တွေးတောဆင်ခြင်
အန္တရာယ်ကင်းစင်

သရုပ်ဖော်ပန်းချီ - ဆရာ ဟိန်းထက်

Australian Aid
DANIDA
EUROPEAN UNION
NORWEGIAN EMBASSY
UKaid
unicef
unite for children

ကျေးဇူးတင်ရှိခြင်း

ဤစာအုပ်သည် လူငယ်များအတွက် ဘဝတွက်တာအခြေခံကျွမ်းကျင်မှုများရရှိစေရန်နှင့် စာဖတ်ရှိန်မြှင့်တင်နိုင်ရန်ရည်ရွယ်ပါသည်။ ပညာရေးစီမံကိန်းနှင့်လေ့ကျင့်ရေးဦးစီးဌာန၊ ပညာတန်ဆောင်အဖွဲ့နှင့် UNICEFတို့ ပူးတွဲအကောင်အထည်ဖော်လျက်ရှိသည့် ရပ်ရွာအခြေပြု ကျောင်းပြင်ပရောက်ကလေးများအတွက် စဉ်ဆက်မပြတ်တိုးချဲ့ပညာသင်ယူခြင်းအစီအစဉ်(EXCEL)တွင်ပါဝင်သော ကလေးများကိုယ်တိုင်ပါဝင်ပြီး Mr. Gregory Carl (ဘဝတွက်တာအခြေခံကျွမ်းကျင်မှုပညာပေးခြင်း အစီအစဉ် အတိုင်ပင်ခံပုဂ္ဂိုလ်)၏ ဦးဆောင်မှု၊ ကရင်နှစ်ခြင်းခရစ်ယန်အဖွဲ့ချုပ်၊ ကရုဏာမြန်မာလူမှုရေး အသင်း၊ မြန်မာနိုင်ငံစာတတ်မြောက်ရေးအထောက်အကူပြု ပင်မဌာန၊ နယ်စပ်ဒေသဖွံ့ဖြိုးရေးအသင်း၊ သီရိမေအမျိုးသမီးများဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးသမအသင်း၊ တီးတိန်နှစ်ခြင်းခရစ်ယန်အဖွဲ့ချုပ်၊ ကျောင်းပြင်ပ မူလတန်းပညာရေးစသည်တို့မှ ပံ့ပိုးကူညီမှုဖြင့်ဖန်တီးထုတ်လုပ်ထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ဤစာအုပ်ဖြစ်မြောက်ရေးအတွက် အားသွန်ခွန်စိုက်ပါဝင်ခဲ့ကြသော ဇာတ်လမ်းပြုစုသူများဖြစ်ကြသည့် မပဟီးမိုး (ဒီမောဆိုး)၊ မောင်ဖရီးရယ်(ဒီမောဆိုး)၊ မောင်ဂျပ်စတင်းငယ်ငယ်(ဒီမောဆိုး)၊ မဖြူအောင် (သထုံ)၊ မမီးပု(သထုံ)၊ မောင်ထွန်းအောင်ကျော်(သထုံ)၊ မရီရီဝင်း(လှိုင်သာယာ)၊ မောင်သန်းဇော် (လှိုင်သာယာ)၊ မောင်ဝင်းကိုကိုထွန်း(လှိုင်သာယာ)၊ မောင်မျိုးဇင်နိုင်(လှိုင်သာယာ)၊ မောင်မျိုးဝင်းအောင် (လှိုင်သာယာ)၊ မောင်ဇေယျာလင်း(ကော့မှူး)၊ မခင်စောမူ(ကော့မှူး)၊ မနိုင်သဇင်မိုး(ကော့မှူး)၊ နန်းဦမွှာထွေး(မြောင်းမြ)၊ နော်အယ်ဒိုလား (မြောင်းမြ)နှင့် ဆရာဦးအောင်ကျော်ကျော် တို့အား ကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။

