

# Yadanarpon

Mann Yadanarpon Airlines Inflight Magazine

ISSUE 11 • OCTOBER 2025

**Shwedagon**  
a glittering symbol  
of Myanmar's  
cultural wonder  
and generosity



The tribes of  
**Eastern Shan  
State**

Marvel at traditional  
paper and parasols  
making in  
**Pindaya**

The sound of  
**Myanmar**  
delivered through its  
Unique Orchestra



HOTEL BOUNDARY

## *The Quiet Side of Yangon*

In the midst of a bustling city, Hotel Boundary is a gentle pause. It's where you start your day slowly, with the sound of silence and the scent of polished wood. Where every surface has a story, and every moment invites you to breathe. This is not just accommodation. This is arrival, in the truest sense.



 Breakfast

 Swimming Pool

 Wi-Fi

For more information or reservations,  
please call 09 777 666 115, 09 886 55 33 99.

[WWW.THEHOTELBOUNDARY.COM](http://WWW.THEHOTELBOUNDARY.COM)



# AYA Visa Signature

Your Passport to Limitless Luxury

Unlock a world of privilege every time you travel with the AYA Visa Signature Card. From seamless airport transfers, priority fast track, and exclusive lounge access, luxury shopping, and spa retreats, every moment becomes a journey in style.



- Airport Experiences
- Luxury Shopping
- Night Excursion

- Premium Dining
- Premium Wellness
- Premium Golf Club

- Extraordinary Activities
- Family Activities
- Cultural Experiences

# Yadanarpon

Mann Yadanarpon Airlines Inflight Magazine



## Contents

18

Issue 11: October 2025



30

18

### *Shwedagon:*

a glittering symbol of Myanmar's cultural wonder and generosity

ရှေးဗိသုကာဖြင့် တင့်တယ်  
အံ့ဩဖွယ် ရွှေတိဂုံစေတီတော်

30

### The tribes of *Eastern Shan State*

ရှမ်းပြည်နယ်အရှေ့ပိုင်းရှိ  
လူမျိုးများ

40

### Marvel at *handmade paper and parasols* in Pindaya

ပင်းတယက အံ့ဩဖွယ်ရာ ရိုးရာ  
စက္ကူလုပ်ငန်း



40



46

***The Sound of Myanmar,***  
delivered through  
its Unique Orchestra

တူထူးတဲ့မြန်မာ့ဆိုင်းဝိုင်းက ညက်ညော  
ဖျံ့လွင့်လာသော သံစဉ်

52

***Traditional food paste***  
a national dish with  
localised flavours



**REGULARS**

- 6 Corporate Profile
- 10 Corporate Social Responsibility Initiatives
- 58 Horoscope
- 74 MYP Royal Service & MYP Rewards Program
- 78 Route Map
- 80 Travel Tips



**Mann Yadanarpon Airlines**

Head Office

Hunt Line : (+95-1) 8656969 Ext 601-611  
 Mobile : (+95-9) 404460006 , 404460007,  
 404460008, 404460009  
 Tel (Airport) : (+95-9) 254260075  
 Address : Yangon International Airport Estate,  
 Airport Road, Mingalardon Township,  
 11021, Yangon, Myanmar.

E-mail: [info@airmyp.com](mailto:info@airmyp.com)  
[www.airmyp.com](http://www.airmyp.com)  
[www.facebook.com/MannYadanarPonAirlines](https://www.facebook.com/MannYadanarPonAirlines)

.....

All rights reserved. No part of this publishing may be reproduced or transmitted in any form by any means including electronic or mechanical, including photocopying, recording or otherwise, without the prior consent of the Publisher in writing.

Opinions expressed in Yadanarpon are solely those of the writers and are not necessarily endorsed by Mann Yadanarpon Airlines or the publisher, who are not responsible or liable in any way for the contents or any other the advertisements, articles, photographs or illustrations contained in this publication.



## ■ Our Strategy

- MYP will strive to offer higher safety standards, better customer service and more efficiency which exceeds the expectations of our passengers.

## ■ Our Vision

- To be the airline of choice for customers by maintaining the highest levels of safety, service and efficiency.

## ■ Our Mission

- We are dedicated to providing quality service that exceeds expectations. We respect our employees' aspirations while demanding the highest standards of performance. We share our achievements with the community.



## About Us

Mann Yadanarpon Airlines was established on 23<sup>rd</sup> July 2013, and on 27<sup>th</sup> January 2014, it was granted authorization by the Myanmar Investment Commission to conduct both domestic and international air transportation. The first operation of MYP commenced on 27<sup>th</sup> February 2014. With a commitment to fostering connections across Myanmar, particularly between Yangon and various key destinations, MYP aims to become a dependable domestic carrier.

Led by experienced professionals from the aviation industry, the airline ensures effective administration and service delivery. Boasting a staff of approximately 320 individuals, MYP is well-equipped to provide exceptional air travel experiences. Before its inaugural flights, the organization's skilled staff undertook thorough preparations, showcasing their dedication to upholding high standards and delivering seamless service.

## Our Network

Our current destinations are Yangon, Mandalay, Nyaung-U (Bagan), Heho (Inle Lake), Tachileik, Kyaing Tong, Myitkyina, Sittwe, Kyauk Pyu, Nay Pyi Taw, Dawei, Myeik and Kawthaung depending on seasonal demand in Myanmar.

All of our destinations are of tourism and/or commercial significance. We will expand our network to more domestic destinations after acquiring additional aircraft. When we commence regional operations, we plan to operate initially on regional routes such as Phuket, Bangkok, and Chiang Mai in Thailand.

## Our Fleet

Our current fleet consists of two ATR 72-600 aircraft which were delivered on 31<sup>st</sup> January and 1<sup>st</sup> April 2014 respectively. In 2019, we added another ATR 72-600 to expand our network. We will add more aircraft in the future to increase the frequency of our services on mainline routes and capacity in Myanmar.

## Our Flight Crew

Our pilots are all qualified on ATR 72-600 aircraft type. All our pilots' trainings are carried out at the ATR Training Centers in Toulouse, France and Singapore, with recurrent and type rating simulator training at ATR-approved facilities in Bangkok, Thailand.

## Our Cabin Crew

Our Cabin Crew Instructors have been trained at ATR Training Center and hold instructor certificates for ATR 72-600 aircraft type in Toulouse, France. Some of our Instructors have been trained at Civil Aviation Training Institute (CATI), in Yangon. Our Cabin Crew have been trained approved Myanmar DCA In-house training and also conducted by Civil Aviation Training Institute (CATI).

## Our Aircraft Maintenance Crew

Our licensed aircraft maintenance engineers have type ratings on ATR 72-600 from the ATR Training Centers in Toulouse, France and Singapore.

Maintenance of our aircraft is carried out by our own Approved Maintenance Organization approved by the Department of Civil Aviation, Myanmar. Base maintenance is outsourced to approved maintenance, repair and overhaul organizations (MROS).

# MANN YADANARPON



**A Message from  
the Vice-Chairman:  
Daw Nang Pia Yee**

# *Soaring Together for Over a Decade!*

*Dear Esteemed Passengers,*

*This year, as we mark a significant milestone, I am filled with immense gratitude and pride. Mann Yadanarpon Airlines has not just completed a decade in the skies; we have woven ourselves into the fabric of Myanmar's aviation story. Since our establishment in July 2013 and the commencement of our flight operations on February 27, 2014, our journey has been one of passion, perseverance, and an unwavering promise to connect our nation.*

*What began as a vision has, over the past 11 years, blossomed into a testament to what dedication can achieve. Our success is rooted in a simple yet powerful commitment: to provide quality, innovative, and truly satisfying travel for everyone who chooses to fly with us.*

*Today, our fleet of three modern ATR 72-600 aircraft stands ready, not just as machines of travel, but as symbols of our growth and our pledge to offer you more frequent and convenient service. As we look to the horizon, our vision expands with it. We are actively strategizing to bring you to new, nearby destinations, such as Chiang Mai, Thailand, reaffirming our mission to foster greater connectivity and inclusivity across the region.*

*None of this would be possible without the heart and soul of MYP: our incredible team. From our certified aircraft maintenance engineers and skilled flight crews to our dedicated cabin crew supervisors and every front-line and back-line staff member—your professionalism and dedication are the true engines of our success. You have my deepest thanks.*

*As we embark on our next chapter, our mission remains clear and unwavering: to not only meet but to exceed your expectations. We will continue to elevate our service, ensuring it is always underpinned by the utmost levels of safety and operational efficiency that you deserve.*

*Your trust has been our most valuable fuel. Thank you for your continued confidence and for making us your airline of choice. We are immensely grateful you chose to soar with us then, and we are thrilled to welcome you aboard for the next decade of shared journeys and new heights.*

*With sincere regards,*

*Nang Pia Yee  
Vice-Chairman  
Mann Yadanarpon Airlines*

# CORPORATE SOCIAL RESPONSIBILITY INITIATIVES

## Soaring High, Growing Green:

HOW MANN YADANARPON AIRLINES IS ROOTING A SUSTAINABLE FUTURE



As you gaze out from your window, cruising comfortably above the breathtaking landscapes of Myanmar, you're witnessing a world of immense natural beauty—from the lush river deltas to the dense, green canopies of our forests. At Mann Yadanarpon Airlines, we believe that this precious view is a trust, one we are deeply committed to preserving for generations to come.

This commitment is brought to life through our flagship sustainability initiative: "Soaring High, Growing Green." For two years now, this program has been the heart of our environmental and social mission, transforming our corporate responsibility into tangible action.

### More Than a Mission, It's a Promise

"Soaring High" reflects our core business—connecting people and places across the region with pride, safety, and efficiency. "Growing Green" is our pledge to ensure that our operations contribute positively to the environment we traverse. We understand that our industry has a footprint, and we are dedicated to leaving a different kind of mark—one of rejuvenation, sustainability, and shared growth.

This initiative is built on two powerful pillars:

- 1. Engaging Our Family:** Our greatest asset is our people. Every year, our employees from across the company—from pilots and cabin crew to ground staff and management—roll up their sleeves and participate in tree-planting ceremonies. This hands-on involvement fosters a powerful sense of teamwork and shared purpose, reminding us all that every individual can make a difference.
- 2. Honoring Heritage and Community:** We consciously choose to partner with local monasteries for this program. Monasteries in Myanmar are not just places of spiritual solace; they are custodians of culture, community hubs, and guardians of the land. By donating and planting trees on their grounds, we are helping to create green oases of peace, offset carbon, and support these vital institutions. These trees will provide shade, fruit, and a cleaner environment for the monks and the surrounding community for decades to come.





## Two Years of Growth and Gratitude

We are proud to celebrate the second anniversary of “Soaring High, Growing Green.” Over the past two years, what started as a sapling of an idea has grown into a thriving forest of collective effort.

Hundreds of native trees have been carefully planted and are now taking root under the watchful care of the monastic communities. Each tree is a living symbol of our promise—a promise to offset our environmental impact, to give back to the communities that welcome us, and to invest in a greener, more sustainable future.

The joy and camaraderie shared by our employees during these events are palpable. It’s a day where we land not on the tarmac, but on common ground, united by a goal that transcends our daily roles.

## A Journey We Share with You

When you choose to fly with Mann Yadanarpon Airlines, you are doing more than just reaching your destination. You are supporting an airline that is actively investing in the environmental and social fabric of Myanmar. You are a part of this growing legacy.

We invite you to look down on the green tapestry of our nation and know that together, we are ensuring it remains vibrant and vital. Thank you for flying with us and for helping us continue to soar high and grow green.

The next chapter of “Soaring High, Growing Green” is already being written. We look forward to sharing our continued growth with you on your next journey.



# Mann Yadanarpon Airlines Inspires Future Aviators

AT MOTHER TREASURE PRIVATE SCHOOL



As part of our ongoing commitment to corporate social responsibility (CSR) and community investment, Mann Yadanarpon Airlines was delighted to host an exclusive aviation knowledge-sharing session for students in Grades 6 to 9 at Mother Treasure Private School.

This initiative, led by our dedicated team of aviation professionals, aimed to inspire the next generation by opening a window into the dynamic world of aviation. The session provided students with valuable insights into the science of flight, the diverse career opportunities within the industry, and the day-to-day operations of an airline.



## Key Activities of the Session Included:

- **Introduction to Aviation:** An engaging overview of how airplanes fly and the principles of aerodynamics.
- **Careers in the Sky:** A look at the various roles crucial to airline operations, from pilots and engineers to cabin crew and ground staff.
- **Interactive Q&A:** A lively session where curious students had their questions about flying and airlines answered by industry experts.



At Mann Yadanarpon Airlines, we believe in sharing our expertise to empower and educate young minds. It was a privilege to engage with the bright and enthusiastic students of Mother Treasure Private School, and we hope to have ignited a passion for aviation in future pilots, engineers, and aviation leaders.



# Mann Yadanarpon Airlines

## Earthquake relief flights



### A Partnership in the Sky: Delivering Aid Throughout Myanmar

When a magnitude 7.7 earthquake struck Sagaing Region on 28 March 2025 an immediate response soared into action. It began with a single flight on 31 March carrying a precious cargo: international disaster experts and a unified sense of hope. That mission quickly grew into a sustained aerial lifeline.

Mann Yadanarpon Airlines was honored to serve as a bridge in the sky, supporting the magnificent efforts of dedicated international and local rescue teams. Our aircraft became a recurring sight, transporting many tons of critical aid—including emergency food supplies, vital medicine, and essential equipment—to central hubs. From these points of light, like Mandalay, help could then radiate outward to reach countless affected communities.

This operation was a powerful testament to what can be achieved when hearts and resources unite for a common cause. We are profoundly grateful to have been a part of this vital chain of compassion and resilience, working together to deliver help and hope from above.



# Where Care Meets Communication: Our Service Promise



At Mann Yadanarpon Airlines, we are dedicated to providing outstanding customer service. To achieve this, we place strong emphasis on comprehensive training for our customer service team, with a special focus on **effective communication**.

We ensure our staff is well-equipped to handle passenger needs with professionalism, empathy, and clarity. By strengthening their communication skills, our team can deliver prompt, respectful, and attentive service, making every interaction positive and memorable.

Through continuous training, we empower our staff to exceed passenger expectations and uphold the highest standards of service.



Your Feedback Fuels Us





# Experience Warmth, Luxury, and Serenity Only At Sedona Hotel Yangon

For booking or enquiry, call us now at 09 444 6699 88 or 09 409 89 6600

Fine Ground  
Arabica Coffee  
Added ++

နပ် စရာမလိုတဲ့  
နပ်ဖျော်ကော်ဖီ...



အထူးနူးညံ့သောသဘာဝ Arabica Coffee အရသာစစ်စစ်

# Mann Yadanarpon's Simple Secret to a Happy Baby Trip



Traveling with little ones? We're here to help. Mann Yadanarpon Airlines is committed to ensuring a smooth and pleasant flight for our youngest passengers and their parents.

Our "Happy Baby Trip" initiative includes a special onboard service for children: a fun pack of MYP stickers. This simple gesture provides a wonderful distraction, encouraging calm and creative play throughout the journey. It's one of the many ways our attentive crew works to make your family's experience with us positive and peaceful.



So sit back, relax, and let us take care of the details for a truly happy baby trip.



# ချောင်းသာကမ်းခြေမှာ အနားယူအပန်းဖြေလို့ အကောင်းဆုံးနေရာ



GERIZIM  
HOTEL RESORT



## Yangon Office



01-8655777 / 01-8651020 / 09-777777992



No. 9D, Nawarat Street, 8 Mile , Mayangone Township , Yangon.



Info@gerizimhotel.com

## Chang Thar Office



09-777777851--853 / 09-43888888



Chang Tha-Shwe Thaug Yan Road ,  
near Kyauk Maung Na Ma, Hotel Zone II ,  
Chang Tha



# Shwedagon

## A GLITTERING SYMBOL OF MYANMAR'S CULTURAL WONDER AND GENEROSITY

Kathy

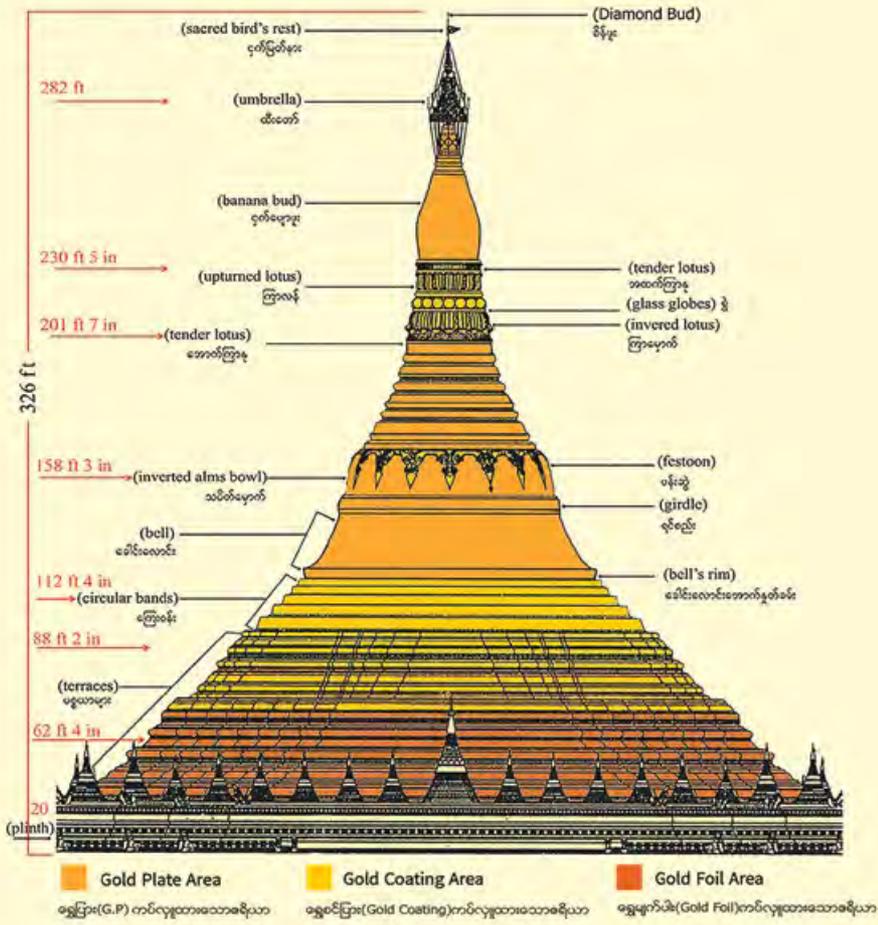
*"The golden pagoda standing amidst lush forests looks like a painting of a sacred stupa surrounded by clouds from a distance,"* writer Maung Hsu Shin wrote in his widely read 1976 book in Myanmar language titled The history of Shwedagon Pagoda.

Shwedagon Pagoda, a revered Buddhist structure, is a symbol of Myanmar people's generosity and piousness. It also combines the 10 flowers of Myanmar: its traditional arts and crafts, painting, sculpture, blacksmithing, lacquering and masonry, into a stunning architectural structure.

## ရှေးဗိသုကာဖြင့် တင့်တယ်အံ့ဩဖွယ် ရွှေတိဂုံစေတီတော်

“တောအုပ်စိမ်းစိမ်းထက်မှ ရွှေရောင်တဝင်းဝင်းဖြင့် ပကတိတင့်တယ်လျက်ရှိသော စေတီတော်မှာ အဝေးမှ ကြည့်လျှင် တိမ်မိမ္မာနိတို့ ဆိုင်းကြက်ထားသော ပန်းချီကားချပ်ကြီးနှင့်လည်း တူပေသည်” လို့ စာရေးဆရာ မောင်ဆုရှင်က “မြတ်ဘုရားရွှေတိဂုံ” ဆိုတဲ့ စာအုပ်ထဲမှာ ရွှေတိဂုံစေတီတော်ကြီးရဲ့ ကျက်သရေကို ထိုကဲ့သို့ ဖွဲ့ဆိုခဲ့ဖူးပါတယ်။

သိဂုံတ္တရ ကုန်းတော်ပေါ်က ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့ရဲ့ အထွတ်အမြတ်ထားရာ ရွှေတိဂုံစေတီတော်ကြီးဟာ ပြည်သူတို့ရဲ့ ဒါန၊ သီလ၊ ဘာဝနာ အစုအစုတို့ရဲ့ ပြယုဂ်ဖြစ်သလို မြန်မာ့ပန်းဆယ်မျိုးထဲက ပန်းပဲ၊ ပန်းထိမ်၊ ပန်းတဦး၊ ပန်းတမော့၊ ပန်းရန်၊ ပန်းပု တို့ ပေါင်းစပ်ရာ ဗိသုကာလက်ရာမွန် အဆောက်အအုံကြီးလည်း ဖြစ်ပါတယ်။



## Architecture of Shwedagon pagoda

Maung Hsu Shin's history of Shwedagon Pagoda states that the golden stupa, which overlooks the commercial capital of Yangon, is Myanmar's premier architectural work.

Many people believe that Shwedagon was built while Gautama Buddha was still alive, with some suggesting the first iteration was completed as far back as 2600 years ago. However, there is also a healthy amount of scepticism about precisely when the stupa was first erected. Sadly, no records have survived about the masons and architects who constructed the giant stupa. What records exist instead detail those who donated funds to contribute to the pagoda's construction and subsequent expansion.

## Shwedagon Pagoda's construction

The pagoda we see today is the result of repeated building, rebuilding and expansion. The first stupa would have been much smaller than the structure that glitters in Yangon's skyline.

During the First Anglo-Burmese War, an excavation inside the Shwedagon pagoda revealed at least seven different layers of pagodas built on top of one another. Author Maung Hsu Shin explains in his book that the first stupa at Shwedagon was probably about 44 metres high; today it tops out at 112 metres.

In order to save money and time during rebuilds, workers would use bricks and cement to build over the earlier stupa, leading to a continual



increase in size. Further additions included the laying of bronze bricks in the terraces under the circular bands of the bell-like pagoda structure. These bronze bricks were uncovered during a renovation of the pagoda in 1973, and probably added to the stupa's strength.

### **The umbrella atop the pagoda**

The umbrella that crowns Shwedagon is adorned with intricate floral designs and is a remarkable example of ancient bronzeworking and goldsmithing.

While the architects of Myanmar's pagodas may remain shrouded in mystery, the contributions of skilled artists and generous patrons who built the stunning pavilions adorning the platform, as well as its bells more than a century ago are well documented in history.



“The Rakhine pavilion’s entryway on the Shwedagon Pagoda platform features intricate wood carvings that are more than a century old. These wood carvings reveal the exquisite workmanship of ancient time. They remain well preserved,” said U Nyi Nyi, a versatile sculptor, who operates his own shop at the northern gate.

According to the Shwedagon Pagoda’s website, the Rakhine pavilion, which is located close to the Saturday corner, was donated in 1911 by Rakhine traders U Ba Htaw and Daw So, U Doe Aung, and Daw Eain Soe May. Under the direction of renowned sculptor Sayar Saing and his father, Sayar Khin Nyo, artisans from Mandalay built the pavilion with elaborate carvings of vine patterns, flower motifs, and sculptures.

Later, the wooden Rakhine pavilion underwent a renovation. As part of 1999’s multifaceted renovation plan, the wooden floral motifs were replaced without damaging the original design. In 2011, a decayed wooden beam was repaired, and its batwing floral motifs and ceilings were replaced.

Batwing flower motifs carved from wood are typically found at the entrances to pagodas and pavilions, said Ko La Min Tun, the owner of the Pan Taw Win gallery in Mandalay, a cultural hub for exploring Myanmar arts and crafts.

“The batwing motif also features in eight enlightenment stories, 10 of the jataka tales, and Buddhist myths and fables. A flower motif is carved from wood and is considered a sculpture, but the production process combines both painting and sculpture. It requires a lot of time and high quality teak wood,” Ko La Min Tun said.

