ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးအတွက်...

ဒို့ရွာ ဂျာနယ်
OUR VILLAGE JOURNAL

အတွဲ(၁၂)၊ အမှတ်(၁၉)
၂၀၁၅ ခုနှစ်၊ အောက်တိုဘာလ(၁)ရက်၊
ကြာသပတေးနေ့။

မြန်မာ့အသေးစားနှင့် အလတ်စားလုပ်ငန်းများ ယခင်နှစ်ထက် ၁ ဒသမ ၁ ရာခိုင်နှုန်း တိုးတက်

မြန်မာနိုင်ငံတွင် အသေးစားနှင့် အလတ်စားလုပ်ငန်းများ ဖွံ့ဖြိုးမှုသည် ယခင်နှစ်ထက် ၁ ဒသမ ၁ ရာခိုင်နှုန်း တိုးတက်လာသည်ဟု အာရှဖွံ့ဖြိုးရေးဘဏ် (AGD) က ထုတ်ပြန်ထားသည်။

သို့သော် မြန်မာ့အသေးစားနှင့် အလတ်စားလုပ်ငန်းများသည် နိုင်ငံတကာ လုပ်ငန်းများနှင့် ယှဉ်ပြိုင်နိုင်ရန် ပုဂ္ဂလိက ဘဏ္ဍာရေးငွေကြေး ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှု လိုအပ်ပြီး အစိုးရကလည်း အသေးစားနှင့် အလတ်စားလုပ်ငန်းများအား ထောက်ပံ့ရေးမူဘောင်တစ်ခု ရေးဆွဲရန် လိုအပ်ကြောင်း အာရှဖွံ့ဖြိုးရေးဘဏ်၏ အစီရင်ခံစာတွင် ဖော်ပြထားသည်။

မြန်မာနိုင်ငံတွင် အသေးစားနှင့် အလတ်စားလုပ်ငန်းများကို စာ-၈-သို့

ဓာတ်ပုံ - အင်တာနက်

မြန်မာနိုင်ငံတွင် နိုင်ငံခြားတိုက်ရိုက် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုများ တိုးတက်လျက်ရှိ

မြန်မာနိုင်ငံတွင် နိုင်ငံခြားကုမ္ပဏီများအား လုပ်သာကိုင်သာရှိစေရန် ဖြေလျှော့မှုများ ပြုလုပ်ပေးထားခြင်း၊ ဥပဒေကြောင်းအရ အကာအကွယ်များပေးထားခြင်း၊ လုပ်အားခ သက်သာသော လုပ်သားအရင်းအမြစ်ပေါများခြင်း၊ ပြည်ပဈေးကွက်များနှင့် ချိတ်ဆက်နိုင်ရန် လွယ်ကူခြင်းတို့ကြောင့် နိုင်ငံခြားတိုက်ရိုက် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုများ ယခင်ထက်ပိုမို တိုးတက်လာလျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။ စာ-၈-သို့

အာရှ၌ မြန်မာ့ရေနံနှင့် သဘာဝဓာတ်ငွေ့လုပ်ကွက် အများဆုံး ဖြစ်လာနိုင်

မြန်မာနိုင်ငံရှိ ရေနံနှင့် သဘာဝဓာတ်ငွေ့ လုပ်ကွက်များမှာ အာရှဒေသ၌လုပ်ကွက် အများဆုံးနေရာ ဖြစ်လာတော့မည်ဟု သိရှိရသည်။ စွမ်းအင်ဈေးနှုန်း ကျဆင်းသွားသော်လည်း ပြည်တွင်းပြည်ပ ရင်းနှီးမြှုပ်နှံသူများက ရေနံစူးစမ်းရှာဖွေမှုများ စတင်လုပ်ဆောင်လျက်ရှိနေသည်။ ရေနံဈေးနှုန်းမှာ တဖြည်းဖြည်းမြင့်တက်လာ၍ ကုမ္ပဏီများအနေဖြင့် အောင်မြင်မှုထိန်းသိမ်းရန်နှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မည့် အခြေအနေကို သိရှိလိုကြောင်း စာ-၉-သို့

လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးကဏ္ဍပြန်လည်ထူထောင်ရေးအတွက် ငွေကျပ် ဘီလီယံ ၁၂၀ ခန့် လိုအပ်မည်

ရေကြီးနစ်မြုပ်မှုကြောင့် ပျက်စီးသွားသော လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးကဏ္ဍ ပြန်လည်ထူထောင်ရေးအတွက် ငွေကျပ် ဘီလီယံ ၁၂၀ ခန့် လိုအပ်မည်ဟု မြန်မာနိုင်ငံ ဆန်စပါးအသင်းချုပ် အထွေထွေအတွင်းရေးမှူး ဦးရဲမင်းအောင်က 7 Day Daily သို့ပြောသည်။

လယ်ယာကဏ္ဍ ပြန်လည်ထူထောင်ရာတွင် ငွေကြေးသာမက ဓာတ်မြေဩဇာ အိတ်သုံးသိန်းခန့်၊ လယ်ထွန်စက် အစီးရှစ်ရာနှင့် ရိတ်သိမ်းခြွေလှေ့စက် အစီးငါးရာခန့်လည်း လိုအပ်မည်ဖြစ်သည်။ စာ-၉-သို့

ရေဘေးသင့်ဒေသတွင် အိမ်ထောင်စုလူဦးရေစာရင်းနှင့် နိုင်ငံသားစိစစ်ရေးကတ်ပြားများ ပြန်လည်ထုတ်ပေး

စာ-၈-သို့

ကမ္ဘာလှည့်ခရီးသွားများ မြန်မာ့အနုပညာ ရုပ်သေးရုပ်များကို စိတ်ဝင်စား၍ ဝယ်ယူမှုများပြား

စာ-၉-သို့

အထူးစီးပွားရေးဇုန်များ လျင်မြန်စွာအကောင်အထည်ဖော်နိုင်ခြင်းဖြင့် နိုင်ငံ့စီးပွားဖွံ့ဖြိုးမှုအတွက် များစွာအထောက်အကူဖြစ်လာနိုင် စာ-၈-သို့

အထူးဆောင်းပါး

obm0ab;avsmyg;a&; aqmi&ujci;ron ab;ui;vlckaom vrbOrsm;qo

သင်းရနံ့

ယနေ့ ကမ္ဘာ့နိုင်ငံများသည် ကမ္ဘာကြီးပူနွေးလာမှုနှင့် ရာသီဥတုပြောင်းလဲဖောက်ပြန်မှုတို့၏ ဆိုးကျိုးသက်ရောက်မှုများကို ရင်ဆိုင်တွေ့ကြုံခံစားနေကြရသည်။ အထူးသဖြင့် ယခုနှစ်အပိုင်းအခြားများအတွင်း အာဆီယံနိုင်ငံများ၏ ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုသည် ဆိုးကျိုးသက်ရောက်မှုများဖြစ်စေသော သဘာဝဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်ပွားမှုများနှင့် ဘေးဒဏ်ထိခိုက်ခံစားရမှုများ ပိုမိုခံစားလာကြသည်ကို တွေ့မြင်ကြရပါသည်။ ပြီးခဲ့သည့် ၂၀၁၄ ခုနှစ်အတွင်း (အောက်တိုဘာလအထိ) အာဆီယံနိုင်ငံများအနေဖြင့် ပြင်းထန်သည့် သဘာဝဘေးအန္တရာယ် (၁၄)ကြိမ်နှင့် ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့ခဲ့ကြရသည်။

၂၀၀၉ ခုနှစ်၊ ဒီဇင်ဘာလ ၂၁ ရက်နေ့တွင် ကျင်းပခဲ့သော ကုလသမဂ္ဂ အထွေထွေညီလာခံဆုံးဖြတ်ချက်အမှတ် (၆၄/၂၀၀)အရ အောက်တိုဘာလ ၁၃ ရက်နေ့ကို အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ သဘာဝဘေးလျော့ပါးရေးနေ့အဖြစ် သတ်မှတ်ခဲ့သည်။

သဘာဝဘေးအန္တရာယ် စီမံခန့်ခွဲမှုလုပ်ငန်းများကို အရှိန်အဟုန်မြှင့်တင်ဆောင်ရွက်နိုင်ရန်အတွက် (၂၄)ကြိမ်မြောက် အာဆီယံ Summitတွင် ထုတ်ပြန်ခဲ့သည့် နေပြည်တော်ကြေညာစာတမ်း၏ သဘောတူညီချက် (၂၄)တွင် အာဆီယံ သဘာဝဘေးအန္တရာယ် စီမံခန့်ခွဲမှုဆိုင်ရာ လူသားချင်း စာနာမှုအကူအညီပေးရေး ညှိနှိုင်းမှုဌာန၏ စွမ်းဆောင်နိုင်မှုကို မြှင့်တင်နိုင်ရေးနှင့် သဘာဝဘေးအန္တရာယ်ဆိုင်ရာ စီမံခန့်ခွဲမှုနှင့် အရေးပေါ်တုံ့ပြန်ရေးဆိုင်ရာ အာဆီယံသဘောတူစာချုပ်ကို ဒေသတွင်းမူဘောင်တစ်ရပ်အဖြစ်ခံယူပြီး အာဆီယံ၏ သဘာဝဘေးအန္တရာယ် စီမံခန့်ခွဲမှုလုပ်ငန်းများတွင် ပိုမိုပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရန် သဘောတူခဲ့ကြပါသည်။

ကမ္ဘာ့နိုင်ငံများ၌ သဘာဝဘေးအန္တရာယ်စီမံခန့်ခွဲမှုလုပ်ငန်းများတွင် ကျယ်ပြန့်စွာဆောင်ရွက်နေကြသည့်နည်းတူ မြန်မာနိုင်ငံတွင်လည်း အမျိုးသား သဘာဝဘေးကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေး ဗဟိုကော်မတီကဦးဆောင်ပြီး တိုင်းဒေသကြီး၊ ပြည်နယ်၊ ခရိုင်၊ မြို့နယ်အဆင့်အထိ သဘာဝဘေးအန္တရာယ် ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေးအဖွဲ့များ၊ ကော်မတီများကိုဖွဲ့စည်းကာ သဘာဝဘေးအန္တရာယ်စီမံခန့်ခွဲမှုလုပ်ငန်းများကို ဆောင်ရွက်လျက်ရှိပါသည်။

နိုင်ငံတော်အစိုးရအနေဖြင့် သဘာဝဘေးအန္တရာယ် လျော့ပါးရေးလုပ်ငန်းများကို နိုင်ငံတကာစံနှုန်းနှင့်အညီ အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်နိုင်ရန်အတွက် ယိုဂိုမူဘောင်လုပ်ငန်းစဉ်များနှင့် သဘာဝဘေးအန္တရာယ် လျော့ပါးရေးနှင့် အရေးပေါ်တုံ့ပြန်ရေးဆိုင်ရာ အာဆီယံသဘောတူညီချက်လုပ်ငန်းစဉ်များအတိုင်း ဆောင်ရွက်လျက်ရှိပါသည်။ အာဆီယံနိုင်ငံများအတွင်း သတင်းအချက်အလက် ဖလှယ်ရေးနှင့် အရေးပေါ်တုံ့ပြန်ရေးလုပ်ငန်းများကို လျင်မြန်စွာဆောင်ရွက်နိုင်ရန်အတွက် အင်ဒိုနီးရှားနိုင်ငံ ဂျကာတာမြို့တွင် တည်ထောင်ထားသည့် အာဆီယံသဘာဝဘေးအန္တရာယ်စီမံခန့်ခွဲမှုဆိုင်ရာ လူသားချင်းစာနာမှု၊ အကူအညီပေးရေး ညှိနှိုင်းမှုဌာနနှင့်လည်း ပူးပေါင်းလျက်ရှိပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံသဘာဝဘေးအန္တရာယ်ဆိုင်ရာ စီမံခန့်ခွဲမှုဥပဒေကို ၂၀၁၃ ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လ ၃၁ ရက်နေ့တွင် အတည်ပြုပြဋ္ဌာန်းနိုင်ခဲ့ပါသည်။ ယင်းဥပဒေတွင် ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ချေ အများဆုံးဖြစ်ကြသည့် ကလေးသူငယ်များ၊ မိခင်များနှင့် သက်ကြီးရွယ်အိုများ၊ မသန်စွမ်းသူများနှင့် အမျိုးသမီးများ (အထူးသဖြင့် ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များနှင့် သားသည်မိခင်များ)အား ဦးစားပေးကူညီစောင့်ရှောက်ကြရမည်ဟု ထည့်သွင်းရေးဆွဲပြဋ္ဌာန်းထားပါသည်။

သဘာဝဘေးအန္တရာယ်ဆိုသည်မှာ နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံ၏ စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးလုပ်ငန်းများကို အဟန့်အတားဖြစ်စေသည့် အဓိကစိန်ခေါ်မှုတစ်ရပ်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ဘက်စုံဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးမဟာဗျူဟာလုပ်ငန်းစဉ်များ၊ စီမံကိန်းများတွင် သဘာဝေဘေးအန္တရာယ်လျော့ပါးရေးလုပ်ငန်းစဉ်များ ပေါင်းစပ်ထည့်သွင်းဆောင်ရွက်ကြရပါမည်။ သဘာဝဘေးအန္တရာယ်များ ကျရောက်ဖြစ်ပွားသည့်အခါ ဖြစ်ပွားရာဒေသရှိ ပြည်သူလူထုသည် ပထမဦးဆုံး ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းရပါသည်။ စီမံတုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်ရသည်မှာ ဒေသခံအစိုးရများပင်ဖြစ်သည်။ ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းနိုင်သည့် စွမ်းဆောင်ရည် တိုးတက်မြင့်မားလာစေရန်အတွက် သဘာဝဘေးအန္တရာယ် လျော့ပါးရေးဆိုင်ရာ နည်းပြသင်တန်းများ၊ သဘာဝဘေးအန္တရာယ် စီမံခန့်ခွဲမှုဆိုင်ရာ စွမ်းဆောင်ရည် မြှင့်တင်ခြင်း သင်တန်းများ၊ သဘာဝဘေးအန္တရာယ်လျော့ပါးရေး၊ စေတနာ့ဝန်ထမ်းလူငယ်အဖွဲ့သင်တန်းများကိုလည်း လေ့ကျင့်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိပါသည်။ ထို့ပြင် သဘာဝဘေးအန္တရာယ် စီမံခန့်ခွဲမှုဘာသာရပ်ကို ပြည်သူလူထုအတွင်း ကျယ်ပြန့်စွာ သိရှိလုပ်ဆောင်နိုင်စေရေးအတွက် သဘာဝဘေးအန္တရာယ်စီမံခန့်ခွဲမှုသင်တန်းကျောင်းကို ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး၊ ဟင်္သာတမြို့နယ်တွင် တည်ထောင်ဖွင့်လှစ်သွားမည်ဖြစ်သည်။

မြန်မာနိုင်ငံတွင် ၂၀၀၈ ခုနှစ်က နာဂစ်ဆိုင်ကလုန်းမုန်တိုင်းဘေး၊ ၂၀၁၀ ခုနှစ်တွင် ဂီရိမုန်တိုင်းဘေး၊ ၂၀၁၁ ခုနှစ်တွင် တာလေငလျင်ဘေးနှင့် မကွေးတိုင်းဒေသကြီး လျှပ်တစ်ပြက်ရေကြီးမှု၊ ၂၀၁၂ ခုနှစ်တွင် သပိတ်ကျင်း ငလျင်ဘေးခံစားခဲ့ရ၍ ယခုနှစ် ဇူလိုင်လနှင့် ဩဂုတ်လအတွင်း ပြည်နယ်နှင့်တိုင်းဒေသကြီးအချို့၌ ရေကြီးရေလျှံသည့်ဘေးအန္တရာယ်ကို ဆိုးဆိုးရွားရွား ကြုံတွေ့ခံစားကြရပါသည်။ ၎င်းဒေသများရှိ ရေဘေးသင့်ပြည်သူများအတွက် ကယ်ဆယ်ထောက်ပံ့ရေးလုပ်ငန်းများ၊ ပြန်လည်ထူထောင်ရေးလုပ်ငန်းများ၊ ပြန်လည်ထူထောင်ရေးလုပ်ငန်းများနှင့် ရေရှည်ဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်ရေးလုပ်ငန်းများကို နိုင်ငံတော်၊ ပြည်သူ၊ နိုင်ငံတကာနှင့် ဒေသအဖွဲ့အစည်းများ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်းနည်းလမ်းများဖြင့် စီစဉ်ဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိပါသည်။

သို့ပါ၍ သဘာဝဘေးအန္တရာယ်လျော့ပါးရေးလုပ်ငန်းများကို ကမ္ဘာ့နိုင်ငံများတွင် ဆောင်ရွက်နေကြသကဲ့သို့ မြန်မာနိုင်ငံတွင်လည်း ဘက်စုံကဏ္ဍစုံတွင် ထည့်သွင်းပူးပေါင်းဆောင်ရွက်နေပြီဖြစ်သည့်အတွက် လူတစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းစီက တာဝန်သိစိတ်ဖြင့် ဘေးအန္တရာယ် လျော့ပါးရေးလုပ်ငန်းများ၌ တက်ကြွစွာ ပါဝင်ဆောင်ရွက်ကြရမည်ဖြစ်သည်။ သို့မှသာ သဘာဝဘေးအန္တရာယ်များမှ ဘေးကင်းလုံခြုံသော လူနေမှုဘဝများ တည်ဆောက်နိုင်ကြမည်ဖြစ်ပါသည်။ ***သင်းရနံ့***

usk;vpwu q;rwwo q&m[\

သပြေ

အထုအဆစ်မခံရသောကျောက်သားသည် မည်သို့မျှလှပသော ကျောက်ဆစ်ရုပ်ဖြစ်မလာနိုင်။ ထို့အတူဆောက်ထွင်းမခံရသော သစ်သားပွတ်လုံး၊ အထိမခံရသောသစ်တို့သည် မည်သို့မျှလှပသော ပန်းပုရုပ်ဖြစ်မလာနိုင်ပေ။ အရိုက်အပုတ်မခံရသော ရွှံ့မြေသားသည်လည်း မည်သို့မျှအိုးကောင်းတစ်လုံး ဖြစ်မလာနိုင်ပေ။ ထိုကဲ့သို့ပင် အဆုံးအမ အသွန်အသင် အပဲ့အပြင်မရှိဘဲ လူကောင်းလူတော်တစ်ယောက် လုံးဝဖြစ်မလာနိုင်ပါ။ သို့ဖြစ်ရာ အိုးကောင်းတစ်လုံး၊ လှပသောကျောက်ဆစ်ရုပ်တစ်ရုပ်၊ လက်ရာမြောက်သော ပန်းပုရုပ်တစ်ရုပ်ဖြစ်လာရေးသည် အိုးထိန်းသည်၊ ပန်းပုဆရာ၊ ကျောက်ဆစ်ဆရာတို့ပေါ် များစွာမူတည်နေသကဲ့သို့ တိုင်းပြည်အတွက် လူကောင်းလူတော်တစ်ဦး ပြုစုမွေးထုတ်နိုင်ရေးမှာလည်း ငယ်စဉ်တောင်ကျေး ကလေးဘဝမှစ၍ သင်ကြားပေးခဲ့သည့် ကလေးသူငယ် လူငယ်ကျောင်းသားတို့၏ ဘဝပဲ့ကိုင်ရှင် ဆရာ ဆရာမများပေါ်တွင် များစွာမူတည်နေပါသည်။

"ရှေးရှုမေတ္တာ၊ ကရုဏာနှင့်
နာနာကျင်ကျင်၊ အပြစ်မြင်တိုင်း
ဝမ်းတွင်းမသို၊ ဟုတ်တိုင်းဆို၍
ကျိုးလိုစိတ်က၊ ဆုံးမတတ်သူ
ဆရာဟူ၏"ဟူ၍ ကျေးဇူးတော်ရှင်

မန်လည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဆရာတို့၏ သွန်သင်ဆုံးမတတ်မှုဂုဏ်အင်္ဂါကို ဖွဲ့ဆိုရေးစပ်တော်မူခဲ့ပါသည်။

မြန်မာ့လူမှုနယ်ပယ်တွင် ကျောင်းဆရာ၊ ဆရာမများသည် ကျောင်းသင်ခန်းစာနှင့်ပတ်သက်ပြီး သင်ကြားပေးရရုံသာမကဘဲ လူမှုဆက်ဆံရေး၊ လိမ္မာယဉ်ကျေးမှုရှိရေးတို့ကိုပါ တစ်ပါတည်းသင်ကြားပေးကြရသည်။ ထို့ပြင် အားလုံးအတွက် ပညာရေးပန်းတိုင် (Education for All Goals) ဟု ခေါ်ရမည့် ယနေ့ခေတ်အချိန်အခါတွင် ဆရာ၊ ဆရာမများသည် တိုင်းပြည်အတွက် အဓိကကျသည့်ပုဂ္ဂိုလ်များဖြစ်ကြသည်။

သင်ဆရာ၊ မြင်ဆရာ၊ ကြားဆရာဆိုသည့် ဆရာများအနက် သင်ဆရာသည် အခက်ခဲဆုံးဖြစ်ပါသည်။ ဆရာနှင့် တပည့်တို့၏ သင်ကြားသင်ယူတတ်မြောက်နိုင်မှုအဆင့်အတန်းသည် ဆရာ၏ ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှု၊ ကျွမ်းကျင်မှု၊ စိတ်ရှည်သည်းခံမှု၊ ဗဟုသုတကြွယ်ဝမှုများပေါ်တွင် မူတည်နေပြီး "အတတ်လည်းသင်၊ ပဲ့ပြင်ဆုံးမ၊ သိပ္ပမချန်၊ ဘေးရန်ဆီးကာ၊ သင့်ရာအပ်ပို့၊ ဆရာတို့ကျင့်ဖို့ဝတ်ငါးဖြာ"ဟူသော ဆရာ့ကျင့်ဝတ်များနှင့်အညီ သင်ကြားလေ့ကျင့်ပြုစုပျိုးထောင်ပဲ့ပြင် သွန်သင်သင်ပြ ဆုံးမပေးကြရပါသည်။ စေတနာ၊ ဝါသနာ၊ အနစ်နာဟူသော နာငါးနာကို အရင်းခံ၍ တပည့်တို့၏ ဘဝရှင်သန်တိုးတက်စေရေးအတွက် မြေတောင်မြှောက်ပေးကြရသည့် ဥယျာဉ်မှူးများလည်း ဖြစ်ကြပါသည်။

ထိုသို့ လူ့စွမ်းအားအရင်းအမြစ်များကို ပြုစုပျိုးထောင်ပေးကြသော ဆရာ ဆရာမများ၏ ကြိုးပမ်းစွမ်းဆောင်မှုများကို ကမ္ဘာက အသိအမှတ်ပြုသည့်အနေဖြင့် ၁၉၉၆ ခုနှစ် အောက်တိုဘာ ၅ ရက် ပြင်သစ်နိုင်ငံ ပါရီမြို့၌ ကျင်းပသော ဆရာများ၏ နိုင်ငံတကာ အထူးအစည်းအဝေးတွင် UNESCO နှင့် နိုင်ငံတကာအလုပ်သမားအဖွဲ့ (ILO)တို့က ဆရာ ဆရာမများ၏ လူမှုရေးအခြေအနေနှင့် ပတ်သက်၍ ထောက်ခံအားပေးကြရန် တင်ပြခဲ့သည့်အတွက် အောက်တိုဘာ ၅ ရက်နေ့ကို ကမ္ဘာ့ဆရာများနေ့အဖြစ် သတ်မှတ်ခဲ့သည်။

ကမ္ဘာ့ဆရာများနေ့သည် ပင်ပန်းဆင်းရဲခက်ခဲလှသော ဆရာ ဆရာမများ၏ လူမှုစီးပွားဘဝအခြေအနေကို ပြန်လည်ရှုမြင်သုံးသပ်နိုင်စေရန်နှင့် ဆရာ ဆရာမများ၏ လုပ်ငန်းခွင်အခြေအနေနှင့် အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းပညာအဆင့်အတန်းများ တိုးတက်မြင့်မားလာနိုင်မည့် နည်းလမ်းများကို ရှာဖွေပေးနိုင်ရေး နှိုးဆော်ပေးရန် ရည်ရွယ်ထားသည်။

မြန်မာနိုင်ငံတွင်လည်း ကမ္ဘာ့ဆရာများနေ့အထိမ်းအမှတ်အခမ်းအနားကို နှစ်စဉ် ဂုဏ်ပြုကျင်းပလာခဲ့ရာ ယခုနှစ်တွင် (၁၄) ကြိမ်မြောက်သို့တိုင် ရောက်ရှိလာခဲ့ပြီဖြစ်ပါသည်။ မြန်မာနိုင်ငံသည် အဆင့်မြင့်ပညာရေးကဏ္ဍနှင့် အခြေခံပညာကဏ္ဍတို့ရှိ ဆရာ ဆရာမများ၏ လူမှုစီးပွားဘဝကဏ္ဍများ၌ ပံ့ပိုးဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိပါသည်။ ဆရာ ဆရာမများ၏ ရာထူးအဆင့်ဆင့်တက်လမ်းများပွင့်နိုင်စေရေးနှင့် ပညာရေးစီမံခန့်ခွဲမှု အရည်အသွေးအပိုင်း မြှင့်မားလာစေရေးအတွက်လည်း ဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိသည်။

ဆရာ ဆရာမများအား အနန္တောအနန္တ ငါးပါးနှင့်ထပ်တူထပ်မျှ ရှိသေလေးစားတန်ဖိုးထားပြီး ပူဇော်ကန်တော့ကြသော မြန်မာ့ရိုးရာအစဉ်အလာကောင်းများလည်း ရှိပေရာ ဆရာ ဆရာမများအနေဖြင့် မိမိတို့တစ်ဦးချင်း၏ အရည်အသွေးများ ပြည့်ဝနေအောင် ကြိုးပမ်းနေကြရသကဲ့သို့ ဆရာ ဆရာမများ၏ ဂုဏ်ကို ထိန်းသိမ်းစောင့်စည်းကြရပါသည်။ နိုင်ငံတော်၏ ပညာရေးအဆင့်အသီးသီးတွင် သင်ယူနေသည့် လူငယ်များ၏ဘဝ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် သင်ကြားပေးနေသော၊ အစစအရာရာ စွန့်လွှတ်သင်ကြားပေးနေသည့် မြတ်ဆရာများ၏ နေရာထက် အရေးကြီးသောသူ၊ အစားထိုးပေးနိုင်မည့်သူ ရှိနိုင်မည် မဟုတ်ပါကြောင်း ကမ္ဘာ့ဆရာများနေ့အား ဂုဏ်ပြုရေးသားလိုက်ရပါသည်။ ***သပြေ***

စိုက်ပျိုးရေး

jrerma&mbmt&ntao; tmq,tqirzqv\i

အောင်ဆန်း (စိုက်ပျိုးရေး)

ရော်ဘာသည် စက်မှုလုပ်ငန်းသုံးပစ္စည်းအဖြစ် မရှိမဖြစ် နေရာယူထားသည်။ အပင်မှထွက်သော စက်မှုလုပ်ငန်းသုံးပစ္စည်းများအနက် ရော်ဘာသည် နိုင်ငံခြားငွေမြင့်မားစွာ ရရှိနိုင်သော ထုတ်ကုန်ဖြစ်သည်။ နိုင်ငံတကာဈေးကွက်တွင် ပထမတန်းစား အရည်အသွေးကောင်း ရော်ဘာတစ်တန်လျှင် အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၁၀၀၀ မှ အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၁၂၀၀ ခန့် ဈေးပေါက်နေသည်။ သို့သော် မြန်မာ့ရော်ဘာသည် တစ်တန်လျှင် အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၆၀၀ မှ ၇၀၀ ပင် အနိုင်နိုင်ရောင်းနေရသည်။ ဈေးနှုန်းထက်ဝက်မျှ ကွာနေသည်ကို တွေ့ရသည်။ အဓိကအကြောင်းရင်းကို လေ့လာသုံးသပ်ကြည့်သော် မြန်မာ့ရော်ဘာသည် အရည်အသွေးမမီ၊ ကမ္ဘာ့ဈေးကွက်တွင် ရောင်းပန်းမလှ၊ ဈေးကောင်းမရ ဖြစ်နေသည်။

အဘယ့်ကြောင့် မြန်မာ့ရော်ဘာသည် အရည်အသွေးမမီရသနည်း။ ဆန်းစစ်ကြည့်သော် ရော်ဘာအစေ့လှီးပြီး ရရှိလာသော ရော်ဘာအစေးများကို နည်းစနစ်မှန်မှန် မဆောင်ရွက်ခြင်းက အဓိကတရားခံဖြစ်နေသည်ကို တွေ့ရှိရသည်။

ရော်ဘာအရည်အသွေးကျဆင်းရခြင်းသည် ပြင်ပပယောဂကြောင့် ကျဆင်းရခြင်း၊ နည်းစနစ်လိုက်နာမှု မမှန်ကန်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်ရသည်။ ပြင်ပပယောဂတွင် အသုံးပြုသော ခြံသုံးပစ္စည်းများ (ဥပမာ-အစေးလှီးခြင်း၊ အစေးခံခွက်) မသန့်ရှင်းခြင်း၊ ရော်ဘာကျွမ်းကျင်လုပ်သားရှားပါးလာခြင်း၊ အစေးလှီးခြံ၏ အင်္ဂါရပ်များနှင့် မညီညွတ်ခြင်း စသည်တို့ဖြစ်သည်။ နည်းပညာလိုက်စားမှု မမှန်ကန်ခြင်းတွင် အသုံး ပြုသော ဓာတုဆေးများ နှုန်းထားမမှန်ကန်ခြင်း၊ အသုံးပြုသော ဆေးများ အမျိုးအစားမမှန်ကန်ခြင်း၊ ရော်ဘာအစေးခံခြင်း၊ အခြောက်ခံခြင်း၊ မှိုင်းခံခြင်းစသည့် နည်းစနစ်အဆင့်ဆင့်တို့တွင် အားနည်းချက်၊ ချို့ယွင်းချက်များ ရှိနေခြင်းတို့သည် အကြောင်းရင်းခံများ ဖြစ်ကြသည်။

အရည်အသွေးကောင်းရော်ဘာ ရရှိစေရန် လိုက်နာရမည့် နည်းပညာများ၊ နည်းစနစ်များ များစွာရှိပါသည်။ ဤနည်းပညာများကို စနစ်တကျ လိုက်နာကျင့်သုံးမှသာလျှင် ရော်ဘာခြံရှင်ကြီးများသည် အဆင့်မြင့်အရည်အသွေးကောင်း ရော်ဘာများကို ရရှိနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

ပထမဦးစွာ ရော်ဘာခြံအစေးလှီးလုပ်သားများသည် ရော်ဘာအစေ့လှီးဓား၊ အစေးစီးကျမည့် ရေတံလျှောက်၊ အစေးခံခွက်များကို သန့်ရှင်းစင်ကြယ်အောင် ဆေးကြောပြီးမှသာ အသုံးပြုရမည်ဖြစ်သည်။ အစေးလှီးဓား၊ အစေးကျမည့် ရေတံလျှောက်၊ အစေးခံခွက်များသည် ညစ်ပတ်ပေရေနေပြီး အမှုန်အမွှား၊ သံချေး၊ သံမှုန်များကပ်နေပါက ရော်ဘာအစေးတွင် ရောနှောပါလာပြီး ရော်ဘာစေးအရည်အသွေးကို ထိခိုက်စေပါသည်။ အစေးလှီးပြီး အစေးသိမ်းဆည်းချိန်ရောက်ပါကလည်း ရော်ဘာအစေးများကို စုဆောင်းမည့်ပုံး၊ ခွက်များကို သန့်ရှင်းစင်ကြယ်အောင် ဆေးကြောပြီးမှ အသုံးပြုရမည်ဖြစ်သည်။ သာမန်လုပ်ငန်းတွင် အစေးစုစည်းပုံးများ၊ ခွက်များကို ဆေးကြောခြင်းမပြုဘဲ နေ့စဉ်ဆက်တိုက် အသုံးပြုနေကြသည်ကို တွေ့ရှိရသည်။ ၎င်းမှတစ်ဆင့် ရော်ဘာအစေးစုစည်းမည့် ပုံးများရှိ အမှုန်အမွှား၊ အမှိုက်များသည် ရော်ဘာစေးအရည်တွင် ရောနှောပါလာပြီး အချဉ်ဖောက်ကာ အရည်အသွေးကို ကျစေပါသည်။

ရော်ဘာအစေးခဲရာတွင် ရေကို မဖြစ်မနေ အသုံးပြုရပါသည်။ ရေသည် သန့်ရှင်းသောရေဖြစ်ရန် လိုပါသည်။ ရေညစ်ပတ်ပါက ရော်ဘာအစေးလည်း ညစ်ပတ်သွားမည်ဖြစ်သည်။ ရေကို ညသိပ်ထားပြီး ၈၀ စကာဖြင့် သေချာစွာစစ်ပြီးမှသာ အစေးခဲရာတွင် အသုံးပြုရန် အထူးသတိပြုရမည့်အချက်ဖြစ်သည်။ လက်တွေ့တွင် ရော်ဘာခြံများ၌ ရော်ဘာအစေးခဲရန် ရေကို ရရာရေဖြင့် အသုံးပြုနေကြသည်ကို တွေ့ရသည်။ နောက်တစ်ချက်မှာ ရော်ဘာအစေးရည်ကို ၄၀၊ ၆၀၊ ၈၀ အပေါက်အရွယ်ဇကာများဖြင့် အထပ်ထပ်ပြောင်စင်အောင်စစ်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ ခြံများတွင် ဇကာများ အရွယ်အစား အလုံအလောက်အသုံးမပြုဘဲ ရော်ဘာစေးအရည်ကို စစ်နေကြသည်ကို တွေ့ရှိရပါသည်။ မည်သို့မျှ အရည်အသွေးကောင်း ရော်ဘာပြား မရရှိနိုင်ပါ။

ရော်ဘာအစေးခဲကန်များကို အသုံးပြုရာတွင် စနစ်တကျတည်ဆောက်ထားသော သို့မဟုတ် စနစ်တကျ ပြုပြင်ထုတ်လုပ်ထားသော အစေးခဲကန်များကိုသာ အသုံးပြုရမည်ဖြစ်သည်။ စနစ်တကျမရှိသော အစေးခဲကန်သည် မည်သို့မျှ အရည်အသွေးကောင်းသော ရော်ဘာပြားကို ထုတ်လုပ်ပေးနိုင်မည်မဟုတ်ပါ။ ရော်ဘာအစေးခဲရာတွင် ဖောမစ်အက်ဆစ်အသုံးပြုပါက ရော်ဘာ၏ ဂုဏ်သတ္တိရော၊ ဓာတ်ဂုဏ်သတ္တိပါ ကောင်းစေပါသည်။ ဖောမစ်အက်ဆစ်တစ်အောင်စလျှင် ရော်ဘာ ၁၃ ပေါင်မှ ၁၈ ပေါင်သာ အသုံးပြုရန်ဖြစ်ပါသည်။ ဆာလဖြူရစ်အက်ဆစ် အသုံးပြုနေပါက မည်သို့မျှ ရော်ဘာအရည်အသွေးကောင်းကို မပေးနိုင်ပါ။ ဆာလဖြူရစ်အက်ဆစ်အသုံးပြုပါက မှိုင်းခံရာတွင် ရော်ဘာပြား ပြတ်ကျစေသည်။ ဆာလဖြူရစ်အက်ဆစ်သည် In-Organic Acid ဖြစ်ပြီး၊ ဖောမစ်အက်ဆစ်သည် Organic Acid ဖြစ်ပါသည်။

ရော်ဘာအစေးခံပြီး တစ်နာရီခွဲမှ နှစ်နာရီကြာလျှင် အစေးခဲကန်အတွင်းသို့ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်သောရေဖြင့် ရေလျှံကျသည်အထိ ရေထပ်မံဖြည့်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ ရော်ဘာအစေးခံစေရန် အသုံးပြုသည့် ဖောမစ်အက်ဆစ်ပမာဏသည် ထည့်သွင်းသောအစေးခဲပစ္စည်း၊ အစေးခဲသောအချိန်၊ ရာသီဥတု၊ အစေးအရည်၏ သဘာဝပေါ်မူတည်၍ အက်ဆစ်လိုအပ်ချက် ပြောင်းလဲနိုင်ပါသည်။ အက်ဆစ်ကိုအသုံးပြုရာတွင် ရေရောပြီးအက်ဆစ်အပျော့ကိုသာ အသုံးပြုရမည်။ အက်ဆစ်ပျော့အရည်နှင့် ရော်ဘာအစေးရည်ကို သမအောင်မွှေပေးရမည်ဖြစ်သည်။

အစေးခဲပြီးပါက အစေးခဲဇန်း သို့မဟုတ် ကန်ကို ဖုံ၊ ခဲ၊ သလဲမဝင်အောင် ပလတ်စတစ်ဖြင့် ဖုံးပေးထားရန်လိုပါသည်။ ရေစစ်ပြီးပါက ရော်ဘာပြားများကို ကြိတ်လုံးဖြင့် လိုအပ်သည့် အရွယ်အစားရောက်အောင် ကြိတ်ပေးရမည်။ ရော်ဘာအစေးပြား၏အထူကို သုံးမီလီမီတာမှ လေးမီလီမီတာရရှိအောင် ကြိတ်ရမည်။ ဤသို့ကြိတ်နေစဉ်အတွင်း ကြိတ်လုံးကို ရေသန့်သန့်ဖြင့် စဉ်ဆက်မပြတ် ဆေးကြောပေးနေရန် လိုအပ်သည်။ အစေးခဲရာတွင် DRC (Dry Rubber Content) ၁ မှ ၁ခွဲထိသာရှိစေရန် လိုအပ်သလို ရေရောစပ်ပေးရမည်ဖြစ်သည်။

ရော်ဘာပြားများကို မှိုမတက်စေရန် တန်းတွင် ရေကောင်းစွာစစ်ပြီးမှသာ မှိုင်းရုံသို့ မှိုင်းခံရန် သွင်းရမည်ဖြစ်သည်။ မှိုင်းရုံ၏အပူချိန်ကို နေ့အလိုက် မြင့်တင်ပေးထားရန် လိုအပ်ပါသည်။ အပူချိန်ပြင်းလွန်းပါက ရော်ဘာပြားတွင် လေပူပေါင်းများ၊ အစင်းများ၊ အစက်အပျောက်များ ထစေပြီး အရည်အသွေးကျစေပါသည်။

ပထမနေ့ ၁၁၀ ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက်၊ ဒုတိယနေ့ ၁၂၀ ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက်၊ တတိယနေ့ ၁၃၀၊ စတုတ္ထနေ့ ၁၄၀ ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက်ထားရှိရန် လိုအပ်ပါသည်။

အရည်အသွေးကောင်း ရော်ဘာရရှိစေရန် ထုတ်လုပ်ရာတွင် ဓာတုပစ္စည်းများကို အသုံးပြုရပါသည်။ ရော်ဘာပြားအရောင်တောက်ပစေရန် ဆိုဒီယမ်မက်တာဘိုင်ဆာလ်ဖိုက် ၃-၁ အောင်စကို ရော်ဘာပေါင် ၁၀၀ အတွက် အစေးခံချိန်တွင် ရောစပ်အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

ရော်ဘာပြားများကို မှိုမတက်စေရန် အတွက် PNP (Para Ntro Phenol) ဖျော်ရည် (Stock Solution) ၅ ဂါလန်ကို ရေဂါလန် ၅၀ နှင့်ရောပြီး ရော်ဘာပေါင် ၁၀၀ ကို ဆေးကြောပေးရန် လိုအပ်သည်။ ရော်ဘာအစေးပြားများ တစ်ခုနှင့်တစ်ခု၊ တစ်ထုပ်နှင့်တစ်ထုပ် မကပ်စေရန် တယ်လ်ကန်ပေါင်ဒါကို အသုံးပြုရန် လိုအပ်ပါသည်။ ရော်ဘာအစေးမခဲစေရန် အတွက် အမိုးနီးယားအရည် ဂါလန်ဝက်ကို ရော်ဘာပေါင် ၁၀၀၀ အတွက် အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

မှိုင်းခံပြီး ရော်ဘာပြားများကို ကျွမ်းကျင်သူဖြင့် အတန်းအစား (Grading) ခွဲခြားရန် လိုအပ်ပါသည်။ အရည်အသွေးပြည့်မီသော ရော်ဘာပြားသည် နေရောင်တွင် ထောင်ကြည့်ပါက ကြည်လင်တောက်ပနေပြီး တစ်ပြားလုံး ပယင်းရောင်ထနေသည်။ အစက်အပြောက်၊ အစင်းလုံးဝမပါရှိသည်ကို တွေ့ရှိရပါသည်။ ရော်ဘာကို ထုပ်ပိုးရာတွင် Press Box ကို အသုံးပြု၍ ကျစ်လစ်အောင်ထုတ်ပိုးပြီး ပြည်ပသို့ တင်ပို့နိုင်ပါသည်။

အထက်ပါနည်းပညာများကို လိုက်နာကျင့်သုံးခြင်းဖြင့် ကမ္ဘာ့အဆင့်မီ အရည်အသွေးကောင်းရော်ဘာများ ထုတ်လုပ်နိုင်ပါကြောင်း တင်ပြလိုက်ရပါသည်။

အောင်ဆန်း(စိုက်ပျိုးရေး)

ထုတ်ဝေသူ
0;at;u,? rwywitrw(00815)
ပုံနှိပ်ခြင်း
yEya&;Eipmtyxwa0a&;vyie;
pmayArmeyEypu½(00739)
စာတည်းမှူး
xutvi;(rq,)
စာတည်းများ
pE;? oi;&e? tyrL;aZm? &i;oecsK?
ZiceEi? oajy?
aqmi;0w? atmio(a&w;ajr)
လိုဂိုစာလုံးဒီဇိုင်း
ye;cswixP;
မျက်နှာဖုံးဒီဇိုင်း
ouci0i;
အတွင်းသရုပ်ဖော်
aZm0w? vx#0;? usuvwboP;?
a&u0;? p;p
ကွန်ပျူတာအဖွဲ့
pEmri;? ouci0i;? &nreo? o*p;
ကြော်ငြာတာဝန်ခံ
rsK;ri;atmi
ဆက်သွယ်ရန်
trw(228)? orjzLvr;? &euelrK/
ze;-371342? 201936
apmia& 39340? wez; 200 usy

ouBu;&, tbO om,mvya&; vom;tm;v; unaqmi&uay;

တစ်နေ့တာ၏ အလှဆုံးအချိန်ကို ညွှန်ပြရမည်ဆိုပါက နေဝင်ဆည်းဆာအချိန်ကိုသာ ပြသရပေမည်။ နေမင်းကြီး၏ တစ်နေ့တာ တာဝန်ထမ်းဆောင်မှုအပြီး နှုတ်ဆက်ထွက်ခွာသည့် နေဝင်ချိန်ဆည်းဆာအလှသည် ဘယ်ပန်းချီရေးလို့မမီသည့်အချိန်။ နေထွက်ချိန်မှသည် နေဝင်ချိန်အတွင်း လေပြင်းတိုက်ခတ်မှု၊ မိုးတိမ်ဖြစ်ထွန်းမှု၊ မိုးရွာသွန်းမှု စသည့်အခက်အခဲများကို ကျော်ဖြတ်ပြီးမှသာ တည်ငြိမ်အေးချမ်းသည့် နေဝင်ချိန်ဆည်းဆာကို ပိုင်ဆိုင်ခွင့်ရရှိလေသည်။

