ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရ
ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန

စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ
တတိယတန်း

၂၀၁၉–၂၀၂၀

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရ
ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန

စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ
တတိယတန်း

၂၀၁၉–၂၀၂၀

မြန်မာနိုင်ငံပညာရေးဝန်ကြီးဌာန၏ အခြေခံပညာမူလတန်းသင်ရိုးညွှန်းတမ်းအသစ်များ ရေးဆွဲပြုစုအကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်မှုလုပ်ငန်းတွင် ဂျပန်နိုင်ငံတကာ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရေးအေဂျင်စီ (JICA) က နည်းပညာပံ့ပိုးကူညီမှုပေးပါသည်။

မာတိကာ

အခန်း	သင်ခန်းစာ	စာမျက်နှာ
၁	ငယ်ရွယ်သူအား ညာတာသနား	၁
၂	ယဉ်ကျေးတဲ့ဧည့်သည်	၆
၃	သင့်စွာသုံးပါ နည်းပညာ	၁၀
၄	ယုံကြည်အားကိုးရသူ	၁၄
၅	မျှတခြင်းဖြင့်သာယာစေ	၁၈
၆	နားလည်ပေးဖို့ လိုအပ်တယ်	၂၂
၇	ရည်မှန်းချက်ထား ကြိုးစားလုပ်ဆောင်	၂၆
၈	အများအကျိုးသယ်ပိုးရွက်ဆောင်	၃၀
၉	ရင်းနှီးပျူငှာ ဆက်ဆံပါ	၃၅
၁၀	စည်းကမ်းရှိပါ	၃၉
၁၁	လမ်း၌ယဉ်ကျေးခြင်း	၄၃
၁၂	ကိုယ့်နေရာနဲ့ ကိုယ့်ဝန်တာ	၄၇
၁၃	အများပိုင်ပစ္စည်းများ တို့အလေးထား	၅၂
၁၄	အမိမြေကို ချစ်မြတ်နိုးပါ	၅၆
၁၅	သဘာဝအလှ တသသ	၆၁
၁၆	သန့်ရှင်းသာယာလှပဖို့	၆၅

သင်ခန်းစာ (၁) ငယ်ရွယ်သူအား ညှာတာသနား

ညီလေး ညီမလေးတွေကိုစောင့်ရှောက်တတ်ဖို့ ဒီသင်ခန်းစာကိုလေ့လာကြရအောင်။

- သူငယ်ချင်းတို့အိမ်မှာ ငယ်တဲ့သူတွေ ရှိသလား။
- သူတို့ကို ဘယ်လိုဂရုတစိုက် စောင့်ရှောက်သလဲ။
- အိမ်အနီးအနားမှာ ငယ်တဲ့သူတွေ ရှိသလား။ သူတို့ကို ဦးစားပေးဖူးသလား။ ဘာတွေလုပ်ပေးသလဲ။

ရုပ်ပုံထဲမှာ ဖော်ပြထားတဲ့ဂရုတစိုက်စောင့်ရှောက်မှုမျိုး သင်လုပ်ပေးခဲ့ဖူးပါသလား။ ဘယ်သူတွေကိုလဲ။ ဘယ်တုန်းကလဲ။ အဲဒီလို လုပ်ပေးတဲ့အခါ သူတို့က သင့်အပေါ် ဘယ်လို တုံ့ပြန်ပါသလဲ။

ငယ်ရွယ်သူအား ညှာတာသနား

မောင်မောင်နဲ့ သီသီတို့မောင်နှမနှစ်ယောက် ကစားနေကျနေရာမှာ သူငယ်ချင်းတွေနဲ့ ကစားနေကြတယ်။ ကစားပြီးတဲ့အခါမှာ မောင်နှမ နှစ်ယောက် ချွတ်ထားတဲ့ဖိနပ်တွေ မတွေ့တော့ဘူး။ အဲဒီအချိန်မှာ အစ်ကိုကြီးတစ်ယောက် ရောက်လာပြီး ရှာပေးတယ်။

မတွေ့ဘူး။ ဒါနဲ့ အဲဒီ အစ်ကိုကြီးက သူ့ဖိနပ်ကို မောင်မောင်စီးဖို့ ပေးပြီး သီသီကို အိမ်အထိ ချိုပို့ပေးခဲ့တယ်။ အိမ်ပြန်ရောက်တော့ မေမေက "ဘာကြောင့် ဖိနပ်ပျောက်သွားတာလဲ"လို့မေးတယ်။

သီသီက ဘာပြောရမှန်းမသိ ဖြစ်နေတုန်း မောင်မောင်က "သားကြောင့်ပါ မေမေ၊ ညီမလေးကို သားခေါ်သွားတာပါ ဖိနပ်ကို ချွတ်ပြီး ကစားလိုက်လို့ပါ။ ညီမလေးမှာ အပြစ်မရှိပါဘူး သားအပြစ်ပါမေမေ" လို့ ပြောလိုက်တယ်။

နောက်နေ့ကစပြီး မောင်မောင်က သူ့မုန့်ဖိုးထဲကနေ နည်းနည်းချင်းစီစုပြီး သူ့အတွက်ရော သီသီအတွက်ပါ ဖိနပ်ဝယ်ဖို့ စိတ်ကူးလိုက်တယ်။

မောင်မောင်က "ညီမလေးကတော့ ကိုယ့်မုန့်ဖိုးကို မုန့်ဝယ်စားပါ။ ညီမလေးအတွက် ကိုကိုစုပေးမယ်" လို့ ပြောတယ်။ ညီမလေး အပေါ် ဂရုစိုက်တဲ့ ကိုကို့ကို သိပ်ကျေးဇူးတင်တယ်။

တစ်နေ့ သီသီတို့မောင်နှမ နှစ်ယောက် သူငယ်ချင်းတွေနဲ့ အတူ ကျောင်းအပြန်လမ်းမှာ မိုးတွေက ရွာနေတယ်။ မိုးရေတွေလဲ စိုရွှဲကုန်ပြီ။ အဲဒီအချိန်မှာ အစ်မကြီးတစ်ယောက်က "မောင်လေးနဲ့ ညီမလေးတို့ ဟိုနားကတဲထဲမှာ ခဏ မိုးခိုကြရအောင် လာကြ လာကြ မိုးနည်းနည်းစဲမှ ပြန်ကြမယ်"လို့ လှမ်းခေါ်တယ်။ မိုးစိုနေတဲ့ သီသီတို့အားလုံးရဲ့ ဆံပင်တွေကို သူ့လွယ်အိတ်ထဲက လက်ကိုင်ပဝါထုတ်ပြီး တယုတယနဲ့ သုတ်ပေးတယ်။ မိုးစဲတော့မှ သီသီတို့ကို အိမ်ပြန်လိုက်ပို့ ပေးပါတယ်။ သီသီ့စိတ်ထဲမှာ အဲဒီအစ်မကြီးရဲ့ အပြုအမူတွေ စွဲကျန်နေရစ်ခဲ့တော့တယ်။

အခန်း(၁)

အောက်ပါဖြစ်ရပ်တွေမှာ ကိုယ့်ထက်ငယ်တဲ့သူတွေကို ဘယ်လိုဂရုစိုက်ကြမလဲ။

ဖြစ်ရပ်(၁)

အိမ်စာလုပ်နေချိန်မှာ ညီလေး ညီမလေးတွေက သူတို့ နားမလည်တဲ့ စာတွေကို ရှင်းပြခိုင်းတယ်ဆိုရင် ဘယ်လို လုပ်မလဲ။

ဖြစ်ရပ်(၂)

ကိုယ့်ထက်ငယ်တဲ့ ကလေးလေး တစ်ယောက်ငိုနေတာတွေ့လို့ သွားချော့တဲ့အခါ အဲဒီကလေးလေးက လာမချော့နဲ့ဆိုပြီး သင့်ကို ရိုက်ပုတ်ရင် ဘယ်လို တုံ့ပြန်မလဲ။

ဖြစ်ရပ်(၃)

တစ်ခါတစ်ရံမှာ ကိုယ့်ထက်ငယ်တဲ့ ညီလေး ညီမလေးတွေ ပြောတဲ့ စကားက မပီလို့ နားမလည်ဘူး ဆိုရင် ဘယ်လို လုပ်မလဲ။

မေးခွန်း

၁။ သင့်အိမ်မှာ ကိုယ့်ထက်ငယ်တဲ့သူကို ဘယ်လိုစောင့်ရှောက် ပေးဖူးသလဲ။

၂။ အိမ်နီးနားချင်း ငယ်ရွယ်တဲ့သူတွေကို ဘယ်လို စောင့်ရှောက်ပေးဖူးသလဲ။

၃။ ဇာတ်လမ်းထဲက ဘယ်သူ့ကို အားအကျဆုံးလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။

၄။ မိမိထက်ငယ်တဲ့သူတွေကို စောင့်ရှောက်မယ်ဆိုရင် ဘာတွေလုပ်ရမလဲ။ ဘာတွေမလုပ်ရဘူးလဲ။

၅။ ကျောင်းလာစဉ်လမ်းမှာ သင့်ထက်ငယ်တဲ့သူကို စောင့်ရှောက်ခဲ့ဖူးတဲ့ ဖြစ်ရပ်တစ်ခုကို ပြောပြပါ။

၆။ မိမိထက်ငယ်ရွယ်သူတွေ အခက်အခဲတွေ့နေပါက ဘယ်လိုဂရုစိုက်ပေးမလဲ။

စဉ်းစားထားတာကို ရေးကြည့်ကြရအောင်။

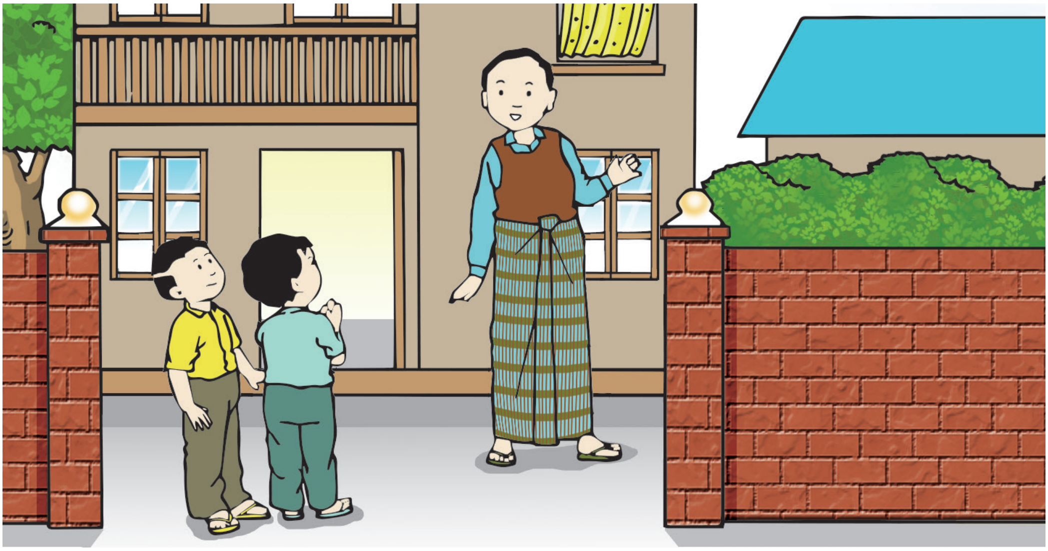
သင်ခန်းစာ (၂) ယဉ်ကျေးတဲ့ဧည့်သည်

ယဉ်ယဉ်ကျေးကျေးပြုမူဆက်ဆံတတ်ဖို့ ဒီသင်ခန်းစာကို လေ့လာကြရအောင်။

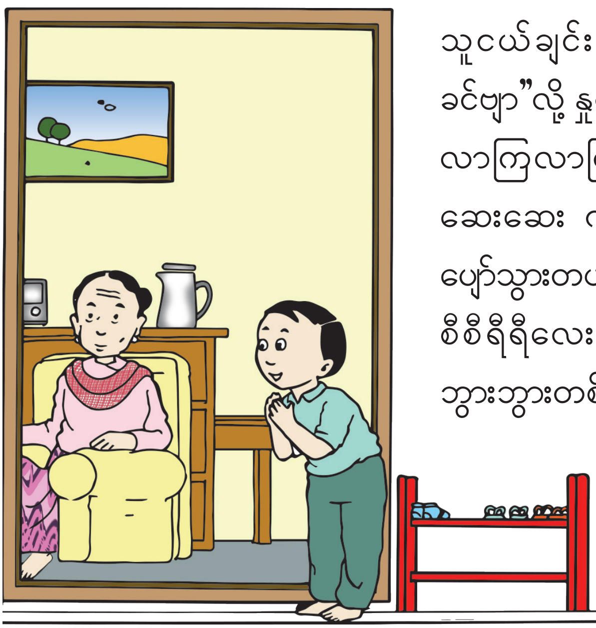
- သူငယ်ချင်းတွေရဲ့ အိမ်ကို သွားလည်ဖူးသလား။
- အဲဒီလို သွားလည်တဲ့အခါ ဘယ်လို ပြုမူလေ့ရှိသလဲ။
- ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့တဲ့အပြုအမူတွေက ဘာတွေလဲ။

ရုပ်ပုံထဲက ကလေးတွေနေရာမှာ သင်သာဆိုရင် ယဉ်ယဉ်ကျေးကျေး ဘယ်လို တုံ့ပြန်မလဲ။

ယဉ်ကျေးတဲ့ဧည့်သည်



ကျောင်းပိတ်တဲ့နေ့တစ်နေ့မှာ မောင်ကောင်းတစ်ယောက် သူငယ်ချင်းစောဦးရဲ့ အိမ်ကို အလည်လိုက်သွားခဲ့တယ်။ အိမ်ခြံဝင်းထဲကို ဝင်လိုက်တာနဲ့ စောဦးရဲ့ဖေဖေကို တွေ့တယ်။ "မင်္ဂလာပါ ဘဘ ခင်ဗျာ၊ သားက စောဦးရဲ့ သူငယ်ချင်းပါ၊ အခု အလည်လိုက်လာတာပါ ခင်ဗျာ"လို့ နှုတ်ဆက်လိုက်တယ်။ ဘဘက "ဩော် လာကြလာကြ၊ စားပြီးသောက်ပြီး အေးအေးဆေးဆေး ကစားပြီးမှ ပြန်ကြ" လို့ ပြောတော့ ပျော်သွားတယ်။ အိမ်ထဲမဝင်မီ ဖိနပ်ကို နေရာတကျ စီစီရီရီလေး ချွတ်လိုက်တယ်။ ဧည့်ခန်းထဲမှာ ဘွားဘွားတစ်ယောက်ကိုတွေ့တော့ လက်အုပ်ချီပြီး ပြုံးပြုံး နှုတ်ဆက် လိုက်တယ်။ ခြေသံ ဖွဖွလေးနင်းပြီး အိမ်ထဲကို လှမ်းဝင်လိုက်တယ်။



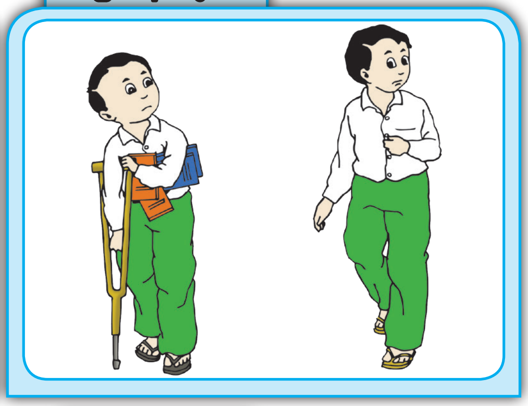
စောဦးရဲ့မေမေ အိမ်ထဲက ထွက်လာတယ်။ "မင်္ဂလာပါ ကြီးကြီး၊ သားနာမည်က မောင်ကောင်းပါခင်ဗျ၊ စောဦးနဲ့အတူတူ ကစားချင်လို့ လိုက်လာတာပါ" လို့ နှုတ်ဆက် ပြောပြလိုက်တယ်။ "မကစားမီ မုန့် လာစားကြအုံး"လို့ စောဦးရဲ့မေမေက ပြောတယ်။ "ဟုတ်ကဲ့ပါ ကြီးကြီး၊ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်" လို့ ပြောပြီး မုန့်သွားစားခဲ့တယ်။ မုန့်ဟင်းခါး စားကြတော့ စောဦးရဲ့ မမနဲ့ ကိုကိုပါ အတူတူစားကြတယ်။ မောင်ကောင်းနဲ့ စောဦးက ကိုကိုနဲ့မမကို အရင်ထည့်ပေးပြီး ဦးချပြီးမှ စားကြတယ်။ အဲဒါကိုတွေ့သွားတဲ့ ဒေါ်လေးက "သိပ်လိမ္မာတဲ့ ကလေးတွေပဲ"လို့ ပြောတယ်။ မုန့်စားပြီးတော့ ခြံထဲဆင်းပြီး ကစားကြတယ်။ စောဦးတို့အိမ်နားက သူငယ်ချင်းတွေလဲ လာကစားကြတယ်။ စောဦးက မောင်ကောင်းကို သူရဲ့အိမ်နီးနားချင်း သူငယ်ချင်းတွေနဲ့ မိတ်ဆက်ပေးတယ်။ အစ်ကိုတွေ အစ်မတွေ ညီလေး ညီမလေးတွေနဲ့ ကစားရတာ သိပ်ပျော်စရာကောင်းတာပဲ။ ပြန်ချိန်ရောက်တော့ စောဦးရဲ့မိသားစုဝင်တွေအားလုံးကို နှုတ်ဆက်ပြီး ပြန်လာခဲ့တယ်။

