សួស្តី នៅក្នុងរូបភាពនេះគឺនិយាយអំពីការចូលគេង។ ដែលរូបភាពទី ១ យើងឃើញមានបុរសម្នាក់ ដែលគាត់ពាក់អាវពណ៌ផ្ទៃមេឃដៃខ្លី នៅលើចំហៀងអាវខាងស្តាំរបស់គាត់មានកូនហោប៉ៅតូចមួយ ដែលកូនហោប៉ៅតូចនោះគាត់អាចដាក់លុយចូលទៅខាងក្នុងបាន។ អញ្ចឹងបុរសដែលមានវ័យ ១៨ ឆ្នាំនោះ គាត់ពាក់អាវពណ៌ផ្ទៃមេឃដៃខ្លី។ ដោយសារតែគាត់ទើបតែត្រលប់មកពីធ្វើការ ឬក៏គាត់ត្រលប់មក ឬក៏គាត់ទើបតែត្រលប់មកពីខាងក្រៅ ដូច្នេះធ្វើឲ្យគាត់មានអារម្មណ៍ថាអស់កម្លាំង និងងងុយគេង មានអារម្មណ៍ថាអស់កម្លាំង និងងងុយគេង។ ដោយយើងឃើញគាត់ ដោយយើងឃើញគាត់ស្វាបដោយហាមាត់ធំៗ និងដៃខាងស្តាំរបស់គាត់ គាត់ គាត់លា និងខ្ទប់មាត់របស់គាត់នៅពេលដែលគាត់ស្វាប ដៃខាងឆ្វេងគាត់លើកឡើងលើដើម្បីពត់ខ្លួន។ អញ្ចឹងមានន័យថាគាត់ស្វាបបណ្តើរពត់ខ្លួនបណ្តើរ ដោយសារតែមានអារម្មណ៍អស់កម្លាំង និងងងុយគេង បន្ទាប់ពីត្រលប់មកពីធ្វើការ ឬក៏បន្ទាប់ពីត្រលប់មកពីខាងក្រៅ អញ្ចឹងធ្វើឲ្យគាត់មានអារម្មណ៍ថាអស់កម្លាំង និងងងុយគេង។ ដោយគាត់ស្វាបដោយហាមាត់ធំៗ។

បន្ទាប់មករូបភាពទី ២ រូបភាពទី ២ ដោយគាត់មានអារម្មណ៍ថាងងុយគេង គាត់ក៏បានដើរចូលទៅខាងក្នុង ដោយគិតទៅដល់បន្ទប់គេងរបស់គាត់ ដោយយើងឃើញបន្ទប់គេងរបស់គាត់មានគ្រែ មានគ្រែ មានពូក មានខ្នើយ និងមានភួយ។ ពូកយើងប្រើសម្រាប់ដាក់នៅលើគ្រែ និងពូកគឺទន់ និងពូកគឺទន់។ មានន័យថានៅពេលដែលយើងគេងយើងមានអារម្មណ៍ថាទន់ និងមិនធ្វើឲ្យខ្នងរបស់យើងឈឺ។ និងភួយយើងប្រើសម្រាប់ដណ្តប់នៅពេលដែលរងា និងខ្នើយយើងប្រើសម្រាប់កើយនៅលើក្បាលរបស់យើង។ អញ្ចឹងនៅក្នុង នៅក្នុងបន្ទប់គេងគាត់ ដែលគាត់កំពុងតែគិតនោះ យើងឃើញគាត់មានខ្នើយ មានភួយ មានពូក និងមានគ្រែនៅក្នុងបន្ទប់គេងរបស់គាត់។

បន្ទាប់មករូបភាពទី ៣ រូបភាពទី ៣ គាត់ក៏ដើរចូលទៅក្នុងបន្ទប់ទឹកមុនពេលចូលទៅក្នុងបន្ទប់គេង។ ប្រហែលជាគាត់ចូលមកក្នុងបន្ទប់ទឹក ដើម្បីលាងដៃ ឬក៏ដើម្បីលាងខ្លួន ឬក៏ដើម្បីដុសធ្មេញមុនពេលចូលគេង។ អញ្ចឹងគាត់ដើរចូលទៅ គាត់ដើរចូលតាមទ្វារបន្ទប់ទឹកចូលមកក្នុងបន្ទប់ទឹក។ ដោយយើងឃើញក្នុងបន្ទប់ទឹករបស់គាត់ យើងឃើញមានបង្គួចដែលដាក់ជាប់ទៅនឹងជញ្ជាំង យើងឃើញមានបង្គួចនៅជាប់នឹងជញ្ជាំង និងមានកញ្ចក់ប្រើសម្រាប់ឆ្លុះមុខជាប់នឹងជញ្ជាំងដូចគ្នាដែរ និងមានឡាបូប្រើសម្រាប់លាងដៃ។ អញ្ចឹងមានឡាបូប្រើសម្រាប់លាងដៃ ដោយយើងឃើញមានក្បាលម៉ាស៊ីនទឹកនៅលើឡាបូនោះផងដែរ។

Copyright © 2016 www.aakanee.com – This document and the corresponding illustration and recording are provided under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License.