ထို့အတူ လူမှုဘဝသည်လည်း မွေးကင်းစမှ အရွယ်လွန်အိုမင်းချိန်အတွင်း လူ့ဘဝ၏ အနိမ့်အမြင့်၊ အတက်အကျ လောကဓံတရားတို့ကို ကျော်ဖြတ်ပြီးမှသာ ရိုးသားခြင်း၊ ရောင့်ရဲခြင်း၊ ချုပ်တည်းနိုင်ခြင်း၊ စောင့်ထိန်းနိုင်ခြင်း၊ သည်းခံနိုင်ခြင်းတို့ကို ပိုင်ဆိုင်ခဲ့ကြသည်။ ထို့ပြင် ချစ်ခြင်း၊ မေတ္တာတရားနှင့် ကြင်နာသနားမှုကို ဖြန့်ဝေပေးခြင်း၊ ရုပ်နမ်သဘာဝကို သိတတ်လာခြင်း စသည့် ငြိမ်းအေးမှုကို လူ့ဘဝ၏ နေဝင်ချိန်ဖြစ်သည့် သက်ကြီးရွယ်အိုဘဝရောက်မှသာလျှင် ပိုင်ဆိုင်ကြလေသည်။ လောကဓံကို ကြံ့ကြံ့ခံရင်း အသက်အရွယ်ကြီးရင့်လာသည့် သက်ကြီးရွယ်အိုများကို မိရင်းဖရင်းကဲ့သို့ မှတ်ယူ၍ ပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်းသည် မြန်မာတို့၏ ယဉ်ကျေးမှုပင်ဖြစ်သည်။ မိဘဘိုးဘွားများကို ကျေးဇူးဆပ်ရာတွင် တရားဖြင့်ပေးဆပ်ခြင်းသည် အမြင့်မြတ်ဆုံးဖြစ်ပါသည်။ သီလမရှိသော ဘိုးဘွားများကို သီလစောင့်ထိန်းနိုင်ရန်၊ ဒါနမရှိသော ဘိုးဘွားများကို ပေးကမ်းစွန့်ကြဲနိုင်ရန်၊ ဝိပဿနာဘာဝနာလုပ်ငန်းများ မလုပ်နိုင်သော ဘိုးဘွားများကို လုပ်ကိုင်ကျင့်ကြံနိုင်ရန်၊ ကုသိုလ်ကင်းဝေးနေသူများကို ကုသိုလ်စိတ်များ ထုံးမွမ်းလာစေရန် စီစဉ်ဆောင်ရွက်ပေးရပါမည်။ ဘိုးဘွားများ၏ ဘဝနေဝင်ချိန်ကို ရွှန်းလဲ့တောက်ပနေစေရန် ဘက်စုံကူညီသင့်ပါသည်။

အိုခြင်းတရားကို မည်သည့်လူသားမျှ ရှောင်လွှဲ၍မရပါ။ လူသားတိုင်း အိုချိန်ရောက်ပါက ဘိုးဘွားများကဲ့သို့ အိုရမည်ဖြစ်ပေသည်။ မအိုချင်၍ မရပေ။ လူအိုဘဝ ရောက်ရှိချိန်တွင် စွမ်းဆောင်အားများ ယုတ်လျော့ကုန်သည်။ တက်ကြွမှုတွေ ကျဆင်းကုန်သည်။ ဤသို့အခြေအနေများတွင် တစ်ပါးသူ၏ အကူအညီများ လိုအပ်ပါသည်။ အားနည်းသူကို ဖေးမကူညီသင့်ပေသည်။ ဘိုးဘွားရိပ်သာများတည်ဆောက်ပြီး စောင့်ရှောက်ရပေမည်။ ဘိုးဘွားရိပ်သာသို့ ရောက်ရှိခိုလှုံကြသည့် အဘိုးအဘွားများသည် ထောင်ဂဏန်းမျှသာရှိသည်။ တစ်နိုင်ငံလုံးတွင် ဘိုးဘွားဦးရေသည် လေးသန်းကျော်ရှိသည့်အနက် ခိုကိုးရာမဲ့အဘိုးအဘွားများ ရှိနိုင်ပြီး ကူညီထောက်ပံ့မှုများလိုအပ်နေမည်သာဖြစ်ပေသည်။ ကမ္ဘာ့ကုလသမဂ္ဂကြီးကလည်း နှစ်စဉ် အောက်တိုဘာလ ၁ ရက်နေ့ကို "အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ သက်ကြီးရွယ်အိုများနေ့" အဖြစ် သတ်မှတ်ကာ အခမ်းအနားများကျင်းပ၍ သက်ကြီးရွယ်အိုများကို ကူညီထောက်ပံ့ပေးလျက်ရှိပေသည်။

လူသားတို့၏ ဘဝနေဝင်ချိန်သည် သက်ကြီးရွယ်အိုအချိန်ကာလပင်ဖြစ်သည်။ ဇရာကာလတွင် စိတ်၏ဖြစ်ချင်သည့်ဆန္ဒကို ကိုယ်ခန္ဓာက မလိုက်နိုင်တော့ပေ။ လူကြီးသူမ သက်ကြီးရွယ်အိုများကို ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ခြင်းသည် မင်္ဂလာတစ်ပါးဖြစ်သည်နှင့်အညီ ကူညီစောင့်ရှောက်မှုလိုအပ်နေသည့် ဘိုးရွယ်၊ ဘွားရွယ် သက်ကြီးရွယ်အိုတို့၏ နေဝင်ဆည်းဆာချိန် ဘဝသာယာလှပစေရေးအတွက် လူသားအားလုံးက ဝိုင်းဝန်းကူညီ ဆောင်ရွက်ပေးကြရန် လိုအပ်ပါသည်။

၁၃၇၇ ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလဆုတ် ၃ ရက်။ ***စာတည်းမှူး***

a&iuaysmpuysK; Oiaiw;rn

ကိုဇော်(မလက်တို)

ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး မြစ်ဝကျွန်းပေါ်ရှိ ကျေးလက်နေပြည်သူများသည် စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်း၊ မွေးမြူရေး၊ သဘာဝအင်းလုပ်ငန်း စသည်တို့တွင် တွင်ကျယ်စွာ လုပ်ကိုင်ကြသည်။ စိုက်ပျိုးရေးကို လုပ်ကိုင်ရာတွင် မြေလွတ်မြေရိုင်းပေါများခြင်း၊ မြေဆီမြေနှစ်ကောင်းမွန်ခြင်း၊ သဘာဝနုန်းတင်မြေများရှိခြင်း၊ ရာသီဥတုကောင်းမွန်ခြင်းတို့ကြောင့် အောင်မြင်ဖြစ်ထွန်းကြသည်။

စိုက်ပျိုးရေးတွင် လယ်ယာလုပ်ငန်း၊ ဥယျာဉ်ခြံလုပ်ငန်း၊ ကိုင်းလုပ်ငန်းဟူ၍ သုံးမျိုးရှိရာ တောင်သူအများစုသည် လယ်ယာလုပ်ငန်းနှင့် ဥယျာဉ်ခြံလုပ်ငန်းကို တွဲဖက်လုပ်ကိုင်လေ့ရှိကြသည်။ ဥယျာဉ်ခြံလုပ်ငန်းတွင် နှစ်ရှည်သီးနှံများဖြစ်သည့် သရက်၊ အုန်း၊ ကွမ်းသီး၊ ရှောက်၊ သံပရာ၊ မာလကာ၊ ပိန္နဲ စသည်တို့အပြင် နှစ်တိုသီးနှံများဖြစ်သည့် သင်္ဘော၊ ငှက်ပျော၊ ကွမ်း၊ ငရုတ်၊ ခရမ်း၊ ဂေါ်ဖီ စသည့် ဟင်းသီးဟင်းရွက်များကိုလည်း အလှည့်ကျစိုက်ပျိုးကြသည်။ နှစ်တိုသီးနှံများထဲတွင် ငှက်ပျောစိုက်ပျိုးခြင်းသည် အချိန်တိုအတွင်း ဝင်ငွေကောင်းသော စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းတစ်ရပ်ဖြစ်သည်။

ငှက်ပျောစိုက်ပျိုးရာတွင် ရခိုင်ငှက်ပျော၊ ငွေငှက်ပျော၊ ရွှေငှက်ပျော၊ ဖီးကြမ်း၊ သီးမွေး(ခွံဝါ)၊ ဝက်မလွတ်၊ ငှက်ပျောချဉ်စသည့် ငှက်ပျောမျိုးများရှိရာ ရွှေငှက်ပျောသည် လူကြိုက်များပြီး ဈေးကောင်းရသော ငှက်ပျောတစ်မျိုးဖြစ်သည်။ ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး၊ မအူပင်မြို့နယ်၊ မလက်တိုကျေးရွာတွင် ရွှေငှက်ပျောအများဆုံးထွက်သည်။ ဤဆောင်းပါးတွင် ကျေးလက်နေပြည်သူတို့၏ ဒေသတွင်းဝင်ငွေကို တစ်ဖက်တစ်လမ်းမှ အထောက်အကူပြုသော ရွှေငှက်ပျောစိုက်ပျိုးခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ တင်ပြသွားပါမည်။

ရွှေငှက်ပျောစိုက်ပျိုးမည့် တောင်သူတစ်ဦးအနေဖြင့် ရှေးဦးစွာ စိုက်ပျိုးမြေမျက်နှာပြင်ကို ပေါက်တူးဖြင့် ပေါက်ပေးရသည်။ နွားချေးဆွေး၊ မြေဆွေးချပေးနိုင်လျှင် ပို၍ကောင်းသည်။ ရွှေငှက်ပျောစိုက်ပျိုးရာတွင် ပျိုးပင်သည် အလျားသုံးပေရှိရမည်ဖြစ်ပြီး တစ်ပင်လျှင် ကိုးပေပတ်လည်အကွာတွင် ရှိရမည်ဖြစ်သည်။

ထို့နောက် အနက်တစ်ပေရှိ တွင်းတူးပြီး ငှက်ပျောခေါင်းမြုပ်အောင် စိုက်ရသည်။ စိုက်ပျိုးပြီး သက်တမ်း ၁၅ ရက်ကြာသောအခါ အစာကျွေးနိုင်ပြီဖြစ်သည်။ အစာ ကျွေးလျှင် ရေလေးဂါလန်ပုံး တစ်ပုံးကို ဓာတ်မြေဩဇာနို့ဆီဘူး လေးလုံးခန့် ထည့်ဖျော်ရမည်။ တစ်ပင်လျှင် ဓာတ်ဆားဖျော်ရည် နို့ဆီဘူးနှစ်လုံးခန့်လောင်းလျှင် လုံလောက်သည်။ နွေရာသီတွင် စိုက်ပျိုးပါက မြေအစိုဓာတ်မပျောက်အောင် အပင်ခြေရင်းကို မြက်ထူထူဖြင့် အုပ်ပေးရသည်။ ထို့နောက် ၁၀ ရက်တစ်ပတ် အစာကျွေးနိုင်ပြီဖြစ်သည်။ နွေရာသီတွင် စိုက်ပျိုးပါက မေလဆန်းပိုင်း မိုးတစ်ကြိမ်နှစ်ကြိမ် ရွာသွန်းပြီးနောက် မြေလွှာထိုး ပေါင်တင်ပေးရသည်။

မိုးရာသီတွင် စိုက်ပျိုးပါက စိုက်ပျိုးပြီး နှစ်လခန့်ကြာသောအခါ ပေါင်တင်နိုင်ပြီဖြစ်သည်။ အပင်သက်တမ်း နှစ်လပြည့်လျှင် အပင်ခြေရင်း၌ တစ်ပင်ကို ပုလဲဓာတ်မြေဩဇာသုံးဆ၊ အသီးဩဇာနှစ်ဆ၊ ပိုတက်မြေဩဇာတစ်ဆ ရောစပ်၍ အပင်ခြေရင်းဘေးပတ်လည်တွင် ဖြူးပေးရသည်။ အစာဖြူးပြီးသော နေရာတစ်ဝိုက်ကို မြေလွှာပါးပါး အုပ်ပေးရသည်။ မြေဆီမြေနှစ်ကောင်းမွန်ပြီး အစာကျွေးနှုန်းမှန်ကန်ပါက စိုက်ပျိုးပြီး ခုနစ်လသားအရွယ်တွင် မင်္ဂလာရွက်စထွက်သည်။ မင်္ဂလာရွက်ထွက်ပြီး ၁၀ ရက်ခန့်ကြာသောအခါ ငှက်ပျောဖူးထွက်လာသည်။ ငှက်ပျောဖူးသက်တမ်း ၁၀ ရက်ကြာသောအခါ ငှက်ပျောခိုင်ဖြစ်၍ ငှက်ပျောဖူးဖြတ်နိုင်ပြီဖြစ်သည်။

နောင်နှစ်အတွက် ပင်ကျန်ထားမည်ဆိုပါက ငှက်ပျောဖူးဖြတ်ပြီးချိန်တွင် သားပင်တစ်ပင်ထားရှိ၍ ကျန်အပင်အားလုံးကို သတ်ပစ်ရမည်။ ငှက်ပျောခိုင်၏ သဘာဝ နေလောင်လျှင် အရောင်ပြောင်းတတ်သောကြောင့် နေလောင်မှုမရှိစေရန် ငှက်ပျောခိုင်ကို ငှက်ပျောရွက်များဖြင့် ဖုံးအုပ်ပေးထားရသည်။ ငှက်ပျောရွက်အုပ်ထားသော ငှက်ပျောခိုင်များ ကြွက်ခိုအောင်းမှုမရှိစေရန် ခုနစ်ရက်တစ်ကြိမ် ကြွက်ခြောက်ပေးရသည်။ ငှက်ပျောခိုင်အဆင့်သို့ရောက်လျှင် အစာကျွေးရန် မလိုတော့ပေ။

ငှက်ပျောဖူးဖြတ်ပြီး နှစ်လခွဲခန့်ကြာသောအခါ ဈေးကွက်ဝင်ငှက်ပျောခိုင်အဖြစ်သို့ ရောက်ရှိပြီးဖြစ်သည်။ အထူးသဖြင့် စိုက်ပျိုးရေးတောင်သူများ သတိထားရမည့်အချက်မှာ ငှက်ပျောပင်သက်တမ်းသည် အချိန်ကြန့်ကြာမှုမရှိဘဲ မြေအနေအထားကောင်းပြီး ပြုပြင်မှုအားကောင်းပါက စိုက်ပျိုးပြီး ကိုးပေခွဲအကြာတွင် ဈေးကွက်သို့ တင်ပို့နိုင်ပြီးဖြစ်သည်။ နည်းစနစ်မှန်ကန်စွာပြုပြင်ထားသော ရွှေငှက်ပျောခိုင်တစ်ခိုင်လျှင် ငှက်ပျောဖီးရေ လေးဖီးနှင့် ခြောက်ဖီးကြားတွင်ရှိသည်။ ဈေးကွက်တွင် ရွှေငှက်ပျောတစ်ဖီးလျှင် အနည်းဆုံး ၂၀၀၀ မှ ၂၅၀၀ ကျပ်ခန့်ရှိပြီး ငှက်ပျောခိုင်တစ်ခိုင်လျှင် ၉၀၀၀ မှ ၁၀၀၀၀ ကျပ်ဝန်းကျင်ခန့်ရှိသည်။

ထို့ကြောင့် ကျေးလက်နေစိုက်ပျိုးရေးတောင်သူများအနေဖြင့် ရွှေငှက်ပျောကို မိသားစုတစ်နိုင်တစ်ပိုင် သို့မဟုတ် စီးပွားဖြစ်စိုက်ပျိုးသင့်သည်။ ထိုကဲ့သို့ စိုက်ပျိုးခြင်းသည် ဒေသတွင်းဝင်ငွေကို တိုးစေပြီး ကျေးလက်ဒေသလည်း ဖွံ့ဖြိုးလာမည်ဖြစ်ကြောင်း ဝင်ငွေတိုးမည့် ရွှေငှက်ပျောစိုက်ပျိုးခြင်းအကြောင်း လေ့လာတင်ပြလိုက်ပါသည်။ ***ကိုဇော်(မလက်တို)***

ဒို့ ကျေးရွာ ကာတွန်း

စိုက်ပျိုးရေး

a&ab;oia'or\ o;Epuci; ayg\i;tE&m,

မောင်ငြိမ်းအောင်(တန့်ဆည်)

ဇွန်လနောက်ဆုံးပတ်နဲ့ ဇူလိုင်လဆန်း ပိုင်းကစပြီး ရခိုင်ပြည်နယ်၊ ချင်းပြည်နယ်၊ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး၊ မကွေးတိုင်းဒေသကြီး၊ ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီးအနောက်ပိုင်း၊ ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး၊ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီးတွေမှာ မြို့နယ်အချို့၊ ရွာတွေ၊ သီးနှံစိုက်ခင်းတွေ ရေကြီးနစ်မြုပ်ဒဏ် ခံခဲ့ကြရပါတယ်။

တချို့လည်း ရေပြန်ပေါ်တဲ့ စိုက်ခင်း (အထူးသဖြင့် စပါးခင်း)တွေ ပြန်လည်ပြုပြင်ဖာထေးပြီး ပုလဲဓာတ်မြေဩဇာ ကျွေးဖို့၊ တချို့ သေသွားတဲ့စပါးခင်းတွေ အချိန်မီအောင် ပြန်ကြဲကြဖို့၊ တချို့ ရေမကျသေးတဲ့ စိုက်ခင်းတွေ ရေကျအောင် စောင့်နေကြပြီး ရေကျကျခြင်း အဆင်သင့်ပြန်စိုက်ကြဖို့ ကိုယ်စီကိုယ်စီ ပြန်လည်အားမွေးပြီး စိုင်းပြင်းနေကြပါပြီ။

အားလုံးရှိသမျှ ရွာတွေ၊ လယ်ကွင်းတွေ၊ သီးနှံစိုက်ခင်းတွေကို ရေဘေးသင့်ခံရတာဖြစ်တဲ့အတွက် လယ်ယာကဏ္ဍ ပြန်လည်ထူထောင်ရေးလုပ်ငန်းမှာ မျိုး၊ ဓာတ်မြေဩဇာ၊ ငွေကြေး၊ လယ်ယာသုံးစက်ကိရိယာ၊ ကျွဲ၊ နွား စတာတွေအကုန် လိုအပ်နေမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဒါတွေကို ထောက်ပံ့ဖို့လည်း လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးနဲ့ ဆည်မြောင်းဝန်ကြီးဌာန၊ အဆင့်ဆင့်သော အုပ်ချုပ်ရေးအဖွဲ့အစည်းနဲ့ လူမှုရေးအဖွဲ့အစည်းတွေက ဝိုင်းကူပေးကြမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါတွေအတွက် ထိုက်သင့်သလောက် အဆင်ပြေသွားလိမ့်မယ်လို့ ယုံကြည်ပါတယ်။

ရေဘေးသင့်ခံနေရတဲ့ တိုင်းဒေသကြီးများနဲ့ ပြည်နယ်များရှိ စိုက်ပျိုးရေးပညာရှင်များကို ဖုန်းနဲ့ သတင်းအချက်အလက်မေးတော့လည်း “မျိုး၊ မြေဩဇာတော့ စဖြန့်နေပါပြီ၊ ငွေလည်း ချေးပေးနေပြီ၊ အဓိက လယ်နဲ့ယာသီးနှံစိုက်ခင်းတွေမှာ ပိုးမွှားရောဂါထက် ကနဦး ဒုက္ခပေးတာကတော့ ပေါင်းမျိုးစုံပဲဆရာလို့” ပြောကြပါတယ်။

ရေဘေးစတင်ခံရစဉ်တုန်းက ဒေသတွေမှာ ရေဟာ ငြိမ်မနေဘဲ ရှိသမျှ သစ်ပင်၊ သစ်ကိုင်း၊ သစ်စေ့၊ သစ်ရွက်၊ အပွင့်တွေကို အရှိန်နဲ့တိုက်ဖြတ်သယ်ဆောင်လာပြီး မြင့်ရာမှနိမ့်ရာသို့ စီးဆင်းသွားတာပါပဲ။ အဲဒီအခါမှာ တောင်စောင်းလျှိုမြောင်တွေ ဖြတ်ကျော်စီးဆင်းပြီး မြေပြန့်မြို့တွေ၊ ရွာတွေ လယ်ယာသီးနှံစိုက်ခင်းတွေအရောက် ခြေဆန့်တော့တာပါပဲ။ အဲဒီရေစီးနဲ့အတူ လမ်းတစ်လျှောက်မှာရှိတဲ့ ပေါင်းပင်တွေရဲ့အပင်တွေ၊ ကိုင်းတွေ၊ အသီး၊ အပွင့်တွေ၊ အရွက်တွေ၊ အမြစ်တွေ၊ ဥတွေကို တိုက်ဖြတ်သယ်ဆောင်ခဲ့တာပါပဲ။ ရေစီးနည်းနည်းငြိမ်သွားတဲ့ နေရာရောက်ရင် ရေနဲ့အတူပါလာတဲ့ နုန်းတွေလည်း ဖို့ချပြီး ပေါင်းပင်အစိတ်အပိုင်းတွေလည်း အနည်ထိုင်ခဲ့ပါတယ်။ တချို့ ကျန်တဲ့ပေါင်းပင်အစိတ်အပိုင်းတွေ ရေစီးနဲ့အတူ ရှေ့ဆက်ပါသွားပြီး တစ်နေရာရာ လယ်ကွင်းတွေရောက်ရင် အနည်ထိုင် နေရာယူသွားပါတော့တယ်။ နောက် လယ်ယာကွင်းတွေမှာ ပေါင်းမျိုးစုံစပေါက်နေပြီလို့ သိရပါတယ်။

ပေါင်းပင်ဟာ သီးနှံပင်တွေထက် အသက်ပြင်းပါတယ်။ ဒေါင်လိုက်ကျကျ ပြားလိုက်ကျကျ အားယူလူးလွန့်ပြီး ရှင်သန်ကြီးထွားနိုင်တဲ့သတ္တိ ရှိပါတယ်။ ပေါင်းပင်ဟာ သီးနှံပင်တွေထက် ပေါက်ရောက်မှုမြန်တယ်။ ကြီးထွားမှုမြန်တယ်။ မျိုးပွားနှုန်းမြန်ပြီး များတယ်။ ဒါကြောင့် သီးနှံပင်နဲ့ယှဉ်လိုက်ရင် ပေါင်းပင်ဟာ မြန်မြန်ကြီးထွား၊ မြန်မြန်ပွားပြီး၊ များများ ဒုက္ခပေးတတ်ပါတယ်။ ပေါင်းပင်ရဲ့ ထူးခြားချက်ကတော့ အစေ့ကလည်း ပွားနိုင်တယ်။ အရွက်ကလည်း ပွားနိုင်တယ်။ ပင်စည်အဆစ်ကလည်း ပွားနိုင်တယ်။ အညွန့်ကလည်း ပွားနိုင်တယ်။ အမြစ်ကလည်း ပွားနိုင်တယ်။ ဥကလည်း ပွားနိုင်တယ်။ တချို့ပေါင်းပင်တွေဟာ တစ်ပင်ကနေ မျိုးဆက်သစ်အစေ့ သိန်းနဲ့ချီပြီး ပွားနိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် ပေါင်းပင်တစ်ပင် သီးနှံစိုက်ခင်းထဲမှာ နေရာယူမိပြီဆိုရင် တစ်ရာသီအတွင်းမှာပဲ အပင်ပေါင်း သိန်းနဲ့ချီပြီး ပွားများသွားနိုင်တယ်။

ဒါကြောင့်လည်း နိုင်ငံတကာမှာ ပေါင်းပင်ကြောင့် သီးနှံဆုံးရှုံးမှုများကို အရေးတယူ သုတေသနပြု မှတ်တမ်းထားခဲ့ကြတာ တွေ့ရတယ်။ ဖွံ့ဖြိုးပြီး စက်မှုနိုင်ငံတွေမှာ ၅ ရာခိုင်နှုန်း၊ အလယ်အလတ်ဖွံ့ဖြိုးပြီးနိုင်ငံတွေမှာ ၁၀ ရာခိုင်နှုန်း၊ ဖွံ့ဖြိုးစနိုင်ငံတွေမှာ ၂၅ ရာခိုင်နှုန်းမှ ၆၀ ရာခိုင်နှုန်းထိ ဆုံးရှုံးမှုရှိတယ်လို့ ဆိုထားပါတယ်။ ပေါင်းပင်မှာလည်း ပေါက်ရောက်ရာဒေသလိုက်ပြီး ကုန်းမြင့်ဒေသပေါင်း၊ မြေပြန့်ဒေသပေါင်း၊ အအေးပိုင်းဒေသပေါင်း၊ အပူပိုင်းဒေသပေါင်း၊ ရေမှာပေါက်တဲ့ပေါင်း၊ ကုန်းမှာပေါက်တဲ့ပေါင်းဆိုပြီး အမျိုးမျိုးရှိတယ်။ အခု ရေဘေးသင့်ဒေသမှာ ရေစီးနဲ့အတူပါလာမယ့် ပေါင်းဟာလည်း အမျိုးစုံနေမှာပါပဲ။

မြန်မာနိုင်ငံဒေသအနှံ့မှာ ပေါက်ရောက်ပြီး သီးနှံပင်ကို ဒုက္ခပေးနေတဲ့ ပေါင်းပင်တွေအများကြီးရှိပါတယ်။ ကြက်မောက်ဆူးပြန်၊ ဟင်းနုနွယ်ဆူးပေါက်၊ တောဟင်းနုနွယ်၊ ကြက်မောက်ဖြူ၊ တောလေးညှင်း၊ တောကြက်မောက်ကလေး၊ ရေဆလပ်၊ မရိုးပင်၊ ဂျာမနီဆူး၊ ဆူးပဒေါင်း၊ ခွေးသေးပန်း၊ နေကြာကလေး၊ ရုံးပတီရိုင်း၊ တောကုက္ကို၊ ဓာမနီ၊ ကြိတ်မှန်၊ ကနဖော့၊ ဘိစပ်ရိုင်း၊ တပင်ရွှေထီး၊ ကပ်စေးနဲ၊ ဥရင်ကောက်၊ ကဆော့လေး၊ ဒန့်ကျွဲ၊ ဟင်ဂလာပြာ၊ ဟင်းဂလာဝါ၊ ဝက်ကျွတ်၊ ကောက်ရိုးနွယ်၊ ရေကန်စွန်း၊ သကွက်ပင်၊ ကြက်ဟင်းခါးရိုင်း၊ မြက်မုံညှင်း၊ လေးဥမြက်၊ မြက်ကွမ်းသီး၊ ဝက်လာ၊ မြက်ကလုံး၊ ကျွဲကြောင်မင်ဆေး၊ စာကလေးဇီး၊ မြက်ခရာ၊ နောက်ပိုးမြက်၊ မြေစာမြက်၊ ပန်ကော်နီ၊ မြက်ခါး၊ လက်သဲခွမြက်၊ ဘဲစာမြက်၊ မြက်သီး၊ ဆင်ငိုမြက်၊ ဝါးရုံမြက်၊ သမန်းမြက်၊ ဒေါင်းမြီးပုံ၊ ဒေါင်းစပါး၊ ဒိုက်စပါး၊ မြက်ကြိမ်၊ မြက်ပန်း၊ ကျူရိုင်၊ ကိုင်း၊ ခွေးမြီးပုတ်၊ ပင်စိမ်းရိုင်း၊ တောနှမ်းရိုင်း၊ ဖောက်ခွေး၊ မှိုနတို၊ ထိကရုံးကြီး၊ ပရန္နဝါ၊ ရေကညွတ်၊ မှိုချဉ်၊ ခရာ ဆူး၊ တောပိုက်ဆံ၊ ပဲရိုင်း၊ မဲရိုင်း၊ ဆူကာ၊ လယ်ဗေဒါ၊ ကျွဲနှာခေါင်း၊ ကတောက်ဆတ်၊ ဂျုံးခြေထောက်၊ ဒန္တသုခ၊ ကုလားမျက်စိ၊ ပြောင်းစာဘီလူး၊ ဖောက်ပင်၊ ဂျုံးစကောက်၊ လယ်ပဒူ၊ ဆူးလေးငယ်တို့ ဖြစ်ကြပါတယ်။ ရေဘေးသင့်ဒေသတွေမှာလည်း ဒီပေါင်းမျိုးတွေ ရှိနေတာပါပဲ။ ဒီပေါင်းပင်တွေ အားလုံး ရေစီးနဲ့တိုက်ပြီးပါလာမှာ အသေအချာပါပဲ။

ဒီလိုရေစီးနဲ့အတူ ပေါင်းတွေပါလာပြီး ပြန့်ပွားရတဲ့ အတွေ့အကြုံလေးတစ်ခု ပြောပါမယ်။ စာရေးသူ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ ဆည်တော်ကြီးဆည်ရေသောက်ဒေသတွင်းမှာပါဝင်တဲ့ မြို့နယ်ကြီးတစ်မြို့နယ်မှာ မြို့နယ်တာဝန်ခံအနေနဲ့ တာဝန်ထမ်းဆောင်စဉ်က ဖြစ်ပါတယ်။ ဆည်တော်ကြီး ဆည်ရေမပေးခင်တုန်းက စာရေးသူရဲ့ မြို့နယ်စိုက်ခင်းတွေမှာ ပေါင်းဆိုတာ မရှိသလောက်ပါပဲ။ ဒါပေမယ့် ဆည်ရေပေးပြီး သုံးနှစ်လောက်အကြာမှာ သီးနှံစိုက်ခင်းတွေထဲမှာ ဘယ်ကရောက်လာမှန်းမသိတဲ့ ပေါင်းအမျိုးအစားတွေ မင်းမူနေရာယူလာတော့တာပါပဲ။ ဒီအကြောင်းရင်းခံကိုလိုက်ကြည့်တော့ မြို့နဲ့ မိုင် ၁၀၀ လောက်ဝေးတဲ့ တောထဲမှာ တည်ဆောက်ထားတဲ့ ဆည်တော်ကြီးရေလှောင်တမံရဲ့ ပေါင်တွေပေါ်က ရေပေးဝေတဲ့မြောင်းတစ်လျှောက်မှာပေါက်နေတဲ့ ပေါင်းပင်တွေအားလုံးဟာ ဆည်ရေနဲ့အတူ ပါလာတယ်။ နောက်ဆုံး ဆည်ရေသောက်ရတဲ့ သီးနှံစိုက်ခင်းတွေမှာ စုပုံပြီး ဒုက္ခပေးတော့တာကို တွေ့ရတယ်။ နောက်ပိုင်းမှာ အဲဒီပေါင်းဟာ မနိုင်တော့ဘဲ ဒုက္ခပေးတော့တာပါပဲ။

နောက်တစ်ခု အတွေ့အကြုံကတော့ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီးမှာ တာဝန်ထမ်းခဲ့စဉ် ငမိုးရိပ်ရေလှောင်တမံကြီးပေးလိုက်တဲ့ ပေါင်းပြဿနာပါပဲ။ ရန်ကုန်ကနေ ထောက်ကြံ့ကိုသွားရင် ပျဉ်းမပင်မွေးမြူရေးစခန်းဆိုတာ ရှိပါတယ်။ အဲဒီ ပျဉ်းမပင်မွေးမြူရေးစခန်းမှာ နွားကျွေးဖို့ မြက်တစ်မျိုးကို ဂျပန်ကနေ ယူစိုက်ပါတယ်။ မြန်မာပြည်မှာ “ဂျပန်မြက်”လို့ခေါ်ပါတယ်။ ဂျပန်မြက်ရဲ့အစေ့ဟာ အမွေးလေးတွေ ပါပါတယ်။ မြက်ပန်းပွင့်တဲ့အချိန်ဆိုရင် ပန်းပွင့်တွေဟာ လေနဲ့အတူ လွင့်ပါလာပြီး ကောင်းကင်မှာ ဖွေးနေတာပါပဲ။ အဲဒီဂျပန်မြက်ဟာ ငမိုးရိပ်ရေလှောင်တမံကြီးရဲ့ ပေါင်တွေပေါ်မှာရော၊ ရေပေးမြောင်းဘောင်တွေမှာရော၊ ပတ်ဝန်းကျင်တွေမှာရော ဖွေးနေအောင် နေရာယူထားပါတယ်။ ပန်းပွင့်တဲ့အခါ ဆည်ရေထဲကျ၊ မြောင်းရေထဲကျ၊ ဆည်ရေပေးရင် ဆည်ရေနဲ့အတူပါလာပြီး အဝေးဆုံးက လယ်ကွင်းတွေဆီပါ ဂျပန်မြက် မင်းမူတော့တာပါပဲ။ ဒီဂျပန်မြက်ဟာ အခုဆိုရင် ရန်ကုန်တစ်တိုင်းလုံး လမ်းဘေးတွေမှာ၊ လယ်ကွင်းတွေမှာ ဖွေးနေတာပါပဲ။ သစ်သီးဥယျာဉ်ခြံတွေမှာဆိုရင် ရှင်းလို့မနိုင်လို့ ခြံသမားတွေ အလွန်ကြောက်တဲ့ မြက်ဖြစ်နေပါပြီ။

မြန်မာနိုင်ငံမှာ ၁၉၉၀-၉၁ ခုနှစ်လောက်ကစပြီး နွေစပါးခေတ်စားလာပါတယ်။ ဆည်ရေရတဲ့နေရာမှာ ဆည်ရေနဲ့စိုက်ပါတယ်။ ရေချိုရနိုင်တဲ့နေရာတွေမှာ တချို့လျှပ်စစ်ရေတင်နဲ့ နွေစပါးစိုက်ပါတယ်။ တချို့ ဒီဇယ်နဲ့ ချောင်းပိတ်၊ မြောင်းပိတ်လုပ်ပြီး စိုက်ကြပါတယ်။ နွေစပါးမစိုက်ခင်က ဒီလယ်တွေမှာ ပေါင်းပြဿနာဆိုတာ ကြီးကြီးကျယ်ကျယ် မရှိလှပါဘူး။ ဒါပေမယ့် ရေတင်စိုက်ပြီး နှစ်နှစ်လောက်ကြာတော့ ရေနဲ့အတူပါလာတဲ့ ပေါင်းမြက်တွေဟာ နေရာယူလာတော့တာပါပဲ။ နွေစပါးစိုက်ပျိုးကြတဲ့ ဒေသတွေမှာ အထူးနာမည်ကြီးနေတဲ့ ပေါင်းကတော့ မြက်သီး သို့မဟုတ် ခွေးအမြီးဖုတ်မြက်နဲ့ မြက်မုံညှင်းပေါင်း တွေပါပဲ။ အခု ဒီပေါင်းတွေကို မနိုင်ကြတော့ပါဘူး။

စာရေးသူအတွေ့အကြုံနဲ့ ဥပမာတွေနဲ့ပေးပြီး တင်ပြပြောခဲ့တာတွေဟာ ရေဘေးသင့်ဒေသတွေမှာ ဒီပေါင်းပြဿနာဟာ မလွဲမသွေကြုံကြရတော့မယ့် ပြဿနာတစ်ခုဖြစ်နေလို့ပါပဲ။ ဒီပေါင်းအမျိုးအစားတွေကို ယခုကတည်းက ကြိုတင်တွက်ဆပြီး နိုင်အောင် ဘယ်လိုစီမံဖြေရှင်းရမလဲဆိုတာ ပညာရှင်များနဲ့ ဆွေးနွေးအကြံဉာဏ်ရယူဖို့ တိုက်တွန်းအပ်ပါတယ်။

မောင်ငြိမ်းအောင်(တန့်ဆည်)

a&Bu;epjr\yv,ajrrsm;wi r;py\; tcserpuys\;Ei&e to;jy\vuem&rd en;vr;rsm; wuwe;E;aqmxm;

တောင်သူလယ်သမားကြီးများ၏ ရေကြီးနစ်မြုပ်ပျက်စီးသွားသော လယ်မြေများတွင် မိုးစပါးအချိန်မီ ပြန်လည်စိုက်ပျိုးနိုင်ရေးအတွက် အသုံးပြုရမည့် နည်းလမ်းများအား လိုက်နာဆောင်ရွက်ရန် လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးနှင့် ဆည်မြောင်းဝန်ကြီးဌာနက တိုက်တွန်းနှိုးဆော်ထားကြောင်း သိရသည်။ အသုံးပြုလိုက်နာရမည့်နည်းလမ်းများမှာ အရန်ပျိုးများဖြင့် ပြန်လည်အစားထိုးစိုက်ပျိုးခြင်း၊ သက်လတ်နှင့် သက်ကြီးစပါးများကို သက်တမ်း ၆၀ အတွင်းရှိ စပါးစိုက်ခင်းမှ သားတက်ခွဲ၍ ပွားများစိုက်ပျိုးခြင်း၊ သက်လျှော့စပါးမျိုးများဖြင့် တိုက်ရိုက်အစေ့ချစိုက်ပျိုးခြင်း၊ မပျက်စီးဘဲ ထိခိုက်သော စပါးခင်းများအား ရေသွင်းရေထုတ်ပြုလုပ်ပေးပြီး သဘာဝမြေဩဇာနှင့် ပုလဲဓာတ်မြေဩဇာ ၃း၁ ဖြင့် ရောစပ်ထည့်သွင်းပေးခြင်းတို့ ဖြစ်သည်။ ရေကြီးနစ်မြုပ်မှုမရှိဘဲ ပုံမှန်ကောင်းမွန်သော စပါးခင်းများအား အထွက်နှုန်းတိုးတက်ရေးအတွက် ပေါင်းမြက်နှိမ်နင်းခြင်း၊ ဓာတ်မြေဩဇာနှင့် သဘာဝမြေဩဇာကို အချိုးညီ အချိန်ကိုက်ထည့်သွင်းခြင်း၊ ပိုးမွှားရောဂါကျရောက်မှုမရှိစေရန် ကာကွယ်နှိမ်နင်းခြင်း၊ ရေသွင်းရေထုတ် ဂရုပြုဆောင်ရွက်ခြင်းလုပ်ငန်းများကို အထူးဂရုပြု ဆောင်ရွက်ကြရန်လည်း လိုအပ်ကြောင်း တိုက်တွန်းထားသည်။

ယခုနှစ် ဇူလိုင်နှင့် ဩဂုတ်လအတွင်း မြန်မာနိုင်ငံအနှံ့ မိုးသည်းထန်စွာ ရွာသွန်းမှုကြောင့် တစ်နိုင်ငံလုံး စပါးစိုက်လယ်မြေ ၁၅ သန်းကျော်ရှိသည့်အနက် မိုးစပါး ၁၃၂၂၁၉၅ ဧက(၇-၉-၂၀၁၅ ရက်နေ့အထိ) ရေလွှမ်းခဲ့ပြီး ၁၂၉၁၄၆ ဧက ပြန်လည်တူးဖော်ပြီးဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းတို့အနက် ၉၇၀၇၄၁ ဧက ထိခိုက်မှုရှိခဲ့ပြီး ၇၄၆၆၄၅ ဧက ပျက်စီးခဲ့ခြင်းကြောင့် ပျက်စီးမှုရာခိုင်နှုန်းမှာ ၄ ဒသမ ၉ ရာခိုင်နှုန်းရှိခဲ့၍ ပျက်စီးဧကများအား အချိန်မီ ပြန်လည်အစားထိုးစိုက်ပျိုးလျက်ရှိရာ ယခုတွင် ၄၀၈၀၉၅ ဧက ပြန်လည်စိုက်ပျိုးပြီး ဆက်လက်စိုက်ပျိုးလျက်ရှိကြောင်းလည်း သိရှိရပါသည်။

ညီဦး

a&Bu;a&vQrrsm;aMumi ur;aps;rsm; tjriq;a&mu&

မြန်မာနိုင်ငံ၏ စိုက်ပျိုးရေး လုပ်ငန်းတွင် ကွမ်းခြံလုပ်ငန်းသည် တစ်ခုအပါအဝင်ဖြစ်ပြီး စိုက်ပျိုး နည်းစနစ်နှင့် အစာပိုင်းဆေးပိုင်း ဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်စွာအသုံးချတတ်မှု၊ ဈေးကွက်ရရှိမှုနှင့် သဘာဝမျှတ ကောင်းမွန်မှုများ ပြည့်မီစွာ ရရှိပါက တစ်နိုင်တစ်ပိုင်လုပ်ငန်းမှ စီးပွားဖြစ်လုပ်ငန်းအထိ လုပ်ကိုင်သင့်သော လုပ်ငန်းတစ်ခုဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

ပြီးခဲ့သည့် ဇူလိုင်၊ ဩဂုတ်လများအတွင်း မိုးသည်းထန်စွာ ရွာသွန်းပြီး ရေလွှမ်းခဲ့ခြင်းများကြောင့် မုံရွာဒေသ၊ ချင်းတွင်းမြစ်ရိုးနှင့် မူးမြစ်ကမ်းတစ်လျှောက် မုံရွာ၊ ဘုတလင်၊ အရာတော်၊ ဆားလင်းကြီး၊ ယင်းမာပင်၊ မင်းကင်း၊ ကနီနှင့် ကလေးဒေသရှိ ကျေးရွာများ၌ စိုက်ပျိုးသော တစ်နိုင်တစ်ပိုင် ကွမ်းစိုက်ခင်းအချို့ ပျက်စီးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ကွမ်းဈေးမှာ ပုံမှန်နှစ်များထက် နှစ်ဆခန့် မြင့်တက်သွားပြီး ပုံမှန်မိုးတွင်းကာလ ကွမ်းဈေးမှာ အမြင့်ဆုံးကျပ် ၁၀၀၀၊ ၁၅၀၀ ဝန်းကျင်ရှိပြီး ယခုနှစ် ကွမ်းအထွက်နှုန်းပေါ်မူတည်ပြီး ကွမ်းနုဝါ တစ်ပိဿာ ၃၀၀၀ ကျပ်၊ ကွမ်းစိမ်း တစ်ပိဿာ ၂၅၀၀ ကျပ်အထိ တက်သွားသည်ဟု မုံရွာမြို့ဒေသခံ ကွမ်းရောင်းဝယ်ရေးလုပ်ငန်းရှင် တစ်ဦးက ပြောကြားကြောင်း သိရသည်။

ရေဝင်ဒေသကျေးရွာများတွင် ကွမ်းစိုက်ခင်းအားလုံး၏ တစ်ဝက်ခန့်ပျက်စီးသွားပြီး အချို့မှာ ရေကျမှ ပြန်စိုက်ရမည့်သူများလည်းရှိကြောင်း ကွမ်းခြံများ ပျက်စီးဆုံးရှုံးမှုကြောင့် လက်တလော ကွမ်းရွက်ဈေးနှုန်းများ သိသိသာသာမြင့်တက်သွား၍ ကွမ်းယာဈေးများလည်း တက်သွားကြောင်းလည်း သိရှိရသည်။ **စနိုး**

puwibmv'w,ywtwi; v,,mxuuueEi opo;0vaps;Ee;rsm;

ယခုနှစ်စက်တင်ဘာလဒုတိယပတ်အတွင်း ဘုရင့်နောင်ကုန်စည်ဒိုင်နှင့် မန္တလေးကုန်စည်ဒိုင်တို့နှင့် လယ်ယာထွက်ကုန်နှင့် သစ်သီးဝလံဈေးနှုန်းများမှာ နေ့စဉ်အတက်အကျအနည်းငယ်ဖြင့်သာ ရောင်းဝယ်လျက်ရှိကြောင်း သိရပါသည်။

စက်တင်ဘာလဒုတိယပတ်တွင် ရန်ကုန်၊ ဝါးတန်းလမ်းကုန်စည်ဒိုင်၌ ဆန်ဈေးနှုန်းအခြေအနေမှာ ပေါ်ဆန်းတစ်တင်းခွဲတစ်အိတ်လျှင် ၃၇၀၀၀ မှ ၅၀၅၀၀ကျပ်၊ ဧယာတစ်တင်းခွဲတစ်အိတ်လျှင် ၂၀၀၀၀ ကျပ်မှ ၂၄၀၀၀ ကျပ်၊ ဧည့်မထတစ်တင်းခွဲတစ်အိတ်လျှင် ၂၀၀၀၀ ကျပ်မှ ၂၄၀၀၀ ကျပ်၊ ငစိန်တစ်တင်းခွဲတစ်အိတ်လျှင် ၁၉၅၀၀ ကျပ်မှ ၂၂၀၀၀ ကျပ်၊ မြီးဒုံးတစ်တင်းခွဲတစ်အိတ်လျှင် ၂၈၀၀၀ ကျပ်မှ ၃၀၀၀၀ ကျပ်၊ ဆင်းသွယ်လတ်တစ်တင်းခွဲတစ်အိတ်လျှင် ၂၆၀၀၀ ကျပ်မှ ၂၈၀၀၀ ကျပ်ဖြင့် အရောင်းအဝယ်ဖြစ်ခဲ့သည်။ ဘုရင့်နောင်ကုန်စည်ဒိုင်၏ ပဲဈေးနှုန်းမှာ မတ်ပဲ တစ်တန်လျှင် ၁၅၀၂၀၀၀ ကျပ်၊ ပဲတီစိမ်းတစ်ပိဿာလျှင်

၂၂၂၀ ကျပ်မှ ၂၃၆၅ ကျပ်၊ ပဲကြီး တစ်ပိဿာလျှင် ၁၄၇၅ ကျပ်မှ ၁၈၆၀ ကျပ်၊ ပြောင်းဆန်တစ်ပိဿာလျှင် ၆၂၅ ကျပ်၊ ဗိုလ်ကိတ်ပဲ တစ်ပိဿာလျှင် ၁၁၆၅ ကျပ်မှ ၁၂၅၀ ကျပ်ဖြင့် လည်းကောင်း၊ နှမ်းဖြူ တစ်အိတ်လျှင် ၁၀၅၀၀၀ ကျပ်မှ ၁၂၂၀၀၀ ကျပ်ဖြင့်လည်းကောင်း၊ စားဖိုဆောင်သီးနှံ ကြက်သွန်နီ (မြစ်သား) တစ်ပိဿာလျှင် ၆၂၅ ကျပ်မှ ၁၁၀၀ ကျပ်ဖြင့်လည်းကောင်း၊ ကြက်သွန်ဖြူ (ကျူကုတ်) တစ်ပိဿာလျှင် ၂၆၂၅ ကျပ်မှ ၂၅၇၅ ကျပ်ဖြင့်လည်းကောင်း၊ ကြက်သွန်ဖြူ (အောင်ပန်း) တစ်ပိဿာလျှင် ၂၄၅၀ ကျပ်မှ ၃၁၅၀ ကျပ်ဖြင့်လည်းကောင်း၊ အာလူး (အောင်ပန်း) တစ်ပိဿာ ၃၇၀ ကျပ်မှ ၆၈၀ ကျပ်ဖြင့်လည်းကောင်း အရောင်းအဝယ်ဖြစ်ခဲ့သည်။