ထို့အပြင် ဤစာအုပ်ပြုစုရေးအတွက် အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲတွင်လည်းကောင်း၊ ကွင်းဆင်းစမ်းသပ်မှုပြုလုပ်ရာတွင်လည်းကောင်း၊ ပါဝင်ကူညီပေးခဲ့သည့် ပညာတန်ဆောင်အဖွဲ့ဝင်များ၊ NGO အဖွဲ့ဝင်များ၊ EXCELအဖွဲ့ဝင်များ၊ မြို့နယ်ကြီးကြပ်ရေးမှူးများ၊ ရပ်ရွာအဆင့်ကူညီပံ့ပိုးသူများနှင့် ကျောင်းပြင်ပကလေးများအားလုံးတို့အား အထူးကျေးဇူးတင်ရှိကြောင်း မှတ်တမ်းတင်အပ်ပါသည်။

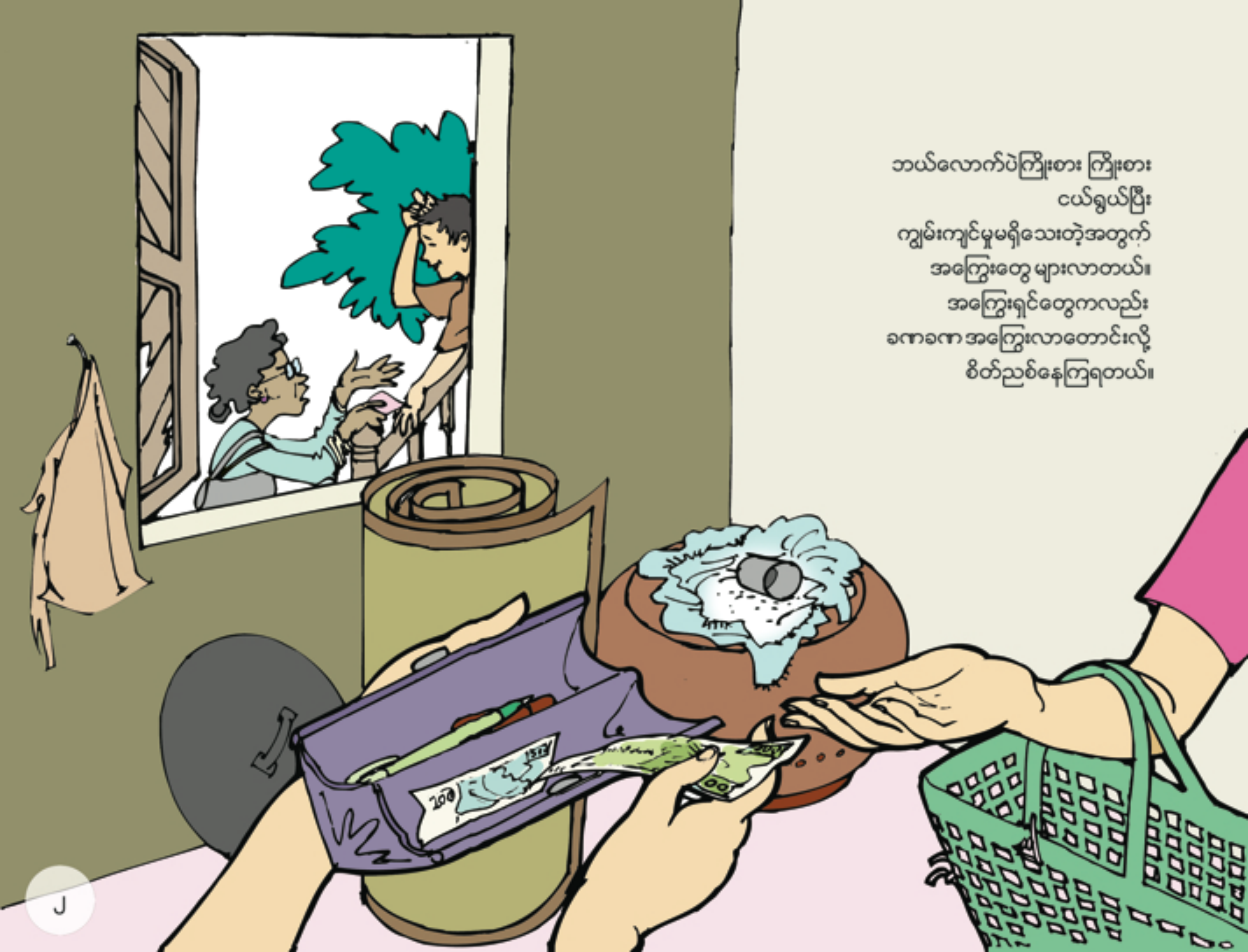
အမှာစာ

ဒီစာအုပ်မှာ လူငယ်လူရွယ်တွေ ကြုံတွေ့ရလေ့ရှိတဲ့အကြောင်းအရာများ၊ အခက်အခဲများ၊ ဖြေရှင်းပုံများကို