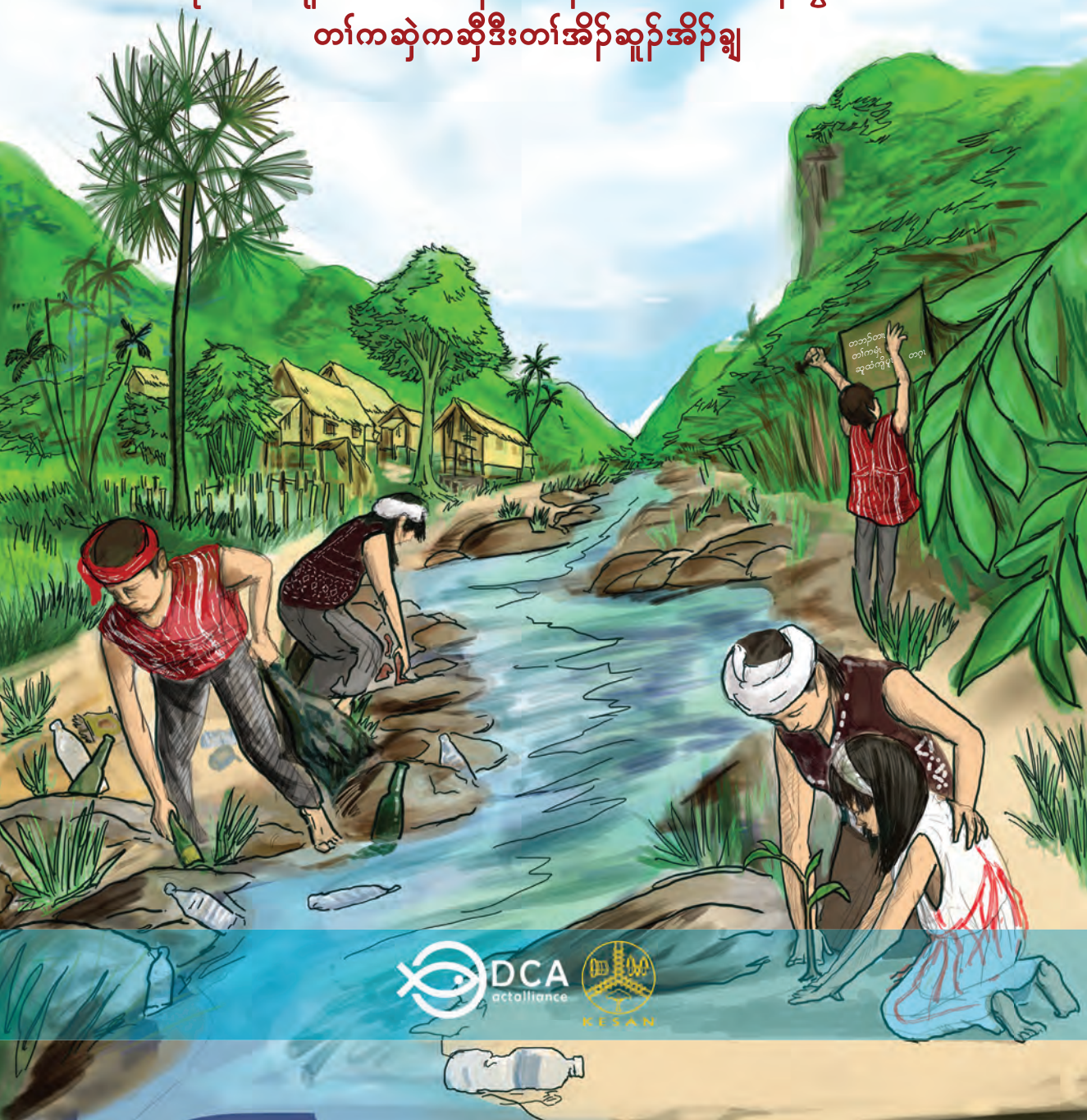


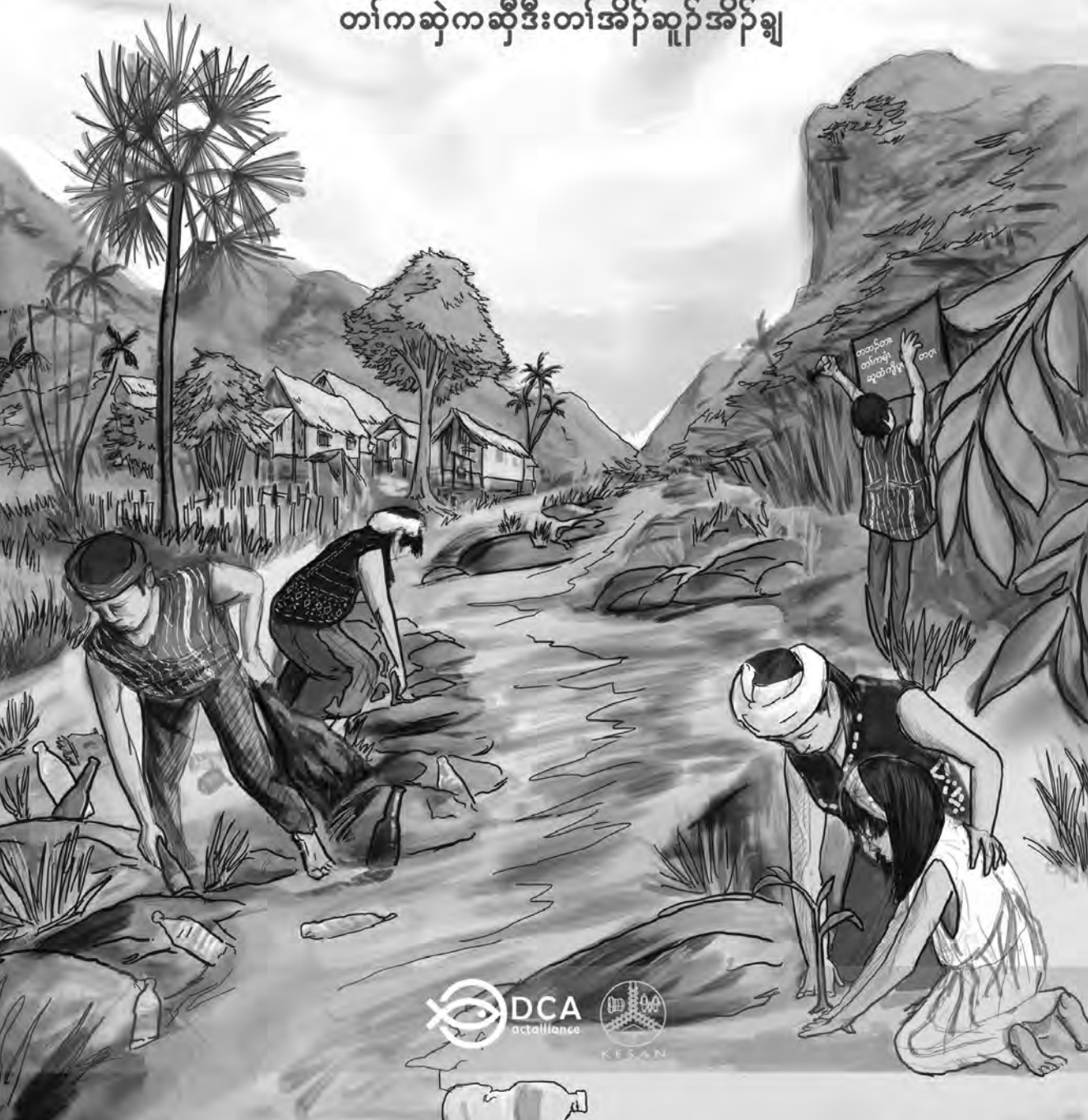
ထံ့မုာ်တၢ်သးသမု

လံာ်စီာ်စုလၢတၢ်ရဲာ်သဲကတီၤထံနိတၢ်အိၣ်ယၢဒီးအတၢ်ဘၣ်ထွဲလိာ်သးဒီး
တၢ်ကဆဲးကဆိဒီးတၢ်အိၣ်ဆူာ်အိၣ်ချ



ထံ့မ္ဗာ်တၢ်သးသမ္ဗု

လံာ်စိာ်စုလၢတၢ်ရဲာ်သဲကတီၤထံနိတၢ်အိၣ်ယၢဒီးအတၢ်ဘၣ်ထွဲလိာ်သးဒီး
တၢ်ကဆဲးကဆိဒီးတၢ်အိၣ်ဆူာ်အိၣ်ချ



ထံမှတ်သားသမူ

လံာ်စိာ်စုလာ်တၢ်ရဲၣ်သဲကတီၢ်ထံနိတၢ်အိၣ်ယၢၤဒီးအတၢ်ဘၣ်ထွဲလိာ်သးဒီး

တၢ်ကဆဲကဆိဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့

ဘၣ်တၢ်ထုးထီၣ်ရၤလီၤအါလၢ



KESAN

ကညီဖိခိၣ်ယၢၤဒီးပုၤဂ့ၢ်ဝိတၢ်မၤပုၣ်ဘျးစဲကရၢ

ကျိၣ်စုတၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢ



တၢ်ထုးထီၣ်ရၤလီၤအဆၢကတီၢ်

လါအီးကထိဘၣ် ၂၀၁၈ နံၣ်

ပုၤတုၤတၢ်ဂီၤ - Ganji

တၢ်ဆဲးကျိးဒီးလံာ်ဖးနီၣ်ဂံၢ်

KESAN

P.O Box 204, Prasing Post Office

Muang, Chiang Mai, Thailand 50205

Email: info@kesan.asia

Website: www.kesan.asia

Facebook: Karen Environmental and Social Action Network (KESAN)

လံာ်စဲကျဲးတး - WANIDA PRESS, ဝုၢ်ကံာ်မဲ, ကီၢ်က့ၢ်တဲာ်

စဲကျဲးအခိၣ်ထံးကတၢ်တဘျီ - ၂,၀၀၀ ဘ့ၣ်

၂

ထံမှတ်သားသမူ

လံာ်စိာ်စုလာ်တၢ်ရဲၣ်သဲကတီၢ်ထံနိတၢ်အိၣ်ယၢၤဒီးအတၢ်ဘၣ်ထွဲလိာ်သးဒီးတၢ်ကဆဲကဆိဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့

တၢ်ဂ့ၢ်ခိၣ်တီၢ်တဖၣ်

ကဘျံးပၤ

တၢ်ကတိၤဆှၢန့ၣ်.....	၄
ဘၣ်မနုၤအပိၤလၢပလိၣ်ဘၣ်လံာ်စိာ်စုတဘျီအံၤလဲၣ်.....	၆
ထံၣ်နိအတၢ်ဘၣ်ထွဲလိာ်သးဒီးကညီပှၤထူလံၤဖိ.....	၈
- ထံစံးတၢ်န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲၣ်.....	၉
- လၢနနီၢ်ခိမိာ်ပှၤအပူၤထံအိၣ်ဆံးလဲၣ်န့ၣ် မ့ၢ်နသ့ၣ်ညါစ့ၢ်ကိးဧါ.....	၉
- ထံအတၢ်လဲၤတရံးအသးအဂ့ၢ်.....	၁၁
- တၢ်သူထံၣ်နိဒီးအတၢ်ကဲဘျးကဲဖျိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်.....	၁၂
- ထံအတၢ်အိၣ်ယၤလၢဟီၣ်ခိၣ်တဘျီအံၤအပူၤ.....	၁၄
- တၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်ဒီးတၢ်လၢအတၢ်တၢ်ဒီးထံအကံၢ်အစီ ဒီးအတၢ်အိၣ်လၢအိၣ်ပျဲတဖၣ်.....	၁၆
- တၢ်ဆူးတၢ်ဆါဘၣ်ထွဲဒီးထံၣ်နိအတၢ်ဂ့ၢ်ကီၤန့ၣ် မ့ၢ်တၢ်မနုၤသ့ၣ်တဖၣ်လဲၣ်.....	၂၀
- တၢ်ပၤဆှၢရဲၣ်ကျဲၤထံၣ်နိတၢ်အိၣ်ယၤလၢအယုၣ်ကၤ.....	၂၁
တၢ်ပၤဆှၢရဲၣ်ကျဲၤတၢ်တယာ်ဘၣ်အဘၣ်သီ.....	၂၄
- တၢ်တယာ်ဘၣ်အဘၣ်သီစံးတၢ်န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲၣ်.....	၂၄
- တၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီအကလုာ်.....	၂၅
- တၢ်ပၤဆှၢရဲၣ်ကျဲၤတၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီ.....	၂၆
- ပကြးတုထီၣ်တၢ်လဲၤတၢ်လီၤတၢ်ကမ့ၢ်အလီၢ်ဖဲလဲၣ်.....	၂၈
တၢ်ကဆဲးကဆီဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့.....	၂၉
- ဘၣ်မနုၤအပိၤလၢပကြးတုတၢ်ဟးလီၢ်လဲၣ်.....	၃၀
- ပကြးတုထီၣ်တၢ်ဟးလီၢ်ဖဲလဲၣ်.....	၃၁
- တၢ်ကဆဲးကဆီခိဖျိတၢ်သုကဆီစု.....	၃၂

တၢ်ကတိၤဆှၢန့ၢ်



သိးဒီးပကအိၣ်မူပွဲၤဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ၤ, တၢ်ဂံၢ်တၢ်ဘါဒီးတၢ်သ့ၣ်ဖုံသးညီအဂီၢ် ပလိၣ်ဘၣ်တၢ်မနုၤသ့ၣ်တဖၣ်လဲၣ်. တၢ်သံကွၢ်တဖျၢၣ်အံၤအရၢဒိၣ်ဒိၣ်မးလၢ ပကဘၣ်သံကွၢ်လီၤက့ၤပသး ကိးဆၢကတီၢ်ဖဲးန့ၣ်လီၤ.

- မ့ၢ်ပလိၣ်ဘၣ်ကလံၤလၢအကဆီၣ် လၢပကကသါဘၣ်အီၤအဂီၢ်စ့ၢ်ကိးခါ.
- မ့ၢ်ပလိၣ်ဘၣ်တၢ်အိၣ်တၢ်အီၤလၢအကဆီၣ်, လၢအတအိၣ်ဒီးတၢ်စုၣ်တၢ်ပျၢၢ်, ဒီးလၢအန့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါလၢပတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ၤဒီးတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်ထီၣ်အဂီၢ်စ့ၢ်ကိးခါ, ဒီး
- မ့ၢ်ပလိၣ်ဘၣ်ထံလၢအကဆီၣ်လၢပကအီၣ်ဘၣ်အီၤ လၢပတၢ်အိၣ်မူအိၣ်ဂဲၤတနံၤဘၣ်တနံၤအဂီၢ်စ့ၢ်ကိးခါ.

တၢ်သံကွၢ်လၢထးသ့ၣ်တဖၣ်အံၤအတၢ်စံးဆၢတခီၤပဲၤဒၣ်လၢ ပခိၣ်ယၢန့ၣ်ဆၢဒီးအတၢ်အိၣ်ယၢသ့ၣ်တဖၣ်အအိၣ်န့ၣ်လီၤ. န့ၣ်ဆၢတၢ်အိၣ်ယၢဖၣ်အမ့ၢ်ထံကျိထံကွၢ်, ဟီၣ်ခိၣ်ကပံၢ်, သ့ၣ်ပျၢၢ်ဝၣ်ပျၢၢ်သ့ၣ်တဖၣ် တၢ်မ့ၢ်တမၤဟးဂုၢ်ဟးဂီၤ, မၤလုၤပျီကွၢ်အီၤ, ဒီးအိၣ်တူၢ်အိၣ်ကလီၤကွၢ်အီၤဘၣ်တခီ ကဆိၣ်ထွဲမၤစၢပဝဲပျၢၤကညီသ့ၣ်တဖၣ်လၢ ကအိၣ်မူပွဲၤဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ၤ, တၢ်အိၣ်ကုးအိၣ်ပွဲၤ ဒီးပကအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်မူလၢအပွဲၤဒီးအကံၢ်အစီၣ်နီၢ်န့ၣ်လီၤ.

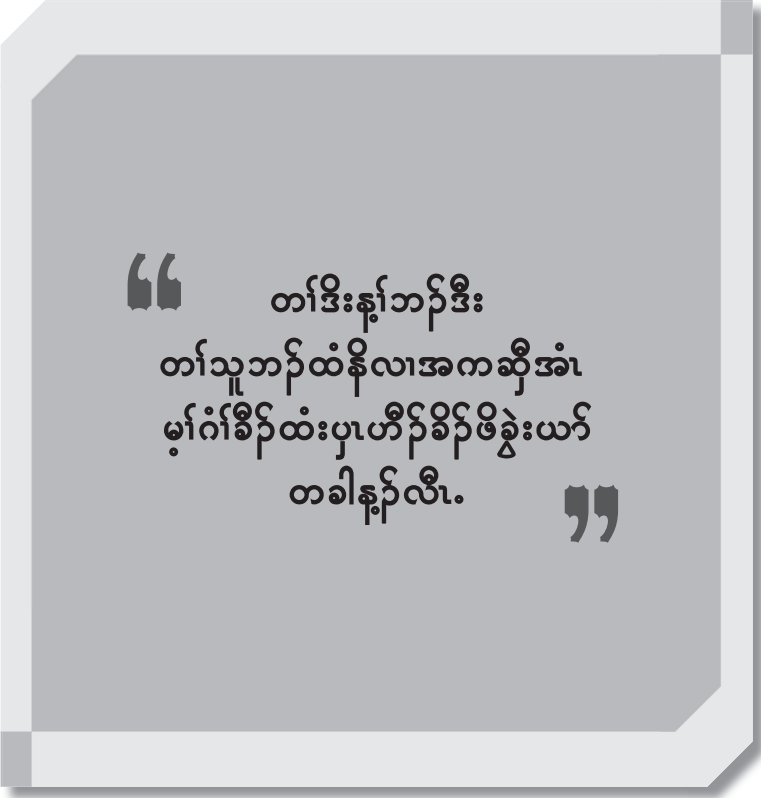
န့ၣ်ဆၢခိၣ်ယၢဒီးအတၢ်အိၣ်ယၢသ့ၣ်တဖၣ်အံၤ မ့ၢ်ခိၣ်တယၢ်တခါလၢပဝဲပျၢၤကညီ, တၢ်မဲတၢ်မါဒီးဆၢဖိကီၢ်ဖိသ့ၣ်တဖၣ်အတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်ထီၣ်, အတၢ်အိၣ်မူအိၣ်ဂဲၤ ဒီးအတၢ်ဂုၤထီၣ်ပသီထီၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ဒီးလၢအကျါပဝဲပျၢၤကညီသ့ၣ်တဖၣ်လိၣ်ဘၣ်ကလံၤ, ထံနိ, တၢ်အိၣ်တၢ်အီၤ, တၢ်ကူတၢ်သိး, တၢ်အိၣ်တၢ်ဆိးအလီၢ်အကျဲ, ဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ၤဒီးတၢ်သ့ၣ်ဖုံသးညီ လၢပတၢ်အိၣ်မူတနံၤဘၣ်တနံၤအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ခိၣ်တယၢ်တၢ်လိၣ်ဘၣ်ဖဲအံၤသ့ၣ်တဖၣ်, တၢ်လၢအဟ့ၣ်ဒီးမၤလၢပုၤန့ၢ်ပျၢၤတခီမ့ၢ်ဝဲဒၣ် ပန့ၣ်ဆၢခိၣ်ယၢလၢအအိၣ်ဝးတရံးပျၢၤဖဲအမ့ၢ် သ့ၣ်ပျၢၢ်, ဟီၣ်ခိၣ်ကပံၢ်, ထံနိဒီးဆၢဖိကီၢ်ဖိသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

ဒီးလၢန့ၣ်ဆၢတၢ်အိၣ်ယၢဖၣ်အံၤသ့ၣ်တဖၣ်အကျါ ထံနိလၢအကဆီၣ်မ့ၢ်တၢ်လိၣ်ဘၣ်နီၢ်နီၢ်တခါ လၢပတၢ်အိၣ်မူတနံၤဘၣ်တနံၤအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ဖဲပယၢထီၣ်ဘၣ်ယးခိၣ်ယၢန့ၣ်ဆၢအတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ၤ အဆၢကတီၢ်န့ၣ်, တၢ်လၢပကြးပၢ်သ့ၣ်ပၢ်သးဒီးဆိကမိၣ်ထံလၢအဂ့ၢ်တခီမ့ၢ်ဝဲဒၣ်

၄ ထံမ့ၢ်တၢ်သးသမု
လံာ်စိၣ်စုလၢတၢ်ရဲၣ်သဲကတိၤထံနိတၢ်အိၣ်ယၢဒီးအတၢ်ဘၣ်ထွဲလိာ်သးဒီးတၢ်ကဆဲကဆီၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ၤ

မှီခိုခိုယာနုဆာၣ်လၢအအိၣ်ဝးတရံးပှၤအံၤ ဒိၣ်စိ မ့တမ့ၢ် ငးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ဒိဘၣ်သလၣ်လၢပဝဲပှၤ ကညီတဖၣ်အတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ ဒီးတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်ထီၣ်တၢ်န့ၣ်ဘၣ်တနံၤဒ်လဲၣ်အဂ့ၢ်န့ၣ်လီၤ.

