

Maimadadaingaz tu kaitaiklasan

Qabasang ata tastunastuti miniqumis tu bunun a, maisnahaan mungququma, saulaupaku maku'uni tennau tu sin'iqumis. Paaq-pu-un, minvaivi amin a sin'iqumis. Ma-aq ata Bunun paliszangun qabasang siin laupaku tu iskaka'un qai, minvaivi'in amin a sin'iqumis. Ma-aq qabasang imita Bunun tuza mastaan kadimanun tu kakaunun a, haiza maduq, pui, hutan, bahat,siin i tai

Ma-aq pan'ai'an a. haiza sanglavqudu, samaq, bainu, pulavaz, qalput, qalidang. Ma-aq maititi a, haiza titilibus, maibabu, maitulkuk, maivivi, kain'anakan amin tu sinanaipuk. Qaitu nii tu katmang mapataz sinanaipuk ma'un, tudiip is haiza maisnadaqvisan tu kaviaz tantungu, natudiip tina madamu tulkuk mahanat mapaka'un I taintungu tu kaviaz, sasuu tu, putangusun a taintungu tu kaviaz mapaka'un. Luaz saam manungsiv malqasivung haan sapalan saduduu, nitu mataqusngi pisqasibang, mintun luaz quu maititi tu vuus, ai! Mamantuk imita maimadadangaz dangi'an samasqing madaidaz taintungu tu kaviaz, sasu tu makadim tama diqanin sinsaiv tu kakaunun, nitu pinmama'az.

Ma'aq is tastulumaq na ma'un qaising a, mubailulu makankuzu nastu maku taku muskun ma'un, altupa tu huaz tas'a maibabu tu avula pan'ai'an isquul a manahip amin muskun ma'un.

Haipinti ka mumuslu maidaza'in a sin'iqumis, munhaanin amin bunun vaivivaivi tu asangdaingaz kuzakuza. Paaq-pu'un, mudaukdaukin asang tu sin'iqumis maidaza mumuslu, maqtu'in ubalivan ihaan bukszavan isbabaliv tu kakaunun,

Laupaku tu kakaunun a, kusi'an avula makakaling, maibabu, maitulkuk, iskaan, maitanglau, pisa, madia'in tu kaununkaunun, qaitu makani'in ata tastulumaq ilumaq muskun malungqu ma'un qaising.

Imita tu maimadadaingaz mamantuk tu dangi'an i taiklas, ma-aq maduq'un, pui'un, tai'un, bahat'un hutan'un a ,taqu ka matataiklas bunun tu, mastaan dau naingkun dangi'anan i iubung, manambuq,

Sanmqhtu'ang ata Bunun tuza musuqis kilim imita maimadadaingaz tu taiklas.

祖先的智慧

從前和現代生活的習慣有差異，祖先的主食大多自己種植，或是自己飼養，不浪費食物，視為上天賞賜寶貴之食物，後來有機會到都市賺錢，改變了吃的習慣，大多油炸食物，選擇甚多，是不一樣的世代。

小米、地瓜、芋頭、玉米、南瓜等等，對身體有益處，祖先的智慧也是上天所賜予的智慧，讓我們後代的子孫，找回祖先的智慧。