတော့ ကိုယ့်အိမ်က အပိုဒ်တွင်းရေး  
သန့်မသန့် ရောထဲမှာပါဝင်တဲ့ သဘုံးတတ်နဲ့ ရောင်းပိုးတွေရဲ့  
ပါဝင်နှုန်းကို သိအောင် ရောက်မှာသယူပြီး ဓာတ်ခွဲခံစားကြည့်  
ပို့ပဲ့။ အဲဒီကတော့ မြန့်တော်တွေဟာ ဖြောင်းရမယ့် ပြဿနာ  
ပေါ့လဲ။

အဲဒီရေကိုမှ ကျိုးချက်သောက်ကြောမယ်။

တင်သီးဟင်းချက်တွေကို ရောင်းပိုးအားလုံးမှာ



ဆေးရမယ်။ ဒါတောင်မှ ပိုးသတ်ဆေးရဲ့ အန္တရာယ်  
ကလည်း တွဲဖော်သေးတာ။ ပိုက်ပျိုးရေး တဗ္ဗာသိုလ်  
က ဆရာ တစ်ယောက်က အန်တိကို  
တာသတ်ခဲ့ ပြောဖူးတယ်။  
‘အသီးအရွက်တစ်ခုကို စားလို့  
ရွှေးတော့မယ်ဆိုရင် ပိုးပါတဲ့အသီးကို  
ရွှေးရမလိုပြောနေပြီဗျာ၊ ပိုးရှိနေတယ်  
ဆိုတော့ ဒီကောင် ပိုးသတ်ဆေး  
အန္တရာယ် ကနေ လွတ်နေတယ်လို့ ယူဆရ  
တာကိုး’ တဲ့။

စာတုဇ္ဇာဆေးတွေ ပိုးသတ်ဆေးတွေရဲ့ အန္တရာယ်  
ဟာလည်း သိနေသူတွေအတွက်တော့ ရောင်းတွေနဲ့ပြီး  
ကြောက်လန့်ရပယ့် တရုပ်ထံမှာ ပါနေမှာပဲ့နေ၏။

ကများပွဲ (အုပ္ပာ ၂)

[www.burmeseclassic.com](http://www.burmeseclassic.com)



[www.burmeseclassic.com](http://www.burmeseclassic.com)



၁၁၁၄ : (၇)

## မြန်မာ့တော် နှင့် လုပ္ပါးရေ

လွန်ဖဲ့တဲ့ နှစ်လလောက်က ညေးများ ရေးသွား  
ဝယ်တော့ ပျော်ဝယ်တဲ့အခါနီမှာ ပျော်ရောင်းတဲ့ ရေးသည်  
အမျိုးသောက် အန်တိဂုံစွတ်ဆက်တယ်။ 'ဟော ဆရာပ  
ပါလား'တဲ့။ အန်တိ နည်းနည်းအုပ်သွားတယ်။ သူ့ကို မြင်.  
ဗျားပါတယ်လို့တော့ ထင်သော။ နောက်တော့ ကျော်သလိုလို  
ခံစားလိုက်ရတယ်။ စာရေးဆရာပအဖြစ်သိပြီး နှစ်ဆက်  
လိုက်တယ် ထင်တာကို။ နောက်မှ ရော်ချောင်းတုန်းက  
ကိုယ့်လူမှာဟောင်း ပြစ်နေတော်ကို ပုတ်ပိသွားတယ်။ ရန်ကုန်  
ကို ပြောင်းလာကြတာဆိုပဲ။ ကြည့်ပြင်တိုင်ထဲမှာပဲ နေသတဲ့  
နေရထိနိုင်ရတာ အဆင်ပြုခဲ့လားလိုပေးတော့ ဒီလိုပဲ ရန်ကုန်  
နေရတာဖဲ့ ဆရာပရယ်...တဲ့။

ရော်ချောင်းကအသိတွေ ကိုယ့်လူမှာဟောင်း  
တွေကို ရန်ကုန်မှာ မစွဲလေးမှာ ခဏာခဏတွေ့နတာကြော်ပြီ။  
တွေ့တိုင်းလည်း ရော်ချောင်းကို ဓန္တာလာကြသူတွေချည်း  
ပြစ်နေတယ်။ ဆယ်တန်းတုန်းက အင်မတန်ခိုင်တဲ့ သူ့ယောက်  
ချင်းတို့ပေးပေးကို သန်လျှပ်စာကိုမှာ ကွမ်းယာဆိုင်ဖွင့်ထား  
တယ်။ တေလာက သန်လျှပ်စာအပြန်မှာ သူ့ဆိုင်ငွေ နှစ်ဆက်  
တော့။ အန်တိအတွက် ဟင်းသီးတင်းရွက် တို့ဝရာတွေ  
အများကြီး လက်ဆောင်ပေးလိုက်သေးတယ်။ သူ့ဆိုရင်  
အန်တိ ရန်ကုန်ကို မပြောင်းခင် ဆယ်နှစ်ကျော်လောက်တော်း  
ရန်ကုန်ကို ရွှေလာခဲ့သူပဲ။

အင်းဘာလိုလိုနဲ့ လူတွေလည်း နယ်ကိုစွန့်ဆေး  
ပြီတော်ကြီးတွေဆီကို ပြောင်းရွှေလာကြပြီနော်။ ပြီ့တော်  
တွေမှာ လူဦးရောတွေ တာရှိနိုင်တိုး တိုးမှားစားကြပြီး အဲ့  
ပြန်ဟနိုင်းရဲ့ ပြီ့တော်တွေ(ရန်ကုန်နဲ့ ပစ္စာလေး)ချည်းခဲ့ပေး  
နေတာလို မထင်နဲ့ သပို့ရော ကဗ္ဗာပေါ်မှာရှိတဲ့ တတိယတဲ့  
နိုင်တွေ တနည်းအာနိုင်း ဖဲ့ပြီ့ဆော်တွေမှာ အဖို့သမားကြီး  
ကြိုနေကြရတာ။ ပြီ့တော်တွေမှာ လူဦးရော တရှိနိုင်-

မြန်မာ နှင့် လူဦးရေ

တိုးပွားပြည့်ကျပ်လာတဲ့အခါ နေရာ ဒေဝါ ဒါဝါန်း မလုံလောက်တဲ့  
ပြဿနာ မူလအဆောက်အွိတွေ ပြန်ပြဖို့ မဘတ်နိုင်ဆုံး  
မြို့ပျက်သွားတဲ့ပြဿနာ၊ ပြည်သူလူထဲ သွားရေးလာရေး  
အတွက် အသုံးပြုဖို့ မောက်တော်ကားနဲ့ သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး  
ယဉ်တွေ မလုံလောက်မှုပြဿနာ၊ လမ်းတွေ ပြန်ပြဖို့  
သေးစင် ပျက်စီးကုန်တဲ့ပြဿနာ၊ ပြည်သူဝိုင် အများသုံး  
ပစ္စည်းတွေ အသုံးပြုခဲ့ရပါများလွန်းလို့ ပျက်စီးကုန်တဲ့  
ပြဿနာ၊ သောက်ရောမလုံလောက်ဘဲ သောက်ရောသုံးရော့  
မိုးလွှာရေးလုပ်ရေးတွေ ရောနောပြီး ရောင်တွေပြုစ်ကုန်  
တဲ့ပြဿနာ...စတဲ့ ပြဿနာတွေ အများကြီးဆက်တိုက်  
ကြံတွေလာရတာဖူး။

ဒေဝါကို အကြမ်းအားဖြင့် Urban revolution  
လိုပေါ်တယ်။ မြို့ပျက်လုန်ရေးလို့ ဘာသာပြန်ရင် ရဟယ  
ထင်ပါပဲ။

  
စက်မှုတော်လုန်ရေးလို့ ဘာသာပြန်ထားတဲ့  
Industrial revolution ကိုတော့ သမီးသိမှာပါ။ စာထဲမှာ  
တောင် သင်ရမှာဖူး။ စက်မှုတော်လုန်ရေးဆိုတာ စက်ရုံး  
အလုပ်ရုံတွေမှာ စက်ပစ္စည်းယန္တရေးကိုရိုက်ယာတွေနဲ့ အစားထိုး  
လိုက်ကြလို့ ပြန်ပေါ်လာတဲ့ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေးပြောင်လုပ်  
နောက်ဆက်တွဲ ပြဿနာတွေကို ခေါ်တာပါပဲ။

အခု Urban revolution ဆိုတာလည်း မြို့တော်  
တွေဆိုကို အလုံအရင်နဲ့ ပြောင်ရွှေ့ဖွေ့စိုးတွေတဲ့  
လူဦးရေ ကျပ်ည်မှုကြောင့် နောက်ဆက်တွဲပြန်လာတဲ့  
ပြဿနာတွေကို ခေါ်တာပဲပေါး။ မြို့တော်တိုင်းမှာ ပြစ်သော  
ဆိုရင် အခါလိုတော့ မဟုတ်ပြန်ဘူး၊ စက်မှုနိုင်ငံတွေကြေား  
ကမ္ဘာ့ထိုးသီး နိုင်ငံကြီးတွေရဲ့ မြို့တော်တွေကျော်တော့  
ဒီပြောင်လုပ် ပြဿနာကို အနည်းအကျင်းဆင် ဖြော်ရှု  
ပါဘူး၊ ရူးလေယာ့များ၊ လန်ဒမ်းမြို့၊ စန်လုပ်စစ်ကို မြို့တွေလို့

မြို့တော် နှင့် လူဦးရေ

မြို့တော်တွေမှာ ဒီပါးမရှိဘူး။ တတိယက္ခာနိုင်ငံ မြို့တော်  
တွေဖြစ်တဲ့ နိုင်ရိုခါ ဆိုင်လှု ဘုံဘေး၊ ရုကာတာ၊ မနီလာဝတဲ့  
မြို့တော်တွေမှာပဲ အကြီးအကျယ်ကြော်တာ။ တို့နိုင်တဲ့ မြို့တော်  
ရန်ကုန်လည်း ဒီအကြပ်အတည်းက ဘယ်လွှတ်မလဲကျယ်။

လူဦးရေ အတိုးအလျော့တွေ၊ မွေးနှစ်း အတိုး  
အလျော့တွေ၊ သေနှစ်း အတိုးအလျော့တွေကို ပြောတော့မယ်  
ဆိုရင် ပထာပဆုံး ပြဿနာက ဂိန်းဂတန်းနဲ့ပုတ်သက်နေတဲ့  
အန်တို့မှတ်ဉာဏ်ပါပဲ။ အန်တိုက ငယ်ငယ်ကတည်းက  
ဂိန်းဂတန်းနဲ့ပုတ်သက်ရင် တော်တော် မှတ်ဉာဏ်နည်းတာ။  
ဂိန်းဂတန်း မှတ်ဉာဏ်နည်ဆူးပါ ဂိန်းဂတန်းကို စိတ်ဝင်  
ဓားတဲ့သူတွေနဲ့ ကြိုပိတိုင်း ‘ဂိန်းဂတန်းဆိုတာ အရေးကြီး  
လိုလား’လို့ စိတ်အချဉ်ပေါက်ပေါက်နဲ့ တွေးဖူးပါရဲ့။ ဒီပေါမယ့်  
တကယ့်အဖြစ်မှန်မှာတော့ ဂိန်းဂတန်းဆိုတာ လူတွေကို  
တကယ့်ဆွဲဆောင်နိုင်တာကို။

ဥပမာ နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံမှာ လေယ့်တိုင်းကြောင့် ရှေ  
လျှော့လူ လူတွေသေကုန်တယ်။ အိုးပဲ့အိုးပဲ့တွေ အများကြိုးဖြစ်  
ကုန်တယ်ဆိုတာထက်၊ အဲဒါ နိုင်ငံမှာ လေယ့်တိုင်းကြောင့်  
လူ ၂၀၀သေဆုံးပြီး၊ လူ ၃သောင်းလောက် အိုးပဲ့အိုးပဲ့  
ဖြစ်ကုန်တယ်လို့ ပြောလိုက်ပဲ ‘ဟာ...တယ်ဆိုးပါလား’လို့  
မျက်လုံးပူးကြ သတိထားမိကုန်ကြတာကို။

တရာ့ကိုစွဲတွေမှာ ဂိန်းဂတန်းကိုဇူးဇူးပြီး ဝကား  
ပြောလို့ရတယ်။ တရာ့ ကိုစွဲတွေကျတော့ ဂိန်းဂတန်းတို့  
ဇူးဇူးလို့မရဘူး။

ဥပမာ နိုင်ငံများတရာ့က ‘မြန်မာနိုင်တဲ့ အိုယာ  
ဘယ်လောက်ရှိသာလဲ’လို့ ပေးပြီးဆုံးပါတော့။ အန်တိုက မြို့  
နိုင်ငံရဲ့ အကျယ်အဝန်း ရောယာစတုရန်းနိုင်ကို ဘယ်နှုန်း  
မှတ်ဖို့မလဲ။ မဟုတ်ဘူးလော့။ ဒီတော့ ဂိန်းဂတန်းကို ဇူးဇူး  
ဖြေတာပေါ့။

‘ပါတီနိုင်းဟာ တူရကိန်းထက် နည်းနည်းပဲ  
သယ်တယ’လို့ ဖြေကြည့်ဖူးတယ။ ဒီတော့မျပဲ တရာ့နိုင်းခြား  
သားတွေ ပထဝါဘာသာမှာ တော်တော်ညွှေပါလားလို့ သိလိုက်  
ရတော့တယ။ ’တူရကိုတို့တဲ့လား၊ အင်း..တူရကိန်းငဲ ဘယ်  
လောက် ကျယ်ပါလိမ့်’တဲ့၊ သူ့စိတ်ကူးအာရုံထဲမှာ တူရကို  
နိုင်းရဲ့ အကျယ်အဝန်းမြေပုံကြီး ပေါ်ပလာတာ သေခြာတယ။  
မြန်မာနိုင်းရဲ့ တည်နေရာမြေပုံကို အတိအကျ သိကြို့တော့  
ဝေးပါလေရော။

ပယုံပရှုနဲ့ သမီးရော။ တို့ မြန်မာနိုင်းကြီးတို့  
ဘယ်နားမှာ ဂိုပ်နှင့်တောင်မသိတဲ့ နိုင်းခြားသားတွေ အများ



ကြီး၊ အများကြီးပဲ။ အရွှေတောင်အာရုံမှာ ရှိတာပေါ့လို ဖြေရှင်တောင် သပ်ဝါးဝါးပဲ ပုန်းဆန်ရှာတယ်။ တို့ညံ့သလား သူ့တို့ညံ့သလား တွေးသာကြည့်ပေတော့ သမီးရေ။ ‘ဒီနှစ်ယ နဲ့ ထိုင်းနိုင်းပဲ့အကြားမှာ ရှိတယ်’ ဆိုတော့မှာ ‘အော် တုတ် လား၊ သိမြို့၊ သိမြို့’ တဲ့။ အဲဒီတော့မှာ တို့မြန်မာနိုင်းပဲ့နေရာကို အတိအကျပျိုးလို ရာဘားတော့တာကို။

ဒီတော့ ဒီလိုလူတွေကို တူရကိုနိုင်းရဲ့ အကျယ် အဝန်း နဲ့ နှစ်းဆပြေတော့ ဘယ်သော့ပေါ်မလဲ။ ဒီအတိုင်း ဆို မြန်မာနိုင်းရဲ့ စတုရန်းပိုင် အတိအကျကိုပဲ အလွတ်ကျက် ရုပလို ပြစ်မနေဘူးလားကျယ်။ မြန်မာနိုင်းအကြောင်း အကြောင်း မျှေး စာရင်းဖော်တွေကို (လိုအပ်တဲ့အခါ ထုတ်ကြည့်ပြီး ဖြေဆိုနောင်) အိတ်ထဲ အမြဲဆောင်ထားရင် ကောင်းမလားလို တောင် ဟာသနဲ့ တွေးဖို့သေးတယ်။ နောက်တော့ အနဲ့တဲ့ အခက်အခက် အစ်ကိုလိုခင်တဲ့ ပိတ်ဆွေတစ်ယောက်က ဖြေရှင်းပေးပါတယ်။

‘သူ့တို့နဲ့ပတ်သက်နေတဲ့ နိုင်းရဲ့အကျယ်အဝန်းနဲ့ နှစ်ယျို့ပြီးဖြေမဖော့’ တဲ့။ ဥပမာ အေဖရိကန်လူမျိုးက ပေးတော့ ဆိုရင် မြန်မာနိုင်းဟာ တက်(က်)ဆပ်စိပြည့်နယ် လောက် ကြီးပါတယ်လို ဖြေလိုက်။ ရှာမန်လူမျိုးက ပေးတာဆိုရင် မြန်မာနိုင်းဟာ ရာမနိနိုင်းထဲက နှစ်ဆန္ဒပါး ကျယ်ဝန်းတယ် လို ဖြေလိုက်...တဲ့။ အဲဒီအတိုင်း ဖြေတော့မှာပဲ နှစ်ဦးနှစ်ဦး ကျော်ရှုပ်ရပေတော့တယ်။ ဒါက အကျယ်အဝန်း၊ အယုံ အသေး ပြသာနာဆိုတော့ ကိန်းဂဏ်းကို ရှောင်လိုရတယ်။

တရာ့၊ ပေးခွန်းတွေကျတော့ ကိန်းဂဏ်းကို ရှောင်လိုမရတော့ဘူး သမီးပဲ့။

ဥပမာ မြန်မာလူမျိုးရဲ့ ပျမ်းမျှောက်တစ်ဦး (Expectancy) က ဘယ်လောက်လဲဆိုတဲ့ ပေါ်မြန်းမျိုး ဒီကျတော့ ကိန်းဂဏ်းနဲ့ ဖြေရတော့တာပေါ့။

ဒါပေမယ့် ဖော်ခွန်းတွေက အနိတိထင်သလို  
ရှိရှိစင်စင်းမလာဘူး သမီးရဲ့။

‘နှင်တို့နှင့်၊ ရောင်းအကောင်းဆုံး ဝတ္ထု စာအုပ်  
တစ်အုပ်ဟာ အပ်ရောယ်နှစ်အုပ်လောက် ရောင်းရာသဲ’လို့  
ဖောကယ်။ အန်တို့မျှ ပေါ့ထားတဲ့ မျက်နှာ နည်းနည်းလေး  
ကန်ပျက်သွားတယ်။

‘နှစ်တို့နိုင်လို အောင်ရေသနနဲ့သိပြီး ရောင်းရတာ  
တော့ မဟုတ်ပါဘူး’လို ဝကားချိထားလိုက်တော့ သူတို့က  
‘ဝါမားလည်ပါတယ’ တဲ့။ ဒါနဲ့ပဲ ဝေါ်အောင်ရေ တစ်သောင်



လောက်ကုန်တာကိုပဲ ရောင်းအကောင်းဆုံး Best seller လို သတ်မှတ်ကြတယ်လို့ ဖြေလိုက်ရတယ်။ အဲဒီမှာ သူတို့က ခေါင်းတည်ပါတယ်နဲ့ပေါ့၊ တရာ့ကတော့ အမယ တစ်သောင်း ဆိုတာလည်း ထို့ဟာအပ်ရဲ့ စောင်ရွက်ထို့အများကြေး များနေပါ တယ်..တဲ့။ နှစ်သိမ့်တာပေါ့။ အားမနာတတ်တဲ့ လူတဲ့ ကတော့ ရှေ့ဆက်ပြီး မေးတာပေါ့။ ‘နှင်တို့နိုင်ငံရဲ့ လူဦးရေ ဘယ်လောက်လဲ’ တဲ့။ အန်တို့မျက်နှာ နည်းနည်း ထပ်င့် သွားပါရော့။ ‘ဂုဒ္ဓသန်း’လို့ ဖြေရတာကိုး၊ တရာ့ မျက်နှာ့နှင့် သို့ရုံပဲ့။ တရာ့က အားမနာပါးမနာ ထပ်မေးပါတယ်။ နှင်တို့ နိုင်ငံမှာ စာတတ်တဲ့လူ ရာခိုင်နှုန်း (Literacy rate) ဘယ် လောက်လဲတဲ့။ ဒီယောခွဲနှုန်းကို သူ့ချုည်းသက်သက် မေးရင် အန်တိုက မျက်နှာဟောပြီး ဖြေနိုင်မှာပါ။ ဒီပေမယ့် အခုလို နောက်ဆက်တဲ့ ယောခွဲနှုန်းအပြို မေးလာတော့ ဖြေရတာ အားမရှိတော့ဘူးပေါ့ သပီးရပါ။ အဲဒီမှာ အန်တိုက ခုခံ ကာကွယ်တဲ့သဘောနဲ့ စာအုပ်အား ဆိုင် ယဉ်ကျေးမှုတို့ ရှုပ်ပြုရတော့တာပေါ့။ နှင်တို့ဆိုက စီဒီယိုတိုင်ခွဲအား ဆိုင် တွေ့လိုပဲ ငါတို့ဆိုမှာ စာအုပ် အား ဆိုင်တွေ့ရှုတယ်။ နှင့် တို့ဆိုလိုပဲ ပစ္စည်းတန်ဖိုးရဲ့ ဆယ်ရာခိုင်နှုန်း ဒီပုံပတုတ် ခုနှစ်ရာခိုင်နှုန်းကို အား ဆိုင်ရေးအပြို သတ်မှတ်တယ်။ မဝယ်နဲ့ တဲ့ လူတွေ့က ဌားဖတ်ကြတယ်လို့ ပြောတော့ သူတို့တော့ တည့် သဘောကျသွားကြတယ်။ သိပ်ကောင်းတာပဲနော်တဲ့ သူတို့အတွက် အထူးအဆန်းပြိုနေတာကိုး။ ယုတ္တိအေး လောက်ကို ဝါသနာပါပုံရတဲ့တစ်ယောက်က ဝါယွှေးအုပ် တစ်အုပ်ရဲ့ ပျော်မျှပျော်နှုန်းတန်ဖိုး ဘယ်လောက်လဲလို စပ်ရုပါလေရော့။ စာအုပ်တန်ဖိုးကို သူတို့နိုင်းဆုံး နားလုပ် နိုင်အောင် ကဗ္ဗာသိငွေ တန်ဖိုးတစ်ခုအပြို စားပုံလုပ်ကိုတဲ့ နောက်မှာတော့ နောက်ထပ် ယောခွဲနှုန်းတွေ့ မပေါ်လာတော့မယ် ဘား။

မြန်မာ နှင့် လူဦးရေး

ထားပါတွေ့လေ။ အဲဒီတွေက အန်တိမ္မာလို့မရတဲ့  
ကိန်းကတော်းဆိုင်ရာ ပြဿနာတွေပဲဆိုပါတော့။

မြို့တွေမှာ လူဦးရေများပြားကျပ်သို့လာတဲ့အခါး  
ဘာပြဿနာတွေ ပေါ်စိုင်သေလဲ။

ဒါနိုယ်နိုင်ငံရဲ့ မြို့တော်နဲ့ မြို့ပေါင်း ၃၀၀၀ကျော်စွာ  
မြဲ ၂၀၀လောက်က တစ်ဝက်တပျက် ပိုလွှာရောဆိုးမြောင်း  
ဝန်ရှိပြီး (၈)မြို့သာလျှင် ပိုလွှာစနစ် အတိအကျ အပြည့်အဝ  
ရရှိတယ်...တဲ့။ ဂရီမြစ်တစ်လျှောက်မှာ မြို့ပေါင်း ၁၀၀ကျော်  
(တစ်မြို့ခိုက်မှာ အနည်းဆုံးလုပ်းရေ တီးသောင်း)ဟာ ၉၇၅ပုံ  
အမိုက်တွေအားလုံးနဲ့ ပိုလွှာအည်းအကြောင်းအားလုံးတို့ ဂရီမြစ်  
ထဲ ပစ်ချကြပါတယ်...တဲ့။ ဓကရုံအမျိုးမျိုး (ဓည်သွေ့ဝက်ရုံ၊  
ရိုးသတ်ဆေးဝက်ရုံ၊ စက္ကာဝက်ရုံ၊ ဓတ်မြော်အဝက်ရုံ၊  
ရော်သာဝက်ရုံ၊ ရော်ထွက် ဓာတုပစ္စည်းဝက်ရုံတွေ)က ရရှိနိုင်  
ရော်တွေ အားလုံးဟာလည်း ဂရီမြစ်ထဲကိုပဲ သွားတော်  
ရသဲ့။ ကာလက္ခား၊ မြို့ပတ်ဝန်းကျင်မှာ ဓကရုံပေါင်း  
၁၅၀ကျော် ရှုတယ် ဆိုပဲ။

ကာလက္ခား မြို့တော်

လူဦးရေရှု ၆၀

ရာနှုန်းဟာ အ

ဆုတ်ပွဲ ရောဝါး

အဆုတ်လျော့ခြားရောင်

ရောဝါ (Pneumonia,  
bronchitis) တွေနဲ့

အသက်ရှုလမ်းကြောင်း

ဆိုင်ရာ ရောဝါတွေ ခံတော်

နေကြရတယ်တဲ့။ အဲဒီ

အားလုံးဟာ လေထု ညွှန်

ည်းမှုကြောင့် ဖြစ်ရတာဖော့



မြို့တော် နှင့် လူဦးရေ

သခါးရယ်။

တရာစိပြည်မှာ ကျတော့လည်း ဒီလိုပါပဲ။ တရာစိပြည် ခဲ့မြို့တော် ၂ဝလောက်မှာ စက်ရုံတွေနဲ့ ပြည်နေတယ်။ စက်ရုံတော်တော်များများဟာလည်း ကျောက်ပီးသွေးကို လောင်စာအာဖြစ်သုံးပြီး၊ ဘွှင်လာတွေနဲ့ လည်ပတ်စေတဲ့ စနစ်ကို အသုံးပြုကြတယ်ဆိုတော့ အဲဒီမြို့တော်တွေမှာ အဆုတ်ကုန်ဆာရောင်း ဖြစ်ပွားနှင့်များဟာ တစ်နှစ်ငါးလုံးမှာ ရှိတဲ့ အဆုတ်ကုန်ဆာဖြစ်ပွားနှင့်ထက် လေးဆကာနေ ခုနှစ်ဆာထိ ပြဋ္ဌာန်သတဲ့။ ကြောက်စရာကြီးနော်။ အဲဒီ ၁၉၈၇ခုနှစ်တုန်းက စစ်ဆေးတွေ ရှိထားတဲ့ အစီရင်ခံစာတော်ခုအရ ပြောနေတာ။

ဒုံးမြို့ဆန်ငံ(သို့မဟုတ်) တတိယကဗ္ဗာဆန်ငံ တွေမှာ ဘာဖြစ်လို့ ဒီလောက် လူဦးရေတွေ များနေရသလဲ။ ရှင်းပါတယ်။ မွေးဖွားမှုနှင့်တွေ များလွှာနှင့်ပြီး လူဦးရေကို ထိန်းပထားနိုင်လို့ပဲပေါ့။

