

သဘင်သီကိုစွာနှုန်း ဆောင်စပ်ကုလလောင်တွေးစရ်သူ့ဂျီ၏



ဤဘဘာပြန်ဆိုမှုများသည် အလွတ်သဘောပြန်ဆိုမှုများဖြစ်ပါသည်။ သေချာစွာ
စိစစ်အတည်ပြုလိုပါက အောက်ဖော်ပြပါ ဝဘ်ဆိုဒ်တွင် လွှဲပြောစွာ သော
မြန်မာ/အင်္ဂလိပ်ဘဘာပြန် ထုတ်ဝေမှုများနှင့် တိုက်ဆိုင်ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။

<http://www.dop.gov.mm/?p=4618>

သို့မဟုတ်

<http://countryoffice.unfpa.org/myanmar/2014/12/19/11162/toolkit/>

သဘင်သီကြီဖွောန်ထွဲး ဆင်စပ်ကိုလလောင်ဌားစရင်သွာဂမျိုင်

မာတိကာ



(ပ) တင်ရန်တွဲဖွောန်ထွဲးရှုမှုရော (၁)

သဘင်သီကြီဖွောန်ထွဲး ဆင်စပ်ကိုလလောင်ဌား စရင်သွာ တင်ရန်တွဲရှု မှုရော (၃)

တင်ဖွောန်ထွဲးရွှေ့ ညားရှုံးသုတေသနအတွက်မှုရော (၄)

သွက်ရွှေ့စီအန်သဘင်သီကြီရွှေ့ ပိုလိုရွှေ့ပလောင်ပလေတ်ရော (၅)

သွက်ရွှေ့သုတေသနအတွက်မှုရောင် စရင်သွာဟောင် မဒုဒန်အမိန္ဒကဗျိုင် (၆)

တင်နှင်စရင်ကဗျိုင်ကို ပိုရွှေ့သုတေသနအတွက်မှုရော (၇)

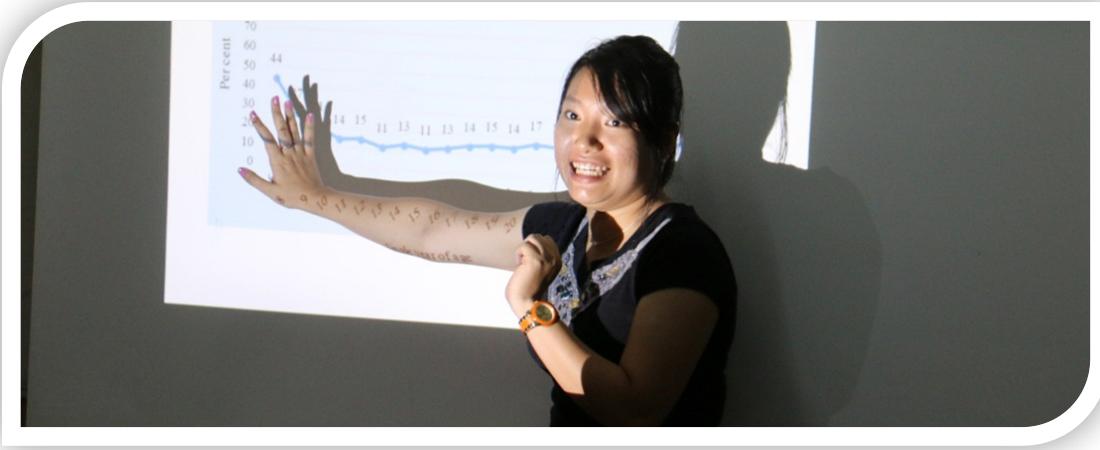
ညားရှုံးမသုတေသနအတွက်မှုရောင်ရွှေ့မှုရော (၈၃)

သဘင်သီကြီမဆင်စပ်ကို လလောင်ဌား တင်နှင်စရင်သွာ (ဟွှံသော)

သဘင်အသေဟာန်ကာအဲ ပိုလိုစီအန်လေတ်ရော (၁၃)

နဲက သွက်ရွှေ့ထံက်ပင်ရောင်တွေ့ကျင်မှုရော (၂၂)

ညားတိန်စိုပ်ကျောင်တာအဲ ပရောင်ကိုကသ်ဇူန်ရွှေ့မှုရော (၂၃)



ရန်တိ တင်စွာနှစ်ထူးမှုရော

ရှင်စရင်သူ့ နံပါးကိုဖြေဟတ်ညားချင်ကွာန်တအ်ဂံ ကဆံုံကိုနှင်းချင်တွဲရဲ့ဒေသဖြော ကဆံုံတွဲရဲ့ ကဆံုံခရိုင် ကဆံုံပိုင်ချင်လိုင် ဆင်စပ်ကို လလောင်တဲ့ သုင်စောတ်နှင်စရင်သူ့ဘုတဲ့ ကာလကျောန်ပေါက်ခရိုင်မှုး သွေ့ကိုရှိနှုန်းအထံကိုအပင်ဟော မွေးကျောန်တင်စွောန်ဏာအံ့ဌံရ တင်စွောန့်ရွှေ့ လိုဟ်ကောန်ချင်ဗြာကိုစရင် ပရှုပရာသို့စရင်သူ့ဏာအဲ ဒ္ဓဘောက်ခရိုင်ဟုတဲ့ သုင်စောမာန်ရ။

ထင်နှင်စရင်သွား နှုက္ခိပရောင်စွောနှစ် ဒွဲအုပ်စုပ်လိုဟံ့ဖို ဆင်စပ်ကိုကော် အလိုအသီကို ဆင်စပ်ကိုညားမက်လပ်
ပရောင်ဖော်ပြုပြုကို ကကော်နှုက္ခိအရာပ်ကို ကကော်ပရောင်ပိုနှုန်းဖြေပြုကို ညားတွေပညာဂျိုင်ကို
ညားမကြောနှစ်မံ့သုတေသနကို ကောာနှင့်ကွားဘာဂျိုင်ကို ကိုနှုန်းသုကဆံ့ကဆံ့တအုပ်ကို ဖိုလိုဂုံးသွင်စေဲ ဖိုလိုဂုံးသွင်စေဲ
ဂုံးဖိုက်ဖိုရောဂါ သွေက်ဂုံးသောင်ထွေးမာန်ဟောင် မှုဒ်အရှိအဗောင်မွဲမွဲသာ်ရ။

တင်စွောန်ထွေးကအံ့ခွဲ မိဟယပါလုပ် ပူကြီသဘင်သိကြိတအံသွာန်လပ် ပုဇွာတဲ့ ဂုဏ်သွဟ်တအံရှ မွေးဂုဏ်ကိုမာန် မန္ဒြအထက်အပင်မွဲရောင် ဟိုတိဂုရဲ ကျောန်သဘင်သိကြိတဲ့ သွေက်ဂုဏ်တွေး တင်နင်ပူကြီသဘင်သိကြိုံး မွဲမခိုဟ်ဂုဏ်မာန်ရှ နှုအထက်အပင်ရောင် ညားမဆင်စပ် ပါလုပ်မင်ပူကြိကမွှာန်အံ့ခွဲ ဆင်စပ်ကို သွေဟနရင်သွာတဲ့ ဂုဏ်ပတ်အာခိုပတ်မာန်တဲ့ ဖိုလှုဂုဏ်စောမာန်အံရှ ဂုဏ်ကြိုဟ်အာ ပွဲနှုအာအထက်အပင်ရောင်။

ပရောင်စွာနှစ်ထူးခွဲ တို့ရေး တို့ရေးဒေသနောက် ခရီးသယ်ယူ ပြုလိုက်ချင်ခဲ့ ကဆိုင်ကိုကဆံ့ သွက်ဂုံးသုင်စော တင်နှင်စရင်သွား၍ ဘာလွှာနှစ်တန် (ဟုံသော) ပွဲကိုကော်မရှိပြုလိုက်ရင် သွက်ဂုံးသုင်ဖြူနှင့်ပရောင်ကမ္မာနှင့်လည် သုင်စောမာန်ရောင် မြှုပ်တို့နှင့်စိုပ်ကြုံင်ကော်မရှိပြုလိုက်ခဲ့ ကိုဖွံ့ဖြိုးဖြူနှင့်အသေဟာန်ကို စီအောင်ရ။

နှင်းစွာနှစ်ထဲ့ကောင် သွက်ဂုံစိန္တသာင်ပေါ်သီကြိုက်ဟော သွက်ဂုံသွင်စော နဲ့ကဲလျှိုတအဲမာန်ရှုလောင် ကိုလဝ်ကသပ်ရ။
ပရောင်ကမ္မာန်ကမ္မာန် သွက်ဂုံပို့ပို့ဟု ညာမပါလျပ်ပဲက် ပေါ်သဘင်သီကြိုက်ဟော မိုဟ်ညာက်ပညာရှိင်ကို
သွက်ဂုံပို့ပို့ကော်ကော်ဘွဲ့သာကအဲမာန် နဲ့ကဲမွှားကော်နှင့်တအဲပါလျပ်မဲ့သီဖအိတ်ရ။



သဘင်သိကိုစွေ့နှုန်းဆောင်စပ်ကို တင်ရန်တွေ့အုပ်ကမ္မာင် လလောင်တွေးစရင်သွား

နက်မှုး (ဌာနဝန်ဖွေ့ အလုံအသီကု ဌာနအည်းအသက္ကို) သဲ့ဒါ အလုံအသီမျိုင် (ပရောင်ကူးဆင်စစ်ကို ဘသာတုပ်ညီသွယ်ကို ပရောင်အာရာမြို့ဟ် ဗုံမျိုင်ကို ပရောင်မြို့ဟ်များကျောန်မဲ့ မကော်ဂါး ကော်ကိုအရာပ် ကဏ္ဍပုဂ္ဂလိကကို ကော်ပရောင်ချင်ကွာန်မျိုင်ကို တွေပညာမြို့ဟ်ကောက်သဲ့ တွေပညာသုတေသန ကျော် ကော်တွေဟ်ဟ်တအေပါ လုပ်တဲ့ သဲက်ရှုံးကော်မရှိစိန်မာန်ရ။

အမိကရန်တွေအဲ ပေါ်သီက္ခိကို သဘင်ကော်ဓရိဂုံ ညားမွဲမွဲ ကဆိုင်ကြောန်ကို ဂကော်တွေဟ်ကဗျိုင် သွက်ဂုံကလောင်ပလောင် တင်နှင်စရင်သွာက် အကြောက်နှင့်အရင် မန္တမ်င်စ် သွေဟ်ပွာတအံဂုံ သွက်ဂုံသောင်သွေးကိုဂုံ
မွဲပလောင်ပလောင်လုပ် ဗွဲကုပ်ကြာရ သီက္ခိတဲ့ ဒုံအိတ်မှူး မို့ဟ်တိန်စိပ်မွဲမွဲ ကြောန်မ်င်ကမွှာန်ရို့ဟ်တဲ့ စတဲ့
ဒုံကိုဖွဲ့ညားတအံမ်င် ပို့ဖို့င်ညားတအံဂုံ ဓိတ်လို့စရင်သွာတအံပါလုပ် ဗွဲမန္တာန်ကိုဖြေဟတ်ဂုံ
သွက်ဂုံသွေ့သွေ့တွေသွေ့ရန်တွေလုပ်ရ။

