



Moral Development

Level 1 - Pre-conventional Level

Moral reasoning is related to personal concerns.

STAGE 1

Obedience and punishment orientation

"How can I avoid punishment?"

Obeying the rules is to avoid punishment.



STAGE 2

Self-interest Orientation

(What's in it for me?)

Reasoning of right or wrong is based on rewards such as what is in it for me.



Level 2 - Conventional Level

Moral reasoning is centered around comparing one's actions with society's expectations

STAGE 3

Interpersonal Accord and Harmony

Act to fulfill social roles and expectations such as being a student or a parent.



STAGE 4

Authority and Social Order maintaining orientation

Act to obey laws set by a functional society. Consider rules as inflexible.



Level 3 - Post-Conventional Level

Moral reasoning is based on personal ethics.

STAGE 5

Social Contract Orientation

Laws are regarded as social contracts that promote the good for majority of people. Unjust laws and policies must be resisted and changed.



STAGE 6

Universal Ethical Principles

Moral reasoning is based on universal ethical principles such as you should treat others as you would want them to treat you.





ကိုယ်ကျင့်တရားဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု

ပထမဆုံး - သမိုင်းကျ အများလက်ခံသည့်အဆင့် မတိုင်မီအဆင့်

ကိုယ်ကျင့်တရားဆိုင်ရာ စဉ်းစားသုံးသပ်မှုများသည် မိမိအတွက် စိုးရိမ်မှုများနှင့် သက်ဆိုင်သည်။

အဆင့် (၁)

**နာမံမျှနှင့်ပြစ်ဒဏ်ကို
အခြေခံသည့် သဘောထား**

ပြစ်ဒဏ်ပေးခံရမှုကို ခံနိုင်ကြည့်နိုင်ရန်
အတွက် စည်းကမ်း၊ စည်းမျဉ်းများကို
လိုက်နာရမည်။



အဆင့် (၂)

**မိမိအကျိုးကို
အခြေခံသည့်သဘောထား**

အမှားအယွင်းကို စဉ်းစားဆိုခြင်းရာတွင်
မိမိအတွက် ဘာအကျိုးရှိမှာလဲဆိုသည့်
ဓလေ့ကို အခြေခံပြီး စဉ်းစားသည်။



ဒုတိယအဆင့် - သမိုင်းကျ အများလက်ခံသည့် အဆင့်

ကိုယ်ကျင့်တရားဆိုင်ရာ စဉ်းစားသုံးသပ်မှုများသည် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း၏ ဓမ္မလင်္ဂဓုတ်များနှင့် မိမိ၏ အပြုအမူများကို နှိုင်းယှဉ်ခြင်းအားဖြင့်
စဉ်းစားသည်။

အဆင့် (၃)

**အခြားသူများနှင့် သဟဏတရားဖြစ်မှု
လိုက်လျောညီထွေဖြစ်မှုကို
အခြေခံသည့်သဘောထား**

ကျောင်းသူ၊ ကျောင်းသားဖြစ်ခြင်း၊
မိဘ ဖြစ်ခြင်း၊ အလိုသည့် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း က
ဓမ္မလင်္ဂဓုတ်ထားသည့် အခန်းကဏ္ဍများကို
ကြည့်မည်ရန် ဦးတည်ပြီး ပြုမူသည်။



အဆင့် (၄)

**လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း ပုံမှန်တည်ရှိနိုင်မှု
အခွင့်အာဏာကို အခြေခံသည့်
သဘောထား**

လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းက လက်ခံထားသည့်
ဥပဒေများကို လိုက်နာရန် စဉ်းစားလျှံ့ပြုမည်။
စည်းမျဉ်း၊ စည်းကမ်းများသည် ပြောင်းလဲ၍
မရဘဲ လူထုသည်။



တတိယအဆင့် - သမိုင်းကျ အများလက်ခံသည့် အဆင့်အလွန်အဆင့်

ကိုယ်ကျင့်တရားဆိုင်ရာ စဉ်းစားသုံးသပ်မှုများသည် မိမိ၏ ကိုယ်ပိုင်ကျင့်ဝတ် သဘောတရားများအပေါ် အခြေခံထားသည်။

အဆင့် (၅)

**လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းအတွက်အကျိုးပြုမှုကို
အခြေခံသည့် သဘောထား**

ဥပဒေ၊ စည်းမျဉ်း၊ စည်းကမ်းများကို လူအများစုကို
အကျိုးပြုနိုင် သည့် အတွက် လိုက်နာရမည်ဟု
စဉ်းစားသည်။ မတရားသည့် ဥပဒေများကို
တွန်းလှန်မည်၊ ပြောင်းလဲရမည်ဟု လူထုသည်။



အဆင့် (၆)

**တရားဓလေ့နှင့်သက်ဆိုင်သည့်
ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာ သဘောတရားများ**

ကိုယ်ကျင့်တရားဆိုင်ရာ စဉ်းစားသုံးသပ်မှုများသည်
“ မိမိကိုယ်ကို အခြားသူများအား ပြုမူစေချင်သည့်
အတိုင်း အခြားသူများကိုလည်းပြုမူကြပါ။ ” အစ
ရှိသည့် တစ်စုံတစ်ရာလုံးနှင့် သက်ဆိုင်သည့် ကျင့်ဝတ်
ဆိုင်ရာ သဘောတရားများကို အခြေခံထားသည်။



Lazam'' lakhung' Lhug ma qi'' qhang khyo

Azhoo'' – Ayoung: Cao'' Yang: Myo: Sho' khao: Yu: ru Majoe'' shi'' Azhoo''

Lazam'' Lakhug we' tin: yang: myid: qu'' ru wa yaw: yao: sang: kho'' ru Boe'' nhoo: ra''

Azhoo'' (1)

Tae'' gyo'' ru we' Qobo
Re Qao: bin'' to'' khyo
Qobō byid' ru re tha''
Jao'' yang'' cao'' khyaw
re cao'' ca'' nae''



Azhoo''(2)

Yao: yao: Akyu'' re
Qao: bin'' to'' khyo
Shid ru jo rum yid: qu'' ru
mae Nga'' qhid mae'' pe''
akyo'' bo nae'' re aqao:
to: yang: myid: qu'' nae''

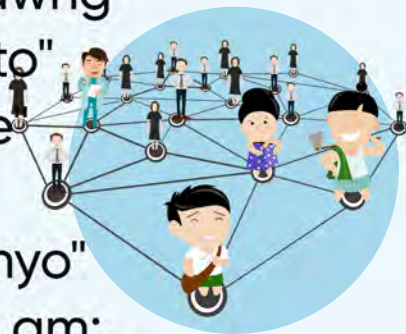


Azhao'' shid – Ayoung: Cao'' Yang: myo: Sho' khoe: yu: Azhao''

Lazam'' lakhug khyo mae myid: qu'' au re byu myo: sho' ru we' yao: yoo'' awe re tau'' lag: qu''
rung: myid: qu'' angaid:.

