



International
Labour
Organization

ရုံၣ်ပူၤတၢ်မၤ-မ့ၢ်ဝဲတၢ်မၤလၢအဘျူးအိၣ်

ဖဲကီၢ်က့ၣ်တဲၣ်ပူၤ ဖိၣ်တၢ်မၤရုံၣ် ပှၤမၤတၢ်မၤမိသ့ၣ်အဂီၢ်ဒဲးသိးကဘၣ်အကျိၤန့ၣ်ကျဲ

****Sakaw Karen Edition****



ကီၢ်က့ၣ်တဲၣ်ပူၤ ပှၤမၤတၢ်မၤ ရုံၣ်ပူၤတၢ်မၤမိသ့ၣ်အဂီၢ်
မ့ၢ်တၢ်မၤလၢအဘျူးအိၣ်ဒီး ဘၣ်တၢ်ဆိၣ်သးထီထီၣ်

နဂါးဘဉ် © ကီရီအါကီရီ တာမမိသုဉ်အသုဉ်နီဉ်ကျာ် 2009
2009ထူးထီဉ်လၢညါတကျါလီၤ။

ကီရီအါကီရီ တာမမိသုဉ်တဖဉ်အသုဉ်နီဉ်ကျာ် ထူးထီဉ်နီဉ်လၢလံာ် အုးအံးဟီဉ်နီဉ်ချါထံကီရီတကျါနဂါးဘဉ် သးတူၤလီၤအိဉ်ပိုင် တီၢ်နီဉ်တာ်မၤနီဉ် (၂) အတာ် နဂါးဘဉ်အတာ်လီၤ။ တာ်မၤနီဉ်လၢတာ် အိဉ်သးအမိနီဉ် ဖဲလံာ်အုးမၤယဉ် တာ်ဂ့ၢ်တာ်ကီရီ သုဉ်တဖဉ်အံး တမုတၢ်ပျဲထာဘဉ်နီဉ်ကု မုထူးထီဉ်သးပျဲထာဝဲလီၤ။ ကုထူးထီဉ်သီတာ်ပျဲထာ (မုတမု) မုကွဲးချဉ်ပျဲထီဉ်ကလုာ်ဂုၤမၤန့ၤ။ **ILO** ထူးထီဉ်လံာ်အုး (တာ်ပျဲထာတဖဉ်) ထံကီရီဂုၤမၤတာ်မၤမိရူ **CH 1211 Geneva22, Switzerland** (မုတမု) အံးမုလ် **pubvente@ ilo.org** အိဉ်န့ၤမုတၢ်ပျဲထာသုလီၤ။ ထံကီရီဂုၤမၤတာ်မၤမိသုဉ်ရူမိ ကထူးထီဉ်ကီရီမုတၢ်ပျဲထာန့ၤ တကါမိး လီၤဝဲလီၤလံာ်တးသုဉ်တဖဉ်၊ တက္ကသိုလ်ကွီ (မုတမု) ကသံဉ်တးသုဉ်အဂီၢ် တုထီဉ်ဟံကရၢကရီ သုဉ်တဖဉ်ဒီး လၢဂုၤမၤဘဉ်ဆဲးကကုထူးထီဉ် မုဟံတာ်ပျဲထာကရၢကရီသုဉ်တဖဉ် နီဉ်ဟံတာ်ပျဲထာအသီး တုဘဉ်ဒီး(ကီဉ်ပိုင်) တုအါထီဉ်ဝဲ သုလီၤ။ လၢနထံကီရီဂုၤထူးထီဉ်လံာ်နီဉ်တာ်ပျဲထာ ကရၢကရီသုဉ်တဖဉ်နီဉ်ကု www.ifpro.org န့ၤမုကွဲးလံာ်တကျါလီၤ။

ပုၤမၤတာ်မၤမိနီဉ်ပုၤ တာ်မၤလၢအသံးလၢလီၤ။ ဖဲကီရီကွီဉ်တံဉ် (ယီၤကီရီ)ပုၤ ပုၤမၤတာ်မၤမိနီဉ်ပုၤသုဉ်တဖဉ်အဂီၢ် ဒီးသီးကဘဉ် အကျိးနီဉ်ကျါကီရီအါကီရီတာ်မမိသုဉ်နီဉ်ကျာ်၊ မုထီဉ်အသုဉ်အဂီၢ် ကီဉ်ဆဉ်ကုပး **ILO**ရူ ဒီးကိး **ILO** 2009, 23 မဲာ်

ISBN 9789228231373, 9789228231380 (web pdf)

ILO Subregional Office for East Asia

domestic worker / decent work / workers rights / working conditions / Thailand

13.11.6

ပယီၤ (ISBN 9789228229707, 9789228229714 (web pdf)), ဝေဉ်ကုကိး၂၀၀၉
ဆေဉ်ကုလံာ်ခမ္ဘါဟံ (ISBN 9789221229704, 9789221229711 (webpdf)), ဝေဉ်ကုကိး၂၀၀၉
လၢအိဉ်ပေဉ်မုဟံ (ISBN 9789228229721, 9789228229738 (web pdf)), ဝေဉ်ကုကိး၂၀၀၉
ပိာ် (ပိာ်) (ISBN 9789228229745, 9789228229752 (web pdf)), ဝေဉ်ကုကိး၂၀၀၉
ဆါဉ်ကုကုမ္ဘါမုဟံ (ISBN 9789228229769, 9789228229776 (web pdf)), ဝေဉ်ကုကိး၂၀၀၉
ဆါဉ်မုဟံ (ISBN 9789228229783, 9789228229790 (web pdf)), ဝေဉ်ကုကိး၂၀၀၉

ILO Cataloguing in Publication Data

ကုလသမဂ္ဂဝဲ အတာ်မံးတာ်မၤအတာ် ဒီးသီးကလီၤယလီာ် **ILO** ထူးထီဉ်လံာ်အုးန့ၤ ဘဉ်ဆဲးဝဲ ဘဉ်ရံၢ်မိဉ်အဒိအတံာ် တာ်အပီး အလီ သုဉ်တဖဉ် ကီရီအါကီရီတာ်မမိရူး ထံကီရီလၢ ဘဉ်ဆဲးတကုတမိ (မုတမု) အတာ်ပ (မုတမု) ဟီဉ်ကတီၤတဖဉ်(မုတမု) ဖဲတာ်ပတဖဉ်န့ၤ မုဒါအိဉ်ပဒိဉ်သုဉ်တဖဉ်ဘဉ်ဆဲးအတာ်အိဉ်သး (မုတမု) ဖဲတာ်လီၤအဲးန့ၤ ဘဉ်ဆဲးကီၤအါ တာ်ထံဉ် အိဉ်နီဉ်အါတာ် သုဉ်တဖဉ် တဘဉ်ဒီးဘဉ်လီၤ။

ဖဲလံာ်ဆီးပုၤမု ကွဲးပျဲထီဉ် တာ်ဂ့ၢ်သုဉ်တဖဉ်အဂီၢ် ပုၤကွဲးလံာ်ဖိ ဂုၤမၤန့ၢ်ဝဲ ကမၤလီၤတာ်အဂီၢ်ဒီး လၢဂုၤမၤမုဝဲ ဟံဉ်နီဉ်ထူးထီဉ် လံာ်အုး တဘဉ်ဆဲးဘဉ်လီၤ။ ကီရီအါကီရီတာ်မမိရူးဝဲ အတာ်ဆါတံာ်အသံး ကွဲးဖာလီၤ တမုဝဲနီဉ်တခါဘဉ်လီၤ။ ပုၤမၤအိဉ် ဝဲတာ်မၤမိ သုဉ်အမံးသုဉ်တဖဉ်၊ မိဉ်ဂ့ၢ်ဆါအိဉ်တာ်အပီးအလီဒီး အတာ်မံးတာ်မၤသုဉ်တဖဉ် တာ်ပညိဉ်သုဉ်တဖဉ်န့ၤ လၢကီရီအါကီရီ တာ်မၤမိရူမိ တဘဉ်ဆဲးဘဉ်လီၤ။ မၤအိဉ်ဝဲမၤဂီၢ်လီၤအိဉ် တံးပျဲဝဲတးအိဉ်၊ မိဉ်ဂ့ၢ်ဆါတာ်အပီးအလီ(မုတမု) အတာ်မၤအဂီၢ် အကျိးန့ၤ တကုာ်လီာ် ဘဉ် တမုဘဉ်လီၤ။

ILO ဝဲမိ ထူးထီဉ်လံာ်အုးအံး အံးလံးထရီန့ၤ လံာ်လံာ်သုဉ် တဖဉ် လံာ်အုးတြီဖးဒိဉ်နီဉ်ကုမုဟံ၊ ထံကီရီဂုၤမၤအိဉ် **ILO** တာ်လီာ် ကီရီဆဉ်ရူ တဖဉ်ပုၤဂုၤ **ILO** ထူးထီဉ်လံာ်အုး **International Labour Office** န့ၤနီဉ်ကုအိဉ်ဝဲလီၤ။ ကံဉ်တလီဉ်သုဉ် တဖဉ်ဒီး ထူးထီဉ်လံာ်အုးသီဇရီန့ၤ လၢတာ်ဖိဒိဉ်ပုာ် တာ်လီာ်တာ်ကျဲအတာ်၊ ဒီးအံးမုလ် **pubvente@ilo.org** နီဉ်ကု နီဉ်လီၤယုနီဉ်လီၤ။

