

# "မိခင်နို့ရည်ကောင်းမွန်မှ ရင်သွေးငယ်များဘဝလှပ"

သန်းဝင်း

ဒုတိယတိုင်းရင်းဆေးမှူး

- မင်္ဂလာပါဆရာ . . .
- မင်္ဂလာပါ ခင်ဗျ . . .
- ဟုတ်ကဲ့ ၊ ကျွန်မတို့ အပတ်စဉ်တင်ဆက်နေကျ သုတအဖြာဖြာတိုင်းရင်းဆေးပညာ ကဏ္ဍ ရောက်ရှိလို့လာပြန်ပါပြီ။ ဒီတစ်ပတ်အတွက်ရွေးချယ်ထားတဲ့ ခေါင်းစဉ်ကို သိပါရစေရှင့် . . .
- ဒီတစ်ပတ်ရွေးချယ်ထားတဲ့ ခေါင်းစဉ်ကတော့ "မိခင်နို့ရည်ကောင်းမွန်မှ ရင်သွေးငယ်များ ဘဝလှပ" ဖြစ်ပါတယ်...
- အော် . ဟုတ်ကဲ့ . ဒါဆို မိခင်နို့ရည်အကြောင်းပြောမှာပေါ့နော် ဆရာ ...
- ဟုတ်ပါတယ်ခင်ဗျ. အာဟာရပြည့်ဝတဲ့ နို့ရည်နဲ့ ဆိုးကျိုးဖြစ်စေတဲ့ နို့ရည်တွေအကြောင်းကို တိုင်းရင်းဆေးပညာရှုထောင့်ကနေ ပြောပြသွားမှာပါ...
- ဟုတ်ကဲ့ စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းပါတယ်... ဒါဆို အားလုံးသိအောင် ပြောပြပေးပါဦးရှင့်...
- ဟုတ်ကဲ့ ... မိခင်တွေဟာ မိမိရဲ့ရင်သွေးတွေကို နို့ချိုတိုက်ကျွေးတဲ့အခါမှာ အာဟာရ ပြည့်ဝတဲ့ နို့ရည်ဖြစ်ဖို့လိုအပ်ပါတယ်။ မွေးကင်းစကနေ အနည်းဆုံး ခြောက်လသားအထိ တောက်လျှောက်တိုက်ကျွေးရတဲ့ မိခင်နို့ရည်ဟာ အာဟာရ မပြည့်ဝခဲ့လို့ရှိရင် ကလေး အတွက် ဆိုးကျိုးတွေကို ဖြစ်စေပြီး ကလေးဟာ ချူချာနေမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့် နို့ချို တိုက်ကျွေးစဉ်မှာ မိခင်တွေအနေနဲ့ အစားအသောက်၊ အနေအထိုင်တွေကို သတိထားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်...

ဒါကို **အဓွနနိဒါန်း**ကျမ်းမှာ ပြဆိုထားတာကတော့ "နို့စို့အရွယ်နို့ကို အမှီးပြုပြီး ကြီးနေရသောအချိန်၌ ကလေး၏ အသက်ရှင်ရေးသည် နို့ရည်ပေါ်တွင် အများဆုံး တာဝန်ရှိပေ၏။ ကလေးငယ် အသက်ရှင်ရေးအတွက် အကြောင်းများစွာ တာဝန်ကိစ္စ ရှိသည်တွင် နို့ရည်သည် တာဝန်အကြီးဆုံးဟုဆိုသည်။ ပြခဲ့ပြီးသည့်အတိုင်း မိခင်၏ နို့ရည်သည် ကလေးအတွက် အမြိုက်နှင့်တူငြားလည်း မိခင်၏ အစားအသောက်၊ အနေအထိုင်ပျက်ကွက်၍၊ မှားယွင်း၍ (သို့မဟုတ်) မှားယွင်းခဲ့၍ ထိုမိခင်၏နို့သည်

ကလေးအဖို့ အမြိုက်ကို စို့နေရသည်ဟု ထင်ရငြားလည်း အဆိပ်ကို သောက်စို့နေသည်ဟု သိနိုင်ပေ၏။ သို့ဖြစ်၍ အမြိုက်နှင့်အဆိပ် ခွဲခြားယူနိုင်ရန် နို့ရည်ကို စိစစ်ပေးဖို့အတွက်သည် အရေးကြီးဆုံးဖြစ်လေသည်" ဆိုပြီး ပြဆိုထားတာကို တွေ့ရှိရပါတယ်...

