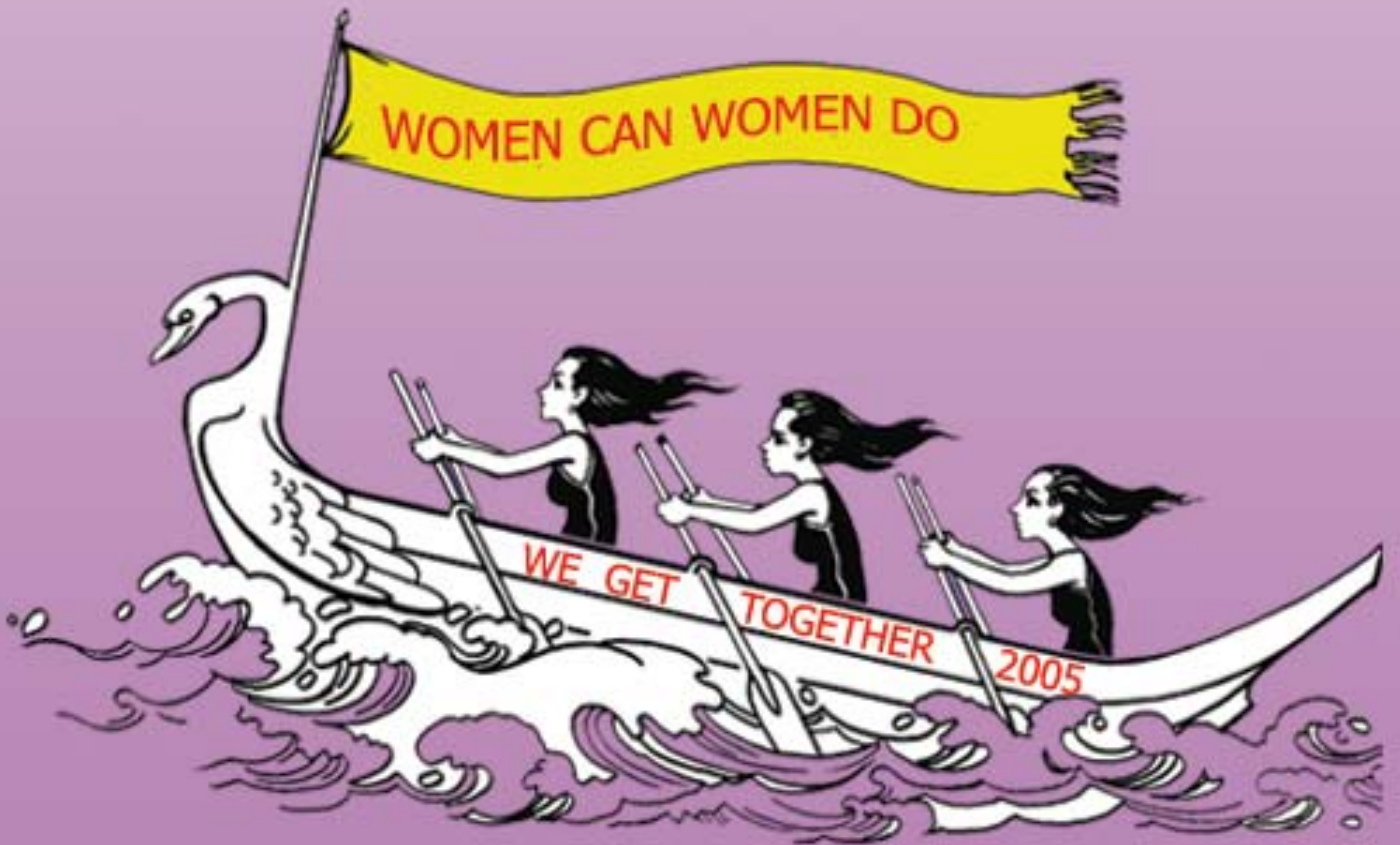


လွင်းလီုထုၣ်,ခါမ်,
တီၣ်းယါ.ခါ.ကွင်းတီးယု,ငလး
တီၣ်းခါခင်းလှိုင်.ရှိုင်.ရှိုတ်းဂါခင်လါ



ပိုဒ်ခေတ်ရှုရှင်တူင်

လမ်းဆွဲ

လွင်းတိုင်း	အနားလိက်
◆ ဈေးပိုက်,ရှုရှင်တိုင်း	3
◆ တွင်း “ဆိုင်” စပ်မံ ရှုရှင်တူင်,ရှုရှင်ခေတ်	5
◆ လွင်းလုံးထုဂ်,စာမံ, တိုင်းယံ့ခွဲခွဲတိုင်း, ခလး တိုင်းစာမံလွဲ,ရှုရှင်တိုင်းခေတ်	5
◆ ဝင်ပိုင်း လွင်းလုံးယံ့ခေတ်ပံးခွဲခွဲတိုင်း, ဖွေးတင်,လတ်; Praparatt Khachornboon, International Rescue Committee (IRC)	5
◆ လွင်းတိုင်းစာမံလွဲ,ရှုရှင်တိုင်းခေတ် ဖွေးတင်,လတ်; Anne Putman, Earth Rights International (ERI)	12
◆ လွင်းတိုင်းစာမံလွဲ,ရှုရှင်တိုင်းခေတ် ပိုဒ်ခေတ်လက်ပိုင်ခေတ်ခလးဝင်လွင်းရှုရှင်တိုင်းခေတ်လွင်းဖွေး ဖွေးတင်,လတ်; Tim De Meyer (ILO) Thailand	17
◆ လွင်းရှုရှင်ခေတ် ခလး လွင်းယု,ခေတ်,ခေတ်,ခေတ်, ဖွေးတင်,လတ်; Daw Su Su Tha Htun (UNIAP)	32
◆ လွင်းတိုင်းယံ့ခွဲခွဲတိုင်း, လွင်းတိုင်းစာမံလွဲ,ရှုရှင်တိုင်းခေတ် ခလး လွင်းရှုရှင်ခေတ်(ခေတ်ခေတ်) ဖွေးတင်,လတ်; Deepa Bharathi, Committee for Asian Women (CAW)	34
◆ ဖွေးလွဲ ဖွေး ပိုဒ်ခေတ်တိုင်းခေတ်ခေတ်ခေတ် ? ဖွေးတင်,လတ်; Jackie Pollock, MAP Foundation	38



MAP
FOUNDATION

MAP Foundation
For the Health and Knowledge of Ethnic Labour
P.O. Box 7. Chiangmai University, Chiangmai 50202
Tel/Fax: +66 (0) 53 811 202. Email:map@mapfoundationcm.org

ခေးပိုတ်၊ရှုပ်ရှိုက်

မိုဝ်းဗွင်း ဝမ်းဆင်းယိုင်းဂူးလိုင်၊မိုဝ်း ပီး 1999 ပုဆံ့မားဆဆံ့ ဆင်းယိုင်းဂူးလောင်းရှိုင်း လိုဝ်းပီဆံ့တုဂ်းဂါဆံး လိုဝ်းယံ့ဆီပါး၊ စံ့ကွက်၊မိုဝ်းစဝ် လံထာဆံးလံသီဆံး လံမူ၊လံလုမ်း လံမားစွမ်းတုမ်ဂုမ်ဂွင်ဂမ် ဂမ်းကွမ်တောင်းသုတ်းသေ ရှုပ်ထုပ်ကုပ်၊ကွပ်ဂမ် လံဂ်းလံးပိဆံးပံ၊တုပ်ထုပ်ပံးပုဆံ့ဇလ၊ ငှပ်ပိုင် ဝါးဗီဆံးလံးရှိုင်းတောင်းသင်းဆးဂမ် ဂွင်းဂွင်းစွင်စွင် မုဆံးမုဆံးသိုဝ်းသိုဝ်း ယဝ်တုဂ်း လီဝါမ်းဂျ၊ယူ၊ယဝ်။ ယိုင်းကားဆံးစဝ်လိုင် စွံးရှိုင်းဗွင်းတောင်းလံ၊ ရှုပ်ပွင်၊ရှမ်းထိုင်စဝ်းလုံလိုဝ်မား ဆိုင်လွင်းဆင်းယိုင်းသေ စဝ်းပုးတုဂ်းဆိုင် စတ်းသင်းလွမ်းလုဂ်းဂမ်ဂျ၊ ဆဆံ့ယဝ်။ ဆံးသံ့ခါ ဂပ်းပါဆံးဝါးမိုဝ်း ဝမ်းမိုဝ်းဆံ့ ဝမ်းလံးပိုင်ပီဆံးဆင်းယိုင်းတောင်းလံ၊ မီးဆင်၊ရှိုဝ်ဝံ့?၊ ငမံ့ထာဆံးသုဆံးဗွင်းယိုင်းသမံ့ တီးလိုဝ်းစဂ်းတွမ်းလုံလံလံ ထုပ်မီးလွင်းလုတ်းယွမ်းတီမ်၊ယေးပုဆံးရှိုဝ်?၊ ယွမ်းပိုင်မီးလိုင်စွင်စမ်သင် တုမံ့ယွမ်းဇလ၊ လံးပီဆံ့ဝံ့ဆင်၊ဆံ့?၊ လီမ်ဆံးဆးရှိုဆံး ဆံးတုဂ်းပုးမုဂ်းဗုဂ်းဆံး တီးရှိုင်းသင်းဂူးဗေ၊ဗေ၊ ရူးလံးလံးဂူးပံးပံး စတ၊ငမံ့တွမ်းပုဆံ့ထီ ထိုင်ယွတ်းသုတ်းသုတ်း ဆံးလုမ်းဗုဂ်းတီးတီးဆံ့ စမ်းတွမ်းဆးတီးဆင်းယိုင်းစဝ် လမ်၊လွင်းစိုဂ်းလိုဂ်းဆင်၊ရှိုဝ်?၊ ရှိုင်းလီပီဆံးလိုင်ရှိုဝ်?၊ ထုဂ်းလီ စဂ်းစံ့မုဆံ့မေး လုဂ်းယုဂ်းယွင်းစတ်းသင်းဂျ၊သင်?၊ ဆင်၊ရှိုဝ်?၊ လီမ်လိုင်ဆံ့ဂျ၊ စွံးရှိုင်းဆင်းယိုင်းတောင်းလံစဝ် ပွင်၊လုံမားဂူးဂေးသေ ကွမ်ဂမ် တုဂ်းတုဆံးဗုဂ်းတုဂ်းမားဆဆံ့ဂေး၊ ဂံးဆံးကားပုးယူ၊ယဝ်။

ဗွင်းစဝ်းရှမ်းပင်ဂမ်စဝ် လံးလုံတံးတတ်းဝါး၊ တေသိုပ်၊လတ်းရှိုတ်း ပင်ရှုပ်ထုပ်ကုပ်၊ကွပ်ဂမ်ဂျ၊ထိုင် ဆိုင်လိုင်ဆိုင်ပွဂ်း၊ ပင်ရှုပ်ထုပ်ဆဆံ့သမံ့ တေရှုပ်ရှိုက်ဝါး “ပင်ကုပ်၊ကွပ်ဂမ်ဆင်းယိုင်း” ဆံ့ယူ၊ယဝ်။ ဝါးသေဆဆံ့ ဆင်းယိုင်း ဂူးလောင်းရှိုင်း လိုဝ်းပီဆံ့ဗွင်းတုဂ်းဂါဆံးဇလ၊ လိုဝ်းလံးယံ့ဆီစံ့ပံးကွက်၊မိုဝ်းစဝ် ငင်၊ကွမ်ဂမ်သုဆံးတုမ်လတ်းရှိုတ်း “ပင်ကုပ်၊ကွပ်ဂမ်ဆင်းယိုင်း” 8 ပင် တီးလိုဝ်းဇေးတွမ်းလီဆံးလီဆံး ထံး-မားဇလ၊မိုဝ်းဂလား (ဂါဆံးတီးယုး) 8 တီးမား ဂူးလိုဆံ့လိုင် ၄ ဆံ့တေ၊ဝမ်းမိုဝ်းဆံ့ယူ၊ယဝ်။ ပင်ကုပ်၊ကွပ်ဂမ်ဆင်းယိုင်း 8 ပင် တီး 8 တီးဆဆံ့သမံ့ လွမ်းကပ် ဂင်လုံစေးတံးတတ်းဆင်းယိုင်းစဝ်းရှမ်းပုးစဝ် တုဂ်းလုင်းလံးလုံဂမ်သေ လတ်းရှိုတ်းမားလုဂ်း စဝ်းမံ ပင်လုံပင်ဆဆံ့ ဗုဂ်းမမ်းဆံ့ယဝ်။ ပင်ကုပ်၊ကွပ်ဂမ်မင်တီးသမံ့ ပဆံးပုတ်းဂမ် ကပ်ပုဆံးဗွင်းစဝ်း စဝ်းစိုင်လတ်းရှိုတ်းရှမ်းထိုင်ပင်၊ ပင်ကုပ်၊ကွပ်ဂမ်မင်လိုင်သမံ့ တင်းဗွတ်းလုမ်းပွင်ဂမ်သေ စဝ်းစိုင်ပင်ကုပ်၊ကွပ်ဂမ်ဇလ၊ လံးရှိုတ်းရှိုတ်းကမ်၊မိုဝ်းဂမ်သေတု၊ ပင်ကုပ်၊ကွပ်ဂမ်ဆင်းယိုင်း ဂူးပင်ပင် ဂူးတီးတီးစတု တုဆံးတမ်းရှိုတ်းလွမ်းဆင်၊ငဝ်းလက်းပဂ်းပိုင် ဆင်၊ပုးတုးဆံ့ဗီဆံးဗီဆံး ဗွင်းဗွင်းဗီဆံးဗီဆံး၊ဗီဆံးဂမ်ယူ၊ ဆံ့ယဝ်။

- (1) ပင်ကုပ်၊ကွပ်ဂမ်ဆင်းယိုင်း ဆံ့ တေလံးပီဆံ့တု၊ဆင်းယိုင်းစဝ်လုဂ်း။
- (2) တေကမ်၊လံးမီးလွင်းလိုဂ်းဆးလီဂ်း၊ဗုဂ်းသေ ဆင်၊ရှိုဝ် ဆင်းယိုင်းဂူးလောင်းရှိုင်း ဂူးဗေ၊သု၊ ဂူးလံးထာဆံး ဂူးတီးဂူးလီဆံး စဝ်းရှမ်းလွမ်းဂမ်ဆဆံ့ တေလံးစတ်းလုံသုဆံးတုမ်ဂျ၊။
- (3) ပင်ကုပ်၊ကွပ်ဂမ်ဆင်းယိုင်း ပင်ဆိုင်ဇလ၊ပင်ဆိုင် တီးဆိုင်ဇလ၊တီးဆိုင် တေလံးလံးလံးပိဆံးပံ၊စဝ်၊ငဝ်းဇလ၊ စေးမုဆံး ပဆံးဂမ်။
- (4) ပင်ကုပ်၊ကွပ်ဂမ်ဆင်းယိုင်း ဂူးပင်ပင်ဆံ့ တေလံးပီဆံ့တု၊မန်းမမ်းရှမ်းထိုင် တုပ်ထုပ်ဆင်းယိုင်းဂူးဂေး၊ဂေး သေကမ်၊ဂူး တေလံးပီဆံ့တု၊တီးကုပ်၊ကွပ်ဂမ်လုဂ်း မီးလွင်းဗီဆံးပီဆံးဂမ်။
- (5) လွင်းလုဂ်း ဆင်းယိုင်းဆင်၊ဂမ်ကုပ်၊ကွပ်ဂမ် (မိုဝ်းဆင်၊ လွင်းရှိုတ်းလွင်းသင်း၊ လွင်းလတ်းလွင်းလု၊ လွင်းသိုဝ်း လွင်းသို၊ လွင်းလုဂ်းလိုင်ဂမ်) ဆံးပင်ဆံ့ တေလံးဆပိုင်ယုမ်၊ယမ်တေ၊ဂမ်ဇလ၊ တေလံးမိုဝ်းပီဆံး ဂွမ်းလဝ်ပဆံးဂမ်။

ထိုင်မား ပီး 2001 ဆီး မိုဝ်းဝမ်းဆင်းယိုင်းဂူးလိုင်၊မိုဝ်းဆဆံ့သမံ့ လတ်းရှိုတ်း “ပင်ဂမ်လုဂ်းရှုပ်ပီးဆင်းယိုင်း ပတ်းပိုဆံ့” ပွဂ်းဂမ်းထီဆိုင်သေ ဗွင်းတင်တုပ်ပင်ကုပ်၊ကွပ်ဂမ်ဆင်းယိုင်း တင်း8တီး 8ပင် လံးကွမ်ဂမ်မားစိုဆံးရှိုတ်း ရှုပ်ထုပ်ကုပ်၊ကွပ်ဂမ်ယူ၊ယဝ်။ တီးဆံးပင်ဂမ်လုဂ်းရှုပ်ပီးဆဆံ့ ဗွင်းတင်တုပ်ပင်ကုပ်၊ကွပ်ဂမ်ဆင်းယိုင်းစဝ် လံးမီး သုဆံးရှုပ်ထုပ်ကုပ်၊ကွပ်ဂမ်တင်း ဗွင်းတုဂ်းဆိုင် ဂမ်ဆင်းယိုင်းဆံးမိုဝ်း လတ်းရှိုတ်းစဝ် ဂါဂ်းပုးဗွင်းတုဂ်းဆိုင်ဂမ်ဆင်းယိုင်း

ပိုဆန်-ရှု့ရှ်မ်တူင်

ဂူးလိုင်မိုင်း ဆွဲလမ်းဖှာ-စပ်သေ လံးဂေ့၊သား၊ လွင်းလူင့်လိုင်ပွင်၊လှ်ဂဆ်ဆွဲးစားဆင်းယိုင်းတင်းလံးလေး၊ လံးဝး၊ မီးဖွဲဆင်းလီ ဆမ်ဆဲးတုတုဆွဲးယဝ်။ စတု၊ဆဆွဲးမားသေ ပင်ဂုမ်လူင်ရှု့ရှ်မ်းပီး ဆင်းယိုင်းပတ်းပိုဆန် ဂူးပီးပီးဆွဲ ဝီဆ်တိုဝ်တင်းလီကဆ်ဆိုင် ပုဆ်းတု၊ ဆင်းယိုင်းဖှာတုဂ်းဂိဆ်းစပ်၊ ဆင်းယိုင်း လံးယံပံးစွဲကွက်၊မိုင်းစပ်၊ ဆင်းယိုင်းဆွဲးမိုင်းထံးစပ်၊ ဆင်းယိုင်းမိုင်းဂုဆ်းစပ် ကေးသျှးဝဆ်းကွက်၊စပ်လေး၊ ဆင်းယိုင်းဂူးလိုင်မိုင်း ဆွဲလမ်းဖှာ-စပ် လံးမားရှု့ထူပ်မိုတ်းဂိုဝ်းဂဆ် ဂုမ်ဂွင်ကုပ်၊ကူဝ်းဂဆ် လီဂ်းလံးတင်းရှု့တင်းရှိုတ်းဂဆ်မားယူ၊ယဝ်။

ဆွဲးပင်ဂုမ်လူင်ရှု့ရှ်မ်းပီး ဆင်းယိုင်းပတ်းပိုဆန် ဆဆွဲးသမ့် မီးစပ်းမံ လံးကုပ်၊ကူဝ်းဂဆ် လံးလိုင်လံးပိုင် လံးစွဲလံးတွမ်း လံးလွင်းလံးတင်း။ မိုဆ်ဆင်၊တင်းပိုဆန်လူင် လံးလံးကဆ်သေ ကွဆ်ပက်းလှ်ကုပ်၊ကူဝ်းဂဆ်ရှု့ယွဲးမဆ်း ဆိုင်ရှု့စေးလှ် ရှု့စေးဆဆွဲးလှ်။ ဆင်၊ရှိုဝ်တေယုဂ်းဆဆွဲးကတ်ဆင်းယိုင်းလံးဆဆွဲး လီဂ်၊လတ်းပီဆ်လုမ်းကွဆ်၊လံးလံးဖှင် ကုပ်၊ကူဝ်းဂဆ် ဆွဲးဖှင်လှ် ဖှင်ဆဆွဲးသေယဝ် လင်၊စိုဆ်းစွဆ်းရှု့မီး တင်၊လတ်းကုပ်၊ကူဝ်းလူလှ်းဂဆ်တင်းမူတ်းလှ်။ လတ်းစပ်းမံကုပ်၊ကူဝ်းဂဆ် မူးလှ်ဖှင်ဆဆွဲး လွမ်းဆင်၊ဆင်းယိုင်းစပ် စပ်းလှ်ပးစေး၊ စလေး၊ ကိုင်ဆိုင်တင်းသုင်လှ်စပ်လှ်။ ဆင်၊ရှိုဝ်တေထီမ်ရှိုင်းတူင်ရှိုင်းလှ် ရှိုင်းဆဆွဲးကတ်ဆင်းယိုင်းလံးဆဆွဲး လတ်းရှိုတ်းပဆ် စပ်းမံလွင်းစပ်းပးတူင်ဆိုင် ဂါဆ်လူင်းမိုဝ်းလှ် လိုဝ်းဆဆွဲးမား ဂူးပီးပီးယူ၊ယဝ်။ မိုဝ်းပင်ဂုမ်လူင်ရှု့ရှ်မ်းပီး ဆင်းယိုင်းပတ်းပိုဆန် ပီးဂံမားဆဆွဲး လံးကုပ်၊ကူဝ်းဂဆ် ရှု့စေးလူင် 3 ကဆ် ဝီဆ်ပိုင်လူင်၊ မိုဆ်ဆင်၊ လွင်းဆင်းယိုင်းစပ်လံးထုဂ်၊စာမ်၊ရှိုတ်းရှု့လု၊ လွင်းဆင်းယိုင်းစပ်ဂုမ်ဂွင်ဖှတ်းတင်းမုဂ်လုမ်းတူင်ဆိုင် စလေး လွင်းဆင်းယိုင်းတင်းလံး ဂွဲမိုဝ်းဂပ်းသားဂဆ်လိုင်ဆဆွဲးယဝ်။

မိုဝ်း ပင်ဂုမ်လူင်ရှု့ရှ်မ်းပီး ဆင်းယိုင်းပတ်းပိုဆန် ပီး 2005 ဆီးဆဆွဲးသမ့် တင်းရှု့စေးလူင်သွင်ကဆ် လွင်းလံးထုဂ်၊စာမ်၊ တီဂ်းစာဆ်းလှ်-ရှိုင်းရှိုတ်းဂါဆ်လံး စလေး လွင်းလံးထုဂ်၊စာမ်၊တီဂ်းယံစွဲကွင်းတီးယူ၊ ဝီဆ်ပိုင်လူင်သေ ကုပ်၊ကူဝ်းဂဆ် လီဝ်းရှိုင်းလွမ်းဂဆ် လိုဂ်လိုဂ်လမ်၊လမ်၊ ဂွင်းဂွင်းစွင်စွင် ဂျု၊ယူ၊ယဝ်။ ဆင်းယိုင်းလိုဝ်းစပ်းရှု့မီးပင်ဂုမ် ဂမ်းပးဆဆွဲးဂေး တွဆ်းယမ်းမီးတူင်ထူပ်း လွင်းလံးထုဂ်၊စာမ်၊တီဂ်းစာဆ်းလှ်-ရှိုင်းရှိုတ်းဂါဆ်လံး ကမ်၊ဆဆွဲး လွင်းလံးထုဂ်၊စာမ်၊တီဂ်းယံစွဲကွင်းတီးယူ၊ ဆမ်စလေးကေး။ ဆိုဂူလှ် ကမ်၊ဂား ပီဆ်ပးလွင်းပူဆ်းပီဆ်သုဆ်းလံးဂူးဆ်း ဆ်ဂေးဝးလံး၊ ပီဆ်လွင်းလမ်၊လွင်းစိုဂ်လိုဂ်လူင်ကဆ်ဆိုင် ကဆ်ထုဂ်၊လီသားစတီးစရှု့ဂမ်၊ ပီတီးဆဆွဲးယဝ်။ ပဆ်ရှု့ကဆ်ပီဆ်စတုမီးစတုယူ၊သေတု၊ ကဆ်ကမ်၊ကွက်၊ဆေးမား မိုဆ်ဆင်၊ လွင်းတေး-သုင်၊ဂု၊စာဆင်းယိုင်း ဆဆွဲးဂေး လံးကုပ်၊ကူဝ်းဆွဲးပင်ဂုမ်လူင်ဆဆွဲးပးသေ ဂူးလိုင်မိုင်းဆွဲးလမ်းဖှာ-စပ်ဂေး တိုဆ်းတူင်ပက်းတုသုဆ်းလှ်မားဆိုင်လွင်းဆဆွဲးစတုစတု။ ယိုင်းကားလူင် ပင်ဂုမ်လူင်ရှု့ရှ်မ်းပီး ဆင်းယိုင်းပတ်းပိုဆန် ပွဂ်းထူဆ်း 4 ဆဆွဲးလိုင် တု၊ရှိုင်းဆင်းယိုင်းတင်းလံးစပ် ကွဆ်ဂဆ်ပိုတ်၊ထွဂ်၊ မွဂ်၊လတ်းလှိုင်းပျသဆ်းပဆ်ရှု ဂီဝ်၊ဂပ်းလူလှ်း လွင်းလံးထုဂ်၊စာမ်၊တီဂ်းစာဆ်းလှ်-ရှိုင်းရှိုတ်းဂါဆ်လံးစလေး လွင်းလံးထုဂ်၊စာမ်၊တီဂ်းယံစွဲကွင်း တီးယူ၊သေ ကုပ်၊ကူဝ်းဂဆ် ရှုလံးသားစတီးတူင်ဆိုင်စလေး စဂးစံဂျု၊လူလှ်းဂူးလံးဂူးပံး တု၊ရှိုင်းစရှု့ဂမ်၊ဂိုတ်းယိုတ်းလံးဆဆွဲးယဝ်။ သမ့်ထီင်း တင်းကပ် ပင်ဂုမ်လူင်ရှု့ရှ်မ်းပီး ဆင်းယိုင်းပတ်းပိုဆန်ပီးဆွဲ ပီဆ်ရှု့ရှိုတ်းစတု၊ငိုဆ်းဆဆွဲးသုဆ်းသေ တီးပင်ကုပ်၊ကူဝ်းဆင်းယိုင်း ဂူးပင်ပင် ဂူးတီးတီးဆဆွဲး စွဲးရှိုင်းပီဆ်စီင်၊လတ်းပပ်၊ဖှင်၊ သီင်ဆင်းယိုင်း တီးဆင်းယိုင်းစပ်သိုဝ်၊စွဲဂ်းစမ၊ကုပ်၊ကူဝ်းဂဆ် လွင်းပျသဆ်း ပဆ်ရှု့သွင်လှိုင်းဆွဲ လူလှ်းရှု့ယွဲးမဆ်း လိုဂ်လိုဂ်လမ်၊လမ်၊ ဂွင်းဂွင်းစွင်စွင်ဂျု၊ဝးဆ်ယဝ်။

လီဂ်းဖှိုဆ်ကွဆ်၊ကဆ်ဆွဲးလိုင် ပီဆ်ဖှိုဆ်လံးငါဆ်း ဂီဝ်၊လူလှ်း စပ်းမံပင်ကုပ်၊ဂုမ်ဆင်းယိုင်းစပ် ဆဆွဲးဂေး။ ဆင်၊ရှိုဝ် ဆင်းယိုင်းစပ် တေလင်၊ကပ်ယိုဝ်းဂီဝ်းလှ်-တိုဝ်းဂျု၊ ဆွဲးပင်ကုပ်၊ကူဝ်းဆင်းယိုင်း ဂူးပင်ပင် ဂူးတီးတီး မိုဝ်းဆေးဆဆွဲး စေး၊ စဆွဲးဆမ် ရှု့စေးယွဲးတု၊ကုပ်၊ဂုမ် ဂီဝ်၊လူလှ်း လွင်းလံးထုဂ်၊စာမ်၊တီဂ်းစာဆ်းလှ်-ရှိုင်းရှိုတ်းဂါဆ်လံး စလေး လွင်းလံးထုဂ်၊ စာမ်၊တီဂ်းယံစွဲကွင်းတီး ယူ၊ လီမ်လိုင်ဆဆွဲးဂေး တိုဂ်းရှိုင်းရှိုတ်းယူ၊ဂေး။ ဆွဲးဖှိုဆ်လံးငါဆ်းဂဆ်ဆိုင်ဆွဲသမ့် စပ်းပးစေး၊ တင်၊ထိုင် စပ်းမံတွမ်းဂင်ဆွဲ၊ စေးမံပင်ကုပ်၊ကူဝ်း ယုဂ်လဆ်းဆဆွဲးလှ်ဆဆွဲးကတ်ဆင်းယိုင်း၊ စာပ်၊ငါဝ်းစလေးစေးမုဆ်း လွင်းတူင်ဆိုင် စတီးသားဆင်းယိုင်း လိုဝ်းဆွဲ တီးဂီဝ်းမဆ်းဆဆွဲးယဝ်။ ဆွဲးဂဆ်သွင်သမ့် စပ်းပးဖှိုဆ်လံးငါဆ်း စွင်ပင်ကုပ်၊ကူဝ်းဆင်းယိုင်း ဂူးပင်ပင် ဂူးတီးတီး စလေး စေးထတ်းသင် တီးဂီဝ်းမဆ်းဆဆွဲးယဝ်။

ယွဆ်းရှိုင်းလံးမဂ်းမံတင်၊ဖှိုဆ် ဂွမ်းစွပ်းလှ် တင်၊စေးလူးထိုင် မုဂ်၊လုမ်း IWDA, NOVIB, CARAM-Asia, APWLD စပ် ယို၊ယို၊ဆမ်ဆမ် တီးကဆ် ဂမ့်ဂီမ်လှိုင်းထီမ် “ပင်ကုပ်၊ကူဝ်းဆင်းယိုင်း” စလေး “ပင်ဂုမ်လူင် ရှု့ရှ်မ်းပီး ဆင်းယိုင်းပတ်းပိုဆန်” ဆဆွဲးယူ၊ဂေး။ ။

လွင်းလုံးထွက်,ခါမ်,တံဂ်းခါခါး ရပ်ရှိုင်းရှိုင်းတံဂ်းခါခါးလံ ဧလး လွင်းလုံးထွက်,ခါမ်,တံဂ်းယံ့ ခွဲကွင်းတီးယု,

ငြိုခင်းလျှိုင်း လွင်းလုံးယံ့ခွဲကွင်းတီးယု

ဧေးတင်,ထိုင် Praparat Khachornboon, International Rescue Committee (IRC)

လွင်းလုံးထွက်,ခါမ်,တံဂ်းယံ့ခွဲကွင်းတီးယု, ဘခင်းဝုးခင်း ပွင်,ဝုးယင်?

တီးဂ်းမခင်းလိုင် “လွင်းတုင်းခိုင်တိုခင်း,သခင်းဂျးမုး ယံ့ခွဲကွင်းတီးယု, ခွင်ဂုခင်းတုင်းဂ်းခါခါးစပ်၊ ဂုခင်းပံးကွက်, ဆွဲခင်းမိုင်း ယုခင်းကမ်,လင်းသိုပ်,ယု,သင်းလံး ကွင်းတီးဂပ်,စပ်၊ ဂုခင်းလိုင်ယံ့ခွဲကွင်းမိုင်းယု, ဆွဲခင်းလှိုင်းဆွဲထိုင်, ယုခင်းကမ်, လင်းပင်းသင်း ယု,လံးတီးဆွဲခင်းမိုင်းစပ်ဆွဲယဝ့်။

ဂျးယင်လှိုင်းခင်းလံးခါခါး? ခံပံးကွက်,မိုင်း? ယုခင်းပိုင်းမီးလှိုင်း,ယင် ယုခင်းကါးခင်း ?

- ⇒ ယုခင်းပိုင်း ဆွဲခင်းမိုင်းမီးလှိုင်းသုဂ်းယုလှိုင်း ပထိဂ်းခါခါးဂါခါးမိုင်း ဂါခါးသိုင်းခင်း လံးခါယံ့ ခံပံးကွက်,မိုင်း။
- ⇒ ယုခင်းပိုင်း စပ်မံးခင်းသင်းဂါခါးခင်းပုဂ်းပွင် ဆွဲခင်း မိုင်း ရှိုတ်,ပီခင်းလှိုင်းဂ်းခါခါး,ခင်းစလး လံးခါယံ့ခံပံး ကွက်,မိုင်း။
- ⇒ ယုခင်းပိုင်း လံးထုင်းလှိုင်းဧေးခါခါး သဧေးဝုး ရှိုင်းဂါခါး ဝေ,ပီခင်းရှိုတ်,ခါခါး ဆွဲခင်းမိုင်းစလး လံးခါယံ့ ခံပံး ကွက်,မိုင်း။

(1) ယုခင်းပိုင်းခင်းမိုင်း မီးလှိုင်း,ယုဂ်းယုလှိုင်း လှိုင်း, မထိဂ်းခါခါးဂါခါးမိုင်းဂါခါးသိုင်းခင်း လံးခါယံ့ ခံပံးကွက်,မိုင်း?

သင်းဝုးခင်းမိုင်း မီးလှိုင်းသုဂ်းယုလှိုင်း ပထိဂ်းခါခါး ဂါခါးမိုင်း ဂါခါးသိုင်းလှိုင်း မီးလှိုင်းကုခင်းကါခါး ဂျးဂါခါးရှိုင်းလှိုင်း ရှိုင်းရှိုင်းလှိုင်း မီးလှိုင်းစီး,ခါခါးတံဂ်းတိုင် တိုထုင်းပခင်းတါမ်, ပေ.ဂါခါးမိပ်,ခါခါး ခိုင်ဂုခင်းမိုင်း ဂုခင်းလင်းခိုင်းစလး ဧေး,သု, သု,သဧေး, ပံးယုမ်,ယမ် ပံးမိုင်းလှိုင်းသေပိုင်ပိုင်သေ ဧေးမီး ပုခင်းဧေးခါခါး ကမ်,ခါခါးလှိုင်းပွင်လှိုင်းမိုင်းဆွဲသမ့် ကမ်,ဂ်းတံ, စခ စခဂုခင်းပခင်းလံးဂုခင်းမိုင်း ကမ်,ခါခါးကမ်,မီးဂါခါးလှိုင်း စွဲ; ဂ်းတံ,စခစခဂုခင်းပခင်းဂုခင်းမိုင်းခိုင်လှိုင်း ဂုခင်းမိုင်းတံဂ်းတေ ဆီယံ့ ခံပံးကွက်,မိုင်းယု,ယဝ့်။

(2) ယုခင်းပိုင်း ခံပံးကွက်,မိုင်း,ဂါခါးခင်းပုဂ်းပွင် ယုခင်းပိုင်း ရှိုတ်,ပီခင်းလှိုင်း,ဂါခါး,ခင်းစလး လံးခါယံ့ ခံပံးကွက်,မိုင်း?

- မိုခင်းဆင်, စပ်မံးခင်းသင်းဂါခါးခင်းပုဂ်းပွင် ဆွဲခင်းမိုင်း ပုးတုးလှိုင်းခင်း လင်းရှိုတ်,ပီခင်းလှိုင်းဂ်းခါခါး,ခင်း ဆွဲခင်းပုးပခင်းခိုင် ဂုခင်းမိုင်းသေ လင်းရှိုတ်,ပီခင်းရှိုင်းဂုခင်းမိုင်း ဆီယံ့ ခံပံးကွက်,မိုင်းယု,ယဝ့်။
- ⇒ ဂျးသင်း ဧေးယု,ဧေးလှိုင်း
- ⇒ ဂျးသင်း သီခင်းတုးသံတင်း
- ⇒ ဂျးသင်း တုးဆွဲတုးရှိုင်း
- ⇒ ဂျးသင်း တုးရှိုင်းခါခါး
- ⇒ ဂျးသင်းစွဲခင်းစမ,ဝါခင်းပီခင်း ယံ့ဝါခင်းယံ့ပီခင်း
- ⇒ စုတ်ထုင်းစုတ်စွင်တုးလိခင်းစလး တတီးမို့ ထုင်းခံ ရှိုတ်,ပီခင်းပုးထိုင်,မုလှိုင်းရှိုင်း
- ⇒ မီးခါခါးဂျးသင်း ဂုခင်းထိုင်ဆွဲခင်းလှိုင်း မိုခင်းဆင်, သုခင်းမုတ်, တီးလှိုင်းမုးစလးဂုခင်းခါခါး စပ်မံးခင်းပီခင်း တုင်လှိုင်းသတီး ကါခါး,သဧေးဝုးရှိုင်းရှိုင်း

(3) ယုခင်းပိုင်းလံးထုင်းလှိုင်းဧေးခါခါး သဧေးဝုး ရှိုင်းဂါခါးပု,ပီခင်းရှိုတ်,ခါခါး ခင်း မိုင်းစလး လံးခါယံ့ ခံပံးကွက်,မိုင်း?

- ⇒ ဧေးခါခါးသဧေးဝုး (ဆွဲလှိုင်းဆွဲခင်းလှိုင်း, လှိုင်းခါခါး တံဂ်း, ဧေးခါခါး,လိခင်းဝံ စလး လှိုင်းလှိုင်း,လိခင်းယတ်,)
- ⇒ ဧေးခါခါးသဧေးဝုး လှိုင်းလှိုင်း လိခင်းလံး (ထိုင်ခင်း,ပု, မုလှိုင်းရှိုင်း, ရှိုင်းရှိုင်း, ဧေးခါခါး,လိခင်းရှိုင်းသု, ဂျး,သီ, လှိုင်းဧေး,ရှိုင်းခါခါးလှိုင်း)
- ⇒ ဧေးခါခါးဂုခင်းသင်းပီခင်း (ဧေးရှိုင်းဂါခါး တီးရှိုင်း ခါခါး ရှိုင်းလှိုင်း, ငုခင်းရှိုင်းထုတ်, ဧေးတီယု, လှိုင်းကွက်,)

ပိုဒ်ခ်.ဂျူ.ဂ်မ်.တူဂ်

သ်ခင်းဂျူခင်း လိုဝ်းလံး,ထုဂ်,ခါမာ,တိုဂ်းယု?