ពីព្រោះនៅពេលដែលយើងចង់លាងដៃ ឬក៏ដុសធ្មេញ ឬក៏លុបមុខ យើងអាចបើកទឹកនោះ និង និងទឹកនោះ នឹងហូរចូលទៅក្នុងឡាបូ និងឡាបូនឹងហូរចូលទៅក្នុងទុយោនៅខាងក្រោម ដែលមាននៅខាងក្រោម។ អញ្ចឹងបន្ទប់ទឹករបស់គាត់មាន មានបង្អួច មានបង្អួច មានទ្វារ មានកញ្ចក់ប្រើសម្រាប់ឆ្លុះមុខ មានឡាបូប្រើសម្រាប់លាងដៃ លុបមុខ ឬក៏ដុសធ្មេញ និងមានក្បាលម៉ាស៊ីនទឹកប្រើសម្រាប់បើកទឹកម៉ាស៊ីន។ អញ្ចឹងគាត់ យើងឃើញបុរសម្នាក់នោះគឺគាត់ដើរចូលទៅក្នុងបន្ទប់ទឹករបស់គាត់ ដោយគាត់ពាក់អាវពណ៌ផ្ទៃមេឃដៃខ្លី និងស្លៀកខោជើងវែងពណ៌ខ្មៅជាមួយនឹងស្បែកជើងពណ៌ស។ អញ្ចឹងគាត់ដើរតម្រង់ទៅឡាបូ ឡាបូលាងដៃ នៅក្នុងបន្ទប់ទឹករបស់គាត់។

បន្ទាប់មកទៀត រូបភាពទី ៤ នៅក្នុងរូបភាពទី ៤ គាត់ក៏បានយកច្រាសដុសធ្មេញ គាត់យកច្រាសដុសធ្មេញ អញ្ចឹងគាត់កាន់ដង ដងច្រាសដុសធ្មេញ បន្ទាប់មកទៀតគាត់ក៏បាន គាត់ក៏បានយកថ្នាំដុសធ្មេញច្របាច់ដាក់នៅលើច្រាសដុសធ្មេញរបស់គាត់។ អញ្ចឹងជាទូទៅមុនពេលចូលគេងយើងត្រូវដុសធ្មេញជាមុនសិន ដោយសារតែ ដោយសារតែនៅពេលដែលយើងញ៉ាំអាហារ ជាតិអាហារ នឹងជាប់នៅក្នុងធ្មេញរបស់យើង និងអាចបំផ្លាញធ្មេញរបស់យើង ធ្វើឲ្យធ្មេញរបស់យើងខូច ឬក៏ធ្វើឲ្យយើងឈឺធ្មេញ។ ដូច្នេះមុនពេលគេងយើងត្រូវដុសសម្អាតវាឲ្យបានស្អាត ជាក់ស្ដែងដូចជាបុរសម្នាក់នេះ គាត់មុនពេលគេងគាត់បានចូលមកក្នុងបន្ទប់ទឹក និងបានយកច្រាសដុសធ្មេញ និងច្របាច់ថ្នាំដុសធ្មេញដាក់នៅលើច្រាសរបស់គាត់។

បន្ទាប់មកទៀត រូបភាពទី ៥ រូបភាពទី ៥ គាត់ក៏បាន ក្រោយពេលដែលគាត់ដាក់ថ្នាំ ក្រោយពេលដែលគាត់ច្របាច់ថ្នាំដុសធ្មេញដាក់លើច្រាសរបស់គាត់ គាត់ក៏បានយកច្រាសរបស់គាត់យកមកដុសធ្មេញរបស់គាត់។ ដោយសារតែច្រាសរបស់គាត់បានដាក់នូវថ្នាំដុសធ្មេញ ដូច្នេះយើងឃើញនៅពេលដែលគាត់ដុសធ្មេញ យើងឃើញមានពពុះ យើងឃើញមានពពុះជាច្រើននៅក្នុងមាត់របស់គាត់។ អញ្ចឹងគាត់ចាប់ផ្ដើមដុស ដុសសម្អាតធ្មេញរបស់គាត់នៅក្នុងបន្ទប់ទឹករបស់គាត់។ អញ្ចឹងគាត់ដុសធ្មេញរបស់គាត់ខាងលើ ខាងក្រោម ចំហៀង និងដុសអណ្ដាតរបស់គាត់ផងដែរ ពីព្រោះពេលខ្លះចំណីអាហារក៏ជាប់នឹងអណ្ដាតផងដែរ។ អញ្ចឹងដើម្បី ដើម្បីឲ្យមាត់យើងមានសុខភាពល្អ ឬក៏កុំឲ្យមានក្លិន ឬក៏ដើម្បីឲ្យធ្មេញរបស់យើងស្អាត យើងត្រូវដុសសម្អាតធ្មេញរួមជាមួយនឹងអណ្ដាតរបស់យើងផងដែរ។ អញ្ចឹងបុរសម្នាក់នោះ

Copyright © 2016 www.aakanee.com – This document and the corresponding illustration and recording are provided under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License.