ပုၤကွဲးလၢ လံာ်အုးကုလီာ်မံးတာ်ဂီၤန့ၤ (Copyright © ILO) နီဉ်ဒီးတာ်ဂီၤ (မုတမု) တာ်ဂီၤသုဉ်တဖဉ်အံး ကံဉ်မဲဉ် မဲဉ်(စံ) ဖါးဉ် (မကံ(စံ)ဖေါင်ဒေးဂုၤ)ပုၤဟံဉ်ဝဲလီၤ။
ဝဲးကြီးထူးထီဉ်ဖဲ ကီဉ်ကွီဉ်တံဉ်ပုၤလီၤ။

နအံ့မှ်နမတၢ်မၤရှၢ်ပူၤပူၤမတၢ်မၤဖိတကၤစါ။
(မ့တမှ်)နကမတၢ်မၤရှၢ်ပူၤနဆိကမိၣ်ဘၣ်စ့ၢ်ကိးစါ။



နဘၣ်မၤမူဒါဒီး တၢ်န့ၣ်သါန့ၣ် နဘၣ်သ့ၣ်ညါလီၤ။

တၢ်ဖဲးတၢ်မၤလၢနမၤ မ့ၢ်ဝဲတၢ်မၤအဂ့ၢ် ကဘၣ်န့ၣ်က့ၤမဲ အလုၢ်အပူၤလၢအကြး
ဒီးနဘၣ်န့ၣ်ဝဲ တၢ်ယုၢ်ယီၢ်ပးကါ ဒဲးသိးရှၢ်ဖိဃိဖိတကၤအသိးလီၤ။

လၢနဂီၢ်အဘျုးအဖျိၣ်န့ၣ် ကွၢ်ဂ့ၤဟံၣ်ဘၣ်ဝဲ ပှၤတကန့ၣ်မ့ၢ်ဝဲ နနီၣ်ကစၢ်လီၤ။ ဖဲလံာ်အိးပူၤ
ဟံၣ်ဝဲတၢ်ကစီၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤ လၢကမၤစၢၤ နဒီး ကတြီပဒိနအဂီၢ် မၤစၢၤနသ့လီၤ။

ဖဲလံာ်အိးပူၤ ကမၤစၢၤန တၢ်သ့ၣ်နီၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤ ဃုန့ၣ်လီၤ။



အလါ “အဘၣ်” တၢ်သ့ၣ်နီၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤ မ့ၢ်ဝဲဆၢၣ်သၢအိၣ် သ့ဒီး ကဟ့ၣ်နတၢ်
ကွၢ်လီၤ။



အဂီၢ် “ကမၢ်” တၢ်သ့ၣ်နီၣ်ဒီး ကဲအါကဲသီနသ့အယီၤ ကဟ့ၣ်သတုးနလီၤ။

ပျက်စီးခြင်း(မှတ်တမ်း)များနှင့် ကော်ကိုင်တွဲဖိတ်ကမ်းပွဲ ပိတ်မှု (မှတ်တမ်း) ပိတ်ခွါမှတ်တမ်း (မှတ်တမ်း)သုံးပုံများကို အတိအကျဖော်ပြရန် မူဒါဒ်အတိအကျသတ်မှတ်ပါ။

ပစ်ခတ် ပျက်စီးမှုများ ချွန်တူကုန် ဖဲ့ချွန်တူကုန်အိတ် ပျက်စီးမှုအင်္ဂါဒ် ဖဲ့ချွန်ခိတ်ဃာတတ်မသွတ်တဖန် ချွန်တူကုန်တတ်မသွတ်ကုန်လီ။ ပျက်စီးမှုတတ်မသွတ်ကုန် ပိတ်မှု(မှတ်တမ်း) ပိတ်ခွါ လာမတတ်မသွတ် နှိပ်အလှူအပွားတကုန်လီ။ ပျက်စီးမှု ချွန်တူကုန် ကော်ကိုင်တွဲဖိတ် (မှတ်တမ်း)ပျက်စီးခြင်း (အဒိ-ပယိ၊ လာအိ၊ ကာဘီဒ်ယါ) ကော်ကိုင် တကုန်ကုန် မှတ်သွတ်လီ။

- ပိတ်မှုသွတ်တဖန်အံ ဖိအိတ်တတ်မသွတ်ကုန်အိတ်ခိတ်ချွန်ဒ် ကွန်ဖိတ်၊ ကွန်ပျာ ဆိဒ် ကွန်ပျာသုံးပုံများ ပိတ်မှုသွတ်တဖန် မသွတ်ကုန် ပျက်စီးမှုချွန်ပျာ သွတ်တဖန်အံ အိတ်ကွန်ပတ်ထိုင် ဘတ် ပိတ်မှုလီ။
- ဖဲ့ကော်ကိုင်တွဲပျက်စီး ပိတ်ခွါကုန် ဖိတ်မသွတ်ပျာ အိတ်လီ။ အိတ်ကွန်ပတ်ထိုင် ဘတ် ဘတ်နိမိထိုင်(ကားမောင်း) ဘတ်အိတ်ခိတ်တတ်ကြို ဘတ်ဘာ၊ မတတ်မကျိုးပျာ ဒ် ဘတ်တုဘို တတ်လာအဂ္ဂမာအမံ ဘတ်တတ်မသွတ် အိတ်လီ။
- ပျက်စီးမှုချွန်ပျာသွတ်တဖန်အံ ချွန်ဖိတ်ဖိတ်ကော်ကိုင်အိတ် ကလာပွဲအင်္ဂါ တက်မသွတ်ကုန် ဘတ်ချွန်စာဖိတ်စာ ပျက်စီးမှု အိတ်စွန်ကိတ်လီ။

နမူနာသွတ်တဖန် -

ပျက်စီးမှုတတ်မသွတ်ပျာ ကံထိုင်ခိတ်ချွန်ဖိတ်ဖိတ်ကော်ကိုင် ဖဲ့ချွန်ပျာအိတ် တတ်မသွတ်ကုန် ကသွတ်ညါ အိတ်ထိုင် အခါအိတ်ထိုင် မှတ်တတ်မသွတ် အလှူအပွားအိတ်လီ။

တတ်မသွတ်မလာနမူနာ နှိပ်ကွပ် အလှူအပွားကြမ်းအလှူ နမူနာတတ်မသွတ် နတက် ပဝးကတု၊ပွဲသီး အသွတ်ဘတ် နကတုမနမူဒါ ဒ်သီးကကံထိုင် အဂ္ဂမာတတ်န နသွတ်ခိတ် တကုန် အတတ်မသွတ်အိတ်လီ။

တကုန်ဒ်တကုန် ဒ်သီးကနပတ်လိတ်သး နတကုန်ဘတ်အိတ်ဒ် တတ်နပတ်ဆတ်သး လာအဂ္ဂမာ။ ဖဲ့မတတ်မသွတ် ချွန်တူကုန်ပျာ ပျက်စီးမှုဘတ်ကွန်မှတ် ချွန်ဖိတ်ဖိတ်လတ် ဒ်နနိကစာ ချွန်အင်္ဂါ တတ်ကြိုဘ်ဘာကအိတ်န အရဒ်လီ။ ဘတ်ဒ်ဘတ်ထံးမသွတ်၊ ဟဲကံထိုင်တတ်အပိတ် အလိတ်တဖန်မသွတ် ဒ်တတ်ကံထိုင် ဃတ်ဃာတတ်တပျာ မသွတ်န နတကုန်ဘတ်ဝှာ တတ်ကစိတ် လာသွတ်ခိတ်အိတ် တသွတ်ညါ လာအဆိလီ။

လာနဂီၢ်တၢ်န့ၢ်သါမ့ၢ်ဝဲ တၢ်ယုၢ်ယီၢ်ပးကါ၊ တၢ်မၤကြး ဝဲဒီးအပ္ပၤ တၢ်မၤလီၢ် ကအိၣ်ဝဲဒီး တၢ်တြီၢ်ဘဲးဘၤ၊ အိၣ်ဘျး ခါဒီး နီၢ်ကစၢ်ဂီၢ်တၢ်သဘျုး

ပတဲမ့ၢ်ဝဲ “တၢ်န့ၢ်သါ” သ့ၣ်တဖၣ်အံၤ မ့ၢ်ဝဲပကညိကိးကအိၣ်ဂီၢ် တၢ် န့ၢ်သါန့ၤလီၤ။ ပကညိစိးယုၢ်ပူၤ တၢ်ဖဲးတၢ်မၤကျါ ဒီးသီးပုၤဂုၤက ကဘၣ်န့ၢ်ဘၣ်ဝဲတၢ်ယုၢ်ယီၢ်ပးကဲ တူၢ်ဘၣ်ဝဲတၢ်ရူၤလိာ်သး ကဘၣ် အိၣ်ဝဲလီၤ။ ကူယၤလၢပွဲၤ(မုတမ့ၢ်) ဖျီၣ်ယၢ်၊ သးစၢ်(မုတမ့ၢ်)သးပွၤ၊ ပိာ်ခွါ(မုတမ့ၢ်)ပိာ်မ့ၢ်မ့ၢ်ဒၣ်ဝဲ ပဝဲသ့ၣ်ကိးကအိၣ် ပကညိဖိကိးကအိၣ်ဂီၢ် မ့ၢ်ဝဲတၢ်န့ၢ်သါန့ၤ အိၣ်ဝဲကိးကလီၤ။

