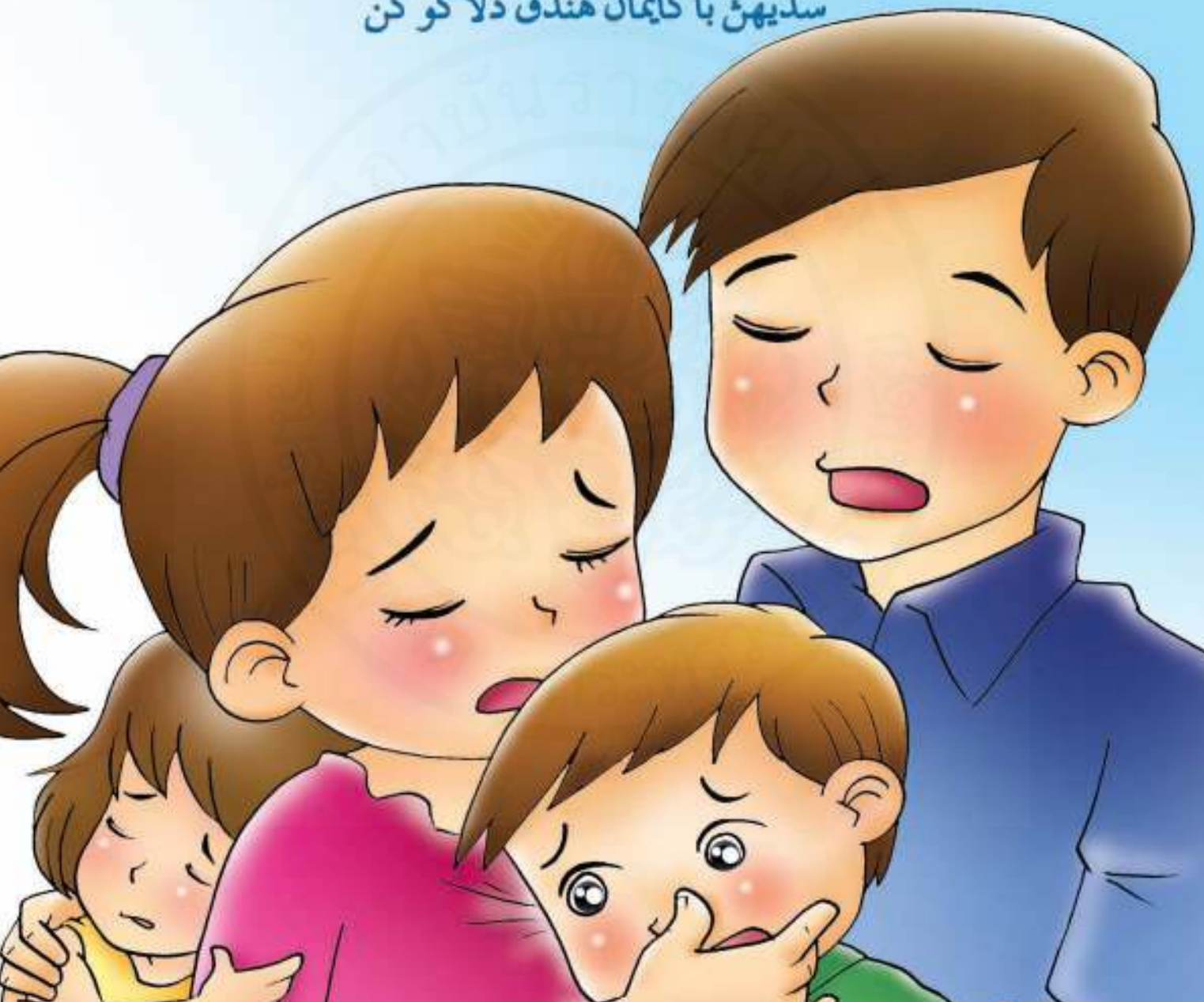


๖สี่ยใจจั้ง...ทำยั้งงดี

سدیهن باکایمان هندق دلا کوکن



เสียใจจัง...ทำยังไงดี

พิมพ์ครั้งที่ 1 :

กันยายน 2552 จำนวน 3,000 เล่ม

ISBN :

978-974-296-706-7

จัดพิมพ์เผยแพร่โดย

สถาบันราชานุกูล กรมสุขภาพจิต

โทร. 0 2245 4601-5

โทรสาร 0 2248 2944

เรื่อง :

จินนี่ มุ่งเขตกลาง

ผู้แปล :

เสนห์ เบาะหมัด

พิมพ์ที่ :

บริษัท บีบอนด์ พับลิชซิ่ง จำกัด

ออกแบบรูปเล่ม :

