

မိန့်ပဏာမတိုက်လောပကြားသွန်ညါ

နိင်ဂ် ၁၉ လါနိင်ဂ်ဘာ ၂၀၀၇ (No. 19 November 2007)

တါအိန်ဆူအိန်ချု ဟူပျဲဒီး တါဘုဒိဘုထံးလာတါမာလီာ



မဲး(ပိ)

ကလုာ်ခူာ်ပုလားမလတါဖိတါကူာ်ဘုာ်ကူာ်သ့ဒီးတါအိန်ဆူအိန်ချုအတါရဲာ်တါကျဲ

Karen version

MAP တာ်ကရုကရိအံၤ မာတာ်မနုၤလဲၣ်

မုာ်မဆါတနံၤအံၤ လာကီၢ်ကွီၣ်တဲာ်အပူၤန့ၣ် ကမျာ်သဘူၤကရု (NGO)အိၣ်ထီၣ်ဝဲဒၣ်တဘျုးဖုန့ၣ်လီၤ. တာ်ကရုကရိတဖၣ်အံၤ ဟးတဲာ်န့ၣ်တာ်လာပုၤဂၤအတာ်ခွဲးတာ်ယာ်အဂီၢ် ဒီးတကတီၢ်ပီၤ ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤဝဲပုၤတဖၣ်န့ၣ် ဒ်သိးကမၤလဲၣ်ထီၣ်လဲၣ်ထီၣ် မၤဂ့ၤဒိၣ်ထီၣ်အတာ်အိၣ်မူ ဒီးအပူၤတဝါအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ကမျာ်သဘူၤကရုတနီၤ မာတာ် ဘၣ်ဃးဒီးခိၣ်ယၢၤန့ၣ်ဆၢၣ်, တနီၤမၤဂ့ၤထီၣ်ဒိၣ်မိၣ်ကရုၣ်စံၣ်, ဒီးတနီၤမၤတၢ်ဒီးပုၤတဝါ ဒ်သိးကမၤစၢၤအဝဲသ့ၣ်လာက သူၣ်ထီၣ်ခါဆူညါတာ်ဂၢ်တာ်ကျါၤအဂီၢ် ခိဖျိးဒီးအိၣ်ထီၣ်ကျိၣ်စ့တာ်ဟဲန့ၣ် လၢအကဲထီၣ်အသးသ့သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

ဆၢကတီၢ်ခဲအံၤ တာ်တယးဟဲဒဲဒဲလၢ ပုၤမာတာ်ဖိလၢအဘၣ်သုးလီၢ်သုးကျဲလၢအဟဲလၢကီၢ်ပယီၤ က အိၣ်ဝဲအါန့ၣ်(၁.၅)ကကွဲၢ် လၢဟဲအိၣ်ဆိးဝဲ မ့တမ့ၢ် ဟဲမာတာ်ဖဲကီၢ်ကွီၣ်တဲာ်အပူၤအံၤန့ၣ်လီၤ. ပဝဲဒၣ် (MAP) ပုၤ မာတာ်ဖိပနီၢ်ကစၢ်ဒၣ်ပဝဲစ့ၢ်ကီး ပမ့ၢ်ပုၤလၢအဟဲလၢကီၢ်ပယီၤ မ့တမ့ၢ် ပလီၤစၢၤလၢကီၢ်ပယီၤကလုာ်န့ၣ်ဖိတဖၣ်န့ၣ် လီၤ. ပဂုာ်ကျဲးစးဟဲဖျိၣ်န့ၣ်တာ်ဂ့ၢ်တာ်ကျိၣ်ဘၣ်ဃးဒီး ပုၤမာတာ်ဖိလၢအဘၣ်သုးလီၢ်သုးကျဲတဖၣ်အအိၣ်အါအါတ သ့ဖဲအသ့ဘၣ်ဃးဒီး တာ်အိၣ်သးလၢပဆိကမိၣ်ကမၤဂ့ၤထီၣ်ပုၤမာတာ်ဖိ လၢအဘၣ်သုးလီၢ်သုးကျဲတဖၣ်အတာ် အိၣ်မူ ဖဲအအိၣ်ဆိးလၢကီၢ်ကွီၣ်တဲာ်အဆၢကတီၢ်အခါန့ၣ်လီၤ. ပရၤလီၤတာ်ဂ့ၢ်တာ်ကျိၣ်လံာ်က့တဖၣ်, (CD)ဒီးလီ ယဲၤကွီၣ်ခဲးကဲံ ဒီးပကရုကရိစ့ၢ်ကီးကွဲၤလုလီၤတာ်ရၤလီၤတာ်ကလုာ်အတာ်ရဲၣ်လီၤကျဲလီၤတဖၣ် Mလၢယံၤဒိၣ် အကျိၣ် ဒီးကညီကျိၣ်တာ်ဂ့ၢ်လၢပဆိကမိၣ်ဘၣ် ထွဲ ဘၣ် ဃးဒီး ပုၤ မာ တာ် ဖိ လၢအမာ တာ်လၢကီၢ်ကွီၣ် တဲာ် အပူၤန့ၣ်လီၤ.

တာ်ဂ့ၢ်တဖၣ်အံၤပုၤဃုာ်ဒီး

- ပုၤမာတာ်ဖိတာ်ခွဲးတာ်ယာ်တဖၣ် (တာ်ဖဲးတာ်မာတာ်ဘျုးဒီးတာ်သိၣ်တာ်သီတဖၣ်)
- ဟိာ်မုာ်တာ်ခွဲးတာ်ယာ် (ပုၤဃုာ်ဒီးမုာ်ခွါတာ်ထဲသိးတုၤသိး, စၢၤသ့ၣ်တာ်မၤလီ)
- တာ်သုးလီၢ်သုးကျဲအဖိလစံၣ် (ပုၤမာတာ်ဖိလၢအဘၣ်သုးလီၢ်သုးကျဲတာ်ဂ့ၢ်တာ်ကျိၣ်ဃုာ်ဒီးတာ်မၤနီၣ်မၤယါ မံၤသ့ၣ်စရီ)
- တာ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့အဖိလစံၣ် (ပုၤမာတာ်ဖိသုးလီၢ်သုးကျဲလၢအဒိၣ်တုာ်ခိၣ်ပုၤဒီးဖိသ့ၣ်တဖၣ်အဂီၢ်)
- တာ်ဆူးတာ်ဆါအဂ့ၢ်အကျိၣ် (ဃုာ်ဒီး HIV/AIDS, တာ်ဆိးကါကသံၣ်ဒီးသဒၢဟုးသး, တာ်ပူၤဖျဲးလၢတာ်ဖဲး တာ်မၤအလီၢ်)

သုမ့ၢ်အဲၣ်ဒီး, ဒီးန့ၣ်ဘၣ်ပတာ်ရၤလီၤလံာ်လဲၣ်တဖၣ်အံၤ မ့တမ့ၢ် ဃုာ်ညါအါထီၣ်ဘၣ်ဃးပကွဲၤလုလီၤ အတာ်ရဲၣ်လီၤကျဲလီၤအဆၢကတီၢ်တဖၣ်ဒီး ငုးသ့ၣ်ညါဘၣ်ပုၤတက့ၢ်. ဒီးဖဲသုးပတာ်ရၤလီၤလံာ်လဲၣ်တဖၣ်ဒီး ဒိ ကန့ၣ်ပကွဲၤလုလီၤအတာ်ရဲၣ်လီၤကျဲလီၤမ့ၢ်ဝဲ ငုးသ့ၣ်ညါဘၣ်က့ၤပုၤလၢ သုတာ်ထံၣ်တာ်ဆိကမိၣ်ဘၣ်ဃးဒီး ပတာ် ရၤလီၤတဖၣ်အဖိခိၣ် ဒ်သိးပကဘၣ်မၤဂ့ၤထီၣ်အီၤလၢခါဆူညါအဂီၢ်ဒဲလဲၣ်န့ၣ်လီၤ.

ပသ့ၣ်ညါလၢပုၤသုးလီၢ်သုးကျဲဖိတဖၣ်အတာ်မၤအါဝဲ ဒီးမာတာ်ဆူၣ်ဒိၣ်မးဘၣ်ဆၢၣ်, ပဆၢမုာ်လၢလၢပက အိၣ်ဒီးတာ်ခွဲးတာ်ယာ်လၢပကထံၣ်လီၢ်အိၣ်သကိးဒီးသုန့ၣ်လီၤ. ညီန့ၣ်ပကိးတာ်အိၣ်ဖျိၣ်ဒီးတာ်တၢ်ပိၣ်သကိးလီၤ

ဆိၣ်တၢ်လၢပိာ်မုၢ်တဖၣ်အဂီၢ် ဒီးတၢ်မၤအခွဲးအယၢ်အဂ့ၢ်အကျိၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ပမၤစၢၤန့ၣ်သ့ဒီးဖျိပကျိၣ်ထံး
န့ၣ်န့ၣ်လၢတၢ်ဆါဟံၣ်ပူၤ, ဒီးဖဲဂ့ၢ်ဂီၢ်အူအကတီၢ်ပမၤစၢၤန့ၣ်သ့လီၤ. ထဲၣ်ကိးစိပုၤလၢလီၤတဲာ်စိ မ့တမ့ၢ် ဟဲဟး
(ဝီၢ်)ဖဲပဲၤဒေးပူၤတက့ၢ်. တၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲတမံၤလၢလီၤ နမ့ၢ်ဆိကမိၣ်ဒၣ်လဲၣ်လၢအမ့ၢ်တၢ်တဖဲးဖိဘၣ်ဆၣ်, ပက
ကျဲးစးမၤစၢၤန့ၣ်လီၤ.

ပသ့ၣ်ညါလၢပုၤသးလီၢ်သးကျဲးဖိတဖၣ် ဘၣ်ကွၢ်ဆၢၣ်မဲၣ်ဒီးတၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲအါမး လၢအဝဲသ့ၣ်တၢ်အိၣ်
မူအပူၤဖဲအဝဲသ့ၣ်အိၣ်လၢကီၢ်ပယီၤအပူၤဒီး လၢကီၢ်ကီၣ်တဲာ်အပူၤဒၣ်လဲၣ်န့ၣ်လီၤ. ဘၣ်ဆၢၣ်ပဝဲခဲလၢပသ့ၣ်
ညါလၢပတၢ်လဲၤဒီးဖျိတဖၣ်အဖိခိၣ် လၢပအိၣ်မူသ့ဒီးတုၤခဲအံၤဒီးဖျိလၢ ပဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤလိာ်ပသးယၢ်ဒီးယၢ်ဒီး,
ဒီးဒီးဖျိပအိၣ်ဒီးပုၤသးလီၢ်သးကျဲးဖိအပူၤတဝါလၢအဂံၢ်ဘါဆူၣ် ဖဲပအိၣ်တပူၤလၢလီၤအယိၣ်န့ၣ်လီၤ. ပသးခု
ဒိၣ်မးပကဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤဘၣ်ပုၤသးလီၢ်သးကျဲးဖိပူၤတဝါတဖၣ်, ကဒုးဘျးဖဲသ့ဒီးပုၤသးလီၢ်သးကျဲးဖိပူၤတဝါလၢအ
ဂၢၢ်သိးပကဟ့ၣ်နီၤလီၤသကိးပတၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲတဖၣ်တပူၤယိၣ်ဒီး မၤလိန့ၣ်လိာ်သးယၢ်ဒီးယၢ်ဒီးလၢပကဘၣ်မၤတၢ်
မနုၤဖဲတၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲဟဲဘၣ်ပုၤအခါန့ၣ်လီၤ.

ဆဲးကျိးဒီးပုၤဖဲ (MAP) တက့ၢ်. ပမ့ၢ်ပုၤသးလီၢ်သးကျဲးဖိတဖၣ်, နမ့ၢ်ပုၤသးလီၢ်သးကျဲးဖိတ
ဖၣ်လီၤ. အယိၣ်ပမၤစၢၤသကိးလိာ်ပသးတဂၢၢ်ဒီးတဂၢၢ်သ့ဝဲလီၤ. ဟံးလိာ်သကိးပစုတက့ၢ်.



တၢ်ဂ့ၢ်ခိၣ်တီၢ်တဖၣ်

တၢ်ဂ့ၢ်

ကဘျံးဟ

- တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ပူၤစးဒီး တၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံး လၢ တၢ်မၤလိာ်စံး တၢ်န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်မၤန့ၣ်လဲၣ်..... ၈
- တၢ်ဃုသ့ၣ်ညါတၢ်မၤလိာ်လၢ အဒုးကဲထီၣ်တၢ်ဘၣ် ယိၣ်ဘၣ်ဘီလိပၤပၤတဖၣ် ၁၀
- တၢ်မၤလိာ်လၢ အိၣ်ဒီး ကံသဝံ ၁၁
- ပကဘၣ်သူတၢ်ကး ဘၢမၤဖိပဆူး ထူးထီၣ်ကွဲၣ်ကံသဝံလၢ ကလံၤကျါအခါ ၁၉
- တချး လၢပအိၣ်တၢ်ဒီး အိမိၣ်ထူ..... ၂၀
- လၢနတၢ်မၤအပူၤကသံၣ်ကံသဝံအထံလၢ နသုအိၣ်ဒီး ကသံၣ်မၤ သံတၢ်ဖၢ် တဖၣ် မ့ၢ်လိၤလူဘၣ် နန့ၣ် နကမၤအိၣ်ဒ်လဲၣ်..... ၂၁
- ကသံၣ်ကံသဝံ အတၢ်ပီး တၢ်လိဒီး အဂံၢ်အကျါတဖၣ်ပဒီး န့ၢ်ဘၣ်ဒီး ပး အိၣ်သ့လၢ တၢ်လိာ်ဖဲလဲၣ်..... ၂၂
- တၢ်မၤကဆိထီၣ်က့ၤကံသဝံတၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢ အလိၤဆဲၣ်တဖၣ်..... ၂၃
- ဆဲၣ်လဲၣ်ကၤဒဲၣ် ၂၄
- မ့ၢ်အူအိၣ်တၢ်ဒီး တၢ်ဖၢ်ပူၤစး သး လၢ မ့ၢ်အူ ၂၅
- ပုၤမၤတၢ်ဖိတၢ်ကၤမ့ၢ်သံဖူး လၢ တၢ်မၤပူၤစးတဘျီဖိ န့ၣ် ပက ဘၣ်မၤအိၣ်ဒ်လဲၣ်..... ၃၁
- ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢ အဟ့ၣ်လိၤအသး ဒီး မ့ၢ်သး မၤကလိတၢ်တဖၣ်..... ၃၄

တၢ်မၤလီၤ

ဒီပုၤဝဲၣ်ခဲလၢၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်စၢ, လံာ်လၢပထုးထီၣ်တဘျီအံၤဘၣ်ဃးဒီး “ တၢ်ပူၤဖျဲးဒီးတၢ်ဘၣ်ဒီးဘၣ်ထံးလၢ တၢ်မၤလီၤ ” အဂ့ၢ်န့ၣ်လီၤ. ပအိၣ်ဒီးတၢ်မၤလီၤကွၢ်စိလၢလံာ်တဘျီအံၤအပူၤမ့ၢ်ဒီးသိးပုၤကီၢ်ပယီၤဖိလၢအဟဲလုဖံး ယုမၤတၢ်လၢကီၢ်ကီၢ်တဲာ်အပူၤလၢအဘၣ်သုးလီၤသုးကျဲတဖၣ်လၢအတၢ်အိၣ်တၢ်ဆိးအပူၤမ့ၢ်ဂ့ၤ, လၢအတၢ်ဖိး အိၣ်မၤအိၣ်အပူၤမ့ၢ်ဂ့ၤမ့ၢ်ဒီးသိး ပကဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤဘၣ်အဝဲသ့ၣ်အတၢ်လိာ်ဘၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ပမ့ၢ်ကွၢ်က့ၤလၢဆၢက တီၢ်မ့ၢ်မဆါတနံၤအံၤန့ၣ်လၢတၢ်ဖိးအိၣ်မၤအိၣ်အလီၤအပူၤ ပကထံၣ်ဘၣ်အါဒၣ်တက့ၢ်ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢအဟဲလုမၤတၢ် လၢကီၢ်ကီၢ်တဲာ်အပူၤတဖၣ်မ့ၢ်ဝဲဒၣ်ကီၢ်ပယီၤပုၤမၤတၢ်ဖိဒီးအနီၣ်ဂံၢ်အိၣ်တုၤလၢအဂၤတကလီၤညါန့ၣ်လီၤ. ပက ထံၣ်ဘၣ်စ့ၢ်ကိးလၢပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်အံၤဘၣ်မၤဝဲဒၣ်တၢ်မၤဒ်အမ့ၢ်(သုးမ့ၢ်စၢၤကိၣ်)လုၣ်သိဆူၣ်စးဖိကဟၣ်တၢ်မၤ လီၤ, သ့ၣ်တၢ် မၤ, တၢ် သ့ၣ်ထီၣ်ဘျီ ထီၣ်အတၢ်မၤ, တၢ်ဖိၣ်ညၣ်အတၢ်ဖိးတၢ်မၤ, တၢ်သ့ၣ်အိၣ်ဖျဲး အိၣ်, ဟံၣ်ဃီ တၢ်ဖိးတၢ်မၤဒီးတၢ်ဖိးတၢ်မၤလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘီ တၢ်လီၤပျံၤလီၤဖုးအကလုာ်ကလုာ်တဖၣ်အလီၤ န့ၣ်လီၤ. လၢတနံၣ်ညါအံၤအတီၢ်ပူၤန့ၣ်ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢအဘၣ်သုးလီၤသုးကျဲဒီးဟဲမၤတၢ်လၢကီၢ်ကီၢ်တဲာ်ပူၤတဖၣ် ဒီးန့ၣ်ဘၣ်အခွဲးလၢကလဲၤမၤအါထီၣ်က့ၤအလံာ်အုၣ်သးအနီၣ်အလါလၢကီၢ်ကီၢ်တဲာ်ပဒိၣ်ပုၤမၤတၢ်ဖိအဝဲဒီးဒီးပုၤ မၤတၢ်ဖိနီၣ်ဂံၢ်ခဲလၢၣ်အိၣ်ဝဲဒၣ်ယံၤကလီၤ(၅)ကလီၤဘျဲၣ်ဂၤန့ၣ်လီၤ.

– ကီၢ်ပယီၤပုၤမၤတၢ်ဖိအါဒ်အါဂၤလၢအဟဲလုဖံးယုမၤတၢ်လၢကီၢ်ကီၢ်တဲာ်ပူၤတဖၣ်ဒီးဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်ဘၣ် ဒီးဘၣ်ထံး, တၢ်သံတၢ်ပုၤလၢအတၢ်မၤအပူၤအိၣ်ဝဲဒၣ်အဂၤလၢကကယၤတုၤလီၤလၢအကထီၣ်ဂၤန့ၣ်လီၤ. ဘၣ်မနုၤ အယိလၢပစံးဒ်အံၤသ့လဲၣ်န့ၣ်ပနီၢ်ကစၢ်ဒၣ်ပဝဲပလဲၤယုသ့ၣ်ညါအီၤတၢ်လီၤဖဲပဒိၣ်တၢ်ဆါဟံၣ်လၢတၢ်ဘၣ်ဒီးဘၣ် ထံးဟဲကဲထီၣ်သးလၢတၢ်တလံၤတပျၢ်အပူၤဒီးကသံၣ်ဝဲဒၣ်ဒီးလၢပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်လဲၤကူၤစါယါဘျါအသးခဲအံၤခဲ အံၤအလီၤန့ၣ်လီၤ. ဘၣ်ဆၣ်ပုၤမၤတၢ်ဖိတနီၤနီၤန့ၣ်တလဲၤကူၤစါယါဘျါအသးလၢတၢ်ဆါဟံၣ်ကသံၣ်ဝဲဒၣ်ဒီးဘၣ်. ပူၤအိၣ်ဒၣ်ကသံၣ်လၢအနီၢ်ကစၢ်ဒၣ်ဝဲလီၤ. အဂၤတမံၤတၢ်ဂ့ၢ်အဝဲအံၤ ပလဲၤယုသ့ၣ်ညါအါထီၣ်အီၤသ့ဒီးဝဲဒၣ်လၢ ပုၤကီၢ်ပယီၤဖိအသိးခါဖျၢၣ်ဖဲလၢတၢ်သံတၢ်ပုၤအိၣ်ထီၣ်အါန့ၣ်လီၤ.

သဲစးတၢ်ဘျါအိၣ်ဟဲဝဲဒၣ်လၢတၢ်မၤကစၢ်တဖၣ်အဂီၢ်လၢကဘၣ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲကဟုကယၢ်အပုၤမၤတၢ်ဖိ ဘၣ် ဆၣ် တၢ်မၤကစၢ်တနီၤနီၤန့ၣ် တလုၤမၤပိာ်ထွဲဝဲဒၣ်သဲစးတၢ်ဘျါ အိၣ်ဟဲဝဲအသိးဘၣ်. တၢ်အနီၢ်ကီၢ်တခါန့ၣ် ဒ်ကီၢ်ကီၢ်တဲာ်တၢ်သိၣ်တၢ်သီပာ်ဖျါထီၣ်ဝဲဒၣ်လၢပုၤမၤတၢ်ဖိကိးဂၤဒီးအိၣ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်လၢကဒီးန့ၣ်ဘၣ်က့ၤ ပုၤမၤတၢ်ဖိအစ့ဟံၣ်ဖဲလၢအဝဲသ့ၣ်ဘၣ်ဒီးဘၣ်ထံးလၢတၢ်မၤပူၤအခါမ့ၢ်ဂ့ၤ, သံကွၢ်အခါန့ၣ်လီၤ. ဘၣ်ဆၣ်တၢ်အနီၢ် ကီၢ်တခါပုၤမၤတၢ်ဖိအမ့ၢ်(ကီၢ်ပယီၤဖိ, Burma လါအိ Lao, ကၤပူၤခါဖိ Cambodia)တဖၣ်တဒီးန့ၣ်ဘၣ်ဝဲဒီး ဘၣ်. ပမ့ၢ်ကွၢ်လၢဘံၤယဲၤန့ၣ် Vietnam ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်ဖဲအဝဲသ့ၣ်တုၤထီၣ်ဘျီထီၣ်တိၤဖဲကစၢ်ဒီးခိၣ်အခါပုၤမၤ တၢ်ဖိလၢအဘၣ်ဒီးဘၣ်ထံးလၢတၢ်မၤပူၤဒီးသံကွၢ်တဖၣ်ဒီးန့ၣ် ဘၣ်က့ၤဝဲဒၣ်စ့အိၣ်လိးန့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်န့ၣ်အယိ တၢ်ဟ့ၣ်တၢ်သ့ၣ်ညါ နၢ်ပၢ်ဘၣ်ဃးဒီး တၢ်အိၣ်ဆူၣ် အိၣ်ချ့ၣ် ပူၤဖျဲးဒီးတၢ်ဘၣ်ဒီးဘၣ်ထံး လၢတၢ်မၤလီၤ အံၤမ့ၢ်လၢ တတုၤထီၣ်တီၤလီၤဒီးဘၣ်အယိပကထံၣ်ဘၣ်လၢကီၢ်ပယီၤပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်လၢတၢ်မၤလီၤကိးနံၤဒီးအတီၢ်ပူၤဘၣ် ဒီးဘၣ်ထံးဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ. အယိလံာ်လၢပထုးထီၣ်အီၤတဘျီအံၤမ့ၢ်စ့ၢ်ကိးလံာ်လၢဟ့ၣ်တၢ်သ့ၣ်ညါ နၢ်ပၢ်ဘၣ်ဃးဒီး ကီၢ်ပယီၤ ပုၤမၤတၢ်ဖိသ့ၣ်တဖၣ် အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ဘၣ်ဃးဒီးကီၢ်ကီၢ်တဲာ်သဲစးတၢ်ဘျါ ဒ်အမ့ၢ်တၢ် အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ၣ်.

ပူၤဖျးဒီးတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးလၢတၢ်မၤလီၢ်အံၤ နဖးယု သ့ၣ်ညါအါထီၣ်အီၤသ့ၣ်ဖဲ ဝဲး (ပ်) အတၢ်ကရၢကရိထူး ထီၣ်ဝဲဒၣ်လံာ်လၢအပူၤကွၢ်တနံၣ်ဘၣ်ပးဒီးပူၤမၤတၢ်ဖိအခွဲးအယာ်လံာ်ဖးပူၤသ့အယိမ့ၢ်ပတၢ်ဟ့ၣ်ဒုးသ့ၣ်ညါန့ၣ် လီၤ.

လံာ်လၢပထူးထီၣ်အီၤအမ့ၢ်ဝဲတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ပူၤဖျးဒီးတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးလၢတၢ်မၤလီၢ်အံၤပအိၣ်ဒီး တၢ်မ့ၢ်လၢကွၢ်ဖိလၢပူၤမၤတၢ်ဖိကိးဂၤဒဲးအဂီၢ်မ့ၢ်တၢ်လၢအကါဒိၣ်လၢအဝဲသ့ၣ်ကြၢးသ့ၣ်ညါဆိပာ်စၢၤဝဲလၢအတၢ်ဖိး တၢ်မၤအပူၤဒ်သိးကပူၤဖျးဒီးတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးလၢတၢ်မၤလီၢ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. အယိမ့ၢ်ကအိၣ်ဝဲဒၣ်တနံၣ်န့ၣ်လၢပမ့ၢ် က့ၤတုၤလၢပတၢ်အိၣ်တၢ်ဆိးအလီၢ်လၢကီၢ်ပယီၤအပူၤန့ၣ်ဒ်သိးပကဆိးကါဘၣ်က့ၤအီၤလၢပတၢ်ဖိးတၢ်မၤပူၤကသ့ ဝဲဒၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢလံာ်တဘျီအပူၤအံၤဖဲလၢပဖးယုသ့ၣ်ညါအီၤဝံၤအလီၢ်ခံပမ့ၢ်အဲၣ်ဒီးနီၤဟ့ၣ် လီၤဘၣ်ပူၤလၢပခိၣ်ပပၤတၢ်စိပဲးကျဲးကဒါက့ၤအီၤသ့ၣ်န့ၣ်လီၤ. ဘၣ်ဆၣ်လံာ်တဘျီအံၤတၢ်တဘျီဆါအီၤပူၤ အီၤလၢတၢ်မၤလိၣ်မၤလဲအီၤအဂီၢ်ဘၣ်. ပအဲၣ်ဒီးလၢပူၤဖးလံာ်ဖိတဖၣ်ကဟ့ၣ်ထီၣ်ဘၣ်က့ၤသ့တၢ်ထံၣ်ယုၣ်ဒီးသ့တၢ် ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးတမံၤလၢလၢပုၤသုးကျဲးလံာ်အကမံာ်သ့ၣ်လၢအိမ့ၢ်(လ်) Emailမ့ၢ်ဂ့ၢ်, လံာ်တၢ် Post Officeမ့ၢ်ဂ့ၢ်ဒ်သိးပကမၤဂ့ၢ်ထီၣ်က့ၤအီၤလၢခါဆူၣ်ညါအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

ပူၤဖျးဒီးတၢ်ဟံးကဲအါ
တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ပူၤဖျးဒီးတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးလၢတၢ်မၤလီၢ်
ဝဲး(ပ်)တၢ်ကရၢကရိအဝဲၤဒး



တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ ပူၤဖျးဒီးတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံး လၢတၢ်မၤလီၤစံးတၢ်န့ၣ်မ့ၢ်ဝဲဒၣ် ဗၢၣ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့

တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ပူၤဖျးဒီးတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးလၢတၢ်မၤလီၤစံးတၢ်န့ၣ်မ့ၢ်ဝဲဒၣ် ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ် လၢအတၢ်ဖံးတၢ်မၤအပူၤ ကြးအိၣ်ပွဲၤဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့(၃)ကလုာ်ဒ်အမ့ၢ် နီၣ်ခိမိၢ်ပုၤတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့, နီၣ်သးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ ဒီးခိၣ်ယၢၤတၢ်ဂ့ၤလိာ်မုၢ်လိာ်အတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့န့ၣ်လီၤ. တၢ်ကတိၤဘၣ်ယးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ပူၤဖျးဒီးတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးလၢတၢ်မၤလီၤစံးတၢ်န့ၣ်မ့ၢ်ဝဲဒၣ် ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢအမၤတၢ်ဘၣ်ယးဒီးတၢ်သ့ၣ်ထီၣ်ဘျီထီၣ်တၢ်မ့ၢ်ဂ့ၤ,တၢ်သ့ၣ်အိၣ်ဖျးအိၣ်မ့ၢ်ဂ့ၤ.စဲးဖီကဟၣ်မ့ၢ်ဂ့ၤအဂီၢ်ဘၣ်. မ့ၢ်တခါအခိပညီမ့ၢ်ဝဲဒၣ်လၢအမၤတၢ်လၢဂ့ၤတ့အတၢ်မၤမ့ၢ်ဂ့ၤ, ဟီၣ်ခိၣ်ဒိဘၣ်ပုၤမၤတၢ်ဖိကိးဂၤဒဲးအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

ဘူးထီၣ်တၢ်အခါမ့ၢ်လၢထးကမူၣ်လဲၤန့ၣ်လီၤမဲၣ်ချ့ပူၤအယံၤ ကဲထီၣ်မဲၣ်ချ့ဂီၤတၢ်ဆါသ့ဝဲလီၤ. မ့ၢ်လၢပဘၣ်ဆိးကါထူၣ်ကမူၣ်(အဂီၢ်တေ)အယံၤပစုပခိၣ်တဖၣ်ကသးဝဲတကးဘၣ် ဘၣ်မၤတၢ်လၢလီၤမ့ၢ်အပိးအလီၤအတၢ်မၤအယံၤလီၤမ့ၢ်အူၤသဟီၣ်ထုးပုၤဒီးပသံကွံာ်ဝဲသ့မ့ၢ်ကဲထီၣ်က့ၤပုၤလီၤဘဟးတသ့ဘၣ်အိၣ်ဝဲဒၣ်စ့ၢ်ကိးန့ၣ်လီၤ. တၢ်ဖိတၢ်လံၤအပိးအလီၤတဖၣ်လီၤတၢ်ဘၣ်ပခိၣ်ဒီးပဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးသ့ဝဲဒၣ်န့ၣ်အသိးပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်လၢအမၤတၢ်လၢတၢ်သ့ၣ်တၢ်ဖျးအကျိးပူၤဒီးမ့ၢ်လၢအဝဲသ့ဘၣ်သ့ဝဲဒၣ်ကသံဝဲကသံဝဲမၤသံတၢ်ယၢ်အထံးဖဲလၢပြီကသံဝဲထံဝဲအခါကဲထီၣ်ဝဲဒၣ်ဖံးဘၣ်တၢ်ဆါ, မူၤကသံဝဲဒီးကဲထီၣ်ပုၤလီၤဘျီသ့ဝဲလီၤ. မၤတၢ်လၢလီၤမ့ၢ်အူၤတၢ်ပိးတၢ်လီၤအယံၤလီၤမ့ၢ်အူၤသဟီၣ်ထုး

နီၣ်ခိမိၢ်ပုၤတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့

ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ် လၢအတၢ်ဖံးတၢ်မၤအပူၤဖဲလၢဘၣ်မၤတၢ်မၤအါအခါအနီၣ်ခိမိၢ်ပုၤသ့တဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးတဂ့ၤအဂီၢ်. အဒိ”ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢအမၤတၢ်ဘၣ်ယးစဲးဖီကဟၣ်အတၢ်မၤလၢအဒုးကဲထီၣ်တၢ်အကလုာ်ကလုာ်ဒီးလၢန့ၣ်အမဲၣ်ညါပစုပခိၣ်ပမဲၣ်ချ့သ့ၣ်တဖၣ်သ့တဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးတဂ့ၤအဂီၢ်.ပနီၣ်ခိမိၢ်ပုၤအပူၤစ့ၢ်ကိးပမ့ၢ်ကသါန့ၣ်ဘၣ်သ့ၣ်ကမူၣ်မ့ၢ်ဂ့ၤ, ကသံဝဲကမူၣ်မ့ၢ်ဂ့ၤကဲထီၣ်တၢ်ပသိၣ်ဆါသ့, နီၣ်ခိမိၢ်ပုၤက့ၤခိပူၤ တၢ်အဂ့ၤအဂၤတဖၣ်ကြးဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးဘၣ်. ကဘၣ်ပူၤဖျးဒီးတၢ်ခိၣ်ဆါ,ဟၢဖါဆါ,ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢအမၤတၢ်လၢတၢ်တ့ထီၣ်ဘျီထီၣ်အလီၤဒီးမ့ၢ်လီၤတၢ်လၢတၢ်ဖးထီၣ်အဖိခိၣ်န့ၣ်အဝဲသ့ၣ်အစုကၢ်ခိၣ်ကၢ်ဝဲသ့ဒီး ဖဲအဝဲသ့ၣ်



ပုသေ့ဒီးလၢတၢ်တုထီၣ်ဘျီထီၣ်တၢ်အတၢ်မၤဒီးဘၣ်ပူၤဘၣ် ပြဲၣ်ကဲကသံၣ်အထံဃိကသံၣ်အသဟီၣ်အံၤန့ၣ်ဒီးမူၤအိၤ သုလီၤ. ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢအမၤတၢ်လၢဟံၣ်ပီၤတၢ်ဖိတၢ်မၤ တဖၣ်ဟံၣ်ကစၢ်တီၢ်အိၤ, အနီၢ်ခိမိၢ်ပုၤဘၣ်တၢ်မၤတရီၤတ ပါတၢ်ဂ့ၢ်အကလုာ်ကလုာ်အံၤဒ်ပဟ်ဖျါထီၣ်လၢအဖိခိၣ် အသိးမ့ၢ်ပူၤဖျဲးမးပစံးသုလၢပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်အံၤလၢအ တၢ်ဖိတၢ်မၤပူၤကလၢပုၤဒီးနီၢ်ခိတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့န့ၣ်လီၤ.