Azhao'' (3)

Sa ge we mo, nyang tawng''
zam'' khung: Ru aqao: to''
ra'' khyo Jung nau'' boe''
ru- myhi pho'' Boe'' ru
Akhug ma emo, thui: khyo''
tau'' yang: to'' Akhyo re am:
zau: so'' ru ngaid:



Azhao''(4)

mo, thau: mau'' gang'' tang
mae'' Kheimi so' re aqao: to''
ra'' khyo. Mo, thau: khyo''
khae: yu: ra'' U padi: Jham
re cao'' pyang'' nae tau''
yang: ru ngaid: cao'' khyao
Jin kham jham wa matha'' lhag' nae''
ru re myid: ra''.



Azhao'' Sam – Ayoung: Cao'' Yang: Myo: Sho' Khae: Yu: Ru Lo'' Thao'' Azhao''

Lazam'' Lakhug Khyo mae myid: qu'' au: re yao: yao'' gawng sang nhag' myid mae aqao: to'' ru
ngaid:.

Azhao'' (5)

Mo, thau: qhid' mae'' akhyu'' byid'
ru re aqao: to'' ra'' khyo
U'' padi: jin kham re byu
myo: Sigo' re akyu'' qo''
byid ru ngaid: khyo cao''
Pyang'' nae'' myid ca'' ra''.
Ma dau ang: ra'' U'' padi re
tau: lhan: ca'' ra''.



Azhao'' (6)

Myid gye, geim'' we tin'' ra''
cao'' khyoo tau'' to'' khyo.
ave asam we' tin: yang:
myid qu'' au: re – yham
sang yao: boe'' nhao nug:
ra'' khyo: su gaje re re: boe''
nhao wa myid gye geim''
we' tin'' ra'' cao''a Khyao tau'' da re
aqao: to'' ca'' ra''.



Aw li aw hk'a hta ca da ve ui la mvuh la kui

aw yan caw caw chaw chi ma ha yu ga ve aw htai ma ga she ve aw htai

aw li aw hk'a hta ca da ve daw nyi leh te ve te hpa leh a shu yaw aw pon daw ha tu leh ca da ve yo

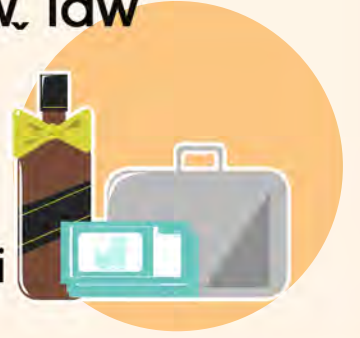
aw taw(1)

na yu pui ve leh ven ba hta aw hkui pui teh ve ven ba pi ve hkan yu ve hta jaw hpaw e g'a tu aw pon si keh te hpa hta ka g'a na yu ve yo



aw taw(2)

a shu yaw aw bon aw pon aw hkui pui teh ve aw law caw ve ma caw ve hta daw nyi leh daw che ve te yan nga aw pon a hto ma aw bon caw tu le k'o ve hta aw hkui pui teh leh daw nyi ve yo

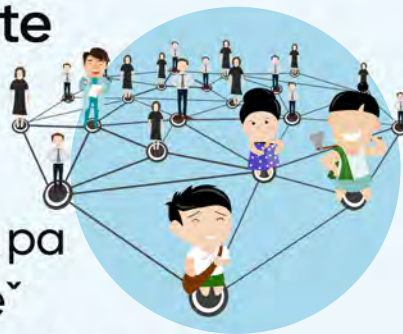


aw yan caw caw chaw chi ma ha yu ga ve aw htai

Aw li aw hk'a ca da ve daw nyi leh te ve te hpa leh chaw ceu te hpa daw law kui leh a shu yaw ve ta he hta e da ve te leh daw nyi ve yo

aw taw(3)

aw nu chaw te hpa leh caw da haw da g'a te ve hta aw hkui pui g'a teh ve aw law



caw yeh ya hpeh ve aw pa aw e hpeh ve chaw ceu te hpa daw law ta ve aw ceu hta te bi tu ceh daw nyi leh te ve yo

aw taw(4)

chaw ceu ve aw ka leh lo cheh g'a ve a yan hta aw hkui pui teh ve aw law

chaw ceu te hpa ha yu g'a ve u pa de te hpa hta na yu tu daw law leh te ve yo. Si mi si keh te hpa hta ma pa g'a teh taw ta ve yo



aw yan caw caw chaw chi ma ha yu ga ve aw htai leu ve aw htai

Aw li aw hk'a hpaw ca da ve daw nyi leh te ve leh a shu yaw ve aw li hta aw hkui pui teh ve yo

aw taw(5)

chaw ceu aw pon aw bon caw ve hta aw hkui pui teh ve aw law u pa de si mi si keh te hpa chaw chi ma hta aw bon te g'a ve aw pon g'a na yu ve teh daw nyi ve yo ma caw ve u pa de te hpa hta g'a pa ba ve yo



aw taw(6)

te mi gui lon hta ca da ve aw li aw hk'a hpaw ve aw law

aw li aw hk'a hta ca da ve daw nyi leh te ve leh a shu yaw aw to shu hta te tguh ga ve hk'e le shu hta ka te she. Te mi gui leh ca da ve aw li aw hk'a hpaw ve aw law te hpa hta aw hkui pui teh leh ma la ve yo





ÈBĀSÈ WA GHU-HA TA THĪNĀHÒ

Èrikũ tatõ - Bã è ghuha tathînã ò tètē hõ haõ èkhĩ nu.

Èbāsè wa ghuha ètanāthunāla è tabājōbānā toõ

(1) Tõ

Tanāhũnajō dõ tadõ èkhũècã

Mathaka ho cô sarē
kèhõ tadõ wa takāmā
èkhũèca nu, bã lûgũmagũ
tamālò dõ tama dēdõ toõ.



(2) Tõ

Hõ thănā nākhi èkhũècã

Hõ nāthu nāla ta ètē dõ
ètē haõ nu hõbā malõglò
wa hõ nākhi èdābõ
betè nu.