គាត់កំពុងតែដុសធ្មេញដោយប្រើច្រាសដុសធ្មេញរបស់គាត់ និងដាក់ថ្នាំដុសធ្មេញ ដោយឃើញ ដោយយើងឃើញនៅពេលដែលគាត់ដុសធ្មេញយើងឃើញមានពពុះជាច្រើននៅក្នុងមាត់របស់គាត់។

បន្ទាប់មកទៀត រូបភាពទី ៦ រូបភាពទី ៦ ក្រោយពេលដែលគាត់ដុសធ្មេញរួចរាល់ហើយ
និងមានអារម្មណ៍ថាស្រស់ស្រាយ ក្រោយពេលបានដុសធ្មេញជាមួយនឹងថ្នាំដុសធ្មេញ
គាត់ក៏បានចេញពីបន្ទប់ទឹក និងដើរចូលទៅក្នុងបន្ទប់គេងរបស់គាត់
ដោយយើងឃើញនៅក្នុងបន្ទប់គេងរបស់គាត់
យើងឃើញមានគ្រែមួយដែលដាក់ជាប់នឹងជញ្ជាំងជិតនឹងបង្អួច
ដោយយើងឃើញបង្អួចជាប់នឹងជញ្ជាំង គឺជាបង្អួចកញ្ចក់ និង និងបង្អួចនោះគឺបិទ
និងមានវាំងននបង្អួច និងមានវាំងននបង្អួចនៅសងខាងបង្អួចនោះ។ អញ្ចឹងវាំងននបង្អួចគឺ
យើងពេលខ្លះគឺយើងបើក ពីព្រោះដើម្បីចង់ឲ្យមានពន្លឺជះចូលមកខាងក្នុង
និងនៅពេលដែលយើងចូលគេង នៅពេលដែលយើងចូលគេង
និងមិនចង់ឲ្យមានពន្លឺជះចូលមកខាងក្នុងទេ យើងអាចប្រើវាំងននបង្អួចនោះបិទបង្អួចបាន
ពីព្រោះដោយសារនៅពេលយប់គឺមានព្រះចន្ទ គឺមានព្រះចន្ទ និងពន្លឺព្រះចន្ទភ្លឺ
[អញ្ចឹង]អាចជះចូលទៅក្នុងបន្ទប់គេងរបស់យើង
និងពេលខ្លះអាចធ្វើឲ្យយើងគេងអត់លក់ដោយសារតែពន្លឺពីព្រះចន្ទផងដែរ។
ដូច្នេះគាត់ត្រូវបិទវាំងនន គាត់ត្រូវបិទវាំងននកុំឲ្យមានពន្លឺចូលមកខាងក្នុង។
អញ្ចឹងយើងឃើញបន្ទប់គេងរបស់គាត់មានគ្រែដែលជាប់នឹងជញ្ជាំង
មានភួយប្រើសម្រាប់ដណ្ដប់នៅពេលដែលមានអារម្មណ៍ថារងា
ឬក៏នៅពេលដែលអាកាសធាតុត្រជាក់ និងមានខ្នើយសម្រាប់កើយនៅលើក្បាល
និងមានពូកដាក់នៅលើគ្រែដែលប្រើសម្រាប់នៅពេលដែលគាត់គេងមានអារម្មណ៍ថាទន់
និងមិនធ្វើឲ្យខ្នងរបស់គាត់ឈឺ។ អញ្ចឹងគាត់មានគ្រែ មានពូក មានភួយ មានខ្នើយ។
អញ្ចឹងដោយសារតែគាត់មានអារម្មណ៍ថាអស់កម្លាំងនិងងងុយគេង
គាត់ក៏បានដើរចូលមកក្នុងបន្ទប់គេងរបស់គាត់ដើម្បីសម្រាក ដើម្បីសម្រាក
និងដោយសារពេលនេះគឺជាពេលយប់ផង ដូច្នេះគឺជាពេលដែលគាត់ត្រូវសម្រាក។

បន្ទាប់មក រូបភាពទី ៧ រូបភាពទី ៧
គាត់ក៏បានដើរទៅបើកកង្ហាររបស់គាត់នៅក្នុងបន្ទប់គេងរបស់គាត់
ដោយកង្ហារនោះគឺគាត់ដាក់នៅលើកៅអី កង្ហារនោះគាត់ដាក់នៅលើកៅអី បែរចំនឹង
បែរចំគ្រែរបស់គាត់ ប្រហែលជានៅក្នុងបន្ទប់គេងរបស់គាត់អត់មានម៉ាស៊ីនត្រជាក់ទេ
ដូច្នេះគាត់ត្រូវប្រើកង្ហារសម្រាប់ធ្វើឲ្យ ធ្វើឲ្យបន្ទប់របស់គាត់ត្រជាក់ ពីព្រោះប្រសិនបើអត់ប្រើកង្ហារទេ

Copyright © 2016 www.aakanee.com – This document and the corresponding illustration and recording are provided under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License.

គាត់នឹងមានអារម្មណ៍ថាក្ដៅស្អុះ និងមិនអាចគេង មួយ
និងមិនអាចគេងលក់ស្រួលពេញមួយយប់បានទេ ដោយសារតែ ដោយសារតែនៅពេលយប់គឺក្ដៅ
ពេលយប់ពេលខ្លះគឺក្ដៅ អញ្ចឹងគាត់ត្រូវប្រើកង្ហារដើម្បីឲ្យខ្យល់ ដើម្បីឲ្យខ្យល់ចេញពីកង្ហារនោះ
អាចធ្វើឲ្យគាត់គេងលក់ស្រួលបាន ធ្វើឲ្យគាត់គេងលក់ស្រួលបាន។ អញ្ចឹងគាត់ដើរមកបើកកង្ហារ
ដែលកង្ហារនោះដាក់នៅលើកៅអីនៅជាប់នឹងចុងជើង នៅជាប់នឹងចុងជើង
ឬក៏ដាក់នៅជាប់នឹងចុងគ្រែរបស់គាត់ និងបែរកង្ហារនោះឲ្យចំគាត់។

