



# ယိုင်လိုင်

## တရာ်မူးတရာ်ချုပ်တရာ်



တုထံနိုင်လာကိုရှုံးမှုတည်ထဲလုပ်ဖိန္ဒရကိုပူဇော်  
ပူဇော်ခြားဖို့နှုန်းအို့မှတပူယိုသု



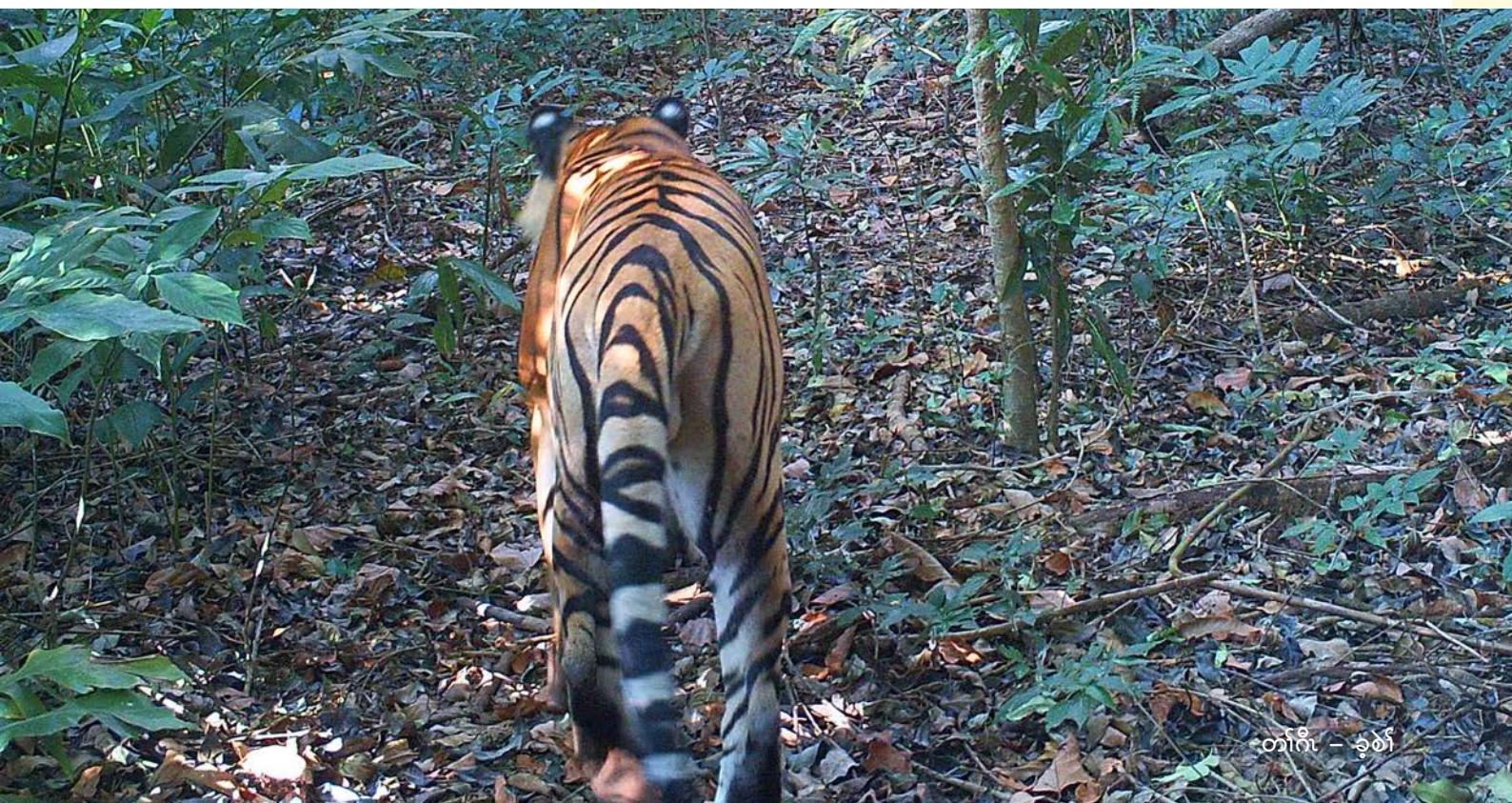
ယိုလိုတ်မှုတ်ချိန်ကရှိ မှုတ်လေအသုလိုဖီးမံဒီး ကညိုဖီးအတ်မို့  
နှုသားလီ

၁. တုရိမှုတ်တုရိခိုင်ဒီဇို့ကစ်တ်စံးပါယော်
  ၂. ခိုင်လျာနဲ့ဆာဉ်တ်ဘုရားထဲတိုင်သားတမ်းပေါ်
  ၃. လုပ်လုပ်ထူးသနတ်ဆေးတ်လေအတ်အိုင်မူအိုင်ဂါ

