

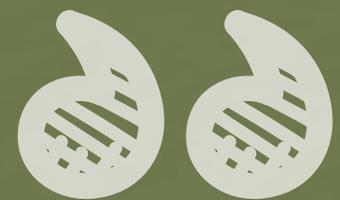
မသန်စွမ်းသူတို့အတွက်

တန်းတူညီမျှရဲ့





မသန်စွမ်းသူများနှင့်
 ပတ်သက်ပြီးတော့
 ကိုယ်တွေရဲ့
 အဆိုးမြင်ယူဆချက်များကြောင့်
 ပတ်ဝန်းကျင်မှာ
 သူတို့ရဲ့ အပြည့်အဝပါဝင်မှုကို
 အနှောင့်အယှက်ဖြစ်စေနိုင်ပြီး
 နောက်ပိုင်းမှာ သူတို့ကိုယ်သူတို့
 ပတ်ဝန်းကျင်ကနေ
 ရှောင်ခွါလာမှုတွေ
 ဖြစ်စေပါတယ်။





ဒါပေမယ့်လည်း အခုလိုမျိုး
မလိုအပ်တဲ့ အဆိုးမြင်မှုတွေကို
စိန်ခေါ်ပြီး မသန်စွမ်းသူတို့ရဲ့
အရည်အချင်းများ၊
လုပ်ဆောင်နိုင်မှုများနဲ့
ပက်သက်ပြီးတော့ ကောင်းမွန်တဲ့၊
အပြုသဘောဆောင်တဲ့ ယုံကြည်ချက်
များကို
ဆုပ်ကိုင်ထားခြင်းဖြင့်
ကိုယ်တွေ့ဘက်ကနေ
သူတို့အတွက်
အခွင့်အလမ်းများကို
တံခါးဖွင့်ပေးနိုင်မှာပဲဖြစ်ပါတယ်။



မသန်စွမ်းသူများရဲ့ စွမ်းဆောင်နိုင်မှုနဲ့ ပါဝင်နိုင်မှုကို
လက်ခံနေရာပေးကာ ကျွန်မတို့တွေအားလုံးကနေ
မသန်စွမ်းသူများရဲ့ လုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်းရှိမှုကို တန်ဖိုး
ထားတဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်ကို တည်ဆောက်ပေးကြရမှာပါ။
ဘယ်သူမဆို ဖြစ်နိုင်တယ်၊ လုပ်နိုင်တယ်ဆိုတဲ့
လူလူချင်း လေးစား၊ ယုံကြည်ချက်ရှိတဲ့ ယဉ်ကျေးမှုကို
အတူတူ ဖန်တီးကြရအောင်ပါ။



ဆိုအိုဆံင်းခါင်လိုချွက်ပါင်ဆာ.သယံအိုဟုင်.
ဆိုထဝ်ဟံင်စးဟုင်.





ဝေးဆာင့်သာဇေဆုအံ့ဆံင်းလှ်ချုဂ်ပါင်ဝေးဆာ.သယ်ဏှ်
လှ်ပုသယ်ဝေ့

ဆုဉးဆုတုင်.ဆိုင်လှ်ဟေ့ဝ်ဝေးသယ်အံ့ကျိုင်ဏှ်

လှ်ဟိုင်းဃုင့်ဏာင်မ္မိဟ်အံ့ကာ

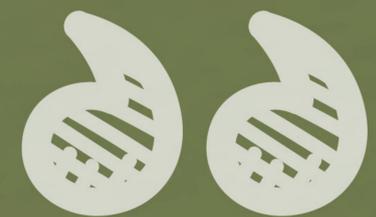
အံ့သီးမုပါခိုင်သာချုဂ်ချုဂ်ပါင်ပါင်အံ့ဟိုင်.