အခန်း(၂)

အောက်ပါဖြစ်ရပ်များကိုလေ့လာပါ။ သင်သာဆိုရင် ဘယ်လိုပြုမူမလဲ။

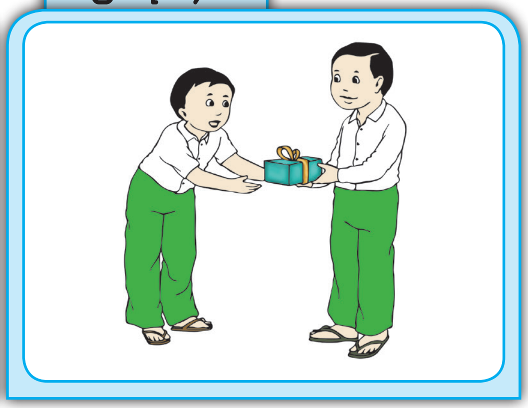
ဖြစ်ရပ်(၁)

ဖြစ်ရပ်(၂)



ဖြစ်ရပ်(၃)

ဖြစ်ရပ်(၄)



မေးခွန်း

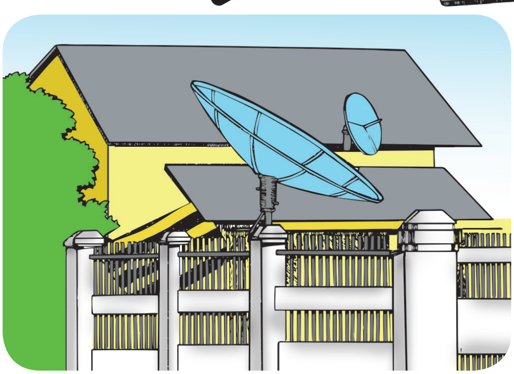
၁။ ယဉ်ကျေးတဲ့အပြုအမူတွေက ဘာတွေလဲ။
၂။ မယဉ်ကျေးတဲ့အပြုအမူတွေက ဘာတွေလဲ။
၃။ ယဉ်ယဉ်ကျေးကျေးပြုမူရင် ဘာတွေဖြစ်လာနိုင်သလဲ။
၄။ မယဉ်မကျေးပြုမူရင် ဘာတွေ ဖြစ်လာနိုင်သလဲ။
၅။ ဘယ်လိုအပြုအမူတွေကို ရှောင်ကြဉ်မလဲ။
၆။ ယဉ်ကျေးတဲ့သူ တစ်ယောက်ဖြစ်အောင် ဘယ်လိုပြုမူနေထိုင်မလဲ။

သင်ခန်းစာ (၃) သင့်စွာသုံးပါ နည်းပညာ

သတင်းအချက်အလက် နည်းပညာဆိုင်ရာပစ္စည်းများကို သင့်လျော်မှန်ကန်စွာ အသုံးပြုတတ်ဖို့ ဒီသင်ခန်းစာကို လေ့လာကြရအောင်။

- ပုံမှာပြထားတဲ့ ပစ္စည်းတွေကို သင် အသုံးပြုဖူးသလား။
- ဘယ်လို အသုံးဝင်သလဲ။ သင် ပြောပြနိုင်မလား။
- ဒီပစ္စည်းတွေကို ကျောင်းစာသင်ခန်းထဲကို ယူဆောင်သွားသင့်သလား။ဘာကြောင့်လဲ။

ပုံမှာပြထားတဲ့ ပစ္စည်းလေးတွေကို လေ့လာကြည့်ရအောင်။

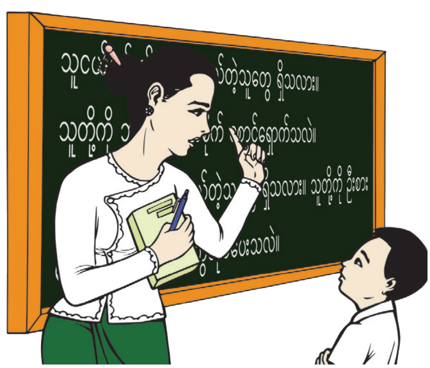


အဆော့မက်တဲ့ မောင်ချစ်

မောင်ချစ်ဆိုတဲ့ ကျောင်းသားလေးဟာ ဂိမ်းကစားတာကို အလွန်နှစ်သက်သူပေါ့။ သူငယ်ချင်းတွေက ကစားဖို့ ခေါ်တိုင်း "မင်းတို့နဲ့ မကစားချင်ပါဘူးကွာ၊ ငါက ဂိမ်းပဲဆော့ချင်တာကွ"လို့ ပြန်ပြောလေ့ရှိတယ်။ အချိန်အကြာကြီး ကစားရင် သိပ်တော်လာမှာပဲလို့ သူထင်နေမိတယ်။ ဒါကြောင့် တစ်နေ့လုံး ဘာမှမလုပ်ဘဲ ဂိမ်းကစားနေတတ်တယ်။ ထမင်းစားရင်းလဲ တီဗွီကြည့်လေ့ရှိတယ်။

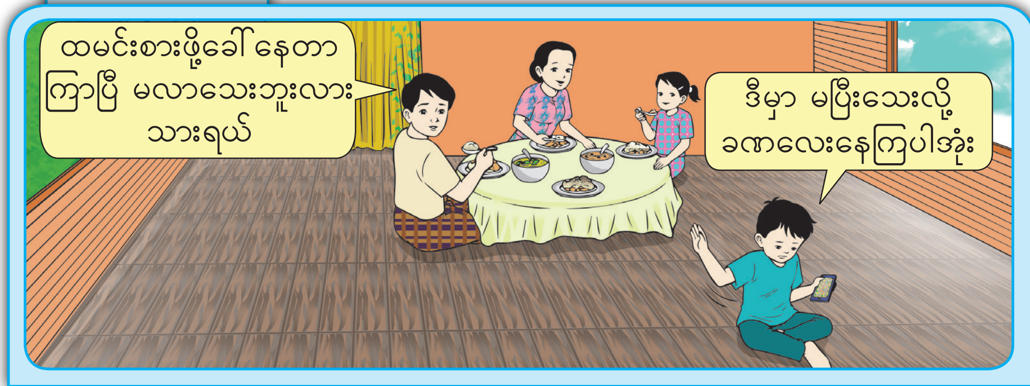
တစ်နေ့ အတန်းထဲမှာ သူငယ်ချင်းတစ်ယောက်က မောင်ချစ်ရဲ့ခုံကို မတော်တဆ ဝင်တိုက်မိတယ်။ ဂိမ်းထဲမှာဆို ချပစ်လိုက်မှာပဲ လို့တွေးနေမိတယ်။ ဆရာမက မောင်ချစ်ရေးထားတဲ့စာကို ကြည့်တော့ မှားနေတယ်။ ဆရာမက မောင်ချစ်ကို စာလုံးကြီးကြီးနဲ့ ရေးထားတဲ့စာ ဖတ်ပြခိုင်းတဲ့အခါ မှန်အောင် ဖတ်နိုင်ပြီး စာလုံးသေးသေးနဲ့ရေးထားတဲ့စာကို မှန်အောင်မဖတ်နိုင်ဘူး။

မောင်ချစ်တစ်ယောက် အလင်းရောင်ပြန်ဟပ်တဲ့ပစ္စည်းတွေ အချိန်အကြာကြီး အသုံးပြုတဲ့အတွက် စာလုံးတွေ ကောင်းကောင်းမမြင်တာ ဖြစ်မယ်လို့ ဆရာမက တွေးမိပြီး "မောင်ချစ် အိမ်မှာ ဂိမ်းကို တစ်ချိန်လုံး ဆော့နေသလား"လို့မေးတဲ့အခါ မောင်ချစ်က "ဟုတ်ကဲ့"လို့ ပြန်ဖြေပါတယ်။ စာတွေကို လွဲလွဲမှားမှား ကူးရေးမိပြီး အလွဲတွေ ဖတ်မိရင် မောင်ချစ် ဘာဖြစ်မလဲ။ ကလေးတို့လဲ မောင်ချစ်လို မဖြစ်အောင် ဘယ်လို နေထိုင်သွားကြမလဲ။



ဖြစ်ရပ်တစ်ခုချင်းစီမှာ သင်သာဆိုရင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ။ ဘာကြောင့် အဲဒီလိုလုပ်မှာလဲ။

ဖြစ်ရပ်(၁)



ဖြစ်ရပ်(၂)

ဖြစ်ရပ်(၃)

ဇယားကွက်အတွင်း ဖော်ပြထားသည်များကို သင်လုပ်ဆောင်ဖြစ်ပါက အမှန်(✔) ခြစ်၍ ဖော်ပြပါ။

	တစ်ကိုယ်ရေ သန့်ရှင်း	အစာစား	တီဗွီကြည့်	ကစား	အနားယူ	မိဘကူ	အိပ်ရာဝင်
မနက်							
နေ့လယ်							
ညနေ							
ည							

မေးခွန်း

၁။ ဒီသင်ခန်းစာရဲ့ စာမျက်နှာ (၁၀)ထဲက သင် အသုံးပြုဖူးတဲ့ပစ္စည်းကို ပြောပြပါ။ ဘာအတွက် သုံးသလဲ။

၂။ ဒီသင်ခန်းစာရဲ့ စာမျက်နှာ (၁၀)ထဲက ပုံတွေမှာပြထားတဲ့ ပစ္စည်းတွေဟာ ကျောင်းသင်ခန်းစာအတွက် ဘာအကျိုးကျေးဇူးတွေရသလဲ။

၃။ မောင်ချစ်ဟာသင်ပုန်းပေါ်က စာလုံးတွေကို ဘာကြောင့် မှန်အောင် ကူးမရေးနိုင်တာလဲ။

၄။ ဒီသင်ခန်းစာရဲ့ စာမျက်နှာ(၁၀)ထဲက ပုံတွေမှာပြထားတဲ့ ပစ္စည်းတွေကို ဘယ်လိုအချိန်တွေမှာ အသုံးပြုသင့်သလဲ။

သင်ခန်းစာ (၄) ယုံကြည်အားကိုးရသူ

ယုံကြည်အားကိုးရသူဖြစ်ဖို့ ဒီသင်ခန်းစာကို လေ့လာကြရအောင်။

- သင့်သူငယ်ချင်းတွေထဲမှာ ယုံကြည်အားကိုးရတဲ့ သူတွေ ရှိသလား။ ဘယ်သူတွေလဲ။
- ဘာဖြစ်လို့ အဲဒီသူတွေကို ယုံကြည်အားကိုးရတာလဲ။
- ယုံကြည်အားကိုးရတဲ့သူတစ်ယောက် သင် ဖြစ်ချင်သလား။ ဘာကြောင့် ဖြစ်ချင်တာလဲ။

သူငယ်ချင်းသုံးယောက်

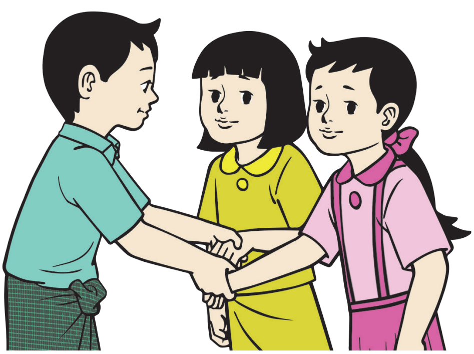
မောင်မြင့်တို့ သူငယ်ချင်းသုံးယောက် ဘောလုံးအားကစားဝတ်စုံဝယ်ချင်လို့ ပိုက်ဆံစုဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်ကြတယ်။ စုထားတဲ့ပိုက်ဆံတွေကို တစ်ယောက်တစ်လှည့်စီ တာဝန်ယူပြီး သိမ်းထားတယ်။ တစ်နေ့မှာ မောင်မြင့်က သူ့မိဘတွေနဲ့ ခရီးသွားတယ်။ သူငယ်ချင်းတွေက မောင်မြင့်အတွက် စုဘူးထဲ ပိုက်ဆံဖြည့်ပေးကြတယ်။ အားကစား ဝတ်စုံဝယ်ဖို့ ပိုက်ဆံပြည့်သွားပေမဲ့လဲ ခရီးက ပြန်မလာသေးတဲ့ မောင်မြင့်ကို စောင့်နေကြတယ်။ မောင်မြင့်ပြန်ရောက်တဲ့အခါမှာ သူငယ်ချင်း သုံးယောက် အတူတူဆုံးဖြတ်ထားတဲ့ အားကစားဝတ်စုံကို ဝယ်ဝတ်ကြတယ်။ ယုံကြည် အားကိုးရတဲ့ သူငယ်ချင်းတွေကြောင့် မောင်မြင့် သိပ်ပျော်ရွှင်ရပါတယ်။

ယုံကြည်အားကိုးရသူ

ဝေယံ၊ ချယ်ရီနဲ့ ဇွန်ပွင့်တို့ သူငယ်ချင်းသုံးဦးဟာ ကျောင်းစာတွေကို အတူတူ ကျက်မှတ်လေ့လာလေ့ရှိတယ်။ ချယ်ရီနဲ့ ဇွန်ပွင့်က အင်္ဂလိပ်စာမှာ အားသန်ပြီး ဝေယံက သင်္ချာတွက်ရတာ အားသန်တယ်။ ဝေယံ ကောင်းကောင်းနားမလည် သေးတဲ့ အင်္ဂလိပ်စာ သင်ခန်းစာတစ်ခုရှိတယ်။ သူနဲ့အတူတူဖတ်တဲ့ ချယ်ရီနဲ့ ဇွန်ပွင့်ကရပြီး သူကဘာဖြစ်လို့ မရနိုင်တာလဲ။ မကျေမနပ် ဖြစ်မိတယ်။ နောက်တစ်ခါ သူငယ်ချင်းတွေ အတူတူ စာလေ့လာဖို့ လာခေါ်ရင် ငြင်းလိုက်မယ်၊ သူ့အားနည်း ချက်ကို အခြားသူတွေ မသိစေချင်ဘူး။ ချယ်ရီနဲ့ ဇွန်ပွင့်တို့ နှစ်ယောက်မှာ ဘယ်သူ့ကို ယုံကြည်အားကိုးရမလဲလို့ သူစဉ်းစားနေ မိတယ်။

နောက်တစ်နေ့မှာ ချယ်ရီနဲ့ ဇွန်ပွင့်တို့ နှစ်ယောက်က ဝေယံကိုစာလေ့လာဖို့ လာခေါ်ကြတယ်။ "ဒီနေ့ငါတစ်ယောက်တည်းပဲ စာလေ့လာချင်လို့ နင်တို့နဲ့ မလိုက်တော့ဘူးနော်"လို့ ပြောလိုက်တော့ သူငယ်ချင်းနှစ်ယောက် လှည့်ပြန်သွားကြတယ်။

နောက်တစ်နေ့မှာ ချယ်ရီနဲ့ ဇွန်ပွင့်တို့ နှစ်ယောက် ဝေယံကို လာခေါ်ကြပြန်တယ်။ "ငါတို့နှစ်ယောက် မတွက်တတ်တဲ့ သင်္ချာပုစ္ဆာတွေ ရှိလို့ ဒီနေ့ နင်ပါမှဖြစ်မှာနော်"လို့ ပြောတော့ ဝေယံ အံ့သြသွားတယ်။ "နင်တို့ အားနည်းချက်ကို ငါ့ကို ပြောပြတာ ဘာကြောင့်လဲ" လို့ မေးလိုက်တယ်။ ချယ်ရီနဲ့ ဇွန်ပွင့်က"နင့်ကို ငါတို့ ယုံကြည်အားကိုးလို့ပေါ့ သူငယ်ချင်းရယ်"လို့ ပြောတယ်။ ချယ်ရီက "နင်က ငါတို့ရဲ့ အားနည်းချက်တွေ ဘယ်သူ့ကိုမှ မပြောပြဘဲ ကူညီပေးမှာလို့ ယုံကြည်တယ်၊ ငါတို့ကိုလဲ တစ်ခါမှ လိမ်ညာမပြောဖူးဘူး၊ ပြောထားတဲ့အတိုင်း အမြဲကတိတည်တယ်၊ လူတိုင်းအပေါ်မှာလဲ ရိုးသားဖြောင့်မတ်တယ်" လို့ ပြောတယ်။

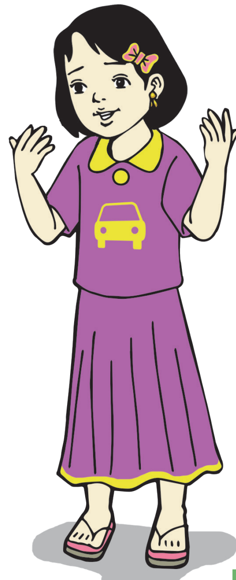


"နင်တို့နှစ်ယောက်ဟာ ငါ့အတွက် ယုံကြည်အားကိုးရတဲ့သူတွေဆိုတာ ငါသိလိုက်ရပါပြီ သူငယ်ချင်းတို့ရယ်"လို့ ဝေယံက ပြန်ပြောလိုက်တယ်။

