

ချေးထားမိရမိးဖွင့်၊ ရှိပ်၊လူလှ်း
လွင်းရှိုတ်းရှိုတ်းလှ်း.ခိုဝ်ခဝင်းယိင်း

စေး၊ထမ်း၊ဖွင့်၊ ဂီဝ်၊လူလ်း၊ လွင်း၊ရှိုတ်း၊ရှုံ၊လျ၊ ဆိုင်၊ဆင်း၊ယိင်း

ထမ်း။ လွင်း၊ဆင်း၊ယိင်း၊ဂမ်း၊ဖွင့်၊ဆုံ လင်း၊ထူပံး၊ဖေး၊စီဆ် တင်း၊ရှိုတ်း၊ရှုံ၊ လှိုင်၊သေ၊တင်း၊ဂေး။?

ဆင်း၊ယိင်း၊ဂူး၊ဂေး၊ဆုံ ကမ်၊လွတ်း၊ဂင်း၊ဖေး၊စီဆ် တင်း၊ဂူး၊ဆင်း၊လံး၊စပ် ရှိုတ်း၊ရှုံ။ ကမ်၊မီး၊ လွင်း၊ရှမ်း၊လူမ်း၊လျး၊လျး။ ကမ်၊လှိုက်း၊ကသား၊လှိုက်း၊စူပ်၊ ကမ်၊လှိုက်း၊လင်း၊စိုပ်၊ ဖွင်း၊စင်း၊ ကမ်၊လှိုက်း ပိုဆ်၊ပိုဆ်၊လင်း၊ ပံး၊ဂူး၊ဆ်၊ ပံး၊မာ၊ဂ်း၊မီး၊ ဆင်း၊ယိင်း၊တင်း၊မူတ်း တိုဆ်၊လံး၊ရှပ်၊ထူပံး လွင်း၊ရှိုတ်း၊ရှုံ၊လျ၊ ယူ၊ယဝ်။ လွင်း၊ရှိုတ်း၊ရှုံ၊ဆိုင်၊ဆင်း၊ယိင်း၊ဆုံ ဂီဝ်၊ဂပ်း၊လူလ်း၊ ဆင်း၊ယိင်း၊တင်း၊မူတ်း၊သေ၊တျ၊ ဆင်း၊ယိင်း ဂမ်း၊ပုး၊ဆမ်၊ဆုံ လံး၊တူဂ်း၊ပီဆ်၊တူဂ်း၊ထူပံး၊ဖေး၊စီဆ်၊တင်း၊ရှိုတ်း၊ရှုံ၊လျ၊ ယွဆ်၊ပိုဝ်း၊ဖှင်၊ရှင်း၊လက်း၊စဆ၊ ကမ်၊မာ၊ဂ်း၊မံ၊ဝံ၊ဆမ်၊ယဝ်။ လင်း၊စိုပ်၊ ဖွင်း၊စင်း၊ဖွင်း၊ထင်း၊ ဖေး၊သျှ၊ဂျ၊မီး၊လင်း၊ လွင်း၊မာ၊ဂ်း၊မံ၊ ကိင်၊ဆိုင်၊စိုပ်၊ကင်း၊ဂျ၊ လွင်း၊တုဂ်း၊ဖေး၊ဂ်း၊ဆ်၊ လွင်း၊ပံး၊ယူ၊လီ (မိုဆ်၊ဆင်း၊ တိုတ်း၊လှိုင်၊မိုင်း၊ကိတ်း၊ရှိုတ်း၊ဂီ၊ဝီ၊ HIV) လှိုင်း၊ဆုံ ပီဆ်၊ငိုဆ်၊ငင်း၊ လွင်း၊တင်း၊ကမ်၊ရှိုတ်း၊ရှိုတ်း၊ဆင်း၊ယိင်း၊စပ် လင်း၊လံး၊ရှပ်၊ထူပံး၊ဖေး၊စီဆ် ရှိုတ်း၊ရှုံ၊လျ၊ဆမ်၊ယူ၊ယဝ်။ တီး၊ဆ်း၊တူင်း၊ပူင်း၊ဂူး၊ဆ်၊ ကမ်၊မီး၊လွင်း၊လှိုက်း၊ပီင်း၊ လူလ်း၊ကမ်၊မီး၊ငင်း၊ မီး၊ရှမ်း၊ လွင်း၊ကမ်၊ထုဂ်း၊လှို လူလ်း၊ကမ်၊မီး၊လွင်း၊မီး၊တင်း၊စလး၊ လွင်း၊လီဂ်း၊စလး၊သိုက်း၊သမ်၊ဆိုင် ဂမ်၊ဆမ်၊ ဆင်း၊ယိင်း လှိုင်း၊ပီဆ်၊ဂေး၊ထုဂ်း၊တင်း၊ရှိုတ်း၊ရှုံ၊လျ၊ဆမ်၊ ကမ်၊လံး၊ရှပ်၊စာ၊မ၊လွင်း၊ဂီ၊လူ သေ၊ကမ်၊ဂျး လံး၊ရှပ်၊စာ၊ ဂူး၊ဆ်း၊တင်း၊ဆမ် ယွမ်း၊ရှပ် ဂမ်၊ထီမ်၊ပမ်၊ရှိုင်း လွင်း၊ရှိုတ်း၊ရှုံ၊လှိုင်း၊ဆုံ၊ယူ။