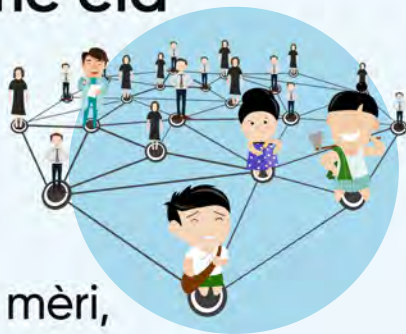
Ghitõ tatõ - Bã ghuha tathînã bòhõ htõ èkhĩ nu.

Hõ nāthunāla ta ètē dõ ètē haõ nu hõbā ma lõglò wa hõnākhi èdābõ betè nu.

(3) Tõ

**Hõ taghutaha numē èla
kèsõ èra èghuèha
thakatè bã nāthu
tètē thājè**

Bănũ èkhĩ, hõ mē kjõtha mēri,
hõ mē pra ò wa ma-wũ mēri,
hõbā magũlũgũ kèhõ ètaātama .



(4) Tõ

**Bã ò dũ htĩghā wa
hõ èra. Dõ nahũnajō
tamālò**

Bănũ mē hõ bã gũ hõ khõra
èkrõ, bã âcõ macõ dõ
nahũnajō, sabòdā htõcālākĩ hao.



Thũtõ tatõ- Bã tathînã ghuha bòhõ tũlũ htõ èkhĩ nu

Bănũ èkhĩ, hõ ghuha tanāthu rũ dõ èriã haõ mē èbāsè to tarawa hõthanā taātama èkũ nu.

(5) Tõ

**Èbāsèwa tamagēmakũ
dõphũghāphũ nākhi**

Tamālò, tamadedõ dõ htõcā
lākĩ kũtagā mē èmanĩ hõ
kũtara, dõphũghāphũ tadũ
tabā èca bã lûgũmagũ bã.
Tamālò èmē klèklõ haõ mē bã
alèbõkhìlè lôbā. .



(6) Tõ

**Ghuha tathînã bòhõ
tũlũhtõ èkhĩ, bã arèlagõ
wa dõkahākhũ thābā
taphĩtama.**

Èbāsè wa ghuha tanāthunāla
bănũ èkhĩ mē, thaka hõ thõjũ
wa hõ èra āimai hõnu, hõbā āimai
hõ èra. Hajõ mē dõka hākhũ thābā
ètathojũ dõ taphĩtama. .



Tadauhtan bakyâdò tamarî maraò

Kahti laklan = ridò aklan mwaï cwaï ngòn nithû publan aklan

Tanithû ceinblan dô tamarî maraò nânkhû nu, abakyâdò tabayôn banâ dô nânpica nânkhû.

Aklan (1)

kaunirwaï aphidï bâ
tanadeïn dò taphî
dan kakhau
Cwaïdò ka khlailũ
takhanba taphî dan mè
ba manà deïn macũ
tamà lan. .



Aklan (2)

kaunirwaï dô aphidï bâ
nân akyünibwan kakhau

Nũklan laklan - aklan mwaï cwaï
ngòn nithû pũblan Kaunirwaï
tamarî maraò nu daũtũ
nithû pra kaphrĩ kacòn tacipaõ
dò nânpica taõ ataphî tama.



Nũklan laklan = aklan mwaï cwaï ngòn nithû pũblan

Kaunirwaï tamarî maraò nu daũtũ nithû pra kaphrĩ kacòn tacipaõ dò nânpica
taõ ataphî tama.

Aklan (3)

kaunirwaï aphidï bâ
aònirau nirâ dò
ngòn karu
Ma tama cwaïdò
kahtũhtan kyòn phaomu,
phaokhaũ, cwaïdò kama bâ
bwaï tama dô maõphâ dò
ngònkaru atacipaõ.



Aklan (4)

kaunirwaï aphidï bâ pra
kaphrĩ kacòn khai aò
krauyòn kakhau

Nai cwaïdò kanàdeïn
macũ tamàlan dô prakaphrĩ
kacòn takhaò tawaï phinaũ.
Nithũ dô tama-lan mè plũlai
cõ da.



Thyũn klan laklan = pwõn khlõn dò aklan mwaï cwaï ngòn nithû pũblan

Kaunirwaï bakyâdò tamarî maraò mè aphidï bâ nân lapra atamarî maraò kakhau.

Aklan (5)

kaunirwaï aphidï bâ tamaraò
ngòn kaphrĩ kacòn
takhaò tawaï kakhau.

Nithũ dô tama-lan, taba macũ
ũ ba nadeïn macũ mwaï dô
ahtũkyũ dô ngòn âpra
akhaucâ. Tama-lan cõ tũ, alon
amâ mè kaba plũlai kaĩ, ka ba
ma cabyàkaĩ.



Aklan (6)

Kaunirwaï abakyâdò
pra laõ pũpra
atamarî maraò

Kaunirwaï bakyâdò tamarî
maraò mè aphidï bâ tãmarî
maraò dô abakyâdò pra laõ
pũpra akakhau, naĩ cwaï,
"cwaï thayũ dô ngòn kama ba
nân mè ma ba ngòn karu."







Arawn alai hte seng n-na bawng ring rawt jat ai lam

Daw langai – Masha yawng hkap la lu ai ladat grai ndu shi ai madang

Arawn alai hte seng n-na myit yu sumru ai lam ni gaw tinang a myit tsang ai hte seng ai rai nga ai.

Ladat (1)

Madat mara lam hte mara dam hpe madung tawn ai myit masa

Dam ari hpe koi yen lu na matu rit kawp tara hpe madat mara hkawm sa ra nga ai.



Ladat (2)

Tinang a akyu hpe madang dat ai masa.

Jaw ai, shut ai hpe myit yu daw dan ai shaloi tinang a matu akyu nga na mahtai hpe madung dat ai.



Daw lahkawng- Masha yawng hkap la lu ai ladat madang

Arawn alai hte seng n-na myit sumru yu ai lam ni gaw shinggyin grupyin a myit mada ai lam ni hte ti nang a lai nsam ni hpe shadawn dingdaw n-na myit yu ai madang rai nga ai.

Ladat (3)

Masha yawng hte myit mang rum ai lam, htuk manu ai lam ni hpe madung dat ai masa.

Kanu kawa hte jawngman ni zawn re ai shinggyim grupyin a myit mada da ai lam ni hpe shatup shadik ya na matu hkawm sa ra ai.



