အခန်း (၄) – ပဋိပက္ခများ ဖြစ်ပွားသည့်နေရာနှင့် ဖြစ်ပွားရသည့် အကြောင်းအရင်း

၄.၁ ပဋိပက္ခ၏ မူလဇစ်မြစ်များ

အကြိုသင်ခန်းစာ

- atmuyg ar;ce;rsm;u aq;aE;um ausmi;om;rsm; \ t,ltqtajzrsm;u oiye;ay:wi cJa&;yg/

jzpfEdkifaom tajzrsm;

1/ - Zmwaumiw \ &nre;csuye;wirsm;lum; o[Zmw rjzpjci;/
- &nre;csuye;wiu a&muu&&etwu taumi;q; en;vr;&maz&mwi oabmwnr r&jci;/
- r,lunjci;Ei oabmrusjci;/
- Zmwaumirsm;lum; jzpcz;aom y#yuori;alumi; rsm;Ei xori;u rausmvm;Eijci;/
- txitjri vrm;aom ajymqquqr/
- tcitmPm rnrjci;/
- lyiqirEi t½;tEiw½aom pw"mw/
- jzpwnr rwnjci; or[w tjrioabmxm; rwnralumi uvlujci;/

လေ့ကျင့်ခန်း

- ausmi;om;rsm; tm; Zmwvr;u zw½apum ar;ce;rsm;u ajzqci;yg/

tajzrsm;

1/ rsurjriwpO;csi;pon qiwpaumiwi rwjcm;em; aom tpwtyi;rsm;pm &alumi;Ei tpwtyi;wpcp wi jcm;em;aom xawlcpm;rrsm;&alumi; A[ow &&on/

2/ - qiwpaumiv;wi &or|t&mtm;v;u em;vn oabmayguap&etwu wpO;csi;p \ tawltu(rsm;Ei A[owtorsm;u xn0iaygi;pyay; &on/
- rsurjrirsm;on qiwpaumiv;wi&aom t&m tm;v;u em;vnap&e twwu y|ayg;i;aqmi&u &e vtyon/
- wppwpO; tay: vspvsL½v|i or[w av;pm;r rxm;v|i qiEi ywouaom A[owtcsUu q;½;om;rn jzpon/

3/ - y#yu rebv;wpcpon rsurjriwpO;puo jzply; y#yu \ rwnaom talumi; t&m wpcpu azmjyon/
- rebv;wpcu vspvsL½vurnqygu? ta&;yg aom owi;tcsut vursm;u oiq;½;om;Ei on/
- rebv;rsm;u twwu aygi;py to;csoion/ rebv;wpcon tjcm;rebv;wpcxu yr aumi;rejci; or[w yr azmjyEijci;rs; r&acs/
- rsurjrirsm;on em;vnoabmaygur tjyntO ရရှိရန်အတွက် ၎င်းတို့၏ ဗဟုသုတအသိများကို ပေါင်းစပ် ppn;ay;zvon/ y#yu rebv;rsm;wivn; xuoyi jzpon/ y#yuu jynppm em;vnEi &e y#yu rebv;rsm;u twwu aygi;py to;cs &rn jzpon/
- x talumi; t&m Ep&ypv;u y#yuwp&ytwi; &aeaom tjri tm;v;u em;vn&e ta&;}u;alumi; azmjyon/

မြန်မာ့ရေးရာ

- ausmi;om;rsm; tm; pmy'u zw½apum em;rvnon rsm;u &i;vi;yg/
- ausmi;om;rsm; tm; ar;ce;rsm;u ajzqci;yg/

jzpEiaf c&aom tajzrsm;

1/ jrermEiiynma&;pep jy/jyiajymi;va&; Eiiv;qi&m ue&u (National Network for Education Reform) on tr;om;ynma&;Oya'u qeusiueuuon/ tb, aluniqaom tqyg Oya'on tqijriynma&; , E&m;rsm; twu vwvyru tmrcray;Ei? yivi; jriomr r&on tjyi wuovausmi;rsm; \ tci ta&; rsm;u ueowcsyc , xm;on [, lunaomalumi jzpon/

2/ Eiiawmwnlirat;csr;a&;u zsuq;vaom Eiia&; titm;prsm;u qEjyausmi;om;rsm;u Bul;uito;csae on[tp;&u , qon/

3/ reon/ tp;&Ei NNER Epzupv;wi y#yu tay: rwnaom reb v;rsm;jzi lun½luon/

   - NNER u tcia&;rsm;Ei wuovrsm; \ u , yi tycsyciw talumi;u ajymon/ NNER u tp;& ၏ မူဝါဒသည် ၎င်းတို့၏ လွတ်လပ်ခွင့်နှင့် ဆုံးဖြတ်ချက် csEirw tay: ueowcsyc , xm;on [a0ze on/
   - tp;&on Eiia&;Bul;uijc , v , ruom ajymq aely; ausmi;om;rsm; tay: tq; tjrijzi ajymae သည်။ ၎င်းတို့သည် မိမိတို့၏ မူဝါဒအပေါ် ရှုမြင်သုံးသပ်မှု rjyb tp;& tay: Eiia&; wucurEi Eiiawm vlcla&; tay: lcr;ajcmur tjzpom ½jrion/
   - NNER u jzp&yay:wi tm½pu ly; tp;&u ကျောင်းသားများနှင့် ၎င်းတို့၏ လုပ်ရပ်များအပေါ်တွင် tm½puon/

ဆွေးနွေးချက်

- ay;xm;aom ar;ce;rsm;u ausmi;om;rsm; tm; tzJ vu jzpap? wpwe;v; taejzijzpap aq;aE;ci;yg/

jzpEiaf c&aom tajzrsm;

   - Zmwaumiwon tjri½axmi trs;rs;&luon tavsmu y#yuajz&i;a&; twuvn; rwujym; aom taw;tjri trs;rs; &aewwluon/ taw; tjri ypavav? Zmwaumi tm;v;twu tvy jzpaprn ajz&i;ru &maz&e yí jzpEiav jzpon/
   - wpcgwp& y#yursm;on ajymqquqr vrm; jci; or[w em;vnr vrm;jci;walumi ay:aygu vm&jci; jzpon/ rwujym;aom tjri½axmirs;p u o&xm;jci;on &i;vi;ru y&&aply; ajymq quqr vrm;jci;Ei em;vnr vrm;jci;wu wm;q;ay;Eion/

ပြန်လည်သုံးသပ်ချက်

- ay;xm;aom ar;ce;rsm;u ausmi;om;rsm; tm; pO;pm;ap ပြီး ၎င်းတို့ အိုင်ဒီယာများကို စာပိုဒ်အဖြစ် ချရေးခိုင်းပါ။

or[w

- tqyg ar;ce;rsm;u tzJ vu aq;aE;ci;yg/

၄.၂ လိုအပ်ချက်များက ပဋိပက္ခ၏ အကြောင်းအရင်းခံ ဖြစ်လာပုံ

အကြိုသင်ခန်းစာ

- ay;xm;aom ar;ce;rsm;u aq;aE;yg/ ausmi;om;w\ t , tq tajzrsm;u oiye;ay:wi csa&;yg/
- a tmuyg wu axmujy aq;aE;yg/

  - em;luyro;b ½y&iluncji;? ocsi;em;axmijci; won tjcm;olu taEmi t , u jzpapEi on/
  - tm;upm; trsm;pon ,Olyirobm0 &luon/ wpcgwp& t oi;rsm;u a&;cs , vuluon tcg vwi;upm;ci r&&awmov vwi; \ tye;ajz&e v tycsuonvn; jznqn;Eijci; r&awmacs/
  - aialu; tuetusrsm;aom tye;ajzrrsl; (Oyrm - aps;0 , xujci;rsl;? avmi;upm;jci;) on tjcm; v tycsursm;u jznqn;&e aialu;v tyvsu &aeaom tjcm;rom;p0irsm; twu jy ó em jzpvm apEion/
  - tcsaom xwueypn;rsm;on usi0wEi tn? r|r|ww xwvyxm;aom ypn;rsm; r[way/ tqyg ypn;rsm;u 0 , , jci;on uREyw \ tye;ajzaps;0 , jci; [aom v tycsuu jznqn; Eiaomvn; xypn;rsm;u xwvyolrsm;on ငင်းတို့ လိုအပ်ချက်အားလုံးကို ဖြည့်ဆည်းနိုင်မည်တော့ r[way/

လေ့ကျင့်ခန်း

- ausmi;om;rsm;tm; ay;xm;aom ½yyrsm;u jznqn; &rn vtycsu 9 cteu oiawmon wpccsi;pEi wpyjyci;yg/
- ½yywpycsi;pon ouqi&m vtycsuEi rno quE , aeyu ausmi;om;rsm;tm; &i;jyci;yg/

jzpEiaoc&ao tajzrsm;

jzpEiaoc&aom tajzrsm;

1/ */ rom;pon pm;p&m tvtavmu&on/

၂။ ဧ။ မိသားစုသည် ၎င်းတို့ ရပ်ရွာလူမှုအသိုင်းအဝိုင်းအတွင်း၌ အန္တရာယ်ကင်းသည်ဟု ခံစားရပြီး မိသားစုအတွင်း၌ လုံခြုံမှု &on [vn; cpm;&on/

၃။ ဃ။ မိသားစုမှ ကလေးများသည် ၎င်းတို့ ရပ်ရွာလူမှုအသိုင်းအဝိုင်း wi ae&may;c&on [cpm;&ly; &y&mvrtoi;t0i; uvn; wp0;Eiwp0; ciciriri luilu iemem &luon/

၄။ င။ မိသားစုဝင်ကလေးငယ်များသည် ၎င်းတို့ အသိပညာ A[owrsm;u &mazqn;y;luly; ausmi;wivn; ar;ce;rsm; ar;luon/

5/ c/ rcivyolon &y&mta&;uprsm;Ei ywouaom q;jzwcsucsrwr jzpp0wi yg0iaqmi&uae on/

6/ q/ rom;pon wp0;Eiwp0; tcseay;í tye;ajzlu ly; aysm&iz , &mrsm; upm;luon/

၇။ စ။ မိသားစုဝင်ကလေးများသည် ၎င်းတို့၏ တီထွင်ဖန်တီးမှုနှင့် tEynm zew;Eir pr;&nrsm;u jyoluon/

8/ ps/ rom;p0ior;i , on abmv;toi;0i abmv; tm;upm;orm;wp0;tjzp or\ trwo½yu azmjyon/

၉။ က။ မိသားစုသည် ၎င်းတို့၏ ရပ်ရွာလူမှုအသိုင်းအဝိုင်းအတွင်း ppyEi tlur;zurrsm;tm; oabmwvucjci; r&onu vwvypm jyoon/

လေ့ကျင့်ခန်း

- ay;xm;aom Zmwvr;rsm; tm; aus;mi;om;rsm;u zw½ ci;ly; ar;ce;rsm;u ajzqci;yg/

jzpEdiaC&aom taZrsm;

1/ tysuoabmaqmi

2/ tjy(oabmaqmi

3/ - oli , csi;rsm; twu tlur;zurlvn;ryg? tjy(oabmvn;aqmiaom *r;rsm;? upm;p&mrsm;u ppOay;jci;/
   - tm;upm; toi;rsm;wi yg0ijci;/
   - olEpou&m tvywpccu &mazly; vyuiaejci;/
   - tm;ay;ulnrlvn;&?Bulqrlvn;&aom olxulu; on oli , csi; rwaqrsm;Ei aexiaygi;oi;jci;/
   - oiEpouaom tvyrsm;u vyaqmion uvy rsm;Ei tzUtpn;rsm;wi 0ia&mully; pw0ipm;p&m rsm;u &mazvyaqmijci;/

4/ ac;rsm;

5/ avEia&

6/ - alumupw
   - ½yyi;qi&m emusirl (atm teAuemjci;)
   - ½yyi;qi&m ouawmiouom rjzpjci; (ajcaxmu aw we&aejci;)

လုပ်ငန်းများ – ခံစားချက်များ တူညီခြင်း

od|u|m;jcif;ql|&m rwpr;rsm;

þ vyie;\ &n&,cs urm |u|awl|&aom tajctaecsi; rwaomvn; ay:aygu vmaom cpm;r|rsm; wn|uyu to trwjy|wwap&e jzpon/

ကျောင်းသားများအနေဖြင့် ၎င်းတို့ အတွေ့အကြုံများကို ထုတ်ဖော်ပြောကြသည့်အခါ ၎င်းတို့၏ ခံစားချက်များနှင့် စိတ်ခံစားမှုများ **tay: tm½puap&e wuwe;tm;ay;yg/ a|umuaom cpm;r| wpcwn;u ajymqci;jci;r|; r[wyg/**

၎င်းတို့အနေဖြင့် အဆိုပါ ခံစားမှုကြောင့် မည်သည့် ခံစားမှုမျိုး **jzpay:onu &i;jyci;yg/ Oyrm - u|eawm a›ru jriv|i tou½ r&awmov jzpvmw, or[w u|eawm rsupvn vr;aysmuae|yqv|i Auxatm*vqe|y; atmcsi tecsiov jzpvmw,/**

1/ ကျောင်းသားများအား နှစ်ယောက်တစ်တွဲတွဲစေကာ ၎င်းတို့ **|u|awl|c&aom a|umup&m tcseumvwpc ta|umi;u tvnus aq;aE;ci;yg/**

- ၎င်းတို့၏ ကြောက်ရွံ့ပုံများကို နှိုင်းယှဉ်စေ၍ အဆိုပါ ကြောက် **pwa|umi rno cpm;|u|awl|&yu &i;jyci;yg/**

2/ **Epa,muwpw way;xm;aom ausmi;om;rsm;tm;v; Epa,mupv;twu ta|umi;t&i; rwaomvn; pwcpm;rjci; w|naom tajctaewpc ta|umi;u pO;pm;azmxw aq;aE;ajymqci;yg/**

- **u|eawmw Epa,mupv; aysm&iausseyr&w,/ o|uewi;rm rom;pe c&;om;&wmu u|eawmu aysm&iauseyw,/ u|eawm wzuuvn; o|nr u vuaqmiay;&wmu aysm&iauseyw,/**
- **u|erw Epa,mupv; p;&ryyer|uw,/ u|er taz um;rawmwqrjzpawm u|er p;&ryyec& ov o|rvn; rEpu &mrm a&|u;awm p;&raomu jzpc&w,/**
- **u|eawmw Epa,mupv; pwv|y&m;rw,/ u|eawmu oiwe;u vucvuwmu o&awm pwv|y&m;rw,/ o|uawm xi;rm tvyvyaew o|tpu trjyevmawmrmu o&v pwv|y&m;aew,/**

လုပ်ငန်းများ – လူသားလိုအပ်ချက်များ စစ်တမ်း

rwwp - þ vyie;Epc\ &n&,csurm wpO;csi; v| ပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် ၎င်းတို့ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း၏ လုံခြုံရေးဆိုင်ရာ **v tycsursm; rnuo jznqn;Eir&? r&u tcsu tvu rsm; paqmi;o½yc qe;ppjci;rwpqi azmxwjyoEi&e jzpon/**

- **ausmi;om;rsm;tm; þ vyie;u rpwir vyie;** ဖော်ပြချက်တစ်ခုလုံးကို ပြီးဆုံးအောင် ဖတ်ရှုခိုင်းပါ။ ၎င်းတို့ **em;rvnonrsm; &ygu &i;jyay;yg/**

1/ **ausmi;om;rsm;tm; ppwr;yg ar;ce;wpccsi;pu ouqi&m eygwrsm; jzní ajzq&rn jzpon/**

- **wpO;csi;&aom trwrsm;u Z,m;uuwi rwwr;wixm;ci;yg/**

2/ **ausmi;om;rsm;taejzi þ ppwr;u pmoice;jyiyr v| 9 0;xr aumu,|&rn jzpon/ tqyg v| 9 0;\ wjyeajz|um;r|rsm;u Z,m;uuwi rwwr;wi a&;om; xm;ci;yg/**

- **wpO;csi;ptwu &rwrsm;u wucsuyg/**

3/ **ausmi;om;rsm;tm; Epa,muwpwjzijzpap? tz|vu jzpap ar;ce;rsm;u ajzqci;yg/**

- ကျောင်းသားများအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ ရလဒ်များကို ရှင်းပြရမည် **jzpon/ xo jy|vy&mwi ...**
  - **&v'rsm;u tz|vu aq;aE;jci;**
  - **tqyg &v'rsm;u tp&icpm a&;om;jci;rsm;**

    or[w

  - **tqyg &v'rsm;u twe;o wijyaq;aE;jci;jzi vn;aumi; jy|vyEion/**

အာပိုဖြည့်စွက်ရန် လုပ်ငန်းစဉ် – လူသားလိုအပ်ချက်များ စစ်တမ်း

ausmi;om;rsm;on &y&m\ v tycsuppwr;rsm; quvu vyaqmi&e pwOipm;r&ygu tjcm;aom v tycsursm;ta|umi; tav;ay;ar;xm;on ppwr; pm&uazmiu pm tyEi wpwwn;yg&aom DVD tacx wi &Eiygon/

လုပ်ငန်းများ – လိုအပ်ချက်များဆိုင်ရာ ရက်သတ္တပတ်

oif[Ium;jci;qdI&m rSwfpkrsm;

þ vyie;\ &n&,csurm ausmi;om;rsm;taejzi
နိစ္စဓူဝ လုပ်ရှားဆောင်ရွက်မှုများတွင် ၎င်းတို့ လိုအပ်ချက်များကို
jznqn;&ernuo Bu;pm; tm;xwaeluyu o½yazm
Eiap&ejzpon/

oiluu;ol q&mrsm;taejzivn; rrwu ,yi b0rsm;xr
rrw vtycsursm; tm; rno rny jznqn;&eBu;pm;
luyu 0yrmrsm; ay;í ajymqjyEion/

- A'[;ae eeuci;wi uler on om;u ausmi;o vuyay;con/ xo vyaqmijci;jzi uler\ vlclr vtycsuEi cspjci;arwm vtycsuwu jznqn;con/ tb ,alumiqaom om;Ei tw ausmi;o om;ay;jci; tm;jzi om;u vlclrEi cspjci; arwmu &&cpm;Eia tmi vyaqmiay;Eiaomalumi jzpon/
- we*aEnaeci;wi rom;pnpmtwu uler ig;acgi; pyjylw csuay;con/ xo jylvyjci; tm;jzi uler\ tou&i &ywnrlqi&m vtycsuEi trwtom; o½yqi&m vtycsuu jznqn;con/ tb ,alumi qaom ulerwrom;pon pm;p&m vvavmuavmu pm;Eiclly; tqyg [i;u csu&mwi ulerwrom;pEi ulerw wi;&i;om;rsm;\ ½;&m [i;csuen;u o;í cujylw&aomalumi jzpon/

- ကျောင်းသားများအား ရက်သတ္တပတ်ကာလအတွင်း ၎င်းတို့ vyaqmicrlrsm;u jyevn p0;pm;ci;yg/
- လုပ်ဆောင်မှုတစ်ခုချင်းစီက ၎င်းတို့၏ မည်သည့် လိုအပ်ချက်များ u jznqn;cluv qonu p0;pm;ci;yg/
- ausmi;om;wp0;u (abmv;ypí vn;aumi;) or [w tjcm;en;wpccjzi tqiajyov a&;c ,ly; aewpae aewi vtycsu jznqn;&e rnon vyaqmirlwu jylvycon qonu ar;jre;yg/ 0yrm -
  - aomlumae

    ]aomlumae} u igoli , csi;qu om;vnjzpcw , / t'v om;awlwmu ig&U cspjci;arwmqi&m vtycsuu jznqn;Eicw , /
  - we*aEae

    we*aEaeu igoli , csi;&U pub;wm , mu jyiay; cw , / t'vvywmu ig&U xwazmjyorlqi&m vtycsuu jznqn;Eicw , /

- ajzlum;ly;aom ausmi;om;u (abmv;ypí) aemuxy ausmi;om;wp0;u a&;c ,ly; txuuaersm;Ei rwlaom aewpaeu &wjyvuyg/
- þen;jzi ajzlum;ly;aom ausmi;om;wi;u aemuxy ausmi;om;rsm;u quvu a&;c , om;ly; aemuq;wi ausmi;om; tm;v; ar;ly;? ajzly;ontx vyaqmiom; yg/

အပိုဖြည့်စွက်ရန် လုပ်ငန်းစဉ် – တစ်ပတ်အတွင်း လူတို့၏ လိုအပ်ချက်များ

vlw\ vtycsursm;qi&m rwLu;Ei&e vyie;pm&u wpcu aemuquw pmrsuEm (130) wi & ,Eion/

မြန်မာ့ရေးရာ

- ay;xm;aom pmy'tm; ausmi;om;rsm;u zw½ci;yg/
  ၎င်းတို့ နားမလည်သည်များ ရှိပါက ရှင်းပြပေးပါ။
- ay;xm;aom ar;ce;u ajzqci;yg/

jzpEiaf;&aom tajzrsm;

1/ t"uZmwaumif;rsm; / / 'aubatEi tp;&ppwy
t&Zmwaumif;rsm; / / xi;urPrsm;? xi;tp;&? u&i jyne,? &r;jyne,? u&iejyne, wr tjcm;aom vueuuitit m;prsm;? ovijrpur;wpavmu& a'ocjynolrsm;? ovijrp apmiluna&;tzl/

2/ a'oqdkif&m y#yuQrsm;\ vdktyfcsuf

- tou&i&ywnr (v\yppr;? pm;0waea&;Ei 0iaitwu ig;zr;vyie; vyuici)
- vlcr (y#yuab;&er ui;a0;jci;? touar;0r; alumi; vyie;rsm;&jci;? obm0ab;tE&m, r&b aumi;reom, maom yw0e;usiwi aexi&jci;)
- ပါဝင်ဆောင်ရွက်မှု (၎င်းတို့ဒေသတွင် ဆည်ဆောက်မည်၊ raqmurnu yg0iq;jzwci? lir;csr;a&;jzpp0 wi yg0iaqmi&uci)
- လွတ်လပ်စွာ ရပ်တည်ဆောင်ရွက်ခြင်း (၎င်းတို့ဒေသတွင် qnaqmurn? raqmurnu yg0iq;jzwci? lir;csr;a&; jzpp0wi we;wnr yg0iaqmi&u ci)

jrefrmpOwf\ vdktyfcsuf

- vlcr ('aubatu jrermppwy\ vlca&;u lcr;ajcmujci;? Eiiawm\ vlca&;u lcr;ajcmu jci;)/
- အသက်ရှင်ရပ်တည်မှု (စစ်မှုထမ်းခြင်းအားဖြင့် ၎င်းတို့၏ စားဝတ်နေရေးနှင့် ၎င်းတို့ မိသားစု၏ စားဝတ်နေရေး twu vpmaialu; &&on)/
- trwtom;o½y (ppom;wpa,mu tjzp? Eiiawm u umu, oltjzp)/
- vwvypm &ywnaqmi&ujci; (e,ajr^jrerm ပြည်ကို ထိန်းချုပ်ထားသည်ဟု ခံယူခြင်း၊ ၎င်းတို့ ထိန်းချုပ် နယ်မြေနှင့် ပတ်သက်သော ကိစ္စရပ်များကို ၎င်းတို့ အနေဖြင့် vwvypm q;jzwyici &on[c,jci;)/

'aubatt\ vdktyfcsuf

- tou&i&ywnr ('aubat tzJ0irsm;on y#yu jzpym;&m e,ajrrvmaomolrsm; jzpon/ ၎င်းတို့သည် အသက်မွေးမှုဘဝများ ကာကွယ်ရန်အတွက် wuy0iae&jci; jzpon)/
- လုံခြုံမှု (ဒီကေဘီအနေနှင့် ၎င်းတို့ကို ထောက်ခံသော ဒေသခံ vlx)/
- trwtom;o½y (u&ivrsKd;jzpjci;? 'aubat ppom;jzpjci;? rrw wi;&i;om;rsm; \ tcita&; Ei ,0au;r"avrsm;u umu, aeolrsm;jzpjci;)/
- ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်း (၎င်းတို့ ဒေသတွင်းနှင့် ဒေသဝန်းကျင် wi qnEi tjcm; rnon prue;rsm; vyaqmi rn qonu yg0iq;jzwyici&&e)
- vwvypm &ywnaqmi&ujci; (þa'o^u&i ပြည်နယ်သည် ၎င်းတို့ ထိန်းချုပ်မှုအောက်တွင် ရှိသည်ဟု ခံယူထားခြင်း၊ ၎င်းတို့ ထိန်းချုပ်ထားသော နယ်မြေနှင့် ပတ်သက်သည့် ကိစ္စရပ်အားလုံးကို ၎င်းတို့ဘာသာ vwvypm q;jzwyici &on[c,jci;)/

