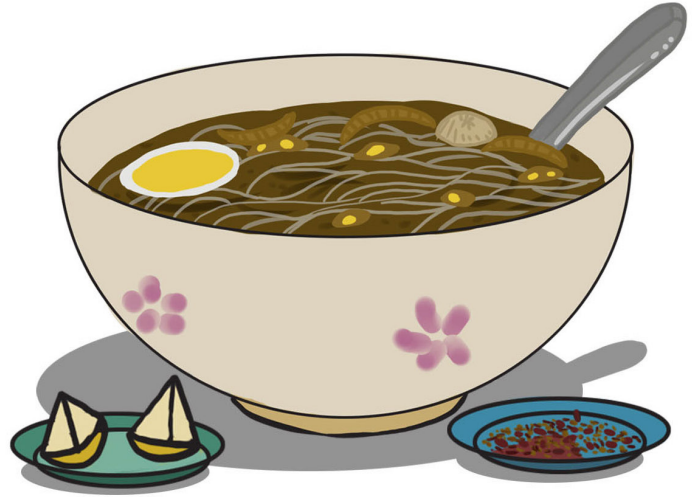


ဒိပုံကရုစိ

မုန့်ဟင်းခါး





.....
.....
.....
.....

လဲတီခိးအ်ဟ်ဂ်းအ်ကျဲး
ကုသီးအ်ကံးခဝ်ဟး



ကုသီးအ်စုဂ်လောဟ်
သာလ်ဗျေဝ်၊
အ်လာအေယါင်

အင်းယာစးဆေဝ်လုံ။
မာန်စဝ်သယ် အ်ကံးခါင်ယိုင်
အ်ဟ်ဂ်းအ်ကျဲးကု မွဲယိုင်သုင်း
ပျဲသာပျဲအ်ဝေအ်ခါဟ်ကျိုင်လုံ