တင်သိကြီ အမိက တင်ရန်တ္ထအုပ်မြိုင်

- (က) မိုဟ်သုင်စောတင်နှင့်ရင်သွာက် သမိုင်ကောန်ချင်ကွာန်တအ် ဉာဏ်ကောင်တင်နှင့် စရင်သွာ မိတ်လုံသုင်စောဂုံ ကြိုဟ်ကောတဲ့ စွဲသုင်စောတင်နှင့်မြှုပ်။

(ခ) ကလင်လလာ၏တွေး တင်နစွေရင်သွာကိုတဲ့ သွာက်ဂုံတွေးအေးလျှေးသုင်စေဲ ဂုံနှုံး၍

(ဂ) သွာက်ဂုံသွာမ္မာန် ဆင်ကိုစရင်သွာတဲ့ မန်ခြင်းပိုင်ခြင်းပေါ်ပွဲတအ် ညံ့ဂုံကျော်အာကို နက်းကော်အလုံအသီကို ဂေကော်ညားမိတ်လုပ်ကိုပရေင်စွဲ မိုလုံးသုင်စောတင်နှင့်ရင်သွာက် ဂုံတီမာန်



တင်စွာနှုန်းကော် ညားရှုံးသုင်စောမာန်ရော

- ကာလကျောန်ပေါ်ကော်ဓရ၍ ကဏ္ဍာဂကော်သွင်းပါလုပ်မာန်မံုတ်ဟောင် နှက်တင်စွာနှစ်ထူးလဝ်ရှုံးဟောင် ကိုလဝ်ကသပ်ရ။ ဂကော်ပရောင်မြို့ဟ်ကို ကျိုးပြုဆိုပါလျှင်အရင်
 - စွားကွော်ထပ်ဂမျိုင်။
 - မြို့ဟ်စွော်အရာပ်ကွာ့န်ဂမျိုင် ဂကော်အလိုအသီဟုံးသေင် အလိုအသီချင်သွာ်းဟုံးသေင်ကို ပရောင်မြို့ဟ်ဖြူပရောင်ကော်သွာ် ပရေအလိုအသီကဆဲ့င်သွော်းဂမျိုင် ပရောင်မြို့ဟ် ဟုံးကွော်ဟ်ကို ဂကော်ချီးစရာင်တွေဟ်ဟ်တအဲဂမျိုင်
 - အလိုအသီကဆဲ့င်သွော်းဂမျိုင် (ဌာနဝန်စွော်လို့ဟုံးဟို့ ဌာအာကျိုးပြုလို့ဟုံးဟို့)
 - ကမ္မတီစရှင်သွာ့ဖျိုးပြုးသွော်ကို ဂကော်ကမ္မတီဂမျိုင်
 - ကိုန်သွော်ကို မဆောင်စပ်ကို ဒေသဖော်အောင်မြှုပ်ကို သွက်ရှုံးသွင်စော်နှင်စရှင်သွာ့ကို ဆောင်စပ်ကိုရှုံးဖို့ အစီအောင် ညာမရောင်တွေ့ပါကော်ဓရှုံးဂမျိုင်
 - သွက်ရှုံးစီအောင်သွော်သီကို ဗြိုလ်ပလောင်ပလောင်လောင်ရော

ကိုန်အစီအဖော် စရင်သွားရုံ သွက်ဂုဏ်ပေါ်တဲ့ ဂုဏ်စွဲနှင့်ထူးကို ဤလုပ် နက်မြို့ဟိုစီအနေမဲ့ဟော
ပရှပရာနဲ့မင်္ဂလာပဲသုံးတဲ့ဟော သွက်ဂုဏ်ပုဂ္ဂကော် သွက်ဂုဏ်ကြိုဟ်ပရှပရာ တအောင် မခြင်။

ဗိုတ္ထင် နက်ဖွောန်ဘာအဲဟင် တင်န်စရင်သွား သွက်ချုပ်သွေးမှန် မိုဟ်သွေးစေ တင်န်ဂမျိုင်ကို ဂံ့ဝှက်ဖို့မှန် မဆောင်စပ်ကို မှက်အခန်လိုက်သိဖော်တို့တဲ့ သွက်ချုပ်ကြိုဟ်အာရု ပိုက်နဲ့ရ။



သုက္ပရှိစီအောင်ပေါ်သိက္ခာ မြို့ဟန်နှင့်ဆန္ဒသိဖော်တို့ ကျော်လောင် သုက္ပရှိချက်ကောင်ကို ပရှုပရာ ဗွဲသွေ်တံ့ရု ဗုဏ်ဖော်အောင်ကာရ ပိုက်နှင့်ကို ပရှုပရာတွေဟ်ဟ်မူး ထပ်တဲ့ ထံက်ပင်အာရောင် မနှုရဲ။

ဒွားသုတေသနရေးအောင်တာနတ်ရှုံး၏ www.dop.gov.mm ကို <http://myanmar.unfpa.org/census>

၂၁၈

- (၁) ပုဂ္ဂိုလ်အပ်ကေတ် သက္ကရာဇ် (၂၀၁၄) သွား စရင်လွှဲဟန်မြို့ဟန်အာကာတ ပုဂ္ဂိုန်ချုပ်ဗုံး
 - (၂) သွက်ရွှေတိကေတ် စရင်လွှဲဟန်မြို့ဟန်အာကာတကမ္မား
 - (၃၇) ကုန်ရင်စရင်သွားရုံ မူညားတအ်ရောင်တွေ့ပိုင်ရော
 - (၄) ထင်နှင်စရင်သွားကုန်ကိုနှုန်းကျင်းမှုကာအဲ သွက်ရွှေချီတ်ပြိုတ် မွေးကြောန်ကဆံုံကုန္တံ့
 - (၅) ဆရင်သရောပ် လွှဲဟန်မြို့ဟန်အာကာတ
 - (၆) အခန်မွေးသွားနှုန်သွားရုံ ဆင်စပ်ကုန် စရင်သွားကမ္မား

သွက်ရှုံးသွင်စောင် တင်နှင်စရင်သွား မန္ဒြအမိကဂါမျိုင်

တင်နှင်သွင်ကာအဲ သွက်မိုးဟ်တိုန်ကျင်ပေါ်သီကြိုးကြိုးဟ်အာဟောင် သဘင်သီကြိုတဲ့မူး ဗ္ဗတွင် သွက်ရွှေသီကြိုပိုက်နှစ်မံုပ်။

- (၁) ပုဂ္ဂနိုင်တုမတ်ကို အောင် သက္ကရာဇ် ၂၀၁၄ ခု မကျော်နှင့်လည် ကံက်စရင်သွား ပရိုင်တင်နှင့် နှံကြုံလွှမ်း ကုံးကျင်တဲ့ရ လွှာဟ်တင်နှင့်တဆုတ် ပကော်ပကော်စန်ဒက်ကျော်နှင့်ရင်စွဲတဲ့ သွက်ရွှေ့စိုးပတဲ့

ကောန်ဝါယာန်တစ် ဗုံမသွဲလုပ်ဟောင် ရေင်တွေင်လပ်တဲ့မံုတ်ရ မူလလိုက်ချင်စီရေင်ရှု ပူးကြုံသွား ၂၀၁၅ ဂိတ္တမေဂ် သွာက်ရွှေလလောင်တွေးရှု စီအန်လပ်ရပါ။ မိက်ရွှေတိက္ခားမှုး လိုက်ချင်စီရေင်ရှု ပူးကြုံ သွား (၂၀၁၅) ဂိတ္တမေဂ်ဟောင် ဆက်တဲ့လလောင်တွေးအာရာရောင်။

မိန်ကိုရ။ ချုပေါက်ပရှာသာဖော်နှင့်လိပ်မူး ကွဲ့သာစိတ်ဒေးရဲး ကုန်ခွဲဖွေ့ပိုဂ် သွက်ဂုံးသိုင်ကို အဆောင်ဖော်နှင့်လိုက် ညံ့ဝါယာများရှိခဲ့ပါ၏ အနေဖြင့် သွက်ဂုံးဖော်နှင့်လိပ်ကပါတ်တအဲ မှုးစံလပ်ရှမ်းပိုင်ရှိပိုင်ရှိ မှုးကြီးပြုကေတ်ရောင်

(၆) ပုံကြိအကြာပရောင်မိုဟိုတအဲ မ်းအာမူး မှုးတီကေတ်ပရုပရာ မိုဟ်တဲ့ ပုံကြိဒေသမိုဟ်နှံတာလျှိုင်ကို နှုက်ပရောင်ကူဗ္ဗာတအဲ ပို့ပိုက်နှံကို ညားတအဲပို့ပိုက်နှံကိုတဲ့ အစီအောင် ညံ့ငံဂုံးပောင်ကိုဟ်အာ ဖျော်တွောတ်တဲ့ မှုးကျိုးဟ်အာမာန်ရောင် ဟိုတ်ရှု မှုးခုံကျိုးပို့ပိုက်ကွာန်ရှု ပိုးတော်ပင်ရောင်။

(၇) ကျိုးပို့ပိုက်မြိုင် ကကော်ပရောင်မိုဟ်ကြိုင် သွားခါကြိုင်ညားစွားတွေဟ်ခြာတအဲကြိုင်ရှု မှုးဆင်မျှဟ်ကကော်ပရောင်မိုဟ်ရှုကြိုင် တင်နှင်စရင်သွားမှု့မြိုင်တဲ့ မှုးကွောန်အစီအောင် ဖျော်သွားမှု့မြိုင်ရှု မှုးဆက်ဆော်မင်ကိုညားသွေ့ကွာန်ကြိုင်ရှု ပိုတ်ဂုံးတင်နှင်ကြိုင်ကို ဂုံးနှင်တင်နှင် နှုက်စရင်သွားကို ပိုတ်ဂုံးလုပ်စဉ်ဟောင် မှုးကိုဖြောတ်ရောင်။

ဆက်တဲ့ပွန် ကာလကံက်မ်းစရင်သွား ကံက်နှင်လှုပ်တင်နှင်ကြိုင်ရှု ထမ်းတွေးတဲ့ မိုလုံဂုံးသွင်စော်တင်နှင်တံ့ရှု မှုးလတွေးကို မိုဟ်တို့နှင့်ကွဲပ် မနှုရ ထွေးလှုပ်စရင်သွားခံက်အင် သွား (၂၀၁၄) ရှု ပုံကြိုကိုနှင့်သွေ့ကွားဟောင်ကံက်နှင်စရင်လွှာ။ တင်နှင်ကြိုင်ရှု ထွေးလှုပ်မိုပြင် မနှုရ။

