



ပမူဒါ ဒွိုန်တာ



ဖိသန်လၢတဆိုင်သးမး
အိန်ဝဲလၢပဃၢဝးဝး
တၢ်ဂ့ၢ်ကလုာ်ဒီးကိးမိ
ဘၣ်န့ၢ်သၢတၢ်အိန်မူဖိ

မသန်စွမ်းကလေးများစွာ
ဒွိုန်ကျင်မှာရှိနေတာ
မျိုးမျိုးဖုံဖုံတွက်ကြောင့်သာ
ဒီဘဝကိုရခဲ့တာ။

ဆိုင်သးမးကကဲထီၣ်ဂီၢ်
တၢ်ကိးကပၤဘၣ်ပလီၢ်
မိၢ်အိန်ဟုးသးတၢ်အိန်မူ
ကဟုကယၢ်မ့ၢ်သန့

သန်စွမ်းဘဝဖြစ်ရန်
ဘက်မျိုးစုံတို့များကာရန်
ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်ဘဝ
စောင့်ရှောက်ယုယစဉ်ရှိကြ။



မၤသကိးဘၣ်ဆၢဘၣ်တီၢ်
ကူၣ်သ့ဖျိးစိမၤနၢၤဂီၢ်
လုၢ်ပွၤကံၢ်စိကအါထီၣ်
လီၤတၢ်လီၤဆဲးဒုးဒိၣ်ထီၣ်
ဟံးလိာ်ပစုမၤနီၢ်ဂီၢ်

ချိန်မိဘဝရှင်သန်ဖို့
ဉာဏ်ရည်ပွင့်လန်းဖွံ့ဖြိုးလို့
တန်ဖိုးအနှစ်ပြည့်ဝဖို့
စနစ်တကျပျိုးထောင်ဖို့
လက်ချင်းယှက်လို့ လုပ်ဆောင်ဖို့။



တၢ်ကတိၤလၢပုၤဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤသ့ၣ်တဖၣ်အဂီၢ်

လံာ်တယၢ်အံၤတၢ်ထုးထီၣ်အိၣ်လၢ ECI အတၢ်ပညိၣ်လၢ အမ့ၢ်အတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖး ဒုသဝီ,အတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖး မိၢ်ပၢ်တဖၣ် အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ပုၤလၢအမၤသကိး ဘၣ်မူဘၣ်ဒါလၢ ECI သ့ၣ်တဖၣ်ဒ်သိးကဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤဘၣ်ဖိသ့ၣ်လၢ အိၣ်ဖျၢၣ်ထီၣ်သီတုၤ ၅န့ၣ်တဖၣ်, တဆိၣ် သးမးတဖၣ်, ဖိသ့ၣ်လၢသကိးဘၣ်ဒီး တၢ်မၤတံာ်တံာ် ခိဖျိတၢ်ကတိၤ, တၢ်မၤတံာ်တံာ်ခိဖျိနီၣ်ခိက့ၢ်ဂီၤ, တၢ်မၤတံာ်တံာ်ခိဖျိသးအတၢ်ဆိကမိၢ်, တၢ်မၤတံာ်တံာ်ခိဖျိလုၢ်လၢတူၤန့ၣ်တဖၣ် ဒ်သိးကထူၣ်ဖျးဒီးတၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤ အမဲာ်ညါကဖျိးစိမၤန့ၢ်တၢ်ဒီး တုၤယီၤဆူ ဖိတၢ်အဂီၢ် အိၣ်ဒီးတၢ် မၤသကိးန့ၣ်လီၤ.

