Muang piūmei tëpūà dui?



Muangpiūmei këgìmō

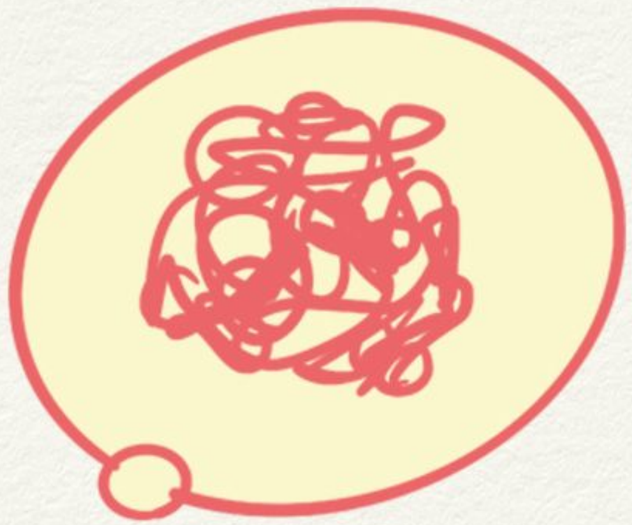
piūmei tëpù agìbù



Muang piūmei të

pùà cëucyi piūmei pëga'

optha' muīga'thapùli àtai.



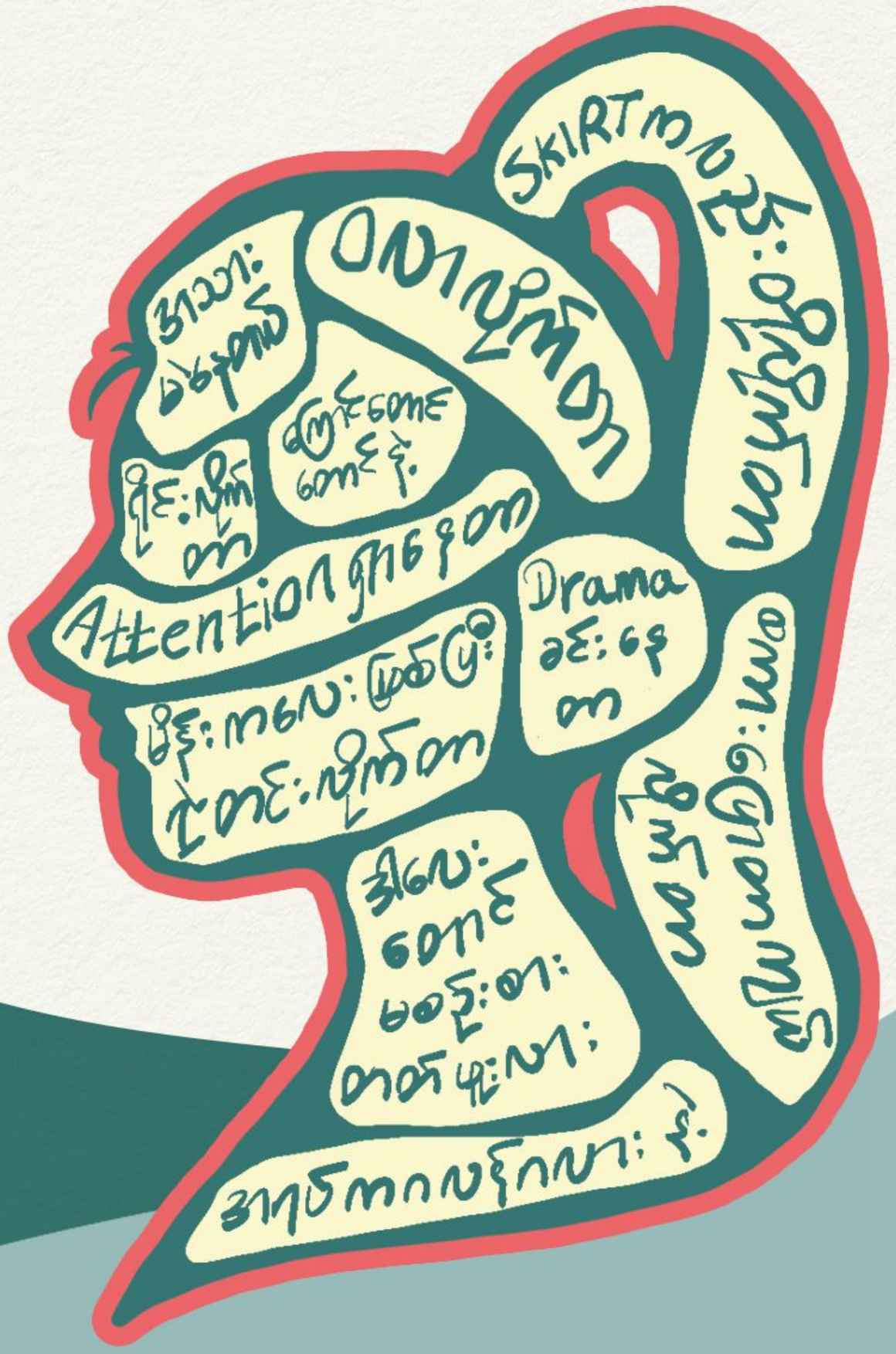


Muanglimpù dei hàpù

ëyiò ëethiò dei dui pëga’

cë lëu’mei lëu’diang?