បន្ទាប់មកទៀត រូបភាពទី ៨ រូបភាពទី ៨ មុនពេលចូលគេងគាត់ត្រូវប្ដូរខោអាវសិន។
អញ្ចឹងខោអាវដែលគាត់ពាក់ចេញទៅខាងក្រៅ មិនអាចពាក់សម្រាប់គេងយប់បានទេ។
ពីព្រោះខោអាវដែលពាក់ចេញខាងក្រៅ ពេលខ្លះគឺមានញើស
និងខោអាវដែលពាក់ចេញទៅខាងក្រៅគឺពេលខ្លះយើងពាក់ខោជើងវែង ឬក៏អាវរាងក្រាស់បន្តិច
ដូច្នេះធ្វើឲ្យយើងមានអារម្មណ៍ថាពិបាកគេងនិងក្ដៅស្អុះ។
អញ្ចឹងគាត់ត្រូវដោះសម្លៀកបំពាក់ដែលគាត់ពាក់ចេញទៅខាងក្រៅនោះចេញ និងពាក់ខោអាវ
គេងយប់ សម្រាប់គេងយប់។ អញ្ចឹងយើងឃើញគាត់បានដោះ អញ្ចឹងយើងឃើញគាត់ដោះខោ
ខោជើងវែងពណ៌ខ្មៅរបស់គាត់មុន ដោយគាត់ នៅពេលដែលគាត់ដោះខោនោះចេញ
គាត់បានដាក់ខោនោះនៅលើគ្រែរបស់គាត់។
អញ្ចឹងគាត់បានដាក់ខោជើងវែងពណ៌ខ្មៅនោះនៅលើគ្រែរបស់គាត់
នៅពេលដែលគាត់ដោះខោនោះចេញ។ បន្ទាប់មកគាត់ក៏ចាប់ផ្ដើម
គាត់ក៏ចាប់ផ្ដើមដោះអាវខាងក្រៅរបស់គាត់ចេញ គាត់ចាប់ផ្ដើមដោះអាវរបស់គាត់ចេញ
ដោយអាវគាត់ ដោយអាវនៅពេលដែលគាត់ពាក់ទៅខាងក្រៅ គឺគាត់ពាក់អាវពណ៌ផ្ទៃមេឃដៃខ្លី។
អញ្ចឹងក្រោយពេលដែលគាត់ ក្រោយពេលដែលគាត់ដោះខោគាត់ដាក់នៅលើគ្រែគឺគាត់ស្លៀក
គាត់ស្លៀកតែខោក្នុង ឬក៏ខោលីអូ។ អញ្ចឹងយើងអាចហៅបានពីរ យើងអាចហៅបានថាខោក្នុង
ឬក៏ខោលីអូ។ អញ្ចឹងនៅពេលដែលគាត់ដោះខោជើងវែងពណ៌ខ្មៅដាក់នៅលើគ្រែរបស់គាត់ចេញ
គាត់ស្លៀកតែខោ គាត់ស្លៀកតែខោលីអូ ឬក៏ខោក្នុងពណ៌ ពណ៌ស។ និងគាត់
បន្ទាប់មកទៀតគាត់ក៏បានដោះអាវ ដោះអាវពណ៌ផ្ទៃមេឃដៃខ្លីរបស់គាត់ចេញ
ដើម្បីពាក់អាវគេងយប់ចូល ដើម្បីឲ្យមានអារម្មណ៍ស្រួលខ្លួន និងគេងលក់ស្រួល។

បន្ទាប់មកទៀត រូបភាពទី ៩ រូបភាពទី ៩ ក្រោយពេលដែលគាត់បានដោះខោ
និងដោះអាវរបស់គាត់ចេញរួចហើយ រួចហើយ
គាត់ក៏បានយកខោនិងអាវរបស់គាត់នោះដាក់នៅលើគ្រែរបស់គាត់។
អញ្ចឹងគាត់បានយកខោអាវរបស់គាត់ដាក់នៅលើគ្រែរបស់គាត់ បន្ទាប់មកគាត់ក៏បានយកអាវដេក

Copyright © 2016 www.aakanee.com – This document and the corresponding illustration and recording are provided under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License.