- မိခင်နို့ရည်ရဲ့အရေးပါပုံကို ရေးထားတာပေါ့နော် ဆရာ... ဆက်ပြီး ပြောပြပေးပါဦးရှင့်...
- တိုင်းရင်းဆေးပညာမှာ နို့ရည်ကို အမျိုးအစားခြောက်မျိုးခွဲခြားထားပါတယ် ...
- ဟုတ်ကဲ့ ... ဘာတွေလဲ သိပါရစေရှင့် ...
- နံပါတ်(၁) ရေမှာနစ်တဲ့နို့ရည် (၂) ရေမှာပေါ်တဲ့နို့ရည် (၃) အမျှင်တန်းတဲ့နို့ရည် (၄) အမြှုပ်ထတဲ့နို့ရည် (၅) ရေပေါ်အဆီဝေတဲ့နို့ရည် နဲ့ နံပါတ် (၆) ရေနဲ့သမတဲ့နို့ရည် တို့ပဲဖြစ်ပါတယ်...
- အမျိုးအစား (၆) မျိုးကို ဘယ်လိုခွဲခြားနိုင်မလဲဆိုတာလည်း ပြောပြပေးပါဦးရှင့် ...
- နို့ရည်အမျိုးအစားတွေကို ခွဲခြားဖို့အတွက် ရေထည့်ထားတဲ့ ဖန်ခွက်တစ်ခုလိုပါတယ်... အဲဒီဖန်ခွက်ထဲကို မိခင်နို့ရည် ၅ စက်ညှစ်ထည့်ပြီး ခွဲခြားရမှာဖြစ်ပါတယ်...
- ဟုတ်ကဲ့... နို့ရည်အမျိုးအစားအလိုက် အကျိုး၊ အပြစ် တွေကိုလည်း နို့တိုက်မိခင်တွေ အတွက် ပြောပြပေးပါဦးရှင့်...
- နံပါတ် (၁) အမျိုးအစားဖြစ်တဲ့ ရေမှာနစ်တဲ့နို့ရည် အကြောင်းကို အရင်ပြောပါရစေ ... ရေထည့်ထားတဲ့ဖန်ခွက်ထဲကို မိခင်နို့ရည် ၅ စက် ညှစ်ထည့်လိုက်တဲ့အခါမှာ နို့ရည်ဟာ ဖန်ခွက်ရဲ့အောက်ခြေနားကို ကပ်သွားပြီး အခဲအနေနဲ့ တွေ့ရှိရမှာဖြစ်ပါတယ်... ဒီနို့ရည် အမျိုးအစားကိုတော့ ကျေးလက်မိခင်တွေထက် မြို့ပြမှာနေတဲ့မိခင်တွေမှာ ပိုမိုတွေ့ရှိ ရလေ့ရှိပါတယ်။ အဆီအစေးတွေအစားများပြီး လှုပ်ရှားမှုနည်းလို့ဖြစ်တယ်လို့ ယူဆ နိုင်ပါတယ်။ ရေနစ်တဲ့နို့ရည် အမျိုးအစားကို သောက်စို့ရတဲ့ကလေးငယ်တွေမှာ အများဆုံးဖြစ်လေ့ရှိတဲ့ရောဂါတွေကတော့ အစာမကြေခြင်း၊ ချွဲကြပ်ခြင်း၊ ရင်ကြပ်ခြင်း၊ နို့မစို့ချင်ခြင်း၊ တမိုန်းမိုန်းနေတတ်ခြင်း တို့ပဲဖြစ်ပါတယ်...
- အော် ... ဒါဆို ရေနစ်တဲ့နို့ရည်မဖြစ်ဖို့ အဆီအစေးတွေအစားများတာ၊ လှုပ်ရှားမှု နည်းတာတွေကိုလည်း ရှောင်ကြဉ်ဖို့ လိုအပ်တာပေါ့နော်ဆရာ ...
- ဟုတ်ပါတယ် ... ဒုတိယအမျိုးအစားကတော့ ရေမှာပေါ်တဲ့နို့ရည် ဖြစ်ပါတယ်။ ဖန်ခွက်ထဲကို နို့ရည်ညှစ်ထည့်လိုက်တဲ့အခါမှာ အောက်ကို သက်ဆင်းသွားခြင်းမရှိဘဲ