ကလံၤ, ထံနိ, ဒီးတၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်လၢပဒီးန့ၢ်အိၣ်လၢပခိၣ်ယာနုဆာၣ်တၢ်အိၣ်ဝးတရံးပှၤအံၤသ့ၣ်တဖၣ် မ့ၢ်ဘၣ်ဒီးတၢ်စုၣ်တၢ်ပှၤသ့ၣ်တဖၣ်တခီ ပကဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါအကလုာ်ကလုာ်, ပကဆိးက့ဆါဘီ, ဒီးလၢခံကတၢ် တုၤဒ်လဲၣ်ပသးသမူကလီၤမၤကွံာ်န့ၣ် တၢ်သမၤအိၣ်အလီၢ်တအိၣ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ. ဒ်သိးပကအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ ဒီးအိၣ်မူအိၣ်ဂၤပဲၤဒီးတၢ်သ့ၣ်ဖံးသးညီ ဒီးတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်ထီၣ်ပဲၤဒီးသူးသ့ၣ်လၢကပိၤဒ်ပှၤကညီတကအသိးအဂီၢ် ပမူဒါအိၣ်လၢပကဘၣ်ဒိသအကဟုကယာ်က့ပခိၣ်ယာနုဆာၣ်ဒီးအတၢ်အိၣ်ယာၤဒ်အမ့ၢ် သ့ၣ်ပှၤဝဲၣ်ပှၤ, ထံကျိထံကွာ် ဒီးဟီၣ်ခိၣ်ကပံာ်သ့ၣ်တဖၣ်အတၢ်အိၣ်စံာ်အိၣ်ကျၢၤ လၢပဟီၣ်ခိၣ်တဘျီအံၤအပူၤန့ၣ်လီၤ.



“ တၢ်ဒီးန့ၢ်ဘၣ်ဒီး
တၢ်သ့ၣ်ဘၣ်ထံနိလၢအကဆီအံၤ
မ့ၢ်ဂံၢ်ခိၣ်ထံးပှၤဟီၣ်ခိၣ်ဖိခွဲးယာ်
တခါန့ၣ်လီၤ. ”

ဘဉ်မနုၤအဃိလၢပလိာ်ဘဉ်လံာ်စိာ်စု တဘဉ်အံၤလဲာ်

ဝံ မ့ၢ်န့ၣ်ဆၢဉ်တၢ်အိၣ်ယၢၤခိၣ်တယၢ်တခါလၢအကါဒိၣ် လၢပုၤကညီအတၢ်အိၣ်မူအိၣ်ဂဲၤ, တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့, တၢ်ကဆဲကဆိ ဒီးတၢ်အိၣ်မူပုၤဒီးတၢ်သုၣ်ဖံသးညီ ဒီးသုၣ်သ့ၣ် လၢကပိၤန့ၣ်လီၤ. ဝံ မ့ၢ်တၢ်အဂ့ၢ်ဒိၣ်ဒိၣ်မးတခါ လၢပုၤကညီအတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်ထီၣ်ထီၣ် ဒီးတၢ်ဂုၤထီၣ်ပ သီထီၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ဝံနိတၢ်အိၣ်ယၢၤ, လီၤဆိဒၣ်တၢ်ထံဘျါ (လၢအတမ့ၢ်ထံဟီၤလၢအအိၣ်လၢ ပိၣ်လဲာ်ပုၤ) လၢပသုၣ်ဒီးအိၣ်အိၣ်သ့ လၢအအိၣ်လၢပဟီၣ်ခိၣ်တဘဉ်အံၤအပူၤဘဉ်ကွၢ်ဆၢဉ်မဲာ်ဒီးတၢ် ဂ့ၢ်ကီ, တၢ်ဆိၣ်သနံးဒီးတၢ်တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်လၢကျဲအါဘိန့ၣ်လီၤ. တၢ်ဒီးန့ၢ်ဘဉ်ဒီးတၢ်သုၣ်ထံ နိလၢအကဆိအံၤ မ့ၢ်ဂံၢ်ခိၣ်ထံးပုၤဟီၣ်ခိၣ်ဖိခွဲးယၢ်တခါန့ၣ်လီၤ.

လၢပဝဲကညီပုၤထူလံာ်ဖိသ့ၣ်တဖၣ်အဂီၢ် ဝံနိတၢ်အိၣ်ယၢၤအံၤ မ့ၢ်တၢ်လၢအဘဉ်ထွဲလိာ် အသးဒီးပုၤဂ့ၢ်ဝီ, တၢ်ဆဲးတၢ်လၢ, မ့ၢ်ကျိၤဝဲၤကွၢ်, န့ၣ်ဆၢဉ်တၢ်မူတၢ်ဒီးတၢ်စုၢ်တၢ်နာ်အတၢ်ဟ် လုာ်ဟ်ပုၤ ဒီးတၢ်ဟ်ဒိၣ်ဟ်ကဲသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ဒ်ကညီထူလံာ်သ့ၣ်ကုသးပုၤစံးဟ်ယၢ်ဝဲဒၣ်လၢ ညါ “အိၣ်ဒုၣ်ကတီၤလ့, အိၣ်ညဉ်ကတီၤကွံ” အသး, ဒီးအလီၢ်အိၣ်စ့ၢ်ကီးဝဲဒၣ်လၢပဝဲဖိလံာ် လၢခ့ၣ်ဆၢကတီၢ်ခဲအံၤ ဒီးစိၤလၢခဲကဟဲသ့ၣ်တဖၣ် အလီၢ်အိၣ်လၢပကဘဉ်သ့ၣ်ရဲၣ်သဲကတီၤ, ကဟုကယၢ်ဒီးဒိသဒါက့ၤပထံကျိထံကွၢ်, ထံနာ်ကွၢ်ခဲဒီးထံတၢ်အိၣ်ယၢၤသ့ၣ်တဖၣ် ဒ်သိးပက အိၣ်မူဘဉ်ဒီး ဒ်ပုၤထူလံာ်ဖိတကလုာ် လၢအအိၣ်မူပုၤဒီးသုးသ့ၣ်လၢကပိၤ လၢတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်ထီၣ်ထီၣ် ဒီးတၢ်ဂုၤထီၣ်ပသီထီၣ်လၢဟီၣ်ခိၣ်တဘဉ်အံၤအသိးကသ့အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. လၢလံာ်စိာ်စုတဘဉ်အံၤ အပူၤ, တၢ်ဂ့ၢ်ခိၣ်တီဖးဒိၣ်သၢခါလၢတၢ်နီၤဖးလီၤအိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်မ့ၢ်ဝဲ -၁) ထံနိ, ၂) တၢ်ပဆၢရဲၣ် ကျဲတၢ်တယၢ်ဘဉ်အဘဉ်သီ, ဒီး ၃) တၢ်ကဆဲကဆိဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

ထံနိ, တၢ်ကဆဲကဆိဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့, ဒီးတၢ်တယၢ်ဘဉ်အဘဉ်သီသ့ၣ်တဖၣ် အံၤ မ့ၢ်တၢ်လၢအဘဉ်ထွဲဘဉ်ပးလိာ်အသးယၢ်ပယၢ်ပယၢ် လၢပတၢ်အိၣ်မူအတၢ်လဲၤခိဖျိအပူၤကိး နံၤဒီးန့ၣ်လီၤ. ထံနိလၢအကဆိဒီးတၢ်ကဆဲကဆိသ့ၣ်တဖၣ်အံၤ မ့ၢ်တၢ်အိၣ်တယၢ်တခါ လၢအ ငးအိၣ်ကါအိၣ်ခိးတၢ်သးသမူဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့, ဒီးအါန့ၢ်အန့ၢ် မ့ၢ်တၢ်သးသမူခဲလၢာ်အ သုးသ့ၣ်လၢကပိၤန့ၣ်လီၤ. ဘဉ်ဆၢဒ်တၢ်ယုသ့ၣ်ညါဒီးဟ်ဖျါထီၣ်ဝဲဒၣ်အဖိခိၣ်အသိး, ပုၤကညီ အကကွၢ် (၈၀၀) ဘျဲာ်, ပုၤကညီလၢအအိၣ်လၢဟီၣ်ခိၣ်တဘဉ်အံၤ (၉) ဂၤအကျါ (၁) ဂၤ တဒီး

၆ ထံမ့ၢ်တၢ်သးသမူ
လံာ်စိာ်စုလၢတၢ်ရဲၣ်သဲကတီၤထံနိတၢ်အိၣ်ယၢၤဒီးအတၢ်ဘဉ်ထွဲလိာ်သးဒီးတၢ်ကဆဲကဆိဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့

နဝ်ထံနိလၢအကဆိဘၣ် ဒီးပုၤကညီလၢဟီၣ်ခိၣ်တဘျီအံၤ (၃) ဂၤအကျါ (၁) ဂၤ တအိၣ်ဒီးတၢ် ဟးလီၢ်မုၢ်မုၢ်နီၢ်နီၢ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ.

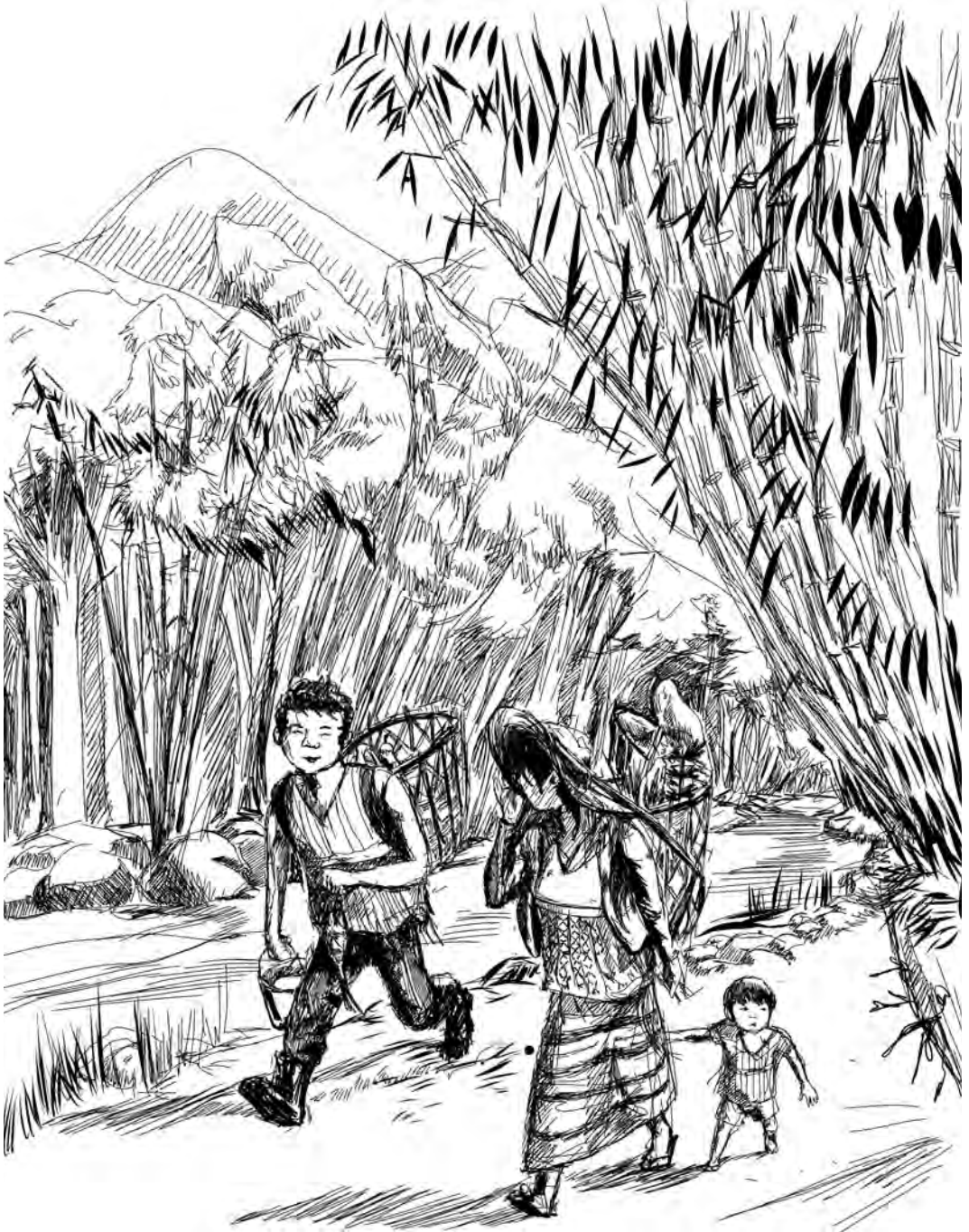
လၢကီၢ်ပယီၤပူၤတၢ်တယၢ်ကွၢ်ဝဲဒၣ်လၢ ထံဖိကီၢ်ဖိအနီၣ်ဂံၢ်ခဲလၢာ်ကအိၣ်ဝဲဒၣ် (၅၅) က ကွၢ်ဘျီဒီးဒ်တၢ်ယုသ့ၣ်ညါတခါဟ်ဖျါထီၣ်ဝဲဒၣ်အဖီခိၣ်အသိး. ပုၤကညီ (၁၇) ကကွၢ်န့ၣ် တဒီး န့ၣ်ဘၣ်ထံလၢအကဆိဘၣ်, ဒီးပုၤ (၁၉) ကကွၢ်န့ၣ် တအိၣ်ဒီးတၢ်ဟးလီၢ်မုၢ်မုၢ်နီၢ်နီၢ်ဘၣ် ဒီးဖိ သၣ်လၢအသးအိၣ် (၅) နံၣ်ဆူအဖီလၢသ့ၣ်တဖၣ်သံဝဲဒၣ်ကအိၣ် (၇၀၀) ဂၤယၢ်ယၢ် ကိးနံၣ် ဒီး ဒိဖျိလၢထံနိတၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီ ဒီးတၢ်ကဆဲကဆိတၢ်ဂ့ၢ်ကီသ့ၣ်တဖၣ်အယိန့ၣ်လီၤ.

ဒိဖျိလၢထံနိဒီးတၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီအတၢ်ဂ့ၢ်ကီသ့ၣ်တဖၣ်အယိ, တနံၣ်အတီၢ်ပူၤ ပုၤသး သမူလၢအကကွၢ်ဘၣ်လီၤမၢ်ကွၢ်ကလီၤကလီၤန့ၣ်လီၤ^၁. လၢတၢ်န့ၣ်အယိ ပတၢ်မုၢ်လၢကွၢ်စိအ ဒိၣ်အအါ လၢတၢ်ထုးထီၣ်လံာ်စိၣ်စုဖိတဘျီအံၤမ့ၢ်ဒ်သိး ကမၤဆူၣ်ထီၣ်ဒီးဒုးစီၣ်မဲာ်စီၣ်နါက့ၤ ပုၤနီၢ်တဂၤမ့ၢ်ဂ့ၤ, ကွီဖိ, ကွီသရၣ်သရၣ်မုၢ်, ကွီဖိမိၢ်ပာ်, ဒီးလီၢ်ကဝီပုၤတဝါခိၣ်န့ၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အ တၢ်သ့ၣ်ညါန့ၢ်ဟ် ဒီးတၢ်သးစဲအါထီၣ်လၢ တၢ်ကဟုကယၢ်ရဲၣ်သဲကတီၤက့ၤထံကျိထံကွၢ်, တၢ်က တဲာ်ကတီၤက့ၤနီၢ်တဂၤဒီးပုၤတဝါအတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ ဒိဖျိတၢ်ကဆဲကဆိအတၢ်ဖံးတၢ်မၤအ လုၢ်အလၢသ့ၣ်တဖၣ် ဒီးတၢ်ဟးဆူၣ်ရဲၣ်က့ၤက့ၤတၢ်ကမ့ၢ်မိၢ်ဒီးတၢ်တယၢ်အတၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီသ့ၣ် တဖၣ်ဒ်တၢ်မၤအကျါအကျဲလၢတုၤလီၤတီၤလီၤအသိးန့ၣ်လီၤ. ပနၢ်သပျံကတၢ်လၢ ဒိဖျိပတၢ်ဟ် ဖျိၣ်မၤသကိးတၢ်ဒီး တၢ်တူၢ်ခိၣ်ဟ်သးတမံၤယိဒ်အံၤအယိ, တၢ်ဆိတလဲဒီးတၢ်ဒိဘၣ်သလၣ်လၢပပုၤ တဝါဒီးခိၣ်ယၢ်န့ၣ်ဆၢၣ်အတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ ဒီးအတၢ်တူၢ်ယံာ်ခိၣ်ကျဲၤ ကအိၣ်ထီၣ်ဝဲဒၣ်သပျံက တၢ်န့ၣ်လီၤ.