အိုယုဂ်ပင်ထင်းဆာသယ်ကု
လဲတါခဲးအိုဟျင်အိုကျင်း
ခွင်ယိုင်ဝေကယံ

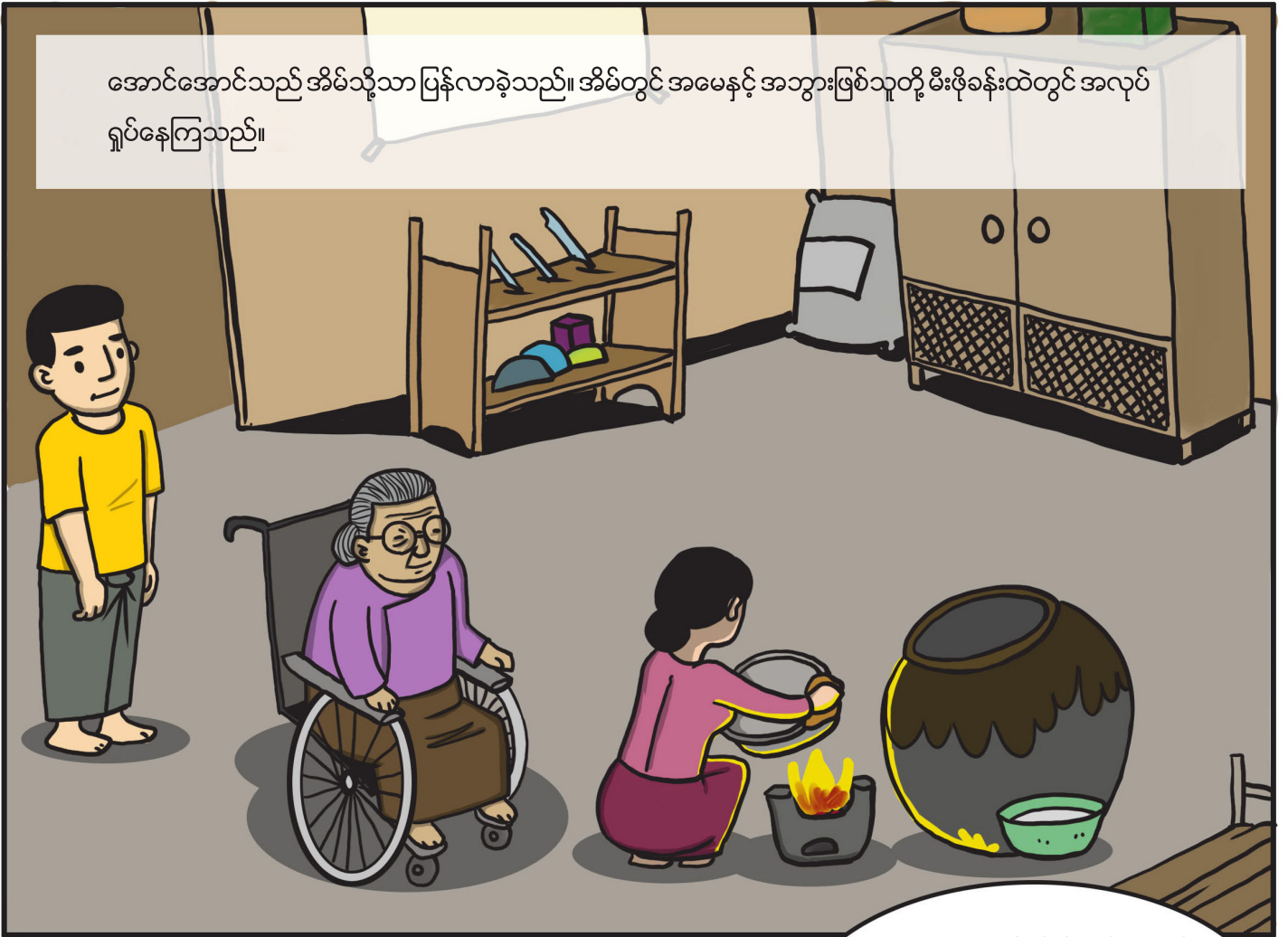


ယုသီး ယိက်လိုင်အေး ၁၈
ကင်းမိုပင်လုံ၊ မိုစေဖေလင့်မဲကယံ၊
လဲတါခဲးအိုဟျင်အိုကျင်း
လိုဆိုပြိုင် လိက်ခွက်မိုင်
ယံအင်းယျုပဝ် ယောင်ယုဂ်

ဖွံ့မိုဟ်အေးဟာသယ်ကု သာစင်းဖေဟ် အင်အင် လပ်ဆိုကု ပါတိုင်ဝေအေး အိုသီးဝေအိုကင်းခွင်ယိုင်
ဝေဆေပ်လုံ။
အင်အင်ကု ဆံင့်လင်းခိုင်းဟိုင် စင်းထင်းခွက်ဝေဆေပ်လုံ။



အောင်အောင်သည် အိမ်သို့သာ ပြန်လာခဲ့သည်။ အိမ်တွင် အမေနှင့် အဘွားဖြစ်သူတို့ မီးဖိုခန်းထဲတွင် အလုပ် ရှုပ်နေကြသည်။



ဖောဟ်ဟေး ကိုစူးကို အင်းသေ့
ယာလာဟုမ်း၊ အိုဝေကို ဆိုဆာ့ကိုပ်
စေဝဲးဟူးဟ်ကို မိုပိုခင်မိုကောင်။

မွာ်တိုတို၊ ဖေါဟ်ခွါသေ့ယာ့လှ်၊
ဆိုလောဟ်ကိုခေ ဆိုအိုဆံင်းအိုခွါင့်
ဟိုချောဟ်လင်ဉာန်လှ်ခဝဲ ကပ်ယုင့်လင်
ဟိုငိုထေးကို ဖေါဟ်ပပ်းစေးဆေဝ်





