

ထဝ်းသြၼ်၊ ဝါယု၊ မ မိုင်းဂၢင် တၢင်ယၢင်း

ဆိုင်းလိခင်းဝေၼ်ဂၢင်

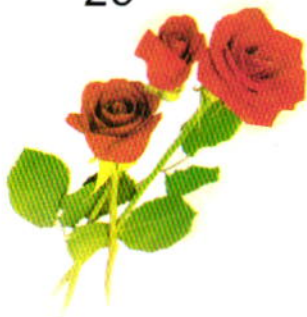
ခွၢမ်းမၤခင်း၊ ခွၢမ်းတံး

ထိုင်းဖၢင်းယိုင်းခၢင်းခိင်
တူခင်းမိ. မွၢ်, မၢ်, ဂၢ်, ခိုင်း
ခေၼ်ခွၢမ်းဝေၼ်ဂၢ်, ရသွင်ဂိုင်ပံ
မီးပၢ်ခင်းပပ်. ခိင်. ယု,။

24



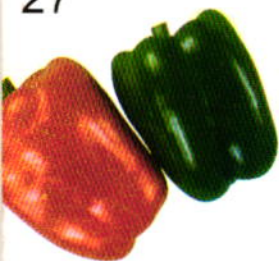
25



26



27



28



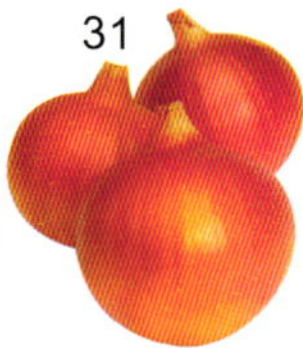
29



30



31



32



33



34



35



7. 11. 2004

ထပ်: သြ, ဝ, ယ, မ မိုင်းဂပ် တင်. ယခင်း

ပိုင်းလမ်းကျေးရာ
ရွာမ်းမခင်း; ရွာမ်းတံး

လိုင်းပင်းယိုင်းခင်းဒီဝ်
တူခင်းမံ. မွတ်, မက်, ရှက်; ခိုင်း
ခေးရွာမ်းဝေးရှု, ရသွင်ရှိုင်ပံ
မီးပုးခင်းပပ်. ခေံ. ယူ,။

Handwritten text at the top of the page, possibly a title or reference number.

ဆရာစိုင်းစစ်ဝန်း (ကျေးဇူး)၏

“ဆင်သုံးကောင်ထံဆီက ဆီရွှင် ဝမ်းဆန့်သေး”

တိုင်းရင်းသားဝါယာယီနတ်ပုဂံကံအမှတ် ၀၁၀ Y ၅၃၃၀

“ဝမ်းတစ်လုံးကောင်း ခေါင်းမခဲ” ဟူသည်နှင့်အညီ ခရီးရှည်ယာဉ်
ရထားစီး၊ ရုံးထိုင်၊ တရားထိုင်၊ စိတ်ချုပ်၊ စာသင်ထိုင်၊ ခြင်းစသည်တို့ကြောင့်
အညောင်းမိ၍ အပူလာက် အပူကန်ကာ ဝမ်းချုပ်၊ ဆီးချုပ်၊ ဆီးနိုး၊ ဆီးအောင့်
ခြင်း၊ အစားအသောက် အဆင်မသင့်၍ ကိုယ်တွင်း၌ အဆိပ်အတောက်
သဖွယ်ဖြစ်ကာ မကောင်းသော အပူအပုပ်အနံ့အမီး အညစ်အကြေးများ
အိအောင်းများဖြားခြင်းမှတစ်ဆင့် ကိုယ်လက်လေးလံထိင်းပိုင်း ခြင်း၊ ခါးကိုက်၊
ခါးနာ၊ သွားကိုက်၊ သွားနာ၊ ပါးစပ်နာ၊ သွားဖုံး ရောင်၊ ခေါင်းကုံး၊ ခေါင်းမူး၊
ခေါင်းကိုက်၊ ဇက်ကြောတက်၊ မျက်စိ နာ၊ ပွေးဝဲလားနာ၊ အဖုအပိပ်၊
အနာစက်၊ အနာပေါက်ဖြစ်ခြင်းနှင့် လိပ်ခေါင်းစသော ရောဂါဆိုးများ ဆင့်ပွား
ဖြစ်ပေါ်လာနိုင် ပါသည်။ ရောဂါဟူသည် ကုသခြင်းတက်ကြိုတင်ကာကွယ်
ခြင်းက ပိုမိုတိရောက်ပါသည်။ ဤဆေးကို တစ်နေ့တစ်ပြား မှန်မှန်သောက်
ခြင်းဖြင့် ဆီးရွှင်ဝမ်းပန်ပြီးလျှင် ခန္ဓာကိုယ်တွင်းသန့်ရှင်း၍ အသားအရေစိုပြေ
လန်းဆန်းကာ ကျန်းမာပျော်ရွှင်စေပါသည်။