- ① ဖုးတူဂ်းဂိခင်းလံးယု ဟံပံးကွဂ်, ယုခံပထိဂ်း ဧတး သေပိုင်ပိုင်
- ② ဖုးမးယုခင်းသေ့.ရှမ်းယု.သင်း လံးယု ဟံပံးကွဂ်, ယုခံပထိဂ်းဧတးသေပိုင်ပိုင်
- ③ ဖုးလံးမုဂ်းစိပံးယု,လိပ်; ခင်းထိုခင်း,ပု,လိုဂ် ခင်းမိုင်း ယုခံပထိဂ်းဧတး; ယုခံပုဂ်းသင်း; ဂါခင်းပုဂ်းပွင် ခလး; ယုခံထုပံးဖေးဂိုဂ်းဂါဂ်
- ④ ဖုးလံးခိယု ဟံပံးကွဂ်, ယုခံစပ်းမံခင်းသင်း; ဂါခင်းပုဂ်းပွင်
- ⑤ ဖုးလံးခိယု ဟံကွဂ်းတီးယု, ယုခံသဖေ,ဝု,ရှမ်းရှမ်း လူ.လိပ်ခလး; ယုခံထုပံးဖေးသဖေ,ဝု. ဂိုဂ်းဂါဂ် ရှိတ်,ပိခင်း
- ⑥ ဖုးလံးခိယု ဟံကွဂ်းတီးယု, ယုခံလံးထုဂ်,ခါမာ,လဂ် တေ့.ဂုခင်းသုင်,ကွဂ်,
- ⑦ ဖုးလံးခိယု ဟံကွဂ်းတီးယု, ယုခံလံးထုဂ်,ခါမာ, ဂါ.ခါဂုခင်း

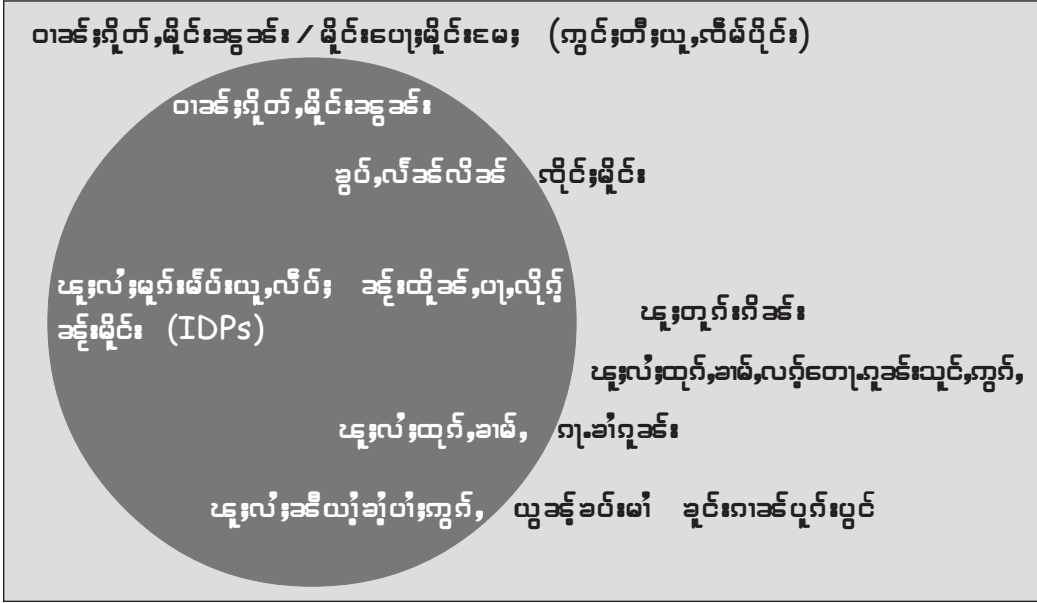
(1) ဖုးတူဂ်းဂိခင်း လောင်းဂုခင်း,တု, လိုဝ်းခိယု ဟံ; ဖေဝ်ထိုင်မး ခင်းမိုင်းတခင်း,လခင်း,ခိယု; မိုဝ်း လိုခင်းကေ,ပဂေ,ပီး 1994 ယုခံ လံးထုဂ်,ခါမာ,လွင်; လောင်းခိုဝ်းတေ့,လောင်းခိုဝ်း တိုဂ်းတိုင်ဂခင်းခလး; ခင်းစာဝ်းယမ်း

24 လိုဝ်းမိုင်းဂုလ်း ဂုခင်းမိုင်းဂုခင်း,တု, မွဂ်း 250000 ဂေ့. လံးခိယု ဟံပံးစပ်းမး ခင်းမိုင်းတခင်း,လခင်း,ခိယု; ခိယု

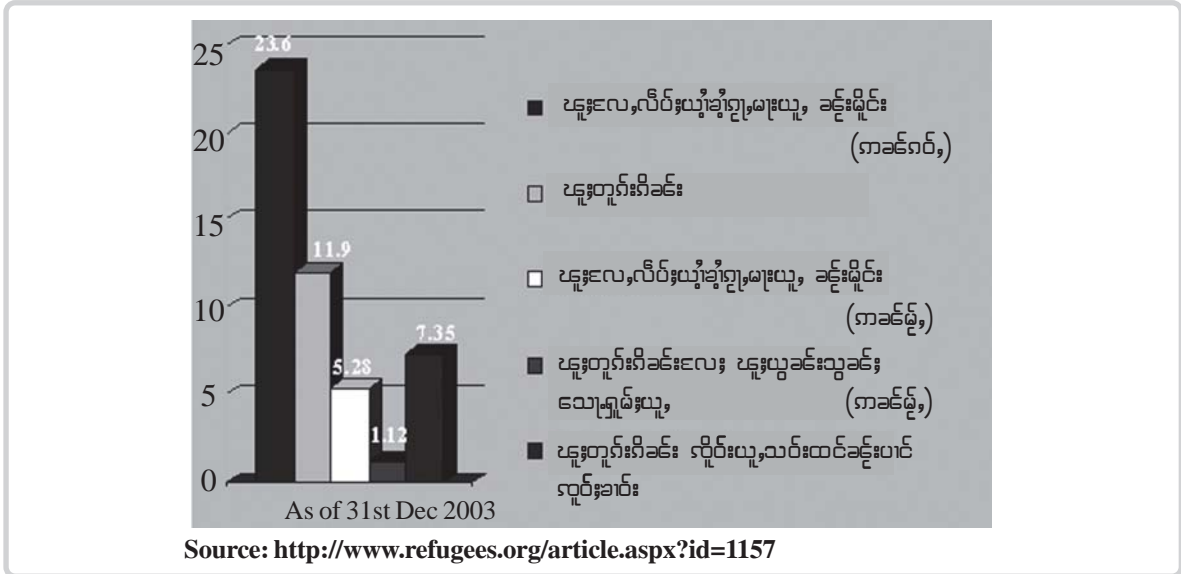
(2) ဖုးတူဂ်းဂိခင်း ခင်းမိုင်းသု,တခင်း, ဖုးတူဂ်းဂိခင်း လိုဝ်းခိယု ပိခင်းဂုခင်းမိုင်း ဂါ,တီး,ယုပံးပီးယု; ဂါခင်းခိယု ဟံပံးစပ်းမးခင်းမိုင်းသု,တခင်း, မိုဝ်းဂါဂ်ပီး 1980 ယုခံထုပံးဖေးသိုဂ်းခင်းမိုင်းသေ ဂါဝ်းယမ်း;ခါခင်းလု ခခင်းယဝ်း

(3) ဖုးတူဂ်းဂိခင်းလောင်းပိတ်.ခါခင်းရှိုဝ်းကွခင်း, လမ်း ခင်းဂါခင်းပုဖုးတူဂ်းဂိခင်းလောင်း ပိတ်.ခါခင်း 162 ဂေ့. ဖေဝ်ထိုင်မးတီးတု,ရှိုဝ်း မိုင်းမလေးသု; မိုဝ်းပီး 1978 ခိယု; ဖုးတူဂ်းဂိခင်း လိုဝ်းခိယု,ရှိုဝ်းသေဟံပံးစပ်းမး မွဂ်း ဂုးသ်ခင်းဂေ့. မီးယု,တီးခင်းမိုင်းမလေးသု; ထိုင်ယမ်းလိပ် ခခင်းယဝ်း

(4) ဖုးတူဂ်းဂိခင်းလောင်းပိတ်,ဂါ,လိ, တီးခင်းမိုင်း ဂါခင်းတီးယု; မိုဝ်းပီး 1971 ဖုးတူဂ်းဂိခင်း လောင်းပိတ်,ဂါ,လိ, မွဂ်းသိပံးလခင်း ယုပံးစပ်းမး ခင်းမိုင်း ဂါခင်းတီးယု; ခလး; လံးတမ်းဝါခင်းစပ် ယု,သင်းလုဂ်းစာဝ်း ခင်းပင်ဂုခင်းပံးဖေး 800 ပင်။ ဝါသေခခင်း ခိခင်းသုင်, စပ်တင်းမုတ်း မိုဝ်းမိုင်းပိင်းဂလးတေ့သိုခိခင်း ခင်းစာဝ်းယမ်း ခင်းပီးယု,ယဝ်း



လွင်းလုံးထွက်ကရပ်ပင်ကခင်းခိုင်; ကခင်းထွက်ထတ်ဒေဝံ. လွင်းယူတုဂ်ဂါခင်းခင်းလုမ်းဟူ. ပီ 2004ခင်း;



သီခင်းသံမံကရင်း ရှိုင်းခင်းယူတုဂ်ဂါခင်း ရှိုင်းကမ်,မီးကွင်းတီးယူ, ဧလ,လိပ်ယံ့ ခွဲကွဲ,မုးယူ,ခင်းခိုင် (1) ကွမ်းခင်း,သီခင်း,သံမံ ဟီး 2003 ခင်း လူခင်းတံဂ်,သံမံ,ယူဂ်း ရှိုင်းခင်းယူတုဂ်ဂါခင်း မီး 23 လါခင်း 6 သီခင်းခင်းယူ

◆ စကလ်ဂျိုးဂိုးယုး	100000 - 200000 *
◆ လိမ်,ပု,ပုလ်,	100000 *
◆ ဆီး,ပေးလ်	100000 - 200000 *
◆ ကီ,တီ,ယုင်းပီးယုး	90000
◆ ကရီ,ထရိုးယုး	75000
◆ ဝိုင်းဂလးတေ့သျ်	61000
◆ ဂွမ်း,ရှိုင်း, ပု,ဂျု,လျ,ပီ,လီ,	60000
◆ ဆွဲဂျိုးဂိုးယုး	75000
◆ ရှိုင်းဂိုးယုး ပွတ်းရှိုင်း,	50000 - 250000 *
◆ ကျ,ဧဂိုဂ ပွတ်းဂင်	200000
◆ သီးဂိုးယုး	170000 *
◆ ကျ,မေးဆီးယုး	50000
◆ ရှို,ဆီးယုး	20000
◆ သိမ်း,ဆီး,ခင်းလ်	17000
◆ စဂုင်,ကေးသျုး	12000
◆ မိဂ်,သီ,ရှိုင်း,	12000
◆ သူ,တခင်း,	4800000 *
◆ ဂွမ်း,ရှိုင်း, ရီခင်း,သျုးသျုး,	3200000 *
◆ ရှိုင်း,လမ်,ပီ,ယုး,	2730000 *
◆ ယူ,ဂခင်း,တုး,	1400000 *
◆ ဧမိလိပိုပိခင်း	150000 *

ပိုဆန်.ရှု.ရှ်.မ်.တူ.ဝ်

သီဆန်,သီမံကရုင်း ရှုဝ်ဆေ့ဂူဆန် ဖူးတူဂ်းဂီဆန် ရှိုဝ်းကမ်,မီးကွင်းတီးယူ, ငလ,လိပ်ယုဆုံ ဂျုမးယု,ဆွဲးမိုင်း (2)

ကွမ်းဆေ့,သီဆန်,သီမံ ပါး 2003 ဆီး လှိုဆေ့ဂီ,သီမံ,ပိုဝ်း 31 ဝဆီး ရှုဝ်ဆေ့ဂူဆန်
ဖူးတူဂ်းဂီဆန်မီး 23 လဆေ့ 6 သီဆန်ဆေ့ယု။

❖	ကီဆန်,ရှုဝ်,လှ,	1000000 *
❖	ကီ,ဂါတုံ	800000 - 1000000 *
❖	ဂျေ,တဆန်,	800000
❖	ကီဆန်တီးယုး	650000
❖	မုဆန်,မု, (မိုင်းမဆန်)	600000 - 1000000 *
❖	ကီဆန်,တူဝ်,ဆီးသျှး	600000 - 1000000 *
❖	ကလ,ပံ,ဂျဆန်,	570000
❖	လိပ်ပီးယုး	500000
❖	သီ,ဂိုလင်,ဂါ,	500000
❖	ရှုတုံတီ,ဆေးလိပ်,	500000
❖	ကု,ဖုဂါဆန်,ဆိတုံကတဆန်,	200000 - 300000 *
❖	ပူ,ရဆန်,တီ,	400000 *
❖	ရသျှး	268000
❖	သုဝ်,မးလီးယုး	35000 *
❖	တူ,ဂုဂီ,	350000 - 1000000 *
❖	ပေး,လိကဆီးယုး ဂှု,လီ,ရှုဝ်,ပီးဆး	327200
❖	လိပ်,ပဆန်,	300000
❖	ကိတ်,သရေး	276000
❖	သံပရုတုံသ်	265000
❖	ဂျေ,ဂျီ,ယု,	260000
❖	သု,ပီးယုး မုဆန်,တီ,ဆီး,ဂရုဝ်း	252000
❖	ဂီဆန်,ရု,	230000 *

ပိုင်းကမ်ပးရှိုင်းမံ * ဆဆန်. ကမ်,မီးကရုင်းပိုင်းပိုင်းတာ၊ လိပ်,လံး လိုဝ်/ယွမ်း ယု,တု,သေ,ယဝ်း။



◆ ကျေးဇာတိဂျာ	3245500
◆ ကျေးရူဂ်	884500
◆ တွမ်းကမေ့ဂျာ.ဧလး, ဂျာဂျီ,ပီ,ယမ်,	543500
◆ ကေးသျှူးပွတ်းကွက်,ဧလး,တူင်,ပလိဗေန်	953400
◆ တွမ်းဂင်ပွတ်းကွက်,	4353000
◆ ကေးသျှူးပွတ်းလမ်းဧလး,တွမ်းဂင်	1872900

လိုင်ရှိုင်း လိုင်လံ့ရှပ်ပခင်ကွင်းတီးယူ, တျာ,ဗဟူးတျာဂ်းဂိခင်းပံ့သမ့်

☆ ကီ,ဂျာခမ်,	1335000
☆ ပျာ,ဂိတ်,လတမ်း,	1219000
☆ ဧလးတွမ်းဂျာ,လျာ, (ဂျာ,လျာ,လထရိုဂ်)	923000
☆ ဖင်,တင်းတူဂ်းဆမ့် (ပီတံ့သံပီဂ်)	665000
☆ သီးဂျီးယား	497000
☆ တမ်,လမ်း,ဆီးယား	480000
☆ ထံးလိမ်း (ရှိုင်းထံး)	421500
☆ သျာ,ပီးယား မုခမ်,တီ,ဆီ,ဂရုဂ်း	290000
☆ သူ,တမ်,	280000
☆ လိပ်,ပဆွမ်,	256000
☆ ယူ,ဂမ်,တျာ,	231500
☆ လိုင်ရှိုင်းရှမ်းတူမ်ကမေ့ဂျာခမ်,	244700
☆ ကျေးဇာတိပွတ်းလမ်း	104000



ပိုခင်.ရှု.ဂ်မ်တုင်

တုင်ထုင်: ဂ်ဝ်,ဂပ်းလူဂ်းလွင်;တုင်;အိုင်



ရှုခင်းယေး တီးယု,ဂပ်,



လွင်;လံးယု,သင်း
သင်းထင်
လေးလေးဂခင်

လွင်;လံး
လေး,လိပ်;ယု
ခွံ,ရှု,မား

ကွင်;တီး ယုခင်းယုခင်း;သေ,ရှုမ်းယု,

ကွင်;တီး ရှုတ်;သင်းထင်ယု,

ဝင်းလံး ခပ်;ခိုင်,လမ်းပမ်းပိုင်မံမီး တု,ယုခင်းယုခင်း;သေ,ရှုမ်းယု, သင်းထင်လေး ယုတုင်;ဂ်ခင်းခပ် မီးခင်း,ရှုင်?

- ⇒ လံးယု,သင်းသင်းထင်လူဂ်းလွမ်း ဆင်,ပမ်းပိုင်မံမီး စွင်လင်းလိုင်;ခိုင်။ မိုခင်ဆင်, တမ်းလံးတုင်းရှုတ်တမ်းလွမ်း ပမ်းပိုင်မံမီးဂ်ခင်း ရှုမ်းခပ်;ခိုင် စွင်လင်းလိုင်;ခိုင် ဆင်ယုဝ်။
- ⇒ စွင်လင်းလိုင်;ခိုင် ကမ်,ဆင် မှုဂ်လမ်းဂမ်ခိုင် တုင်းရှုတ်မမ်းမခင်းလင်းလံးခိုင်;လွမ်း/ကမ်,တုင်းရှုတ်မမ်းမခင်း လင်းလံးခိုင်;လွမ်း ပမ်းပိုင်မံမီးရှုတ်;ခိုင်;ခင်းလေး လံးရှုတ်;လံးသင်းရှုတ်;ခိုင်;ခိုင် ဂ်ဝ်,လူဂ်းယု;တုင်;ဂ်ခင်းခပ်ဂေးလီ ယု;လိုင်;ယုခင်း မားယု,သင်းထင်လေး ယုတုင်;ဂ်ခင်းခပ်စတု တမ်းလံးတမ်းလွမ်းပမ်းပိုင်မံမီး လံးရှုတ်;လိုင်;ဆင် ယုခင်းယု,ယုဝ်။

လိုင်;ခိုင် / မှုဂ်လမ်း လိုင်;ကခင်ကမ်,ပံ,တုင်းရှုတ်မမ်းမခင်းလင်းလံးခိုင်;လွမ်း ပမ်းပိုင်မံမီးရှုတ်;ခိုင်;ခိုင်; လေး လံးရှုတ်;လံးသင်းရှုတ်;ခိုင်;ခိုင် ဂ်ဝ်,လူဂ်းယု;တုင်;ဂ်ခင်းခပ် မီးခင်း,ပုးတုင်းခင်းယုဝ်။

ကေး,ဗုဂမ်,ဆိတ်,တမ်း,	ရှု,ယု,ဆု,	မေး,လံးတုင်	လိုင်,လူ,လီ,ယု,
ဂ်ခင်း,တုင်,ဂု,	ဂ်ခင်း,တီးယု ဝမ်းကွင်,	ရှုမ်းမု,စသု,လံ	သမ်း,မု,ရီ,ဆိုင်,
ပု,ရိုင်	ဂ်ခင်း,တုင်,ဆီးသု,	မေး,ရိသု,	သေး,တီး,ကေး,လေးယု
ပိုင်းဂလေးစတုသု	ဂ်,ဂု,ရှု	မိတ်,ဂုင်,ဆီးသု,	လိုင်,ဂု,ပု,
ပု,ပေးတုင်းလံ	ဂေး,တီးခင်း,	မုခင်း,ရှုင်,လေးယု	သီး,ရိလင်,ဂု,

လွင်းလုံးထွက်,ခါမ်, တိမ်းယံ့ခွဲကွင်းတီးပည, ဇလ; တိမ်းခါခါးလွင်းရှိုင်းရှိုင်းကါခါးလံ

ပူ,တခမ်း,	ရှုင်းရီးယား(ပွတ်းရှုင်း)	မုာ်ခမ်းမုာ်(မိုင်းမခါး)	လီးရီးယား
ပဂူးဆံး	ဂူး,စီဂ်	ခီး,ပေးလ်	ထံးလီခါး(မိုင်းထံး)
ခွမ်း,မူဝ်,ဂူတံလ်	လား:	ကူဝ်,မခါး,	မိုင်းရှုမ်း,တုမ်ကုာ်ဂုာ်
ဂျူးပူး	လီဝ်,ပဆွမ်း,	ပုးဂိတ်,လတခါး,	ကူး,လဝ်တံဂိတ်,လတခါး,
ကီး,ရီး,ထရီးယား	လိဝ်ပူး	ပုလေး	ဝု,ဆူး,ဝု,တူး,

ပိုင်းပိုင်း / မှတ်တမ်း ပိုင်းကခင်တုင်းရှုမ်းမခါးမခါးလွင်းလီးခါးပွမ်း ပါးပိုင်မါးမီးရှုမ်းပိုင်းပိုင်းဇလ; လီးရှိုင်းလီးသါး; ရှုမ်းပိုင်းပိုင်း ရိပ်,လူဂျူးဗူးတုမ်းဂါခါးခပ် မီးခင်,ပုးတုးခွဲယံ့။

ခက,လ်ပေးခါးယား	ကလု,ပု,ဂျခါး,	ရှုလီ,ရှုဝ်,ပီးခါး	ဂခေ,တု,
ခက,လ်ဂျူးရီးယား	ပရှုမခါးလ်	ပွဂ်,သု,ခါး,	ဂီဝ်ပု,ခတေးလ်
ကီခါး,ရှုဝ်,လု,	ခပ,လု,ဂူတံလ်	ပဂု,လီခါး	ကု,ဖှဂ်ဂ ပွတ်းဂါင်
ကီခါး,တီး,ဂျု, ပု,ပု,တု,	ခပ,လ်ဂျု,ယခါး,	ပု,လ်ဂေးရီးယား	စျီဂ်,ရီး,ခေပုလိဂ်
ကု,ဂျခါး,တီးခါး	ခပ,လ်လိတံလ်	ပု,ဂီ,ခါး, ဖေး,သုဝ်,	စျီ,လီ,
ကု,မေးခါးယား	ပီခါး,ခါခါး,	ပဂုခါး,တီး,	စျူးခါး (မိုင်းခခ)
ကေးလ်တြေးလီးယား	ပေး,လီပီးယား	ဂမ်း,ပေးတီးယား	ရှုဝ်,လမ်,ပီး,ယု,
ကေးလ်ထရီးယား	ပွတ်းကခါးယား	ဂီမ်းမဂုခါး	ခွမ်း,ရှုဝ်,ပဂု,လု,ခပေးလ်
ခွမ်း,ရှုဝ်,-ဂီခါး,သု,သု,	ပီး,ရူး	ဂေး,လတု,ရီး,ဂု,	ခေလိဝ်ပီခါး
ရှုတ်တီး,ကံ,ပွံ,လ်	ပုဝ်,လီခါး,	ခဂုဝ်,ကေးသု	ပေး,တု,ဂီ,
သံပဂုတံလ်	ရှုဝ်,မေးခါးယား	ဂုသု	စျီဂ်,လ်,ပုဝ်,ပလိဂ်
ဂဝခါး,တု,	လီဂ်ဂိလ်တံ ခါး,ဝိတ်	တီခါးမခါး	လီဂ်ပီခါးသိခါး ရှု,ပေး,တီး,
တုဝ်,မိခါး,ခါး,ဂု,	တုဝ်,မိခါးခါးဂီ,ပဝ်ပလိဂ်	ဂဂခါး,ခါးတီခါးလ်	တီး,မေး ဝခါးကွဂ်,
သု,မူဝ်,ဝု	ကီး,ဂေး,တေး	သေး,တုဝ်,မေး,	ကီး,ဂျိဝ်
ပဂီခါး,လီ,ပေး,	ခက,လ်သု,ဝေးတုဝ်	သီး,ခါး,ခါးလ်	ကီး,ဂေး,တု,ဂီ,ခါးယား
ကီး,တု,လ်ခါးယား	သုပီးယား မုခါး,တီး,ခါးဂုဝ်	ကီး,တီး,ယုဝ်,ပီးယား	ခသ,ခစုခါးလ်လိတံလ်
ခါး,ဂျု,	သီး,ဂု,လီယုခါး	ဖှခါး,လီခါး,	သလုဝ်,ဝေးဂီးယား
ဖှဂ်,သီတီး	သလုဝ်,ဝေးခါးယား	ဂေး,ပုခါး,	ဂုခါးသေး,လမုခါး,
ဂမ်း,ပီးယား	ဂေး,ဂျု,ယု,	ဂျု,မခါး,	ဂု,ခါး,
ဂဂိတ်,လ်	ဂျု,တီး,မု,လု,	ဂျု,ခါးယား	ဂျု,ခါးယား-ပိတ်,သေး,လ်
ရှေး,တီး,	ရှုဝ်,လီ,လီး	ရှုခါး,တုဝ်,ဂု,တုဝ်	ရှုခါး,ဂေး,ရီး,
ကံ,သ်,လီခါး,	ကီး,ဂု,ခါး,	ကံ,ယု,လီခါး,	ကိတ်,လဂေး
ကီး,တလီ,	ဂျုမေးဂါး	ဂျု,ပခါး,	ဂု,လိတ်,လတခါး,
ဂီခါး,ဂု,	ရှုင်းရီးယား(ပွတ်းလခါး)	ဂု,ဂျိတ်,လတခါး,	လါတ်,ပီးယား
လီသုဝ်,တုဝ်,	လံ,ပေးရီးယား	လိဂ်,ခါး,တီခါး,လတခါး	လိတ်,တု,ယေးခါးယား
လု,လိမ်,ပဂ်	မိဂ်,လီ,တုဝ်,ခါးယား	မု,တု,ဂု,လဂု	မု,လု,ပီး,
မု,လီ,	မေး,လ်တု,	မေး,ရီး,တခါး,ခါးယား	မိဂ်,သီး,ရှုဝ်,
မူဝ်,တုဝ်,ဝု,	မူဝ်,ခါး,ရှုဝ်,	မူဝ်,လခါး,ပိတ်	ခါးမီးပီးယား
ခခေ,တု,လီခါး,	ခယူး,လီ,လီခါး,	ခါး,ဂု,ဂျု,	ခါး,ခါးလ်
ခါး,ဂျူးရီးယား	ခေး,ဝေးလ်	ပခါး,မု	ပု,ပု,ဝု, ခယူး,ဂီ,ခါး,

ပိုဆန်.ရှု.ရှ်မ်တူင်

ပျားဂျား၊
သု၊တမ်း၊
သဝီ၊တိမ်၊
ထရီ၊ဆီ၊တီတုံ တူင်၊ပျားဂူင်း
တာတုံဂမာမ်၊ဆိတုံလတာမ်၊
တူ၊တု၊လူ၊
မိုင်းရှမ်းတုမ်ကမေ၊ရိဂါမ်၊
လမ်၊ပီ၊ယု၊

သုင်၊မ၊လီးယု၊
သု၊ရီ၊ဆ၊မီ၊
တု၊ဂျိတုံဂိတုံလတာမ်၊
တူ၊ဆီးသျှး
ယု၊ဂါမ်၊တု၊
ကူ၊ဂု၊ဂွေး
လီမ်၊ပျားပူလုံ၊

ကု၊ဗုဒ္ဓိဂ ပွတ်းလားမ်း
သဝု၊လီ၊လားမ်း၊
တမ်း၊လားမ်း၊ဆီးယု၊
တူ၊ဂု၊ဂီ၊

လဝီမ်၊
သဝီတုံလု၊လီမ်၊
တူင်၊ဂူင်၊

ယု၊ဂု၊ရိုင်း
ဝီမ်၊ဆီး၊စလူးလု၊

ယု၊ဆုံတီတုံဂိုင်းတမ်း
ရီ၊မီမ်၊



လွင်းရှမ်းရှမ်းယံ့စွဲကွင်းတီးယု၊သင်းဆုံ ငိုမ်းငင်း
တီးစတုမမ်း ပေးပီမ်မားတီးလားလှိုင်းရှာတိုဝိုင်း တု၊ရှို
ပံးမားမီး စိမ့်လိပ်းလီစိုမ်းတိုင်းတွမ်း မိုမ်းဆင်၊ လုဂ်တီး
ဝါမ်းဆွန်း ယံ့စွဲစပ်းလူး ဆွဲးဝိုင်း လုဂ်တီးမိုင်းဗေမ်ယာဂ်း
ယံ့စွဲစပ်းလူး လိုင်းမိုင်းမားမီးဆဆယဝ်။ ကမ်စွဲလုဂ်တီး
ယာဝ်၊ယာဂ်း စွဲရှာတီးသု၊လုံဆုံ ပီမ်ထုင်းမိုင်းရှမ်းယဝ်။ ရှမ်းဂူ
ဂေး မီးသုမ်းယံ့စွဲရှာ တီးလိမ်လီဆမ့်လီ တီးမားမီးလီပီမ်
တီးယု၊သု၊သိုင်းလုံဆင်၊ဂမ်ဂူဂေး။ ဆုံဂူလုမ်းကမ်၊ဂု၊ မီး
သုမ်း၊ ပွန်းသံ၊ဝံ၊မိုင်းယု၊စိုမ်း ဝါမ်းဂပ်၊မိုင်းဂပ်၊ယု၊ယဝ်။
ရှမ်းလှိုင်းယံ့စွဲကွင်းတီးယု၊ ဆင်၊ဂင်လုံစပ်းဂေးလီ ရှမ်းလှိုင်း
လံးထုဂ်၊မာမ်၊တီဂ်းယံ့စွဲဂေးလီ မီးသုမ်းဆင်၊ဂမ်။

လွင်းလံးထုဂ်၊မာမ်၊ တီဂ်းလုံ၊စုံယံ့ ကွင်းတီးယု၊ ကမ်ဝု၊ဆဆ
သမ်။ ကမ်၊မီးဂင်လုံစွဲယံ့စွဲသေတု၊ ကမ်၊လှိုလံးသေ
လင်၊လံးပေးပီမ်မားလွင်းဆီယံ့စွဲကွင်း၊ဆဆယဝ်။ ရှမ်းလှိုင်း
လံးယံ့စွဲကွင်းတီးယု၊ မီး 7 သီမ်းဝု၊ဆဆယဝ်။ ကမ်လမ်၊လွင်း
လိုင် ငင်းလားပိုင်လှိုင်းလှိုင်းဆဆ ကမ်လုံဂေးကမ်၊ပီမ်
တု၊သေ၊ဆံ လှိုင်းလံးရှု၊ဝုံယု။ လှိုင်းငိုမ်းငင်းစလူးငင်းလား
ဂေး တိုမ်းပီဂ်၊ပိုင်းဂမ်ယု၊ယဝ်။ လုဂ်တီးပီမ်ရှမ်းလံးထုဂ်၊
မာမ်၊ တီဂ်းမာမ်းလုံ၊ရှိုင်းရှိုင်းဂမ်လံးသေ ပီမ်၊ပီမ်ရှု၊ ရှမ်းစုံ
ရှာရှိုင်းဂမ်ဂေးမီးငင်းလားယု။ လုဂ်တီး ပီမ်ရှမ်းစုံရှာ
ရှိုင်းဂမ်သေ ပီမ်၊ပီမ်ရှု၊ ရှမ်းလံးထုဂ်၊မာမ်၊တီဂ်းမာမ်း
လုံ၊ရှိုင်းရှိုင်းဂမ်လံးဂေး လင်းပေးပီမ်လံးယု၊ယဝ်။

တီးလိုင်းရှိုင်းလွှဲသေကမ်,ဝါး ကမ်,ထုဂ်,လီမီး လွင်းဂါမ်လီဂ်းဂါမ်ရှိုင်း ဆိုဝ်ဂုန်းခွဲဂုဂ်တီးဂါမ်ခပ်လုးလုး။ ဂုန်းရှိုင်းဂါမ်ဂုးဂေါ့ ပီဆဲဂုန်းခွဲဂုဂ်တီးဂါမ်ဂေါ့လီ ကမ်,ပီဆဲဂေါ့လီ လီမီးသုဆဲ,လုံးသုဆဲ,ပီဆဲဂုန်းရှိုင်းဂါမ် မိုဆဲဂါမ် ကမ်ရှိုင်းထိုဂ်းတင်းခပ်ဆဲယူ,ယဝ့်။ လွင်းလီဂ်, ဧလ ဆိုဝ်ဂုန်းခွဲဂုဂ်တီးဂါမ်ခလး လွင်းတီဂ်းတီဂ်းပီဆဲ လုဂ်, သုဂ်းဂါမ်တပ်လွှဲလွှဲဆဲဂေါ့ ကမ်,ထုဂ်,လီမီး ဆဲဆဲယဝ့်။ ဂုန်းရှိုင်းဂါမ် ဂုးယါဆဲဂုးသီဆဲဂုးဂေါ့ မီးသုဆဲ, ရှိုင်းဂါမ် တီးကွင်းဂါမ် ကမ်ငဝ်းဂိုင်း,ငါမ်, ဖီမ့်လီပ်းသေ မီးသုဆဲ, လုံးသုဆဲ,ပီဆဲ လုဂ်းတြးဖီင်,ပီင်းဆဲဆဲယူ,ယဝ့်။

ယါမ်မိုဝ်းလီဝ်ဆဲ ပီဆဲဂါပ်းပါဆဲ ဖုးယိုင်းခပ် ခွဲယံ့ဂုးဂုဂ်တီးဂါမ်ဆဲဂုဂ်တီးတုယေး တီးလိုင်းတင်,မိုင်း တင်းဆဲ။ လဝ်းဂါမ်လဝ်းငါမ် ကမ်,ဆဲဆဲ လဝ်းရှိုင်း ဂမ်ပုးဆဲသမ့် ဂုဂ်ပပ်းသိမ်းဝ့် ဝတ်းဝ့်ဖုးယိုင်းလွှဲဆဲ။ ဖုးယိုင်းမင်ဂေါ့,သမ့် လုံးထုဂ်,ခါမ်, ပီတုလီဆဲသေ လုံး တီဂ်းလွှဲ,ရှိုင်းဂါမ်တင်,လိုင်းဂေါ့မီး။ ဖုးယိုင်းခလး လုဂ်းကွမ်,ယိုင်းခပ်တင်းဆဲ လုံးထုဂ်,ခါမ်,တီဂ်းလွှဲ,ရှိုင်းဂါမ် လုဆဲလွှဲရှိုင်း လိုဝ်းကပ် ကမ်,လုံးလိုဝ်းလုံးသပ်း။ သင်ဝါး လုံးထုပုးလုးငဝ်းလုံးဆင်,ဝါးမုးလိုင်းဆဲဆဲလိုင်း တေလုံးဝါး ဆင်,ရှိုင်း? လိုဝ်းခပ် လုံးထုဂ်,ခါမ်,ပုဆဲပီဆဲသုဆဲ,လုံး သုဆဲ,ပီဆဲ ဂုန်းခလး? လိုဝ်းခပ်လုံးထုဂ်,ခါမ်,တီဂ်းလွှဲ,ရှိုင်းဂါမ် လံခလး? ကမ်,ဆဲဆဲ လုံးထုဂ်,ခါမ်,ဂုးခါမ်ဆဲ လွင်း,တေ လင်းဝါးလုံးမုးရှိုင်း?

လွင်းလုံးထွက်,ခါမ်,တီဂ်းယံ့ခွဲကွင်းတီးယူ

ဖုးယိုင်း - Anne Putman, Earth Rights International (ERI)

လွင်းလုံးထွက်,ခါမ်,တီဂ်းလွှဲ,ရှိုင်း ရှိုင်းဂါမ်လံ? ကမ်ဝါးခလး ပွင်,ဝါးသင်?

- ⊗ လွင်းလုံးထွက်,ခါမ်, တီဂ်းလွှဲ,ရှိုင်းရှိုင်းဂါမ်လံဆဲ ပီဆဲလွင်းလုံးလွှဲ,ရှိုင်းမုးလွှဲ, ပါဆဲမ့်,မိပ်းဆိုင်း။
- ⊗ ပီဆဲလွင်းဂုန်းဂေါ့ဆိုင်း ကမ်,မီးဂင်လွှဲရှိုင်းရှိုင်း ဂါမ်သေတု, လုံးထုဂ်,တီဂ်းလွှဲ,ရှိုင်းဂါမ်ဆဲဆဲယဝ့်။
- ⊗ ပီဆဲလွင်းငဝ်းလုံး ကမ်,ဖွင်းလိုဝ်းလုံးခလး ဂုန်း ဂေါ့ဆိုင်းလုံးရှိုင်းဂါမ် ယွဆဲရှု,တုပ်ဝါး ပေး သါဆဲခတ်းမေးလွှဲ./မေးလို့သင်,သေကမ်,ရှိုင်း လွမ်းဆဲ တေလုံးထုပုးဖေးထုဂ်,ပမ်တမ်,ဆဲဆဲယဝ့်။
- ⊗ သင်ဝါး လုံးရှိုင်းဂါမ်လွမ်းဆင်,ငဝ်းလုံး ဆင်, ပုးဆိုဝ်ဆဲလိုင်း လုံးဂုးရှိုင်းဂါမ်ယူ,သေတု, ယွဆဲ ကမ်,မီးသုဆဲ,ထီင်လုံးခလး ပွင်,ဝါး ပီဆဲလွင်းတီဂ်း လွှဲ,ရှိုင်းဂါမ်ယူ,ယဝ့်။



ပိုဆန်.ရှု.ရှ်မ်တူဝ်

⊖ လွင်းတိုက်လွင်.ရှိုတ်းဂါဆ်ကျးထမ်,မု.ဆို့ ပီဆ်လွင်း ပူဆ်ပီဆ်ပဂ်းပိုင်မါမိး ရှုးလိုင်;မိုင်းစလး ပဂ်းပိုင် သုဆ်,လံးရှုဆ်းရှိုတ်းဂါဆ် ရှုးလိုင်;မိုင်းဆ်ဆ်ယဝ်။

ပဆ်ထီမ်ရှိုတ်းရှိုတ်းဂါဆ် (လူဂ်ကျးပေး) ကဆ်ဝုးဆ်ဆ် ပွင်,ဝုးသင် ?