လွင်း၊တုဂ်း၊ဖေး၊ဂ်း၊ဆ်၊လှိုက်း၊စလး၊ လွင်း၊လံး၊ထုဂ်း၊ပိုဆ်၊ပီတ်း၊ဝံ၊လှိုင်း၊ဆမ်၊ဂေး၊ ပီဆ်၊ငိုဆ်၊ငင်း၊ ကမ်၊ရှိုတ်း၊ရှိုတ်း၊ဆင်း၊ယိင်း လံး၊ရှပ်၊ထူပံး၊ဖေး၊စီဆ် ထုဂ်း၊ရှိုတ်း၊ရှုံ၊လှိုင်၊တိုင်း၊ဆမ်၊ယဝ်။ ဖွင်း၊လျ၊စွင် လွင်း၊ရှမ်း၊ငမ်း၊လုမ်း၊ဖှင်၊ဆုံ ရှိုတ်း၊ရှိုတ်း၊ဆင်း၊ယိင်း၊စပ် ကမ်၊ပူဆ်၊လွတ်း၊ကွက်၊လံး၊ လွင်း၊တူင်း၊ပူင်း၊ဂူး၊ဆ် ပိုဆ်၊ပီတ်း၊လှိုင်း၊ဝံ၊ဆမ်၊ယဝ်။ ဆင်း၊ရှိုပ် ဆင်း၊ယိင်း၊လှိုင်း၊တုဂ်း၊ဖေး၊ဂ်း၊ဆ်၊ယူ၊ဆမ်၊ တေ၊ပူဆ်၊လွတ်း လံး၊တင်း၊လူလ်း၊ပေ၊ဂ်း၊ဆ်၊ ဆင်း၊ရှိုပ်၊တေ၊လံး၊တင်း၊ဂီတ်း၊စစ၊စလှိုင်း၊ပမ်၊ ဆင်း၊ရှိုပ်၊တေ၊မီး၊တြး၊ထုဂ်း၊မိုဆ်၊ ဖွင်း၊ပီင်း၊ ဆင်း၊ရှိုပ်၊တေ၊မီး၊သုဆ်၊လံး၊ယူတ်း၊ယူ၊ ဆင်း၊ရှိုပ်၊တေ၊မီး၊မုး၊သုဆ်၊လံး၊ ဂီဝ်၊လူလ်း ပိုင်၊တံပံး တတ်း၊တြး၊ တီး၊လုမ်း၊တြး၊လှိုင်း၊ဆမ်၊ ပီဆ်၊ကမ်၊ယပ်၊ယီဆ်၊ဝံ၊တေ၊တေ၊ယူ၊ယဝ်။ လှိုင်၊သေ၊ဆမ်၊ လွင်း၊ကမ်၊မေ၊လိဂ်း၊ ကမ်၊မီး၊တင်း၊ရှူး၊တင်း၊မေ၊စလး၊ လွင်း၊ဖေး၊တုဂ်း၊ဂ်း၊လှိုင်း၊လှိုင်း၊ဆမ်၊ ရှိုတ်း၊ရှိုတ်း ဂီဝ်၊ရှိုင်း၊သုဆ်၊တမ် တျ၊မီး၊လွင်း၊လီဂ်း၊လံး၊ လီဂ်း၊ဂေး၊ဂေး၊မာင်၊ဝံ၊ယူ၊ယဝ်။

ထာမ်။ ငိုခမ်းငဝ်းလွင်းတၢင်းလိုင်ရှိုဝ် ရှိတ်းရှ်း ပီခမ်မး လွင်းရှိတ်းရှ်း ခိုင်ခၢင်းယိင်း?

ငိုခမ်းငဝ်းပိုင်လူင်မခမ်းစတု ပီခမ်လွင်းလီဂ်,စပေသိုက်းသမ်,ခိုင်ဂခမ် ကခမ်စတုရှမ်း ရှ်း
ခၢင်းယိင်းစပ် ကမ်,မီးလွင်းဖိုင်,ပိင်းတၢင်းဂူခမ်းလံး; ခွဲးလတ်းပခမ်ဖေဝခၢင်းယိင်းစလး ဂူးတီး
တီးခခမ်းယဝ်။ လွင်းရှ်းခွဲ လံးပီခမ်မး ယွခွဲလွင်းလီဂ်,စပေ သိုက်းသမ်,ခိုင်ဂခမ်။ ပခမ်ရှိုင်းကီး
သူခမ်း ရှ်းလွင်းလီဂ်,စပေသိုက်းသမ်,ခိုင်ဂခမ် လိုင်တိုဝ်းမးသေကမ်,ဂး စတုရှမ်းဝံ ခင်း,ရှိုဝ်
ခၢင်းယိင်းစပ် တေကမ်,လၢင်းလံးလွဲ,တိုဝ်း သုခမ်,လံးခၢင်းယိင်းလွတ်းလွတ်းလိင်းလိင်း ကခမ်ပီခမ်
ငဝ်းစခမ်,ပိုခွဲ လွင်းဖိုင်,ပိင်းခွဲးစဂး ဂူခမ်းလံး;စလးခၢင်းယိင်းခခမ်းယူ,ယဝ်။