ရေပေါ်မှာပဲ ပေါ်လျက်ရှိနေတဲ့ နို့ရည်ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီနို့ရည်ဖြစ်ရခြင်းကတော့ မိခင်ဟာ မီးဖွားပြီးမှာ အအေးခံမိတာကြောင့်ဖြစ်ပါတယ်။ အာဟာရပြည့်ဝစွာ မစားခဲ့ဘူး ရေချိုးတာ၊ ခေါင်းလျှော်တာ၊ လေတိုက်ခံတာ စတာတွေလုပ်မိတာကြောင့် ရေပေါ်မှာ မလိုင်ကဲ့သို့ ရေပေါ်မှာပေါ်တဲ့နို့ရည် ဖြစ်ရပါတယ်။ ဒီနို့ရည်မျိုးကို သောက်စို့ရတဲ့ကလေးတွေကတော့ သူငယ်နာဝမ်းပျက်တာ၊ အစာမကြေလို့ ပျို့အန်တာ၊ လေချုပ်ပြီး ရင်ကယ်တာ၊ ဆီး၊ဝမ်း၊သွေး၊လေ မမှန်ကန်တာ၊ ကောင်းကောင်းမအိပ်တာ၊ နို့မစို့တာတွေကို တွေ့ရှိရမှာ ဖြစ်ပါတယ်...

- ဟုတ်ကဲ့ ... ရေမှာပေါ်တဲ့နို့ရည်ပြီးတော့ နောက်တစ်မျိုးက အမျှင်တန်းတဲ့ နို့ရည် ပေါ့နော်ဆရာ...
- တတိယအမျိုးအစားက အမျှင်တန်းတဲ့နို့ရည်ပါ... ဖန်ခွက်ထဲကို နို့ရည်ညှစ်လိုက်တဲ့အခါမှာ အပေါ်မှာလည်းမနေ အောက်ကိုလည်း ကျမသွားဘဲ အပေါ်အောက် တန်းနေတဲ့နို့ရည် အမျိုးအစားဖြစ်ပါတယ် ...
- အော် ... ထူးဆန်းတယ်နော်ဆရာ
- အပေါ်အောက်တန်းတာမျိုးဖြစ်နိုင်သလို ဘေးတိုက်လည်း ဖြာပြီးတော့ အမျှင်လေးတွေ တန်းနေတတ်ပါတယ်... **မိခင်အနေနဲ့ အစားအသောက်ပျက်မယ်၊ အားနည်းပြီး** ချွေးငုပ်တာတွေဖြစ်မယ်၊ ကိုယ်လက်တောင့်တင်းတာတွေ ဖြစ်နေမယ်ဆိုရင် အမျှင်တန်းတဲ့ **နို့ရည် ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။** ဒီနို့ရည်ကို သောက်စို့ရတဲ့ကလေးကတော့ တွန့်လိမ်ပြီး တက်တတ်ပါတယ်၊ မကြာခဏဖျားတတ်ပါတယ်၊ ချောင်းဆိုးတယ်၊ အန်တယ်၊ အစာမကြေ၊ လေထိုးပြီး ဝမ်းပျက်တာတွေကိုလည်း တွေ့ရတတ်ပါတယ်...
- နောက်အမျိုးအစားတစ်ခုအကြောင်းလည်း ပြောပြပေးပါဦးရှင့်...
- နောက်တစ်မျိုးက နံပါတ် (၄) အမျိုးအစားဖြစ်တဲ့ အမြှုပ်ထဲတဲ့နို့ရည် ဖြစ်ပါတယ် ... ဖန်ခွက်ထဲကို နို့ရည် ၅ စက်ညှစ်လိုက်တဲ့အခါမှာ ရေပေါ်မှာပဲရှိနေပြီးအမြှုပ်သဏ္ဍာန် ရှိနေမှာဖြစ်ပါတယ်... ဒီနို့ရည်မျိုးကို သောက်စို့ရမယ်ဆိုရင်တော့ ကလေးငယ်ဟာ ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့အပေါ်ပိုင်းကြီးနေတတ်ပြီး အောက်ပိုင်းသေးနေတတ်ပါတယ်... ဗိုက်ပူပြီး အသားအရေကလည်း တင်းတင်းရင်းရင်းမရှိဘဲ ပျော့နေတတ်ပါတယ်... အာဟာရဓာတ် အားနည်းလို့ဖြစ်တဲ့ လက္ခဏာမျိုးဖြစ်ပါတယ်... မျက်လုံးလေးတွေပြူးနေတတ်တယ်၊