Ko La Min Tun said there are still skilled sculptors in Mandalay who can make difficult and intricate works like the batwing motif but due to market demand and the time needed to carve them, their numbers are reducing every year.



Rakhine pavilion





## ရွှေတိဂုံဗိမ္ဗိသုကာ

ရွှေတိဂုံစေတီတော်ကြီးကို တည်ဆောက်ခဲ့တဲ့ လက်ရာဟာ မြန်မာ ဗိသုကာလက်ရာဖြစ်တယ်လို့ 'မြတ်ဘုရားရွှေတိဂုံ' စာအုပ်ထဲမှာ ရေးသားထားပါတယ်။

ဒါပေမယ့် ရွှေတိဂုံစေတီကို တည်ဆောက်ခဲ့တဲ့ ဗိသုကာ၊ ပန်းရန်တွေဟာ ဘယ်သူတွေ ဖြစ်တယ်ဆိုတဲ့ အမှတ်အသားတွေကတော့ မကျန်ခဲ့တော့ပါဘူး။ ဒီလိုမကျန်ရတာဟာလည်း နှစ်ကာလ ကြာမြင့်တာကြောင့်လည်းကောင်း၊ အမှတ်အသားများ ပျက်စီးသွားသောကြောင့်လည်းကောင်း၊ ခေတ်ကာလအခြေအနေအလိုက် ဗိသုကာ၊ ပန်းရန်တို့ရဲ့ အမည်ထက် အလှူရှင်၊ အလှူဒါယကာတို့ရဲ့ အမည်ကို ဦးစားပေး မှတ်တမ်းတင်ခဲ့သောကြောင့် ဖြစ်ဖွယ်ရှိတယ်လို့ စာအုပ်ထဲမှာ ရေးသားထားပါတယ်။

## ရွှေတိဂုံစေတီတော်ကြီး တည်ဆောက်ပုံ

နှစ်ပေါင်း ၂၆၀၀ ကတည်းက တည်ထားခဲ့တယ်လို့ အစဉ်အလာမှတ်ယူရတဲ့ စေတီကြီးကို ယခုဖူးမြင်ရတဲ့ စေတီကြီးရဲ့ဥာဏ်တော်နဲ့ အရွယ်ပမာဏ ရောက်အောင် အကြိမ်ကြိမ်ပြုပြင် တည်ဆောက်ခဲ့တာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ မူလစေတီဟာ ယခုဖူးမြင်ရတဲ့စေတီကြီးအောက် ငယ်ပါတယ်။



ရွှေတိဂုံစေတီတော်ကြီးကို အင်္ဂလိပ်-မြန်မာ ပထမစစ်ပွဲအချိန်က အတွင်းပိုင်းကို ဥမင်တူးပြီး ကြည့်ခဲ့ရာမှာ စေတီခုနစ်ထပ်တွေ့ရတယ်လို့ အင်္ဂလိပ်မှတ်တမ်းတစ်စောင်က ဆိုထားပါတယ်။ ဒါကြောင့် အလှူရှင် အဆက်ဆက်တို့ ပြုပြင်လှူဒါန်းခဲ့သော စေတီတော်ကြီးဟာ တစ်ကြိမ်ပြီးတစ်ကြိမ် ငုံ့ပြီး တက်ခဲ့တယ်လို့ ယူဆနိုင်ပါတယ်။ ဉာဏ်တော်မှာလည်း မူလ ၄၄ တောင်ကနေ တဖြည်းဖြည်း မြင့်တက်ခဲ့တယ်လို့ စာရေးဆရာမောင်ဆုရှင်က "မြတ်ဘုရားရွှေတိဂုံ" စာအုပ်မှာ ရေးသားထားပါတယ်။

အတွင်းစေတီနဲ့ အပြင်စေတီတို့ စပ်ကြားမှာ အုတ်၊ အင်္ဂတေ စတဲ့ ဝမ်းစာတွေကို ထည့်သွင်းထားခဲ့ကာ ထိုသို့ငုံ့ပြီးတည်ထားခြင်းကြောင့် အချိန်ကုန် လူပန်းသက်သာပြီး အကုန်အကျမများဘဲ မူရင်းထက် ကြီးမားသောစေတီကြီး ဖြစ်လာရပါတယ်။ တစ်ဖန် ကြည့်ဝန်းအောက် ပစ္စယာများမှာ ကြေးအုတ်ပေါင်းများစွာကို ထည့်သွင်း တည်ဆောက်ထားပါသေးတယ်။ ၁၉၇၃ခုနှစ်က စေတီတော်ကြီးကို ပြုပြင်ရာမှာ ကြေးအုတ်များတွေ့ရှိခဲ့ရပြီး ဒီကြေးအုတ်တွေက စေတီတော်ကြီးရဲ့ခိုင်ခံ့မှုကို များစွာ အထောက်အကူပြုခဲ့ဟန်တူပါတယ်။

နှစ်ပေါင်းနှစ်ထောင်ကျော်က စေတီတော်ကြီးရဲ့ ဗိသုကာတွေနဲ့ ပတ်သက်လို့ မှတ်တမ်းမကျန်ရစ်ပေမယ့် ရှေးမြန်မာမင်းများ လက်ထက်ကစလို့ လှူဒါန်းခဲ့ကြတဲ့ စေတီထိပ်ဖျားက ဆည်းလည်းများနဲ့ မြန်မာမှုရုပ်လုံးရုပ်ကြွများဖြင့် အနုစိတ်ပုံဖော်ထားတဲ့ ရင်ပြင်ပေါ်က တန်ဆောင်းတွေကို ထုဆစ်သု၊ လှူဒါန်းသူတို့ရဲ့ အထောက်အထားတွေကတော့ အထင်အရှားရှိနေဆဲ ဖြစ်ပါတယ်။

“ရခိုင်တန်ဆောင်းက ပန်းပုရုပ်ကြွတွေက နှစ်အားဖြင့်တော့ ရာကျော်နေပါပြီ။ ရှေးဟောင်း မြန်မာမှုအနုစိတ်လွန်းတဲ့ လက်ရာမျိုးကို တန်ဆောင်းတွေမှာ လေ့လာလိုရတော့ အဖိုးမဖြတ်နိုင်ဘူး” လို့ ရွှေတိဂုံစေတီတော် မြောက်ဘက် မှမ်း၊ ဈေးတော်ရုံက စွယ်စုံပန်းပုဆရာတစ်ဦးဖြစ်တဲ့ ဦးညီညီက ပြောပါတယ်။

ရွှေတိဂုံစေတီတော်ရဲ့ ရင်ပြင်တော်ပေါ်မှာ ရခိုင်တန်ဆောင်း၊ ၇-ရက်သားသမီး တန်ဆောင်း၊ ရွှေစေတီတန်ဆောင်း၊ အရှေ့ဘက်အာရုံခံတန်ဆောင်း စတာတွေဟာ မြန်မာမှုပန်းပုလက်ရာများဖြင့် တန်ဆာဆင်ဆောက်လုပ်ထားသော တန်ဆောင်းများ ဖြစ်တယ်လို့ ရွှေတိဂုံစေတီတော်ကြီးရဲ့ ဝက်ဘ်ဆိုက်စာမျက်နှာမှာ ရေးသားထားပါတယ်။ ရခိုင်တန်ဆောင်းက ဘုံပြာသာဒ်အဆင့်ဆင့်တို့မှာလည်း ပန်းပုညာရပ်ရဲ့ အနုစိတ်လက်ရာအကွေ့အကောက်၊ ခြူးပန်း၊ ခြူးနွယ်၊ ပန်းပွင့်၊ အဖောင်းအကြွပန်းတွေ





ဟာ ယနေ့ခေတ်မှာ မြင်တွေ့ရခဲ့သော ပန်းပုပညာရှင်ရဲ့ အံ့မခန်းအနုပညာ တစ်ရပ်ဖြစ်တယ်လို့ ရေးသားထားပါတယ်။

ရွှေတိဂုံစေတီတော် ရင်ပြင်တော် စနေထောင့်အနီးက ရခိုင်တန်ဆောင်းကို ရခိုင်ပွဲစားကြီး ဦးဘထော်+ဒေါ်စို မိသားစုနှင့် ဦးဒိုးအောင်+ဒေါ်အိမ်စိုး မေ မိသားစုတို့က ၁၉၁၁ မှာ ဆောက်လုပ် လှူဒါန်းခဲ့ပါတယ်။ တန်ဆောင်းကို မန္တလေးမြို့က အနုပညာရှင်၊ ဗိသုကာ ပန်းပုဆရာ ဆရာစိုင့်နဲ့ ဖခင်ဆရာ ခင်ညိုတို့ရဲ့ လက်ရာဖြစ်တဲ့ ခြူးပန်း၊ ခြူးနွယ်၊ ပန်းပွင့်၊ ပန်းပြောက်၊ ပန်းချီပန်းပု၊ ရုပ်လုံးရုပ်ကြွတွေနဲ့ ခမ်းနားထည်ဝါစွာ တည်ဆောက်ထားတယ်လို့ ရေးသားထားပါတယ်။

နှစ်ကာလကြာမြင့်ပြီဖြစ်တဲ့ ရှေးဟောင်းသစ်သား တန်ဆောင်းကြီးကို နောက်ပိုင်းနှစ်တွေမှာ ထိန်းသိမ်း ပြုပြင်မှုတွေလည်း ပြုလုပ်ခဲ့ကြပါတယ်။ ၁၉၉၉ ခုနှစ် ဘက်စုံစီမံကိန်းမှာ ရှေးဟောင်းသစ်သား တန်ဆောင်းကြီး ဖြစ်တာကြောင့် မူလလက်ရာမပျက်စေဘဲ သစ်သားပန်းများ အစားထိုးတပ်ဆင်ခဲ့တာ၊ ၂၀၁၁ ခုနှစ်မှာ ဆွေးမြေ့နေတဲ့ သစ်သား ထုတ်တန်းပြုပြင်တာ၊ လင်းနို့တောင်ပန်းဆွဲများနဲ့ မျက်နှာကြက်များ အစားထိုးပြုပြင်ခြင်းတွေ ပြုလုပ်ခဲ့တယ်လို့ ရွှေတိဂုံဘုရားဝက်ဘ်ဆိုက် စာမျက်နှာမှာ ရေးသားထားပါတယ်။

လင်းနို့တောင်ပန်းဆွဲဆိုတာ ဘုရားခန်းနဲ့စောင်းတန်းအဝင်တွေမှာ ချိတ်ဆွဲကြတဲ့ ပန်းပြားအမျိုးအစားကိုခေါ်တယ်လို့ မြန်မာမှုထွန်းကားတဲ့ မန္တလေးမြို့က ပန်းတော်ဝင် လက်မှုအနုပညာ သစ်ထွင်းပန်းချီ ခြစ်ပန်း၊ ဖောက်ပန်းနဲ့ ပန်းပုအမျိုးမျိုး ထုဆစ်ရောင်းချနေတဲ့ 'ပန်းတော်ဝင်' ပြခန်းပိုင်ရှင် ကိုလမင်းထွန်းက ပြောပါတယ်။





“လင်းနီတောင်ပန်းဆွဲမှာ ကနုတ်ပန်း၊ စိန်ခွေပန်းတွေ အသုံးပြုကြသလို၊ ဗုဒ္ဓဝင်၊ ဇာတ်တော်များလည်း ထည့်သွင်းဖော်ပြကြပါတယ်။ ဇာတ်ကြီး ဆယ်ဘွဲ့၊ အောင်ခြင်းရှစ်ပါး၊ ဖွားပွင့်ဟောစံ အစရှိသည်ဖြင့်ပေါ့။ ပန်းပြား တစ်ချပ်ထုတ်လုပ်ခြင်းမှာ သစ်နှင့်ထွင်းတာကြောင့် ပန်းပု လို့ သတ်မှတ်ပေ မယ့် ထုတ်လုပ်မှုအဆင့်ဟာ ပန်းချီရော ပန်းပုပါ နှစ်မျိုး ပေါင်းစပ်ဖန်တီးရတဲ့ ပညာဖြစ်ပါတယ်” လို့ ကိုလမင်းထွန်းက ပြောပါတယ်။

လင်းနီတောင်ပန်းဆွဲဟာ ကနုတ်စိပ်စိပ်နဲ့ ပန်းအသွားအလာညီညွတ်အောင် ဖန်တီးရပြီး ပန်းကနုတ်မှာလည်း ပန်းအနုရွလေးတွေ အကြွအလှ ပေါ်လွင်နေအောင် အသေးစိတ်အချိန်ပေးပြီး ပြုလုပ်ရပါတယ်။ လက်မှုအနုပညာထွန်းကားတဲ့ မန္တလေးမြို့မှာ လင်းနီတောင်ပန်းဆွဲလို ခက်ခဲပြီး အနုစိတ်လှတဲ့ ပန်းပုမျိုး ထုလုပ်နိုင်တဲ့ဆရာတွေရှိနေသေး ပေမယ့် ဈေးကွက်လိုအပ်ချက်အရနဲ့ အချိန်ပေးထုဆစ်ရတာကြောင့် ထုတ်လုပ်တဲ့လူ အတော်ရှားသွားပြီလို့ ကိုလမင်းထွန်းက ဆိုပါတယ်။

**ဆည်းလည်းများက ဖော်ပြသော ခေတ်ကြေးမုံ**

စေတီတော်ကြီးရဲ့ အထက်မှာတင်လှူထားတဲ့ ဆည်းလည်းတွေဟာ ရှေးဘုရင်မင်းများလက်ထက်က ပန်းဆယ်မျိုး အနုပညာရှင်တွေရဲ့ အနုစိတ် လက်ရာကိုလည်း မြင်နိုင်ပြန်ပါတယ်။

ရွှေတိဂုံစေတီတော်ရင်ပြင်ပေါ်ရောက်တာနဲ့ အရင်ဆုံးကြားရတာက သာယာ ချမ်းမြေ့လှတဲ့ ဆည်းလည်းလှုပ်ခတ်သံပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ရွှေတိဂုံစေတီတော် ပေါ်မှာ တရားအားထုတ်ဖို့လာသူ ဘုရားဖူးတွေအတွက် လေပြေအငွေ့မှာ ကြားရတဲ့ ဆည်းလည်းသံတွေဟာ တဒဂံ စိတ်ငြိမ်းအေးမှုကို ပေးစွမ်းစေ ပါတယ်။ စေတီတော်အထက်က အလှူရှင်တွေရဲ့ ဆည်းလည်းတွေဟာ ရှေးဘုရင်မင်းများလက်ထက်က ပန်းဆယ်မျိုး အနုပညာဟန်ကို ပြသတဲ့ တန်ဖိုးမဖြတ်နိုင်တဲ့ လက်မှုပစ္စည်းတွေပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဆည်းလည်းတွေမှာ ဆည်းလည်းစာတွေကိုလည်း ရေးထိုးထားတယ်လို့ ‘မြတ်ဘုရားရွှေတိဂုံ’ စာအုပ်မှာဆိုထားပါတယ်။



ဆည်းလည်းတွေကို ရွှေ၊ ငွေ၊ သံသေတို့ဖြင့် သွန်းလုပ်လှူဒါန်းထားကြပြီး ဒီဆည်းလည်းတွေကို လှူဒါန်းချိတ်ဆွဲခွင့်ရတဲ့အချိန်ဟာ ထီးတော် ပြင်ဆင်ခြင်း၊ စိန်ဖူးငှက်မြတ်နားတင်ခြင်း၊ ရွှေသင်္ကန်းကပ်ခြင်းတဲ့အချိန်များ တွင် ကြိုကြိုက်မှသာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဆည်းလည်းအများအပြား တင်လှူခဲ့သော အချိန်များမှာ ခရစ်နှစ် ၁၇၇၅ခုနှစ် ဆင်ဖြူရှင် ထီးတော်တင်ပွဲ၊ ၁၈၄၂ ခုနှစ် သာယာဝတီမင်း ရွှေသင်္ကန်းကပ်လှူပွဲ၊ ၁၈၅၅ ခုနှစ် စစ်ကဲဦးထော်လေး ကြီးမှူးသော ထီးတော်ပြင်ဆင်ပွဲ၊ ၁၈၇၁ ခုနှစ် မင်းတုန်းမင်းထီးတော်တင်ပွဲ စတဲ့ အဓိကအချိန်အခါများ တစ်ဝိုက်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဆည်းလည်းပေါင်း ၁၄၀၀ ခန့်မှာ အစောဆုံးတင်လှူသော ဆည်းလည်းမှာ ခရစ်နှစ် ၁၇၇၁ ခုမှာ တင်လှူခဲ့တဲ့ ငွေဆည်းလည်းဖြစ်ပါတယ်။ အလှူရှင်မှာ ဘုန်းတော်ကြီး ဦးဝိသုန္ဒဖြစ်ပြီး ဆည်းလည်းရဲ့အလေးချိန်က ၇၀ ကျပ်သား ရှိပါတယ်။

ဆည်းလည်းတွေမှာ မြန်မာ၊ မွန်၊ ရှမ်းဘာသာစကားတွေ ရေးထိုးထားပြီး ဆည်းလည်းစာများကို ကြည့်ပြီး အလှူရှင်အမည်၊ အလုပ်အကိုင်နဲ့ အသက်မွေးမှုတို့ကို သိရပြီး အလှူရှင်တို့ရဲ့ နေရပ်ဌာနကို ကြည့်လျှင် ရွှေတိဂုံစေတီတော်ကို မည်သည့်အရပ်က လာရောက်ဖူးမျှော်ကြည့်ညီကြည့်ညီကို သိနိုင်သလို အလှူဒါနအင်အားကို ကြည့်ပြီးခေတ်ရဲ့ စီးပွားရေးအခြေအနေတွေကို သိရလေတယ်လို့ ‘မြတ်ဘုရားရွှေတိဂုံ’ စာအုပ်မှာ ရေးသားထားပါတယ်။



## Shwedagon's bell offerings

The bell offerings that adorn the stupa's umbrella reveal the intricate work of master artists from times gone by.

Upon arriving at Shwedagon Pagoda, the gentle sound of bells always makes pilgrims feel at peace. The bells above the pagoda are inscribed with the names of the donors who funded their creation, writes author Maung Hsu Shin.

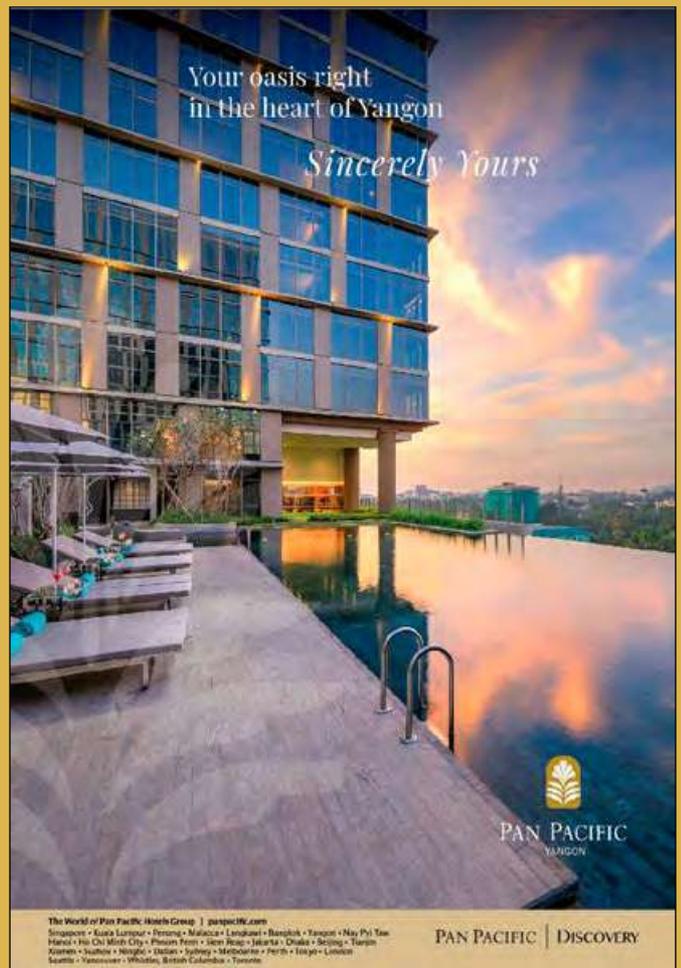
The bells are crafted from iron, silver, and gold. These bells can only be donated and hung during certain events that include the renovation of the umbrella, the offering of golden robes, the addition of a new diamond bud, and the installation of the sacred bird's nest to the pagoda.

Many bells were offered during important ceremonies, such as when Hsinbyushin offered a new umbrella to the pagoda in 1775 and when King Tharyarwaddy offered a new golden robe in 1842. Likewise U Htaw Lay renovated the umbrella in 1855, and King Mindon donated a new umbrella in 1871.

Of the approximately 1,400 bells located on Shwedagon Pagoda, the oldest on record is one made from silver that was donated in 1771 by monk U Withunda, which weighs more than 1143 grams.

The inscriptions on the bells are usually made in Myanmar, Mon, and Shan languages. By looking at the inscriptions, the names, occupations, and livelihoods of the donors can be uncovered.

The history of Shwedagon Pagoda writes that the prevailing economic conditions of the time of donation can be glimpsed through the value of offerings. The designs also echo the fashion of the times when the donations were made: Bells donated during Hsinbyushin's rule were simple in shape, while the lotus-shaped clappers donated under King Badon were far more intricate. During King Mindon's reign, fine etchings of lions, dragons, and human-lions were among the offerings. After 1920, fewer bell offerings were made, and those that were made had fewer inscriptions, perhaps reflective of the economic stress the country was suffering at the time.



The dazzling Shwedagon Pagoda remains today both an architectural wonder and a center of worship for the Myanmar people, a worthy and testament to the devotion of Buddhists and the many artists and craftsmen who have worked on it over many hundreds of years.