ယုံကြည်ထိုက်သူ

ရိုးသားဖြောင့်မတ် တည်ကြည်ပါ
ယုံကြည်အားကိုးရာ၊
လိမ်တာညာတာ မြဲရှောင်ရှား
မှန်ကန်တဲ့စကား။
ပြောလုပ်နှစ်ပါး ရှေ့နောက်ညီ
ကတိသစ္စာတည်၊
လူ့ဂုဏ်ရည် ရင်မှာကိန်း
ကိုယ်နှုတ် မြဲစောင့်ထိန်း။

ယုသင်



မေးခွန်း

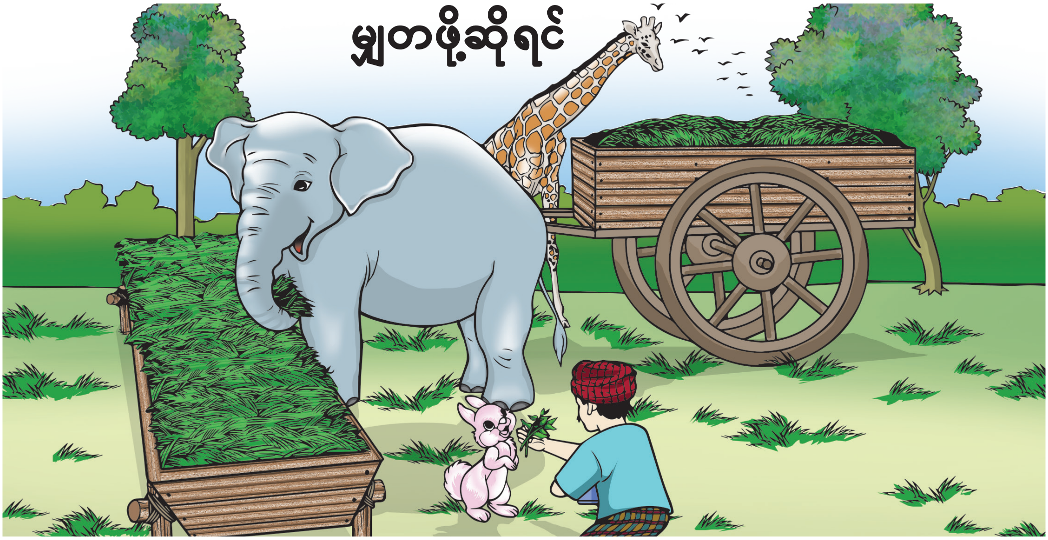
၁။ သင့်ကို ယုံကြည်တဲ့သူတွေရှိသလား။ ဘာကြောင့် သင့်ကို ယုံကြည်ကြတာလဲ။
၂။ သင့်မှာစုထားတဲ့မုန့်ဖိုးတွေ များလာတဲ့အခါ ဘယ်သူ့ဆီမှာ အပ်မလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။
၃။ သင့်မှာ အခက်အခဲတစ်ခုကြုံတဲ့အခါ ဘယ်သူ့ကို ပြောမလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။
၄။ ယုံကြည် အားကိုးရတဲ့သူတစ်ယောက် ဖြစ်အောင် ဘယ်လို နေထိုင်ကြမလဲ။

သင်ခန်းစာ (၅) မျှတခြင်းဖြင့်သာယာစေ

တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး မျှမျှတတနေတတ်ဖို့ ဒီသင်ခန်းစာကို လေ့လာကြရအောင်။

- မျှတတယ်ဆိုတာ ကြားဖူးသလား။
- မျှတတယ်ဆိုတာ ဘာလဲ။
- အရာအားလုံးကို တန်းတူညီမျှခွဲဝေတာဟာ မျှတတာလား။

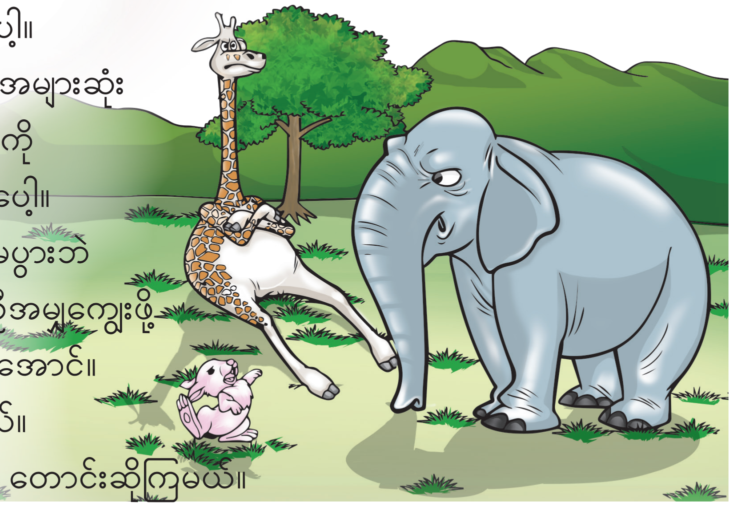
မျှတဖို့ဆိုရင်



ယုန်ကလေးဖြူဖွေး၊သစ်ကုလားအုတ်ပိုပိုနဲ့ ဆင်ကလေး မိုမိုတို့ သူငယ်ချင်းသုံးဦးဟာ သူတို့ကို နေ့တိုင်းအစာကျွေးနေတဲ့ ဘိုးဘိုးကြီးကို သိပ်ချစ်ကြတယ်။ ဘိုးဘိုးကြီးက ဖြူဖွေးကို ကိုယ်တိုင်ခွံ့ကျွေးတယ်။ ပိုပိုကို တွန်းလှည်းနဲ့စားစေပြီး မိုမိုကိုလဲ အများကြီး ထည့်ကျွေးတယ်။ သူတို့သုံးဦးဟာ လိုသလောက် စားရတာကြောင့် ကျန်းမာ ပျော်ရွှင်နေကြတယ်။ တစ်နေ့မှာ သူတို့ အငြင်းပွားကြတယ်။

ဖြူဖွေး ဘိုးဘိုးကြီးက အစာခွံ့ကျွေးတာ ငါ့ကို အချစ်ဆုံးမို့လို့ပေါ့နော်။

ပိုပို ဘယ်ဟုတ်ပါ့မလဲ ငါ့ကိုပိုချစ်လို့ ငါ့အရပ်နဲ့မီတဲ့ တွန်းလှည်းပေါ်မှာ ထည့်ကျွေးတာပေါ့။

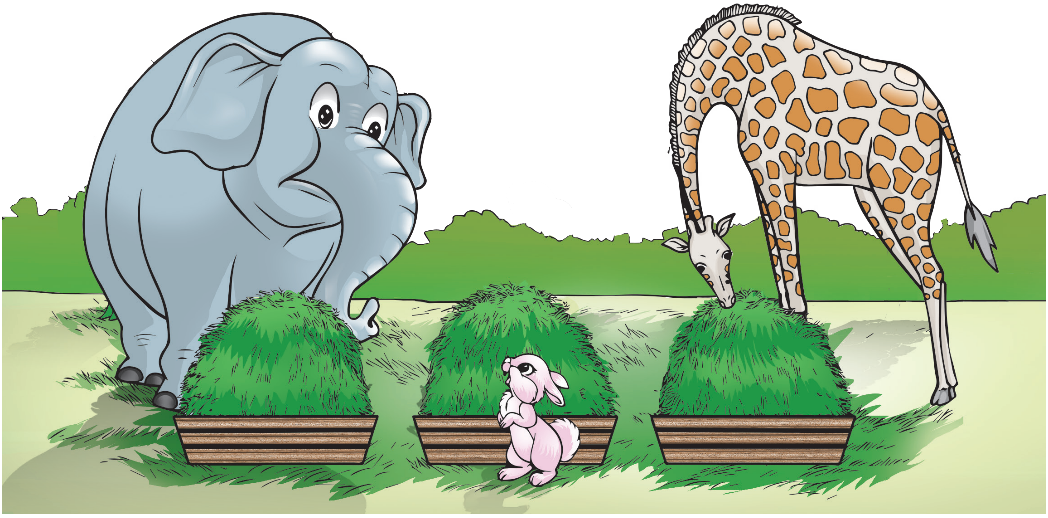


မိုမို မင်းတို့မှားနေပြီ အများဆုံး ထည့်ကျွေးတဲ့ ငါ့ကို အချစ်ဆုံးဖြစ်လို့ပေါ့။

ဖြူဖွေး ကဲဒါဆို အငြင်းမပွားဘဲ အားလုံးကို အညီအမျှကျွေးဖို့ တောင်းဆို ကြရအောင်။

ပိုပို တောင်းဆိုကြမယ်။

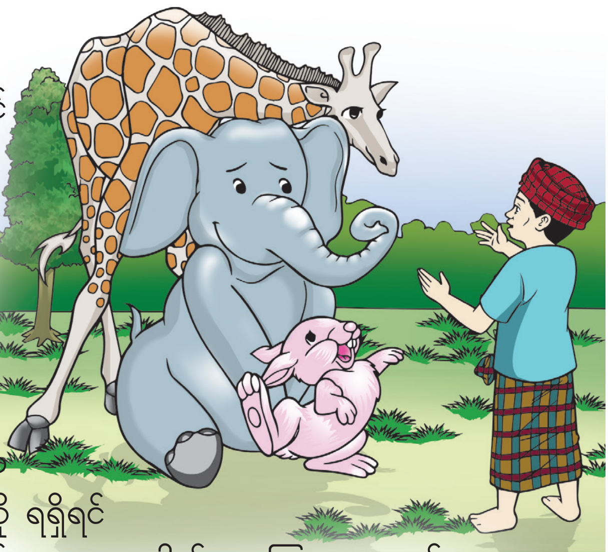
မိုမို ကောင်းပြီ၊ ငါတို့ တောင်းဆိုကြမယ်။



နောက်တစ်နေ့ကစပြီး ဘိုးဘိုးကြီးက အစာတွေကို အညီအမျှ ခွဲဝေပေးတယ်။ ဖြူဖွေးက နှမြောလို့ အများကြီးစားတာကြောင့် လမ်းမလျှောက်နိုင်ဘူး။ ပိုပိုက ငုံ့စားရလို့ လည်ပင်းညောင်းပြီး မပျော်နိုင်ဘူး။ မိုမိုက ပုံမှန်ထက်နည်းသွားလို့ အစာမဝဘူး ဖြစ်နေတယ်။ အဲဒါကြောင့် သူတို့စုဝေး တိုင်ပင်ကြပြန်တယ်။

ပိုပို　ငါနဲ့ ဖြူဖွေးက စားမကုန်နိုင်အောင် အများကြီးစားရပြီး မိုမိုက မဝတဝ စားရတာဟာ မျှတသလား။

မိုမို　မျှတမှုဆိုရင် ငါတို့အားလုံး အတွက်အဆင်ပြေမှာပဲ။



ဖြူဖွေး　မျှတမှုမဟုတ်ဘူးလို့ ငါထင်တာပဲ။ အဲဒီအချိန်မှာ ဘိုးဘိုးကြီး ရောက်လာပြီး “မျှတမှုဆိုတာ အညီအမျှခွဲဝေယူတာ မဟုတ်ဘူး လိုအပ်တာကို လိုအပ်သလောက် ရရှိတဲ့အခါမှာ မျှတမှုကို ခံစားရမှာပဲ” လို့ ရှင်းပြတယ်။ အဲဒီအချိန်ကစပြီး သူငယ်ချင်းသုံးဦးဟာ ကိုယ့် လိုအပ်ချက်နဲ့ ကိုက်ညီတာကို ရရှိရင် မျှတမှုကို ရရှိတယ်ဆိုတာ နားလည်သဘော ပေါက်သွားကြတော့တယ်။

မျှတကြပါစို့

မျှတသူလေး မယ်သစ်လွင်
ဘက်လိုက်မှု ရှောင်ကြဉ်၊
အားလုံးကိုပင် ကူညီလို့
စာနာတတ်သူမို့၊
တို့တစ်တွေလဲ သူ့ကိုသာ
အတုယူရမှာ၊
တန်းတူညီစွာ ဆက်ဆံရေး
မျှတကြစို့လေး။

ကိုထွန်းထွန်း(ဂီတမိတ်)

မေးခွန်း

၁။ မျှတတယ်ဆိုတာ သင် ဘယ်လို နားလည်သလဲ။ ပြောပြပါ။

၂။ ပုံပြင်ထဲမှာ မျှတမှုကို လိုက်နာကျင့်သုံးတတ်ခြင်းကြောင့် ဘယ်လို အကျိုးကျေးဇူးရသလဲ။

၃။ အညီအမျှရတိုင်း မျှတတာလား၊ မျှတအောင် ဘယ်လို ဆောင်ရွက်မလဲ။

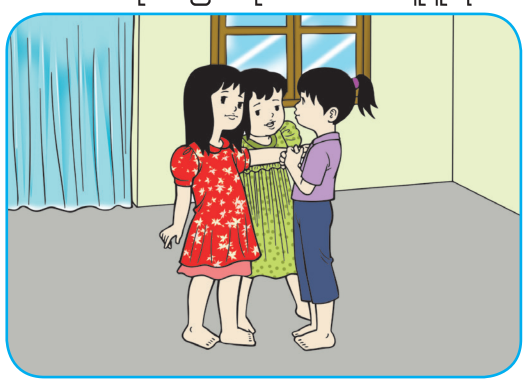
သင်ခန်းစာ (၆) နားလည်ပေးဖို့ လိုအပ်တယ်

တစ်ဦးကိုတစ်ဦး စာနာနားလည်တတ်ဖို့ ဒီသင်ခန်းစာကို လေ့လာကြရအောင်။

- သူငယ်ချင်းတွေကို စာနာနားလည်ပေးတာ ကောင်းသလား။ ဘာကြောင့်လဲ။
- သူငယ်ချင်းတွေက ကိုယ့်ကို စာနာနားလည်ပေးတာ ကောင်းသလား။ ဘာကြောင့်လဲ။
- သူငယ်ချင်းအချင်းချင်း စာနာနားလည်ပေးတာ ဘယ်လိုမျိုးလဲ။

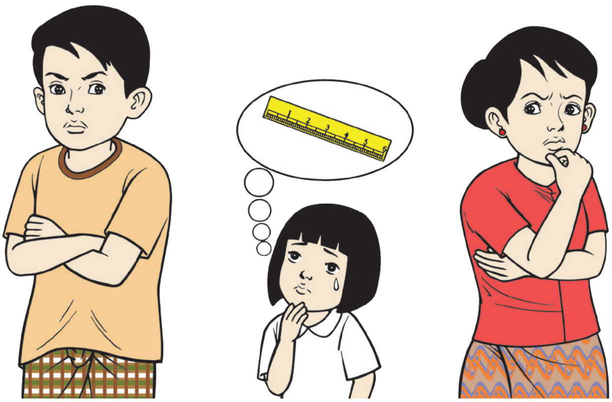
ချစ်စုနဲ့သူငယ်ချင်းများ

ချစ်စုရဲ့မေမေ မအားလို့ သူငယ်ချင်းတွေ ကစားတဲ့အနားမှာ မောင်လေးကို သွားထိန်းပါတယ်။ မောင်လေးက ငိုတော့ မူမူက "နားငြီးတယ်ဟာ နင်တို့ မောင်နှမ အိမ်ပြန်တော့"လို့ ပြောတယ်။ ချစ်စု ဝမ်းနည်းပြီး အိမ်ပြန်ခဲ့တယ်။ "ချစ်စုကို ဘယ်လို ပြောလိုက်တာလဲ မူမူရယ်" လို့ မြတ်မြတ်က မေးတယ်။ မူမူက "သူ့ မောင်လေး ငိုသံက နားငြီးတယ်ဟာ" လို့ ပြန်ပြောတယ်။ သူငယ်ချင်းတွေက "ချစ်စု သနားပါတယ်၊ ငါတို့သွားတောင်းပန်ကြမယ်" လို့ ပြောကြတယ်။ ချစ်စုက "နင်တို့ အနားမှာဆို မောင်လေး အငိုတိတ်မလားလို့ ခေါ်ခဲ့မိတာပါ"လို့ ရှင်းပြတယ်။ မူမူက "မသိလို့ပြောမိတာ ငါ့ကိုခွင့်လွှတ်နော်"လို့ ချစ်စုကို တောင်းပန်တယ်။



နားလည်ပေးဖို့ လိုအပ်တယ်

ဒီနေ့ ကျောင်းတက်ရတာ ကြည်ကြည် မပျော်ဘူး။ အိမ်မှာ အဖေနဲ့ အမေ တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် စိတ်ဆိုးနေကြလို့ ကြည်ကြည် ပေတံ ဝယ်ဖို့ မပြောရဲဘူး။

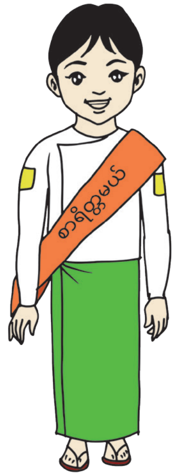


အတန်းထဲရောက်တော့ ဇင်ဇင်နဲ့ဌေးဌေးက သူတို့ပေတံတွေကို ထုတ်ပြနေကြတယ်။ ကြည်ကြည်က "ငါ့ကိုလဲ ပေးသုံးနော်" လို့ ပြောတော့ ဇင်ဇင်က " ကြည်ကြည်ရယ် ခဏခဏ ငှားသုံးနေတာပဲဟာ ငါနင့်အနားမှာ မထိုင်ချင်တော့ဘူး" ဆိုပြီး ထွက် သွားတယ်။