3/ 'aubatEi jrermppwyw wucuaelujci;rm o,Zmw upwpcwn;alumi r[way/ ouqi&m Zmwaumiw\ vtycsurm; rjyn0orl umvywv; wuyu quvu jzpym;ae0;rn jzpon/

- vtycsursm;on y#yuaemuu,r Zpjrprsm; ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့သည် ပဋိပက္ခ၏ မူလအကြောင်းအရင်းခံ Zpjrp jzpon twu o,Zmwxu yí ta&;BuD;on/
- vtycsursm;u vlwi;em;vnEily; tqyg vtycsursm; rjynon tcg rno cpm;&alumi;u vn; vlwi;em;vnluon/
- vtycsursm;talumi; ajymqaq;aE;jci;u သက်ဆိုင်ရာ ဇာတ်ကောင်အားလုံးအား ၎င်းတို့ပြဿနာများ u aq;aE;Eiaprn bwlnaom en;vr;wpcu vr;ziay;ly; Zmwaumitm;v;\ vtycsursm;u jznqn;ay;Eirn tajzu &mazEiapvrrn jzpon/

ဆွေးနွေးချက်

- ay;xm;aom ar;ce;rsm;u aumi;om;rsm; tm; tzJGvu jzpap? wpwe;v; taejzifjzpap aq;aE;ci;yg/

  jzpEÍaç&aom taejzrsm;
  - &ygon/ tb,aluniqaom vltcitaÓ;uoyi vlom;vtycsursm;uvn; ta&;ygri tpOtvu owrw&erjzpEiaomaluni jzpon/
  - &ygon/ tb,aluniqaom vlwpO;wpa,muu ၎င်းလိုအပ်ချက်များ ဖြည့်ဆည်းခြင်းမှ ပိတ်ပင်ကန့်သတ် c&lyqygu y#yu ay:aygu vmawmon/ rnon vtycu trsl;tpm;jynrjci;? rjynrjci;u ta&;rBu;acs/
  - r&yg/ tb,aluniqaom vtycsu [lon vly*Ív wpO;wpa,mucsi;ay:wiom rlwn on/ rnon vtycsuu jznqn;&e ta&;Bu; q; vtyaeov qonu wpO;csi;tvuom q;jzwwwluon/
  - tou&i&ywna&;qi&m vtycsuon tjcm; vtycsursm;xu yí ta&;ygon/ tb,aluni qaom vlwon tpm;tpm iwrwí aoq;ly qygu rnont&mur) avvmoi,Eijci;? xwazmjyoEijci;rsm; &awmrn r[way/
  - vlcÍr vtycsuon tjcm;vtycsursm;xu yí ta&;ygon/ tb,aluniqaom vlwon အကြမ်းဖက်ပဋိပက္ခအတွင်း သေဆုံးရသည်ဆိုပါက ၎င်းတို့ vlrtoi;t0i;twi; yg0iaqmi&ujci;rsm;? cspjci;arwm&mazjci;? tye;ajztem;,jci;rsm; vn; vyaqmiEiawmrn r[way/
  - tye;ajztem;,jci;Ei xwazmjyociqi&m vtycsuwon tou&i&ywnr or[w vlcÍrqi&m vtycsursm;avmu ta&;rygay/ taluni;rm vlwon tpma&pm iwrwjci;aluni aoq;&rn or[w towc&rnqvÍi wxi zew;r? 0goem? tem;,jci;Ei aysm&iz,&m tvyrsm;rm rsm;pm ta&;rygawmacs/

ပြန်လည်သုံးသပ်ချက်

- ay;xm;aom ar;ce;rsm;u aumi;om;rsm;tm; pO;pm;ap ပြီး ၎င်းတို့ အိုင်ဒီယာများကို စာပိုဒ်အဖြစ် ချရေးခိုင်းပါ။

  or[w

- tqyg ar;ce;rsm;u tzJGvu aq;aE;ci;yg/

၄.၃ ဝိသေသ သရုပ်လက္ခဏာများက ပဋိပက္ခ၏ အကြောင်းအရင်းခံ ဖြစ်လာခြင်း

အကြိုသင်ခန်းစာ

- ay;xm;aom ar;ce;rsm;u aq;aE;yg/ ausmi;om;rsm; \ t , l tq t ajzrsm;u oiye;ay:wi csa&;yg/

jzpEi ajc&aom tajzrsm;

1/ 0aoo o½yvuPm [lon . . .
   - Eiio m;jzpr? rrEiio m; t jzpaexi &m Eiiw vn; jzpEion/
   - wi;&i;om;vrsK;p or [w bmoma&; typrsK; vn; jzpEion/
   - x;c lerl (0yrm - ya&mzu&ie , abmv;orm;wp0; jzpr) or [w c lw , i;r (em;rlum;aomojzpr) uoaom vlwpa , mu \ ta&;ygaom tpwtyi; vn; jzpEion/
   - tEynmorm;wpa , mu tjzp &ywnrluoaom uEyw arlavsmon vlwpa , mu \ tpwtyi;/
   - ausmi;om;jzpr? v , orm;jzpr? vlra&;0exr; vyom;jzpr ponwuo vlwpa , muu tcseay; vyaqmiaom vyie;rsm;vn; jzpEion/
   - tr , mrjzpr? tvyvurjzpr ponwuo vlwpa , muwi r&aom t&mrsm;vn; jzpEion/
   - rcijzpr? n^tpujzpr? 0r;un tpu^armiEr^ n tprjzpr? or;jzpr ponwuo rom;pvn; jzpEion/

2/ 0aoo o½yvuPmu y#yuu jzpapEijci;rm . . .
   - tcsUaom 0aoo o½yvuPmyi&i typrsm;on wpzuEiwpzu vvm;vucr r&luaomaluni jzpon/
   - tcsUaom 0aoo o½yvuPmyi&i typrsm;on y#yu jzpcaom ori;alumi;rsm; &aeaomaluni jzpon/
   - tcsUaom 0aoo o½yvuPmyi&i typrsm;on tjcm;aom typrsm;u we;w&yiciEi tci ta&; rsm; r&&apvaomaluni jzpon/
   - tcsUvrsm;on rwujym;aom 0aoo o½yvuPm rsm;u t o t rwjyr? av;pm;rrsm; r&luaomaluni jzpon/
   - အချို့လူများသည် ၎င်းတို့၏ ဝိသေသ သရုပ်လက္ခဏာများ lcr;ajcmucae&ly or [w tE&m , usa&muaely [, lun , qaomaluni jzpon/

လေ့ကျင့်ခန်း

- ywi azmjyxm;aom trsK;or; \ trwtom;o½yrsm;u ausmi;om;rsm;tm; zw½ci;yg/ ay;xm;aom ar;ce;rsm; u ajzqci;yg/
- atmuygtcsuwu axmujy aq;aE;yg/
    - trwtom;o½yEi ywouaom ,lqcsursm;rm rm;,i;Eion/

      trsK;or;wpO;tm; 0wxm;aom 0wpu llunÍ ytytrsK;or; jzpon[ausmi;om;wpa,muu ajymonqv|i vlwpa,muon oEi rwaom tjcm;wi;&i;om; vlrsK;prsm;\ 0wpu 0w&e jzpEiygovm;[tqyg ausmi;om;tm; jyear;yg/
      ၎င်းအမျိုးသမီးသည် ကလေးချီထားသောကြောင့် အိမ်ထောင် onZe;wpa,mu jzpon[ausmi;om;wpa,mu u ajymonqygu vlwpa,muon traxmi rjy\b rciwpO; or[w zciwpO;jzp&e jzpEiyg ovm;[tqyg ausmi;om;tm; jyear;yg/
    - vlwpa,mu\ jzpwnrltrwtom;o½yEi ywouÍ ,lqcsursm;on wusreue&e rjzpEi ay/ vlwpa,mu\ trwtom;o½yon jri& onrsK;vn;&ov rjrionrsK;vn;&wwon/ xaUumi vlwpa,mu\ trwtom;o½yu tay:,lunvu½jzi tm;v;o&&e rjzpEiay/
    - 0aoo½yrsm;on ajymi;vwwaom oabm& on/ ulEywon 'ae 0aoo½yu awUxm;on qv|i aemuaewi tqyg 0aoo½y r[wawm onrsK; or[w tqyg 0aoo½yu t&iaeu avmu ta&;rygawmonrsK;vn;&wwon/

jzpEiaC&Sdaom taEÅ&m;

1/ - [i;o;[i;&ua&mi;ol (a&mi;rn uepr;rsm;u ywi jyxm;aomalumi)
   - traxmionZe;wpO; (olrwi uav;&onq v|i ausmi;om;rsm;u xo ,lqEion/)
   - rciwpO; (uav;tm; apmia&muaeonyu lunjci;tm;jzi)
   - ytyvrsK; (0wpm;qi,iyu lunjci;tm;jzi)

2/ ulEywon tay:,lun½jzi olr\ trwtom;o½y trsm;pu jriEirn r[way/ ulEywon olru ,wi u pum;ajymlunz vtyayvrrn or[wygu xijrire;q½om &ayvrrn/
   - awmi,mvyol (uepr;a&mi;aeaomvn; olr u,wi awmi,mawmvyrn r[way)/
   - ညီမတစ်ယောက် (လူပုံကို ကြည့်ရုံဖြင့် ၎င်းအချက်ကို မသိ Eiay)/
   - အချက်အပြုတ်ကောင်းသူ (လူပုံကို ကြည့်ရုံဖြင့် ၎င်းအချက် u roEiay)/

   - ytyvrsK; (tjyiye; lun½jzi xtcsuuvn; tlrwr; roEiay)/

လုပ်ငန်းများ – ကျွန်ုပ်၏ ကိုယ်ပိုင်ဝိသေသ သရုပ်လက္ခဏာ

oif;jyq&m;tm;vrf;nTefcsuf
oi\u,yi 0aoo½yjy ye;yiywpyu a&;qyg/ ar;ce;rsm;u zw½ly; oi\u,yi 0aoo½yEi 0aoo½yjy ye;yiu erem tajzrsm; tjzp to;jylyg/

1/ ကျောင်းသားများအား ပန်းပွင့်၏ အလယ်တွင် ၎င်းတို့၏ နာမည် rsm;u a&;ci;yg/

- ၎င်းတို့၏ အရေးပါဆုံးသော ဝိသေသသရုပ်လက္ခဏာများကို xyayg;i;a&;xnyg/
- jriEiaom trwtom;rsm;u ta&miwprsK;jzi a&;Í rjriEiaom 0aoo½yrsm;u tjcm;ta&miwprsK;jzi a&;ci;yg/

2/ ay;xm;aom ar;ce;rsm;u ausmi;om;rsm;tm; tzGJvu jzpap? wpwe;v;taejzijzpap aq;aE;ci;yg/

jzpEiaC&Sdaom taEÅ&m;

u/ uleron a&mu&aomae&m? aygi;oi;quqaeaom vwtay: rwnÍ uler\ 0aoo½yrsm; ajymi;v om;wwon/ 0yrm - uler&mo jyea&muaom tcg uler\ 0aoo½yrsm; ajymi;vom;on/ &mwi uler\ 0aoo½y tjzp uler\ rom;p0i or; wpa,mujzpr? c&p,mebmom0i jzpru lrUay: wi wuovwuaep0uxu yÍ ta&;ygon/ lrUay:& wuovwir uler\ 0aoo½y tjzp wuovausmi;ojzpr? ausmi;om;or* tzJ0ijzpr? tEynmorm;wpO;jzpru yÍ ta&;ygon/
- uler\ 0aoo½yon uler ab;ui;vlclpm aeEirl tajctaeay: rwnÍ ajymi;vwwygon/ uleron cjcm;quqc&rnu p;&ron twu uler\ vlrsK;a&;0aoo½y or[w bmoma&; 0aoo½yu wpcgwp& ab;z,xm;&on/ useaomvlrsm;Ei wnrn 0aoo½yrsm;uom a&Uwe;wi&on/

c/ uleawmon cjcm;quqc&rnu p;&raomalumi vn;aumi;? uleawmEi ywouly; xijri,lqcsu rsm; ay;rnu p;&raomalumivn;aumi; uleawm\ vlrsK;a&; trwtom;o½y or[w bmoma&; trwtom;o½ywu xwazmjci; rjylay/
- uleron tlur;zu wucuc&rnu p;&raom alumi uler\ usm;^r jzpru xwazm rajymay/
- uleawmon tzUwi;r ab;z,xwc&rnu rvvm;aomalumi uleawm\ Eiia&;tjrirsm;u xwazmajymqjci; rjylay/

*/ ukeawmf\ vlen;p wi;&i;om;vlr[;jzprlqi&m 0aooo½yon vlrsm;p wi;&i;om;vlrl;rsm;xr wpa,mua,mu\ 0aooo½ytwu lcr;ajcmu r|jzpaumi; jzpEiygon/

- ukeawmf\ vlrsm;p wi;&i;om;vlrl;jzprlqi&m 0aooo½yon vlen;p wi;&i;om;vlrl;rsm;xr wpa,mua,mu\ 0aooo½ytwu lcr;ajcmu r|jzpaumi; jzpEiygon/

- bmomrjzpr[aom ukeawmf\ 0aooo½yon bmoma&;orm;wp0;\ 0aooo½ytwu lcr;ajcmur|jzpaumi; jzpEiygon/

- uler\ vltcita&; vly&m;wu‹uol[aom 0aooo½yon &t&m&wp0;\ 0aooo½y twu lcr;ajcmurlwpc jzpaumi; jzpEion/

- ukeawmf\ ppom;jzpr[aom 0aooo½yon t&yom;wp0;\ 0aooo½ytwu lcr;ajcmur wpc jzpaumi; jzpEiygon/

လုပ်ငန်းများ – ဝိသေသ သရုပ်လက္ခဏာ ပြတိုက် တည်ဆောက်ခြင်း

<table>
<tr><td>

oif[ufjcif;qi&m rSwpkpm;

þvyie;wi ausmi;om;rsm;on tjyloabmaqmi y#yuEi tysuoabmaqmi y#yuwu to;jyl í 0aoo o½yqi&m tysuoabmaqmi y#yuu tjyloabmaqmi y#yu tjzpo toiajymi;,lyu awlBulluu&rn jzpon/

- tlur;zu y#yursm; jzpym;cz;aom Eiirsm;wi y#yuEi tqyg y#yu twi; aoq;om;colrsm;u trw&aom tm;jzi jywursm;u xm;&av&alumi; ausmi;om;rsm;u &i;jyyg/

- Oyrm - A,uerEii [csri;lrl&ppori;jywu/ tqyg jywuu A,uer - tar&ue ppytwi; A,uerw awlBulcpm;c&ru trw&aomtm;jzi xm;&jci;/

- jywursm;u trsm;tm;jzi tlur;zuy#yutwi; aoq;om;colrsm;tm; trw&on taejzi wnaqmu av &lualumi; ausmi;om;rsm;tm; &i;jyyg/ wpcg wp& tqyg jywursm;wi vspvsL½cc&aom or[w cjcm;quqcc&aom 0aooo½yyi&ivl rsm;? tptzlrsm;u u,pm;jylaomtm;jzi ½ywrsm;u vn; xm;av&luon/

- cEmu,rsm;u ½ywtjzp to;jylí jywursm;u wnaqmuav &lualumi;uvn; ausmi;om;rsm; tm; &i;jyyg/ Oyrm - xi;Eii& awmiay: vlrl;prsm; jywu/ tqyg jywuon xi;Eiiajrmuyi; awmiay:a'orsm;wi aexiaom wi;&i;om;vlrl; aygi;p\ 0aooo½yrsm;u jyoay;xm;on/

</td></tr>
</table>

1/ ausmi;om;rsm;tm; tzlrsm; zlay;í rsuarmuumv or[w twwuumvu jzpcz;aom 0aooo½yqi&m y#yujzp&y wpccu tzlvu a&;csf,ci;yg/

- ငှင်းတို့အား အဆိုပါ ပဋိပက္ခအကြောင်းကို သရုပ်ဖော် ရေးခိုင်းပါ။ xo a&;om;&mwi ouqi&m Zmwaumiw\ 0aoo o½yrsm;? tlur;zur&? r&Ei tqyg y#yuu ajz&i; Eicjci;&? r& qon tcsuwuyg xnoi; a&;om;yg/

- cEmu,rsm;u to;jylxm;aom 0aooo½yqi&m y#yujywuwpcu ausmi;om;rsm;tm; tzlvu wnaqmuci;yg/

2/ ကျောင်းသားများအား ငှင်းတို့ ရွေးချယ်လိုက်သော ပဋိပက္ခဖြစ်စဉ် u xi[yEirn ½ywrsm;uvn; tzlvu ppO wnaqmuci;yg/

3/ ကျောင်းသားများအား ငှင်းတို့ ရေးသားခဲ့ပြီး အချက်အလက်များကို o;í ½ywtalumi; azmjyon azmjycsuwpcu u'jym; wpcay:wi tzlvu a&;om;ci;yg/ tqyg u'jym;u ½yw\ a&lwi csxm;yg/

4/ ကျောင်းသားများအား ငှင်းတို့ ရုပ်တုများကို အတန်းသို့ အလှည့် us tzlvu o½yaqmici;yg/

- ausmi;om;rsm;on ouqi&m½ywrsm;u o½yaqmijy aecsewi vlyvly&m;&m;vyjci;? pum;ajymjci;rsm; rjyl vy&yg/

- ½ywwpccsi;pu lunaep0wi ausmi;om;rsm;tm; atmuygwu ar;jre;yg/

- ½ywwi 0aooo½yb,Eprl;u jyoxm;oen;/

- rnolwwi 0aooo½yu,p&luon qonu oirno oygoen;/

- y#yuajyavsmap&e oirno vyaqmiEiyg oen;/

- y#yuu tjyloabmjzpatmi ajymi;vonen;vr;u jyo&e ausmi;om;rsm;tm; ½ywu ajymi;ci;yg/ Oyrm -

- vuo;qyxm;aom ausmi;om;yu vuo;qy jznxm;aom or[w vuqEwqu&e vuur; ay;aeaom ausmi;om;y jzpvmEion/

- aoewuixm; [eaqmixm;aom ausmi;om;yu aoewcs[e vyaeaom ausmi;om;y jzpvmEi on/

- tre;rsm;? tmCmwrsm; z;vr;aeaom rsuEmxm;y zr;xm;on ausmi;om;u pw0ipm;r? tm½p;purl w tjyn&aeaom rsuEmy zr;xm;on ausmi;om; jzpvmEion/

လေ့ကျင့်ခန်း

- ay;xm;aom azmjycsuf rsm;u aus;Zl;ocm;rsm; tm; rm;^re q;jzwfc;yg/
- rm;ygu trejzpaf tmif jyejyia&;cJ;yg/

jzpfEdkif aom tajzrsm;

1/ rm; - vlwwfi rwfujym;aom 0aooo½y trS;rS; &Hkuon/ tcsKU trwf tom;o½yrsm;rm ar;&mygjzpfy; tcsKUrm ,0aus;r"avr vuc&&jcif; jzpfon/ tcsKUu awm u ,wfi a&;cs ,xm;aomt&mrsm; jzpfon/

2/ re

3/ re

4/ re

5/ rm; - vlwon rrwu ,lunrEi vlc(r cpm;csu tjyn0q; ay;Eirn 0aooo½yrsm;u a&;cs ,ww ကြသည်။ ၎င်းတို့သည် လူတစ်ယောက်၏ ဘဝသက်တမ်း တစ်ခု twif; tajymif;t vrsm; &wwfon/

လေ့ကျင့်ခန်း

- ausmif;om;rsm; tm; tptzU 0aooo½yqi&m 0yrmrsm; u p0;pm; azmxwfci;yg/

tajzrsm;

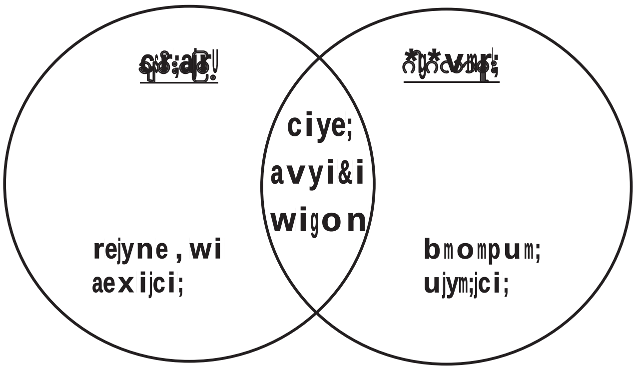
1/ ppom;? abmv;orm;? ausmif;q&m^q&mr? c&p ,me? xif; Eiio m;? azmiawm0; be;awmfu;ausmif;r ausmif;om;/

2/ ytyvrS;? aps;onf? rci

လုပ်ငန်းများ – ဘုံပိုင်သေသ သရုပ်လက္ခဏာများ၊ အပိုင်း ၁

- ay;xm;aom Zmwvr;rsm;u aus;mi;om;rsm; tm; zw½ ci;yg/
- ay;xm;aom 0aooo½ywpcc i;pon pu0i;Z , m; ay:& rnon tuuwi xn&rnu aus;mi;om;rsm; tm; Epa , muwpwjzpap? tzUvujzpap q;jzw ci;yg/

taZrm;



<table>
<tr><td>

အပိုဖြည့်စွက်ရန် လုပ်ငန်းစဉ် – နှစ်ဖက်စလုံးနိုင်သော ရလဒ် ဖြေရှင်းနည်း

0aooo½yEi uc iy#yuacgi;p0jzi jzp&yav vmc u u aemuquw pmrsuEm (131) wi azmjyay;xm;ly; rwLu; , Eiygon/

</td></tr>
</table>

လုပ်ငန်းများ – ဘိုဝိသေသ သရုပ်လက္ခဏာများ၊ အပိုင်း ၂

1/ ကျောင်းသားများအား နှစ်ယောက်တစ်တွဲ တွဲပေး၍ ၎င်းတို့ &i;&i;E;E; o&xm;aom y#yuwp&yu a&;cs , ci;yg/

- tqyg y#yuwi yg0iywouaom t"uZmwaumi 2 0;u azmxwowrwí pu0i;Z , m;wpc twi;& pu0i;rsm;wi tne;wyay;yg/

2/ pu0i;twi;wi Zmwaumiwp0;csi;p\ t"u 0aooo½yrsm;u ausmi;om;rsm;tm; xnoi;ci;yg/

- tv , uuwi tqyg Zmwaumi 2 0;lum; bwnaom 0aooo½yrsm;u xnoi; a&;om;ci;yg/

3/ ay;xm;aom ar;ce;rsm;u ausmi;om;rsm;tm; ajzq ci;yg/

4/ 0aooo½yon y#yuu em;vn&etwu ta&;yg aom rebv; (½axmi) jzpon [, qygovm; qonu ausmi;om;rsm;tm; aq;aE;ci;yg/

jzpEdi ac&aom tajzrsm;

, qygon/ tb , aluniqaom

- typcsi; y#yursm;on trsm;tm;jzi 0aooo½y wprsl;rsl;jzi wnr&aom vr typrsm;lum;wi jzpym;av&jci;aluni jzpon/
- 0aoooyon tvey*va&;qely; pwcpm;r vn; tvejzpv , apaomalumi y#yuwp&ywi vwon 0aoooyEi ywouí tvejyi;xe aom c , csurm; xm;&wwluon/
- လူမှုအစုအဖွဲ့များသည် ၎င်းတို့၏ ဖြစ်တည်မှု ဝိသေသသရုပ်ကို အခြေခံ၍ ခွဲခြားဆက်ဆံခံရတတ်ကြပြီး ၎င်းက ပြင်းထန် aom y#yursm; jzpym;ay:aygu&etwu tajcc twjrp jzpvmaomalumi jzpon/

r , qyg/ tb , aluniqaom

- y#yursm;on 0aoooywnaom vrsm;? tp tzUrsm; lum;wivn; jzpym;ay:ayguEion/
- 0aoooyrsm;on ajymi;vwwonoabm&ly; ½yax;aomalumi 0aoooywpcwn;u tajcc p0;pm;ly; y#yursm;u o½ycqe;pp&e rv , ul yg/
- y#yu trsm;pon e , ajr? tmPm? o , Zmw t&i;tjrpw tay: tajccí jzpym;wwluly; 0aoooy[on tqyg y#yuu axmuc&e or[wy#yuwi u , wiyg0i&e vwu pn;½; on ae&mwiom to;csonsw t&mwpc jzpon/