Ladat (4)

Shinggyim grupyin hpe ding yang grin nga lu na lam ahkang aya hpe madung dat ai masa.

Shinggyim grupyin yawng hkap la da ai tara upadi ni hpe madat mara na matu yaw shada let hkawm sa ra ai. Rit kawp tara ni gaw galai shai nmai ai ngu n-na myit sawn la ra ai.



Daw masum- Masha yawng hkap la lu ai ladat hta lai jan ai madang

Arawng alai hte seng n-na myityu sumru ai lam hta tinang a ting gyang myit ni a nsa madung dat ai masa

အဆင့် (၅)

Shinggyim grupyin hpe akyu jaw na matu madung dat ai myit masa

Upadi, rit kawap tara hkrang ni gaw shawa masha hpe akyu jaw lu ai majaw madat mara chye ra nga ai. Ntara ai upadi ni hpe gaw ninghkap n-na galai sharai kau ra nga ai.

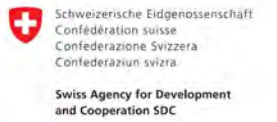


အဆင့် (၆)

Mungkan ting hte seng ai arawng alai myit masa ni

Arawng alai hte seng n-na myityu sumru ai lam ni gaw "Tinang kaw byin shangun mayu ai zawn tinang nang kaga masha ni a nsa myit sawn galaw ya ra nga ai" dai gaw mungkan ting madung tawn ai arawng alai myit masa rai nga ai.





စားဆာင့်ဇေတ်ပုံဝါစီကွာထင်းထဝ်

ပထမအ်ဆင့် - မင်မင်အးဟာထုင်-ဆိုင်ကဲအ်ဆင့်လုံထင်ဘုစးအ်ဆင့်

စားဆာင့်ဇေတ်ပုံဝါ စ်ဆင့်မင်းခိုင်ဖါဆိုင်လုံဖးယိုင် ကာင့်ဆာ-ဟုင်-သာစးကိုင်တင်လုံဖးကိုင်စားဆာင့်ဇေတ်ဆေဝ်-လုံ။

အ်ဆင့် (၁)

ဆိုင်ကားလံင်ပျက်ဆိုင်ဇေတ် ဆိုင်ဖေဆိုင်မးကိုင်အိုင်
အိုင်ထိုင်ထံးဝေဆိုင်အိုင်ကိုင်သုင်းသာ

စးထိုင် ဆိုင်ဖေဆိုင်မးကိုင်အိုင် မ်ပွယ်ကဲဟုင်- ပွင့်၊
ဆိုင်သင်းသင့်သယ်ကိုင် စးလံင်မာပျက်ဆေဝ်-လုံ။



အ်ဆင့် (၂)

ကာင့်ဆာ-အ်လားကိုင်အိုင် မာကောင်-အိုင်ထိုင်ထံး
ဆိုင်အိုင်ကိုင်သုင်းသာ

ဆိုင်စးဆိုင်ကိုင်အိုင် ဆိုင်မင်းလင်သာခါ ယိုင်အိုင်ဟုင်-
အိုင်လားမ်အိုင်စေသိုင်လဲဝေသိုင် အိုင်တင်ကောင်-ကိုင်
အိုင်ကိုင်အိုင်ထိုင်ဟိုင် စးစ်ဆင့်မင်းဆေဝ်-လုံ။



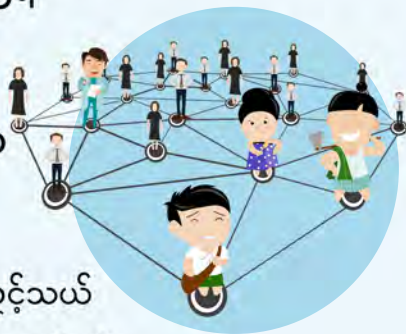
ဒုတိယအ်ဆင့် - ဝင်ဝင်အးဟာထုင်-ဆိုင်ကဲအ်ဆင့်

စားဆာင့်ဇေတ်ပုံဝါစ်ဆင့်မင်းခိုင်ဖါဆိုင်လုံဖးယိုင် ဇေတ်မိုင်-အ်ဖူ-အ်ခိုင်-ဝေ ဆိုင်ထောတ်စိုင်လုံဖးဇေတ် ကာင့်ဆာ-ဆိုင်အိုင်ထိုင်အိုင်လင်လုံဖးကိုင်အိုင်
ထောတ်ယိုင်ဝေဟိုင် ဆိုင်မင်းဝေဆေဝ်-လုံ။

အ်ဆင့် (၃)

ဇေတ်ဖူဟုဟုာ ဆိုင်ကဲထင်းစးဟုင်-၊
လံင်မာစးခိုင် ကဲထင်းဆိုင်ကိုင်
မာကောင်-အိုင်ထိုင်အိုင်ကိုင်သုင်းသာ

ကဲတိုင်ဘာ-၊ ကဲမောင်-ဖာ-သယ်ဝေသိုင်
ကဲမိုင်-အ်ဖူ-အ်ခိုင်-ဝေ မူလားထး အိုင်ဆိုင်ကိုင်သယ်
ကိုင်အိုင် ဖိုင်ပိုင်ဟုင်- တာ်ခေါတ်ဖိုင်ဖါမာဆေဝ်-လုံ။



အ်ဆင့် (၄)

ကဲမိုင်-အ်ဖူ-အ်ခိုင်-ဝေ ဆိုင်အိုင်ထင်းမင်မင်ကဲ
စံင်မင်ကိုင်အိုင် မာကောင်-အိုင်ထိုင်
အိုင်ကိုင်သုင်းသာ

ကဲမိုင်-အ်ဖူ-အ်ခိုင်-ဝေ ထိုင်-ဆိုင်ထးဝေ ဆိုင်သင်း
ဆိုင်သင့်လုံဖးကိုင်အိုင် လံင်ပျက်မာဖေဟုင်- ပိုင်ယောတ်
ဝေဟိုင် ဖိုင်ဖါဝေဆေဝ်-လုံ။ ဆိုင်သင်းဆိုင်သင့်၊ ပွင့်လုံဖး
ကိုင် အင်းလယ်ဝေလုံကောင်-ကိုင် ကယ်ယောင်-ဝေဆေဝ်-လုံ။



တတိယအ်ဆင့် - မင်မင်အးဟာထုင်-ဆိုင်ကဲအ်ဆင့် ထိုင်ဝေအ်ဆင့်

စားဆာင့်ဇေတ်ပုံဝါ စ်ဆင့်မင်းခိုင်ဖါဆိုင်လုံဖးယိုင် ကာင့်ဆာ-လုံဟုာအိုင် ဇေတ်သုင်းသာလုံဖးအိုင်ဖိုင်ခေါတ် မာကောင်-အိုင်ထိုင်ဆေဝ်-လုံ။