ဘရင်းဒေယား တွက်ချက်မှုတွေအရ သူတို့ခန့်မှန်း ကြတာကတော့ ခရစ်တော်ပပေါ့ပါ ဘီစီရှုံးထောင်လောက် တုန်းက ကဗ္ဗာလူဦးရေဟာ သီးသန်းခန့် ရှိခဲ့လိမ့်ပယ်တဲ့။ ခရစ်တော်မွေးတဲ့ အချိန်ကာလလောက်များတော့ ကဗ္ဗာလူဦးရေဟာ သန်း၂၀၀လောက်ရှိသတဲ့။ အမေဂိုက်နဲ့ပြည်ထောင်စု ရဲ့ လက်ရှိ လူဦးရေ သန်း၂၅၀ထက်တောင် နည်းနေလိုက် သေးနော်။ အဲဒီ သန်း၂၀၀ရဲ့ တစ်ဝက်လောက်ဟာ တရာစိပြည်က လူဦးရေဖြစ်ဆင်သတဲ့။ ခရစ်နှစ် A.D ၁၆၅၀ ခုနှစ်များတော့ ကဗ္ဗာလူဦးရေဟာ သန်း၅၀၀ဖြစ်သွားပြီး၊ သန်း၂၀၀ကနေ သန်း၅၀၀၀ဖြစ်မို့ တစ်နည်းပြောရှင်နှစ်ဆက်ရော်တိုးပွားမို့ နှစ်ပေါင်း ၁၆၅၀ ကြောခဲ့တယ်၏ ဆိုရမှာပဲ့နော်။ အဲ..နောက်ပိုင်းများတော့ နှစ်ဆုံးဆတို့အား အဲဒီလောက်နှစ်တွေ မကြောတော့ပါဘူး။ ၁၇၇၄ခုနှစ်စွာ ကဗ္ဗာလူဦးရေဟာ သန်း၁၀၀၀ရှိသွားပြီး၊ ၁၇၅၇လားကြည့်စဉ်

သမီးရယ်။ ၁၉၅၀ခုနှစ်တိန်းက သန္တေသနဝါဒုတဲ့လူဦးရေတာ ဘရှေ့ဝါဒ်မှာ သန်း ၁၀၀၀ ဖြစ်သွားရတာ။ နှစ်၁၀၀အတွင်း လူဦးရေ နှစ်ဆထပ်တိုးသွားတာပေါ်နေ၏။ အဲ...၁၉၈၀ခုနှစ်မှာ တော့ သန်း၂၀၀၀ဖြစ်၏ ၁၉၉၀ခုနှစ်မှာ သန်း ၄၄၀၀ဖြစ်၏ တော့ အချေခေတ် ၁၉၉၉မှာတော့ သန်း ၆၀၀၀ရှိခဲ့ပြီ။ အနှစ်၂၀ အတွင်းမှာ သန်းဘရှေ့ဝါဒ်လောက်တောင် တိုးပွားလာလိုက်တာ နေ၏။

လူဦးရေတွေများတော့ အဓာৎအစာ နေထိုင်စရာ ရွားပါးချို့တဲ့တာနဲ့အပျော် လူတွေကထုတ်တဲ့ ကာဗွန်းနှင့်အောက် ဆိုကိုင်တွေလည်း များလာတာပေါ်။ အဲဒီများလာတဲ့ လူ တွေဟာလည်း တော်နယ်ပိုင်းမှာများတာမဟုတ်ဘဲ မြို့တော် ကြီးတွေမှာ များနေတာပဲ..တဲ့။ ၁၉၅၀ကနေ အခု ၁၉၉၀ခုနှစ် ပိုင်းအတွင်း နှစ်ငါဝါအတွင်းမှာ ကန္တာပြီးတော်တွေမှာရှိတဲ့ လူဦးရေတာ သုံးဆပွားလာသတဲ့။ အဲဒီ ကန္တာတစ်ခုလုံးရဲ့ စာရင်းအယားပေါ်။ အဲဒီမှာမှ တတိယကန္တာ နိုင်ငံတွေ (မြို့မြို့ဆဲနိုင်ငံတွေ)၏ မြို့တော်တွေမှာ ပွားလာတဲ့ လူဦးရေ သက်သက်ကို တွေကြေည့်တော့ (၁၉၂၀ ကနေ ၁၉၈၀ အတွင်း) နှစ်ဝါဝါအတွင်း လူဦးရေ ဆယ်သို့လာတာ ကိုတွေ့ရသတဲ့။ ဘယ်လောက်များ မွေးလိုတို့ သလဲ နေ၏။



အမယ်...ဒါတောင် မွေးဖွားနှစ်း  
(Birth rate) မှာ ကလေးတွေဦးရေရဲ့ ၅၀ရာနှစ်းတာ အသက် ၁၅နှစ်ထိ ပ ရောက်ခင်မှာ သေကုန်ကြတယ်..တဲ့။ ကျိုတဲ့ ၅၀ရာနှစ်းထဲက တော်တော်များများတာလည်း အသက်ရှု နှစ်တောင် မရောက်ခင်မှာ သေကုန်ကြရတယ့်မျိုး။ ဒါလို မြို့မြို့ဆဲနိုင်ငံတွေ၏ လူဦးရေနဲ့ သေနှစ်းပျမ်းပျော်ရှုကြည့်တော့မှ ကြောက်စရာ ကောင်းတဲ့ အချက်တစ်ခုကို

ပြုတော် နင့် လူဦးရေ

တွေ့လာရတယ်။ ဘာလဲဆိုတော့ စံးဖြီးဆဲမိုင်ငံတွေမှာ  
ကလေးရာခိုင်နှစ်းဟာ ၂ဝပဲ ရှိပြီး သေတဲ့ ရာခိုင်နှစ်းကျတော့  
ကလေးတွေက ၆၀ရာခိုင်းတဲ့။ လူဦးရေ ၁၀၀မှာ ကလေးက  
၂ဝပဲရှိတယ်။ ဒါပေမယ့် သေတဲ့ လူဦးရေ ၁၀၀မှာတော့  
ကလေးဟာ ၆၀ သေနေတာပဲ့။

လူဦးရေကို  
ထိန်းချုပ်ထားဖို့ဆိုရင်  
အချက်သုံးချက်ကို  
လျှော့ချုပ်ရမယ်။  
ဆင်းရဲခြင်း  
မွေးဖွားခြင်းနဲ့  
သေပျောက်ခြင်းပဲ့  
အချက်တစ်ချက်ကို  
ဝို့မြင့်ပေးရမယ်။  
အဲဒါဘေတော့  
မိန်းမတွေ့ရဲ့  
အခြေအနေကို  
မြင့်ပေးရမယာ  
ဒါဘို့ပေဆောင်ရွက်ရင်  
နှစ်ဆယ့်တစ်ရာစွဲ  
အလယ်လောက်မှာ  
လူဦးရေဟာ  
သန်းဂေဝဝထဲ  
ရောက်သွားမှာပဲတဲ့

မွေးနှစ်းလူဦးရေ များနေတာလည်း မကောင်း  
သေနှစ်းများနေတာလည်း မကောင်းဘူးသမီးရယ်။ အဲဒါ  
များနေတဲ့ သေသူတွေဟာလည်း ကလေးတွေ ဖြစ်နေပြု  
တယ်။ အစာအဟာရ ရှို့တဲ့လို သေကြုပယ်။ လေထုရေတု  
ည်ည်းမှုကြောင့် ရောင်တွေ ဖြစ်ပြီး သေကြုပယ်။

လူဦးရေကို ထိန်းချုပ်ထားဖို့ဆိုရင် အချက်သုံးချက်  
ကို လျှော့ချုပ်ရမယ်။ နံပါတ်(၁) ဆင်းရဲခြင်း၊ နံပါတ်(၂)  
မွေးဖွားခြင်း၊ နံပါတ်(၃) သေပျောက်ခြင်းပဲ့။ အချက်တစ်ချက်  
ကို ဝို့မြင့်ပေးရမယ်။ အဲဒါကတော့ ပိန်းမတွေကဲ့ အခြေအနေ  
ကို မြင့်ပေးရမယာ။ အဲဒါအချက်လေးချက်ကို ဂရုပစိုက်ရင်  
မဆောင်ရွက်ရင် နှစ်ဆယ့်တစ်ရာစွဲ အလယ် လောက်မှာ  
လူဦးရေဟာ သန်းဂေဝဝထဲ ရောက်သွားမှာပဲ တဲ့။

မွေးဖွားနှစ်းကို လျှော့ချုလိုရသာလားဆိုတဲ့ ပေးခွန်း  
ကို ရှုပန်နိုင်ငံ့ တရာတိနိုင်ငံက လက်တွေ့ အကောင်အထည်  
ဖော် ပြုလိုက်ပြီ။

ရှုပန်နိုင်ငံဟာ သေးသေးလေးမဟုတ်လား သမီး  
ရဲ့ ပင်လယ်ထဲမှာ ထိုးထွက်နေတဲ့ ကျွန်းရှုည်ရှည် ကျဉ်း  
ကျဉ်း ကလေး။ သူတို့နိုင်ငံ့ မြေအကျယ်အဝန်းဟာ အန်တိ  
တို့ပြန်ဟနိုင်ငံ့ တစ်ဝက်လောက်ပဲရှိတာ။ ဟော လူဦးရေ့  
ကျတော့ သုံးသနီးပါးဖြစ်နေတယ်။ ဒီလူတွေ ဘယ်လိုလုပ်ပြီ  
နေကြသလဲ။ သူတို့နိုင်ငံ့ အကျယ်အဝန်း ကိုလိုပို့တော့  
လူဦးရေ့၏ စားကြည်ပို့တယ်။ ဘက်လိုပို့တာမှာ လူဦးရေ့  
၃၀၀ကျော် နေနေရတယ်။ (အန်တို့တို့နိုင်ငံ့ဟာ အပြုံနေရာတဲ့

အကျယ်ကြေား၊ ဘက်လိပ်တာမှာ လူဦးရေ စုစုပုံတယ်။) ဒီတော့ လူဦးရေကို ကန်သတ်ထိန်းချုပ်မှတ် ပြစ်တော့မှာဖော်။ ဒုတိယ ကမ္ဘာစ်အပြီးမှာပဲ လူဦးရေကို ကန်သတ်ထိ အကောင် အထည်ဖော်ခဲ့တာ။ လူဦးရေတိုးပွားနှင့် (Population Growth Rate)ကို ပြရာနှင့်ကေနေ ၁ ရာနှင့်ထိ ချုပစ်နိုင်၏ တယ်တဲ့ သိပါ့လဲ။

တရုတ်နိုင်ငံဟာလည်း ပြနေရာကျယ်ဝန်းလှ ပေပယ့် လူဦးရေက များလွန်စေတော့ သူတို့လည်း လူဦးရေ ထိန်းချုပ်ရတာပဲ။ ပထမတော့ မိသားစုတစ်စုံမှာ ကလေး နှစ်ယောက်ပဲ မွေးရုပယ်လို ကန်သတ်ကြည့်တယ်။ ဘဇ်ဝနဲ့ ဘဇ်ဖြေား ဒုန်းအတွင်း လူဦးရေတိုးပွားနှင့်ဟာ တစ်ဝက် တိတိ ကျသွားတာ ပြရာနှင့်ကေနေ ၁၃၈၄၉၂နှင့် ပြစ်သွားတယ လေး။ ဒါကိုပဲ မလိုလောက်သေးဘူး။ ဒါနဲ့ ဘဇ်ဝကျော်ကာလ ကျတော့ မိသားစုတစ်စုံမှာ ကလေးတစ်ယောက်ပဲ ယူရမယ် လို ကန်သတ်လိုက်ရရော။ အခုပြုး တကယ်ကိုပဲ သူတို့ နှစ်နိုင်ငံဟာ လူဦးရေထိန်းချုပ်လိုက်နိုင်ပြော့။ ဒီလိုပါး လိုက်လုပ်ဖို့ ဆိုတာ မလွယ်ဘူးအေား။ ပြည်သူ့အပေါ်မှာ အတိ အကျ ပြုလေညားတဲ့ အစိုးပြုရမယ်။ လူမှုပတ်ဝန်းကျင် တာလည်း တင်းကျပ်ရမယ်မဟုတ်လား။

စက်မှုနိုင်ငံတွေမှာ လူဦးရေ တိုးပွားနှင့်က အကြောင်းအပါးအပါးအရ ကန်သတ် ထိန်းချုပ်ပြုသားပါး ဆိုပို့ယ်ယူနိုယ်၊ အဖော်ကန်ပြည်ထောင်စု၊ အနောက် ဥဇော်နိုင်ငံတွေပဲ့။ အခုခုံ ဂုပ်နိုင်ငံပါ ဝါသွားပြီး သူတို့အားလုံးရဲ့ လူဦးရေတိုးပွားနှင့် (Population Growth Rate) တာ ၁ ရာနှင့်ကေနေ လျှော့လာလိုက်တာ အခုခုံ သူည် ရာနိုင်နှင့်ဆို ဒီးတည်နေပြုပဲ့။

လူဦးရေတိုးပွားနှင့်များနေဆဲ နိုင်ငံ့ကွဲပော်တော့ တတိယကမ္ဘာနိုင်ငံတွေပါပဲ။ အာဖရိကန်င်ငံဟော လတ်တင်

မြတ်တော် နှင့် လူဦးရေ

အဖောက်နိုင်တွေ၊ အရွှေတောင်၊ အရှေ့နိုင်တွေ၊ အီနှီးယန်ငံလည်း ပါတာပေါ့။

ဒုံးပြိုးဆဲ တတိယက္ခာနိုင်တွေထဲမှာ အင်္ဂါနီးရှားနိုင်ကတော့ စံပြုပါပဲ။ အင်္ဂါနီးရှားနိုင်ဟာ အန်တိတု့မြန်မာနိုင်ထက် ရာသ လောက် ပိုကြိုးပါတယ်။ ဒါပေမယ့် လူဦးရေကျတော့ သန်း ဘရဝ၊ သန်း ဘဝရှိနေတယ်။ ဒီတော့ သူတို့လည်း မွေးဖွားနှုန်းကန်းသတိစို့ တက်တက်ကြော်ဆောင်ရွက် လိုက်နာနေကြပါတဲ့။ ဘဇ်ဝရှုနှစ်ကတည်းကတရားဝင် သတ်မှတ် ဆောင်ရွက်လာကြတာတဲ့၊ နားမျိုးစုံပေါ့ သမီးရယ်။ ပိုစတာဆိုင်သူတို့တို့တွေနဲ့ ပညာပေး၊ သိချင်းတွေ၊ ဂိုဏ်တွေက တဆင့် ပညာပေး၊ ဒေသဆိုင်ရာ ဘုရားရှိုးစိုးကျောင်းတွေ၊ ဗလီတွေမှာ သာမေးမီးကန်းသတ်ရေး ပညာပေး ဟောပြောပွဲတွေလုပ် အော်လိုက်လည်းတွေပေါ့။

အံ့ဩစရာကောင်းတာ တစ်ခု အန်တိဖတ်ရှုတယ်။ အင်္ဂါနီးရှားနိုင်းမှာ နေ့စဉ် ညနေ့ချောနရာရှိ အရို့န် ရောက်တိုင်း၊ အမျိုးသမီးတွေ ပဋိသန္ဓားသေး၊ မမေ့မလျှော့ သောက်ကြစို့ အချက်ပေးဥုဉ် ဆွဲသတဲ့ သမီးရဲ့။ စာအုပ်ထဲမှာ အန်တိဖတ်ဖုံးတာလေ။

အခုခံ့ အင်္ဂါနီးရှားနိုင်းမှာ မွေးဖွားနှုန်းထဲကန်းသတ်ပြုသား လျော့ချုပ်သား၊ ပြန်နေပြု။ ဒီတောင်အော် အင်္ဂါနီးရှားနိုင်းဟာ ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချတာကို ဥပဒေနဲ့ အကျော်ယူ တာမြဲမြဲထားတဲ့နိုင်ငံ။ သူတို့တာ ပဋိသန္ဓားနှင့် တစ်ခုတည်းနဲ့ မွေးဖွားနှုန်းကို ထိန်းချုပ်ခဲ့တာ။

က...သူများအကြောင်း ပြောပြီးပြုဆိုတော့ အကိုယ့်အကြောင်းကိုယ် ပြောရမယ့် အလှည့်ပေါ့နော်။

စောဘောက အန်တိတွေကိုကြည့်သလို ပြန်မြန်တဲ့ ဟာ၊ အကျယ်ကြိုးစို့ တစ်နိုင်းလုံးမှာ လူဦးရေသိပိဿာ (Population density) ဂုဏ်လောက်ပုံတဲ့ မြန်မာပေမယ့် အော

တစ်မီလိုင်ပဲပဲပဲ၏ မြို့မေးရာအကျယ်ပေါ်၏ တစ်မီလိုင်ပဲပဲပဲ၏ လူဦးရေ တွေက်တာကို။ ဘက်လိုပါတာမှာ လူဂျာဆိတာ သေဘုယျ လူဦးရေ သိပ်သည်ဆေလေး၊ ဒီပေါ်မယ့် ရှိကုန်မြို့တော်၏ လူဦးရေသိပ်သည်ဆေ (Population density) တဲ့တော့ ဘက်လိုပါတာမှာ လူဦးရေ ပြစ်သွားဖြီ သိပဲ။ ကြော်ဝင်း ရှိကုန်မှာ ဘယ်လောက်လုပေတွေ ပြည့်ကျပ်နေလိုက်ဘာလဲမော်။ အမယ်...ဒါတောင် တို့ရှိကုန်၏ လူဦးရေသိပ်သည်ဆေက ဒီလစ်ပိုင်နိုင်ငံ မနီလာမြို့၏ လူဦးရေသိပ်သည်ဆေထက် တော်တော်နည်းသေးတာ၊ စင်ကာပုံမြိုင်ငံဟာ ဘယ်လောက် ကျော်သေးလဲ၊ သေးသေးလေး။ စတုရန်း ကိုလိုပါတာ ၆၀၀ ကော်ပဲရှိတာ၊ သူလူဦးရေကို အကျယ်ကိုလိုပါတာ၏ အနိတ် တော်ကြော်တယ်။ ဒီတော့ စင်ကာပုံ၏ လူဦးရေ သိပ်သည်ဆေ (Population density) ဘယ်လောက်ရမယ် ထင်လဲ။ ၄၂၀၀ဧာ။ ဘက်လိုပါတာမှာ လူဦးရေ ၄၂၀၀ နေ့မြို့ရေတော် ဘယ်လိုမျိုး အော်ကိုလိုပဲလို သိုးတွေးနေဖြီ မတုတ်လေး ဒီထောက် သိုးအော်ပျော်ရွှေ့သေးတယ်။ အော်လောက် တျားသိပ် ပြည့်နေတဲ့ လူဦးရေ၏ စင်ကာပုံမြိုင်ငံဟာ အနိုက်သိမ်းတဲ့စနစ် အောင်ပြင်မှုကျတော့ ဥရုံရှုနှစ်းတောင် ရှိသတဲ့တွယ်။ အနိတ်တို့ ရှိကုန်မြို့တော်တာလည်း သိပ်ပစ္စားလှ ပါဘူး။ ဘက်လိုပါတာမှာ လူဦးရေ ၅၀၀သာ ရှိတဲ့ မြို့တော်တာ အနိုက်သိမ်းစနစ်အောင်မြှင့်၍ ကျတော့ ၄၀ရာချွဲ့။ ရှိတာကွော်။ အခုခုခိုရင် ဒီထောက်အောင်မြှင့်လာ တော့မယ်။



မြို့ထဲကိုအနိတ်သွားပဲ့အခါ ဘတ်စ်ကားလိုတော့ ပူး အနိုက်ပဲ့တွေ တွေ့လေမေးမြှုပ် မိုင်ချုပ်ရော့မှာ အော်စ် အစ်အိုင်စ်တာမှာ အနိုက်ပဲ့တွေ တွေ့နေရတယ်။ အရှုခို အနိတ် အနိုက်ကို အိုးအထိ ဘယ်လောက်ရေးလုပ်တော့မှာ

မြန်တော် နှင့် လျှို့ဝှက်

လပ်းလျောက်ရင်း အမိုက်ပုံးထဲမှာ ပစ်လို့ ရအန်ပြီလေ။  
နောက်ပြီး အမိုက်ပုံတော်တော်များများတာလည်း ဉာဏ်  
ဖောရိပါ နံနက် ဖောရိအတွင်းသာ အမိုက်စွန်ပစ်ပါ ဆိုတဲ့  
စာတပ်းနဲ့နဲ့ နေ့ရိုင်းဆိုရင်အမိုက်ပုံဟာ ရှင်းပြောင်လို့ ။  
အောင်လိုမို့ပြုပြုရတာ သိပ်စိတ်ချမ်းသာတာပဲ။ တစ်ခုပဲရှုတယ်  
၄၀ရာစွန်းကေနေ ၉၀ရာစွန်း အောင်မြင်စိုကိုတော့ ရန်ကုန်  
မြို့တော်သူ မြို့တော်သားတွေ အားလုံး ပါဝင်ဆောင်ရွက်စိုး  
လိုမှာပေါ့။ ဒီလောက် လူဦးရောကျတာ (တော်မြင်ငံနဲ့ စာရင်  
စင်ကာပုံ နှင်းနဲ့စာရင်)၊ တကေယာဆိုကိုယ့် ဥယျာဉ်ခြေမြေထဲမှာ  
သုံးလို့ အကျိုးရှုပယ့် အောင်ဂဲနစ် အမိုက်တွေကို ဥယျာဉ် ပိုက်  
ပျော်မြော်အတွက်သုံး၊ နောက်အေး မြေကွက်လပ် ရှိတဲ့ ဒိမ်တွေ  
က အောင်မြေကွက်လပ်မှာ အောင်ဂဲနစ် မဟုတ်တဲ့ အမိုက်တွေ  
ဒီရှို့ ဒီလိုသာဆိုရင် စည်ပင် သာယာနာနာကို ကူညီရောလည်း  
ရောက်တာပေါ့ဖော်။

ရန်ကုန်မြို့တော် တစ်ခုတည်းမှာကိုပဲ စွန်ပစ်ပစ္စည်း  
စုသိမ်းတဲ့လုပ်ငန်း အောင်မြင်မှုဟာ နှစ်ပျိုးကွဲနေတယ်။  
ရန်ကုန်မြို့လယ်ဒေါ် မီးယားရေး အချက်အခြား ဒေသတစ်စိုက်  
မှာ စွန်ပစ်ပစ္စည်းစုသိမ်းမှုဟာ ၁၀၀ရာစွန်းပြည့် အောမြှင့်  
တယ်။ မြို့သာစ်ပိုင်းတွေ ဆင်ခြေဖုံး တော်တော်ဝေးဝေးဆာ  
မြို့နယ်တွေမှာတော့ ၁၀ရာစွန်းပေအောင်မြင်တယ်။ အောင်လိုး  
ကွာသေးတာ၊ ဒါကြောင့် ရန်ကုန်တစ်ခုလုံး မြို့ကြည့်လိုက်တော့  
၄၀ရာစွန်းပဲ အောင်မြင်တာတွေရတာပေါ့။

သောက်ရောသုံးရေ့ သမို့ဆိုတာ အောင်ဝန်ယူနေ့  
ရဲ့ မိတ္တာစနစ်၊ အမိုက်သိမ်းစနစ်၊ ရောဆိုးပြောင်းစနစ် အဲ  
ရှင်းစိုးလိုတာပေါ့။ သောက်ရောသုံးရေ့ မသန့်တဲ့အခါး  
ပတ်ဝန်းကျင်ကလုတွေ ရောတော်ယ ပေါ်များပြီး၊  
အပောက် များတာပေါ်သမီးရှယ်။ ဒါကြောင့် သူ့သူ့ရော်  
လာပြီဆိုရင် များလာတဲ့ လူဦးရောနဲ့အော် သန့်ရှင်း

မြန်တ် နင့် လူဦးရေ

ကျွန်းမာရေး ထိန်းကျုပ်ပေးစီး လိပ်စာတယ်။ သန့်ရှုံးတဲ့ ဆောက် သုံးရေ အလုံးအလောက် ပြန်ဖူးစိုးလိုပယ်။ စနစ်ကျေတဲ့ ပိဋ္ဌ္ဇာန် အည်အကြောစွဲနဲ့စစ် ရှိရပယ်။ နိုင်ငံတပ်နိုင်ငံဟာ လူဦးရေ ကိုလည်း အသင့်အတင့်မှာရှိအောင် ထိန်းချုပ်ကန့်သတ်၊ သယံးကတေကိုလည်း အလုပ်သေး ဖြောင်အောင် အလုပ်စဉ်းစား စား စီးပွားရှု၊ ပိမိ ပတ်ဝန်းကျင် သန့်ရှုံးရေး ကျွန်းမာရေး ကိုလည်း အလေးထား၊ စည်းကမ်းနဲ့ ကိုယ့်ကျွဲ့တရားကို လည်း သတိနဲ့ စောင့်စည်းဆွားပေါ်ဆိုရင် အလွန်သာယာပြီး အနေဖြင့်ရရှု ကောင်းသွားမှာပဲနေ။

ခက်တာက အန်တိတိမှာက ပြစ်သလိုအေး ကြော် သလို လုပ်တတ်တဲ့ အကျင့်က အရိုစွဲဖြောင်တယ်။ အား လုံးဟာ အေးဆေးပဲ။ တိုက်ခန်း အပေါ်ထပ်ကနေ ထမ်းတွေ့နဲ့ အမိုက်တွေ့ခုတ်ထုံးတဲ့ ကြော်ကြော်အဲတ် အထပ်ကြော်ကို ဗွဲ့ပေးနေပစ်ချိန့်လည်း ဝန်မလေးကြော်း၊ ကား စောင်းရင်း၊ ကားတံ့သားလေး အသာဖြို့ပြီး ကွင်းတံ့တွေးပောင်သနဲ့ ထွေးချုပ်လိုက်ဖို့လည်း ဝန်မလေးကြော်း၊ သာမျှ ကားရှုပ်စရာ အေားတွေ့ အကျယ်ကြော်ရှိပါလျက်နဲ့ လပ်းပေါ်မှာကားရပ် ထားပြီး သူများကားကို အနောင့်အယုက်ပေးစီး လည်း ဝန်မလေးကြော်း။ သတ်မှတ်ထားတဲ့ တန်ချိန်ထက် မတန်တာဆ တင်ပြီး ညွတ်ဒေါ်တဲ့ ကားတွေ့နဲ့ ကဗျာရာလပ်းမကို ဖျက်သီးပောင်ဖို့လည်း ဝန် မလေးကြော်း၊ ကိုယ်တာ ပြီးကိုဖျက်သီးတဲ့ အထဲမှာ တစ်ယောက်အပါအဝင် ပြစ်နေမလား လိုတောင် နည်းနည်းမှ သံသယ မဝိုက်ပေါ်ဘူး၊ ဂရာဓိတ် တဲ့ လူဦးရေ များလာရင် မြို့ကိုဖျက်သီးပောင်လှုတွေ များလာ မှာဖော်။ အခိုလိုနဲ့ပဲ ရှိကြိုမြို့တော်တာ အောင်အသက် နေလေရဲ့။