(ဆေးညွှန်းအတိုင်း မှီဝဲသုံးစွဲခြင်းဖြင့် အထက်ဖော်ပြပါ ရောဂါများ
သက်သာပျောက်ကင်းစေနိုင်ပါသည်။)

- ဆက်သွယ်ရန်
- လေပ်နီ၊ ၅၁၇၊ ပြည်လမ်း၊ ရှမ်းရွာ၊ ၉-ပိုင်း၊ မရမ်းကုန်း၊ ရန်ကုန် ။
ဖုန်း ၀၁-၂၄၇၆၈၈
- “ဝမ်းဝမ်း” ဆေးတိုက်၊ မ-၁၀၃၊ စစ်စံထွန်းလမ်း၊ ဟော်ကုန်းရပ်၊
တောင်ကြီးမြို့ ။ ဖုန်း ၀၈၁-၂၂၄၁၃
- ကြံတိုင်းအောင်ဆေးဆိုင်၊ အမှတ် (၃၇/၃၈)၊ အေးအတွင်း၊ လားရှိုးမြို့ ။
ကိုဖုန်း ၀၆၆-မမော်မော် (တိုင်းရင်းဆေးနှင့်သစ်သီးရုံ
ရောင်းဝယ်ရေး) မ-၂၁၊ မန္တလေးလမ်း၊ မန္တလေးရပ်၊ မော်လမြိုင်မြို့၊
ဖုန်း ၀၃၂-၂၃၀၄၂
- ဝိုင်းထွန်းစိန် + နန်းလတ်လတ် (နေရာသစ် သနပ်ဖက်
လက်ဘက်ခြောက် ရောင်းဝယ်ရေး) အမှတ် ၂၂/၇၄(ဗ)
ယုဝန်လမ်း၊ ဘုရင့်နောင်ပွဲရုံတန်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း ၀၁-၆၈၁၂၅၇

ဤစီးခင်း

ဤမီးလတ်းလေးလိမ်းလမ်းခေံ. ပီခင်ခိုင်ထုံ. တိုဝ်း
တၢ, ဂူခင်းဂေ့. ခိုင်တင်းဂေ့. ခိုင်. တိတ်းတေ့. ဂမ်းသိုပ်, ဂခင်
လေး; ဂှမ်းခိုင်, လီဂူ. မေ့ဝံ. ဂှမ်း. ဂူခင်းဂူးထမ်းခိုင်းယူ,။