ဌေးဌေးက "နင်အဆင်မပြေမှန်း ဇင်ဇင် မသိလို့ပါ ငါ ပေးသုံးမယ်"လို့ ပြောတယ်။ အတန်းထဲမှာ ဇင်ဇင်နေရာ ပြောင်း ထိုင်နေတာကို သိသွားတဲ့ ဆရာက တပည့်တွေ အားလုံးကို ရှင်းပြတယ်။

"ဆရာငယ်ငယ်က မပြည့်စုံလို့ အတန်းဖော် သူငယ်ချင်းတွေက ဆရာ့ကို လိုအပ်တာတွေ ကူညီပေးခဲ့တယ်။ အဲဒါကြောင့် ဆရာက စာကြိုးစားခဲ့တယ်။ သူငယ်ချင်းတွေကို ပြန်ကူညီ ပေးခဲ့တယ်။ ပျော်စရာရှိရင် သူငယ်ချင်းတွေနဲ့ အတူတူ ပျော်တယ်။ စိတ်ညစ်စရာရှိရင် သူငယ်ချင်းတွေကို ဖွင့်ဟ တိုင်ပင်တယ်။ အချင်းချင်း နားလည်ပေးဖို့ဆိုရင် တစ်ဦးကို တစ်ဦးက အပြစ်တင်တာမျိုး အရင် မလုပ်ရဘူး။ ဘာကြောင့် ဖြစ်တာလဲ။ ဘယ်လို ခံစားနေရမလဲ။ ဘာလုပ်ပေးရင် အကောင်းဆုံး ဖြစ်မလဲ စဉ်းစားရမယ်။ အဲဒီလို နားလည်ပေးတာကြောင့် အပြန်အလှန် ချစ်ခင်ကြင်နာလာမယ်။ ပျော်စရာ ကောင်းလာမယ်"လို့ ဆရာက ပြောပြခဲ့တယ်။ ဇင်ဇင်လဲ အရင်နေရာမှာ ပြန်ထိုင်ပြီး သူငယ်ချင်းတွေနဲ့ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် နေထိုင်သွားတယ်။ သူငယ်ချင်းတွေ အချင်းချင်း ဆက်ဆံရာမှာ နားလည်မှုဟာ အလိုအပ်ဆုံးအရာပါ။

နားလည်တတ်သူလေး



မစံပယ်လေး စိတ်ထားဖြူ
လိုအပ်သူကို အမြဲကူ၊
ငယ်ရွယ်သူကို သူသနား
ကြီးသူကိုလေးစား၊
သူငယ်ချင်းများ တူညီစွာ
တန်းတူဆက်ဆံတာ၊
ကိုယ်ချင်းစာကာ မေတ္တာပေး
နားလည်တတ်သူလေး။

ကိုထွန်းထွန်း(ဂီတမိတ်)

မေးခွန်း

၁။ ကလေးတို့သာဆိုရင် ချစ်စုကို ဘယ်လို သဘောထားမလဲ။
၂။ ဆရာငယ်ငယ်က သူငယ်ချင်းတွေ စာနာပေးခဲ့လို့ ဘယ်လို ဖြစ်လာခဲ့သလဲ။
၃။ သူငယ်ချင်း အချင်းချင်းဆက်ဆံရာမှာ အလိုအပ်ဆုံးက ဘာလဲ။
၄။ တခြားသူတွေကို စာနာ နားလည်တဲ့စိတ်နဲ့ သင်ပြုမူခဲ့တာ ရှိရင် ပြောပြပါ။

သင်ခန်းစာ (၇) ရည်မှန်းချက်ထား ကြိုးစားလုပ်ဆောင်

မိမိလုပ်ရမည့်အလုပ်အပေါ် ရည်မှန်းချက်ထားရှိပြီး အောင်မြင်ပြီးမြောက်အောင် လုပ်ဆောင်တတ်ဖို့ ဒီသင်ခန်းစာကို လေ့လာကြရအောင်။

- ရည်မှန်းချက်ဆိုတာ ဘာလဲ။
- ရည်မှန်းချက်ထားပြီး ဘာလုပ်ဖူးပါသလဲ။
- ရည်မှန်းချက်ပြည့်ဝသွားတော့ ဘယ်လို ခံစားရပါသလဲ။

ကဗျာကိုရွတ်ဆိုပြီး ဆွေးနွေးကြရအောင်။

ရည်မျှော်မှန်းပါ တစ်နေ့တာ

ကျောင်းသွားလမ်းမှာ
သင်မည့်စာ စိတ်ကူး၊
သချာစွာ နားထောင်ပေးမယ်
တွေးလို့ကြည်နူး။
ကျောင်းခန်းထဲမှာ
သင်ဆရာ ရည်စူး၊
ကြိုးစားကာ သင်ယူပါမယ်
ဝမ်းသာပျော်မြူး။

နွေမိုးဆောင်း

ကျွန်တော်နည်းနည်းရှက်မိတယ်

ကျွန်တော့်နာမည်က မောင်သူရ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီနေ့ ကျောင်းနဲ့ဝန်းကျင်သန့်ရှင်းရေး နေ့ဖြစ်လို့ သတ်မှတ်ပေးတဲ့ နေရာအသီးသီးမှာ ကျောင်းသူကျောင်းသားတွေ ပါဝင် လုပ်ဆောင်နေကြတယ်။ ကျွန်တော်တို့အဖွဲ့ လုပ်ရမဲ့ နေရာက နေပူထဲမှာမို့ ကျွန်တော် မလုပ်ချင်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် ဝိုင်းမကူဘဲ သစ်ပင်ရိပ်မှာ သွားထိုင်နေလိုက်တယ်။ သူငယ်ချင်း ငယ်ဖူးကတော့ နေပူထဲမှာ တံမြက်စည်းလှည်း နေပါတယ်။ "နင်ဘာလို့ ပင်ပင်ပန်းပန်း လုပ်နေရတာလဲ"လို့ ငယ်ဖူးကို

မေးလိုက်တယ်။ "ငါတို့အဖွဲ့လုပ်ရမဲ့ နေရာကို အကောင်းဆုံး သန့်ရှင်းသွားအောင် လုပ်မယ်လို့ ငါရည်မှန်းထားတယ်"လို့ ငယ်ဖူးက ပြန်ဖြေတယ်။ ခဏအကြာမှာ ကျွန်တော်တို့အဖွဲ့ သန့်ရှင်းရေးလုပ်တဲ့နေရာကို မိဘတစ်ဦး ရောက်လာပြီး "အိုး ဒီအဖွဲ့တစ်ဖွဲ့လုံး ဝိုင်းဝန်းကြိုးစားကြလို့ ဒီနေရာလေးက သန့်ရှင်းသွားပြီပဲ"လို့ ပြောပါတယ်။

အဲဒီစကားကိုကြားတော့ ကျွန်တော်နည်းနည်းရှက်မိတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ တစ်ဖွဲ့လုံးသန့်ရှင်းရေးလုပ်နေချိန် ကျွန်တော်က သစ်ပင်ရိပ်မှာ အနားယူနေမိတယ်။ ချက်ချင်းဆိုသလိုပဲ တံမြက်စည်း တစ်ချောင်းကို သွားယူလိုက်တယ်။ ပြီးတော့ အခြား သူငယ်ချင်းတွေနဲ့အတူ အမှိုက်တွေကို စလှည်းလိုက်ပါတော့တယ်။ ဒီနေရာလေးကို အရင်ကမြင်တွေ့ရတာနဲ့ အခုမြင်တွေ့ရတာ တခြားစီဖြစ်သွားပြီ။ သန့်ရှင်းသပ်ရပ်နေတဲ့ ဒီနေရာလေးကြောင့် မြင်ရသူတိုင်း စိတ်ချမ်းမြေ့ရတော့တယ်။ အားလုံးပျော်ရွှင် ကြည်နူးနေချိန်မှာပဲ

ဆရာမရောက်ရှိလာပြီး "ကလေးတို့အားလုံး ရည်မှန်းချက်ထားပြီး မခိုမကတ်ဘဲ လုပ်ဆောင်ကြလို့ တို့ကျောင်းတော်ကြီး သန့်ရှင်းသာယာသွားတဲ့အတွက် ဝမ်းသာဂုဏ်ယူတယ်"လို့ ချီးကျူးပါတယ်။ အဲဒီအချိန်ကစပြီး ဘယ်အလုပ်မဆို ရည်မှန်းချက်ထားပြီး မခိုမကတ်ဘဲ ကြိုးစားလုပ်ဆောင်သွားတော့မယ်လို့ ကျွန်တော် ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါတယ်။

ရည်မှန်းချက်ထားကြိုးစားလုပ်ဆောင် (သံချပ်)

ဝန်းကျင်သန့်ရှင်း ဒီနေ့မှာ ××××× အားလုံးပါဝင် ဝိုင်းဝန်းကြစို့
တို့ကျောင်းတော်ကြီး သန့်ရှင်းအောင် ××××× ရည်မှန်းလုပ်ဆောင် မောင်တို့မယ်တို့
အသင်းတာဝန် ကျေဖို့ရာ ××××× ညီညွတ်မှုဟာ အဓိကပါပဲ
တစ်ယောက်တစ်လက် ဝိုင်းလို့ကူ ××××× နေပူမိုးရွာ မကြောက်ပါဘူး
ဇွဲလုံ့လနဲ့ ကြိုးစားမှာ ××××× ပန်းတိုင်ဆိုတာ ရောက်ရမှာပေါ့။
ဟေ့ စိန်လား ×× ဟေ့မြလား ×× ဟေလားမောင်တို့ဝါး

မြင့်မြင့်(အိမ်မဲ)

မေးခွန်း

၁။ ဒီနေ့ကျောင်းကိုလာရတဲ့ သင့်ရည်မှန်းချက်ကို ပြောပြပါ။
၂။ လုပ်ရမဲ့အလုပ်အပေါ် ရည်မှန်းချက်မထားရင် ဘာဖြစ်တတ်ပါသလဲ။
၃။ ရည်မှန်းချက်ထားပြီး ကြိုးစားလုပ်ဆောင်ခဲ့လို့ အောင်မြင်မှုရရှိသွားတဲ့ ဖြစ်ရပ်လေးတစ်ခုကို ပြောပြပါ။
၄။ သင့်ရည်မှန်းချက်က ဘာလဲ။ အဲဒီရည်မှန်းချက်ရောက်အောင် ဘယ်လို ကြိုးစားလုပ်ဆောင်မလဲ။

သင်ခန်းစာ (၈) အများအကျိုး သယ်ပိုးရွက်ဆောင်

မိမိအကျိုးကိုဆောင်ရွက်ရင်း အများအကျိုးကိုပါ ဆောင်ရွက်တတ်စေဖို့ ဒီသင်ခန်းစာကို လေ့လာကြရအောင်။

- ကိုယ့်အကျိုးအတွက် ဘာတွေ လုပ်ဖူးသလဲ။
- အများအကျိုးအတွက် လှုပ်ရှားမှုမှာ သင်ပါဝင်ဖူးပါသလား။ ဘာတွေလုပ်ဖူးသလဲ။
- အများအကျိုးအတွက် လုပ်ဆောင်ရတဲ့အခါ သင် ဘယ်လိုခံစားရပါသလဲ။

အောက်ပါရုပ်ပုံများကို လေ့လာပါ။ အများအကျိုးပြုလုပ်ငန်းတွေက ဘာတွေ ဖြစ်မလဲ။

တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်သူ

တစ်ခါက တောအုပ်ကြီး တစ်ခုထဲက သစ်ပင်ကြီးတစ်ပင်မှာ ပျားကောင်ကလေးတွေ စုပေါင်းအုံဖွဲ့ပြီး နေထိုင်ကြသတဲ့။ ပျားကောင်ကလေးတွေရဲ့ပျားဥတွေကို ပျားဘုရင်မကြီးက စောင့်ရှောက်ပြီး ပျားကောင်ကလေးတွေက ပျားဘုရင်မကြီးကို အစာရှာကျွေးသတဲ့။ ပျားလုပ်သားတွေကတော့ ရေသယ်သူက သယ် အစာရှာသူက ရှာ ပန်းဝတ်ရည်စုဆောင်းသူတွေက စုဆောင်း ပျားအုံကြီးကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်သူက စောင့်ရှောက်စတဲ့ အလုပ်တွေနဲ့ မအားလပ်နိုင်ဘူးတဲ့။ အဲဒီလို ကိုယ်စီကိုယ်စီ အလုပ်လုပ်နေကြတဲ့ ပျားကောင်ကလေးတွေအထဲမှာ ပျားထီးကလေးတစ်ကောင်ကတော့ အကောင်းဆုံး အလှဆုံး ပန်းဝတ်ရည်တွေကို သူများ တကာထက် အရင်ဦးအောင် စုပ်ယူရမှ ကျေနပ်တတ်တယ်တဲ့။

သူငယ်ချင်း ပျားကောင်ကလေးတွေက သူတို့ကို ခေါ်ပါအုံးဆိုရင်လဲ "ငါက မင်းတို့နဲ့အတူ မသွားချင်ဘူး ငါတစ်ယောက်တည်း အစာရှာစားနိုင်တယ်"လို့ ပြောလေ့ရှိတယ်။ တစ်နေ့တော့ ပျားထီးကလေးဟာ အစာရှာရင်း ပန်းခင်းကြီး တစ်ခုဆီကို ရောက်သွားတယ်။

အဲဒီပန်းခင်းကြီးထဲမှာ ထူးဆန်းတဲ့အပင် တစ်ပင်ကိုတွေ့လိုက်ရတဲ့အခါ အလွန်ပျော် သွားတယ်။ ချက်ချင်းပဲ အဲဒီအပင်ဆီ ပျံသန်း သွားလိုက်တယ်။

အဲဒီအပင်ရဲ့ ထူးကဲတဲ့အရာလေးအပေါ် နားလိုက်တဲ့အခါမှာတော့ အပေါ်က အဖုံးလေးက ရုတ်တရက် ငုံပိတ်သွားပြီး ပျားထီးကလေးကို လှောင်ပိတ် လိုက်ပါ တော့တယ်။ အဲဒီတော့မှ ပျားထီးကလေး ဟာ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်တဲ့အတွက် ဒုက္ခရောက်ပြီဆိုတာကို သိလိုက်ပါတော့တယ်။

အောက်ပါဖြစ်ရပ်များကိုလေ့လာ၍ ဖြေဆိုပါ။

ဖြစ်ရပ်(၁)

ကျောင်းဘေးပတ်လည်က ရေမြောင်းတွေမှာ အမှိုက်တွေ ပိတ်ဆို့နေလို့ ရပ်ကွက်နဲ့ ပူးပေါင်းပြီး သန့်ရှင်းရေး လုပ်မယ်လို့ ဆရာမကြီးက ပြောတယ်။ သင် ဘယ်လို ပါဝင် လုပ်ဆောင်မလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။

ဖြစ်ရပ်(၂)

ကျောင်းသွားတဲ့လမ်းမှာ ဗွက်အိုင်တွေ အများကြီးရှိနေလို့ ကျောင်းပိတ်ရက်မှာ သဲဖို့ကြမယ်လို့ ဆရာမက ပြောတယ်။ အဲဒီနေ့မှာ သူငယ်ချင်းတွေနဲ့ လျှောက်လည်ဖို့လဲ စီစဉ်ထားတယ်။ ဘာလုပ်ရင်ကောင်းမလဲ။

ဖြစ်ရပ်(၃)

ကျောင်းသွားတဲ့ လမ်းမကြီးပေါ်မှာ သစ်ကိုင်းကြီးတစ်ခုကျိုးကျနေတယ်။ သင်တို့ သူငယ်ချင်းတစ်စု ဘာလုပ်ကြမလဲ။

အများအကျိုး ကိုယ့်အကျိုး

မနီကလေး ပန်းပန်ချင်
ပန်းဥယျာဉ်ကိုဝင်။
ပန်းပန်ချင်ရင် ပန်းပင်ပျိုး
အများအကျိုး ကိုယ့်အကျိုး။
မနီကလေး ထမင်းဆာ
လယ်တောဆီကိုလာ။
ထမင်းဆာရင် ကောက်ပင်ပျိုး
အများအကျိုး ကိုယ့်အကျိုး။
မနီကလေး ချွေးစိုစို
ဇရပ်ရိပ်မှာခို။
နေခိုချင်ရင် ဇရပ်မိုး
အများအကျိုး ကိုယ့်အကျိုး။

တင်မိုး

မေးခွန်း

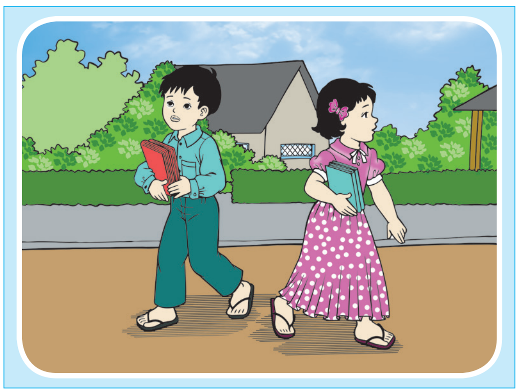
၁။ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်တယ်ဆိုတဲ့ အပြုအမူတွေက ဘာတွေလဲ။
၂။ အများအကျိုးအတွက်လုပ်တဲ့ အလုပ်တွေက ဘာတွေလဲ။
၃။ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်သူဟာ နောက်ဆုံးမှာ ဘယ်လို ဖြစ်သွားတတ်သလဲ။
၄။ အများအကျိုးအတွက် ဆောင်ရွက်ရင် ဘယ်လိုအကျိုး ကျေးဇူးတွေ ရလာနိုင်သလဲ။