နီၢ်သးအတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့

နီၢ်သးအတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့န့ၣ် မ့ၢ်တၢ်အကါ နီၣ်ဒီးဘၣ်ထွဲ လိာ်အသးဒီးပနီၢ်ခိမိၢ်ပုၤ အတၢ် အိၣ် ဆူၣ် အိၣ်ချ့န့ၣ်လီၤ. ဘၣ်ပးဒီးနီၢ်သးအတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ အံၤပမ့ၢ်တဲတၢ်အိၣ်န့ၣ်ပုၤလၢအမၤတၢ်လၢတၢ်တုထီၣ်ဘျီ ထီၣ်အလီၢ်မ့ၢ်ဂ့ၢ်, စးဖိကဟၣ်အလီၢ်မ့ၢ်ဂ့ၢ်,တၢ်သ့ၣ် တၢ်ဖျဲးအလီၢ်မ့ၢ်ဂ့ၢ်, တၢ်ဆါတၢ်ပူၤမ့ၢ်ဂ့ၢ်, ဟံၣ်ပီၤအတၢ် ဖိတၢ်မၤမ့ၢ်ဂ့ၢ်, ပုၤမၤတၢ်ဖိကိးဂၤဒီးမ့ၢ်မၤဘၣ်တၢ်မၤလၢအ ဘၣ်လီၢ်ဘၣ်စး, တၢ်ဆါကတီၢ်လၢအလီၢ်တၢ်လီၤဆဲးန့ၣ် ကပုၤဝဲဒၣ်ဒီးတၢ်သ့ၣ်ဖုံသးညီန့ၣ်လီၤ. ဘၣ်ဆၣ်သနၣ် က့ဖဲတၢ်မၤအဆါကတီၢ်ဘၣ်မၤတၢ်မၤလၢအချ့, ထီၣ်ဘျီ ဘၣ်တၢ်ဆိၣ်အဆိၣ်သီဘၣ်တၢ်ကလိာ်အိၤ, ဘၣ်တၢ်ကွၢ် မဲာ်အိၤဒီးဘၣ်တၢ်ထံၣ်ဆံးဟ်ဆံးအိၤ,ဘၣ်မၤတၢ်အါန့ၢ် တၢ်ဟ်ပနီၣ်တၢ်မၤအဆါကတီၢ်, ဒီးန့ၢ်ဘၣ်လၢလဲတဘၣ် ဆါဘၣ်ကတီၢ်မ့ၢ်တဖၣ်ဒီးန့ၢ်ဘၣ်လၢလဲ, လၢတၢ်မၤပူၤ တၢ်မၤကစၢ်အိၣ်ခိၣ်ဆံးပုၤမၤတၢ်ဖိကွၢ်မိာ်တၢ်ဟံၣ်ပီၤဖး တၢ်အဆါ, တလူၤမၤပိာ်ထွဲန့ၢ်ပတၢ်ဘၣ်သးမၤတရီၤတပါ ပနီၢ်ခိမိၢ်ပုၤတၢ်ဂ့ၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤဒ်ပဟ်ဖျါထီၣ်လၢအဖိခိၣ် အသိးမ့ၢ်ပူၤဖျဲးမးပတကးဘၣ်ပမ့ၢ်တလဲၤခိဖျိဘၣ်နီၣ်တမံၤ ဘၣ်မးပစံးသုလၢလၢတၢ်မၤပူၤဘၣ်ပးဒီးနီၢ်သးတၢ်အိၣ် ဆူၣ်အိၣ်ချ့အံၤလၢပုၤဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ.

ခိၣ်ယၢၤတၢ်ရူၤလိာ်မုာ်လိာ် တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့

ခိၣ်ယၢၤတၢ်ရူၤလိာ်မုာ်လိာ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ န့ၣ် ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်လၢအခိၣ်အယၢၤ(မ့ၢ်မ့ၢ်)ပုၤမၤတၢ် ဖိလၢအမၤသကိးတၢ်ကဲကဲလၢတဂၤဒီးတဂၤအဘၣ် စၢၤအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်တၢ်ကွဲၤ,တၢ်မိာ်မုာ်နါဆါ, တအိၣ်ဒီးတၢ် ဟံၣ်ပီၤဖးကလုာ်န့ၣ်ဖိ, တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤမ့ၢ်တအိၣ်တ ကးဘၣ်တၢ်ဂ့ၢ်ကီၤ,တၢ်ဂ့ၢ်သဘၣ်သဘၣ်မ့ၢ်တအိၣ်နီၣ်တမံၤ ဘၣ်လၢတဂၤဒီးတဂၤအဘၣ်စၢၤပူၤဖျဲးဒီးတၢ်ဆါတၢ်ဘၣ် ကူဘၣ်ကဲ(အဒိ-ပသိၣ်တၢ်ဆါ). တၢ်လၢပဟ်ဖျါ ထီၣ် တဖၣ်အံၤမ့ၢ်ပူၤဖျဲးဒီးပုၤမး ပစံးသုလၢပုၤမၤတၢ်ဖိသ့ၣ်တ ဖၣ်အံၤ လၢပုၤဒီးခိၣ်ယၢၤတၢ်ရူၤလိာ်မုာ်လိာ်ဒီးအိၣ်ဒီးတၢ် အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့လၢအဂ့ၢ်န့ၣ်လီၤ. ဒ်န့ၣ်အသိးပုၤမၤတၢ်ဖိ တဖၣ်မ့ၢ်လၢပုၤဒီးအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့(၃)ဘီအံၤ မးလၢအတၢ်ဖိတၢ်မၤပူၤ ကလၢပုၤဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ် ချ့လၢနီၢ်ခိဒီးနီၢ်သးန့ၣ်လီၤ. တၢ်(၃)ဘီအံၤကလၢပုၤထီၣ် အဂီၢ်မုာ်တအိၣ်ထဲဒၣ်လၢပုၤမၤတၢ်ဖိအစုပူၤဘၣ်.မ့ၢ်မ့ၢ်တ ခိမုာ်အိၣ်ဝဲဒၣ်လၢပုၤဘၣ်မုာ်ဘၣ်တဖၣ် ကတီၢ်ခိၣ်ရီၢ်မဲ န့ၢ်ဝဲဘၣ်ပးဒီးပုၤမၤတၢ်ဖိအတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့လၢအ တၢ်ဖိတၢ်မၤအပူၤဒ်သိးကပူၤဖျဲးဒီးတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးလၢ တၢ်မၤပူၤအဂီၢ်လီၤ. တၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘီလၢအလီၢ်ပျံၤတ ဖၣ်အိၣ်ဝဲဒၣ်(၆)ကလုာ်လၢပဟ်ဖျါထီၣ်အိၤဝံၤလံာ်လၢ လံာ်တၢ်ဒုးသ့ၣ်ညါနီၣ်ဂံၢ်(၁)ဒီး(၂)အပူၤလံာ်ဒီးလၢ(၆)က လုာ်အကျါန့ၣ်ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်အသ့ဘၣ်ကွၢ်ဆါမိာ်ဒီး တၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘီတအိၣ်ဒီးတၢ်လီၤပျံၤလီၤဖးတဂ့ၢ်အ ကီၢ် ခါဆူၣ်ညါပအဲၣ်ဒီးဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖး ဟ်ဖျါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ် ဘၣ်ပးဒီးတၢ်သ့ၣ်ကသံၣ်ကဲသဝံန့ၣ်နကဘၣ်မၤအိၤဒ်လဲၣ်. နကဘၣ်ဖးအါထီၣ်ကသံၣ်ကဲသဝံမၤသံတၢ်ဟ်လၢအ ဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ဘၣ်ယိၣ်လီၤပျံၤသ့ၣ်အဂ့ၢ်အကျါထီၣ်ဘီန့ၣ် လီၤ. နဖးလံာ်မ့ၢ်တဘၣ်ဘၣ်တခီမၤပုၤလၢအဖးသ့တဂၤ ဂၤတဲဘၣ်နၤတက့ၢ်. အဝဲအံၤမ့ၢ်ဒၣ်ပတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ် ဖးဒီးဟ့ၣ်သဆၣ်ထီၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ယုသ့ၣ်ညါတၢ်မၤလီၤလၢအဒုးကဲထီၣ် တၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘီလီၤပျံၤသ့တဖၣ်

အဆိကတၢ်လၢပတၢ်ဖံးတၢ်မၤအပူၤ ပကဘၣ် ယုသ့ၣ်ညါဝဲဒၣ်ပခိၣ်ပယၢၤတၢ်မၤအဂ့ၢ်အကျိၣ်အမ့ၢ် ပုၤ မၤတၢ်ဖိလၢအမၤတၢ်လၢအဝံအစိၣ်တီဆုၢ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤအ ပိးအလီၤ အလီၤ မ့တမ့ၢ် ဟံၣ်ဖိၣ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤအပိးအလီၤ အလီၤ, မ့ၢ်လၢတၢ်သ့ၣ်ထီၣ်ဘီထီၣ်အလီၤတခါခိၣ်တ ယၢ်လၢတၢ်ကယီၢ်ထီၣ်တၢ်အလီၤတပတီၢ်ဘၣ်တပတီၢ် တၢ်ထီထီၣ်လီၤမ့ၢ်အလီၤ, လီၤမ့ၢ်အလီၤအိၣ်တၢ်လီၤဒီးတၢ် ဒုးဘျးစဲဘျးတၢ်အလီၤ, တၢ်အိးထီၣ်ပံးတၢ်လီၤမ့ၢ်အလီၤ အလီၤ, တၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢတၢ်ဖိခိၣ်တဖၣ်ဟဲလီၤတဲာ်ဝဲ, ထံ တၢၤတအၢၣ်တၢ်အလီၤ(ကလိၣ်)ဒီးတၢ်ဟံၣ်ယၢ်လီၤမ့ၢ်အလီၤ, ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢအဘျးထီၣ်တဲာ်တၢ်လၢလီၤမ့ၢ်အလီၤ

လီၤဒီးလီၤမ့ၢ်အလီၤသဟီၣ်ထုးတၢ်သ့အလီၤ, ဘံလးမ့ၢ်စဲးဖိ ကဟၣ်လၢအဒုးစဲဘျးတၢ်ဒီးတၢ်လီၤလၢအဒုးကဲထီၣ်တၢ် ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘီလီၤပျံၤလီၤဖုး, တၢ်လီၤလၢပလီၤ ယံၤညါအလီၤ, မ့ၢ်လၢစဲးဆးတၢ်ကူတၢ် သိးအလီၤတခါ မ့ၢ်တၢ်လီၤလၢစုဒီးခိၣ်ဘၣ်တၢ်သ့, လီၤယံၤညါအလီၤတၢ် လီၤသ့ၣ်တဖၣ်အံၤကြးလၢပကဘၣ်ယုသ့ၣ်ညါအီၤဝံဟံၣ် က့ၤတၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢအလီၤအကျဲဒၣ်အဝဲဒ်သိးဒီးပဟး ထီၣ်ဟးလီၤအခါပခိၣ်သုတဘၣ်တၢ်ဒီးဒီးလီၤယံၤတဂ့ၤ, ပ သုတဘၣ်ဒီးဘၣ်ထံးတဂ့ၤအဂီၢ်ဒီးဒီးန့ၢ်ဘၣ်ကလံၤလၢဟဲ န့ၢ်ဟးထီၣ်လၢအဂ့ၤဒီးမ့ၢ်တၢ်ကပီၤလၢအဂ့ၤ, ကလံၤလၢ အဆၢအဂီၢ်န့ၢ်လီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်လၢအဖီ



ခိၣ်တဖၣ်အံၤပုၤမၤတၢ်ဖိတဲထီၣ်တဲ လီၤဝဲဒၣ်ခဲအံၤခဲအံၤအယိၣ်လၢပတၢ်ဖံး တၢ်မၤအပူၤ မ့ၢ်တၢ်မၤလၢအဂၤစ့ၢ် ကိးပနီၢ်ကစၢ်ဒၣ်ပဝဲဒ်တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ် ဟ့ၣ်ဖးလၢအဖီခိၣ်အသိးကြးလၢပ ကဘၣ်ယုသ့ၣ်ညါဒီးပာ်ဘၣ်တၢ်ဖိ တၢ်လံၤလီၤတၢ်လီၤဆဲးလၢအလီၤအ ကျဲဒၣ်ဝဲလီၤ. ဖဲလၢပယုသ့ၣ်ညါတၢ် ဂ့ၢ်ဝဲအံၤဝဲအလီၤခဲပုၤမၤတၢ်ဖိကဲကဲ ဇးဒ်သိးကသ့ၣ်ညါတၢ်ဂ့ၢ်လီၤတၢ်လီၤ ဆဲးအဂီၢ်ပုၤမၤတၢ်ဖိအကျိၣ်တဂၤဂၤက ဘၣ်ဟံးန့ၢ်မူဒါဒီးတီခိၣ်ရီၤဝဲဒၣ်ဒီး ဒုၣ်နဲၣ်ဖျါထီၣ်တၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘီ လၢဘၣ်ကွၢ်ဆၢၣ်ဗိာ်တဖၣ်လၢဟီၣ်ခိၣ် ဂီၤအပူၤဒ်သိးပုၤအါဂၤကသ့ၣ်ညါဝဲ အဂီၢ်တကးဘၣ်ပကဘၣ်ကျးလီၤ ယၢ်အီၤလၢတၢ်ဖံးတၢ်မၤအလီၤတၢ်ဝဲ အံၤမ့ၢ်တၢ်လၢအဂ့ၤဝဲလီၤ.

တၢ်မၤလၢအိၣ်ဒီးကံသံ

(၁) ခုခါဆၢကတီၢ်ခဲအံၤလၢနတၢ်မၤအပူၤမ့ၢ်နသုၣ်ကံသံအတၢ်ဖိတၢ်လံၤဒ်လဲၣ်တကလုာ်လဲၣ်.

(၂) ကံသံလၢအိၣ်လၢနတၢ်ဖိတၢ်မၤအပူၤတဖၣ်န့ၣ်မ့ၢ်အမၤဘၣ်ဒိနတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဒ်လဲၣ်.

(၃) ပှၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်တချ့လၢအမၤတၢ်ဒီးဟံးထီၣ်ဖီၣ်ထီၣ်ကံသံတၢ်ပီးတၢ်လီၤဒီးသုၣ်ဒဲးဘၣ်အခါမ့ၢ်အထီၣ်ဘၣ်ဂံၢ်ခိၣ်ထံးတၢ်သိၣ်လိစ့ၢ်ကိးဒါ.



ဂ့ၤ, မ့ၣ်အူအလုၢ်လၢအကၤထီၣ်,ဟီၣ်ခိၣ်ကမ့ၣ်,တၢ်အထံ,အကသ့ဒီးတၢ်ကမ့ၣ်ကဖုတဖၣ်အိၣ်ဝဲဒၣ်အကလုာ်ကလုာ်န့ၣ်လီၤ.တကးဘၣ်ကံသံအဂ့ၤအဂၤလၢတၢ်ကဆါအီၤအဂီၢ်စ့ၢ်ကိးအိၣ်ဒဲးဒဲးအကလုာ်ကလုာ်န့ၣ်လီၤ.

ကံသံတၢ်ဖိတၢ်လံၤအဒိအတၢ်

စးထီၣ်ဖဲအံၤ လၢနတၢ်မၤအပူၤကံသံတၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢနသုၣ်အီၤသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်ကအိၣ်ဝဲဒၣ်အကလုာ်ကလုာ်ဒ်အမ့ၢ်ကံသံအထံမ့ၢ်ဂ့ၤ, အသိမ့ၢ်ဂ့ၤ, ဖိဒၢၣ်ကမ့ၣ်မ့ၢ်ဂ့ၤ, တၢ်ကီၢ်လိၣ်မ့ၢ်ဂ့ၤ, လီၤကံဒဲးဂဲး(၆)Gasကံသံလၢပထံၣ်အီၤတသ့ မ့ၢ်ဂ့ၤ,လီၤကံသံဒ်အမ့ၢ် Carbondioxide (ခၣ်ဘိၣ်ဒဲၣ်အီးဆဲး)မ့ၣ်အူအကသ့မ့ၢ်

ကံသံတၢ်ဖိတၢ်လံၤအတၢ်မၤလၢအလီၤပျံၤ

ဆၢကတီၢ်မ့ၢ်မဆါတနံၤညါအံၤန့ၣ်အါဒၣ်တက့ၢ်ပမ့ၢ်ဘၣ်တဲလၢအတီတခီပှၤကိးဒဲးသုၣ်ဒဲၣ်ကံသံတၢ်ဖိ

တၢ်လံၤကိးနံၤဒဲးန့ၣ်လီၤ.အဖိ-ကိးနံၤဒဲးတၢ်သုၣ်ဒဲၣ်(ဆိၣ်ပှၤ)ပှၤတနီၤနီၤကိးဝဲဒၣ်လၢချါသိ, ပလးစတံးကီၢ်လၢအပံာ်ဒီးပိာ်မ့ၣ်ဖိအတၢ်ဆဲၣ်ယံဆဲၣ်လၢတၢ်ကယၢကယဲသ့ၣ်တဖၣ်အံၤဘၣ်တၢ်မၤအီၤလၢကံသံအတၢ်ဖိတၢ်လံၤန့ၣ်လီၤ.လၢတၢ်န့ၣ်အယိကံသံတၢ်ပီးတၢ်လီၤတနီၤနီၤမၤဘၣ်ဒိဝဲဒၣ်ပတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အါမးဘၣ်ဆၢကံသံတၢ်ပီးတၢ်လီၤတနီၤနီၤမၤဘၣ်ဒိဝဲဒၣ်ပတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့စ့ၢ်ကိးဖိန့ၣ်လီၤ. ကံသံတၢ်ပီးတၢ်လီၤတနီၤနီၤန့ၣ်မၤဘၣ်ဒိ



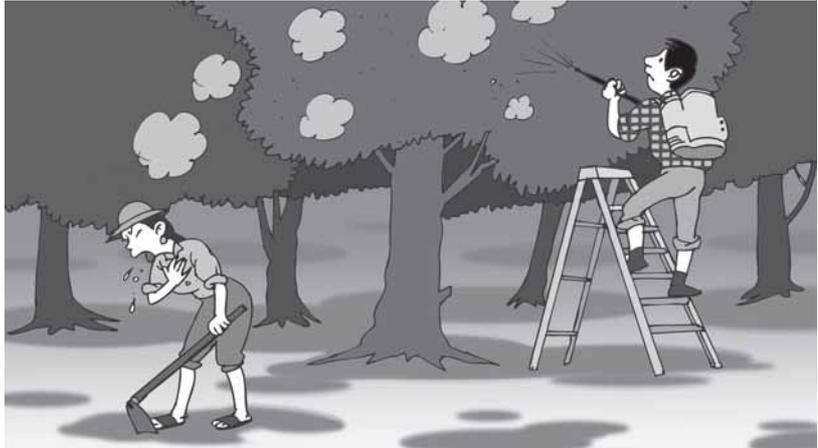
ဝဲဒၣ်ပတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ဆူၣ်တစီၢ်တလီၢ်, မ့ၢ်တနီၤနီၤန့ၣ်ဒုးကထီၣ်တၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘီတုၤဒၣ်လဲၣ်ပသံဝဲဒၣ်သ့န့ၣ်လီၤ. ကံသဝံအတၢ်ပီးတၢ်လီၤလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘီသ့ၣ်တဖၣ်အါတက့ၢ်မ့ၢ်ဝဲဒၣ်စးဖိကဟၣ်တၢ်မၤလီၢ်လၢအဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်တကလုာ်လုာ်, တၢ်တုၤထီၣ်ဘျီထီၣ်တၢ်မၤလီၢ်, တၢ်သ့ၣ်အိၣ်ပျးအိၣ်တၢ်မၤလီၢ်န့ၣ်လီၤ. ကံသဝံတၢ်ပီးတၢ်လီၤအဝဲအံၤအိၣ်ဝဲဒၣ်အကလုာ်ကလုာ်အယိမၤဘၣ်ဒိပတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ဆူၣ်သ့ဝဲဒၣ်အကလုာ်ကလုာ်စ့ၢ်ကီးန့ၣ်လီၤ.

န့ၣ်ဒိပတၢ်အပူၤတၢ်မၤန့ၣ်လီၤသ့လဲၣ်

ကသံၣ်ကံသဝံလဲၣ်န့ၣ်လီၤသ့ဝဲဒၣ်လၢပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်အနီၢ်ခိမိၢ်ပုၤအပူၤသ့ဝဲဒၣ်လၢကျဲၤဘၢဘီ

ဖံးဘၣ်

ပုၤမၤတၢ်ဖိတဂၤန့ၣ်ဖဲလၢအမၤတၢ်ဒီးကသံၣ်ကံသဝံအခါမ့ၢ်



ကိာ်ပူၤ

တဖျိၣ်အစုလၢစုဖျိၣ်ဘၣ်န့ၣ်, ကသံၣ်ကံသဝံဝဲအံၤကလဲၣ်န့ၣ်လီၤဝဲဒၣ်လၢတၢ်ပူၤပြဲကဒံဖိလၢအအိၣ်လၢပဖံးဘၣ်ပူၤတနီၤနီၤကိးဝဲလၢဖံးဘၣ်ဆဲး(လဲ) Cell တကးဘၣ်အမဲၣ်ညါလဲၣ်န့ၣ်လီၤလၢမဲၣ်ချံပူၤသ့ဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ. အါစုအါဘျီပဖျိၣ်စုဖျိၣ်ဘၣ်ဆၣ် သန့က့ ကံသဝံအံၤလဲၣ်န့ၣ်လီၤဝဲဒၣ်ဒီးစ့ၢ်ကီးန့ၣ်လီၤ.

ကလံၤကျါ

ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်မ့ၢ်ကသါန့ၣ်လီၤဘၣ်ကံသဝံအံၤလၢအကိာ်ပူၤဒီးအနီၢ်စ့ၢ်ပူၤန့ၣ်လဲၣ်န့ၣ်လီၤဝဲဒၣ်ဆူအမိၢ်ပုၤန့ၣ်လီၤ.

တဘျီတခိၣ်ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်ဖဲအဝဲသ့ၣ်သ့ကသံၣ်ကံသဝံအံၤဝဲအလီၢ်ခံတသ့စီအစုစီစီဘၣ်ဒီးအိၣ်တၢ်(မ့) အိမိၢ်ထူအယိကံသဝံအံၤလဲၣ်န့ၣ်လီၤဝဲဒၣ်လၢအနီၢ်ခိမိၢ်ပုၤအပူၤသ့ဝဲတကးဘၣ်ဖဲအဝဲသ့ၣ်မၤတၢ်အခါမ့ၢ်လၢတသ့တၢ်ကးဘၢမဲၣ်ဘၣ်အယိကံသဝံအံၤလဲၣ်န့ၣ်လီၤဝဲဒၣ်ဆူအနီၢ်ခိမိၢ်ပုၤန့ၣ်လီၤ.

မ့ၢ်လၢတၢ်သ့ၣ်ကံသဝံတၢ်ပီးတၢ်လီၤအယိဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်ကီတၢ်ခဲမန့ၤသ့ၣ်တဖၣ်လဲၣ်

မ့ၢ်လၢတၢ်သ့ၣ်ကံသဝံတၢ်ပီးတၢ်လီၤအယိပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်မ့ၢ်တဒိသဒါလီၤအသးနီၣ်တမံၤဘၣ်ဒီးမ့ၢ်အဲၣ်ဒီးမၤတၢ်တခီန့ၣ်ကဒီးန့ၢ်ဘၣ်ဝဲတၢ်ဆါလၢတၢ်ဆါကတီၢ်ဖုၣ်ကိာ်အပူၤလၢအဆိန့ၣ်လီၤ.ဘၣ်ဆၣ်သန့က့ဒီးသန့ထီၣ်အသးလၢပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်အသ့ၣ်ထံးဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ဆူၣ်အဖိခိၣ်အယိ ဟဲကဲ ထီၣ် အသး သ့တနီၤန့ၣ်အိၣ်ဝဲလီၤ. ဆါကတီၢ်ဖုၣ်

ကိတ်တိဆါစံးတံးန့ၣ်မ့ၣ်ဝဲပဲပပြီက သံၣ်မသံတံးဟံးလၢကျိးပူၤဝဲအလီၢ် ခံပစုပခိၣ်ဒီးဖံးဘၣ်တဖၣ်သးထီၣ်ဝဲ လီၤ. တံးတုထီၣ်ဘၣ်ထီၣ်အလီၢ်စ့ၢ် ကိးမ့ၢ်လၢပဘၣ်သ့ထုၣ်ကမ့ၢ်(ဘံ လးမွဲ)လၢအဒုးစဲဘူးတံးအယိလၢ (၄-၅)သီအတီၢ်ပူၤပဒီးန့ၢ်ဘၣ်ဖံး ဘၣ်တံးဆါသ့ဝဲဒၣ် န့ၣ်လီၤ. တကး ဘၣ်မ့ၢ်လၢပပြီကသံၣ်မသံတံးဟံး (မ့)ဘူးထီၣ်တံးထးအယိပဒီးန့ၢ် ဘၣ်မဲၣ်ချံဆါတံးဆါသ့ဝဲလီၤ. ဟံၣ် ယိပုၤမၤတံးဖိစ့ၢ်ကိးမ့ၢ်လၢဘၣ်သ့က သံၣ်ထံလၢဘၣ်မၤကဆိတံးဟးလီၢ် အဂီၢ်ဒီးတဒိသဒေသလီၤအသးနီ တမံဘၣ်အယိပစုတဖၣ်ကကိၢ်သွး လီၤတလီၤဝဲသ့လီၤ. တံးသ့ၣ်တဖၣ် အံၤဒီးသန့ထီၣ်အသးလၢပုၤမၤတံးဖိ တဖၣ်သ့ဝဲဝဲအါစ့ၢ်အဖိခိၣ်ဒီးဖဲလၢသ့ ဝဲဝဲဝဲအလီၢ်ခံအဝဲသ့ၣ်ဒီးန့ၢ်ဘၣ်ဝဲ ဒၣ်တံးဆါလၢတံးဆါကတီၢ်ဖုၣ်ကိၢ် အပူၤန့ၣ်လီၤ.

တဘျီတခိၣ်ပုၤမၤတံးဖိသ့ၣ် တဖၣ်အံၤမ့ၢ်လၢအမၤတံးဒီးကသံၣ် ကံသဝံအတံးမၤအယိလၢတံးဆါက တီၢ်ဖုၣ်ကိၢ်အပူၤတုၢ်ဘၣ်ဝဲတံးဆါ ဒိၣ်ဒိၣ်မ့ၢ်မ့ၢ်န့ၣ်လီၤ. နမ့ၢ်နၢဘၣ် Metin Chloric (မံတုကလီၤရ့ၣ်)က သံၣ်ကံသဝံအထံလၢတန့ၣ်ရံၣ်အတီၢ် ပူၤန့ၣ်နခိၣ်သၣ်ပံကဆါဒီးခိၣ်သၣ် ပံမူဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ. ဘၣ်ဆၣ်သန့က့ နမ့ၢ်နၢဘၣ်အီၤအါအါလၢတန့ၣ်ရံၣ် အတီၢ်ပူၤဒီးလၢတံးဆါကတီၢ်ဖုၣ်ကိၢ် အပူၤနကသါပူၤနီၣ်ကွံၣ်နသး မ့တမ့ၢ် ဘၣ်ဒီးနသံတဘျီယိသ့ဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ.

နမ့ၢ်မၤတံးမၤလၢဘၣ်သ့က သံၣ်ကံသဝံလၢတံးဆါကတီၢ်ဖးယံၣ် အပူၤ(အဒိ-ပုၤလၢအမၤတံးဘၣ်လး ဟံၣ်ယိအတံးဖိတံးလံၤဒ်အမ့ၢ်ပုၤလၢ အူဟးထီၣ်ကွံၣ်သ့ၣ်ကမ့ၢ်,ပုၤလၢအ မၤတံးလၢကျိးပူၤ, ပုၤလၢဘၣ်ဆး ထၢၣ်,ဆးခိၣ်ဖံးဒီးပုၤမၤတံးဖိလၢအ မၤတံးလၢထးအတံးဖိတံးမၤတဖၣ်) တံးသ့ၣ်တဖၣ်အံၤခဲလၢန့ၣ်ပုၤလၢအ တဘၣ်ဘူတံးဆါနီတဘျီဘၣ်တဖၣ် တဘၣ်န့ၣ်လီၤအသးလၢယနီၢ်ကစၢ် ဒၣ်ယဲယတံးအိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဂ့ၤန့ၣ် တဂ့ၤဘၣ်မန့ၤအယိလဲၣ်န့ၣ်ကသံၣ် ကံသဝံတံးဖိတံးလံၤသ့ၣ်တဖၣ်အံၤ ပုၤလၢအမၤတံးလၢတံးဆါကတီၢ်ယံၣ် တဖၣ်အဂီၢ်လၢခံကတံးအဝဲသ့ၣ်က ဒီးန့ၢ်ဘၣ်ဝဲဒၣ်တံးဆါဒ်အမ့ၢ်ခဲစၢၣ် တံးဆါ,ခိၣ်န့ၣ်ဟးဂီၤ,တယူၤတပူၤ, သးတထံတဆး, တီၢ်နီၣ်တံးတန့ၢ်, ပနၢၣ် (Nerve) ဒ်ပစံးတံးအသိးတံး အယဲဖိပြီကဒ်လၢအဆုၢ်တံးသ့ၣ်ညါ ဆူပခိၣ်န့ၣ်ဒီးဒုးဟူးဂဲၤပခိၣ်န့ၣ်အ တံးဖိတံးမၤတဖၣ်တမၤတံးလၢဘၣ် ဒီးပကဒီးန့ၢ်ဘၣ်တံးပသိၣ်ဆါတံး ဆါစ့ၢ်ကိး န့ၣ်လီၤ. လၢတံးန့ၣ်အယိ ဘၣ်လးဒီးတံးဆါယံၣ်,တံးဆါထၢ အံၤပုၤမၤတံးဖိတဖၣ်အါဒၣ်တက့ၢ်ဒီး န့ၢ်ဘၣ်ဝဲဒၣ်ဖဲလၢအဆိးကါ မ့တမ့ၢ် မၤတံးလၢကသံၣ်ကံသဝံအလီၢ်ဝဲ အလီၢ်ခံန့ၣ်လီၤ. ဒ်န့ၣ်အသိးတံးဆါ လၢအယဲကထီၣ်သးသ့ၣ်တဖၣ်အံၤ န့ၣ်ဒီးသန့ထီၣ်အသးလၢပုၤမၤတံး ဖိတဖၣ်ဘၣ်သ့ဝဲဒၣ်ကသံၣ်ကံသဝံ ကသံၣ်အံၤအနံၣ်အလါအါစ့ၢ်ဆံး ယံၣ်လဲၣ်အယိစ့ၢ်ကိးန့ၣ်လီၤ.