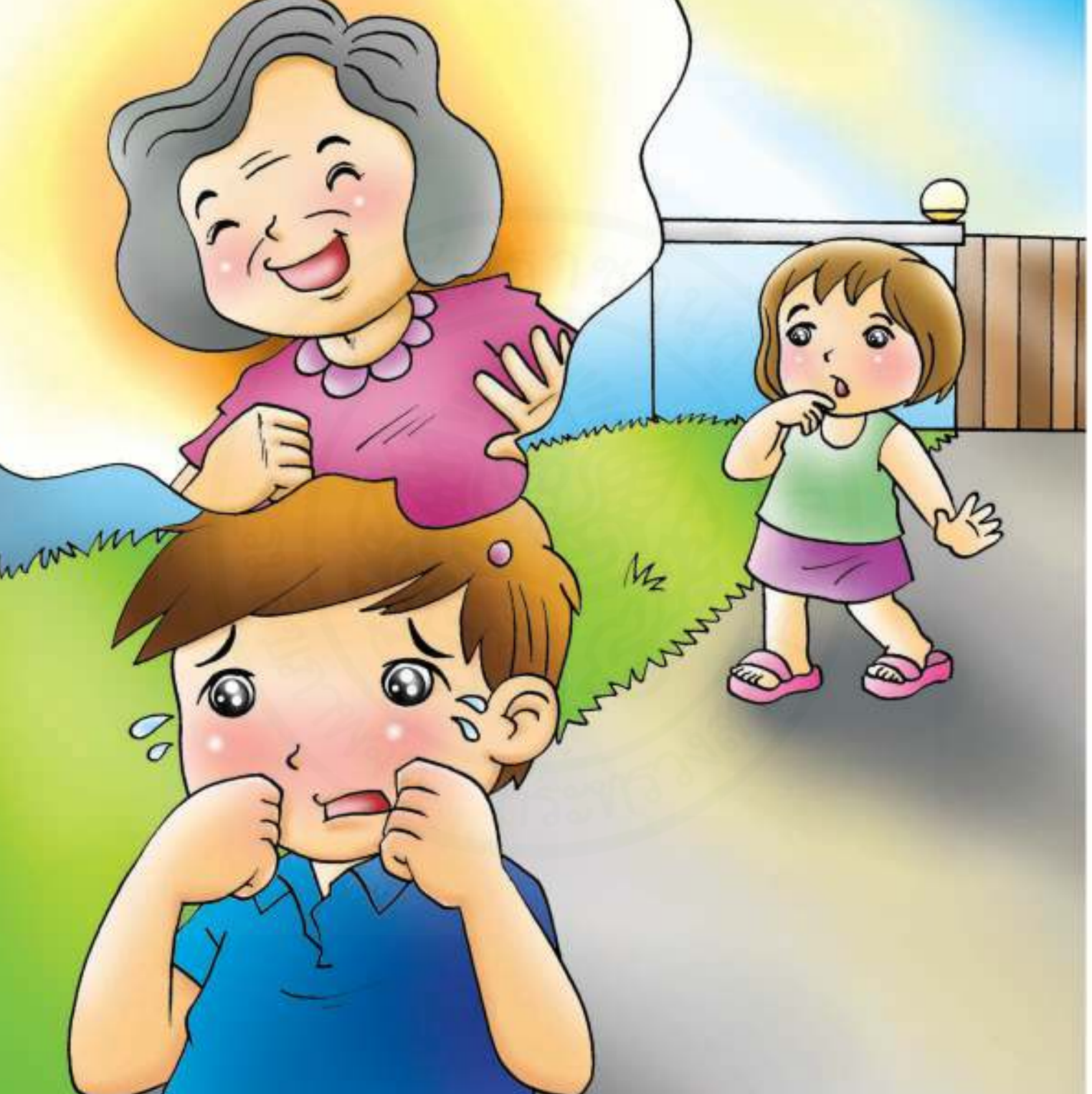
อภิวรรณ อินดั่ง

การ์ตูนประกอบภาพ :

จักรพันธ์ หงษ์สวัสดิ์ อรสินี เตชไกรชนะ ชาคริต รุ่งเรืองกอสว่าง



หนูๆ จ้า... หนูยังไปนั่งอยู่อะ
หนูร้องไห้ได้จะ
รู้ไหม... ผู้ใหญ่บางคนเสียดใจมาก
เขาก็ร้องไห้เหมือนกันนะ





ไม่เป็อะไร...ไม่เป็อะไร เสียใจก็ร้องไห้สิ

تيدق مغاف ... تيدق مغاف جك سديه تاغيس له

รู้ไหม...ถ้าคนที่เรารักตายจากไป มันเป็นเรื่องน่าเศร้ามากเลยนะ เศร้ามากจนต้องร้องไห้ออกมาเลยละ แล้วรู้ไหม...ถ้าร้องไห้ออกมาแล้วหนูจะรู้สึกดีขึ้นนะ
จริงๆ นะ...เรื่องแบบนี้ถ้าเกิดกับใคร ทุกคนก็เศร้าเสียใจด้วยกันหมดนั่นแหละ ใครจะมาเข้มแข็ง
ได้ละ ก็มันสะท้อนใจมากขนาดนี้

تاھو ڪه... جڪ اور غ يغد ڪاسيهي تله ماتي منيغكل دري ڪيت, اي اداله فر ڪارا يغ امت سديه, سديه هيفگ ڪيت
مناغيس.

دان تاھو ڪه... جڪ ڪامو مناغيس, ڪامو اڪن راس فوليه.

سسو غڪوهن... فر ڪارا دميكين جڪ تر جادي تر هادف سسياف سهاج, مريك سموا اڪن منجادي سديه, سياف اڪن
منجادي ڪوات سدغڪن اي ميديھڪن هاتي باڪيني.



หนูๆ จำ...หนูยังเป็นเด็กอยู่เลย หนูร้องให้ได้จะ

รู้ไหม...ผู้ใหญ่บางคนเสียใจมากๆ เขาก็ร้องให้เหมือนกันนะ

แล้วรู้ไหม...ไม่มีใครโตเกินกว่าจะร้องให้หรอก ไม่ว่าจะเด็กหรือผู้ใหญ่ ผู้ชายหรือผู้หญิง

ทุกคนร้องให้ได้ทั้งนั้น

จริงๆ นะ...หนูรู้ตัวหรือเปล่าละ บางครั้งหนูเองก็ร้องให้ง่ายๆ กับเรื่องเล็กน้อยอยู่แล้ว เช่น ของเล่นพัง

เพื่อนล้อ หรือลืมการบ้าน จริงไหมจ๊ะ

ساينغ !!! ... کامو ماسيه كجيل لاكي كامو بوله له مناغيس .

تاھو كه ... ستغه دري اورغ تواليغ امت برسديه , مريك فون مناغيس جوئك .

دان تاھو كه ... تبادا سسياف يغ ليه توا , دري مناغيس , ماھوفون انكن اتوفون اورغ توا , للاكي اتوفون فرمفوان سمو اورغ

بوليه مناغيس .

سسو غكوڻ ... تاھو كه كامو تر كادغ كامو سنديري فون مناغيس دغن فركارايغ كجيل سفرت ماينن روسق , دايجيق اوليه

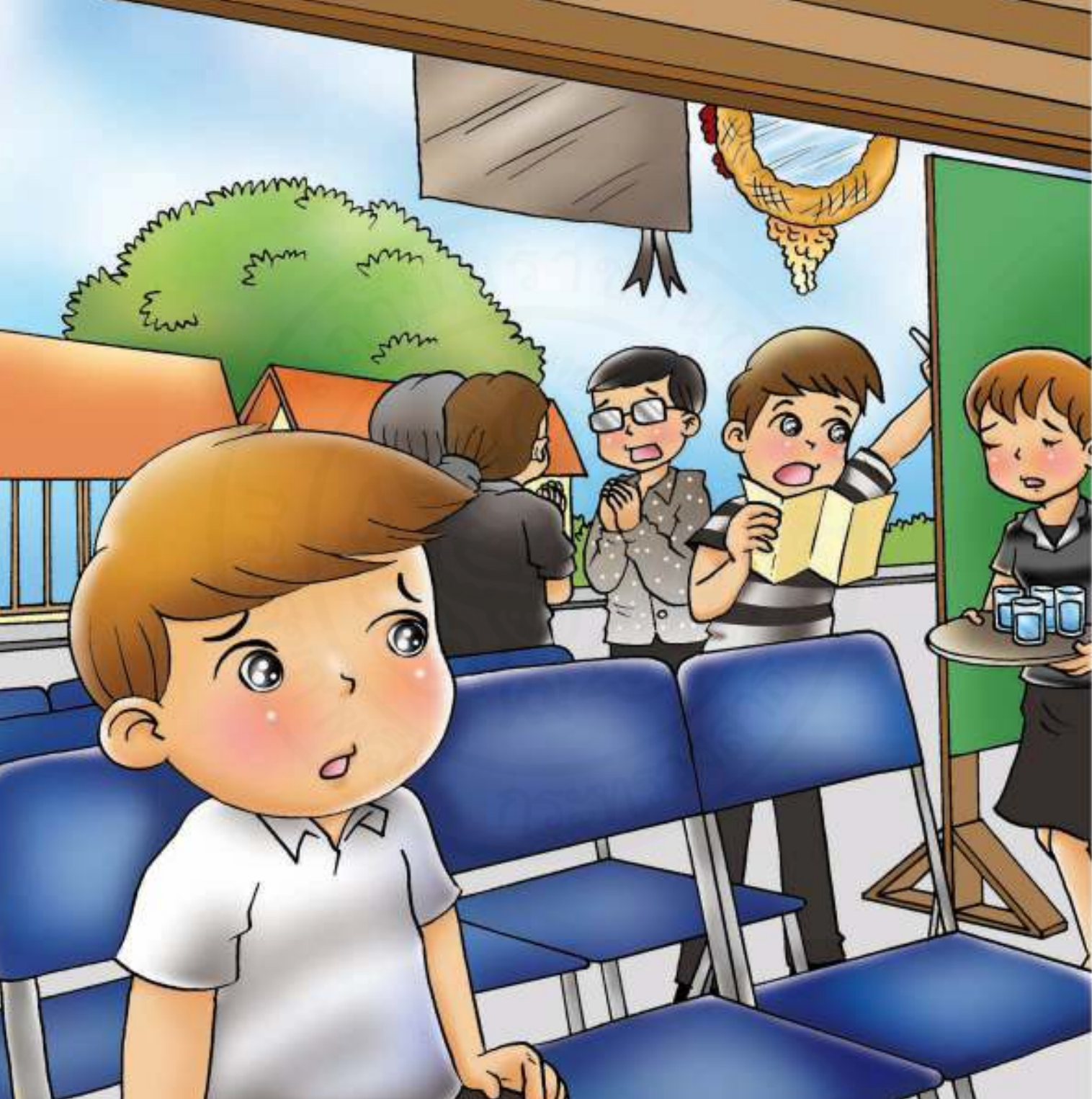
كاون - كاون , اتو تر لوف بوات كرج سكو له , بتول كه .