လုပ်ငန်းများ – ကျွန်ုပ်၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်း

> **oif&m;pGmU;[kd;\ rwWpm;**
>
> **þ vyie;\ &n&, cGurm pmoice; twi;& rwlujym; aom jzpwnrl 0aoooo½y tr|;r|;wu p;pr;azmxw ly; tqyg ujym;aom 0aoooo½yrm;lum; tcsi;csi; lcr;ajcmur tE&m, u wwEior(av(mcsEi&e jzpon/**
>
> - **ausmi;om;rsm;tm; trr ypn;wpcc , lvmap&e 8ulwirmlum;xm;yg/**
> - **oi\u,yi ypn;wpccuvn; pmoice;o ,laqmiom;yg/**
> - **ausmi;om;rsm;tm; tjcm;olw ,lvmaom ypn;rsm; u luní avmi&,jci;? aemujci;rsm; rjylap&e luyrw xe;alumi;ay;yg/**
> - **ausmi;om;rsm;tm; ,lvmaom ypn;rsm;Ei ywouí ar;ce;rsm; ar;ci;ly; wlnaom tcsursm;u &mazci; yg/**
> - **ausmi;om;wp0;csi;pon rwlujym;aom pr;&nrsm;? taw;tac:rsm; &luly; twe;o rla0Eiontwu tqyg rwlujym;rlon pmoice;u pwvly&m;z, aumi;aply; yr tm;aumi;apalumi;uvn; ausmi;om;rsm;tm; oway; ajymlum;xm;yg/**
>
> **ausmi;om;0;a&rsm;aom pmoice;8u;rsm;wi tqyg vyie;u tzl0i 10 - 15 0; yg0iaom tzlrsm;jzi vyaqmiyg/**

1/ ကျောင်းသားများအား လူများစု မမြင်နိုင်သည့် ၎င်းတို့ ကိုယ်စား **jyl trwtom;o½ywpcu a&;cs,ci;yg/**

- **a&;cs,vuaom ypn;on t&,tpm; ao;i,Ei ov tjcm;olrsm;Ei wlnaeaomt&mvn; jzpEion/ t&mwpcvn; jzpEion/ ausmi;om;rsm;\ u,yi 0aoooo½yu azmjyEi&e ta&;ygont&mwpc jzp&rn/**
- **ausmi;om;rsm;taejzi tqyg ypn;u ½yytjzp a&;q Eiov qly;om; yuvn; &mazEiygon/**

2/ ausmi;om;rsm;tm; ouqi&m ypn;rsm;u uily; pu0i;y xici;yg/

- ကျောင်းသားများအား ၎င်းတို့ကိုယ်စီ ကိုင်ဆောင်ထားသော **ypn;rsm; talumi;u tzlo jynjynpp &i;jyci;yg/** အဆိုပါ ပစ္စည်းသည် ၎င်းတို့၏ တစ်ကိုယ်ရည် ဖြစ်တည်မှု **0aoooo½ytm; rnuou,pm;jylonu&i;jyci;yg/**

3/ ay;xm;aom ar;ce;rsm;u wpwe;v; taejzi aq;aE; ci;yg/

မြန်မာဘာသာဖြင့်

- **ay;xm;aom pmy'u ausmi;om;rsm;tm; zw½ci;yg/** ၎င်းတို့ နားမလည်သည်များကို ရှင်းပြပေးပါ။
- **ay;xm;aom ar;ce;rsm;u ajzqci;yg/**

jzpEiac&aom taEzr;

1/ - **bmompum;Ei ,0au;r"avwu jzpwnrl 0aoooo½y\ ta&;ygaom tpwtyi;Ep&ytjzp ynma&;rwpqi xe;or;luon/**

- **ynma&;on 0aoooo½yvuPmwu r|;quop wi;tm; oilum;ay;jci;tm;jzi ouqi&m 0aoo o½ywu yy;xe;or;ay;on/**

၂။ ကရင်ပညာရေးဌာနသည် ၎င်းတို့ ကျောင်းများတွင် ကရင် **vr|;w\ ori;Ei u&ibmompum;wu oilum; ay;jci;tm;jzi ynma&;u to;jy(í u&ivr|;w\ tr|;om;0aoo o½yvuPmu xe;or;on/**

3/ ausmi;om;rsm;tvdk;ü pbmapaom tcsufrsm;

- **u&iynma&;Xme vuatmur ausmi;om;rsm;\ ynma&;u tp;&u totrwrjylay/ oi½; ne;wr;rsm;uvn; ausmi;om;rsm;twu tp;& ausmi;rsm;wi quvuwua&mu&e or[w tp;& pmar;yrsm;u 0ia&muajzq&e vavmuaom tajccu jyiqiay;Eijci; r&ay/**
- **ausmi;om;rsm;on jrermEiiwuovrsm;wi wua&mu ynmoilum;Eijci; r&ay/**
- ၎င်းတို့၏ မြန်မာဘာသာစကား စွမ်းရည်မှာလည်း အလွန် **tm;en;on/**

ausmi;om;rsm; &&aom tusKd;ausm;Zl;

- ကျောင်းသားများသည် ၎င်းတို့ လူမျိုး၏ သမိုင်းနှင့် ဘာသာ **pum;wu xnoi;ay;xm;on ynma&;tm; oi,ci &luon/**
- ကျောင်းသားများသည် ပဋိပက္ခဖြစ်နေစဉ် ကာလများအတွင်း၌ **yi'uonrsm;tjzp ynmoilum;ci &aecluon/**

ဆွေးနွေးချက်

- ay;xm;aom ar;ce;rsm;u aumif;om;rsm; tm; wpwe;v; taejzijzpap? tzJUvujzpap aq;aE;ci;yg/
- atmuyg tcsuwu axmujy aq;aE;yg/
  - 0wp? bmompum;? *w? 0wpm;qi , iryp? t u? *Pjy/yrsm;? ½;&myawmEi ½;&m tpm; tpmrsm;on tptzUqi&m 0aooo½yvuPmrsm; \ u , pm; jy/ jy , *rsm;yi jzpon/
  - tptzU (paygi;) 0aooo½yon vlwu pn;v; nnwrl &&apon/
  - tptzUon wp0;csi;pxu t i tm;y&on/
  - ဝိသေသသရုပ်လက္ခဏာ တူညီသော လူတို့သည် ၎င်းတို့ အစုအဖွဲ့၏ အကျိုးစီးပွားကို ရှေးရှု၍ ၎င်းတို့ အစုအဖွဲ့၏ v tycsurm; jyn0a&;Ei w;wuom , ma&;w twu twwu vuwvyaqmiluon/
  - &e - ig pw"mwu zew;ysl;axmi&e twu tptzU qi&m 0aooo½ywu rlumcP to;csav &Uu ပြီး ၎င်းသည် လူတို့အား သီးခြားဖယ်ထုတ်ခြင်းများ ဖြစ်လာ apon/
  - tpe;a&muon tajctaersm;wi tqyg &e - ig pw"mwon tlur;zurrsm;qoyi 0;wnEi on/
  - tptzUqi&m 0aooo½yon z , xwctyprm; taejzi vltzUtpn;wi yg0iaqmi&uci r&ap&e wm;q;ywyic&on tcg or[w q;jzwcsu csrwr jzpp0rsm;r cjcm;z , xwc&on tcgrsl;wi rnrjruvn; jzpay:vmapon/

ပြန်လည်သုံးသပ်ချက်

- ay;xm;aom ar;ce;rsm;u aumif;om;rsm; tm; p0;pm;ap ပြီး ၎င်းတို့ အိုင်ဒီယာများကို စာပိုဒ်အဖြစ် ချရေးခိုင်းပါ။

  or[w
- tqyg ar;ce;rsm;u tzJUvu aq;aE;ci;yg/

၄.၄ စံတန်ဖိုးထားမှုများက ပဋိပက္ခ၏ အကြောင်းအရင်းခံ ဖြစ်လာခြင်း

အကြိုသင်ခန်းစာ

- ay;xm;aom ar;ce;rsm;u aq;aE;yg/ ausmi;om;rsm; \ t , tq tajzrsm;u oiye;ay:wi csa&;yg/
- atmuygtcsuwu axmujy aq;aE;yg/

  - rbaqrsK;rsm;? q&m? q&mrrsm;Ei bmoma&; acgi;aqmirsm;u oi \ aumi;jci;? q;jci;tay: vr;r;r &Eily; ,Oaus;vrm&etwu luyrw oeoijci;rsm; &Eiov vrm ,Oaus;r r&jci; twuvn; tjypay; q;rjci;rsm; &Eion/
  - vrsm;? rwaq oli ,csi;rsm;uvn; oi \ jyKr usiBuaexirtwu Bu;rm;aom vr;r;oua&mu r jzpEiov apmilu na&; ,E&m;rsm;vn; jzpEi on/
  - tjcm;aom typrsm;xrvn; vr;r;oua&murrsm; &Eion/ Oyrm - ,Oaus;r"av? bmoma&;? tm;upm;rsm;Ei pmoiausmi;rsm;uvn; tjcm; aom jyKrusiBu aexiyrsm;u tm;ay;yoi;on/

လေ့ကျင့်ခန်း

- ay;xm;aom azmfjycsufrsm;u aumif;om;rsm;t m; rm;^re q;jzwcif;ygI/
- rm;ygu treu jyevn a&;om;cif;ygI/

jzpEfdaqG;a&aom taqGjzrm;

1/ re
2/ rm; - (rwfuljym;aom pwez;rsm;rm trsm;tjym; &Ei
သည်။ လူတို့သည် ၎င်းတို့ တစ်ဦးချင်းအတွက် အရေးပါမှု အဆင့်
u tajccH pwez;rsm;u a&;cs , uipwwfuon/
xa(umi pwez;rsm;rm v(wpO;csi; t v u ujym;(ujci;
jzpon/
3/ re
4/ rm; - (pwez;rsm;on aepOcsrwaeaom q;jzwcsu
Bu;Bu;i , i , tm;v; tay:wi oua&muv(u&on/)

လုပ်ငန်းများ – စံတန်ဖိုးများ စစ်တမ်း၊ အပိုင်း ၁

1/ Z , m;uu twi;r azmfjycsufrsm;u aumif;om;rsm; tm;
ဖတ်ရှုခိုင်းပြီး ၎င်းတို့ ဘဝတွင် အရေးပါသော အချက် ၁၀ ချက်မှ
tcsu 20 t x a&;cs , ci;ygI/

- ol w \ xywe;O;pm;ay; a&;cs , r tcsu 10 - 20 u a&;cs , (y; Z , m;uuyg tcsursm; tm;v;u (y;atmi zw½ci;ygI/

2/ tqyg pm&i;r ta&;ygq; tcsu 5 csuu a&;cs , ci;ygI/

- aumi;om;rsm; taejzi tqyg tcsu 5 csuu a&;cs , ရန် အခက်အခဲရှိနေသည် ဆိုပါက ၎င်းတို့ စဉ်းစားနေသော tcsuwpccsi;pEi ywouon ar;ce;o;cu ol w u , ol w jyear;ci;ygI/
  - 'tcsuu igu v(o&i(um; xwazmajymq(y; umu , &ywnrmvm;/
  - ' , (uncsu twi; &ioeaexirmvm; or[w tajctae t& aumi;rnxii ajymqjci;vm;/
  - ig&U aepO q;jzwcsursm;e b0twu Bu;rm;aom q;jzwcsursm; csrw&mrm 'tcsuay: tajccH t(rwr; pO;pm;av &ovm;/

- tqyg ar;ce; tm;v;u (yes) reon [ajzonqygu ol w pm&i;wi tqyg tcsuu xnoi;oion/

လုပ်ငန်းများ – စိတ်ဓာတ်ဖိုးများ စစ်တမ်း၊ အပိုင်း ၂

1/ ကျောင်းသားများအား အပိုင်း ၁ တွင် ၎င်းတို့ ရွေးချယ်ခဲ့သော tcursm;u pmrsuEm (95) & Z , m;uuwi azmjyxm; aom pwez;rsm;Ei wpyci;yg/ pwez;rsm;u azmjycsu 5 csu \ eygwrsm;Ei oiawmov wpyay;&rn/

2/ ay;xm;aom ar;ce;rsm; tm; ausmi;om;rsm;u Epa , mu wpwjzpap? tzGv ujzpap aq;aE;ci;yg/

- atmuyg tcsuwu axmujy aq;aE;yg/
  - tjcm;olw \ pwez;u em;vn&e BuK;pm;on wpGyfieuwn;wi rr \ u , yipwez;rsm;u vn; &i;&i;vi;vi; ojri&e ta&;Bu;on/
  - ၎င်းသည် ပဋိပက္ခဖြစ်နေသော အခြေအနေတွင် ပို၍ ta&;Bu;ygon/ tb , aluniqaom vlwon ပဋိပက္ခကို ၎င်းတို့၏ စိတ်ဓာတ်ဖိုးများ၊ အခြေခံစည်းမျဉ်းများကို csl;azmuon [, lun , qygu tqyg y#yu twu tajzu &maz&e cucEiaomalumi jzpon/
  - y#yuwi yg0iywo uaeaom Zmwaumirsm;on ၎င်းတို့၏ စိတ်ဓာတ်ဖိုးများကို ကောင်းစွာ နားလည်ထားလျှင် tm;v;aom Zmwaumirsm; \ pwez;rsm;u av;pm; r &on y#yuu ajz&i;Eirn tajzu pwi&maz vmEion/

3/ ay;xm;aom ar;ce;rsm;u ausmi;om;rsm;tm; tzGvu jzpap or [w Epa , muwpwjzpap aq;aE;ci;yg/

မြန်မာ့ရေးရာ

- ay;xm;aom pmy'u ausmi;om;rsm;tm; zw½ci;yg/
  ၎င်းတို့ နားမလည်သည်များကို ရှင်းပြပေးပါ။
- ay;xm;aom ar;ce;rsm;u ajzqci;yg/

[zoEI¿dci&aom tajz&rsm;

1/ b&m;ausmi;on vlw\ u;u , ,lunrqi&m pwez;rsm;u azmjyonae&mwpc jzpon/ b&m;ausmi; အသစ်များကို မဆောက်လုပ်နိုင်ခြင်းသည် ၎င်းတို့၏ စံတန်ဖိုးများ u quvu azmjy&e tcitvr; r&awmjci; jzpon/ ၎င်းက ပဋိပက္ခကို ဖြစ်စေသည်။ ထိုပဋိပက္ခသည် တန်းတူညီမျှရေး upay:wi tajccjzpym;on pwez;qi&m y#yu ဖြစ်သည်။ ဟိန္ဒူအသိုင်းအဝိုင်းအနေဖြင့် ၎င်းတို့ ဘုရားကျောင်းများ jyevnaqmuvyci r&jci;on we;wnr\ tcita&; q;½;jci; [vn; qEion/

rSwfcsuf/ / ,ctajzEi ywouí quvu &i;jyxm;csu rsm;u aemuquw pmrsuEm (132) wi awU&Eion/

2/ tp;&xm;&aom pwez;rsm;rm

- u ,yipraqmi&uci? rnoawu bmoma&; taqmu ttrsm; aqmuvyci &on? rnoawu aqmuvycir& ponwu vwvypm a&;cs , q;jzwyici/
- tp;&u ,wi \ c ,csu/ tb ,aluniqaom tp;&u ,wion vrsm;p u;u , &m A'bmomu u;u , ojzply; rru;u , &m bmomuom un yy;vly; [ELbmomu unyy;vjci; r&aom alumi jzpon/

3/ ujym;jcm;em;r r&yg/ tb ,aluniqaom tp;& xm;& aom pwez;rsm;onvn; [ELtoi;t0i;u xm;& သော စံတန်ဖိုးများနှင့် တူညီနေသောကြောင့် ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့ Epzupv;wi wnpm &aeaom pwez;rsm;rm ...

- u ,yiprvyaqmiyici/ tp;&aum? [ELtoi; t0i;wuyg bmoma&; taqmuttrsm; aqmu rn? raqmurnu vwvypm a&;cs , q;jzw von/
- ဘာသာရေးအပေါ် တန်ဖိုးထားမှု။ နှစ်ဖက်စလုံးက ၎င်းတို့ u;u , &mbmom to;o;u usiBu? xe;or;a&;rm rsm;pm ta&;Bu;alumi; ,lunvucxm;luon/

ujym;jcm;em;r &ygon/ tb ,aluniqaom Epzupv;u rrw pwez;rsm;uom tjcm;olrsm; \ pwez;rsm;xu yí ta&;Bu;on[,lunvucxm;luaomalumi jzpon/ [ELtoi;t0i;buu b&m;ausmi; jyevnaqmuvy Ei&eEi tp;&buuvn; vtyaom tr&mrsm; aqmuvy z ajrae&m &&Ei&etwu Epzupv;u y;aygi;vuw aqmi&uvaomqE r&luay/

ခွေးခွေးချက်

- ay;xm;aom ar;ce;rsm;u ausmi;om;rsm;tm; tzUvu jzpap? wpwe;v; taejzijzpap aq;aE;ci;yg/

[zoEI¿dci&aom tajz&rsm;

1/ လူတစ်ယောက်၏ ဖြစ်တည်မှုအမှတ်အသားသရုပ်သည် ၎င်း၏ pwez;rsm; tay: vr;r;r&on/ lir;csr;a&; wu‹u vy&m;owp0; \ trwtom;o½ywi we;wnr\a&;Ei ow&u ta&;ygEion/ rbjzpow\ trwtom; o½ywi rom;pEi ywouaom pwez;u 0;pm;ay; tjzp &aeayvrrn/

pwez;rsm;on jzpwnrltrwtom;o½y tay: oua&mur&on/ 0yrm - ynma&;? oem;u½Pmxm;r Ei tus;aqmirtvywu wez;xm;aomorsm;u ausmi;q&m^q&mrrsm; jzpvmwwluon/

aumi;reaom vrb0Ei w&m;r\waom vrtoi;t0i; wu rnont&mwu zew;ov qonEi ywouí လူတစ်ယောက်၏ ထင်မြင်ယူဆချက်တို့ကို ၎င်းကိုယ်ပိုင်ထား &aom pwez;xm;rrsm;u q;jzway;on/ vlwpa , mu on rr ,lunculrsm;Ei qeusiaeaom b0rs; &ioe နေထိုင်ရန် အတင်းအကြပ် ဖိအားပေးခံရသည်ဆိုလျှင် ၎င်းသည် vtycsursm; jznqn;&e wm;q;ywyi c&jci;yi jzpon/ 0yrm - q&m0ewpa , muon we;wnr\ru wez;xm;ojzply; aq;½u tcsUaom bmom0irsm;? လူမျိုးများကို ကုသရန် ငြင်းဆန်မည် ဆိုပါက ၎င်းသည်လည်း tqyg q&m0e\ vwvypm q;jzwvyaqmiciqi&m vtycsuu jznqn;&e ywyic&jci;yi (olw reon[c ,lontwi; vycir&jci;) jzpon/

2/ wm;jrprwpcon rrw\ vtycsu jznqn;rtm; ywyi&ma&mu? ra&mu qonu ouqi&m vrtoi; t0i;\ pwez;rsm; tq;tjzway;on/ 0yrm - bmoma&; tveui;½i;aom vrtoi;t0i;wpcon ynmoilum;rEi toynmjrirm;rwu wnpm wez; ထားကြသည်ဆိုလျှင် ၎င်းတို့ ကျမ်းစာများကို သင်ယူလေ့လာခွင့် နှင့် ၎င်းတို့ ဘာသာရေးကို လိုက်နာကျင့်သုံးခွင့်များ ပိတ်ပင် ခံရခြင်းသည် ၎င်းတို့၏ အသိအမြင် ကြွယ်ဝရေးဆိုင်ရာ vtycsuu rjznqn;Ei&e wm;q;ywyivujci;yi jzpon/ jyioptp;&on trsm;jynoEi ouqiaom taqmuttrsm; (0yrm - pmoiausmi;rsm;? tp;&½; rsm;) wi bmoma&; trwoauwrsm; 0wqijci;? တပ်ဆင်ခြင်းများ အားလုံးကို ပိတ်ပင်ထားသည်။ ၎င်းသည် bmomrrsm;\ vtycsuqi&m jznqn;ru jii;qe ywyijci; r[wb bmoma&;&o tm;v; \ pwez;rsm; u jii;qevujci; jzpon/

aemufqufwGJ

3/ pwez;rsm;on vwpa , mucsi;ptvu ujym;jcm;em; wwluaomaluml pwez;qi&m y#yursm;rm tve tjzprsm;on/ vtzUtpn;\ pn;rsO;Oya'orsm;Ei ywouí tptzUto;o;wi rwujym;aom t , tq taw;tac: trsK;rsK;&wwluon/ xalumi tptzU များသည် ၎င်းတို့၏ စည်းမျဉ်းဥပဒေများ တစ်မျိုးတည်း မရှိကြ ontcgrsK;wi tptzU tcsi;csi;lum; y#yursm; jzpvmon/ vwon wpO;EiwpO; pwez;xm;rcsi; tcsKU wnluon tcgrsK;wi y#yu jzpEiajc en;vm wwon/

4/ ပါဝင်ပတ်သက်သော ဓာတ်ကောင်တို့သည် ၎င်းတို့ အချင်းချင်း lum; wnaeaom pwez;rsm;u &maz azmxwEiluon tcg pwez;qi&m y#yursm;rm ajz&i;& yv , uwww on/ pwez;[on ,luncsuEi tjrioabmxm; များပင် ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ၎င်းတို့သည် နယ်မြေ သို့မဟုတ် a&euoaom o , Zmwyiqia&;qi&m uprsK;rsm; r[wvÇi aq;aE; nEi;rrsm; jyKvy&e jzpEiygon/

pwez;rsm;on ep"Ovyaqmicsursm;Ei jyKrusiBur တို့ကို သင်ကြားလမ်းညွှန်ပေးလျှက်ရှိရာ ၎င်းတို့ကို ပြောင်းလဲရန် rv , ay/

pwez;rsm;on wpO;csi; vy*Kvrsm;tay: tajccve; ly; vw\ eueu½i;½i; &aeaom ,luncsursm;Ei quE , aewwon/ xtcsuu pwez;qi&m y#yursm;u ajz&i;&e vepm cucapEion/

ပြန်လည်သုံးသပ်ချက်

- ay;xm;aom ar;ce;rsm;u ausmi;om;rsm;tm; pO;pm;ap ပြီး ၎င်းတို့ အိုင်ဒီယာများကို စာပိုဒ်အဖြစ် ချရေးခိုင်းပါ။

or[w

- tqyg ar;ce;rsm;u tzUvu aq;aE;ci;yg/

၄.၅ လိုအပ်ချက်များ၊ စံတန်ဖိုးများ၊ ဝိသေသ သရုပ်လက္ခဏာနှင့် ကျား၊ မ ဖြစ်မှုဆိုင်ရာ ပဋိပက္ခများ

အကြံပြုသင်ခန်းစာ

- ay;xm;aom ar;ce;rsm;u aq;aE;yg/ ausmi;om;\ t , tq tajzrsm;u oiye;ay:wi csa&;jyyg/

jzpEiajc&aom tajzrsm;

1/ usm;? rjzprqi&m tce;u@ owrwcsursm;u vuem usio;jci; r&aom vrsm;on u&Uavmiajymic&on? aEmi , uc&on? Ncr;ajcmuc&on? cjcm;quqc &on?ztm;ay;c&on? usp , c&on?Oi;y , c&on/

လေ့ကျင့်ခန်း

- au smi;om;rsm; tm; ay;xm;aom usm;? r u@qi &m y#yu er em jzp&yrsm;u rjznqn;Eiaom vom; v tyc surm;Ei reuepm wpyjyyg/
- y#yuwp&ypwi v tyc uwprs;wn;ru wpyEi aumi; &i;jyyg/
- au smi;om;rsm; taejzi v tyyg u v tyc uwpcci; \ t"ym , ziqc ursm;u o ice;pm 4.2 wi jyeunEi ygon/

jzpEiaomtaqifrsm;

1/ p? q
2/ u? C? i? ps
3/ C? i? ps
4/ u? c
5/ c? *? i? Z
6/ u? C
7/ c? *? ps
8/ *? i? Z? ps

လုပ်ငန်းများ – တန်းတူညီမျှမှုအကြောင်း တက်လှမ်းခြင်း

rWom;&S / / þ vyie;on au smi;om;rsm; \ u , aw ဖြစ်ရပ်များကို အသုံးပြု၍ ၎င်းတို့ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းအတွင်းမှ ကျား၊ r we;wrnrrrsm; taumi; azmjy&e jzpon/

- pm o ice;a&wi au smi;om;tm;v; pm o ice;buo rs uEmrvsu wpwe;wn; we;p&yEiavmurn ae&mrs;&a tmi ppOyg/ pm o ice;twi;vy&e rjzpEi ygu au smi;om;tm;v; pm o ice;jyiyo ac:om;í jyvy&e pO;pm;yg/
- tce;a&wi ကျားနှင့် မ ယာဉ်စီးနင်းမှု လိင်ဆိုင်ရာအစီအစဉ် [ao m qi;bwu axmixm;yg/ tce; taemubuwir ကျားနှင့် မ ယာဉ်စီးနင်းမှု လိင်ဆိုင်ရာ [ao m qi111;bwu axmixm;yg/