မန္တလေးကိုင်းတန်းဈေးတွင် ရွှေဘို (ပေါ်ဆန်း) တစ်တင်းခွဲတစ်အိတ်လျှင် ၄၁၅၀၀ ကျပ်၊ ငစိန် တစ်တင်းခွဲတစ်အိတ်လျှင် ၂၁၅၀၀ ကျပ်၊ မနောသုခ တစ်တင်းခွဲတစ်အိတ်လျှင် ၂၅၀၀၀ ကျပ်၊ ဧယာ တစ်တင်းခွဲတစ်အိတ်လျှင် ၂၅၀၀၀ ကျပ်ဖြင့် ရောင်းချခဲ့သည်။ စားဖိုဆောင်သီးနှံဈေးနှုန်းမှာ ငရုတ်ခြောက် (ရှည်) တစ်ပိဿာ ၄၅၀၀ ကျပ် ကြက်သွန်နီ (အထူး) တစ်ပိဿာ ၁၂၀၀ ကျပ်၊ ကြက်သွန်ဖြူ (ရှမ်း) တစ်ပိဿာ ၂၅၀၀ ကျပ်၊ အာလူး (OK) တစ်ပိဿာ ၇၅၀ ကျပ်၊ ချင်းတစ်ပိဿာ ၁၁၀၀ ကျပ်ဖြင့် အရောင်းအဝယ်ဖြစ်ခဲ့သည်။ **မေစိုး**

tapxwajymi;rsm; aps;uuo rlumrwiyEiawmrn

နေပြည်တော်ကောင်စီနယ်မြေ ဥတ္တရခရိုင်၊ ပုဗ္ဗသီရိမြို့နယ်တွင်းရှိ ကျေးရွာများတွင်စိုက်ပျိုးထားသော အစေ့ထုတ် ပြောင်းဖူးမျိုးများကို ဈေးကွက်သို့ တင်ပို့ရောင်းချနိုင်ရေးအတွက် အခွံချွတ်ခြင်း၊ အခြောက်လှမ်းခြင်းနှင့် စက်ဖြင့်ချွေခြင်းများကို တောင်သူများ စတင်လုပ်ကိုင်လျက်ရှိကြောင်း သိရှိရသည်။ ပြောင်းဖူးမျိုးစေ့များကို တစ်အိတ်လျှင် ၂၃၀၀၀ ကျပ်နှုန်းဖြင့် ဝယ်ယူရပြီး တစ်ဧကလျှင် ပြောင်းဖူးမျိုးစေ့ တစ်အိတ်ခန့် စိုက်ပျိုးရကြောင်း သိရှိရသည်။

ပြောင်းဖူးများကို မေလနောက်ဆုံးအပတ်နှင့် ဇွန်လဆန်းများတွင် စတင်စိုက်ပျိုးခဲ့ကြောင်း သိရှိရသည်။ စိုက်ပျိုးပြီး ရက် ၂၀ အကြာတွင် ပေါင်းမြက်ရှင်းလင်းခြင်း၊ မြေပြုပြင်ခြင်းနှင့် မြေဩဇာကျွေးခြင်းတို့ကို လုပ်ဆောင်ရပြီး စိုက်ပျိုးပြီး သုံးလအကြာတွင် ရိတ်သိမ်းကာ အခွံချွတ်ခြင်း၊ အခြောက်လှမ်းခြင်းနှင့် စက်နှင့်ချွေပြီး အစေ့ထုတ်ခြင်းတို့ကို လုပ်ဆောင်ကြသည်။ အစေ့ထုတ်ပြီး ပြောင်းဖူးစေ့များကို ပိုမိုခြောက်သွေ့အောင် အခြောက်လှမ်းပြီးမှ ရောင်းတန်းဝင်ဈေးကွက်သို့ တင်ပို့ပြီဖြစ်သည်။ ပျဉ်းမနား၊ တပ်ကုန်းစသည့် မြို့များသို့ သွားရောက်ရောင်းချသည့်အပြင် အိမ်တိုင်ရာရောက် လာရောက်ဝယ်ယူသည့် ပွဲစားများလည်းရှိကြောင်း သိရှိရသည်။

ပြောင်းဖူးစေ့ တစ်တင်းကို ကာလပေါက်ဈေး တစ်သောင်းခန့် ရရှိသဖြင့် တောင်သူများ တွက်ခြေကိုက်ကြောင်း ဒေသခံတောင်သူတစ်ဦးက ပြောကြားခဲ့သည်။ နေပြည်တော်တိုင်းဒေသကြီးအနေဖြင့် ပြီးခဲ့သည့် ဇွန်၊ ဇူလိုင်နှင့် ဩဂုတ်လများအတွင်း သဘာဝဘေးဒဏ်ကို ခံစားခဲ့ရသော်လည်း ပြန်လည် စိုက်ပျိုးရေးများ အချိန်မီလုပ်ဆောင်နိုင်ခဲ့သည့်အပြင် အထိအခိုက် အပျက်အစီးနည်းပါးခဲ့သည့်အတွက် ယခုကဲ့သို့ ရာသီချိန်အမီ ဈေးကွက်သို့ တင်ပို့နိုင်ခြင်းဖြစ်သည်။

ချိုအေးလွင်

aejynawm uepnaps;Ee;rsm;

စဉ်	အမျိုးအစား	ရေတွက်ပုံ	ဈေးနှုန်း(ကျပ်)
၁။	ပေါ်ဆန်း	တစ်တင်းခွဲ	၄၀၂၀၀
၂။	မနောသုခ (ရန်ကုန်)	။	၂၆၈၀၀
၃။	မနောသုခ (ဒေသ)	။	၂၄၆၀၀
၄။	သုခထွန်း (ဒေသ)	။	၁၇၆၀၀
၅။	ငရုတ်ခြောက် (ရှည်)	တစ်ပိဿာ	၄၅၀၀
၆။	ငရုတ်ခြောက် (ပွ)	။	၁၀၂၀၀
၇။	ကြက်သွန်ဖြူ (ရှမ်းကြီး)	။	၃၀၀၀
၈။	ကြက်သွန်နီ (ကြီး)	။	၁၀၀၀
၉။	အာလူး (ကြီး)	။	၁၀၀၀
၁၀။	နှမ်းဆီ (ရှယ်)	။	၅၀၀၀

r&m uepnaps;Ee;rsm;

စဉ်	အမျိုးအစား	ရေတွက်ပုံ	ဈေးနှုန်း(ကျပ်)
၁။	မနောသုခ	တစ်တင်းခွဲ	၂၆၅၀၀
၂။	ဧရာမင်း	။	၃၇၇၀၀
၃။	အိုင်အာ ၇၄၇	။	၂၀၀၀၀
၄။	မြေပဲဆီ	တစ်ပိဿာ	၅၅၀၀
၅။	နှမ်းဆီ	။	၄၀၀၀
၆။	စားအုန်းဆီ	။	၁၇၀၀
၇။	မတ်ပဲ	၂၀ ပိဿာ	၄၇၀၀၀
၈။	ပဲပုပ်	။	၂၂၀၀၀
၉။	ပဲတီစိမ်း(ကြီး)	၁၉ ပိဿာ	၃၆၀၀၀
၁၀။	ပဲတီစိမ်း (သေး)	။	၃၇၀၀၀

awmiBu; uepnaps;Ee;rsm;

စဉ်	အမျိုးအစား	ရေတွက်ပုံ	ဈေးနှုန်း(ကျပ်)
၁။	ဖျာပုံပေါ်ဆန်း	တစ်တင်းခွဲ	၄၄၈၀၀
၂။	ပေါ်ကွဲ	။	၃၄၈၀၀
၃။	ဧယာ	။	၂၅၀၀၀
၄။	အင်းမရဲဘော်	။	၂၁၀၀၀
၅။	မြေပဲဆီ (ရှယ်)	တစ်ပိဿာ	၄၉၀၀
၆။	နှမ်းဆီ (ရိုးရိုး)	။	၅၄၀၀
၇။	စားအုန်းဆီ	။	၁၇၀၀
၈။	ပန်းနှမ်းဆီ	။	၄၃၀၀
၉။	ပဲပုပ်	။	၁၀၀၀
၁၀။	ဂျုံစေ့ (ရှမ်း)	။	၆၅၀

အထက်ပါ ကုန်စည်ဈေးနှုန်းများသည် စက်တင်ဘာလတတိယပတ် ဈေးနှုန်းများဖြစ်ပြီး အချိန်အခါနှင့် ဒေသကိုလိုက်၍ အပြောင်းအလဲ ရှိနိုင်ပါသည်။

မျက်မှောက်ရေးရာ

မြန်မာ့အသေးစားနှင့် အလတ်စားလုပ်ငန်းများ ယခင်နှစ်ထက် ... မျက်နှာဖုံးမှ

အပေါင်ပစ္စည်းမလိုဘဲ ချေးငွေပေးနိုင်ရန် ချေးငွေအာမခံစနစ်ကို ၂၀၁၄ ခုနှစ် စက်တင်ဘာလက တစ်နှစ်စမ်းသပ်လုပ်ကိုင်ခဲ့သည်။ ယင်း အာမခံစနစ်ကို အသေးစားနှင့် အလတ်စားလုပ်ငန်းရှင်များက စိတ်ဝင်စားသော်လည်း ဘဏ်များက ဗဟိုဘဏ်မှ သတ်မှတ်ထားသည့် အပေါင်ပစ္စည်းမရှိလျှင် ငွေမချေးရ ကန့်သတ်ချက်ကြောင့် ယနေ့အထိ ချေးငွေများမရရှိသေးပေ။

ဗဟိုဘဏ်က အပေါင်ပစ္စည်း သတ်မှတ်ရာတွင် မရွှေ့ပြောင်းနိုင်သော ပစ္စည်း၊ ရွှေ့ပြောင်းနိုင်သော ပစ္စည်းများသာမက ချေးငွေစနစ်လည်း ပါဝင်သည်ဟု ဗဟိုဘဏ် ဒုတိယဥက္ကဋ္ဌ ဒေါက်တာဆက်အောင်က ပြောသည်။ ပြည်တွင်းမှ ဘဏ်လုပ်ငန်းရှင်များသည် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းရှင်များကိုသာ ငွေချေးလိုပြီး အသေးစားနှင့် အလတ်စား လုပ်ငန်းများကို ချေးငွေပေးရန် နည်းလမ်းမျိုးစုံဖြင့် ရှောင်နေကြောင်း ဘဏ္ဍာရေးဝန်ကြီးဌာန ဒုတိယဝန်ကြီး ဒေါက်တာမောင်မောင်သိမ်းက 7 Day Daily သို့ ပြောသည်။

မြန်မာနိုင်ငံတွင် အသေးစားနှင့် အလတ်စားလုပ်ငန်းများသည် တစ်နိုင်ငံလုံးရှိ လုပ်ငန်းစုစုပေါင်း၏ ၉၄ ရာခိုင်နှုန်းကျော်ရှိပြီး လုပ်ငန်းပေါင်း တစ်သိန်းနှစ်သောင်းကျော်ရှိသည်။

"SMEs လုပ်ငန်းတွေမှာ ငွေကြေးအရမ်းအရေးကြီးတယ်။ ပြည်တွင်း ထုတ်ကုန်တိုးတက်ဖို့က ဒီလုပ်ငန်းတွေပေါ်မှာ အများကြီး မူတည်တယ်" ဟု မြန်မာနိုင်ငံ ငါးလုပ်ငန်းအဖွဲ့ချုပ် ဒုတိယ ဥက္ကဋ္ဌ ဦးနှင်းဦးကပြောသည်။

လက်ရှိဖွံ့ဖြိုးမှု အားကောင်းနေသည့် ဂျပန်၊ တရုတ်၊ တောင်ကိုရီးယား နိုင်ငံများသည် အသေးစားနှင့် အလတ်စားလုပ်ငန်းများအား ထောက်ပံ့ပေးရန် အစိုးရကကြားခံသည့်ချေးငွေစနစ်မျိုးကို အကောင်အထည်ဖော်ခဲ့ကြောင်း ဒေါက်တာမောင်မောင်သိမ်းက 7 Day Daily သို့ ပြောကြားခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ *ဝင်းဝင်း*

a&ab;oia'o jyevnxaxmia&;twu aiusy 3 bv,ausm xwacs;ay;rn

မြန်မာနိုင်ငံတစ်ဝန်းတွင် ရေဘေးသင့်ခံခဲ့ရသည့် ဒေသများအတွက် ကယ်ဆယ်ရေးလုပ်ငန်းများနှင့် ပြန်လည်ထူထောင်ရေး လုပ်ငန်းများတွင် အထောက်အကူဖြစ်စေရန် သမဝါယမဝန်ကြီးဌာနက ချေးငွေ ၃ ဒသမ ၉၂ ဘီလီယံကို ထုတ်ချေးပေးသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

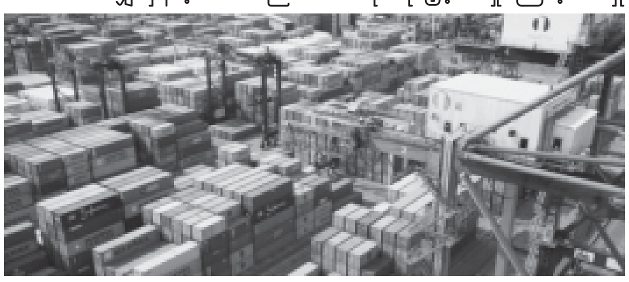
ထို့ပြင် ရေဘေးသင့်ဒေသများရှိ အသင်းသားများသို့ ထုတ်ချေးထားသည့် ချေးငွေကျပ် ၁၂၇၆၉ ဒသမ ၄၅၇ သန်းအား ချေးငွေပြန်ဆပ် ကာလခြောက်လမှ တစ်နှစ်အထိ တိုးမြှင့်ပေးသွားမည်ဖြစ်သည်။ ရေဘေးကြောင့် ထိခိုက်ဆုံးရှုံးခဲ့သည့် သမဝါယမအသင်း ၁၆၉၇ သင်း၊ အသင်းသား အိမ်ထောင်စု ၃၉၂၄၄ ခုအတွက် အိမ်ထောင်စုတစ်စုလျှင် ကျပ်တစ်သိန်းနှုန်းဖြင့် ထပ်ဆောင်းချေးငွေကျပ်သန်း ၃၉၂၄ ဒသမ ၄၀၀၊ ချေးငွေမခံစားရသေးသော အသင်းသားများအတွက် စိုက်ပျိုးစရိတ် ချေးငွေကျပ် ၁၃၄၆၇ ဒသမ ၇၈၅ သန်း၊ မွေးမြူရေးစရိတ် ချေးငွေကျပ်သန်း ၅၆၈၉ ဒသမ ၂၅၀၊ အိမ်တွင်းမှုလုပ်ငန်းများချေးငွေ ကျပ်သန်း ၅၅၉ ဒသမ ၆၉၀ နှင့် လယ်ယာလုပ်သားများအတွက် ချေးငွေ ကျပ်သန်း ၄၅၃၂ ဒသမ ၇၀၀ကိုထပ်မံပံ့ပိုးပေးသွားမည်ဖြစ်သည်။

အလားတူ အကြွေးစနစ်ဖြင့် စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းများအတွက် ဓာတ်မြေဩဇာ၊ ပိုးသတ်ဆေးစသည့် သွင်းအားစု တန်ဖိုးကျပ် ၃၃၆၅ ဒသမ ၄၃၅ သန်း၊ အရစ်ကျငွေချေးစနစ်ဖြင့် ရေလုပ်ငန်းသုံးနှင့် လယ်ယာသုံး စက်ကိရိယာပစ္စည်းများ တန်ဖိုးငွေကျပ် ၁၆၅၇ ဒသမ ၁၁၂ သန်းအပါအဝင် စုစုပေါင်းငွေကျပ် ၃၃၁၀၉ ဒသမ ၃၈၂ သန်း ထပ်မံပံ့ပိုးခြင်းတို့ကို ဆောင်ရွက်ပေးသွားမည်ဟု သိရသည်။ *မင်းကောင်းစံ*

မြန်မာနိုင်ငံတွင် နိုင်ငံခြားတိုက်ရိုက် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံ ... မျက်နှာဖုံးမှ

မြန်မာနိုင်ငံ၏ နိုင်ငံခြားတိုက်ရိုက်ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုသည် ရေရှည် နိုင်ငံခြားတိုက်ရိုက် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှု စိမံချက်အရ ၂၀၁၄ ခုနှစ်တွင် အမေရိကန်ဒေါ်လာ လေးဘီလီယံ အထိသာ မျှော်မှန်းခဲ့သော်လည်း ရှိကြောင်း စီးပွားရေးပညာရှင်များက သုံးသပ်ထားသည်။

လက်ရှိအခြေအနေတွင် မြန်မာနိုင်ငံသည် နိုင်ငံရေးပွင့်လင်းလာမှုနှင့် အတူ ကမ္ဘာ့နိုင်ငံအသီးသီးနှင့် ဆက်ဆံရေး တိုးမြှင့်လာမှုကြောင့် အာရှ



၂၀၁၄-၂၀၁၅ဘဏ္ဍာရေးနှစ်တွင် အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၈ ဒသမ ၀၁ ဘီလီယံအထိ တိုးတက်ခဲ့ကြောင်း သိရှိရသည်။ လက်ရှိတွင် နိုင်ငံရေး တည်ငြိမ်မှုကြောင့် ပြည်တွင်းသုံးငွေနှင့် နိုင်ငံခြားငွေဈေးကွက်တည်ငြိမ်လာခြင်း၊ ရေမီးနှင့် အခြေခံအဆောက်အအုံများ တိုးတက်လာလျက်ရှိရာ နိုင်ငံခြားစီးပွားရေးလုပ်ငန်းရှင်များ အတွက် မြန်မာနိုင်ငံတွင် အခွင့်အလမ်းသစ်များ ပေါ်ထွက်လာလျက် ဒေသတွင် နိုင်ငံခြားတိုက်ရိုက် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုများပြုလုပ်ရန် အကောင်းဆုံးကုန်းတွင်းပိုင်းပေါင်းကူး တံတားသဖွယ်နိုင်ငံအဖြစ် တိုးတက်ပြောင်းလဲလျက်ရှိသည်။ ယခုအခါ ပြည်ပရင်းနှီးမြှုပ်နှံသူများအား အကျိုးအမြတ်ကောင်းများ ရရှိနိုင်သည့် နိုင်ငံများတွင် မြန်မာနိုင်ငံသည် နောက်ဆုံးထွက်ပေါ်လာသည့် နိုင်ငံဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ *မင်းသန်းနိုင်(မုံ)*

ရေဘေးသင့်ဒေသတွင် အိမ်ထောင်စု လူဦးရေစာရင်းနှင့် နိုင်ငံသားစိစစ်ရေးကတ်ပြားများ ပြန်လည်ထုတ်ပေး

မြန်မာနိုင်ငံတစ်ဝန်း မိုးသည်းထန်စွာရွာသွန်းမှုကြောင့် တိုင်းဒေသကြီးနှင့် ပြည်နယ်အချို့တွင် ရေကြီးရေလျှံမှုနှင့် မြေပြိုမှုစသည့် သဘာဝဘေး အန္တရာယ်များ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့ရာ ရေဘေး သင့်ဒေသရှိ ပြည်သူများ၏ အိမ်ထောင်စု လူဦးရေစာရင်းနှင့် နိုင်ငံသားစိစစ်ရေး ကတ်ပြားများ ပျက်စီးပျောက်ဆုံးမှုများ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့သည်။ လူဝင်မှုကြီးကြပ်ရေးနှင့် ပြည်သူ့အင်အားဝန်ကြီးဌာနသည် ဘေးသင့်ဒေသမှ ပြည်သူများ၏ ပျက်စီး ဆုံးရှုံးခဲ့သော အိမ်ထောင်စု လူဦးရေစာရင်းနှင့် နိုင်ငံသားစိစစ်ရေး ကတ်ပြားများ ထုတ်ပေးခြင်းကို အထူးကိစ္စရပ်အနေဖြင့် မြို့နယ်များအလိုက် ရပ်ကွက်၊ ကျေးရွာများရှိ ကယ်ဆယ်ရေး စခန်းများသို့ ဩဂုတ်လ ၃ ရက်နေ့ စတင်၍ ကွင်းဆင်းပြီး One Stop Service ဖြင့် အခမဲ့ ဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။

မြို့နယ်များအလိုက် ကယ်ဆယ်ရေးစခန်းများရှိ ရေဘေးသင့် အိမ်ထောင်စုများက အိမ်ထောင်စု လူဦးရေ စာရင်းနှင့် နိုင်ငံသားစိစစ်ရေးကတ်ပြား ပျက်စီး၊ ပျောက်ဆုံးကြောင်း လျှောက်ထားသူများအား ရုံးလက်ခံမှတ်တမ်းများနှင့် တိုက်ဆိုင်စစ်ဆေး၍ အခမဲ့ပြန်လည်ထုတ်ပေးလျက်ရှိရာ စက်တင်ဘာ လ ၇ ရက်နေ့အထိ အိမ်ထောင်စု လူဦးရေစာရင်း ၁၀၄၈၉ စောင်နှင့် နိုင်ငံသားစိစစ်ရေးကတ်ပြား ၁၀၃၀၉ ခုကို ထုတ်ပေးခဲ့ပြီးဖြစ်သည်။ ရေဘေးသင့် ပြည်သူများ၏ အိမ်ထောင်စုလူဦးရေ စာရင်းနှင့် နိုင်ငံသားစိစစ်ရေးကတ်ပြား ပြန်လည်ထုတ်ပေးခြင်း လုပ်ငန်းများ ထိရောက်အောင်မြင်စေရန်အတွက် ရေ ဘေးသင့်ပြည်သူများအနေဖြင့် ပျက်စီးပျောက်ဆုံးမှု အခြေအနေကို သက်ဆိုင်ရာ ကယ်ဆယ်ရေးစခန်းများသို့ အသိပေးအကြောင်းကြားနိုင်ရန်နှင့် အမြန် ဆုံးထုတ်ပေးနိုင်ရန် စီစဉ်ဆောင်ရွက် လျှက်ရှိကြောင်း သိရသည်။ *မင်းကောင်းစံ*

tx;p;ym;a&;Zersm; vsijrepmtaumitxnazmEijci;jzi Eiip;ym;z Nzk;rtwu rsm;pmtaxmutujzpvmEi

အထူးစီးပွားရေးဇုန်ကြီး သုံးခု ဖြစ်သည့် ရန်ကုန် သီလဝါအထူးစီးပွားရေးဇုန်၊ ထားဝယ်အထူးစီးပွားရေးဇုန်နှင့် ကျောက်ဖြူအထူးစီးပွားရေးဇုန်များ အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် ပြည်တွင်း အလုပ်အကိုင် အခွင့်အလမ်းများနှင့် ကုန်ထုတ်စွမ်းအားများကို မြှင့်တင်ပေးနိုင်မည်ဖြစ်ပြီး နိုင်ငံ့စီးပွားဖွံ့ဖြိုးမှုအတွက် များစွာအထောက်အကူပြုမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

ယင်းတို့အနက် သီလဝါအထူးစီးပွားရေးဇုန်စီမံကိန်း အကောင်အထည်ဖော်နိုင်ရန် မြန်မာ-ဂျပန် နှစ်နိုင်ငံပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရေး MoU ကို ၂၀၁၂ ခုနှစ်တွင် လက်မှတ်ရေးထိုးဆောင်ရွက်ခဲ့ရာ ပထမ အဆင့်ဇုန်၏ ဟက်တာ ၄၀၀တွင် အခြေခံအဆောက်အအုံဆောက်လုပ်မှုမှာ ၉၀ ရာခိုင်နှုန်း ပြီးစီးနေပြီ ဖြစ်ကြောင်း သိရှိရပါသည်။ စီမံကိန်း ဒုတိယအဆင့်ဇုန်၏ ဟက်တာ ၅၀၀ ခန့်ကိုလည်း အကြိုလေ့လာဆန်းစစ်မှုများ စတင်ပြုလုပ်နေပြီ ဖြစ်သည်။

ထားဝယ် အထူးစီးပွားရေးဇုန်ကို မြန်မာနှင့် ထိုင်း ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရန် သဘောတူညီခဲ့သော်လည်း အခြားရင်းနှီးမြှုပ်နှံသူများအား ဖိတ်ခေါ်ခဲ့သဖြင့် မြန်မာ-ထိုင်း-ဂျပန် ပူးပေါင်း ဆောင်ရွက်ရေး MOI ကို လက်မှတ်ရေးထိုး ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။ ထို့ပြင် ကျောက်ဖြူအထူးစီးပွားရေးဇုန်ကို ဖော်ဆောင်နိုင်ခြင်းဖြင့်လည်း ရေနက်ဆိပ်ကမ်းကို အခြေပြုသည့် ကုန်ထုတ်လုပ် မှုလုပ်ငန်းများ ကုန်ချောအဆင့်ဆင့် ထုတ်လုပ်သည့် လုပ်ငန်းများနှင့် သိုလှောင်သယ်ပို့ လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။ သို့သော် ယခုလက်ရှိတွင် ထားဝယ်နှင့် ကျောက်ဖြူ အထူးစီးပွားရေးဇုန်များမှာ စီမံကိန်းအဆင့်သာ ရှိပါသေးသည်။ ၎င်းအထူးစီးပွားရေးဇုန်ကြီးများ အကောင်အထည် ပေါ်ပေါက်လာပါက ဒေသခံပြည်သူများနှင့် အလုပ်အကိုင်အခွင့်အလမ်းများ ရရှိမည်ဖြစ်ပြီး ထိုမှတစ်ဆင့် စက်မှုနှင့် နည်းပညာများ စီးပွားရေးအကျိုးအမြတ် များ ရရှိဖြစ်ထွန်းလာမည် ဖြစ်ပါသည်။ *စိုးဦး*

urmvnc&;om;rsm; jrermtEynm &yao;½yrsm;u pw0ipm;í 0,,rrsm;jym;

မြန်မာနိုင်ငံသို့ ၂၀၁၅ ခုနှစ် ခရီးသွားရာသီတွင် ကမ္ဘာလှည့်ခရီးသွား ငါးသိန်းခန့်ဝင်ရောက်နိုင်ကြောင်း ခန့်မှန်းထားပြီး ခရီးသွားများက မြန်မာမှုအနုပညာလက်ရာများကို အမှတ်တရ ဝယ်ယူလေ့ရှိကြောင်း သိရသည်။

မြန်မာနိုင်ငံသည် ခရီးသွားဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းပြုလုပ်ရန် အကောင်းဆုံးနိုင်ငံဟု သတ်မှတ်ကြပြီး ဝင်ရောက်လျက်ရှိကာ မြန်မာတောတောင် ရေမြေသဘာဝနှင့် မြန်မာမှုအနုပညာ လက်ရာများကို ဝယ်ယူကြသည်။ ထိုသို့ ဝယ်ယူရာတွင် သယ်ယူပို့ဆောင်မှု သက်သာစေသည့် ပေါ့ပါးသော မြန်မာမှုအနုပညာများဖြစ်သည့် မြန်မာရှုခင်း ပန်းချီကား၊ ရွှေချည်ထိုးပန်းချီကားထက် ရုပ်သေးရုပ်ကို နှစ်သက်ကြကြောင်း သိရသည်။

မြန်မာရုပ်သေးသည် ကကြိုးများကြောင့် စိတ်ဝင်စားဖွယ်ကောင်းသလို မြန်မာ့သဘင်လောက အမြင့်သဘင်တွင်လည်း တည်ရှိသောသမိုင်းဝင် အနုပညာပစ္စည်းလည်းဖြစ်သည်။ မြန်မာ့ရုပ်သေးတန်ဖိုးမှာ ကြိုးဆွဲပညာပင်ဖြစ်သည်။ သစ်သားရုပ်ကို သက်ရှိလူသား အသွင်အမူအရာများကို ကြိုးစွဲ၍ စွမ်းဆောင်ပေးခဲ့ပြီး အဆိုအက၊ အတီးပညာများဖြင့် ပေါင်းစပ်ကပြရသည်။ ထို့ပြင် ရုပ်သေးရုပ်ပြုလုပ်ရာတွင် ပန်းပုပညာ၊ ပန်းချီပညာ၊ မှန်စီရွှေချ၊ ရွှေချည်ထိုး၊ အဝတ်အစားချုပ်မှု၊ ရွှေဆိုင်းချမှုစသည့် ပညာရပ်များ ပေါင်းစပ်ဆောင်ရွက်ရမည်။

ယခုအခါ ကမ္ဘာလှည့်ခရီးသွားများ ကို ကကြိုးစုံမပါသည့် အလှပြရုပ်သေးရုပ်ငယ်များကို အထူးပြုလုပ်၍ တစ်ရုပ်လျှင် ၃၅၀၀ ကျပ်ဖြင့် ရောင်းချပေးလျက်ရှိသည်။ ကမ္ဘာလှည့်ခရီးသွားများကလည်း လေယာဉ်ဖြင့် သယ်ဆောင်ရာတွင် သတ်မှတ်အလေးချိန်များအရ ပေါ့ပါးပြီး မြန်မာအနုပညာလက်ရာပြောင်မြောက်သည့် မြန်မာ့ရုပ်သေးရုပ်ငယ်များကို စိတ်ဝင်စားမှုများကာ ဝယ်ယူမှုများပြားလျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။

ခရီးသွားဝန်ဆောင်မှု လုပ်ငန်းသည် မီးခိုးမထွက်သည့် စက်ရုံဟု တင်စားကြသကဲ့သို့ မြန်မာမှု အနုပညာလက်ရာများကလည်း နိုင်ငံစီးပွားရေးကို အထောက်အကူပြုလျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။ ***ဝင်းဝင်း***

အာရှ၌ မြန်မာ့ရေနံနှင့် သဘာဝဓာတ်ငွေ့ လုပ်ကွက်...

မျက်နှာဖုံးမှ

PTT Exploration and Production ကုမ္ပဏီ၏ ဒုတိယ ဥက္ကဋ္ဌ ဝါရာနွန်လာပရာဘန်က တတိယအကြိမ်မြောက် အရှေ့တောင်အာရှ ကမ်းလွန်ထိပ်သီးအစည်းအဝေး ၂၀၁၅တွင် ပြောကြားခဲ့သည်ဟု သိရှိရသည်။

ယခုအချိန်သည် မြန်မာနိုင်ငံအတွက် ရေနံရှာဖွေရေးလုပ်ငန်းလုပ်ဆောင်ရန် အကောင်းဆုံးအချိန်ဖြစ်ကြောင်းနှင့် စွမ်းအင်ဈေးနှုန်းကျဆင်းခြင်းနှင့်အတူ ရေနံရှာဖွေရေးစရိတ်လျော့နည်းသွားခြင်းသည် အခွင့်အရေးများစွာ ရရှိစေနိုင်ကြောင်းကို Wood side Energy (Myanmar) ကုမ္ပဏီ ဌာနေမန်နေဂျာ ဒေနီယာလ်ကလယ်ရီက ပြောကြားခဲ့သည်။ မြန်မာနိုင်ငံရှိ ရေနံရှာဖွေထုတ်လုပ်မှုမှာ လာမည့်သုံးနှစ်အတွင်း သက်ဝင်လှုပ်ရှားမှု အမြင့်ဆုံးဖြစ်လာဖွယ်ရှိကြောင်း မြန်မာ့ရေနံနှင့် သဘာဝဓာတ်ငွေ့ (ကမ်းလွန်)မှ ဒါရိုက်တာတစ်ဦးက ပြောကြားခဲ့သည်။ ထို့ပြင် ရေနံတူးဖော်ခြင်း၊ ပိုက်လိုင်းတပ်ဆင်ခြင်း၊ မြေကြောတိုင်းတာခြင်း၊ လုပ်ငန်းများကို မကြာမီစတင်လုပ်ဆောင်တော့မည်ဖြစ်ပြီး လုပ်ကွက် ၃၉ ကွက်ရှိ အွန်ရှိုးစူးစမ်းရှာဖွေရေးလုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်ခဲ့ပြီးဖြစ်ကြောင်း သိရှိရသည်။ ***ညီဦး***

jrerm-w½w EpEii jynorsm;\ tusK;twu v,,m vlypppr;tm; xwvyrpr;&nEi aialu;u@rsm;wi y;ayg i;aqmi&ur w;jrioma;rn

မြန်မာ-တရုတ် ဘက်စုံမဟာဗျူဟာမြောက်ပူးပေါင်း ဆောင်ရွက်မှု၊ မိတ်ဖက်ဆက်ဆံရေး ပိုမိုတိုးတက်ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု တိုးမြှင့်ရေးနှင့် ကဏ္ဍပေါင်းစုံအပြန်အလှန်ဖလှယ်မှုများ ပြုလုပ်နိုင်ရန်အတွက် နှစ်နိုင်ငံကြား အရေးကြီးသော တူညီဆန္ဒများ ရရှိခဲ့သည်ဟု သိရှိရသည်။ တရုတ်နိုင်ငံသည် မြန်မာနိုင်ငံ၏ သဘာဝဘေး အန္တရာယ်ကယ်ဆယ်ရေးနှင့် ပြန်လည်တည်ဆောက်ရေး ကြိုးပမ်းမှုများတွင် အကူအညီ ဆက်လက်ပေးသွားရန် အသင့်ရှိနေကြောင်းနှင့် မြန်မာနိုင်ငံ၏ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေး၊ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု၊ ပြည်သူများ၏ လူနေမှုဘဝ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုတို့အတွက် ကူညီပေးသွားမည်ဟုလည်း ထုတ်ဖော်ပြောကြားခဲ့ကြောင်း မြန်မာ-တရုတ်နှစ်နိုင်ငံ ပူးတွဲသတင်းထုတ်ပြန်ချက်တွင် ဖော်ပြပါရှိသည်။

နှစ်နိုင်ငံအကြား တူညီဆန္ဒများ ရရှိခဲ့သဖြင့် နှစ်နိုင်ငံပြည်သူများ၏ အကျိုးအတွက် လယ်ယာ၊ လျှပ်စစ်စွမ်းအား၊ ထုတ်လုပ်မှုစွမ်းရည်နှင့် ငွေကြေးကဏ္ဍများတွင် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုများ တိုးမြှင့်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။ နှစ်နိုင်ငံ ကုန်သွယ်မှုတိုးမြှင့်ရန် တန်းတူညီမျှမှုနှင့် အပြန်အလှန် အကျိုးဖြစ်ထွန်းမှုအပေါ်တွင် အခြေခံ၍ စီးပွားရေး ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုကို တိုးမြှင့်သွားမည် ဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် တရုတ်ပြည်သူ့ သမ္မတနိုင်ငံ၏ တစ်ခုတည်းသော ရပ်ဝန်း၊ တစ်ခုတည်းသောလမ်းကြောင်း (One Belt One Road) အစီအစဉ်နှင့် BCIM ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုမူဘောင်များအတွင်းမှ ဆိပ်ကမ်းနှင့် လမ်းမများ၊ ရထားလမ်းများ အစရှိသည့် အခြေခံအဆောက်အအုံ ပေါင်းစည်းဆက်နွှယ်မှုဆိုင်ရာ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု တိုးမြှင့်သွားရန်၊ တရုတ်-မြန်မာလယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးကဏ္ဍ ပူးပေါင်းဆောင် ရွက်မှုကော်မတီနှင့် အစိုးရအဖွဲ့အစည်းများအကြား လျှပ်စစ်စွမ်းအားကဏ္ဍ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု လုပ်ငန်းစဉ်များအား အပြည့်အဝအသုံးချ၍ အကျိုးတူ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုနှင့် နှစ်နိုင်ငံပြည်သူများ၏ အကျိုးစီးပွားအတွက် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုများနှင့် တိုးမြှင့်သွားရန် နှစ်ဖက်စလုံးမှ သဘောတူညီခဲ့ကြောင်း သိရှိရသည်။ မြန်မာနိုင်ငံအနေဖြင့် နိုင်ငံရေးတည်ငြိမ်မှု၊ စီးပွားရေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု၊ တိုင်းရင်းသားစည်းလုံးညီညွတ်မှုနှင့် လူမှုရေးအရ သဟဇာတဖြစ်မှုများ ရရှိခံစားနိုင်မည်ဟု မျှော်လင့်ကြောင်း တရုတ်ပြည်သူ့သမ္မတနိုင်ငံမှ ထုတ်ဖော်ပြောကြားခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ ***ညီဦး***

လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးကဏ္ဍ ပြန်လည်ထူထောင် ...

မျက်နှာဖုံးမှ

ရေကြီးနစ်မြုပ်မှုကို လယ်ယာမြေဧက တစ်သန်းခွဲခန့် ကြုံတွေ့ခဲ့ပြီး ပျက်စီးမှုမှာ ဧကရှစ်သိန်းကျော်နှင့် ပြန်လည်စိုက်ပျိုးနိုင်မှုမှာ ဧကလေးသိန်းကျော်ရှိသည်ဟု လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးနှင့် ဆည်မြောင်းဝန်ကြီးဌာန၏ စာရင်းများအရ သိရသည်။

ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီးသည် လယ်ယာမြေရေကြီးနစ်မြုပ်မှု အများဆုံးခံရသည့် တိုင်းဒေသကြီးဖြစ်ပြီး လယ်ယာမြေ ဧကသုံးသိန်းခုနစ်သောင်းကျော် ရေနစ်မြုပ်ခဲ့သည်။ လယ်ယာမြေ ပျက်စီးဆုံးရှုံးမှုဧကအများဆုံးမှာ ရခိုင်ပြည်နယ်ဖြစ်သည်။ ရခိုင်ပြည်နယ်သည် နွေစပါးစိုက်ပျိုးမှု မရှိသလောက် နည်းပါးသည့်အတွက် ယခုနှစ်တွင် ဆန်စပါးစားသုံးရန်အတွက် ပြည်ပမှ တင်ပို့ထောက်ပံ့ရန် လိုအပ်မည်ဖြစ်သည်။

စားနပ်ရိက္ခာလုံလောက်မှုနှင့် အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် ဆန်ဈေးနှုန်းများ မြင့်တက်မသွားစေရန် ပုဂ္ဂလိကကဏ္ဍမှ အရန်ဆန်အိတ်ရေ တစ်သိန်းခန့် ထားရှိရန် စီစဉ်လျက်ရှိသည်။ ရေနစ်မြုပ်သည့် လယ်ယာမြေများတွင် ပြန်လည်စိုက်ပျိုးသည့်စပါးများသည် သီးနှံပေါ်ချိန်၌ ပိုးမွှားရောဂါအန္တရာယ်ကြောင့် အရည်အသွေးကျဆင်းပြီး အထွက်နှုန်းလျော့နည်းနိုင်သဖြင့် အာမခံစနစ်ဖြင့် ဝယ်ယူသည့် အစီအစဉ်များကိုလည်း ရေးဆွဲသင့်ပါကြောင်း ဦးရဲမင်းအောင်က အကြံပြုခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ ***ဝင်းဝင်း***

သုတ ၊ ရသ

ဒို့ကျေးရွာမှ ပေးစာများ

မေး။ ကျွန်တော့်ကြက်သွန်နီခင်းမှာ အရွက်တွေ အညိုပြောက်တွေဖြစ်တယ်။ အမြိတ်တွေလည်း ကျိုးကျတယ်။ ဥတွေလည်း အညိုနာကွက်တွေဖြစ်ပြီး ပုပ်ကုန်တယ်ဆရာ။ အဲဒါ ဘယ်လိုကာကွယ် နှိမ်နင်းရမလဲ ရှင်းပြပါ ဦးဆရာ။

ဦးကျော်ကျော်၊ မင်းလှမြို့နယ်။

ဖြေ။ ဦးကျော်ကျော် ကြက်သွန်မြိတ်တွေဖြစ်တာ တောက်တဲ့မြီး မှိုရောဂါဖြစ်တာဗျ။ ဒီရောဂါဟာ ကြက်သွန်နီ၊ ကြက်သွန်ဖြူ နှစ်မျိုးလုံးမှာဖြစ်နိုင်တယ်ဗျ။ ဒီရောဂါဟာ ပူနွေးစိုစွတ်တဲ့ရာသီဥတု ၁၈ မှ ၃၀ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်မှာ ပိုဖြစ်တယ်ဗျ။ ဒီရောဂါဖြစ်စေတဲ့မှိုတွေဟာ ကြက်သွန်အစိတ်အပိုင်း မျိုးစေ့တွေပေါ်မှာ ခိုအောင်းနေတယ်။ သွင်းရေ၊ အင်းဆက်ပိုး၊ လေတို့နဲ့ကူးစက်ပျံ့နှံ့နိုင်တယ်။ ကြက်သွန်မြိတ်ပေါ်ကို လေဝင်ပေါက်တို့ ဒဏ်ရာတို့ကနေတစ်ဆင့် ဝင်ရောက်နိုင်တယ်။ ဒီလိုရောဂါဝင်ရောက်ပြီဆိုရင် ကြက်သွန်မြိတ်ပေါ်မှာ အညိုပြောက်လေးတွေ စဖြစ်တယ်။ နောက် အပြောက်ရဲ့အလယ်မှာ ခရမ်းရောင်ပေါ်လာတယ်။ ပြီးရင်အပြောက်ဟာ ဘဲဥပုံခရမ်းရောင် ဗဟိုတူစက်ဝိုင်းအရစ်တွေဖြစ်ပေါ်လာတယ်။ ကြက်သွန်မြိတ်အရင်းတွေမှာ ပိုဖြစ်တာတွေ ရတယ်။ ရောဂါပြင်းလာပြီဆိုရင်တော့ ကြက်သွန်မြိတ်ကို တစ်ပတ်ပတ်မိပြီး ကျိုးကျသွားတယ်ဗျ။ ကြက်သွန်ဥတူးချိန်ကျရင်တော့ ဥပေါ်မှာလည်း အညိုကွက်တွေဖြစ်ပြီး ပျော့ပုပ်သွားတယ်။ အမြိတ်နဲ့ ဥနဲ့စပ်တဲ့နေရာမှာလည်း အညိုရောင်မှိုမျှင်တွေ တွေ့ရမယ်ဗျ။ ဒီရောဂါဟာဆိုးတယ်။ ဂရုမစိုက်ရင် တစ်ခင်းလုံး ပြုတ်နိုင်တယ်ဗျို့..။

ဒီရောဂါ ကြိုတင်ကာကွယ်ဖို့ဆိုရင်တော့ ကြက်သွန်ပင်ရဲ့ အကြွင်းအကျန်အစိတ်အပိုင်းတွေ ဖယ်ရှားပြီး မီးရှို့ပစ်ဗျ။ မျိုးသုံးကတည်းက ခြောက်သွေ့ပြီး ကောင်းကောင်းသိုလှောင်ထားတဲ့ ရောဂါကင်းတဲ့ မျိုးသုံးဗျာ၊ ရေဝပ်ရင် ပိုဆိုးတတ်တဲ့အတွက် အခင်းရေမဝပ်အောင် ကြိုတင်ပြုပြင်ထားဗျာ။ သွင်းရေက တစ်ဆင့်ကူးနိုင်တဲ့အတွက် ရောဂါဖြစ်နေတဲ့အခင်းကနေ ဖြတ်ပြီး ရေမသွင်းနဲ့၊ ရောဂါဖြစ်နေတဲ့အခင်းလည်း ရေမသွင်းဘဲ ရေလောင်းတဲ့စနစ်သုံးဗျာ။ ကြက်သွန်နဲ့အခြားသီးနှံ လှည့်ပြီးစိုက်။ ပုလဲမြေဩဇာ လွန်လွန်ကဲကဲ မသုံးမိအောင်သတိပြုပါ။

လာဘီလိုက်မှိုသတ်ဆေး တစ်ဇကေ ၂၀၀ ဂရမ်၊ နှစ်ပတ် တစ်ကြိမ်ဖျန်း၊ သို့မဟုတ် ဒက်ကိုနေးမှိုသတ်ဆေး တစ်ဇကေ ၁၅၀ ဂရမ်၊ တစ်ပတ် တစ်ကြိမ်ဖျန်း၊ သို့မဟုတ် ကိုဆိုဒ်မှိုသတ်ဆေး တစ်ဇကေ ၁ ကီလိုဂရမ် နှစ်ပတ်ခြား တစ်ကြိမ်ဖျန်းပေးပေါ့ဗျာ။

အောင်ဆန်း(စိုက်ပျိုးရေး)

မေး- ဆိတ်မတွေကို သားပေါက်နှုန်းကောင်းဖို့ ဘယ်လိုကျွေးမွေးရပါမလဲ။

ဒေါ်ညွန့်လှိုင်၊ သုံးခွမြို့၊ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး။

ဖြေ- ဆိတ်မတွေကို ဆိတ်သိုးတွေနဲ့ရောမထားခင် (၁)လလောက်အလိုမှာ အာဟာရပြည့်ဝတဲ့အစာတွေ ဖြစ်တဲ့ ပြောင်းမှုန့်တို့၊ ဝါစေ့ဖတ်တို့ကို တစ်နေ့မှာ အလေးချိန် ပေါင်ဝက်ခန့်ပိုကျွေးပေးဖို့ လိုအပ် ပါတယ်။ ဒီလိုကျွေးပေးခြင်းအားဖြင့် ကိုယ်ခန္ဓာအလေးချိန်တိုးလာခြင်း၊ မျိုးဥအိမ်မှ မျိုးဥကျဆင်းမှုပမာဏ ပိုများလာခြင်းအားဖြင့် ဆိတ်ကလေးကောင်ရေ များများမွေးနိုင်ပါတယ်။ ***ဒေါက်တာနေဝင်းလွင်(မွေး/ကု)***

မေး- ဒေါက်တာခင်ဗျား ကျွန်တော်တို့ ညီအစ်ကိုတွေ ဦးရေပြားက ဖောက်အလွန်ထပြီး ခေါင်းဖြီးတဲ့အခါ ဖောက်ဖတ်တွေ ကျလာပါတယ်။ ဘာကြောင့်ဖြစ်တာပါလဲ ဖြေကြားပေးပါခင်ဗျား။ ***ကိုမျိုး၊ နတ္တလင်းမြို့။***

ဖြေ- ဟုတ်ကဲ့။ ဖောက်ထတာကို ဆေးပညာအရ သိပ်များရင် Seborrheic Dermatitis လို့ ခေါ်ပါတယ်။ နှင်းခူတစ်မျိုးပါ။ အရေပြားရောဂါတစ်မျိုးဖြစ်ပါတယ်။ သာမန်ဖောက်ထတာကို အရပ်အခေါ်တော့ Dandruff လို့ပဲ အသိများပါတယ်။ Malasseziafurfur လို့ခေါ်တဲ့ အရေပြားမှိုတစ်မျိုးကြောင့် ဖြစ်ရတာလို့ ယူဆကြ ပါတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ အဲဒီမှိုမျိုးဟာ သာမန်ထက်ပိုပြီး ဒီရောဂါဖြစ်တဲ့သူတွေမှာ အများအပြား တွေ့ရလို့ပါပဲရှင်။ ***ဒေါက်တာနိုက်တင်ဂေးလ်***

မေး- မြန်မာအလှမယ် နန်းခင်ဇေယျာရဲ့ လတ်တလော အနုပညာလှုပ်ရှားမှုလေးကို ပြောပြပေးပါဦး။

ချောအိ၊ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး။

ဖြေ- နန်းခင်က မလေးရှားနိုင်ငံ ကွာလာလမ်ပူမြို့တွင် ပြုလုပ်သည့် အာဆီယံ-ဂျပန် ရုပ်မြင်သံကြား ဆွေးနွေးပွဲသို့ စက်တင်ဘာလက မြန်မာကိုယ်စားပြု ငါးရက်ကြာ တက်ရောက်ခဲ့ပါတယ်။ အာဆီယံ ၁၀ နိုင်ငံနှင့် ဂျပန်နိုင်ငံတို့မှ နိုင်ငံကိုယ်စားပြု အနုပညာရှင်များ တက်ရောက်ဆွေးနွေးခဲ့ပြီး နန်းခင်က မြန်မာနိုင်ငံ ကိုယ်စားပြု ရုပ်ရှင်အစည်းအရုံး၏ ရွေးချယ်မှုနှင့် တက်ရောက်ခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီရောက်ပြီး နန်းခင်ရဲ့ အနုပညာ လှုပ်ရှားမှုတွေ၊ အခု ဒီပွဲတော်ကို ရောက်လာတဲ့အခါ ခံစားချက်တွေ၊ မတူကွဲပြားတဲ့ အတွေ့အကြုံတွေကို မလေးရှားနိုင်ငံ၊ ရုပ်သံလိုင်းတွေက တိုက်ရိုက်တွေ့ဆုံ မေးမြန်းမှုတွေ ပြုလုပ်ခဲ့ပါတယ်။ နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံချင်းစီက တက်ရောက်လာတဲ့ အနုပညာရှင်တစ်ဦးချင်းက သူတို့ရဲ့ အနုပညာလှုပ်ရှားမှုတွေကို ၃ မိနစ်စာ ဗီဒီယိုဖိုင်တွေ ပြသခဲ့ပါတယ်။ နန်းခင်အနေနဲ့ နောက်ပိုင်းမှာလည်း လက်ခံထားတဲ့ ဗီဒီယိုဇာတ်ကားများကို ဆက်လက် ရိုက်ကူးသွားမှာဖြစ်ပါတယ်။

စာတည်းအဖွဲ့

ဒို့ ကျေး ရွာ ဟာ သ

&nre;csuxm; t\rBuk;pm;

ချစ်နိုင် (စိတ်ပညာ)

ချစ်စွာသော တူမောင်-

ရွှင်လန်းချမ်းမြေ့ပါစေ..