လွင်းရှိတ်းရှ်းလၢ,ခိုင်ခၢင်းယိင်းစပ်ခွဲ ပီခမ်ဖှၢင်းရှၢင်းလဂ်းစခေ, လွင်းလီဂ်,စပေပခမ်
ကျ,ခေ, ကမ်,ဖိုင်,ပိင်းဂခမ် ခွဲးစဂးဂူခမ်းလံး;စလးခၢင်းယိင်း ကခမ်စတု,မးလီမ်မိုခွဲသိုခမ်း
ဝခမ်းလင် ဂူးသိုဝ်,ဂူးပခမ်ခခမ်းသေ။ ဖှၢင်းရှၢင်းလဂ်းစခေ,ကခမ်ခွဲလိုင် ရှိတ်းရှ်းပီခမ်မးဂူခမ်းလံး;
ရှမ်း,ငမ်းဂုမ်းထိင်း ခိုင်ခၢင်းယိင်းစလး လွင်းလီဂ်,စပေသိုက်းသမ်,ခိုင်ခၢင်းယိင်း စပ်သေကမ်,ဂး
လွင်းရှိတ်းရှ်းလၢ,ခိုင်ခၢင်းယိင်းစပ်ခွဲ ပီခမ်ခိုင်းဂူခင်းသၢင်းလိုင် ဂီဝ်,ဂပိးလူလ်း ပံးဂူခမ်းကခမ်ခိုင်
ကခမ်ပခမ်စေးတီပိးတတ်းဝး ပေးမးတီဂ်;ခိုင်ဂခမ်တၢင်းဂူခမ်းလံး;လိုင် ခၢင်းယိင်းစပ်ခွဲ ယူ,တီး
လခမ်ထာခမ်းဂူခမ်းလွမ်းလင်ဂူလ်းခင်း,ခမ်ယဝ်။ ခမ်လံးရှခမ်ပိုတ်,မွဂ်,စခေဝံ ခွဲးလိဂ်;ပိုခမ် ဖှၢင်း,စေး
တူဂ်းလူင်း စွင်မိုင်းရှမ်းတုမ်လုမ်းဖှၢ, ဂီဝ်,လူလ်းလွင်းရှ်းတၢင်းရှိတ်းရှ်းလၢ,ခိုင်ခၢင်းယိင်း
ဂိုတ်းယိုတ်းဝံးရှ်းခခမ်းယဝ်။

ဖှၢင်းတၢင်းတူဝ်ခိုက်တွခမ်း မိုင်းရှမ်းတုမ်လုမ်းဖှၢ, ဂီဝ်,လူလ်းလွင်းသၢခမ်စတ်း ဂခမ်ရှိတ်းရှ်း
ခိုင်ခၢင်းယိင်း လံးမတ်းမံပိုတ်,မွဂ်,ဝံ ငိုခမ်းငဝ်းပိုခွဲတိုခမ်း လွင်းရှိတ်းရှ်းလၢ,ခိုင်ခၢင်းယိင်း 6
စေး လွမ်းခင်း,ပးတုးခွဲယူ,ယဝ်။

လွင်းလီဂ်,စပေကျ,ခေ, လွင်းသိုက်းသမ်, ပီဂ်,ပိုင်;ဂခမ်မး လီမ်မိုခွဲသိုခမ်းဝခမ်းလင်။ လွင်းပိုခမ်းပီခမ်
ပံးမိုင်း, ပံးမဂ်းမီး, ပံးလွင်းဂူခမ်း ကခမ်လီဂ်;လံးပီခမ်မး လံးလံးလခမ် ဂူးသိုဝ်,ဂူးပခမ် လီမ်မိုဝ်;
ရှပ်ပဂ်,ပီးယၢင်းစၢင်းရှိုခခမ်း ဂူခမ်းလံး;စပ်ခွဲ မီးသုခမ်,လွဲ,တိုဝ်းကျေးလၢ, ကျ,ခေ, ရှမ်း,ငမ်း
ခိုင် ခၢင်းယိင်းစပ်မးသေ တိုက်သိုဝ်,ပီခမ်ယူ,ခင်း,ခခမ် တေ,ထိုင်ယၢမ်းဝခမ်းမိုဝ်;လီဝ်။

လွင်းဂုမ်းထိင်းဆင်းယိင်း ဂီဝ်,လူလှ်းလွင်းဂျ,မ။ ဆွဲးတူင်း,ဝူင်း ဂူဆ်းဆွဲ လံးလှ်းတိုဝ်း လွင်းဂူတီး
ရှုံ,လျ, ပီဆ်းစိုင်းမိုဝ်းကဆ်းဆိုင်; တွဆ်းတျ,တေဂုမ်းထိင်း ဆင်းယိင်း လွင်းဂီဝ်,လူလှ်းလွင်းဂျ,မ။
တေးဆင်း,ဆဆ် ယွဆ်းပိုဝ်းဆင်းယိင်းစဝ် ရှိုတ်းကွဂ်,ခဆ ဂီဝ်,လူလှ်းတင်းဂျ,မ၊ ခဆဂင်လှ်းစဝ်
ဂီဝ်,ဂပ်းလူလှ်းစိုင်းကင်းဂျ, ကဆ်းတူင်း,ဝူင်းဂူဆ်းစုဆ်းထိုင်မတ်းမံတျ; ပီဆ်းလွင်းပူဆ်းပီဆ်းယျ,လူ,
ဖှိုင်းစင်းဖှိုင်းထုင်းဆ်းစလး လှ်းလွဂ်းလံးရှိုတ်းရှုံ,လျ,သေ တင်း,တင်းဖ်းတီး ပဆ်းကပီတ်းတီးစဝ်
ဆဆ်းယျ,ယဝ်။

ပံးဝူဆ်း ဂီဝ်,လူလှ်းဖှိုင်းစငး။ ဆွဲးပိုင်မီးဖှိုင်းစငးဆဆ်း လံးလီဂ်,ယိတ်း တွဆ်းတီး ကိုင်ဆိုင်စိုင်း
ကင်းဂျ,ပီဂ်,ပိုင်းဂဆ်းဝဲစလး သင်ဝါးဆင်းယိင်းစဝ် ပူဆ်းပီဆ်းမိဆ်း တွဆ်းတီးပိုင်ဖှိုင်းစငး
ကဆ်းမဂ်းတမ်းဝဲဆဆ်းလိုင် တူင်း,ဝူင်းဂူဆ်းစတစဆလွင်းပိုင်ဖှိုင်းစငး ကမ်,ဆဆ် ထုင်းဖှိုင်း
ကမ်,ဆဆ် ဖျေ,သျ,သျ,သဆျ,လှိုင်းဆဆ်းသေ ဂံ့စလ,ရှိုတ်းရှုံ,ဆိုင်ဆင်းယိင်းစဝ်ယျ,ယဝ်။