သင်ခန်းစာ (၉) ရင်းနှီးပျူငှာ ဆက်ဆံပါ

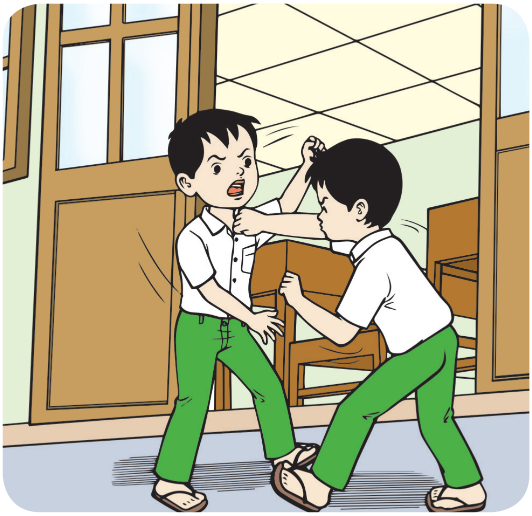
ပတ်ဝန်းကျင်မှလူတွေနဲ့ ကောင်းကောင်းမွန်မွန် ပြောဆိုဆက်ဆံတတ်ဖို့ ဒီသင်ခန်းစာကို လေ့လာကြရအောင်။

- ကလေးတို့သူငယ်ချင်းတွေနဲ့ ပြောဆိုဆက်ဆံကြတဲ့အခါ တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး တူညီမှုရှိသလား။ ဘာတွေတူပြီး ဘာတွေ မတူဘူးလဲ။
- ပတ်ဝန်းကျင်မှ လူတွေနဲ့ ဘယ်လို ဆက်ဆံနေထိုင် သင့်သလဲ။
- အများနဲ့ဆက်ဆံတဲ့အခါ ဘယ်အရာတွေကို လိုက်နာသင့်သလဲ။

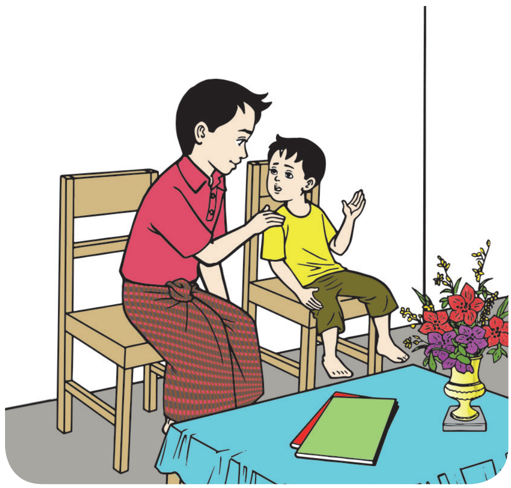
ရုပ်ပုံထဲမှာ ဖော်ပြထားတဲ့အပြုအမူမျိုးကို လုပ်ခဲ့ဖူးသလား။ ဘယ်အပြုအမူတွေက ကောင်းမွန်တဲ့အပြုအမူတွေလဲ။



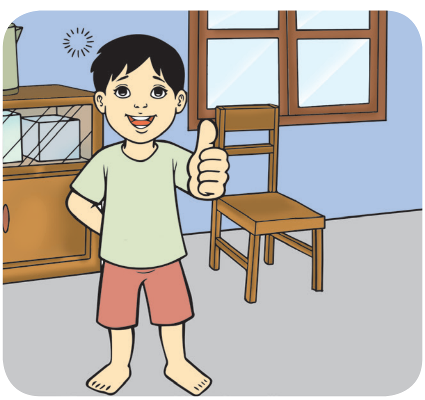
ပတ်ဝန်းကျင်မှလူများနှင့် ကောင်းမွန်စွာဆက်ဆံတတ်ခြင်း



မင်းမောင်ဆိုတဲ့ ကျောင်းသားဟာ မကြာခဏ ရန်ဖြစ်လေ့ရှိတဲ့အတွက် သူ့ကို ဘယ်သူမှ မပေါင်းသင်းချင်ကြဘူး။ သူကတော့ သူငယ်ချင်းတွေနဲ့အတူတူ ကစားချင်တယ်။ ဒါပေမဲ့ သူပါရင် ကစားဝိုင်းက ပျက်တတ်တော့ သူငယ်ချင်းတွေက လက်မခံချင်ကြဘူး။



သူတို့တွေက ဘာလို့ ခင်ခင်မင်မင် နေကြတာလဲလို့ မင်းမောင် စဉ်းစားမိတယ်။ အိမ်ရောက်တဲ့အခါ အစ်ကိုဖြစ်သူကို "ညီလေးရဲ့ သူငယ်ချင်းတွေက ညီလေးနဲ့အတူတူ မကစားချင်ကြဘူး ညီလေးက သူတို့နဲ့ ကစားချင်လို့ သူတို့လက်ခံလာအောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ ကိုကို" လို့ မေးကြည့်မိတယ်။



"ရန်မဖြစ်ရဘူး ချစ်ချစ်ခင်ခင်နေရမယ် မတော်တဆ ထိခိုက်မိတဲ့အခါ ခွင့်လွှတ်သည်းခံရမယ် အားလုံးသဘောတူထားတဲ့အတိုင်း လိုက်နာရမယ်"လို့ ကိုကိုက ပြောပြတယ်။ မင်းမောင် ကြိုးစားကြည့်ဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်တယ်။

မကြာမီမှာ ကျောင်းစုံညီပွဲတော် ကျင်းပတဲ့နေ့ကို ရောက်လာတယ်။ ဆရာဆရာမတွေ အတန်းတိုင်းက ကျောင်းသူကျောင်းသားတွေအားလုံး အလုပ်များနေကြတယ်။ အလုပ်ကိုယ်စီနဲ့ ကူနိုင်သမျှကူနေကြတဲ့အထဲမှာ မင်းမောင်လဲပါတယ်။ မင်းမောင်ဟာ သူငယ်ချင်းတွေပြောတာကို ဂရုတစိုက် နားထောင်ပြီး လေးလေးစားစား ပြန်ပြောတယ်။ သူလုပ်ရမဲ့အလုပ်ကို ကြိုးကြိုးစားစားလုပ်တယ်။ သူငယ်ချင်းတွေက မင်းမောင်ကို အံ့သြနေကြတယ်။ အားလုံး အတူတူ စုပေါင်းလုပ်ရတာ ပျော်စရာကောင်းမှန်း မင်းမောင် သိသွားပါပြီ။ အားလုံးနဲ့ ကောင်းကောင်းမွန်မွန် ဆက်ဆံဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်တယ်။

ရင်းနှီးပျူငှာ တစ်သက်တာ

လူမျိုးဘာသာ နေရာမရွေးက
ကျောင်းကိုစုဝေး ရောက်ရှိလာ၊
အသွေးအရောင် မတူခြားလည်း
မျက်နှာထားက သွေးရင်းပမာ၊
ပြုံးပြုံးရွှင်ရွှင် လူမြင်ချစ်လို့
အပူအပင်ကင်းမဲ့ ဟန်မူရာ၊
စာညံ့သူကို ဝိုင်းကူဖေးမ
အပေးအယူမျှတ ကစားပါ၊
ထိခိုက်မိသော် ရန်မလုပ်နဲ့
သည်းခံခွင့်လွှတ် မတင်းမာ၊
ကျောင်းနေစဉ်တွင် ချစ်ခင်ပေါင်းကြ
သူငယ်ချင်းကောင်း ပီသစွာ၊
လိုက်လျောညီထွေ ပြေပြေပြစ်ပြစ်
ချစ်ချစ်ခင်ခင် ဆက်ဆံပါ
ရင်းနှီးပျူငှာ. . . တစ်သက်တာ။

မောင်ကျေးရှုး

မေးခွန်း

၁။ မိသားစုအတွင်း ဘယ်လို ဆက်ဆံနေထိုင်ကြမလဲ။

၂။ ပတ်ဝန်းကျင်က လူတွေနဲ့ ဘယ်လို ဆက်ဆံနေထိုင်ကြမလဲ။

၃။ အများလက်ခံတဲ့အပြုအမူတွေက ဘာတွေလဲ။

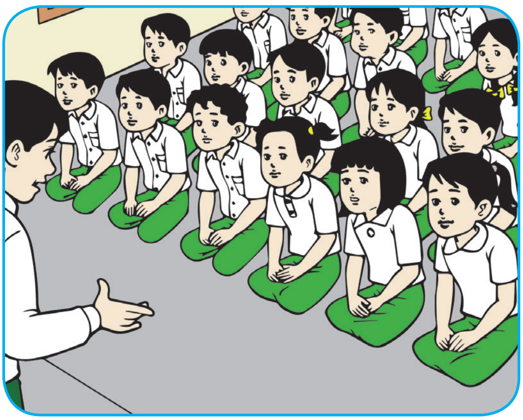
၄။ အများလက်ခံတဲ့အပြုအမူတွေကို ဘယ်လို ကျင့်သုံးကြမလဲ။

သင်ခန်းစာ (၁၀) စည်းကမ်းရှိပါ

စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းကို လိုက်နာစောင့်ထိန်းတတ်ဖို့ ဒီသင်ခန်းစာကို လေ့လာကြရအောင်။

- အိမ်မှာ ဘယ်လို စည်းကမ်းမျိုးတွေကို လိုက်နာခဲ့ရပါသလဲ။
- ကျောင်းမှာ ဘယ်လိုစည်းကမ်းမျိုးတွေကို လိုက်နာခဲ့ရပါသလဲ။
- အဲဒီ စည်းကမ်းတွေဟာ သင့်အတွက် အဆင်ပြေပါသလား။ ဘာကြောင့်လဲ။

စည်းကမ်းရှိပါ



ကျွန်မကတော့ တတိယတန်းကျောင်းသူ ဖြူလေးဖြစ်ပါတယ်။ မကြာခင်ကျရောက်မဲ့ ကမ္ဘာ့ဆရာများနေ့အထိမ်းအမှတ် ဟောပြောပွဲကို နားထောင်ပြီး နံရံကပ်စာစောင်တွေကို ခန်းမထဲမှာ အတန်းလိုက် သွားလေ့လာရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီကနေ့ ကျောင်းစုဝေးပွဲမှာ ဆရာကြီးက ခန်းမထဲကို စနစ်တကျ တန်းစီပြီးသွားဖို့ ဟောပြောပွဲကို အာရုံစိုက်ပြီး နားထောင်ဖို့နဲ့ စကားမပြောဖို့ မှတ်စုစာအုပ်နဲ့ ခဲတံယူသွားဖို့ နံရံကပ် စာစောင်တွေကို ညစ်ပေအောင် မရေးခြစ်ဖို့ စနစ်တကျဖတ်ပြီး မှတ်သားထားဖို့ မှာကြားပါတယ်။ နေမကောင်းလို့ ကျောင်းမတက်နိုင်တဲ့ ပန်းအိကိုလဲ ဆရာကြီးမှာကြားတဲ့ စည်းကမ်းချက်တွေကို ပြောပြရပါအုံးမယ်။

ကျောင်းစာကြည့်တိုက်

ပန်းအိတို့ကျောင်းမှာ ကျောင်းစာကြည့်တိုက်ရှိပါတယ်။ ပန်းအိက ပုံပြင်ကြိုက်တဲ့သူမို့ ကျောင်းစာကြည့်တိုက်မှာ ပုံပြင်သွားဖတ်ရတာ အလွန်ပျော်ပါတယ်။ ကျောင်းစာကြည့်တိုက်မှာ ပုံပြင်စာအုပ်တွေ၊ ကာတွန်းစာအုပ်တွေ၊ ကဗျာစာအုပ်တွေ၊ ရုပ်ပြစာအုပ်တွေ၊ တို့ကျောင်းသားစာစောင်တွေနဲ့ ပညာတန်ဆောင်စာအုပ်တွေရှိပါတယ်။ ကျောင်းစာကြည့်တိုက် တာဝန်ခံဆရာမဒေါ်မြို့မြို့က ကျောင်းစုဝေးပွဲမှာ စာကြည့်တိုက်စည်းကမ်းတွေကို ပြောပြထားပါတယ်။

ဆရာဆရာမတွေနဲ့ ကျောင်းသားကျောင်းသူတွေ သဘောတူ ချမှတ်ထားတဲ့ စည်းကမ်းတွေကို ကျောင်းစာကြည့်တိုက်ထဲမှာ ရေးပြီး ကပ်ထားပါတယ်။ သတ်မှတ်ထားတဲ့အချိန်မှာ အသင်းလိုက် အလှည့်ကျ စာအုပ်ဖတ်တာတွေ စာအုပ်ငှားတာတွေ လုပ်ရပါတယ်။ စာကြည့်တိုက်ထဲမှာ အစားစားနေတာ၊ အိပ်နေတာ၊ ဆော့ကစားတာ၊ အော်ဟစ်ပြောဆိုတာ၊ ဆူညံတာတွေ မလုပ်ရပါ။

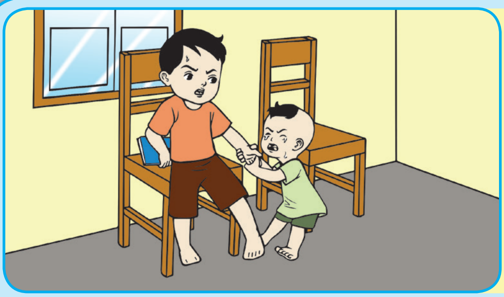
စာအုပ်တွေကို ဖတ်ပြီးရင် မူလနေရာမှာ ပြန်ထားရပါမယ်။ အရင်ငှားထားတဲ့စာအုပ်ကို ပြန်အပ်ပြီးမှ စာအုပ်အသစ် ထပ်ငှားရပါမယ်။ စာအုပ်တွေကို ညစ်ပေအောင် ရေးခြစ်တာတွေ မလုပ်ရပါ။ စာကြည့်တိုက်ကို လွယ်အိတ်တွေ မယူလာရပါ။ ကိုယ့်ထက် အတန်းငယ်တဲ့ ကလေးတွေ စာကြည့်တိုက်ကို ကောင်းစွာ အသုံးပြုနိုင်ဖို့ ကူညီပေးရပါမယ်။ ကျောင်းစာကြည့်တိုက်ထဲက ပရိဘောဂတွေကိုလဲ ရိုသေစွာ ကိုင်တွယ်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျောင်းစာကြည့်တိုက်ဟာ ကျောင်းသားတွေကို အသိပညာဗဟုသုတ များစွာပေးတဲ့အပြင် စည်းကမ်းရှိလာအောင် လေ့ကျင့်ပေးတဲ့အတွက် ကျောင်းသားအားလုံး ကျောင်းစာကြည့်တိုက် စည်းကမ်းကို လိုက်နာကြပါတယ်။

အခန်း(၁၀)

ဖြစ်ရပ်(၁)

ကျောင်းပြောင်းလာတဲ့ သူငယ်ချင်း အသစ်တစ်ယောက်က စာကြည့်တိုက်မှာ စာအုပ်ငှားချင်လို့ အကူအညီ တောင်းလာရင် သင် ဘယ်လို အကူအညီ ပေးမလဲ။

ဖြစ်ရပ်(၂)



ကျောင်းစာကြည့်တိုက်က ငှားလာတဲ့ ရုပ်ပြစာအုပ်ကို ညီလေးက ဆော့ကစားဖို့ ပူဆာနေတယ်ဆိုရင် သင် ဘယ်လို လုပ်မလဲ။

မေးခွန်း

၁။ ဖြူလေးက ပန်းအိကိုပြောပြရမဲ့ စည်းကမ်းချက်တွေက ဘာတွေလဲ။

၂။ ကျောင်းစာကြည့်တိုက်တစ်ခုရဲ့ စည်းကမ်းတွေကို ပြောပြပါ။

၃။ ဘာကြောင့် စာကြည့်တိုက်စည်းကမ်းတွေ ရှိရတာလဲ။ အဲဒီစည်းကမ်းတွေမရှိရင် ဘာတွေ ဖြစ်လာနိုင်သလဲ။

၄။ သင်ခန်းစာပါဖြစ်ရပ်မျိုး သင် ကြုံတွေ့ခဲ့ဖူးပါသလား။ စည်းကမ်းအတိုင်း သင် ဘယ်လို ရှင်းပြခဲ့သလဲ။

၅။ စည်းကမ်းလိုက်နာသူတစ်ယောက်ဖြစ်အောင် ဘယ်လို ကြိုးစားလုပ်ဆောင်မလဲ။

သင်ခန်းစာ (၁၁) လမ်း၌ယဉ်ကျေးခြင်း

လမ်းသွားတဲ့အခါ ယဉ်ယဉ်ကျေးကျေးပြုမူတတ်ဖို့ ဒီသင်ခန်းစာကို လေ့လာကြရအောင်။

- လမ်းသွားတဲ့အခါ ယဉ်ကျေးတဲ့အပြုအမူတွေက ဘာတွေလဲ။
- လမ်းမှာ မယဉ်ကျေးတဲ့ အပြုအမူမျိုးကို တွေ့ဖူးသလား။ ဘာတွေလဲ။
- လမ်းမှာတစ်ယောက်ယောက်နဲ့ မတော်တဆ တိုက်မိတဲ့အခါ ဘယ်လိုပြောဆိုမလဲ။

