မင်္ဂလာ

၂၀၁၆ ခုနှစ် အမှတ်စဉ်--၁ စုစုပေါင်းအမှတ်စဉ်--၂၆၄

吉祥

2016 年 第 1 期
总 第 264 期

တိုင်(ရှမ်း)တိုင်းရင်းသား ဒေါင်းအက

တရုတ်လွတ်လပ်သောကုန်သွယ်ရေးဇုန်ထူထောင်ရေး မဟာဗျူဟာသည် ကမ္ဘာကြီးအတွက် တွန်းအားအသစ် ဖြစ်လာနိုင်အောင် စွမ်းဆောင်နိုင်

ISSN 1009-9417

MEKONG *An Authoritative Magazine in Thai*

AUSPICIOUS *An Authoritative Magazine in Myanmar*

FRAGRANT PLANT *An Authoritative Magazine in Lao*

Preferential Activity for Advertisement Provided by the Three Publications

Foreign Media Overbalance Investment Overal Agent Lower Price

Same Investment Different Return

In order to thank old & new customers for their kindness in giving **MEKONG, AUSPICIOUS & FRAGRANT PLANT** support for a long time, " The Three Publications " Golden Combination Suit advertisement has been specially worked out for customers.

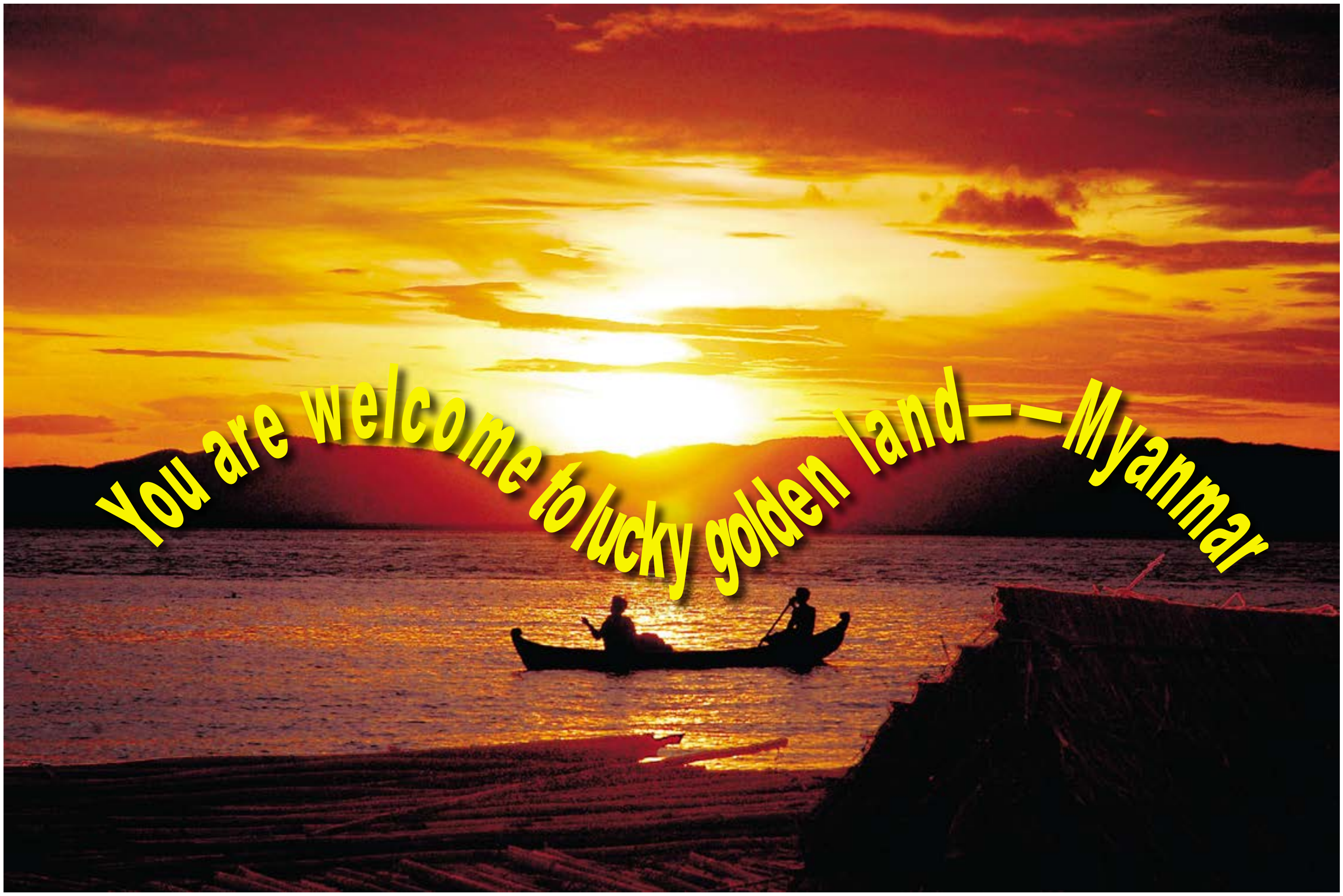
Please contact the general agent for detailed information:

Ji Xiang Magazine

Tel: 86-871-64112973(Fax)

Tel: 86-871-64101644

E_mail: yunnanjixiang@163.com



欢迎您到金色的土地——缅甸来！
“福地”热诚地欢迎您！

缅甸有丰富的旅游资源

- 有闻名世界的瑞光大金塔;
- 有号称“塔林”的蒲甘圣地;
- 有世界第一大书的瓦城“碑林”;
- 有世界第一大的“敏滚”大钟;
- 有缅甸故宫曼德勒皇城;
- 还有世界惟一的茵莱湖水上人家的独特风光;
- 还有避暑胜地彬乌伦、阳光灿烂的“昌达”海滨……
- 更有动人心弦的翡翠、珠宝的诱惑，等着您的到来！

※ **联系电话：**0095-2-31832
0095-99061291　0095-95198193

※ **电子邮件：**zuqing@mandalay.net.mm

缅甸曼德勒“福地”旅游有限公司　地址：缅甸曼德勒41条街（83/84条街中间）68号

云南建工集团有限公司

ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအဖွဲ့ကုမ္ပဏီလီမိတက်

云南建工

云南建工集团有限公司成立于 1951 年，于 2009 年 11 月 6 日改制挂牌。目前，集团由过去的施工总承包正在转型升级为集投融资、房地产开发和工程建设总承包为一体的产融双驱大型建设企业集团。现有全资子公司、控股公司和直管企事业单位 37 个，是云南省唯一拥有 2 个国家房屋建筑施工总承包特 A 级资质、机场跑道施工专项资质、援外成套项目 A 级资格的企业，业务覆盖建筑工程投资建设全领域，是云南省政府国资委履行出资人职责的 19 户省属重要骨干企业之一。目前在职职工有 19000 余人，各类专业技术人员 12000 余人，其中高级职称 1278 人。

近年来，在云南省委省政府和省国资委的正确领导下，在社会各界的关心和支持下，云南建工集团主动融入国家发展战略，积极参与中国周边互联互通建设，强化“走出去”战略，集团投融资、施工总承包和“走出去”三大能力显著提高。2014 年，完成经营额 864.38 亿元，合同额 539.48 亿元，产值 438.34 亿元，完成竣工面积 728.35 万平方米，实现利润 12 亿元，营业收入利润率高达 2.7%，居行业领先水平。目前，集团总资产已突破 1000 亿元，净资产突破 300 亿元。

截至 2014 年，集团累计获得全国建筑工程鲁班奖 24 项，国家优质工程金奖 1 项，国家优质工程银质奖 41 项，詹天佑土木工程大奖 1 项，国家级工法、发明专利、实用新型专利等 230 余项，主编国家行业标准 6 项。集团先后在也门、南非、沙特、伊拉克、赤道几内亚、泰国、老挝、柬埔寨、缅甸、越南、斯里兰卡等国家投资开发和总承包建设各类项目，并荣获老挝、柬埔寨政府颁发的“发展勋章”和“贡献勋章”等荣誉，已形成南亚和东南亚、中东、非洲三大海外市场发展格局。2015 年，集团连续 24 次入选中国企业 500 强；连续 5 次入选 ENR250 强（美国工程新闻录杂志），位列 166 位；在中国承包商 80 强中位列第 18 位，在中国 100 大跨国公司及跨国指数排名中位列第 72 位，集团的综合竞争实力、品牌影响力和社会信誉度显著提高。

ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စု ကုမ္ပဏီလီမိတက်ကို ၁၉၅၁ ခုနှစ်မှာ တည်ထောင်ခဲ့သည်။ ၂၀၀၉ ခုနှစ် နိုဝင်ဘာလ (၆) ရက်နေ့တွင် စနစ်ပြောင်းဆိုင်းဘုတ်တင်ခဲ့သည်။ လက်ရှိအချိန်မှာအုပ်စုသည် ယခင်က လုပ်ငန်းကန်ထရိုက်ပုံစံ မှတဆင့် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုပြုလုပ်ခြင်း၊ အိမ်ခြံမြေဖော်ထုတ်ခြင်းနှင့် ဆောက်လုပ်ရေးလုပ်ငန်း ကန်ထရိုက်လုပ်ခြင်း စသည်တို့ကို တစ်စုတစ်စည်းတည်းရှိသော ကြီးမားသည့် ဆောက်လုပ်ရေး လုပ်ငန်းအုပ်စု ဖြစ်လာပါသည်။ လက်ရှိအချိန်မှာ ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုအပြည့် ကုမ္ပဏီခွဲ၊ ရှယ်ယာထိန်းကုမ္ပဏီနှင့် တိုက်ရိုက်အုပ်ချုပ်မှုလုပ်ငန်းဌာနများ (၃၇)ခုကို ပိုင်ဆိုင်ထားသည်။ ယူနန်ပြည်နယ်မှာ တစ်ခုတည်းသော နိုင်ငံတော်အဆင့် အဆောက်အဦးဆောက်လုပ်ရေးစီမံကိန်း (A) အဆင့်ကန်ထရိုက်လုပ်ငန်း(၂) ခု၏လုပ်ပိုင်ခွင့်၊ လေယာဉ်ပြေးလမ်း ဆောက်လုပ်ရေး စီမံကိန်းလုပ်ပိုင်ခွင့်၊ ပြည်ပထောက်ပံ့ရေး စီမံကိန်း (A) အဆင့်လုပ်ပိုင်ခွင့်လုပ်ငန်း စသည်တို့ကို ပိုင်ဆိုင်သောအုပ်စုဖြစ်လာသည်။ လုပ်ငန်းကဏ္ဍသည်ဆောက်လုပ်ရေး လုပ်ငန်းရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှု ဆောက်လုပ်ရေးနယ်ပယ်အားလုံးကို ဖုံးလွှမ်းထားနိုင်ခဲ့သည်။ ယူနန်ပြည်နယ်အစိုးရ နိုင်ငံတော်ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုကော်မတီ၏ ပြည်နယ်အဆင့် အမာခံလုပ်ငန်း(၁၉)ခု အနက်တစ်ခုအပါအဝင်ဖြစ်သည်။ လက်ရှိဝန်ထမ်းပေါင်း(၁၉၀၀၀)ဦး၊ နည်းပညာရှင်ပေါင်း(၁၂၀၀၀)ဦး၊ ထိုအထဲမှာ အဆင့်မြင့်ရာထူးဝန်ထမ်းပေါင်း (၁၂၇၈)ဦး ရှိပါသည်။

ယခုနှစ်ပိုင်းမှာ ပြည်နယ် ပါတီကော်မတီနှင့် ပြည်နယ် နိုင်ငံတော်ပိုင် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုကော်မတီတို့၏မှန်ကန်သော ဦးဆောင်မှုအရ လူ့ဘောင်အသိုင်းအဝိုင်း အသီးသီးတို့၏ဂရုစိုက်မှုနှင့်အားပေးထောက်ခံမှုအရ ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စုသည် နိုင်ငံတော်၏ဖွံ့ဖြိုးမှုမဟာဗျူဟာအတွင်းသို့ ဝင်ရောက်ကာ နိုင်ငံတော် အိမ်နီးချင်းနိုင်ငံအကြား အပြန်ပါဝင်လာခဲ့ပါသည်။ “ပြည်ပသို့ထွက်ခြင်း” ဗျူဟာကိုတိုးမြှင့်ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ အုပ်စုရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှု၊ ဆောက်လုပ်ရေးကန်ထရိုက်နှင့် “ပြည်ပသို့ ထွက်ခြင်း” စသည့်စွမ်းဆောင်ချက် (၃) ရပ်တို့သည် သိသာထင်ရှားစွာ မြင့်တင်လာနိုင်ခဲ့သည်။ ၂၀၁၄ ခုနှစ်တွင် စီမံခန့်ခွဲမှုယွမ်ငွေပေါင်း (၈၆.၄၃၈) ဘီလီယံ၊ ကန်ထရိုက် စာချုပ်ပမာဏယွမ်ငွေပေါင်း (၅၃.၉၄၈)ဘီလီယံ၊ ကုန်ထုတ်လုပ်မှု တန်ဖိုးယွမ်ငွေပေါင်း(၄၃.၈၃၄)ဘီလီယံ၊ လုပ်ငန်းပြီးစီးမှုမျက်နှာပြင် ဧရိယာစတုရန်းမီတာပေါင်း (၇.၂၈၃၅)သန်း၊ အကျိုးအမြတ်ယွမ်ငွေပေါင်း (၁.၂) ဘီလီယံ၊ လုပ်ငန်းအမြတ်ဝင်ငွေနှုန်း(၂.၇%) အထက် စသည်တို့ကို ရရှိနိုင်ခဲ့ပါသည်။ လုပ်ငန်းဦးဆောင်မှုအဆင့် အတန်းမှာ ရှိနေသည်။ လက်ရှိအချိန်မှာ အုပ်စုရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှု ပိုင်ဆိုင်မှုပမာဏတန်ဖိုးသည် ယွမ်ငွေပေါင်း(၁၀၀)ဘီလီယံ ထိုးဖောက်နေပြီဖြစ်ပြီး အသားတင်ပိုင်ဆိုင်မှုပမာဏသည် ယွမ်ငွေ (၃၀)ဘီလီယံကို ထိုးဖောက်နိုင်ပြီဖြစ်သည်။

၂၀၁၄ ခုနှစ်အထိ အုပ်စုသည် တစ်ပြည်လုံးဆိုင်ရာ ဆောက်လုပ်ရေးလုပ်ငန်းလူပန်ဆု (၂၄) ဆု၊ နိုင်ငံတော်အဆင့် အရည်အသွေးမြင့်ဆောက်လုပ်ရေးရွှေတံဆိပ်(၁)ဆု၊ ငွေတံဆိပ်(၄၁)ဆု၊ ကျန့်ထျန်းယူဆောက်လုပ်ရေးလုပ်ငန်းဆုကြီး(၁)ဆု၊ နိုင်ငံတော် တီထွင်မှုမူပိုင်ခွင့်၊ လက်တွေ့အသုံးချမူပိုင်ခွင့်(၂၃၀)မျိုး၊ နိုင်ငံတော်လုပ်ငန်းစံချိန်စံညွှန်းသတ်မှတ်ချက်(၆)ရပ်စသည်တို့ကို ရရှိနိုင်ခဲ့ပါသည်။ အုပ်စုသည် ယီမင်၊ တောင်အာဖရိက၊ ဆော်ဒီအရေးဘီးယား၊ အီရတ်၊ အီကွေတာဂီနီ၊ ထိုင်း၊ လာအို၊ ကမ္ဘောဒီးယား၊ မြန်မာ၊ ဗီယက်နမ်၊ သီရိလင်္ကာ စသည့်နိုင်ငံများ၏ ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုဖော်ထုတ်ရေးနှင့်တည်ဆောက်ရေး ကန်ထရိုက်လုပ်ငန်း စသည့်စီမံကိန်းမျိုးစုံမှာ ဝင်ရောက်နေပြီဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် လာအို၊ ကမ္ဘောဒီးယားနိုင်ငံတော်အစိုးရတို့မှချီးမြှင့်သော “ဖွံ့ဖြိုးမှုဆုတံဆိပ်” နှင့် “ပေးလှူမှုဆုတံဆိပ်” စသည့် ဂုဏ်များကိုဆွတ်ခူးရရှိထားပြီးဖြစ်သည်။ တောင်အာရှနှင့်အရှေ့တောင်အာရှ၊ အရှေ့အလယ်ပိုင်း၊ အာဖရိကတိုက်စသည့်ပင်လယ်ရပ်ခြားဈေးကွက်ကြီး(၃)ခုဖွံ့ဖြိုးရေးဖြန့်ကျက်မှု ပုံစံကို ဖြစ်ပေါ်နေပြီဖြစ်သည်။ ၂၀၁၅ ခုနှစ်တွင် အုပ်စုသည် တရုတ်ပြည် အတော်ဆုံးလုပ်ငန်း(၅၀၀)အတွင်း (၂၄)ကြိမ်ဆက်တိုက်ရွေးချယ်ခြင်းခံခဲ့ရသည်။ (၅) ကြိမ် ဆက်တိုက် ENR250 (အမေရိကန်၊ အင်ဂျင်နီယာသတင်းဂျာနယ်) အတော်ဆုံး စာရင်းထဲ၏ (၁၆၆)နေရာမှာ ရွေးချယ်ခြင်းခံခဲ့ရသည်။ တရုတ်ပြည်အတော်ဆုံးကန်ထရိုက်လုပ်ငန်း(၈၀) အတွင်း အမှတ်(၁၈)နေရာမှာ အရွေးခံရပြီး တရုတ်ပြည်အတော်ဆုံးနိုင်ငံကူးကုမ္ပဏီ(၁၀၀) အတွင်း (၇၂)နေရာမှာ ရွေးချယ်ခြင်း ခံခဲ့ရပါသည်။ အုပ်စုသည် အထွေထွေယှဉ်ပြိုင်မှုအင်အား၊ အမှတ်တံဆိပ်ကျော်ကြားမှုနှင့် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းယုံကြည်မှုတို့သည် သိသာထင်ရှားစွာတိုးမြှင့်လာနေပါတော့သည်။

မင်္ဂလာ

တာဝန်ခံစီမံခန့်ခွဲသူ--
တရုတ်ပြည်သူ့သမ္မတနိုင်ငံ နိုင်ငံတော်ကောင်စီ သတင်းပြန်ကြားရေးဌာန
တာဝန်ယူ၍ထုတ်ဝေသူ--
ယူနန်ပြည်နယ် ပြည်သူ့အစိုးရ သတင်းပြန်ကြားရေးဌာန
ပူးပေါင်းအကူအညီပေးရေးအဖွဲ့--
ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအဖွဲ့ကုမ္ပဏီလီမိတက်
စီစဉ်တည်းဖြတ်၍ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေသူ--
'မင်္ဂလာ'မဂ္ဂဇင်းစာတည်းအဖွဲ့

အထွေထွေအကြံပေးအရာရှိ--ကြောင့်ကျင်း၊ မုန်ဝိန်ကော်
အကြံပေးအရာရှိ--ကျန်းဟုန်ဖိန်၊ ရှန်ယွီချိုင်၊ ချိုက်ချွန်စိန်၊ ကျန်းရွှေချိုင်၊
လီလျံပင်၊ လျူယုံ

တိုက်အုပ်--လီချမ်း
ဒုတိယတိုက်အုပ်--ဝူကြင်ပေါ၊ ထျန်ဟူချင်း၊ ဟိုင်ကျန်း
အယ်ဒီတာချုပ်--ယန်ယွင်
စာတည်းဌာနတာဝန်ခံ--ရီကျင့်ယီ ဒုတိယတာဝန်ခံ--ဝမ်ဝေယွင်
စာတည်းဌာနမှူး--ဝမ်ကြည့်ချမ်း လီခယ်
စာတည်းဌာနဒုတိယတာဝန်ခံ--လျူကျန်းလင်း
မြန်မာစာ တည်းဖြတ်ပြန်ဆိုသူ--ဦးကြည်မြတ်
မြန်မာစာ အယ်ဒီတာ--ဇာဇာဝင်း သန္တာဦး
မြန်မာစာဘာသာပြန်--လီကြူချင်း ဒေါ်ခင်စိန်
ပန်းချီဒီဇိုင်းကြီးကြပ်ရေးမှူး--ကျင့်ဝေ
အင်တာနက်ကွန်ရက်ကြီးကြပ်ရေးမှူး--ကျန်းစိုးရီ
လက်ထောက်စာတည်းကြီးကြပ်ရေးမှူး--ကျန်းကြိမ်ဟုန်
အင်တာနက်ကွန်ရက်ကြီးကြပ်ရေးဌာနဒုတိယတာဝန်ခံ--လီထောင်
အင်တာနက်ကွန်ရက်ကြီးကြပ်ရေးဌာနအယ်ဒီတာ--လီဝင်းကျင် လီချင့်ယဉ်
ရန်ကုန်မြို့ရုံးခွဲတာဝန်ခံ--ဒေါ်ကြည်လင်း
ဖြန့်ချိရေးဌာနတာဝန်ခံ--ကြိုဟိုဖိန် ချိန်လုံ
ပြုစုတည်းဖြတ်မှုအယ်ဒီတာ--လူလွေ ဟယ်ယူလန်း

လိပ်စာ-တရုတ်နိုင်ငံယူနန်ပြည်နယ်ကူမင်းမြို့အနောက်ဘက်မြို့ပတ်လမ်း
အမှတ်-၅၇၇
အယ်ဒီတာအဖွဲ့ဖုန်း-- ၈၆-၈၇၁-၆၄၁၁၂၉၇၃(Fax)
ရုံးအဖွဲ့ဖုန်း--၈၆-၈၇၁-၆၄၁၀၁၆၄၄
ဖြန့်ချိရေးဌာနဖုန်း--၈၆-၈၇၁-၆၄၁၀၁၇၂၇
စာပို့သင်္ကေတ--၆၅၀၀၃၄

ရန်ကုန်ဌာနခွဲလိပ်စာ။ FMI CITY မင်္ဂလာလမ်းအမှတ်(၂) အိမ်နံပါတ် K-42
ဖုန်းနံပါတ်။ ၀၀၉၅၉-၃၁၄၅၂၂၂၂

တရုတ်ပြည်တွင်းပြည်ပတွင် ဖြန့်ချိထုတ်ဝေသည်
စာပို့ရန်အစားထိုးနံပါတ်--၆၄-၃၅
လစဉ် ၅ ရက်နေ့တွင် ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေသည်
နိုင်ငံတကာသုံးမှတ်ပုံတင်အမှတ်-- ISSN 1009—9417
တရုတ်ပြည်တွင်းသုံးမှတ်ပုံတင်အမှတ်-- CN 53—1115/G2
http://www.yunnangateway.com
E-mail:yunnanjixiang@163.com

ကြော်ငြာဖော်ပြရန်ခွင့်ပြုချက်နံပါတ်--၅၃၀၀၀၀၄၀၀၀၀၅၂
ပုံနှိပ်သူ--ကူမင်းမြို့ဖူရှင်ချွန်ရောင်စုံပုံနှိပ်မှုလုပ်ငန်းကုမ္ပဏီလီမိတက်

မဂ္ဂဇင်းတန်ဖိုး--RMB 10

အထူးသတင်းပေးပို့ချက်စာမူ　本刊特稿

6 SDR အစီအစဉ်ထဲ တရုတ်ယွမ်ငွေ ပါဝင်လာခြင်းသည် ကမ္ဘာကြီးအတွက် အကျိုးပြုပေးနိုင်

ယနေ့တရုတ်ပြည်　今日中国

10 တရုတ်လွတ်လပ်သောကုန်သွယ်ရေးဇုန်ထူထောင်ရေးမဟာဗျူဟာသည် ကမ္ဘာကြီးအတွက် တွန်းအားအသစ်ဖြစ်လာနိုင်အောင် စွမ်းဆောင်နိုင်

14 တဒင်္ဂရင်ချွမ်မြို့တော်

"တစ်ခုန်တစ်လမ်း"　一带一路

16 တံခါးဖွင့်ခြင်း။ တရုတ်နှင့် ကမ္ဘာကြီးသည် အတူတကွတိုးတက်လာ

အာဆီယံနိုင်ငံများမြင်ကွင်း　东盟瞭望

20 အရှေ့တောင်အာရှနိုင်ငံများတွင် ပုံစံမျိုးစုံဖြင့်လှည့်လည်ကြည့်ရှုခြင်း
24 အင်းရိုးရာ၊ အင်းဓလေ့နှင့်အင်းသူ၊ အင်းသား အင်းအလှများ•••
28 မြန်မာနိုင်ငံအရေးကြီးသည့်မြို့-နမ့်ခမ်း

ဆွဲဆောင်အားကောင်းသောယူနန်　魅力云南

30 တရုတ်ယူနန်အား မဟာမဲခေါင်မြစ်ဝှမ်းဒေသခွဲလယ်ယာစိုက်ပျိုးရေး သိပ္ပံနည်းပညာဖြာထွက်မှုစင်တာ တည်ဆောက်
33 ယူနန်ထွက်ဟင်းသီးဟင်းရွက်များ ပင်လယ်ရပ်ခြားတွင် အကြိုက်တွေ့
34 ယူနန်ပြည်နယ် အုပ်ချုပ်ရေးမှူး ချိန်ဟောင် ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စုသို့ သွားရောက်ကွင်းဆင်းလေ့လာ
38 ၂၀၁၅ ခုနှစ်(၁၂)ကြိမ်မြောက် တရုတ်နိုင်ငံ အနောက်တောင်ဘက်(ကူမင်း)အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ကားပြပွဲ

လည်ပတ်ကြည့်ရှုနိုင်သော၍ကမ္ဘာမြေ　旅游天地

40 ဇွဲလမ်းဘွယ် ဖူကျယ်ဟေး
44 လောရှမ်းဘုရားကြီး
46 ယူနန်မှာလည်ပတ်ပြီး ရှေးအဆောက်အဦးများကို လေ့လာ
48 ထိုက်စန်းတောင်နာမည်ကျော်ရှုခင်းဇုန်

တိုင်းရင်းသားလူမျိုးစုပုံရိပ်လွှာ　民族风情

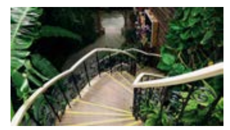
50 သစ်တောအတွင်းရှိတိုင်းရင်းသား--ပုလောင်တိုင်းရင်းသား
52 အရက်ဖြင့်ဧည့်သည်ကို ဧည့်ခံသော ဝတိုင်းရင်းသား

ယဉ်ကျေးမှုအနုပညာ　文化艺术

54 တိုင်(ရှမ်း)တိုင်းရင်းသား ဒေါင်းအက
56 ထူးဆန်းသော ထောပတ်ပန်း

အကျိုးဆောင်ကဏ္ဍ　为您服务

58 အခန်းတွင်းအလှစိုက်ပင်နှင့်ကျန်းမာရေး
60 လက်ဖက်ခြောက်သိမ်းသိုနည်းသုံးနည်း



တရုတ်ဘာသာသင်ခြင်း　学汉语

62 နေ့ခင်းအနားယူချိန်ကို အကျိုးရှိစွာအသုံးပြုတတ်လျှင် ကျန်းမာရေးကိုအားကောင်းစေသည်
64 တရုတ်-မြန်မာ-အင်္ဂလိပ်သိပ္ပံနှင့်နည်းပညာအဘိဓာန်(၉၆)

"ဒေါင်းအက" ဖျော်ဖြေကပြစဉ်။
"孔雀舞"表演　cfp 图

主管：中华人民共和国国务院新闻办公室
主办：云南省人民政府新闻办公室
协办：云南建工集团有限公司
编辑出版：《吉祥》杂志社

总顾问：赵　金　卯稳国
顾问：张红苹　宣宇才　蔡春生　张瑞才
李联斌　刘　荣

社长：李　茜
副社长：吴静波　田虎青　海　江
总编辑：杨　云
总编室主任：禹正玉　副主任：汪伟云
编辑总监：王志谦
编辑部副主任：刘江林
缅文译审：王子崇
缅文编辑：曹云波　贺　舒
翻译：李祖清　许清媛
美术设计：经　纬
网络总监：张守义　总监助理：张俊宏
网络部副主任：李　涛　编辑：李文君　李沁颖
仰光分社主任：孟　飞
发行部主任：邹和平　发行：陈　龙
编务：陆　蕊　何如兰

地址：中国云南省昆明市环城西路577号
编辑部电话：86-871-64112973（传真）
办公室电话：86-871-64101644
发行部电话：86-871-64101727
邮　编：650034

仰光分社地址：
FMI CITY吉祥二路K-42号
电　话：00959-31452222　43021167

发行范围：国内外公开发行
邮发代号：64-35
出版日期：每月五日
国际标准刊号：ISSN 1009-9417
国内统一刊号：CN 53-1115/G2
http://www.yunnangateway.com
E-mail:yunnanjixiang@163.com

广告经营许可证号：5300004000052
印　刷：昆明富新春彩色印务有限公司

定　价：10元（人民币）

SDR အစီအစဉ်ထဲ တရုတ်ယွမ်ငွေ ပါဝင်လာခြင်းသည် ကမ္ဘာကြီးအတွက် အကျိုးပြုပေးနိုင်

အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ရန်ပုံငွေအဖွဲ့ (IMF) မှ အမှုဆောင်ဒါရိုက်တာဖြစ်သူ Christine Lagarde က သတင်းစာရှင်းလင်းပွဲတွင် ရှင်းလင်းတင်ပြစဉ်။
国际货币基金组织总裁拉加德在新闻发布会上讲话　新华社 图

人民币“入篮”惠及世界

2014 年 11 月的最后一天，国际货币基金组织（IMF）总裁拉加德在华盛顿宣布，IMF 执董会批准人民币进入特别提款权（SDR）货币篮子，初期份额为 10.92%，位列第三。这意味着人民币成为第一个“入篮”的新兴市场国家货币。尽管人民币正式“入篮”在 2016 年 10 月 1 日才生效，但 IMF 执董们的票决为全球期盼已久的这一国际金融治理改革大事件划上了完满句号。

၂၀၁၄ ခုနှစ် နိုဝင်ဘာလ နောက်ဆုံးနေ့တွင် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ငွေကြေးရန်ပုံငွေအဖွဲ့(IMF)မှ အမှုဆောင် ဒါရိုက်တာဖြစ်သူ Christine Lagarde က ဝါရှင်တန်မြို့တွင် ကျေညာသည်မှာ IMF မှ အမှုဆောင်ဒါရိုက်တာအဖွဲ့သည် တရုတ်ယွမ်ငွေကို SDR အဖွဲ့ထဲပါဝင်လာရန် ခွင့်ပြုခဲ့ပြီးဖြစ်ကြောင်း၊ SDR အစီအစဉ်တွင် ကနဦးအစုရှယ်ယာပိုင်ဆိုင်မှုနှုန်းသည် ၁၀.၉၂ ရာခိုင်နှုန်းဖြစ်ကြောင်း သတင်းရရှိခဲ့ပါသည်။ SDR အစီအစဉ်ထဲပါဝင်လာခြင်းသည် ၂၀၁၆ ခုနှစ် အောက်တိုဘာလ ၁ ရက်နေ့ကျမှ အသက်ဝင်လာမည်ဖြစ်ပေမဲ့ IMF မှ အမှုဆောင်ဒါရိုက်တာအဖွဲ့ဝင်များ၏ မဲပေးမှုကြောင့် တစ်ကမ္ဘာလုံးက မျှော်လင့်ထားသော အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာငွေကြေး ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုလုပ်ငန်းကြီးသည် အောင်မြင်စွာ ပြီးဆုံးသွားပြီဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ဘဏ်ဝန်ထမ်းက တရုတ်ယွမ်ငွေနှင့် အမေရိကန်ဒေါ်လာများကို ရေတွက်စဉ်။
银行的工作人员清点人民币和美元　新华社 图

တရုတ်ယွမ်ငွေက SDR အစီအစဉ်ထဲ ဝင်ရောက်ခဲ့ခြင်းသည် တရုတ်စီးပွားရေးက အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာငွေကြေးစနစ်ထဲ ဝင်ရောက်လာသည့် အရေးကြီးမှတ်တိုင်အဖြစ် ရပ်တည်လာခြင်းဖြစ်ပေရာ၊ လွန်ခဲ့သောနှစ်များအတွင်း တရုတ်အစိုးရ၏ ငွေကြေးစနစ်ပြုပြင်ရေးလုပ်ငန်းတွင် ရရှိသော အောင်မြင်မှုကို အသိအမှတ်ပြုသည့်အကြောင်းကို ဖော်ပြထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ယခုလို အောင်မြင်မှုရရှိခဲ့ခြင်းသည် အဖြစ်မှန်အခြေအနေ တိုးတက်မှုအရ ရရှိခဲ့ခြင်းလဲဖြစ်၊ တိုးတက်မှုအလားအလာအရ ရရှိလာသော အောင်မြင်မှုလဲဖြစ်ပါသည်။ တရုတ်နိုင်ငံသည် ကမ္ဘာပေါ်ရှိ ဒုတိယအကြီးမားဆုံးစီးပွားရေး(second – largest economy)အဖွဲ့ဖြစ်ပေရာ၊ အကြီးမားဆုံး ကုန်စည်ရောင်းဝယ်ရေးနိုင်ငံလည်းဖြစ်ပါသည်။ တရုတ်ယွမ်ငွေကို နိုင်ငံတကာ ငွေစက္ကူအဖြစ် အသုံးပြုခြင်းသည် တရုတ်စီးပွားရေးနှင့် ငွေကြေး တိုးတက်မှု၏ ပကတိလိုအပ်ချက်အခြေအနေအရ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းဖြစ်ပေရာ ကမ္ဘာ့ စီးပွားရေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာစေရေးနှင့် နိုင်ငံတကာ ငွေစက္ကူစနစ် ပြုပြင်ပြောင်းလဲစေရေး လိုအပ်ချက်နှင့်လည်း ကိုက်ညီခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ယခုလို တရုတ်ယွမ်ငွေက SDR အစီအစဉ်ထဲ ဝင်ရောက်ခဲ့ခြင်းသည် IMF မှ SDR စနစ်ထူထောင်ပြီးသော နောက်ပိုင်းတွင် အကြီးမားဆုံး ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှု တစ်ခုဖြစ်ကြောင်း၊ အမှတ်အသားအနေဖြင့် ရပ်တည်လာခြင်းမကဘဲ ကမ္ဘာ့စီးပွားရေးနှင့် ငွေရေးကြေးရေးဈေးကွက်အတွင်းရှိ တရုတ်နိုင်ငံ၏အခန်းကဏ္ဍက စဉ်ဆက်မပြတ်တိုးတက်လာခြင်းကိုလည်း အသိအမှတ်ပြုခြင်းဖြစ်ကြောင်း၊ တရုတ်နိုင်ငံအတွက်ရော နိုင်ငံတကာအတွက်ပါ နှစ်ဖက်စလုံးအတွက် အကျိုးဖြစ်ထွန်းလာနိုင်သော မဟာဗျူဟာရွေးချယ်မှုဖြစ်ကြောင်း။ တရုတ်ယွမ်ငွေက SDR အစီအစဉ်ထဲဝင်ရောက်ခဲ့ခြင်းဖြင့် အမေရိကန် ဒေါ်လာနှင့် ဥရောပဒေါ်လာစသော ငွေစက္ကူများ၏ နိုင်ငံတကာတာဝန်များကိုလည်း အစိတ်အပိုင်းအနေဖြင့်ထမ်းဆောင်နိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ SDR အတွင်းရှိ အမေရိကန်ဒေါ်လာနှင့် ဥရောပဒေါ်လာတို့၏ ပိုင်ဆိုင်မှုအချိုးအစားနှုန်း လျော့နည်းလာသည်နှင့် အလျောက် တာဝန်ဝတ္တရားကိုလည်း လျော့နည်းစေနိုင်မည် ဖြစ်ကြောင်း။ ယခုလိုအကျိုးဖြစ်ထွန်းမှုကြောင့် အမေရိကန်ဒေါ်လာ တန်ဖိုးမြင့်လာရန် ဖိအားကိုလည်း သက်သာစေနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ အနောက်တိုင်း ဖွံ့ဖြိုးပြီးနိုင်ငံများအတွက် ကုန်ထုတ်လုပ်ရေးလုပ်ငန်းများပြန်လည်အသက်ဝင်လှုပ်ရှားလာနိုင်ရန် အထောက်အကူပြုနိုင်မည် ဖြစ်ကြောင်းဖြင့် လေ့လာရရှိနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