တင်နှင်မိုလုံဂုံးသွင်စော်စရင်သွားမှု့မြိုင်

တင်နှင်စရင်သွား	မိုသွင်စော်ဂုံးမြိုင်
အယဲလိုဟ်မိုဟ်ကြိုင်	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ယွဲတီကေတ်အယဲလိုဟ်မိုဟ်တဲ့ဟောင် အလုံအသီကိုနှင့် မဆောင်စပ်ကို အလုံအသီကြိုင် (ပရောင်ပညာ၊ ပရောင်ထတ်ယုက်၊ သွေ့ကွာန်၊ ပရောင်ပရုံကိုခွဲ၊ ပရောင်ကိုပွတ်) တအဲ အခန်ကဏ္ဍအော်ကိုခွဲ ပိုပရုံရှိဟ်ကွက်တဲ့ ပွဲမှုံးပိုက်ရှု စီအောင်မာန်မ်းစော်ရောင်။ ➤ နက်ညားတွေပရောင်ပိုနှုန်းဖြောင်ဟောင် အယဲလိုဟ်မိုဟ်ကို (မိုဟ်တဲ့၊ မိုဟ်ပြု၊ ကောန်နှင့်) လိုဟ်မိုဟ်စိုပ်အဝဲသွားခါ မနဲ့ကိုအစောန်စရဲ့ ဖူးပြုင်လက္ခဏာကြိုင် သွင်စော်ကေတ်တဲ့ ဒွဲပရောင်ပိုနှုန်းဖြောင်သွားတအဲ မ်းခွံးစွံးစော်ရှု သွေ့တွောန်ရောင်။ ➤ အလုံအသီယိုကိုအလုံအသီမဆောင်စပ်ကိုဒေသတအဲ လိုဟ်မိုဟ်အပံ့ပိုကိုနှုန်းတအဲရှု သွင်စော်တဲ့ ရွှေ့ငွေ့ဖျာ ရင်ကျွဲ ပရောင်ပလံ့ပစိုပ် မကော်ကး သနိုင်တင်ချိုင်လှုပ် သနိုင်ပွဲပို့ပိုက်ရှု သွေ့တွောန်ရောင်။ ➤ နက်ကော်အလုံအသီဟွားသောင်ကြိုင် ကကော်နှုက်အရာပ် ကကော်တွေ့ဟွားသောင်တအဲ သွင်စော်ရွှေ့နှုန်းလိုဟ်မိုဟ်တဲ့ လိုဟ်မိုဟ်မြှုပ်နှံရှု ပတိုန်တဲ့ ဖျော်အစီအောင်ကိုနှုန်းလိုတ်မာန်ရောင် မိုဟ်သွင်စော်ကြိုင် အလုံအသီကိုနှင့်အလုံအသီဒေသကြိုင် ကဏ္ဍပရောင်ပိုနှုန်းဖြောင် ညားတွေ့ပညာကြိုင် ညားတွေ့သွားနှုန်းဖြောင် ကကော်ပရောင်မိုဟ် နှုက်အရာပ်ကို ကကော်အလုံအသီဟွားသောင်တအဲကြိုင်

တင်နှင်စရင်သွား	မိသုက္ခတောက်မြိုင်
အာယုက်	<ul style="list-style-type: none"> ၂၆၇၈။ ပြုခေါ်လပ် ကိုနှစ်အစီအစဉ်ကို အရာပ်ကွာန်ဂဲမြိုင် တင်နှင်စရင်သွားကမျို့ဝိုင် သုတေသနတဲ့ အယျေဟံ့တုပ်တွေဟံ့တုမဲ့တော်အင်ရှုကို လိုဟ်မြို့ဟ် အယျေအော်ကိုရွှေ့ မွေးခမဲ်ကိုပြုနိုင်မာန်ရောင် ပူးကိုအရာရှု ဘာကမျိုင် အွာဘာကမျိုင် အွာမျှော်ကမျိုင် ဂွေးဘာသုင်စောကပေါ်ကမျိုင် ဒွဲမင်မဲ့ကောန်နှုန်းကဲ့မြိုင် ပရောင်ထတ်ယုက်ကို အယျေစင်ပွဲတ် ပရောင်မင်မဲ့သွော်ဖြူ ပရောင်မင်မဲ့မြို့ဟ်ပူးပူးကဲ့ ပရောင်မြို့ဟ် ပရောင်ကောတ်တာလျှိုင် နာနာသိနှုန်းမံ့င်ရ။
ကြေး/မြို့	<ul style="list-style-type: none"> ယင်ရ မိက်ဂုံးတိ တင်နှင်မြို့ဟ်ကြေး/မြို့မဲး ကကော်ပရောင်မြို့ဟ် မြို့ဟ်ခြောက်မျိုင် မြို့ဟ်တာလျှိုင် နှဲ့ပူးကိုအောင်အကြား ကြေး/မြို့တော် အခေါင်အင်တွေဟံ့တုမဲ့တော်မျိုင် တိကောတ်မာန်ရ။ ဥပမာ ကဏ္ဍပရောင်ပိုန်ဖြောက်ကို ကွဲတ်စက်ကွဲတ်တဲ့ အပဲ့သို့တအောင် ညားရှုမွေးသွော်သွားတဲ့ (သို့ကို ဒွဲမင်ကမျိုင်) ရှိဟ်ကွဲက်ရော့ ညားရှုပိုင်ကောတ်မာန်ရောရှု ပိုတအောင်ကြိုဟ်ကောတ်မာန်ရ။ ပထမက်ပါးလပ် ကြေး/မြို့ရှုတဲ့ မြို့ဟ်ကြေး/ မြို့ဟ်မြို့တွေဟံ့တုမဲ့ ပရောင်ချို့တ်ဂျိုင် စိတ်ဟလိုင်လျှော့နဲ့ အကြားမြို့ဟ်ကြေး / မြို့ဟ်မြို့ရှုတ်ဟောင် ဆုပြင်အာရုံ စိတ်လျှော်တွေဟံ့တုမဲ့တော်မျိုင် ပိုမျှော်/ကွဲက် တွေဟံ့တုမဲ့တော်အင်ရှု မြို့ဟ်တာလျှိုင်တအောင် သုင်စော်မာန်ရ။ မြို့ဟ်သုင်စော်ကမျိုင် ပရောင်ပညာ ပရောင်ထတ်ယုက် မြို့ဟ်ဖျော်အစီအစဉ် ပရောင်မြို့ဟ်ဂုံးရှုံးရှုံးကြောင် မြို့ဟ်ဖျော်အစီအစဉ် ပရောင်ပိုန်ဖြောက်ကို တွေပညာပရောင်မြို့ဟ်တ် တွေပညာသုတေသနကမျို့ဝိုင်
အကော်အရာပရောင် အိန်ထင်	နှုန်းမြို့ဟ်ခေါ်လပ်ဂုံးနှစ်အစီအစဉ်ကို ညားတွေပညာပရောင်မြို့ဟ် တွေပညာပရောင်သို့ပဲ့တအောင် ပိုဒက်ပွဲန်လပ် အိန်ထင်မဲ့မွဲ တွော်ဒတော်ဂုံးထတ်ယုက် တွေပညာ ဂုံးချိုက်ပောင် ပိုက်နှုန်းနှုန်းနှုန်းတွေတက်တအင်ရှု နှုတင်နှင်ကမျို့ဝိုင်ရ။ တဲ့မှုး မြို့ဟ်သွားအိန်ထင်နဲ့မှုးထဲ လိုဟ်ဟွဲမဲ့အိန်ထင်နဲ့မှုးထဲ ကြေးမဲ့ / မြို့ကွဲ လိုဟ်ကြေးမြို့ပြီးမင်ညားသွော်တအောင် ရင်တဲ့ ပါထော်လိုဟ်မြို့ဟ်လိုဟ်ကြေးမြို့မှုံးရှုံးရှုံး တိအာအကော်အရာအိန်ထင်တဲ့ မိမဲ့မင်မဲ့သို့ မြို့ဟ်မြို့သွော်ကျို့ဝိုင်တဲ့ မင်ခွဲ့အိန်ထင် မကော်ဂဲး အကော်အရာတအင်ရှုတဲ့ ပရောင်မြို့ဟ်သုင်ရှုံးရှုံးတွေတက် မွေးရင်တွော်မာန်ရ။ မြို့ဟ်သုင်စော်ကမျိုင် ပရောင်ထတ်ယုက် မြို့ဟ်ဂူးခြောက်ပရောင်အိန်ထင် ကဏ္ဍနှုန်းသွားပရောင်မြို့ဟ်။

ပရုပရာသို့	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ပရုပရာသို့ ကံက်ကောတစရင်သွာက် ပရုပရာသို့ ပွဲကိုတွေ့ဒေသန္တာ တို့ရား အကားအရာပလွင်မိုဟ် ကိုကဆံ့ကမ္မာ့၏ ညားဘာလျှိုင်နံတာအဲ မွေးညာတ်ကျွင်မာန်ရောင် ➤ နကိုမြို့ဟ်ခက်ပရောင်ကိုန်အစီအနှစ်မြဲဟောင် သုင်စော့တင်နင် ပရှိုင်ကမ္မာ့၏တဲ့ ထမ်က်ပတိန်သို့ကြာနှုဟ်မားအောန်နံတာ၏တဲ့ ပွဲသို့တာ၏၍ ထမ်က်ဂုံးပောင် နက်ကိုန်အစီအနှစ်ကမ္မာ့၏တဲ့ ဒွဲဒေသဝါတ်ဂါတ်မံကျောန်အစီအနှစ်ပူးစန်ဒဏ်ကိုဝါတ်ဂါတ်ဂါတ်ဟောင် မွေးကိုကျွင်ထမ်က်ကိုမာန်ရောင် မနှုရာ။ ➤ မိုဟ်ပြုအစီအနှစ်ကို မိုဟ်တာလျှိုင် ပွဲကိုဒေသကာအဲဂုံးဟောင် ခုံ့သုင်သွားကမ္မာ့၏ ပွဲတ်ဓာတ်လလီ ခေါ်ာင်ပွဲတ် သွာက်ဂုံးချုန်ပုံင်သွား မကောက်ဂူး ကပေါ်တ်သုင်စော့ ပရောင်မိုဟ် အောန်အာတာ၏၍ မွေးကိုဟ်အာမန်ရောင် မိုဟ်သုင်စော့ကမ္မာ့၏ ကိုန်အစီအနှစ် သို့နှင့် မိုဟ်ချုံးခြင်းမှာ ပရောင်ဖော်အဲပြုရောင်မိုဟ်၏ တွဲပညာပရောင်ပိုန်ခြပ်ကမ္မာ့၏ တွဲပညာကမ္မာ့၏။
------------	---