“ ထံမ့ၢ်တၢ်သးသမူတခါန့ၣ်လီၤ. ပဝဲပုၤကညီ, ဆၣ်ဖိကီၢ်ဖိ, ဒီးတၢ်မဲတၢ်မါခဲလၢာ်လၢအအိၣ်လၢ ဟီၣ်ခိၣ်တဘျီအံၤ လိၣ်ဘၣ်ထံန့ၣ်လီၤ. ”

¹ <https://www.wateraid.org/au/where-we-work/myanmar>
² <https://water.org/our-impact/water-crisis/>

ထံနိအတၢ်ဘၣ်ထွဲလိာ်သးဒီးကညီပှၤထူလံၤဖိ



၈ ထံမ့ၢ်တၢ်သးသဗု
လံာ်စိာ်စုလၢတၢ်ရဲၣ်သဲကတီၤထံနိအတၢ်အိၣ်ယၤဒီးအတၢ်ဘၣ်ထွဲလိာ်သးဒီးတၢ်ကဆဲးကဆိဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့

ထံခံးတၢ်န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲၣ်

ထံအံၤ အလွဲၤ, အတၢ်နၢတၢ်န့ၣ်, ဒီးအရီၢ်မ့ၢ်တၢ်အိၣ်ဘၣ်ဆၣ် မ့ၢ်တၢ်သးသမုတၢ်ခါန့ၣ်လီၤ. ပုၤကူပုၤကညီ, ဆၣ်ဖိကီၢ်ဖိဒီးတၢ်ခဲတၢ်မါဒီးတၢ်မ့ၢ်တၢ်ဘိလၢဟီၣ်ခိၣ်တဘျီအံၤကအိၣ်မုဘၣ်အ ကီၢ် လိၣ်ဘၣ်ထံန့ၣ်လီၤ. နပသ့ၣ်ညါဘၣ်အိၣ်အသိး, ထံအတၢ်ဆီတလဲအသးအကွၢ်အဂီၢ်ကအိၣ် သၢကလုၣ်ဒ်မ့ၢ် တၢ်အထံအနီၢ်, ထံခုၣ်ကိၣ်လိၣ် ဒီးထံသဝံသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ဟီၣ်ခိၣ်လၢပအိၣ် အိၣ်တဘျီအံၤ ထံအတၢ်ကျၢ်ဘၢအိၣ်ကအိၣ်ဝဲဒၣ် သၢပူခံပူ (၇၀ မျးကယၤ) အယီ ထဲဒၣ်တပူ မ့တမ့ၢ် (၃၀ မျးကယၤ) မ့ၢ်ဟီၣ်ခိၣ်လၢပအိၣ်ဆိး, သ့ၣ်ထီၣ်ဟံၣ်ဃီ, တၢ်သ့ၣ်တၢ်ဖျးဒီးတၢ်ဖံး အိၣ်မၤအိၣ်အလီၢ်အကျဲသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

လၢနနီၢ်ခိမိၢ်ပျၢ်အပူထံအိၣ်ဆံးလဲၣ်န့ၣ် မ့ၢ်နသ့ၣ်ညါစ့ၢ်ကီးၤ

ဒ်ပုၤခဲအုၣ်ဖိအတၢ်ဃုသ့ၣ်ညါအစၢဟ်ဖျါထီၣ်ဝဲဒၣ်အသိး, ဖိသၣ်လၢအအိၣ်ဖျၢၣ်ထီၣ်သီ သီတဂၤ တချးအသးပုၤထီၣ်တနံၣ်ဒီးဘၣ်အဆၢကတီၢ်န့ၣ် ထံအိၣ်လၢအမိၢ်ပျၢ်အပူမ့ၢ်ဝဲဒၣ် (၇၈ မျးကယၤ), မ့မ့ၢ်ပဝဲဒၣ်နၤယၤပုၤသ့ၣ်ဘိၣ်သးစၢ်ဒီးဒိၣ်တုၣ်ခိၣ်ပုၤသ့ၣ်တဖၣ်တခီ ထံအိၣ်လၢပမိၢ် ပျၢ်ပူခဲလၢ်မ့ၢ်ဝဲဒၣ် (၆၀ မျးကယၤ) န့ၣ်လီၤ. လၢနနီၢ်အမဲၣ်ညါ ထံလၢအအိၣ်လၢပခိၣ်န့ၣ်ပူဒီး ပသးဖျၢၣ်ခဲလၢ်မ့ၢ်ဝဲဒၣ် (၇၃ မျးကယၤ), ပပသိၣ်ပူ (၈၃ မျးကယၤ), ပဖံးဘၣ်ပူ (၆၄ မျးက ယၤ), ပညၣ်ထုၣ်ဒီးကလုၣ်ခဲလၢ် (၇၉ မျးကယၤ), ဒီးလၢပလံပကွဲပူခဲလၢ် (၃၁ မျးကယၤ) န့ၣ်လီၤ^၃. လၢတၢ်န့ၣ်အယီ ထံအံၤအိၣ်ဝဲဒၣ်လၢ တၢ်လီၢ်ကိးပူဒဲးန့ၣ်လီၤ.

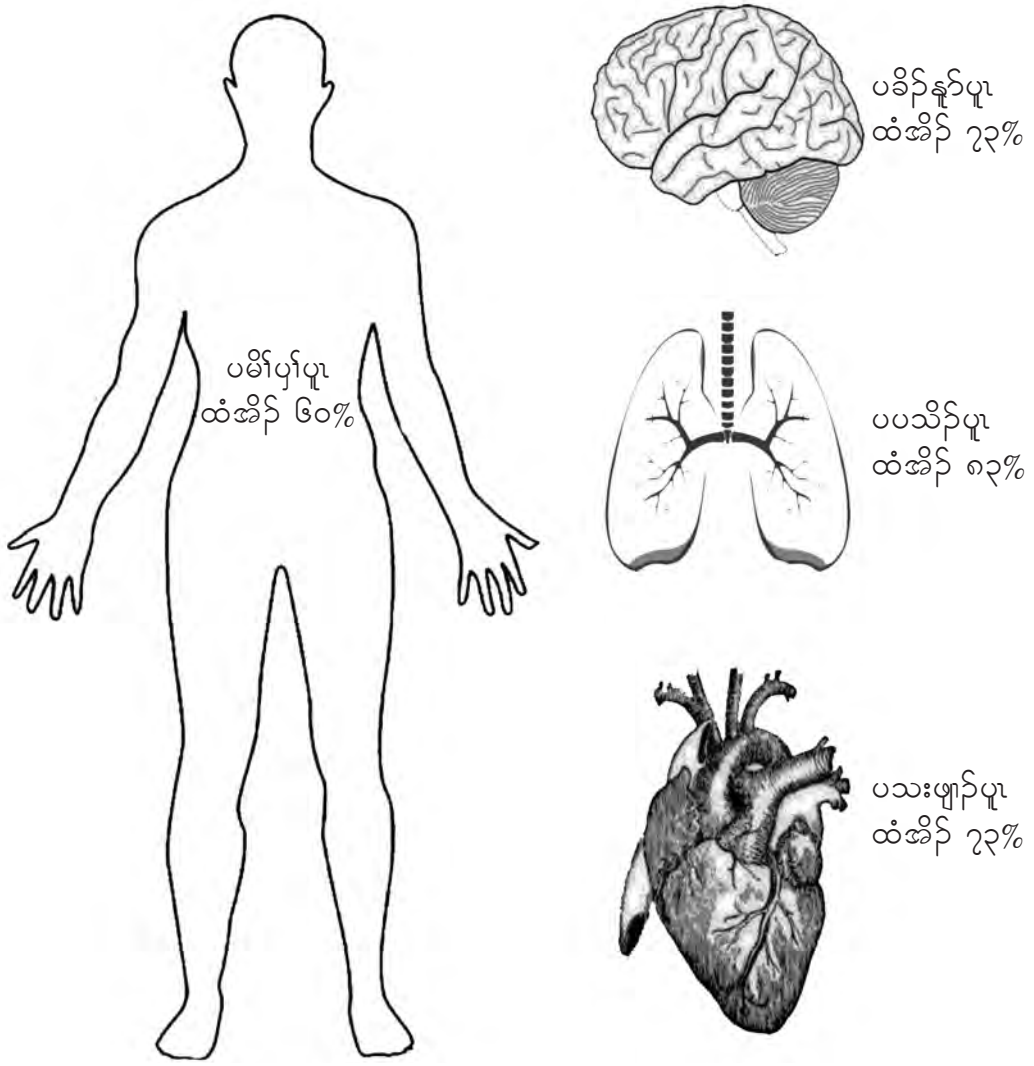
“ ထံအံၤအိၣ်ဝဲဒၣ်လၢ တၢ်လီၢ်ကိးပူဒဲးန့ၣ်လီၤ. ”

ထံမၤစၢပမိၢ်ပျၢ်ဒ်သိးကကံၢ်ဘျးတၢ်အိၣ် တၢ်အိၣ်လၢပအိၣ်အိၣ်, ဆုၢ်ဝဲဒၣ်ကလံလၢပက သါအိၣ် (အိးစံၣ်ကွၢ်) ဒီးတၢ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါ သ့ၣ်တဖၣ်လၢပမိၢ်ပျၢ် အတၢ်ယဲၤဆံး (စဲလ်) သ့ၣ်တဖၣ်အပူ, မၤခုၣ်မၤကဘးလီၤပမိၢ်ပျၢ်ဒီး ထူးထီၣ်ကွံၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီလၢပမိၢ် ပျၢ်ပူသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ဒ်တၢ်တဲအိၣ်ဝဲဒၣ်

³ <https://water.usgs.gov/edu/propertyyou.html>

အသိး ပမ္မာတအိဉ်ဘဉ်တၢ်အိဉ်တၢ်အိဉ်အသိးသၢဆံဘဉ်ဆဉ်ပလဲတၢ်ကဲ, ဘဉ်ဆဉ်ပမ္မာတအိဉ်ဘဉ်ထံလၢသၢသိအတၢ်ပူန့ဉ် ကမ္မာတၢ်ကိတၢ်ခဲနီဉ်နီဉ်လၢပတၢ်အိဉ်မူအိဉ်ဂၤအဂီၢ်န့ဉ်လီၤ. ဖိတၢ်ယုသ့ဉ်ညါဟ်ဖျါထီဉ်ဝဲဒၣ်အသိး ဝဲထံ (၁ မျးကယု) မ့ၢ်လီၤစ့ၤကွံာ်လၢပနီဉ်ခိမိၢ်ပျါပူန့ဉ် တၢ်သုပသးလၢထံဒိဉ်မး ဒီးထံလၢပနီဉ်ခိမိၢ်ပျါပူမ့ၢ်လီၤစ့ၤကွံာ်ဝဲဒၣ် (၁၀ မျးကယု) န့ဉ်ပတၢ်အိဉ်မူတုၤလၢတၢ်လီၤဘဉ်ယိဉ်အပူနီဉ်နီဉ်လံန့ဉ်လီၤ. ဖိသိးပကအိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့ဒီးသ့ဉ်ဖုံသးညီဘဉ်အဂီၢ် အလီၢ်အိဉ်လၢပကြးအိဉ်ထံအစ့ၤကတၢ်တနံၤ (၂ လံးထာဉ်) န့ဉ်လီၤ.

ထံအမျးကယုလၢအအိဉ်လၢပမိၢ်ပျါပူ

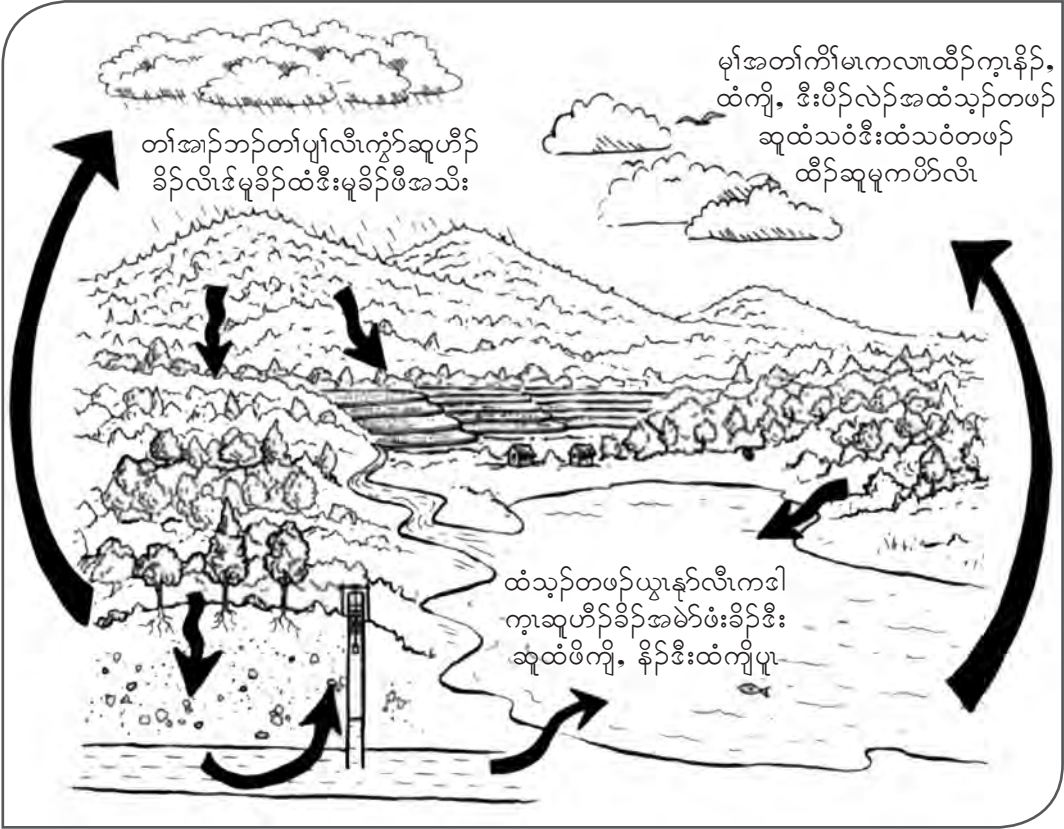


၁၀ ထံမ့ၢ်တၢ်သးသမု လံာ်စိာ်စုလၢတၢ်ရဲဉ်သဲကတီၢ်ထံနိတၢ်အိဉ်ယၤဒီးအတၢ်ဘဉ်ထွဲလိာ်သးဒီးတၢ်ကဆဲးကဆိဒီးတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့

ထံအတတ်လဲတရံးအသးအဂံာ်

ထံမ့ာ်န့ဆာ်တတ်အိၣ်ယၢအတတ်လုာ်ဒိၣ်ပွၢဒိၣ်တခါလၢပကြးသ့ၣ်ညါဒီးပာ်လုာ်ဟ်ပွၢအီၤန့ၣ်လီၤ. လၢန့ဆာ်တတ်အိၣ်ယၢလၢအမၤသီထီၣ်ကဒါက့ၤအသးသ့အကျါတခါ ထံပာ်ယုာ်ဝဲဒၣ်စ့ၢ်ကီးန့ၣ်လီၤ. ထံအတတ်မၤသီထီၣ်ကဒါက့ၤအသး မ့တမ့ာ် တတ်မၤပွဲၤကဒါထီၣ်က့ၤအသးလၢအသီ (တတ်ထုးထီၣ်ကဒါက့ၤလၢအသီ) အံၤ ကဲထီၣ်အသးခိဖျိန့ဆာ်အတတ်လဲတရံးအသးအကျါအကျဲန့ၣ်လီၤ. ထံအတတ်လဲတရံးအသးဒီးထုးထီၣ်ကဒါက့ၤအသးလၢအသီအကျါအကျဲသ့ၣ်တဖၣ် ဘၣ်တတ်ကွဲးဖျါထီၣ်အီၤဒ်လၢလၢာ်အံၤအသးန့ၣ်လီၤ.

- ဖဲမ့ာ်အတတ်ကိာ်ဆဲးလီၤဘၣ်ထံလၢအအိၣ်လၢထံကျိပူၤ, ထံဖိကျိ, နိၣ်, ထံကမၤဒီးပိၣ်လဲၣ်ပူၤသ့ၣ်တဖၣ်အဆၢကတီၢ်န့ၣ် ဆီတလဲကွံာ်ထံအက့ၢ်အဂီၢ်အံၤအသးသ့ၣ်န့ၣ်လီၤ.



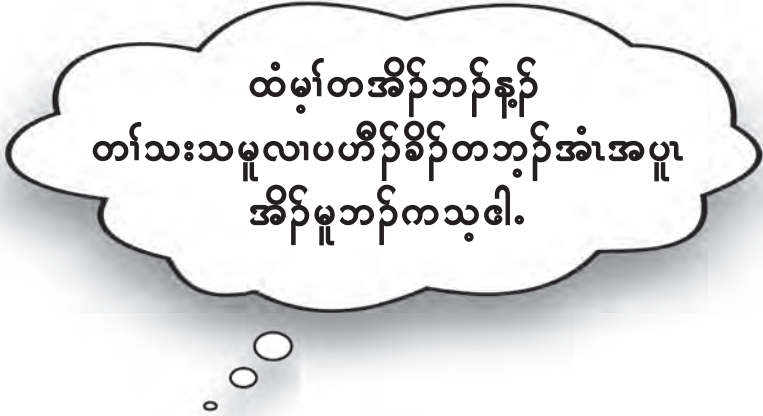
- ထံသဝံသုဉ်တဖဉ်အံက့ထီဉ်ကဒါက့ဆူတၢ်လီၢ်လၢကလံၤခဉ်အကဘျဲး မ့တမ့ၢ် အကကြၢ် လၢအအိဉ်ဝးတရံးပဟီဉ်ခိဉ်အံၤဝံအလီၢ်ခံ ပဟီဉ်ထီဉ်အသးဒီးဒုးအိဉ်ထီဉ်က့ၤဝဲဒဉ် ထံလီၤစီၤဆံးကိဉ်ဖိသုဉ်တဖဉ်လၢအဒုးအိဉ်ထီဉ်တၢ်အာဉ်သုဉ်တဖဉ်န့ဉ်လီၤ. ဒီးကျဲလၢအက တဘိလၢထံသဝံက့ထီဉ်ကဒါက့ဆူကလံၤခဉ်အကဘျဲးလၢအအိဉ်ဝးတရံးပဟီဉ်ခိဉ်အံၤတ ခိမ့ၢ်ဝဲဖဲ တၢ်မ့ၢ်တၢ်ဘိ မ့တမ့ၢ် ဆဉ်ဖိကိဉ်ဖိသုဉ်တဖဉ်အတၢ်သၢထီဉ်သၢလီၤအဆၢကတီၢ်န့ဉ်လီၤ.
- ဖဲထံသဝံသုဉ်တဖဉ်ပဟီဉ်ထီဉ်အသးမ့ၢ်အါထီဉ် ဒီးဒုးအိဉ်ထီဉ်တၢ်အာဉ်မ့ၢ်အါထီဉ်တခီ, တၢ်အာဉ်လၢထံသဝံပဟီဉ်ထီဉ်အသးအံၤကဃာထီဉ်ထီဉ်ဃာထီဉ် ဒီးလၢခံကတၢ် ထံသုဉ်တ ဖဉ်ယုၤလီၤကဒါက့ဆူဟီဉ်ခိဉ်လီၤ ဖဲမ့ၢ်ခိဉ်စူထံ မ့တမ့ၢ် မ့ၢ်ခိဉ်ဖိအသးန့ဉ်လီၤ. ဒီးထံလၢအ ဟဲလီၤဖဲမ့ၢ်ခိဉ်စူထံ မ့တမ့ၢ် မ့ၢ်ခိဉ်ဖိအသးဖဲအံၤသုဉ်တဖဉ် ယုၤလီၤဒီးစ့ၢ်န့ဉ်လီၤဝဲဒဉ်ဆူပီဉ် လဲဉ်, နိဉ်အိ, ကမါ, ထံကျိထံကွဉ်, ထံဖိကျိ မ့တမ့ၢ် ဟီဉ်ခိဉ်အပူၤန့ဉ်လီၤ.