ပို့ဆောင်ရန်အသုတေသနများတွင်လေတွင်သုတေသနများအပူ



တုလီ၏လာတဘူးအခါမှုံးတွေ့ဝဲတုန်းပျိုးအံ့စား၊ ကဲထိုးကဒါက္ခာပျော်ဆင်ဖိက္ခိုဖိပျိုးကို  
လာဆင်ဖိက္ခိုဖိမံလုပ်လာအစာဘူးကလီးတွေ့အကလုပ်သုတေသနအကို လာပျော်  
လုပ်ဖိတိခိုရိုရိုမဲ့အောင် ဘုံကသုံးမြော်၏





ပို့လို့တုမျှတုချုပ်ကရှိအဲတက္ခါခါအတ်အိုးသားအို့နဲ့

လိုကတိပျတတလကိုရှုံးမှုဖြစ်၏၊ ကည်းမြန်ယောဇီးပျဂ္ဂိုလ်များစွဲကရာ ဒါးခုံအဲနယ်-ကည်းကလူ စာဖို့ကရာသုံးတဖု၏ အတ်ပ်ဖို့မသကိုးတုံးတုံးလအီနိုအီလီအတို့ပူအမြိုင် ဒါးအို့ထို့ပုံးနှင့်ပျော်ဆုံးပို့ပို့ပုံး ကို့ခီးပျတတသုံးပျော်တဖုလတ်ကဟုယ်ကွဲတော်မူအဲကလုံး ဒီးတ်ဆီးကါးပေါ်နှင့်ဆောင်တ်ဆို့ယောသုံးတဖုလအယ်ကန္တုလီ။

ကမျှုပ်ပေတူလုပ်ဖိသုတစ်မှုနိုင်တိုင်ခံတရီ (ပျေလာအရွှေ့) လာတ်ကဟုကယ်တ်မအကိုနှုန်းလို့

ယို့လိုပ်တ်မှတ်တ်ချိုကရှုအမိုလံမိုပ်ကဖူးထို့အကို တ်မာကျေသနခိုင်သူ့လာကဘာ့တ်မာအီနှင့် မူးဇုံကည်မြို့လုံပ်လုံထဲအတ်ပာဆျာရဲ့ပျော်ဖူးဟိုခိုင်ခိုင်ကပ်နီးနှစ်အကျေသနတဲ့ လအဘာ့တ်သူ့ညီအီးအမှု “ကို” နှုန်းလီး၊ တ်အံ့မြုံး



ဆုံဖိကီးဖိမံလ၏  
အတော်အိန်ဆီးအလျှို့အကျ  
သူ့သုတဖော် ဆဲးအိန်သုံးလာ  
ကညီကိုပူဇော်နော်မှုတ်အုံ  
သားတရာ့လာအပ်ဖူးထိန်း  
ဒုံးတ်တို့ကူးသုံးတ်သုံးလို့  
နှင့်ပြုဘာ့တဲ့ဒဲ့ “ကို” တ်  
ပံ့တ်မာအကျိုးအကျိုးအ  
သန္တသုံးတဖော်အယိန့်လို့  
ယို့လို့တ်မှုတ်ခုံးကရာ့  
စုံလို့ဆီးတ်မာအပူ့ပုံးလုံး  
ဒဲ့ “ကို” (၈၃) ဘုံးဒဲ့ဒဲ့အ  
တ်ပညီတို့မှုံးပုံးအား တ်  
ဒီသအေးအေးတ်မာမူ့မူ့လောက်  
“ကို” အသန္တလာလို့ကတို့  
ပုံးတတော်သုံးတဖော်အကျိုး  
အမှုံတ်တို့ထားအကျိုးလာအ  
ယုံးကတော် လာကဒီဆာ  
ပေါ်နော်ရာထိန်းပသီထိန်းတ်  
ထို့ကျဲ့လာအကတက္ခိုံနီး  
သုံးတဖော်အဂို့၊ ဒဲ့မှုံးစုံ  
ကိုးကျဲ့တာ့လာပုံ့ဘာ့ကို  
ဘာ့ခဲ့ဒဲ့ပုံ့လို့အို့ကမှုံးသုံး  
တဖော် ကဟဲကျဲ့အို့ဆီးက  
ဒါကျဲ့လာကညီကိုံးပုံးအပူ့  
လာအတော်အို့ဒဲ့တ်မဟားဂို့  
ပေါ်နော်ခို့ပုံးအို့နီး  
မှုံးတော်အဂို့နီးလို့။