ရုပ်ပုံတွေကိုကြည့်ပြီး ယဉ်ကျေးတဲ့အမူအရာ ဖြစ်၊ မဖြစ် အမှား၊ အမှန် ခြစ်ပြပါ။

ပုံ-၁

( )

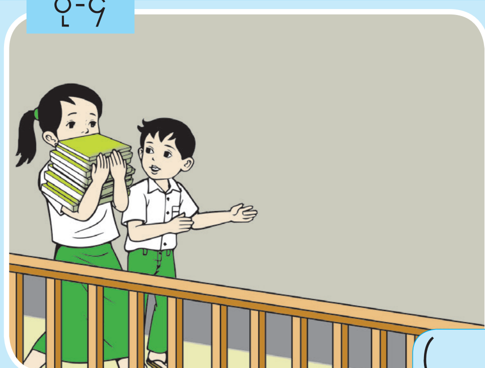
ပုံ-၂

( )

ပုံ-၃

( )

ပုံ-၄



( )

အခန်း(၁၁)

လမ်းသွားတဲ့အခါ ယဉ်ကျေးပါ

ကျော်စွာ၊ မင်းမင်း၊ မောင်လှမောင်နဲ့ စုစုတို့ သူငယ်ချင်းတွေ စကားပြောရင်း လမ်းလျှောက်လာကြပါတယ်။ မောင်လှမောင် ရုတ်တရက် ငှက်ပျောခွံ နင်းမိပြီး ဗိုင်းခနဲ ချော်လဲသွားတယ်။ ကျော်စွာက တွဲထူလိုက်တယ်။ ပုလင်းကွဲ ပေါ်မှာ လက်ထောက် မိလို့ မောင်လှမောင် လက်မှာ သွေးတွေ ထွက်လာတယ်။ ကျော်စွာ၊ မင်းမင်းနဲ့စုစုတို့ တိုင်ပင်ပြီး လမ်းပေါ်မှာ ပုလင်းကွဲတွေ မကျန်တော့အောင် သေချာ ရှာဖွေပြီး အမှိုက်ပုံးထဲကို ပစ်လိုက်ကြတယ်။ လူကို ထိခိုက်အနာတရဖြစ်စေတဲ့ အရာတွေကို တွေ့ကရာနေရာမှာ မပစ်ဖို့ အားလုံးကို ပြောပြကြတယ်။

အခန်း(၁၁)

ကျောင်းပိတ်တဲ့နေ့တစ်နေ့မှာ ကျော်စွာက ဘွားဘွားရဲ့ပစ္စည်းတွေ ကူသယ်ပေးပြီး လမ်းထိပ် လိုက်ပို့ပါတယ်။ လမ်းလယ်မှာ လူနှစ်ယောက် စကားရပ်ပြောနေကြတယ်။ လမ်းဖယ်ပေးရင် ကောင်းမှာပဲလို့ တွေးမိတယ်။ သူတို့က လမ်းဖယ်ပေးဖို့ သတိမထားမိဘူး။ ဒါကြောင့် လမ်းဖယ်ပေးဖို့ ပြောလိုက်တယ်။ မကြားဘူး ထင်လို့ အသံကျယ်ကျယ်နဲ့ နောက်တစ်ကြိမ် ထပ်ပြောကြည့်တယ်။ ဒါပေမဲ့ သူတို့နှစ်ယောက်က စကားဆက်ပြောပြီး ရယ်နေကြတယ်။ သူတို့နှစ်ယောက် ဘေးနားကနေ ကျော်စွာ ဖြတ်လိုက်တဲ့အခါ ကျော်စွာလက်ထဲကပစ္စည်းတွေ ပြုတ်ကျကုန်တယ်။ သူတို့နှစ်ယောက် ကျော်စွာကို လှည့်ကြည့်ပြီး “ပစ္စည်းတွေ ပြုတ်ကျကုန်တာ ဘာဖြစ်လို့လဲ၊ ငါတို့ကြောင့်လား” လို့မေးတယ်။ ကျော်စွာက သူတို့နှစ်ယောက်ကို အံ့ဩပြီး မော့ကြည့်မိတယ်။ အဲဒီ အစ်ကိုကြီးနှစ်ယောက်ကို ဘာပြန်ဖြေရမလဲလို့ စဉ်းစားနေမိတော့တယ်။

ယဉ်ကျေးကြပါစို့

လမ်းသွားရင်းပင် ဆုညံလျှင်
သူတစ်ပါး စိတ်ငြိုငြင်၊
တိုးတိုးညင်သာ ပြောဆိုလို့
သိမ်မွေ့ကြပါစို့။
လမ်းပေါ်ပိတ်ဆို့ ကစားသော်
လုံးဝမသင့်လျော်၊
ရှောင်ကြဉ်ပါနော် တပည့်များ
လမ်းစည်းကမ်း လေးစား။
လမ်းသွားလမ်းလာ မထိခိုက်အောင်
ချော်လဲခိုက်မိ အမှိုက်ရှောင်၊
ငယ်ရွယ်မောင်မယ် အဘွား အဘိုး
နေရာပေးကာ ကူသယ်ပိုး
ယဉ်ကျေးသည့်လူမျိုး။

ယူသင်

မေးခွန်း

၁။ လမ်းသွားတဲ့အခါ မယဉ်ကျေးတဲ့ အပြုအမူတွေက ဘာတွေလဲ။

၂။ လမ်းသွားတဲ့အခါ ယဉ်ကျေးတဲ့ အပြုအမူတွေက ဘာတွေလဲ။

၃။ ကျော်စွာနေရာမှာ သင်သာဆိုရင် ဘယ်လို ပြန်ဖြေမလဲ။

၄။ လမ်းသွားတဲ့အခါ ဘယ်လို ပြုမူမလဲ။

သင်ခန်းစာ (၁၂) ကိုယ့်နေရာနဲ့ ကိုယ့်ဝန်တာ

မိမိတို့လုပ်ဆောင်ရမည့်တာဝန်ကို သိရှိနိုင်ဖို့အတွက် ဒီသင်ခန်းစာကို လေ့လာကြရအောင်။

- အိမ်မှာရှိတဲ့မိသားစုဝင်တွေရဲ့ တာဝန်အသီးသီးကို ပြောပြပါ။
- ကျောင်းမှာရှိတဲ့သူတွေရဲ့ တာဝန်အသီးသီးကို ပြောပြပါ။
- သင်ဟာ ကျောင်းမှာ ဘယ်လိုတာဝန်မျိုးကို ထမ်းဆောင်ဖူးပါသလဲ။

အခမ်းအနားမှူး

ဒီကနေ့ ရွှေမဒီတို့ကျောင်းမှာ ကဗျာရွတ်ဆိုပြိုင်ပွဲနဲ့ ပုံပြောပြိုင်ပွဲ အခမ်းအနားရှိပါတယ်။ ရွှေမဒီက ကျန်စစ်သားအသင်းခေါင်းဆောင်ဖြစ်လို့ အခမ်းအနားမှူးလုပ်ဖို့ အလှည့်ကျပါတယ်။ အခမ်းအနားကျင်းပရေး အဖွဲ့ခေါင်းဆောင်ဆရာမက လွန်ခဲ့တဲ့သုံးရက်ကတည်းက အခမ်းအနား အစီအစဉ်စာရွက်ကို ပေးထားပါတယ်။ ဘယ်လိုလုပ်ဆောင်ရမယ် ဆိုတာကိုလဲ သင်ပေးပါတယ်။ ဒီတာဝန်ကို ထမ်းဆောင်ခွင့်ရလို့ ရွှေမဒီ အလွန်ပျော်ပါတယ်။ ကြိုးစားလုပ်ဆောင်မယ်လို့လဲ ဆုံးဖြတ်ထားပါတယ်။ ဆရာမကလဲ အနားမှာ နေပေးမှာမို့ ရွှေမဒီ လုပ်နိုင်မယ်လို့ ယုံကြည်ပါတယ်။

ကိုယ့်နေရာနဲ့ ကိုယ့်ဝန်တာ

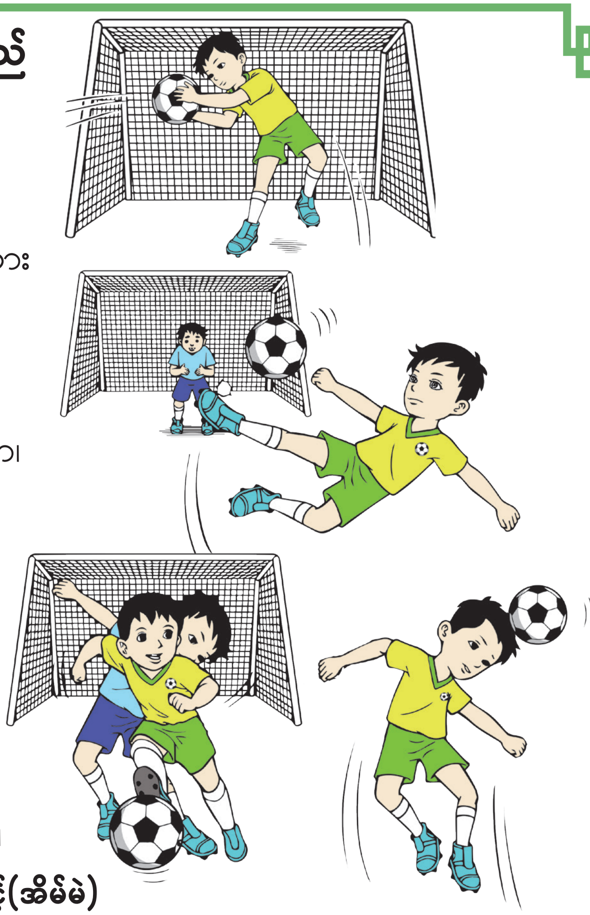
ကျွန်တော့်နာမည်က မောင်သန့်နိုင်ဖြစ်ပါတယ်။ ကျောင်းစိုက်ပျိုးရေးအဖွဲ့ဝင်ဖြစ်ပါတယ်။ သီတင်းကျွတ်ကျောင်းပိတ်ပြီး ပြန်ဖွင့်ချိန်မှာ အသင်းလိုက် စိုက်ခင်းတွေစိုက်ဖို့ ဆရာက တာဝန်ပေးပါတယ်။ အသင်းတစ်သင်းကို ခြောက်ယောက်စီ ခွဲပေးပါတယ်။ မိမိနှစ်သက်ရာ သီးနှံကို စိုက်ပျိုးနိုင်ပါတယ်။ စိုက်ခင်းနေရာကို မဲစနစ်နဲ့ သတ်မှတ်ပေးပါတယ်။ အဖွဲ့ဝင်တွေ စည်းစည်းလုံးလုံး လုပ်ဆောင်ဖို့နဲ့ သိချင်တာတွေရှိရင် မေးဖို့ မှာကြားပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့အဖွဲ့မှာ စတုတ္ထတန်းက ကိုကြီးခင်စန်း၊ အစ်ကိုဝင်းအောင်နဲ့ အစ်မနော်ဒေးလေ၊ တတိယတန်းက ကျွန်တော်၊ စိမ်းဝေ၊ ရင်ကြူတို့ ပါဝင်တယ်။ အဖွဲ့ခေါင်းဆောင်ကတော့ ကိုကြီးခင်စန်းဖြစ်ပါတယ်။ လုပ်ရမဲ့ အစီအစဉ်တွေကို အဖွဲ့လိုက်တိုင်ပင်ကြရပါတယ်။ ဆလတ်ပင်စိုက်မယ်လို့ သဘောတူကြပါတယ်။

အဖွဲ့ခေါင်းဆောင် ကိုကြီးခင်စန်းက လုပ်ရမဲ့တာဝန်ကို ခွဲပေးပါတယ်။ ယောကျ်ားလေး သုံးယောက်က မြောင်းပေါင် ဖော်ရပါတယ်။ မိန်းကလေး သုံးယောက်က မြေညှိပြီး မြေဆွေး ထည့်ရပါတယ်။ ကိုကြီးခင်စန်းက ဂေါ်ပြားလေးတွေ ယူလာပေးပါတယ်။

ရင်ကြူက မျိုးစေ့ယူလာပါတယ်။ အစ်မနော်ဒေးလေက ဘဲချေးမြေသြဇာ ယူလာပါတယ်။ စိမ်းဝေက မျိုးစေ့လေးတွေကို အတန်းလိုက် စနစ်တကျ စိုက်နိုင်အောင် ပေကြိုး ယူလာပါတယ်။ အစ်ကိုဝင်းအောင်က ရေပန်းကရား ယူလာပါတယ်။ ကျွန်တော်က သူငယ်ချင်းတွေ အမောပြေစားဖို့ မုန့်နဲ့ လက်ဆေးဖို့ ဆပ်ပြာ ယူလာပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့အဖွဲ့ရဲ့ တက်ညီလက်ညီ လုပ်ဆောင်မှုကြောင့် ဆလတ်စိုက်ခင်းလေးဟာ အခုဆိုရင် အတော် ဖြစ်ထွန်းနေပြီ ဖြစ်ပါတယ်။ အချိန်မှန်မှန် ပေါင်းသင်၊ ရေလောင်းပေးလို့ အကောင်းဆုံး စိုက်ခင်းအဖြစ် အခြားအသင်းအဖွဲ့တွေက လာရောက်ကြည့်ရှုကြပါတယ်။ ကျောင်းအုပ်ဆရာမကြီးနဲ့ စိုက်ပျိုးရေးဆရာကလဲ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ တာဝန်ယူတတ်မှု၊ စည်းလုံးစွာ လုပ်ဆောင်တတ်မှုကို ချီးကျူးစကားပြောတဲ့အတွက် တစ်ဖွဲ့လုံး ပျော်ရွှင်ကြပါတယ်။

တာဝန်ကိုယ်စီကျေပွန်မည်



အရပ်မြင့်တဲ့ မောင်သန်းဇော်
ဘောလုံးဖမ်းတာ အလွန်တော်၊
နောက်တန်းပျော်တဲ့ မောင်ဖိုးသား
ဂိုးမဝင်အောင် ခုခံတား၊
မောင်စံထွားက အလယ်မှာ
ရှေ့နောက်တက်ဆင်း ကစားတာ၊
မောင်ချမ်းသာ ရှေ့တန်းက
အနိုင်ဂိုးကို သွင်းတယ်ဗျ၊
ဘယ်ညာထောင့်က ကန်သူတွေ
အပေးအယူ ညီမျှနေ၊
တာဝန်တွေ ကိုယ်စီထမ်း
အသင်းအတွက် တို့အောင်ပန်း။

မြင့်မြင့်(အိမ်မဲ)

သင်တို့ကျောင်းမှာရှိတဲ့ အသင်းအဖွဲ့တွေမှာ အသင်းလိုက် လုပ်ဆောင်ဖို့ တာဝန် ပေးပါက သင်ဘယ်လို လုပ်ဆောင်မယ်ဆိုတာကို အဖွဲ့နဲ့တိုင်ပင်ပြီး ဖြည့်စွက်ပါ။

အဖွဲ့အမည်	
အဖွဲ့ဝင်ဦးရေ	
အဖွဲ့ဝင်အမည်များ	
လုပ်ငန်းတာဝန်ခွဲဝေမှု	

မေးခွန်း

၁။ ကျောင်းမှာ သင်ပါဝင်တဲ့ အသင်းအဖွဲ့ အမည်ကို ပြောပြပါ။

၂။ သင်ပါဝင်တဲ့ အသင်းအဖွဲ့မှာ သင်ရဲ့တာဝန်တွေကို ပြောပြပါ။

၃။ ရေလောင်းဖို့ တာဝန်ကျတဲ့နေ့မှာ ကျောင်းမတက်ရင် သင်ရဲ့စိုက်ခင်း ဘယ်လို ဖြစ်မှာလဲ။

၄။ သင် အနှစ်သက်ဆုံးအသင်းအဖွဲ့အမည်ကို ပြောပြပါ။ သင်ပါဝင် လုပ်ဆောင်ခဲ့တာကို ရေးသားစီကုံးပါ။