ထင်နင်စရင်သွား	မြို့သွင်စောမှန်ကမ္မိုင်
လိုဟ်ကောန်နှင့် စံငလပ်တဲ့ကျော်	<ul style="list-style-type: none"> ❖ မိုဟ်နံတာလျှိုင်ကမ္မိုင်ကို ညားတာလျှိုင်နဲ့ ပူးကိုအရာပ်ကွာန်တအောင်ကမ္မိုင် နှုက်သွားတို့မြှင့်ဖို့တော်ကောန်ကမ္မိုင်တအောင် စံငပိုတ်နှင်ကို လိုဟ်ကောန်နှင့်တအောင် ခွဲ့ဝေသနဲ့ မွေးကိုတိရောင် ❖ တင်နင်ကမ္မိုင်စွဲ သွောက်ကောန်ချင်ကွာန်နံပိုက်ရှိ မဆောင်စပ်ကို ပရောင်ထတ်ယူက်ကမ္မိုင် သွောက်ဂုံတိဟုတ်ကော်ပရောင်ထတ်ယူက်ကောန်နှင့်ကိုယာ ဂုံမင်းဘွောတ်တဲ့အောင်တဲ့ အနာဂတ်ကတန္ဒဏ်အောင် ပိုက်နံကိုဘာမွောန်လိုက်ရှိ နံမင်ကိုရှိ။ ❖ နက်ညားဖျော်အောင်ကမ္မိုင်တအောင်လောင် ပူးကိုကိုနှုန်းချင်ကောန်အောင် လိုဟ်မိုဟ်စိုတ်လျှိုင်တဲ့ တဲ့တက်မင်တဲ့ လိုဟ်မိုဟ်တဲ့တက်မင်ရှိ ဂုံတိကောတ်မာန် ပရောင်ရောင်တွေ့မင်ရှိလောင် စိုတ်လျှေထွေးကိုရှုပ်မာန်တအောင် မွေးတိကောတ်ရောင်။ <p>မိုဟ်သွားသွင်စောမှုကမ္မိုင် ပရောင်ထတ်ယူက် မိုဟ်ဖျော်အောင်နှင့် ပရောင်ပညာ ပရောင်ထတ်ယူက်တအောင် သို့ဖို့တ် ညားတွေ့ပညာကို မိုဟ်ရောင်တွေ့ကမ္မိုင်။</p>
ယကော်ကိုနံသို့ မျှုပ်ပဲခဲ့ကိုချင် သွောင်ကမ္မိုင်	<ul style="list-style-type: none"> ❖ နက်တင်နင် မိုဟ်အောင်ကမ္မိုင် မဆောင်စပ်ကို မိုဟ်တာလျှိုင်နဲ့ ပူးဝေသတအောင် မိုဟ်နှုန်းချင်သွားတို့မြှင့် ကလောင်စွဲကျင်တအောင် (ပရောင်ထတ်ယူက် ပရောင်ပညာ အခေါင်အရာကမွောန် သီးနှံနှင့် တအောင်ကမ္မိုင် သွောက်ဂုံရောင်တွေ့ သွောက်ရမ်းကိုတော်တအောင် သို့ဖို့တ် မနှုန်အတံတ်အပင်ရောင်။) ❖ နက်ညားတာလျှိုင်တအောင်ကမ္မိုင်လောင် ညံ့ရဲ့ကောန်ချင်မှုး ဂုံကလောင်စွဲကျင်ချင်ကွာန် ဗြာန်ကော်မာန်ရှိ မွေးတံ့ခြုံကောတ်စိုတ်ပေါ်တဲ့ ချင်ကွာန် ဂုံဖော်အောင်အာရုံး ဒေါ်ပေါင်းပြောတ်မွဲလွှာကိုတဲ့ မွေးသွင်စောနဲ့ပူးပူးဟာကမ္မိုင်ရှိ။ ❖ ဂုံတိကောတ်မိုပြင်မိုဟ်မင်းခွဲ့ ပူးချင်မှုးတဲ့ သွောက်ဂုံပြင်ကာသိန် (အခေါင်ချင်စသိုင်သိန် ကပေါတသွင်စော ကပေါတကြိုယာ အခေါင်ချင်စသိုင် မကော်ဂေး နဲ့ပူးပူးဟာကမ္မိုင် ဂုံထမ်းကို ဖို့နှုန်ရှုပ်ရှိ သွောက်မိုဟ်တင် အစီအောင်ပေါင်ရောင် မွေးဒုံးအတံတ်အပင်ရောင်။)
ညားမချို့တ်အားကမ္မိုင်	<ul style="list-style-type: none"> ❖ ပူးကိုစရင်သွားတဲ့ လောန်ကျော် (၁၂) ဂိုတ်တော် မနှုန်ကျော်စောတ်စရင်ရောင်။ ❖ နက်ပရောင်တင်နင်ကမ္မိုင် ဂုံကောတ် ပရောင်လိုဟ်မိုဟ်ချို့တ်တဲ့ ခွဲ့မိုဟ်ချို့တ်ရှိုင်အိုတ်ရှိ တို့ကောတ်မာန်ရ နက်တင်နင်ကမ္မိုင်ရှိုင်ပောင် နက်ပိုပြင်အကဲ့အရာမိုဟ်ချို့တ်အားကမ္မိုင်ကို အကဲ့အရာချို့တ်မိုအိုတ်ရှိ သွောက်ဂုံစွဲတဲ့ အစီအောင်အာယ်ယူက်မိုဟ်ရှိုင်အာမာန်ကို စိုးခွဲပရောင်မိုဟ်ကို ❖ နက်ညားနံတာလျှိုင်ကို ကကော်ကွာန်ကမ္မိုင်တအောင် တင်နင်ပရှိုင်ချို့တ်ရှိုင်ကမ္မိုင် ဂုံရောင်တွေ့အာမာန်ရှိ မိုဟ်လိုဟ်အနာဂတ်ကတ ဂုံတဲ့တက်အာကိုရှိ သွောက်ဂုံတိအာမာန်ရောင်။ <p>မွေးသွင်စောမှုကမ္မိုင် ပရောင်ထတ်ယူက် ပရောင်ထတ်ယူက် ပရောင်ထတ်ယူက် ကောန်နှင့်ကိုယားကမ္မိုင် မိုဟ်ဖျော်အောင်ကမ္မိုင် ညားတွေ့ပညာကမ္မိုင်ကို ညားတွေ့ပညာပထိုက်မ္မိုင်။</p>



ဉာဏ်မှုံးသင်စောတင်နှင်စရင်သွာဂမြိုင်ရော

ခံက်နင်ပရောင်တင်နင် နှုက္ခစရင်သွားကမ္မိုင်ရှု ဗြာနအလိုအသီကမ္မိုင် (ညားတွေအစိန်ကိုနှင်းမျှင်ကမ္မိုင် ညားတွေအစိဒေသကမ္မိုင် မိုဟ်ဖွော်ခရိုင်ကမ္မိုင် တွေအစိကဆံ့ကဆံ့ကမ္မိုင် ညားတွေအစိကွာန်ကမ္မိုင် ပို့ဗိုင်ပရောင်မိုဟ်ကမ္မိုင်ကို ညားကျို့ပဲဆိုင်ကမ္မိုင် ကကော်အလိုအသီဟုသေင်ကမ္မိုင် ပူရှုဂကော်နှုက္ခအရာဝ်ကမ္မိုင် ညားတွေပညာသတေသနကမ္မိုင် ကမွာန်ပိုန်ဖြပ်ကမ္မိုင်ကိုရဲကောန်နှင်းကွာန်ကမ္မိုင် ကကော်တွေဟ်ဟ်ကမ္မိုင် သွဲသွဲလေးလေးမှုးကွောန်အာရောင် ညားလိုဟုဟို သိန်လှုပုံးသွေ့သွေ့တော်ကုန်စရင်သွား မေ့ချိ။

(က) အလုံအသီကဆိုကိန်း၏ တွဲရေးဒေသဖွောက်ကဆိုင်တွဲရေး ကဆိုင်ခရီးကိုကဆိုင်ပွဲငြုပ်၍ မြိုင်

ကဆိုအလှုအသီကို ကဆိုဒေသကမ္မာနိုင်တော် သုတေသနရေးတော် မင်္ဂလာပရောင်ထတ်ယူကို ပရောင်ပညာ သွက်ရှုံးကလောန် ပရောင်ကော်အရာရွှေ့ဟိုကို ပရောင်ပလုံးစုံဖိတ်တအော်မြှုပိုင်ရှု နက်အလှုအသီမြဲဟောင် ဖျော်စိပ်လင် အစီအနေမာန်ရ။ ဘာမြောန်လိုက်ခွဲလှုသိုင်ထောက် အစာဘာ အစာများ ဟလိုင်လှုနှုနိုက် သွက်ရှုံးသုတေသနရေးကပါတ်မြောန်လိုက် ဉားကွိုးပမတ် ရှင်ဖျားခွဲလှုမှုး ကျောန်တအော်ရှု နက်အလှုအသီဟောင် မှုးတီထောက်ရောင် ရင်ကျော် ခွဲကိုကျော် (ဟွဦးသေင်မှုး) ခွဲ ပရောင်မင်္ဂလာထတ်ယူကိုတအော်မှုး မိတ်ဟလိုင်လှုပြုကိုနှုနိုင်တအော် သွက်ရှုံးထမ်းက်ရှုပ်ရှုခွဲလှုရောင် မှုးတီကောတ်မာန်ရ။

ပုံကိုဒေသမွဲဟင် ရှင်စက်ကိုနွဲခဲ့ကမ္မာန်ဟွိတ်ပတ်တအ်ဂ် ပိုက်မိုဟ်ဓိတ်လိုကျာန်ဗုံးမံင်ဂ် ဂုံတိအာတဲ့ နက်အလိုအသီဟင် ကောနကမ္မာန် ညားမကေတ်သွာ်ဂ် အောန်မံင်တဲ့ ပိုက်သွက်ဂုံတာန်ဖွောန်ဂ် ပိုက်နှံမံင်တဲ့ သက်အနာဂတ်ပေါ် ကမ္မာန်ဂုံတ်တက်အာပူန်ဂ် မူးဖျော်အစီအန်မာန်ရ။

(ခ) ဂကော်ညားစီတ်လပ်စက် ဂကော်ညားစွဲမြိုင်

ထင်နှင်စရင်သွာဂမြိုင် ညံ့ပါတီစ္စးကိုနှုန်းကျင်ကို မှုးအပ်လေ့လဲ ပရောင်ချုပ်ကွာန်ကို ဖို့ပိုင်ကျိုးလို့
ပရောင်ဖို့ဟ်ဂမြိုင် အတိုင်ညားတအ် စိတ်လေပစ်စဉ်ကို မှုးသွင်စောက်ရောင် ပိုညားတအ်၌၍ခေါက်စန်ဒက်မဘဲ့
သွာက်ရွှေသွာက်သီဟောင် မှုးသွင်စောက်တင်နှင်စရင်သွာဂမြိုင် မအုပ်။ ဂကော်လျှော့လျှော့တအ်ကို ပရောင်သွာ်ဖြူ
ပရောင်အခေါင်အရာ ကောန်ကြုံ ပရောင်ကောန်သွာ် ပရောင်ချုပ်ကွာန်ကို ဂကော်တူဟ်ဟ်တအ်ပါလေပ်မဲ့။