1/ au smi;om;rsm;u tce; \ t v , wi we;p&yaeaply; ta&buqo rs uEmr xm;ci;yg/
2/ azmjyc ursm;u au smi;om;rsm;tm; zwjyyg/ azmjyc u u oabmwaom au smi;om;u aemuo wpvr;qw vu&rn jzpon/

- zwjyaom azmjyc uu rnon oabmxm;r rwjye vygu aerr twi; &yaeEion/
  - nbuwpa , mu vr;av muom;&wtcgrs;rm uer&U wpu , a& vcr twu p;&rpw jzp&yg w , /
  - ig&U u , t*g tpwtyi;rsm;Ei ywouv opr; aw ½i;½i;pi;pi; rwcsuay; ajymqluwmu iglum;vu&w , /
  - uer&U usm;? r qi&m trwtom;o½yalumi uer yg0iaqmi&uciw tvyrs;awrm uer yg0iaqmi&uci r&cygbl;/
  - ueawm rom;pxu a , musm;wpa , muu re;r wpa , muu ½uEux;luwwm ueawmjric&w , /
  - viyi;qi&m aEmi , uwucuric&w vlwpa , mu u ueawm ow , /

3/ azmjyc ursm;u au smi;om;rsm; tm; zwjyyg/ azmjyc uu oabmrwaom au smi;om;u a&Uowpvr; wu&rn jzpon/

- zwjyaom azmjyc uu rnon oabmxm;r rwjyev ygu aerr twi; &yaeEion/
  -]uer ½y&iawlun? pm tyawzwwtcgrm uer e usm;? r jzpwnrr trwtom;o½yc i;ww o&aumi;aw? acgi;aqmiaw trsm;Bu;&wm ovu&w , /}
  -]ueawmuawm vwvwvyvy c&;om;vmci &w , /}
  -]ueawmrm uav;aw &w , q&i tvyjywrmaw? ynma&;wpyi;wpp jzpom;rmawu p;&ryyerrm r[wb;/}
  -]igwaw b , oeU traxmijy&r , ? b , oe uav; ar;&r , qwme ywo uw owrwueowc uaw r&ygb;/}
  -]iguawm igbuluw tOwtpm;u Owv&w , / oa&mavmiajymic&wmaw? aEmi , uc&wmaw r&b;/}

4/ au smi;om;rsm;tm; tjcm;orsm; &yaeaomae&mu lun½ci;í atmuyg ar;ce;rsm;u wpwe;v; taejzi aq;aE;ci;yg/

taumtxnaz mtp&efar;cGe;rsm;

- oi \ v tyc ursm;u jznqn;&e e;pyyg o vm;? အလုပ်မ်းဝေးပါသလား၊ ၎င်းအခြေအနေက သင့်ကို အံ့အား oir jzpapyg o vm;/
- rrv tyc ursm; jznqn;Ei&e e;pyonorsm; or [w tvr;a0;onorsm;Ei ywouí oi owjyraom tc ursm; &yg o vm;/
- þ vuawUvyie;yg azmjyc ursm;xwi oiu t tm;oiapcaom tc ursm; yg&yg o vm;/ rnon tc uu oiu t tm;oiapcyg oen;/

မြန်မာ့ရေးရာ

- ay;xm;aom pmy'u ausmi;om;rsm;tm; zw½ci;yg/ ၎င်းတို့ နားမလည်သည်များ ရှိပါက ရှင်းပြပေးပါ။
- ay;xm;aom ar;ce;rsm;u ajzqci;yg/

jzpEdkifajc&Sdaom tajzrsm;

1/ vlcir? vwvypm &ywnaqmi&uEir

2/ pwxm;ajzmirwjci;? we;wnr|r? tus;aqmir? Eiiom;jzpr? tm;ay;r? jyevn½e;xEir?

3/ pwxm;ajzmirwjci;? bmoma&; ,lunr? tus;aqmir

4/ - v tycsuqi&m y#yujzpon/ tb ,alumiqaom trs;or;rsm;on vwvypm &ywnaqmi&uEir (vwvypm vuxyxr;jrm;ci? u;u , ,lunci? om;qujcm;ci) v tycsuu jznqn;ci r&aom alumi jzpon/
 - jzpwnrtrwtom;o½yqi&m y#yujzpon/ tb ,alumiqaom tqyg y#yuon usm;? r jzpr qi&m jzpwnrEi bmoma&; jzpwnrtrwtom; o½yrsm;ay:wi trsm;tm;jzi tajccxm;aomalumi jzpon/
 - pwez;qi&m y#yujzpon/ tb ,alumiqaom အစုအဖွဲ့အသီးသီးက ၎င်းတို့၏ ဘာသာရေး သက်ဝင် ,lunr?jzpwnrtrwtom;o½yEi vwvypm &ywnaqmi&uEirwon tjcm;olw\ pwez; rsm;xu yí ta&;ygon[,lqxm;luaomalumi jzpon/

tqyg ar;ce;Ei ywouí jznpu&i;jycsursm;u aemuquw pmrsuEm (132) wi lun½Eion/

ဆွေးနွေးချက်

1/ ausmi;om;rsm;tm; usm;? r u@qi&m y#yursm;on ၎င်းတို့ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းများအတွင်း မည်မျှ အဖြစ်များသလဲ qonu aq;aE;ci;yg/ tajztrs;rs; ujym;Eion/

2/ ausmi;om;rsm;tm; usm;? r u@qi&m y#yursm;on tjcm;aom y#yu yprsm;avmu jyi;xeri &ovm; qonu aq;aE;ci;yg/

jzpEdkifajc&Sdaom tajzrsm;

- ပြင်းထန်ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ၎င်းသည် a , musm;Ei re;rwlum; we;wnr|r um[csuu zew;ay;on/ tqyg um[csualumi y#yursm; yr w;ym;vmly; y#yu ajz&i;a&;onvn; yr cucvmEion/
- jyi;xeygon/ tb , alumiqaom usm;? r qi&m cjcm;ququrrsm;Ei y#yursm;on a , musm;Ei re;r EpO;pv;twu tcitvr;rsm;u ueow ywyir jzpapEiaomalumi jzpon/
- ပြင်းထန်ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ၎င်းသည် ခွဲခြား quqrrsm;u ay:ayguaply; xrwpqi quqa&; rsm; ysup;apEiaomalumi jzpon/
- ပြင်းထန်ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ၎င်းသည် trs;or;w\ ygOiaqmi&uru ywyily; y#yu wp&yEi ywouí trs;or;w\ tjrioabm xm;rsm;? ½axmirsm;uvn; xnoi; pO;pm;jci; rjy(b z , xwc&apaomalumi jzpon/
- jyi;xeygon/ tb , alumiqaom vlwi;wi usm;? r qi&m jzpwnrrsm; &aeon twu usm;? r u@qi&m y#yuon vlwi;tay: oua&mu wwaomalumi jzpon/

3/ ကျောင်းသားများအား ၎င်းတို့ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းများအတွင်း tqyg usm;? r u@qi&m y#yursm;u yí tjyloabm aqmivmap&e rno vyaqmiEirnen; qonu aq;aE;ci;yg/

နိဂုံးချုပ်

ဖြစ်ရပ်လေ့လာချက်

- ay;xm;aom jzp&yav vmcsuu aumi;om;rsm; tm; ဖတ်ရှုခိုင်းပါ။ ၎င်းတို့ နားမလည်သည်များ ရှိပါက ရှင်းပြပေးပါ။
- ay;xm;aom ar;ce;rsm;u ajzqci;yg/
- v tyygu aumi;om;rsm; tm; oice;pm tce; 4 & v tycsursm;? pwez;rsm;Ei trwtom;o½yvuPm rsm; talumi; &i;vi;azmjyxm;on oice;pmtyi;u jyevn avvmzw½ci;yg/

jzpEiac&aom tajzrsm;

1/ - tou&i &ywnr
- vlcr
- yg0iaqmi&ur
- jzpwnrtrwtom;o½y
- vwvypm &ywnaqmi&uEir

2/ - bmoma&; ou0i ,lunr
- we;wnr|r
- tus;aqmir
- Eiiom;jzpr
- jyevn½e;xEir

3/ tmacs;vrs;w\ trwtom;o½yvuPmEi ti'e;&m; w\ trwtom;o½yvuPmwlum; umjcm;csu Epc &on/
- အာချေးတို့က ၎င်းတို့၏ ဘာသာတရားသည် အင်ဒိုနီးရှား tpvmrbmom\ a&;tusq;aom bmoma&;yp wpcjzpon[,lunxm;luon/
- tmacs;won 'wcsw\ uvee,csUpepu wucuawmvecluly; ti'e;&m;\ uveumv wpav|muv;wi 'wcsw\ vr;r;xe;csyru မခံခဲ့ရပေ။ ၎င်းအချက်သည် အာချေး လူ့အဖွဲ့အစည်း၏ jyevn½e;xEir pr;&nu azmjyvsu&ly; tmacs; vrs;trsm;p tve*P,aomtcsuvn;jzpon/

  tmacs;w\ jzpwnrtrwtom;o½yEi ti'e;&m; w\ jzpwnrtrwtom;o½ylum;wi xuo umjcm;on/

4/ tmacs;vwajrmua&;wyzU (GAM) o y;aygi;aom a,mursm;om;rsm;Ei ywouon trs;or;rsm;on t"rjy|usijci;? n0;ye;Eypujci;? owjzw owoi jci;? viyi;qi&m wucujci;rsm; clu&on/ y#yu rsm; tq;owom;ly; aemuwi 0ya'jyiqiajymi;v Eiclyjzpí trs;or; u,pm;v ,rsm;rm ,ctcga'o wpcv;& u,pm;v, ppaygi;\ 30 &mciEe;tx &aelyjzpon/

အခန်း (၅) – ပဋိပက္ခသရုပ်ခွဲ ဆန်းစစ်ရေး နည်းစနစ်များ

၅.၁ ပဋိပက္ခသရုပ်ခွဲ ခြားခြင်းဟူသည် အဘယ်နည်း

အကြိုသင်ခန်းစာ

- ay;xm;aom ar;ce;rsm;u aq;aE;yg/ ausmi;om;rsm; \ t , tq tajzrsm;u oiye;ay:wi csa&;yg/

|zpEi aqc&aom tajzrsm;

1/ - y#yuwi yg0iaeaom Zmwaumirsm;
- Zmwaumiwlum; quqa&;
- y#yu pwijzpym;con talumi; t&i; (rsm;)
- y#yu tq;rowc&on talumi; t&i; (rsm;)
- y#yu \ rvZpjrp
- Zmwaumirsm; \ jzpwnrtrwtom;o½yrsm;
- Zmwaumirsm; \ pwez;rsm;
- Zmwaumirsm; \ v tycurms;

လေ့ကျင့်ခန်း

- ausmi;om;rsm;tm; azmjyay;xm;aom y#yu wpccsi;p u oiavsmaom en;pepwpccsi;pEi wpyjyci;yg/

  tajzrsm;

1/ c

2/ *

3/ u

ပြန်လည်သုံးသပ်ချက်

- ay;xm;aom ar;ce;rsm;u ausmi;om;rsm;tm; pO;pm;
  စေပြီး ၎င်းတို့ အိုင်ဒီယာများကို စာပိုဒ်အဖြစ် ချရေးခိုင်းပါ။

  or[w

- tqyg ar;ce;rsm;u tzUvu aq;aE;ci;yg/

၅.၂ ပဋိပက္ခ အချိန်ပြမျဉ်းများ

အကြိုသင်ခန်းစာ

- ay;xm;aom ar;ce;rsm;u aq;aE;yg/ ausmi;om;w\ t , |tq tajzrsm;u oiye;ay:wi csa&;yg/

jzpEiac&aom tajzrsm;

1/ - tu , í y#yuwp&y \ ori;aumi;wi vwu ao;crrsK; &cjci; or [w typwppr tjcm;typ wppo taumi;jycsursm; ay;ly; zEyaeron xy#yuu yr q;&m;rrsm; jzpvmEiayon/

- Zmwaumiwp0; \ aemucori;u o&em;vnjci; သည် ၎င်းတို့၏ လိုအပ်ချက်များ၊ ဖြစ်တည်မှုအမှတ်အသား o½yrsm;? pwez;rsm;u v n; aumi;pm o&apEiyg on/

- y#yuwp&ywi yg0iywo uaeaom Zmwaumi များက ၎င်းတို့၏ နောက်ခံသမိုင်းကြောင်းနှင့် အခြားသော Zmwaumiw \ aemucori;aumi;wtm; rno ½jrion qonu em;vnjci;u txitjri vrm;jci;rsm;Ei tjcm;aom y#yu Zpjrprsm;u qe;ppazmxw&mwi to;0ion/

- ori;u avvmunjci;tm;jzi? tx;ojzi owi;pmEi jy|me;pmtyrsm; uoaom pmty pmwr;rsm;wi wijyxm;on ori;rsm;u avvm unjci;tm;jzi y#yuEi tlur;zuru typ wpcr [w wpcu tm;ay;tm;ajrmu jylcyu o& Eiygon/

- ori;on Zmwaumirsm;u qe;ppazmxw&mwi? tx;ojzi ,ciu vspvsL½jci; cxm;c&aom t&Zmwaumirsm;u qe;ppazmxw&mwivn; rsm;pm to;0iygon/

2/ - y#yuwpc \ wnaom ori;aumi;ay:wi Zmwaumiwon oabmxm;wpcwn;&&e rjzpEi ay/ jzp&ywpc? tcseumvwpcEi ywou í Zmwaumiw \ ajymq? a&;om;rtay: rwnly; ori;aygi;rsm;pmvn; &Eiygon/

- Zmwaumi tm;v;u ori;jzp&y wpcwn;tay: oabmxm;wpcwn; &urnqv|i y#yuvn; jzpEiawmrn r[way/

လေ့ကျင့်ခန်း

- atmuygazmjyay;xm;aom Oyrm tcsejyrS0;u ausmi;om; rsm;tm; lun½apí ay;xm;aom ar;ce;rsm;u ajzqci;yg/

jZ0Ef;ald;&aom t ajzrsm;

1/ Zmwaumi (u)

2/ Zmwaumi (u) u jzp&y (2) Ei ywoui tjyloabm tjzp ojrie;vnon/ Zmwaumi (u) \ vrtoi; t0i;wi tvytui tcitvr;rsm;&ly; p;ym;a&; zUzl;w;wurlvn; &on/

Zmwaumi (c) u jzp&y (2) Ei ywoui tysuoabm tjzp ojrie;vnon/ Zmwaumi (c) \ vrtoi; t0i;wi v , , majr or;qn;rrsm;Ei tvytui tcitvr; q;½;rrsm; ulawlae&on/

3/ A;ccolrsm;u Zmwaumi (u) u]tlur;zuorm;} [ac:a0:orwon/ tlur;zuorm;won tjyprvlx tm; xcuysup;apcon twu tlur;zurlon v;0 vucEip&m r[wov usi0wyi;t&vn; rm; , i; on [Zmwaumi (u) u , lunon/

Zmwaumi (c) u A;ccolrsm;u]wu‹uvly&m;olrsm;}
ဟု ကင်ပွန်းတပ်သည်။ ဇာတ်ကောင် (ခ) က ၎င်းတို့သည် ၎င်းတို့
လူမျိုး ရှင်သန်ရေးအတွက် တိုက်ပွဲဝင်နေခြင်းဖြစ်ပြီး ၎င်းတို့
vlrsl;rsm; \ tcita&;twu umu , aejci; jzpaom alumi tlur;zurlon usL;alumi;civrl &ov usi0wyi;t&vn; reon [, lunon/

4/ Zmwaumi (u) Oya'opu axmucon/ Zmwaumi (u) u tqyg Oya'opon tE&m , &on [, lq&
သော လူများကို အပြစ်ပေးခြင်းအားဖြင့် ၎င်းတို့ လူမျိုးအတွက်
vlclr yr &vmaply; w&m;r|wrluvn; azmaqmiay;Ei on [, lunon/

လုပ်ငန်းများ – မီဒီယာတွင် ဖော်ပြခြင်း

rWo;&[/ /þvyie;\ &n& , csurm y#yu jzp&yrsm; u r' , mrsm;u rnuo a&;om;wijyluy? tqyg jzp&yrsm; Ei ywoui vlw\ ojriem;vnrtay: r' , mrsm;u rnuo vr;r;oua&murl &ywu o½yc qe;ppEi&e jzpon/

- jzp&y (4) Ei ywoui owi;aqmi;yg;wpy' a&;on [ausmi;om;rsm;tm; pwu;jria , mi lunci;yg/

1/ Zmwaumi (u) a&;om;rn owi;aqmi;yg;twu ay;rn acgi;p0u ausmi;om;rsm;tm; p0;pm;ci;yg/

jZ0Ef;ald;&aom t ajzrsm;

- tvylur;Oya' jy|me;vully;aemu &y&ma t;csr; vlclr&vmjci;/
- tlur;zuorm; axmucolrsm; tvylur;jzi jyp'Pa‹u;qy&jci;/
- w&m;r|waom Oya'rsm;jzi &y&ma t;csr; vlclr &vmjci;/
- အကြမ်းဖက်သမားများနှင့် ၎င်းတို့ကို ထောက်ခံသူများအား Oya'u xxa&mua&mu tjypay;jci;/

2/ Zmwaumi (c) a&;om;rn owi;aqmi;yg;twu acgi;p0u ausmi;om;rsm;tm; p0;pm;ci;yg/

jZ0Ef;ald;&aom t ajzrsm;

- ouao taxmu txm;rsm; r&b Eiiom;rsm; tjyp ay;c&jci;/
- tvylur;Oya'alumi vlen;pw\ tcita&;rsm; cs';azmuc&jci;/
- tlur;zurltwu tnw&Eiiom;rsm; jyp'P csrwc&jci;/
- Oya'u vlen;pvrs';rsm;tay: w&m;r|wrlr&jci;/
- Oya'opu vlen;pvrs';rsm;tm; tlur;zuorm; axmucolrsm; tjzp wqyuyjci;/

3/ owi;aqmi;yg;u jzp&ywpcwn;u a&;om;wijyjci; jzpygvlu owi;acgi;p0rsm; tb , alumi ujym;ae& onu ausmi;om;rsm;tm; aq;aE;ci;yg/

jZ0Ef;ald;&aom t ajzrsm;

- acgi;p0tm;v;on pwcpm;rljyi;xeaom pum;v; to;tEe;rsm; o;xm;on/
- Zmwaumi (c) a&;om;aom acgi;p0on vlen;p w\ xcuepemrEi cs';azmuc&rlwtay: tom; ay; azmjyxm;on/
- Epzupv;u wpzuuwpzu &mZ0wrl usL;veae lualumi; pypaeluon/
- acgi;p0trsm;pon]oi-A[jylpum;} rsm; tay:wi om tajccxm;on/

လှေ့ကျင့်ခန်း

- ausmi;om;rsm;tm; tcsejyr0;u avvmzw½apí ay;xm;aom ar;ce;rsm;u ajzci;yg/

  jzpfEdkifajc&aom tajzrsm;

1/ u/ qi [mv wi;&i;om;rsm;u tqyg owrwcsuu taumi;jricon/

   c/ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ၎င်းဗြိတိသျှ ကိုလိုနီတို့၏ အင်္ဂလိပ် bmompum;u tq;owapcly; qi [mv vr toi;t0i;twu tcitvr; yr &&vmapaom aluml jzpon/

   wr;vwi;&i;om;rsm;u tqyg owrwcsuu tq;jricon/ tb , alumiqaom o&vum vl0;a& \ 29 % &on vlrsl;w \ bmompum;u totrw rjylaomalumi jzpon/ tqyg owrwcsualumi wr;vwon tp;&½;Xme wm0e&olrsm; (ausmi;q&mrsm; tyg t0i)? &t&m& rsm;? wyrawmom;rsm;Ei quq&mwi qi [mv bmompum;uom to;jyl&awmrn jzpon/

2/ u/ qi [mvw \ ajymqcsu t& tr;orm;wppEi wr;v vlrsl; vueuuiwppon pmlunwuu r;½lly; Eiiwum \ tm½pur&atmi jylvycdu on[qon/

   c/ wr;vw \ ajymqcsu t& jynolpmlunwuu tp;&vueuui wyzlrsm;u r;½lcon[qon/

လုပ်ငန်းများ – ပျောက်ဆုံးနေသော ဖြစ်ရပ်များ

- ay;xm;aom aqmi;yg;u ausmi;om;rsm; tm; zw½ci; yg/

1/ ausmi;om;rsm; tm; 1983 cEp? Zvwiwi jzpym;caom vltpvu tlylvu owjzwrltalumi;u tusO;cslyo½yazm a&;om;aplly; y#yu tcsejyrsO; \ uuvy (u) wi jznci;yg/

- ausmi;om;rsm; taejzi t"ut, ltqrsm;u qe;pp azmxw&e tcutc&aeon qygu Zmwaumi wpO;O; \ tjri½axmi or[wawlBulcpm;rlw ygOi aom tyi;u &mazci;yg/
- a&;om;azmjycsurm;xr Zmwaumiw\ buvurrsm; u ay:viapaom pum;v;rsm;u ausmi;om;rsm;tm; qe;ppazmxwci;yg/

jzpEdkifajc&Sdaom ta&;tcif;rsm;

- wr;vo lyersm;on tp;&ppom;rsm;u wuculu ly; tqyg wucurlon tusO;axmirsm; txo yi u;puom;con/ tp;&Ei ppwyu t"u½P; u wm;q;&e Bulcpm;aeon wplylieuwn;wiyi wr;vvrsl;Ei qi[mv vlrsl;wlum; jzpym;aom tqyg tlur;zu t"u½P;on lrlUBu; lrlUi, tEo u;puysUEom;con/
- tlur;zurl tajctaeu zew;aom tlur;zu typw\ ajcuyae&mwpcu tp;&u wucu or;yuEicon/
- wr;vo lyersm;u tp;&ppom;rsm;u wuculu on/axmi tmPmyirsm;u wr;v tusO;om;rsm;u tjcm; tusO;axmirsm;o ajymi;a&U&eBulyr;csewi t"u½P; pwijzpym;awmon/wr;v tpe;a&mu rsm;u o&vumajrmuyi;u o;jcm;jyne, tjzp ay;&e awmi;qvmluon/

2/ ausmi;om;rsm;tm; jynwi;pp\ aemuq;aersm; talumi;u tusO;cslyo½yazm a&;om;ci;ly; y#yu tcsejyrsO; \ uuvy (c) wi jznci;yg/

jzpEdkifajc&Sdaom ta&;tcif;rsm;

- o&vumppwyon w&m;r0iA;rsm;u o;í t&yom;rsm;u owjzwcjci;jzply; owjzwc&ol trsm;prm trsl;or;Ei uav;i, rsm;jzpon/ ppwyu wr;vw\ ab;ui;cvl&mZeo A;Bu vuaomalumi vlaygi; 2000 ausm aoaluysup; c&on/
- tp;&wyzUrsm;on wr;v t&yom;rsm; yiqiaom trrsm;? aps;qirsm;Ei cvla&; ae&mrsm;pmu zsuq;
ခဲ့သည်။ ၎င်းတို့သည် အရပ်သားများကို အကြောင်းအရင်း
cicivv r&b owjzwclujci; jzpon/
- o&vumppwyon ab;ui;cvl&mZe twi;o ypcwwucucon/ t&yom;rsm;pm aoalu ysup;c&ly; trsm;prm trsl;or;Ei uav;i, rsm; jzpon/ vlowvueursl;pu to;jylcly; Oya' t& o;cir&aom vueursm;vn; ygOicon/ ab;ui;cvl&mZeon vlowui; jzpvmcon/

3/ ay;xm;aom ar;ce;rsm;u ajzqqci;yg/

jzpfEkdifaom tajzrsm;

u/ tv,wi jyxm;aom jzp&yrsm;on rnolbur rvub jzp&yu lum;ae tjrir a&;om;azmjy xm;jci;jzply; tcsu tvu ouououom wijy xm;jci; jzpon/

ငှင်းဖော်ပြချက်တွင် ဖြစ်ရပ်အပေါ် ဆင်ဟာလီနှင့် တမီးလ်တို့
\ u ,yi½axmijzi ziqwijyxm;jci;rsl;rsm; ryg0iay/

c/ tv,wi jyxm;aom azmjycsuon jzp&ytwi; Zmwaumiw\ awlBulcpm;&rrsm;u &i;jyajymqjci;