ဖတ်လမ်းဖြစ်အောင် ပြုစုထားပါတယ်။ ဒီစာအုပ်ကိုဖတ်ပြီး နောက်ဆက်တွဲမေးခွန်းတွေကိုဖြေကြည့်ခြင်း၊ လူငယ်အချင်းချင်း စုပေါင်းဆွေးနွေးခြင်းများ ပြုလုပ်ကြဖို့လည်း မေတ္တာရပ်ခံပါတယ်။

လူငယ်များ ဘဝတွက်တာသိမှတ်စရာတွေ တိုးတက်လာအောင် ဖတ်လမ်းကိုသေသေချာချာဖတ်ပါ။ နောက်ဆက်တွဲမေးခွန်းတွေကို ဖြေကြည့်ပါ။ သိရှိလာတဲ့ အသိပညာ၊ သတင်းအချက်အလက်တွေကို နေ့စဉ်ဘဝမှာ ပြန်လည်ပြီးလက်တွေ့အသုံးပြုပါ။

အခက်အခဲပြဿနာတွေကို လူငယ်တို့ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းနိုင်စေဖို့ ဒီစာအုပ်က ဘဝလမ်းညွှန်အဖြစ်အကူအညီပေးနိုင်လိမ့်မယ်လို့ မျှော်လင့်ပါတယ်။