(က) ကဏ္ဍပရောင်းနှင့်

(బ) పరీంశితియా

မိဒ္ဒိယ၊ နိုဟ်ထံပရိုင်ကမ္မိုင် သင်စောတင်နှင့်စရင်သွာတဲ့ ပရိုင်တို့ကမ္မိုင် လိုက်ပရောင်ကမ္မိုင် ပရိုင်စွဲတ်သမတိတအဲကမ္မိုင် ကျောန်သူတေသနမှာန်ရ၏၊ နက်မိဒ္ဒိယ၊ နိုဟ်ထံပရိုင်တအဲဂျုလောင် ဒွဲဘက္ကာဗွဲမရှိုင်ရဲ့ မဆောင်စပ်ကို တင်နှင်ကမ္မိုင်ရဲ့ မွေးကိုကား၊ နှက်စရင်သွာရောင် မရှိရ၏။

(၄) ကမ္မတီ အသနရကမိုင်

(စ) ကောန်ဂုံးဘာတွဲ/ပြဂါမိုင် ညားတွဲပညာသူတေသနရှိမှု့င် ညားတွဲပညာကမ်းမြိုင်

ထင်နင်စရင်သွားကြိုင်၍ သွက်ညးတွေပညာကျောန်ပရောင်ပိုန်ဖြပ်ကြိုင် နှိမ့်ပိုင် ဇာပ်ပွဲ ညားမန္တံကို ပညာ သူတေသနရှိခိုင် ကောနကွားဘာကြံ့ပြုကြိုင်တအ်၍ ရိုဟ်ကွက်တင်နင်ပရိုင် ဖြိုဟ်ဟ်နက်က်ပြီးပြီးအေးကြိုင် မအုပ်။ သွက်ပရောင်ပညာ၏ကာနိုင်တအ်ကိုလော် ကိစ္စနှေ့လောနကိုတဲ့ ဒွန်သချာပထမိဝင် သွက်ဂုံးလွှာန်လိုက် လွှာတ်ဘာသာပရောင်မို့ဟ်တအ်သို့ဖော်တအ်၍ မှားလွှာန်လွှာတ်အာရောင်။

(ຂ) ດາວໂຫຼດລົມ: ຖໍ່ກຳນົດໄຫຼື້ນ ດາວໂຫຼດຫຼີ້າທິດໄຫຼື້ນ

ထင်နှင်စရင်သွားမှုပြင်တဲ့ အပ်စုပ်လင် ဗုံမနိုင်ကျိုက်တဲ့ ဖို့နဲ့ ဒီမိုင်ကရေဖြေတဲ့ ကိစ္စဖော်ဗုံမလောန်ရ။ ဥပမာ
မဟိုထူးမှု ဒွဲမရဲမရဲတွေရဲ့အောင် တွေ့ရဲ့လျောင်ဒေသခရိုင် ပွိုင်ချင် ဒွဲအခေါင်မဂုံလုပ်
ရဲမဲလွှဲဟိုမိုဟဲသွားကြတဲ့ သွားတော်မာန်ရှု မွေးသွင်စော့ တင်နှင်စရင်သွားမှုပြင်တဲ့ ဗုံကိုပေါ့ရဲမဲလှု
ဂုံသွင်စော့ကွားကွားဖွူးဖွူးရ။

ဆင်စပ်ကို လလောင်းဖိတ် တင်နှင်စရင်သွာ ကိုပေါ်သီကို (ဟွှဲသေင်မူး) သွဲဘတေးလညှတ်တအို
မိုလုစီအန်လပ်ရော

ကဆိုထွေးလပ် ဗွဲသွေ့တအို မဆင်စပ်ပရောင်လလောင်းဖိတ်တင်နှင် စရင်သွာတဲ့ ကျော်ဗြိုင်ပြုပေါ်သာင်သီကိုကို
စီအန်ခြံးတအိုကို မူးအထံက်အပင်ရောင် အကဲ့ရာမွဲကိုမဲ့ တိုင်ဟွှဲမာန်ကိုရှိ ပသတိတဲ့ မစွော်ထွေးလပ်
ကဆိုဂြိုင်ကို အကဲ့အရာမူး ဆို့ကဲကိုတအို သံင်းကြိုက်သီအား နှုက်မိုးဟန်အန်ရောင် မူးပလောင်ပလတ်တဲ့
မိုးဟန်တိုန်ကြုံင်ကော်ဓရီတအိုလပ် မူးသီကို အရောင်နှံကို အမိုးပောင်ရှိ စွဲသတိညီ။

ဇာတ်ကော်ဓရီ သွော်ရွှေးကြိုမာန်ရှိ စွဲလပ် ပူးစိုးလိုန်ညီ ဟိုတို့ရမိုးဟန်တိုန်ကြုံင်သီဖုန်းအိုတ်ကိုရွှေးပါလုပ်တဲ့
မိုးညေးတအိုသီကိုကွားကွားမူးမူးရှိ ဒေါ်ထမ်းက်ပတိုန်တဲ့ ဂွှဲသွဲလညှတ်တဲ့ ရွှေးကွားမူးအာရုံးတွေ့ရှိ
မူးသွော်စွဲကော်မာန်ရောင်။

(က) ဘိက်ဂိုင်ကို မိုးဟန်တိုန်ဖိုင်ဂြိုင်

- ❖ သွော်ရွှေးကြိုမာန်သီကိုရွှေးတရာ့မာန်ရှိ ညားမွဲကိုညားမဝဲ မူးသွဲကော်လညှတ်တဲ့
လိုးမိုးဟန်တိုန်စိုးပိုင်အိုတ်ရှိ သွော်လပ် (၅၀) တွေ။
- ❖ အမိကမူးကုံးကြုံပိုင်ကို ဂကော်မွဲကိုပိုင်ရှိ ပြုပြင်လပ်စရင်ဗွဲသွော်တော်ရဲ ဖက်ဆောက် ဂကော်လျှော်တအိုကို
လျှော်တအိုလပ် ဂွှဲမာန်မင်ရောင် ဟိုတ်နှုက်ကျော်နှုံးသီတော်ကိုရှိ မိုးကျော်တွေ့ပြုလအာ
နှုက်ညားဟွှဲတွေ့ပြုတို့တွေ့ပြုတအို မူးကော်တော်သီကိုရွှေးပိုင်ရောင် မနှုရဲ။ မိုးရွှေးပိုင်ကော်ရှိ ယဝ်ရဲ အကဲ့အရာ
ဟွှဲနိုးမူး အစီအန်ဒီမိုင်ရေးဖြေကို ဂကော်တတွေ့ပြုဟန်ရောင်။

(က) ဂကော်ဘာသာဂြိုင်

- (ခ) မိုးချိုးစွဲရောင် ပရောင်ကူးကို ဂကော်ညားအရာပိုင်ဂြိုင် (တွေ့ရေးဒေသအော်ကို ယဝ်နှံအပွဲပိုင်ချုပ်)
- (ဂ) ညားစွား မရောင်တွော်ကို ပရောင်မိုးဟန်ဖြေ
- (ဃ) ညားစွားမရောင်တွော်ကို ပရောင်သွော်တအိုဂြိုင်
- (င) ညားစွားဂကော်အလုံအသီဟွှဲသေင်ဂြိုင်
- (စ) ညားစွားပါလုပ်တအိုဂြိုင်
- (ဆ) က္ခိုပ်ဆိုးပိုင်အရှင်အရှင်ဂြိုင်
- (ဇ) ညားစွားဂကော်တွော်ဟန်ပိုင်
- (ဈ) က္ခိုပ်ဆိုးပိုင်ကွာ့နှုံးပိုင်
- (ဉ) စွားမိုးဟန်ဟွှဲနိုးဟန်ကြိုက်ပိုင်
- (ခ) စွားအလုံအသီညားမသွင်စွဲစရင်သွားပိုင်
- (ဌ) ညားစွားပရိုင်မီဒီယာဂြိုင်

- ❖ ညားနှုက်ရှိဂကော် ပရောင်ပိုင်ဖြေတွော်ဟန်တအိုဂြိုင်ကို က္ခိုပ်ဆိုးပိုင်ဂကော်အခိုက်ကွာ့ယေနသွာ်တအို
မူးသီက်မာန်ရောင် ကွားဟွှဲနိုးပိုင်လိုက်ဘိက်ရှိ အောန်အိုတ် (၇) တဲ့ ဒေါ်ကျော်ခြင်လပ်ရဲ။ မိုးပြုပိုးပိုင်လိုက်ရှိ

ကုမ္ပဏီ၏ နက်ဖက်ဒု၏ (သွားမာန်မှူး) ပလိုင်ကြီအီမေလ်ကို ပလိုင်စုရို့မာန်ရ။ ပွဲကိုခတ်တဲ့ ဒွဲဘွဲ့ကိုဆိုလျှောတ်ရှိပိုင်း လလောင်တြားတဲ့ ဘိက်မာန်မံင်ရောင်။

- ❖ ဘိက်လိုက်တဲ့မူး တိန်စိပ်မာန်ကို ဟွာမာနကိုရှိ နက်ဖျင်ကို ကေတ်စွတ်ချိတ်တံ့ပြုတတ်ညီ မြိုဟ်တိန်စိပ်ကုပ်၏ ညံ့အခိုင်ဟွာလဲအောင် ကျာအစီအစဉ် ဟွာစိုး ကျင်ညံ့ရွှေအသေဟာန်ရောင်ရှု လလောင်တေးကိုညီ။

(j) ကာလပလောင်ပလေတ်ဂကော်ဓရီတဲ့မူး

သွက်ဂုံချုပ်စွတ်သမီး ပူးကြုံကော်ဓရရှိ သွက်ဂုံချုပ်မာန်ကိုလည် လိုက်စွတ်မဲ့တွေးညီ မိဟ်တိန်ကျင်ကျိုင် သိကြီးလပ်တအ်ရှုံးကို သွာန်သွာ်လပ်တအ်ရှုံးကို ကိုလပ်ကသပ်တအ်ရှုံးကို စွတ်သမီးလပ်ညီ လိုက်စွတ်သမီးတအ်ရှုံး မဆောင်စပ်ကို တွေအစ်ဂုံးပိုင်ကို ကျိုပ်လျိုပ်ဒေသကျိုင်ကို ဌာနဝန်ဖော်ကျိုင်ကို ဌာနဖြောတ်ကောနချင်ကွာန်တအ်ကို သွက်ဂုံလူးလည်တရှုံး နဲ့ဖော်ကိုဖြောတ်ရ။

သွက်မြိုဟ်တိန္ထိပ်ဟပောင် သွက်ဂုဏ်ဖျော်ကို ဂကော်ဓရှိမာန်ရှိ တင်နှင်သေဲသေဲကမြိုင်ကို (မရွန်ဖုန်ကို အီမေလ) ကို မွေးသွလ်စွတ်သမြိုလ်ရ။

