သတိပေးအကြံပြုချက် -

ဆောင်းရာသီတွင် ယူနန်ပြည်နယ် အနောက်ပိုင်းသို့ လာရောက်ပြီး ဆီးနှင်းရှုစားလိုလျှင် အပေါ်အင်္ကျီ၊ ငှက်မွေးနု ဝတ်စုံ၊ လက်အိတ်၊ ချောကာဖိနပ်များကို ယူဆောင်လာပါ။ ထို့ပြင် ရာသီဥတု ခြောက်သွေ့မှု၊ ခရမ်းလွန်ရောင်ခြည်ပြင်းပြမှုတို့ကြောင့် နေကာအဆီ၊ နေကာ ဦးထုပ်၊ နေကာမျက်မှန်စသည်တို့ကို လည်း ကြိုတင်ပြင်ဆင်သင့်သည်။ ပင် လယ်ရေမျက်နှာပြင်ထက်မြင့်သော ဒေသများတွင် ပြင်းထန်သော အားကစားလှုပ်ရှားမှုများကိုမလုပ်သင့်ပါ။ အရက်မသောက်သင့်ပါ။ Altitude sickness ကိုကာကွယ်နိုင်ရန်အတွက် ဟင်းသီးဟင်းရွက်၊ သစ်သီးဝလံများကို များများစားပါ။

ယူနန်ပြည်နယ်အနောက်မြောက်ပိုင်းရှိ ဆီးနှင်းကျရှုခင်းသွားကြည့်ကြစို့

➢ မြစ်ချောင်းများမှ ပင်လယ်ထဲသို့ စီးဝင်သွားသကဲ့သို့ တရုတ်နိုင်ငံတောင်ပိုင်းသားများသည် ငွေရောင်အဖြူရောင်ဝတ်စုံဝတ်ဆင်ထားသော ဆီးနှင်းအင်ပါရာကြီးကို အလွန်မျှော်မှန်းတမ်းတလေ့ရှိသည်။ ယူနန်ပြည်နယ်သည် တရုတ်နိုင်ငံ၏ အနောက်တောင်ပိုင်း၌တည်ရှိနေသော်လည်း ၎င်း၏အနောက်မြောက်စွန်းရှိဆီးနှင်းအတွက် အများက သိကျွမ်းကြသည်။ ဆောင်းရာသီတွင် တာ့လီချမ်းစန်းတောင်၊ ယုလုံနှင်းတောင်၊ မေလီနှင်းတောင်စသည်တို့ကို ထူထပ်လှသောဆီးနှင်းလွှာအောက်၌ဖုံးလွှမ်းထားသဖြင့် ယူနန်သူယူနန်သားများအနေဖြင့် ယူနန်ပြည်နယ်မှမထွက်ဘဲ ဆီးနှင်းများကို ထိတွေ့ရှုစားနိုင်သည်။

တာ့လီ၏ဆီးနှင်းကို အဝေးမှရှုစားရန်သင့်တော်သည်။

ချမ်းစန်းတောင်ပေါ်က ဆီးနှင်းသည် "စန့်ကွမ်းရှိ ပန်း၊ ရှာ့ကွမ်းရှိ လေ၊ ချမ်းစန်းတောင်ရှိဆီးနှင်း၊အော်ဟိုင်ပင်လယ်ရှိလ"ဟူသောဆိုရိုးစကားလေးခွန်းပါတာ့လီရှုခင်းလေးခုဖြစ်သည့်"လေ၊ ပန်း၊ဆီးနှင်း၊လ"ထဲမှ"ဆီးနှင်း"ဖြစ်သည်။ ချမ်းစန်းတောင်ရှိ တောင်ထွတ် (၁၉) ခုသည် နဂါးကြီးတစ်ကောင်က တာ့လီနယ်မြေတွင် ကိန်းဝပ်နေသကဲ့သို့ပင်ဖြစ်သည်။ တောင်ထွတ်များသည် ပင်လယ်ရေမျက်နှာပြင်ထက် မီတာ၃၅၀၀နှင့်အထက်တွင်ရှိသောကြောင့် တောင်ထွတ်ပေါ်တွင် အလွန်ချမ်းအေးပြီး တစ်နှစ်ပတ်လုံးဆီးနှင်းများဖြင့် ဖုံးအုပ်လျက်ရှိသည်။

အော်ဟိုင်ပင်လယ်ကမ်းခြေမှ စွမ်းလန်၊ ထောင်ယွမ်၊ ရှီကျိုးစသည့်ပိုင်တိုင်းရင်းသားကျေးရွာများရှိ လယ်သမား၏အိမ်ဝင်း၌ ထိုင်လျက်သို့မဟုတ် အော်ဟိုင်ပင်လယ်ပြင်တွင် လှေလှော်လျက်မျက်မှောက်ရှိ ရှုခင်းများသည် အလွန်ပင်လှပသည်-ပြာလဲ့လဲ့ကောင်းကင်၊ ဖြူဖြူဖွေးဖွေးဆီးနှင်းတောင်၊စိမ်းညိုညိုတောင်တန်း၊ အပြာရောင်ခေါင်မိုး၊ အဖြူရောင်နံရံ . . . လှပသော တောတောင်ရေမြေ ပန်းချီကားချပ်ရှည်ကြီးဖြစ်ပြီး အံ့မခန်းဖြစ်တတ်သည်။

