

# တၢ်ကူၣ်ထီၣ်ဖးလီၤတၢ်မၤကဲထီၣ်အပျဲၤအဘိၣ်တပၣ်/ခရံၣ်ဖိအတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့

## တၢ်ပၣ်လီၤသး

တၢ်ကတိၤခီၣ်လဲၤအံၤ အိၣ်ဒီးတၢ်တိၣ်ပၣ်ကမၤစၢၤပုၤဖဲသကိးမၤသကိးတၢ်တဖၣ် ကကူၣ်ထီၣ်ဖးလီၤလၢတၢ်ဖဲ တၢ်မၤကဲထီၣ်ဒီးအိၣ်ဒီးတၢ်ဖိးဟုၤသၣ်တၢ်တဘျုးမံၤ ဘၣ်ဃးတၢ်မၤကဲထီၣ်အပျဲၤအဘိၣ်/ခရံၣ်ဖိအတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့ အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤလၢသရိၣ်ပူၤလီၤ.

တၢ်ဆၢကတီၢ်အကိၣ် - ၂.၂၅န့ၣ်ရံၣ် အိၣ်ဒီး ၁၅မံးနဲးအတၢ်ဆိကတီၢ်

## တၢ်ကတိၤခီၣ်လဲၤအဂ့ၢ်မိၢ်ပုၤ

- ၁. တၢ်ဆၢန့ၣ်တဖၣ် (၁၅မံးနဲး)
- ၂. ဃုသ့ၣ်ညါတၢ်ပၣ်လီၤသး ဘၣ်ဃးတၢ်မၤကဲထီၣ်အပျဲၤအဘိၣ်ဒီးခရံၣ်ဖိအတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့ (၂၀ မံးနဲး)
- ၃. ကူၣ်ထီၣ်ဖးလီၤလၢတၢ်ဒုးအိၣ်ထီၣ်အပျဲၤအဘိၣ်ဒီး ခရံၣ်ဖိအတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့ (၂၀မံးနဲး)
  - က. ထံၣ်ဘၣ်ပအိၣ်ဖဲလဲၣ်.
- တၢ်ဆိကတီၢ် (၁၅မံးနဲး)
  - ခ. ဆိကမိၣ်မုၢ်လၢတၢ်ဖဲပအဲၣ်ဒီးလဲၤတၢ် (၁၅ မံးနဲး)
  - ဂ. တၢ်တိၣ်ပၣ်လၢ ကလဲၤတၢ်ဒိလဲၣ်. (၂၀ မံးနဲး)
  - ဃ. ဃုသ့ၣ်ညါဖဲပလဲၤတုၤတၢ်ဖဲန့ၣ် (၁၅ မံးနဲး)
  - င. တၢ်ကတိၤလၢခဲကတၢ် (၁၅ မံးနဲး)

## တၢ်ကတဲၣ်ကတီၢ်ဒီးတၢ်ဖိတၢ်လံၤ

- ၁. ဖးခီဖျိတၢ်ကတိၤခီၣ်လဲၤအဂ့ၢ်
- ၂. မၤဘၣ်လိၣ်ကုၤနတၢ်တိၣ်ပၣ် ဒ်သိးတကြားဒီးနတၢ်အိၣ်ဆိးအလီၢ်, ကတဲၣ်ကတီၢ်တၢ်ဒုးနဲၣ်စလဲး (Slides), ဒ်နပၣ် လီၤနသးလၢ နကဒုးနဲၣ်လၢနတၢ်ပၣ်ဖျါအီၤန့ၣ်လီၤ.
- ၃. ဒုးအိၣ်ထီၣ်လံၣ်အဒိတဖၣ် လၢနကဟ့ၣ်လီၤအီၤန့ၣ်လီၤ.
- ၄. ကတဲၣ်ကတီၢ်မုတမုၢ် မၤန့ၢ်ပုၤလၢဟ့ၣ်လီၤအသးဒၣ်ဝဲ ဒ်သိးကတဲၣ်ကတီၢ်တၢ်ဒုးအိၣ်ထီၣ်အဆၢဒီး တၢ်အိၣ်ဆဲး ကုၢ်ဆဲးကိၣ်
- ၅. ထၢဖျိၣ်လံၣ်လၢလၢတဖၣ်
  - \* လံၣ်ပရၢဒီးတၢ်ပနီၣ်တဖၣ်
  - \* မံးရှၢၣ်အတၢ်စံးတၢ်ကတိၤလၢ နတၢ်အိၣ်ဖျိၣ်အပူၤ (ဒ်တၢ်အိၣ်ဖျိၣ်အါဖျါၣ် ကဘၣ်ဟဲထီၣ်လၢတၢ်အိၣ်ဖျိၣ်ဖးဒိၣ် အံၤ, သံကွၢ်ပုၤတဂၤလၢတၢ်အိၣ်ဖျိၣ်တခါ ကဟဲစိၣ်န့ၢ်ဘၣ်တၢ်အိၣ်ဖျိၣ်အမံးရှၢၣ်အတၢ်စံးကတိၤတၢ်) လံၣ်ပရၢ လၢအဘၣ်တၢ်ပၣ်ဖျိၣ်အီၤ (မုတမုၢ် PPT Slidesသ့ၣ်တဖၣ်) လၢတၢ်ကတိၤခီၣ်လဲၤအဂီၢ်, တၢ်ကတိၤခီၣ်လဲၤအဂ့ၢ် အကျါ, မံးရှၢၣ်အတၢ်စံးကတိၤအဖျိၣ်လၢ အဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်အီၤ 'က', တၢ်သံကွၢ်လၢနီၣ်ဂံၢ် ၃, တၢ်အဒိလၢ အအိၣ်ဒီးတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤလၢ နီၣ်ဂံၢ် ၄ဒီး တၢ်အဒိအတၢ်ဆိကမိၣ်လၢ နီၣ်ဂံၢ်၅န့ၣ်လီၤ.
  - \* တၢ်ဟ့ၣ်လီၤတၢ်အဒိတဖၣ်
  - \* ကိၣ်အလိၣ်တလိၣ် (Bread)
  - \* တၢ်အိၣ်ထီၣ်ထံၣ်ဒီး တၢ်အိၣ်ဆဲးကုၢ်ဆဲးကိၣ် ဖဲတၢ်ဆိကတီၢ်တၢ်အိၣ်ဖျိၣ်အါ.