เอาอย่างนี้ลิ...ลองเข้าไปพูดคุยให้คนที่หนูไว้ใจฟังดูสิ บอกเขาว่าหนูรู้สึกยังไง

อย่าลืมนะ...เราร้องให้ได้ ไม่เห็นเป็นไรเลย ก็เรามีเหตุผลมากพอที่จะร้องนี่นา

باکيني له ... چوبا ماسوق چاري اورغ يغ کامو برھارف برچاکف , چريئاله تننغ فرامان مو سارغ .

جاغن لوف ... کيت دافت مناغيس , تيدق مغاف فون , کت بايق الاسن انشوق مناغيس





สงสัยอะไรเอ่ย? ถามได้หมดเลยหะจ๊ะ

هيران تنتغ فاف تاپله

รู้ไหม...พ่อแม่อาจจะยุ่งมากจนไม่ค่อยมีเวลาคุยกับหนูเลยล่ะ เพราะถ้ามีใครเสียชีวิต และต้องม
งานศพมันมีหลายอย่างต้องเตรียม ต้องทำมากมาย จนบางครั้งทำให้หนูรู้สึกน้อยใจได้เลยนะ

تاھو کہ... امق ان ايه تر کادغ اکن سيبور هيغک تياد ماس برچاف غن کامو , کران کرج مہت مسني ميدياکن بايق فرکارا
يغ هندق ديوات , هيغک تر کادغ کامو مراس کجيل هاتي .

แล้วรู้ไหม...ไม่ว่าท่านจะยุ่งมากแค่ไหน หรือไม่มีเวลาแม้แต่จะคุยกับหนูสักคำ แต่พวกท่านก็ยังรักหนู
เหมือนเดิมนะ

دان تاھو کہ... ماھوفون مريك سيبور بايق مان اتو تياد ماس برچا کف غن کامو ولو سفاته , تنافي مريك ماسيه مبايغي
کامو سفرتي دولو .

เอาอย่างนี้สิ...ลองเข้าไปหาผู้ใหญ่ท่านอื่น หรือพี่ชายพี่สาวที่หนูพูดคุยด้วยได้สิจ๊ะ หนูจะได้ไม่เหงา
ยังล่ะ

باکينيله... جو با ماسوق منجاري اورغ تو ابغ لاین , اتو ابغ کاکق یغ کامو بوليہ برچا کف کامو تيدق اکن راس سويي .



รู้ไหม...ในงานศพ จะต้องมีพิธีทางศาสนาและญาติๆ ของหนูก็จะมาหลายคน และมีคนอื่นๆ ที่หนู
ไม่รู้จักอีกด้วย ที่เขามากันมากมายก็เพราะเขาก็รักคนที่จากไปเหมือนกับหนู และพวกเขาก็เลย
พูดคุยกันถึงคนที่จากไปยังไงล่ะ

تاھو ڪه... ڊالم مجلس مسيٰ ادا ڇارا اڪام دان فارا وارث ڪاو اڪن ڊانڻ ان وٺ ڪ اورغ لاین یغ ڪامو تیدق ڪنالی ڊانڻ برامام-
راماي، ڪران مرېڪ جو ڪا مپايغي اورغ یغ تله منڱڪن ڪيت سفر تي ڪامو، سبب ایت له مرېڪ بر ڇا ڪف تنڻ اورغ یغ
تله فرڪي.

สงสัยไหมล่ะ...มีอะไรในโลงศพและศพคืออะไร เป็นยังไง

แล้วสงสัยไหม...ในพิธีศพเขาต้องทำอะไรบ้าง

เอาอย่างนี้สิ...ลองเข้าไปขอให้ใครสักคนอธิบายสิ่งที่หนูสงสัยหรือสิ่งที่หนูรู้สึกไม่สบายใจดูสิ

فرنه هيرانڪه... ادا افڪه ڊالم ڪوتق ڪافن مپت دان افڪه ماپت دان باڪي مانڪه ماپت ایت ؟

دان هيرانڪه... ڊالم مجلس ڪافن ماپت افڪه یغ فرلو دېوات ؟

باڪي نیله... چو بهاله ماسوق چاري سسياف سھاج یغ ڊانڻ مپورا یکن اف یغ ڪامو هنڊق تاھو دان تیدق مپنڱڪن هاتي.





หงู่ไม่ได้ทำอะไรผิดสักหงู่

كامو تيدق ملاكو كن كسالمهن اف فون.

เคยไหม...ที่คิดว่าหงู่เป็นต้นเหตุทำให้คนที่หงู่รักไม่สบายใจ หรือบาดเจ็บ หรือตาย
อย่าลืมนะ...ถ้าหงู่รู้สึกอย่างนั้น ให้รีบบอกผู้ใหญ่เลยนะ
เชื่อสิ...หงู่จะได้คำตอบว่า มันไม่ใช่ความผิดของหงู่เลย

فرته كه... كامو برفيكير بهاوا كامو اداله فونجا ميبيكن اورغ لاین تيدق سنغن هاتي اتو ساكيت اتو ماني.
جاغن لوفنا... جك كامو مراس دميكين , مك سكراله چريتاله كفد اورغ توا.
فرچياله... كامو اكن دافت جوافن بهاوا اي بوكن كسالمهن كامو.

เคยไหม...ที่รู้สึกผิด เวลาที่ทำให้คนที่หงู่รักเสียใจ
รู้ไหม...ที่จริงพวกเขาโทษให้หงู่แล้ว หงู่เองก็โทษให้ตัวเองได้แล้วนะ ก็หงู่ไม่ได้ทำอะไร
ผิดสักหงู่

فرته كه... كامو براس ساله افبيل بروات فر كارا يغ سدیه كفد اورغ يغ كاسيهي.
تاهو كه... سنسوغكوهن مريك تله ماعفكن كامو , كامو سنديري جوك مسي ماعفكن ديرى كامو سنديري , کران كامو
جوك تيدق ملاكو كن كسالمهن اف فون.