တရုတ်ယွမ်ငွေက SDR အစီအစဉ်ထဲ ဝင်ရောက်ခဲ့ခြင်းသည် ယွမ်ငွေကို နိုင်ငံတကာသုံးနိုင်သော ငွေစက္ကူအဖြစ် ရပ်တည်လာနိုင်အောင် လုပ်ငန်းစဉ်များ ပိုမိုမြန်ဆန်လာစေနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ တရုတ်နိုင်ငံငွေကြေးစနစ် ပြုပြင်ပြောင်းလဲစေရေးအတွက် အထောက်အကူအနေဖြင့် တွန်းအားပေးနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ တရုတ်နိုင်ငံ၏ပြည်ပကုန်သွယ်ရေးဆိုင်ရာ စွန့်စားမှုများ ကျဆင်းလာနိုင်ရန် အထောက်အကူပြုနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ တရုတ်နိုင်ငံ၏ ပြည်ပအပေါ်ရင်းနှီးမြှုပ်နှံရေးလုပ်ငန်းနယ်ပယ်များကို ပိုမိုကျယ်ပြန့်စေနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ တရုတ်နိုင်ငံသားများက နိုင်ငံတကာတွင် ဈေးဝယ်ယူရန်အတွက် ပိုမိုအဆင်ပြေချောမွေ့စေနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ ကမ္ဘာ့စီးပွားရေးပြန်လည်အသက်ဝင်လှုပ်ရှားလာနိုင်ရန် အားကောင်းစွာ တွန်းအားပေးနိုင်မည် ဖြစ်ကြောင်း။ ထို့အပြင်၊ တရုတ်ယွမ်ငွေ၊ တရုတ်ငွေကြေးဈေးကွက်နှင့် တရုတ်ငွေကြေးစနစ်များက ပိုမိုအဆင့်အတန်းမြင့်သော နိုင်ငံတကာစံညွှန်းအရ

တရုတ်ဘဏ်(Bank of China)က ပါရစ်မြို့တွင် တရုတ်ယွမ်ငွေဖြင့် စာရင်းရှင်းဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်း စတင်ခြင်းအခမ်းအနား ကျင်းပစဉ်။
中国银行在巴黎正式启动人民币清算行服务　新华社 图

လုပ်ငန်းအဆင့်အတန်း ပိုမိုမြှင့်တင်လာနိုင်ရန် ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ရမည် ဖြစ်ကြောင်း၊ ငွေကြေးစနစ် ပြုပြင်မှုနှင့် ငွေကြေးဈေးကွက်လုပ်ငန်းများက ပိုမိုတံခါးဖွင့်လာရန်နှင့် ပိုမိုမြန်ဆန်ကောင်းမွန်လာရန်အတွက် တွန်းအားပေးခြင်းဖြင့် တရုတ်နိုင်ငံရော ကမ္ဘာ့စီးပွားရေးပါ စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာရေးအတွက် ငွေကြေးထောက်ခံမှုများကို အားကောင်းစွာ ပေးအပ်နိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း တွေ့ရှိနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

တရုတ်ယွမ်ငွေက SDR အစီအစဉ်ထဲ ဝင်ရောက်ခဲ့ခြင်းသည် ကမ္ဘာ့နိုင်ငံအသီးသီးမှ အစိုးရတို့နှင့် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံသူများအတွက် ငွေရေးကြေးရေးနှင့် သက်ဆိုင်သော လုပ်ငန်းမျိုးစုံကို ရွေးချယ်နိုင်ရန် အထောက်အကူပြုနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း။ တရုတ်ယွမ်ငွေကို နိုင်ငံအသီးသီးတို့ အသုံးပြုခြင်း၊ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုများ ပြုဆောင်ခြင်း၊ နိုင်ငံဖြတ်ကျော်ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုများ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ နိုင်ငံတကာငွေစက္ကူအဖြစ်ဖြင့် ကိုင်တွယ်ဆောင်ရွက်ခြင်း စသည့်နယ်ပယ်အသီးသီးတွင် မရှိရာမှ ရှိရာဘက်သို့ ထိုးဖောက်နိုင်ရန် အထောက်အကူပြုလာနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း။ တရုတ်ယွမ်ငွေက SDR အစီအစဉ်ထဲ ဝင်ရောက်ခဲ့သောနောက်ပိုင်းတွင် တရုတ်နိုင်ငံနှင့် အာရှတိုက်မှ ကုန်သွယ်ဘက်များအကြား လက်မှတ်ရေးထိုးခဲ့သော ငွေစက္ကူအပြန်အလှန်လဲလယ်ရေး သဘောတူစာချုပ်များပါ ယွမ်ငွေအရင်းအမြစ်များကို တရားဝင်ငွေကြေးစုဆောင်းမှုအဖြစ် ခံယူထားနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ အာရှဒေသအတွင်း တရုတ်ယွမ်ငွေများကို စဉ်ဆက်မပြတ်ပိုမိုအသုံးပြုလာနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ အာရှအတွက်ရော ကမ္ဘာ့ငွေကြေးစနစ်အတွက်ပါ ပိုမိုအရေးကြီးသည့်အခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်ဆောင်ရွက်လာနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း။ တရုတ်ယွမ်ငွေက SDR အစီအစဉ်ထဲ ဝင်ရောက်ခဲ့ခြင်း၏ အသိသာဆုံးဖော်ပြချက်သည် နိုင်ငံအသီးသီးမှ ဗဟိုဘဏ်များနှင့် ပုဂ္ဂလိကလုပ်ငန်းရှင်များက ယွမ်ငွေပိုမိုပိုင်ဆိုင်နိုင်အောင် ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်လာမည်ဖြစ်ကြောင်း။ လက်ရှိကာလတွင် နိုင်ငံအသီးသီးမှ ဗဟိုဘဏ်များက နိုင်ငံခြား ငွေပိုင်ဆိုင်မှု အချိုးအစားသည် ၈၂.၆ ရာခိုင်နှုန်းရှိကြောင်း၊ SDR အဖွဲ့ဝင်မဟုတ်သော နိုင်ငံများ၏ ငွေစက္ကူများ ပါဝင်မှုအချိုးအစားသည် ၆.၇ ရာခိုင်နှုန်းအချိုးအစားသာ ပါဝင်ကြောင်း၊ SDR အစီအစဉ်သို့ တရုတ်ယွမ်ငွေဝင်ရောက်ပြီးသောနောက်ပိုင်းတွင် IMF မှ အဖွဲ့ဝင်နိုင်ငံပေါင်း (၁၈၈) နိုင်ငံတို့သည် ယွမ်ငွေကိုနိုင်ငံခြားရန်ပုံငွေအဖြစ်ဖြင့် အဆင်ပြေစွာ ကိုင်တွယ်နိုင်မည် ဖြစ်ပေရာ အနာဂတ် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအလားအလာသည် အလွန်ကောင်းမွန်လာနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း တွေ့ရှိနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

SDR အစီအစဉ်သို့ တရုတ်ယွမ်ငွေ ဝင်ရောက်ခဲ့ခြင်းသည် SDR ၏ နိုင်ငံတကာရန်ပုံငွေအရင်းအမြစ် ကိုယ်စားပြုမှုနှင့် ဆွဲဆောင်မှုစွမ်းအားများ ပိုမိုခိုင်မာလာအောင် အထောက်အကူပြုလာနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ လက်ရှိ နိုင်ငံတကာ ငွေစက္ကူစနစ် ပိုမိုကောင်းမွန်ပြည့်စုံလာခြင်း၊ လက်ရှိရန်ပုံငွေစက္ကူအနည်းစုအားကိုးလွန်သော အခြေအနေ လျော့နည်းလာခြင်း၊ နိုင်ငံတကာလူမှုအဖွဲ့အစည်းတစ်ခုလုံးအတွက် အကျပ်အတည်းရင်ဆိုင်နိုင်သော စွမ်းဆောင်ရည် ပိုမိုခိုင်မာလာနိုင်ခြင်း၊ နိုင်ငံတကာငွေစက္ကူနှင့် ငွေရေးကြေးရေးစနစ်နှင့် စီးပွားရေးစီမံခန့်ခွဲရေးစနစ်များ ပိုမိုတရားမျှတမှုနှင့် အဆင်ပြေမှုရှိခြင်းတို့အတွက် အထောက်အကူပြုလာနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ SDR သည် အချုပ်အခြာအာဏာပိုင်ငွေစက္ကူထက် ကျော်လွန်သည့် ထူးခြားချက်နှင့်အလားအလာ(Characteristics and potential of super sovereign reserve currency)ပိုင်ဆိုင်မှုရှိကြောင်း၊ အနာဂတ် ကာလတွင် SDR ၏ အသုံးပြုမှုနယ်ပယ်သည် ပိုမိုကျယ်ပြန့်လာရန် လိုအပ်လာကြောင်း၊ ယခုလိုကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်မှသာ နိုင်ငံအသီးသီးမှ ရန်ပုံငွေစက္ကူများဆိုင်ရာလိုအပ်မှုများကို အမှန်တကယ်ဖြည့်စွက်နိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း။ SDR အစီအစဉ်သို့တရုတ်ယွမ်ငွေဝင်ရောက်လာခြင်းဖြင့် SDR အား အချုပ်အခြာအာဏာပိုင် ငွေစက္ကူများဘက်သို့ ရောက်ရှိလာရန်နှင့် နိုင်ငံတကာငွေကြေးစနစ်တွင် ပိုမိုအရေးကြီးသောအခန်းကဏ္ဍမှ အကျိုးပြုနိုင်စေရန်တို့အတွက် အထောက်အကူပြုလာနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း တွေ့မြင်နိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

ခြုံချင့်မြို့ ချွန်ထန်းကွန်တိန်နာတင်သင်္ဘောဆိပ်။
重庆市寸滩港集装箱码头　新华社 图

တရုတ်နိုင်ငံတော်ကောင်စီဝန်ကြီးချုပ်ဖြစ်သူ လီခချန်းက ၁၈ ကြိမ်မြောက်တရုတ်–အာဆီယံထိပ်သီးအစည်းအဝေးသို့ တက်ရောက်စဉ်။
中国国务院总理李克强出席第十八次中国－东盟领导人会议　新华社 图

တရုတ်လွတ်လပ်သောကုန်သွယ်ရေးဇုန်ထူထောင်ရေးမဟာဗျူဟာသည် ကမ္ဘာကြီးအတွက် တွန်းအားအသစ်ဖြစ်လာနိုင်အောင်စွမ်းဆောင်နိုင်

中国自贸区战略给予世界新动力

中国的开放将利于重塑21世纪全球开放型经济。中国推动自贸区战略，坚持深度融入全球经济，将有力地重塑开放型世界经济，形成对现有国际贸易体系的有益补充，激发国际贸易和投资活力，为中国乃至全球经济增长提供强大动力，为世界打造新的增长源、动力源。

၂၀၁၄ ခုနှစ် နိုဝင်ဘာလ ၂၂ ရက်နေ့တွင် တရုတ်နိုင်ငံ တော်ကောင်စီဝန်ကြီးချုပ်ဖြစ်သူ လီခချန်းက အာဆီယံ ၁၀ နိုင်ငံမှ ခေါင်းဆောင်များနှင့်အတူ တရုတ်–အာဆီယံလွတ်လပ် သော ကုန်သွယ်ရေးဇုန်အဆင့်မြှင့်ဆွေးနွေးပွဲဘက်စုံစွာ ပြီးဆုံး သွားခြင်းဆိုင်ရာ သဘောတူစာချုပ်တွင် လက်မှတ်ရေးထိုးခဲ့ပါ သည်။ တရုတ်–အာဆီယံ လွတ်လပ်သော ကုန်သွယ်ရေးဇုန် အဆင့်မြှင့်တင်ရေးဆိုင်ရာ "အခြေပြုသဘောတူစာချုပ်"သည် လက်ရှိလွတ်လပ်သော ကုန်သွယ်ရေးဇုန်၏ အခြေခံပေါ်တွင် တရုတ်နိုင်ငံက အောင်မြင်စွာလုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ခဲ့သည့်ပထမ ဦးဆုံးအဆင့်မြှင့်တင်ရေးဆိုင်ရာ သဘောတူစာချုပ်တစ်ခုဖြစ် ရာ လွတ်လပ်သော ကုန်သွယ်ရေးဇုန်တိုးတက်စေရေး မဟာ ဗျူဟာတွင် တရုတ်နိုင်ငံ၏ ခြေလှမ်းအသစ်တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

တရုတ်နိုင်ငံသည် ၆ နှစ်ဆက်၍ အာဆီယံနိုင်ငံများ၏ အကြီးမားဆုံး ကုန်သွယ်ဘက်နိုင်ငံအနေဖြင့် ရပ်တည်လာခဲ့ပါ သည်။ အာဆီယံနိုင်ငံများသည် ၄ နှစ်ဆက်တိုက် တရုတ်နိုင်ငံ ၏ တတိယကုန်သွယ်ဘက်နိုင်ငံများတွင် နေရာယူထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ တရုတ်–အာဆီယံလွတ်လပ်သော ကုန်သွယ်ရေး ဇုန် ထူထောင်ရေးလုပ်ငန်းများသည် ၂၀၁၀ ပြည့်နှစ်တွင် တရားဝင်ဘက်စုံစွာ လုပ်ငန်းများစတင်လာခဲ့ရာတွင် နှစ်ဦး နှစ်ဖက်တို့၏ စီးပွားရေးနှင့် ကုန်သွယ်ရေးလုပ်ငန်းများ ရှေ့သို့ ခိုင်မာတည်ငြိမ်မှုရှိစွာအဆင်ပြေတိုးတက်လာအောင် တွန်းအား ပေးခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဤတစ်ကြိမ်တရုတ်–အာဆီယံ အဆင့် မြှင့်တင်ရေးဆိုင်ရာ ဆွေးနွေးပွဲအောင်မြင်စွာကျင်းပခဲ့ခြင်းဖြင့် ထိုဒေသအတွင်း ကုန်သွယ်ရေးနှင့် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံရေးလုပ်ငန်း များ ပိုမိုလွတ်လပ်မှုနှင့် အဆင်ပြေမှုရှိရန်အတွက် အခြေခံ အုတ်မြစ်ကို ချပေးနိုင်မည်ဖြစ်ပေရာ၊ နှစ်ဦးနှစ်ဖက်စီးပွားရေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေရေးအတွက်အထောက်အကူ အင်အားအသစ် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ ပိုမိုခင်မင်ရင်းနှီးသော တရုတ် –အာဆီယံကံကြမ္မာအသိုက်အဝန်းထူထောင်ရန်အတွက် အကျိုး ဖြစ်ထွန်းလာမည်ဖြစ်ကြောင်း၊ ၂၀၂၀ ပြည့်နှစ်နှစ်ဦးနှစ်ဖက် ကုန်သွယ်ရေး ပမာဏသည် အမေရိကန်ဒေါ်လာ ဘီလျံယံ တစ်ထောင်အထိ ရောက်ရှိလာနိုင်ရန် ရည်မှန်းချက်ကို အကောင်အထည်ဖော်နိုင်မည် ဖြစ်ကြောင်း၊ "ဒေသအတွင်း ကဏ္ဍစုံ စီးပွားရေးဘက် ဆက်ဆံမှုဆိုင်ရာ သဘောတူစာချုပ်" (RCEP)နှင့် စပ်လျဉ်းသော ဆွေးနွေးပွဲကျင်းပနိုင်ရန်၊ အာရှ နှင့် ပစိဖိတ်သမုဒ္ဒရာလွတ်လပ်သောကုန်သွယ်ရေးဇုန်ထူထောင် နိုင်ရန် အကျိုးဖြစ်ထွန်းလာနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်းလေ့လာရရှိနိုင် မည်ဖြစ်ပါသည်။

၁၈ ရာစုနှစ်နောက်ပိုင်းတွင် စီးပွားရေးဂလိုဘာလိုင်ဇေး ရှင်းလိုင်း(globalization)သည် နှစ်ခါကြုံခဲ့ပါသည်။ ပထမ တစ်ခါသည် အင်္ဂလန်နိုင်ငံက ဦးဆောင်သော စီးပွားရေး ဂလိုဘာလိုင်ဇေးရှင်းလိုင်း (globalization) ဖြစ်ပါသည်။ ဒုတိယတစ်ကြိမ်သည် အမေရိကန်နိုင်ငံက ဦးဆောင်ခဲ့ခြင်းဖြစ် ပါသည်။ မျက်မှောက်ကာလတွင် နိုင်ငံတကာငွေရေး ကြေးရေး အကျပ်အတည်း၏ဩဇာလွှမ်းမှုသည် ဆက်လက်ရှိနေကြောင်း၊ ကမ္ဘာ့စီးပွားရေး နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း ပြုပြင်ပြောင်းလဲနေသော ကာလတွင်ရှိနေရာ ဒုတိယတစ်ကြိမ် စီးပွားရေးဂလိုဘာလိုင် ဇေးရှင်းလိုင်း(globalization)၏ တိုးတက်စေရေးအရှိန်သည်

လီခချန်းက ရှန်ဟိုင်းလွတ်လပ်သောကုန်သွယ်ရေးဇုန်စမ်းသပ်ရပ်ဝန်းတွင် လေ့လာကြည့်ရှုစဉ်။
李克强在上海自贸试验区考察　新华社 图

နိုင်ငံအသီးသီးမှ ကုန်သည်များက ၂၀၁၅ ခုနှစ် ရှာ့မိန်ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုဆိုင်ရာ စေ့စပ်ဆွေးနွေးပွဲသို့ တက်ရောက်စဉ်။
百国客商聚焦 2015 厦门投洽会　新华社 图

ထျန်ကျင်းမြို့ရှိ နိုင်ငံခြားကုန်ပစ္စည်းဆိုင်များကို နေရာတကာတွင် တွေ့ရှိစဉ်။
天津跨境商品店遍地开花　新华社 图

အဆုံးနီးပါးကာလ ရောက်ရှိလာသည့်အတွက် နိုင်ငံတကာ စီးပွားရေးတိုးတက်စေရန် တွန်းအားနည်းလာသည်ကိုပါ တွေ့မြင်နိုင်ပါသည်။ ထို့အပြင် သိပ်မကြာခင်နှစ်များအတွင်း ဥရောပနှင့် အမေရိကနိုင်ငံများတစ်ချို့တွင် ကုန်သွယ်ရေး အကာအကွယ်ပေးရေးဒီရေပေါ်လာခဲ့ရာ ၂၁ ရာစုနှစ် တစ်ကမ္ဘာလုံးစီးပွားရေး စဉ်ဆက်မပြတ် တိုးတက်အားကောင်းလာရန် အဓိကတားဆီးမှုအင်အားဖြစ်ပေါ်လာလျက်ရှိပါသည်။ လက်ရှိကာလတွင် နိုင်ငံတကာကုန်သွယ်ရေးတိုးတက်မှုအရှိန်သည် ၃ နှစ်ဆက်လျက် ကမ္ဘာ့စီးပွားရေးတိုးတက်မှုအရှိန်ထက် နောက်ကျကြောင်း၊ ၂၀၁၄ ခုနှစ်တွင် တစ်ကမ္ဘာလုံးရှိ နိုင်ငံခြားတိုက်ရိုက်ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုပမာဏသည် ၈ ရာခိုင်နှုန်းအထိကျဆင်းလာကြောင်း။ ကမ္ဘာ့စီးပွားရေးတွင် ကုန်သွယ်ရေးနှင့် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှု အခြေအနေ ပြန်လည်ကောင်းမွန်လာအောင် အထူးလိုအပ်ကြောင်း တွေ့မြင်နိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

ယခုအချိန်တွင် တရုတ်လွတ်လပ်သောကုန်သွယ်ရေးဇုန်မဟာဗျူဟာသည် စီးပွားရေးဂလိုဘာလိုင်ဇေးရှင်း (globalization) ၃.၀ ခေတ်စတင်ရန် အထောက်အကူပြုနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။ “၁၃ ကြိမ် ၅ နှစ် စီမံကိန်း”တွင် အကြံပြုတင်ပြချက်အတိုင်း လွတ်လပ်သောကုန်သွယ်ရေးဇုန် အရှိန်မြန်စွာတည်ဆောက်ခြင်း၊ ဒေသအတွင်း ဘက်စုံစီးပွားရေးလုပ်ဖော်ကိုင်ဘက်ဆက်ဆံမှုဆိုင်ရာ သဘောတူစာချုပ် ညှိနှိုင်းဆွေးနွေးရေး မြန်ဆန်လာအောင် တွန်းအားပေးခြင်း၊ တစ်ကမ္ဘာလုံးအတွက် ရည်မှန်းထားသော စံညွှန်းမြင့်လွတ်လပ်သောကုန်သွယ်ရေးဇုန်ကွန်ယက်ဖြစ်ပေါ်လာအောင် ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ခြင်းတို့ပါဝင်ပါသည်။ လက်ရှိကာလတွင် တရုတ်နိုင်ငံနှင့် အာဆီယံအဖွဲ့ဝင်နိုင်ငံများ၊ ချီလီ၊ ဆွစ်ဇာလန်၊ နယူးဇီလန်၊ တောင်ကိုရီးယား၊ ဩစတြေးလီးယားစသောနိုင်ငံနှင့် ဒေသ(၂၂)ခုတို့မှ လွတ်လပ်သော ကုန်သွယ်ရေးဇုန်ဆိုင်ရာ သဘောတူစာချုပ် (၁၄)ခုကို အကောင်အထည်ဖော်နိုင်ခဲ့ပြီးဖြစ်ပါသည်။ သက်ဆိုင်ရာ နိုင်ငံများနှင့်အတူ “ဒေသအတွင်း ကဏ္ဍစုံစီးပွားဘက်ဆက်ဆံရေးဆိုင်ရာ သဘောတူစာချုပ်” လုပ်ငန်း၊ တရုတ်၊ ဂျပန်၊ တောင်ကိုရီးယားလွတ်လပ်ရေးကုန်သွယ်ရေးဇုန် စသောလုပ်ငန်းများဆိုင်ရာ ဆွေးနွေးပွဲများကို ရှေ့သို့တိုးတက်လာအောင် တွန်းအားပေးလျက်ရှိသည်။ ဤတစ်ကြိမ်တရုတ်နှင့် အာဆီယံ လွတ်လပ်သော ကုန်သွယ်ရေးဇုန် အဆင့်မြှင့်တင်ရေးဆွေးနွေးပွဲ အပါအဝင်တစ်ကမ္ဘာလုံးအနှံ့ ပါဝင်နိုင်သော အဆင့်မြင့်လွတ်လပ်သော ကုန်သွယ်ရေးဇုန် ကွန်ယက်ကို တစ်စတစ်စအကောင်အထည်ဖော်လာနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

လက်ရှိတရုတ်နိုင်ငံ၏စီးပွားရေးအခြေအနေသည် ကမ္ဘာပေါ်တွင် နံပါတ် ၂ နေရာတွင် ရပ်တည်လာလျက်ရှိရာ ပို့ကုန်သွင်းကုန်စုစုပေါင်းပမာဏသည် နံပါတ် ၂ နေရာမှ နံပါတ် ၁ နေရာသို့ ပြန်လည်ရောက်ရှိခဲ့ကြောင်း၊ နိုင်ငံခြားရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုသည် ကမ္ဘာပေါ်ရှိ နံပါတ် ၁ နေရာသို့ ရောက်ရှိလာပါသည်။ နိုင်ငံခြားမှ ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုပမာဏသည် ၂၀၁၄ ခုနှစ်အတွင်း နံပါတ် ၁ နေရာသို့ ရောက်ရှိလာလျက်ရှိပါသည်။ ၂၀၁၄ ခုနှစ်တွင် နိုင်ငံခြားသို့ တိုက်ရိုက်ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုသည် အမေရိကန်ဒေါ်လာပေါင်း ၁၂.၃၁၂ ဘီလျံယံ ရောက်ရှိလျက် ကမ္ဘာ၏ နံပါတ် ၃ နေရာတွင် ရပ်တည်လျက်ရှိပါသည်။ တရုတ်နိုင်ငံသည် တံခါးဖွင့်ရေးစီးပွားရေးမှ တစ်ကမ္ဘာလုံး၏ စီးပွားရေးအချက်အချာကျသော ဗဟိုနိုင်ငံတစ်နိုင်ငံအထိ တိုးတက်လာခြင်းဖြစ်သည်မှာ တိုးတက်မှုအလားအလာလည်းဖြစ်၊ တရုတ်စီးပွားရေးတိုးတက်လာရေးဆိုင်ရာ တွန်းအားရှိခြင်းလည်းဖြစ်ပါသည်။ တရုတ်စီးပွားရေး၏ကဏ္ဍစုံအသီးသီးတွင် “တံခါးဖွင့်ရေး” နှင့် နီးနီးကပ်ကပ်ဆက်ဆံလျက်ရှိပါသည်။ တရုတ်နိုင်ငံသည် လွတ်လပ်သော ကုန်သွယ်ရေးဇုန်မဟာဗျူဟာနှင့် “တစ်ဇုန်တစ်လမ်း” တည်ဆောက်ရေး စီမံကိန်းများကို အကောင်အထည်ဖော်ခြင်းဖြင့် ကမ္ဘာတစ်ခုလုံးအထိ ပြန့်နှံ့ဆက်နွယ်နိုင်သော အဆင့်မြင့်လွတ်လပ်သောကုန်သွယ်ရေးဇုန်ကွန်ယက်ကို ထူထောင်နိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။ ဒေသတစ်ခုနှင့် တစ်ကမ္ဘာလုံး စီးပွားရေးအတူတကွ တိုးတက်လာရေးနှင့် အေးချမ်းသာယာမှုရှိရေး အခြေအနေအသစ်ကို ဖန်တီးလာနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

တရုတ်နိုင်ငံ တံခါးဖွင့်ရေး မူဝါဒသည် ၂၁ ရာစုနှစ် တစ်ကမ္ဘာလုံးရှိ တံခါးဖွင့်စီးပွားရေးကို ပြန်လည်ထူထောင်မည်ဖြစ်ပါသည်။ တရုတ်နိုင်ငံက တွန်းအားပေးနေသော လွတ်လပ်သည့်ကုန်သွယ်ရေးဇုန်မဟာဗျူဟာသည် နိုင်ငံတကာစီးပွားရေးထဲ နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်းပါဝင်လာအောင် ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် တံခါးဖွင့်မှုရှိသော ကမ္ဘာ့စီးပွားရေးကို ပြန်လည်ထူထောင်နိုင်အောင် အထောက်အကူပြုနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ လက်ရှိနိုင်ငံတကာကုန်သွယ်ရေးစနစ်ကို အကျိုးဖြစ်ထွန်းစေနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ နိုင်ငံတကာကုန်သွယ်ရေးနှင့် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံရေး ပိုမိုတိုးတက်လာနိုင်ရန် အားပေးထောက်ခံနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ တရုတ်နိုင်ငံနှင့် နိုင်ငံတကာစီးပွားရေးတစ်ခုလုံး တိုးတက်လာရန်တို့အတွက် အားကောင်းစွာ တွန်းအားပေးနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ ကမ္ဘာလုံး တိုးတက်အားကောင်းလာရေးအကြောင်းအရင်းများနှင့် တွန်းအားပေးရေးတို့အတွက် ဖန်တီးလာနိုင်အောင် ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်သွားမည်ဖြစ်ပါကြောင်း တွေ့ရှိနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

ကွန်တုံးပြည်နယ် လွတ်လပ်သောကုန်သွယ်ရေးဇုန် ရှိန်းကျိန့်မြို့ ချင်ဟိုင်ဒေသ ရှယ်ခိုရပ်ကွက်။
广东自贸区深圳前海蛇口片区　新华社 图

တဒင်္ဂရင်ချွမ်မြို့တော်

银川印象

文 / 耶觉恒

银川，位于中国北部的中间，其北面为荒漠，故而正努力进行绿化建设。银川冬季不寒夏季不热，是个气候宜人的地方。黄河蜿蜒于银川大地之上，所到之处，为居民带去充足的饮用水，并有助于农业灌溉。翠绿的山脉起伏环绕，树木苍翠，看上去色彩艳丽的农田，波光粼粼的水面，与用白茅和稻杆儿搭建的茅舍相互掩映，使得银川看上去宛若一幅风景画。

တရုတ်နိုင်ငံ၊ မြောက်ပိုင်း အလယ်ခေါင်လောက်တွင် ရင်ချွမ်မြို့တော်တည်ရှိပါသည်။ မြောက်ဘက်ကန္တာရဒေသများနှင့်ဆက်စပ်နေသည့်အတွက် စိမ်းလန်းစိုပြေရေးလုပ်ငန်းများကို အထူးဝါယမစိုက်လုပ်ကိုင်လျက်ရှိပါသည်။ ဆောင်းအခါတွင် မအေးလွန်း နွေအခါတွင် မပူလွန်းသဖြင့် ရာသီဥတုမျှတသော အရပ်ဒေသ၌ တည်ရှိသည်ဟုဆိုနိုင်ပါသည်။ မြစ်ဝါမြစ်သည် ဒေသအတွင်း ရှည်လျားစွာ ကွေ့ပတ်စီးဆင်းနေရာ သောက်သုံးရေလုံလောက်၍ လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးကိုများစွာ အထောက်အပံ့ဖြစ်စေပါသည်။ စိမ်းညိုသောတောင်စဉ်တောင်တန်းများ ဝန်းရံကာ စိမ်းလန်းသောတောအုပ်၊ ကြည့်လေတိုင်းလန်းဆန်းဖွံ့ထွားနေသော လယ်ယာသီးနှံစိုက်ခင်း၊ သိုမှီးထားသောရေဖွေးဖွေး၊ သက်သက်ကောက်ရိုးများဖြင့် မိုးထားသည့်တဲငယ်လေးများသည် သဘာဝပန်းချီကားတစ်ချပ်ပမာ ရှိပါပေသည်။

ဟွေလူမျိုးစုတို့အတွက် ဂုဏ်ပြုတည်ဆောက်ပေးထားသည့်ဗိမာန်ကြီးများ တည်ရှိရာပန်းခြံကြီး၊ နင်းသျှလူမျိုးစုတို့ကို အလေးအမြတ်ထားထိန်းသိမ်းထားပေးထားသည့် သမိုင်းသုတေသနပြတိုက်ကြီးမှာ တင့်တယ်လှပလှပါသည်။ ခြံဝင်းကျယ်ကျယ်တွင် ကြီးမားခန့်ထည်လှသော ဗိသုကာလက်ရာမှာ ဒေသခံများအတွက် ဂုဏ်ယူဖွယ်တန်ဖိုးထားဖွယ်၊ကြည်နူးဖွယ်၊ နှစ်ခြိုက်အားရဖွယ်ဖြစ်နေပါသည်။ နိုင်ငံတော်က ဒေသခံ ဟွေလူမျိုးစုအား ထိုက်ထိုက်တန်တန်သဘောထားကြောင်း ပြသသကဲ့သို့ရှိပါပေသည်။

တချိန်က ဗုဒ္ဓဘာသာ ထွန်းကားရာ ဒေသဖြစ်ခဲ့သော်လည်း အာရပ်မူဆလင်များ ဝင်ရောက်လာပြီး မူဆလင်

၂၀၁၅ ခုနှစ် တရုတ်–အာရပ်နိုင်ငံ ကုန်စည်ပြပွဲ ရင်ချွမ်အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ကွန်ဗင်းရှင်းစင်တာရှိ ဗဟိုပြခန်းများ။
2015 中阿博览会银川国际会展中心展馆　新华社 图

ရွှေရောင်ဆောင်းကူးရာသီတွင် ကောက်ရိတ်သိမ်းရန် အလုပ်များနေစဉ်။
塞上金秋丰收忙　新华社 图

ဘာသာလွှမ်းမိုးလာသော သဘောရှိခဲ့ပါသည်။ ပိုးလမ်းမကြီးဖြတ်သန်းဖြစ်၍လည်း အရှေ့နှင့်အနောက် ကုန်စည်ကူးသန်းရေးနှင့် ထိတွေ့ခဲ့ရာလည်းဖြစ်ပါသည်။ မွန်ဂိုများအားကောင်းခဲ့စဉ်ကလည်း စိုးမိုးမှုကို ခံခဲ့ရဖွယ်ရှိပါသည်။ ယခုပင်လျှင် နင်းသျှဒေသတွင် မူဆလင်ဘာသာဝင်(၃၀)ရာခိုင်နှုန်းရှိနေပါသည်။ ၎င်းတို့၏ပြတိုက်တွင် မြန်မာနိုင်ငံ၌ မူဆလင်ဘာသာဝင်(၈)ရာခိုင်နှုန်းရှိကြောင်း ဖော်ပြထားသည်ကို တွေ့ရှိရပါသည်။

တရုတ်နိုင်ငံ လူမမာနိုင်ငံကြီးဖြစ်ခဲ့စဉ်က မြစ်ဝါမြစ်ရေလျှံခြင်းသည် သဘာဝဘေးအန္တရာယ်တစ်ခုဖြစ်ခဲ့ပါသည်။ ယခုမူမြစ်ညာပိုင်းမှ မြစ်ကြေပိုင်းအထိ ဆည်မြောင်းတာတမံမြောင်းလက်များဖြင့် သိုမှီးထိန်းသိမ်းထားရာ ရင်ချွမ်မြို့တော်တစ်ဝိုက်တွင် မြောင်းလက်များသည် မြစ်ငယ်ချောင်းငယ်တမျှကျယ်ပြောကာယှက်နွယ်လျက်လည်းရှိကြပါသည်။ ဒေသသားများသည် မြစ်ဝါမြစ်မှ ရေကိုသောက်ပြီး မြစ်ဝါမြစ်မှငါးကိုစားကာ မြစ်ဝါမြစ်မှ ရေဖြင့် လယ်ယာမြေ စိုက်ပျိုးရေးကိုဆောင်ရွက်နေကြပါသည်။

ဒေသခံများသည် ဇာတိမြေတွင် ပညာသင်ပြီး အခြေစိုက်သူ၊ မြို့ကြီးပြကြီးများသို့ ပညာသွားသင်ပြီး ပြန်လည်အခြေစိုက်သူ၊ အခြားဒေသများမှ လာရောက်အခြေစိုက်သူများဟူ၍ရှိကြသော်လည်း မြစ်ဝါမြစ်ကြီးကို ကြည့်ရှု၍ “ဤနဒီရေသွေ့သည်အထိ” ဒေသရပ်ရွာအတွက် မိမိတို့၏ဘဝများကို မြှုပ်နှံသွားမည့်သူများဟု ယင်းတို့၏မျက်နှာအမူအရာများက တောက်ပရွှန်းလဲ့စွာဖော်ပြလျက်ရှိပါသည်။ ဒေသအစိုးရနှင့် ပါတီခေါင်းဆောင်များသည် ငယ်ရွယ်သူများဖြစ်ကြပြီး သံတမန်များ သူတို့ ဒေသသို့လေ့လာရေးလာရောက်ကြခြင်းအား မိမိတို့အားမာန်ကို ချိန်ဆသိမြင်ခွင့်ရသကဲ့သို့ရှိ၍ ဝမ်းမြောက်ဂုဏ်ယူဟန်ရှိကြပါသည်။

မိမိတို့သည် တဒင်္ဂလေ့လာခွင့်ရကြသည့်တိုင် ရင်ချွမ်မြို့တော်၏ အံ့မခန်းတိုးတက်မှုများကို အသိအမှတ် ပြုကြပါသည်။ အနာဂတ်အတွက် ယုံကြည်စွာမျှော်လင့်ချက်ထားကြပါသည်။ အရှိန်အဟုန်သည် တရုတ်နိုင်ငံ အတွင်းတွင် ဟုသာဆိုရန်ထက် ကမ္ဘာတွင်ပါ နာမည်သတင်းသင်းပျံ့သော မြို့တော်ကြီးအဖြစ် မကြာမီ ရောက်ရှိတော့မည်ဟု ဧည့်သည်တော်မှတ်တမ်းတွင် မိမိရေးသားဖော်ပြမှုကို အချိန်က ဆုံးဖြတ်သွားမည်ဟု နှစ်နှစ်လိုလိုခံယူမိပါသည်။