တၢ်သုထံနီၤဒီးအတၢ်ကဲဘျဲးကဲဖှိဉ်သုဉ်တဖဉ်

ထံပၤဃာ်တၢ်သးသမုသုဉ်တဖဉ်လၢအအိဉ်လၢဟီဉ်ခိဉ်တဘျဲးအံၤအပူၤန့ဉ်လီၤ. ဖဲထံ အိဉ်အလီၢ်န့ဉ်တၢ်သးသမုစ့ၢ်ကိးအိဉ်ဝဲဒဉ်န့ဉ်လီၤ. ထံအိဉ်ဝဲဒဉ်လၢတၢ်လီၢ်ကိးပူၤဒဲးဒီးတနီၤ ပထံဉ်အီၤလၢပမဲဉ်သုဒီးတနီၤပထံဉ်အီၤတသ့ဘဉ် မ့ၢ်လၢအအိဉ်လၢပနီၢ်ခိမိၢ်ပျၢ်ပူၤအဃိန့ဉ်လီၤ. အဒိ, ထံလၢပထံဉ်အီၤသ့လၢပမဲဉ်ဖဲအမ့ၢ်ပီဉ်လဲဉ်, ထံဖိကျိ, ထံကျိ, နိဉ်, ကမါ, ဒီးထံလၢပ ထံဉ်အီၤတသ့လီၤလီၤလၢပမဲဉ်ချံသုဉ်တဖဉ် ကပဉ်ဃုာ်ဒီးကလံၤကထာလၢအအိဉ်ဝးတရံးပဟီဉ် ခိဉ်ဖျၢဉ်, တၢ်မ့ၢ်တၢ်ဘိ, ဆဉ်ဖိကိဉ်ဖိ ဒီးလၢပဝဲပျၢ်ကညီအနီၢ်ခိမိၢ်ပျၢ်ပူၤသုဉ်တဖဉ်န့ဉ်လီၤ. လၢတၢ် န့ဉ်အဃိ တၢ်သံကွၢ်လၢကကြးသံကွၢ်လီၤပသးတခီ-

“ ထံပၤဃာ်တၢ်သးသမုသုဉ်တဖဉ်
 လၢအအိဉ်လၢဟီဉ်ခိဉ်တဘျဲးအံၤအပူၤန့ဉ်လီၤ.
 ဖဲထံအိဉ်အလီၢ်န့ဉ်တၢ်သးသမုစ့ၢ်ကိး
 အိဉ်ဝဲဒဉ်န့ဉ်လီၤ. ”

၁၂ ထံမ့ၢ်တၢ်သးသမု
 လံာ်စိၣ်စုလၢတၢ်ရဲဉ်သဲကတီၤထံနီၤတၢ်အိဉ်ယၤဒီးအတၢ်ဘဉ်ထွဲလိာ်သးဒီးတၢ်ကဆဲးကဆိဒီးတၢ်အိဉ်ဆုဉ်အိဉ်ချ့



တံလာပကြားသုတ်ညါဒီးပတ်သုတ်ပတ်သးအိတ်တခီ ထံမှတ်ဘန်ထွဲလိတ်သးဒီးပဲနုယု ကိးဆာကတိတ်ဒီးနုလိ. ဒ်သိးပနိတ်ခိတ်ပုတ်အတံလဲတရံအသးကဘန်လိတ်ဘန်စး ဒီးပကပွဲဒီး တံအိတ်ဆုတ်အိတ်ချ အဂီ ထံကယုဒီးမဘန်လိတ်ဘန်စးဝဲဒ်တံကိတ်တံခုတ်လာပမိတ်ပုတ်, ဆု တံအိတ်တံအိတ်လာအနုတ်ဂံနုတ်ဘါ ဒီးကလံလာပကသါအိတ် (အိတ်စံင်ကျုတ်) လာပမိတ်ပုတ်အတံယံဆံ (စဲလ်) ပူ. ဒီးထုးထိတ်ကွိတ်တံဘန်အဘန်သိလာအအိတ်လာပမိတ်ပုတ်ပုတ်အမုတ် ပအုတ်ပဆံင်သုတ် တဖုတ်နုလိ. ဒီးလာနုတ်အမဲင်ညါလာပဝဲကညိပုတ်ထုလံဖိသုတ်တဖုတ်အဂီ ပသုထံလာတံအက ပကပုတ်အမုတ် ပဆုတ်တံကုတ်သိး, ပအိတ်အိတ်, ပဖိတ်အိတ်တုတ်အိတ်တံ, ပဖိတ်အိတ်ထံချိ, ပလုတ်ထံဒီး မကဆုတ်သး, ပဒုးလုတ်ဆုတ်ဖိကိတ်ဖိအထံ, ပလုတ်ဖိထံဒီးပသုအိတ်လာတံထုစံင်ဖဲဒုးအတံဖဲ တံမသုတ်တဖုတ်အဂီနုလိ.

“ ပမုတ်တသုရဲင်သဲကတိတ်ထံဒီးဒိသဒါ အိတ်ဂုတ်ဒီးတုတ်လိတ်လိတ်ဘန်တခီ, ထံ နိတ်အကံင်အစိတ်ဒီးအတံအိတ်လာအိတ်ပွဲအ တံဂုတ်ကိတ်သုတ်တဖုတ် ကတုတ်အိတ်ပုတ်လာပ စိတ်ဆာကတိတ်အံနုလိ. ”

ထံအတက်ကဲဘျူးလၢတနံ့ဘၣ်တနံ့အဂီၢ်



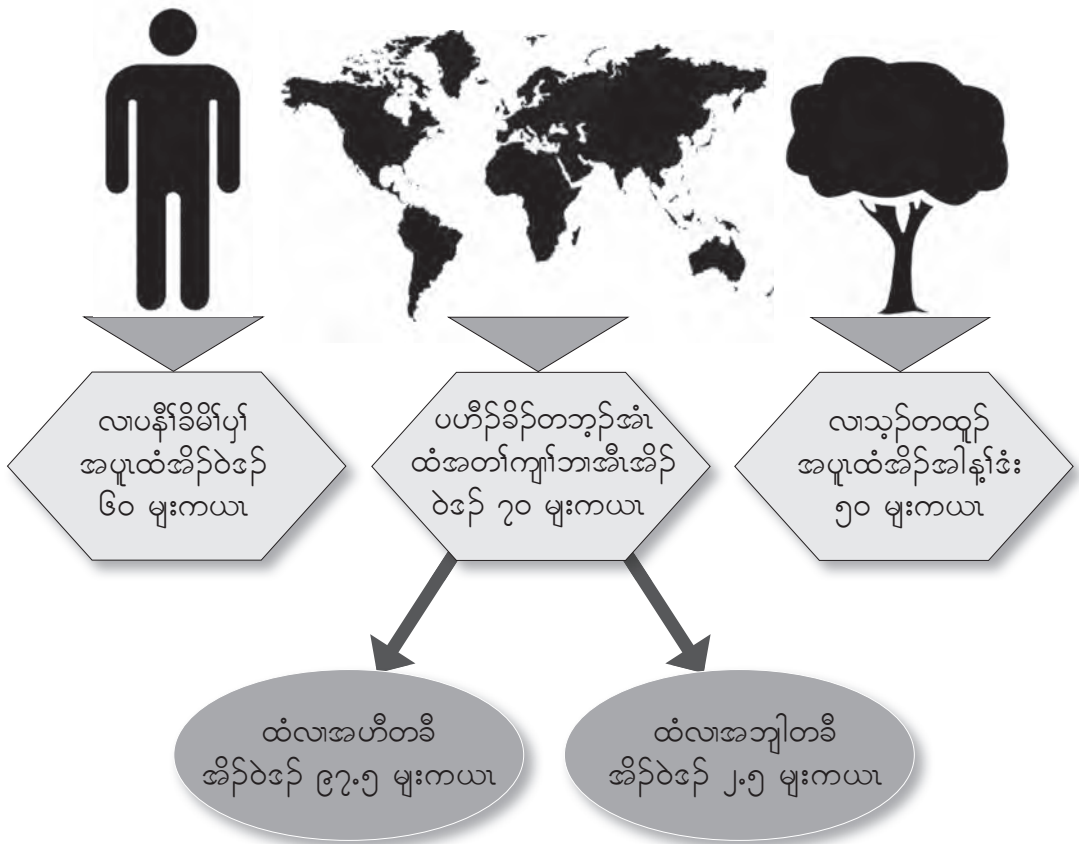
တၢ်ဂီၢ်လၢထးသ့ၣ်တဖၣ်အံၤဘၣ်တၢ်ဆိးကါဒီးဟံးန့ၢ်အီၤလၢလံာ်ဒီးသန့ Conant, J., and Fade, P. (2008). *A community guide to environmental health*. California, USA: Hesperian.

ထံအတၢ်အိၣ်ယၢလၢဟီၣ်ခိၣ်တဘျီအံၤအပူၤ

ပဟီၣ်ခိၣ်တဘျီအံၤထံအတၢ်ကျၢၢ်ဘၢအီၤမ့ၢ်အိၣ်ဝဲဒၣ် (၇၀ မျးကယၢ မ့တမ့ၢ် သၢပူတပူ) ဘၣ်ဆၣ် ထံဘျီလၢပအီၤဒီးသုအီၤသ့အိၣ်ဝဲဒၣ်အမျးကယၢစ့ၤဒိၣ်မးန့ၣ်လီၤ. ဖိစဲအၣ်ဒီးပျးကူၣ် ဘၣ်ကူၣ်သ့အတၢ်ယုသ့ၣ်ညါဟ်ဖျါထီၣ်ဝဲဒၣ်အဖိခိၣ်အသိး ထံ (၉၇.၅ မျးကယၢ) န့ၣ် မ့ၢ်ပိၣ် လဲၣ်ထံလၢအဟီၣ် ဒီးပဲပျးကညိတဖၣ်ပအီၤဒီးသုအီၤတသ့ဘၣ်န့ၣ်လီၤ. ထံလၢအဘျီမ့ၢ်အိၣ်တ့ၢ် ဒၣ်ထဲ (၂.၅ မျးကယၢ) ဘၣ်ဆၣ် လၢထံဘျီ (၂.၅ မျးကယၢ) အကျါ ထံဘျီ (၆၈.၉ မျးကယၢ)

၁၄ ထံမ့ၢ်တၢ်သးသမု
လံာ်စိၣ်စုလၢတၢ်ရဲၣ်သဲကတီၤထံနိတၢ်အိၣ်ယၢဒီးအတၢ်ဘၣ်ထွဲလိာ်သးဒီးတၢ်ကဆဲးကဆိဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့

နွဲ့ အိပ်ဖိုဝ်ဝဲဒေဝ်လၢထံလီသကၢအလီအကျဲ ဒီးထံအဂ (၃၀.၈ မျးကယၤ) နွဲ့အိပ်စို်နွဲ့ ဃာ်အသးလၢဟီဝ်ခိပ်လၢအယိ ထဲဒေဝ် ထံ (၀.၃ မျးကယၤ) အံၤ မ့ၢထံအမျးကယၤစ့ၤကိာ်ဖိ လၢပဒီးန့ၢအီၤလၢထံကျိ, ထံဖိကျိ, ကမၢဒီးနိပ်သ့ၣ်တဖၣ်အပူၤန့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်န့ၣ်အယိ, ပဝဲက ညီပှၤထူလံၤဖိလၢအအိပ်လၢကစၢ်ခိပ်ကလိကျါသ့ၣ်တဖၣ်အဂီၢ် ထံလၢပဒီးန့ၢအီၤလီၤလီၤလၢပသ့ အီၤမ့ၢဆ့ၣ်မ့ၢဂီၤအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ ဒီးတၢ်ဖံးတၢ်မၤအဂီၢ်သ့ၣ်တဖၣ် အမျးကယၤမ့ၢတၢ်ဆံးတၢ်စ့ၤဝဲ ဒေဝ်ဒိပ်နီၢ်မးန့ၣ်လီၤ. ပမ့ၢတသ့ၣ်ရဲၣ်သဲကတီၤဒီးဒီသအအီၤဂ့ၤဂ့ၤဒီးတုၤလီၤတီၤလီၤဘၣ်တခီ, ထံနိ အကံၢ်အစီဒီးအတၢ်အိပ်လၢအိပ်ပျဲၤအတၢ်ဂ့ၢ်ကီၤသ့ၣ်တဖၣ် ကတုၤအိပ်ပှၤလၢပစိဆၢကတီၢ် အံၤန့ၣ်လီၤ.



တၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်ဒီးတၢ်လၢအတၢ်တၢ်ဒီးထံအကံၢ်အစီ ဒီးအတၢ်အိၣ်လၢအိၣ်ပွဲၤတဖၣ်

ဒ်ပသ့ၣ်ညါတၢ်လံအသိး ထံ မ့ၢ်န့ၣ်ဆၢၣ်တၢ်အိၣ်ယၢၤတခါလၢအမၤပျဲၤကဒါက့ၤအသး မ့တမ့ၢ် ထုးသီထီၣ်ကဒါက့ၤအသး ဒိဖျိထံအတၢ်လဲၤတရံးအသးဒ်န့ၣ်ဆၢၣ်အကျဲၣ်ဝဲအသိးဘၣ် ဆၢၣ် တၢ်မ့ၢ်မၤဘၣ်အဘၣ်သီအီၤဒီး တၢ်မ့ၢ်မၤဟးဂီၤအီၤတခါ ကဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲဒိၣ်ဒိၣ် မ့ၢ်မ့ၢ်လၢပျဲၤကညီၤ ဆၢၣ်ဖိကီၢ်ဖိ, တၢ်ဝဲတၢ်မၤဒီးန့ၣ်ဆၢၣ်တၢ်မူတတၢ်ဒိတခါအဖီခိၣ်သ့ဝဲဒ်န့ၣ်လီၤ. မ့ၢ်မဆါတနံၤအံၤ ပဘၣ်ကွၢ်ဆၢၣ်ခဲဒိၣ်ဒီးထံနိတၢ်ဂ့ၢ်ကီၢ်လၢတၢ်လီၤကိးပူၤဒဲး လၢဟီၣ်ခိၣ်တဘျီအံၤ န့ၣ်လီၤ. ထံနိတၢ်ဂ့ၢ်ကီၢ်လၢအကဲထီၣ်အသးဒိဖျိထံနိအတၢ်အိၣ်ယၢၤဒီးအကံၢ်အစီလီၤစ့ၤအံၤ ကဲ ထီၣ်အသးဒိဖျိ ပဝဲပျဲၤကညီသ့ၣ်တဖၣ်အတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒီးတၢ်ဖဲးတၢ်မၤသ့ၣ်တဖၣ်အယိၣ်န့ၣ်လီၤ. ထံကျိထံကွၢ်, ထံန့ၣ်ကွၢ်ခံ, ဒီးထံလၢဟီၣ်ခိၣ်လၢသ့ၣ်တဖၣ်ဘၣ်တၢ်မၤဟးဂီၤကွၢ်အီၤဒီး ဘၣ် တၢ်မၤဘၣ်အဘၣ်သီအီၤ ဒိဖျိတၢ်စုၣ်တၢ်ပျၢ်တဖၣ်ကိးနံၤဒဲးယၣ်ယၣ် လၢတၢ်လီၤကိးပူၤဒဲးန့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဂ့ၢ်ကီၢ်ခိၣ်သ့ၣ်မ့ၢ်တၢ်မၤန့ၣ်သ့ၣ်တဖၣ်လဲၣ်?

တၢ်သ့ၣ်တၢ်ဖျးအတၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီသ့ၣ်တဖၣ် - ထံ (၇၀ မျးကယၤ), လီၤဆီဒုၣ်တၢ်ထံလၢအ ဘျီအံၤ တၢ်သူအီၤလၢတၢ်သ့ၣ်တၢ်ဖျးအတၢ်ဖဲးတၢ်မၤလၢဟီၣ်ခိၣ်ဒိတဘျီညါန့ၣ်လီၤ. တၢ်သ့ၣ် တၢ်ဖျးဖးလဲၣ်ဖးကွၢ်ထဲတကလုာ်ခိးဒီးတၢ်န့ၣ်ဘျီန့ၣ်ဖျိၣ်လၢမ့ၢ်ကျိဝဲကွၢ်အတၢ်သ့ၣ်တၢ်ဖျးသ့ၣ်

“ ထံကျိထံကွၢ်, ထံန့ၣ်ကွၢ်ခံ,
ဒီးထံလၢဟီၣ်ခိၣ်လၢသ့ၣ်တဖၣ်ဘၣ်တၢ်
မၤဟးဂီၤကွၢ်အီၤဒီး ဘၣ်တၢ်မၤဘၣ်အ
ဘၣ်သီအီၤ ဒိဖျိတၢ်စုၣ်တၢ်ပျၢ်
သ့ၣ်တဖၣ်ကိးနံၤဒဲးယၣ်ယၣ်လၢ
တၢ်လီၤကိးပူၤဒဲးန့ၣ်လီၤ. ”

တဖန် သူ့ပဲသင်္ဃာထံနိအါအါဂီဂီအဲဒါသိ သူစွဲကီးဝဲဒဲဒဲဂ်ဟီဒီစီဒီးကံကသံဃ်မသံနီဒီးကသံဃ်မသံတံဖိယာသုတဖဏ်အါအါဂီဂီ ဝဲတံသုတံတုးဒီးတံထုးထီတံအိတံအိအဆာကတီရံလီ. ဒီဖျိတံသုတဲဒဲဒဲဂ်ဟီဒီစီဒီးကသံဃ်မသံနီဒီးကသံဃ်မသံတံဖိယာသုတဖဏ်အိအဲထံထံကျိထံကွာ်, နီဒီအိ, ထံဖိကျိ, ဒီးထံလဲအဲဒါလဲဟီဒီခိဒီလဲသုတဖဏ်ဘဏ်ဟးဂီကွံဒီးဘဏ်အဲဒါသိလဲတံစုတံပျီနီလီ. ဒီဖျိထံနိအဲဒါလဲအဲဒါလီဒီးအဲကံအဲဒါသုတဖဏ်ဘဏ်အဲဒါသိအဲထံထံ ထုးအဲဒါထီတံဆုးတံဆါအဲဒါလဲကလုာ်ကလုာ်လဲပဲပုကညီဖိသုတဖဏ်အဲဂီနီလီ.