ခေတ်အဆက်ဆက်မှ စာပေပညာများသည်ယင်းရှုခင်းများအတွက် နာမည်ကျော်ကဗျာ၊ ပန်းချီများကို များစွာကျန်ရစ်ပေးရခြင်းသည် မထူးဆန်းပါ။ တရုတ်မင်မင်းဆက်က ပညာရှင်ကြီး ရန်စိန်းရန်းသည် "တောင်ထိပ်၌ ဆီးနှင်းများဖြင့်စုပုံနေ၊ တောင်ခါးပန်း၌အဖြူရောင် တိမ်များဖြင့် ဖုံးလွှမ်း၊ မိုးနတ်များမှ မိမိအစွမ်းအစဖြင့်သဘာဝကို တန်ဆာဆင်ပေးသည့် ပမာလှပသည်"ဟူသောကဗျာဖြင့် ပန်းချီဆွဲပေးခဲ့သည်။

လီကျန်းဆီးနှင်းကိုရှုစား၊ကစားနိုင်သည်။

လီကျန်းတောင်ပေါ်မြေပြန့်ကိုရောက်သည်နှင့် အဝေးသို့လှမ်းကြည့်သော် မတ်စောက်ခန့်ညားသော ယုလုံနှင်းတောင်ကြီးသည် မြောက်ပိုင်းတွင် မားမားမတ်မတ် ရပ်တည်နေသည်။

တောင်ခါးပန်းတွင် သစ်ပင်များဖြင့် စိမ်းလန်းစိုပြေနေသည်။ တောင်ထွတ်တွင် တိမ်များဝိုင်းရံလျက် ဆီးနှင်းများစုပုံနေသည်။ လီကျန်းဆီးနှင်းသည် ရှုစားနိုင်ရုံမကကစားနိုင်သေးသည်။

နှစ်စဉ်နိုဝင်ဘာလမှ နောက်နှစ်မတ်လအထိ ယုလုံနှင်းတောင်သည် အလှပဆုံးရာသီသို့ ဝင်ရောက်သွားသည်။ ယခုနှစ်ဆောင်းတွင်းကာလ ဝင်ရောက်လာပြီးနောက် ယုလုံနှင်းတောင်ရှုခင်းဒေသတွင် ဆီးနှင်းများထူထပ်စွာကျခဲ့သည်။ အဓိကကျသော တောင်ထွတ်ပေါ်တွင် ဆီးနှင်းများစုပုံနေသောကြောင့် ဆီးနှင်းလျှောစီးရန် အကောင်းဆုံးသော ကာလဖြစ်သည်။ ကြိုးရထားစီးလိုက်ပါက ငွေရောင်အဖြူရောင်ဝတ်စုံကြီးကို ဝတ်ဆင်ထားသော ဆီးနှင်းကမ္ဘာသို့ ရောက်ရှိသွားနိုင်ပြီး ဆီးနှင်းနှင့် အနီးကပ်ထိတွေ့နိုင်သည်။ သင်သည် ဆီးနှင်းလူရုပ်များကို ပုံဖော်ကစားနိုင်သည်။ ဆီးနှင်းများကို လက်နက်အဖြစ် အသုံးပြုပြီး စစ်တိုက်နိုင်သည်။ ဆီးနှင်းမော်တော်ဆိုင်ကယ်၊ ရော်ဘာကွင်း၊ဆီးနှင်းလျှောစွတ်ဖားများကို ပျော်ရွှင်စွာ လျှောစီးနိုင်သည်။ အကယ်၍ သင်ဆီးနှင်းလျှောချင်သော်လည်း မစီးတတ်လျှင် ဆီးနှင်းလျှောနည်းပြမှ ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း ဆီးနှင်းလျှောစီးနိုင်ပြီး ဆီးနှင်းပြင်ပေါ်တွင် ပျံသန်းသည့်အရသာကို ခံစားနိုင်သည်။ ယင်းနေရာရှိ ဆီးနှင်းသည် အရည်အသွေးသန့်စင်ပြီး အရောင်းအဆင်း ကြည်လင်လှသည်။ ညစ်ညမ်းမှုကင်းစင်သည်။ပင်ပင်ပန်းပန်း ကစားပြီးမောလာရေငတ်လာလျှင် ဆီးနှင်းတစ်ဆုပ်ကို ပါးစပ်ထဲထည့်၍ စားနိုင်သည်။ ထိုသို့အေးမြသန့်စင်သော ခံစားချက်သည် "ကြည်နူးစရာကောင်းလှတယ်။"ဟုသင့်ကိုအော်ဟစ်စေနိုင်သည်။