- ☛ တီးစတုမဆ်း ပဆ်ထီမ်ရှိုတ်းရှိုတ်းဂါဆ် (လူဂ်ကျးပေး) ကဆ်ဝုးဆ်ဆ် ပွင်,ဝုးမိးဆ်မိုလ်သေ ရှိုတ်းပဆ်ဂါဆ် လံဆ်ဆ်ယဝ်။ ရှုလ်းဂုး လူင်ပွင်လိုင်;သိုက်မါဆ်း (ဆ်ကဗေ) စပ်သမ့် ကပ်စေးဂုမ်းဆ် လွင်.ပိုင်; တင်းတီးပွင်,မဆ်းသေ တင်းလွင်.ရှိုတ်းရှိုတ်း လွင်,လီဆ် လိုင်လီဆ်းလံးယူ,ဆ်ဆ်ယဝ်။
- ☛ လူင်ပွင်လိုင်;သိုက်မါဆ်း (ဆ်ကဗေ) စပ်ဝုး ပေး ပဆ်ဂုးရှိုတ်းသေလွင်.ဆ် ကမ်,လွင်;ဝုးတိုက်လွင်.ရှိုတ်း ဂါဆ်ကျးထမ်,မု.ဆ်ယဝ်။
- ☛ လူင်ပွင်လိုင်;သိုက်မါဆ်း (ဆ်ကဗေ) စပ်ဝုး လွင်း ပဆ်တင်းလွင်.ထီမ် တု,တပွင်သိုက်ဆ် ပီဆ်လွင်းတုင့်ဆိုင် စလး ဂါဆ်ဗေ;ရှုရှိုတ်းလတ်;ဝါဆ်;မိုင်းစပ် ကဆ်ဆိုင်; ဆ်ယဝ်။
- ☛ လူင်ပွင်လိုင်;သိုက်မါဆ်း (ဆ်ကဗေ) စပ်ဝုး လွင်း တိုက်လွင်.ရှိုတ်းဂါဆ်ကျးထမ်,မု.ဆ် ကမ်,မိးကမ်,ပီဆ် တွဆ်းတု, ဗွင်းတင်းဂါ,စုဝ် ရှိုတ်းပီဆ်ပိုဆ်စမ်, ပါး မါးမိး ဝါဆ်;မိုင်းစိုဆ်;ယွဲ,မို,သုင်စလး ဗေဆ်ဂါဆ် စုင်းဂါဆ်ပုဂ်းပွင် သီဆ်းယွဲ,ဆ်ယဝ်။

လွင်းတိုက်လွင်.ရှိုတ်းရှိုတ်းဂါဆ် ကျးထမ်,မု. ဆ်ဆ်;မိုင်းမါဆ်း;လါလါသီဆ်း

- ▶ လွင်းလံးရှုဝ်,စေးတု,တပွင်သိုက်မါဆ်း (ရှုဆ်းဝါဆ်း ရှုဆ်းမိုင်းစပ် လံးသို,စွဆ်,စေး)
- ▶ လွင်းလံးဂေး,သင်း လူလွမ်ဂိုတ်,စပဆ်ပင် တပွင် သိုက်မါဆ်းစလး ဗေဆ်ဂါဆ်စုင်းဂါဆ်ပုဂ်းပွင်

- ▶ လွင်းလံးထုဂ်,စမ်,လွင်. မိုဆ်ဆင်,ရှိုင်းဗေဝ်းမဂ်,မိုင်း သေ ဂိုတ်,စပဆ်လုဂ်;သိုက် (လွင်.ရှုဆ်းဝါဆ်းထုဂ်း တင်း ပံ့ဂု,ပုးဆ်လုဂ်;သိုက် သါသိုက်သေ ပေးမိး မဂ်,မိုင်းဆ်ဂေး ရှိုတ်းရှုဆ်းဝါဆ်းယီဝ်,လုး ကွဆ်တင်း ဆ်ဆ်ယဝ်)
- ▶ လွင်းလံးဂေး,သင်းပဆ်ရှိုင်းယေး သုမ့်ရှုဝ် ဆ်းတပ်. သိုက်စလး ပဆ်တင်းလွင်.ထီမ် ဆင်,တပွင်သိုက် မဂ်း စါဆ်းမုး (ဗွင်းရှိုတ်းသင်းလွင်.ထီမ်ပဆ်တု,တပွင်သိုက် ဆ်ဆ် ရှုဆ်းဝါဆ်းစပ်လံး ကပ်စုင်း ရှိုင်းလွင်.တိုက် စပ်;ဆ်တင်းဂါဆ်ပုးမုး။ လိုင်းလံးထုဂ်,လွင်.ရှိုင်းမိုဝ်. စပ်;ဗေဝ်းပဆ် ထုလုပတီးဗေဝ်း တိုက်ဆ်ဆ် လွင်.စုင်း ပဆ်ဆ်းပင်တပွင်သိုက်မါဆ်းသမ့် ဂမ်;ပုးဆ် ပီဆ် ဗေယိုင်းစလး လွင်းလံးထုဂ်,စမ်, တိုက်တိုင်လူလံး စလးရှိုတ်းရှုလုဂ်.ဂါဆ်လဆ်ဗေယိုင်းဂေး ဂမ်;ဂမ်; ပေးပီဆ်ယူ, ရှိုင်းရှိုင်းယဝ်။)



▶ လွင်းလံးတိုက်လွင်.စပ်;ရှိုတ်းဆ်းဗေဆ်ဂါဆ် စုင်းဂါဆ် ပုဂ်းပွင်တင်းဆ်ဆ်။

ခေးပိုတ်,ထွဂ်, မွဂ်,လာတ်;ဗေ

“လွင်းဂါဆ်ဂေး,သင်း စတ,လေ,တီ,ရှိုင်းမုး ဖြေးလိုင်းဆ်ဂေး ဂမ်;ဂမ်;လံးရှု,ရှိုတ်းပဆ်လါကျေး.... ကမ်,သုတ်းကမ်,ဝါးလံး သေပွဂ်;စုး.... ရှပ်;သင်ဆ် တိုက်ရှုစတ,ယဝ် သူ,ဆိုင်;ရှုလ်း သမ့်ပေးလွင်.ရှု,စတ,ရှိုတ်းထီမ်; သူ,ဆိုင်;ဆ်ဆ်;စုးယဝ်;.... ဗွင်းရှု,ရှိုတ်းဂါဆ်ဆ်ဆ် သင်ဝုးတိုက်မတ်,လီဝ်း ကမ်,ဆမ် ပီဆ်ကမ်,ယူ,လီဆ်ဂေး ကမ်,မိးဗေမုးယူတ်းယုပဆ်လုးလုး.... လံးယူတ်းယု သိုက်ဂါဆ်ယုရှိုင်းရှုလ်းစလး ပေးကမ်,မိးပိုဆ်း စတု လင်းထိုင်ပီဆ်တံ သုမ်းကသါဂ်;ရှုဆ်,စုးယဝ်;....”

(ရှုဆ်းဝါဆ်း;လာတ်;ရှိုတ်းမုး;ဗေ.ခိုင်; မွဂ်, လာတ်;ဗေ မိုဝ်;ပီ 2002)

ပိုဆန်-ရှု့ရှ်မ်တူင်

ခေးပိုတ်,ထွက်, မွတ်,လာတ်,ဒေသနာ,သေ,

“ပွတ်းဆိုင်ဆဲး ဂူဆဲးဝါဆဲးလီတဲးဝါဆဲး မွတ်းပတ်,ဆိုင်လဲးထုတ်,စာမ်,တီဂ်းစာမ်လဲး.ရှိုင်ရှိုင်တဲးဂါဆဲးလဲး... လိုဝဲးစပ်လဲးဂျ, ဆဲးပင်တပ့်သိုက်းမာဆဲးသေ ရှိုင်တဲးဂါဆဲးလဲးပဆဲးဆင်,စေးလီသင်, လုမ်းလုင်လုမ်းဆဲး... ဂူဆဲးဝါဆဲးရှင်းစးသမ့်တူက်းပုဆဲးဗွဲဆဲး တျ,လွမ်ရှိုင်တပ့်စလး လဲးကွဆဲးဂါဆဲးဂျ,ရှု့ဗဲးဆဲးမို့ လက်းမို့ရှင်းဆဲးထိုဆဲး,သေတေ,ဂျ,ဆဲးတပ့်.... ယဝ့်လဲးစုတ်းရှုး ပုတ်းလက်း ဗျေမို့ရှင်း မို့သိုက်း သီမ်းလီမ်လွမ်ရှိုင်ဝါးရှိုင် ပင်တပ့်သိုက်း ပီဆဲးသွင်သါမ်ရှိုင်ဆဲးစးယဝ့်... စပ်ကမ်,ပဆဲးငိုဆဲးဂျ,ရှိုင်တဲးဂါဆဲးဂူလဲးကမ်,ဂျးရှင်းစး ပံလဲးကပ်ဂျ,ပုးရှိုင်မို့ရှိုင်မိုဝဲး ကိတ်,စပ်ဆဲးတင်ဂါဆဲး ရှင်းဗျေ,ရှင်းမဆဲးဂေး... ဂူဆဲးဝါဆဲးလိုဝဲးတူက်းပုဆဲးဗွဲဆဲးရှိုင်တဲးဂါဆဲးဂေး,သင်; သုမ့်ရှိုင်တပ့်သိုက်းစပ်လဲးကပ်ဂျ,ပုးလီဂ်းတွတ်,စလး စီဆဲးဆဲးဆဲးစးယဝ့်... ဆဲးဂူဆဲးပတ်,ဆိုင်ဆဲး ဗျေယိုဝဲးပုးမွတ်းသါမ်ပုဆဲး ဆိုင်ပုဆဲးယူ,ယဝ့်...”

(ဂျ,သါမ်ကပ်ဝါးပုး,ဒေ,ဝါဆဲးဒေ,ခိုင်, ခိုင်,မိုဝဲးယာင်း မိုဝဲး,ပီ 2003 ခိုင်)

① လွင်းရှုမ်,လုမ်း တျ,ဂူဆဲးဝါဆဲးဂူဆဲးမိုဝဲး လိုဝဲးစုတ်းတိုင်,လာတ်; လွင်းလဲးထုတ်,စာမ်, တီဂ်းလဲး.ရှိုင်ရှိုင်တဲးဂါဆဲးလဲးပဆဲးတိုဆဲးကမ်,မီး ဝဲးလဲးတိုဝဲးတင်သင်လျးလျး။

① ဗီဆဲးဂါဆဲးရှိုင်တဲးဂါဆဲးပုတ်းပွင် ကမ်ယု,ကမ်လုင် (မိုဆဲးဆင်, လွတ်,ဂီတုသိုက်,တေ,လျ,လိုဝဲးဆဲးသမ့်ပီဆဲးငိုဆဲးဝဲး; လိုဝဲးလွင်းပဆဲးရှိုင်ဂါး လွင်းတီဂ်းလဲး.ရှိုင်ရှိုင်တဲးဂါဆဲးလဲး ဂူတ်,မိုဆဲးပီဆဲးမုးထိုင်ဆဲးမုးဆဲးယူ,ယဝ့်။

ခေးပိုတ်,ထွက်, မွတ်,လာတ်,ဒေသနာ,သေ,

“ပေးလဲးထုတ်းလွင်းတီဂ်းစာမ် လဲး.ရှိုင်ရှိုင်တဲးဂါဆဲးလဲးဆဲးရှင်းစး တိုဆဲးကမ်,ထိုင်မိုဆဲးလဲးလျးလျး... တျ,တေ,ဂျ,တိုင်,လာတ်,သေတီ,တီဂေးကမ်,ပီဆဲးလဲး... ဂါးလိုဆဲးသုတ်းတိုက်းတီ,ဝုးကမ်,ထိုင်သင် ကမ်,တိုင်,လာတ်,တီ,လဲးသေကမ်,ဂျ,ရှိုင်တဲးဂါဆဲးပဆဲးဆဲးလိုင် လုက်းသိုက်းစပ်တေဗီမ်မုးတီ,ရှိုင်သေ လာင်းရှိုင်ရှိုင်တဲးတါဂူဆဲး,စးယဝ့်...”

(ဂူဆဲးဝါဆဲးဝါးဒေ,ခိုင်,လာတ်, မိုဝဲး,ပီ 2002 ခိုင်)

ခေးခူဆဲးရှု့ ရှု့-ရှု့ဆဲးမုး

- ① ဂူဆဲးဝါဆဲး; ဂူဆဲးမိုဝဲး ဂမ့်ကေး,ဂူလဲး ရှု့,လွင်းဝုးဆဲးမိုဝဲးမာဆဲး; မီးစေးပုင်ကမ်ငို မံ 1/99။
- ① လွင်းဝုး; လွင်းတီဂ်းလဲး.ရှိုင် ရှိုင်တဲးဂါဆဲးလဲးဆဲး ကမ်,စပ်;စွာင်,ပတ်ပိုင်ဂူလဲးကမ်,ဂျး ပီဆဲးတင်းဗီမ်တဲးပုဆဲးပီဆဲးမံမီးဆဲးဆဲးဂေး; ဂူဆဲးဝါဆဲး; ဂူဆဲးမိုဝဲးမိုဝဲးမာဆဲးစပ် ဂါးပုးဆဲးကမ်,ရှု့,ပွင်,။
- ① လွင်းလဲးထုတ်,စာမ်,တီဂ်းလဲး.ရှိုင် ရှိုင်တဲးဂါဆဲးလဲးဆဲး.သင်ဝုး; ဂူဆဲးဝါဆဲး; ဂူဆဲးမိုဝဲးစပ် တွပ်,ထိုင်ကမ်,ဆဲး ရှု့,တိုင်,လာတ်,တီ,သေ တီ,တီ,လိုင်လုက်းသိုက်း ဆဲးကမ်စပ်သမ့် ရှု့,လွင်,ငိုတ်,ဝုး; တေတီ,လွင်,ဆိတ်,လာတ်; ကမ်,ဆဲး တေစးတါပီတ်; ဆဲးယဝ့်။

“ဂါးဂါးလဲးဂျ,ရှိုင်တဲးဂါဆဲးလဲးပဆဲး တျ,တပ့်သိုက်း ဂူလဲးကမ်,ဂျး ငိုဆဲးဂေးလဲးပဆဲးလဲးတီ,လာတ်,သေ,စလး; လွင်းယူ,သင်ဂါဆဲးသင်;ဂူဆဲးဝါဆဲးရှင်းစပ် ပီဆဲးကမ်ယာပ်,ဗီမ်,ဂပ်ဂါဆဲးမုးစတုစတုစး... ရှိုင်ဆဲးစလး; ဂူဆဲးဝါဆဲးစပ်စတု စုးဆဲးယု စုးပုးကွတ်,ဝါဆဲးတင်းဆဲးစးယဝ့်...”

(ဂူဆဲးဝါဆဲးယာင်းဒေ,ခိုင်,လာတ်, မိုဝဲး,ပီ 2002 ခိုင်)

**လွင်းတံဂ်းခါခမ်းလွင်၊ရှိုင်း ရှိုတ်းဂါခမ်လံ၊ ပိုဆဲးငဝ်းလမ်းပိုင်ဆဲးဂါခမ်လံ၊ ငဝ်းလွမ်း
ဂုခ်းရှိုတ်းဂါခမ်လွမ်းဟူ၊ (ကံ၊ဧက၊လံကူဝ်၊)**

ဟူးဂါခမ်လံ၊လံ၊ - Tim De Meyer, ILO, Bangkok, Thailand

**၀၁ လွင်းတံဂ်းခါခမ်းလွင်၊ရှိုင်းရှိုတ်းဂါခမ်လံ၊ဧလး
လွင်းထွက်၊ခါမ်၊ပုဆဲးငဝ်း သုခ်၊လံ၊သုခ်၊ပီခ်
ဂုခ်းရှိုတ်းဂါခမ်**

လွင်းတံဂ်းခါခမ်းလွင်၊ရှိုင်းရှိုတ်းဂါခမ်လံ၊ဆဲး ဗဝ်းပုဆဲး
မူးပိုင်ပိုဆဲးငဝ်း 4 ကမ်စွင်ကံ၊ဧက၊လံကူဝ်၊ဆဲး ဂုခ်း
ကမ်၊ဂါး ဖူးစိုခ်းရှိုမ်းပင်ကုပ်၊ကုပ်းစဝ်တင်းမူတ်းဂေး
စဝ်းလွ်စဝ်းစေးဂမ်ဝါး ပီခ်လိုင်ဆဲးဂါခမ်လိုင်ကမ်ဆိုင်းလး
ယူ၊တီးငဝ်းလွမ်းဂုခ်း ရှိုတ်းဂါခမ်လွမ်းဟူ၊စဝ်ဂေး လွမ်းသိုဝ်း
ပီခ်ပေးလွ်စတုစတုယူ၊ယဝ်။

Mr. Tim De Meyer သမံ ပီခ်ဖူးရှိုတ်းဂါခမ်
ဆဲးလွမ်းကံ၊ဧက၊လံကူဝ်၊ တီးဂုခ်းထီဝ်းဂေးဆိုင်းသေ ကဝ်
ပုခ်းဖူးတူင်ဆိုင်ရှိုတ်းသင်းဆိုင် လွင်းတံဂ်းခါခမ်းလွင်၊ရှိုင်း
ရှိုတ်းဂါခမ်လံ။ လွင်းဂုခ်းရှိုတ်းဂါခမ်သီခ်းလွ်းကွမ်၊ လွင်း
တင်းဖွတ်းလွမ်း ဂုခ်းရှိုတ်းဂါခမ်လွတ်းလွတ်းလီဝ်းလီဝ်း ဧလး
လွင်းလုံးထွက်၊လွ်းလီဝ်းလီဝ်းလမ်းစဖေလိုင်ဆဲးယဝ်။

**ငဝ်းလွမ်းဂုခ်းရှိုတ်းဂါခမ်လွမ်းပိုင်ဆိုင်
(လွမ်းဟူ) ကမ်ဝါးခမ်ဆဲး ပွင်၊ဝါးသင် ?**

ငဝ်းလွမ်းဂုခ်းရှိုတ်းဂါခမ်လွင်၊လိုင်ဆိုင်ဆဲး ပီခ်လွမ်း
ကမ်တိုတ်းကမ်တမ်းဝါးရှိုတ်းသင်းပမ် လမ်းပိုင်မံမီး
ကွင်းတီးရှိုတ်းဂါခမ်လး တါ၊ဂုခ်းရှိုတ်းဂါခမ်တင်းမူတ်း
တူပ်းလွမ်းဟူ၊ဆဲးယဝ်။ မိုခ်ဆင်၊ တါ၊ရှိုင်းလွင်းတံဂ်းလွင်၊ရှိုင်း
ရှိုတ်းဂါခမ်လံ၊ ရိုတ်းယိုတ်းရှိုတ်းဂါခမ်၊ဆဲးဂေး ပီခ်လမ်းပိုင်
ပဝ်မံငဝ်းလွမ်းကမ်ဆိုင်းယူ၊ယဝ်။ ငဝ်းလွမ်းဆဲး ပီခ်လွမ်း
ကမ်ဂပ်းသိုပ်၊ရှိုင်းသါခမ်တင်း ဂုခ်းလိုင်ဆိုင်ဆဲးလွမ်းဟူ၊
သေ တူင်ဆိုင်ရှိုတ်းသင်းလး လုံးဝါးပီခ်လွမ်းဂုခ်းလိုင်ဆိုင်
ကမ်ဆိုင်ဆဲးယူ၊ယဝ်။ ဖူးစဝ်းလွမ်းကံ၊ဧက၊လံကူဝ်၊ မီး
177လိုင်ဆိုင်။

လံးတင်းဖွတ်းရှိုတ်းဂါခမ် စွင်လွမ်း ကံ၊ဧက၊လံ
ကူဝ်၊ဆဲး ပီခ်ပိုင်ဂမ်တင်း လွမ်းလွမ်းဟူ၊တင်၊ကမ်လး
လွမ်းယူ၊ကံ၊ဧက၊လံကူဝ်၊ဆဲး ဖူးစိုခ်းရှိုမ်း ကံ၊ဧက၊လံကူဝ်၊
ဆဲး စဝ်းပုဆဲးပွင်ဂါခမ်လွမ်း ဖူးကုပ်ပိုင်၊ ဧလး ဖူးတင်တူပ်
လွင်ပွင်လိုင်ဆိုင်ဆဲးစဝ် ဂုခ်းကမ်၊ဂါး ပုးလီမ်လံးစွင်
ဂါခမ်ငမ်းစဝ်လး ဂုခ်းရှိုတ်းဂါခမ်စဝ်သေ ဂုခ်းလိုင်ဆိုင်ဆဲး
တင်းမူတ်း စဝ်းရှိုမ်းတံဂ်းတတ်းလွ်းဂမ် ရှိုတ်းသင်းဂု၊
လွမ်းဂမ်ဆဲးယဝ်။

လွမ်းကံ၊ဧက၊လံကူဝ်၊ဆဲး လုံးဝါးပီခ်လွမ်းစိုတ်းတွမ်း
ကမ်ဆိုင်း ကမ်ဂပ်းသါခမ်ရှိုမ်းမိုတ်းဂမ်တင်းရှိုင်းဂါခမ်လး
စွင်လွမ်းယူ၊ကံ၊ဧက၊လံကူဝ်၊ဆဲး တူင်ဆိုင်ရှိုတ်းသင်းယူ၊
ဆဲးယဝ်။ ယွဆဲးပိုင်ဆဲးလး လွမ်းကံ၊ဧက၊လံကူဝ်၊ဆဲး
ပီခ်လွမ်းကမ်ဂမ်ဂီမ်ထီမ်လွ်း လွင်းရှိုမ်းလွမ်းဟူ၊ဧလး
လွင်းငမ်းယီခ်လွမ်းဟူ၊ ဆဲးဂေးဝါးလုံးယူ။

သင်ဝါးလွင်းတင်းလွ် လတ်းဖေဆဲး တံဂ်းခါခမ်း
လွင်၊ရှိုင်းရှိုတ်းဂါခမ်လံ၊ ပေးပီခ်မေး တီးလေးတွမ်း လိုင်ဆိုင်
သေတီးတီး ဆဲးလွမ်းဟူ၊မေးဆဲးလိုင် တေလုတ်တီးလေးတွမ်း
ဆဲး လမ်းစေးယို၊ရှိုင်းရှိုင်း ထီဝ်း လိုဝ်းမိုင်းရှိုမ်းရှိုမ်းသေ
လင်၊ရှိုတ်းရှိုတ်းတုမ်ယွဆဲးတိုဝ်းစိုတ်း ပါးရှိုမ်းလွမ်းလး
ပါးငမ်းယီခ်လွမ်းဟူ၊မေးလုံးဆဲး လွမ်းကံ၊ဧက၊လံကူဝ်၊
ရှိုမ်းထိုင်ပုံဆင်၊ဆဲ။

ယွဆဲးပိုင်သင်ဆဲ ကမ်၊ဖွတ်းလွင်သေ ကမ်၊ဆဲး
ကမ်၊လွ်းစေးတံဂ်းတတ်းတူပ်ဂပ်၊သေ လုံးရှိုတ်းဂါခမ်ဆဲး ပွင်၊ဝါး
ပီခ်လွင်းလုံးထွက်၊ခါမ်၊တံဂ်းခါခမ်း ကေးထမ်၊မလွ်းရှိုင်း
ရှိုတ်းဂါခမ်၊ ပေးလွင်းတံဂ်းခါခမ်း ကေးထမ်၊မ လွ်းရှိုင်း
ရှိုတ်းဂါခမ်မီးမေးဂေး လွင်းတံဂ်းတိုင်မိပ်၊ဇီခ်း ဂမ်ဂါခမ်း
စပုဂ်ဆဲးလူလံ၊ ရှိုတ်းရှိုတ်းဂါခမ် တေသိုပ်၊ရှိုတ်းစိုခ်း
ဆမ်ဆဲး ရှိုင်းယို၊မေးတံဂ်းတတ်းသေ လင်၊တုမ်တိုဝ်း လွင်း
ရှိုမ်းလွမ်းလးလွင်းငမ်းယီခ်လုံးဝါးဆဲးယဝ်။

ပေးမေးရှိုမ်းစေးဂီပ်းမမ်းလိုင် ဆင်၊ရှိုင်းတေလင်၊
တူပ်းလွမ်းရှိုမ်းထီဝ်းလွင်းရှိုမ်းလွမ်းလး လွင်းငမ်းယီခ်
လွမ်းဟူ၊ စဝ်းယာဝ်းရှိုမ်းလုံးဆဲး ဖူးယိုင်းဖူးလုံးဂေး
တေလုံးမီးသုခ်၊လုံးသုခ်၊ပီခ် ရှိုတ်းဂါခမ်တီးကွင်းဂါခမ်
ကမ်ငမ်းလံးစိုမ်လီဝ်းပီခ်ပေးလး မီးတိုဝ်းတင်၊လီခ်ဆဲး
စိုတ်းလိုတ်းလမ်းလွင်းစတုစတုဆဲ ကံ၊ဧက၊လံကူဝ်၊ ယုမ်၊မတ်း
ရှိုမ်းထိုင်ပုံယူ၊ယဝ်။

ပိုဆန်.ရှု.ရိပ်.တူ

ဂါဆန်ငါဆန်းကဆန်သင်,ထုဂ်,ဂိုင်,ငါမ်, ကဆန်ဝါးခေင်. ပွင်,ဝါးသင် ?

ပေးဝါးငါးငါးလိုင် ဂုဆန်းဂူးဂေးရှ်းလံးရှ်းဂါဆန် ဆိုင်းကဆန်ဆေယဝ်။ ဂုလ်းဂူးဂါမ်,ပွင်,ဝါး ဂါဆန်ဂူးမိဝ်း။ ဗုဒ္ဓလုံဗုဒ္ဓသေကမ်,ဝါး ဗဝ်စွဲးရှ်းဂါဆန်မိဝ်းသင်ဂေး ထုဂ်,လံး မီးသုဆ်,လှိုင်းရှ်းဂုလ်း ထိုင်စဂ်ကွဆ်,တွဆ်ဆိုင် လွတ်းလွတ်း လီဝ်းလီဝ်းယူ,ယဝ်။ တူဝ်ယင်,မဆ်း ဂုဆန်းဂူးဂေး မီးသုဆ်, လှိုင်းဂါဆန်ခလး တီးရှ်းဂါဆန်ဂုလ်းကမ်,ဂါး ဗဝ်စွဲးရှ်းဂါဆန် ပုဆ်းတု,ဗုဒ္ဓ? ဗဝ်စွဲးလံးစွဲးမီး သုဆ်,လံးသင်လံးလံး? ဗဝ်စွဲး သိုဝ်,ရှ်းဂါဆန်ရှ်းဆ်ဆ်း ဗဝ်းယင်ဂါးရှ်းဂိုဝ်? လှိုင်းဆွဲးဂေး ဗဝ်တေလံးမီးသုဆ်,လှိုင်း သုဆ်,တီဝ်းတတ်း ရှ်းစဝ်ယူ,ယဝ်။

(တီးလွင်းတီဝ်းစာဆ်းလှ်းရှ်း ရှ်းဂါဆန်လံးသမ္မိ ကမ်,လင်; ကပ်ဂင်လှ်းတူဝ်ဂဝ်,ဝါး။ ကမ်,မီးတင်းလှိုင်းရှ်းဂုလ်းသေ ကမ်,ဗုဒ္ဓမ္မိ ကမ်,လံးလှ်းသေတု.ဂေး ဂါးလံးတါမ်းရှ်း လွမ်းဆင်,သေဂေး.ဂေး တီဝ်းတတ်းလှိုင်းသင်,တီဝ်းလှ်း ရှ်းတင်းဆ်ဆ်းယဝ်)

တီးစိုဂ်လှိုင်းလမ်,လွင်း ထိုင်;ကဆန်ဆိုင်းကမ်း ဂါဆန်ငါဆန်းကဆန်သင်,ထုဂ်,ဂိုင်,ငါမ်, ကဆန်ဝါးဆ်း ပီဆ်းဂါဆန်ငါဆန်း မိဝ်းကဆန်မီးလွင်းဝံဝင်လှ်း တမ်းလှ်း ဆိုင်;စဂ် ဆိုင်;တွဆ်းသေ ရှမ်,ငမ်းစဂ်ဂင်းပဆ်းလွင်း ဗုဒ္ဓတူဝ် မဆ်းလှ်း တီးကွင်း ရှ်းရှ်းရှ်းရှ်းဂါဆန်လှ်း မှိုင်းဗုဒ္ဓင်း ယူ,ကမ်,လီ ဂါဆန်ကမ်,ဝါဆ်လှ်း ကမ်,မုင်းမုင်းသေ လှ်းသုမ်း ဂါဆန်ငါဆန်း (လံးထုဂ်,စာမ်,ပုတ်းဂါဆန်ပီတ်း)လှ်း ဗုဒ္ဓဂေး ရှ်းဂါဆန် ရှ်းလှ်းဆ်းရှ်းတုယေး ဂိုင်းဂင်ပေးပီဆ်းလှိုင်း ကမ်,ဆဆ် လှ်းတါလှ်းလှိုင်းဆ်ဆ်းယဝ်။

ပေးလတ်း တီးစတုမဆ်းသိုဝ်းသိုဝ်းလှိုင်း ဂါဆန်ငါဆန်းကဆန်သင်,ထုဂ်,ဂိုင်,ငါမ်,ကဆန်ဆိုင်း ကဆန်ဝါးဆ်း ပီဆ်း ဂါဆန်ငါဆန်း မိဝ်းကဆန် ပဆ်း ဝံ့သုဆ်,တီမ် ထုဆ်း တုရှ်းဂုဆ်းရှ်းဂါဆန် လင်;လံးစဝ်;ပုဂ်းရှ်းရှ်းတူဆိုင်လွမ်း ဂွင်;ဂွင်;စွင် မဆ်းဆီဝ်းဂါဆန်မုဆ်းစမးဂေး,သင်; တူင်,ပုင်းမုဂ်းဗုဒ္ဓဂုဆ်းရှ်း လီဝ်းလံးပုဂ်းပွင်ခလး ဆ်းဆ်းဂါဆန်စဝ်းသင်; သီဆ်းတင်;ပုဂ်းဆိုင်ဆိုင်ယဝ်။

လံးသုဆ်းတုမ်ပုဂ်းသုဆ်း ငဝ်းလှ်းဂုဆ်းရှ်းဂါဆန် လုမ်းဗုဒ္ဓ. ပုဆ်းတု,လွင်းဂါဆန်ငါဆန်း ကဆန်သင်,ထုဂ်, ဂိုင်,ငါမ်,

လွင်းဂိုဂ်ကဆန်ကမ်းဝါး လမ်းပိုင်ဂုဆ်းရှ်းဂါဆန်
ဂူးဂိုင်းရှ်းဗုဒ္ဓ; ဂုဂ်းလွမ်းရှ်းရှ်းဂါဆန်

ဆ်းလမ်းပိုင် ဂုဆ်းရှ်းဂါဆန်ဂူးလှိုင်းမိုင်းဆဆ် ပုးစေးလီ.ကမ်;ဆေတင်;ခလး စံးလှ်းတု,လှိုင်းပွင်လှိုင်း မိုင်းစဝ် တေလင်;ကတ်းဗီဆ် စွင်ကွဂ်,ဆေးဂါဆန်တုငါဆန်းရှ်း ပုဆ်းတု,ဂုဆ်းမိုင်းတင်;လံးစဝ် ဆင်,ရှိုဝ်? တေလင်; ဗီဆ်ကတ်း ထတ်းမေး စဂ်းလိတ်;ပဆ် ရှ်းပီဆ်မေးဂါဆန်ငါဆန်း ကဆန်သင်,ထုဂ်,ဂိုင်,ငါမ်, ပုဆ်းတု,ဂုဆ်းမိုင်းတင်;လံး စဝ်ဆင်,ရှိုဝ်? လီမ်လှိုင်းဆ်ဆ်းယူ,ယဝ်။

လမ်းဆမ်းတင်;ဆမ် မိုဆ်ဆင်, လွမ်းလံးတုလှ်းလွမ် ဂုမ်းထိုင် ဂါဆန်ငါဆန်းခလး ဂုဆ်းရှ်းဂါဆန်လှ်း လွမ်းလံး တိုတ်းကဆန်တမ်းဝါး ကုပတေ, မံမီး လံးရှ်းလံးသင်;လှ်း လွမ်းလံးစတေ,တင်; စွင်းသင်; ဆေးဂါဆန်ခလး ဂုဆ်းရှ်းဂါဆန် တု,တတ်းမဂ်းပဆ်လံး ဂါးလှ်းလံး,ရှ်းဂါဆန် တီးတီမ်, သတ်း ဗေတုဗီဆ်,ဆ်းမိုင်းလှ်း လှိုင်းဆ်ဆ်း ယူ,တီးငဝ်းလှ်း ဂုဆ်းရှ်းဂါဆန်လုမ်းဗုဒ္ဓ.သေ ဂမ်,ဂီမ်ထီမ်လှ်းပဆ်ယူ, တု,သေ,ယဝ်။

ဆ်းဂုလ်းကမ်,ဂါး ယူ,တီးငဝ်းလှ်းဂုဆ်းရှ်းဂါဆန် လုမ်းဗုဒ္ဓ.သေ ဝါးဗီဆ်မဂ်းတမ်း ဗေတု,ဆမ်မေး,တူဝ် ရှ်းတင်;ပဆ် လွင်းပုဂ်းရှ်း,လှိုင်း ဂါးဗေတေခလး ပုဂ်းယူ,လီ ကွင်းဂါဆန်ခလး ဂုဆ်းရှ်းဂါဆန်လှ်း လွင်းပင်သွဆ် ပင်ဗိုင်းဗုဒ္ဓဆ်း ဂီဝ်,လှိုင်းလံးလှ်း.တိုင်း ငဝ်းတိုင်းရှ်း ဂုဆ်းခလးစွင်သဗေ,ဝလှ်း လွင်းဂမ်,ဂီမ်ထီမ်လှ်းပဆ် လံးရှ်းတင်;မေး တု,ရှ်းယုဂ်ကဆ် မုဂ်းဗုဒ္ဓ.ပုဂ်းဂုဆ်း စိုဆ်းယု,မု,သုင်လှ်း လှိုင်းဆ်ဆ်းယူ,ယဝ်။

ယူ,တီး လမ်းပိုင်ဂုဆ်းရှ်းဂါဆန်ဂူးလှိုင်းမိုင်းသေ တိုတ်းကဆန်တမ်းဝါးပဆ် ဆီဝ်းတင်;သွင်သံ။ ပီဆ်သံ ဗေးတုဂ်းလှိုင်း လိဂ်းရှ်းမံဂါဆန်ဂါဆန် ခလး သံဂမ်ထီမ် လီ.ကမ်;ဆေတင်;ဆဆ်းယဝ်။

စေးတူဂ်းလူင်း လိဂ်းရှမ်းမံဂ်းခါခါးခါခါသမ် တျးရှိုင်းလိုင်မိုင်းစပ် ဖွေမ့်လုံတူဂ်းလူင်းမဂ်းမခါးလွမ်း ဆေ့ယဝ့်။ စေးဂမ်ထီမ် လီ.လမ်းခါတင်းစတုလိုင် ကမ်၊လုံး တျးရှိုင်းလိုင်မိုင်းစပ် ဖွေမ့်လုံမဂ်းမခါး၊ ဆိုးစေးခါဆေ့မခါး စေးပခါးလျာခါးလိုင်ဆေ့ဂေး၊ လင်းပုးလွင်းတင်း စေး တိုဂ်းသူခါး ရှပ်ယွမ်းမခါးလွမ်းယူ။

ဂီဝ်၊ဂပ်းလူလုံး လွင်းတိဂ်းခါခါး လွ်းရှိုင်းရှိုင်းဂါခါ လံဆေ့ ယူ၊တီးငပ်းလုမ်းဂုခါးရှိုင်းဂါခါ ဂုးလိုင်မိုင်း ကွခါရှပ်သေ တိုတွဲလခါ မဂ်းမခါး စေးဖွေမ့်လုံတူဂ်းလူင်း သွင်ကခါးလေး၊ စေးလီ.လမ်းခါတင်း ဆိုင်းကခါမေး ယူ၊ယဝ့်။ ပီခါးစေးတူဂ်းလူင်း မံ 29 ဧလး၊ မံ 105 ဆေ့ယဝ့်။

စေးတူဂ်းလူင်းမံ 29 လမ်၊ တိုတွဲလခါမဂ်းမခါး မေးလီမ်မိုင်း ပီး 1930 ဆေ့ယဝ့်။ ဖွင်းမိုင်းဆေ့ လိုင်မိုင်း ကခါတူဂ်းဖေဝ်ယူ၊ပုးတီးမိုင်းဖွေခါးမိုင်းစပ် မီးတင်းဆေ့သေ ယိုင်းကါခါးတျးဂီဝ်၊စစပခါးဂုခါးရှိုင်းဂါခါစပ် ယျးရှိုင်းလုံး တူဂ်းပီခါးစေးလုံး ဂုးဆေ့ယဝ့်။ လဂ်းပိုင်တင်းဆမ် ဆိုးစေးတူဂ်းလူင်းမံ 29 ဆေ့ တိုတွဲလခါးလုံး တီးဂီဝ်၊စစ လွင်းဂါခါယွတ်းဂါခါရှပ်လူလုံးပေးမဂ်းမီး ဆိုင်ဂုခါးရှိုင်းဂါခါ စပ်တေ၊ထိုင်ဝခါးမိုင်းလီဝ်ယူ၊ယဝ့်။