တၢ်မၤအိၣ်ဂီၢ် နဘၣ်ဟ့ၣ်လီၤ နဂီၢ်နပီၢ်သ့ၣ်တဖၣ် န့ၢ်ကဒါက့ၤ အလူၢ်အပ္ပၤ ဒီးသီးကဘၣ်ကြးဝဲန့ၤ န့ၤတက နပာ်တၢ် မ့ၢ်လၢ်အိၣ် ဝဲလီၤ။ ဒီးနဒိဖိမိာ်နတံၤသကိးအိၣ် နကကျါချီအိၣ်ဂီၢ် ကဘၣ်န့ၢ်ဝဲ ဒီး ဖဲနတၣ်ဖဲးတၢ်မၤ အိၣ်ဘျးမ့ၢ်န့ၢ်ခါ ဖဲၣ်တဖျါန့ၤအချၢ နပးထီၣ်ကဘၣ်သ့ဝဲလီၤ။ လၢတၢ်လီၢ် ယုၢ်ယၤ ဒီးသမ္မုသကိး နလံၤ ဟးကဘၣ်န့ၢ်ဝဲ တၢ်န့ၢ်သါ ကဘၣ်အိၣ်ဝဲလီၤ။



န့ၤတက နကမၤဒၣ်ဝဲ တၢ်ဖဲးတၢ်မၤ တမံၤမံၤန့ၢ်က့ၤမ့ၢ်ဂ့ၤ မ့ၢ်ဝဲပကညိတၢ်န့ၢ် သါန့ၤ နဘၣ်ပးကါဒီး နကဘၣ်ဟ့ၣ်ဝဲတၢ်တြီၢ်ပဒိဝဲလီၤ။ တၢ်မၤတံာ်တၢ် တၢ် မၤန့ၤမၤပံၤဒီး တၢ်မၤဖိခိၣ်အိၣ်ဝဲတံာ် လိာ်သးခိၣ်ကဘၣ်ပူၤကွၢ် ဝဲဒီးထူတၢ်အိၣ် လၢပွဲၤ ဂုၤဘၣ်ဘၣ် ကဘၣ်န့ၢ်ဝဲတၢ်မၤ ကဘၣ်အိၣ်ဘၣ်ဝဲလၢနဂီၢ်အိၣ်လီၤ။

ဒီးနသ့ၣ်ခိၣ် ကဘၣ်တူၢ်လိာ်လီၤသး တၢ်ဂ့ၢ်သ့ၣ်တဖၣ်

နမူဒါသ့ၣ်တဖၣ်ဒီးနလံာ်ဆိး-

- ကိးမ့ၢ်နံၤ နဘၣ်မၤနမူဒါန့ၤမ့ၢ်မတၤသ့ၣ်တဖၣ်လဲၣ်။ တစးထံ နဘၣ် ကဟ့ၣ်အါထီၣ်နတၢ်မၤကသ့ၣ်။
- မ့ၢ်နဘၣ် ချီတၢ်ကစီၣ်လၢ မတၤတကအိၣ်လဲၣ်။ ဖဲသ့ၣ်ခိၣ် တကလီၤ။ (မုတမ့ၢ်)အါန့ၢ်တက။
- န့ၤတက မ့ၢ်ပုၤကီၢ်ချါဖိတက နသ့ၣ်ခိၣ်န့ၤ ကတု ဟ့ၣ်န့ၤနမၤတၢ်မၤအိၣ်ဂီၢ်လံာ်ဒိဝဲစၢ်(မိဇာ) ဝှံးကိး။
- နသ့ၣ်ခိၣ်န့ၤ နနီၣ်ကစၢ် ကဘၣ်ပာ်ယုၢ်မ့ၢ်ဝဲ လံာ်ဆိးပူၤန့ၤ ကကွဲးလီၤဟ့ၣ်န့ၤ တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ဂျီၤ လၢလၢပွဲၤပွဲၤ။



နမတော်မ အလှူအပွား-

- နမတော်မအလှူအပွားနှုန်းဒီးလဲဉ်၊ တနံဂီၢ်မတော်မအပွား အစကတၢ်န့ၣ် ကီၢ်ဆဉ်တဘျီဒီးတဘျီ တဒံးသီးလိာ်သးဘျီ၊ ဒီးသီးနကသ့ညါ တၢ်မအပွားန့ၣ်လၢပွာမတၢ်မၤရှ်ဖိ ဂူၤအိၣ် (မုတမ့ၢ်) ဒီးကလံာ်အနဘၣ် စးကွၢ်လၢ ၁၅၀၆ အိၣ်လီၤ။
- နမတော်မန့ၣ် ထူးထီၣ်ဟ့ၣ်န့ၣ်လၢဒီးလဲဉ်။ တနွံတဘျီခါ၊ တလါတဘျီခါ၊ ဟ့ၣ်န့ၣ်လၢန့ၣ် ဖဲတံာ်ပာ်ဝဲမုၢ်န့ၣ် ဟ့ၣ်ဝဲကိးဘျီခါ၊ ဟ့ၣ်န့ၣ်လၢဝဲ မၤနီၣ်ပာ်ဝဲလံာ်တဘျီန့ၣ် သ့ၣ်ခိၣ်ကဟ့ၣ်န့ၣ်။
- လၢတၢ်ဂူၤအဂီၢ်ဘၣ်ဟ့ၣ် အလှူအပွား ရှံန့ၣ်ဝဲဝဲမး အိၣ်တီၢ်က့ၤလၢန့ၣ်ဟ့ၣ်န့ၣ်။ အဒိ-တၢ်အိၣ် တၢ်အိၣ်(မုတမ့ၢ်) အိၣ်ဆိအလီၢ်အကျဲပွား နသ့ၣ်ခိၣ်န့ၣ် လၢန့ၣ်လၢပွာရှံန့ၣ် ဝဲဝဲမး အိၣ်တီၢ်က့ၤသ့တ ဖၣ်ဟ့ၣ်လီၤန့ၣ်။ မ့ဒီးန့ၣ်မတၢ်အဂီၢ်လဲဉ်၊ မ့ၢ်လၢမ တၢ်အသိလဲဉ်။
- နမတော်မအခါဘျီ (အခါလၢ ဟ့ၣ်လီၤပာ်မတၢ်မခါ တလၢထီၣ်) မ့ဘၣ်မတၢ်မၤစ့ၣ်ကိးအပွားကန့ၣ်။ မ့ၢ်ကန့ၣ်ပွဲၤလဲဉ်။
- နဆိမိၣ်လၢ နသ့ၣ်ခိၣ်အိၣ် နကမၤထီၣ်ကသ့ခါ။ မ့ၢ်လၢမတၢ်မၤ ကမၢ်ဘၣ်ထီၣ်လဲဉ်၊ ပွဲၤလဲဉ်၊ အခါဖဲလဲဉ် နကမၤကတိာ်က့ၤလဲဉ်၊ မ့ဝဲနသ့ၣ်ခိၣ်န့ၣ် နလီၤက့ၤအဝဲ ကမၢ်လီၤတိာ်လဲ ကွဲးပာ်ဝဲ လံာ်တဘျီန့ၣ် မ့ၢ်ကဟ့ၣ်ပာ်န့ၣ်။



နဘၣ်မတၢ်မၤမုၢ်နံၤတဖၣ်ဒီးမုၢ်နံၤအိၣ်ဘျး သ့ၣ်တဖၣ်-

- လၢနဂီၢ်ဘၣ်မတၢ်မအခါဒီး အိၣ်ဘျးအခါန့ၣ် မ့ၢ်အဆၢကတီၢ်ဖဲလဲဉ်။
- မုၢ်နံၤဖဲလဲဉ်တနံၤန့ၣ် နအိၣ်ဘျးမုၢ်နံၤလဲဉ်။တနွံတသိခါ၊ လၢနဘၣ်သးအိၣ်ဘျးမုၢ်နံၤန့ၣ် နရှံန့ၣ် သ့ခါ။
- တနံၣ်အတီၢ်ပူၤန့ၣ် ကဟ့ၣ်အိၣ်ဘျးန့ၣ် ပွဲၤသိလဲဉ်။ပွၤအါဂၤ အိၣ်ဘျးမုၢ်နံၤ ဒီးတၢ်ဘျးတၢ်ဘါမုၢ်နံၤန့ၣ် ကဟ့ၣ်အိၣ်ဘျးန့ၣ် စ့ၣ်ကိးခါ။ မုၢ်နံၤအိၣ်ဘျးသ့ၣ်တဖၣ်အံၤ မ့ၢ်နန့ၣ်အလှူပွာစ့ၣ်ကိးခါ။
- မုၢ်နံၤအိၣ်ဘျးခါန့ၣ် ပွၤတမ့ၢ် ဟဲဟးလၢနအိၣ် ကန့ၣ်ခါ။ တၢ်မၤ အိၣ်ဘျးခါန့ၣ် ပွၤတမ့ၢ်ဟဲဟး အိၣ်ဒီးဝဲခါ။



နမူနာအိပ်လော့ နသုင်ခိင်ရှင်ပူနုး-



➤ မုင်နုးအိပ်ဘဲးခါ (မုတမုင်) နမတော်မာဝဲခါနုး လော့ရှင်ချု၊ နကဟးထိုင်အိပ်ဒီး ဝဲစွဲကိးခါ။

➤ ဖဲနမတော်မာ ရှင်နုးနုးကု လော့နုးကိင်တင်သဘျူအိပ်ဝဲလိာ်။ လော့နုးကိင်ဒီးလိာ်ဆီ(ခွဲးသံသီးနုး) အိပ်ခါ။လော့နုးကိင်လိာ် ဆီအိလျှာ်ထံ လိာ်၊ ဒီးလိာ်ခဲလိာ်ဆီ အိပ်စွဲကိးခါ။