ကဗျာရာလပ်း (ရှေ့ချုပ် နှင့် အောင်)

[www.burmeseclassic.com](http://www.burmeseclassic.com)



[www.burmeseclassic.com](http://www.burmeseclassic.com)



အ ၁၄ : (၁)

# ရေကြည်ရာ မြတ်နှရာ

## အကြည်ရာ မြိုက်နာ

တလောတုန်းက နောက်ဖော်ပါးလိုခန်းများ အန်တိ  
ပန်းကန်ဆေးရင်းကနေ အောက်ဘက်ကိုလှပ်းကြည့်ခဲ့ပါတယ်။  
ဘာရယ်မဟုတ်ပါဘူး။ မျက်စိက တည့်တည့်ကြိုး ရောက်  
သွားတာကို။ ဒီးလွှာကလည်းဖြစ်တော့ အောက်မြင်ကွင်းက  
ရှင်းနေပြန်၊ မှန်တံ့သီးချည်းဆိုတော့ ဖွင့်ဖွင့် မဖွင့်ဖွင့် ထွင်း  
ဖောက်မြင်နေရပြန်ဆိုတော့။ အသေးအဖွဲ့လေးပါပဲ။ အမျိုး  
သမီး တစ်ယောက် တံ့မြှုက်စီးလွှာည်းနေတဲ့ မြင်ကွင်း။

ကတ္တရာ လပ်နဲ့ သူ့အိမ်ရွှေပြေကို ဆက်ထားတဲ့  
မြောင်းကူး ကွန်ကရာစ်ခင်းလေးပေါ်ကနေ တံ့မြှုက်စီးလဲ နေ  
တာ။ အိမ်ထဲက အမိုက်တွေ ဖုန်စဖုန်တွေကို တံ့မြှုက်စည်း  
နဲ့ လျှပ်လာလိုက်၊ လျှလာတဲ့အမိုက်တွေကို ရောမြောင်းထဲ  
လျှချလိုက်၊ ကတ္တရာလမ်းတစ်ပိုက်က ဆွဲယူလျှလာလိုက်၊  
ရောမြောင်းထဲကို လျှချလိုက်လုပ်နေတယ်။ အမိုက်ကလည်း  
ထုံးစံအတိုင်း ဓမ္မာအဖာန ပလတ်စတင်အဝါအဖွေပါပဲ။

သူလျှသမျှ ဖုန်တွေစက္ခာစတွေ အမိုက်တွေအားလုံးတို့  
ရောမြောင်းထဲပစ်ချေနေတဲ့ သူ့အသွ်အပြင်ဟာ သာမန် ဇော်  
နေပို့ရှင်းရှင်း လင်းလင်း မျက်နှာထားပဲ။ ဒါ ထူးအိမ်ရွှေတဲ့  
ရောမြောင်းထဲကို အမိုက်တွေ စုထည့်နေတာပါလားလို့  
တွေးမိတဲ့ လိပ်ပြာမသန့်တဲ့ မျက်နှာအနေအထားမျိုး မတုတ်  
ဘူး။ အမိုက်ပုံးထဲကို အမိုက်တစ်ခု ပစ်ချလိုက်ရတဲ့ ဝန်ဆေး  
သွားတဲ့ တာဝန်ကျော်ပြီးတဲ့ မျက်နှာထားမျိုးလည်း မဟုတ်ဘူး  
ဘူး။ အဲ အဲတွေးထဲမှာ ဘာမှ မရှိတဲ့ စလာမျက်နှာထားပါမဲ့  
အဲဒါမြင်ကွင်းကို အန်တိ တော်တော်ကြာကြာ ငြောက်  
နေပို့တယ်လဲ။

သူ့ရောမြောင်းလေးကို ကြည့်လိုက်ပြန်စေ  
ရောမြောင်းထဲမှာ အရင်တုန်းကတည်းက ရှိနေတဲ့ အမိုက်  
ပြည့်လို့ပဲ။ ဒါ ပြစ်ရိုးပြင်စဉ် တစ်ခုလား။ အန်တိ အဲဒါမြင်  
နေပို့တယ်။

အောင်မြန်မာ ပြရိုက်

တကယ်လိုအား အန်တိက၊ ‘အန်မရယ်၊ အနိုက်တိ  
ရေဖြောင်းထဲ လျှော့မယ့်အစား၊ အနိုက်သိတ်တစ်ခုရတဲ့ထော်ပြီး  
အနိုက်ကားလာမှ ပစ်ရင် ပကောင်းဘူးဟား’လို့ အောင်မြန်  
ကြည့်ခဲ့ရင် သူမိတ်ဆိုသွားမလား မသိဘူးအနေ။ အန်တို့တို့  
ပျက်မောင်ကြတ်ပြီး စြော်းဒေါ်းဆုံးကြည့်ပစ်လိုက်ရင်  
မခက်ပါလာ။ ဘာ လာကြောင်နေတာလဲလို့ သူမိတ်ဆတော်  
ရှုပ်သွားနိုင်တယ်။ အန်တိကလည်း အောင်မပေးရဲပါဘူး  
နေရားထိုင်ရင်း အထင်စွဲခံရဲ အမျိန်ပွားခံရမှာ ကြောက်  
တယ်လေ။

ဒီအတိုင်းဆိုရင် အန်တိဟာ Environmental  
Activist တစ်ယောက် မဟုတ်ဘူးဆိုတာ သေခာဘွားတယ်  
အနေ။ တကယ်သာ ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ အမြင်နဲ့ လုပ်ရွား  
တက်ကြသူဆိုရင် သူ့ပတ်ဝန်းကျင်မှာ ခိတ်ဖွဲ့မယ်၊ ဆွဲ  
ဆောင်မယ်၊ စည်းရုံးမယ်၊ ကန့်ကွက်မယ်၊ တားမြှင်မယ်၊ လို့  
အပ်တာမှန်သွေး လုပ်သွားမှာပဲ။ အန်တိကတော့ ခိတ်ထဲက  
ပချင့်မရဲ ပြောရဲပဲ။ လက်တွေ့ ဆန္ဒကျင်ရဲ့ ကန့်ကွက်ရဲတဲ့လူ  
မဟုတ်ဘူးလေ။ တို့နိုင်ငံမှာ အန်တို့လိုလုပုံးတွေ ဘယ်  
လောက်များအနေသဲ မသိဘူးအနေ။ တော်တော်ကို များပုံးရတဲ့  
တယ်ကွယ်။ တစ်ခါတစ်ခါတော့ တော်တော်ညွှေတဲ့ခါလားလို့  
ကိုယ့်ကိုယ်ကို အော်ထွက်ပါတယ်။

လောကတစ်ခုကို ပြုပြင်ပြောင်းလဲပစ်လို့ ဆုနှစ်မယ်  
ဆိုရင် ကိုယ့်အမြင်ကို ကိုယ်တစ်ယောက်တော်း ကြိတ်ဆိုသိ  
ထားပယ့်အစား ဘေးပတ်ဝန်းကျင်ကို အသိပေးပြောပြီး  
ဆွဲးအွေး တို့ပေးသွားတော်မယ့်အနေ။ ဒါမှာလည်း ကိုယ်ပြောတဲ့  
အမြင်ကို ဓားလျက် ပြောလာမှာမယ့်၊ ဒါပေမယ့် အန်တိကတော့  
ခိတ်ဆွဲပဲ့ပြီး အနုပညာလည်းတွေ့ဗျား စည်းရုံးအေး အနုပညာ  
လည်းတွေ့ဗျား ဒါတော့ ဘာလုပ်သလဲဆိုတော့ အတွေ့ဗျားများတဲ့  
ပေါ်ကွယ်။ ပြုပြင်းလေးတစ်ခုရှုပ်ခုကောင့် အားလုံးပြီး တွေ့

ကြည်ရာ မြိုက်နာ

ပြတီလိမ့်မယ်၊ ကမ္မာကြီးတစ်ခုလုံးအထိ ရောက်အောင်။ တော်သေးတော်နော်၊ အန်တိ စာရေးဆရာဖြစ်လာရှာပေလို့။ စာရေးဆရာများ၊ မဖြစ်ခဲ့ရင် အန်တိ အတွေးတွေ့နဲ့တင် တော်တော် ခုက္ခရာက်သွားနိုင်တယ်။

အခုလည်း ရောမြှောင်းထဲ အပိုက်လဲချုတဲ့ မြင်ကွေး၊ လေးကနေ မြို့တော်သန့်ရှင်းသာယာရေးဆိုတဲ့ ကြော်ငြာ ဆိုင်းဘုတ်ကြီးတွေကို ဖျတ်ခဲ့မြှင်ယောင်လိုက်ပါတော့တာပဲ။

လမ်းဘေး လမ်းထောင့်တွေများ၊ ပန်ခြုံမျက်နှာစာ တွေများ၊ လူစည်ကားရာ အရပ်တွေများ ‘ဒါ သင့်မြို့တော်၊ မြို့တော်သန့်ရှင်း သာယာရေး အတွက် သင်ကိုယ်တိုင် ပါဝင် ကူးပေါ်ပါ’ စတဲ့ ဆိုင်းဘုတ်တွေ အပိုမျိုးဆိုတ်ထားတာ သမီးရဲ့ ဆိုင်းဘုတ်တွေဟာ မဖြစ်ချင်အဆုံးပါပဲ။ လူတိုင်းလည်း မြင်နိုင် ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် မြိုင်ပြီးရုံးနဲ့ ဒေါ်းထဲ အသိတရား ရောက် မလာနိုင်သွေးဆိုတဲ့ သဘောလား။ မြို့တော် သန့်ရှင်း သာယာ ရေးတာ အိမ်ရှေ့က ရောမြှောင်းနဲ့ ဆက်စပ်ပူးပို့တယ်လို့ ပတွေးမိတဲ့ သဘောလား။

မြို့တော်သူ မြို့တော်သားဖြစ်လာရင် သူနဲ့ သက်ဆိုတဲ့ နိတ်ကျွဲ့ဝတ်ရှိနေတယ်ဆိုတာ သူတို့၏ အောင် ဘာလုပ်ပေးရင် ကောင်းမလဲ ပညာပေးတယ် ဆိုတာကလည်း ပေးတဲ့ သူအတွက် ပေးရတာ အရသာ ရှိချင် နဲ့ ယယ်။ ခံရတဲ့သူအတွက်တော့ တော်တော် ကသိကအောက်ဖြစ်မှာ သမီးရဲ့၊ အန်တိ ကိုယ်ချင်းတပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ရှားခွဲ့ သံကြားကနေ၊ ရေဒီယိုကနေ၊ သတ်ကနေ၊ အမျိုးမျိုး ပညာပေး စဉ်၊ ကြည့်ရမှာပဲ။ လူ တော်တော်များ ဆိုပြီးသားပေမယ့် သသိလေးတဲ့ရှား



မြတ်ရေးမြတ်ရေး  
မြတ်ရေးမြတ်ရေး

လည်း ရှိနေမှာပဲပေါ့။ အတန်းတစ်တန်းများ၊ ကျော်းတန်းတန်းများ၊ ကျော်းသားသားတွေ ရောက်လာရင် တော်း  
စည်းကမ်း၊ ကျော်းသား ကျုံးဝတ် နိတိတွေကို အသစ်တွေ  
သိအောင် ထပ်ပြောရတဲ့ သာဘောပဲပေါ့။ မြို့တော်သူမြို့တော်  
သား ဆိုတာလည်း အသစ်အသစ်တွေ အမြှောပ်း တိုးဇော်  
မဟုတ်လား။

တော်းမြို့တော်း။ အန်တို့ကိုပဲ ကြည့်။

အန်တို့ မြို့တော်သူ အသစ်စက်စက်ပဲ။ ရန်ကျိုး  
မြို့တော်ကို ဘုရားရှုန်ကဗျာ ပြောင်ဖျော်နှော်လာတာ ဆိုတော့  
အစုံပါ (၉)နှစ် လောက်ပဲ ရှိသေးတာကိုး၊ ဒါ မြို့တော်သူ  
အသစ်ပေါ့။ အန်တို့လို လူသစ်တွေ ရှင်ကျိုးမြို့တော်များ သန်း  
နဲ့ခိုပြီး ရှိနေပါတယ်။ အဲဒါလူတွေကို မြို့တော်သူ မြို့တော်  
သားတွေ လိုက်နာရမယ့် ကျုံးဝတ်နိတို့ကို ပြောပြ စည်းရုံး  
စိုးဆိုတာ လွယ်ကူလွယ်တဲ့ကိုစွဲ ပဟ္မာတူဘူး။ တစ်လ တစ်နှစ်  
နဲ့လည်း အောင်မြင်များ မဟုတ်ဘူး။ စိတ်ရှည်ရှည်ထားစိုး  
လိုတယ်။

လူဦးရေးရှုံး ပတ်သက်ပြီး ပြောခဲ့ဖော်သားပဲ။ တစ်ဇော်  
ကနေ တစ်ဇော် ရော်လုပ်ရာ မြတ်နရာ ပြောင်ဖျော် အောထိုင်  
လာကြတဲ့ လူအုပ်စုတွေ အကြောင်းလေ။ နယ်ကနေ မြို့တိုး  
တက်လာပြီး စီးပွားရှုံးကြရတယ်။ စွမ်းပါးတဲ့မြို့ကနေ  
ပေါ်များတဲ့မြို့ကို ပြောင်ဖျော်နှော်တိုင်ပြီး စီးပွားရှုံးကြရတယ်။  
စွမ်းပါးတဲ့မြို့တော်များတဲ့မြို့တော်ကို ပြောင်ဖျော် အောထိုင်ပြီး  
အလုပ်လုပ်ကြရတယ်။ အဲဒါလူများ မြို့တော်တွေ မြို့တော်တွေကဲ့  
လူဦးရောတွေ မတန်တာဆဲ တိုးပွားကြန်တာ မတုတ်လား  
မြို့တော်သူ မြို့တော်သား စင်စစ်တွေနဲ့ အသစ်တွေကြောများ  
ပြသောမြှင့်ဘူးလားလို့ အန်တို့ အတွေးအောင်ကြည့်ပိုတယ်  
အိမ်တစ်အိမ်များ အိမ်သားအသစ်တွေ ရော့လဲ့လားမြို့  
လိုပါတယ်။ ရှိတဲ့အစာအစာကိုလည်း မျှင့်ပြောရတော့

၁၆၅  
မြန်မာ မြန်မာ

ပယ်ဆိုပါတော့။ လူ မြောက်ယောက်စာ မျှဝေစားရာကင္း  
အခု လူရှုစ်ယောက်စာမျှဝိုး စားရတော့တဲ့ သဘောပဲ့။  
ဒီတော့ မြောက်ယောက်ရှိတုန်းက ဝဝလင်လင် စားရလို့  
ကျော်ဇူးနေတဲ့ အီးသားဟောင်းတွေဟာ သူတို့အစိုင်ရေးသွား  
တဲ့အတွက် တိုးလာတဲ့နှစ်ယောက်ကို အပြစ်ပြင်စရာ အ  
ကြောင်း ဖို့ဘူးလား၊ အီးသားသွားမျိုးဟာ မြို့တော်တစ်ခုပဲ့  
ပြင်ပေါ်လာမြင်ဘူးလား၊ မြင်းတော်မြင်းပဲ့မှာ ပြင်ပေါ်လာ  
မြင်ဘူးလား။

ရန်ကုန်မြို့တော်ကြီးပဲ့ စက်ရုံးသို့တွေ ဆယ်ခု  
ဆောက်ပယ်ဆိုပါတော့။ အီးစက်ရုံးပဲ့ အလုပ်ရရှိ ရန်ကုန်  
သားတွေရဲ့ အခွင့်အရေးဟာ နယ်က ရွှေပြောင်းလာတဲ့  
လူသုတေသနကြောင့် လျော့နည်းကုန်မြင်တယ် မတုတ်လား  
အီးအခဲ့ပဲ့ လူဟောင်းတွေဟာ အသင်တိုးလာတဲ့၊ အခွင့်  
အရေးလုပ်ယူမယ့် လူသုတေသနကို မနာလိုပြောင်းသွေ့ဘူးလား  
ကျယ်။ လူသုတေသနကရော အခွင့်အရေးကို ဝစ်ပြီး မှုပုဂ္ဂို  
ပလား၊ တာဝန်တွေက ကျွမ်းဝါတိတွေကို မှုပုဂ္ဂဆောင်ရွက်လို့  
စိတ်ရောကိုယ်ပါ အလေးမထားသွေ့ဘူးလားကျယ်။

တစ်နေရာကင္း တစ်နေရာကို လူတွေ ပြောင်းလွှာ  
ကျက်စားလာကြတာဟာ အရာမှုမဟုတ်ပါဘူး။ တိုးကြည့်  
အစကတည်ကပါပဲ့၊ အပဲလိုက်အုပ်စုတစ်ရုတာ ဒီနေရာတော်  
ဟိုနေရာ ပြောင်းရွှေ့သွားကြရတာပဲ မဟုတ်လား၊ ရောင်း  
သဘာဝ မကောင်းတဲ့နေရာလို့ သူတို့ သတ်မှတ်ရင် အီးကော်  
ကင္း ကောင်းမယ်လို့ထင်တဲ့ နေရာတစ်ခုသို့ကို ရွှေကြရတာ  
ပါပဲ့၊ တိုးတုန်းကဆိုရင် တစ်နေရာကင္း တစ်နေရာကို  
ရွှေပြောင်းကျက်စားလို့ကို အုပ်စုလိုက် ဝစ်ပွဲတွေ ပြု  
သေးတာ့၊ အီးကော်ပြီး နယ်ရဲ့ ကိုလိုနိုင်စုစုနယ်လို့  
ဆင့် ပြောင်းလဲလာတာ ပြစ်ပဲ့မှာပဲ့။ အခုစော်ဖုတေသန မှု  
ယဉ်ကျော် အဆင့်အတန်တော်တော်ကို ပြုလော်ပို့ဆော်

ခိုဗ္ဗားရေး ကိုလိုခိုဝန်ပါ ကျင့်သုံးကြေတော့တယ်။ အရင် ဆောက ရုပ်သာတဲ့ အင်အားကြီးတဲ့ နိုင်သားတွေက အင် အားသေးတဲ့ နှစ်ပါးတဲ့ နိုင်ငံဆိုကို ဝင်ရောက်တိုက်ထဲတ် ဖော်ရှုတဲ့ စနစ်ပေါ်ဖော်။ အချေခေတ်မှာတော့ နှစ်ပါးတဲ့ နိုင်သားတွေက ရုပ်သားကြုံယ်တဲ့နိုင်တွေသိ အလုံအရှင် နဲ့ ပြောင်းရွှေ့အလုပ်လုပ်စိုး နိုင်ကြရတဲ့အဖြစ်၊ တော်တော် လေးတော့ ကွာကြားပါတယ်။ သယ်စိုင်ငံက အကျိုးအမြတ်ရပြီး ဘယ်နိုင်ငံက အရှုံးထွက်သလဲ။

နိုင်ငံတစ်ခုက နိုင်ငံသားတွေက တော်းနိုင်ငံကို ပြောင်းရွှေ့ဖော်ထိုင် ကျက်စားကြတဲ့အခါးမှာ လက်ခံတဲ့ နိုင်ငံမှာ ရလာတဲ့ အရှုံးကတော့ စောဓာက အန်တိပြောသလိုပဲ နိုင်ငံသားတွေအဖော်နဲ့ အခွင့်အရေး လုပ်ခံလိုက်ရလို့ အလုပ် ရလို့ အခွင့်အရေး နည်ပါးသွားတဲ့ အရှုံးပဲ။ အလုပ် လုပ်ခွင့် ဆုံးရှုံးမယ်၊ နိုင်ငံမှာရှိတဲ့ သယ်ယူတတွေကို မျှဝေ ပေးရ တဲ့အတွက် သယ်ယူတတွေ ဆုံးရှုံးမယ်။ လူမျှေးရေး သွေး ကွဲမှုတွေ ဖြစ်လာမယ်။ ဘာသာရေး ဆန့်ကျွမ်းမှုတွေ ဖြစ်လာ မယ်။ လူဦးရေး ပြည့်ကျွမ်းမှု ဖြစ်လာမယ်။ ဒီပေးမယ့် လက်ခံ တဲ့နိုင်ငံမှာ အမြတ်ထွက်တဲ့ အချက်တွေလည်း အများတိုး ပါပဲ။ ထင်ရှားတဲ့ အချက်နှစ်ခုကတော့ နိုင်ငံရဲ့ စက်ရုံး အလုပ်ရုံး လုပ်ငန်းကြီးတွေမှာ အလုပ်သမား ပေါ်ပေါ်ရေးမှား ရလာတာနဲ့ နိုင်ငံရဲ့ အာဏာ ကူးလာမှာ ပိုပြီး ကြီးမားလောတာပေါ် လူတစ်ယောက်ကို တိုယ်နိုင်ထဲ ဝင်ခွင့်ပေးစိုး ပေးစိုး စဉ်းစားဆုံးဖြတ်တဲ့အခါး အော်နိုင်ရဲ့ အာဏာကြီးမှား ထင်ရှာသည်ထက် ထင် ရှား လာတော့တာပဲ။ ဒီလူတစ်ယောက်ကို ဝင်ခွင့်ပေးစိုးပေး ဆုံးပြုလိုက်တဲ့အခါးပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ ဝင်ခွင့်ပေးစိုးပါးရှုံးလို့ ပြီးဆယ် လိုက်ရတဲ့ အခါးပဲဖြစ်ဖြစ် ဆုံးပြုနှုံး ပြီးဆယ်လှု ကာယက်စုနှုံး



www.burmeseclassic.com

ကြည့်ရာ မြတ်နရ

ဘယ်လောက် အထက်ပါး အနေအထားရ လိုက်ပါသလဲ။ အဲဒီ  
အာဏာပါပဲ။ ကိုယ့် နိုင်ငံတဲ့ကို ဝင်ပါရတေ လို ခွင့်တောင်းသူ  
များလာတာနဲ့အပူ ဝင်ခွင့်ပေးသည်ပြုပေး၊ ပြုသည်ပြုပေး  
အာဏာက ကြီးကြီးလာပါတယ်။



ဒီက လက်ခံလိုက်ရတဲ့ နိုင်ငံဘက်

က ကြည့်တာပါ။  
ပိုလိုက်ရတဲ့နိုင်ငံဘက်က ကြည့်ရင်လည်း  
အကျိုးအမြတ်ရော၊ ဆုံးရှုံးမှုရော တွက်  
ကြည့်လို ရပါတယ်။

ကိုယ့်နိုင်ငံတဲ့နေ နိုင်ငံသား  
တစ်ယောက် တွက်သွားတဲ့အခါ သာမန်  
အားဖြင့်ဆိုရင် လုပ်အားတစ်ခု ဆုံးရှုံး  
သွားတာပါ။ (တွက်သွားတဲ့ လူတာ  
အလုပ်လုပ်နိုင်တဲ့အရွယ် ဆုံးရှင်တဲ့)  
တွက်သွားတဲ့လူဟာ ဦးနောတ္ထု  
ရင်းနှီးပြီး အလုပ် လုပ်နိုင်တဲ့  
ပညာရှင် ဆုံးရှင်တော့ လုပ်အား  
ဆုံးရှုံးမှုသာ မကပဲ ဦးနောက် ယိုစိုး

ဦးနောက်ဆုံးရှုံးမှုပါ ထည့် တွက်ရတော့မယ်။ ဒီဟာ နည်းမှု  
ဆုံးရှုံးမှုတော့ မတုတ်ဘူးနော်။

ဒီပေမယ့် အကျိုးအမြတ်တွေလည်း ရှိတာပါ။

နိုင်ငံသားတစ်ယောက် လျော့သွားတဲ့အခါ နိုင်ငံ  
သယံ့ကတော် သုံးစွဲပယ့်လူတစ်ယောက် လျော့နည်သွားသာ  
အဲဒီ အကျိုးအမြတ်ပဲမဟုတ်ဘူးလား။ တကယ်လို ဒီလူ  
အလုပ်လက်မဲ့သာဖြစ်နေခဲ့ရင် အလုပ်လက်မဲ့ ဝန်ထုပ်ဝန်  
ကြီး ကိုယ့်ဆိုကတွက်သွားတဲ့အတွက် ဒါ အကျိုးအမြတ်  
ပျော်လိုအပ်တဲ့ နိုင်ငံခြားဇွဲတော် နိုင်အတွက် ရှာဖော်လို  
ပယ်။ ဒီက စီးပွားအမြင်နဲ့ကြည့်တဲ့ အကျိုးအမြတ်ပဲ ၃၅

## ကြည်ရာ မြိုင်နရာ

သေးတာ၊ နိုင်ငံရေးမှတ်ဒါနကြည့်ရင် ကိုယ့်နိုင်ငံသားတော်  
ယောက် သူ့ခိုက်တွေသူ လွှတ်လွှတ်လပ်လပ် ထွက်သွားခွင့်ကို  
ပေးလိုက်တဲ့အတွက် နိုင်ငံမှာ သိကွာတော်ရှိသေးတယ်။  
လွှတ်လပ်ခွင့်ကို တန်ဖိုးထားတဲ့ နိုင်ငံအာဖြစ် နာမည်ကောင်း  
ရပယ်။ ဒါလည်း နည်းတဲ့ အကျိုးအမြတ်ပတ္တ်ဘူး။

ဒီလိုပဲပေါ့။ နှစ်ဦးနှစ်ဦးကိုအကျိုးအမြတ်တွေ ရှိတဲ့  
တာပါပဲ။ ဒီပေးယုံ ဒီဇာက်က ပြစ်လာတဲ့ ဇာက်ဆက်  
တွဲပြသောတွေကတော့ ဓမ္မေးလားစရာတွေ အများကြီးပဲ။  
ပြောပြရှိုးမယ်။ အန်တိဖတ်ဖူးတဲ့ ဝတ္ထုတို့လေး တစ်ပုံး  
အကြောင်း။ အဲဒီဝတ္ထုကို မဂ္ဂဇင်းထဲမှာတုန်းက ဖတ်ပြစ်  
လိုက်တာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဥတ္တုရလယ်စာပေကနဲ့ ခံစာသူ  
အကြောင်း ဝတ္ထုတိုးမျှေးဆိုပြီး စာအုပ်အာဖြစ်စုထို လိုက်တော့ရှု  
ဖတ်ဖူးတာ၊ စာရေးဆရာတာ ဟောင်စံသိန်း (အသုန်က)တဲ့  
ဝတ္ထုဖောင်းစဉ်က ‘မူတူးဆာဖိစ်’ တဲ့။ အရပ်း ဖတ်လို့  
ကောင်းတဲ့ ဝတ္ထုတို့လေး သဖို့ပဲ။