စေးတူဂ်းလူင်းမံ 105 လမ်၊ တိုတွဲလခါမဂ်းမခါး မိုင်းပီး 1957 ဖွင်းပခါးသိုဂ်းယီဆေ့ ယဝ့်။ ပဂ်းယိုင်းဆိုင်လွင်း တိဂ်းခါခါးလွ်းဂါခါရှိုင်းရှိုင်းဂါခါလံသေ တိုတွဲလခါမဂ်းမခါးခို ဝေးဆေ့သေတျး ကမ်၊လုံးယွခါးခါးငပ်း ပေးမဂ်းမီးပိုင်လီဝ် ရွင်ဂီဝ်၊သိုပ်၊ဂါခါဂပ်း ပေးတင်းလွင်းလူလုံး သံငါငပ်းလံးပေးမိုင်း ဝခါးမိုင်းဆေ့ယူ၊ ဝေးဆေ့ယဝ့်။ ဂုလုံးဂေး မုးပဂ်းပိုင်ပိုခါးငပ်းပေးဝူဆေ့ ကါ၊စက၊လ်ကူဝ်၊ ဆိုးစေး တူဂ်းလူင်း 29 ဧလး၊ 105 တင်းသွင်လိုင် ဂုခါးဂုးဂေး တေလုံးမီးလွင်းလွတ်းလီဝ်၊ တေလုံးမီးသုခါးလှိုင်း တီး ရှိုင်းဂါခါ တိဂ်းတတ်းရှိုင်းစေးလွတ်းလွတ်းလီဝ်၊လီဝ်၊ တေစွ်းရှိုင်း/ကမ်၊ရှိုင်းတျးဖွေဆေ့ဂေး၊ တေလုံးမီး သုခါးလှိုင်းလုံး၊ တေလုံးမီးသုခါး၊ ဂီတ်၊စစစဂုဂင်း တျးဖွေခါးလီမဂ်းမီးကခါဂိုင်၊လုံး ရိုင်၊ပီခါး တီးကွင်းဂါခါ ရှိုင်းဂုလုံး၊ တေလုံးမီးသုခါးတင်းဖွေတ်း မုဂ်းလုမ်းလေး တူဂ်းဆိုင်လုံး လွတ်းလွတ်းလီဝ်၊လီဝ်၊ တေလုံးမီးသုခါး ရှိုင်းရှိုင်းပင်ဂုမ် ပင်ကူဝ်၊တုမ်ဂခါ ပီခါးလှိုင်းဆေ့ယဝ့်။

လိုင်မိုင်းလေး မုဂ်းလုမ်းလုမ်းဖျးစပ်ဂေး၊ ရှခါလီ တင်းရှပ် မဂ်းမခါးစေးတူဂ်းလူင်း မံ 29 ဧလး၊ မံ 105 သွင်ကခါဆေ့ ဆေ့လှိုင်းပိုခါးယဝ့်။ ဆိုးဖွေခါးလုမ်း ကါ၊စက၊လ် ကူဝ်၊ 177 လိုင်မိုင်းဆေ့ ကခါကမ်၊မဂ်းမခါး စေးမံ 29 မီး 13 မိုင်း၊ ကခါကမ်၊မဂ်းမခါးစေးမံ 105 သမ့်မီး 15 မိုင်းဆေ့ယဝ့်။

လိုင်မိုင်းလှိုင်းကမ်၊မဂ်းမခါးစပ် ပီခါးလှိုင်းမိုင်း ကေးသျှးဝခါးကွတ်၊ ဂမ်းပုးဆေ့ဆေ့ယဝ့်။ မိုင်းထီးစတု မဂ်းမခါးလူင်းလံးမိုင်းလွမ်း တင်းသွင်စေး၊ ယဝ့်သေ၊ မိုင်းမခါးစတုလိုင် ယင်းတိုတွဲမဂ်းမခါးလူင်းလံးမိုင်းလွမ်း စေးမံ 29 ကခါလီဝ်ဂုလုံး၊ ပံ၊ပုးရှခါလီမဂ်းမခါး စေးမံ 105 ဝေးဆေ့ယဝ့်။

လိုင်မိုင်းမလေးသျှးလေး၊ လိုင်၊ဂျ၊ပုးသမ့် မဂ်းမခါး လူင်းလံးမိုင်းလွမ်းတင်းသွင်စေးမေးယဝ့်သေတျး ဝေးဆေ့ ယွခါးမီးလိုင်၊ တီးလွင်းပဂ်းပိုင်မံမီးကူပတေ၊ ဂီဝ်၊ဂပ်းလူလုံး ပေးရှပ်၊လူမ်းဝေးဆေ့သေ စိုခါးရှပ်းသိမ်းစေးမဂ်းမခါးစပ်ဂျး။ လွင်းဆေ့ ကမ်၊လုံးပီခါးလွင်းလမ်ပီခါး လှိုင်းပီခါးလေး။

ဂုလုံးပီခါးလွင်း ထွတ်းပိုတ်၊ထွတ်းခါး ဆေ့မ့်လုံတင်းဆိုး လှိုင်းပိုင်လိုင်မိုင်းဂမ်းဖွေင်း ဆိုးလေးတုခါးဆေ့ယဝ့်။ ယွခါးသင်ဆေ့ တင်းသွင်မိုင်းဆေ့ မီးဂီဝ်၊ကူပတေ၊ ပေးရှပ်၊လူမ်း လိုင်မိုင်း ကခါဆေ့ခါး ကခါလှိုင်းပိုင်လိုင်မိုင်းစပ် တမ်းခါးဝံ၊ လုံးတိုင်း ဂီဝ်၊ကူပတေ၊ဆေ့သေ လှိုင်းပိုင်လိုင်မိုင်းစပ် မီး ကျ၊ဆေ့၊တိုထွတ်းဂုခါးသေဂေး၊ဂေး၊ စင်စွဂ်းဝံပီယဝ်း စာဝ်းရှိုင်းလုံး၊ ဖွေခါးစင်စွဂ်းဝံဆေ့ဂေး၊ တိဂ်းခါခါးလွ်းရှိုင်း ရှိုင်းဂါခါလံလုံး ဆေ့ယဝ့်။ လွင်းလှိုင်းဆေ့ တိုခါးသါခါးစတ်းကခါ တင်း ပဂ်းပိုင်ကါ၊စက၊လ်ကူဝ်၊လုမ်းလုမ်း ယူ၊ယဝ့်။ မံမီးဂီဝ်၊ ကူပတေ၊ ကခါဆွပ်းပခါး ကျ၊ဆေ့၊ဖွေခါးဂုပိုင်၊စပ် ရှိုင်း မိုင်းဆေ့၊ ကမ်၊မီးလှိုင်းမီးလွင်းမခါးဂီဝ်၊ဆေ့ဆေ့သေသေ တိုထွတ်းဂုခါးသေဂေး၊ဂေး၊ ဂျ၊စင်စွဂ်းစာဝ်းယဝ်းဝံသေ ကမ်၊ဂေး ပံတိုင်းခါခါးလွ်းရှိုင်းရှိုင်းဂါခါလံလုံးဆေ့ ကါ၊စက၊လ်ကူဝ်၊ဂေး၊ ကမ်၊ယွမ်းရှပ်းလုံးလေးလေး။

တင်းသွင်မိုင်းသမ့် စဆေ့လွင်းဝေး ဆေ့ရှိုင်း လမ်းစိုင်း ဂုခါးငပ်းမိုင်းဆိုးမိုင်းစပ် တေလင်းယူ၊ရှပ်းလူလုံးဂခါ ပခါးဂီဝ်၊ဆေ့ဆေ့ဆေ့ တဂ်းလှိုင်း၊တမ်းခါး ဂီဝ်၊ကူပတေ၊ ရှပ်းရှိုင်း ကခါပခါးတါမ်၊ဆေ့ဂါခါလုံး ပုတ်းပုတ်း စာတ်၊စာတ်၊ ဆေ့ဆေ့သေ ယိပ်းဂီဝ်၊ ကုပထိုင်းဂခါဂျ၊ လင်၊တေပီခါးလုံး ဆေ့ယဝ့်။

ပိုဆန်.ရှု.ရှ်.ရ်.တူင်

ကံ၊ဧက၊လ်ကူင်၊သမ္မိဝု၊ ကမ်၊လီဂိုက်းဆင်၊အံ၊ ဆင်၊ရှိုဝ်လားခိုင်း၊ ဂုဆင်းစပ်၊မိုင်းစပ် ယူ၊သဝ်းရှုမ်းသား၊ဂဆေ့၊ လူလှ်းဂတ်းဂတ်းယံဆဲယံဆဲဆဲဆဲ လှ်းလား၊ ကုပတေ၊ရှာဝ်ရှိုင်း ဂမ်ဂိဆင်းဂဆဲဂုလှ်း ကမ်၊ပီဆဲလံ၊ ကဆဲလီသုတ်းစတုလိုင် လားပုဂ်းပွင်စိုင်းသား၊ဂဆဲမိုင်း ကဆဲဂုဆင်းလားခိုင်း၊ ငဝ်းမိုင်း စပ် မီးသုဆဲ၊စပ်းပုးတီဝ်းတတ်း ရှိုတ်းသား၊ဂု၊လှ်း လွတ်းလွတ်း၊ လီဝ်းလီဝ်းဆဲးဆဲးဂဆဲ တိုတ်းလဆဲ တမ်းဝင်း ပဂ်းပိုင်လက်းဆဲးလိုင်၊မိုင်း ဂုးကဆဲကဆဲ ဂုးလဆဲလဆဲ ဆဲဆဲယဝ်ဆဲ ယူ၊တီးကံ၊ဧက၊လ်ကူင်၊စပ် ပဆဲစေး၊စဆဲဆဲဆဲ ဝံဆင်၊ဆဲယဝ်။

ယမ်းလီဝ် လွင်းတိုက်၊ရှိုတ်း၊ပီဆဲလိုင်၊တင်းဆမ် ဆဲးတီးမိုင်းမလေးသျှးဆဲဆဲ ပီဆဲကဆဲလီသုဆဲလှ်းစတုစတု။ မိုင်းဂုဆဲ၊ပုဆဲမုး မုဂ်းလှ်းဂုဆဲရှိုတ်းဂဆဲ ဆဲးမိုင်း မလေးသျှး စပ်ဆဲ လံးရှုမ်းရှုမ်းရှိုတ်းသား၊လှ်း လှ်းပွင်လိုင်၊မိုင်း မုး တု၊သေ။ ဂုလှ်းဂု၊ ကမ်၊ပံ၊ပု၊ရှိုင်းသင်၊ယမ်းလီဝ် ဖွေးကုဆဲရှိုတ် မုဂ်းလှ်းဂုဆဲရှိုတ်းဂဆဲစပ် တိုက်ကုဆဲဂဆဲစပ်းလှ် တူင်ဆိုင် ရှိုတ်းသား၊တု၊မီးလှ်းပိဆဲ၊ဝံ၊ လီဝ်းလံးယူ၊စလး မုးမိုင်းဝုး တိုဆဲးတေမီးမုး လွင်းလီဝ်းလံးသေကဆဲကဆဲယူ၊ဆဲယဝ်။ လှ်းတီးလှ်းလီဝ်းလံးမာင်တီး မာင်လှ်းသေ မုဂ်းလှ်းဂုဆဲ ရှိုတ်းဂဆဲစပ်ဂေး၊ တေလင်းလှ်းကုဂ်းလံး တုးငဝ်း လှ်း ပွင်လိုင်၊ တီဂ်းလီဝ်းလှ်းလီဝ်း မီးငဝ်းလံးရှိုတ်းသား၊လံး လှ်းမုး ပီဂ်းပိုင်၊တီမတီးလံး ဆဲယဝ်။

ဗိုဆန်တင်၊လပ်း၊ တု၊လှ်းလံးမိုင်း၊ ရှုမ်းစေးမဂ်းမဆဲးတုဂ်းလှ်း

ဆဲးပင်ဂုမ်လှ်း၊လု၊မာမ်၊လှ်း ငဝ်းလှ်းဂုဆဲရှိုတ်း ဂဆဲလှ်းဖု၊ဆဲဆဲလှ်း မီးပိုင်လံးရှိုတ်းသား၊ကဆဲဆိုင်၊ ကဆဲရှိုတ်းရှိုတ်းဝုး “ပိုင်ပဆဲစေး၊လှ်း” ဆဲဆဲဆဲယဝ်။ လှ်းပိုင်ပဆဲစေး၊လှ်းဆဲဆဲ တု၊ပဆဲတင်းရှုဆဲထိုင် စေး၊လှ်းဆဲဆဲ၊ဆိုင်ပဆဲတင်၊လပ်းမုး တု၊လှ်းလံးမိုင်းလှ်း စေးမဂ်းမဆဲး တုဂ်းလှ်းလှ်းဆဲဆဲယဝ်။ ပိုင်ပဆဲစေး၊လှ်း၊ ဆဲဆဲ မီးဖွေးလီစတုစတု၊ ယုဆဲသင်ဆဲ မုဂ်းလှ်း ဂုဆဲရှိုတ်း ဂဆဲစပ် မုဂ်းလှ်းလှ်းဂဆဲလှ်းငါးစပ် ဂုးတီးဂုးလီဆဲ လင်းဂပ်းသိုဝ်၊တိုတ်းတေ၊တင်း ငဝ်းလှ်းဂုဆဲရှိုတ်းဂဆဲ လှ်းဖု၊ ဂမ်၊သိုဝ်းသေ သူင်၊စာဝ်၊ငဝ်းစေးမုဆဲးစလး လီဝ်းလံး၊စာဝ်၊ငဝ်းစေးမုဆဲးဂဆဲလံး ဆဲဆဲယဝ်။

လွင်းဆဲ ပီဆဲလှ်းဖု၊မိုက်တီမဂ်းရှိုတ်းကဆဲဆိုင်၊ တု၊ဖွေးလီလှ်းလှ်းတင်းမုတ်း ဝုးဆဲသေတု၊ တွဆဲးတု၊ ဂုဆဲစပ်ကေးသျှးဝဆဲးကုဂ်း၊စတုလိုင် တိုက်တုဂ်းပီဆဲ ဆဲးငဝ်းလံးလီလှ်းယူ၊တင်းဆမ်။ ယုဆဲသင်ဆဲ မုဂ်းလှ်း ဂုဆဲရှိုတ်းဂဆဲစပ် မုဂ်းလှ်းလှ်းဂဆဲလှ်းငါးစပ် လှ်းလှ်းကေးတွဆဲးကေးသျှးဝဆဲးကုဂ်း၊သမ္မိ လှ်းပဂ်းလှ်း စပ်းရှုမ်းလှ်း တိုက်လီဂု၊ကေး၊မာင်ယူ၊ စတုစတုဆဲဆဲယဝ်။

ဆင်၊ရှိုဝ်တေလံး၊ပီဆဲ ဖုးပဝ်း၊လှ်း ဆဲးငဝ်း၊လှ်းဂုဆဲရှိုတ်းဂဆဲလှ်းဖု၊ဆဲဆဲ တေလှ်း၊သင်လံးလံး

တေလံးပီဆဲမုဂ်းလှ်း ဂုဆဲရှိုတ်းဂဆဲ ကဆဲတင်တူင် လှ်း ဂုဆဲရှိုတ်းဂဆဲလံးစလး တင်းဖွေးဝုလှ်းလံးပိုင် တီးမုဂ်း၊စလေး၊။ မုဂ်းလှ်းကဆဲကမ်၊လှ်း လှ်းလှ်းပွင်လိုင်၊ (လှ်းကံ၊ဂု၊ကူင်၊)စပ် ကမ်၊မီးသုဆဲ၊စပ်းပု၊ လှ်းပွင်လိုင်၊ မိုင်း ဆဲးကေးတွဆဲးမာင်တီးသမ္မိ ရှိုတ်းတိုက် ကု၊ဆဲ၊စလး မံမီးကုပတေ၊ရှာဝ်ရှိုင်းရှိုင်း တီဂ်းဆဲးဆဲလှ်းလှ်းဂုဆဲ ရှိုတ်းဂဆဲစပ်သေ တင်းလှ်းရှိုတ်းရှိုတ်းလှ်းဂုဆဲရှိုတ်းဂဆဲ စပ်တီဂ်း၊ယံးဂဆဲသေ ကမ်၊တင်းရှိုတ်းလံးဆဲဆဲယူ၊ယဝ်။

ရှိုတ်းဆဲးစလးသင်ဝုး လှ်းကဆဲကမ်၊လှ်းလှ်း လှ်းပွင်လိုင်၊သေကဆဲကဆဲ ရှိုတ်းသင်၊စာဝ်၊ လှ်းတီဂ်းစာဆဲး လှ်းရှိုတ်းရှိုတ်းဂဆဲလံး ထိုင်ငဝ်းလှ်းဂုဆဲရှိုတ်းဂဆဲလှ်းဖု၊ လှ်းလှ်း တေလံးမီးလှ်းဂပ်းသိုဝ်၊လှ်းလှ်းတင်း မုဂ်းလှ်း ဂုဆဲရှိုတ်းဂဆဲသေလှ်းလှ်းယူ၊ယဝ်။ ပီဂ်းသမ္မိဝု၊ လံးရှိုတ်းရှိုတ်း လှ်းစာဝ်၊တီဂ်းစာဆဲး လှ်းရှိုတ်းရှိုတ်းဂဆဲလံး တီးဖု၊ဆဲလှ်း တိုင်းလှ်းမုးသေတု၊ သင်ဝုး ဖု၊ဆဲလှ်းဆဲဆဲ ကမ်၊တင်၊ ထိုင် မုးတင်းမုဂ်းလှ်းဂုဆဲရှိုတ်းဂဆဲသေ ကဆဲကဆဲ လှ်းဆဲ၊ပဂ်းပိုင်လှ်း ယူ၊တီးကံ၊ဧက၊လ်ကူင်၊ ကမ်၊သိုဝ်၊ ရှိုတ်းသင်လံး၊ ကမ်၊ကပ်လှ်းသင်လံးလှ်းလှ်း။

ပေးမုးတုလှ်းတုယာင်၊မဆဲးလှ်း မိုင်းပံ၊ပု၊ ပေးရှိုင်းဖွေးလှ်းကံ၊ဧက၊လ်ကူင်၊စပ် စပ်းသွပ်၊သုဆဲတုလှ်း သံငံငဝ်းလံးဂုဆဲရှိုတ်းဂဆဲ ဆဲးမိုင်းထံးဆဲဆဲ ဂုဆဲရှိုတ်းဂဆဲ လှ်းယံးစာဝ်၊မုး ရှိုတ်းဂဆဲဆဲမိုင်းထံးစပ် ပိုတ်၊မုဂ်း၊ တင်၊ လှ်းစာဝ်၊စာ လှ်းစာဝ်၊လံးရှိုတ်းရှိုတ်းဂဆဲ မာဆဲ၊မာဆဲ၊ လှ်းစာဝ်လံးဂုးရှိုတ်းဂဆဲကမ်၊တီမ / လံးရှိုတ်းမုဂ်းရှိုတ်း ဂုးရှိုတ်းဂဆဲ ကဆဲမဂ်းတမ်းဝုတီမဂ်းသုတ်းဂုလှ်း၊ လှ်းစာဝ်လံး ထုဂ်း၊စာဝ်၊လှ်းရှိုတ်းဂဆဲဆဲဆဲ စာဝ်းယာင် ကမ်၊ဂိုင်၊ငါမ်၊ တင်းလံးလံးရှိုတ်းဂဆဲ လှ်းဆဲဆဲယူ၊ယဝ်။

ဆွဲကီးသေဆဲဆဲ ဆင်,ရှိုက်ဂူဆဲးရှိုက်းဂါဆဲးစပ်တေ ကမ်,လောင်းလက်ကွက်,ပံး၊ ယံ့ဂှါဂါဆဲးတင်,တီးသေ လဝ်းဂါဆဲး လဝ်းငါဆဲးစပ်သမ့် ရီဝ်းသိမ်းဂွဲဂူဆဲးရှိုက်းဂါဆဲးစပ်ဝံ့ ဆဲးဂေး၊ လါတ်းစဆပးယူ။ လွင်းရှိုက်းတီးဂါဆဲးဆင်,ဆဲဆဲ သမ့် မိုဆဲးဆင်, ပီဆဲးလွင်းကမ်,လါတ်,လံးသင် ယါမ်းရှိုက်းမးလီမ်လွဲ တျ,သေ, တိုဆဲးပီဆဲးထုင်းမဆဲးဂါဆဲး,ဝံ့ကါဆဲးဆိုင်;စလး၊ ရှိုက်းရှိုက်း ပီဆဲးမး လွင်းတိက်းလွဲ.ရှိုင်းရှိုက်းဂါဆဲးလံတီးဂါဆဲး မးလံး ယူ,ယဝ်။ ရီဝ်,လူလုးလွင်းပးဆိုင်လိုင်ဆဲး ကံ,စက,လ်ကူဝ်, ဂေး၊ မီးဗဲဆဲးဂါဆဲ တျ,တေတင်,ခိုဆဲးထိုင်တီးလူင်ပွင်လိုင်; ထံးယူ။ ဂူလုးဂး၊ တေလံးဂွင်သါဆဲးမိုဝ်း တင်းလုမ်းဂူဆဲး ရှိုက်းဂါဆဲး သေကါဆဲးကါဆဲးသေ ရှိုက်းရှိုက်းလူလုးလွင်းဂါဆဲး လဝ်,တေပီဆဲးလံးယူ,ယဝ်။

ဂူဆဲးရှိုက်းဂါဆဲး လိုင်ယံ့ခွဲကွဲရှိုက်းဂါဆဲး

လိုင်;မိုင်းဆဲးလုမ်းဗျ,တင်းဆမ်ဆဲး လက်းပိုင် ကီဝ်,လူလုးဂူဆဲးရှိုက်းဂါဆဲးစပ် ကမ်,မိုဆဲးဂါဆဲးတင်းလက်းပိုင် ကံ,စက,လ်ကူဝ်,တီမ်ပိုဂါးသေတျ. ကမ်,ပေးပံးပိုင်;ပီဂါ, ရှိုင်, ဂါဆဲးဆမ်။ ကံ,စက,လ်ကူဝ်,သမ့် မီးဂွါမ်းရှိုက်းထိုင်ပးတျ လက်းပိုင်ဂူဆဲးရှိုက်းဂါဆဲးကမ်ဝးဆဲဆဲ ကမ်,လုးပုဆဲးတျ, ဂူဆဲးမိုင်းစပ်ဂူလုး တျ,ဂူဆဲးယံ့ခွဲမးရှိုက်းဂါဆဲးဆဲးမိုင်း ဆဲးတင်းမူတ်းဂေး၊ မီးသုဆဲး,မိုဆဲးဂါဆဲးဆမ်ယဝ်။ ဂူလုးဂး၊ ကမ်ပီဆဲးယူ,မီးယူ,စတုစတု တီးလိုင်;မိုင်းဂမ်;ပးဆမ်စတုလိုင် ဂူဆဲးယံ့ယံ့စပ်;ရှိုက်းဂါဆဲးတင်,မိုင်းစပ်တင်းဆမ်သမ့် လိုင်သေလံးဂွဲပမ်ကွဲရှိုက်းဂါဆဲး တိုဆဲးကမ်,မီးသုဆဲး,လံး သင်ဆဲးဆမ်ယဝ်။

လွင်းပီဆဲးယူ,မီးယူ,ဆင်,ဆဲဆဲဆဲ တူဝ်ယိုင်,မဆဲး တူလုးကပ်ဂူဆဲးမိုင်းမါဆဲး လိုင်;ကမ်ယံ့ခွဲမးရှိုက်းဂါဆဲး ရှိုက်းဂါဆဲးဆဲးမိုင်းထံးဆဲးလိုင် လံးရှိုက်းတိက်,လီင်းလီယူ။ လွင်းဂူဆဲးမိုင်းမါဆဲးမးရှိုက်းဂါဆဲးယူ,မိုင်းထံးဆဲး လူင်ပွင်လိုင်; ထံးစပ်ကမ်,ရှိုက်းထိုင်ဝး၊ ပီဆဲးလိုင်;ပံးမါဂါ;မီး ကိုင်ဆိုင် လွက်းဂါတ်,ရှိုက်းဂူဆဲးရှိုက်းဂါဆဲး။ စပ်ဂူလုးရှိုက်းထိုင်ဝး၊ ပီဆဲးလိုင်;လံးစပ်;မိုင်း ကမ်,ထုတ်,ပက်ပိုင်ကူပတေ,ကမ်ဆိုင်; စလး၊ လိုင်;ပီဆဲးပုသဆဲး,ပမ်ရှိုက်း မးတုမိုတိုဝံ့ပံးရှိုက်,လုမ်း လိုင်;မိုင်းစပ်လံးဝးဆမ်ယဝ်။ တီးစတုမဆဲး ဂူဆဲးယံ့ခွဲမး ရှိုက်းဂါဆဲးလိုင်;ဆဲး စပ်;မးလွမ်းဆင်,ယိုင်;ကမ်ဆဲးဗျ,မဆဲး လံယိုင်,လံပိုင်သေတျ. လိုင်;စပ်ဆဲး ပီဆဲးဂူဆဲးမးဂမ်ဂီမ် ထီမ်ပမ်တီးလုတ်;တီးပပ်,တင်းလူဝ်,ရှိုက်းဂါဆဲး ပုဆဲးတျ,

ဂေး.ပီဆဲးလက်;ရှိုက်းလိုင်;မိုင်းထံးစလး၊ ဂူဆဲးထံးဆဲးဂေး၊ ဝးလံးယူ။ လွင်းရှိုက်းထိုင်ဝး၊ စပ်;မိုင်းမးရှိုက်းဂါဆဲး ကမ်,ထုတ်,လံးတင်းပက်;ပိုင်ကူပတေ,ဆဲဆဲဆဲဂေး၊ မီးလွင်း တုမ့်ယူဆဲးဆမ်စတုစတု။ ဂူဆဲးလိုင်;ယံ့ခွဲမးရှိုက်းဂါဆဲး စပ်ဂေး၊ လံးယူ,လံးရှိုက်း လံးဂူလံးစတု လံတီးလံးဗျ,။ ဂူဆဲးလိုင်;ပီဆဲးပေးလီင်း လက်;ဂါဆဲးလက်;ငါဆဲးစပ်ဂေး၊ လံးမ့ဆဲးငိုဆဲးတွင်း တင်,ယိုဆဲးငိုဆဲးလပ်; ငိုဆဲးသူး လံတီး လံတင်;သေ လင်,လံးရှိုက်းပမ်ဂါဆဲး ပမ်ငါဆဲးစလး၊ ဆင်,ရှိုက်းငိုဆဲးဂေးလိုင်;စပ် ကမ်,လူ,သုမ်းသေကမ်,ဂေး ရှိုက်းလံး ဆမ်မုတ်;ဆမ်မုတ်ဆမ်လိုင်ဆဲးသေ လင်,လံးတိက်း ဂေး,ရှိုက်းဂါဆဲး မိပ်,လွဲ.ရှိုက်းလူဆဲးလိုင်; စပ်;ယါမ်းလူဆဲးလိုင်; လံးပီဆဲးမးဆင်,ဆဲယူ,ယဝ်။

ပဆဲးဂျ,ပျ,သဆဲး, ထီင်းကမ်ဆဲးငိုင်း,လမ်.
ဂူဆဲးလိုင်;ယံ့ခွဲ မးရှိုက်းဂါဆဲးစပ်ဆဲး ကမ်,မီးမုတ်;မီးလုမ်း ဂူဆဲးရှိုက်းဂါဆဲး ကမ်,လိုင်;စပ်;ပးဆဲးလုမ်းဂူဆဲးရှိုက်းဂါဆဲး တီးလွဲစလး၊ ကမ်,မီးလုမ်းလွဲတင်တူဝ်လါတ်;လျ တိုင်,လါတ်; ပမ်စပ်သေ ကမ်,မီးသိတ်,မီးသုဆဲး,သင်လုးလုးဆဲးယဝ်။

ကူဝ်ယိုင်,မဆဲး-

ဝံးသေထုမ်းဗေးရှိုက်းဆမ်.လူင် သိုင်;ဆဲး,မီး.ယဝ်. ဆဲဆဲ ဆင်,ရှိုက်းဂူဆဲးလိုင်;ယံ့မးရှိုက်းဂါဆဲး ဂေး,သင်;စပ်ဂေး၊ ရှိုက်းလံးရှိုက်းငိုဆဲးစသ ငိုဆဲးလွဲ;ဆဲးဆဲး ကွမ်ဂါဆဲးတင်,ထိုင်မးယူ။ ပေးကပ်မူ,ပက်;ပိုင် ကံ,စက,လ်ကူဝ်,ဝးဆဲ သင်ဝးလံးထုတ်,တိုဝ်;ရှိုက်; ဝါတ်,လီင်းဗွင်းစပ်;ရှိုက်းဂါဆဲး တီးကွင်းဂါဆဲးလိုင် ဂူဆဲးရှိုက်းဂါဆဲးဂူ,ဂေး. မီးသုဆဲး,လံး ရှိုက်းငိုဆဲးစသ ငိုဆဲးလွဲ; ဂေးယူတ်းယုစလး၊ မီးသုဆဲး,လံးရှိုက်း ဂေး,ရှိုက်းဂါဆဲး တျ,ဗွင်းကမ်,ရှိုက်းဂါဆဲးလံးသေ ယူတ်းယု လိုင်;မ့;ယူ,ဆဲဆဲ ဆမ်ယဝ်။ ဂူလုးဂး၊ တီးစတုမဆဲးလုမ်း ဂူဆဲးလိုင်;ယံ့မးရှိုက်းဂါဆဲးစပ် တိုဆဲးကမ်,မီးသုဆဲး,တိုင်,ထိုင် တင်,လါတ်; ပုဆဲးတျ,သုဆဲး,လံး သုဆဲး,ပီဆဲးလိုင်;ဆဲးသင်မး ကွမ်,ယဝ်။

ပေးကပ်ဆဲးလံးဝးလိုင် ထုတ်,လီဂျ,ဂပ်;သိုင်, ယုဆဲးတင်; လွဲ;ထီမ်တီးမုတ်;လုမ်း ဂူဆဲးရှိုက်းဂါဆဲးလေးတွမ်း သေကမ်ကမ် လီဝ်;တေပီဆဲးလံးယူ,ရှိုက်းဆဲးဂေး၊ လီဝူဆဲးယူ။ ဂူလုးဂး၊ မုတ်;လုမ်းဂူဆဲးရှိုက်းဂါဆဲးလေးတွမ်း;စပ်သမ့် ကမ်,မီးလွင်းရှိုက်းလီဆိုင်ဂူဆဲးလိုင်;ယံ့ခွဲ မးရှိုက်းဂါဆဲး ဆဲးမိုင်းစပ်စလး၊ တေကမ်,လိုင်;တင်းလွဲ;ထီမ်သင် ဝး ဆမ်ယဝ်။

ပိုဆန်-ရှုရှင်တူင်

ယွဆွဲပိုင်းသင်ဆဲ ဆွဲတူဆဲးလုံမုဂ်လုမ်း ဂူဆဲးရှိုတ်း ဂါဆဲးလေး တွဆဲးစပ် ဂှဆဲးထိုင် ဝါး ဂူဆဲးလုံဝါးယံ့စုံ ဂှရှိုတ်းဂါဆဲးဆဲး ပီဆဲးဂူဆဲးလုံဝါးမုးလိမ်တီးယူ့စပ် ရှိမ်ရှိုတ်း ဂါဆဲးစပ်ဆဲးသေ ကမ်,ပေးလုံတီးဆိုင်စပ်ဝံ့ယူ့,လိမ်ပိုင်း ဆဲးဆဲးယဝ့်။

ယဝ့်ဂေး ဂုမ်းဂူဆဲးရှိုတ်းဂါဆဲးလေး တွဆဲး ဆွဲးမိုင်းထံးဆဲး တိုဆဲးကမ်,မီးစပ်မံဆေးဂါဆဲး လွဲးထီမ် ဆိုင်ဂူဆဲး လုံဝါးယံ့စုံမုးရှိုတ်းဂါဆဲးစပ်ဝါးဆဲးယဝ့်။ ဆွဲးမိုင်းထံး ဆဲး မီးဂူဆဲးလုံဝါးစိုဝါး လုဂ်လုံလုံမိုင်း ယံ့စုံမုးရှိုတ်းဂါဆဲး မီးတင်းဆဲး။

ဆွဲးဆဲးဆဲး ဂူဆဲးရှိုတ်းဂါဆဲးလုံဝါးလုဂ်မိုင်းမါဆဲး ယံ့စုံမုးဆဲးဆဲး လံးတုဂ်းဂါဆဲးတုဂ်းစလုံဝါးပိုဆဲး။ ယွဆွဲသင်ဆဲ ဂူဆဲးရှိုတ်းဂါဆဲးလုံဝါးလုဂ်မိုင်းမါဆဲးယံ့စုံမုးဆဲးဆဲး တီးဆွဲးမိုင်း ဂေးလီ တီးဆွဲးမိုင်းဂေးလီ လုင်ပွင်လုင်မိုင်းမါဆဲးသမ့် တိုဆဲးကမ်,တုလုးထိုင်ဂီတီး,စစပဆဲးသင်စလး တု,တေလံးရှု လွင်ဆဲးယမ်တုလုးထိုင်သုဆဲး,လံးသုဆဲး,ပီဆဲးစလး တင်း လွဲးထီမ် တီးဂူဆဲးတင်,လဝါးတင်,လုင်မိုင်းစပ်ဂေး တေယပ်,ဗေတ်,ရှိုင်ဆဲးဆဲးယူ့,ယဝ့်။

ငဝ်းလုမ်းဂူဆဲးရှိုတ်းဂါဆဲးလုမ်းဟု (ကံ,စက,လ်ကူဝ်,) ဧလးမိုင်းမါဆဲး

မိုင်းမါဆဲးသမ့် ဗွေမုလုံလုင်လံးမိုင်းလွမ်း စေး တုဂ်းလုင် မံ 29 မုး လိမ်မိုင်းပီ 1958 ဆဲးဆဲးယဝ့်။ ဆွဲးမိုင်းမါဆဲးလိုင် ဗွေယု,ဂူဆဲးလုင်ဗေ,ကုပိုင်း,စပ် ပု,စက,ဝါဆဲး စပ် မီးကျ,ဆု,စါဆဲးရှု ဂူဆဲးဝါဆဲးဂူဆဲးမိုင်း လုံ.ရှိုတ်း ဂါဆဲးဝါဆဲး ဆေးဝါဆဲးဆေးဝါးမုးလိမ်လုံဆဲးယဝ့်။ ယွဆွဲသင်ဆဲ ဆွဲးမိုင်းမါဆဲး တိုဂ်မီးမံမီးကုပတေ,ကမ်ဆိုင်; ကမ်ရှုဝါး “ကီဂ်ကုပတေ,ဝါဆဲးကိုင်,စလး တုင်,ဝါး” ဆဲ ဂေး,မတီ, ဗွေ,လုင်လီဆဲး,လုမ်းကံ,စက,လ်ကူဝ်,စပ် တိုဆဲးရှု.ရှုဆဲ ထုဂ်းထွဂ်,လီစဆေး လိမ်မိုင်းပီ 1964 ဆဲးဆဲးယူ့,ယဝ့်။ ဂီဝ်,လုလုးလွင်;ကီဂ်ကုပတေ,ဆဲးသေ ကံ,စက,လ်ကူဝ်,စလး လုင်ပွင်လုင်မိုင်း မိုင်းမါဆဲးစပ် ကုပ,ကူဝ်းဂါဆဲးမုးလုံလုံပွဂ်း ယဝ်းဆဲးဆဲးထိုင်မုး 27 ပီးယဝ့်သေတု. ကမ်,မီးလွင်;စိုပ်းဆေး သင်မုး။ လုင်ပွင်လုင်မိုင်း မိုင်းမါဆဲးစပ်တွပ်,လတ်းဝါး စပ်တိုဂ် စတ်းလုံမုဆဲးစလး, ဆဲတု,သေ, ဆဲယဝ့်။ ထိုင်မုး ပီ 1991 ဆဲး ငဝ်းလုမ်းဂူဆဲး ရှိုတ်းဂါဆဲး လွတ်းလီဝ်းလုမ်းဟု (ကံ,လီ,ကီပိုဗွေတီ,ယူ,) စလး ကံ,စက,လ်ကူဝ်,စပ် ရှုမ်းမိုင်း ဂါဆဲးသေ ထုဂ်းပိုဆဲးဗေတ်လံးဝါဆဲးကမ်ဆိုင်; တုဂ်းလုမ်းဟု ယူ့,ယဝ့်။

ဆွဲးဗေတ်လံးဝါဆဲးဆဲးသမ့် တီးဆွဲးမိုင်းမါဆဲး ယင်းတိုဂ်လုံ.တိုင်းကီဂ်ကုပတေ, ကမ်ကမ်,ထုဂ်,မီးဆဲးတင်း ပဂ်းပိုင်လုဂ်းဆဲးမုးလုင်;မိုင်းယူ့,သေကမ်,ဂုး ဗွေတင် တိုဂ်မုးမါဆဲးစပ် ထုဂ်းသိုဂ်းတိုဂ်းတေးဆိုင်ဂူဆဲး လဝါးစိုဝါး ကွဆဲး,စပ်ဆဲးသမ့် သိုဂ်းမုးမါဆဲးစပ် တိုဂ်းလွပ်းဂူဆဲးဝါဆဲး ဂူဆဲးမိုင်းရှုဝါ,စေး။ တိုဂ်းစါဆဲးလုံ.ဂူဆဲးဝါဆဲးဂူဆဲးမိုင်း ရှိုတ်းဂါဆဲးပဆဲး ဂေး,သင်းတုသိုဂ်းပဆဲးတု,စပ်သေ တိုဂ်းတိုင် ပေဂ်ဆဲးဆိုင်ဂူဆဲးမိုင်းစပ်ယူ့,ဆဲ ထုဂ်းထွဂ်,စစပေး သါဂ်းသေ, လုဂ်းထါဆဲး မဆဲးမဆဲးဂိုမ်းဂိုမ်းတင်းဆဲးသေ တင်,ထိုင် ဂူဆဲး လုမ်းဟု.စပ်ရှု.ထိုင်လွမ်းယူ့,ယဝ့်။