ଟ୍ୟାଗ୍ରି - ପୁଣୀ



ବ୍ୟକ୍ତି - ଶତ୍ରୁ

# တမ္ပာဝါတလေကရှိတဖျော်စီဘာ့၊ မူးတို့တလေအမူတဆန်လီ

အပူကွဲ့ကိုပယီဖီးထံဂါက်ဗိုလ်ပန်း  
အတော်ရှုပ်တော်ကျေလာ တ်ကမဲ့ဒေ်တ်ရှာထိုပသီ  
ထိုတ်တို့ကျေ လယိုင်လို့အော့ လာအကုံး  
အို့ထိုတ်ဟားရှုံးရှိုး တ်ဘာ့စီဘာ့ထံးအီ  
အို့ကိုတဖျော်အလီန့် လို့လို့တ်မူးတ်ခြုံက  
ရှုံးအီ မူးဒေ်ကျေယ့်တာသို့လာ အဟု့န်ဂုံးဟု့  
ဘီ ဒီးမေဆုံးထို့ကျေဂုံးခို့ခို့ထံးကမျှော်န့်လီး။ လာ  
တ်ကတ္ထုထို့ထံးတမ်းပီးနို့လာလို့လို့ကျို့ပျော့အီ  
အို့ကိုအလီးန့် ပထို့လာတ်တ္ထုထို့ဒီးတ်ထံး  
ထို့လို့ဘီသို့လာထံးစို့လုံးဂုံးဟု့  
လာကျေလာအဆံ့တကလုံး လာအတအို့နီးလီးချုံ  
သီးပီးနို့တ်ဖို့ပုံးသနန့် မူးတ်လာအကြေးပဲဘာ့  
ပန့်လီး။ လာတ်ခြုံတ်ထံးအတ်တို့ကျေဖီးနို့နီး  
တ်သူ့ရှို့ဘာ့ဖီးလျှော်ဖီးကျေန့်တဖျော်အလီးန့်  
ပယ့်ထို့တ်ဟားဆုံးကျော်ကီးန့်ဘာ့၊ ဆုံးဖို့ဖို့  
သူ့ပုံးဝို့ပုံးအမူ့ကျော်ခေါ်ကွဲ့ (eco-tourism)  
တ်ပေါ့ရှို့ကျော်သူ့ပုံးလာအယုံကာ၊ တ်သူ့  
ကျို့ကျို့တ်လာသူ့ပုံးလာ (agroforestry) ဒီး  
န့်ဘာ့တ်သူ့တ်ဖီးအကျို့အကျော် (organic  
farming) သူ့တဖျော်န့်လီး။ တ်ရှာထို့ပသီ  
ထို့တ်တို့ကျေလာအတကွို့လုံး လာအုံးကဲထို့  
တ်သာ့သာ့သူ့ရှို့ ဒီးတုံးနီးအို့ထို့က  
ဒါက္ခာတံ့လီးကိုပျော်တုံးတ်ယူသူ့အို့န့်  
န့်ပကျော်းစားပျော်န့်ရှု့ပီးနို့တ်တ်မူးတ်ခြုံလာက  
တို့ယံ့အကို့ ဒီးန့်ဘာ့တ်မူးတ်အတ်ရှာထို့ပ  
သီထို့ ဒီသီးပျကည့်ကအို့မူးယုံကျော်တုံးလီးန့်  
ဘာ့တ်အို့ဝေးတရီးအို့သူ့တဖျော်ကသူ့အကို့န့်  
လီး။ ကိုပယီပီးနို့အသီလာအပတ်ခဲ့အံ့ တဖျော်  
လီးပီးနို့လာကတို့ခို့ရှု့ပီး သူ့ထို့က္ခာပီးရှု့  
ခို့မို့ခြုံစုံထံးကိုန့်လီး။ ပဲကည့်ဖို့တဖျော် ပတ်  
မတ်န့်တမ်းဒီးဆုံးန့်နီးအို့ထို့ခို့နီးတ် ဒီသီးပကမန့်  
တ်အစအံ့ဘာ့၊ ယို့လို့တ်မူးတ်ခြုံတ်ကရှုံးအီ  
မူးဒေ်ပူ့ရှု့ရှု့နီးနို့မို့ခို့ရှု့ခို့ရှု့နီးတ်မေအကျို့အော့  
တော်န့်လီး။ တ်အံ့မူးဒေ်ပူ့ထူးလုံးဖို့နီးကစ်တ်  
စံ့လီးတ်လီးသီး ဒီးပျတော်အတ်ခီးသအက္ခာ့  
ခို့န့်ဘာ့ဒီးတ်ဆဲးတ်လာအတ်နှုံးသီးအတ်မေ  
တော်န့်လီး။



