

# ပုလဲလတ်နတ်အိသုတ် ကတိသကိးပီးလီ



**ဒိကနတ်နတ်. ဆိတလဲတဲအိဉ်မူ.** ဝဲပုတဂၤလၢနအိဉ်အိဘၣ်သကိးဒီးတၢ်ဆၢကတိးကိးခါ, တၢ်မၤအသးညိနၢ်လၢ နအိဉ်ဒီးမၤစၢၤအိဉ်လီၤ. ဘၣ်ဆၣ်ကမၤစၢၤလဲၣ်. ဝဲပုသးစၢ်တဂၤ ယုထၢနၢ်အမ့ၢ်ပုလဲလတ်နတ်နတ်လၢ ကကတိသကိးတၢ်နၢ်, နတလိဉ်မ့ၢ်ပုလဲလတ်နတ်နတ်လၢကဟ့ၣ်လီၤတၢ်မၤစၢၤနၢ်ဘၣ်. ထဲဒၣ်နဘၣ်ဒိကနတ်, ဒိသုဉ်ဒိသး, ဒီးမၤပိာ်ထွဲတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်လၢအပိာ်ထွဲထီၣ်အံၤတက့ၢ်.



**သ့ၣ်ညါတၢ်ဟ့ၣ်ပလီၢ်ပနီၣ်တဖၣ်တက့ၢ်.** တၢ်ကသ့ၣ်ညါ တၢ်မၤန့ၣ်ထီၣ်အသးလၢပုသးစၢ်တဂၤအတၢ်ဆိမိဉ်အပူၤနၢ် မ့ၢ်တၢ်ကိတၢ်ခဲလၢအဒုးအိဉ်ထီၣ် တၢ်တၢ်ဒီး, တကတိးညိနၢ်သ့ၣ်ညါတၢ်ကိတၢ်ခဲအပနီၣ်လၢကိးနံၤဒဲးတၢ်အိဉ်မူအပူၤသ့ၣ်လီၤ. နမ့ၢ်ပၢ်သ့ၣ်ပၢ်သးလၢပုတဂၤ ပၢ်ဖျါထီၣ်တၢ်ဟ့ၣ်ပလီၢ်ပနီၣ်တဖၣ်အံၤနၢ်, တၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်အဂ့ၤလၢနကအိဉ်ကတိးနသးလၢကမၤချးနသးလၢတၢ်ကတိသကိးတၢ်အဂီၢ်နၢ်လီၤ.

## တၢ်သးဟးဂီၤဒီးတၢ်မၤသံလီၤသး-

- // အသးအုး မ့တမ့ၢ် တၢ်မ့ၢ်လၢ်လၢ်အါနၢ်ဒီးခံန့ၢ်
- // တအိဉ်ဒီးတၢ်သးစၢ်ဆၢလၢလၢတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢအသးစဲတဖၣ်
- // အိဉ်လီၤဖးအသးဒီးတံၤသကိး ဒီးဟံၣ်ဖိယိဖိ
- // ဆိတလဲတဲအိဉ်အလုၢ်အလၢ-အိဉ်တၢ်တဘဲ မ့တမ့ၢ် အိဉ်တၢ်အါတလၢ
- // တၢ်ဘုးသ့ၣ်တီၤသးလၢတဲာ်နၢ်ပၢ်တသ
- // တၢ်ကိတၢ်ခဲလၢ တၢ်သးစၢ်ဆၢလၢကိၣ် မ့တမ့ၢ် လၢတၢ်မၤ
- // တၢ်ကိတၢ်ခဲလၢတၢ်မံတၢ်ဂဲၤအပူၤ
- // လဲၤခိဖျါဘၣ်တၢ်သ့ၣ်ကိၣ်သးဂီၤတၢ်မၤအသးဒီးအမ့ၢ်တၢ်လီၤဖးဝဲအပူၤကွံာ်တယံာ်ဒီးဘၣ်
- // တဲတၢ်ခဲအံၤခဲအံၤဘၣ်ယးတၢ်သံ မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤဆါလီၤသး

## တၢ်အိသံးအိကိးဒီးတၢ်စူးကါကသံၣ်မူၤဘျီး-

- // ဟံၣ်ဖိယိဖိအတၢ်စံၣ်စိၤလၢတၢ်စဲထီၣ်လၢကသံၣ်မူၤဘျီး
- // ဂံၢ်ဘါစုၤ, မဲာ်ချံကမိ, မ့တမ့ၢ် ကတိးတၢ်တဆံၣ်
- // ဖျါလၢအသ့ၣ်ပိာ်သးဝး, ကနိး, မ့တမ့ၢ် တၢ်ဘုးသး
- // တၢ်သ့ၣ်နီၣ်တၢ်စုၤလီၤ, သးသပုၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်ကိတၢ်ခဲလၢတၢ်သးစၢ်ဆၢတၢ်
- // ဆိတလဲနီၣ်ကစၢ်တၢ်အိဉ်ဖျါ မ့တမ့ၢ် နီၣ်တဂၤတၢ်ကဆဲးကဆိ
- // တသးစဲလၢလၢတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢသးစဲတဖၣ်
- // ကတိးအါလိာ်သးအါထီၣ်ဒီးဟံၣ်ဖိယိဖိ ဒီးတံၤသကိးတဖၣ်