❖ ယင်ရ ကျောန်ကော်တဲ့ သီကိုယ်းဆူအံမှုး တာလျှိုင်ည်းကိုယ်း သွေစတ်လင်ညို ပြီပြင်သီကို ဆူတ်လှု မှုးသီကို မှုးသောင်ကလးရောင်ရှု ဖျော်အစီအန်ညို ကိစ္စပရောင်အရာပါးပရှုကလောန်မှုး ပိုလုံးရပ်စပ်ကမွာန်ရှု စီအန်လင်ညို ပရောင်ကမွာန်စွာ ကွာဟွာကျောန်သီကို (၂) တဲ့ဟောင် မှုးပြုပြင်စီအန်လင်မှုး မိုဟ်တိန်စိုပ်ကွဲပ် ကော်ဓရို့ရွှေလောင် ပြေပြင်အာရာ။

(၂) ကာလဖန်ဖက်စီအန်ပေါ်ကော်ဓရို့

(က) ဒုက္ခတွေ့ပို့ဟ်တိန်စိုပ်ကော်ဓရို့ညို စီနှစ်ရအစိုင်သွေက်ည်းတအော်နှစ်မံုံးကိုလောင် သွေကမွာန်တဲ့ ဟိုတ်နှုတိန်စိုပ်ကွဲပ် တင်ရက်စွဲမလောန်ဟောင်ရှု ပိုကိုညို နှုက်ည်းတအော်တိန်စိုပ်ကွဲပ်ရှု ဆက်စိုပ်ကို ပရောင်စရင်သွာ့တဲ့ ပွဲမဇွဲ့ကိုဖြောတ် ပါလုပ်မံုံးအသုင်ရောင်ရှု လထွေးကိုညို။

(ခ) ဆက်မိတ်ကို မိုဟ်ဖက်ဆောက်ညို မိုဟ်တိန်စိုပ်မြှိုင်လောင် ကော်ည်းည်းဆက်မိတ်ညို ကာဆက်မိတ်မှုး ဌာန်ခွဲမံုံးကို ကဆံုံကျောန်ကမွားန်ကို ကိုပါလုပ်ညို။

(ဂ) တင်ရန်တွေ့အော်ဓရို့ မိုဟ်တိန်စိုပ်ကွဲပ် စိုတ်ဂလိုင်လို့ရော ပိုသုင်စော့တင်နှင်းမြှိုင်ကို ည်းစွားကော်မြှိုင်ကို ယင်ဆက်စွော့ကို တင်နှင်စရင်သွာ့ကွဲ့မြှိုင်မှုး နှုဂ်က်ဖြောင်ရှု ထပ်မပောင်တဲ့ ဟိုကိုညို။

(ဃ) အတိုင်နဲ့ကဲပို့ပြင်သုင်စော့ ပွဲကော်ဓရို့ရွှေလောင် ဟိုထွေးကိုညို မိုဟ်တိန်စိုပ်ကွဲပ်သီဖော်တို့ရွှေးဟွားဟွား ပွဲမသွေးလဲး ဂုံသွေးမှုန်ရှု ကိုဖြောတ်ညို နက်ပရောင်ထတ်ယုက်ဟောင် ည်းမတိန်ကွဲပ် ကော်ဓရို့တအော်ရှု ဂုံမံုံးမွဲကိုမွဲ ဟိုတ်မိက်ဂုံတိန်ကွဲပ်ကော်ဓရို့ကော်အောင်ရှု ရောင်တွေ့ကိုညို။ သွောက်ည်းမတိန်စိုပ်ကွဲပ်ရှု ဟောင် မိုဝင်ကျော်ဘေးကို နက်ကော်ဟောင် ထမ်က်ရပ်ရှုညို။

(၄) ကာလဟိုဂါလာန်ဆက်မိတ်ည်းဆူအံမှုး ဂလာန်ပို့က်မိက်ဂုံဟိုလျှို့လျှို့တအော်ရှု စွဲအမိကတဲ့ မှုးဟိုထွေးကို ပွဲသွေးတော်ရောင် နက်ကော်ဟောင် ရဲ့ကောတ်တင်နှင်လျှို့လျှို့တအော်ရှုတဲ့ ပိုက်ဟိုထောက်ရှု ပရိုင်တင်နှင်းမြှိုင် အတိုင်ကျော်သဘင်ကော်ဓရို့ရွှေလောင် ရဲနှစ်တဲ့ ဟိုထွေးမာန်ရှု။

ပွဲကိုကိုန်ချုင်ဗွာစွာ ဟိုတ်နှုက်ဟွာ့ကံကို တင်နှင်စရင်သွာ့ကွဲ့မြှိုင် ဟဲကွဲပ်လောင်ပွဲ့င် (၃၀) သွာ့ပြင်င်ရှု။ ဟိုတ်နှုက်စရင်သွာ့တဲ့ ပွဲကိုပွဲ့င်းပွဲ့င် အစီအန်ဖော်အောင်ပြော်ကို ကိုန်အစီအန် ထမ်က်ရပ်ရှုတအော်ရှု ပွဲအစိုင်စော့ကွဲပ်တင်နှင်းမြှိုင်ရှု။

❖ တင်ရန်တွေ့ ပွဲကိုပေါ်ကော်ဓရို့ သဘင်သီကိုကံအော် မိုဟ်ပါလုပ်ကွဲပ်မြှိုင်ရှု

အကြာကောန်ချုင်ကွာ့န်တအော်ဂာဟောင် ပွဲကို သွာ့ (၂၀၁၅) ဂိတ်မော် သွောက်ဂုံးလလောင်တွေး စရင်သွာ့ဂုံးဟောင် မှုးပလောင်ပလောတ်လောင်ကွာ့ရောင် စရင်သွာ့မှုံးရှု သွောက်ရောင်တွေ့ပို့ကံကောန်ချုင်အရောင်တဲ့ တင်နှင်စရင်သွာ့မံုံးကံတိန်စိုပ်မြှိုင်ရှု ကောန်ချုင်အရောင်တွေ့ဟောင် မှုးပို့ပလောင်ရောင် မိက်ဂုံဟိုမွဲသွေးရှု သွောက်ဂုံးနှုက်စရင်သွာ့စွာ ပရောင်ထတ်ယုက် ပရောင်ပညာ ပရောင်မို့ဟ် ပရောင်တွေ့အနှစ်ကွဲ့င် ပရောင်ပို့န်ဖြော်တအော်ရှု မိုဟ်ချုံးအစီအန်ဟောင် သွောက်ရောင်ဖော်အော်ရှုတအော်ရှုဟောင် ပွဲပို့ပရောင်မို့ဟ် ည်းကျောန်ပရောင်ချုင်ကွာ့န်ရှု မန်ရှု။

- ❖ ြာနကေပ်ကဲကိုဖြေတ်ကောနည်းချင်ကွာန်တအိုလေပ် အတိုင်ည်းတအ်လလောင်ထွေးလပ် (၂၀၁၃) ပူ့ကိုဂိုတ္ထအ်ဂောတ်ရု လလောင်တွေးလပ် ပရောင်လိုဟ်မိုဟ်အာဂါတတဲ့မံုင်ရ။ ဂဏ်ဖို့ဆုံးရု ဂုတ္တကော် လိုဟ်ကြြှို့ဖြတဲ့ လိုဟ်အပံ့ဖု့အိုတ်ရု မွေးထမံက်ကို နိုက်ဖို့ပကဆံး ပွဲ့ပြုချင်ရ။ ပူ့ကိုကော်ဓရီလှုဟ်ရု သွာ်ဂုံးလပ်လွှုဟ်ရု မွေးသွာ်တ်ကိုသွာ်ဟိုတဲ့ ဂုံးလပ်ရုတဲ့ ဂုံးနှင့်တင်နှင့်ကိုစရင်သွာ်ရု သွာ်ဂုံးကိုဖြုံးမှန်တဲ့ ပူ့ကိုပို့ပြုပို့ပို့ရု ဂကော်နာနာဂို့ သွာ်ကိုနှင့်ချင့်ပို့ဟောင် စိတ်လုံးသင်စော့အာမာန်ရု မွေးလွှုတ်ကော်မှန်ရောင်။
 - ❖ ဗုံးကိုပ်ကွာ လောင်တွေးလပ်တဲ့ ဖျော်လပ် မူဝါဒကြိုင် မိုဟ်ဂြိုမြေကော်လပ် အစီအော်ဖော်အော်ပြော်တဲ့ ကိုကော် နှုက်ကော်အရာပို့ပြု့င် ညားတွေးအုံ မဆောင်စပ်ကို ဒေသကြိုင် နိုက်လလောင်တွေးကို စရင်တအ်တော်ဟောင် ဟုံးအုံတဲ့ တင်နှင့်စရင်သွာ်ရုတ်ရု မွေးသုင်စော့မာန်ရု။
 - ❖ ကျောန်မံုင်ကိုပရောင်စရင်သွာ်ရုလပ် လိုနှုကာလဟောင် မွေးပလံ့ပရှင်ဏာရောင် မနှုံရ ကာလပလံ့င်မွေး စရင်သွာ် နှုတဗ္ဗာတော် တဲ့လုံး မွေးထမံက်ထွေးရောင် မဆောင်စပ်ကိုပရှပရာ ဒုင်စီရောင်ရု အခိုင်လုံးလလောင်တွေးရောင်ရု ပါလုပ်ခွင့် သို့အိုတ်ရု။
 - ❖ (၁)သွာ်ကဆံးကမိန်ချင် စရင်လိုဟ်မိုဟ်အာဂါတဂြိုင် (လိုဟ်မိုဟ်အပံ့ လိုဟ်မိုဟ်ကြြဲ လိုဟ်မိုဟ်ပြော်အော် ထမံက်ထွေးကိုညို။
 - ❖ (၂) တွဲ့ရူးဒေသဇ္ဈား ကဆံးတွဲ့ရူး စရင်သွာ်အာဂါတဂြိုင် (တွဲ့ရူးဒေသဇ္ဈား လိုဟ်မိုဟ်ကြြဲ လိုဟ်မိုဟ်ပြော် တအို ထမံက်ထွေးကိုညို။

(၅) သွေဟနဆင်ပိုင်သူင်ကမိုင် (လိုဟနမြို့ဟနပိုင်သူင်အပံ့ လိုဟနမြို့ဟနတွဲ၊ လိုဟနမြို့ဟနပြ) တအ်ရှု လထ္ထားကုည်။

(၅) မဆောင်စက်ကို စရင်သွား အာဂတ် မစွဲလပ် သွယ်ပိုင်တဲ့ ရောင်တွေ့ပိုင်ကို ပရောင်သီကြီညာ မြှိုဟ်တိနိနိုင်တအေ သွေကိုရွှေ့သွားနို့ဖြော်မာန်ကြိုင်ရှု မၢ်စွဲသွေ့တော်ရ။