အ်ဆင့် (၅)

ကဲမိုင်-အ်ဖူ-အ်ခိုင်-ဝေအိုင်ဟုင်- ဆိုင်ဖေအိုင်လား-
ကိုင်အိုင် မာကောင်-အိုင်ထိုင်အိုင်ကိုင်သုင်းသာ

ဆိုင်သင်းသင့်၊ သွေါဝ်၊ ပွင့်သယ် ဖေအိုင်လားကဲ
မိုင်အးဟုာအိုင်ခေါတ်ကျိုင် စးလံင်မာပျက်ကိုင်
ဆိုင်မင်းထးဆေဝ်-လုံ။ လုံစးဟုင်-ဇေတ်ဆိုင်သင်း
ဆိုင်သင့်လုံဖးကိုင် စးတိုင်ဆိုင်ဝေ၊ စးအင်းလယ်ထင်း
ဝေကိုင် ကယ်ယောင်-ဝေဆေဝ်-လုံ။



အ်ဆင့် (၆)

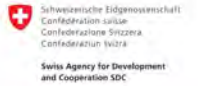
စားဆာင့်ဇေတ် ထိုင်ကောင်ကြိုင်ဇေတ်ပုံဝါ
ခိုင် အိုင်ကိုင်သုင်းသာလုံဖး

စားဆာင့်ဇေတ်ပုံဝါ စ်ဆင့်မင်းခိုင်ဖါဆိုင်လုံဖး
ယိုင် “ဟိုင်ကာင့်ဆာ-ယိုင် ဇေတ်ဖူဟုဟုာ စးမာ
ဖေဝေသိုင် ဖူဟုဟုာကိုင်သီး မာထိုင်ဖေလား
ဝေကိုင်သိုင်ဆာ” စားဆာင့်ထိုင်ကောင်ကြိုင်ဇေတ်လုံဖး
စးအိုင်ကိုင်သုင်းသာကိုင် အိုင်ကိုင်ထိုင်အိုင်ထိုင်ဆေဝ်-လုံ။





ambassy for & cooperation
offices and partners



လွင်းခိုခင်းယှဉ်၊မုခင်းလီင်း ဂီဝ်၊လူလှ်း လွင်းခင်းယမ်းတိုဝ်းဂမ်

ခရ်မံခိုင်း- ခရ်ကခင်လူဝ်းပံ၊ရွတ်း တင်းခမ်ရှပ်ခမ်၊လံး တိုက်ခိုင်းယှဉ်၊

လွင်းဂူခင်းထတ်းသင်းလွမ်း ဂီဝ်၊လူလှ်း ခင်းယမ်းတိုဝ်းဂမ်လှ်းခို မခင်းဂီဝ်၊လွမ်း လွင်းမံးလှ် တၢ၊တူဝ်လဝ်းဂပ်၊ခခခယှပ်။

ခရ်မံ(၁)

ဂၢင်လှ်ယခ်၊ရှာဂ်း ငဝ်းပိုခင်းတၢမ်၊တင်းခိုတ်း

ခလး လွင်းတုင်းရှပ်

တၢ၊တေ ခဝးကွဂ်၊ယခ်လံး ကခပ်ပခပ်
တၢမ်၊တင်းခိုတ်းခို တေလံးယိုခင်း
ရှပ်လွမ်း မံးမီး မံးခွပ်၊ကိုဝ်း။



ခရ်မံ(၇)

ဂၢင်လှ်ယခ်၊ရှာဂ်း တီးခိုဝ်းခွခင်းတူဝ်လဝ်းဂပ်၊

ခွပ်၊မိုဝ်းဂူခင်းထိုင် တီဝ်းတတ်း ကခပ်ခိုတ်း
ကခပ်ထုဂ်၊ယှ၊ခခခ ယခ်၊ရှာဂ်းဂူခင်းထိုင်
တၢ၊ တေမီးခွခင်းလံး တၢ၊ဂပ် ကီးသင်ခခ
ခခခယှပ်။



ခရ်ထီ.သွင်-လွင်းခင်းကွခပ်၊ ခရ်ကခင်တင်းခမ်ရှပ်ခမ်၊လံး

လွင်းထတ်းသင်း ဂူခင်းလွမ်း ဂီဝ်၊လူလှ်း ခင်းယမ်းတိုဝ်းဂမ်ခို ဂူခင်းရှာဂ်း တိုက်ခိုင်းလွမ်း လွင်းရှိုတ်းသင်း တူဝ်လဝ်းဂပ်၊ခလး
တင်းမုင်းမုင်း မူ၊မုဂ်တူဝ်၊ဂူခင်းခခခကိုဝ်း။

ခရ်မံ(၈)

ဂၢင်လှ်ယခ်၊ရှာဂ်း လွင်းခင်းငမ်၊ယွခပ်၊လှ်ခလး

လွင်းမေုထုဂ်၊ဂခပ် တင်းပိုခင်းတၢမ်၊ဂေု

လွင်းခိုဝ်းပွင်ခို ယိုင်းလှ်း တၢ၊ခိုမိုထီမ်
ပခပ် တွခင်းဂခင်းတင်းမုင်းမုင်း
တွခင်းဂခင်း တူဝ်၊ဂူခင်း ကခပ်ပီခပ်
ပေးခမး/ လၢပေး ကခပ်ပီခပ်
လုဂ်းရှိုခင်းခပ် လှိုဝ်း ခခခ ယှပ်။



ခရ်မံ(၉)

ဂၢင်လှ်ယခ်၊ရှာဂ်း ရှိုင်းပွင်သုခပ်၊လံး

လွင်းမီးလုဂ်းလင်းပိုင်ခိုခင်း

ဂခင်းတူဝ်၊ဂူခင်း

ယိုင်းကာခင်းခိုဝ်းပွင်ရှိုတ်းလွမ်း မံးမီး ပိုင်ခိုခင်း
ကခပ်တူဝ်၊ဂူခင်း ရှပ်ယိုခင်းပိုခခခ။