စေတီတော်ကြီးရဲ့ အထက်မှာတင်လှူထားတဲ့ ဆည်းလည်းတွေဟာ တစ်ခေတ်နဲ့တစ်ခေတ်မတူဘဲ လက်ရာကွဲပြားကြပါတယ်။ ဆင်ဖြူရှင် လက်ထက် လှူဒါန်းခဲ့သော ဆည်းလည်းမှာ ရိုးရိုးကွင်း ပုံသဏ္ဍာန် တွေရပြီး ဗဒုံမင်းလက်ထက်မှာတော့ ကနုတ်ပန်းကွင်း တွေ ဖြစ်လာခဲ့ပါတယ်။ မင်းတုန်းမင်းလက်ထက် ကပ်လှူ တဲ့ ဆည်းလည်းရဲ့ ကားချိတ်ဆွဲမှာ ခြင်္သေ့ရုပ်၊ နဂါးရုပ်၊ နယားရုပ်၊ ကိန္နရာရုပ်၊ ကရဝိတ်ရုပ်၊ မနုဿိဟရုပ်များ ကို အတော်အတန် လက်ရာမြောက်အောင် သရုပ်ဖော် ထည့်သွင်းလာကြတာ ကိုတွေ့ရပါတယ်။ ဆည်းလည်း တင်လှူခြင်းမှာ ခရစ်နှစ် ၁၉၂၀ ပြည့် နောက်ပိုင်းမှာ နည်းပေးသွားပြီး တင်လှူသော ဆည်းလည်းများမှာလည်း အထောက်အထားယူနိုင်သော ကဗွည်းစာများ နည်းပေး သွားပါတယ်။

**ရွှေတိဂုံသမိုင်း**

ရွှေတိဂုံစေတီတော်ကြီးဟာ ဂေါတမမြတ်စွာဘုရား သက်တော်ထင်ရှားရှိစဉ် အချိန်ကပင် တည်ရှိခဲ့တယ် လို့ စာရေးဆရာမောင်ဆုရှင်က “မြတ်ဘုရား ရွှေတိဂုံ” စာအုပ်ထဲမှာ ရေးသားခဲ့ပါတယ်။ ရွှေတိဂုံ စေတီတော် ကြီးကို သိဂုံတ္ထရကုန်းတော်ပေါ်မှာ တည်ထားခဲ့ပြီး စေတီ

တော်ကြီးရဲ့ ဒါယကာတွေက ဥက္ကလာပမြို့ကို စိုးစံ သော ဥက္ကလာပမင်းကြီးနဲ့ တိုင်းသူပြည်သားတွေ ဖြစ် ကြပါတယ်။ တပုဿနဲ့ ဘလိက ကုန်သည်ညီနောင်တို့ ဟာ မဇ္ဈိမဒေသမှာ ဘုရားအဖြစ်ရောက်ရှိနေတဲ့ ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဆံတော်ဓာတ်ရုပ်ဆူကို ပင့်ဆောင်လာ ခဲ့ပြီး စေတီတော်ထဲမှာ ထည့်သွင်းဌာပနာထားခဲ့ပါတယ်။ ဆံတော်များနဲ့အတူ ကကုသန်မြတ်စွာဘုရားရဲ့ တောင်ဝှေးတော်၊ ကောဏာဂုံ မြတ်စွာဘုရားရဲ့ ဓမ္မ ကရိုဏ် ရေစစ်တော်၊ ကဿပမြတ်စွာဘုရားရဲ့ ရေသနပ် သင်္ကန်းတော်တို့ကို ထည့်သွင်း ဌာပနာ ထားခဲ့ကြပါ တယ်။ ဒါကြောင့် ရွှေတိဂုံစေတီတော်ကို လေးဆူဓာတ်ပုံ ရွှေတိဂုံရယ်လို့ ခေါ်ဆိုကြတာလည်း ဖြစ်ပါတယ်။

ရွှေရောင်ဖြင့် တဖျပ်ဖျပ် တောက်ပလျက်ရှိသော ရွှေတိဂုံ စေတီတော်ကြီးဟာ မြန်မာလူမျိုးတို့ရဲ့ အထွတ်အမြတ် ထားရာ ဖြစ်တဲ့အပြင် ဗိသုကာလက်ရာမြောက် အံ့ချီး ဖွယ် အဆောက်အအုံကြီးလည်း ဖြစ်လို့နေပါတယ်။



THE  
**ERAVATI**  
SULE GRAND  
YANGON



WHERE HERITAGE MEETS HOSPITALITY



THE HEART BEHIND THE SERVICE



For Enquiries : 09 - 251632330

No.14 Corner of Sule Pagoda Road & Strand Road, Kyauktada Township, Yangon.



မြန်မာတစ်နိုင်ငံလုံး  
**MMQR** ရှိတဲ့ဆိုင်တိုင်းမှာ

# Trusty Pay နဲ့ငွေပေးချေနိုင်ပါပြီ

- ✔ MMQR ရှိသည့်ဆိုင်တိုင်းတွင် Trusty Pay ဖြင့် ငွေပေးချေနိုင်ခြင်း။
- ✔ ဗုဒ္ဓဘောင်ပြည့်စုံရာတွင် 5% Discount ရရှိခြင်း။
- ✔ ပိတောက်ပေးဆောင်ရာတွင် 5% Discount ချက်ပေးခြင်း။
- ✔ Gift Card, Game Card ဖျား ဝယ်ယူနိုင်ခြင်း။
- ✔ လစဉ် (၇) ရက်နေ့စဉ် ကျင့်သည့် Trusty Pay Lucky Draw Programs အတွက် Ticket ဖျား ရရှိခြင်း။
- ✔ Coupon, Points ဖျား အသုံးပြုနိုင်ခြင်း။



Hotline  
09-777 366 888

ပုံကြည့်အားကိုးစွာ **Trusty Pay**

Download Here!



# THE TRIBES OF *Eastern Shan State*

Stuart Deed

Myanmar is a country of incredible ethnic diversity, where official records have identified at least 135 distinct groups. Most diverse of the administrative precincts are the “States” that ring Myanmar’s borders. Of these eastern Shan State might lay claim to being the most ethnically varied location of all.

There are two common routes into eastern Shan State by air, landing either at the town of Tachileik and then driving to Kyaing Tong or flying directly to Kyaing Tong. For visitors who cannot fly direct to Kyaing Tong, the journey from Tachileik is quite comfortable and takes a smooth and relatively scenic road. However, it’s definitely worth stocking up on photocopies of all relevant paperwork in advance because there are a number of checkpoints along the way.

## ရှမ်းပြည်နယ်အရှေ့ပိုင်းရှိ လူမျိုးများ

မြန်မာပြည်ဟာ တိုင်းရင်းသားလူမျိုးစုတွေ မယုံနိုင်လောက်အောင်များပြားတဲ့နိုင်ငံဖြစ်ပြီး တရားဝင်စာရင်းအချက်အလက်တွေအရ ထင်ရှားတဲ့လူမျိုး အနည်းဆုံး ၁၃၅ မျိုး ရှိပါတယ်။ မြန်မာပြည်ရဲ့နယ်စပ်တစ်လျှောက်မှာရှိတဲ့ ပြည်နယ်တွေထဲမှာဟာ ရှမ်းပြည်နယ်ဟာ တိုင်းရင်းသားလူမျိုးအကွဲပြားဆုံးဒေသ ဖြစ်တယ်လို့ ဆိုနိုင်ပါတယ်။

ရှမ်းအရှေ့တစ်ကြောမှာ လူနေအထူထပ်ဆုံးဖြစ်ပြီး ရွှေတြိဂံရဲ့ဌာနေဖြစ်တဲ့ ကျိုင်းတုံမြို့ကနေ တစ်ရက်လမ်းလျှောက်ခရီးထွက်လိုက်ရုံနဲ့ တိုင်းရင်းသားလူမျိုးစုအမျိုးမျိုးနေထိုင်တဲ့ ရွာအနည်းငယ်ကို သွားရောက်လည်ပတ်နိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။ ကျိုင်းတုံမြို့တဝိုက်မှာ နေထိုင်ကြတဲ့ မတူကွဲပြားတိုင်းရင်းသားလူမျိုးစုတွေ အများကြီးရှိပြီး အားလုံးကိုဖော်ပြဖို့ ခက်ခဲပါတယ်။ အလွယ်တကူခွဲခြားဖော်ပြနိုင်တဲ့ ရွာကြီးတွေကိုပဲ နာမည်တပ်ပြောရရင် အခါ အခါ လီစူး၊ လားဟူ၊ ရှမ်း၊ ဝ နဲ့ အန်း တို့ရှိပါတယ်။



Akha women at their village



It's quite possible to visit a handful of villages occupied by different ethnic groups in a day's trekking beyond the town of Kyaing Tong, the home of the Golden Triangle, and one of the largest settlements in eastern Shan State. There are so many different groups of people living in the area around Kyaing Tong that it's hard to keep up: There are Akha, Akhu, Lisu, Lahu, Shan, Wa, and Eng to name just the larger and more easily identified villages.

Different ethnic groups are identified by a host of unique cultural features that include but are not limited to language, religion, diet, farming/hunting practices, societal order, clothing, construction, and location. It is fascinating to visit different villages and see the nuances with your own eyes: two similar groups might only be a short walk from each other and be nearly identical but follow different religions.

## AKHA TRIBE

The Akha people, for instance, are a true hill tribe whose villages are almost always located at relatively high altitudes, and who practice slash-and-burn farming methods. It's a relatively crude method of crop cultivation but one that works in the nutrient deficient soils usually found at the tops of hills. Their main crops include varieties of mountain rice, soybeans and corn or maize.

The Akha people are visually distinctive, particularly women wear incredible headdresses festooned with silver coins, baubles and chains, with plenty of silver jewellery worn on their wrists and necks. Some of these hand-crafted pieces are available for sale to visitors, making up a critical funding stream to buy goods that cannot be sourced in nature.

Akha women are skilled weavers and each village is certain to have several looms that are used to produce the blankets and clothing that the village requires for itself, as well as to trade with other groups.

In addition to their amazing hats, Akha women typically wear a black shirt and jacket, and leggings, with aluminium or silver coins or rings added for good measure.

Christian missionaries were some of the first foreign visitors to eastern Shan State's hilltribes. They established schools and churches as they went but also played an influential hand in recording how the different groups lived their lives.

However, while the missionaries were able to convert some Akha to Christianity, many more have chosen other beliefs that include animism (animists believe that everything is alive and to some extent acts of its own volition; the weather for instance) and Buddhism. The best part is that villages are often only a stone's throw from each other.

Animist villages can be identified most obviously by the lack of churches, stupas or shrines that usually occupy central positions in Christian or Buddhist settlements. They may also feature wooden lattices alongside the entrances to both individual homes and the village; these are believed to warn off nasty spirits.

မတူကွဲပြားတဲ့တိုင်းရင်းသားတွေကို ကိုယ်ပိုင်ယဉ်ကျေးမှုလက္ခဏာတွေ ကြည့်ပြီး ခွဲခြားနိုင်ပါတယ်။ ဒီလက္ခဏာရပ်တွေထဲမှာ ဘာသာစကား၊ ဘာသာတရားယုံကြည်သက်ဝင်မှု၊ အစားအသောက်၊ စိုက်ပျိုးမွေးမြူရေး/ အမဲလိုက်ခလေ့၊ လူမှုဖွဲ့စည်းပုံ၊ အဝတ်အစား၊ နေအိမ်တည်ဆောက်ပုံနဲ့ နေရာဒေသတို့အပြင် တခြားသွင်ပြင်လက္ခဏာတွေလည်း ရှိပါသေးတယ်။ မတူညီတဲ့ရွာတွေကို လည်ပတ်ကြည့်ရှုပြီး သိမ်မွေ့တဲ့ ကွာဟချက်လေးတွေကို ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျမြင်ရတာ စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းလှပါတယ်။ တူညီတဲ့လူမျိုးစုနှစ်ခုမှာ လမ်းလျှောက်လည်ပတ်လို့ ရလောက်အောင် နီးနီးကပ်ကပ်နေထိုင်ကြတာဖြစ်ပြီး အတော်လေး တူညီတဲ့ လက္ခဏာရပ်တွေရှိကြပေမယ့် မတူတဲ့ဘာသာကို ကိုးကွယ်ကြတာပါ။

## အခါလူမျိုး

ဥပမာ အခါလူမျိုးတွေက တောင်ပေါ်သား စစ်စစ်တွေဖြစ်ကြပြီး သူတို့ နေထိုင်တဲ့ ရွာတွေက အမြင့်ပေ တော်တော်မြင့်တဲ့နေရာတွေမှာ တည်ရှိပါတယ်။ သူတို့က စိုက်ပျိုးပြီးယာခင်းတွေကို မီးရှို့ခတ်ထွင်ရှင်းလင်းပြီး ပြန်လည် စိုက်ပျိုးတဲ့နည်းကို အသုံးပြုကြပါတယ်။ ကောက်ပဲသီးနှံစိုက်ပျိုးတဲ့ အရိုင်းနည်းဖြစ်ပေမယ့်လဲ တောင်ထိပ်တွေမှာတွေ့ရတတ်တဲ့ အရည်အသွေး သိပ်မကောင်းတဲ့ မြေဆီလွှာမှာတော့ အလုပ်ဖြစ်ပါတယ်။ အဓိကစိုက်ပျိုးတဲ့ ကောက်ပဲသီးနှံတွေထဲမှာ တောင်စပါးအမျိုးမျိုး၊ ပဲပုပ်၊ ပြောင်းဖူး သို့မဟုတ် ဖူးစားပြောင်းတို့ပါဝင်ပါတယ်။

အခါလူမျိုးတွေဟာ ပုံပန်းအားဖြင့် ထူးခြားလှပြီး အမျိုးသမီးတွေဟာ ငွေအကြွေစေ့၊ ရွဲလုံး၊ ကွင်းဆက်သံကြိုးတွေနဲ့သီကုံးအလှဆင်ထားတဲ့ ဆန်းဆန်းပြားပြားခေါင်းပေါင်းတွေကို ဝတ်ဆင်ကြပါတယ်။ သူတို့ရဲ့လက်ကောက်ဝတ်နဲ့ လည်ပင်းတွေမှာလည်း ငွေထည်လက်ဝတ်လက်စားတွေအများကြီး ဆင်မြန်းထားကြပါတယ်။ ဒီလိုလက်မှုပစ္စည်းတချို့ကို ခရီးသွား ဧည့်သည်တွေအတွက် ရောင်းချပေးပါတယ်။ ဒီလိုရောင်းချခြင်းက ဝင်ငွေရရာလမ်းကြောင်းတစ်ခုလည်း ဖြစ်ပါတယ်။ အခါအမျိုးသမီးတွေဟာ ကျွမ်းကျင်တဲ့ရက်ကန်းသည်တွေ ဖြစ်ကြပြီး ရွာတစ်ရွာစီမှာ ရက်ကန်းစင်တွေ အများအပြားရှိကြပါတယ်။ ရွာရဲ့လိုအပ်ချက်တွေဖြည့်ဆည်းဖို့နဲ့ တခြားလူမျိုးစုတွေနဲ့ ကုန်သွယ်ဖို့ ဒီယက်ကန်းစင်တွေမှာ စောင်နဲ့အဝတ်အထည်တွေ ရက်လုပ်ကြပါတယ်။





## ENG TRIBE

Another distinctive and large ethnic group in eastern Shan State than any visitor will want to see is the Eng, whose women are likely to leave a lasting impression. Eng women chew a product that stains their mouths and teeth a rather intriguing black colour. Plenty of Myanmar people chew a similar substance: betel nut mixed with lime and tobacco.

The black version is a bit confronting but within Eng culture the blackened mouths and teeth are considered beautiful.

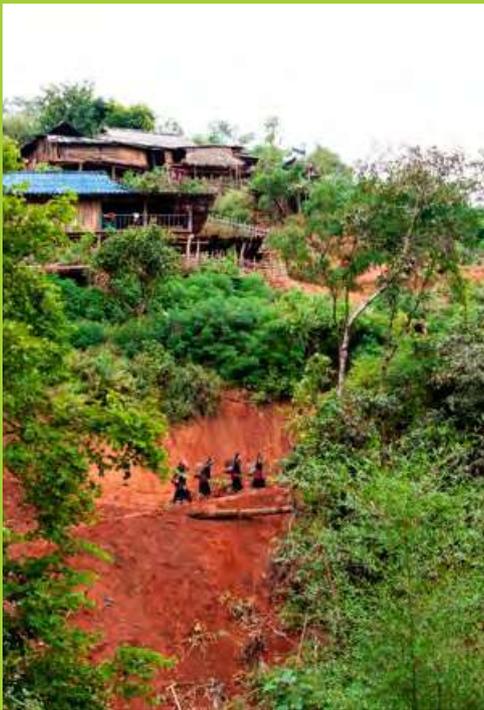
Eng villages also rely on the skills of their weavers to earn money and produce blankets and clothing. Eng people traditionally wear a shirt or jacket, depending on the weather, paired with a black cap that may or may not be adorned with silver, as well as either black shorts/pants or a longyi, Myanmar's wraparound skirt worn by both men and women.

သူတို့ဆောင်းတွဲ အံ့ဩစရာဦးထုပ်အပြင် အလူမီနီယမ် သို့မဟုတ် ငွေအကြွေစွန့်ကွင်းတွေ နေရာအများအပြားမှာတပ်ဆင်ထားတဲ့ အနက်ရောင်အင်္ကျီ၊ အနွေးထည်နဲ့ ဘောင်းဘီတွေကို ဝတ်ဆင်တာကလည်း သူတို့ရဲ့ဓလေ့ပါပဲ။

ခရစ်ယာန်သာသနာပြုတွေဟာ ရှမ်းပြည်နယ်အရှေ့ပိုင်းကလူမျိုးစုတွေကို ပထမဆုံးလည်ပတ်တဲ့ နိုင်ငံခြားသားဧည့်သည်တွေထဲမှာပါပါတယ်။ သူတို့တွေ သွားရောက်တဲ့အခါ စာသင်ကျောင်းတွေနဲ့ ဘုရားကျောင်းတွေကို တည်ထောင်ပေးခဲ့ရုံသာမက မတူညီတဲ့လူမျိုးစုတွေ ဘယ်လိုအသက်ရှင်နေထိုင်ကြသလဲဆိုတာကို မှတ်တမ်းတင်တဲ့တာကိုလဲ သေသေချာချာ လုပ်သွားခဲ့ကြပါတယ်။

ဒါပေမယ့် အခါလူမျိုးတချို့ကို ခရစ်ယာန်ဘာသာထဲကူးပြောင်းအောင် လုပ်နိုင်ခဲ့ပေမယ့် အခါလူမျိုးအများအပြားက ကက်သလစ်၊ နှစ်ခြင်း၊ နတ်ကိုးကွယ်မှု နဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာတွေကို သက်ဝင်ယုံကြည်ကြပါတယ်။ (အရာရာတိုင်းဟာ သက်ရှိတွေဖြစ်ကြပြီး အတိုင်းအတာတစ်ခုအထိ သူ့အလိုဆန္ဒအတိုင်း ပြုမူကြတယ်ဆိုတာကို နတ်ကိုးကွယ်သူတွေက ယုံကြည်ကြပါတယ်။ ဥပမာ ရာသီဥတုဆိုပါတော့။) ရွာတွေဟာတစ်ခုနဲ့တစ်ခု ခဲတစ်ပစ်အကွာလောက်ပဲဝေးတာမို့ လည်ပတ်စရာအကောင်းဆုံးအခြေအနေပါ။

ခရစ်ယာန်နဲ့ ဗုဒ္ဓဘာသာကိုးကွယ်တဲ့ရွာတွေမှာဆို အထွဋ်အထိပ်နေရာတွေကိုယူထားတတ်တဲ့ ဘုရားကျောင်းတွေ၊ စေတီပုထိုးတွေမရှိတာကြောင့် နတ်ကိုးကွယ်တဲ့ရွာတွေကို အလွယ်တကူ ခွဲခြားသိနိုင်ပါတယ်။ ရွာအဝင်နဲ့ အိမ်တစ်အိမ်ချင်းစီရဲ့ဝင်ပေါက်တွေတလျှောက်မှာ ရာဇမတ်ကွတ်သစ်သားစည်းရိုးတွေလုပ်ထားတတ်ပါတယ်။ ဒီစည်းရိုးတွေက နတ်ဆိုးတွေကို ဟန့်တားတယ်လို့ ယုံကြည်ကြပါတယ်။



## အန်းလူမျိုး

ခရီးသွားတွေ တွေ့ချင်မြင်ချင်မှာဖြစ်တဲ့ ရှမ်းအရှေ့က ထင်ရှားကြီးကျယ်တဲ့ လူမျိုးစုနောက်တစ်စုက အန်းလူမျိုးတွေပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အန်းအမျိုးသမီးတွေကို တွေ့ဖူးရင် စိတ်ထဲမှာစွဲကျန်နေမှာပါ။ အန်းအမျိုးသမီးတွေဟာ သူတို့ရဲ့ ပါးစပ်နဲ့သွားတွေမှာ အမည်းရောင်တွေ စွန်းစေတဲ့ ကွမ်းတစ်မျိုးကို ဝါးမြုံကြပါတယ်။ မြန်မာလူမျိုးတွေ ဝါးကြတဲ့ ထုံးနဲ့ ဆေးရွက်ကြီးပါတဲ့ ကွမ်းယာလို ဖြစ်ပါတယ်။

အမည်းရောင်ကွမ်းယာကတော့ အမြင်ဆန်းနေပေမယ့် အန်းယဉ်ကျေးမှုအရ အမည်းရောင်ပါးစပ်နဲ့ သွားတွေကို လှပတယ်လို့ ယူဆကြပါတယ်။

အန်းရွာတွေဟာလည်း ဝင်ငွေရဖို့နဲ့ စောင်တွေ အဝတ်အစားတွေ ထုတ်လုပ်ဖို့ ရက်ကန်းသည်တွေရဲ့ ကျွမ်းကျင်ပိုင်နိုင်မှုကို မှီခိုအားထားကြပါတယ်။ အန်းလူမျိုးတွေဟာ အစဉ်အလာအားဖြင့် ရာသီပေါ်မူတည်ပြီး ခေါင်းထုပ်ပါ တွဲရက်ပါတဲ့ အင်္ကျီ သို့မဟုတ် အနွေးထည်တွေကို ဝတ်ဆင်ကြပါတယ်။ ဒီအဝတ်အထည်တွေက ငွေထည်တွေ တပ်ဆင်ထားတာရှိသလို မတပ်ဆင် ထားတာလည်း ရှိပါတယ်။ အနက်ရောင်ဘောင်းဘီတို/ဘောင်းဘီရှည် သို့မဟုတ် မြန်မာအမျိုးသားအမျိုးသမီးတွေဝတ်ပြီး ပတ်စည်းရတဲ့ လုံချည်ကို ဝတ်ဆင်ကြပါတယ်။

“Another distinctive and large ethnic group in eastern Shan State than any visitor will want to see is the Eng, whose women are likely to leave a lasting impression. Eng women chew a product that stains their mouths and teeth a rather intriguing black colour.





## WA TRIBE

However, perhaps the best known of all the groups that live in eastern Shan State are the Wa. Indeed, the Wa are both numerous and powerful, and also successful in business because of the border trade with neighboring China and Thailand and mining mineral resources. The currency in use is Chinese Yuan, not Myanmar Kyat.

ရှမ်းအရှေ့မှာနေထိုင်ကြတဲ့ တိုင်းရင်းသားလူမျိုးတွေထဲမှာ လူသိအများဆုံးက ဝလူမျိုးတွေပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဝတွေဟာ လူဦးရေများပြားပြီး အင်အားကြီးပါတယ်။ သူတို့ဟာ တရုတ်မြန်မာ၊ ထိုင်းမြန်မာ နယ်စပ်ကုန်သွယ်ရေး၊ သတ္တုတူးဖော်ရေးတွေကြောင့် စီးပွားရေးအောင်မြင်ကြပါတယ်။ ဝ တွေ အသုံးပြုတဲ့ငွေကြေးကလည်း တရုတ်ယွမ်ငွေဖြစ်ပြီး မြန်မာကျပ် မဟုတ်ပါဘူး။

## LAHU TRIBE

Another of the large hill tribes is the Lahu, a group that is believed to have migrated south from China centuries ago; some 450,000 Lahu still live on the other side of the border and exist as one of the Chinese nation's 56 recognised ethnic groups.

There are believed to be as many as 150,000 Lahu in Myanmar, another 100,000 in Thailand – where they are one of the six recognised hilltribes – and another 10,000 or so in Laos. The Lahu are polytheistic like most of the other hilltribes in eastern Shan State: some villages are Christian, while others prefer Buddhism or Animism. In Thailand, where more study of the Lahu has been undertaken, it has been found that there are at least six sub-groups, each of which follows a different system of leadership and choice of religion.

Shan State has many alluring tourist attractions but perhaps its most fascinating resource are the many ethnic groups that call it home.

အဖျော်ဆရာရဲ့  
စစ်မှန်တဲ့ လက်ရာ...