ပုၤမၤတံးဖိလၢအမၤတံးဒီး ကံသဝံတံးဖိတံးလံၤလၢတံးဆါက တီၢ်ဖးယံၣ်အပူၤတဖၣ်, ကမၤဘၣ်ဒ် တံးအိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့န့ၣ်န့ၣ်ကလဲၣ်အ ယိတီၢ်နီၣ်အီၤတက့ၢ်. အဒိ-ပုၤမၤ တံးဖိတဂၤအံၤမၤတံးဒီးကံသဝံအထံ “အဲၣ်ဆိပရူၤဝဲလဲၣ်အဲၣ်လဲၣ်ကီၤဟီ” (Isopropyl Alcohol)ဒီးစံးဝဲလၢ တံးထံအဝဲအံၤမ့ၢ်စဲဘူးဒီးပံးဘၣ် ယံၣ်ယံၣ်န့ၣ်ပံးဘၣ်ဟဲတီၣ် ထီၣ်ဝဲ ဒီးလၢခံမ့ၢ်စဲဘူးဒီးပုၤန့ၣ်က့ပတသ့ၣ် ညါဒီးတုၢ်ဘၣ်နီၣ်တမံၤလၢဘၣ်. ပ ထုၣ်ပပုၤပံးဘၣ်အံၤမ့ၢ်လၢတီၣ်တုၤ ဒီးတမၤတံးမၤအါအါလၢဘၣ်အယိ ကံသဝံအထံမ့ၢ်စဲဘူးဘၣ်ဆၣ် ပတ သ့ၣ်ညါလၢအစဲဘူးပုၤလၢဘၣ်န့ၣ်လီၤ.

ဒ်န့ၣ်အသိးလီၤဆီဒၣ်တံး ပုၤမၤတံးဖိလၢအမၤတံးလၢတံးသ့ၣ် တံးဖုးအလီၢ်ဒ်အမ့ၢ်, တံးမၤကျိး,ပြီ ကသံၣ်, ထူးကသံၣ်ထံအလွဲၢ်, တံး သ့ၣ်ထီၣ်ဘၣ်ထီၣ်အလီၢ်စ့ၢ်ကိးမ့ၢ်တ ဩဆါဒိသဒေသလီၤအသးနီတမံဘၣ် န့ၣ်အဝဲသ့ၣ်ကဘၣ်ပလီၢ်ပဒိလီၤအ သးအဒိၣ်ကတံးန့ၣ်လီၤ.

တံးမၤနီၣ်- ကံသဝံတံးပီးတံးလီတ နီၤန့ၣ်မ့ၢ်အူအဖိ, မ့ၢ်အူအပုၤမ့ၢ်လီၤ တံးဘၣ်ဒီးအူအိၣ်သ့ဝဲညါညါဖိလီၤ.

တံးသ့ၣ်ခွဲကံသဝံတံးပီး တံးလီလၢအမၤဘၣ်ဒိပ တံးအိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့

■ နမ့ၢ်စံးလၢကံသဝံအတံးပီး တံးလီအံၤမၤဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးနၤလၢ

ကျဲးလဲၣ်န့ၣ်နကသ့ၣ်ညါဘၣ်အီၤ
ဖဲနသ့ၣ်သံအတၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢန
မၤတၢ်အခါမ့ၢ်ဂ့ၤတကးဘၣ်နအိၣ်န
ဆိးယုၣ်ဒီးပုၤလၢနခိၣ်နယၢၤလၢအမၤ
တၢ်မၤဘၣ်လးကံသံအတၢ်မၤကိး
နံၤဒီးန့ၣ်အါတက့ၢ်ကမၤဘၣ်ဒိနတၢ်
အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ၣ်ဒီးဒီးသန့ၤထီၣ်
အသး

- လၢလဲၤန့ၣ်လီၤလၢနနီၢ်ခိၣ်မိၢ်
ပုၤပုၤဆဲးအါလဲၣ်
- နမၤတၢ်ယံၣ်ဆဲးယံၣ်လံ
လဲၣ်
- ဒီးသန့ၤထီၣ်စ့ၢ်ကိးအသး
လၢကံသံအတၢ်ပိးတၢ်လီၤဒီးတၢ်
လီၤပျံၤအိၣ်အါတအါအဖိခိၣ်စ့ၢ်ကိး
န့ၣ်လီၤ.

ကသံၣ်ကံသံအတၢ်လီၤပျံၤလၢ
အဆူၣ်သ့ၣ်တဖၣ်တကလုာ်ဒီးတ
ကလုာ်တဒီးသိးလိာ်အသးဘၣ်.က
သံၣ်ကံသံတနီၤနီၤန့ၣ်နမ့ၢ်ထိးဘၣ်
အီၤတစဲးတစဲးဖိဘၣ်ဆၣ်ကဲထီၣ်တၢ်
ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘီတုၤလၢတၢ်သံတၢ်ပုၤ
အိၣ်ထီၣ်သ့မ့ၢ်တနီၤနီၤန့ၣ်နထိး
ဘၣ်အီၤမ့ၢ်အါဘၣ်ဆၣ်သန့ၣ်က့ၢ်ကဲ
ထီၣ်တၢ်လီၤပျံၤလီၤဖုးထဲတစဲးဖိလီၤ.

ကသံၣ်ကံသံတနီၤနီၤတခီက
ဟ့ၣ်နၤတၢ်ဆါလၢအဖဲအမ့ၢ်တၢ်
ခိၣ်သၣ်ယံဆါ, ခိၣ်မူၤဒီးမ့ၢ်တနီၤနီၤ
တခီနမ့ၢ်ထိးဘၣ်အီၤလၢတၢ်ဆါက
တီၢ်ဖးယံၣ်မးကဲထီၣ်ဝဲဒၣ်ခဲစၢၣ်တၢ်
ဆါဒီးပုၤတုၤဖိတၢ်ဆါန့ၣ်လီၤ.



**တၢ်သ့ၣ်ကံသံအတၢ်ပိး
တၢ်လီၤအယိကဲထီၣ်တၢ်ကီ
တၢ်ခဲလၢပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်
တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ၣ်အဂီၢ်**

ဖဲးဘၣ်တၢ်ဆါ—ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်လၢ
အနီၢ်ခိၣ်မိၢ်ပုၤအပူၤအဖဲးဘၣ်အစုအ
ခိၣ်တတီၤတီၤတၢ်အဖျၢၣ်ဂီၤဂီၤဖိတဖၣ်
ကဟဲထီၣ်ဒီးကတီၣ်ဝဲမဲၣ်ချ့ၣ်သးကံ,
မဲၣ်ချ့ၣ်ဆါ, ဘၣ်သမ့ၣ်နါအုၣ်ထံယုၤ,
တၢ်ကူး, ကိာ်ယုၤပူၤယုၤထီ, ကသါ
ကီဝဲတၢ်ဆါတၢ်ပနီၣ်တဖၣ်အံၤမ့ၢ်ဟဲ
ကဲထီၣ်အသးဒီးနၤအခါနမ့ၢ်ပတုၣ်
မၤတၢ်ဒီးတၢ်ဆါသ့ၣ်တဖၣ်အံၤကပ
တုၣ်ကွံာ်ဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဆါလၢအတဘၣ်လိာ်ဒီးသ့ၣ်
—ပုၤလၢအသ့ၣ်တဘၣ်လိာ်တဖၣ်ဖဲ
လၢအမၤတၢ်ဒီးကသံၣ်ကံသံအခါ
အစုၤကတၢ်ကဲထီၣ်တၢ်ဆါသ့
ဒ်အမ့ၢ်ဖဲးဘၣ်, မဲၣ်ချ့ၣ်ဒီးနါဒုခံသး

တၢ်ဆါ, တၢ်ကူး, ကသါယံးတၢ်
ဆါသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ဆါအဝဲ
အံၤမ့ၢ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဆါတစိာ်တလီၢ်အယိ
နမ့ၢ်မၤတၢ်မၤလၢတဘၣ်လိာ်ဒီးက
သံၣ်ကံသံဘၣ်န့ၣ်နကဒီးန့ၣ်ဘၣ်
တၢ်ဆါအံၤန့ၣ်လီၤ. ဆၣ်ဘၣ်နမ့ၢ်
အိၣ်ယံးဒီးကံသံအံၤဒီးတမ့ၢ်လၢ
ကဟဲကဲထီၣ်အသးဒီးနၤညီညီဘၣ်.
ပုၤလၢအသ့ၣ်တဘၣ်လိာ်ဒီးကံသံ
တဖၣ်လၢတဖျဲးမဲၣ်အတီၢ်ပူၤတၢ်က
သါယံးမ့ၢ်ဟဲကဲထီၣ်အသးဒီးအီၤ
န့ၣ်နကဘၣ်လဲၤကူဆါယါဘျါလၢ
တၢ်ဆါဟံၣ်,ကသံၣ်ဝဲဒၣ်လၢအဘူး
ဒီးနၤလၢအချ့ၣ်ကတၢ်တက့ၢ်. နမ့ၢ်
တလဲၤကူစါယါဘျါဘၣ်တခီပုၤအဝဲ
အံၤသံဝဲဒၣ်သ့အယိနကဘၣ်ပလီၢ်
လီၤနသးအဒိၣ်အအါန့ၣ်လီၤ.

**တၢ်ကီတၢ်ခဲဘၣ်ဃးတၢ်
သးဘံးတၢ်ဆါဒီးတၢ်သါ
ထီၣ်သါလီၤ. ကလံၤကျိၤ**

—ခိဖျိမၤတၢ်ဒီးကသံၣ်ကံသံအယိ



ကဲထီၣ်စ့ၢ်ကိးတၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲၣ်အမ့ၢ် တၢ်သးဘံးတၢ်ဆါ, တၢ်သါထီၣ်သါ လီၤကလံၤကျိၤကီၢ်ခဲတကးဘၣ်အ ဖဲၣ်ညါဘၣ်ဒိစ့ၢ်ကိးပနီၢ်ခိမိၢ်ပှၢ်န့ၣ် လီၤ. တၢ်သးဘံးတၢ်ဆါအတၢ်ပနီၣ် မ့ၢ်ဝဲလၢပကသါထီၣ်အခါကသိၣ်ဝဲ ဒၣ်ပုံပုံ, ကူးခဲအံၤခဲအံၤ, ကသါချ့ ဒီးကသါပံးန့ၣ်လီၤ. ခိဖျိနသုကသံၣ် ကံသဝံ အယိ ကဲထီၣ် ဝဲဒၣ် တၢ် ဆါသ့လီၤ. နမ့ၢ်တမၤကသံၣ်ကသဝံ အတၢ်မၤလၢၤဘၣ်ယံၣ်ယံၣ်တခီ တၢ်ဆါဝဲအံၤကလီၤမၤဒၣ်အတၢ်န့ၣ် လီၤ. ဘၣ်ဆၣ်ကသံၣ်ကသဝံတနီၤ နီၤန့ၣ်ဒုးကဲထီၣ်တၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲအုပှၢ်မၤ တၢ်ဖိအအိၣ်ဒ်အမ့ၢ်ပှၢ်မၤတၢ်ဖိဒီးန့ၢ် ဘၣ်ပသိၣ်တၢ်ဆါ, ကဲထီၣ်တၢ်ဆါ ယံၣ်တၢ်ဆါထၢတုၤဒၣ်လဲၣ်ဘၣ်ဟး ထီၣ်ကွံၣ်လၢတၢ်မၤပူၤန့ၣ်လီၤ.အဒိ” တချုးလၢနမၤတၢ်ဒီးကသံၣ်ကသဝံ ဘၣ်န့ၣ် နနီၢ်ကစၢ်ဒၣ်ဝဲ နမ့ၢ်အိၣ်ဒီး တၢ်သးဘံးတၢ်ဆါန့ၣ်နတၢ်ဆါဝဲအံၤ ကနးန့ၢ်ဒီးအလီၢ်ဒီးကဲထီၣ်တၢ်ကီၢ်

တၢ်ခဲလၢတၢ်ကသါထီၣ်ကသါလီၤ အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်အူအိၣ်

တၢ်အူအိၣ်စံးတၢ်န့ၣ်မ့ၢ်ဝဲ ဒၣ်ဖံးဘၣ်ဒီးညၣ်အူအိၣ်ကီၢ်သွးန့ၣ် လီၤ. ကသံၣ်ကသဝံအထံတနီၤလၢ အသဟီၣ်ဆူၣ်တဖၣ်နမ့ၢ်ယူၢ်လီၤ ဘၣ်အီၤ,မ့ၢ်အိၣ်ဘၣ်အီၤ, မ့ၢ်လီၤတၢ် ဘၣ်လၢနလီၤ, မ့ၢ်လီၤလူဘၣ်လၢန ဖံးဘၣ်အလီၤန့ၣ်နဖံးန့ၣ်ညၣ်ကကီၢ် အူကီၢ်သွးဒီးလီၤတလီၤဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ.

ခဲတၢ်တၢ်ဆါ

ပှၢ်မၤတၢ်ဖိလၢအမၤတၢ်ဒီး ကသံၣ်ကသဝံ အထံ န့ၣ်ကဒီးန့ၢ် ဘၣ်ဝဲခဲတၢ်တၢ်ဆါအယိတၢ်ကကူ စါယါဘျါအီၤအဂီၢ်ကီၢ်ခဲဝဲဒၣ်မးဒီး ကဟ့ၣ်နတၢ်ကီၢ်တၢ်တၢ်ခဲတုၤဒၣ် လဲၣ်နသံသ့န့ၣ်လီၤ. ဘၣ်ဆၣ်တၢ်

သ့ၣ်တဖၣ်အံၤဒီးသန့ထီၣ်အသးလၢ ပှၢ်မၤတၢ်ဖိအနီၢ်ကစၢ်ဒၣ်ဝဲသ့ၣ်ကွံၣ်သ ဝံအါစ့ၢ်အဖိခိၣ်ဒီးခဲတၢ်တၢ်ဆါလၢ အကဟဲကဲထီၣ်အသးစ့ၢ်ကိးအိၣ်ဝဲ ဒၣ်အကလုာ်ကလုာ်စ့ၢ်ကိးန့ၣ်လီၤ. တၢ်ဆါအပနီၣ်လၢအဟဲကဲထီၣ်အ သးသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်မ့ၢ်ဝဲဒၣ်ဖံးဘၣ် လၢခဲတၢ်တၢ်ဆါ, ပသိၣ်ခဲတၢ်တၢ် ဆါ, သ့ၣ်ခဲတၢ်, သ့ၣ်ခဲတၢ်ဘၣ်ဆၣ် တၢ်ဆါသ့ၣ်တဖၣ်အံၤတမ့ၢ်ဟဲကဲ ထီၣ်အသးတဘျီယီၤဘၣ်. တၢ်ဆါ အံၤကဟဲကဲထီၣ်အသးအဂီၢ်ကထုး တၢ်ဆါကတီၢ်လၢအနံၣ်လၢအလါ န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဂ့ၢ်ကီၢ်ဘၣ်သးမုၢ်ခွါ တၢ်မံၤဃုာ်လိာ်သးဒီးတၢ် အိၣ် ဖျဲၣ်ဖိ

ပိာ်မုၢ်ဒီးပိာ်ခွါလၢအဖိတ အိၣ်ဘၣ်တဖၣ်န့ၣ် ဟဲကဲထီၣ်အသး ခိဖျိပိာ်မုၢ် အလုာ်လၢဟဲတဘၣ်ဆါ ဘၣ်ကတီၢ်ဒၤထီၣ်ကီၢ်, အဒိမ့ၢ်အိၣ် ထီၣ်ဒီးအဟုးသးဘၣ်ဆၣ်သန့က့ ကဘၣ်သဂါဝဲဒၣ်ဒီးတၢ်ဆါလၢအ မ့ၢ်ဖိသ့ၣ်ဝဲအံၤအက့ၢ်အဂီၤတလၢပှၢ် ဘၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့စ့ၢ်ကိး တဂ့ၢ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ. အဒိ-ပိာ်မုၢ်လၢ အိၣ်ဒီးဟုးသးတဂၤအံၤကအိၣ်ဖျဲၣ် ဖိလၢတဘၣ်ဆါဘၣ်ကတီၢ်ဘၣ်, ဖိ သၣ်လီၤတၢ်,ဖိသၣ်လၢအိၣ်ဖျဲၣ်လီၤ တဂၤအံၤကဘၣ်သဂါဒီးတၢ်ကီၢ်တၢ် ခဲၣ်အမ့ၢ်ဖိသ့ၣ်အံၤအတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်ထီ ထီၣ်ကဲခဲန့ၣ်လီၤ.

အိၣ်စဘၣ်တီၣ်ဒ်

မံၤလၢအဂၤ - တအိၣ်
အိၣ်စဘၣ်တီၣ်ဒ်တၢ်ဖိတၢ်
လံၤလၢဘၣ်တၢ်ပၤန့ၣ်လီၤဃုာ်တဖၣ်မ့ၢ်
ဝဲ-

- တၢ်အယဲၤလၢမ့ၢ်အူအိၣ်တန့ၢ်(ဘရၣ်လဲၤန့ၣ်ပျဲၤ,ဂးစဂဲၣ်)တၢ်ကီၢ်ဒီးတၢ်န့ၣ်အတၢ်ဖိတၢ်လံၤ, ထံပီၤပူၤတၢ်န့ၣ်, ရီၤဘၣ်, ကိၣ်, ပလးစတံးဒီးထူၣ်ကမူၣ်ဘံလးမ့ၢ်တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤဘၣ်တၢ်ကျဲၣ်ကျိၣ်ယါဃုာ်အိၣ်ဒီးတၢ်ပိးတၢ်လိလၢအမၤပုၤထီၣ်တၢ်အဂံၢ်ဘါန့ၣ်လီၤ.

အိၣ်စဘၣ်တီးၣ်အတၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲသ့ၣ်တဖၣ်မ့ၢ်ဒ်အံၤ

- နမ့ၢ်ဖိၣ်ဘၣ်, ထိးဘၣ်ဒီးမ့ၢ်ဘၣ်နစုနဖံးဘၣ်ဘၣ်ဆၣ်တဟ့ၣ်နၤတၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲဘၣ်
- မ့ၢ်န့ၣ်လီၤလၢနမဲာ်ချ့, နါ,နးဒု, ကိၣ်ယုာ်ဘိဒီးမဲာ်သ့ၣ်အဖိခိၣ်ဘၣ်ဆၣ်တဟ့ၣ်နၤတၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲဘၣ်
- တမၤဘၣ်ဒီးဒီးဟ့ၣ်တၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲဆူခိၣ်န့ၣ်ဒီးထူၣ်ပျၢ်အအိၣ်ဘၣ်
- ပနီၢ်ခိမိၢ်ပျၢ်အက့အခိဖိခိၣ်
- မ့ၢ်လၢပသိၣ်တဖၣ်ဆိၣ်, ထူၣ်ပျၢ်သံးကွံာ်အယိကဲထီၣ်ဝဲဒၣ်(အိၣ်စဘၣ်တီးၣ်)တၢ်ဆါန့ၣ်လီၤ.
- ဘၣ်ဃးဒီးတၢ်ဂုၤထီၣ်ပသီထီၣ်အကျိၣ်အကျဲၣ်စၢ်ကီးတဟ့ၣ်ထီၣ်တၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲဆူပိာ်ခါချ့သ့ၣ်လၢပိာ်မ့ၢ်

တဖၣ်ကအိၣ်ထီၣ်ဒီးဟုးသးဒီးကဲထီၣ်တၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲလၢဖိသ့ၣ်အဂီၢ်ဘၣ်

- တၢ်ဆါလၢပကတူၢ်ဘၣ်အိၣ်လၢတၢ်ဆါကတီၢ်ယံာ်အပူၤဒ်အမ့ၢ်ပသိၣ်ခဲစၢ်, ခဲစၢ်လၢပသိၣ်အကပိကပၤ(မံၤဆါသံၤလံၤယိမါ(အိၣ်ဖိလီပုၤမး)ဒီးခဲစၢ်တၢ်ဆါအဂၤတဖၣ်.

- အိၣ်စဘၣ်တီးၣ်န့ၣ်မ့ၢ်ဂၢ်သဝံကမူၣ်တခါလၢအသဟီၣ်ဆူၣ်ဒိၣ်မးန့ၣ်လီၤ.

ဘုၤန့ၣ်

မံၤလၢအဂၤ - ဘုၤန့ၣ်,ဖံၤနဲဟဲၣ်ဒရဲၣ်-ဘုၤန့ၣ်, ဖံၤနဲဟဲၣ်ဒရဲၣ်

- ဘုၤန့ၣ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢဘၣ်တၢ်ပၤန့ၣ်လီၤဃုာ်တဖၣ်မ့ၢ်ဝဲ - ကံသဝံအသိ
ဘုၤန့ၣ်အတၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲသ့ၣ်တဖၣ်အံၤဒီးသန့ၤထီၣ်အသးဒ်အံၤလီၤ.

- ဖိၣ်ဘၣ်, မ့ၢ်ထိးဘၣ်ဒီးစုလၢဖံးဘၣ်အဖိခိၣ်ဖံး- ဘၣ်ထီၣ်ဂီၤ, သးဃုထီၣ်, ဘၣ်ဃဲဖး

- မဲာ်ချ့, နါ, နးဒု, ကိၣ်ယုာ်ဘိဒီးဘိးပၤအဖိခိၣ်- မဲာ်ချ့ထံထီၣ်, မဲာ်ချ့ထီၣ်ဂီၤ, ဖံးဘၣ်သး, နးဒုဒီးကိၣ်ယုာ်ဘိဃုထီၣ်

- ခိၣ်န့ၣ်ဒီးထူၣ်ပျၢ်အဖိခိၣ်

- ခိၣ်သ့ၣ်ပံဆါ, ဘျီး, သ့ၣ်ညါတၢ်ထၢမံထၢမၢ်, သးဘၣ်တံာ်တၢ်, ဂံၢ်ဘါစၢ် မ့ၢ်တမ့ၢ်မံခုဒီးသးထၢမံထၢမၢ်.

- ပနီၢ်ခိမိၢ်ပျၢ်အက့အခိဖိခိၣ်ခိၣ်န့ၣ်ဘၣ်ဒိဟးဂီၤ, သ့ၣ်ဆဲလဲဘၣ်ဒိဟးဂီၤ, သ့ၣ်ဂံၢ်ဘါစၢ်(အန့မံယါ)

- မ့ၢ်လၢမ့ၢ်ခါတၢ်ဂုၤထီၣ်ပသီထီၣ်အဂီၢ်ပိာ်ခါချ့သ့ၣ်လၢအဒုးအိၣ်ထီၣ်ပိာ်မ့ၢ်ဟုးသးတဖၣ်ဖဲပိာ်မ့ၢ်အိၣ်ထီၣ်ဒီးဟုးသးအဆါကတီၢ်မၤဘၣ်ဒိဖိသ့ၣ်လၢအအိၣ်လၢမိၢ်ဟၢဖျၢ

- တၢ်ဆါလၢပကဘၣ်တူၢ်ဘၣ်အိၣ်လၢတၢ်ဆါကတီၢ်ယံာ်အပူၤမ့ၢ်ဝဲ- သ့ၣ်ခဲစၢ်.(လူၤက့မံယါ)ဒီးခဲစၢ်တၢ်ဆါအဂၤတဖၣ်

- ဘုၤန့ၣ်န့ၣ်မ့ၢ်ဂၢ်သဝံတၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢမ့ၢ်အူအိၣ်အိၣ်ညီဝဲလီၤ.ကံသဝံတၢ်ဖိတၢ်လံၤဝဲအံၤန့ၣ်အသဟီၣ်ဆူၣ်ဒိၣ်န့ၣ်ဒီးကံသဝံအသိလၢအဂုၤအဂၤသ့ၣ်တဖၣ်ဒီးလဲၤန့ၣ်လီၤသ့ဝဲဒၣ်လၢပဖံးဘၣ်လၢညီညီဖိန့ၣ်လီၤ.

ဘီၣ်ရံၣ်အိၣ်ဆူၣ်

မံၤလၢအဂၤ-တအိၣ်
တၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢဘၣ်တၢ်ပၤန့ၣ်လီၤ
ဃုာ်တဖၣ်မ့ၢ်ဝဲ-

- ဆဲလဲလူလိၣ်စံချိၣ်မံဒါဒီးတၢ်ကူတၢ်သိးလၢမၤစုၤလီၤမ့ၢ်အူအိၣ်တၢ်အသဟီၣ်ဒီးတၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢတၢ်ကကျိၣ်ကျိၣ်အိၣ်ဖဲတၢ်မၤမဲာ်ထံကလၢတခါစုာ်စုာ်အခါန့ၣ်လီၤ.

ဘီရုံအံ့ဆုတ်တဖုအတော်ကီတံခဲ
န့ဒ်ဒီးသန့ထီတံအသးဒ်အံလီ.

■ ဖိပ်ဘုတ်, ထိးဘုတ်ဒီးစုလၢ
ဖံးဘုတ်အဖိခိပ်-ဖံးဘုတ်ထီတံဂီ, သး
ယုထီ, ဘုတ်ယဲဖး

■ မဲရံ့, နါ, နါဒု, ကိတ်ယုတ်
ဘိဒီးဘိးပၤအဖိခိပ်-မဲရံ့ထံထီတံ,
မဲရံ့ပူဂီ, မဲရံ့သးကံ, နါဒုဒီးကိတ်
ယုတ်ဘိယုထီ

■ လၢခိပ်န့ဒ်ဒီးထုတ်ပျါအဖိ
ခိပ်တံကီတံခဲတအိပ်

■ မ့မ့လၢမုတ်ခွါတံဂုထီတံပ
သီထီတံအဂီပိတ်ခွါချံသုတ်လၢအဒုး
အိပ်ထီတံပိတ်မုတ်ဟုးသးတဖုကဟး
ဂီကွံာ်ဝဲဒီးဒီးန့ဘုတ်ဖိတသ့ဘုတ်

■ မ့မ့တံဆါလၢပကတူာ်
ဘုတ်အီလၢတံဆါကတီဖးယံာ်အ
ပူန့တံတသ့ညါအီဒီးဘုတ်.

■ ဘီရုံအံ့ဆုတ်ဝဲအံလဲန့
လီၤဝဲဒုတ်လၢပဖံးဘုတ်လၢညီညီဖိ
လီၤ.

ဘရီမိပရီပု(နံ)

မံလၢအဂၤလၢဘုတ်တံကိးအီမ့ဝဲ-
ဘရီမိပရီပု(နံ), ဘရီမိပရီ
ပု(နံ), အဲ(နံ)ပရီဖဲဘရီမိ, အဲ
ဆိပရီဖဲဘရီမိ.

■ တံဖိတံလံလၢဘုတ်တံပၤ
န့လီၤယုတ်တဖုမ့ဝဲ-ကံသဝံအသိ



ဘရီမိပရီပု(နံ)တဖုအတော်ကီတံ
ခဲန့ဒ်ဒီးသန့ထီတံအသးဒ်အံလီ.

■ ဖိပ်ဘုတ်, ထိးဘုတ်ဒီးစုလၢဖံး
ဘုတ်အဖိခိပ်-ဖံးဘုတ်ထီတံဂီ, သး
ယုထီ, ဘုတ်ယဲဖး

■ မဲရံ့, နါ, နါဒု, ကိတ်ယုတ်
ဘိဒီးဘိးပၤအဖိခိပ်-မဲရံ့ထံထီတံ, မဲ
ရံ့ပူဂီ, မဲရံ့သးကံ, နါဒုဒီးကိတ်ယုတ်
ဘိယုထီ

■ မ့မ့လၢခိပ်န့ဒ်ဒီးထုတ်ပျါအ
ဂီတံကီတံခဲတအိပ်

■ နီခိမိပျါဒီးပကွံာ်ဂီတဖု
ကဒီးန့ဘုတ်သ့ဂံဘါစါ(အန့မံယါ)
တံဆါ

■ နီခိမိပျါဒီးပကွံာ်ဂီတဖု
ကဒီးန့ဘုတ်သ့ဂံဘါစါ(အန့မံယါ)

Anemia ဘုတ်ဒီးဘုတ်ထံးပသ့, ဒီးဖဲ
လၢပဟးထီတံပဟးလီၤအခါမၤဘုတ်ဒီး
ပံာ်ဖိဒီးပံာ်ဖးဒီး တကးဘုတ်အမဲာ်
ညါတံအက့အခီအဂၤလၢအအိပ်
လၢပနီခိမိပျါဒီးပၤဆုၤန့ပ
နာ် (Nerve) တဖုဘုတ်ဒီးဘုတ်ထံး
ဒီးဟးဂီကွံာ်ဝဲ.

■ မ့မ့လၢမုတ်ခွါတံဂုထီတံပ
သီထီတံအဂီပိတ်မုတ်ဒီးပိတ်ခွါအချံအ
သုတ်ခံပကပၤလိာ်ဘုတ်ဒီး, ပိတ်ခွါဒီး
ပိတ်မုတ်ခံဂၤအံဒီးန့ဘုတ်အဖိတသ့
ဘုတ်, တကးဘုတ်မၤဘုတ်ဒီးပိတ်မုတ် အ
လုာ်အလံာ်ဒီးဖဲလၢပိတ်မုတ်အိပ်ထီတံဒီး
ဟုးသးအဆါကတီဘုတ်ဒီးဝဲဒုတ်ဖိ
သုတ်လၢအိပ်မိဟၢဖၤပူဒီးကဲထီတံ
တံဟၢဖၤဟးဂီသ့ဝဲ.

■ တံဆါလၢပကတူာ်ဘုတ်အီ
တံဆါကတီယံာ်အပူတဖုမ့ဝဲခဲ
စါတံဆါ

ဘရီမိပရီပု(နံ)န့ အစုတ်အပျါ
သဟီတံဆုတ်ဒီးန့ဒီး ကံသဝံအသိ
လၢအဂၤတဖုတကးဘုတ် လဲၤစ့န့
လီၤလၢပဖံးဘုတ်လၢညီညီဖိန့လီၤ.

ကဲာ်မံယါ

မံလၢအဂၤ - တအိပ်
တံဖိတံလံလၢဘုတ်တံပၤန့လီၤ
ယုတ်အီတဖုမ့ဝဲ - တံသါယုတ်
အီဒီးသးတူး, တံဟံဖိယုတ်ဒီးဘး
ထရံး, အံလဲးထရီနံတံပိးတံ
လီ, တံဘူးထီတံဝဲထံးသးတူး ဒီး
ဒၤန့သ့ဝဲဒုတ်ကသံတံလၢအဒုးအိပ်
ထီတံအလ့ာ်.

■ ကဲးမံၤယၤအတၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲအံၤဒီးသန့ၤထီၣ်အသးဒ်အံၤလီၤ.

