

3

ခါဝ်းတၢင်း

1000

ဝဲး

လွင်းမူတ်းသွံတူဝ်လဝ်းဂဝ်,  
ဗလး; ရှိမ်းရှိုမ်း

# လှိုင်းလွင်; ချမ်းတောင်း 1000 ဝန်း ကန်ဝါးအံ့. ခွဲပွင့်,ဝါးသင်လာ။

ချမ်းတောင်း 1000 ဝန်းအံ့. ပီအ်လှိုင်းကန်ပျားခိမ်းရှင်လှိုင်းရှင်  
အိုင်း; ကန်မူ,လှိုင်းငိုင်းရှင်ရှင် တျားဂါးရှင်ရှင်လှိုင်း. တွင်. လေး;  
ဂါးရှင်,ထူးတောင်းဂါးရှင်. (LIFT) ခပ် ဂါး.ထိမ်းရှိုင်းကွန်, တျား,ပီးအွင်.ရှင်  
အံ့ဝါးအံ့.ယပ်.။ အိုင်းလှိုင်းကန်အံ့. ခပ်;ပျားဝံ. တွင်အံ့သင်ကန်သေ  
ယိုင်းကန်အံ့ တျား,ကုပ်,ကုပ်;တိုင်းသူအံ့. ပန်တင်ရှင်.လှိုင်း; လှိုင်းအွင်,ဂါး,ပိုင်လှိုင်းခွင်  
ထာတ်;လှိုင်း.လှိုင်းကန်,ရှင်,ရှင်. လေး; လှိုင်းမူတိုင်းသို့ ကန်ပီအ်ပိုင်လှိုင်းမအံ့. လှိုင်း;ပျား  
ယူ,လှိုင်းကွန်,လှိုင်း.လေး; လှိုင်းရှင်;မူအံ့;မူယို, အံ့ယပ်.။ လှိုင်း;အိုင်းယပ်,ယပ်  
ကန်ရှင်;ဂါးတောင်းဂါး. ခပ်,ငါး(ကန်ကန်,ဂါး. မအံ့,မအံ့;) ကန်ဂါး.လှိုင်း;ငါး  
ရှင်;လှိုင်းရှင်,ခပ်လှိုင်း. ထာတ်;လှိုင်း.လှိုင်းကန်,ရှင်,ရှင်.လေး; လှိုင်းလှိုင်း,လှိုင်း;  
ခွင်လှိုင်းမူတိုင်းသို့ မိုင်း;သွမ်းလှိုင်း.လှိုင်းကွန်,လှိုင်း လေး; လှိုင်းကွန်,လှိုင်း. လှိုင်း,လှိုင်းအံ့.  
တေလှိုင်း;အေဝံ. အိုင်းချမ်းတောင်း 1000 ဝန်း အံ့.ယပ်.။

ချမ်းတောင်းအိုင်းရှင်ဝန်းအံ့. ပီအ်လှိုင်းကန်ရှင်ကန် ရှင်ပီအ်ပျားဂါးပင်  
(ပျားဂါး.လှိုင်း) တေလှိုင်းလှိုင်းကန်,အေ မူ,လှိုင်းရှင်;မူပန်ရှင်;ခပ် အံ့ယပ်.။  
အိုင်းရှင်;မူတိုင်း,ပန်ရှင်;အေ. ကန်,ဝါး; ရှင်;ယိုင်း. ရှင်;လှိုင်း. လှိုင်းကွန်, ရှင်;လှိုင်း  
ခပ်;ပျားလှိုင်းမူတိုင်းယပ်.။ ပျားဂါးပင် တေလှိုင်းထာတ် ရှင်;မူတိုင်း,ပန်ရှင်;ခပ်  
ချမ်းတောင်းမူအိုင်း; ယမ်းအိုင်းတွင်ကန်လှိုင်းအိုင်း;ပျား. တွင်အံ့သတ်;လှိုင်း  
အိုင်း;ပျားယပ်.။ ချမ်းတောင်းလှိုင်းအံ့. တေရှိုင်းရှင်ပီအ်မူ ပင်ကုပ်,ကုပ်;  
အိုင်းကွန်;မူပန်ရှင်;ခပ် ရှင်,လှိုင်း;လှိုင်းတောင်းအိုင်းလှိုင်း ချမ်းတောင်းအိုင်းရှင်ဝန်း  
အံ့.ယပ်.။ သင်ခွဲထာတ် ရှင်;လှိုင်းကုပ်,ကုပ်;ဂါးထိုင်းအံ့ရှင်; မီးပန်ဝံ. ချမ်းတောင်းပျား.  
တျား,လှိုင်းလှိုင်း. အင်,ထုဂါး,လှိုင်း အိုင်းတွင်ကန်လှိုင်းတိုင်းမူတိုင်းယူ.။ သင်ကန်,လှိုင်း;ချမ်းတောင်းလှိုင်း

ချမ်းတောင်းပျား.လှိုင်းအံ့. ချမ်းပီအ်;လှိုင်းယူ.။ တျား,ပျားဂါးပင် တေထိုင်းပင်ကုပ်,ကုပ်;လှိုင်း;  
လှိုင်းအံ့. အိုင်းပင်.လှိုင်းအံ့. ယင်းပျားဝံ. တွင်အံ့ကန်ဝါး; “ချမ်းပိုင်လှိုင်း” အံ့ယူ.။

လှိုင်းမူ,လှိုင်းရှင်; ကန်ကန်,အေလှိုင်း 20 ရှင်အံ့.သေ ပျားဂါးပင်  
လှိုင်းကန်,လှိုင်းကန်,အေလှိုင်းယပ်.။ သင်တေကန်,ထာတ်ချမ်းတောင်း  
တျား,ကုပ်,ကုပ်;ဂါးအံ့.အံ့လှိုင်း ပျားရှင်;မူတိုင်း,ခပ် ရှင်;ပီအ်မူ,လှိုင်းကွန်,  
ကန်ခပ်;ပျားရှင်;မူ (4-5)ရှင်.တျား. လှိုင်း;ပျားရှိုင်းမူ,လှိုင်းကွန်,သေ  
တေပီအ်မူ;တီးကန်မီး လှိုင်း;မိုင်းရှိုင်းလှိုင်းလှိုင်း. လှိုင်း;လှိုင်းလှိုင်း. လှိုင်း;ယူ,သင်,လှိုင်းလှိုင်း  
အံ့.ယပ်.။

လှိုင်းအံ့. ကန်,ပျားယမ်းအံ့သေတျား မအံ့;လှိုင်းယို, တျား,လှိုင်း;ချမ်းတောင်းကုပ်,ကုပ်;ဂါး  
အံ့အံ့ကွန်.။ လှိုင်းမူတိုင်း. ချမ်းရှင်တျား,လှိုင်းကန်လှိုင်း အိုင်း;လှိုင်းမူတိုင်းယူ.။  
သင်လှိုင်း.ဝါး; ပျား.ရှင်;လှိုင်း;လှိုင်းယပ်.သေတျား တိုင်း.လှိုင်းယပ်.မူတိုင်း;ခိုင်း;  
ရှင်;အံ့လှိုင်း ပျားဂါးပင် လှိုင်းကန်တိုင်း.ကုပ်,ကုပ်;ဂါးအံ့.အံ့.  
သေ တျား,သိုင်း,လှိုင်းကန်ရှိုင်းခပ်.ဝံ.အံ့. လှိုင်းကန်/ ခိမ်း ရှင်;မူတိုင်း,ခပ်  
ရှင်;မူတိုင်း;ပျားအံ့.။ ကန်ကုပ်,ကုပ်;အိုင်းလှိုင်းအံ့. ရှင်;လှိုင်းအိုင်း; တိုင်းလှိုင်းအိုင်း;  
ချမ်းရှင်မအံ့. တေကန်,မိုင်းကန်လှိုင်း;သေ.။ ယွမ်း.အံ့လေး; တေ,လှိုင်းပျားတေယပ်.တိုင်းအံ့.  
ပျားဂါးတျား,တေလှိုင်းထုတိုင်း ရှင်;မူတိုင်း,ခပ်ရှင်; လှိုင်းကန်,ပိုင်;ဂါးလှိုင်း;  
ရှင်;မိုင်းမိုင်းယူ,ယပ်.။



ယိုင်းကား

လွင်းလံးတိမ်းကွမ်, လိုင်းခါးတင်းဆိုင်;ရှိုင်းခါးဆံ.

- တၢ, ဗိုမ်. ထိမ်ပခ် လွင်းတင်းကန်ဂီဝ်, လူရ်; ထာတ်;လိင်. လိုက်ကၢ, ရှၢ, ရှၢ. ခွင်မးလုဂ်;ကွမ်, ငလး; လုဂ်;ကွမ်, ကန်ပီးဆိုင်. ဂုခ်းဝါခ်းခပ် ကမ်, ပံ, ရှၢ. ဆခ်.။
- ဂုခ်းကၢ; သၢဂ်; သိခ်းလွဲကမ်, ဝါး; ဂုခ်းယိင်း ဂုခ်းလၢးကမ်, ဝါး; ရှၢ; ဂုခ်းကန်မီး ယု, ဆိုင်; ဝါခ်းဂုခ်းဂီဝ်, လူရ်; ထာတ်;လိင်. လိုက်ကၢ, ရှၢ, ရှၢ. ငလး; လွင်းမုတ်;သိုခ်းဆခ်. ရှၢ; လၢတ်;ကွမ်, ဆေ လွင်းမံ;လွဲ. လွင်းယၢပ်, ဗိုတ်, လဝ်;ဂပ်, သေ တၢ, ပခ်ရှိုင်း ရှၢ; ဂုခ်းသိခ်းပၢခ်မိုခ်ဂန်ဆခ်. ကုပ်, ကုတ်; ရှၢ; ခေးဂေးလိတ်; လွမ်းဂန်။
- မိုဝ်;လုဝ်, လွင်းတင်းလွမ်းထိမ်ဆခ်. တၢ, ပခ်ရှိုင်း ရှၢ; ဂုခ်းဂေးဆိုင်; တင်းဂေးဆိုင်; လီ. ဆေတင်းဂန် ရှၢ; လၢင်းရှၢဂပ် တင်းခဲလွဲ. ခါပ်, ငါပ်; တင်း, ကန်တီးဂုခ်းတင်း, ဂေးထိုင်; ဆံယပ်.။

တွခ်းဂၢခ် ဗုဂ်;ဂီဝ်ပၢင်(ဗုဂ်;ဂမ်. လွမ်း)

ဗုဂ်;ဂီဝ်ပၢင်ဆံ. လူရ်;လွဲ. ခေးထၢမ် ရှၢ; ပီခ်ဆင်, ကန်ဆမ်;သေ တေလံးဂမ်. ထိမ်ပခ် ရှၢ; ပီခ်မးလွင်းကုပ်, ကုတ်; ဆိုင်; ငဂးဂုခ်းမးထွမ်, ခပ်ယပ်.။ တၢ, ရှၢ; လုမ်းဂုခ်းမးပခ်ရှိုင်းခပ် လၢတ်;ဂွမ်းလံးဆံ. ဗုဂ်;ဂီဝ်ပၢင် တေလံးလၢတ်; ဂွမ်းကိတ်;ကိတ်;ဂွမ်း။ သင်လုမ်းဂုခ်းမးပခ်ရှိုင်းခပ် ကမ်, လၢတ်;ကွမ်, ဆေ တင်းရှခ်ထိုင်ခပ်. ခေးထၢမ်ခပ်. လွင်းမံ;လွဲခပ်လိုင်းဆခ်. လိုင်း လုဝ်, ထၢမ် ခေးထၢမ်ဗိုမ်. သွခ်. ထိုင်; ကိုဝ်;။

မိုဝ်;ထုပ်;တင်းပီးဆိုင်. ဂုခ်းဝါခ်းခပ်သေ ကုပ်, ကုတ်; လွင်းလိုင်း ခါးတင်းဆိုင်;ရှိုင်းခါး မိုဝ်;လွဲသေကမ်, ဝါး; တင်းရှခ်ထိုင်ဂမ်;ဗုဂ်; တၢ, ဗုဂ်;ဂီဝ်ပၢင်ခပ် တိုင်းဂမ်;ရှိုတ်;လွမ်းဆခ်. ဂေး; လၢတ်;ဆေဝံ. ယု,။

- သၢင်းရှၢ; ပီခ်ကွင်းတီးကန် ကမ်, ယု, တေ. ယု, တိုဝ်, ဆခ်. သေ ရှၢ; ပီးဆိုင်. ဂုခ်းဝါခ်းခပ် ရှတ်;လၢတ်;ကွမ်, လွင်းယုမ်, ယမ်လဝ်;ဂပ်, သိုဝ်;သိုဝ်;ယုဝ်;ယုဝ်; ငလး; လွတ်;လွတ်;လိမ်းလိမ်းလံးဆခ်. တၢ.။
- မီးလွင်းဆပ်. ယမ် တင်းရှခ်ထိုင် ဂုခ်းဂုခ်းဂေးတၢ.။
- ပိဂ်. သမ်. ဝါး; လွင်းတင်းကန် ပီးဆိုင်. ဂုခ်းဝါခ်းလၢတ်;ဆခ်. ဗိုတ်;ဝံ. ဂေးယပ်. ယု, ပေရှိုတ်;လွင်း; ထတ်;သၢင်း;ငသ. ငဆးသင်တၢ.။
- ပခ်ခေးငဆတင်း ကန်လိင်;လိင်;သေ ရှိုတ်;ရှိုတ်;လပ်. လွင်းဝါး; ပီးဆိုင်. ဂုခ်းဝါခ်းခပ် ပွင်, လိုလီလီဝါး; လဝ်;ဂပ်, တေလံးရှိုတ်;ကီးသင်ဆံတၢ.။
- သင်ကမ်, ပွင်, လို လွင်းတင်းကန်လၢတ်;ဆေဆခ်. လိုင်း ပခ်ရှိုင်းရှိုင်းခပ် ထၢမ်ခေးထၢမ် ကမ်, ဆခ် ယုခ်းရှိုင်းသပ်;လိင်;ဆေပခ်ထိုင်; ဆံတၢ.။
- တၢ, သိခ်းမု, လုမ်းတင်းမုတ်; ဆင်;လံးလီလီငါမ်းငါမ်းဆံ. ရှၢ; မီးကွင်းတီးကန်သၢင်း, ထုဂ်, ငလး; ဂွၢင်းတၢ.။
- တၢ, ပီးဆိုင်. ဂုခ်းဝါခ်းခပ် ခပ်;လွဲဆိုင် လိုင်းကန်လဝ်;ဂပ်, မးထွမ်, ယု, ဆခ်. လူကန်, လိုင်း လူရ်;မုခ်းမုခ်းသိုဝ်;သိုဝ်; ငလး; ပးလွဲပးခေးတၢ.။
- ပခ်ခါးယၢမ်းကုပ်, ကုတ်; တိမ်တိမ်ထုခ်;ထုခ်;တၢ.။ ဆိုင်;ခါးယၢမ်းလူ, ကန်, ကုပ်, ကုတ်;ဆခ်. လိုင်းဆိုင်;တွခ်းဆံ. ကုပ်, ကုတ်;ယပ်. တုတ်;လီလီယပ်. လင်, သိုပ်, ဂွၢ, ထိုင်;တွခ်းဆိုင်;တၢ.။



အင်းသားထူးရုံး



ဂုဏ်, တူးထူး



ပူးတွင်းရုံး



ဂုဏ်, ကွင်းမိန်း  
(မေ့သွန်ဇုန်, သွမ်း)



အင်းတူးသူး  
(မေးအင်း ဂုဏ်, ကွင်းမိန်း)