လူမှာ မျှော်လင့်ချက်ဆိုတာ ရှိတတ်တယ်။ ရေရေရာရာ ခိုင်ခိုင်မာမာတော့ မဟုတ်လှပါဘူး။ ရည်ရွယ်ချက်ဆိုတာ ကျောင်းသားအတွက် ပညာတတ်ဖို့၊ ဒီနှစ်စာမေးပွဲ အမှတ်ကောင်းကောင်းနဲ့အောင်ဖို့၊ လူတော်လူကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ်လာဖို့ စသည်ဖြင့် ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်။

ရည်မှန်းချက် (Ambition) ဆိုတာကတော့ တစ်စုံတစ်ရာကို ရဖို့ ပြင်းပြတဲ့ ဆန္ဒအာသီသနဲ့ မျှော်မှန်းတောင့်တမှုပဲ။ အေး-အဲဒီ ရည်မှန်းချက်ဆိုတာ မရှိသေးရင် ငါ့ရည်မှန်းချက်က ဘာလဲဆိုတာ ရေရေရာရာ တိတိကျကျရှိအောင်စဉ်းစားဆုံးဖြတ်ပါ။ ဖြစ်နိုင်ရင် ပြတ်ပြတ်သားသားချရေးထားပါ။ ဖတ်ကြည့်ပါ။ သေချာပြီဆိုရင် နေ့စဉ်ဖတ်ပါ။ ညစဉ်ဖတ်ပါ။ တစ်နေ့ ၁၀ ခါဖြစ်စေ၊ အခေါက်တစ်ရာဖြစ်စေ ဖတ်ပါ။ အသံထွက်ပြီး ရွတ်ဆိုနေပါ။ မိမိရဲ့ မသိစိတ်ထဲသို့ စွဲနစ်ဝင်သွားရင် အင်မတန်ခွန်အားကြီးမားပြင်းထန်တဲ့ မသိစိတ်က သေချာပေါက်အောင်မြင်အောင် ထိရောက်အောင် အကောင်အထည်ဖော်တော့တာပဲ။

ဒါကြောင့် နံနက်အိပ်ယာထတိုင်း ဘုရားရှိခိုးပြီးတဲ့အခါ အဲဒီ ကိုယ်ရည်မှန်းချက်ကို ဆုတောင်း။ ညစဉ် အိပ်ယာဝင်တိုင်း ဘုရားရှိခိုး၊ မေတ္တာပို့ပြီးရင် ဆုတောင်း။ နေ့စဉ် နှစ်ကြိမ်ထက်မနည်း ရွတ်ဆို။ ဒီလိုသာဆိုရင် ရည်မှန်းချက်မုချ အောင်မြင်မှာပဲ။

ရည်မှန်းချက်ဆိုတာ မရမချင်း ခိုင်မြဲအောင် ဆန္ဒကိုပျိုးထောင်နေရမယ်နော်။ အရေးအကြီးဆုံးပဲ။

ရည်မှန်းချက်အောင်မြင်ဖို့ နောက်ဘာတွေလိုသေးသလဲ။

အေး ပြောမှာပေါ့။

အဓိပတိတရားလေးပါး သဘောတရားနဲ့ပြောရရင်တော့ ဆန္ဒဓိပတိ၊ လိုချင်တောင့်တမှုဟာ မရမနေ အထူးထက်သန်နေဖို့ ပထမလိုအပ်ချက်။

စိတ်မှာ နေ့နေ့ညည စွဲမြဲစွဲလမ်းနေဖို့က စိတ္တာဓိပတိ ခွန်အားဖြည့်နေဖို့ ဒုတိယလိုအပ်ချက်။

ဝီရိယာဓိပတိကတော့ ဆန္ဒနဲ့စိတ္တာဓိပတိသာ ထက်သန်ပြင်းပြ မရမနေအား ကောင်းလာရင် ခါးတောင်တွေကို ကျော်ရမလား ကျော်လွှားမယ်။ မီးပင်လယ်ကို ကူးရမလား မီးပင်လယ်လည်း ဖြတ်မှာပဲ။

မပြီးသေးဘူးတူမောင်။ နောက်တစ်ချက်လိုသေးသဗျ။ Work Harder မအိပ်မနေကြိုးစားတာထက် Work Smarter စနစ်တကျနဲ့ ပညာဉာဏ်ပါပါလုပ်တတ်ဖို့ အရေးကြီးတာပါ။ အဲဒါကိုတော့ ဝီမံသာဓိပတိ လို့ခေါ်ပါတယ်။ ပညာဉာဏ်အမြော်အမြင်နဲ့ အတတ်ပညာ နည်းပညာ ပြည့်စုံခြင်းပေါ့ကွယ်။ ဒါကလည်း လုပ်ရင်းကိုင်ရင်း ကြိုးစားရင်းနဲ့ ဖြည့်ဆည်းရတာလေ။ ပညာဓိပတိလို့ပဲ ဆိုပါစို့။

ဦးဦးအနေနဲ့ တူမောင်ရဲ့ရည်မှန်းချက် အမှန်တကယ် အကောင်အထည်ပေါ်အောင် လိုအပ်မှာတွေကို ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ဆွေးနွေးဖော်ပြမယ်နော်။ သေသေချာချာ မှတ်သားပြီး လက်တွေ့ကျင့်သုံးပေတော့။

ကျန်းမာရေးကောင်းမွန်ရမယ်

အစားအသောက်၊ အအိပ်အနေ၊ အသွားအလာ ဂရုစိုက်ပါ။ ကျန်းမာရေးဟာ အခြေခံလိုအပ်ချက်ပဲ။ ကိုယ်ကာယသန်မာအောင် ကာယလေ့ကျင့်ခန်း မှန်မှန်လုပ်ပါ။ အနည်းဆုံး အိပ်ချိန်၊ ထိုင်ချိန်၊ ရပ်ချိန်၊ လမ်းလျှောက်ချိန် မျှတပါစေ။ အထိုင်များရင် လမ်းလျှောက်တာ ရှိရမယ်ဗျ။

ရည်မှန်းချက်ကို ပြင်သင့်ရင်ပြင်ပါ

မူလက သရက်ပင်စိုက်ဖို့ပဲ။ သို့သော် သစ်သီးဈေးနဲ့ ရာသီဥတုအခြေအနေအရ နဂါးမောက်သီးစိုက်တာက ပိုအကျိုးရှိတယ်၊ အောင်မြင်ဖို့သေချာတယ်ဆိုရင် အပင်အမျိုးအစား ပြောင်းသင့်ရင်ပြောင်းရမယ်။ မူလက ရန်ကုန်မှ မန္တလေးသို့ သွားဖို့ရည်ရွယ်ပေမယ့် ပြင်ဦးလွင်မြို့အထိ ရောက်မှ ပိုအကျိုးရှိမယ်ဆိုရင် ၂၁ မိုင်သာ(ဝါးလုံးကျီးထိုးပျံ)ကွာဝေးပြီး ကားလမ်းခရီး ၄၂ မိုင် ကွေ့ကွေ့ကောက်ကောက် သွားရသွားရ၊ ပြင်ဦးလွင် ယခင်အခေါ် မေမြို့အထိ ရောက်အောင်သွား။

ရည်မှန်းချက်ကြီးသူများနဲ့ ပေါင်းပါ

"ရပါတယ်ကွာ တော်အိရော်အိဘဝနဲ့နေသွားရင်လည်း ရတာပဲ" ဆိုတဲ့ ရည်မှန်းချက်မရှိသူ၊ ဝေလေလေတွေနဲ့ ဝေးဝေးနေ။ "လူမိုက်ဆိုလျှင် ရှောင်သွေလွှဲလို့ မမှီဝဲနဲ့ကင်းအောင်နေ" ဆိုတဲ့အတိုင်းပေါ့လေ။

ကိုယ့်အားသာချက်ကို သိပါစေ

မိမိမှာ ရှိပြီးသားအထုံပါရမီကိုရှာပါ။ ပိုမိုအားကောင်းအောင်လေ့ကျင့်ပါ။ အားနည်းချက်တွေက ဘာတွေလဲ။ အပျင်းထူချင်တာ၊ အစားကောင်းမက်တာ၊ ငွေကိုမချွေတာဘဲ လွယ်လွယ်ဖြုန်းပစ်တတ်တာ စသည်ဖြင့် မကောင်းတဲ့အကျင့်တွေကို ပြုပြင်။ အကျိုးအရှိဆုံးပဲ။

စိတ်ကောင်းထားပါ

ရင့်ကျက်ဖြူစင်တဲ့ စိတ်သဘောထားရှိပါ။ သူတစ်ပါး အောင်မြင်ရင်မနာလိုတာတို့၊ ကိုယ့်မှာပေါပေါများများ ရှိပါလျက် သူတစ်ပါးကို မမျှဝေဘဲ ဝှက်ထားတာတို့၊ စိတ်သဘောထား နိမ့်ကျကျဉ်းမြောင်းတာမျိုး မရှိပါစေနဲ့။ သူတစ်ပါးကို တတ်နိုင်သမျှ အကူအညီပေးပါ။ သူများအတွက်စဉ်းစားပါ။

မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုမြှင့်တင်ပါ

ငါ ဘာမဆိုအောင်မြင်အောင် လုပ်နိုင်တယ်ကွလို့ ခံယူရမယ်။ တကယ်လည်း လုပ်ရင်းကိုင်ရင်းနဲ့ နည်းလမ်းအသစ်တွေရပြီး အောင်မြင်သွားမှာပဲ။ ငါတော့ လုပ်နိုင်မယ် မထင်လောက်ပါဘူးဆိုတဲ့ ကြောက်ရွံ့တဲ့ ထင်မြင်ယူဆ(တလွဲအထင်)ကို လွှင့်ပစ်လိုက်စမ်းပါ။ မိမိကိုယ်ကို ယုံယုံကြည်ကြည် ရဲရဲဝံ့ဝံ့လုပ်ပါ။ ရဲရဲအလုပ်လုပ်မှ အများကပါ အားကိုးယုံကြည်ကြပြီး မထင်မှတ်တဲ့ အင်အားတွေပါ ရရှိလာတယ်။ ယုံကြည်မှုက ဆွဲအားသိပ်ပြင်းပါတယ်။ မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုရှိပါ။ အထင်ကြီးပါ။ ရင်ကော့ထားပါ။ (ကုပ်ချောင်း ကုပ်ချောင်းမနေပါနဲ့။)

တတ်နိုင်သမျှ ခရီးထွက်ပါ

ပြည်တွင်းပြည်ပ ကုန်းလမ်း၊ ရေလမ်း မြို့ရော တောပါ ခရီးများများသွားပါ။ လူများများနဲ့တွေ့ပါ။ ပတ်ဝန်းကျင်ကို စိတ်ဝင်စားပါ။ နေရာဒေသရော လူတွေအကြောင်းကိုပါ လေ့လာမှတ်သားပါ။ ယခင်က မိမိ မသိမမြင်တာတွေ သိရမြင်ရမယ်။ အတွေးသစ်၊ အမြင်သစ်၊ စိတ်ကူးသစ်တွေ ရစေပါတယ်။

စာများများဖတ်ပါ

အောင်မြင်ထင်ရှားခဲ့တဲ့ လူတွေအကြောင်းကို အမြဲတမ်းဖတ်ပါ။ နိုင်ငံ့ခေါင်းဆောင်တွေရဲ့ ကြိုးပမ်းမှုတွေအကြောင်း၊ သိပ္ပံပညာရှင်တွေရဲ့ ခက်ခက်ခဲခဲ အားထုတ်လုပ်ဆောင်ကြပုံတွေ အကြောင်းတွေကိုယ်ကသိမြင်ထားရင် ငါလည်းဒီလိုပဲ ကြီးကျယ်မြင့်မားနိုင်ပါလားလို့ (စိတ်ကြီးဝင်)နားလည်သဘောပေါက်လာမယ်။ သေးသေးဖွဲဖွဲတွေ စဉ်းစားပြီး အချိန်မဖြုန်းနေတော့ဘူး။ အမြင်ကျယ်သွားမယ်။

ပညာရှင်အသိုင်းအဝိုင်း၊ ပညာရှင်အဖွဲ့အစည်းတွေနဲ့ ထိတွေ့ဆက်ဆံပါ

မသိတာ မရှင်းတာရှိရင် (ဖြေချင်အောင်)မေးပါ။ ဆွေးနွေးပွဲ၊ စာတမ်းဖတ်ပွဲ၊ ဟောပြောပွဲတွေ သွားတက်ပါ။ နားထောင်ပါ။ စိတ်ကူးစိတ်သန်းတွေ၊ ဉာဏ်ပညာတွေ တိုးပွားလာမယ်လေ။ အောင်မြင်ချင်ရင် မိမိရဲ့ နားမျက်စိကို ချဲ့ရမှာပဲတူမောင်။

ဘာသာစကားလေ့လာပါ

မြန်မာစာ မြန်မာစကားအပြင် အင်္ဂလိပ်စာ၊ ဂျပန်စာ စတဲ့ အသုံးဝင်မည့် ဘာသာစကားများနဲ့ ရှမ်းစကား၊ ကချင်စကား၊ ကရင်စကား စတဲ့ တိုင်းရင်းသားဘာသာစကားတွေကို သေသေချာချာ စိတ်ဝင်တစားနဲ့ တစ်နှစ်၊ နှစ်နှစ် ဖောက်ချပြီး ဖိဖိစီးစီးလေ့လာကျက်မှတ်ပါ။ လေ့ကျင့်ပါ။ အင်္ဂလိပ်လို လုပ်ငန်းသဘောအပြောအဆို အရေးအသားကျွမ်းကျင်ပါမှ ဒီခေတ်မှာ လူရာဝင်မှာပါ။ တိုင်းရင်းသားစကားတစ်ခုခုလောက် ရေရေရာရာ ပြောဆိုတတ်ရင်လည်း အဲဒီနယ်မြေမှာ ဆွေမျိုးတွေရပြီးပြီလို့မှတ်ပေရော့။ စားစရာလည်း မပူနဲ့။ မအောင်မြင်မှာလည်း မပူနဲ့။ အံ့သြလောက်အောင် ဝိုင်းဝန်းကူညီကြတာကို တွေ့ကြုံရပါလိမ့်မယ်။

ဝါသနာပါရာ ဆောင်ရွက်ပါ

ပန်းချီဆွဲမလား၊ ဓာတ်ပုံရိုက်မလား၊ စန္ဒယား၊ အော်ဂင်၊ ဂီတာတီးမလား၊ အပျင်းပြေဝါသနာပါရာတစ်ခုခုကို လိုက်စားပါ။ စိတ်ချမ်းသာတယ်။ ကိုယ်ဝါသနာပါတာလေး အနုပညာဖြစ်ဖြစ်၊ အားကစားပဲဖြစ်ဖြစ် စိတ်အပန်းဖြေနိုင်ရင် စိတ်သစ်လူသစ် ခွန်အားပြည့်စေတယ်။ ရည်မှန်းချက်အောင်မြင်ဖို့ အထောက်အကူရပါတယ်။

စာများများဖတ်ပါ

ရည်မှန်းချက်အကြောင်း၊ အောင်မြင်မှုအကြောင်း၊ ခေါင်းဆောင်မှုအကြောင်း ရေးထားတဲ့စာအုပ်တွေ ရှာဖတ်ကြည့်ပါ။ ဥပမာ ဒေးဗစ်ရှဝပ်(ဇ်)ရေးတဲ့ The Magic of Thinking Big ဆိုတဲ့ စာအုပ်မျိုးပေါ့။ အဲဒီစာအုပ်ကို စိတ်ပညာပါမောက္ခ ဦးခင်မောင်သန်း(စိတ်ပညာ)က မှီငြမ်းပြီး ရေးဖူးတယ်။ ဒေါက်တာခင်မောင်ညို၊ ညီညီနိုင်စတဲ့ စာရေးဆရာများလည်း ဘာသာပြန်ထားတယ်။

နည်းလမ်းတွေ ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် သိရမယ်။ အခြားလူတွေရဲ့ အောင်မြင်ပုံတွေကို အားကျအတုယူစရာ တွေ့ရမြင်ရမယ်။

ရည်မှန်းချက်ဆိုတာ စကတည်းက လိုလေးသေးမရှိ ပြည့်စုံအောင်ရှိနေမှ ချမှတ်ရတာမဟုတ်ပါဘူး။ ပန်းတိုင်ဆီကို ချီတက်ရင်း ရှေ့သို့သွားနေရင်း လိုအပ်ချက်တွေ ဖြည့်တင်းသွားရတာပါပဲ။

ဘဝအောင်မြင်မှုဆိုတာ ပန်းတိုင်တစ်ခုမဟုတ်ဘူး။ လမ်းကြောင်းတစ်ခုသာလျှင်ဖြစ်တယ်။ စာမေးပွဲတစ်ခုပြီးတစ်ခု အောင်ပြီး ဘွဲ့တစ်ခုခုရသလို စာမေးပွဲတွေ အရင်အောင်မြင်အောင် ဖြေပြီး နောက်ဆုံးတစ်နေ့ ဘွဲ့ရသူဖြစ်လာရသလိုပေါ့။

လူတွေဟာ မူလတန်းကတည်းက ဘယ်လောက်ပဲတော်တော် လုံ့လဝီရိယ ဖွဲ့နဲ့မကြိုးစားရင် ထိပ်ဆုံးသို့မရောက်ဘူး။ ပင်ကိုယ်ဉာဏ်ရည်ဉာဏ်သွေး သာမန်လူကလည်း ဇွဲ၊ လုံ့လ၊ ဝီရိယနဲ့ ထက်ထက်သန်သန် ကြိုးစားနေတဲ့လူစားဟာ ကြာလေကြာလေ ထိပ်ဆုံးပိုင်းသို့ ရောက်လာလေလေပဲ။

ဒါကြောင့် ပင်ကိုယ်ဉာဏ်ရည်ကောင်းတာ မကောင်းတာထက် "ဇွဲ၊ လုံ့လနဲ့ ဝီရိယ" ဘယ်မျှရှိသလဲဆိုတဲ့အပေါ်မူတည်ပြီး အောင်မြင်မှုက အကြီးအသေး၊ အမြင့်အနိမ့် ကွဲပြားခြားနားကြတာပဲ။ ကြိုးစားမှု၊ တာဝန်သိတတ်မှု၊ တာဝန်ကျေပွန်မှု၊ သစ္စာရှိမှု၊ အလုပ်ကိုရိုသေမြတ်နိုးတတ်မှု ဆိုတာတွေက အဓိကကောင်းကျိုးပြုပါတယ်။

ပျင်းရင် ညှံ့ဖျင်းမှာပဲ။

အပျော်လွန်ရင် ပျက်ယွင်းသွားမှာပဲ။ ရည်မှန်းချက်တစ်ခုခုထားပြီး ထက်ထက်သန်သန် တက်တက်ကြွကြွ ကြိုးစားတဲ့သူဟာ သူများတကာကို ဖြတ်ကျော်တက်ပြီး ထူးထူးချွန်ချွန်အောင်မြင်သူဖြစ်လာစမြဲပါပဲ။

အရေးကြီးတဲ့ဝန်ကြီးဌာနတစ်ခုခုမှာ ဌာနဆိုင်ရာအကြီးအကဲတာဝန်ကို ၁၁ နှစ်ထမ်းဆောင်ခဲ့သူရဲ့ ကိုယ်တွေ့စေတနာစကားပါတူမောင်။

တိုးတက်အောင်မြင် ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့ပါစေ။

ချစ်နိုင်(စိတ်ပညာ)

ဒို့ ကျေးရွာ ကာတွန်း

သုတ ၊ ရသ

a‹u;

မြင်းခြံကျော်အောင်

လူတော်တော်များများသည် အကြွေးနှင့်မကင်းနိုင်ကြပေ။ အကြွေးယူသူများကလည်း လိုင်လိုင်ယူကြပြီး အကြွေးချသူများကလည်း ဖောဖောသီသီပေးနေကြသည်။ တောင်သူလယ်သမားများနှင့် ကုန်သည်လောကတွင် ပိုမိုတွင်ကျယ်စွာသုံးနေကြသည်။ အကြွေးယူပြီး အထည်ဝယ်ဝတ်သည့်အဆင့်မှ မော်တော်ကား၊ တိုက်ခန်းကဲ့သို့ တန်ဖိုးရှိပစ္စည်းများကိုဝယ်ယူသည်ထိ အကြွေးယူပြီးဝယ်ကြသည်။ ရောင်းသူ (အကြွေးချပေးသူ)ကလည်း ယုံယုံကြည်ကြည်ပင်ပေးသည်။ ငွေတစ်သောင်းအား တစ်လလျှင် ငွေကျပ် ၁၀၀ အတွက် အတိုးကျပ် သုံးကျပ်နှုန်းဖြင့် ငွေတိုးချပေးသည်မှ ငွေသိန်းပေါင်းများစွာကိုလည်း ဤနှုန်းဖြင့်ပင် ယူကြသည်။ ပေးဝံ့သူများရှိသကဲ့သို့ ယူရဲသူကလည်း မနည်းပေ။ အချို့ကမူ အိမ်၊ မြေဂရန်နှင့် မော်တော်ကားအုံနာဘုတ် စသည့် တန်ဖိုးရှိပစ္စည်းများအား အပေါင်အဖြစ်ရယူထားသူလည်း ရှိသည်။ လူကို ယုံသဖြင့် မည်သည့် အပေါင်မျှ မယူထားဘဲ ကတိစာချုပ်ချုပ်ဆို၍ ချေးငှားသူများလည်းရှိကြသည်။

ပုံမှန်အတိုးငွေရနေလျှင် သို့မဟုတ် ရယူထားသောပစ္စည်း၏ တန်ဖိုးအား အရစ်ကျပေးဆပ်နေလျှင် ပြဿနာတစ်စုံတစ်ရာမတက်ပါ။ ပုံမှန်မဟုတ်တော့သောအခါ ပေးဆပ်ရမည့်ကုန်ကြွေးအား ကာလကြာမြင့်သည့်တိုင် မပေးဆပ်သောအခါ ရှုပ်ထွေးမှုစတင်ဖြစ်ပေါ်ရတော့သည်။

ပထမ တယ်လီဖုန်းဖြင့် အကြွေးတောင်းရတော့သည်။ ချိုချိုသာသာ ပြောတောင်းရသည်။ ထိုအဆင့်ဖြင့် ငွေပြန်မပေးသောအခါ တောင်းရမ်းသည့်အခါ ဒေါသသံကပါလာပြီး ခြိမ်းခြောက်တောင်းရတော့သည်။ ထိုသို့ နှုတ်ဖြင့်ပြောပြီး တောင်းမရသောအခါ အိမ်တိုင်ရာရောက် သွားတောင်းရသည်။ လူကြားသူကြား အဆင့်ရောက်သည်အထိ အော်ကြီးဟစ်ကျယ်ပြောပြီးတောင်းရသည်။ ဤသို့ တောင်း၍မရသည့်အခါ ငွေကြေးပမာဏကလည်း များပြားသည့်အခါတွင် ရှေ့နေငှားပြီး သတင်းစာထဲထည့်ကြော်ငြာပြီး တောင်းရသည်။ ဤတွင် ငွေကုန်လူပန်းဖြစ်တော့သည်။

ထို့ကြောင့် ကြွေးနှင့်ပတ်သက်လျှင် ကြွေးပေးသူမြီရှင်လည်း စိတ်မချမ်းသာရသကဲ့သို့ ကြွေးယူသူမြီစားလည်း နှလုံးမသာမယာဖြစ်ရတော့သည်။

အလျဉ်းသင့်၍ ယနေ့ (၂၀၁၅ ခုနှစ်) ကမ္ဘာတွင် ဖြစ်ပေါ်နေသော ကြွေးပြဿနာတစ်ရပ်အား ပြောပြပါမည်။ ဥရောပတိုက်မှ ဂရိနိုင်ငံ၏ ကြွေးပြဿနာဖြစ်သည်။ ဤကြွေးပြဿနာကြောင့် ယခင်အစိုးရလည်း ပြုတ်ကျခဲ့ပြီးပြီ။ ယခုအစိုးရလက်ထက်တွင် ၂၀၁၅ ခုနှစ်၊ ဇွန်လ ၃၀ ရက်နေ့တွင် မြီရှင်ဂျာမနီနှင့် ဥရောပဗဟိုဘဏ်သို့ ကြွေးယူထားငွေများ ပြန်ဆပ်ရန်ဟူသည့် ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးကြီးနှင့် ပက်ပင်းတိုးခဲ့သည်။ သို့သော် တိုင်းပြည်အနေဖြင့် ပြန်ဆပ်နိုင်သောအခြေအနေမရှိပါ။ ထိုအခါ မြီရှင်များက ဂရိအစိုးရအား ပင်စင်လစာငွေများ ထုတ်မပေးရန် အထွေထွေခြိုးခြံချွေတာရေးစနစ် ကျင့်သုံးရန်နှင့် အခွန်ငွေများကို တိုးကောက်ရန် အကြပ်ကိုင်တောင်းဆိုခဲ့သည်။

ဤသည်ကို လက်ရှိအစိုးရကလည်း လက်မခံ။ ပြည်သူပြည်သားများကလည်း မြီးရှင်၏ အကြပ်ကိုင်မှုအတိုင်း မလုပ်ဆောင်ရန် ဆူပူဆန္ဒပြမှုများ ပြုခဲ့ကြသည်။ သို့ဖြင့် ဤကြွေးမြီပြဿနာသည် တစ်တိုင်းပြည်လုံးအား စိတ်ဆင်းရဲမှုအား ဖြစ်စေခဲ့ပေတော့သည်။ ကြွေးသည် ဤမျှ ဒုက္ခပေးသည်။

ကြွေးနှင့်ပတ်သက်သော ဆိုဆုံးမမှုများ

ရှေးမြန်မာများသည် ကြွေးယူခြင်း ကြွေးပေးခြင်းများကို အားမပေးပါ။ လောကနီတိကျမ်းမိတ္တကဏ္ဍတွင် -

"မြီကြွင်းသည်လည်းကောင်း
မီးကြွင်းသည်လည်းကောင်း
ရန်ကြွင်းသည်လည်းကောင်း
အဖန်တလဲလဲ ပွားတတ်ကုန်၏
ထို့ကြောင့် အကြွေးကိုမပြုရာ"

ဟု ဆုံးမခဲ့သည်။ ကြွေးယူမိလျှင် မြန်မြန်ပြန်ဆပ်ရန် ပြောကြားခြင်းဖြစ်သည်။

မြန်မာဆိုရိုးစကားတွင်လည်း ကြွေးနှင့်ပတ်သက်သော စကားနှစ်ရပ်ရှိသည်။ ဤသည်တို့ကား "ကြွေးတင်ကျွန်ဖြစ်" ဟူသောစကားနှင့် "ကြွေးပေးလျှင် ဆုံး တောင်းလျှင် မုန်း" ဟူသော စကားများဖြစ်ပေသည်။

ကြွေးတင်ကျွန်ဖြစ် ဟူသောစကားအရ သူတစ်ပါးကျွန်ဖြစ်ရုံမျှမက အခြားသောဒုက္ခများပါ နှီးနွယ်ခံစားရတတ်ပုံအား ဝန်ကြီးပဒေသရာဇာက -

"ကြွေးတင်ကျွန်ဖြစ်၊ သားနှစ်မြေးမွန်း၊ ကြေးပန်းငွေကုန်၊ ဆူမှုန်ဝမ်းမှာ မသက်သာလျက်"ဟု စပ်ဆိုခဲ့သည်။

အခြားစကားတစ်ရပ်မှာ ဆရာကြီးဦးလတ်က သူ၏စံပယ်ပင်ဝတ္ထုတွင် "လူကို ယုံ ကုန်ကို အကြွေးမပေးနှင့်၊ ပေးလျှင် ဆုံး တောင်းလျှင်မုန်း၊ ကြာတော့ကာ ဆုံးတတ်ပါတယ်"ဟု ရေးသားခဲ့သည်။

ထို့ကြောင့် အကြွေးယူခြင်းသည်လည်းကောင်း အကြွေးချခြင်းသည်လည်းကောင်း ချမ်းသာရမည့်လမ်းစဉ်မဟုတ် မွဲဆေးဖော်ခြင်း ရန်ပွားခြင်းများသာဖြစ်သည်မှာ အထင်အရှားပင်ဖြစ်ပေသည်။

ကြွေးနှင့်ပတ်သက်သော အခြားလူမျိုးများ၏ ခံယူချက်များ

ကြွေးအပေါ် မြန်မာများကသာလျှင် ကောင်းကျိုးပေးသော လုပ်ရပ်မဟုတ်ဟု မြင်သည်မဟုတ်ပေ။ အင်္ဂလိပ်လူမျိုးများကလည်း မြန်မာများနှင့် တစ်ထပ်တည်း ရှုမြင်ကြသည်။ ထို့ကြောင့် ဤသို့ဆိုထားသည်

"Neither a Borrower nor a Lender be"

"ကြွေးရှင်ရော ကြွေးယူသူပါ မဖြစ်ပါစေနှင့်"

ထို့ပြင် အယ်လ်ဘေးနီးယန်းလူမျိုးတို့တွင်လည်း ကြွေးနှင့်ပတ်သက်သော အောက်ပါစကားပုံရှိသည်-

"If you lend, you either lose the money or gain an enemy"

"အကယ်၍ သင်သည် ငွေချေးငှားခဲ့သော် ငွေဆုံးလျှင်ဆုံးရှုံးမည်။ သို့မဟုတ် ရန်သူတစ်ယောက် ရလိမ့်မည်။

ဤသည်တို့အား ထောက်ရှုလျှင် ရှေးလူကြီးများသည် ကြွေးမြီ၏ မကောင်းမွန်မှုများအား အတွေ့အကြုံအရ ရှင်းလင်းပြောပြထားသည်ကို တွေ့ရပါသည်။ နောင်းလူများ ဆင်ခြင်ကြရန်သာရှိပါသည်။

ကြွေးကင်းမှုချမ်းသာ

မြန်မာဗုဒ္ဓဘာသာနွယ်ဝင် ရှေးပညာရှင်ကြီးများက လောကီချမ်းသာ လေးမျိုးရှိကြောင်းဖော်ပြခဲ့ကြသည်။ ဤလေးမျိုးကား -

(၁) အာနဏျသုခ
ကြွေးကင်းမှုချမ်းသာ
(၂) အတ္ထိသုခ
ပိုင်ဆိုင်ရရှိမှုချမ်းသာ
(၃) ဘောဂသုခ
သုံးဆောင်ခံစားမှုချမ်းသာ
(၄) အနဝဇ္ဇသုခ
အပြစ်ကင်းမှုချမ်းသာတို့ ဖြစ်ပေသည်။

ယခုဆွေးနွေးနေသော ကြွေးမြီကင်းရှင်းခြင်းသည် လောကီချမ်းသာ လေးမျိုးတွင် တစ်ခုပါဝင်နေသည်ကို စာရှုသူများ တွေ့ရပြီဖြစ်ပေသည်။

ထိုသို့ အကြွေးပေးရန်ရှိသူက ပူပန်ရသကဲ့သို့ အကြွေးချထားသူကလည်း ငါ့ငွေ တွေဆုံးရှုံးကုန်နိုင်သည်။ အကြွေးယူထားသူဝေးရာသို့ ထွက်ပြေးသွားမည်လား စသည့်စိုးရိမ်ထိတ်လန့်မှုအား ခံစားရသည်။ အကြွေးတောင်းရာမှ တစ်ဖက်နှင့်တစ်ဖက် ရန်သူဖြစ်သွားရပေတော့သည်။

ထို့ကြောင့် အကြွေးယူခြင်းသည်လည်း စိတ်မချမ်းသာရသကဲ့သို့ အကြွေးချခြင်းသည်လည်း ဆင်းရဲတွင်းနက်စေပါသည်။ အနုလုံပဋိလုံ စဉ်းစားချင့်ချိန်လိုက်သောအခါ ကြွေးလုံးဝကင်းခြင်းသည်သာ လောကီချမ်းသာ အစစ်အမှန်ဖြစ်ကြောင်း သုံးသပ်တွေ့ရှိပါသည်။

ကြွေးကင်းအောင်နေနည်း

လောကီချမ်းသာ အစစ်အမှန်အား ခံစားလိုပါလျှင် ကြွေးကင်းအောင်နေကြရပါမည်။ ဤနေရာတွင် ကြွေးပေးသူ၏ သောကနှင့် ကြွေးယူသူ၏ဒုက္ခအား နှိုင်းယှဉ်ကြည့်လိုက်သောအခါ ကြွေးယူသူ၏ဒုက္ခသည် ပိုမိုကြီးကျယ်သည်ကို တွေ့ရပါသည်။

ထို့ကြောင့် ကြွေးယူသူများ ကြွေးမြီကင်းရှင်းစေရန်နေထိုင်နည်း (၆)နည်းအား ဆွေးနွေးသွားပါမည်-

(၁) ပထမဆုံးဆောင်ရွက်ရမည့်အလုပ်မှာ ငွေကြေးစုဆောင်းရန် ဖြစ်ပါသည်။ သာမန်ဝင်ငွေရှိသူမဆိုထားနှင့် အနိမ့်ဆုံးလုပ်ခရရှိသူပင် ငွေကြေးစုဆောင်း၍ ချမ်းသာကြွယ်ဝသွားသူများ ရှိခဲ့ကြောင်း သာဓကရှိပြီးဖြစ်ပါသည်။ တစ်လမည်မျှ သို့မဟုတ် တစ်နှစ်မည်မျှ စုဆောင်းမည်ဟု သန္နိဋ္ဌာန်ချမှတ်ပြီး ရေရှည်စုဆောင်းရပါမည်။ ဘဏ်တွင် စုဆောင်းရပါမည်။ ကာလကြာမြင့်သည်နှင့် ငွေအစုအပုံဖြစ်လာပါမည်။ အထုပ်ကြီးဖြစ်သွားသောအခါ ထုတ်မပစ်ရန်လိုအပ်ပါသည်။

(၂) စာဖတ်သူသည် စိုက်ပျိုးစရိတ် သို့မဟုတ် သမဝါယမချေးငွေ ရယူထားပါက ချေးယူငွေအား အကျိုးရှိစွာ အသုံးချရပါမည်။ စောစီးစွာပေးဆပ်ရပါမည်။ သုံးနှစ် လေးနှစ်မျှသာ ချေးငွေယူပြီး နောင်နှစ်များစွာတွင် ချေးငွေ မယူဘဲ မိမိလုပ်ငန်းအား မိမိခြေလက်ပေါ်ရပ်တည်နိုင်ရန် ဆောင်ရွက်ရပါမည်။ သို့မှ ကြွေးကင်းသူဖြစ်ပါမည်။

(၃) ဝင်ငွေနှင့် ထွက်ငွေ မျှတအောင် သုံးစွဲရေးသည် အိမ်ထောင်တိုင်းထားရှိရမည့် စီးပွားရေးမူဖြစ်ပါသည်။ အင်္ဂလိပ်စကားပုံတစ်ခုတွင် "Cut your coat according to your cloth" သင့်တွင် ပိတ်စရှိသမျှဖြင့် သင့်ကုတ်အင်္ကျီကို ချုပ်ပါ"ဟုရှိ၏။ အနက်အဓိပ္ပာယ်မှာ သင့်ဝင်ငွေအလိုက် နေထိုင်သမှုပြုပါ ဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။ မိမိဝင်ငွေဘောင်အတွင်း၌ နေထိုင်ခြင်းဖြင့် ငွေကြေးချေးငှားရမှုကင်းပါမည်။

(၄) မိမိစားဝတ်နေမှုဖူလုံရေး ပိုမိုကြွယ်ဝချမ်းသာစေရေးတွင် မလုပ်မဖြစ်လုပ်ရမည်မှာ ဝင်ငွေတိုးပွားရေးဆောင်ရွက်ရန်ဖြစ်ပေသည်။ လခစားဖြစ်စေ၊ ကုန်သည်ဖြစ်စေ လယ်ယာလုပ်ကိုင်သူဖြစ်စေ တစ်နှစ်ထက်တစ်နှစ် ဝင်ငွေတိုးပွားရေးအား နည်းလမ်းရှာပြီး ဆောင်ရွက်ရပါမည်။ ကာယစွမ်းအား စိုက်ထုတ်ပြီး ကြိုးပမ်းခြင်းဖြင့် ဝင်ငွေတိုးလာပါမည်။ သို့ဖြင့် မလောက်ငှ၍ ကြွေးယူမှုကင်းပါမည်။ တဖြည်းဖြည်း ကြွယ်ဝလာပါမည်။ ဖြတ်လမ်းနည်းဖြင့် ချမ်းသာရေးမလုပ်ရပါ။ ဖြတ်လမ်းနည်းသုံးခြင်းဖြင့် မချမ်းသာသည့်အပြင် ပြစ်မှုဖြစ်ပွားပြီး ပိုမိုဒုက္ခရောက်တတ်ပါသည်။

(၅) ရရှိလာသော ခနဉ်စွာအား မဆုံးပါးအောင် ထိန်းသိမ်းခြင်းသည် ကြွေးကင်းစေသော နည်းတစ်နည်းဖြစ်ပါသည်။ ဖြုန်းတီးမပစ်လျှင် လိုအပ်ချက်လည်း နည်းသွားပါမည်။ ဥပမာ- ဆေးလိပ်၊ အရက်သောက်စားတတ်လျှင် ဤကိစ္စအတွက် ရရှိငွေသည် ပြန်ထွက်သွားပါမည်။ အဝတ်ပလွားတတ်သဖြင့် အထည်များစွာ ချုပ်ဝတ်လျှင် အဝတ်အတွက် ငွေကြေး

စာမျက်နှာ ၁၃ သို့

t&n taoj;jrirm;z pmtypmay zwlup

ရင်အောင်ဦး(ရေစကြို)

စာဖတ်ရှိန်မြှင့်တင်ရေးကို မိမိတို့နိုင်ငံတွင်သာမက တစ်ကမ္ဘာလုံးတွင်ပါ ဆောင်ရွက်နေပေသည်။ ဤသည်ကား ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုများ၏ လမ်းစများဖြစ်ပေသည်။ ယနေ့ခေတ်တွင် ပညာရေးဖြင့်ပုံဖော်ကြသည်။ ငယ်စဉ်အခါ ပညာရှာဆိုသည့်အလား အသက်အရွယ်နုနယ်စဉ်ကာလများတွင် ပညာကို အပတ်တကုတ်ကြိုးစားကြရန်လည်း လိုအပ်ပေသည်။ သို့မှသာ အသက်အရွယ် ကြီးရင့်လာသောအခါ ပညာဖြင့် လောကအလယ် တင့်တင့်တယ်တယ်ဖြင့် အလှဆင်နိုင်ပေမည်။ ပညာသင်ရာတွင် နည်းအမျိုးမျိုး၊ ပုံစံအမျိုးမျိုးဖြင့် သင်ကြားနေပေသည်။

မိမိသင်ကြားလေ့လာထားသော ပညာရပ်များနှင့်ပေါင်းစပ်၍ တင့်တယ်လှပသောလောကကြီးကို အလှဆင်နိုင်ပေမည်။ အသစ်အဆန်းများတီထွင်ရာတွင် သင်ကြားထားသောပညာရပ်များကို လက်တွေ့အကောင်အထည်ဖော်ပြရာ၌ စာအုပ်စာပေနှင့်ပတ်ဝန်းကျင်မှ စာပေဗဟုသုတများနှင့်အတွေးအခေါ်များကို ပေါင်းစပ်၍ အကောင်အထည်ဖော်ရပေသည်။ သို့မှသာ အောင်မြင်သောဘဝကိုပိုင်ဆိုင်ပေမည်။

