



ဒေါက်တာဂယက်

ကိုယ်ဝန်ဆောင်တို့ သိသင့်သမျှ

"မိခင်တစ်ယောက်ရဲ့ အလှ"

အလှအပဆိုတာ ဘာလဲ

တကယ်တမ်းတွေးကြည့်ရင် ငယ်ငယ်က စာထဲသင်ရတဲ့ "Looking Good"ထဲကလိုပဲ လူအမျိုးမျိုး စိတ်အထွေထွေမို့ အလှအပကို ခံယူပုံခြင်း ခံစားပုံခြင်း မတူကြပါဘူး။ ပြီးတော့ မလှတဲ့သူဆိုတာ မရှိပါဘူး။ ပြင်တတ် ဆင်တတ်ရင် လှသွားကြတာပါပဲ။

ဒါပေမဲ့ မိခင်တစ်ယောက် ဖြစ်လာတဲ့အခါမှာတော့ အမြဲတမ်း ပြင်ဆင်နေ ဖို့က မလွယ်ပါဘူး။ ကိုယ်ဝန်စဆောင်ပြီဆိုထဲက အစားအသောက်ပျက်ရ တာနဲ့၊ ပျို့ရ အန်ရတာနဲ့၊ ဖြစ်တည်ခါစ ကလေးလေးအတွက် ပူပန်ရတာနဲ့ မလွယ်ပါဘူး။

နောက်ကြာတော့ ကလေးအတွက် အာဟာရရှိအောင် စားပေးရတယ်။ Diet လုပ်မယ်၊ ညစာမစားဘူးတွေ လုပ်နေလို့ကလည်း မရတော့ပြန်ဘူး။ ဒီ တော့ နည်းနည်းလေး ပြည့်လာမယ်။ ပါးတွေ ဖောင်းလာမယ်။ လူက ဝလာ မယ်။ နောက်တစ်ခါ ပြောင်းလဲလာတဲ့ ဟော်မုန်း ဓာတ်တွေကြောင့် ရင်သားတွေ တင်းလာမယ်၊ ကြီးလာမယ်။ နို့သီးခေါင်းလေးတွေ ကလည်း အရောင်ရင့်လာပြီး နို့မည်းကြီးဖြစ်ရော။

အဲ အဲဟော်မုန်းတွေကြောင့်ပဲ တစ်ခါတလေ ဝမ်းကချုပ်ပြန်ရော။ ဝမ်းချုပ်တော့ ဝမ်းလေးကမာတာတာ။ အားကုန်ညှစ်တော့ ဖြစ်ဆို ကွဲပါ လေရော။ အိမ်သာတက်ရတာက ခက်။ အိမ်သာကဆင်းရင် ကွဲတလေး ကိုဖြစ်လို့။

ကိုယ်ဝန်က ရင့်လာလေ ခါးတွေနာလာမယ်။ အရွတ်တွေက ပျော့လာ တော့ လမ်းလျှောက်ရင် ကြောင်မလေးလို မဖြစ်တော့ဘဲ ဘဲမလေးလို ဖြစ်လာပြန်ရော။ အထိုင်အထကလည်း ခက်သေးတာ။ ဗိုက်လေးက တစ်စတစ်စပူလာတော့ အရေးအကြောင်းတွေက ဗိုက်မှာအပြည့်။ အခန့်မသင့်ရင် အဲ့အရာတွေက ယားသေးတော့ လူကြားထဲပါ ကုတ်နေရ ပြန်ရော။

တစ်ခါ သားအိမ်ထဲက ပူတူတူးလေးက ကြီးလာလေ တင်ပါးဆုံရိုးကွင်း ထဲက အာရုံကြောတွေ၊ သွေးကြောတွေ၊ ပြန်ရည်ကြောတွေကို ဖိတော့ ခြေထောက်လေးတွေက ဖောင်းလာရော။ ဝတ်နေကြ ဖိနပ်လှလှလေးတွေ က ကျပ်ကုန်မယ်။ အရင်လို ဒေါက်ဖိနပ်တွေ ကလည်း မစီးရပြန်ဘူး။

အခန့်မသင့်ရင် ကိုယ်ဝန်ဆိပ်တွေ တက်တာတို့၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင် သွေးချို တို့ ဖြစ်လာရင် ဆေးရုံဆေးခန်း၊ ခဏခဏသွားရ၊ ဆေးတွေသောက်ရ၊ ကိုယ်ဝန်အတွက် စိတ်တွေပူ တင့်တင့် တရယ်ရယ်နဲ့ လူလုံးမလှပြန်ရော။

ဒီတော့ မိခင်တစ်ယောက် ဖြစ်ဖို့ရာ ခရီးလမ်းအစထဲက လွယ်ကူနေတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ခက်ခဲတယ်။ ကြမ်းတမ်းတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ထဲ က ဖြစ်တည်လာတဲ့ မိခင်စိတ် ဆိုတာလေးကပဲ မိခင်တစ်ယောက်ကို လှစေ ပါတယ်။ မိခင်စိတ်ဆိုတဲ့ အောက်မှာ အချစ်၊ မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ၊ အကြင်နာ၊ အနစ်နာခံမှု၊ သတ္တိ၊ သတိ အစုံကို ပါနေတော့တာပါပဲ။

ဒါကြောင့် စိတ်ထားလှရင် လူလည်းလှနေတော့တာပေါ့။ ကျွန်တော့် မျက်လုံးထဲတော့ မျက်နှာ ပြည့်ပြည့်လေးနဲ့ ဗိုက်လေး ကော့လန်ကော့လန် ဖြစ်နေတဲ့ ကွတကွတ လမ်းလျှောက် တတ်တဲ့ မေမေတွေဟာ ဘယ်အချိန် ကြည့်ကြည့် လှနေတော့တာပါပဲ။

အခုလို ကိုဗစ် ကာလမှာလည်း မလွဲမရှောင်သာ ဆေးရုံဆေးခန်း သွားကြ

မယ့် မေမေတို့လည်း ဆောင်ရန်၊ ရှောင်ရန်တွေ လိုက်နာကြစေလိုပါတယ်။
အထွေအထူးမဟုတ်ပါဘူး။ အားလုံး လိုက်နာရမယ့်အချက်တွေပါပဲ။
မိခင်တိုင်း လှနိုင်ပါစေ။

ဒေါက်တာဂယက်