ရှမ်ကေလီလားတွင်ဆီးနှင်းများတမူးတွဲတွဲနေရာတကာ၌ တွေ့မြင်နိုင်သည်။

ဆောင်းရာသီတွင် နံနက်တံခါးဖွင့်လိုက်သည်နှင့် မြင်ကွင်းတွင် ဖွေးဖွေးဖြူနေသောကမ္ဘာကြီးကို တွေ့မြင်နိုင်လိမ့်မည်။ ဖြူစင်ပြီး ငြိမ်သက်နေသည်။ ထူထပ်သော ဆီးနှင်းပေါ်တွင် လျှောက်ရလျှင် တိမ်ပေါ်တွင် လျှောက်နေသကဲ့သို့ ပေါ့ပါးသွက်လက်လှသည်။ နောက်ပြန်လှည့်ကြည့်လိုက်သော် နက်ရှိုင်းသောခြေရာကွက်များကိုဆီးနှင်းဖုံးလွှမ်းသောမြေပြင်ပေါ်တွင် မြင်သာစွာကျန်ရစ်ထားပြီး လှပသော မျဉ်းကွေးတစ်ချောင်းဖြစ်ပေါ်လာကာ စိတ်ရောကိုယ်ပါ ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့စေပါသည်။

မေလီနှင်းတောင်သည် ယူနန်ပြည်နယ်အနောက်မြောက်ပိုင်းတွင် ကိုယ်စားပြုနိုင်သော ဆီးနှင်းတောင်တစ်ခုဖြစ်သည်။ သွားလမ်းအတိုင်း အနောက်ဘက်သို့ဦးတည်၍သွားလိုက်လျှင် ယင်းနတ်တောင်ကို ဖူးမြော်နိုင်သည်။ တယ်ချင်းခရိုင်အတွင်းရှိ ဖေးလိုင်ဘုရားကျောင်းမှ ရှုမျှော်စင်သည် ရှုခင်းများရှုစားရန် အကောင်းဆုံးသောနေရာဖြစ်သည်။ ထိုနေရာတွင် ရပ်လိုက်ပြီး သင်ကံကောင်းလျှင် ကန့်လန့်ကာဖွင့်ထားသကဲ့သို့သော မြူများကို တွေ့မြင်နိုင်သည်။

ဆီးနှင်းများဖုံးအုပ်လျက်ရှိသောခါဝါကေပိုစသည့်တောင်ထွတ်(၁၃)ခုသည် ငွေရောင်သံချပ်ကာများ ဝတ်ဆင်ထားသောသူရဲကောင်းများကဲသို့ တည်ကြည်ခန့်ညားစွာ ဟန်အမူအရာထုတ်ပြသည်။ ယင်းတောင်ထွတ်၏ ကျောဘက်တွင် စေတီဖြူ(၁၃)ဆူရှိသည်။ စေတီရှေ့တွင် ဆုတောင်းပတ္တနာပြုရန် အလံများစွာချိတ်ဆွဲထားသဖြင့် ခန့်ညားထည်ဝါမြင့်မြတ်သန့်စင်လျက်ရှိသည်။ အချိန်ကြာကြာမကြုံရသော စိတ်ထိခိုက်မှုကို ဖြစ်ပေါ်လာစေသည်။

သင်သည် ရဲစွမ်းသတ္တိရှိလျှင် မေလီနှင်းတောင်အထဲသို့ ဝင်ရောက်ပြီး မင်ယုံ၊ စီးနုံ၊ နယူးပါနှင့်နုံစုံးရေခဲမြစ်ကြီးလေးသွယ်ကို သွားရောက်လေ့လာကြည့်ရှုနိုင်သည်။ ယင်းရေခဲမြစ်များသည် ကမ္ဘာပေါ်တွင် ရှားပါးသော၊ လတ္တီတွဒ်ဒီဂရီနိမ့်သော၊ အပူချိန်နိမ့်သော (ရေခဲမှတ်အောက်၅ဒီဂရီ)၊ ပင်လယ်ရေမျက်နှာပြင်ထက်နိမ့်သော(၂၇၀၀မီတာ)ယခုခေတ်ရေခဲမြစ်များဖြစ်သည်။ ၎င်းအနက် အရှည်ဆုံးနှင့် အကြီးဆုံးရေခဲမြစ်ဖြစ်သော မင်ယုံရေခဲမြစ်သည် ပင်လယ်ရေမျက်နှာပြင်ထက် ၆၇၄၀မီတာရှိသော မေလီနှင်းတောင်မှ မျဉ်းကွေးပုံဏ္ဍန်ဖြင့် အောက်သို့၂၆၀၀မီတာရှိသောသဘာဝသစ်တောအထိ တန်းသွားလိုက်သည်။ ငွေပုံကျောက်မျက်ပုံသကဲ့သို့ ကြည်လင်ဖြူစင်လှသည့်ကမ္ဘာတွင် ခန့်ညားထည်ဝါသောအလှကိုရှုစားနိုင်သည်။ ယန်ယန့်