➤ ရှင်ဖိယိဖိခဲလော့အကိင် တင်အိပ်တင်အိနုး နဘာ်တုလိာ်နုး အသုင်ဝဲကိင်ခါ။ နုးမိင်နုးအိပ်ဘာ်အခါဒဲးလဲင်။ ဒဲးသီးပုဂ္ဂဟာ်အိပ်သီး နအိပ်ဘာ်စွဲကိးခါ။



➤ လော့မုင်နုးမိ သုင်ခိင်နုးကဟ့ပ်မဲယုင်နုးဒီး အခံင်အဖိခါ။ မုင်က ဘာ်ကွဲးဖိသုင်အိပ်ခါ။ အိပ်တဆူင်ဘာ်(မုတမုင်) စူခိင်တဂုးဘာ် ပုးသးပုင်သုင်တဖုင် မုတင်ကွဲးနုး ကမာနကွဲးခါ။

➤ ရှင်အကိင် တင်တြိဘံးဘာ်ကအိပ်ဝဲနုး နဘာ်ရှင်မူဒါ၂၄ နှင်ရှင်လော့လိာ်ခါ။ မုင်နုးမိဟးထိုင် ရှင်ချု၊တနုးဘာ် ထုးထိုင်ဟ်တင်က လျှာ်အိပ်စွဲကိးခါ။ ဟးထိုင်ရှင်ချု၊ အိပ်ဝဲအဆာက တိာ်ဖဲလဲင်။ လော့ပုဂ္ဂဟာ်ဘာ်လူဟ် “ရှင်တင်နုင်လိာ်” အိပ်စွဲကိးခါ။

➤ သုင်ခိင်ဘာ်တကဟ့ ကွဲးအိပ်ဘဲးမုင်နုးခါ ပုးမတော်မာဖိသုင်တဖုင် အခံင်အဖိနုးဟ့ပ်ဒုဟ်ဟးဝဲလော့ရှင်ဒီး ဟ့ပ်မဲတိာ်ဝဲလိာ်။ ဒဲးသီးနုးမိင်နုးသုင်ခိင်နုး ကအိပ်ဒီးဝဲခါ။ မုဟ့ပ်ဟ်ဝဲနုး ကအိပ်တင်ဝဲလော့ နစုလါပူခါ။



ဖိပ်တင်မာရှင်ပူအံ၊ ဘာ်အိပ်လိာ်ဆီလိာ်မးဒီးပုဂ္ဂဟာ် ဘာ်အိပ်ဝဲလော့ရှင်လိာ်ဆီတဖျှာ်ပူနုးလိာ်။ ဘာ်မတော်မာဖဲ ရှင်တဖျှာ်ပူ နုးအယိ ဘာ်အိပ်လိာ်ဆီဝဲလိာ်။ အယိနုး ပုးသုင်တဖုင်အံ၊ ကအိပ် ဘဲးအကိင်နုး ကြားဘာ်လိပ်ဝဲ ဒီးလိာ်ဆီလိာ်။ တင်လိာ်အဝဲနုး ဒဲးသီးနုးသးအိပ်အတာ် နအိပ်ဘဲးကသုအကိင် အလိာ်ကအကျဲ ကဘာ်မုင်ဝဲလိာ်။

နမူနာအိပ်လော့ နသုင်ခိင်ရှင်ချု နုး-



➤ ကိးမုင်နုး နမတော်မာအခါနုး ဒဲးသီးလိာ်ခါ။ တနံနုး နကဘာ်မတော်မာ ပုးနုးရှင်လဲင်။

- နအိပ်မုအခါ ကဟုန်နု၏။ ဒံးသီးရှိုက်ကစာအိပ်ဘုသီးမုန အိပ်ဘုခံကီး၏။
- ကိုအိပ်ဘုးမုနု၏ (မုတမံ) အရခိပ်မုနုသုတဖုနု၊ ဖဲနုမတုာ်မခါ နဒံပိသု ဟဲအိပ်ဝဲလု၊ နအိပ်ကသု၏။



လုနဂီဘုခဲနိပ်ကစာဒီးသးတုအိပ်ဆူအိပ်ချ -

- တုကကဲထိပ်သး တလုာ်တပုာ်အဂီ ကဘုပဒုာ် ပဒDဒံးလဲာ်နု၊ ဟုန်နုတုာ်မလိ အိပ်စုကီး၏။
- နအိပ်မုတဆူဘု မဆိကုဆါဘိ နလဲဘိသးကနု၏။
- နအိပ်မုတဆူဘု မဘုအိပ်ဘုးစုကီး ဖဲနုတုာ်မဟါဂီအ သိသုတ ဖုနုကဟုန်နု၊ စုလါစုကီး၏။
- နသုခိပ်နုမတုတကလဲာ်။ တဘျီယိ ပုအါကမုမုနုလု၊ နဂီ ကကဲထိပ် တုဘုတုာ်တုတုနုသးလိ။ ပုလုကမုလိနုနု၊ နက ဘုသုညါဆိလိ။ ဖိသုသုတဖုဘုမု ကုသးပုနုတုကြး မဝဲဘုလိ။ နတကကဘုမုဝဲ ပုလဲတုမဲညါဒီး ဖိသုသု တဖုနု ကဘုလုမိာ် ဖိာ်ထွဲဝဲ နလိခဲလိ။
- နသုခိပ်နု တုအိပ်ဆူအိပ်ချအဂီဒီး နမုဘုဒါဘုထံး နု ဘိသးအဂီကတုနု၊ နလံာ်တုာ်လိသးစုကီး၏။ မုတုဟု နုနု လုာ်အလုာ်အပုသုတဖုနု နကဘု ဟုာ်ဒါကဒုကုအဝဲစုကီး၏။(နတကမုမု နမတုာ်မဘု ဒီး တုနဲာ်လိ၊ အတုနုမုဟုာ်လိဟာ်စရိ ကဘိသးအဂီ လံာ်တုာ်လိနု၊ နဝဲတဘျီယိလိ။)
- နတက မုအိပ်ထိပ်ဒီးနသုးနသး တုနုမတုာ်မကဲ နသု ခိပ်နု ကဟုန်နုမတုာ်မစုကီး၏။ နသုခိပ်နု မုဒါလုနဘု မနု ကထုးလိစုနု နနုတုာ်မစုကီး၏။ နသုခိပ်နု နပုံစုလိနုဖိခါ တဒိပ်တံာ် နစုလါဘု ကပျဲထုာ်စုကီး၏။



ထိတလဲတင်မေးဒီး ဃုတင်မသိ

ဃုတင်မခါ ဘဉ်လဲကွာဝဲဒီးသီး ကပူတင်အတင်သိ-
ကျဲလၢနဘဉ်လဲနု ဃုသုဉ်ညါနု ဒီးနကစၢ်လီၤ။

နလဲတင်ခါဒီး နမုတူတင်လီၤသိတဟ်ဟ်နု နကဘဉ်အိဉ်ဝဲ လီၤမ
လိာ်ဒီးတင်လီၤနုလီၤ။ လၢနသးပုဘဉ်နသးမုတမုာ်လၢဘဉ် နလဲအိဉ်
နကစၢ်သးဒီး ဟးထီဉ်လၢတင်လီၤတဟ်နု လၢအချဲလီၤ။ ဖဲအဘူးအိဉ်
မုာ်ဝဲဖျါ၊ သဂီၢ်၊ ဃီဉ်၊ ရဲစခး၊ တၢ်ဆါစွံဉ် (ကသံဉ်တး)
တၢ်လီၤတဟ်နုဟးဃုကွၢ်နု လီၤ။ တၢ်လီၤသုဉ်တဟ်အံၤ ပုၤမၤနုၤ မၤပဲတၢ်
“မုတမုာ်” တၢ်မၤပျံၤမၤဖူး အဂ္ဂုအကသုဉ် တဟ်ကပူဖျဉ်ထီဉ်ဝဲအဂီၢ် ဖဲလိာ်ဘဉ်ခါ ကအိဉ်ဘူးအိဉ်သါ
အလီၤအကျဲလီၤ။



တချုးနလဲနုလီၤ မၤတၢ်မၤဒဲးဘဉ် နသုဉ်ခိဉ်အဂ္ဂုအကျိးဒီး အဝဲသုဉ်စွံဉ်အဂ္ဂုကျိးနု ပ္တဲအသုတဉ်
ဃုသုဉ်ညါလၢအဆိလီၤ။ မုသုမုဘဉ် ပုၤလၢနနာ်အိဉ်သုအိဉ် နဘဉ်သံကွၢ်ဝဲနသုဉ်ခိဉ်သိ အဂ္ဂု လီၤ။
နသုဉ်ခိဉ်တက အတၢ်ဖဲတၢ်မၤ အအိဉ်အဆိ(မုတမုာ်) ထူးထီဉ်ဟ့ဉ်လီၤနုမုလၢခါ အမံၤဟါဂီၢ်အိဉ်ဟ်ခါ။
နမုမၤပုၤရွာ အိဉ်တၢ်ဖိ ဃုနု နတၢ်မၤနု နကဘဉ်သုဉ်ညါဝဲ ပုၤရွာအိဉ်တၢ် တက အဂ္ဂုအကျိးလီၤ။ နတက
ဒီးပုၤလၢတၢ်ချာ အဆၢတလီထီဉ်တၢ် မုာ်နကဘဉ်အိဉ်လီၤမးတကလီၤခါ။ ဖဲနဘဉ်သးတၢ်မၤစၢၤခါ
ဖဲအဘီးနု ပုၤလၢမၤစၢၤနသုမုသကိး (မုတမုာ်)ပုၤလၢန သံဉ်ညါကအိဉ်ခါ။ အိဉ်ဖဲနမၤတၢ်မၤလီၤနု
ကဘဉ်ကွၢ်စွံဉ် ဒဲးလဲဉ် မုာ်နသုဉ်ညါစုာ်ကိးခါ။