# တွန်း - 3

## လွင်းမှုတ်းသွံတူဝ်လဝ်းဂဝ်, ဧလး; ရှိမ်းရှိုမ်း

### ယိုင်းကၢခ်း

တၢ,ယုဂ်.မုခ်း ပခ်တၢင်းရှုပံ,ရၢ, လွင်းခၢမ်းယၢမ်းကၢခ်လွင်းယွံ, (5)ယၢမ်း  
(ယၢမ်းအံးယဝ်. ယၢမ်းယိပ်းတိုဝ်. ကၢခ်ဂူရ်,ရှင်းယဝ်. ဝှခ်,ပံ,ဂိခ်ခဝ်; ဝှခ်,ပံ,ပွခ်;  
သွမ်တၢင်းဂိခ်လုဂ်;ကွခ်, ဝှခ်,ပံ,ရှင်းရှိုခ်းတၢင်းဂိခ်ယိမ်.) ဂၢခ်ကဝ်ဗွင်သဂ်.သေ  
သုဂ်;မိုဝ်းဧလး; ပိတ်းခိးလုဂ်;ကွခ်,လီလီခ်. မခ်းလွင်းယွံ,အံယဝ်.။

### ခွပ်းခွင်တၢ,လွံ.ဆွံးဂၢခ်သွခ်

- ပပ်.လိုင်း
- ခိပ်းလေး;ကခ်ပဝ်,
- ဂမ်လိုမ်းကခ်သီလေး



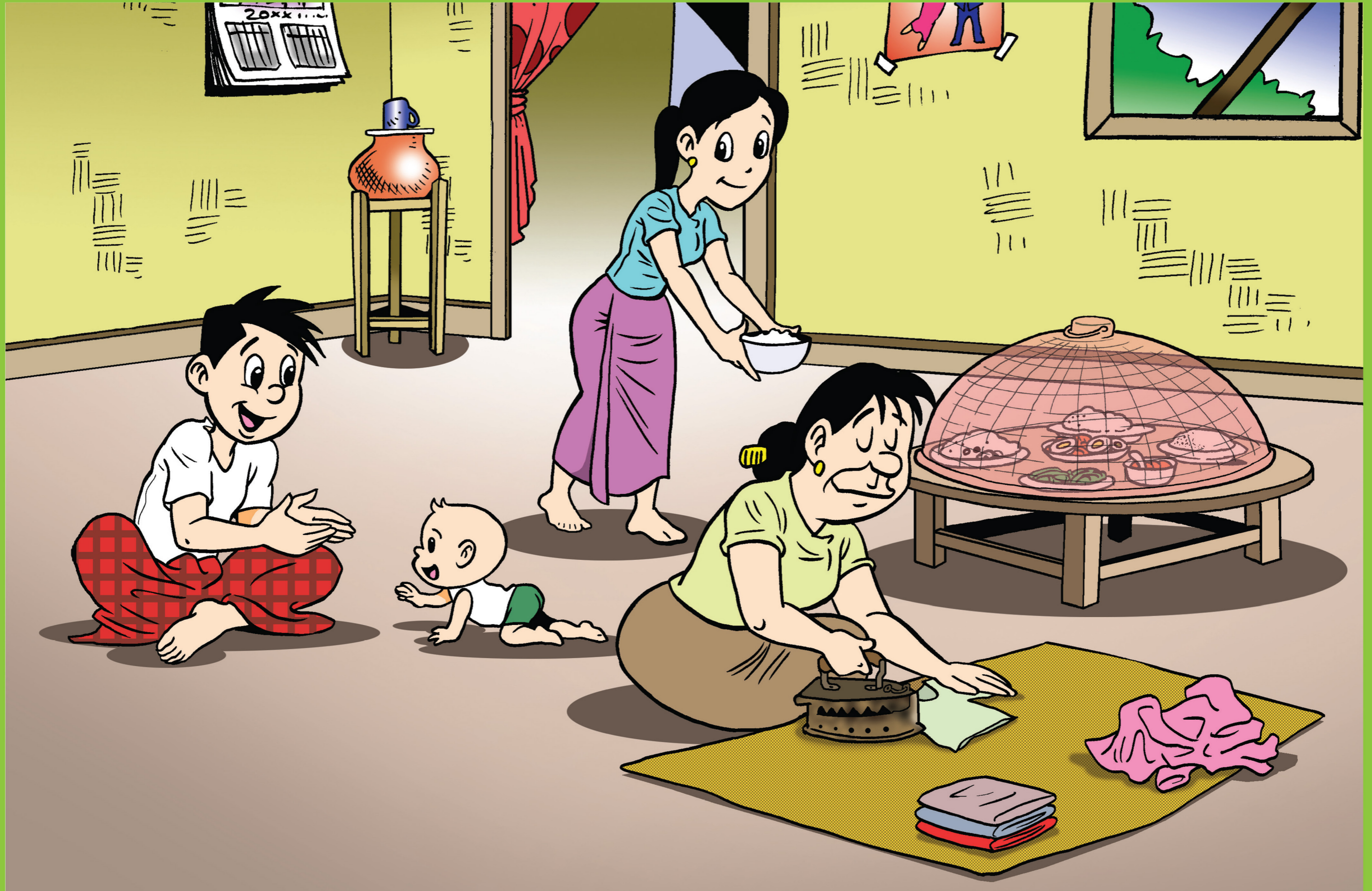
မံာ်တွင်းတၢ,ဗုဂ်ဂိပ်ပၢင်။ ။ ဆွံးတွန်းသုတ်းလိုင်းဆခ်. ပုးဝံ.တွန်းခၢပ်,  
ပိုင်လုင်ကိပ်း။ ခၢပ်,ပိုင်လုင်လိုင်းဆခ်. ရှင်းရှိုခ်းရှိုလွရ်;ဝံ.သေ မိုဝ်းကုပ်,  
ကူဝ်းဆခ်. ကဝ်ဂိမ်သွံ,သေလၢတ်; ဆင်,သၢင်,ထုဂ်,တၢ။ ခၢပ်,ပိုင်လုင်ဆံ.  
တေလၢင်းလွရ်;ထိမ်သု ရှိုလၢင်းမုခ်.ဧမးလိဂ်;လံးပခ်လံ;  
လွင်းတၢင်းရှခ်ထိုင်ဧလး; ခေးမုခ်းကခ်ဗိတ်း ကခ်လၢင်းမီးမး မိုဝ်းယၢမ်းကု  
ပ်,ကူဝ်းဂခ်ဆခ်.ကိပ်း။

### ခေးဆတၢင်း

သပ်းလိင်းဆ ဂုခ်းမးထွမ်,ခပ် ဆင်,အံတၢ.။

- 1။ တေလုကၢခ်,ဆ လိုင်းခၢမ်းတၢင်း 1000 ဝခ်း တွန်း 3 ကိပ်းဆး။
- 2။ လၢတ်;ဆေဝံ. ခၢပ်;ရှိုမ်မခ်းတၢ။ ခၢတ်;လၢမ်းဝံ.ဝုး တေရှိုင် ဆိုင်းလုင်မုခ်းအံသေတၢ  
ကိပ်းအိုဝ်ခၢမ်းယၢမ်းတခ်းသေ လၢင်းလှိုင် ကမ်,ဆခ် ယွမ်းခၢမ်းယၢမ်းပိတ်းလံးယု,။
- 3။ ဆွံးယၢမ်းလုကၢခ်,လိုင်းယု,ဆခ်. တေထၢမ်ခေးထၢမ်ဂမ်;ဗွင်;  
တၢ,ကုပ်,ကူဝ်းဂခ်ကိပ်းဆး။
- 4။ ဂၢခ်ကုပ်,ကူဝ်းဆခ်. လတ်းလုရ်;ပိခ်မု,လုမ်းလီဂ်.လီဂ်.ကွခ်,ဂေးလံး; ဂုခ်းမးထွမ်,  
တၢင်းသီင်;ရှိုမ်းဂခ်ဂေးလံးယု,။
- 5။ သင်လိုင်း. လွင်းတၢင်းလွင်းယွံ,သေကခ်ကခ် ရှိုတ်,ခိုခ်းမးလိုင် ဆင်,ရှိုဝ်တေလံး;ကုပ်,  
ကူဝ်းလီငါမ်းဆခ်. ဗုဂ်ဂိပ်ပၢင်(ဗုဂ်ဂိမ်.လွရ်;)မခ်း မံာ်တွင်းဝံ.ဆွံးဗိုခ်လေး;ဆခ်.ဧလး;။  
ပေးရှိုတ်းဆခ်ဝှခ်, မိုဝ်းလိုင်းယဝ်.တူဝ်;ဆခ်. တေလၢင်းကဝ်ကုပ်,ကူဝ်းဂခ်ခိုခ်းယဝ်.။







# 1

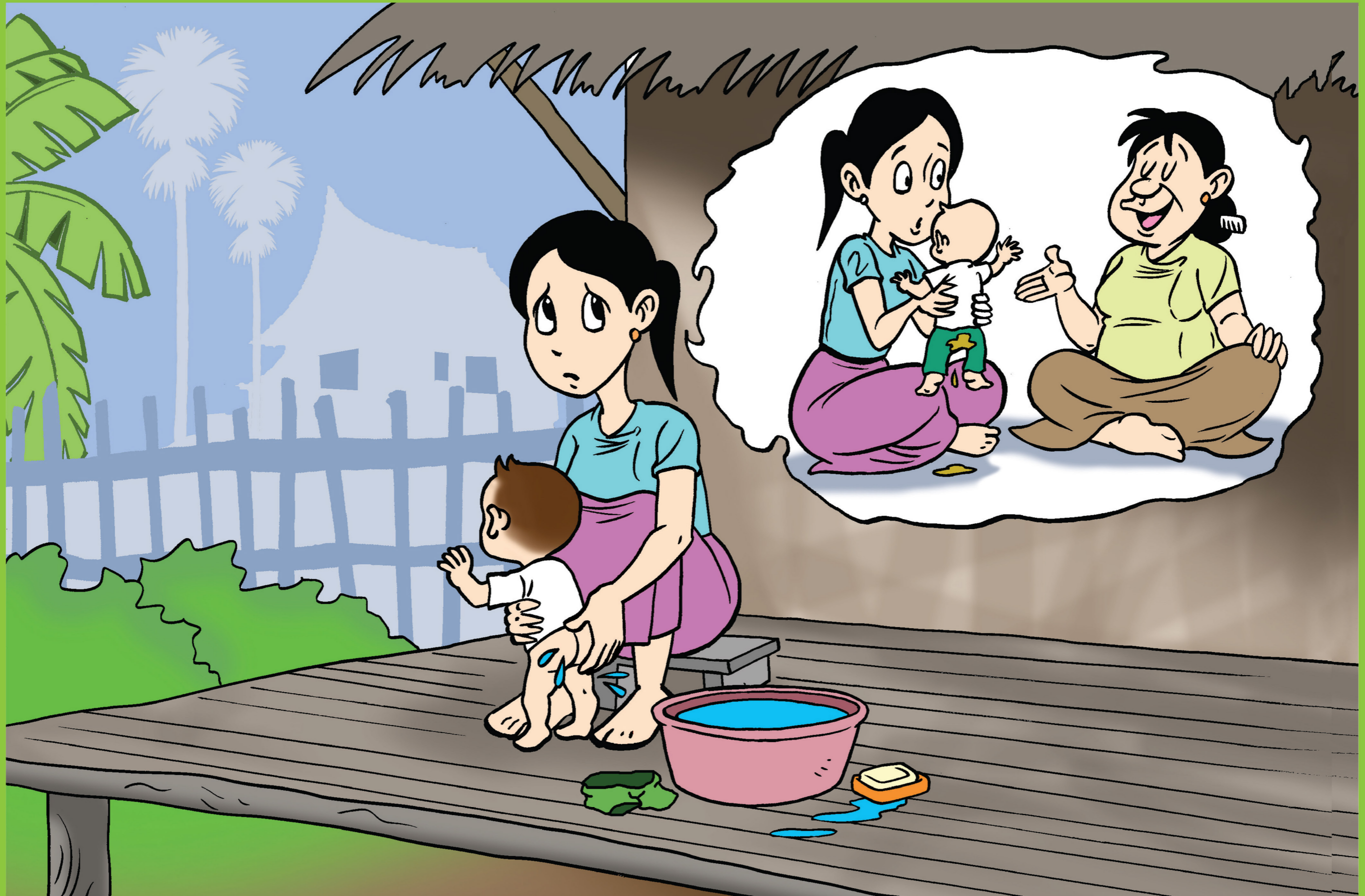
လှိုင်း

---

မိုင်းလီဝ် ဖုင်းဝုလုင်း တီမ် (1) ခုပ်, ယဝ်။ မေုလၢမ်းလုဂ်. လုဂ်းယဝ်. သေ ငတ, ဂိခ်တၢင်းဂိခ်ယိမ်. ကခ်ဂုခ်းဂ္ဂိခ်းခပ်ဂိခ်ဆခ်. ယဝ်။ ဂုဝ်, တၢ, ထူး တင်း ဆၢင်းသၢမ်းထုရ်းဆံ. တုရ်းလုဂ်းလၢ်းဂုဂ်. ကွခ်, ခပ် ဂုခ်းမုခ်းမုးယွံ, မးတေ, ဆးတေ, တၢခပ်သေ သမ်. ပေးကမ်, ခွဲးယုမ်, သံတၢခပ်ဝံ. ယု, ကိုဝ်း။ ပးတွင်းဂျီဂေး တၢ, လၢခ်ဂုဂ်. ကွခ်, မခ်းဆံသေ ဂမ်. ဂုင်တၢင်းဂိခ်လီင်. ဂမ်. သွမ်တၢင်းဂိခ်လၢခ်ကွခ်, ဂမ်. လီခ်းမုခ်းလွမ်းဂခ်. ဂမ်. သဂ်. ခုဝ်းလုရ်းခုဝ်းပခ်ဆံသေ လွံ. လၢ်, ခၢဝ်းယၢမ်းမခ်းဆၢင်း မုခ်းမုခ်းသိုဝ်းသိုဝ်းယု, ကိုဝ်း။