# မှတ်တမ်းကရံကွဲတီခိန်ရိပ်ခဲ တတ်သကိးတဖန်လကျေလဲန့.

နတ်မနုၤသုလၢကဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါတတ်  
တၢ်သကိးတတ်လဲန့.

“နတူၢ်ဘၣ်တၢ်ခိလဲန့.”

“ယဟံၣ်သ့ၣ်ဟံၣ်သးလၢ တယံၣ်ဒီးဘၣ်န့ၣ် နဟံၣ်သ့ၣ်  
ဟံၣ်သးလၢဆီန့ၣ်လီၤ. မှတ်ခဲလၢကတၢ်လိာ်ဘၣ်စးခါ.”

“နမ့ၢ်လိာ်ဘၣ်ပုၤတဂၤလၢကတဲသကိးတတ်န့ၣ်,  
ယအိၣ်ဖဲအံၤလၢနကတဲသကိးတတ်အဂီၢ်လီၤ.”

“ယသးကိာ်တၢ်လၢနဂီၢ်လီၤ. မှတ်နအိၣ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တ  
မံၤမံၤလၢ နကဘၣ်တဲသကိးခါ.”

တၢ်ကတိၤသကိးတတ်တမ့ၢ်တၢ်လၢအညီတခါဘၣ်, ဘၣ်ဆၣ်တၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်အကျိၤအကျဲ အရူဒိၣ်အပတီၢ်တတိၤလၢ  
ကမၤန့ၢ်တၢ်မၤစၢၤလၢအကြးအဘၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ဒီးနမ့ၢ်ထံၣ်ပုၤသးစၢ်လၢ အဖျါလီၤကၢဘၣ်ဂဲၤပျါဂဲၤဆုးဘၣ်ဆၣ်  
တကတိၤသကိးတတ်ဘၣ်ပးတၢ်အံၤန့ၣ်, ကွၢ်ထံဆိကမိၣ်လၢနစးထီၣ်လၢနနီၢ်ကစၢ်တက့ၢ်.

ဖဲအံၤအိၣ်ဒီးကျဲစ့ၤဘိလၢ နကမၤဒ်သိး တၢ်ကတိၤသကိးတတ်ကမ့ၢ် တၢ်လၢတၢ်တူၢ်လိာ်အီၤသ့ဒီး ကဲဘျးကဲဖှိၣ်တသ့ဖဲအသ့-

**ဟံၣ်တၢ်ကိးမံၤဒ်အညီန့ၣ်အသိးတက့ၢ်.** ကတိၤသကိးတတ်လၢ တၢ်လိာ်ဖဲအမုၢ်ဒ်အမ့ၢ် ခိဖံၣ်ကျး, ကွီ, ဟံၣ်, မ့တမ့ၢ်  
တၢ်လိာ်တတိၤတိၤလၢနကအိၣ်ဒီးတၢ်လိၤသဒၤလၢ တၢ်ကတိၤသကိးတတ်အဂီၢ်ဒီး အိၣ်ယံၤဒီးတၢ်မၤတံၣ်တၢ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

**ဆ့ၣ်နီၤဒီးကန့ၣ်ဘၣ်တက့ၢ်.** ဖဲပုၤတဂၤတဲထီၣ်တ့ၢ်လံတၢ်လၢအဖဲလိာ်တဲဖဲအခါ.တဘၣ်ကရီၤလၢတၢ်စံၣ်ညီၣ်ဆၢတဲာ်  
အီၤတဂ့ၤ,သန့ကတူၤဘၣ်ဝဲလၢတၢ်ကသံကွၢ်တၢ်သံကွၢ်တဖန်လၢတၢ်ကမၤန့ၢ်အါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအဂီၢ်လီၤ.

**တဘၣ်ဆိကမိၣ်ဒ်တၢ်လၢတၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်မၤညီန့ၣ်အသး** မ့တမ့ၢ် ကဟါမၢ်ကွၢ်တဂ့ၤ. သးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တၢ်ဂ့ၢ်  
တဖန်ဒီး တၢ်စူးကါကသံၣ်မူၤဘျီးမ့ၢ် တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တၢ်ကိတၢ်ခဲတဖန်ဒီး လိာ်ဘၣ်တၢ်ကူၤစါယါဘျါန့ၣ်လီၤ.