**သိင်္ဂါမာယုတကတိဇီလဲ**

**၁. တကတိဆုနဒ် (၁၅ မံးနံး)**

ဖဲပုတဘဉ်မုတဘဉ်ဒါတဖဉ် အိဉ်ဖိဉ်လီၤန့ၣ်, ဒုးသ့ၣ်ညါလီၤန့ၣ်သးဆူပုဂံးဒီး တူၢ်လိာ်အဝဲသ့ၣ်ဆူ နကျါတက့ၢ်. ကွၢ်ကဒါကတုၤတၢ်ပၣ်လီၤသးဒီးတၢ်ဂ့ၢ်ဘဉ်ဃး တကတိဇီလဲဒီး တိၢ်နီၣ်လၢအဆၢကတိၢ်အိဉ်ဝဲ(၁၅)မံးနံးလၢတၢ်အိဉ်ဘဲး ဖဲကျဲးဖဲအပူၤအတုၤလီၤ. ဟ့ၣ်ပုမၤသကိးတၢ်, တၢ်ပျဲလၢကဟံးန့ၣ်ပုတဂၤဘဉ်တဂၤ အတၢ်ဆိကတိၢ် ဒိအလိဉ်ဘဉ်ဝဲ အသိးန့ၣ်လီၤ. ပျဲတၢ်သံကွၢ်, ကွၢ်အဆၢကတိၢ်တက့ၢ်.

ဒိပုမၤသကိးတၢ်ကအိဉ်ခဲၤတစူၣ်ဒီး မ့ၢ်တသ့ၣ်ညါလိာ်အသးန့ၣ်, ကဆုၤနဒ်အဂ့ၢ်ဒီးအမံးဆူ တၢ်အိဉ်ဖိဉ်အပူၤန့ၣ်လီၤ. ကွဲးဃီပုအါဂၤ ဒိသိးကနီၤလီၤတၢ်ဂ့ၢ်လၢအဆၢအဝဲသ့ၣ်ဆူ တၢ်ဒုးကဲထီၣ်အပျဲၢ်အဘိဉ်လၢ တၢ်အိဉ်ဖိဉ်အပူၤန့ၣ်လီၤ. သံကွၢ်ပုတဂၤ ဒိသိးကဆုၤနဒ်အတံးသကိးအဂ့ၢ်ဆူ တၢ်အိဉ်ဖိဉ်အပူၤန့ၣ်လီၤ.

**၂. ဃုသ့ၣ်ညါတၢ်ပၣ်လီၤသးဘဉ်ဃးဒီး တၢ်ဒုးကဲထီၣ်အပျဲၢ်အဘိဉ်/ခရံၣ်ဖိအတၢ်ကူၣ်ဘဉ်ကူၣ်သ့ (၂၀မံးနံး)**

ဒုးသ့ၣ်ညါတၢ်နီၣ်ပၢၢ်တၢ်သ့ၣ်ညါ, တၢ်ဒုးသ့ၣ်ညါလိာ်အဝဲသ့ၣ်အဂ့ၢ်, တၢ်ဘိဉ်ထီၣ်တၢ်ပၢၢ်တၢ်ပြးလၢ တၢ်ပၣ်လီၤသးလၢတၢ်ဒုးကဲထီၣ်အပျဲၢ်အဘိဉ်ဒီး တၢ်ကူၣ်ဘဉ်ကူၣ်သ့အတၢ်ပၢၢ်တၢ်ပြးလၢအမ့ၢ် နီၣ်ဝဲခဲလၢတၢ်ဒုးအိဉ်ထီၣ်တၢ်အိဉ်ဖိဉ်မ့ၢ်လၢ -

- \* တၢ်ပၣ်လီၤသးအတၢ်စံးတၢ်ကတိၤလၢ အဟ့ၣ်ပလီၢ်ပုလၢ ဘဉ်မနုၤပဘဉ်အိဉ်ဒီးမံးရှၢၣ်အဝဲအံးန့ၣ်လဲၣ်.
- \* တၢ်ပၣ်လီၤသးအတၢ်စံးတၢ်ကတိၤလၢ အဒုးလီၤဘဉ်ပုလၢ ပလံၣ်စီဆဲးဒီးခရံၣ်ဖိအတၢ်အိဉ်မူအဂ့ၢ်.
- \* တၢ်ပၣ်လီၤသးအတၢ်စံးတၢ်ကတိၤလၢ အဒုးအိဉ်ထီၣ်တၢ်ဆုၤတၢ်တွံးပု ဒိသိးပကဒုးနီၣ်ပၢၢ်ပတၢ်မၤ.

ဒုးနီၣ်ပၢၢ်ပုလၢ တၢ်သးခုကစီၣ်အတၢ်ဖဲးတၢ်မၤ စးထီၣ်ဒိလဲၣ်. ဒီးမၤစုၤလီၤတၢ်အိဉ်ဖိဉ်အတၢ်ဒုးကဲထီၣ်အပျဲၢ်အဘိဉ်/ တၢ်သးခုကစီၣ်အတၢ်မၤ ဒိသိးဒီးသရိၣ်အတၢ်မၤန့ၣ် လီၤဆီဒီးတၢ်မၤလၢသရိၣ်အတၢ်မၤအဂၤတဖဉ်လီၤ. တၢ်ဒုးကဲထီၣ်တၢ်အိဉ်ဖိဉ်အပျဲၢ်အဘိဉ်/ ခရံၣ်ဖိအတၢ်ကူၣ်သ့ မ့ၢ်တၢ်အိဉ်ဖိဉ်လၢပုခရံၣ်ဖိအဂၤအကျါဒီး တၢ်ကတဲၣ်ကတိၤလိာ်ဘဉ်တၢ်လၢ ကဒုးပၣ်ဖျါတၢ်လီၤ.