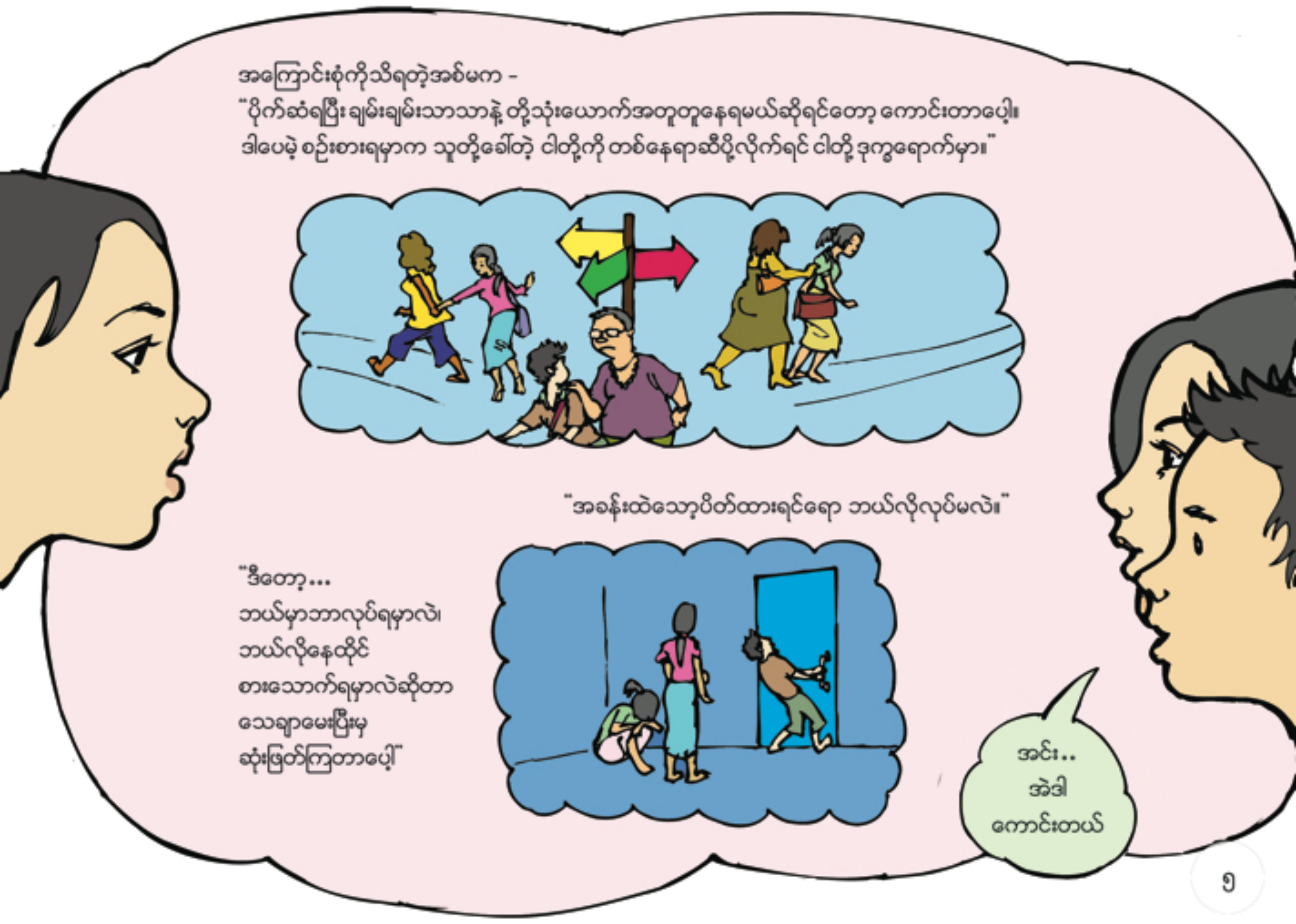
ပန်းအိတို့မောင်နှမ(၃)ယောက်ဟာ ဖခင်ရှတ်တရက်ဆုံးပါးသွားလို့ အားကိုးရာမဲ့ပြီး ကျန်ခဲ့ကြတယ်။
အဖေ့ဆီကတတ်ခဲ့တဲ့ ရုပ်သေးကြိုးဆွဲပညာကိုသုံးပြီး မောင်လေးကအရုပ်ကြိုးဆွဲတယ်။ အစ်မက ကြိုးဆွဲရုပ်နဲ့
တူအောင် က ပြရင်းဘဝကို ဆင်းဆင်းရဲရဲရုန်းကန်ကြရတယ်။ အလတ်မလေးကတော့ အိမ်မှုကိစ္စတွေ လုပ်ရတယ်။
အားတဲ့အချိန်မှာ ကျောင်းပြင်ပ ပညာရေးသင်တန်းကိုတက်တယ်။



ဘယ်လောက်ပဲကြိုးစား ကြိုးစား
ငယ်ရွယ်ပြီး
ကျွမ်းကျင်မှုမရှိသေးတဲ့အတွက်
အကြွေးတွေ များလာတယ်။
အကြွေးရှင်တွေကလည်း
ခဏခဏ အကြွေးလာတောင်းလို့
စိတ်ညစ်နေကြရတယ်။

