

တၢ်သးခုကစီၣ်ဒီးတၢ်ကဲထီၣ်အပျဲၣ်အဘီၣ် လၢသးခၢ်အတၢ်မၤ

တၢ်ကတိၤခိၣ်လဲၣ်အတၢ်ကွၢ်ခိ

တၢ်ကွၢ်စီၣ်ဘၣ်ဃးတၢ်ဖံးတၢ်မၤအံၤ မ့ၢ်ဒ်သိးကမၤစၢၤပုၤမၤသကိးတၢ်တဖၣ် ကမၤဒိၣ်ထီၣ်တၢ်သးခုကစီၣ်ဒီး တၢ်ဒုးကဲထီၣ်အပျဲၣ်အဘီၣ်လၢ သးစၢ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤ လၢသးစၢ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤဒီးဃုထံၣ်န့ၢ်ကျဲ လၢကမၤဒိၣ်ထီၣ်သးစၢ်အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤအိၣ်ထီၣ်လၢတၢ်စိၣ်တၢ်သးခုကစီၣ်ဒီး တၢ်ဒုးဒိၣ်ထီၣ်အပျဲၣ်အဘီၣ်လီၤ လၢတၢ်ဖံးတၢ်မၤအပူၤ ပုၤမၤသကိးတၢ်ကဃုသ့ၣ်ညါဘၣ်ဃးသးစၢ်အဂ့ၢ်ဒီး ကွၢ်ဆိကမိၣ်ဘၣ်ဃးတၢ်သးခုကစီၣ် ဒီးတၢ်ဒုးကဲထီၣ်အပျဲၣ်အဘီၣ်အဂ့ၢ် ဒီးကွၢ်ဃုတၢ်မၤအသးလီၤတၢ်လီၤဆဲးလၢ ကမၤစၢၤအဝဲသ့ၣ်လၢ တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤလၢသးစၢ်အဂီၢ်န့ၢ်လီၤ ဒီးကဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤလၢအတၢ်အိၣ်ဖျိၣ်အပူၤန့ၢ်လီၤ

တၢ်ကတိၤခိၣ်လဲၣ်အဂ့ၢ်မိၣ်ပုၤ

၁. တၢ်ဆုၤန့ၢ်ဒီးတၢ်ကွၢ်တၢ်လၢတၢ်ဖိခိၣ်ဝးဝး (၁၅မံးနံး)
၂. တၢ်စံးတၢ်ကတိၤဘၣ်ဃးသးစၢ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤ (၂၅မံးနံး)
၃. တၢ်ပၤဖျါတၢ်သးခုကစီၣ်အဂ့ၢ်/တၢ်ဒုးကဲထီၣ်အပျဲၣ်အဘီၣ် (၁၅မံးနံး)
၄. တၢ်စံးကတိၤလံၣ်စီဆံ့အဂ့ၢ် (၃၀မံးနံး)
၅. တၢ်သးခုကစီၣ်ဒီးတၢ်ဒုးကဲထီၣ်အပျဲၣ်အဘီၣ်လၢယတၢ်အိၣ်ဖျိၣ်သးစၢ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤ (၃၀မံးနံး)
၆. တၢ်မၤကတၢ်ကွၢ် (၅မံးနံး)

တၢ်ကတဲၣ်ကတိၤအသးဒီးတၢ်လၢအလီၢ်အိၣ်

* ကွၢ်ကဒါက့ၤတၢ်ဖံးတၢ်မၤတက့ၢ်. နကအဲၣ်ဒီးဖးက့ၤလံၣ်စီဆံ့အတၢ်ကွဲးဒီး လဲၣ်ခိၣ်ဖျိၣ်တၢ်မၤအသးတခါ, ဒါန့ၢ်တၢ်နီၤလီၤတချုးတၢ်ဆၢကတိၢ်လၢနသးဒ်နဲအတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်ဒီး ဒ်တၢ်အဒိအသိးတက့ၢ်.

လံင်လၢအဘၣ်တၢ်ကွဲးကွဲးအီၤအတၢ်ဟ့ၣ်

- . တၢ်သးခုကစီၣ်အတၢ်မၤဒီးအပျီၣ်အဘီၣ်တဖၣ်လၢ နတၢ်မၤသးစၢ်အတၢ်မၤအပူၤ
- . တၢ်စိၣ်တၢ်သးခုကစီၣ်/တၢ်ဒုးကဲထီၣ်အပျီၣ်အဘီၣ် အတၢ်ကွၢ်ကဒါက့ၤလၢ နတၢ်အိၣ်ဖျိၣ်သးစၢ်အတၢ်မၤ
- . တၢ်အလီၢ်အိၣ်လၢတၢ်မၤတၢ်ဆူညါအဂီၢ်

* ကွဲးနီၣ်ဃၣ်တၢ်မၤခီၣ်လဲအဂ့ၢ်လၢလံာ်အပူၤ မ့တမ့ၢ်လၢတၢ်ဒုၣ်အသ့ၣ်ဘၣ်

* ကတဲၣ်ကတီၤတၢ်အဒိလၢ တၢ်စိၣ်တၢ်သးခုကစီၣ်/ တၢ်ဒုးကဲထီၣ်အပျီၣ်အဘီၣ်အကဝီၤ
(တၢ်နီၤဖး ၃, တၢ်ဟ့ၣ်လီၤ က)

* စဲကျဲးတၢ်စံးတၢ်ကတီၤတဖၣ်လၢအဖီလၢ လၢလံာ်အပူၤ (မ့တမ့ၢ် Power Point Slide)

(၁) သးစၢ်တဖၣ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢတၢ်အိၣ်ဖျိၣ် မၤဝဲခဲလၢာ်, ပၣ်ဃုာ်ဒီးသးစၢ်မ့ၢ်ဂ့ၤ, မ့ၢ်တပၣ်ဃုာ်မ့ၢ်ဂ့ၤ, တၢ်ခဲလၢာ်လၢနမၤအီၤဖျိၣ်နတၢ်အိၣ်ဖျိၣ်န့ၣ်လီၤ.