ဒုးနီၣ်ပၢၢ်ပုလၢအတၢ်ဟ့ၣ် 'က', "တၢ်ပၣ်သးလၢအပျဲၢ်အဘိဉ်/ တၢ်သးခုကစီၣ်အမံးရှၢၣ်န့ၣ်" ဒီးဒုးန့ၣ်ဖျါထီၣ်တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဒီး ဟ့ၣ်ပုမၤတၢ်ဖိ ဒိသိးကမၤလၢပုအတၢ်မၤလီၤ.

စုၤမံးနံးမ့ၢ်လဲၤပူၤကွံၣ်န့ၣ် ပၣ်ပုတဖုအံးလၢတၢ်တမံးဃီ (တၢ်အိဉ်ဖိဉ်မ့ၢ်အါန့ၣ်တဖုဃီလၢအမၤသကိးတၢ်) လၢနီၣ်ဂံၢ်သးဒီး မၤတၢ်ဒိသိးကဒုးဒိဉ်ထီၣ်တၢ်ပၣ်သးလၢအတၢ်စံးကတိၤလၢ တၢ်ဒုးအိဉ်ထီၣ်အပျဲၢ်အဘိဉ်/ခရံၣ်ဖိအတၢ်ကူၣ်ဘဉ်ကူၣ်သ့ လၢတၢ်အိဉ်ဖိဉ်တဖုဟ့ၣ်လီၤအသးလီၤ.

**၃. တၢ်ကတဲၣ်ကတိၤလၢအပျဲၢ်အဘိဉ်အတၢ်ဒုးအိဉ်ထီၣ်/ခရံၣ်ဖိတၢ်ကူၣ်ဘဉ်ကူၣ်သ့ (၂၀မံးနံး)**

ဟ့ၣ်နီၣ်ပၢၢ်ပုလၢအတၢ်ဟ့ၣ် 'ခ', "ကတဲၣ်ကတိၤလၢအပျဲၢ်အဘိဉ်/ခရံၣ်ဖိတၢ်ကူၣ်ဘဉ်ကူၣ်သ့တက့ၢ်."

- ၁. ထံၣ်န့ၣ်တၢ်လီၢ်လၢပအိဉ်, တၢ်မၤတၢ်မနုၤလဲၣ်, တၢ်တမၤအသးဘဉ်ခါ, ဒီးတၢ်မနုၤတအိဉ်ဘဉ်လဲၣ်.
- ၂. ဆိကမိဉ်ပအဲၣ်ဒီးလဲၤတၢ်ဆူလဲၣ်, တၢ်ဘဉ်လဲၤအလီၢ်ကဘဉ်လီၤတၢ်လၢ တၢ်ပၣ်အသးအဖီခိဉ်.
- ၃. တိၢ်ပၣ်နကလဲၤတုၤဒဲလဲၣ်. ကတဲၣ်ကတိၤဆူညါအတၢ်လဲၤ, ပၣ်အိၤတၢ်တမံးဃီလၢအလိဉ်ဘဉ်တၢ်.
- ၄. ဃုသ့ၣ်ညါမ့ၢ်ပတုၤလဲၤခါ, ဃုသ့ၣ်ညါပလဲၤတုၤဘူးထီၣ်လဲၤခါ.

**က. ထံၣ်န့ၣ်တၢ်လီၤလၢပအိၣ်**

ကွဲၣ်ပုၤမၤသကိးတၢ် ဒ်သိးကဒုးအိၣ်ပုၤအဖုတဖုန့ၣ် ပုၤသၢၤဂၤဒီး တစံးဆၢတၢ်ဆူတၢ်ဂ့ၢ် “ထံၣ်န့ၣ်တၢ်လီၤလၢ ပအိၣ်န့ၣ်တက့ၢ်” လၢအစုအတၢ်ဟ့ၣ် ‘ခ’တက့ၢ်. ဖဲအပူၤကွဲၣ်အမံးနံး၁၀န့ၣ် ကွဲၣ်ပုၤအဖုဖိ(ကရူၢ်ဖိ) ဒ်သိးကနီၤလီၤအ တၢ်ထံၣ်လၢတၢ်သမံးသမိးအိၣ်န့ၣ်လီၤ. ပုၤခဲလၢၣ်ကဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ကွဲးဖုၣ်က့ၤတၢ်အဂ့ၢ်ဘၣ်ဃးအတၢ်အိၣ်ဖိၣ်လီၤ. နမ့ၢ် ကဲခိၣ်ကဲန့ၢ်လၢပုၤတဖု အိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်ဖိၣ်လီၤဆီလၢအဟ့ၣ်လီၤအသးန့ၣ်, မၤဘၣ်အိၣ် ဒ်သိးပုၤလၢတၢ်အိၣ်ဖိၣ်တဖုဃီ ဒ်သိးကဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ကွဲးဖုၣ်က့ၤန့ၣ်လီၤ.

အိၣ်ဘျးအဆၢကတီၢ် (၁၅မံးနံး)

ပျီၣ်ပုၤမၤသကိးတၢ်ဆူ တၢ်အိၣ်ဖုၣ်ကိၣ်တက့ၢ်. တဲဘၣ်အဝဲသ့ၣ်လၢ ကဘၣ်ဟဲက့ၤအဆၢကတီၢ်တက့ၢ်.