သဘာဝမြန်မာ့နှစ်ဖျော်  
လက်ဖက်ရည်

မြန်မာ့လက်ဖက်ခြောက်ကုန်ကြမ်းဖျော်ဖြင့် ထုတ်လုပ်ထားသော နှစ်ဖျော်လက်ဖက်ရည်

[www.eversunnyfood.com](http://www.eversunnyfood.com)



YOUR  
BURGER  
BETTER  
WITH



Lahu tribe at their village



## လားဟူလူမျိုး

တောင်ပေါ်နေ လူမျိုးစုကြီးတွေထဲက နောက်တစ်မျိုးက လားဟူပါ။ လွန်ခဲ့တဲ့ရာစုနှစ်များစွာကတည်းက တရုတ်ပြည်ကနေ တောင်ဘက်ကိုရွှေ့ပြောင်းလာကြတယ်လို့ မှတ်ယူကြတဲ့ လူမျိုးနွယ်စုတွေပါ။ လူဦးရေ ၄၅၀၀၀၀ လားဟူတချို့ဟာ နယ်စပ်ရဲ့တခြားဘက်ခြမ်းမှာ နေထိုင်ကြပြီး တရုတ်နိုင်ငံရဲ့ အသိအမှတ်ပြုတိုင်းရင်းသား ၅၆ မျိုးထဲကတစ်ခုအဖြစ် တည်ရှိပါတယ်။

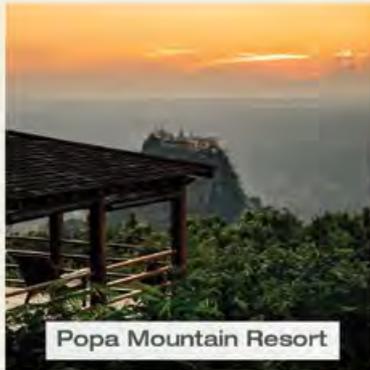
မြန်မာပြည်ဘက်မှာ လားဟူ ၁၅၀၀၀၀၊ ထိုင်းနိုင်ငံမှာ ၁၀၀၀၀၀ လောက်ရှိမယ်လို့ ခန့်မှန်းရပါတယ်။ ထိုင်းမှာတော့ လားဟူတွေဟာ တရားဝင်အသိအမှတ်ပြု တောင်တန်းသားလူမျိုးစု ၆ ခုထဲမှာပါပါတယ်။ နောက်ထပ် ၁၀၀၀၀ ဝန်းကျင်လောက်ကတော့ လာအိုမှာ နေထိုင်ကြပါတယ်။

ရှမ်းအရှေ့က တခြားတောင်ပေါ်သားအများစုလိုပဲ လားဟူတွေကိုးကွယ်တဲ့ ဘာသာတရားအမျိုးမျိုး ရှိကြပါတယ်။ တချို့ရွာတွေက ခရစ်ယာန်ရွာတွေဖြစ်ပြီး တခြားရွာတွေမှာတော့ ဗုဒ္ဓဘာသာ သို့မဟုတ် နတ်ကိုးကွယ်မှုကို ပိုမိုသက်ဝင်ယုံကြည်ကြပါတယ်။ လားဟူတွေ အကြောင်း လေ့လာစူးစမ်းမှုတွေ ပိုလုပ်ထားတဲ့ ထိုင်းနိုင်ငံမှာတော့ အနည်းဆုံးလူမျိုးခွဲ ၆ ခု ရှိတာကိုတွေ့ရပြီး တစ်မျိုးစီက မတူညီတဲ့ခေါင်းဆောင်မှုစနစ်နဲ့ ယုံကြည်ကိုးကွယ်မှုတွေကို ကျင့်သုံးကြပါတယ်။

ရှမ်းပြည်နယ်မှာ စွဲမက်စရာကောင်းတဲ့ လည်ပတ်စရာ နေရာတွေ အများကြီးရှိပါတယ်။ ဒါပေမယ့် စိတ်ဝင်စားစရာအကောင်းဆုံးကတော့ ရှမ်းပြည်ကိုသူတို့ဌာနေ လို့ သတ်မှတ်ကြတဲ့ တိုင်းရင်းသားလူမျိုးစုတွေပဲ ဖြစ်ကောင်းဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။



Tachileik is only 1 hour and 40 minutes by plane from Yangon. Kyaing Tong is only 30 minutes by plane from Tachileik. Mann Yadanarpon Airlines flies to Tachileik daily and Kyaing Tong twice a week. Please check the flight schedule at our website: [www.airmyp.com](http://www.airmyp.com)



Popa Mountain Resort



Aureum Palace Inle



Aureum Palace Nay Pyi Taw



Aureum Palace Ngwe Saung



Aureum Palace Bagan



Aureum Palace Pyin Oo Lwin

# Aureum Palace Hotels & Resorts

Aureum Palace Hotels & Resorts, Myanmar's largest collection of boutique hotels and resorts offers a gateway to the country's most breathtaking destinations where each infused with timeless elegance and local charm.

Aureum Palace Hotels & Resorts invites you to explore Myanmar in timeless luxury from the golden temples of Bagan to the tranquil waters of Inle Lake, the pristine beaches of Ngwe Saung. Escape to the misty hills of Pyin Oo Lwin, find peace atop the sacred Popa Mountain, or experience modern grandeur in Nay Pyi Taw. In northern Myanmar, the Melikha Lounge in Putao welcomes the bold and curious, while Espace by Aureum in Yangon offers a stylish sanctuary in the heart of the city. And in the lush delta town of Patheingyi, discover a hidden treasure, Patheingyi Hotel, where tradition meets elegance and comfort.



Espace By Aureum



Malikha Lodge



Patheingyi Hotel



# Marvel at handmade paper and parasols in Pindaya

Simon Whiting



Shan State offers visitors so many beautiful destinations to enjoy but some locations also provide tourists with something that they might treasure and remember for ever.

The town of Pindaya, located within an easy 90-minute drive of majestic Inle Lake and its astonishing floating villages, lays a strong claim to being unforgettable. Most visitors to Pindaya will go there to explore its vast cave complex, which has been filled with hundreds of Buddha images in all shapes and sizes. Many will also marvel at the giant statue of a spider near the main entrance, which plays a key role in a local legend involving a princess and an interrupted love story.

ပင်းတယက အံ့ဩဖွယ်ရာ

## ရိုးရာစက္ကူနှင့် ထီးလုပ်ငန်း

ရှမ်းပြည်နယ်မှာ ခရီးသွားတွေအတွက် လှပတဲ့ အထင်ကရ လည်ပတ်စရာများစွာ ရှိနေသလို အမှတ်ရစရာတွေ ထာဝရ စွဲထင်ကျန်ရစ်သွားစေမယ့် နေရာတွေလည်းရှိပါတယ်။ ထူးကဲလှပတဲ့ အင်းလေးကန်နဲ့ အံ့ဩဆန်းကျယ်ဖွယ် ရေပေါ်ရွာတွေကနေ ကားနဲ့သွားရင် မိနစ် ၉၀ ဝန်းကျင်အတွင်းမှာပဲ မမေ့နိုင်ဖွယ် ပင်းတယမြို့လေး တည်ရှိပါတယ်။

ပင်းတယကို လာရောက်လည်ပတ်သူ အများစုကတော့ ဗုဒ္ဓရုပ်ပွားတော်တွေ ရာနှင့်ချီ ဌာပနာထားတဲ့ လှိုဏ်ဂူကြီးတွေကို စူးစမ်းလေ့လာဖို့ သွားကြမှာပါ။ ရုပ်ပွားတော်တွေက ပုံသဏ္ဍာန် နဲ့ အရွယ်အစား အမျိုးမျိုးရှိကြပါတယ်။ ဂူအဝင်ဝမှာရှိတဲ့ ဒဏ္ဍာရီပုံပြင်လာ မင်းသမီးတစ်ပါးနဲ့ ကြားဖြတ်ခံရတဲ့အချစ် ဇာတ်လမ်းတစ်ပုဒ်ကို ဖော်ကျူးတဲ့ ပင့်ကူရုပ်တုကြီးကို အံ့အားသင့်ကြမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။



But look a little further and spend a few more hours in Pindaya, and you might learn something entirely new. Pindaya's craftspeople have honed a technique for making paper using locally grown products over hundreds of years, and they continue doing so today.

Some of the operators also offer tourists the chance to do participate in workshops where they can learn the techniques and bring home a keepsake made with their own hands, most probably a paper print or perhaps even an intricate paper and bamboo umbrella.

The key product in this cottage industry is an old favourite – the mulberry tree, whose bark is harvested from trees and slowly but surely transformed into beautiful paper, which is then used in a myriad of attractive products.

Bark from the mulberry tree is harvested and then soaked in water for about a day to partly separate the fibres. The resulting pulp is then mixed with a mixture of wood ash and clay and heated over a fire for about five hours. The resulting fibre is spread out on a wooden flatform called a platen, and then gently beaten with bamboo sticks or wooden mallets to squeeze out excess water and further separate the fibres.



Some of the operators also offer tourists the chance to do participate in workshops where they can learn the techniques and bring home a keepsake made with their own hands.



ဒါပေမယ့် ပင်းတယမြို့ကို စူးစမ်းကြည့်ပြီး နာရီ အနည်းငယ်လောက် ပိုပေးရုံမျှနဲ့ အသစ်အဆန်း တစ်ခုကို လေ့လာမိနိုင်ပါသေးတယ်။ ပင်းတယက လက်မှုပညာရှင်တွေဟာ ဒေသထွက်ထုတ်ကုန်တွေ နဲ့ စက္ကူထုတ်လုပ်တဲ့ နည်းပညာကို နှစ်ပေါင်းရာချီ လုပ်ကိုင်နေကြတာ ယနေ့ထိတိုင်အောင်ပဲ။ အချို့သော လုပ်ငန်းရှင်တွေက ခရီးသွားတွေအတွက် ကိုယ်တိုင်လက်နဲ့ ပြုလုပ်ထားတဲ့ အမှတ်တရ လက်ဆောင်တွေကို အိမ်ထိ ယူသွားနိုင်ဖို့ စက္ကူထုတ် နည်းပညာကို သူတို့အလုပ်ရုံတွေမှာ ကိုယ်တိုင်ပါဝင် လေ့လာနိုင်ဖို့ အခွင့်အလမ်းပေးထားပါတယ်။ အများ စုကတော့ ပုံနှိပ်စက္ကူ ဒါမှမဟုတ် အနုစိတ်ဖန်တီး ထားတဲ့ ရှမ်းစက္ကူ နဲ့ ဝါးလက်မှုထီးတွေပါပဲ။

ဒီအိမ်တွင်းမှုလုပ်ငန်းရဲ့ အဓိကထုတ်ကုန်ကတော့ ရှေးကတည်းက နှစ်သက်စွာသုံးလာကြတဲ့ လျှော်ပင် (ပိုးစာပင်အခေါက်) ပဲဖြစ်ပါတယ်။ လျှော်ပင်က အခေါက်ကို သစ်ပင်ကနေခွာကာ လှပသော စက္ကူ ဖြစ်လာတဲ့အထိ အဆင့်ဆင့် ထုတ်လုပ်ကြပါတယ်။ ပင်းတယထွက် စက္ကူနဲ့ စွဲဆောင်မှုရှိတဲ့ဒေသထွက် ထုတ်ကုန်အမျိုးမျိုး ပြုလုပ်ကြပါတယ်။

လျှော်ပင်က သစ်ခေါက်ကိုခွာပြီး ပျော့ဖက် (အမျှင်) တွေကွာလာတဲ့အထိ တစ်ရက်ခန့် ရေစိမ်ရပါတယ်။ ထွက်လာတဲ့ပျော့ဖက်တွေကို ထင်းပြာ၊ ရွံတို့နဲ့ ရောစပ်ပြီး ငါးနာရီခန့် ပြုတ်ရပါတယ်။ ပျော့ဖက် တွေကို သစ်သားချပ်ပြားထဲမှာ ဖြန့်ပြီး ဝါးတုတ် ဒါမှ မဟုတ် သစ်သားလက်ရိုက်တံနဲ့ ကျန်နေတဲ့ရေတွေ စစ်သွားတဲ့အထိ ညင်သာစွာ ထုရိုက်ရပါတယ်။





This mass is then stretched out over a cotton sheet strung inside a bamboo frame. Before use, the cotton is covered in a very light film of oil, before the frame is placed in a tank filled with water. Workers carefully use their hands or wooden implements to smooth the fibre across the entire surface to ensure uniform thickness, remove waste products and fill holes.

Care is needed to remove the frames from the water, before placing them in the sun to dry. If the intended usage of the end product

is decorative in nature, pressed flowers (typically bougainvillea) or gold leaf might be added to the drying sheets. It is at this point that the hard work pays off and mulberry bark has been transformed into paper sheets.

However, this is also the point where the real artistry begins. Craftspersons take the finished paper and cut, fold, bend and mould it into a variety of products that include decorative notebooks, loose sheets and delicate parasol umbrellas, which must surely count as one of the best gifts to bring back from a trip to Shan State and Myanmar.



The umbrellas, which tend to be purely ornamental nowadays, are true works of art that are made entirely by hand using the paper process described above. The paper is then carefully attached to an intricate frame made using another locally grown product – bamboo. Once the paper has been tied into place, artisans carefully apply paint to decorate the finished product.





The umbrellas, which tend to be purely ornamental nowadays, are true works of art that are made entirely by hand using the paper process which is handmade too.



ပြီးတော့ပျော့ဖက်တွေကို ဘောင်ကျပ်ထားတဲ့ ပိတ်စ အခင်းပေါ်မှာ ဖြန့်ခင်းရပါတယ်။ လက်မှု ပညာသည် တွေဟာ ဝါးဘောင်ကို လက်နဲ့ကိုင်ပြီး ပျော့ဖက်တွေဟာ မျက်နှာပြင်ပေါ်မှာ ညီညီညာညာ ဖြစ်နေအောင် လုပ် ရသလို အမှိုက်သရိုက်တွေကို ဖယ်ရှားတာ၊ ချိုင့်ခွက် ဖြစ်နေတဲ့နေရာတွေမှာ ပျော့ဖက်ဖြည့်တာတွေကို ဂရုတစိုက် ပြုလုပ်ရပါတယ်။



ဝါးဘောင်ကို နေပူမပြခင် ရေထဲကနေ ဂရုတစိုက် ထုတ်ရပါတယ်။ ရှမ်းစက္ကူပြုလုပ်ရာမှာ ဖိထားတဲ့ စက္ကူပန်း ဒါမှမဟုတ် ရွှေစက္ကူတွေကို ထည့်သွင်းပြီး သဘာဝအတိုင်း အလှဆင်နိုင်ပါတယ်။ ကြိုးစား အားထုတ်မှုရဲ့ ရလဒ်အဖြစ် လျှော်ပင်က အခေါက် တွေဟာ စက္ကူအရွက်များအဖြစ် ပြောင်းလဲသွားပါတယ်။



ဒါပေမယ့် တကယ့်လက်မှုအနုပညာဟာ အခုမှစရာမှာ ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ စက္ကူထုတ်တဲ့ လက်မှုပညာသည်တွေ ဟာ စက္ကူအချောထည်တွေကို ညှပ်တာ၊ ခေါက်တာ၊ ကွေးတာစသဖြင့် လိုသလို ပုံသွင်းပြီး မှတ်စုစာအုပ်၊ ကြိုက်နှစ်သက်သလို ပြန်လည်အသုံးပြုဖို့ စာရွက်အပြန် တွေနဲ့ အနုစိတ်ပြီး လုပ်တဲ့ထီး စတဲ့ ထုတ်ကုန်မျိုးစုံကို ဖန်တီးကြတဲ့အခါ ရှမ်းပြည်နဲ့ မြန်မာပြည် ခရီးစဉ်ကနေ အပြန် အကောင်းဆုံး အမှတ်တရ လက်ဆောင်ပစ္စည်း များ ဖြစ်လာပါတော့တယ်။

အခုခေတ်မှာတော့ ရိုးရာထီးတွေကို အလှဆင်ဖို့ သပ်သပ်အသုံးပြုကြပေမယ့် အထက်မှာဖော်ပြခဲ့ပြီးသလို စက္ကူကိုအဆင့်ဆင့်ထုတ်လုပ်ပြီးမှ လက်နဲ့ဖန်တီးရတဲ့ လက်မှုအနုပညာ စစ်စစ်ဖြစ်ပါတယ်။ ဒေသထွက်ကုန် ဝါးကို အသုံးပြုပြီး စက္ကူကို ထီးရွက်အဖြစ် ထီးကိုင် မှာ ဂရုတစိုက်တပ်ဆင်ရပါတယ်။ စက္ကူကပ်ပြီးတဲ့အခါ လက်မှုပညာသည်တွေဟာ ထီးကိုအလှဆင်ဖို့ အချော သတ်အနေနဲ့ ပန်းချီရေးဆွဲပါတော့တယ်။

Pindaya is only 1 hour drive from Heho.  
Mann Yadanarpon Airlines flies to Heho every day.  
Please check the flight schedule at our website:  
[www.airmyp.com](http://www.airmyp.com)



---

# *The Sound of Myanmar,*

DELIVERED THROUGH  
ITS UNIQUE ORCHESTRA

*By Simon Whiting*



Nobody watching a live cultural performance in Myanmar will walk away afterward without forming an opinion on the orchestra that accompanies the main act. Put simply, a traditional orchestra is unforgettable.

Comprised of the xylophone (Pattalar), the drums, the harp (Saung) and a handful of brass instruments (Kyay and Maung), the Myanmar orchestra – or Hsaing Waing – is sure to leave a lasting impression.

The orchestras occupy a flexible but integral role within traditional performing arts (and beyond) and often arrive in unexpected settings. To an outsider arriving at a Myanmar boxing event it might appear surprising to see an orchestra arrayed at a convenient location alongside the ring but once the fighting commences, the logic of the pairing will become clear.

တမူထူးတဲ့

# မြန်မာဆိုင်းဝိုင်းက

## ညက်ညောပျံ့လွင့်လာသော သံစဉ်

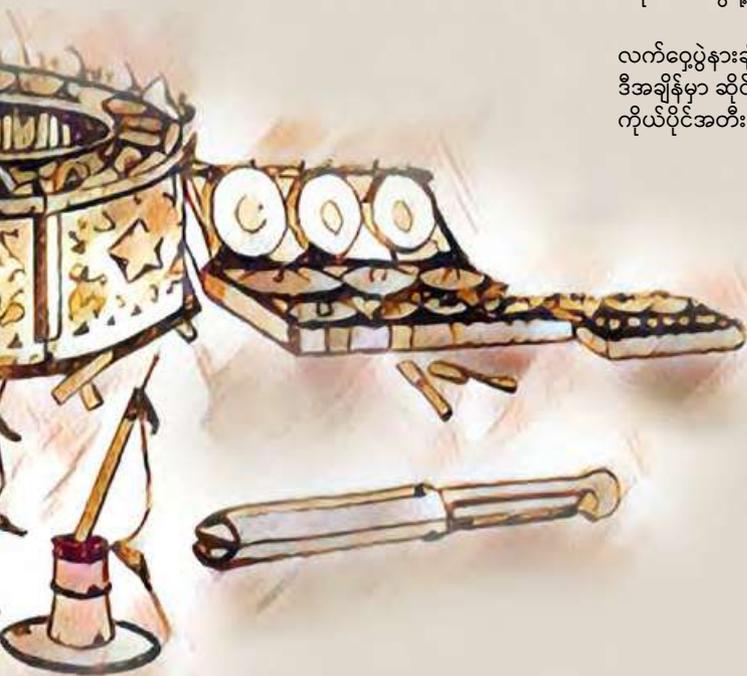
မြန်မာဆိုင်းဝိုင်းကြီး တီးမှုတ်ဖျော်ဖြေပွဲကို ကြည့်ရှုသူ ဘယ်သူမဆို အဓိကဇာတ်ကိုပို့ပေးရတဲ့ ရိုးရာဆိုင်းဝိုင်းနဲ့ပတ်သက်ပြီး မှတ်ချက်မပြုဘဲ လှည့်ပြန်သွားကြမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဘွင်းဘွင်းပြောရရင် ရိုးရာသံစုံ တူရိယာဝိုင်းဆိုတာ တကယ်ကို မမေ့နိုင်စရာပါပဲ။

ပတ္တလား၊ ဗုံ၊ စောင်း နဲ့ ကြေးတပ်တူရိယာတွေဖြစ်တဲ့ (ကြေး နဲ့ မောင်း) တို့ပါဝင်တဲ့ မြန်မာသံစုံတူရိယာဝိုင်း သို့မဟုတ် ရိုးရာဆိုင်းဝိုင်းဟာ ကြည့်ရှုသူတွေကို အစဉ်ထာဝရ အထင်ကြီးသွားစေတာချည်းပါပဲ။

ဆိုင်းဝိုင်းဟာ လိုက်လျောညီထွေရှိလှပြီး မြန်မာ့ရိုးရာဖျော်ဖြေမှု အနုပညာနယ်ပယ်အတွင်း အဓိကကျသောအခန်းကဏ္ဍမှာ ပါဝင်သလို မျှော်လင့်မထားတဲ့ ပွဲလမ်းသဘင် အခင်းအကျင်းတွေမှာလည်း မကြာခဏ ပေါ်လာတတ်ပါတယ်။ ရိုးရာလက်တွေ့ပွဲကို လာကြည့်တဲ့ အပြင်လူတစ်ဦးဟာ လက်တွေ့ကြိုးဝိုင်းတလျောက် သင့်လျော်တဲ့ နေရာတစ်ခုမှာ မြန်မာ့ဆိုင်းဝိုင်းကို ခင်းကျင်းထားတာ မြင်တွေ့ရင် မင်သက်မိနိုင်သော်လည်း လက်တွေ့ပွဲ စတင်တာနဲ့ ရိုးရာသံစုံဆိုင်းဝိုင်းနဲ့ တွဲစပ်ထားတဲ့ အယူအဆကို ရှင်းလင်းသွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဆိုင်းဝိုင်းတီးခတ်သူတွေဟာ လက်တွေ့ပွဲစဉ်အနိမ့်အမြင့်အတိုင်း သိုင်းဝိုင်းတီးခတ်သွားရုံသာမက ပွဲရဲ့အဓိကအဖြစ်အပျက်တွေအလိုက် စည်းချက်ညီညီ တီးမှုတ်နိုင်ကြလို့ ပွဲနဲ့ပတ်သက်လို့ ဝိုးတဝါးဖြစ်နေတဲ့ ပရိသတ်တွေရဲ့ သံသယကို ကင်းရှင်းစေပါတယ်။

လက်တွေ့ပွဲနားချိန်မှာ လူအုပ်ရဲ့ စိတ်ဝင်စားမှု လျော့ရဲသွားနိုင်ပါတယ်။ ဒီအချိန်မှာ ဆိုင်းဆရာအဖွဲ့ဟာ အီလည်လည်ဖြစ်နေတဲ့ အရှိန်ကိုပြန်တင်ပြီး ကိုယ်ပိုင်အတီးအမှုတ်တူရိယာများနဲ့ ပရိသတ်ကို တိုက်စစ်ဆင်ပါတယ်။





Not only do the musicians march along to the tempo of matches but they also punctuate key events, significantly adding to the spectacle, and ensuring that spectators with an obscured view can be in no doubt as to what is transpiring. During interludes, when the crowd might otherwise lose interest, the ensemble picks up the slack, keeping the audience entertained with its own battle between the instruments.

Orchestras also provide essential support services during a host of traditional live performances that are beloved by audiences, such as the nation's famed marionette shows. Marionette shows are truly special events, where usually one highly skilled puppeteer manipulates up to 28 dolls, with several assistants chiming in to deliver dialogue that accompanies the story.

Just as with boxing matches, the orchestra is central to the show, providing music to accompany the action, filling in times where sets are changed with amusement.

The instruments of the orchestra are works of art in and of themselves and outlined briefly below.

**Bamboo xylophone:** The bamboo xylophone or *Pattalar* is categorised as a soft sounding instrument that is used in indoor ensemble ceremonies, usually accompanied by the harp (*saung*).

**Drums:** Orchestras often have a selection of different drums. There are two-headed drums, pot drums, long drums, short drums. The total number available can reach 21. The drums are made of good quality leather and varieties of hard wood, all with the aim of producing different sounds.



Bamboo xylophone



Gongs (Kyay and Maung)

**Gongs (Kyay and Maung):** The bronze instruments used in orchestras are gongs set in either a gong frame or circular series (the *Kyay Wai* or *Mong Sai* respectively) and cymbals (*Lin Gwin*).