(၂) သးစၢ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤခဲလၢာ် မ့ၢ်တၢ်မၤသကိးတၢ်သးခုကစီၣ်အတၢ်မၤ မ့တမ့ၢ် မ့ၢ်တၢ်ဒုးကဲထီၣ်အပျီၣ်အဘီၣ်လီၤ. ကမ့ၢ်တၢ်တမံၤမံၤ မ့တမ့ၢ် ကမ့ၢ်တၢ်အဂၤလီၤ. ဒီးတၢ်န့ၣ်တမ့ၢ်သးစၢ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤဘၣ်.

* ပၣ်ဖျိၣ်တၢ်လၢအလီၢ်အိၣ်ဝဲ

- . လံာ်ပရၢအတၢ်ကွဲး
- . စၢ်ဘိလၢတီၤနီၣ်တၢ်ဂီၤ
- . ထုးဖံ (Tape)
- . လံာ်စီဆံ

ဖံးသကိးမၤသကိးတၢ်ကတီၤခီၣ်လဲအဂ့ၢ်

၁. တၢ်ဆုၢ်ဒီးတၢ်ကွၢ်ဆိကမိၣ်တၢ် (၁၅မံးနံး)

တူၢ်လိာ်ပှၤမၤသကိးတၢ်ဆူ တၢ်ကတီၤခီၣ်လဲ ဒီးသံကွၢ်ပှၤဖံးသကိးမၤသကိးတၢ် ဒ်သိးကတဲဖျါအမံၤအသ့ၣ်, အတၢ်အိၣ်ဖျိၣ်, ဒီးတၢ်မၤလၢအဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်အီၤလၢ အတၢ်မၤသကိးတၢ်

သံကွၢ်ပှၤမၤသကိးတၢ်လၢအဘၣ်မၤဝဲ, တၢ်ဖံးတၢ်မၤ မ့တမ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ လၢအအိၣ်ထီၣ်လၢသးစၢ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤ လၢအအိၣ်လၢနသးပူၤ ဖဲနစံးကတီၤ “တၢ်သးခုကစီၣ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤဒီးတၢ်ဒုးကဲထီၣ်အပျီၣ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤလီၤ. ပျဲ ၃၀မံးနံး တုၤ ၆၀မံးနံးဆူပှၤဖံးသကိးမၤသကိးတၢ် ဒ်သိးကတဲတၢ်လၢအအိၣ်လၢအသးပူၤလၢ သန့ၤအသးလၢ ပှၤတဖုဒ်အနီၣ်ဂံၢ်အိၣ်ဆံးအါလဲၣ်န့ၣ်လီၤ. ပၣ်ဖျါလၢတၢ်ဆၢကတီၢ်ကဟဲလၢခဲဒီး ကနီၤလီၤတၢ်လၢအလီၢ်အိၣ်လၢတၢ် အဒိၣ်အယိာ် ဒီးကျဲးစးတၢ်လၢပှၤမၤသကိးတၢ် ဒ်သိးကနီၤပၢၢ်တၢ်ဆၢကတီၢ်လၢအဘၣ်တၢ်ဟံးန့ၢ်အီၤန့ၣ် အိၣ်ဒီးအလီၢ် ဒီးကသ့ၣ်ညါပၣ်ကဲဒီး တဟံးန့ၢ်တၢ်ဆၢကတီၢ်တၢ်ဂၤဖိၤဘၣ်န့ၣ်လီၤ.

ပၣ်ဖျါတၢ်ကွၢ်စိဘၣ်ဃးတၢ်ကတီၤခီၣ်လဲ ဒီးကွၢ်ကဒါက့ၤတၢ်ဂ့ၢ်လၢအပျါလၢတၢ်ကွဲးနီၣ်ဃၣ် ဒီးလၢတၢ်ဒုၣ်အသ့ၣ်ဘၣ် လီၤတက့ၢ်.

၂. တၢ်ဂ့ၢ်ခံၤမၤလၢပုၤကစံးကတိၤဘၣ်ဃး သးစၢ်အတၢ်မၤ (၂၅မံးနံး)

ကွဲပုၤမၤသကိးတၢ်ဒ်သိးကကရၢကရိထီၣ်သး သၢဂၤတကရူၢ်ဒီးကတိၤသကိးအတၢ်စံးဆၢတၢ်ကတိၤခံၤမၤဘၣ်ဃး ပုၤသးစၢ်အတၢ်ဖံး တၢ်မၤတက့ၢ်. မၤဆူၣ်ထီၣ်အသးဒ်သိးအဝဲသ့ၣ် ကဆိကမိၣ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တမံၤဂ့ၢ်တၢ်ဂၤတမံၤ မ့တမ့ၢ် အဝဲသ့ၣ်ကဆိကမိၣ် လၢတၢ်စံးတၢ်ကတိၤခံၤမၤန့ၣ်ဘၣ်ခံၤခါလၢၣ်လီၤ. သံကွၢ်, မ့ၢ်နဘၣ်နသးလၢတၢ်တမံၤမံၤ အါန့ၢ်အဂၤတမံၤမံၤခါ. လၢလဲၣ်တခါန့ၣ် မ့ၢ်တၢ်အဘၣ်ကတၢ်လီၤ.

- (၁) သးစၢ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤန့ၣ် မ့ၢ်တၢ်ခဲလၢၣ်လၢတၢ်အိၣ်ဖျိၣ်မၤဝဲလၢပုၤသးစၢ်အဂီၢ်လီၤ. တၢ်ခဲလၢၣ်လၢနမၤလၢ တၢ်အိၣ်ဖျိၣ်အပူၤလီၤ.
- (၂) သးစၢ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤခဲလၢၣ် မ့ၢ်တၢ်သးခုကစီၣ်အတၢ်မၤဒီး မ့ၢ်တၢ်ဒုးကဲထီၣ်အပျဲၢ်အဘီၣ်လီၤ. တၢ်အံၤမ့တမ့ၢ် တၢ်တမံၤဃီဒီးတၢ်အဂၤတမံၤန့ၣ် တမ့ၢ်လၢၤသးစၢ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤဘၣ်.