စာရေးသူတို့ ရေစကြိုမြို့နယ်တွင် စာရေးဆရာကြီးများ စာပေများဖတ်မှတ်လေ့လာစေရန် စာပေဟောပြောပွဲများဖြင့် မျိုးဆက်သစ်ပညာရေးကို စာအုပ်စာပေဖတ်မှတ်ခြင်းမှ တိုက်တွန်းအားပေးနေပေသည်။ ဤသည်ကား ဝမ်းသာဖွယ်ရာဟုလည်းဆိုနိုင်ပေသည်။ ထို့ပြင် ပြန်ကြားရေးဝန်ကြီးဌာနမှလည်း ရုပ်မြင်သံကြားအသံဖမ်းရုပ်ဖမ်းယူနိုင်သော ပစ္စည်းကိရိယာများကိုလည်း ကျေးရွာများနှင့် စာကြည့်တိုက်များ၌ ပေးအပ်နေပေသည်။ ထို့ပြင် မြို့နယ်စာကြည့်တိုက်များနှင့် ဗလငါးတန်စာကြည့်တိုက်များမှလည်း စာအုပ်စာပေများကို လွယ်ကူစွာငှားရမ်းဖတ်ရှုနိုင်ရန် စာကြည့်အသင်းများ ဖွဲ့စည်းထားပေသည်။ ထို့ပြင် ရွှေ့လျားစာကြည့်တိုက်များနှင့် စာပေရေချမ်းစင်များတွင်လည်း အလွယ်တကူငှားရမ်းနိုင်ပေသည်။ မိတ်ဆွေကောင်းတစ်ယောက်သည် စာအုပ်တစ်အုပ်လောက် သည်းခံနိုင်ခြင်းမရှိပေ။ မည်မျှပင် ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်သော သူငယ်ချင်းမိတ်ဆွေဖြစ်စေကာမူ အခွင့်အခါ အရသာကောင်းခြင်း၊ သည်းခံခြင်းနှင့် ခွင့်လွှတ်ခြင်းများရှိနိုင်ပေသည်။ အချိန်ကြာတစ်ကြိမ်တစ်ခါမျှ အမှားနှင့်ကြုံလျှင် သည်းခံနိုင်သော်လည်း အကြိမ်ကြိမ်အဖန်ဖန်ကြုံတွေ့နေသောအခါ သည်းခံနိုင်မည် ခွင့်လွှတ်နိုင်မည်မဟုတ်ချေ။ မိမိအလိုမရှိသောအခါမြေပြင်သို့ ကိုင်ပေါက်လျှင်လည်း သည်းခံနိုင်မည်မဟုတ်ပေ။ ထိုအခါ ရန်ပွဲပင်ဆင်နွှဲစေနိုင်သည်။

စာအုပ်စာပေမူကား မိမိမလိုအပ်သော အချိန်တွင် စာပေများကိုဘေးထား၍ မိမိစိတ်ကြည်လင်သောအခါတွင် စာအုပ်စာပေကို ပြန်လည်လေ့လာ၍လည်း ရပေသည်။ ထို့ကြောင့်စာပေသည် လူသားတို့၏ မိတ်ဆွေစစ်တစ်ယောက်ဟု ဆိုနိုင်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် စာအုပ်စာပေများကို သက်ကြီးသက်ငယ်မရွေး လေ့လာရန် ရေစကြိုတွင် ဆရာကြီးဦးအောင်ဆန်း အပါအဝင် ပညာရှင်များမှ အစဉ်တစိုက် လမ်းညွှန်နေသည်။

"စာအုပ်စာပေ လူ့မိတ်ဆွေ"ပမာဖြင့် ပညာရေးမြင့်မားမှုနှင့် စာပေမြင့်မှ လူမျိုးတင့်စေရန်လည်း အထူးလိုအပ်ပေသည်။ သို့မှသာ အမှားအမှန်/အဆိုး/အကောင်းများကို ဝေဖန်ပိုင်းခြားနိုင်၍ လောကကို အလှဆင်နိုင်ပေမည်။ ပညာမရှိသူများသည် အမှားနှင့်အမှန်ကိုပင် သိမြင်နိုင်စွမ်းနည်းမည် ဖြစ်သည်။ ဖြစ်ချင်ရာဖြစ် "ဆင်ကန်းတောတိုး"လုပ်တတ်ပေသည်။ ထိုအခါ အမှားများနှင့်တွေ့ကြုံရပေသည်။ လူသားတို့သည် အမှားအမှန်မသိခြင်းကဆိုးရွားသောအန္တရာယ်ကိုလည်း ဖြစ်စေနိုင်သည်။ မည်သည့်နယ်ပယ်တွင်မဆို အသိဉာဏ်ဖြင့် ဝေဖန်နိုင်သူအဖို့ လောကကို ကောင်းမွန်စွာတည်ဆောက်နိုင်ပေသည်။

ထို့ကြောင့် ပညာမဲ့သော ကုဋေ ၈၀ သူဌေးသားပင် ပညာမရှိခြင်းအပြစ်များကြောင့် ရှိပြီးသောပစ္စည်းဥစ္စာမှန်သမျှကို လက်လွှတ်ဆုံးရှုံး၍ နောက်ဆုံးတွင် တိရစ္ဆာန်သေ သေရပေသည်။ မည်မျှပင် ပစ္စည်းဥစ္စာကြွယ်ဝစေကာမူ ပညာမဲ့သူများသည် ရှိပြီးသားပစ္စည်းများကို ကောင်းမွန်စွာ ထိန်းသိမ်းနိုင်စွမ်းမရှိနိုင်ပေ။ ထို့ကြောင့် ပညာရှိတစ်ယောက်ဖြစ်မှသာ မည်သည့်အရာတွင်မဆို စဉ်းစားဆုံးဖြတ်ဝေဖန်ပိုင်းခြားနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ လူသားတို့အတွက် အတတ်ပညာနှင့် အသိပညာရပ်များကို သင်ဆရာ၊ မြင်ဆရာ၊ ကြားဆရာများဖြင့် သင်ကြားရပေမည်။ ထိုအခါ စာအုပ်စာပေသည် မိမိတို့၏ မိတ်ဆွေရင်းဖြစ်ပေသည်။ ဆရာရင်းလည်း ဖြစ်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် စာအုပ်စာပေကို ဆရာပမာဖြင့်ထားကာ လောကအလယ်တွင် တင့်တယ်လှပသော ပညာများဖြင့် အလှဆင်နိုင်ရန် စာပေများကို လေ့လာဖတ်မှတ်ရန် စေတနာဖြင့် အကြံပြုလိုက်ရပေသည်။ ***ရင်အောင်ဦး(ရေစကြို)***

စာမျက်နှာ ၁၂ မှ

များစွာ ကုန်ကျပါမည်။ ထို့ကြောင့် ရရှိလာသော နေ့စဉ်စာငွေကြေးအား မဆုံးပါးစေရန် နည်းလမ်းအသွယ်သွယ်ဖြင့် ထိန်းသိမ်းရပါမည်။

(၆) နောက်ဆုံး အရေးကြီးဆုံးအချက်မှာ မိမိအိမ်ထောင်၏ အနာဂတ်အတွက် ဝင်ငွေသေချာအောင် ဆောင်ရွက်ထားရေးပင်ဖြစ်သည်။ ဝန်ထမ်းလောကတွင် ရိုးသားကြိုးစား အလုပ်လုပ်ပါက ပင်စင်လစာငွေ ရရှိပါမည်။ မိမိတွင် အိမ်၊ မြေ အပိုအလျှံရှိပါက ၎င်းမှ ဝင်ငွေများရရှိလာနိုင်သည်။ ခိုင်မာသောစီးပွားရေးလုပ်ငန်းအား ထူထောင်ထားခြင်းဖြင့် စဉ်ဆက်မပြတ် ဝင်ငွေရရှိနိုင်ပေမည်။ ယနေ့ အချို့လူတို့ စားမကုန်အောင် ချမ်းသာနေသူတို့သည် ငယ်စဉ်ကပင် ငွေစုဆောင်းခဲ့ကြသည်။ ချွေတာသုံးစွဲခဲ့ကြသည်။ ရရှိသည့်ဝင်ငွေအား အစဉ်တိုးပွားအောင် ကြံဆောင်စီမံခဲ့ကြပြီး မဖြုန်းတီးသူများဖြစ်ကြသည်။ ထို့ကြောင့် ထိုသူတို့သည် ကြွေးကင်းစွာပူပန်မှုကင်းစွာ နေထိုင်နိုင်ကြသည်။

ဤသည်တို့ကား ကြွေးကင်းအောင် နေနည်းများဖြစ်ပေသည်။ လက်တွေ့ထိထိရောက်ရောက် ဆောင်ရွက်ကြခြင်းဖြင့် ကြွေးကင်းမှုချမ်းသာအား ခံစားကြရပါမည်ဟု ရဲရဲကြီး အာမခံပါသည်။

သို့ဖြစ်၍ ကြွေး၏ ကြောက်မက်ဖွယ်ရာများအား ကြိုတင်မျှော်တွေးပြီး ကြွေးကင်းအောင် နေထိုင်သင့်ပေသည်။ မိမိကိုယ်ကိုမိမိ ကြွေးကင်းအောင်နေမည်ဟု ဆုံးဖြတ်ပြီး ကြွေးကင်းမှုချမ်းသာအား ခံစားကြပါဟု စေတနာရှေ့ထား တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။

မြင်းခြံကျော်အောင်

X ဓမ္မစာစု X

em , uqonrm

လူမှုရေး၊ ဘာသာရေးကိစ္စများဆောင်ရွက်ရေးတွင် အလုပ်အမှုဆောင်အဖွဲ့များကို ဖွဲ့စည်းကြ၏။ ထိုအလုပ်အမှုဆောင် အဖွဲ့ဝင်ကော်မတီများအား အကြံဉာဏ်ပေးရန် အနီးကပ်ကြည့်ရှုရန်အတွက် နာယကလူကြီးများကို ထပ်မံ၍တင်ကြလေ့ရှိ၏။

ထိုနာယကလူကြီးများ၏ ဂုဏ်အင်္ဂါတို့မှာ ထကြွ၊ နိုးကြား၊ သနား၊ သည်းခံ၊ ဝေဖန်၊ ထောက်ရှု ဤ(၆)ခု နာယကဂုဏ်တည်း-

(၁) တက်တက်ကြွကြွရှိရမည်။

(၂) နိုးနိုးကြားကြားရှိရမည်။

(၃) ကြင်နာသနားတတ်ရမည်။

(၄) အစစအရာရာ သည်းခံတတ်ရမည်။

(၅) အကြောင်းအရာတစ်ခုကို ဝေဖန်ပိုင်းခြားတတ်ရမည်။

(၆) ဘယ်အရာမဆို ထောင့်မျိုးစုံမှ ထောက်လှမ်း၍ ကြည့်ရှုတတ်ရမည်။

အရှင်သုဓမ္မသာရ (မဲဇလီကျောင်း သာသနာ့ရိပ်သာ)

tnmajru vn;uav;

◆ ရိုးရာမပျက်ခဲ့ မသွေမြဲအစဉ်နော့
ဖြိုးကာတလက်လက်
"ငွေလှည်းယာဉ်ကျော့"။

◆ ညိုးညံ့ခလောက်နဲ့ ဝေဆွဲလွင်သနော့
မိုးယံဖောက်မယ့်
"ငွေလှည်းယာဉ်ကျော့"။

◆ မျိုးမြန်မာတို့ ရွှေပွဲဝင်သပေါ့
အဖိုးတန်ပါသကို့
"ငွေလှည်းယာဉ်ကျော့"။

◆ တအားမြန်ပုံက ဆတိုးယှဉ်မရ
နွားကြန်စုံက ကကြိုးဆင်အလှ

◆ သားနားအလှဘွဲ့
မပြတ်တစ်လီကြိုချင်
ရှားပါးလှတဲ့ ဓာတ်ဆီမလိုသရှင်။

◆ လာရင်အလှမ်းမဝေးသပေါ့
ညိုလှဲ့ငယ်သဇင်
ရွာအဝင်လမ်းကလေးက
ကြိုလှည့်မယ်ခင်။

◆ ဟန်အလှတစ်မျိုးတစ်ဘာသာမို့
ဖြတ်အဖိုးလွယ်မထင်
မြန်မာ့ရိုးရာမို့ မြတ်နိုးတယ်ခင်။

◆ ခြုံသံဆူညံ မူဟန်ကဲသပ
ပလူပျံ့ဝဲမယ့် ငွေလှည်းယာဉ်ဗျ။

◆ အလှမ်းမဝေး
စမ်းနံဘေးလမ်းကလေးမှာ
အရမ်းပြေးမယ့် ငွေလှည်းယာဉ်ရှင့်။

◆ နှမတွက်တာ လှမက်စရာပါ
ဘဝတစ်သက်တာ မြခက်ညှာနဲ့
ငွေလှည်းယာဉ်ရှင့်။

◆ မြတ်မြတ်နိုးနိုး၊ တို့အဘိုးရဲ့
ရိုးရာအမွေ၊ လှည်းယာဉ်ပေမို့
တို့မြေကိုချစ်၊ ပြည်တွင်းဖြစ်ဆင်
လိမ္မာယဉ်ကျေး၊ မိန်းကလေးနှင့်
မနေးအလျဉ်၊ ငွေလှည်းယာဉ်ကျော့
နော့နော့ဆံသာ၊ ခြုံသံဝါလွင်
တမာပင်တန်း၊ ရွာဝင်လမ်းမှာ
တောပန်းကြိုကြို
ခရီးရယ်တွင်သလေ့
မမောတန်းတူတူ စီးမယ်ခင်ရေ့။

စလင်းဘုန်းကျော်

စကားပုံမှပေးသောအသိများ

aqmujzpr ausmi;'um

ကျောင်းဆောက်လှူဒါန်းဖြစ်မှသာ ကျောင်းဒကာဖြစ်ရန် ရေရာမည်။ ထို့အတူ လိုအပ်ချက်တစ်စုံတစ်ခု ပြေလည်မှသာ ဖြစ်မြောက်ရန် ရေရာမည်။

"နောင်ဖြစ်လာမည့် မျှော်လင့်ချက်တွေဆိုတာမျိုးကတော့ **ဆောက်ဖြစ်မှ ကျောင်းဒကာ** အလုပ်တွေမျိုးမို့ သိပ်အားကိုးလို့ ကောင်းတာမျိုးတွေ မဟုတ်ဘူး"ဟု ပြောဆိုသုံးနှုန်းသောစကားပုံ ဖြစ်ပါသည်။

မြန်မာစာအဖွဲ့ဦးစီးဌာန၏ မြန်မာစကားပုံစာအုပ်မှ

သုတ ၊ ရသ

wpEu q,jynxuw,

ဇော်လွင်ဦး (ဟသ်ာတ)

ယခင်အပတ်မှအဆက်

ရခိုင်မဟုတ်သော်လည်း သွပ်မိုး၊ ထရံကာ၊ ပျဉ်ခင်းအိမ်ကလေးကဖြင့် သပ်သပ်ရပ်ရပ်ရှိသည်။ ကျေးလက်ဒေသဖြစ်လင့်ကစား အိမ်ခြံဝင်းက အကျယ်ကြီး မဟုတ်သော်လည်း မြက်တစ်ပင်၊ သစ်ခြောက်တစ်ရွက်မရှိ။ ပန်းခြံနှင့် မြက်ခင်းတို့ မရှိစေကာမူ ရွက်လှပင်၊ ကရင်ပန်းပင်၊ ကြက်မောက်ပန်းပင်၊ ဒန်းပန်းပင်တို့ဖြင့် ဝေဝေဆာဆာရှိသည်။ အုတ်တံတိုင်းမကာနိုင်သော်လည်း ညီညီညာညာ ဖြတ်ညှိထားသော ပုဏ္ဏရိပ်တံတိုင်းတော့ဖြင့် ရှိပါသည်။

တစ်ရာသီစာ ကြိုတင်ငွေယူလိုက်၊ တစ်ခုဝယ်လိုက်ဖြင့် ဆိုလာမီး၊ မှန်ပြားတီဗီ၊ ဆိုင်ကယ်၊ ဖုန်းတို့ကို သုံးစွဲနိုင်သည်။ တစ်နေ့တာပင်ပန်းခဲ့သမျှ ဇနီးသည်နှင့်အတူ ပန်းကန်နှုတ်ခမ်းပေါ်တက်မထိုင်သော်လည်း ပန်းကန်တစ်ချပ်ကို နှစ်ယောက်အတူစားကာ ကြည်နူးပျော်ရွှင်ရသည်။ သို့သော် မဖျောက်နိုင်သောဗီဇအရ မနက်မလင်းမီ အင်တာနက်လိုင်းကောင်းနေချိန်တွင် ဖုန်းနှင့် သတင်းအစုံ၊ ဗဟုသုတအထွေထွေကိုဖြင့် ဖတ်ရှုနေတတ်မြဲ ဖြစ်ပါ၏။ မြို့မှာပင် သတင်းစာက ညနေစောင်းမှဖတ်ရလေ့ရှိသော်လည်း နံနက်ငါးနာရီမထိုးမီမှာပင် နေ့စဉ်ထုတ် ကြေးမုံ၊ မြန်မာ့အလင်း သတင်းစာများ ငွေဝင်းဖတ်ပြီးနေပါပြီ။ ဒို့ကျေးရွာအပါအဝင် ဂျာနယ်များကို ဆိုင်ပေါ်မရောက်မီကပင် ဖတ်ရှုပြီးနေချေပြီ။ ထို့ကြောင့်လည်း ငွေကြေးမချမ်းသာသည့်တိုင် ငွေဝင်းသည် ဗဟုသုတဖြင့် ကြွယ်ဝပါပေသည်။

နံနက်စောစော လယ်ရှင်ကိုအောင်ကျော်နှင့် ဆရာလေးတို့ စကားပြောသည့်အခါ အနားမှ ကူလုပ်ပေးနေရင်း မသိသေးသော အကြောင်းအရာများကို မှတ်သားရသည်။ ကိုယ်သိပြီးသားဆိုသည့်တိုင် ဆရာလေးနှင့် ဘကြီးအောင်မြင့်တို့၏ အမြင်နှင့် အယူအဆများကို လေ့လာမှတ်သားနည်းယူရသည်။ ထို့ကြောင့် နံနက်စောစော အင်တာနက်ကြည့်ပြီးသည်နှင့် ကိုအောင်ကျော့်အိမ်သွား၊ ရေနွေးတစ်အိုးကို ဦးစွာတည်။ ခြံထဲတွင် ရှင်းစရာရှိက လှဲကျင်းပြီးသည်နှင့် စကားဝိုင်းနားမှာ ရစ်သီရစ်သီလုပ်ရတော့၏။

"ကျွန်တော့်မိတ်ဆွေပေါ့ဗျာ။ နွေရာသီတုန်းက နေပြည်တော်မှာ သင်တန်းသွားတက်ရင်းဆုံခဲ့တာ။ သူက ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး ဝေါမြို့နယ်က တိုင်းဒေသကြီးလွှတ်တော်ကိုယ်စားလှယ်ဗျ။ ကျွန်တော့်ထက်တော့ အသက်ကြီးပါတယ်။ ဦးအောင်နိုင်တဲ့။ သူနဲ့ တောင်ငူတက္ကသိုလ်က ပါမောက္ခချုပ်ဆိုလား၊ သူ့မိတ်ဆွေတွေ စမ်းသပ်တဲ့နည်းပေါ့။ အတော်အောင်မြင်တယ်။ မျိုးစပါးကလည်း တစ်ဧကမှ နှစ်ပြည်ပဲကုန်တာ"

ဆရာလေးကိုသန်းအောင်စကားကြောင့် ငွေဝင်းအရမ်းစိတ်ဝင်စားသွားသည်။ ဟိုတစ်နေ့ကထွက်သော ဒို့ကျေးရွာဂျာနယ်တွင် စပ်မျိုးစပါးစေ့မျိုးသန့်ထုတ်လုပ်ရောင်းချတာ သူဖတ်လိုက်ရပြီး စိတ်ဝင်စားနေခဲ့သည်။ သည်အရပ်ဒေသအထူးသဖြင့် သူလုပ်နေသော ကိုအောင်ကျော်ထံတွင် သမားရိုးကျစပါးများကို မိရိုးဖလာနည်းဖြင့် စိုက်ကြသည်။ ထို့ကြောင့် စပါးအထွက်ကလည်း ကောင်းလှပါပြီဆိုမှ တစ်ဧက တင်း ၈၀ ဆိုတာ ထန်ကုန်နေပြီဖြစ်သည်။ သာမန်အားဖြင့် တင်း ၆၀ ခန့်သာ ထွက်သည်။ ဆင်းသုခ၊ ဆင်းရွှေသွယ်မျိုးလောက်သာ စိုက်ပျိုးကြသည်က များ၏။

"လုပ်ပြန်ပြီ၊ ဆရာလေးကလည်း ဒီမှာ တစ်ဧကကို သုံးတင်းနှုန်းကြဲတာတောင် တစ်ခါတစ်လေမလောက်ချင်ဘူး"

"ဟုတ်တယ် ကိုအောင်ကျော်ရဲ့။ သူ့နည်းလေး ကျွန်တော်ပြောပြမယ်။ မျိုးစပါးပေါ်မူတည်ပြီး တစ်ည၊ နှစ်ညလောက် ရေစိမ်ပြီးအုပ်ထား။ တစ်ဧကအတွက် သစ်ဖြစ်ဖြစ်၊ ဝါးဖြစ်ဖြစ်နဲ့ အလျား ၂ ပေ × အနံ ၁ ပေ လေးထောင့်ပေါင် ၃၂ ခု လိုတယ်။ အဲဒီပေါင်ထဲကို ငှက်ပျောဖတ်၊ အင်ဖတ်၊ ပလပ်စတစ်စ တစ်ခုခုခံပြီး နွားချေးမြေဆွေး နှစ်ဆ၊ မြေကြီး ခုနစ်ဆ ရောပြီးထည့်၊ ပေါင်တစ်ပေါင်ကို ရေစိမ်ထားတဲ့မျိုးစပါးက နို့ဆီဘူးတစ်ဝက် ဖြူးထည့်၊ အပေါ်က မြေဆွေးနည်းနည်းဖုံး၊ ကောက်ရိုးဖုံးထားပေါ့။ သုံးရက်ဆို ကောက်ရိုးဖယ်ပြီး မနက်တစ်ကြိမ်၊ ညတစ်ကြိမ် ရေကလေးဖျန်းပေးရင် ပျိုးပင်ကလေးတွေ ပေါက်လာမယ်လေ။ ပျိုးပင်တွေကို ရှစ်ရက်က ၁၂ ရက်အတွင်း ပြောင်းစိုက်ရတယ်။ စိုက်တဲ့အခါ ပင်ကြား ၁၀ လက်မနှုန်းနဲ့ တစ်ပင်ချင်းစိုက်ရမယ်"

"ကဲ တော်ပါဆရာလေးရယ်။ အဲဒီလို တစ်ပင်ချင်းသာစိုက်နေရင် အောင်ကျော့်လယ်ဧက ၁၀၀ လောက်ကို တစ်နှစ်လောက် စိုက်နေရမှာပေါ့။ အဲဒီမှာတင် ကုန်လိုက်မယ့်စရိတ်က သောက်သောက်လဲပဲ။ ကောက်စိုက်မက ရှားရတဲ့အထဲ"

"နေဦး၊ ကိုအောင်ကျော်။ ကွာတာတွေ ကျွန်တော်ပြောပြမယ်။ အခု ကိုအောင်ကျော်တို့စိုက်နေတာ စပါးကို ပျိုးထောင်၊ ပြီးရင် ပျိုးနှုတ်၊ ပြန်စိုက်ပေါ့နော်။ စိုက်တော့လည်း ပျိုးသက် ၂၁ ရက်မှာ စိုက်ပါဆိုပေမယ့်လည်း အချို့ဆို ကောက်စိုက်မ မရတော့ ပျိုးသက်နှစ်လလောက်အထိ ကြာတယ်။ စပါးဆိုတာက အပင်ပေါက်ပြီး တစ်လလောက်ကစပြီး အပင်တွေပွားတာလေ။ ပင်ပွားများလေ၊ အနှံများလေ၊ စပါးထွက်လေ မဟုတ်ဘူးလား၊ ပြီးတော့ အပင်နုနုလေးမှာ ဆွဲနုတ်၊ ပျိုးချေးခါတယ်ဆိုပြီး အမြစ်နဲ့အတူပါလာတဲ့မြေတွေကို ခြေသလုံးနဲ့ရိုက်ခါ။ ပျိုးလက်ဖြစ်အောင် သင်အုကြိုးနဲ့ ကျစ်နေအောင်စည်း။ ဝါးချွန်နဲ့ ထိုးသယ်။ တော်တော်နဲ့ မစိုက်ဖြစ်ရင် ပျိုးတွေကဝါလို့၊ စိုက်တော့လည်း အခုနောက်ပိုင်းဆို ခွေးကုတ်နဲ့ပဲ ထွန်ရေးလိုက်တော့ တမန်းကသိပ်မကောင်း၊ မိုးနည်းနေရင် တမန်းမာမာမှာ ကောက်စိုက်မက ကြုံ့သလိုထိုးထည့်လို့ ခါးကျိုး။ အဲဒီကောက်ပင်လေးပြန်ပြီး နာလန်ထူဖို့ စဉ်းစားကြည့်ပါဦး။ အဲဒီအချိန်မှာ ကျွန်တော့်ကိုပြောတဲ့နည်းနဲ့စိုက်ရင် ကောက်ပင်က အနည်းဆုံးဆယ့်လေးငါးပင်တောင် ပွားနေလောက်ပြီ။ နှစ်လလောက်ဆို အပင် ၆၀ ကနေ ၇၅ ပင်လောက်အထိ ပွားသွားပြီ။ စိုက်တဲ့နေ့က ၁၀ ရက်ပြည့်လျှင် ကြားပေါင်းလိုက်ပေးရမယ်။ အနည်းဆုံးတစ်လကို သုံးကြိမ်လိုက်ပေးရမယ်။ မြေသြဇာသုံးဖို့ မလိုဘူး။ အဲဒီလိုစိုက်လျှင် တစ်ဧကကို ၁၄၆ တင်းနှုန်းတောင် ထွက်တယ်ဆိုပဲ"

"ဒါတော့ ဟုတ်နိုင်တယ်ကွ။ ဆရာလေးပြောတာကို ငါသဘောပေါက်တာကတော့ သူက အပင်ပွားနှုန်းကို အဓိကထားတာကိုး။ မိရိုးဖလာနည်းမှာက အခုန ပြောသလို ကောက်ပင်က နာပြီးမှပြန်ထရမှာဆိုတော့ သူ့ကိုအတင်းအားဆေးထိုးပေးရတဲ့သဘောဖြစ်အောင် မြေဆီတွေကြွေးရတော့တာလေ။ အဲဒီတော့ ဒီဘက်မှာကုန်တာတွေက သူ့မှာမကုန်တော့ဘူးပေါ့။ သူကတော့ ကောက်စိုက်မတော့ ပိုသုံးရမယ် ထင်တယ်"

"ပိုမသုံးရဘူး အဘ။ အရမ်းမြန်တာပဲတဲ့။ တကယ်လုပ်ကြည့်တော့ သူက ကောက်ပင်တစ်ပင်ကို မြေကြီးပါဖဲ့ပြီး တမန်းပေါ်တင်လိုက်တာလေ။ အရမ်းမြန်ဆိုပဲ"

စကားဝိုင်းဘေးတွင် တောက်တိုမယ်ရလုပ်ပေးနေသော ငွေဝင်း၏အတွေးတွင် ကောက်ပင်များက စိမ်းလဲ့ဝေစည်နေပြီဖြစ်ပါ၏။

"အစ်ကိုအိမ်မှာ စိုက်ပျိုးရေးဌာနကတဲ့ ဧည့်သည်ရောက်နေတယ်"

ကွမ်းခြံအတွက် မြေရှင်းနေသည်ကို ကြီးကြပ်နေသော ကိုအောင်ကျော့်ထံသို့ အလုပ်သမားလေးတစ်ယောက်က လာပြောသည်။

"အေး၊ အေး၊ ဒါလေးပြီးရင် လာခဲ့မယ် ငွေဝင်းရေ။ သွားလိုက်စမ်းကွာ။ ရေနွေးလေးဘာလေးနဲ့ ဧည့်ခံထားလိုက်"

ကိုအောင်ကျော်က လိုအပ်သည်များကို မှာကြားပြီး နောက်ကလိုက်သွားသည်။

"ကျွန်မ မြို့နယ်စိုက်ပျိုးရေးက ဦးစီးအရာရှိ ဒေါ်နီနီလာပါ"

"ဟုတ်ကဲ့ ကျွန်တော် အောင်ကျော်ပါ။ ဘာများအကူအညီပေးရမလဲ"

"အကူအညီပေးဖို့ မဟုတ်ပါဘူး။ ဦးအောင်ကျော်မှာက တစ်ကွင်းတစ်စပ်တည်းလယ်ဧကတွေ အများကြီးဆိုတော့ မျိုးစပါးစိုက်ပျိုးရင် အဆင်ပြေမယ်ထင်လို့ လာပြီးဆွေးနွေးတာပါ"

"သြော် အခုလည်း ကျွန်တော့်လယ်ထဲက မျိုးပဲစိုက်တာလေ။ အဆင်ပြေပါတယ်"

"မဟုတ်ဘူး ဦးအောင်ကျော်ရဲ့၊ ကျွန်မ နည်းနည်းရှင်းပြပါရစေ။ တောင်သူအများစုက မျိုးစေ့နဲ့ သီးနှံစေ့ကို ခွဲမသိကြတော့ အတူတူပဲလို့ ထင်နေကြလို့ပါ"

"နေပါဦးဗျာ။ စပါးဆိုတာ စပါးပင်ကသီးတာချည်း မဟုတ်ဘူးလား။ ကျွန်တော်တော့ တစ်သက်လုံး လယ်စိုက်လာတာ။ တစ်နှံတည်းမှာ စပါးနှစ်မျိုးကွဲတာ မမြင်ဖူးဘူးဗျ။ စိတ်တော့မရှိနဲ့နော်"

"ကျွန်မ ရှင်းပြပါ့မယ်။ အင်္ဂလိပ်လိုတော့ ပြန်စိုက်တဲ့မျိုးစေ့ကို Seed လို့ခေါ်တယ်။ စားတဲ့သီးနှံကိုတော့ Grain လို့ခေါ်တယ်။ စပါးဆိုတာ ဝတ်မှုန်ကူးပြီး မျိုးအောင်တာဆိုတော့ တစ်ပင်နဲ့တစ်ပင်၊ တစ်ကွင်းနဲ့တစ်ကွင်း မျိုးတွေကူးနိုင်တာပေါ့။ စားဖို့၊ ရောင်းဖို့ထဲကချိန်ပြီး မျိုးထားတာက မျိုးစပါးမဟုတ်တော့ဘူး။ စနစ်တကျထိန်းသိမ်းထုတ်လုပ်မှ မျိုးစပါးဖြစ်တာလေ။ အခု ဦးအောင်ကျော်က မျိုးစပါးကို စနစ်တကျထုတ်လုပ်မယ်ဆိုရင် လက်ရှိစပါးပေါက်ဈေးရဲ့နှစ်ဆ ပေးဝယ်မှာ"

"နှစ်ဆ" သည့်စကားကို ကြားတော့ ကိုအောင်ကျော်ရော၊ ငွေဝင်းပါ ခေါင်းတွေထောင်သွားကြသည်။

"ဟုတ်တယ်။ ဒါပေမယ့် တစ်ခုတော့ရှိတယ်။ သတ်မှတ်ထားတဲ့မျိုးကို စနစ်တကျစိုက်ရမယ်။ ကိုယ့်လယ်ရဲ့ဘေးမှာ အခြားမျိုးတွေရှိမယ်ဆိုရင်တော့ ကန်သင်းဘေး ၁၀ ပေလောက်အထိက စပါးကိုတော့ မယူဘူးပေါ့နော်။ အဲဒါက ဝမ်းစာဖြစ်သွားမှာပေါ့။ ပြီးရင် မောင်းညိုချိန်မှာ အတိအကျရိတ်ပြီး တစ်ခါတည်း ခြွေလှေ့စက်နဲ့ ခြွေလှေ့ထားရမယ်ပေါ့"

ကိုအောင်ကျော် စိတ်မဝင်စားသော်လည်း ငွေဝင်းကဖြင့် အတွေးတွေထဲမှာ တစ်ကွင်းလုံး စပါးတွေဝင်းဝါနေခဲ့လေပြီ။

"အဲဒါပါပဲ စခန်းမှူးကြီး၊ ကောင်လေးက ဗဟုသုတကလည်းရှိ၊ အမြင်ကလည်းရှိတော့ မျိုးစပါးထုတ်ရောင်းဖို့ကို ခေတ်မီနည်းနဲ့စိုက်လိုက်တာ တစ်ဧကကို တင်း ၁၂၅၊ ၁၃၀ ထွက်သွားတယ်။ ဒါကို လယ်ချင်းကပ်နေတဲ့ သူ့ဆရာကိုအောင်ကျော်က ဖွတ်သမားဆိုတော့ မယုံနိုင်အောင် ဖြစ်နေတာ။ သူလည်းမြင်တာပါပဲ။ ငွေဝင်းလယ်ဒီနှစ်ကောင်းချက်က။ ဒါပေမယ့် ဆရာ့ထက် တပည့်လက်စောင်းထက်သွားတော့ မခံချိမခံသာတော့ ဖြစ်သွားတာပေါ့ဗျာ။ ငွေဝင်းကတော့ သတင်းနည်းပညာနဲ့ ဗဟုသုတ ပြည့်စုံတဲ့အကျိုးကို ခံစားသွားရတယ် ဆိုရမှာပေါ့"

"ကဲ သေချာလည်းသိပြီဆိုတော့ ဦးအောင်ကျော့်ကိုလည်း ကျွန်တော် နားလည်အောင် ပြောလိုက်ဦးမယ်။ ကိုငွေဝင်းကလည်း ရွာထဲမှာ နာမည်ပျက်မှမရှိတာဗျာ။ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် နားလည်မှုလွဲလို့ ဖြစ်ရတာပဲ။ ကျွန်တော်လည်း တာဝန်အရမို့ မေးရမြန်းရတာကို နားလည်ပေးကြပါဦး။ တကယ်တော့ တောင်သူတွေအားလုံးက ကိုငွေဝင်းလို အမြင်ရှိပြီး နည်းစနစ်မှန်မှန်နဲ့သာ စိုက်ကြပျိုးကြမယ်ဆိုလျှင် တကယ့်ကို စပါးတောင်လိုပုံပြီး အကုန်လုံးချမ်းသာကြတော့မှာဗျ"

ယခုမှပင် အားလုံးက သက်ပြင်းချနိုင်တော့သည်။ ဗဟုသုတ၊ ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် နည်းပညာတို့ကို စနစ်တကျအသုံးချနိုင်ပါလျှင်ဖြင့် အောင်မြင်မှုများက အဆင်သင့်ပင်ရှိနေပါသည်။ သို့ရာတွင် မလိုအပ်သော တယူသန်အစွဲများကိုဖြင့် ဖယ်ရှားကြရန် လိုအပ်ပါ၏။

အတန်ငယ်ရင့်လာသောနေခြည်နများက ပိုက်စိမ်းများပေါ်တွင် ဖြန့်၍ပုံထားခဲ့သော စပါးပုံကို ရွှေရောင်အလင်းတန်းများဖြင့် ဖျန်းပက်ထားသဖြင့် စပါးပုံသည် ရွှေရောင်ဝင်းနေသည်။ လယ်ဝန်မင်းဦးစီး၏ ကောက်စိုက်သူ ဗုံကြီးသံထဲကကဲ့သို့ "အကျွန်စိုက်တဲ့ပျိုးကောက်ပင်၊ ဆင်ပေါက်ကယ် ဆယ်ကောင်ဝင်တော့၊ ရှာမမြင်အနံ့ဖူး၊ သုံးထွာကကျူးသည်" အထိ သန်ထွားခဲ့သော ကောက်ပင်တို့မှ တစ်နှံကို ဆယ်ပြည်ထွက်တယ် ဖြိုးအက်လို့ သီးခဲ့သော စပါးမျိုးသန့်တို့က ယခုအခါ ရွှေတောင်နှယ်တစ်ပုံတစ်ပင် ဖြစ်ခဲ့လေပြီ။ တပြန့်တပြော လယ်ကွင်းများဆီမှ ဖြတ်သန်းတိုက်ခတ်လာသော လေအဟေ့တွင် ကောက်သင်းနံ့များက လှိုင်နေပါသည်။ စပါးပုံဘေးတွင်ရပ်နေသော ဇနီးမောင်နှံကမူ ကြည်နူးနေပါ၏။ ငွေဝင်းက မပြောမဆို စန်းယဉ်ဝင်းကို မွေးကြူလိုက်သည်။ ရတ်တရက်မို့ ကြောင်အမ်းအမ်းဖြစ်သွားပြီးမှ သူများတွေမြင်ကုန်မယ်ဟုဆိုကာ ငွေဝင်းရင်ဘတ်ကို ထုပါတော့၏။ ဇနီးမောင်နှံ၏ ကြည်နူးဖွယ်ရယ်သံများက ရွှေတောင်တစ်ခုလုံးကို ဖုံးလွှမ်းသွားပါတော့သည်။ ***ဇော်လွင်ဦး (ဟသ်ာတ)***

*sKumNyK;

ငြိမ်းငွေစံ

သူ့အမည်မပြုံး။ အသက်ကလေးဆယ်ကျော်ခန့် ကျွန်တော့်သမီးအရွယ် သူနှင့် ကျွန်တော် အမှတ်မထင်သိကျွမ်းခဲ့ကြသည်။ ကျွန်တော့်ဆရာတော်၏ ဘုရားဖူးအဖွဲ့တွင် သူပါလာ၍ ကျွန်တော်နှင့် တွေ့ ဆုံသိကျွမ်းခဲ့ကြခြင်းဖြစ်ပါ၏။ ကျွန်တော့်ဆရာတော်ဆိုသည်မှာ စစ်ကိုင်းတောင်ရိုး မဟာဇေတဝန်ချောင်ဆရာတော် ဦးသုနန္ဒ ဖြစ်ပါသည်။ လွန်ခဲ့သော ရှစ်နှစ်ခန့်က ထိုချောင်တွင်ရှိသော ဘိုးဘွားအမွေ ကျောင်းအိုတစ်ဆောင်ကို ကျွန်တော့်မိသားစုက ပြုပြင်ဆောက်လုပ်ပြီး ဆရာတော်ကို လှူဒါန်းခဲ့ပါသည်။ ထိုစဉ်က ကျိုက်ထီးရိုးကိုမရောက်ဖူးသော ဆရာတော်အား ဘုရားဖူးကြွခဲ့ရန် ပင့်လျှောက်ခဲ့ပါသည်။ သို့နှင့် ခြောက်လခန့်အကြာတွင် ဆရာတော်နှင့်တကွ ဘုရားဖူး ၁၀ ဦး အဖွဲ့ ရောက်လာပါသည်။ သူတို့ အားလုံးက နန္ဒာမြောက်ရွာက။ မန္တလေးမြောက်ဘက် တောင်ပြုံးသွားတဲ့လမ်းပေါ်က။ တချို့ကတော့ အဲဒီရွာကို ကန်ပိုင်တောင်ကုန်းလို့ခေါ်ကြတယ်။ သူတို့ အားလုံးရဲ့ခေါင်းဆောင်က မပြုံးပေါ့''ဟု ဆရာတော်က လက်ညှိုးထိုးပြရင်း ပြောပြပါသည်။ ထိုစဉ်ကစ၍ မပြုံးကို သိရှိခဲ့ရခြင်းဖြစ်ပါ၏။

ဆရာတော်တို့ပြန်ကြွသွားပြီး လေးလခန့်အကြာ ဇေတဝန်ဘုရားပွဲရက်တွင် ကျွန်တော်တို့အဖွဲ့ ဆရာတော့်ကျောင်းရောက်သွားပြီး သံဃာတော်အပါး ၅၀ ကို ဆွမ်းဆက်ကပ်လှူဒါန်းပါသည်။ ဖိတ်ကြားထားသူများနှင့် ကျွန်တော်တို့အဖွဲ့ ၁၀ ဦး အပါအဝင် လူပရိသတ် ၅၀ ခန့်ရှိပါသည်။ ထို့ကြောင့် သံဃာရောလူပါ ၁၀၀ ခန့် ရှိပါသည်။ ထိုအင်အားအတွက် ချက်ပြုတ်ကျွေးမွေးရေးအပါအဝင် ဝေယျာဝစ္စ ကိစ္စအဝဝ ဆောင်ရွက်ပေးသူများကို ကြီးကြပ်နေသူမှာ မပြုံးဖြစ်နေသည်ကို တွေ့ရပါသည်။ သို့နှင့် ဆရာတော်အား လျှောက်ထားမေးမြန်းကြည့်လိုက်ပါသည်။

''ဝေယျာဝစ္စခေါင်းဆောင်က ဆရာတော်နဲ့ ဘုရားဖူးလိုက်လာတဲ့ မပြုံးမဟုတ်လား ဘုရား''

''ဟုတ်တယ် ဒကာကြီး။ သူနဲ့ သူ့အသိုင်းအဝိုင်းပေါ့ မပြုံးကတော့ စီမံကြီးကြပ်တဲ့ခေါင်းဆောင်ပေါ့။ ဒကာကြီး ကျောင်းရေစက်ချတုန်းက ဆွမ်းကွမ်း ဝေယျာဝစ္စ ကိစ္စအဝဝဆောင်ရွက်ပေးခဲ့တာလည်း သူတို့ပဲလေ''

''ဟုတ်လားဘုရား''

ဆရာတော်ပြောလိုက်မှ ကျွန်တော်သိလိုက်ရခြင်းဖြစ်ပါ၏။ ထိုစဉ်က အစစအရာရာ ဆရာတော်၏ ဆန္ဒနှင့်အညီ ပြီးမြောက်သွားစေချင်၍ ကျွန်တော် ဘာမှ ဝင်ရောက်စွက်ဖက် စီမံတာမျိုးမလုပ်ခဲ့ပါ။ ဆရာတော်စိတ်ကြိုက်သာ စီမံဆောင်ရွက်ပါရန် လျှောက်ထားခဲ့ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ကျွန်တော်မသိရှိခဲ့ခြင်းဖြစ်ပါ၏။ ကျောင်းရေစက်ချပွဲတွင် လူပရိသတ် ၂၀၀ ဖိတ်ကြားခဲ့၍ သံဃာတော်အပါး ၅၀ နှင့်ဆိုပါက စုစုပေါင်း အင်အား ၂၅၀ ခန့်ဖြစ်ပါသည်။ ဘုရားဖူးလာစဉ်က အဖွဲ့ခေါင်းဆောင်မှာ မပြုံးဟု ဆရာတော်က ဆိုခဲ့ပါသည်။ ယခု ဝေယျာဝစ္စအဖွဲ့တွင်လည်း ကြီးကြပ်ဦးဆောင်သူမှာ မပြုံးပင်ဖြစ်သည်ဟုဆိုပါသည်။ ဘုရားဖူးအဖွဲ့တွင် အဖွဲ့ဝင်များမှာ နှစ်ဆယ်ဝန်းကျင်အရွယ်များသာဖြစ်၍ အသက်လေးဆယ်ကျော်ခန့်ရှိသည့် မပြုံးထက်ငယ်သူများဖြစ်ပါသည်။ ယခု ဝေယျာဝစ္စအဖွဲ့တွင် သူ့ထက်ကြီးသူရော ငယ်သူပါရောပြွမ်းပါဝင်လျက်ရှိသည်ကိုတွေ့ရပါသည်။ ထိုအခြေအနေနှစ်ရပ်ကို ဆက်စပ်၍ ဦးဆောင်နေရာမှာ ရှိသူ မပြုံး၏အခြေအနေကို စူးစမ်းချင်စိတ်ဖြစ်လာမိပါသည်။

''မပြုံးက စီးပွားရေးလုပ်ငန်းထူထောင်ထားတာလားဘုရား''

''သီးခြားစီးပွားရေးလုပ်ငန်း မရှိပါဘူး ဒကာကြီး။ တောရွာသဘာဝအတိုင်း တောင်သူ လယ်လုပ်ပဲပေါ့။ သူတို့မှာ လယ်ဧက ၄၀ လောက်တော့ ရှိမယ်ထင်တယ်။ ဝေယျာဝစ္စကို မပြုံးကဦးဆောင်ဦးရွက်လုပ်နေတော့ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းရှင်နဲ့ သူ့အလုပ်သမားတွေလို့ ဒကာကြီးထင်ပြီးမေးလိုက်တာမဟုတ်လား''

''မှန်ပါတယ်ဘုရား''