အင်းသေ့ယာစူးယိုင်
ဂမုင်းလုဂ်ဆိဉ်အ်ဟုင်
ဟေ့ဂ်ဝေ့ကု မေဟ်သေ့ယာလဝ်
ယာ။ မေဟ်မောပ်ယောပ်ကုယိုင်
ဇေ့ကုသာလုဇးအ်မိဉ်သိုင်
မေဟ်လေဝ်ထိုင်ဆ်ကု
မွဲဇးကုလယံ

တုံဝါနီဗိုင်အ် ဟ်ဇျောဟ်ဟ်ယုာသယ်ကု လဲတါခဲး
အ်ဟုင်အ်ကျဲး မေဟ်မုအ်ကံးဇးသာ။ အ်ယိုင်ဂ
မုင်းလုဂ်ဆိဉ် ဟေ့ဂ်ဝေ့မွဲယာ။ မေဟ်ဆ်စိုဆိဉ်မိဉ်
အ်လာကဉ်သီး အ်သီးဝေ့ ပါတိုင်ကဉ်ဟာအေးတုံ)

မောပ်ဟ်ဂိုင်ဇးမေဟ်လဝ်
ဆ်ယိုင် သာမုဂ်အေးကယု၊
လာကဉ်စိုဝ်သီး သာ
လင်ယုာလာလုဇေ့ဝ်၊
မေဟ်ကု ယိက်လိုင်အေး
(၁၈)ကိဉ်းမုပါင်လဝ် ဇေ့လဝ်
မဲမုကေဝ်လဝ်ကယိ၊ မေဟ်
မဲကု မုဗိုင်ယုဂ်လင်ကု
သာကဉ်းလာလုဇေ့ဝ်



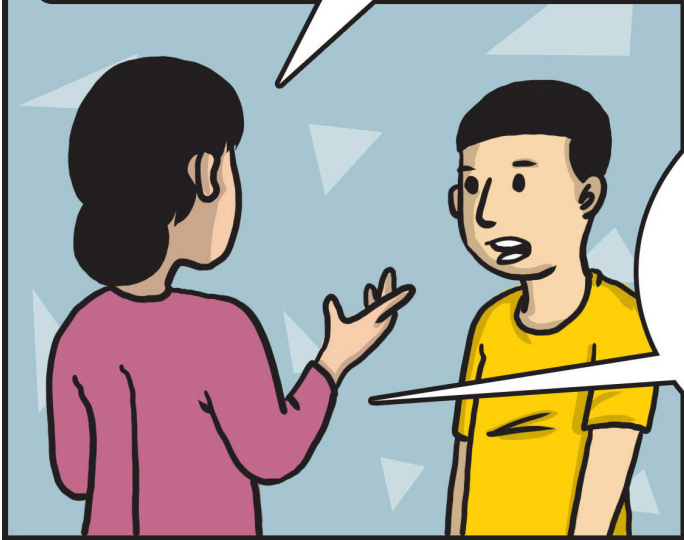
မေဟ်သေ့ယာလဝ်တုံ၊ မေဟ်ဆ်စိုမိဉ်သယ်ကု မုလဝ်ကျဲးဇးသာလဝ်
တုံ၊ အေဟုံဂ်ဒုဂ်အ်ဉာ ဆ်ဖါဆ်မာယိုင် ဇးဆါဂ်လောဟ်ဇေ
သာဇးအေး။ မေဟ်ကု လဲတါခဲးအ်ဟုင်၊ ဟုံဂ်ခေဝ်ကုဆာဆ်
အ်သီးဝေ့အ်တာဇေ အ်လင်ထင်ဟုင်ကု ပပ်ထးဆေဝ်။ တုံဝါနီဗိုင်အ်
သာဇးသီးအ်ကျဲး ဇေ့မုထင်ထင်သိုင် မွဲမုဇးအင်းတိုင်ပုံသေ့
လယံကု အ်သီးသာဉ္ဇယ်မိုင် စိုဆိဉ်မိဉ်ကု အ်ဝေ့အေးဆေဝ်။ ယုင်
ယိုင် ဖုံဆ်ဉ်ကု မွဲအ်ပုံသေ့လယံ အ်သီးသာပျဲဝေ့အေး