**ခ. ဆိကမိၣ်ကွဲၣ်တၢ်လီၤလၢပအိၣ်ဒီးတက့ၢ်. (၁၅မံးနံး) စးထီၣ်ဖဲအံၤတက့ၢ်.**

ကွဲၣ်ပုၤမၤသကိးတၢ်တဖၣ်, ဒ်သိးကကွဲၣ်ကဒါက့ၤ တၢ်ပၣ်လီၤသးလၢအဃုထၢဝဲနီၣ်ဂံၢ်ခဲ ဖဲအသုစုအတၢ်ဟ့ၣ် ‘က’န့ၣ်လီၤ. သံကွဲၣ်အဝဲသ့ၣ်လၢ ကဃုထၢတၢ်ပၣ်လီၤသးအတၢ်ကွဲးဒီး ဟ့ၣ်ကဒါက့ၤ “တၢ်ဆိကမိၣ်လၢပအိၣ်ဒီးလဲၤ” လၢစုအတၢ်ဟ့ၣ် ‘ခ’တက့ၢ်. တဲပျီၣ်အဝဲသ့ၣ်လၢ ကဘၣ်ဟ့ၣ်တၢ်ဆၢကတီၢ်, ပုၤကမ့ၢ်ဒီး တၢ်သးအိၣ်လၢကအိၣ်ထီၣ် အဂီၢ်လီၤ. ပၣ်လီၤတၢ်ကွဲးလၢတၢ်ပရၢအပူၤ, ဒ်အဖိလၢဒ်အသိးန့ၣ်တက့ၢ်. ဒ်ပုၤတဂၤလၢအဘၣ်တၢ်သ့ၣ်ညါအိၣ်လၢ နဒုးကဲထီၣ်အပျီၣ်အဘိၣ်ဒီးခရံၣ်ဖိအတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့အံၤ “ဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ရုလိၣ်သးဒီးယွၤ, အနီၢ်ကစၢ်ဒီးပုၤအဂၤန့ၣ်, ဖဲန့ၣ်တၢ်ဆၢကတီၢ်လၢ အဘၣ်တၢ်ပၣ်အိၣ်, ဒီးပုၤကမ့ၢ်လၢအဒုးန့ၣ်ပျီၣ်ထီၣ်အခိၣ်ပညီ, ဒီးတၢ်မိၣ်န့ၢ်သးလီၤအတၢ်ပၣ်ပျီ လီၤ.” ဖဲတၢ်သိၣ်လိၣ်ကိၣ်အကတၢ်န့ၣ် မျးကယၤ၂၀လၢ တၢ်အိၣ်ဖိၣ်ဖိ ကမၤယုၢ်တၢ်လၢတၢ်တမံၤ မ့တမ့ၢ်တၢ်အါမံၤလၢ အတိၣ်ပၣ်ဝဲ ဒ်သိးကဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ရုလိၣ်သးဒီးယွၤလၢ အတုၤလီၤတီၤလီၤန့ၣ်လီၤ.

ဖဲပုၤမၤသကိးတၢ်တဖၣ် အိၣ်ဒီးတၢ်ဆၢကတီၢ်လၢ ကကွဲးတၢ်န့ၣ်, ကွဲၣ်ပုၤဟ့ၣ်လီၤအသးလၢ ကနီၤလီၤတၢ်လၢ အဝဲသ့ၣ်ကွဲးဝဲ မ့တမ့ၢ်တၢ်ဂုၣ်ကျဲးစးအိၣ်လၢကကွဲးတၢ်န့ၣ်လဲၣ်. သံကွဲၣ်ပုၤမၤသကိးတၢ်တဖၣ် ဒ်သိးကမၤစၢၤလိၣ်အသး ဒီးဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်လၢကမၤတၢ်ဒီး ပုၤဂၤအမုၢ်နံၤလၢ အပၣ်ဃးဝဲ, ပုၤကမ့ၢ်ဒီး တၢ်သးအိၣ်အတၢ်အိၣ်ထီၣ်န့ၣ်လီၤ.

**င. တိၣ်ပၣ်ဒ်သိးပကလဲၤတုၤတၢ်လီၤ (၂၀ မံးနံး)**

တၢ်ကွဲၣ်ကဒါက့ၤ တၢ်အဒိအကျိၤအကျဲ

- ၁. သူ “တၢ်ဒုးကဲထီၣ်အပျီၣ်အဘိၣ်” အတၢ်မၤ
- ၂. သူအါထီၣ်နီၣ်ဂံၢ်လၢ အဘၣ်ဃးဒီးပုၤဒိၣ်တုၣ်ခိၣ်ပုၤအတၢ်မၤလိ
- ၃. မၤအါထီၣ်လံၣ်စီဆုံအတၢ်သိၣ်လိလၢ အဟ့ၣ်ဆူၣ်ထီၣ်ပုၤသးပုၤ ဒ်သိးကသုတၢ်စံးတၢ်ကတီၢ် ဘၣ်ဃးတၢ်ဂ့ၢ်အံၤ, မ့တမ့ၢ်သုတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်အတၢ်မၤလိတဖၣ်.
- ၄. ဒုးအိၣ်ထီၣ်ပုၤတဖု ဒ်သိးကတၢ်ပီၣ်လိၣ်သး ဘၣ်ဃးလံၣ်လၢအမ့ၢ်တၢ်ဘူၣ်တၢ်ဘါ.
- ၅. အိၣ်ဒီးပုၤအဆံးအဖုတဖၣ် ဒီးကွဲၣ်ထီၣ်ဆူသ့ၣ်သးအတၢ်ဖဲးတၢ်မၤ
- ၆. ဒုးအိၣ်ထီၣ်ပုၤတဖုလၢ ကပၤဆုၢ်ဒီးတၢ်ပီၣ်လိၣ်အသး ဘၣ်ဃးတၢ်ဂီၢ်မူလၢအမ့ၢ်သ့ၣ်သးအတၢ်ထံၣ်.