အတ်လိုက် ညီ အစ်ကို နှစ်ယောက်၊ သူတို့ရဲ့ ထယ်  
ဘဝဟာ ဝန်ထောက်သားတွေဆိုတော့ ရွှေထိုးဆောင်းနဲ့တဲ့  
အနေအထားပေါ့။ စားချင်တာမှန်သူ့ လိုချင်တာမှန်သူ့  
အကုန်ရတဲ့ ကံလုံးကြယ်ဝတဲ့ မိသားစုထဲကပေါ့ကွုယ်။ သူတို့  
အိမ်မှာ အလုပ်လာလုပ်တဲ့ ကုလားလေး နှစ်ယောက်ရှိတယ်။  
မူတူးနဲ့ ဆာဖိတဲ့။ အဲဒီ ကုလားလေးနှစ်ယောက်ဟာ သူတို့  
အိမ်မှာ ကျွန်းအာဖြစ်နဲ့ အလုပ်လာလုပ်၊ ရသူ့ ပိုက်ဆံတွေတို့  
ကျော်နေအောင်ရ၊ ထပင်းစားတော့ သူတို့အိမ်က ကျွန်းတဲ့  
ထပင်းကျွန်း၊ ဟင်းကျွန်းလေးတွေနဲ့ ငရ်တ်သီးစိမ်းလေး  
ကိုက်လိုက်၊ သားလေး လက်ညွှန်းနဲ့ ကော်စားလိုက်နဲ့ အဲသလို  
ရွှေတာစုဆောင်းပြီး ဘင်္ဂလားမှာ ကျွန်းမဲ့တဲ့ မိသာတွေ့ဆိုတို့  
ပိုက်ဆံပို့ရတာ၊ ဘင်္ဂလားကို ပြုန်ချုပ်ဘူးလေး အောအတာ

မပြန်ချုပ်ဘူး...တဲ့။

ပြန်ရင် မိဘတွေစိတ်ညာစ်မယ်၊ ကျေးဝရာဟန့်လို့ တဲ့  
ဒီမှာဖော်ပြီး အလုပ်လုပ်၊ ပိုက်ဆံရာ ဇွဲထို့ အဲဒီလိုနဲ့ မူတ္တာ  
ဆာမိ ကုလားလေးညီအစ်ကို ပျော်ပျော်နေခဲ့ကြတာ။

နောက်ဆုံးတော့ နှစ်တွေခံစိုင်တွေ၊ အချိန်တွေ  
ကာလတွေ ပြောင်းလာ။ မူတ္တာတို့ ဆာမိတို့ကို အိပ်မှာ မထား  
နိုင်တော့ဘူး။ အတ်ကောင် ညီအစ်ကိုက တမြော်းပြည်း  
ကြိုးပြင်းလာ။ နှစ်ယောက်လုံး ဂျပန်စိုင်းသွားပြီး အလုပ်လုပ်  
ကြရတယ်။ သူလုပ်ရတဲ့ အလုပ်က ပန်းကန်ဆေးတဲ့ အလုပ်  
ပင်ပန်းလိုက်တဲ့ဘဝ၊ အောက်ကျလိုက်တဲ့ဘဝ၊ သူဟာ မူတ္တာ  
ဆာမိရဲ့ သွားအဖွေးသားနဲ့ ရယ်လိုက်တဲ့ ပျက်နှာလေးတွေ  
ကိုပဲ တပဲလည်လည် မြင်နေသတဲ့။

အတ်သိမ်းတဲ့ အခါကျတော့ အတ်လိုက်ပြန်စာ  
အလုပ်သမားလေးကို ဂျပန်အလုပ်ရှုပ်က ခေါ်ပြီး ပေးတဲ့အချို့  
နဲ့ သိမ်းထားတယ်။ အဲဒီအချိန်က သူတို့ဆိုင်က ရောင်းအေား  
ကျလို့ အလုပ်သမားတွေကို လျှော့ပစ်နေရတဲ့အချိန်၊ သူတို့  
အလုပ်ဖြုတ်ပစ်ရှင်လိုလား၊ ဘာလား ညာလားနဲ့ အတ်လိုက်  
ကလေးက အတွေးနဲ့ ထိတ်နေသတဲ့။ ဂျပန်က ‘အလုပ်ရတာ  
ပျော်လား’ လိုပေးတော့ ‘ပျော်ဝါတယ်’ပဲ့၍ ရတယ်။  
‘မြန်မာပြည်ကို ပလွမ်းသွေးလား’ လိုပေးတော့  
‘ပလွမ်းပါဘူး’ လို့ ပြောရသတဲ့။ ‘မိဘတွေဆီ ပမြန်ချုပ်  
လား’ ဆိုတော့ ‘ပမြန်ချုပ်ပါဘူး’ လို့ပြောရသတဲ့။ လွှမ်းပါတယ်  
ပြန်ချုပ်ပါတယ်လို့ ပြောလိုက်ရင် ‘တစ်ခါတည်း ပြန်ပေးတော့’  
အလုပ်ဖြုတ်ပစ်မှာ ကြောက်လို့ တဲ့ သမိုင်ရယ်။

နောက်ဆုံးမှာ ဂျပန်က သူကို နာမည်ပေးတယ်  
သူက သူနာမည်ကို ပြတဲ့အခါ ‘မူတ္တာဆာမိစံ’ လို့  
လိုက်တယ်။

ဝတ္ထုလေးကပေးတဲ့ သတ်း Messager ကလေး  
လည်း ချမှတ်စရာ၊ တစ်ပြုပုံတစ်ပြုနည်းကလေးကလေး

နှစ်ညွှန် မြိုင်မာ

ရှိအပိုဒေလေးနဲ့ချင်စရာ၊ အဲဒီ ဟောင်စံသိန်း(သေသနတာ)ဆိုတာ ဘယ်သူလဲလို့ အနိတိမသိပါဘူး။ ဝတ္ထုလေးကိုတော့ ထတ္တုပြီး တဲ့အနိုင်ကစပြီး ခေါ်စာ သတိရနေဖော်တော့တာပဲ့။ အနိတိ အဲဒီအတွေးဖျိုးတွေးမိနေတာ တော်တော်ကြောပြီ၊ ဒီပေးသို့ ဝတ္ထုအဖြစ် ဒီလိုဂျော်ပြီး ဒီလိုတ်ပြုလို ရလေရဲ့ လို့ အတွေး မပေါ်ပေါ်မိဘူး သူများရေးပြုလိုက်တော့ပဲ ကောင်းလိုက်တာ လို့ ကျော်သွားမိတယ်။

အခုတော့ တို့မြှင့်မာတွေ အိပ်နီးချင်းခိုင်ငံတွေ့မှာ အများကြီးပဲ တဲ့ အလုပ်သွားလုပ်ကြတာလေး၊ ရုပ်နှင့်တော့ ခေါ်အဓားဆုံး ဆိုပဲ။ အဲဒီဇာက် ဒုတိယလိုက်တာက စင်ကာပူမိုင်ငံလို့ ပြောတယ်။ အဲဒီဇာက်တော့ မလေးရွာအပျိုး ဇာက်ပြီးတော့ ထို့။ အဇာက်ဥပောပ နဲ့ အမေရိကာန် ပြည် ထောင်စုမှာလည်း တော်တော်များများ အလုပ်သွားလုပ်ကြ ရတယ်။ အဲဒီမိုင်ငံတွေမှာ စည်းကမ်းအရှုံးဆုံးက စင်ကာပူ မိုင်ငံလို့ ကြာဖွေးတယ်။ အဲဒီများက စည်းကမ်းအောက်ဖုတ်ရှင် ကြီးလေးတဲ့ အပြိုင်အကျင်ချေတာဆိုပဲ။ အင်မတန် အေးအေး အေးအေး ပေါ့ပေါ့ဆောင်ချေပျော်တဲ့ တို့လူလိုးတာ ဆိုဒုက္ခ စည်းကမ်းနဲ့ အပြိုင်အကျင်တွေ့တော့ လိုက်စာရမှာပဲပေါ့။

ရောမနိုင်ငံရောက်ရင် ရောမနိုင်ငံသားလို့ ကျွန်ုရမယ် ဆိုတဲ့ စကားရှိတယ် ပဟုတ်လား၊ ကိုယ်ပို့ဆိုလိုကို

ကွွဲပ်းတံတွေးကို ပျော်ခဲ့ အလွယ်တက္က ထွေးလို့ ပရိုင်ဘူးလေး၊ အနိတိ တော်ခါ တစ်ခါ မိတ်ကွဲ့ ကြည့်စွဲ့တယ်။ ရှင်ကုန် ပြု့တော် အတွင်းမှာ ပြု့တော်သူ ပြု့တော်သားတွေ့

လိုက်စာရမယ် နိတိကျို့င်တံတွေ့ထုတ်၊ မလိုတ်နာရုံး ထိုက်သင့်တဲ့ အပြိုင်အကျင်ပေး၊ အဲဒီလိုဆိုရင် ပြု့ကော်တာ ဒီထက်များ ပို့ပြီး သို့ရှုံးလှပ လာလေမလားတော့ တို့ထုတို့ တာ ပစ်စလက်ဆုတ် အလွယ်တက္က ကြုံလှလို့ အောက်



## ကြော်ရာ မြိုင်နရာ

ပြုမှတ်တယ် ဆိုပေမယ့် စည်းကပ်းနဲ့ အပြစ်အနေး တွေ  
တဲ့အခါ လိုက်နာကြရမှာပါပဲ။ မဟုတ်ဘူးလား။

ရန်ကုန်ဖြော ဟိုတုန်းက အင်မတန်သန္တုရှင်းလှပ  
သတဲ့။ စည်းကပ်းရှိသတဲ့။

၂၀၀၀ ရာစ်  
ကျွောန်းတုန်းက  
မန်ချက်စတာကနေ  
တရာတ်ပြည်ကို  
ကျွော့ ပြိုးချမ်းရေး  
အတွက်  
ထင်းလျောက်သွားတဲ့  
မောင်ကိုမောင်ဆိုတဲ့  
လူဟာ  
ပါလက်စတိုင်းမှာ  
သစ်ပင်တွေကို  
စိုက်ပြီးခဲ့တယ်  
နှစ်နှင့်  
ပဋိပွဲကြေားမှာ  
သေကြော်ပိုးရတဲ့  
သားကောင်  
လူသားတွေကို  
ရှုတ်ပြုတဲ့ အနေနဲ့  
အစွဲရေ့နဲ့  
ပါလက်စတိုင်းယန်း  
တွေကို  
သစ်ပင်စိုက်ကြုံ  
ခုကာ ကုလိပ်ခဲ့တယ်။

ဟုတ်မှာပါ။ အန်တိ ရန်ကုန်ကို စေရောက်ပူးခဲ့တဲ့  
၁၉၇၅ ခုနှစ်ကတောင် ရန်ကုန်ဖြော အရာလောက် ရှုပ်ရှုပ်  
ထွေးထွေး မဟုတ်သေးဘူး။ ဟွှန်းတိုးသံဖွောကတော့ အဲဒီ  
တုန်းကတည်းက ကြားနေရပြီ။ ပြောရည်းပယ်။ ပထုပ္ပါးဆုံး  
ရန်ကုန်ကို စေရောက်ပူးတဲ့ တော့သူ့တစ်ယောက်ရဲ့ အတွေ့  
အကြော်ကို။ အန်တိတို့ စီးလာတဲ့ကားကြီး ပံ့လာခုံကိုဝင်၊  
ပံ့လာခုံကနေ အင်းစိန်ကိုလည်း ဝင်ရော လမ်းသေး ပလက်  
ဖောင်းမှာ လူတွေလူတွေ အုပ်စုလိုက် ပတ်တပ်ရပ်နေကြ  
တာကို မြင်လိုက်ရတယ်။ ဒီလောက်များတဲ့လူတွေ ပတ်တပ်  
ရပ်ပြီး ဘာလှပ်နေကြပါလို့လို့ နားပလည်းမြင်အောင်  
ပြစ်သွားတယ်။ နောက်မှာ သူတို့တွေ ဘတ်စ်ကားတောင့်နော  
တာလို့ သိသွားရတာ။ အဲဒီတုန်းက မြင်ကွေးကို အချထိ မဖော့  
မြင်ပါဘူး။ ရန်ကုန်သူလေးတွေ ဝတ်ပုံစားပုံ၊ လမ်းလျောက်ပုံ၊  
ပတ်တပ်ရပ်ပုံ စမတ်ကျလိုက်တာ။ မွှေ့လေးမှာပဲ ပညာ  
သင်ပူးတဲ့ အန်တိအဲနေနဲ့ ရန်ကုန်သူ ရန်ကုန်သားတာ  
တစ်ပျီးထူးခြားတယ်လို့ ခံစားမိတာပေါ့။

အဲဒီတုန်းက ဘတ်စ်ကား အကြော်တွေ၊ ဘတ်စ်ကား  
အလတ်တွေကို နည်းနည်းပဲ မြည်းစမ်းစီးခဲ့ရတယ်။ အဲဒီတုန်း  
က ကားအမိုးရောနဲ့ အဲဒီတုန်းက လူဦးရောနဲ့မျှနေတော့  
ကားတွေကတော့ ကြပ်ခဲ့တာပဲ။ ဒီပေါ်ယဲ မြှုပ်လယ်ခေါင်မှာ  
ကိုယ်ပိုင်ကားတွေ၊ ဘတ်စ်ကားတွေ အချေလောက် တိုးကြတ်  
ပနော့ ခပ်ရှင်းရှင်းပဲ။ အဲဒီတုန်းက အခြေအနေနဲ့ အချေ၊ အပေး  
ပြည့်နှစ် အခြေအနေနဲ့ တော်တော်ကို ကွားခြားနေပြီ။ အပိုက  
ပို့ပြီး သိသာတာကတော့ ကြပ်ကြပ်အဲတ်အမိုးအတွေ့ ရှုပ်ယူက်

ကြည့်ရာ မြင်နာ

ဆုတေသနပဲ၊ လူဦးရေက သုံးလေးဆေတိဗျားလာ၊ တာဆိုအရှေ့  
ကလည်း မတန်တဆ တိုးပွားလာ။ (၂၅) နှစ်အတွင်းမှာ  
ဒီလေကိ လူဦးရေ တိုးပွားလာတာဟာ ဖွေ့ဗျားရှုနှင့်  
မဟုတ်တာတော့ သော်ချုပါတယ်။ ဘယ်ကရောက်လာတဲ့  
လူတွေလဲ၊ အန်တိတို့ လိုပဲ နယ်ကအနေ ပြောင်းရွှေ အကျိုး  
လာသူတွေကြောင့်ပါပဲ။

မြို့ကလေးတစ်မြို့ကနေ မြို့ကြီးတစ်မြို့ကို တက်လာ  
တဲ့အခါ နောက်ပြုမှုဆောင်ရွက်တဲ့ အကျင့်စရိတ်တွေတာ  
တော်တော် ကွာခြားပါတယ်။ နောက် ရေချိုးတာ၊ ပန်းကန်  
ဆေးတာ၊ ရေးဝယ်တာ၊ အောက်တွေပဲကြည်း။ အန်တိတို့  
ဆိပ်ပှာ အုတ်ကန်ကြိုးနဲ့ ကျောက်စည်ပိုင်းကြိုးတွေနဲ့ ရေတွေ  
အလျှော်ပယ သုံးဆိပ်ခဲ့ရာက ဟော ရန်ကို ကြည့်မြှင့်တိုင်  
ကိုလည်းရောက်ရော ရေချိုးတဲ့အနေရာမှာ ချွေခွေတာတာ ချို့  
ပါလေရော။ ဒီမှာက ရော်ရောင်းအိပ်လို တစ်နောက်ခါပဲ  
စက်ရောဂါတ်ပေးပေါမယ့် ရော်ရောင်း အိပ်လို ရေထည်ထား  
စရာ မများလေတော့ ရေတိုင်ကို နှစ်လုံးပဲ အန်တိအပြည့်ရှု  
တာ ကိုး။ ပထမပိုင်းမှာ ချွေတာလိုက်ရတာ။ အောက်တော့မှာ  
လမ်းထဲမှာ အခိုခိုရောပိုက်နဲ့ ရေပြည့်ပေးပိုနဲ့ သိတယ်။



ဒီတော့မှ ရေအတွက် အသက်ရှုချောင်းသွားတာ၊  
ဒီတော် လမ်းထဲကဲရေက အိပ်ပေါ်ထပ်ထိ ပိုက်နဲ့  
တင်လို့ရတာပဟုတ်တော့ အောက်က  
လမ်းသော်မှာ ချုထားတဲ့ရေတိုင်ကိုပဲ မြှော်  
နိုင်တာ။ ဒီတော့ အပေါ်ထပ်ရေချိုးခန်းမှာ  
ချိုးစရာ ရေကုန်သွားရင် အောက်မှာသွား ချို့ရတာ။  
ပထမပိုင်းဆုံးအကြိုး အိပ်ရွှေတွေက ရေချိုးရတ်နဲ့  
မူတ်ဆုံးထားတော်အောင် ပြစ်ရသေးတာ။ ကိုယ့်ရွှေ၊ လားလေ  
နှစ်ပေ အကွာကအောင် လူတွေက လမ်းပေါ်မှာ ချွောက်သွား  
နေကြတာကိုး။ ဒီအထွေးအကြိုးမျိုး ဒီတော်များ ရှုပေးလာသိတော့

ရောက်မြန်မာ

ကြောင်စကြောင်ကြီးပေါ့။ အိမ်ပေါ်ထဲတဲ့ ရေသယပြီး ချို့စို့  
ကြေးဘာကြည့်ဖူးပါတယ်။ ကိုယ့် ကျွန်းဟရေးဆိုတော့  
ပြောနိုင်ဘူးလေ။ ဒီနဲ့ပဲ ပျက်စွာ စပ်ပြောင်ပြောင်  
ထားပြီး နေခဲ့ရတာပါပဲ။

  
အိမ်ကိုကျွန်းတော့ ကောဇ်ပါတယ်။ လမ်း  
ထဲကို အိမ်ကားလာတဲ့အခါန ကိုယ်အိမ်မှာ  
ရှိနေရင် သွားလို ရတယ်။ အိမ်အပေါ်ထဲ ပြတ်း  
ပေါက်နေ အိမ်ပစ်ချို့စွဲ စိတ်မကူးကြနဲ့ အိမ်ရှင်  
အန်တိကြီးက ဓည်းကမ်းကြီးတယ်။



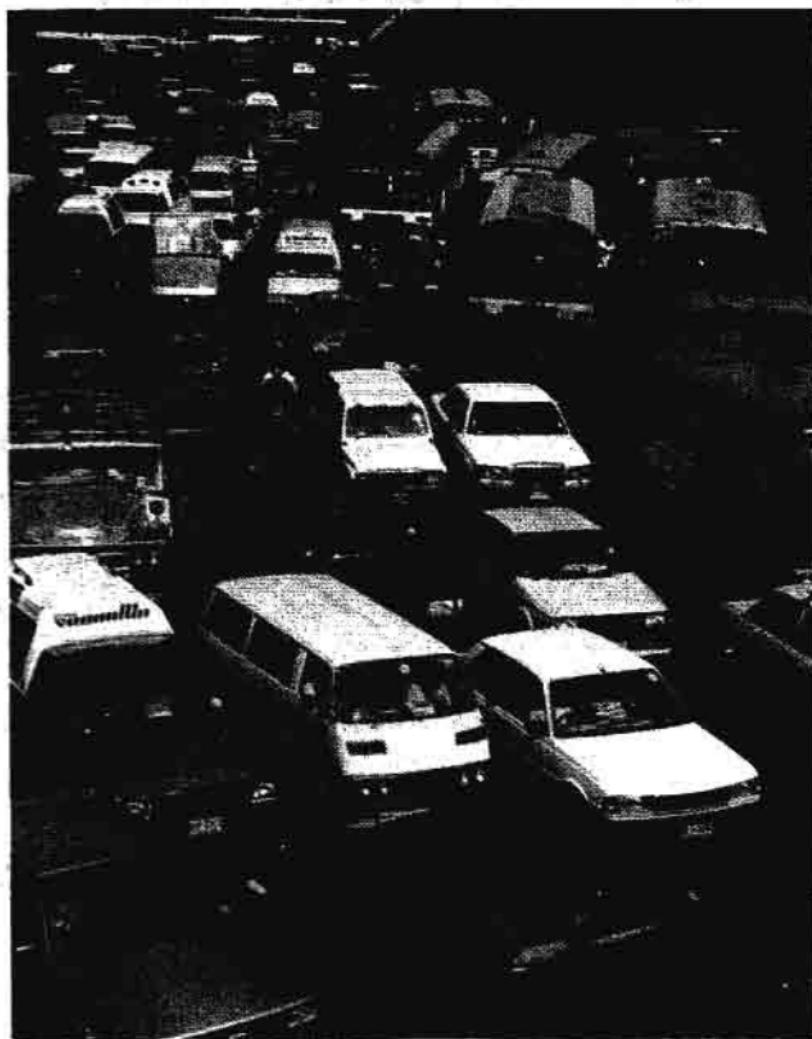
အန်တိနဲ့တော့ သိပ် အဆင်ပြတာပဲ။ ပြတ်းပေါက်ကအောင်  
အိမ်ပစ်များ၊ ရောမသွန်း၊ ပျော်ချင်းပြင်ကို တာ့အောင်ပန်း  
တံ့သီးပိတ်ချင် ဂျိန်းခဲ့ မပိတ်။ အော်လိုက်မ်းတမ်းတဲ့ အပြုအမှု  
ကို အန်တိလည်း ပန်းမြှို့ဘူးလော့၊ ရေးဝယ်တဲ့အခါကျွန်းတော့  
ရယ်ရတော့တာပဲ။ ဒီမှာက ရေးကလေးရော၊ ညာရေးရော  
အလေးချိန်နဲ့ ဝယ်ရတဲ့ ပစ္စည်းတိုင်းကို သဝကျုပ်သား ရော့  
ပြောတာ၊ အန်တိတို့ ရော်ချော်မှာက အစိတ်သားရေး ဖြော  
တာ။ ကြက်သားဆိုလည်း ရော်ချော်မှာ အကောင်လို့  
ဝယ်လို့ရတယ်။ ကာ်ခြေား လိုချင်ရင် ရေးဝယ်သူ နှင့်သာယ်  
ဝိပြီး ယူရတယ်။ ဒီရန်ကုန် ရေးကလေးတွေ့ဗျာတော့ တော့

ဆယ်သား ယူရှိမလား။ ရတယ်။ အစဝအရာရာ တစ်ဆယ်  
သား ရေးပဲ ပြောတာ။ ဒီမှာနေသားကျိုး ရေ့နောင်းကို  
တစ်ခါတေလေ ပြနိုင် ရေးဝယ်တဲ့အခါ ရုပ်ပြန်တော့တော့၊  
ယင်ဘောင်စာ ငါးကော်လေးတွေ အန်တိဝယ်တော့ ၁၂။/၄၅  
ပြောတာ။ အခါ အမိတ်သားရေး။ အန်တိမျက်လုံးပြုပြီး  
တစ်ဆယ်သားကို ၁၂၀ ဖုတ်လား လို့ပေးတော့ ရေးသည်  
က ရုပ်တယ်။ မဟုတ်ဘူးဆရာဓာ အမိတ်သားကို ၁၂၀တဲ့  
ဒီလိုပေါ်လေး။ တစ်နေရာနဲ့တစ်နေရာ အကျင့်စရိတ် မတူတာ  
တော့ ရှိမှာပေါ့။ ဒီပေးယုံ လူကျင့်ဝတ်နိတိက တစ်နေရာနဲ့  
တစ်နေရာ သိပ်မက္ခာသင့်ဘူးမဟုတ်လား။

ကားဟောင်းနေတဲ့ဘူးတစ်ယောက်ဟာ ဘယ်မျှ ဘယ်  
မိုင်ငံပဲ ရောက်ရောက် စည်းကမ်းကို အတိအကျ လိုက်နာရ<sup>၁</sup>  
မှာပေါ့။ ကားရှုံးမျိုးနှင့် ပိုးမြို့ပြတ်ဟောမျိုး ယဉ်တိန်းရဲ့  
မရှိတဲ့နေရာမျိုး ပိုးမြို့ပြတ်တာမျိုး၊ မျိုးသာကို ပြတ်ပြီး တစ်ဖက်  
ယာဉ်ကြောထဲရောက်အောင် ကျော်ဟောင်းတာမျိုး ဘယ်  
လုပ်သင့်မလဲ။ ကိုယ့်ရှင်ထဲ အသိထဲမှာရှိတဲ့ ကျို့စ်တို့ တို့  
လေးစား ပြတ်နိုင်တယ် လို့ အန်တိ ထင်တာပဲ။ အိမ်တွေ  
ကြားက လမ်းကျော်ထဲကို ကားဟောင်းဝင်တဲ့အခါ အမြင်  
လမ်းမကြီးတွေမှာဟောင်းတဲ့ အမြင်နှင့်ပျိုးနဲ့ ဟောင်းလို့ ဘယ်  
ပြစ်မလဲ၊ မဟုတ်ဘူးလား။ ပြတ်သွားပြတ်လာ လူတွေ ဘက်  
ကလည်း ပိုးဝိမ်းလို့ ကားတွေ ပြတ်သွားနေတုန်း လမ်းကွေးမို့  
ပကြုံးလားကြဲနဲ့ပေါ့။ အရှိန်း ဟောင်းလာရတဲ့ ကားအောင်ဆုံး  
အတွက်လည်း အနောင့်အယ်က် အဟန်အတာအြိမ်တယ်၊  
ကိုယ့်အသက်အတွက်လည်း အန္တရာယ်ရှိတယ်လေး။ တို့  
ရောက်တဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်မှာ ကိုယ့်ကြောင့် အခက်အခ ဖြော်  
ဝေနဲ့။ မရှုပ်ထွေးစေနဲ့ပေါ့။ လူကျင့်ဝတ်နိတိဆိုတာ အင်း  
ရှုတဲ့သူလည်း လိုက်နာလို့ ရပါတယ်နော်။

အကျိုးသုတေသန (၂၀၁၁ ခု)

[www.burmeseclassic.com](http://www.burmeseclassic.com)



[www.burmeseclassic.com](http://www.burmeseclassic.com)



၁၁၆ : (၉)

## မြို့တော် နှင့် စည်းကမ်း

တွေ ရှိနေသလိုပဲ ဆင်းချောင်းနဲ့ တိုက်ရှိက်မသက်ဆိုင်ဘဲ  
သသိခြင်း၊ လျှစ်လျှော်ခြင်းနဲ့သာ တိုက်ရှိက်သက်ဆိုင်နေတာ  
တွေ့လည်းရှိလိမ့်ယယ်ဆိုတာ အနိတ်အနည်းအကျဉ်း သံသယ  
ဝင်မိတာလည်း ခဏာနီးကပဲ သဖို့ရော့

တာ၏၍ ဝည်းကော်မှုတွေဟာ ဆင်းရဲလို့ မလိုက်  
စာဖြစ်တဲ့ ချိုးဖောက်လိုက်ရတာ၊ တာ၏၍ ဝည်းကော်မျိုးဖောက်လှုံး  
တွေကတော့ ဘာကိုမှ ဝရှုပစိတ်၊ ပစ်စလက်ခတ်နိုင်လို့ ချိုး  
ဖောက်လိုက်ကြတာ။