လေအန်တာတွေ၊ လက်သီးဆုပ်ထားလေ့ရှိတာတွေ၊ အိပ်မပျော်တာနဲ့ နို့မစို့လိုတာတွေကို တွေ့ရှိရမှာဖြစ်ပါတယ်... **အမြုပ်ထတဲ့နို့ရည်ကို အရသာအားဖြင့် အခါအရသာတွေ အစားများတာ၊ လေကြွစေတဲ့အစားအသောက်တွေ အစားများတဲ့မိခင်တွေမှာ တွေ့ရတတ် ပါတယ်။**

- နံပါတ် (၅) အမျိုးအစားဖြစ်တဲ့ အဆီဝေတဲ့နို့ရည် အကြောင်းကိုလည်း ဆက်လက်ဆွေးနွေး ပေးပါဦးရှင့်...
- ဒီနို့ရည်အမျိုးအစားကတော့ ဖန်ခွက်ထဲကရေပေါ်ကို နို့ရည်ညှစ်ထည့်လိုက်တဲ့အခါမှာ အပေါ်မှာ ပေါ်နေတာဖြစ်ပါတယ်။ အပေါ်မှာ ဒီတိုင်းပေါ်နေတာမဟုတ်ဘဲနဲ့ အဆီလေးတွေ ဝေနေတာကို တွေ့ရမှာဖြစ်ပါတယ်။ **မိခင်အနေနဲ့ အပူ၊ အစပ် အရသာရှိတဲ့ အစာတွေကို အစားများခဲ့လို့ရှိရင် အဆီဝေတဲ့နို့ရည်ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။** ဒီနို့ရည်အမျိုးအစားကို သောက်စို့ရတဲ့ ကလေးငယ်တွေကတော့ နို့မစို့တာ၊ ဆီးသွားရင်နီနေတာ၊ ဆီးသွားနည်းတာ၊ ဝမ်းတစ်စစ် သွားတာ၊ ခေါင်းချွေးထွက်တာ၊ ပခုံးကနေ လက်ဖျား၊ တင်ပါးကနေ ခြေဖျားအထိ အေးနေတတ်တာတွေကို တွေ့ရှိရမှာဖြစ်ပါတယ်... အိပ်ရင်မျက်လုံးမမှိတ်ခြင်း၊ မှိတ်လိုက် ရင် မျက်ခွံနဲ့ မထိတာမျိုးတွေ ဖြစ်နေတတ်ပါတယ်...
- ဟုတ်ကဲ့ပါ ဆရာ ... နို့ရည်အမျိုးအစားတွေနဲ့ သူတို့ရဲ့ အကျိုးအပြစ်တွေကို ပြောပြတာ စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းလှပါတယ်... နောက်ဆုံး တစ်မျိုးအကြောင်းကိုလည်း ဆက်လက် ပြီးတော့ ဆွေးနွေးပေးပါဦးရှင့်...
- ဟုတ်ကဲ့... အခုနောက်ဆုံးဆွေးနွေးမယ့်နို့ရည်အမျိုးအစားကတော့ ရေနဲ့ သမတဲ့နို့ရည် အမျိုးအစားဖြစ်ပါတယ်။ ဒီနို့ရည်အမျိုးအစားဟာ အာဟာရပြည့်ဝပြီးတော့ ရင်သွေးငယ် သောက်စို့ဖို့အတွက် အကောင်းဆုံးသော နို့ရည်အမျိုးအစားဖြစ်ပါတယ်... ရေနဲ့သမသွား တာကလည်း ပုံစံ (၃) မျိုးရှိပါတယ်... ရေရဲ့အပေါ်ပိုင်းမှာ သမသွားတာ၊ အလယ်မှာ သမသွားတာနဲ့ ဖန်ခွက်အောက်ခြေမှာ သမသွားတာတို့ဖြစ်ပါတယ်... ဒီ သုံးမျိုးထဲက နောက်ဆုံး ရေရဲ့အောက်ခြေမှာ သမသွားခြင်းကတော့ အကောင်းဆုံးသော နို့ရည် ဖြစ်တယ်လို့ ကျမ်းဂန်တွေက ဆိုပါတယ် . . . ဒီရေနဲ့သမတဲ့နို့ရည်ကို သောက်စို့ရတဲ့ ကလေးငယ်ကတော့ အာဟာရပြည့်ဝပြီး ကျန်းမာနေမှာ ဖြစ်ပါတယ်...