**အိၣ်ဒီးတၢ်ဟံၣ်သ့ၣ်ဟံၣ်သး** ပုၤတဂၤန့ၣ်ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်ကလဲၤခိဖျိဘၣ်တၢ်ဂ့ၢ်ကိတဘျးမံၤန့ၣ်လီၤ. အဒိ, တၢ်စူးကါကသံၣ်  
မူၤဘျီးန့ၣ်ထီၣ်ဘျးဖဲလိာ်အသးဒီးတၢ်သးဟးဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ပုၤတဂၤန့ၣ်ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်တပလီၢ်အသးလၢတၢ်ဂ့ၢ်အခိၣ်ထံးခိၣ်  
ဘိဘၣ်န့ၣ်လီၤ.

**တဘၣ်ဂ့ၢ်ကျဲးစးလၢကမၤလီၤကဆ့ၣ်တၢ်ဂ့ၢ်ကိခဲလၢကတၢ်တၢ်ပီတဂ့ၤ.** သ့ၣ်နီၣ်ထီၣ်လၢ, တၢ်အံၤမ့ၢ်ဒ်  
တၢ်စးထီၣ်တၢ်မၤအကျိၤအကျဲလီၤ.

**သံကွၢ်ပုၤတဂၤ**န့ၣ်လၢ အဖဲလိာ်ဘၣ်တၢ်မနုၤလဲၣ်လၢကမၤတၢ်ဆူညါအဂီၢ်လဲၣ်. တၢ်အံၤအရူဒိၣ်ဝဲလၢပုၤသး  
စၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်ပၤဆုၤအီၤလၢအတၢ်လဲၤအပူၤန့ၣ်လီၤ.

ဖဲကတိၤသကိးတတ်ဝဲအလီၢ်ခဲကဘၣ်မၤတၢ်မနုၤလဲၣ်. အိၣ်ဒီးတၢ်မုၢ်လၢလၢဖဲ နကတိၤသကိးတတ်အခိၣ်ထံးတဘျီကဘၣ်လိာ်ဘၣ်စး ဒီးသးစၢ်က  
တူၢ်ဘၣ်လၢအသးဖုံထီၣ်ဒီးအိၣ်ဒီးတၢ်မုၢ်လၢန့ၣ်လီၤ. မၤလီၤတၢ် တၢ်ခဲလၢကလဲၤအသးဆူ ကျဲလၢအဂ့ၢ်တခိပၤန့ၣ်တက့ၢ်.

**1** ဆဲးကျိးလိာ်သးထီ  
ဘိဒီးသးစၢ်ဒီးသမံၤ  
မိးကွၢ်လၢအဖဲဆိဖိၣ်  
တၢ်ခိလဲၣ်တက့ၢ်

**2** ခုးသ့ၣ်နီၣ်ပုၤတဂၤန့ၣ်လီၤကအိၣ်မူ  
တၢ်အိၣ်မူအကျိၤကျဲလၢအပဲၤဒီးတၢ်အိၣ်  
ဆူၣ်အိၣ်ချ့လၢ တၢ်ယုထၢအီၤသ့ ဒ်အမ့ၢ်  
တၢ်အိၣ်, တၢ်မၤနီၢ်ခိတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ, ဒီးတၢ်မံ  
တက့ၢ်.

**3** ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါဒီးမၤစၢၤ  
ပုၤတဂၤန့ၣ်လၢ ကယုထံၣ်  
န့ၢ်တၢ်မၤစၢၤတဖန်လၢအကြး  
ဝဲဘၣ်ဝဲတက့ၢ်.

**4** တဲဖျါထီၣ်လၢကလဲၤသ  
ကိးဒီးပုၤတဂၤန့ၣ် လၢက  
ကတိၤတၢ်ဒီးမိာ်ပာ် မ့တ  
မ့ၢ် သးတၢ်ဆိမိၣ်တၢ်အိၣ်  
ဆူၣ်အိၣ်ချ့ မ့တမ့ၢ် ပုၤကူ  
စါတၢ်စူးကါကသံၣ်မူၤဘျီး  
ပုၤဝဲနီၤတက့ၢ်.

လဲၤကွၢ် [JustTellOne.org](http://JustTellOne.org) မ့တမ့ၢ် ကိးလိတဲစိဆူ  
716.245.6JT1 ဒ်သိးကယုထံၣ်န့ၢ်တၢ်မၤ  
စၢၤလၢအအိၣ်လၢနဟံၣ်ကဝီၤအဂီၢ်တက့ၢ်.

    #JT1

**Just Tell  
ONE.org**