ဖေဟ်ဆိုဒူးယိုဝ် အိုလိဒ်ဒ်ယိုဇောဟ်မာ၊ ဖေဟ်အိုကျးကို ဆိုဝ်ယောတ်၊ ကဏ်
ဆာ-ဆိုဒူးသယ် ဖြဲပျိုင်-ယိုင် လိုပါတိဝ်ဒ်ဆါခိုင် ဖေဟ်သာစးတုင်-ဗျိုင်အိုဝ်သေ
လယိုကို မောဝ်-ကးသေလို

တုံတုံ၊ သေယာဝ်
သေလယို



ဖေဟ်သေယာဟူး တုံတုံအိုကျးယိုဝ် မိုထင်ကျိုင်၊ အေဟ်ဒ်ဒ် မိုကဲကျိုင်ဆြူး
မူးအိုဟုင် ကးယုယဝ်ဂေကယ်။ ဖြဲလိုအးမာ-ကို ဆိုအိုင်ကိုယောဝ်ဂေစးအေး
ခိုင်အင်းကေသာအိုဆေဝ်လို့။



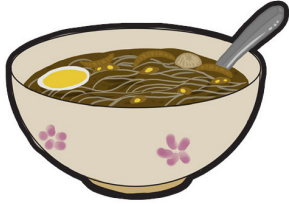
ကိုဖိုင်ကိုဆာ ထင်ဟိုင်စုဝ်ထိုင်ဆါဒ်
ဆာသီး အိုဂေဆေဝ်။ တုံတုံကို မို
လဝ်စးသာဆိုသယ် လဝ်ကောင်အေး။
ဆိုကါင်ဖါအိုကျိုင်ကို ကိုဖိုင်ကိုဆာ
စးထုင်အိုဆေဝ်လို့။



ဆိုကို တုံတုံယိုဝ်
မ္ဗာဟ်မူးအိုကျိုင်ကိုဟူး

မ္ဗာကယိုဖေဟ် တုံတုံအိုဟုင်
ကးယုယဝ်အိုသီး ကါဗျာအေး ကဏ်
ဆာ-အိုကျး လိုဗျိုင်ပိုင်စး ဇေကိုဖီ
သိုင် မ္ဗာကးယုယဝ်တုံယုာ။

လာကန့်စိုပ်သီး ဖေါဟ်ခွါ့ကို
အဲဖီဖီဆာ့မာ၊ ဖီဖီကို
အဲဖေါဟ်ခွါ့ဆာ့မာ။
ဖီဖီအင်းဖံင်းဖေ ခုံကံင်ကို
အင်းအဲးထုဂ်လုံ



ဖေါဟ်ခွါ့ဟေး ကိုဖီကို
လင်ဟ်အင်းအုဂ်ဆာ့မာ။
အိုဝေအိုကျး ကးယုယ်တုံ
ယု၊ ကိုဂ်ကီကိုဝပ် ဓးအို
ထင်းကို ဆိုကးဆိုယုယ်
ဓးထုင်ဝေအးဆေဝ်



လာကန့်စိုပ်သီး ဖေါဟ်ခွါ့သယ်လုဂ်ဆိင်
တုံဝါန့်ဖိုင် အိုမဝ်မုံလဝ်ယု၊ ဝံသီးလုဂ်
ဆိင်ကို မဝ်မုံလုံ