ရဲကျော်ဟိန်း

တံခါးဖွင့်ခြင်း။ တရုတ်နှင့် ကမ္ဘာကြီးသည် အတူတကွတိုးတက်လာ

开放：中国与世界的同频共振

开放带来进步。自 1978 年以来，改革开放给中国带来了巨大的发展机遇。如今，全球化趋势日益加深，“十三五”规划建议将“开放”列为“五大发展理念”之一，就是为了营造中国与世界深度融合、同频共振的互利合作格局。

တံခါးဖွင့်လမ်းစဉ်ပေါ်လစီကျင့်သုံးခြင်းကြောင့် တိုးတက်မှုကို သယ်ဆောင်လာခဲ့ခြင်း။ ၁၉၈၇ ခုနှစ်မှ စတင်သော ပြုပြင်ပြောင်းလဲရေးနှင့် တံခါးဖွင့်ရေးလမ်းစဉ်ပေါ်လစီများသည် တရုတ်နိုင်ငံအတွက် ကြီးမားသော ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး အခွင့်အလမ်းကိုဖန်တီးခဲ့ပါသည်။ လက်ရှိအချိန်တွင် ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ဂလိုဘာလိုင်ဇေးရှင်း(globalization)အခြေအနေသည် တစ်နေ့တစ်ခြား ပိုမိုနက်ရှိုင်းလာလျက်ရှိသည့်အတွက် “ ၁၃ ကြိမ်မြောက် ၅ နှစ်” စီမံကိန်းတွင် အကြံပြုသည်မှာ “တံခါးဖွင့်ခြင်း” ကို “ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး ခံယူချက် ၅ ချက်” ထဲက တစ်ချက်အနေဖြင့် ပါဝင်လာစေသည်မှာ တရုတ်နှင့် ကမ္ဘာကြီး ပိုမိုနက်ရှိုင်းစွာဆက်ဆံနိုင်အောင်၊ အတူတကွကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရေး အပြန်အလှန်အကျိုးဖြစ်ထွန်းစေရေး အခြေအနေကောင်းကို ဖန်တီးနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

“တရုတ်နိုင်ငံဆိုင်ရာ အိုင်(စ)လန်နိုင်ငံသံရုံးမှ သံမှူးကြီးက ပြောကြားသည်မှာ ကျွန်တော်စိတ်ဝင်စားမှုအရှိဆုံးမေးခွန်းသည် “၁၃ ကြိမ်မြောက် ၅ နှစ်” စီမံကိန်းက ကမ္ဘာ့စီးပွားရေးအပေါ် ဘယ်လောက်အထိ အကျိုးသက်ရောက်နိုင်မည်နည်း။ အမေရိကန် ADM ကုမ္ပဏီ၏ကိုယ်စားလှယ်က ပြောကြားသည်မှာ“၁၃ ကြိမ်မြောက် ၅ နှစ်” စီမံကိန်းကာလအတွင်း တရုတ်နိုင်ငံက လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးနယ်ပယ်အတွင် ဖွင့်လှစ်ရေးခြေလှမ်း ပိုမိုမြန်ဆန်မှုရှိနိုင်မည်နည်း။

သိပ်မကြာခင်တွင် တရုတ်ပြည်ကွန်မြူနစ်ပါတီအပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ဆက်ဆံရေးဝန်ကြီးဌာနက သက်ဆိုင်ရာနောက်ခံကြောင်းသတင်းများရှင်းလင်းပွဲ ကျင်းပခဲ့ရာ တရုတ်နိုင်ငံဆိုင်ရာနိုင်ငံခြားသံရုံးမှ သံတမန်များ၊ တရုတ်နိုင်ငံရှိနိုင်ငံခြားကုမ္ပဏီများဆိုင်ရာ ကိုယ်စားလှယ်များကို ၁၈ ကြိမ်မြောက် တရုတ်ပြည်ကွန်မြူနစ်ပါတီ ၅ ကြိမ်မြောက်ဗဟိုကော်မတီစုံညီအစည်းအဝေး ကျင်းပခဲ့သည့်အကြောင်းများကို ရှင်းလင်းပြောကြားခဲ့ပါသည်။ ရှင်းလင်းပွဲတွင် တက်ရောက်လာကြသူများက မိမိစိတ်ဝင်စားသော မေးခွန်းများကို မေးမြန်းခဲ့ရာ “တံခါးဖွင့်ရေး”ဆိုခြင်းသည် ရှောင်လို့မရသည့်မေးစရာအများဆုံးမေးခွန်းဖြစ်သည်မှာ – တရုတ်နိုင်ငံသည် မည်သည့်လမ်းကြောင်းအတိုင်း ရှေ့ရှုချီတက်သွားမည်နည်း။ မည်သည့်ဦးတည်ချက်သို့ ရောက်အောင် ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်သွားမည်နည်း၊ ဤမေးခွန်းများသည် အခြားနိုင်ငံများ၏ တိုးတက်မှုနှင့်သက်ဆိုင်မည်ဖြစ်ပေရာ နိုင်ငံခြားကုမ္ပဏီများ၏ ဆုံးဖြတ်ချက်အတွက် အထူးအရေးကြီးပါကြောင်း တွေ့မြင်နိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

“တရုတ်နိုင်ငံ၏ စီးပွားရေး တိုးတက်လာခြင်းသည် ကမ္ဘာ့စီးပွားရေး တိုးတက်လာရေးအတွက် အထောက်အကူပြုနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ သို့သော် တရုတ်နိုင်ငံစီးပွားရေးကျဆင်းလာရန် ဖိအားအခြေအနေပေါ်လာပါက ကမ္ဘာ့စီးပွားရေးကျဆင်းလာရေးအတွက်လည်း ဖိအားပေးနိုင်သော အခြေအနေတွင် ရှိနိုင်ကြောင်း။ တရုတ်ပြည်တွင်း လိုအပ်မှုအခြေအနေတိုးတက်လာသည်နှင့်အမျှ အတိုင်းအတာကြီးမားသော တရုတ်ဈေးကွက်သည် ပြည်ပစီးပွားရေးအဖွဲ့အစည်းများ တရုတ်နိုင်ငံသို့ ပိုမိုရောင်းချနိုင်ရန်အတွက် အားပေးစွမ်းဆောင်နိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း။ ဗဟိုကော်မတီဘဏ္ဍာရေးနှင့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းဦးဆောင်ရေးအဖွဲ့ရုံးမှ ဒုတိယတာဝန်ခံဖြစ်သူ ရန်ဝေမင်းက သတင်းမေးမြန်းမှုကို ဖြေကြားရာတွင် ယခုလိုရှင်းလင်းပြောကြားခဲ့ပါသည်။

စီးပွားရေးအင်အားက နိုင်ငံတကာ၏ဒုတိယနေရာတွင် ရပ်တည်လျက် နိုင်ငံခြားရန်ပုံငွေပေါင်း အမေရိကန်ဒေါ်လာ ဘီလျံယံ(၄၀၀၀)ပိုင်ဆိုင်သော နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံအနေဖြင့် တရုတ်နိုင်ငံ၏ပြည်ပစီးပွားရေးလှုပ်ရှားမှုများသည် နိုင်ငံအသီးသီး၏ စီးပွားရေးနှင့်လည်း သက်ဆိုင်မှုရှိလာပါကြောင်း၊ တရုတ်နိုင်ငံ၏ ပြည်တွင်းဈေးကွက်သည် နိုင်ငံအသီးသီးမှ စီးပွားရေးအဖွဲ့အစည်းများ၏ ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုဆိုင်ရာ လိုအပ်ချက်များကို

ရှန်ဟိုင်းမြို့ ဖူကျန်မြစ်ကမ်းတဘက်တချက် ရှုခင်း။
上海浦江两岸　新华社 图

ဖြည့်စွက်နိုင်သော အခြေအနေတွင် ရှိပါသည်။ ထို့ကြောင့်၊ တရုတ်နိုင်ငံက တံခါးဖွင့်ရေးခံယူချက်ဖြင့် ပိုမိုတံခါးဖွင့်သော လမ်းစဉ်ပေါ်လစီများကို ကျင့်သုံးမှုရှိနိုင် မရှိနိုင်ဆိုခြင်းသည် ကမ္ဘာတစ်ခုလုံးက စိတ်ဝင်တစားလေ့လာရမည် ဖြစ်ကြောင်း တွေ့မြင်နိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

အထူးစီးပွားရေးဇုန် စီမံကိန်းများ အကောင်အထည်ဖော်ခြင်းမှ ပြည်ပကုန်သွယ်ရေးရှေ့သို့ တိုးတက်လာအောင် တွန်းအားပေးခြင်း၊ နိုင်ငံခြား ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှု လုပ်ငန်းများ အားကိုးခြင်း၊ WTO အဖွဲ့အစည်းသို့ ပါဝင်လာခြင်း ဟူသော လုပ်ငန်းများစွာ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ရာ (၃၇)နှစ် ကြာသော ဖြစ်စဉ်အတွင်း တရုတ်နိုင်ငံ၏ ပြည်ပအပေါ် တံခါးဖွင့်ရေး လုပ်ငန်းများသည် တောက်လျှောက်ရှေ့ရှုချီတက်ခဲ့ခြင်းဖြစ်ပါကြောင်း၊ တံခါးဖွင့်ရေးလုပ်ငန်းအခြေအနေများသည် စဉ်ဆက်မပြတ် နက်ရှိုင်းလာလျက်ရှိကြောင်း လေ့လာရှိနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

၂၀၁၃ ခုနှစ်၊ စက်တင်ဘာလတွင် ရှန်ဟိုင်းလွတ်လပ်သောကုန်သွယ်ရေးဇုန် တစ်ခုသာ ရှိရာမှ ၂၀၁၅ ခုနှစ်၊ ဧပြီလအထိ ကွန်တုံး၊ ထျန်ကျင်း၊ ဖူကျန့် လွတ်လပ်သောဇုန်များအပါအဝင် လွတ်လပ်သောကုန်သွယ်ရေးဇုန်စီမံကိန်းများ အကောင်အထည်ဖော်ခြင်းသည် တရုတ်နိုင်ငံ၏ပိုမိုတံခါးဖွင့်ရေးလုပ်ငန်းများအကြောင်းကို ဖော်ပြထားသော အရေးကြီးသည့် အမှတ်အသားလုပ်ငန်းများဖြစ်ကြောင်း တွေ့မြင်နိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

“တစ်ဇုန်တစ်လမ်း” တည်ဆောက်ရေး စီမံကိန်း အကောင်အထည်ဖော်ခြင်းသည် တရုတ်နိုင်ငံက နိုင်ငံတကာသို့ ဝင်ရောက်လျက် နိုင်ငံအသီးသီးနှင့်အတူ အတူတကွဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေရေးအတွက် အရေးကြီးသည့် နည်းလမ်းဖြစ်ပါသည်။ လက်ရှိကာလတွင် တရုတ်နိုင်ငံသည် တစ်ဇုန်တစ်လမ်း စီမံကိန်း နယ်ပယ်အတွင်းရှိ နိုင်ငံများအကြား ရထားလမ်း၊ လမ်းတံတား၊ ဆိပ်ကမ်း စသောအခြေခံအဆောက်အအုံများ တည်ဆောက်ရေးစီမံကိန်းများကို ရှေ့သို့ တိုးတက်မှုရှိလာနိုင်အောင် ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ကြောင်း၊ ပေါင်းစပ်ဆက်နွယ်မှုများအတွက် အခြေခံကောင်းရအောင် ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ကြောင်း။ “Rong Europe fast iron”မြန်နှုန်းရထားလမ်း၊ “Chongqing New Europe”ရထားလမ်း၊ “Yiwu New Europe”ရထားလမ်းများ ဖွင့်လှစ်ပေးခြင်းဖြင့် တရုတ်နိုင်ငံနှင့် ဥရောပအကြား ကုန်းတွင်းပိုင်း ရထားလမ်းများကို ဖွင့်လှစ်ပေးလျက်ရှိရာ ကုန်သွယ်ရေးဆိုင်ရာ ပို့ဆောင်မှုသည် ပိုမိုအဆင်ပြေချောမွေ့လာပြီဖြစ်ကြောင်း တွေ့ရှိနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

ထို့အပြင်၊ နိုင်ငံတော်အကြီးအကဲများက နိုင်ငံခြားသို့ လေ့လာရေးခရီးစဉ်ရှိတိုင်း လိုက်ပါသွားသော လုပ်ငန်းရှင်အဖွဲ့ဝင်များသည် အရေအတွက် ကြီးမားသည် အော်ဒါများရရှိလေ့ရှိကြောင်း တွေ့မြင်နိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာ၊ သိပ်မကြာခင်အတွင်း သမ္မတရှီကျင့်ဖိန်၏ အင်္ဂလန်နိုင်ငံရောက် ခရီးစဉ်တွင် တရုတ်ယွမ်ငွေဘီလျံ(၄၀၀)ရှိသောစာချုပ်ကို လက်မှတ်ရေးထိုးခဲ့ရာ၊ အကျိုးအမြတ်ရရှိသောလုပ်ငန်းများသည် တီထွင်ဆန်းသစ်မှုရှိသော လုပ်ငန်းများ၊ လက်လီရောင်းဝယ်ရေး၊ စွမ်းအင်၊ ငွေကြေးဝန်ဆောင်မှု၊ သိပ္ပံနှင့် နည်းပညာပိုင်းဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းများနှင့် ပညာရေးလုပ်ငန်းများပါဝင်ကြောင်း၊ ယခုလိုစာချုပ်များကြောင့် အင်္ဂလန်နိုင်ငံအတွက် အလုပ်အကိုင် အခွင့်အလမ်း(၃၉၀၀)ကျော်ကို ဖန်တီးပေးနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း တွေ့ရှိခဲ့ပါသည်။

BRICS အဖွဲ့ဝင်နိုင်ငံများဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးရေးဘဏ် ထူထောင်ရန် အဆိုပြုခြင်း၊ အာရှအခြေခံအဆောက်အအုံ တည်ဆောက်ရေးဆိုင်ရာ ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုဘဏ်(Asian Infrastructure Investment Bank) ထူထောင်ရန် အဆိုပြုခြင်း၊ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ရန်ပုံငွေအဖွဲ့ (IMF) ပြန်လည်ပြုပြင်ရန် အဆိုပြုခြင်း၊ ဖွံ့ဖြိုးမှုအနည်းဆုံးနိုင်ငံများတင်နေသောအကြွေးများကို ကင်းလွတ်ခွင့်ပေးရန် အဆိုတင်ခြင်း စသောလုပ်ငန်းများစွာကို လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ခဲ့ရာ၊ ကမ္ဘာ့စီးပွားရေးလုပ်ငန်းရပ်များအတွင်း တရုတ်နိုင်ငံသည် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ စီးပွားရေးပိုမိုစနစ်တကျဖြစ်အောင်ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်သောလုပ်ငန်းများစွာတွင် တက်ကြွစွာပါဝင်ဆောင်ရွက်ခဲ့ကြောင်း၊ တစ်ချိန်တည်းတွင် နိုင်ငံတကာတာဝန်ဝတ္တရားများကိုလည်း ပါဝင်ထမ်းဆောင်ရန် တက်ကြွစွာကြိုးပမ်းအားထုတ်ခဲ့ကြောင်း တွေ့ရှိနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

“တရုတ်နိုင်ငံသည် ဖွင့်ပြီးသားတံခါးကို မည်သည့်အခါမှ ပြန်ပိတ်မည် မဟုတ်ကြောင်း၊ ပြည်ပအပေါ် တံခါးဖွင့်ခြင်းသည်တရုတ်နိုင်ငံ၏ အခြေခံကျသောပေါ်လစီဖြစ်ကြောင်း၊ တရုတ်နိုင်ငံ၏ နိုင်ငံခြားရင်းနှီးမှုနှင့် စပ်လျဉ်းသော ပေါ်လစီလည်း ပြောင်းလဲမှာ မဟုတ်ကြောင်း၊ နိုင်ငံခြားရင်းနှီးမြှုပ်နှံရေးလုပ်ငန်းအဖွဲ့အစည်း၏ တရားဝင်အကျိုးအမြတ်နှင့် အခွင့်အရေးများ အကာအကွယ်ပေးရေးပေါ်လစီသည် ပြောင်းလဲမှာ မဟုတ်ကြောင်း၊ နိုင်ငံအသီးသီးမှ လုပ်ငန်းရှင်များက တရုတ်နိုင်ငံတွင် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံထားသော စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများကို ပိုမိုကောင်းမွန်စွာ ဝန်ဆောင်မှုပေးရန် ဦးတည်ချက်လည်း ပြောင်းလဲမှာမဟုတ်ကြောင်း”ဖြင့် ၂၀၁၅ ခုနှစ်၊ စက်တင်ဘာလ ၂၂ ရက်နေ့က အမေရိကန် Seattle မြို့တွင် ဝါရှင်တန်ပြည်နယ်အစိုးရနှင့် အမေရိကန်ရှိ ချစ်ကြည်ရေးအသင်းများ ကျင်းပသော ကြိုဆိုသည့်ထမင်းစားပွဲ၌ ဥက္ကဋ္ဌကြီး ရှီကျင့်ဖိန်က ယခုလိုပြောကြားခဲ့ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

“၁၃ ကြိမ်မြောက် ၅ နှစ်” စီမံကိန်းပါ အကြံပြုစာစောင်များအတွင်းရှိ တံခါးဖွင့်လမ်းစဉ်ပေါ်လစီကို ပြတ်ပြတ်သားသားလိုက်နာကျင့်သုံးခြင်း၊ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် အတူတကွ အကျိုးအမြတ်ခံစားနိုင်အောင် ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ခြင်းဟူသော အခန်းတစ်ခန်းသည် အလွန်အရေးကြီးသည့် အခန်းတစ်ခန်းအနေဖြင့် ပါဝင်ရာ တရုတ်နိုင်ငံသည် တံခါးဖွင့်ရေးလမ်းစဉ် ပေါ်လစီကို ပြတ်ပြတ်သားသားလိုက်နာကျင့်သုံးရေး ယုံကြည်စိတ်ချမှုကို ဖော်ပြထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ထိုအခန်းပါ အချက်အလက်အတိုင်း မည်သည့်နည်းလမ်းဖြင့် အကောင်အထည်ဖော်ခြင်းနှင့် စပ်လျဉ်း၍ အကြံပြုစာစောင်မှာ အသေးစိတ်လမ်းကြောင်းနှင့် လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများကိုလည်း အကြံပြုရေးသားထားပါသည်။

ပြည်ပအပေါ်တံခါးဖွင့်ရေး မဟာဗျူဟာအစီအစဉ် ပိုမိုပြည့်စုံကောင်းမွန်လာရန်၊ “တစ်ဇုန် တစ်လမ်း” စီမံကိန်း အကောင်အထည်ဖော်ရေးအတွက် တွန်းအားပေးရန်၊ ပြည်မကြီးနှင့် ဟောင်ကောင်၊ မကာအိုနှင့် ထိုင်ဝမ်ဒေသတို့နှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်းလုပ်ငန်းများ ပိုမိုနက်ရှိုင်းလာရန်၊ တစ်ကမ္ဘာလုံး စီးပွားရေးစနစ် ပိုမိုကောင်းမွန်စေရေးအတွက် တက်ကြွစွာပါဝင်လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ရန်၊ နိုင်ငံတကာ တာဝန်ဝတ္တရားများကို တက်ကြွစွာပါဝင် ထမ်းဆောင်ရန် ဟူသော လုပ်ငန်းနယ်ပယ် ၆ ခုကို တံခါးဖွင့်ရေးအစီအစဉ်အတိုင်း စီမံဆောင်ရွက်မှုများ ပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်။ လုပ်ငန်းနယ်ပယ်တိုင်းတွင် ပိုမိုအသေးစိတ်ကျသော လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများ၊ အကောင်အထည်ဖော်ရန် အဆင်ပြေသောနည်းလမ်းများ ပါဝင်လာနေသည်ကို လေ့လာရရှိခဲ့ပါသည်။

တံခါးဖွင့်ခြင်းမှ ပြုပြင်ပြောင်းလဲရန်နှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေရန် တွန်းအားပေးခြင်းသည် တရုတ်နိုင်ငံ၏ပြုပြင်ပြောင်းလဲရေးလမ်းစဉ်တွင် စုဆောင်းရရှိခဲ့သော အတွေ့အကြုံဖြစ်ပါသည်။ ကာလအသစ်အခြေအနေမျိုးတွင် တံခါးဖွင့်လမ်းစဉ်ပေါ်လစီကို ဆက်လက်ကျင့်သုံးရန်၊ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် အတူတကွအကျိုးအမြတ်ခံစားရရှိရန် ဟူသော “တရုတ်စတိုလ် သင်္ဘောကြီး”သည် ပိုမိုကျယ်ပြန့်သော ရေမျက်နှာပြင်သို့ ခုတ်မောင်းနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ အောင်မြင်မှုရရာမှ ပိုမိုကြီးမားသည့် အောင်မြင်မှုအသစ်ရရှိရာ ဘက်သို့ရှေ့ရှုချီတက်သွားနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း အလေးအနက်ယုံကြည်ပါသည်။

ရှိန်းကျိန့်မြို့ ချင်ဟိုင်ဒေသသည် လျင်မြန်စွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာရာ နေ့စဉ် ဝင်ရောက်လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်သော စီးပွားရေးအဖွဲ့အစည်းများသည် ၂၀၀ ထက် ကျော်လွန်။
深圳前海发展加速 日均进驻企业超 200 家　新华社 图

ယူနန်တောင်မြောက်ဆက်သွယ်သော အမြန်သွားကားလမ်းတည်ဆောက်ရေးစီမံကိန်း အောင်မြင်စွာ ပြီးဆုံး။
云南南北高速公路大通道全线贯通　新华社 图

ta&awmi tm&Eiirsm;wiyprsK;pjzivnvnlun½jci;

户外探险东南亚

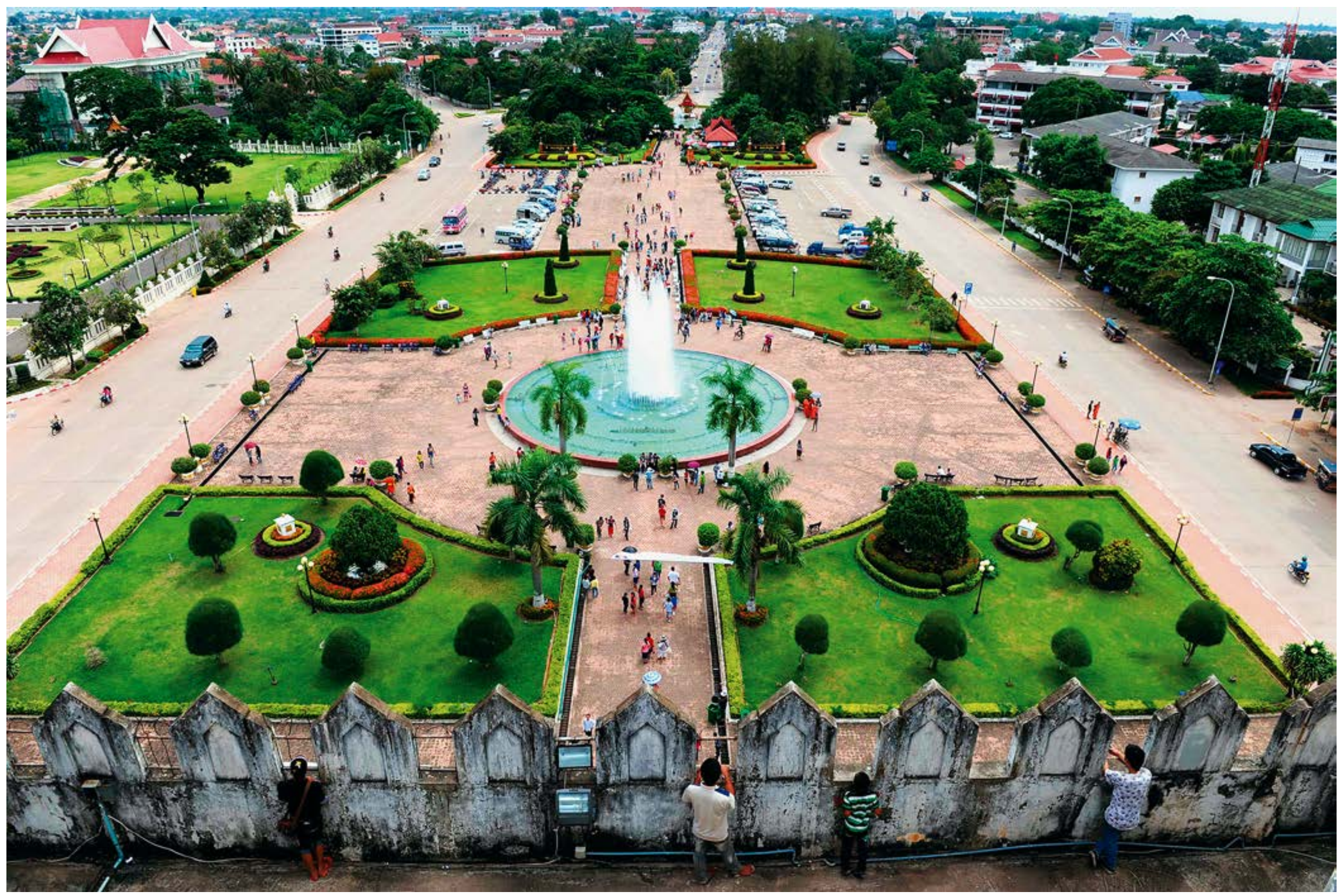
文 / 贺 舒

当我们在冬日凛冽的寒风中感受不到太阳的温度，东南亚却是正逢一年中最舒适的季节，进行户外探险的最佳时期。如今，东南亚以其秀丽的自然风光和独特的人文风俗吸引着世界人民的眼光。如果你还在遵循普通的走马观花式的游览方式，户外探险也许更能让你感受到东南亚的魅力。

ကျွန်တော်တို့နေသော နေရာတွင် ဆောင်းရာသီ၏ လေအေးဒဏ်ကြောင့် နေမင်းကြီး၏နွေးထွေးမှုကို ခံစားရန် ခဲယဉ်းသောအခါ၊ အရှေ့တောင်အာရှနိုင်ငံများသည် တစ်နှစ်ပတ်လုံးအတွင်း အကောင်းဆုံးရာသီဥတုဖြစ်သည့် ပွင့်လင်းရာသီမျိုးတွင် ကျရောက်နေသောအခါဖြစ်ပေရာ၊ ခရီးထွက်လည်ပတ်ကြည့်ရှုရန် အကောင်းဆုံးအချိန်ဖြစ်ပါသည်။ လက်ရှိအချိန်တွင် အရှေ့တောင်အာရှနိုင်ငံများသည် သဘာဝရှုခင်းအလှများ၊ ထူးခြားဆန်းကြယ်သော လူမျိုးစုယဉ်ကျေးမှုနှင့် ရိုးရာဓလေ့ထုံးစံများဖြင့်ကမ္ဘာ့ပြည်သူများလာရောက်လည်ပတ်ရန်အတွက် ဆွဲဆောင်လျက်ရှိနေပါသည်။ ပုံမှန်ခရီးသွား နည်းလမ်းနှင့် နှိုင်းယှဉ်ပါက ပြင်ပရောက်ပုံစံမျိုးစုံဖြင့် ခရီးသွားလှည့်လည်ကြည့်ရှုခြင်းသည် အရှေ့တောင်အာရှ၏ အလှများကို ပိုမိုခံစားနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း ဆွေးနွေးပြောဆိုလိုပါသည်။

စက်ဘီးဖြင့် လှည့်လည်ကြည့်ရှုခြင်း

အရှေ့တောင်အာရှနိုင်ငံများ၏ မြို့ပြနှင့် ကျေးလက်တောရွာလမ်းများ၏ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်သည် အလွန်လှပရာ စက်ဘီးစီးခရီးသွားများအတွက် အကောင်းဆုံးနေရာအဖြစ်



လာအိုမြို့တော် ဗီယင်ကျန်းမြို့ရှိ လမ်းမကြီးများ သန့်ရှင်းကျယ်ဝန်းပြီး စိမ်းလန်းစိုပြေသည်။
老挝首都万象街道干净宽敞，绿草如茵　新华社 图

ယူနန်တွင် ပထမဦးဆုံးတရုတ်–မြန်မာကိုယ်ပိုင်ကားမောင်းခရီးစဉ် စတင်။
云南启动首条中缅自驾环线深度游线路　cnsphoto

တရုတ်လူငယ် နှစ်ယောက်က စက်ဘီးဖြင့် အာရှနှင့် အာဖရိက ၁၅ နိုင်ငံ လည်ပတ်ရေးခရီးစဉ် စတင်။
两名中国青年启程亚非 15 国骑行之旅　cnsphoto

ရွေးချယ်လေ့ရှိပါသည်။ မြန်မာနိုင်ငံမန္တလေးမြို့ကို ဥပမာအဖြစ်ပြောမည်ဆိုလျှင် နှစ်စဉ်အောက်တိုဘာလမှ လာမည့်နှစ်ဖေဖော်ဝါရီလအထိ ရာသီဥတုသည် အေးချမ်းခြောက်သွေ့မှု အပြည့်အဝရှိရာ မန္တလေးပတ်လည်နေရာရှိ မြေပြန့်ကြီးတွင် စက်ဘီးစီး လှည့်လာကြည့်ရှုပါက သဘာဝကျသော မြန်မာနိုင်ငံအကြောင်းကို လေ့လာရရှိနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။ မနက်ပိုင်းအစောကြီးတွင်မန္တလေးမြို့မှစထွက်မည်၊ ရှည်လျားကျဉ်းမြောင်းသော လမ်းများနှင့် စည်ကားသောဈေးဆိုင်များကို ဖြတ်ကျော်လှည့်လည်နိုင်ပါသည်။ မြို့ထဲလည်ပတ်ပါက စက်ဘီးစီးလျက်ခဏအကြာတွင် ရှေးဟောင်းယဉ်ကျေးမှုအမွေအနှစ်နေရာများစွာကို လေ့လာနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာ၊ Shwenandaw Kyaung၊ Kuthodaw Pagoda နှင့် Mahamuni Paya များကို ဖူးမြော်ကြည်ညိုနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။ ကျေးလက်တောရွာအကြားတွင် စက်ဘီးစီး လှည့်လည်ကြည့်ရှုပါက စပါးစိုက်လယ်ကွက်များ၏ရှုခင်းအလှကို လေ့လာနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။ အမရပူရသို့ သွားလည်ကြသော ခရီးစဉ်အတွင်း ကမ္ဘာပေါ်မှာ အရှည်ဆုံးဖြစ်သည့် ကျွန်းသစ်တံတားဖြစ်သည့် ဦးပိန်တံတားကို တွေ့မြင်နိုင်မည်ဖြစ်ပေရာ အလှဆုံးနေဝင်ဆည်းဆာရှုခင်းကိုလည်း ခံစားနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။ ထိုလမ်းအတိုင်းဆက်သွားပါက မြန်မာနိုင်ငံ၏ ရှေးဟောင်းမြို့ဖြစ်သည့် အင်းဝမြို့ရှိသော နေရာကို ရောက်ရှိလာနိုင်မည်။

ထို့အပြင်၊ ကမ္ဘောဒီးယားနိုင်ငံ၏ Siem Reap– Angkor Wat – Tonle sap lake ခရီးစဉ်နှင့် ထိုင်းနိုင်ငံ၏ချင်းမိုင်ဒေသများလည်း စက်ဘီးစီးလှည့်လည်ကြည့်ရှုရန် အဆင်ပြေသောနေရာဖြစ်ပါသည်။

ကျောက်ကမ်းပါးယံတွယ်တက်ခြင်းနှင့် လိုဏ်ခေါင်းများကို ဝင်ရောက်စူးစမ်းခြင်း

ထိုင်းနိုင်ငံ(Thailand ruilei Peninsula)ကျွန်းဆွယ်ရှိ ကျွန်းများတွင် ကျောက်ကမ်းပါးယံတွယ်တက်ခြင်းသည် ခရီးသည်များကို ဆွဲဆောင်မှု အရှိဆုံးတစ်နေရာဖြစ်ပါသည်။ ပင်လယ်ကမ်းခြေရှိ ကျောက်ကမ်းပါးယံ တွယ်တက်သောနေရာများသည် ရာဂဏန်းချီရှိသည့်အတွက် အစသင်ယူသူရော အဆင့်အတန်းအလယ်အလတ်ရှိသူများပါ မိမိနှင့် သင့်တော်သည့်နေရာကို ရွေးချယ်နိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။ အကယ်၍ ပထမဦးဆုံးအကြိမ်လာရောက်လည်ပတ်ပါက ကျောက်ကမ်းပါးယံတွယ်တက်ရေးအခြေခံနည်းများဆိုင်ရာ သင်တန်းဖွင့်လှစ်ထားရာ သက်ဆိုင်ရာကျွမ်းကျင်သူများက သင်ကြားပို့ချပေးမည်ဖြစ်ပါသည်။ အထွတ်အထိပ်အထိ ကျောက်ကမ်းပါးယံ တွယ်တက်ခြင်းဖြင့် ပင်လယ်ကြီးကို ငုံ့ကြည့်သောခံစားချက်သည်မည်သည့်အထိ စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းသည်ကို တွေ့မြင်နိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

လာအိုနိုင်ငံအလယ်ပိုင်းဒေသတွင် တည်ရှိသော Phou Hin Bun အမျိုးသားဥယျာဉ်အတွင်းရှိ ခွင်ခန်လိုဏ်ခေါင်းသည် ကမ္ဘာ့နိုင်ငံအသီးသီးမှ ရောက်ရှိလာကြသော ခရီးသွားများကို ဆွဲဆောင်လျက်ရှိပါသည်။ ခရီးသွားများသည် (၇) ကီလိုမီတာ ရှည်လျားသော မြေအောက်မြစ်အတိုင်း လှေလှော်ရမည်ဖြစ်ပေရာ တစ်လမ်းလုံးတွင် ကြီးမားသော ကျောက်လိုဏ်ခေါင်းကို

ဖြတ်ကျော်လျက် အဓိကမြေအောက်လိုဏ်ခေါင်းထဲသို့ ရောက်ရှိသောအခါ လိုဏ်ခေါင်းအတွင်းရှိ ရေစက်ကျောက်ပုံစံမျိုးစုံတွင် အလင်းရောင်တောက်ပလာသည့်အတွက် စူစမ်းလေ့လာသူများသည် သဘာဝထက်ကျော်လွန်သော ခံစားမှုကို ခံယူနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

မလေးရှားနိုင်ငံ၏ Gunung Mulu လိုဏ်ခေါင်းအုပ်စုနေရာတွင် သမိုင်းမတင်မီခေတ်တုန်းက လူသားများ၏ လက်ဖဝါးအရာနှင့် စုစည်းနေထိုင်လျက်ရှိသော အရေအတွက် များပြားသည့် လင်းနို့များကို တွေ့မြင်နိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။ ထို့အပြင်၊ ဗီယက်နမ်နိုင်ငံ၏ Han Son Doong လိုဏ်ခေါင်းနှင့် ကမ္ဘောဒီးယား၏ Kampot လိုဏ်ခေါင်းတို့သည် စူစမ်းလေ့လာရန် အလွန်ကောင်းသောနေရာဖြစ်ပါသည်။

ခြေလျင်လျှောက်ခရီးသွားလှည့်လည်ခြင်း

ဘရူနိုင်းနိုင်ငံ Ulu Temburong Nature Park အမျိုးသားဥယျာဉ်တွင် ခြေလျင် လျှောက်လှည့်လည်ကြည့်ရှုပါက အသွင်သဏ္ဌာန်မျိုးစုံရှိလျက် သဘာဝသစ်တောပုံစံကို လေ့လာနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာ၊ အဆင့် (၂၀) ရှိသော လှေခါးထစ်အတိုင်းတက်ခြင်း၊ အမြင့်မီတာ(၆၀)ရှိသော သစ်ပင်ထိပ်ပိုင်းတွင် လမ်းလျှောက်လှည့်လည်ခြင်း၊ ငှက်များ၏ရှုထောင့်ဖြင့် သစ်ပင်ပေါ်နေသော တောရိုင်းတိရစ္ဆာန်များကို အကဲခတ်ခြင်း၊ ရှေးကျသော သစ်တောသရဖူများကို ငုံ့ကြည့်လေ့လာခြင်း ပြုလုပ်နိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

ထို့အပြင် မြန်မာနိုင်ငံကလောမှ အင်းလေးကန်အထိ ခြေလျင်လျှောက်လှည့်လည်ရေးခရီးစဉ်သည် တမူထူးခြားချက်ရှိသော တိုင်းရင်းသားလူမျိုးစုအစဉ်အလာနှင့် ကျေးလက်ဒေသ၏ရှုခင်းအလှများကို လှည့်လည်ကြည့်ရှုနိုင်မည်။

အကယ်၍ စွန့်စားမှုနှင့် စိန်ခေါ်မှုများကို စိတ်ဝင်စားသူတစ်ယောက်ဖြစ်ပါက parasail နှင့် Kite surfing စသော အစီအစဉ်မျိုးကို ရွေးချယ်လျက် ခံစားနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။ ပုံစံတစ်မျိုးပြောင်းပြီး လည်ပတ်ကြည့်ရှုပါက၊ ပိုမိုစိတ်ဝင်စားစရာကောင်းသော အရှေ့တောင်အာရှသည် မျက်စိရှေ့တွင် မြင်တွေ့နိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

ခရီးသည်များ လာအိုနိုင်ငံ ဝမ်ယုန်ဒေသ ထန်ဖူခန့်(Tham Poukham) ရေစက်ကျောက်လိုဏ်ခေါင်းတွင် လှည့်လည်ကြည့်ရှုစဉ်။
游客在老挝万荣坦普坎溶洞内游览 cnsphoto

t i;½;&m? t i;"avEiit i;o? t i;om; t i;t vrsm...