တကယ်ပင် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းတစ်ခု ပိုင်ဆိုင်ထားသူဖြစ်၍ သူ့အလုပ်သမားတွေ ခေါ်လာပြီး ကြီးကြပ်ဆောင်ရွက်နေခြင်း ဖြစ်လိမ့်မည်ဟုယူဆပြီး မေးလိုက်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်တော် ပြန်လည်ဖြေကြားလိုက်တော့ ဆရာတော်ကဆက်ပြောပါသည်။

''သူတို့မှာ မွေးချင်း ခုနစ်ယောက်ရှိတယ်။ ယောကျ်ားသုံးယောက်၊ မိန်းမလေးယောက်။ မပြုံးကအငယ်ဆုံးပေါ့။ ဒါပေမယ့် မိသားစုကိစ္စအဝဝကို စီမံထိန်းကျောင်းနေသူကတော့ အငယ်ဆုံးဖြစ်တဲ့ မပြုံးပဲ''

''သူက ပညာအတတ်ဆုံးမို့လား ဘုရား''

''မဟုတ်ပါဘူးဒကာကြီး။ သူက ၆ တန်းပဲအောင်တာ။ အိမ်ထောင်လည်း မရှိဘူး။ အပျိုကြီးပေါ့။ အစ်မသုံးယောက်မှာလည်း နှစ်ယောက်ကအပျိုကြီးပဲ။ အစ်ကိုသုံးယောက်မှာလည်း တစ်ယောက်က လူပျိုကြီး၊ အားလုံးအတူတူနေကြတယ်။ သူတို့မောင်နှမအားလုံး အလုပ်လုပ်လို့ရတာအားလုံးကို အငယ်ဆုံးဖြစ်တဲ့ မပြုံးကိုအပ်ကြတယ်။ အိမ်ထောင်မှုကိစ္စမှန်သမျှကို မပြုံးစီမံခန့်ခွဲတဲ့အတိုင်း လုပ်ကြတယ်။ ယုတ်စွအဆုံး စိုက်ချိန်၊ ပျိုးချိန်၊ ရိတ်သိမ်းချိန်မှာတောင် မပြုံးဆုံးဖြတ်စီမံတဲ့အတိုင်းလုပ်ကြတယ်။ သူတို့ သဘောအတိုင်း မလုပ်ကြဘူး။ သူ့ဆုံးဖြတ်ချက်အတိုင်း လုပ်ကြရာမှာ အဆုံးအရှုံးအလေအလွင့်နည်းတယ်။ မပြုံးကလည်း သူ့အတွက်ဆို အဝတ်အစားကအစ ထူးခြားဆန်းပြားတာမရှိဘူး။ ဒကာကြီးမြင်တဲ့အတိုင်းပဲ။ မိသားစုအားလုံး အဆင်တပြေဖြစ်ဖို့ပဲကြည့်တယ်။ တူတွေ တူမတွေရဲ့ ပညာရေးကိုလည်း အလေးပေးစောင့်ရှောက်တယ်။ ဒါကြောင့် သူ့မိသားစုက အငယ်ဆုံးဆိုတော့ အချစ်ဆုံးမို့ လွှဲအပ်တဲ့သဘောမဟုတ်ဘဲ ယုံကြည်အားကိုးလို့ လွှဲအပ်ထားကြတာပဲလို့ ကျုပ်ထင်တယ်''

မပြုံးတို့မိသားစုသည် ဆရာတော်နှင့် ဆရာဒကာအရင်းများဖြစ်ကြ၍ ဤသို့သောအခြေအနေများကို ဆရာတော်သိရှိနေခြင်းဖြစ်ဟန်ရှိပါ၏။ အတူနေ မောင်နှမမိသားစုသာမက ဝမ်းကွဲဆွေမျိုး အသိုက်အဝန်းကလည်း မပြုံးကို အားကိုးယုံကြည်ကြကြောင်း၊ ရွာမှာရှိသည့် လက်လုပ်လက်စားများ စားစရာမရှိဖြစ်နေကြသည်ဟု ကြားသိရသည့်အခါများတွင်လည်း မပြုံးက တတ်နိုင်သမျှ ဆန်ဝေပေးလေ့ရှိကြောင်း မကျန်းမာ၍ ဆေးရုံ၊ ဆေးခန်းသွားရသည့်အခါများတွင်လည်း မပြုံးပါမှ အဆင်ချောသည်ဟု ထင်တတ်ကြကြောင်း သာရေး၊ နာရေး၊ လူမှုရေးကိစ္စများတွင်လည်း သူပါမှအဆင်ပြေသည်ဟု ထင်တတ်ကြကြောင်း ဆရာတော်ကဆက်ပြောပါသည်။ ထို့နောက် မပြုံး လိုက်ပါဆောင်ရွက်ပေးရသည့် ဖြစ်စဉ်တစ်ခုကို သာဓကအနေဖြင့် ဤသို့ ပြောပြပါသည်။

''တစ်ခါက သူ့အဒေါ်ရဲ့သား ဥပဒေဘွဲ့ရ မောင်လွင်ဆိုတဲ့ သူ့မောင်တစ်ဝမ်းကွဲတစ်ယောက်အတွက် မပြုံးလိုက်ပြီး မိန်းမတောင်းပေးခဲ့ရတာရှိခဲ့တယ်။ ကောင်မလေးက မိုးကောင်းသူ တက္ကသိုလ်ကျောင်းတက်ရင်းတွေ့ကြတာ။ ကောင်လေး မိဘတွေက တစ်ခါမှမရောက်ဖူးတဲ့ မိုးကောင်းကိုသွားပြီး တစ်ကြိမ်မှမတွေ့ဖူးတဲ့ မိန်းကလေးမိဘတွေနဲ့ စကားပြောရမှာ ကြောက်ပြီး သူ့သားကိစ္စဆောင်ရွက်ပေးဖို့ ခါးခါးသီးသီး ငြင်းဆန်နေတော့ ကောင်လေး စိတ်ဆင်းရဲနေတယ်လေ။ ဒါကို မပြုံးက ကြားသိပြီး ဘာမှမပူနဲ့ ငါလိုက်တောင်းပေးမယ်ဆိုပြီး လိုက်တောင်းပေးလိုက်လို့ အဆင်ပြေသွားတယ်။ အမှန်တော့ သူလည်း အဲဒီဒေသကို ရောက်ဖူးတာမဟုတ်ဘူး။ ပြီးတော့ သူကိုယ်တိုင် အိမ်ထောင်မပြုဖူးတဲ့အပျိုကြီးလေ''

''ပြီးတော့ ကျုပ်နဲ့ ပတ်သက်တာပြောရဦးမယ်။ ဟိုတုန်းက နန္ဒာမြောက်ရွာကျောင်းမှာ ကျုပ်က ခန်းနေဦးပဉ္စင်းလုပ်နေတာ။ ကျောင်းထိုင်ဆရာတော်က မဟာဇေတဝန်ချောင်မှာ ကျောင်းထိုင်ဆရာတော်လစ်လပ်နေတယ်။ သူနဲ့ကျုပ် တစ်ပါးပါးသွားပြီး ကျောင်းထိုင်ရမယ်လို့ ပြောတယ်။ ဒီတော့ ကျုပ်က တပည့်တော်ပဲသွားပါ့မယ်ဘုရားလို့ပြောပြီး ကျုပ်ဒီကိုရောက်လာတာ။ မပြုံးက စစ်ကိုင်းတောင်ရိုးမှာ ကျောင်းတွေကအများကြီးတောင်ပေါ်မှာဆိုတော့ ရွာမှာလို ဆွမ်းကွမ်းလွယ်ကူမှာမဟုတ်ဘူး၊ ဝေယျာဝစ္စ လုပ်ပေးတဲ့သူတွေရှိမှ အဆင်ပြေမှာဖြစ်တယ်ဆိုပြီး ကျုပ်ဒီကျောင်းရောက်လာကတည်းက သူတို့လိုက်ပြီး ဝေယျာဝစ္စလုပ်ပေးနေတာ။ သူတို့ညီအစ်မ လေးယောက်ထဲက နှစ်ယောက်အမြဲရှိတယ်။ ဆွမ်းကပ်ပွဲတွေရှိတဲ့အခါမှာတော့ ဆွေမျိုးတစ်သိုက်ခေါ်ပြီး လာလုပ်ပေးနေကြတာ ကနေ့အထိပါပဲ''

ကျောင်းလှူပြီးကတည်းက ကျွန်တော် ကျန်းမာရေးကောင်းနေသမျှကာလပတ်လုံး နှစ်စဉ် ဤကျောင်းသို့ အနည်းဆုံး တစ်ခေါက်ရောက်ဖြစ်အောင်လာပြီး တတ်နိုင်သမျှ အလှူအတန်းပြုမည်ဟု ရည်စူးချက်ရှိခဲ့ပါသည်။ သို့နှင့် ကျောင်းသို့ ရောက်ဖန်များလာသောအခါ မပြုံးနှင့် မျက်မှန်းတန်းမိသွားပြီး စကားစမြည်ပြောဖြစ်ခဲ့ပါသည်။ ထိုအခါ မပြုံးနှင့်ပတ်သက်ပြီး ဆရာတော့်ထံမှ သိရှိထားသော အခြေအနေများကို တီးခေါက်ကြည့်မိရာ၌-

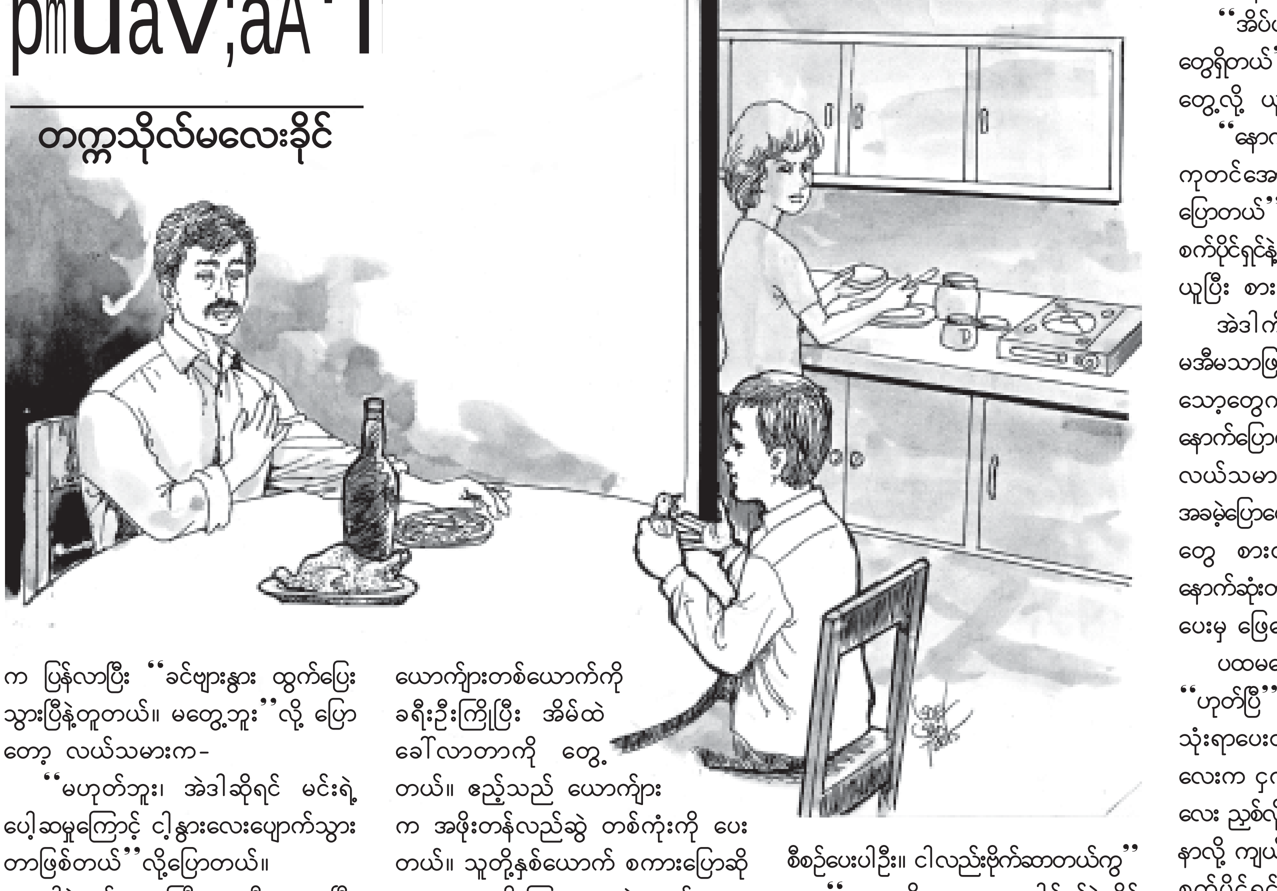
''ကျွန်မ ငယ်စဉ်တုန်းက ကျွန်မတို့ အခြေအနေဟာ ဒီလိုမဟုတ်ဘူးအဘရဲ့။ ကျွန်မကိုယ်တိုင် အစ်မတွေနဲ့အတူ မန္တလေးမြောက်ပြင်က ဆေးလိပ်ခုံကို မနက်သွား ညပြန်သွားပြီး ဆေးလိပ်လိပ်ခဲ့ရတယ်။ အစ်ကိုတွေကလည်း အိမ်ကပိုင်သမျှ လယ်သုံးဧကလောက်ကို စိုက်ပျိုးပြီး အားတဲ့အချိန်မှာ ပုံကျအလုပ်ကိုလုပ်ပြီး ငွေရှာကြရတယ်။ မိသားစုရတာလေးတွေ ခြိုးခြံစုဆောင်းပြီး တဖြည်းဖြည်း ဒီအခြေအနေရောက်လာတာ၊ ဒီတော့ ငယ်စဉ်က သူတို့နဲ့ဒိုးတူဘောင်ဘက် လုပ်ခဲ့ရတဲ့ အထွေးဆုံးနှမလေးကို ဒီအချိန်မှာ ဆက်ပြီး ပင်ပင်ပန်းပန်း မလုပ်စေချင်လို့ အစ်ကိုတွေ အစ်မတွေက ညှာတာထောက်ထားပြီး ကျွန်မကို အိမ်မှုကိစ္စစီမံရေးတာဝန်ပဲပေးထားကြတာပါ။ ကျွန်မမှာ ထူးခြားတဲ့အရည်အချင်းရှိလို့ မဟုတ်ပါဘူးအဘရယ်''ဟုပြောပါသည်။ ကျန်သော ဆွေမျိုးအသိုင်းအဝိုင်းအတွင်း ရပ်ရွာအတွင်း လူမှုရေးဆောင်ရွက်ချက်များနှင့်ပတ်သက်၍လည်း လူတစ်ယောက်အနေဖြင့် လူမှုဝတ္တရားအရ ဆောင်ရွက်ခြင်းသာဖြစ်ပါကြောင်း သာမန်သဘောပြောပါသည်။ ကြားသိထားရသည်များနှင့် လူချင်းထိတွေ့ဆက်ဆံပြီး သိရှိရသည်များကို ဆက်စပ်ကြည့်လိုက်သောအခါတွင် ကြွားဝါလိုခြင်းအလျဉ်းကင်း၍ ရိုးစင်းသည့်မပြုံး၏ သဘာဝကို ကျွန်တော် တွေ့လိုက်ရပါသည်။

မပြုံးအကြောင်းတွေးရင်း ဆရာကြီး ဘိုကလေးတင့်အောင်၏ ''ဂျင်မလေးဂျမ်း'' ကိုသွားသတိရမိလိုက်ပါသည်။ ဆရာကြီး ဘိုကလေးတင့်အောင်သည် ပတ်ဝန်းကျင်လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းက လှည့်ပတ်နှောင်ဖွဲ့ကာ ကြိုက်သလိုခြယ်လှယ် အသုံးချခံခဲ့ရသော လုံမငယ်တစ်ဦး၏အဖြစ်ကို ဂျင်ကလေးနှင့်နှိုင်းယှဉ်ပြီး ''သူ၏ကိုယ်လုံး ရစ်ဖုံးနှောင်ဖွဲ့ သူ့ကို ကိုင်မြှောက် ပေါက်သည့်အင်အား ကြီးမားလေလေ လည်ပတ်ရတဲ့အရှိန်ကမပြေ'' ဟူ၍လည်းကောင်း၊ ''ဂျင်မလေးပုံပြင်များ မကြားဘယ်ခါ-ဤလူ့ရွာ ကမ္ဘာမြေ'' ဟုလည်းကောင်း ရင်နင့်ဖွယ်ရာ လှုပ်ရှားကာ ဘဝပျက်ခဲ့ရသည့် လုံမငယ်တစ်ဦး၏ နိမိတ်ပုံကို ''ဂျင်မလေးဂျမ်း''ဟု အမည်တပ်ပြီး သီချင်းရေးစပ် သရုပ်ဖော်ခဲ့ပါသည်။

မပြုံးကတော့ ပတ်ဝန်းကျင် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းက အနိုင်ကျင့်ဖျက်ဆီးခံရသူမဟုတ်။ သူ့ပတ်ဝန်းကျင်အသိုင်းအဝိုင်းက မသာလည်းတ သာလည်းတ ဖိုးရွှေလ ဆိုသည့်ဘဝမျိုးဖြစ်ပါသည်။ သူမပါလျှင် မပြည့်စုံသလိုခံစားရပြီး သူပါမှ ပြည့်စုံသည်ထင်ကြသည်။ ဖဲကစားရာတွင် ''ဂျိုကာ''သည် အရေးပါအရာ အရောက်ဆုံးဖဲချပ်ဖြစ်သည်။ သူနှင့်တွဲလိုက်လျှင် မပြည့်မစုံဖြစ်နေသော ဖဲချပ်များပြည့်စုံပြီး တန်ဖိုးတက်သွားသည်။ ထို့ကြောင့် ကျွန်တော်သည် မပြုံးကို ဝိသေသတပ်ပြီး ''ဂျိုကာပြုံး''ဟု ခေါ်ချင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်သွားမိပါသည်။ ***ငြိမ်းငွေစံ***

pmuav;aA'i

တက္ကသိုလ်မလေးခိုင်



တစ်ခါတုန်းက တောရွာတစ်ရွာမှာ ချမ်းသာတဲ့လယ်သမားတွေကများပြီး ဆင်းရဲတဲ့လယ်သမားက တစ်ယောက်ပဲရှိတယ်။ အဲဒီတော့ နွားလည်းလိုချင်တယ်။ ဝယ်လည်းဝယ်ချင်တယ်။ ဒါပေမယ့် ဝယ်ဖို့ငွေကလည်း မရှိဘူးပေါ့။

တစ်နေ့မှာ သူ့ဇနီးသည်ကို ပြောတယ်- ''ငါ့မှာအစီအစဥ်တစ်ခုရှိတယ်။ နင့်ရဲ့အဖေဟာ အလွန်တော်တဲ့ပန်းပုဆရာကြီးဆိုတော့ နွားပေါက်စအရွယ် သစ်သားနဲ့ အရုပ်လုပ်ခိုင်းမယ်။ အဲဒီနွားရုပ်လေးကို နွားအစစ်တစ်ကောင်နဲ့တူအောင် ဆေးသုတ်မယ်။ အဲဒီနွားပေါက်အရုပ်လေးကနေ နွားမကြီးတစ်ကောင်ဖြစ်လာအောင် ငါကြိုးစားမယ်''လို့ပြောတော့တယ်။

ဒါနဲ့ သူတို့အဖေ ပန်းပုဆရာကြီးဆီသွားပြီး နွားပေါက်အရွယ် နွားလေးကို ထုခိုင်းတယ်။ မကြာခင်မှာပဲ နွားလေးပုံပေါ်လာတယ်။ လည်ပင်းက ရှေ့ကိုဆန့်နေတဲ့ပုံ ပေါ်လာတယ်။ နောက်တစ်နေ့မှာ နွားတွေကို စားကျက်ထဲ ကျောင်းဖို့ မောင်းသွားနေတဲ့ နွားကျောင်းသားကို လယ်သမားက ခေါ်ပြီးပြောတယ်-

''ငါ့မှာ နွားပေါက်စလေးတစ်ကောင်ရှိတယ်။ ဒီကောင်က ငယ်သေးတယ်။ မင်းသယ်သွားမှရမယ်။ ငါ့နွားလေးပါ စာကျက် ထဲခေါ်သွားပါ''ဆိုပြီးပေးလိုက်တယ်။

နွားကျောင်းသားလေးကလည်း ''ဟုတ်ကဲ့''ဆိုပြီး ယူသွားတယ်။

စားကျက်ကို ရောက်တော့ နွားကျောင်းသားက နွားရုပ်လေးကို မြက်ခင်းပြင်ပေါ်မှာ ချလိုက်တယ်။ နွားရုပ်လေးကလည်း ချထားတဲ့အတိုင်း နေရာမှာပဲ ရပ်နေသလိုနေတယ်။ ပုံကလည်း တောက်လျှောက်အစားစားနေတဲ့ပုံနဲ့ တူနေတယ်။

နွားကျောင်းသားက သစ်ပင်ရိပ်အောက်ကထိုင်ပြီး နွားလေးကိုကြည့်ပြီး စဥ်းစားတယ်။ ဒီကောင်ဒီအတိုင်းသာ စားနေရင်တော့ မကြာခင်ကြီးလာတော့မှာပဲ။ ပြေးလည်း ပြေးနိုင်တော့မယ်ပေါ့။ ဒါနဲ့ ညနေပိုင်း ရောက်လာတဲ့အခါ နွားအုပ်ကို ရွာဘက် ပြန်မောင်းတာပေါ့။ နွားရုပ်ကလေးကို နွားကျောင်းသားက-

''မင်း ဒီအတိုင်းသာ တောက်လျှောက်စားနေရင် မင်းခြေထောက်လေးချောင်းပေါ်မှာပဲ မင်းရပ်ပြီးသွားတော့။ မင်းကိုမချီတော့ဘူး။ မင်းလိုက်ခဲ့တော့''လို့ပြောပြီး ရှေ့ကနွားအုပ်ကို မောင်းပြီးထွက်သွားတယ်။

ညနေခင်းမှာ ဆင်းရဲတဲ့လယ်သမားလေးကလည်း သူ့နွားပေါက်အရုပ်ကလေးကို အိမ်တံခါးဝမှာ စောင့်ကြိုနေတာပေါ့။ နွားအုပ်ကြီး ပြန်ဝင်လာပေမယ့် သူ့နွားပေါက်လေးပါမလာတော့ နွားကျောင်းသားကို မေးတာပေါ့။ ဒါနဲ့ နွားကျောင်းသားကလည်း-

''ဒီကောင်က ဟိုမှာစားနေတုန်းပဲ။ ငါခေါ်တာမလာဘူး။ ကျန်တဲ့အကောင်တွေနဲ့လည်းမနေဘူးလို့''ပြန်ပြောလိုက်တယ်။ အဲဒီအခါ လယ်သမားလေးက-

''ငါ့နွားကတခြားနွားတွေနဲ့ အတူတူလိုက်သွားတာပဲ။ အဲဒီနွားက ငါ့နွားပဲ။ ငါ့အိမ်ပြန်ပို့ပေးရမယ်''လို့ ပြောတယ်။

အဲဒီအခါ နွားကျောင်းသားလေးက စားကျက်ကိုပြန်ပြီး ရှာတာပေါ့။ နွားရုပ်ကလည်း မရှိတော့ဘူး။ နွားကျောင်းသားက ပြန်လာပြီး ''ခင်ဗျားနွား ထွက်ပြေးသွားပြီနဲ့တူတယ်။ မတွေ့ဘူး''လို့ ပြောတော့ လယ်သမားက-

''မဟုတ်ဘူး၊ အဲဒါဆိုရင် မင်းရဲ့ပေါ့ဆမှုကြောင့် ငါ့နွားလေးပျောက်သွားတာဖြစ်တယ်''လို့ပြောတယ်။

ဒါနဲ့ ရပ်ရွာလူကြီးတွေဆီမှာသွားပြီး တိုင်တယ်။ လူကြီးတွေကမေးတော့ နွားကျောင်းသားကလည်း အဖြစ်အပျက်ကို ပြန်ပြောပြတယ်။ အဲဒီအခါ ရပ်ရွာလူကြီးတွေက တိုင်ပင်ပြီး နွားအုပ်ထဲကတစ်ကောင် အစားပြန်ပေးရမယ်ဆိုပြီး ဆုံးဖြတ်ချက်ချလိုက်တယ်။ ဒါကြောင့် သူတို့လိုချင်တဲ့ နွားမလေးတစ်ကောင်ကို လျော်ကြေးရလိုက်တယ်။ သူတို့ပျော်သွားပြီး နွားလေးကို သေချာပြုစုတယ်။ ဒါပေမယ့် သူတို့မှာ ကျွေးစရာဘာမှမရှိတော့ နွားလေးကို ဘာမှ မကျွေးဘူးပေါ့။ နေဖို့နေရာ လည်း ပေးမထားနိုင်တော့ မကြာခင်မှာပဲ နွားလေးက သေသွားတယ်။ သေတော့ အသားကို ဆားနယ်ပြီး စိတ်ကူးတစ်ခုကို စိတ်ထဲမှာတွေးနေတယ်။

ဒါနဲ့ လယ်သမားလေးဟာ နွားသားရေနဲ့ အသားတွေကို ယူပြီး မြို့ကိုထွက်လာတယ်။ လမ်းမှာ လေရဟတ်နဲ့လည်နေတဲ့ စပါးစက်လေးတစ်ခုကို တွေ့တယ်။ အဲဒီ လေရဟတ်ပေါ်မှာ စာကလေးတစ်ကောင်ဟာ အတောင်ကျိုးပြီး နားနေတယ်။ လယ်သမားလေးက သနားတာနဲ့ စာကလေးကို အသာလက်နဲ့အုပ်ယူပြီး နွေးထွေးအောင် ပွတ်သပ်ပေးတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာပဲ ရာသီဥတုက ဆိုးဝါးလာတယ်။ စပါးစက်ထဲကိုဝင်ပြီး ခဏတည်းခိုဖို့ကို ပိုင်ရှင်ဆီမှာ ခွင့်တောင်းတယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ စက်ပိုင်ရှင်ရဲ့ဇနီးပဲရှိတယ်။ စက်ပိုင်ရှင်ဇနီးက ''ကဲ-သား၊ ဒီမှာ ကောက်ရိုးတွေ ခင်းပြီးထိုင်''ဆိုပြီး ကောက်ရိုးပုံတွေ ထားတဲ့တဲမှာ ထားလိုက်တယ်။ ပြီးတော့ ပေါင်မုန့်တစ်လုံးနဲ့ ချိစ်တစ်ခုပေးတယ်။ လယ်သမားလေးက ဆာနေတာနဲ့ ဝမ်းသာအားရနဲ့စားလိုက်တယ်။ သူပါလာတဲ့ နွားသားရေကိုလည်း ဘေးကကောက်ရိုးပေါ်မှာ ချထားတယ်။ အတောင်ကျိုးနေတဲ့ စာကလေးကိုလည်း သူ့လက်လေးနဲ့ ထွေးပွေ့ထားပေးပြီး မောမောနဲ့ အိပ်ပျော်သွားတော့တယ်။

မကြာခင်မှာ စကားပြောသံတွေကြောင့် လယ်သမားလေးက နိုးလာတယ်။ စက်ပိုင်ရှင်ဇနီးက တံခါးဝမှာရောက်လာတဲ့ ယောက်ျားတစ်ယောက်ကို ခရီးဦးကြိုပြီး အိမ်ထဲခေါ်လာတာကို တွေ့တယ်။ ဧည့်သည် ယောက်ျားက အဖိုးတန်လည်ဆွဲ တစ်ကုံးကို ပေးတယ်။ သူတို့နှစ်ယောက် စကားပြောဆိုနေတာတွေကို ကြားနေရတဲ့ လယ်သမားလေးက စက်ပိုင်ရှင်မဟုတ်မှန်း သိလိုက်တယ်။ သူတို့ပြောနေတာတွေကို လယ်သမားလေးက ငိုက်မြည်းပြီး ကြားနေရတယ်။ အဲဒီနောက် ဧည့်သည်ယောက်ျားအတွက် စက်ပိုင်ရှင်ဇနီးက ဝိုင်၊ ကြက်ကြော်၊ အရွက်တွေနဲ့ ကိတ်မုန့်တွေ ချကျွေးတာကိုမြင်လိုက်ရတော့ လယ်သမားလေးက ဒေါသထွက်သွားတော့တယ်။

အဲဒီအချိန်လေးမှာပဲ တံခါးခေါက်သံက ပေါ်လာတယ်။ စက်ပိုင်ရှင်ဇနီးက အလန့်တကြားအော်လိုက်တယ်။

''အဲဒါ ငါ့ယောက်ျားပဲ။ သူပြန်လာပြီ'' လည်ဆွဲကုံးကို အိမ်ထဲကသေတ္တာထဲထည့်ပြီး သော့ခတ်လိုက်တယ်။ ခုနက ပြင်ထားတဲ့ အသားတွေအားလုံးကို မီးဖိုထဲမှာထည့်ထားတယ်။ ဝိုင်ပုလင်းကို ခေါင်းအုံးအောက်ထဲ ကမန်းကတန်းထည့်၊ ကိတ်တွေကို ကုတင်အောက်မှာ ဝှက်ပြီး၊ အရွက်တွေကို အိပ်ရာဘေးက ဗီရိုအသေးထဲ ကမန်းကတန်းထည့်လိုက်တယ်။ ဧည့်သည်ယောက်ျားကို နောက်ဖေးပေါက်ကနေ ဖွင့်ပေးလိုက်ပြီးမှ အိမ်ရှေ့တံခါးကို သွားဖွင့်ပေးလိုက်တယ်။ တံခါးပွင့်သွားတဲ့အခါ စက်ပိုင်ရှင်ယောက်ျားက မိုးတွေစိုရွှဲနေတဲ့ အဝတ်တွေနဲ့ အိမ်ထဲဝင်လာပြီး-

''တော်သေးတာပေါ့၊ မင်းအိမ်ထဲမှာရှိနေလို့''ပြောတော့ ''ဘာဖြစ်လို့လဲ၊ ရှင်လည်း အဝတ်တွေစိုရွှဲနေတာလဲလိုက်ဦး။ ရာသီဥတုက အပြင်မှာ ဘယ်လိုလဲ''လို့ မေးပြီး သူ့ယောက်ျားအတွက် လဲဖို့အဝတ်အစားတွေ ထုတ်ပေးတယ်။

''အေးကွာ အပြင်မှာ လေတွေမိုးတွေကျလို့ ကမ္ဘာကြီးတောင် ပျက်တော့မလိုပဲ။ ရာသီဥတုက တအားဆိုးဝါးနေတာ''လို့ ပြောပြီး အဝတ်အစားလဲလိုက်တယ်။ လယ်သမားလေးကိုတွေ့လိုက်တော့-

''ဘယ်ကကောင်လေးလဲ''

''သူ မိုးထဲရောက်လာလို့ ခဏတည်းခိုခွင့်ပေးထားတာ၊ စားဖို့လည်း ပေါင်မုန့်နဲ့ ချိစ်နည်းနည်းပေးထားတယ်''

''ကန့်ကွက်စရာမရှိပါဘူးကွာ''လို့ စက်ပိုင်ရှင်ကပြောပြီး ''ငါ့အတွက်လည်း စီစဥ်ပေးပါဦး။ ငါလည်းဗိုက်ဆာတယ်ကွ''

''ဘာမှမရှိတော့ဘူး။ ပေါင်မုန့်နဲ့ ချိစ်ပဲရှိတယ်''

''ရပါတယ်ကွာ။ ငါတို့လည်း အရင်က အဲ့ဒီလိုပဲ စားလာတာမို့ စားတာပေါ့''

လယ်သမားလေးကိုလည်း လှမ်းပြီး-

''လာလေ။ ငါနဲ့ အတူတူလာစားလေ''လို့ ပြောတော့ လယ်သမားလေးက နှစ်ခါမခေါ်ရဘူး။ အတူတူဝင်စားတော့တယ်။

စက်ပိုင်ရှင်က လယ်သမားလေးဘေးက သားရေပြားနဲ့ အဝတ်စကလေးနဲ့ ထုပ်ထားတဲ့ စာကလေးကိုလည်း တွေ့တော့-

''ဟိုဟာကဘာလဲ၊ မင်းယူလာတာလား''လို့ မေးတယ်။

''အဲဒါ ဗေဒင်ဆရာပေါ့'' လယ်သမားလေးကပြောတော့-

''ငါ့ကို ဗေဒင်တွက်ပေးလို့ရမလား''

''ဘာလို့မရမှာလဲ တွက်ပေးမှာပေါ့''လို့ ဖြေလိုက်တယ်။ ပြီးတော့ ''ငါ့စာကလေးက စကားလေးခွန်းပဲ အလကားပြောတယ်။ နောက်ဆုံးစကားကတော့ ဟောခပေးမှ ပြောမှာ''

စက်ပိုင်ရှင်က တက်ကြွပြီး-

''ငါ့အတွက် တစ်ခုခုပြောခိုင်းစမ်းပါ''လို့ ပြောတာပေါ့။ အဲဒီအခါ လယ်သမားလေးက စာကလေးကို နည်းနည်းညှစ်လိုက်တော့ စာကလေးက ''ကျလိ ကျလိ''လို့ အော်တာပေါ့။ စက်ပိုင်ရှင်ကလည်း သိချင်လွန်းလို့ ဘာပြောတာလဲလို့ မေးတာပေါ့။ လယ်သမားလေးက-

''သူပြောတာက ခေါင်းအုံးအောက်မှာ ဝိုင်ပုလင်းရှိတယ် ပြောတာ''

''ပျော်စရာကြီးပေါ့''လို့ ပြောပြီး ခေါင်းအုံးအောက် သွားကြည့်တော့ ဝိုင်ပုလင်းကို တွေ့လို့ ဝမ်းသာအားရနဲ့ ယူလာတာပေါ့။

''ပြောပါဦး၊ နောက်ဘာပြောမလဲ''

လယ်သမားလေးက ထပ်ပြီးညှစ်တာပေါ့။ စာကလေးကလည်း ကျလိ ကျလိလို့ အော်တာပေါ့။

''အသားကင်က မီးဖိုထဲမှာရှိတယ်လို့ ပြောတယ်''

စက်ပိုင်ရှင်က သွားကြည့်တော့ ကြက်ကင်ပန်းကန်ကို တွေ့တော့ ယူလာတယ်။

''နောက်တစ်ခါ ပြောပါဦး''

''အိပ်ယာဘေးက ဗီရိုထဲမှာ အရွက်တွေရှိတယ်'' သွားကြည့်တော့ အရွက်တွေ တွေ့လို့ ယူလာတယ်။

''နောက်ဆုံးပြောတာကတော့ အိပ်ယာကုတင်အောက်မှာ ကိတ်မုန့်တွေရှိတယ် ပြောတယ်'' ဒါလည်း ကောင်းတာပဲဆိုပြီး စက်ပိုင်ရှင်နဲ့ နှစ်ယောက်သား ကိတ်မုန့်တွေယူပြီး စားကြသောက်ကြတာပေါ့။

အဲဒါကိုကြည့်ပြီး စက်ပိုင်ရှင်ဇနီးက မအီမသာဖြစ်နေတာပေါ့။ အခန်းထဲဝင်ပြီး သော့တွေကို သိမ်းလိုက်တယ်။ ''ကဲ နောက်ပြောပါဦး'' စက်ပိုင်ရှင်ကမေးတော့ လယ်သမားလေးက ''ပထမလေးခုက အခမဲ့ပြောပေးတာ။ ဒါကြောင့် ကောင်းတာတွေ စားလို့သောက်လို့လည်း ပြီးပြီ။ နောက်ဆုံးတစ်ခွန်းကတော့ ဒေါ်လာသုံးရာပေးမှ ဖြေပေးမယ်။ အလကားမရဘူး''

ပထမလေးခွန်းကလည်း မှန်နေတော့- ''ဟုတ်ပြီ'' ဆိုပြီး စက်ပိုင်ရှင်က ဒေါ်လာသုံးရာပေးတယ်။ အဲဒီအခါ လက်သမားလေးက ငှက်ကို နည်းနည်းပိုပြီး ခပ်နာနာလေး ညှစ်လိုက်တယ်။ စာကလေးကလည်း နာလို့ ကျယ်ကျယ်ကြီး အော်လိုက်တယ်။ စက်ပိုင်ရှင်က ''ဘာပြောတာလဲ''လို့ မေးတော့ လယ်သမားလေးက ''သူပြောတာက အိမ်ထဲက သေတ္တာထဲမှာ ထူးခြားတဲ့ ပစ္စည်းရှိတယ်လို့ ပြောတယ်''

စက်ပိုင်ရှင်က ''ငါတို့အိမ်မှာ ထူးခြားတဲ့ပစ္စည်းမရှိနိုင်ပါဘူး။ ကဲ ငါ့ကို ဒီသေတ္တာဖွင့်တဲ့သော့ပေးစမ်း''ဆိုပြီး သူ့မိန်းမဆီက တောင်းတာပေါ့။ မိန်းမကလည်း မကြည်လင်တဲ့မျက်နှာနဲ့ သော့ပေးလိုက်ရတယ်။ သေတ္တာဖွင့်ကြည့်လိုက်တော့ အလွန်လှပတဲ့ လည်ဆွဲကို တွေ့ရတော့ စက်ပိုင်ရှင်က အံ့သြစွာနဲ့ပဲ ''အလို- ဒီလို တန်ဖိုးရှိတဲ့ လည်ဆွဲတစ်ကုံး ငါ့အိတ်ထဲမှာရှိနေတာ ငါမသိရပါလား။ အခုတော့ စာကလေး ဗေဒင်ကြောင့် ငါရလိုက်ပြီ။ ကျေးဇူးတင်တယ်ကွာ''ဆိုပြီး လယ်သမားလေးကို ပြောတယ်။ စက်ပိုင်ရှင်ဇနီးကတော့ လယ်သမားလေးကို ဒေါသဖြစ်တဲ့မျက်နှာနဲ့ ကြည့်ပြီး စိတ်ပျက်လက်ပျက်ဖြစ်နေတော့တာပေါ့။

တန်ဖိုးကြီးတဲ့လည်ဆွဲကိုရတဲ့ စက်ပိုင်ရှင် ဝမ်းသာပျော်ရွှင်နေတာကိုကြည့်ပြီး လယ်သမားလေးဟာ သူ့ရဲ့ နွားသားရေချပ်နဲ့ စာကလေးကို ယူပြီး အိမ်ထဲကနေ ထွက်သွားတော့တယ်။ သူ့မှာ စက်ပိုင်ရှင်ဆီက ဗေဒင်ဟောခ ဒေါ်လာ ၃၀၀ လည်း ရသွားတဲ့အတွက် ပျော်ရွှင်စွာနဲ့ မြို့ကို သားရေရောင်းဖို့ ထွက်သွားတယ်။

အိမ်ပြန်ရောက်တော့ပါလာတဲ့ငွေနဲ့ အိမ်ဆောက်၊ နွားတင်းကုပ်လေးဆောက်ပြီး နေ့ချင်းညချင်း ချမ်းသာလာတာပေါ့။ မြို့က ဝယ်လာတဲ့နွားမပေါက်ကလေးကိုလည်း နွားတင်းကုပ်ထဲမှာ ထည့်ထားပြီး အစာရေစာကောင်းကောင်းကျွေးထားတယ်။ သူ့ချမ်းသာလာအောင် လုပ်ပေးတဲ့ စာကလေးကိုလည်း အတောင်ကျိုးနေတာ ဆေးကုပေးပြီး ငှက်လှောင်အိမ်လေးထဲမှာ ကောင်းကောင်းပြုစုပေးတယ်။ လယ်သမားလင်မယားဟာ နွားရုပ်လေးတစ်ခုကို အရင်းပြုပြီး လိုက်လျောညီထွေ ပြုလုပ်သွားတဲ့အတွက် ချမ်းသာတဲ့လယ်သမားလေးအဖြစ် စာရင်းဝင်သွားတယ်တဲ့ကွယ်။

တက္ကသိုလ်မလေးခိုင်

tjynjynqi&m &uavlykiyBu;

jrermEiiü yxrO;q;tBur usi;yrn

မြန်မာ့ရွက်လှေအားကစား အဆင့်အတန်း ပိုမိုတိုးတက်လာစေရန်နှင့် မြန်မာနိုင်ငံ ခရီးသွားလုပ်ငန်းဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုကို အထောက်အကူဖြစ်စေရန်အတွက် အားကစားဝန်ကြီးဌာန မြန်မာနိုင်ငံ ရွက်လှေအဖွဲ့ချုပ်က ကြီးမှူးကျင်းပမည့် Myanmar Wave Rider Cup & KTA Race Open အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ရွက်လှေပြိုင်ပွဲကြီးကို အောက်တိုဘာ ၂၈ ရက်မှ ၃၁ ရက်အထိ ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး ငွေဆောင်ကမ်းခြေ၌ ကျင်းပသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

မြန်မာနိုင်ငံ၌ ပထမဦးဆုံးအကြိမ် ကျင်းပမည့် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ရွက်လှေပြိုင်ပွဲကြီး၌ မြန်မာနိုင်ငံ တစ်ကြိမ်တစ်ခါမှ ယှဉ်ပြိုင်ကစားဖူးခြင်းမရှိသေးသည့် Kiteboarding ပြိုင်ပွဲ၊ Winddurfing ပြိုင်ပွဲနှင့် အပျော်တမ်းလူငယ်များဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်လှေ့ရှိသည့် Stand Up Paddle ပြိုင်ပွဲတို့ ပါဝင်မည်ဖြစ်သည်။ အဆိုပါပြိုင်ပွဲသို့ ပါဝင်ယှဉ်ပြိုင်လိုသည့် ပြည်တွင်းပြည်ပအားကစားသမားများမှာ ဝင်ကြေးနှုန်းအဖြစ် စက်တင်ဘာလ ၁၆ ရက်မှ အောက်တိုဘာလ ၁၅ ရက်အတွင်း အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၁၈၀ ၊ အောက်တိုဘာ ၁၆ ရက်နောက်ပိုင်းတွင် အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၂၀၀ နှုန်းဖြင့် ပေးသွင်းရမည်ဖြစ်သည်။ ပြိုင်ပွဲအသေးစိတ်အချက်အလက်များကို သိရှိလိုပါက အွန်လိုင်း facebook တွင် Myanmar Wave Rider Cup & KTA Race Open, Website ဖြစ်သည့် www.myanmarsoiling.org တို့၌ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုနိုင်ကြောင်း သိရသည်။

ယခုကဲ့သို့ မြန်မာနိုင်ငံ၌ ပထမဦးဆုံး အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ရွက်လှေပြိုင်ပွဲကြီးကို ကျင်းပခွင့်ရရှိသည့်အတွက် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာက လာရောက်ယှဉ်ပြိုင်သည့် အားကစားသမားများမှတစ်ဆင့် မြန်မာနိုင်ငံ၏ တည်ငြိမ်အေးချမ်းမှု၊ သာယာလှပမှုများကို သိရှိခံစားနိုင်မည်ဖြစ်ပြီး မြန်မာ့ခရီးသွားမြှင့်တင်မှုကို အထောက်အကူပြုနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ ***ဇင်ခန့်နိုင်***

vmrnEptwi; urmOiaitaumi;q;jzpvmEion re, toi;

ပရီးမီးယားလိဂ်ထိပ်သီးအသင်းဖြစ်တဲ့ မန်ယူအသင်းက လာမယ့်နှစ်မှာ ဘဏ္ဍာရေးတိုးတက်မှုတွေဖြစ်ပေါ်ရန် ခန့်မှန်းထားပြီး ဝင်ငွေပေါင်သန်း ၅၀၀ ခန့်ရရှိရန် မျှော်မှန်းထားသည်။ မန်ယူအသင်း နည်းပြဟောင်း David Moyes လက်ထက်တွင် ချန်ပီယံလိဂ် ဝင်ခွင့်ဆုံးရှုံးခဲ့ခြင်းကြောင့် ဝင်ငွေ ပေါင် ၃၈ သန်းခန့် ဆုံးရှုံးခဲ့သော်လည်း တစ်နှစ်ဝင်ငွေ ၈ ဒသမ ၈ ရာခိုင်နှုန်းဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