ဖဲဖိကဟဏ်အဲဒါဘဏ်အဲဒါသိ - ထံ (၂၂ မျးကယာ) နုဒီ ဘဏ်တံသုအိလဲဖဲဖိကဟဏ်အဲဒါဖဲတံမဲဒါအဲဒါ တံမဲဒါလဲဖဲဖိကဟဏ်, တံသုကဆီတံ, တံမဲကံထီဒီဖိကဟဏ်, တံထုးထီတံဖိတံလဲဒီးတံဆုးတံဖိတံလဲသုတဖဏ်နီလီ. အဲဒီ, ဖဲဖိကဟဏ်တံမဲလီလဲအထုးထီတံကူတံသိးသုတဖဏ် တံလီကွံဒါဘဏ်အဲဒါသိဒီးကံစုတံဖိတံလဲသုတဖဏ်လဲထံကျိပု မ့တမံ လဲထံအဲဒါယုလဲအဲကျိသုတဖဏ်အဲထံ လီကဝီကမျါလဲအဲဒါဘုးအဲဒါတံဖဲဖိကဟဏ်တံမဲလီသုတဖဏ် ဘဏ်ကွံဆဲဒါဒီးထံနိအဲဒါဂီကံ မံလဲထံသုတဖဏ် ဘဏ်အဲဒါသိဒီးတံစုတံပျီသုတဖဏ်အဲထံနီလီ. လဲနီအဲဒါတံစုတံဟီဒီလဲအဲဒါဖဲတံမဲဒါသုတဖဏ် မဲလဲဂီကွံဒါပျီဝဲပျီ, ဟီဒီခိကပံ, ဒီးမဲဘဏ်အဲဒါသိဝဲဒဲထံကျိထံကွာ် လဲလီကဝီကမျါသုတဖဏ်ဆိးကါဒီးအိအဲအဲထံ ထုးအဲဒါထီတံဂီကံလဲခိယာနဲဆဲဒါ, တံမဲအဲဒါကလုာ်, ကမျါအဲဒါအဲဒါနီဒီချ, ဒီးပုလီကဝီဖိအဲဒါလဲအဲဒါသးသဲသုတဖဏ်အဲဂီဒီဒီဒါဒါနီနီလီ. ဝဲတံစုတံဟီဒီလဲဒီးတံထုးထီတံကူတံကဲဖဲဖိကဟဏ်တံဖဲတံမဲဒါအဲဒါအဲထံထံ, ကံတံစုတံပျီဒါအဲဒါအဲထံနဲ, ပဒါ, ပုဒီးအဲဒါသုတဖဏ်တံပျီလဲကွံဒါအဲဒီး မဲဘဏ်အဲဒါသိဒီးထုးအဲဒါထီတံစုတံပျီလဲဟီဒီခိကပံဒီးထံကျိထံကွာ်အဲဒါဒီဒါဒါနီနီလီ.

ပုကညီအဲဒါဂံအဲထီဒီးတံတယာ်ဘဏ်အဲဒါသိအဲထီ - ပုကူပုကညီသုတဖဏ် ဆိးကါဒီးသူပဲသင်္ဃာထံထံ (၈ မျးကယာ) လဲဟံဒါပီတံသုတံစွဲဒါအဲဒါ ထံနိလဲကအဲဒါအဲဒါဂီ, တံဖိအဲဒါတံအဲဒါတံ, တံမဲကဆဲကဆီသး, တံဆုတံကူတံသိး, တံသုတံပျီသုတဖဏ်အဲဂီနီလီ. ဆဲကတီမံမဲဆဲတံနဲအဲဒါ, ပုကညီလဲအဲဒါလဲဟီဒီခိဒါဘဏ်အဲဒါလဲအဲထံအဲဒါဘဏ်အဲဒါအဲထံထံကျိ (၇,၀၀၀,၀၀၀.၀၀၀) ဒီးအဲဒါအဲဒါဒါဒါသဲအဲဒါ (၂၀၅၀ နံ) နုဒီတံတယာ်ဝဲဒဲလဲ ပုကညီအဲဒါဂံကအဲထီဒါအဲဒါကဲဒါထံ (၂,၀၀၀,၀၀၀.၀၀၀) နုဒီလီ.

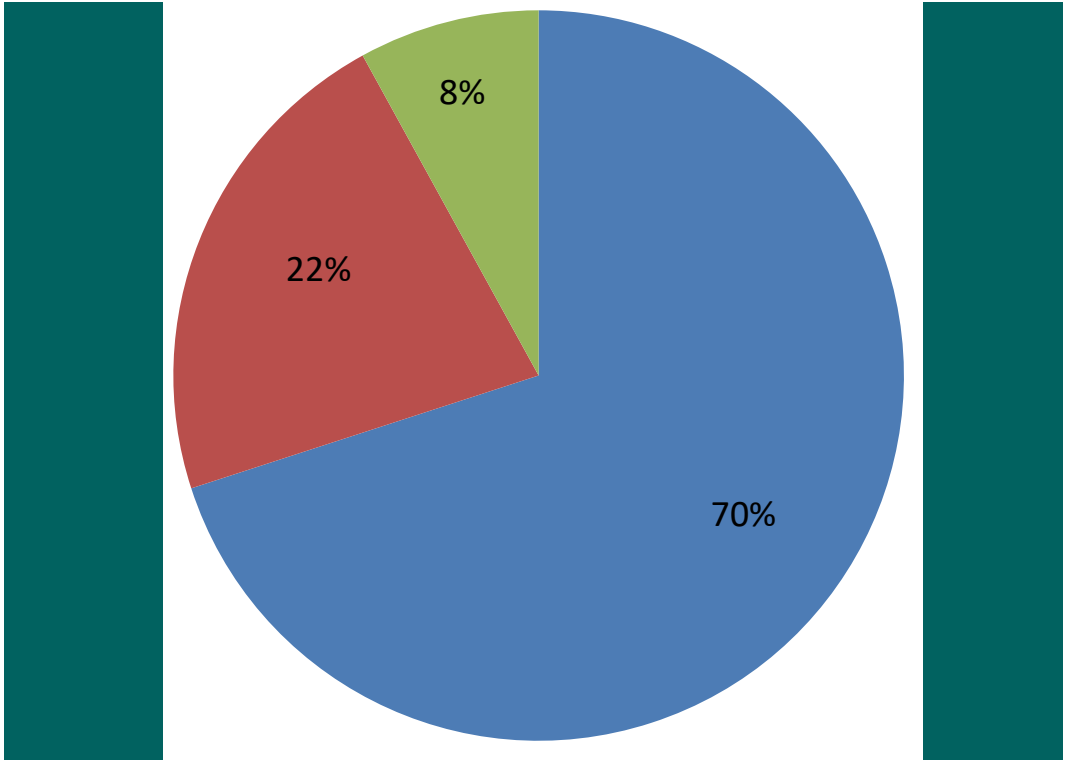
⁴ <https://www.aljazeera.com/programmes/101east/2018/05/indonesia-polluted-river-180502051143231.html>
⁵ <https://www.youtube.com/watch?v=Vbs-IHd2BHo&feature=youtu.be>

ထံနိတ်သုတ်စွဲလအမျိုးကယၤစွဲဒိဉ်မး လၢပုၤနီၢ်တဂၤဒီးဟံၣ်ဃီတၢ်သုတ်စွဲအဂီၢ်အံၤ ငးအိၣ်ထီၣ်တၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်ဒိဉ်မး ဒီးတၢ်မ့ၢ်တပၤဆၢရဲၣ်ကျဲၤ, ဒီးသအဒီးကတီၤက့ၤအီၤမုၢ်နီၢ်နီၢ်ဘၣ်တခီ ထံနိတ်သုတ်စွဲအတၢ်ဂ့ၢ်ကိကပိာ်ထွဲထီၣ်အခံၣ်န့ၣ်လီၤ. အယိအလီၢ်အိၣ်ဝဲဒၣ်လၢ ပကဘၣ်ပဆၢရဲၣ်ကျဲၤ ဒီးဒီးသအက့ၤပထံန့ၣ်ကွၢ်ခံ ဒီးထံကျိထံကွၢ်ဂ့ၤဂ့ၤဘၣ်ဘၣ် ဒီးတုၤလီၤတီၤလီၤန့ၣ်လီၤ.

တၢ်ကသုၣ်ကသံးတၢ်ဆိတလဲ - တၢ်ကသုၣ်ကသံးတၢ်ဆိတလဲလၢအကဲထီၣ်အသးခိဖျါ ပုၤကူပုၤကညီအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒီးတၢ်ဖံးတၢ်မၤသ့ၣ်တဖၣ်အံၤ ငးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်ကိဒိဉ်ဒိဉ်မုၢ်မုၢ်လၢထံနိတ်အိၣ်ယၢတကပၤစ့ၢ်ကီးန့ၣ်လီၤ. တၢ်ကသုၣ်ကသံးတၢ်ဆိတလဲအတၢ်ပိာ်ထွဲထီၣ်အခံၣ်အမ့ၢ်တၢ်ယီၤယုထီ, ထံဒိဉ်နိယုၤ, တၢ်ကိာ်ဆူၣ်ထီၣ်, ဒီးကလံၤမုၢ်လီၤသ့ၣ်တဖၣ် မၤဟးဂီၤဒီးမၤဘၣ်အဘၣ်သီဝဲဒၣ်ထံကျိထံကွၢ် ဒီးထံကျိအတၢ်ယုၤလီၤအကျိအကျဲအယိ ပုၤကညီသ့ၣ်တဖၣ် တဒီးန့ၣ်ထံနိတ်လၢအကဆိလၢဘၣ်န့ၣ်လီၤ.

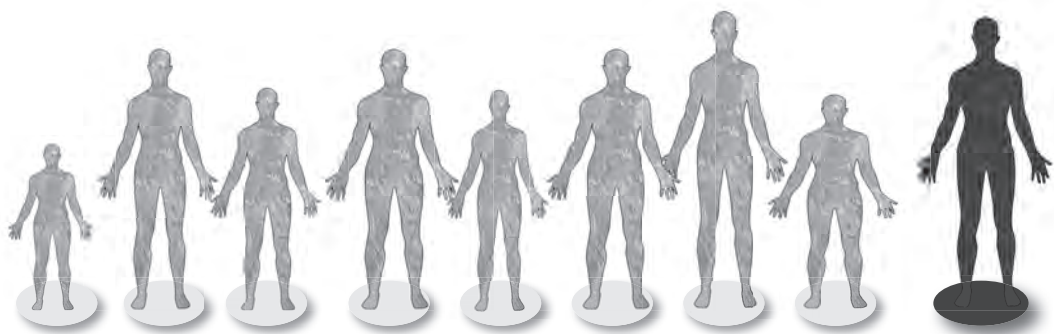
တၢ်သုတ်ထံအကျိအကျဲလၢဟီၣ်ခိဉ်တဘျီအံၤ

■ တၢ်သုတ်တၢ်ဖျး
 ■ ဝဲဒီးကဟၣ်
 ■ ဟံၣ်ဃီတၢ်သု



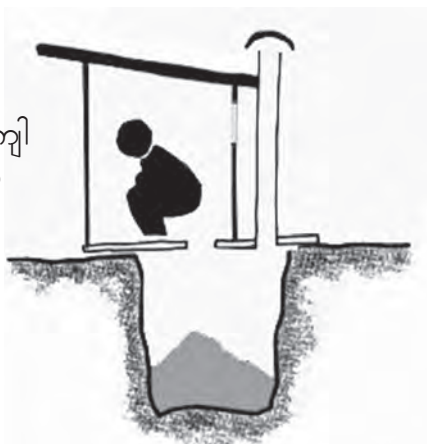
၁၈ ထံမ့ၢ်တၢ်သးသမု
လံာ်စိာ်စုလၢတၢ်ရဲၣ်သဲကတီၤထံနိတ်အိၣ်ယၢဒီးအတၢ်ဘၣ်ထွဲလိာ်သးဒီးတၢ်ကဆဲးကဆိဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ဆူ

ဘၣ်ထွဲဒီးထံနိတၢ်ဂ့ၢ်ကီလၢအကဲထီၣ်အသးလၢဟီၣ်ခိၣ်တဘျီအံၤမ့ၢ်ပသ့ၣ် ညါစ့ၢ်ကီးခါ?



လၢဟီၣ်ခိၣ်ချၢဒီးတဘျီန့ၣ်, ပှၤကညီ ၉ ဂၤအကျါ ၁ ဂၤန့ၣ်တဒီးန့ၢ်ဘၣ်ထံအီလၢအကဆီဘၣ်

လၢဟီၣ်ခိၣ်ဒီးဘၣ်
န့ၣ်, ပှၤကညီ ၃ ဂၤအကျါ
၁ ဂၤန့ၣ် တတုဲဖဲဒၣ်
တၢ်ဟးလီၢ်ဘၣ်



ပှၤကညီအကကွၢ်
(၂၆၀) ဂၤဘၣ်သူတၢ်ဆၢကတီၢ်
အမံးနံး (၃၀) ကိးနံးဖဲလၢ
တၢ်ဘၣ်လဲၤဝံအီထံအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ



ကိးနံးဖဲအတီၢ်ပူဖိသၣ်
ဘၣ်သံဝဲဒၣ် (၃၉၀၀) ဂၤ ခိဖျိအီဘၣ်
ထံဘၣ်အဘၣ်သီလၢအဒုးအိၣ်
ထီၣ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါအယံ

တၢ်ဆူးတၢ်ဆါဘၣ်ထွဲဒီးထံနိအတၢ်ဂ့ၢ်ကီၤန့ၣ် မ့ၢ်တၢ်မနုၤသ့ၣ်တဖၣ်လဲၣ်

တၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢအကဲထီၣ်ညီၣ်န့ၣ်အသးခိဖျိထံနိတၢ်ဂ့ၢ်ကီၤ, ဒ်ပစံးတၢ်အသိးအီၣ်ဘၣ်ထံ ဘၣ်အဘၣ်သီ ဒီးတဒီးန့ၣ်ဘၣ်ထံနိကံၢ်စီလၢလၢလိၣ်လိၣ်ဘၣ်သ့ၣ်တဖၣ် ကမ့ၢ်ဝဲဒၣ်တၢ်ကဒီးန့ၣ် ဘၣ်တၢ်ဟၢဖလူ, တၢ်လိၤကီၢ်ပျံၣ်ညိး, တၢ်ဟၢဖဝံၣ်တကံ, တၢ်ဘ့ၣ်သးကုသးဒီးတၢ်ဆူးတၢ်ဆါ လၢအကဲသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ဒ်ဟီၣ်ခိၣ်ဘီမ့ၢ်ဆူၣ်ချူကရၢ (WHO) ဟံၣ်ဖျါထီၣ်ဝဲဒၣ်အသိး, တၢ် ဟၢဖလူတၢ်ဆါအံၤ မ့ၢ်တၢ်ဆါလၢအမၤသံပုၤကညီအခိၣ်သ့ၣ်သာခါအကျါတခါ လၢထံကီၢ်လၢအ ဖျိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်ဘၣ်ကွၢ်ဆၢၣ်မဲၣ်ဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ.

“ ပုၤကညီအကဲကွဲၣ်ခံကယၤဘျဲၣ် ဘၣ်သံဝဲဒၣ်ကိးန့ၣ်ဒဲး
ခိဖျိလၢတၢ်ဟၢဖလူတၢ်ဆါ, ဒီးလိၤဆီဒၣ်တၢ် ဖိသ့ၣ်လၢအအိၣ်လၢထံကီၢ်လၢ
အတလဲထီၣ်လဲထီၣ် မ့တမ့ၢ် ထံကီၢ်
လၢအဖျိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ”

⁶ http://www.who.int/water_sanitation_health/diseases-risks/diseases/diarrhoea/en/

တၢ်ပၤဆၢရဲၣ်ကျဲၤထံနီၣ်တၢ်အိၣ်ယၢၤလၢအယုၣ်ကၢ

ထံမ့ၢ်န့ၣ်ဆၢတၢ်ဟ့ၣ်လုၢ်ဒိၣ်ပွၤဒိၣ်တခါန့ၣ်လီၤ. ထံလၢအကဆီၣ်, လၢအတဘၣ်အၢဒီး တၢ်စ့ၣ်တၢ်ပျၢ်ဒီးထံလၢအအိၣ်လၢအိၣ်လီၣ်န့ၣ် မ့ၢ်တၢ်အရ့ၣ်ဒိၣ်နီၣ်မးလၢလီၢ်ကဝီၤကမ့ၢ်သ့ၣ်တဖၣ် အတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့. တၢ်အိၣ်မူအိၣ်ဂဲၤဒီးတကးဒံးဘၣ်အမဲၣ်ညါအရ့ၣ်ဒိၣ်စ့ၢ်ကီးဝဲဒၣ်လၢန့ၣ်ဆၢ တၢ်မူတတၢ, တၢ်မဲတၢ်မါဒီးဆၢဖိကီၢ်ဖိသ့ၣ်တဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ဖံၣ်န့ၣ်အသိးပမ့ၢ်ကွၢ်လၢပုၤတတၢ, ခိၣ်ယၢၤန့ၣ်ဆၢဒီးမ့ၢ်ကျိၤဝဲၤကွၢ်အတၢ်ဂုၤထီၣ်ပသီထီၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်စံၣ်အိၣ်ကျၢၤ (လၢအယုၣ်ကၢ) အဂီၢ်စ့ၢ်ကီးန့ၣ် ထံ မ့ၢ်ခိၣ်တယၢ်တခါန့ၣ်လီၤ. တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢပမၤအိၣ်ညါန့ၣ် ဒီးမၤအိၣ်သ့ လၢ တၢ်ကပၤဆၢရဲၣ်ကျဲၤဒီးကဟုၤကယၢ်, ရဲၣ်သဲကတီၤက့ၤပထံကျိၣ်ထံကွၢ်ဒီးထံန့ၣ်ကွၢ်ခံသ့ၣ်တဖၣ် တနီၣ်န့ၣ် ကမ့ၢ်ဒ်လၢ်အံၤအသိးန့ၣ်လီၤ.