“Këmei bv̄cā cv̀meianbù”. “It is ok to not be ok”

1. Post 1 (a)- Muang piūmei tëpùà dui?

Mi′ zak ëupù ënaì ëzamei ga′ ëpìdei xuī cei baīpū haī dei ëmei të thei ī nyioī yaukpù dei nyionù. Nënggu′ theidëmpùà xuīpū baīpū tëga′ à yamqian, heīsëū, nuaksëù, xuīkeì xuīlei monggu′pù dei theinù.

Muang piūmei të nyiopùà mi′ zak ëubù xiàndui′ muangdui′ haī ëu nëuan. Sam naì cei za pù, thei cei nyiopù haīcā muang piūmei lò nëng. Ënaì ëza cei theipù nyiopù tëga′à zakli dei uīyuīpū cei leipù leipùdei nyio nùbù. Nëngpv̄ga′ naì cei za ga′ thei cei nyiopù ëmeī ëthā të thei cei dui′ cān ëu mūmū a′ giānli′ lv̄lëu′ ga′ tan cei lei mō mūdei xuī cei baīpū ëbàpù haī ëu cà ëmei cv̀vom hàbù.

Ëup dei cv̀thei tëmo Muang piūmei à mi′ zak ëubù muangdui′ muangquàng zak deilò nyiopù këtaiga′ ëpì dei xuīpū baīpū haī dei ëu′ cei ngom, naì cei za, dui′cān, leūcān, thei cei nyiopù haīcā vom ga′pù zak taian.

2. Post 1 (b) “Muangnōga′ cëucyibu” tëgì leīgu′ cëucyi dei lò këtaiga′ Muangdei cà à càng ni.

Piūmei të nyiopù monggu′ cëucyi piūmei qui′gu′ muang piūmei cà hàan. “Muangnōga′ cëucyibu” të nyio di′ga′ cëucyi piū āngdi′lō meiluī bv̄cā muang piū këmei mō cëucyi dei cà yui hëu′qu nùbù.

Ngōtëmō: Muangbòyui lòdo gìpùà qòsëu, theìsëu, zaìàngvong, guangmuangqëp, anyi′ nyiu′ këmuì, muangbō xiànbō të cëucyi dei yui hëu′an nùbù.

Muang piūmei tëpùà mi′li, muangliam, vuī, mai′pù mai′nyiù, qanthuì qanxang, mi′thi′ mi′mei të àbeīngaī. Mìcyi′sëù gìgìpù muang piūmei dei qo′lëu′ ga′ gìan.

Muang piūmei à ëmei ëthā të dui′cān thei cān ëu′ ī ngom ī ëu yuakpù li haī

- Muangdui′ (thought)
- Dui′cānlëu′ (feeling)
- Ëxī ëli (behaviour) haītiām dei hëu′ ga′ gìan.

Ëli zak cv̀theiyuī tëmō

- Sam vuīvong gùpù co′ui huìui haī dìn yuak ëu,
- Mì asëù zak të vong cei laì (grown) ëu cei

- Mūmū a′ yuakpù a′tong mi′cyi′sëù dei hā cei lō ëupùà Muang piūmei a′ hāyuī nūbū.

Gënyiù qui′pù piūmeilimpù beìa′ “Muang piū këmeimō piū meian të thei ga′ àtha′” të ngōli zak zat luāngan. Nëngleīgu′ mi′zak piūmei të yui nyiomō muang piūmei cei cëucyi piūmei (2) giam hàan go.

3. Post 1 (c)- Muang piūmei të pùà cëucyi piūmei pēga′ optha′ muīga′thapùli àtai.

Muang lòdo co′uiluī bēcā, mūmū muangdi′pang lëu′iat dëmluī bēcā mui′qagu′ à lamtaī annù àtai nyi? Duileīgu′ lamtaīyuak tëmō samà mūmū co′uipù këtheitaīga′ naìyuakan ni leīgu′nëng. Co′uipù zëu ëupang kënguihiānga′ mūmuangdi′ co′ui lëu′ga′ naìsuatsū ni leīgu′kà. Samà mui′a′ āngdi′lò muangkiu′ga′ gìbēcā, ngòà mui′a′ lëu′dëmëupù mi′ àtai të dui′lëu′ga′lò naìan yuī. Āngdi′lò muangliam lëu′ga′ gì bēcā, muangbòlëuga′lò cè̄gì yuībū. Nëngkëtaimō mū tonggu′ heīsëū haī zu′zu′ të gìpangà mūsālō gìpùpēga′ dui′annù.