**Harp (Saung):** Myanmar Saung performances are legendary, often taking a key position within orchestras. The most preferable size for Myanmar harps is about 28 inches long, although some are 30 inches in length. The boat-shaped harp is made of goat leather and *yamanay* wood, although some prefer deer hide and *padauk* wood. The instrument contains 13 silk strings and is played with the thumb and forefinger, mostly.

Musicians often choose to use their left thumb to hold the strings down, while using the fingers on the right hand to play. Modern harps have tuning pegs to correctly tighten the strings to make the right note.

If you have witnessed a Myanmar orchestra in action and want to bring something home with you, you are in luck – there are plenty of locations where fine instruments can be purchased. The only question is whether there's enough room in your luggage to carry them all home.



Harp (Saung)

ဆိုင်းဝိုင်းဟာ ရုပ်သေးပွဲကဲ့သို့သော ပရိသတ်များနှစ်ခြိုက်ကြတဲ့ အနုပညာတင်ဆက်မှုတွေအတွက် မရှိမဖြစ် တီးမှုတ်ဧည့်ခံရသော မြန်မာ့ရိုးရာယဉ်ကျေးမှု အနုသုခုမပညာတစ်ရပ် ဖြစ်ပါတယ်။

မြန်မာ့ရုပ်သေးသဘင်ပွဲများဟာ ထူးခြားတဲ့ ဖျော်ဖြေပွဲများ ဖြစ်ပြီး ကျွမ်းကျင်တဲ့ ရုပ်သေးပညာရှင်တစ်ယောက်ဟာ ရုပ်သေးရုပ် ၂၈ ရုပ်အထိ ကြိုးဆွဲကပြနိုင်ပါတယ်။ လက်ထောက်ရုပ်သေးဆရာများကတော့ ဇာတ်လမ်းအတွက် စကားပြောတွေကို ဝင်စွက်ရပါတယ်။

လက်ရှေ့ပွဲများကဲ့သို့ပင် ဆိုင်းဝိုင်းဟာလည်း ဖျော်ဖြေပွဲတွေမှာ အရောကျပါတယ်။ အဆိုနဲ့အကကို ဂီတနဲ့ ဝိုင်းရံပေးသလို ဟာသတင်ဆက်မှုတွေနဲ့ ဆက်တင်ကိုအလှည့်အပြောင်းလုပ်တဲ့အခါမှာ ဆိုင်းဝိုင်းဟာ ဂီတနဲ့ အချိန်ကိုက် ဖြည့်ဆည်းပေးပြန်ပါတယ်။

ဆိုင်းဝိုင်းကြီးမှာ အသုံးပြုတဲ့ တူရိယာများဟာ ကိုယ်ပိုင် ရိုးရာအနုသုခုမလက်ရာတွေဖြစ်ကြပြီး တူရိယာတွေအကြောင်းကို အောက်မှာ အတိုချုပ်ပြီး ရှင်းလင်းထားပါတယ်။

**ဝါးပတ္တလား** - ဝါးပတ္တလားဟာ ညင်သာပျော့ပျောင်းသော ဂီတတူရိယာအဖြစ် အမျိုးအစားခွဲခြားထားပြီး အမိုးအကာအောက်မှာ ပြုလုပ်ကြတဲ့ အခမ်းအနားတွေမှာ စောင်းတူရိယာနဲ့ တွဲဖက်ဖျော်ဖြေလေ့ရှိကြပါတယ်။

**ဗုံ** - မြန်မာ့ရိုးရာဆိုင်းဝိုင်းမှာ ဗုံအမျိုးမျိုးရှိပါတယ်။ မျက်နှာနှစ်ဖက်တီးရသော အလျားရှည်တဲ့ဗုံ၊ အိုးစည်၊ ဗုံရှည်၊ ဗုံတိုတို့ပဲဖြစ်ပါတယ်။ ဗုံအမျိုးအစား ၂၁ မျိုး ထိရှိပြီး ကွဲပြားသောအသံများထွက်ပေါ်လာစေရန် ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ ဗုံတွေကို အရည်အသွေးကောင်းမွန်တဲ့သားရေနဲ့ သစ်မာတို့ဖြင့် ပြုလုပ်ကြပါတယ်။

**ကြေးဝိုင်း (ကြေးနဲ့မောင်း)** - မြန်မာ့ရိုးရာဆိုင်းဝိုင်းမှာ ပါဝင်ဖွဲ့စည်းထားတဲ့ ကြေး တူရိယာပစ္စည်းများမှာ ကြေးဝိုင်း၊ မောင်းဆိုင်း နဲ့ လင်းကွင်း ဟူသော တူရိယာပစ္စည်းများဖြစ်ပါတယ်။



**စောင်း (Saung)** - မြန်မာ့စောင်း ဖျော်ဖြေပွဲများဟာ မြန်မာ့ဆိုင်းပိုင်းဖျော်ဖြေပွဲတွေမှာ အစဉ်အလာ အရ အဓိကနေရာက ပါလေ့ရှိပါတယ်။ မြန်မာ့စောင်းတူရိယာရဲ့ ပုံမှန်အရွယ်အစားမှာ ၂၈ လက်မခန့်အရှည်ရှိသော်လည်း အရှည် လက်မ ၃၀ အထိ ပြုလုပ်လေ့ ရှိကြပါတယ်။ လှေပုံသဏ္ဍာန်ရှိတဲ့ လေးကိုင်းပုံစောင်းကို ဆိတ်သားရေ၊ ယမနေသားတို့နဲ့ ပြုလုပ်သော်လည်း သမင်သားရေနှင့် ပိတောက်သားကို ပိုနှစ်သက်ကြသူ အချို့လည်းရှိကြပါတယ်။ ပိုးကြိုး ၁၃ ကြိုးပါရှိတဲ့ တူရိယာကို လက်မနှင့် လက်ညှိုးဖြင့် တီးခတ်ကြပါတယ်။

စောင်းဆရာတွေဟာ ကြိုးကိုဖိထားဖို့ ဘယ်လက်မကိုသုံးပြီး ညာဘက်လက်ချောင်းများနဲ့ စောင်းကြိုးကို တီးခတ်ဖျော်ဖြေကြပါတယ်။ ခေတ်မီစောင်းတူရိယာတွေမှာတော့ စောင်းသံကို သံမှန်သံကျဖြစ်ပြီး သံစဉ်လှပဖို့ စောင်းကြိုးညှိကိရိယာများ ပါတတ်ကြပါတယ်။



မြန်မာ့သံစုံတီးပိုင်းကို ကြည့်ရှုခံစားပြီး အိမ်အတွက် တူရိယာတစ်ခုခု အမှတ်တရ သယ်လာချင်တယ်ဆိုရင်တော့ ကံကောင်းတယ်လို့ ဆိုနိုင်ပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ နေရာ တော်တော်များများမှာ အရှည်အသွေးကောင်းတဲ့ တူရိယာတွေကို ဝယ်ယူရရှိနိုင်လို့ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် မေးစရာတစ်ခုရှိတာက ခရီးဆောင်အိတ်ထဲမှာ ဒီတူရိယာတွေကို ထည့်သယ်နိုင်ဖို့ နေရာ အလုံအလောက်ရှိမလားဆိုတာပါပဲ။

**Ngwe San Eain Myanmar Instruments and Drums**

Location: No 1, 7th Avenue, south of Maha Myat Muni Pagoda, Chanmyathazi Township, Mandalay  
09977175788, 09798808967

Ngwe San Eain Myanmar stocks a large range of handmade drums, bells, flutes, xylophones, harps, and plenty more.

**Phyo Phyo Myanmar Traditional Instruments**

Location: No 902, 78th Street, south of the Immigration Office, Chanmyathazi Township, Mandalay  
09402718822, 09978285427

Phyo Phyo Myanmar specialises in the production of drums, using leather and wood in the construction, in all shapes and sizes. The shop is run by well known craftsman Saya Thein and handles custom orders of the highest quality. The shop is capable of turning out whole traditional orchestras.

**Ko Hein Htet**

Location: Mandalay  
09789104838

Ko Hein Htet is an artist and performer who runs his own business from an undisclosed location, presumably his own house. He specialises in the production of drums.

However, many shops specialising in Myanmar traditional instruments are clustered around the exterior of Mandalay's Maha Myat Muni Pagoda in Chanmyathazi Township, A quick walk around the area will deliver many options for a tourist seeking a memorable musical keepsake.

**‘ငွေစံအိမ်’ မြန်မာ့တူရိယာနှင့်ပုံများ**

နေရာ။ အမှတ်၁၊ ၇လမ်း၊ မဟာမြတ်မုနိဘုရားတောင်ဘက်၊ ချမ်းမြသာစည်မြို့နယ်။ မန္တလေး။  
ဖုန်း: 09977175788, 09798808967

‘ငွေစံအိမ်’ မှာ လက်မှုပုံအမျိုးမျိုး၊ ခေါင်းလောင်းများ၊ ပုလွေများ၊ ပတ္တလား၊ စောင်းများနဲ့ အခြားတူရိယာပစ္စည်းများလည်း ရှိပါတယ်။

**‘ဖြိုးဖြိုးမြန်မာရိုးရာတူရိယာ’**

နေရာ။ အမှတ်၉၀၂၊ ၇၈လမ်း၊ လူဝင်မှုကြီးကြပ်ရေးရုံးတောင်ဘက်၊ ချမ်းမြသာစည်မြို့နယ်၊ မန္တလေး။  
ဖုန်း: 09402718822, 09978285427

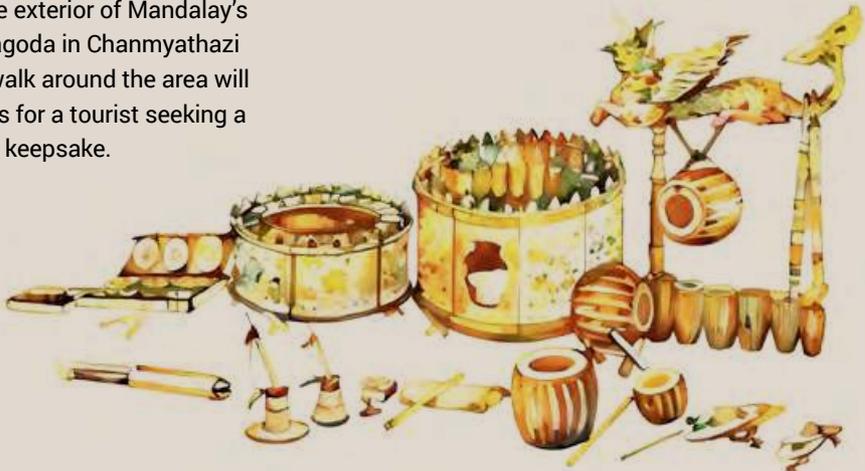
‘ဖြိုးဖြိုးမြန်မာတူရိယာ’ဆိုင်ဟာ သားရေနဲ့ သစ်သားကို အသုံးပြုပြီး ပုံအရွယ်အစားမျိုးမျိုးကို အထူးပြုလုပ်ပါတယ်။ ဆိုင်ကို နာမည်ကြီး လက်မှုပညာရှင် ဆရာသိန်းက ဦးစီးပြီး စိတ်ကြိုက် အော်ဒါများကို အရည်အသွေးမြင့်ဆောင်ရွက်ပေးပါတယ်။ ဆိုင်မှာ ရိုးရာသံစုံတူရိယာပိုင်း တစ်ခုလုံးအတွက် တူရိယာများ ဖန်တီးထုတ်လုပ်ပါတယ်။

**ကိုဟိန်းထက်**

နေရာ။ မန္တလေး  
ဖုန်း: 09789104838

ကိုဟိန်းထက်ကတော့ အနုပညာရှင် တဖြစ်လည်း တူရိယာတီးခတ်သူတစ်ဦးဖြစ်ပါတယ်။ သူ့ရဲ့ကိုယ်ပိုင်လို့ ယူဆရသည့် နေရာမှာ တူရိယာတွေ ထုတ်လုပ်နေသူပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ပုံအမျိုးမျိုး ထုတ်လုပ်ရာမှာလည်း အထူးကျွမ်းကျင်ပါတယ်။

ချမ်းမြသာစည်မြို့နယ်က မဟာမြတ်မုနိဘုရား အပြင်ဘက်မှာ မြန်မာ့ရိုးရာတူရိယာဆိုင်တွေ အများကြီး ရှိနေတာကြောင့် ခြေလှမ်းသုတ်သုတ်လေး လျှောက်ကြည့်ရင်ဖြင့် အမှတ်တရ တူရိယာပစ္စည်းတစ်ခုခုကို ရှာဖွေနေတဲ့ ခရီးသွားတွေအတွက် ရွေးချယ်စရာတွေ တွေ့ရမှာပါ။







# Traditional food paste

## A NATIONAL DISH WITH LOCALISED FLAVOURS

*Kathy*

No matter where you go in Myanmar there is a strong chance that dishes served at restaurants – and tables at homes too – will come with a little side dish of something special.

Small in size but packed with flavour, Myanmar’s ngapi – or fermented fish paste – should be considered a staple since it is served in various forms pretty much everywhere within the country.

In its most common form, a small bowl of ngapi is served alongside rice and fresh vegetables. However, depending on where you are, the preparation and flavour of the end product can vary substantially, reflecting the taste of different regions, as well as the availability of spices.

## ခံတွင်းမြိန်တဲ့ ရိုးရာငါးပိ

မြန်မာလူမျိုးတို့ရဲ့ ထမင်းခိုင်းမှာ ငပိနဲ့အတို့အမြုပ်ဟာ မပါရင်မပြီးတဲ့ ထမင်းမြိန်စရာ အစားအစာတစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။ မြန်မာတွေတင်မကဘဲ တခြားတိုင်းရင်းသားမျိုးနွယ်တွေမှာ လည်း ဒေသထွက် ငါး၊ ဟင်းခတ်အမွှေးအကြိုင်တွေနဲ့ ဖန်တီးပြင်ဆင်ထားတဲ့ စားချင်စဖွယ် ရိုးရာငါးပိ အမျိုးအစားများစွာ ရှိပါတယ်။



## Ngapi

Traditional fish paste served throughout most of the central section of Myanmar can be something of an acquired taste, one which rarely appeals to the Western palate but is a staple across the country.

The recipe is usually pretty simple: take an easily available fish that doesn't have particularly strong appeal as a standalone meal, either by virtue of size, the presence of too many bones or because it has inferior taste or consistency, condense it down to a paste, and then store it in the dark until it ferments.

Once fermented, the ngapi is either served in a side dish or mixed with a light soy sauce or similar to make a grey liquid.

The resulting mix is salty and pungent but perfect for delivering strong flavour in a compact package – ideal for farmers eating a quick lunch in the field.

## ငါးပိ

မြန်မာ့ရိုးရာ ငါးပိကို နိုင်ငံအလယ်ပိုင်းဒေသတစ်လျှောက် အများစု စားသုံးကြသော်လည်း အနောက်တိုင်းသားတွေ နှစ်မြိုက်ခဲလှပါတယ်။ မြန်မာ့ရိုးရာငါးပိဟာ မြန်မာထမင်းခိုင်းမှာတော့ မပါမဖြစ် အစားအစာ တစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။

မြန်မာလူမျိုးတွေ နေ့စဉ်စားသုံးကြတဲ့ ငါးပိကို ပြုလုပ်ဖို့ရာ လွယ်ကူရိုးရှင်းလှပါတယ်။ ထမင်းနဲ့ ဟင်းတစ်မယ်ထဲ တွဲဖက် စားသုံးလို့ရတဲ့ ငါးမျိုးမှမဟုတ်ဘဲ အရွယ်အစားကြီးငယ်မရွေး၊ အရိုးများလွန်းတာပဲဖြစ်ဖြစ် အရသာသိပ်မကောင်းသည့်ဖြစ်စေ အလွယ်တကူရနိုင်တဲ့ငါးတွေကို သိပ်ပြီး ငါးပိဖြစ်လာတဲ့အထိ အမှောင်ထဲမှာ သိုလှောင်ထားရပါတယ်။

ငါးပိသိပ်ပြီးရင်တော့ ငါးပိကို အရံဟင်းအဖြစ် စားသုံးလေ့ရှိကြသလို ငါးပိကထွက်တဲ့ ငံပြာရည်ကို ဟင်းခတ်အဖြစ် အသုံးပြုကြပါတယ်။ ငါးပိဟာ အနံ့အရသာပြင်းလှပေမယ့် လယ်တောထဲမှာ နေ့လယ်စာကို ခပ်သုတ်သုတ်စားသုံးရတဲ့ တောင်သူလယ်သမားတွေအဖို့ အဓိက အာဟာရပင် ဖြစ်ပါတယ်။

## Kachin fish paste (*Nga Panau*)

Much of the fish paste served in Kachin State, in Myanmar's north, is made from a small fish caught in Tanai township in the state's northwest. This *Panau* fish is regarded as the key ingredient in making the most authentic *ngapi*, which is then served with steaming bowls of rice.

Making Kachin fish paste is difficult and time-consuming. *Nga Panau* is valued so highly by Kachins in part because it is laborious to prepare. The fish is washed, salted, and grilled with bamboo leaves. The fish is grilled until the liquid has evaporated. Then the fish is deboned, salted, and pounded.

The resulting paste is then packed with bamboo leaves and grilled again. Once the basic paste has been prepared, *Nga Panau* is often mixed with a combination of local spices such as cinnamon and coriander seeds to create a potent mix of flavours that can bring life to plain rice.

## ဖက်နံ့သင်းတဲ့ ကချင်ငါးပိထောင်း (ငါးပနောင်)

ကချင်လူမျိုးတွေဟာ ငါးပိကို တနိုင်မြို့ဝန်းကျင်မှာ တွေ့ရတတ်တဲ့ ငါးပနောင်နဲ့ လတ်လတ်ဆတ်ဆတ် ပြုလုပ်တတ်ကြပါတယ်။ ငါးပနောင်နဲ့ လုပ်တဲ့ငါးပိကိုမှ ကချင်ငါးပိစစ်တယ်လို့ ကချင်လူမျိုး တွေက သတ်မှတ်ကြပါတယ်။

ကချင်ငါးပိ (ငါးပနောင်) ဟာလည်း ကချင်လူမျိုးတွေရဲ့ ထမင်းပိုင်းမှာ ထမင်းမြိန်စရာ ရိုးရာအစားအစာတစ်မျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ ငါးပနောင်ကို ရေစင်အောင်ဆေးပြီး ဆားဖြင့်နယ်ကာ ဖက်ရွက်နဲ့ မီးကင်ပြီး ပြုလုပ်ကြတာဖြစ်ပါတယ်။ ကချင်ငါးပိထောင်း ပြုလုပ်ရတာဟာ ခက်ခဲပြီး လက်ဝင်လှပါတယ်။ ငါးကို အရည်တွေ ခန်းခြောက်လာတဲ့အထိ မီးကင်ရပါတယ်။ ပြီးမှ ငါးကို အရိုးထွင်၊ ဆားနယ်ပြီး ထုထောင်းရပါတယ်။ ထွက်လာတဲ့ ငါးဖက်တွေကို ဖက်ရွက်နဲ့သုံးလေးထပ် ပြန်ထုတ်ပြီး မီးထပ်ကင်ရပြန်ပါတယ်။ ငါးပနောင်နဲ့ ငရုတ်သီးစိမ်းမီးဖုတ်ကို ထမင်းပူပူလေးနဲ့ လှေ့ရင် ခံတွင်းမြိန်စေတယ်လို့ ဆိုကြပါတယ်။ ငါးပနောင်ဟာ လုပ်ရတာလည်း ခက်ခဲတာကြောင့် ကချင်လူမျိုးတွေ တန်ဖိုးထားစားကြတဲ့ စားစရာ တစ်မျိုး ဖြစ်ပါတယ်။

ငါးပနောင်ငါးပိကို ဒေသထွက် ပန်းဥ၊ သစ်ကြံပိုးခေါက်နှင့် နံနံ့စေ့ကို ပေါင်းစပ်ပြီးလည်း ပြုလုပ်တတ်ကြပါတယ်။ ကချင်တောင်ပေါ်ဒေသမှာ ပေါက်ရောက်တဲ့ သစ်ကြံပိုးခေါက်၊ နံနံ့စေ့နဲ့ ဖက်ဖယ်ရွက်တွေကတော့ ကချင်ဟင်းလျာတော်တော်များများမှာ မပါမဖြစ် ဆေးဖက်ဝင်ဟင်းခတ်အမွှေးအကြိုင်တွေ ဖြစ်ပြီး ဟင်းလျာတွေရဲ့ အနံ့နဲ့အရသာကို ထူးကဲစေတဲ့ အဓိကပါဝင်ပစ္စည်းတွေပဲ ဖြစ်ကြပါတယ်။

ကချင်ဟင်းလျာတွေကို ဆီနည်းနည်းနဲ့သာ ချက်ပြုတ်တာကြောင့် ကျန်းမာရေးနဲ့ညီညွတ်လို့ လူတိုင်းနှစ်သက်ကြပါတယ်။



## Rakhine pounded fish paste

Pounded fish paste from Rakhine is prepared similarly to that from central Myanmar. But Rakhine State is famous for the spice of its dishes and its fish paste is no different.

*Ngapi* prepared for Rakhine tastes combines fermented fish paste (usually using fish caught in the ocean for extra saltiness) with dried chili, salt, and green onion. Lemon juice is added to the pounded paste to provide a pleasant scent and another injection of flavour.

## ရခိုင်ငပိထောင်း

ရခိုင်ငပိထောင်းဟာ မြန်မာငပိထောင်းပြုလုပ်ပုံနဲ့ ဆင်တူပါတယ်။ မီးဖုတ်ထားတဲ့မျှင်ငပိကို ငရုတ်သီးခြောက်လှော်၊ ဆားနဲ့ ကြက်သွန်စိမ်းကို ရောထောင်းပြီး ပြင်ဆင်ကြပါတယ်။ ရခိုင်မှာတော့ ကျောက်ဆုံထဲထည့်ပြီး ရောကြိတ်ကြပါတယ်။ ထောင်းသားညက်သွားပြီဆိုရင် အနံ့မွှေးလာအောင် သံပုရာသီး ညှစ်ထည့်လေ့ရှိပါတယ်။



## Shan soy bean paste

Shan State delivers some of Myanmar's favourite foods, including its simple but flavoursome noodles, usually served with pickled vegetables and brothy soup.

Shan restaurants have also perfected their own fermented paste, with fish replaced by soy bean. The resulting mix is every bit as tasty and the fish-based equivalent and used in exactly the same way.

Roasted soy bean and roasted peanut are pounded separately into powder, then mixed together with garlic, salt, roasted tomato or capsicum, coriander leaves, and green chillies and some liquid before being put into jars and stored in the dark until the mix ferments.

Once ready, the fermented paste is served with fresh vegetables.