လွင်းယုမ်,မတ်းဝျ,တသုဆ်း,တူဝ်။ လွင်းလပ်းပီဆ်းယုမ်,ယမ် ဆွဲးမုဂ်ဖှိုင်းတူင်း,ဝူင်းဂူဆ်း ကဆ်းဆိုင်
လမ်း လွင်းရှိုတ်းရှုံ,ဆိုင်ဆင်းယိင်းဆွဲ ပီဆ်းပဆ်းဂျ,ပုသဆျ, ဂီဝ်,လူလှ်းသုဆ်း,တူဝ်ဖှိုင်း,မဆ်းဂူလှ်း။
လွင်းယုမ်,မတ်းကဆ်းဆဆ်းလိုင် ပီဆ်းလွင်းဂိတ်,စွင်းလှိုင်ကဆ်းဆိုင်; တွဆ်းတျ,ရှိုတ်းရှုံ,လွင်းရှိုတ်းရှုံ
ဝါးရှုံ,ဆဆ်းယျ,ယဝ်။

ပိုင်လံးစကးလိတ်း လွင်းစွင့်စမ်ပထိတ်းစတ်း။ ရှိုဆ်းယေးပွဂ်ယုမ်,ဝါဆ်းကိုင်, လှိုင်းမီးဆွဲးလေးတွဆ်း
ကဆ်းပီဆ်းလွင်းစွင့်စမ်ယျ, ကမ်,ဆဆ် လေးတွဆ်းကဆ်းတပဲသိုဂ်းပဂ်းသပ်းစလး တီးမီးကျ,ဆျ,သိုဂ်း
ရှုမ်,ငမ်းဝဲလှိုင်းဆဆ်းစလး လွင်းရှိုတ်းရှုံ,ဆိုင်ဆင်းယိင်းဆဆ်း မီးလွင်းဂွင့်ဂံ,ကဆ်းဝဲယျ,တင်းဆမ်ယဝ်။
ငပ်းလံးကမ်,မီးလွင်းရှုမ်,လူမ်းဂင်းဖေးဆဆ် ရှိုတ်းရှုံ,လွင်းစိုင်းစိုင်းဆွဲးရှိုဆ်းယေး ကဆ်းသုဆ်းဂီး
ရှိုမ်းလွင်းရှိုတ်းရှုံ,ဆိုင်ဆင်းယိင်း ဆွဲးဆျ,ရှိုဆ်း သိုပ်,ပီဆ်းထိုင်ယိုဆ်းယဝ်းဂျ,ယျ,ယဝ်။ ယွဆ်းပိုင်
ဂုမ်းမိုင်ပဂ်းလှ်းတူင်းရှုဆ်းဆိုင် လွင်းစွင့်စမ်ဂူလှ်းစလး ကမ်,ဖှိုင်းရှုဆ်းထိုင် ဆိုင်ပဆ်းရှုလွင်းဆင်းယိင်း
လံးထူပ်းလျ,ယျ,လှိုင်းဆဆ်း မီးမုးတင်းဆမ်ယျ,ယဝ်။ ဆွဲးသေဆဆ်း ဂံ့စလ,ရှုဆ်း လွင်းလှ်းတိုဝ်း
လွင်းရှိုတ်းရှုံ,ဆိုင်ဆင်းယိင်း မိုဆ်းလံးပံးတိုဂ်းဖ်းဆ်းဂါဆ်းသိုဂ်းကဆ်းဆိုင်;ယျ,ယဝ်။

လူင်ပွင်ကိုင်းမိုင်း လုတ်းရှမ်း လွင်းကပ်လိုင်။ ကဆဲလူင်ပွင်ကိုင်းမိုင်း လုတ်းရှမ်း တျးဂိတ်,စစ
စဂှင်းလး တျးစဂှ်းရှိုတ်းယိုတ်း လွင်းရှိုတ်းရှိုတ်းဆိုင်ဆင်းယိုင်းစပ် လုတ်းယွမ်းဝံးရှိုတ်းဆဲ
လိုင် မိုဆဲဝံးရှိုတ်းတူင်,ဝိုင်းဂူဆဲး သိုပ်,ရှပ်ရှိုင်းဝို လွင်းရှိုတ်းရှိုတ်းဆိုင်ဆင်းယိုင်းတင်းလံယူ,ဆဲးယဝ်။
မိုဆဲဆင်, ပဆဲရှပ်ယဆဲ, လွင်းသိုတ်းသမ်,ပံးဂူဆဲး၊ လွင်းထုဂ်,မိပ်,ဝိုဆဲးတူဆဲးလှ်၊ လွင်းတိုတ်းလပ်း
လွင်းပံဆဲးလပ်းလး၊ ယျးမဝ်းဂမ်၊ လွင်းထာတ်းလှ်တူဂ်းလူင်၊ လွင်းကမ်,မိးဂါဆဲးဝံးရှိုတ်းသင်း
လိုင်ဆဲး ပီဆဲးဝိုင်းဝံး ရှိုတ်းပျေ,ပီဆဲးလွင်းရှိုတ်းရှိုတ်းဆိုင်ဆင်းယိုင်းယူ,ယဝ်။ ဂူလှ်းဂျး လွင်းလိုင်
ဆဲး ကမ်,လှ်းဝိုင်းဝံးပိုဆဲးတိုဆဲး လင်းရှိုတ်းပျေ,ပီဆဲးလး ကမ်,လှ်းလွင်းစဆဲးတင်းဝိုင်းဝံး
လွင်းရှိုတ်းရှိုတ်းဆိုင်ဆင်းယိုင်းစပ်လုမ်းလုမ်းယူ,ယဝ်။

ထမ်။ ဗွဆဲးလျး ကဆဲသိုပ်,ဂိုတ်,ပီဆဲ ဝံးလင်ယွဆဲးလွင်းရှိုတ်းရှိုတ်းဆိုင်ဆင်းယိုင်းဆဲ မီးသင်လံလံ?