茵莱物语

文/尼 尼

不知为何，从小时候起，茵莱就深深地吸引着我，令人向往。但是因为各种原因，少时没有机会去到。年纪慢慢大了，工作了以后，因采访报道的原因，终于来到了我朝思暮想的茵莱。出于自己内心的喜爱，或是为了拜佛、旅游，我一次都没有来过茵莱，反而是为了工作一次又一次的来到这。每次来到茵莱，我都被当地人民独特的传统习俗所吸引，不知多少次思索着要写篇文章。可是每一次这个念头都被繁忙的工作打断，让我没有时间去搜集素材，深入了解当地人民，文章也就因此从未写成。

စိမ်းလဲ့လဲ့အင်းရေပြင်ရှိ ရတနာစံကျောင်းတော် အနီးပတ်ဝန်းကျင်၌ နံနက်မိုးမလင်းမီ အချိန်ကတည်းက အင်းသားအင်းသူများ၊ ကမ္ဘာလှည့်ခရီးသွားများ၊ ပြည်တွင်းခရီးသွားများသည် ဟိုတယ်များ၊ တည်းခိုခန်းများ၊ နေအိမ်များမှ ထွက်၍ လှေများဖြင့် အင်းရေပြင်တွင် သွားလာလှုပ်ရှားနေကြသည်။ အနီးပတ်ဝန်းကျင်ရှိ ကျေးရွာများမှ လာရောက်ကြသော ရိုးရာလှေကလေးများကလည်း ရေပြင်၌ ဟိုတစ်စု၊ ဒီတစ်စုဖြင့် စောစီးစွာနေရာယူနေကြပေပြီ.....

ယောကျ်ားလားဟေ့... ရီးလေးလေး... ရီးလေးလေး ဆိုသော အားမာန်အပြည့်ဖြင့် ညီညာစွာ ပဲ့လွှင့်နေသော အသံများသည် အင်းလေးကန်ရေပြင်၏ နံနက်မိုးသောက်စ အလင်းရောင်အောက်တွင် ဘဝင်သို့တိုင်ညံ့နေသည်။

အချိန်မှာ အောက်တိုဘာလ၏ နံနက်ခင်းနေ့တစ်နေ့... အသံများကား... မိုးလေကင်းစ အင်းအလှနှင့်အတူ အင်းလေးဖောင်တော်ဦး ဗုဒ္ဓရုပ်ရှင်တော်မြတ်များ အင်းလေးဒေသ (၂၁) ဌာနသို့ ရိုးရာမပျက်ဒေသစာရီ လှည့်လည်ကြွချီတော်မူပြီးနောက်ဆုံးခရီးစဉ်၏ ရတနာစံကျောင်းတော်ဝင်ပွဲအခမ်းအနားမှ ရိုးရာလှေပြိုင်ပွဲတွင် ပြိုင်ပွဲဝင်နေကြသော အင်းသားများ၏ ညာသံပေးလှေလှော်ခတ်နေသော အသံများပင်ဖြစ်သည်။

ခြေထောက်တစ်ဖက်ဖြင့် လှေလှော်စဉ်။

独脚划船 cnsphoto

အင်းလေးဒေသကို ဘာကြောင့်မှန်းမသိ ငယ်ရွယ်စဉ်အချိန်ကတည်းကပင် စိတ်ဝင်စားမိသည်၊ ရောက်ဖူးချင်သည်၊ ဘာရယ်မဟုတ်အပျော်သဘောပင်ဖြစ်သည်။ သို့သော်လည်း အကြောင်းကြောင်းကြောင့် ငယ်ရွယ်စဉ်အချိန်က မရောက်ဖြစ်ဖူးခဲ့... အသက်အရွယ်ရလာပြီး လုပ်ငန်းခွင်ဝင်ရသည့်အချိန်မှာတော့ မိမိသွားချင်နေသော အင်းလေးဒေသသို့ သတင်းတာဝန်များဖြင့် အကြိမ်ကြိမ်ရောက်ခဲ့ရသည်။ ကိုယ်ပိုင်ပုဂ္ဂလိက အပျော်သဘော၊ ဘုရားဖူးသဘော၊ အလည်သဘောမျိုးဖြင့်တော့ တစ်ကြိမ်တစ်ခေါက်မှမရောက်... အလုပ်တစ်ဖက်နှင့်သာ အခေါက်ခေါက် အခါခါရောက်ရသည်။ ရောက်သည့်အချိန်တိုင်း အင်းလေးဒေသနှင့် အင်းသူအင်းသားများ၏ ထူးခြားသည့် ဓလေ့စရိုက် အကြောင်းအရာများကို စိတ်ဝင်စားမိပြီး စာတစ်ကြောင်း ပေတစ်ဖွဲ့စာရေးမည်ဟု အကြိမ်ကြိမ်စဉ်းစားကြိုးစားအားထုတ်မိခဲ့သည်။ သို့သော်လည်း တစ်ကြိမ်တစ်ခါမှ အကြံအစည်မအောင်မြင်ခဲ့... စာမရေးဖြစ်ခဲ့... မရေးဖြစ်ခဲ့ရသည့် အကြောင်းကလည်း အင်းလေးကန်ကို ရောက်တိုင်း အလုပ်ကတစ်ဖက်နှင့်မို့ အချိန်ကမရ...အချိန်ကမရ၍ ဒေသ၏ အကြောင်းအရာ အချက်အလက်များကို မမေးမြန်းနိုင် မစုဆောင်းနိုင်ဖြစ်ခဲ့၍ စာမရေးသားနိုင်ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

မကြာသောလပိုင်းအတွင်းကရောက်ခဲ့ရသည့် အင်းလေးကန်ခရီးကတော့ အလုပ်နှင့်ပင်ဆိုသော်ငြားလည်း အချိန်နည်းနည်းရပြီး အချက်အလက်အချို့ကို တွေ့ဆုံမေးမြန်းစုဆောင်းနိုင်ခဲ့၍ ရင်ထဲတွင် နှစ်ပေါင်းများစွာ ကိန်းအောင်းနေသောဆန္ဒကိုပြည့်ဝစေခဲ့ရပြီး အင်းလေးဒေသအကြောင်းကို စာဖတ်သူပြည်သူများအား ဗဟုသုတရနိုင်အောင် ရေးသားတင်ပြနိုင်တော့မည်ဆို၍ မိမိကိုယ်ကိုယ်ဝမ်းသာကြည်နူးမိရသည်။

အင်းသားများအကြောင်းကို လေ့လာကြည့်ရာ စိတ်ဝင်စားဖွယ်ရာ အလွန်ကောင်းလှသည်။ အင်းသားတို့အကြောင်းကို တိုင်းရင်းသားယဉ်ကျေးမှု ရိုးရာဓလေ့ထုံးစံများ (ရှမ်း)စာအုပ်၌ သမိုင်းမှတ်တမ်းများအရရေးသားထားသည်ကို လေ့လာကြည့်မိရာ အင်းသားတို့ ပြောလေ့ပြောထရှိသည်မှာ အလောင်းစည်သူမင်းဖောင်တော်နှင့် တိုင်းခန်းလှည့်လည်ခဲ့ရာတွင် အောက်ပြည်အောက်ရွာများမှ အထက်သို့ ဆန်အတက်တွင် ထားဝယ်သူ ထားဝယ်သားများ များစွာလိုက်ပါလာကြသည်။ ထို့အပြင် အခြားတိုင်းရင်းသားများလည်း လိုက်ပါလာခဲ့ကြသေးသည်။ လမ်းခရီးတွင် တိုင်းရင်းသားများအား ရွာတည်ပေး၍ နေထိုင်ရစ်စေသည်။ အင်းလေးသို့ ရောက်လာသောအခါ ထားဝယ်သားများအား အင်းထဲတွင် နေထိုင်ကြရန် မင်းကြီးက အမိန့်တော်မှတ် နေရာချထားပေးခဲ့လေသည်။ ထိုစဉ်က အလောင်းစည်သူမင်း ဖောင်တော်ဆိုက်ရောက်သော နေရာကို ဖောင်တော်ဦးဘုရားတည်ခဲ့သည်။ ထိုဘုရားမှာ ယခု ဖောင်တော်ဦးဘုရားဖြစ်သည်။ ဒါ့အပြင်အချို့သော သူများကလည်း ပြောကြသေးသည်မှာ အင်းသားတို့သည် ရေးပုဂံပြည်မှ ရောက်ရှိလာသော ပုဂံပြည်သား မြန်မာများဖြစ်သည်။ အလောင်းစည်သူမင်းမတိုင်မီ ရှေးပဝေသဏီ ကတည်းက အင်းလေးကန်နှင့် ဒေသတဝိုက်တွင် အခြေစိုက်နေထိုင်လာကြသည်ဟု သမိုင်းအဆိုများကလည်း ရှိသေးသည်။

အင်းသားများသုံးစွဲသော ဘာသာစကားမှာလည်း မြန်မာစကားကဲ့သို့ပင်ဖြစ်သည်။ အပေါ့အလေး အနိမ့်အမြင့်မှလွဲ၍ မြန်မာစကားသာလျှင်ဖြစ်သည်။ အင်းသားစကားနှင့် များသောအားဖြင့် တူညီသောစကားမှာ ထားဝယ်စကားဖြစ်သည်။ ထားဝယ်သားနှင့် အင်းသားတို့ အချင်းချင်းတွေ့ဆုံစကားပြောကြလျှင် နားလည်သည်ဟု အင်းသားတို့က ပြောကြသည်။ မြန်မာစကား၊ အင်းသားစကားနှင့် ထားဝယ်စကားများ ဆင်တူကြောင်းကို အောက်တွင်လေ့လာကြည့်ပါက ဤသို့တွေ့မြင်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။

	မြန်မာစကား	အင်းသားစကား	ထားဝယ်စကား
၁။	ရေချိုးတယ်	ကရိုး	ရေခလိုးဟယ်
၂။	ထမင်းစားပါ	မန်းစားရောင့်	မှန်းစားဘာ
၃။	ဟင်း	ဟမ်း	ဟမ်း
၄။	ချောင်း	ချောင်း	ခလျောင်း
၅။	ပင်လယ်	ပန်လယ်	ပန်လယ်

အင်းသားအင်းသူတို့သည် သဘာဝက ဆုလာဘ်အဖြစ်ဖန်တီးပေးထားသော ရှည်လျားကျယ်ဝန်းသည့် အင်းလေးကန်ကြီးအား အမှီပြု၍ စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်း၊ ရေလုပ်ငန်း၊ အိမ်တွင်းမှုလုပ်ငန်း၊ ခရီးသွားလုပ်ငန်းနှင့် အခြားစီးပွားရေးလုပ်ငန်းများကို အစဉ်တစိုက်လုပ်ကိုင်ကြပြီး ဗုဒ္ဓဘာသာကို ရာနှုန်းပြည့် ကိုးကွယ်ကြသည်။ အင်းသားတို့သည် ဓလေ့ထုံးစံအရ လက်ဖက်ရည်ကြမ်းခါးခါးကို ဆားခတ်၍ သောက်ကြလေ့ရှိသည်။ အင်းသားတို့သည် စီးပွားရေးအရာတွင် အလွန်လာဘ်မြင်တတ်သော တိုင်းရင်းသားတို့ဖြစ်သည်။ ထို့အတွက်ကြောင့် ယခုအခါ အင်းလေးဒေသတွင် ကမ္ဘာလှည့် ခရီးသွားလုပ်ငန်း၊ ရွှေထည်၊ ငွေထည်လုပ်ငန်း၊ ရေလုပ်ငန်း၊ ဇင်းမယ်နှင့် ပိုးထည်လုပ်ငန်း၊ ကြာသင်္ကန်းနှင့် ကြာပဝါလုပ်ငန်းများကို နည်းပညာများမြှင့်တင်ကာ ရိုးရာမပျက်တိုးတက်ထုတ်လုပ်လာနိုင်ခဲ့၍ ယခင်ကာလများကထက် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ ပိုမိုဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာနေပြီဖြစ်သည်။

အင်းလေးဒေသအကြောင်းကို စဉ်းစားကြည့်နေစဉ်မှာပင် အင်းလေးဒေသ(၂၁)ဌာနသို့ ဒေသစာရီ လှည့်လည် ကြွချီတော်မူခဲ့သည့်အင်းလေးဖောင်တော်ဦး ဗုဒ္ဓရုပ်ရှင်တော်မြတ်များ ပင့်ဆောင်လာသော ကရဝိက် ဖောင်တော်သည် နမ့်ဟူးချောင်းအတိုင်း ရတနာစံကျောင်းတော်သို့ ဆိုက်ကပ်လာသည်ကို မြင်ရသည့်မြင်ကွင်းမှာ ပြာလဲ့လဲ့ကန်ရေပြင်၊ ညိုမှိုင်းမှိုင်း ရှမ်းတောင်တန်းကြီးများနောက်ခံနှင့် အလွန်သာယာကြည်နူးဖွယ်ရာ နံနက်ခင်းမြင်ကွင်းအလှတစ်ခုပင်ဖြစ်သည်။ အင်းလေးကန်နှင့် ဖောင်တော်ဦး ဗုဒ္ဓရုပ်ရှင်တော်မြတ်များသည် ခွဲခြား၍မရ၊ သမိုင်းအစဉ်အလာများနှင့် အတူထူးခြားအံ့သြဖွယ်ရာများကို လေ့လာကြည့်ရာ ဖောင်တော်ဦး ဗုဒ္ဓရုပ်ရှင်တော်မြတ်ငါးဆူအနက် မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ ဗောဓိပင်နှင့် ရွှေပလ္လင်တွင် ငါးအင်မာရ်ယုတ် ရန်ခလုတ်ကို ဓားတုတ်မဆောင် အောင်မြင်တော်မူ ဟန်ပုံသဏ္ဌာန်ထုလုပ်ထားသည့် ဗောဓိရိုးရုပ်ပွားတော်သုံးဆူနှင့် ခီဏာသဝါ ပုံသဏ္ဌာန်ထုလုပ်ထားသည့်ရုပ်ပွားတော်နှစ်ဆူတို့ဖြစ်ကြပြီး ထိုဘုရားများတွင် ဓာတ်တော်များ သွင်းနှံဌာပနာထားသည်ဟုအဆိုရှိကြသည်။ ဖောင်တော်ဦးဗုဒ္ဓရုပ်ရှင်တော်မြတ်ငါးဆူအနက် တနင်္ဂနွေထောင့် လက်ယာရံတစ်ဆူမှာ ဒေသစာရီ ကြွချီတော်မူရာတွင် လိုက်ပါတော်မမူတော့ဘဲ ကျန်လေးဆူသာ ယနေ့တိုင် ကြွချီတော်မူလေသည်။

ရှေးယခင်အခါက ဖောင်တော်ဦး ဗုဒ္ဓရုပ်ရှင်တော်မြတ်များ၏ သမိုင်းကြောင်းများကို လေ့လာကြည့်ရာတွင် ရုပ်ပွားတော်ငါးဆူကို ပင့်ဆောင်၍ ဒေသစာရီလှည့်လည်သော နှစ်တစ်နှစ်တွင် ညောင်ရွှေမြို့သို့ အကြွအင်းလယ်သို့ ရောက်သောအခါ မိုးကြီးလေကြီးများသည်းထန်စွာ တိုက်ခတ်ရွာသွန်းလာသဖြင့် ဖောင်တော်နစ်မြုပ်သွား၍ ဖောင်တော်ဦး ဗုဒ္ဓရုပ်ရှင်တော်မြတ်ငါးဆူအနက် လေးဆူသာပြန်လည်ဆယ်ယူရရှိခဲ့ပြီး တစ်ဆူမှာရှာဖွေ၍ မရရှိခဲ့ပေ။ ကျောင်းတော်ရောက်၍ ဂန္ဓကုဋိတိုက်တော်ကိုဖွင့်သောအခါတွင် ရေထဲ၌ နစ်မြုပ်ပျောက်ဆုံးနေခဲ့သော တစ်ဆူမှာ ဦးခေါင်းတော်တွင် ရေမှော်များတင်လျက်ပြန်လည်ဖူးတွေ့ရကြောင်း၊ ၎င်းနောက် တစ်ကြိမ်တွင် ထပ်မံ၍ ပင့်ဆောင်လှည့်လည်ပြန်သောအခါ အင်းတိမ်ရွာသို့အရောက်တွင် ရှေးနည်းမစွပင် မိုးလေသည်းထန်စွာရွာသွန်း တိုက်ခတ်လာသဖြင့် ဗုဒ္ဓရုပ်ပွားတော်တစ်ဆူကို ညတွင်းချင်းကျောင်းတော်သို့ တစ်ဖန်ပင့်ဆောင်ကာ ပြန်ပို့သောအခါမှ မိုးလေကင်းစင်သွားသည်ဟု သက်ကြီးစကားသက်ငယ်ကြားဖြင့်ကြားသိရသော ကြောင့်ထူးခြားဆန်းကြယ်ပြီး တန်ခိုးကြီးလှသည်ကို အံ့သြမိရသည်။

ဖောင်တော်ဦးဘုရားမှ ပြန်အထွက် အင်းပေါ်ခုံရွာရှိ ပိုးထည်လုပ်ငန်းတစ်ခုတွင် ဝဝဖိုင့်ဖိုင့်ဖြင့် စိတ်တည်ငြိမ်စွာ ပဒုမ္မာကြာပင်ရိုးမှ ကြာမျှင်များကို ထုတ်ယူနေသော အင်းသူကြီး တစ်ဦးကို မေးမြန်းကြည့်ရာ “ကျွန်မတို့ ကြာပဝါ တစ်ခုရဖို့အတွက် ကြာပင်ပေါင်း ရှစ်ထောင်ခန့်လိုအပ်ပါတယ်။ အဓိကကုန်ကြမ်းကို ဧရာဝတီတိုင်း ဘက်ကမှာယူရတယ်။ ဒီအင်းထဲမှာလည်း အခုကြာတွေစိုက်ထားပါတယ်။ ပဝါလုပ်ဖို့အတွက်ဆိုရင်တော့ အရင်ဆုံးကြာရိုးကို လက်နှစ်ဖက်နဲ့ ဒီလိုချိုးပြီးဆွဲလိုက်ရင် အမျှင်လေးတွေထွက်လာတယ်။ အဲဒီထွက်လာတဲ့ အမျှင်လေးတွေကို သစ်သားခုံအပြားပေါ်မှာ တင်ပြီး ဒီလိုကြိုးလေးဖြစ်သွားအောင်လက်ဖဝါးနဲ့ လိမ့်လိမ့်ပြီး လိပ်ယူရပါတယ်။ အဲဒီအခါကြာကြိုးအမျှင် လေးဖြစ်လာတယ်။ ပြီးရင်တော့ ဒီရထားတဲ့ကြာမျှင်ချည်ကြိုးလေးတွေကို ကြိုးကျစ်ပြီး ထမင်းရည်နဲ့ကော်တင်ကာ ရက်ကန်းစင်ကိုပို့ရတယ်။ ရက်ကန်းစင်ရောက်ရင်တော့ လိုတဲ့အရောင်တင်ရပါတယ်”ဟု ရှင်းပြသည်မှာလည်း ထူးခြားအံ့သြစိတ်ဝင်စားဖွယ်ရာလုပ်ငန်းတစ်ခုပင်ဖြစ်သည်။

အင်းပေါ်ခုံရွာမှ အထွက်တွင်တော့ ညနေက စောင်းနေချေပြီ… အင်းရေပြင်က မနက်စောစောပိုင်း ရာသီဥတုနှင့် မတူတော့၊ သိသိသာသာပြောင်းလဲနေချေပြီ…တိမ်ခိုးတိမ်ငွေ့များက အုံ့ဆိုင်းညို့မှိုင်းကာ မိုးငွေ့နှင့်အတူ လေကပါပါလာသည်။ ရေပြင်လှိုင်းကြက်ခွပ်များက ပိုပြင်းထန်လာသည်။ ပြောင်းလဲလာသော ရာသီဥတုကြောင့် စက်လှေမောင်းသမားလေးက စေတနာဖြင့် လှိုင်းကာလေကာဖြစ်အောင် အပြန်လမ်းကို အင်းရေပြင်အလယ်မှ မပြန်တော့ဘဲ လမ်းကြောင်းပြောင်းကာ ကျွန်းမျှောစိုက်ခင်းများကြားက ဟိုဝင် ဒီထွက်ဖြင့် အန္တရာယ်ကင်းအောင်ပြန်ပို့ပေးမည်ဟု ပြောလာချေသည်။

အချိန်နှင့်ရာသီဥတုကြားထဲ သတင်းသမားဆိုတဲ့ဉာဉ်က စာရေးသူ မပျောက်နိုင်၊ အလိုက်မသိစွာဘဲ အန္တရာယ်ကို မမြင်သောစာရေးသူက ငါးရှာနေသော အင်းသားတစ်ဦးလောက်ကို အင်းလေးဒေသ ငါးဖိန်းအကြောင်း မေးချင်သည်ဆို၍ စက်လှေသမားလေးကို ပြောလိုက်ရာ စက်လှေသမားလေးက ရေလုပ်သားတစ်ဦးရှိရာ လှေတစ်စင်းအနီးသို့ ချဉ်းကပ်ပေး၍ ရေလုပ်သားကြီးကို လျှပ်တစ်ပြက် မေးမြန်းကြည့်ရာ “ကျွန်တော်တို့ဒီအင်းကြီးထဲမှာ ငါးဖိန်း၊ ငါးဖယ်၊ ငါးခုံးမ၊ ငါးရံ့၊ ငါးကြင်းတွေ ဖမ်းလို့ရတယ်။ ငါးဖိန်းကတော့ ဒီဒေသမှာ လူကြိုက်များကြတယ်။ အင်းလေးကိုလာလည်တဲ့ဧည့်သည်တွေလည်း အရမ်းကြိုက်ကြတယ်။ ငါးဖိန်းငါးက လေးပြီးချိုတဲ့အတွက် အလွန်စားကောင်းတယ်။ အင်းဒေသအတိုင်း အမျိုးမျိုးလုပ်စားကြတယ်။ မိုးတွင်းမှာ ကျွန်တော်တို့ ငါးမဖမ်းကြဘဲ သီတင်းကျွတ်ကနေပြီး တပေါင်းလအထိ ငါးဖမ်းကြတယ်။”ငါးဖမ်းယူနေသည့်ဝါးဆန်ခါအရှည်ကြီးကဲ့သို့ ငါးဖမ်းပစ္စည်းကြီးကို ထပ်မံမေးကြည့်ရာ “ကျွန်တော်တို့ငါးဖမ်းရာမှာ ဒီအင်းအိမ်ခေါ် ငါးအိမ်ဝိုင်းကို အင်းထဲမှာ ဆောက်ရတယ်။ ငါးအိမ်ဝိုင်းလုပ်ဖို့အတွက် ဝါးခြမ်းပြားတွေကို ပတ္တလားသီထားသလို ကြိုးနဲ့ စိပ်စိပ်သီထားပြီးဟူးလို့ခေါ်တဲ့ ဝါးခြမ်းကုံးနဲ့ အင်းရေထဲကို ဝိုင်းခတ်ထားရတယ်။ အဲဒီအထဲကို ငါးတွေဝင်လာအောင် ပဲဖတ်ကျွေးရတယ်။ ဒီညနေတော့ ငါးနည်းနည်းပဲ ရသေးတယ်”လို့ ရိုးသားသော အင်းသားကြီးက ခဏတာအတွင်း စိတ်ရှည်လက်ရှည်ရှင်းပြသည်ကို နားထောင်မှတ်သားရင်း စိတ်ဝင်စားဖွယ်ရာ အင်းလေးဒေသ သတင်းကုန်ကြမ်းများကို ရင်ဝယ်ပိုက်ကာ နေဝင်ဆည်းဆာမမှောင်ခင် အချိန်ကိုလုရင်း ကျွန်းမျှောစိုက်ခင်းများကြားက စက်ရှိန်ကိုမြှင့်ကာမောင်းနှင်ထွက်ခွာလာသော စာရေးသူတို့၏ စက်တပ်လှေကလေးသည် လေအဟုန်မှာ အပြင်းခရီးနှင်လျက်……

ရေပေါ်အရပ်သားနေအိမ်များ။
水上民居 cnsphoto

ညီညီ

မှီငြမ်းကိုးကား။ ။ ဖောင်တော်ဦးဘုရားသမိုင်း
ဒါရိုက်တာမြတ်မောင်၏ အင်းလေးစာအုပ်

မြန်မာပြည် အင်းလေးကန် ရေပေါ်ဈေး။
缅甸茵莱湖上的水上市场 cnsphoto

မြန်မာနိုင်ငံအရေးကြီးသည့်မြို့-နမ့်ခမ်း

缅甸重镇——南坎

南坎，系撣语地名，即“金江”之意。它位于瑞丽江南岸，是缅甸北部的重镇和门户，与中国国家级口岸瑞丽市接壤。南坎依山傍水，瑞丽江尤如巨大的银蛇从城北蜿蜒游过，背后是郁郁葱葱的山峦，美丽的小城就优雅安闲地躺在万亩良田之间。

နမ့်ခမ်းသည် ရှမ်းအခေါ်အဝေါ်ဖြစ်ပါလျက် “ရွှေမြစ်” ဟူသော အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုထားပါသည်။ နမ့်ခမ်းမြို့သည် ရွှေလီမြစ်တောင်ဘက်ကမ်းခြေတွင် တည်ရှိရာ၊ ရှေးခေတ်လူမျိုးများက ရွှေလီမြစ်ကို ရွှေမြစ်ကြီး ဟုခေါ်တွင်သည့်အတွက်ကြောင့် ယခုလိုအမည်ရရှိခြင်းဖြစ်ပါသည်။ နမ့်ခမ်းသည် မြန်မာနိုင်ငံ ရှမ်းပြည်အနောက်မြောက်ပိုင်းဒေသတွင် တည်ရှိသော မြို့နယ်တစ်ခုဖြစ်ရာ မြန်မာနိုင်ငံမြောက်ပိုင်းဒေသ၏အရေးကြီးသည့် မြို့နှင့် နယ်စပ်ဂိတ်လည်း ဖြစ်ပါလျက် တရုတ်နိုင်ငံ၏ နိုင်ငံတော်အဆင့်ရှိသည့် နယ်စပ်ဂိတ်မြို့ဖြစ်သော ရွှေလီမြို့နှင့် နယ်နိမိတ်ချင်းဆက်စပ်ထားပါသည်။

နမ့်ခမ်းသည် တောတောင်နှင့် ရေမြေအနားတွင် တည်ရှိပါသည်၊ ရွှေလီမြစ်သည် ငွေရောင်မြွေတစ်ကောင်သဘွယ် နမ့်ခမ်းမြို့ မြောက်ဘက်ကို ဖြတ်ကျော်ရာ နောက်ခံနေရာတွင် စိမ်းလန်းစိုပြေမှုရှိသော တောတောင်နယ်မြေဖြစ်ပါလျက်၊ လှပသောမြို့နယ်လေးသည် လယ်မြေဧကပေါင်းများစွာ ရှိသည့်နေရာတွင် တည်ရှိနေပါသည်။ ထိုနေရာသည် မြေဆီဩဇာကောင်းမွန်ခြင်း၊ ရာသီဥတုသာယာခြင်း၊ သယံဇာတပေါကြွယ်ဝခြင်း၊ ရှုခင်းအလှပြည့်စုံခြင်း၊ ရောဂါမျိုးစုံကင်းရှင်းနိုင်သော ရေပူစမ်းရှိခြင်းတို့ကြောင့် အလွန်လှပသည့် နေရာတစ်ခုအနေဖြင့် ရပ်တည်လျက်ရှိပါသည်။ အမေရိကန်စာရေးဆရာတစ်ဦးက မှတ်တမ်းပုံစံဖြစ်သော ဝတ္ထုစာအုပ်၊ နောက်ပိုင်းတွင် ထိုဝတ္ထုမှ“မြန်မာခွဲစိတ် ဆရာဝန်” ဟုခေါ်တွင်သော ရုပ်ရှင်ကားကို ပြန်လည်ပြုစုရေးသားခြင်းဖြင့် ရိုက်ကူးခဲ့ရာ နမ့်ခမ်းသည် နိုင်ငံတကာတွင် အမည်ကျော်ကြားခဲ့ပါသည်။

နမ့်ခမ်းမြို့သူမြို့သားများက အစဉ်အလာ သာသနာရေးရာအစီအစဉ်များ ကျင်းပစဉ်။
南坎市民举行传统的宗教活动　cnsphoto

နမ့်ခမ်းမြို့ပတ်လည်နေရာရှိ ညောင်ပင်ကြီး။
南坎市周围的榕树　cnsphoto

နမ့်ခမ်းမြို့နယ်၏အကျယ်အဝန်းသည် စတုရန်းကီလိုမီတာ ၅၀၀၀ ခန့်ရှိရာ၊ လူဦးရေသည် ၁.၃ သိန်းခန့်ရှိပါသည်။ နမ့်ခမ်း၏အဓိကစီးပွားရေးလုပ်ငန်းသည် ဈေးရောင်းဈေးဝယ်ဖြစ်ပါသည်၊ ဒုတိယစီးပွားရေးလုပ်ငန်းသည် လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းဖြစ်ရာ နှစ်စဉ် လက်ဖက်ခြောက် ထုတ်လုပ်ရေးပမာဏသည် မြန်မာနိုင်ငံ၏ ဒုတိယနေရာတွင် ရပ်တည်ပါသည်။ လက်မှုလုပ်ငန်းများလည်း အတိုင်းအတာတစ်ခုအနေဖြင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုရှိပါသည်။

နမ့်ခမ်းသည် ရှေးဟောင်းမြို့တစ်မြို့ဖြစ်ပါသည်။ မြို့ပြအတွင်းရှိ လမ်းများသည် စနစ်တကျရှိလျက် ဖွဲ့စည်းပုံသည် အဆင်ပြေမျှတမှုပြည့်စုံပါသည်။ အရပ်သူအရပ်သားများ၏ နေအိမ်ပုံစံသည် အရှေ့တောင်အာရှ၏ ထူးခြားမှုရှိလျက် ရှေးခေတ်စေတီပုထိုး၊ ဘုရားကျောင်းနှင့် ဘုန်းကြီးကျောင်းများကို သစ်ပင်စိမ်းလန်းမှုအပြည့်ရှိသည့်နေရာအနှံ့တွင် တွေ့ရှိနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။ ၁၀၄၄ ခုနှစ်တွင် ပုဂံခေတ်တုန်းက အနော်ရထားမင်းသည် စစ်တပ်ကို ဦးဆောင်လျက် မြောက်ဘက်သို့ချီတက်ခဲ့ရာ မန့်ခမ်း ဟူသောနေရာတွင် စခန်းချအနားယူခဲ့ပါသည်။ ၁၁၄၀ ခုနှစ်တွင် Aaron Wang Du tin သည် ကိုယ်ရံတော်တပ်ဖွဲ့တစ်ဖွဲ့ကို ဦးဆောင်ပြီး ရှမ်းပြည်သို့ သွားရောက်စစ်ဆေးကာ၊ ဘုရင်အဟောင်း၏ မဟာဂုဏ်ကျေးဇူးကို ဂုဏ်ပြုသောအနေဖြင့်မန့်ခမ်းစေတီများကို တည်ဆောက်ခဲ့ပါသည်။ အဓိကအဆောက်အအုံများသည် ခရုပုံ စေတီ၊ တိုင်းရင်းသားလူမျိုးစုပန်းခြံ၊ ယွမ်ဖိန်စေတီအဖြူနှင့် မန့်ခမ်းစေတီများပါဝင်ပါသည်။ ယခုလိုရှေးဟောင်း အမွေအနှစ်ယဉ်ကျေးမှု နေရာများသည် နိုင်ငံအသီးသီးမှ ခရီးသည်များ လာရောက်လည်ပတ်ကြည့်ရှုရန် ဆွဲဆောင်မှုအပြည့်ဖြင့် စွမ်းဆောင်နေပါသည်။

ခရီးသွားများနှင့် တရုတ်မြန်မာနယ်စပ်ဒေသက နယ်စပ်သူနယ်စပ်သားများ လှေစီးပြီး တရုတ်နိုင်ငံ ရွှေလီမှ ရွှေလီမြစ်ကို ဖြတ်ကျော်လျက် နမ့်ခမ်းမြို့သို့ သွားကြစဉ်။
游客与中缅边境的边民乘船从中国的瑞丽渡过瑞丽江前往南坎　cnsphoto

တရုတ်ယူနန်အား မဟာမဲခေါင်မြစ်ဝှမ်းဒေသခွဲလယ်ယာစိုက်ပျိုးရေး သိပ္ပံနည်းပညာဖြာထွက်မှုစင်တာတည်ဆောက်

中国云南打造大湄公河次区域农业科技辐射中心

近年来，云南还在老挝、柬埔寨等国援建国家级和省级农业科技示范园，陆稻、大豆、甘蔗、马铃薯、植保和社会农业经济6个专业工作组更成为跨境合作的典范，这使得中国云南逐渐成为大湄公河次区域的农业科技辐射中心。

တရုတ်–အာဆီယံ လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေး ထွက်ကုန်ထုတ်လုပ်ရေးလုပ်ငန်း ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး အဆင့်မြင့်ဖိုရမ် ကျင်းပစဉ်။
中国—东盟农业产业发展高端论坛现场　新华社 图

(၂၀၀၈)ခုနှစ်ထူထောင်ချိန်မှစပြီးယနေ့အထိ တရုတ်၊ ကမ္ဘောဒီးယား၊ လာအို၊ မြန်မာ၊ ထိုင်း၊ ဗီယက်နမ်နိုင်ငံတို့သည် မဟာမဲခေါင်မြစ်ဝှမ်းဒေသခွဲ လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးသိပ္ပံနည်းပညာဖလှယ်ရေး ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု အသင်းမှတဆင့် စိုက်ပျိုးရေးမျိုးစိတ် (၂၆၄)မျိုးကို လဲလှယ်ရယူနိုင်ခဲ့ကြောင်း သိရပါသည်။ "ယူနန်အလင်းရောင်အမှတ်(၁၄)"၊ "ယူနန်အလင်းရောင်အမှတ်(၁၇)"စသည့် ယူနန်မျိုးစပါးမျိုးကောင်းမျိုးသန့်များကို ဗီယက်နမ်၊ မြန်မာ၊ လာအို စသည့်နိုင်ငံများမှာ ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့်တွန်းဆော်နိုင်ခဲ့ရာ စိုက်မြေဧရိယာ မိုပေါင်း(၁)သန်းကို ကျော်နိုင်ခဲ့ပြီဖြစ်သည်။