■ ပမ့ၢ်ဖီၣ်ဘၣ်,ထိးဘၣ်ဒီးလၢပစုဖံးဘၣ်အဖီခိၣ်ဘၣ်ဆၣ်တၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲတအိၣ်

■ မဲၣ်ချ့, နၢ်, နးဒု, ကိၣ်ယူၢ်ဘိဒီးဘိးပၤအဖီခိၣ်-မဲၣ်ချ့ထံထီၣ်, မဲၣ်ချ့ပူၤဂီၤ

■ လၢခိၣ်န့ၣ်ဒီးထူၣ်ပျၢ်အဖီခိၣ်တၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲတအိၣ်

■ ကဲၣ်မံၤယၤကဲၣ်သံလၢနၢတမ့ၢ်တလၢဘၣ်သ့ၣ်တဖၣ်ပမ့ၢ်နၢဘၣ်တခီ ကမၤဘၣ်ဒိကမၤဘၣ်ဒိကနီၢ်ခိမိၢ်ပုၤဒ်အမ့ၢ်မၤဘၣ်ဒိပကလုၢ်,ပယံ, ပပသိၣ်ဒီးပထူၣ်ပပျၢ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.မ့မ့ၢ်လၢမ့ၢ်ခွၢ်တၢ်ဂုၤထီၣ်ပသီထီၣ်အဂီၢ်ပိၣ်ခွၢ်ချ့သ့ၣ်လၢအဒုးအိၣ်ထီၣ်ပိၣ်မုၢ်ဟုးသးတဖၣ်ဘၣ်ဒိဟးဂီၤကွံၣ်ဒီးဒီးန့ၢ်ဘၣ်ဖိတသ့လၢဘၣ်.

■ ကၢ်သံတၢ်ပိးတၢ်လီၤလၢနၢဘၣ်အိၣ်ဒီးဒုးကဲထီၣ်တၢ်ဆါလၢပကဘၣ်တူၢ်ဘၣ်အိၣ်လၢတၢ်ဆါကတီၢ်ယံၣ်အပူၤဒ်အမ့ၢ်သ့ၣ်ခဲစၢၣ်, ပရိစတုၣ်ခဲစၢၣ်ဒီးခဲစၢၣ်အဂၤ လီၤဆီဒ်တၢ်ကဲဒ်မံၤယၤန့ၣ်ဒုးကဲထီၣ်ဝဲဒ်တၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘီလီၤပျံၤလီၤဖုးန့ၣ်လီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်ကီၢ်အိၣ်စ့ၢ်ကိးတၢ်ကသါထီၣ်ကသါလီၤကလံၤကျိၤအပူၤဒီးကဲထီၣ်တၢ်ညၣ်ဂီၢ်သ့ၣ်စ့ၢ်ကိးလီၤ.

ခရီၤမံၤယၤ

မံၤလၢအဂၤ - စံၤအၤ(ရံ), ခရူ(မ်), ခရူမ့ၢ်အိၣ်ဆ့ၣ်,ခရူမ့ၢ်ထရဲၤအိၣ်

ဆဲၣ်(ဒ်), ဇုၣ်ခရီၤမ့ၢ်, ပိၤတဲၣ်ဆံၤယၤ(မ်)ဒဲၤခရီၤမ့ၢ်,ဒီးလၢအဂၤတဖၣ်မ့ၢ်ဝဲ - ခရီၤမ့ၢ်ဒီးဒဲၤခရီၤမ့ၢ်လၢအဘၣ်တၢ်ယၢ်ယုၢ်အိၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢဘၣ်တၢ်ဒၤန့ၣ်ယုၢ်အိၣ်တဖၣ်မ့ၢ်ဝဲ-

တၢ်တုၣ်တၢ်ဂီၤကသံၣ်, ထးနါဒီးကသံၣ်လၢအမၤထီၣ်တဲၣ်တၢ်, ခရီၤမ့ၢ်လၢအမၤထီၣ်တဲၣ်တၢ်ဒီးကသံၣ်လၢအမၤထီၣ်တဲၣ်တၢ်, သးတုးပလးစတံးဒီးသ့ၣ်စ့ၢ်ကိးဝဲလီၤမ့ၢ်အူပျံၤလၢအထိးဘၣ်လိာ်အသးဖိၣ်ကထၢယုၢ်ဝဲဒ်ဒီးလီၤမ့ၢ်အူပျံၤလၢအလွဲၤလုး, ထုးထီၣ်ထးနါ, ထီထီၣ်ယုၢ်ဝဲဒ်ဒီးကသံၣ်လၢအဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်အလွဲၤကတဲၤကတီၢ်ဟံးဝဲဒ်သ့ၣ်ဘၣ်အညၣ်ဒ်သိးကကျၢၤထီၣ်အဂီၢ်, ယါယုၢ်အသးဒီးသ့ၣ်အထုးရီၤဘၣ်, ဟံဖိၣ်သးတုးဒ်သိးသ့တထီၣ်တအ့ၣ်တဂ့ၢ်အဂီၢ်န့ၣ်ဖူယာ်ဝဲဒ်ဒီးကသံၣ်.

ခရီၤမံၤယၤ(မ်)အတၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲသ့ၣ်တဖၣ်မ့ၢ်ဒ်အဖီလၢအသိးလီၤ.

ပမ့ၢ်ဖီၣ်ဘၣ်ဒီးစု, ထိးဘၣ်ဒီးဖံးဘၣ်န့ၣ်ပဖံးဘၣ်ဂီၤထီၣ်, ဖံးဘၣ်သး, ခရီၤမံၤယၤ(မ်)အံၤမ့ၢ်တဘၣ်လိာ်အသးဒီးပသ့ၣ်ပထံဘၣ်န့ၣ်ဖံးဘၣ်လီၤတၢ်အဖျၢၣ်ဖိၣ်ပြဲကဒ်သ့ၣ်တဖၣ်ကဟဲထီၣ်ဒီးကဘျါက့ၤအဂီၢ်န့ၣ်ကယံၣ်ဝဲလီၤ. လၢတၢ်န့ၣ်အယိပဖံးဘၣ်သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်ကအုၣ်သံဒီးကဲထီၣ်ဝဲဒ်တၢ်ပူၤလီၤန့ၣ်လီၤ.

မဲၣ်ချ့, နၢ်, နးဒု, ကိၣ်ယူၢ်ဘိဒီးဘိးပၤအဖီခိၣ်

■ လၢခရီၤမ့ၢ်အိၣ်ဆ့ၣ်အယိမဲၣ်ချ့ကိၢ်အူ, နါဒုဒီးကိၣ်ယူၢ်ဘိတဖၣ်ကကိၢ်အူကိၢ်သ့ၣ်တုၤဒ်လဲၣ်နါဒုအပူၤစ့ၢ်ကိးကဲထီၣ်ဝဲဒ်တၢ်ပူၤလီၤအုၣ်သံ.

■ လၢခိၣ်န့ၣ်ဒီးထူၣ်ပျၢ်အဂီၢ်တၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲတအိၣ်

လၢပနီၣ်ခိမိၢ်ပုၤအကုၤအခီအဂီၢ်

■ မ့ၢ်လၢပကိၣ်ယူၢ်ပူၤအိၣ်ဒီးကဟး(ကလုၢ်ဘံးသ့ၣ်)အယိပကသါထီၣ်သါလီၤ ကကီၢ်ခဲတကးဘၣ်ကမၤဘၣ်ဒိပပသိၣ်ဒီးဟးဂီၤကွံၣ်ဝဲ, သးနါပုၤအူဆါ, ပဝဲတဖၣ်မ့ၢ်လၢပအိၣ် (Chromix Acid) ခရီၤမ့ၢ်အိၣ်ဆ့ၣ်အယိ ကပိၣ်က့ဝဲလီၤ.

■ မ့မ့ၢ်လၢမ့ၢ်ခွၢ်တၢ်ဂုၤထီၣ်ပသီထီၣ်အဂီၢ်ပိၣ်မုၢ်ပိၣ်ခွၢ်ချ့သ့ၣ်လၢအဒုးအိၣ်ထီၣ်ဖိသ့ၣ်အဂီၢ်တၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲအိၣ်ဒ်လဲၣ်န့ၣ်တၢ်တသ့ၣ်ညါအိၣ်ဒ်ဘၣ်.

■ တၢ်ဆါယံၣ်ထၢလၢလၢပကဒီးန့ၢ်ဘၣ်အိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်မ့ၢ်ဝဲဒ်ပသိၣ်ခဲစၢၣ်န့ၣ်လီၤ.

■ ခရူ(မ်)လၢအမးတကလုၢ်လၢန့ၣ်အစုၣ်အပျၢ်, အသဟီၣ်ဒိၣ်န့ၢ်ဒီးခရူ(မ်)လၢအကပုၣ်တကလုၢ်လၢဒ်န့ၣ်လီၤ.

ကိဘိဂ်

မံလါအဂါ - ကိ၊ ကါဘဲဂ်၊ ကိဘိဂ်ဆါလဖုဂ်
တံဖိတံလံလါဘဂ်တံပါနုဂ်လီ၊
ဗုဂ်တဖုဂ်မုဂ်

■ ထးနါလါအမးတကလုဂ်
လါအဒံးသိလိဂ်အသးဒီးသးတူးဒီး
သးတူးအကုအခိ၊ ကသံဂ်လါအဒုး
အိဂ်ထိဂ်တံအလွံ၊ ကသံဂ်တုတံ
ဂါ၊ ကသံဂ်လါအကျးတံဖိအသး
တဖုဂ်.

“ကိဘိဂ်အတံကိတံခဲသုဂ်တဖုဂ်
အံလံဖျါထိဂ်ဝဲဒုဂ်တံဂုဂ်လါအဖိ
လံအသိးလီ.”

ပမုဂ်ဖိဂ်ဘဂ်၊ ထိးဘဂ်စုဒီး
ဖံးဘုဂ်အဖိခိဂ်နုဂ်ဖံးဘုဂ်ဂါထိဂ်၊ဖံး
ဘုဂ်သး၊ ကိဘိစုကမဲဂ်ခိဂ်ကမဲဂ်
ဒီးစုနုဂ်ခံတဖုဂ်မုဂ်လါတဘဂ်လိဂ်
ဒီးပသ့ဂ်ထံအယိဖံးဘုဂ်ကမဲက
ပထိဂ်ဒုဒုဂ်ဒုဂ်အသိးဒီးကကဲထိဂ်
တံပုလါအုဂ်သံ.

မဲဂ်ချဲ၊ နုဂ်၊ နါဒုခံ၊ ကိဘိ ယုဂ်ဘိဒီးဘိးပအဖိခိဂ်

- မဲဂ်ချဲအထံထိဂ်၊မဲဂ်ချဲဂါမဲဂ်
ချဲသး.နါဒုခံဒီးကိဘိယုဂ်ဘိယုထိဂ်.
- ခိဂ်နူးဒီးထုဂ်ပျါအဂိတံ
ကိတံခဲတအိဂ်

နုဂ်ခိမုဂ်ပုဂ်အကုအခိ တဖုဂ်အဖိခိဂ်

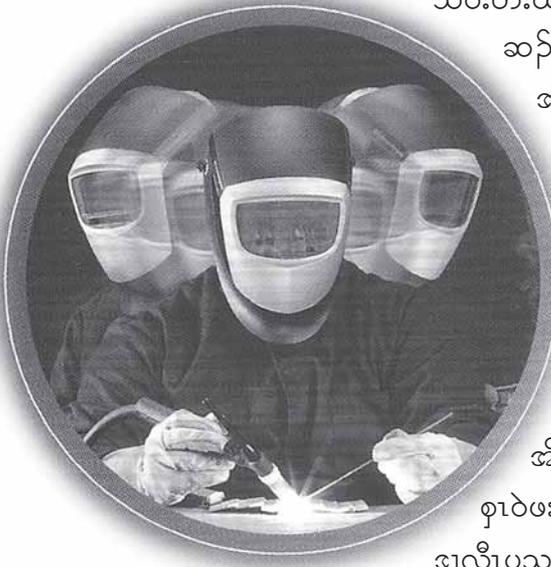
■ ကဟးအိဂ်အါအယိကသါ
ဘဂ်ကိခဲဝဲ၊ ကူးဒီး၊ မုဂ်လါကသါ
ထိဂ်ကသါလါကလံကျါကိခဲဝဲအ
ယိမးဘဂ်ဒီးမးမးဂါကွံဂ်ဝဲဒုဂ်ပပ
သိဂ်ဒီးပသးနုဂ်လီ.

■ မုမုဂ်လါမုဂ်ခွါတံဂုထိဂ်ပ
သိထိဂ်အဂိပိဂ်မုဂ်ပိဂ်ခွါချဲသုဂ်လါ
အဒုးအိဂ်ထိဂ်ဖိသုဂ်အဂိတံကိတံ
ခဲအိဂ်ဒုလဲဂ်နုဂ်တံတသုဂ်ညါအိဒီး
ဘဂ်.

■ တံဆါလါအမဲကဲထိဂ်အ
သးလါတံဆါကတိဖိအပုလါ
ပဒီးနုဂ်ဘဂ်အိသုတဖုဂ်မုဂ်ဝဲခဲစါဂ်
တံဆါ

ပကဘုဒုတံကးဘါမဲဒု ပချဲထုးထိဂ်ကွဲဒုကဲသဝဲလါကလံကျါခါ

ပုမးတံဖိလါအမးတံလါ
မဲဒီးဖိဖိအလိတဖုဂ်မုဂ်သုစွဲဝဲဒုစး
ဆူးသဝဲထိဂ်ကလံနုဂ်ဂုဝဲဒုဒီး
ကသံဂ်ကဲသဝဲတဖုဂ်အံပဟးထိဂ်
ကွံဂ်ဝဲအယိတံဘဂ်ဒီးဘဂ်ထံးလါ
ကမးဘဂ်ဒီးပတံအိဂ်ဆုဂ်အိဂ်ချဲ
အဂိစုဂ်ကိးစုလါဝဲဒုနုဂ်လီ.ဘဂ်
မနုအယိလဲဂ်နုဂ်ကသံဂ်ကဲသဝဲတ
ဖုဂ်အံအိဂ်လါမဲဒီးဖိကဟုဂ်အလိအ
ယိတချူးလါဒုစုဂ်လါကလံကျါဒီး
ဘဂ်နုဂ်ပကဘဂ်ထုးထိဂ်ကုအိတ
ဘျိယိလါမဲဒီးဆူးထိဂ်ကလံနုဂ်လီ.
ဟိဂ်ခိဂ်ကမုဂ်စုဂ်ကိးပကဘဂ်ဆူး



သဝဲပဟးထိဂ်ကွံအိနုဂ်လီ. ဘဂ်
ဆုဂ်မဲဒီးဖိကဟုဂ်တံမးလိ
အံတံလဲကဲဘုဂ်လါစုက
အါဝဲဒီးဒီးသနုထိဂ်
အသးလါတံတုထိဂ်
သုဂ်ထိဂ်တံမးလိ
နုဂ်လီ. ဘဂ်ဆုဂ်တံ
ဘဂ်ဒီးဘဂ်ထံးလါပု
မးတံဖိအတံအိဂ်ဆုဂ်
အိဂ်ချဲအဂိစုဂ်ကိးကလိ
စုဂ်ဝဲဒုနုဂ်လီ. တံတြိဆါဒီးသ
ဒါလါပသးလါတံကးဘါမဲဒုသုဂ်
အံတမုဂ်တံလါအမုဂ်ဘဂ်ပုဘဂ်



ဘၣ်ဆၣ်သန့ကတၢ်ကးဘၢမဲၣ်သၣ်ဝဲအံၤအိၣ်ဝဲဒၣ် အကလုာ်ကလုာ်အယိတၢ်ကးဘၢမဲၣ်သၣ်ဝဲအံၤပုၤမၤ တၢ်ဖိမ့ၢ်ဆိးကါအီၤထီၣ်ဒီးအဝဲသ့ၣ်အဂီၢ်တၢ်ဘၣ်ဒီးဘၣ် ထံးလၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ၣ်အဂီၢ်ကစၢၤလီၤဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ. အဆိကတၢ်တချုးလၢပကးဘၢပမဲၣ်ဒီးဘၣ်န့ၣ်ဒ်သိးက သံၣ်ကံးသဝံဝဲအံၤသုတလဲၤန့ၣ်လီၤလၢပနါဒုပူၤဒီးပကီၢ်ပုၤ

အဂီၢ်ပကဘၣ်မၤကွၢ်အီၤလီၤတၢ်လီၤဆဲးန့ၣ်လီၤ.အဒိ-ဖဲ လၢနမၤတၢ်အခါပုၤဖူကသံၣ်လၢနယၢၤမ့ၢ်ဂ့ၤအူကသံၣ်က မူၣ်အခါမ့ၢ်ဂ့ၤ, ထူးဘျုးထီၣ်က့ၤတၢ်အခါမ့ၢ်ဂ့ၤ, ကသံၣ် ကမူၣ်, ဟီၣ်ခိၣ်ကမူၣ်တဖၣ်အံၤမ့ၢ်စဲဘူးထီၣ်လၢနါဒုပူၤဒီး ထးခိၣ်ဘၣ်အဖိခိၣ်ဒီးနမ့ၢ်ဆိကမိၣ်လၢကသံၣ်အံၤအစိနါ ဒီးန့ၣ်နတၢ်ကးဘၢမဲၣ်သၣ်ဝဲအံၤန့ၣ်တမ့ၢ်လၢတြီၤဆၢဒီးသဒါ န့ၣ်နတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ၣ်တန့ၢ်ဘၣ်.တကးဒီးဘၣ်အမဲၣ် ညါကဲထီၣ်တၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲလၢတဂၤဒီးတဂၤအဘၣ်စၢၤဖဲပက တၢ်သကိးတၢ်အခါ, သါထီၣ်သာလီၤကီၢ်ခဲဝဲ, တၢ်ကီၢ်ပ သးပကထံၣ်ဘၣ်တၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲဝဲအံၤအကလုာ်ကလုာ်န့ၣ် လီၤ. အဒိ”နမ့ၢ်ကဲပုၤဆါလၢအိၣ်ဒီးပသိၣ်တၢ်ဆါ,သး တၢ်ဆါန့ၣ်နကသါကယံးဝဲတၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲကတုၤအိၣ်နၢတုၤ ဒၣ်လဲၣ်နကမူၤဒီးသာပုၤနီၣ်လီၤကွၢ်နသးသ့န့ၣ်လီၤ.ဝံၤအ လီၤခံတၢ်ကးဘၢမဲၣ်သၣ်ဝဲအံၤ နကဘၣ်သ့စီကွၢ်အီၤစီစီ မ့တမ့ၢ် နကဘၣ်ဆိတလဲကွၢ်အီၤခဲအံၤခဲအံၤလီၤ.တၢ်သူ ကသံၣ်ကံးသဝံဝဲအံၤဒီးသန့ထီၣ်အသးလၢဘဲဘၣ်လၢအ အိၣ်လၢတၢ်ကးဘၢမဲၣ်အကီၢ်ပပကသူအီၤဒီးဆိတလဲကွၢ် အီၤဖဲလၢအကြးအဘၣ်ဒီးပုၤန့ၣ်လီၤ.

တချုးလၢပအိၣ်တၢ်ဒီးအိၣ်ထူ

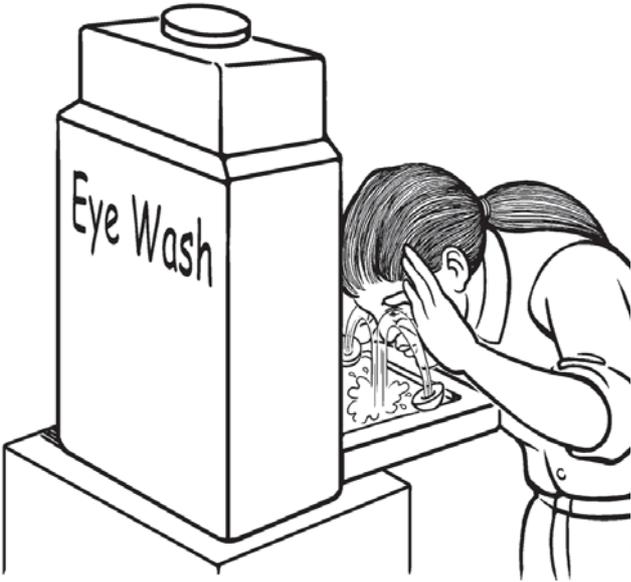
နမ့ၢ်ဖျိၣ်စုဖျိၣ်ဒီးပြီကသံၣ်ကံးသဝံအထံမ့ၢ်ဂ့ၤ, ပူ ကသံၣ်မ့ၢ်ဂ့ၤတၢ်မၤတခါခါလၢနကမၤအီၤတမံၤလၢလၢ န့ၣ်စုဖျိၣ်မ့ၢ်ဖျိၣ်န့ၣ်ဒီးကသံၣ်ကံးသဝံအထံသ့ၣ်တဖၣ်အံၤ ကလဲၤန့ၣ်လီၤလၢနစုဖျိၣ်အပူၤအယိအအါဒီးအစၢၤန့ၣ်က စဲဘူးထီၣ်တၢ်ဒၣ်လၢနစုလီၤန့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်န့ၣ်အယိတ ချုးလၢနဟံးန့ၣ်အိၣ်တၢ်အိၣ်, အိထံ, အိမိၣ်ဒီးဘၣ်န့ၣ်န ကဘၣ်သ့စီနစုဒီး (ဆၢပြာ)ပုၤတနီၤနီၤကိးဝဲဒၣ်လၢချါ သိဝံမးနကဘၣ်အိၣ်တၢ်န့ၣ်လီၤ. လီၤဆိဒၣ်တၢ်သးတူး ထးကိၣ်လိၣ်အတၢ်ဖဲးတၢ်မၤ,သးတူးဆံၤလံၤအ့ၣ်

Ciliates တၢ်မၤကသံၣ်ထံလၢတၢ်စုၣ်အီၤဒီးဒုးအိၣ်ထီၣ် တၢ်ကံးညၢ်အလွဲၤ,ဖဲဖိကဟၣ်တၢ်မၤလီၤ, တၢ်ဘူးထီၣ် တၢ်ထးအတၢ်မၤ,ကံကမူၣ်တၢ်အတၢ်မၤ,တၢ်ဝုၤလီၤဖွဲၣ် ထးထံအတၢ်မၤ, ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢ အမၤတၢ်ဘၣ် ဃးဒီး တၢ်သူၣ်တၢ်ဖျးတဖၣ်သူဝဲဒၣ်ကသံၣ်မၤသံတၢ်ဃာ်,ပုၤမၤ တၢ်ဖိလၢအထူးကသံၣ်လွဲၤဒီးတၢ်မၤဂ့ၤထီၣ်က့ၤသိလ့ၣ် အလွဲၤ အတၢ်မၤ, ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢ အမၤတၢ်လၢ ဝိးခဲဂျိး (Workshop) အတၢ်မၤဒီးတၢ်စဲးကျဲးလိာ်အတၢ်မၤတၢ်မၤ သ့ၣ်တဖၣ်အံၤန့ၣ်ပုၤဒ်အံၤတဖၣ်ကဘၣ်ပလီၤသးန့ၣ်လီၤ.

လၢနတၢ်မၤအပူၤန့ၣ်န့ၣ်မၤယၢ်တၢ်အိၣ်လၢထံအ လီၤဒီးတၢ်ပျၢ်မဲၣ်အလီၤန့ၣ်မ့ၢ်တၢ်လၢအဂ့ၢ်လီၤ ကသံၣ်ကသံၣ်ကသံၣ်ကသံၣ်ကသံၣ်ကသံၣ် ကသံၣ်ကသံၣ်ကသံၣ်ကသံၣ်ကသံၣ်ကသံၣ် ကသံၣ်ကသံၣ်ကသံၣ်ကသံၣ်ကသံၣ်ကသံၣ်

လၢနတၢ်မၤအပူၤန့ၣ်န့ၣ်မၤယၢ်တၢ်အိၣ်လၢထံအ
လီၤဒီးတၢ်ပျၢ်မဲၣ်အလီၤန့ၣ်မ့ၢ်တၢ်လၢအဂ့ၢ်လီၤ. ကသံၣ်
အထံမ့ၢ်လီၤဆံၣ်ဘၣ်လၢနလီၤန့ၣ်သ့ၣ်ကဆိကွံၣ်အိၣ်စီစီက
ဘၣ်ယံၣ်ဝဲဒၣ် (၁၅) မံးနံးန့ၣ်လီၤ. ကသံၣ်ကသံၣ်အ
ထံလၢနသ့ၣ်အိၣ်သ့ၣ်တဖၣ် မ့ၢ်ကသံၣ်လၢအသဟီၣ်ဆူၣ်
တခါနတၢ်ကူတၢ်သိးဒီးနနီၣ်ကစၢ်ဒိတဂၤနကဘၣ်သ့ၣ်စီ
ကွံၣ်အိၣ်လၢထံစီစီတဘျီယီၤန့ၣ်လီၤ. အဒိကသံၣ်ကသံၣ်
ဝဲအံၤမ့ၢ်လီၤဆံၣ်ဘၣ်နမဲၣ်ချံတခါနကဘၣ်လဲၤလၢထံအိၣ်
တၢ်အလီၤလၢအချ့ဝံၤနကဘၣ်သ့ၣ်စီအိၣ်ယံၣ်ဝဲဒၣ်လၢ
(၁၅)မံးနံးညါန့ၣ်လီၤ.နမဲၣ်ချံပူၤမ့ၢ်ကိၢ်အူၤ, ထံၣ်တၢ်မ့ၢ်တ
ဂ့ၢ်ဒီးဘၣ်တခါန့ၣ် တဘျီယီၤနကဘၣ်လဲၤဒီးမၤကွၢ်

ကျးလီၤဟံၣ်အသးလၢကသံၣ်ပလီၤအကပၤအံၤဆူသရၣ်
လၢအမၤတၢ်ဘၣ်ယးဒီးကသံၣ်ကသံၣ်ကသံၣ်ကသံၣ်ကသံၣ်
ပၤတဘျီယီၤဒီးကြၢးလၢနကဘၣ်လဲၤကူစါယါဘျီနသး



နတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့လၢတၢ်ဆါဟံၣ်, ကသံၣ်ဝဲဒၣ်ဒီးန့ၣ်
လီၤ. တကးဘၣ်မ့ၢ်လၢနနၢဘၣ်ကသံၣ်ကသံၣ်ကသံၣ်ကသံၣ်
အံၤအယီၤနမ့ၢ်အဲၣ်ဒီးဘျီဒီးနနီၣ်မ့ၢ်မူၤန့ၣ်လဲၤစီကသံၣ်
ကသံၣ်အထံလၢနသ့ၣ်အိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အလံာ်က့ၤလၢအအိၣ်

န့ၣ်လီၤ. ဘၣ်မနုၤအယီၤလဲၣ်န့ၣ် ကသံၣ်သရၣ် သရၣ်
မ့ၢ်တနီၤနီၤဘၣ်ယးဒီးတၢ်သူၣ်စ့ကသံၣ်ကသံၣ်ကသံၣ်ကသံၣ်
တၢ်လီၤဝဲအံၤဘၣ်ဒိပတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့သ့ၣ်လၢကျဲၣ်လဲၣ်
န့ၣ် တမ့ၢ်လၢကနၢဟံၣ်ဝဲဒၣ်ဘၣ်.

ကသံၣ်ကံသံၣ် အတၢ်ပိးတၢ်လီၤဒီးအဂီၢ်အကျိၤတဖၣ် ပဒီးန့ၣ်ဘၣ်ဒီးဖးအံၤသ့ၣ်လၢတၢ်လီၤဖဲလဲၣ်

အဆိကတၢ်ဒ်ပမ့ၢ်ပုၤမၤတၢ်ဖိအသိးကံသံၣ်အတၢ်ပိးတၢ်လီၤလၢပသုၤအိၣ်အကလုာ်တဖၣ်အံၤပကဘၣ်ယုသ့ၣ်ညါအိၣ်လၢအမ့ၢ်တၢ်ဆါအတၢ်ပနီၣ်လၢအကဟဲကဲထီၣ်အသးဒီးပုၤသ့တဖၣ်မ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲၣ်န့ၣ်လီၤဖဲလၢပမၤတၢ်ဝံၤအလီၤခံတၢ်ဆါမနုၤသ့ၣ်တဖၣ်ဟဲကဲထီၣ်အသးဒီးပုၤလဲၣ်, ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်ဖဲအအိၣ်စီၤစုၤဒီးတၢ်မၤအခါန့ၣ်အတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ၣ်အတၢ်အိၣ်သးမ့ၢ်တဂ့ၤထီၣ်ဒီးဘၣ်လီၤဘၣ်စးဒ်သိးဒီးလၢညါလၢဘၣ်. အဒိ-ဖဲလၢပန့ၢ်ဖးဘၣ်လံာ်တၢ်န့ၣ်ကျဲလၢ အဘၣ်ယးဒီးတၢ်ကဘၣ်သ့ၣ်ကံသံၣ်တၢ်ပိးတၢ်လီၤဖဲလဲၣ်တကလုာ်လဲၣ်ဒီးကံသံၣ်အတၢ်ပိးတၢ်လီၤအဂီၢ်အကျိၤလၢအမၤဘၣ်ဒိပတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ၣ်သ့တဖၣ်, ပကဘၣ်တြီဆၢဒိသဒၢလီၤပသးဒီးသ့ၣ်စ့အိၣ်လဲၣ်န့ၣ်ပယုန့ၢ်အိၣ်ဘၣ်ညီညီဖိလီၤ. ဒိပန့ၣ် Company တနီၤနီၤလၢအထူးထီၣ်ကံသံၣ်တၢ်ပိးတၢ်လီၤန့ၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတၢ်ဘိးဘၣ်သ့ၣ်ညါတကးဘၣ်အမဲာ်ညါဖဲလၢပမ့ၢ်ပုၤကံသံၣ်တၢ်ပိးတၢ်လီၤအခါလံာ်တၢ်န့ၣ်ကျဲအဂီၢ်အကျိၤတဖၣ်အံၤကအိၣ်ကွဲးဟံးအသးလၢကသံၣ်အပူၤဒီးလၢကသံၣ်ဒၢအချၢစ့ၢ်ကိးကကျးလီၤန့ၢ်န့ၢ်လံာ်တၢ်ဒုးန့ၣ်လၢနကဘၣ်ဆိးကါအိၣ်လဲၣ်အဂီၢ်အကျိၤန့ၣ်လီၤ.