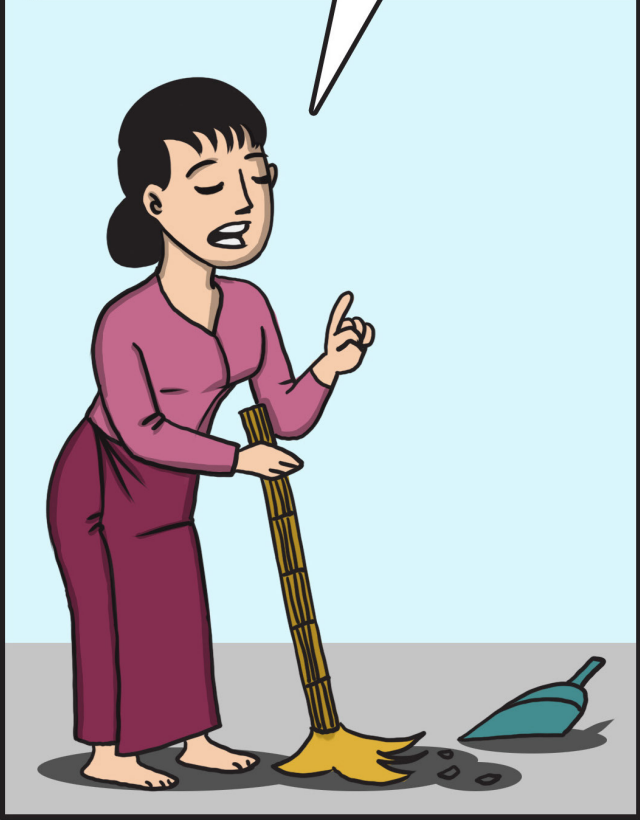


ဖေဟ်သယ်လုဂ်ဆိဉ်ယိုဝ် လုံတုံဝါနံဖိုင် တုံဝါနံဂ့မုဉ်လာကဉ်
သီး ဓေလုံကီယိုဝ် ဖေဟ်ဉ်းစးဆုံကးဆုံယုယံကု မုံလဝ်စးသာ
လာကဉ်သီး ကုဖိုင်ကုဖိုင်အုံ လဝ်ကောင်အေးဖေဟ်ခွါ



တုံတုံမွဲမုံလဝ်စးသာကုလယံ
အုံခွါယိုဝ် ဖေဟ်ကးသေ့ထင်းယုဂ်

အုံဟုဂ်-အုံကုဉ်းလုံမိင်မိင် ဆုံကါင်ဖါကု ဖေဟ်ခွါအုံထီသိုဝ်သီး မုံဉ်းအုံဆေဝ်လုံ။ စးကုလယံဆာ်စိုဝ် အုံသီး
သယ်ကု လုံစးဉ်စး မိုဟ်ဆုံဒ်ခံင်အုံခေါဟ်စံင်၊ ဖုံအုံယုဂ်သယ်၊ အုံသီးဝေ့ကု လဲ-တါဖုံဖိုင် ပျါလင်အုံဟုဂ်-
တုံဝါနံဆုံအုံကုအုံကံင် ဆုံသုဂ်ဆုံကွယ်ဖိုင် မုံစးပျါလင်ကု ဆုံကောင်-သာအုံဝေ့ဆေဝ်လုံ။



ဖေါဟ်ခွါကားသေ့ယုဂ်တုံတုံ၊ လုဂ်ဆိဉ် ပျါလင်အ် မှီဟ်အ် ဖူအ်ခိုင်၊ မုံကဲထင်းအ်ဟုဂ်၊ ဖေါဟ်ခွါသယ်လုဂ်ဆိဉ် ဂမုင် သီးအ်လူကု ဝးဆံဉ်ကား ဝးဟုံင်ခေပ်ဖေ့ကု ထို့ဆာမာ မုံဝးအင်းတိုင်ဖေ့ဆေပ်၊ အ်ယိုပ် ဂမုင်သယ်လုဂ်ဆိဉ် အ်ဂုကု အ်တာညောဟ်မာ။