ဗွဆဲးလျး ကဆဲသိုပ်,ဂိုတ်,ပီဆဲဝံးလင် ယွဆဲးလွင်းရှိုတ်းရှိုတ်းဆိုင်ဆင်းယိုင်းစပ်ဆဲ ဆမ်
တိုင်းရှိုတ်းလိုင်သေ လွင်းတိုဝ်းရှိုတ်း ဝါတ်,လိပ်းတူင်စိုင်းဂမ်းလိပ်ဆဲးယူ,ယဝ်။ လွင်းလံးထုဂ်,ရှိုတ်း
ရှိုတ်းဆိုင်ပံးလှ်းလး လွင်းလံးထုဂ်, လှ်,ဝိုတ်းဝျး တေလံးထုဂ်,ရှိုတ်းရှိုတ်းထိုင်ဆဲးလိုင်ဆဲး လင်းရှိုတ်း
ရှိုတ်းလှ်းဂျးစဆဲးတူင်ဂပ်,ဆင်းယိုင်းစပ်လုတ်းယွမ်းဂူလှ်းကမ်,ဂျး လင်းရှိုတ်းရှိုတ်းရှိုတ်းဂိတ်,စစစဂှင်း
တူင်ဂပ်,ယွမ်းလင်းလး ရှိုင်းတူင်တွပ်,တေ,ဂျေ,ရှိုတ်းရှိုတ်းဆိုင်စပ်ဆဲး လုတ်းယွမ်းပျးယူ,ယဝ်။
သင်ဝျးကမ်,လံးမတ်းမံယွမ်းရှပ်ဝျး ပီဆဲလွင်းရှိုတ်းရှိုတ်းဆိုင်လိုင် လင်းပီဆဲဗွဆဲးလျးဝံးလင်
ရှိုတ်းရှိုတ်းတူဆဲးလှ် လွင်းရှိုတ်းယွဆဲးတင်းလွင်းထီမ်ဂျေ တေကမ်,ပေ,ရှိုတ်းရှိုတ်း,ယူ,ယဝ်။ ဆင်းယိုင်း
မင်ဂျေ,သမ် လင်းလပ်းပီဆဲ လွင်းထာတ်းလှ်တူဂ်း၊ လွင်းလှ်ပိပ် လှ်ဝင်,ဝိုဝ်လှ်၊ လင်းတိုတ်း
လပ်းလပ်းလး ယျးမဝ်းဂမ်လှ်သေ လင်းဂိုတ်,ပီဆဲလွင်းစး,မိုဆဲးတူင်ဂပ်,တံဂွဆဲး,ယူ,ယဝ်။

ဆဲးဗွဆဲးလျး ပဆဲရှပ်ဝံးလင် ကဆဲဂိပ်,လူလှ်းပံးလှ်လိုင်ဆဲးလမ်း ပျးလိမ်လွင်းဂှ်စဂှ်
လွင်းယမ်,ယမ်တူင်ဂပ်, လီဂှ်ဂေ,ကေ,မင်၊ လွင်းစီဆဲးမံးလှ်၊ လွင်းယိုဆဲးမိးကပ်းဖိတ်း
ကမ်,ဆဲး လွင်းကံတူင်ကံလှ်၊ လွင်းလူ,သုမ်းဆမ်လှ်ဝံးဂျးစဆဲးတူင်ဂပ်, လွင်းယပ်,ဗိုတ်,
ရှိုတ်းလှ်မဆဲးရှိုင်း,ဆမ်သပ်း၊ လွင်းထာတ်းလှ်တူဂ်းလူင်၊ လွင်းပူဆဲးတျး,မိုဆဲးတူင်ဂပ်,တံ၊ လွင်းတိုတ်း

လမ်းလမ်း၊လမ်းယာ၊မင်းဂမ်ကိုင်းဆန်းယူယဝ့်။ ဆွဲးဖွမ်းလၢ၊ ဂီဝ်၊လူဂ်းတူဝ်စိင်း ကဆံတိုဝ်စိုဂ်း တူဝ်စိင်းလမ်း ပုးလိမ်လွင်းတူဝ်စိင်းဝါတ်၊လိပ်း၊ လွင်းတၢဆွမ်းလူ၊ လွင်းဆွမ်းဖေဖေခေခေ၊ လွင်းဆွမ်းကမ်၊လမ်းလံးလီလီ၊ လွင်းတူဝ်စိင်းကမ်၊ယူ၊သၢ၊ စွဲးတူဆွဲးစွဲးဂါးဂါးလိမ်းဆန်းယူယဝ့်။ ဆွဲးဖွမ်းလၢ၊ ဂီဝ်၊လူဂ်းဆွဲးတူဝ်၊ဂူင်းဂူင်းလမ်း ပုးလိမ်လွင်းလံးယူ၊ရှင်းဖေ၊ လွင်းလံးထုဂ်၊ စသုသွမ်း ဂုင်းသလေ့လိပ်းသီလူ၊ လွင်းစပ်းပုးတူဝ်ဆိုင်ရှိုတ်းသင်း ဆွဲးဆးကမ် ဆွဲးကမ်တူဝ်၊ဂူင်း ဂူင်းတူဂ်းတီမ်၊ကေ၊မင်၊ လွင်းလုတ်းရှမ်းဆးကမ်ပုဆွဲးဖွမ်း၊ လွင်းရှုပ်ထူပံးတၢင်းယာပ်၊ဖိုတ်၊ ငိုဆိင်းတူင်းလိပ်းဆန်းယူယဝ့်။