รู้สึกยังไง บอกก็พอพออย่าเสียใจ

باکاي مانکه امو راس چريتان له

รู้ไหม...ถ้าหนูต้องสูญเสียคนที่หนูรักไป หนูจะรู้สึกเสียใจ โกรธ กลัว หรือเหงา
แล้วรู้ไหม...ถ้าหนูเก็บความรู้สึกเหล่านี้ไว้ไม่บอกใคร มันจะทำให้หนูรู้สึกแย่ไปกว่าเดิมอีกนะ
เอาอย่างนี้สิ...หนูลองบอกใครสักคนที่เขารักหนูทันทีเลยนะ ว่าหนูรู้สึกยังไง แล้วเขาจะช่วยหนูได้จ้ะ

تاھو که... جک کامو کهیلانن ارغ یغد کاسیھی، کامو اکن مراس سدیہ، مارہ، تاکوت، اتوراس سفی.

دان تاھو که... جک کامو میمفنکن فراسان تر سیوت عن تیدق بری تاھو کفد سسیاف فون، ای اکن میبکن کامو

منجادی لبه لمہ دری سکارغ.

مک باکینی له... کامو چو با چریتان کن کفد اورغ یغ میباھی کامو دشن سکرا، بهوا با کایمانکه کامو مراس، مریک جوک

اکن دافت مینتو کن کامو.





รู้ไหม...เจ้าความรู้สึกเสียใจ หากรู้สึกเสียใจมากๆ จะทำให้หนูปวดหัวหรือปวดท้องได้เลยละ
แล้วรู้ไหม...ถ้ายังไม่รีบบอกใคร คราวนี้แย่นะ เพราะหัวใจหนูรู้สึกเสียใจ แล้วร่างกายก็หนูก็ยังมา
เจ็บป่วยอีก หนูต้องแย่นะ

อย่าลืมนะ...ถ้าเสียใจมาก หรือเริ่มมีอาการปวดหัวหรือปวดท้อง ให้รีบบอกพ่อแม่เลยนะจ๊ะ

تا هو كه... فرسان سديه, حك كامو براس ات سديه, اي اكن منجادي فونجا دان ميببكن ترجاتوه ساكيت كفلا دان جوڤ
ساكيت فروت.

دان تا هو كه... حك كامو تيدق مميري تا هو كفد سسياف سهاج, كالي اين اي اكن سماكين له, کران جيو ايغ سدغ
برسدیه, بدان اکن ترجاتوه ساكيت, كامو اکن منجادي ليه له.

جاغن لوفو... حك كامو تر لالو برسديه اتو برمولا ساكيت كفلا اتو فروت, كامو فرلو مميري تا هو كفد ايه دان جوڤ امق.

รู้ไหม...ถ้าหนูอยู่คนเดียว มันจะเป็นเวลาที่ทำให้หนูยังคิดถึงเรื่องที่ทำให้หนูไม่สบายใจ

แล้วรู้ไหม...ถ้าเป็นตอนกลางคืน อาจทำให้หนูคิดมากจนนอนไม่หลับได้เลยละ

เอาอย่างนี้...หาหนังสือๆ ที่หนูชอบมาอ่านก่อนนอนดูนะ หรือจะดีมกเลยละถ้าได้นอนกอด

พ่อแม่ แล้วให้ท่านเล่านิทานให้หนูฟัง

تا هو كه... حك كامو برادا كسوراغن, اي اكن نمبه فركار ايغ تيدق ميببكن هاتي.

دان تا هو كه... فدوقت مالم حك كامو بايق برفيكير اي اکن منجادي كامو تيدق دافت تيدور.

ياكيني له... جاري قيصة اتو چريتا يغ سروثق اتو يغ كامو فاليع سو كما ماج سهلوم تدور, اي منجادي له بايك حك دافت

برداكف دغن ايه دان امق, دان سورو وله بلباو چريتا کن قيصة-قيصة كفد كامو.





ตอนที่๖๖ ๖๖ อยู่ ๖๖

سڪارغ دمانكه بلياو

รู้ใหม่...มีหลายคนเลยละ ที่เขาคิดว่าการตายคือการเกิดใหม่ แต่เป็นการเกิดของดวงวิญญาณใหม่ เหมือนกับดักแด้ตัวน้อยลอกคราบกลายเป็นผีเสื้อแสนสวยยังไงละ
แล้วรู้ใหม่...ถึงหนูจะคอยคิดถึงดักแด้น้อย แต่ก็ไม่มีทางได้เจอมันอีกแล้วละ ก็เพราะมันได้กลายเป็นผีเสื้อที่บินอยู่รอบๆ ตัวหนูแล้วไงละ
ใช่แล้ว...คนที่หนูรักก็เหมือนกันนะ ตอนนี้เป็นอิสระ และมีความสุขมาก แล้วก็เป็นดวงวิญญาณดวงใหม่ที่สวยงามมากด้วยละ

تاھوڪه ... رامي اورغ يغ برفيڪير بهوا ڪماتين ايله ڪلاميران سمولا تنافي اي اداله ڪلاميران روح سمولا سفرت ڪفومفوغ (ดักแด้) ڪچيل يغ مپالينڪن ساروغ منچادي راما - راما يغ چنتيق ايت .

دان تاھوڪه ... ولوفون ڪامو مريندو ڪن ڪفدا ڪفومفوغ (ดักแด้) تنافي تيدق اڪن نممؤين لاڪي ، ڪران اي تله منچادي راما - راما يغ منربغ ڊڪليلين ڪامو .

يا بتول ... اورغ يغ ڪامو ڪاسيهي جوڪ ، سڪارغ مريك تله بيس دان بر بها ڪيا . دان تله منچادي روح يغ بارو يغ امت چنتيق .