Nāmō nëngli co′ui duileīgu′ ōanniluī? Ōanpù ëlim lòdo gìpù monggu′ zakà muang piūmei dei hàpù ëyiòyuipù (stigma) leīgu′nëng. Ëyioyuipùà dàpùa′ këmeipù, lëu′cyuipùlim theithi′ nyiothi′kiu′luīpū muangdui′ nëng. Sam kāmgu′ muang piūmei këvāgìpù haī dei zai′an noman të dui′lëu′ luīanni leīgu′ nëng. Ëcëutëmō nëngà àtha. Nëng yiòyui thiòyui (stigma) leīgu′ muang piūmei këgìpùà ëyamqian cei ëheīsëū haīdei muang piū këmei leīgu′ thei cei nyio ëu këzām, këdëmga′ gìannùbù. Nëng muang co′ui mei ëu àsām yuitōng.

Muang piūmei të pùà cëucyi piūmei pēga′ optha′ muīga′thapùli àtai. mui′ à ëcëu cëu mū yiu′a′ opluīpū pëga′ à këtai bēcā atai bù. Nëngleīgu′ mūmū co′uipù dëu′ngui ëu theipùà cè̄meianbù të mūmū cà mui′ dei cà “këmei bēcā cëmeianbù” të nyiopù nguileu′ ëuthiàng xuīvong gìan.

4. Post 1 (d) – Muanglimpù dei hàpù ëyiò ëethiò dei dui pēga′ cè̄ lëu′mei lëu′diang?

“Ado aliū” tënyiopùgu′ ëlimlim gìan. Ngōtëmōā vuānglaì, Vuāngtho, ëza′, ëgok, qanthuì, qanxang, ëzè̄m, ëman, qiàngphàm, qiàngnai′ tëga′pù haī taian. Nënglià mi′zaka′ dui′ cei opù ngui cei zān luañngpū nëng dei hàan. Ngōtëmō - zànsëù nuak sëùlimà cëucyipōm zoga′pù nì cei ì ëngàdei xānlëu′ga′ àgìnù. Yàngòng, Mandële

nuaknyiùgu′à iòtuīnì, guangopnì, huakxiāntho, nìam xiān pūā xī cei li ëupang leu′ an. Mi′naì mi′za këàmni pùleīgu′ mi′ muangquàng, xuitan, ngōthei xuītan këàm ī ga′ ëulian nëng.

Nëngpē̱ga′ këàm ī bē̱cā gìgìpù dei àm ī pūā muangquàng (muang piūmei) nëng. Nëngleīgu′ mūmū ëu, yamqian ëu, heīsëu ëu, mi′beì mi′pān ëu muang piūmei lim yui nyiomò theitaī ëu qànu nasëu. Nënglai vuìnùpù hàsūga′ mi′ ëpomlò dei càngkiu′ cëukiu′ ëupù thiàng thaan nëng. Qadei naìluāng zaluāngpū leīgu′ muang piūmei limpù dei yiòyui thiòyui (stigma) gìbē̱cā dëùà muangvong lëu′ga′ theiquāngana′.

Nëng ëyiò ëthiò (stigma) dei uīyuīga′ thei cei nyio ëu gian ī ëupù ëlim haīcā gìankà. Muang piūmei këgìmō thei quāng nyio quāngpūā “meian”, muang piūmei cei lëu′meī ëu xàng cei nyiopùà “meian”, mūmū dei dui këōyui ga′ nëngba′e të nguilëu′ naìpùà “meian”, Muang piūmei ëu pùlim lëu′meī ëu lìmpùà “meian” tëpù haī maungmonggu′ thiūlëu′ga′ mūmū muangsëū heīsëū ëu nëngkëtaimō mūa′ theidëmpù ëu theitaī a′go.

Ngōpheī cèthei tëmō mi′naì mi′za vong cei laìpù këàm bē̱cā muang piūmei à ëzàmpang ëu gìan. Nëngleīgu′ muang piūmei limpù ëyio ëthiò (stigma) dei uīyuī gianī ëu nëng dei qo′pù zolëu′, nguihiān, theitaīga′ lëu′meīpū cei ëhā ëlō lìmpùà “xī” zaklò nëng të zò cei à theisū dëmca.