မိၢ်တဖၣ် ဖဲလၢအဟုးအသးအိၣ်ထီၣ်န့ၣ် တၢ်အိၣ်လၢ ကန့ၢ်ဂီၢ်န့ၢ်ဘါအဂီၢ် တအိၣ်ဝဲ ဘၣ်လီၢ်ဘၣ်စးအမဲာ်ညါတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ အသန့ၣ်စ့ၢ်ကိး တၢ်သ့ၣ်ညါနီၣ်ပၢ် ၅၀ဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ.ပုၤလၢအအိၣ်လၢ ဒုသဝီသ့ၣ်တဖၣ်အပူၤ အါတက့ၢ် ဘၣ်တၢ်ကွၢ်ကပာ်အိၣ်လၢ တၢ်ဖဲးအိၣ်မၤ အိၣ်,တၢ်ကူၣ်ဘၣ် ကူၣ်သ့,တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. အယံ မိၢ်လၢအဟုးအသးအိၣ်ထီၣ်တဖၣ်အဂီၢ် တၢ်ကအံးကကွၢ်အိၣ် ဒ်လဲၣ်န့ၣ် တၢ်နီၣ်ပၢ်၅၀ န့ၣ်လီၤ. ဒီးအဝဲသ့ၣ်မ့ၢ် မၤနီၣ်ဖိလၢ တဆိၣ်သးမးသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ် ဒ်သိး ဖိသ့ၣ်အတၢ်အိၣ်မူတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ အပတီၢ်ကအါထီၣ် အဂီၢ်မ့ၢ်ဂ့ၤ ဟံၣ်ဖိဃီဖိအတၢ် တိစၢၤမၤစၢၤမ့ၢ်ဂ့ၤ, မိၢ်ပၢ်သ့ၣ်တဖၣ် တနီၣ်ပၢ်ဝဲစ့ၢ်ကိးဘၣ်.

- နထံၣ်ဘၣ်တဘျီဘျီလၢ နဘၣ်ကတိၤန့ၣ် ဒုၣ်ဖိထၢဖိဒ်အံၤအိၣ်ခါ.

ပမ့ၢ်ကွၢ်လံာ်တယၢ်အံၤအပူၤန့ၣ် ပကထံၣ်မိၢ်ပၢ်သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ် အါတက့ၢ် ဂုၣ်ပံးန့ၣ် တၢ်ဆၢကတီၢ်လၢ တၢ်ဖဲးတၢ်မၤအပူၤအယံ ဖိ လၢတဆိၣ်သးမးတဖၣ်အဂီၢ် တၢ်ကဟုကယၢ်အိၣ် အဆၢကတီၢ်တအိၣ်ဘၣ်ဒီး ပမ့ၢ်ကွၢ် ဖိသ့ၣ်အတၢ်လိၣ်တဖၣ်အဂီၢ် ကွၢ်ကပာ်ဝဲအမဲာ်ညါ တၢ်လၢကမၤဘၣ်ဒိဖိသ့ၣ် အတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချလၢ အမ့ၢ်တၢ်အိၣ်စ့ၢ်ကိး မၤဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ. ဖိသ့ၣ် အတၢ်အိၣ်မူခါဆူညါ ကဖျါယံလၢဝဲအဂီၢ် မိၢ်ပၢ်တဖၣ် ကဘၣ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤလၢ တၢ်အိၣ်တၢ်သးအိၣ်ဒီး ဘၣ်ကတိၤအတၢ်ဟ့ၣ်ဂီၢ်ဟ့ၣ်ဘါစ့ၢ်ကိး အကါဒိၣ်ဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ. ဖိသ့ၣ်တဆိၣ် သးမး တဖၣ်ဒီးဖိသ့ၣ်ခဲလၢဒ်မ့ၢ် ပုၤသ့ၣ်တဖၣ်လၢအိၣ်ဒီး အတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်,အတၢ်လၢတက့ၢ်စ့ၢ်စ့ၢ်စ့ၢ်ကိးန့ၣ်လီၤ.ပမ့ၢ်ပာ်ဖျါထီၣ် အတၢ်မ့ၢ်တၢ်ဒီး ဟ့ၣ် ဂီၢ်ဟ့ၣ်ဘါအိၣ်န့ၣ်ကအိၣ်ဒီး တၢ်နီၣ်န့ၢ်လီၤသးအလၢအပုၤဒီး ကတုၤယီၤဆူအဖိတၢ်အဂီၢ် ပမၤစၢၤအိၣ်သ့န့ၣ်လီၤ.