ဖဲသကိးမၤသကိးတၢ် ဒ်ပုၤတဖုတကရၢ ဒ်သိးကဃုထၢတၢ်မၤသးတခါ ဒီးသူအခိၣ်န့ၣ် ဒ်သိးကလဲၤတုၤဆူ အတၢ်တိၣ်ပၣ်တၢ်, ဒီးဖဲသကိးမၤသကိး ဒ်သိးကဃုထၢတၢ်မၤအသးတဘျီလၢအကျဲကပူၤဒီး အိၣ်ဒီးတၢ်ဂီၢ်လၢကမၤ လၢပုၤတၢ်န့ၣ်လီၤ. မတၤလဲၣ်, ဖဲလဲၣ်, တၢ်လီၤဖဲလဲၣ်, ဒီးဒ်လဲၣ်. ကွဲးနတၢ်စံးဆၢလၢစုအတၢ်ဟ့ၣ် ‘ခ’ လၢတၢ်ကွဲး လၢအစံး “တိၣ်ပၣ်ဒ်သိးပကလဲၤတုၤဆူတၢ်လီၤတက့ၢ်.” ဃုကွဲၣ်တၢ်လၢအကဟဲတုၤအိၣ်န့ၣ် (ခိၣ်န့ၢ်, ကျိၣ်စု, တၢ်လီၤ ဖးလဲၣ်, တၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်) လၢနကလိၣ်ဘၣ် ဒ်သိးနကတုၤဆူနတၢ်လဲၤလီၤ. တၢ်ဆၢကတီၢ်မ့ၢ်အိၣ်န့ၣ်, ကွဲၣ်ပုၤမၤသကိး တၢ်ဆူပုၤတဖုဒ်ဝဲ လၢအအိၣ်ဝဲတရံးဖိတၢ်သ့ၣ်တဖၣ် ဒီးသူနခိၣ်န့ၣ်တၢ်မၤအသးတဘျီအဂီၢ်တက့ၢ်.

**၅. ဃုသ့ၣ်ညါမ့ၢ်ပတုၤလဲၤခါ. (၁၅ မံးနံး)**

ဂံၢ်ထီၣ်တၢ်အကါဒိၣ်တမံၤလၢ ကဃုသ့ၣ်ညါမၤဘၣ်လိၣ်က့ၤတၢ်သံကွၢ် ဒ်ဘၣ်တၢ်ကတဲၣ်ကတီၤအီၤလၢ စုအတၢ်ဟ့ၣ် ‘ခ’ လၢ “ဂံၢ်ထီၣ်မ့ၢ်ပတုၤလဲၤခါ.”

ဂံၢ်ထီၣ်ဆူညါလၢ ကိးနံၤဒဲးတၢ်ကွၢ်ကဒါက့ၤဖီတၢ် မ့ၢ်အန့ၢ်ဆံးအါလဲၣ်ဒီး မ့ၢ်တၢ်ကတဲၣ်ကတီၤအတၢ်ဘၣ်အသးအိၣ်ဆံးအါဒီး တၢ်လၢအလိၣ်ဘၣ်လၢတၢ်မၤန့ၢ်ဖီတၢ်တဖၣ် ဟ့ၣ်လီၤစုအတၢ်ဟ့ၣ် ‘ဂ’ “တၢ်ကတီၤခီလဲၣ်အလုၢ်အပူၤအိၣ်လဲၣ်.” ဒီးတၢ်ဃုသ့ၣ်ညါတၢ်အက့ၢ်အဂီၢ် တမ့ၢ်ကျဲတဘီၤလၢ အဘၣ်တၢ်ဒုးသ့ၣ်ညါလီၤ. ကွဲပုၤအါဂၤကဟဲ ဒ်သိးကမၤဝံၤမၤကဲ တၢ်သ့ၣ်ညါဘၣ်ဃး တၢ်ကတီၤခီလဲၣ်အဂ့ၢ်ဒီး မ့ၢ်အတၢ်ဘၣ်အသး ဘၣ်တၢ်ထံၣ်အီၤခါ.

**၆. တၢ်ကတီၤကျၢ်ဘၢ (၁၅ မံးနံး)**

ကွဲပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်လၢ ကထံၣ်ကျဲဆူညါတတီၤ လၢအလီၢ်အိၣ်လၢကဘၣ်ဟံးန့ၢ်အီၤလီၤ. မ့ၢ်တၢ်ကတီၤခီလဲၣ်အံၤ ဘၣ်တၢ်သူအီၤ ဒ်သိးကဒုးနဲၣ်တၢ်အိၣ်ဖှိၣ်အံၤ ကဲထီၣ်တခါဃီဒီးတၢ်ဆူညါ ကလဲၤတၢ်အဂီၢ် ကဘၣ်တၢ်ကျဲအီၤလီၤ.

ဟ့ၣ်နီၤလီၤစုအတၢ်ဟ့ၣ် ‘ဃ’, “တၢ်စုလီၢ်ခိၣ်ခိၣ်”

ပၣ်ထီၣ်တၢ်အံၤလၢကိၣ်တဖၣ်အမဲၣ်ညါန့ၢ်တက့ၢ်. ညိၣ်အီၤဒ်သိးကိၣ်အံၤ ကဟ့ၣ်နီၢ်ခိၣ်အဂီၢ်လၢသးသမူဒီး လီၤဂၢ်ဒီးနီၢ်သးအမိၢ်ပုၤလီၤ. ဒီးပံလိၣ်ဘၣ်ခံမံၤလိၣ် ဒ်သိးကအိၣ်မူထူးထူးတီၤတီၤလီၤ. ကွဲပုၤမၤသကိးတၢ် ဒ်သိးကဒုးအိၣ်ထီၣ်အတၢ်ဟ့ၣ်လၢအလီၢ်ဘၣ်တဖၣ်, ဘၣ်ဃးတၢ်ဒုးကဲထီၣ်အပျဲၣ်အဘီၣ်ဒီး ခရံၣ်ဖိအတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့လၢ သရိၣ်ပူၤဒီးသံကွၢ်, “နလိၣ်ဘၣ်ကိၣ်မနုၤတမံၤလၢ နကမၤပုၤနတၢ်အိၣ်မူန့ၢ်လဲၣ်.” ကွဲပုၤလၢအသးအိၣ်ဟ့ၣ်နီၤလီၤအတၢ်စံးဆၢတက့ၢ်. မၤကတၢ်တၢ်ကွဲတဘျီအံၤဒီး ကွဲပုၤဒ်သိးကဃုထုကဖၣ် ကစၢ်ယုၣ်ရှုးအတၢ်ထုကဖၣ်သကိးတက့ၢ်.