နဒိဖိမိဒီး နတၢ်သကိးအိဉ်နု နကဘဉ် ကျဲရဲဝဲထီဘိလီၤ-

လၢနမိာ်ဟ်အိဉ်နု နသုဉ်ခိဉ်အမံၤ ကဘဉ်ကိးစိဝဲကလံၤအနီဉ်ဂံၢ်။ အိဉ်တဉ် လီၤတၢ်ကျဲ။
(ပုၤရွာအိဉ်တၢ်ဖိမုအိဉ် ပုၤရွာအိဉ်တၢ်ဖိအမံၤ နကဘဉ်တံၤအဉ် စိကလံၤအနီဉ်ဂံၢ်။
အိဉ်တၢ်လီၤတၢ်ကျဲ) သုဉ်တဟ်နု နဘဉ်တဲဘဉ်ဟ်ဝဲ နမိာ်နဟ်လီၤ။ နမုာ်ဖိဉ်တၢ်မၤ
လၢအိဉ်ယံၤထီဉ်နု လၢနမိာ်ဟ်ဒီးနတၢ်သကိးအိဉ် နဘဉ်ကျဲချီဝဲ ထီဘိလီၤ။
နမုာ်တကျဲချီဒီးနမိာ်ဟ်ဘဉ် အိဉ်မုသုဉ်ထီဉ် ဒီးပုၤလၢကလူ ကျဲချီဃု ကုၤနသုဉ်
တဟ် နဘဉ်တူၢ်လီၤဟ်နသးလီၤ။ (ဖဲလံာ်အိးဖိ တဘဉ်အံၤအလီၤခဲပုၤလၢ မၤစၢၤနကသုကရု ကရီအမံၤ
သုဉ် တဟ် ကွၢ်လၢ်တကလီၤ)။



နမုာ်တူတင်လီၤသိတဟ်နု ဃုသုဉ်ညါဟ်နု တံၤသကိးအသိလီၤ။ ဖိဉ်တၢ်မၤ
ဒဲးသီးပုၤမၤတၢ်မၤဖိစွံဉ်ပုၤနု ဃုသုဉ်ညါဟ်လီၤ။ ပုၤမၤတၢ်မၤဖိဒဲးသီးသီး ထံဉ်လိာ်
သးကညီအဂီၢ် နတကနကဘဉ်ဆဲးကျဲဝဲလၢအဝဲသုဉ်အိဉ်လီၤ။ နဘဉ်ဃုဟ် နအ
ဝဲသုဉ်ကလံၤအနီဉ်ဂံၢ်မုဝဲ ကွဲးရွာဟ့ဉ်လိာ်သးဝဲလံာ်ဖုဉ်ဖုဉ် ကဘဉ်ကျဲချီ လိာ်သး
ထီဘိလီၤ။



A cartoon illustration of a light blue car. A male driver is visible in the driver's seat. Three female passengers are shown: two are in the front passenger area, and one is standing outside the open rear door, gesturing towards the interior. The car is parked on a light-colored surface.

ပျူရွှေအိတ်တိ(မုတမ္မာ) နသုဒ္ဓိခိနုမုတံနု နလံလံသုတဖုနု ကကုဂုဟာဃာန .နု
ဟုဒ္ဓိအဝဲလံအနီကီ တဘုနုတဂု။ ဟုဒ္ဓိအဝဲသုလ၊ နဒိဟာအကဲ (မိတ္တူ)တဘုနုလီ။
လံ လံအနီကီ တဖုအံ လ၊နဂီ အလူအပူ အိတ်ဒီး နမုဘုကုတေ အသီနု ကိဒ်မးလီ။
နကကုလ၊ရှံ (မုတမ္မာ) နကဃူတိမသီ လံလံအဝဲသုတဖုအံ ဘုလိတ်ဒီး
မုတအိတ်ဘုနု နကဘုဖိတ် ကြိသုလီ။ လံလံအနီကီနကု လီမာဝဲသုဒီး နဘုဒိဟာဝဲ
အကဲ(မိတ္တူ)ဒီး(အပိ)အဘုလီ။

ဖဲအခါအံ၊ နာတကမ္ပာနဘုသး တာ်မာစာစိုက်ကီးဒါ။
ဖဲလံာ်အိးဖိတဘျုာ်အံ၊ အလီၢ်ခဲလံာ်မဲာ်သျှံတဖျုာ်န့၊ အိးထီၣ်ကွၢ်လီၤ။

ယအံ၊ ပှမေတမ်၊ ရှံဉ်ပူတကလီ။
ယအံဒဲးသိး ယဘဉ်မေ့ဒါအိဉ်ဝဲအသိး ယကဘဉ်
န့ဉ်ဘဉ်ဝဲ တၢ်န့ဉ်သါန့ဉ်က့ အိဉ်ဝဲလီ။

ယန့ဉ်က့ဒဲးသိး ပှမေတမ်မိ ဂူကအသိး
ကြးကဘဉ်န့ဉ်ဘဉ်ဝဲတၢ်ရူတံသကိးအိဉ်ဝဲလီ။
လာယဂီၢ် မ့ၢ်ဝဲတၢ်ဘဉ်ယူၢ်ယီၢ် ဟံကဲယန့ဉ်
ယဃုထီဉ်လီ။









ဝဲတၢ်တဟါန့ၤ



ဒိၣ်းန့ၣ်ဟ့ၣ်အိၣ်လျၢ်ဖိ
သ့ၣ်ထံ ဝဲလဲၣ်ခါ

ဝဲလဲၣ်၊ ယကွၢ်မံ
သ့ၣ်လဲၣ်ခါ

သ့ၣ်လဲၣ်မ့ၢ်တဖၣ် မိၤဂီၤ
န့ၣ်ဟ့ၣ်ဟတၢ်ကိၣ်ဘၣ်



မ့ၢ်လိၤ၊ ယလိၤဘျး ဒိၣ်မးလိၤ
တနံၣ်တသိၣ်အိၣ်ဘျးတန့ၢ်ယၤ

သ့ၣ်မ့ၢ်ဒိၣ်ထံ၊
တနံၣ်၊ ကသ့ၣ်ခါ

မ့ၢ်ဒိၣ်ထံးတနံၣ်



အခါဘၣ်ယသးပုံထီၣ်
ဒိၣ်မးလိၤ မ့ၢ်န့ၣ်အိၣ်ဘျးမိ
မ့ၢ်လု

မ့ၢ်ဒီးန့ၣ်တကၤဒီးတကၤ
ပတၢ်ကလံၤ အသ့ၣ်လဲၣ်နီၤ

ဒိၣ်တနံၣ်ဒီး ပလံၤဟးနီၤမ အခါဘၣ် လၢယအိၣ်
လိာ်လိာ်အိၣ်ကိၣ်မံလံၤသ့ၣ်ဒိၣ်တယၤ
မ့ၢ်ဒိၣ်ထံးတနံၣ်န့ၣ် ကသ့ၣ်ထီၣ်ဟ့ၣ်ယန့ၣ်လဲၣ်

နမ့်ဃုတင်မၤစၢလၢ တၢ်ချုဂုကန့ၤ



ပြုမေတ်မေ ချဉ်ပူတကအံ၊ မုဘာသးယုတ်ဆိုင်ထွဲမေစာ၊ လာအဗုဗာဒီး
ယုဘာဝဲသုလီ။ အဒိ-

- လာနဂီၢ်တၢ်န့ၢ်သါတခါခါန့ၢ် သ့ၣ်ခိၣ်တက ဗုတလုာ်ပိာ်ဘၣ်။
- နဘၣ်မၤတၢ်ဖဲးတၢ်မၤအါတလၢ (မုတမ့ၢ်) အိၣ်ဘဲးတုဲသ နီတဘျီဘၣ်။
- လၢနမၤလိဘၣ် တၢ်မၤလိန့ၢ်မုထီၣ်တြိးဒီးမုဒါ လၢနဘၣ်မၤကီၢ်ဒိၣ်ဝဲအသိ၊ စုလၢခိတအါဘၣ် အဒိ-လၢနမၤသ့န့ၢ် ကွၢ်ပှၤဆါ (မုတမ့ၢ်) ဘၣ်မၤမိ ဖိအိၣ်တုၤအိၣ်တၢ်တခါခါ။
- ဖဲနဖီၣ်တၢ်မၤရွံၣ်ပူၤန့ၢ် လၢတဘၣ်အကျိၢ်ဘၣ် ပှၤနီဟးထီၣ်န့ၢ် (မုတမ့ၢ်) နသ့ၣ်ခိၣ်န့ၢ် တထုး ထီၣ်ဟ့ၣ်န့ၢ်စုလၢဘၣ်။
- နသ့ၣ်ခိၣ်၊ ပှၤရွံၣ်ဖိပိဖိဂုၤက (မုတမ့ၢ်) ဖဲနဖီၣ်တၢ်မၤရွံၣ်ပူၤ ပှၤမၤတၢ်မၤဖိတကမၤမ့ၢ်ဂုၤလၢ နဖိခိၣ်ဘၣ်ဆဲး နီၣ်ကစၢ်မ့ၢ်ဂုၤ (မုတမ့ၢ်) နီၣ်ကစၢ်လိမုတုၤလိ၊ မၤတလၢန့ၢ်တမံမံ (မုတမ့ၢ်) ဘၣ်တၢ်မၤ တဂီၢ်တပါန့ၢ်။
- လၢနဂီၢ်ဘၣ်ဆဲးမ့ၢ်ဝဲ လံာ်လဲာ်သ့ၣ်တဖၣ်န့ၢ် သ့ၣ်ခိၣ်တကတဟ့ၣ်န့ၢ်ဘၣ်မုၣ်ပာ်ဝဲ။
- နသ့ၣ်ခိၣ် (မုတမ့ၢ်) နသ့ၣ်ခိၣ်ဂီၢ် မၤခဲးန့ၢ် တၢ်မၤပှၤဂုၤသ့ၣ်တဖၣ် တၢ်မၤလၢနမၤတမ့ၢ်ဘၣ် မၤ နမၤဆၣ် (မုတမ့ၢ်) လၢနဂီၢ်တၢ်န့ၢ်သါ မ့ၢ်ဝဲအိၣ်ဘဲးခါ ဟးထီၣ်ရံၣ်ချၢတန့ၢ်ဘၣ်။