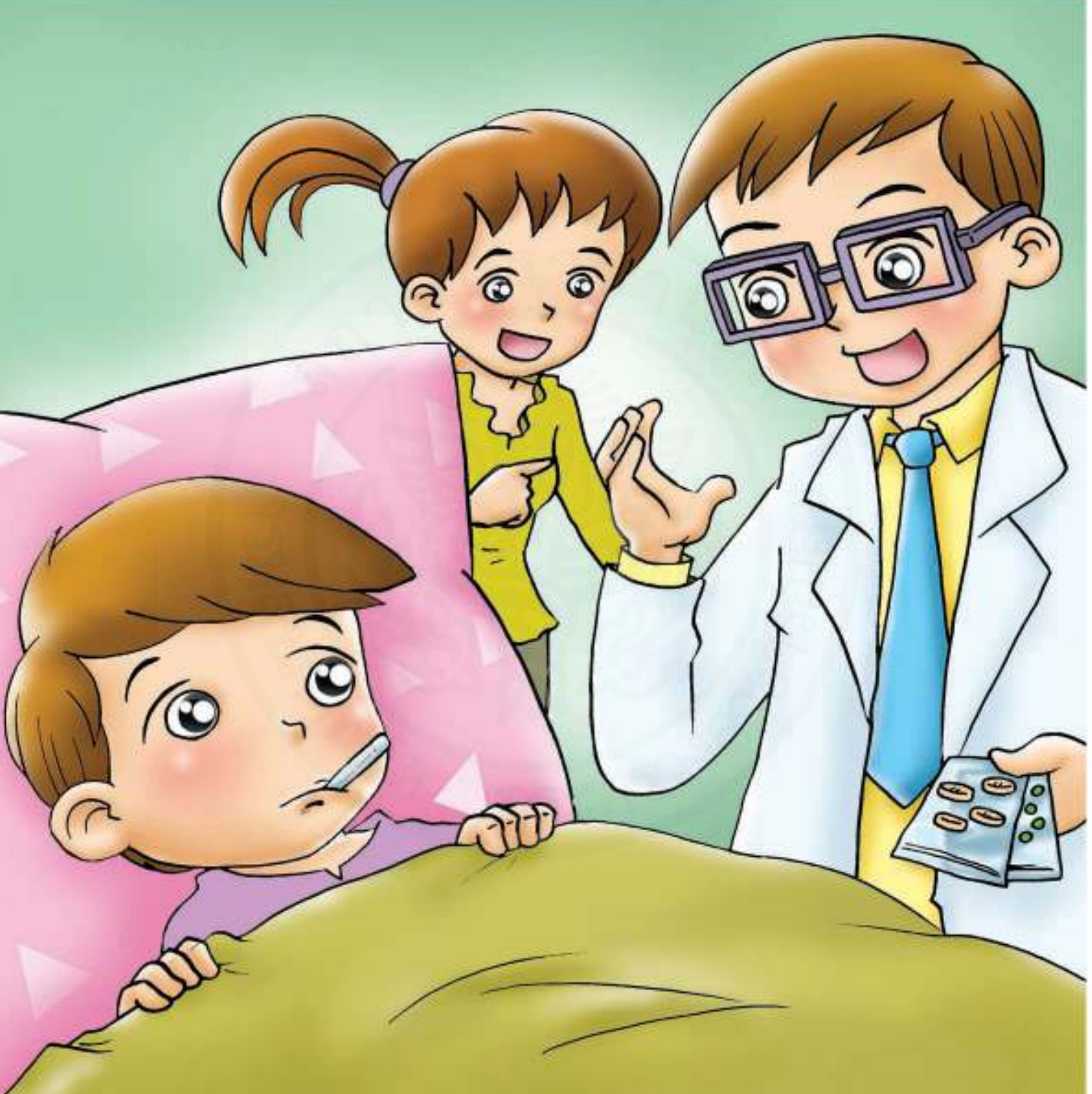
สงสัยละสิ...ตอนนี้คนที่หนูรักเขาอยู่ที่ไหนกันหน้า

รู้ไหม...มีหลายคนเลยละ เขาเชื่อว่าคนที่ตายแล้ว วิญญาณจะไปอยู่บนท้องฟ้า กลายเป็นดวงดาว
ส่องแสงวิบวับ อยู่ทุกคำคืน แล้วหนูล่ะเชื่ออย่างไรเอ่ย

فرنه ميرانکه ... بهواسکارغ اورغ يغ کامو کاسيهي برادا دمان ؟

تا هو که ... راماي اورغ فرجاي بهوا اورغ يغ تله ماتي ، روح مريک اکن برادا دائس لاغيت منجادي سباکي بيتغ يغ
برکليفن فد وقت ما لم ، يا کيمانکه کفر جيان کامو .







มองดูสิ ยังมีคนที่รักขงหนูอีกมากมาย

ليهتله ماسيه راماي اورغ يغب ميايغي كامو

รู้ไหม...แม้ว่าคนที่หนูรักเค้าจะตายจากไปแล้ว แต่หนูก็ไม่ได้ถูกทิ้งให้อยู่คนเดียวสักหน่อย
แล้วรู้ไหม...ยังมีอีกหลายคนที่คอยดูแลหนูอยู่นะ มีใครบ้างน้า...

تا هو كه ... ولو اورغ يغب كامو كاسيهي تله ماتي دري كامو تتافي كامو تيدق دكتيغكلن كسورغن .
دان تا هو كه ... اد راماي اورغ يغب ماسيه منجاك كامو ، سياتفه مريك ايت ...

เคยไหม....หนูเคยกลัวไหมละ ว่าตัวหนูเองและคนที่หนูรักคนอื่นๆ จะต้องตายด้วยเหมือนกัน

รู้ไหม...คนส่วนใหญ่มีอายุยืนยาวนะจ๊ะ

เอาอย่างนี้สิ...ลองถามพ่อแม่หรือผู้ใหญ่คนอื่นๆ ว่าพวกเขาทำยังไงให้ร่างกายแข็งแรงและอยู่อย่าง
ปลอดภัยได้

فرنهكه ... كامو قرنه تاكوت كه بهوا ديري كامو سنديري دان جوگ اورغ يغب كامو كاسيهي مستي اكن ماتي جوگ .
تا هو كه ... كياتقكن اورغ برعمور فتحع .

باكيमानكه ... جو با يرتاپله كفدايه ، ايبو ، اتو اورغ توايغ لاین . باكيमानكه مريك دافت منجاك كصيحجن دان ميدوف
دغن سلامت ؟



รู้ไหม...คนที่ป่วยไม่จำเป็นต้องตายทุกคนหรอก
แล้วรู้ไหม...เดี๋ยวนี้คุณหมอมียารักษาโรค และอาการบาดเจ็บได้เกือบทุกโรคแล้วละ
อย่าลืมนะ...ถ้าหนูรู้สึกไม่สบาย หนูต้องนอนพักผ่อน และกินยาตามที่คุณหมอให้มา เดี่ยวเดี๋ยวเอง
แล้วก็จะหาย กลับมาสบายดีเหมือนเดิมจ้ะ

تا هو كه ... اورغ يغ ساكيت ستيف اورغ تيدق فرلو ماتي .

دان تا هو كه ... سكارغ فارا دقتور ممقوباي اوبت دان جارا مغوباتي سكل فهاكيت .

جاغن لوفا ... جيڪ كاموراس تيدق صبحت ، كامو مسني بريجه دان ماكن اوبت مغيكوت يغ دبيري اوليه دقتور ، مان

سكتيڪ كامو اكن فوليه كمبالي سفرت دولو .





เปลี่ยนไปบ้าง แต่บางอย่าง ก็ยังคงเหมือนเดิม

سسوات براوبه .. تتافي سسوات تيدق براوبه

สงสัยละสิ...ต้องใช้เวลานานแค่ไหนที่จะไม่คิดถึงคนที่จากเราไปแล้ว
รู้ไหม...ความคิดถึงมันห้ามไม่ได้ เพราะฉะนั้นหนูคิดถึงเขาได้ตลอดเลยนะ
จริงๆ นะ...มันเป็นเรื่องยากที่จะยอมรับว่า หนูจะไม่ได้เจอคนที่ตายจากไปแล้วอีก ไม่ว่าจะในห้องนอน
ห้องครัว หรือห้องน้ำ ก็ทุกๆ ที่ในบ้าน มันทำให้คิดถึงหมดเลยนี่นา
เอาอย่างนี้สิ...ลองเอาของใช้ของคนที่คุณรักมาไว้ใกล้ๆ สิ อย่างเช่น ผ้าห่ม เสื้อ ผ้าเช็ดหน้า ก็สิ่งของ
เหล่านี้จะช่วยให้คุณรู้สึกว่าเขาอยู่ใกล้ๆ นี่เอง

ميرانكه ... لامامانكه يغ كيت اكن دافت لوف كفدا اورغ يغ تله ماتى .