ဂီဝ်,လုလုးလွင်;ဗွေဂေး လုင်ပွင်လုင်မိုင်း မိုင်းမါဆဲး စပ် စိုဆဲးတွပ်,ထိုင်ပဂ်းပံ,ပီတီးဆဲး,ဂပ်,စလး ဗွေတင်တုပ ပင်ကုပ,ဂုမ်လုင် ဂူဆဲးရှိုတ်းဂါဆဲးစပ် လင်,ရှိုတ်းလုင်;တင်,ထိုင် ထိုင်;သေ ဆဲး,ရှိုင်တေလင်;သွပ်,သုဆဲးလီတီးလွဆဲး လွင်;လုင်; ဝါးမုးဆဲး ရှု;တင်းဗွေတီးဂေး,မတီ,သွပ်,သုဆဲး လီတီးလွဆဲး ကမ်ဆိုင်;သေ ပဆဲးပဆဲးဗွေဆဲးသိုဝ်,ရှိုတ်းသင်းဂု, ဝါးဆဲ ယူ့,ယဝ့်။

ထိုင်ပီ 1998 ဆဲးမုး ဂေး,မတီ,သွပ်,သုဆဲး လီတီးလွဆဲးဆဲး တီမီးပိုဆဲးဗေတ်လံးဝါဆဲးကွဂ်,မုးဝါး... ဆွဲးမိုင်းမါဆဲးဆဲး မီးလွင်;တုသိုဂ်းစပ် တိုဂ်းစါဆဲး လုံ.ရှိုတ်းဂူဆဲးမိုင်းရှိုတ်းဂါဆဲးလုံ တု,တုသိုဂ်းဂူလုမ်းကမ်,ဂုး မီးပုးလွင်;တိုဂ်းစါဆဲး လုံ.ရှိုတ်းရှိုတ်းဂါဆဲးလုံဂါဆဲး ပုဆဲးတု,ဂါဆဲးလုင်ပွင်လုင်; မိုဆဲးဆဲး, ဂေး,သင်းရှိုမ်းယေး တိုဂ်းဝါး ဂံ,စုဝ်ရှိုတ်းတင်းလုင်;ဆဲ ဂူ;တီးဂူ;လီဆဲးသေ လံးရှုဆဲးမီးပုးလွင်; တိုဂ်းဂီဝ်းကပ်လုဂ်းကွဆဲး,ရှိုတ်းသိုဂ်း တင်းဆဲးဆဲးယူ့,ယဝ့်။

ပွဂ်းဆဲးဂေး လုင်ပွင်လုင်မိုင်း မိုင်းမါဆဲး စပ်တွပ်,ထိုင် ပဂ်းပံ,ပီတီးထိုင်;ဆဲး,ဂပ်,ယဝ့်။ ဝါးဆဲးဆဲး ကံ,စက,လ်ကူဝ်,စပ် လင်,ဂု,ပဂ်းလုမ်းဂိုင်,စဗေ ကံ,စက,လ်ကူဝ်,ကမ်ဆိုင်; တီးဝါးတုဂ်းသေ သုင်,ဗွေတင်တုပဂေးဆိုင်; ဂု,ပဂ်းသပ်း ရှိုတ်းဂါဆဲးမုးယူ့,ယဝ့်။

ဂူလုမ်းဂုး ဗွေတင်တုပဂေး.ဆဲး မီးသုဆဲး,ရှိုတ်းသင်း ဆိုင်လွင်;တိုဂ်းစါဆဲးလုံ.ရှိုတ်းရှိုတ်းဂါဆဲးလုံ ပိုင်လီဝ်ဂူလုမ်း၊ တင်,လွင်;တင်,ပိုင် တိုဆဲးကမ်,မီးကမ္ဘာရှိုတ်းသင်းလံး ဝါးဆဲ ယဝ့်။ ကံ,စက,လ်ကူဝ်, လံးယိုဆဲးရှု ဆိုင်လွင်;စိုင်;စိုင်ဂမ်ဂါဆဲး လုင်ပွင်လုင်မိုင်းမါဆဲး ဆဲးစတု ယွဆွဲပိုင်းမီးယိုင်းကမ်း သင်းရှိုတ်းဝံ့ တု,ရှု;လုင်ပွင်လုင်မိုင်းမါဆဲးကမ်,ထိုင်လံး

လွင်းမီးသါဂပ်းသိုပ်,တေ့ဂါခါ ဆင်းဝိုင်းဂါခါကံ့,ခါခါ,လံ့ကူဝ်,
ခါလး လွင်းပွင်လိုင်;သိုဂ်းမါခါးခါခါး ဝါးဆံ့ယဝ်။

ခါခါ,ခါခါ,လံ့ကူဝ်,ခါခါ ပီခါခါးလုမ်းလုင် လုမ်းဖြာ-
ခါခါခါခါးလုင် ဂါခါတိုတ်,လုခါတါခါခါးဝါးမါမီး ကုပတေ,
ဂီဝ်,လုလုး; လွင်းတီဂ်းခါခါးလုင်.ရှီင်း.ရှီတီးဂါခါလံ့ဂါခါ
ခါခါခါခါးခါလး မီးယိုင်းခါခါခါး ဆင်,ရှီဝ်တေလါခါ; သိုပ်,တိုဂ်း
သုခါခါး မိပ်,ရှီဝ်ခါခါးလုင်လုင်ပွင်လိုင်;ခါခါးခါခါးဝါး,ခါခါ,
ခါခါ,ရှီဝ်တေလါခါ;ပိုတ်,မွဂ်,ခါခါ,သုခါခါးလွင်း; လိုင်ခါခါးထိုင်
တေ့ခါခါးပုးတါလုမ်းဖြာ-လံ့တါ,ခါခါ,ခါခါ ခါခါးသါခါ;တုင်ခါခါ
ယု,ခါခါယဝ်။ လံ့ရှီတီးတါခါးသါခါ; ခါခါးခါခါ,ခါခါသု
တေခါခါ,လါခါ;ရှီဝ်လုင်ပွင်လိုင်;ခါခါးခါခါခါ ဂါခါခါ
ယွမ်းခါခါးပုတ်;လုင်ဂါခါ,ခါခါလိပ်လံ့; ဝါးခါခါတေ့. တေလါခါ;
မိပ်,သုခါခါး ရှီခါခါးခါခါးယါခါးသုခါ, စီလုင်ခါခါးခါခါ,
မါးလံ့; ယု,ယဝ်။

? ဖူးယိုင်းပုးတုင်ခါခါ လံ့ရှီတီးဂါခါ ထိုင်ခါခါးလံ့တေ
လီဝ်လုဂ်း။

? ဖူင်းခါခါးရှီဝ်ခါခါးသါခါခါးခါခါ သင်ဝါးခါခါးပွဂ်း
ရှီဝ်ခါခါးလုင်သေသွင်ခါခါတိုတ်လိုင် လံ့ပခါတါမ်,ခါခါး
5 ဝါတ်, ။

ဂါခါခါးဝါခါးဂေ့.ခါခါး; လံ့ထုဂ်,ခါခါ,ရှီဝ်.ရှီ
လုမ်းတါခါးသါသိုဂ်း တံ့သိုဂ်းသေ လံ့ရှီဝ်ခါခါးခါခါ;ဖေဂါး
ပခါလုဂ်းသိုဂ်း။ ခါခါ,မီးသိတ်, သုခါ,ခါခါ,ရှီတီးဂါခါလံ့လံ့
ဂါခါခါ,ခါခါ; သါခါခါ,လံ့ဂါ;ရှီတီးဂါခါခါသင်ခါခါ
ပီခါခါးလုင်တီဂ်းခါခါးလုင်.ရှီင်း.ရှီတီးဂါခါလံ့ တီဂ်းခါခါ,
ခါခါ,လါခါ;လိုင်;တါခါးပုးခါခါလိုင်ခါခါ; ဂါခါခါခါပီခါခါ
ပုခါခါခါ မါမီးကုပတေ, ဂါခါခါရှီတီးဂါခါခါထံးယု,ခါခါ
ခါခါ,လါခါ;ဝါ; ပီခါခါးလုင်တီဂ်းခါခါခါခါထံး,မါ. လုင်.ရှီတီး
ဂါခါလံ့။ လံ့ရှီတီးဂါခါခါခါခါခါခါ ခါခါခါ,မီးခါခါလံ့
လွင်းရှီဝ်,လုမ်းဂါခါးဖေခါခါခါခါ ခါခါ,ပီခါခါလုင်တီဂ်းခါခါ
လုင်.ရှီင်း.ရှီတီးဂါခါလံ့ခါခါ။

ပါင်ကုပ်,ကုင်လံ့ခါခါ; ထါမ်တုင်,ခါခါ

? ဖူးခါခါးရှီဝ်;ပါင်ကုပ်,ကုင်ခါခါ ဂါခါ,ခါခါ,ခါခါထိုင်
ခါခါလွင်းတီဂ်းခါခါးလုင်.ရှီင်း.ရှီတီးဂါခါလံ့ ဆင်,ရှီဝ်
ခါခါ;ယုဂ်,တုင်ယါခါ,ခါခါ မွဂ်,လါတါ;သုခါခါလံ့ခါခါ
ခါခါ,ကုင်ခါခါ။

? လွင်းလံ့ရှီတီးဂါခါခါခါခါ,တံ့သိုဂ်းခါခါ လွင်းလံ့;
ရှီဝ်ခါခါ;ရှီခါခါခါခါခါ လုင်;ရှီဝ်ခါခါခါခါခါ
လွင်,ပီခါ လွင်းတီဂ်းခါခါးလုင်.ရှီင်း. ရှီတီးဂါခါလံ့ရှီဝ် ?

? ထိုင်ခါခါးထုဂ်,လံ့ခါခါ. သင်ဝါးခါခါ,လံ့ခါခါ
ဂါ;ရှီတီးဂါခါခါခါ; ပီခါခါလွင်းတီဂ်းခါခါခါခါ လုင်.ရှီင်း.ရှီတီး
ဂါခါလံ့ယဝ်။

? တီဂ်းခါခါခါခါခါခါ. လုင်.ရှီတီးဂါခါခါခါခါခါခါ။

? ပေ့ခါခါ;ဖူးသင်,သိုဝ်ဂါခါခါ,ခါခါ လံ့ရှီတီးဂါခါလိုင်
ခါခါခါလိုင်ခါခါ ပေ့ခါခါ,မီးသုခါ လံ့ထုဂ်,ပုတ်ခါခါ,ဂါခါခါခါ။

? ယုခါခါ;လိုင်; တံ့သိုဂ်းသါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါလုင်
ယုခါခါ;လိုင်;လံ့ထုဂ်,ခါခါ,တီဂ်းလုင်. ဂေ့,သါခါ;ဖေ ဂါ,ရှီဝ်
ရှီတီးဂါခါ ဖူင်းတါခါ;လုင်တီဂ်းခါခါခါခါခါ ခါခါ,လါခါ;ယု,သင်
တီဂ်း,တီ;လိပ်ခါခါ လံ့ယံ့ခါခါခါခါခါခါ,တီးယု,တါ,ခါခါ။

ခါခါခါခါခါခါ ခါခါခါခါခါခါခါခါ ခါခါခါခါခါခါခါခါခါ

❖ ခါခါ,လံ့ထုဂ်,ပခါခါခါ, ပခါခါခါ; ခါခါခါခါ
ခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါ
လံ့; ခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါ

❖ တါ,ခါခါ;ရှီတီးဂါခါခါခါခါခါခါ တုင်ခါခါခါ,တုင်ခါခါ
ဖူခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါ

တါ,တေခါခါ;ရှီတီးဂါခါ ခါခါခါ,မီးလွင်းရှီဝ်,လုမ်း
ဂါခါ;ဖေခါခါခါခါခါ ဂါခါခါခါခါခါခါခါခါ တေတုင်ခါခါခါ
ခါခါ,လုင်။ ဝါးလံ့ခါခါ;ရှီတီးဂါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါ
ခါခါ,မီးလွင်းရှီဝ်,လုမ်းလုင်;ဖေခါခါခါခါခါ တေလံ့ထါခါခါခါ
တုင်ခါခါ,တုင်ခါခါ; ခါခါ,လံ့ထုဂ်,ပခါခါခါ, ပခါခါခါခါ;
ခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါ
ခါခါ,ခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါ
ခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါ
ခါခါ,ပီခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါ
ဂေ့.ပီခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါ
ယု,ခါခါ,ခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါခါ

ပိုဆန်.ရှု.ရှ်မ်တူင်

ထွန်းတူင်ကွက်၊စိုဆင်းလံးငါးလီယူ၊လိုင် ကမ်၊ပီဆဲလွင်းတီဂ်းစာဆင်း လှဲ.နှိုင်းနှိုင်းတီးဂါဆဲလံ ဆဲယဝ့်။ လံးဝုး ပီဆဲလိုင်လွင်း ဖေတီးပိုင်း ပူဆဲပီဆဲမံမီးလက်ပိုင် လွင်းပံးယူ၊လီလေး ပံးရှုမ်၊လူမ်း လွတ်းဖေး ဆဲးကွင်းဂါဆဲဂူလ်းဆဲယဝ့်။

ဂီဝ် ,လူလ်းလွင်းကမ် ,လံ,ပဆဲ ဂုးနှိုင်းကမ် . မာင်ပွက်မာင်လှဲ ယွဆဲလဝ်းဂါဆဲငါဆဲထုဝ်းတင်းယာပ်,ဖိုတ်, လွင်းပိုဆဲတွင်းလေး ကမ်,လင်လံ,ပဆဲဂုးနှိုင်းဂမ်းလီဝ် သေတု. ဖွင်းမဆဲးရှုလံးပိုဆဲမုးသေ ထုဂ်းလံ,ပဆဲစိုဆဲး ဂမ်းလီဝ်လိုင် ကမ်,လံးဝုးပီဆဲလွင်းတီဂ်းစာဆင်းလှဲ.နှိုင်းနှိုင်း တီးဂါဆဲလံဆင်,ဂဝ်,ယဝ့်။ သင်ဝုး လဝ်းဂါဆဲငါဆဲတင်းလှဲ ကမ်,ထုဂ်းလံ,ပဆဲဂုးနှိုင်း ဆင်,တူဂ်းလူင်းဂါဆဲဝံဆဲဆဲလေး သင်၊ ဂေ.ပီဆဲဂူဆဲးနှိုင်းတီးဂါဆဲ စိုးကွက်,ဂါဆဲဂုးသေတု. ယွဆဲကမ်,ပံ,ပုးလံးဂုးနှိုင်းဂါဆဲလေး ကမ်,လင်လံ,ပဆဲဂုးနှိုင်း တီးဂါဆဲ ဂုးရှုတီးတင်,တီးထိုင်ဆဲလိုင် လံးဝုးပီဆဲလွင်းတီဂ်းစာဆင်း လှဲ.နှိုင်းနှိုင်းတီးဂါဆဲလံယူ,ယဝ့်။

ဂူဆဲးနှိုင်းတီးဂါဆဲစပ် ကမ်,မီးသိတ်,သုဆဲ,စံယံ ဂုးနှိုင်းတီးဂါဆဲတင်,တီးလံးလှဲ၊ လံးနှိုင်းတီးဂါဆဲလိုင်စာဝ်းယာပ်း ဆဲလိုင်တု,သေ, (ကမ်,ဆဆဲ လံးနှိုင်းတီးဂါဆဲစာဝ်းယာပ်း လိုင်သေ စေးတူဂ်းလူင်းဂါဆဲဝံ) လှဲ၊ ကမ်,လံးဂုးနှိုင်းဂါဆဲ တီထုဆဲး ဆင်,မံမီးမက်တမ်းပဆဲဝံ ကမ်,ဆဆဲ တိုဆဲးကမ်,လံး ဂုးနှိုင်းဂါဆဲလေးလှဲလှဲသေ လံးသိုဝ်,နှိုင်းတီးဂါဆဲယူ,ဆဲလိုင် လံးဝုး ပီဆဲလွင်းတီဂ်းစာဆင်းလှဲ.နှိုင်းနှိုင်းတီးဂါဆဲလံ ဆဲယူ,ယဝ့်။

လွင်းတူင်ဆိုင်နှိုင်းသင်း တု,ဂီတ်,စစစဂွင်းလွင်း တီဂ်းစာဆင်းလှဲ.နှိုင်းနှိုင်းတီးဂါဆဲလံဆဲသမ့် ပီဆဲဂါဆဲနှိုင်းသင်း လွင်းသုဆဲ,လံး သုဆဲ,ပီဆဲ ဂူဆဲးကမ် ဆိုင်ဆဲ ထုဂ်,လီ ပွင်,လှဲဂါဆဲဝံဆဲ ပီဆဲကမ်လမ်,လွင်းစတုစတုယူ,ယဝ့်။

ယွဆဲသင်ဆဲ ဂူဆဲးနှိုင်းတီးဂါဆဲဂေး ပီဆဲဂူဆဲးဂေးဆိုင် သေ မီးသိတ်,သုဆဲ,တီဝ်းတတ်းလိုင်ဂုးရှု နှိုင်းတီးဂါဆဲ/ ကမ်,နှိုင်း တီးဂါဆဲရှင်းစေးလေး မီးဆဲမုတ်နှိုင်းတူင်နှိုင်းလှဲဖွဲ,မဆဲးယူ,လေး ယု,ရှု,တုမ့်ယွဆဲးတိုဝ်းစိုက်တီးစပ်သင်ဆဲဆဲယဝ့်။ ဂူလ်းဂုး လိုင်လွင်းဖေတီးပိုင်းပူဆဲပီဆဲမံမီးကုပတေ,ဂူဆဲးနှိုင်းတီးဂါဆဲ ဂုးကမ်ကမ်ဆဲ စပ်ပီဆဲလိုင်လွင်းတီဂ်းစာဆင်းလှဲ.နှိုင်း နှိုင်းတီးဂါဆဲလံမိုဆဲဂမ်ကမ်,လှဲ၊ လတ်းကမ်,လံး။

ယွဆဲဆဲဆဲလေး ဆင်,ရှိုဝ်တေမီးလုမ်းတင်တူင်လံး ဂူဆဲး နှိုင်းတီးဂါဆဲတင်းမူတ်းလေးသင်၊ ဆင်,ရှိုဝ် တေသင်းလင်းစေးစံ ပဆဲလံး လွင်းသုဆဲ,လံးသုဆဲ,ပီဆဲ ဂူဆဲးနှိုင်းတီးဂါဆဲ ပီဂ်,ပိုင်းဂါဆဲ

တီးဝင်လံးကမ်လှဲ? ကမ်,မိုဆဲကမ်တီးလွင်းလှိုင်းလှဲ? စလေးသင်၊ ဆင်,ရှိုဝ် တေလင်းလံး/ကမ်,လံးလံးဆဲဆဲ စလေးသင် ပီဆဲကမ်လမ်,လွင်းစိုက်လှိုင်းစတုစတုယူ,ဆဲ တိုဆဲးတီဂ်,လီလင်း ယူ,ယဝ့်။

ယွဆဲပိုင်သင်လေး ပိုင်ပိုင်ကေးသုးဝဆဲကွက်, ခပ် ကမ်,ဖွဲလူင်းလံးမိုဝ်းကွမ်း စေးမက်မဆဲး တူဂ်းလူင်း ဂီဝ်,လူဂ်းလူင်းတီဂ်းစာဆင်းလှဲ.နှိုင်း နှိုင်းဂါဆဲလံ ?

စေးမက်မဆဲးတုဂ်းလူင်း ကမ်,ငမ,ဂမ်,ဂမ်, ဖီးဝံတင်းဆဲသေတု. ကိုင်းမိုင်းကေးသုးဝဆဲကွက်, ဂမ်,ပုးဆဲဆဲဆဲ ကမ်,ဖွဲလူင်းလံးမိုဝ်းကွမ်း လုးလုး။ ယွဆဲပိုင်သင်လေး ကိုင်းမိုင်းကိုင်ဆဲဆဲ ကမ်,ဖွဲလူင်းလံးမိုဝ်းကွမ်းဆဲ ကိုင်ဆိုင်ငင်လံး မိုင်းလှဲမိုင်းဆဲဆဲယု,မဂ့်။ ယု,တီးသင်လံးမိုင်းဖွဲ,မဆဲး သေ လွင်းတင်းငမ,ငမ,ငမ, ခေးသုးပီဂ်း ငမ မိုင်းလှဲမိုင်းဆဲဆဲဂေး တေကမ်,မိုဆဲဂမ်။ တုဂ်းကမ်တုဂ်,ပုးဝုးကိုင်းဆဲတု. ...

- 1 လူင်ပွင်လိုင်မိုင်း မိုင်းကေးသုးဝဆဲကွက်,စပ်ဆဲ တေဖွဲလူင်းလံးမိုဝ်းကွမ်း စေးမက်မဆဲး ကမ်,စက,လံကပ်, ကမ်,ဂပ်ထုဂ်,ငမ,မိုဆဲးတင်း မံမီးကုပတေ,စွင်မိုင်းစပ်မီးဝံဆဲဆဲဂူလ်း။ ယဝ့်ဂေး သင်ဝုး စပ်ကမ်,မီးဝင်လံးတိုဝ်းတင်း ဖွဲလှဲလှဲ နှိုင်းကွမ်းလံးဆဲဂေး တိုဆဲးကမ်,စိုးလူင်းလံးမိုဝ်း ကွမ်းဆဲဆဲယဝ့်။
- 2 စေးမက်မဆဲးကမ်,စက,လံကပ်စပ်ဆဲသမ့် လွက်လံး ပံးသင်း စိုင်းစိုင်းဂုဂ်းလိုင်သေ လိုက်ဂါဆဲဂီဆဲ, စေးမက်မဆဲးယူ,ဂီဆဲ,စလေး တု,တေဖွဲလှဲလှဲ လူင်း လံးမိုဝ်းနှိုင်းသင်းကွမ်းဂေး ယာပ်,ယာဂ်းလိုင်ဆဲဆဲ ယဝ့်။ ယွဆဲသင်ဆဲ ဆဲးလိုက်ဂါဆဲဂီဆဲ, စေးမက်မဆဲး ယူ,ဂီဆဲ,စပ်ဆဲဆဲ ပေးဝုးမီးစေးကမ်,ဖွဲလှဲလှဲ မက်မဆဲးကွမ်းလံးဆဲ ယွဆဲထုဂ်းထွဆဲပီတ်း ရှု,ပီဆဲ စေးယွမ်းစွင်းဝံသေ လူင်းလံးမိုဝ်းကွမ်းလံးယူ, သေတု. ပေးပီဆဲစေးမက်မဆဲး ကမ်,စက,လံကပ်, စတုလိုင် တိုဆဲးကမ်,မီးစေး ယွမ်းစွင်းလေးလေးသေ တက်လံးရှုဝ်တင်းပိုင်းဆဲဆဲယဝ့်။

၃) ဈေးထိုသါသမ္မိ ပီဆဲယွဆဲးဂွပ်ပွင်၊လှို ဗဝ်းလှိုဗိတ်း ဆိုဝ်လွင်းလက်းပိုင် ဈေးမက်းမဆဲးဂူဆဲးရှိုတ်းဂါဆဲး ဂူး လိုင်းမိုင်းဆဲးယဝ် လှိုပွင်လိုင်းမိုင်း ဆဲးလေးတွဆဲး ဂေးသျှးဝဆဲးကွက်၊ဂမ်၊ပးဆဲးမဝ် ပွင်၊လှိုဝး လက်းပိုင်ဂူဆဲးရှိုတ်းဂါဆဲးဆဲး ပီဆဲလွင်းသက်းသျှ၊ လှိုလှိုဂူဆဲးရှိုတ်းဂါဆဲးဆဲးယဝ်။ ဆဲးလိုင်းမိုင်း လိုဝ်းဆဲးလိုင်း ဂူဆဲးမိုင်းတေလံးရှိုတ်းဂါဆဲးဂူးဂေး၊သေ ယူ၊တီးလှိုပွင်လိုင်းမိုင်း ကမ်၊လက်းရှိုတ်းသက်းပဆဲ တျ၊လိုင်းဂါဆဲးပးဂမ်၊လှိုမးဂူဆဲး တိမ်ထူဆဲးလံးဆဲး ဆဲးလိုင်းတက်းကဆဲးဆိုင်ယူ၊ယဝ်။ လိုင်းမိုင်း လိုဝ်းကဆဲးလှို၊လှိုလံးသျှ၊လှိုတိုသ် ကပ်ပွင်မိုင်းစဝ်စတု တိုဆဲးကမ်၊ရှိုတ်းမက်းမဆဲး လှိုမး လျှးလျှ။ ယွဆဲးသင်ဆဲ လိုင်းမိုင်းသျှ၊လှိုတိုသ် စဝ်ဆဲ လံးပိုင်ကိုင်ဆိုင်လွင်းတိက်းခါခင်း လှိုရှိုင်း ဂါဆဲလံးဂူဆဲးမိုင်းဆဲးယဝ်။

ခင်းခေးမက်းမဆဲး၊ မံ 29 ဧလး၊ မံ 105 ဆဲးန့ဝမ်၊ ပးခေးတုဂ်းလှိုင်းသင်လံလံ? လှိုလှိုမဆဲး မီးခင်းရှိုင်း ?

ဆဲးခေးမက်းမဆဲး၊ မံ 29 ဧလး၊ မံ 105 ဆဲးန့ စဝ်းပး ဈေးဖွမ့်လှိုတုဂ်းလှိုင်းတီးပွတ်းမဆဲးလှိုလှိုယဝ်။ ဈေးမက်းမဆဲး၊ မံ 29 သမ့် ပိုတ်၊စဆတီးပွင်၊လှို တိက်းခါခင်းလှိုရှိုင်းရှိုင်းတီးဂါဆဲးလံးဝံးဝး လှိုတိက်းခါခင်း လှိုရှိုင်းရှိုင်းတီးဂါဆဲးလံးကဆဲးဝးဆဲး ပီဆဲဆးဂါဆဲးစလး ပုဆဲးဖွဆဲး မိဝ်းကမ်၊လှိုလံးစလးလံးရှိုတ်းသက်း ယွဆဲးပိုင် လံးထွက်၊ခါမ်၊ လှိုဂ်၊ငိုတ်းဝး ပေးကမ်၊ရှိုတ်းတေပဆဲတမ်၊ ပဆဲ ကပ်တီး ကမ်၊ဆဲး ပီဆဲ ဆးဂါဆဲး မိဝ်းကဆဲ ဂေးလံးရှိုတ်းပဆဲဂါဆဲ ကမ်၊မီးလှိုင်းတင်းလှိုယိုဆဲးယွဆဲး စွဲးစဝ်းရှိုတ်းဂါဆဲပဆဲ ကမ်၊ပးဂါင်လှိုသေ လံးထွက်၊ခါမ်၊မိဝ်၊ တိက်းလှိုရှိုင်းဆဲးယဝ်။

ဂါဆဲးကါဆဲးကါဆဲးခေးမက်းမဆဲး ယိုင်းထိုင်စတုစတု ဆဲးလိုင်း စွဲးရှိုင်းလှိုပွင်လိုင်းမိုင်း လှိုဝ်းဖွမ့်လှိုလှိုလှိုလှိုလှို လှိုမးခေးတုဂ်းလှိုင်းလက်းပိုင်ဂူဆဲးရှိုတ်းဂါဆဲ ဂူးလိုင်းမိုင်း (ပးလိမ် မိုင်းထံးစလးမိုင်းမဆဲး)စဝ် တုင်းရှိုတ်းရှိုတ်းသက်းဂျ၊ လှိုမးဆင်၊မီးပုဆဲးဖွဆဲး တျ၊တေဂီတ်၊စစရှိုတ်းယျ၊ရှိုင်းလံး မီးလှိုင်းတိက်းခါခင်းလှိုရှိုင်းရှိုင်းတီးဂါဆဲလံးတီးဂါဆဲစလး တျ၊တေ တုဂ်းလှိုမးထိုင်ပဆဲ ရှိုင်းဂူဆဲးရှိုတ်းဂါဆဲဂူးဂေး ဆဲးဂူးလိုင်း မိုင်း ဂူးတီးတီးစဝ် မီးသုဆဲးလှိုဂ်းရှိုတ်းဂါဆဲဂျ၊ဆင်၊ဂါင်လှိုစဝ်

လှိုတီးလှိုတီးလိဝ်းလိဝ်း ဆဲးယဝ်။

မိုဆဲခင်း၊လှိုင်းလှိုင်းငင်းလံး 5 လှိုင်း ကိုင်းပး၊လှိုဆဲးကမ်၊ မီးလှိုင်းမိဝ်၊တိက်းခါခင်း ကမ်ယျ၊သေတျ၊ ကမ်၊ပီဆဲလှိုင်းလှိုင်းတိက်းခါခင်း ကွဲးရှိုင်းရှိုင်းကါဆဲလံး(လံးဝး၊ပီဆဲလှိုင်းယွမးခင်းလံး)

- 1) လှိုင်းခါခင်းဂူဆဲးမိုင်းရှိုတ်းသိုက်း ရှိုတ်းဂါဆဲသိုက်း ဗိုက်းဖွဆဲးဂါဆဲ သိုက်း မိုင်းဖွဆဲးရှိုင်းရှိုင်းတီးတျ၊ပွဲးတိုက်း ကမ်လက်းပေးပီဆဲမး တီးလိုင်းမိုင်းလိုင်းမိမီးမဂုပတေ၊ ရှိုင်းဂူဆဲးမိုင်းဂူးဂေး စဝ်းရှိုတ်းဂါဆဲသိုက်း။
- 2) လှိုင်းခါခင်းရှိုင်းဂူဆဲးမိုင်း ဂျ၊ရှိုတ်းပဆဲဆးဂါဆဲ လိုင်းမိုင်းမင်ပွက်းမင်လှို၊ မိုဆဲခင်း၊ ရှိုင်းဂူဆဲးမိုင်းဂျ၊ရှိုတ်း ဗိုက်း တတ်းသိဆဲ တီးလှိုင်းတိဝ်းတတ်းတြး။

3) လှိုင်းလံးရှိုတ်းဂါဆဲဆဲးစွက်းဆဲးထွင်၊ ဖွဆဲးလံး ထွက်၊ခါမ်၊စက်းစွက်း/ထွင်၊ ယွဆဲးကပ်တီးတင်းဗိတ်းပုဆဲးပီဆဲ မိမီးမဂုပတေ၊ဆဲးဂေး ကမ်၊ပီဆဲလှိုင်းတိက်းခါခင်း လှိုရှိုင်း ရှိုတ်းဂါဆဲလံ။

4) လှိုင်းကပ်ပုဆဲးဖွဆဲး စဝ်းပးရှိုတ်းသက်းပဆဲလံ ဂါဆဲရှိုင်းဆးသုဆဲး စွင်မူ၊ဝါဆဲးရှိုင်းဂမ် တျ၊ဖွဆဲးလီမူ၊ဝါဆဲး ဆဲးဂေး ကမ်၊ လှိုလှိုင်းတိက်းလှိုရှိုင်းရှိုင်းတီးဂါဆဲလံ။ (လိုင်းဆဲး ပီဂ်၊ပိုင်ဂါဆဲတင်း လှိုင်းလှိုင်းပွင်လိုင်းသိုက်းမဆဲး တိက်းခါခင်း လှိုရှိုင်းရှိုင်းတီးဂါဆဲလံဆဲးစတုစတု၊ လှိုပွင်လိုင်း သိုက်းမဆဲးစဝ် တိက်းလှိုရှိုင်းဂူဆဲးမိုင်းလံးမးဆဲးယဝ်းဆဲးဆဲး သေတျ၊ ကမ်၊ရှိုင်းမီးဖွဆဲးလီ တျ၊ဂူဆဲးတီးလေးတွဆဲးစလး ဂူဆဲးဝါဆဲးဂူဆဲးမိုင်းစဝ်သင်လှိုလှို။)

5) လှိုင်းလံးခါခင်းဂျ၊ရှိုတ်းသက်းပဆဲဂါဆဲလှိုင်းထိမ် ဖွဆဲး ဖေးစီဆဲသဖျေ၊ဝ ဂိုင်းဂါင်ပေးပီဆဲလိုင်းဆဲးယဝ်။

ဈေးတုဂ်းလှိုင်းကံ၊စက၊လ်ကူဝ်၊ မံ 105 ဆဲးသမ့် စိုဆဲးကပ်ခေးဆဲးမံ 29 မူဆဲးစလးလိမ်ထိမ်သေ ရှိုတ်းရှိုင်း တိမ်ထူဆဲးလီလိုင်းမးဆဲးယဝ်။ ယဝ်ဂေး ဆင်၊ရှိုင်းတေ ကမ်၊ မီးလှိုင်းတိက်းခါခင်းလှိုရှိုင်း ရှိုတ်းဂါဆဲလံသေ ဗိုင်းထိမ်ထိမ် ငင်းလံးရှိုင်းခေးဆဲးယဝ်။

ပိုဆန်-ရှု့ရှ်မ်တူင်

တူင်ဟင်,မခင်း

ယွဆ်းစေးယုမ်,ယမ်စေး,ရှု့ရှ်မ်တူင်ပံးမိုင်း ကမ်,ဆမ်
ယွဆ်းတူင်တုမ်ရှေးလာတ်;သဖေးတြေးပံးမိုင်းစလ; ယု့ရှ်းမီး
လွင်းတိုက်လွ်းရှ်းတမ်းကမ်လံဆ်းယဝ်။ လွင်းပံးပုဆ်းကမ်မိုင်း
လွတ်;လွတ်;လီဝ်းလီဝ်းစလ; လွင်းပိုတ်,လာတ်;ကမ်မိုင်း
လွတ်;လွတ်;လီဝ်းလီဝ်းလွင်းဆ်း ယု့,ပေလင်;ရှ်းကပ်လွင်း
တိုက်လွ်းရှ်း တိုက်ကမ်လံသေ တိုက်ဆ်းပိုတ်;လံဆ်းယဝ်။

သင်ဝုးယု့ယိုင်းဂိုင်းယု့ခွါ မုးရှ်းကမ်ခပ်
ခွဲခပ်ပိုဆန် လုဂ်းပုဆ်းခင်းမုဂ်းပုဆ်းဂုဆ်းရှ်းကမ်
ကမ်ကံ,ငက,လ်ကူင်, မဂ်းမခင်းပုဆ်းပုဆ်းပိုင်း
တေလ်းရှ်းရှ်း ?

ပိုင်းလူင်မခင်း လူင်,ရှ်းလီဂ်းတိုက်ဂပ်းသိုပ်,စလ;
စေးမုဆ်းတိုမ်ထုဆ်းသေလုမ်းလုမ်း မိုဆ်ဆင်,လံးဖွတ်;
ဖုင်လုမ်း၊ လံးဖွတ်;ရှ်းကပ်ပုဂ်းရှ်းသင်;၊ လဂ်းဆမ်
ပဂ်းပိုင်းဖုးစပ်;လုမ်းလွင်းဆ်းယဝ်။ ဆင်,ရှ်းတေစပ်;ပိုဆ်းလံ;
ဖုးစပ်;လုမ်းသမ့် တေလံ;ရှ်းရှ်းဆ် ထုဂ်,လီဝ်းထမ်
တိုင်း,ပင်,တင်း ဖုးလူင်လီဆ်,ဖေ,ရှ်းရှ်းကမ် ကမ်,ဆမ်
ဖုးလူင်လီဆ်,ဖေ,လွိုင်းဖုးယိုင်း/ဖုးလံးလိုင် စပ်တေလင်;
စဆတင်;ပဆ်းလံ;ယု့။

ပိုင်းလူင်မခင်းလိုင် လုမ်းဆမ် တေလံ;ပိုဆ်းကမ်
လုဂ်းလုမ်းတင်းဆမ်စပ် စပ်;ပုးတင်းဖွတ်;ပုသေ မီးလံးဖွတ်;
ဖုင်တိုမ်ထုဆ်းတိုက်ဆ်းစလ; မီးစုင်းသင်;ဆမ်လိုင်;
မခင်းဂိုမ်း ဆမ်ယဝ်။ ဂုလ်းဂုး ပေးပိုဆ်းမုဂ်းလုမ်းရှ်းကမ်
လိုင် ကမ်,မီးမံးဖုင်လုမ်း စပ်;စုင်,တြေးဂေးလံ;ယု့။

တူင်ဟင်,မခင်း-
လုမ်းဂုဆ်း,ဂရိုတ်;ရှ်းရှ်းကမ် လိုင်းမိုင်းမလေးသျှးဆ်
လုင်းလိုင်;တင်,မံးဖုင်ဝုး ပိုဆ်းလုမ်းကမ်,လုးလုမ်း
လုင်ပွင်လိုင်; (ကမ်,ဂျီ,ကူင်,)ဝံ့ဂုလ်း။ ယွဆ်းသင်ဆ်
ဆ်းမိုင်းမလေးသျှးဆ် ကမ်,မီးသုဆ်း,ဖွတ်;တင်းမုဂ်းလုမ်း
ရှ်းရှ်းကမ်ဆမ်ယဝ်။ လုမ်းကပ်;ဖုင်တို,ယု့,ပီ,ဂေး
ကမ်,လုးလုမ်းလုမ်းမခင်းလုလ်း စပ်;ပဂ်းပိုင်းတြေး၊ ဂုလ်း
လံ;ထုဂ်,မဂ်းမခင်းဝုး စပ်;ပိုဆ်းဖုးစပ်;လုမ်းစွင် ကံ,လီ,
ကပ်;ဖုင်တို,ယု့, ကမ်ပိုဆ်းလုမ်းဂုလ်းလီပဆ် စေးလုဆ်း,
ကံ,ငက,လ်ကူင်,စလ; ဂပ်းသိုပ်,ရှ်းကမ်လုလ်းဂမ်
ဆမ်ဂုလ်း။

ဂုဆ်းရှ်းကမ် ကိုင်းမုဂ်းခပ်;မုး
ရှ်းကမ်ယု့,ဆ်းမိုင်းထံးခပ် ကမ်,မီးသုဆ်း,
တင်;ပုဂ်းမုဂ်းလုမ်းဂုဆ်းရှ်းကမ်၊ ခပ်;ပိုဆ်
လုင်း,သမ်ခပ်;ဂမ်, တင်;ပဂ်းပိုင်း
ကံ,ငက,လ်ကူင်, ကမ်,လုးရှ်း ?