ဂူခင်းခိုင်းတံးဂှမ်း ဂတ်. ခံခင်, လီခင်, လှိုင်. လိမ်းပိုခင်း;
ဤမီးပိုခင်းသေ လှိုင်လိမ်းပိတ်းဟေ့. သၢ, ဂှမ်းလတ်းလိမ်းလံးထိုင်.
ခိုင်းပေးမးဂှမ်းခေံဂေ့. ပံ, သာင်, ထုဂ်,။ ဂတ်. ခံခင်, လီခင်, လှိုင်.
ဟေ့. သၢ, လိမ်းလံးထိုင်. ခိုင်းထမ်းဂတ်, လိပ်လိပ်ဂူလ်းဂေ့. တၢ, တေ
တိတ်းတေ့. ဂမ်းသိုပ်, ခပ်းဂးကွတ်, ဂင်ပိုခင်း; ဂှမ်း; ဂှမ်း; ဂှမ်း
တေမီးလှိုင်ယာပ်, ယူ,။ လှိုင်ခေံ. လီပွင်, ထုံဝံ. “လိမ်းဂှမ်း
ဤမီးဂှမ်း ဂှမ်းဂတ်. ခံခင်, လိမ်းပိုခင်း; ဂှမ်းပိုခင်း; ဂှမ်းလှိုင်. လီခင်,
ခေံခေံ. ယူ, ယဝ်.။

ဝါးခေံသေတ ပပ်. ဟိုခင်လိမ်းတူခင်း; တၢ, လုဂ်းမး;
တံးဂှမ်း တေလံးဂံမ်းယိမ်းဟိုင်းလီခင်း; ဂှမ်းဂှမ်း; ဂှမ်းပိုခင်း; ခေံခေံ
ခေံ. မီးဗက, ခေ့,။ ပိုဝ်းဝါး ခွံးထွံးထံမ်ခေံတီးကခင်ယူဝ်းယွမ်း
ပွတ်းကွတ်, ကွတ်ခိုင်ခေံလေး; ထင်, လံးခတ်းလုံပေ့. ပိုခင်
ကွတ်, မး ဟိုခင်ပပ်. ကွတ်, “ဟိုင်းလီခင်း; ဝေးဂှမ်း ဂှမ်းမာခင်း;

ဤတံးတံး မိ(ခိုင်)''ခံ.ယူ,ယဝ်.။

ခင်းပပ်.ပိုင်ခင်ခံ.

⇒ ပိုင်;ကိုင်ပိုင်ခင်ပပ်. လိက်;မာခင်း;လိက်;တံး ကခင်ခူးမေ
လိုင်ခပ်ထပ်;တံး;ဝံ.ထိုင်းခခင်း.လေး;သင်

⇒ ထုပ်,ထာမ်ကပ်တမ်းတီး ဂူခင်းခိုင်းမာခင်း;ခိုင်းတံး
ထပ်;ပေးကခင်မီးပိုင်ခင်.ဂူပံးမေ ထိုင်းခခင်း.လေး;သင်
ဂိုတ်းခံသေ ကပ်မးထုံ.တိုင်း ခင်းပပ်.ခံ.ယူ,ယဝ်.။

ဂူဂုးဂူး ခေး;ဤခင်းဝေး;ဂူး,ရကခင်ဝူးခံ. ပာခင်ခိုင်;
ယဝ်.ပါခင်ခိုင်; လိက်;လံး;ခံ.ပိုင်;ဂူး,တိုင်းတိုင်းလေး; ဂူခင်းဂပ်,
ဂိုင်မိုင်း;မိုခင်.ဂူခင်,ထိုင်းခခင်း. လက်;ကူခင်,ခေမ်,ပါခင်မိုင်း;လိပ်
ဂမ်း;ဖွင်း; ယင်းကမ်,ဂူတီးပွင်,မခင်းဂူခင်.။

တီးတိုင်းမခင်း ဂူခင်းမာခင်း;ဂူးပွင်းဂွင်.ဝူး;(မိမိုင်း)ခံ
ခခင်း. မာခင်း;မိုင်း;လိပ်ဂမ်း;ဖွင်း;ကမ်,ဂူတီးပွင်,မခင်း။ ပေးဝူး;
(အကြီးအကဲ)ခင်ဂူခင်, ထင်,ဂူပွင်,ထုံယဝ်.။ ဂူခင်းမာခင်း;ဂူးပွင်းဝူး;
(နွယ်တာလ)တေး;လိပ်ပီခင်(ဝါဆိုလ)။ ဂူးပွင်းဝူး;(သံမယ်န)တေး;
လိပ်သမ်.ဝူး;(သံမို)ထိုင်းခံ. မခင်းလိက်;လံး;မူးထွမ်းဂပ်;ပါခင်လုံ
ပါခင်ခခင်း.ယူ,ယဝ်.။