လွင်းရှိုတ်းရှၢ ဆိုင်ဆင်းယိင်းဆံ မီးပုးဖွမ်းလၢ၊ ကဆံတိုဝ်စိုဂ်းတုမ့်ယွမ်း ဆိုင်တူဝ်၊ ဂူင်းဂူင်းတင်းဆမ်ယူယဝ့်။ မဆိင်းကင်းရှိုတ်းရှၢ ဆင်းယိင်းစပ် မီးလွင်းရှပ်စု ဆိုင်ကမ်ရှိုတ်းရှၢ ယူ၊သေ၊သေ၊ ဆွဲးလူပုးပုးဖေဖေဝေဝေ ယိမ်းလွဲလီဂ်းလွဲဆွဲးစလး ဆင်းယိင်းစပ် ကမ်၊ရှိုတ်းကွဂ်၊ တၢးကွဂ်၊တၢင်းဂေ့၊လိပ်လွဲ၊ ကမ်၊ရှိုတ်းပံတၢင်းဂေ့၊လိပ်ယမ်းဂၢင်းစမ်းဂၢင်းစိုဆိင်းလွဲ၊ ကမ်၊ရှိုတ်း စီးလူတံ့စီးဂး ကမ်၊ရှိုတ်းလွဲ၊လူတံ့ဂးရှပ်သူင်းဖွင်းဂၢင်းစိုဆိင်းလိပ်းလွဲ လိပ်းဆန်းယူယဝ့်။

ထာမ်။ လူင်ပွင်လိုင်၊ လွင်၊လၢင်းကပ်လွင်၊ကပ်တၢင်းဂေ့၊ရှိုတ်းရှၢ ဆိုင်ဆင်းယိင်းလိပ်းဆန်း?

ကပ်ပုဆွဲးဖွမ်းလံးယူ။ ဆွဲးပုးပိုင် ဂီဝ်၊လူဂ်းသုဆံ၊လံးသုဆံ၊ပီဆံဂူဆိင်း ဂူးလိုင်၊မိုင်း ဆန်း တမ်းဝင်းဝံ့ဝး၊ သင်လိပ်ဝး၊ ဖွဲးရှပ်၊ဂၢမ်လူင်ပွင်လိုင်စပ် ကမ်၊ဆမ် ဖွဲးကမ်၊လိပ်း ဂူဆိင်းရှပ်၊ဂၢမ်လူင်ပွင်လိုင်စပ် ရှိုတ်းသင်းပုဆွဲးပီဆံ လွင်းရှိုတ်းရှၢလိုင် လူင်ပွင်လိုင်၊မိုင်းစပ် မီးပုဆွဲးဖွမ်း ပုဆွဲးတၢ၊ဂီတ်၊စစစုဂင်းပမ်၊ ပုဆွဲးတၢ၊တူတ်၊လိတ်းထူဂ်းကွဂ်၊စလး ပုဆွဲးတၢ၊ ကပ်လိုင်၊ပမ်ကပ်တံးတၢင်းဖေဖေဝေ သင်ဝးလုတ်းရှမ်းလိုင် လိုင်၊မိုင်းတိုဆိင်း ဝေလံးကပ် ပုဆွဲးဖွမ်း လွင်းရှိုတ်းရှၢဆိုင်ဆင်းယိင်းဆံ တီဂ်၊တီဂ်၊လိင်းလိင်း မဆိမ်းမဆိမ်းဂီဆိမ်းဂီဆိမ်းယူယဝ့်။

ထာမ်။ လွင်းရှိုတ်းရှုံ့ဆိုင်ဆင်းယိင်းဆံ့ ဆွဲးသု၊သဆ၊စလး၊ ဖြိုင်းထုင်းဂမ်းဖွင်းဆဆံ့ မာတ်းမာ်ဝံ့ဝုး ပီဆံ့လိုင်းကဆံ့ဂံ့ပီဆံ့ကဆံ့ဆိုင်းစလး၊ ကမ်၊လာ်၊ကမ်၊လံးသင်ဆံ့ လွင်၊လှ်းရှိုပ်?

ကမ်၊ထုဂ်၊လီလှ်၊တိုဝ်း သု၊သဆ၊၊ ဖြိုင်းစလးစလး၊ဖွိုင်းထုင်း ရှိုတ်းပီဆံ့စေးကင်းကိုင် သေ ရှိုတ်းရှုံ့ဆိုင်ဆင်းယိင်းစပ်တင်းလာ်လုးလုး။ တီးစတုမဆံး ဆွဲးစေးဖွမ်လှ်တူဂ်းလုင်း ရူးလိုင်း မိုင်းမိုဆံဆင်၊ လိဂ်းရှုမ်းမာ် တု၊တေဂိုတ်းယိုတ်းဝံးရှုံ့ လွင်းလီဂ်၊စလတီဂ်းတိုင်ဆိုင်ဆင်းယိင်း ရူးလွင်းလွင်း (CEDAW) ဆဆံ့ တုဂ်းယွမ်း တု၊ရှုးလုင်ပွင်လိုင်းမိုင်း ရှိုတ်းယိုတ်းမူဆံ့စမး ပဂ်းပိုင် လိုဝ်းကဆံ ကမ်၊ကပ်လိုင်း ပိုဆံ့ပီတ်းဝံ လွင်းရှိုတ်းရှုံ့ဆိုင်ဆင်းယိင်းစလး၊ ကဆံ့ပွဲးဝါင်းစွာင်းဝံ ဂေ၊ကဆံ ရှိုတ်းရှုံ့ဆိုင်ဆင်းယိင်းလိုင်းဆဆံ့ယဝံ။