تا هو كه ... كريندوان تيدق دافت دمالغ ، مك كامو دافت مغيتين ستيف وقت .

سسوغكو من ... اى اداله فركارا يغ سوكر يغ اكن متريمان ، كامو تيدق اكن برغو دغن اورغ يغ تله ماتى ، ما هوفون دالم

بيلىق تيدور ، بيليق دافور ، اتو بيليق تندس ، كران ستيف غمفت دالم رومه اى ممبوانكن كامو حادى ريندو كهدان .

بكيته ... جو با معلميل بارغن اورغ يغ كامو كاسيهي ، لتفكن دكت كامو سفرت كابين سليموت ، باجو ، كابين سافو

موك ، بارغن اين اكن ممبتوكن كامو مراسا مريك ماسيه برادا دسيسى كامو .



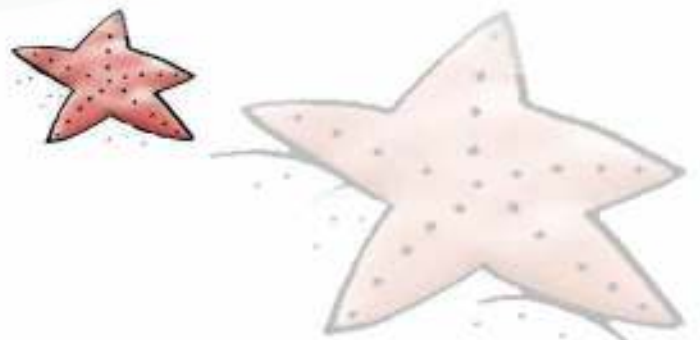
ไม่เป็นไร...มันยากที่จะหยุดคิดถึง ตลอดปีแรกที่เขาจากไป
 ใช้สิ...หนูยังอยากให้เขากลับมาอยู่ด้วยกัน ไปเที่ยว ไปเล่นสนุก และได้พูดคุยกันเหมือนเดิม
 เอาอย่างนี้สิ...เรามาลองทำสิ่งที่เขาชอบกันดีไหม เขาชอบกินอะไรน้ำ ชอบเล่นอะไร หรือสิ่งของ
 อะไรบ้างที่เขาชอบ หนูลองทำดูสิ จะได้คิดถึงช่วงเวลาที่เคยอยู่ด้วยกันยังไงล่ะ

تيدق مغاف ... اي سو كر بر فني دري مغيغتين سفنحغ تا مون يغ تله بلياو ماتي .

يالہ ... کامو ماسيه فتدق مغمباليکن بلياو تيغکل برسام, فرکي فرجالن, برماين دان جوک دافت برچاکف سفرت دولو .

بکينيله ... ماري کيت برروات اف يغ بليو سوک دلاکوکن , بليو سوک ماکن اف , سوک ماين اف اتو بارغ اف يغ بليو

سوک , چوبا کامو برروات کامو اکن دافت ترايغت وقت يغ برسام دغثن .







ใจหิวว่าวู้ห ลับสหจ้งลลย

ماتي ساعت بر سيبوق

เคยใหม่...ที่รู้สึกผิดเวลาที่เล่นสนุก เพราะคิดว่าเราน่าจะรู้สึกเศร้าให้มากกว่านี้
รู้ใหม่...คนที่หนูรักเขาอยากให้หนูเล่นสนุกมากกว่านะ

فرنهكه ... يغ كامو براسا ساله كنتيك بر ماين سرونق كران بر فيكير بهوا كامو مستي بر سديه بايق داري اين
تا هو كه ... اورغ يغ كامو كاسيهي مريك فندق سفاي كامو ليه بر سرونق دري اين .

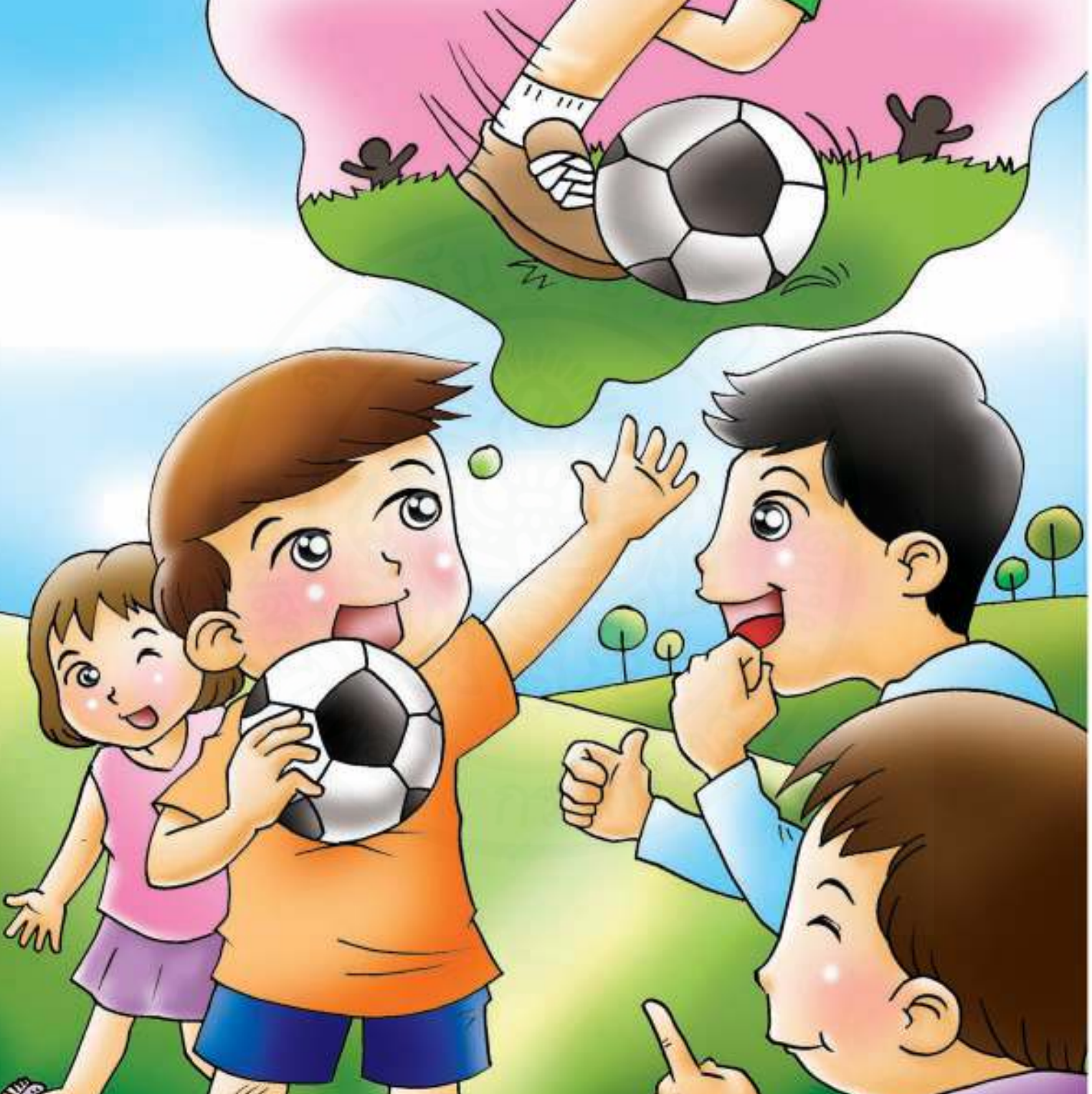
เคยใหม่...ที่รู้สึกโกรธ ทั้งโกรธคนที่ตายจากไป โกรธหมอ โกรธพ่อแม่ หรือแม้แต่โกรธตัวเอง
เอาอย่างนี้สิ...ลองบอกคนหนูไว้ใจนะ พวกเขาจะพูดให้หนูรู้สึกสบายใจขึ้นล่ะ