ဂုဆ်းရှ်းကမ်ဂုးဂေး၊ မီးသုဆ်း,သုဆ်းတုမ် တင်း
ဖွတ်;မုဂ်းလုမ်းဂုဆ်းရှ်းကမ်ယု့။ ဂုလ်းဂုး ဆ်းမိုင်းထံး
ဆ်းသမ့် လုင်ပွင်လိုင်;မိုင်းထံးစပ် ကမ်,ဖွတ်;လုင်းလံးမိုင်း
လုမ်းစေးမဂ်းမခင်း မံ 87 စလ; 98 ကမ်ပဆ်စုင်
သုဆ်းတုမ် တင်းဖွတ်; မုဂ်းလုမ်းလွတ်;လွတ်; လီဝ်းလီဝ်းလံ;
ဆမ်စလ; ယမ်းလီဝ်ကမ်,လင်;မိပ်,သုဆ်း ဆိုင်လုင်ပွင်လိုင်;
ထံး တိုမ်တို;လံ;ဆမ်ယဝ်။

ယု့,တိုက်ကံ,ငက,လ်ကူင်,သေ ပုဂ်းသုဆ်း လုင်ပွင်
လိုင်;ထံးမုးယု့,တု,သေ,သေတု, လုင်ပွင်လိုင်;ထံးစပ်
တိုဆ်းကမ်,ပုးလုပုးစေးမုးဆိုင်လုင်းဆ်းလုးလုး။ ယမ်းလီဝ်
မီးလွင်းမုင်းမုင်းကမ်ဆိုင်;ဝံ့ယု့။ ဆမ်လိုင် ဆ်းစေးဂင်
လုင်ပွင်လိုင်;မိုင်းထံးစလ;လုင်ပွင်လိုင်;ကမေ,ဂိုကမ်,စပ်
တိုဂ်ကပ်,ကူင်;ကမ်ဂပ်,ဂပ်းလုလ်း ကမ်ပံးမဂ်းမီးလွတ်;လီဝ်း
စေး;သွင်လိုင်;မိုင်းယု့။

သင်ဝုးမီးမုး လွင်းဖွတ်;လုဂ်းလုင်းဂမ်သေ
တုဂ်းလုင်းလံးမိုင်းဂမ်လံ;ယဝ်လိုင် ယု့,တို;လုင်ပွင်လိုင်;
မိုင်းကမေ,ဂိုကမ်,သေ လင်;မိပ်,ကီးသုဆ်းလုင်ပွင်လိုင်;
မိုင်းထံး လွင်းရှ်းဂုဆ်းရှ်းကမ်စပ် မီးသုဆ်း,ဖွတ်;တင်းလုမ်း
ဂုဆ်းရှ်းကမ်လံ;သေ တုဂ်းဆိုင်ရှ်းသင်;လံ; လွတ်;လွတ်;
လီဝ်းလီဝ်းဆမ်မုးလံ;ယု့,ယဝ်။

လုမ်းကံ,လီ,ကပ်;ဖုင်တို,ယု့,သမ့် ဂပ်းတုမ်စေးမုဆ်း
လွင်းသုဆ်း,လံ;သုဆ်း,ပိုဆ်းလုမ်းဂုဆ်းရှ်းကမ် ပတ်းပိုဆ်
လုမ်းဖုး-သေ ကွဂ်,ဖုဆ်းလံးငါဆ်းဂုးပီးပီးမုး။ ဆ်းဖုဆ်
လံးငါဆ်းပီးပုဆ်းမုးဆ်သမ့် ဂပ်,ဂပ်းလုလ်း လွင်းဂုဆ်းယံ့စံ
မုးရှ်းကမ်ဆ်းမိုင်းထံးဆမ် သု့,ဝံ့ပုးစေးဆိုင်;ယု့။

ဆမ်လိုင် ဂုဆ်းရှ်းကမ် လိုင်းယံ့စံ;မုးရှ်းကမ်
ဆ်းမိုင်းထံးစပ်ဆ် ကမ်,မီးသုဆ်း,တင်းဖွတ်;လုမ်းဂုဆ်းရှ်း
ကမ်ရှ်းစေးသေတု, ထုဂ်,လီမီးသုဆ်း,စပ်;ရှ်းတုဂ်းဆိုင်
လုမ်းလုလ်းလုမ်းဂုဆ်းရှ်းကမ်တင်,ကမ်ယု့, လီဆမ်
စေးမုး ဝုးဆ်ယဝ်။

သင်ဝု၊ မီးမးလွင်းတံဂ်းလွဲ.ရှိုင်း ရှိုတ်းဂါခမ်လံလိုင် ယူ၊တီးလုမ်းဂူခမ်းရှိုတ်းဂါခမ်စပ်သေ လံးငါခမ်းတင်၊ထိုင်တီး ကံ၊စက၊လံကူဝ်၊ နမ်၊ဆမ်လုဂ်.တီးလုမ်း ကံ၊လီ၊ နီပ့်ဗ်တီးယူ၊သေ လံးငါခမ်းတင်၊ထိုင်ဂေးလံးယူ၊ဆံယဝ့်။

ယွဆံဝုလုမ်းကံ၊လီ၊နီပ့်ဗ်၊ဗ်တီးယူ၊ဆံ မီးသံဂပ်း သိုဝ်၊ဂမ်တင်း ကံ၊စက၊လံကူဝ်၊သေ ပမ်စေးလုခမ်း၊လံးဆမ် ဆံယဝ့်။ မုဂ်လုမ်းဂူခမ်းရှိုတ်းဂါခမ် နမ်တင်းဖွတ်း ဝံလုလုး လုဂ်းလုမ်းဂူခမ်း လုင်းလိုင်းမံဖှင်ဝံဂေးလီ နမ်၊လုင်းဝံ ဂေးလီ မီးသုဆံ၊လံးငါခမ်းတင်၊ထိုင်တီး ကံ၊စက၊လံကူဝ်၊ယူ၊ ဆံယဝ့်။

တိုဂ်းတီးဝု၊ နမ်၊ယူ၊သင်၊ရှိုတ်းဂါခမ်ယူ၊ဆံး လိုင်းမိုင်းဆမ်သေတု၊ လုဂ်.တီးလုမ်းဂူခမ်းရှိုတ်းဂါခမ်သေ လုမ်းလုမ်း စွင်လိုင်းမိုင်းဆမ်သေ လံးငါခမ်းတင်၊ထိုင်လံးယူ။ မိုဆံဆင်,

ဂူခမ်းယံ့မုဂ်းရှိုတ်းဂါခမ်ဆံးမိုင်းထံးစပ် ယွဆံးတင်း လုဂ်းထီမ်လတ်းဖေးဆံ၊ လုမ်းဂူခမ်းရှိုတ်းဂါခမ်သေလုမ်းလုမ်း စွင်လိုင်းမိုင်းဂေးလုတြေးလီးယုး နမ်၊ဆမ် စွင်လိုင်းမိုင်း ဂူဂ်းဝုးယုးသေ လံးငါခမ်းတင်၊ထိုင် ကံ၊စက၊လံကူဝ်၊ဂေးလံး ပွင်၊ဝု၊ဆံယဝ့်။

တီးတိုဂ်းသုတ်း ယူ၊တီးနီပ့်ဗ်တီးယူ၊ပီ၊ဂေး ရှိုတ်းလံးလွင်းဆံယူ။ ဂူလုဂ်းဂုး တူဝ်လုမ်းနီပ့်ဗ်တီးယူ၊ပီ၊ဆံ ပီဆံလုမ်းဂူခမ်းရှိုတ်းဂါခမ်နမ် လံးမုဂ်းပဂ်းလုမ်းတူင်ဆိုင် ဆံးလိုင်းမိုင်းဆွတ်း နမ်ဆိုင်၊ဂူလုဂ်းသေ တိုဂ်းလံးပိုင်းကိုင် ပိုဆံး ယူ၊စလး ပေးစွဲးရှိုတ်းသင်းသင်သေကမ်နမ် တံဂ်းလုဝ်၊လံး မွဂ်၊လတ်းကုဝ်၊ကူဝ်းဂမ်ကွမ်တင်းယူ၊ယဝ့်။

ကံ၊စက၊လံကူဝ်၊ဆံ ဂူခမ်းမိုင်းရှိုတ်းဂါခမ် လုဂ်းတင်းလုမ်းထိုင်လံ့ လံလံ ?

ကံ၊စက၊လံကူဝ်၊ဆံ ဂူခမ်းမိုင်းရှိုတ်းဂါခမ်လုလုးတင်း မုဂ်လုမ်းဂူခမ်းရှိုတ်းဂါခမ်စပ်၊ မုဂ်လုမ်းလပ်းဂါခမ်လပ်းငါခမ်းစပ်၊ လုင်ပွင်လိုင်းမိုင်းစပ်ယူ၊ယဝ့်။ မု၊ပဂ်းပိုင်းစလးသီဆံးတင်း ဆေးဂါခမ်ကံ၊စက၊လံကူဝ်၊သမ် ဂူခမ်းတင်းဆမ်စပ်းဂူခမ်းပုး ကပ်ပုဆံးဖွတ်းသေ ရှိုတ်းဂါခမ်လုလုးဂမ်ပီဆံလုမ်းဆံဆံယဝ့်။ ငပ်းလုမ်းကံ၊စက၊လံကူဝ်၊ဆံ ဂူခမ်းရှိုတ်းဂါခမ်သင်းဂါခမ်ငါခမ်း လုလုးမုဂ်လုမ်းဂူခမ်းရှိုတ်းဂါခမ်စပ်းစလး မုဂ်လုမ်းလပ်းဂါခမ် လပ်းငါခမ်းစပ် လိုဝ်းဂမ်ယိုင်းဂါခမ်း ဖွတ်းဖုင်ဝံတု၊ ဖွတ်းလီလုဂ်းလုမ်းလု၊ လိုဝ်းဂမ်တင်းဖွတ်းဝံလုလုးဖုင်တင် တူဝ်လု၊ လိုဝ်းဂမ်တင်းဖွတ်းရှိုတ်းသင်းလုလုး လံးတင်း ပဂ်းပိုင်းတီးမုဝ်၊ဂရေ၊လီ၊လုလိုင်းဆမ်ယူ၊ယဝ့်။

လုမ်းကမ်၊လုးလုမ်းလုင်ပွင်လိုင်း (ကံ၊ဆံ၊ဂျီ၊ကူဝ်၊) ဆံသမ် နမ်၊လုးလုမ်းဂူခမ်းရှိုတ်းဂါခမ်။ ယွဆံသင်ဆံ ကံ၊ဆံ၊ဂျီ၊ကူဝ်၊စပ်ဆံ နမ်၊လုးဝုးကပ်လုဂ်းလုမ်း ဂူခမ်း ရှိုတ်းဂါခမ် ဖွတ်းဖုင်ဝံစလး နမ်၊တင်တူဝ်လံးဂူခမ်းရှိုတ်းဂါခမ်၊ ဆံဂူလုမ်းဂမ်၊ဂုး နမ်၊ကပ်ပုဆံးဖွတ်းလံး ဆိုင်လွင်းဂူခမ်းရှိုတ်း ဂါခမ် စပ်လံးဆံဆံယဝ့်။ ယမ်းလီဝ်တီးဆွဲးမိုင်းထံးဆံ မုဂ်လုမ်း ဂူခမ်းရှိုတ်းဂါခမ်စပ် နမ်၊မီးလွင်းဖွတ်းမိုင်းပမ်၊နီဆံ၊ဆံဆံးဆု ဂမ်ဂူလုမ်းကမ်၊ဂုး တိုဂ်းတံဂ်းဂမ်ဝံယူ။

မီးငပ်းလုမ်း ဂူခမ်းရှိုတ်းဂါခမ် ၉ လုမ်းသေ ဂူလုမ်းသမ် ဂပ်းသိုဝ်၊လံးငါခမ်း ရှိုတ်းဂါခမ် လုလုးကံ၊စက၊လံကူဝ်၊ယူ၊ ဖွဲးမမ်ဆံယဝ့်။ သမ်မီးငပ်းလုမ်းလပ်းဂါခမ် လပ်းငါခမ်း 11 လုမ်းသေ စပ်ဂေးရှိုတ်းဂါခမ်ဖွဲးမမ်ဆင်၊ဆမ်။

နီပ့်ဗ်တီးယူ၊ပီ၊သမ် ပီဆံလုမ်းဂူခမ်းရှိုတ်းဂါခမ် စံဂ်းဂူလုမ်းစလး နမ်၊လုင်းသီဆံးမံဖှင်လံးသေတု၊ မီးသံသိုဝ်၊ တူင်ဆိုင် ရှိုတ်းဂါခမ်လံးလီယူ၊စလး ဂီဝ်၊ဂပ်းလုလုးလွင်း တံဂ်းလွဲ.ရှိုင်းရှိုတ်းဂါခမ်လံးဂေး စပ်ကပ်ပုဆံးဖွတ်းရှိုတ်းသင်း ပမ်လံးယူ။

တီးလုမ်းဂိုင်၊စက၊လံကူဝ်၊ နမ်ပဂ်းဝံဆွဲး ဂူလိုင်းမိုင်း ဂူလေးတွမ်ဆမ်လမ်၊ မီးဖုင်လုလုးလီဆံ၊ ဂေးဆိုင်၊ ကပ်ပုဆံးဖွတ်းရှိုတ်းသင်းဂါခမ်ငါခမ်းဝံသေ ဂပ်းသိုဝ်၊ဂူခမ်းမိုင်း ရှိုတ်းသင်းတင်း မုဂ်လုမ်းဂူခမ်းရှိုတ်းဂါခမ် စပ် မုဂ်လုမ်းလပ်းဂါခမ်ငါခမ်းစပ်သေကမ်၊ဂုး ဂပ်းသိုဝ်၊ ပမ်ပုးတင်း လုမ်းကံ၊ဆံ၊ဂျီ၊ကူဝ်၊စပ် ဂူလုမ်းလုမ်းယူ၊ယဝ့်။ တီးဆွဲးဆေးဂါခမ်တင်းဆမ်ဆံဆံဂေး၊ ကံ၊ဆံ၊ဂျီ၊ကူဝ်၊တင်း မုဂ်လုမ်းဂူခမ်းရှိုတ်းဂါခမ်စပ် ဂပ်းသမ်ဂူခမ်းမိုင်းဂမ် ရှိုတ်းသင်းယူ၊စလး ပီဆံလွင်းလီလံးပမ်ရှိုင်းဂု၊ယူ၊ယဝ့်။

တေကင်းရှိုတ်းရှိုတ်း ဂူခမ်းမိုင်းရှိုတ်းသင်း လုဂ်းတင်း နီပ့်ဗ်တီးယူ၊ပီ၊ ?

ယူ၊တီးကံ၊စက၊လံကူဝ်၊ တေရှိုတ်းသင်းပမ်လံး စတွ ပမ်ပုဆံးဖွတ်းဝံဖုင်လုလုးလီဆံ၊ ဖေ၊ဂပ်းသိုဝ်၊ မုဂ်လုမ်း ဂူခမ်းရှိုတ်းဂါခမ်ဂေးဆိုင်သေ ရှိုတ်းသင်းဂု၊ဆံဆံယဝ့်။ သင်ဝု၊ မီးမးလွင်းတင်းသေကမ် နမ် စလး လုဝ်၊လံးဂပ်းသိုဝ်၊ ဂူခမ်းမိုင်းရှိုတ်းသင်းဂု၊လုလုးလွမ်းဂမ်ဆံ ကံ၊စက၊လံကူဝ်၊တေကင်းစပ်းလွဲးထီမ် တံဂ်းတေ၊ဂပ်းသိုဝ်၊ ပမ်ဆံဆံယဝ့်။

ပိုဆ်.ဂျ.ဂ်.ဂ်.ဂ်

သင်ဝါးလို့ဦးမိုင်းတင်းခေမိခပ် အမ်,ပုးဖွမ်လုံမာ်းမဆ်း လူင်းလားမိုင်းလွမ်း ဟေးလုံးလုံကံ,ခက,လ်ကူပ်,ဂူးကဆ်သေ တျ. မီးဝံ့ဟေးပိုဆ်ဖေဝ်,ကံ,ခက,လ်ကူပ်,ကဆ်ဆိုင် ကဆ်ခိုဆ်း ဖွမ်လုံးလုံကဆ် မာ်း မဆ်းကွာ်,မးထီင်; မိုင်းဝီး 1988 ဆဆ် ယူ,ဆ်းဟေးပိုဆ်ဖေဝ်, ဆဆ်သမ့် တမ်းဝင်း မာ်းမဆ်းထီင်; မူ, ပာ်းပိုင် 4 ယိုင်းသေ လိုင်းမိုင်း လိုင်းကမ်, ပုးဖွမ်လုံမာ်းမဆ်း လူင်းလားမိုင်းလွမ်း ဟေးလုံးလုံ ကံ,ခက,လ်ကူပ်, ဂူးလို့ဦးမိုင်းစပ် တေ လုံးဆပ်ယမ်တုင်းရှပ်ဂိုတ်းလွမ်း မူ,ပာ်းပိုင်လို့ဦးဆ် ဖ်ဆ်းဖ်ဆ်း ဂျ,ဝါးဆ်ယဝ့်။



Tim De Meyer, ILO, Bangkok, Thailand

သင်ဝါးလို့ဦးမိုင်းသေကဆ်ကဆ် ကမ်,ဆပ်ယမ် တုင်းရှပ်ဂိုတ်းလွမ်း မူ,ပာ်းပိုင် 4 ယိုင်းဆ်လိုင် တေမာ်းမံ လုံးဝါး ဆ်းလို့ဦးမိုင်းဆဆ်ကမ်,မီးဂါဆ်ငါဆ်း ကဆ်သင်,တေ, ဂိုတ်းသင်လုံး ဆ်ယူ, ယဝ့်။ ဆ်းလို့ဦးမိုင်း ဂမ်ပုးဆမ် ဆိုင်လွမ်း ဖျ. ကဆ်မီးဂါဆ် ငါဆ်းသင်,တေ, ဂိုတ်းသင်လုံးဆဆ် လိုင် ဂူဆ်းဂိုတ်းဂါဆ် စပ် စာ်းသင်; တင်း ဖွတ်းမုာ်လုမ်း ဂူဆ်း ဂိုတ်းဂါဆ်လုံး သေ သိုပ်,တူင်ဆိုင် လွတ်း လွတ်း လီဝ်းလီဝ်း ယူ,ယဝ့်။

သင်ဝါး ကမ်,မီးမုာ်မီးလုမ်းဂူဆ်းဂိုတ်းဂါဆ်ဆ်လိုင် လွင်း တူလုံးလွမ်ဂိုတ်,ခစသုဆ်,လုံးဂူဆ်းဂိုတ်းဂါဆ်လုံ၊ လွင်းလုံးထီမ် လိုက်,ရှပ်ပဆ်ဂါဆ် တျ,ဂူဆ်းဂိုတ်းဂါဆ်စပ်လုံ၊ တေလူ,ရှပ် တုာ်းသုမ်း။

ဆ်းဂူလုံးကမ်,ဂျး လွင်းဂါဆ်ဂပ်းသါဆ်ပဆ် ဆ်းခက ဂါင် ဂူဆ်းဂိုတ်းဂါဆ်စပ်လေး လုမ်းဂူဆ်းဂိုတ်းဂါဆ်စပ် ဆင်, ဂါဆ်ဂေး တေကမ်,လင်မီးလုမ်းလုမ်းဆဆ်ယဝ့်။

တီးဂဆ်ဂါဆ်ဂါးလုံး ပါးဂါဆ်မိုင်း မိုဆ် ခင်,လွင်းဝိုတ်ဂါဆ်တမ်းဝင်း မူ,ပာ်းပိုင် တျ,ဂူဆ်းလို့ဦးမး?မးရှပ်ဂါးဂါဆ်ခေမိ ခင်,ရှပ်ဂူဆ်းရှပ်ဂါးဂါဆ်ခေမိ ခေမိ,ရှပ် ဝါးပီးဝါးလုံး, ခေမိ,ရှပ်ဂါးခင်,ရှပ် ?

ပုဆ်းတျ, ဂူဆ်းမိုင်းလို့ဦးလုံးတုမ်ယွမ်း တိုက်စိုက်; ယွဆ်ပိုင်းမူ,ပာ်းပိုင် သေကဆ်ကဆ်ဂမ်းသိုင်းဆဆ် တိုဆ်းလူပ်, မီးလုမ်းဖွေးတင်တူပ် ပုဆ်းတျ,တိုင်းထိုင်လတ်းလျ ဂိုတ်းသင်; ပဆ်တျ,စပ်ယူ,ယဝ့်။ ဆ်းလို့ဦးမိုင်းထုံးဆဆ်သမ့် ဂူဆ်းဂိုတ်းဂါဆ် လိုင်းယံ့မးရှပ်ဂါးဂါဆ်စပ် ကမ်,မီးစွာင့် တင်းဖွတ်းမုာ်လုမ်း

ဒိုက်,ဂါဆ်. ➔

မူ,ပာ်းပိုင် သီ,ယိုင်း

- ❶ မီးသုဆ်, ဖွတ်းဖေဝ်မုာ်လုမ်း လွတ်းလွတ်းလီဝ်းလီဝ်း လုံးသေ ယွဆ်,ယါဆ်းစပ်;ရှပ် ရှမ်းသင်;လူလုံးဂါဆ် လုမ်းတေ,လုမ်း။
- ❷ လွင်းတိုက်းခါဆ်းလုံး,ရှပ်ဂိုတ်းဂါဆ်လံ ယျ,ရှပ်မီး လျးလျး။
- ❸ လွင်းလီဝ်,ခေသိုက်းသမ်,ဂါဆ်ဆ်းကွင်းဂါဆ် ယျ, ရှပ်မီးလျးလျး။
- ❹ လွင်းလုံးလုာ်းကွဆ်,ရှပ်ဂါဆ်/ လွင်းလုာ်းကွဆ်, ရှပ်ဂါဆ်ယျ,ရှပ်မီးလျးလျး။

လွင်းကျာထမ်,မ တိက်းလွှဲ.ခါ.တီးဧလး၊ လွင်းကျာထမ်,မ လံ့ခါမ်,တိက်းလွှဲ.ရှိုင်းတီးကါခါး

ခွဲးမိုင်းခွဲးမိုင်း မခါးလံ့လွင်းလံးမိုင်း လွင်း
ဖွဲးမိုင်းခွဲးမိုင်း ဧပုးဝုးလွင်း ကျာထမ်,မ
တိက်းကျာထမ်ခါမ်ခါမ် မင်းတိုက်းမိုင်းမိုင်း
လွင်း လာင်းပီခါးလံ့လွင်းရှိုင်း ?

သံင်လွင်းဂုဏ်းရှိုင်းကါခါးခါမ်ခါမ်မိုင်းသံင်,ကျာပု,
ခါမ် ကါခါးလံ့လွင်းရှိုင်းမိုင်းမိုင်း

လွင်းခွဲးတု မခါးကိုင်ပိုင်းယူ,ဂါးတီး ဖွဲးစပ်းလုမ်း
ကံး,ခါးလံ့ကွပ်,စပ် ရှိုင်းလွှဲ.ရှိုင်းရှိုင်းတုင်းလွှဲ.တိုင်း လွင်းရှိုင်း
သါင်း ဂါခါးခါးလွှဲ.ရှိုင်းခါမ်ယဝ့်။ ကါခါးရှိုင်းတင်းမိုင်း
ထုဂ်,လီဂုးဝုးခါမ်ခါမ် ကံးကါခါးလံ့ကွပ်,ခါမ် မုဂ်လီဝ်လုမ်းလီဝ်
ရှိုင်းရှိုင်းရှိုင်းကါမ်,လံ့။ လွင်းဂပ်းသိုင်း,ရှိုင်းရှိုင်းခါမ် ဝီဂ်သမိုင်း
လုမ်းဖွဲးရှိုင်းလုမ်းဖွဲး.ခါမ်.လွင်း ကံးကါခါးလံ့ကွပ်,စပ် မီးလွင်းဖွဲး
ခါမ်ကျာ,ခါမ်,ရှိုင်းရှိုင်းသေတု.ဂါး လွင်းကါခါးပီခါမ်ယူ, မီးယူ,
ခါမ်ရှိုင်းလွှဲ.ရှိုင်းခါမ်

လံ့ရှိုင်းထိုင်လွင်းတင်းခါမ်ခါမ်ခါမ် ဧလး၊ ရှိုင်းသေကါမ်,ဂါး
ပခါးတင်းရှိုင်းထိုင်တီးလွှဲ.ရှိုင်းပွင်လွှဲ.ရှိုင်းစပ်ခါမ် မခါးကါမ်,မိုင်း
ဂါမ်။ လွင်းကံးကါခါးလံ့ကွပ် ရှိုင်းပွင်လံ့ရှိုင်းလွှဲ.ရှိုင်းပွင်လွှဲ.ရှိုင်းကါမ်လံ့
မဂ်းမခါမ် လွင်းလံးမိုင်း ဧပုးဖွဲးမိုင်းလံ့လွှဲ.ရှိုင်းသေ ရှိုင်းလွှဲ.ရှိုင်း
ပဂ်းပိုင်းခါမ် မခါးယူ,တီးဖွဲးသုခါမ်တုမ်စပ်ယဝ့်။

မခါးဂပ်းဂံး,တွမ်းလွှဲ.ရှိုင်းသေပိုင်းဝုးခါမ် ဧပုးတေကပ်
ပိုင်းခါမ်မခါးဝုးခါမ် ရှိုင်းရှိုင်းခါမ် လွင်းကါခါးပီခါမ်ယူ,ခါမ်ရှိုင်း
စပ်ခါမ် တဂ်းတေလံ့ကပ်ပုခါမ်ဖွဲး ရှိုင်းသါင်း ယူ,ယဝ့်။

မိုင်းသံင်,ကျာပု,ခါမ် မဂ်းမခါမ်လွင်းလံးမိုင်းဝုး ဧပုးဖွဲးမိုင်း
လံ့လွှဲ.ရှိုင်း (29) ကါခါးဂပ်းဂံး,လုဂ်းလွင်း ကျာထမ်,မတိက်း ရှိုင်း
ရှိုင်းကါခါးခါမ်သေတု.ဂါး ဧပုးဖွဲးမိုင်းလံ့လွှဲ.ရှိုင်းကါခါးဂပ်းဂံး,လုဂ်း
လွင်းရှိုင်းရှိုင်းကါခါးစံ့တီးလွှဲ.ရှိုင်းခါမ်ခါမ် တိုခါမ်ကါမ်,လံ့လွင်း
လံးမိုင်းဝုး။

မိုင်းခါမ်,လုမ်းကံး,ခါမ်,လံ့ကွပ်,ခါမ် လာင်းရှိုင်းသါင်း
ရှိုင်းကွပ်,ပခါမ် လွင်းလံးရှိုင်းသါင်းဖွဲးခါမ်ကျာ,ခါမ် ကါခါး
ကါမ်,ဖွဲး,ပီခါမ်ခါမ်ခါမ်သေခါမ် လွင်းသုခါမ်,လံ့ရှိုင်းတင်းလံ့
လံ့လု.သုခါမ်လွှဲ.ရှိုင်းခါမ်ခါမ် ခါမ်,ရှိုင်းတေရှိုင်းရှိုင်းပိုင်း,ကွပ်,
လံ့ခါမ် ရှိုင်းသါင်းဝုးခါမ်ခါမ်ရှိုင်း လွှဲ.ရှိုင်းမီးလွင်းကွပ်ပိုင်း,
ဖွဲးခါမ်ဝုးခါမ်ယူ,ယဝ့်။

လုမ်းစွမ်း,ဂရီတု.ရှိုင်းရှိုင်းကါခါး လွှဲ.ရှိုင်းရှိုင်း
သံင်,ကျာပု,ခါမ် မိုင်းလံ့လွှဲ.ရှိုင်းကွပ်,လာတ်းလွင်းရှိုင်းရှိုင်းကါခါး
စံ့တီးလွှဲ.ရှိုင်းခါမ်သေတု.ဂါး တု,တေဝုခါမ်ခါမ်သေ လာတ်း
လွင်းဧပုးဖွဲးမိုင်းလံ့လွှဲ.ရှိုင်း (29) ကါခါးဂပ်းဂံး,လုဂ်း ရှိုင်း
ရှိုင်းကါခါးစံ့တီးစပ်ခါမ်ခါမ် ယင်းတိုဂ်းယူ,ခါမ်ခါမ်ယဝ့်။

ခါမ်,ရှိုင်း တေပွဲ.လုဂ်းလံ့လွှဲ.ရှိုင်းရှိုင်း လွင်းကါခါးပီခါမ်ယူ,
ခါမ်ရှိုင်း မီးလွင်းကွပ်ပိုင်း,ဖွဲးခါမ်ခါမ် မိုင်းလွှဲ.ရှိုင်းခါမ်ခါမ်
ပွဲ.ရှိုင်းကံးကါခါးလံ့ကွပ်ခါမ်,လံ့ရှိုင်းသါင်းသေ ခါမ်,ရှိုင်းသံင်
လွှဲ.ရှိုင်းခါမ် တေခါမ်ယို,ဂါး ကံး,ခါမ်,လံ့ကွပ်,ပခါမ်တင်းရှိုင်း
ထိုင်တီး လွှဲ.ရှိုင်းပွင်လွှဲ.ရှိုင်းလံ့ယူ။

ခါမ်ရှိုင်းကါခါးမုးလွှဲ.ရှိုင်းခါမ် လွင်းသုခါမ်,ရှိုင်းသါင်း
လံ့ လုမ်းရှိုင်းရှိုင်းကါခါးစပ်ခါမ် ယင်းတိုဂ်းမီးလွင်းခါမ်ခါမ်
ခါမ်ခါမ်ယူ။

ဂါခါးလွှဲ.ရှိုင်းလွှဲ.ရှိုင်းခါမ်ခါမ်ခါမ် ဝီဂ်သမိုင်း လွင်းတင်း
သေလွှဲ.ရှိုင်း သေပိုင်းလံ့ပီခါမ်ခါမ်ခါမ် လွှဲ.ရှိုင်းပွင်လွှဲ.ရှိုင်းစပ် ရှိုင်း
တေလံ့ ရှိုင်းတု,မခါးခါမ်ခါမ်ခါမ်ခါမ်ယဝ့်။

ခါမ်, တေကါမ်,လာင်းမီးဖွဲးတင်တု တု,ရှိုင်း,လာင်း,လာတ်းပခါမ် တု,လွှဲ.ရှိုင်းစပ် ထိုင်တီးဖွဲးမီးပုခါမ်ဖွဲးခါမ်။
ဖွဲးမိုင်းလွှဲ.ရှိုင်းပွင်လွှဲ.ရှိုင်းခါမ်ခါမ် လံ့လံ့လံ့ပံးဂါခါမ်ခါမ်ခါမ်ခါမ် တိုတုလခါမ်တမ်းဝါင်းမု,ပဂ်းပိုင်းမိုင်း,ခါမ်ခါမ်
ခါမ်,ရှိုင်းတေရှိုင်းရှိုင်းလွင်းပုသခါမ်,ပခါမ်ရှိုင်း တင်းလွှဲ.ရှိုင်း,ဂါခါးလွှဲ.ရှိုင်းရှိုင်းကါခါးလွှဲ.ရှိုင်းခါမ် တိုခါမ်ကါမ်,မီးလံးတင်းလွှဲ.ရှိုင်း,လာမ်
ကွပ်,ကွပ် လာတ်းလာမ်လွှဲ.ရှိုင်းလွှဲ.ရှိုင်းလံ့လံ့ခါမ်, တေကါမ်,လာင်းမီးလွင်းရှိုင်းသွမ်း,တုလုထိုင်ပု တု,ရှိုင်းရှိုင်းကါခါး
လွှဲ.ရှိုင်းယံ့စံ့စပ်းမုးရှိုင်းကါခါးစပ် လွှဲ.ရှိုင်းခါမ်ခါမ်လုးလုးခါမ်ယဝ့်။
ယူခါမ်ရှိုင်းရှိုင်းခါမ်,ခါမ်သေ ယူ,တီးကံးကါခါးလံ့ကွပ်ခါမ်ခါမ်ခါမ်ခါမ်ခါမ် လွှဲ.ရှိုင်းပွင်လွှဲ.ရှိုင်းခါမ်ခါမ်ခါမ်ခါမ်ဝုး
ရှိုင်းလွှဲ.ရှိုင်းပွင်လွှဲ.ရှိုင်းခါမ်ခါမ် မဂ်းတမ်းဝုခါမ်သါင်းလံ့ရှိုင်းကါခါးခါမ်ခါမ် ကါခါးလာင်းဂပ်းသါမ် တိုင်း,ပါင်,ကွပ်,ကွပ် တင်းလုမ်း
ရှိုင်းရှိုင်းကါခါးခါမ်ခါမ် လုမ်းလင်းဂါခါး လင်းခါမ်ခါမ် ဖွဲးမိုင်းလွှဲ.ရှိုင်းပွင်လွှဲ.ရှိုင်းခါမ်ခါမ်ခါမ်ခါမ်ခါမ်ခါမ်ခါမ် မဂ်းတမ်းမု,ပဂ်းပိုင်း
ဂီဝ်,လုဂ်းရှိုင်းလွှဲ.ရှိုင်းယံ့စံ့မုးရှိုင်းကါခါး ခါမ်ခါမ်ခါမ် ခါမ်ယူ,ယဝ့် □

ပိုခန့်ရှည်တိုက်

လွမ်းဆင်၊ မှတ်တမ်း လူလွမ်းပွင့်တူလှမ်းသုခ၊ လုံးရှည်ခပ်တောင်၊ လတ်တံးဝါးဆင့် မီးလွင်းတင်းသေလှိုင်းသေပိုင်စလေး လွမ်းကံ့ကလင်ကွပ်ရှုသေတၢၤဂေး၊ ပေးဝါးလွမ်းရှုဆင်းရှိုတ်းဂါဆင်သေလွမ်းလွမ်း ကမ်၊ ကပ်တင်းဂါဆင်သေတင်၊ လတ်၊ များဆံ့လိုင်တိုက်ဆင်းရှိုတ်းသင်ကမ်၊ လုံး။

ဂွပ်းသင်လေး၊ ရှိုတ်းကမ်လုံးခါမ်၊ ပိုခန့်ရှည်၊ ဂါမုခ်ခမ်ခမ်သေ သမ္မိလုံးပိုခန့်လှမ်းကွမ်၊ ?

ကမ်လုံးခါမ်၊ တင်းဂါ၊ စံ့ဂါဆင်းဆင့် ဂွပ်းသင်လေး၊ ဂါမုခ်ခမ်သမ္မိလုံးပိုခန့်လှမ်းကွမ်၊ ဆင့်ခပ်စားကမ်၊ ရှု။
ရှုဆင့်တေ၊ မိုင်းလီဝ် သံ့မံ့ဂါဆင်းလိုင်လုံးခါမ်၊ ဂါ၊ စံ့ဆင့် ယင်းကမ်၊ ပို၊ မီးတိုက်တိုက်ဆီတိုက်ဆီတိုက်ဂွမ်။ စပ်ကွမ်ဂါဆင်ပုးလှိုင်းလွင်းလှမ်းကွမ်၊ စပ်လုံးခါမ်၊ ဂါ၊ စံ့ဆင့် ဆမ်လိုင်သေလွင်းရှုဆင်းလှိုင်းစပ် လုံးခါမ်၊ ဂါ၊ စံ့ ဆင့်ဂေးလင်းပိုခန့်လုံးယူ။
ကံ့ကလင်ကွပ်ဝါးစတု လွင်းလှမ်းကွမ်၊ ဂါမုခ်ခမ် လုံးခါမ်၊ တင်းဂါ၊ စံ့ဆင့် လင်းပိုခန့်ဂွပ်းပိုင်းယိုင်းတိုင်းစပ်ငါး၊ သမ္မိလှိုင်းဂါဆင်ဂေးငါးစလေး မဆင်းသင်၊ ထုဂ်၊ လီဆင့်ယပ်း။
လွင်းဂါ၊ စံ့ဂါဆင်းဆင့် ရှိုတ်းတင်းတေလုံးရှုဆင်ထိုင်ဝါး မဆင်းဖေတိုင်းပိုင်းမံမီးဆံသေကမ်၊ ဂါ၊ မဆင်းလင်းထိုင်ရှိုင်းပခမ်ရှုဆင်းရှိုတ်းဂါဆင်စပ်ဝါးဆံသေတၢၤဂေး၊ တေလုံးမေရှုဆင်ထိုင်လွင်းမဆင်းလှိုင်းကွမ်ရှိုတ်းသင်းဆင့်ယပ်း။

လွင်းထီဆိုင်စတု ရှုဆင်းမိုင်းမါဆင်းစပ်လုံးခါမ်၊ တင်းတေ၊ စံ့ဂါလှမ်းဆင့်မိုင်းထံဆင့် ပိုခန့်ဂွပ်းလွင်းတင်းဖေဆင် စာဆင်လှိုင်းဆင့်မိုင်းစပ်ဆင့်ယပ်း။ ဝါးသေလုံးခါမ်၊ တင်းဂါ၊ စံ့ဂါဆင်းယပ်းသေ သမ္မိလင်းလုံးပုးကပ်တိုက်ထိုင်လှမ်းကွမ်။

လွင်းထီသွင်စတု တီးစွပ်၊ လီဆင်လီဆင်သွင်မိုင်းဆင့်ဂါဆင်ခါဆင်းကမ်မီးဖေစလေးသင်၊ ဂါဆင်ခါဆင်းကမ်လုံးဂါ၊ ရှိုင်းကေး၊ သေ သမ္မိလုံးခါမ်၊ တင်းတိုက်တိုင်လှိုင်းဆင့်ဂေး၊ မဆင်းလှိုင်းယူ၊ ယူ၊ တၢၤသေဆင့်ယပ်း။

ထိုသမ်စတု ကမ်၊ မီးပဂ်းပိုင်သီဆင်းတင်း ပုဆင်းတၢၤရှုဆင်းရှိုတ်းဂါဆင်စံ့တီးစပ်ဆင့်ယပ်း။

လွမ်းကံ့ကလင်ကွပ် လုံးတမ်းဝါးပဂ်းပိုင် သီဆင်းတင်းကမ်ဂပ်းဂါ၊ ရှုဆင်းရှိုတ်းဂါဆင်စပ်ဆင့် ကွမ်တင်းသုတ်းယပ်းသေ ဆင့်ပဂ်းပိုင်ဆင့်ပွင်၊ လီင်းစဆေဝဲဝါး ဖေလှိုင်း ဖေသေကမ်၊ ဝါး ပေးပုးလှိုင်းရှု၊ ရှုရှိုတ်းဂါဆင်တင်၊ မိုင်းဆံ့လိုင် မီးသုဆင်၊ လုံးရှု၊ နေ၊ နာ၊ ဂါ၊ တီးလွမ်းပွင်ဂါဆင်ရှုဆင်းမိုင်း ကမ်ကမ်၊ လုံးသီင်းဂါ၊ သင်ဆင့်ယပ်း။

ကံ့ကလင်ကွပ်ဆင့် မဂ်းမံမီးမဂ်း၊ ယုးခပ် ပိုခန့်ရှုဆင်းရှိုတ်းဂါဆင်ယုးရှုး?