သုဆံ့၊လံးသုဆံ့၊ပီဆံ့ဂူဆံးဆံ့ ဂီဝ်၊ဂပ်းတင်းလုမ်းဖှ၊ဝံ့သေ ကမ်၊လီဂ်၊စလ လာ်းခိုဝ်း ရူးဆံ့မိုင်း၊ ကမ်၊လီဂ်၊စလ လုဝ်းစုပ်၊ကသာ်း၊ ကမ်၊လီဂ်၊စလဆောင်းယိင်းဂူဆံးလံးစလး လွင်းပီဂ်၊ပိုင်လဂ်းစဆ၊မိုင်းကင်၊ဂ၊ ရူးဆံးဂူးဂေ၊ဂေ၊ ရူးတီးတီး တိုဆံးမီးပိုဆံ့မာမ်၊ သုဆံ့၊လံး သုဆံ့၊ပီဆံ့ ဖင်၊ပီင်းဂဆံ တင်းမူတ်းယူ၊ယဝံ။

ထာမ်။ ဂွပ်းသင်စလး၊ ရူးဆံးလံးမာင်ဂေ၊ ရှိုတ်းသင်းလွင်းရှိုတ်းရှုံ့လု၊?

ပုဆံးတု၊စေးထာမ်ကဆံဆံ့ ကမ်၊ပံ၊မီးစေးတွပ်၊ ကဆံလီင်းလီင်းတိုဝ်ယမ်။ ယွဆံ့ပိုဝ်းဝုး လွင်းရှိုတ်းရှုံ့ဆိုင်ဆင်းယိင်းဆံ့ ယုင်းယာဂ်းလိုဂ်လမ်၊စတုစတုသေ လံးပီဆံမုး လုလှ်းငိုဆံးငဝ်း ငဝ်းလံးလာ်လာ်ကဆံ တင်းဆမ် ရှုမ်းသုမ်၊တုမ်ဂဆံဆဆံ့ယဝံ။ ဆွဲးငိုဆံးငဝ်း ငဝ်းလံးတင်းဆမ် ဆဆံ့ ကဆံဆိုင်းစတုပီဆံလံးရှိုတ်းဂူဆံးလံးစပ် စွဲးပိုတ်၊စလလွင်းစပ်ပီဆံဂူဆံးလံးပီ၊ပီတ်းလီတ်း လာ်း ကဆံတိုဆံးဗိုဂ်းသွဆံ့ရှု၊မေ၊မုး လီမ်လီဂ်ဆဆံ့ယဝံ။

ဂူဆံးလံး ဆွဲးလုမ်းဖှ၊ တင်းမူတ်းဆံ့ တိုဆံးယာမ်းရှိုဆံးသွဆံ့ရှု၊မေ၊ လွင်းလွဂ်းလံး လှ်၊တိုဝ်းကီဆံ့ရှိုင်း ကေး၊လု၊ကျ၊ဆ၊စပ် ပုဆံးတု၊တေရှုမ်း၊ငမ်းဂုမ်းထိင်းလံးဆိုင် ရူးဆံးရှိုမ်း ရှုမ်းမုး လီမ်မိုဝ်းလီဂ်ဆဆံ့ယူ၊ယဝံ။ လွင်းကဆံလီလှ်လီဂ်ဆိုင်လှ် ကဆံဆိုင်းလိုင် ကဆံစပ်ဂူဆံ့

နှိတ်းရှုံတၢင်းကၢမ် မှိုခမ်ဆင်, နှိတ်းရှုံဆွဲးဆူးရှိုခမ်းလှို၊ တီဂ်းဇီခမ်းဂၢဆဲးလၢဆဲးလှို၊ နှိတ်းရှုံဂီဝ်,လူလှ်း
မှိုင်းကၢင်းဂၢ,လှိုလှိုဝ်းဆဲးဆဲးဂေး; ဆၢင်းယိင်းစပ်ဂူလှ်း လံးထုဂ်,စၢမ်,ထူပ်းလှ်းမိခမ်းယူ,ဖၢ,လီဝ်
ဆဲးယဝ်။ ဆွဲးသီခမ်းသၢမံ၊ လွဂ်းလၢဂၢင်း စွင်လုမ်းဖှၢ,ဂေး; ထူဂ်းထွဂ်,ပိုတ်,မွဂ်,ခဆဲးဝံဝး
ဆၢင်းယိင်းဆိုင်းဂေး, ဆွဲးဆၢင်းယိင်းသၢမ်ဂေးဆဲး တွဆဲးယၢမ်းလံးထုဂ်,စၢမ်, လွင်းပေးရှိုမ်
လွင်းတီဂ်းဂၢဆဲးလၢဆဲးလူလၢ ကမ်,ဆဲးဆဲး လွင်းနှိတ်းရှုံသေပိုင်ပိုင်မးယူ,ဆဲးယဝ်။

ဂူခမ်းလံးစပ်ဂေး; ဂပ်းဂံ,လူလှ်းမှိုင်းကၢင်းဂၢ,ပီဂ်,ပိုင်းဂၢဆဲးသေ လၢင်းလံးထုဂ်,စၢမ်,
လွင်းနှိတ်းရှုံဆိုဝ်စပ် ကမ်,ဆဲးဆဲး ဆၢင်းယိင်းမၢင်ဂေးဆဲး လၢင်းပီဆဲးဂေး,နှိတ်းရှုံဆိုဝ်ဂူခမ်းလံး
စပ်ယူ,ဆဲး ရှပ်းစပ်ကမ်,လၢင်းထီင်လံး။ ဂူလှ်းဂး; ဆၢင်းယိင်းတင်းဆဲးဆဲး ဂပ်းဂံ,လူလှ်း
မှိုင်းကၢင်းဂၢ,ပီဂ်,ပိုင်းဂၢဆဲးသေ လံးထုဂ်,စၢမ်,လွင်းနှိတ်းရှုံဖၢ,လီဝ်ခလး; လံးထူပ်းဖှၢဆဲးလၢ,
ဂူးလွင်းလွင်းယူ,ဆဲး မီးသၢဂ်းသေ, သီဆဲးသၢမံခလး; လွင်းတၢင်းတင်းဆဲးမိဝံယူ,ယဝ်။ ဆွဲးသၢင်
ငဝ်းလံးတင်းဆဲးဆဲးလိုင် ဖှၢဆဲးလၢ,ကၢဆဲးသိုပ်,ပေး,ပီဆဲးဝံးလင်သမံ ပီဆဲးကၢဆဲးရှိုင်းတိုင်း
လှိုဝ်ပံ့ယူ,ယဝ်။

