

လွင်းနှိတ်းရှါ.လၢ. ခင်းမုင်.ရှေ့ရှိုခင်းကခင်ဝးခေံ. ပွင်,ဝးသင်

“

လွင်းနှိတ်းရှါ.လၢ.ခင်းမုင်.ရှေ့ရှိုခင်း (ရှိုဝ်) လွင်းဗိတ်းမေးဂခ် ခင်းရှေ့ရှိုခင်းကခင်ဝးခေံ. ပိခ်လွင်း
 ဂေး.ဂူးရှိုဝ်းစွဲးပိခ်ယို, ကမ်,ခခ် စွဲးမီးကမ်းခေတ်,ခလး ဂုမ်းဂမ်ခိုင်ဂူခင်းခင်းမုင်.ရှေ့ရှိုခင်းလင်းဂပ်,
 ကမ်,ဝးခိုင်လုဂ်းလင်း၊ လုဂ်းသိုပ်, လုဂ်းဂိပ်း ကိတ်,တင်းဂူခင်းခင်းရှေ့ခင်းရှိုခင်းတင်းသိင်း။လွင်းနှိတ်း
 ရှါ.လၢ.ကခင်ဝးခေံ. မိုခ်ခခ်, လွဲ.ကိတ်ခင်းထုပ်.ပေး.ဂေး.ဂူးရှိုဝ်း၊ ရှိတ်းရှါပူခင်းပိခ်လွင်းဂု,မ၊ ရှိတ်း
 လွမ်းခခ်,လွဲလင်းဂပ်,ခလး လွဲ,ငိုတ်းရှိုဂုင်ခေံ။ လွင်းနှိတ်းရှါ.လၢ.လှိုဝ်းခေံ. ခင်းယိင်းဂမ်းပးခခ်
 ခင်းလုဂ်းခေံ.ဂံ.ဂံ.လံးထုပ်းလုး။

”



ပုရှင်ရှင်;လွင်းနှိတ်းရှါ.လၢ.

❶ ဂေး.ရှိုမ်းဗေဝ လွမ်းရှိုမ်းခခ်. တေတိတ်းတမ်း လွမ်းလင်လင်းဂပ်,
 သေ,သေ။ ခပ်တေလွမ်းငွဲးဝး လင်းဂပ်,မီးလွဲ ယူ,လွမ်းဗွဲယူ,ခေံတု,
 သေ။ ခပ်တေခေံ.ရှိုမ်း ကမ်,ခခ် ရှုတင်းဂိတ်,ခွင် ခခ်,ရှိုဝ်တေ
 ကမ်,လင်းလံးထုပ်း ကူလုးဂေး.ကူလုးခသး၊ ပီးခင်းခင်းရှိုခင်း၊ ကမ်,
 လင်းကွတ်,ရှိုတ်းဂခ် (ရှိုဝ်) ကမ်,လင်းဂု,ရှိုင်းရှိုခင်း။

❷ ဂေး.ရှိုမ်းဗေဝ လွမ်းရှိုမ်းခခ်. တေကင်းဝး ပေးသုင်,ခေးဂုမ်း ကီး
 မေလ်းမးခခ် ရှိုးတွပ်,ပခ်ဂမ်းလိဝ်၊ ပေးထုပ်းသံခပ်မးဂေး ရှိုးရှပ်.
 ဂမ်းလိဝ်ခခ်လး သင်မံလပ်.ကခွင်.သုင်,ခသး,မိတီယိုဝ်း ကီးမေလ်း
 လဂျ,လှိုဝ်းခေံ.ဂေး ယွမ်းတူလုး။

❸ ဂေး.ကခင်ရှိုတ်းရှါ.လၢ. ကခင်ဝးခေံ မခင်းတေမီးလွဲခိခ်၊ တေလတ်း
 ဝးသုပိတ်.လိခ်မခင်းသေ,သေ။ ခပ်တေလင်းဂုမ်းဂမ် လွဲ.လံ,ငိုခင်း
 လှိုင်းရှိုဝ်သိုပ်.ဂိခ်ယုသင် ကမ်,ခခ် ယုပွင်.ဂခ်ရှုးလဂျ။ တေလံး
 ဂိခ်သင် တေလံးခင်းသင်ခေံသေ တေပခ်ခေးတိပ်းတတ်း ခိုင်ရှိုမ်း
 ဂူးဝခင်းဝခင်း။