ဒုးအိၣ်ဖျိၣ်ကုၤဒီးသံကွၢ်ပုၤအကရူၢ်ဖိတဖၣ်ဒ်သိးကမၤဖျိၣ်လီၤအတၢ်ကတိၤတဖၣ်

န့ၣ်ဖျါထီၣ်ဘၣ်ဃးတၢ်စံးကတိၤလၢအဖျါလၢအထီၣ်ဒါလိၣ်အသး, ဒီးတၢ်အံၤကဲထီၣ်သ့လၢအမ့ၢ်တၢ်တီ မ့ၢ်လၢအခိၣ်ထံး တမံၤန့ၣ်ကမ့ၢ်ဒုၣ်တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤဒီး ခံမံၤတမံၤန့ၣ်ကမ့ၢ်တၢ်တိၣ်ပၣ်လၢသးစၢ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤလီၤ. နီၣ်ဂံၢ်လၢအတၢ်စံး ကတိၤမၤဆူၣ်ထီၣ်တၢ်လၢ တၢ်ဖံးတၢ်မၤအတၢ်ဘၣ်ထွဲဒီးတၢ်အိၣ်ဖျိၣ်သးစၢ်အတၢ်မၤ အိၣ်ဒီးတၢ်ဘူၣ်တၢ်ဘါ, တၢ်ရူလိၣ် သးလၢသးစၢ်ဒီးသးပုၤအဘၣ်စၢၤ, တၢ်မၤသကိးတၢ်လၢသးစၢ်တဖၣ်လၢ တၢ်ဖံးတၢ်မၤဒီးကမံးတံၣ်တဖၣ် ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်အဂုၤ အဂၤန့ၣ်လီၤ. နီၣ်ဂံၢ်ခံၣ်န့ၣ် မ့ၢ်ယွၤဂ့ၢ်ပီညါအတၢ်ကတိၤဒီး ဟ့ၣ်ကူၣ်လၢတၢ်ဖံးတၢ်မၤကလဲၤအသးဒ်လဲၣ်, တၢ်စိၣ်တၢ် သးခုကစီၣ်ဒီးတၢ်ဒုးကဲထီၣ်အပျဲၢ်အဘီၣ်တဖၣ် ကဘၣ်မ့ၢ်အဝဲသ့ၣ်အတၢ်တိၣ်ပၣ်စ့ၢ်ကိးလီၤ. ပၣ်ဖျါစ့ၢ်ကိးယွၤဂ့ၢ်ပီညါ အတၢ်သးအိၣ် မ့ၢ်တၢ်အခိၣ်အတၢ်ကွၢ်စိလၢတၢ်ဖံးသကိးမၤသကိးတၢ်အိၣ်ဒီး တၢ်ဃုသ့ၣ်ညါအါထီၣ်တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤလၢ ကဟဲလၢခံၣ်န့ၣ်လီၤ.

၃. တၢ်ဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်စိၣ်တၢ်သးခုကစီၣ်/ တၢ်ဒုးကဲထီၣ်အပျဲၢ်အဘီၣ် (၃၀မံးနံး)

နီၤလီၤလံၣ်နီၤလီၤ “ က ” ဒီးကွၢ်ကဒါက့ၤတၢ်စံးကတိၤဘၣ်ဃး တၢ်စိၣ်တၢ်သးခုကစီၣ် ဒီးတၢ်ဒုးကဲထီၣ်အပျဲၢ်အဘီၣ် တက့ၢ်. မၤတၢ်ခီဖျိတၢ်မၤအဆံးဘၣ်ဃး တၢ်စိၣ်တၢ်သးခုကစီၣ်/တၢ်ကဒုးကဲထီၣ်အပျဲၢ်အဘီၣ်အတၢ်မၤတက့ၢ်. ဒီးသူ တၢ်လၢအအိၣ်လၢအဖီလၢအံၤန့ၣ်တက့ၢ်. တၢ်ကွဲးလၢအဘၣ်တၢ်ပံးဃီအီၤ ကဘၣ်တၢ်ကွၢ်ကဒါက့ၤဖဲ တၢ်မၤလိလံၣ် စီဆ့ၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ကတိၤဆၢန့ၣ် - တၢ်ကဝီၤကျိၤမ့ၢ်တၢ်ကွဲးလၢအဘၣ်တၢ်တိၣ်ပၣ် ဒံသိးကဟ့ၣ်ထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်မိၢ်ပုၤ (တမ့ၢ်ခဲလၢၣ်ဘၣ် ဘၣ်ဆၣ်မ့ၢ်တၢ်အကါဒိၣ်လၢသးစၢ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤလီၤ) ဘၣ်တၢ်စိၣ်တၢ်သးခုကစီၣ်ဒီးတၢ်ဒုးကဲထီၣ်အပျဲၤအဘီၣ်တဖၣ် လၢသးစၢ်အတၢ်မၤလီၤ. တၢ်ခဲလၢၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်ဘၣ်ထွဲလိာ်အသးလၢတၢ်အါမံၤလီၤ.