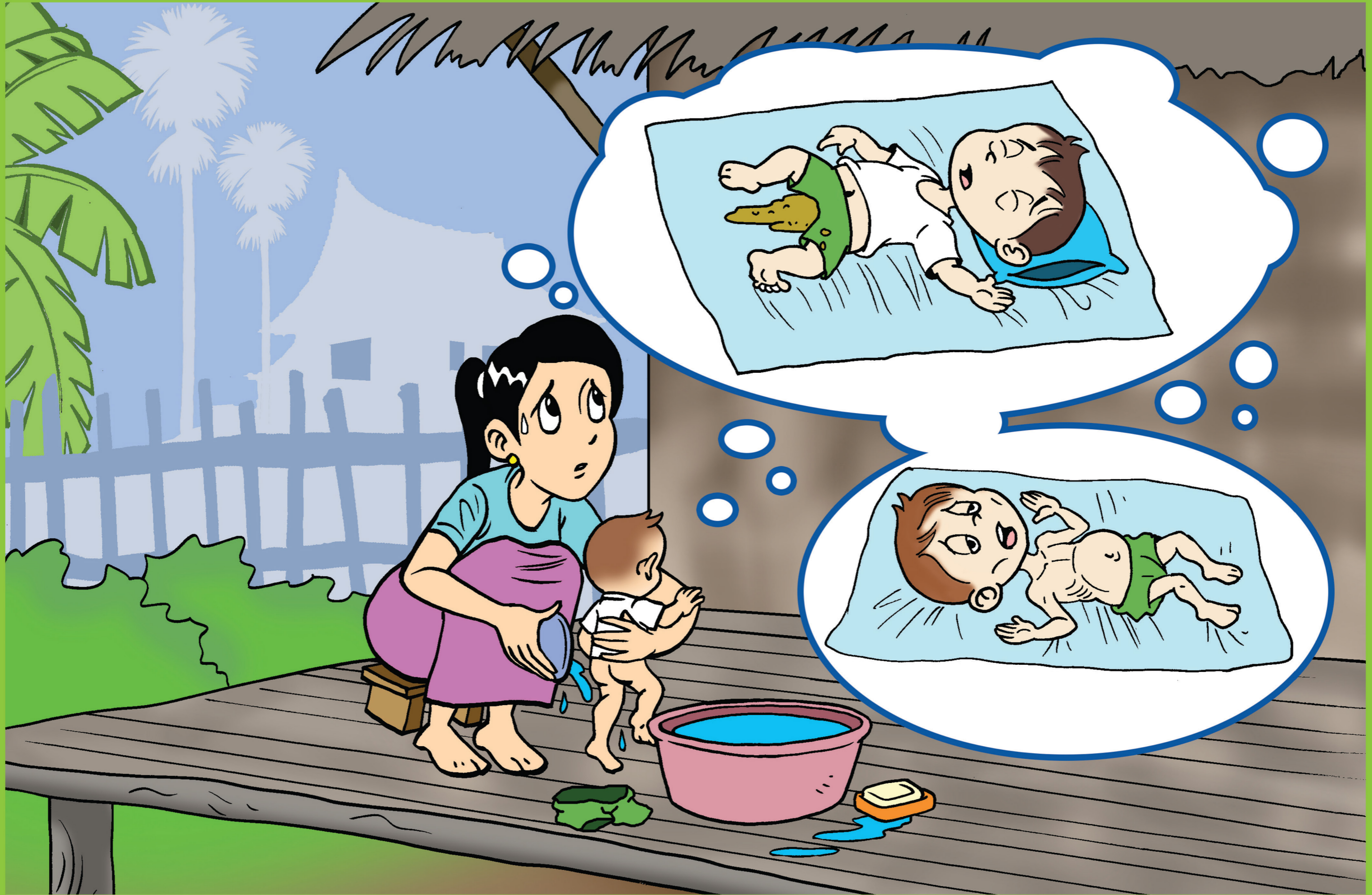


လူကၢခ်, ပခ်လှိုင်း သီင်လင်းလင်းတၢ။











လှိုင်း

ကန်ဖျပ်းဝါးလှိုင်း ခါးရှေးတွင်.ရှုယူ,လှိုင်းဆံဆံ. လွင်,လွင်;လွင်;ဖိုင်;ဖိုင်;ယူ,  
ရှိုဝ်ဆံ အင်းသားထူးထူး ကမ်,ရှု.လီလီသား။ အင်းသားထူးထူးမံးလွင်မားဝါး  
လုဂ်းလားကွန်,မန်း ဂံ.ဂံ.ပီအ်တွင်.ရှေးလှိုင်း.ဆံသေ ဆမ်.ဆန်းတူဂ်းရှု,လေး တေကမ်,  
ရှေးယွဲ,လံးလီလီယပ်.

ခေးထမ်ဖိုင်. တၢ,လှိုဂ်းလွင်. ဆင်,ထုဂ်,လွင်

- ဆွဲးကၢးသၢဂ်းမွဂ်းဆံ. ပီအ်ခါးရှေးတွင်.ရှုဆံ. လွင်,ထၢင်,ဝါး  
ပီအ်လွင်;ဖိုင်;ဖိုင်;ရှုဂ်းဆံရှိုဝ်။ ယွခ်.သင်လၢ,။ သင်ဂုခ်.ဝါး  
ကမ်,လွင်;လွင်;ဖိုင်;ဖိုင်;ဆံလှိုင်း ယွခ်.သင်လၢ,။



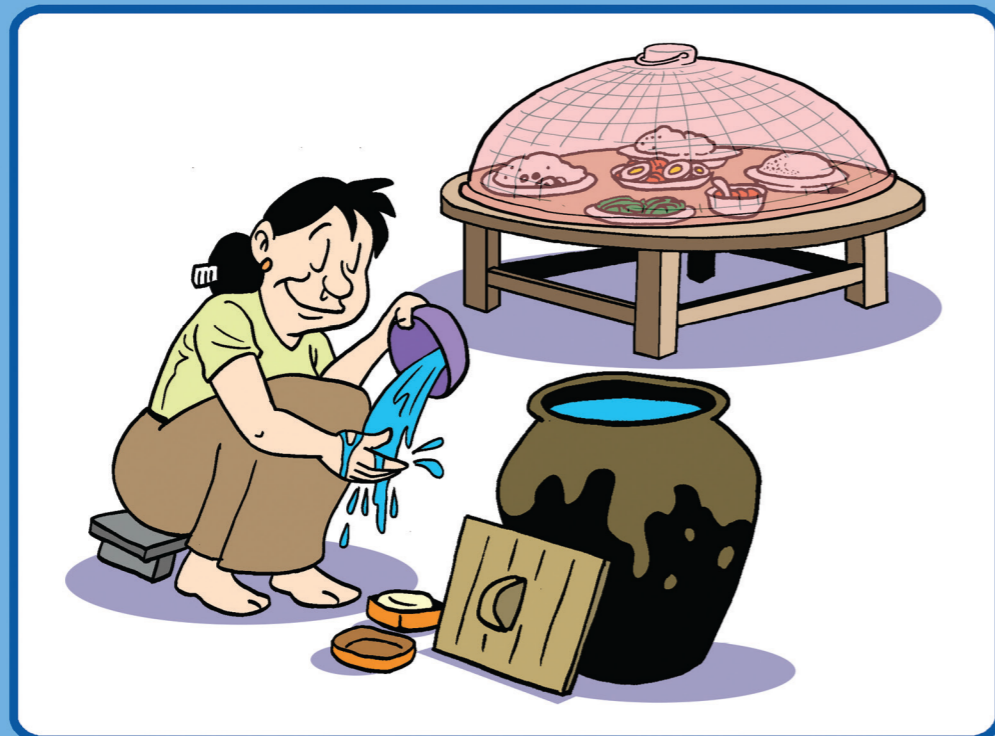
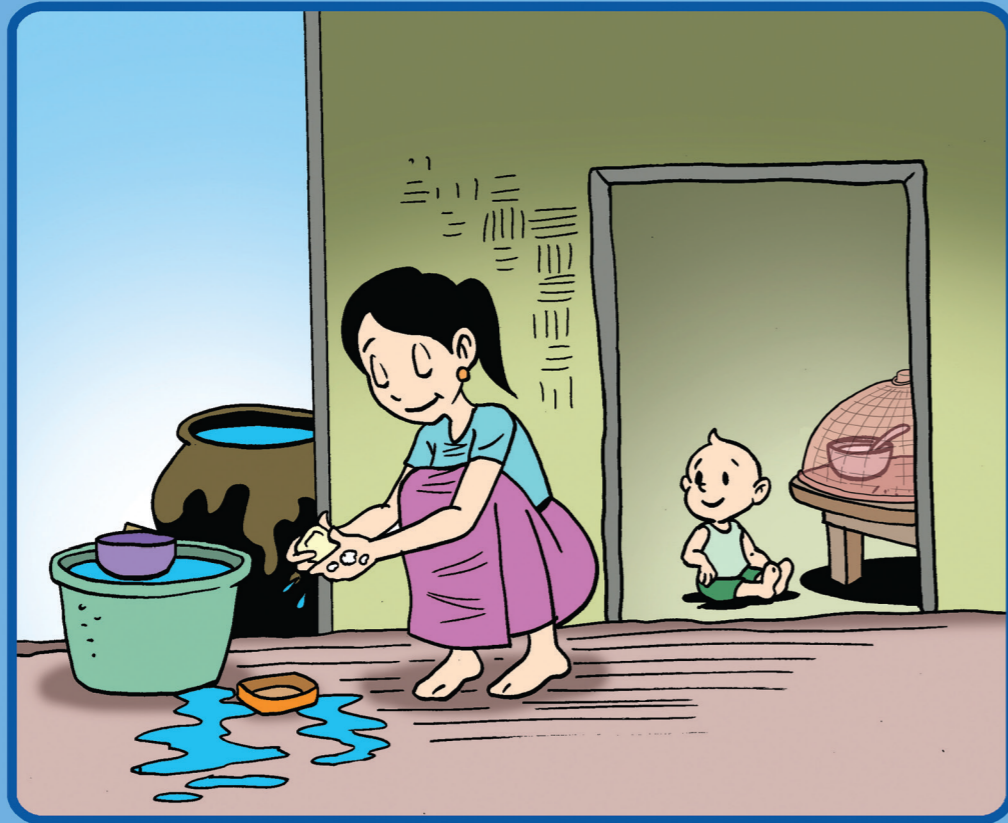
လှိုင်း

မင်းအင်းရွာ၊ခိုင်းလုံလုံးရား လှိုင်းကွန်၊ပန်တင်းရှုဂီဝ်၊လူရ်းပံးယု၊လီ ကန်ဂံ၊  
လွန်သေ ဖုတ်းဒေမး ယမ်းတူရ်းလှိုင်းဗင်မွန်ဂင်မင်းအင်. ကန်ဂုန်းရှမ်းဂံ.  
ခမ်းပိတ်; ကန်ပီအ်လွင်; “မိုင်းလမ်လှိုင်”၊ “လဝ်းယုဂ်.ခသုဝ်း/ခုန်ဗီပွဲ.တူအ်မံ.”  
လဂျု၊လှိုင်းအင်.ယဝ်.။ နွဲးလှိုင်းပွတ်းကွန်၊ပန်တင်းရှု.လှိုင်းအင်. ပန်ပံ၊ရား၊  
တင်းရှု.ဝံ.ဝါ; တု၊ယု၊ရှုပီအ်ဒီးရှေ;တွင်.ရွာ၊အံ. လှိုင်၊လွဲ.တိုဝ်းထိုင်အံ;၊ ရွန်၊ပံ၊  
ဂိန်တင်းဂိန်အင်. လှိုင်၊ကပ်ဖွင်သဂ်.သေ သုဂ်းမိုင်းအံယဝ်.။

ခေးထမ်အိုမ်. တု၊လှိုင်းလွဲ. အင်၊ထုဂ်၊လွဲ

- နွဲးမူ၊ဝါအ်းသုအံ. ဂံ.လံးရှပ်.ကပ် ခပ်၊ငါဝ်းခေးရွမ်းပံးယု၊လီ  
ကန်ဂီဝ်၊လူရ်း; လွင်;မုတ်းသွဲတူဝ်လဝ်းဂပ်, ငလးရှိုမ်းရှမ်း တီးလွဲလု၊။
- မိုင်းတူရ်းငဝ်းရှင်ဒင်ပီ,တီ,ယုဂ်,အင်. သုလုး လွင်,ဂံ.ခမ်းပိတ်;  
လှိုင်းပွတ်းကွန်,လွင်;ပံးယု,လီအင်.ရှိုဝ်.။ ယုအင်.သင်လု၊။





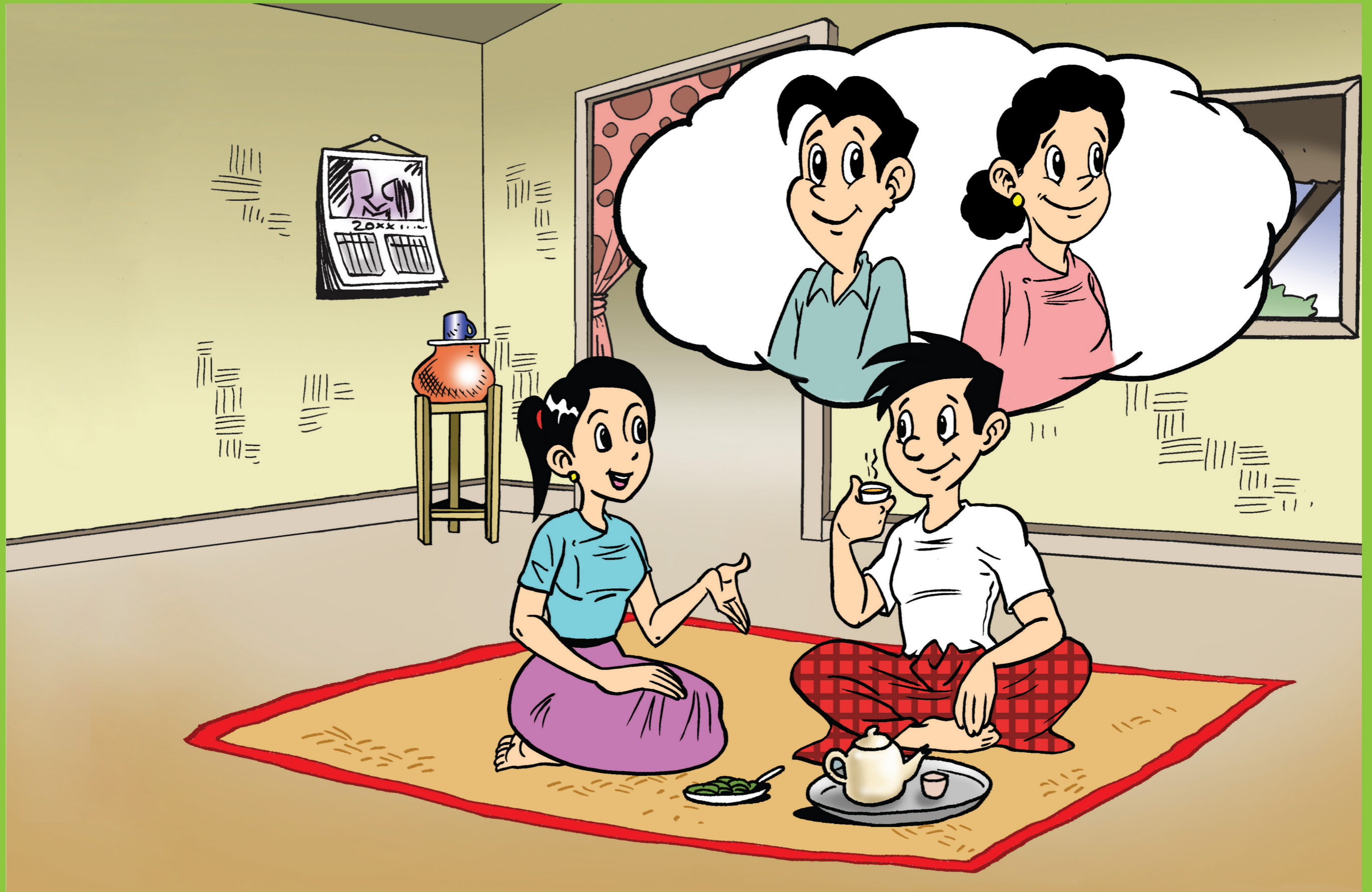


# 5

## လှိုင်း

---

အင်းသားထူးရိုး ရှု့ဝံ့ဝါး တၢ်ဂီၢ်တၢ်ခဲ တၢ်ပီၤခိးစးတၢ်ဂၢ်ခဲ. လူဝံ့, လံးလွဲ.  
တိုဝ်းထၢင်အံၤ; ကၢၤလူမ်းမိၤမုၢ်အံၤ. ဂွၢ်ခိၣ်, ပံၤဂီၢ်တၢ်ဂီၢ် တေလံးကပ်ဖွၣ်သၢ်.  
သေသုဂ်းမိုဝ်း လၢဂၢ်, လှိုဝ်းအံၤ. သေ မၤအင်းတိုဝ်းဂၢ်ဂီၢ်တၢ်လွမ်းမးတၢ်သေ, ယဝ်း။  
ဂွၢ်ခိၣ်, ပံၤဂီၢ်တၢ်ဂီၢ် ငလး; ဂွၢ်ခိၣ်, ပံၤသွမ်လီၤ. တၢ်ဂီၢ်လုၢ်ကွၢ်အံၤ, အံၤ. ကပ်ဖွၣ်သၢ်.  
သေ သုဂ်းမိုဝ်းပခ်တၢ်သေ, ယဝ်း။ ရှုဝံ့, တၢ်ထူးဂၢ်; ပခ်ဖၢၣ်. ရှုခိၣ်, ရှုခိၣ်, ခပ်တၢ်,  
သေ, ဝါး; ဂွၢ်ခိၣ်, ပံၤဂီၢ်တၢ်ဂီၢ်. ဂွၢ်ခိၣ်, ပံၤဂီၢ်တၢ်ဂီၢ်. ဝါးခိၣ်, ထၢင်အံၤ; ယဝ်း.  
တေလံးကပ်ဖွၣ်သၢ်. သေ သုဂ်းမိုဝ်း အံၤယဝ်း။