## နမ့်ဖျစ်ဖူး (ရှမ်းပဲပုပ်ထောင်း)

ရှမ်းထမင်းချဉ်၊ မြီးရှည်၊ ရှမ်းတိုဟူး နှင့် ရှမ်းခေါက်ဆွဲတွေ ကတော့ မြန်မာလူမျိုးတွေ အဆာပြေအနေနဲ့ အထူးနှစ်သက်စွာ စားသုံးကြပေမယ့် ရှမ်းပဲပုပ်ထောင်းကတော့ သိပ်ပြီး ရေပန်းမစားလှပါဘူး။

နမ့်ဖျစ်ဖူးလို့ခေါ်တဲ့ မွှေးပြီးစိမ့်နေတဲ့ ပဲပုပ်ထောင်းတစ်ခွက်ဟာ ရှမ်းလူမျိုးတို့ရဲ့ ထမင်းဝိုင်းမှာ အတို့အမြုပ်များနဲ့ တွဲဖက်စားသုံးရတဲ့ ခံတွင်းမြိန်စာတစ်မျိုး ဖြစ်ပါတယ်။

မီးကင်ထားတဲ့ ရှမ်းပဲပုပ် နဲ့ မြေပဲလှော်ကို သပ်သပ်စီ ထောင်းရပါတယ်။ ပြီးမှာ ရှမ်းပဲပုပ်ထောင်း၊ မြေပဲထောင်း၊ ကြက်သွန်ဖြူ၊ ဆား၊ ခရမ်းချဉ်သီးမီးဖုတ်၊ နံနံပင်နဲ့ ငရုတ်သီးစိမ်း တို့ကို ရောထောင်းပြီး စိမ့်စိမ့် စပ်စပ်မွှေးပျံ့လှတဲ့ ရှမ်းပဲပုပ်ထောင်း တစ်ခွက် ဖြစ်လာတာပါ။

ပဲပုပ်ထောင်းတစ်ခွက်မှာ ခရမ်းချဉ်သီး၊ ရှမ်းပဲပုပ်၊ ကြက်သွန်ဖြူ၊ ငရုတ်သီးစိမ်းနဲ့ နံနံပင်တို့ ပါဝင်ပါတယ်။

နမ့်ဖျစ်ဖူး (ပဲပုပ်ထောင်း) ဟာ ခရမ်းကြွပ်သီး၊ သခွားသီးလို တို့စရာများနဲ့ တွဲဖက်စားသုံးရတဲ့ ရှမ်းရိုးရာ အစားအစာတစ်မျိုးဖြစ်ပါတယ်။





# MANN YADANARPON AIRLINES

Enjoy Royal Service!

## MYP Affiliate

**NOVOTEL**  
YANGON MAX

**Summit Parkview**  
Yangon

**HOTEL BOUNDARY**

**PAN PACIFIC**  
YANGON

**PARKROYAL**  
YANGON

**Hotel Yangon**

**MERCURE**  
HOTEL

**ROSE-GARDEN**

**TAUNGGYI HOTEL**

**Hotel Dawei**

**ShyStar HOTEL**

**ESKALA**

**Hotel Myanmar Forward**

**HOTEL Stadium**

**MPT**  
Meeting Myanmar Forward

**Brews & Beyond**  
Love At First Sip

**Prime Food**

**Hotel Yangon**



Address : No. 91/93 Corner of Pyay Road & Kabaraye Pagoda Road,  
8 Mile Junction, Mayangone Township, Yangon, Myanmar.

Tel : 09-255566988, 09-442905697, 951-9667708, 951-9667688

Email : hotelyangonsales@gmail.com, hotelyangonreservation@gmail.com

Website : www.hotelyangon.net, www.htlyangon.com



# တရုတ်ရိုးရာပေဒင်

ဝံ-ဇာကီဘို

အောက်တိုဘာလ ၂၀၂၅ - စက်တင်ဘာလ ၂၀၂၆

## ကြွက်နှစ်ဖွားများ

အရာရာတလွဲတချော်ဖြစ်ပြီးမှ အဆင်ပြေမည်။ ချောမွေ့ခြင်းမရှိ။ ရန်အပြိုင် အတိုက်အခိုက် အခံကြားမှ အလိုရှိရာ ဆောင်ရွက်ရမည်။ လမ်းရိုးအတိုင်း လုပ်၍မရ။ ပုံစံသစ်ထွင်ပြီး ဆောင်ရွက်ရန် အကျိုးရှိမည်။ အာမခံမှားခြင်း၊ စိတ်အနှောင့်အယှက်ဖြစ်ခြင်း ရှိမည်။ ငွေဝင်ကောင်းသော်လည်း ငွေမမြဲ အပျောက်အရှုများမည်။ သူတစ်ပါးအပေါ်ယုံစား၍ မရ။ ကမောက်ကမ ခက်ခက်ခဲခဲဖြစ်ပြီးမှ အလုံးစုံအဆင်ပြေခြင်းရှိမည်။ မိသားစုအကြီးအကဲ ကျန်းမာရေးအညံ့ရှိမည်။ ရုတ်တရက်ပေါ်ပေါက်လာသော ပြဿနာများကို ချက်ချင်းဖြေရှင်းပါ။ ပေါ့ပေါ့တန်တန်ထားက အမှားအယွင်းများဖြစ်တတ်သည်။ စုပေါင်းလုပ်ငန်း အကျိုးပေးသော်လည်း ရေရှည်လက်တွဲ၍မရသော မိတ်ဆွေများနှင့် ပူးပေါင်းနေရတတ်သည်။ ၂၀၂၅ ခုနှစ် အောက်တိုဘာလ၊ ၂၀၂၆ ခုနှစ် ဧပြီလ၊ ဇူလိုင်လ၊ ဩဂုတ်လများတွင် ထင်ရှားသော တိုးတက်မှုများရမည်။ ၂၀၂၆ ခုနှစ် ဇန်နဝါရီလ၊ မတ်လ၊ မေလများတွင် အညံ့အဆိုးများရှိမည်။



## နွားနှစ်ဖွားများ

တတ်အားသမျှ အေးအေးဆေးဆေး တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် ဆောင်ရွက်ပါ။ စိတ်တိုခြင်း၊ အလောကြီးခြင်း၊ ဇွတ်တရွတ်လုပ်ခြင်း၊ စိတ်မြန်ခြင်းများမပြုသင့်။ ဝေးလံသောအရပ်မှ အဆက်အသွယ်ကောင်း သတင်းကောင်းများရရှိမည်။ ကူညီမည့်သူပေါ်မည်။ အဆင်ပြေခါနီးမှ လက်တစ်လုံးခြား ဆုံးရှုံးထားသည့်အရာများ ပြန်လည်ရရှိလိမ့်မည်။ တစ်ခုထက်ပိုသော အလုပ်ကိစ္စများ ဆောင်ရွက်ရန် ထင်ထင်ရှားရှား အောင်မြင်မှုနှင့် အကျိုးခံစားခွင့် ကြုံမည်။ ရုတ်တရက်ပေါ်ပေါက်လာသော အခွင့်အရေးများကို အသုံးချနိုင်လေ အကျိုးရှိလေဖြစ်မည်။ ဝေဖန်သူ၊ တိုက်ခိုက်နှောင့်ယှက်သောသူများကြားမှ တက်လမ်းအဆင့်ဆင့်ရရှိပေမည်။ ခရီးသွားရန် ကြံရွယ်သူများ လိုရာခရီးရောက်ရှိမည်။ အဆင်ပြေမည်။ ၂၀၂၅ ခုနှစ် နိုဝင်ဘာလ၊ ၂၀၂၆ ခုနှစ် ဇန်နဝါရီလ၊ မတ်လ၊ ဇွန်လ၊ ဩဂုတ်လ၊ အောက်တိုဘာလများတွင် အလုပ်အကြံအစည်များ အောင်မြင်မည်။ ၂၀၂၅ ခုနှစ် အောက်တိုဘာလ၊ ၂၀၂၆ ခုနှစ် မေလ၊ ဇူလိုင်လ၊ စက်တင်ဘာလများသည် စိတ်အနှောင့်အယှက်ရှိမည်။



## ကျားနှစ်ဖွားများ

အလွန်ကောင်းသည်။ ထူးထူးခြားခြားအောင်မြင်ခြင်း လိုရာဆန္ဒပြည့်ဝခြင်းရှိမည်။ ကိုယ်တိုင်တွင် ဖြစ်စေ၊ မိသားစုတွင်ဖြစ်စေ၊ ထူးခြားသောတက်လမ်းရမည်။ ရပ်ဝေးမှ သတင်းကောင်းကြားသိရမည်။ ကံဇာတာမြင့်မားနေသော ကာလဖြစ်သည့်အားလျော်စွာ အလုပ်အဆင်ပြေခြင်း၊ ငွေကြေးတိုးပွားခြင်းရှိမည်။ ကိုယ်ပိုင်လုပ်ငန်း လုပ်သူများအဖို့ မိမိမြှုပ်နှံလိုက်သည့် လုပ်ငန်းများမှ ကောင်းကျိုးရရှိမည်။ ဤကာလအတွင်း စွန့်စားလုပ်ကိုင်သည်များမှ အကျိုးခံစားရမည်။ လုပ်ငန်းခွင်မှသူများအဖို့ နေရာအပြောင်းအလဲနှင့် တိုးတက်မှု ပူးတွဲဖြစ်ပေါ်မည်။ သတိပြုရန်မှာ-တနင်္ဂနွေ၊ သောကြာနေ့၊ မွေးသူများကိစ္စကြားဝင်ဆောင်ရွက်ပေးရင်း စေတနာ၊ ဝေဒနာဖြစ်တတ်သည်။ ၂၀၂၅ နိုဝင်ဘာလ၊ ၂၀၂၆ ဇန်နဝါရီလ၊ မတ်လ၊ မေလ၊ ဇူလိုင်လ၊ အောက်တိုဘာလများသည် ရည်ရွယ်ချက်အောင်မြင်မည်။ ၂၀၂၅ အောက်တိုဘာ၊ ဒီဇင်ဘာ၊ ၂၀၂၆ ဖေဖော်ဝါရီ၊ ဧပြီလ၊ စက်တင်ဘာလများတွင် အထူးဂရုစိုက်ပါ။ အညံ့ရှိမည်။





兔

### ယုန်နှစ်ဖွားများ

စိတ်ချမ်းမြေ့စရာများရှိမည်။ အလိုရှိရာပြည့်စုံမည်။ ငွေကြေးနှင့် ပတ်သက်သောကံ ကောင်းမည်။ စိတ်ကူးသစ်များပေါ်ထွန်းမည်။ ဆောင်ရွက်သမျှ ကိစ္စအားလုံးအဆင်ပြေမည်။ အမည်ကောင်းသတင်းနှင့် တိုးတက်ခြင်း၊ အောင်မြင်မှုနှင့် တက်လမ်းများ ဖန်တီးရယူနိုင်မည်။ လုပ်ငန်းခွင်မှသူများ အလုပ်ပို၊ ကိစ္စပိုများ ကြုံမည်။ ကိုယ်ပိုင်လုပ်ငန်းလုပ်သူများအဖို့ မြှုပ်နှံလိုက်သောငွေကြေးများမှ တိုးတက်မှုရှိမည်။ အဆင်မပြေတော့ဟု ရပ်ဆိုင်းလိုက်ရသည့် လုပ်ငန်းများ အဆုံးသတ်ပြီးမြောက်အောင်မြင်မည်။ ငွေကြေးအတွက် စိတ်မပူပါနှင့်။ မိသားစုပိုင် လက်လွန်ထားသည့်ငွေကြေးများ လက်ဝယ်ပြန်လည်ရရှိမည်။ ၂၀၂၅ အောက်တိုဘာလ၊ ဒီဇင်ဘာလ၊ ၂၀၂၆ ဖေဖော်ဝါရီလ၊ ဧပြီလ၊ ဇူလိုင်လ၊ စက်တင်ဘာလများတွင် အရာရာအဆင်ပြေမည်။ ၂၀၂၅ နိုဝင်ဘာလ၊ ၂၀၂၆ ဇန်နဝါရီလ၊ ဇွန်လ၊ ဩဂုတ်လ၊ အောက်တိုဘာလများသည် ရန်အတိုက်အခံများ လွှမ်းမိုးနေသည်။



龍

### နဂါးနှစ်ဖွားများ

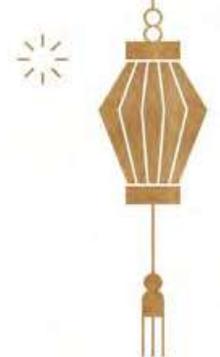
အလိုရှိရာပြည့်စုံမည်။ စိတ်ကူးထားသည်ကို အောင်မြင်မည်။ ခက်ခဲသောပြဿနာများ ဖြေရှင်းနိုင်မည်။ အရှေးရခက်အောင် အခွင့်အရေးနှစ်မျိုးပေါ်မည်။ လက်လွန်ထားသော ငွေကြေးပြန်ရမည်။ လူမျိုးကွဲ၊ လူမျိုးခြားအကျိုးပေးမည်။ ပျိုရွယ်သူများစနိုးပွင့်မည်။ အိမ်တွင်းအလှူမင်္ဂလာကိစ္စကြုံမည်။ စုပေါင်းတွဲဖက်လုပ်သော လုပ်ငန်းများမှ တိုးတက်မှုအကျိုးဆက်ရမည်။ အမိဘက်ဆိုင်ရာ ဆွေမျိုးများနှင့်ပတ်သက်၍ ထူးခြားသော အကျိုးကောင်းခံစားရမည်။ ပစ္စည်းပျောက်တတ်သည်။ ခါးပိုက်နှိုက်ရန် သတိရှိပါ။ အလုပ်နေရာ ဆက်ဆံရသောဝန်းကျင်တို့တွင် အပြောင်းအလဲကြုံကာ လက်ခံပါ။ လူသစ်များနှင့်ဆက်ဆံပြီး ကောင်းကျိုးရမည်။ ၂၀၂၅ ခုနှစ် အောက်တိုဘာ၊ ဒီဇင်ဘာ၊ ၂၀၂၆ ခုနှစ် ဖေဖော်ဝါရီလ၊ ဇွန်လ၊ ဩဂုတ်လ၊ အောက်တိုဘာလများသည် အောင်မြင်မှုများကို ဖြစ်ပေါ်စေသော လများဖြစ်သည်။ ၂၀၂၅ ခုနှစ် မေလ၊ ဇူလိုင်လ၊ စက်တင်ဘာလများသည် အကုန်အကျ အပျောက်အရှုများမည်။



蛇

### မြွေနှစ်ဖွားများ

အဘက်ဘက်မှကောင်းသည်။ ဘဝရည်ရွယ်ချက်အောင်မြင်မည်။ သတိနှင့်ယှဉ်၍ လုပ်ကိုင်ခြင်းကြောင့် ပြဿနာအခက်အခဲများမှ လက်တစ်လုံးခြားကင်းလွတ်မည်။ အလွယ်တကူမဆုံးဖြတ်ပါနှင့်။ အလွယ်လမ်းလည်း မလိုက်ပါနှင့်။ ဤကာလများတွင် အညံ့အဆိုး၊ အလုံးစုံကို ကျော်လွှားနိုင်ပြီး အလုပ်စီးပွားများ ထင်ထင်ရှားရှားတိုးတက်မည်။ ရသင့်သော အကြွေးဟောင်းများ ပြန်လည်တောင်းခံနိုင်မည်။ ပြောဆိုစကားအောင်မြင်၍ နှုတ်မှုရေးရာ ထက်မြက်နေသည် ဖြစ်ပေရာ အပြောအဆိုသတိရှိပါ။ မမျှော်လင့်ဘဲ ခိုက်ရန်ဖြစ်ပွားတတ်သည်။ နေအိမ်နေရာထိုင်ခင်းကိစ္စ၊ စီးပွားရေးရာကိစ္စများတွင် အဆင်ပြေအောင်မြင်မည်။ ၂၀၂၅ ခုနှစ် နိုဝင်ဘာလ၊ ၂၀၂၆ ခုနှစ် ဇန်နဝါရီလ၊ မတ်လ၊ မေလ၊ ဩဂုတ်လ၊ အောက်တိုဘာလများတွင် ငွေကြေး၊ အလုပ်ကိစ္စများ အဆင်ပြေသောကာလများဖြစ်သည်။ ၂၀၂၅ ခုနှစ် အောက်တိုဘာလ၊ ဒီဇင်ဘာလ၊ ၂၀၂၆ ခုနှစ် ဖေဖော်ဝါရီလ၊ ဇူလိုင်လ၊ စက်တင်ဘာလများတွင် အရာရာသတိနှင့်ဆောင်ရွက်ရမည်။



馬

### မြင်းနှစ်ဖွားများ

နာမည်ဂုဏ်သတင်းကြီးမြင့်၍ ကောင်းသောကျော်ကြားမှု၊ အောင်မြင်မှုအဆင့်ဆင့် ရရှိမည်။ ပင်ကိုယ်အားဖြင့် ကျော်ကြားမှုကို မလိုလားဘဲ ထင်မြင်ရာ၊ မြင်လိုရာဆန္ဒများကို ဦးစားပေး၍လုပ်တတ်သည်။ စီးပွားတက်မည်။ သူတစ်ပါးပြဿနာ ကိုယ့်ပြဿနာဖြစ်နေသည့်ကြားမှ အလုံးစုံ အဆင်ပြေသွားမည်။ မိမိအပေါ်မနာလိုလောက်အောင် အဆင်ပြေမည်။ မိဘအကြီးအကဲ ကျန်းမာရေးချူချာမည်။ ငွေကြေးကိစ္စကြားဝင်၍ တာဝန်ယူ၊ အာမခံခြင်း တတ်အားသမျှရှောင်ပါ။ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာကိစ္စများကို ဦးစားပေးပါ။ စေတနာနှင့်သူတစ်ပါး ကိစ္စများ ကူညီဆောင်ရွက်ပေးလင့်ကစား သူတစ်ပါးလည်း အကျိုးမရှိဖြစ်တတ်သည်။ ၂၀၂၅ ခုနှစ် အောက်တိုဘာလ၊ ဒီဇင်ဘာလ၊ ၂၀၂၆ ခုနှစ် ဖေဖော်ဝါရီလ၊ ဧပြီလ၊ ဇွန်လများ၊ စက်တင်ဘာလများတွင် အလုပ်အကြံအစည်များအောင်မြင်မည်။ ၂၀၂၅ ခုနှစ် နိုဝင်ဘာလ၊ ၂၀၂၆ ခုနှစ် ဇန်နဝါရီလ၊ မတ်လ၊ ဩဂုတ်လ၊ အောက်တိုဘာလများတွင် အကုန်အကျ အပျောက်အရှုများမည်။



羊

### ဆိတ်နှစ်ဖွားများ

အရာရာအဆင်ပြေပြီး ဘဝတိုးတက်မှုအဆင့်ဆင့်ကို စနစ်တကျ အခိုင်အမာရရှိပေမည်။ စွန့်စားပြီးလုပ်ရသော လုပ်ငန်းများနှင့် ဘဝနှင့် အရင်းတည်ပြီးလုပ်ရသော လုပ်ငန်းများ၊ ငွေကြေးရင်းနှီးမြှုပ်နှံ၍လုပ်သောလုပ်ငန်းများမှ အကျိုးအမြတ်ရမည်။ ခရီးကိစ္စ ဆောင်ရွက် အဆင်ပြေမည်။ ငြင်းခုံဆန့်ကျင်သူများအားလုံး အနိုင်ယူနိုင်မည်။ တိုင်းတစ်ပါးကိစ္စ အတွက် ကြားဝင် ငွေစိုက်ထားသည်များ လက်ဝယ်ပြန်ရမည်။ မိတ်ဆွေအချင်းချင်းဖြစ်သည့် ပဋိပက္ခများ ကြားဝင်ပြန်ဖြေရှင်းရခြင်းရှိမည်။ ပျိုရွယ်သူများ မိမိချစ်သူက မိမိအား စွန့်ခွာခြင်း၊ အပြစ်မရှိအပြစ်ရှာ၍ လမ်းခွဲခြင်းပြုလိမ့်မည်။ စိတ်ထိခိုက် ခံစားခြင်းမရှိနှင့်။ တစ်ပါးသူအား စိတ်ယိုင်နေသည်ကို ခွင့်လွှတ်ခြင်းလည်းမပြုပါနှင့်။ ၂၀၂၅ ခုနှစ် အောက်တိုဘာလ၊ ၂၀၂၆ ခုနှစ် မတ်လ၊ မေလ၊ ဇူလိုင်လ၊ စက်တင်ဘာလများသည် လုပ်ငန်းများတိုးတက်စေသော ရက်များဖြစ်ပါသည်။ ၂၀၂၅ ခုနှစ် ဒီဇင်ဘာလ၊ ၂၀၂၆ ခုနှစ် ဖေဖော်ဝါရီလ၊ ဧပြီလ၊ ဇွန်လများတွင် အနှောင့်အယှက်များရှိမည်။



猴

### ပျောက်နှစ်ဖွားများ

အတိုက်အခံကြားမှ တိုးတက်အောင်မြင်မှုရမည်။ ခက်ခဲသောပြဿနာ ဖြေရှင်းနိုင်မည်။ ရန်အပြိုင် အနှောင့်အယှက်များ ထိပ်တိုက်ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းရမည်။ မိတ်ဆွေ၊ ဆရာသမား၊ အကြီးအကဲများမှ မိမိအပေါ် ယုံကြည်အားထားမှုနှင့် ထူးခြားသောတာဝန်ပေးအပ်မှုကြုံမည်။ ကာလအတန်ကြာ မြှုပ်နေသော၊ ပြန်ကျနေသောငွေများ လက်ဝယ်ပြန်ရမည်။ ဤကာလတွင် ပေါ်ပေါက်နေသော စနိုးပွင့်ခြင်းသည် ခေတ္တယာယီ မေတ္တာရေးသာဖြစ်မည်။ ရေရှည်တည်တံ့မှုမရှိ။ ဘာသာရေးနှင့်ပတ်သက်သော ထူးခြားချက်များရှိမည်။ ရရှိလာသည့် ဘာသာရေးဆိုင်ရာဓာတ်ပုံ၊ အဆောင်အယောင်များ၊ လောကီဆိုင်ရာ အဆောင်များသည် အမှန်တကယ် အကျိုးပေးသောအရာများဖြစ်၍ စနစ်တကျသိမ်းဆည်းပါ။ ၂၀၂၅ နိုဝင်ဘာလ၊ ၂၀၂၆ ဇန်နဝါရီလ၊ ဧပြီလ၊ ဇွန်လ၊ ဩဂုတ်လ၊ အောက်တိုဘာလများတွင် အလိုဆန္ဒများ ပြည့်ဝမည်။ ၂၀၂၆ မတ်လ၊ မေလ၊ ဇူလိုင်လများတွင် ငွေကြေးကျများတတ်သည်။



GERIZIM

AYE THAR YAR GOLF CLUB

AYE THAR YAR GOLF RESORT



FOLLOW US NOW



09 250 292 929 / 09 888 999 889 / 09 666 446 449

Aye Thar Yar ,Pyidaungsu Road, Taunggyi, Myanmar

[facebook.com/profile.php?id=100090531025626&mibextid=LQQJ4d](https://www.facebook.com/profile.php?id=100090531025626&mibextid=LQQJ4d)





雞

### ကြက်နှစ်ဖွားများ

အကြံအစည် အောင်မြင်ခြင်း၊ ဘဝတိုးတက်ခြင်း ရည်ရွယ်ချက် အောင်မြင်ခြင်း ရှိမည်။ ငွေကြေးအလွယ်တကူ အချောင်ရထားသူများ မိမိထံ အလုပ်ပူးပေါင်းလုပ်ကိုင်ရန် ကမ်းလှမ်းမှုကြုံမည်။ လက်မခံပါနှင့်၊ ရှုပ်ရှုပ်ထွေးထွေးဖြစ်တတ်သည်။ ဤကာလများအတွင်း ကိုယ်တိုင် ကိုယ်ကျ ဆောင်ရွက်ထားသည်များမှ တိုးတက်မည်။ လုပ်ငန်းခွင်မှသူများ အလုပ်အဆင့်၊ ရာထူးအဆင့်တိုးတက်မည်။ ကိုယ်ပိုင်လုပ်ငန်းလုပ်သူများအဖို့ အခွင့်အရေးကောင်းရမည်။ ဂုဏ်သတင်းတိုးပွားမည်။ ရန်သူပွားလာတတ်သည်။ မည်သူတစ်ဦးတစ်ယောက်မျှ အကျိုးမရှိဘဲ နာမည်ကျော်ကြားလို၍ လုပ်ကိုင်နေသူများနှင့်တွေ့မည်။ မိမိအား ခုတုံးလုပ်၍ ၎င်း၏ တိုးတက်မှု ဖန်တီးရယူသွားမည်။ ၂၀၂၅ အောက်တိုဘာလ၊ ဒီဇင်ဘာလ၊ ၂၀၂၆ ဖေဖော်ဝါရီလ၊ ဧပြီလ၊ ဇွန်လ၊ စက်တင်ဘာလများတွင် ငွေကြေးလာဘ်ပွင့်စေသော ရက်ကောင်းများ ဖြစ်သည်။ ၂၀၂၅ နိုဝင်ဘာလ၊ ၂၀၂၆ ဇန်နဝါရီလ၊ မတ်လ၊ ဩဂုတ်လ၊ အောက်တိုဘာလများ တွင် စိတ်ရှုပ်ထွေးစရာများကြုံမည်။