တၢ်ကဝီၤကျိၤလၢအချၢ- တၢ်ခိၣ်တၢ်သးခုကစီၣ်

- တၢ်ဟ့ၣ်ထီၣ်တၢ်စံၣ်တဲၤတဲၤလီၤတၢ်သးခုကစီၣ်/ တၢ်ကလုာ်သီၣ်ထီၣ်တဖျၢၣ်ဃီလၢ တၢ်အကါဒိၣ်နီၢ်မးလၢ တၢ်နီၤလီၤကစၢ်ယွၤအကလုာ်ကထါ လၢတၢ်ကွဲးဒီးတၢ်ဖံးတၢ်မၤန့ၣ်လီၤ. မ့ၢ်အဟ့ၣ်ကူၣ်ခရံၣ်ဖိအသးသမူလၢအမ့ၢ် တၢ်လၢပလဲၤခိၣ်ဖျိဘၣ်ဝဲ, တၢ်ဆိၣ်ဂ့ၢ်ဒီးတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢကစၢ်ခရံၣ်ဟ့ၣ်ပုၤန့ၣ်လီၤ. တၢ်ပၣ်ဖျါတၢ်ဖံးတၢ်မၤအံၤ ပကထံၣ်ဘၣ်လၢစီၤပီလူးအတၢ်တဲလၢ ဝုၢ်အၤသ့ၣ်အပူၤန့ၣ်လီၤ (မၤတၢ် ၁၇:၂၂-၂၈).
- တၢ်မၤကဆိၣ်ဒီး တၢ်ထုးထီၣ်အခိၣ်ညါဒီးတၢ်ဒုးအိၣ်ထီၣ် တၢ်န့ၢ်ဟူတၢ်စံၣ်တဲၤတဲၤလီၤတၢ်န့ၣ် တလၢတပုၤဒဲးဘၣ်. အလီၢ်အိၣ်လၢပကန့ၣ်ဃီၤဆူတၢ်ယိာ်ပူၤ, ကသံကွၢ်ဒီးကဂဲၤဖျါတဖျၢၣ်တၢ်ကပျဲတၢ်မၤအသးလီၤ. တၢ်ပၣ်ဖျါထီၣ် တၢ်ဂ့ၢ်အံၤ ကဘၣ်တၢ်ထံၣ်အိၣ်လၢ တၢ်တဲလၢအိၣ်သံအိၣ်ပၤအပဒိၣ်န့ၣ်လီၤ (မၤတၢ် ၈:၂၆-၃၇)
- တၢ်ဟ့ၣ်ဆူၣ်ထီၣ်ဒီးတၢ်တၢ်ဒံသိးကတူၢ်လိာ် ကစၢ်ခရံၣ်န့ၣ်ဘၣ်တၢ်ထံၣ်အိၣ်လၢ အလီၢ်အိၣ်လၢကဘၣ်တၢ်မၤအိၣ် လၢတၢ်သဘျတအိၣ်ဒီးတၢ်မၤဆူၣ်တၢ်ဒီးတၢ်တၢ်တၢ်, မ့ၢ်တၢ်လၢအလီၢ်အိၣ်ဒီးသးစၢ်အတၢ်မၤလီၤ. တၢ်မၤအသးအံၤ ကဘၣ်တၢ်ထံၣ်အိၣ်လၢ ၁တံၤမသး ၄:၁-၂န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ကဝီၤကျိၤလၢအခိၣ်ပူၤ - တၢ်ဒုးအိၣ်ထီၣ်အပျဲၤအဘီၣ်

- တၢ်ဒုးယိာ်ထီၣ်သးစီဆုံအတၢ်အိၣ်မူ မ့ၢ်တၢ်အကါဒိၣ်ဝဲလၢတဆိတုၢ် တၢ်ရူလိာ်မုၢ်ဒီးခရံၣ်ဘၣ်, လၢနဂီၢ်ဒၣ် နဲဒီးလၢတၢ်န့ၣ်အပူၤ, လီၤဆိဒၣ်တၢ်ခိၣ်ဖျိတၢ်ဘူၣ်တၢ်ဘါ, ဒံအမ့ၢ်တၢ်ခဲလၢၣ်အခိၣ်ထံး ဒံအပျဲၤအဘီၣ်တဖၣ်မၤဝဲန့ၣ် လီၤ. မၤတၢ် ၂:၄၆-၄၇ တဲဘၣ်ပုၤလၢ မ့ၢ်တၢ်အကါဒိၣ်လၢပုၤကဲထီၣ်သီခရံၣ်ဖိတဖၣ်လၢ တၢ်အိၣ်ဖျိၣ်အပူၤန့ၣ်လီၤ.
- တၢ်မၤလိဒီးတၢ်မၤတၢ်မၤလိအသးအကၣ် ကဆၢဆူတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်လၢ တၢ်သ့ၣ်ညါဒီးတၢ်သ့တၢ်ဘၣ် ဒံသိးကအိၣ် မူဒံအပျဲၤအဘီၣ်တဖၣ်, ပၣ်ဃုာ်ဒီးလံာ်စီဆုံ (လၢအဟဲဆူပအိၣ်, အတၢ်ကွဲးတဖၣ်, အတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်လၢတၢ်ကျိၣ် ထံအဂီၢ်)ခရံၣ်ဖိအတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်အခိၣ်ထံးဒီး တၢ်သ့တၢ်ဘၣ်အကလုာ်ကလုာ် ဒံတၢ်ကတဲၣ်ကတီၤပသး, တၢ်ဖံးသကိး မၤသကိးတၢ်လၢကရူၢ်ပူၤဒီး မၤစၢၤတၢ်ဒုးဒိၣ်ထီၣ်ခိၣ်န့ၢ်လၢတၢ်အိၣ်ဖျိၣ်တဖၣ်အပူၤန့ၣ်လီၤ. အုးဖူးစူး ၄:၁၁-၁၃ ကတီၤတၢ်အကါဒိၣ်ဘၣ်ဃးအပျဲၤတဖၣ် လၢဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်အိၣ်အလီၢ်အိၣ်န့ၣ်လီၤ.
- တၢ်ဖံးတၢ်မၤဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်အကါဒိၣ်ဘၣ်ဃး တၢ်မၤထီထီၣ်အတီၤဆူတၢ်ဖံးတၢ်မၤ, တၢ်မၤမံးရှၢၣ်အတၢ်မၤ, တၢ်ရူလိာ်မၤသကိးတၢ်, ဒီးခိၣ်န့ၢ်တဖၣ်လၢတၢ်အိၣ်ဖျိၣ်အပူၤ, ပုၤလၢအအိၣ်ဆိးဃုာ်တပူၤဃီလၢ ဟီၣ်ခိၣ်ချၢလီၤ. ယၤကိာ် ၁:၂၂-၂၅ ဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ကိးဆူပုၤဒိကန့ၣ်တၢ်အကလုာ်လီၤ.