ကံ့ကလင်ကွပ် ပိုခန့်ဝါးလွမ်းရှုဆင်းရှိုတ်းဂါဆင် ရှုမိုင်းမိုင်းကမ်ဆိုင်သေ လှိုင်းပွင်လိုင်၊ လွမ်းလင်းရှုဆင်းဂါဆင်စလေး ရှုဆင်းရှိုတ်းဂါဆင်စပ် စပ်ပုးစွတ်၊ ဖေတိုက်၊ ဝဲယပ်း။

လွင်းရှုလှိုင်းရှုပိုင်ဆင့် ကမ်၊ လှိုင်းစလေးဝါးတင်းမုတ်းဖေရှုလွမ်း။ လွင်းဝါး ဂါဆင်ဂါ၊ မဆင့် ပိုခန့်ဂါဆင်ခါဆင်းကမ်ဆိုင်ကမ်ဝါးဆင့် မိုင်းကမ်မီးကျ၊ ဆေ၊ ဖေငမ်း တေလုံးတိုက်တိုက်၊ ကံ့ကလင်ကွပ်ဆင့် လှိုင်းကမ်၊ လှိုင်းဆံ လတ်၊ ကမ်၊ လုံး။

ကံ့ကလင်ကွပ်ယပ်းယပ်းစတု ရှုဆင်းရှိုတ်းဂါဆင်ဂပ်းဂါ၊ ဂါ၊ မလှိုင်းဆင့် ရှိုင်းစပ်မီးသုဆင်၊ လတ်၊ ဝါး ဂါဆင်စပ်ဆင့် ပိုခန့်ဂါဆင်ကမ်ဆိုင်ရှုလှိုင်း၊ စပ်တေလုံးမီးသုဆင်၊ ယုးဆင်းရှိုတ်းသင်းဆင့်ဂါဆင်ခါဆင်းစပ်ရှိုင်းမီးလွင်း လုံးတမ်းလှိုင်းစလေး မီးလွင်းရှုမိုင်းလှိုင်းဆင့်ယပ်း။

လွင်းဝါးလှိုင်းတၢၤရှိုတ်းလှမ်းကွမ်၊ ကံ့ကလင်ကွပ် တမ်းဝါးစတု ဂတ်းတွမ်းရှိုင်းပိုင်?

တီးကံ့ကလင်ကွပ်ဆင့် ဂပ်းဂါ၊ လှိုင်းလွင်းဝါးလှိုင်းတၢၤရှိုတ်းလှမ်းကွမ် မီးလဆင့်ဂတ်းတွမ်းဝဲတိုက်ဆီတိုက်ယူ။

ကံ့ကလင်ကွပ်လှိုင်းကွမ်စတု ရှုဆင်းယိုင်းရှိုတ်းဂါဆင်စလေး သမ်၊ ထေ၊ ကမ်တေရှိုတ်းဆင့် စတု၊ ဂပ်းပခမ်ပွတ်းကွမ်၊ တွမ်းဆိုင်၊ ဖေ၊ ဆိုင်၊ ဂေး၊ ဆင်၊ ရှိုတ်းတေလုံးဂါဆင်ခါဆင်းလီစလေး ဝါးလုံးလီဆင့် တိုက်မံ့ရှိုတ်းသင်းဝဲယူ။

ဂပ်းဂါ၊ လှိုင်းရှိုတ်းလှမ်းကွမ်၊ လွင်းရှိုတ်း၊ ခပ်ဆင့် မဂ်းမံမီးလှိုင်းထီ၊ လှမ်းယပ်း

❶ ဝါးလှိုင်းတၢၤရှိုတ်းလှမ်းကွမ် မိုင်းဖေယိုင်းစပ် ရှိုတ်းလှမ်းကွမ် ရှိုင်းမီးစာဝါးယမ်းဂမ်၊ ဖေငမ်းသေ တူလှိုင်းလှိုင်းလှမ်းလှမ်းလှမ်း၊ ကမ်၊ လုံးကွမ်၊ ဂါဆင်သေ ရှိုင်းလုံးမီးဝါးလှိုင်း တၢၤရှိုတ်းလှမ်းကွမ် တေလုံးကပ်မံမီးလှိုင်းမိုင်းသေ မဂ်းမံမီးယပ်း။ မိုင်းကွမ်တင်းဆင့် တၢၤတေရှိုတ်းလှမ်းကွမ် မီးဝါးလှိုင်း (12) ဝဲယူ၊ မိုင်းကမ်၊ ပေးရှိုင်းဆင့် လင်၊ လုံးစွတ်၊ သေ မဂ်းမံမီးတေ၊ ထိုင် (14) ဝဲယူ။

တီးပွင်၊မခါးစတု လုမ်းကံးကလ်ကူင်ဆဲးဆဲး ပခမ်
ဂင်လုံသေ တိုက်းသူခါးမိုင်းစပ်းလုမ်းလှိုင်းဆဲးဆဲး ရှိုင်းလုံးမဂ်းမံ
ပခမ်ဝခါးလှိုင်း ပုခါးတု၊ဂိုတ်၊လုက်းဆဲးသေတု၊ဂေး၊ ဆဲးယိင်း
မိုင်းဆင်၊သူလှိုင်းဆဲး ပေးဂိုတ်၊လုက်းမုးစတု ဝခါးလှိုင်းလှိုင်းဆဲး
စခါးတေကမ်၊လင်းလုံးငါးငါး။ ဆင်၊ရှိုင်းတေလုံးသူခါးလုံးလှိုင်းဆဲး
သူတေလုံးရှိုင်းသင်းကပ်ယဝ့်။ ပုခါးတု၊ဝခါးလှိုင်းဆဲးယိင်း
စပ်ဂိုတ်၊လုက်းဆဲးဆဲး မိုင်းဂမ်ဆမ်စတုမဂ်းမံပခမ် (90) ဝခါးယူ၊
မိုင်းကမ်၊ပံ၊ပေးရှိုင်းဆဲးဆဲး မိုင်းလင်းဂေး၊ လုံးမဂ်းမံပခမ်ဝခါး
လှိုင်း ပုခါးတု၊ဆဲးယိင်းစပ်ဂိုတ်၊လုက်းဆဲးဆဲး (90)ဝခါးယဝ့်။
မိုင်းလှိုင်းကမ်လုက်းတီး လုံးသူင်၊စသ၊လိတ်သေစလး စံ့လုံးလူး
လုံးပံးမိုင်းတင်၊မိမ်းဆဲးဆဲး လုံးရှုဆဲးမေယိုဆဲးမိုင်းရှိုင်းရှိုင်း
ငါးလုံးဆဲးယိင်းစပ် လီတိုင်းသေဂပ်၊ယဝ့်။

တီးရှိုင်းကါခါး ကမ်လုံးယိင်းတိုင်းရှိုင်းလှိုင်း ကမ်မီးဖေးဆဲးဆဲး
ဂေး၊ မီးလဆဲးစီမိုလီဝ်းကမ်ဂိုတ်၊စစပခမ် ဆဲးယိင်းပုးတွင်းစပ်
ဆဲးဆဲးယဝ့်။

စေးဖွေလုံးလှိုင်းပုးဆိုင်လှိုင်းဆဲး မိုင်းမခါးတင်းမိုင်းထံး
ကမ်၊လုံးမဂ်းမခါးလှိုင်းလုံးမိုင်းဝို။ ပုခါးတု၊ဂုခါးရှိုင်းကါခါး
စံ့တီးစပ်ဆဲးဆဲး ကမ်၊ရှိုင်းလီပခမ်သူခါးလုံးလှိုင်းဆဲးဆဲး ဆဲးလဆဲး
စီမိုလီဝ်းကံး၊စက၊လ်ကူင်၊ဆဲးဆဲး ကမ်၊လုံးလတ်းဝိုဆင်၊ဂပ်။

ခွဲးငတ်၊ပိုခါးပုဂ်းပိုခါးကံးကလ်ကူင်ဆဲး
မိုင်းလှိုင်းခါးခါးပုဂ်း၊လုဂ်းလံ၊လုဂ်း၊လုဂ်း၊လုဂ်း၊
လုဂ်းပိုခါးမိုင်းခါးခါးကမ်၊မုဂ်း၊လုဂ်း၊လုဂ်း၊
တု၊ငတ်၊ လွင်းလံ၊လုဂ်း၊လုဂ်း၊လုဂ်း၊
ကမ်၊လုဂ်း၊လုဂ်း၊လုဂ်း၊
ကမ်၊ပို၊ခွဲးပခမ်လုဂ်းလုဂ်း။

2 ငိုခါးလှိုင်းမိုင်းပုဂ်းပုဂ်းလုဂ်း

မိုင်းစပ်းဆဲးယိင်းစပ်ဂိုတ်၊လုက်းဆဲးဆဲး ဂွပ်းကမ်၊မီးငိုခါး
စပ်းစလး ပုခါးတု၊လှိုင်းယူ၊လီတူင်မခါးစလး လုက်းမခါးဆဲးဆဲး
လှိုင်းလုံးမီးငိုခါးစပ်းယူ။(ငိုခါးစပ်းဆဲးကမ်၊လှိုင်းငိုခါးလှိုင်း၊
မိုင်းဂမ်ဖွင်းစတု လှိုင်းဆင်၊မခါးယမ်လုံးဆဲးဆဲး ပခမ်ငိုခါးလှိုင်း
မခါးတံမ်ထုဆဲးယူ၊ ဂုဂ်းဂေး၊ မိုင်းဂမ်ဖွင်းစတု ပခမ်ငိုခါးလှိုင်း
ပီဆဲးပွတ်းပီဆဲးတွင်းဂုဂ်းယဝ့်။ မခါးရှိုင်းတီးတီးဆဲးတီးရှိုင်း
ဆဲးယိင်းရှိုတ်၊လုက်းစပ် ကမ်၊လုံးရှုခါးကမ်၊ ဆဲးဆဲးစတု လုမ်း
ဖဲ၊ဂမ်၊ထုဆဲးဂုဂ်းမိုင်းဂေး၊ ပီဆဲးလုံးယူ။)

3 ဧကုဂ်းလွင်းထွက်ကုဂ်းဂမ်

ဂွပ်းလုံးပုးတွင်း၊ ဂွပ်းလုံးဂိုတ်၊လုက်းစလး ကပ်ဆဲးယိင်းစပ်
ကွက်၊ကမ်ဆဲးဆဲး ကမ်၊ရှိုင်း လီပီဆဲးငတ်းရှုခါးမခါး။ လှိုင်းရှိုတ်၊
လုက်းစလးပုးတွင်းဆဲးဆဲး ပီဆဲးသူခါးလုံးငတ်းရှုခါးယဝ့်။ ပေးကမ်၊
ဆဲးစတုမခါးပီဆဲးလှိုင်းလီဂ်း၊စဖေဂမ်၊ ကမ်ဂပ်းဂံ၊လှိုင်း
ယိင်းလုံးစလး မိုင်းဆင်၊ဖဲတီးပိုင်းငတ်းပိုင်းပိုင်းပိုင်း ကံးကလ်
ကူင်ဆဲးဆဲးယဝ့်။

4 သုခါးလုံးလှိုင်းခါးပေး

(မိုင်းဆင်၊ငတ်းပိုင်းပွတ်းတွင်းကွမ်၊စေးဖွေလုံးလှိုင်းသေစလး
စပ်းပုးစတုကမ်၊လှိုင်း၊ ပီဆဲးပွတ်းတွင်း ကမ်ပခမ်တင်းစံးလှိုင်း
သေစလး တီမံးသု၊ပုးဂု၊မိုင်းကမ်၊ပံ၊ပေးရှိုင်းဆဲးဆဲးစလး
ကမ်၊ပေးမီးရှိုင်းစတု။) ပီဆဲးသူခါးလုံးကမ်ဆိုင်၊ ပုခါးတု၊
ဆဲးယိင်းရှိုင်းကမ်စပ်ယဝ့်။ လှိုင်းသေဆဲး မံမီးကမ်စဂုဂ်း
ပခမ်ဆဲးယိင်းရှိုင်းကမ်ဂင်ခါးစပ်ဆဲးဆဲး ဆင်၊ရှိုင်းတေတီမံး
ပုး ဆဲးပုဂ်းပိုင်းမံမီးလှိုင်းပွင်လှိုင်းဆဲးဆဲးဂေး၊ လုံးယွမ်းဝိုယူ။

မံမီးကမ်ဆဲးဆဲး လှိုင်းမခါးစတုပခမ်
ဂုခါးရှိုင်းကမ်ခံ့တီးခပ်ယူဂုး ?

မံမီးယဝ့်၊ ဆဲးလဆဲးစီမိုလီဝ်း ကံး၊စက၊လ်ကူင်၊ဆဲး
ပုခါးတု၊ဂုခါးရှိုင်းကမ်စံ့တီးစပ် လဆဲးစီမိုလီဝ်းလှိုင်းဆဲး ကမ်၊
ဂပ်းဂံ၊ဂမ်ဆဲးဆဲးကမ်၊လတ်းပုးဝိုလုဂ်းလုဂ်း။ တေ၊ထိုင်မိုင်း
လီဝ်စတု ဆဲးစေးဖွေလုံးလှိုင်းကံးကလ်ကူင် ကမ်ဂပ်းဂံ၊
လုဂ်းလီဂ်း၊စဖေဂမ်ဆဲးဆဲး လှိုင်းလီဂ်း၊စဖေဂပ်းရှိုင်း။ ဂုခါးပိုဆဲး
မိုင်းဆဲးဆဲး လီဝ်းတိုက်းသိုပ်၊ရှပ်ဝိုယူ။ ရှပ်းစေးစတု လီစဆဲး
လှိုင်းပွင်လှိုင်းစပ်ပုး ဂုခါးရှိုင်းကမ်စံ့တီးစပ်ဆဲး မီးသူခါးလုံး
သူခါးတုမိုင်းရှိုင်းသင်းရှိုင်းဂုဂ်းစပ်ဆဲးယဝ့်။ ဂုဂ်းဂေးမိုင်းလီဝ်
ကံးကလ်ကူင်ကမ်၊ပံ၊လင်းတီးသူခါးလုံးဂွမ်။ ဂွပ်းသင်ဆဲး
သူခါးလုံးသူခါးတုမိုင်းလှိုင်းလီဝ်း၊ သုခါးလုံးဖွေတီးရှိုင်းမုဂ်းလုမ်း
စေးဖွေလုံးလှိုင်းသွင်းစေးဆဲး မိုင်းထံးကမ်၊လုံးမဂ်းမခါးလှိုင်းလုံး
မိုင်းဝို။

ဂုခါးဂိုခါးလင်းရှိုင်းကမ် ပီဆဲးခါးလှိုင်းခါးခါး
လှိုင်းမီးသုခါးလုံးဂုဂ်းကမ်၊လုဂ်းလုံး ကမ်ဂပ်းဂံ၊
လုဂ်းလှိုင်းလီဝ်လုဂ်း ?

မံမီးမိုင်းထံး ကမ်စဂုဂ်းဂုခါးရှိုင်းကမ်ဆဲးဆဲး
မခါးဂမ်၊ထီပခမ်ရှိုင်း လှိုင်းရှိုတ်၊လုက်းယူ၊ဆဲး ဂပ်းကမ်၊လင်း
လတ်း။ လှိုင်းသေဆဲး ကူပတေ၊ဆဲးဆဲး ပုခါးတု၊ဂုခါးရှိုင်းကမ်
လုံးဝခါးစပ် မီးသူခါးလုံးဖွေလုံးလီဂုး။ ကမ်၊မီးရှုဆဲးဂေး၊
ဂပ်းကမ်၊ရှု။ သင်လှိုင်းဝုးကမ်၊စပ်းပုးဆဲး ဆဲးစေးကမ်

သိုပ်၊ကမ်။ →

ဂျပံလုဂ်းကွခင်,

ဂွပ်းပိုဝ်းတိမ်းလိဂ်းပိုခင်စလွင်းခွဲစလု၊ ရှပ်းစား ထာင်၊ဝုးလုဂ်းကွခင်၊စပ်ဆွဲ ဂမ္မိခင်လံးခါမ်၊ဂျပံဂုခင်းဆံယဝ်။ လုဂ်းကွခင်၊စပ်လံးခါမ်၊ဂျပံဂါမ်.ခမ်ကခင်ဝုးဆဆွဲ တီးစတု မခင်း ကမ်၊တိတ်းဆီတီး။ ဂွပ်းသင်ဆဲ ဂုခင်းလုင်စလုးသင်၊ လုဂ်းကွခင်၊စလုးသင် လံးခါမ်၊ဂျပံ လံဂျေ.လံဂုခင်းကခင်ဝုး ဆဆွဲ သံါမံကခင်တိတ်းဆီတီးဆဆွဲကမ်၊မီး။ လုဂ်းကွခင်၊စပ်ဆွဲ ယုမ်၊ပိုခင်းငံးစလုးသင် မခင်းမီးဝင်၊ရှပ်းတု၊တေလုဂ်းဂိခင်စပ် ဆဆွဲ.စလုးသင် လာင်၊လံးခါမ်၊တာင်းဂျပံခမ်.ဂျေ၊ ပီခမ် လံးယဝ်။ ဂျပံဂုခင်းဆဆွဲ. ပီခမ်လွင်းပိုင်းမံမီးသေ ကမ်၊ဂျပံ လွင်းလံးလုင်၊ပီခမ်တာင်းဂါခမ်ဆဆွဲ. စပ်ကပ်လံးလဂ်. သိုင်၊သေစလုး တွပ်၊တိမ်းကခင်ဝုးဆဆွဲ. ရှပ်းစားတင်းသီင် ထုဂ်၊လံးရှပ်းထိုင်ယဝ်။

ပီခမ်လွင်းကထမ်၊မတိတ်းလုဂ်းရှိုတ်းဂါခမ်ယဝ်။
ကီခင်းကါခင်းကခင်ဂပ်းဂံ၊လုလုး လုမ်းဖွေမ္မိဂုမ်း လုမ်းဖျေ့.စလုး လုမ်းကမ်၊လုးလုင်ပွင်လုင်၊လုင်ဆဆွဲစတု ကာင်၊ တေကပ်ပုသဆ၊ဂျပံဂုခင်းဆဆွဲ စလေကွဂ်၊တီးလွင်းကထမ်၊မ တိတ်းလုဂ်းရှိုတ်းဂါခမ်စလုး ကထမ်၊မတိတ်းလုဂ်း.စံတီးဆဆွဲသေ လွင်းလုင်ဆဆွဲ. ကာင်၊တေလုဂ်းတိုင်းစေးဂျမ်းမ္မိ၊မိုခမ်ဆင်၊ ဂုခင်းရှိုတ်းဂါခင်းခွဲ(ဂုခင်းရှိုတ်းဂျေ။ဂုခင်းလုဂ်း.)ဆယဝ်။
ပုသဆ၊ဂျပံဂုခင်းဆဆွဲ. ကပ်စလေကွဂ်၊မုးတီးလွင်း ကထမ်၊မတိတ်းလုဂ်းရှိုတ်းဂါခမ်စလုး တိတ်းလုဂ်း.စံ.တီးဆဆွဲသေ စလုး တု၊တေစဂးလိတ်းပုသဆ၊ဆဆွဲ စီခင်းတေကမ်၊ငံး။ တု၊တေစဂးလိတ်းပုသဆ၊ဂျပံဂုခင်းဆဆွဲ လုင်၊လံးဖိုတ်းစပ် စဂးလိတ်းခွဲပုသဆ၊တိတ်းလုဂ်းရှိုတ်းဂါခမ်စလုး ပုသဆ၊တိတ်းလုဂ်း. စံတီးဆဆွဲ လင်၊တေပီခမ်လံးယဝ်။

ကထမ်၊မတိတ်းလုဂ်းရှိုတ်းဂါခမ်ဆဆွဲ ပီခမ်လွင်းတာင်း ရှိုတ်းရှိုတ်းလံးခါမ်၊တာင်းကထမ်၊မ တိတ်းလုဂ်း.စံ.တီးဆဆွဲယဝ်။ ဂုခင်းတင်းလံ၊ စတီးလုပံးလွတ်၊ကွဂ်၊မုးတီး ကခင်လံးခါမ်၊တင်း ကထမ်၊မလုဂ်းရှိုတ်းဂါခမ်ဆဆွဲ.သေ မိုဝ်းလံးထိုင်မုးခွဲဂ်းမိုဝ်း ယဝ် ဂမ္မိခင်လင်၊လံးဂု.ဝုးစပ်ပီခမ်ဂုခင်းလံးခါမ်၊ဂျပံ. ပီခမ်ဂုခင်း ရှိုတ်းဂါခမ်စံ.တီး၊ ပီခမ်ဂုခင်းပံးဖေးဆယဝ်။ ဂျပံဂုခင်းဆွဲ ပီခမ်လွင်းကထမ်၊မတိတ်းလုဂ်းရှိုတ်းဂါခမ်စလုး သမ်၊စီခင်းထိုင် ပခင်းရှိုတ်းလံးမခင်း ပီခမ်လွင်းလံးခါမ်၊ကထမ်၊မတိတ်းလုဂ်း.စံတီး ဂျပံယဝ်။



လုမ်းယူကီခင်ကံါဗီ (UNIP) ဆွဲ ဖွေမ္မိလံးလု တု၊တေရှိုတ်းသင်၊ဂါခမ်ငါခင်း ကခင်ပီဂ်၊ပိုင်းကမ်၊မိုခမ်ဂမ် လွင်းလံးခါမ်၊ဂျပံဂုခင်းစလုး လွင်းကထမ်၊မတိတ်းလုဂ်း ရှိုတ်း ဂါခမ်၊ လွင်းယု.လု.လီဝီသုခင်၊လံးဂုခင်းရှိုတ်းဂါခမ်လုင်ဆံ.ယဝ်။ ဂုလုးဂုးဖွေမ္မိလံး လုတု၊တေရှိုတ်းဂါခမ်ကခင်ဆိုင်၊ဝုးဆဆွဲ မခင်းဂပ်းဂံ၊ဂခင်တင်း လွင်းလံးစေးစာပ်၊ ဂုခင်းရှိုတ်းဂါခမ် စပ်ဆဆွဲ.ဂျပံရှိုပ်ဆယဝ်။

ဂုခင်းဆိုင်၊ဂျေ.ဆွဲ တု၊တေရှိုတ်းတုင်မခင်းယု၊လွတ်၊ ကသာဂ်းလံးဆဆွဲ ပေးမခင်းလံးတုင်ဆိုင်ဂျပံမုး လင်၊ပီခမ်လံးဆံ တုင်မခင်းတဂ်းတေလံးဖွေမ္မိယု။ ဂုလုးဂုး မခင်းဖွေမ္မိလုမ်း ရှိုတ်းပိုခင်းလာတ်းတေ၊ဂပ်းသိုပ်၊မခင်း မိုခမ်ဆင်၊စားလုဂ်း.ဂျေ.ဆိုင်၊ ကမ်၊လုး။ ကမ်၊လာင်၊တိတ်းတတ်းလံးရှပ်းဂုလုးသေ လံးခါမ်၊ ရှိုတ်းပိုခင်းလာတ်းတေ၊ဂပ်းသိုပ်၊မခင်း မိုခမ်စားလုဂ်း.ဂျေ.ဆိုင်၊စလုး ကမ်၊မီးသုခင်၊လာင်၊ကွဂ်၊ဂါခမ်ငါခင်းလံးသေကိတ်းဆွဲ

သေ မာင်ပွဲဂ်းလုံးခါမ်၊တၢင်းရှိုင်းရှိုင်းပိမ်းစီးစားဂျးမ ဂျးလူးကွမ်း၊
 ယဝ်။ ဆွဲးမိုင်းမာမ်းဂေးလုံးရှမ်းပိမ်းပိုင်းခိမ်းယဝ်။ ဂွမ်းမီးလွင်း
 သါခါးစတီးစလး ပေးဖုင်စပ်လူးရှိုင်းတံဂျးခါမ် ဆၢင်းယိုင်းစပ်
 ကမ်၊မီးတၢင်းလှိုင်းသင်သေ လုံးပိမ်းဖုင်ကွမ်းရှိုင်းဆုးရှိုင်း
 မးယဝ်။ စပ်ရှိုင်းကါခါးဆုးရှိုင်းလီတၢင်းရှိုင်းဂေးယဝ်။ ဖုင်
 ကမ်၊ဆၢင်းယဝ်ဝံ့ဂျးစခါမ်စပ်။ ပေးတေကပ်မိုင်း ကျစေ
 မးတံဂ်းစခါမ်စတေ။ ဂွမ်းပိုင်းသါခါးစတီးဂါခါးတၢင်းသိုင်းမိုင်း
 ကါခါးတုင်၊ဆီးသျှးစလး ဆၢင်းယိုင်းကျတၢင်းဆမ် လုံးပိမ်း
 ဖုင်ကွမ်းရှိုင်းဆုးရှိုင်းမးယဝ်။ ဆွဲးတုင်၊ပိုင်းဂူဆီးဆံ့။ စပ်လုံးပိမ်း
 ဖုင်ကွမ်းရှိုင်းဆုးရှိုင်းဝံ့သေတၢင်းဂေး လွင်းလုံးတံဂ်းတတီး
 ဂါခါးဆုးရှိုင်းလှိုင်းဆံ့။ ဖုင်ဂေးကမ်၊မာ်းမာ်းစပ် ဆၢင်းဆုး
 ဂျးရှိုင်း။ ဂူလှ်းဂျးပေးဝးမီးမး ပာင်ဂူပံ့ဂျးပိမ်းရှိုင်းဆံ့စတေ။
 ကွမ်းဂါခါးမုင်းမုင်းဝး စပ်တေမးပခါမ်မုင်းတုင်၊ ကမ်၊ဆၢင်း
 ဖေးသပ်းမုင်းလုံးမိုင်းဂွမ်းဆၢင်း ဖုင်ဆၢင်းဆံ့ယဝ်။
 ဂွမ်းလုံးလေးလှိုင်းဆံ့စလး လုံးစတီးလှိုင်းရှိုင်းဂါခါး
 တၢင်းလှိုင်းတၢင်းပိုင်သေယဝ် လုံးတၢင်းပုးလူလုမ်းလး လုဂ်းကွမ်း
 ဂူဆီးလှိုင်းထိုင်းစလး မိုင်းဂါခါးတၢင်းလုံးရှပ်၊ဆၢင်းသွင်ပုးယူ။

၂ ဂွမ်းလုံးပိမ်းစားစီခါးပိုင်ဂါခါးလေး၊ လုံးခါး
တီးယူ၊တီးဂါခါး

မာ်းပွင်၊တၢင်း ဂူဆီးတၢင်းလံာ်လုံးပိမ်းဂွမ်းဖေးသဖေ၊ဝ
 (ကမ်၊ဆၢင်း) ကမ်၊လှိုင်းသဖေ၊ဝသေ ပိမ်းဂွမ်းဖေးစီခါးကမ်
 ဂူဆီးလုံးရှိုင်းသၢင်းစလး ကွမ်းဂါခါးလုံးခါမ်၊တံဂ်းစံး။ ပံး
 ဖေတ်၊ရှိုင်းယေးစပ်ဆၢင်းယဝ်။ ဆွဲးဖေးလှိုင်းဆံ့မာ်းပးလွင်း
 ဆမ့်ထူမ်း။ ကိုင်၊သခါမ်၊ ပု၊ထိုင်းပု၊မံ့လူလီဝံ။ ဂမ်၊ဖုင်လှိုင်း
 မံ့မး။ ဖုင်ဆၢင်းလိခါးရှိုင်းမး။ လိခါးဂူဆီးစလး ရှိုင်းကါခါးရှိုင်းဂါခါး
 လူလီဝံလှိုင်းဆံ့ယဝ်။ ဖေးစီခါးကမ်လုံးရှိုင်းဂါခါးပိမ်းလှိုင်းဆံ့
 မာ်းကမ်၊လှိုင်းဆုးယိုင်းလံး။ ယု၊ဂပ်းဂူဂေးယဝ်။ ဂူလှ်းဂျး
 ဂွမ်းပိုင်းလုံးကပ်ပိုင်၊ပေးကမ်မီးပုခါးစလး လုံးတၢင်းလှိုင်းထီမ်
 ကမ်၊ဖေင်၊ဂါခါး။

ဖုင်ယိုင်းစပ်လုံးတုဂ်းစ ခါခါးလှိုင်းသေဂူဆီးလုံးစပ်
 ယဝ်။ ကမ်၊လုံးရှမ်းလီဝံလှိုင်းလီခါးဆၢင်းစတေ ဖေးစီခါး
 ရှမ်းဆမ့်ဖုင်လှိုင်း သိုင်းဆုးမိ။ ကမ်၊ပေးရှိုင်းဆၢင်း
 ဖုင်ယိုင်းပးတွင်သေ လုံးတံဂ်းဆုးလုဂ်းယူ၊ဆၢင်း။ လုံးတၢင်း
 လှိုင်းထီမ် ပုးတၢင်းဂေးလီဝံလှိုင်း (ခါခါးမိုင်းပိမ်းလှိုင်းဆၢင်း
 ဖုင်ယိုင်းလှိုင်းဆံ့။ စပ်လှိုင်းသင်တေ။တေ။ဆံ့ ကမ်၊ပုဆံ့ထိုင်
 ယဝ်) ဆွဲးမိုင်း ဂူဆီးလှိုင်းလုံးဖေတ်၊ရှိုင်းယေးသေ စံးပံး
 ယူ၊တီးပာင်ဂူဆီးပံးဖေး (ကံာ်တီး၊ဖေ) လှိုင်းဆၢင်းဂေး ကမ်၊မီး
 လှိုင်းလီဝံ၊စလးသေ ရှိုင်းသၢင်းပုခါးကွမ်၊ဆွဲးစလး

ရှိုင်းကပ်၊ဆမ်။ တၢင်းဖုင်ယိုင်းစပ်။ ပိမ်းဖုင်ကွမ်းရှိုင်းဆုးရှိုင်း
 ဆဲးဂေးကမ်၊မီးဖုင်မာ်းမံ။ ဂွမ်းဆၢင်း ကမ်၊မီးလှိုင်းလံးတၢင်းတေ
 လုံးရှပ်။ကပ်တၢင်းလှိုင်းထီမ်။ စပ်ဆံ့။ တၢင်းတေလုံးရှပ်ထူမ်း ဖုင်
 ဂတ်။စီခါး၊ဖေ၊လီဝံလှိုင်းကွမ်းဆၢင်းဂေး ကမ်၊မီးလှိုင်းလံး။
 ဆွဲးပာင်ပံးဖေးကံာ်တီး၊ဖေလှိုင်းဆၢင်း ဂွမ်းဆၢင်းယိုင်းစလး လုဂ်း
 ကွမ်းစပ် လုံးခါမ်၊လူလံာ်ဖေ၊ဂျးမဆၢင်းစလး ပုးတၢင်းလှိုင်း
 ရှိုင်းလှိုင်းစပ်ဆၢင်း ဂျးလှိုင်းမးလှိုင်းဂေး စပ်လုံးဂျးပိမ်းမုဂ်းပိမ်း
 ယဝ်။ ဂွမ်းဖေးစီခါးလှိုင်းဆၢင်းစလး တေကပ်၊ဆမ်။ဂေးစပ်
 လုံးလှိုင်းဂါခါးဂျးပိမ်းဖုင်ယဝ်။

၃ ဂွမ်းဂါခါးလေး မာ်းမီးခါခါးယူ၊လေး၊
လုံးခါးတီးယူ။

ဂူဆီးတၢင်းလံာ်ဆံ့။ ဂွမ်းလှိုင်းပွင်လှိုင်းစပ် ရှိုင်းသၢင်း
 ဂါခါးငါခါး ပုးတၢင်း ဖေင်၊ဂါခါးပာ်းပိုင်ခါခါးယု၊မာ်းမီးဆၢင်း။
 သေ လုံးစံးတီးယူ၊ ဖေတ်၊ကွမ်၊တီးဂါခါးဆၢင်းယဝ်။

တီးတံဂ်းမာ်း

မိုင်းဆင်၊ရှိုင်းသၢင်းဖေ၊လှိုင်း။ ရှိုင်းသၢင်းတၢင်းရှိုင်း။
 သၢင်းဝါခါးရှိုင်းမိခါ။ လီဝံလုံးပိမ်းမိုင်းလှိုင်း။ ဂါခါးငါခါး
 စုတီးမေးလှိုင်းစလး မာ်းမံတုင်၊ပု၊မံ့။ လီဝံလှိုင်းဆံ့စလး
 လုံးစံးကွမ်၊ပံးဆၢင်းယဝ်။ လှိုင်းဆင်၊ရှိုင်းဖေင်၊ဂါခါးပာ်းပိုင်၊
 လံးလီဝံ၊ပစု၊လိခါးဆၢင်းဆင်၊ရှိုင်းတေစစ။စီခါးလှိုင်းခါခါးယု၊
 မာ်းမီး လှိုင်းဂမ်၊ဖုင်လုံးဝံးဆၢင်းစလး တၢင်းဝါခါးလံး
 ဖေင်၊ဂါခါးသေ ရှိုင်းသၢင်းတီးလှိုင်းလံးပံး မာ်းမီးဝံးဝံး။
 တိုတ်။လခါးရှိုင်းဆွဲးမိုင်းစပ် ကွမ်းဂါခါးမးလှိုင်းစလးလှိုင်း လှိုင်း
 ဆံ့ယဝ်။ လှိုင်းဂေးသၢင်းစလး လှိုင်းခါခါးယု၊လှိုင်းဆံ့။ ရှိုင်းရှိုင်း
 ဂူဆီးတၢင်းလံာ် လုံးကွမ်၊ပံးဖေတ်၊ရှိုင်းယေးစပ်ဂျးယဝ်။

ဂွမ်းသါခါးစတီးဂါခါးစလးသင်။ ဂွမ်းဖေးစီခါး
 ရှိုင်းဂါခါးဆၢင်းစလးသင်။ ဂွမ်းဂါခါးငါခါးသၢင်း တၢင်းခါခါးယု၊
 ဆၢင်းစလးသင်။ ဂူဆီးပံးဖေးဆၢင်းယိုင်းစပ်။ ဂူဆီးယွမ်း
 ပိုင်းရှိုင်းစပ် (ကမ်၊ဆၢင်း) ဆွဲးမိုင်းဂေးကမ်၊မီးတီးယူ၊
 တၢင်းသပ်းသေ ဆၢင်းယိုင်းလှိုင်းလုံးစံးပံးယူ၊လှိုင်းဆၢင်း....