ထို့ဆာမာဖေါဟ်၊
တုံတုံသယ်လုဂ်ဆိဉ်
ဝးမာစိုပ်မာဆိုင်ဂေ့ကယ်၊

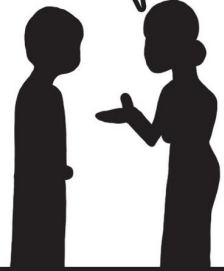
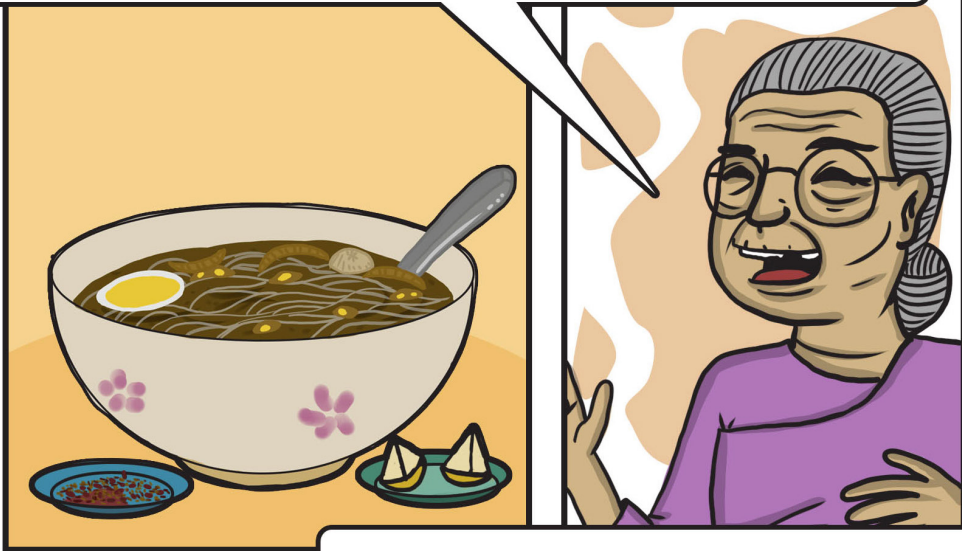
ဂမုင်သယ်လုဂ်ဆိဉ် အ်သီးဂေ့အ် လူကု လုံဆံဉ်ကားဝးဆာစိုပ် အ်သီးဂေ့စို ခံဉ်မံင်းထေးကု တုံတုံသယ် မုံဝးထုင် ယုဉ်လုံ။ စင်စိုပ် မုံညောဟ်ထေံလင်ခါ မှီဟ်အ်ကျးကု ဆုံသုင်းသာကိုင်ဖါယိုပ် မာဝးလာလုံပေ့ပ်



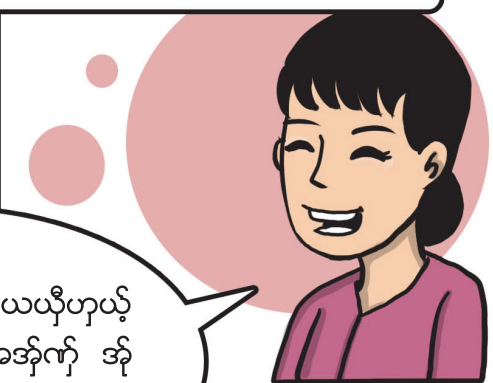
ဖီဖီအင်းဖံင်းထင်းဆုံ ဟုံင်ယုဂ်ဆေပ်လုံ။ အ်ဂေ့အင်းသေ့ယာ ဖူးဟုံင် လုံလီသယ်အ် အိုပ် ဟုယုံထိုင်ဂေ့ဆေပ်လုံ

တၢ်အၢင်းနဲးနဲးယိုဝ်း နံးမံးဝီ လီဟေး၊ တၢ်အၢင်းနဲးနဲးခါ ပျဲလင်ခီၣ်ခါ
သယ်အံၣ်ကုလယံၤ ခီၣ်ခါသယ်ပျဲလင်လၢပၢင်ဝဲးဆၢဝီဝဲ နဲးနဲးနဲးနဲးသ့အံၣ်
အေး၊ လၢကၢင်္ဂဝီဝဲသီး လၢနဲးနဲးနဲးနဲး မံးပျဲလင်ခီၣ်ခါသယ် အေဆူလင်
လၢနဲးနဲးနဲးနဲး ဟံးအၢင်းမံးအံၣ် နဲးနဲးနဲးနဲးနဲးနဲးနဲးနဲးနဲးနဲးနဲးနဲး
လီဟေး