- တၢ်ဒိတဒါ တၢ်ဒိၣ်ထီၣ်စဲးခဲဒီး တဆိၣ်သးမးသ့ၣ်တဖၣ်အဂီၢ်

မိၢ်လၢအဟုးအသးအိၣ်ထီၣ်တဖၣ် ကဘၣ်အိၣ်တၢ်အိၣ်လၢ အနီၣ်ဂီၢ်န့ၢ်ဘါကဘၣ်ဟးဆဲးဝဲတၢ် အက့ၢ်အဂီၢ်လၢကမၤဘၣ်ဒိအတၢ် အိၣ်မူ (အဒိ - တၢ်အိၣ်မိၢ်,တၢ်အိၣ်သံး) ဒီးလၢ တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအဂီၢ်စ့ၢ်ကိး ကဘၣ်ဒုးန့ၣ်အသးန့ၣ်လီၤ. ဖိသ့ၣ်လၢ အအိၣ်ဖျၢၣ်သီ တုၤလၢ ၅န့ၣ် ဖိသ့ၣ် ကိးဂၢဒီးန့ၣ် ပကကွၢ်ဃုထံအတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်ဒီး ပမ့ၢ်ဆိကမိၢ်လၢ စဲးခဲအယံ ပကဘၣ်ကတိၤသကိးဒီး ပုၤလၢအနီၣ်ပၢ်တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်ဝဲ ပက ဘၣ်မၤစၢၤကျဲၤ သကိးလၢ အဆိအချန့ၣ်လီၤ.

ပံးပိးကူၣ်ညါသုးအတွက် အမှာစာ

ဤပိုစတာသည် ECI၏ရပ်ရွာအသိပညာပေး၊ မိဘပညာပေး လုပ်ငန်းများတွင် အသုံးပြုနိုင်ရန် ရည်ရွယ်ပါသည်။ မွေးကင်းစမှ ၅နှစ်အထိ ECI ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများတွင် ပါဝင်လုပ်ဆောင်သော မိသားစုများ၊ ရပ်ရွာအဖွဲ့အစည်းများထိရောက်စွာ ပိုမိုပံ့ပိုးနိုင်ရန် ဆောင်ရွက်လုပ်ဆောင်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ မသန်စွမ်းမှုကြောင့် ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့ရသော ပြောဆိုဆက်သွယ်မှုဆိုင်ရာ၊ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ မူဝါဒပိုင်းဆိုင်ရာ အတားအဆီးများမှ လွတ်မြောက်ရုံ သာမက အောင်မြင်တိုးတက်သော ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်သို့ အရောက်လှမ်းနိုင်အောင် ရည်ရွယ်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

မိခင်များတွင် ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ် အာဟာရဗျူတစွာ မစားသုံးနိုင်ခြင်းထက် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အသိပညာပညာတရားပေးမှုများကို တွေ့ရ ပါသည်။ ကျေးလက်တောရွာဒေသများတွင် နေထိုင်သော ဒေသခံအများစုမှာ စီးပွားရေး၊ ပညာရေး၊ ကျန်းမာရေးတို့၌ လျစ်လျူရှုခြင်း အနည်းနှင့်အများ ခံစားရပါ သည်။ ထို့ကြောင့် ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ် မည်ကဲ့သို့ ပြုစုစောင့်ရှောက်ရမည်ကို နားလည်သိရှိမှု အားနည်းပါသည်။ မသန်စွမ်းကလေးများကိုရရှိခဲ့သော် တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုး အောင်မြင်လာအောင် မိသားစုကိုယ်တိုင် မည်ကဲ့သို့လုပ်ဆောင်ရမည်ကို မိဘများနားမလည်သေးချေ။

သင်၏ပတ်ဝန်းကျင်တွင် ဤကဲ့သို့သော မိသားစုများကို တွေ့ဖူးပါသလား။

ပိုစတာတွင်ပါရှိသောပုံအရ မိဘများသည် မသန်စွမ်းကလေးများကို ဂရုစိုက်ခြင်းမရှိဘဲ အခြားအလုပ်များကိုသာ ဦးစားပေးလုပ်ကိုင်လေ့ရှိကြသည်။ ထို့အပြင် တစ်ချို့မိဘများသည် ကလေး၏ လိုအပ်ချက်များကို လျစ်လျူရှုလျက် ကလေး၏ကျန်းမာရေးကိုပင်ထိခိုက်စေသည့် ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းကိုလည်း ပြုလေ့ ရှိကြပါသည်။ ကလေးများ၏ အနာဂတ်ဘဝလှပစေရန် မိဘများမှ မေတ္တာဖြင့် ပံ့ပိုးကူညီလုပ်ဆောင်နိုင်မှု၊ ပတ်ဝန်းကျင်မှ အားပေးကူညီမှုသည် အထူးပင် အရေးကြီးပါသည်။ မသန်စွမ်းကလေးများနှင့် ကလေးများအားလုံးတွင်အစွမ်းအစများ ကိုယ်စီရှိကြပါသည်။ ၎င်းလုပ်ဆောင်နိုင်မှုစွမ်းရည်များကို မိဘများ အနေ ဖြင့် ပိုင်းဝန်းဖော်ထုတ်အားပေးခြင်းဖြင့် ကလေးများသည်မိမိကိုယ်မိမိ ယုံကြည်စိတ်ချသော စိတ်အပြည့်ဖြင့် အောင်မြင်မှုပန်းတိုင်သို့ ရောက်အောင်လုပ် ဆောင်လာနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