❹ ခပ်တေရှိုတ်းရှိုမ်းထတ်းလွဲတူဂ်း တေခသ.ခခ်ဝး ကမ်,မီးရှိုင်းမီးဗုရှင်
 ကမ်,မီးကွတ်း ကမ်,မီးလွင်းသုခ်လွဲ ခပ်တေရှိုတ်းရှိုမ်းလင်းဂပ်,လံးကံ
 ပိုခင်းသိုပ်;ခေးတခင်းတုဂူခင်းခခ် ခပ်တေလင်းကပ်ခွင်ကခင်လင်း
 ဂပ်,ရှိုဝ်.ပိင်းခခ်.လုလိဝ်။

❺ ယွမ်းပိုဝ်းခပ်ပိခ်ဂူခင်း မေ့ရှိုတ်းတီးပိုခင်းယူ,ယပ်.ခလး ပေးတေး
 သခပ်ကွတ်,မး တေပိခ်သင် ကမ်,လမ်းလံးခခ်လး တေရှိုတ်,ပခ်ရှု
 သင်ထိင်းခခ်ဂေး ကမ်,လွမ်းရှိုလံး။ ခပ်တေခခ်ဝး လွင်းတင်းကခင်
 ရှိုတ်းရှိုမ်းခပ်လုးသေ ရှိုတ်းရှါ.တီးပိုခင်းတီးလင်းဂပ်,ဂူခင်းခင်းရှိုခင်းယေး
 လုဂ်းကွတ်, မုမိပ်း လိမ်လှိုဝ်းခေံ. ယွမ်းပိုဝ်းလင်းဂပ်,ကိတ်း။

❻ ခပ်တေလင်းရှိုတ်းရှိုမ်းလင်းဂပ်, လိပ်းသိပ်, မိုခ်ခခ်, ပာပ်းသို, ပေး
 ထုပ်.ယပ်;ကီးသို, တုမိုဝ်းဝတ်. တူပေး; တိခ်ပိတ်.သို, ခုပေး
 လှိုဝ်းခေံ။

❼ ခပ်တေလင်း ရှိုတ်းရှါ.လၢ. လွင်းဂု,မ မိုခ်ခခ်, ဂခ်.လခ်လုလံ
 ခင်းယိင်း။ ခပ်တေမီးတင်းရှိုခ်ထိုင်ဝး မိုဝ်းဂူးပွတ်း ဂပ်ယမ်းလံး
 ဂိခ်လွမ်း ဗွဲယိင်းဂေး.ခေံ. မိုဝ်းခေးမးဂေး ဂပ်တိုခင်းတေလံးဂိခ်
 ထိင်းယူ,ဂူလုး။ ခပ်ဂေးတေထင်,ဝး ယမ်းလံးခခ်လွမ်းခင်းယိင်း
 ဂေး.ခေံ. ပွတ်းခိုင်ယပ်; မိုဝ်းခေးဂေး တေလင်းလံးတိုဝ်.တင်းလှိုင်း
 ခေံထိင်းယူ, တူဝ်ယင်,မခင်း- ဂူခင်းလံးဂေး.ခခ်. တေမီးပံးပူခင်း
 ဝးပေးလံးကွတ်,ခေံဂေး မခင်းတေပခ်ခခ်လွမ်းဂူး။

❽ ဂူခင်းလံးဂေး.ခခ်. ပေးကပ်လှိုင်းမခင်း ရှု,တင်,လုမ်းတြး ကမ်,
 ခခ် ထိင်မခင်းခေံလှိုင်း မခင်းတေလင်းဂူ,လွတ်,ဝး တေကပ်လွင်းလင်း
 ဂပ်,ရှု,တင်,လတ်းခခ် လင်းခေးတီးခပ်ဝး သူရှိုတ်းဂခ်ကမ်,ထုဂ်,
 ဂူတ်းမံ။

Supported By:



No. 1/5 Ameena Uthit Road. Mae Sot, Tak, 63110 ☎ 055 536 685

No. 9/34 M.1 Ing Doi Village , A. Mueang Chiang mai 50300, ☎ 053 328 134



www.mapfoundationcm.org



media@mapfoundationcm.org