ယခုနှစ်ပိုင်းအတွင်း ယူနန်သည် လာအို၊ ကမ္ဘောဒီးယား စသည့်နိုင်ငံများတွင် နိုင်ငံတော်အဆင့်နှင့် ပြည်နယ်အဆင့် လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးသိပ္ပံနည်းပညာစံပြဖုန်များကို ထောက်ပံ့တည်ဆောက်ပေးခဲ့သည်။ ကုန်းမြေစိုက်စပါး၊ ပဲကြီး၊ ကြံ၊ အာလူး၊ ရုက္ခ ထိန်းသိမ်း ကာကွယ်ရေးနှင့် လူမှုလယ်ယာစီးပွားရေး အထူးလုပ်ဆောင်မှု အဖွဲ့(၆)ဖွဲ့တို့သည် နယ်စပ်ဖြတ်ကျော် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု စံနမူနာများကို တိုးမြှင့်အောင်မြင်နိုင်ခဲ့သည်။ ဤသို့ဖြင့် ယူနန်ပြည်နယ်သည် တဖြည်းဖြည်းချင်း မဟာမဲခေါင်မြစ်ဝှမ်းဒေသခွဲ လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးသိပ္ပံနည်းပညာ ဖြာထွက်မှုစင်တာ ဖြစ်လာပါတော့သည်။

ဤသည်မှာ သတင်းထောက်သည် ယခုရက်ပိုင်းက ကူမင်းမြို့မှာ ကျင်းပသည့် မဟာမဲခေါင်မြစ်ဝှမ်းဒေသခွဲ လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေး သိပ္ပံနည်းပညာ ဖလှယ်ရေးပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုအသင်း(၇)ကြိမ်မြောက်အမှုဆောင်အစည်းအဝေးနှင့် လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေး သိပ္ပံနည်းပညာ နှီးနှောဖလှယ်ရေး စာတမ်းဖတ်ပွဲမှာ သိရှိခဲ့ရသည့် အကြောင်းအချက်များပင်ဖြစ်သည်။ အဆိုပါ စာတမ်းဖတ်ပွဲမှာ မဟာမဲခေါင်မြစ်ဝှမ်းဒေသခွဲ နိုင်ငံ(၅)နိုင်ငံမှ ပညာရှင်၊ စိုက်ပျိုးရေးအရာရှိနှင့် လုပ်ငန်းရှင်ကိုယ်စားလှယ်ဦးရေပေါင်း(၉၀)ဦးတို့သည် အစည်းအဝေးသို့ တက်ရောက်ခဲ့ကြကြောင်း သိရပါသည်။

မဟာမဲခေါင်မြစ်ဝှမ်းဒေသခွဲဆိုသည်မှာ မဟာမဲခေါင်မြစ်ဝှမ်းဒေသဖြစ်သည့် တရုတ်နိုင်ငံ ယူနန်ပြည်နယ်၊ ကမ္ဘောဒီးယား၊ လာအို၊ မြန်မာ၊ ထိုင်း၊ ဗီယက်နမ် စသည်တို့ဖြစ်ကြပါသည်။

ယူနန်ပြည်နယ် စိုက်ပျိုးရေး သိပ္ပံနည်းပညာဌာနမှ ဌာနမှူး လီရွှယ်လင်က မိတ်ဆက်ပြောကြားသည်မှာ – ယခုအကြိမ်အစည်းအဝေးမှတဆင့် ကုန်းစပါး၊ ပဲကြီး၊ အာလူး၊ ကြံ၊ ရုက္ခထိန်းသိမ်းကာကွယ်ရေးနှင့် လူမှုလယ်ယာစီးပွားရေးအထူးလုပ်ဆောင်မှုအဖွဲ့(၆)ဖွဲ့တို့၏စာတမ်းဖတ်ပွဲကို ကျင်းပခြင်းဖြစ်ကြောင်း၊ နိုင်ငံအသီးသီးအကြား ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုနှင့် လိုအပ်သော သတင်းအချက်အလက်များကို ဖလှယ်ကြခြင်းဖြစ်ကြောင်း၊ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု အောင်မြင်မှုရလာဒ်တို့ကို ဆက်လက်တွန်းပို့ရန်နှင့် နက်ရှိုင်းစွာ ဆောင်ရွက်ကြရန်ပင်ဖြစ်ကြောင်း စသည်ဖြင့် မိတ်ဆက်ပြောကြားသွားပါသည်။

ယူနန်ပြည်နယ် လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေး ဦးစီးဌာနမှ ညွှန်ကြားရေးမှူး တုကျန့်ဟွေက ပြောကြားသွားသည်မှာ– တရုတ်အစိုးရသည် မဟာမဲခေါင်မြစ်ဝှမ်းဒေသခွဲရှိနိုင်ငံများနှင့် အတူ လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေး ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု လုပ်ဆောင်ရန် အထူးအလေးထားကြောင်း၊ အဆိုပါနိုင်ငံများနှင့်အတူ စိုက်ပျိုးရေးကဏ္ဍမှာ ဖလှယ်ရေးနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုတို့ကို လုပ်ဆောင်ခဲ့ကြကြောင်း၊ ပထဝီမြေအနေအထား၊ ရာသီဥတု စသည့် အားသာချက်များ၏ အကျိုးပင်ဖြစ်ကြောင်း၊ မြန်မာ၊ လာအို၊ ဗီယက်နမ် နယ်စပ်ချင်းထိဆက်လျက်ရှိသည့် နိုင်ငံများသို့ ယူနန်ပြည်နယ်စိုက်ပျိုးရေးကဏ္ဍ "ပြည်ပသို့ထွက်ခြင်း"သည် သမိုင်းကြာရှည်စွာရှိခဲ့ပြီဖြစ်ကြောင်း စသည်ဖြင့် ပြောကြားသွားပါသည်။

"မဟာမဲခေါင်မြစ်ဝှမ်းဒေသခွဲရှိနိုင်ငံများမှာ လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးအဆင့်အတန်း နိမ့်ကျလျက်ရှိနေကြောင်း၊ တောင်သူလယ်သမားများ ဆင်းရဲနွမ်းပါးကြကြောင်း၊ တောလက်ကျေးရွာမှာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု နည်းနေကြောင်း၊ ဇီဝဂေဟပတ်ဝန်းကျင် ထိန်းသိမ်းရေးနှင့် ဇီဝမျိုးနွယ်ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေး စသည့်အပိုင်းမှာ အခြားနိုင်ငံများနည်းတူ စိန်ခေါ်မှုများရင်ဆိုင်နေရကြောင်း"စသည်ဖြင့် တုကျန့်ဟွေကပြောကြားသွားပါသည်။

လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေး သိပ္ပံနည်းပညာ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရေးသည် နယ်စပ်ဖြတ်ကျော် စိုက်ပျိုးရေး ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု၏ အရေးပါသည့် အကြောင်းအရာဖြစ်သည်။ ကျေးရွာ လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေး သိပ္ပံနည်းပညာ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုကို တိုးမြှင့်စေရန်အတွက်(၂၀၀၈)ခုနှစ်မှာ တရုတ်ပြည် စိုက်ပျိုးရေးဝန်ကြီးဌာန၊ ယူနန်ပြည်နယ် သိပ္ပံနည်းပညာဦးစီးဌာနတို့၏ပံ့ပိုးမှုအရ ယူနန်ပြည်နယ်လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးသိပ္ပံနည်းပညာဌာနသည် ဒေသတွင်းရှိ (၅)နိုင်ငံတို့နှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုကို လုပ်ဆောင်လာခဲ့ကြရာ မဟာမဲခေါင်မြစ်ဝှမ်းဒေသခွဲ လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေး သိပ္ပံနည်းပညာဖလှယ်ရေး ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုအသင်းကို ထူထောင်ခဲ့ကြကာ နယ်စပ်ဖြတ်ကျော် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုများကို လုပ်ဆောင်ခဲ့ကြသည်။ ထိုမှတဆင့် စားနပ်ရိက္ခာလုံခြုံမှု အာမခံချက်ထောက်ပံ့ပေးရေး၊ ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှု လျှော့ချပပျောက်ရေး၊

အာဆီယံ ၇ နိုင်ငံမှ ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များက တရုတ်နိုင်ငံတွင် စပါးစိုက်ပျိုးရေးအခြေအနေကို လေ့လာကြစဉ်။
东盟七国技术员在中国考察水稻种植

ပတ်ဝန်းကျင် ထိန်းသိမ်းကာကွယ်ရေး စသည့်ရည်မှန်းချက်များကို အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်စေရန်အတွက်ဖြစ်သည်။

(၇)နှစ်တာကာလအတွင်း မဟာမဲခေါင်မြစ်ဝှမ်းဒေသခွဲ လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေး သိပ္ပံနည်းပညာဖလှယ်ရေး ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုအသင်း၏ ကြိုးပမ်းမှုဖြင့် (၆)နိုင်ငံတို့နှင့် မျိုးကောင်း (၂၆၄)မျိုးဖလှယ်ခြင်း၊ စမ်းသပ်မျိုးကောင်း (၄၈)ခု ဇကာတင်ရွေးချယ်ခြင်း၊ စံပြမျိုးကောင်း(၃၄)မျိုး ရွေးထုတ်ပေးခြင်း၊ စံပြစိုက်မြေဧရိယာ (၆၅၀၀)ဟက်တာရောက်ရှိနိုင်ခဲ့ခြင်း၊ နည်းပညာရှင်နှင့် တောင်သူ(၉၀၀၀)ကျော်ကို မွမ်းမံသင်တန်းဖွင့်လှစ်ပျိုးထောင်ပေးခြင်းစသည်တို့ကို ဆောင်ရွက်အောင်မြင်ခဲ့ကြောင်း သိရပါသည်။

"(၂၀၁၁)ခုနှစ်မှ စတင်ထူထောင်ခဲ့သည့်ရက္ခထိန်းသိမ်းကာကွယ်ရေး အထူးလုပ်ဆောင်မှုအဖွဲ့မှတဆင့် ယူနန်ပြည်နယ်သိပ္ပံနည်းပညာဌာနသည် ဗီယက်နမ်၊ လာအို၊ ကမ္ဘောဒီးယားနှင့် မြန်မာနိုင်ငံတို့မှ သိပ္ပံသုတေသနပညာရှင်များအား စပါးပေါ်ကျသည့်သန်း၊ စပါးပင်ကူးဆက်ရောဂါ၊ ဟင်းရွက်ပိုးဖလံ၊ ပြင်ပမှ ဝင်ရောက်လာသော ရောဂါပိုး စသည့်အကြောင်းအရာများနှင့်ပတ်သက်ပြီး ကာကွယ်သည့်နည်းပညာများ၊ ပူးပေါင်းသုတေသနလုပ်ဆောင်ခြင်းများနှင့် နည်းပညာမွမ်းမံသင်တန်းများ စသည်တို့ကို ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်ခဲ့ကာ ဒေသခွဲအတွင်း ပူးပေါင်းကာကွယ်မှုနည်းစနစ်ထူထောင်နိုင်ရန် အခြေခံကောင်းချမှတ်နိုင်ခဲ့ပါသည်။"ဟု ယူနန်ပြည်နယ်လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးသိပ္ပံနည်းပညာဌာနချုပ် နိုင်ငံတကာဌာနမှ ဌာနမှူး ထောင်တာ့ယွင်က ပြောကြားသွားပါသည်။

ယူနန်လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေး သိပ္ပံနည်းပညာ၏ ခေတ်ရှေ့ပြေးရောက်ရှိနေမှုနှင့် နယ်မြေအပေါ်တွင် အဆင်ပြေမှုအားသာချက်တို့သည် ဒေသအတွင်းရှိ နိုင်ငံများအပေါ် ကြီးမားသည့်အကျိုးသက်ရောက်မှုများကို ရရှိစေသည်။ အစည်းအဝေးအပေါ်တွင် နိုင်ငံအသီးသီးမှ စိုက်ပျိုးရေးဆိုင်ရာ တာဝန်ရှိသူအရာရှိများ (သို့မဟုတ်)ဌာနမှ တာဝန်ရှိသူများတို့သည် စိုက်ပျိုးရေးသိပ္ပံနည်းပညာဖလှယ်ရေးနှင့်ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုအပေါ် မြင့်မားသည့် အသိအမှတ်ပြု လက်ခံမှုတို့ကို ပြသလျက်ရှိနေကြသည်။

ကမ္ဘောဒီးယားနိုင်ငံ "ယူနန်–ရွှမ်းလား ချစ်ကြည်ရေးလယ်ယာစိုက်ပျိုးရေး သိပ္ပံနည်းပညာ စံပြဇုန်"မှာ အာလူး၊ ပြောင်းဖူး စသည့်လယ်ယာထွက်ပင်များကို စိုက်ပျိုးလျက်ရှိနေရာကောင်းမွန်သည့် လူမှုရေးအကျိုးများဖြစ်ထွန်းအောင်မြင်လျက်ရှိနေကြောင်း တွေ့ရပါသည်။ ကမ္ဘောဒီးယားနိုင်ငံဘုရင်မင်းမြတ်ချီးမြှင့်သော ဆုတံဆိပ်ကိုပင် ဆွတ်ခူးရရှိနိုင်ခဲ့ကြောင်း သိရပါသည်။ ဗီယက်နမ်နိုင်ငံသည် ယူနန်ပြည်နယ်စိုက်ပျိုးရေး သိပ္ပံနည်းပညာဌာနမှ ကုန်းမြေစပါးမျိုးကောင်းမျိုးသန့် အမျိုးပေါင်း(၉၆)မျိုးကို တင်သွင်းနိုင်ခဲ့ကာ အကောင်းဆုံးသော၊ ရောဂါပိုးကို ကာကွယ်နိုင်မှုစွမ်းအား မြင့်မားသော၊ ကုန်ထုတ်လုပ်မှု ပမာဏမြင့်မားသော အမျိုး(၃)ခုကို စံနမူနာအဖြစ် ဇကာတင်ရွေးချယ်ခဲ့ကြောင်း သိရပါသည်။

မဟာမဲခေါင်မြစ်ဝှမ်းဒေသခွဲနိုင်ငံများ စိုက်ပျိုးရေးဌာနမှ ပြောကြားသည်မှာ– ယူနန်ပြည်နယ်နှင့် စိုက်ပျိုးရေး သိပ္ပံနည်းပညာနှင့် မဟာမဲခေါင်မြစ်ဝှမ်းဒေသခွဲ နိုင်ငံများအကြား ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုအလားအလာသည် မြင့်မားလှကြောင်း၊ ယခုအကြိမ်အစည်းအဝေးပေါ်မှာ တရုတ်ပြည် စိုက်ပျိုးရေးသိပ္ပံနည်းပညာဌာန၊ တရုတ်ပြည် အပူပိုင်းဇုန်စိုက်ပျိုးရေးသိပ္ပံနည်းပညာဌာန၊ ကျန်းရှီး၊ ကွမ်ရှီး စသည့်ပြည်နယ်မှ စိုက်ပျိုးရေးသိပ္ပံနည်းပညာသုတေသနဌာနတို့သည် ကမ္ဘောဒီးယား၊ လာအို၊ ထိုင်း၊ ဗီယက်နမ် စသည့်နိုင်ငံတို့၏ စိုက်ပျိုးရေးသိပ္ပံ နည်းပညာဌာနတို့အကြား ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုဆိုင်ရာ သဘောတူညီချက်များကိုရရှိနိုင်ခဲ့ကြောင်း စသည်ဖြင့်ပြောကြားသွားပါသည်။

ယူနန်ပြည်နယ် သိပ္ပံနည်းပညာဌာနမှ ဒုတိယဌာနမှူးက ယူဆသည်မှာ–(၇)နှစ်ကြာ လည်ပတ်ခဲ့သော မဟာမဲခေါင်မြစ်ဝှမ်းဒေသခွဲ စိုက်ပျိုးရေး သိပ္ပံနည်းပညာဖလှယ်ရေးနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုဆိုင်ရာ အလုပ်အမှုဆောင်အသင်းသည် တရုတ်နိုင်ငံ၏"တစ်ဇုန်တစ်လမ်း"တည်ဆောက်ရေးလုပ်ငန်းမှာ ပိုမိုကြီးမားသည့် အကျိုးသက်ရောက်မှုများကို ပေးဆောင်နိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ တချိန်တည်းမှာ တရုတ်–အာဆီယံနှင့် တရုတ်–တောင်အာရှ လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေး သိပ္ပံနည်းပညာဖလှယ်ရေးနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု နည်းစနစ်ထူထောင်ရာတွင် ထူးခြားသည့်အနက်အဓိပ္ပါယ် ဆောင်ကြဉ်းနေကြောင်း စသည်ဖြင့်ယူဆမိသည်ကို ပြောကြားသွားပါသည်။

ယူနန်ထွက်ဟင်းသီးဟင်းရွက်များ ပင်လယ်ရပ်ခြားတွင် အကြိုက်တွေ့

云南蔬菜远销海外受欢迎

云南省副省长张祖林近日表示，云南发展高原特色现代农业具有独特优势，目前产自云南的蔬菜已远销 20 多个国家和地区。

张祖林介绍，云南的花卉面积和产量均居全国第一，在全国 70 多个大中城市的市场占有率超过 70％，出口 40 多个国家和地区，成为全国乃至全球的大花园。

张祖林在此间召开的“云南高原特色现代农业建设座谈会”上表示,云南发展特色农业具有巨大潜力。首先，云南是中国农业物种资源最为富集的地区之一。其次，优良的生态环境保障了农副产品的生态环保和安全优质。

ယူနန်ပြည်နယ်ဒုတိယအုပ်ချုပ်ရေးမှူးဖြစ်သူ ကျန်းကြူလင်းက ပြောကြားသည်မှာ ယူနန်တွင် ကုန်းမြင့်ဒေသထူးခြားချက်ရှိသော ခေတ်မီစိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်း ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေရန်အတွက် တမူထူးခြားသည့် အားသာချက်များရှိရာ လက်ရှိကာလတွင် ယူနန်ထုတ်သောဟင်းသီးဟင်းရွက်များသည် နိုင်ငံနှင့် ဒေသပေါင်း(၂၀)ကျော်အထိ တင်ပို့ရောင်းချလျက်ရှိနေကြောင်း ဖော်ပြထားပါသည်။

ကျန်းကြူလင်း၏ မိတ်ဆက်ပေးချက်အရ၊ ယူနန်ရှိ ပန်းမန်များစိုက်ဧကရော ပန်းမန်ဆိုင်ရာ ထုတ်ကုန်များပါ တစ်နိုင်ငံလုံး၏ နံပါတ် (၁) နေရာတွင် ရပ်တည်လာလျက်ရှိနေကြောင်း၊ တစ်ပြည်လုံးအကြီးစားနှင့် အလတ်စားမြို့ပြ (၇၀) ကျော်အတွင်း ဈေးကွက်ပိုင်ဆိုင်မှုနှုန်းသည် ၇၀ ရာခိုင်နှုန်းကျော်လွန်လျက်၊ နိုင်ငံနှင့် ဒေသများ(၄၀)ကျော်အထိ တင်ပို့ရောင်းချမှုရှိသည့်အတွက် တစ်ပြည်လုံးနှင့် တစ်ကမ္ဘာလုံးအထိ အကြီးမားဆုံးပန်းခြံတစ်ခုအဖြစ် ရပ်တည်လာလျက်ရှိကြောင်း တွေ့မြင်နိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

ကျန်းကြူလင်းက "ယူနန်ကုန်းမြင့် အထူးခေတ်မီလယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းဆိုင်ရာဆွေးနွေးပွဲ"တွင် ဆွေးနွေးပြောကြားသည်မှာ ယူနန်တွင် ထူးခြားချက်ရှိသော လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်း လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ရန် အလားအလာအလွန်ကောင်းမွန်ကြောင်း။ ပထမအနေဖြင့် ယူနန်သည် တရုတ်စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းအမျိုးအစားအရင်းအမြစ်အများဆုံးနေရာတစ်ခုဖြစ်ကြောင်း၊ ဒုတိယသည် ကောင်းမွန်သော သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ရှိသည့်အတွက် လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးထုတ်ကုန်များကို သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် ကာကွယ်ထိန်းသိမ်းခြင်း၊ လုံခြုံစိတ်ချမှုရှိခြင်းနှင့် အရည်အသွေးကောင်းမွန်မှုရှိခြင်း ဟူသောအချက်အလက်ပြည့်စုံမည်ဖြစ်ကြောင်း ဆွေးနွေးပြောဆိုခဲ့ပါသည်။

ထူးခြားချက်ရှိသော လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းက တောင်သူလယ်သမားများကို ချမ်းသာလာစေသည်။
特色农业助农致富　新华社 图

ယူနန်ပြည်နယ်မာလုံဒေသတွင် ဂန္ဓမာပန်းစိုက်ပျိုးမှုလုပ်ငန်းသည် တောင်သူလယ်သမားများ ဝင်ငွေတိုးလာအောင် အထောက်အကူပြုခဲ့သည်။
云南马龙种植万寿菊助农民增收　新华社 图

云南建工集团有限公司 供稿

ယူနန်ပြည်နယ် အုပ်ချုပ်ရေးမှူး ချိန်ဟောင် ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စုသို့ သွားရောက်ကွင်းဆင်းလေ့လာ

ယူနန်ပြည်နယ်ပါတီကော်မတီ ဒုတိယအတွင်းရေးမှူး အုပ်ချုပ်ရေးမှူး ချိန်ဟောင်က ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအဖွဲ့သို့ သွားရောက်လေ့လာရာ အရေးပါသော မိန့်ခွန်းပြောကြားစဉ်။
云南省委副书记、省长陈豪到云南建工集团调研，并作重要讲话

云南省省长陈豪到云南建工集团调研

2015 年 12 月 1 日，云南省委副书记、省长陈豪，副省长董华到云南建工集团调研，充分肯定云南建工集团改革发展成绩，殷切希望云南建工集团争做云南省国有企业转型升级的一面旗帜、改革创新的一面旗帜、“走出去”的一面旗帜。

ယူနန်ပြည်နယ် ဒုတိယအုပ်ချုပ်ရေးမှူး တုန်ဟွာက ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စုသို့ သွားရောက်လေ့လာစဉ်။
云南省副省长董华到云南建工集团调研

ဒီဇင်ဘာလ (၁)ရက်နေ့တွင် ယူနန်ပြည်နယ် ပါတီကော်မတီဒုအတွင်းရေးမှူး အုပ်ချုပ်ရေးမှူး ချိန်ဟောင်၊ ဒုတိယအုပ်ချုပ်ရေးမှူး တုန်ဟွာတို့သည် ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စုသို့ လာရောက်လေ့လာကြသည်။ ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စု၏ ပြုပြင်ပြောင်းလဲရေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု အောင်မြင်မှုရလဒ်အပေါ် အပြည့်အဝအသိအမှတ်ပြုသွားသည်။ ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေး အုပ်စုအနေနှင့် ယူနန်ပြည်နယ်နိုင်ငံတော်ပိုင်လုပ်ငန်း ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှု၏ စံပြနမူနာ အလံအနေနှင့်သော်လည်းကောင်း၊ ပြုပြင်ဆန်းသစ်တီထွင်ခြင်း၏အလံအနေနှင့်သော်လည်းကောင်း၊ “ပြည်ပသို့ထွက်ခြင်း”၏ စံပြအလံအနေနှင့်သော်လည်းကောင်းဖြစ်လာပါရန် မျှော်လင့်ကြောင်း

ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စုအဖွဲ့ပါတီကော်မတီအတွင်းရေးမှူး၊ ဦးဆောင်ညွှန်ကြားရေးမှူးဖြစ်သူ ချိန်ဝင်းရှန်းက ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စု၏ လုပ်ငန်းအကြောင်းကို ရှင်းလင်းတင်ပြစဉ်။
云南建工集团公司党委书记、董事长陈文山汇报工作

စသည်ဖြင့်မှာကြားသွားပါသည်။

ချိန်ဟောင်သည် လုပ်ငန်းခွင်နှင့် ရပ်ကွက်အတွင်းသို့ လျှောက်လှမ်း ဝင်ရောက်လိုက်ပါသည်။ ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စု တာဝန်ယူဆောက်လုပ်သော ကူမင်းနိုင်ငံတော်အဆင့် စီးပွားရေးနည်းပညာဖွံ့ဖြိုးမှုဇုန် အာမခံလူနေအဆောက်အဦးနှင့် မြို့သစ်တည်ဆောက်ရေး လုပ်ငန်းတို့ကို လက်တွေ့ကွင်းဆင်းလေ့လာကြကာ ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စု ဖွံ့ဖြိုးမှုအဆောက်အအုံကြီးမှာ တွေ့ဆုံဆွေးနွေးပွဲကို ကျင်းပခဲ့သည်။ သူကပြောကြားသည်မှာ– ယခုအကြိမ် ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စုသို့ လာရောက်ကွင်းဆင်းလေ့လာရခြင်း၏ အဓိကရည်ရွယ်ချက်မှာ ပါတီ၏ (၁၈)ကြိမ်မြောက် ပဉ္စမအကြိမ်ဗဟိုအစည်းအဝေး၏ အတွေးအမြင်ကို တွန်းဆော်ရန် လာရောက်ခြင်းဖြစ်ကြောင်း၊ “(၁၃)ကြိမ်မြောက်(၅)နှစ်စီမံကိန်း” နှင့် ပိုမိုရေရှည်ဆန်သော ဖွံ့ဖြိုးမှုများကို လေ့လာရမည်ဖြစ်ကြောင်း၊ အုပ်စုသည် နိုင်ငံတော်ပိုင် စီမံခန့်ခွဲသည့် ပြည်နယ် အဆင့်လုပ်ငန်း (၁၉)ခုအနက် အာမခံလုပ်ငန်း တစ်ခုဖြစ်ကြောင်း၊ ယူနန်ပါတီကော်မတီနှင့် ပြည်နယ်အစိုးရတို့သည် ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စု၏ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအပေါ် အလွန်ပင်အလေးပေးမျှော်မှန်းချက်ထားရှိကြောင်း၊ ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စုအနေနှင့် အရှိန်အဟုန်မြင့် တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးစေလိုကြောင်း၊ ပါတီ၏(၁၈)ကြိမ်မြောက် ပဉ္စမအကြိမ်ဗဟိုအစည်းအဝေးမှတင်ပြခဲ့သောဖွံ့ဖြိုးမှုအတွေးအမြင်နှင့် ပါတီအထွေထွေအတွင်းရေးမှူး ရှီကျင့်ဖိန် ယူနန်ပြည်နယ်သို့ လာရောက်စဉ် ထုတ်ပြန်ခဲ့သော လမ်းညွှန်ချက်များအတိုင်း လိုက်နာဆောင်ရွက်ကြရမည်ဖြစ်ကြောင်း၊ ယူနန်ဆောက်လုပ် ရေးအုပ်စုနှင့် ယူနန်ပြည်နယ်တို့အားခုန်ပျံကျော်လွှားမှုပုံစံဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုကို အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ကြရမည်ဖြစ်ကြောင်း စသည်ဖြင့် မှာကြားသွားပါသည်။

ချိန်ဟောင်က ထပ်မံပြောကြားသည်မှာ–“လုပ်ငန်း၏ ခုန်ပျံကျော်လွှားမှု ပုံစံဖွံ့ဖြိုးမှု မရှိခဲ့လျှင် ယူနန်၏ ခုန်ပျံကျော်လွှားမှုပုံစံ ဖွံ့ဖြိုးမှုရှိနိုင်မည်မဟုတ်ပါ။” ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စု ထူထောင်ပြီး (၆၄)နှစ်တာကာလအတွင်း တစ်လှမ်းချင်းလျှောက်လှမ်းလာခဲ့ရာ အထူးသဖြင့် ယခုနှစ်ပိုင်းမှာ ပြင်းထန်သောဈေးကွက်စိန်ခေါ်မှုများနှင့် ရင်ဆိုင်ခဲ့ရသည်။ ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စုသည် လုပ်ငန်းအရပ်ရပ်ကို တစိုက်မတ်မတ် ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်လာခဲ့ရာ ပြည်တွင်းပြည်ပမှာ သက်ရောက်မှု အင်အားကြီးမားသော အကြီးစားဆောက်လုပ်ရေး လုပ်ငန်းတစ်ခု ဖြစ်လာပါတော့သည်။ ပြည်နယ်၏ စီးပွားရေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအတွက် အရေးပါသော ပေးလှူချက်များရှိလာနိုင်ခဲ့သည်။

ချိန်ဟောင်က ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စု အရှိန်အဟုန်မြင့်မားစွာ ပုံစံပြောင်းလဲခြင်း မြှင့်တင်ခြင်း၊ လုပ်ငန်းကန်ထရိုက်ယူသည့်စွမ်းအား ဆက်လက်မြှင့်တင်ခြင်း၊ ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှု အင်အားအဆက်မပြတ် တိုးမြှင့်ခြင်း၊ “ပြည်ပသို့ထွက်ခြင်း”ခြေလှမ်းအရှိန်အဟုန် အဆက်မပြတ်မြှင့်တင်ခြင်း စသည့် ကဏ္ဍများမှာ ရရှိနေသော အောင်မြင်မှုရလဒ်များကို အသိအမှတ်ပြုခဲ့ပါသည်။ ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စုအား– အခွင့်အလမ်းကောင်းကို မိမိရရဆွဲကိုင်ကာ အားသာချက်အလားအလာကောင်းများကို အသုံးချပြီး ပြောင်းလဲမှုမြှင့်တင်မှုတို့ကို ကြိုးပမ်းလုပ်ဆောင်ကြကာ လုပ်ငန်း၏ ဗဟိုယှဉ်ပြိုင်မှုစွမ်းအားကို မြှင့်တင်ရင်း နိုင်ငံတကာ ဈေးကွက်တိုးချဲ့ရေး၊

ယူနန်ပြည်နယ်ပါတီကော်မတီဒုတိယအတွင်းရေးမှူး ပြည်နယ်အုပ်ချုပ်ရေးမှူး ချိန်ဟောင်က ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စု၏ သံမဏိထည် အိမ်ရာပုံစံငယ်ကို လေ့လာကြည့်ရှုစဉ်။
云南省委副书记、省长陈豪参观云南建工集团钢结构民居模型

တီထွင်ဆန်းသစ်မှုတိုးမြှင့်ရေး၊ ခေတ်မီတိုးတက်သော လုပ်ငန်းစနစ် တည်ဆောက်ရေး စသည့်ဘက်ပေါင်းစုံမှာ ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ကြရန် မျှော်လင့်ကြောင်း ပြောဆိုသွားသည်။ လုပ်ငန်းကို ပိုမိုကြီးမား အားကောင်းအောင် လုပ်ဆောင်ရင်း ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စုအား နိုင်ငံတကာ အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိသောအကြီးစားရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုနှင့် ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စုအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိအောင် တည်ဆောက်ကြစေလိုကြောင်း ပြောကြားသွားပါသည်။ သူက ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စုအနေဖြင့် နောက်တဆင့် ဆောင်ရွက်ရမည့် လုပ်ငန်းများအပေါ် အောက်ပါအတိုင်း တိကျစွာ မှာကြားတောင်းဆို လမ်းညွှန်ချက် ပေးသွားပါသည်။ ပထမအချက်မှာ–ပါတီ၏(၁၈)ကြိမ်မြောက် ပဥ္စမအကြိမ် ဗဟိုအစည်းအဝေးမှ တင်ပြခဲ့သော အတွေးအမြင်များကို အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရမည်။ ယူနန်ပြည်နယ်အား ခုန်ပျံကျော်လွှားမှုပုံစံ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအတွက် တွန်းဆော်ချက်များ လုပ်ဆောင်ရမည်ဖြစ်သည်။ အာမခံ လူနေအဆောက်အဦး ဆောက်လုပ်ရေးနှင့် တဲအိမ်ရပ်ကွက်ပြုပြင်ပြောင်းလဲရေးမှာ တက်ကြွစွာ ပါဝင်ရမည်ဖြစ်သည်။ ယူနန်ပြည်နယ်ကို အိမ်မြေလုပ်ငန်း မှန်ကန်စွာဖွံ့ဖြိုးစေပြီး ယူနန်မြို့ပြသစ် ဆောက်လုပ်ရေးလုပ်ငန်းကို အစွမ်းကုန်တွန်းပို့ပေးရမည်ဖြစ်သည်။ အထူးသဖြင့် မြို့ပြအညစ်အကြေးစွန့်ထုတ်ခြင်း၊ စွမ်းအင်ချွေတာ ပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းခြင်း၊ စမတ်မြို့ထူထောင်ခြင်း၊ အများအကျိုး ဝန်ဆောင်မှုပေးခြင်း၊ ရပ်ကွက် ထိန်းသိမ်းစီမံခြင်း စသည့်ကဏ္ဍများတွင် စံပြရှေ့ဆောင်ရှေ့ရှုက်အနေဖြင့် ဆောင်ရွက်ကြရမည်။ မြို့ပြစီမံကိန်း၊ ဆောက်လုပ်ရေး၊ စီမံခန့်ခွဲမှု အဆင့်အတန်းနှင့် အမှတ်တံဆိပ်မှာ အဆက်မပြတ်မြှင့်တင်ရေးကို ဆောင်ရွက်ရမည်ဖြစ်သည်။ ဒုတိယအချက်မှာ–ပုံစံပြောင်းမြှင့်တင်ခြင်းကို တိုးမြှင့်ဆောင်ရွက်ရမည်။ အုပ်စု၏ဗဟိုယှဉ်ပြိုင်မှုအင်အားကို တိုးမြှင့်ဆောင်ရွက်ရမည်။ ကန်ထရိုက်၊ ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှု၊ “ပြည်ပသို့ထွက်ခြင်း”အထွေထွေစီမံခန့်ခွဲ ထိန်းချုပ်မှု စွမ်းအားကို ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စု၏ ဗဟိုယှဉ်ပြိုင်မှုအင်အားအဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲစေရမည်။ သိပ္ပံနည်းပညာ ဆန်းသစ်တီထွင်မှုနှင့် အိုင်တီပုံစံပြောင်း ဆောက်တည်ရေးစသည်တို့ဖြင့် မဟာဗျူဟာပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု မိတ်ဖက်အတွင်းတက်ကြွစွာ ဝင်ရောက်ရမည်။ ဖွံ့ဖြိုးမှုပုံစံအဆင့်အတန်းနှင့် အရည်အသွေး စသည်တို့ကို တစ်ဆင့်တက် တိုးမြှင့်ရမည်။ ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စု၏ အထွေထွေယှဉ်ပြိုင်မှုအင်အားနှင့် နိုင်ငံတကာ အကျိုးသက်ရောက်မှုတို့ကို အဆက်မပြတ် တိုးမြှင့်အားကောင်းစေရမည်။ တတိယအချက်မှာ–ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုတီထွင်ဆန်းသစ်မှုခြေလှမ်းကို အရှိန်အဟုန်မြှင့်တင်ရမည်။ ပြီးပြည့်စုံသည့် ခေတ်မီလုပ်ငန်းနည်းစနစ်များ ထူထောင်ထားရမည်။ မဟာဗျူဟာ၊ ဆွဲဆောင်မှုအားမာန်၊ လုပ်ဆောင်ချက်ကြီးများဖြင့် လုပ်ငန်းအတွင်း ဖွဲ့စည်းပုံစနစ်များ ညှိနှိုင်းပြောင်းလဲရမည်။ လုပ်ငန်းပိုင်းဆိုင်ရာ ခင်းကျင်းပေါင်းစည်းမှုများကို အလျင်အမြန်ဆောင်ရွက်ထားရမည်။ လူနှင့်ဘဏ္ဍာရေးအုပ်ချုပ်မှုစနစ်ကို ပြီးပြည့်စုံစေရမည်။ လုပ်ငန်းအတွင်း သန့်စင်မှုသမာဓိရှိမှုကို တိုးမြှင့်ဆောင်ရွက်ထားရမည်။ ထူးချွန်သည့် လုပ်ငန်းယဉ်ကျေးမှုကို ပျိုးထောင်ပြုစုရမည်။ ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စုအား နိုင်ငံပိုင်လုပ်ငန်းပုံစံပြုပြင် အဆင့်မြှင့်တင်၊ ပြုပြင်ပြောင်းလဲဆန်းသစ်တီထွင်ခြင်းနှင့် “ပြည်ပသို့ ထွက်ခြင်း” ကဏ္ဍမှာ ဦးဆောင်မှုအလံဖြစ်အောင် ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ရမည်။