ခရ်ထီ.သၢမ်-လွင်းခင်းကွခပ်၊ ခရ်ကခင်ဂူခင်းတင်းခမ်ရှပ်ခမ်၊

လွင်းထတ်းသင်းဂူခင်းထိုင် ဂီဝ်၊လူလှ်း လွင်းခင်းယမ်းတိုဝ်းဂမ်ခို ယခ်၊ရှာဂ်းပို တီးခိုဝ်း ဂၢင်လှ်ယခ်၊မီခင်း လွင်းခိုဂ်းတိုဝ်း
ခွင်တီးတူဝ်လဝ်းဂပ်၊ခခခယှပ်။

ခရ်မံ(၁၀)

ဂၢင်လှ်ယခ်၊ရှာဂ်း လွင်းပီခင်းခွခင်းဂမ်ပခပ်

တွခင်းတၢ၊ ဂခင်းတူဝ်၊ဂူခင်း။

ဂူခင်းရှာဂ်းထိုင်တၢ၊ မံးမီးမံးခွပ်၊ခင်းပိုင်ခို
မခင်းပီခင်းခွခင်း ကခပ်ဂမ်ယခ်ပခပ် တၢ၊
ဂူခင်းတင်းခမ် ခလး ထုဂ်၊လီရှပ်ရှိုတ်း
လွမ်း။ ရှပ်ရှာဂ်းတၢ၊ တေလံးလီဂ်းလံး
ခိုခင်းပီတ်း ခင်းပိုင်ကခပ်ကမ်၊လွမ်းတြီး။



ခရ်မံ(၁၁)

ပိုင်ခွာင် ကခပ်ဂီဝ်၊လူလှ်း ခင်းတိုဝ်းဂမ်

ကခပ်ဂပ်းဂံ၊တင်းလေးဂ ခွင်းဂၢင်။

လွင်းထတ်းသင်းဂူခင်းထိုင် ဂီဝ်၊လူလှ်း ခင်း
တိုဝ်းဂမ်ခို ကပ်ပိုင်ခွာင် ဂီဝ်၊လူလှ်း ခင်း
တိုဝ်းဂမ် ကခပ်ဂပ်းဂံ၊တင်း လေးဂခွင်းဂၢင်
သေ ယခ်ရှာဂ်းပို၊ ခခင်းလဝ်းဂပ်၊ ခွဲးရှိုခင်း
ရှိုတ်းသင်းတေ၊ရှပ်ခခခ ရှပ်းခပ်ဂေု၊ ရှိုတ်း
သင်းပခပ်ပိုခင်း။





Ministry for Foreign Affairs
Auswärtiges Amt



တၢ်ဒိဉ်ထီဉ်ထီဉ်လၢတၢ်ဒိဉ်သ့ဉ်ပာ်သး

တၢ်တပတီၢ် - တချး တၢ်တူၢ်လိာ်ပုၤညီန့ၢ်တူၢ်လိာ်တၢ် အပတီၢ်

တၢ်ဆိကမိဉ်ပဲာ်ထံနီၤဖးဘဉ်ထွဲဒီး တၢ်ဒိဉ်သ့ဉ်ပာ်သးတဖဉ်န့ၢ် ဘဉ်ထွဲလိာ်သးဒီး တၢ်ဘဉ်ယိာ်ဘဉ်ဘီ လၢနီၤန့ၢ်လီၤ.

အပတီၢ် (၁)

တၢ်ပာ်သ့ဉ်ပာ်သးလၢ အသ့ဉ်လီၤ
အသးလၢတၢ်ဒိကနဉ်ဒီးတၢ်စံဉ်ညီဉ်

ဒ်သီးနကဟးဆဲးတၢ်စံဉ်ညီဉ်န့ၢ်အဂီၢ် နကဘဉ်ဒိက
နဉ်မၤထွဲတၢ်သိဉ်တၢ်သီ, တၢ်သိဉ်တၢ်ဘျၢတဖဉ်လီၤ.



အပတီၢ် (၂)

တၢ်ပာ်သ့ဉ်ပာ်သးလၢ အသ့ဉ်လီၤအသးလၢ
နီၤကစၢ်အဘျးအဖိုဉ်

ဖဲပဲာ်ထံနီၤဖးတၢ်ဂ့ၤဒီးတၢ်အန့ၢ် ပဆိကမိဉ်အီၤ
လၢတၢ်အစၢ လၢတၢ်မနုၤကကဲဘျးယနီၤကစၢ်
အဂီၢ်လဲဉ် အဖီခိဉ်လီၤ.



ခံတပတီၢ် - တၢ်တူၢ်လိာ်ပုၤညီန့ၢ်တူၢ်လိာ်တၢ်အပတီၢ်

တၢ်ဆိကမိဉ်ပဲာ်ထံနီၤဖးဘဉ်ထွဲဒီး တၢ်ဒိဉ်သ့ဉ်ပာ်သးတဖဉ်န့ၢ် အိဉ်ထီဉ်ခိဉ်ဖျါတၢ်ထီဉ်သတီၤပုၤတဝၢအတၢ်မုၢ်လၢဒီး နတၢ်ဖဲတၢ်မၤတဖဉ်အဖီခိဉ်လီၤ.

အပတီၢ် (၃)

တၢ်ပာ်သ့ဉ်ပာ်သးလၢအသ့ဉ်လီၤအသးလၢ
တၢ်ဖိးမံလိာ်သး, တၢ်ဃူတၢ်
ဖိးဒီးပုၤဂ့ၤပုၤဂ့ၤတဖဉ်

တၢ်အိဉ်မူဒီးတၢ်ဖိးတၢ်မၤ လၢအကွၢ်စိ တၢ်မၤလၢပုၤ
မူဒါလၢပုၤတဝၢအမုၢ်လၢပာ်ပနီဉ် အဒိဒိ
တၢ်မုၢ်ပုၤမၤလိတၢ်ဖိ, တၢ်မုၢ်မိၤပာ် သ့ဉ်တဖဉ်န့ၢ်လီၤ.



အပတီၢ် (၄)

တၢ်ပာ်သ့ဉ်ပာ်သးလၢ အသ့ဉ်လီၤအသးလၢ
ပုၤတဝၢကအိဉ်ဂၢ်အိဉ်ကျၢဒ်ညီန့ၢ်
အစိကမိၤအဖီခိဉ်

တၢ်အိဉ်မူဒီးတၢ်ဖိးတၢ်မၤလၢ အတိာ်ပာ်မၤထွဲတၢ်
သိဉ်တၢ်ဘျၢတဖဉ်လၢ ပုၤတဝၢတူၢ်လိာ်ဝဲတဖဉ်န့ၢ်လီၤ.
အိဉ်ဒီးတၢ်န့ၢ်ပၢ်လၢ တၢ်သိဉ်တၢ်သီ, တၢ်ဘျၢတဖဉ်န့ၢ်
တၢ်ဆိတလဲအီၤတသ့ဘဉ်.