လဲၣ်, ဘၣ်ဟံးအိၣ်တၢ်လီၤဖဲလဲၣ်ဒီးဘၣ်တြီဆၢဒိသဒၢမ့ၢ်အူအတၢ်လီၤပျံၤလီၤဖုးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘိးလဲၣ်တၢ်ဂ့ၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤခဲလၢန့ၣ်ကကွဲးလီၤဟံးဖျါထီၣ်ဝဲဒၣ်လၢလၢပုၤပုၤလီၤ.တဘျီတခါန့ၣ်လံာ်တၢ်မၤနီၣ်မၤလၢအတၢ်ဟံးဖျါထီၣ်တဖၣ်အံၤတလၢပုၤဘၣ်ဆၣ်သန့က့မ့ၢ်လၢပယုသ့ၣ်ညါဘၣ်လံာ်တၢ်မၤနီၣ်မၤလၢအတၢ်သ့ၣ်စ့အဂီၢ်အကျိၤအယိအိၣ်ဒီးတၢ်တြီဆၢဒိသဒၢဆိလီၤဟံးပသးလၢတၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘိးတၢ်လီၤပျံၤလီၤဖုးန့ၣ်လီၤ.လီၤဆိဒၣ်တၢ်တၢ်မၤကစၢ်သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လၢအတၢ်ဖဲတၢ်မၤအပူၤကသံၣ်ကံသံၣ်အတၢ်ပိးတၢ်လီၤလၢအသ့ၣ်စ့ဝဲသ့ၣ်တဖၣ်ကဘၣ်ဟံးလဲၣ်လဲၣ်လံာ်တၢ်မၤနီၣ်မၤလၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. အဒိ-တၢ်မၤကစၢ်မ့ၢ်တကန့ၣ်ယုာ်န့ၣ် ပုၤမၤတၢ်ဖိနီၤကစၢ်ဒၣ်ဝဲကသံၣ်ကံသံၣ်တၢ်ပိးတၢ်လီၤလၢအသ့ၣ်စ့ဝဲတဖၣ်အမံၤဒီးဘၣ်တၢ်ထူးထီၣ်အိၣ်ဒိပန့ၣ်အမံၤမ့ၢ်ဒီးန့ၢ်ဘၣ်ဝဲတခါဆဲးကျိးဒီးဒိပန့ၣ်လၢအထူးထီၣ်ကံသံၣ်အံၤတဘျီယိသ့ဝဲလီၤ.တၢ်အနီၤကီၢ်တခါလၢပုၤမၤတၢ်ဖိအဂီၢ်ဘၣ်ယးကံသံၣ်တၢ်ပိးတၢ်လီၤအံၤဒ်သိးပုၤမၤတၢ်ဖိက

ဘၣ်ဆၣ်အါဒၣ်တက့ၢ်လံာ်တၢ်ဒုးန့ၣ်ကျဲတဖၣ်အံၤ ကမ့ၢ်ဝဲဒၣ်ကီၤလၢဝါကျိၣ်, ယိၤကျိၣ်ဒီးကျိၣ်အဂၤသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ထံကီၢ်တနီၤနီၤန့ၣ်ကိးဝဲဒၣ်လၢလံာ်ကျိၤအဒိပညီလၢပုၤ “အံၤအဲၣ်စံးဒံးအဲၣ်စံး” SDSန့ၣ်လီၤ. လံာ်က့ဝဲအံၤအပူၤန့ၣ်ဟံးဖျါထီၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်အဂီၢ်တၢ်လၢအကြးသ့ၣ်ညါဝဲဒၣ်အမ့ၢ်ကသံၣ်ကံသံၣ်တၢ်ပိးတၢ်လီၤတဖၣ်အမံၤ, ဘၣ်တၢ်ထူးထီၣ်အိၣ်ဒိပန့ၣ်အမံၤ, ပုၤလၢအသ့ၣ်စ့တဖၣ်ကဘၣ်ကွၢ်ဆၣ်မဲာ်ဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ၣ်တၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲမနုၤလဲၣ်, ကဲထီၣ်ခဲစၢ်တၢ်ဆါသ့ၣ်လဲၣ်,ပကဘၣ်တြီဆၢဒိသဒၢလီၤပသးဒ်



နာပာဝိဒအင်္ဂါမူဒါအိဉ်လၢတၢ်မၤကစၢ်အစုပူၤန့ၣ်လီၤ. ပှၤမၤတၢ်ဖိအသီတဖၣ်ဘၣ်ဃးဒီးတၢ်သူ့စွဲကသံၣ်ကံသံဝံ
တၢ်ပိးတၢ်လီၤအံၤဒ်သိးကနၢ်ပာဝိဒအင်္ဂါမူဒါအိဉ်လၢပှၤလၢအပၤဆၢတၢ်တီခိဉ်ရီၤမဲတၢ်ပှၤမၤတၢ်ဖိအစုပူၤလၢကဘၣ်
သိဉ်လိဝဲလၢတၢ်ကဘၣ်သူ့စွဲဝဲလဲၣ်အဂ့ၢ်န့ၣ်လီၤ. အဒိ-ပှၤလၢအပၤဆၢတၢ်တီခိဉ်ရီၤမဲတၢ်မ့ၢ်တအိဉ်ဘၣ်တခီတၢ်မၤကစၢ်
ကဘၣ်ဟံးမူဒါဒီးသိဉ်လိဒုးန့ၣ်ဝဲလဲၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ကရၢကရီၤလၢအမၤစၢၤကျဲၤထွဲပှၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်ကြၢးကျိဉ်ထံန့ၢ်လိာ်တၢ်
ကွဲးနီၣ် ကွဲးယါ ဘၣ်ဃးဒီး တၢ်သူ့စွဲ ကသံၣ်ကံသံဝံ အတၢ်ပိးတၢ်လီၤ မ့တမ့ၢ်ဆဲးကျိးဒီး ပှၤမၤတၢ်ဖိ အဝဲၤဒၢးဒီးဟံးန့ၢ်
တၢ်မၤစၢၤသ့ဝဲလဲၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်မၤကစၢ်ထီၣ်က့ၤကံသံဝံ တၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢအလီၤဆံၣ်တဖၣ်

ဝဲလၢတၢ်ဟံးယၢ်ကသံၣ်ကံသံဝံအခါမ့ၢ်ဂ့ၤ, သူ့စွဲ
အခါမ့ၢ်ဂ့ၤ လီၤဆံၣ်ဝဲလဲၣ်သ့လီၤ. ပှၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်ပမ့ၢ်
သိဉ်လိအိၣ်လၢကမၤကစၢ်ကွဲးကံသံဝံလီၤဆံၣ်ဒီးကံသံဝံ
အလီၤလၢအလီၤလူအံၤဒ်ကဲထီၣ်တၢ်ဘၣ်သိဉ်လိပျံၤလၢ
ပှၤအါဂၤအဂီၢ်အယိမ့ၢ်ဟးယံၤထီၣ်ကွဲးဒီးကံသံဝံလၢအ
လီၤဆံၣ်အလီၤတခီန့ၣ်တၢ်ဘၣ်ဒ်ဘၣ်ထံး, တၢ်ဟးဂ့ၤ
ဟးဂီၢ်သ့တဖၣ်ကလီၤစ့ၤဝဲလီၤ. ကံသံဝံလၢပသူ့စွဲအီၤတ
ဖၣ်ပဘၣ်ဟံးအိၣ်တၢ်လီၤလၢအပူၤဖျဲးဒီးတၢ်လီၤပျံၤလီၤဖုး
အလီၤဒီး ဝဲတၢ်တလံၤတပျံၤမ့ၢ်ဟဲကဲထီၣ်အသးဒီးပက
ဘၣ်မၤအိၣ်လဲၣ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်ဒ်သိးအံၤတဖၣ်ဒ်သိးဒီးပှၤမၤ
တၢ်ဖိကိးဂၤဒဲးကသ့ၣ်ညါဝဲအဂီၢ် မူဒါအိဉ်လၢတၢ်မၤက
စၢ်အစုပူၤဒ်သိးကသိဉ်လိဆိဟံးန့ၢ်အပှၤမၤတၢ်ဖိဒုးမၤယုာ်
ဝဲလဲၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

ကံသံဝံတၢ်ပိးတၢ်လီၤအံၤလၢတၢ်တလံၤတပျံၤ
အပူၤမ့ၢ်လီၤဆံၣ်ဒီး ဒ်သိးတၢ်ကမၤကစၢ်ထီၣ်က့ၤအီၤအ
ကျိၤအကျဲဘၣ်ဘၣ်လဲၣ်အဂီၢ်န့ၣ်ပှၤလၢအနၢ်ပာဝိဒဘၣ်
ဃးဒီးတၢ်ဂ့ၢ်ဝဲအံၤမ့ၢ်အိဉ်တခီ ပကဘၣ်ကိးအိၣ်ဒ်သိးက
ဟဲသိဉ်လိမၤယုာ်ပှၤန့ၣ်လီၤ.

ဝဲလၢပမၤကစၢ်ကံသံဝံတၢ်ဖိတၢ်လံၤအခါပက
ဘၣ်ကူသိးတၢ်ကူတၢ်သိးလၢအဒိသဒၢပှၤဒ်အမ့ၢ် ရီၤဘး
ခိဉ်ဖံးဘိးလၢအထီ, ရီၤဘးစုဖျိဉ်တဖၣ်ထီၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ကတဲၤကတီၤဒီးဟံးယၢ်က ကံသံဝံလၢအလီၤဆံၣ်တဖၣ်

တၢ်လၢအကါဒိဉ်ကတၢ်န့ၣ်ဒ်သိးဒီးကံသံဝံအ
ထံသုတလီၤဆံၣ်တဂ့ၤအဂီၢ်န့ၣ် တၢ်ကဘၣ်ကတီၤအီၤဂ့ၤ
ဂ့ၤဘၣ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ. အဆိကတၢ်ပကဘၣ်ယုာ်သ့ၣ်ညါကံ
သံဝံအသိလၢအလီၤဆံၣ်အံၤ ဟဲကဲထီၣ်သးအဂ့ၢ်အကျိၤ
န့ၣ်လီၤ. အဒိ-ပမ့ၢ်ထံၣ်လၢစဲးဖိကဟၣ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤတခါ
ခါအသိမ့ၢ်လီၤဆံၣ်တခီ စဲးဝဲအံၤပကဘၣ်ပတုာ်ကွဲးအီၤ
န့ၣ်လီၤ. တၢ်ဒၢလၢပှၤထၢန့ၣ်ယၢ်ကံသံဝံတၢ်ဖိတၢ်လံၤအံၤ
ပမ့ၢ်ထံၣ်လၢလီၤတကျၢ်တခီ တၢ်ဒၢဝဲအံၤပကဝံထီၣ်အီၤ
လၢအလီၤဘၣ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ. ပမ့ၢ်ထံၣ်လၢပှၤထၢန့ၣ်ယၢ်ကံ
သံဝံတၢ်ဖိတၢ်လံၤအဘူဝဲအံၤဖျိးဒီးလီၤယုာ်တခီ ပကဘၣ်
ဆိတလဲတၢ်ဒၢဒီး ဟံးန့ၢ်တၢ်ဒၢလၢအဂ့ၤတဖျၢၣ်ဖျၢၣ်ဒီးဒၢ
န့ၣ်ဖျိဉ်အီၤဝဲန့ၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဟံးဘၣ်က့ၤကံသံဝံလၢအလီၤဆံၣ်တဖၣ်

ကံသံဝံတၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢအလီၤဆံၣ်ဒီးဘၣ်အါ
အလီၤန့ၣ် ဒ်သိးပကဆူးသဝံးထီၣ်က့ၤအီၤကန့ၢ်အဂီၢ်
ပကဘၣ်သူတၢ်ဖိတၢ်လံၤအမ့ၢ်ဟီၣ်ခိဉ်ကမူၣ်, မဲး, လူး
ကမူၣ်, ကပံာ်လၢအပံာ်ပှၤတနီၤနီၤကိးဝဲလဲၣ်လၢတဘူး,
ဒီးတၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢအဂၤသ့တဖၣ်သ့ဝဲလီၤ. အဒိ-ကံသံဝံ

ဝံတၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢအလီၤဆံၣ်တဖၣ်မ့ၢ်ပြဲၣ်တခီပကဘၣ် ပြဲၣ်အိၣ်ဒီးထံဖိတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.မ့တမ့ၢ် ကျၢၢ်ဘၢအိၣ်ဒီးပလး စတံး, တၢ်ကံးညၢၣ်, ဒီးတၢ်ကံးညၢၣ်လၢအတီၣ်လၢတၢ်စူၤ န့ၣ်တန့ၢ်ဘၣ်န့ၣ်သ့ဝဲလီၤ.

လီၤ. ကံးသဝံတၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢအလီၤဆံၣ်ဘၣ်အၢတဖၣ် အံၤဒ်သိးပကစူးကွံၣ်အိၣ်လၢအလီၤဘၣ်ဘၣ်ကသ့အဂီၢ် မ့ၢ်စ့ၢ်ကိးတၢ်မၤကစၢ်အမူအဒါလၢကဘၣ်ဆဲးဟံးန့ၢ်မူဒါ ဆူညါန့ၣ်လီၤ.

တၢ်မၤကဆဲးကဆီၣ်တၢ်ကၢၤကံးသ ဝံလၢအလီၤဆံၣ်တဖၣ်

လၢတၢ်တလံၣ်တပျီၣ်ပူၤ ကံးသဝံတၢ်ဖိတၢ်လံၤမ့ၢ်လီၤဆံၣ်အါအါ န့ၣ်ပကဘၣ်မၤအိၣ်ဒ်လဲၣ်

ကံးသဝံတၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢအလီၤဆံၣ်တဖၣ်လၢအ ဘၣ်တၢ်စူးသဝံးယၢ်အိၣ်လၢဟီၣ်ခိၣ်ကမူၣ်, ဝဲး, လွးက မူၣ်, ကဟံၣ်လၢအဟံၣ်ပုၤတနီၤနီၤကိးဝဲဒၣ်လၢတဘူး, တ ဖၣ်ပကဘၣ်ဒၢန့ၣ်အိၣ်လၢထးဝါဒၢပူၤမ့တမ့ၢ်ပလးစတံး တၢ်ဒၢဖးဒိၣ်လၢအတီၣ်ဒီးပကဘၣ်တၢ်ထီၣ်က့ၤအိၣ်လၢဂီၣ် ပှါ(ဂေါၢ် ပြား)န့ၣ်လီၤ. ဝံၤအလီၤခံတဘၣ်သါပုၤနီၣ်ကွဲး လီၤတၢ်ဝဲအံၤအမံၤလၢလံၣ်အဖိခိၣ်တဂ့ၤ. ကံးသဝံတၢ်ဖိ တၢ်လံၤလၢအလီၤလူတဖၣ်အံၤလွၢတက့ၤတဘၣ်သ့စီကွံၣ် အိၣ်လၢထံဘၣ်. ပမ့ၢ်သ့စီကွံၣ်အိၣ်လၢထံတခီန့ၣ်ကံးသဝံ တၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢအလီၤဆံၣ်တဖၣ်အံၤကလဲၤပြဲၣ်အါ ထီၣ်အသးဒီး ကဲထီၣ်စ့ၢ်ကိးတၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲ ဒိၣ်ဒိၣ်မ့ၢ် မ့ၢ်

အဆိကတၢ်ပကဘၣ်ဟးဆဲးဒီးမၤပူၤဖျဲးလီၤပ သးလၢတၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘီ, တၢ်လီၤပျံၤလီၤဖုးအလီၤ

ပကဘၣ်တဲပလီၢ်ပုၤမၤတၢ်ဖိအဂၤတဖၣ်လၢက ဟးဆဲးဒီးမၤပူၤဖျဲးအသးလၢတၢ်လီၤအဝဲအံၤ

လၢတၢ်ကမၤပတုၣ်ကွံၣ်ကံးသဝံလၢအလီၤဆံၣ် ဒီးမၤကဆီၣ်တၢ်ကၢၤအိၣ်အဂီၢ်န့ၣ်ပကဗုတၢ်မၤစၢၤလၢပုၤ လၢအထီၣ်ကံးသဝံတၢ်မၤလိဝံဒီးပုၤလၢအသ့စ့တၢ်ဖိတၢ် လံၤအပိးအလိတဖၣ်အံၤအအိၣ်န့ၣ်လီၤ.

ဆံၣ်လံၣ်ကၢၤဒၣ်

ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢအမၤတၢ်လၢဆံၣ် လံၣ်ကၢၤဒၣ်ဒီးမၤတၢ်လၢခဲး, လၢဂီၤလု ဧၤတၢ်မၤ, မၤတၢ်လၢဟီၣ်ခိၣ်ဖိလံၣ်တမံး လး, မၤတၢ်လၢသးတူးတၢ်မၤလီၤ, တၢ် တ့ထီၣ်ဘီထီၣ်တၢ်မၤလီၤပုၤသ့ၣ်တဖၣ် အံၤဘၣ်သဂၢ်ဝဲဒၣ်ဒီးဆံၣ်လံၣ်ကၢၤဒၣ် ကံးသဝံန့ၣ်လီၤ. ဘၣ်မနုၤအယီၤ လဲၣ်န့ၣ် ဆံၣ်လံၣ်ကၢၤဒၣ်န့ၣ်မ့ၢ်ဝဲဒၣ် (ခါတ်)တ ကလုၣ်လၢခဲး, လၢဂီၤလုဧၤလၢပုၤန့ၣ်န့ၢ် အိၣ်သ့လၢလၢအပူၤန့ၣ်လီၤ. အဒိ-ပုၤမၤ တၢ်ဖိလၢအမၤတၢ်ဘၣ်ယးဒီးတၢ်ရံးက မူၣ်မဲး, ဝုၤဘၣ်လးမ့ၣ်, မၤကဆဲးကဆီၣ်



တၢ်, တၢ်မၤလၢဘၣ် သူ့စွဲ သးတူး, တၢ်မၤဖျိ ထးအတၢ်မၤ သ့ၣ်တဖၣ်အံၤဘၣ်ဒိတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တကးဘၣ် အမဲၣ်ညါတၢ်လၢ(ဆံၣ်လံၣ်ကၣ်ဒၣ်) Silicada န့ၣ်မ့ၢ်ဝဲဒၣ် (တၢ်)တကလုာ်လၢပထံၣ်အီၤလၢကလံၤကျါတသ့ဘၣ်. ဆံၣ်လံၣ်ကၣ်ဒၣ်ဝဲအံၤပမ့ၢ်နၢဘၣ်အီၤလၢတၢ်ဆၢကတီၢ် ဖုၣ်ကီၢ်အပူၤမ့ၢ်ဂ့ၢ်, ပမ့ၢ်နၢဘၣ်အီၤလၢတၢ်ဆၢကတီၢ်ဖး ယံၣ်အတီၢ်ပူၤမ့ၢ်ဂ့ၢ်န့ၣ်လၢခံကတၢ်ကကဲထီၣ်ဝဲဒၣ်တၢ် ဆါလၢပုၤကိးဝဲဒၣ်လၢဆံၤလံၤကိၤစ့ၣ်(ဆီလီကိစ့ၣ်) Silicosis ပသိၣ်တၢ်ဆါတကလုာ်န့ၣ်လီၤ. ပုၤမၤတၢ်ဖိတ ဖၣ်မ့ၢ်ဟးထီၣ်ကွၢ်လၢအတၢ်မၤပူၤဘၣ်ဆၣ်ဆံၤလံၤကၤ

(ဆီလီကၢ)တၢ်ဆါဝဲအံၤကပၣ်ယုာ်ဒီးအီၤတဘိယုာ်ယီ ဒီးဒိတၢ်ယုာ်သ့ၣ်ညါဝဲအသိးဆၢကတီၢ်ခဲအံၤဒၣ်လဲၣ်က သံၣ်လၢတၢ်ကကူစါယါဘျါအီၤအဂီၢ်တအိၣ်ဘၣ်. ပမ့ၢ် ဒီးန့ၢ်ဘၣ်ဆံၤလံၤကိၤစ့ၣ်(ဆီလီကိစ့ၣ်) Silicosis တၢ်ဆါ တဘျီန့ၣ်ပကဘၣ်ကွၢ်ဆၢခဲဒိးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ အတၢ်ကီၢ်တဲဒိးအမ့ၢ်ကသါပံး, ဝံၤအလီၢ်ခံန့ၣ်ပသး အဂံၢ်အဘါကစ့ၤလီၤတယံၣ်ဘၣ်ဒီးသံကွၢ်ဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ. မ့ၢ်နၢဘၣ်ဟီၣ်ခိၣ်ကမူၣ်စ့ၢ်ကိးကကဲထီၣ်ဝဲဒၣ်ပသိၣ်တၢ် ဆါတကးဘၣ်အမဲၣ်ညါကဲထီၣ်စ့ၢ်ကိးတၢ်သးအံးတၢ် ဆါဒီးပသိၣ်တၢ်ဆါအဂၤသ့ဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ.

ပုၤန့ၣ်အိၣ်ဒိးတၢ်မၤပူၤ ဖျါးသးလၢပုၤန့ၣ်

လၢနတၢ်ဖံးတၢ်မၤအပူၤကံၤသဝံတၢ်ပိးတၢ်လီတ ဖၣ်နဟ်အီၤလၢတၢ်လီၤလၢအကီၢ်အလီၢ်, မ့ၣ်အူပုၤ, မ့ၣ် အူဖိအလီၢ်(မ့တမ့ၢ်)တၢ်လီၤလၢအဘူးဒီးလီမ့ၣ်အူစ့ၢ်ကိး ဧါ.

- ပုၤကိးဂၤဒဲးဒိးသိးကယုာ်ဟးထီၣ်ဘၣ်လၢတၢ်ချါ ချ့ချ့အဂီၢ်န့ၣ်မ့ၢ်ကျဲဟးထီၣ်အိၣ်လၢလၢပုၤပုၤလဲၣ်ခါ.
- မ့ၢ်နအိးထီၣ်ယၢ်ကျဲဟးထီၣ်ထီၣ်တၢ်စ့ၢ်ကိးခါ.

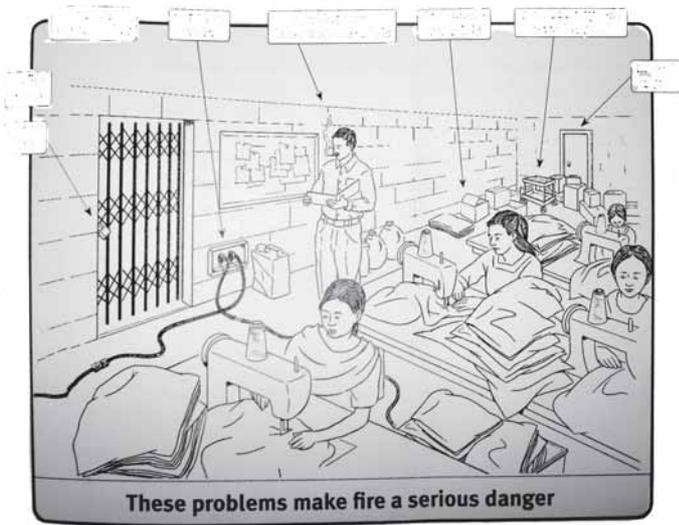
■ လၢဟီၣ်ခိၣ်ဒိးဖျါအပူၤမ့ၣ်အူအိၣ်တၢ်လၢစဲးဖိက ဟၣ်တၢ်မၤလီၢ်အိၣ်ဝဲဒၣ်အါမးဒးလၢပုၤမၤတၢ်ဖိအဂီၢ်မ့ၢ်ဝဲ ဒၣ်တၢ်လီၤပျံၤလီၤဖုးဒီးကဲထီၣ်စ့ၢ်ကိးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ် ဘီဒၣ်ဒိၣ်မ့ၢ်မ့ၢ်တခါန့ၣ်လီၤ. စးထီၣ်လၢ(၁၉၉၀)ဒီးတုၤ လ(၂၀၀၀)နံၣ်အဘၢၣ်စၢၤလၢအနံၣ်တဆံအတီၢ်ပူၤထဲဒၣ် လၢကီၢ်ဘုဂလါဒုး(ရှ်)ကီၢ်အပူၤမ့ၣ်အူအိၣ်တၢ်လၢစဲးဖိက ဟၣ်တၢ်မၤလီၢ်အါတီၤအယိပိာ်မ့ၣ်ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်ဘၣ် သံဒၣ်(၁၁၅)ဂၤဒီးဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးဝဲဒၣ်အါမးလီၤ. နပဟ် ဖျါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်လၢအဟဲကဲထီၣ်သး လၢအဖိလၢအသိးမ့ၢ်ဝဲဒၣ်စဲးဖိက ဟၣ်တၢ်မၤလီၢ်လၢမ့ၣ်အူအိၣ်အီၤဒီး ပမ့ၢ်ကွၢ်က့ၤလၢလံၣ်တၢ်စံၣ်စိၤတဲစိၤ အပူၤတၢ်ဂ့ၢ်တနီၤန့ၣ်တၢ်ဟးဂုာ်ဟး ဂီၤအိၣ်ဒၣ်ထဲတဆံးတက့ၢ်န့ၣ်လီၤ.

ဧူယီး ၁၉၁၁ နံၣ်

နယူယိၣ်တၢ်ဒိၣ်ထရဲအူၤဂဲၤ ဝဲးဖိကဟၣ် တၢ်မၤလီၢ်လၢ တး(၈) ကထြၢ ဒီး (၉) ကထြၢ န့ၣ်မ့ၣ် အူစး ထီၣ်အူအိၣ်တၢ်ဆးဆုကၤရှၢးတၢ်မၤ



လီၤအဆၢကတီၢ်ပှၤမၤတၢ်ဖိပိၣ်မုၢ်တဖၣ်မၤတၢ်လၢ ဝဲးဖိကဟၣ်တၢ်မၤလီၤန့ၣ်အိၣ်ဝဲဒၣ်ခဲလၢၣ်(၅၀၀)ဂၤန့ၣ်လီၤ. ပှၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်ဒီးသိးကပူၤဖျဲးဒီးမ့ၢ်အူအိၣ်တၢ်အဂီၢ်ဖဲလၢဂုၤကျဲးစးယုၢ်ပူၤဖျဲးအသးသမူအခါမ့ၢ်လၢကျဲးဟးထီၣ်ဝဲတြီအိၣ်ဝဲဒၣ်ထဲတခါဇၤအယိပကထံၣ်ဘၣ်လၢအဝဲသ့ၣ်အိးထီၣ်ဝဲဒၣ်တြီတန့ၢ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ. ဂုၢ်ဂီၢ်အူအယိသ့ၣ်စ့ၢ်ကိးမ့ၢ်လၢပှၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်တၢ်ဝဲတၢ်စိၣ်အါတလၢအယိလီၤပှၤဒီးဟးဂီၤကွံာ်ဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ. ပှၤမၤတၢ်ဖိတနီၤမ့ၢ်လၢအပျံၤဝဲလၢမ့ၢ်အူကအိၣ်အီၤအယိဖုလီၤဝဲဒၣ်လၢတၢ်ဖးထီၣ်အဖိခိၣ်လၢဝဲတြီကျဲးစးပူၤန့ၣ်လီၤ.လၢ(၂၅)မံးနံးအတီၢ်ပှၤပှၤမၤတၢ်ဖိသံဝဲဒၣ်ခဲလၢၣ်(၁၄၆)ဂၤန့ၣ်လီၤ. တၢ်မၤအသးအံၤပှၤမၤတၢ်ဖိပိၣ်မုၢ်တဖၣ်လၢအမၤတၢ်လၢတၢ်ဆးတၢ်ကူတၢ်သိးဝဲးဖိကဟၣ်အလီၢ်တဖၣ်ပၣ်ဖျိၣ်ထီၣ်အသးဒီးပှၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်အတၢ်ကရၢကရိန့ၣ်လီၤ. မ့ၢ်အူတၢ်ကစီၣ်လၢအတဂ့ၤသ့ၣ်တဖၣ်အံၤပှၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်ဟူးဂဲၤထီၣ်ဝဲဒၣ်လၢကယုၢ်န့ၢ်တၢ်တြီဆၢဒီးသဒၢဒ်အမ့ၢ်ဝဲးဖိကဟၣ်တၢ်မၤလီၢ်တဖၣ်ကအိၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်တၢ်ဘၢဒီးလၢတၢ်သိၣ်တၢ်သိအပူၤစ့ၢ်ကိးပှၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်ကဒီးန့ၢ်ဘၣ်အါထီၣ်တၢ်မၤအဘူးအလဲဒ်သိးပှၤတဝါဖိသ့ၣ်တဖၣ်ကသ့ၣ်ညါဒီးတူၢ်လီၢ်ဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ. ဘၣ်ဆၣ်သန့ကွဲး ဝဲးဖိကဟၣ်တၢ်မၤလီၢ်တဖၣ်မ့ၢ်အူအိၣ်တၢ်ဝဲအံၤအမဲရကၢထံကီၢ်ဒီးဟီၣ်ခိၣ်ဒီးဖျၢၣ်ပှၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်ဘၣ်သံအါတၢ်ဂ့ၢ်အံၤကထီၣ်အသးအိၣ်တုၤလၢခဲကနံၣ်အံၤန့ၣ်လီၤ.



ဝုၢ်ဘီကိး ၁၉၉၃ နံၣ်

ဖဲ(၁၉၉၃)နံၣ်အတီၢ်ပှၤလၢကီၢ်ကွီၣ်တၢ်ဝုၢ်ဘီကိးခ့ၤဒၤတၢ်မၤတၢ်ဂီၤဖိဝဲးဖိကဟၣ်အလီၢ်မ့ၢ်အူအိၣ်တၢ်အယိပှၤမၤတၢ်ဖိသံဝဲဒၣ်(၁၈၈)ဂၤဒီးလၢအကျါန့ၣ်ဒီးန့ၢ်ဘၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဘၣ်ဒီးဘၣ်ထံး(၅၀၀)ဂၤဘျီ

န့ၣ်လီၤ. တၢ်မၤအသးသ့ၣ်တဖၣ်အံၤလၢလံာ်တၢ်စံၣ်စိၣ်တဲးစိၣ်အပူၤစ့ၢ်ကိးဘၣ်တၢ်ပၣ်ပနီၣ်ဝဲဒၣ်လၢမ့ၢ်အူအိၣ်တၢ်လၢဝဲးဖိကဟၣ်အလီၢ်န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်လၢအအၢကတၢ်န့ၣ်လီၤ.ပိၣ်မုၢ်တဂၤလၢအယုၢ်ပူၤဖျဲးအသးလၢမ့ၢ်အူအိၣ်တၢ်ဝဲအံၤကတဲဘၣ်က့ၤပှၤဒ်လၢအဖိလၢအသိးန့ၣ်လီၤ.

“ယၤဒီးယဖိမုၢ်ခံၣ်ဂၤယမၤတၢ်လၢဝဲးဖိကဟၣ်ဝဲအံၤအလီၢ်န့ၣ်လီၤ. ဖဲလၢမ့ၢ်အူအိၣ်တၢ်အဆၢကတီၢ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤအပိးအလီၢ်တအိၣ်လၢယကမၤလီၤပံာ်မ့ၢ်အူအိၣ်တၢ်အဂီၢ်ဘၣ်. ပဝဲဒၣ်ခဲလၢၣ်ပလဲၤယုၢ်သကိးလၢဝဲတြီဖးဒိၣ်ကျဲးစးခိၣ်သန့ကွဲးမ့ၢ်လၢဝဲတြီဖးဒိၣ်ဝဲအံၤပထံၣ်ဘၣ်လၢဘၣ်တၢ်ကးတံၢ်ယၢ်အီၤဒီးသိးန့ၣ်လီၤ.ဖဲန့ၣ်အခါပှၤကိးဂၤဒီးလဲၤယုၢ်ဝဲဒၣ်လၢဂုၢ်ဂီၢ်အူကျဲးစးထီၣ်အလီၢ်ပှၤတနီၤနီၤအခိၣ်ဘၣ်တၢ်ဘၣ်ထံးလိာ်အသးလၢတၢ်လီၢ်အံၣ်ကတံာ်ကတူၢ်အယိန့ၣ်လီၤ. ဖဲန့ၣ်အခါယဖိမုၢ်လီၤယံာ်ဝဲဒၣ်ဒီးမ့ၢ်လၢပှၤအါဂၤစံၣ်ယီၢ်ဘၣ်အီၤအယိယထံၣ်ဘၣ်လၢဂဲၤထီၣ်ဝဲဒၣ်တန့ၢ်လၢဘၣ်. ယဲးစ့ၢ်ကိးမ့ၢ်လၢပှၤအါဂၤဆိၣ်ယၤ, တိယၤအယိယပူၤဖျဲးထီၣ်ဘၣ်ယဲးလၢတၢ်ချၢဘၣ်ဆၣ်မ့ၢ်လၢယဖိမုၢ်တဂၤဒု သံတုၢ်ဝဲဒၣ်ဖဲန့ၣ်လီၤ. ဝံၤအလီၢ်ခံပယုၢ်န့ၢ်က့ၤစ့ၢ်အိၣ်လိးလၢပကြးဒီးန့ၢ်ဘၣ်က့ၤအီၤတဖၣ်လၢဝဲးဖိကဟၣ်ကူၣ်ပနံၣ်အိၣ်န့ၣ်လီၤ. အခဲအံၤယမၤတၢ်လၢဝဲးဖိကဟၣ်တၢ်မၤလီၢ်ဒီးယတဲဘၣ်သ့ၣ်ခိၣ်လၢတဘၣ်ခးသိးလၢကျဲးစးထီၣ်အပဲတြီတဂ့ၤ.”