တုန်ဟွာက ပြောကြားသည်မှာ–ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စု၏ ယခုနှစ်ပိုင်းဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု လျင်မြန်ကြောင်း၊ အထူးသဖြင့် တဲအိမ်ရပ်ကွက်၊ အာမခံလူနေအိမ် စသည့် လုပ်ငန်းများမှာ ကြီးမားသည့် အခွင့်အလမ်းကောင်းများကို မိမိရရဆွဲကိုင်ကာ ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စု၏ပုံစံပြောင်းလဲခြင်းနှင့် ဆန်းသစ်တီထွင်ခြင်းတို့ကို အရှိန်အဟုန် မြှင့်တင်ပေးနိုင်ခဲ့သဖြင့် စွမ်းအား(၄)ရပ်နှင့် ကုန်ထုတ်လုပ်မှုစီမံခန့်ခွဲမှုစွမ်းအားတို့သည် သိသာထင်ရှားစွာ မြင့်မားလာနိုင်ခဲ့ကြောင်း စသည်ဖြင့်ပြောကြားသွားသည်။ သူကဆက်လက်ပြီး လမ်းညွှန်ချက်ပေးခဲ့သည်မှာ– ပထမအချက်အနေနှင့် “ကွန်ယက်(၅)ခု” ဆောက်တည်ရေးကြီးမားသည့် အခွင့်အလမ်းကောင်းကို မိမိရရဆွဲကိုင်ထားရမည်။ လုပ်ငန်းကို ပိုမိုကြီးမားကောင်းမွန်အောင်လုပ်ဆောင်ရမည်။ ဒုတိယအချက်မှာ–ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုအခွင့်အလမ်းကောင်းကို မိမိရရဆွဲကိုင်ပြီး ဖွဲ့စည်းပုံနှင့် နည်းစနစ်ကို တစ်လမ်းတက်ပြီး ပြင်ဆင်ရမည်။ ရည်မှန်းချက်နှင့် လိုအပ်ချက်ကိုလိုက်ပြီး လုပ်ငန်းပိုင်းပုံစံကို နက်ရှိုင်းစွာ ဆောက်တည်ရမည်။ မိမိလုပ်ငန်းပိုင်းပိုင်ဆိုင်မှုဆိုင်ရာတို့ဖြင့် ပြန်လည် ဖွဲ့စည်းတည်ဆောက်ကြရမည်။ တတိယအချက်မှာ ခေတ်မီသောလုပ်ငန်းနည်းစနစ်ကို ပြီးပြည့်စုံအောင် ဆောင်ရွက်ရမည်။ ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုဖြင့် စီးပွားရေးလျင်မြန်စွာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုနှင့် လိုက်လျောညီထွေမှုရှိအောင် ပုံစံပြောင်းလဲမှုအဆင့်မြှင့်တင်ခြင်းတို့ကို ဆောင်ရွက်ရမည်။ အုပ်စုဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုပုံစံသစ်ကို တစ်ဆင့်တက်တည်ဆောက်ကြရမည်။ စတုတ္ထအချက်မှာ– “ပြည်ပသို့ထွက်ခြင်း”ကို တိုးမြှင့်ဆောင်ရွက်ရမည်။ နိုင်ငံတကာလည်ပတ်မှုအင်အားနှင့် ဈေးကွက်တိုးချဲ့မှုအင်အားတို့ကို မြှင့်တင်ဆောင်ရွက်ရမည်။ ကုန်ထုတ်လုပ်မှုလားရာဖက်ကို ရှာဖွေရမည်။ ပြည်ပမှာ အမှတ်တံဆိပ်ဖြစ်အောင် တည်ဆောက်ရမည်။ အုပ်စု၏ ဖွံ့ဖြိုးမှုဖြင့် ပြည်နယ်လုပ်ငန်း၏ဖွံ့ဖြိုးမှုကို ဆောင်ရွက်ကာ ယူနန်ပြည်နယ်အား ပိုမိုလျင်မြန်စွာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာအောင် ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ရမည်။

အုပ်စု၏ ပါတီကော်မတီအတွင်းရေးမှူး မန်နေဂျင်းဒါရိုက်တာဖြစ်သူ ချိန်ဝင်းရှန်းက ပြောကြားသည်မှာ–ပြည်နယ်အုပ်ချုပ်ရေးမှူး ချိန်ဟောင် အုပ်စုအတွင်းသို့ လာရောက်လေ့လာခြင်း၊ ညွှန်ကြားချက်ပေးခြင်း စသည်တို့သည် ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စုအပေါ် ဂရုစိုက်မှုကို ပြသခြင်းဖြစ်ကြောင်း၊ နောက်ဆက်လက်မည့် လုပ်ငန်းများတွင် အုပ်စုအနေဖြင့် ယူနန်ပြည်နယ်ပါတီကော်မတီ၊ ပြည်နယ်အစိုးရတို့၏တောင်းဆိုချက်များကို လိုက်နာဆောင်ရွက်မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ ဈေးကွက်တိုးချဲ့ရေး၊ အုပ်ချုပ်မှုစီမံခန့်ခွဲမှုမြှင့်တင်ရေး၊ နိုင်ငံတော် “တစ်ဇုန်တစ်လမ်း” မဟာဗျူဟာနှင့် ယူနန်ပြည်နယ်မဟာဗျူဟာများအတွင်းသို့ ဝင်ရောက်ရေး စသည်တို့ကို ဆက်လက်ဆောင်ရွက်ကြမည်ဖြစ်ကြောင်း၊ လုပ်ငန်းယဉ်ကျေးမှု တည်ဆောက်ရေးနှင့် လူတော်လူကောင်း ပျိုးထောင်ရေး တည်ဆောက်ကြမည်ဖြစ်ကြောင်း၊ ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုနှင့် ပုံစံပြောင်း အဆင့်မြှင့်တင်ခြင်းတို့ကို တိုးမြှင့်ဆောင်ရွက်ကြမည်ဖြစ်ကြောင်း၊ အုပ်စုအားရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုစွမ်းအား၊ တည်ဆောက်ရေးစွမ်းအား၊ စီမံခန့်ခွဲမှုစွမ်းအားတို့နှင့် ပြည့်စုံသော လုပ်ငန်းဖြစ်အောင် တညဆောက်ကြမည်ဖြစ်ကြောင်း၊ ကုန်ထုတ်လုပ်မှု ဖွဲ့စည်းပုံအဆင့်ဆင့်ရှိပြီး နိုင်ငံတကာ ယှဉ်ပြိုင်မှုစွမ်းအားဖြင့် ပြည့်စုံသော အကြီးစားဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စုဖြစ်လာအောင် ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ရမည်ဖြစ်ကြောင်း စသည်ဖြင့် ပြောကြားသွားပါသည်။

ယူနန်ပြည်နယ်ပါတီကော်မတီဒုတိယအတွင်းရေးမှူး ပြည်နယ်အုပ်ချုပ်ရေးမှူး ချိန်ဟောင်က ယူနန်ဆောက်လုပ်ရေးအုပ်စု၏ မင်ဟိုဝမ်ဒေသအမှတ်(၁)အပန်းဖြေခရီးသွားလုပ်ငန်းစီမံကိန်းပုံစံငယ်ကို လေ့လာကြည့်ရှုစဉ်။
云南省委副书记、省长陈豪参观云南建工集团明湖湾 1 号旅游地产项目模型

၂၀၁၅ ခုနှစ်(၁၂)ကြိမ်မြောက် တရုတ်နိုင်ငံ အနောက်တောင်ဘက်(ကူမင်း)အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ကားပြပွဲ

2015 第十二届中国西南（昆明）国际汽车博览会

李吉华 摄影

စွဲလမ်းဘွယ် ဖူကျယ်ဟေး

情系普者黑

普者黑，一个绿色世界，一座座灵秀多姿的山峰遍布周围，与大片大片碧绿的稻田相映成趣。路旁沟渠纵横，清泉喷涌……这分明又是一幅桂林山水画！

လွန်ခဲ့သော နှစ်များက ဖူကျယ်ဟေးကို ဦးဆုံးသွားရောက်လည်ပတ်စဉ် အလွန်နက်ရှိုင်းသောပုံရိပ် မှတ်မှတ်ရရ မရှိခဲ့ပါ။ လမ်းခရီးမောပန်းခက်ခဲခြင်းကိုသာ ခံစားခဲ့ရသည်။ ဖူကျယ်ဟေး ရှုခင်းသာနယ်မြေသို့ ရောက်သွားသော်လည်း ကြာပန်းရှုခင်းကိုကြည့်ရန် အခွင့်အရေးလွဲသွားခဲ့သည်။ တွေ့မြင်ရသည့် နေရာတိုင်းသည် သစ်ရွက်ဟောင်းများသာ တွေ့မြင်ရပြီး ရာသီဥတုအေးသောကြောင့် အင်းထဲလှေစီးခြင်းကိုလည်း မပြုလုပ်ခဲ့ပါ။

မကြာသေးမီက ကျွန်တော်တို့ဖူကျယ်ဟေးသို့ပြန်လည်သွားရောက်ကြသည်။ ကားမောင်းပြီး တောင်ဖက်လမ်းမကြီးတစ်လျှောက်မောင်းနှင်သွားသောအခါ ယခင်ကခက်ခဲရှုပ်ထွေးသော တောင်လမ်းကို မတွေ့ရတော့ဘဲ ဖြောင့်ဖြူးနေသောအဆင့်မြင့်လမ်းမကြီးဖြစ်သွားသည်။ "ရက်ကြာမတွေ့တာဟာ ဘဝနောက်တစ်ခုပြောင်းသွားသလိုပဲ။"ဟု ကျွန်တော်နှလုံးသားထဲမှာ သက်ပြင်းချမိသည်။ ကုန်းမြင့်ဒေသ၏ နံနက်ခင်း

ယီတိုင်းရင်းသားများက "ဟွာလျန်ပွဲတော်" ဟုခေါ်တွင်သော ရိုးရာပွဲတော်ကျင်းပစဉ်။
彝族群众欢度"花脸节"　新华社 图

ဖူကျယ်ဟေးရှိကျယ်ပြောလှသော ကြာပန်းစိုက်ခင်းများ၏ ရှုခင်းအလှ။
普者黑万亩荷花景观　新华社 图

အလင်းရောင်ကိုခံစားပြီး သန့်စင်သောလေကို ရှူကာ အားလုံးလည်းတက်ကြွလာကြသည်။ မသိမသာ ဖူကျယ်ဟေး ခရီးသွားအပန်းဖြေဇုန်သို့ ရောက်ရှိလာကြသည်။ ကားပေါ်မှ ဆင်းပြီး ကြည့်လိုက်သောအခါ အစိမ်းရောင်ကမ္ဘာတစ်ခုထဲသို့ ရောက်ရှိနေသည်။ မတ်စောက်သော တောင်တန်းများနံဘေးတွင် ရှိနေကြပြီး စိမ်းလန်းစိုပြေသော စပါးခင်းများကို တွေ့နေကြသည်။ လမ်းဘေးမှရေမြောင်းများ ရေအိုင်များ… ကွေ့လင် တောတောင် ပန်းချီကားတစ်ချပ်ပင်ဖြစ်နေသည်။

ရှုခင်းသာသို့လျှောက်ဝင်သော်ကျောက်တောင်များသည် အင်းအိုင်အတွင်း ရပ်တည်နေ သို့မဟုတ် မြက်ခင်းပေါ်တွင် ရပ်တည်နေကြသည်။ ရာကျော်မီတာခန့်မြင့်မားပြီး သဏ္ဌာန်အမျိုးမျိုးဖြင့် တွေ့မြင်နေရသည်။ ရှုခင်းတစ်ခုလုံးသည် တောင်ချင်းဆက် ရေချင်းဝိုင်းပြီး အင်းအိုင်နှင့် တောင်ကုန်းများဆက်ကာ ရှုခင်းမှာထူးဆန်းလှပနေလေသည်။

ကမ်းဘေးမှ လှေပေါ်တက်ပြီး အင်းအလယ်သို့ သွားရောက်ကြသည်။ "ဝါး–" အားလုံးတစ်ပြိုင်တည်း အံ့အားသင့်စွာအော်ကြသည်။ မှုပေါင်းထောင်ချီကျယ်သောအင်းအိုင်ပေါ်တွင် ကြာရွက်များပန်းကန်အဝခန့်ကျယ်ပြီး အနီရောင်၊ အဖြူရောင်များဖြင့် ရေပေါ်တွင် မြူးကနေကြသည်။ အနီးကပ်ကြည့်လျှင် ပုစဉ်းကလေးများလည်း ပန်းများကြားတွင် ပျံသန်းသွားလာနေကာ နတ်ပြည်ကဲ့သို့လှပပြီး လူများနစ်မျောနေစေသည်။"မျက်စိတစ်ချက် ကြည့်ပြီး အင်းမျက်နှာပြင်တွင် စိမ်းစိုကာ ကြာပန်းအလှ"ကို တွေ့မြင်ရသည်။ သူငယ်ချင်း တစ်ယောက်က "စိမ်းစိုရေလှိုင်းသောင်းချီလာ၊ ဆယ်မိုင်ကြာပန်းမွှေး ရနံ့ကြွယ်၊ လှေပေါ် လူများယစ်မူးစေ၊ ဖုန်လိုင်နယ်သို့

ဖူကျယ်ဟေးခရီးသွားနေရာရှိ လယ်ယာရှုခင်းအလှ။
普者黑景区一片田园风光　新华社 图

ရောက်ရှိသကဲ့သို့”ဟု အသံကျယ်စွာ ကဗျာရွတ်ဆိုလိုက်ပါတော့သည်။

ဝိုင်းအုံနေသောကြာရွက်များကိုဖြတ်ပြီး ကျွန်တော်တို့သည် ဖူကျယ်ဟေး ဗဟိုရှုခင်းဘက်–ကာစ်ထပ်အင်းအိုင်အုပ်စုသို့ ရောက်ရှိလာသည်။ အထီးကျန်တောင်ကုန်း၊ တောင်ကုန်းစုစသည်တို့ကို နေရာအနှံ့တွေ့ရှိရသည်။ တစ်ချို့သည် ကတော့ပုံစံ၊ ပေါက်စီပုံစံ၊ ဝက်အူရစ်ပုံစံရှိပြီး တစ်ချို့သည် စေတီပုံစံ၊ မြင်းကုန်းနှီးပုံစံ စသည်တို့ရှိသည်။ တစ်ချို့သည် ကျားထီးဝပ်နေသည့်ပုံသဏ္ဍာန်ကဲ့သို့ နတ်သမီးအိပ်နေသကဲ့သို့ ...... ကမ်းတစ်ဝိုက်(၂)ကီလိုမီတာ အတွင်းထဲမှာပင် တောင်ကုန်း(၁၆၀)ကျော်ကို တွေ့မြင်ရသည်။ “ကွေလင်မဟုတ်သော်လည်းကွေလင်ကဲ့သို့ပင်”ဟု ခံစားမိသည်။

လှေပေါ်မှကမ်းပေါ်တက်သော် အင်းအရှေ့ဘက်ကမ်းရှိ နာဂါးကြီးတောင်ဟု ခေါ်သော တောင်ခြေသို့ ရောက်ရှိလာကြသည်။ တောင်နံဘေးတွင် သစ်ပင်၊ မြက်ခင်းနှင့် လမ်းလေးတစ်ကြောင်းရှိသည်။ လမ်းသည် လိုဏ်ဂူထဲသို့ တိုက်ရိုက်ရောက်သည်။ လိုဏ်ဂူကိုလိုက်ပြီး ရှေ့ဆက်သွားလျှင် လဂူနှင့်မီးတိုင်ဂူ ချိတ်ဆက်နေသည်တွေ့ရသည်။ ဂူထဲတွင် ကျောက်စက်ပန်းဆွဲများဖြန့်ကျယ်လျက်ရှိပြီး ပုံသဏ္ဍာန်အမျိုးမျိုးရှိကာ မီးရောင်အောက်တွင်အလွန်လှပကာ ဒဏ္ဍာရီကမ္ဘာထဲသို့ ရောက်ရှိသွားသကဲ့သို့ခံစားရသည်။ မီးတိုင်များကို လိုက်ပြီး ထွက်ပေါက်ရောက်ကာ တောင်ထောင့်ကို ကွေ့သွားသော် မျက်စိရှေ့တွင် စိမ်းလန်းစိုပြေနေသည်ကို တွေ့ရသည်။ ရေမျက်နှာပြင်နှင့်ကမ်းပေါ်တက်သောတစ်ဖက်သည် ပိုမိုကျယ်ပြန့်လာသည်။ အင်းဗဟိုရှိ တောင်အသေးများသည် စိမ်းလန်းစိုပြေနေသည်။ ဖူကျယ်ဟေး ဒေသလိုဏ်ဂူအရေအတွက်များစွာရှိပြီး တောင်လည်းရှိလိုဏ်ဂူလည်းရှိနေသည်။ ဂူအချင်းချင်းဆက်ပြီး“ကုန်းပေါ်တွင် တောင်ကြည့်မြေအောက်တွင် ဂူကြည့်”ဖြစ်နေသည်။ အလင်းအမှောင်ကွဲပြားရေလမ်းများ ဖွဲ့စည်းခဲ့ပြီး တစ်မူထူးခြားနေသည်။ ပြည်တွင်းပုံစံတူသောရှုခင်းများတွင် ကာစ်ထပ်အင်းသည် အလွန်ပင် ထူးဆန်းလှပပါသည်။

လှေဖြင့်ဖူကျယ်ဟေးကို လည်ပတ်ပြီး ရေလှိုင်းများ ခြေအောက်မှ စီးဆင်းသွားကာ ခန္ဓာကိုယ်နှင့် စိတ်တို့သည်လည်း တောင်ကုန်းကဲ့သို့တက်ဆင်းနေကြသည်။ ကျွန်တော်တို့လေးလံသောသမိုင်းများကို ခေတ္တမေ့ထားပြီး သဘာဝရင်ခွင်ထဲသို့ ဝင်ကြပါစို့။

နွေရာသီတွင် ယီတိုင်းရင်းသားရေရွာ ဖူကျယ်ဟေးရှုခင်းအလှ။
夏日彝乡水寨普者黑　新华社 图

လောရှမ်းဘုရားကြီး

乐山大佛

四川乐山大佛，1996 年 12 月峨眉山—乐山大佛被联合国教科文组织遗产委员会列入《世界遗产名录》。乐山大佛位于峨眉山东 31 公里的乐山市，依凌云山栖霞峰临江峭壁凿造而成，又名凌云大佛，为弥勒坐像，是乐山最著名的景观。

ရှီချွန်ပြည်နယ် အိုမေတောင် လောရှမ်းဘုရားကြီးကို (၁၉၉၆)ခုနှစ် ဒီဇင်ဘာလတွင် ကုလသမဂ္ဂ UNESCO အမွေအနှစ်ကော်မတီအဖွဲ့မှ “ကမ္ဘာ့အမွေအနှစ်စာရင်း” အတွင်းသို့ ထည့်သွင်းခဲ့ပါသည်။ လောရှမ်းဘုရားကြီးသည် အိုမေတောင် အရှေ့ဘက် (၃၁) ကီလိုမီတာ ရှိလောရှမ်းမြို့တွင် တည်ရှိပြီး လင်ယွန်တောင် ချီးရှာဖုန်းတောင်ထိပ်ချောက်ကမ်းပါးကို မှီပြီး ထုဆောက်ထားခြင်းဖြစ်သည်။ လင်ယွန်ဘုရားကြီးဟုလည်း ခေါ်သည်။ မေတ္တယျဘုရားထိုင်ပုံတော်ဖြစ်ပြီး လောရှမ်းမြို့နာမည်အကြီးဆုံးသောနေရာဖြစ်သည်။

လောရှမ်းဘုရားကြီးဆောက်ထုချိန်သည် ထန်ရှေကျုံးရှင်ဘုရင်အစနှစ်(ခရစ်သက္ကရာဇ် ၇၁၃ ခုနှစ်)ဖြစ်သည်။ ထိုအခါ မင်မြစ်၊ တာတုမြစ်၊ ချင်းရီးမြစ်သုံးသွယ်သည် ယင်းနေရာတွင် ဆုံပြီး ရေစီးကြောင်းသည် လင်ယွန်တောင်ခြေသို့ တိုက်ရိုက်စီးဆင်းသောကြောင့် ရေဘေးရာသီတွင် ရေအားပြင်းထန်ပြီး သွားလာသော သင်္ဘောများကို အမြဲဖျက်ဆီးသည်။ လင်ယွန်ဘုရားကျောင်းရှိ နာမည်ကြီးဘုန်းတော်ကြီး ဟိုင်ထုံးသည် ဤအခြေအနေကို တွေ့မြင်ပြီး စိတ်မသက်သာခဲ့ပါ။ ထို့ကြောင့် ဘုရားရုပ်ပွားတော်ထုဆောက်ထုရန် အကြံရခဲ့သည်။ ပထမအချက်သည် ကျောက်တုံးများကြောင့် မြစ်ရေစီးနှုန်းကို နှေးစေပြီး ဒုတိယအချက်သည် ဘုရားတန်ခိုးဖြင့် ရေစီးကို ထိန်းစေလိုပါသည်။ အချိန်ကာလနှစ်ပေါင်း (၉၀)ကြာသော် ဘုရားရုပ်ပွားတော်ကို ပြီးစီးအောင်ဆောက်ထုခဲ့သည်။

ဘုရားရုပ်ပွားတော်သည် ဉာဏ်တော် (၇၁)မီတာရှိပြီး ကမ္ဘာပေါ်တွင် အမြင့်ဆုံးသည်ဖြစ်သည်။ ဘုရားဦးခေါင်းတော်သည် အမြင့်(၁၄.၇)မီတာ၊ အကျယ်(၁၀)မီတာ၊ ပခုံးတော်(၂၄)မီတာ၊ နားရွက်တော်အရှည် (၇)မီတာရှိပြီး နားရွက်တော်အတွင်းတွင် လူနှစ်ယောက်အတူယှဉ်ရပ်နိုင်သည်။ ခြေခုံသည် (၈.၅)မီတာကျယ်ပြီး လူအယောက် (၁၀၀)ကျော်ခန့်ထိုင်နိုင်သည်။ “ဘုရားကြီးသည် တောင်တစ်တောင်၊ တောင်သည် ဘုရားတစ်ဆူ” ဖြစ်လာသည်။ ဘုရားကြီးသည် လင်ယွန်တောင်၏တောင်လမ်းအလိုက် ဆောက်ထုထားသည်။ မင်မြစ်၊ တာတုမြစ်နှင့် ချင်းရီမြစ်ဆုံနေရာကို မျက်နှာပြုပြီး နှစ်ပေါင်းထောင်ချီကြာ မင်မြစ်ဘေးတွင် ထိုင်နေမြဲရှိနေပါသည်။

လောရှမ်းဘုရားကြီးတွင် တစ်မူထူးခြားပြီး မမြင်နိုင်သော ရေမြောင်းစနစ်ရှိသည်။ ဘုရားကြီးကို ကာကွယ်ရန်အတွက် အလွန်အရေးပါသည်။ ဘုရားဦးခေါင်းရှိ ဆံထုံး(၁၈)ဆင့်တွင်နံပါတ်(၄)၊ (၉)နှင့် (၁၈)ဆင့်တွင် ဒေါင်လိုက်ရေမြောင်း တစ်ခုစီရှိသည်။ အထူးပြင်ဆင်ထားပြီး အဝေးမှမမြင်ရပေ။ အင်္ကျီကော်လန်နှင့် အင်္ကျီလိုင်းပေါ်တွင်လည်း ရေမြောင်းများရှိသည်။ ရင်ဘတ်အရှေ့ဘယ်ဘက်တွင်လည်း ရေမြောင်းရှိပြီး ညာဘက်လက်မောင်း အနောက်ဘက်ခြမ်းရှိ ရေမြောင်းနှင့် ဆက်ထားသည်။ နားရွက်နှစ်ခုနောက် တောင်ချောက်ဖက်တွင် လိုဏ်ဂူဘယ်ညာဆက်ထားသည်။ ရင်ဘက်နောက်ပိုင်းနှစ်ဖက်တွင် ဂူတစ်ခုစီရှိသော်လည်း ဆက်မထားပါ။ ဂူတွင်းတွင် စိုစွတ်ပြီး အောက်ပိုင်းတွင်ရေအိုင်ပြီး ဂူပေါက်ဝတွင် ရေဆက်တိုက်ယိုထွက်နေသောကြောင့် ဘုရားကြီး၏ ရင်ပိုင်းတွင် (၂) မီတာကျယ်သော ရေအိုင်နေရာရှိသည်။ ဤရေမြောင်းနှင့် ဂူများသည် သိပ္ပံနည်းပညာကျသော ရေလွှတ်၊ အစိုကာပြီး လေဝင်ထွက်ကောင်းသော စနစ်တစ်ခုအဖြစ် ဖွဲ့စည်းထားပြီး ဘုရားကြီးတိုက်စားမှုကို ကာကွယ်ပေးခဲ့သည်။

ဘုရားကြီးပုံသဏ္ဌာန်သပ္ပါယ်ပြီး ဒီဇိုင်းထူးဆန်းကာ ရေမြောင်း အဆောက်အအုံများကို မမြင်ရခြင်းကြောင့် နှစ်ထောင်ချီကြာခဲ့ပြီး ယခုအထိ မြစ်ရေစီးကြောင်းအတွင်းတွင် တည်နေမြဲဖြစ်သည်။ မြင့်မားသောအနုပညာတန်ဖိုးနှင့် ပြည့်ဝသောယဉ်ကျေးမှုရှိပြီး တရုတ်တိုင်းရင်းသား၏ ယဉ်ကျေးမှုအမွေအနှစ်ဖြစ်သည်။ ကမ္ဘာ့သမိုင်းယဉ်ကျေးမှု၏ တန်ဖိုးကြီးသော အမွေအနှစ်ဖြစ်သည်။

ခရီးသွားများက မဟာဘုရားဆင်းတုတော်ကြီးကို ဖူးမြော်စဉ်။
游人在观看大佛雄姿　新华社 图

ယူနန်မှာလည်ပတ်ပြီး ရှေးအဆောက်အဦး များကိုလေ့လာ

ယူနန်ပြည်နယ် ကျန့်ရွှေခရိုင်ရှိ ချောင်ရန်လိုတိုက်အဆောက်အဦး။
云南建水县朝阳楼　cnsphoto

တာလီရှေးဟောင်းမြို့။
大理古城　cnsphoto

游云南看古楼

喜欢旅游，空闲时到了云南一些地州旅游观光，除了被大自然美丽的风光和多姿多彩的民族风情陶醉外，云南各地的古楼给我留下了深深的印象。看古楼，可以了解云南几千年的发展史。

ခရီးသွား ဝါသနာပါ၍ အားလပ်ချိန်မှာ ယူနန်၏နေရာအချို့ကို သွားရောက်လည်ပတ်ခဲ့သည်။ လှပသော သဘာဝရှုမျှော်ခင်းများ ပေါကြွယ်သော တိုင်းရင်းသားရိုးရာဓလေ့များအတွင်း နစ်မျောနေသည်သာမက ယူနန်နေရာအနှံ့တွင် ရှိနေသော အဆောက်အဦးများသည် ကျွန်တော့ နက်ရှိုင်းသောပုံရိပ်များကို စွဲကျန်ရစ်နေစေပါတော့သည်။ ရှေးအဆောက်အဦးများကို လေ့လာကြည့်ရှုခြင်းဖြင့် ယူနန်၏ နှစ်ပေါင်းထောင်ချီရှိသောသမိုင်းကြောင်းကို နားလည်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။

ကူမင်း တာကွမ်လိုအဆောက်အဦး

တာကွမ်လိုပန်းခြံသည် ကူမင်းမြို့ အနောက်ဖက် တျမ်းကန်နံဘေးတွင် တည်ရှိသည်။ ပန်းခြံအတွင်းတွင် တာကွမ်လိုအဆောက်အဦးကို တည်ဆောက်ထားသောကြောင့် တာကွမ်လိုပန်းခြံဟုခေါ်သည်။ နာမည်ကြီးစာဆို စွန်ယဉ်ဝုန်းသည် တာကွမ်လိုကို တက်စဥ်တွင် စာလုံး(၁၈၀)လုံးရှိသော စာကြောင်းရှည် ဖော်ကျူးမှုကဗျာကို ရေးသားပြီး တျမ်းကန်ရှုခင်းနှင့် ယူနန်နှစ်ပေါင်းထောင်ချီသမိုင်းကို လူအများရှေ့တွင်ဖော်ပြခဲ့သည်။ စာကြောင်းရှည်သည် နာမည်ကျော်ကြားပြီး "ကမ္ဘာ့ပထမစာကြောင်းရှည်"စာတမ်းအဖြစ်နာမည်ရရှိခဲ့သည်။

တာလီ၏ ရှေးမြို့မြို့ရိုး

တာလီသည် သမိုင်းတွင် ယူနန်ကုန်းပြင်မြင့်၏အုပ်ချုပ်ရေးအချက်အချာ၊ ရှေးဟောင်းပိုးထည်ပို့လမ်းမ၏ တံခါးဝလည်းဖြစ်သည်။ တာလီရှေးမြို့ရိုးသည် မင်မင်းဆက်ခေတ် ဟုန်ဝူနှစ်အတွင်းတွင် ဆောက်လုပ်ထားကာ ယခုအထိကျန်ရှိနေသော တောင်ဘက်၊ မြောက်ဘက်မြို့နှင့် အချို့သော ရှေးမြို့တံတိုင်း၊ လူနေအဆောက်အအုံသည် "သုံးခန်းတစ်နံရံ"၊ "လေးပတ်လည် အလယ်အမိုးပွင့်ငါးခု"စသည့်ထူးခြားချက်များရှိနေသည်။

လီကျမ်းဝူဖုန်းတိုက်အဆောက်အဦး

လီကျမ်းတွင် မင်မင်းဆက်ခေတ် ဝမ်လီနှစ်အတွင်း (၁၆၀၁)ခုနှစ်မှာ တည်ဆောက်ထားသော ဝူဖုန်းတိုက်ရှိသည်။ ဝူဖုန်းတိုက်သည် သစ်သားသုံးထပ် အဆောက်အအုံဖြစ်ပြီး အမြင့်(၂၀)မီတာရှိကာ မည်သည့်နေရာရောက်နေသည်ဖြစ်စေ ပျံကား နေသောထောင့်ငါးထောင့်ကို တွေ့မြင်ရသောကြောင့် ပျံသန်းလိုသော ဇာမဏီငါးကောင်နှင့်တူသဖြင့် "ဝူဖုန်း(ဇာမဏီငါးကောင်)တိုက်"ဟုခေါ်သည်။ ယင်းသည် ဟန့်၊ ပိုင်၊ တိဗက်၊ နာရှီးတိုင်းရင်းသားအသီးသီးတို့၏ ယဉ်ကျေးမှုအမွေအနှစ်ဖြစ်သော ရှေးဟောင်းအဆောက်အအုံဖြစ်ပေသည်။

ကျန့်ရွှေ ချောင်ရန်လိုတိုက်အဆောက်အဦး

ကျန့်ရွှေ ချောင်ရန်တိုက်သည် ရင်ဟွေ့လိုတိုက်ဟုလည်း အမည်ရသည်။ ယင်းတိုက်သည် မျက်နှာပြင်ဧရိယာ (၂၃၁၂) စတုရန်းမီတာရှိပြီး တောင်မြောက် (၇၇)မီတာရှည်လျားကာ အရှေ့အနောက် (၂၆)မီတာကျယ်သည်။ တိုက်သုံးထပ်ဖြစ်ပြီး အမြင့်(၂၄)မီတာရှိသည်။ တိုက်ခေါင်မိုးအောက်တွင် "အရှေ့တောင်ဘက်တွင် ခန့်ညားစွာ တည်ရှိခြင်း" နှင့် "ဖေးရှာလျိုယွန်"စာလုံးကြီးဆိုင်းဘုတ်ကို ချိတ်ဆွဲထားသည်။ ချောင်ရန်တိုက်သည် "တောင်ကျန်း(နယ်စပ်) မိုင်ရှစ်ရာအတွင်း တျမ်း(ယူနန်)ပထမတိုက်"ဟူသော နာမည်ကောင်းရရှိထားသည်။

ဆစ်ဖင် ကျွမ့်ယွမ်လိုတိုက်

ဆစ်ဖင်ခရိုင်မြို့တောင်ဘက်ရှိ မောင်ဟောတောင်ပေါ်တွင် တိုက်ပုံစံ အဆောက်အအုံတစ်ခုရှိသည်။ ယင်းသည် ကျွမ့်ယွမ်တိုက်ပင်ဖြစ်သည်။ ယင်းတိုက်သည် အမြင့်(၁၈.၆၇) မီတာရှိပြီး မြေမျက်နှာပြင်ဧရိယာ (၃၆၄.၀၅) စတုရန်းကီလိုမီတာရှိသည်။ တိုက်အတွင်းတွင် ယွန်ကြားဂူဆရာ၏ မှတ်တမ်းပန်းချီ (၂၇)ချပ်ရှိသည်။ သူသည် မန်ချူးမင်းဆက်ခေတ် ကွန်ရှီးရှင်ဘုရင် (၁၉၀၃)ခုနှစ်တွင် စီးပွားရေးအထူးစာမေးပွဲမှာ ပထမရရှိခဲ့ပြီး စီးပွားရေးပညာ ပထမဆုရသူဖြစ်သည်။ သုံးထပ်ခေါင်မိုးအောက်တွင် "ကျွမ့်ယွန်လိုတိုက်"ဟူသော ဆိုင်းဘုတ်သုံးချပ်ချိတ်ထားသည်။

ကူမင်းမြို့ တာကွမ်လိုအဆောက်အဦး၏ ရှုခင်းအလှသည် ဆွဲဆောင်မှုအပြည့်ရှိ။
昆明大观楼胜景迷人　cnsphoto

ထိုက်စန်းတောင်နာမည်ကျော်ရှုခင်းဇုန်

泰山风景名胜区

泰山1987年被联合国教科文组织世界遗产委员会列为世界文化、自然双重遗产。泰山自然景观雄伟奇特，有数千年精神文化的渗透渲染和人文景观的烘托，被誉为中华民族精神文化的缩影。

ထိုက်စန်းတောင်ကို (၁၉၈၇)ခုနှစ် ကုလသမဂ္ဂUNESCO ကမ္ဘာ့အမွေအနှစ်ကော်မတီအဖွဲ့မှ ကမ္ဘာ့ယဉ်ကျေးမှုနှင့် သဘာဝ အမွေအနှစ်အဖြစ် အသိအမှတ်ပြုခဲ့သည်။ သဘာဝတင့်တယ် လှပထူးခြားပြီး နှစ်တစ်ထောင်ကြာရှိသော ယဉ်ကျေးမှုနှင့် လူနေမှုရှုခင်း၏ မြှင့်တင်ပေးခြင်းကြောင့် တရုတ်အမျိုးသား အတွေးအမြင်၏ ပုံရိပ်အဖြစ်နာမည်ရခဲ့သည်။

ထိုက်စန်းတောင်သည် စမ်းတုံပြည်နယ် အလယ်ပိုင်းတွင်တည်ရှိပြီး ထိုက်စန်းတောင်ထိပ်သည် ပင်လယ်ရေမျက်နှာပြင်အထက် (၁၅၄၅)မီတာမှာ တည်ရှိသည်။ ထိုက်စန်းတောင်သည် ရှေးအခါကပင် တရုတ်နိုင်ငံ အခြားနာမည်ကြီးတောင်လေးတောင်——တောင်ဘက် ဟိုင်စန်းတောင်၊ အနောက်ဘက် ဟွာစန်းတောင်၊ မြောက်ဘက် ဟိန်စန်းတောင်၊ အလယ်ဘက်တွင် ဆုံးစန်းတောင်တို့နှင့်ပေါင်းကာ "တောင်ငါးတောင်"ဟု အတူတကွနာမည်ရရှိခဲ့သည်။ ထိုက်စန်းတောင်သည် "တောင်ငါးတောင်အနက် ပထမ"၊ "တရုတ်ပြည် ပထမတောင်" ဟု အမည်ရှိသည်။ ရှေးအခါကပင် "ထိုက်စန်းတောင်တည်ငြိမ်ခြင်းရရှိလျှင် တစ်နိုင်ငံလုံး တည်ငြိမ်ခြင်းရရှိမည်" ဟူသော အဆိုရှိသည်။