- တၢ်ကတဲၣ်ကတီၤက့ၤပထံန့ၣ်ကွၢ်ခံဒီးထံကျိၣ်ထံကွၢ် ခိၣ်ဖျိတၢ်သ့ၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်ဝၣ် လၢတၢ်မၤအါထီၣ် ထံအကံၢ်အစီ မ့ၢ်တၢ်မၤအကျိၤအကျဲလၢပမၤအိၣ်ညါ ဒီးဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ကဲဘျုးကဲဖျိၣ်လၢပဝဲ ပုၤကညီအတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့, တၢ်လုၢ်အိၣ်သးသမူအဂီၢ်, ဒီးန့ၣ်ဆၢခိၣ်ယၢၤလၢအယုၣ်ကၢ (တၢ်အိၣ်စံၣ်အိၣ်ကျၢၤ) အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.
- ပဒီသအက့ၤပထံန့ၣ်ကွၢ်ခံ, ထံကျိၣ်ထံကွၢ် ဒီးမၤကဆဲးကဆီၣ်က့ၤအိၣ် ခိၣ်ဖျိပသုတလဲၤတၢ်လီၤ တၢ်ကမ့ၢ်ကမ့ၢ်ဒီးတၢ်တယၢ်လၢထံကျိၣ်ပုၤ ဒီးပတပျဲပဆၢဖိကီၢ်ဖိလဲၤလဲၤထံလၢထံကျိၣ်လၢပအိၣ် ဒီးပသုအိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အပူၤန့ၣ် ကမ့ၢ်တၢ်မၤကျဲလၢပမၤအိၣ်ညါ ဒီးအလီၢ်အိၣ်လၢပကြးမၤအိၣ် န့ၣ်လီၤ.
- ပကဘၣ်တြီဆၢတၢ်ခူၣ်ဟီၣ်လၢ်အတၢ်မၤ, တၢ်ကူၣ်သ့ၣ်ကူၣ်ဝၣ်ဒီးတၢ်သ့ၣ်တၢ်ပျးထဲတ မံၤဖိဖးလံၤဖးကွၢ် (အဒိ, ရီၤဘၣ်ထူၣ်) လၢထံန့ၣ်ကွၢ်ခံ, ထံကျိၣ်ပုၤဒီးထံကျိၣ်ကပိၣ်ကပၤစ့ၢ် ကီးန့ၣ်ကမ့ၢ်တၢ်ပၤဆၢရဲၣ်ကျဲၤဒီးမၤဂ့ၤထီၣ်က့ၤပထံနီၣ်အကံၢ်အစီ ဒီးအတၢ်အိၣ်ယၢၤသ့ၣ်တဖၣ် န့ၣ်လီၤ.
- တၢ်ဟ့ၣ်တၢ်သ့ၣ်ညါနၢ်ဟံၢ်ဘၣ်ထွဲဒီးထံတၢ်အိၣ်ယၢၤဒီးအလုၢ်အပူၤဆူဖိဖိသ့ၣ်, ကွီဖိဒီးလီၢ် ကဝီၤပုၤတတၢသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ် ကမ့ၢ်တၢ်မၤအကျိၤအကျဲတခါလၢ တၢ်ပၤဆၢရဲၣ်ကျဲၤက့ၤပထံနီၣ်အ ကံၢ်အစီဒီးတၢ်အိၣ်ယၢၤလၢအယုၣ်ကၢအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

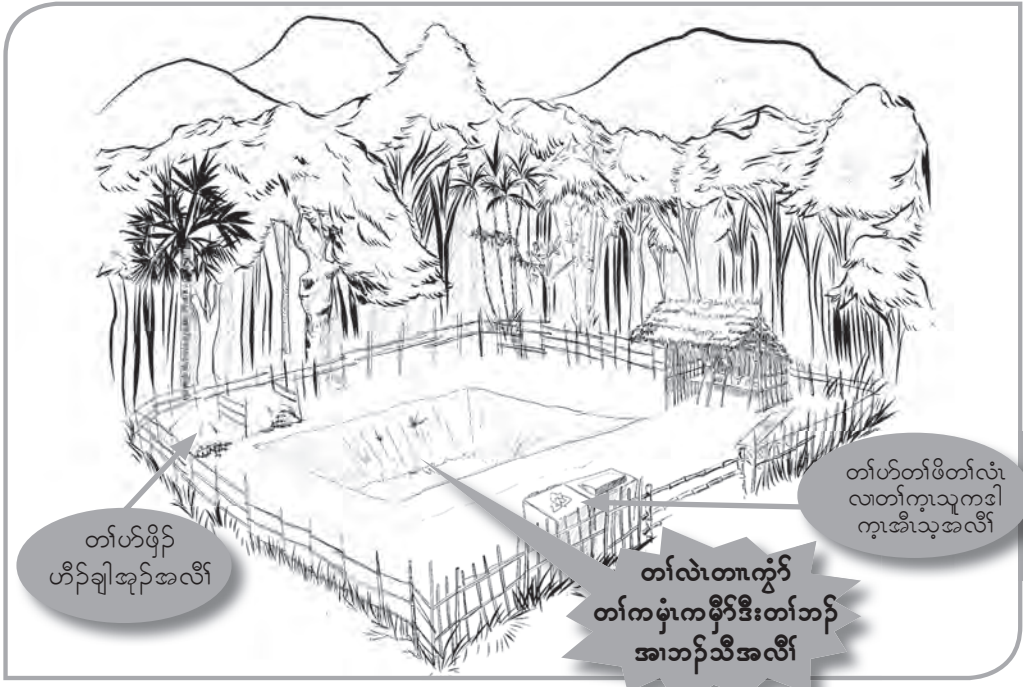


ဒီသဘာဝပတ်ဝန်းကျင်၊ ပတ်ကျိ
 ဒီးမကဆီအိခိဗျိပသုတတၢလီတၢကမံ
 ဒီးတၢတဃာ်ဆူထံကျိပူ ဒီးမပသုတပျဲ
 ပဆၢ်ဖိကီၢ်ဖိလဲၤထံလၢထံကျိလၢပအီ
 ဒီးပသုအီအပူန့ၢ်တဂ့ၤ

တၢ်သံကွၢ်လၢပဝဲကိးဂၤကြးသံကွၢ်လီၤက့ၤပသး

နီၣ်ဂံၢ်	တၢ်သံကွၢ်တဖၣ်	နတၢ်စံးဆၢတဖၣ်
၁	ဘၣ်မနုၤအယီၤထံအံၤအရူၤဒိၣ်နီၣ်နီၣ်လၢပဝဲပှၤကညီသ့ၣ်တဖၣ်အဂီၢ်လဲၣ်.	
၂	ထံအတၢ်ကဲဘျးကဲဖျိၣ်လၢပဝဲကညီပှၤထူလံၤဖိသ့ၣ်တဖၣ်အဂီၢ် မ့ၢ်တၢ်မနုၤသ့ၣ်တဖၣ်လဲၣ် ဒီးကဲဘျးလၢကျဲၣ်လဲၣ်.	
၃	ထံမ့ၢ်တအိၣ်လၢလၢနုၤနုၤသဝီ, နဟံၣ်နယီၤဒီးနတၢ်အိၣ်တၢ်ဆိးအလီၢ်အကျဲလၢဘၣ်တခီ နကမၤဖဲလဲၣ်. ဒီးနကလဲၤမၤန့ၢ်ထံဖဲလဲၣ်	
၄	နတၢ်အိၣ်မ့ၢ်အိၣ်ဂဲၤဒီးတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢအလိၣ်ဘၣ်ထံတနံၤဘၣ်တနံၤမ့ၢ်တၢ်မနုၤသ့ၣ်တဖၣ်လဲၣ်. ဒီးတနံၤအတီၢ်ပူၤနသ့ထံဆံးအါလဲၣ်.	
၅	မ့ၢ်နအိၣ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်လၢနကန့ၢ်ပၤဘၣ်ဒီးသ့ဘၣ်ထံစ့ၢ်ကိးခါ	
၆	တၢ်ဒီးန့ၢ်ဘၣ်ဒီးသ့ဘၣ်ထံန့ၢ် မ့ၢ်ပှၤဟီၣ်ခိၣ်ဖိခွဲးယၢ်တခါစ့ၢ်ကိးခါ.	
၇	မတၤလၢအမူအဒါအိၣ်လၢကဘၣ်ရဲၣ်သဲကတီၤထံန့ၢ်ကွၢ်ခံ, ထံကျိထံကွၢ်ဒီး ထံနိတၢ်အိၣ်ယၢၤသ့ၣ်တဖၣ်လဲၣ်.	
၈	ဘၣ်မနုၤအယီၤအလီၢ်အိၣ်လၢပကဘၣ်ကတီၤဒီး ဒီးသအထံကျိထံကွၢ်ဒီးထံန့ၢ်ကွၢ်ခံလဲၣ်. ဒီးလီၢ်ကဝီၤပှၤထူလံၤဖိဒီးကမ့ၢ်သ့ၣ်တဖၣ်မၤတၢ်အီၤဖဲလဲၣ်	
၉	တၢ်လၢအဒုးအိၣ်ထီၣ်ထံနိတၢ်ဂ့ၢ်ကီ မ့တမ့ၢ် တၢ်တၢ်တၢ် အိၣ်အမ့ၢ်လၢထံနိတၢ်အိၣ်ယၢၤလၢနုၤနုၤသဝီအပူၤ မ့ၢ်တၢ်မနုၤသ့ၣ်တဖၣ်လဲၣ်.	

တၢ်ပၤဆှၢရဲၣ်ကျဲၤတၢ်တယၢ်ဘၣ်အၢဘၣ်သီ



တၢ်ပၤဖျိၣ်
ဟီၣ်ချါအုၣ်အလီၤ

တၢ်လဲၤတၢ်ကွၢ်
တၢ်ကမ့ၢ်ကမ့ၢ်ဗီၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်
အၢဘၣ်သီအလီၤ

တၢ်ပၤတၢ်ဖိတၢ်လံၤ
လၢတၢ်က့ၤသ့ကဒါ
က့ၤအီၤသ့အလီၤ

တၢ်တယၢ်ဘၣ်အၢဘၣ်သီစံးတၢ်န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲၣ်?

တၢ်သံကွၢ်လၢပကြၢးသံကွၢ်လီၤက့ၤပသးတခီ -

- တၢ်ကမ့ၢ်ကမ့ၢ်ဗီၣ်, တၢ်တယၢ်ဘၣ်အၢဘၣ်သီသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ် အိၣ်ဟဲလဲၣ်.
- တၢ်မ့ၢ်တပၤဆှၢရဲၣ်ကျဲၤအီၤအကျိၤအကျဲၤလီၤတၢ်လီၤဆဲးဘၣ်တခီ တၢ်ဂ့ၢ်ကီၤမနုၤသ့ၣ်တဖၣ်က ကဲထီၣ်လဲၣ်.

တၢ်တယၢ်ဘၣ်အၢဘၣ်သီ စံးတၢ်န့ၣ်မ့ၢ်ဝဲတၢ်ဖိတၢ်လံၤ, တၢ်အိၣ်တၢ်အီၤအိၣ်ဘျဲၣ်အိၣ်စံး, တၢ် သ့ၣ်ထီၣ်ဘျီထီၣ်ပီးလီၤ, ကီၣ်ဒါဖျးစတံး, ဒီးစံးဖိကဟၣ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤအမ့ၢ် ခိၣ်ဗျူထၢၣ်ဒီးလီၤ တဲစိအလီၤလံၤသ့ၣ်တဖၣ်လၢအဘၣ်တၢ်တၢ်ကွၢ်အီၤ ဖဲပျဲကညီသ့ၣ်တဖၣ်တလိၣ်ဘၣ်အီၤ ဒီးတသ့အီၤလၢဘၣ်အဆၢကတီၢ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်တယၢ်ဘၣ်အၢဘၣ်သီ ဖဲအံၤသ့ၣ်တဖၣ်ခဲလၢၢ်အ ခိၣ်ထံးခိၣ်ဘိအိၣ်ဟဲဝဲဒၣ်လၢ ပခိၣ်ယၢၤန့ၣ်ဆၢၣ်အတၢ်အိၣ်ယၢၤသ့ၣ်တဖၣ်အအိၣ်န့ၣ်လီၤ. တနံၣ် ဘၣ်တနံၣ်စ့ၣ်စ့ၣ် ပတၢ်ကွၢ်ဝဲဒၣ်တၢ်တယၢ်ဘၣ်အၢဘၣ်သီအံၤသ့ၣ်တဖၣ် ဖဲပတလိၣ်ဘၣ်အီၤ လၢဘၣ်အဆၢကတီၢ်, ကဲထီၣ်တၢ်ဘၣ်အၢဘၣ်သီ, သ့အီၤတသ့လၢဘၣ်, ဒီးဟးဂီၤအဆၢကတီၢ်

နဲ့လီ။ ဒီဖိုလတ်တော့ကွဲတတ်တယ်ဘဲအဘဉ်သီဒ်အံအါထီဉ်အယိ ဒုးအိဉ်ထီဉ်တတ်ကီတတ်
ခဲလပခိဉ်ယာန့ဆာဉ်ဒီး ပဲပုကညီသ့ဉ်တဖဉ်အတတ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ အဂီဉ်ဒိဉ်ဒိဉ်မုဉ်န့ဉ်လီ။

“တတ်တယ်ကွဲဝဲလ တတ်တောလီဖျးစတံး (ကီဉ်တံးဒါ) လာထံယူလီအကျိပူကအိဉ်
ဝဲဒဉ်အတဉ် (၂၀၀) မ့တမုဉ် (၂၀၀,၀၀၀ ကံလိ) လာကီဉ်ပယီအပူကိးနံဒဲးဃဉ်ဃဉ်န့ဉ်လီ?”
န့ဆာဉ်တတ်ဘဉ်အဘဉ်သီလအလီဘျဉ်ညီ (Organic Waste) စံးတတ်န့ဉ်မုဉ်ဝဲ တတ်တယ်
ဘဉ်အဘဉ်သီသ့ဉ်တဖဉ်လအအုဉ်သံကျဉ်သံ ဒီးကဲထီဉ်ကုတတ်အထူးအစီလဟီဉ်ခိဉ်
ညဉ်အဂီဉ်န့ဉ်လီ။ အဒိ တတ်မုဉ်တတ်ဘိ, သ့ဉ်လဉ်ဝဉ်လဉ်, တတ်အိဉ်တတ်အီလအအိဉ်ဘျဉ်အိဉ်
စံး, ဒီးဆဉ်ဖိကီဉ်ဖိအအုဉ်အဆဉ်သ့ဉ်တဖဉ် မုဉ်အိဉ်ယံဉ်ယံဉ်န့ဉ် ကအုဉ်သံကျဉ်သံ ဒီးကယီ
ကယီန့ဉ် ကဲထီဉ်ကုဟီဉ်ခိဉ်အထူးအစီန့ဉ်လီ။ ဘဉ်ဆဉ်တတ်တယ်ဘဉ်အဘဉ်သီလအတမုဉ်
န့ဆာဉ် (Inorganic Waste) ဒ်အမုဉ်ဖျးစတံး, ပလီကုခီ, ထံခူး, ညဉ်ဒါဒီးသးတူးဒါသ့ဉ်တ
ဖဉ် အုဉ်သံကျဉ်သံဒီးလီဘျဉ်ညီညီတန့ဉ်ဘဉ်အယိ ကဲထီဉ်တတ်ဘဉ်အဘဉ်သီလပခိဉ်ယာန့
ဆာဉ်အဂီဉ်န့ဉ်လီ။

တတ်ဘဉ်အဘဉ်သီအကလုဉ်

တတ်ဘဉ်အဘဉ်သီအံတတ်နီဖးလီအီအိဉ်ဝဲဒဉ်သကလုဉ် ဒ်အမုဉ် တတ်အသံးအကဉ်,
တတ်ထံတတ်နီဒီးတတ်သဝံ သ့ဉ်တဖဉ် န့ဉ်လီ။ တတ်အသံးအကဉ်ဘဉ်အဘဉ်သီ စံးတတ်န့ဉ်မုဉ်
ဝဲ တတ်ဖိတတ်လံလတ်တော့ကွဲအီ ဝဲတတ်တသူအီလောဘဉ် ဒီးတတ်အဒိတနီကမုဉ်ဝဲဒဉ်ဖျးစ
တံး (ကီဉ်တံးဒါ), ထံခူးလအသ့ဉ်မုဉ်သ့ဉ်ဖးတဖဉ်, စးခိကုခီသ့ဉ်တဖဉ်, ဟံဉ်တတ်ပီးတတ်လီလ
အဟးဂီသ့ဉ်တဖဉ်, ခိဉ်ဖျူထာဉ်, ကွဲဟူဖျါ (TV), တတ်ဆါဟံဉ်ပီးလီဒ်အမုဉ်ထး, ကသံဉ်ဆဲး
ပီးလီဒီးကသံဉ်ဒါသ့ဉ်တဖဉ်, ဒီးတတ်သုဉ်တတ်ဖျးပီးလီဒ်အမုဉ်ကသံဉ်မသံနီဉ်, ကသံဉ်မသံတတ်
ဖိယတ်အဒါသ့ဉ်တဖဉ်န့ဉ်လီ။

**တတ်တယ်ကွဲဝဲဒဉ်လ
တတ်တောလီဖျးစတံး (ကီဉ်တံးဒါ)
လာထံယူလီအကျိပူ ကအိဉ်ဝဲဒဉ်အတဉ်
(၂၀၀) မ့တမုဉ် (၂၀၀,၀၀၀ ကံလိ) လာကီဉ်ပ
ယီအပူကိးနံဒဲးဃဉ်ဃဉ်န့ဉ်လီ။**

⁷ <https://www.mmtimes.com/news/environmentalists-wage-war-against-plastic-trash.html>

မုမ့်တံထံတံနိဘၣ်အဘၣ်သီသ့ၣ်တဖၣ်တခီကမ့ၢ်ဝဲဒၣ် ပုၤကညီဒီးဆၣ်ဖိကိၢ်ဖိအ
 အုၣ်အဆၣ် ဒီးထံဘၣ်အဘၣ်သီသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ဒီးတံဘၣ်အဘၣ်သီလၢခံကတၢၢ်တခါတ
 ခီမ့ၢ်ဝဲဒၣ် ကံသဝံဘၣ်အဘၣ်သီသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ကံသဝံဘၣ်အဘၣ်သီအံၤ ဟဲကဲထီၣ်အ
 သးခီဖျိသိလ့ၣ်, သိလ့ၣ်ယီၢ်, ကဘီယုၤ, ကဘီ, လ့ၣ်မ့ၣ်အူ, ဒီးစးဖိကဟၣ်လၢအထူးထီၣ်ဝဲ
 ဒၣ်ကံသဝံဘၣ်အဘၣ်သီလၢအိၣ်ဒီးတံစုၣ်တံပျါ လၢအဒူးအိၣ်ထီၣ်ကလံၤဘၣ်အဘၣ်သီသ့ၣ်
 တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. တံဘၣ်အဘၣ်သီဒ်အံၤသ့ၣ်တဖၣ် တံထူးထီၣ်အီၤမ့ၢ်အါတလၢတခီ ကမၤဘၣ်
 ဒီဝဲဒၣ်ပဝဲပုၤကညီသ့ၣ်တဖၣ်အတံအိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့, ကမၤဟးဂီၤကွံၣ်ဝဲဒၣ်ပခိၣ်ယၢန့ၣ်ဆၢၣ် ဒီး
 ကဒူးအိၣ်ထီၣ်တံကသ့ၣ်ကသံးတံဆီတလဲသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ဒ်သိးပဟီၣ်ခိၣ်တဘျီအံၤအသု
 တဟးဂီၤကွံၣ်ချ့သဒံးတဂ့ၤ ဒီးတကတီၢ်ယီၢ် ပဝဲပုၤကညီသ့ၣ်တဖၣ်ကအိၣ်မူပဲၤဒီးတံအိၣ်ဆူၣ်
 အိၣ်ချ့ဒီးတံသ့ၣ်ဖျံသးညီအဂီၢ် အလီၢ်အိၣ်လၢပကဘၣ်မၤစ့ၤလီၤကွံၣ်တံထူးထီၣ်ဒီးတံတၢၤကွံၣ်
 တံတယၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီသ့ၣ်တဖၣ် ဒီးပၤဆျာရဲၣ်ကျဲၤကျဲၤအီၤလၢအအိၣ်ဒီးအကျိၤအကျဲဘၣ်ဘၣ်
 ဒီးလီၤတံၢ်လီၤဆဲးန့ၣ်လီၤ.