စုအတၢ်ဟ့ၣ် 'က'

တၢ်ပၣ်လီၤသးလၢခရံၣ်ဖိအတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့အမံးရှၢၣ်

တၢ်သိၣ်တၢ်သီတဖၣ် - နတၢ်အိၣ်ဖျိၣ်အတၢ်စံးတၢ်ကတီၤန့ၣ် နမၤန့ၣ်အိၣ်သ့ဝဲ ဖဲန့ၣ်တၢ်အံၤလၢ တၢ်ဟူးဟၢ်  
ဂဲၤလီၤ. မ့တမ့ၢ်ဘၣ်ဒီးဆိကမိၣ်မၤတၢ်လၢ တၢ်မၤဘၣ်ဃးမံးရှၢၣ်အတၢ်ကတီၤ လၢအဖီလၢတက့ၢ်. မၤအိၣ်ဒီးတၢ်  
ပလီၢ်သးဒီး ကွၢ်ကဒါက့ၤတၢ်အိၣ်ဖျိၣ်တဖၣ်အတၢ်မၤ ဒီးဖဲန့ၣ်ဟ့ၣ်ပလီၢ်အသးလၢတၢ်သၢမံၤလၢ နကနၣ်လၢအမ့ၢ်  
တၢ်အကါဒိၣ်ကတၢ်ဒီး တၢ်ဒုးအိၣ်ထီၣ်အပျီၣ်အဘိၣ်/တၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့ လၢနတၢ်အိၣ်ဖျိၣ်အပူၤ ကမၤစၢၤနတၢ်အိၣ်  
ဖျိၣ်, မၤန့ၣ်တၢ်ခဲလၢလၢမံးရှၢၣ်အဖီခိၣ်လီၤ.

- \_\_\_\_\_၁. နဲၣ်လိပုၤဒ်သိးကပၣ်လီၤအသးလၢ ကပိၣ်ကစၢ်ယုၣ်ရှုးခရံၣ်ဒိယွၤဒီးပုၤအုၣ်ခိၣ်တၢ်
- \_\_\_\_\_၂. ကတဲၣ်ကတီၤပၣ်စၢၤလံၣ်စီဆ့အတၢ်သိၣ်လိ ဒ်သိးကန့ၢ်ဘၣ်တၢ်ဘျးတၢ်ဖျိၣ်လၢပုၤခဲလၢလၢအဂီၢ်
- \_\_\_\_\_၃. ကတဲၣ်ကတီၤပုၤတဖၣ်လၢ ကစံးဆၢဒီးအုၣ်အသးလၢကစၢ်ယွၤအတၢ်ကတီၤလၢအဘၣ်တၢ်ပၣ်ဖျါလၢ  
ကစၢ်ယုၣ်ရှုး
- \_\_\_\_\_၄. သိၣ်လိပုၤအသိလၢတၢ်အိၣ်ဖျိၣ်အဂီၢ်
- \_\_\_\_\_၅. တဲကဒါက့ၤသးသမူအတၢ်ဘၣ်အသးလၢ ပုၤမၤလိတၢ်ဖိဆူတၢ်ကစီၣ်လၢအပျါလၢလံၣ်စီဆ့
- \_\_\_\_\_၆. ဒုးအိၣ်ထီၣ်ပုၤအဂၤ ဒ်သိးကသူအတၢ်ဟ့ၣ် ဒ်တၢ်အိၣ်ဖျိၣ်ဖိတဂၤအသိး
- \_\_\_\_\_၇. မၤစၢၤပုၤဂၤ ဒ်သိးကန့ၢ်ပၢၢ်ဒီးကဟံးန့ၢ်ခရံၣ်အတၢ်စူၢ်တၢ်နၣ်ဆူအသးပူၤတဖၣ်
- \_\_\_\_\_၈. မၤစၢၤပုၤဂၤ ဒ်သိးကဒီးန့ၢ်တၢ်သးခုကစီၣ်ဆူအတၢ်ရလိၣ်သး, အကျိၣ်အစု, နီၢ်သးဒီးတၢ်မၤထံၣ်ဂ့ၢ်ကီၢ်ဂ့ၢ်  
အတၢ်သးအိၣ်
- \_\_\_\_\_၉. ကတဲၣ်ကတီၤန့ၢ်ပုၤအဂၤ ဒ်သိးကဟံးစိၣ်တၢ်တီၤတၢ်လီၤ ဆူဟီၣ်ခိၣ်အတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ.
- \_\_\_\_\_၁၀. မၤလိပုၤဂၤ ဒ်သိးကန့ၢ်ပၢၢ်ဘၣ်ဃးအမဲရကၤဘျၢထံအတၢ်အိၣ်ဖျိၣ်တက့ၢ်.
- \_\_\_\_\_၁၁. ဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်အိၣ်ဖျိၣ်အသိတခါ, လၢအပၣ်ဖျါတၢ်သးခုကစီၣ် ခီဖျိအသးသမူဒ်သိးသိး
- \_\_\_\_\_၁၂. ဒုးအိၣ်ထီၣ်ပုၤပိၣ်ခရံၣ်ဖိအခံ ဒ်သိးကဒိၣ်ထီၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်ထံၣ်လိၣ်သးဒီးန့ၢ်ပၢၢ်လိၣ်အသး
- \_\_\_\_\_၁၃. တၢ်အဂၤ

တၢ်အိၣ်ဖျိၣ်အတၢ်စံးကတီၤအခိ

တၢ်အိၣ်ဖျိၣ်အမံးရှၢၣ်န့ၣ် မ့ၢ်ဒ်သိးကမၤစၢၤပုၤတဖၣ် ကကဲထီၣ်ဒီးဒိၣ်ထီၣ်ခဲခရံၣ်ဖိအပျီၣ်အဘိၣ်တဖၣ်လီၤ. လၢ  
တၢ်ဒုးန့ၣ်လီၤဆူတၢ်ရလိၣ်သးဒီး ကစၢ်ယွၤ, အနီၢ်ကစၢ်ဒၣ်ဝဲ, ဒီးပုၤအဂၤတဖၣ်လၢ အတၢ်သ့ၣ်ညါလၢအဘၣ်တၢ်ဒုး  
အိၣ်ထီၣ်အဝဲသ့ၣ်လၢ ကထံၣ်လိၣ်အသးဒီး ဒုးဒိၣ်ထီၣ်အတၢ်ဟ့ၣ်ဒီး မၤလိတၢ်သ့ၣ်ညါဒီးတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢ အဘၣ်တၢ်မၤ  
အိၣ် ဒ်မံးရှၢၣ်န့ၣ်(တၢ်သးခုကစီၣ်) ဒီးမၤတၢ်ဒ်ယွၤအတၢ်မၤလၢတၢ်ဘၣ်တ့, လၢအအိၣ်ပူၤဒီးတၢ်အိၣ်ဖျိၣ်အချၢလီၤ.