ခရီးသည်များက ထိုက်စန်းတောင်တက် လှည့်လည်စဉ်။
游客在游览泰山　新华社 图

ထိုက်စန်းတောင်၏ ရှုခင်းအလှ။
美丽的泰山风光　cfp 图

ထိုက်စန်းတောင် ရှုခင်းအတွင်းတွင် တောင်ကုန်း(၁၅၆)ခု၊ ချောက်တောင်(၁၃၈)ခု၊ နာမည်ကြီးဂူ(၇၂)နေရာ၊ ထူးခြားသော ကျောက်ဆောင်(၇၂)ခု၊ ချောင်းဂူ(၁၃၀)ခု၊ ရေတံခွန်အိုင်(၆၄)နေရာ၊ နာမည်ကြီးရေအိုင်(၇၂)ခု၊ နာမည်ကြီးရှေးသစ်ပင်သောင်းချီ၊ ဘုန်းကြီးကျောင်း(၅၈)ကျောင်း၊ ရှေးဟောင်းနေရာ(၁၂၈)ခု၊ ကျောက်စာ (၁၂၃၉)ခု၊ ချောက်ဘေးထုကျောက် (၁၂၇၇)ခု ရှိခဲ့ပါသည်။

ထိုက်စန်းတောင်ထူးခြားသည့်နေရာသည်"တိုက်ထိပ်"မှာဖြစ်သည်။ နန်ထမ်းတံခါးသို့ တက်ပြီး ကျောက်လှေကားတွင် လမ်းလျှောက်နေစဉ် ကောင်းကင်နတ်ပြည်သို့ ရောက်နေသကဲ့သို့ ခံစားရမိစေသည်။ ပိရုကျောင်း၊ တာကွန်ထိပ်ကို ဖြတ်ကျော်ပြီး ထိုက်စန်းတောင်ထိပ် –– ရီဟွာစန်းထိပ်သို့ ရောက်ရှိသည်။ တောင်ထိပ်တွင် နေထွက်ရှုခင်းကို ရှုစားရသည်မှာ အလွန်ပင်ရင်သပ်ရှုမောဖြစ်ရပါသည်။ နေ့စဉ်နံနက်တွင် ခရီးသွားလာသူများသည် အရှေ့ဖက်ကို ကြည့်မျှော်နေပြီး နေထွက်ရှုခင်းကို လာရောက်ရှုမျှော်တတ်ကြသည်။ အရှေ့ဘက်တွင် ရွှေဝါရောင်တဖြည်းဖြည်းသန်းလာပြီး နေလုံးကြီး ဖြည်းညင်းစွာ ထွက်ပေါ်လာကာ အလင်းရောင်ထွန်းလင်းတောက်ပလှပနေပါတော့သည်။

သစ်တော အတွင်းရှိတိုင်းရင်းသား——ပုလောင်တိုင်းရင်းသား

密林中的民族——布朗族

布朗族是中华民族大家庭中的一个古老的兄弟民族，布朗族以农耕为主，粮食作物以旱稻为主，经济作物主要是茶叶和棉花。布朗族许多传统节日大都与宗教活动有关。

ပုလောင်တိုင်းရင်းသားသည် တရုတ်နိုင်ငံတိုင်းရင်းသား မိသားစုအနက် ရှေးဟောင်း အကျဆုံးသော တိုင်းရင်းသား ဖြစ်သည်။ ယူနန်စစ်ဆောင်ပန်းနား သစ်တောအတွင်းရှိ ပုလောင်တောင်၊ ပါတာ၊ ရှီးတင်နှင့်တာလော စသည့်နေရာ များတွင် အဓိကနေထိုင်ကြသည်။ ကျန်ရှိသော အခြားလူများ သည် လန်ချန်းဒေသနှင့် နင်အော် စသည့်နေရာများတွင် ဖြန့်ကျယ်နေထိုင်လျက်ရှိကြသည်။ ယင်းဒေသများသည် ရာသီဥတုသာယာပြီး မြေဩဇာထက်သန်သည်။

ပုလောင်တိုင်းရင်းသားသည် စိုက်ပျိုးရေးကို အဓိက ထားပြုလုပ်ပြီး အစောပိုင်းဆန်ကို အဓိကထားစားသုံးသည်။ စီးပွားဖြစ်ထွန်းသည့်ထုတ်ကုန်မှာ လက်ဖက်ခြောက်နှင့် ဝါဂွမ်း ဖြစ်သည်။ ပုလောင်တောင်၊ ပါတာနှင့် ရှီးတင်ဒေသများရှိ ကျေးရွာ အနည်းငယ်တွင် လက်ဖက်ခြံများစွာရှိသည်။ ယင်း သည် နာမည်ကျော်ကြားသော“ဖူးအယ် လက်ဖက်ခြောက်” ထွက်ကုန်နေရာ တစ်နေရာဖြစ်သည်။ ပုလောင် တိုင်းရင်းသား များ ထုတ်လုပ်သောလက်ဖက်ခြောက် သုံးမျိုးရှိသည်။ တစ်မျိုး မှာ ဖြန့်ကျက်လက်ဖက်ခြောက်ဖြစ်သည်။ ခူးယူလာသော လက်ဖက်သစ်များကို အိုးထဲသို့ထည့်ပြီး ပြုတ်သို့မဟုတ်ကြော် ပြီးပြုပြင်ပြီးနောက် ဖျာပေါ်တွင် ပွတ်တိုက်ပြီး နေပူလှန်းထားရ သည်။ နောက်တစ်မျိုးမှာ ဝါးကျည်တောက် လက်ဖက်ခြောက် ထုတ်ဖြစ်သည်။ လက်ဖက်နုများကို အိုးထဲတွင်ကြော်လှော်ပြီး နောက် ဝါးကျည်တောက်ထဲသို့ထည့်ပြီး မီးဖိုဘေးတွင်ထား ကင်ကာ ဝါးအပြင် လွှာတူးသွားနောက် ထုတ်ယူစားသုံးသည်။ တတိယအမျိုးမှာ လက်ဖက်ချဉ်ဖြစ်သည်။ လတ်ဆတ်သော လက်ဖက်ကို ကျက်အောင် ကြိုချက်ပြီး နေမထိုးသောနေရာ တွင် ဆယ်ရက်ကျော်ခန့်ထားကာ မှိုတက်စေသည်။ ဝါးအတွင်း ထည့်ကာမြေကြီးထဲသို့မြှုပ်ပြီး လချီကြာလျှင် ထုတ်ယူစားသုံး သည်။ ဖြန့်ကျက်လက်ဖက်ခြောက်နှင့် ဝါးကျည်တောက် လက်ဖက်ခြောက်သည် များသောအားဖြင့် ရေကာတာအောက် သို့ ထမ်းပြီး ရောင်းချကြသည်။ ဝါဂွမ်းနှင့် လက်ဖက်ခြောက် များသည် ယခုခေတ် ပုလောင်တိုင်းရင်းသားများ စီးပွားရေး လူနေမှုတွင် အစောပိုင်း ဆန်အောက် အရေးကြီးဝင်ငွေတစ်ရပ် ဖြစ်သည်။

ပုလောင်တိုင်းရင်းသားသည် မိမိဘာသာစကားရှိပြီး စာလုံးများမရှိပါ။ ပုလောင်တိုင်းရင်းသားသည် နေထိုင်သည့်မူ နေရာ ပြန့်ကျယ်သောကြောင့် ဒေသပိုင်းဘာသာစကား ကွာ ခြားခြင်းများဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ပုလောင် တိုင်းရင်းသားများ သည် မိမိဘာသာစကားကို ပြောတတ်သည့်အပြင် ဝစကား၊ တရုတ်စံပြစကားနှင့် တိုင်(ရှမ်း)စကားများကိုလည်း ပြောနိုင် သည်။ အချို့သော ပညာတတ်များသည် တိုင်(ရှမ်း)စာနှင့် တရုတ်စံပြစာကို အသုံးပြုတတ်ကြသည်။

ပုလောင်တိုင်းရင်းသား နှစ်သစ်ကူးပွဲသည် တရုတ် ပြက္ခဒိန် ချင်းမင်းအပြီး (၁၀)ရက်ခန့်တွင်ဖြစ်သည်။ အိမ်တိုင်း နှစ်သစ်ကူး ဝက်ကိုသတ်ပြီး ရွာတစ်ခုလုံးနွားသတ်ရသည်။ အမျိုးသမီးများသည် ကောက်ညှင်းခေါပုတ်ပြုလုပ်ကြသည်။

တိမ်ပင်လယ်အလှနေရာရှိ ကျင်မိုင်တောင်ရှေးဟောင်းရွာ၏ရှုခင်းအလှ။
与云海相伴的景迈山古寨　新华社 图

ယူနန် မုန်ဟိုင်ခရိုင်ရှိ ပုလောင်တိုင်းရင်းသားလူမျိုးစု၏ စည်တော်သယ်အခမ်းအနားကျင်းပစဉ်။
云南勐海县布朗族抬鼓仪式　cfp 图

နှစ်သစ်ကူးပွဲရက်တွင် လူငယ်များသည် အိမ်တွင်းလူအိုဘိုးဘွား များကို နှစ်သစ်ကူးကန်တော့ကြပြီး ကောက်ညှင်းခေါပုတ် နှစ်ခုကို ငှက်ပျောရွက်ဖြင့် ထုပ်ထားကာ တစ်ခုစီပေါ်တွင် ဖယောင်းတိုင်တစ်ချောင်း၊ ပန်းနှစ်ပွင့်တင်ထားရသည်။ ယင်း အနက်တစ်ခုကို ဘိုးဘွားများထံ ဆက်ကပ်ကြပြီး နောက်တစ်ခု ကို အိမ်တွင်း လူအိုဘိုးဘွားများအားပေးဆက်ရသည်။ တစ်ချို့ သောပုလောင်တိုင်းရင်းသားများသည် နှစ်သစ်ကူးပွဲတွင် ဘုရား ကျောင်းရှေ့ ညောင်ပင်အောက်တွင် သဲပုံပုံထားကာ ပန်းစိုက်ပြီး ဘုရားရှင်ထံဆန်ပန်း၊ ကောက်ညှင်းမုန့်၊ ငှက်ပျော စသည့် စားသောက်ကုန်များ ဆက်ကပ်လှူဒါန်းကြသည်။

အရက်ဖြင့်ဧည့်သည်ကို ဧည့်ခံသော ဝတိုင်းရင်းသား

以酒会客的佤族

佤族人豪爽好客，迎接客人以酒当先，他们自酿的“泡水酒”，不会伤身。佤族认为无酒不成礼，待客敬酒一般主人先自饮一口，以打消客人的各种戒意，然后依次递给客人饮。

ဝတိုင်းရင်းသားများသည် ဖော်ရွေသည်။ ဧည့်သည်လာလျှင် အရက်ဖြင့်ဧည့်ခံတတ်ကြသည်။ သူတို့ကိုယ်တိုင်ချက်ထားသော“ရေစိမ်အရက်”သည် ကျန်းမာရေးကို မထိခိုက်ပါ။ ဝတိုင်းရင်းသားများသည် အရက်ဖြင့် ဧည့်သည်ကို ဧည့်မခံရလျှင် ဧည့်ဝတ်မကျေဟု ယူဆကြသည်။ ဧည့်သည်တော်ကို အရက်တိုက်သောအခါ မိမိက တစ်လုတ်ဦးစွာ သောက်ကြပြီး ဧည့်သည်များစိတ်ထဲရှိ သံသယမျိုးစုံကို ဖယ်ရှားပေးသည်။ ပြီးနောက် ဧည့်သည်တော်များအား အစဉ်လိုက်အတိုင်းပေး၍သောက်သုံးစေပါသည်။ ဧည့်သည်တော်အား တိုက်သောအရက်ကို အတတ်နိုင်ဆုံးကုန်အောင် သောက်လိုက်ရမည်ဖြစ်ပြီး စိတ်နေသဘောထားဖြောင့်မတ်ကြောင်းကို ဖော်ပြရပါမည်။ သို့မဟုတ်လျှင် အရက်တိုက်သော ပိုင်ရှင်အားမလေးစားရာရောက်ပါသည်။ တစ်ချို့သော ဝတိုင်းရင်းသားများမှာမူ အရက်တစ်ချို့ကို မြေပေါ်သို့အရင်ပတ်ဖြန်းကာ ရှေးလူကြီးများအားဂါရဝဦးစွာပြုပြီးမှ ပိုင်ရှင်နှင့် ဧည့်သည်တော်များက အားလုံးကုန်အောင်သောက်ကြပါသည်။

ဝတိုင်းရင်းသားများ၏ အစားအသောက်သည်လည်း

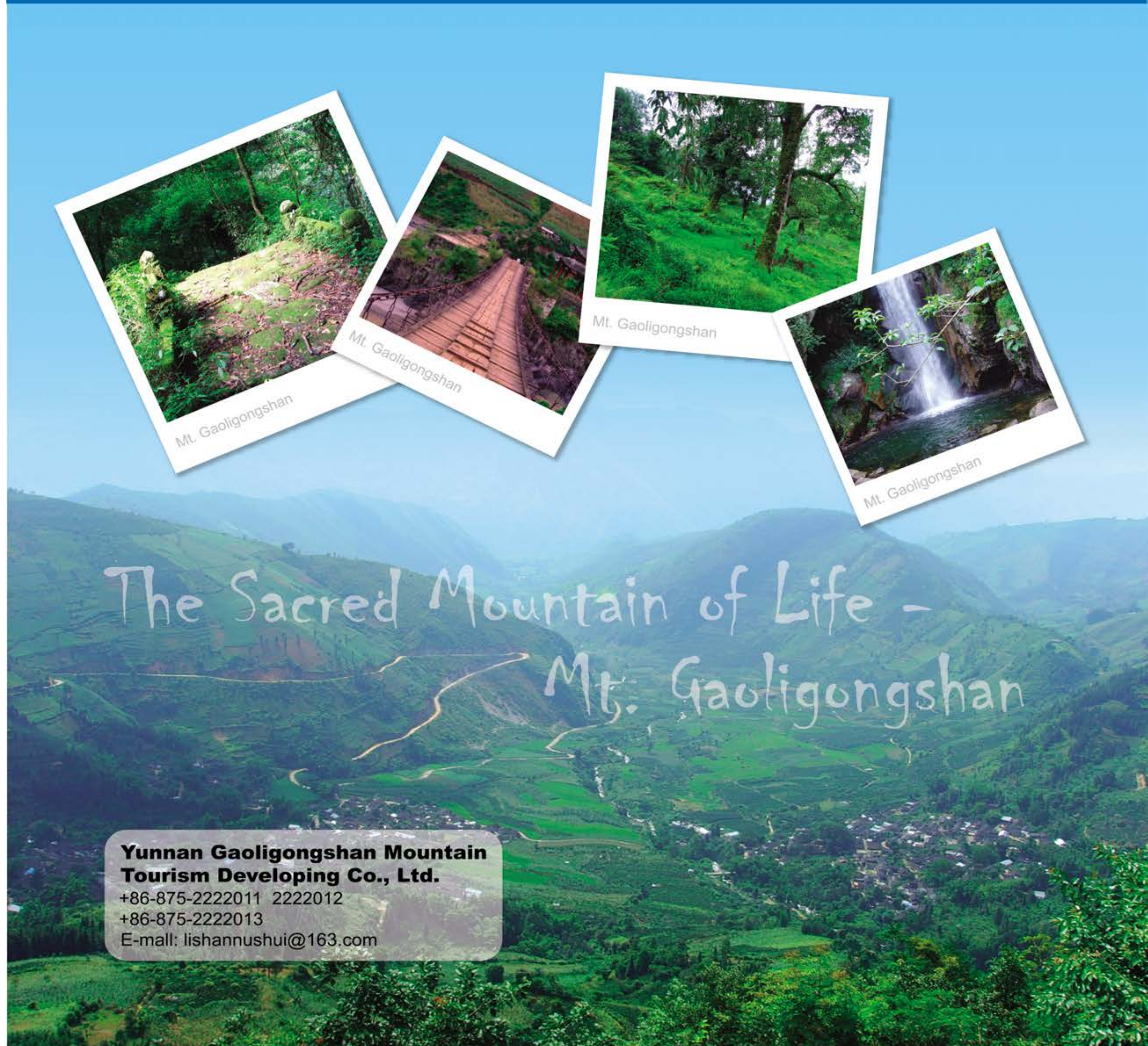
ဝတိုင်းရင်းသားရွာသို့ ဝင်ရောက်တော့ ရွာသူရွာသားများက အရက်ဖြင့် ဧည့်သည်များကို ကြိုဆိုနှုတ်ဆက်စဉ်။
进入佤寨，村民送上米酒迎宾　cnsphoto

အလွန်ထူးဆန်းပါသည်။ သူတို့သည် ကြက်သား၊ ဆား၊ ဆန်တစ်အိုးလိုက်ကြီးကို ဆန်ပြုတ်အဖြစ် ကျိုချက်သည်ကို အလွန်ကြိုက်နှစ်သက်ကြသည်။ “ကြက်သားဆန်ပြုတ်”ဟုခေါ်လေ့ရှိသည်။ တစ်ချို့သော ဒေသမှ ဝတိုင်းရင်းသားများသည် ဝါးပိုး၊ သစ်ပင်မြက်ပင်များပေါ်တွင် ကပ်ပါးကောင်အဖြစ် နေထိုင်တတ်သော ကျောက်ဖရုံပိုးစသည့် ပိုးကောင်များနှင့်ဆန်များကို ဆန်ပြုတ်အဖြစ်ချက်ပြုတ်ပြီး ဟင်း၊ ဆား၊ ငရုတ်သီး စသည်တို့နှင့် အတူရောနယ်ကာ ရန့်သင်း အရသာကောင်းမွန်လှပေသည်။ ကြက်သားဆန်ပြုတ်၊ ကမဲလီးယားဆန်ပြုတ်၊ ရွှေပဲသီးပုရွက်စိပ်ဥကျော်၊ ဆီကြော်သစ်ပိုး စသည်တို့သည် ဝတိုင်းရင်းသားများ၏ အကောင်းစားဟင်းလျာများဖြစ်သည်ဟုဆိုနိုင်သည်။ ထို့ပြင် ဝတိုင်းရင်းသား မောင်မယ် ကလေးလူကြီး အားလုံးသည် ငရုတ်သီးစားနိုင်ကြသည်။ “ငရုတ်မပါ ဗိုက်မဝ”ဟူသော ဆိုရိုးစကားလည်းရှိပေသည်။

ဝတိုင်းရင်းသားရိုးရာဘာသာရေးကိုးကွယ်မှု အစီအစဉ်များတွင် ကြက်၊ ဝက်များသတ်ကြသည့်အပြင် နွားလည်းသတ်ကြသည်။ ဥပမာ– ကောက်စိုက်ပွဲတွင် တစ်ရွာလုံးပြည်သူလူထုများက စုစည်းကာ အတူနွားသတ်ကြသည်။ ထို့နောက် အမဲသားများကို အိမ်တိုင်းအိမ်တိုင်းခွဲဝေပေးပြီး ရှေးလူကြီးများအား ကိုးကွယ်ပူဇော်ကြရသည်။ အမဲရိုးကို နွားပိုင်ရှင်အားခွဲပေးသည်။ အမဲရိုးသည် ချမ်းသာခြင်းကိုဖော်ပြသော အမှတ်အသားပင်ဖြစ်ပေသည်။ “ပုံနန်နီ”သည် နှစ်ဟောင်းကိုနှုတ်ဆက်၊ နှစ်သစ်ကို ကြိုဆိုသော ပွဲတော်ဖြစ်သည်။ ထိုနေ့ညပိုင်းအချိန်တွင် တစ်ရွာလုံးအတွင်းရှိ ခေါင်းဆောင်များ၊ ငယ်ရွယ်သူအင်အားကောင်း ကာလသားအမျိုးသားများသည် ရွာသူကြီးအိမ်တွင် လာရောက်စုဝေးကြပြီး ပိုက်ဆံစုကာ ဝက်တစ်ကောင်၊ ကြက်တစ်ကောင်ဝယ်ပြီးသတ်ရသည်။ ထို့နောက် နတ်ကို ပူဇော်ခြင်းနှင့် ရှေးလူကြီးများကိုပူဇော်ခြင်းများ ပြုလုပ်ရသည်။ အပြန်အလှန် ခေါ်ပုတ်များလက်ဆောင် ပေးဝေခြင်း၊ မင်္ဂလာဆုတောင်းစကားများပြောဆိုကြရသည်။ နံနက်မိုးလင်းသည်နှင့် နတ်ပင်ကို ပူဇော်ပြီး စတင်အမဲလိုက်ကြသည်။ ငါး၊ ပုဇွန်များဖမ်းကြသည်။ လာမည့်နှစ်သစ်တွင် ကံကောင်းစေဖို့ ဆုတောင်းကြသည်။

THE SACRED MOUNTAIN OF LIFE - MT. GAOLIGONGSHAN
AN IDEAL DESTINATION FOR ECO-TOURISM

We are expecting your inquiry about and trips for such attractions: the ancient path of over 2 000 years, 16 indigenous ethnic groups, 4 303 species of higher plants, 581 kinds of wild animals, a high mountain with a vertical height difference of 4 000 meters, ··· one more scenic area just one step ahead, and one may experience four seasons in a single day!



တိုင်(ရှမ်း)တိုင်းရင်းသား ဒေါင်းအက

傣族孔雀舞

孔雀舞，傣语称“戛洛勇”。它是傣家人最喜爱的有着古老传统的广场表演性舞蹈，广泛流传于傣族聚居区。傣族人民之所以爱跳孔雀舞，是因为他们不仅认为孔雀最美、最善良，而且认为孔雀是神鸟，是佛的化身。因此他们以孔雀舞来表达本民族的理想和愿望。

ဒေါင်းအက တိုင်(ရှမ်း)စကားခေါ် “ကာလောယုံ”။ ယင်းသည် တိုင်(ရှမ်း)တိုင်းရင်းသားများ အကြိုက်ဆုံးသော ရှေးဟောင်းရိုးရာ ကွင်းပြင်ပြသမှု ပုံစံအကဖြစ်သည်။ တိုင်(ရှမ်း)တိုင်းရင်းသားများ စုစည်းရာနေရာတွင် ဖြန့်ကျက်လျက်ရှိပြီး ဒေါင်းအကဖြင့်အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းလုပ်ဆောင်သော အနုပညာရှင်များလည်းရှိသည်။ ဒေါင်းအကသည် ဒေါင်း၏ ပုံစံကို အဓိကအတုယူထားခြင်းဖြစ်သည်။ ဒေါင်းအကသည် အတုယူအကလည်းဖြစ်သည်။ တိုင်(ရှမ်း)တိုင်းရင်းသားများ ဒေါင်းအကကို နှစ်သက်ရခြင်းမှာ သူတို့သည် ဒေါင်းကို အလှပဆုံး၊ အကြင်နာဆုံး ဟုထင်မှတ်ပြီး ဒေါင်းကို နတ်ငှက် ဘုရား၏ ကိုယ်စားဟုလည်း ထင်မြင်ကြသည်။ ထို့ကြောင့် သူတို့သည် ဒေါင်းအကဖြင့် သူတို့တိုင်းရင်းသားများ၏စံနမူနာနှင့် မျှော်လင့်ချက်များကို ဖော်ပြကြသည်။

ဒေါင်းသည် ဗုဒ္ဓဘုရားကျမ်းစာတွင် မင်္ဂလာငှက်အဖြစ်မှတ်ယူခံရပြီး တိုင်(ရှမ်း)တိုင်းရင်းသား ရိုးရာဒဏ္ဍာရီတွင် ဤသို့မှတ်တမ်းတင်ထားသည်။ ရှေးရှေးတုန်းက ဘုရားရှင်သည် လူ့ပြည်သို့ လာရောက်လည်ပတ်ခဲ့သည်။ တစ်ရက်သော် ဘုရားရှင်တော်သည် ထမ်ကျူတောင် အောက်ရှိ ရွှေဒေါင်း၏ အိမ်ကို ဖြတ်သွားသောအခါ မတွေ့ရကြာသောဒေါင်းအား သွားတွေ့သည်။ ယင်းအချိန်တွင် ဒေါင်းဥဥသော ရက်ဖြစ်သည်။ ဒေါင်းမတစ်ကောင်သည် ဘုရားရှင်တော်ကို ဦးစွာဖူးတွေ့ရပြီး အားလုံးကို အကြောင်းကြားလိုက်ကာ ဒေါင်းများသည်လည်း လာရောက်ဖူးမျှော်ကြလေသည်။ ဒေါင်းအမသည် ဒေါင်းအထီးများကို လေးစားသောအနေဖြင့် ဒေါင်းအထီးများကို အရှေ့တွင်

နှစ်ပေါင်း ၄၀ ကြာ ဒေါင်းအက ကပြခဲ့သည့် အရပ်သားအနုပညာရှင်ဖြစ်သူ ယော်ရှန်းကို တွေ့ရစဉ်။
约相，一个跳了 40 年孔雀舞的民间艺人　新华社 图

တိုင်းရင်းသားလူမျိုးစုဒေါင်းအက ကပြစဉ်။
民族风情浓郁的孔雀舞

ရပ်စေသည်။ ထိုအခါ ဘုရားရှင်တော်၏ ရွှေရောင်ခြည်သည် ဒေါင်းအထီးပေါ်သို့ ကျရောက်ပြီး ဒေါင်းအထီး အမွေးသည် တစ်ခါတည်း တောက်ပြောင်ဝင်းပလာသည်။ ဘုရားမထွက်ခွာမီ “ဒေါင်းအပေါင်းတို့ သင်တို့သည် ဤသို့လှပချစ်စရာကောင်းလှပါလား။ “ပိုင်ဖလာ(ဘုရားပွဲ)” တွင် ပြန်လည်ဆုံတွေ့ကြစို့။”ဟု မိန့်ဆိုခဲ့သည်။ တစ်နှစ်တစ်ကြိမ်ကျင်းပသော“ပိုင်ဖလာ”ရောက်လာသော်ဘုရားရှင်တော်သည် မြင့်မားသောကြာပန်းပလ္လင်တော်ပေါ်တွင်ထိုင်ပြီးများစွာသောကိုးကွယ်ယုံကြည်သူများအားတရားဟောနေပါသည်။ “ပိုင်ဖလာ” နောက်ဆုံးတစ်ရက်မှ ဒေါင်းများသည် ထမ်ကျူတောင်ပေါ်မှ ရောက်လာကြသည်။ ဘုရားရှင်တော်အား လူများ ဝိုင်းဝန်းနေသောကြောင့် ဒေါင်းများ မကပ်နိုင်ပေ။ ထို့ကြောင့် ဒေါင်းများသည် ဆွေးနွေးပြီး လူများအပြင်တွင် ကွင်းပြင်ပုံစံအက ကရန် ဆုံးဖြတ်ပြီး ဘုရားရှင်တော်ကို ကြိုဆိုရန် လှပစွာအက ကကြသည်။ လူများလည်း ဒေါင်းများအကကို ကြည့်ရှုကြပြီး ဆင်ခြေဖုံးကိုတီးပြီး သူတို့အတွက် သီချင်းတီးပေးနေကြကာ ဘုရားရှင်တော်ထံ လမ်းတစ်ကြောင်း ဖယ်ပေးလိုက်ကြသည်။ ဒေါင်းများသည် ဤသို့ဖြင့် ဘုရားရှင်တော်နံဘေးရောက်ရှိလာပြီး ရောင်စုံသော ဒေါင်းအမွေးများကို ဆက်သခဲ့သည်။ ဘေးကလူများလည်း သီချင်းများ သီဆိုကြသည်။“ဒေါင်းများသည် အလင်းရောင်ကို နှစ်သက်ကြသည်။ သူတို့၏ စိတ်သည် လမင်းကဲ့သို့သန့်စင်တယ်။ သူတို့သည် ရောင်စုံအမွေးကို ဘုရားရှင်ထံ ဆက်သပြီး ကျမ်းစာထဲသို့မရေးလိုပါ။ ငါတို့လည်း သူတို့ကဲ့သို့ ကြိုးစားပြီး သူတို့ကဲ့သို့ ကြင်နာကြရမည်။”ဟုပြောဆိုသည်။ ဤသို့ဖြင့် ဒေါင်းအကသည် ယခုထိတိုင် စဉ်ဆက် ဆက်ခံလာခဲ့သည်။

ဒေါင်းအကသည် ရိုးရာတိုင်းရင်းသားပြည်သူများ ကိုယ်တိုင်ဖျော်ဖြေသော ပုံစံသာမက ဘုရားပွဲများတွင်လည်း ကကြသည်။ ဒေါင်းအကကို ခံစားနားလည်သူ အကအနုပညာရှင်က ဒေါင်းချောင်းဘေးသို့ ရေချိုးစဉ် တောင်ပံအမွေးပေါ်ရှိ ရေစက်များကို ခါချသောအခါ အကောင်းဆုံးသော မင်္ဂလာဆုတောင်းပေးသကဲ့သို့ ခံစားရသည်ဟုပြောဆိုသည်။

ထူးဆန်းသော ထောပတ်ပန်း

独特艺术酥油花

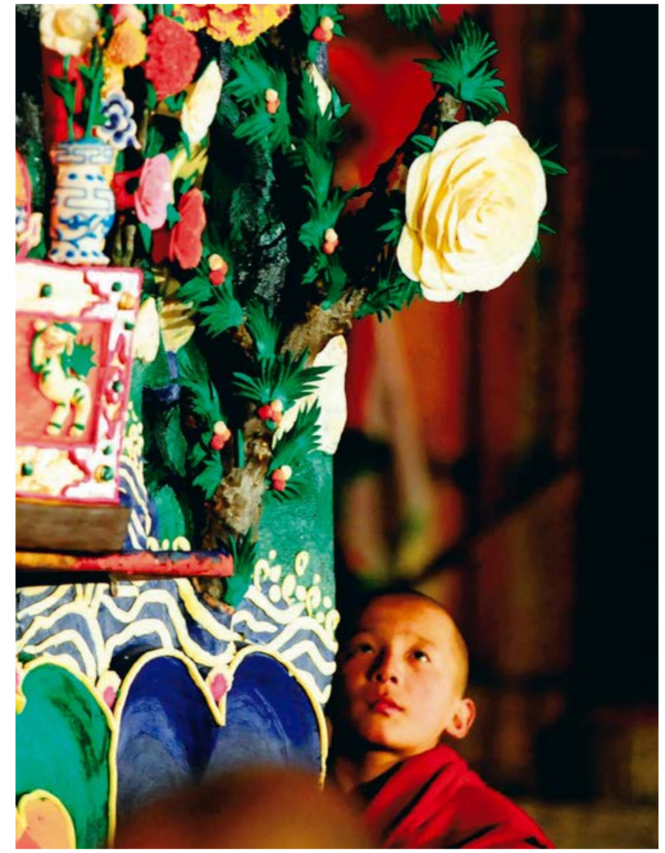
酥油花是藏文化中独具特色的酥油塑造艺术，酥油花如今正悄悄向世人展现着她的神秘。酥油花以酥油为主要制作原料，其塑造的工艺品形象逼真，色彩鲜艳，精巧玲珑。在中国藏族地区建有专门陈列油塑艺术的酥油花馆。它完全是在零度以下制作完成的，其塑造工艺复杂而奇特，多在冬季三个月间进行。

ထောပတ်ပန်းသည် တိဗက်ယဉ်ကျေးမှုတွင် တစ်မူထူးခြားသော ထောပတ်ပုံသွင်း အနုပညာဖြစ်သည်။ ထောပတ်ပန်းသည် ထောပတ်ဖြင့် အဓိကထားပြုလုပ်သည်။ ထောပတ်သည် တိဗက်ကုန်းမြင့် တိဗက်တိုင်းရင်းသားများ တိရစ္ဆာန်မွေးမြူထိန်းကျောင်းသူများ၏ အစားအစာတစ်မျိုးဖြစ်သည်။ နွားနို့ဖြင့်အကြိမ်ကြိမ် ရောနှောပြီးနောက် အဝါဖျော့ရောင်အဆီကို ထုတ်ယူထားသည်။ ယင်းအဆီသည် အခဲပုံစံရှိပြီး ပျော့ပျောင်းနူးညံ့ကာ အရောင်ဖြူစင်ပြီး အနံ့သင်းပျံ့၍ ပုံသွင်းနိုင်စွမ်းရှိသည်။ ယင်းဖြင့် ပုံသွင်းထားသော အနုပညာပစ္စည်းများသည် ပုံရိပ်စစ်မှန်ပြီး အရောင်လှပကာ အနုစိတ်လှပသည်။ တရုတ်နိုင်ငံ တိဗက်တိုင်းရင်းသားဒေသတွင် ဆီဖြင့်ပုံသွင်းသော အနုပညာကို ပြသသည့်ထောပတ်ပန်းပြတိုက် သီးသန့်တည်ထောင်ထားသည်။ ယင်းသည် သုညဒီဂရီအောက်တွင် ထုတ်လုပ်ပြီးစီးပြီး ယင်းအနုပညာလက်ရာသည် ရှုပ်ထွေးထူးခြားကာ ဆောင်းရာသီ (၃)လအတွင်းတွင် ပြုလုပ်လေ့ရှိသည်။

သံဃာတော်များက ထောပတ်ပန်းပြပွဲအတွက် ပြင်ဆင်မှုဆောင်ရွက်စဉ်။
僧人为酥油花展做准备　新华社 图

ထောပတ်ပန်းကို ထုတ်လုပ်ရာတွင် အဆင့်လေးဆင့် ခွဲထားသည်။ ပထမဦးဆုံး အခြေခံအဖွဲ့အစည်း ဖရိမ်ကို ပြုလုပ်ခြင်းဖြစ်သည်။ သတ်မှတ်ထားသော ခေါင်းစဉ်များအလိုက် အသေးစိတ်ဒီဇိုင်းလုပ်ပြီး ကြိုး၊ ဝါးခွက်၊ တုတ်များဖြင့် အကြီးအသေး ပုံသဏ္ဌာန်မတူသော အခြေခံဖွဲ့စည်းပုံရုပ်များကို ထုပ်စည်းထားသည်။

ထို့နောက် ပုံသဏ္ဌာန်ကို ပုံသွင်းခြင်းဖြစ်သည်။ ပုံသွင်းရာတွင် လိုအပ်သောပထမအရာသည် ရှေ့နှစ်ကဖြုတ်လိုက်သော ထောပတ်ပန်းနှင့် မြက်သစ်သားမှုန့်များကို အကြိမ်ကြိမ် ရိုက်ထောင်းထားပြီး ဆွဲအားကောင်းသော အနက်ရောင်ပုံသွင်းအဆီရှုံ့ဖြစ်လာသည်။ ထို့နောက် ယင်းအနက်ရောင်အဆီရှုံ့ကို ဖွဲ့စည်းထားသောစင်ပေါ်တွင် တိကျသော ပုံသဏ္ဌာန်များကို ပုံသွင်းရသည်။ အခြေခံပုံသဏ္ဌာန်ပြုလုပ်ပြီးနောက် ဖွဲ့စည်းပုံအချိုးအစားအလိုက် ပြုပြင်၊ စစ်ဆေးသတ်မှတ်ပြီး နောက်မှ ပုံသွင်းရသည်။