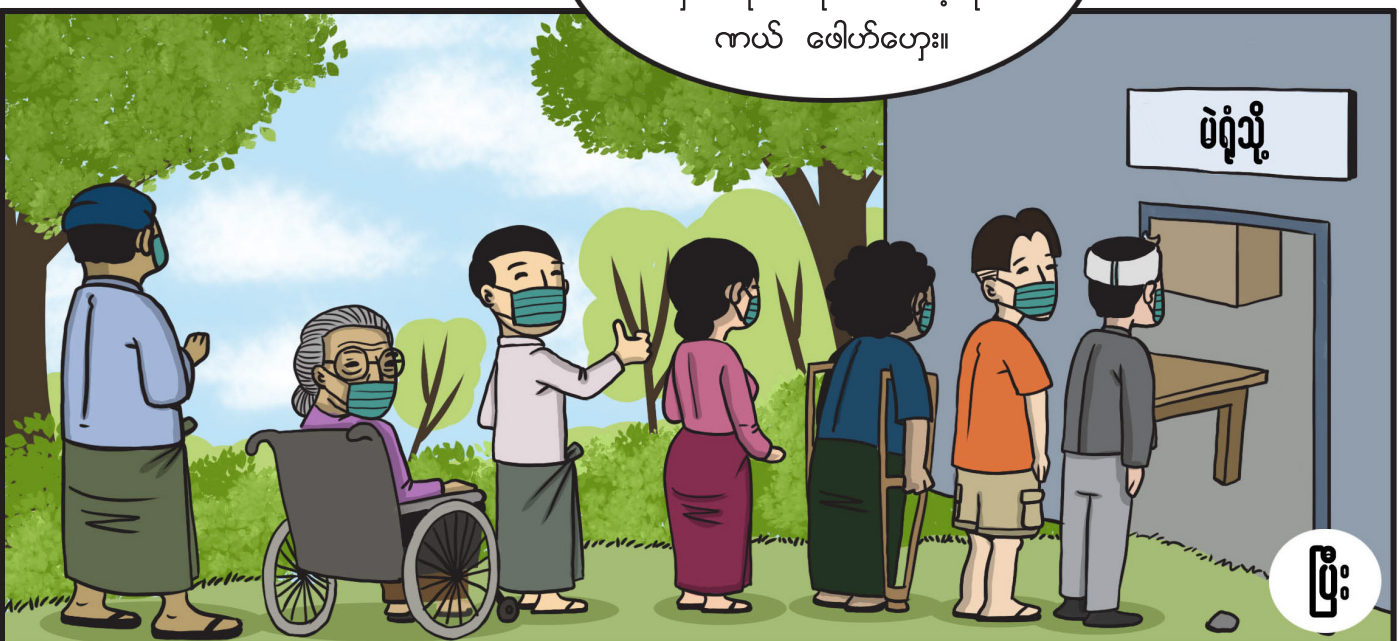
ခီၣ်ခါပၢင်ပၢင်ယိုဝ်းသီး အံၣ်ရဲ
သ့အံၣ်ဆီၣ် ဝဲကုကၢင်္ဂသီဝဲ
မံးအံၣ်ထၢင်းဝဲယၢဝဲပၢင်။
ဆၢလၢဝဲခါ ဝဲအံၣ်လၢလၢဆီၣ်
ပျဲလင်ဟံးခါအေအံၣ်ကု
ခီၣ်ခါပၢင်ပၢင်အံၣ် မ့ၢ်အံၣ်ဖူအံၣ်
ခါး မံးကဲထၢင်းထီၣ်ဆၢ။