អាវ អាវគេង អាវគេងយប់របស់គាត់ ដោយយើងឃើញអាវនោះមានពណ៌ មានពណ៌ពងមាន់ដៃខ្លី។
អញ្ចឹងគាត់ក៏បានពាក់អាវនោះចូលទៅក្នុងខ្លួនរបស់គាត់។
បន្ទាប់មកគាត់ក៏បានយកខោខ្លីមួយទៀតពាក់នៅលើខោលីអូរបស់គាត់។
អញ្ចឹងជាទូទៅនៅពេលយប់យើង យើងតែងតែប្តូរខោអាវពាក់គេងយប់ និងយើង
ជាទូទៅយើងពាក់អាវខ្លី ឬក៏ខោខ្លី ដើម្បី ដើម្បីឲ្យមានអារម្មណ៍ថាស្រួលខ្លួន
និងដើម្បីមានអារម្មណ៍ថាមិន[ក្តៅ] មានអារម្មណ៍ថាត្រជាក់ ឬក៏មិនក្តៅស្អុះ។
ពីព្រោះពេលខ្លះនៅក្នុងបន្ទប់អត់មានម៉ាស៊ីនត្រជាក់ ពេលខ្លះមានតែកង្ហារ មានអារម្មណ៍ថាក្តៅស្អុះ
មានអារម្មណ៍ថាក្តៅស្អុះបន្តិចបន្តួច និងនៅពេលដែលយើងពាក់ខោជើងវែងឬក៏អាវក្រាស់ៗ
មានអារម្មណ៍ថាពិបាកគេង អញ្ចឹងធ្វើឲ្យយើងគេងលក់អត់ស្រួល។
អញ្ចឹងគាត់ត្រូវប្តូរខោអាវចេញនិងពាក់អាវគេងយប់។ ដោយខោអាវគេងយប់គឺភាគច្រើនគឺស្តើង
គឺស្តើង និងអាវដៃខ្លីឬក៏ខោជើងខ្លី និងខោជើងខ្លី ឬក៏អាវរលុង ឬក៏ខោរលុង ខោជើងខ្លីរលុងតិចៗ
ដូច្នេះមានអារម្មណ៍ថាស្រួលខ្លួននៅពេលដែលយើងគេងជាមួយនឹងខោអាវគេងយប់នោះ។
អញ្ចឹងបុរសម្នាក់នោះ គាត់ នៅពេលដែលគាត់បានដោះខោអាវគាត់ចេញ
គាត់ក៏បានពាក់អាវចូលទៅក្នុងខ្លួនរបស់គាត់។ អញ្ចឹង[...]គាត់ ដំបូងគឺគាត់
គាត់ស៊កដៃម្ខាងរបស់គាត់ចូលហើយ បន្ទាប់មកទៀតគាត់ចាប់ផ្តើមស៊កក្បាល
និងស៊កដៃម្ខាងទៀតចូល ចូលក្នុងអាវនោះ ដើម្បីពាក់វាគេងយប់ និងបន្ទាប់មកទៀតគាត់ក៏បាន
គាត់ក៏បានស្លៀកខោខ្លីមួយទៀតនៅលើខោក្នុងឬក៏ខោលីអូរបស់គាត់។

បន្ទាប់មកទៀត រូបភាពទី ១០ រូបភាពទី ១០ ក្រោយពេលដែលគាត់បានប្តូរខោអាវរួចរាល់ហើយ
គាត់បានប្តូរខោអាវដែលគាត់ស្លៀកចេញទៅខាងក្រោមកជាខោអាវគេងយប់
រួចរាល់ហើយគាត់ក៏បានឡើងទៅលើ គាត់ក៏បានឡើងអង្គុយទៅលើគ្រែរបស់គាត់។
ប៉ុន្តែគាត់គ្រាន់តែអង្គុយនិងផ្អែកខ្លួននៅលើខ្នើយរបស់គាត់ គាត់មិនទាន់គេងនៅឡើយទេ។
ដោយសារតែគាត់ចង់មើលទូរទស្សន៍សិនមុនពេលគេង និងកង្ហារដែលដាក់នៅ
និងកង្ហារដែលដាក់នៅចុងជើងឬក៏ចុងគ្រែរបស់គាត់ គឺបើក គឺបើកជានិច្ច
ដោយសារក្នុងបន្ទប់របស់គាត់ ប្រសិនបើអត់បើកកង្ហារទេនឹងហប់ និងអាចធ្វើឲ្យគាត់បែកញើស
និងមានអារម្មណ៍ថាក្តៅ ក្តៅស្អុះ ប្រសិនបើអត់បើកកង្ហារទេ។
ដូច្នេះគាត់ត្រូវបើកកង្ហារនោះមួយយប់ទល់ភ្លឺ អញ្ចឹងគាត់ត្រូវបើកកង្ហារនោះមួយយប់ទល់ភ្លឺ។
អញ្ចឹងនៅពេលដែលគាត់ឡើងទៅអង្គុយនៅលើគ្រែរបស់គាត់ និងគាត់ផ្អែកនៅ
ផ្អែកខ្នងរបស់គាត់នៅលើខ្នើយជាប់នឹងក្បាលគ្រែរបស់គាត់ គាត់ក៏បានអង្គុយសណ្តូកជើងម្ខាង
និងគាត់បានអង្គុយសណ្តូកជើងម្ខាង និង និងបញ្ឈរជង្គង់ម្ខាង។
អញ្ចឹងក្រោយពេលដែលគាត់ប្តូរខោអាវ និងដុសធ្មេញ

Copyright © 2016 www.aakanee.com – This document and the corresponding illustration and recording are provided under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License.