မျိုးများ မပါဝင်ပေ။ ဇာတ်ကောင်အသီးသီးတို့သည် ငှင်းတို့နှင့်
ငှင်းတို့၏ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းများက မည်သို့ ထိခိုက်နစ်နာခဲ့
on? rno tusl;tjrw &con qonwuom tajccí jzp&yrsm;u a&;om;azmjywwluon/ Zmwaumi to;o;won jzp&yrsm;twi; awlBulcpm;&yrsm; rwluay/ xalumi jzp&yrsm;u

ဖော်ပြသည့်အခါတွင် ဖြစ်ရပ်အတွင်း ငှင်းတို့ တွေ့ကြုံခံစားခဲ့
lu&on twi;om azmjyav &luon/

မြန်မာ့ရေးရာ

- ay;xm;aom pmy'u ausmi;om;rsm;tm; zw½ci;yg/

ငှင်းတို့ နားမလည်သည်များကို ရှင်းပြပေးပါ။

- ay;xm;aom ar;ce;rsm;u ajzqqci;yg/

jzpfEkdifaom tajzrsm;

1/ - azazm0g& 22 / / tp;&u ausmi;om;rsm;Ei &,c aom oabmwncsuu csl;azmujci;/

- rwv 5 / / ausmi;om;rsm;u q;avb&m;wi

စုဝေး၍ ငှင်းတို့၏ သွေးစည်းညီညွတ်မှုကို ပြသခဲ့ခြင်း။

- rwv 5 / / ausmi;om;rsm; \ lir;csr;pm qEjyaeri u tlur;zuErei;cjci;/

2/ - azazm0g& 14 / / tp;&u ynma&; jyljyiajymi;vri vyie;p0xwi ausmi;om;rsm; tm; yg0iciay;cjci;/

- rwv 5 / / qEjyausmi;om;rsm;u qEjyrrsm; &ywe&e jynxa&;0elu;Xme \ tus;oi talumi; oi awmi;qru tmcqeusijci;/

- rwv 10 / / &wyzU \ treay;ru tmc&i; qEjyolrsm; xcu'P&m &&jci;/

3/ - tqyg tcsejyrs0;on ausmi;om;rsm;bur axmuc a&;om;xm;jci; jzpon/

tb,alumiqaom ajymqo;Ee;aom a0g[m& to;tEe;rsm;wi tp;&rEpouaom to;tEe; rsm; yg0iaeon/ 0yrm - &eueu Yangon [ro;Ee;b Rangoon [o;Ee;xm;jci;/

- {&m0wowi;Xmeon jynya&mu vlxrsm;twu

ရည်ရွယ်သော သတင်းဌာနဖြစ်သည့်အတွက် ငှင်း၏ သတင်း
wijycsursm;on tp;&buxu ausmi;om;rsm; buoom axmuca&;om;r yrsm;Eion/

- tqyg tcsejyrs0;on ausmi;om;rsm; \ vly&m; aqmi&urrsm;uom aZmi;ay; a&;om;xm;aom alumi ausmi;om;rsm;buo axmucon [qEi on/

လုပ်ငန်းများ – ပဋိပက္ခ အချိန်ပြမျဉ်းတစ်ခု ဖန်တီးရေးဆွဲပါ

> ### oifMum;ÿ"Øif;ÿ"ifrSwfpk
>
> þ vyie;wi , cen;pep (y#yu tcsejyrsO; a&;qjci;) twu oiawmaom y#yuwp&yu ausmi;om;rsm; tm; a&;cs , ci;&rn jzpon/
>
> - oyrlu;ve;aom y#yuwpcu a&;cs , &e or[w ကြီးမားသော ပဋိပက္ခ ဖြစ်သော်လည်း ၎င်းအတွင်းမှ အစိတ် tyi;wp&yuom tm½pu a&;cs , &e ausmi;om;rsm; tm; wuwe;yg/ Epaygi; 50 ausmlum jzpym;vmc aom y#yujzp&y or[w rwujym;aom Zmwaumi 10 O;aum ygOiaom y#yursm;twu tcsejyrsO; a&;q&e Bul;pm;jci;on þae&mwi to;0irn r[wov jzpvn; jzpEirn r[way/
> - y#yu\ tBu;rm;q;aom jzp&yrsm;tay:wiom tm½ pu&e or[wy#yutwi; Zmwaumiwp0;ci;pu ta&;ygq;[, qxm;on jzp&yrsm;tay:wiom tm½pu&e ausmi;om;rsm;u wuwe;yg/

1/ ကျောင်းသားများအား ၎င်းတို့ သရုပ်ခွဲ ဆန်းစစ်လိုသော ပဋိပက္ခ တစ်ရပ်ကို အဖွဲ့လိုက် ရွေးချယ်ခိုင်းပြီး ၎င်းပဋိပက္ခအတွင်းမှ Zmwaumirsm;u qe;ppazmxwci;yg/

- ausmi;om;rsm;tm; t&Zmwaumirsm; tay:wir[wb t"uZmwaumirsm; tay:wiom tm½puci;yg/

2/ tqyg y#yuEi ywoufí ta&;ygaom jzp&yrsm;u ကျောင်းသားများအား စာရင်းပြုစုခိုင်းပါ။ ၎င်းဖြစ်ရပ်များသည် ten;q; Zmwaumiwp0;0;u ta&;ygon[, qxm;aom jzp&yrsm; jzp&rn/

3/ pm&uBu; wp&uay:wi ausmi;om;rsm;tm; a'gi vu tuu 3 uu qci;yg/

tv , uuwi Epzu Zmwaumi tm;v; vucEirn pum;v; to;tEe;rsm; (buvurlui;aom pum;v; rsm;) jzi tqyg y#yuu jzp&ytpO tvu csa&;ci;yg/

4/ b , butpe tuuwi Zmwaumi (u) u jzp&yrsm; tay: ½jriywu csa&;ci;yg/

- nmbutpe tuuwi Zmwaumi (c) u jzp&yrsm; tay: ½jriywu csa&;ci;yg/
- ausmi;om;rsm;taejzi tiwmeu? pmtypmwr;Ei သတင်းစာများကို လက်လှမ်းမီပါက ၎င်းအရင်းအမြစ်များကို u;um;to;jyÍí ar;ce;rsm;u ajzqci;yg/

5/ awUØ&csurm;u tzUtcsi;csi; Ei; , 0 avvmci;yg/ Zmwaumiw\ tjri½axmirsm;wi rnontcsu wuwnon? rnontcsuwu ujym;on qon u ausmi;om;rsm;tm; aq;aE;ci;yg/

ဆွေးနွေးချက်

- ay;xm;aom ar;ce;rsm;u ausmi;om;rsm;tm; tzUvu jzpap? wpwe;v;taejzijzpap aq;aE;ci;yg/
- atmuygtcsuwu axmujy aq;aE;yg/
  - ဇာတ်ကောင်အသီးသီးတို့သည် ၎င်းတို့၏ သမိုင်းကို အခြား owtm; wprsl;pajymqwijywwluon/ tm;v;u ၎င်းတို့၏ သမိုင်းကို အနာဂတ်မျိုးဆက်သစ်တို့အား နားလည်စေချင်ကြသည်။ အုပ်စုအသီးသီးက ၎င်းတို့၏ သမိုင်းများ လျစ်လျူရှုခံရမည်ကို စိုးရိမ်တတ်ကြသည်။ ထို့အပြင် ၎င်းတို့ typu rre[, qxm;aomtcsuwu vwu ,lunvucom;lurnuvn; p;&rluon/
  - y#yuori;rsm;on ouqi&m typwu ta&;yg on[,lun ,qxm;aom jzp&yrsm; or[w ၎င်းတို့အနေဖြင့် တရားမျှတမှု ရရှိင်ရန် ရှေးရှုသော ဖြစ်ရပ်များကိုလည်း ဖော်းပေး တင်ပြတတ်ကြသည်။ ၎င်းဖြစ်ရပ်များ on tjcm;Zmwaumirsm;twu 'avmu ta&;ygcsi rygayvrrn/
  - Zmwaumiwon jyóem&yrsm;u rwlnaom ori;½axmirsm;r lunaelurnqv()i ,aeacw tcsewivn; tqyg jyóem&ytay: oabmxm; wlnEilluvrrn r[way/ Oyrm - e ,ajrwpc wn;u Epaygi;rsm;pm p;r;xe;cslyvmcrEi ywoufí ZmwaumiEpzupv;u tlyl(itqi jii;caeluonqv()i tqyg e ,ajru p;r; xe;cslya&;upu appynEi;rl jylvy&e ,ae tcsetcgwivn; v , uEirn r[way/
  - y#yutay: xm;&aom rwlujym;on tjrioabm xm;rsm;on tqyg y#yuu jzpym;ay:aygaupaom rwlujym;on vtycsurm;? trwtom;o½yrsm;Ei pwez;rsm;u ay:viapygon/
  - rwlujym;aom tjri½axmirsm;on typwpc\ vyaqmicsuu rno em;vnEialumi;uvn; azmjyay;Eion/
  - owi;r' , mrsm;on rlumcPqov buvur rsm; &luon/ xalumi tcsUaom owi;pmrsm;? toviXmersm;? ½yoowi;Xmersm;on owi; talumi;t&mrsm;u to;csí ouqi&m typ to;o;u axmucay;luon/

- owi;r' , mrsm;u to;jyaom pum;v;rsm;Ei ½yyrsm;on jzp&ywpc or[w vrl typwpcEi ywoui vw vuc , lunom;yrsm; tay: rsm;pm oua&mu vr;r;r&on/
- r' , mrsm;on tc&Jaom talumi; t&mrsm;Ei ywoui owi;a&;om;wijyrn? rwijyrnu a&;c , wwluon/ xo jy/vyjci;onvn; rnon talumi; t&mu ta&;ygon or[w owi;jzpon [laom vw\ xijri , lqrl tay: oua&mu vr;r;r &on/
- pum;v;rsm;on pwcpm;rlrsm;? cpm;csu rsm;Ei wpyaeygon/ Oyrm - vlwpa , muu tlur;zu orm; [ac:qjci;Ei wu‹uvly&m;ol [ac:qjci; lum;wi ujym;jcm;em;csu Bu;Bu;rm;rm;&on/ pum;v;a&;cs , rlon typwpp tm; aumi;on? မကောင်းသည်ဟု ထင်မြင်ယူဆစေသည့်အပေါ်၌ များစွာ oua&mur &apon/
-]vlpwr&aom}?]puqy&&mz , }?] , wrmaumu uspaom} ponwuo pwcpm;rl jyi;xeaom pum;v;rsm;u o;Ee;jci;on vlwu a'govn; jzp? alumu&Urlvn; jzpapEion/ tqyg pum;v;rsm;u y#yu twi; yg0iaeaom typrsm; or[w tjcm;vlen;prsm; tm; O;wno;pon qv/i xtyptay: tlur;zuwucuEirl tvm; tvmrsm; yr jriwu vmapEion/

၅.၃ ပဋိပက္ခကို မြေပုံဖော်ကြည့်ခြင်း

အကြိုသင်ခန်းစာ

- ay;xm;aom ar;ce;rsm;u aq;aE;yg/ ausmi;om;rsm; \ t , ltq tajzrsm;u oiye;ay:wi cs&a&;jyyg/

ပြင်ဆင်ထားရမည့် အချက်များ

1/ - yr ao;i , aom vly*¾vcsi; y#yursm;Ei typcsi; y#yursm;wi rnolawu Zmwaumiawjzpon? ၎င်းတို့ကြား မည်သို့ ဆက်ဆံရေးရှိသည် ဆိုသည်ကို ပို၍ v , v , ulul o&Eion/

- yr Bu;rm;aom y#yursm; or[w Bu;rm;aom vueuuitypmrsm; or[w Eiirsm;lum; jzpym;aom y#yursm;wirl t"uZmwaumi? t& ဇာတ်ကောင်များကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ရန်နှင့် ၎င်းတို့ကြား quqa&;u em;vnEi&eyí cucEion/ tqyg Zmwaumirsm;wi wpzuEiwpzu xyaeaom &nre;csu ye;wirsm; &aeluov ½yax;aom ဆက်ဆံရေးများလည်း ရှိနေတတ်ကြပြီး ၎င်းတို့ အားလုံး on tcseumvtavsmu ajymi;vaeon oabm vn; &jyeon/

2/ - Zmwaumiw\ yg0iaqmi&urlr&b y#yuwp&y tq;owz&m rv , uay/ xalumi y#yuwp&y wi rnolawu Zmwaumiawtjzp yg0iywou aeov qonu o&z vygon/

- Zmwaumiwp0;on tjcm;Zmwaumiwp0;Ei aumi;reaom quqa&; &aumi; &Eion/ tqyg Zmwaumion quqa&; raumi;aom Zmwaumi rsm;lum; appynEi;ay;ol or[w Epzuowi; pum; zv , ay;olvn; jzpEion/

၃။ ဇာတ်ကောင်တို့ကြား ဆက်ဆံရေးကို နားလည်လျှင် ၎င်းတို့ lum; vyaqmiay;&e vtyon vyie; trl; tpm;rsm; ကိုလည်း သိရှိနိုင်သည်။ ဥပမာ – ၎င်းတို့ကြား ဆက်ဆံရေး on tlur;zurl yg0iaeonqv/i y#yu tq;owa&;twu yxrq; vyaqmi&rn tqi rm tqyg tlur;zurlu tq;owapa&; jzpon/ ၎င်းတို့ကြား ဆက်ဆံရေးသည် အကြမ်းဖက်မှုများ မပါဝင်ဘူး qv/i quqa&; w;wuly; y#yu tq;owap Eirn tjcm;en;vr;rsm;u &maz to;jy/Eion/ Oyrm - tqyg typrsm;lum; , lunrl wnaqmu ay;jci; or[w wpzu typtalumi; (Oyrm - ၎င်းတို့၏ လိုအပ်ချက်များ၊ စံတန်ဖိုးများနှင့် ဖြစ်တည်မှု trwtom;rsm; talumi;) u wpzuu yr o& em;vnatmi vyaqmiay;jci;wjzpon/

လေ့ကျင့်ခန်း

- auxmi;om;rsm; tm; y#yu ajryu lun½ci;ly; ay;xm; aom ar;ce;rsm;u ajzqci;yg/

taJzrsm;

1/ Zmwauxmi (u)

2/ rymmrwjy(y;aygi;jci;

3/ Zmwauxmi (u) Ei Zmwauxmi (*) w lum;wi; y#yu wpc&on/ tlur;zur wpcawm r [way/

4/ - Zmwauxmi (c) on lum;0iappyay;Eirn Zmwauxmi wpc r [wyg/ tb ,aluniqaom Zmwauxmi (c) on Zmwauxmi (*) Ei quqa&; r&aomaluni jzpon/

- Zmwauxmi (c) on Zmwauxmi (u) Ei quqa&; &on twualuni Zmwauxmi (c) on Zmwauxmi (u) u tu(;&aprn&v'rsm; xuay:ap&e vyaqmijci;jzi buvur &Eijy;? Zmwauxmi (*) twuawm xo jzprn r [way/

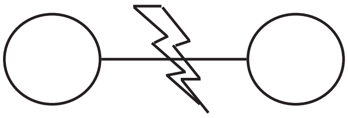
- Zmwauxmi (c) on Zmwauxmi (u) u vr;r; Eiacs &on twu Zmwauxmi (u) Ei Zmwauxmi (*) twuyg aygi;vuPmaqmion &v'rsm; xuay:vmatmi 0;wnapEiygon/

လေ့ကျင့်ခန်း

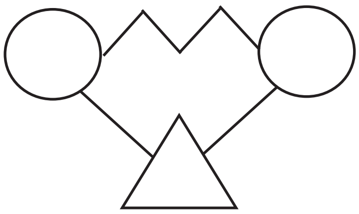
- ay;xm;aom Zmwvr;rsm;u auskmi;o m;rsm; tm; zwci; ly; wpa, muc i;p twu y#yuajryrsm; qci;yg/

  jzpEdkifajc&aom taZjzrsm;

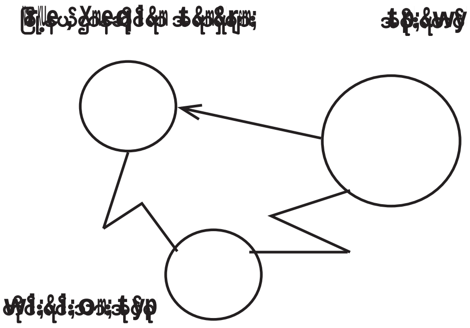
1/



2/



3/

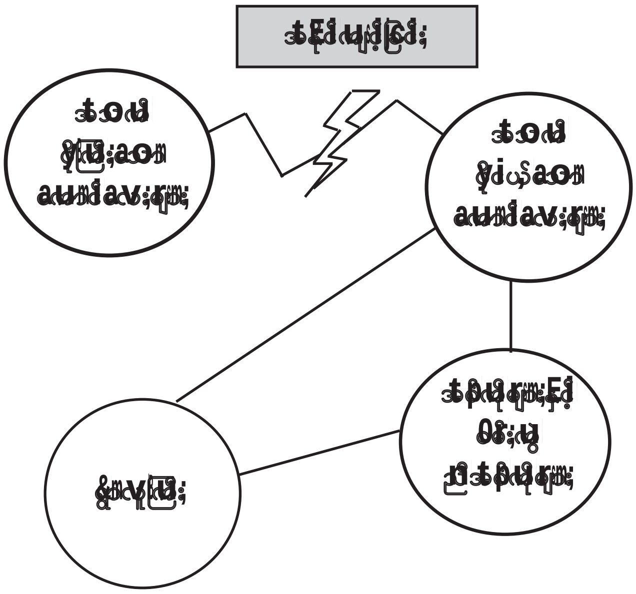


လုပ်ငန်းများ – ပဋိပက္ခမြေပုံ ရေးဆွဲခြင်း

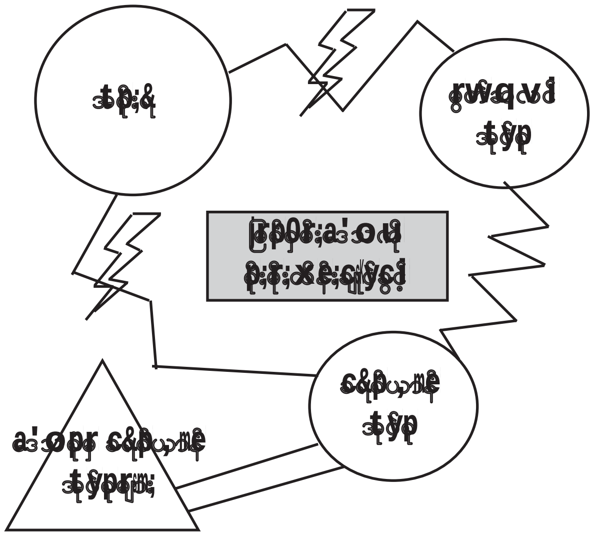
- ay;xm;aom Zmwvr;rsm;u auskmi;o m;rsm; tm; zwci; ly; Zmwvr;wpcc i;p twu y#yu ajryrsm; qci;yg/

  jzpEdkifajc&aom taZjzrsm;

1/



2/



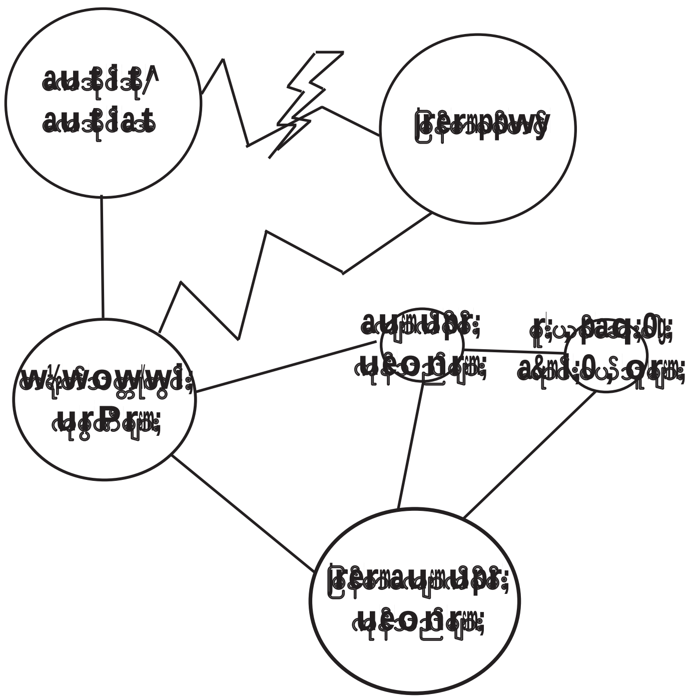
မြန်မာ့ရေးရာ

- ay;xm;aom pmy'u ausmi;om;rsm; tm; zw½ci;yg/ ၎င်းတို့ နားမလည်သည်များကို ရှင်းပြပေးပါ။
- ay;xm;aom ar;ce;rsm;u ajzqci;yg/

  jzpEdaic&aom tajzrsm;

1/ - ucsivwajrmua&; tzJ (au t i t)^ ucsivwajrmu a&; wyrawm (au t ia t)/
   - jrermppwy^ jrerm t p;&/
2/ w½wowwi;urPrsm;? tao;pm; jrermausmupr; ueonrsm;/
3/ - t&yom;rsm;rm ae&ypecm xuajy;ol'uon pce;rsm;wi aeae&on twu tqyg y#yuu tlur;zurygaom y#yu [, qEion/
   - typ&ypa&; oabmwnron 2011 wi ly;q; om;cly jzpon/ typtcw&yp&e oabmwxm;r r&awmaomalumi tqyg y#yuu tlur;zur ygaom y#yu [, qEion/
4/ aqmi;yg; \ tqt& tqyg y#yuu jzpym;ay:aygu apaom t"u talumi; t&i;rm - ausmupr;wi;rsm; xe;clyprci &&a&;Ei ausmupr;a&mi;&air &&aom tus; tjrwrsm;u xe;clyprEia&; jzpon/ tjcm;aom jy óemrsm; vn; ygon [qEion/
   - zu'& , pep t& obm0o , Zmw ca0a&;Ei ywou í oabmxm; uvrrsm; &aejci;/
   - w½wvuxr ausmupr;rsm;u awmi;qjci;/
   - w½w \ yg0iywour? jrermjynwi;a&;u w½wu 0ia&muvr;r;r/
   - uciEi jrermvueuuiwyrsm;^ wi;&i;om; vueuuiwyrsm; lum;umv&nlum ppyrsm; jzpvmcaom ori;aemuc&aejci;/
5/ ay;xm;aom pmy'yg tcsu t vursm;uom tajcc í y#yu ajrywpc ausmi;om;rsm; tm; a&;qci;yg/ jyiyr tcsu t vursm;? rru , yi xijri , qcu rsm; v;0rxnoi;&e oway; luyrwyg/

jzpEdaic&aom tajzrsm;



လုပ်ငန်းများ – ပဋိပက္ခမြေပုံတစ်ခု ဖန်တီးခြင်း

oif|um;jcif;qdkif&m rSwfpk;

- au;mi;om;rsm;tm; Bu;vn; rBu;? ½yvn; r½yax; ve;aom y#yuwpcu a&;c, ci;yg/
- tqyg y#yu\ tcseumvwpctwi;u jzp&y wpcwn;ay:wiom tm½puapz au;mi;om;rsm; အား လမ်းညွှန်ပေးပါ။ ၎င်းပဋိပက္ခသည် နှစ်ပေါင်းများစွာ &nlumconqv|i tpr tq;tx ajryqlun&e rjzpEiyg/ Oyrm - au;mi;om;wpa,muon 'w,urmpptalumi; y#yuajry qrnqv|i pptwi;u &upwpccuom a&;c,oion/ Oyrm - yvqyur; wucuc&rl or[w&eueu *syersm; or;yujci; jzp&ywu a&;c,ly; y#yu Zmwaumirsm;uvn; xae xtcseu &aecon yptwi; ajry qlunoiygon/
- au;mi;om;rsm;tm; wwEior| owi;t&i;tjrp အများအပြားကို ကိုးကားအသုံးပြုပြီး ၎င်းတို့ပဋိပက္ခမြေပုံကို a&;q&e wuwe;yg/
- ouqi&m y#yu\ yrmPEi½yax;rl tajctaeay: rlwnf ajryrsm;onvn; t&,tpm;Ei ½yax;rl twi;twmrm ujym;Eialumi; &i;vi;jyyg/

1/ au;mi;om;rsm;tm; y#yujzppO umvtwi; tcse wpcsecseu jzpysucaom jzp&ywpcu tzlvu a&;c,ci;yg/

2/ au;mi;om;rsm;tm; y#yu ajrywpcu rnon ½axmi u zew;csiov qonu a&;c, q;jzwci;yg/

- oiawmrn qygu a&;qol au;mi;om;rsm;u,wi သို့မဟုတ် ၎င်းတို့ အဖွဲ့အစည်းကိုလည်း အဆိုပါ မြေပုံပေါ်တွင် xnoi; a&;qci;yg/