မုပါပုဂ်ထိက်ထကဲဝေ့ဟိုင် လှ်ခါင့်ခိုတ်

အံ့သီးဏာင့်ဆာ.ဏှ်

မုယာင်ယုးဟုာဃေ့ဝ်သာဇေ

မ္မိဟ်အံ့ဗူ.အံ့ခိုင်းကာသယ်အိုင်လှ်။





လာ.ဏာငှ်စိုဝ်သီး လိုဝးလောဝ်ဝး
 ဆိုဉ်းစိုဝ်လိုဟေဝ်ဝးသယံလိုဖးဏှ်အိုဝ်
 အင်းထာခွိုက်ဟှ်
 ဆိုအှ်ဆံင်းလိုချုက်ပါင်းဝးဆာ.သယံဝေ
 အိုစံင်အိုမံင်သယံ၊
 ဝးဆာငှ်ဉေအိုသီးဖံင်းဖက်ကဲဆိုမာသယံဝေ
 ဆိုကဲထင်းသာလိုအိုဟေဝ်လိုဖာ
 ဆိုဏာယံအင်းသယံဏှ်အိုဝ် ဖံင်းခိုင့်ထးဟှ်
 လိုပိုသယံလိုခဝ်ဏှ်သီး
 အိုသီးဆိုဝးဏော်.သာအိုသယံအိုဟှ်.
 မိုဝးပုဂ်ထင်းဖေပါင်တြင့်ဏှ် ထံင်အိုဏော်.လို။





ဆိုအံ့ဆံင်းလိုချွက်ပါင်ဝးဆာသယ်ဝေ ဖံင်းဖ်ဆိုမာအံ့စံင်အံ့မံင်အံ့
 ညေနက်လင်ပါခိုင်ကဲသယ်ဏ်အိုင် အံ့ကျေပွယ်တဝ်ဖေဝေအံ့လင်ဟိုင် ပိုသယ်ဏ်
 လိုဆိုအံ့ဆံင်းလိုချွက်ပါင်ဆာသယ်သီးဝေ ဖံင်းဖ်ဆိုမာကဲအံ့စံင်အံ့မံင်အံ့သယ်ဏ်အိုင်
 အံ့လူအံ့ဃိုအံ့ကျေဖေကဲဝေ ကာင်ဃိုင်မိုဟ်အံ့ဖူအံ့ခိုင်ဏ် မိုဝးပိုင်ဖေဝေဃးလို။
 မွာပဝ်လဲဟေဝ်ပဝ်လဲဟေဝ် ဝေဏ်သိုင်မာသေဝေ ကိုင်ဟာဃေဏ်လို။
 ဖံင်းဖ်ဆိုကဲဟ်စ် မိုဟ်ကုဃယ်ကုဃယ်
 ဆိုယုဂ်ယာနီးဆိုဏယ်အင်းလောတ်သာသယ်အံ့ဆိုဃိုလောဏ်
 ပိုင်ကဲဝးလာကိုင်ဟာဃေဆတ်။

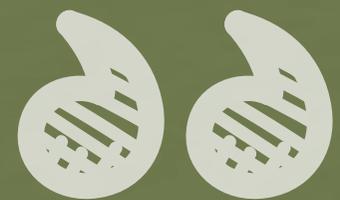


Gaw ningja ni a matu rap ra ai lam





**Gaw ningja ni hte seng nna
anhte a n kaja ai ningmu,
hkam la ai lam ni a majaw
makau grupyin hta shanhte
a hkum dingnum shang lawm ai
lam hpe dingbai dingna byin
shangun ai hpang
shanhte hkum nan wuhpung wuhpawng
kaw nna koi yen mat wa ai
lam ni byin shangun
nga ai.**





**Raitim, ya na zawn n
ahkyak ai n kaja ai
ningmu ni hpe adawt nna
gaw ningja ni a atsam
marai ni, galaw lu ai atsam ni
hte seng nna kaja ai,
shanhte a ntsa kam ai
myit ni hpe manat da ai hte
anhte ni a maga hku nna
shanhte a matu ahkaw
ahkang ni hpe chyinghka
hpaw ya lu nga ai.**



Gaw ningja ni a galaw lu ai atsam ni hte shang lawm lu ai lam ni hpe hkap la shara jaw nna, anhte ni yawng kaw nna, gaw ningja ni a galaw lu ai atsam nga ai ni hpe manu shadan let makau grupyin hpe gaw de ya ra nga ai. Kadai raitim mai byin ai, galaw lu ai atsam nga ai masha shada da hkungga, kam hpa grin ai htung lai len ni hpe rau jawm gaw de sa wa ga.