狗

### ခွေးနှစ်ဖွားများ

အချိန်ကိုစောင့်စားနိုင်ပြီး လှုပ်ရှားချိန်ကာလမရောက်မီ ထိန်းချုပ်ထား၍ လိုအပ်သော အချိန်၌ တဟုန်ထိုးဆောင်ရွက်တိုးတက်ခြင်းများရရှိမည်။ ငွေရေးကြေးရေးကိစ္စ၊ လုပ်ငန်းရေးရာကိစ္စများတွင် အနှောင့်အယှက်အတိုက်အခံမည်မျှရှိစေ အားလုံးကို ဂရုမထားဘဲ စိန်ခေါ်တိုက်ပွဲဝင်တတ်သောစိတ်ဓာတ်ဖြင့် အလုပ်အကြံအစည်များ ဆောင်ရွက်နိုင်မည်။ ဆုံးရှုံးမှုကို ဂရုမထားဘဲ လုပ်လိုသည့်ကိစ္စအပေါ် ရဲရဲတင်းတင်း ဆောင်ရွက်ခြင်းကြောင့် အောင်မြင်မှုရမည်။ ပတ်ဝန်းကျင်မှ မိမိအား ပိုင်းဝန်းတိုက်ခိုက်နှောင့်ယှက်ကြမည်။ စိတ်မယိုင်ပါနှင့်၊ မိမိကိုယ်တိုင်ဆုံးဖြတ်ထားသည့် မေတ္တာရေးရာကိစ္စသည် ရှေ့အနာဂတ်တွင် စိတ်သောက ခံစားရစေရန် အခြေခံအကြောင်းဖြစ်နေတတ်သည်။ ကျန်းမာရေးဂရုစိုက်ပါ။ ၂၀၂၅ နိုဝင်ဘာလ၊ ၂၀၂၆ ဇန်နဝါရီလ၊ မတ်လ၊ မေလ၊ ဩဂုတ်လ၊ အောက်တိုဘာလများသည် စိတ်ချမ်းမြေ့စရာများ ကြုံနိုင်သည်။ ၂၀၂၅ အောက်တိုဘာလ၊ ဒီဇင်ဘာလ၊ ၂၀၂၆ ဖေဖော်ဝါရီလ၊ ဇူလိုင်လ၊ စက်တင်ဘာလများတွင် ငွေကြေး ဆုံးရှုံးနစ်နာစရာများ ကြုံတွေ့ရမည်။



豬

### ဝက်နှစ်ဖွားများ

ပြဿနာများမည်မျှဖြစ်စေ၊ အဆုံးပိုင်းတွင် မိမိမှ အနိုင်ရကိန်းကြုံမည်။ သူတစ်ပါး၏ လေးစားမှု ခံယူရမည်။ အပြိုင်အဆိုင်ကြားမှ တိုးတက်မှုကြုံမည်။ အပင်ပန်းခံရကျိုးနပ်သောကာလ ဖြစ်သည်။ ငွေကြေးရရှိမှုဆိုပါက လျှို့ဝှက်စွာဖြစ်စေ၊ ထင်ပေါ်စွာဖြစ်စေ၊ လုပ်ရန် ဝန်မလေးသော စရိုက်လျှော့ပါ။ ပြဿနာများနှင့် ထိပ်တိုက်တွေ့ရမည်။ အကြောက်အရှံ့ကင်းစွာ ရန်သူအပေါ်အရှုံးမပေးဘဲ ရင်ဆိုင်ရင်း ဤကာလအတွင်း မိမိလမ်းကြောင်းပေါ်ရှိ အတားအဆီးများကို ဖယ်ရှားနိုင်မည်။ သူတစ်ပါးကြိုတင်မမှန်းဆနိုင်သည့် ရှုထောင့်မှ လုပ်ကိုင်ရင်း အောင်မြင်မှုရမည်။ တစ်ခုထက်ပိုသော လုပ်ငန်းများ လုပ်ကိုင်ရင်း မနိုင်မနင်းဖြစ်ရသော်လည်း အဆုံးတွင် အောင်မြင်သွားမည်။ ၂၀၂၅ အောက်တိုဘာလ၊ ဒီဇင်ဘာလ၊ ၂၀၂၆ ဖေဖော်ဝါရီလ၊ မတ်လ၊ ဇူလိုင်လ၊ စက်တင်ဘာလများတွင် ကံကောင်းမည်။ အကျိုးရှိမည်။ ၂၀၂၆ ဧပြီလ၊ ဇွန်လ၊ ဩဂုတ်လများတွင် အထူးသတိရှိပါ။ လူယုံထား၍မရ။

ချမ်းမြေ့မေတ္တာတုန့်ပြန်ပါသည်။  
 ၀ ဇာဏီဘို  
 Ph 01-3641639, 09 409928611



## GOOD MOOD GALLERY: Yangon's Canvas of Culture and Community

Nestled in the vibrant heart of Yangon's downtown area, Good Mood Gallery is more than just a space for art: it's a celebration of creativity, community, and cultural connection. Since its opening in January 2025, this family-owned gallery, founded by Tariq Minn and family, has blossomed into one of the city's most inclusive and inspiring art spaces.

With a vision to promote art for community, charity, and diversification, Good Mood Gallery has positioned itself as a haven for both emerging talents and seasoned artists. The 170-square-metre venue is designed to host a variety of events including art and photo exhibitions, creative workshops, and art-focused corporate collaborations.

What sets Good Mood Gallery apart is its deep commitment to the local art scene. Collaborating with some of Myanmar's most respected artists – such as Oliver Kolay, Win Min Aung, Shwe Myat Htut, KZW and Shwe Sin Aye – the gallery offers a diverse range of works at accessible prices (from US\$200 to \$3000), making art more approachable for collectors and enthusiasts alike.

Beyond exhibitions, the gallery plays a vital role in nurturing the next generation through youth-centered activities, showcasing student works and empowering young creatives to express themselves. Its partnerships with venues such as Meliá Yangon, 12 Inya Fusion & Lounge and Hotel Boundary @ Savoy Hotel have also transformed public spaces into living galleries.

As part of its expanding reach, Good Mood Gallery actively engages in corporate social responsibility efforts, including humanitarian support for earthquake victims in Amarapura (Mandalay Region). Good Mood Gallery is also committed to innovation and plans to introduce new features like a portable bar and enhanced digital communication platforms.

Whether you're a traveler with a taste for local artistry or a passionate collector, a visit to Good Mood Gallery is a journey into the soulful spirit of modern Myanmar.



**GOOD  
MOOD  
GALLERY**

No.136, Sule Pagoda  
Road, Kyauktada  
Township, Yangon

Tel: +95 9881100027

Email:  
gwmyanmar9@gmail.com

 **Good Mood Gallery**

MANN YADANARPON AIRLINES

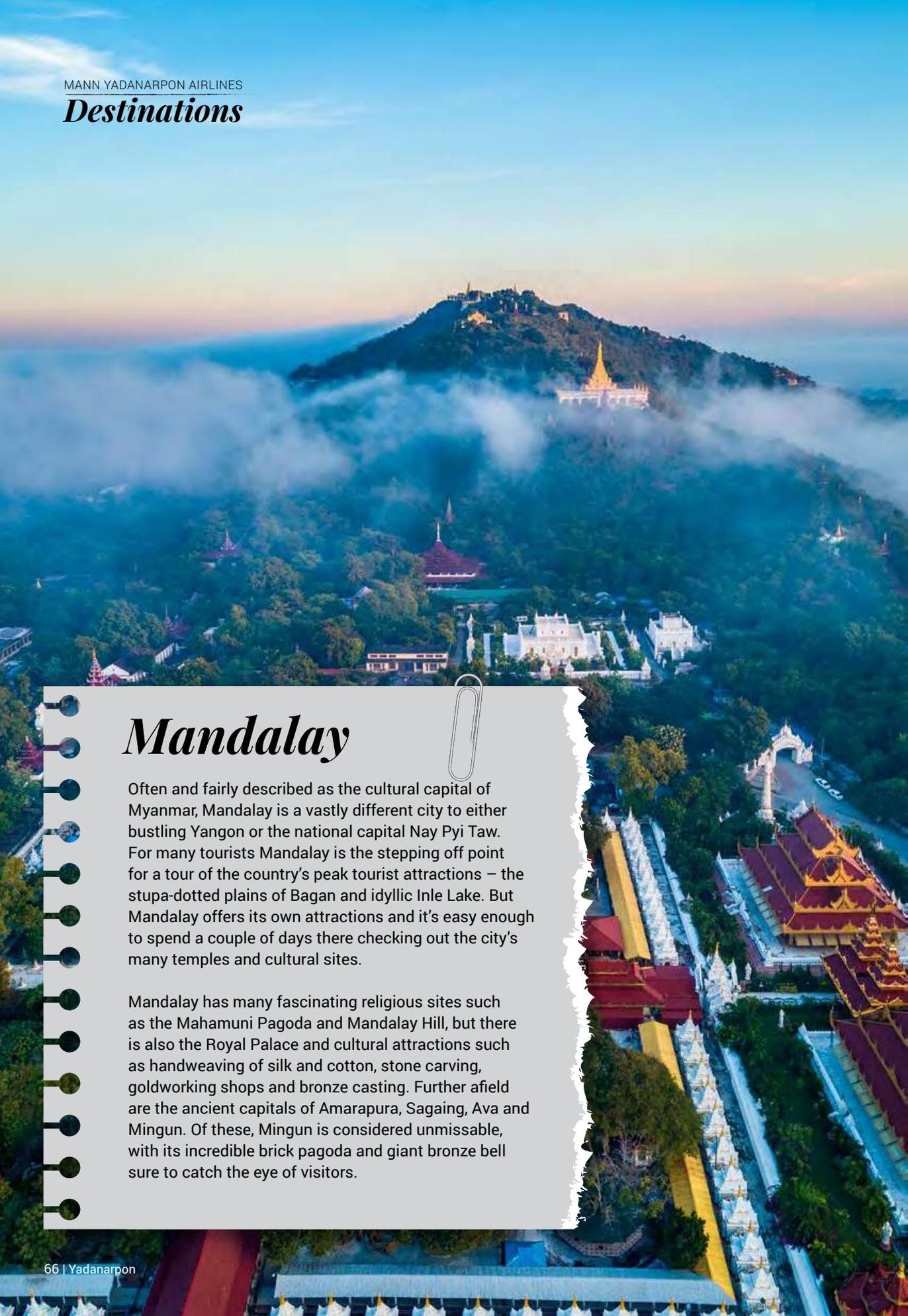
# *Destinations*





## *Yangon*

Once a multicultural, cosmopolitan city under the British, Yangon slowly regressed during Myanmar's long self-imposed absence from the international sphere. The city's downtown area contains elegant reminders of the colonial era but is modernising fast. New bars, restaurants and fascinating galleries are thriving. Visitors can explore historic neighborhoods, enjoy local cuisine, and experience the vibrant street life, making it a captivating destination offering a unique glimpse into Myanmar's rich history and traditions.



## *Mandalay*

Often and fairly described as the cultural capital of Myanmar, Mandalay is a vastly different city to either bustling Yangon or the national capital Nay Pyi Taw. For many tourists Mandalay is the stepping off point for a tour of the country's peak tourist attractions – the stupa-dotted plains of Bagan and idyllic Inle Lake. But Mandalay offers its own attractions and it's easy enough to spend a couple of days there checking out the city's many temples and cultural sites.

Mandalay has many fascinating religious sites such as the Mahamuni Pagoda and Mandalay Hill, but there is also the Royal Palace and cultural attractions such as handweaving of silk and cotton, stone carving, goldworking shops and bronze casting. Further afield are the ancient capitals of Amarapura, Sagaing, Ava and Mingun. Of these, Mingun is considered unmissable, with its incredible brick pagoda and giant bronze bell sure to catch the eye of visitors.



# ROSE GARDEN HOTEL

## YANGON



### Rose Garden Hotel: Exceptional Value in the Heart of Yangon

Located in the heart of Yangon's commercial and tourist district, Rose Garden Hotel offers exceptional value for travelers. The hotel's distinctive personality shines through its cutting-edge interior design and energetic staff, who are passionate about delivering top-tier service.

For the business traveller, there is no better place to get away and work in quiet luxury than the **Rose Garden Hotel**. Every room provides first-class amenities that make your stay as relaxing as it is productive and the hotel boasts facilities that you need for a successful and hassle-free travel.

Stylish, artisanal, and inviting, the guest rooms at The Rose seamlessly blend modern design with traditional Myanmar artistry. A standout feature of the hotel is its luxurious rain shower set within an open-concept bathroom—an experience that travelers in Yangon won't want to miss!



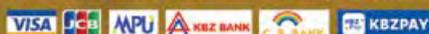
The spacious Bamboo Executive Room offers a generous comfort zone with a full array of amenities to ensure your stay is pleasant and hassle-free.

**YOU ARE IMPORTANT!**

ROSE GARDEN HOTEL

#171, Upper Pansodan, Yangon, Myanmar.

Tel : 95 1 8371 992, 959 263 440 500, Fax : 95 1 8371 993, Email : [info@theroseyangon.com](mailto:info@theroseyangon.com), [www.theroseyangon.com](http://www.theroseyangon.com)





## *Bagan* (Nyaung U)

Bagan is arguably the country's peak tourist destination and with ample reason – it's one of the richest archaeological sites in the region and contains more than 2000 pagodas, temples and religious sites. The zone also has some of the best hotels in Myanmar and a host of other attractions, including balloon flights that provide stunning bird's eye views. Visitors can choose to explore the temples by horse cart, bicycle, battery-powered bike or by renting a car and driver. One of the best aspects of Bagan is the ease of getting there: visitors can fly into Nyaung U airport, catch a bus from Mandalay or Yangon, hire a car to drive or board a boat and cruise the Ayeyarwady River from Mandalay.



## *Inle Lake* (Heho)

While almost as popular with visitors as Bagan, Inle Lake is a very different kind of destination – one where tourists are almost obliged to kick up their heels, relax and enjoy the scenery. The lake is nestled into the Shan plateau more than 1000 metres above sea level, and is the second largest natural water body in Myanmar.

Best known for its floating gardens and iconic ethnic Intha boatmen, Inle Lake offers visitors the option of taking boating tours to explore the villages on the water to get a glimpse of a very different life. Visitors can choose to stay in hotels on the lake, smaller guesthouses or hotels in the main town of Nyaungshwe or in the resorts that are scattered around the shoreline and surrounding hills.

## *Nay Pyi Taw*

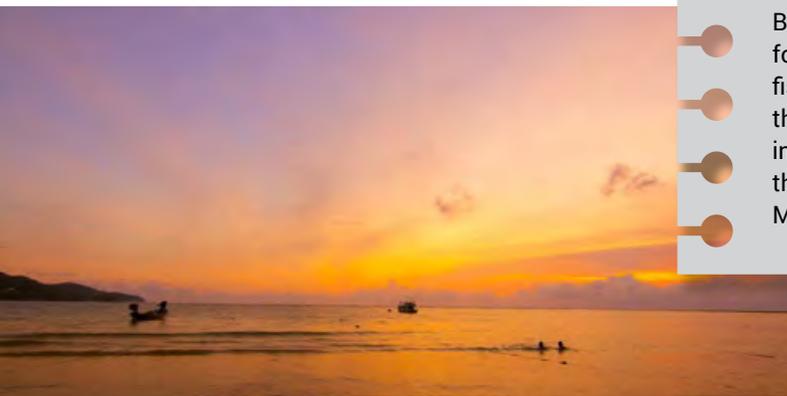
Nay Pyi Taw is the capital and a planned administrative city of Myanmar, located centrally in the country. Constructed in 2002 and officially moved to in 2005, the city is characterized by its expansive motorways, elegant roundabouts, and government buildings. It houses government ministries and other important national landmarks, including the golden Uppatasanti Pagoda, a replica of the Shwedagon Pagoda.





## *Sittwe*

Sittwe is the capital of Rakhine State in western Myanmar, located on an island at the confluence of the Kaladan, Mayu, and Lay Mro rivers, opening to the Bay of Bengal. It is an important port city known for its maritime commerce, particularly for fishery products, and serves as a gateway to the ancient city of Mrauk U. Key attractions include the View Point where rivers meet the sea, Sittwe Beach, and the Buddhist Museum.



## *Kyaukphyu*

Kyaukphyu is a port town in Myanmar's Rakhine State, strategically located on Yanbye Island in the Bay of Bengal, known for its natural harbor and deep-sea port designed to facilitate Chinese trade to the Indian Ocean. It serves as a vital economic zone that connects inland Chinese cities to oil and gas energy sources via pipelines the Bay of Bengal, and a planned industrial park. The town features a traditional fishing port and market alongside modern developments for the Kyaukphyu Special Economic Zone (SEZ) and the deep-sea port.



Myanmar's Delectable Life



4 in 1 Box (Donuts)



5 in 1 Box (Danish)



5 in 1 Box (Swiss Roll)



6 in 1 Box (Assorted)



Tuna Eclair & Pies



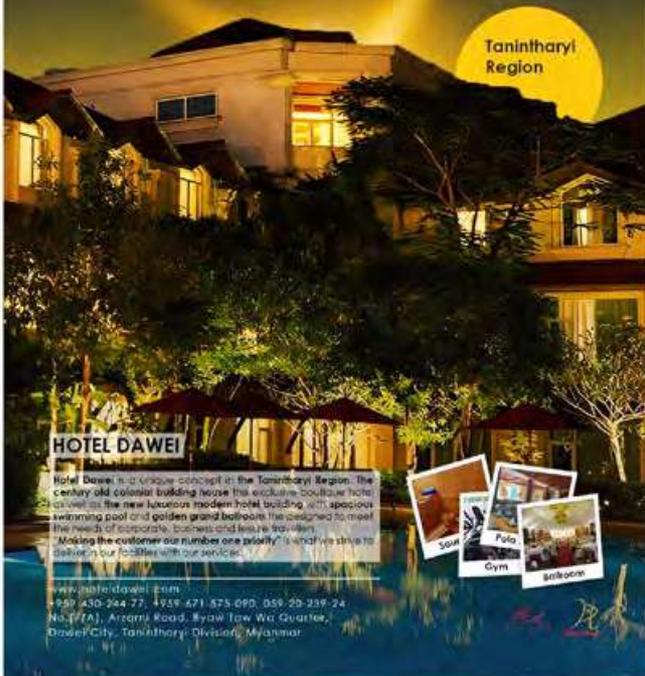
**ORDER NOW**

☎ 09-760 571 525 / 09 - 445 052 144

📍 မန်းရတနာပုံဝန်း၊ လေဆိပ်လမ်း၊ အနန်းပင်ရပ်ကွက်၊ မင်္ဂလာဒုံမြို့နယ်၊ ရန်ကင်းမြို့။

# Hotel Dawei

The Luxurious Escape in the Heart of Dawei



Tanintharyi Region

## HOTEL DAWEI

Hotel Dawei is a unique concept in the Tanintharyi Region. The century old colonial building houses this exclusive boutique hotel as well as the new luxurious modern hotel building with spacious swimming pool and golden grand ballroom. We designed to meet the needs of corporate, business and leisure travellers. Making the customer our number one priority is what we strive to deliver in our facilities with our services.

www.hoteldawei.com  
+959 430-244 77, +959 471 575-090, 059 20 239 24  
No. 177A, Arcadia Road, Myaw Taw Wa Quarter,  
Dawei City, Tanintharyi Division, Myanmar



## Summit Parkview Yangon



### Hotel Services and Facilities

- ◆ Nearest location to Shwedagon Pagoda
- ◆ 24-Hour Reception & Security
- ◆ International Buffet Breakfast & A La Carte Menu
- ◆ Airport Transfer Service
- ◆ Fully Equipped Gym
- ◆ Satellite TV Programs
- ◆ Swimming Pool
- ◆ Complimentary Wi-Fi
- ◆ In-House Spa Service
- ◆ 24-Hour Laundry
- ◆ 24-Hour On-Call Clinic Service
- ◆ Meeting Room with Conference Facilities



☎ Mobile : 09 251 222 376  
Tel : (95-1) 8211 888, 8211 964  
Email : reservation@summityangon.com

Website : www.summityangon.com

📍 350 Ahlone Road, Dagon Township, Yangon, Myanmar.





## *Kyaing Tong* (Kengtung)

Kyaing Tong is the heart of the Golden Triangle – a hilly region where Laos, Thailand and Myanmar meet. It is a trekking oasis for travellers, both from Myanmar and abroad. The hard-to-reach hills are home to an extremely diverse mix of ethnic groups including the Akha, Lahu, Eng and Shan. Similarly diverse are the religions practiced by the different groups – it's easy to see small villages of one ethnic group in close proximity but separated by religion, be it Buddhism, Christianity or Animism. And within the town are the usual religious sites – Buddha images in different positions, churches and pagodas – that you can find in nearly every town in Myanmar.



## *Tachileik*

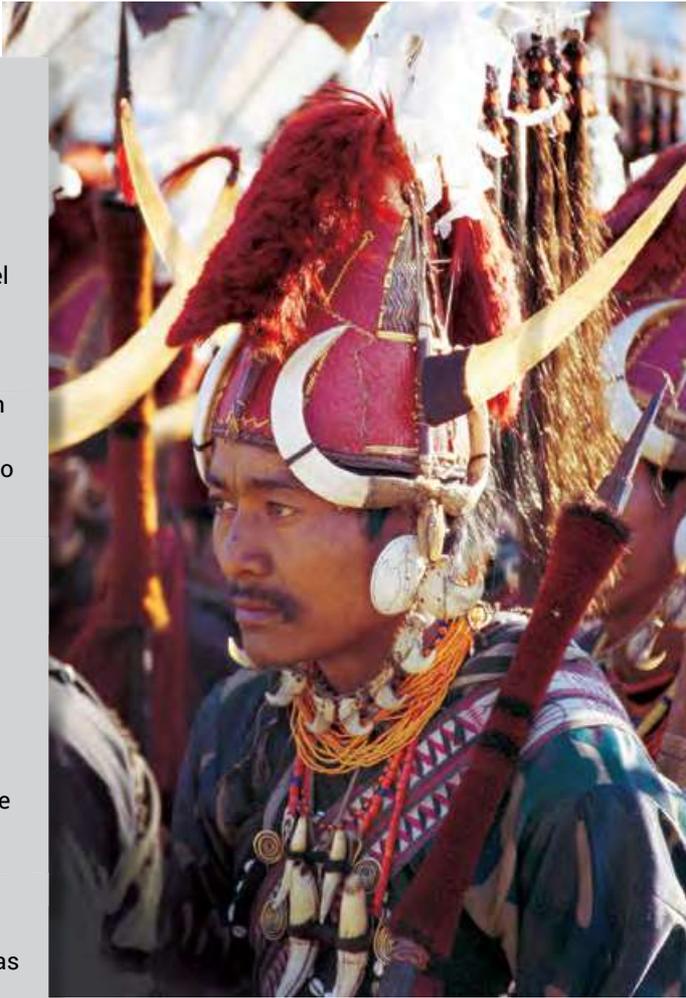
A famous border town between Myanmar and Thailand, Tachileik is popular with tourists in Thailand who need to visit another country to get their visas renewed. A small replica of Yangon's Shwedagon Pagoda sits on a hill overlooking the town. The town's market is a thriving commercial centre where tourists can buy all manner of cheap clothing, fashion accessories, electronics and all manner of odds and ends.