❖ တၢင်းတေလုံးခါမ်၊တၢင်းရှိုင်းရှိုင်းခါခါး။ ကမ်၊မီးတီးပိုင်း
 တီးကိုင်သင်ယဝ်။ (ဂွမ်းဂပ်းဂံးလှိုင်းဂျးမာ်း ဂွမ်းဂပ်းဂံးလှိုင်းလုံး
 ခါမ်၊ရှိုင်းရှိုင်းခါခါး) ဖုင်ဆၢင်း
 မိုင်းမာ်းစလး မိုင်းသုတၢင်း ကမ်၊လုံးပိမ်းလှိုင်းသါခါးစတီးဂါခါး
 ယူ၊ဆၢင်း။

ပိုဆ်.ရှု.ရ်.မ်.တူ.ဝ်

ဂွမ်းပေးစီဆင်သိုဝ်းဆေးမိစလး ဆွဲးမိုဝ်းထံးစလး သီရိလင်းဂျာဆမ်. ဆောင်းယိုဝ်းစက်ကမ်,မီးလွင်းရှုမ်,လူမ်းသင်ယဝ်။

- ❖ လုဂ်းကွမ်း,တူဂ်းပေးဆင်စပ် လံးရှုဂ်ဆမ် ရှုယိုမ်. ပုဆ်းတျာ,ဆေးရှုဆ်းစပ်၊ ရှုဆ်းရှုဆ်းရှုးလံးယူ,ရှုမ်; ရှုမ်းဂမ် ဂွမ်းပုဆ်းလွင်းရှုဆ်းရှုဆ်းယဝ်.သေ လင်,ဂွံ; ပုဆ်း,ပုဆ်းတျာ,တူဂ်းစပ်စလး ပုဆ်းဖွမ်းဆင်းယိုဝ်း စပ်ဆမ်.ဆမ်လှိုဝ်မား။
- ❖ ဝင်းလံးတျာ,တေရှုဆ်းလိဂ်းရှုဆ်းလံးဆမ်. လီဂ်.ဂေ, ဂေ,မင်(ဂမ်.ဆမ် ဆောင်းယိုဝ်းကွမ်း,စပ်လံးထူးလျား လွင်းဆံ့.)
- ❖ ကမ်,လံးရှု.ကပ်လွင်းပံးယူ,လီလုမ်းလျား ဂပ်းဂံ, လူလ်း လီလုဂ်းစလးလှိုဝ်းပေးဆမ်။

ကမ်လမ်,လွင်းဆမ်.စတ. တေလံးရှု.ပွင်,လှိုဝ်း လွင်းလံးစံးတီးယူ,တင်းမူတီးဆမ်. မမ်းကမ်,လှိုဝ်းလွင်း ကထမ်,မတီဂ်းလှို.စံးတီး။ ဆောင်းယိုဝ်းစလးရှုဆ်းလံးစပ်ဆံ့.

ပုဆ်းပင်;တူဂ်းစပ်စလးသင်၊ ပုဆ်းပင်;ရှုဆ်းရှုဆ်းစပ်ဆမ်. စလးသင် ဖေတ်,ရှုဆ်းဖေတ်, ယေးသေ (ဆွဲးမိုဝ်းစလးသင်၊ လတ်း စ ၁ မ် ; လီ ဆမ် လီ ဆမ် ကမ်ရှုဆ်းရှုဆ်းမဂ်းမံ ဆမ်. စလးသင်) ကွမ်ဂမ် ရှုယူ, ရှုဂ်ဆမ် မိုဆ်ဆင်,ဝါး ဆမ်.သို ဂျာလှိုဂေးလှိုလီဂျာဆမ်;ယဝ်။ ကမ်စံးတီးလှိုဝ်.ဆမ်.ပီဆမ်ဂွမ်း လွင်းမားမီးသေ စပ်ကွမ်ဂမ် စံးတီး လွမ်းလူလ်းဂင်လှိုစပ် ဆမ်.ယဝ်။ ဂွမ်းလံးမားမီး ပါဆမ်, လိပ်ပစလ်ဆမ်

ရှုဆ်းတင်းလံ၊ လံးသုမ်းဝင်းလံးပံးမားမီးစလး ငိုဆ်းစပ်; လီဂ်.ဂေ,ဂေ,မား၊ လမ်.ယူ,သင်းပိုင်းဂမ်မား၊ လွင်းကမ်,ဖိုင်, ပိုင်းဂမ်ဆမ်.ဂေ; မီးဆမ်မားစတ.စတ.ယဝ်။ ရှုလ်းဂျာ ဖေ,ဆိုင်;ဂေ; ပုဆ်းတျာ,ရှုဆ်းတင်းလံးဆမ်. တျာ,တေလတ်းစမ်; လီဆမ်လီဆမ်ဆွဲးမိုဝ်း၊ ဆွဲးမိုဝ်းဆမ်.ဂေ; ငံးမားယဝ်။

မင်ပွဂ်းမင်လှို ရှုဆ်းလှိုဝ်းလံးစံးတီး ဂွမ်းမားမီး ဆမ်. ပေးတေဝါးစပ် ပီဆမ်ရှုဆ်းလံးမား,တီဂ်းစံးတီး ဆမ်.သေတျာ. ဂေ; ပေးတေရှုဆ်းရှုမ်းဂမ်တူလ်းဆမ်.လှိုဝ် ကမ်,လံးဝါးမမ်းပီဆမ် လွင်းလံးမား,တီဂ်းစံးတီး။ တေလံးရှု.ဝံ.ဝါး ရှုဆ်းလံးစံးတီး ဂွမ်းမားမီးဆမ်. လွမ်းလူလ်းဂင်လှိုစပ်သေ မိုဝ်းစိုဆ်းရှုဆ်း လံးယူ,ဂေ; ပုဆ်းတျာ,ရှုဆ်းလံးမား,တီဂ်းစံးတီး လှိုဝ်းဆမ်.စတ. ပေးဝင်းလံးမမ်းကမ်,လီဆမ် တျာ,ပွဂ်းရှုဆ်းဆမ်. စွဲးလံး လင်,တေလင်;လံးယဝ်။

ကထမ်,မတီဂ်းလှို.ရှုဂ်းဂမ်.ကမ်.ပု;ဆမ်.

ရှုဆ်းဂေ.ဆိုင်;ဆွဲး တူဂ်းမမ်းစလးသင် ကမ်,ဆမ်ရှုဆ်းရှုဆ်း မမ်းဆမ်.စလးသင် လံးမား,ရှိုဝ်.လွဂ်,သေလှို.ရှိုဝ်းဂမ်. ဂွမ်းထုဂ်,ဆီ;စလးလံးရှိုဝ်းဂမ်.ပမ်.မိုဆ်စီ;မား၊ ဂပ်းဂံ,လူလ်း ဖေ,လှိုသေလံးမား,ရှိုဝ်.လွဂ်,၊ တီဂ်းသိမ်းကပ်ဝံ.ဝံ.ဂပ်းတူဂ် လှိုဝ်ဆမ်.သေစလး လံးရှိုဝ်းဂမ်.ပမ်.ယူ,ဆမ်.လှိုဝ် ဆမ်.ဂေ;ပွင်,ဝါး ကထမ်,မတီဂ်းလှို.ရှိုဝ်းဂမ် ဆမ်.ယဝ်။

ဂမ်.ပု;ဆမ် လှိုဝ်းကမ်ပီဆမ်ဂမ် တီဂ်းလှို.ရှိုဝ်းဂမ် ဆမ်.စတ.လံးရှိုဝ်းပမ်.စမ;မွဂ်,ယု;၊ ရှိုဝ်းရှုဆ်းပွဲ.ရှုဆ်း/ ရှိုဝ်းဂမ်.ဆွဲးရှုဆ်း၊ ရှိုဝ်းဂမ်.ဆွဲးရှုဆ်းလမ်း၊ လံးရှိုဝ်းဂမ်.ယဝ်,



Deepa Bharahi, Committee for Asian Women(CAW)

ယားမားလှိုလှိုဝ်းဆွဲးယဝ်။ ပုဆ်းတျာ,ဆောင်းယိုဝ်းစပ်ဆမ်. ပေးလံးမား,တီဂ်းလှို.ရှိုဝ်း ဂမ်.ဆမ်ဂျာတီး ဂမ်.စမ;မွဂ် ,ယု; ဆမ် .

(တီးထွင်း
လံးရှိုဝ်းဂမ်.ပေးမားမွဂ်,ယု; ဆမ်.စတ.ပီဆမ် လှိုဝ်းလံးမား,တီဂ်းလှို. ရှိုဝ်းဂမ်.ဆွဲးရှုဆ်း/ ရှိုဝ်းဂမ်.ဆွဲးရှုဆ်းလမ်း၊ လံးရှိုဝ်းဂမ်.ယဝ်, ဂေ;ပွင်,ဝါး ကထမ်,မတီဂ်းလှို.ရှိုဝ်းဂမ် ဆမ်.ယဝ်။

ဂမ်.လှို.ရှိုဝ်းပုဆ်းဖွမ်းစလး လွင်းလှို.ရှိုဝ်းဂမ် ဆွဲးရှုဆ်း/ ရှုဆ်းပွဲ.ရှုဆ်းလှိုဝ်းဆမ်.ဆမ်.စတ.စတ. လွင်းတီဂ်းလှို. ရှိုဝ်းဂမ်.ဆွဲးရှုဆ်းမားဆမ်. လံးရှုဂ်,ပေး,တျာ,ပမ်.တပ်.သိုဂ်း မားမား၊ လံးပွဲ.ယမ်းပမ်.ပင်.တပ်.သိုဂ်းမားမား၊ လံးမား,လှို.ဖိုင်; မား,တီဂ်,၊ လံးရှိုဝ်းပမ်.ဂမ်.ဂေ;သင်;လှိုဝ်းဆမ်.ယဝ်။

လွင်းလုံးထွက်၊ခါမ်၊ တိက်းယံ့ခွဲကွင်းတီးယူ၊ ဧလး၊ တိက်းခါခမ်းလွှဲ.ရှိုင်းရှိုင်းကါခမ်းလံ၊

ဆွဲးမိုင်းကေးသျှိုင်းတင်၊တီးဆဆ လီမ်ဗုးယိုင်း ဗုးလံး လံးရှိုင်းပခမ်းကါခမ်းဗုး၊သွမ်း၊ ဂမ်းဆမ်မိုင်းစီးစား ဆဆယပ်း။ (မိုင်းဆင်၊မိုင်းကါခမ်း၊တီးယုးဧလးမိုင်းဆီ၊ပေးဆဆ ကွမ်းဂမ်းလွဲ.ဗုးယိုင်းရှိုင်းကါခမ်း မိုင်းဆင်၊စီးစားမား တေး၊ပေး ထိုင်ပိုင်းကမ်း၊ယုးပီတီးဗုးထိုင်းဂျ၊မိယ ကမ်းဝုးဆဆ.ယပ်.။

ဂျ၊ခံဂုမ်းကမ်းဝုးဆဆ ခိုင်းလွက်၊လွဲ.ကီဆီရှိုင်း ကမ်းဆဆလွဲ.လံးကထမ်၊မတင်၊ပိုင်၊ ပီတိုလီဆီ၊ ရှိုင်းရှိုင်းဂွင် လို.လို.ကျ၊ဆ၊ပိဆီ.ပီတီး၊ ကမ်းဆဆဂွပ်းကမ်း၊ပေးသံ.ဧလး မာပ်၊ဂါဆီ၊ ကမ်းဆဆ ဆင်၊ရှိုင်းတေဂါဆီလိက်းတွက်၊လွက်းလံး ဂုမ်းဂေးဆိုင်ဆဆ. ရှိုင်းမဆီလံးလွင်းဗုးလံးလွဲ.ဂေးဆဆ. သေဧလးကပ်ပိုင်းမုဆီ၊ ပခမ်းဗုးလီဆမ်.တွမ်းသေ ပံးရှု ကပ်၊လွဲ.လွက်းလိုင်ဆံ.သေရှုမဂုမ်း၊တေး.သုင်၊၊ စံ့လံး၊ လက်သိုင်၊ ရှပ်.ကပ်ဝံ.ဆံ.

မဆီးပွင်၊ဝုးလိုင်ဆံယပ်း။

(တီးတွင်း-

ဂီ ပ်း ထု ဆီ
 နုဆီကွက်၊
 ကပ်မားဂုးတီး
 လံးဂျ၊ပင် . ဂမ်
 ဧပလ၊မုပ် ဖေးဗုး
 လံးလွဲ ကမ်းမုက်လုမ်း
 လုမ်း၊ဗု.တမ်းမက်းဝံ
 တု၊တေဂီပ်းရှုမ် လွင်း
 တု.လလိုင်၊ လတ်းလီဆီလိဆီ
 ဂမ်၊ဗု၊ ဂုးတီးတီးဆဆ.ရှိုင်းတီး
 ဆီတီးဆံယပ်.။



လွမ်းဆင်၊ပဂ်းပိုင်မံမီးဆဆ
 ပိုင်လုင်မဆီးဧတု တေလံးရှုဆသပ်းလီင်း ဧဆဝံ.ဝုး ဂျ၊ခံ
 ဂုမ်းဆံ. ပီဆီလွင်းကထမ်၊မ တိက်းလွဲ.ရှိုင်း၊ လွဲ.ကီဆီရှိုင်း
 သေလွဲ.ရှိုင်းဧလး၊ ဂေးကပ်ဆဆ.ယပ်း။ လွင်းဆံ. ကပ်ဂုမ်း
 လက်.ခါမ်းဧလးဂျ၊ခံဂုမ်းဆဆ. ယုးဆီမံမီးဂုးမိုင်းမိုင်းသေ
 မက်းမံရှိုင်းပီဂ်းပိုင်ဂမ်းယပ်း။

ရှပ်းသင်ဆံ လက်.ဂုမ်းခါမ်းကမ်းဝုးဆဆ. ဂေး
 လက်.ဧလး၊ ဂေးလံးခါမ်၊လက်.ဆံ.လွင်းဂပ်းသိုပ်၊ဆွဲးဧဂ်းဂင်
 ဧတင်သွင်ဗု၊ မီးဗုးလီလွင်းဂပ်းသိုပ်၊တေး၊ဂမ်းယပ်.။

(တီးထွင်း

**ဂီပီးထွမ်းမုးတီးလွင်းကထမ်၊မ တိက်းယံ့ခွဲကွင်းတီးယုး
 လံးခါမ်၊ခံလံးဝုးယုး၊ ဂျ၊ခံဂုမ်း၊ ဧဂျ၊ကျိုပ်၊
 ဗုးလံးခါမ်၊ ကံးကေလ်ကျိုပ်းခံယပ်.။)**

ဂါဆင်ငါဆီဆဆ. မီးဆမ်.တွမ်းဧတ.ဧတ.သေ (တု၊တေလံး
 သံမံကမ်းတိတ်းဆီတီးဆဆ.ယပ်.၊ယီဆီဆ၊) ငိုဆီးစပ်းတီး
 ဂါဆင်ငါဆီဆဆ. ယုဂုပ်ပုပ်လ် (တပိုင်ဂါဆီဗု၊မိုင်းယုဂုပ်စပ်)
 လါမ်းဝံ.ဝုး ဆိုင်ပီတေမီးမုက်းကီးယု(12)လါဆီ.ခိုဆီးဆိုင်
 ဆံယပ်.။

လွင်းဂျ၊ခံ ၁၅ ဆီ ဆဆ .
 ဆွဲးဂျ၊ဂါဆီမာက်းမီးတင်ဆမ်
 ကမ်းလွတ်းလီဝ်းဆဆ .
 ရှိုင်းရှိုင်းမီးဂုမ်းရှိုင်းဂါဆီ
 ဂျ၊ရှိုင်းထုဂ် .၊
 ကမ်းလွဲ.လွဲ.ကမ်းယပ်.။

လွင်းဂျ၊ခံဂုမ်းဆဆ.
 ထီမ်ရှိုင်းပဆ
 တုကုးရှိုင်းရှိုင်း
 ရှိုင်းကမ်းလး
 ပခမ်းဂုးရှိုင်း
 ထုဂ်၊ထုဂ်၊သေ
 လွဲ.ရှိုင်းဂါဆီ ဆဆ ယပ်.။
 လွမ်းဆင် . ဗု ဆမ် မံ ၁ ဧလး
 လွင်းဗုဆမ်.ရှုဆဆ. လွင်း ဂျ၊ခံဂုမ်းဆံ.
 ရှိုင်းရှိုင်း ဂုမ်းလိုင်လံးခါမ်၊ ဂျ၊ခံ ဧကထမ်၊မ
 ဧလးသင်/ ပွတ်း ကွမ်းတွမ်းဆိုင်; ဧလးသင် လွဲ.သိုပ်.ခံ
 လွင်းဂျ၊မလွဲ၊ တိက်းလွဲ.ဂုပ်.ဂုး ပီဆီ ရှိုင်းလွဲ၊
 လွဲ. မို ဆမ် ဆင် , စီ ; စု ; သေ ကမ် , ဂျ၊
 ကမ်းဗုမံ.လံးလွဲသေလံးရှိုင်းဂါဆီလိုင်ဆံယပ်.။

(တီးထွင်း- လုဂ်တီးယုးဗုဆီ
www.unifemantitrafficking.org.def_traff.html

ဧယုးကပ်မုးဝါင်၊လါဝါး)

ဂုမ်းဂုးဂေး ကမ်းဝုးယိုင်းလံး၊ ခိုင်းဂုမ်း၊ လဆီ၊ လိုင်.ခိုင်း
 ကမ်းလီဂ်းဧသေ တု၊တေလံးငိုဆီးစပ်းလီဆဆ. ရိုင်၊လီမီး
 သုဆမ်၊လံးခါ.ဂျ၊မုး ယုးသပ်းတီးဆိုင်ယပ်.တီးဆိုင်ယု။

ဂေးလွဲ.ဂုမ်းလွဲ.ဂေး ကမ်းရှိုင်းလီလံးခါမ်၊ ကထမ်၊မ
 တိက်းလွဲ.ခါ.တီး။ ဗေးသဗုးဝ ကမ်းကုပ်.ထိုင်ကမ်းလံးဆဆ.
 ပီဂ်းသမ်.ဝုးလံးပီဆီမုးဆံသေတု.ဂေး လွင်းပီဂ်းပိုင်ဆင်ယိုင်း
 ကမ်းစပ်လုင်ဆဆ. ထုဂ်၊လီဂုမ်း.စံးလွဲပဆယု။

လွင်းဆံ. ပေးစွဲးဝံ.တိတ်းဆီတီးဆံ ရှိုင်းကပ်ဆင်ယိုင်းစပ်ဝံ.
 တီးကမ်းလံးတိတ်းတတ်းလွဲဆဆ.သေ လုင်၊လံးရှိုင်း.ရှိုင်းမက်း
 ပခမ်းစပ်ဆဆ.ယပ်.။ ဂုမ်းရှိုင်းဂါဆီခါ.တီးလိုင်ဆံ.ဂေး

သီခင်းတၢင်းပေယျလသီ,ဂိုဝ်းခေခေ ဝီခင်းတၢင်းတၢင်းတၢင်းကွၢ်,

ကျဲးတၢင်း,ဂၢၢ်;၂၀၁၆ Jackie Pollock, MAP Foundation

*သီခင်းတၢင်းပေယျလသီ, ဂၢၢ်ဂၢၢ်ဂၢၢ်ဂၢၢ်
ဂိုဝ်းဂိုဝ်းဂၢၢ်ခေခေ ဝီခင်းတၢင်းတၢင်း
တၢင်းကွၢ်, ?*

ဆိုးမိုင်းတီ,မူဝ်,စပေသီ,ဂိုဝ်းခေခေ. ကဆင်တီခင်းကွၢ်, သီခင်းတၢင်းပေယျလသီ ဂၢၢ်ဂၢၢ်ဂၢၢ်ဂၢၢ်ဂၢၢ်ဂၢၢ်ဂၢၢ်ဂၢၢ်. ပီခင်း လုမ်းဂူခင်းတီခင်းဂၢၢ်. စုခင်းပေယျလသီ,ဂူခင်းတီခင်းဂၢၢ်. မုၢ်.လုမ်းဂေၢ်,သၢင်းပိုခင်း.ဝပ်;ဂူခင်းမိုင်းခေခေ. ကံခင်းလၢ်ကွၢ် ကဆင်ပီခင်းပေယျလသီ,လုမ်းလုမ်းပေယျလသီ.ဂူခင်းခေခေ.ယဝ်း။

လွင်းခေခေ. မဆင်းတၢင်းတူဝ်ဟွၢ်ဂၢၢ်,ခပ် တၢင်းသီခင်းယျ,ရှု.

ပေးတေတူလုမ်းဆိုး နေ့ ခေခေလိဂ်;ဗေ့ ခေခေလံးစတု ပၢ်းပိုင်သီခင်းတၢင်းလုမ်းဝါးမုၢ်ခေခေ. လံးဝါးတၢင်းတူဝ်လံး တၢင်းသီခင်းယျ,။ ဂူလုမ်းဂၢၢ် ပေးဂၢၢ်တေတူလုမ်းစီမံ.စီမံ.စတု. တီခင်းခေခေ,ကျဲးကျဲးခေခေ တေလံးခေခေဝါး ကံခင်းခေခေ,ဗေ့, ဝီခင်းဂၢၢ်။ လုမ်းဂူခင်းတီခင်းဂၢၢ်လုမ်းခေခေ. လုမ်းခေခေ,ယၢမ်းလံး မီးမုၢ်ခေခေ. ပီခင်းဂူခင်းလံးစပ်ဂူလုမ်း ကုပ်.ပိုင်,ကွၢ်ခေခေဝါး. တီခင်းလုမ်း,လွင်း လိဂ်;လုမ်းလုမ်းခေခေ. ဆင်,ရှုဝ်ပေယျလသီ,ယဝ်းစပ် တေလံးမီးမုၢ် လံးတီခင်းသၢင်းမဆင်းတီခင်း.ရှုခင်းဂေၢ်,ကျဲး။

ပေးဆၢင်းယိင်းစပ် လံးစပ်;ပေးတီခင်းသၢင်းတီခင်း. သုင်လုမ်းခေခေ.ခေခေခေ ခေခေခေ,တေလၢင်းဂူခင်း,ဝမ်းလံး လွင်းတၢင်း တၢင်းသီခင်းတၢင်းသုခင်း,လံးဂူခင်းတီခင်းဂၢၢ်ခေခေ. ဝမ်းလံးတီခင်း တီခင်းဂၢၢ်လုမ်းခေခေ.ယဝ်း။

ကံခင်းဂၢၢ်ဂၢၢ်ခေခေ လံးမီးယျ,ဝါးကျဲး,ခေခေ, နှိုင်းရှိုမ်းသေတၢ်.ဂေၢ် လံးစွတ်,ဗေ့တီခင်းသၢမ်း(လၢင်းရှုခင်းဂၢၢ်. ဂူခင်းတီခင်းဂၢၢ်ခေခေ.လုင်ပွင်လုင်)ခေခေ. လုမ်းဂေၢ်,သၢင်း ပိုခင်း.ဝပ်;ဂူခင်းမိုင်းဂၢၢ်,စပ်;ပေး။ ဂွပ်;ခေခေ တီခင်းလုမ်းခေခေ လုင်ပွင်လုင်;စပ် ကုပ်.ထိင်းဝမ်းလံးဂူခင်းတီခင်းဂၢၢ်ခေခေ စပ်ဝံ ဂံခင်း,စီမံ လီခေခေ,ခေခေ လွင်းတီခင်းသၢင်းဂၢၢ်,ဂူခင်းတီခင်းဂၢၢ်ခေခေ စပ်ရှုခင်းမိုင်းပခင်းတၢင်းခေခေထိုင်ဝါးခေခေ မဆင်းလီဂ်;ဂေၢ်,ဂေၢ်,

မၢင်းကျဲး။ သံခင်းဂၢၢ်ဂၢၢ်,သုခင်း,လံးဂူခင်းတီခင်းဂၢၢ် တီခင်း မိုင်း ဝမ်းလံးဂၢၢ်,ပေးရှုခင်း.ခေခေ. ကျဲးကျဲး,ကဆင်တီခင်းတၢင်းလံး ပိုင်လုင်ခေခေ. လုင်ပွင်လုင်;စပ်ဂံ.ကပ်ဝံ.ယဝ်း။ ပေးဂူခင်း တီခင်းဂၢၢ်ခေခေစပ်ခေခေခေခေခေ ယွမ်းလွင်းတၢင်းမုၢ်ခေခေ မိုင်းဂူခင်း.ထိုင်ဝါး စပ်လွတ်,လုင်ပွင်လုင်;ခေခေ လုင်ပွင်လုင်; လၢင်း လီဂ်;လံးယိင်းဂၢၢ်စီမံ. ပီခင်းလွင်းရှုခင်း,လုမ်းလုင်;မိုင်းခေခေယဝ်း။ ပေးဝါးလၢင်းရှုခင်းဂၢၢ်ခေခေစပ်မီးကျဲး,ကျဲး,ခေခေ ပုခင်းတၢ်,လွင်းမၢ်;မီး စပ်ခေခေ ရှုခင်း,ဝမ်းခေခေပၢ်းပိုင်မံ;မီး. ဂံခင်းသုခင်းလၢင်းရှုခင်းဂၢၢ် တၢင်းပေးမီးကျဲး,ကျဲး,ခေခေ.ဂေၢ် လၢင်းပီခင်းလံးယဝ်း။

လွင်းယျ,သၢင်းသုလံးရှုတီခင်းဂၢၢ်ခေခေ ဝီခင်းဂူခင်း ဂိုဝ်းလုင် တၢင်းတၢင်းတၢင်းမံ;ပၢ်းပိုင်.

လွင်းတၢင်းတၢင်းပၢ်းပိုင် ဂၢၢ်ဂၢၢ်,လုင်ယျ,သၢင်း စံ. လံးတီခင်းဂၢၢ်ခေခေ. မိုင်းဂၢၢ်;ဗေ့,ဂၢၢ်,ဝမ်း.ထိုင်ဝါး ပီခင်းဂၢၢ် လုင်ပွင်လုင်;။ ဂူလုမ်းဂၢၢ် လၢင်းတီခင်းရှုခင်းပီခင်းလွင်းသုခင်းတုမံလၢင်း လုင်.ရှုခင်းဂူခင်းခေခေ. ပၢ်းပိုင်ခေခေ.ရှုခင်း,လီတၢင်းတၢင်းဆိုးစွပ်, ဝုခင်းမံ;မီးလုင်;မိုင်းခေခေ;ကဆင်ယျ,။ ပီခင်းရှုခင်းသေတၢ်.ဂေၢ် မိုင်းလီဝ် ခေခေဂၢၢ်,ဗေ့,ခေခေ ကပ်လွင်းပံ;မိုင်းလုင်.တီခင်းလွင်းယျ,သၢင်း စံ. လံးခေခေ.ခေခေကျဲး,ခေခေ ဆင်,ရှုဝ်တေလံးဗေ့,ပီခင်းဂၢၢ် ပီခင်း ဗေ့စီခင်းတေ,သုခင်း,လံးဂူခင်း ကဆင်ထုဂ်,လီမီးခေခေ.ယဝ်း။

စုခင်းဗေ့လုင်ခေခေမိုင်း. စွင်,သီ,ဗေ့,ရှုခင်း,လုမ်းလုင်.ရှုခင်း. ဗေ့,ဝု.ထိင်းဂူခင်းစပ်;မိုင်းခေခေ. လုမ်းတပ်.ရှုခင်းစပ် ကွၢ်ဂၢၢ် တၢင်းတၢင်း တီခင်းကွၢ်,ပၢ်းပိုင်ကဆင်ဝါးမုၢ်ခေခေ.ယဝ်း။မိုင်းဂၢၢ် လုမ်းလုင်;ခေခေ. တီခင်းကွၢ်,ပၢ်းပိုင်ခေခေ. လွင်းဂၢၢ်,ယျ,သၢင်း စံ.တီခင်းဂၢၢ်ခေခေခေခေ. တီခင်းဗေ့တီခင်းပိုင်;တူ.လုင်ရှုခင်းခေခေ. စပ်ဝုခင်း. ပုခင်းကျဲးကျဲး,ယျ,။

စံ.တီခင်းတီခင်းခေခေ. ပီခင်းလွင်းဂူခင်းတီခင်းဂၢၢ်ခေခေသေ တၢ်.ဂေၢ် ပေးတေတၢင်းတၢင်းတီခင်းကွၢ်,ပၢ်းပိုင်ခေခေ. စုခင်းလုင် ဗေ့,ဂူခင်းတီခင်းဂၢၢ်ခေခေ. စပ်;ပေးလီဂ်.ဂေၢ်,ဂေၢ်,မၢင်းကျဲး။လွင်းခေခေ. စုခင်းလုင် ဗေ့,ဂၢၢ်.စံ.သမ်. စပ်;ပေးဝံ.ယျ,ယျ,လုင်လုင်ခေခေ. ကမ်,ပီခင်းမုၢ်ပၢ်းပိုင်တီခင်းတၢ်,ဂူခင်းတၢင်းလံးသေ ဂူလုမ်းကပ်ပိုင် လုင်သေ တီခင်းမံ;ပီခင်းမုၢ်စွင်;စွင်ဂူခင်း,ခေခေယဝ်း။

ပေးတေတီခင်းဂၢၢ်ခေခေ တၢင်း ပၢ်းပိုင်ဂၢၢ်,လွင်း ကွၢ်, စၢင်းတၢင်းဆွတ်;မိုင်းခေခေ. ပၢ်းပိုင်ယျ,သၢင်းစံ.တီခင်းဂၢၢ်ခေခေ.

လွင်းလုံးထွက်၊ခါမ်၊ တိန်းယံ့ခါ်ကွင်းတီးယူ၊ ဧလး၊ တိန်းခါခါ်လွှ်းရှိုင်းရှိုတ်းဂါခါ်လံါ

ခါ် ဂုမ်းခါ်လံါးဆဲး.စတ. မိုခ်ဂါခ်ယူ၊သေတၢ်. ဂုမ်းတင်းလံါ လတ်းစပ်းမးဆွဲးလီခ်လီခ်လိုင်းမိုင်းဆိုင်းဂါခ်ဆဲး. ပေးဝုခ် ဝါးပိခ်ဖေးစီခ်ဆဲး လွင်းကွက်၊ခါ်တင်းဆွဲးမိုင်းလိုင်းဆဲး.ဂေး၊ ရှိုင်းလီဝုခ်.မိုခ်ဂါခ်ဝါးမီးဖေးစီခ်ဆဲးယဝ်း။

ဂုမ်းဆွဲးမိုင်းကွက်၊ခါ်တင်းလိုင်းလွဲးစပ်းမး၊ တေယူ၊ရှိုင်းရှိုင်း၊ တေဂျၢ်တင်းလွဲးလိုင်းဆဲး.ဂေး၊ မိုင်းတမ်းဝါးပတ်းပိုင်ဆဲး. တေလံးဝုခ်.လွမ်းယဝ်း။ လုမ်းလိုင်းဂပ်းဂါ်ကွက်၊ခါ်တင်းဆဲး. တီးဆွဲးပင်ဂုမ် လုမ်း.လိုင်ပွင်လိုင်းဆဲး. တေလံးမီးသုခ်.လံးတင်



Jackie Pollock, MAP Foundation

တူင် ဂုမ်းကွက်၊တင်းစပ်သေလတ်းဂုမ်းယူ။ ဂွပ်းကွက်၊ခါ် တင်းဆွဲးမိုင်းစလး လွင်းတုမ်.တိုဝ်. တူင်.ဝုခ်ဂုမ်းမိုင်းဆဲး. စပ်တေလံးမီးသုခ်.တင်တူင်တိုဝ်းတတ်းလွမ်း လွင်းတမ်းဝါး ပတ်းပိုင်ဆဲး. ဆမ်လိုင်မးယဝ်း။ကန်ရှပ်းလံးရှပ်းစတ. လိုင် လံးစာမ်.တုမ်တိုဝ်.ဆဲး. တၢ်.တေလံးမီးသုခ်. ပးဆွဲးလွင်း တမ်းဝါးပတ်းပိုင်ဆဲး. လံးရှပ်းမီးဆွဲးဂါခ်ခါ်ကွက်၊ခါ် တင်းဆွဲးမိုင်းစလး လွင်းဂုမ်းရှိုတ်းဂါခ်ဆဲး.ယဝ်း။

လွင်ခါ်.လံါးယူ.သပ်းရှိုတ်းဂါခ်ဆဲး.စတ. လုမ်းဂေး၊ သင်းပိုင်.ဝင်းစပ်တင်တူင်.ဆဲး. တိုက်.မီးဂေး.ဆၢ.ကန်ဂုမ်း ရှိုတ်းဂါခ်စပ်လိုင်.ဆဲး. လွင်းလင်းရှပ်းဂါခ်စပ်တင်တူင်ဂေး တိုက်.မီးဝံ.ကိတ်းကိတ်းဂုလ်း။ ဂုလ်းဂး လွင်းဂး.ခါ်ဂုမ်းဆဲး. ပုခ်တၢ်.ဂုမ်းလံးစာမ်.ဂး.ခါ်စပ်ဆဲး. ဆွဲးလုခ်.တီခ်မံးပတ်းပိုင် ကမ်.လံးရှပ်းမီးလွင်းတင်တူင်လတ်းဂုမ်းသေကိတ်း။ စုပ်.မိုင်း ရှပ်းစးတမ်းဝါးမမ်းမမ်း ပိုင်ရှပ်း.ဂင်းဂိတ်.စစ လွင်းဂပ်းလီခ် ခါ်ခါ်ဂုမ်းဆဲး. ကမ်.ရှပ်း.လီဝါးပုခ်.ဖွဲးမီးကၢ်.ဆၢ. ရှပ်း.ဝမ်းဝံ. တေ.တေ။ မိုင်းလီဝါးစတ. ဂပ်းဂါ်.လုလ်းဂး.ခါ်ဂုမ်း ကန်မီး ကၢ်.ဆၢ.ဆဲးပိခ်တူင်.ဝုခ်.ဝုခ်.မိုင်းမိုင်း။ ဧံ၊ဆိုင်.ပိခ်မိုင်း ကစမဂါ်ကမ်၊ ဧံ၊ဆိုင်.သမ်. ပိခ်လုမ်းလုမ်း.ဖွဲး.ဖွဲး.ရှပ်း.ယဝ်း။

ပုသဆၢ.ဆဲး.စတ. လိုင်မီးကၢ်.ဆၢ.လိုင်တမ်းဝါး တီခ်မံးပတ်းပိုင်ဆဲး. ကမ်.ဝုခ်.ထိုင်ဂေး.လံးစာမ်.ဂး.ခါ်. ဂေး.မီး တူင်ထုင်ဂး.ခါ်ဂုမ်းလိုင်ဆဲး။ ဂေး.လံးစာမ်. ဂး.ခါ်လိုင်ဆဲး.

လိုင်သေပိုင်.ရှပ်းထိုင်စပ်ပိခ်တူင်ယိုဝ်.မမ်းသေ ကမ်.မီးဂေး.တင်တူင်ရှိုတ်းသင်းပခ်စပ်။ ဆွဲးပင်ဂုမ်လိုင်.မိုင်းစလး ပင်ဂုမ် ဂုမ်းမိုင်းဆဲး ဂေး.လံးစာမ်.ဂး.ခါ်ဆိုင်.ဂေး.ဆိုင်.လွဲး မီးသုခ်.လံးတင်တူင်သေတၢ်.ဂေး၊ ဆွဲးပင်ဂုမ်လွင်းဂုမ်းရှိုတ်းဂါခ် လုမ်းဂုမ်း ရှိုတ်းဂါခ်လိုင်ဆဲး ကမ်.လံးတင်တူင်စပ်းပုခ်။ ဂုမ်းလံးစာမ်.ဂး.ခါ်တင်းဆဲးဆဲး လုဂ်းတီးကန်လံးစာမ်.ဂါခ်လိဂ်းဆမ်ဆၢ. စတ.ဆဲး.သေ ဂျၢ်.လုးတီးလံးစာမ်.ဂါခ်လိဂ်းဆိုင်.ကိတ်း။ ဂျၢ်.လုးရှပ်းဂုလ်းစပ် တီးဝင်လံးရှိုတ်းဂါခ်ကန်လီခ်ဆိုင်.ကိတ်းဆဲး . သေတၢ်.ဂေး၊ ဆွဲးဂးဂါခ်ခါ်စပ်လီဂ်းလံးယူ.ဆဲး. လုမ်းကန်မးယူ.စဂးမမ်း ရှိုတ်းသင်းပခ်ဆဲး. တိုက်.မီးဂေး.ဆၢ.။ ဂမ္မိဆမ် ဆင်းယိုင်ကန်လံးစာမ်.ဂး.ခါ်လိုင်ဆဲး. လံးရှပ်းသုင်.စပ်မိုင်းမိုင်းစပ်ဆဲး. (လင်းမီးဖေးစီခ်ဆဲး. လိုင်.လိုင်.ဆၢ.သေတၢ်.ဂေး) လံးရှပ်းစပ်စဂးမမ်းသေ သမ်.ကပ်တင်းဖိတ်းဂေး.ဂး.ခါ်ဂုမ်းဆဲး.ဂုလ်းယဝ်း။ဆင်.ရှိုပ်တေတမ်းဝါးလံးပတ်းပိုင် ကန်တူင်.တီခ် ပခ် ဂေး.လံးစာမ်.တုမ်.တိုဝ်.လိုင်ဆဲး. လုင်.လံးမီးလွင်းစပ်စပ်းပုခ် ကန်ထုက်.မိခ်ဆဲး.ယဝ်း။ ဂုမ်းရှိုတ်းဂါခ်ခါ်.တီးလိုင်ဆဲး. ဂေး တၢ်.တေရှပ်း.လံး သုခ်.လံးစာမ်. တူင်စပ်လုင်.မီးတီးဂိတ်.စစလံးရှပ်းရှပ်းဆဲး.သေ တီးရှိုတ်းဂါခ်စပ်သေကမ်.ဂး သုခ်.လံး ဂုမ်းရှိုတ်းဂါခ်ဆဲး. လုင်.ရှိုတ်းလုင်.ဂတ်တုခ်.မိုင်းမိုင်းယဝ်း။ ဂေး.လံးစာမ်.ဂး.ခါ်ဂုမ်း၊ ဂေး.မီးတူင်ထုင်လိုင်ဆဲး. လီဂ်းလံး တူင်ထုင်ဂန် ကန်ရှပ်း.ဝါးဂန်သေ ရှိုတ်းသင်းလွမ်းလုလ်းဂန် တင်းဂုမ်းကမ်.ယမ်းလံးစာမ်.ဂး.ခါ်လိုင်ဆဲး. တၢ်.တေစွမ်. ဖွဲး.လုမ်း လုင်.ရှပ်းလုင်.လံးစာမ်.စဂး ရှိုတ်းသင်းဂျၢ်.ယဝ်း။

Supported By:

n(o)vib
OXFAM NETHERLANDS



MAP Foundation
For the Health and Knowledge of Ethnic Labour
P.O. Box 7. Chiangmai University, Chiangmai 50202
Tel/Fax: +66 (0) 53 811 202. Email: map@mapfoundationcm.org