ပျက်စီးချက်ဖိစီးမှုနှုန်း၊ မဟာမိတ်ဖော်အစီအစဉ် ဘဏ္ဍာရေးအရအခြေအနေ

- ကိတ်ကြိုင်တဲင် တၢ်နီၣ်လီၤပူၤန့ၤ ပှၤကိတ်ချူဖီသ့ၣ်တဖၣ်အံၤ ဖဲတုဟ် လံာ်ကိတ်ဆၣ်တဘျုးပူၤအံၤ လီၤ လဲၤကွၢ်ဝဲသ့လီၤ။
- နမ့တလူၤပိာ်တၢ်နီၣ်လီၤဘၣ်အံၤ ကိတ်ကြိုင်တဲင်ပဒိၣ်သ့ၣ်တဖၣ် အိၣ်အဂီၢ် ဒီး မၤတၢ်မၤလံာ် န့ၤပတုာ်ကွၢ်ဝဲတထံၣ် ဃီဒီး ကဖီၣ်က့ၤရှုၤန့ၤလၢ နထံကိတ်န့ၤလီၤ။
- တၢ်မ့ၢ်ခိ ပှၤမၤတၢ်မၤ ရံၣ်ပူၤသ့ၣ်တဖၣ်အံၤ လဲၤကွၢ်ဝဲလၢကိတ်ဆၣ်ဂုၤသ့ဝဲလီၤ။ တၢ်မ့ၢ်ခိ သ့ၣ်ခိၣ် (မ့တမ့ၢ်) သ့ၣ်ခိၣ်အမၤတကၤ ကဘၣ်ပှံဝဲမးလဲၤကွၢ်ဝဲသ့လီၤ။



အိုင်လာသစ်မံလတ်ပွကျါ ဟဲထိုင်အိုင်ဘုာ် လာခိုင်စိုဏ်ထီပူ နှု ခံးသီးဝဲန့ာ်ဘုာ် တာ်ခိုင်ဖးတမံသီး အဘျူးအဖိုင်အိုင်ဝဲဒီးဘုာ် သးဆဲးဆူခိုင်မးလီ။ တာ်မုာ်ခိကဲထိုင်ဝဲ တာ်ကိာ်တာ်ဂီလာသး သုဝဲစိုဏ်ကီးလီ။ အိုင်ဒီးသတံးလီ။ လာနဂီတာ်ဘံးဘာ ကအိုင်ဝဲ နှု ဆိမိုင်လာညါလီ။ နမုလီဘုာ်တာ်ကိာ်ခဲ အဆာကတီာ်ခါ၊ နတုာ်အိုင်သး အပတီာ်နှု နတဘုာ်ဆိမိုင်ဘုာ်လီ။ ခံးသီးနကန့ာ် တာ်မာစာနှု နသုတာ်မာစာသုလီ။ တာ်အဝဲအံး မုာ်ဝဲပကညိမိ ကိးကအဂီတာ်န့ာ်သါလီ။ ပုလမုဒါအိုင်ပဒိုင် သုာ်တဖုာ် ကဘုာ် ဩပဒိဝဲနှု မုဒါအိုင်လီ။

ပုမာတာ်မာဖိသုာ်သးစာ်သုာ်တဖုာ် ကဘုာ်သုာ်ညါအရခိုင်



ဖဲယီကီာ်(ကီာ်ကျိုင်တဲာ်)အံး ကီာ်ကျိုင်တဲာ်ဖိ (မုတမုာ်) ပုကီာ်ချု၊ ဖိမုာ်ဂု၊ အသးနံာ် ၁၅နံာ်ဖိလုာ် ဖိသုာ်သးစာ်သုာ်တဖုာ်အံးဖိုင်တာ် မာရှုာ်ပုမာမာအိုင်ဝဲနှု တအိုင်ဝဲဘုာ်ဒီးဩပဒိဃာ်ဝဲလီ။

သးနံာ် ၁၅နံာ်ဒီး၁၈နံာ် ဖိလုာ်ဖိသုာ်သးစာ်သုာ်တဖုာ်အံး ဟုာ်မာဝဲတာ်မာလီ။ တာ်မုာ်ခိကဘုာ် ဟုာ်မာဝဲတာ်မာလု အပံ့သုာ်တဖုာ်လီ။ ထံကီာ် အးကီာ်ပုမာတာ်မာဖိအါခွာ်ဝဲ ဖိုင်တာ်မာအတာ်နံာ် လီဒီးမဲကီာ်ကျိုင် တဲာ် ပုမာကု နိုင်လီဝဲခံးန့ာ်လီ။

နတဂု ဖဲတာ်နံာ်လီပု သးနံာ်အဆာကတီာ် မုတတလုာ်ခံးဘုာ်မုပုာ်အိုင်ခံး ကထိုင်ကျိအဂီဒီး ကဃုအါထိုင် တာ်သုတာ်ဘုာ်အဂီ ခံးသီးကန့ာ်နှု နသံကွာ်လာနသုာ်ခိုင်အိုင်သုလီ။


ဖိသုာ်သုာ်တဖုာ်အံး ဘုာ်ပုဆါအိုင်၊ လုတာ်ဖဲးတာ်မကျါ နိုင်ကစာ်လီဘုာ်တာ်မာအိုင် အိုင်ဝဲအါ အယိဒီး ကျိုင်တဲာ် ပဒိုင်သုာ်တဖုာ်သးနံာ် ၁၈ နံာ်ဖိလုာ် ဟဲနံာ်လီ မာတာ်မာဖိသုာ်သုာ်တဖုာ် မိာ်ပာ် (မုတမုာ်) ပုလုာ်ကွာ်ထွဲအသုာ်ဝဲသု (အဒိ-ဒိတကိး ခံးသီးသီး တသုဘုာ်)တပုာ်ဘုာ် လုကီာ် ကျိုင်တဲာ်ပုအံး တကြးဟဲနံာ်လီ မာတာ်မာဘုာ် ဟုာ်ဟဲဝဲ သတုးလီ။

လာဂုမဟုာ်သတုးသုာ်တဖုာ်


သုာ်ခိုင်အါကနှု လုအဝဲသုာ်ဂီာ်ပုဖိုင်နု တာ်မာရှုာ်ပုမာတာ်မာဖိဖိခိုင် ပုာ်ဘျူးဟဲဖိုင်ဝဲလီ။ သုာ်ခိုင် တဖုာ်အံးဟုာ်ဝဲ စုလါလုအကြး ဒီးတာ်မာမုာ်နုအိုင်ဘုးတနွံတဘျီ၊ ဖိုင်တာ်မာမုာ်နုခါ အိုင်ဘုး အဆာကတီာ်၊ ဟုာ်ဝဲနီာ်ကစာ်ဂီာ် တာ်သဘျတစးတမုး(အဒိ- ဟုာ်အိုင် ဝဲဒါးလီဆိ) တာ်အိုင်ဆူာ် အိုင်ချုအဂီဒီး မုဘုာ်ဒိဘုာ်ထံးနှု ကဘျီဝဲအဂီာ် လံာ်တူာ်လီ၊ အိုင်ဆူာ်အိုင်ချုနှု တုနု ဝဲလီ။ တာ်မုာ်ခိ သုာ်ခိုင်ဘုာ်တနီနီနှု ပုမာတာ်မာဖိသုာ်တဖုာ်မာတာ်မာ ဘုာ်အိုင်လီဆိတဂု အဖိခိုင်မာ နုာ်ဝဲဒီး တဟုာ်ဝဲစုလါဘုာ်၊ ကဟုာ်ခွအိုင်ဘုးဘုာ်(မုတမုာ်) ကဟုာ်ထိုင်လာရှုာ်ချုနှု တအိုင်ဝဲဘုာ်

လီ။ ပွားကီၣ်ချာဖိဟဲနံၣ်လီၤ မၤတၢ်မၤသ့ၣ်တဖၣ်အံၤ လၢအဝဲဂီၢ်ဖဲယၢ်ကီၢ်ပူၤ မၤတၢ်မၤဒီးအိၣ် အဂီၢ်လံာ် မ့တအိၣ်ဘၣ် ဘၣ်တၢ်မၤနၢၤဒံးန့ၢ်အယီၤ လၢအဝဲသ့ၣ်အကျိၣ်အကျၢ် အသးဆံးဝဲ ဒိၣ်မးလီၤ။