သၢတပတီၢ် - တၢ်လဲၤတလၢကွံာ် တၢ်တူၢ်လိာ်ပုၤညီန့ၢ်တူၢ်လိာ်တၢ်အပတီၢ်

တၢ်ဆိကမိဉ်ပဲာ်ထံနီၤဖးဘဉ်ထွဲဒီး တၢ်ဒိဉ်သ့ဉ်ပာ်သးတဖဉ်န့ၢ် သန့ၤထီဉ်အသးလၢ နီၤကစၢ်အတၢ်ဒိဉ်သ့ဉ် ပာ်သး အနီၤထီဉ်အဖီခိဉ်လီၤ.

အပတီၢ် (၅)

တၢ်ပာ်သ့ဉ်ပာ်သးလၢ အသ့ဉ်လီၤ
အသးလၢ တၢ်ကဲဘျးကဲဖိုဉ်လၢ
ပုၤတဝၢအဂီၢ်

အိဉ်ဒီးတၢ်ဆိကမိဉ်လၢ သဲစး, တၢ်သိဉ်တၢ်သီ,
တၢ်ဘျၢ, တဖဉ်န့ၢ် မ့ၢ်တၢ်ကဲဘျးကဲဖိုဉ်လၢပုၤ
အါဂၢၤအဂီၢ် အယိ ပကဘဉ်ပိာ်ထွဲန့ၢ်လီၤ. အိဉ်စ့ၢ်ကီး
ဒီးတၢ်နီၤပၢ်လၢ တၢ်သိဉ်တၢ်သီလၢ အတတီတလီၤတ
ဖဉ်န့ၢ် ကဉ်ဘဉ်တၢ်ထီဒါအီၤ, တၢ်ဆိတလဲကွံာ်အီၤန့ၢ်လီၤ.



အပတီၢ် (၆)

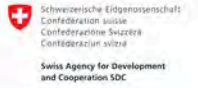
တၢ်ဒိဉ်သ့ဉ်ပာ်သးအတၢ်သိဉ်တၢ်
သီတဖဉ်လၢ အဘဉ်ထွဲဒီးဟီဉ်ခိဉ်ဒိဘဉ်

တၢ်ဆိကမိဉ်ပဲာ်ထံနီၤဖးဘဉ်ထွဲဒီး တၢ်ဒိဉ်သ့ဉ်ပာ်သး
တဖဉ်န့ၢ် အိဉ်သ့ဉ်လီၤအသးလၢ တၢ်နီၤပၢ်
တၢ်ဒိဉ်သ့ဉ်ပာ်သးအတၢ်သိဉ်တၢ်သီဘဉ်ထွဲဒီးဟီဉ်ခိဉ်ဖိ
ခဲလၢဒ် ဒ်အမုၢ် ဖဲဒဉ်တၢ်လၢပဆၢလၢ ပုၤဂၤကမၤပုၤ
တဖဉ်န့ၢ် ပကဘဉ်မၤအီၤဒ်န့ၢ်အသး န့ၢ်လီၤ.





Ministry for Foreign Affairs
Switzerland



ကိုယ့်ကျင့်တရားဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု

ပထမအဆင့် - သမရိုးကျ အများလက်ခံရေမတိုင်ခင်အဆင့်

ကိုယ့်ကျင့်တရားနဲ့ဆိုင်ရေ စိုင်းစားသုံးသပ်မှုတိစွာ ကိုယ့်စွာကို စိုးရိမ်မှုတိနဲ့ သက်ဆိုင်ပါရေ။

အဆင့် (၁)

နာခံမှုနဲ့ ပြစ်ဒဏ်ကို
အခြံခံရေသဘောထား

ပြစ်ဒဏ်ပီးခံရမှုကို ရှောင်နိုင်ဖို့အတွက်
စည်းကမ်း၊ စည်းမျဉ်းတိကို လိုက်နာရပါဖို့။



အဆင့် (၂)

ကိုယ့်အကျိုးကို
အခြံခံရေသဘောထား

အမှားအမှန်ကို စိုင်းစားဆုံးဖြတ်ရေအခါမှာ
ငါ့အတွက် ဇာအကျိုးဟိဖို့လဲဆိုရေ ရလဒ်ကို
အခြံခံပနာစိုင်းစားစွာဖြိုက်တေ။



ဒုတိယအဆင့် - သမရိုးကျ အများလက်ခံရေ အဆင့်

ကိုယ့်ကျင့်တရားနဲ့ဆိုင်ရေ စိုင်းစားသုံးသပ်မှုတိစွာ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းက မျှော်လင့်ချက်တိနဲ့ ကိုယ့်အပြုအမူတိကို နှိုင်းယှဉ်ပနာ
စိုင်းစားစွာဖြိုက်တေ။

အဆင့် (၃)

အခြားလူတိနဲ့ သဟဇာတဖြိုက်မှု၊
လိုက်လျောညီထွေဖြစ်မှုကို
အခြံခံရေသဘောထား

ကျောင်းသူ၊ ကျောင်းသား၊ မိဘ၊ စရေ လူမှု
အသိုင်းအဝိုင်းက မျှော်လင့်ထားရေ အခန်းဂဏ္ဍတိကို
ဖြည့်ဆီးဖို့ ဦးတည်ပနာ ပြုမူစွာဖြိုက်တေ။



အဆင့် (၄)

လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း ပုံမှန်တည်ဟိနိုင်မှု
အခွင့်အာဏာကို အခြံခံရေ
သဘောထား

လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းစက လက်ခံထားရေ ဥပဒေတိကို
လိုက်နာဖို့ ရည်ရွယ်ပနာ ပြုမူစွာဖြိုက်တေ။ စည်းမျဉ်း၊
စည်းကမ်းတိစွာ ပြောင်းလဲလို့ မရလို့ ယူဆစွာဖြိုက်တေ။



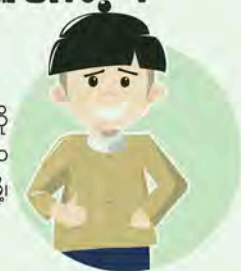
တတိယအဆင့် - သမရိုးကျ အများလက်ခံရေ အဆင့်လွန်အဆင့်

ကိုယ့်ကျင့်တရားနဲ့ဆိုင်ရေ စိုင်းစားသုံးသပ်မှုတိစွာ ကိုယ့် ကိုယ်ပိုင်ကျင့်ဝတ် သဘောတရားတိနဲ့ အခြံခံထားစွာဖြိုက်တေ။