လိုင်း

မန်းအင်းငဝ်သေ ဝုခ်ခံးလွဲယူဝါး ကန်လုဂ်းလါးကွန်၊မန်း ပီခ်ခီးရှေးယူဆံ. လွင်, လွဲးယွခ်.လွင်တင်း တင်,ကန်ထိုင်ရှိုဝ် ဆံယူ။ မိုဝ်းလုဂ်းကွန်, တိုဂ်.မုးယွဲ, သေ လိဂ်းလါးယူ,တူဝ်ခပ်ဆန်. လွင်တွင်.ရှေးဆံ. ပီခ်လွင်;ဇိုင်;ဇိုင်;ပင်,မာန်, ဆင်,ကန်ဂုခ်တင်းဆမ်ယုမ်,ဝံ.ဆန်.ရွရ်းရှါ။

မန်းအင်းလူးခုဂ်းလွဲလံး အင်းတူ,သါ, ဂေ့ကန်ဂံ.ပိုင်သွခ်ပခ်မုင်.ရှေ့ရှိုခ်ခံးခဝ် လွင်တင်းဂုးလွင်လွင်; ဂေ့ပီခ်မေးအင်း မေ့သွခ်ဇာ်,ဇုဂ်းသွမ်; ဂုဝ်,ကွင်,မိခ်. ဆန်.သေ ခွဲးထမ်ခေးထမ် တီးမန်းမးဆံယူ။ မန်းအင်းတိုင်,ပင်,တင်းဂေ့ပီခ်ဇုဝ် မန်းအင်းဝါး သေဝခ်းဝခ်း လုဝ်,ရွဲ,ဗလ, ရှိုခ်ခံးဂုဝ်,ကွင်,မိခ်.ခပ်သေ ယွခ်တင်းရှန် ထိုင်တီးခပ်ဂိုဝ်းဆေး ဆံယူ။

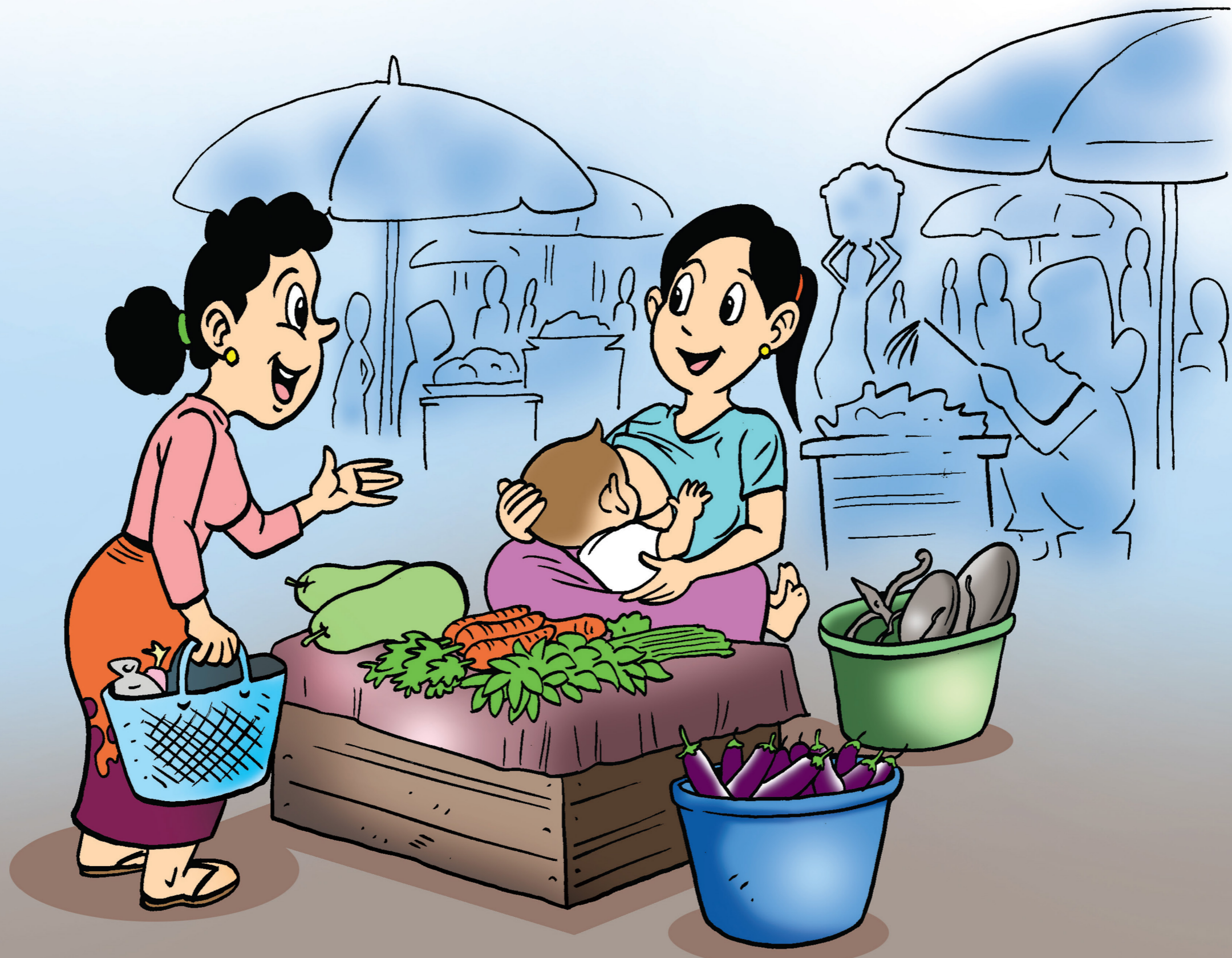


ဂိုတ်းယင်.ဂါခ်လူ,ကါခ်,လိုင်းဝံ.တီးဆံးသေ ကုပ်,ကုဝ်းတင်း ဂုခ်မးထွမ်,ခပ်တူ။ ခါဝ်းယါမ်းကုပ်,ကုဝ်း တေ့ရှိုင် မွဂ်; 15-20 မိတ်.ကိုင်;။ ဝါးကုပ်,ကုဝ်းဂန်ယပ်. ခိုခ်းသိုပ်,လူကါခ်,လိုင်းတူ။

တါ,ကုပ်,ကုဝ်း

- တီးမု,ဝါခ်းသူလူး လွင်,ဂံ.လါတ်;ဂန်ဝါး မိုဝ်းလုဂ်းကွန်,လိဂ်းလါးယူ, ဆန်. ခီးရှေးတွင်.ရွဲ,ကိုင်; ဆံယူ,ရှိုဝ်။
- တီးမု,ဝါခ်းသူဆံ. ဂံ.လါတ်;ဂန်ဝါး လုဂ်းကွန်,ပီခ်တွင်.ရှေး ယွခ်. လွင်တင်းတင်,လွင်; မိဝ်းရှိုဝ်ဆံလါး။
- သူလူး ဝုခ်.လိုင်း.ရှိုဝ်လါး။ လွင်,ဇွမ်.လွဲလွမ် လွင်;ယုမ်,ယမ်လိုင်းဆန်.ရှိုဝ်။ ယွခ်.သင်ဗလ; ဇွမ်.လွဲလွမ်လါး။ သင်ကမ်,ဇွမ်.လွဲလွမ်ဆံဂေး; ယွခ်. ပိုဝ်းသင်လါး။
- ဝုခ်.ဝါး လိုင်းဆံ. တေ့သိုပ်,ပီခ်မးလိုင်း.ရှိုဝ်ထိုင်;လါး။







လှိုင်း

မီးဝန်းခိုင်း၊ အင်းသားထူရုံး၊ ဓာတ်ဖမ်းယိုဝှမ်း၊ အင်းခိပ်ခင်းသူ့အသေ တမ်းခါတီးဂါတ်၊  
 ခင်းဝါးယူ၊ မိုင်းအဆင်၊ လူးလံးထုပ်ရားတင်း အင်းတူ၊ သာ၊ ကန်မေးသိုဝ်၊ ပန်ရှိုင်း  
 ဖမ်းခိပ်အဆင်၊ ယဝ်။ အင်းတူ၊ သာ၊ လူးတူင်၊ တစ်၊ မန်းဝါး “ယူ၊ လီယူ၊ ရှာ၊ လုဂ်းကွန်၊ လူး  
 ယူ၊ လီခိပ်လိင်းလီယူ၊ ရှာ” အံယဝ်။ အင်းသားထူရုံး ခိုအင်းတွပ်၊ လာတ်၊ အင်းတူ၊  
 လာ၊ ဝါး “ခွပ်းလုံကန်မေးပန်ရှိုင်းအား၊ တိုဂ်းခွဲထုပ်းသူယူ၊ ကိုဝ်းအံ၊ မိုင်းလိပ်အံ၊ ငတ၊  
 ရှပ်းတင်းလုဂ်းကွန်၊ ယူ၊ လီတင်းမေးလုဂ်းယူ၊ ဖုင်းဝါးလှိုင်းဂေးလုပ်၊ ဂိန်အုမ်းလီလီယူ၊  
 တင်းဂိန်ယိမ်၊ ကန်ဂုန်းရှိုင်းရှပ်းဂိန်အဆင်၊ ဂေး၊ မန်းဂိန်လွမ်းလံးလီလီယဝ်၊ ဝါး၊  
 ရှပ်းဂါးဝါး၊ မန်းဂံ၊ ပီခ်တွင်၊ ရှေး၊ ခိုင်းလှိုင်းမွန်၊ ခိုင်းပွန်၊ ကိုဝ်း၊ ပီခ်ယွမ်း၊ သင်ငတ၊  
 ကမ်၊ ရှူ၊ ယဝ်၊ ရှပ်းတင်းအမ်ငတ၊ လာတ်၊ ဝါး၊ မိုင်းလိပ်းလံးလံးယူ၊ တူဝ်အဆင်၊ ပီခ်တွင်၊  
 ရှေးအံ၊ ပီခ်လွင်း၊ ဖိုင်၊ ဖိုင်၊ ပုင်၊ မာန်၊ ရှပ်း အံယူ၊ ကိုဝ်း” အံယဝ်။

ခေးထမ်းဖိုမ်၊ တာ၊ လှိုင်းလှိုင်း၊ ဆင်၊ ထုဂ်းလှိုင်း

- ဖုင်းဝါးလှိုင်းပီခ်တွင်၊ ရှေးအံ၊ လိပ်းပီခ်ယွမ်းလွင်း၊ တင်းကီးသင်လာ၊။





လှိုင်း

အင်းတူ၊ သာ၊ ခိုအ်းလတ်းဝါး “လံးငိအ်းဝါး ယူ၊ လီဂအ်းအ်းဂေါး၊ လှိုင်းလှိုင်းယပ်းအ်း။  
 ရီဝ်၊ လှိုင်း၊ လှိုင်းလှိုင်းကွအ်းပီအ်းတွင်.ရှေးအ်း.စတ. ခွဲးသပ်းလိင်းအေပအ်း လီလီ  
 ငါမ်းငါမ်းကိုဝ်း။ မိုဝ်းမိုဝ်းရှေးရှိုအ်းအင်းသားအ်းထူရ်းခပ် မီးယမ်းတအ်းအ်း. မးလေ၊  
 တီးရှိုအ်းအ်းလှိုင်းအ်း။ ခွဲးကပ် ခိင်သး တင်းအ်းအ်းခွမ်သေ ရှပ်.တွအ်းကိုဝ်း”  
 အ်းသေ ဖိတ်းမွတ်းကပ်လေ၊ အင်းသားအ်းထူရ်းဂေါး၊ ရှိုမ်းရှိုမ်းလှိုင်းလှိုင်းသေ ကိုဝ်းလှိုင်း  
 ရမ်းလိပ်ယပ်း။



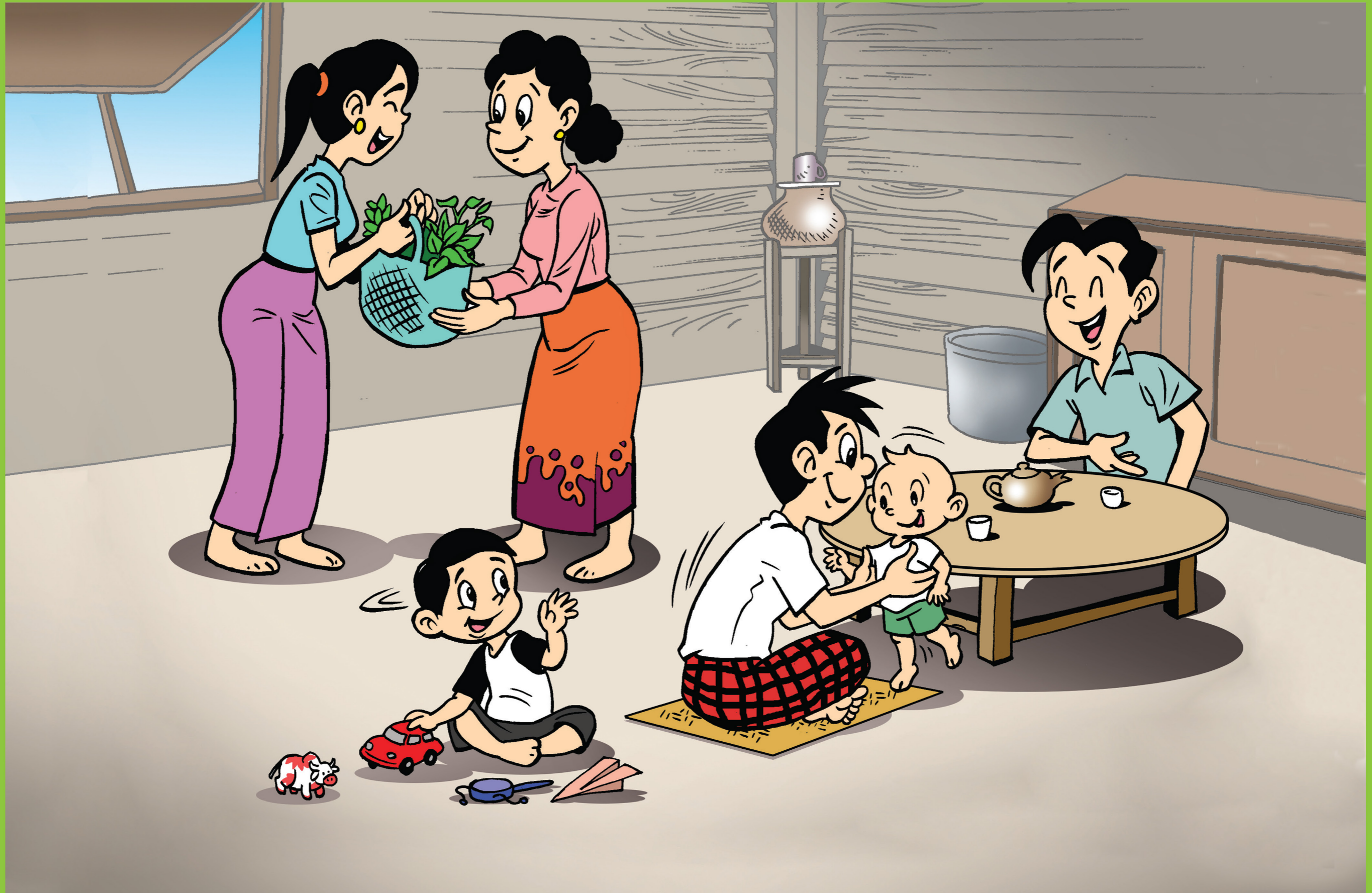


လိုင်း

တၢ်မးခမ်းမး ဆၢင်းသၢ်ဆိးထူရ်းစှၢ်၊ ရှုဝ်၊ တၢ်ထူးစှၢ် ကုမ်းရှုဝ်၊ နှုဝ်းဝဲလူင်းသေ မးလေ၊ တီးရှိုခ်း ဆၢင်းတူ၊ သၢ်ခပ်ယဝ်။ မိုဝ်းခပ်မးဆိးဝၢင်းရှိုခ်း ဆၢင်းတူ၊ သၢ်ခပ်ဆိး လံးနှုတ်ရှုခ်းဝဲ၊ ဝၢင်းသုခ်ခပ်ဆိး မူတ်းသွံဝဲသေ ကမ်၊ မီးယုတ်းယၢပ်းသင် ဆိယဝ်။ တီးလိင်၊ သုခ်ဆိးဂေး၊ မီးဝဲ၊ ပုင်းယုတ်းယၢပ်းကမ်ပးဖျေရှုမ်၊ ဝဲ၊ ကမ်ဆိုင်ယဝ်။ ရှိမ်းရှုမ်းရှိုခ်းဂူးတီးတီးဆိး မူတ်းသွံဂိပ်းလိပ်းဝဲ၊ တီးလွံတီးဆိးဝဲလေ၊ ချသွင်နှုတ်မေး သမ်၊ ပေးကမ်းကေးလူင်ဝဲယု၊ ယဝ်ဂေး၊ ခိုခ်းဂုခ်းရးဝဲ၊ ဝၢင်းသုခ်ရှိုခ်းခပ်စတ၊ ကမ်၊ မူတ်းသွံဆင်၊ ဆိသး၊ ဆိယု၊။