မန်ယူအသင်းသည် ဝင်ငွေအကောင်းဆုံးဖြစ်သည့် ရီးရဲလ်မက်ဒရစ်အသင်းကို လာမယ့်ရာသီတွင် ကျော်တက်ရန် တာဆူနေကြောင်း မီဒီယာများက ပြောကြားခဲ့သည်။ အခုလို တစ်ဟုန်ထိုးတိုးတက်မှုမှာ မန်ယူအသင်း၏ စပွန်ဆာကုမ္ပဏီကြောင့်ဖြစ်သည်။ မန်ယူအသင်းက လူကြိုက်အများဆုံးအသင်းဖြစ်ခြင်းကြောင့် ရုပ်သံဝင်ငွေလည်း အများဆုံးရရှိခဲ့သည်။ မန်ယူအသင်းပိုင်ရှင်ဂလေဇာက ဘဏ္ဍာရေးရှင်းတမ်းကို ထုတ်ပြန်ခဲ့ပြီး ၂၀၁၆ တွင် သူတို့၏ဝင်ငွေမှာ ပေါင် သန်း ၅၀၀ နှင့် ၅၁၀ ကြား ရှိလာမည်ဟု ခန့်မှန်းထားကြောင်း ပြောပြခဲ့သည်။ မန်ယူအသင်းသည် အင်္ဂလိပ် စပွန်ဆာစာချုပ်အဖြစ် ကမ္ဘာ့ဈေးအကြီးဆုံး Adidas ကုမ္ပဏီနှင့် ပေါင် သန်း ၇၅၀ တန်စာချုပ်ချုပ်နိုင်ခဲ့ခြင်းနှင့် ချန်ပီယံလိဂ်ပြိုင်ပွဲကို တစ်ကျော့ပြန် ပြန်လည်ယှဉ်ပြိုင်ခွင့်ရခဲ့ခြင်းကြောင့်ဖြစ်သည်။

မန်ယူအသင်းသည် ဝင်ငွေအကောင်းဆုံးကလပ်အသင်းဖြစ်သည့် ရီးရဲလ်မက်ဒရစ်အသင်း၏ဝင်ငွေကို လာမည့်တစ်နှစ်အတွင်းမှာ ကျော်ဖြတ်သွားနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

အင်တာနက်

owi;twtxm

◈ ၂၀၂၄ နွေရာသီ အိုလံပစ်ပွဲကို အိမ်ရှင်အဖြစ် လက်ခံကျင်းပခွင့်ရရန်အတွက် အဆိုပြုတင်သွင်းထားသည့် နိုင်ငံ ငါးခုမှ မြို့ငါးမြို့ကို လူထုအားပေးထောက်ခံမှုကို အကဲဖြတ်ရန်အတွက် မြို့ငါးမြို့စလုံးတွင် တစ်ချိန်တည်း၊ တစ်ပြိုင်တည်း လျှို့ဝှက်မဲပေးနိုင်ရန် လုပ်ဆောင်သွားမည်ဖြစ်ကြောင်း နိုင်ငံတကာ အိုလံပစ်ကော်မတီ(အိုင်အိုစီ) ဥက္ကဋ္ဌ သောမတ်စ်ဘခ်က ပြောကြားခဲ့သည်။

◈ မြန်မာနိုင်ငံဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ်သည် အာရှ ယူ-၁၉ ဖူဆယ်ခြေစစ်ပွဲဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်မည့် မြန်မာ ယူ-၁၉ ဖူဆယ်အသင်းအတွက် နိုင်ငံခြားသားနည်းပြခန့်အပ်ရန် စီစဉ်နေကြောင်းသိရသည်။

◈ ပရီးမီးယားလိဂ်တွင် ကစားသမားများအားလုံး၏ စုစုပေါင်းတန်ကြေးကို တွက်လျှင် မန်စီးတီးက ၃၀၈ ဒသမ ၈ သန်းဖြင့် တန်ဖိုးအကြီးဆုံး အသင်းဖြစ်နေပြီး မန်ယူက ပေါင် ၂၃၉ ဒသမ ၁ သန်းဖြင့် ဒုတိယရှိနေပြီး ချဲလ်ဆီးမှာ ပေါင် ၁၉၄ ဒသမ ၁ သန်း ဖြင့် တတိယနေရာတွင် ရှိနေသည်။

◈ မြန်မာ့လက်ရွေးစင်အသင်းသည် ၂၀၁၈ ကမ္ဘာ့ဖလားပြိုင်ပွဲ အာရှဇုန်ခြေစစ်ပွဲများအဖြစ် လက်ဘနွန်၊ လာအိုအသင်းတို့နှင့်ယှဉ်ပြိုင်ကစားရမည့် ပွဲစဉ်များအတွက် ကစားသမားများစာရင်းကို စက်တင်ဘာနောက်ဆုံးပတ်တွင် ထုတ်ပြန်ကြေညာပြီး အောက်တိုဘာ ၁ ရက်မှစ၍ လေ့ကျင့်မှုများပြုလုပ်သွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

◈ မန်ယူအသင်းနည်းပြ လူးဝစ်ဗန်ဟားလ်သည် ၂၀၁၇ ခုနှစ်တွင် အသင်းနှင့်စာချုပ် သက်တမ်းကုန်ဆုံးမည်ဖြစ်ပြီး အသင်းနှင့် လမ်းခွဲ၍ နည်းပြဘဝမှ အနားယူမည်ဖြစ်ကြောင်း အတည်ပြုပြောကြားခဲ့သည်။ ဗန်ဟားလ်က ၎င်း၏နေရာ အစားထိုးရန် လက်ထောက်နည်းပြ ရိုင်ယန်ဂစ်ကိုထောက်ခံသော်လည်း အသင်းတာဝန်ရှိသူများက ဘိုင်ယန်မြူးနစ်နည်းပြ ဂွါဒီယိုလာကို ခန့်အပ်နိုင်ရန် ပစ်မှတ်ထားနေကြောင်း သိရသည်။***အင်တာနက်***

½;r-&eue tjynjynqi&m rm&oelykiy

ZeeOg&vwi usi;yrn

YOMA YANGON INTERNATIONAL MARATHON 2016

၂၀၁၆ ခုနှစ်ရိုးမ-ရန်ကုန် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ မာရသွန်ပြိုင်ပွဲကို ယခုနှစ် စက်တင်ဘာလ ၁၅ ရက်နေ့မှစ၍ ဒီဇင်ဘာလ ၁၈ ရက်နေ့အထိ စာရင်းပေးသွင်းနိုင်ကြောင်း သိရသည်။ အဆိုပါပြိုင်ပွဲတွင် လူဦးရေ ၅၀၀၀ ကျော် ပါဝင်ယှဉ်ပြိုင်နိုင်ကြောင်း ခန့်မှန်းထားသည်။

အဆိုပါပြိုင်ပွဲကို ၂၀၁၆ ခုနှစ် ဇန်နဝါရီလ ၁၇နေ့တွင် ကျင်းပသွားမည်ဖြစ်သည်။ ပြိုင်ပွဲဝင်လိုသူများသည် စက်တင်ဘာ ၁၅ ရက်မှ အောက်တိုဘာ ၂၃ ရက်အတွင်း စာရင်းပေးသွင်းသူသည် Early Bird အထူးနှုန်းကို ရရှိမည်ဖြစ်သည်။

မာရသွန်ပြိုင်ပွဲနှင့် မာရသွန်တစ်ဝက်ပြိုင်ပွဲများအတွက် ယှဉ်ပြိုင်လိုသူများသည် ယခုနှစ် ဒီဇင်ဘာလ ၃၁ ရက်တွင် အသက် ၁၆ နှစ်အထက်ဖြစ်ရမည်။ ၁၀ ကီလိုမီတာ စိန်ခေါ်ပြိုင်ပွဲတွင် ပါဝင်ယှဉ်ပြိုင်လိုသူများသည် အသက် ၁၂ နှစ်အထက်ရှိရမည်။ သုံးကီလိုမီတာ အပျော်တမ်းပြေးခြင်း၊ လမ်းလျှောက်ခြင်းများအတွက် အသက်ကန့်သတ်ချက်မရှိကြောင်း သိရသည်။ အပြေးပြိုင်ပွဲအားလုံး၏ စမှတ်နှင့်ဆုံးမှတ်ကို သုဝဏ္ဏမိုးလုံလေလုံအားကစားကွင်းအတွင်း ပြုလုပ်ထားပြီး ပြေးလမ်းကြောင်းကို ဗိုလ်တထောင်ဘုရား၊ ရွှေတိဂုံဘုရားနှင့် အင်းလျားကန်တို့ပါဝင်မည်ဖြစ်သည်။ ပြိုင်ပွဲမတိုင်မီ ပြေးလမ်းကြောင်းများကို တရားဝင်ထုတ်ပြန်ကြေညာသွားမည်ဖြစ်သည်။ ပြိုင်ပွဲမှ ရရှိလာသော ရန်ပုံငွေများကို Run For Children ခေါင်းစဉ်ဖြင့် ကလေးငယ်များအား ထောက်ပံ့လှူဒါန်းသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

အင်တာနက်

ဒို့ကျေးရွာကာတွန်း

jrermEiiu,pm;jyK owretjzp tqawm cspoaO urmuse;rma&; tBujyK aq;aE;ywua&mu

ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေး အကြံပြု ဆွေးနွေးပွဲ (United Nation Geneal Assmebly)သို့ မြန်မာနိုင်ငံကိုယ်စားပြု သံတမန် (Life buoy)အဖြစ် နိုင်ငံကျော် အဆိုတော်၊ ချစ်သုဝေတက်ရောက်မည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

နယူးယောက်မြို့၌ စက်တင်ဘာ ၂၅ ရက်မှ ၂၇ ရက်အထိ ကျင်းပမည်ဖြစ်ပြီး ပထမဆုံး မြန်မာနိုင်ငံကိုယ်စားပြု သွားရောက်ရမည်ဖြစ်ကြောင်း ရှန်ဂရီလာဟိုတယ်တွင် မီဒီယာများအား အဆိုတော် ချစ်သုဝေက ပြောကြားသည်။ အဆိုပါ ဆွေးနွေးပွဲသို့ တက်ရောက်ခွင့်ရရှိခြင်းအတွက် မြန်မာနိုင်ငံသည် ကမ္ဘာ့စင်မြင့်ထက်တွင် ပါဝင်လာနိုင်ပြီး ဂုဏ်ယူစရာ ပြယုဂ်တစ်ခုဖြစ်ပါကြောင်း မြန်မာနိုင်ငံကိုယ်စားပြုဖြစ်သောကြောင့် အပြော အဆို အနေအထိုင် အဝတ်အစား၊ အပြုအမူမှစ၍ မြန်မာ့ဂုဏ်တက်စေမည့် အပြုအမူကို ပြသသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း စံတော်ချိန်သတင်းစာသို့ ဆက်လက်ပြောကြားခဲ့သည်။

ဆွေးနွေးပွဲသို့ ကမ္ဘာ့ခေါင်းဆောင်များနှင့် မူဝါဒချမှတ်သူများအပြင် လူထုကိုသြဇာလွှမ်းမိုးမှုရှိသည့် နိုင်ငံကျော် ရုပ်ရှင်သရုပ်ဆောင်များစွာ တက်ရောက်လေ့လာမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ ယင်းဆွေးနွေးပွဲတွင် သရုပ်ဆောင် အဆိုတော် ချစ်သုဝေက ဆပ်ပြာအသုံးပြု၍ လက်ဆေးခြင်းသည် ကလေးသူငယ်များအား အသက်ဆုံးရှုံးခြင်းကို လျှော့ချနိုင်ကြောင်း၊ အဆိုပါအလေ့အကျင့်ကို ထိရောက်သော ကာကွယ်ရေးနည်းလမ်းအဖြစ် တိုးမြှင့်လုပ်ဆောင်သွားသင့်ကြောင်းကို အကြံပြု ပြောကြားသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ ထိုဆွေးနွေးပွဲသည် ကမ္ဘာ့လုံးဆိုင်ရာ ရေရှည်တည်တံ့ရေးရှည်မှန်းချက်များ အကြံပြုဆွေးနွေးမည့်ပွဲဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ **ဆောင်းဝတီ**

tu,'ru tEynm&iEi twwynm&irsm;u wpqcsi;tvu wu½ua&;cs,rn

၂၀၁၄ ခုနှစ်အတွက် ချီးမြှင့်မည့် မြန်မာ့ရုပ်ရှင်ထူးချွန်ဆုကို ဆုခေါင်းစဉ်အလိုက် သက်ဆိုင်ရာ အနုပညာရှင်၊ အတတ်ပညာရှင်များက တိုက်ရိုက်ရွေးချယ်ပေးသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

"ဒါရိုက်တာက ဒါရိုက်တာဆုအတွက် ပေးရမယ်။ ဇာတ်ညွှန်းက ဇာတ်ညွှန်းဆုအတွက် ပေးရမယ်။ သရုပ်ဆောင်ဆိုရင် နှစ်ပိုင်းရှိမယ်။ အဓိကသရုပ်ဆောင် မင်းသား၊ မင်းသမီးနဲ့ ဇာတ်ပို့သရုပ်ဆောင်ကျား၊ မ ဆု လေးဆု ရွေးပေးရမယ်။ ကျန်တဲ့အဖွဲ့တွေလည်း ဒီလိုပဲရွေးရမယ်။ အဲဒီအဖွဲ့ ခုနစ်ဖွဲ့ က သက်ဆိုင်တဲ့ဆုအတွက် ပေးပြီးရင် ဇာတ်ကားဆုအတွက် အကုန်လုံးက ဝိုင်းရွေးပေးရမယ်" ဟု ဆုရွေးချယ်ရေးနှင့် ပတ်သက်၍ ဦးအေးကြူလေးက 7Day နေ့စဉ် သတင်းစာသို့ ပြောကြားခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

အဆိုပါရုပ်ရှင်ထူးချွန်ဆု စိစစ်အကဲဖြတ်ရေးအဖွဲ့ကို စက်တင်ဘာ ၁၃ ရက်က စတင်ဖွဲ့စည်းခဲ့ခြင်းဖြစ်ပြီး ရုပ်ရှင်အလွှာစုံမှ အနုပညာရှင်၊ အတတ်ပညာရှင် ၄၃ ဦးပါဝင်ကာ ဒါရိုက်တာ၊ သရုပ်ဆောင်၊ ဓာတ်ပုံ၊ အသံ၊ တည်းဖြတ်၊ ဇာတ်ညွှန်း၊ တေးဂီတအဖွဲ့များခွဲကာ ရွေးချယ်သွားမည်ဟု မြန်မာနိုင်ငံရုပ်ရှင်အစည်းအရုံး ဥက္ကဋ္ဌက ဆက်လက်ပြောကြားခဲ့သည်။

ဒါရိုက်တာထူးချွန်ဆုရွေးချယ်သည့်အဖွဲ့တွင် ဝါရင့်ဒါရိုက်တာများဖြစ်သည့် ပန်းချီစိုးမိုး၊ ဦးနှင်းဦး၊ ဦးမောင်မောင်မြင့်တို့ အပါအဝင် စုစုပေါင်း ခုနစ်ဦးပါဝင်မည်ဖြစ်ပြီး သရုပ်ဆောင်ထူးချွန်ဆု ရွေးချယ်သည့်အဖွဲ့တွင် နေအောင်၊ လွင်မိုး၊ မြင့်မြင့်ခင်၊ ဆွေဇင်ထိုက်တို့ အပါအဝင် ဝါရင့်သရုပ်ဆောင် ခုနစ်ဦးက အကဲဖြတ်ရွေးချယ်ပေးမည်ဖြစ်ကာ အခြားထူးချွန်ဆုများအတွက် သက်ဆိုင်ရာပညာရှင်အသီးသီးကရွေးချယ်မည်ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ ရွေးချယ်ရာတွင် ပထမအဆင့်နှင့် ဒုတိယအဆင့် ရွေးချယ်ရေးအဖွဲ့များ ဖွဲ့စည်းမည်မဟုတ်ဘဲ အထက်ပါ စိစစ်အကဲဖြတ်အဖွဲ့ကသာ ၂၀၁၄ အတွက် ထူးချွန်ဆုများကို ရွေးချယ်ပေးမည်ဟု ဆိုသည်။

ယခုနှစ်ထူးချွန်ဆုပေးပွဲကို ၂၀၁၄ ခုနှစ်နှင့် ၂၀၁၅ ခုနှစ်များအတွက် နှစ်နှစ်ပေါင်းကာ ထူးချွန်ဆုချီးမြှင့်ပေးရန် စီစဉ်ထားပြီး မြန်မာ့ရုပ်ရှင်ထူးချွန်ဆုပေးပွဲကို ၂၀၁၆ ခုနှစ် မတ်လခန့်တွင် ကျင်းပနိုင်ရန် ရည်ရွယ်ထားကြောင်း သိရသည်။ **ငွေငွေ**

wi;&i;om;½;&m0wpawu 'Zi;xia&mi;csaew Lqi;Z

သီချင်းအေးအေးလေးတွေနဲ့ ပရိသတ်အခိုင်အမာရရှိခဲ့တဲ့ ကချင်တိုင်းရင်းသူစစ်စစ် Lဆိုင်းဇီက တိုင်းရင်း သားရိုးရာဝတ်စုံတွေကို ဒီဇိုင်းထွင်ရောင်းချပြီး ရရှိလာတဲ့ အကျိုးအမြတ်တွေကို ပြန်လည်လှူဒါန်းနေကြောင်း သိရပါတယ်။ သူ့ရဲ့အဘွားဖြစ်သူက ရဝမ်လူမျိုးတွေထဲမှာ ကချင်ရိုးရာဒီဇိုင်းတွေကို ထွင်ခဲ့သူတစ်ဦးဖြစ်ပြီး အဘွားဆီက အမွေကို လက်ဆင့်ကမ်းခံယူခဲ့တာ ဖြစ်တယ်လို့ ဆိုပါတယ်။

"စီးပွားရေးအနေနဲ့တော့ ကြီးကြီးမားမား မပြောချင်ပါဘူး။ ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် ဘုရားပေးထားတဲ့ ဉာဏ်ပညာလေးနဲ့ ကချင်၊ ရဝမ် ဒီဇိုင်းလေးတွေ ထွင်တယ်။ စကတ်လေးတွေ လုပ်တယ်။ ဆွယ်တာလေးတွေ ထိုးတယ်။ အဲဒါလေးတွေကို ရောင်းတယ်။ ရောင်းချလို့ရလာတဲ့ အမြတ်ကိုမှ ရေဘေးအတွက် လှူဒါန်းတယ်။ အခုဆိုရင် ရေဘေးပေါ့နော်။ ပြီးလို့ရှိရင် တခြားမိဘမဲ့ကလေး ဂေဟာတွေ၊ တကယ်လိုအပ်တဲ့နေရာတွေမှာ ဆိုင်းဇီ ပါဝင်လှူဒါန်းပါမယ်။ ဆိုင်းဇီက ဘာကြောင့် ဒီကိစ္စတွေ မပြောလဲဆိုတော့ လူတွေသိဖို့ထက် ဘုရားသိဖို့က အရေးကြီးတယ်လို့ ဆိုင်းဇီက ခံယူလို့ပါ" လို့ Lဆိုင်းဇီက ပေါ်ပြူလာဂျာနယ် ကို ပြောပြခဲ့ကြောင်း သိရပါတယ်။ Lဆိုင်းဇီက ၂၀၁၀ ခုနှစ်ထဲက တစ်ကိုယ်တော် ရှိုးလုပ်ခဲ့ဖူးသလို ၂၀၁၇ ခုနှစ်

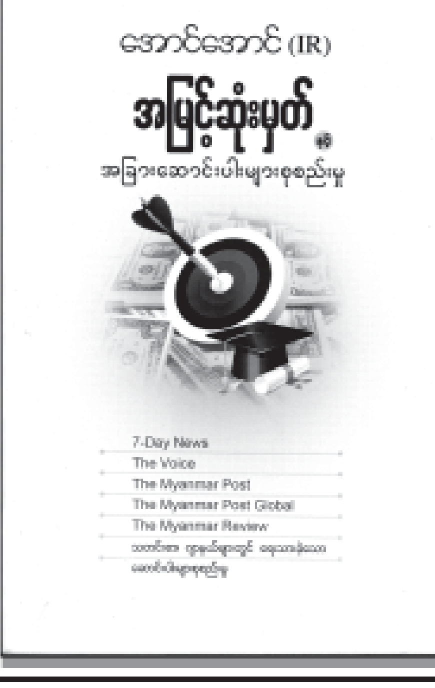
မှာ နောက်ထပ်လုပ်ဖို့ မှန်းထားကြောင်း သိရပါတယ်။ "ဝေခွဲမရပါလား" ပထမတစ်ကိုယ်တော်အခွေထွက်ရှိအပြီး ဒုတိယတစ်ကိုယ်တော်အခွေကို အောက်တိုဘာလလောက်မှာ ထွက်ဖို့ရှိကြောင်း သူကပြောပြခဲ့ပါတယ်။ "အဓိကကတော့နယ်တွေ ထွက်နေတာများတယ်။ သီချင်းတွေဆို ဖြစ်တယ်။ အခု အခွေကတော့ ထွက်တော့ထွက်နေတယ်။ ကိုယ်က ဆိုတော့ ဆိုထားပေမယ့် ဘယ်အချိန်ထွက်မယ်မှန်း အတိအကျမသိ သေးဘူး" လို့ ပြောပြခဲ့ပါတယ်။ **ငွေငွေ**

ဒို့ ကျေး ရွာ ဟာ သ

tjriq;rwEi tjcm;aqmi;yg;rsm;

ဆရာအောင်အောင်(IR)ရေးသားပြုစုသော "အမြင့်ဆုံးအမှတ်နှင့် အခြားဆောင်းပါးများ"စာအုပ်သည် သတင်းစာ၊ ဂျာနယ်များတွင် ရေးသားခဲ့သော ဆောင်းပါးများကို ပြန်လည်စုစည်းထုတ်ဝေထားသော စာအုပ်ဖြစ်ပါသည်။ ဤစာအုပ်တွင် ပညာရေး၊ လူမှုရေး၊ နိုင်ငံရေးဟူ၍ အပိုင်းသုံးပိုင်းခွဲခြားပြီး ရေးသားပြုစုထားသည်။ ပညာရေးကဏ္ဍတွင် ဆောင်းပါးခေါင်းစဉ် ၁၁ ခုဖြင့် ရေးသားထားပြီး မိဘနဲ့ ပညာရေး၊ လူ့အခွင့်အရေးနှင့် ပညာရေး၊ နိုင်ငံတကာ ပညာသင်အခွင့်အလမ်းများနှင့် လူငယ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အတွေးခေါ်များကို ရေးသားထားသလို လူမှုရေးကဏ္ဍတွင်လည်း ခေါင်းစဉ် ၂၅ ခုဖြင့် ရေးသားထားပြီး ဝန်ထမ်းများ၏ စွမ်းဆောင်ရည်နှင့် မြန်မာ့ပြုပြင်ပြောင်းလဲရေး၊ မြန်မာဒုက္ခသည်များဆိုင်ရာ အတွေ့အကြုံများ၊ နိုင်ငံတော်ဂုဏ်သိက္ခာနှင့် ငွေစက္ကူအကြောင်းအရာများကို ရေးသားထားပြီး ခွဲရေး၊ တွဲရေးနှင့် အမျိုးသားရေးအဆက်အစပ်၊ နိုင်ငံရေးအမြင်၊ သာတူညီမျှမှုနှင့် မြန်မာ့နိုင်ငံရေးစသော အကြောင်းအရာများကို ဖတ်ရှုလေ့လာနိုင်မည်ဖြစ်ပေသည်။

ယင်းစာအုပ်ကို ငြိမ်းချမ်းရေးစာပေ၊ အမှတ်(၁၄)၊ ၄လွှာ၊ ၅၁ လမ်း(အလယ်)၊ ပုဇွန်တောင်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့က တစ်အုပ်လျှင် ငွေကျပ် ၃၀၀၀ နှုန်းဖြင့် ထုတ်ဝေဖြန့်ချိရောင်းချလျက်ရှိသည်။ **အုပ်မျိုးဇော်**



ywOe;usixe;or;z wnaqmua&;usiOwrsm;u vuemp

ကမ္ဘာ့ဘဏ်သည် မြန်မာနိုင်ငံတွင် လူထုဗဟိုပြုစီမံကိန်းကို အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်ရန်အတွက် မွေးမြူရေး၊ ရေလုပ်ငန်းနှင့် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးရေးဝန်ကြီးဌာနနှင့် ပူးပေါင်းပြီး စီမံကိန်းလုပ်ငန်းများအတွက် ငွေကြေးထောက်ပံ့ခဲ့ပါသည်။ စီမံကိန်း ရည်ရွယ်ချက်သည် ဆင်းရဲနွမ်းပါးသော ကျေးလက်နေပြည်သူများအား အခြေခံအဆောက်အအုံနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများကို လူထုဗဟိုပြု ချဉ်းကပ်မှုများဖြင့်ရယူနိုင်စေရန်နှင့် အရေးပေါ်အခြေအနေများ ဖြစ်ပေါ်လာပါက အစိုးရ၏ထိရောက်သော တုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်နိုင်စွမ်းရည် တိုးတက်လာစေရန် ဖြစ်ပါသည်။ စီမံကိန်းမှ ကျေးလက်နေပြည်သူများကိုယ်တိုင် ရွေးချယ်သော အခြေခံအဆောက်အအုံများဖြစ်သည့် လမ်း၊ တံတားများ၊ ရေပေးဝေရေး၊ အသေးစားဆည်မြောင်းစနစ်၊ မီးလင်းရေး၊ စာသင်ကျောင်းနှင့် ဆေးပေးခန်း အစရှိသော အသေးစား အခြေခံအဆောက်အအုံများ ဆောင်ရွက်နိုင်ကြမည်ဖြစ်ပါသည်။

လူထုဗဟိုပြုစီမံကိန်းရှိ အသေးစားအခြေခံ အဆောက်အအုံများ ဆောင်ရွက်ရာတွင် ပတ်ဝန်းကျင်ထိခိုက်နိုင်မှုမှ တားဆီးကာကွယ်၍ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာကျင့်ဝတ်များ ECOPS (Environmental Codes of Practices)အား ရေးဆွဲဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည်။ ECOPS တွင် စီမံကိန်းလုပ်ငန်းခွဲ အမျိုးအစားတစ်ခုချင်းစီအတွက် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သော သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် ထိခိုက်နိုင်ခြေရှိမှုများအား ကာကွယ်နိုင်သည့် နည်းလမ်းများကို အသေးစိတ်ရေးဆွဲထားရှိပါသည်။ ECOPS သည် ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုးကျိုးသက်ရောက်မှုကို လျှော့ချနိုင်စေသည့် ကိရိယာများထဲမှ တစ်ခုပင် ဖြစ်ပေသည်။ လူထုဗဟိုပြုစီမံကိန်း လုပ်ငန်းခွဲများ တည်ဆောက်ခြင်းနှင့် ထိန်းသိမ်းခြင်းလုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်ရန် ECOPS ကို လိုက်နာကျင့်သုံးခြင်းအားဖြင့် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်နှင့် လူမှုလုံခြုံရေးများကို ကောင်းမွန်စေပြီး ဆိုးရွားသော အကျိုးရလဒ်များကို လျှော့ကျစေရန် ကူညီပေးပါသည်။ ECOPS တွင် အပိုင်းနှစ်ပိုင်း ပါဝင်ပြီး ၄င်းတို့မှာ ယေဘုယျ လမ်းညွှန်ချက်နှင့် စီမံကိန်းလုပ်ငန်းခွဲ တစ်ခုချင်းအတွက် အသေးစိတ်လမ်းညွှန်ချက်များ ပါဝင်ပါသည်။

လူထုဗဟိုပြု စီမံကိန်းအများစုအတွက် ယေဘုယျလမ်းညွှန်ချက်များတွင် ဆူညံသံ၊ တိုက်စားခြင်း၊ လတ်ဆတ်သန့်စင်သောလေ၊ ရေရရှိရေးနှင့် ရေအရည်အသွေး၊ အမှိုက်နှင့် အဆိပ်အတောက်ဖြစ်သောပစ္စည်းများ၊ ကျန်းမာရေးနှင့် အန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးဟူသော လမ်းညွှန်ချက်များပင် ဖြစ်ပါသည်။

စီမံကိန်းလုပ်ငန်းခွဲများ ဆောင်ရွက်ရာတွင် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်နှင့် ထိခိုက်မှုထဲမှ ဆူညံသံကို မဖြစ်ပေါ်စေရန်အတွက် ကျေးရွာလူထုနှင့် ကြိုတင်ညှိနှိုင်း၍ အဆူညံဆုံး လုပ်ငန်းများကို အနှောင့်အယှက်ဖြစ်နိုင်ခြေ အနည်းဆုံး အခြေအနေများ၊ ကာရံခြင်း၊ ပိတ်ဆို့ခြင်း၊ လမ်းလွှဲအစရှိသော အသံဆူညံမှုထိန်းပေးသော နည်းလမ်းများ ကျေးရွာတွင်းမှ ဖြတ်၍ ပစ္စည်းများ သယ်ယူပို့ဆောင်ရာတွင် အနည်းဆုံးဖြစ်စေရန် ဆောင်ရွက်ခြင်း စသော နည်းလမ်းများဖြင့် ဆောင်ရွက်ပါက ပတ်ဝန်းကျင်ထိခိုက်မှုကို လျှော့ချနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

လူထုဗဟိုပြုစီမံကိန်းများ ဆောင်ရွက်ရာတွင် တိုက်စားခြင်းအန္တရာယ်ကို လျှော့ကျစေရန်အတွက် ပွင့်လင်းရာသီတွင် ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ ကုန်းစောင်း၊ ဆင်းခြေလျှော အနည်းဆုံးဖြစ်စေခြင်း၊ မြက်စိုက်ပေးခြင်း၊ ဖိအားဒဏ်ခံနိုင်ရန် မြေနင်း၍ သိပ်သည်းအောင်ပြုလုပ်ခြင်း၊ ဆောက်လုပ်ရေးလုပ်ငန်း ပြီးလျှင်ပြီးချင်း အပေါ်ယံမြေဆီလွှာကို ထိန်းသိမ်းနိုင်ရန်အတွက် မြက်ကဲ့သို့ ဖြစ်ထွန်းလွယ်သောအပင်များ စိုက်ပျိုးပေးခြင်း၊ ရေစီးရေလာ ကောင်းမွန်အောင် ဆောင်ရွက်ပေးခြင်း အစရှိသော နည်းလမ်းများကို အသုံးပြုခြင်းအားဖြင့် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် ထိခိုက်မှုမှ လျှော့ချနိုင်မည် ဖြစ်ပေသည်။ ကျေးရွာပြည်သူလူထုအနေဖြင့် လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ရာတွင် လတ်ဆတ်သန့်ရှင်းသောလေ ရရှိစေရန်အတွက် လုပ်ငန်းခွင်အားရေဖျန်းပေးခြင်း၊ သန့်ရှင်းရေးလုပ်ရာမှ ထွက်ရှိလာသော သစ်ပင်နှင့် အမှိုက်သရိုက်များအား မီးရှို့ခြင်း မပြုလုပ်ရန်နှင့် လေတိုက်သောနေ့တွင်လွင့်စင်ခြင်း၊ အကောင်ပလောင်များ နှောင့်ယှက်ခြင်းမှကင်းဝေးစေရန်သဲပုံ၊ ကျောက်ပုံများအား ဖုံးအုပ်ထားရမည်ဖြစ်ပါသည်။

ကျေးလက်ရေရရှိရေးလုပ်ငန်းများသည် ကျေးလက်နေပြည်သူများအတွက် လူမှုဘဝ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေရန်နှင့် သန့်ရှင်းသော သောက်သုံးရေသုံးစွဲနိုင်ရေးအတွက် များစွာအရေးပါသည်။ စီမံကိန်းလုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်ရာတွင် သန့်ရှင်းသောရေရရှိရေးနှင့် ရေအရည်အသွေး ကောင်းမွန်စေရန်အတွက် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ ကျင့်ဝတ်များ လိုက်နာရမည် ဖြစ်ပါသည်။

စီမံကိန်းလုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်ခြင်းကြောင့် သောက်သုံးရေရရှိရေးနှင့် ကျန်းမာသန့်ရှင်းရေးကို မထိခိုက်စေရန် ဆောင်ရွက်ရမည်ဖြစ်သကဲ့သို့ မိလ္လာ၊ အမှိုက်အဆိပ်အတောက်ဖြစ်စေသောအရာများကို ရေထဲချခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ရမည်ဖြစ်သည်။ ဥပမာ သဘာဝရေစီးကြောင်းအား ပိတ်ဆို့ခြင်း၊ လမ်းလွှဲခြင်းများ မပြုလုပ်သင့်ပေ။ ထိုသို့ ဆောင်ရွက်မည်ဆိုပါက မြစ်ချောင်း ကြမ်းပြင် ခြောက်သွေ့စေခြင်း၊ အနည်ထိုင် သောင်ထွန်းခြင်းများ ဖြစ်ပေါ်တတ်သဖြင့် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ကို ထိခိုက် နိုင်ပေသည်။ ကွန်ကရစ်လုပ်ငန်းများကို ရေထဲတွင် ဆောင်ရွက်ပါက တတ်နိုင်သမျှ ခွဲခြားထားရမည်ဖြစ်ပြီး ရေထဲသို့ စီးဝင်သည့် မြောင်းနှင့်လည်း ခွဲခြား ထားပေးရမည်ဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာ ခြောက်သွေ့ပျက်စီးနေသော အပင်များ၊ သစ်ရွက်ခြောက်များ၊ အပျက်အစီးအစအနများသည် ရေတွင်းရေကန်များအတွင်း ကျရောက်ပါက ရေအရည်အသွေး(အထူးသဖြင့် အရသာနှင့်အနံ့)ကို အကျိုးသက်ရောက်စေသည်။

စီမံကိန်းလုပ်ငန်းများမှ ထွက်ရှိလာသော အမှိုက်နှင့် အဆိပ်အတောက်များသည် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ကို ထိခိုက်ပျက်စီးလွယ်စေသည်။(ဥပမာ-ကတ္တရာယိုစိမ့်၍ ပတ်ဝန်းကျင်ညစ်ညမ်းခြင်း၊ ကျောက်ဂွမ်းနှင့်ပြုလုပ်ထားသော ပစ္စည်းများအား သုံးစွဲခြင်းကြောင့် အသုံးပြုသူ၏ကျန်းမာရေးအားထိခိုက်စေခြင်း၊ စွန့်ပစ်ပစ္စည်း အမှိုက်များအား စနစ်တကျ မစွန့်ပစ်ခြင်းကြောင့် ပတ်ဝန်းကျင်ညစ်ညမ်းစေခြင်း စသည်) ထိုကဲ့သို့ ပစ္စည်းများ၏ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် ထိခိုက်မှုမှ ကာကွယ်နိုင်ရန် ဆောက်လုပ်ရေး အမှိုက်သရိုက်များကို စနစ်တကျထိန်းသိမ်းပြီး သတ်မှတ်နေရာတွင် စွန့်ပစ်ခြင်း၊ စွန့်ပစ်အမှိုက်များအား မြစ်၊ ချောင်း၊ ရေကန်တို့နှင့်အနည်းဆုံး မီတာ ၃၀၀ အကွာတွင် စွန့်ပစ်ခြင်း၊ အဆိပ်အတောက် ဖြစ်စေသောပစ္စည်းများ ပြောင်းရွှေ့ခြင်းနှင့် ဆီဖြည့်ခြင်း၊ အဆိပ်အတောက်ဖြစ်စေသော လုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်ရာတွင် မြစ်၊ ချောင်းများနှင့်ဝေးရာတွင် လုပ်ဆောင်ရမည်ဖြစ်ပြီး အဆိုပါပစ္စည်းများအား ကိုင်တွယ်သည့်လူများအနေဖြင့် လက်အိတ်၊ ဖိနပ်၊ မျက်နှာနှင့် အခြားအကာအကွယ်ပစ္စည်းများ အသုံးပြုတတ်ရန် လေ့ကျင့်သင်ကြားပေးရမည်ဖြစ်ပေသည်။ စီမံကိန်းလုပ်ငန်းခွင်တွင် ဆောင်ရွက်ကြသော လူများအား လုပ်ငန်းခွင်အန္တရာယ်ကင်းရှင်းစေရန်နှင့် ကျန်းမာသန့်ရှင်းရန်အတွက် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ ထိခိုက်မှုမှ လျှော့ကျစေရန် လုပ်ငန်းခွင်သုံး အကာအကွယ်ပစ္စည်းများ၊ လုပ်ငန်းခွင်သန့်ရှင်းရေး၊ အဆိပ်အတောက်ပစ္စည်းများ စနစ်တကျ စွန့်ပစ်ခြင်းများ၊ ယင်လုံအိမ်သာများ လုပ်ငန်းခွင် သတိပေးဆိုင်းဘုတ်များ တပ်ဆင်ခြင်းများ၊ ရေဝပ်သောနေရာများအား မြေဖို့ခြင်းများ၊ လုပ်ငန်းခွင်တိုင်းတွင် သင့်တော်သော ဆေးဝါးထောက်ပံ့မှုများကို ဆောင်ရွက်ပေးခြင်းအားဖြင့် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်နှင့် လူမှုဘဝ ထိခိုက်မှုဆိုးကျိုးများကို ကာကွယ်လျှော့ချနိုင်မည် ဖြစ်ပေသည်။

လူထုဗဟိုပြုစီမံကိန်းလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ရာတွင် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် ထိခိုက်မှု မဖြစ်ပေါ်စေရန်အတွက် လိုအပ်သောနေရာမှအပ သစ်ပင်ခုတ်လှဲခြင်း၊ မဖြစ်ပေါ်စေရန် ပညာပေးခြင်းလုပ်ငန်းများ၊ တောရိုင်းတိရစ္ဆာန်များ၊ ရှားပါးမျိုးစိတ်အပင်များ၊ ဂေဟစနစ်ပျက်စီးစေမည့်အပြုအမူများ ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ ရှေးဟောင်းယဉ်ကျေးမှု သမိုင်းဝင်နေရာများတွင် စီမံကိန်းလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်ရန်ကျေးလက်နေပြည်သူများအား အသိပညာနည်းလမ်းများပေးခြင်းတို့ လိုအပ်သည်။ အထက်ပါအချက်များကို ပြည်သူလူထုနှင့်ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မည်ဆိုပါက သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် ထိခိုက်မှုကို ကာကွယ်လျှော့ချနိုင်ပြီး လုပ်ငန်းများ ရေရှည်တည်တံ့ခိုင်မြဲလာမည် ဖြစ်ပေသည်။

နိဂုံးချုပ်အားဖြင့် ကျေးလက်နေပြည်သူများ၏ လူမှုစီးပွားဘဝ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ပြီး ဆင်းရဲမှုလျှော့ချနိုင်စေရန်အတွက် ၄င်းတို့ကိုယ်တိုင်ဆောင်ရွက်သော အခြေခံအဆောက်အအုံ အသေးစားလုပ်ငန်းများမှစ၍ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာတည်ဆောက်ရေး ကျင့်ဝတ်များကို လိုက်နာကျင့်သုံးခြင်းအားဖြင့် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ဆိုးကျိုးများ၊ ဘေးအန္တရာယ်များကို ကြိုတင်ကာကွယ်စောင့်ရှောက်တတ်လာပြီး ဘေးအန္တရာယ်ဆိုးကျိုးများကို လျှော့ပါးစေနိုင်ခြင်းနှင့် အရေးပေါ်အခြေအနေတစ်ရပ်ဖြစ်ပေါ်လာပါက လျင်မြန်ထိရောက်စွာ တုံ့ပြန်ဖြေရှင်းလုပ်ဆောင်နိုင်စေမှာ ဧကန်မုချပင်ဖြစ်ပါသည်။ ဤကဲ့သို့ တည်ဆောက်ရေးကျင့်ဝတ်များကို လိုက်နာကျင့်သုံးခြင်းအားဖြင့် အစိုးရ၊ ပြည်သူလူထုနှင့် ဖွံ့ဖြိုးရေးမိတ်ဖက်အဖွဲ့အစည်းများကြား ကောင်းမွန်သောဆက်ဆံရေးကို တိုးတက်ဖြစ်ထွန်းလာစေပြီး ပြည်သူလူထု၏ စွမ်းဆောင်ရည်များ၊ တုံ့ပြန်နိုင်မှုစွမ်းအားများ ပိုမိုအားကောင်းလာစေမည်ဖြစ်ပေသည်။

ဝင်းဇော်(ကျေးလက်)

ajrmi;jrNrKvr;0;p;Xme aqmi&uly;p;r vyie;rsm;&i;vi;wijy

ဆောက်လုပ်ရေးဝန်ကြီးဌာန၊ လမ်းဦးစီးဌာန မြောင်းမြမြို့နယ် ဦးစီးအရာရှိ (မြို့ပြ)ရုံး၏ ၂၀၁၄ -၂၀၁၅ ဘဏ္ဍာရေးနှစ်အတွင်း ဆောင်ရွက်ပြီးစီးမှုလုပ်ငန်းများနှင့် ၂၀၁၅ -၂၀၁၆ ဘဏ္ဍာရေးနှစ် ဆောင်ရွက်ဆဲလုပ်ငန်းများအား ရှင်းလင်းတင်ပြခြင်းကို ဩဂုတ် ၂၁ ရက်နေ့ နံနက်က မြောင်းမြမြို့လမ်းဦးစီးဌာန အစည်းအဝေးခန်းမ၌ ကျင်းပခဲ့ကြောင်း သိရှိရသည်။

လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်မှု ရှင်းလင်းပွဲသို့ ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီးလွှတ်တော်၊ ဥပဒေပြုကော်မတီဥက္ကဋ္ဌ ဦးပြုံးချို၊ မြို့နယ်အုပ်ချုပ်ရေးမှူး ဦးမြင့်စိန်နှင့် မြို့နယ်ဖွံ့မှုအထောက်အကူပြုကော်မတီစည်ပင်သာယာကော်မတီတို့မှ ဥက္ကဋ္ဌများ၊ မြို့မိမြို့ဖများ၊ ရပ်ကွက်အုပ်ချုပ်ရေးမှူးများ၊ အရပ်ဖက်လူ့အဖွဲ့အစည်းများတက်ရောက်ခဲ့ကြပြီး မြောင်းမြမြို့နယ် လမ်းဦးစီးဌာန ဦးစီးအရာရှိ ဦးအေးမင်းက ၂၀၁၄-၂၀၁၅ ဆောင်ရွက်ပြီးလုပ်ငန်းများနှင့် ၂၀၁၅-၂၀၁၆ ဘဏ္ဍာရေးနှစ် ဆက်လက်ဆောင်ရွက်မည့် လုပ်ငန်းအခြေအနေများကို ရှင်းလင်းတင်ပြသည်။

ထို့နောက် လွှတ်တော်ကိုယ်စားလှယ်နှင့် မြို့နယ်အုပ်ချုပ်ရေးမှူး၊ စည်ပင်ကော်မတီတို့နှင့် တက်ရောက်လာသူများက သိလိုသည်များကို မေးမြန်းဆွေးနွေးခဲ့ကြကြောင်း သိရသည်။

မြောင်းမြမြို့နယ် လမ်းဦးစီးဌာနမှ ၂၀၁၄-၂၀၁၅ ဘဏ္ဍာရေးနှစ်တွင် ပြည်ထောင်စုငွေလုံးငွေရင်း ရန်ပုံငွေတစ်ခု၊ တိုင်းဒေသကြီးငွေလုံးငွေရင်း ရန်ပုံငွေသုံးခု၊ တိုင်းဒေသကြီးပြင်ဆင်ထိန်းသိမ်းခြင်း ရန်ပုံငွေ နှစ်ခုတို့လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ခွင့်ရရှိခဲ့ပြီး လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ပြီးစီးကာ ၂၀၁၅- ၂၀၁၆ ဘဏ္ဍာရေးနှစ်အတွက် ပြည်ထောင်စုငွေလုံးငွေရင်းဘဏ္ဍာငွေမှ တစ်ခု၊ တိုင်းဒေသကြီးငွေလုံးငွေရင်းရန်ပုံငွေမှ ငါးခု၊ တိုင်းဒေသကြီး ပြင်ဆင်ထိန်းသိမ်းခြင်း ရန်ပုံငွေမှ လေးခု၊ စုစုပေါင်း ၁၀ ခုတို့ဖြင့် လပွတ္တာ-မြောင်းမြ-အိမ်မဲ-ကျုံပျော်လမ်း ကွန်ရက်ပိုင်းမှ မြောင်းမြလမ်းပိုင်းအား ၁၈ ပေ အကျယ်ကတ္တရာခင်းခြင်း၊ လမ်းအနိမ့်အမြင့်ညှိ၍ ကတ္တရာထပ်ပိုးလွှာခင်းခြင်း၊ အမာခံလမ်းပခုံး တည်ဆောက်ခြင်း၊ မြောင်းမြ-ပမ္မဝတီ- ငပုတောလမ်းပိုင်းအား ကျောက်ချောလမ်းခင်းခြင်း၊ လမ်းဖြတ် ရေမြောင်းများ တည်ဆောက်ခြင်းတို့ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်သွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

အောင်မင်း(ပြန်/ဆက်)

မွေးမြူရေး

uR Em;rsm;ar;jrL&mwi tpmaumR;ar;r vepm ta&;BuD;

ထွန်းလှိုင်(မြိုင်)