တၢ်ကတီၤလၢခံကတၢ် - တၢ်အိၣ်ဖျိၣ်ကိးဖုဒဲးအတၢ်မ့ၢ်တၢ်တီၣ်အံၤ မ့ၢ်အမၤတၢ်စံၣ်တဲၤတဲၤလီၤတၢ်သးခုကစီၣ်ဒီးတၢ် ဒုးကဲထီၣ်အပျဲၤအဘီၣ်ဒီး တဘျီဃီဒီးခိၣ်ဖျိတၢ်မၤအသးတမံၤဃီလီၤ. အဝဲအံၤကဲထီၣ်သ့ဝဲမ့ၢ်လၢတၢ်မၤအသးကမ့ၢ် တၢ်ဖၢန့ၣ်တၢ်ဘူၣ်တၢ်ဘါ, တၢ်ဒိကန့ၣ်, မ့တမ့ၢ်တၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢပုၤလၢအမၤတၢ် ဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်န့ၣ်အခိၣ်ထံးအတၢ် ဟ့ၣ်လီၤသးကပၣ်ဖျါစ့ၢ်ကိးလၢ အမ့ၢ်တၢ်တမံၤမံၤလၢကစံၣ်တဲၤတဲၤလီၤတၢ်ဒုးခုကစီၣ် ဆူပုၤလၢတဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤ သးဘၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်လၢအကါဒိၣ်န့ၣ်မ့ၢ်ဝဲတၢ်သ့တၢ်ကဝီၤကျိၤ ဒံသိးကသ့ၣ်နီၣ်ထီၣ်တၢ်န့ၣ် မ့ၢ်တၢ်မၤဂ့ၢ်တၢ်, တၢ်ဂ့ၢ်ဆူညါလၢကမၤစၢၤပုၤ ဒံသိးပကကွၢ်ဃီတၢ်မၤအသးခဲလၢၣ် ဘၣ်ဃးတၢ်စံၣ်တဲၤတဲၤလီၤတၢ်သးခုကစီၣ်ဒီး တၢ်ဖံးတၢ်မၤတၢ်လၢတၢ်ဒုးအိၣ်ထီၣ် ပုၤန့ၣ်တၢ်ဖိတဖၣ်လီၤ. တၢ်တဒံသိးလိာ်အသးလၢတၢ်ခဲအံၤ တမ့ၢ်တၢ်လၢ အသးကဲၣ်ဆိးဘၣ်.

ကွၢ်ဃုာ်ကွၢ်စုာ်တၢ်သံကွၢ်ဘၣ်ဃး တၢ်ဟ့ၣ်ထီၣ်ဆူပအိၣ်ခဲအံၤတက့ၢ်.

၄.လံာ်စီဆုံအတၢ်မၤလိ (၃၀မံးနံး)

ပုၤမၤသကိးတၢ်မ့ၢ်အိၣ်အဂၤတဆံခံဂၤဒီး မ့ၢ်အါနီၤ၁၂ဂၤန့ၣ်, နီၤဖးအီၤဆူပုၤဃုၤဂၤတဖုဒီး ဟ့ၣ်တၢ်မၤလၢပုၤတဖုအဂီၢ်
လံာ်စီဆုံအဆၢတဖၣ်လၢ အအိၣ်လၢတၢ်ကဝီၤကျိၤအပူၤတက့ၢ်.

မၤတၢ် ၁၇:၂၂-၃၄ တံၤမသး ၄:၁-၅ အးဖးစူး ၄:၁၁-၁၃

မၤတၢ် ၈:၂၆-၃၇ မၤတၢ် ၂:၄၆-၄၇ ယၤကိၣ် ၁၁:၂၂-၂၅

ပုၤမ့ၢ်တအိၣ် ၁၂ဂၤန့ၣ် ဒုးအိၣ်ထီၣ်ကရူၢ်ခံဖု မ့တမ့ၢ် သၢဖုဒီးနီၤဖးလံာ်စီဆုံအဆၢတဖၣ် ဆူကရူၢ်ဆံးဖိတဖၣ်အ
အိၣ်တက့ၢ်.

ဟ့ၣ်ပုၤဖံးသကိးမၤသကိးတၢ် ၁၅မံးနံးဒ်သိးကဖးလံာ်စီဆုံအဆၢလၢ အဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤအီၤဒီးတၢ်ပိၣ်တၢ်ပိၣ်သကိး
တၢ်အိၣ်မူလၢအဟ့ၣ်နီၤလီၤဘၣ်ဃး တၢ်ဂ့ၢ်လၢအပိၣ်ထီၣ်တၢ်ကဝီၤကျိၤတက့ၢ်.

ဒုးအိၣ်ဖိၣ်က့ၤကရူၢ်ဖိဒီး သံက့ၢ်ပုၤတဖုဒ်သိးကနီၤလီၤအတၢ်ထံၣ်တက့ၢ်. ဃုစ့ၢ်ကိးတၢ်ထံၣ်တၢ်ဆိကမိၣ်လၢ ကရူၢ်ဖိအဂၤ
အအိၣ်တက့ၢ်.

၅. တၢ်ခိၣ်တၢ်သးခုကစီၣ်ဒီး တၢ်ဒုးအိၣ်ထီၣ်အပျဲၢ်အဘိၣ်လၢ ယတၢ်အိၣ်ဖိၣ်သးစၢ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤအပူၤ (၃၀မံးနံး)

ပုၤအိၣ်ဝဲအဂၤဂၤလၢ တၢ်အိၣ်ဖိၣ်တခါအပူၤဒီး တဲဘၣ်အဝဲသ့ၣ်ဒ်သိးကမၤသကိးတၢ်တက့ၢ်. ဟ့ၣ်နီၤလီၤတၢ်နီၤလီၤ
“ခ” ဒီးကွၢ်ကဒါက့ၤတၢ်ဒုၣ်ဃာ်အသ့ၣ်ဘၣ် ဒီးနကထံၣ်ဘၣ်တၢ်ဃုမံၤလၢသးစၢ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤန့ၣ်လီၤ. နီၤလီၤ သကိး
တၢ်အဒိဒ်လၢလံာ်တဖၣ် မ့တမ့ၢ်တၢ်အဒိဘၣ်ဃးနတၢ်လဲၤခီဖျိတက့ၢ်.