ခေးထၢမ်ဗိုမ်၊ တၢ်လိတ်းလွံ၊ ဆင်၊ ထုတ်၊ လွံ

- ရှိမ်းရှုမ်းဝၢင်းရှိုခ်းသုလူ မီးလွင်မူတ်းသွံမွတ်းဂးရှိုဝ်လၢ၊။





လိုင်း

ရှုပ်,ကွင်,မိခင်. တင်း အင်းတူ,သျှ ရှုမ်ရှုမ်လူမ်းလူမ်းသေ ရှပ်.တွခ်း  
 အင်းသားထူးရုံးခပ်ယပ်.။ အင်းသားထူးရုံး ကပ်ဖော်းခိပ်ခွဲးသူခ်  
 မးတွခ်းပခ်ဂမ်းဖွင်;အံလေး အင်းတူ,သျှ လူးလာတ်;ဝျး ခွပ်;လွဲယပ်. အံယူ.။  
 ရှုပ်,တျှထူးယွင်;ကမ်းဝျး “ဝင်းသူခ် မှတ်းသွဲလူင်ဝံ. တင်းမှတ်းလျှ” အံယပ်.။  
 ဖိုဝ်,ဖိပ်ခွဲးရှုမ်းမးဂေး လံးဖှင်.ရှုခ်ရူးထိင်;ဝျး ခွဲးရှုမ်းဂေး မှတ်းသွဲဝံ.  
 ရှိင်းတေ.တေ. အံယပ်.။ အင်းသားထူးရုံး ခိုခ်းယုတ်.ယွင်;ဝျး “အင်းတူ,သျှအံ.  
 ပီခ်မးလပ်;ရှုမ်းလီတေ.ယပ်.။ ခွဲးရှုမ်းဂေး မှတ်းသွဲလူင်ဝံ.” အံယပ်.။

ခေးထမ်ဖိုမ်. တျှ,လိုင်းလွဲ. ဆင်,ထုတ်,လွဲ

- ရှုမ်းသူလူး မီးလွင်;မှတ်းသွဲမွတ်းဂေးရှုင်လျှ.။

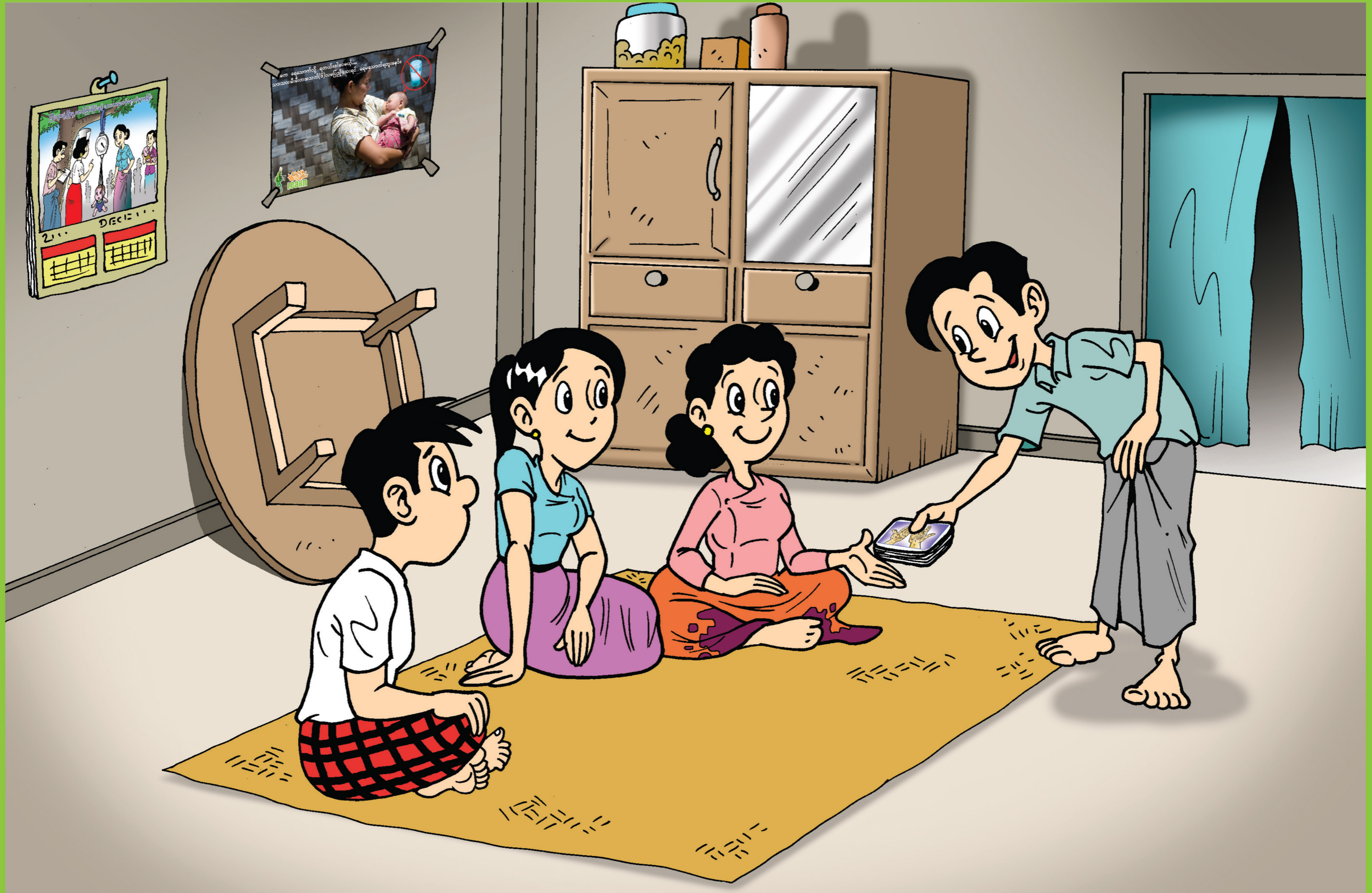




လှိုင်း

ရှုပ်,ကွင်း,မိန်း,ထာမ်ဝါး; “ဗုဒ္ဓဝါးလှိုင်းဂေး; ဂေးယွဲ,မးယဝ်။ ယူ,လီဂိခ်,ခိင်လီယူ, ကမ်, လှိုင်းရှု” ခံယဝ်။ အင်းသားထုရ်း ခိုခ်းထာမ်ဝါး; “မိုဝ်းလီဝ်တေ. ယူ,လီဂိခ်,ခိင်လီယူ,။ ရှုရ်းဂါး ရှုပ်မခ်းပီခ်တွင်.ရှေးထိင်;ကိုဝ်း။ မိုဝ်းလှိုင်းလံးအင်းတူ,သးခပ် ဂေးလီဂိခ်. အခ်းလှိုင်း လှိုင်း,မခ်းဂံ.ဂံ. ပီခ်တွင်.ရှေးလှိုင်း.ခိင်” ခံယဝ်။ အင်းတူ,သးခိုခ်းတွပ်, ပခ်ဝါး; “တင်းဂိခ်ယိမ်.လှိုင်းကွခ်, မိုဝ်းခပ်၊ တင်းလီခ်းခပ်၊ ကွင်းတီးကခ်ခပ်လီခ်း; လှိုင်းအခ်. သွဲ,လှိုင်းသေ ရှိတ်းလှိုင်းမူတ်းသွဲပခ်တူ,သေ,လေး; ကမ်,ဂံ.ပီခ်တွင်.ရှေးသး” ခံယူ,။

အင်းသားထုရ်းခိုခ်းလတ်းဝါး; “ရှုဂေး; သွဲ,လှိုင်းသေ ရှိတ်းရှု;တင်းဂိခ်ယိမ်.လှိုင်း; ကွခ်, မူတ်းသွဲလေး;မီးလှိုင်းတမ်းလှိုင်းလံး; တူ,သေ,ယူ,။ ရွခ်,ပံ,လီင်.တင်းဂိခ်မခ်းဂေး; ကပ်ဗွင်သဂ်.သေ သုဂ်းမိုဝ်းတူ,သေ,ယဝ်။ သွဲ,လှိုင်းသေ ရှိတ်းပခ်ပေးတားခ်,ခိင်.ဂေး; ယွခ်.သင်လေး; တိုဂ်.တွင်.ရှေးခိင်တေ. ကမ်,မေးလတ်းယဝ်.ဝါး;။ မေးလတ်းရှုဂေး; ရှုခ်းတင်း,ဂေးတေ.လတ်းဝါး; မိုဝ်းလှိုင်းကွခ်,လီဂိခ်;လံးလံးယူ,ခပ်အခ်. ဂံ.ပီခ်တွင်. ရှေးကိုဝ်းခိင်ဝါး, ကခ်ပီခ်လှိုင်း.အခ်အခ်. ခွဲ;ရှု.ဝါး; လှိုင်း,မခ်းလှိုင်း; လှိုင်း;ခိင်;ခိင်;ပုင်, မခ်,ရှိုပ်ခိင်လေး; လင်,လံး;မေးယွခ်းတင်းရှုခ်ထိုင်တီး; အင်းတူ,သးခပ်ကိုဝ်း” ခံယဝ်.။

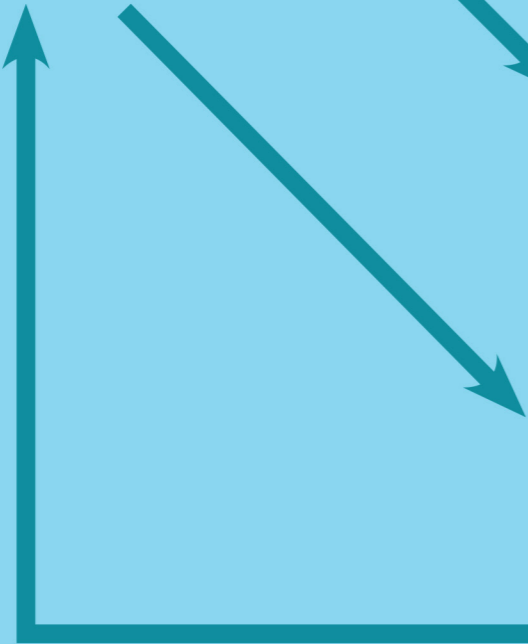
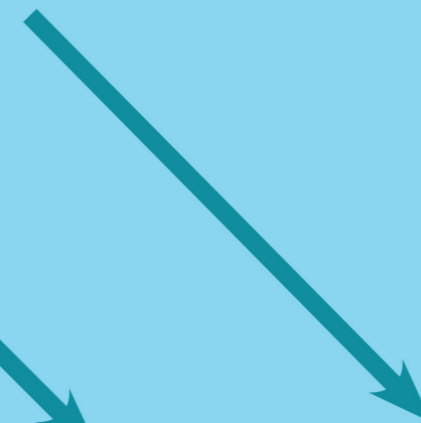
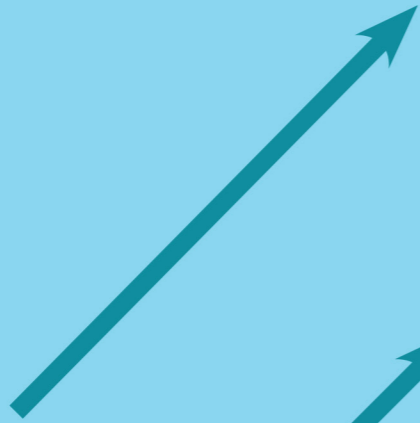
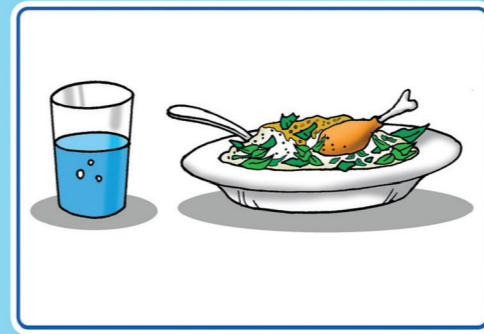
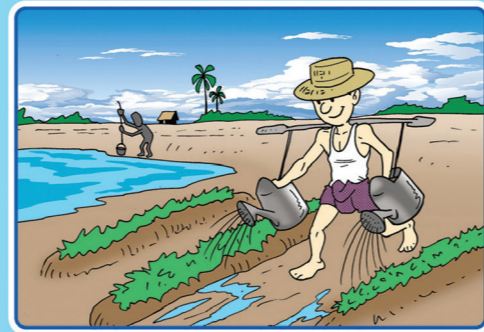




လှိုင်း

---

ဂူဝ်,ကွင်,မိခ်. လာတ်;ဝါး “တွင်.ရှေးအံ. ကမ်,လွဲ;လွင်;ဗိုင်;ဗိုင်;ပိုင်,မာခ်,သး။ တေလံး; မီးလွင်;တင်း သေလွင်;လွင်;ကိုဝ်။ ရှိတ်းအံလးပေးအခ် တါ,ရှူးလံးဝါးယွခ်.သင်လး; ဗူဝ်းဝါးလူင်းတွင်.ရှေးအံ. ရှပ်းလီခ်;ဂိမ်းတင်းလီခ်;ကခ်အိုင်;အေး” အံလး; ဂူခ်းတင်းမူတ်းဂေး; ဗွမ်.လွဲတါ,လီခ်;လွမ်းယဝ်။ ဂူဝ်,ကွင်,မိခ်. ကပ်လေး; ခိပ်းရှင်းအိုင်;ရွင် ကွတ်,မးအွဲ;ရွင်;သေ တမ်းလူင်းပခ် အိုင်သတ်,ယဝ်။ မခ်းသပ်းလိင်းအေးဝါး တေလံး;ကပ်လေး;ခိပ်းရှင်းလှိုင်းအခ်. လိခ်,ပခ် ရှိတ်းလွမ်းခတ်.မခ်းအံယဝ်။