န့ၢ်တၢ်မၤန့ၢ်ဘၣ်တၢ်မၤနၢၤ တဘၣ်အကျိၣ်အကျၢ်ဘၣ် နကသ့ၣ်ညါဒံးလံာ်-

 တၢ်ကဲထီၣ်သးအါတက့ၢ်န့ၢ် ပွားမၤတၢ်မၤသ့ၣ်တဖၣ် ဘၣ်တၢ် မၤဆိၣ်တၢ် မၤဆူၣ် (မ့တမ့ၢ်) ဘၣ်တၢ်မၤအိၣ်ဒံးသီးက့ၢ် ဘၣ်တၢ်ဆိၣ်တံၣ်မၤနၢၤတဘၣ်အကျိၣ်ဘၣ်။

အဒိ-နသ့ၣ်ခိၣ်န့ၢ် ကဘၣ်ဟ့ၣ်န့ၢ်စုလါ (မ့တမ့ၢ်) လၢရှံၣ်ချာနကဟးထီၣ် တဟ့ၣ်ဟးထီၣ်န့ၢ် ဘၣ်။ ကဖိၣ်ဃံးန့ၢ် ကလံာ်အိၣ်န့ၢ် (ကတဲပျံးမုးန့ၢ် ကမၤဒၢၣ်န့ၢ် စုတုၤလီၤမိၣ်တုၤလီၤ။ နီၣ်ကစၢ်လီၤမၤတရီၤတပါန့ၢ်)သ့ၣ်တဖၣ်။ သ့ၣ်ခိၣ်တကန့ၢ် လၢနဂီၢ်ဘၣ်ဆဲးမ့ၢ်ဝဲ လံာ်လံာ်သ့ၣ်တဖၣ် (မ့တပုံတၢ်လံာ်ခိၣ်တံၣ်ကီၢ်၊ မၤတၢ်မၤအဂီၢ်လံာ်) သ့ၣ်တဖၣ်န့ၢ် ရံၣ်ပာ်ဝဲတသ့ဘၣ်လီၤ။ လံာ်လံာ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤ မ့ၢ်ဝဲနနီၣ်ကစၢ် တကဂီၢ်ဘၣ်ဆဲးဒီး မ့ၢ်ဝဲတၢ်လၢအရဲဒိၣ်လီၤ။

 ဒံးန့ၢ်အသီးန့ၢ်တက မ့ၢ်ဘၣ်တၢ်မၤနၢၤမၤအၢ တမံမံန့မ့ၢ်ဘၣ် တူၢ်ဘၣ် ကီၢ်ဒံးန့ၢ် လၢယီၤဒိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အိၣ် နလဲၤတီၢ်ဖျါထီၣ် တၢ်မုးတၢ်ရံၣ်သ့လီၤ။အဝဲသ့ၣ်မိၣ် လၢနဂီၢ်ဘၣ်မၤဆဲးမၤစၢဝဲ မ့ဒါအိၣ်လီၤ။ လၢဂုၤက ကရၢကရီၤမ့ၢ်ဝဲ(ပွားလၢဟ့ၣ်န့ၢ် လံာ်အိးဖိတဖၣ်အံၤ ကရၢကရီၤ သ့ၣ်တဖၣ်)န့ၢ်က့ မၤစၢန့ၢ် ကသ့အိၣ်ဝဲစ့ၢ်ကိးလီၤ။



နမ့ၢ်ဘၣ်ဖီၣ် (လၢနအိၣ်ဘၢၤစၢ (မ့တမ့ၢ်) အိၣ်ကီၢ်ကွီၣ်တံၣ် ပူၤဒီးမၤတၢ်မၤ လံာ်မ့တအိၣ်)ဘၣ်န့ၢ်က့ လၢနမၤတၢ် တၢ်မၤအဂီၢ်လါလဲသ့ၣ်တဖၣ်န့ၢ် ကဘၣ်န့ၢ်ဘၣ်ဝဲအိၣ်လီၤ။ နမ့ၢ်ဘၣ်န့ၢ် ကမၤမ့အိၣ်တီၢ်ဒံးသီး ကက့ၢ်န့ၢ်က့ဝဲ ဖဲလံာ်အိးဖိအလီၢ်ခဲ ကရၢကရီၤ သ့ၣ်တဖၣ်အိၣ်(လၢနကျၢ်ချီန့ၢ်ခါ) ဆဲးကျၢ်သ့လီၤ။

ပွားမၤတၢ်မၤ ရှံၣ်ပူၤသ့ၣ်တဖၣ်အဂီၢ် ကတုလံာ်မၤတၢ်မၤ တီၢ်ထီၣ် စရဲဒီး ကမၤတၢ်မၤအ ကီၢ်ဒံးသီးကန့ၢ်တၢ်မၤစၢ ၁၅၀၆ ကိးဆဲး ကျၢ်သ့လီၤ။ (ကျဲကတီၢ်ကလံာ်အၢတဲသ့လီၤ ။ တဲတၢ်လၢယီၤကျိၣ်)

အဒိန့ၢ်တက နမ့ၢ်ဘၣ်တံ တၢ်ကီၢ်ခဲအၢသီတခါခါ ပွဲၤမံာ်တံၣ်နါ ၁၃၀၀ ကိးဆဲး ကျၢ်သ့လီၤ။ ကျဲကတီၢ်ကလံာ်အၢန့ၢ်က့ ကိးဆဲးကျၢ်သ့လီၤ။ တဲတၢ်ကတီၢ်ယီၤကျိၣ်။ နလံာ်အိၣ် (မ့တမ့ၢ်) တအိၣ်ဘၣ်န့ၢ်က့ တဘၣ်ကီၢ် ကတီၢ်ဘၣ် နဃုတၢ်မၤစၢသ့လီၤ။

ဖဲကီၢ်ကွၢ်တဲာ်ပူၤအိၣ် ပှၤမၤစၢၤဆိးထွဲသ့ၣ်တဖၣ်

ပှၤမၤတၢ်မၤဖိကရၢကရိဒီး ပဒိုၣ်ပပှၢ်တဖၣ်ဘၣ် ကရၢကရိသ့ၣ်တဖၣ် (NGOs)

နၤတကနလိာ်ဘၣ်တၢ်မၤစၢၤ တပှၢ်တၢ်လဲနကလဲၤယု တၢ်မၤစၢၤလၢ ပဒိုၣ်ပပှၢ်အိၣ် နမ့ၢ်ပျံးဖးတၢ် ဖဲတၢ်ဖိလၢ အမံၤအိၣ်လၢကရၢ ကရိသ့ၣ်တဖၣ်အိၣ် လၢကဘၣ်ဖိၣ် (မုတမ့ၢ်) ကဖိၣ်က့ၤၤနၤ တဘၣ်ပျံး ဘၣ်ဖးဘၣ် ဒီးသိးကနၤ တၢ်မၤစၢၤ ဆဲးကျဲနလဲၤယုတၢ်ကူၣ်သ့လီၤ။

ကရၢကရိအမံၤ	ကလံၤအနီၣ်ကိ	ကဘၣ်တဲာ်ကတိၤ	အိၣ်လီၢ်ကျဲ
မက်(ပ်)စတၢ်ဆေၣ် (MAP)	053 811 202 053 271 551	ပယီၤ ယီၤ ယီၤကွီၣ်တဲာ် အဲကလံၤ	ကီၢ်ကွၢ်တဲာ်ကလံၤဆိး
အလုၣ်သမၤအလုၣ်ခိၣ် တၢ်တၢ်တၢ် ကွၢ်က (LPN)	034 434 267	ပယီၤ ယီၤ	စမုးစါခါ ကီၢ်ဆၣ်
ကလေးသုၣ်ယံၣ်ဖျါတၢ်တၢ်တၢ်တၢ် ရှင်း (FCD)	02 435 5281	ပယီၤ လၢအိၣ် ယီၤကွီၣ်တဲာ်	ဘီကီးတၢ်
ပြန်မာနီၣ်ဒ် ဒီပိုကရေစီရရှိရေး ထိုင်းလူဝ် ရှာအုၣ်တၢ်မတီ (TACDB)	02 216 4463	ပယီၤ ယီၤကွီၣ်တဲာ် အဲကလံၤ	ဘီကီးတၢ်
လူ့အခွင့်အရေးနှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး မေဗီ ဆေးရှင်း (HRDF)	053 223 077 081 595 7578	ပယီၤတလၢပယီၤ ယီၤ ကွီၣ်တဲာ် အဲကလံၤ	ကီၢ်ကွၢ်တဲာ်ကလံၤဆိး
အိမ်တွင်းလက်မှုလုပ်ငန်းကွန်ပက်	02 513 9242	ယီၤကွီၣ်တဲာ်အဲကလံၤ	ဘီကီးတၢ်
အမျိုးသမီးများအတွက် မေဗီဆေးရှင်း	02 433 5149	ယီၤကွီၣ်တဲာ်အဲကလံၤ	ဘီကီးတၢ်
ကရင်အိမ်ပတ်အလုပ်သမားများသမဂ္ဂ (KDWU)	081 348 3479	ပိၢ် (ပိၢ်) ယီၤကွီၣ်တဲာ် ပကညီ	ဒဲနတုးအိၣ်တၢ်လိာ် ကီးစိအိၣ်တကီးသ့လီၤ
ပြန်မာအလုပ်သမားသမဂ္ဂများအဖွဲ့ချုပ် (FTUB)	081 642 2296	ပယီၤ ပကညီတလၢပ ယီၤကွီၣ်တဲာ်	ဒဲနတုးအိၣ်တၢ်လိာ် ကီးစိအိၣ်တကီးသ့လီၤ
ထိုင်းနိုင်ငံ အလုပ်သမား အဖွဲ့ချုပ် (LCT)	02 758 3300	ယီၤကွီၣ်တဲာ်	ဘီကီးတၢ်
ထိုင်းအလုပ်သမားသမဂ္ဂ အဖွဲ့ချုပ် (TTUC)	02 384 0438	ယီၤကွီၣ်တဲာ်	ဘီကီးတၢ်
ပုဂ္ဂလိကစက်မှုလုပ်ငန်းအလုပ်သမားအိ အမျိုး သား အဖွဲ့ချုပ် (NCPE)	02 932 9870	ယီၤကွီၣ်တဲာ်	ဘီကီးတၢ်
ပြည်သူ့ခိုင်လုံရေး အလုပ်သမားများအိ သမဂ္ဂအဖွဲ့ချုပ် (SERC)	02 537 8973	ယီၤကွီၣ်တဲာ်	ဘီကီးတၢ်
ထိုင်းအလုပ်သမား ဆွေးနွေးညှိညှိတၢ်တၢ်တၢ် ကော်မတီ (TLSC)	02 251 3173	ယီၤကွီၣ်တဲာ်	ဘီကီးတၢ်

