



# “လီးတိုင်း၊ အာအများပဲးတာ့ပူဇ္ဈာန် ချုံ့ဖြုံ့ချုံ့ပျော်တိုင်းလုပ်မှု” FPIC ”

**အဲဖြေအုစ် (FPIC) နိဂုံသီးယံ.**

ဒါးချုံဟိုမွေးချို့လွှားထိုးတိုး တာ့ပူဇ္ဈာန်ရေးလားခါ့ဝံး အာပုံလွှားသဲ  
ပါဘဲအတာ့ပူဇ္ဈာန်မွေးကုံးတို့ဖြုံ့ဖိုးပျော်မှုများ ဘူးမြှော်မြှော် လီးတိုး  
ပဲးတာ့ပူဇ္ဈာန် ချုံ့ဖြုံ့ချုံ့ပျော်တိုးလုပ်မှုများ ဆေးမြှော်အခြားများ  
ဘူးမြှော်မြှော်လုံးကဲ့သူ့များ.

လီးတိုးယွေး - ဟဲ့ကျော်အတိုးယွော်လေအပဲးအော့ (ဆံဟာနာ) ခဲ့တာ့ပူဇ္ဈာန်  
ဆံးမြှော်မြှော်၊ အပိုးထိုး (မျှုံးတုဟာမွေးပဲ့) စံမာ့ပူဇ္ဈာန် ကုံးမြှော်မြှော်မှု  
ပဲ့လွှားထိုး လီးနှေ့များအဲ့ဘဲ့ဘဲ့များ.

အာအုံ - စံမူ့ကုံးယွော်မြှော်မြှော် အပိုးချို့လွှားအတွေ့ပဲ့ရောက်ပိုးယွော်မြှော်  
လုံးမှုအဲ့အော်လွှားစံမူ့အဲ့အော်လွှားမြှော်မြှော် တာ့ပူဇ္ဈာန်ခဲ့အဲ့မြှော်မြှော်  
ပဲ့ဘဲ့များ.

အမှုးပဲးတာ့ပူဇ္ဈာန် - လုံလေးလွှားလွှား ဒါးချုံဟိုမွေးချို့လွှားအဲ့အော်လွှား  
အသီလိုးချို့လွှားထိုး အမှုးနာ့ပဲ့ ချုံ့ပူဇ္ဈာန် ချုံ့ချုံ့များ ဆေးမြှော်မြှော်မှု  
မှုးထော်တိုးအော်လွှားလွှားမြှော်မြှော် မှုးချုံး၊ မေ့ကုံးအဲ့အော်လွှားလွှား  
ဘဲ့များ.

မျှုံးတုမှုးလုပ်မှုး - မျှုံးဖူးချုံးအဲ့အော်လွှားနာ့ပဲ့ ဒါးချုံဟိုမွေးချို့လွှားအော်  
အဲ့အော်လွှား တံ့မူ့မူ့နှေ့ပဲ့အဲ့အော်လွှား မျှုံးတုမှုးမှုး ဆီးဆိုးဖြုံ့ချုံ့အကျိုး  
ထို့မြှော်မြှော်များ.



ဒါးချုံဟိုမွေးချို့လွှားနား စံမူ့ကုံးမြှော်ဖြုံ့ဖိုးချို့လွှား တာ့ပူဇ္ဈာန်ခဲ့အဲ့အော်လွှား  
ရဲဖြူအိုးနှော်လွှား.

**အဲဖြေအုစ် (FPIC)အလို့ဒု့**



၁. အနဲ့ (ကျော်နာ့)နာ့ စံမူ့ကုံးမြှော်ဖြုံ့ဖိုးချို့လွှား ဆုံးသွေး



၂. နှိမ်ဂုဏ်လုပ်နာ့ ဒါးချုံဟိုမွေးချို့လွှားနား တာ့ပူဇ္ဈာန်ခဲ့အဲ့အော်လွှားလွှား



၃. နှိမ်ဂုဏ်လုပ်နာ့ ဒါးချုံဟိုမွေးချို့လွှား ချို့လွှားမြှော်မြှော် တိုး နှေးချုံး မျှုံးချုံး



၄. စံမူ့ကုံးမြှော် ဖြုံ့ဖိုး (ကျော်နာ့)လွှား  
ဆုံးသီးဆုံးချုံးမြှော် ဆုံးနာ့တိုးတွေ့