និងចូលមកសម្រាកនៅក្នុងបន្ទប់គេងរបស់គាត់ គាត់មានអារម្មណ៍ថាស្រួលខ្លួន
ជាមួយនឹងខ្យល់ចេញមកពីកង្ហារ និងគាត់ស្លៀកអាវ និងគាត់ស្លៀកពាក់អាវដៃខ្លី
អាវគេងយប់ជាមួយនឹងខោជើងខ្លី ដូច្នេះធ្វើឲ្យគាត់មានអារម្មណ៍ថាត្រជាក់និងស្រួលខ្លួន។
អញ្ចឹងយើងឃើញនៅខាងមុខក្បាលគ្រែរបស់គាត់ នៅជាប់នឹងកង្ហារ យើងឃើញមានទូ
ដែលមានថតតុចំនួនបីទៀត។ អញ្ចឹងយើងឃើញមានទូនិងមានថត និងមានថតចំនួនបី
និងនៅខាងលើទូនោះគឺមានទូរទស្សន៍ គឺមានទូរទស្សន៍។ អញ្ចឹងមុនពេលដែលគាត់ចូលគេង
គាត់ជាទូទៅគាត់ចូលចិត្តមើលទូរទស្សន៍ជាមុនសិន។ ប្រហែលជាគាត់ចូលចិត្តតាមដានព័ត៌មាន
ឬក៏ប្រហែលជាគាត់ ប្រហែលជាគាត់ចង់មើលទូរទស្សន៍ដើម្បីលំហែអារម្មណ៍មុនពេលចូលគេង។
អញ្ចឹងទូរទស្សន៍របស់គាត់ដាក់នៅលើ ដាក់នៅលើទូ ដែលទូនោះមានបីថត មានបីថត
និងជិតទូនោះមានកង្ហារ ដែលកង្ហារ ដែលកង្ហារនោះកំពុងតែវិល
ពីព្រោះបុរសម្នាក់នោះគាត់បានបើកកង្ហារនោះ ដើម្បី ដើម្បីឲ្យខ្យល់ចេញពីកង្ហារ
និងអាចធ្វើឲ្យគាត់គេងលក់ស្រួល និងអាច និងអាចអង្គុយនៅក្នុងបន្ទប់គេង
ឬក៏និងអាចគេងនៅក្នុងបន្ទប់គេងនោះបានលក់ស្រួល។

បន្ទាប់មកទៀត រូបភាពទី ១១ រូបភាពទី ១១ គាត់ក៏បានយកតេឡេទូរទស្សន៍ដើម្បីបើកទូរទស្សន៍
ដើម្បីបើកទូរទស្សន៍នោះមើលមុនពេលចូលគេង។
អញ្ចឹងយើងឃើញគាត់កាន់តេឡេទូរទស្សន៍នៅក្នុងដៃ បន្ទាប់មកគាត់ក៏បានចុច
គាត់ក៏បានចុចនិងប្តូរប៊ុស្តិ៍ដើម្បីតាមដានព័ត៌មាន ដោយយើងឃើញគាត់
ដោយយើងឃើញគាត់កំពុងតែតាមដានព័ត៌មាន ដែលមានភ្លៀងធ្លាក់នៅថ្ងៃនេះ និងមានទឹកលិច
និងមានទឹកលិចនៅតាមផ្លូវផងដែរ។
អញ្ចឹងយើងឃើញនៅក្នុងទូរទស្សន៍គឺជាព័ត៌មានដែលប្រាប់អំពីភ្លៀងថ្ងៃនេះ ដែលប្រាប់អំពីថ្ងៃនេះ
មានភ្លៀងខ្លាំង និង និងភ្លៀងនោះបានធ្វើឲ្យផ្លូវមួយចំនួនលិចផងដែរ និងមានមនុស្ស
និងមានមនុស្សនិងសត្វ និងមានមនុស្សនិងសត្វធ្វើដំណើរនៅតាមផ្លូវពិបាក
ដោយយើងឃើញនៅក្នុងទូរទស្សន៍យើងឃើញមានស្ត្រីម្នាក់ គាត់ដើរកាត់ទឹក គាត់ដើរកាត់ទឹក
និងកាន់ឆត្រនៅក្នុងដៃដោយសារតែមានភ្លៀងធ្លាក់
និងស្ត្រីម្នាក់ទៀតគាត់ដើរយួរកន្ត្រកឬក៏កាបូបរបស់គាត់
ដោយគាត់យួរនៅដៃទាំងពីររបស់គាត់និងលើកឡើងលើ
ដោយសារមិនចង់ឲ្យកន្ត្រកឬក៏កាបូបរបស់គាត់ កាបូបរបស់គាត់ប៉ះនឹងទឹក
ដូច្នេះអាចធ្វើឲ្យទទឹកបាន។ និងយើងឃើញឆ្កែមួយក្បាលទៀតកំពុងតែព្យាយាមដើរឆ្លងទឹក
ដើរឆ្លងទឹកទៅកាន់កន្លែងដែលគ្មានទឹក។ អញ្ចឹងមានន័យថាថ្ងៃនេះអាកាសធាតុ
ថ្ងៃនេះអាកាសធាតុត្រជាក់និងមានមេឃភ្លៀងខ្លាំង ដែលធ្វើឲ្យផ្លូវមួយចំនួនពិបាកធ្វើដំណើរ

Copyright © 2016 www.aakanee.com – This document and the corresponding illustration and recording are provided under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License.

និងផ្លូវមួយចំនួនត្រូវបានលិច។
អញ្ចឹងគាត់កំពុងតែតាមដានអំពីហេតុការណ៍ដែលកើតឡើងនៅពេលថ្ងៃ នៅពេល នៅពេលថ្ងៃនេះ។