လၢပတၢ်အိၣ်ဖိၣ်န့ၣ် ပအိၣ်ဒီးသးစၢ်အတၢ်ကွၢ်ကဒါက့ၤလၢ အမ့ၢ်တၢ်အလုၢ်အလၢအကါဒိၣ်မး လၢအကရူၢ်အဂီၢ်လီၤ
ပသူမ့ၢ်ယၢ်နံၤတုၤမ့ၢ်နံၤဒိၣ်ဟါခီလၢတၢ်ကွၢ်ကဒါက့ၤ. ကယံၤဝဲတန့ၣ်ရံၣ်လၢဟံၣ်လီၤ. ဖဲတၢ်ကွၢ်ကဒါအံၤ ပအိၣ်ဒီးတၢ်
သူၣ်ဖံးညီလၢ ပစိးပျၢ်လုၢ်ခုသ့ၣ်, လိာ်ကွဲဖျၢ်ထူ ဟးလိာ်ကွဲလၢတၢ်ဟးဒီး သးခုလၢတၢ်ဆူးမ့ၢ်အူလၢ မ့ၢ်နၢ်န့ၣ်လီၤ.
ပုၤသးစၢ်တဖၣ်အိၣ်ဒီးကရူၢ်လၢအဆံး ဒီးဆိကမိၣ်က့ၤတၢ်သၢန့ၣ်ရံၣ်လၢ တၢ်ကွၢ်ကဒါက့ၤဒီးတၢ်ပရၢ ပစၢ်န့ၣ်လီၤ.
လၢမ့ၢ်နံၤဒိၣ်ဂီၤဂီၤန့ၣ် ကရူၢ်ဖိတဖၣ်ရဲၣ်လီၤအသးဒီး နီၤလီၤအသး လၢတၢ်ဘူၣ်တၢ်ဘါအတၢ် ဟ့ၣ်လီၤသး လၢတဘျီ
ညါအံၤန့ၣ်လီၤ. အဝဲအံၤမ့ၢ်တၢ်အကါဒိၣ်လၢသးအဂံၢ်အဘါအဂီၢ်လီၤ.

ကွဲပုၤမၤသကိးတၢ်ဒ်သိးကသ့ၣ်ညါတၢ်မၤအသးဘၣ်ဃး တၢ်စံၣ်တဲၤတဲၤလီၤတၢ်ဒီးတၢ်ဒုးအိၣ်ထီၣ်အပျဲၢ်အဘိၣ်တဖၣ်လၢ
အအိၣ်လၢပကျါလီၤ. (အဝဲသ့ၣ်ကထံၣ်ဆိတၢ်မၤအသးအံၤအိၣ်ဃုာ်ဒီး တၢ်ဂုၣ်ကျဲးစၢၤလၢတၢ်ကိးမံၤဒဲးန့ၣ်တက့ၢ်.)

ဟ့ၣ်ပုၤမၤသကိးတၢ် ၈မံးနံးလၢ ကကွၢ်ကဒါက့ၤအတၢ်အိၣ်ဖိၣ်အပူၤ အပုၤသးစၢ်အမၤတၢ်ခဲအံၤအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤလၢ
အိၣ်ထီၣ်လၢတၢ်မၤအသးအပူၤအံၤ ဒီးတၢ်နီၣ်လၢတၢ်နီၤလီၤတၢ်အပူၤန့ၣ် တၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢအဘၣ်ထွဲလိာ်အသး န့ၣ်တ
က့ၢ်. ဖဲအဝဲသ့ၣ်မၤဝဲတၢ်မၤအံၤ သံက့ၢ်အဝဲသ့ၣ်ဒ်သိးကကွၢ်ကဒါက့ၤတၢ်တက့ၢ်.

- . တၢ်မၤဖးအသး - တၢ်မနုၤန့ၣ်အကါဒိၣ်န့ၣ်တၢ်အဂၤလဲၣ်. တၢ်မနုၤန့ၣ်အကါတဒိၣ်လဲၣ်.
- . တၢ်လီၤဟံ - အဝဲသ့ၣ်လိာ်ဘၣ်တၢ်မနုၤလၢကဒိၣ်ထီၣ်လဲၣ်.
- . တၢ်ဆိကမိၣ်ဒိၣ် - အဝဲသ့ၣ်ကဘၣ်လဲၣ်လိာ်အတၢ်ဂုၣ်ကျဲးစၢၤ ဒ်သိးကမၤဖိဒုလိာ်သးလီၤ.

နီၤဖးပုၤမၤသကိးတၢ်ဆူ ကရူၢ် ၃ကရူၢ် မ့တမ့ၢ် ၄ကရူၢ် ဒ်သိးအဝဲသ့ၣ်ကအိၣ်ဘၣ်လၢ ပုၤလၢအမ့ၢ်အပူၤအတၢ်အိၣ်ဖိၣ်
တဖၣ်လီၤ. ကွဲအဝဲသ့ၣ်ဆူတၢ်မၤတၢ်တပူၤဃီဒ်သိး ကမၤဒိၣ်ထီၣ်တၢ်ကူၣ်သ့လၢအမၤပျဲၤ တၢ်လီၤဟံလၢအတၢ်အိၣ်ဖိၣ်
အပူၤတက့ၢ်. ပုၤမၤသကိးတၢ်တဖၣ်ကဟ့ၣ်ကူၣ်တၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢ အမၤဝဲသ့ၣ်ဒ်သိးကလဲလိာ်ဒီးပုၤတဖုအခိၣ်
န့ၣ်မၤတၢ်အဒိၣ်, ဒီးပုၤတဖုအံၤကသူတၢ်ဆၢကတီၢ်လွံၢ်မံးနံး ဒ်သိးကဟ့ၣ်ထီၣ်တၢ်အါမံၤလၢပုၤတဂၤဘၣ်တဂၤအဂီၢ်
န့ၣ်လီၤ. အဝဲသ့ၣ်ကမၤဒိၣ်ထီၣ်အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤဒ်သိးကလၢကပျဲၤဝဲဒ်န့ၣ်လီၤ. အဝဲသ့ၣ်တဆိကမိၣ်ထီၣ်ပုၤတဂၤဘၣ်
တဂၤ အတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်န့ၣ်ဘၣ်. တၢ်နီၣ်- ပသူပုၤလၢတၢ်အိၣ်ဖိၣ်အဂူၤအဂၤန့ၣ်မ့ၢ်ဒ်သိး ကဟဲစိာ်တၢ်ထံၣ်လၢအချၢန့ၣ်လီၤ.
တၢ်အိၣ်ဖိၣ်ဖိတဖၣ်မ့ၢ်အိၣ်တပူၤဃီ တၢ်အိၣ်ဖိၣ်တဖုဃီန့ၣ် ကဘၣ်တၢ်ထံၣ်လၢအဂူၤန့ၣ်က့ ပုၤလၢတၢ်ချၢတၢ်အိၣ်ဖိၣ်
အဂၤကဲထီၣ်တၢ်မၤစၢၤသ့ဝဲလီၤ.