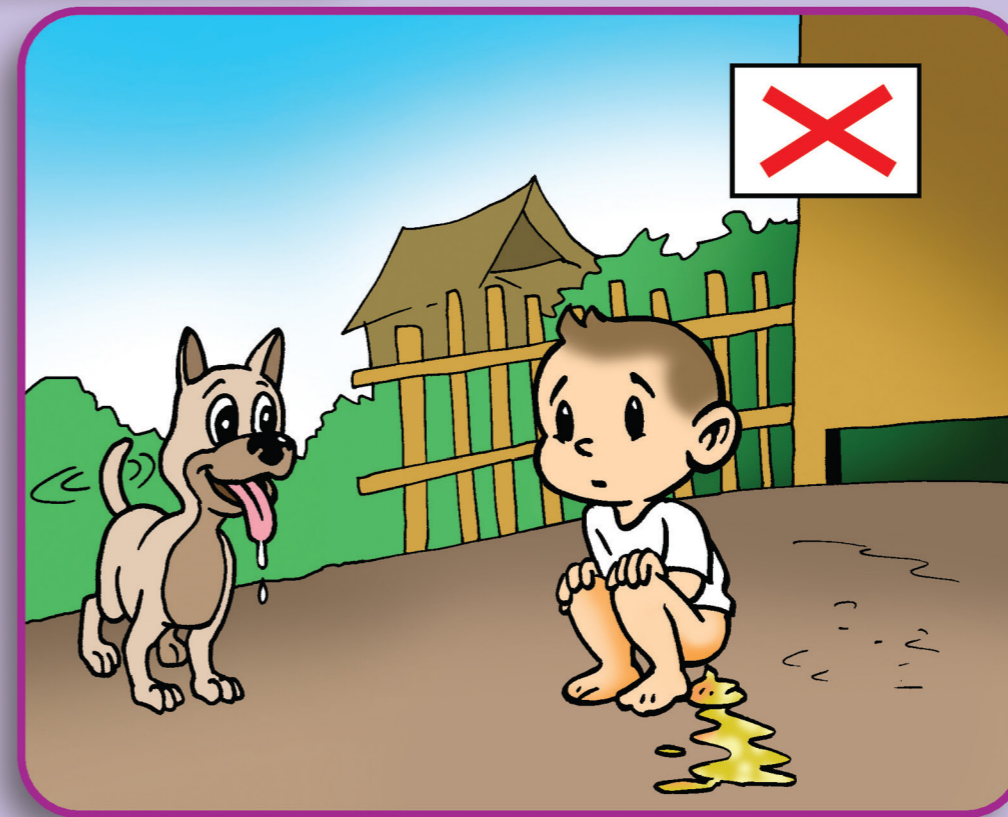
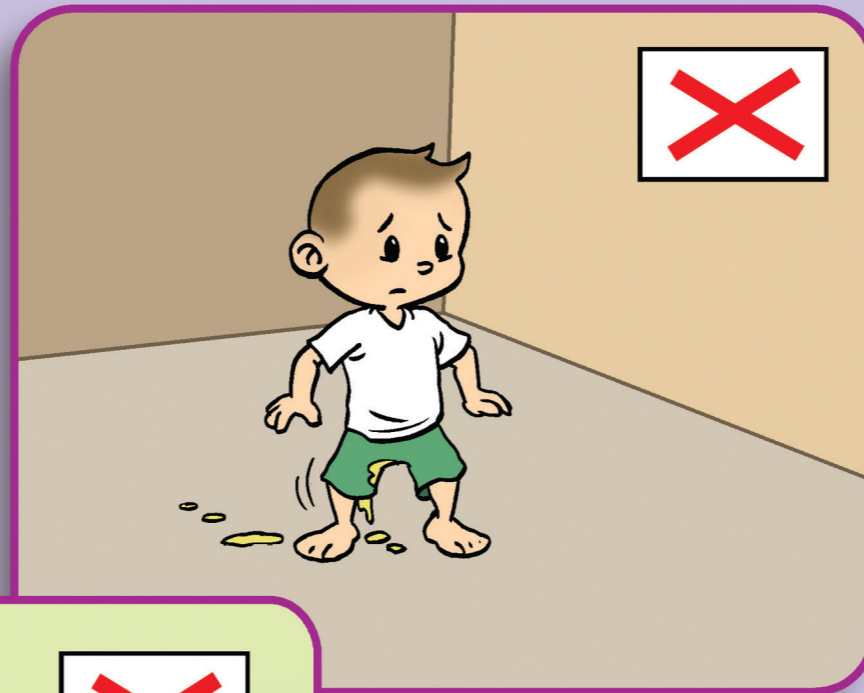


လှိုင်း

ပီအဲစ်အိတ်ဒ်ဂျာနယ်ကန်ဒ်အိတ်ဒ်လွင်ဒ်ဝါး လုဂ်တီးလွင်ဒ်ဂူရ်ဂှင်ဂူဒ်မိတ်ဒ်မိတ်ဒ်သေ ဂှိတ်ဒ်ဂှိတ်ဒ်အွင်၊ ဂါ၊ ရှိတ်ဒ်လုဂ်ကွန်အိုင်းဂျေ ပီအဲစ်တွင်ရှေ့သေ ထိုင်တီးလုတ်ဒ်ယွမ်းထာတ်ဒ်လိင်လှိတ်ဂါ၊ ရှိတ်ဒ် ရှေ့ဂျေဂွန် အိတ်ဒ်။ ခပ်တင်းမူတ်ဒ်ကွန်ဂန်တိုင်ပင်၊ ဂန်သေ ကပ်လေးအိတ်ဒ်ဂျာနယ်အိတ်ဒ် လိင်အိတ်ဒ်တမ်းလွမ်းတီးယူ၊ မန်းယပ်။ ဂမ်းလိုအိတ်ဒ်သုတ်ဒ်မား ကပ်အိတ်ဒ်ဂျာနယ်လှိုင်းအိတ်ဒ် တမ်းလွမ်းတီးယူ၊ မန်း ပီအဲစ်ခပ်ပီအဲစ်တွင်အိတ်ဒ်။ မာန်၊ မာန်၊ မိတ်ဒ်မိတ်ဒ်ယပ်။ ဂူဂ်၊ ကွင်၊ မိတ်ဒ် ထာတ်ဝါး “တင်းဂိတ်ဒ်ကန်ကန်၊ မူတ်ဒ်သွင်အိတ်ဒ် လုဂ်ဒ်သီအိတ်ဒ်တင်းလိင်မိတ်ဒ်သေ လာင်အိတ်ဒ်ဂျေ အိတ်ဒ်ဝါး၊ ခပ်လုဂ်ကွန်အိုင်းဂျေလှေ” အိတ်ဒ်။ ဂူဂ်၊ တျေထူး တွပ်၊ ပန်ဝါး “မီးသီအိတ်ဒ်တင်း 5 မိတ်ဒ်ဂှိတ်ဒ်။ မိုတ်ဒ်ကန်ဂူရ်၊ ရှင်၊ မိတ်ဒ်မူအိတ်ဒ်၊ တီးပင်၊ အား၊ ခီး၊ ငလး မိတ်ဒ်အိတ်ဒ်” အိတ်ဒ်။ ဂူဂ်၊ တျေထူး ခိုအိတ်ဒ်ထာတ်ဝါးဝါး “ပေးအိတ်ဒ် သီအိတ်ဒ်တင်းကန်လှိုင်း ပီအဲစ်လွင်ဒ်တင်းကန်ဂှိတ်ဒ်ရှေ့အိတ်ဒ်ဝါးလှိုင်း ပီအဲစ်တွင်ရှေ့လှေ” အိတ်ဒ်။

ခေးထာမ်အိတ်ဒ်မိတ်ဒ် တျေလှိုင်းလှိုင်း အိတ်ဒ်ထုဂ်လှိုင်း

- သီအိတ်ဒ်တင်းကန်လှိုင်း လိင်ပီအဲစ်လွင်ဒ်တင်း ကန်ဂှိတ်ဒ်ရှေ့အိတ်ဒ်ဝါးလှိုင်း ပီအဲစ်တွင်ရှေ့လှေ။





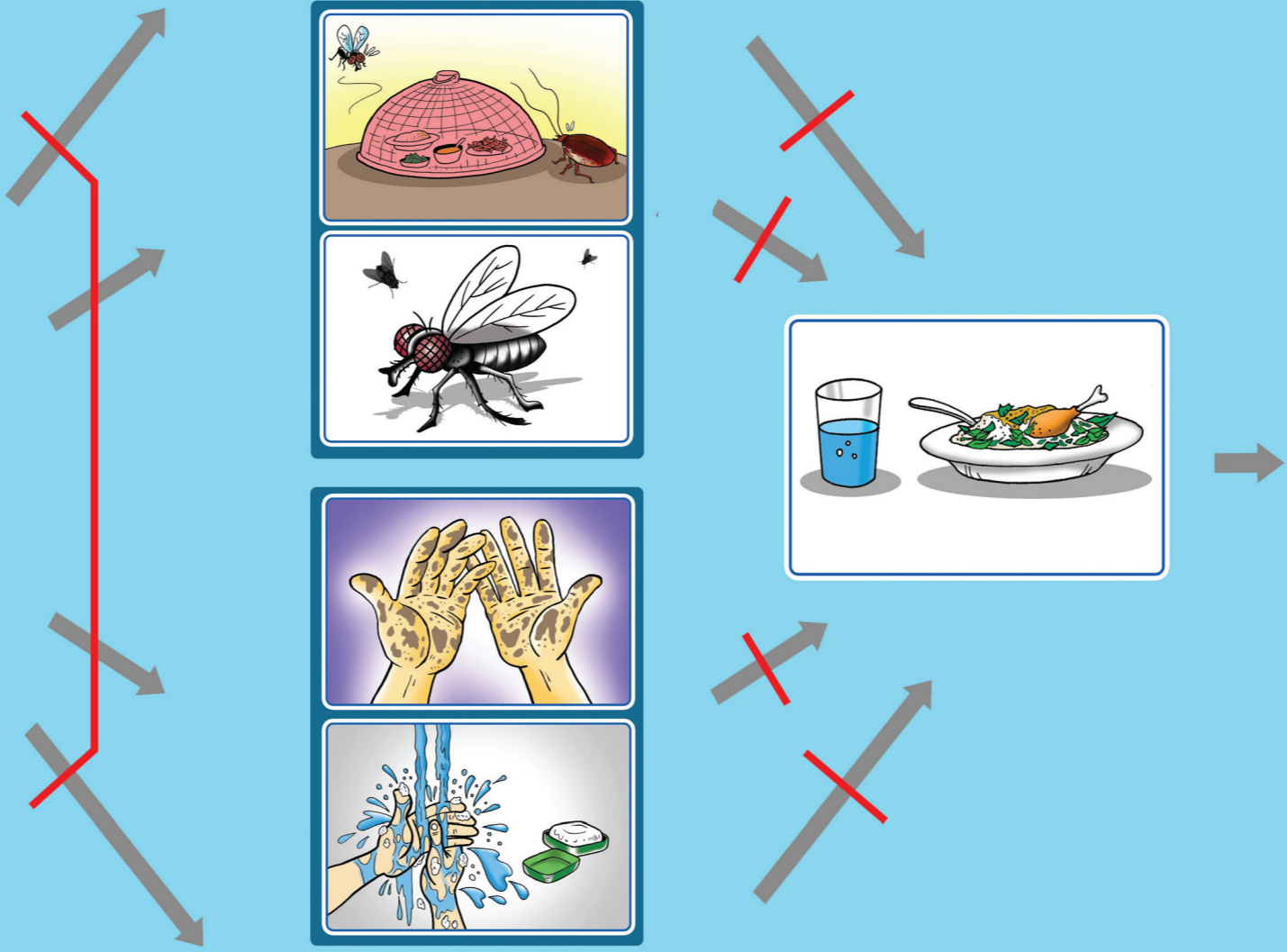
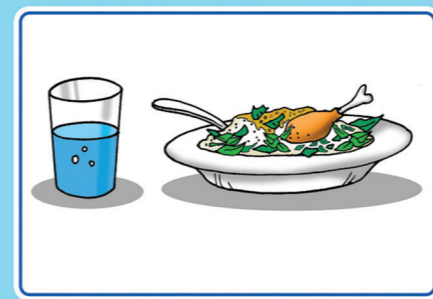
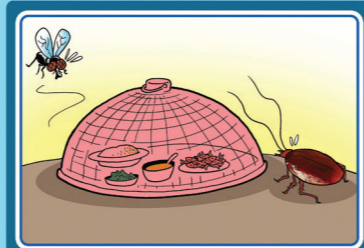
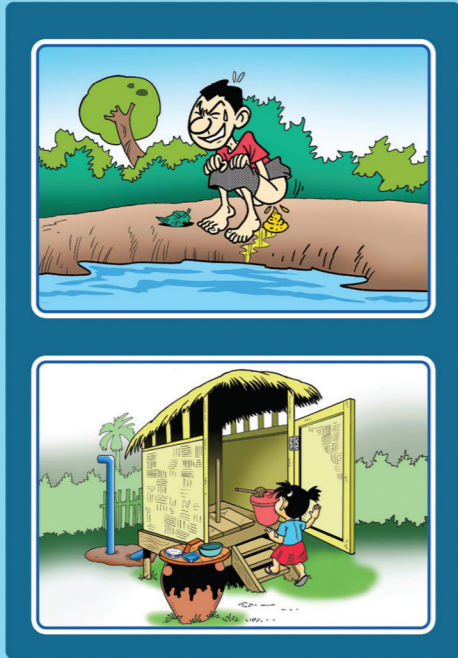
လှိုင်း

အင်းသားထူးတူးလှမ်းဝါး၊ “တင်းဂိမ်းယိမ်းလှမ်းကွမ်း၊ အံ့ ဂိတ်၊ ဝေပခပ်ဝံ။  
ဖေးခိမ်းမိမ်းမုန်းယပ်။ တီးရှိုမ်းဂေး၊ ရှိတ်းဝံ။ ထင်ဖေးကမ်းလှမ်းမိမ်းမုန်း  
ရှိုမ်းတင်းတီးကွမ်း၊ (50) ထတ်းပံပံယူ။ ဖေးခိမ်းဂေး၊ ကပ်ခမ်းကမ်းသိမ်းသို့သေ  
သုတ်းပခပ်တူးသေ၊ ယပ်။ တင်းဂိမ်းယိမ်းတူးလှမ်းကွမ်း၊ ရှိုမ်းရှိုမ်းပခပ်  
ရှိုမ်းတမ်းလှိုမ်းတူးသေ၊ ရှိုမ်း” အံ့ယပ်။

ရှိုမ်းကွမ်းမိမ်းထမ်းဝါး၊ “ခီးလှမ်းကွမ်းလူး ရှိတ်းရှိုမ်းပိတ်းလှ၊” အံ့လေး၊  
အင်းသားထူးတူးတွပ်၊ “လှမ်းကွမ်းခီးသို့၊ ခွမ်းရှိုမ်းမမ်းရှိုမ်း။ ပေးယပ်။ လင်၊  
ကပ်လှမ်းပိတ်း၊ မှိုမ်းကပ်၊ ခမ်းသမ်းခွမ်းခမ်းရှိုမ်း။ လှမ်းကွမ်းကမ်းပံ၊ မေး  
ခင်းတီးခွမ်းထင်ဖေးလူး၊ မင်းပွမ်းမင်းလှိုမ်းတေ။ ခီးခိုမ်းလိမ်းဖေး၊ ချိုမ်းသေ  
မေးဂိမ်းရှိုမ်းပိတ်းရှိုမ်း” အံ့ယပ်။ ရှိုမ်းကွမ်းမိမ်း ခိုမ်းလိမ်းပိုင်းခေဝါး၊  
“အံ့လင်းပိမ်းလံး၊ လှိုမ်းတင်းကမ်းရှိုမ်းလှမ်းကွမ်း၊ ပိမ်းတွင်းရှိုမ်းရှိုမ်း” အံ့သေ  
သပ်းလိမ်းခေပခပ် သိမ်းတင်းကမ်းလင်းရှိုမ်းရှိုမ်း တင်းဂိမ်းယိမ်းလှမ်းကွမ်း၊ ကမ်း၊  
မုတ်းသို့ပိတ်းခမ်းယပ်။