လၢကုယိုဝ်းလၢလၢဆီၣ် ကုဝဲနဲးနဲးနဲးနဲး ဝဲပျဲလင်လၢလၢဆီၣ်အံၣ်ဟံးအံၣ်ကု
အံၣ်လၢလၢဆီၣ်အံၣ် သံးလၢလၢလၢလၢလၢလၢလၢ မၢလၢလၢလၢလၢလၢလၢ
ဆၢလၢဝဲခါဝဲသယ်ကု မံးထၢင်းခီၣ်ခါပၢင်ပၢင်အံၣ် အံၣ်လၢလၢဆီၣ်
မၢ။



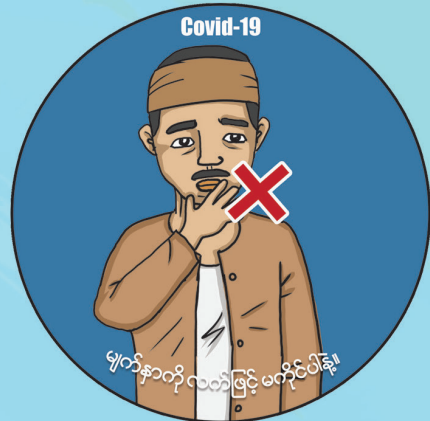
မ့ၢ်ထီၣ်ဆၢ၊ ခီၣ်ခါပၢင်ပၢင်ယိုဝ်းဟံး
ကဲထၢင်းခါ ပျဲလင်အေအံၣ်ကု အံၣ်
ယေၤတၢ်ဖိတၢ်ဆၢကၢင်္ဂသ့လၢမိင်
ကယ် ဝဲပၢင်ဟေး။



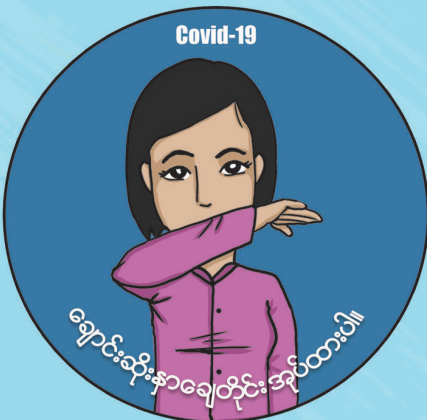
သင်နှင့် အခြားသူများအား Covid-19 ရောဂါအန္တရာယ်မှ ကာကွယ်လိုက်ပါ



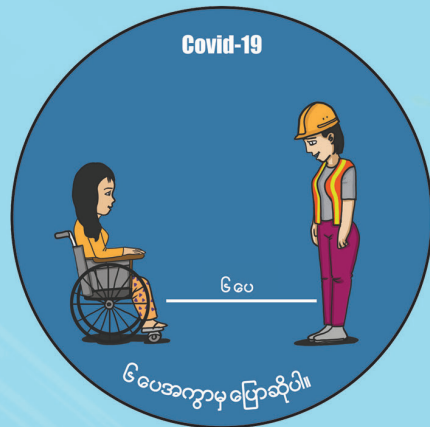
သင်၏လက်ကို ဆပ်ပြာရေ(သို့) လက်သန့်ဆေးရည်ဖြင့် မကြာခဏဆေးပါ



သင်၏မျက်စိ၊ နှာခေါင်းနှင့်ပါးစပ်ကို လက်နှင့် ထိခြင်းမှရှောင်ကျဉ်ပါ



ချောင်းဆိုး၊ နှာချေသည့်အချိန်တိုင်း အုပ်ထားပါ။ ပြီးနောက် လက်ကိုဆေးပါ



အခြားသူများနှင့် ၆ ပေအကွာတွင် နေထိုင်ပါ



နှာခေါင်းစည်း တပ်ထားပါ



သင့်တွင် ရောဂါလက္ခဏာရှိပါက ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုအကူအညီများရယူပါ

#ဘေးကင်းလုံခြုံစွာဖြင့်တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးအဆက်အသွယ်မပြတ်နေထိုင်ပါ