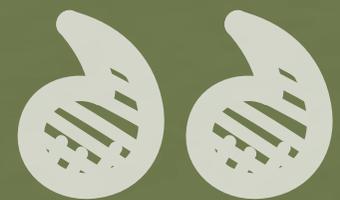
မသန်စွမ်းသူတို့အတွက်

တန်းတူညီမျှရဲ့





မသန်စွမ်းသူတို့နှင့်
 ပတ်သက်ပြီးကေ
 အကျွန်ရို့၏
 အဆိုးမြင်ယူဆချက်တိကြောင့်
 ပတ်ဝန်းကျင်မှာ
 သူရို့၏ အပြည့်အဝပါဝင်မှုကို
 အနှောင့်အယှက်ဖြိုက်စီနိုင်ပြီးကေ
 နောက်ပိုင်းမှာ
 သူရို့ကိုယ်သူရို့
 ပတ်ဝန်းကျင်ကနီ
 ရှောင်ခွါလာမှု
 တိဖြိုက်စီပါရေ။



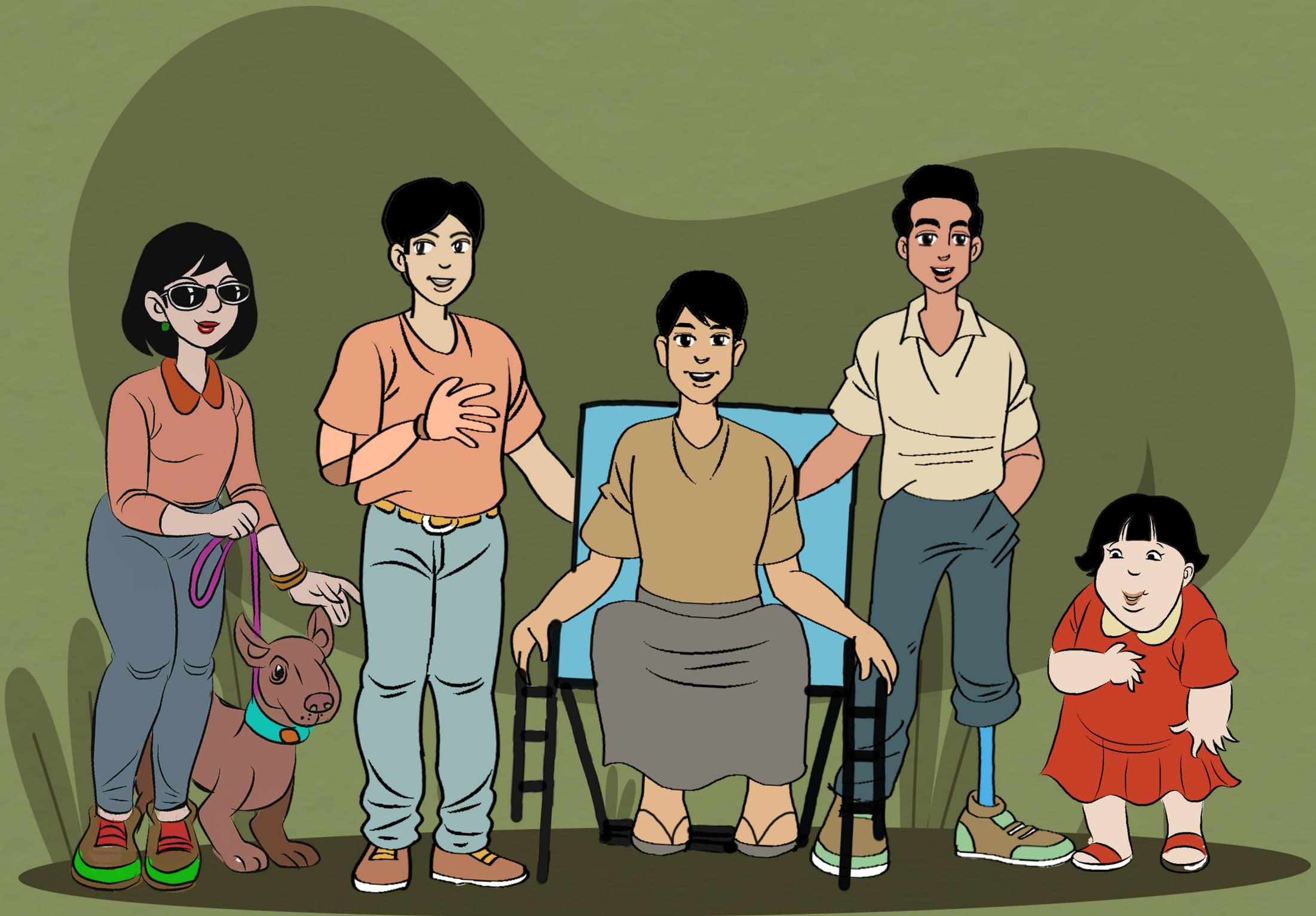
ယကောလေသင့် အဂ္ဂပိုင်မျိုး
မလိုအပ်တေ အဆိုးမြင်မှုတို့ကို
စိန်ခေါ်ပနာ မသန်စွမ်းသူတို့၏
အရည်အချင်းတံ၊
လုပ်ဆောင်နိုင်မှုတို့နှင့်
ပတ်သက်ပြီးကေ ကောင်းမွန်ရေ၊
အပြုသဘောဆောင်ရေ
ယုံကြည်ချက်တို့ကို
ဆုပ်ကိုင်ထားပနာ
အကျွန်ရို့ဘက်ကနီ
သူရို့အတွက်
အခွင့်အလမ်းတို့ကို
တံခါးဖွင့်ပီးနိုင်ဖို့ပဲ
ဖြိုက်ပါရေ။