တ်ဂါး - စီမံ



တ်ဂါး - ခုစံ

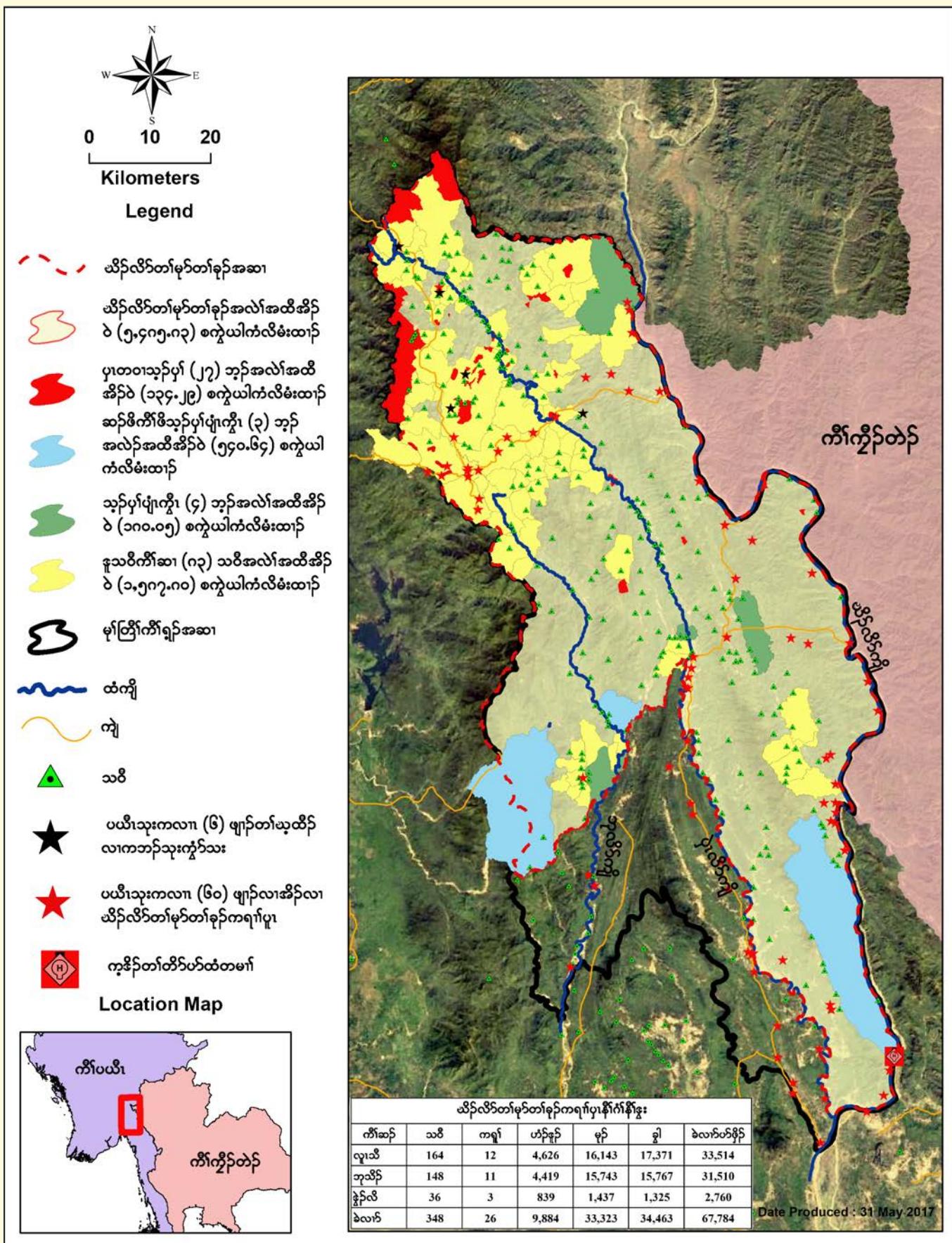


တ်ဂါး - ခုစံ



တုဂ္ဂိုလ် - ခုစွန်

# ယိုလိုတ်မှုပိုင်တ်ခုနကရုံဟိုလိုခိုင်း



ဟိုလိုခိုင်း - ခွဲ့

သက္ကာအိတ်တ်ရုတ်တ်ကျိုသူ့

ဝန်ကြီးဌာန၊ သာ့ပုံပုံစီမံးပိုင်၊ ကိုရှုံးမှုပြု  
Email: dfomutraw@gmail.com

မိမိစုံထွေ့၊ ခုံပုံအောင်တ်ခိုင်း  
Email: paulkesan@gmail.com