၆. တၢ်ကတိၤလၢခံကတၢ် (၅မံးနံး)

ကိးက့ၤပုၤဒီးကွဲးတၢ်သံကွၢ်မ့တမ့ၢ် တၢ်ဘၣ်ထွဲလၢပုၤခဲလၢၣ် ကဘၣ်တၢ်စံးကတိၤအီၤလၢပုၤတဖုယီ, မ့တမ့ၢ်ပိၣ် တၢ်ကတိၤခီလဲန့ၣ်လီၤ. နီၤလီၤတၢ်ဟ့ၣ်“ဂ”တက့ၢ်.

“ တၢ်ကူၣ်တၢ်ဖးလၢတၢ်ကမၤဒိၣ်ထီၣ်အဂီၢ် ”

ကွဲးပုၤဖံးသကိးမၤသကိးတၢ်ဒိသိး လၢသးတဖျၢၣ်ဃီ တၢ်ကတိၤလၢလၢၣ်တဖၣ် လၢနကိးအီၤလၢတၢ်စံးကတိၤအခိၣ်ထံး တက့ၢ်.

ယထံၣ်ဘၣ်

ယဘၣ်တၢ်မၤဖုးယၤ

ယသးအိၣ်လၢယကမၤ

ယသးအိၣ်လၢယမၤတ့ၢ်လံ

ယကဘၣ်မၤအီၤလီၤ

အိၣ်ဒီးတၢ်စံးဘျုးလၢတၢ်ထုကဖၣ်အပူၤ လၢတၢ်မၤလၢနနီၤလီၤလၢအအိၣ်ဒီး တၢ်သ့တၢ်ဘၣ်တက့ၢ်. အိၣ်ဒီးတၢ်ဟ့ၣ် လီၤပၣ်စီဆံးဒီး တၢ်ဆၢဂ့ၤဆူပုၤမၤသကိးတၢ်ဒီး သးစၢ်လၢနမၤသကိးတၢ်တဖၣ်အဂီၢ်တက့ၢ်.

တၢ်သးခုကစီၣ်ဒီးတၢ်ဒုးကဲထီၣ်အပျဲၣ်အဘီၣ်လၢသးခါအတၢ်မၤအပူၤ

လၢတၢ်သးခုကစီၣ်န့ၣ်, တၢ်အိၣ်ဖျိၣ်တုၤဃီၤဆူသးစၢ်တဖၣ်လၢအတဟ့ၣ်ဒီးဘၣ်အသးဆူကစၢ်ယုၣ်ရှုး, ဒ်သိးကစံၣ်တဲၤ တဲလိၤတၢ်သးခုကစီၣ် ဒီးကနီၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘါဒ်သိးကအိၣ်ဒီးတၢ်စူၢ်တၢ်န့ၣ်လိၤ.

လၢတၢ်ဒုးကဲထီၣ်အပျဲၣ်အဘီၣ်တဖၣ်အဂီၢ် တၢ်အိၣ်ဖျိၣ်မၤသကိးတၢ်ဒီးပုၤသးစၢ်တဖၣ်လၢအတဟ့ၣ်လိၤလံၤအသး လၢကစၢ် ခရံၣ်ဒီးမၤစၢၤအဝဲသ့ၣ် ကအိၣ်မူဒီးဟ့ၣ်လိၤအသးဒီး ကဒိၣ်ထီၣ်လၢတၢ်စူၢ်တၢ်န့ၣ်လိၤ.

တၢ်ခံၣ်တဲၤတဲလိၤတၢ်သးခုကစီၣ်

တၢ်ဟ့ၣ်

တၢ်သးခုကစီၣ်

မၤတၢ် ၁၇:၂၂-၂၄

တၢ်ဒုးကဲထီၣ်အပျဲၣ်အဘီၣ်

မၤကဆီတၢ်

ကျိၣ်ထံတၢ်

မၤတၢ် ၈:၂၆-၃၇

တၢ်ဒုးယိၣ်ထီၣ်

သးအတၢ်အိၣ်မူ

မၤတၢ် ၂:၄၆-၄၇

တၢ်ဖံးသကိးမၤသကိး

ယၤကိၣ် ၁:၂၂-၂၅

တၢ်သိၣ်လိၤဒီးတၢ်အိၣ်ဒီးစူကဝဲၤ

အုးဖူးစူး ၄:၁၁-၁၃

တၢ်ဟ့ၣ်ဆူၣ်ဒီးတၢ်တၢ်တၢ်ဒ်သိးကတူၢ်လိၣ်ခရံၣ်

၂တံၤမသး ၄:၁-၅

တၢ်ခိၣ်တၢ်သးခုကစီၣ် / တၢ်ဒုးကဲထီၣ်အပျဲၣ်အဘီၣ် အတၢ်ကွၢ်ကဒါက့ၤ
 နတၢ်ခိၣ်ပျီၣ်အပူၤသးခၢ်တၢ်ဖံးတၢ်မၤ

အဒိ တၢ်မၤလိလံာ်စီဆုံ တၢ်ကတၢၢ်တၢ်ကအတၢ်စံးကတီၤ, တၢ်မၤအသးလီၤဆီ, တၢ်ရူလိာ်မုၢ် လိာ်သး, မံးရှၢၣ်အတၢ်လဲၤ, တၢ်အုၣ်သး, တၢ်ထုကဖၣ်, သးအတၢ်ဖံးတၢ်မၤဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအလုၢ်အလၢ်လီၤ.