ဥပမာကွယ်၊ ရောနတ်ပြောင်း၊ ရောသိုးပြောင်းစနစ်  
လို့လို ကိုယ့်အိမ်ရှေ့ဖူးတူးထားပြောင်းဟာ ရေ ဘယ်ကိုမှ  
စမိုင်သော ရေတွေအိမ်၊ ချွဲ့ ဗုက်တွေဖြစ်၊ ပြင်နဲ့ရိုးကောင်ပေါ်မြင်ရှိ  
ပေါ်ကိုဗားပြန်ပြီးရာဇ်ရာတိုးတာစ်ခုအဖြစ် လက်ခံ အေရတာ  
ဒီကိစ္စပျိုးဟာ ဆင်းရဲလို့ ပြစ်ရတာ။ အဲဒီအိမ်ရှုံးမှာ ဘယ်  
လောက်ပဲ အသိစိတ်စာတို့ရှိ သူဘာတတ်နိုင်မှာလဲ၊ သူအိမ်  
ရှေ့က ပြောင်းကိုတော့ သူတူးခဲ့၊ ဖောက်ပဲပါပြီ။ အဲပေမယ့်  
ဒီပြောင်းထဲကရောဟာ တစ်ဇာနာရာကို စနစ်တကျ စီဆွားလို့  
သူဘာတတ်နိုင်မှာလဲ။ ရေသိုးပြောင်းစနစ် လုံးဝမရှိတဲ့  
မြို့တစ်မြို့မှာ သူဇာထို့ရှိပြီးသို့ပေါ်တော့ သူဘာလုပ်နိုင်းမှာလဲ၊  
ကိုယ့်အိမ်က ချိုးရော့ သုံးရေတွေဟာ ဘယ်ကိုမှ ဖွေ့ကို  
ကိုယ့်အိမ်ရှေ့ဖူးတ် ဗုက်ပေါ်တို့ဗြို့ ပြောင်းလျှော့တဲ့ တို့။  
အဲဒီပြောင်းဟာ အလွန်ဆုံး ဆက်နိုင်ရင် အိမ်လေးများ ဘယ်  
အိမ်ပြု့။ အဲဒီကဇာ ဘယ်ကိုသွားမလဲ၊ ဘယ်မှာလဲ ဖို့ပြီး  
ကြီးတဲ့ ပိုပြုနိုင်တဲ့ ရေးစာရာပြောင်း၊ ဘယ်သူက အောက်  
ပေးထားလို့လဲ။ အဲဒီတာ ဆင်းရဲ့နှစ်ပါးပါးလို့ စည်းတင်း  
ပလိုက်စာနိုင်တဲ့ အဖြစ်တွေပါ။

ဇာက်ပြီး လင်းတိုင်းလင်းတိုင်းဖူး ဘတ်ဦးလား  
မှတ်တိုင်တိုင်းမှာ အမိုက်ပုံးပရှိတဲ့အဖြစ်၊ အဲဒီဘယည်း  
ဆင်းရဲ့နှစ်ပါးပါးလို့ ကြံရှုတဲ့ ပြဿနာပါပဲး၊ ဖန်ရာတိုင်းဖူး

တွေ ရှိနေသလိုပဲ ဆင်းချောင်းနဲ့ တိုက်ရှိက်မသက်ဆိုင်ဘဲ  
သသိခြင်း၊ လျှစ်လျှော်ခြင်းနဲ့သာ တိုက်ရှိက်သက်ဆိုင်နေတာ  
တွေ့လည်းရှိလိမ့်ယယ်ဆိုတာ အနိတ်အနည်းအကျဉ်း သံသယ  
ဝင်မိတာလည်း ခဏာနီးကပဲ သဖို့ရော့

တာ၏၍ ဝည်းကော်မှုတွေဟာ ဆင်းရဲလို့ မလိုက်  
စာဖြစ်တဲ့ ချိုးဖောက်လိုက်ရတာ၊ တာ၏၍ ဝည်းကော်မျိုးဖောက်လှုံး  
တွေကတော့ ဘာကိုမှ ဝရာမစိတ်၊ ပစ်စလက်ခတ်နိုင်လို့ ချိုး  
ဖောက်လိုက်ကြတာ။

ဥပမာကွယ်၊ ရောက်ပြောင်း၊ ရောသိုးပြောင်းစနစ်  
လို့လို ကိုယ့်အိမ်ရှေ့ဖူးတူးထားပြောင်းဟာ ရေ ဘယ်ကိုမှ  
စမိုင်သော ရေတွေအိမ်၊ ချွဲ့ ဗုက်တွေဖြစ်၊ ပြင်နဲ့ရိုးကောင်ပေါ်မြင်ရှိ  
ပေါ်ကိုဖူးပြန်ပြုးရာအရာတိုးတာစ်ခုအဖြစ် လက်ခံ အေရတာ  
ဒီကိစ္စပျိုးဟာ ဆင်းရဲလို့ ပြစ်ရတာ။ အဲဒီအိမ်ရှုံးမှာ ဘယ်  
လောက်ပဲ အသိစိတ်စာတို့ရှိ သူဘာတတ်နိုင်မှာလဲ၊ သူအိမ်  
ရှေ့က ပြောင်းကိုတော့ သူတူးခဲ့၊ ဖောက်ပဲပါပြီ။ အဲပေမယ့်  
ဒီပြောင်းထဲကရောဟာ တစ်အေရာရာကို စနစ်တကျ စီဆွားလို့  
သူဘာတတ်နိုင်မှာလဲ။ ရေသိုးပြောင်းစနစ် လုံးဝမရှိတဲ့  
မြို့တစ်မြို့မှာ သူအေထိုင်ရပြုခို့ပျော်တော့ သူဘာလုပ်နိုင်းမှာလဲ၊  
ကိုယ့်အိမ်က ချိုးရော့ သုံးရေတွေဟာ ဘယ်ကိုမှ ဖွေ့ကို  
ကိုယ့်အိမ်ရှေ့ဖူးတ် ဗုက်ပေါ်တိုး ပြောင်းလျှော့တဲ့ တို့။  
အဲဒီပြောင်းဟာ အလွန်ဆုံး ဆက်နိုင်ရင် အိမ်လေးများ ဘယ်  
အိမ်ပဲ့။ အဲဒီကနေ ဘယ်ကိုသွားမလဲ၊ ဘယ်မှာလဲ ဖို့ပြီး  
ကြီးတဲ့ ပိုပြီးနိုင်တဲ့ ရေးစာရောပြောင်း၊ ဘယ်သူက အောက်  
ပေးထားလို့လဲ။ အဲဒီတာ ဆင်းရဲ့နှစ်ပါးပါးလို့ စည်းတင်း  
မလိုက်စာနိုင်တဲ့ အဖြစ်တွေပါ။

နောက်ပြီး လင်းတိုင်းလင်းတိုင်းဖူး ဘတ်ဦးကျား  
မှတ်တိုင်တိုင်းမှာ အမိုက်ပုံးပတို့တဲ့အဖြစ်၊ အဲဒီဘယည်း  
ဆင်းရဲ့နှစ်ပါးလို့ ကြံရတဲ့ ပြဿနာပါပဲ့၊ ဖန်ရာတိုင်းဖူး

အမိုက်ပုံးထားပေါ်သိရင် ဖုံးပါတ် (၁) အဖော် အမိုက်ပုံးလုပ်စီ  
စဉ်တိဝက်၊ ဖုံးပါတ် (၂) အဖော် ခဏာခဏ ပြည့်သွားတဲ့  
အမိုက်ကို စုသိမ်ဆုံးလင်းပေးဖို့ စည်ပင်သာယာဝန်ထမ်းနဲ့  
အမိုက်သိမ်းယာဉ် အလုပ်ရှုပ်ရဟန်ကိုစု၊ အဲဒီတွေဟာ နည်း  
နည်းအနာဇာ ငွေကြေးမဟုတ်ဘူးလေ။

ဒီတော့ အမိုက်ပစ်ချင်ရင်တောင်မှ မြို့ထဲလမ်းတွေမှာ  
ပစ်စရာနေရာပရှိပါဘူး။ အန်တိ တစ်ခါပြောဖူးသလိုပဲ  
ကိုယ့်ဝက္ခားမိုက်ကို ကိုယ့်ဟာကိုယ် ပြန်သိမ်းခဲ့ရတဲ့အသေးကို  
တွေ တော်တော်များတယ်။ Traders' Hotel ရွှေက အမိုက်ပုံး  
ကြေးထွေ့နဲ့ FMI Center ရွှေက အမိုက်ပုံးတွေရွှေ၊ ရောက်ခဲ့ရင်  
တော့ ကိုယ်သိမ်းထားတဲ့ အမိုက်ကလေးကို အားရှင်းသာနဲ့  
အမိုက်ပုံးထဲ ပစ်ထည့်လိုက်ပါရော သမီးရော။ အန်တိက  
ဆိုက်ကိုလေး။ အမိုက်ကို လမ်းမှာ ပစ်မချုချင်တဲ့ ဆိုက်ကို  
ဝင်နေတာ နှစ်တော်တော်ကြာဖော်ပြုသမီးရဲ့။

တစ်ခါတစ်ခါတော့ အန်တိဝါးစားမိတယ်။ မိတ်ဆွေ  
တရာ့နဲ့လဲ ဆွေးနွေးကြည့်ပိတယ်။ အမိုက်ခွန်ကောက်တဲ့  
ကိုစွဲနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ စည်ပင်သာယာအဲ့ဘာကိုကနေ  
ဝါးစားကြည့်ပိတယ် ဆိုပါတော့။ အန်တိဝါးတို့ တစ်ခါမိုင်ထောင်  
ကို အမိုက်ခွန်ငွေးသုံးဆယ်လား ပေးရတယ် ပဟုတ်လား  
အဲဒီငွေးသုံးဆယ်ဟာ စည်ပင်သာယာဝန်ထမ်းစားရိုတဲ့ အမိုက်  
သိမ်းယာဉ်ကုန်ကျော်ရိုတ်ပေါ့နော်။ ရန်ကုန်ပြီးမှ လူဦးရေး  
(ဂု)သန်(ခ)သန်(ရှိ)သန်(ရှိ)မလား။ အဲဒီလူဦးရော့နဲ့ အမိုက်ခွန်ကောက်  
လိုက်ရင်ရော အမိုက်ခွန်ပစ်တဲ့ နေရာမှာ အရာထက်ရှိပြီး စနစ်  
ကျကျ ဖြစ်လာနဲ့ စည်ပင်သာယာအဲ့ကာ လုပ်ပေးဆိုရင်လေ  
မလား။ ဥပမာကွယ် လူ ၅ ယောက်ရှိတဲ့ အိမ်ထောင်စုတွေ  
အမိုက်ခွန် ဘုရား၊ ကျော်ပေါ့။ လူ ၂ ယောက်ရှိတဲ့ အိမ်  
ထောင်စုတာ ၆၀ ကျော် ကျော်ပေါ့။ အေးစွဲနဲ့အေး ဘာရိရိစိုး  
ပြင့်တာက်နေတဲ့ ကုန်အေးဖွှဲ့ကို အသုည်းသေန ရင်ဆိုင်

မြန်မာစံ နှင့် ပည့်ကျေး

နေရတဲ့ သာမန်ပိသားစုအတွက်က အဖိုက်ခွန်ရေး တော်လာ  
မယ်ဆိုရင် လက်ခံနိုင်ကြပါယလာ။ မိတာ ၂/ခွဲကဗျာ သို့  
တက်လာတာကို လောလောလတ်လတ် ရင်ဆိုင်ရောတဲ့ လူ  
တွေဟာ အဖိုက်ခွန်ရေးတက်ကြည့်စွဲ အန်တိတို့ တို့ယုံတာ  
ကိုယ်ဆွဲနေ့နေ့နေ့နေ့ အသံတွေကိုများ ကြားခဲ့ရင် ဘယ်  
လောက် ဒေါသထွက်လိုက်လေမလဲ မသိဘူးနော်။ ဘာလို့လဲ  
ဆိုတော့ လျှပ်စစ်ပါရဲ့ အသုံးဝင်မှု အကျိုးကို အနေဖြင့်အသူ  
တိုက်ရိုက်ခံစားနေရလို့ လက်ခံနိုင်တယ်။ အဖိုက်ခွန်သာ  
တက်မယ်ဆိုရင် ဘယ်သူ့မှ အလွယ်တကူ လက်ခံနိုင်သယ  
မထင်ဘူး။

အဖိုက်ဆိုတာ အဖိုက်ကားလာရင် သွားမယ်လို့ ရဇ္ဈာ  
တာပဲဆိုတဲ့အသိက ရှုံးပြုသားလေ။ လူတစ်ယောက်၊ အိမ်  
ထောင်တစ်ရွာဟာ ကိုယ့်အိမ်က အဖိုက်အတွက် တာဝန်ယူ  
ပြီးပြီး လမ်းတိုင်း၊ ဘတ်လိုက်မှတ်တိုင်တိုင်းများ အဖိုတိုး  
မရှိတာ၊ အဖိုက်သိမ်းသား အပြုပရှိတာ၊ ဒါတွေကို သတိထား  
ပါမှာ မဟုတ်ဘူး၊ သူကိုယ်တိုင် ပြုးထဲမှာ အဖိုက်ပစ်စွဲ လိုလာ  
တဲ့ အခါ သူဘယ်လိုပြုရှင်းမလဲ။ ကြိုးကြိုးအိတ်၊ စူးစူး  
အဲဒါတွေဟာ လမ်းဆွား လမ်းလာတွေ ပစ်လေ့ပစ်ထ ပို့တဲ့  
အဖိုက်တွေပေါ့။ ကလေးအဖောက်တွေ ပစ်လေ့ပစ်ထ



ရှိမှာက ရှုက်ပျောသီးခွံ၊ ပုန်အကြွင်းအကျော်  
ချို့ချဉ်ဝဲဗျာ။ အအေးထည့်သောက်တဲ့  
ပလတ်စတ် ကောက်ရိုးနဲ့ ကြိုးကြိုးအိတ်  
တွေပြုတယ်။ (ဒါမှာက သူများနိုင်ငံတွေလို့  
ကိုကာကိုလာဘူးခွံ၊ ဆဲပင်းအပ်ဘူးခွံ၊ တစ်ခါးခွံး  
ပလတ်စတ် ရောက်၊ တစ်ခါးခွံး ကော်မီသောက်တွဲဗျာ။  
အဲဒါတွေ ခေတ်ပစားသေးဘဲကိုး၊) အဲဒါတွေကို သူတို့  
ဘယ်နေရာများပါမဲ့လဲ မသိဘူးနော်။  
ဘာပဲပြုပြု ကိုယ့်တိုက်ခန်း ရွှေ့ပရ်တာ၊ အောက်

ဝရိတာကနေ အမိုက်ထုပ်ပစ်ချဲတဲ့ အကျင့် သွားရင်းလာရင်း အမိုက်ကို လပ်းဘေးမှာပစ်ချဲတဲ့အကျင့် အဲဒီတွေဟာ ဆင်ရွက်ပါးလို့ လုပ်ဖိတဲ့ အကျင့်ထွေလား။ အသိပညာမရှိလို့ လုပ်ဖိတဲ့ အကျင့်တွေလား၊ အသိပိတ်စာတိရှိပေါယ့် ကရဲ့ ပရိက်ဘူးဟေ့လို့ လုပ်ဖိတဲ့ အကျင့်တွေလား တွေ့မရာပါပဲ။ ကျိန်းမာရေးအသိပညာ၊ စည်းကော်းထိန်းသိမ်းရေး အသိပညာ ဒီတွေဟာ ဆင်ရွက်ပါသူမှာ ပရှိမိန်ဘူးလို့ အန်တိဝန်ခံပါတယ်။ ဒီပေါယ့် ရန်ကျိုးမြို့တော်ဟာ ပညာမတတ်ဘူး တွေ့နေတဲ့ မြို့တော်ကြီးမဟုတ်ဘူးလေး။ တိုက်ခန်းပေါ်ကနေ အမိုက်ပစ်ချေနေတဲ့လူတွေဟာလည်း မြို့တော် သာယာရေး ဆိုတဲ့ အမြင်မရှိလောက်အောင် ဆင်ရွက်ပါးနေတဲ့ လူတွေ ပဟုတ်ဘူးလေး။

ဒီတော့ တရှို့စည်းကော်းမူမှုတွေကို တို့မြို့က ဆင်ရဲနှစ်းပါးလို့ပါလို့ ခွင့်လွှာတ်လို့ရရှိပေါယ့် တရှို့စည်းကော်းပျက်တာတွေကိုတော့ ‘ဆင်ရဲတာ’ နဲ့ အကာအကွယ်ယူလို့ ပရာဘူး ထင်တယ်။

ရောတ်မြောင်းစနစ်တွေ ပျက်စီးတို့ပေါ်ကော့တာကြာမြို့ပြင်လို့ ရောတ်မြောင်း ရောရှုံးတာ အမိုက်တွေ လျှောက်ကို ခွင့်လွှာတ်လို့ ရရှိပေါယ်။ (ဒါတောင်မှ ရောတ်မြောင်းထဲမှာ အမိုက်ပစ်တဲ့ အကျင့်ဆိုတာ ထိန်းချုပ်ယူလို့ရတယ်လို့ အန်တိထင်တာပဲ) ကိုယ့်အိပ် သူအိပ်ရှေ့ လမ်းဘေး လူသွားစကြိန် ဘေးတွေမှာ အမိုက်တွေ စုံဖော်တာ၊ ဇုံကြီးထဲမှာ မနစ်တာနှစ်ပုံးနေတာ၊ အဲဒီတွေကတော့ ထိန်းချုပ်ယူလို့ ကာကွယ် တာ ဆီးလို့ ရတယ်မဟုတ်လား။

တစ်ခုရှိတာက ဆင်ရွက်ပါးတဲ့လူဟာ ဘယ်သော အသိ စိတ်မရှည်နိုင် သဘောထားမကြီးခိုင်ဘူးလေး။ အဲဒီတော့ အားလုံး လက်ခံဘေးရမှာပဲ။ အိပ်မှာ တစ်နေ့ရှိလာပဲ၌ အလျှင်မိအောင် စားသောက် အသက်ရှင်နိုင် ပြေးဆွဲ။

မြန်တော် နှင့် ဓမ္မာန်

ရှိခဲ့ကန် ယျှော်ပြု၏ စွဲရှေ့နေရတဲ့ သူဇာတ္ထာ ဘယ်လိုလိုပြီး  
အမိုက်ဆိုတာကို သတိထားပါခိုင်မလဲ။ သူဘာရှုထဲမှာ ညာ  
ဆန်ပျော်တဲ့ကို၍ ဒီမှုပါဟုတ် မနက်ပြန် ကလေး ကျော်လာ  
ပေါ်ဖို့ကို၍ မနက်ပြန် ကလေးအေးဆန်ပြနို့ကို၍ ဒီမှုပါဟုတ်  
မနက်ပြန် သူကိုယ်တိုင်အလုပ်သွားလုပ်ဖို့ ဘတ်ဝကား  
မရှိတဲ့ ကို၍ အဲဒါတွေကိုပဲ အာရုံးရှိက်နေပါမှာပေါ့ အဲဒါအခါး  
မှာ သူဟာ စက္ကာတစ်စကို ကွမ်းယာထုတ်တဲ့ ပလတ်စတင်  
တစ်စကို ရတ်တရက် လမ်းသားကို လွှုင့်ပစ်လိုက်ပါမှာပဲး။  
အဲသည်လို ပူပန်ပြုဆွားရတဲ့သူတွေ များလေတဲ့အခါး လမ်း  
တစ်လမ်း၊ မြို့တစ်မြို့ဟာ အမိုက်တွေရှုပြုပြီး စည်းကမ်း  
မဲ့တဲ့မြို့အဖြစ် အလွယ်တက္က ရောက်သွားမှာပါပဲ။ အဲဒါတို့  
တို့တစ်တွေ ဘယ်လိုဖြေရှင်းပေးခိုင်မလဲ။ အမိုက်ခွန် တို့  
ကောက်ပြီး စည်ပင်သာယာဝန်ထမ်း အရေအတွက် ထင်  
ဖြည့်ပေးရမလာ။ ဒီမှုပါဟုတ် လူတွေရဲ့ဒေဝါးထဲမှာအမိုက်  
ကလေးတွေတော့ အမိုက်ပုံးထဲထည့်မှ ဆိုတဲ့ အသိတရား  
လေး ဝင်လာရင် ရပြီလား။ အဲဒါမျိုး ပြသာတွေ အများကိုး  
ရှိတယ်သိုးရော့။

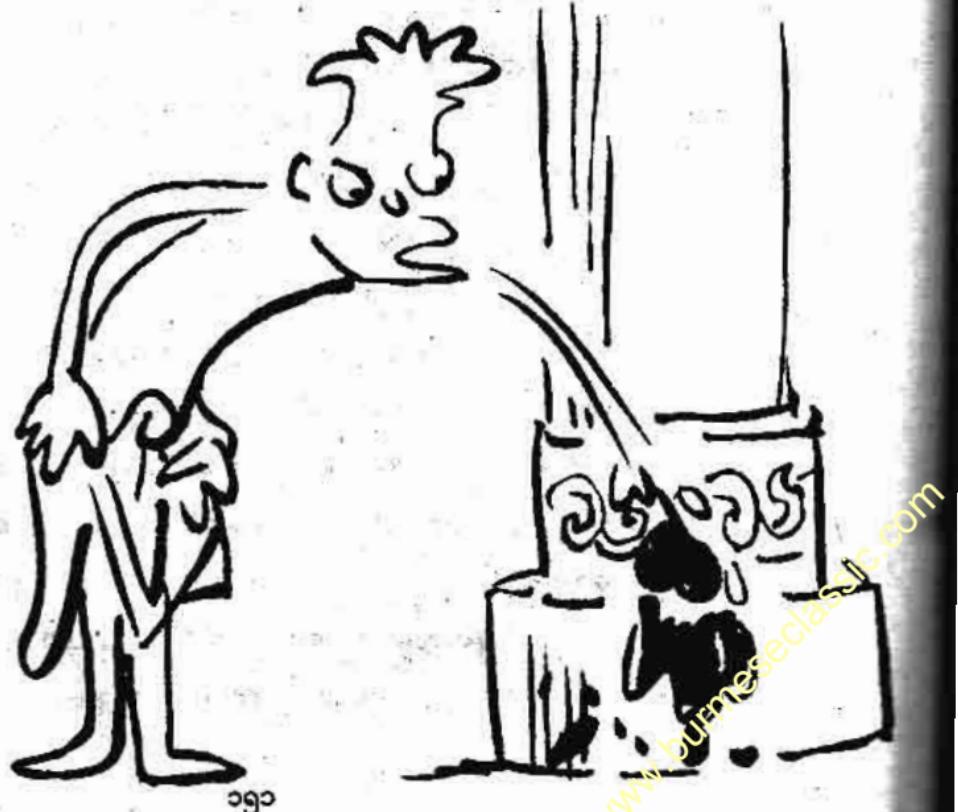
နောက်တစ်ခု ပြသာနာက မြို့တော်ကြီးမှာ ပေါ်  
နေတတ်တဲ့ ကွမ်းတံ့တွေးပြသာနာပေါ့။ အာလောလောဆယ်  
မှာ မြို့တော်စည်းကမ်း ထိန်ဆိုပါရေးအတွက် ကွမ်းတံ့တွေး  
ကို တံ့တွေးပုံးထဲမှာ ထွေးဖို့ စည်းကမ်းတော်ကျုပ် အောင်ပြု၏  
သွားသေလား မဖြောတတ်ဘူး၊ ကွမ်းတံ့တွေးတွေကို အရင်  
ကလောက် အလျှံပယ် နေရာတကာမှာ မတွေ့ရတာတော့  
စိတ် နည်းနည်းသာက်သာဝရပဲ။ ဒီပေါ်ပုံး မြို့တော်ရဲ့ အစည်း  
ကားဆုံးလမ်းပေးလိုက်တွေ သံပင်အခြေတွေဖြား  
တွေ့နေရမလဲပဲ။

မြို့ဟာလူမျိုး ကွမ်းတော်တဲ့ စိတ်အကျိုးဘာ တို့တွေး  
ကတည်းကိုတဲ့ မြို့မှာယဉ်ကျော် အစိုးလည်တို့ ထိန်း

မြန်မာ နှင့် စဉ်ကျေး

ထားတာလို့ ဂုဏ်ယူရမှာလား မဖြောတတ်ဘူး။ အနိတိက ကွမ်းမစားတတ်တော့ အဲဒါကို ဂုဏ်မယူတတ်တာတော့ အမှန်ပါပဲ။ ဂိုယ့်သွားတွေမှာ ကွမ်းတံတွေးရောင်ကြောင့် အနိရောင်ရှိုး ကပ်နေတာကို တစ်ဘက်လှ မြင်ရတော့လည်း အားကျော်လှုပါရာ မဟုတ်ဘူးလို့ ထင်တာပဲ။ အနိတိတို့လို့ ကွန်ထရက် တိုက်ခန်းတွေမှာ လျေကားတစ်ဆင်ချိုး ထောင့် နိုင်တွေမှာ ကွမ်းတံတွေးတွေ (ဘယ်သူဇွေး ထွေဆွာသလဲ တရားခံကို သတိနိုင်ပေမယ့်) ရှိနေတာ၊ အဲဒါလည်း တိုက်ခန်း ရှင်တွေအတွက် ဂုဏ်ယူဝရာပဟုတ်ဘူး။ ကွမ်းစားရင်း အဲဒါလူမှာ တွေးခေါ်မြှေ့မြင်မှုတွေ တိုးတက်လာသလား၊ ကိုယ့်ဘဝ သာယာလာသလားဆိုတော့လဲ သိပ်တော့ မဟုတ်လှဘူး။

သဝီးကို အနိတိ ကွမ်းစလေ့ဆိုတဲ့ စာအုပ်ကိုပေး ဖတ်ပိုးမယ်။ ခုခေတ်ကာလ ကလေးတစ်ယောက်ရဲ့ ကွမ်း အပေါ် အမြင်ကလေးလည်း အနိတိ သိချင်တယ်လေ။



ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ခုခတ္တာကွင်းယာဆိုင်တွေ ဒီလိပ်ပေါ်နေဆား၊  
သိယာဆိုင်ကြီးတွေလို ပစ်နောက္ခာ၊ စစည်တားဆွေဆေသံ  
ကွင်းယာနဲ့ ယစ်မူးသူတွေလည်း အများသားပဲ သမီးဇူး  
သိယာနဲ့ ကိုယ့်ဘဝကိုယ် ယစ်မူးသူ၊ ဆေးလိပ်နဲ့ တို့ထဲ  
ဘဝကိုယ် ယစ်မူးသူ၊ ကွင်းယာနဲ့ ကိုယ့်ဘဝကိုယ် ယစ်မူးသူ  
တော်တော်တော့ စုတယ်ဖော်။ အီမယ် အဲဒီလို ယစ်မူးသူ  
တွေအားလုံးလိုလိုက ယောကုံးတွေချဉ်းပဲ သမီးဇူး  
ကိုယ့်တို့မိန့်မတွေ ဘာနဲ့ ယစ်မူးချင်သားပဲ သိချင်လိုက်တာ၊  
အန်တိပြင်ရသမျှတော့ မိန့်မတွေခာများ ဘာနဲ့မှ ယစ်မူး  
မိမ်ကြပါဘူး၊ ငွေရှာရာတာအပြန်၊ ရုံးကအပြန် အိမ်ရောက်  
တော့လည်း အိမ်ရဲ့ ဓမ္မယာဝရွှေကိုစွဲတွေဆိုတော် မိန့်ဆုံးသာ  
သက်ဆိုင်တာကိုး သမီးရဲ့၊ မိန့်မတွေခာများ ပန်တော်  
ညအိပ်ရာဝင်အထိ ဘယ်မှာ ယစ်မူးချိန်ရလိုပဲ ဖော်။  
အောက်တစ်ချိုး မြို့တော်များ ရှုပ်နေတဲ့ ကိုစွဲက ကား  
တွေနှင့်သံတွေ။

ဆင်းရဲ့နှစ်းပါးတဲ့ လူတွေဟာ ဘာကိုမှ စိတ်ဆူးသွေး  
ကြဘူး။ သည်းပခံကြဘူး။ အဲဒီ သဘောတရားကောင်းမြှုပြု  
ကားဟွာန်ဆုံးကိုစွဲထိ အန်တိဆွဲယဉ်ဆက်စပ်ပြီး တွေးကြေား  
စိတယ်။

သမီးလဲ ရန်ကုန်ရောက်ရင် ကြားမှာင့်း တစ်ငွေ့  
ကာလွှာ၊ အန်တိတို့အိပ်ရွှေလပ်းမပေါ်များ မောင်ဆွားတဲ့  
ကားတွေရဲ့ ဟွာန်ဆုံးတွေး၊ တွေ့နဲ့ ဘာကြောင့် ဒီလောက်တိုး  
နေရာသဲလို့ သမီးမသိချင်ဘူးလာ။

အော်ပိကုယ်ရဲ့ ကာတွေန်းလေးတစ်ခုတို့ အန်တိ  
မှတ်စိန္တသေးတယ်။ တွေ့နဲ့ပေးအကြောင်းကို ရေးထားလွှာ  
ကာတွေန်းလေး၊ သိမ်ချိုင်စရာကောင်းတဲ့ ကာတို့လေး  
သမီးရဲ့၊ ကာသေများနဲ့ သူတေားက ပွမ်းပွဲလေးသွားတို့ စိုးနှုံး  
ရေးထားရင်းက ပွမ်းပွဲတစ်ခုပါအတွက် အကြောင်းပြုခဲ့တဲ့

မြန်မာစံ နှင့် စည်းကျင်း

တစ်ခုစီ ပြထားတာ။

ပွင့်ပွင့် အဲဒေါက ဟိုဘက်ကားကို လုပ်နှုတ်ဆက်တာ။  
ပွင့်ပွင့် အဲဒေါက လမ်းပြတ်ကူးတဲ့သူကို သတိပေးတာ။ ပွင့်ပွင့်  
အဲဒေါက ကွမ်းယာဝယ်တာ ဝတဲ့...ဝတဲ့ ပွင့်ပွင့်တွေပဲ့လေ။  
ဒီလိုဘိုတော့လဲ ပွင့်ပွင့်တွေ အများသား ပါလားမော်။ သူများ  
နိုင်ငံမှာ ဟွှန်းတိုးတယ်ဆိုတာ ဆဲရေးတာ ဖောကားတာနဲ့  
အတူတူပဲတဲ့။ သူများနိုင်ငံက ကားတွေ ဟွှန်းပတိုးသဲ  
မြန်မာပြည် ရန်ကုန်ပြု့တော်တိုးက ကားတွေက ဘာကြောင့်  
ဟွှန်းချဉ်း တိုးနေရတာလဲ သမီး ပသိချင်ဘူးလား။

၁။ သူတို့ဆိုက လူတွေက ယော်ယူချမ်းသာတယ်။  
ချမ်းသာတော့ ကမ္မာလောကြီးကို အကောင်းမြင်ပါဒါနဲ့  
ကြည့်နိုင်စီ လွယ်ကူတယ်။ ဒီတော့ ဘာကိုမဆို စိတ်ရှည်  
တယ်။

၂။ လူတို့ဆိုမှာ ဘတ်စ်ကားတွေဟာ တစ်ခီးနဲ့တစ်ခီး  
လုပ်းမောင်းနေကြတာ ပဟုတ်ဘူး။ (၆) နာရီ (၁၀) မိန်မှာ  
ဒီမှတ်တိုင်မှာ ရောက်ရပယ့်ကားဟာ (၆) နာရီ (၁၀) မိန်မှာ  
တကယ်ရောက်လာတာပဲ။ ရောက်ကားနဲ့ရွှေကား ပြိုင်ဆောင်  
ပြီး လူတော်စရာမှ ပလိုဘဲ။ ဒီတော့ ယျို့ပြု့မှုပရှိ၊ ဒေါသဓို့  
ဦးဆွားသူကို မနာလိုပါပရှိ၊ အချိန်မှန်ပုန်ရောက်စီ အချိန်မှန်  
ဟောင်းဆွားရှုံးပဲပေါ့။ ဒီတော့ ဘာမှ ဟွှန်းတိုးစရာ ပရှိဘူးလေး

၃။ သူတို့ဆိုမှာ လမ်းတစ်ခုနဲ့တစ်ခု ပြတ်ရာအဆုံး  
တွေမှာ Stop ဆိုတဲ့ သက်တတွေ စာလုံးတွေရှိတယ်။  
လမ်းပြော်တွေမှာ ဒီဇိုင်တွေရှိသူလိုပဲ လမ်းဆွာ်လေးတွေ၏  
Stop Sign တွေ ရှိတယ်။ အဲဒေါ Stop ရောက်ရင် ကားသာ  
တကယ်ကို ရပ်လိုက်ရတယ်။ ရပ်ပြီး ရှေ့က ကန်လျှော့  
လမ်းပေါ်မှာ လာနေတဲ့ ပြတ်လာပယ့်ကားရှိပရှိ ကြည့်ချင်းသာ  
မရှိဘူးဆိုပါ ဆက်ဖောင်းရတယ်။ ( Stop ဆိုတဲ့ စာလုံးအား  
ကားလမ်းပေါ်မှာလဲ ရေးထားတယ်လေ) နေ့ Stop Sign ရှိတဲ့

## မြန်မာ နှင့် ဓမ္မပြန်

လမ်းခြောကာကားကရပါး စောင့်ရတယ်။ Stop Sign ဆိုတဲ့  
လမ်းခြောကာ ကားကတော့ ဆက်လော်ဆွင့် ရှိတယ်။  
ဒီတော့ဘယ်လိုလုပ်ပြီး ဟွန်းတိုးမြှောက်ရှုံးရှိတော့လဲ။

၄။ သူတို့အိုက အလွန်စည်းကမ်းရှုံးတယ်ဆိုတဲ့  
မြို့တော်တွေမှာ ယော်ယျားဖြင့် ကိုယ်ပိုင်ကားခိုး  
တွေများပြီး ဘတ်စ်ကာဆုံးမျှတွေက နည်းတယ်။ နည်းတာ  
မှ တော်တော်နည်းတာ။ လမ်းလျှောက်တဲ့သူတွေ၊ လမ်းခြောက်  
ကူးတဲ့သူတွေကို ကားအားလုံးက ဦးစားပေးရပယ်ဆိုတဲ့  
စည်းကမ်းလဲရှိတယ်။ ဒီတော့ လမ်းဆုံး သေးသေးလေး  
ပြစ်ပြစ်၊ ကြီးတိုးပဲပြစ်ပြစ်၊ ပီးပိုင့်မရှိတဲ့လမ်းဆုံးနှာ ကား  
သမားဟာ လမ်းကူးတဲ့သူကို ဦးစားပေးရတာ ထုံးခံး၊ ဘယ်  
သူမှ ဟွန်းမတိုးဘူး၊ အာဘားအို အာဘိုးအို တို့တို့ နည်းလည်  
နဲ့ လမ်းကူးနေပြီးဆိုရင် စိတ်ရှည်ရှည်သာ စောင့်ပေတော့။  
အံမယ တရီးနည်းနည်းည်းချင်တဲ့ လူငယ်တွေကလဲ လမ်း  
ပြတ်ကူးရင် သူတော့သူ ကူးနေတာက ပုံမှန် ကား တစ်စီးလို့



ဟောင်းလာဒေပြီဆိုမှ သူအသွားနှစ်းကို တမင်တောင် နေး  
ပစ်လိုက်ပြီး အေးအေးဆေးဆေး လုပ်နေလိုက်ဆေးတယ်။

ကားမောင်းတဲ့ သူကလည်း ဒေါသကို  
ထိန်းပြီး စိတ်ရှည်ရှည် စောင့်  
တယ် သမီးရေ အံ့ရောပဲ။

၅။ လူတွေအားလုံးဟာ  
လမ်းဆုံးကနေပဲ လမ်းကူး  
ကြတယ်။ အဲဒီလိုပြစ်  
အောင်လည်း လမ်းဆုံး  
တို့မှာ Stop ဆိုတဲ့  
အမှတ်အသားတွေ  
ရေးထားတယ်။ လမ်းဆုံး  
တစ်ခုနဲ့တစ်ခုလ မဝေး  
လှုဘူး။ တို့ဆီမှာက  
လမ်းဆုံး တစ်ခုနဲ့ တစ်ခု  
တော်တော် ဝေးတာ မ



ဟုတ်လား။ နောက်ပြီး မျှော်းကျား  
မှာဖြတ်နေတဲ့ လူကိုတောင် ကားက တိုက်ချင် တိုက်သွား  
ဆေးတာ။ သမီးလ သိသာပဲ၊ အန်တို့ အဖော်ရုတာလမ်း  
ပေါ်က မဟာဗန္ဓုလပန်းခြံလမ်း မျှော်းဝါကျားကို ကူးခိုး  
ဘယ်လောက် ကြောက်လိုက်ဆလဲ့။ ကားတွေက ရပ်မဖော်  
ဘူး။ အသွားနှစ်း နေးမပေးဘူး။ ရွှေ့က ဒီခိုမ်းကို လွှတ်ချင်  
အောင့် မဟောင်းသုတေသန အပြန်ဟောင်းလာတဲ့ ကားက ရှိသော  
တယ်။ ဒီတော့ လမ်းပြတ်ကူးတဲ့ သူတွေအတွက် ကူးခိုးသော  
သပ် မရှိဘူး။ ဒီတော့သာပြုပြုသလဲ၊ ဒီတော့ ရဲတင်း  
ဂရ်မစိုက်တဲ့ လူတွေတာ မိုက်မိုက်ကန်းကန်းပဲ လမ်းကူး  
တာပဲ့။ မကုန်ခဲ့တဲ့ လူက လမ်းလယ်မှာ ရပ်နေမယ်၏ ရှုံးမှု  
လုံက ကားဆောနေလည်း ကူးသွားမယ်။ လူးနတဲ့ တာ

ကူးနေတဲ့လူကို ရှေ့ပေါင်းလိုပါရ။ လမ်းလယ်မှာက စတုး  
ရဲတဲ့သူက ရုပ်နေသေးတာကို၊ ဟိုဘက်သည်ဘက် လမ်းဘူး  
နေတဲ့လူတွေကလည်း သူတို့အမြှင့်များတော့ ရှင်ဆွားတယ်  
လို့မှ ပရှိဘဲ။ ဒီတော့ သူလုပ်ဝရာရှိတဲ့ ဟွန်းတို့မြင်း အလုပ်  
ကိုပဲ လုပ်ရတော့တာဖော်။ လမ်းတစ်ခုလုံး ပွင့်ပွင့်တွေ ဆူး  
သွားတော့တာဖော်။

အန်တိတိ အထက်ကြည့်မြင်တိုင်လမ်းများ လမ်းကူးရဲ့  
တာ ပိုကြောက်စရာ ကောင်းသေးတယ်။ အန်တိတိ အိပ်ရွှေ  
ကနေ ဟိုး ဗားကရာဇ်ပိုင့်ထိ ဘာမျှေးပါကျားမှ ဖို့ ဘာ  
Stop Sign ဖူ ဖရှိဘူး။ ညာရေးလမ်းရဲ့ ထို့ အထက်ကြည့်မြင်  
တိုင် လမ်းပေါ်မှာပဲ မျှေးပါကျားရှိတယ်။ အော်မျှေးပါကျားနဲ့  
ဗားကရာဇ်ပိုင့်ဟာ အဝေးကြီးပဲ။ ဒီကြားထဲ လမ်းတွေ  
အများကြီး။ ကွဲပဲရွှေတန်းလမ်း၊ ဒိတေသက်ပင်လမ်း၊ အုန်း  
ပင်လမ်း၊ အင်းပိန်းလမ်း၊ ရာတနာပုံလမ်း၊ ကောင်းကြီးလမ်း၊  
အိုးဘိုးလမ်း၊ စသည်ဖြင့်ပေါ်။ အော်လမ်းတွေနဲ့ လမ်းမကြိုးနဲ့  
တွေ့ရှာ အဲဖြတ်တွေမှာလဲ လူတူးမျှေးပါကျား ဖရှိ။ Stop Sign  
ဖရှိ။ Stop Sign ရှိခဲ့ရင်လည်း လမ်းကြားတွေရဲ့ ထို့ (လမ်း  
ပကြီးနဲ့ ဆုံးတဲ့နေရာ) မှာပဲ ရှိရမှာလဲ။ လမ်းမကြိုးပေါ်က  
ကားကိုပိုးစားပေးရပြာ မဟုတ်လား။ ဒီတော့ ဘတ်စိတ်ကား  
မှတ်တိုင်ကနေ ဆင်းလာတဲ့လူတွေဟာ ဟိုဘက်သည်ဘက်  
ကူးစို့ လုံးဝ အမှတ်အသားပရှိတဲ့ လမ်းမကြိုးပေါ်ကနေ  
တစ်ယောက်တစ်မျိုး၊ ကူးကြားရတော့တာဖော်။ အော်မျှေးစွာ့ပွင့်  
မြည်တဲ့ ဟွန်းသံတွေ ဆက်တိုက်ကြားရလေ့တော့တာပါပဲ။  
ဘယ့်နှယ်လုပ်မလဲ ဒီကားတွေပောင်းနေတဲ့ ကြားထဲတဲ့  
လမ်းကူးရတော့မှာလဲ။ မျှေးကျားလည်း ဖို့ဘူး စို့ရင်  
လည်း မျှေးကျားမရောက်ပိုက အရှိန်ကိုအသွေးတော့ ဆုံးတဲ့  
ယာဉ်ပောင်းသူစည်းကမ်းကို ဘယ်သူမှ မလိုက်နာတဲ့သူစည်း  
ဒီတော့ လမ်းဖြတ်ကူးသူတွေနဲ့ မိတ်တို့နေရာ၊ ကားပောင်းသူ

တွေ့အကြား ပဋိပက္ခကနဲ့ ထွက်လာတဲ့ အဖြေကတော့  
ဘွဲ့နဲ့တိုင်သွေ့ပါပဲ။

၆။ သူတို့ဆီမှာက လမ်းမှာကားမရပ်ရတဲ့အခါန်တွေ  
ရှိတယ်။ ကားမရပ်ရတဲ့ နေရာတွေရှိတယ်။ မရပ်ရဘူးဆိုရင်  
ရပ်ကိုမရပ်ကြဘူး။ အဲဒီတော့ ကားလမ်းမှာ ယာဉ်ပိတ်ဆိုမှု  
ရှည်တယ်။ ဒီအခါ ကားဟွှန်းသံဆိုတာလည်း မခုံညံတော့  
ဘူးပေါ့။ (သူတို့ဆီက မရပ်ရတဲ့ လမ်းတွေမှာ ကားရပ်ထားတာ  
တွေ့ရင် Ticket လိုပေါ်တဲ့ ဒေါက်ဂိုဏ်တဲ့ စာချက်ဖြတ်ပိုင်း  
လေးတွေပေးတယ်။ ယာဉ်စည်းကုန်း ဖောက်လျှက်ပိတ်ဘူးဟာ  
ဒေါက်ဇော်ရတယ်။ လာသံထိုးလို့မရဘူး။ ဒေါက်ဇော် (၅၀၀)  
ကျေပယ်ဆိုရင် ယာဉ်ထိန်းရဲကို (၃၀၀) လောက်ပေးလိုက်ပြီး  
အမှုကိုချေဖြစ်မလာအောင် တားယယ်လို့ စိတ်မကူးနဲ့ အမှုပိုကြီး  
သွားမယ်။)

အန်တိတို့ဆီမှာတော့ အရှုပ်ဆုံးလို့ ပြောနိုင်တဲ့  
အနောက်ထားလမ်းနဲ့ မဟားဆွဲလေမ်းတွေပေါ်မှာ ကားတွေ  
ရပ်ထားကြတယ်မဟုတ်လား။ အံ့မယ် တရာ့တလေမား  
နှစ်ထပ် Parking တောင် ပြစ်နေသေးတယ်။ နိုင်က ရပ်ပြီး  
သားတားရဲ့ရွှေ့လမ်းပေါ်မှာ နှစ်ပါးယဉ်ထပ်ပြီး ရပ်တာ့ဖို့လေး

ဒီတော့ ကားတွေသွားလို့ လမ်းကြား ဘယ်နှစ်များ  
ကျိုးမလဲ။ ဓမ္မားစားကြည့်ပေါ့။ အနောက်ထားလမ်းပဆိုပါတော့  
ဘယ်ဘက်ဆုံး ယာဉ်ကြောက ရပ်ထားတဲ့ကားတွေကြော့  
သုံးလို့မရဘူး။ ယာဉ်ကြော့မရှိတော့ဘူး။ ဘယ်ဘက်ဆုံးခဲ့  
ဒီဘက်ယာဉ်ကြောကရော သုံးလို့ရားလားဆိုတော့ မရဘူး  
သပိုးပဲ့။ Park လုပ်တော့မယ့် ရပ်စားယယ်ယာဉ်ရဲ့ပြီးဆိုင်  
ထွက်နေဆဲအခါန်၊ ဒီမှမတုတ် Parking ကနဲ့ ပြန်ထွက်  
လာတဲ့ကားရဲ့ပြီးဆိုင်းက ဒုတိယယာဉ်ကြော့မှာရှိနေဆဲအောင်  
အဲဒီလိုအခါန်မျိုးက တစ်ခုပြီးတစ်ခု ထပ်သွားတဲ့အောင် အုတေသ  
ယာဉ်ကြောတာလည်း သုံးလို့မရတော့ပြန်ဘူးပေါ့။ ထို့

### က သန်း

လက်တင်အဆောင်ကရဲ့

ပါးနှီးငွေ့နဲ့

ညွှန်ညွှန်နေရတဲ့

လေထားထဲမှာ

အသက်ရှုံးကြော်နေရတဲ့

လွှားစွာ

### ၆၇ သန်း

လေထားညွှန်ညွှန်း

မှုံးကြော် ဖြစ်တဲ့

မကျိုးမာစေနေသည်

တွေ့မှားလို့

လက်တင်အဆောင်ကရဲ့

ခုံးခုံးနေရတဲ့

အလုပ်ပျော်ကွက်

နေ့ရှိက်တွေ့

ရှာဝါမိုး

ညာဘက်ဆုံးက ယာဉ်ကြောက ဘတ်စားတွေအတွက်  
နောက်ပြီး တိုဘက်လမ်းတွေထက ထွက်လာသုံး တား  
ပြီးခေါင်းတွေအတွက်။ ဒီအထဲမှာမှ အင်ပတန်အရေးကြီး  
အလျင်လျှော်ပြီး တစ်ခိုက်တစ်ခိုး အလျှော်ပေးသော ယူရှိမှုပြီးဆို  
သည်လုချင်တဲ့ ဘတ်စားကြီး ကားသေးတွေတာ ညာ  
ဘက်ဆုံးယာဉ်ကြောမှာသာမက ဒီဘက်က ဒုတိယညာဘက်  
ယာဉ်ကြောကိုပါ နေရာယူတာတ်သေးတယ်။ အထူးဆုံး  
မှတ်တိုင်ပတ်ဝန်းကျင်မှာဖော်။ ဒီတော့ ကားတော်တော်  
များမှားအတွက် ယာဉ်ကြောဟာ တိုဘက်နှစ်ခု၊ ဒီဘက်နှစ်ခု  
နှစ်လိုက်။ ဘယ်လောက်ကျွန်ုပ်မလဲ။ ဒီအခါးမှ လမ်းပြတ်ဘူး  
တဲ့ လူကိုတိုးတဲ့ ဟန်း၊ ကားအချင်ချင် သတိပေး တိုးတဲ့ ဟန်း  
တွေနဲ့ ဆုတ်တွေနဲ့ ဆုတ်လုပ်နေတဲ့ ရှေ့က ယာဉ်မောင်းတို့  
အေားတွက်လို့ တိုးတဲ့ ဟန်း၊ ရပ်ထားရောကနေ ဟိုတော်အောက်  
မကြည့်ဘဲ စွတ်ထွက်လာတဲ့ ကားမောင်းသမားကို ဆဲမို့  
တိုးတဲ့ ဟန်း။ လမ်းတော်လမ်းလုံး ဖွစ်ပွဲမြတ်နဲ့ ဆူးဆုံး  
ပြန်ရော သမီးရော။

တစ်ခါတစ်ခါတော့ အန်တိ သူငယ်ချင်းတွေနဲ့  
ယာဉ်ကြောပိတ်ဆိုမှုအတွက် ပြောရှင်းခိုင်မယ့်နည်းလမ်းတွေ  
ရှာကြည့်ဖူးတယ်။ ဘယ်သူကမှ တာဝန်ပေးဆောင်  
ကိုယ့်ဘက်ကိုယ် အဖြေတွေ ထုတိကြည့်နေတယ့်။

ရှိကုန်ပြုတော်မှာ တစ်နေ့ ထက် တစ်နေ့

များလာတဲ့ ကားပိုးရောတွေနဲ့ မျှော်ဆောင်  
ကားParking ရပ်နားစခန်းတွေ ထားသုည်

ဆောက်ခိုင်လို့ ကားတွေပိတ်ဆိုနေတာလား

ခါဆိုရင် အချို့ အဆောက်အဦတွေတို့ ကား Parking

အတွက် ရည်ရွယ်ပြီး အထင်အများကြီးနဲ့ ဝန်ထား  
ဆောက်တော့မယ်ဆိုရင် ပြုပို့လား။ အန်တို့ အတွေ့  
ခေါင်တဲ့ စာရေးဆရာပို့တော့ ငွေကုန် ရှိကုန် အင်စတန်

မြို့တော် နှင့် ဓညာက်

မားမယ့် နည်းကေဇာပါ အူကြောင်ကြောင် စတွေးမီတာပဲ့။  
မြို့တော် ဓည်ပေါ်သာယာရေးအာဏျာများ အန်တိအဖွဲ့ဝင်အဖြစ်  
ပါရမယ်ဆိုရင် ဘဏ္ဍာဂွဲ မြို့တိသိမယ့် အကြံကိုပဲ ပေး တတ်  
တဲ့အတွက် အန်တိ ချက်ချင်း အလုပ်ပြုတို့ မြင်ယောင်  
ပါသေးတယ်။

သူငယ်ချမ်းကတော့ လက်တွေ့ကျကျ ငွေကုန်လည်း  
သိပ်မများမယ့် နည်းကိုသာ ပြောတယ်။

လမ်းမတွေပေါ်မှာ ရှင်ထားတဲ့ ကားတွေ အကုန်ရှင်း  
ပစ်ရမယ်တဲ့။ အေဒီလိုရှင်းပစ်ဖို့ဆိုရင် တော်တော်များများဟာ  
အငှားကားတွေ ထွက်လာမှာပဲတဲ့။ အငှားကားတွေဟာ  
လမ်းမရဲ့ အစွမ်းဆုံးယာဉ်ကြောမှာ ခရီးသည်စောင့်ပြီး ရပ်နေ့  
ကြမယ့်အတား လမ်းသွယ်တွေမှာ ရှင်ရမယ်တဲ့။ (မဟုတ်ရင်  
ဖောင်းရုံပဲ ဖောင်းနေပဲပဲ၏၊ အေဒီလိုသာ ဖောင်းနေရမယ်  
ဆိုရင် ရိတ်ဆိုကုန်တာနဲ့ပဲ တို့ခရီးသည်တွေ အငှားကားဆ  
ရွေးတက်ခံရတော့မှာပဲ့။) နောက်ပြီး အငှားကားတွေနဲ့  
ခရီးသည်တွေနဲ့ လမ်းမမှာ ကားတားပြီး ရွေးဆောင်နေရတဲ့  
ပြဿနာဟာလည်း ယာဉ်ကြောပိတ်ဆိုစေမှုအတွက် တွန်း  
အားပေးတဲ့ အချက်တစ်ချက်ပဲတဲ့။ ဟုတ်တယ်။ အေဒီလို  
အန်တိလက်ခံပါတယ်။ အန်တိကလည်း အငှားကား ဆေ  
ဆက စီးနေရတဲ့သူ့လို ရွေးဆောင်နေရတဲ့အချိန်ကို ပကြောက်ဘူး  
သမီးရယ်။ အန်တိတို့ သွားနေကျ ၂၀၀ တန်တဲ့ လမ်းကို  
၂၅၀ လို ၃၀၀ လို အပြောခံရရင် စိတ်ညွစ်သွားတာက ပထမဗ္ဗာ  
ရွေးဆောင်ရတဲ့အတွက် အချိန်ကုန်လို့ စိတ်ရှုပ်ရတာက  
ဆုတိယပဲ့။ (အေဒီ သူငယ်ချမ်း ပြောတဲ့ ယာဉ်စိတ်ဆိုမှုခံတာတို့  
မစဉ်းစားရသောဘူးနေ့) ၂၀၈/- တန်ရင် ဘာဖြစ်လို ၂၀၈/-  
လို တစ်ခါတည်းမပြောတာလဲ။ ၂၀၈/- တန်တဲ့လမ်းကို  
ဘယ်သူက ၁၅၇/- ဆစ်မှာလဲ။ ဒေါ်လေ ဆပါးကြံ့ညွှဲတဲ့  
သူတွေရှိလိုပဲ ဖြစ်မှာပဲ့။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ရွေးမဆောင်သဲ

ကားတား ဝင်ထိုင် ထို့ပြီးမှ သွားချင်တဲ့နေရာဖြော အခါ  
ဆိုရင် ဘယ်လောက်အချိန်ကုန်သက်သာပြီး ဘယ်လောက်  
ယာဉ်ပြော ရှင်သွားမလဲနော်။