ပဒိပ်ပပှ်ကရၢကရိသ့ၣ်တဖၣ်

အဒိနၢတက ၈ ဗ့ၣ်တိတၢ်အၢတၢ်သီ ခံးသီးကန့ၢ်တၢ်မၤစၢၤ လၢတၢ်ဖိလၢ် ပဒိပ်ပပှ် ကရၢကရိအိၣ် နဘၣ်ယုတၢ်မၤစၢၤလီၤ။

ကရၢကရိအမံၤ	ကလံၤဒၢနီၣ်ဂံၢ်	ကဘၣ်တဲၣ်တၢ်ကတိၤ
ခံးသီးကန့ၢ်တၢ်မၤစၢၤ အခါခါအံၤလီၤ	1300	ယီၤကျိၣ်
သူးကၤသး (ရဲ)	191	ယီၤကျိၣ်
ပှၤဟဲဟးလိာ်ကွဲသ့ၣ်တဖၣ်အဂီၢ်(ရဲ)	1155	ယီၤအဲကလံာ်ကျိၣ်
မၤတၢ်မၤဂီၢ်လံာ်လံာ်ဟါဂီၢ် ကတု ကဒါအသီခံးသီးကန့ၢ်တၢ်မၤစၢၤ	1506	ယီၤကျိၣ်
လၢအိၣ်ဒၢမိၤကရဲးတုးကီၢ် ကောၣ်စၢၣ်နီၣ်ရဲး-ဘီကီး	02 539 6667-8 ကျိၤဖးခံး(လိာ်ခွဲ) 109	လၢအိၣ်ယီၤ အဲကလံာ်ကျိၣ်
ကၤဘီဒံၤယါကီၢ် ကောၣ်စၢၣ်နီၣ်ရဲး-ဘီကီး	02 957 5851-2 (တနးလၢ-သောကြာ) 02 957 5886 (ဘၣ်ဆဲပှၤမၤတၢ်မၤသ့ၣ်တဖၣ် တၢ်မံးတၢ်မၤ အဂီၢ်အကျိၤ) 081 826 8551 (တမ့ၢ်ထီၣ်ရူခါဘၣ်ဒီး မ့ၢ်ဝဲအရူဒိၣ် ခါ နလိာ်တၢ်)	ခမၤယီၤ အဲကလံာ်



တဲၣ်တၢ်ဒီးကလံၤဒၢလၢရံၣ်။ နမ့ၢ်အိၣ်ဖဲ ယီၤကီၢ်ပှၤ လၢကီၢ်ဂုၤကန့ၣ်အိၣ်န့ၤ နမ့ၢ်ဘၣ်သးတဲၣ်တၢ် ထံကီၢ် တကီၢ်ဒီးတကီၢ်နီၣ်ဂံၢ်တၢ်သ့ၣ်နီၣ် (ကီၢ်ကျိၣ်တၢ်-၀၀၁) နဘၣ်ဆိၣ်လီၤလၢညါလီၤ။ မ့ၢ်ဝဲနထံကီၢ် နီၣ်ဂံၢ်တၢ်သ့ၣ်နီၣ် (ကၤဘီဒံၤယါကီၢ်-၈၅၅) (လၢအိၣ်ကီၢ်-၈၅၆) (ပယီၤကီၢ်-၉၅)ဆိၣ်လီၤမ့ၢ်ဝဲ နအိၣ်ကီၢ်ဆၣ် ဟီၣ်ကလံာ်နီၣ်ဂံၢ် ကလံၤဒၢနီၣ်ဂံၢ် ဘၣ်ဆိၣ်လီၤဝဲလီၤ။

ဒီဗီဇဒီဗီဇ: တံသကီးသုတ် ကလံဒါနီဂံသုတ်တဖန်-

၁။

၂။

၃။

၄။

၅။

၆။

၇။

တၢ်မၤနီၣ်သ့ၣ်တဖၣ်-

ပှလဟှန လံအိးဖိကရ၊ကရိ သှတဖှအံနကဟှ
နတကှတမစာသှဝဲစှကိးလီ။

ထုထိင်လံအိးအခါအံ ထံကိ်ဘှဆဲ ပှမတမဖိ ခိင်ကျှသှတဖှ ဘှလဲ
တိးဒီးဘှ အကျှအကျဲ-ဘှမတမဖိး ဘှအကျှအကျဲမှဝဲအတဟးဂဲ
တကှ တကျှဒီး အရှှပစှတလိ်ဟိင်ကဝိ ဒီးသိးကကဲထိင်တဖိး
တမလအဂတမတရဲတကျှ လအဆိတခါလီ။

ဖဲကီၢ်ကျိၣ်တဲၣ်ပူၤအံၤ နၤအံၤ ပှၤမၤတၢ်မၤၣ်ပူၤတၢ်ကၤစၢၤ။
ဖိသုၣ်ခါ (မုတမ့ၢ်) သးပှၤစၢၤ။ ယိၤကျိၣ်တဲၣ်ဖိခါ (မုတမ့ၢ်) ပှၤကီၢ်ချၢဖိခါ။ ပိၣ်မုၣ်ခါ
(မုတမ့ၢ်)ပိၣ်ခွါခါ။

လၢနဂီၢ်မူဒါဒီး- တၢ်န့ၢ်သါသ့ၣ်တဖၣ်အိၣ်ဝဲလီၤ။

တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤ နမ့ၢ်သ့ၣ်ညါန့ၢ်ဟံၣ်ပာ်န့ၢ် ပှၤမၤလီၤန့ၢ် တၢ်ဖဲးတၢ်မၤကျါ ပှၤမၤအိၣ်
ဆူၣ်န့ၢ်သ့ၣ်တဖၣ်ဒီးတၢ် အိၣ်တဲၣ်အိၣ်တၢ်မိၣ်န့ၢ် နကပဒုၣ်ဝဲအဂီၢ် ဟ့ၣ်န့ၢ်တၢ် မၤစၢၤသ့လီၤ။

လံာ်အိးဖိတဘျုးအံၤ လၢနဂီၢ် ဖဲနအိၣ်ကီၢ်ကျိၣ်တဲၣ်ပူၤ နကဘၣ်မၤတၢ်မၤဒဲးလဲၣ်
ကဘၣ်လဲၤက့ၤဝဲ ဒဲးသိးကပူၤ ဖျဲး တၢ်အၢၤသီဒဲးလဲၣ်။ လၢတဘျုးအကျဲဘျုး မၤအိၣ်ဆူၣ်တၢ်
ပှၤမၤခဲးတၢ်လၢသ့ၣ်ခိၣ်လီၤဒီး သ့ၣ်ခိၣ်တဖၣ်န့ၢ် ကဘၣ်ပလဲာ်ဒဲးလဲၣ်၊ နမ့ၢ်ဘျုးသးတၢ်မၤစၢၤ
ကဘၣ်လဲၤတၢ်လီၤ ဖဲလဲၣ်န့ၢ် ဟ့ၣ်န့ၢ်တၢ်ကူၣ်လီၤ။

ပျံတၢ်တဂ့ၢ်- အိၣ်ဒီးသတံးလီၤ။

ဖဲအခါအံၤ နၤတက နမ့ၢ်ဘၣ်တၢ်ဆိၣ်တၢ်မၤနၢၤန့ၢ်က့ - အခါတဖျုးဒဲးဘၣ်။



မၤတၢ်မၤလၢဘၣ်အကျိၣ်- အိၣ်လၢပူၤဒီးတၢ်အၢၤတၢ်သီ။

လံာ်န့ၢ်ကျဲအံၤ ပှၤမၤတၢ်မၤၣ်ပူၤဒီး ပှၤယဲာ်န့ၢ်လီၤမၤတၢ်မၤ သ့ၣ်တဖၣ်အဂီၢ်
လၢတၣ်ဖိလၢာ်ပှၤကတၢၢ်ကရိသ့ၣ်တဖၣ်အံၤ နီၤမိလီၤဝဲလီၤ။

Copyright © International Labour Organization 2009