တံပၤဆျာရဲၣ်ကျဲၤတံဘၣ်အဘၣ်သီ

“ လၢတံပၤဆျာရဲၣ်ကျဲၤဒီးဒီသဒၢကုပခိၣ်ယၢ
 န့ၣ်ဆၢၣ်ဒီးပတံအိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အဂီၢ် တံလၢပဝဲတဂ့ၤ
 စုၣ်စုၣ်မၤအီၤသ့တခီကမ့ၢ်ဝဲဒၣ် တံမၤစ့ၤလီၤကွံၣ်တံထူးထီၣ်
 မ့တမ့ၢ် တံတၢၤကွံၣ်တံတယၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီ
 သ့ၣ်တဖၣ် ဒီးက့ၤသ့ၣ်ကဒါက့ၤတံလၢပသ့ၣ်အီၤသ့
 ဒီးကဲဘျးကဲဖျိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ”

တံတယၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီသ့ၣ်တဖၣ် တံထံၣ်န့ၣ်အီၤလၢတံလီၢ်ကိးပုၤဒဲးယၢ်ယၢ်န့ၣ်လီၤ.
 ပထံၣ်န့ၣ်အီၤသ့လၢပဟံၣ်ကပိကပၤ, ပဇူသဝီပုၤ, ကျဲကပိကပၤ, ဒီးကိၣ်ကရၢၢ်ပုၤသ့ၣ်တ
 ဖၣ်န့ၣ်လီၤ. တံတယၢ်ဒီးတံဘၣ်အဘၣ်သီအံၤ မ့မ့ၢ်တံဂ့ၢ်ကီထဲလဲၣ်ဘၣ်ဆၣ်, ပတံသ့ၣ်ညါ
 နၢၢ်ဟံၣ်ဘၣ်ထွဲဒီးတံလီၤဆီလိာ်သးလၢန့ၣ်ဆၢၣ်တံတယၢ်လၢအအုၣ်သံကျၢ်သံသ့ လၢအဂ့ၤလၢဟီၣ်
 ခိၣ်ညၢၣ်အဂီၢ် ဒီးတံတယၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီလၢအအုၣ်သံကျၢ်သံ တသ့ဘၣ်တခီ ကမ့ၢ်တံကဲ
 ဘျးကဲဖျိၣ်ဖးဒိၣ်တခါ ဖဲတံပၤဆျာရဲၣ်ကျဲၤတံဘၣ်အဘၣ်သီအခါန့ၣ်လီၤ.

၂၆ ထံမ့ၢ်တံသးသမု
 လံာ်စိာ်စုလၢတံရဲၣ်သဲကတီၢ်ထံနိတံအိၣ်ယၢဒီးအတံဘၣ်ထွဲလိာ်သးဒီးတံကဆဲကဆိဒီးတံအိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့

တၢ်ပၤဆၢရဲၣ်ကျဲၤက့ၤတၢ်တယၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီအကျိၤအကျဲၤကအိၣ်ဝဲဒၣ်အါဘိဘၣ်ဆၣ်တၢ်လၢအညီၤကတၢ်ဒီးမ့ၢ်စ့ၢ်ကီးခိၣ်တယၢ်တခါလၢပနီၢ်ကစၢ်ဒၣ်ဝဲမၤအီၤသ့တခါ ကမ့ၢ်ဒ်လၢအံၤအသိးန့ၣ်လီၤ.

- ဂ့ၢ်လိာ်လၢတၢ်တယုၤလၢတၢ်တယၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီ လၢအတမ့ၢ်န့ၣ်ဆၣ်သ့ၣ်တဖၣ် - တၢ်တယၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီဒ်အမ့ၢ်ပျးစတုး (ကိၣ်တၢ်ဒၤ), ထံခွး, ထံဒၤကိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤ လီၤဘျၣ်ဒီးအုၣ်သံကျၢ်သံတန့ၢ်ညီညီဒီးမၤဂ့ၢ်ထီၣ်က့ၢ်ဟီၣ်ခိၣ်ညၣ်တသ့ဘၣ်အယီၤ အလီၢ်မ့ၢ်အိၣ်တခါ ဂ့ၢ်လိာ်လၢတၢ်သ့တသ့အီၤအါအါလၢတဂ့ၢ်.

- မၤစ့ၢ်လီၤကွံာ်တၢ်တယၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီ - လၢတၢ်ကဘျီၣ်က့ၤတၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီအတၢ်ဂ့ၢ်ကိၣ်ဒီးတကတီၢ်ယီၤ တၢ်ပၤဆၢရဲၣ်ကျဲၤက့ၤတၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီအကျိၤအကျဲၤလီၤတၢ်လီၤဆဲးကအိၣ်အဂီၢ် ကျိၤကျဲၤလၢအညီၤဒီးပမၤအီၤသ့တခါကမ့ၢ်ဝဲဒၣ်, မၤစ့ၢ်လီၤကွံာ်တၢ်တယၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီ, လီၤဆီဒၣ်တၢ် တၢ်တယၢ်လၢအတမ့ၢ်န့ၣ်ဆၣ်ဒီးအုၣ်သံကျၢ်သံသ့သ့ၣ်တဖၣ် လၢပတၢ်အိၣ်မူတနံၤဘၣ်တနံၤအပူၤတက့ၢ်.

၁. တၢ်လၢပမၤအီၤသ့တခါကမ့ၢ်ဝဲဒၣ် တၢ်သိၣ်လိနဲၣ်ယုၤဝဲဒၣ်ဖိသ့ၣ်ဒီးကွံာ်ဖိသ့ၣ်တဖၣ် လၢကပျၢၤစ့ၢ်လီၤဝဲဒၣ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်လိၣ်ခိၣ်လိာ်ကွံာ်ပီးလီၤလၢတၢ်တုၤအီၤလၢပျးစတုး မ့တမ့ၢ် တၢ်အိၣ်တၢ်အီၤလၢတၢ်ဘိၣ်အီၤဒီးပျးစတုးသ့ၣ်တဖၣ်.

၂. သိၣ်လိနဲၣ်ယုၤဒီးဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါက့ၤဖိသ့ၣ်ဒီးကွံာ်ဖိသ့ၣ်တဖၣ် လၢကဘျီၣ်ဂ့ၢ်ဒီးသ့က့ၤတၢ်ဖိတၢ်လံၤဒီးတၢ်လိာ်ကွံာ်ပီးလီၤဒီးကွံာ်တၢ်သ့တၢ်စွဲၣ်ပီးလီၤသ့ၣ်တဖၣ် ဒ်သိးအဝဲသ့ၣ်တတၢ်ကွံာ်အီၤကလိကလိ ဒီးဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်တယၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီတဂ့ၢ်အဂီၢ်.

၃. သိၣ်လိနဲၣ်ယုၤဖိသ့ၣ်ဒီးကွံာ်ဖိသ့ၣ်တဖၣ် လၢတၢ်ပၤဆၢရဲၣ်ကျဲၤဒီးတၢ်နီၤဖးဝဲဒၣ်န့ၣ်ဆၣ်တၢ်တယၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီ ဒီးတၢ်လၢအတမ့ၢ်န့ၣ်ဆၣ်သ့ၣ်တဖၣ်လီၤတၢ်လီၤဆဲး.

- တၢ်တုၤဟီၣ်ချါအုၣ် - တၢ်ဘျီၣ်က့ၤကွံာ်တၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီအကျိၤလၢအဂၤတဘိတခါမ့ၢ်ဝဲဒၣ်တၢ်တုၤဟီၣ်ချါအုၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်တုၤဟီၣ်ချါအုၣ်အံၤ ပသိၣ်လိနဲၣ်ယုၤဖိသ့ၣ်ဒီးကွံာ်ဖိသ့ၣ်တဖၣ်လၢကမၤလၢအနီၢ်ကစၢ်သ့ဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်တုၤဟီၣ်ချါအံၤ မ့ၢ်တၢ်မၤတခါလၢအမ့ၢ်တၢ်ဆီတလဲကွံာ်န့ၣ်ဆၣ်တၢ်တယၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီသ့ၣ်တဖၣ်ဆူဟီၣ်ခိၣ်အထူးအစီန့ၣ်လီၤ. ဒီးတၢ်တုၤဟီၣ်ချါအုၣ်အံၤ မ့ၢ်ကျဲၤတဘိလၢတၢ်မၤစ့ၢ်လီၤကွံာ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီ ဒီးမၤဂ့ၢ်ထီၣ်က့ၢ်ဟီၣ်ခိၣ်ညၣ်လၢတၢ်သ့ၣ်တၢ်ပျးအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ဟီၣ်ချါအုၣ်အံၤတၢ်တုၤအီၤခိၣ်ဖျိတၢ်ပံးန့ၢ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤအယုၤထီၣ်အမ့ၢ်သ့ၣ်လၢပုၤဝဲဒၣ်လၢပုၤ, နီၣ်ယုၤ, ဆၣ်ဖိကိၣ်ဖိအအုၣ်အဆံၣ်, ဒီးတၢ်အိၣ်တၢ်အီၤအဘျဲၣ်အစၢ်လၢတၢ်တအိၣ်လၢအီၤသ့ၣ်တဖၣ် တၢ်ကျဲၣ်ကျိၤအီၤဒီးဟီၣ်ခိၣ်ညၣ်ဒီးထံန့ၣ်လီၤ. ဖဲတၢ်တုၤဟီၣ်ချါအုၣ်အဆၢကတီၢ် တၢ်လီၢ်တၢ်ကျဲၤကဘၣ်အိၣ်လီၤတၢ်လီၤဆဲးလၢတၢ်ကလဲၤပာ်ဖျိၣ်ဝဲန့ၣ်ဆၣ်တၢ်တယၢ်လၢအအုၣ်သံကျၢ်သံသ့ၣ်အမ့ၢ် သ့ၣ်လၢပုၤဝဲဒၣ်, နီၣ်ယုၤ,

ဆပ်ဖိကီဖိအအုၣ်အဆံၣ် ဒီးတၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်အိၣ်ဘျၣ်အိၣ်ဖါ သ့ၣ်တဖၣ်ကသ့အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

- တၢ်သုကဒါက့ၤတၢ်ပိးတၢ်လီၤ - တချုးဒီးလၢနကတၢ်ကွၢ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤပိးလီၤလၢနတအဲၣ်ဒီးသုအီၤလၢဘၣ်တဖၣ်အခါန့ၣ်, ကွၢ်ထံဆိကမိၣ်ကဒါက့ၤ မ့ၢ်န့ၣ်သုကဒါက့ၤအီၤကသ့လၢကျဲအဂၤတဘိဘိစ့ၢ်ကိးခါ. တၢ်ကွၢ်ထံဆိကမိၣ်ဆိကမးကဒါက့ၤတၢ်ဖိအံၤမ့ၢ်တအိၣ်ဘၣ်တခီ, တၢ်တယၢ်လၢနတၢ်ကွၢ်အီၤသ့ၣ်တဖၣ် ကဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီလၢခိၣ်ယၢၤန့ၣ်ဒီး ပုၤတတၢ်အတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ အဂီၢ်ဒိၣ်ဒိၣ်မ့ၢ်န့ၣ်လီၤ. အယိတၢ်သ့ၣ်ညါန့ၣ်ဟံၣ်ဘၣ်ထွဲဒီးတၢ်က့ၤသုကဒါက့ၤတၢ်ဖိတၢ်လံၤပိးလီၤလၢကျဲလၢတၢ်သုအီၤဒီးကဲဘျုးသ့တဘိဘိန့ၣ် မ့ၢ်ဝဲဒၣ်ခိၣ်တယၢ်တခါလၢအဘျီၣ်ကွၢ်တၢ်တယၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီတၢ်ဂ့ၢ်ကိတခါန့ၣ်လီၤ. အဒိ, တၢ်န့ၢ်ထံအ, ခီလီတဖၣ် တၢ်တုကဒါက့ၤမ့ၢ်အုၣ်အသ့ဝဲန့ၣ်လီၤ.
- တၢ်ခွဲၣ်အုၣ်ကွၢ်ဒီးတၢ်လဲၤတၢ်လီၤတၢ်ကမ့ၢ်အလီၢ် - ကျဲလၢအဂၤတဘိလၢတၢ်ဘျီၣ်ကွၢ်တၢ်ကမ့ၢ်ဘၣ်အဘၣ်ဘၣ်သီတခီကမ့ၢ်ဝဲဒၣ် တၢ်တုထီၣ်တၢ်လီၤလၢတၢ်ကလဲၤတၢ်လီၤတၢ်ကမ့ၢ်အလီၢ်လီၤတၢ်လီၤဆဲးဒီးမ့ၢ်န့ၣ်တတီၤ လၢအစီၤစုၤယံၤဒီးသဝီ, ကွီကီၢ်, ထံပူၤဒီးထံကျိသ့ၣ်တဖၣ်ဖဲတၢ်ကလဲၤတၢ်ဖိတၢ်ကမ့ၢ်ဒီးတၢ်တယၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီသ့ၣ်တဖၣ်တပူၤယီၤန့ၣ်လီၤ.



ပကြးတုထီၣ်တၢ်လဲၤတၢ်လီၤတၢ်ကမ့ၢ်အလီၢ်ဖဲလဲၣ်?

ခိဖျိလၢတၢ်ကွၢ်တုထီၣ်ဒီးတၢ်ကွၢ်ထွဲဝဲဒၣ်တၢ်လဲၤတၢ်လီၤတၢ်ကမ့ၢ်အလီၢ်အံၤ မ့ၢ်တၢ်မၤလၢအဒိၣ်အယိ အလီၢ်အိၣ်ဝဲဒၣ်လၢပုၤအါဂၤကဘၣ်ဟံၣ်ဖျိၣ်မၤသကိးတၢ် လၢတၢ်ပညိၣ်တခါယီၤ လၢပုၤတတၢ်ဒီးခိၣ်ယၢၤန့ၣ်အတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ ကအိၣ်စံၣ်အိၣ်ကျၢၤ (အယုၣ်ကၢ) အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. အဒိ, လီၢ်ကဝီၤပုၤတတၢ်အမ့ၢ်ပုၤတတၢ်ခိၣ်န့ၣ်ဒီးသ့ၣ်ကုသးပုၤ, ပဒိၣ်ပုၤ, ကွီဖိမိၢ်ပၢ်, ကွီသရၣ်သရၣ်မုၣ်, ကွီဖိဒီးသ့ၣ်ဘိၣ်သးစၢ်အလီၢ်အိၣ်လၢကဘၣ်ဟံၣ်ဖျိၣ်မၤသကိးတၢ်တပူၤယီၤယုၤန့ၣ်လီၤ.

- တၢ်လဲၤတၢ်လီၤတၢ်ကမ့ၢ်အလီၢ်အံၤကဘၣ်အိၣ်စီၤစုၤယံၤဒီးထံဖိကျိ, နိၣ်အီ, ထံကျိသ့ၣ်တဖၣ်အစုၤကတၢ် (၂၅၀ မံထၢၣ်)
- တၢ်လဲၤတၢ်လီၤတၢ်ကမ့ၢ်အလီၢ်အံၤကဘၣ်အိၣ်စီၤစုၤယံၤဒီးသ့ၣ်ပုၤပျံၤကွီၤအစုၤကတၢ် (၂၅၀ မံထၢၣ်)
- တၢ်လဲၤတၢ်လီၤတၢ်ကမ့ၢ်အလီၢ်အံၤကဘၣ်အိၣ်စီၤစုၤယံၤဒီးဟံၣ်ယီ, ကွီကီၢ်ဒီးထံပူၤသ့ၣ်တဖၣ်အစုၤကတၢ် (၅၀၀ မံထၢၣ်) န့ၣ်လီၤ.