တၢ်ခိၣ်တၢ်သးခုကစီၣ်		
တၢ်နီၤလီၤတၢ်သးခုကစီၣ်	မၤကဆွဲ/ကျိၣ်ထံက့ၤတၢ်	ဟ့ၣ်တၢ်ဂံၢ်တၢ်ဘါဒ်သိးကတူၢ်လိာ်ခရံၣ်
ပမၤသ့ဒ်အံၤ		
ပကမၤအီၤ		
တၢ်ဒုးကဲထီၣ်အပျဲၣ်အဘီၣ်		
သးစီဆုံအတၢ်အိၣ်မူ	တၢ်သိၣ်လိ/တၢ်ကတဲာ်ကတီၤအသး	တၢ်ဖံးတၢ်မၤ
ပမၤသ့ဒ်အံၤ		
ပကမၤအီၤ		

တၢ်လၢပဂ့ၤမၤလိခါထီၣ်

- * တၢ်ကိးပၣ်စၢၤ- ယွၤအတၢ်ကွဲၤပုၤသးစၢ်, လါရျၢၣ်အဲလ်မဲးကစ္စ (Larry M. Mcswain)ဒီး ခုဝုလစၢ်ရူၤအၢ် (Key Wilson Shurden) (ယူၤဒၢသ့ၣ်အစဲကျဲးလံာ် ၂၀၀၅) အလီၢ်အိၣ်လၢကကိးသးစၢ်အတၢ်ကွၢ်ယုၣ်ကွၢ်စ့ၣ် တၢ်ဘၣ်တ့အတၢ်ကိး, တၢ်ဘၣ်တၢ်အတၢ်ဟ့ၣ်, ဒီးကျဲလၢပအိၣ်မူလၢတၢ်စ့ၣ်တၢ်န့ၣ်.
- * လံာ်အတၢ်ပနီၣ်- တၢ်ယုၣ်ညါလံာ်စီဆုံလၢသးစၢ်နီၣ်ဒိၣ်တဖၣ်,ကတြၢၢ် ၁-၆, ကျဲးသီးမစဲ (J. Thomas Son) ဒီး စဲဒြၢဒီးမီးဟးစဲနီၣ်ဝဲၣ် (Sandra Demott Hasenawer) (ယူၤဒၢသ့ၣ်စဲကျဲးလံာ် ၁၉၉၉-၂၀၀၁) မ့ၢ်တၢ်အဂ့ၤကတၢ် လၢအိၣ်ဘျဲးန့ၣ်တၢ်မၤလိ မ့တမ့ၢ်လံာ်စီဆုံအတၢ်သိၣ်လိလီၤ.
- * ပိၣ်တၢ်တဖၣ်အတၢ်အၢ်လီၤ, ဟံးန့ၢ်ကျဲလၢကပိၣ်ယုၣ်ရှူး, တၢ်စဲကျဲးကဒါက့ၤလၢ ဖရၣ်ကလုဒဘလုၣ်နဲမံၤစၢ် (Franklin W. Nelson) (ယူၤဒၢသ့ၣ်စဲကျဲးလံာ် ၂၀၀၁) သုကရူၢ်တဖၣ်တၢ်ဒၣ်အတၢ်မၤ ဒ်သိးကမၤစၢၤဖိသ့ၣ် တဖၣ်ဒီးသးစၢ်တဖၣ် (သး ၈-၁၄)န့ၣ် မၤတၢ်မၤအသီတက့ၢ်.
- * တၢ်ကွၢ်ဆိကမိၣ်သးစၢ်တဖၣ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤ, လၢ မးယၤခီၣ်နဲလံာ် (Mark Yaconelli) (သးစၢ်အတၢ်မၤအဂ့ၤ ကတၢ်) မ့ၢ်တၢ်န့ၢ်ဘၣ်တၢ်ဘျဲးတၢ်ဖျိၣ်အဂ့ၤကတၢ် လၢကမၤလၢပဲၤတၢ်လဲလိာ် ဒီးမၤဂ့ၤဘၣ်ဃးသးစၢ် အတၢ်ဖံးတၢ်မၤ.
- * တၢ်မၤလိဘၣ်ဃးဒီးသးစၢ်, တၢ်လဲလိာ်သးစၢ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤ (သးစၢ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤအတၢ် လဲလိာ်) ဒုဘျဲးပျဲး (David Wite) (ခရံၣ်ဖိလဲၤတၢ် ၂၀၀၅)
- * တၢ်ဆိကမိၣ်တၢ်သးအိၣ်, သးစၢ်ဒီးတၢ်ယုၣ်ညါသရိၣ်လၢအသးအိၣ်တၢ် ခဲဒံၣ်ခရံၣ်စ့ဒံၣ် (Kenda Creasy Dean) (အဲဒဲမၤပုၤနီၤလီၤလံာ် ၂၀၀၄) တၢ်စီဆုံဒီးတၢ်လဲလိာ်သးလၢ တၢ်ဒုးကဲထီၣ်အပျိၣ်အဘီၣ်ဒီး တၢ်သးခုကစီၣ် အတၢ်မၤလၢသးစၢ်အဂီၢ်.
- * သးလၢအပျဲးဒီးယွၤအသး, တၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢနီၣ်သး လၢကစၢ်အဂီၢ်လၢတၢ်အိၣ်ဖျိၣ်အပူၤ ခဲဒံၣ်ခရံၣ်စ့ဒံၣ် (Kenda Creasy Dean) (တၢ်လီၢ်လၢတၢ်ဖိခိၣ်- ၁၉၉၈)
- * ကျဲလၢကအိၣ်မူ, ခရံၣ်ဖိအတၢ်မၤလၢသးစၢ်(တရျးအသးအိၣ် ၁၉န့ၣ်) ဒီရသ့ၣ်စံၣ်ဘျဲးစံ (Dorethy C. Bass) (အးလၢတၢ်ဖိခိၣ် ၂၀၀၁) ခိၣ်နီၣ်ပၤဆုၤအလံာ် မၤန့ၢ်အိၣ်သ့ၣ် www.waytolive.org .
- * ပမ့ၢ်ဘျဲးထံဖိတဖၣ်လီၤ. မၤလိလၢသးစၢ်တဖၣ်အဂီၢ်. ဒဲးဘရၣ်အဲလ်မဲးတၢ် (Debra L. Sutton) (ယူၤဒၢသ့ၣ် အစဲကျဲးလံာ် ၂၀၀၁)