3/ ajry a&;qaepOwi ay;xm;aom ar;ce;rsm;u tzlvu aq;aE;ci;yg/

- ကျောင်းသားများအား ၎င်းတို့ ပဋိပက္ခ မြေပုံများကို အတန်းသို့ wijyci;ly; aq;aE;rl &v'rsm;u &i;vi;wijyci;yg/

ဆွေးနွေးချက်

- ay;xm;aom ar;ce;rsm;u au;mi;om;rsm;tm; tzlvu jzpap? wpwe;v; taejzijzpap aq;aE;ci;yg/

jzpEiaC&aom taZrsm;

1/ **tm;omcsufrsm;**

- y#yuajryon t"uZmwaumirsm;Ei t&Zmwaumiwu qe;ppazmxway;Eily; lum;ae tzlvtjzpvn;aumi;? lum;0ijzeajzoltjzpvn; aumi; vyaqmi&mwi taxmutuljzpapygon/
- y#yuajryon Zmwaumiw\ quqa&;yprsm; u qe;ppazmxwEily; tqyg quqa&;rsm; w;wuatmi aqmi&u&mwivn; taxmuty jzpapEiygon/
- y#yuu tq;owzBul;pm;aeonqv|irnon Zmwaumirsm;u ulnyy;oion qonuvn; oitaejzi qe;pp azmxw&e y#yu ajryu taxmutuljzpapEion/
- y#yuajryon ,ciu roEicaom Zmwaumirsm; နှင့် ၎င်းတို့ကြား ဆက်ဆံရေးပုံစံကို ဖော်ပြပေးနိုင်သည်။ ၎င်းသည် ပဋိပက္ခ အခြေအနေတစ်ခုလုံးအား ခြုံငုံသိမြင် em;vnEirlu w;jriapEion/

tm;enf;csufrsm;

- y#yu ajryrsm;u ajrya&;qolrsm; vuvr;ron owi;tcsutvursm;ay:wiom tajccf a&;q Eion/ xalumi ajrywi owi;tcsutvuu tuetowjzi yg0iEion/ tm;v;ppvivi jyoay;Eiaom ajrywpcu a&;q&e rjzpEiay/
- y#yu ajryrsm;on ouqi&m Zmwaumi tm;v;u yg0ia&;qon qv|iawm rsm;pm to;0iayvr rn/ oaom xo jy|vyEi&erm rv,uay/ tb,alumiqaom Zmwaumi tm;v;u wpzu Zmwaumiwtm; quqa&;ypu xwazm ajymq vaomqE r&luacs/

2/ y#yu yrmP tay: rlwnygon/ ao;i,aom y#yu rsm;? vly*lvcsi; y#yursl;rsm;rvf t&Zmwaumi tm;v;uvn; y#yu ajryay:wi xnoi;a&;q&e jzpEirn r[way/ ajrya&;qjzppOwi vlrsm;rsm; yg0i avav? t"uZmwaumirsm;Ei t&Zmwaumi tm;v; ajryay:wi yg0ivm&e tvm;tvm yrsm;avav jzpon/

3/ - ဇာတ်ကောင်များသည် ၎င်းတို့ကြား ရှိနေသော ဆက်ဆံရေး yprm;u ½jri&mwi wpO;Ei wpO; ujym;jcm;em;Ei on/ Zmwaumi (u) on Zmwaumi (c) \ vr;r;ru c&aumi; c&aeEion? oaom tqyg ququa&;ypu Zmwaumi (*) u lunaom tcg r[mrwtjzpvn; jriaumi; jriEion/

- rwlujym;aom tjri½axmirm;rm ta&;þu;on/

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ၎င်းတို့သည် ဇာတ်ကောင်တို့ကြား &aecaom em;vnr vrm;jci;rm;u &i;vi;&e twujzpap? ,ciu Zmwaumi tcsi;csi;lum; &i;vi;pm rojricaom quE , csurm;? t , tq rm;u xwazmjyEi&e twujzpap? tci t vr;rm; jzpvmEion/

- ajrywpcu Zmwaumi ten;i , uom a&;qon qv\i Zmwaumi tm;v;lum; ququa&; yprm;wi ajryay:wi rm; , i;pm xi [yazmjyjci;rm; jzpvm Eion/

- buvur v;0r&aom y#yu ajrywpcu a&;q &erm rjzpEiay/ xo jzp&jci;rmvn; y#yu ajrywpcon a&;qolw\ tjrioabmxm;Ei ½axmirm;uom xi [yaern jzpaomalumi jzpon/ oaom y#yu ajrya&;q&mwi rwlujym; aom Zmwaumirm;rm; ygOiEiavav? buvur rm; en;vmavav jzpayvrrn/

၅.၄ – ပဋိပက္ခ ရေခဲတောင်

အကြိုသင်ခန်းစာ

- ay;xm;aom ar;ce;rm;u aq;aE;yg/ ausmi;om;rm; \ t , tqrm;u oiye;ay:wi csa&;jyyg/

jzpEdaq&aom taqum;

1/ y#yuwp&ywi ygOiywouaom Zmwaumiwon ၎င်းတို့၏ လိုအပ်ချက်များကို ပြောလေ့ သိပ်မရှိကြချေ။ အများ tm;jzi tqyg vtycurm;u rno jznqn;von qonuom azmjyajymqav &luon/ Oyrm - Zmwaumi wpO;u]usyw zu'& , jynaxmippepu vcsiw , } ဟု ပြောကောင်း ပြောနိုင်သည်။ ၎င်းသည် အမှတ်အသားသရုပ် vuPmEi vwvypm u , yi praqmi&uciqi&m vtycsuwjzpon/ zu'& , jynaxmip[lon tqyg vtycsurm;u Zmwaumirm;u jznqn;von en;vr;om jzpon/

2/ ဇာတ်ကောင်များက ၎င်းတို့ လိုအပ်ချက်များကို ဖြည့်ဆည်းရန် a&;cs , on en;vr;rm;on y#yu jzpvmapaom talumi;t&i;rm; jzpav&on/ trm;tm;jzi vtycsuwpcu jznqn;&e rwlujym;aom en;vr; trs;rs; &wwluly; Zmwaumiwp0;u a&;cs , vu aom en;vr;on y#yuu jzpapEionvn; &ov rjzpapEionrm;vn; &on/

လုပ်ငန်းများ – လိုအပ်ချက်နှင့် ရည်မှန်းချက်များ

1/ v tyc urm;u jznqn;ay;aom &nre;c urm;u ausmi;om;rm;t m; &mazazmxwci;yg/

jzpEdi faom &nre;c tajzrsm;

c/ rom;pap;qiu unvyuiay;a&; [aom rbw\ &nre;cuon tou&i&ywna&; v tyc uu jznqn;ay;ygon/

*/ &y&mbmoma&; vyie;rm;wi yg0iwua&mua&; [aom rbw\ &nre;cuon tye;ajz tem; , r v tyc uu jznqn;ay;ygon/

C/ oli , c i;rm;Ei tc euevejci; [aom q , aus ou om;? or;w\ &nre;cuon vwvypm &ywnaexi jci;^t o tjri u , 0jci;^tye;ajz tem; , r v tyc urm;u jznqn;ay;ygon/

i/ ynmquvuoilum;a&; [aom q , ausmou w\ &nre;cuon vwvypm &ywnaexir^ tjriyir v tyc urm;u jznqn;ay;ygon/

p/ tm;vyc ewi typua&; [aom q , ausmou om;or;w\ &nre;cuon vwvypm &ywn aexir^ tye;ajz tem; , r v tyc uu jznqn; ay;ygon/

2/ ရေခဲတောင်၏ တစ်ဖက်စီ၌ ကွက်လပ်ဖြစ်နေသော စတုတ္ထမြောက် v tyc urm;u ausmi;om;rm;t m; jznpuci;yg/

- ausmi;om;rm;taejzi &nre;cuwpcr [w wpcu v tyc uu rnuo jznqn;ay;Eiyu &i;jyEion qv i rnon tajzrI;rq vucEiz , &ygon/

jzpEdi faom &nre;c tajzrsm;

- &b / /q , aus ou om;? or;rm;u ap;qi tvyu 0i;ulvyay;jci;on rom;ptwu vavmuaom 0iaiu &&Eiaprn jzpaomaluni rbrm; \ vlc r v tyc uu jznqn;ay;Eiyg on/

- q , aus ou om;? or;rm; / /q , ausmou om;? or;won oli , c i;rm;Ei tc euev&i; tem; , tye;ajzjci;on rwaqoli , c i;rm; \ vvm;vucrEi tav;xm;ru &&aomaluni ငင်းတို့၏ ချစ်ခြင်းမေတ္တာ လိုအပ်ချက်ကို ဖြည့်ဆည်းနိုင် ygon/

jzpEdi faom &nre;c tajzrsm;

3/ rbwon &y&mbmoma&; tcr;tem;rm;wi tywp0 တက်ရောက်ခြင်းဖြင့် ၎င်းတို့၏ အပန်းဖြေ အနားယူမှု လိုအပ်ချက် u jznqn;luon/ q , ausmou om;? or;rm;ur ausmi;q i;c ewi oli , c i;rm;Ei twaelujci;? အိပ်စက်ခြင်းတို့ဖြင့် ၎င်းတို့၏ အပန်းဖြေအနားယူခြင်း လိုအပ်ချက် u jznqn;luon/

4/ rbEi q , ausmou om;? or;won v tyc urm; wnaeluonwi tqyg v tyc urm;u jznqn; aom en;vr;rm; ujym;aeluon twu y#yu jzpym; ရခြင်း ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့ကြား ဘုံတူညီနေသော လိုအပ်ချက်များကို jznqn;on en;vr;rm;on wpcEi wpc o [Zmw rjzpluac/ bmoma&; tcr;tem;rm; wua&mujci;Ei typujci;wu wpl y ieuwn; jy vyjci;jzi tye;ajz tem; , r v tyc uu jznqn;&erm rjzpEiay/ xo o [Zmw rjzpr u y#yuu ay:aygu apjci; jzpon/

5/ tu , í oli , c i;rm;u vn; bmoma&; tcr;tem;rm; u yg0iwua&muonqv i bmoma&; tcr;tem;u wua&mu&i; oli , c i;rm;Ei tc euevejci; tvy ကို တစ်ပြိုင်နက်တည်း ပြုလုပ်ရန် ဖြစ်နိုင်သည်။ ၎င်းသည် y#yuu ajz&i;Eirn tajzwpc [vn; qEion/

မြန်မာ့ရေးရာ

- ay;xm;aom pmy'u aus;ni;om;rsm;t m; zw½ci;yg/
  ငှင်းတို့ နားမလည်သည်များကို ရှင်းပြပေးပါ။
- ay;xm;aom ar;ce;rsm;u ajzqci;yg/
  jzBEl aj&&aom tajzrsm;

1/ တရုတ်သံရုံး၏ ရည်မှန်းချက်မှာ ငှင်းတို့ အမျိုးသားခေါင်းဆောင်
  u axmucalumi; jyo&e jzpon/ w½wvrs; toi;
  အဝိုင်း၏ ရည်မှန်းချက်မှာလည်း ငှင်းတို့ တရုတ်ခေါင်းဆောင်ကို
  axmucalumi; jyo&e jzpEion/ w½wvrs; toi;
  အဝိုင်း၏ ရည်မှန်းချက်မှာ ငှင်းတို့ နိုင်ငံ၏ နိုင်ငံရေး ယုံကြည်ချက်
  ကို ငှင်းတို့ကလည်း တစ်သားတည်း ရှိကြောင်းကို လက်ခံ
  totrwjyr &&&evn; jzpEion/

2/ t"u½P;wi yg0it‹uow\ &nre;csurm tp;&
  r0g'Ei Eiijcm;om; toi;t0i; Epcpv;tay: a'go
  jzpaealumi; jyo&e jzpEiygon/ t"u½P;wi yg0i
  t‹uowon Eiijcm;om; w½wrsm;tm; jrermEiiwi
  rvvm;alumi;u jyo&e Bul;pm;jci;vn; jzpEiygon/
  ငှင်းတို့သည် မြန်မာနိုင်ငံ၏ ဆန်ရောင်းဝယ်မှုနှင့် စီးပွားရေးကို
  xe;csy&e vr;r;Ei&e Bul;pm;jci;vn; jzpEion/

3/ w½wvyg&rsm;

- jzpwnrtrwtom;o½y
- tou&i&ywnr
- vwvypm &ywnaexir
- yg0iaqmi&ur
- xwazmjyor

t"u½P;wi yg0itjyqma&;

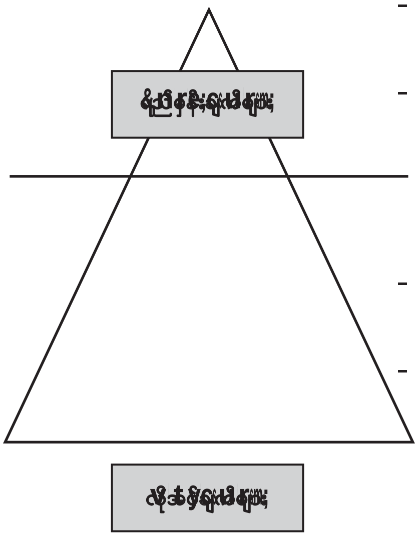
- jzpwnrtrwtom;o½y
- tou&i&ywnr
- vlc/r
- azmxwjyor
- vwvypm &ywnaexir

4/ jzBEl aj&&aom tajzrsm; (atmuwi lunyg)

5/ Zmwaumi to;o;w\ vtycsursm;u em;vnv\i
  t"u½P; rjzpatmi wm;q;aumi; wm;q;Eiayvr
  rn/ EpzuZmwaumirsm;wi bwnaom vtycsu
  rsm; &aeluon/ Zmwaumi to;o;wu þ tcsuu
  p0;pm;rrnqv\i qejywvwrjyó emu tlur;rzu
  en;jzi ajz&i;Eirn en;vr;u &mawlaumi; &mawU
  Eion/ arm&ix;rsm; wyqi&jci;Ei xo rwyqi&e
  wm;jrpjci;w\ aemuu, r talumi;t&i;rsm;u
  ဇာတ်ကောင်အသီးသီးက သိရှိနားလည်ခဲ့ကြမည်ဆိုလျှင် ငှင်းတို့
  on xo rjyrb tjcm;en;wpccjzi jyrraumi;
  jyrcluayvrrn/

jrefrm | w½wf

- qea&mi;0, a&; vyie;rsm;u tp;&
  r reuepm prcecap&e/
- jrermjyna&mu w½waus;mi;om;rsm;
  u 0u|armtm; axmucjci;r
  wm;q;&e? Eiijcm; wi;jynwpc\
  trs;om;a&;0g'u jrermjynwi
  jyó emwp&y jzprvmapz wm;q;&e/
- tou&i &ywnr (pm;ey&um
  0, , pm;o;&e wwEijci;)/
- vwvypm &ywnaqmi&ur (p;ym;
  ရေးကို ထိန်းချုပ်ရန်နှင့် ငှင်းတို့ နိုင်ငံတွင်
  qersm;u rrww a&mi;csapz
  xe;alumi; luyrw&e)/
- vlc/r (jrermEii\ titm;Bu;
  တိုင်းရင်းသားလူမျိုးအဖြစ် ငှင်းတို့၏
  jzpwnrtrwtom;o½yu xcur
  r&ap&e)/



- qeaps;uuEi qea&mi;0, ru
  xe;csy&e/
- 0u|armu axmucí w½wtrs;om;
  a&; pw"mwu jyo&e/
- ငှင်းတို့ နိုင်ငံ၏ နိုင်ငံရေးယုံကြည်ချက်ကို
  ငှင်းတို့ကလည်း ထပ်တူယုံကြည်ကြောင်းကို
  vuctotrwjyr &&&e/
- tou&i&ywnr (qea&mi; í
  touar;&e)/
- ထုတ်ဖော်ပြသခြင်း (ငှင်းတို့နိုင်ငံ၊ ငှင်းတို့
  acgi;aqmiu u, pm;jyaom oauw
  tm; vlo&ilum; xwazm wyqi
  jci;)/
- trwtom;o½y (w½ww\ trw
  tom;o½yEi jynya&mu w½ww\
  wpom;wn; quE, ru jyo&e)/

လုပ်ငန်းများ – ပဋိပက္ခ ရေခဲတောင်တစ်ခု ဖန်တီးခြင်း

> **oifjyifqifxm;&ef vdktyfonfrsm;**
>
> - tcseumv wawmi;aom y#yursm; or[w &nlumaom y#yuwp&ytwi;r umvwpcu ausmi;om;rsm; tm; a&;c,ci;yg/
> - ZmwaumiEpO; &i;&i;vi;vi; ygOiaom y#yursl; u a&;c,ci;yg/ Zmwaumi trsm; tjym; ygOiaom y#yursl;u yq&e rv,uEiyg/
> - ကျောင်းသားများအား ၎င်းတို့ ဇာတ်ကောင်များ၏ လိုအပ်ချက် Ei &nre;csursm;u &maz azmxwEi&e jyiy owi; tcsutvursm;u jzpEiv|i u;um;to;jyl&e wuwe;yg/

1/ ausmi;om;rsm;u Epa,muwpw way;ly; y#yu wp&yu a&;c,apí t"uZmwaumiEpO;u qe;pp azmxwci;yg/

2/ ausmi;om;rsm;tm; Zmwaumi to;o;\ &nre;csu များကို စာရင်းပြုစုစေပြီး ၎င်းတို့ကို ရေခဲတောင်တွင် ဖြည့်စွက် a&;om;ci;yg/

3/ ausmi;om;rsm;tm; &nre;csuwpccsi;pEi uunrn vtycsursm;u qe;ppazmxwci;yg/ Zmwaumi EpO;pv;twu wnaeaom vtycsursm;u t"u xm;í azmjyci;yg/

4/ ZmwaumiEpO;pv;\ bvtycsursm;tm; jznqn; ay;Eirn ajz&i;aqmi&uen;rsm;u pm&i; jylpci;yg/

5/ နှစ်ယောက်တစ်တွဲအလိုက် ကျောင်းသားများအား ၎င်းတို့၏ y#yu a&cawmiu twe;o wijyaq;aE;aply; jzpEi aom ajz&i;en;rsm;u &i;jyci;yg/

ဆွေးနွေးချက်

- ay;xm;aom ar;ce;rsm;u ausmi;om;rsm;tm; tzlvu taejziizpap? wpwe;v; taejziizpap aq;aE;ci;yg/

jzpEiaclaom tajzrsm;

1/ - Zmwaumirsm;u vcion[ajymqaomt&mrsm; မှာ ၎င်းတို့ လိုအပ်ချက်များကို ဖြည့်ဆည်းမည့် နည်းလမ်းများ om jzpalumi; y#yu a&cawmiu ulEywu o& apon/

- y#yu a&cawmion &nre;csuEi vtycsursm; u o;jcm;p cxwjyay;on/

vtycsursm;u qe;ppazmxwEia&;on rsm;pm ta&;Bu;on/ tb,alumiqaom y#yuwp&y twu Epzupv;u vucEirn ajz&i;en;u &mazluontcg tqyg vtycsursm;u xnoi; pO;pm;&e vtyvmaomalumi jzpon/

- Zmwaumiajryay:r Zmwaumirsm;uom lun½ v|i y#yuu ajz&i;&e cucEiygon/ Zmwaumi w\ vtycsursm;u lun½jci;uom EpzuEi ajz&i;en; or[w appynEi;jci; tajzwu &maz&e yí v,ulrn jzpon/

- Zmwaumiw\ vtycsuu em;vnojriv|i ရည်မှန်းချက်များနှင့် ပတ်သက်၍ အဘယ်ကြောင့် ၎င်းတို့ jyi;jyi;xexe c,uipxm;&alumi;u yí v,ulpm em;vnEirn jzpon/

- ygOiywouaeaom Zmwaumirsm; taejzi tjcm; ဇာတ်ကောင်တို့၏ လိုအပ်ချက်ကို သိရှိခြင်းသည် ၎င်းတို့ &nre;csursm; ouou em;axmi&jci;xu ပို၍ ၎င်းတို့ အခြေအနေအပေါ် စာနာနားလည်မှု ရှိလာစေ Eion/

- ZmwaumiwpO;\ vtycsursm;u em;vnv|i tqyg vtycsursm;uyi tjcm; Zmwaumirsm;Ei y#yu rjzpapb jznqn;Eirn tjcm;&nre;csu rsm;u tBujyl ajymqjy&e jzpEiygon/

2/ - y#yu a&cawmien;pep\ tm;en;csurm vtycsuwpcwn;uom xnoi; pO;pm;&jci; jzpon/ y#yuwp&yEi ywouí tjcm;ro& ao;aom talumi;t&i; Zpjrprsm;vn; &Eiygao; on/ Oyrm - pwez;rsm;? trwtom;o½y? ori; aemuc ponw jzpon/

- &nre;csursm;Ei vtycsursm;lum; quE,ru &maz&e tlrwr; rv,uEiontwuvn; y#yu a&cawmien;pepu tm;en;csu &on[ဆိုနိုင်သည်။ တစ်ခါတစ်ရံ ဇာတ်ကောင်တို့သည် ၎င်းတို့ vtycsursm;u xxa&mua&mu jznqn;ray;Ei rn &nre;csursm;u a&;c,wwlujci; or[w vtycsuwpcuom jznqn;Eiaply; tjcm; vtycsuwpc jznqn;a&;twurl twm;tq; jyejzpaeaom &nre;csursm;u a&;c,jci;rsm;vn; &wwluon/ umv&nlumaom y#yursm;twu rl y#yu a&cawmien;pepu to;jyl&e cucEi on/ tb,alumiqaom &nre;csursm;Ei vtycsursm;on y#yujzppO umvwpav|mu ajymi;vEion oabm&aomalumi jzpon/ jzppOumvBu; wpcv;xr umvwpctwi;u jzp&yuom a&;c,ly; y#yu a&cawmien;pepu to;jylz ta&;Bu;ayon/ y#yu a&cawmien; pepu o;í umv&nlum y#yuBu; wpcu o½yc qe;ppz&m rjzpEiay/

နိဂုံးချုပ်

အကောင်းဆုံးနည်းစနစ်ကို ဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ခြင်း

1/ ay;xm;aom Zmwvr;rsm;u ausmi;om;rsm;tm; zw½
ci;yg/

- y#yuwp&ycsi;pu o½ycqe;pp&mwi to;t0iq; jzprn en;pepu ausmi;om;rsm;tm; qe;ppa&;cs, ci;yg/

2/ a&;cs, vuaom en;pepon ouqi&m y#yu Zmwvr;twu tb,aluni toiawmq; jzpon qonu ausmi;om;rsm;tm; &i;jyci;yg/

taMumi;

u/ y#yu a&cawmi&en;pep - on ,c y#yuu em;vnatmi Bul;pm;&mwi taxmutul jzpapyg on/ tb,aluni qaom Zmwauniw\ vtycsursm;u &i;&i;vi;vi; rawU&aomaluni jzpon/ ,c tajctaewi Zmwauniwon ၎င်းတို့၏ ရည်မှန်းချက်များအပေါ်တွင်သာ အာရုံစိုက်နေ lujci;jzply; xo jyKraejci;on y#yuu t&e avsmusapEirn r[wov ajz&i;Eirnvn; r[way/ ,c y#yutwi;& Zmwauniw\ vtycsursm;u qe;ppazmxwEijci;on Zmwauniwtm; a&Gwpvr;wuí vly&m;aqmi&u Eiap&etwuvn; taxmuty jzpapygon/ vu&tajctaewi Zmwauniwon wpzuEi wpzu vtycsursm; ulnjznqn;ay;a&;u ငြင်းဆန်ပိတ်ပင်နေကြသည်။ ထို့ကြောင့် ၎င်းတို့ လိုအပ်ချက် rsm;u qe;ppazmxwjci;on tqyg y#yuu uiw,ajz&i;Eirn tjyloabmaqmiaom r[mAsL[mvn; jzpayvrrn/

c/ y#yuajz&Sif;jci; - ,c y#yuwi rwlnaom Zmwaunirsm;pmwu yg0iywouaeon/ tcsKU Zmwaunirsm;u t"uae&mwi &aelulvy; tcsKU Zmwaunirsm;u t&ae&mwi &aeluon/ y#yu ajryu Zmwaunirsm;lum; &aeon quE,rlypu &i;&i;vi;vi; azmjyEiayvrrn/ Zmwaunirsm; lum; &aeaom ququa&;ypu o&xm;jci;on tem*wwi y#yut&e jriwurvmap&e uln wm;q;ay;Eiygon/