- ဒါဆို ရင်သွေးတွေ အာဟာရပြည့်ဝဖို့အတွက် မိခင်ရဲ့နို့ရည်ဟာ ရေနဲ့သမတဲ့ နို့ရည်အမျိုးအစားဖြစ်ဖို့ လိုအပ်တာပေါ့နော် ဆရာ... ဒီလို အာဟာရပြည့်ဝတဲ့ နို့ရည်ကို ရရှိဖို့အတွက်ရော နို့တိုက်မိခင်တွေအနေနဲ့ ဘာတွေ ပြုလုပ်သင့်တယ်၊ ဘာတွေရှောင်သင့် တယ်ဆိုတာကိုလည်း လမ်းညွှန်ပေးပါဦးရှင့်...
- အာဟာရပြည့်ဝတဲ့နို့ရည်ဖြစ်ဖို့အတွက်ဆိုရင် မိခင်တွေဟာ နို့ချိုတိုက်ကျွေးနေစဉ်မှာ စားသောက်သင့်တဲ့အစာတွေရှိပါတယ်...  
 အသားစားပေးရပါမယ်၊ စွပ်ပြုတ်သောက်ပေးရမယ်၊ နွားနို့နဲ့ ဒိန်ချဉ်ကိုလည်း သောက်ပေးသင့်ပါတယ်၊ ကြက်ဥ၊ တို့ဟူး နဲ့ ပဲစေ့တွေစားပေးမယ်ဆိုရင် အသားဓာတ်တွေ အပြည့်အဝ ရရှိစေမှာဖြစ်ပါတယ်... အာလူး၊ ပန်းကော်ဖီစိမ်း၊ ခရမ်းချဉ်သီး၊ ငရုတ်ကောင်း၊ ချင်း၊ ဆနွင်းတွေဟာလည်း နို့တိုက်မိခင်တွေ စားသင့်တဲ့အစားအစာတွေဖြစ်ပါတယ်... အပူ၊ အစပ်တွေကို အများကြီးမစားပါနဲ့၊ တစ်နေ့ကို ရေအနည်းဆုံး (၈)ခွက်သောက်ပါ။ ရာသီဥတုပူလို့ ချွေးထွက်များရင် ပိုသောက်ပေးပါ၊ ရေဆာတိုင်းသောက်ပါ၊ ဖျော်ရည်တွေသောက်ပေးပါ၊ ရေနွေးကြမ်းသောက်ပါ၊ အာဟာရပြည့်ဝတဲ့ ဖျော်ရည်တွေ သောက်ပြီးတိုင်းမှာ ကလေးကို နို့တိုက်ပေးပါ၊ ဒန့်သလွန်၊ ကြောင်ပန်းစတဲ့ ဟင်းခါးတွေ သောက်ပေးပါ... လုံလောက်တဲ့ အနားယူမှုပြုပါ ... ကော်ဖီကို တစ်နေ့တစ်ခွက်ထက် ပိုမသောက်ပါ နဲ့...