တစ်နေ့မှာ   အစ်မဖြစ်သူ ဈေးသွားနေတုန်း ရွာခံတစ်ယောက်နဲ့ ရန်ကုန်က လူစိမ်းတစ်ယောက် ရောက်လာတယ်။

ဘာလို့ပြန်လွှတ်လိုက်ရတာလဲ၊
ဒီလောက်ကောင်းတာ။
ဟဲ့ ..မဟုတ်သေးဘူးလေ၊
ငါတက်နေတဲ့ သင်တန်းမှာ အဲ့ဒီလိုပိုက်ဆံတွေအများကြီး
ပေးမယ်ဆိုတိုင်း လက်ခံမိရင်ဒုက္ခရောက်တတ်တယ်
စဉ်းစားဖို့လိုတယ်လို့ သင်ထားတယ်၊ နင်က
သွားချင်တာပဲသိတယ်။
ဟာ..
ပိုက်ဆံရရင်ပြီးတာပဲ၊
အစ်မတို့မလိုက်ရင်နေ၊
ကျုပ်ကတော့သွားမှာပဲ။
ဟဲ့..ဟဲ့..
ဘာဖြစ်နေကြတာလဲ ရန်မဖြစ်ကြနဲ့လေ။

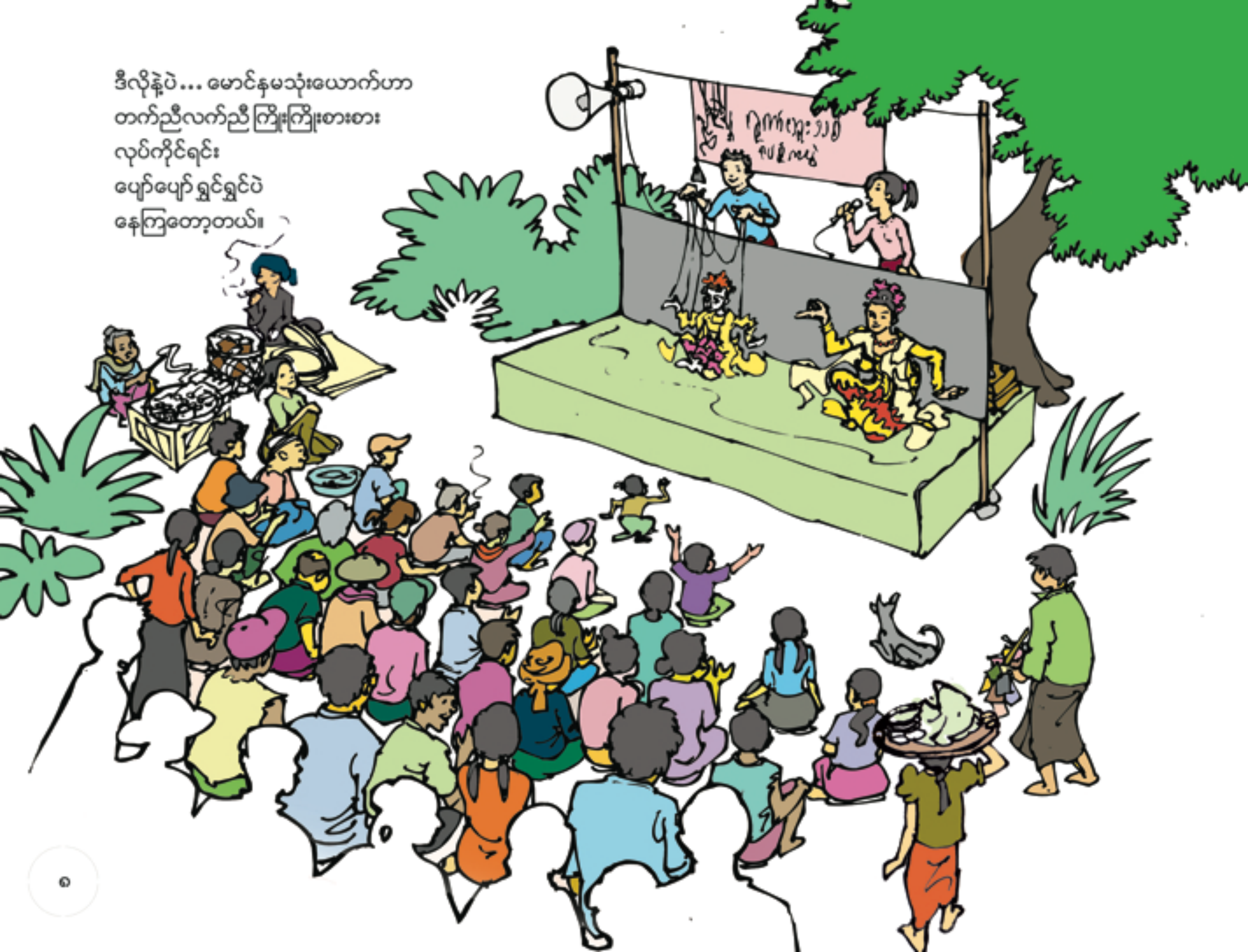

အကြောင်းစုံကိုသိရတဲ့အစ်မက -
"ပိုက်ဆံရပြီး ချမ်းချမ်းသာသာနဲ့ တို့သုံးယောက်အတူတူနေရမယ်ဆိုရင်တော့ ကောင်းတာပေါ့။
ဒါပေမဲ့ စဉ်းစားရမှာက သူတို့ခေါ်တဲ့ ငါတို့ကို တစ်နေရာဆီပို့လိုက်ရင် ငါတို့ ဒုက္ခရောက်မှာ။"
"အခန်းထဲသော့ပိတ်ထားရင်ရော ဘယ်လိုလုပ်မလဲ။"
"ဒီတော့...
ဘယ်မှာဘာလုပ်ရမှာလဲ၊