၂၈ ထံမ့ၢ်တၢ်သးသမု
လံာ်စိၣ်စုၤလၢတၢ်ရဲၣ်သဲကတီၤထံနိတၢ်အိၣ်ယၢၤဒီးအတၢ်ဘၣ်ထွဲလိာ်သးဒီးတၢ်ကဆဲးကဆိဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့

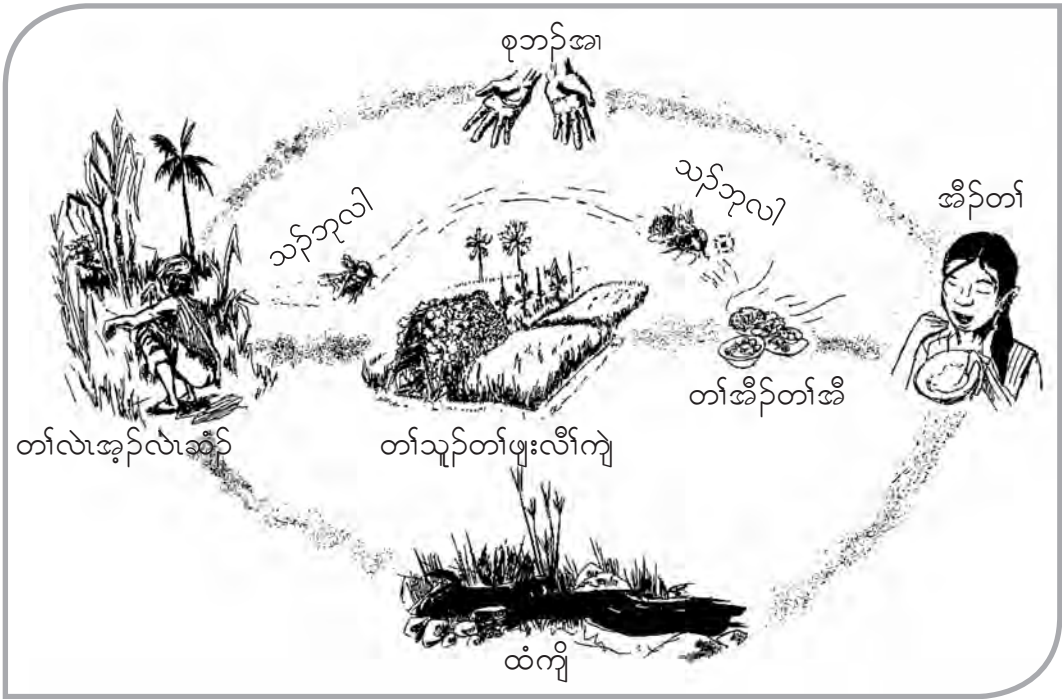
တၢ်ကဆဲကဆိဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ

တၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢအကထီၣ်အသးညီၣ်န့ၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အိၣ်ဟဲအသးခီဖျါလၢ ပဲပုၤကညီၣ်အဆူၣ်အဆံၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အယီၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်ကီၢ်ခီဖျါတၢ်ဆူးတၢ်ဆါဒ်အံၤသ့ၣ်တဖၣ် ပတြိဆၢဒီးဒီသဒါအီၤကန့ၢ်ဝဲဒၣ်ခီဖျါ တၢ်ကတဲာ်ကတီၤကဟုကယၢ်က့ၤပထံၣ်ကျိထံၣ်ကွၢ်ဒီးအတၢ်အိၣ်ယၢၤသ့ၣ်တဖၣ် ဒီးတၢ်ကတဲာ်ကတီၤဒီးကွၢ်ထွဲက့ၤပနီၢ်ခီဖျါခိၣ်ယၢၤန့ၣ်ဆၢၣ်တၢ်ကဆဲကဆိသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်န့ၣ်အယီၣ်တၢ်ကဆဲကဆိမ့ၢ်ခိၣ်တယၢ်တခါ လၢပဲပုၤကညီၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. လၢန့ၣ်အမဲာ်ညါ, ပမ့ၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချတခါ ပဖံးအိၣ်မၤအိၣ်တၢ်ကကဲဒီးပကအိၣ်မူအိၣ်ဂဲၤဘၣ်ဂ့ၤဘၣ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်န့ၣ်အယီၣ် အလီၢ်အိၣ်ဝဲဒၣ်သပျံၤကတၢ်လၢ ပဘၣ်ကွၢ်ထွဲပနီၢ်ခီဖျါအတၢ်ကဆဲကဆိန့ၣ်လီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်ကီၢ်လၢအဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါတခါ မ့ၢ်လၢပတကွၢ်ထွဲပနီၢ်ခီဖျါအတၢ်ကဆဲကဆိဘၣ်ဒီး ပလုၢ်ပလုၢ်လၢတၢ်လဲၤအ့ၣ်လဲၤဆံၣ်စ့ၢ်ကီၢ် အလီၢ်အကျဲတအိၣ်လီၤတၢ်လီၤဆဲးဘၣ်အယီၣ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါသ့ၣ်တဖၣ် ရၤလီၤအသးသက့ၤဆးဒးန့ၣ်လီၤ.

အဒိ, ပမ့ၢ်လဲၤအ့ၣ်လဲၤဆံၣ်လၢတၢ်ပျီပူၤ တၢ်လီၢ်လၢအဘူးဒီးထံဖိကျိ မ့တမ့ၢ် ထံပူၤလၢပသုအီၤလၢတၢ်ဖိအိၣ်တ့ၤအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်အီၤအဂီၢ်တခါ, တၢ်ယူးတၢ်ယၢ်သ့ၣ်တဖၣ်ကလဲၤန့ၣ်ဝဲဒၣ်ဆူထံကျါ ဒီးသၣ်ဘုၤလါသ့ၣ်တဖၣ်ကယုၣ်စိာ်ဝဲဒၣ်တၢ်ယူးတၢ်ယၢ်ဒီးကစီၢ်လီၤလၢပတၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်အကျါ ဒီးလၢခံပတၢ် ပကဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါဒ်အမ့ၢ်တၢ်ဟၢဖလုတၢ်ဆါသ့ၣ်တဖၣ်သ့ညီကဒ်န့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်န့ၣ်အယီၣ် တၢ်တ့တၢ်ဟးလီၢ်အံၤ ကမ့ၢ်တၢ်တိစၢမၤစၢမၤအကျဲတခါ လၢတၢ်တြိဆၢဒီးဒီသဒါကတၢ်ဆူးတၢ်ဆါဒီး မ့ၢ်တၢ်လၢအရ့ဒိၣ်ဒီးဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ဘျူးတၢ်ဖျိၣ်လၢပုၤကပုၤကညီၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

ပမ့ၢ်ကွၢ်ထွဲပနီၢ်ခီဖျါအတၢ်ကဆဲကဆိဒီးတ့တၢ်ဟးလီၢ်လီၤတၢ်လီၤဆဲးတခါ, ကမၤစၢပုၤလၢပနီၢ်တဂၤ ဒီးပပုၤတတဒိတဖုညါအတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ, ကတြိဆၢကွၢ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢအဘၣ်ကူဘၣ်ကံတၢ်သ့ ဒီးညီၣ်သ့ၣ်တဖၣ်ဒီးတၢ်သးသမူသ့ၣ်တဖၣ်ကပူၤဖျဲးဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ. ဖဲပမ့ၢ်ပျဲဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချဒီးဂံၢ်ဒီးဘါအဆၢကတီၢ်န့ၣ် ပမၤတၢ်ကကဲအယီၣ် ပတဘၣ်ကွၢ်ဆၢၣ်မဲာ်ဒီးတၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်အတၢ်ဂ့ၢ်ကီၢ်ဒီးတၢ်သၣ်ဝံၤလီၤဒိသ့ၣ်တဖၣ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ.

ဘဉ်မၤန့ၤအဃိလၢပကြးတ့တၢ်ဟးလီၢ်လဲၣ်



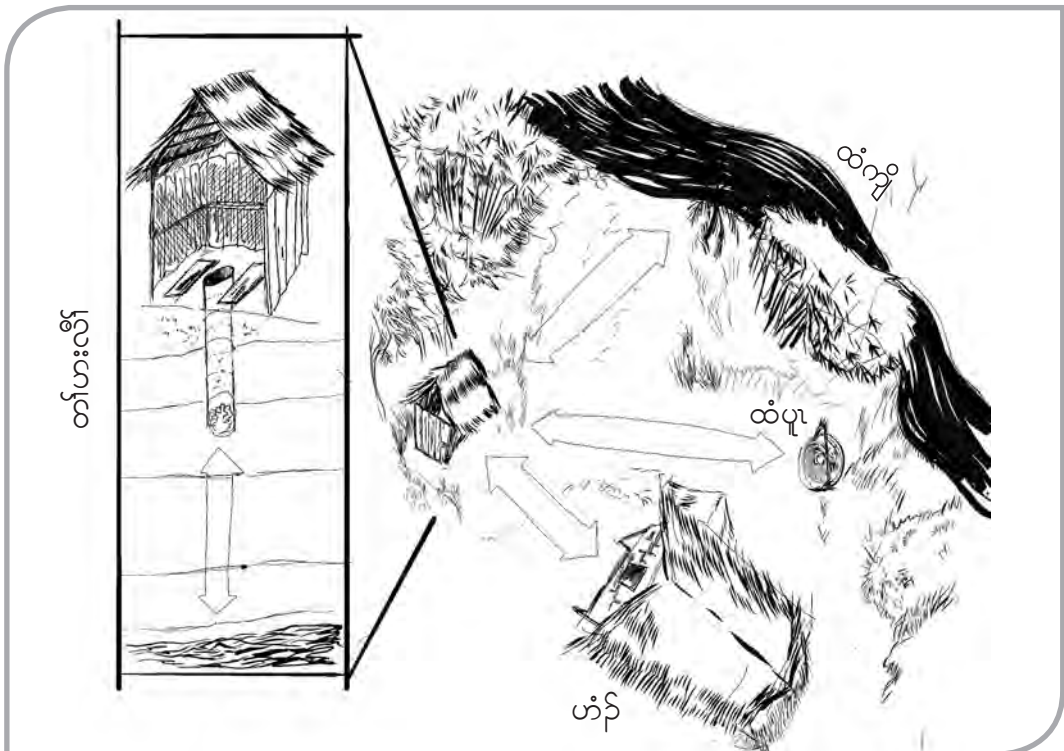
ပုၤကညီအတၢ်ဘဉ်အာဘဉ်သီၣ်အမ့ၢ်တၢ်အ့ၣ်တၢ်ဆံၣ်သ့ၣ်တဖၣ် မၤဘဉ်အာဝဲဒၣ်ထံနိ, တၢ်အိၣ်တၢ်အီဒီးဟီၣ်ခိၣ်ညဉ်ထ့ၣ်သ့ၣ်တဖၣ်ဒီး တၢ်ပျးတၢ်ပျးလီၢ်ထိးကလဲးသ့ၣ်တဖၣ်ဒုးအိၣ်ထီၣ် တၢ်ဆူးတၢ်ဆါအမ့ၢ် တၢ်ဟးဖၢလူသ့ၣ်တဖၣ်သ့ၣ်ဒၣ်န့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်ကတြီဆၢတၢ်ဆူးတၢ်ဆါ သ့ၣ်တဖၣ်အံၤဒ်သိးအသုတဘဉ်ကူဘဉ်ကံတၢ်တဂ့ၤအဂီၢ် အလီၢ်အိၣ်လၢပကြးတ့တၢ်ဟးလီၢ်သ့ၣ် တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ပမ့ၢ်အိၣ်ဒီးပနီၢ်ကစၢ်ဒၣ်ဝဲအတၢ်ဟးလီၢ်လီၤတၢ်လီၤဆဲးတခီ တၢ်ကဲဘျးကဲဖျိၣ်တ နီၤလၢပကဒီးန့ၢ်ဘဉ်အီၤသ့ၣ်တဖၣ်ကမ့ၢ်ဒ်လၢအံၤအသိးန့ၣ်လီၤ.

- ကတြီဆၢဒီးဒီသအဲဝဲဒၣ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါ - ခီဖျိလၢပအိၣ်ဒီးတၢ်ဟးလီၢ်အဃိ, တၢ်ဆူးတၢ် ဆါအဃိလၢသဉ်ဘုလၢဒီးတၢ်ဖိလံၤဖိဃာ်ပုၤစိၣ်အီၤဆူပတၢ်အိၣ်တၢ်အီအကျါသ့ၣ်တဖၣ် တၢ်တြီဆၢဒီးဒီသအဲန့ၢ်ဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ကဒီသအဲဝဲဒၣ်ထံနိလၢပသုအီၤသ့ၣ်တဖၣ် - ပထံနိလၢပဒီးန့ၢ်အီၤလၢထံဖိကျိ, ထံကမ့ၢ်ဒီး ကမၤပုၤသ့ၣ်တဖၣ်ကဆိဝဲဒၣ်ဒီးကပုၤဖျးဒီးတၢ်ဘဉ်အာဘဉ်သီအစုၣ်အပျၢ်သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

- ကဒီသဘာဝပတ်ဝန်းကျင်အခြေအနေအထား - ဒီဖွဲ့ပုံအိတ်ဒီးတံတားလီအယိ, တံအုတ်တံဆံ့အစုတ်အပျာ်သုတ်တဖတ်တမဘာ်အဘာ်သီဒီးမဟးဂီကွံင်ဝဲဒေပ်ထံကျိထံကွံင်ဒီးဟိတ်ခိတ်ညှိအကံ်အစီလဟးဘာ်န့ၣ်လီၤ. ဒီးလဟးန့ၣ်အမဲာ်ညါ ပကဒီးန့ၣ်ဘာ်ကလံလဟးအကဆီ ဒီးဂုလဟပတံအိတ်ဆူၣ်အိတ်ချ အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

ပကြားတုထီၣ်တံတားလီဖဲလဲၣ်?

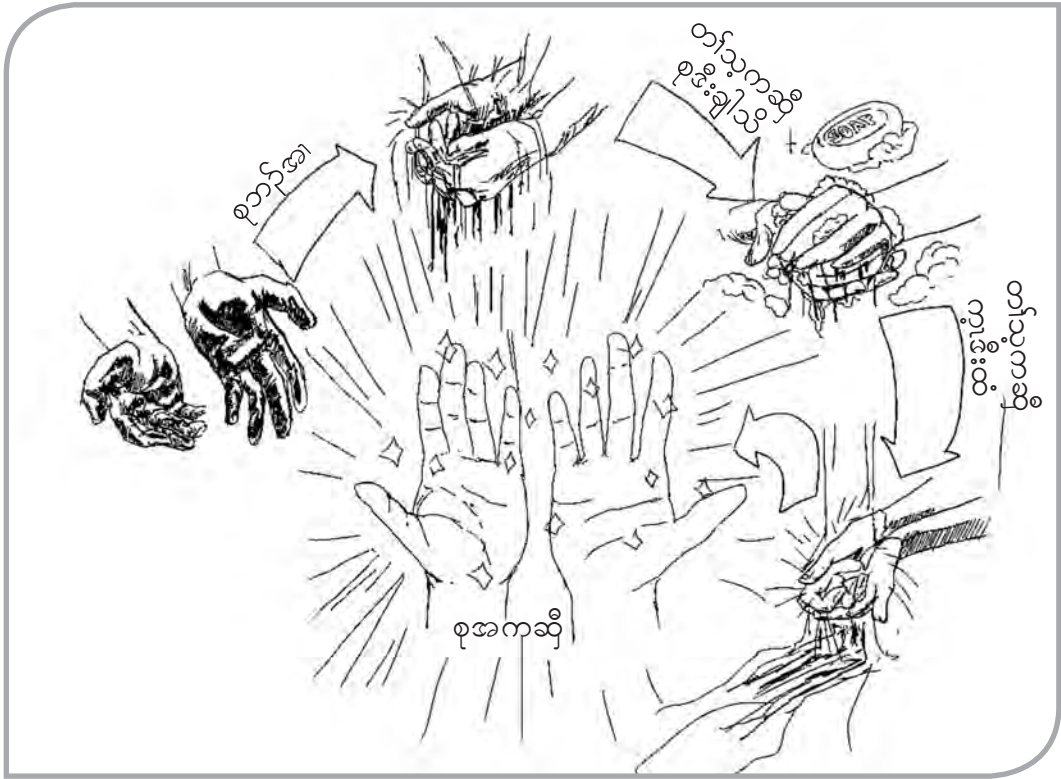
တချုးဒီးလဟပကတုထီၣ်တံတားလီဘာ်န့ၣ် တံအရူဒိတ်လဟပကဘာ်ပာ်သုၣ်ပာ်သးအီတခီ ပကဘာ်တုအီစီစုယံဒီးထံဖိကျိ, ထံကျိ, မ့တမ့ာ်ထံပူသ့ၣ်တဖတ်န့ၣ်လီၤ. တံတားလီလဟတံကတုအီအံကဘာ်အိတ်စီစုယံဒီးထံဖိကျိ, ထံကျိ မ့တမ့ာ် ထံပူသ့ၣ်တဖတ်အစုကတံအမံထာ် (၂၀) ဒ်သီးထံနိသ့ၣ်တဖတ်တဘာ်အဘာ်သီဒီးတံအုတ်တံဆံ့တဂုအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. တံလီၢ်တံကျဲလဟထံလုာ်ဘဒီးထံဒိတ်ညါအလီၢ်န့ၣ်တံတကြားတုထီၣ်တံတားလီဘာ်.



တၢ်ကဆဲကဆိခိဖျိတၢ်သ့ကဆိစု

တၢ်သ့စုဒီးချါသိ (ဆးပှဲ) မ့ၢ်ခိၣ်တယၢ်တၢ်ကဆဲကဆိ ဒီးမ့ၢ်ကျဲလၢအညီကတၢ်တခါ လၢပမၤအီၤသ့ လၢတၢ်ကွၢ်ထွဲကတၢ်ကတီၤက့ၤပတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ ဒီးတၢ်တြီဆၢတၢ်ဆူးတၢ်ဆါ ဒီးတၢ်ဃူးတၢ်ဃၢ်လၢအဘၣ်ကူဘၣ်ကံၤတၢ်ညီ လၢအဖးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. န်သိးဒီးပသ့တဒီးန့ၢ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါတဂ့ၤအဂီၢ် ပဘၣ်သ့ပစုအဆၢကတီၢ်ဖဲလဲၣ်?

- ပကဘၣ်သ့ပစုတချူးဒီးလၢပအိၣ်တၢ်အဆၢကတီၢ်
- ပကဘၣ်သ့ပစုတချူးဒီးလၢပဖိအိၣ်တၢ် မ့တမ့ၢ် ကတၢ်ကတီၤတၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်အဆၢကတီၢ်
- ပကဘၣ်သ့ပစုဖဲပလဲၤတၢ်ဟးလီၢ်ဝံၤအလီၢ်ခံ
- ပကဘၣ်သ့ပစုဖဲပကွၢ်ထွဲပျးဆူးပျးဆါသ့ၣ်တဖၣ်ဝံၤအလီၢ်ခံ
- ပကဘၣ်သ့ပစုဖဲပဆံပနါအ့ၣ် မ့တမ့ၢ် ကဆဲဝံၤအလီၢ်ခံ
- ပကဘၣ်သ့ပစုဖဲပဖိၣ်ဆၣ်ဖိကီၢ်ဖိ မ့တမ့ၢ် ငးအိၣ်ဆၣ်ဖိကီၢ်ဖိအဆၣ်ဝံၤအလီၢ်ခံ
- ပကဘၣ်သ့ပစုဖဲပဖိၣ်တၢ်ဘၣ်အဘၣ်သိဝံၤအလီၢ်ခံ



ထံမှတော်သးသမူတခါလၢပဝဲပှၤကညီ, ဆၢ်ဖိကီၢ်ဖိဒီးတၢ်မဲတၢ်မါတၢ်မုၢ်တၢ်သိလၢအအိၣ်လၢ
ဟီၣ်ခိၣ်တဘျီအံၤလိၣ်ဘၣ်အိၣ်နီၢ်နီၢ်န့ၣ်လီၤ. ပတၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်အိၣ်လၢပကဒီးန့ၣ်ဘၣ်
ထံလၢအကဆီအသိး, ပမူဒါအိၣ်စ့ၢ်ကိးလၢပကဘၣ်ကတဲာ်ကတီၤက့ၤပထံကျိ
ထံကွၢ် ဒီးထံနီတၢ်အိၣ်ယၢ်သ့ၣ်တဖၣ်တုၤလီၤတီၤလီၤဒ်ကျဲလၢအယုၢ်
ကၢ ဒ်သိးအကပူၤဖျဲးဒီးတၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီဒီးတၢ်စုၣ်တၢ်ပျၢ်
သ့ၣ်တဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ပာ်ကဲဒီးဒီးသဒက့ၤထံကျိ
ထံကွၢ် ဒီးထံနီတၢ်အိၣ်ယၢ်အံၤကမၤစၢၤပှၤဒ်
သိး ပအိၣ်မူပွဲၤဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်
ချ့, တၢ်သ့ၣ်ဖုံသးညီဒီးသူး
သ့ၣ်လၢကပီၤနီၢ်နီၢ်
န့ၣ်လီၤ.