فرنهكه ... يغ كامو مراسماره. ما موفون ماره تر فادف اورغ يغ تله ماتتي, ماره دكتور, ماره ايه دان امق, ما موفون كامو
سنديري .

يكنيله ... چوبا چريتكن كغد اورغ يغ كامو بر هارف. مريك اكن بر چاكف موحوق سفاي كامو مينطكن ماتتي .

เคยใหม่...ที่รู้สึกลับสน-สงสัย เวลาได้ยินผู้ใหญ่บอกว่า เขาตายเพราะหมดเวรหมดกรรมแล้ว
รู้ใหม่...ความจริงแล้ว ผู้ใหญ่เขาหมายถึงว่าคนที่หนูรักได้ไปอยู่บนสวรรค์และไม่ต้องทุกข์ทรมานอีกแล้ว

فرنهكه ... يغ كامو براسا لامونن دان جوك هيران كنتيك مندغر اورغ توامغانكن اي ماتتي كران هاييس حاس .
تا هو كه ... سسو غكو هن مريك بر مقصود بهوا اورغ يغ كامو سايهي تله بر اداد شرك دان تيدق لاکي فرلو دسيقسا





ช่วยห่อหุ้ม บอกร้อยคำก็ได้อะ

تولو غله... جرتا کن بکینی

เคยไหม...หลังเหตุการณ์นั้นแล้วหนูเรียนไม่ค่อยรู้เรื่อง
 เอาอย่างนี้...หนูบอกครูและเพื่อนๆ ของหนูสิว่าจะเกิดอะไรขึ้นกับหนูบ้าง เพื่อนๆ จะได้เข้าใจหนู
 มากขึ้นยังไม่วะ

فر نهکه ... ستله فریستیاو ایت کامو بلاجر تیدیق فهم .

بکینیله... کامو بری تامو کن کفد گورو دان کاوون - کاوون بهوا اف یغ تله تر جادی دغن کامو ، کاوون - کاوون کامو
 اکن لبیه مما همی .

รู้ไหม...จริงๆ แล้วเพื่อนๆ หนูไม่รู้หรือว่าเกิดอะไรขึ้นกับหนู และยังไม่รู้ด้วยว่าจะพูดหรือจะเล่นกับหนู
 ยังไงดี

เอาอย่างนี้...หนูบอกเพื่อนๆ หนูเป็นคนเดิม แต่ตอนนี้หนูรู้สึกเสียใจและอย่าลืมบอกเพื่อนๆ ด้วยนะ
 ว่าพวกเขาจะช่วยหนูได้มากเลยนะ ถ้ามาชวนให้หนูเล่นสนุกเหมือนเดิม

تامو که ... سسوغکو من کاوون - کاوون کامو مریک تیدیق تامو بهوا اف یغ تله بر لاکو تر مادف کامو دان تیدیق تامو بهوا
 باکیمانکه مندق بر جاکف دان بر ماین دغن کامو .

بکینیله... کامو بری تامو کن کفد کاوون - کاوون بهوا کامو اداله سفرت دولو , مان سکارغ کامو راس سدیه دان جوک
 لوقا بری تامو کن کفد کاوون - کاوون اکن دافت ممبتو کن کامو جک داتغ مغاحتی کامو بر ماین سرو نتق
 سفرت دولو .





กอดขบ๋อยพะ พะ พะ กอดขบ๋อย

داكف ... داكفله

รู้ไหม... พ่อแม่ก็เคยเสียใจเหมือนกันนะ แต่หนูไม่เคยเห็นต่างหาก
เอาอย่างนี้สิ... เมื่อไรก็ตามที่หนูเห็นว่าพ่อแม่เสียใจ หนูเข้าไปใกล้ๆ แล้วกอดให้แน่นๆ เลยนะ
แล้วพวกท่านจะกอดกลับมาจนหนูรู้สึกอบอุ่นมากเลยละ

تا هو كه ... ايه دان امق فون فرنه برسديه تتافي كامو تيدق فرنه مليهت .
بکيتيله ... بيلا سهاج كامو مليهت ايه اتو امق برسديه ، ماسوقله مند کتيني ، داكفله دغن کجف ، مريك اکن برداکف
كامو کمبالي هيغک کامو راس بايک .

เคยไหม... ที่กลัวจะพูดถึงคนที่ตายไปแล้ว
ไม่จริงหรอก... อย่างกลัวไปเลยว่าพูดแล้วจะทำให้คนอื่นเสียใจมากขึ้น
รู้ไหม... จริงๆ แล้ว ผู้ใหญ่ก็อยากพูดถึงเรื่องเศร้าเหมือนกันกับหนูนั่นแหละจ๊ะ

فرنهكه ... يغ كامو تاكوت اکن برچاكف تتغ اورغ يغ تله ماتي .
تيدق نهر ... جاغن تاكوت بهوا جك برچاكف اکن منجاديكن اورغ لاين ليه برسديه .
تا هو كه ... سسوغكو من اورغ توا جوک فون هندق برچاكف تتغ حال يغ سدیه سفرت كامو جوک .

อย่าลืมนะ... หนูไม่ได้มีหน้าที่ทำให้ทุกคนในครอบครัวหายเศร้าหรอกนะ
รู้ไหม... หนูและพ่อแม่อยู่ด้วยกันเพื่อที่จะรักกัน หัวเราะและร้องไห้ รวมถึงพูดคุยกันในเวลา
แสนเศร้าอย่างนี้ต่างหากละ

جاغن لوفا ... كامو تيدق برتوكس سفاي مغهيلگكن فرسان سدیه اهل دالم كلوارك .
تا هو كه ... كامو دان جوک ايه ، امق دودوق برسام سفاي سايغ سايغ مبايغي ، برسوك دان مناغيس دان ترماسوق جوک
برچاكف كتيك امت برسديه سفرت اين .





บ๊อบทีกไว้หัวใจ

جاتتله دالم ماتني .