နောက်တစ်ခု... ဒီမှာက ကုန်တင်ကုန်ချို့အတွက်  
ကားရုပ်ရာနေရာဟာ လမ်းမပဲပြုနေတား၊ အဲဒီတော်တော်  
ဆိုးတယ်။ ကုန်စုံဆိုင်တိုးတွေတာ ဝန်းကျယ်ကျယ်ရှိခဲ့ရင်  
အဲဒီမှာ ကားဝင်ပြီး အတင်အချလုပ်ရမှာ ပြစ်ပေးထဲ  
တို့ပြုတော်က ကုန်စုံဆိုင်တွေ လျှပ်စစ်ပစ္စည်းဆိုင်တွေ  
စာအုပ်ဆိုင်တွေ အားလုံးဟာ ဘာဝန်း၊ ဘာခြား ဖို့တဲ့ လမ်း  
ဘေးက တိုက်ခန်းတွေပဲ၊ အဲဒီတော့ ကုန်တင်တဲ့အခါ ကုန်ချုံ  
တဲ့အခါ၊ ကားရုပ်ရတာ ယာဉ်ပြောပိတ်တာပေါ့။ ဥပုံ  
မဟာဗုဒ္ဓလပန်းခြံလပ်းပေါ့။ မဟာဗုဒ္ဓလပန်းခြံ လမ်းထဲကို  
ကားချိုးလိုက်ပြီ ဆိုရင် ကားမောင်းတဲ့သူဟာ အင်ဇတန်  
ပိတ်ရှုည်ရတော့တာပဲ။ မဟာဗုဒ္ဓလပန်းခြံလပ်းက လျှပ်စစ်  
ပစ္စည်းဆိုင်တွေရွှေ့ရွှေ့မှာ နိုင်က ရုပ်ထားပြီးသား တို့ဘက်  
ဒီဘက်ကားတွေ ရှိနေတော်တော့ ကုန်တင်စိုး ကားတေားလေး  
တွေက လမ်းလယ်မှာပဲ ရပ်ပြီး တင်ကြရတာ များတယ်။  
တင်ရတဲ့ပစ္စည်းကလည်း ရှုပ်မြင်သံကြားပြောကိုတို့ ရော့  
သော်ဘာတို့ အဝတ်လျှော်စက်တို့ တို့ကြီးမားဟား လေးလေး  
ပင်ပင်တွေဆိုတော့ အချိန်ကားတာပေါ့လေ။



တကယ်လို့သာ ဆိုင်တော်တော်များများဟာ ကား  
အဝင်အတွက်လုပ်စရာ ကားရုပ်စရာဝန်း တစ်ခု  
ရှိခဲ့မယ် ဆိုရင် ယာဉ်ပိတ်ဆိုမှုနဲ့ တွေ့ဆုံးတွေ့  
လျော့ဘားစရာ အဖြောဇ်ရှိတယ် မထုတ်လား  
အခုတော့ ကားအားလုံးဟာ လမ်းသေးမှာပဲ ရပ်ဆာ  
ယာဉ်ပြောပိတ်ဆုံးပဲ။

ယာဉ်ပြောပိတ်တဲ့ အကြောင်းရင်စပ်နှာ  
ပလက်ဖောင်လို့ဖော်တဲ့ လုပ်ဘားစကြိမှာ ရေားဖို့တွေ့ဖော်

မြန်မာ နှင့် စဉ်ကျေး

ပေးတဲ့ကိုချွဲလည်း ပါလိမ့်မယ်ထင်တယ်။ ရေးဆိုင်တွေ  
ဆိုသားတဲ့ အနော်ရထာလမ်းစကြေး ပေါ်မှာ လမ်းလျှောက်ရှု  
တာ လူတစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် တိုးနေရတာဖဲ့ အချိန်  
ကုန်ရော၊ ဒီတော့ စိတ်မရှည်တဲ့ လမ်းလျှောက်သူဟာ စကြေး  
ကနေ ဖဲ့ဆင်းပြီး လမ်းမပေါ် ဘေးမှားကနေ လျှောက် ရော၊  
အဲဒီမှာလည်း ရပ်ထားတဲ့ကားတွေနဲ့ ဘတ်စ်ကားတွေနဲ့မို့  
မြှေးလိပ် မြှေးကောက် လျှောက်နေရတာပါပဲ။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ်  
ရပ်တော့ မနေရတော့ဘူးပေါ့။ လျှောက်တော့ လျှောက်နေရ<sup>၁</sup>  
တာပေါ်နော်။ အဲဒီလိုဆင်းလျှောက်တဲ့အခါ လမ်းမမှာ သွား  
နေတဲ့ ကားတွေသံက တွေ့နဲ့သံတွေ ဆူညံပြန်ရောပေါ့ကွုယ်။

တွေ့လား...။ ဆရာတာရာ ပြောခဲ့ မှတ်ချက်ချခဲ့တဲ့  
စကားကို အခုထိ အန်တိပြုးလို့မရသေးဘူး။ စည်းကမ်း  
တကျလိုက်နာရေး၊ အကျင့်စာရိတ္ထပြင့်ဟားရေး၊ စိတ်ဝါတ်  
ပြင့်မားရေးအတွက် အခြေခံလိုအပ်ချက်ဟာ ရှုပ်ဝွှေပစ္စည်း  
ပြည့်စုံလုံလောက်မှုပဲဆိုတာကိုလော်။

ချောမ္မာင်း (အဗျား နှိပ်)

[www.burmeseclassic.com](http://www.burmeseclassic.com)



[www.burmeseclassic.com](http://www.burmeseclassic.com)



၃၀၆။(∞)

# မြို့တော် နင့် အူညံသံ

မြတ်နှင့်ဆည်

တလောတုန်းက သူငယ်ချင်းတစ်ယောက်နဲ့ စကား  
ပြောရင် သူက ဝိကောင်းစို့ပေးတာနဲ့ အန်တိအပျော်ပြော ယူပြီး  
ပါးခဲ့သေးတယ်။ အန်တိက ဝိကောင်းရင် ဝိကောင်းတဲ့စက္ကာကို  
လက်ထဲမှာ ကိုင်ရင်ကိုင်၊ မဟုတ်ရင် ဘေးမှာ အသာ ချထား  
တတ်တယ် မဟုတ်လား၊ ဝါးပြီးလို့ ပါးစ် ဆွောင်းသွား  
တဲ့အခါ ဝိကောကို အဲဒီစက္ကာထဲပဲ ပြန်ဖွေးထည့်၊ စက္ကာနဲ့  
ရှစ်ပတ်ထုပ်စိုးပြီး အိမ့်ကိုပုံးထဲထည့်ဖို့လေ။ အဲဒီနွေက  
ဝိကောစက္ကာကို လက်ထဲမှာ ကိုင်ထားရင်း စကားပြောလိုက်၊  
စက္ကာတံ့ခါးပို့ကြည့်လိုက်၊ ဝိကောင်းလိုက်လုပ်နေခဲ့တာ။ အဲဒီမှာ  
စက္ကာမှာ ပုံးနှိပ်ထားတဲ့ ကာတွန်းရှုပ်ကလေးနဲ့ စာကြောင်း  
ကအေးတွေ့ပါမှန်း သတိထားမိတယ်။ ဖတ်ကြည့်ရင်း သဏ္ဌာ  
ကျေသွားလို့ ရယ်တောင်ရယ်မိကြေးသေးတယ်။ အိမ့်ကိုပုံးရှုပ်  
ကာတွန်းလေးက ပြောနေတဲ့ စကားပေါ့လေ။ ပြင်သစ်လို့  
တစ်မျိုး၊ အင်းလို့တစ်မျိုး နှစ်မျိုးလုံးပြောနေတယ်။ ပတ်  
ဝန်ကျင်ကို ထိန်းသိမ်းပါ၊ ပင်ခဲ့ရဲ့ ချူးဝင်းဂို့ ထိုပေးပါ”တဲ့

အဲဒီစက္ကာလေးကို ပတ်လိုက်ရတော့ သမီးတို့တို့  
ချက်ချင်းသတိရသွားတယ်။ သမီးတို့က ဝိကေအမြတ်ပြီး  
ဖောက်ကနဲ့ ဖောက်ကနဲ့ အဆုံးထွက်အောင် ဆော့တတ်တယ်  
မဟုတ်လား၊ သမီးတို့ ဝိကေဘေးတာ အန်တိတွေ့တိုင်း ‘အော်  
ဝိကေစက္ကာမြှေးသေးလေး၊ ဟိုရင် တဗြားစက္ကာ’ တစ်စွဲနဲ့ ထည့်ပြု  
အိမ့်ပစ်’ အဲလို့ ရေးကြိုးစွမ်ကျယ် ဆရာလုပ်မိတာ သမီးတို့  
ပုတ်မိမှာပေါ့နော်။ ဒါဟာ အသာအဖွဲ့ ကိစ္စလေးပါပဲ။ စကား  
ထဲတောင် ထည့်ပြောစရာမလိုတဲ့ အသေးအဖွဲ့ကလေး  
ဒီပေမယ့် သမီးတို့ လိုက်နာနဲ့ မေ့တဲ့အခါ အဲခါကလေး  
ပြောစရာကိစ္စလေး ပြစ်ပြစ်သွားတာပေါ့။ စည်းကမ်းဆိုင်  
အသာအဖွဲ့ကလေးကနေ အကျင့်ရနေမှ အကြိုးကြိုးသွား  
တော့ လိုက်နာဖြစ်မှာ မဟုတ်လား။

လိုက်နာချင့် လိုက်နာကြို့မှ ပြင်ပေမယ့် အိမ့်တို့

ပတ်သက်တဲ့ စည်းကမ်းဆိုတာကို လူတိုင်း နားလည်တယ်၊ လူတိုင်းမှာ အမိုက်နဲ့ ပတ်သက်ရင် စည်းကမ်းဆိုတာတို့ တွေးတတ်တဲ့အသိ ရှိတယ်။ ဒါပေါ်ယုံ အသံနဲ့ ထတ်သက်တဲ့ စည်းကမ်းဆိုတာကို အောင် သိပ်သော်လင်ပါတယ်။ နားလည်ကြေားထင်တယ်။ ဘယ်သူမှ အရေးထားတော့ အတွက် ဘူး၊ ဆူညံသံတော်ခုပ္ပါယာ လူတာစ်ယောက်ကိုတယ်လောက် ဒုက္ခ ပေးခိုင်တယ်ဆိုတာကို လူတွေးသော်လင်ပါတယ်။ ဖွေ့

ပတ်ဝန်းကျင် ညျမ်ညျမှုကြောင့် ရှာယတဲ့ ဇွန်တွေ့နဲ့ ပတ်သက်ပြီး ပြောကြတဲ့အသိ ဆူညံသံနှင့် တူးမာရွှေ ဆိုတဲ့ ခေါင်းစဉ် နဲ့ အခန်းကဏ္ဍတစ်ခု သပ်သပ်ခြော့ပြောတာ တွေ့ဖူးတယ်။

တကယ်တော့လည်း ဆူညံသံတာ လူလောကာနှာ အသက်ရှုပ်ဖော်ရတဲ့ လူတာစ်ယောက်အခို့ ဆူးစိုးလို့ မရတဲ့ ပြဿနာတစ်ခုပါပဲ။ လေယဉ်ကွင်းနားနှာ နေရတဲ့လူတွေ အမေးပြေးလမ်းမဘေးမှာ နေရတဲ့လူတွေ တာမြှုပ်တွေ့နိုင် သန်းသွားတဲ့ လမ်းမတော်ခုမှာ နေရတဲ့လူတွေ တာရာဆိုကော ခန်းမတော်ခုအနားမှာ နေရတဲ့လူတွေ အောင်လူတွေအခို့ကော ဆူညံသံဟာ သူတို့ရဲ့ ဂုဏ်ပိုင်းဆိုင်ရာ တူးမာရွှေ ပိတ်စိုင်



ဆိုင်ရာ ကျေနီးမာရေးကို ပြို့စီးပြောက်နေတဲ့ ပြဿနာကြီးပါပဲ။ အူညံးတဲ့ လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခုမှာ အလုပ်လုပ်နေရတဲ့ အလုပ် သမားတွေ၊ စက်ရုံအလုပ်သမားတွေ ပေါ်လေ။ သူတို့မှာတော့ ကျေနီးမာရေး ထိခိုက်တာဟာ အထင်အရှားကြေးပေါ့။

ရယ်ရာတစ်ခုပြောရှိုးယယ်။ အန်တို့ သူငယ်ချင်တစ်ယောက်နေတဲ့ တိုက်ခန်းတဲ့ အပေါ်ထပ်က တိုက်ခန်းဟာ တော်တော်ဆူညံးတယ်ဆုံးပဲ။ အခုခေါ်ပေါ် R.C Floor ကွန်ကရဲ့ကြိုးခင်း တိုက်ခန်းတွေမှာ အပေါ်ထပ်က ဆူညံးသံဃာ အောက်ထပ်ကို ဘယ်လိုရောက်နိုင်ပါ့ပလဲလို့ သံဃာယ်ဖြစ်ပါမဲ့။ အဲဒီအပေါ်ထပ်က ကာစ်ထပ်လုံးကြိုးပြင် ကို ရှာထို့သို့မဟုတ် ပါကေး ခင်းထားတာတဲ့ ခင်းထားတာမှ အိပ်ရွှေကောင့် အိပ်ရောက်ဖေး ပါးပို့ဆောင်အတိုင်းပဲ။ ခင်းထားတယ် ဆိုတာကိုလဲ သူအပေါ်တက်ကြည့်လို့ ရောက်ဖူးလို့ သိရတာမဟုတ်ပါဘူးတဲ့။ အော်နဲ့အမှု ကြားအော်ရတဲ့ ဆူညံးသံဃာ အပိုးအာတားတွေကို နားထောင်နေရလို့လို့ သိသွားတာတဲ့ ဟောဒီကတော့ ငရှုံးသိုးထောင်နေတဲ့အသံး၊ ဟောဒီကတော့ သနပ်ခါးသွေးနေတဲ့အသံး၊ ဟောဒီကတော့ လေးပင်တဲ့ ပစ္စည်းတစ်ခုရှု လွှတ်ချုတဲ့အသံး၊ ဟောဒီကတော့ ကလေးတွေ တုန်းခိုင်း သော့တဲ့အသံး စသည်ပြင်း သူက ခွဲခြားသိနေပြီတဲ့ ညာအခို့မဖတ် လူတွေ အိပ်ခို့ဖော်တွေမှာ ငရှုံးသိုးထောင်တဲ့အသံးနဲ့ ဆင်တွေတဲ့ ဆူညံးသံဃား ဆက်တိုက်ထွက် နေတာ ကိုတော့ သူဘယ်လို့မှ နားမလည်နိုင်ပါဘူး တဲ့။ ကာစ်ခါ ကာစ်ခါများ ညာ ၁ နာရီ ၂ နာရီမှာ တအောက်ဒေါက်နဲ့ ဒေါက်နေတဲ့အသံးမျိုး၊ တရှိရှိ သနပ်ခါးသွေးနေတဲ့ အသံးမျိုး ကြားရသတဲ့၊ ဒီနဲ့ အန်တိုက သူကို အကြံပေးပိတယ်၊ ‘မျက်စာသုတ်ပုဂ္ဂို့ နှစ်ထည်လောက် ပက်ကင်စကြေး သွား ထုတ်ပြီး ပေးပိလား၊ ကာစ်ထည်က ငရှုံးဆုံးအောက်ပါ ခို့ ရောက်တစ်ထည်က ကျောက်ပျော်အောင်မှာ ခံခို့တဲ့’

မြန်မာ နှင့် အူရှုံးပါ

လက်ဆောင်ပေးပါတယ်လို့ ပြော သွားပေးပိုတ်လို့ သူ  
ငယ်ချင်းက ရယ်လိုက်တာ။

အန်တိက သူကို နှစ်သိမ့်ရတယ်။ မိတ်ဆုံးပို့တော်  
ဒေသာလ မထွက်ပါဘူး အဲဒီက ထွက်နေတဲ့ အသံတွေတော်  
အလွန်ဆုံးရှိလျှင် အသံမီအား 70 dBA လောက်ပဲ နှစ်ချို့  
နှင့်အောင်ရှေ့လပ်ပေါ်ပြာ သွားနေတဲ့ တာကြိုးတော်ထွေး  
မြှုပ်တိရတယ်။ ဆူညံသံတွေတော် 90 dBA အဲဖြစ်တော် 100  
dBA လောက်ရှိပါတယ်လို့။ သူက ဘာပြောလဲဆိုတော်  
အဲဒီဟာ နှစ်ခုပေါင်းလိုက်တဲ့အောင် တော်လောက်ခံစာမျက်လေ  
နှင့်တွေ့ကြည့်ပေါ်တဲ့။ အဲဒီလဲ တုတ်တော်။

‘ပတ်ဝန်းကျင်တို့ အောင့်ယူတ်စူး တရာ့ဆွဲလို့ရတဲ့  
နိုင်ငံရှိုးမှာသာဆိုရင် ဒါ အွေတွေသုတေသနမြှုပ်နှံရနေသောကြောင့်လို့ သူ  
ငယ်ချင်းကပြာတယ်။ တရာ့နိုင်ငံတွေတော် လူမှာခွင့်ဆောင်  
ဆိုတော်ကို ထဲကဲဆတ် ဦးစားပေးလွှန်တော် အစေဆာရာတဲ့  
တရာ့ခွဲခံရကိုနဲ့တွေ့ ရှည်းပဲ၊ လျော်လို့တ်ရရှိပဲ စွဲတော်  
မနည်းမနောလေ။ အိမ်တစ်အိမ်နဲ့ လုပ်သော် အော်ပြုးစောင်  
ကျယ် ရန်ပြုးနေရင် ဘာအောင်က သည်ဆောင်ရွက်ရင် ခဲ့တို့ လျှင်  
တိုင်တာပဲ။ သမီးတို့ ရုပ်ရှင်တွေထဲမှ မြှင့်လွှာတယ်။ ဆိုင်တော်  
သောက်တို့ ဝယ်လာတဲ့ကော်မြှုတ်တနေ အုပ္ပလောင်လို့ ဆိုင်  
ကို တရာ့ခွဲတော်မျှေးလဲ ရှိနေတယ် ပတ်ဝန်း

အန်တိ အသီးပိုးဆွဲတစ်ယောက်က သူတို့ရတယ်လို့  
ပြောရှုံးတယ်။ သူက မနတ်မနက်နဲ့ အိုင်ရွှေတံ့ခိုးစွာ ရှုံး  
ကျွန်းမာရေးလေ့ကျွန်းအနဲ့ လုပ်တာတို့ သိချင်ဆိုတာတို့  
ဂိတ်လွှတ်လက်လွှတ် လုပ်မိတယ်တဲ့။ တစ်ရာတ်တွေ  
အိပ်နီးချင်းက သူတို့ ပတ်ဝန်းကျင်တို့ အောက်ယူတ်စူး  
စွဲပြောပြီး အပြုံတစ်သာတဲ့ အောက်တစ်ခါ ခံနောက်ခဲ့ သိချင်း  
အော်ဆိုရင် ရဲကို တိုင်လိုက်မယ်လို့လဲ မြို့အောက်သာတဲ့  
အဲဒီနဲ့ပဲ သူချော့ သိချင်းတို့ မိတ်လွှေ့လေတ်လွှေ့ ဆော်

မြန်မာ အုပ်သု

အောင် မနည်းစိန်းနေရတယ်တဲ့၊ ရယ်ရတယ်နော်၊ အန်တိတိ  
မိမိငံဗျာများ လူတွေဟာ သည်ခံခြင်း ပါရိမိနဲ့ ပြည့်စုလိုက်  
တာ၊ တစ်ဖက်စန်းက ရှုပြင်သံကြားကို ကက်ဆက်ကို  
အကျယ်ကြီးဖွံ့ဖြိုးနေရင်လဲ သည်ခံကြာ၊ အော်ကြီး တစ်ကျယ်  
ရှုပြစ် ထုတိက်ဆူညံနေကြရင်လဲ သည်ခံကြာ၊ တဒုန်းဒုန်း  
ကျော်သီးထောင်းထွေနေရင်လဲ သည်ခံသည်ခံကြာ၊ ကိုယ့်ဘေး  
မှာက်ပြီး၊ ကားဟန်းကို အကျယ်ကြီးတိုးရင်လသည်ခံကြာ၊  
ဒါဟာ တော်ရု ပါရိမိပဟိုတ်ဘူး။

လေထုညာစ်ည်းမှုကြောင့် ရလာ  
တဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ ထိနိုက်ဆုံးမျှတွေ ကျွန်းဟာရေး  
နှစ်နာမျှတွေ ဒီတွေဟာ သိသာထင်ရှားတယ်၊ ဘေးအားလုံး  
တွေ အဖြစ်အားလုံးလက်ခံကြတယ်၊ တကယ်လဲ အရေးကြီး  
တဲ့ ပြဿနာတွေပဲ့၊ ဒီပေါမယ့် ပြိုတော်တစ်ခုမှာ နောက်  
နာရီတိုင်း ပိန်းတိုင်း စက္ကန့်တိုင်းမှာ ရင်ဆိုင်ကြတွေနေရတဲ့  
ပလိုလားအပ်တဲ့ ဆူညံသံတွေကိုတော့ ပြဿနာလို အရေးတ  
ကြီး မဝင်းဘားကြဘူး၊ အထူးသေဖြင့် တတိယကဗ္ဗာမိုင်ငံလို  
ခေါ်နေတဲ့ စွဲ့ပြုးဆုံးရိုင်းတွေမှာပေါ့လေ။

ရေထုညာစ်ည်းမှုကြောင့် လေထုညာစ်ည်းမှုကြောင့်  
လူတွေ ရောက်ပေါ်ခုံရပြီး သောကြပျက်စီးတယ်ဆိုတာက  
အထင်အရှားကြီးကိုး၊ ဒီပေါမယ့် ဆူညံသံတွေကြောင့် လူတွေ  
နားအကြားအာရုံး ပတ်သက်တဲ့ ထိနိုက်နှစ်နာမျှတွေ ၅  
ကုန်တာ၊ စိတ်နဲ့ပတ်သက်တဲ့ သည်ခံခိုင်မှုတွေ စီစီးခံရတာ  
သွယ်ပိုက်သောနည်းနဲ့ ဉာဏ်ပိုင်းတော်ဒါ နလုံးရောက်တွေ ပိုစိုး  
စီစီးလာတာ၊ ဒီတွေကိုတော့ ထည့်ပါ၍ သော်မိုင်းဘားနိုင်ကြ သော့အ

တာ၏ဆူညံသံတွေဟာ လက်ခံလိုရတဲ့ ကျိုးကြောင့်  
ညီဥုံတ်တဲ့ ဆူညံသံမျိုးတွေပါပဲ့၊ ဥပမာ စက်ရုံတော်ချောင်း  
ထွက်ပေါ်နေတဲ့ တွေ့နဲ့မှာ၊ စက်လည်ပတ်မှာ၊ ဖုန်းတို့  
အဲဒီအသံတွေပေါ့။ တရာ့ရု တဒုန်းဒုန်းနဲ့ စက်ရုံထဲမှာ

မြန်မာ နှင့် အာရုံး

စကားဇူတ်ပြောလို့ ပရအောင် ဆူညံနေတာဖြူးတွေ့  
အဲဒီဟာ လက်ခံရမှာ ပြစ်တဲ့ ကိုယ်ကြောင် ညီးနှစ်တဲ့ ဆူညံ  
သံတွေပါ။ ဒီပေမယ့် လိုအပ်ဘဲ တိုးတဲ့ ကားတွေနှင့်ထိုး  
ဝက်သံ မဆူဆူအောင် အိပ်လောပြုပြုထားတဲ့ ကားစတ်သံထိုး  
ကက်ဆက် ရှုပြင်သံကြားကို အကျယ်ကြီးစွာတဲ့ ဆူညံသံမျိုး  
အဲဒီတွေကတော့ ပြုစ်သုတေသနများပေါ့။

ဆူညံသံကို တို့ငြေတဲ့အခါမှာ အသံရဲ့ဒါအောင်တို့  
တို့ငြေလဲရှိတယ်။ decibel လိုအောင် ယူနစ်တ်မျိုးပေါ့။ ဥပဂ္ဂ<sup>1</sup>  
ပြစ်သက်တိတ်သိတ်တဲ့ အိပ်ခန်းထဲမှာ နေတဲ့အခါရှိတဲ့အသံ  
နဲ့ သစ်ရွှေက်တွေ လူပ်ခတ်တဲ့ အသံဟာ 30 dBA တဲ့ ပြတ်  
တံ့ခါး ပိတ်ထားတဲ့အခါ အခန်းထဲတို့ အပြင်လမ်းပေါ်တော့  
ရောက်လာတဲ့ အသံဟာ 50 dBA တဲ့ ပြတ်တံ့ခါးဖွင့်ထား  
ရှင်တော့ အခန်းထဲတို့ ရောက်လာတဲ့ အသံဟာ 60 dBA  
တဲ့။ ပြောအက်ရထားတွေရဲ့ ဆူညံသံဟာ 80 dBA တဲ့  
ရော့ခိုက်တော့တွေနဲ့ ဆူညံသံက 110 dBA တဲ့ လေယဉ်  
အတက်အဆင်း အသေဝန်ကျမ်းရဲ့ ဆူညံသံ 120 dBA တဲ့  
လမ်းရော့။

မြို့တော်တွေမှာ တေားနေရတဲ့ ဆူညံသံဟာ မြို့ထဲ  
တွေက ဆူညံသံထက် ပိုတယ်၊ ဆင်းရဲတဲ့ နိုင်ငံက  
မြို့တော်က ချမ်းသာတဲ့နိုင်ငံက မြို့တော်ထက်  
ပိုပြီးဆူညံတယ်။ ဒီဟာ သဘာဝပါး။



ဆူညံသံ တစ်ခုတို့ ထိန်းချုပ်တဲ့ နေရာမှာ  
နည်းစနစ်နဲ့ အနေအထားကိုလိုက်ပြီး ငွေကြေး  
ကုန်ကျူးမှု အနည်းအများ ကွားမြားတာပေါ့။

အသံတွက်ပေါ်စေတဲ့ မူရင်းဌာနကို ထိန်းချုပ်လဲ  
ရမည်။ အဲဒီကတော့ ဝက်ပစ္စည်တွေကို ဝက်မှုပညာ အဆင့်  
မြင့် နည်းစနစ်နဲ့ ပြုပြင်ထိန်းချုပ်ပြီး အသံရဲ့အောင်  
လုပ်တာမျိုး၊ အသံကို အပ်သွားအောင် ထည့်စေတဲ့