သင်ခန်းစာ (၁၃) အများပိုင်ပစ္စည်းများ တို့အလေးထား

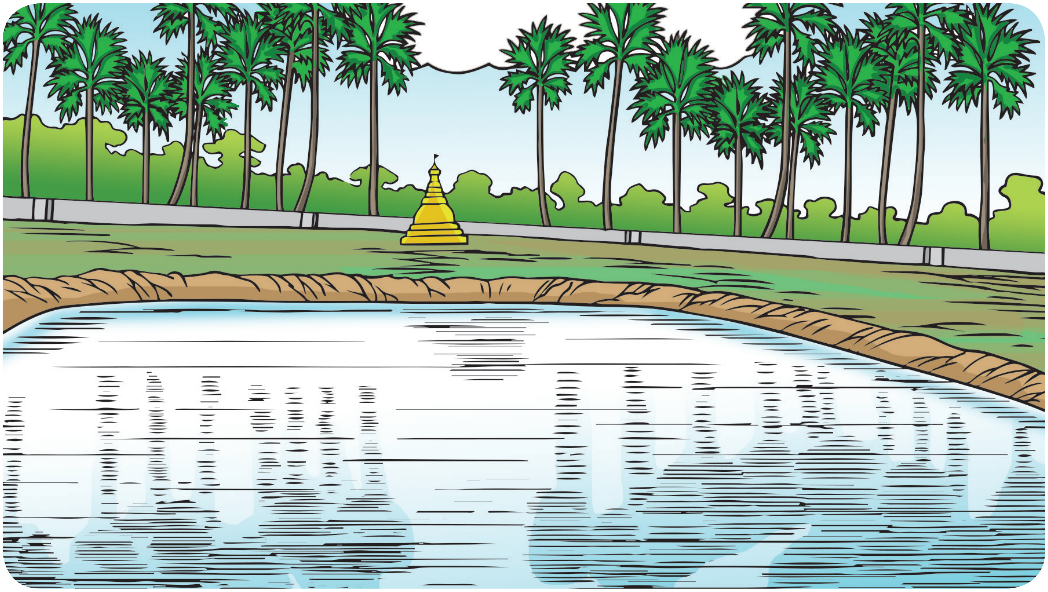
ရပ်ကွက်ကျေးရွာအတွင်းရှိ အများပိုင်ပစ္စည်းတွေကို ထိန်းသိမ်းတတ်ဖို့ ဒီသင်ခန်းစာကို လေ့လာကြရအောင်။

- ကျောင်းရှိအများပိုင်ပစ္စည်းတွေကို ဖော်ပြပါ။
- ကျောင်းရှိအများပိုင်ပစ္စည်းတွေကို သင်ဘယ်လို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခဲ့ဖူးပါသလဲ။
- သင်တို့အိမ်နားမှာ ဘယ်လိုအများပိုင်ပစ္စည်းမျိုးရှိပါသလဲ။

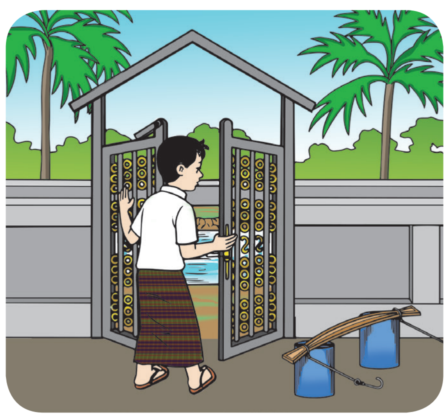
ရေချမ်းစင်

ကျွန်တော်တို့ကျောင်းသွားတဲ့လမ်းမှာ သောက်ရေအိုးစင်လေး တစ်ခုရှိပါတယ်။ လမ်းသွားလမ်းလာတွေ အမောပြေသောက်သုံးနိုင်အောင် ရွာသူရွာသားတွေ အားလုံးပါဝင်ပြီး ငွေကြေးထည့်ဝင်လှူဒါန်းထားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျောင်းသား ကျောင်းသူတွေလဲ သောက်ရေအိုးစင်က ကြည်လင်သန့်ရှင်းတဲ့ရေကို စနစ်တကျ သောက်သုံးကြပါတယ်။ ရေကို ကုန်သလောက်သာ ခပ်သောက်ကြပါတယ်။ သောက်ရေခွက်တွေ မပျောက်ပျက်အောင်၊ သောက်ရေ အလဟဿ မဖြစ်စေအောင်၊ သောက်ရေအိုးစင် ပတ်ဝန်းကျင် မညစ်ညမ်းအောင် ရွာသူရွာသားတွေကလဲ ဂရုစိုက်ကြပါတယ်။

အများပိုင်ပစ္စည်းများ တို့အလေးထား



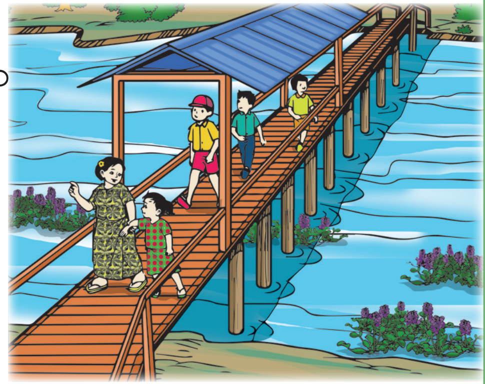
ဖိုးချိုတို့ရွာရဲ့တောင်ဘက်ပိုင်းကွင်းပြင်မှာ အလွန်သာယာလှပတဲ့ သောက်ရေကန်ကြီး တစ်ကန်ရှိပါတယ်။ အဲဒီသောက်ရေကန်ကြီးကို အနီးအနားပတ်ဝန်းကျင်ရွာတွေက လွန်ခဲ့တဲ့နှစ်ပေါင်းရှစ်ဆယ်ခန့်ကတည်းက အသုံးပြုခဲ့ကြပါတယ်။ ရွာသူရွာသားတွေ သန့်ရှင်းတဲ့သောက်ရေကို သောက်သုံးနိုင်ဖို့ရည်ရွယ်ပြီး အားလုံးစုပေါင်း တူးဖော်ခဲ့တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကန်ပေါင်ပတ်လည်မှာ အုတ်တံတိုင်းနဲ့ သပ်ရပ်စွာ ဝန်းရံထားပါတယ်။ ကန်ပေါင်ရဲ့ ရှေ့နောက်တစ်ဖက်တစ်ချက်စီမှာ စေတီနှစ်ဆူ ရှိပါတယ်။ ညနေခင်းနဲ့ လသာတဲ့ညတွေမှာ ဆည်းလည်းသံတချွင်ချွင်နဲ့ အလွန် သာယာလှပါတယ်။ ရေကန်ရဲ့ မြောက်ဘက်မှာ ဝင်ပေါက်တစ်ပေါက် ရှိပါတယ်။ နွား၊ ခွေး၊ ဆိတ်နဲ့ဝက်တို့ မဝင်နိုင်အောင် သံပန်းတံခါး တပ်ဆင်ထားပါတယ်။ ရွာသူရွာသားတွေဟာ သောက်ရေကန်ကို ရေလာခပ်တဲ့အခါတိုင်း ရေကန်ထဲကို အမှိုက်တွေ၊ သစ်ရွက်တွေ မကျဖို့ အထူး ဂရုပြုကြပါတယ်။ ရေခပ်ပြီးတိုင်း သံပန်းတံခါးကို စနစ်တကျ ပြန်ပိတ်ကြပါတယ်။



မနှစ်က သောက်ရေကန်ကြီးကို ပြန်လည်တူးဖော်ခဲ့ပါတယ်။ လုပ်အားပေးတဲ့ ရွာသူရွာသားတွေကို မုန့်ဟင်းခါး၊ ကောက်ညှင်းပေါင်းတို့နဲ့ ဧည့်ခံကျွေးမွေးကြပါတယ်။ ဖိုးချိုတို့ သူငယ်ချင်းတစ်စုလဲ မြေသယ်တာတွေ၊ ဧည့်ခံကျွေးမွေးတာတွေမှာ ပါဝင်လုပ်ဆောင်ခဲ့ပါတယ်။

ရွာသူရွာသား အားလုံး အားထား သောက်သုံးနေရတဲ့ ရွာဦးသောက်ရေကန်ကြီးသာယာလှပပြီး နှစ်ရှည်တည်တံ့ခိုင်မြဲအောင် လက်ဆင့်ကမ်းထိန်းသိမ်းကြရမယ်လို့ ဖေဖေက ပြောပြထားပါတယ်။ ဖေဖေ ပြောပြတဲ့အတိုင်း ဂရုတစိုက်လုပ်ဆောင်ဖို့ သူငယ်ချင်းတွေကိုလဲ ဖိုးချိုက ပြောပြထားပါတယ်။

တံတားအို



ကောက်ကောက်ကွေ့ကွေ့ ချောင်းပေါ်မှာ
သာယာလှပ ခံ့ထည်ဝါ၊
ကျေးရွာချင်းဆက် ချောင်းကူးတံတား
ရွာမြောက်ပိုင်းမှာ တည်ဆောက်ထား။
ဘိုးဘွားစဉ်ဆက် ပြုပြင်တာ
သမိုင်းဝင်မို့ ထိန်းသိမ်းပါ၊
ဖြတ်သွားလာကြ ပြည်သူများ
ပညာစီးပွား လွန်အားထား။
နှစ်ပေါင်းများလို့ ယိုယွင်းလာ
ဆွေးကာယိုင်နဲ့ ကျိုးပဲ့ရှာ၊
ပြေးလွှားဆော့ကာ ဝန်လေးများ
သတိထားလို့ တို့ရှောင်ရှား။

မောင်ပုည(အိမ်မဲ)

မေးခွန်း

၁။ သင်တို့ ရပ်ရွာမှာရှိတဲ့ အများပိုင်ပစ္စည်းတစ်မျိုးကို ပြောပြပါ။ ဘယ်လို ဖြစ်ပေါ်လာသလဲ။

၂။ ရပ်ရွာရှိ အများပိုင်ပစ္စည်းကို ဘယ်လို အလေးထားမလဲ။ အကယ်၍ အလေးမထားပါက ဘယ်လိုဖြစ်လာနိုင်သလဲ။

၃။ သင့်ရပ်ရွာမှာရှိတဲ့ အများပိုင်ပစ္စည်းကို သင် ဘယ်လို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်မလဲ။

သင်ခန်းစာ (၁၄) အမိမြေကို ချစ်မြတ်နိုးပါ

ကိုယ့်ရပ်ကိုယ့်ရွာ ကိုယ့်နိုင်ငံက တိုင်းရင်းသားတွေရဲ့ ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့ထုံးစံတွေကို ချစ်မြတ်နိုးဖို့ ဒီသင်ခန်းစာကို လေ့လာကြရအောင်။

- သင့်ကို ဘယ်ဒေသမှာ မွေးဖွားခဲ့သလဲ။
- သင်မွေးဖွားတဲ့ဒေသမှာ ဘယ်သူတွေ နေထိုင်ကြသလဲ။
- သင့်ရပ်ရွာဒေသမှာ ကြိုက်နှစ်သက်တဲ့အရာတွေ ရှိပါသလား။ ဘာတွေလဲ။

ကဗျာကိုရွတ်ဆိုပြီး ဆွေးနွေးကြရအောင်။

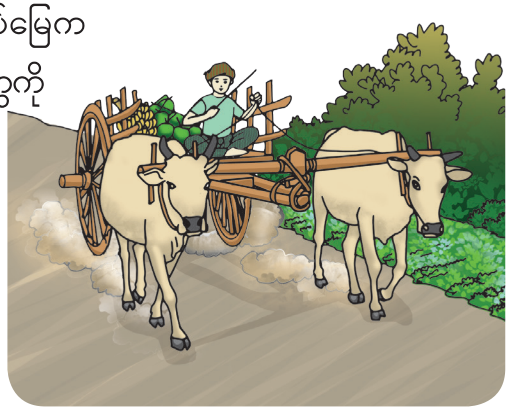
ငါတို့ပြည်ထောင်စု

တောင်ပေါ်ဖွားနဲ့ မြေပြန့်ဆွေ ရင်းနှီးချစ်ကြည်ပေ၊
တောင်ပေါ်ဆွေနဲ့ မြေပြန့်ဖွား ညီနောင်မွေးချင်းများ။
စကားမတူ ကွဲပြားမှု ပြည်ချစ်စိတ်မှာတူ၊
အေးတူပူမျှ ဘယ်မခွဲ မေတ္တာခိုင်ခိုင်မြဲ။
မယိုင်မလဲ ကြံ့ကြံ့ခိုင် ပင်လုံစိတ်ဓာတ် တို့မဏ္ဍိုင်
သက်ဆုံးတိုင်အောင် ညီညွတ်မှု
ငါတို့ပြည်ထောင်စု။

မောင်တင်စိုး(သစ်ရာကောက်)

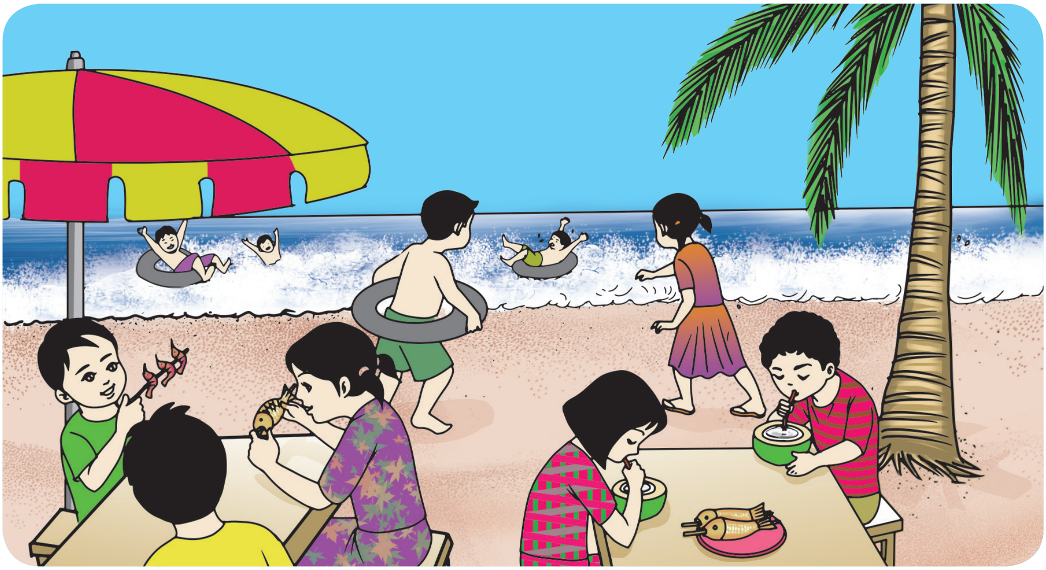
မွေးရပ်မြေ

ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ မမေ့အပ်တဲ့နေရာကတော့ ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ မွေးရပ်မြေပါပဲ။ မွေးရပ်မြေအကြောင်း စဉ်းစားလိုက်တိုင်း ပျော်ရွှင်ကြည်နူးမိပါတယ်။ လှပတဲ့ကမ်းခြေ ထင်ရှားတဲ့စေတီဘုရားများနဲ့ သဘာဝအတိုင်း လှချင်တိုင်းလှနေတဲ့ ကျောက်ဆောင်၊ ကျောက်တုံးတွေကတော့ မွေးရပ်မြေရဲ့ထူးခြားပြီး အဖိုးတန်ဆုံးအရာတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ မွေးရပ်မြေက ထွက်ရှိတဲ့ ငါး၊ ပုစွန်၊ ငှက်ပျောသီး၊ အုန်းသီးတွေကို နေ့စဉ် နွားလှည်းနဲ့ သယ်ယူပို့ဆောင်နေတဲ့ မြင်ကွင်းတွေကလဲ အမှတ်ရစရာပါပဲ။ တပေါင်းပွဲတော်ချိန်မှာ ရွာတွေက စုပေါင်းပြီး စတုဒိသာ ကျွေးမွေးကြတာ ပျော်စရာပါပဲ။



ရွာထိပ်က ညောင်ပင်ကြီးပေါ် သူငယ်ချင်းတွေနဲ့အတူ တက်လိုက် ဆင်းလိုက် ပြေးလွှား ဆော့ကစားခဲ့ကြတာတွေကို အခုအချိန်အထိ သတိရနေဆဲပါပဲ။

အခန်း(၁၄)



တပေါင်းလဘုရားပွဲတော်ချိန်မှာ တိုင်းရင်းသားရိုးရာအကတွေ ကြည့်ခဲ့ရတာ၊ ရိုးရာအစားအသောက်တွေ စားခဲ့ရတာ၊ ကမ်းခြေမှာ ရေကူးရင်း လှိုင်းစီးခဲ့တာ၊ ငါးကင်၊ ပုစွန်ကင်စားခဲ့တာ၊ အုန်းစိမ်းရေ သောက်ခဲ့တာတွေဟာ မမေ့နိုင်တဲ့ အမှတ်ရစရာတွေပါ။ လှပတည်ငြိမ်တဲ့ ပင်လယ်ပြင်ကြီးရဲ့ အလယ်မှာရှိတဲ့ လိပ်ကျွန်းကို မိသားစုဝင်တွေ သူငယ်ချင်းတွေနဲ့အတူ သွားလည်ခဲ့ကြတာကို အမှတ်ရဆုံးပါပဲ။ ကျောက်ဆောင်တွေကြားက လိပ်တွေ၊ သဲသောင်ပြင်ပေါ်က လိပ်သားပေါက်လေးတွေကို လက်ပေါ်တင်ပြီး ဆော့ကစားခဲ့ကြတာတွေကိုတော့ မေ့မရဆုံးပါပဲ။

နံနက်ခင်းနဲ့ ညနေဆည်းဆာချိန်မှာ သဲသောင်တစ်လျှောက် လမ်းလျှောက်ရင်း ခရုကောက်ရတဲ့အရသာကို သတိရနေဆဲပါပဲ။ လရောင်အောက်မှာ အဘိုးပြောပြတဲ့ပုံပြင်ကို သူငယ်ချင်းတွေစုဝေးပြီး နားထောင်နေတုန်း အမေပြုတ်ကျွေးတဲ့ ပြောင်းဖူးပြုတ်ပူပူလေးကိုလဲ ဒီနေ့ထိ စားချင်နေဆဲပါပဲ။