បន្ទាប់មកទៀត រូបភាពទី ១២ រូបភាពទី ១២ គាត់ក៏បានអង្គុយមើលព័ត៌មានថ្ងៃនេះដែលមាន
ដែលមានទឹកលិច គ្រប់ គ្រប់ស្ទើរតែគ្រប់ផ្លូវ
ដែលមានទឹកលិចស្ទើរតែគ្រប់ផ្លូវដែលធ្វើឲ្យអ្នកធ្វើដំណើរ
ដែលជាក់ស្តែងយើងឃើញនៅក្នុងទូរទស្សន៍
យើងឃើញមានបុរសម្នាក់គាត់កំពុងតែបើកម៉ូតូរបស់គាត់កាត់ផ្លូវ កាត់ផ្លូវដែលលិចទឹក និងគាត់
និងគាត់មានការពិបាក មានការពិបាកដោយសារតែមានភ្លៀងធ្លាក់ខ្លាំង និងផ្លូវលិចទឹកផង
ដូច្នេះគាត់ត្រូវបើកបរដោយមានការប្រុងប្រយ័ត្ន ពីព្រោះផ្លូវមួយចំនួនគឺមានក្រឡុកឬក៏ប្រហោង
ប្រសិនបើយើងមិនបានប្រុងប្រយ័ត្នទេ គាត់អាចធ្លាក់ក្រឡុកនោះ និងធ្វើឲ្យមានគ្រោះថ្នាក់
និងអាចមានគ្រោះថ្នាក់ដល់ជីវិតផងដែរ។ អញ្ចឹងនៅពេលដែលមានភ្លៀង ភ្លៀងច្រើន
នៅពេលដែលមានភ្លៀងខ្លាំង និងផ្លូវមួយចំនួនទឹកលិច ការធ្វើដំណើរគឺពិបាកណាស់។
អញ្ចឹងនេះគឺជាព័ត៌មានសំខាន់មួយដែលបាន
ដែលត្រូវបានផ្សព្វផ្សាយជូនប្រជាជនអំពីអាកាសធាតុនៅថ្ងៃនេះ។ អញ្ចឹងបុរសម្នាក់ បុរសម្នាក់នោះ
គាត់អត់ទាន់គេងទេ គាត់អង្គុយសណ្តូកជើងទាំងពីរដាក់នៅលើគ្រែរបស់គាត់ និងដៃរបស់គាត់កាន់
កាន់តេឡេសម្រាប់បញ្ជាទូរទស្សន៍
និងគាត់ផ្អែកខ្នងរបស់គាត់នៅលើខ្នើយជាប់ទៅនឹងក្បាលគ្រែរបស់គាត់។
អញ្ចឹងគាត់កំពុងតែតាមដានព័ត៌មានអំពីអាកាសធាតុដែលកើតឡើងនៅថ្ងៃនេះ។
ដែលយើងឃើញទូរទស្សន៍របស់គាត់គឺដាក់នៅលើ គឺដាក់នៅលើតុ ដែលតុនោះមានចំនួនបីថ្នាក់
និងនៅ និងនៅក្បែរតុនោះមានកូនកៅអីទាបមួយ និងដាក់ និងមានដាក់កង្ហារនៅខាងលើ
ដាក់កង្ហារនៅខាងលើកៅអីទាបនោះ និងកង្ហារកំពុងតែវិល កំពុងតែវិល។ អញ្ចឹងគាត់កំពុងតែ
អញ្ចឹងបុរសដែលគាត់អង្គុយនៅលើ នៅលើគ្រែរបស់គាត់នោះ ក្នុងបន្ទប់គេងរបស់គាត់នោះ
គាត់កំពុងតែតាមដានព័ត៌មានអំពីអាកាសធាតុដែលមានភ្លៀងធ្លាក់ខ្លាំង
និងផ្លូវមួយចំនួនត្រូវបានលិចដែលកើតឡើងនៅថ្ងៃនេះ។

បន្ទាប់មកទៀត រូបភាពទី រូបភាពទី ១៣ រូបភាពទី ១៣ ប្រហែលជាព័ត៌មាននោះចប់
ឬក៏ប្រហែលជាគាត់មានអារម្មណ៍ថាងងុយគេងខ្លាំង ឬក៏ប្រហែលជាគាត់ដល់ម៉ោងត្រូវគេង
ត្រូវចូលគេង ដូច្នេះគាត់ក៏បានយកតេឡេដើម្បី ដើម្បីបិទទូរទស្សន៍
ដើម្បីបញ្ជាទូរទស្សន៍នោះឲ្យបិទ។ អញ្ចឹងគាត់ប្រើតេឡេ គាត់មិនចាំបាច់ដើរទៅបិទទូរទស្សន៍ទេ។
គាត់អាចប្រើតេឡេជំនួសបាន។

Copyright © 2016 www.aakanee.com – This document and the corresponding illustration and recording are provided under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License.

អញ្ចឹងគាត់គ្រាន់តែអង្គុយនៅលើគ្រែនិងប្រើតេឡេចុចបិទទូរទស្សន៍នោះនឹងបិទ។ អញ្ចឹងគាត់ប្រហែល អញ្ចឹងគាត់ប្រហែលជាងងុយគេង ឬក៏ប្រហែលជាកម្មវិធីព័ត៌មាននោះចប់ ដូច្នេះគាត់ត្រូវ ដូច្នេះគាត់ គាត់ត្រូវបិទទូរទស្សន៍និងចូលគេង។

បន្ទាប់មកទៀត រូបភាពទី ១៤ រូបភាពទី ១៤ ក្រោយពេលដែលគាត់ ក្រោយពេលដែលគាត់បិទទូរទស្សន៍ហើយ គាត់ក៏បាន គាត់ក៏បាន គាត់ក៏បានចូលគេង ដោយគាត់ ដោយគាត់កើយនៅលើខ្នើយ នៅលើខ្នើយរបស់គាត់ អញ្ចឹងមានន័យថាគាត់ដាក់ គាត់ គាត់ដាក់ក្បាលរបស់គាត់កើយនៅលើខ្នើយលើគ្រែរបស់គាត់ បន្ទាប់មកគាត់ដណ្តប់ភួយ ប្រហែលជាអាកាសធាតុថ្ងៃនេះត្រជាក់ដោយសារតែមានភ្លៀងធ្លាក់ និងប្រហែលជាដោយសារតែខ្យល់កង្ហារនៅក្នុងបន្ទប់គេងរបស់គាត់ខ្លាំង ដូច្នេះគាត់ត្រូវដណ្តប់ភួយដើម្បីកុំឲ្យផ្តាសាយ។ អញ្ចឹងគាត់បាន អញ្ចឹងគាត់ក៏បានចូលគេងក្រោយពេលបិទទូរទស្សន៍។