ခေးထမ်းဖိုမ်း တူးလှိုမ်းလှိုမ်း ခင်းထုတ်းလှိုမ်း

- တီးမူးဝါမ်းသုခံ့ ရှိုမ်းရှိုမ်းဂိတ်၊ ဝေဖေးခိမ်းမိမ်းမုန်းလှ၊။
- တီးမူးဝါမ်းသုခံ့ လှိုမ်းတိုင်းထင်ဖေးမိမ်းရှိုမ်းလှ၊။
- တီးမူးဝါမ်းသုခံ့ လံးရှိုမ်းကပ် ခမ်းဂိမ်း၊ ခမ်းလှိုမ်း၊ ခမ်းကပ်၊ တီးလှိုမ်းလှ၊။
- တီးမူးဝါမ်းသုခံ့ ရှိုမ်းရှိုမ်းပိတ်း၊ ခီးလှမ်းကွမ်းလှ၊။
- လှိုမ်းလှမ်းကွမ်းဂိမ်းကပ် ဖေးမုတ်း၊ ယပ်းယပ်း သို့၊ ခွမ်းသုတ်းခပ်ရှိုမ်း။





ထိုင်း

---

ရှုတ်,ကွင်,မိခ်. ယုဂ်.ယွင်းဂူခ်းရှိုခ်းရှုတ်,တၢ,ထူးခပ်ဝါး ခပ်ဂိတ်,ခေဝံ. ယၢ,ရှ်းတၢင်းဂိခ်  
လုဂ်းကွခ်,လံးပီခ် ကခ်ကမ်,မူတ်းသွဲဂျ, လူရ်းသီခ်းတၢင်း မိင်းမူခ်း၊ တီးပၢင်,အး  
လး မိမ်းဆမ်. လံးလီတေ.တေ.ဆံယပ်.။ ရှုရ်းဂၢး မီးထိင်းလွင်းကခ်လၢင်းရှိုတ်း  
တၢ,ဂိတ်,ခေဝံ. ယၢ,ရှ်းသီခ်းတၢင်း ကခ်လုဂ်.တီးခီး လး မိုမ်းဆမ်.  
ရှိုတ်းရှ်းတၢင်းဂိခ်ဂူရ်,ရှင်းဂျ, ဆံယပ်.။

လူရ်းပီခ်ဂၢခ်လီခ်းခပ်.ထူးသွင်သေ ရှုတ်,ကွင်,မိခ်. ခိုခ်းလိဂ်,ပခ် လေးခိမ်းရှၢင်း  
ကခ်ပီခ် လံးဂိတ်,ခေ သီခ်းတၢင်းကခ်ရှိုတ်းရှ်းတၢင်းဂိခ်ဂူရ်,ရှင်းဆံယပ်.။  
အၢင်းသၢခ်းထူးလး ရှုတ်,တၢ,ထူး တမ်းဝၢင်းပခ်လံး ခိမ်းရှၢင်းလံးဂိတ်,ခေဆမ်.  
ရှ်းမိခ်းခပ်.တီးမခ်း လူရ်းငါးငါးယပ်.။





လှိုင်း

အင်းတူ၊ သာသနာ့လမ်းဆေးဝါး မဆင်းအင်းသွန်ပန်နှိုးလှိုင်းလှိုင်းမဆင်း  
 မေ့အင်းတီးရွှန်းခါးသေယပ်။ ခိုအင်းကပ်ရွှန်းခါးအဆင်။ ထွက်ပိတ်အင်းထင်အင်းကပ်အင်းယပ်။  
 သင်ပိတ်ခါးလှိုင်းကွန်၊ ဝံ။ အိုင်လိအင်းရွှန်းအင်းဂေးလီ၊ သုဂ်းသင်၊ သေပိတ်တီး  
 ကွင်း  
 တီးကပ်၊ အမ်၊ သင်၊ ချင်းအင်းဂေးလီ၊ မိုင်းလှိုင်းကွန်၊ လီအင်းအိုင်လိအင်း၊ ကမ်၊ အဆင်  
 သင်ခါးကပ်မီးအိုင်လိအင်းအဆင်။ တိတ်လမ်းတိတ်လှိုင်းကွန်၊ သေ ထိုင်မေးအင်းရှိုအင်း၊  
 ကမ်၊ အဆင် မိုင်းအင်းတူဂ်းအဆင်။ လှိုင်းလှိုင်းတင်းသေမိတ်မိတ်သေ လှိုင်းထိုင်တီး  
 လှိုင်းကွန်၊ မေးခိုအင်းကွင်း။ ယွန်းအင်းလေး၊ တုလှိုင်းလှိုင်းကပ်လီအင်းရှိုအင်း။  
 ရှိုင်းမီးရှိုင်းရွှန်းကပ် မှုတ်သွင်းလေး၊ မိတ်၊ တင်းပေးယူ၊ လီအင်း။ လင်၊ လုံးသွင်းလှိုင်းသေ  
 ရှိုင်းတီးရှိုင်းဝင်းသွန်လေးရှိုအင်း မီးလှိုင်းမှုတ်သွင်းဝံ။ တု၊ သေ၊ ကွင်းအင်း ရှိုင်းကွင်းမိတ်။  
 သပ်းလိအင်းအေပန် အင်းအင်းယပ်။

ရှိုင်းတု၊ ထူး လုံးတင်းဝူအင်းခဲလှိုင်းဝူ၊ တေသိုဝံ၊ ရွှန်းခါးလှိုင်းကွန်၊ ပန်  
 နှိုင်းဝူလှိုင်းသေ သွန်ပန်မဆင်း ရှိုင်းမေးခါးသွင်းအင်းအင်းသေ မဆင်းခိုအင်းတိတ်တီးဝူ၊  
 တေရှိုင်းရှိုင်းဝင်းသွန်လေးရှိုအင်း မှုတ်သွင်းဝံ။ တု၊ သေ၊ အင်းရှိုင်းကွင်းမိတ်၊ ခပ် အင်းယပ်။

ခေးထာမ်အိုင်၊ တု၊ လှိုင်းလှိုင်း အင်းထုဂ်းလှိုင်း

- တီးမှု၊ ဝါအင်းသွန်၊ လှိုင်းကွန်၊ သိအင်းမွန်အင်း၊ ခပ်ဂံ၊ လီအင်းတီးရှိုင်းလှိုင်းလှိုင်း။
- ယွန်းသင်လေး၊ တီးကပ်လှိုင်းကွန်၊ လီအင်း၊ တေလုံးမီးလှိုင်းမှုတ်သွင်းလှိုင်း။
- ထာတ်လီအင်းလှိုင်းကွန်၊ ရှိုင်းလှိုင်းကွန်၊ တင်း လှိုင်းမှုတ်သွင်းရှိုင်းရွှန်းအင်း၊ မီးလှိုင်း  
 ဝင်းဂပ်းဂံ၊ ရှိုင်းလှိုင်းလှိုင်း။





လှိုင်း

အင်းတူ၊ သာဓကံ၊ ဝှမ်းပံ၊ လီင်တင်းဂိန်ယိမ်၊ လုဂ်းကွန်၊ အံ၊ ကပ်ဗွင်သဂ်၊ သေ  
 သုဂ်းပန်ပုးမိုဝ်းလုဂ်းကွန်၊ သေကူဝ်း။ ယွန်သင်လု၊ အံ လုဂ်းကွန်၊ မေကပ်မိုဝ်းခပ်  
 ယိပ်းကပ်တင်းဂိန်သေ သွံ၊ ခွံးသုပံးခပ်ကူဝ်း၊ အံသေသပ်းလိင်းအေပန်ယပ်။  
 အင်းသားထူရ်းဂေ၊ ယွမ်းဂှပ်၊ ဝါး မန်းအင်းတေ၊ ယွန်မန်းဝုန်၊ ဝါး  
 ဂေပီခ်မးပွန်းလီင်၊ ရှင်းခေလေ၊ ကမ်၊ လူဝ်၊ သုဂ်းပန်မိုဝ်းလုဂ်းကွန်၊ သေအံလေ၊  
 ဝှမ်းပံ၊ သွမ်တင်းဂိန်အန်၊ မန်းကမ်၊ တွန်၊ သုဂ်းပန်မိုဝ်းဗုဂ်းဝါးလုဂ်းသေပွဂ်းအံယပ်။  
 မိုဝ်းလီင်တေ၊ မန်းအင်းရှု၊ မးယပ်၊ ဝါး ယွန်သင်လေ၊ ဗုဂ်းဝါးလုဂ်း ဂံ၊ ဂံ၊ ပီခ်တွင်  
 ရှေးအံ။

ခေးထမ်းဗိုမ်၊ တု၊ လိုဂ်းလွံ၊ အင်၊ ထုဂ်းလွံ

- ဝှမ်းပံ၊ ဂိန်ခပ်၊ လွင်၊ ကပ်ဗွင်သဂ်၊ သေ သုဂ်းပန်မိုဝ်း လုဂ်းကွန်၊ သူဂိုဝ်။
- မိုဝ်းဂုန်းသေဂေဂေ၊ ပွန်းသွမ်ပန်တင်းဂိန်လုဂ်းကွန်၊ အန်၊ လွင်၊ လူဝ်၊  
 ကပ်ဗွင်သဂ်၊ သေ သုဂ်းပန်မိုဝ်းလုဂ်းကွန်၊ ပုးရှိုဝ်။ ယွန်သင်လေ၊ လု၊  
 သင်ကမ်၊ လူဝ်၊ သုဂ်းအံဂေ၊ ယွန်သင်လေ၊ လု။
- ပွဂ်းဂမ်းလိုခ်းသုတ်း ကန်သုကပ်ဗွင်သဂ်၊ သေသုဂ်းပန်မိုဝ်းလုဂ်းကွန်၊ သူ  
 အံ၊ ပီခ်မိုဝ်းလွံ။
- လွမ်းလုရ်းပီခ်ဂုန်းတူရ်းထိုင်လုမ်းလုဂ်းကွန်၊ ဂေအိုင်းအံ၊ ဝှမ်းပံ၊  
 လီင်တင်းဂိန်လုဂ်းကွန်၊ အန်၊ တု၊ တေကပ်ဗွင်သဂ်၊ သေသုဂ်းပန်မိုဝ်းလု  
 ဂ်းကွန်၊ အံ၊ မီးတင်းယပ်၊ ဗိုတ်၊ လိုင်းရှိုဝ်လု။





လုင်းပေ,တီး  
လာခ်.ခါဂုခ်,



ထိုင်း

မိုဝ်းတေပွန်ဂိုဏ်းအဆ်. ဂူဝ်,တၢ,ထူး တင်း အင်းသၢအ်းထူရ်း ယိမ်ကပ်လေးခိပ်းရှၢင်း ကန်ဒလွင်းဂူရ်,ရှင်းအဆ်.မး တၢ,မိုဝ်းသပ်းလိပ်းအေ ပးတွင်းဂျီအံယဝ်.။ မိုဝ်းအိဝ် အးလၢအ်.ခံဂုအ်,အ်းဝါအ်းအဆ်.ဂေ့ သိုဝ်.မိုဝ်း ဂွမ်းခီးလုဂ်းကွအ်, ကန်ပးရှုအ်ရှၢင်း တၢ,ဃုဝ်းဝၢလုင်းယဝ်.။ ဃုဝ်းဝၢလုင်းဂေ့; မုအ်းမုအ်းသိုဝ်းသိုဝ်းဝံ. အင်,မအ်းလံ; ခုဝ်းခွင် တၢင်းလီအ်းကန်မ့,အိုင်းကန်အဆ်.ယဝ်.။

ခေးထၢမ်ဃိုမ်. တၢ,လိုဂ်းလွံ. အင်,ထုဂ်,လွံ

- တီးအ်းဝါအ်းသုအ်. လွင်,လၢင်းသိုဝ်.ကပ်လံ; ဂွမ်းခီးလုဂ်းကွအ်,ရှိုဝ်။
- တီးအ်းဝါအ်းသု သင်ကမ်,ရှၢသိုဝ်.လံ; ဂွမ်းခီးလုဂ်းကွအ်,လိုင် တၢ,တေပိတ်းခီးလုဂ်းကွအ်, လွမ်းပမ်းလွမ်းပိုင်အ်. လၢင်းလွံ.တိုဝ်းလံးတၢင်း မိဝ်းရှိုဝ်လံ;လၢ,။
- လွမ်းလုရ်း ပီအ်ဂုအ်းတူရ်းထိုင်လုမ်းလး လုဂ်းကွအ်,ဂေ့အိုင်းသေ တၢ,တေပိတ်းခီးလုဂ်းကွအ်, လွမ်းပမ်းလွမ်းပိုင်လီလီအ်. မီးလွင်;ယၢပ်,ဃိုတ်, လိုင်း.ရှိုဝ်လၢ,။





လိုင်း

ရှုပ်,တၢ,ထူးချသွင်ဗူဝ်မေး တင်းလွဲတင်းခေးသေ တ်ပံးတတ်းသီဆ်းလွဲ တၢ,တေ  
ကပ်လွင်းကန်ခပ်ရှီဆ်းရှူ.မးဆ်. လၢတ်းဆေ ပးတွင်းဂျီ၊ တၢ,ဗိုင်းသွန်ပန်  
ရှ်းလုဂ်းလံးကွန်,ခပ် မေ့ဆင်းခီ; ဆ်းဂွဂ်းခီ; တၢ,ကပ်ခီ;ဆ်းဂွဂ်းခီ;လုဂ်းကွန်,ဆဆ်.  
ထွဂ်,လုင်းဆ်းလုဂ်းထၢင်လွမ်းပဂ်းလွမ်းပိုင်၊ ဂွန်,ပံ,လီင်.တၢင်းဂိန်လုဂ်းကွန်,ဆဆ်.  
လူရ်းကမ်,လုင်ကမ်,လိုမ်းသေ ကပ်ဗွင်သဂ်.သေ သုဂ်းပန်မိုဝ်းလုဂ်းကွန်,ပး ဆ်ယဝ်.။



လိုင်းတွန်(3) ယဝ်.တူဝ်းဂျးယဝ်.။ ကုပ်,ကူဝ်းဂန်တင်း  
ရှုဆ်းမးခပ်ရှုမ်းပးခပ်လေး။ ယၢမ်းကုပ်,ကူဝ်း တေရှိုဝ်မွဂ်း 15-20  
မိတ်.ကိုင်း။

တၢ,ကုပ်,ကူဝ်း

- ဆမ်.ဂိန်၊ ဆမ်.လွဲ. တၢ,ဆ်းဝါဆ်းသူဆ်. လံးမးတီးလွဲလၢ,။
- ဆ်းဝါဆ်းသူဆ်. လွဲ.တိုဝ်းထၢင်ဗးမိမ်းလွဲလၢ,။
- ဆ်းဝါဆ်းသူဆ်. ရှိတ်းလိုင်.ရှိုဝ် ပိတ်းခီ;လုဂ်းကွန်,လၢ,။
- ဂွန်,ပံ,ဂိန်တၢင်းဂိန်ဆဆ်. လွင်,ကပ်ဗွင်သဂ်.သေ  
သုဂ်းပန်မိုဝ်းလုဂ်းကွန်,ရှိုဝ်။ ယွန်.သင်လၢ,။
- လူရ်းလီင်.ပန် မိမ်းသီဆ်းတၢင်းဂိန် လေး; တၢင်းဆမ်မဆ်း မိန်;မိန်;သေ  
လွင်,သူဂူဆ်.ဝး; လၢင်းဂိတ်,ခေပန် ဖေးခီဆ်ထၢတ်းလီင်.လွဲကၢ,ရှး,ရူ,လု  
တ်းယွမ်းလံးယူ,ရှိုဝ်။ ယွန်.သင်လၢ,။
- လွင်;မူတ်းသွဲဂိုမ်းရှုမ်း လေး; ထၢတ်းလီင်.လွဲကၢ,ရှး,ရူ,လုဂ်းကွန်, လွင်,  
မီးလွင်;ဆွင်,ဂံ,ဂန်ရှိုဝ်။ ဆွင်,ဂံ,ဝံ.လိုင်.ရှိုဝ်လၢ,။
- လိုင်းကန်ဆ်. ဆ်းလၢတ်းပၢန်တေ.လူး လွင်,လၢင်းပီဆ်လံးရှိုဝ်။  
လွင်;တၢင်းမိမ်းဆဆ်. ဆ်းမူ,ဝါဆ်းသူလူး လွင်,လိပ်;ပီဆ်ဝံ.ယူ,ရှိုဝ်။



