



လုမ်းရိုက်သိုက်၊ တေတိုက်ရိုက်တေဆိုက်

မိုင်းလွံ (22/5/08)

ပင်ယင်၊ဂင်လုံဂိုဝ်၊လူလုပိုင်ပိုင်မိုင်းမာဆ်း (ဝမ်းထီ 10/5/08)ဆဆ် လုမ်းသိုက်မာဆ်းပိုင်မာဝ်၊ဝမ်းထီ 15/5/08 ဝါး ဂူဆ်းမိုင်း တွတ်းခိပ်းဂင်လုံဂိုဝ်ထီမ် 92.4% ဆ်းလး တွတ်းတု၊ယွမ်းရှပ်မာဆ်းပိုင်ပိုင်မိုင်း၊ 2008 ခပ်ဆဆ်းဆဆ်းတိတ်းဆ်းတု၊ယဝ်။ လွင်းဆ်း ဂူ၊ရှာ၊ဂူ၊လုမ်းဆ်းမိုင်းဆွတ်းမိုင်း လိလမ်းခင်းပွင့်သုသွမ်းဝါး ပိမ်လံးမာဝ်၊ဝါးမာဝ်လိမ်တင်းပိုက်းဂေးလီ ပုဆ်းတု၊ဂါဆ်းမိုင်း/ ဂူဆ်းမိုင်းတု လံးဝါးလံးကမ်၊လီ။ တီးခိုက်လုံဂိုဝ်မာဆ်း ပုဆ်းတု၊လုမ်းရိုက်သိုက်၊လုမ်းဂေးလံးဝါးသံင်တင်းဆေးကမ်၊လီ။

ခိုင်းယိပ်းလုင် ဂတ်ယမ်လိမ်မာဆ်းမိုင်းလုမ်းသိုက်မာဆ်းဆ် မိုင်းတု၊မာဆ်းမီးဝံတု၊ဆေးဂွင်၊ဂင်။ ဂမ်းဆ်းမီးမိုင်းယိပ်းမာဆ်းပိုင်ပိုင် ထီင်း။ ကဆ်းဆဆ်းဆဆ်း မာဆ်းတေသိုက်၊ရှ်းတု၊ဆ်းထီင်းယာဝ်။ ပိမ်ဆဆ်းရှာ၊ကဆ်းခပ်ပိုင်မာဆ်း၊ ထုတ်၊မိဆ်းလွမ်းမာဆ်း။ မိုင်းတင်းပလင်၊ရှင်းသီင် ကု၊ဆေး၊လက်၊မာဆ်းခိမ်ဆ်းဆေးမာဆ်းဂိုဝ်မာဆ်း။

ဂွပ်းဆ်းလး ပုဆ်းတု၊လုမ်းရိုက်သိုက်၊ခပ်ဆ် သိမ်းတင်းယာဝ်းလုင်းတီးတိုက်၊ရှင်၊တိုက်၊လွင်၊ခိမ်းလမ်မာဆ်း။ လုမ်းမိတ်၊ဂွင်၊ရိုက်သိုက်၊ခပ် မီးတင်းလုင်၊ 3-4 တင်း။ (1)ခပ်းထိုဆ်း၊ယိုဝ်းမာဆ်းခိမ်း (2)ရှ်းတု၊ပေ၊လွံ၊လိတ်တု၊ဂိုဝ်၊ခပ်ပိုင်တီးဆေးလိမ်မိုင်းလုမ်းပုင်၊မုဆ်းခပ်။ (ပေးမာဆ်းမာဆ်း/ မာဆ်းရှပ်) (3)ခပ်းဆ်းသိုက်မာဆ်း (4)ဝါးခိုင်း ယွမ်းပုတ်းဂွင်၊ဂင်၊ရှ်းတု၊ဂူဆ်းဝါး။

တင်းလုင်၊ 4 တင်း 4 သံဆ် လုမ်းသိုက်မာဆ်းတေလတ်၊မာဆ်းခိမ်းလိမာတ်၊ပုင်တမ်းပမ်ဂမ်းသိုက်၊ကမ်၊လွင်။ တေခိုင်လံးရှင်၊လွင်၊ ဂိုတ်၊လွင်၊တု၊တု၊မာဆ်းလံးလံး-လိမ်လံးခပ်၊မာဆ်းရှင်၊ရှင်၊ရှင်၊ လံးခွဆ်းပုတ်းမုသင်းတမ် ကမ်၊ပမ်ရှင်၊လွင်၊လွင်။ လံးလုပ်းလင် မာဆ်းလိမ်ဝမ်းရှင်၊လိတ်းမာဆ်း။ လံးသုဆ်းသံဆင်၊ လံးဂပ်းဂွင်ဝင်၊ပိုင်၊ လံးဂိုဝ်းရှင်၊ပိုင်၊ယာဝ်၊ခပ်ယာဝ်၊ လံးကပ်ယင်၊ရှင်၊မာဆ်းလုင်၊ လံးခိုက်လံးတိုဆ်း၊ လံးလုင်၊လံးလုင်၊ လံးမုင်၊လုင်၊လံးလုင်၊ လံးလုင်၊လံးလံး - ဝပ်းတု၊ပံ၊ပု၊မုတ်း။

ဝမ်းလံးဝမ်းမိုင်းဆ် တိုဆ်းဂွင်၊သံင်၊မိုင်းဆေး၊ တိုဆ်းဝါးတေလံးပိမ်ဆ်။ ပေးပံ၊မီးလွင်၊ရှင်၊ရှ်းဝါးမာဆ်းသင်၊ တိုက်၊မုဆ်း ပပ်းဂပ်၊ပိုင်၊ဂပ်၊ဂေး - ရှင်၊တေးပိမ်ရှင်၊လုင်၊ယု၊မုဆ်း။ ရှ်းတု၊ဆ်းလွင်၊လွင်၊လုင်၊လုင်၊တိုက်၊မုဆ်းလံးလံး။