ဆွဲးပိုင်ပီဆဲးတင်းဆဲးဆဲး ယွဆဲးပိုဝ်း နှိတ်းရှုံဆိုဝ်ဂူခမ်းလံး;ခလး; ဆၢင်းယိင်းမၢင်ဂေး,
ယၢမ်းလံးထုဂ်,စၢမ်,တိုလှပ်းခလး; ထုဂ်,စၢမ်, ပဆဲးကပီတီး (ဂပ်းဂံ,လူလှ်း နှိတ်းရှုံဆွဲးဆူးရှိုခမ်းသေ)
ဆဲးဂေး; တွဆဲးယၢမ်းမီးမးယူ,ဆဲး လံးရှုဆဲးယူ,ယဝ်။ လွင်းကၢဆဲးမိခမ်းဆၢင်း ဂံ့ဂံ့လံးထုဂ်,စၢမ်,
နှိတ်းရှုံဆွဲးဆူးရှိုခမ်းမး ပီးယၢင်းစပ်ရှိုင်းဆဲး ဂီးသုဆဲးရှိုမ်းမဆဲးဆၢင်း မိုခမ်းနှိတ်းရှုံဆိုဝ်ဂူခမ်းလံး
ဆင်,ဆဲးဆဲး လံးရှု,ရှုဆဲးမိခမ်းမးယူ,ယဝ်။

ဆွဲးဂးသေဆဲး ပိုခမ်းငဝ်းလွင်းဆၢင်းယိင်းစပ် လံးနှိတ်းရှုံဆိုဝ်ဂူခမ်းလံး;မိုခမ်းဆဲး
ဂွပ်းလွင်းစီင်,ရှိုင်းဂေးလၢ,ကျ,ဆၢ, တေး,ဂၢဆဲးဆဲးယဝ်။ သင်ဝးဆၢင်းယိင်းသေဂေး,ဂေး,
စီင်,တၢ,သၢဆဲးစတ်းမိုခမ်း ဂေးလၢ,ကျ,ဆၢ,ဂူခမ်းလံး;စပ်သေ ပုဆဲးပီဆဲးစေးမဂ်းတမ်း ဖှိုင်းခင်း
ဖှိုင်းထုင်း ကမ်,ဆဲးဆဲး တေး,သူးတူင့်တွပ်,မိုခမ်းလိုင် လွင်းစီင်,ရှိုင်းတေး,ဂၢဆဲးဂေး; တိုခမ်းဂိုတ်,
မိုခမ်းပီဆဲးမးယူ,ယဝ်။

ပီဆ်ရှိုဝ်ဂေးယဝ် ဝေးတေမးရှပ်းတူလ်းလိုင် လက်ဆမ်းရှပ်းမးတု ပီဆ်စေးလုဂ်း မဆ်းဆိုဝ် သုဆ်းလံးသုဆ်းပီဆ်ဂူဆ်းဆဆ်းယူယဝ်။ ငိုဆ်းငဝ်းငဝ်းလံး ကဆ်းရှ်းဆင်းယိုင်း တူဂ်း ပီဆ်တီးမံတူဝ်ယိုဝ် လွင်းရှိုတ်းရှိုဆိုဝ်စဝ်ဆဆ်းလိုင် ပီဆ်လွင်းလီဂ်းစဖေသိုဂ်းသမ်ဂဆ် ကဆ်ယွဆ်း ရှက်းလိုဂ်မးတင်းရှိုင်ဆဆ်းယူယဝ်။ ဆ်းလိဂ်းပိုဆ်ဖေဝ်၊ သုဆ်းလံးသုဆ်းပီဆ်ဂူဆ်း စွင်ဂူးလိုင်းမိုင်း ဆဆ်း ထူဂ်းထွဂ်းမွဂ်းစဆဝ်ဝဲဝဲ၊ ဂူဆ်းဂူးဂေးဆဆ်း လီမ်မိုဝ်းစတုဂ်းကွဂ်းမး တက်းလံးမီး လွင်းလွတ်းလီဝ်းစလး လွင်းဖေင်ပီဆ်ဆ်းယူယဝ်။ ဂူလ်းဂး ကဆ်လီယိုဆ်းလွ်လီဂ်း ကဆ်ဆိုင်းလိုင် တွဆ်းတု၊ ဆင်းယိုင်းကဆ်းရှပ်းလါဆ်းမဆ်း ဆ်းလူဂ်းဂမ်ဖေလူင်ဆဆ်း ယင်းကမ်ပံမီးငဝ်းစမ် ပိုဆ်း လွင်းလွတ်းလီဝ်းစလး လွင်းဖေင်ပီဆ်း တြးထုဂ်းမီဆ်း ဆဆ်းယဝ်။

(ငိုဆ်းတိုဆ်း စေးမုဆ်း။ “လွင်းတူင်ဆိုင် သီဆ်းစဖေစဝ်” စွင် Michael Kaufman၊ မိုင်းဂဆေတု၊ www.whiteribbon.com)



www.womenofburma.org