စဲးဖိကဟၣ်မ့တမ့ၢ်တၢ်မၤလၢအထုး ထီၣ်တၢ်ကိၢ်ဒ်အမ့ၢ်မ့ၣ်အူပုၤ, မ့ၣ်အူ ဖိအလီၢ်တဂ့ၤ.

လၢတၢ်မၤအပူၤစုန့ၣ်လီၤကၢ် သဝံတၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢတၢ်ဒ်ဖိအပူၤဒီး ဆိးကါအီၤတက့ၢ်. မ့ၢ်လၢတၢ်ဒ်ဖိ ဒိၣ်လၢတၢ်ဟံၣ်ဝဲဒၣ်ကၢ်သဝံတၢ်ပီးတၢ် လီၤတဖၣ်ဟံၣ်အီၤတၢ်လီၢ်လၢအယံၣ်ဒီး စဲးဖိကဟၣ်အလီၢ်ဒ်သိးမ့ၣ်အူအိၣ် အီၤသုတညီတဂ့ၤအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

စဲးဖိကဟၣ်, လီၤမ့ၣ်အူအ ပျံၤဒီးတၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢအဘၣ်တၢ်ဆိး ကါအီၤလၢတၢ်မၤလီၢ်အဂၤသ့ၣ်တ ဖၣ်တၢ်ကဘၣ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲအီၤလီၤ တၢ်လီၤဆဲးထီၣ်န့ၣ်လီၤ. ဒးသဟီၣ် ဒီးကံၤရီၤဆုမ့ၣ်အူလီၢ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤ လၢအဟ့ၣ်တၢ်ကိၢ်, တၢ်ဖိတၢ်လံၤ လၢအဟ့ၣ်တၢ်ကပီၤတဖၣ်အံၤက ဘၣ်တၢ်ထီထီၣ်အီၤတၢ်လီၢ်လၢအပူၤ ဖျဲးဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘီတအိၣ်အ လီၢ် မ့တမ့ၢ် ဖဲပသ့ၣ်အီၤအခါအတၢ် အိၣ်သးဘၣ်လီၢ်ဘၣ်စးဂ့ၤစ့ၢ်ကိး ဧါန့ၣ်ထီၣ်ပဘၣ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲအီၤ လီၤတၢ်လီၤဆဲးန့ၣ်လီၤ. တၢ်အိၣ်တၢ် ဆိးအလီၢ်ဝဲတြီခိၣ်ကလၢကၣ်(ပြ တငံး ပေါက် ကုလားကာ)လီၢ်မံ,ယၣ် လုး, တၢ်ကူတၢ်သိးဖၣ်ကပူၤမ့ၣ်အူ လီၢ်,တၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢအဟ့ၣ်ထီၣ် တၢ်ကိၢ်သ့အလီၢ်တဖၣ်အံၤပကဘၣ် ဟံၣ်ယၢ်အီၤလၢအပူၤဖျဲးဒီးမ့ၣ်အူသၣ် အိၣ်အလီၢ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်မၤလီၢ်လၢအထုးထီၣ် တၢ်ကိၢ်သဟီၣ်, အတၢ်ဖိတၢ်လံၤအ

ပီးအလီၢ်လၢအဘၣ်တၢ်သ့ၣ်အီၤတ ဖၣ်န့ၣ်ဒ်သိးပကသ့ၣ်ဘၣ်အီၤဂ့ၤဂ့ၤအ ဂီၢ်ထီၣ်ဘိပကဘၣ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲအီၤ ဒီးမၤဘၣ်က့ၤအီၤန့ၣ်လီၤ.

လီၤမ့ၣ်အူပျံၤလၢအကျၢ်ဒီး ဖျိတဖၣ်တၢ်ကဘၣ်တၢ်ဘီဘၣ်ဒီးဆိ တလဲအီၤလၢအသိန့ၣ်လီၤ.

ဟးဆွဲးတၢ်အိၣ်ဖိၣ်ထူတက့ၢ်

ဖဲကၢ်သဝံအယဲၤ, တၢ်က မ့ၣ်တၢ်ကမ့ၢ်, ကၢ်သဝံတၢ်ပီးတၢ်လီ မ့တမ့ၢ်ဒးသဟီၣ်,ကံၤရီၤဆု,တၢ်လၢ အဘူးဒီးပရီၤပု(နံ)အဒၤအိၣ်တၢ်အ လီၢ်န့ၣ်ပတဘၣ်အိၣ်ဖိၣ်ထူဘၣ်.

◆ စဲးဖိကဟၣ်အိၣ်တၢ်အလီၢ် န့ၣ်တၢ်ကဘၣ်တြီဆၢဒီးသဒၤအီၤလၢ မ့ၣ်အူအတၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘီန့ၣ်လီၤ.

◆ အံးထွဲကွၢ်ထွဲထီၣ်

◆ ထီထီၣ်တၢ်ပီးတၢ်လီၤလၢအ ငးသ့ၣ်ညါမ့ၣ်အူအိၣ်တၢ်

◆ ကတဲၣ်ကတီၤယၢ်တၢ်ပီး တၢ်လီၤလၢတၢ်ကမၤသံမ့ၣ်အူဖဲဂ့ၢ်ဂီၢ် အူကဲထီၣ်သးအဆၢကတီၢ်

◆ ဟံၣ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤကိးမံၤဒီး လၢလီၢ်ဘၣ်ဘၣ်

◆ ကတဲၣ်ကတီၤယၢ်တၢ်ဟး ထီၣ်ဟးလီၤကျဲးဒီးဝဲတြီကျဲးစၢၤတဖၣ် ထီၣ်ဘီ

◆ ထီထီၣ်ယၢ်တၢ်ပီးတၢ်လီ လၢအဖဲဘၣ်စီၣ်တၢ်(မၤလီၤဟံၣ်မ့ၣ်အူ)

◆ ကျၢ်ဘၢယၢ်လီၤမ့ၣ်အူအပျံၤ

◆ ထီထီၣ်ကျဲးဟးထီၣ်အတၢ် ငးန့ၣ်တဖၣ်

◆ ထီဘီအိးထီၣ်ယၢ်ဝဲတြီကျဲး စၢၤတဘၣ်ခးတၢ်ယၢ်ဝဲတြီကျဲးလၢသိး နီတဘျီဘၣ်.



တၢ်အိၣ်ကတၢၢ်ကတီၤမၤ လိဆိန့ၣ်တၢ်လၢ မ့ၣ်အူ အိၣ်တၢ်အဂီၢ်

ပုၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါလၢအပၤဆၢ
စးဖိကဟၣ်ဒီးပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်လၢ
စးဖိကဟၣ်တၢ်မၤလီၢ်အပူၤတတီၤ
တီၤလၢတၢ်တလံာ်တပျၢ်အပူၤမ့ၣ်အူ
မ့ၢ်အိၣ်တၢ်တခိပကဘၣ်တြီဆၢဒီးမၤ
အိၣ်လဲၣ်န့ၣ်ပကဘၣ်ဟံၣ်ဖိၣ်ထီၣ်သ
ကိးပသးဒီးဟံးလိာ်သကိးပစုပမ့ၢ်
အိၣ်ကတၢၢ်ကတီၤဒီးမၤလိဆိဟံၣ်စၢပ
သးလၢမ့ၣ်အူအိၣ်တၢ်အဂီၢ်န့ၣ်ပက
မၤစၢၤဘၣ်ပုၤသးသမူအါဖျၢၣ်လီၤ. မူ
ဒါလၢတၢ်မၤကစၢ်လၢအအိၣ်ဒီးစးဖိ
ကဟၣ်တဖၣ်ကဘၣ်မၤဝဲန့ၣ်မ့ၢ်ဒ်သိး
လၢအဖိလၢအသိးန့ၣ်လီၤ.

လုၢ်သီၣ်ထီၣ်ဝဲဒၣ်ဒိၣ်ဒိၣ်ကလဲာ်အ
ယိပုၤကိးဂၤဒဲးသ့ၣ်ညါဝဲဒၣ်လၢမ့ၣ်
အူအိၣ်တၢ်န့ၣ်လီၤ.ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢအ
မၤတၢ်လၢစးဖိကဟၣ်တၢ်မၤလီၢ်တ
နီၤနီၤန့ၣ်မ့ၣ်အူအိၣ်တၢ်ဘၣ်ဆၣ်သ
နၢ်က့မ့ၢ်လၢတၢ်ဟ့ၣ်ပလီၢ်မ့ၣ်အူအိၣ်
တၢ်တအိၣ်အယိတချူးလၢမ့ၣ်အူကၤ
ကပျီၤထီၣ်ဒီးအိၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်
ဘၣ်ဘိးဘၣ်အဆၢကတီၢ်တမ့ၢ်လၢ
မ့ၣ်အူအလုၢ်အံၤကနၢ်ဘၣ်အိၣ်တဘျီ
ယိဘၣ်. တၢ်ဟ့ၣ်ပလီၢ်မ့ၣ်အူအိၣ်
တၢ်အကလုာ်ဝဲအံၤကနးသ့ၣ်ညါပုၤ
မၤတၢ်ဖိလၢအဟံးန့ၣ်တၢ်အိၣ်ဘျး
အိၣ်သါဒီးမံဘၣ်သးလၢလီၢ်မံခိၣ်လၢ
တၢ်မၤလီၢ်ပူၤတဖၣ်ဒ်သိးကနၢ်ဟူဝဲ
ဒီးကပုသံနီၣ်ထီၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

ဆၢကတီၢ်ပကသူအိၣ်အဂီၢ်ပကဘၣ်
ဟံးယၢ်အိၣ်ဒ်သိးပထးလီၤအိၣ်ညါညါ
ဖိကသ့အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. အဒိ- ဝဲမ့ၣ်အူ
စးထီၣ်အိၣ်တၢ်သီသီအခါန့ၣ်တၢ်မ့ၢ်
မၤသံမ့ၣ်အူလၢတၢ်မၤသံမ့ၣ်အူအဒါ
န့ၣ်လၢစးဖိကဟၣ်တၢ်မၤလီၢ်ဒိတ
ဖျၢၣ်အပူၤကထီၣ်စ့ၢ်ကိးတၢ်တြီဆၢဒီး
သဒါလၢမ့ၣ်အူလဲၣ်အိၣ်တၢ်တသ့လၢ
ဘၣ်န့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်န့ၣ်အယိလၢစး
ဖိကဟၣ်တၢ်မၤလီၢ်အပူၤလိၣ်ဘၣ်စ့ၢ်
ကိးလၢတၢ်ကသိၣ်လိမၤယုၤန့ၣ်ပုၤမၤ
တၢ်ဖိကိးဂၤဒဲးဒ်သိးဝဲလၢမ့ၣ်အူအိၣ်
တၢ်အဆၢကတီၢ်ကဘၣ်သ့ဝဲဒၣ်ဂ့ၢ်
ဂီၢ်အူတၢ်မၤသံမ့ၣ်အူအံၤအကျိၤအ
ကျဲဘၣ်ဘၣ်ဒ်လဲၣ်ဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ထီထီၣ်ဃာ်တၢ်ပိးတၢ် လီလၢအဟ့ၣ်ပလီၢ်မ့ၣ်အူ

ဝဲမ့ၣ်အူမ့ၢ်အိၣ်ထီၣ်တၢ်အ
ဆၢကတီၢ်, မ့ၢ်လၢတၢ်ပိးတၢ်လီလၢ
အဟ့ၣ်ပလီၢ်မ့ၣ်အူ အိၣ်တၢ်အက

တၢ်ဟံးဃာ်ဂ့ၢ်ဂီၢ်အူ တၢ်မၤသံမ့ၣ်အူအဒါ

ကျးလီၤဒီးဒုးနဲၣ်ဂ့ၢ်ဂီၢ်အူ
တၢ်မၤသံမ့ၣ်အူအဒါအတၢ်မၤနီၣ်မၤ
ယါဒါသိးဒီးဝဲလၢမ့ၣ်အူအိၣ်တၢ်အ

တၢ်အိးထီၣ်ဃာ် ဂ့ၢ်ဂီၢ်အူအကျဲဟးထီၣ်

လၢစးဖိကဟၣ်တၢ်မၤလီၢ်
အပူၤဝဲလၢပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်မၤတၢ်အ
ဆၢကတီၢ်တၢ်ကဘၣ်အိးထီၣ်ဃာ်ဂ့ၢ်
ဂီၢ်အူကျဲဟးထီၣ်ခဲလၢာ်ထီၣ်ဘိလီၤ.
တၢ်တဘၣ်ကးတၢ်ယၢ်အိၣ်ဒ်သိးဘၣ်.
ဂ့ၢ်ဂီၢ်အူကျဲဟးထီၣ်ပဲတြီကျဲစၢၤစ့ၢ်
ကိးဒ်သိးကန့ၢ်ဘၣ်တၢ်ကဝီၤလၢလၢ
ပုၤပုၤအဂီၢ်တၢ်ကဘၣ်ဒ့ၣ်ထီၣ်ဃာ်
မ့ၣ်အူစ့ၢ်ကိးလီၤ. ဒ်သိးပုၤမၤတၢ်ဖိ
ကသ့ၣ်ညါတၢ်မၤစၢၤဆိတၢ်ပနီၣ်အ
ဂီၢ်တၢ်ကဘၣ်ကျးဒုးနဲၣ်လီၤဃာ်ဂ့ၢ်
ဂီၢ်အူတၢ်ပနီၣ်အကျိၤအကျဲသ့ၣ်တ
ဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ကတၢၢ်ကတီၤဃာ် ပုၤဟးထီၣ်က့ၤလီၤအကျဲ

ကဘၣ်ကတၢၢ်ကတီၤမၤပျီ
ဟံးန့ၢ်ဂ့ၢ်ဂီၢ်အူပဲတြီကျဲဟးထီၣ်တုၤ



လာပှၤဟးထီၣ်က့ၤလီၤအကျဲန့ၣ်လီၤ. ညီၣ်န့ၣ်ကျဲလာပှၤဟးထီၣ်ဟးလီၤသ့ၣ် တဖၣ်န့ၣ်အစ့ၤကတၢၢ်ကဘၣ်လံာ် န့ၣ်(၁)မံထၢၣ်မ့ၢ်ဖဲးဖိကဟၣ်တၢ်မၤ လီၤတနီၤလာပှၤအိၣ်အါအလီၤန့ၣ်ကျဲ ဟးထီၣ်ဟးလီၤတဖၣ်ကဘၣ်လံာ် ဒိၣ်န့ၣ်ဒီးအဝဲအံၤလီၤ. တၢ်လာအကါ ဒိၣ်ကတၢၢ်န့ၣ်ကျဲလာပှၤဟးထီၣ်က့ၤ လီၤတဖၣ်ထီၣ်ဘိပကဘၣ်ကတံာ်က တၢ်ဒီးမၤပျီအိၣ်လီၤ.

တၢ်ဖိတၢ်လံၤလာအမ့ၢ်တ လါပှၤတနီၤနီၤကိးဝဲဒၣ်လာသ့ၣ်တး, ဒီးန့ၣ် သ့ၣ်တဖၣ် တဘၣ်အိၣ်ဒီးတၢ် ဃာ်ကျဲဘၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ထီၣ်ထီၣ်ဃာ်တၢ်ဖိတၢ် လံၤလာ အပံ့ဘၣ်စီၣ်တၢ် (မၤဟံာ်မ့ၢ်အူ)

လာတၢ်မၤလီၤအမဲာ်ညါန့ၣ် ပကဘၣ်ထီၣ်ထီၣ်ဃာ်ဒီးထံပီၤဘိလာ အပံ့ဘၣ်စီၣ်တၢ်(ထံဖုံ)အတၢ်ပီးတၢ် လီၤအဒိ”ဖဲလာတၢ်တလံာ်တပျီအပူၤ ကမၤသံကွံာ်မ့ၢ်အူလာအအူအိၣ်တၢ် အကီၢ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်အိၣ်ကတံာ်ကတီၤမၤ လိဆိသးလာကဃ့ၢ်ပူၤ မျဲးသးဒီးမ့ၢ်အူ

မ့ၢ်အူမ့ၢ်အိၣ်တၢ်လာစဲးဖိ ကဟၣ်တၢ်မၤလီၤမ့ၢ်တၢ်အိၣ် တၢ်ဆိးအလီၤတနီၤနီၤန့ၣ်ပကဘၣ် ဃ့ၢ်ပူၤမျဲးပသးဆူတၢ်ချါလာအချ့ အကီၢ်ပူၤကိးဂၤဒဲးကြားသ့ၣ်ညါဝဲဒၣ်



န့ၣ်လီၤ. ဘၣ်ဆၣ်သနာ်က့ၤသိးပ ကသ့ၣ်ညါဃ့ၢ်ပူၤမျဲးပသးလာမ့ၢ်အူ အကီၢ်ပကဘၣ်မၤလိဆိဟံာ်ပသး န့ၣ်လီၤ. တၢ်မ့ၢ်ဟဲကဲထီၣ်အသးလာ မ့ၢ်အူအိၣ်တၢ်အနီၢ်ကီၢ်တခီမ့ၢ်ဒ်သိး ပကမၤစၢၤဒီးတြီဆၢဒီးသးန့ၢ်ဘၣ်ပူၤ အါဂၤအအိၣ်လာတၢ်ဘၣ်ယိာ်ဒီးတၢ် ပျံတၢ်ဖုးတဖၣ်အကီၢ်န့ၣ်လီၤ.ယအဲၣ် ဒီးဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးသးလာတနံၣ်အ တီၢ်ပူၤဘၣ်ဃးဒီးတၢ်ဃ့ၢ်ပူၤမျဲးပသး လာမ့ၢ်အူအံၤအဆိကတၢၢ်ပကဘၣ် မၤလိဆိဟံာ်ပသးအစ့ၤကတၢၢ် (၂)ဘျီန့ၣ်လီၤ.အဒိ-လာစဲးဖိကဟၣ် တၢ်မၤလီၤအပူၤပူၤမၤတၢ်ဖိအသိမ့ၢ် ဟဲတူၤ အါထီၣ်တခီကြားလာတၢ်က ဘၣ်သိၣ်လိအီၤလာကဃ့ၢ်ပူၤမျဲးအ သးဒီးမ့ၢ်အူအိၣ်တၢ်စ့ၢ်ကိးန့ၣ်လီၤ.

တၢ်ကွၢ်ထွဲပူၤလာလီမ့ၢ် အူသဟီၣ်ထုးအီၤတဖၣ်

ပူၤလာအတူၢ်ဘၣ်လီမ့ၢ်အူ သဟီၣ်ထုးအီၤတဖၣ်ကဘၣ်လဲၤမၤ ကွၢ်အတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့လာပှၤလာ

အသ့ၣ်ညါန့ၢ်ပူၤတၢ်သ့သ့ဘၣ်ဘၣ် တဖၣ်အအိၣ်န့ၣ်လီၤ.

လီမ့ၢ်အူသဟီၣ်မ့ၢ်ထုးပူၤ တစဲးတစဲးမ့ၢ်တဆူၣ်ဘၣ်တခီန့ၣ်ပ ဖဲးဘၣ်တဖၣ်ကအိၣ်ထီဃာ်က့ၤဒ် သိးဒီးမ့ၢ်အူအိၣ်ပူၤအသိးန့ၣ်လီၤ. ဘၣ်ဆၣ်သနာ်က့ၤလီမ့ၢ်အူသဟီၣ် ထုးပူၤမ့ၢ်ဆူၣ်တခီကလီၤကံာ်ဒ်သိးဒီး မ့ၢ်အူအိၣ်ပူၤဒိၣ်ဒိၣ်မ့ၢ်မ့ၢ်တကးဘၣ် အမဲာ်ညါပသးစံၣ်ချ့ဒီးပတၢ်သါထီၣ် သါလီၤတဖၣ်ပတုာ်ကွံာ်အသးသ့ဝဲ ဒၣ်န့ၣ်လီၤ.

-အဒိ”ပူၤမၤတၢ်ဖိတဂၤဂၤ လီမ့ၢ်အူသဟီၣ်မ့ၢ်ထုးအီၤတခီ ပူၤဝဲ အံၤလုၤတက့ၤပတဘၣ်လဲၤထိးလဲၤ ဖီၣ်ဘူးအီၤဘၣ်.မ့ၢ်လာလီမ့ၢ်အူသ ဟီၣ်အံၤလဲၤန့ၣ်လီၤလာပူၤဝဲအံၤအနီၢ်ခိ မိာ်ပူၤအသိပမ့ၢ်လဲၤဖီၣ်ဘၣ်ထိး ဘၣ်အီၤန့ၣ်လီမ့ၢ်အူသဟီၣ်အံၤထုး ဃုာ်ဒီးပူၤသ့ဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ. အဆိက တၢၢ်ပကဘၣ်ပံးတၢ်တၢ်မၤသံမ့ၢ်အူ အမိာ်ပူၤမ့ၢ်တမ့ၢ်ဖဲးဖိကဟၣ်ဒီးလီမ့ၢ်

အူအသဟီၣ်လၢအထူးတၢ်သ့ၣ်လီၤ. မ့တမ့ၢ် ထူးထီၣ်ကွၢ်လီၤမ့ၣ်အူအခိၣ်ထိးန့ၣ်လီၤ. အဒိ- လီၤမ့ၣ်အူသဟီၣ်ဝဲအံၤမၤထီၣ်တၢ်,ပံးတၢ်အီၤမ့တမ့ၢ်ဘၣ်တခါကဘၣ်ဟံးန့ၣ်သ့ၣ်ဝၣ်လၢအယုလၢအလီၤကံးဒီးနီၣ်ခွဲသ့ၣ်အဘိမ့တမ့ၢ်တၢ်ကူတၢ်သိးလၢအယုထီ မ့တမ့ၢ် လုၣ်တၢ်ကံးညၢ်အကူအခါလၢအယုထီဒီးသိးကထူးထီၣ်န့ၣ်က့ၤလီၤမ့ၣ်အူအပျံၤလၢအထူးတၢ်သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ပမ့ၢ်မၤဒ်အံၤတခါလုၤကက့ၤပတဘၣ်သူတၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢအဘၣ်စီၣ် မ့တမ့ၢ် သးတူး. ပုၤတနီၤနီၤကိးဝဲဒၣ်လၢပုၤဝါလၢအကဘူးတကလုၢ်န့ၣ်ဘၣ်.

ပုၤမၤတၢ်ဖိတဂၤဂၤ ဖဲလၢအတူၢ်ဘၣ်လီၤမ့ၣ်အူသဟီၣ်ထူးအီၤဝံၤအလီၤခံပုၤဝဲအံၤနကဘၣ်ဟံးမံနီၤအီၤထီၣ်ခိၣ်အီၤအဒိမ့ၢ်သါပုၤနီၣ်အသးတခါနကဘၣ်ယၢ်ကနူၤအီၤတခါပုၤဒီးဟ့ၣ်လုးအီၤယၢ်မ့ၢ်ဝံၤန့ၣ်လဲၤကိးန့ၢ်အီၤတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အပုၤမၤတၢ်ဖိလၢအသ့ၣ်ညါနၢ်ပၢ်တၢ်လီၤတံၢ်လီၤဆဲးန့ၣ်တက့ၢ်.ပုၤဝဲအံၤနကဘၣ်မၤကွၢ်အီၤလီၤတံၢ်လီၤဆဲးလၢအနီၢ်ခိမိၢ်ပုၤဖံးဘၣ်လီၤန့ၣ်မ့ၣ်အူအိၣ်အီၤအိၣ်တအိၣ်န့ၣ်လီၤ. တဘျီတခါပတထံၣ်ဘၣ်လၢပဖံးဘၣ်အလီၤလီၤမ့ၣ်အူသဟီၣ်ထူးပုၤဒီးမ့ၣ်အူအိၣ်ပုၤတဖၣ်တနးဝဲဘၣ်. သနၢ်က့ၤလၢပနီၢ်ခိမိၢ်ပုၤအပူၤတခါကဘၣ်ဒိဝဲဒၣ်ဒိၣ်

ဒိၣ်မုၢ်မုၢ်နးနးကလဲၣ်န့ၣ်လီၤ.မ့ၣ်အူအိၣ်တၢ်အဖိခိၣ်တဖၣ်န့ၣ်ကျၢၢ်ဘၢယၢ်အီၤဒီးတၢ်ကံးညးဘူဘူဖိလၢအကဆီကဘၣ်မ့ၢ်တၢ်ကံးညးလၢအယုဝံၤအိၣ်ခိၣ်တုၤလၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အပုၤမၤတၢ်ဖိဖဲတုၤတစုလီၤ.

အဒိ-ပုၤလၢအတူၢ်ဘၣ်လီၤမ့ၣ်အူသဟီၣ်ထူးအီၤတဖၣ်အတၢ်ကသါထီၣ်ကသါလီၤမ့ၢ်အိၣ်ပတုၣ်ကွၢ် မ့တမ့ၢ် အတၢ်သးစံၣ်ချ့မ့ၢ်အိၣ်ပတုၣ်ကွၢ်အသးလၢအဆိအချ့တခါလိၣ်ဘၣ်စ့ၢ်ကိးကသံၣ်ကသီလၢကကူဆါယါဘျီအီၤဒီးတၢ်ကဘၣ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲအီၤန့ၣ်လီၤ. မ့တမ့ၢ်ဘၣ်ဒီးပုၤဝဲအံၤသံကွၢ်ဝဲသ့ၣ်ဒၣ်န့ၣ်လီၤ.

ပုၤမၤတၢ်ဖိတဂၤမ့ၢ်သံဖုးလၢ တၢ်မၤပူၤတကျီၤန့ၣ် ပကဘၣ်မၤဒါၤဒဲၣ်

ပုၤမၤတၢ်ဖိတဂၤမ့ၢ်သံဖုးလၢအတၢ်မၤပူၤတခါန့ၣ်, အဆိကတၢ်ပကဒူးသ့ၣ်ညါဘၣ်သဝီပုၤပၤကီၢ်အပုၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါဒီးပၤကီၢ်လၢအိၣ်လၢဝဲဒၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ပတဘၣ်မၤယံၣ်မၤနီၢ်ပသးလၢလၢန့ၣ်တဂၤတဲယိၤကျိၣ်တဘၣ်, လၢအံၤတဂၤတဲယိၤကျိၣ်တဘၣ်ဘၣ်န့ၣ်တဂ့ၤ.ဖဲအသ့ၣ်န့ၣ်ဒူးသ့ၣ်ညါလၢအဆိအချ့တက့ၢ်.ပၤကီၢ်အပုၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါတဖၣ်ဖဲအဟဲတုၤတဘျီန့ၣ်ပုၤဝဲအံၤသံလၢမနုၤအယိလဲၣ်န့ၣ်ကကွဲးနီၣ်ကွဲးယါဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ. ပုၤလၢအသံတဂၤအံၤအလံၢ်အတၢ်မၤနီၣ်မၤယါန့ၣ်အဘူးအတၢ်ကဘၣ်ဟံးန့ၣ်မူဒါဒီးယုန့ၣ်ဝဲဒၣ်လံၢ်တၢ်ကွဲးနီၣ်ကွဲးယါအံၤလၢပၤကီၢ်ပုၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါလၢအကွဲးနီၣ်ကွဲးယါတၢ်တဂၤအအိၣ်ဒီးစးကျဲးဟံးန့ၣ်လံၢ်တၢ်မၤနီၣ်မၤယါဝဲအံၤတက့ၢ်.ဝံၤအလီၤခံပုၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါလၢအမၤစၢၤတၢ်မ့ၢ်ဂ့ၤ, တၢ်မၤက

စၢ်မ့ၢ်ဂ့ၤ, ဘူးတၢ်မ့ၢ်ဂ့ၤကဘၣ်ဆုၢ်ဝဲဒၣ်ပုၤသံစီၣ်အံၤလၢတၢ်ဆါဟံၣ်လီၤ.

ပုၤသံအံၤမ့ၢ်တုၤလၢတၢ်ဆါဟံၣ်တဘျီန့ၣ်ကသံၣ်သရၣ်ပုၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါတဖၣ်ကမၤကွၢ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးဒီးတၢ်ပူၤလီၢ်ဒီးကကွဲးနီၣ်စ့ၢ်ကိးဝဲဒၣ်လၢလံၢ်တၢ်မၤကွၢ်အတၢ်ကွဲးနီၣ်ကွဲးယါအပူၤန့ၣ်လီၤ.တၢ်မၤနီၣ်မၤယါဘၣ်ပးကသံၣ်ဂ့ၢ်ဝီဝံၤအလီၤခံလံၢ်တၢ်မၤနီၣ်မၤယါဝဲအံၤကြၢ်းပုၤသံအဘူးအတၢ်မ့ၢ်ဂ့ၤ မိၢ်ပၢ်မ့ၢ်ဂ့ၤ ဒီပုၤဝဲမ့ၢ်ဂ့ၤကဘၣ်လဲၤယုန့ၣ်ဝဲလီၤ. ဖဲပဒီးန့ၣ်ဘၣ်လံၢ်အုၣ်သးလၢကသံၣ်သရၣ်အအိၣ်ဝံၤအလီၤခံပကဘၣ်ဆဲးလဲၤကဒီးလၢပုၤသံဒါးအလီၢ်ဒ်သိးပကဟံးန့ၣ်ကဒီးလံၢ်အုၣ်သးအသီတဘျီလၢတၢ်ကကုၢ်ပုၤသံစီၣ်ဝဲအံၤအဂီၢ်လီၤ. တၢ်

ဆါဟံၣ်ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢအမၤတၢ်လၢပုၤသံဒေးတဖၣ်ကထူးထီၣ်န့ၣ်ပုၤလံာ်အုၣ်သးလၢကကုၢ်ပုၤသံဝဲအံၤအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ဘၣ်ယးဒီးတၢ်ကုၢ်ပုၤသံလံာ်အုၣ်သးအံၤဘူးတၢ်မိၢ်ပၢ်တဖၣ်ကဘၣ်ဟံးယာ်ဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ.



လံာ်တၢ်မၤနီၣ်မၤပၤလၢဘူးတၢ်တဖၣ်ကဘၣ်ဟံးယာ်ဝဲတဖၣ်မ့ၢ်ဝဲ

(၁) ပၤကီၢ်အလံာ်အတၢ်မၤနီၣ်မၤပၤလၢဘၣ်ယးပုၤသံအဂီၢ်အကျိၤ

(၂) ကသံၣ်သရၣ်အတၢ်မၤနီၣ်မၤပၤလၢဒီးကသံၣ်ကသီတၢ်လၢာ်ဘူၣ်လၢာ်စ့ၤစရိလံာ်အုၣ်သး

(၃) တၢ်ဆါဟံၣ်ပုၤသံဒေးအပုၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါထူးထီၣ်န့ၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်ကုၢ်ပုၤသံလံာ်အုၣ်သး

(၄) ပုၤသံအလံာ်အုၣ်သး, လံာ်အုၣ်သး(၄)ခါအံၤတၢ်ကဘၣ်စဲးကျဲးအါထီၣ်အစ့ၤကတၢ်ၣ်စ့ၣ်ဒီးပုၤသံအဘူးအတၢ်မိၢ်ပၢ်တဖၣ်ကဘၣ်ဟံးယာ်ဝဲဒၣ်လၢအစုပူၤန့ၣ်လီၤ.