မြတ်နှင့် အုပ္ပါယ်

ကိုရိယာတစ်ခုရှု တပ်တာမျိုးပေါ့။

အသံထွက်ပေါ်မေတဲ့ မူရင်းဌာနနဲ့ အသံလက်ခံတဲ့ ဌာနကြားမှာ ထိန်းချုပ်တဲ့နည်း၊ အဲခီကတော့ နားထဲကို ဂွမ်းဆိုတာ၊ တစ်ခုရှုနဲ့ ဆိုတာ အဲဒီနည်းပဲ ရှိတယ်။

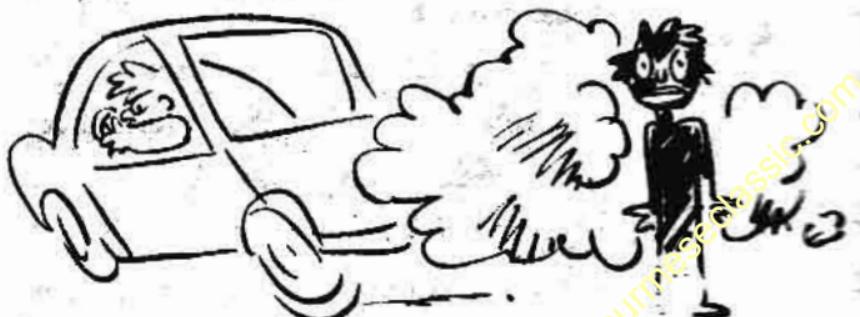
အဲဒီနည်းတွေမှာ ပထမနှစ်နည်းက စွဲကုန်ကြေးကျ တော်တော်များတယ်၊ အသက်အသာဆုံးနည်းကတော့ အန်တိတိအားလုံး နားထဲကို ကိုရိယာတစ်ခုရှု ဆိုထားဖို့ နည်းပါပဲ။ အဲဒီလို ဆိုထားခြင်းအားဖြင့် အသံအား 40 dBA ထိ လျှော့ချုလို ရပါတယ်တဲ့။ ခက်တာက ဘယ်သူက နားထဲမှာ အပိုပစ္စည်းကြီးတစ်ခုတပ်ပြီး တစ်ချိန်လုံး နေဖိုင်မလဲ နော်။

အောက်လုပ်ရေးလုပ်ငန်းခွင်တွေနဲ့ စက်ရုံတွေက နောက်ယူက်တဲ့ စက်ရုံညံ့သံဟာ အနီးပတ်ဝန်းကျင် ကွက် ကွက် လေးကိုပဲ အကျိုးသာက်ရောက်မှာပါ ရန်ကုန်ပြီးတော်မှာ လူဦးရော ရာခိုင်နှစ်းတော်တော်များမှားကို နောက်ယူက်တဲ့ စက်ရုံညံ့သံကတော့ လမ်းမတွေပေါ်မှာ သွားနေတဲ့ ယာဉ်မျိုးစုံ ရဲ့ အသံမျိုးစုံပါပဲ။

ကွန်တိန်နာကားကြီးတွေ၊ ထရုပ်ကားကြီးတွေ၊ ဘတ်လကားအကြီးကြီးတွေ၊ လိုင်းကားအသေးတွေ၊ ကိုယ်ပိုင် ဖော်တော်ကားတွေ၊ အဲခီတွေအားလုံးဟာ မြို့ပြလှယုအတွက် ပြဿနာဖြစ်နေပြီပဲ။ ဖော်တော်ကားတစ်စီ၊ ယာဉ်တစ်စီးမှာ သူ့သီကထွက်ပေါ်ရပဲ ဆူးညံ့သံဟာ ဘယ်လောက် အတိုင် အတာပဲ ရှိရာပယ်လို သတ်မှတ်ထားတဲ့ ဥပဒေတွေရှိပါတယ်။ ထရုပ်ကားတုံးတော်က ဘယ်လောက်ယူနစ်၊ ကိုယ်ပိုင်ဆလွန်း ကားတုံးတော် ဘယ်လောက်ယူနစ်စာသည်ဖြစ်ပဲ။ ဖော်တော် ယာဉ်ရုံးမှာ ဖော်တော်ယာဉ်လိုင်စင် လတဲ့အခါ အဲဒီရုံးက တာဝန်ရှိသူတွေက ယာဉ်ကို အစေအရာရာ စစ်ဆေးရတဲ့ ထုံးစံရှိတယ်။ သူ့အိုဝ်လေပိုက်ကနေ ထွက်ရဲ့ ဓာတ်ငွေ

ည်ဟာ ဘယ်အချိုးအဆပဲရှုရပယ ထောက်ဖြစ်တဲ့၊ သတ်မှတ်ထားတဲ့ ဝိနှင့်ထက်များပြီး တတ်ငွေ့ည်တွေ ဆူးဆုံး  
တွေ ထုတ်ပေးနေတဲ့ ဖော်တော်ယာ၌ အချိုးအစားတို့  
အသုံးပြုခြင်း လိုင်စင်ပါတ်ရပါတယ်။ ချုပြုးဆောင်ရွက်တွေနှာ  
ဒီဥပဒေကို ကျွန်ုံးပို့ကြေးတာကြပေမယ့် အကြောင်းအရှင်း  
ကြောင့် မအောင်မြင်သေးဘူး သမီးရေး၊ အော်တွေ့င့် ချုပြု  
ဆုံးဖြတ်တွေရဲ့ မြှေ့တော်တွေမှာ တစ်လမ်းလုံး ကာအောင်လောင့်  
တွေနဲ့ မီးခိုးတွေကြောင့် မပေါ်မှု ည်သွားတာချိုးတွေ  
စက်သံက နားမခံနိုင်လောက်အောင် ဆူးဆုံးအောင်နေတာ  
မျိုးတွေ၊ ဟိုကသည်က ဖြတ်သန်ဆွားတဲ့ လမ်းဆွားလုပ်  
လာတွေကို သတ်ပေးတဲ့ ကားဟန်ဆုံး အကျယ်တြေးတွေ  
ခါတွေနဲ့ နှစ်မြှင်နေရပြန်တာပေါ့။

ဓာတ်သီးနဲ့ မောင်းတဲ့ကားကနေ့ ထုတ်ပေးနေတဲ့  
အိုင်လောင့်အည်မှာ ကာဗွန်ဖို့အောက်ဆိုး တိုတ်ခို့ကာဗွန်း  
နိုက်ထရိုဂုဏ်အောက်ဆိုင်တွေပါတယ်။ ဒီဇယ်နဲ့ မောင်းတဲ့  
ကားကနေထုတ်တဲ့ ဓာတ်ငွေ့ဟာ ဓာတ်သီးကားထက် ဓာတ်  
ငွေ့ထွေက် ပမာဏ နည်းသလိုပါတယ်။ ဒီပေါ်ယူ မီးပို့ဆော့  
ပို့ထွေက်တယ်။ လမ်းကျဉ်းကျဉ်းတွေ လိုက်ချော် လမ်းတွေနှာ  
မောင်ဆွားတဲ့ ကားတွေကနေ့ ထွေက်လာတဲ့ ကာဗွန်ဖို့ အားလုံး  
ဆိုး ပမာဏဟာ ကျွန်ုံးမာရေး ထို့ကိုစေတဲ့ ပမာဏထို့  
ရှုတယ်တဲ့၊ အထူးသာဖြင့် အဆုတ်နဲ့ နှလုံးအားနည်တဲ့  
လုတွေအတွက်ပေါ့။ နိုက်ထရို ကာဗွန်ဓာတ်ငွေ့တွေတာ



କୁର୍ମା ଫ୍ଲ୍ର୍ଯୁ ଅନ୍ତର୍ମା

တိက်ရိုက် အသိပ်အတောက်ဖြစ်သူ၏ အီလေယဉ် နေရာ၏  
ခြား နဲ့တွေ့ပြီးတော့ Oxidant Smog ဖြစ်စေတယ် တဲ့။  
အဲဒါ Smog ဟာ ပါးပိုးထွေတစ်မျိုးပဲဆိုပါတော့၊ မြှေတွေလိုပဲ  
ပိုင်းမှုနှင့်နေတဲ့ ပါးပိုးမျိုးပေါ့။ ချမှတ်သာလျပါတယ် ဆိုတဲ့  
အဖောက်နှင့် ဂုဏ်ကြီးတစ်ခုဖြစ်တဲ့ လေ့ဆုံးရှုလည်စ်  
(Los Angeles) မြို့မှာ တစ်ခုတွေ့က အဲဒါ Smog တွေနဲ့  
မြို့တစ်ခုလုံး ပိုင်းမှုနှင့် ကျွန်းဟရေးအန္တရာယ် တွေ့ကြံ့ရ<sup>၁</sup>  
လောက်အောင် ပြစ်ခဲ့ရတယ်။ အဲဒါနှင့်အပိုင်အခြား (ဘုရာဝ  
ပတ်ဝန်းကျင်ထင်ပါလဲ)တွေ့က ရိုက်ထားတဲ့ အဲဒါမြို့မှုပိုင်ကွေး  
လတ်ပုံတစ်ပုံ အနဲ့သွေထွေရှုံးက ပြလိုကြည့်ရတဲ့တယ်။  
အခုတော့မြို့ဟာ မယုံကြည့်နိုင်လောက်အောင် လေထုရောထု  
ပတ်ဝန်းကျင် သန့်စင်နေလေလဲ။ ပြန်ပြီး ထိန်းသိမ်းယူရတာ  
ပေါ့ သာမီးရယ်။

ယာဉ်အသွေးအလာ ထူထပ်တဲ့ မြို့တော်တစ်ခုလို့  
ပြောစိုင်ပေမယ့် ရန်ကုန်မြို့ဟာ သူတို့မြို့တော်တွေလောက်  
တော့ ယာဉ်မထူထပ်ဘူး။ (မြို့ကလည်း တော်တော်ကျော်မသေး  
တာကို) ဒီတော့ ဓတ်ငွေ့သှစ်အစွဲရှာယ်ဟာ သိပ်အဆိုပါးကို  
မဟုတ်သေးဘူးလို့ ဖျော်လင်းမိုင်ပုံရပါဒဲ။

သူတို့ဆိုက မြို့တွေမှာတော့ ကားအသုံးပြုတာများ  
လွန်းလို့ ဓာတ်ငွေ့ည်တွေ ထွက်လွန်းလို့ ရူညီသံတွေများ  
လွန်းလို့ ရှိမှာပဲ့။ ကားတစ်ပါးကို လူနှစ်ယောက်သုံးယောက်  
လောက် ဒီချမ်းစိတ်ပေါ်က်အောင် ဆွဲဆောင်နေကြပါ။ ဒီဒြပ်  
အောင်လဲ တွေ့အေားပေးနေကြပါ။

အန်တိ ပြည်သိမ်တေသာင်တူနှစ်က သူတို့ ပြည်သိမ်နိုင်ငံ  
ရွာနှယ်တော်ခုက ကောက်နှုတ်ချက် ဆောင်းပါးလေး ဖတ်ရှု  
သင်ရတယ်။ ကားပြီးရေ ထူထပ်လွန်းလို ပတ်ဝန်းကျေပါတိ  
နောက်ယျက်ထိခိုက်လာတဲ့အခါ ကားတော်စီးမှာ လူလေး  
ယောက်လောက်ခြုံး ပါးကြော် နှီးဆော် လေ့လာရပ်ပဲ ငွေ့

۲۹۲

ပြီဆိတဲ့ သာတင်းလေယဲပါပဲ။ လုပ်ငန်းဌာနတွေရာ နှီးစပ်ရာ၊ အိမ်  
ရပ်ကွက် နှီးစပ်ရာ လူတွေ ကားစုစုံရင် တာဆိုရေးရှု င့်  
စင်းကေဇး၊ တစ်ဝါင်းအထိ လျော့သွေးနိုင်ဖူတိုး

သူတို့သီဥား အမြန်လင်းကြော်တွေ့ဗျာ Car Pool  
လိုအပ်တဲ့ ယာဉ်ကြောတစ်ခုသိမ်းထားတောယ်။ အဲဒါ Car  
Pool ယာဉ်ကြောဗျာ ကာဆီဆုံး လုပ်ဖောက်နဲ့ နှစ်ယောက်  
အထက် ပါဝင်တဲ့ ကားမျိုး(တရာ့အော်တွေ့ဗျာ နှစ်ယောက်  
မဟုတ်၊ သုံးယောက်နဲ့ သုံးယောက်အထက် ပါဝင်စီမံချက်  
လိုက်ပါတဲ့ ကားမျိုးလို့ သတ်မှတ်တယ်)တွော် အောင်မျှပွဲ၏  
ရှိတဲ့ ယာဉ်ကြောပဲ့ သပို့ရယ်။ ဘယ်တော်ဆုံးယုံကြည့်  
ပြစ်တတ်တယ်။ ကားအလွန်ရှင်းတယ်။ အမြန်အောင်ဆို  
လွယ်တယ်။ ဘယ်အခါန်တွေ့ဗျာ သီသာသလဲဆိုတော့  
ရုံးဆင်း ရုံးတက်ခိုန်တွေ ယာဉ်ကြော ပိတ်ဇူးခိုန်တွေး  
အဲဒါအခါဗျာ အဲဒါ Car Pool လိုပ်ကတော့ သိနောက်ချုပ်ပဲ့  
လူတစ်ယောက်တည်းပါတဲ့တော့ အဲဒါ Car Pool ယဉ်း  
ကြောဗျာ နီးဟောင်းလို့ပရာရှားလော်လို့ အော်ရုံးတယ်။ သူတို့  
သီဥား ရေဒါတွေ့ ကာအဲ သွားနေတဲ့ရွှေတွေ့ ဆိုင်တယ်နဲ့  
သွားနေတဲ့ ရွှေတွေ့ရှိတယ်။ အဲဒါ Car Pool ပဲ့ နိုးဆောင်တယ်လို့  
အော်ငွေသုတ်မှတ်ထားတော့ ဒေါ်လာ နှစ်ယောက်လောက်  
ရှိပယ် ထင်တယ်။ (ကားဒေါ်လာ အပို့ပို့ပေါ်ရှုရင် ဒေါ်လာ  
နှစ်ယောက်စသည်ပြင့် အော်ငွေတွေ့ သတ်မှတ်ထားတယ်။  
ရွှေတွေ့နဲ့ နားလည်စုလုပ်း ဒေါ်လာ ၅၀-၁၀၀ လောက်နဲ့  
ကြောအောင်းလို့လဲ စရာဘာ)

## မြန်မာ့ အုပ္ပါယံ

၃၀၀၀ ဆိုရင် ကားခပ်သန့်သန့် ရတယ်။ ဒီတော့ ကားခိုးသူ ဦးရေများရော၊ ကာနှီးရေများ ရောပဲ။ တို့ဆိုမှာ ကားခိုးသူ အခုံတော်တော်များလာပေမယ့် အိမ်တိုင်း အိမ်တိုင်းများတော့ ကားပို့သေးတာ အမှန်ပဲလေ။ အန်တို့လို Lower Middle Class လူတန်းစားတွေ ရှိကုန်မြှော တစ်ပုံကြီးပဲ။ ဒီတော့ တစ်ခါတစ်ခါ လိုအပ်ရင် အနားကားပဲသုံးရတာဖဲ့။ အမယ် သူတို့ဆိုက Car Pool ဥပဒေဆိုတာကို အန်တိုက သနားတောင် သနားသေးတယ်။ တို့ဆိုမှာ ကားတစ်စီးကို လူ ၄-၅ယောက်စီးတာ မဟုတ် လား။ တစ်ခါတစ်ခါများ နောက်ခန့်များ သုံးယောက်တောင် မကာဘူး လေးယောက်လောက်စီးကြတာ။ ဆူပါရ(ခြ)လို ဖော်တဲ့ မင်ကားမျိုးဆိုရင် နောက်ဘက် အခန်းလေးထဲများတောင် ကျိုးနေအောင်ထိုင်ပြီး စီးကြသေးတယ်။ ထိုင်ခုံခါးပတ် ပတ်ဖို့ဆိုတာ ဝေးပါလေရော့။ ဘာ အက်ဆီးဆင့်မှု ပြုပဲ ပြုထ မများပါဘူး။ ကားပိုင်စွန်း ပုဂ္ဂန္တေးမွေးပဲကိုဗျာ။ သူတို့ ဆိုမှာလို အမြန်လမ်းမလဲမရှိ။ တို့ လမ်းတွေကာကွျှေး ကားတွေ ကများ၊ ဒီကြားထဲ လမ်းပြတ် ကူးတဲ့သူတွေ တိုကထွက်လာ ဒီကထွက်လာနဲ့ ဘယ့်နှယ်လုပ်ပြီး ကားပါမိမိ ဖောင်းလို ရပလဲ၊ အေးအေးသေးသေးပဲ။ ကားတစ်စီးတည်း လူ ခုနစ်ယောက် လောက်စီးလဲရတယ်။ လမ်းပြုပုလိုပ်ကလဲ မြင်ပေမယ့် သမောက်မေးစွာ ခွင့်ကွောတားတယ်။ အန်တို့ တို့စိုင်ပဲ့အဇာအထားက ဒီလိုလုပ်မှု ပြုမှာကိုဗျာ။ သိပ်ရမ်းတဲ့ ကားဖောင်းသားမျိုး နှစ်ယောက်ဆုံးပြီး ဆိုရင် တော့ ကံကံ၏ အကျိုးဆိုတဲ့နဲ့ ဖြေရလောက်တဲ့ အထိ ပြုချုပ်ပြုခွားမယ် ဒါပေမယ့် ယော်ယျားဖြင့်တော့ မပြုပါဘူး။

အန်တိုကတော့ ကားမှာ လူ ၄ - ၅ ယောက်စီးတာ ကို သမောက်ပါတယ်။ ငွေကုန်သက်သာတာ နှုပ်တဲ့ သ ကားနည်းတော့ ပတ်ဝန်းကျင်ကို ဆူသံဖော့ နည်းသွားတာ

မြန်မာ နှင့် အမြန်

နံပါတ် ၂။ လေထုညွှန်ညွှန်မေ့နည်းတာက နံပါတ် ၃။  
ဘားလုံးအကောင်းတွေရှည်းပဲ။

တစ်နံပါတ်တယ်။ ကားမောင်သူတို့နဲ့ စည်းကော်မြို့နှင့်  
ဂိတ်ခိုင်ရှည်ရှည်လေးတော့ ထားစေချင်တယ်။ တို့ဘက်  
ယဉ်ကြောထဲ ရောက်အောင်တောင် ကျော်တက်တာမျိုးဟာ  
အသက်အန္တရာယ်ပြစ်စေတယ်။ တို့ယုံကား အိပ်ဇော်တော့  
အသံဆူည်အောင် ပြပြင်ထားခြင်းအားဖြင့် သူတပါးကို  
ကျွန်းမာရေးထိခိုက်စေတယ်။ ကားဟွန်းကို ဆူဆူညံညံ  
ဒေါသတို့၊ တိုးနောခြင်းအားဖြင့် သူတစ်ပါးကို ဂိတ်ကသိ  
ကအောင့် ပြစ်စေတယ်။ သေးပတ်ဝန်းကျင်က လူတွေရဲ့  
သည်းခံခိုင်စွမ်းကို လျော့နည်းအောင် ဂိတ်တို့အောင် ဆွဲပေး  
တယ်။ အဲဒေါသတာ ပြပြင်လိုဂုတ္တု အရာတွေပဲ မဟုတ်လား  
သမီးရယ်။

ဆေးရဲကျ်တည်းမြှေး ပုပ်သောက ဂီစ်မှုတွေချားတဲ့  
လူတစ်ယောက်ဟာ အဓမ္မအရာရာ ပြည့်စုံပြီး ဂိတ်လွှဲတ်လွှဲ  
ပေါ့ပါးတဲ့ လူတစ်ယောက်ထက် ဒေါသဖြစ်လွယ်ပယ်။



မြတ်စွဲနှင့်အညုပ်

စိတ်တိုဂျွေယ်မယ်၊ သည်ခံစိတ်လျော့နည်းမယ်၊ ဒါသဘာဝ  
ပါပဲ။ ဒီပေါ်ယုံကြည့်ရတဲ့ နေရာတွေမှာ ထိန်ချုပ်သွား  
ရင် လောက်ကြီးဟာ အခုထက်များ ဂိုပြီးနေသာထို့သာ၌  
မလားလို့ အန်တိ ဖျော်လင့်မိတယ်။

တို့ဆိုမှာ ဆူညံမှုနဲ့ လေတူညံည်မှုကို ထိန်ချုပ်စွဲ  
တော်တော်ခက်ခဲတယ် သပိုးရဲ့ နည်းလမ်းတွေကို မသိလို့  
တော့ ဘယ်ဟုတ်မလဲ သိမှာပေါ့။ တတ်ငွေ့ညံတွေ အထွက်  
နည်းအောင် ကားဆူညံမှုတွေ နည်းအောင် ကားတွေကို  
စည်းကမ်းထိန်း တင်ကျပ်စွဲ လမ်းတွေပြုပြည့်စွဲ ပြတ်လမ်းတွေ  
လုပ်ပြီ၊ နံရုံတွေနဲ့ ထိန်းကာပေးပြီ၊ ပီးပို့ပြုတွေကို ကားဦးရေရှ့  
စီးဆင်းစွာနဲ့၊ ချိန်ကိုတိပြီး အနီအမိမ်း ပြောင်းပေးပြီ။  
တော်တော်များဟာ ငွေ့ကြေးကုန်ကျမ်း ကိုစွဲတွေချည်းပဲ။  
ဒါတော့ အဲဒီနည်းတွေ မလုပ်နိုင်ခင်မှာ ကားမောင်ဆူတိုင်းက  
ကိုယ်တတ်နိုင်သူမျှ ထိန်ချုပ်ပြီး စည်းကမ်းလိုက်နာပေးရင်  
အသိတိရှိရှိ သတိထားပေးရင် ရှုပ်ထင်တော်ပဲ။

အင်လေ ပြောသာပြောရတယ် ဓိတ်ရှုံးစိတ်တို့ နေတဲ့  
လူတစ်ယောက်ကို ဓိတ်အေးအေးထားပဲ။ ဓိတ်ရှုံးရှည်  
ထားပါလို့ ပြောရတဲ့အလုပ်ဟာ တယ်မလွယ်ဘူး။ ကိုယ်ချင်း  
ပစာရာလဲ ကျေပါတယ်။

တို့တက်တဲ့နိုင်းကြီးတွေမှာတော့ ကူးသုန်းသွားလာ  
ရေးအတွက် ယဉ်တွေမှာ အသုံးပြုရတဲ့ တတ်ဆီ၊ ဒေဝယ်ဆီ  
စတဲ့ လောင်စာတွေ များပြားလာခြင်း၊ အဲဒီကနေ ခွုန့်ထုတ်တဲ့  
တတ်ငွေ့ညံတွေများလာခြင်း၊ ဆူညံသံတွေ ပြင့်မားလာခြင်း  
အဲဒီတွေကြောင့် လောင်စာကို ချွေခွေတာတာ သုံးဖို့စိုင်ရေးပြီး  
လောင်စာလိုအပ်မှုကို လျှော့ချို့ဆိုရင် ယဉ်တွေ၊ ရထားတွေ  
လေယဉ်တွေကို ဒီဇိုင်းအသစ်တိတွင်ရှုပ်ယောက် တဲ့၊ အဲဒီ လျှော့  
တွေဟာလဲ အသုံးပြုရာမှာ လွယ်ကူး အောင်မြင်ရာယ်တဲ့  
ဒေါ် အ တစ်ချိန်တည်းမှာပဲ အဲဒီယဉ်တွေဟာ ဂီးဖုံး လိုက်၏

## မြန်မာ ရုပ်ပိုင်

သူအတွက် အန္တရာပ်ကင်းရပယ်၊ လုံခြုံ စတ်ချုပ်ယ်၊  
မဇတ်တာဆ ထိနိုက်မှုပြစ်လာရင် နှစ်ဦးနှစ်ပက် ထိနိုတ်မှု  
နည်းရပယ်တဲ့။

တစ်ခုလိုချင်ရင် တစ်ခုပေးရပယ်ဆိုတဲ့ ကောခိုသား  
ပဲ။ သူတို့လို နိုင်တိုးတွေတောင် သူတို့လိုချင်တဲ့ အကျိုး  
စရုပ်သား လောင်စာသီကျေတာဆိုရင် ပေါ်ပါးတဲ့ ယဉ် အမျိုး  
အစား ဖြစ်ရပယ်၊ အဲဒီလိုပေါ်ပါးပြီဆိုရင် အဲဒီ ယဉ်တာ  
ဟေားနှစ်ပါးနှင့် လိုက်ပါ့ဆုံးအန္တရာယ်တော့ နည်းနည်းပြီဆုံး  
တော်ယို အဲဒီထဲမှာ လေထုညားညားမှုကို ထိန်းသီမ်း  
ကာကွယ်ပေးပယ့် ကိုရိယာတစ်ခုရ အပိုထည့်ခြုံ ဆိုရင်လဲ  
လောင်စာသီက အဲဒီအတွက် ပိုကုန်ပြန်ရော့။ အခုချိန် အထိ  
တော့ သူတို့အတွက် တစ်ခုပေးပြီးမှ တစ်ခုရှုံးတဲ့ နိယာမတန္တာ  
ရှိုးပတွက်နိုင်သေးပါဘူး။ ဒီတော့ အန်တို့တို့ညည်း ငွောကြား  
ချွေတော်ခြင်းဆိုတဲ့ ရှုံးမှုတစ်ခုအတွက် ပတ်ဝန်းကျင် ဆူသုတ္တာ  
လေထုညားညားခြင်းဆိုတဲ့ ပေးဆပ်မှုကို ပေးရှုံးပဲပေါ်။  
ကိုယ့်အိုးနဲ့ ကိုယ့်ဆန် တန်ရုပ် ရရှိနိုင်လိမ့်ပယ်။ အိပ်လောကဏ  
တတ်ငွောက်မြိုင်းတွေ ထွက်နေလို့ ဝက်သံက စံနှစ်ထက်  
ရှုံးချုပ်နေလို့သာ အဲဒီ ကားတွေကို လျှော့ချုပ်ယ်ဆိုရင်  
၅ ပုံ ၁ ပုံ လောက်ပဲ ကျိုန်စရာရှုံးတယ်။

အင်း အဲဒီလိုတော့ ပဖြစ်သေးပါဘူးသေးသီးရုပ်။  
အန်တို့အေးကိုးနေရတဲ့ ဘတ်စ်ကားပြီးတွေ့ကားသေး  
လေးတွေ၊ အားကားတွေ၊ အဲဒီတွေရှိနေမှု ပြစ်မှား ဆူသုတ္တာ  
ဆိုတာ လူ့အသက်အန္တရာယ်ကို တိုက်လိုက် ထိနိုက်နိုင်တာဖူး  
မဟုတ်ဘဲ။ နောက်ပြီးကားတွေက စွဲနှစ်တို့တဲ့ တတ်ငွောက်  
တွေ ဆိုတာလဲ လောလောဆယ်တော့ အန်တို့အဆုံးပါ  
သွေးကြာထဲမှာ ဒီလောက်မမားတော်ကောင်းသေးပါဘူး။

ကျော်များ (အူး မြှော)