*/ y#yu a&&SnfwnfwHhrI - ,c y#yuon tcseumv tawmlum jzpym;vmcaom y#yursl;jzpon/ xaluni jzpysucrrsm;tay: Zmwauniwurno em;vnxijriov qonu em;vnEiapz twu y#yu tcsejyrs0; en;pepu rsm;pm to;0ion/ ,c y#yuwi Zmwauniwon ဖြစ်ပျက်နေမှုများနှင့် ပတ်သက်၍ ၎င်းတို့ တစ်ထစ်ချ aw;xi, qxm;csursm; tay:wiom tajccly; wpzuEi wpzu wjyeaeluonjzp&m wpzu Zmwauni\ jyKraqmi&uaerrsm;u tjcm;wpzu Zmwauniu rnuo vrm;pm em;vnaeov qonu &i;&i;vi;vi; azmxwjy&etwu qvli y#yu tcsejyrs0; a&;qon en;pepu taxmutul jzpapygvron/

အပိုဖြည့်စွက်ရန် လုပ်ငန်းစဉ် – သင်ကိုယ်တိုင်၏ ပဋိပက္ခကို သရုပ်ခွဲ ဆန်းစစ်ခြင်း

1/ ausmi;om;rsm;tm; tzUrsm; zlay;í y#yuwp&ypu tzUtvu a&;cs, ci;yg/

2/ rrw a&;cs, vuaom y#yuwp&ycsi;pu o½yc qe;pp&mwi to;t0iq;jzprn en;pep (y#yu tcsejyrs0;? y#yu ajryEi y#yu a&cawmi) rsm;u ausmi;om;rsm;tm; tzUvu qe;ppazmxwci;yg/

3/ ကျောင်းသားများအား ၎င်းတို့ ပိုမို နားလည်လိုသော ပဋိပက္ခ jzp&ytwu y#yu tcsejyrs0;? y#yu ajryEi y#yu a&cawmirsm;u tzUvu a&;q zew;ci;yg/

4/ aq;aE;wijyrl jyKvy&e ausmi;om;rsm;tm; jyiqi ခိုင်းပါ။ ၎င်းတို့၏ ဆွေးနွေးတင်ပြချက်များတွင် အောက်ပါ tcsursm; yg0i&rn jzpon/

u/ y#yu taluni; tus0;csjyazmjycsu

c/ a&;qaomyEi ywoui azmjycsu

*/ ouqi&men;pepu a&;cs,&on taluni; t&i;Ei tqyg en;peprwpqi rrw o&v aom tcsutvursm;taluni; &i;vi;azmjy csu/

နောက်ဆက်တွဲ

þ tyi;wi oice;pmrsm;u avusi&etwu rwLul;Eiaom oiaxmuul vyie;o; pm&ursm; yg&ygon/ oi½;wi yg&aom oabmw&m;rsm;Ei en;pepyi;qi&m uRr;usirrsm; twu tyjznpu avusice;rsm;Ei v tyaom aemucowi; tcsu tvursm;uvn; xnoi;ay;xm;on/

oifcef;pm acgif;pOf 1.1? pmrsufESm (6 r S 9 xd) y#yuEi tqifrsm;

vuf&Sd tajc tae;tvm;rsm; y#yu

ငြင်းပဋိပက္ခသည် အုပ်စုနှစ်ခု သို့မဟုတ် နှစ်ခုထက်ပိုသော အုပ်စုများ
lum;wi tptzJUtrwtom; o½yvuPmrsm;ay: talumi;
cí jzpym;ay:aygu aom y#yursdK;jzpon/ vlrl toi;t0i;
csi; y#yuwi yg0iywoua eaom vlwon rrw typ
Ei tjcm;vlrl typwu jyi;jyi;xexe cjcm;½jriww
owrwwwluon/ xo jyKvy&mwi typwpzuEi
wpzulum; ujym;ru tvetul ajymqwwluly; rr
typwi; wlnruvn; csKum; ajymqwwluon/]&e-ig
pw"mw} jyi;xer jzpon/ 0yrm tm;jzi a'owpctwi;
rlvaexivmcolrsm;Ei topa&mu&ol vlopr sm;lum;wi
&aom jcm;em;rl tajctaersK;jzpon/ tqyg cjcm;rlon
touar;0r;alumi; vyie;ay: talumi;jyKívn;
ay:aygu Ei on/ trsm;tm;jzi vlrl toi;0i;csi; y#yuw
on bmoma&;? vlrsK;a&;w tay:wi tajccav&on/

Eiiwlsm; y#yu

vlrl toi;t0i;csi; y#yursm;wi rnon Zmwaumi?
rnon vueuuiwyzJUur tajctaeu rxe;csKyEi
luay/ tqyg y#yuwi yg0iaom Zmwaumiwon
Eiiawm tzJUtpn;r r[waom Zmwaumirsm; jzpluly;
Eiiawm tzJUtpn; (tp;&? &wyzJU? ppwyEi w&m;½;
rsm;) rsm;on rnonbur rvub lum;aetjzpom
&ywn&on/ oaom Eiiwi; y#yursK;wirl Eiiawm
tzJUtpn;rsm;on Zmwaumiwp0;tjzp yg0iywouvm
on/ tqyg y#yursK;on vltzJUtpn;twi;r bu;rm;
aom vlrl typwEi Eiiawm tp;&wlum;wi jzpym;
ay:aygu wwaom y#yursK; jzpon/ Eiiawm tp;&
qonu ppwy? &wyzJU? axmuvr;a&;Xmersm;Ei
w&m;½;rsm;u u , pm;jyKxm;on/ Eiiawm tp;&Eijzpaom
y#yuwi yg0ion Eiiawm tp;& tzJUtpn;r [waom
typrsm;u Eiia&;vly&m;rl or[w vlra&;vly&m;rl [
qEion/ 0yrm - tlur;rzu jynoltitm;u to;
jylly; 1983 wi zm'eerm;up \ tmPm&itp;&u jzlwcs
caom zvpyi jynoltmPm vly&m;rrsK; jzpon/ xuo
ပဋိပက္ခမျိုးတွင် အကြမ်းဖက်မှုပါသည် ဆိုပါက ငြင်းကို ပြည်တွင်းစစ်
[ac:on/ 0yrm - o&vumwi qi [mvvrsK;w bu;p;
aom Eiiawm tp;&u vlen;p wr;vvlrsK;rsm; tay:
zEycsKycs , aeon tajctaersK; jzpon/ tqyg jynwi;
ppon wr;vusm;olyersm;u qi [mvppwyu 0ia&mu
wucuconrm 1983 cEpr 2009 cEp t x &nlumcon/
, ae urmay:wi jzpym;aeaom vueuui y#yu trsm;p
rm vlrsK;a&;? bmoma&;? o , ZmwEi Opm"e jy ó emrsm;
tay: talumi;cjzpym;on jynwi;pprsm; jzpon/

tjynjynqif&m y#yu odkU r[wf Eiiuvsm; y#yu

tjynjynqi&m y#yursm;rm EpEii or[w EpEii txu
yaom Eiirsm;lum; jzpym;on y#yursK; jzpon/ Eiirsm;
wi vlO;a&yrmP bu;bu;rm;rm; &wwluon twu
tjynjynqi&m y#yursm;u oua&muaom vlO;a&yrmP
rm tvebu;rm;on/ tjcm;aom y#yursm;u oyi
tjynjynqi&m y#yursm;wivn; tlur;zurl yg0ion
vn; &ov? ryg0ionrsm;vn; &on/ Eiilum; jzpym;
aom tlur;zu y#yuu]pp} [ac:on/]pp} [on
Epc or[w Epcxuyaom tp;&rsm;lum; pepwus ppO
wuculuaom ppyrsK;jzply; vaygi;? Epaygi;rsm;pm &nlum
wwí vlaygi;rsm;pm aoaluysup;lu&on/ y#yursm;u
tlur;rzuen;jzi ajz&i;&eEi aumi;reaom quqa&;
xm;&Ei&etwu Eiitrsm;pon wpEiiEi wpEii
owrequqa&;u quvu xe;or;xm;wwluon/
o½;[lon Eiijcm;wi;jynwpcwi tlrwr;xm;&aom
owrequqa&;Xmewpc jzpon/ o½;rsm;on tr&i
EiiEi {non Eiiwlum; xawJquqa&; wm0eu
xr;aqmiay;on/ Eiirsm;on jy ó emrsm;u yr bu;xm;
rvmci o½;rsm;rwpqi ajz&i;av&on/ tjynjynqi&m
y#yursm; \ jy ó em talumi;t&i; trsm;prm yieu
e , erwjy ó emEi ueo , a&; jy ó emrsm; jzpon/ EpEii
or[w EpEiixuyaom Eiirsm;on e , ajrwpcwn;u
yiqivluon tcgrsK;wi e , ajryieuqi&m y#yursm;
ay:aygu vmwwon/ tqyg y#yursm;u e , erw
ပဋိပက္ခများဟုခေါ်သည်။ အကြောင်းမှာ နိုင်ငံများသည် ငြင်းတို့ကြား
e , erwrsO; owrw&eae&mEi ywouí oabmxm;
uvluaomalumi jzpon/

- tE , Ei ygupwewon tE , ajrmuyi;Ei ygupwe
  awmiyi; EpEiilum;wi wn&aom uw&r; , m;a'o
  Ei ywouí o;bur ppjzpcon/ tqyg y#yurm
  , ae tcsetx quvu &aeq jzpon/
- awmiw½wyiv , twi;& yg&mq , ue;prsm;u w½w
  jynolorwEii? xi0rEiiEi A , uerEiipon
  Eiio;Eiiwu yiqialumi; ajymqaeluon/ vu&
  tcsewi tqyg ule;prsm;u w½wEiiu xe;csKyxm;
  vsu &aomvn; A , uerEi xi0rwu yiqirlu
  quvu awmi;qaeluq jzpon/
- အီကွေဒေါနှင့် ပီရူးနိုင်ငံတို့သည် ငြင်းတို့ နှစ်နိုင်ငံနယ်စပ်တွင်
  wn&aom pw&e;u vrwm 500 {& , mEi ywouí
  1941 cEpr pwium ppyo;bur jzpym;cly; aq;aE;
  nEi;rlrsm;rmvn; tburaygi;rsm;pm jyKvycon/
  tqyg e , ajru wpEiiwn;u tv;p ryiqialumi;
  Epzupv; em;vnoabmaygucon tcgr jy ó emu

ဖြေရှင်းနိုင်ခဲ့တော့သည်။ ၁၉၉၈ ဆောင်းဦးရာသီတွင် ၎င်းတို့
EpEiion lir;csr;a&;pmcsKy csKyqcJulkyf; tqyg
e,ajruvn; EpEiipv; yiqiaom obmOO,smO
tjzp owrwvuluon/

- ueo,a&; y#yursm;on ryici Oya' or[w ueo,a&; twm;tq; owrwcsursm;pon talumi; t&mwEi ywouí EpEiilum; oabmxm; uvluon tcgay:aygu vmwwon/ Oyrm - tar&uejynaxmip Ei w½wEiiwlum;wi vu&jzpym;aeaom ryici Oya'qi&m tjii;ym;rjzpon/ tar&ueEi taemu Eiirsm;wi *w? ½y&iEi uejyLwm aqmzOvrsm;u aumyu;í a&mi;csjci;tm; wm;jrpxm;on/ xalumi အဆိုပါ နိုင်ငံများတွင် ၎င်းထွက်ကုန်များသည် ဈေးနှုန်းအနည်း i,rjzi vwi;aumyu;í a&mi;csEiaom w½wEiiEi (jrermEii) rmxu yí ap;&u;luon/ tar&ue ကုမ္ပဏီများသည် ၎င်းတို့၏ ဂီတ၊ ရုပ်ရှင်နှင့် ဆော့ဖ်ဝဲလ်တို့ကို w½wEiiwi a&mi;cí yuq&,vaomaluni w½w tp;&tm; tqyg p'acrsm;Ei 'A' tacrsm; aumyu;í a&mi;csaejci;wu wm;jrpay;&e awmi;qaeluon/

o½cf&;pm aC;½I;p9f 1.3? pmr;uE¿m (12 r 14 &) y#yuÜrm;twå;r Zmwaumírm;

vloywl y#yu \ t"ym, ziqcu tajrmu tjrm; &cz;on/ , i;t"ym, ziqcurm;on rwln ujym;jcm;em;aom Zmwaumi \ &nre;curm;u 0;wnon/ wcUon ½;&i;ly; wcUrm ujym;aomvn; wjcm;wi yí x;jcm;ly; ½yax;von/

y#yu \ aumi;jci;? q;jci;u aw;yg/ ujym;jcm;em;aom aw;ac:, qcurm; pw0ipm;rrm; rnon y#yu twu t"ym, qvcu - ujym;jcm;em;r ... urmay:wi&aom y#yuuo uEyw ra&mivEiouo uEyw vyoion? xion? to;jylon pojzi crwaern tpm; uEywtwu tu;oua&mur&&e jylvyoiygon/

ar&yu(c)uz(v)vy(w) 1925

y#yuon ae&mwpcowrwly; trm;qEEi rwlnEirjzpaom tzUtpn;wi; \ pwqErm;Ei tem*wtvm;tvm&aom tzUtpn;rm; \ rwlnEir A[owtay: , Oylirtajctaewp&yuo owrwaumi; owrwEion/

tueey(w) 8;b;wd 1962

y#yuon typEpc (or[w) typrm;wi rwlnaom &nre;curm; &aeluon[xiaeluorm;lum; quE , rwpcyi jzpon/

v;0v(p)*&1;bu(c) 1973

y#yuon rwlnaom pw0ipm;r typrm;lum; rwlujym;jcm;em;aom jylrvyaqmicu jzpon/

$1ba&1; 1983

y#yu vyaqmicuon xcuv , aom typEpc \ tajctaewp&yay:wi wppwp0;u xcuv , aom vyaqmicujzi tjcm;wpa , mu \ xcuv , aom vyaqmicuu twutcjyluon/

yvyvz(w) 1999

vlra&;Eiqiaom y#yuon Zmwaumirm; (wp0;ci;tvu? typtvu? tzUtpn;tvu ponjzi) lum; ten;q; Zmwaumiwpa , muon rwlujym; jcm;em;aom taw;tac: , qrrm; tajrmtjrirm;Ei (or[w) pwcpm;rrm;Ei (or[w)&n& , curm;Ei Zmwaumirm; tawUtulomjzply; xen;vr;wpcuo o \ , qcurm; taumitxnazm vyaqmicuEi wjcm;Zmwaumirm;jzi [ewm;r pwqErm;/

z&&(3)&p(c)*vy(p8) 2004

oifcef;pm acgif;pOf 2.2 pm;yGJcef; (29 r 30 xd) tcsKyfcH&olrsm;\ tusyftwnf; (Prisoner' Dilemma)

teEi teu [aom oice;pmavu'ia&; vyie;on tcsKyfyom; tlluytwn; (Prisoner' Dilemma) *r;ay:wi tajcc ထားသည်။ ၎င်းဂိမ်းသည် ကျွန်ုပ်တို့အနေဖြင့် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မလား၊ အနိုင်ယူမလားဆိုသည့် အခြေအနေမျိုးကို tlluytwn;qi&m azmjrLvmjzpon/

þ tlluytwn; tajctaerS;wi upm;olwon wpu , &n tusl;p;ym;uom a&;½pO;pm;í u , twu trwrsm;Eior, rsm;rsm; &&a&; twuom vyaqmirn qygu &&rn &v'u taumi;r&Eiay/ atmuygZ , m;on tcsKyfyom; tlluytwn; *r;u azmjyav&aomZ , m; jzpon/

	upm;orm; (u)	
upm;orm; (c)	te	teu
te	3^3	0^5
teu	5^0	1^1

oiu , oi upm;orm; (u) [pwul; , Olunly; u'wpc a&;cs , &rnjzpon/ oi \ &nre;csurm trwrsm;Eior, rsm;rsm;&&z Bul;pm;&ejzpon/ oitaejzi u'u ra&;cs , r upm;orm; (c) buu bmvyvrrv qonu pO;pm;&rn jzpon/]upm;orm; (c) buu tea&miu a&;cs , xwjyr , q&i uleawmbu teu'jzpjzp? teuu'jzpjzp a&;cs , xwjyv &w , / olvn; tejy uleawmvn; tejyq&i &r , trwu 3 rwy &w , / 'gayr , uleawmbuu teuu' jyejyr , q&iawm 5 rw &rm jzpw , / 'galumi uleawmbuu teuu'u a&;cs , upm;wmy yaumi;vrr , /}

]t... upm;orm; (c) buu teua&miy upm;ly; uleawmu tea&mi upm;r , q&iawm uleawmwprwr &rm r[wawmbl;/ 'gayr , upm;orm; (c) buuvn; teu? uleawmbuuvn; teuq&iawm uleawm 1 rwawm &r , / 'galumi uleawmtwuawm teua&miy upm;wm yaumi;r , /}

qvonrm upm;orm; (c) bur rnoyi vyonjzpap? upm;orm; (u) on teuu'u a&;cs , upm;aejci; tm;jzi အမှတ်ပို ရနေမည်ဖြစ်သည်။ သို့သော် ကစားသမား (ခ) ဘက်မှလည်း အလားတူသာ စဉ်းစားနေမည် ဆိုပါက ၎င်းတို့ နှစ်ဦးစလုံး အနက်ကဒ်တွေ uom tBuwl upm;aelu&i; aemuq;wi Epa , mupv; 3 rwp &&rn tpm; wprwpom &aeluvrrn jzpon/

ulEywon þ*r;u wpBurru upm;luly qv(ir tajctae ajymi;om;ygvrrn/ þ tajctaewi vuemaqmi&u&e taumi;q; r [mAsL [mrm yxrtBurwi tea&mi upm;ly; aemuwpBurwi yxrtBuru wpzuupm;orm; upm;om;on twi; vuupm;jci; jzpon/ þ r [mAsL [mon wpzuu wpzu tjrwxwjci;u a&mi&m;aply; y;aygi;aqmi&uru vr;yiapygon/

atmuygZ , m;on þ*r;wi upm;orm; (u) taejzi txuyg r [mAsL [mu vuemusio;ygu &&vmrn w;wuru azmjyay;xm;jci; jzpon/

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
c	te	te	teu	teu	teu	teu	te	te	te	...
u	te	te	te	teu	teu	teu	teu	te	te	...

yxrtBur upm;ywi upm;orm; (u) u tea&miu a&;cs , upm;on/ upm;orm; (c) uvn; yxrtBurwi tea&miu upm;aomalumi upm;orm; (u) on 'w , tBurwivn; upm;orm; (c) u twc;í tea&miuom quvu upm;on/ ဤနည်းဖြင့် ၎င်းတို့၏ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု ပုံစံက ဆက်လက် ရှိနေခဲ့ရာ ကစားသမား (ခ) ဘက်မှ မဟာဗျူဟာပြောင်း၍ အနက်ရောင်ကဒ်ကို a&;cs , upm;jci; rjyLrtx jzpon/

, cww , tBur upm;ywiawm upm;orm; (c) on teua&miu'u a&;cs , upm;jci;jzi upm;orm; (u) tay: tjrw xw&e Bul;pm;awmon/ pwwtBur upm;&mwiawm upm;orm; (u) u upm;orm; (c) \ww , tBur upm;uuu အတုခိုး၍ အနက်ရောင်ကဒ်ကို ရွေးချယ်ကစားတော့သည်။ ဤနည်းဖြင့် ၎င်းတို့ နှစ်ဦး ဆက်လက် ကစားသွားခဲ့ကြရာ ကစားသမား (ခ) ဘက်မှ teua&mi upm;jci;jzi tusl;r&alumi; em;vnoabmayguly; cEpBurajrmu upm;rwi tea&miu'u ajymi;v upm;vm &ontx jzpvmon/ oEi 8 Burajrmu upm;rwiawm upm;orm; (u) onvn; tea&mibuo jyevn upm;vmc&m ၎င်းတို့ကြား ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုက ပြန်လည် စတင်လာတော့သည်။

o၊ce;pm ac#;p0c 2.4? pmr;uEm (33) r tyuoabmaqmiaom r[mA[mt|Zp t|u။;zuru o;[c;

o၊axmuu vy#ie;o; pm&u

t|ur;zur| qwmbmv qonEi ywou í v|w|um;wi oabmxm;uvr|rsm; &|uon/

atmuyg Oyrmrsm;tm; t|ur;zur|[w? r[w oi tjrioabmxm;u azmjyyg/

1/ ou&ow0grsm;omv(i emusir| 'uqi;&u cpm;Eionoabm&aomalumi v|wu emusixcuapaom vyaqmirrsm; omv(i t|ur;zur|jzpon[tcs|Uvrsm;u q|uon/

- |ir;csr;a&; vy&m;wu‹uorsm;on ppwy0i;twi;o 0ia&muum vueursm;u zsuq;yp|uon/
- ppom;rsm;u &mx& aetrrsm;u r;½Uyp|uon/
- v|ra&; wu‹u vy&m;orsm;on qnwnaqmua&; vyie;ci wpcv;u zsuq;yp|uon/
- v|wpa , muu ac;wpaumiu uevuon/

2/ tcs|Uu v|wu wu½uxcuapaom vyaqmirrs|;rsm;onom t|ur;zur|jzpon[q|uon/ tcs|Uuawm pm;ey &um?a&Ei aq;0g; ponwu or; , í v|wu o , 0uaomtm;jzi xcuapaom vyaqmirrs|;rsm;uvn; t|ur;zur| ajrmuon[q|ujyeon/

- &mom;rsm; puys|;a&;vy&mwi v tyon a&rsm;u urPu or; , |xm;on/
- tus0;om;wp0;on aq;0g;uorc , |ci ywyic&on/
- v , uowp0;on pyg rm;uwxr pm;p&mrsm;u v , |om;con/

3/ tcs|U v|rsm;u t|ur;zur|[on tjcm;o| wp0;0;u yprwxm; vyaqmijci;rs|;om jzpon[q|uon/ tcs|Uuawm rru , rr jyevnwucujci;onvn; t|ur;zur| ajrmuon[q|uon/

- re;uav;wp0;on o|u , o|"m;jziv;í tjypay;on/
- trs|;om;wp0;on rru , u owaoom;con/

4/ xcuemusir|jzpapaom vyaqmir|tm;v;on t|ur;zur|jzpon[tcs|Uvrsm;u qon/ tcs|Uuawm xcuepemap vaom t|ujzi vyaqmiaom vy&yrs|;rsm;onom t|ur;zur|jzpon[q|ujyeon/

- သွားဆရာဝန်တစ်ဦးသည် ဆွေးမြည့်ပျက်စီးနေသော သွားကို နှုတ်ယူပစ်လိုက်ခြင်းဖြင့် ၎င်း၏ လူနာကို နာကျင်စေခဲ့သည်။
- zciu om;tm; aumi;apcsion[qum½uEuq;ron/

oifcef;pm aqG;aEG;yGJ 2.6 pm;ukuf (39) r tajymif;tvJ wu;jcif;EIif t&Sdef&ef qufjcif;

oifaxmufulyp vkyfief;pOf; pm&Gu

y#yu oawoeynm&i z&u'&p*vyp (Friedrich Glasl) က ပဋိပက္ခအရှိန် မြင့်တက်ခြင်း စံနမူနာတစ်ခုကို တီထွင်ခဲ့သည်။ ၎င်းတွင် အသင့်အတင့်အဆင့်မှ အလွန်ရန်လိုသော အဆင့်အထိ စုစုပေါင်းအဆင့် ၉ ဆင့် ပါရှိသည်။ ၎င်းစံနမူနာတစ်ခုကို ပဋိပက္ခတွင် ကြားဝင်ဆောင်ရွက်လို olrsm;twu rsm;pmto;0ion/

y#yuwi;wi tqi 9 qiv; ygEirn r[wonuawm rwxm;&ayrn/ y#yu trsm;pon t&ejriwurtqiwpcwi &yweaewwly; tjcm;y#yursm;on tqiwpqixuru ausmom;luonrS;vn; &Eion/

tqif 1 - wi;rmvmjcif;

ပြဿနာအရေးကိစ္စတစ်ရပ်နှင့် ပတ်သက်၍ ဖာတ်ကောင်များတွင် အမြင်အမျိုးမျိုး ကွဲပြားနိုင်သည်။ ၎င်းတို့က ပြဿနာကို ဆွေးနွေးပြောဆိုခြင်းမှ wpqi ajz&i;z Ful;pm;on/ xo Ful;pm;rra tmijriv[i wi;rmrrsm; jriwuvmwwon/ Zmwaumirsm;u wpzuEi တစ်ဖက် ခေါင်းမာသည်၊ ကျိုးကြောင်းဆီလျော်မှု အားနည်းသည်ဟု ထင်မြင်ယူဆလာကြသည်။ ၎င်းတို့ အမြင်သဘောထားများကိုလည်း ပြုပြင်ပြောင်းလဲလိုစိတ်များ နည်းပါးလာသည်။ သို့သော်လည်း ၎င်းတို့ တင်းမာမှုကို ပြောဆိုဆွေးနွေးမှုမှတစ်ဆင့် ဖြေရှင်းနိုင်သည်ဟု ယုံကြည်နေကြဆဲ jzpon/

tqif 2 - tjiif;yGm;jcif;ESifh jzpfvmjcif;