- ❖ သွေဟန်အင်တွဲ သွက်မွေးပိုလိုနှစ်ကိုအမိမ့်ပါယ်ကိုရော
 - ❖ ပိုမ်င်ဒွဲခဲ့ပြင်တအင်ကို သွောတဗ္ဗတ်နှစ်ဟိုကြံး သွောတဗ္ဗတ်နှစ်ဟိုပြီ အပဲကိုနှစ်သိမ့်။
 - ❖ ပိုပြင်ချင်ကွာန်တတက်ကို မကော်ဂူး မဆောင်စပ်ကို ကိစ္စတွဲတဲ့ သွေဟန်ကမျိုင် မူဟိုထဲးဖြင်ရော့။
 - ❖ ပရုပရာသွေဟန်တွဲဟိုခြားဖြင်ပိုလွှဲဟန်ကြိုးမ်င်င် ပိုလိုဒ်မာန်ရော့ မူဆက်တဲ့ကြောန်အာပုန်ရော့။
 - ❖ ညားမွဲမွဲဟောင် သွက်ကဆင်အရာပ်ကွာန် သွက်ကျိုင်သီးပဲ့ (ဟံ့သော်မှူး) အခေါင်အရာ သွက်ဂုံကြောန်နှစ်သားမဲ့မဲ့ဂဲ့ နှက်တင်နင်ကမျိုင်ဏာအင် ပိုလိုသုင်စော့ဂုံးရော့။

(ည) သွက်စရင်အာဂတ်မြိုင်ရှု စရင်မလလောင်းတွေး သွဟ်စရင်သူ့ ပိတ္တမေ သွား (၂၀၁၅) တအ်
တွဟ်ခြာမံုင်ညီညသိုင်သာရောင်ရှု လထ္ထားကိုညားမတိန်စိပ်ကျင်ညီ ကေလာန်မံုင်စရင်နှုတ်ရှု
မစိစွဲတ်မံုင်သော့သော့ပြော့ပြော့ရှု။ ဆူး နက်ဗက္ကားညားတို့န်စိပ်တအ်ကြိုင်ရှု တင်န်ဟွှံဥိုက်ပောင်မံုင်တအ်ရှု
အခိုင်ဗြဲမလုလ် နက်ဗစရင်သူ့ အာဂတ်ဟောင် မူးသုင်စော့မာန်ရောင်။

(၄) ဗုဒ္ဓဘာသာများ (၂၀၁၅) ဂိတ္ထမေတ္တ ဖိုတ်လပ်စရင်သူအာကတု နှင့် ဗုဒ္ဓဘာသာများ (တော်ကြုတင်နင်တွယ်တဲ့) တင်နင်းမှုပြု၏ ထွေးလပ် ဗုဒ္ဓဘာသာများ (၂၀၁၅) ပါလုပ်မာန်ရောင် သွက်ပို့ဆောင် တင်နင်းမှုပြု၏ နှင့် ကဆံ့ဆိုင်ရွက်ခြင်း အရာပို့ဆောင်ရွက်ပါလုပ်မြင်ရ။

- ❖ မိုဟ်တွဲ မိုဟ်ဖြ ပုံကွာန်အရာပ် ပျိုင်ချင် ပရောင်မိုဟ်မံင်ပြီးအေးကို (ဥပမာကဆံုံကိုနှင့် တွဲရေးတွေသနနှင့် တွဲရေးဒေသနှင့် တွဲရေးဒေသခါ်ရှင် ပျိုင်ချင် ကိုကဆံုံကွာန်ဟောင် ပါဝါထမ်က်ထူးလဝ်ရ။
 - ❖ မိုဟ်ချံင်ရိုက္ခိုက် (မိုဟ်မံင်ပျိုင်မွဲစတုရန်)
 - ❖ အပဲကိုန်အိန်ထံုံက် လိုဟ် ကိုန်အိန်ထံုံက် ဖြေကို မိုဟ်ကိုန်သိ သွောတ်ဗျာတ် မိုဟ်တွဲ မိုဟ်ဖြူ။
 - ❖ ပရောင်ပညာ ပရောင်ထတ်ယူက် တိုန်အစီအောင် ဖြောတ်ကောနကမ္မာန် အာယုက်စွတ်သမီးလဝ်ကို ပရောင်မိုဟ်မံင်ပြီးအေးမံင်ကို အကဲအရာ ပရောင်အိန်ထံုံက် ဖို့ဆောင်စပ်ကို ကျိုးပိုန်ထံုံက် ပရောင်မိုဟ်မံင်ပြီးအေးမံင်ကျိုး၏။
 - ❖ ပူတွဲရေးဒေသနှင့် တွဲရေးဂမျိုင် အာယုက်အပဲ မိုဟ်စိုပ်မံင်ချင်သွားမှုး လိုဟ်မိုဟ်တွဲဖြူ လိုဟ်ကော်အိန်ထံုံက်မျိုး၏။
 - ❖ အကဲအရာလိုဟ်ပရောင်ပညာ မိုဟ်တွဲဖြူ (အယောတိုန်ချံင်ဘာ မိုဟ်ကောင်မံင်ဘာကို မိုဟ်ဟွာကောင်မံင်ဘာ အကဲအရာ ပရောင်ပညာ မိုဟ်အာယုက်အကြား (၁၉ သွားကို ၂၉) သွား)
 - ❖ သွောတ်ဗျာတ်အပ်ဘွဲ့အပြေား (သွောင်ပညာ၊ ပညာတန်ဒေါ် ပညာကဆံုံသွဲ့ အကဲအရာ ပရောင်လေပိုက် မိုဟ်တွဲဖြူ။
 - ❖ အာယုက်အပိုင်အခြားက် လျှောင်မိုဟ်တွဲဖြူ ဖို့ပြင်ကမ္မာန် ကမ္မာန်နှင့် ကမ္မာန်ဟဲ နက်ပရောင်ပိုန်ခြပ်ဟော ချိုဓရောင်နှဲ့ဟွာမွဲ
 - ❖ ညားမရပ်စပ်လိုက်တွေးစွတ်သမီးကဲ့ ဂကော်လျှောင် အာယုက်လျှောင်မိုဟ်တွဲဖြူ ညားဟွာခိုင်ကျိုးက်တအံ ပရောင်ပြီးအေးခွံင်ကျိုး၏။
 - ❖ ပုံမံင်စံင်စလျှောင်အိန်ထံုံက် (ဥပမာ ဗုံမံကောန်ခိုင်၊ ဗုံမံတိုက်၊ သို့သော သို့ခုန်၊ တဲ့) အမိကနွဲဘွဲ့တမ်ရိုဟ်တွေးတွောန်
 - ❖ တမ်ရိုဟ်ဒွဲဘွဲ့တွောန်စွဲကို ခုံးသုံး
 - ❖ ဖော်ပွဲတော်ကာလမျှော်စသုံးမှုး မသယ်စွဲကျောင် (ပွဲတော်၊ သွောတ်တော်၊ ကျောင်သွောန်၊ အော်၊ ချူး၊ ချံးက်၊ ပျော်ရွင်စွဲတွော်)
 - ❖ ညားမသယ်စွဲကျောင် လျှောင်အိန်ထံုံက်မျိုး၏။
 - ❖ ကပါတ်မှုးသုံးမှုးစွဲမံင် ပုံက်သို့ကျိုး၏။ (ရော်ယိုင်၊ ဖို့ယိုင်၊ ဖုံး၊ ကိုယ်ယိုင်၊ ကိုယ်အိုင်၊ ကိုယ်စက်၊) ကမိုး၏။

(၄) ဗုတ္ထားလင်း တင်နှင်းမြှိုင်း သင်စော်တဲ့ သွက်ကများနဲ့ ဖောအဲပြောင့်ရွှေ့တက်ကို ပရောင်ပညာ ပညာထုတ်ယူက ကများနဲ့ မတွဲကဗျာမြှိုင် ဖျော်ခေါက်ကိုနဲ့အစီအစဉ်တဲ့ သွက်ရွှေ့သင်စော်နှင်းမြှိုင် သီက္ခာအား ရောင်တွေ့ငွေအာညီ ကာလသီက္ခာမှုများ ပရောင်ပညာတင်နှင်းမြှိုင် ရွှေ့ရှုခိုင်ဟဲ့မှုများ တင်နှင်စရင်သွားမြှိုင် သွက်ရွှေ့အုပ်စုရွှေ့ဖျော်ကိုနဲ့အစီအစဉ် ပိုလှုဂံကိုအထံက်အပင်မှန်ရောင်း သီက္ခာပြို့န်ထွဲးကိုညီ။

(၃) လိုက်ခြင်စီရောင်မိရိယ် စရင်သွာတက်ဖို့တိဘုံးအာရာ့၏ မန္တတဲ့ ပွဲကိုဖြိုး အင်တာနတ်တအ်ဂုံလော် ဘုံးဖို့တိအာရာ့၏ ဟိုလထူးကို မိုဟ်တိနိုင်ဗျွင်ညီ တွေးလိုက်တင်နှင်စရင်သွာသရောပ်တအ်လော် ကေတ်အာသုံးမာန်ရ။ တမ်းရိုဟ်တင်နှင်စရင်သွာဘမ္မာ့င်ရှင် နှုက်ကဆံုံကိုနှုန်းချင နှုက်စိုင်ကဆံုံပွဲ့င်္ခာင ကိစ္စလျှော်တော်ရှင နှုက်စိုင်ကဆံုံအရာပ် ကွာန်တအ်ဟောင ပါလှပုံးမရှိင်ရ။

(ບ) ຕັດຸກົມທີ່ມີຄວາມຮັດຮັດຂອງລູກຄ້າ ທີ່ມີຄວາມຮັດຮັດຂອງລູກຄ້າ ແລະ ດຳເນີນຕົວຢ່າງ
ແລ້ວ ດຳເນີນຕົວຢ່າງ ປະເທດລາວ ພັດທະນາ ດຳເນີນຕົວຢ່າງ ດຳເນີນຕົວຢ່າງ ດຳເນີນຕົວຢ່າງ

ညားဖြောက် ညားပြေတအဲ ထိုလိုဆန်စပ်မာန်ရော ကိုကမွှာန်ကို မိုဟ်ဟွှံစိုပ်အပဲမာန်ဟာ အခေါင်အရာပိုန်ပြရိန္တမ်းမဲ့မဲ့ဟာ ပဲကိုပွဲပိုင်ချင်မူးတအဲ ထိုလှန်စွဲရော မူးဒေါ်ကျောန်မာန်ရော

- ❖ လိုဟ်မြိုဟ်နော် အာယုက်စိတ်လုံးမွဲးသွေ့စုတ်မြိုဟ်ပျူဗျူမာန်ရော (အာယုက် (၆၅ သွံ့လွှှို့ပျူဗျူဟာ) ပုံက်မြိုဟ်နော်ရှုံး ချိတ်မင်စိတ်ဂလိုင်လှုရော သွေ့က်မြိုဟ်ပျူဗျူဟောင် အခေါင်အရာပော်နှင့် ပရောင်ပိုန်ဖြပ်နှုန်းဟာ ပရောင်ဟုခိုင်ကျိုက်ရှုံး သွေ့ညားနော်မွဲးဟောင် စိတ်လုံးမှဆင်စပ်မာန်ရော မြိုဟ်နော်တာအောင် ဒုမြိုဟ်ဆိုင်သို့ဟာ ယုံဒုဝင်စသိုင် ပုံက်ကိုန်အိန်ထံးမွဲ့မွဲကိုဟာ
 - ❖ အကော်အရာသို့ကြာန် ကပေါ်တ်သုင်စော ပုံက်သို့က် ပရောင်ပိုန်ပြီ