ယု၊တီးသိုက်မာဆ်းတု မိုင်းမာဆ်းပုတ်းတု၊လုမ်းလိင်ထုင်ပတ်/ဆမ်လုင်၊ဂူဆ်းမိုင်းလုတ်၊လိပ်းမာတ်၊ကိတ်၊ယာဝ်၊ရှင်၊တီးယု၊ ဆပ်၊ရှင်၊သိမ်းရှင်၊လုင်၊မာဆ်း မာဆ်းကမ်၊သုဆ်းလုင် ကမ်၊ဂု၊လွင်၊ထီမ်မိုင်းသိုက်၊ခပ်၊သိမ်းပံ၊ရှင်၊လွင်၊သေတု၊- ပိုင်၊တု၊တိုက်၊မင်လုမ်းမိတ်၊ဂွင်၊ ကဆ်းပိမ်ဂင်၊တမ်မေးမာဆ်းဆဆ်းတု မာဆ်းရှင်၊ရှ်းဝံတု၊သေ။ တွတ်းတု၊မင်လုမ်းရိုက်သိုက်၊ဆဆ်းဂေးမာဆ်းတိုဆ်းတု၊တမ်း။ ပိုင်လုင်မာဆ်း လုင်ဆင်၊လုမ်းခင်းမာဆ်းမိုင်း။ ရှ်းသိုက်၊ဂေးယု၊ လုမ်းဝါးကမ်၊မီးဂါဆ်းမိုင်း ရှ်းဝိုင်ဆမ်-လုင်၊ဆဆ်း မာဆ်းလင်းရှင်၊ ကွမ်တင်း။ ပေးမာဆ်းကွမ်၊ဝမ်းယွမ်းဆွမ်းခပ်၊လုင်းဂင်၊ယိုမ်မိုင်းခပ်၊လွင်၊ရှ်းတု၊မိပ်၊ခိမ်းလုမ်းခင်း၊ ဝါး၊ မိုင်းလုင်၊လံးဂေး မိုင်းတင်းမာဆ်းဂပ်၊ဆ်း ဆုတ်းမာဆ်းခပ်လံး။ ပေးရှင်၊လုမ်းခင်းလုမ်းဝါးရှင်၊ကွမ်၊ရှင်၊ယု၊ယဝ်၊ဂေးတပ်းလမ်းမာဆ်းတီးလုမ်းတံး၊ လုမ်းပကွပ်းလိင် ကဆ်းမာဆ်းရှင်၊ကမ်၊ပေးမာဆ်းယာဝ်။ (မာဆ်းလင်းလုင်၊ပိမ်ဆဆ်းလုင်၊လုင်၊မုတ်း၊ ပီ 2011-2015 ဆဆ်းရှင်?)။

လွင်၊လံးကမ်မာဆ်းမာဆ်းလံးတု၊သိုက်၊လုင်၊လုင်၊လုင်၊လုင် SSNA (ဝါးခိုင်း/တိတ်၊ယံး/ခပ်းထိုဆ်း၊မာဆ်းရှင်၊ပီ 2005)လုင်၊ လုမ်းပလွင်၊ ရိုက်သိုက်၊ PSLA (ဆ်း 2006)ဆဆ်း ပိမ်ပွင်၊ရှ်းတု၊ဆ်းသုဆ် lesson ယု၊လုင်၊လုင်၊ယု၊ယမ်၊ယမ်၊မုင်၊မုင်၊ဝါး လုမ်းရိုက်သိုက်၊တိုက်၊မီး ယာဝ်၊လိင်တေယု၊ပေး၊ရှင်၊ရှင်၊မာဆ်းယု။

ပိန်ရှိုက်ဂေးလီ ၊ သင်ဝုးလုမ်းဂိုတ်းသိုက်းစပ်ကမ်,လိဝ်းစပ်းရှုကုပ်,ဂုမ်ဂမ်ဝံးဝံးစတု တေကမ်,တမ်းဂိမ်သိုက်းမာမ်း။ စပ်းရှုကုပ်,ဂုမ်  
ဂမ်ဂုလ်း၊ မီးသုပံးမီးဂုမ်းပမ်လုံယံ,ဂမ်ဝုး ပေးငဝ်းလံးဂပ်တိပ်,ဂိုပ်,ငိမ်းမးစတု တေကမ်,ပိုဆံပိတ်းဂမ် တေပိမ်,ပံ,ပိုင်းကိင်  
လွံးတိမ်ဂမ်ယူ,ဆံဂုလ်းသေ သမ်ကမ်,မီးစေးလံးလုံတူဂ်းလူင်းဂမ်ဝံ့မမ်းဂိမ်,ဂေး တေကမ်,ပူဆံလွဂ်းမာမ်း။

တီးယဝ်မမ်း- သိင်ဂွင်းတိက်,လင်,တူဂ်းလုံသမ်,သပ်,ရွင်ရှုလိမ်းလူးဂမ်စတု တက်းတူဂ်းလုးတူဂ်းလိုမ်းကမ်,ရှင်။ လုမ်းဂိုတ်းသိုက်း၊  
တေတိုက်းရှိုပ်တေဆိက်၊ ပေးဂုမ်,လိဝ်းလိဂ်း၊ မာမ်းတေစုပ်စိုက်းစိုက်း၊ ဂးစွံးလိဂ်းလိဂ်း ကမ်,ပူဆံလိဝ်တိင်းစိုမ်းတင်းပိုက်း။

[ကိင်ထွံးဂုမ်းလဝ်းယွတ်းသိုက်းကုပ်,လာတ်းမိုဝ်း 14/5/08]