បន្ទាប់មកទៀត រូបភាពទី ១៥ រូបភាពទី ១៥ យើងឃើញគាត់ក្រោយពេលដែលសម្ងំគេងមួយភ្លែត គាត់ក៏បានគេងលក់។ អញ្ចឹងអ្នកខ្លះគឺគាត់ មុនពេល អ្នកខ្លះគឺគាត់ត្រូវសម្ងំគេងសិន ពីព្រោះពេលខ្លះគ្រាន់តែដាក់ខ្នងទៅនឹងគ្រែគឺគាត់គេងអត់លក់ទេ។ អញ្ចឹងគាត់ត្រូវសម្ងំគេង ឬក៏គាត់ត្រូវប្រាប់ខួរក្បាលរបស់គាត់កុំឲ្យគិតរឿងអី ដូច្នេះគាត់អាចគេងលក់លឿនឬក៏អាចគេងលក់ស្រួល។ អ្នកខ្លះគឺគាត់ នៅពេលដែលគាត់គេងគឺគាត់គិតច្រើន ដូច្នេះធ្វើឲ្យគាត់ពិបាកគេងលក់ ធ្វើឲ្យគាត់ពិបាកគេងលក់។ អញ្ចឹងមុនពេលគេងគាត់ត្រូវចំណាយពេលយូរ គាត់ត្រូវចំណាយ អ្នកខ្លះចំណាយពេល ១ ម៉ោង អ្នកខ្លះចំណាយពេលកន្លះម៉ោងដើម្បីសម្ងំគេង។ ប៉ុន្តែដោយសារតែបុរសម្នាក់នេះ គាត់ធ្វើការអស់កម្លាំង ឬក៏គាត់ចេញទៅខាងក្រៅមកវិញអស់កម្លាំង ដូច្នេះនៅពេលដែលគាត់ នៅពេលដែលគាត់ទម្លាក់ខ្លួនចុះ នៅពេលដែលគាត់ទម្លាក់ខ្លួនចុះគេងនៅលើគ្រែឬក៏នៅលើពូករបស់គាត់ គាត់ក៏បានគេងលក់ គាត់ក៏បានគេងលក់។

បន្ទាប់មកទៀត រូបភាពទី [១៥] រូបភាពទី ១៦ នៅពេលដែលគាត់កំពុងតែគេងលង់លក់ គាត់ក៏បានយល់សប្តិ ដោយយើងឃើញគាត់យល់សប្តិឃើញយក្ខ ឃើញយក្ខដែលមាន ដែលមានរូបរាងចំឡែក។ ដោយយើងឃើញយក្ខនោះ យក្ខនោះមានចង្កូម មានចង្កូមពីរ និងមានមុខមាត់គួរឲ្យខ្លាច ជាមួយនឹងត្រចៀកវែងៗ និងពាក់ និងពាក់មកុដនៅលើក្បាល ឬក៏ពាក់មួកនៅលើក្បាលដែលមានរាងចំឡែក។ អញ្ចឹងប្រហែលជាសុបិនមួយដែលធ្វើឲ្យគាត់ខ្លាច

Copyright © 2016 www.aakanee.com – This document and the corresponding illustration and recording are provided under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License.

ដោយសារតែគាត់បានសុបិនឃើញយក្ខ ដែលមានរូប ដែលមានមុខមាត់ចំឡែក
មានមុខមាត់ចំឡែក។ ប៉ុន្តែមិនបានធ្វើ ប៉ុន្តែសុបិននោះមិនបានធ្វើឲ្យគាត់ភ្ញាក់ដឹងខ្លួនទេ
ដោយសារតែគាត់មានអារម្មណ៍ថាអស់កម្លាំងនិងងងុយគេងខ្លាំង
អញ្ចឹងក្រោយពេលដែលគាត់ទម្រេតឬក៏ទម្លាក់ខ្លួន ទម្លាក់ខ្លួនទៅនឹង
នៅពេលគាត់ទម្លាក់ខ្លួនដល់ខ្នើយ ឬក៏ទម្លាក់ខ្លួនដល់លើគ្រែគាត់ភ្លាមនិងដណ្តប់ភួយភ្លាម គាត់
គាត់ក៏បានគេងលង់លក់យ៉ាងស្រួល និងយល់សប្តិឃើញ និងបានយល់សប្តិឃើញ និង
និងបានយល់សប្តិឃើញយក្ខមួយដែលមានមុខមាត់យ៉ាងចំឡែក។ អញ្ចឹងគាត់ អញ្ចឹងគាត់ក៏បាន
អញ្ចឹងគាត់ក៏បានគេងលក់
គាត់បានគេងលក់យ៉ាងស្កប់ស្កល់និងមិនបានភ្ញាក់ដឹងខ្លួនដោយសារសុបិននោះទេ។

Copyright © 2016 www.aakanee.com – This document and the corresponding illustration and recording are provided under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License.