ကောန်ချင်ကွာန်မံငြိုင်သို့ဖြစ်နိုင် ဖိုလှုရော သယ်စောမံငြိုပွတ်စာတ်လလီကိုဟာ သုင်စောမံငြို့ဘုင်သွေးဇူးကိုဟာ သို့ဘုရားလည် သွေးဇူးမံငြိုဟာ ကပေါ်တဲ့သို့သယ်စောမံငြိုတအောင် အမိက မန္ဒရေခြိုပိုင် စက်ရုပ်ဒမျှ တအောင် ပိုင်ပြီလည်ဟာ ဖိုလှုအာမံငြိုတရဲ့ရော ပဲပွဲပိုင်သွေးဇူးတအောင် အကဲ့အရာပါလိုနဲ့ခြင်ရော နက်းကဆံပွဲပိုင်သွေးဇူးလောင်ရော။

နဲကဲသူက်ဂုံရောင်တွေ၏ထံက်ပင်ကမျိုင်

(၁) ကလင်ညီ ပုဇ္ဈာဂမျိုင် တင်သီကြီကမျိုင် နှစ်ဝါရီသုင်ဖအိတ်ဂုဏ် ကလင်ညီ ညားမွဲဟံ့ဖို ကာလသီကြီကျင်မှုး နက်မှုးဟောင် စုံအရှိတဲ့ ကလင်ကိုချိတ်ပြုတ်တ်ညိုင် ပိုက်နှံရ နန်သာ်စွံ ကလင်ကိုမှုး နက်မှုးဟောင် သွေ့တ်သွေ့ကို ညားတအံ့ရောင်ရှု ညားတအံ့ဂုံတိကောက်မှာန်ရောင်

- ❖ ယလာန်ညုးတအံ့ဖို့န်လင်ဂလာန်ပရှုပရာတအ်ဂု ကလောင်ဟိုနက်အရောင်ကျော်တဲ့ဟောင် ကျော်ဟိုမံင်ရောင်ဂု သွေ့တ်သမ္မား။
 - ❖ အဲဟွှာတီ (ဟွှာသောင်မူး) အဲဟွှာချို့တို့တ်ပုဟ် ယဝ်ရဟိုမို့ဂုတ် ပြုပြိုင်မံင်ရ။ ပုဂ္ဂိုလ်ညုးမသွာန်ကျောင်ပရှုပရာတအ်ဂု ကလောင်လွတ်တဲ့ ကလောင်က်သဝဟ်။
 - ❖ ပရှုပရာနှို့န်ထွေးလင်တအ်ဂု သွေ့တ်သမ္မားလင်။ လိုက်စွတ်တအ်ဂု ပကော်ပကောင်တဲ့ မူးပရအ်က် မို့ဟ်ကော်ကဲ စရင်သွား တွေဟ်တအ်ဂုရောင်။
(၃) ပါလုပ်တဲ့ သီက္ခား

မြို့ဟ်တိန်စိပ်ကျင်သိဖော်တိတေသန အခေါင်အရာသွေက်ဂံသိက္ခာမှန်ရ ရောင်တွေင်ညီ။

- ❖ လညှတ်ဟိုသီက္ခာလင်တအ်ရှ ယဝရတ်မ်င်ကို တွဟ်ခြားခံင်ကို သွက်ဂုံသီက္ခာမိုတ်မာန်သိုဖအိတ်ရှ လထူးဘိက်ကုန့်ဖိုဟ်တိန်စိုပ်ကျောင်သိုဖအိတ်တော်ညီ။
 - ❖ မိုဟ်တိန်စိုပ်ကျောင် ညံ့ဂုံပါလ် (ကဏ္ဍသွာန်သွဟ် စမ်ပညာပဟော့ ဒက်ဂကော်တဲ့ ဝင်ပရောင်ထတ်ယ်က် နှုံးနဲ့ကဲတဲ့ သုင်စော်ညီ။
 - ❖ ဒုင်တွေ့မ်င်လညှတ်တွဟ်မ်င်တအ်ရှကိုတဲ့ ချင်လှ့ဟွာဟို တွေ့ရေးဒေသနော် တွေ့ရေးကု ပိုင်ချင်အိုသို တွပညာတွေအစောန်ကု မိုဟ်ဟိုဂ်ဆောက်ရောင် မွေးဟိုကောတ်ရှ ဟွာ့ဘွဲ့ရောင်ရှ ထပ်ကုထပ် ဟိုထွေးကုညီ။
 - ❖ မိုဟ်ဖြေကို ကောနသွာတ်ဂမ္မ်င်ကို မိုဟ်အာယ်က်နော်ကို မိုဟ်ဟွာ့နိုင်ကျို့က် မကောက်ဂ် ဂကော်မိုင်တအ်ရှလော် မိုတ်လညှတ်ညားတအ်နဲ့ ဟိုထွေးကုညီရှ လစကုတဲ့ ကုမြေဟာတ်ညီ။

(၃) သွေအတန်တဲ့ အပ်နိဂုံး

ထင်နှင်စရင်သွားကဗျိုလိုင်း သွက်ဂုံချုပ်မောက် ကိုနှစ်ဖောက်ဖြေပြတ်တတ်ရှိ ကိုနှစ်ချင်ကိုကဆံ့ဒေသနှစ်ရတအ်ပွဲက ပွဲကိုပြပြေပြင်လှုပွဲအိုင် ဒီမိုင်ကရေဖြေတအ်ရှိလောင် မနှစ်တင်နှင်အမိကမဲ့ ရောင်ဟော ထပ်တဲ့ဂုံသွားတန်ပွန် ဟံထွေးကုပ္ပါဒီ။

တင်နှင်ကုကသပ် ညားမတိန္ဒိတ် သဘင်သီကြိုက္ခိုင်

ပရဲပရာ မိုးဟန်တိန္ဒိတ်က္ခိုင်

○ အော် မြ

(၁) အာယုက်အပိုင်အကြာ ---၁၅-၂၄ /၂၅--- ၂၉/ ၃၀---၄၉/ ၅၀ သွားလွှာ။

တိတ်ကျော်နှစ်ဦးကကော်လှုရော

ကကော်သာသာ ---၊ ထိ ---

ကကော်ကောန်ချင်အရေင --- ကကော်အလှုအသီ ---

ကကော်သွားပြ --- ကကော်ပူဂူလိုက ---

ကကော်သွားတာအ် --- ကကော်တွဲဟ်ယ ---

(၂) ကကော်ခရီးတဲ့မူး တင်ရန်တွေအ် စရင်သွားကို ကိုန်ချင်ပိုက် သွာ်ကကော်တာအ်မြို့လုံဂုဏ်ဖို့မြို့မြင်ရောဂု

မွဲမကွားဟော တိကျော်ကျိုးပောင်ရ။

○ တုပိုတ်ချိုက်ပောင်ရ။

○ တုပိုတ်ရ။

○ တုပ်လော်ဟွာသော် ဟွာတုပ်လော်ဟွာသော်

○ ဟွာတုပ်ဖိုတ်ရ။

○ ညီလော်ဟွာတုပ်ဖိုတ်

(၃) မွှေတ်မှာမံုံးမဆောင်စပ်ကို တင်နှင်ထောင်ခယျုံ နှုက်ပေါ်သီကိုရှုံးဟော သောင်ကလားမာန်ရ။

○ တုပိုတ်ချိုက်က်ပောင်ရ။

○ ထုပိုတ်ရ

○ ထုပ်လော်ဟွာသော် ဟွာတုပ်လော်ဟွာသော်

○ ဟွာတုပ်ဖိုတ်ရ

○ ညီလော်ဟွာတုပ်ဖိုတ်

(၄) သံသယ မဆောင်စပ်ကို စရင်သွားရှုံးတဲ့ ပေါ်ကကော်ခရီး နှုက်ပါဖိုတ်ကိုရ။

○ တုပိုတ်ချိုက်က်ပောင်ရ။

○ တုပိုတ်ရ

○ တုပိုတ်လော်ဟွာသော် ဟွာတုပ်ဖိုတ်လော်ဟွာသော်

○ ဟွာတုပ်ဖိုတ်

○ ညီလော်ဟွာတုပ်ဖိုတ်

(၅) သွက်ရှုံးလလောင်တြား လိုက်ချင်စီရောင် နှုက်သွဟာနာတအောင် တိုကေတ်တဲ့ နှုက်ကော်နာနာ ဗြိလှုံး
မှုးသုင်စော့ရောင်ရှုံးလပ် တိုကေတ်မာန်ရ။

- တုပ်မံင့်စိတ်သို့က်က်ပေင်းရ။
- တုပ်မံင့်စိတ်ရ
- တုပ်စိတ်လပ်ဟွာသေင ဟွာတုပ်စိတ်လပ်ဟွာသေင
- ဟွာတုပ်စိတ်ရ
- ညီလပ်ဟွာတုပ်စိတ်ရ။

(၆) ပရူပရာလလောင်တြား သွဟာန်သွာ့ရောင်ရှုံး မှုးသောင်ထွေးကို ဂကော်ပို့တော် မွဲမလော့သွာရ။

- တုပ်စိတ်သို့က်က်ပေင်းရ။
- တုပ်မံင့်စိတ်ရ
- တုပ်စိတ်လပ်ဟွာသေင ဟွာတုပ်စိတ်လပ်ဟွာသေင
- ဟွာတုပ်စိတ်ရ
- ညီလပ်ဟွာတုပ်စိတ်ရ။

(၇) ကမ္မာန်လွှင်စရင်သွာ့ မွဲကဆံုံပွဲန်ရှုံး သွက်ရှုံးပါလှပ်ရှုံး ဆန္ဒန္ဒာလွှင်သွာ့တော်ရ။

(က) ပရိုင်တင်နင်

စရင်သွာ့ကို တမ်တော်

ရွှေနင်ပရိုင်တင်နင် မဆောင်စပ်ကိုစရင်သွာ့ နှုက်တမ်တော်

---အေး ---မွှေ့တော်

(ခ) ကာလလလောင်တြား စရင်သွာ့ နှုတမ်တော်ရှုံး မှုးရောင်တွေ့ပို့ နက်ညားစန်းက် ကောန်ချင်ကွာန်မွဲတွေကို

---အေး ---မွှေ့တော်

(ဂ) တွေ့ဟ်ဟ်သွာ့

(၈) ပေါ်ကော်ခရီးကော် ညံ့ငံ့ခို့ဟ်အာ နှုက်အံပွဲန်ရှုံး မှုးပို့လှု့မိုက်ရှုံးကာသပ်ကွဲ့ပို့ရော

(၉) သွက်ရှုံးကာသပ်တွေဟ်ကွဲ့ပို့

အချက်အလက်များ အသေးစိတ်ထပ်မံသိရှိလိပါက

www.dop.gov.mm

<http://myanmar.unfpa.org/census>