Zmwaumirsm;on jyóemu oiwiavsmuywpm ajymqaq;aE;rrwpqi ajz&i;Eirn [aom , lunrrS; aysmuq;om; on/ tysuoabmaqmiaom r[mAsL[mrsm;u o;í aq;aE;rwi tEi&&&e Ful;pm;vmon/ Zmwaumiwpzu Ei wpzu tjyetve ztm;ay;vmluon/ wpzuEi wpzu r , lunrrsm; Fu;xm;vmon/

tqif 3 - tajymtqdkEIif r&ef vkyfaqmifcsufrsm;jzifh ydkí vIyfaqmfvmjcif;

ajymqaq;aE;rtvyrjzpawm[Zmwaumirsm;u , lunvmon/ wpzuEi wpzu wiyiaq;aE;rrjy(b vuawlvy&m; aqmi&uvmon/ aq;aE;ajymqrrsm; ysujy , uely; y#yu tajctaeu yí wi;rmvmon/

tqif 4 - y&dkuf;rmEIif ynmaxmif;ydk;bufrsm;

y#yuon jyóemta&;uptay:wi tajcrwnawmb t½;tEiupay:wiom tajcwnvmon/ Zmwaumirsm;u wpzuuwpzu y&yq;rsm;? tysuoabmaqmiy&yrsm; zew;ajymqvmluon/ab;vlrsm; \ axmucr&atmi ton;toe ကြိုးစားလာကြသည်။ ၎င်းတို့သည် အပြင်ပန်းတွင် ယဉ်ကျေးမှုအရ စည်းမျဉ်းများကို လိုက်နာနေကြသော်လည်း နောက်ကွယ်တွင် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး xcuysup;atmi Fupnvyaqmivmluon/

tqif 5 - ruíEmyGufjcif;? ruíEmqif; rsufESmawmjcif;

Zmwaumirsm;on rrlyibursm;tay: vlo&ilum; y*Kva&; wucurrsm; wu½u vyaqmivmluon/ 0yrm - pyp ajymqjci;rS; jzpon/ xtqiwi , lunrlv;0aysmuq;om;awmon/ Zmwaumirsm;on wpzur tjyloabmiaqmiaom လုပ်ဆောင်လာမှု မှန်သမျှကို ၎င်းတို့ နောက်ကွယ်က ရည်ရွယ်ချက်အမှန်ကို လှည့်ဖျားထားခြင်း အဖြစ်သာ ရှုမြင်တော့သည်။

tqif 6 - jcdrf;ajcmufrIrsm; r[mAsL[mrsm;

Zmwaumirsm;on q;jzwcsuwp&y csrw&e wpzuZmwaumi tm; ztm;ay;on/ lcr;ajcmurEi &mZorsm;u to;jylon/ ခြိမ်းခြောက်မှုဟူသည် တောင်းဆိုမှု (တန်ဖိုးရှိသောအရာများကို လွှဲပြောင်းပေးရန် တောင်းဆိုမှု) လည်း ဖြစ်ပြီး ၎င်းကို အရေးယူဆောင်ရွက်ရန် ajymqrl (ray;&i "m;Ei x;rn [ajymqjci;) jzi tm;jznly; vuawlvyaqmirn tvm;tvmu jyojci; ("m;u xwjyjci;) tm;jzi xyqiztm;ay;jci;rS; jzpon/

tqif 7 - tuefYtowf zsufqD;jcif;

lyibuu vlwpa , mutjzp rjriawmay/ tuetowjzi tysuoabmaqmijci;u w&m;aomen;AsL[mtjzp to;jylvm on/ &nre;csurm lyibuavmu ysup;q;½;r'P rc&apa&; jzpon/

tqif 8 - NydKuGJjcif;

&nre;csurm lyibuu tly;owwucuacsre;ypa&; jzpon/ rru , u xcuEirl&rom xvr;alumi;u a&mirn jzpon/

tqif 9 - aemufqkwf r&awmhjcif;

&eolu tysuoabmaqmilly; y#yu t&ejriwujci; \ aemuq;tqiwi rru , wi &ioea&;xu yta&;Fu;vmon/ vlwi;Ei &i;E;aom vly*Kvcsi; y#yu? typcsi;y#yu or[wEiiwi; y#yu wpcu a&;cs , yg/ y#yuon t&ernr(jriwuom;cov qonu aq;aE;yg/ tqyg y#yuu jzwoe;caom tqirsm;u 0yrmrsm; ay;í a&;om; azmjyyg/

oÍ ¤Ó;pm aÛG;pGc 3.1? pm;ukÛ;m (52) r EpzuÛ;pv;EÌaom&ÿ v³ aqG;aEG;csuf

oÍ axmuf ußyÍ vuf&Sd; pm&Gu

1/ aum;uf ibÛ;i &bÿ

wpcgu w½wEiir tr;om;wpO;on raocitcsewi aumi;uibEi i&bw\ umjcm;csuu jrivaom qEjyn0con/ oli&jyno a&muom;aomtcg om;&nup&m pm;aomuz, &m r;pwnci;xm;on pm;yrsm;u awll&on? oaom i&br vlwon qmavmir? a'gojzprrsm; jyi;xepm cpm;aeluon&u jri&on/ pm;aomuz, &mrsm;u jriawlae&aomvn;

လူတို့သည် စားပွဲများနှင့် တစ်မီတာ အကွာတွင် ထိုင်နေရပြီး ၎င်းတို့ ပါးစပ်ထဲသို့ စားစရာများ ထည့်သွင်းရန် မဖြစ်နိုင်သော တစ်မီတာအရှည်ရှိသည့်

wrsm;u to;jylae&on/ aumi;uibo a&muaomtcg tajctaeon i&uEi xywjzpaeonu jriawlvu&aomtcg

၎င်းမှာ အလွန်အံ့အားသင့်သွားသည်။ ငရဲဘုံနှင့် မတူသည့်အချက်ဆိုလို့ ကောင်းကင်ဘုံမှ လူများသည် အစာရေစာ ဝဖြိုးပြီး ပျော်ရွှင်နေကြသည့်

tcsuyi jzpon/ þZmwvr;u rnon ujym;ru ajymvygoen;/

tajz - i&bwi vlwon pm;p&mrsm; tm; rru, wi pm;aomuzomlul;pm; tm;xwaeluon/ aumi;uibwirl vlwon pm;p&mrsm;u wpO;Eiwp0; aul;z tm;xwaelujci; jzpon/

2/ 0wSauupl;awm

utAt (Ka'bah-Kaaba) u pwnaomtcg rumr;E, pwon jrijrwaom 0waus mi;awmu rnon r;E, pu yEucsci

ရှိမလဲ ဆိုသည်နှင့် ပတ်သက်၍ ၎င်းတို့ကြား သဘောတူညီမှု မရခဲ့ကြပေ။ နောက်ဆုံးတွင် ၎င်းတို့သည် တမာန်တော် မိုဟာမဒ်၏ အကြံဉာဏ်

u awmi;ccluon/ wrmeawmu 0waus mi;awmu 0w½wpc\ tv, wi xm;apl y; r;E, Epp tm; 0w½\wpzu wpcsupr uií owrwae&mo o, , lom;apon/ xaemu r[mr' u, wiy ausmi;awmu yEucsay;cly; r;E, p

အားလုံးကိုလည်း ၎င်းတို့၏ ပါဝင်မှုကို အညီအမျှ ပေး၍ ကျေနပ်မှု ရစေခဲ့သည်။

3/ a&Sd;

½;om;ajzmirwaom vlwpa, muon ajruuwpcu 0, vu&m aiay;acsly;onaemuwi xajruur a&t;wpv; awll&

ခဲ့သည်။ ၎င်းက အဆိုပါ ရွှေအိုးကို မြေကွက်ရောင်းခဲ့သူထံသို့ ယူသွားကာ 'ကျွန်တော် ဝယ်ခဲ့တာ မြေကွက်ပါ၊ ဒီရွှေအိုး မပါပါဘူး' ဟု ပြောသည်။

o&mwi ajruua&mi;olu]usyu ciAsm;u ajruuetwl t'rmygw t&mtm;v;uyg a&mi;vuwmyg} [jyeajymvuon/

ထို့နောက် ၎င်းတို့သည် ပညာရှိ ရဟန်းတစ်ပါးထံသို့ အဆုံးအဖြတ်ခံယူရန် သွားရောက်ခဲ့ကြသည်။ ပညာရှိရဟန်းက 'မိသားစု တစ်စုစီမှ

aumiav;Ei aumirav;wu xr;jrm;vuxyaply; tqyg a&wtm; vuzlay;vuyg} [relum;vuavon/

u/ ay;xm;aom Zmwvr;rsm;u zw½yg/ rnon Zmwvr;u oi tlulvuq;en;/ tb, alumien;/

c/ EpzuEiajz&i;en;Ei ywouí tqyg Zmwvr;rsm;u oi tm; rnon tcsuwu ajymjyygoen;/

ovep/ /a&t; Zmwvr;r EpzuEi ajz&i;en;u appyajzavlmnEi;onen; (wpa, muu a&t;xr a& wp0up &&jci;) Ei Ei; , Olunyg/ EpzuEiajz&i;rlon rnonen;jzi yr aumi;reEiygoen;/

*/ qe;opwxi zew;r&aom y#yu ajz&i;en;Ei EpzuEiajz&i;rwEi ywouí tjcm;Zmwvr;rsm;u &mazlun yg/

oif\ef;pm acgif;pOf 4.2? pmrsufEm (81) r S tvkyfcGif; q dkif&m &ulu oyyw

oifaxmufulyg vkyfief;oif; pmtuf

လုပ်ဆောင်မှု တစ်ခုချင်းစီကို ၎င်းက ဖြည့်ဆည်းပေးသော လိုအပ်ချက် အမျိုးအစားများနှင့် တွဲစပ်ပြပါ။ လုပ်ဆောင်မှု တစ်ခုချင်းစီအတွက် အဖြေက **wpcxuru &Eiygon/**

u/ tou&i&ywnr	**C/ vlcJr**	**q/ cspjci;arwm**
c/ totjri\u,0jci;	**i/ y;aygi;yg0iaqmi&ujci;**	**Z/ tye;ajz tem;,jci;**
***/ xwazmjyojci;**	**p/ u,yitrwtom;o½yvuPm**	**ps/ vwvypm&ywnaqmi&uyi ci&jci;**

1/ **we*aEaewi uler ap;o om;í y? [i;o;[i;&ursm;Ei opo;azsm&nrsm; 0,con/**

2/ **A'[;aeu uleawm ap;o om;í wuce;twu aom topaw 0,con/**

3/ **lumoyaw;aeu urPo;cu tvyac:xm;aomalumi uleawm tvyav(muvmu urPo;cpv;qo yay;con/**

4/ **wevmaeu ulerw q&mron ulervyxm;aom vyie;tptp0u aumi;reaom vyie;tptp0 wpctwu perlemtjzp twe;o jyocon/ xalumi uler t&r;vn;aysm? t&r;vn; *P,lrygon/**

5/ **t*gaeu uleawmon te;em;u &yuutycyla&;rL; ½;oom;í uleawm tce;azmrsm;twu {npm&i; om;wicon/**

6/ **paeaeu tare tewawqu ulerq ze;vmw,? ow uleru b,avmu ow& vr;qwaeluw, qwmajymjyluw,/**

7/ **aomlumaenu uler &n;pm;e ueabmiay: vr;av(muly; ae0iqn;qm ½ci;u luncluw,/**

8/ **wevmaeu qi;&rawr av(mcjci;talumi; aqmi;yg;wpy' zwvu&ly; uleawm t'talumi;A[owawmawm&vuw,/**

9/ ကျွန်တော်သည် ကျောင်းတွင် နိုင်ငံရေး ဘာသာရပ်ကို နေ့စဉ် လေ့လာသည်။ ၎င်းသည် ကျွန်တော့် အကြိုက်နှစ်သက်ဆုံး ဘာသာရပ်တစ်ခုလည်း **jzpon/**

10/ **aomlumaeu ausmi;u pp0usi;yon abmv;yrm uleawm abmv;0iupm;cw,/ uleawmw toi;u uleawmw twe;u,pm;jy(toi;yg/**

11/ **A'[;ae naeu ulerel uler oli,ci;w[m&ytusawu aq;q;ly; tusaway:rm ausmucuav;aw oly; clyay;c luw,/**

12/ **ly;caom lumoyaw;aeu uleawm aumi;reaom prtyclyr talumi; tx;a[majymywpcu om;wujzpcon/**
ကျွန်တော်သည် နိုင်ငံရေးလုပ်ငန်းစဉ်များ မည်သို့ လည်ပတ်သင့်ကြောင်းကို ၎င်းဟောပြောပွဲမှတစ်ဆင့် ကောင်းကောင်း သိရှိသွားခဲ့သည်။

13/ **raenu uleawm tlulu q; ½y&irsm;xr oci;tm;v;u em;axmicon/ xaenu uleawmEi uleawm oli,ci;on oci;rsm;u um&m tau a&muaeo v atmqcluon/**

14/ **ly;caom we*aE aevnci;u uleawmw taqmiuysuaeaom yeumu uleawm\ vlyppynmtm; to;jy(í jyiay;con/**

15/ **ly;caomnu uleron ulero li,rsm;tm; u&i½;&mtu oiay;con/ xo oiay;ci&jci;alumi uler ,0aus;r "avu wez;xm; totrwjyr &&on[cpm;&ygon/**

16/ **we*aEaeu aEtm;vy&uu b,v ueq;&rvqly; uleawm tazu ar;con/ tazu usaembmom a&;c s,q;jzwyg[jyeajymcon/**

1/ u	5/ C	9/ c	13/ *; Z
2/ C	6/ p; q	10/ p; Z	14/ *
3/ u;n *	7/ q; Z	11/ *; Z	15/ *; d
4/ *; q	8/ c	12/ c; i	16/ ps

tajzrsm;

oÅcse;pm acgif;p0f 4.3? pmrsuEm (87 r 88 xd) ¿zpfpOfavhvmr - trsdK;orD;rsm;\ vufeufudkifwyfzGJUrsm;tay: tjrifESifh ajrwifrI

ucsifjyne, y#yuon tlur;zurjzi pwicjci;awm r[way/ 1947 yivoabmwpmcsyysujy , ly;conaemu တိုင်းရင်းသားအများစုသည် ၎င်းတို့နယ်မြေ၊ လူမျိုးနှင့် ယဉ်ကျေးမှု wu umu , Eipr; r&awmrnu p;&rvmuon/ 1960 wi Avcsyae0i;on w½wtp;&Ei aq;aE;nEi;í w½w-jrerm e , erwr0; owrwcon/ Avcsyae0i; on xa'owi aexiluaom ucsivrs;rsm;u aq;aE; wiyijci; rjylb xo owrwvujci; jzpon/ w½w-jrerm e , erwr0; yi;jcm;vuluaomtcg rom;p trsm; tjym; uom;lu&ly; tqyg vrtoi;t0i;on Epjcr; uom;con/ 1960 umv twi;rmyi Avcsyae0i;on jrermEiiu A'bmomEiitjzp alunmcon/ ucsi vrs;trsm;prm c&p , mebmom0irsm; jzpaeontwu tqyg alunmcsuon y#yuu ay:ayguap&e talumi; t&i; jzpvmapcon/

1961 cEpwi ucsivrs;won ucsivwajrmua&;tzJ (Kachin Independence Organization) Ei ucsivwajrmu a&; wyrawm (Kachin Independence Army) wu zJpn; wnaxmií jrermA[tp;&u pwiawmve yeuevmclu on/ jrermwyrawmon jrermA[tp;&\ vuatmuwi &on/ jrermwyrawmwi yg0iaom ppontrsm;prmvn; A[tp;&rmuoyi Armvrs;? A'bmom0irsm; jzpon/ Avcsyae0i; vuxuwi jrermwyrawmon]jzw 4 jzw r[mAsL[m} u usio;con/ tp;&tm; yeuewucuaelu aom wi;&i;om;vueuuiwyrsm;u pm;ey&um?aialu; taxmuty?owi;tcsutvuEi ppontitm; paqmi; ci r&&atmi en;rs;pjzi jzwawmuxm;on en;AsL[m jzpon/ tqyg r[mAsL[mu ucsiy#yuwivn; 2016 tx usio;aeq[, lq&on/

autiatEi jrermwyrawmlum;wi 1962 r 1994 tx tlur;zuy#yursm; jzpym;con/ ucsivlxtaejzi ynma&;Ei use;rma&; apmia&murluoaom 0eaqmirirsm;u &&cpm;Ei&e autitEi ucsijynowon ucsijyne, \ Eiia&;? ynma&;Ei vra&;peprsm; zUzl;w;wuatmi vyaqmicluon/ c&p , me tzJtpn;rsm;Ei bmoma&; typrsm;on ae&ypecm xuajy;orsm; (Internally displaced persons) twu vlom;csi; pmemaxmuxm;r tultnay;&m wi ta&;ygaom axmuyorsm; jzpvmcon/

1994 cEpwi autiatEi jrermwyrawmwlum; typtcw &ypa&; oabmwpmcsy csyqcluaomvn; jrermEii\ Eiia&;pepwnaqmurEi Eiia&; 0;aqmirlu@wi yg0ici r&&ay/ autitEi tjcm;wi;&i;om; titm;p trsm;pu 2008 zJpn;y tajccOya' a&;qjci;Ei zu'&, ပြည်ထောင်စု တည်ဆောက်ခြင်း ဖြစ်စဉ်တို့၌ ပါဝင်ခွင့် ပိတ်ပင်တားဆီး cc&on/ 2011 cEpwi typtcw&ypa&; oabmwpmcsy tq;owcly; tlur;zu y#yursm; xyray:ayguvmc

on/ typtcw&ypr oabmwncsu tq;owom;&jci;rm မြန်မာအစိုးရက ကချင်လူထုအား နိုင်ငံတွင်း၌ နိုင်ငံရေးအရ ပြောရေးဆိုခွင့် rjylb ucsijyne, twi;r obm0o , Zmwrsm;u xw , lv aomaluml jzpon[ynm&irsm;u wpnwpnwwn; qluon/ ucsijyne, wi aexiaom jynoltrsm;pon obm0o , Zmwrsm; xw , la&mi;csjci;r &&on tus;tjrw u cpm;ci r&luay/ 2011 cEpwi jrerm tp;&on w½wEi y;aygi;í arc? rvcjrpqwi a&tm;vlyppqnwpc pwi တည်ဆောက်ခဲ့သည်။ ၎င်းက အကြမ်းဖက်မှုနှင့် တိုက်ပွဲများကို ထပ်မံ ay:ayguvmapcon/

2111 cEp rpí vlaygi; 100000 ausm ae&ypecm xuajy; í ppab;a&mi 'uonrsm; jzpvmcon/ y#yuwi yg0iaom EpzuZmwaumirsm;on vltcita&;csl;azmur? uav; ppom; to;jylr? t&yom;rsm;u owjzwrirsm; jylvyalumi; jynwi;jyny tzJtpn;rsm;u apmilunrwwr;wiclu on/ 2013 cEpu w½w\ lum;0inEi;rjzi &&caom oabmwnr tygt0i y#yu tq;owap&e trs;rs; Bul;pm;rrsm; &con/ oaom tqyg oabmwnrrmvn; ratmijricay/ 2015 cEpwi autit^autiatwon Eiiv;qi&m ypcwwucur &ypa&;oabmwpmcsy (National Ceasefire Agreement) u vurwa&;x;jci; rjylcluay/ tqyg y#yursm;on 2016 cEp Zvitx quvu jzpym;aecon/

Iir;cr;a&;Ei ywoul; Sandra Ivanov u qavsmatmi a&;om;caom *"Insight on Conflict"* u *http://www.insightonconflict.org/2014/04/kachin-state-myanmar-long-road-peace/*

I Thought They Would Kill Me by Fortify Rights.

http://www. fortifyrights.org/downloads/Fortify%20 Rights_Myanmar_9_June_2014.pdf

1/ ay;xm;aom trwtom;o½yrsm;u pu0i;Z , m;twi; jznpuay;ygl aysmuaeaom tjcm;trwtom;o½yrsm; &yguvn; xyr jznpuEiygon/

> wyrawmtzJ0i^ ppom;A'bmom0i ucsivrs;^ trsm; tm;jzi trs;om; c&p , mebmom0i rrvlrs;u umu , &e wm0e&jci; tvyorm; vlwe;pm;^v , orm;vlwe;pm; Arm , Oaus;rtrwtom;o½y^ rom;p0irsm;u umu , &e wm0e&jci;/

2/ txuazmjyyg y#yuwi yg0iywouaeluaom Zmwaumirsm; \ trwtom;o½yvuPmrm wnluyg ovm;? ujym;luygovm;/

3/ trwtom;o½yon y#yuwp&yu em;vn&etwu to;t0iq;aom ½axmi (reajymi;) jzpygovm;/

oHcsdef;pm aemufqufwGJ 4.4 pmr;uGm (99) r jrefrmEdkifiHtajctae csOf;eylpm 1 twGuf ajzaqmif&ef twGuf ;&mrsm;

vdkcsuf

- **vlcr vtycsuwi tcita&; umu , rrsm;vn; yg0ion/ jrermzUpn;y tajccOya'on vlwp0;\ u;u , &m bmoma&;cs , ciu umu , ay;xm;ly; trs;bmom umu , apmia&mua&; Oya' (rs;apmiOya') u tqyg tcita&;u cs;azmuxm;on/ rs;apmiOya'u trs;or;rsm;tm; traxmizu vwvypm a&;cs , ciu ywyiwm;jrpxm;on/**
- **jrermzUpn;y tajccOya'on usm;? r ujym;ray: talumi;jyí cjcm;quqrrs;u wm;jrpxm;on/ rs;apmiOya'on trs;or;w\ bmoma&; a&;cs , ci? traxmizu a&;cs , ci? rom;p prue;a&;cs , q;jzwciwu ueowywyi xm;ontwu trs;or;rsm;tay: cjcm;quqxm;on/**
- **jrermEiion trs;or;rsm;tay: cjcm;quqrlyoPmers;pyaysmua&; ueAi;&i; (CEDAW) u axmuc vurwa&;x; xm;on/ vuxyxr;jrm;rEi ywoui CEDAW \ ty' 16 u trs;or;Ei trs;om;wtm; we;wtcita&; ay;xm;on/ rs;apmiOya'on vuxyxr;jrm;vaom trs;or;rsm;tay: cjcm;quqr jyxm;ov A'bmom0i** မဟုတ်သော ယောကျ်ားများအပေါ်၌လည်း ခွဲခြားဆက်ဆံမှု ပြုထားသည်။ အုပ်စု နှစ်ခုစလုံးသည် လက်ထပ်ထိမ်းမြားရာတွင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် အမျိုးသားများနှင့် တန်းတူအခွင့်အရေး မရရှိကြပေ။ မျိုးစောင့်ဥပဒေသည် အမျိုးသမီးများနှင့် လူနည်းစုများအား ၎င်းတို့၏ လုံခြုံမှု လိုအပ်ချက် **jznqn;Eiru wm;q;ywyixm;on/**

vwvypm &ywnaqmi&uEiciwi

- **vwvypm &ywnaqmi&uEiciwi vwvypm a&;cs , vyaqmiyiciEi we;w&yici? we;wtcita&;rsm; yg0ion/ rs;apmiOya'on trs;or;rsm;tm; traxmizuu vwvypm a&;cs , ci? om;or; , Eiaom ta&twuEi , vaom tcsewu vwvypm a&;cs , ci rru;u , vaom bmomw&m;u vwvypm a&;cs , ci ponwu wm;jrp ywyixm;on/ tqyg Oya'on trs;or;Ei trs;om;wtm;vn; traxmizuwp0;xuru xm;&vru ywyi ueowxm;on/**
- တက်ကြွလှုပ်ရှားသူများကို ခြိမ်းခြောက်ခြင်းသည် ၎င်းတို့၏ လွတ်လပ်စွာ ရပ်တည်ဆောင်ရွက်နိုင်မှုကို တားမြစ်ပိတ်ပင်ခြင်း ဖြစ်သည်၊ **talumi;rm tlur;zu&e lcr;ajcmurEi &wyzUrsm;\ ta&;ay:aqmi&ujci; r&rwalumi wuuvy&m;orsm;on Oya'tay: vwvypm oabmxm; uvcirsm; r&luawmay/**