ဘယ်လိုနေထိုင်
စားသောက်ရမှာလဲဆိုတာ
သေချာမေးပြီးမှ
ဆုံးဖြတ်ကြတာပေါ့"
အင်း..
အဲဒါ
ကောင်းတယ်

နောက်တစ်နေ့၊ ရွာခံနဲ့ ရန်ကုန်ကလူစိမ်း ထပ်ရောက်လာတဲ့အခါ အစ်မက ...

လာခေါ်တဲ့ လူတွေက
မရေမရာနဲ့ အဖြေပေးတယ်။

နောက်ဆုံးတော့ ....
မောင်နှမ သုံးယောက်စလုံးဟာ
ရလာမဲ့ကောင်းကျိုးထက် ဆိုးကျိုး ပိုများနိုင်တာကို စဉ်းစားမိသွားတယ်။
ဒါကြောင့် ... မလိုက်တော့ဘူးလို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်ကြတယ်။

ဒီလိုနဲ့ပဲ … မောင်နှမသုံးယောက်ဟာ
တက်ညီလက်ညီ ကြိုးကြိုးစားစား
လုပ်ကိုင်ရင်း
ပျော်ပျော် ရွှင်ရွှင်ပဲ
နေကြတော့တယ်။



တွေးတောဆင်ခြင် အန္တရာယ်ကင်းစင်

၁။ ဒီဇာတ်လမ်းရဲ့အဓိက ပြဿနာက ဘာလဲ။

၂။ ပြဿနာကို ဘယ်လိုဖြေရှင်းသလဲ။

၃။ ဇာတ်သိမ်းခန်းမှာ ဘာဖြစ်သလဲ။

၄။ ဒီဇာတ်လမ်းပါ အရေးကြီးတဲ့ သတင်းစကားက ဘာလဲ။

ကျောင်းပြင်ပကလေးများ ကိုယ်တိုင်ပြုစုထားသော စာအုပ်များ