- ဟုတ်ကဲ့ အာဟာရပြည့်ဝတဲ့နို့ရည်ဖြစ်ဖို့အတွက် အထောက်အကူပေးမယ့်နည်းလမ်းတွေကို ဆွေးနွေးပေးတာလည်း မှတ်သားစရာကောင်းပါတယ်ရှင့် ... ဆက်ပြီးတော့ တစ်ခုမေးချင်ပါသေးတယ်... အဲဒါက မိခင်နေမကောင်းဖြစ်တဲ့အခါမှာ ကလေးကို နို့တိုက်သင့်၊ မတိုက်သင့်ဖြစ်ပါတယ်ဆရာ၊ အဲဒါလေးကိုလည်းဆွေးနွေး ပေးပါဦးရှင့်...
- နို့တိုက်မိခင်တွေဟာ သာမန် နှာစေး၊ ချောင်းဆိုး၊ အအေးမိဖျား စတဲ့အချိန်တွေမှာ ကလေးကို နို့တိုက်သင့်ပါတယ်၊ သူ့ရဲ့ဝေဒနာတွေဟာ ကလေးဆီကို နို့ကတစ်ဆင့် ကူးစက်စေမှာ မဟုတ်ပါဘူး၊ အဲဒီအချိန်မှာ မိခင်ရဲ့ကိုယ်ထဲမှာ ရောဂါကိုခုခံတဲ့ဓာတ်တွေ ထွက်ပေါ်နေတာဖြစ်တဲ့အတွက် ကလေးအတွက် ကိုယ်ခံအားတောင် ပိုပြီးကောင်းစေမှာ ဖြစ်ပါတယ်... ကူးစက်ရောဂါပိုးတွေကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ရောဂါတွေဖြစ်ခဲ့ရင်တော့ ကလေးကို နို့မတိုက်သင့်ပါဘူး... တတ်ကျွမ်းတဲ့ဆေးပညာရှင်တွေနဲ့ တိုင်ပင်သင့်ပါတယ်...

နို့သီးခေါင်းနေရာမှာ ရှာတွေ့၊ ကွဲနေတာလေးတွေရှိရင်တော့ ပိုပြီးဂရုစိုက်ဖို့လိုပါမယ်၊  
ရောဂါပိုးတွေ အလွယ်တကူ ကူးစက်နိုင်တာမို့လို့ ဖြစ်ပါတယ်...

- ဟုတ်ကဲ့ပါ ဆရာ... အခုလို မိခင်နို့ရည်ရဲ့ အရေးပါပုံနဲ့ ဆိုးကျိုး၊ ကောင်းကျိုးတွေကို အချိန်ပေးပြီး ဆွေးနွေးပေးတဲ့အတွက် ကျေးဇူးအများကြီး တင်ပါတယ်ရှင်...
- ဟုတ်ကဲ့... ကျွန်တော်ကလည်း ပြည်သူလူထုကို တိုင်းရင်းဆေးပညာဆိုင်ရာ ဗဟုသုတတွေ ရအောင် စီစဉ်ပေးတဲ့ မြန်မာ့အသံကို ကျေးဇူးတင်ပါတယ်ခင်ဗျာ...