ကိုရင်တစ်ဦးက ထောပတ်ပန်းလက်ရာများကို ကြည့်ရှုစဉ်။
一名小僧人在观看酥油花灯作品　新华社 图

ပြီးနောက် ခရင်ပုံစံဖြစ်သော နို့နှစ်အဖြူရောင်ထောပတ်ဆီတွင် ရောင်စုံသတ္တုပစ္စည်းများကို ထည့်ရောပြီး ရောင်စုံထောပတ်များကို ပြုလုပ်ကာ ပြုလုပ်ပြီးသောပုံသဏ္ဌာန်ပေါ်တွင် သေချာစွာ သုတ်သွင်းရသည်။ တစ်ချို့လျှင် ရွှေ၊ ငွေအမှုန့်များဖြင့်ပုံသွင်းပြီး ပုံစံမျိုးစုံကို ပုံသွင်းရသည်။ ပုံသွင်းရာတွင် လက်၏ အပူချိန်ကြောင့် ထောပတ်ပုံပြောင်းခြင်းကို ကာကွယ်ရန် အနုပညာရှင်သည် အပူချိန်ထိန်းချုပ်ထားသော အလုပ်ရုံအတွင်းတွင် ဘေးမှာရေခဲထည့်ထားသော ရေပုံးကို ထားရသည်။ သူတို့သည် လက်ကို အမြဲရေအေးထဲသို့ စိမ်ပေးရသည်။ လုပ်ဆောင်မှု လုပ်ငန်းစဉ် တစ်ခုလုံးသည် အလွန်ပင်ခက်ခဲလှပါသည်။

နောက်ဆုံး လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခုသည် ပုံသွင်းပြီးသော ထောပတ်ပန်းကို ဒီဇိုင်းအရ သံကြိုးဖြင့် တစ်ခုစီ တပ်ဆင်ရသည်။ သစ်သားပြားအကြီးများအပေါ် သို့မဟုတ် အထူးလုပ်ထားသောပုံးထဲတွင် ထားပြီး အမြင့်အနိမ့်သေချာစွာ ထားကာ ပရိသတ်များ မတူသော နေရာများမှရှုစားနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

တိဗက်ကောင်လေးတစ်ယောက်က ထောပတ်ပန်းကိုင်လျက် တိဗက်လူမျိုးစု၏ နှစ်သစ်ကူးပွဲကို ပျော်ရွှင်စွာဆင်နွှဲစဉ်။
一名藏族男孩手持酥油花，欢度藏历新年　新华社 图

အခန်းတွင်းအလှစိုက်ပင်နှင့်ကျန်းမာရေး

室内植物与健康

有选择的在室内种植一些观赏性植物对人的健康是有益的，它们创造了个性化的工作生活环境。使室内环境多姿多彩，营造了一种生机勃勃的氛围，可以使人拥有良好的精神面貌，也可以缓解工作压力。植物可以调节气候，影响室内湿度，改善空气质量，他们会吸收二氧化碳和一些其它的有害物质，释放出氧气。同时，它们还会吸附灰尘，并有效降低室内温度。

အခန်းအတွင်းတွင် အလှစိုက်ပင်တစ်ချို့ကို ရွေးချယ်စိုက်ပျိုးခြင်းသည် ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်ပါသည်။ ၄င်းတို့သည် အလုပ်လုပ်၊ နေထိုင်မှုပတ်ဝန်းကျင်ကို စမတ်ကျစေသည်။ အခန်းတွင်းပတ်ဝန်းကျင်ကို ရောင်စုံခြယ်သမှုရှိစေသည်။ ရှင်သန်သော လေထုပတ်ဝန်းကျင်ကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ ပိုမိုတက်ကြွရွှင်လန်းသော ပုံပန်းသဏ္ဍာန်ကို ပိုင်ဆိုင်စေသည်။ အလုပ်ဖိအားများကိုလည်း လျော့ကျစေသည်။ သစ်ပင်ပန်းပင်များသည် ရာသီဥတုအပူချိန်ကို ညှိနှိုင်းနိုင်စွမ်းရှိသည်။ အခန်းတွင်းအစိုဓာတ်ကို ပြောင်းလဲပေးနိုင်သည်။ လေထုအရည်အသွေးကို သန့်စင်ပေးနိုင်သည်။ ၄င်းတို့သည် ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုက်နှင့် အခြားသောအန္တရာယ်ဖြစ်စေသော သတ္တုများကို စုပ်ယူပေးနိုင်ပြီး အောက်စီဂျင်ကို ထုတ်လွှင့်ပေးသည်။ ထို့အတူ ၄င်းတို့သည် ဖုန်မှုန့်များကို စုပ်ယူထားပေးပြီး အခန်းတွင်းအပူချိန်ကို ထိရောက်စွာလျှော့ချပေးနိုင်သည်။ သို့သော် အခန်းအတွင်း၌ အပင်အများအပြား မစိုက်သင့်ပေ။ ထို့ပြင် ရှားစောင်းပင်မျိုးနွယ်အုပ်စုပင်များကို အခန်းအတွင်း၌ မစိုက်သင့်ပေ။

သာမန်အားဖြင့်ဆိုလျှင် အခန်းအတွင်းဆက်စပ် အစိုဓာတ်သည် ၃၀% ထက်မလျော့သင့်ပေ။ သို့မဟုတ်လျှင် ကျန်းမာရေးကို ထိခိုက်နိုင်ပါသည်။ လေထုအစိုဓာတ်အလွန်နည်းနေပါက အထက်အသက်ရှုလမ်းကြောင်းရှိ အကျိအချွဲများကို ခြောက်ကပ်စေပြီး chronic mucosal inflammation နာတာရှည်အကျိအချွဲအလွှာရောင်ရမ်းခြင်းကို ဖြစ်စေသည်။ အသားအရေခန်းခြောက်စေသည်။ နှာခေါင်းနှင့် လည်ချောင်းကို ခြောက်သွေ့မှုများဖြစ်ပေါ်စေသည်။ ကျန်းမာရေးခုခံမှုအင်အားကို လျော့ကျစေပြီး အအေးပတ်လွယ်၊ ရောဂါပိုးကူးလွယ်စေသည်။ အခန်းအတွင်း၌ ရေဓာတ်လိုအပ်ချက်မြင့်သောသစ်ပင်များ ဥပမာ–ဖန်းပင်မျိုးနွယ်အပင်များ၊ ၄က်ပျော်ပင်စသည်တို့ကို စိုက်ခြင်းဖြင့် အခန်းအတွင်းအစိုဓာတ်ကို မြှင့်တင်ပေးနိုင်သည်။

အခန်းအတွင်း၌ ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုက် ပါဝင်မှုနှုန်းသည် မြင့်မားနေပါက ပင်ပန်းနွမ်းနယ်မှုကိုပိုဖြစ်စေပါသည်။ သုတေသနပြုစုချက်အရ– အခန်းအတွင်းတွင် စိုက်ပျိုးထားသော စိုက်ပင်၏ အစိမ်းရောင်အရွက် မျက်နှာပြင်ဧရိယာသည် ကြီးလေလေ ၄င်းတို့ထုတ်လွှင့်သော အောက်စီဂျင်က ပိုများလေလေဖြစ်သည်။ ဥပမာ–၄က်ပျောနှင့် အခြားသော အရွက်ကြီးသော အရွက်စိမ်းပင်များသည် အခန်းတွင်းလေထုညစ်ညမ်းမှုကို တိုက်ဖျက်သည့်အခါတွင် အခြားသောစိုက်ပင်များ ထက်သာလွန်နေကြောင်းသိရပါသည်။

စိုက်ပင်၏ အရွက်သည် အန္တရာယ်ပြုသတ္တုများကို စုပ်ယူထားပြီး အန္တရာယ်ပြုသတ္တုများကို သန့်စင်အောင်ပြုလုပ်ပေးသည်။ အန္တရာယ်ပြုသတ္တုများသည် မြေသားထဲသို့ရောက်ရှိပြီးနောက် စိုက်ပင်၏အမြစ်ပိုင်းသည် အန္တရာယ်ပြုသတ္တုများကို ထပ်မံစုပ်ယူလိုက်ပြီး အန္တရာယ်ပြုသတ္တုများကို အာဟာရသတ္တုများဖြစ်အောင် ပြောင်းလဲပေးသည်။ သစ်ပင်၏ အဆိပ်ဖြေနိုင်မှုစွမ်းရည်သည် အားလျော့သည်။ အခန်းအတွင်းရှိ လေထုများကို ပိုမိုကောင်းမွန်စွာသန့်စင်လိုပါက အခန်းအတွင်းတွင် စိုက်ပင်များစွာထားသင့်သည်။ စိုက်ပင်များသည် အခန်းအတွင်းရှိလေထုကို သန့်စင်ပေးသည်။ ကျွန်တော်တို့၏နေထိုင်မှုပတ်ဝန်းကျင်ကို ကောင်းမွန်စေသည်။ ကျွန်တော်တို့ကို အပြုသဘောဆောင်သောစိတ်ဆန္ဒများဖြစ်ပေါ်စေသည်။

အိပ်ခန်းအတွင်းရှိ စိုက်ပင်သည် ညအချိန်တွင် အောက်စီဂျင်များကို အသုံးပြုတတ်သလား။ လက်တွေ့တွင် တစ်ချို့သောစိုက်ပင်များသည် ညပိုင်းအချိန်တွင် အောက်စီဂျင်အနည်းငယ်ကို အသုံးပြုတတ်သည်။ သို့သော် အခြားသော စိုက်ပင်များ ဥပမာ– သစ်ခွပင်၊ နာနတ်ပင် စသည့်အပင်များသည် ညအချိန်တွင် အောက်စီဂျင်များကို တိုးမြင့်ပေးတတ်သည်။ အိပ်ခန်းအတွင်းတွင် စိုက်ပင်များစွာရှိသောအခါတွင် အသက်ရှူခြင်းကိုပို၍ ချောမွေ့စေသည်။ ပိုပြီးအိပ်မောကျစေပါသည်။

လက်ဖက်ခြောက်သိမ်းသိုနည်းသုံးနည်း

茶叶保鲜三招

在生活中很多人都喜欢喝茶，但不知道怎么储存茶叶，本文将介绍三招茶叶保鲜法：普通密封保鲜法、真空抽气充氮气法、冷库保鲜法。

လူအများအပြားသည် လက်ဖက်ခြောက် ရေနွေးကြမ်းသောက်တတ်သော အလေ့အထရှိကြသည်။ သို့သော်မည်သို့သိမ်းသိုရမည်ကိုမူ မသိကြပေ။ ယခုစာပုဒ်တွင် လက်ဖက်ခြောက်သိမ်းသိုနည်းသုံးနည်းကို ဖော်ပြမည်ဖြစ်သည်။

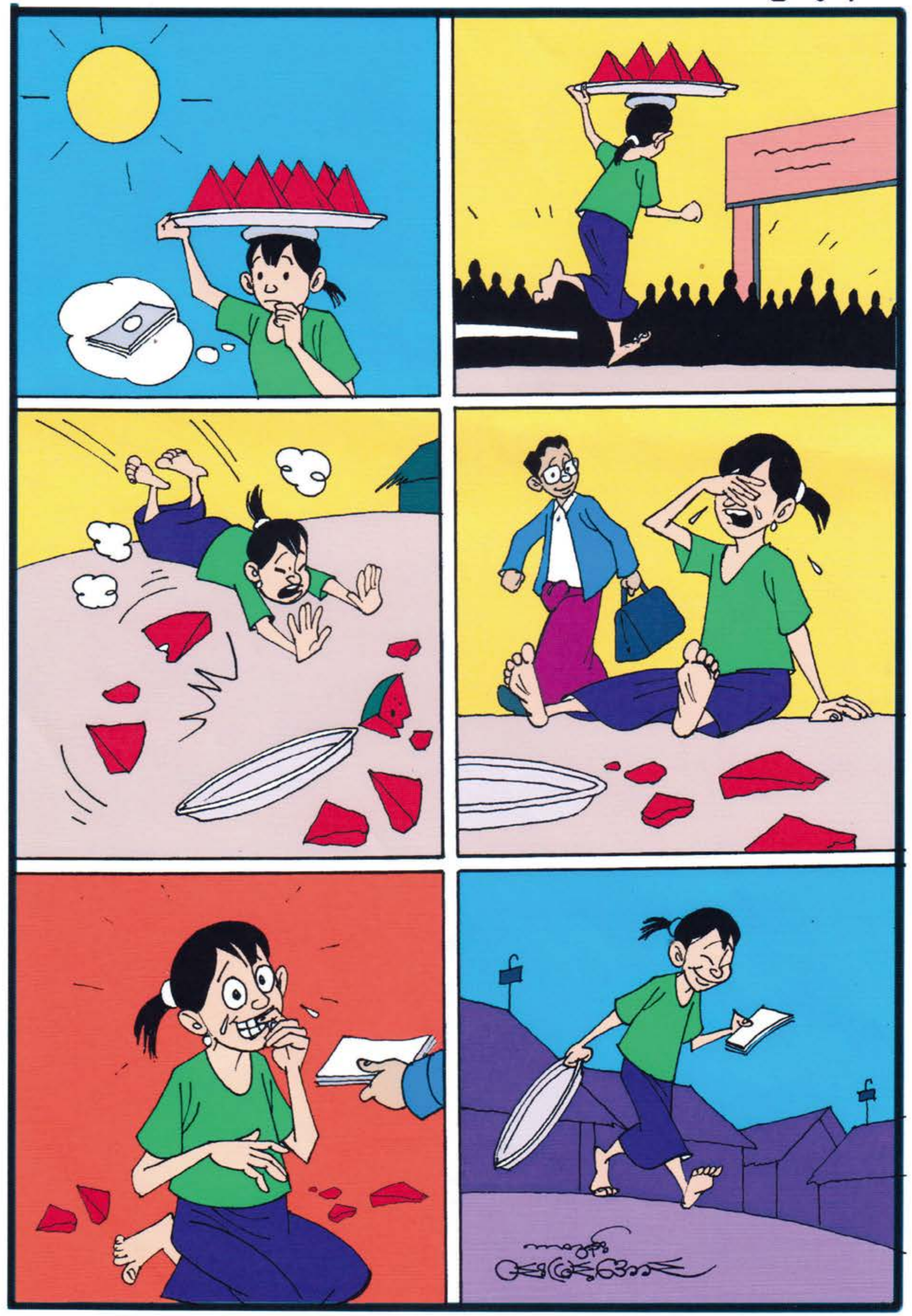
သာမန် အလုံပိတ် သိမ်းသိုနည်း။ ဝယ်လာသော လက်ဖက်ခြောက်များကို အထုပ်သေးသေးလေးများဖြစ်အောင် ခွဲလိုက်ပြီး ကြိုတင်စီစဥ်ထားသော လက်ဖက်ခြောက်ဗူးထဲသို့ထည့်လိုက်ပါ။ အကောင်းဆုံးသည် တစ်ကြိမ်တည်းပြည့်အောင် ဖြည့်ပြီး အဖုံးဖုံးလိုက်ပါ။ အသုံးမပြုသည့် အချိန်တွင် အဖုံးမဖွင့်ပါနှင့်။ အသုံးပြုပြီးသည်နှင့်တပြိုင်နက်တည်း အဖုံးကို လုံအောင် ပိတ်ထားလိုက်ပါ။ အကြောင်းဆီလျော်ပါက

ပိတ်စအိတ်ကလေးဖြင့် ထုံးအနည်းငယ်ထည့်ပြီး ထိုဗူးထဲသို့ထည့်လိုက်ပါ။ ဗူးတွင်းအစိုဓာတ်စုပ်ခြင်းနှင့် ပစ္စည်းများပိုမိုကြာရှည်စွာခံနိုင်စေပါသည်။

လေဟာနယ်ဖြစ်အောင် လေများ စုပ်ထုတ်ခြင်းနှင့် နိုက်ထရိုဂျင်ဖြည့်ထည့်နည်း။ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားသော အလူမီနီယံသတ္တုပြားနှင့် ပလပ်စတစ်ကို အသုံးပြုပြီး ပြုလုပ်ထားသောပေါင်းစပ်အိတ်ထဲသို့ တစ်ကြိမ်တည်း လေဟာနယ်ဖြစ်သွားအောင် လေအားလုံးကို စုပ်ထုတ်ပြီး နိုက်ထရိုဂျင်ဖြည့်ထည့်ပြီး သိမ်းသိုနိုင်ပါသည်။ မပုပ်မသိုးဆေးများကို သင့်တော်သလို ထည့်နိုင်သည်။ သို့သော် ဖောက်ဖွင့်လိုက်သည်နှင့်တပြိုင်နက်တည်း အကောင်းဆုံးအချိန်တိုအတွင်း၌ ကုန်အောင်စားသုံးလိုက်ပါ။ သို့မဟုတ်လျှင် ဖွင့်ပြီး အချိန်ကြာသွားသောအခါတွင်လည်း အရည်အသွေးများပြောင်းလဲသွားနိုင်ပါသည်။

အအေးခံသိမ်းသိုနည်း။ ထိုကဲ့သို့ လက်ဖက်ခြောက် အရေအတွက် အလွန်များသော၊ မပုပ်မသိုးဆေးလုံးဝအသုံးမပြုဘဲ သိမ်းသိုနည်းသည် ဂိုဒေါင်အဆောက်အဦးဖွဲ့စည်းတည်ဆောက်ပုံ အနေအထားမှန်ကန်ခြင်း၊ ဂိုဒေါင်အပူချိန်သည် (–၄၀) ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်မှ (၂၀) ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်အကြားမှာ ထိန်းသိမ်းထားနိုင်လျှင် ထိုနည်းကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ သို့သော် လက်ဖက်ခြောက်ကို ဂိုဒေါင်ပြင်ပသို့ထုတ်မည့် အချိန်တွင် လေဟာနယ်ဖြစ်အောင် လေများစုပ်ထုတ်သည့် သိမ်းသိုနည်းဖြင့် ပြောင်းလဲသိမ်းသိုပေးရမည်ဖြစ်သည်။ သို့မဟုတ်လျှင် လက်ဖက်ခြောက်သည် လေထဲတွင်ဖွင့်ဟနေပြီး ပြင်ပရှိ အပူနှင့်ထိတွေ့ကာအပူအအေးထိတွေ့ခြင်းများဖြစ်ပေါ်စေတတ်သည်။ ရေမော်လီကျူးနှင့် အောက်စီဂျင်တို့သည် ရေငွေ့များဖြစ်ပေါ်စေပြီး လက်ဖက်ခြောက်ပေါ်တွင် စုဝေးဖြစ်ပေါ်စေတတ်ပြီး လက်ဖက်ခြောက် အရည်အသွေးကို လျင်မြန်စွာပျက်စီးသွားစေနိုင်ပါသည်။

အဆင်ပြေ သွားမှာပါ။



ဝင်းမြင့်အောင် 温敏昂 作品

နေ့ခင်းအနားယူချိန်ကို အကျိုးရှိစွာအသုံးပြုတတ်လျှင် ကျန်းမာရေးကိုအားကောင်းစေသည်

lì yòng hǎo wǔ xiū shí jiān yǒu yì jiàn kāng

利用好午休时间有益健康

qíng jǐng duì huà

情 景 对 话：

အပြန်အလှန်စကားပြောခြင်း။

chī wǔ fàn le ma

A: 吃午饭了吗?

က။ နေ့လယ်စာစားပြီးပြီလား။

gāng chī guò zhǔn bèi wǔ shuì yī huì ér

B: 刚 吃 过，准 备午睡一会儿。

ခ။ အခုလေးတင်စားပြီးတာ။ နေ့ခင်းခဏလောက်အိပ်စက်မလို့။

wǔ fàn hòu fēn zhōng zài wǔ shuì bǐ jiào hǎo

A: 午饭 后 20 分 钟 再午 睡 比 较 好。

က။ နေ့လယ်စာစားပြီး မိနစ်(၂၀)လောက်ကြာပြီးမှ နေ့ခင်းအိပ်တာ ပိုကောင်းပါတယ်။

nà xiàn zài zuò shen me ne

B: 那 现 在 做 什么呢?

ခ။ ဒါဆို အခု ဘာလုပ်နေရမှာလည်း။

gēn wǒ yī qǐ wò quán ba

A: 跟我一起握 拳 吧!

က။ ကျွန်တော်နှင့်အတူ လက်သီးလိုက်ဆုပ်လိုက်ပါ။

wò quán

B: 握 拳?

ခ။ လက်သီးဆုပ်လား။

qiān wàn bié xiǎo qiáo zhè gè jiǎn dān de dòng zuò xiǎo dòng zuò yě yǒu dà

A: 千 万 别 小 瞧 这个 简 单的 动 作，小 动 作也有大

gōng xiào

功 效。

က။ အဲဒီလွယ်ကူတဲ့လှုပ်ရှားမှုလေးကို အထင်မသေးပါနဲ့။ လှုပ်ရှားမှုလေးကလည်း အကျိုးသက်ရောက်မှုကြီးစေနိုင်တယ်လေ။

yǒu shen me gōng xiào

B: 有 什么 功 效?

ခ။ ဘာများအကျိုးသက်ရောက်မှုရှိမှာလဲ။

wǔ cān zhī hòu jīng cháng wò quán kě yǐ bāng zhù cháng wèi xiāo huà

A: 午餐之后 经 常 握 拳可以帮 助 肠 胃 消 化。

က။ နေ့လယ်စာစားပြီးနောက်မှာ လက်သီးခဏခဏ ဆုပ်ခြင်းဟာ အစာအိမ် အူလမ်းကြောင်းရဲ့ အစာချေမှုစနစ်ကို အားကောင်းစေပါတယ်။

wèi shen me

B: 为 什么?

ခ။ ဘာဖြစ်လို့လဲ။

wǔ cān hòu xuè yè liú xiàng wèi bù bāng zhù shí wù xiāo huà dǎo zhì nǎo bù

A: 午餐 后，血 液 流 向 胃 部帮 助 食物 消 化，导 致 脑部

gòng xuè liàng xià jiàng chǎn shēng kùn dùn gǎn wò quán kě yǐ jiā sù shǒu bù shàng

供 血 量 下 降，产 生 困 顿 感。握 拳可以加速 手 部、上

zhī de xuè yè xún huán wèi bù xuè yè liú dòng de sù dù yě huì jiā kuài yán huǎn

肢 的血 液 循 环，胃 部血 液 流 动 的速度也会 加 快，延 缓

dà nǎo de pí láo gǎn yě jiā kuài le cháng wèi de xiāo huà

大脑 的疲劳 感，也 加 快 了 肠 胃 的 消 化。

က။ နေ့လည်စာစားပြီးနောက် အစာအိမ်သို့သွေးများရောက်စေပြီး အစာခြေစနစ်ကို ကူညီပေးတာကြောင့် ဦးနှောက်ထဲသို့သွေးပံ့ပိုးမှုကို လျော့ကျစေပြီး အိပ်ငိုက်ခြင်းကို ဖြစ်ပေါ်စေတယ်လေ။ လက်သီးဆုပ်ခြင်းဟာ လက်ပိုင်း၊ အထက်ကိုယ်အင်္ဂါပိုင်း၏ သွေးလည်ပတ်မှုကို အားကောင်းစေတယ်။ အစာအိမ်ပိုင်းရှိသွေးလည်ပတ်မှုကိုလည်း လျင်မြန်လာစေတယ်။ ဦးနှောက်ရဲ့ ပင်ပန်းနွယ်နယ်မှု ခံစားချက်ကို နှေးကွေးစေပြီး အူလမ်းကြောင်း၊ အစာအိမ်၏အစာချေမှုကို လျင်မြန်စေတယ်လေ။

yǒu dào lǐ

B: 有 道 理!

ခ။ အဓိပ္ပါယ်ရှိတယ်။

jīng cháng wò quán hái kě yǐ qǐ dào àn mó xīn zàng de zuò yòng

A: 经 常 握 拳 还可以起到按摩心 脏 的作 用。

က။ လက်သီးအမြဲဆုပ်ခြင်းသည် နှလုံးကို နှိပ်နယ်ပေးသည့်အာနိသင်လည်းဖြစ်စေပါတယ်။

àn mó xīn zàng

B: 按摩 心 脏?

ခ။ နှလုံးကို နှိပ်နယ်ပေးတာလား။

shǒu shì rén tǐ de dì èr xīn zàng cóng shǒu zhǎng shàng wǒ men kě yǐ kàn chū xīn

A: 手 是 人体的第二心 脏，从 手 掌 上 我们可以看 出 心

zàng de jiàn kāng biàn huà wò quán yǒu yì xīn zàng jiàn kāng

脏 的 健 康 变 化，握 拳 有益心 脏 健 康。

က။ လက်ဟာလူခန္ဓာ၏ဒုတိယနှလုံးဖြစ်တယ်။ လက်ဖဝါးပေါ်မှ ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ နှလုံးကျန်းမာရေးပြောင်းလဲမှုများကို တွေ့မြင်နိုင်တယ်လေ။ လက်သီးဆုပ်ခြင်းဟာနှလုံးကျန်းမာခြင်းနှင့် ညီညွတ်တယ်။

shuō le zhè me duō kuài jiāo jiāo wǒ rú hé wò quán

B: 说 了这么多，快 教 教我，如何握 拳!

ခ။ ဒီလောက်အများကြီးပြောပြီးသွားပြီး လက်သီးဘယ်လိုဆုပ်ရမှာလည်းကို သင်ပေးပါဦး။

shǒu xiān shuāng shǒu hé shí wǔ zhǐ xiāng duì hù xiāng jǐ yā shǒu zhǐ dù

A: 首 先，双 手 合十，五指 相 对，互 相 挤压手 指 肚；

zài yòng dà mǔ zhǐ àn shǒu xīn shǒu xīn duì yìng zhe wǔ zàng zhōng de xīn zàng

再 用 大拇指 按 手 心，手 心 对 应 着五 脏 中 的心 脏

wèi zhì qǐ dào àn mó xīn zàng de zuò yòng zuì hòu shǒu zhǎng fǎn fù niē fàng

位 置，起到按摩心 脏 的作 用；最 后，手 掌 反复捏 放

jǐ cì tóng shí niǔ dòng shǒu wàn cì jī dòng mài nèi xuè yè xún huán sù dù

几次，同 时 扭 动 手 腕 刺激 动 脉 内 血液循 环 速度。

က။ ဦးစွာ လက်နှစ်ဘက်လုံးဖြင့် လက်အုပ်ချီလိုက်ပါ။ လက်ငါးချောင်းစလုံးက အပြန်အလှန်ထိလျက်နေပြီး မျက်နှာချင်းဆိုင်လက်ချောင်းဝမ်းထဲသို့ ဖိနှိပ်လိုက်ပါ။ ပြီးလျှင် လက်မဖြင့် လက်ဖဝါးအလယ်ကို ဖိနှိပ်ပါ။ လက်ဖဝါးအလယ်ဟာ အင်္ဂါငါးရပ်ထဲက နှလုံးအင်္ဂါ၏ နေရာဖြစ်ပြီး နှလုံးကို နှိပ်နက်ပေးသည့်အာနိသင်ကို ဖြစ်စေပါတယ်။ နောက်ဆုံးမှာ လက်ဖဝါးကို ဖိလိုက်လွှတ်လိုက် အကြိမ်ကြိမ် အတန်တန် ပြုလုပ်ပေးပါ။ ထို့အတူ လက်ကောက်ဝတ်ကို လှည့်လည်ပေးခြင်းဖြင့် သွေးကြောအတွင်းသွေးလည်ပတ်မှုနှုန်းကို အားကောင်းလာအောင်ပြုလုပ်ပေးပါ။

hěn jiǎn dān

B: 很 简 单。

ခ။ လွယ်လွယ်လေးပါလား။

lìng wài wǔ fàn hòu hē shàng yī bēi pú gōng yīng chá luò shén huā chá méi

A: 另 外，午饭后喝 上 一杯蒲公 英 茶、洛 神 花 茶、玫

guī huā chá mò lì huā chá dōu shì bú cuò de

瑰 花 茶、茉莉花 茶 都 是不错 的。

က။ ထို့ပြင် နေ့လယ်စာစားပြီးနောက် ဒုဝလီရေနွေးကြမ်း၊ ခေါင်ရန်းပန်းရေနွေးကြမ်း၊ နှင်းဆီပန်းရေနွေးကြမ်း၊ စံပယ်ပန်းရေနွေးကြမ်းတစ်ခွက်သောက်ခြင်းတာလည်း ကောင်းတဲ့ရွေးချယ်မှု တစ်ခုဖြစ်ပါတယ်။

nǐ de jiàn yì bú cuò nán guài nǐ yī zhěng tiān dōu jīng shén bǎi bèi

B: 你的 建 议不错。难 怪 你一 整 天 都 精 神 百 倍!

ခ။ မင်းပေးတဲ့အကြံကောင်းပါတယ်။ ဒါကြောင့်မင်းကတစ်နေကုန်လုံး လန်းဆန်းတက်ကြွနေတာကိုး။

shì yī shì jiàn kāng shǔ yú dà jiā de

A: 试一试，健 康 属于大家的!

က။ စမ်းကြည့်လိုက်ပါ။ ကျန်းမာခြင်းဟာ အားလုံးနှင့်သက်ဆိုင်ပါတယ်။

hǎo lè

B: 好叻!

ခ။ ကောင်းပါပြီ။

ကိုကောင်း 古高 作品

တရုတ်–မြန်မာ–အင်္ဂလိပ်သိပ္ပံနှင့်နည်းပညာအဘိဓာန်(၉၆)

汉缅英科技词典（96）

王子崇　编译　ဦးကြည်မြင့်

方沸粗安岩 ဒန်ကယ်လိုက် dancalite
方沸石 အနာလဆိုက်ကျောက် analcite
方沸碳酸黄长岩，水赤铁矿 တာဂိုက် turgite
方沸霞辉岩 ဘေကင်ကီနိုက် bekinkinite
方沸岩 အနာလဆီတိုက် analcitite
方氟硅铵石 ခရစ်ပတိုဟာလိုက်ကျောက် cryptohalite
方氟钾石 ကာရိုဘိုက်ကျောက် carobbite
方格纸 ဂရပ်စက္ကူ graph paper
方镉石 မွန်တီပိုနိုက်ကျောက် monteponite
方钴矿 စကူတာရူဒိုက်တွင်းထွက် skutterudite
方辉橄榄岩 ဟတ်ဇဘားဂိုက် harzburgite
方肌 စတုဂံကြွက်သား quadratus muscle
方碱沸石 ပေါ်လင်းဂိုက်ကျောက် paulingite
方解石 ကယ်လဆိုက်ကျောက် calcite
方解碳酸岩 အယ်လဗစ်ကိုက် alvikite
方金锑矿 အော်ရိုစတီဘိုက်တွင်းထွက် aurostibite
方晶石墨 ကလစ်ဖ်တိုနိုက် cliftonite
方孔筛 လေးထောင့်ပေါက်စကာ square hole sieve
方磷锰矿 တက်ထရာဂိုဖော့စဖိုက်တွင်းထွက် tetragophosphite
方硫钴矿 ကက်တီအာရိုက်တွင်းထွက် cattierite
方硫锰矿 ဟောအာရိုက်တွင်းထွက် hauerite
方硫镍矿 ဗာအီဆိုက်တွင်းထွက် vaesite
方镁石 ပယ်ရီကလေ့(စ)ကျောက် periclase
方锰矿 မင်ဂါနိုးဆိုက်တွင်းထွက် manganosite
方钠石，钠沸石 ဆိုဒါလိုက်ကျောက် sodalite
方硼石 ဘိုရာဆိုက်ကျောက် boracite
方铅矿，蓝铅 ခဲပြာ blue lead
ဂလီနာ galena
方砷铁矿 အာဆင်နိုဖာရိုက်တွင်းထွက် arsenoferrite
方石英，白硅石 ခရစ္စတိုဘလိုက် cristobalite
方铈矿 ဆီရီယန်နိုက်တွင်းထွက် cerianite
方铈铝钛矿 ဆီရာလ်တိုက်တွင်းထွက် ceraltite
方霜晶石 သွမ်ဆင်နိုလိုက် thomsenolite
方钛铁矿 အာလ်ဗိုက်တွင်းထွက် ulvite
方锑矿 ဆင်နာမွန်တိုက်တွင်းထွက် senarmontite
方铁矿 အိုင်အိုဇိုက်တွင်းထွက် iozite
方铁体 ဝူ(စ)တိုက် wustite
方铜铅矿 မာဒိုကိုက်တွင်းထွက် murdochite
方钍石 သိုရီယာနိုက်ကျောက် thorianite
方位角 အက်ဇီမတ် azimuth angle
နေရာပြထောင့် position angle
方位角线 အက်ဇီမတ်မျဉ်း azimuth line
方位投影 အက်ဇီမတ်ပုံရိပ်ချခြင်း azimuthal projection
方位线，位置线 နေရာပြမျဉ်း position line
方位向量，位置向量 တည်နေရာပြဗက်တာ position vector
方乌铁矿 ရေးနိုက်တွင်းထွက် reinite
方硒钴矿 ထရော့တာလိုက်တွင်းးထွက် trogtalite
方向角，指向角 လှည့်ဖက်ထောင့် direction angle
方向盘，舵轮，导向轮，操纵盘 စတီယာရင်ဘီး၊ ပဲ့ထိန်းဘီး
steering wheel
方英石 ခရစ္စတိုဗာလိုက်ကျောက် christobalite
方铀钍石 ယူရိန်နိုသိုရီယန်နိုက်ကျောက် uranothorianite
方黝铜矿 ဟာရီဆိုက်တွင်းထွက် harrisite
方玉髓 ကျူဘိုဆီလီကိတ် cubosilicate
方柱石，中柱石 စကက်ပိုလိုက်ကျောက်၊ ဝါနာရိုက်ကျောက်
scapolite,wernerite
方琢石 အက်(ရှ)လာကျောက် ashlar,ashler
芳撑 အေရိုင်လင်း arylene
芳基 အေရိုင်ဓာတ်စု aryl
芳基胺 အေရိုင်အေမင်း arylamine
芳基化物 အေရိုင်လိုဒ် arylide
芳基酯酶 အေရိုင်အက်စတာရေ့(စ) arylesterase
芳基硫酸酯酶 အေရိုင်ဆာလဖာတေ့ aryl sulphatase
芳烃 အေရင်း arene
芳烃硼酸 အေရင်းဘိုရွန်နစ်အက်ဆစ် arene boronic acid
芳酮 အေရွန်း arone
芳酰基 အေရွိုင် aroyl
芳香剂，芳香化合物 အေရိုမက်တစ် aromatic
芳香族氨基酸 အေရိုမက်တစ်အေမီနိုအက်ဆစ်
aromatic amino acid
芳香族化合物 အေရိုမက်တစ်ဒြပ်ပေါင်း aromatic compound

(မှတ်ချက်––ဤအဘိဓာန်မှာ စာမျက်နှာစုစုပေါင်း၅၀၀ရှိသည်။ ယခု ဤအဘိဓာန်တစ်အုပ်လုံးကို ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေပြီး ဖြန့်ချိနေပါပြီ။ စာအုပ်ဝယ်လိုသူတို့သည် ကူမင်းမြို့နှင့်ရွှေလီမြို့ ရှင်ဟွာစာအုပ်ဆိုင်များတွင် ကူမင်းမြို့ တရုတ်အိုဗာစီမိတ်သင်္ဂဟအသင်းတွင် ဝယ်နိုင်ပါသည်။)

More Miles More Privileges with Champa Muanglao Member Card

ISO 9001:2008
SGS
UKAS
CERTIFIED
TICKETING & RESERVATIONS

Flights operate by
- Lao Airlines
- Future route
- Code share flights

ຈຳປາໂຮລີເດ
Champa Holidays
Email: tour@laoairlines.com

ໂຮງແຮມເມືອງທອງ
Muangthong Hotel
Email: reservation@meuangthonglpb.com

ဗောက်ထတာဟာ မှိုရောဂါတစ်မျိုးပါ
ဟက်နီးလ်
ဗောက်ပျောက်ခေါင်းလျှော်ရည်
HAICNEAL®
Dedandruff Antipruritus
HAICNEAL®
COMPOUND KETOCONAZOLE
LOTION FOR
SCALP DISORDERS
EXTERNAL USE
50ml / tube
DIHON
Sino-American
Dedandruff Antipruritus
HAICNEAL
COMPOUND KETOCONAZOLE
LOTION FOR
SCALP DISORDERS
5ml / bag
DIHON
Myan. Reg. 0704A5509
Distributed by
EMP
ph: 01-291839, 203008, 296995, 02-31363
e-mail: emp@mptmail.net.mm, emp-mdy@cybertech.net.mm
Manufactured By Kunming Dihon Pharmaceutical Co., Ltd. China.