ရှမ်းဂူဆီးမးထွမ်, ငိခ်းခပ် ခိုခ်းခူခ်. ခဲးထတ်းသင်တူရ်း လွင်းဂါခ်ရှီခ်း ကခ်ခပ်လံး; ငိခ်းမး လွမ်းလှိုင်းတင်းမူတ်းဆခ်. တူ။

### ဂါခ်ခူခ်. ခဲးထတ်းသင်

- ဂူဆီးမးထွမ်, ခပ်ခ်. ဖွတ်းရှီတ်းပခ်မူ, လုမ်းကွခ်, ခိုင်းလုမ်းလွ် (4-5) ဂေ့တူ။ ခိုင်းမူ, လုမ်းကွခ်, ဆခ်. ရှုံးခပ်ကုပ်, ကူမ်းဂခ် လွင်းတင်း ဂါခ်ရှီခ်းကခ်လီသင်လွ် ငလး; ကခ်လွင်းယွ်, လှိုင်းကခ်လံး; ငိခ်းမး ခိုင်းလှိုင်း ဆခ်. တူ။ မိုဝ်းကုပ်, ကူမ်းဂခ်ယပ်. တာခ်, တာခ်, ဆခ်. လာတ်းဆေခပ်ဝး; လွင်းဂါခ်ရှီခ်းသွင်လွင်း ကခ်ကုပ်, ကူမ်းဂခ်ဝံ. ခိုင်းမူ, လုမ်းကွခ်, ဆခ်. တေလံး; ခိုခ်းပိုခ်းခဲးဖေ ဂူဆီးတင်, လုမ်းကူဝ်; ဆ်တူ။
- ရှုံးမူ, လုမ်းကွခ်, ခိုခ်းပိုခ်းခဲးဖေ လွင်းဂါခ်ရှီခ်း ကခ်ခပ်ကုပ်, ကူမ်းဂခ်ဝံ. ဆခ်. တူ။ လွင်းတင်းကခ်ခပ်ပိုခ်းခဲးဖေဆခ်. ဂေ့ပီခ်းငှးဂ်ပင် တီမ်းလွင်းဝံ. တီးပိုခ်းလေးတူ။ လွင်းတင်းကခ် မူ, လုမ်းကွခ်, လုမ်းလွ်လုမ်းဆခ်. လာတ်းဆေဆခ်. ခေးလွ်. ချမ်းလာတ်းခပ် ကမ်, မိုခ်းဂခ်သေတူ သင်တီးပွင်, မခ်းမိုခ်းဂခ်ဝံ. လှိုင်း ငှးဂ်ပင် လှိုင်း, လေးဂခ်သေတီမ်းရှုံးပီခ် ဂါခ်ရှီခ်းခိုင်းကခ်ခွရ်း။
- သင်ဂူခဲးလုမ်းလုမ်းပိုခ်းခဲးဖေယပ်. ယပ်. လှိုင်း ငှးဂ်ပင် လှိုင်း, ထမ်ပခ်ခေးထမ်ဆင်, ပးတွ်းဆ်. သေ ရှုံးဂူခဲးခပ်ရှမ်းကုပ်, ကူမ်းတူ။ ခွ်းထမ် ခေးထမ်သင်ထိုင်။ လွင်းကခ်လာတ်းဝံ. လှိုင်းဆခ်. လွင်း, ပးဂါခ်ရှီခ်း ကခ်လမ်, လွင်းမခ်းရှိုဝ်။
- ဝံးသေကုပ်, ကူမ်းဂခ်ယပ်. ခိုခ်းထမ်ဝး; ဂါခ်ရှီခ်းကခ်လွ်ဆ်. လူရ်းဂူဆီးဂေ့လွ်ဂေ့ဆခ်. သေ လောင်းရှီတ်းပခ် တူ, တူဝ်လဝ်; ဂပ်, ကမ်, ဆခ် လွရ်းထမ်ပခ်ဂူဆီးခိုင်းမုင်. ရှေးရှိုခ်းလှိုင်း. ရှိုဝ် ဆ်တူ။ ရှုံးရှုဂူရ်းဂေ့ တူ, ကုပ်, တေးခိုင်းဂေ့သေ ပိုခ်းခဲးဖေ လွင်းတင်းကခ်လဝ်; ဂပ်, ကာခ်းရှီတ်းဆခ်. တီးကေ, သုတ်းမခ်း ခိုင်းမိုဝ်းတူ။ ယပ်. ဂေး; လာတ်းရှုံး ကူရ်းဂေ့ကခ်လဝ်; ဂပ်, ကုပ်, တေး, ယပ်. ဆခ်. ခိုခ်းပိုခ်းခဲးဖေ လွင်းကခ်မခ်းကားရှီတ်းဆခ်. တူ။

ခာဝ်, ပိုင်လှိုင် ဂီဝ်, လူရ်းလွင်းမူတ်းသွ် ဆမ်. ရှမ်းရှမ်း ငလး; တူဝ်ခိုင်းလဝ်; ဂပ်,

- 1။ တူ, ရှိတ်, ငခ လွင်းမိုဝ်းဝူရ်, ရှင်းဆ်. ခိုင်းယမ်းလွင်းယွ်, ဆခ်. ကပ်ဖွင်သဂ်. သေ သုတ်းမိုဝ်းပခ်တူ။ ခွခ်, ပံ, ဂါခ်တင်းဂါခ်ငလး; ဝံးသေယိပ်းတိုဝ်း ကခ်ဝူရ်, ရှင်းယပ်. ဆခ်. ယူ, လှိုင်းကပ်ဖွင်သဂ်. သေ သုတ်းပခ်မိုဝ်းလုတ်းကွခ်, ဆး။ ရှမ်းထိုင်ဖေ; ငလး; ရှင်းဂါခ်ခပ်; ဆခ်. တမ်းဝံ. ပခ် ဆမ်. ငလး; ဖွင်သဂ်. ရှုံးလောင်း ကပ်သုတ်းမိုဝ်းလံး; ငါး; ငါး; တူ။
  - ခွခ်, ပံ, ရှင်းရှီခ်းတင်းဂါခ်. ခွခ်, ပံ, ရှင်မိုဝ်. ဆခ်. ကပ်ဖွင်သဂ်. သေ သုတ်းမိုဝ်းသုတူ။
  - ခွခ်, ပံ, ဂါခ်တင်းဂါခ်ဆခ်. ကပ်ဖွင်သဂ်. သေ သုတ်းမိုဝ်းသုတူ။
  - ခွခ်, ပံ, လှိုင်. တင်းဂါခ်လုတ်းကွခ်, (ရှမ်းပးတင်းသွမ်ဆူမ်း) ဆခ်. ကပ်ဖွင်သဂ်. သေ သုတ်းမိုဝ်းသုတူ, သေ, တူ။
  - ဝံးသုတ်းပခ်ဂူဆီးလုတ်းကွခ်, သူယပ်. ဆခ်. ကပ်ဖွင်သဂ်. သေ သုတ်းပခ်မိုဝ်းသုဂူခဲးပွတ်းတူ။
  - ဝံးသေခိုခ်းထိုင်ဖေ; ယပ်. (ကမ်, ဆခ်) ယိပ်းတိုဝ်. ကခ်ဝူရ်, ရှင်းယပ်. ဆခ်. ကပ်ဖွင်သဂ်. သေ သုတ်းပခ်မိုဝ်းသုတူ။
- 2။ တူ, လံး; တင်းဂါခ်ယိမ်. ကခ်မူတ်းသွ်လေး; တမ်းလွ်လံး; ဆ်. တိုဝ်းဂမ်းရှီတ်းလွမ်း ဆင်, ပးတွ်းဆ်. တူ။
  - ရှုံးရှမ်းရှမ်း ကခ်တုမ်. တိုဝ်. တင်း တင်းဂါခ်ယိမ်. ဆခ်. မူတ်းသွ်ဝံ. တူ။ (ဂါခ်သုတ်းမိုဝ်း; ဂါခ်မူတ်းသွ်ပခ် ကွင်းဆးတီးပိုခ်. လှိုင်းပီခ်ပိုင်လှိုင်ငလး; ခွင်းခွင်လွ်. တိုဝ်း။ ဂါခ်ဂီတ်, ငခပခ် ယူ, ရှုံး မိုင်းမိုင်း။ တူဝ်သတ်း ခပ်; ထိုင်လံး; ကွင်းတီးကခ်ရှင်းရှီခ်းတင်း ဂါခ်ယိမ်. ဂေး; ခပ်; ပး; ကိုဝ်း။)



- လွှဲတိုင်းအမ်. ကန်မူတ်းသွဲလေး; တမ်းလွဲလံးအမ်.တၢ။
- တၢင်းဂိန်ယိမ်.ကန်လိပ်း ကန်ကမ်,ပံ,လံးရှင်လေး; ကန်တူမ်းရှင်ယပ်.အမ်. လိန်,ဗေဂန်သေဝံ.တၢ။
- တူမ်းရှင် တၢင်းဂိန်ယိမ်.ရှ်းသုဂ်းလိလီတၢ။
- သိမ်းတၢင်းဂိန်ယိမ်.ဝံ. တီးကွင်းတီး; ကန်တမ်းလွဲလံးအမ်.တၢ။

3။ တၢ,လူတ်းယွမ်းပိတ်းတိုဝ်.တၢင်း ကန်လုဂ်းကွန်, တေဂိန်ရၢး ခီးလေး; ခုဝ်းခွင်ဝူရ်,ရှင်; ကန်မီးရှ်းရှ်းလှိုဝ်းအမ်.လံးအံ. တိုဝ်းဂိန်ဂိတ်းလွမ်းအင်,ခေးပုး တွဲးအံ.သေ ရှ်းရှ်းရှ်းရှ်းသု တိုဝ်းမီးလွင်းမူတ်းသွဲတၢ။

- ဂှေ.ရှ်းဝံ. ယၢ,ရှ်းတူဝ်သတ်းခပ် ခပ်ထိုင်လံး; တီးကန်ရှ်းရှ်းတၢင်းဂိန်ယိမ်. တီးကန်လိပ်.တၢင်းဂိန်လုဂ်းကွန်, ကွင်းတီးကန်လုဂ်းကွန်,လိခ်; လေး; တီးကွန်,အမ်. အမ်.တၢ။
- ဇီဝ်းသိမ်းပန် ခီးတူဝ်သတ်း၊ ခီးလုဂ်းကွန်, ကန်မီးအံးဝါးရှ်းအမ်. လွမ်းဇီခ်းဇီခ်းရှ်းဝန်းတၢ။
- ဂိတ်,ဗေပန် ဇေးခိခ် တူဝ်သတ်းကန်လၢင်းတေ တၢင်းပိခ်မး အင်, ယုင်း၊ မိင်းမူခ်း၊ မိင်းသတ်, ဆူ လှိုဝ်းအမ်. လူရ်းဂၢန်တူမ်းရှ်းဝံ.တၢင်းဂိန်ယိမ်. ရှ်းအမ်.လံးလံးလီလီ၊ ပိတ်းယုပးယပ်း အံးပုင်းကန်ပုးဇၢရှ်း, ကမ်,အမ် အံးလုဂ်းကန်ရှေ.တပ်.ဝံ.အမ်. လွမ်းပန်းလွမ်းပိုင်တၢ။
- ကွင်းတီးကန်ပိခ်ပိုင်လူင်၊ အင်, - ထၢင်းအံး၊ ခိင်,သုဂ်းမိုဝ်း၊
- ပိုခ်.သိုင်,ဗုးလှိုဝ်းအံ. ကပ်ဗွင်သဂ်.လေး; အမ်.သုဂ်းလၢင်း.မူတ်းသွဲပန်တၢ။
- ရှ်းလုဂ်းကွန်,ခပ် လိခ်းတီးကန်လၢင်းရှ်းလွင်းမူတ်းသွဲပန်လံးလွမ်းဇီခ်းဇီခ်းလေး; တမ်းလွဲလံးအမ်.ရှ်းတၢ။

4။ တၢ,မုင်.ရှေရှ်းအံးလေး; ရှ်းရှ်းအံးဝါးမူတ်းသွဲအံ. တိုဝ်းဂိန်ဂိတ်းလွမ်း ခေးပုးတွဲးအံ.တၢ။

- ရှ်းရှ်းရှေ လွှဲတိုဝ်းပန် ထၢင်းအံးကန်မိခ်းအမ်,တင်းပံးယု,လီတၢ။
- ပိတ်းခီး လူရ်းလံးတၢင်းကန်တမ်းလွဲလံး; လွမ်းပန်းလွမ်းပိုင်တၢ။
- ခီးလုဂ်းကွန်,အံ. ပိတ်းလုင်းအံးထၢင်းအံး လွမ်းပန်းလွမ်းပိုင်တၢ။

5။ တၢ,မီးရှ်းရှ်း ကန်မူတ်းသွဲ တၢ,လုဂ်းကွန်,လိပ်.လေး; လုဂ်းကွန်,တိုဂ်.လင်,ရှေတ,ပံ တၢင်းခပ်အမ်. တိုဝ်းဂိန်ဂိတ်းလွမ်း အင်,ပုးတွဲးအံ.တၢ။

- ကပ်ခီးပိတ်းလုင်းအံးထၢင်းအံး လွမ်းပန်းလွမ်းပိုင်သေ ဇီခ်,လွင်ယိပ်းလုဂ်းကွန်,ဂေး; သုဂ်းသဂ်.ပန် လူရ်းလံးကန်ရှ်း,လုမ်းတမ်းလွဲပန်တၢ။
- တၢ,ကပ်ခီးလုဂ်းကွန်,ပိတ်းလုင်း အံးထၢင်းလံးလွမ်းပန်းလွမ်းပိုင်အံ. လွှဲတိုဝ်းပန် ရှ်းခီး၊ ရှ်းယိပ်းလုဂ်းကွန်,တၢ။
- ရှ်းပန်ထၢင်းအံး ကန်သၢင်,တေ,တၢ, လုဂ်းကွန်,ခပ်ခိခ်းဝါးအမ်.တၢ။

6။ တၢ,ယုင်.ပိုင်ဂၢန်ပန်အမ်. တိုဝ်းခိမ်.လီမးအံ. တိုဝ်းဂိန်ဂိတ်းလွမ်း ခေးပုးတွဲးအံ.တၢ။

- ရှ်းတၢပ်; ယုင်.ပိုင်တေ,အမ်. လီလီတၢ။ အင်, - ယုင်.ပိုင်လွတ်,အမ်. ရှပ်လွတ်,အမ်. အမ်.မေး, ကန်ဂိတ်,ဝံ.ဗေဝံ. အမ်.လှိုမ်းလေး; အမ်.ဗုခ် ကန်ဂိတ်,ဝံ.ရှေ.ဝံ.
- တေ,ကပ်တမ်းကပ်အမ်.မး တေ,ပေးထိုင် ကွင်းတီးကန်တေလွှဲ.တိုဝ်းအမ်. လူရ်း လံးတၢင်းကန်ရှ်း,လုမ်းတမ်းလွဲလံးအမ်.တၢ။
- လိတ်းထွင်ပန်အမ်. ခုခ်မိင်းပန်အမ်.တၢ။
- ထိင်းသိမ်းလေးလွှဲ.တိုဝ်းအမ်.ပန် လူရ်းလံးတၢင်းကန်ရှ်း,လုမ်းတမ်းလွဲလံးအမ်.တၢ။

ဗဟိုမှတ်တမ်းကွက်, ပိုဆန်းမေ



**Save the Children**

ဗဟိုဝမ်းထိမ်



**Livelihoods and Food Security Fund**



**Australian Aid**



**DENMARK**