ဖွံ့ဖြိုးမှုနောက်ကျခြင်း၊ မသန်စွမ်းခြင်းများမှကာကွယ်ရန်

ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များသည် အစာအာဟာရစားသုံးခြင်း၊ အန္တရာယ်ရှိသောအပြုအမူများရှောင်ရှားခြင်း (ဥပမာ - ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း၊ အရက် သောက်ခြင်း)နှင့် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာစောင့်ရှောက်မှုခံယူခြင်းများကို ဆောင်ရွက်ပေးရပါမည်။ မွေးကင်းစမှစ၍ ကလေးငယ်များကို ဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာစောင့်ကြည့် လေ့လာပြီး နောက်ကျသည်ဟု သံသယရှိပါက နားလည်သိကျွမ်းသူများနှင့်တိုင်ပင်၍ စောစီးစွာစနစ်တကျ ပြုစုပေးသင့်ပါသည်။

ကျေးဇူးတင်လွှာ

ဤပိုစတာကိုတိုင်းရင်းသားကလေးငယ်များနှင့် ၎င်းတို့၏မိသားစုများ၊ ကလေးပြုစောင့်ရှောက်သူများအတွက်အထောက်အပံ့ဖြစ်စေရန်ရည်ရွယ်၍ ECIလုပ်ငန်းတွင် လက်တွဲလုပ်ကိုင်လျက်ရှိသော ဌာနအသီးသီး အဖွဲ့အစည်းများနှင့် အတူတကွ ရေးသားပြုစုခဲ့ပါသည်။

ဤပိုစတာကို တိုင်းရင်းသားကလေးငယ်များနှင့် ၎င်းတို့၏မိသားစုများ၊ ကလေးပြုစောင့်ရှောက်သူများအတွက် အထောက်အပံ့ဖြစ်စေရန်ရည်ရွယ်၍ ECIလုပ်ငန်းတွင် လက်တွဲလုပ် ကိုင်လျက်ရှိသော ဌာနအသီးသီး၊ အဖွဲ့အစည်းများနှင့် အတူတကွ ရေးသားပြုစုခဲ့ပါသည်။ ဤပိုစတာဖြစ်မြောက်ရေးအတွက် အားသွန်ခွန်စိုက်ပါဝင်ကူညီပေးခဲ့သော လူမှုဝန်ထမ်းဦးစီးဌာန၊ UNICEF (မြန်မာ)၊ The Leprosy Mission Myanmar တို့မှ တာဝန်ရှိသူများ၊ မြန်မာနိုင်ငံ နှစ်ခြင်းခရစ်ယာန်အသင်းချုပ်(MBC) ဓမ္မပညာဌာနမှ ဒေါ်အဲန်ဂျူလီ၊ ဒေါ်ဝန်အိုင်ရင်းနှင့် ဝန်ထမ်းများ၊ KBC (ကရင်နှစ်ခြင်းခရစ်ယာန်အဖွဲ့ချုပ်၊ စာပေနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဌာန) စကောကရင်စာပေအဖွဲ့မှ နော်ဂရီးထာထူး၊ နော်ဆဲဆဲထူး၊ နော်ပုလဲဖော၊ နော်စေးလံာရီထူး၊ နော်စေးလယ်ထူး၊ စောမြင့်နိုင်စိုး၊ ပန်းချီ/ဒီဇိုင်း ပညာရှင်များဖြစ်သော ဦးကျော်မင်းအောင်၊ ဦးဝင်းထွန်းသန့်၊ ဦးလူမော်ဟန်၊ ဦးလှိုင်ဝေလွင်တို့အား တန်ဖိုးရှိသောအချိန်များစွာကို ယူဝေပေးသည့်အတွက် လူမှုဝန်ထမ်း ကယ်ဆယ်ရေးနှင့် ပြန်လည်နေရာချထားရေးဝန်ကြီးဌာနမှ အထူးကျေးဇူးတင်ကြောင်း မှတ်တမ်းတင်ထားရှိအပ်ပါသည်။