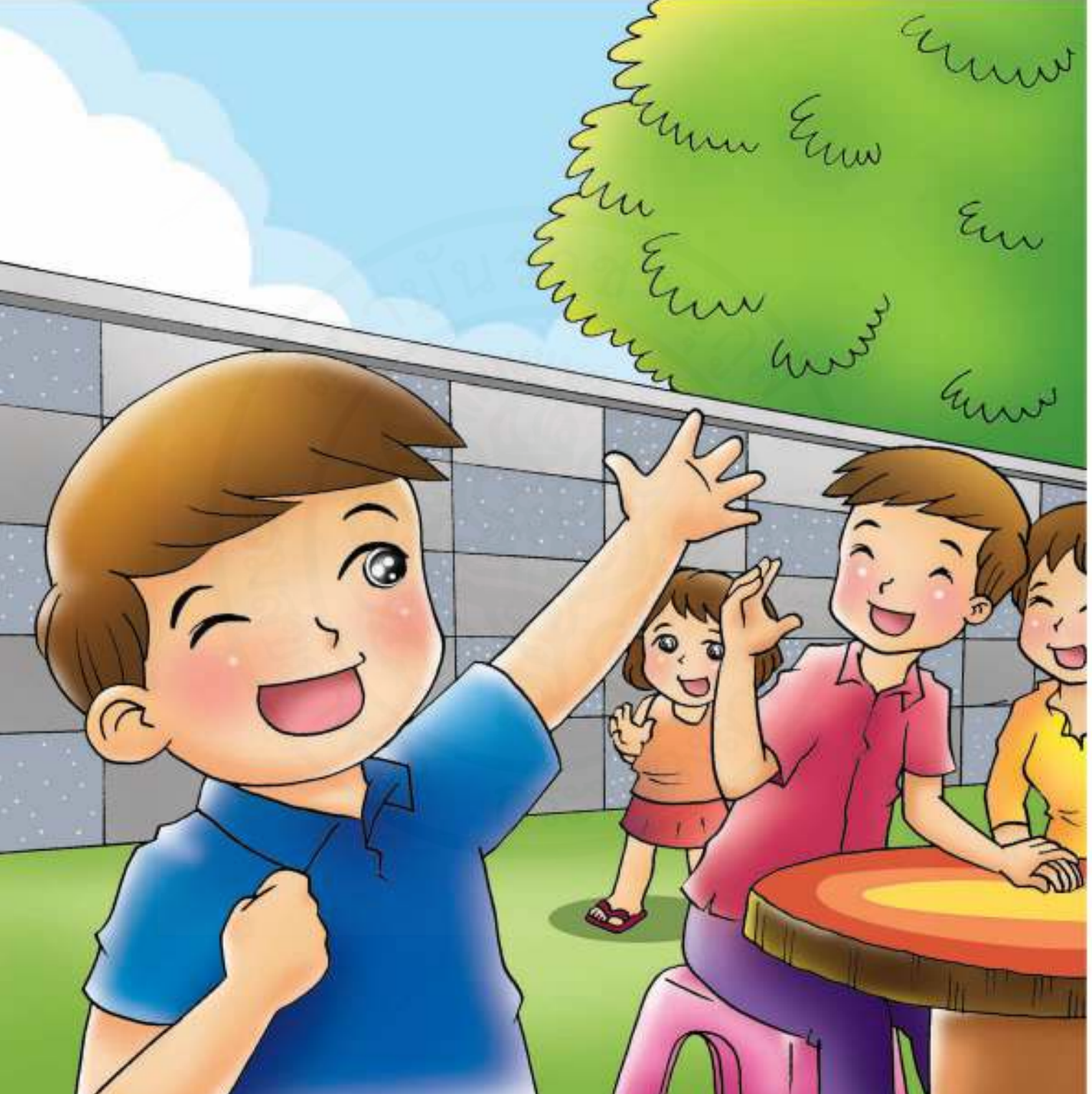
ใช้สิ...ภาพของเขายังคงชัดเจนอยู่ในความทรงจำของหนูอยู่แล้ว
ลองทำอย่างนี้ดูใหม่...เรามาวาดภาพตัวหนูกับเขาที่เป็นคนพิเศษของหนูให้เล่นสนุกอยู่ด้วยกัน
ในภาพดูนะ หรือเขียนจดหมายถึงคนอื่น ๆ ก็ได้ เล่าให้เขาฟังว่าหนูรักและคิดถึงคนพิเศษ
ของหนูมากแค่ไหน

يالاه ... كميرن ماسيه برادا ددالم ايغتنن كامو .

جوباله بكيني ... ماري كيت لو كيسكن كمير كامو دغنن اورغ يغ فاليج استيميو اتر مادف كامو ، برمان سرو نق دالم كمير
اتو منوليسكن سورت كقد اورغ لاین ، جريناكن بهوا بتاف كامو مباغي دان مريندوي اورغ فاليج استيميو .

รู้ใหม่...คนที่หนูรักเขาเป็นส่วนหนึ่งของหนูเสมอเลยนะ หนูได้รู้จักความรักและการใช้ชีวิตจาก
คนพิเศษคนนี้อย่างคุ้มค่าแล้ว

تا هو كه ... اورغ يغ كامو ساغي مريك اداله سبهاكين دري كامو ، كامو تله مغلي كاسيه ساغي دان كهيدوفن دري اورغ
استيميو اين دغن ليه برفاتوتن .





ขอเวลาตั้งตัวเพื่อปรับใจ

ميمتا ماس سفاي بربايقن هاتي

รู้ไหม...หนูต้องใช้เวลานานทีเดียวละ กว่าที่ทำได้ว่าคนที่หนูรักได้จากไปแล้ว
แล้วรู้ไหม...ในที่สุดแล้วหัวใจของหนูจะหายดีเอง

تا هو كه ... كامو مستي مغكونا ماس بيغ لام. سفاي منريما بهوا اورغ بيغ كامو سايفي تله ماتى .
دان تا هو كه ... اخبر ن ماتى كامو اكن منجادي فوليه .

รู้ไหม...ในวันหนึ่ง อาจจะเบื่อบเดียวก็ได้ หนูจะรู้สึกดีขึ้น และไม่เสียใจมากอีกแล้ว
ใช้แล้วละ...หนูไม่มีวันลืมคนที่หนูรักได้เลย ก็เพราะเขาจะอยู่ในหัวใจของหนูเสมอ

تا هو كه ... فد سوات هاري اتو ها سكيتك
يا له ... كامو تيدنى اكن ملوفاكن اورغ بيغ كامو سايفي ، كران مريك سلالو برادا دم هاتى كامو

อย่าลืมนะ...เวลาที่หนูคิดถึงเขา ให้คิดถึงแต่สิ่งที่ดีๆ และช่วงเวลาที่หนูเล่นสนุกและมีความสุข
ร่วมกันนะจ๊ะ ก็เมื่อหนูยิ้ม ทุกอย่างก็สดใส และทุกคนก็จะยิ้มให้หนูจ๊ะ

جاغن لوف ... كتيتك كامو مريندوكن مريك. ريندوكن فركارايغ بايك ، وقت برسروتنق دان بر بهاگيا ، جك كامو
برسيومن منجادي سكر دان سمو اورغ اكن سيوم كقد كامو كمبالي .

การพบกันและการจากกันเป็นเรื่องธรรมดา
และธรรมชาติของชีวิต เพราะเรา
ต้องเจอกันทุกคน ต่อจากนั้นไปอยู่ในใจของคน
อื่นที่รัก และไปแบบ
ต่อไปแล้ว