ဘၣ်မနုၤအယိလဲၣ်န့ၣ်ပုၤမၤတၢ်ဖိတဂၤမ့ၢ်သံလၢအတၢ်မၤအပူၤန့ၣ်ဒ်တၢ်ဟံးပျါထီၣ်လံာ်တၢ်ကွဲးနီၣ်ကွဲးယါလၢအဖီခိၣ်အသိးတၢ်မၤကကစၢ်ကဘၣ်ဟံးယာ်ဝဲဒီးဒ်တၢ်မၤကစၢ်အမူအဒါအသိးကဘၣ်မၤစၢၤဝဲအပုၤမၤတၢ်ဖိလၢအသံကွံာ်တဂၤအဘူးအလဲဒီးတဘၣ်သါပုၤနီၣ်ကွံာ်ဝဲဒၣ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ. မူဒါလၢတၢ်မၤကစၢ်ကဘၣ်မၤစၢၤဝဲစံးတၢ်န့ၣ်အိၣ်ဝဲဒၣ်လၢကီၢ်ကွံာ်တဲာ်တၢ်သိၣ်တၢ်သီဘၣ်ယးပုၤမၤတၢ်ဖိဂ့ၢ်ဝဲအပူၤဒီးဖိးသဲးလၢပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်ကဆိးကါဝဲဒၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်သိၣ်တၢ်သီအတၢ်ဘိးဘၣ်သ့ၣ်ညါအံၤ တၢ်မၤကစၢ်မ့ၢ်တမၤထွဲဝဲဘၣ်တခီဘူးတၢ်မ့ၢ်ဂ့ၢ် မိၢ်ပၢ်မ့ၢ်ဂ့ၢ်မ့ၢ်အဲၣ်ဒီးတီၣ်ထီၣ်တၢ်မူးတၢ်ရၢ်ဒီးတီၣ်ထီၣ်ဝဲဒၣ်သ့န့ၣ်လီၤ. ဘၣ်ဆၣ်ကဘၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်မၤနီၣ်မၤပၤလၢလံာ်အုၣ်သးဒ်အမ့ၢ်

(၁) ပုၤသံဝဲအံၤအပုၤမၤတၢ်ဖိလံာ်အုၣ်သး(မ့)ကွံာ်တဲာ်ကစၢ်ခိၣ်ဖိလံာ်အုၣ်သး

(၂) ပၤကီၢ်အလံာ်အတၢ်မၤနီၣ်မၤပၤလၢဘၣ်ယးသံအလီၢ်ဒီးတၢ်ဟဲကဲထီၣ်သးဒီးအီၤအဂီၢ်အကျိၤအတၢ်ကွဲးနီၣ်

(၃) ကသံၣ်သရၣ်အလံာ်တၢ်ကွဲးနီၣ်(ကသံၣ်သရၣ်လံာ်အုၣ်သး)ကသံၣ်ကသီတၢ်လၢာ်ဘူၣ်လၢာ်စ့ၤစရိလံာ်အုၣ်သး

(၄) လံာ်အုၣ်သးလၢတၢ်ကကုၢ်ပုၤအဂီၢ်

(၅) တၢ်မၤကစၢ်အိၣ်တၢ်လီၢ်ဒီးလီၤတဲာ်ခိၣ်ဂံၢ်, အဒိ-မ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်မၤကစၢ်လံာ်အုၣ်သးစဲးကျဲးတခီန့ၣ်ဂ့ၢ်ဝဲလီၤ. လၢတၢ်န့ၣ်အယိအစ့ၤကတၢ်လိၣ်ဘၣ်လံာ်တၢ်မၤနီၣ်မၤပၤလၢဒ်ပဟံးပျါထီၣ်လၢအဖီခိၣ်(၅)ထံၣ်အံၤန့ၣ်လီၤ.

ဖိလံာ်တၢ်ကွဲးနီၣ်ကွဲးယါ လၢပုၤလံာ်အခါပကဘၣ်ဆဲးမၤဆူညါဒ်လဲၣ်

ပုၤဂ့ၢ်ဝဲအတၢ်ကရၢကရိဒီးတၢ်ကရၢကရိအဂၤလၢအကွၢ်ထွဲပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်မ့ၢ်ဂ့ၢ် အဒိ-မ့ၢ်ဆဲးကျဲးတဘျီယီဒီးတၢ်ကရၢကရိလၢအမၤတၢ်ဘၣ်ယးဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တၢ်မၤလီၢ်န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်လၢအဘျူးအဖျိၣ်အိၣ်ဖးဒိၣ်ညါန့ၣ်လီၤ. ဘၣ်မနုၤအယိလဲၣ်န့ၣ်အါစုအါဘျီလၢတၢ်မၤအပူၤတၢ်မူးတၢ်ရၢဘၣ်ယးတၢ်သံတၢ်ပုၤအဂ့ၢ်ဟဲ

အိၣ်ထီၣ်ဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤဆဲးကျိးဒီးပုၤမၤတၢ်ဖိလၢအမၤတၢ်
ဘၣ်ယးဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အဂ့ၢ်လၢတၢ်မၤလီၤမ့ၢ်ဝံၤ
ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢအမၤတၢ်လၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အဝဲၤဒေး
တဖၣ်ကဘၣ်လဲၤကိးဝဲဒၣ်ပုၤသံဝဲအံၤအဘူးအတၢ်အမိၢ်
အပၢ်ဆူၣ်တၢ်တြိဆာဒိသဒၢန့ၣ်ပုၤမၤတၢ်ဖိအဝဲၤဒေး ဒ်အမ့ၢ်
တၢ်အုၣ်ကီၤပုၤဂ့ၢ်ဝီၣ်ဒီးယၢ်အဝဲၤဒေးဒီးတီၣ်ထီၣ်တၢ်မူတၢ်
ရၢန့ၣ်လီၤ. တၢ်မ့ၢ်သ့ၣ်မ့ၢ်န့ၣ်မ့ၢ်သီတခီပုၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါလၢ
အမၤတၢ်လၢပုၤဂ့ၢ်ဝီၣ်ဒီးယၢ်တဖၣ်ကကိးထံၣ်လိာ်အသး
ဒီးပုၤဒီးတုၤလၢတၢ်ဂ့ၢ်အံၤဝံၤတဘျီဒီးပုၤသံအဘူးအတၢ်အ
ကျါတဂၤကဘၣ်လူၤယုသ့ၣ်ညါတၢ်ဂ့ၢ်အံၤထီၣ်တၢ်န့ၣ်
လီၤ. အဒိ- ပုၤသံအတၢ်ဂ့ၢ်အံၤအဘူးအတၢ်, အမိၢ်အပၢ်
မ့ၢ်တအဲၣ်ဒီးတီၣ်ထီၣ်တၢ်မူတၢ်ရၢဘၣ်တခီတၢ်ဂ့ၢ်အဝဲ
အံၤကဝံၤဝဲဒၣ်ဖဲအံၤန့ၣ်လီၤ. တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အပုၤမၤ
တၢ်ဖိဒီးပီၤရီၣ်စ့ၢ်ကိးကလူၤစၢၤန့ၣ်တၢ်မူတၢ်ရၢန့ၣ်လီၤ.
တချုးနလဲၤတုၤလၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့လံာ်အုၣ်သးအဝဲၤ
ဒေးဒီးဘၣ်အခါ,တၢ်လၢနကဘၣ်လဲၤစိာ်ယုာ်အီၤတဖၣ်န့ၣ်
နကဘၣ်ကတဲာ်ကတီၤယၢ်အီၤခဲလၢာ်န့ၣ်လီၤ. လံာ်အုၣ်
သးအဂ့ၢ်အကျါလၢပကတီၤယၢ်အီၤသ့ၣ်တဖၣ်အံၤပုၤမၤ
တၢ်ဖိလၢအမၤတၢ်ဘၣ်ယးဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အတၢ်
မၤတဖၣ်ကဘၣ်တၢ်ကတဲာ်ကတီၤန့ၣ်ပုၤသံဝဲအံၤအဘူး
အတၢ်န့ၣ်လီၤ.



**တၢ်အုၣ်ကီၤပုၤမၤတၢ်ဖိဂ့ၢ်ဝီၣ်ဒီး
Social security (တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့
လံာ်အုၣ်သး)**

တၢ်အုၣ်ကီၤပုၤမၤတၢ်ဖိဂ့ၢ်ဝီၣ်ဒီး(တၢ်အိၣ်ဆူၣ်
အိၣ်ချ့လံာ်အုၣ်သး)န့ၣ်,ဘၣ်တၢ်အိးထီၣ်န့ၣ်လၢပုၤမၤတၢ်
ဖိလၢအမၤတၢ်လၢကီၢ်ကီၢ်တၢ်အုၣ်ခဲလၢာ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.
ဘၣ်မနုၤအယီၤဘၣ်တၢ်ဒုးအိၣ်ထီၣ်အီၤလဲၣ်န့ၣ်ပုၤမၤတၢ်ဖိ
တဖၣ်မ့ၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးလၢတၢ်မၤပုၤမ့ၢ်ဂ့ၢ်, သံမ့ၢ်ဂ့ၢ်ဒ်သိး
အဖိအမါလၢအိၣ်လီၤတဲာ်တဖၣ်ကဒီးန့ၣ်ဘၣ်က့ၤဝဲဒၣ်စ့
အိၣ်လိးကသ့အဂီၢ် ပဒိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အိးထီၣ်န့ၣ်ဝဲဒၣ်လီၤ.

တၢ်မၤနီၣ်-ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်မ့ၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံး
လၢတၢ်မၤအပူၤန့ၣ်အဝဲသ့ၣ်အိၣ်ဒီးခွဲးယၢ်လၢကဒီးန့ၣ်
ဘၣ်က့ၤစ့အိၣ်လိးလီၤ. တၢ်မၤကစၢ်စ့ၢ်ကိးလၢကိးန့ၣ်
ဒီးအတီၢ်ပုၤဘၣ်လဲၤတီၣ်ဖျါထီၣ်န့ၣ်ပုၤမၤတၢ်ဖိတၢ်အိၣ်
ဆူၣ်အိၣ်ချ့လံာ်အုၣ်သးဒ်တၢ်ပၢ်နီၣ်ယၢ်ဝဲအသိးလီၤ.
ပုၤမၤတၢ်ဖိနီၣ်ဂံၢ်အိၣ်ပုၤဂၤတၢ်အခိအသ့လၢကဘၣ်
ဟ့ၣ်ဝဲသ့ၣ်တဖၣ်အံၤဒီးသန့ၤထီၣ်အသးလၢတၢ်မၤအ
ဖိခိၣ်စ့ၢ်ကိးလီၤ.

ပုၤမၤတၢ်ဖိတဂၤမ့ၢ်ဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်
ထံးလၢတၢ်မၤလီၤန့ၣ်ကဘၣ်လဲၤပံးန့ၣ်လံာ်တၢ်ခိတၢ်သ့
လၢတၢ်မၤကစၢ်အအိၣ်, ကဘၣ်လဲၤစိာ်ဝဲဒၣ်ဆူၣ်ပုၤမၤတၢ်
ဖိတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အဝဲၤဒေးဒီးလဲၤစိာ်ယုာ်ဒီးတၢ်အိၣ်
ဆူၣ်အိၣ်ချ့လံာ်အုၣ်သးဒီးပုၤမၤတၢ်ဖိလံာ်အုၣ်သးဝံၤ
ကဘၣ်ယုၤန့ၣ်ဝဲဒၣ်ဒ်သိးကဒီးန့ၣ်ဘၣ်က့ၤဝဲဒၣ်စ့ပၢ်ကီၤ
အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ဝဲအံၤမ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျါလၢအလီၢ်တံာ်
လီၤဆဲးတကးဘၣ်အမဲာ်ညါလၢအပူၤကွံာ်တနံၣ်ပထုး
ထီၣ်လံာ်ဘၣ်ယးပုၤမၤတၢ်ဖိအတၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်လံာ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်လၢပကဘၣ်ပလီၢ်သးတဖၣ်

အဒိ- ပုၤသံဝဲအံၤအဘူးအတၢ်တဂၤမ့ၢ်လူၤ
တၢ်မူတၢ်ရၢဒီးအကစၢ်ဒၣ်ဝဲမ့ၢ်ဆဲးမၤတၢ်ဒီးတၢ်မၤကစၢ်
ဒီးန့ၣ်အဝဲကဘၣ်ဆိကမိၣ်ဒီးပလီၢ်အသးလၢတၢ်မၤက
စၢ်ဝဲအံၤကမၤအမၤသီဘၣ်ပုၤအီၤတမံၤမံၤသ့န့ၣ်လီၤ.

အဒိ-ပှၤသံဝဲအံၤအဘူးအတံၢ်မ့ၢ်တလူၤတၢ်မူးတၢ်ရၢၢ်(မ့) တၢ်မၤကစၢ်မ့ၢ်ဟ့ၣ်က့ၤအိၣ်စ့အိၣ်လိးတစးတစ့ဒီးသးမံ ထွဲဝဲအခံတခီတလိၣ်လူၤလၢတၢ်မူတၢ်ရၢၢ်အဝဲအံၤဘၣ်. ဘၣ်ဆၣ်တၢ်မၤကစၢ်တနီၤနီၤလၢအပှၤမၤတၢ်ဖိအဂီၢ်မၤလၢ ပှၤဝဲဒၣ်အမူဒါအိၣ်ဒီးအိၣ်ဒီးတၢ်နၢ်ပၢၢ်လၢပှၤသံဝဲအံၤအဘူး အတံၢ်အဖီခိၣ်ဒ်သိးကအိၣ်မူဒီးကမၤအိၣ်မၤအိၣ်ခါဆူညါ အဂီၢ် ကွၢ်ထွဲမၤစၢၤက့ၤဝဲဒၣ်န့ၣ်အိၣ်ဝဲဒၣ်စ့ၢ်ကိးန့ၣ်လီၤ. ဘၣ်ဆၣ်တၢ်မၤကစၢ်တဂၤဒီးတဂၤအတၢ်ဟ်သ့ၣ်ဟ်သး တဒီးသိးလိာ်အသးဘၣ်.ပှၤမၤတၢ်ဖိလၢအအိၣ်သံးဒီးမူတ ဖၣ်မ့ၢ်မၤတၢ်ဒီးတၢ်ဘၣ်ဒီးဘၣ်ထံးမ့ၢ်ဟဲကဲထီၣ်အသးလၢ တၢ်မၤအပှၤန့ၣ် ယုဝဲဒၣ်စ့အိၣ်လိးတန့ၢ်ဘၣ်.

ဖဲလၢအိၣ်ကူး(၇)သီနံၤန့ၣ်မဲး(၆)အတၢ်ကရၢ ကရိလၢအမၤစၢၤပှၤမၤတၢ်ဖိအဘၣ်သးလီၤသးကျဲအဝဲ ဒီးဟ်ဖျါထီၣ်ဝဲလၢကီၣ်တဲၣ်ပဒိၣ်လၢအဘၣ်ယးဒီးတၢ် အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့လံာ်အုၣ်သးအဝဲကျိတဖၣ်စံးဝဲဒၣ်လၢ ကီၣ်တဲၣ်အပှၤမၤတၢ်ဖိဒီးပှၤလၢအမ့ၢ်အိၣ်ဒီးကစၢ်ခိၣ်ဖိ လံာ်အုၣ်သးတဖၣ်ကဒီးန့ၢ်ဘၣ်ဝဲတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ လံာ်အုၣ်သးန့ၣ်လီၤ.ပှၤလၢအအိၣ်ဒီးပှၤမၤတၢ်ဖိလံာ်အုၣ် သးတဖၣ်တၢ်ဘၣ်ဒီးဘၣ်ထံးမ့ၢ်ဟဲကဲထီၣ်အသးန့ၣ်တၢ် မၤကစၢ်ကဘၣ်လဲၤယုန့ၢ်ဝဲဒၣ်စ့အိၣ်လိးလၢတၢ်မၤစၢၤ လံာ်ဝဲအံၤအပှၤစ့ၢ်ကိးလီၤ.

ပှၤမၤတၢ်ဖိအတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့လံာ်အုၣ်ကီၤသးအဝဲ ဒီးဒီးဒ်တၢ်သိၣ်တၢ်သီတၢ်ဘျါအသိးတၢ်မၤကစၢ်ဘၣ် ဟ့ၣ်န့ၢ်ဝဲဒၣ်တၢ်ခိတၢ်သ့ၣ်လၢအပှၤမၤတၢ်ဖိအဂီၢ်ကိးန့ၣ်ဒီး ဒ်သိးကဒီးန့ၢ်ဘၣ်က့ၤစ့အိၣ်လိးအဂီၢ်ဒီးတၢ်အံၤဒီးသန့ၤ ထီၣ်စ့ၢ်ကိးအသးလၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့လံာ်အုၣ်သး အဝဲဒီးအပှၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်အတၢ်သးကညီၤဒီးအတၢ်ဆိ မိၣ်ဆၢတံာ်န့ၢ်တၢ်လၢပဖီခိၣ်န့ၣ်လီၤ.ပှၤလၢအအိၣ်ဒီးပှၤမၤ တၢ်ဖိလံာ်အုၣ်သးတဖၣ်အဂီၢ် ကဘၣ်တၢ်ပီၣ်တၢ်ပီၣ်ဒီး တၢ်မၤကစၢ်ဝဲတၢ်မၤကစၢ်ဒုးန့ၢ်လီၤလံာ်လၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ် အိၣ်ချ့လံာ်အုၣ်သးအဝဲဒီးဒ်သိးကဟ့ၣ်ကဒါက့ၤဝဲစ့ အိၣ်လိးအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.မ့ၢ်ကီၢ်ဆၣ်တနီၤနီၤန့ၣ်ကတဲဝဲဒၣ် တဘျီယီလၢပှၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်တအိၣ်ဒီးခွဲးယာ်လၢကဒီး န့ၢ်ဘၣ်က့ၤစ့အိၣ်လိးဘၣ်န့ၣ်လီၤ. ဘၣ်ယးဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ် ဂ့ၢ်အဝဲအံၤနယုသ့ၣ်ညါအိၣ်သ့ဝဲဒၣ်ဖဲတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ လၢအပှၤဖျဲးဒီးတၢ်ဘၣ်ဒီးဘၣ်ထံးလၢတၢ်မၤလီၤအပှၤမၤ တၢ်ဖိအအိၣ်မ့ၢ်ဂ့ၤ, ဝဲလၢပအိၣ်တၢ်ဆိးတၢ်အလီၢ်တၢ် အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့လံာ်အုၣ်သးအဝဲဒီးမ့ၢ်ဂ့ၤသ့လီၤ. ဖဲ(၉) သီ(၂၀၀၆)နံၣ်န့ၣ် ပှၤမၤတၢ်ဖိပဒိၣ်တဖၣ် ထုးထီၣ်ဝဲဒၣ် လံာ်တၢ်ဒုးသ့ၣ်ညါလၢပှၤမၤတၢ်ဖိလၢအဝဲလီၤအသးအဂီၢ် လၢအမ့ၢ်ယီၤကျိာ်အယိနယုသ့ၣ်ညါတၢ်ဂ့ၢ်အံၤသ့ဝဲဒၣ်ဖဲ

ပှၤမၤတၢ်ဖိလၢအဟ့ၣ်လီၤအသး အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့လံာ်အုၣ်သး

ပှၤမၤတၢ်ဖိလၢအဟ့ၣ်လီၤအသးလၢတၢ်မၤပှၤစံး တၢ်န့ၣ်မ့ၢ်ဝဲဒၣ်ဖဲလၢအဝဲသ့ၣ်ချ့ဆၢကတီၢ်ဒီးတၢ်ကူၣ် ဘၣ်ကူၣ်သ့ၣ်လၢအိၣ်ဒီးအိၣ်န့ၣ်ကနီၤလီၤက့ၤဝဲဒၣ်လၢအပှၤ ကမ့ၢ်ကျါအခိၣ်အယၤ,လၢအပှၤတဝါအဂီၢ်, တၢ်မၤလၢ အဘျူးအိၣ်တဖၣ်စ့ၢ်ကိးကမၤဝဲဒီးဟ့ၣ်လီၤတၢ်ဆၢကတီၢ် ဒ်အတၢ်ဆၢတံာ်လီၤဟ်အသးအသိးတဟံးန့ၢ်ဝဲဒၣ်အဘူး အလဲဘၣ်.ကမၤဝဲဒၣ်လၢတၢ်သးအိၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်လၢမဲး(၆)တၢ်ကရၢကရိအံၤအိၣ်ဝဲဒၣ်ဒီးပှၤ မၤတၢ်ဖိလၢဟ့ၣ်လီၤအသးလၢဆၢပှၤဆါဆူတၢ်ဆါဟံၣ်, ကတီၢ်ကျိာ်ထံန့ၢ်ပှၤပှၤဆါလၢကီၣ်တဲၣ်ကျိာ်ဒီးကလုာ်ဂၤ အကျိာ်တဖၣ်ဖဲလၢပှၤဆါတဖၣ်လဲၤမၤကွၢ်အသးလၢတၢ် ဆါဟံၣ်အခါတကးဘၣ်အမဲာ်ညါအိၣ်စ့ၢ်ကိးဒီးပှၤမၤတၢ် ဖိလၢအဟ့ၣ်တၢ်သ့ၣ်ညါန့ၢ်ပၢၢ်ဘၣ်ယးဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ် အိၣ်ချ့လၢပှၤတဝါအပှၤန့ၣ်လီၤ.

မဲ(ပ်)အပျာမှ်သးမာ ကလိတ်ဖိတ်တုတ် တိကတိာ လာဖဲထီၣ်လာအသးကံာ်ပျာ

“မ့ၣ်လာယမာဘၣ်တၢ်လာမဲ(ပ်)အတၢ်ကရၢကရိအယိတ်လာယတသ့ၣ်ညါဒီးတဖၣ်န့ၣ်ယသ့ၣ်ညါဘၣ်ယဲလီၤ. မ့ၣ်လာယတဲဘၣ်က့ၢ်ပုၤလာအဂၤ,မၤစၢၤဘၣ်ပုၤလာယခိၣ်ယယၢၤအယိတ်ဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်ဘူၣ်တၢ်တီၢ်စ့ၢ်ကိးလီၤ.ပုၤတနီၤ နီၤန့ၣ်တၢ်လာပတဲဘၣ်အိၤသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်တတူၢ်လိာ်ဝဲဘၣ်.ဆိမိၣ်ဝဲလာမၤဝဲသ့အယိတ်ဒီးအတၢ်တၢ်ဝဲအံၤယဆိက မိၣ်ကမ့ၢ်လာအတနီၤပၢ်ဝဲဒီးဘၣ်အယိတ်န့ၣ်လီၤ.မဲ(ပ်)အတၢ်ကရၢကရိအံၤမၤဝဲဒ်တၢ်မၤလာကမျၢၢ်တဖၣ်အသး သဟီၣ်ကဆူၣ်ထီၣ်, တၢ်ဟ့ၣ်တၢ်သ့ၣ်ညါန့ၢ်ပၢ်ဘၣ်ယးလာတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့.ကလဲၤထီၣ်လဲၤထီၣ်ဒီးပဆိကမိၣ် တၢ်လာအထီၣ်ကသ့အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.တၢ်ဝဲအံၤကဲဘျးဒီးမးလာပုၤဟးမၤတၢ်ဖိလာအဘၣ်သးလီၤသးကျဲတဖၣ်စ့ၢ်ကိး အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.” မၢ်သာဒၤ,၅၁၀

“တချးလာယကဲထီၣ်ဘၣ်ဒ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ပုၤမၤတၢ်ဖိအခါစးတဂၤဒီးဘၣ်န့ၣ်ထီၣ်ဘၣ်မၤစၢၤဝဲဒ်ယ ပုၤတတၢ်န့ၣ်လီၤ. ဒ်အမ့ၢ်တၢ်မၤန့ၢ်ပုၤမၤတၢ်ဖိလိာ်အုၣ်သး, ဆုၢ်ပုၤဆါလာတၢ်ဆါဟံၣ်တၢ်မၤတဖၣ်အံၤတသ့ဖဲအသ့ယ မၤစၢၤယဲလီၤ.လာကဟ့ၣ်လီၤတၢ်သိၣ်လိအဂီၢ်စ့ၢ်ကိးယဆးကျိးပၢ်ဖိၣ်န့ၢ်ပုၤကညီလာကဟဲထီၣ်တၢ်သိၣ်လိ,နီၤလီၤ စ့ၢ်ကိးလိာ်က့ဖိလာအဟ့ၣ်တၢ်သ့ၣ်ညါန့ၢ်ပၢ်, ပိာ်ခါတၢ်ဖျိၣ်ဒီးတၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤယတဲဘၣ်အိၤလီၤတၢ်လီၤဆဲး,မ့ၢ်မ့ၢ် နီၢ်နီၢ်ဝံၤမးယဟ့ၣ်လီၤအိၤန့ၣ်လီၤ.မဲ(ပ်)အတၢ်မၤခဲလၢာ်န့ၣ်ယအဲၣ်ဒီးဆီၣ်ထွဲဒီးဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါလာကဆဲးမၤအါ ထီၣ်ခါဆူၣ်ညါကွၢ်ကွၢ်န့ၣ်လီၤ. ကဲဘျးလာပပုၤတတၢ်အဂီၢ်ဒ်မး, တၢ်လာပလဲၤတဘူၣ်ဘၣ်န့ၣ်ပလဲၤဘူၣ်ထီၣ်က့ၢ်ဒီး တၢ်လာပတဲဘၣ်ဘၣ်သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်ပတဲဘူၣ်ထီၣ်က့ၢ်လီၤ.” အုတယိာ်,၅၁၀

“ယမၤမှ်သးမာကလိတ်လာမဲ(ပ်)တၢ်ကရၢကရိန့ၢ်သၢ်န့ၣ်လံၤ.ဒ်ယမ့ၢ်လာဟ့ၣ်ကလုာ်တဂၤအသိးယစံးကတိၤယဲ ဒ်လာယကျိၣ်ဒီးလဲၤစ့ၢ်ကိးလာယပုၤတတၢ်လာဟ့ၣ်အိၣ်တၢ်လီၤန့ၣ်ယဟ့ၣ်လီၤစ့ၢ်ကိးတၢ်သ့ၣ်ညါန့ၢ်ပၢ်လာအဘၣ်ယး ဒီးဂံၢ်ခိၣ်ထံးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့.အဂ့ၢ်အကျါ, တၢ်ဆါအ့း(စ်)ဒ်အမ့ၢ်တၢ်ဆါလာအဘၣ်ကူဘၣ်ကံာ်တၢ်သ့ၣ်ဖျိလာတၢ် မံလုာ်လိာ်သးန့ၣ်လီၤ.မဲ(ပ်)အတၢ်ကရၢကရိအံၤမ့ၢ်တၢ်ကရၢကရိလာအဟ့ၣ်တၢ်သ့ၣ်ညါန့ၢ်ပၢ်လာပုၤဟးမၤတၢ်ဖိ တဖၣ်အပုၤကမျၢၢ်ကျါတကးဘၣ်အမဲၣ်ညါလာတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့.မ့ၢ်ဂ့ၤ, ပုၤမၤတၢ်ဖိအခွဲးအယာ်, တၢ်အိၣ်ဖျိၣ်ဖိ လိာ်အုၣ်သး, တၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့,ပိာ်မုၢ်ခွဲးယာ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤန့ၣ်မ့ၢ်လာမၤဝဲဒ်အယိတ်ကဲဘျးဒီး မးလီၤ.မဲ(ပ်)အတၢ်မၤတဖၣ်အံၤမၤအသ့တအိၣ်ပတုာ်ကွၢ်အသးတဂ့ၤ.မ့ၢ်တခီယအဲၣ်ဒီးဟ့ၣ်သဆၣ်ထီၣ်လာက ဆဲးမးဒီးဝဲခါဆူၣ်ညါဆူၣ်ဆူၣ်န့ၣ်လီၤ.” အံၤဒီခါ,ကံာ်မဲ-လာဟ့ၤ

“ယမ့ၢ်ပုၤမှ်သးမာကညီတၢ်လာမဲ(ပ်)အိၣ်ဝဲဒ်ခံန့ၣ်ဒီးသၢ်လါလံၤ. ယမၤတၢ်ဘၣ်ယးဒီးတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်သ့ၣ်ညါန့ၢ်ပၢ် ဘၣ်ယးတၢ်တြီဆာဒီသတၢ်ဆါ(HIV/AIDS)န့ၣ်လီၤ.တၢ်နီၢ်ကီၢ်တခီယသးအိၣ်လာကမၤတၢ်မၤအဲအံၤဒီးမ့ၢ် လာယမာဘၣ်အယိတ်အဘျးအိၣ်လာယဂီၢ်ဒ်မး.တကးဘၣ်အမဲၣ်ညါယသးစၢ်ဆါယဲဒီးမ့ၢ်ဘၣ်ယာလီၤ. မဲ(ပ်) အတၢ်မၤန့ၣ်ကဲဘျးလာကမျၢၢ်တဖၣ်အဂီၢ်ဒ်မးလီၤ.ဘၣ်မနုၤအယိတ်လဲၣ်န့ၣ်လာပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်အဂီၢ်တၢ်ဂ့ၢ်လာ အတသ့ၣ်ညါဝဲတဖၣ်ဒီးတၢ်လာကဘၣ်မၤထွဲဝဲဒီးတၢ်လာကဘၣ်ဟးဆဲးဝဲန့ၣ်ဒီးန့ၢ်ဘၣ်ဝဲဒ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျါအလာ အပုၤလီၤတၢ်လီၤဆဲးန့ၣ်လီၤ.” စီၣ်က့ၢ်,မဆိး

“ပဲဒၣ်ပုၤကီၢ်ပယီၤဖိတဖၣ်ဖဲလၢပအိၣ်ပဆိးလၢကီၢ်ပယီၤအခါန့ၣ် ပတူၢ်ဘၣ်ဟီၣ်ခိၣ်ဖိခွဲးယၢ်တၢ်မၤအၢမၤသီလၢ ကီၢ်ပယီၤပဒိၣ်ဒီးဖဲလၢပတဲတုၤလၢကီၢ်ကီၣ်တဲာ်ကဒီးန့ၣ်ပတူၢ်ဘၣ်တၢ်ဆိၣ်တၢ်မၤန့ၣ်လၢကီၣ်တဲာ်တၢ်မၤကစၢ် တကးဘၣ်အဲၣ်ညါ ဘၣ်သကၢ်စ့ၢ်ကီၢ်ဒီးတၢ်မၤအၢမၤသီ တၢ်မၤဆူၣ်မၤဆိးပုၤမၤတၢ်ဖိအတၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်န့ၣ်လီၤ. ဝဲး(ဝဲ)တၢ်ကရၢကရိအံၤဟ့ၣ်တၢ်သ့ၣ်ညါန့ၣ်ပၢၢ်လၢတၢ်တြီဆၢဒီးသဒၢ (HIV/AIDS) ပိာ်မုၢ်အတၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ် ဖိသၣ်ဒီးတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့,ပုၤမၤတၢ်ဖိအခွဲးအယၢ်,ဟ့ၣ်နီၤလီၤလံာ်ဖိလၢပကမၤလိသ့ၣ်ညါအါထီၣ်ပသးခါ ဆူညါလၢပနီၢ်ကစၢ်ဒၣ်ပဝဲ, ဝံၤစံၤဒီး,တၢ်ရၢလီၤတၢ်ကစီၣ်တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤမ့ၢ်တၢ်မၤတခါလၢအကဲဘျးဝဲဒၣ် လၢကီၢ်ပယီၤကလုာ်န့ၣ်ဖိလၢအဟဲယုဖံးယုမၤတၢ်တဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.” **စဝဲၤ,ဝဲဆိး**

“မ့ၢ်လၢယမၤစၢၤဘၣ်ပုၤလၢယခိၣ်ယယၢၤအယိမ့ၢ်တၢ်သးခုလၢယဂီၢ်လီၤ.မ့ၢ်လၢယမၤစၢၤဘၣ်ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢအတၢ် အိၣ်မုၢ်သိးဒီးယၢ်ဒီးတၢ်လၢယသ့ၣ်ညါတဖၣ်ယနီၤဟ့ၣ်လီၤအီၤ, မၤစၢၤဘၣ်အီၤန့ၣ်လီၤ.ယမ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ် လၢဟးထီၣ်ဟးလီၤညီၣ် ယမၤစၢၤအဝဲသ့ၣ်ကန့ၢ်အါန့ၢ်ဒီးအလီၤလီၤ. တၢ်ဟ့ၣ်တၢ်သ့ၣ်ညါန့ၣ်ပၢၢ်ဘၣ်ပးပုၤမၤတၢ် ဖိအတၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်,တၢ်တြီဆၢဒီးသဒၢ (HIV/AIDS) တၢ်ဆါ, ဟံၣ်ဖိဖိဖိအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ, ဖိသၣ်အတၢ်ခွဲးတၢ် ယၢ်, ပိာ်မုၢ်အတၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်, တၢ်ကူၣ်ဘၣ် ကူၣ်သ့, တၢ်ရၢလီၤတၢ် ကစီၣ်အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ သ့ၣ်တဖၣ်အံၤမ့ၢ်တၢ်လၢအဂ့ၢ်လဲလၢလီၤ.တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤသ့ၣ်တဖၣ်အံၤမ့ၢ်လၢဟ့ၣ်လီၤသးနီၢ်နီၢ်အယိကဲဘျးဝဲဒၣ် ကမုၢ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.” **စနီၢ်,ဝဲဆိး**