စုအတၢ်ဟ့ၣ် 'ခ'

တၢ်ကတဲၣ်ကတီၤလၢအပျီၣ်အဘိၣ်ဒီး ခရံၣ်ဖိတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့အဂ့ၢ်  
ထံၣ်က့ၤအိၣ်တၢ်အလီၢ်

မၤလၢမၤပျဲၤတၢ်စံးတၢ်ကတီၤလၢအဖီလၢအံၤ ဒ်သိးကဟ့ၣ်န့ၣ်တၢ်ဘၣ်ထွဲဒီးတၢ်လၢအဖီလၢ

- \* ယပၣ်ဒိၣ်တၢ်မနုၤလၢ ယတၢ်အိၣ်ဖိၣ်ကဒုးအိၣ်ထီၣ်အပျီၣ်အဘိၣ်အတၢ်မၤန့ၣ်လဲၣ်.
- \* မ့ၢ်ယဆိကမိၣ်တၢ်အပူၤအဆံးကတၢ်န့ၣ် မ့ၢ်မနုၤလဲၣ်.
- \* တၢ်လၢယဆိကမိၣ်လၢအလီၢ်န့ၣ် မ့ၢ်ဝဲ -

တၢ်မၤတၢ်မ့ၢ်မနုၤလဲၣ်.

တၢ်တမၤတၢ်အိၣ်စ့ၢ်ကိးခါ.

တၢ်မနုၤလီၤမၢ်လဲၣ်.

ဆိကမိၣ်တၢ်လီၢ်လၢပအဲၣ်ဒီးလဲၤ

ဒုးအိၣ်ထီၣ်ဖိတၢ်, သ့ၣ်လီၤအသးလၢတၢ်ပၣ်လီၤသး

ဒုးနဲၣ်ကျဲၤလၢပကလဲၤတုၤဆူတၢ်လီၢ်န့ၣ်

ကွၢ်ယုသ့ၣ်ညါအကျဲအကပူၤဒီး တၢ်အပိးအလီၢ်တဖၣ် မတၢ်လဲၣ်, ဆံးယံၣ်လဲၣ်, ဖဲလဲၣ်ဒီး ဒ်လဲၣ်

ယုသ့ၣ်ညါတၢ်ကူၣ်တၢ်ဖးအတၢ်လိၣ် (ခိၣ်န့ၢ်, စု, တၢ်လီၢ်, တၢ်ဟ့ၣ်တဖၣ်)

ယုသ့ၣ်ညါမ့ၢ်ပတုၤလဲၣ်ခါ.

တၢ်မနုၤကဲထီၣ်လဲၣ်. မ့ၢ်တၢ်လၢပသးလီၤန့ၣ်ခါ, တၢ်ဂ့ၢ်န့ၣ် ပမၤဝံၤအိၣ်လဲၣ်ခါ.

တၢ်မနုၤမၤအသးဂ့ၤဂ့ၤဘၣ်ဘၣ်န့ၣ်လဲၣ်.

တၢ်မနုၤအိၣ်လၢပလိၣ်ဘၣ် ဒ်သိးပကမၤအိၣ်လၢအဂၤလၢ တၢ်ကဟဲဆူညါ.

စုအတၢ်ဟ့ၣ် 'ဂ'

တၢ်ကတိၤနီၤလဲၤအတၢ်ထံၣ်

၁. ယအဲၣ်ဒီးမၤလိတၢ်လၢအဖီလိၣ်တဖၣ် လၢတၢ်ကတိၤနီၤလဲၤန့ၣ်လီၤ.

၂. ယသးအိၣ်လၢယမၤဝံၤ ယတၢ်လဲၤနီၤဖျိ.

၀      ၂၅%      ၅၀%      ၇၅%      ၁၀၀%

၃. ယသးအိၣ်လၢပမၤဝံၤတၢ်ကတိၤနီၤလဲၤအတၢ်တိၣ်ပၣ်

၀      ၂၅%      ၅၀%      ၇၅%      ၁၀၀%

၄. တၢ်ဂ့ၢ်အိၣ်ကတၢ်ဘၣ်ဃးတၢ်ကတိၤနီၤလဲၤတနီၤ.

၅. ယအဲၣ်ဒီးမၤတၢ် ဒ်သိးကမၤလိန့ၢ်တၢ်ဒိၣ်ထီၣ်

၆. ယမ့ၢ်အဲၣ်ဒီးလဲၤလိၣ်တၢ်ကတိၤနီၤလဲၤ ကမ့ၢ်ဝဲ

၇. တၢ်ထဲၤဖျါအဂ့ၢ် - တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်တဖၣ်

စုအတၢ်ဟ့ၣ် ‘ဃ’

**တၢ်ဒုးကဲထီၣ်တၢ်**

အိၣ်ထီၣ်လၢဂျဲးစဲၣ်အပူၢ်နံးတၢ်: လၢ [www. Judson Press. com](http://www.Judson Press. com); 1-800-458-3766

လဲၤလိာ်ပတၢ်လဲၤမၤသီထီၣ်တၢ်အိၣ်ဖျိၣ်အတၢ်သိၣ်လိာ်အမံးဂၢၢ်, လုဒၣ်အုၣ်

ခရံၣ်ဖိအတၢ်သိၣ်လိာ် အဖရံၣ်ကၢၣ်အမဲၤရကၢၣ်အတၢ်အိၣ်ဖျိၣ်လီၤ. လီၤရၣ်-အဲလဲၣ် မဲးက့ၣ်န့ၣ်

ခရံၣ်ဖိအတၢ်သိၣ်လိာ် သရံၣ်အဆံးတဖၣ်, ဒီနဲလဲၣ် အဲဂရုး(စံ)ဒီး ဂျုဒၣ်မဲးက့ၣ်လိာ်သၢၣ်.