အဆင့် (၅)

လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းအတွက် အကျိုးပြုဖို့စွာကို
အခြံခံရေ သဘောထား

ဥပဒေ၊ စည်းမျဉ်း၊ စည်းကမ်းတိကို လူအများစုကို
အကျိုးပြုနိုင်ရေအတွက် လိုက်နာရဖို့လို့ စိုင်းစားစွာ
ဖြိုက်တေ။ မတရားရေ ဥပဒေတိကို တွန်းလှန်ရဖို့၊
ပြောင်းလဲရဖို့လို့ ယူဆစွာဖြိုက်တေ။

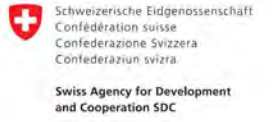


အဆင့် (၆)

တလောကလုံးနဲ့ သက်ဆိုင်ရေ
ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာ သဘောတရားတိ။

ကိုယ့်ကျင့်တရားနဲ့ဆိုင်ရေ စိုင်းစားသုံးသပ်မှုတိစွာ
“ကိုယ့်စွာကို အခြားလူတိကို ပြုမူစီချင်ရေအတိုင်း
အခြားလူတိကိုလေ့ ပြုမူရဖို့” စရေ တလောကလုံးနဲ့
ဆိုင်ရေ ကျင့်ဝတ်နဲ့ဆိုင်ရေ သဘောတရားတိကို အ
ခြံခံထားစွာဖြိုက်တေ။





နမ်းကျင်တရားဆင်းရဲရာ ပျော်ရွှင်ရေး

ပထမအရန်း - ခါးလားကတို့ သမဂ္ဂကျ အများကစူးဒါးအရန်း

သယူစွမ်းချာနမ်းကျင်တရားဆင်းရဲရာဖုံးနိမ့် အဆင်းလွှေတွမ်း နီနမ်းသယူစွမ်းနိမ့်နိမ့်

အရန်း(၁)

အခင်းခံလွှေ အံ့နားတွမ်း ပစ်တံးသယူစွမ်း

ဖေးကသူတောင်းဖွင့်နွှောင်း ခံးဗားဝင်၊
ဖေးပစ်တံးနိမ့် လွှေကံးနားလွှေဉ်ဗား
စီးကန့်ဖုံးသူ။



အရန်း(၂)

အခင်းခံ နီနမ်းအကျိုးသယူစွမ်း

ယူဆွံ့ဖျတ်အမားအမဲဉ်းခိန်း အခင်းခံလွှေ
နီအတားအကျိုးတမဲ့အဝံးသူ။



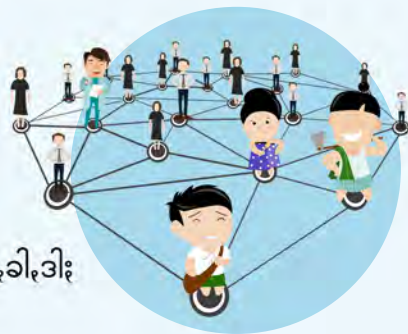
ဒုတိယအရန်း - သမဂ္ဂကျ လိုအများကစူးဒါးအရန်း

နမ်းကျင်တရားဆင်းရဲရာ စဉ်းစားသွံ့သပ်မုယို တဲကံးထွားစဉ်းစားနွှေးတွမ်း လိုအများအသင်အရင် ကော့မဆင်ချက်တွမ်း နီနမ်းအလွှေအဝံး
ဖုံးသူ။

အရန်း(၃)

အခင်းခံဖေးကမဲဉ်းတွမ်းလို
အလောင်းအလင်သယူစွမ်း

ရခေးမိုးမားလွှေ လိုအများအသင်အရင်
(ကျောင်းသားမူးခို၊ မွီးဖါ)သီး ကကော့မဆင်ခါဒါး
အခန်းကဏ္ဍ အတားသူ။



အရန်း(၄)

အခင်းခံလွှေ လိုအများအသင်အရင်
အခွင်အားဏားအဝံးစွမ်းမဲဉ်း
နွှောင်းဒါး သယူစွမ်း

ရခေးမိုးမားလွှေ ဖေးကလွှေကံးနား လိုအများအသင်
အရင်ကလက်ခံခါဒါး ဥပဒေဖုံး၊ ပြောင်းလဲလှိုင်
စီးကန့် လတံး မဲဉ်းဒေါ့ရှ်နိမ့်နိမ့်သူ။



တတိယအရန်း - ပွန်းလွှေကယံး သမဂ္ဂကျ အများကစူးဒါးအရန်း

နမ်းကျင်တရားဆင်းရဲရာ စဉ်းစားသွံ့သပ်မုယိုအခင်းချာ နီနမ်းပဲဉ်းကျင်ဝှတ် သယူစွမ်းတရား အလောင်းသူ။

အရန်း(၅)

အခင်းခံလွှေ လိုအများအသင်အရင်အ
တား အကျိုးကထွာအိဒါးသယူစွမ်း

ဥပဒေ၊ စီးကန့်ဖုံးနိမ့် လိုကဉ်းအာအာအတား
အကျိုးအဝံးနိမ့် လွှေကံးနားလွှေဉ်ဗား
ယူနိမ့်နိမ့်သူ။ နွှေးအခင်းဗား တတရားတံးဥပဒေ
ခေးဖုံး၊ ပြောင်းလဲလှိုင်ထိုဗား တတရားတံးဥပဒေဖုံး
စတင် ထင်းယူ နိမ့်နိမ့်သူ။



အရန်း(၆)

ဆင်းတွမ်းလကောတဖျိလွှမ်း
ကျင်ဝှတ်ဆင်းရဲရာသယူစွမ်းတရားဖုံး

စဉ်းစားသွံ့သပ်နမ်းကျင်တရားဆင်းရဲရာကရီးနိမ့်
နီကမဲဉ်းလဒါးအမျိုးဖေးကလေးနိမ့် နီကမဲဉ်း
လဒါးအမျိုး ယို နီနမ်းတွမ်းနီနမ်းလွှေ ထူးကျင်သွံ့ထူး
ဗား လိုအလောင်းအလင်ထူး စတင် အခင်းခံလွှေ
ဆင်းတွမ်း လကောတဖျိလွှမ်း ကျင်ဝှတ်ဆင်းရဲရာ
သယူစွမ်းတရားဖုံးသူ။