## *Khamti*

Located high in the upper reaches of the Chindwin River, Khamti is an emerging destination that so far sees few visitors. That could change now that travel restrictions on foreign visitors have been largely lifted (some restrictions apply outside the town). While accommodation and other amenities are still basic, the beauty of the surrounding area more than compensates, with the Naga towns of Lahe and Layshi the main attractions. Many visitors choose to fly to Khamti and then take a slow boat back down the river, passing through Homalin, Mawlaik and Kalewa.

## *Homalin*

Homalin is a peaceful, remote town in northwest Myanmar, known for its proximity to the Indian border, the Chindwin River, and the Tamanthi Wildlife Sanctuary. The area offers authentic cultural experiences, with the Naga people being the major inhabitants, and is surrounded by mountains and diverse wildlife. The town serves as a gateway to explore the surrounding natural beauty and serves as a convenient base for travelers due to its essential services and transportation options like road, boat, and air travel.



## *Lashio*

Lashio is a major town and the capital of the Northern Shan State in Myanmar, known for its strategic location near the Chinese border, significant role on the historic Burma Road, and diverse ethnic population, including Shan and Chinese people. The town is a bustling commercial and transportation hub, though less frequented by tourists, and serves as a gateway to the surrounding hills where various ethnic minority groups live.

## *Myitkyina*

Myitkyina is the capital of northernmost Kachin State, nearly 1500 kilometres from Yangon and 785 kilometres to the north of Mandalay. The city is in a flat valley that is scorching hot during the summer months and sees intense rains during the monsoon. The city sits at the western bank of the mighty Ayeyarwady River, about 40 kilometres downstream from a confluence where the river begins. Myitkyina is the terminus of the railway line and a crucial trading and administrative town within Kachin State. The city is also an important location for other touristic ventures in Kachin State. It can be reached by rail, boat or air but while the railway might sound a romantic idea be warned that a one-way trip from Mandalay will take at least 24 hours.



## *Putao*

In the country's far north, Putao can feel like a world apart from the rest of Myanmar. Everything about it is different, from the climate and landscape to the culture. Visitors can explore the local ethnic villages on foot, bicycle or motorbike, while the more adventurous can try their hand at rafting or even multi-week treks that head far into the snow-capped hills that surround Putao. Even if you don't make it to Hkakabo Razi – likely the highest peak in Southeast Asia – you can still admire the view from the comfort of your hotel.



# Myeik

The Tanintharyi Region town of Myeik was a busy seaport during the colonial era and remains an important commerce town today. As well as hosting a large fishing fleet that trawls the Myeik Archipelago, Myeik is famous for the bird's nests harvested from shore-front buildings and the caves on its islands, as well as the pearling industry. However, there is plenty more to like about Myeik, including its incredible collection of colonial-era houses and buildings, many of which remain family homes or businesses today.

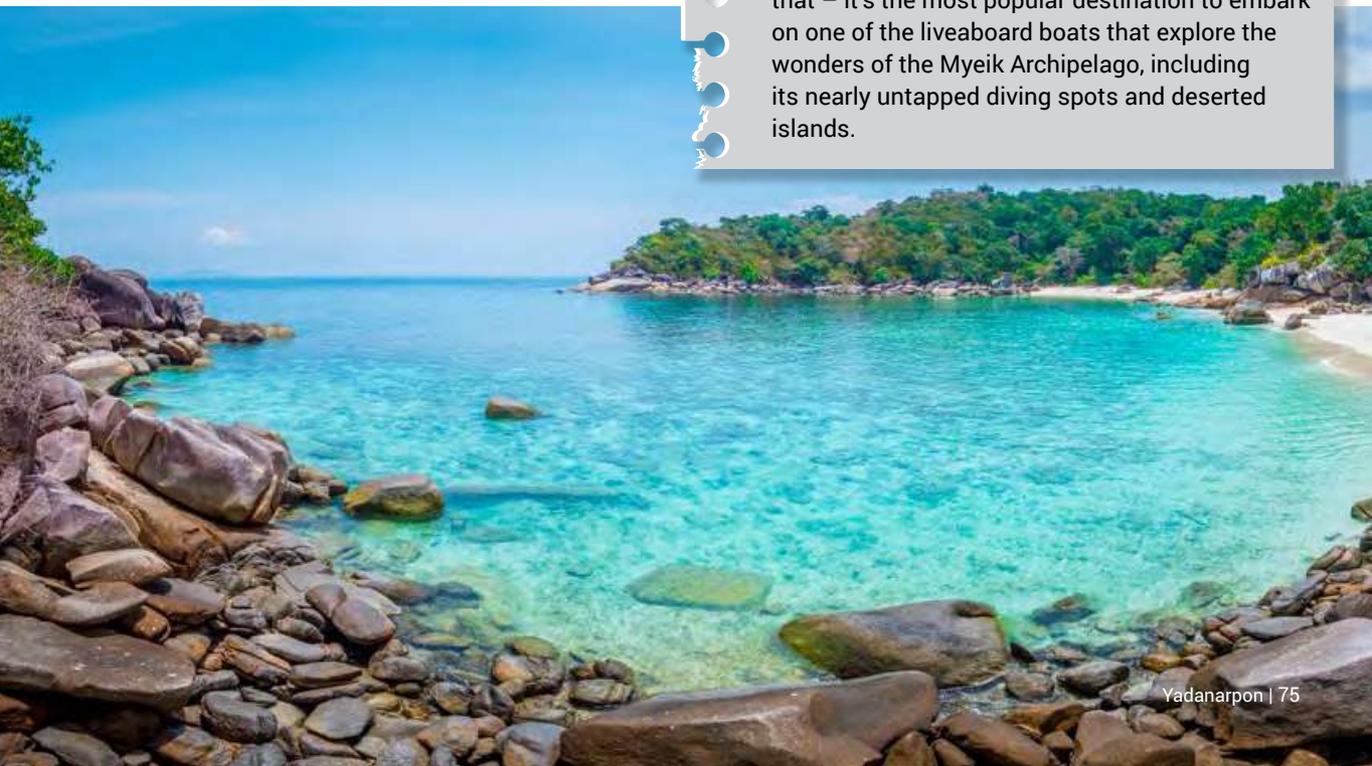
# Dawei

A somewhat sleepy town in southern Tanintharyi Region, Dawei's recent history has been tied to an ambitious plan to host a special economic zone and deepsea port. As well as its delicious fruits – pineapples, mangoes, mangosteens and durian – Dawei is also a major hub for other agricultural produce such as rubber, palm oil and cashew. For visitors, iconic Maungmakan Beach, where fishermen cast their nets only metres offshore, is a short motorcycle ride away, with long stretches of untouched beach beckoning would be tourists.



# Kawthaung

Kawthaung is Myanmar's southernmost main town and sits at the mouth of Kyan River on the Malay Peninsula with the Thai border town of Ranong to its near east. Like Tachileik, Kawthaung is popular with foreigners living in Thailand who need to exit the country to renew their visa. But Kawthaung is so much more than that – it's the most popular destination to embark on one of the liveaboard boats that explore the wonders of the Myeik Archipelago, including its nearly untapped diving spots and deserted islands.



# Royal service

Make every moment count



**All in one service**  
Front Seat + Special Meal +  
Priority Check In &  
Boarding Services



**Ancillary Services**  
Special Flight Meal



**Window Seat**  
**Aisle Seat**

## Make every moment count with Royal Service!

Elevate your journey from ordinary to exceptional with Mann Yadanarpon Airlines' **Royal Service**. Designed for travelers who seek superior comfort, priority, and personalized attention, our Royal Service ensures you experience the highest level of care from the moment you arrive at the airport.

### Key Benefits of Royal Service:

#### 1. All-in-One service Travel Experience

Enjoy a seamless and stress-free journey with a package of exclusive privileges:

- **Priority Check-in:** Bypass the regular queues with a dedicated check-in counter for a faster and more private start to your trip.
- **Priority Boarding:** Be among the first to board the aircraft, allowing you to settle in comfortably without the wait.
- **Preferred Front Row Seating: A Smoother Flight** – Experience less turbulence near the front of the aircraft.
- **Enhanced Comfort** – A more relaxed and convenient journey.
- **Special Meal Service:** Enjoy quality flight snacks including a variety of breads, cakes, and trail mix. Served with complimentary coffee, tea, and other refreshments. It's more than just a takeaway box.

#### 2. Extensive Special Meal Options

Special Meal Service: Enjoy quality flight snacks including a variety of breads, cakes, and trail mix. Served with complimentary coffee, tea, and other refreshments. It's more than just a takeaway box.

#### 3. Advance Seat Selection

Take control of your comfort by securing your preferred seat in advance at the time of booking. Whether you desire a **window seat** for breathtaking views or an **aisle seat** for easy access, the choice is yours.

### How to Book:

You can easily add Royal Service to your travel experience during the booking process on our website or by contacting our call center team or by contacting our official travel agency.

Treat yourself to the luxury you deserve. Choose Royal Service on your next flight with Mann Yadanarpon Airlines.



**FLY**  with us a million times!!

**Enroll**  
now ..



**Check your spending point here**

## Unlock Your Journey: Mann Yadanarpon Airlines MYP Reward Program

Are you a frequent traveler exploring the beautiful destinations of Myanmar? Make every flight count with the **Mann Yadanarpon Airlines MYP Reward Program!** It's our simple and generous way to thank our loyal customers for choosing to fly with us.

### How It Works: Fly, Collect, and Fly Free!

The concept is straightforward: the more you fly, the more you earn, and the closer you get to a free ticket.

1. **Join for Free:** If you travel frequently with us, simply **register** for the MYP Reward Program to get your personal Reward Card. Registration is quick and free at MYP head office, station counters and website [www.airmyp.com](http://www.airmyp.com).
2. **Earn Points on Every Flight:** Every time you fly a **sector** (a flight from one city to another), you earn valuable points. Simply present your MYP Reward Card when you check-in for your flight.
3. **Redeem for Free Tickets:** Once your points reach the specific amount required for a desired sector, you can instantly **redeem them for a Free Ticket (FOC)!** There are no complex rules—just a direct path to rewarding your travel.

### Your Key Benefits:

- **Earn Quickly:** Points are earned based on the number of sectors you fly, not how much you spend.
- **Simple Redemption:** When you have enough points, claim your free flight easily.
- **Exclusive to You:** This program is designed specifically for our valued frequent flyers.

### Exclusive Member Perks:

- **Birthday Bonus:** Celebrate with us! Enjoy a bonus point on your birthday month simply by taking any flight with us. It's our special gift to you.
- **Partner Discounts:** Unlock instant savings beyond the skies. Present your MYP Reward Card to enjoy exclusive discounts of up to 20% with our network of affiliate partners (e.g., hotels, restaurants).

### Ready for Your Next Free Adventure?

Don't let your travels go unrewarded. Sign up for the MYP Reward Program, start collecting points on every sector you fly, and turn your journeys into your next free ticket.

**Visit our website or ask at any Mann Yadanarpon Airlines ticket counter to register and get your reward card today!**

*Terms and Conditions: Specific point requirements per sector, eligibility, and redemption procedures apply. Please refer to the official Mann Yadanarpon Airlines program details for full information.*



# MANN YADANARPON AIRLINES

*Enjoy Royal Service!*

- |               |             |
|---------------|-------------|
| ✈ Yangon      | ✈ Myitkyina |
| ✈ Mandalay    | ✈ Khamti    |
| ✈ Naypyitaw   | ✈ Lashio    |
| ✈ Heho        | ✈ Sittwe    |
| ✈ Tachileik   | ✈ Kyaukpyu  |
| ✈ Kyaing Tong | ✈ Dawei     |
| ✈ Putao       | ✈ Myeik     |
| ✈ Homalin     | ✈ Kawthaung |



## Yangon Office

Hunt Line : (+95-1) 8658969  
Mobile : (+95) 9-404460006, 9-404460007, 9-404460008, 9-404460009  
Address : Yangon International Airport Estate , Airport Road,  
Mingalardon Township, 11021, Yangon, Myanmar.

## Mandalay Office

Tel : (+95-2) 4067099, 4067035-38, (+95-9) 250343865  
Address : No.9, 78th Street, Between 33rd & 34th Street,  
Chan Aye Thar Zan Township, Mandalay, Myanmar.

# Yadanarpon

Mann Yadanarpon Airlines Inflight Magazine

**Mann Yadanarpon Airlines**  
**Yadanarpon Inflight Magazine တွင်**  
**ကြော်ငြာများ ထည့်သွင်းလိုပါက ...**

**Hot Line No. 01 - 8656969**

**Sales & Marketing ph no. 09 - 787 833 888**

**09 - 787 822 888**

**09 - 888 905 600**

**09 - 888 904 500**



**Circulation**  
**10,000 pcs**





# Travel Tips

With Buddhist, Hindu, Muslim and Christian communities and dozens of different ethnicities, Myanmar offers travellers a rich tapestry of peoples and cultures to explore. It's possible to plan a one-day itinerary that exposes you to food and traditions with origins in China and India and Rakhine and Shan states. While many local practices feature in other societies elsewhere in South and Southeast Asia, however, there are numerous ways in which daily life here is unique and a few business practices that may surprise even the well-travelled visitor. You'll be in good shape if you plan ahead and respect and embrace Myanmar ways. Here are a few things you should keep in mind:

## **ALWAYS CARRY CASH**

A combination of crisp, new American bills in addition to a good supply of Myanmar notes is a necessity. Shopkeepers will sometimes demand payment in American bills but refuse to accept ones that are dog-eared or torn. The same goes for money changers. If you're travelling outside the major centres, there may be limited or no access to ATM machines.

## **TRY THE LOCAL TRANSPORT OPTIONS**

In Yangon, riding in a trishaw, also known as a side car, might rightly be perceived as a dangerous proposition. But in smaller centres they're often an effective and fun mode of transport. They're also much more comfortable than they first appear. You can also try pony carts in places like Bagan and Pyin Oo Lwin, and boat rides at Inle Lake. In Yangon, consider riding the circle train. A complete three-hour loop for a foreigner costs about US\$1 and gives you a slow, scenic view of various townships.

## **IT'S OKAY TO BARGAIN, BUT DON'T BE A CHEAPSKATE.**

In informal transactions, such as at a wet market or negotiating a taxi fare, it's acceptable to bargain for a lower price. The best strategy is to be friendly and consider whether the price you expect will cause your driver or shopkeeper to lose money. Keep in mind that guidebooks go out of date quickly, so a price listed in a guide from just two years ago may not represent today's fair prices.

## **BUSES ARE A GREAT WAY TO TRAVEL, BUT GO PREPARED**

While there are an increasing number of short-haul budget flights available inside Myanmar, some places are still most easily and comfortably accessible by buses. For a few extra dollars, a VIP bus will be equipped with airconditioning and extra-wide seating. The food available on board and at rest stops, however, leaves something to be desired. If you want to avoid oily or overpriced fare, stock up before you go on bottled water and snacks.



## TAKE A TAXI

Standard practice in places like Yangon is to negotiate the fare in advance, since most cars are not equipped with meters and those with meters do not use them. If you don't know what the fare to your destination should be, inquire beforehand with a local or staff at your hotel. Short trips may be as little as K8000, while K20,000 should cover a significant distance, depending on traffic and time of day. Expect to pay more after 10pm, but it's reasonable to bargain if you suspect the first-named price is too much. Taxi hailing service **Grab** is quite popular and have services in Yangon, Mandalay and Bagan. There are also other local taxi hailing apps such as **CaCa App**, **Oway Ride** and **LOYAR App**.

## FORAGE FOR YOUR BREAKFAST

Many hotels will provide a complimentary breakfast. It might be convenient, but you're missing out. At street stalls, you can find local breakfast specialties such as mohinga, a fish and noodle curry, and an array of fresh fruits and juices. Tea shops, offer strong cups of milky laphet yey (literally, tea water) and various pastries such as samoosas or Chinese steamed pork buns, depending on the ethnicity of the owners.

## BE IN CONTROL OF YOUR SUGAR AND MONOSODIUM GLUTAMATE (MSG) INTAKE

First-time visitors to Myanmar are sometimes shocked by the amount of sugar that locals consume in the form of beverages like tea with condensed milk and fruit juice. Expect that your fresh banana or watermelon smoothie will have a heaping tablespoon of sweetener in it, unless you request otherwise. The way to ask for less sugar is *tha jar shob htet par*. Similarly, some restaurants add MSG to their food. The way to ask for no MSG is *ar cho mhote ma htet ne*.

## BOOK HOTELS AND GUEST HOUSES IN ADVANCE

This is especially wise if you're travelling in peak season. You might consider booking through a travel agent, of which there are many in Yangon and Mandalay. A travel agent can help you save time and stress. Now you can easily book through hotels & travel websites too.

## PACK A FEW BASIC ESSENTIALS EVERYWHERE

Sunscreen, insect repellent, ear plugs and a headlamp or flashlight. As in other parts of Asia, you can find sunscreen and insect spray in local shops and supermarkets but not many of the brands that you would find in Western countries. Bring your own if you want quality assurance. Earplugs are a necessity if you plan to be travelling by bus - most play hours of pop music videos or soap operas, sometimes until wee hours of the morning. A headlamp will save you trouble on days of unexpected power outages, on treks and, in small towns, the hours just before and after dark when electricity may not be available.

## OFF THE BEATEN PATH REALLY IS REMOTE

Be aware that some towns and villages may not have any services geared toward tourists, except for a couple small snack shops. If you're going into areas less accustomed to tourists, plan ahead and be prepared to rough it. Kyaing Tong, Kalaw and Putao, for example, are great places to go trekking. But if you're looking for hot showers and a choice of dinner plans, these places may not be for you.

## PLAN FOR THE SEASON

For most activities, the best time to visit Myanmar is the cool season between November and February. But if you're visiting during the rainy season, June to September, try Upper Myanmar - the plains region of Bagan and Mandalay - which stays relatively dry. If you are visiting in the cool season, also be aware that Bagan and northern regions like Shan State will be chilly enough that you'll want to pack pants, layers and a jacket.

## HOW YOU DRESS IS HOW YOU WILL BE JUDGED

Dress across Myanmar tends to the conservative side. You won't see local ladies wearing sleeveless tops, even at the beach, and only in big cities will some girls sport mini skirts or leggings. Expect some extra attention, or reluctant service in small shops, if you do. When visiting temples or monasteries, it is advisable to wear long trousers or the traditional longyi, ensuring that shoulders are covered and cleavage is not visible. Failing to comply with these dress codes may result in denied entry; however, some sites may allow you to rent a longyi. Longyi are available for rent at many well-known pagodas, and they can also be purchased at souvenir shops, serving as a lasting memento of your visit.



# လေယာဉ်ဖြင့် သယ်ယူတင်ဆောင်ခွင့်မရှိသောပစ္စည်းများ

## NO Dangerous Goods on aircraft



**Corrosives**  
တိုက်ခေးယိုယွင်းပျက်စီးစေသော အရာ

**Explosives**  
ပေါက်ကွဲစေတတ်သော လက်နက်၊ ဖဲရမ်း၊ မီးကျောက်များ

**Compress gases**  
ဖိအားဖြင့် ဖြည့်ထားသော ဓာတ်ငွေ့များ

**Flammable liquids**  
မီးလောင်လွယ်သော အရည်များ

**Flammable solids**  
မီးလောင်လွယ်သော အပိုင်အမဲများ

**Radioactive materials**  
ရေဒီယိုဓာတ်ကြွကုန်ပစ္စည်းများ

**Toxic substances**  
အဆိပ်ပါသော ကုန်ပစ္စည်းများ

**Infectious substances**  
ကူးစက်ရောဂါပိုးမွှားများပါသော ကုန်ပစ္စည်းများ

**Magnetised materials**  
သံလိုက်ဓာတ်ပါသော ကုန်ပစ္စည်းများ

**Miscellaneous including asbestos, dry ice, engines**  
လေယာဉ်နှင့်စနိုးသည့်တို့အား အန္တရာယ်ဖြစ်စေနိုင်သော အခြား ပစ္စည်းများ

- ⊗ လေယာဉ်ကိုယ်ထည်အား ထိခိုက်ပျက်စီးစေနိုင်သော သံနှင့် သတ္တုပစ္စည်းများ
- ⊗ ဆားငံရည်များပါဝင်သော ပစ္စည်းများ
- ⊗ အနံ့အသက်ဆိုးသော ပစ္စည်းများအား သယ်ယူတင်ဆောင်ခွင့် မပြုပါ။





# Mann Yadanarpon Airlines Offices

## ■ Yangon Head Office

Hunt Line : (+95-1) 8656969 Ext 601-611  
Mobile : (+95-9) 404460006 , 404460007, 404460008, 404460009  
Tel (Airport) : (+95-9) 254260075  
Address : Yangon International Airport Estate, Airport Road, Mingalardon Township , 11021, Yangon, Myanmar.

E-mail: [info@airmyp.com](mailto:info@airmyp.com)  
[www.airmyp.com](http://www.airmyp.com)  
[www.facebook.com/MannYadanarPonAirlines](https://www.facebook.com/MannYadanarPonAirlines)

## ■ Mandalay Office

Hunt Line : (+95-2) 4067099, 40 67035-38  
Mobile : (+95-9) 250343865, (+95-9) 405611011  
Tel (Airport) : (+95-9) 250343862  
Address : No.9, 78th Street, Between 33rd& 34th Street, Chan Aye TharZan Township, Mandalay.

## ■ Heho

Tel : (+95-81) 63350(Airport)  
Mobile : (+95-9) 250343860  
Address : No. (176), Nan Koung Kwat Thit Quarter,  
Pyi Htaung Su Street, Heho.

## ■ Myitkyina

Phone : (+95-9) 254186883  
Address : No.B.9,10, Swanbayarbon Road,  
Ayar Quarter, Construction Building,  
Myitkyina, Myanmar.

## ■ Tachileik

Tel : (+95-84) 53544,53545  
Mobile : (+95-9) 975396127  
Address : No.1/156 (Sa) Sansai (B) Quarter, Bogyoke  
Street, Aung Chan Thar Building, Tachileik.

## ■ Sittwe

Mobile : (+95-9) 422212483, 340307468  
Address : No.(ThaZa - 101, Thar Zan Hla Street,  
Near BaLu Ma Bridge, North Yupa Quarter,  
Sittwe.

## ■ Kyaing Tong

Tel : (+95-9) 428479053  
Address : Ward (3) Tayaw Yap,  
Loi Hmwe Street,  
Kyaing Tong.





Chang

OFFICIAL PARTNER OF LEICESTER CITY FOOTBALL CLUB  
2024/25

ပြီးပြည့်စုံသော  
ပေါင်းစပ်မှု



6.9%

BREWED IN HONOUR

Tapper  
FAMILY

ထူးခြားမှုကို စမ်းကြည့်လိုက်





TORI TRAVEL  
Experience Our World



မြည်တွင်း၊ မြည်ပ လေယာဉ်လက်မှတ်များ



မြည်တွင်း၊ မြည်ပ ခရီးဝင်များ



ပိကနှင့် ခရီးသွားဘာမခံ ဝန်ဆောင်မှုများ



မြည်တွင်း၊ မြည်ပ ဟိုတယ်နှင့် ကားခရီးဝန်ဆောင်မှုများ



Tori ခရီးသွားမယ်

📍 No. 94/96 & 98/100 (Ground Floor), Bo Aung Kyaw Street  
(Lower Block), Botahtaung Township, Yangon,  
11161 Myanmar.

☎ 01 8380211, 01 8378800

📞 09 7779 7771

✈ 09 7777 25 66

လက်မှတ်ပြန်လည်ရောင်းချလိုသူများဆက်သွယ်ရန် - 09 7777 025 77