ခရံၣ်ဖိအတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့အတၢ်ပၤဆၢ ဒ်သိးကကွၢ်ကဒါက့ၢ်ဒီး ဒုးဒိၣ်ထီၣ်အဂ့ၢ်, နဲစ့ၣ်ဖရူစၢၣ်.

ဟံးဃာ်တၢ်ဆူညါ - တၢ်ဆၢတၢ်တွၤလၢကမၤဒိၣ်ထီၣ်နတၢ်အိၣ်ဖျိၣ်အတၢ်သိၣ်လိာ်အမံးဂၢၢ် - လုဒၣ်အံးရၣ်

ဒ်သိးကကဲထီၣ်ပုၤအဖုအဆံးကတၢ်အခိၣ်အနီၤ လၢဟီၣ်ခိၣ်ဒီဘၣ်အစီၤ, အးစရံၣ်လုဒိၣ်

တၢ်အိၣ်ဖျိၣ်သိၣ်လိာ်တၢ်အတၢ်မၤ, ကဲနဲဒဲၣ်တြိစံယၢၣ် ဒီးလုဒၣ်အုးရံၣ်တဖၣ်

ဒ်သိးကသ့ၣ်ညါယွၤ, ပုၤအဖုအဆံးတဖၣ် ဖံးမၤတၢ်လၢနီၢ်သးအတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်, မဲးကဲလဲၣ်ကုမံးနၢန့ၣ်

**တၢ်ဒုးကဲထီၣ်အဂၤတဖၣ်**

ခရံၣ်ဖိအခိၣ်ထံးအတၢ်မၤလိ Karen Tye ခရံၣ်ဖိအတၢ်ဖံးတၢ်မၤ ဘၣ်ဃးတၢ်ပူၢ်နံးလဲၣ်လဲၣ်တဖၣ်, ၈၀၀-၃၆၆-၃၃၈၃, [www.cbp21. com/CE](http://www.cbp21. com/CE).

လံာ်လၢအဲးလၢတၢ်သ့ၣ်ထီၣ်ဘျီထီၣ်ခရံၣ်ဖိအတၢ်သ့ၣ်ထီၣ်, ဒီးကးလးဒဲၣ်ခရံး(ဒ်), အဲဒဲးထၢၣ် ခရံၣ်ဖိအတၢ်ဖံးတၢ်မၤ ဘၣ်ဃးတၢ်ပူၢ်နံးတၢ်:

“တၢ်ဒုးအိၣ်ထီၣ်အပျီၤအဘိဉ်တဖၣ် အဖံးတၢ်မၤ, မၢ်တၢ်မၤလၢအထီၣ်ဟူးထီၣ်ဂဲၤဒီး ဒုးဒိၣ်ထီၣ်ဒီးပုၤသးပုၤလၢသ့ၣ် လၢသးန့ၣ်လီၤ.” ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ညါပုၤအါဂၤ ဒ်သိးကဟံးန့ၣ်မူဒါဒီး စးထီၣ်လဲၤတၢ်လၢအတၢ်န့ၣ်ဒဲၣ်ဒီး ကူးအတၢ်ဒဲၣ်ဝဲ လီၤ. [www. The Discipleship Project. com](http://www. The Discipleship Project. com).

ပိာ်ကစၢ်ယုၣ်ရှူးအခံ, သးစၢ်တဖၣ်ဒီးဘျီတၢ်ဘါတၢ်. စိက့ၣ်အမ်စတံးဒ် (လူဝုစံဘုၤလဲၣ်က့ၣ်ဘၣ်အပူၢ်နံၣ်တၢ်, ၂၀၀၀). <http://www.ppcbooks. com/wjkmain. asp>.

ဖိသ့ၣ်ပုၤကွၢ်အတၢ်မၤ, အဲဘဲၣ်ဘဲး(စံ)ဝု(သံ) (Grand Rapids: Zondervan, 2004) [www.zondervan. com](http://www.zondervan. com).  
ရဲနီၣ်ဘဲးယါသ့ၣ်သးအတၢ်အိၣ်ဖျိၣ်ပုၤန့ၣ်တၢ်, [www.renovare. org](http://www.renovare. org).

မုၢ်ဒိၣ်နံၣ်အကူၢ် ပတၢ်မၤဒ်သိးကျဲးအဝဲန့ၣ်နီၣ်တဘျီဘၣ်. ဒဲၣ်ယဲမိရီ, အိးစံဘၢ: [www.augsburgfortress. org](http://www.augsburgfortress. org)

ဖိသ့ၣ်တဖၣ်ဒီးတၢ်ဘျီတၢ်ဘါ, စိက့ၣ်အမ်စတံးဒ်ဒီးက့ၣ်ရဲဘဲးရံၣ်မဲ (Louisville: Westminster John Knox Press, 1989), <http://www.ppcbooks. com/wjkmain. asp>

လဲၤတၢ်ဒ်သိးသိး ပုၤပၤဆၢတၢ်လၢတၢ်ဒုးကဲထီၣ်အပျီၤအဘိဉ်အပုၤဂီၢ်မုၢ်, Jeffrey D. Johnes, The Alban Institute; [www.alban. org](http://www.alban. org).

Workshops for Church Life and Leadership © 2012 American Baptist Home Mission Societies, American Baptist Churches USA. Permission is granted to photocopy for use in national, regional and local educational events. All other rights reserved. This online resource is supported by the America for Christ Offering.