ဤတံးတံးဂုးဂေး; ဂူးပွင်းဝူး;(လမ်းလေး;)တေး;လိပ်ဝူး;
(ခေမ်.ယမ်)။ ဂူးပွင်းဝူး;(ကီကင်း;)တေး;လိပ်ဝူး;(လီဂင်း)။ ဂူးပွင်း
ဝူး;(ဂိုမ်း;)တေး;လိပ်သမ်.ဝူး;(ထုံ.တိုင်း)ထိုင်းခံ. တီးပွင်,မခင်း
မိုခင်ဂခင်သေ လိက်;လံး;မူးထွမ်းဂပ်;လုံပါခင်ခခင်း.ယူ,ယဝ်.။

လိပ်သေခခင်း. တံးလေး;မာခင်း;ယူ,သမ်းဂပ်ခင်းလေး;
လေး;ဂခင် ဂိုင်ပူခင်.မူး ဂူပ်ပာဂ်,ပီမိုင်းယဝ်.လေး; ဂူခင်းလတ်;ဂုး

ဂေး၊ ခူခင်းလေးဂခင်ဝံ.တင်းခမ်ယဝ်.။ ဂွမ်းတံး ယီခင်းပီခင်
ဂွမ်းမခင်းဂျ၊ဂေးမီး၊ ဂွမ်းမခင်း၊ ယီခင်းပီခင်ဂွမ်းတံးဂေးမီး၊
ခေးဂွမ်းဝေးဂျ၊ရ ဂမ်းနွင်းငံးမိုခင်ဂခင်ဝံ.လေး၊ ပီခင်ဂွမ်းတံး
ဂိုဝ် ဂွမ်းမခင်းဂိုဝ် ဂမ်,ထင်,ထီဂ်,စလေံ;ဂေး၊ မီးယူ,တင်းခမ်
ယဝ်.။

တီးတံးဂ်;မခင်း

| | |
|--------------------|--------------|
| မိခင်.သလင်; | မိဿလင် |
| မဂ်,ဗိတ်.ချင်း | ပိတ်ချင်းသီး |
| မဂ်,မခင်. | မက်မန်းသီး |
| ခမ်.ပင်,လံ, | ပင်လယ်ရေ |
| ဂေးတင်,ဂုခင်, | ကုန်တင်ကား |
| ထဝ်.ထဝ်.ထီဝ်းထီဝ်း | စောစောစီးစီး |
| ဂုပ်;သိမ်း | ရုပ်သိမ်း |

ထဂျ၊ထိုဝ်းခမ်. ယူ,တီးဂွမ်းတံးသေ ယီခင်းပီခင်ဂွမ်း
မခင်းယဝ်.။

| | |
|----------------|----------------|
| အကြောင်းအကျိုး | ကရွှင်းကရွှင်း |
| သူတော်ကောင်း | သူ,တေး,ရွှင်း |
| အကျင့်ကောင်း | ကရှင်.လီ |

ထဂျ၊ထိုဝ်းခမ်. ယူ,တီးဂွမ်းမခင်းသေ ယီခင်းပီခင်ဂွမ်း
တံးယဝ်.။

| | |
|----------------|-----------------|
| စိတ်ထင် | ထင်,ခင်းလုံ |
| အပေါ်တင်ထား | တင်,ဝံ.တီးခိုင် |
| လိုတာကိုယူ | လူဝ်,သင်ဂေး,ကဝ် |
| အိပ်ထောင်းထဲထဲ | သို့,ခင်းထွင်း |