“မ့ၢ်လၢယမၤစၢၤဘၣ်တၢ်လၢဝဲ(ဝဲ)တၢ်မၤအယိမ့ၢ်တၢ်သးခုလၢယဂီၢ်ဒိၣ်မးလီၤ.ဘၣ်မနုၤအယိလဲၣ်န့ၣ်တၢ်မၤလိလၢ ယလဲၤထီၣ်ဘၣ်တဖၣ်ဒီးယတၢ်လဲၤခိဖိတဖၣ်န့ၣ်မ့ၢ်လၢယလဲၤတဲသ့ၣ်ညါဘၣ်က့ၤပုၤလၢယခိၣ်ယယၢၤသ့အယိလီၤ. လၢပုၤတဝၢအပုၤပုၤလၢအတသ့ၣ်ညါန့ၣ်ပၢၢ်ဘၣ်ပးဒီးတၢ်ဆါ(HIV/AIDS)ဒီးဟံၣ်ဖိဖိဖိတနီၤလၢအသးလီၤဒီးအဖိ တဖၣ်အဂီၢ်စ့ၢ်ကီၢ်ယနီၤလီၤဟ့ၣ်အီၤလၢကသံၣ်အိၣ်လၢအတြီဆၢဒီးသဒၢဟးသးဝံၤဟ့ၣ်လီၤစ့ၢ်ကီၢ်ဒီးပိာ်ခါအတၢ်ဖျိၣ် န့ၣ်လီၤ. ဝံၤပုၤလၢအတသ့ၣ်ညါဒီးယဲသဲ တၢ်ဆါတဖၣ်စ့ၢ်ကီၢ် ဝဲ(ဝဲ)အတၢ်ကရၢကရိအံၤထုးထီၣ်ယၢ်လံာ်တဖၣ် အယိယနီၤလီၤန့ၣ်အီၤလၢကမုၢ်ကျိၤယဆၢန့ၣ်ဘၣ်အီၤတပတီၢ်ဘၣ်တပတီၢ်န့ၣ်လီၤ.တၢ်လၢကမုၢ်တသ့ၣ်ညါဒီးဘၣ် တဖၣ်ဖဲလၢသံကွၢ်ယၢ်အခါတၢ်လၢယသ့ၣ်ညါတဖၣ်န့ၣ်ယတဲဘၣ်အီၤ,ဒီးတၢ်လၢယတသ့ၣ်ညါဒီးတဖၣ်န့ၣ်ယက့ၤ သံကွၢ်လၢယသရၣ်, သရၣ်မုၢ်အအိၣ်ဝံၤယက့ၤတဲာ်န့ၣ်ပၢၢ်က့ၤအဝဲသ့ၣ်လီၤ.တၢ်လၢယတဲဘၣ်အဝဲသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်မ့ၢ် လၢကဲဘျးဝဲဒၣ်လၢကမုၢ်ဂီၢ်အယိယသးခုဒိၣ်မးန့ၣ်လီၤ.” **စအီၢ်,ဝဲဆိး**

“မ့ၢ်လၢယဟ့ၣ်လီၤသးဒီးမၤစၢၤဘၣ်ပုၤလၢပခိၣ်ပယၢၤအယိ မ့ၢ်တၢ်သးမံလၢယဂီၢ်လီၤ. မ့ၢ်လၢယထီၣ်ဘၣ်တၢ်မၤလိ လၢဘၣ်ပးဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ၣ်အယိယဒီးန့ၣ်ဘၣ်ယဲတၢ်သ့ၣ်ညါန့ၣ်ပၢၢ်လီၤ.မ့ၢ်လၢယရုဘၣ်ဒီးပုၤအါဂၤအယိစံး ကတိၤဘျးယဲ, ဟးထီၣ်က့ၤလီၤဘျးအယိဒီးန့ၣ်ဘၣ်ယဲတၢ်သ့ၣ်ညါန့ၣ်ပၢၢ်စ့ၢ်ကီၢ်န့ၣ်လီၤ.” **စၢၤဒၢၤ,ဝဲဆိး**

“မ့ၢ်လၢယမၤစၢၤဘၣ်ပုၤလၢယခိၣ်ယယၢၤအယိမ့ၢ်တၢ်သးခုလၢယဂီၢ်လီၤ.တၢ်လၢပုၤမၤတန့ၢ်တဖၣ်မၤစၢၤန့ၣ်ပုၤ,ပုၤဂၤ အတၢ်လိၣ်ဘၣ်မ့ၢ်လၢပုၤတခီန့ၣ်မ့ၢ်တၢ်သးခုလၢယဂီၢ်လီၤ.လီၤဆိဒၣ်တၢ်ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢအမၤတၢ်လၢဝဲဖိကဟ့ၣ် တၢ်မၤလီၤတဖၣ်အဝဲသ့ၣ်မ့ၢ်ချ့ၣ်,တၢ်ဆါကတီၢ်မ့ၢ်အိၣ်လၢအဂီၢ်တခီယလဲၤဟ့ၣ်လီၤတၢ်သ့ၣ်ညါန့ၣ်ပၢၢ်ဘၣ်ပးလၢ တၢ်တြီဆၢဒီးသဒၢ (HIV/AIDS) အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ,တၢ်ပိာ်တၢ်ပိာ်ပိာ်ဒီးအဝဲသ့ၣ်န့ၣ်လီၤ. ဝံၤအလီၤခံယလဲၤနီၤ

ဟ့ၣ်လီၤအီၤလိာ်ဖိဘၣ်ယးသုတၢ်ဖျိၣ်အဂ့ၢ်တကးဘၣ်အမိၣ်ညါယုၣ်ဒီးလိာ်ဖးဒ်သီးအဝဲသ့ၣ်ကဖးဘၣ်ဝဲအဂီၢ်လီၤ. ဘၣ်ယးဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ အတၢ်ဂ့ၢ်သ့ၣ်တဖၣ် န့ၣ် ယုၣ်တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးတၢ်မၤစၢၤလၢ သရၣ်, သရၣ် မ့ၣ်အိၣ်ဝံၤဒီးမၤစၢၤအီၤန့ၣ်လီၤ. လၢကမၤအဂီၢ်မ့ၢ်တကဲဘျးခဲလၢဘၣ်ဆၣ်သန့က့ပမ့ၢ်ကွၢ်ကဒါက့တခီန့ၣ်မ့ၢ် တၢ်လၢအကဲဘျးလီၤ. ဘၣ်မနုၤအယိလဲၣ်န့ၣ် (HIV/AIDS) တၢ်ဆါစံးတၢ်န့ၣ်ပုၤကိးဂၤဒဲးကြၢ်းလၢကဘၣ်သ့ၣ် ညါဝဲလီၤ. မ့ၢ်လၢကီၢ်ပယီၤအပူၤန့ၣ်မ့ၢ်လၢတၢ်ကရၢကရိၣ်အံၤတအိၣ်ဘၣ်အယိမ့ၢ်လၢကီၢ်ကွီၣ်တဲၣ်အပူၤတခီ ကဲဘျးဝဲဒိၣ်မးလၢကီၢ်ပယီၤပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်အဂီၢ်လီၤ. ယနီၢ်ကစၢ်ဒၣ်ဝဲတၢ်ဂ့ၢ်အဝဲအံၤန့ၣ်လၢညါန့ၣ်ယတသ့ၣ် ညါတၢ်နီတမံၤဘၣ်. တုၤလၢယမၤစၢၤဘၣ်ပုၤလၢယၤမးယနီၢ်ပၢ်က့ၤအီၤန့ၣ်လီၤ.” သုထီၣ်,မဲဆီ:

“မ့ၢ်လၢယကဲဘၣ်ပုၤမၤစၢၤမုၢ်သးမၤကညီတၢ်ဖိအယိမ့ၢ်ဘၣ်ယၤလီၤ. သးမံယဲလီၤ. ယုၣ်သ့ၣ်ညါဘၣ်ယဲပုၤမၤတၢ်ဖိလၢ အဘၣ်သုးလီၢ်သုးကျဲတဖၣ်အတၢ်အိၣ်သးလီၤ. တၢ်မၤအဝဲအံၤမ့ၢ်တဝံၤဒဲးဘၣ်တခီယကဆဲးမၤဒဲးတၢ်လီၤ. မဲး(ပံ) တၢ်ကရၢကရိၣ်အံၤတမ့ၢ်အမၤန့ၢ်တၢ်လၢကလုၣ်န့ၣ်ဖိတကလုၣ်အဂီၢ်ဘၣ်. မ့ၢ်တခီမၤစၢၤဝဲဒၣ်ကလုၣ်န့ၣ်ဖိကိးက လုၣ်ဒဲးန့ၣ်လီၤ. တအိၣ်ဒီးတၢ်ဟံဖးနီၤဖးကလုၣ်န့ၣ်ဖိဒီးတၢ်ဘျီတၢ်ဘါဘၣ်. မၤစၢၤဘၣ်ပုၤမၤတၢ်ဖိတကးဘၣ်အမိၣ် ညါအိၣ်စ့ၢ်ကိးဒီးတၢ်သိၣ်လိလၢပုၤမၤတၢ်ဖိအနီၢ်ကစၢ်ဒၣ်ဝဲကဘျီတၢ်, ကအိၣ်ဒီးတၢ်န့ၣ်န့ၣ်လီၤသးအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ယနီၢ်ကစၢ်ဒၣ်ယဲယမ့ၢ်စ့ၢ်ကိးပုၤမၤတၢ်ဖိလၢဘၣ်သုးလီၢ်သုးကျဲအယိတၢ်ကီတၢ်ခဲလၢပုၤမၤတၢ်ဖိဘၣ်ကွၢ်ဆၢၣ်မဲၣ် သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်တလီၤဆီလိာ်အသးဘၣ်. တဘျီတခီဖဲလၢယလဲၤယုၣ်သ့ၣ်ညါပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်တၢ်အိၣ်သးအခါတူၢ် ဘၣ်စ့ၢ်ကိး ပုၤဂၤစံးအာစံး သီယၤ လၢ တၢ်ဂ့ၢ်အကလုၣ်ကလုၣ်န့ၣ်လီၤ. ဘၣ်ဆၣ်ယတတၢ်စၢ် လီၤယ ဂံၢ်ဘၣ်.”

စခါ(မံ)ဆါ,ဂ့ၢ်ကံၣ်မဲ,ယိၣ်ဒိၣ်

ဒ်ပုၤကိးဂၤဒဲးသ့ၣ်ညါအသိးလီၤ. မဲး(ပံ)အတၢ် ကရၢကရိၣ်အံၤမ့ၢ်တၢ်ကရၢကရိၣ်လၢအမၤစၢၤပုၤမၤတၢ်ဖိလၢ အဘၣ်သုးလီၢ်သုးကျဲလီၤ. မ့ၢ်လၢမဲး(ပံ)တၢ်ကရၢကရိၣ် အိၣ်အယိပဝဲဒၣ်ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢအဘၣ်သုးလီၢ်သုးကျဲ သ့ၣ်တဖၣ်အဂီၢ်စ့ၢ်ကိးပဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်ကဟုကယၣ်န့ၣ် လီၤ. ပဒီးန့ၣ်ဘၣ်စ့ၢ်ကိးတၢ်သ့ၣ်ညါန့ၣ်ပၢ်ဘၣ်ယးဒီးပုၤ မၤတၢ်ဖိအတၢ်ခွဲးတၢ်ယၣ်, တၢ်သိၣ်တၢ်သီတၢ်ဘျးဒီး တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အဂ့ၢ်န့ၣ်လီၤ. ဖဲလၢယဟဲတုၤသီသီ လၢကီၢ်ကွီၣ်တဲၣ်အခါယထံၣ်ဘၣ်လၢပုၤမၤတၢ်ဖိလၢအ ဘၣ်သုးလီၢ်သုးကျဲတဖၣ်ဘၣ်ကွၢ်ဆၢၣ်မဲၣ်ဒီးတၢ်ကီတၢ် ခဲ အကလုၣ်ကလုၣ်အယိယသးအိၣ်မၤစၢၤဘၣ်ယဲ ပုၤမၤတၢ်ဖိလီၤ. ဘၣ်ဆၣ်ယကဘၣ်မၤစၢၤအီၤဒ်လဲၣ်ယ တသ့ၣ်ညါဘၣ်. ဖဲလၢယကဲထီၣ်ဘၣ်ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢဟ့ၣ် လီၤတၢ်သိၣ်လၢပုၤတဝါကမၤအကျါဘၣ်ယးဒီးတၢ်ဂ့ၢ်ဝဲ အံၤအခါယဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်ခွဲးတၢ်ယၣ်လၢတၢ်ဂ့ၢ်လၢယ အဲၣ်ဒီးဟံဖျါထီၣ်လၢညါတဖၣ်ဒီးတဲဘၣ်က့ၤယဲဒၣ်ယ ပုၤတဝါဖိဒီးကမၤအယိ မ့ၢ်တၢ်သ့ၣ်မံသးမုၢ်လၢယဂီၢ်

လီၤ. ဟံကဖၢလၢယသးသ့ၣ်လၢမုၢ်သးဒီးမၤကလီလီၤ. ယ အဲၣ်ဒီးတဲလၢတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲအဝဲအံၤန့ၣ်မ့ၢ်အိၣ်ဒီးတခီယ စ့ၢ်ကိးယကအိၣ်ဒီးမၤတၢ်ဒဲးန့ၣ်လီၤ.

လၢအခိၣ်ထံးသီသီခါန့ၣ်ကမၤတဖၣ်တတူၢ် လာ်ဝဲဘၣ်. အါဒၣ်တက့ၢ်ပုၤလၢအဆီဟံၣ်ဆီယီဝံၤတဖၣ် န့ၣ်လီၤ. တဘျီန့ၣ်ယဘၣ်သဂၢ်ဒီးအဝဲသ့ၣ်တူၢ်လိာ်ယၤ လၢတၢ်ပံးတၢ်ကွီၣ်တြၢန့ၣ်လီၤ. ဖဲလၢလဲၤဟးလၢကမၤကျါ တဘျီလၢလၢယဟ့ၣ်လီၤအဝဲသ့ၣ်ဂံၢ်ခိၣ်ထံးတၢ်သ့ၣ်ညါ န့ၣ်ပၢ်လၢဘၣ်ယးဒီး (HIV/AIDS) တၢ်ဆါလၢအဟဲကဲ ထီၣ်အသးသ့ၣ်လၢတၢ်မံယုၣ်လိာ်သး, တၢ်ပသိၣ်အဂ့ၢ်န့ၣ် လီၤ. ပိာ်ခွါတၢ်ဖျိၣ်ခိၣ်ဒၣ် (Condom) လၢမဲး(ပံ)တၢ်ကရၢ ကရိၣ်ဟ့ၣ်လီၤမ့ၢ်ဂ့ၢ်, လိာ်ဟ့ၣ်တၢ်သ့ၣ်ညါန့ၣ်ပၢ်လၢမဲး(ပံ) ထုးထီၣ်မ့ၢ်ဂ့ၢ်ယနီၢ်ဟ့ၣ်န့ၣ်ဆူကမၤအအိၣ်လၢပုၤတဝါ အကျါန့ၣ်လီၤ. ဝံၤအလီၢ်ခဲဘၣ်ယးဒီးတၢ်သ့ၣ်ပိာ်ခွါတၢ် ဖျိၣ် (Condom) အကျါအကျဲဒ်လဲၣ်ဒီးအဘျးအိၣ်လၢ ပဂီၢ်ဒ်လဲၣ်န့ၣ်ယတဲန့ၣ်ပၢ်အီၤလီၤတၢ်လီၤဆဲးန့ၣ်လီၤ.

ပှၤမၤတၢ်ဖိလၢ မှၢ်သးမၤကလီၢ်တၢ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ၣ်သဆၣ်ထီၣ်ကမ္ပၢၢ်

ဖးလံာ်လၢအဘၣ်ဃးဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ၣ်အါအါတက့ၢ်. *ညံးစီၣ်,မဲးဆိး*

ယအဲၣ်ဒီးတဲသးလၢတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်သ့ၣ်ညါန့ၣ်ပၢၢ်အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၣ်အမ့ၢ်(HIV/AIDS)တၢ်ဆါလၢအဘၣ်ကူဘၣ်ကံာ်တၢ်သ့လၢတၢ်မံၤပုၤလိာ်သးလၢအဘၣ်ကူဘၣ်ကံာ်တၢ်သ့ဒီးလၢအဘၣ်ကူဘၣ်ကံာ်တၢ်တသ့ဒီးသိးပကကြီဆါဒီးသဒါအိၣ်ဒီးပကဘၣ်လူၤမၤပိာ်ထွဲအိၣ်န့ၣ်လီၤ. *စီၣ်က့ၢ်,မဲးဆိး*

လၢလံာ်ဖးဝဲအံၤတပတီၢ်ယအဲၣ်ဒီးတဲဘၣ်ကမ္ပၢၢ်လၢတၢ်လၢပကသ့ၣ်ညါအိၣ်တဖၣ်န့ၣ်မ့ၢ်ဝဲတၢ်လၢဝဲ(ပ်)အတၢ်ကရၢကရိအံၤမ့ၢ်တၢ်ကရၢကရိလၢအကဲဘျးလၢပဝဲဒၣ်န့ၣ်ယၢတဖၣ်အဂီၢ်ဒီးဖဲလၢပလဲထီၣ်က့ၤလီၤအခါ(မ့တမ့ၢ်)ပမ့ၢ်ထံၣ်လံာ်လၢဘၣ်တၢ်ထုးထီၣ်အိၣ်လၢဝဲ(ပ်)မ့ၢ်ဂ့ၤ, (Poster) မ့ၢ်ဂ့ၤပကဘၣ်သ့ၣ်ညါလၢတၢ်ကရၢကရိဝဲအံၤဟ့ၣ်ဒုးသ့ၣ်ညါပုၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ,တၢ်ကစီၣ်လၢပတသ့ၣ်ညါအိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. *စီၣ်အိၣ်,မဲးဆိး*

ဝဲ(ပ်)တၢ်ကရၢကရိအံၤဒီးသိးသုတဆိကတီၢ်ကွံာ်သးတဂ့ၤအဂီၢ်ခါဆူညါကကါကကျါန့ၣ်ပကဘၣ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤသကိးန့ၣ်လီၤ.ပကဘၣ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးသကိးစ့ၢ်ကိးလီၤ.တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတနီၤလၢပမၤစၢၤသ့မ့ၢ်တလၢထီၣ်ပုၤထီၣ်ဘၣ်တဆိသုကဘၣ်န့ၣ်ပၢၢ်ဒီးပျီပတၢ်ကမၢ်,မ့ၢ်လၢပမၤတၢ်လၢပုၤအါဂၤအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. *စတၢ်ခ့ၤ,မဲးဆိး*

တၢ်လၢယအဲၣ်ဒီးတဲန့ၣ်မ့ၢ်ဒီးအံၤပဝဲဒၣ်တဖၣ်အါဒၣ်တက့ၢ်ပဘၣ်သဂါဒီးတၢ်ဆိၣ်တၢ်မၤန့ၣ်အကလုာ်ကလုာ်လီၤ.လၢတၢ်န့ၣ်အပိပနီၢ်ကစၢ်ဒၣ်ပဝဲကဘၣ်ဃုက့ၤပတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢအိၣ်ဒီးပုၤသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. *စီၣ်အိၣ်,မဲးဆိး*

နီၢ်တဂၤအတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ၣ်န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်လၢအကါဒိၣ်လီၤ. ပတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ၣ်မ့ၢ်အိၣ်ဒီးပုၤန့ၣ်ပကပုၤဒီးတၢ်သးဖံးဒီးတၢ်လၢပအဲၣ်ဒီးမၤအိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်ပမၤသ့လီၤ.လၢတၢ်န့ၣ်အပိယအဲၣ်ဒီးလၢကမ္ပၢၢ်သ့ၣ်တဖၣ်ကယုသ့ၣ်ညါဆိကမိၣ်တၢ်ဂ့ၢ်လၢအဘၣ်ဃးဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ၣ်, တၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့,တၢ်သ့ၣ်ညါန့ၣ်ပၢၢ်, လံာ်တၢ်ကစီၣ်, လံာ်ဖး,တၢ်ထံၣ်လိာ်သကိးသးဒီးတဲသကိးတၢ်ဘၣ်ဃးတၢ်သိၣ်လိာ်ဒီးတၢ်ကစီၣ်အဂ့ၢ်အကျိၤသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. *သ့ထီၣ်,မဲးဆိး*

တၢ်အကါဒိၣ်လၢယအဲၣ်ဒီးတဲဘၣ်ကမ္ပၢၢ်န့ၣ်မ့ၢ်ဝဲအံၤပမ့ၢ်ဘၣ်ဟဲအိၣ်ဆိးလၢပုၤထံပုၤကီၢ်ဘၣ်ဆၣ်သနၢ်က့ၤဒီးသိးပတၢ်ဆဲးတၢ်လၢ, ပထူသန့သုတလီၤမၤတဂ့ၤအဂီၢ်ပဝဲဒၣ်ကိးဂၤဒီးမိပကဟံဃာ်က့ၤပတၢ်ဆဲးတၢ်လၢလၢအိၣ်ဒီးပုၤအဂီၢ်န့ၣ်မ့ၢ်ယတၢ်ဟ့ၣ်သဆၣ်ထီၣ်လီၤ. *စဲၣ်န့ၣ်စ့ၢ်,ကံာ်မဲး,ယၢဒိၣ်*

ပခိန်ပဃာတၢ်ဂ့ၢ်လၢပကြးသ့ၣ်ညါ တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ ပူၤဖျဲးဒီးတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးလၢတၢ်မၤလီၤ လံာ်တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးလၢပူၤဖျဲးလံာ်ဖိတဖၣ်အဂီၢ်

ဒီပုၤဝဲလၢၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်ဒါ လံာ်တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးအတၢ်သံကွၢ်ဖိတက့အံၤ နစံးဆၢမ့ၢ်ဝံၤ ဆၢထီၣ်ကဒါက့ၤဆူပအိၣ်တက့ၢ်. နတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖး တၢ်ထံၣ်ဒီးတၢ်ဆိကမိၣ်လၢနဆၢထီၣ်တဖၣ် ပဟ်လုၢ်ဟ်ပူၤအီၤဒီး ဆိးကါအီၤလၢတၢ်မၤဂ့ၢ်ထီၣ်ပတၢ်ရဲၣ်လီၤက့ၤလၢခါဆူညါအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

၁. လံာ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢလံာ်တဘျီအံၤအပူၤဖျဲးလၢနဖးယုသ့ၣ်ညါအီၤဝံၤအလီၤခံလၢနဂီၢ်မ့ၢ်နဒီးန့ၣ်ဘၣ်အါထီၣ်တၢ်သ့ၣ်ညါန့ၣ်ပၢ်မနုၤတဖၣ်လဲၣ်.

၂. ဖဲလၢ နံၣ်အပူၤကွၢ်ဒီး လါအပူၤကွၢ် အတီၢ်ပူၤန့ၣ် တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢ အဘၣ်ယးဒီး တၢ်အိၣ်ဆူၣ် အိၣ်ချ့ပူၤဖျဲးဒီး တၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးလၢတၢ်မၤလီၤအဂ့ၢ်အကျိၤန့ၣ်မ့ၢ် နဖးဘၣ်အီၤစ့ၢ်ကိးခါ. အဒိ-နမ့ၢ်ယုသ့ၣ်ညါဒီးဖးဘၣ်အီၤတခီဟ်ဖျါထီၣ်န့ၣ်ပုၤလံာ်အဝဲအံၤအမံၤန့ၣ်တက့ၢ်.

၃) လံာ်တဘျီအံၤ ဖဲလၢ နဖးယုသ့ၣ်ညါအီၤဝံၤအလီၤခံ တၢ်ဂ့ၢ်လီၤလီၤဆိဆိ လၢနသးစၢ်ဆၢ အီၤအဒိၣ် ကတၢ် န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်မနုၤလဲၣ်ဒီးကွဲးလီၤဘၣ်အီၤန့ၣ်တက့ၢ်.

၄. တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤမနုၤသ့ၣ်တဖၣ်လၢအတလိၣ်ဘၣ်လၢပှၤမၤတၢ်ဖိအဂီၢ်ဘၣ်လဲၣ်.ဘၣ်မနုၤအယိၤလၢတလိၣ်ဘၣ်န့ၣ် တဲဖျါထီၣ်ဘၣ်တက့ၢ်.

၅. တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဒီးတၢ်ဂီၤလၢအအိၣ်လၢလံာ်တဘျီအံၤအပူၤန့ၣ်မ့ၢ်အဖိမံလိာ်အသးစ့ၢ်ကိးခါ.

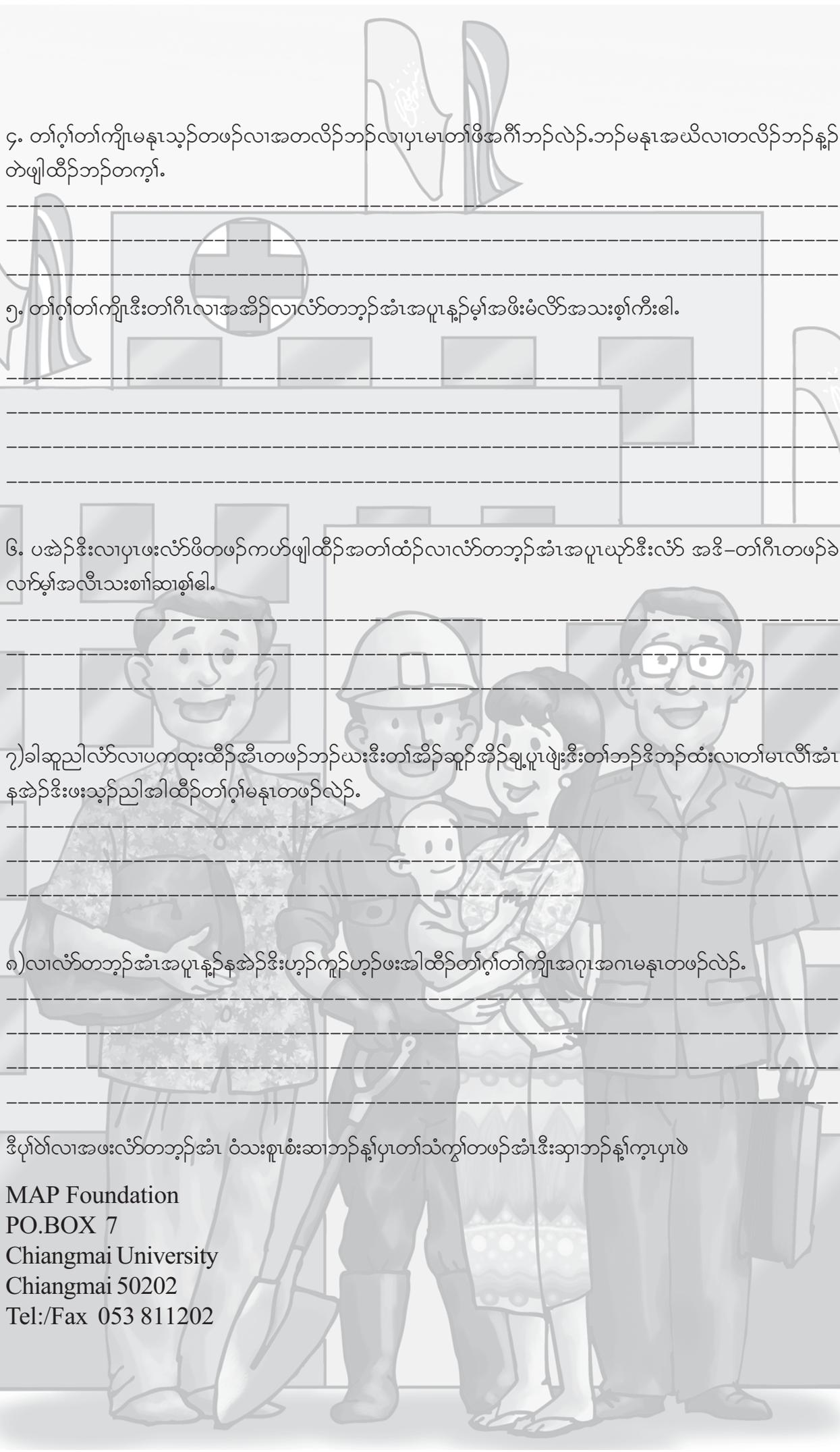
၆. ပအဲၣ်ဒီးလၢပှၤဖးလံာ်ဖိတဖၣ်ကဟ်ဖျါထီၣ်အတၢ်ထံၣ်လၢလံာ်တဘျီအံၤအပူၤဃုာ်ဒီးလံာ် အဒိ-တၢ်ဂီၤတဖၣ်ခဲ လၢမ့ၢ်အလီၤသးစၢ်ဆၢစ့ၢ်ခါ.

၇)ခါဆူညါလံာ်လၢပကထုးထီၣ်အီၤတဖၣ်ဘၣ်ဃးဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ပူၤဖျးဒီးတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးလၢတၢ်မၤလီၢ်အံၤ နအဲၣ်ဒီးဖးသ့ၣ်ညါအါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်မနုၤတဖၣ်လဲၣ်.

၈)လၢလံာ်တဘျီအံၤအပူၤန့ၣ်နအဲၣ်ဒီးဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးအါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအဂ့ၢ်အဂၤမနုၤတဖၣ်လဲၣ်.

ဒီးပုၤဝဲလၢအဖးလံာ်တဘျီအံၤ ဝံသးစ့ၢ်စံးဆၢဘၣ်န့ၣ်ပှၤတၢ်သံကွၢ်တဖၣ်အံၤဒီးဆုၢ်ဘၣ်န့ၣ်က့ၤပှၤဖဲ

MAP Foundation
PO.BOX 7
Chiangmai University
Chiangmai 50202
Tel:/Fax 053 811202





ဘဉ်တၢ်ထုးထီၣ်အိၤလၢလၢ
ဘဉ်တၢ်ထုးထီၣ်အိၤခီဖျိ

Tel/fax:
Email:
Design & layout:
ပှၤထၢဖျိၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်

လၢနီၣ်ဝုၤဘၢ ၂၀၀၇
MAP Foundation
P.O.Box 7
Chiangmai University
Chaingmai 50202
053 811 202
map@mapfoundationcm.org
MAP Media Support Unit
POSH (CHE team)

Copyright MAP Foundation 2007

ဘဉ်တၢ်စးကျဲးအိၤလၢကီၢ်ကွီၣ်တဲၣ်ခီဖျိ Prachakorn Business co.
146/106-7 mahidol rd. T. Tasala Chiangmai 50000
Tel: 053 308 771-2
Fax: 053 308 773
Email: pprint@asia.com



MAP Foundation
For the Health and Knowledge of Ethnic Labour

P.O Box 7,
Chiangmai University,
Chiangmai 50202, Thailand
Tel/Fax 053 811 202
Email: map@mapfoundationcm.org
Website: www.mapfoundationcm.org

လံာ်တဘုၣ်အံၤဘၣ်တၢ်နီၤလိၤကလိၤ တၢ်တဘုၣ်ဆါဒီးပုၤအိၤဘၣ်