မသန်စွမ်းသူတို့၏ စွမ်းဆောင်နိုင်မှုနှင့် ပါဝင်နိုင်မှုကို
လက်ခံနိုင်ရုံပေးပေးရာ အကျွန်ုပ်တို့အားလုံးက နိမိတ်မသန်စွမ်း
သူတို့၏ လုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်းရှိမှုကို တန်ဖိုးထားရေး
ပတ်ဝန်းကျင်ကို တည်ဆောက်ပေးကတ်ရပါဖို့။
အသုမဆို ဖြိုက်နိုင်ရေး၊ လုပ်နိုင်ရေး ဆိုရေး လူလူချင်း
လေးစား၊ ယုံကြည်ချက်ရှိရေး ယဉ်ကျေးမှုကို တတူ
ဖန်တီးကတ်ပါဖို့။



တၢ်တုၤသးလိၣ်သးလၢပုၤနီၢ်ခိက့ၢ်ဂီၤ/
သးတၢ်သ့ၣ်ညါ တလၢပုၤတဖၣ်အဂီၢ်





မှီလၢပတၢ်ထံၣ်အၢထံၣ်သီ
 ပှၤနီၢ်ခိက့ၢ်ဂီၤ/သးတၢ်သ့ၣ်ညါ
 တလၢပှဲၤတဖၣ်အဃိ ကဲထီၣ်တၢ်တံၣ်တံၣ်လၢ
 အဝဲသ့ၣ်ကမၤသကိးတၢ်လၢလၢပှဲၤပှဲၤလၢ
 ဘၢၣ်ကဝီၤအပူၤ
 ဒီးလၢခံအဝဲသ့ၣ်ကဟးဆွဲးအသးလၢ
 ဘၢၣ်ကဝီၤ အပူၤန့ၣ်လီၤ.





ဘန်ဆန် ဒီဗျို ပတၤတၢ်
ဒီးတၢ်ထံၣ်အၢထံၣ်သီဒ်အံၤအသိးတဖၣ်ဒီး
ဟံးဃၢ်တၢ်ထံၣ်,
တၢ်နၢ်လၢအဂ့ၤဘၣ်ထွဲ ဒီး
ပှၤနီၢ်ခိက့ၢ်ဂီၤ/သးတၢ်သ့ၣ်ညါ တလၢပှဲၤတဖၣ်
အတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်ဒီးတၢ်ဖိးသ့မၤသ့
တဖၣ်အဃိ
ပအိးထီၣ်န့ၢ်
တၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်ပဲတြီလၢ
အဝဲသ့ၣ်အဂီၢ်သ့ဝဲဒၣ်လီၤ.