သင့်မွေးရပ်မြေက သင်တန်ဖိုးထားမြတ်နိုးတဲ့အရာတွေကို ဖော်ပြပါ။

မေးခွန်း

၁။ ပြည်ထောင်စုဖွား တိုင်းရင်းသားတွေက ဘယ်သူတွေလဲ။

၂။ တိုင်းရင်းသားတွေထားရှိရမဲ့ စိတ်ဓာတ်က ဘယ်လို စိတ်ဓာတ်မျိုးလဲ။

၃။ ပြည်ထောင်စုဖွား တိုင်းရင်းသားအချင်းချင်း ဘယ်လို နေထိုင် သင့်သလဲ။

၄။ မွေးရပ်မြေကို ဘာကြောင့် ချစ်မြတ်နိုးတာလဲ။

၅။ မွေးရပ်မြေမှာ ဘာတွေကို အမြဲတမ်း ရှိနေစေချင်သလဲ။

၆။ မွေးရပ်မြေမှာ ရှိစေချင်တဲ့အရာတွေကို ဘယ်လို ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ကြမလဲ။

စဉ်းစားထားတာကို ရေးကြည့်ကြရအောင်။

သင်ခန်းစာ (၁၅) သဘာဝအလှ တသသ

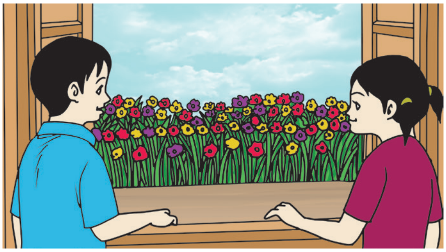
သဘာဝအလှတွေကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်တတ်ဖို့ ဒီသင်ခန်းစာကို လေ့လာကြရအောင်။

- သဘာဝအလှဆိုတာ ဘာတွေလဲ။
- ပုံထဲမှာတွေ့ရတဲ့ သဘာဝအလှတွေကို သင် ကြုံတွေ့ဖူးသလား။
- သင် ကြုံတွေ့ဖူးတဲ့ သဘာဝအလှတွေကို ပြောပြပါ။

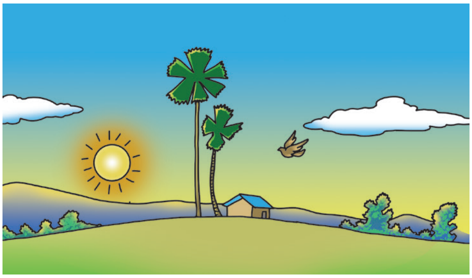
သဘာဝအလှ

လသာတဲ့ညအခါမှာ ပိုးစုန်းကြူးလေးတွေ ပျံသန်းနေကြတယ်။

အပင်တွေက ငှက်ကလေးတွေလိပ်ပြာနဲ့ ပျားပိတုန်းလေးတွေရဲ့ နားခိုစရာပဲ။



နေပူရှိန်မပြင်းသေးတဲ့ နံနက်ခင်းမှာ သဘာဝအလှတွေနဲ့ စိတ်ကြည်လင်လန်းဆန်းလို့ နေပါတော့တယ်။



ပန်းလေးတွေရဲ့ မွှေးပျံ့တဲ့သင်းရနံ့က လေပြည်အေးနဲ့အတူ ကျွန်ုပ်တို့ဆီကို ရောက်ရှိလာတယ်။

သဘာဝအလှ တသသ

နွေရာသီကျောင်းပိတ်ရက်ထဲမှာ ဆွေမျိုးတွေနေတဲ့ရွာကို အလည်လိုက်သွားတာ သိပ်ပျော်စရာ ကောင်းတာပဲ နော်အယ်ဖောရယ်၊ ရွာအဝင်လမ်းကလေးကစပြီး တော တောင် ရေ မြေ သဘာဝအလှတွေကို မြင်ရတယ်။

မနက်ခင်းမှာ လိပ်ပြာကလေးတွေ ငှက်ကလေးတွေနဲ့ ကြက်ကလေးတွေ အစာရှာထွက်လာကြတယ်။ ရွာသူ ရွာသားတွေက အကွေ့အကောက် လမ်းတွေကို ဖြတ်ကျော်ပြီး တောင်ယာစိုက်ခင်းတွေဆီကို အလုပ်သွားကြတယ်။ ချောက်ကမ်းပါးတွေ အပေါ်မှာသစ်ဝါးတွေနဲ့ ဆောက်လုပ်ထားတဲ့ တံတားတွေ၊ သစ်တိုင်ဝါးတိုင်တွေနဲ့ ခြံစည်းရိုးခတ်ထားတဲ့ အိမ်တွေက သဘာဝအလှတွေပဲ။

ဘာဖြစ်လို့ ကျေးဇူးတင်တာလဲ

ကြည်လင်တဲ့ စမ်းချောင်းရေနဲ့ စိမ်းလန်းတဲ့ သစ်ပင်သစ်တောတွေကြောင့် ငါတို့တွေ အသက်ရှင် နေထိုင်နိုင်ကြတယ်။ အဲဒါတွေကို သဘာဝက ပေးထားလို့ ကျေးဇူး တင်တာ။

တောင်စောင်းတစ်လျှောက် တွေ့မြင်ရတဲ့ စိုက်ပျိုးခင်းတွေ၊ သဘာဝအလှ ရှုခင်းတွေကို မြင်တွေ့ရတိုင်း အမောအပန်းပြေပြီး စိတ်ထဲ လန်းဆန်း အေးမြသွားတယ်။

အဲဒီလို သဘာဝ အလှတွေရှိတာ ကောင်းလိုက်တာနော်။ မပျက်စီးအောင် ငါတို့ ထိန်းသိမ်းကြရမယ်။

သဘာဝအလှတွေကို ချစ်မြတ်နိုးတတ်ဖို့ ကိုယ်တိုင်ဘာလုပ်ကြမလဲ ဆုံးဖြတ်ကြပါစို့။

ငှက်ကလေးတွေ လိပ်ပြာကလေးတွေကို ချစ်မြတ်နိုးလို့ . . .

အပင်လေးတွေပန်းပင်လေးတွေကို ချစ်မြတ်နိုးလို့ . . .

သစ်ပင်သစ်တောတွေကို ချစ်မြတ်နိုးလို့ . . .

ရေမြေတောတောင် သဘာဝအလှတွေကို ချစ်မြတ်နိုးလို့ . . .

နေရောင်ခြည်နဲ့ လေပြည်အေးကို ချစ်မြတ်နိုးလို့ . . .

မေးခွန်း

၁။ သင့်ပတ်ဝန်းကျင်မှာရှိတဲ့ သဘာဝအလှတွေက ဘာတွေလဲ။

၂။ သဘာဝအလှတွေကို ဘာကြောင့် ထိန်းသိမ်းသင့်တာလဲ။

၃။ သဘာဝအလှတွေက အရေးကြီးတယ်လို့ ထင်သလား။ ဘာကြောင့်လဲ။

၄။ သဘာဝအလှတွေ ပျက်စီးသွားရင် ဘာဖြစ်သွားနိုင်သလဲ။

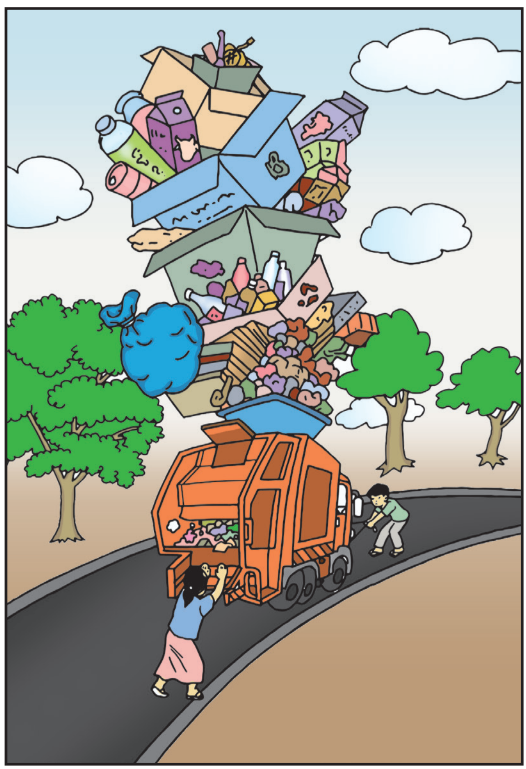
၅။ သဘာဝအလှတွေကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ဖို့ ဘာတွေ လုပ်မလဲ။

သင်ခန်းစာ (၁၆) သန့်ရှင်းသာယာလှပဖို့

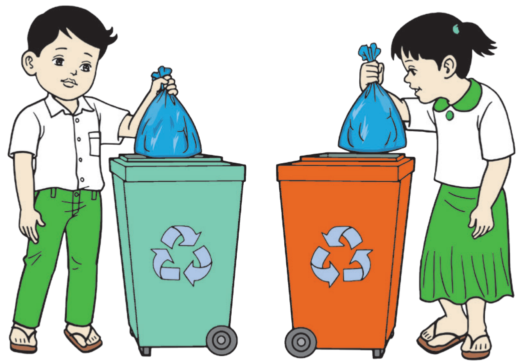
ပတ်ဝန်းကျင်ကို သန့်ရှင်းသာယာလှပစေဖို့ ဒီသင်ခန်းစာကို လေ့လာကြရအောင်။

- အိမ်မှာ ဘာအမှိုက်တွေ အများဆုံး စွန့်ပစ်သလဲ။
- ကျောင်းမှာ ဘာအမှိုက်တွေ အများဆုံး စွန့်ပစ်သလဲ။
- နေ့စဉ် လွှင့်ပစ်နေရတဲ့ အမှိုက်တွေက ဘာတွေလဲ။

ရုပ်ပုံကိုလေ့လာပြီး ဆွေးနွေးကြရအောင်။

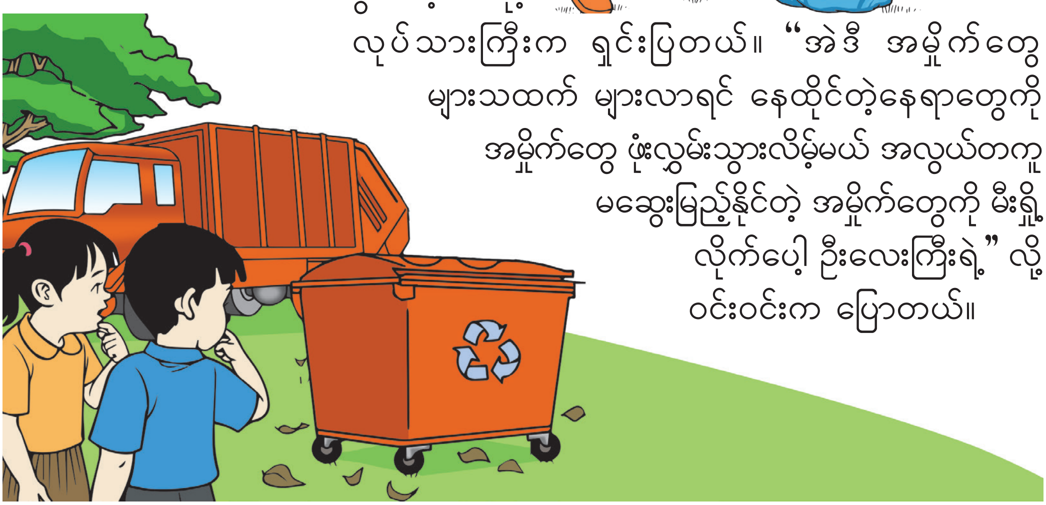


လူတိုင်းကိုယ်စီ လိုက်နာမှု



ဝင်းဝင်းတို့ အတန်းထဲမှာ အမှိုက်စိုနဲ့ အမှိုက်ခြောက် ခွဲခြားပြီး တစ်အိတ်စီ စွန့်ပစ်ရပါတယ်။ ဘာကြောင့် အမှိုက်ကို ခွဲခြား စွန့်ပစ်နေရတာလဲ ဝင်းဝင်း နားမလည်ဘူး။ နေသာတဲ့နေ့တစ်နေ့မှာ ဝင်းဝင်းတို့ သူငယ်ချင်းတွေ ကစားနေကြတယ်။ သန့်ရှင်းရေးလုပ်သားကြီးက အထုပ်ကြီးတွေကို တစ်ထုပ်ပြီး တစ်ထုပ် ထမ်းနေတာ သတိထားမိတယ်။ အမှိုက်ပုံးထဲက ဘာတွေ သယ်လာပါလိမ့် ဘာလုပ်မလို့ပါလိမ့် စိတ်ဝင်စားသွားတယ်။

"ဒီအထုပ်က ပြန်သုံးလို့ရတဲ့ပစ္စည်း ဟောဒီအထုပ်က ပြန်ပြုပြင်ပြီးမှ သုံးလို့ရတဲ့ပစ္စည်း၊ ဟောဟိုမှာ ကျန်နေတာတွေက ပြန်သုံးလို့လဲမရ ပြုပြင်ပြီး သုံးလို့လဲ မရဘဲ အလွယ်တကူ မဆွေးမြည့်နိုင်တဲ့ အမှိုက်တွေပေါ့''လို့ လုပ်သားကြီးက ရှင်းပြတယ်။ "အဲဒီ အမှိုက်တွေ များသထက် များလာရင် နေထိုင်တဲ့နေရာတွေကို အမှိုက်တွေ ဖုံးလွှမ်းသွားလိမ့်မယ် အလွယ်တကူ မဆွေးမြည့်နိုင်တဲ့ အမှိုက်တွေကို မီးရှို့လိုက်ပေါ့ ဦးလေးကြီးရဲ့" လို့ ဝင်းဝင်းက ပြောတယ်။



မီးရှို့လိုက်ရင် ညှော်နံ့တွေ ထွက်လာမယ်။ ညှော်နံ့တွေက တို့တွေအားလုံးကို ထိခိုက်စေမယ်။ အကောင်းဆုံး နည်းလမ်းက အမှိုက်ဖြစ်မဲ့ပစ္စည်း တွေကို လူတိုင်းလျှော့သုံးကြဖို့ပဲ”လို့ ရှင်းပြတယ်။ ဝင်းဝင်း သေချာ သိသွားပြီ။ မဆင်မခြင် ပစ်ထားတဲ့ အမှိုက်တွေကို သန့်ရှင်းရေး လုပ်သားတွေ ချည်းပဲ ဘယ်လို ရှင်းလင်းနိုင်မလဲ။

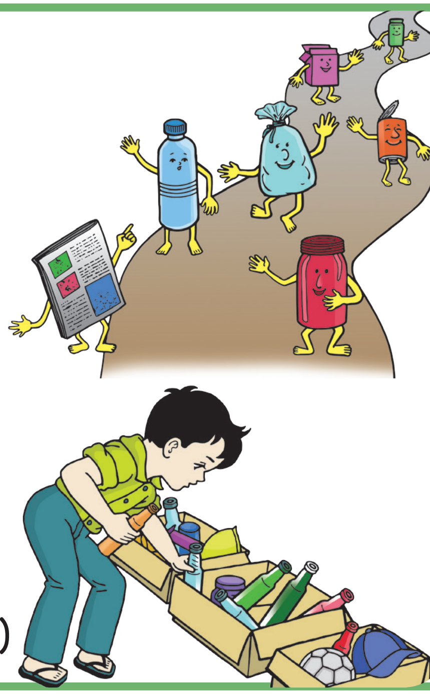
အမှိုက်ဖြစ်မဲ့ပစ္စည်းတွေကို လျှော့သုံးရမယ်။ ပြန်သုံးလို့ရတာတွေကို အကြိမ်ကြိမ် အသုံးပြုရမယ်။ ပြန်လည်ပြုပြင်ပြီး အစားထိုး သုံးနိုင်တဲ့ နည်းလမ်းတွေကို ရှာရမယ်။ ဒါမှ ပတ်ဝန်းကျင် သန့်ရှင်း သာယာလှပမယ်။

အခန်း(၁၆)

မြို့ရွာအိမ်ကျောင်းသာယာဖို့

တို့အားလုံးရဲ့ကမ္ဘာမြေ
သန့်ရှင်းလှပ စိမ်းလန်းစေ၊
တို့တစ်တွေမှာ တာဝန်ရှိ
ကြိုးစားကြမှ တာဝန်သိ၊
လျှော့သုံးကြည့်ပါ ပြန်သုံးကာ
ပြုပြင်သုံးဖို့ လိုက်နာပါ၊
မြို့ရွာအိမ်ကျောင်း သာယာဖို့
ဝိုင်းဝန်းဆောင်ရွက်ကြပါစို့။

ကိုထွန်းထွန်း(ဂီတမိတ်)



ဇယားကွက်ထဲမှာ ပေးထားတဲ့ ခေါင်းစဉ်အရ သင်ဘာလုပ်မလဲ စဉ်းစားပါ။ ဘာကြောင့်လဲ ရှင်းပြပါ။

လျှော့သုံး	ပြန်သုံး	ပြုပြင်သုံး
ဈေးဝယ်တဲ့အခါပလတ်စတစ်အိတ် လျှော့သုံးမယ်		
	ဘူးခွံတွေကို ပစ္စည်းထည့်ဖို့ ပြန်သုံးမယ်	
		ကော်ဖီမစ်အိတ်ခွံတွေနဲ့အိတ်လှလှလေး လုပ်မယ်