ပကတိုလိပ်ဟွန်တိလီလ၊ ပုနီခိကွါဂီ/သးတိသွန်ညါ
တလ၊ပဲ၊တဖန်အတိသွတ်ဘန်ဒီး တိမ၊သကိး အဂီ
ဒီးပဝဲခဲလ၊ပ်ပကဘန်သွန်ထိန်

ပုတဝ၊လ၊အပပ်လုံ၊ပပ်ပု၊ ပုနီခိကွါဂီ/သးတိသွန်ညါ
တလ၊ပဲ၊ တဖန် အတိသွမ၊သကိးတိနုန်လီ၊ ပကဒုးအိန်
ထိန်သကိး ပလုံ၊ပလိလ၊ အပပ်ကဲဒီးနုန်နု၊ပုကညိ ကဒဲ
ကဒဲ လ၊မတ၊ဂု၊မတ၊ဂု၊မ၊ဝဲသွ၊
ဒုးကဲထိန်ဝဲသွလီ၊အဂီနုန်တကွါ.



လွင်း၊ နေ့၊ ပိုင်း၊ ပုဆိုး၊ တ၊
ဂူဆိုး၊ ကဆကမ်၊ တိမ်ထူဆိုး





သိပ်,ဂမ်းလူလှ်းဂူခင်းကမ်,တိမ်ထူခင်း;

(ဂူခင်းကမ်ကမ်,မိုခင်းပိုခင်း;) ခင်.

ဝှပ်;ပိုဝှ်းတၢင်းရှခင် ရှပ်.တုင်း ကပ်ခိုဝှ်ခပ်

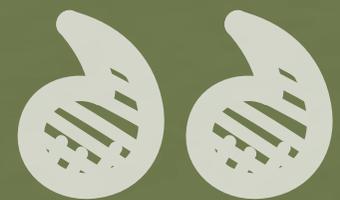
ရှပ်:ငမ်တီးပိုင်းလေး;

လွင်းခပ်တု,တေခပ်;လွမ်းခင်းဂေးပိုခင်ခင်.

တေယာပ်,ငမ်တီးမုးသေယပ်.ဂေး;

ပေးရှိုင်မုးခပ်တေဝေး;ပီးကွပ်,ဂူ,တီးခင်းမူ,လူမ်းဂူခင်းခင်

ခင်ခင်.ဂေး။





ရှုရင်းတူးဝေး ပေးဝေးရှမ်းမီးခေမိ.လံလီသေ
ရှပ်.တုင်းကပ်လွမ်းခေင်,ကခင်ခပ်ပီခေင်ဝီ.သေယပ်.၊

ရှုပခေင်

သီခေင်တၢင်းပူခေင်;တၢ,ခပ်တေရှိုတ်းလွမ်းပူခေင်;လံ;ခေခေင်.ခေင်လှိုင်

မူခေင်ခေင်,ဝှိုင်းငှုရပ်,ပခေင်ငှုတ်းတူ

ပူခေင်;တၢ,ခပ်

ခေင်ကေး။





ရှပ်.ခါမ်,ကပ်လွင်,ခမ်.ဂတ်.ခံခင်,ဂူခင်းကခင်ကမ်,
မိုခင်ပိုခင်းခခင်.သေယပ်. လူဝ်,ဝီ.ဂုးခခင်ခိုဝ်ခပ်
တၢင်းသိင်းကျေး။

ငံသေကမ်,ဝုး ပီခင်လီးယူ,၊ နှိုတ်းလီယူ,
ခင်သေယပ်.ခမ်.ယမ်ကျေးဂခင်၊ မီးလွင်းယူမ်,ယမ်
ခိုဝ်ဂခင်လိုဝ်းခခင်.

ကွခင်ဂခင်နှိုတ်းကျေးဂေ,သၢင်းဂုးသေဂမ်းခး။