နို့စားနွား၊ အသားစားနွား၊ ခိုင်းနွားများမွေးမြူရာတွင် အစာကျွေးမွေးမှုသည် လွန်စွာအရေးကြီးသည်။ နွားများကို အစာကျွေးမွေးရာတွင် ထုတ်လုပ်မှု အများဆုံးပေးနိုင်သည့် အချိုးညီအစာကို စီးပွားရေးတွက်ခြေကိုက်သည့်နည်းဖြင့် ကျွေးမွေးနိုင်ရန် ဆောင်ရွက်ရပါမည်။ တိရစ္ဆာန်များသည် ထိုအစာကို စားသုံးခြင်းဖြင့် ခန္ဓာကိုယ် ဇီဝကမ္မပိုင်းဆိုင်ရာလုပ်ငန်းများကို ပုံမှန်ဆောင်ရွက်နိုင်ခြင်း၊ ကျန်းမာကြံ့ခိုင်စွာဖြင့် ထုတ်လုပ်မှုစွမ်းရည်များကို အမြင့်ဆုံးစံချိန်အထိ ပေးစွမ်းနိုင်ရမည့်အပြင် ထိုအစာကို ကျွေးမွေးခြင်းအားဖြင့် စီးပွားရေးတွက်ခြေကိုက်မည်ဖြစ်သည်။

နို့စားနွားမွေးမြူရေးတွင် နွားတစ်ကောင်ခြင်း၏ နို့ထွက်နှုန်းသည် နွား၏ မျိုးရိုးဗီဇကိုလိုက်၍ ထွက်ရှိပါသည်။ မျိုးစစ်နွားများတွင် နို့ထွက်နှုန်းကွာခြားမှုလည်း မျိုးရိုးဗီဇကြောင့် ၂၅ ရာခိုင်နှုန်းနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်အခြေအနေကြောင့် ၇၅ ရာခိုင်နှုန်းရှိသည်။ နို့စားနွားမွေးမြူ၍ နို့ထုတ်လုပ်ခြင်းသည် အခြားမွေးမြူရေးထက် ထိရောက်အကျိုးရှိသည်။ အသားစားနွားမွေးမြူရေးတွင် အစာအာဟာရမှ အသားသို့ပြောင်းနိုင်သည့်နှုန်းသည် ၁၅ ရာခိုင်နှုန်းမှ ၂၀ ရာခိုင်နှုန်းရရှိ၍ နို့ပေးနွားမများစားသုံးသည့် အစာအာဟာရသည် နွားနို့အဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲနှုန်း ၅၀ ရာခိုင်နှုန်းအထိ ရှိပါသည်။ ထို့ကြောင့် နို့စားနွားမွေးမြူရေးတွင် အစာကုန်ကျစရိတ်၏ ရာခိုင်နှုန်း ၅၀ မှ ရာခိုင်နှုန်း ၆၀ ခန့်ရှိပါသည်။

နွားများသည် စားသုံးသည့်အစာအာဟာရကို အရွယ်မရောက်သေးသည့် နွားများကြီးထွားပြီး အရွယ်ရောက်ရန်အတွက်လည်းကောင်း၊ နွားမများ ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ်ကာလတွင် သန္ဓေသား ကြီးထွားရန်အတွက်လည်းကောင်း၊ နို့ပေးစဉ်ကာလတွင် ကုန်ဆုံးသွားသည့်ခန္ဓာကိုယ်ကို နို့ရပ်ချိန်တွင် အစားထိုးပြန်လည်ဖြည့်စွက်ပေးရန်အတွက်လည်းကောင်း၊ ထုတ်လုပ်သည့်ပမာဏနှင့် နို့တွင် ပေါင်းစပ်ပါဝင်မှုများအပေါ်မူတည်၍ လိုအပ်သည့် အာဟာရများ ထောက်ပံ့ပေးရန်တို့ဖြစ်ပါသည်။

နွားများတွင် အာဟာရကို အသုံးပြုရာတွင် နို့ထုတ်ပေးရန် အသုံးမပြုမီ ခန္ဓာကိုယ်ထိန်းသိမ်းရန်အတွက် ဦးစားပေးအသုံးပြုပါသည်။ ကျွေးမွေးသည့်အစာသည် အာဟာရအတွက် လုံလောက်မှု မရှိပါက ခန္ဓာကိုယ်မှ သိုလှောင်ထားသောအဆီကို ဆွဲယူအသုံးပြုသဖြင့် ပိန်ချုံးသွားပြီး နို့ထွက်နှုန်းလည်း ကျဆင်းသွားပါမည်။ နွားမများတွင် အာဟာရချို့တဲ့သောရောဂါများ ဖြစ်ပေါ်လာပါမည်။ လိုအပ်သည်ထက် အစာပိုကျွေးပါကလည်း နွားမများ ဝဖြိုးလာပါမည်။

နွားစာတွင် အဓိကအားဖြင့် အစာကြမ်းနှင့် အစာနုဟူ၍ နှစ်မျိုးခွဲခြားနိုင်ပါသည်။ အစာကြမ်းတွင် အမျှင်ဓာတ် ၁၈ ရာခိုင်နှုန်းထက် ပို၍ပါဝင်ပြီး ခြောက်သွေ့ပြီးနွားများတွင် အရေးကြီးသော စွမ်းအင်တို့ အနည်းငယ်သာ ပါဝင်သည်။ ကောက်ရိုး၊ မြက်ခြောက်၊ စားကျက်မြက်၊ နွားစာချဉ်ဖတ်၊ ပဲခွံ၊ ပြောင်းပင်တို့၏ ပင်စည်၊ အခြားနွားစာပင်၏ ပင်စည်ခြောက်၊ သစ်ရွက်ခြောက် စသည့် အစာကြမ်းများ ဖြစ်ကြပါသည်။ ကျွဲ၊ နွားများသည် စားမြုံ့ပြန်သတ္တဝါများဖြစ်သည်နှင့်အညီ ကုန်ကျစရိတ်သက်သာသည့် ဖော်ပြပါအစာကြမ်းများကို အဓိကစားသုံးကြပြီး အစာချေလမ်းကြောင်းသည်လည်း အစာကြမ်းအခြေခံအာဟာရနှင့် လိုက်လျောညီထွေဖြစ်တည်နေပါသည်။ အစာကြမ်းကို အစာကြမ်းအခြောက်နှင့် အရည်ရွှမ်းသည့်အစာကြမ်းဟူ၍ နှစ်မျိုးခွဲခြားနိုင်ပါသည်။

အရည်ရွှမ်းသောအစာကြမ်းတွင်လည်း ပဲနွယ်မျိုးအစာကြမ်းနှင့် ပဲနွယ်မဟုတ်သည့် အစာကြမ်းတို့ ပါဝင်ပါသည်။ ၎င်းတို့အထဲမှ ပဲနွယ်မျိုးအစာကြမ်းသည် အမြစ်တွင် မြစ်ဖုရှိပြီး ၎င်းတွင် ဗက်တီးရီးယားများ ရှိကြပါသည်။ ၎င်းတို့သည် လေထဲမှ နိုက်ထြိုဂျင်ကို ဆွဲဆောင်ထိန်းချုပ်၍ အပင်ကို သုံးစွဲစေပါသည်။ ပဲနွယ်ပင်မျိုးများသည် ပရိုတိန်းဓာတ်ပါဝင်မှုများပါသည်။ ပဲနွယ်ပင်မဟုတ်သည့် အစာကြမ်းအပင်များသည် နိုက်ထြိုဂျင်ကို အသုံးမပြုနိုင်ကြဘဲ ပရိုတိန်းပါဝင်မှုလည်း နည်းပါသည်။ ၎င်းတို့မှာ စားကျက်မြေ၊ မြက်ချဉ်ဖတ်၊ နံစားပြောင်း၊ ကြံအဖျားပိုင်းများနှင့် သစ်ရွက်စိမ်းများ ဖြစ်ကြပါသည်။

အစာကြမ်းကျွေးမွေးရာတွင် နေ့စဉ်ကျွေးမွေးမည့် အစာပမာဏကို နွား၏ကိုယ်အလေးချိန်ပေါ်မူတည်၍ တွက်ချက်ရပါမည်။ ပုံမှန်အားဖြင့် နွားကိုယ်အလေးချိန်၏ ၂ ရာခိုင်နှုန်းမှ သုံးရာခိုင်နှုန်းခန့်သာ အစာခြောက်ကျွေးရပါမည်။ စုစုပေါင်းပမာဏတွင် အစာကြမ်းရော အစာနု နှစ်မျိုးလုံး ပါဝင်ပါမည်။ ကျွေးသည့်အစာသည် အစာစိုပေါ်တွင် မူတည်တွက်ချက်ခြင်းမဟုတ်ဘဲ အစာ(အစာနု၊ မြက်၊ ကောက်ရိုးမြက်ချဉ်ဖတ်)တို့တွင် အစိုဓာတ်နုတ်ပယ်ပြီး အစာခြောက်၏ အလေးချိန်ပေါ်တွင်မူတည်၍ တွက်ရမည်။ နွားမတစ်ကောင်ကို ကျွေးမည့် အစာခြောက်စုစုပေါင်းပမာဏမှာ (၂၀၀ ÷ ၁၀၀ × ၂.၅=၅) အစာစုစုပေါင်း ငါးပိဿာခန့်ဖြစ်ပါသည်။ အကယ်၍ ထိုနွားမအား အစာနု(နှမ်းဖတ်၊ ပဲခွံ၊ ပဲ၊ ဖွဲ၊ စပ်စာ) တစ်ပိဿာကျွေးပါက အစာကြမ်း လေးပိဿာခန့်ကျွေးရန် လိုအပ်ပါမည်။ မြက်အစို၊ အစာခြောက်(စက) ၁၇ ရာခိုင်နှုန်းပါရှိပါသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ မြက်အစို တစ်ပိဿာတွင် အခြောက် (စက) ၁၇ ကျပ်သား ပါရှိသည်။ သို့ဖြစ်၍ မြက်အခြောက် လေးပိဿာရရှိရန် မြက်အစို (၄ × ၁၀၀ ÷ ၁၇) ၁၄ ဒသမ ၅ ပိဿာ ကျွေးရပါမည်။ မြက်တစ်ထုံးလျှင် ၃ ဒသမ ၅ ပိဿာ အလေးချိန်ရှိ မြက်ထုံး လေးထုံးခန့်ကျွေးရပါမည်။ အခြားမြက်မျိုး၊ ကောက်ရိုး၊ မြက်ခြောက်၊ မြက်ချဉ်ဖတ်များကိုလည်း ဤနည်းအတိုင်း တွက်ချက်ကျွေးရပါမည်။

အစာနုတွင် စွမ်းအင်နှင့် ပရိုတိန်းတို့ မြင့်မားစွာ ပါဝင်ကြသည်။ အမျှင်ဓာတ် ပါဝင်မှု ၁၈ ရာခိုင်နှုန်းအောက်ရှိပါသည်။ ၎င်းကို ပရိုတိန်း ဖြည့်စွက်စာနှင့် စွမ်းအင်ဖြည့်စွက်စာဟူ၍ နှစ်မျိုးခွဲနိုင်ပါသည်။ ပရိုတိန်းရာခိုင်နှုန်း ၂၀ထက် ပိုပါသည့်အတွက် အစာကို ပရိုတိန်းဖြည့်စွက်စာဟူ၍လည်းကောင်း၊ ပရိုတိန်း ရာခိုင်နှုန်း ၂၀ ထက်နည်းပါက စွမ်းအင်ဖြည့်စွက်စာဟုလည်းကောင်း ခေါ်ဆိုပါသည်။

ပရိုတိန်း ရာခိုင်နှုန်း ၂၀ အထက်ပို၍ ပါဝင်သည့်အစာများမှာ တိရစ္ဆာန်နှင့် တိရစ္ဆာန်ထွက်ပစ္စည်းများ(သားသတ်ရုံများမှရသည့် အသားစများ၊ အရိုးများ)မှသည် Animal Protein နှင့် အပင်အရွက်များမှရသည့် ပရိုတိန်း(ပဲဖတ်၊ နှမ်းဖတ်၊ ပဲပုပ်ဖတ်၊ ဝါစေ့ဖတ် စသည်များ)ဟူ၍ ရှိပါသည်။ တိရစ္ဆာန်မှရသည့် ပရိုတိန်းများမှာ အများအားဖြင့် ပရိုတိန်း ၄၇ ရာခိုင်နှုန်းအထက် ပါဝင်ကြပါသည်။ အဓိကအားဖြင့် ကြက်၊ ဝက်စာများ၏ အချိုးညီ အစာများတွင် ရောစပ်ကြပါသည်။

တိရစ္ဆာန်အစာအတွက် အသုံးများသည့် အစာနုများမှာ ဂျုံဖွဲ၊ ပဲဖွဲ၊ ဖွဲနု၊ ဆန်ကွဲ၊ ပြောင်းဆန်၊ ပီလောပီန်ဖတ်၊ ပဲဖတ်၊ နှမ်းဖတ်၊ ပဲပုပ်စေ့ဖတ်၊ နေကြာဖတ်၊ ဝါစေ့ဖတ် စသည်တို့ ဖြစ်ကြသည်။ ဖော်ပြပါ အစာကုန်ကြမ်းများ၏အာဟာရ ပါဝင်မှုများအရ နွားအတွက် လိုအပ်သည့် အာဟာရဓာတ်ဖိုးများအတိုင်း ရရှိအောင် အချိုးညီ ရောစပ်၍ စီးပွားရေးတွက်ခြေကိုက်သည့် အစာကို ထုတ်လုပ်ကျွေးမွေးကြရပါမည်။ အစာနုရောစပ်စာသည် ဈေးနှုန်းမြင့်မားနေပါက နွားငယ်လေးများနှင့် နို့ပေးနွားကြီးများကိုသာ အဓိကကျွေးမွေးကြပြီး ကျန်နွားများအတွက် လိုအပ်သည့်အချိန်တွင်သာ ဖြည့်စွက်စာကျွေးမွေးရပါမည်။ အစာနု ရောစပ်စာကို အစာတောင့်ပုံစံ ပြုလုပ် ကျွေးမွေးခြင်းဖြင့် အစာဖိတ်စင်လေလွင့်မှု နည်းပြီး စားနှုန်းပိုကောင်းပါသည်။ အစာနုကျွေးမွေးရန် လိုအပ်ချက်သည် နို့ပေးနွားမများ၊ နို့ပေးနှုန်းအနည်း၊ အများ၊ နို့ပေးကာလ(စ-လယ်-ဆုံး နို့ရပ်ချိန်)၊ နွား၏ခန္ဓာကိုယ်အလေးချိန် အနည်း၊ အများကျွေးမွေးသည်။ အစာနု အစာအရည်အသွေးပေါ်မူတည်၍ကျွေးရန် လိုအပ်ပါသည်။ နို့ပေးနှုန်းမြင့်မားစေလိုပါက အစာနုရောစပ်စာကို မွေးစတွင် ၅၀ ကျပ်သား၊ တစ်ပတ်သားတွင် ၇၅ ကျပ်သားနှုန်းမှ တဖြည်းဖြည်းတိုးကျွေးပါ။ နို့ပေးနှုန်း ငါးပိဿာအထက် ကျော်လွန်ပါက နို့ပေးနှုန်း၏ ထက်ဝက်အလေးချိန်ရှိ အစာနုအလေးချိန်ကို နေ့စဉ်ကျွေးပါ။

နွားများ အစာကျွေးရာတွင် ပိုမိုအကျိုးရှိစေရန် ပြုလုပ်၍ ကျွေးရပါမည်။ အစာပေါများပြီး ဈေးနှုန်းသက်သာသည့် အစာကြမ်းများဖြစ်သည့် ကောက်ရိုး၊ မြက်ခြောက်၊ ပြောင်းရိုး စသည်များကို ပြုပြင်၍ နွားများစားရလွယ်ကူပြီး အာဟာရပိုမိုရရှိစေရန်ပြုလုပ်၍ ကျွေးမွေးရပါမည်။ နွားစာကြမ်းများတွင် အမျှင်ဓာတ်ပါဝင်မှု ရာခိုင်နှုန်း ၃၀ မှ ၃၇ ရာခိုင်နှုန်းရှိပြီး ပရိုတိန်း ၄ ရာခိုင်နှုန်းမှ ၇ ရာခိုင်နှုန်းသာ ပါဝင်ကြပါသည်။ ကောင်းမွန်သည့် အာဟာရပါဝင်မှုနည်းသည့်အပြင် ချေဖျက်ရန်ခက်ခဲသည့် Silica ဒြပ်ပေါင်းများသည် အပေါ်ယံတွင် ဖုံးအုပ်နေပါသည်။ ၎င်း Silicaများကို အယ်လ်ကာလီများ (ဆိုဒီယမ်ဟိုက်ဒရောဆိုက်၊ ကယ်လ်စီယမ်ဟိုက်ဒရောဆိုက်)များ နူးနပ်ချေဖျက်ခြင်း၊ ယူရီးယားရေဖြင့် နူးနပ်ဖုံးနပ်ထားခြင်း ပြုလုပ်ပေးပြီး အစာကြမ်းများ၏ အာဟာရတန်ဖိုးများ တိုးတက်ပြီး အစာအကျိုးရှိမှု ပိုကောင်းအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။ ကောက်ရိုးကဲ့သို့သော အစာကို ယူရီးယားသတ်မှတ်အချိုး ထည့်သွင်းကျွေးခြင်းဖြင့်လည်း ကောက်ရိုးအရည်အသွေးမြင့်မားစေပါသည်။

အမျှင်ဓာတ်များသည် အစာကြမ်းများ၊ အရသာမကောင်းသည့် အစာကြမ်းများကို သကာရည်(ကြံသကာရည်၊ ထန်းလျက်ရည်)များ ရောနှောကျွေးမွေးခြင်းဖြင့် နွားမှာ ပို၍ နှစ်သက်စွာ စားသုံးကြပါသည်။ ထိုနည်းတူ အစာတွင်ပါဝင်သည့် ပရိုတိန်းများသည် နွား၏ အူသိမ်များသို့ တိုက်ရိုက်ရောက်ရှိသုံးစွဲခွင့်ရပါက မိုက်ကရိုပိုးများအတွက် သုံးစွဲရသည့် စွမ်းအင်ကို ချွေတာနိုင်ပြီး နို့ထုတ်လုပ်မှုဘက်တွင် ပိုမိုသုံးစွဲနိုင်ပါသည်။

သို့ဖြစ်၍ နွားမွေးမြူသူများအနေဖြင့် မိမိနွားများကို အစာကြမ်း အကျိုးရှိစွာကျွေးမွေးခြင်းဖြင့် အလေအလွင့်နည်းပြီး အာဟာရတန်ဖိုးမြင့်မားလာသလို အစာနုကိုလည်း လိုသည်ထက် ပိုမကျွေးမိစေရန်နှင့် အချိုးညီစွာ ထည့်သွင်းကျွေးမွေးခြင်းဖြင့် နွားများအာဟာရတန်ဖိုးမြင့်မားပြီး ကြီးထွားမှု၊ သားမွေးမှု၊ နို့ထုတ်လုပ်မှုများ မြင့်မားလာမည်ဖြစ်ကြောင်း တင်ပြလိုက်ပါသည်။

ထွန်းလှိုင်(မြိုင်)

“ နို့ပေးနှုန်းမြင့်မားစေလိုပါက အစာနုရောစပ်စာကို မွေးစတွင် ၅၀ ကျပ်သား၊ တစ်ပတ်သားတွင် ၇၅ ကျပ်သားနှုန်းမှ တဖြည်းဖြည်း တိုးကျွေးပါ။ နို့ပေးနှုန်း ငါးပိဿာအထက် ကျော်လွန်ပါက နို့ပေးနှုန်း၏ ထက်ဝက်အလေးချိန်ရှိ အစာနုအလေးချိန်ကို နေ့စဉ်ကျွေးပါ။ ”

ac;av;/uuav; ui;a0;ap&e

ခွေးလေး၊ ကြက်လေးကို တချို့က နားလည်ထားကြသည်မှာ ခွေးသန်းကြက်သန်းဟူ၍ပင်။ ခွေးလေး၊ ကြက်လေးဆိုသည့် ခွေးသန်းကြက်သန်းတို့မှာ ခွေးကိုယ် ကြက်ကိုယ်များမှထွက်သော ကိုယ်သန်းများဖြစ်ကြသည်။

ခွေးနှင့်ကြက်များတွင် ခွေးလေး၊ ကြက်လေးများထွက်ပါက ခွေးနှင့်ကြက်တို့တွင် သာမက ခွေးမွေးကြက်မွေးသူများ၏ ကိုယ်ပေါ်များ၌ပါရောက်ရှိကာ ယားကျိကျိနှင့် အနေရအထိုင်ရခက်လှပေသည်။ ညညအိပ်၍မရနိုင်အောင်ပင် ခွေးလေး

များ၏ ဒုက္ခလှလှကြီးခံရပါသည်။

ခွေးလေး၊ ကြက်လေးခေါ် ခွေးသန်းကြက်သန်းတို့မှာ ပေါက်ခါစခွေးလေးကြက်လေးများ၏ မျက်စိ၊ နား၊ ဝဲယာကုပ်တွယ်၍ အစုလိုက် အပြုံလိုက် ခွေးကြက်တို့ကို ဒုက္ခပေးကြပါသည်။ မျက်စိနှစ်ဖက်စလုံး ကွယ်သွားနိုင်သည်အထိ ဆိုးဆိုးရွားရွား ဒုက္ခပေးပါသည်။

ခွေးမွေးသူများအနေဖြင့် မွေးမြူထားသောခွေးများကို ခွေးလေး(ဝါ) ခွေးသန်းများကို ကုပ်တွယ်ကိုက်စုပ်ခြင်းခံနေရလျှင် သတိမထားတတ်ခဲ့ပေ။ သို့သော် ကြက်ငယ်၊ ကြက်ပေါက်ကလေးများတွင် ကုပ်တွယ်ကိုက်စုပ်နေရလျှင်ကား အထူးအလေးထား၍ သုတ်သင်ဖယ်ရှားပြုစုမှုများပြုကြရပါသည်။

တစ်နေ့တွင် ဦးတုပ်ချောဆိုသူသည် ပင်စိမ်းရိုင်းပင်များ တစ်ပွေ့တစ်ပိုက်ကြီးနုတ်ယူကာ ကျွန်တော်နှင့် ကိုမင်းသူနားနေရာသို့ ရောက်လာပါသည်။

"ဟောဗျာ ဦးတုပ်ချော၊ ပင်စိမ်းရိုင်းပင်တွေက များလှပါလား၊ ဘာလုပ်မလို့လဲ"

ဦးတုပ်ချောကမဖြေ။ ကိုမင်းသူက သူသိသလိုဖြေပေးလိုက်သည်။

"ဟာ ဆရာကြီးကလဲ၊ ပင်စိမ်းရိုင်းပင်တွေက ခွေးလေး၊ ကြက်လေးတွေကို ဖယ်ရှားသုတ်သင်ပေးနိုင်တယ်ဗျ"

"ပင်စိမ်းရိုင်းပင်တွေနဲ့ ဘယ်လိုများဖယ်ရှားလိုက်တာလဲ"

"မခက်ပါဘူး။ ကြက်အိပ်တဲ့နေရာဝန်းကျင်အနှံ့ကို ပင်စိမ်းရိုင်းပင်တွေချပေးထားလိုက်တာပဲ။ ပင်စိမ်းရိုင်းပင်ရဲ့အနံ့ကကြက်လေးတွေခံနိုင်ကြဟန်မတူဘူး။ အဝေးကိုပြေးသွားတာလား၊ အနံ့နဲ့သေကုန်ကြတာလားတော့မပြောတတ်ဘူး"

"အေးပါကွာ၊ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ကြက်လေးရဲ့ရန်ဘေးကတော့ ကင်းဝေးသွားတယ်မဟုတ်လား၊ ခွေးလေးတွေလည်း ဒီနည်းအတိုင်းဖယ်ရှားရမယ်ပေါ့"

"ဒါပေါ့ ဆရာကြီး"

ခွေးမွေး၍ ခွေးလေးဒုက္ခ၊ ကြက်မွေး၍ ကြက်လေးဒုက္ခခံစားကြရသော ခွေးမွေး၊ ကြက်မွေးသူများ၊ ခွေးလေး ကြက်လေးကင်းဝေးအောင် ပင်စိမ်းရိုင်းပင်ဆောင်ထားကြပါရန် အသိပေး ရေးသားတင်ပြလိုက်ရပေသည်။

ကန့်ဘလူကံတင်အောင်(ပထဝီဝင်)

w½wEiir /uuOtwrsm; rEav;aps;uutwi; a&mi;csr & r& ppaq;

မန္တလေး မြို့တော်စည်ပင်သာယာရေးကော်မတီမှ မန္တလေးမြို့ပေါ်ရှိ ဈေးအချို့တွင် တရုတ်မှတင်သွင်းလာသည့် ကြက်ဥ အတုများဝင်ရောက်နေဟူသော သတင်း များထွက်ပေါ်နေခြင်းကြောင့် ရောင်းချမှု ရှိ/မရှိ စစ်ဆေးလျက်ရှိကြောင်း သိရှိရ သည်။

မန္တလေးမြို့တော် စည်ပင်သာယာရေးကော်မတီ ဈေးနှင့်သားသတ်ဌာနမှ ဌာနမှူးဦးသိန်းဌေးက "စားသောက်ကုန်နဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ အကုန်လုံးစစ်ဆေးနေတယ်၊ လူတွေစားသုံးရန်မသင့်တာတွေ၊ လိုင်စင်မဲ့အသားရောင်းချနေတာတွေမှန်သမျှ အကုန်စစ်ဆေးအရေးယူတယ်။ ဈေးထဲမှာ ကြက်ဥအတုတွေဝင်နေတယ်လို့ ပြောဆိုသံတွေကြားနေရတယ်။ သတင်းကြားတာနဲ့ စစ်ဆေးတာမျိုးတွေ လုပ်နေပါတယ်။ ပြီးခဲ့တဲ့ ဩဂုတ်လ ၂၅ ရက် အထိတော့ မတွေ့သေးပါဘူး" ဟုဆိုသည်။

မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး စားသုံးသူအငြင်းပွားမှုဖြေရှင်းရေးကော်မတီမှ အတွင်းရေးမှူး ဦးမျိုးသူက မန္တလေးမြို့ ချမ်းမြသာစည်မြို့နယ် (၄၁)လမ်း၊ ကမ်းနားလမ်းပေါ်ရှိ ကုန်စိမ်းဈေးတွင် ကြက်ဥအတုများရောင်းချနေကြောင်း သတင်းများထွက်ပေါ်နေ၍ ပြီးခဲ့သည့်ဩဂုတ်လက တာဝန်ရှိသူတို့က စုံစမ်းစစ်ဆေးမှုများပြုလုပ်ခဲ့သော်လည်း ရောင်းချခြင်းမတွေ့ရှိခဲ့ကြောင်း ပြောကြားသည်။

အတွင်းရေးမှူး ဦးမျိုးသူက "ကြက်ဥအတုဆိုတာကို ကျွန်တော်တို့တောင် မမြင်ဖူးဘူး။ ကျွန်တော့်အထင်တော့ စံချိန်မမီတဲ့ ကြက်ဥဖြစ်ဖို့များတယ်။ ကြက်ဥက အကောင်ဆက်မပေါက်တော့တာကို အကောင်လိုက်မြင်ရတာမျိုးတွေ၊ အခွံမှာ ကြေမွနေတာမျိုးတွေ ဖြစ်ဖို့များတယ်။ ဈေးတွေထဲမှာ ရောက်ရှိမှု ရှိ/မရှိ စုံစမ်းနေတုန်းပါပဲ"ဟုဆိုသည်။ မန္တလေးခရိုင်တွင် ဈေး ၄၄ ခုရှိပြီး ယင်းဈေးများတွင် ရောင်းချခြင်း ရှိ/မရှိ ဈေးနှင့်သားသတ်ဌာနက စစ်ဆေးလျက်ရှိကြောင်း စုံစမ်းသိရှိရသည်။

မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းအဖွဲ့ချုပ် ဥက္ကဋ္ဌ ဒေါက်တာကျော်ထင်က "စည်ပင်ကနေ သွားစစ်တယ်၊ အဲဒီကြက်ဥက ကြက်ဥဖောက်စက်ကနေ မျိုးမအောင်လို့ ပယ်လိုက်တဲ့ ကြက်ဥတွေဖြစ်နေတယ်။ အထဲက အနှစ်နဲ့အကာရောပြီး ပျို့နေတဲ့ပုံဖြစ်နေတာပါ။ လမ်းဘေးဆိုင်တချို့ဆိုရင် မွှေကြော်ကြော်ရောင်းတာတွေရှိတယ်။ မလတ်ဆတ်တော့တဲ့ သဘောမျိုးပါပဲ။ တခြား ဆိုးဆိုးရွားရွား အန္တရာယ်တော့ မရှိပါဘူး"ဟု ဆိုသည်။

မြင့်မိုရ်မောင်

en;pepusaom r;vw/uuar;jrLjci;vyie;

မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းသည် စွန့်စားမှုတစ်ခုအဖြစ်တွေ့ရသည်။ မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းများတွင် ကြက်မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းသည် အချိန်မရွေး ကာလရောဂါ ကျရောက်နိုင်သကဲ့သို့ အောင်မြင်မှုရလဒ်ကောင်းကို ပိုင်ဆိုင်နိုင်ကြောင်းလည်း တွေ့ရသည်။ ကြက်မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းအမျိုးမျိုးရှိသည့်ထဲတွင် မီးလွတ်ကြက်မွေးမြူရေး လုပ်ငန်းအား မွေးမြူရေးလုပ်ကိုင်လိုသူများ သိထားသင့်ပါသည်။ မီးလွတ်ကြက်ဆိုသည်မှာ ခြောက်ပတ်သားကြက်ငယ်များကို ခေါ်ခြင်းဖြစ်သည်။ ဗီတာမင်အေနှင့် ဘီအုပ်စုကို ပေးစွမ်းနိုင်သော အစာစိမ်းအလုံအလောက်နှင့် ဗီတာမင်ဒီ(ငါးကြီးဆီ) ကျွေးပေးရမည်ဖြစ်သည်။

အသက်ခြောက်ပတ်မှ ရှစ်ပတ်သားအတွင်း အထီး၊ အမခွဲခြားပြီး သီးသန့်ထားရမည်။ မျက်စဉ်းကာကွယ်ဆေးထိုးပြီး ရှစ်ပတ် သို့မဟုတ် ၁၀ ပတ်သားတွင် လည်လိမ်ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးရသည်။ မနက်နှင့် ည တစ်ကြိမ်စီ နှစ်ကြိမ်ခွဲ၍ အစာကျွေးရပြီး နေ့ခင်း၌ အစာစိမ်းကို စဉ်း၍ကျွေးရမည်ဖြစ်သည်။ ကြက်များတစ်ပြိုင်နက် အစာစားနိုင်ရန် အစာခွက်လုံလောက်မှုရှိရမည်။ ကြက်ထီးများကို သုံးလပြည့်သည်အထိမွေးရမည်ဖြစ်သည်။ မည်သည့်ကြက်မျိုးကိုမဆို အစာအမျိုးအစားနှင့် အချိုးအစား ပြောင်းလဲမည်ဆိုပါက တဖြည်းဖြည်းတိုး၍ ပြောင်းလဲပေးရကြောင်း သိရသည်။

နွေပြည့်စုံ

ပြ ည် တွ င် း အ လု ပ် အ ကို င် အ ခွ င့် အ လ မ် း မျာ း

စာရင်းကိုင်အရာရှိ မ (၁) ဦး
ယာဉ်မောင်း ကျား (၁) ဦး

လျှောက်ထားလိုသူများသည် အလုံကမ်းနားလမ်း သစ်တောမှတ်တိုင်။ ဖုန်း-၀၉-၇၉၅-၃၄၃-၉၉၂ သို့ ဆက်သွယ်လျှောက်ထားနိုင်ပါသည်။

လုံခြုံရေးဝန်ထမ်း ကျား (၂) ဦး

လျှောက်ထားလိုသူများသည် အမှတ်၊ ၈၇/၈၈ ဗဟိုစည်အိမ်ရာ၊ ဝါးတန်းလမ်း၊ လမ်းမတော်မြို့နယ်။ ဖုန်း၊ ၀၉-၂၅၃၈၂၈၉၅၅ သို့ ဆက်သွယ်လျှောက်ထားနိုင်ပါသည်။

ဆံပင်ညှပ်ကျွမ်းကျင် ကျား/မ (၅) ဦး
ခေါင်းလျှော်ကျွမ်းကျင် မ (၁၀) ဦး
ဆေးဆိုး၊ ကောက်၊ ဖြောင့်ကျွမ်းကျင် မ (၅) ဦး

လျှောက်ထားလိုသူများသည် အမှတ်(၁၂)၊ ဂန္ဓမာလမ်း၊ ကမ္ဘာအေး၊ မရမ်းကုန်းမြို့နယ်။ ဖုန်း၊ ၀၉-၄၃၀၃၈၈၈၃၊ ၀၉-၄၂၀၀၇၈၇၃၁ တို့ကို ဆက်သွယ်လျှောက်ထားနိုင်ပါသည်။

ကွန်ပျူတာစာရင်းကိုင် ကျား/မ (၃) ဦး
အရောင်းဝန်ထမ်း ကျား/မ (၃) ဦး

အထွေထွေလုပ်သား ကျား/မ (၃) ဦး

လျှောက်ထားလိုပါက အမှတ်(၁၅၁)၊ မောင်ခိုင်လမ်း၊ လသာမြို့နယ်။ ဖုန်း၊ ၀၁-၃၇၉၂၀၃ သို့ ဆက်သွယ်လျှောက်ထားနိုင်ပါသည်။

ကားစက်ပြင်ကျွမ်းကျင် ကျား (၇) ဦး
အရောင်းဝန်ထမ်း မ (၄) ဦး
ညှော်ကြိုဝန်ထမ်း မ (၁) ဦး
စီမံဝန်ထမ်း ကျား (၁) ဦး

လျှောက်ထားလိုသူများသည် အမှတ်(၁၉)၊ ဗဟိုလမ်း၊ စမ်းချောင်းမြို့နယ်။ ဖုန်း၊ ၀၁-၂၃၀၄၈၀၂၁၊ ၀၁-၂၃၀၄၈၀၂ တို့ကို လျှောက်ထားနိုင်ပါသည်။

လုပ်ငန်းခွင်မန်နေဂျာ ကျား (၅) ဦး
လုပ်ငန်းခွင်ကြီးကြပ်ရေးမှူး ကျား (၅) ဦး
အရောင်းနှင့် ကျား/မ (၅) ဦး
ဈေးကွက်ရှာဖွေရေးမန်နေဂျာ
စာရင်းကိုင် မ (၃) ဦး
ရုံးဝန်ထမ်း ကျား/မ (၅) ဦး

လျှောက်ထားလိုသူများသည် အမှတ် (၁၃၁)၊ ရိပ်သာ(၃)လမ်း၊ ဝေဇယန္တာဥယျာဉ်၊ သဃ်န်းကျွန်းမြို့နယ်။ ဖုန်း-၀၉-၄၂၀၁၃၉၉၉၊ ၀၉-၄၂၀၀၄၉၉၉ သို့ ဆက်သွယ်လျှောက်ထားနိုင်ပါသည်။

ရုံးဝန်ထမ်း(သိပ္ပံဘွဲ့ရ) ကျား/မ (၂) ဦး
ကွန်ပျူတာကျွမ်းကျင် မ (၂) ဦး

လျှောက်ထားလိုသူများသည် အမှတ်(၂၂၈/ ၂၃၄) ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းလမ်း၊ မြန်မာနိုင်ငံအင်ဂျင်နီယာကောင်စီ၊ ဗိုလ်တထောင်မြို့နယ်။ ဖုန်း၊ ၀၁-၂၅၁၂၁၃၊ ၀၁-၂၅၀၉၈၇၊ ၀၁-၇၀၃၂၇၆ သို့ ဆက်သွယ်လျှောက်ထားနိုင်ပါသည်။

ကွန်ပျူတာကျွမ်းကျင် မ (၂) ဦး
အထွေထွေဝန်ထမ်း မ (၅) ဦး

လျှောက်ထားလိုသူများသည် ယောမင်းကြီးလမ်း(ယောက်လမ်း)၊ ဒဂုံမြို့နယ်၊ ဗိုလ်ချုပ်ဈေးအနောက်ဘက်။ ဖုန်း-၀၉-၉၇၂၉၇၁၈၂၈ သို့ ဆက်သွယ်လျှောက်ထားနိုင်ပါသည်။

အရောင်းကြီးကြပ် မ (၃) ဦး
အရောင်းနှင့်ဈေးကွက်ရှာဖွေရေး မ (၁၀) ဦး
အရောင်းမြှင့်တင်ရေး မ (၁၀) ဦး
စာရင်းကိုင် မ (၃) ဦး

ဖော့စ်ဘွတ်စီမံခန့်ခွဲသူ မ (၃) ဦး

လျှောက်ထားလိုသူများသည် အမှတ်(၇၅၁)၊ ၁၆ လမ်းနှင့် မဟာဗန္ဓုလလမ်းထိပ်(ညောင်ပင်လေးဈေးအနီး)၊ လမ်းမတော်မြို့နယ်၊ ဖုန်း ၀၁-၄၃၀၂၃၄၊ ၀၉-၃၁၂၈၇၂၉၀ သို့ လျှောက်ထားနိုင်ပါသည်။

အရောင်းစာရေး မ (၅) ဦး
အရောင်းစာရေး(ဘွဲ့ရ) မ (၅) ဦး
ဈေးကွက်ရှာဖွေရေး ကျား/မ (၅) ဦး

လျှောက်ထားလိုသူများသည် အမှတ်(၁၂၀၀)၊ သစ္စာလမ်း၊ (၇)ရပ်ကွက်၊ တောင်ဥက္ကလာပမြို့နယ်၊ ဥက္ကလာပဘုရားမှတ်တိုင်အနီး၊ ဖုန်း ၀၉-၇၃၀၀၃၁၆ သို့ ဆက်သွယ်လျှောက်ထားနိုင်သည်။

အရောင်းခန်းမ/ရုံးခွဲအရာရှိ ကျား/မ (၁၀) ဦး
ထုတ်လုပ်ရေးမန်နေဂျာ ကျား/မ (၅) ဦး
အရောင်းကျွမ်းကျင် ကျား/မ (၂၀) ဦး

လျှောက်ထားလိုသူများသည် အမှတ်(F/2, F/8)၊ ပထမထပ်၊ ဂျိုးဖြူလမ်း၊ အောင်ဆန်းကွင်းမြောက်ဘက်တန်း(ဖဆပလတိုက်တန်းရှေ့)၊ မင်္ဂလာတောင်ညွန့်မြို့နယ်၊ ဖုန်း-၀၉-၉၇၅၈၉၉၉၅၈၊ ၀၉-၂၅၄၃၂၂၅၀၈ သို့ဆက်သွယ်လျှောက်ထားနိုင်သည်။

အလုပ်လျှောက်ထားလိုသူများသည် ကိုယ်ရေးရာဇဝင် CV၊ ဓာတ်ပုံ (၂) ပုံ၊ မှတ်ပုံတင်မိတ္တူ၊ အလုပ်သမားမှတ်ပုံတင်မိတ္တူ၊ ရပ်ကွက်ထောက်ခံစာမူရင်း၊ ရဲစခန်းထောက်ခံစာမူရင်း၊ သန်းခေါင်စာရင်းမိတ္တူ၊ ပညာအရည်အချင်းထောက်ခံစာ (သို့) ဘွဲ့လက်မှတ်၊ အောင်လက်မှတ်တို့နှင့်အတူ အထက်ဖော်ပြပါ အလုပ်ဌာနများသို့ သွားရောက်လျှောက်ထားနိုင်ပါသည်။

2050 jynEpwi urmtyyi;opawm {u oe; 700 ausmce usqi;Ei

၂၀၅၀ ပြည့်နှစ်အရောက်တွင် ကမ္ဘာ့အပူပိုင်းသစ်တော ဧက သန်း ၇၀၀ ကျော်ခန့် ကျဆင်းနိုင်ကြောင်း သိရသည်။ ကမ္ဘာ့အပူပိုင်းသစ်တောဧရိယာ ပြုန်းတီးမှုမှာ ယခင်က တွက်ဆထားသည်ထက် ပိုမိုမြန်ဆန်စွာဖြင့် လာမည့် ၃၅ နှစ်အတွင်း အိန္ဒိယနိုင်ငံ၏ အကျယ်အဝန်းနီးပါးအထိ ပျက်စီးနိုင်ဖွယ်ရှိနေကြောင်း သုတေသနတစ်ခုက တနင်္လာနေ့တွင် သတိပေးလိုက်သည်။ နိုင်ငံပေါင်း ၁၀၀ ထံမှ ဂြိုဟ်တုပုံရိပ်များနှင့် အချက်အလက်များအား အသုံးပြုခဲ့သည့် ဝါရှင်တန်အခြေစိုက် ကမ္ဘာ့ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးစင်တာက ၂၀၅၀ ပြည့်နှစ်ရောက်ချိန်တွင် အပူပိုင်းသစ်တောဧရိယာမှာ ဧက ၇၁၄ သန်းခန့် ကျဆင်းနိုင်ဖွယ်ရှိကြောင်း ခန့်မှန်းခဲ့သည်။

သစ်တောများသည် လေထုအတွင်းမှ ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုဒ်ဓာတ်ငွေ့ကို စစ်ထုတ်ပေးပြီး ကာဗွန်ကို သိုလှောင်နိုင်စွမ်းရှိသဖြင့် သစ်တောပြုန်းတီးမှုမှာ ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုအား ပိုမိုဆိုးရွားစေလျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။ လက်ရှိအခြေအနေအတိုင်း ဆက်လက်ဖြစ်ပွားနေခဲ့ပါက အပူပိုင်းသစ်တောပြုန်းတီးမှုကြောင့် ၂၀၅၀ ပြည့်နှစ်ရောက်ချိန်တွင် လေထုအတွင်းသို့ ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုဒ် ပမာဏ တန်ချိန် ၁၆၉ ဘီလျံခန့် ပိုမိုတိုးမြင့်လာနိုင်ကြောင်း၊ ၎င်းပမာဏမှာ တစ်နှစ်လျှင် ကျောက်မီးသွေးစက်ရုံ ၄၄၀၀၀ ခန့် လည်ပတ်မှုနှင့်ညီမျှကြောင်း လေ့လာမှုအား ဦးဆောင်ပြုစုခဲ့သူက ပြောကြားသည်။

ကမ္ဘာ့သစ်တောများ ပြုန်းတီးမှုကို ကာကွယ်နိုင်ရန်အတွက် နိုင်ငံအသီးသီး၏ ကာဗွန်ထုတ်လွှတ်မှုအပေါ် အခွန်ကောက်ခံသင့်ကြောင်း သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ စီးပွားရေးပညာရှင် Jonah Busch က ရိုက်တာသတင်းဌာနသို့ ပြောကြားခဲ့သည်။ ကမ္ဘာ့အပူချိန်မြင့်တက်မှုကို ၂ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်အောက်တွင် ရပ်တည်နေစေရန်အတွက် ကမ္ဘာပေါ်တွင် ကာဗွန်ပမာဏ တန်ချိန် တစ်ဘီလီယံ ပမာဏမျှသာ လောင်ကျွမ်းရမည်ဖြစ်ကြောင်း ကုလသမဂ္ဂရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များက ခန့်မှန်းထားကြသည်။

လက်ရှိအခြေအနေအတိုင်း ဆက်လက်ဖြစ်ပေါ်နေပါက အပူပိုင်းသစ်တောများ ရှင်းလင်းခုတ်ထွင်မှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်သည့် ကာဗွန်လောင်ကျွမ်းမှု ပမာဏသည် အကြမ်းအားဖြင့် ကမ္ဘာ့တစ်ဝန်း ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုဒ် ထုတ်လုပ်မှုပမာဏ၏ ခြောက်ပုံတစ်ပုံနှင့် ညီမျှနိုင်ကြောင်း ၎င်းကပြောကြားသည်။ အပူပိုင်းသစ်တောပြုန်းတီးမှု၏ အဓိက အကြောင်းရင်းများတွင် ပဲပုပ်၊ စားအုန်းဆီ စသည့် စိုက်ပျိုးရေးကုန်စည်များ ထုတ်လုပ်ရေးအတွက် ရည်ရွယ်သော စက်မှုစိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းကြောင့်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ သစ်တောပြုန်းတီးမှုနှုန်းသည် ၂၀၂၀ ပြည့်နှစ်မှ ၂၀၃၀ ပြည့်နှစ်အကြားတွင် မြင့်တက်လာရန်ရှိနေပြီး ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှု လုပ်ဆောင်နိုင်ခြင်းမရှိလျှင် ၂၀၄၀ ပြည့်နှစ်၌ သစ်တောပြုန်းတီးမှုမှာ အရှိန်မြင့်တက်လာရန်ရှိကြောင်း လေ့လာမှုက ခန့်မှန်းထားသည်။

မာလာဋ္ဌေး

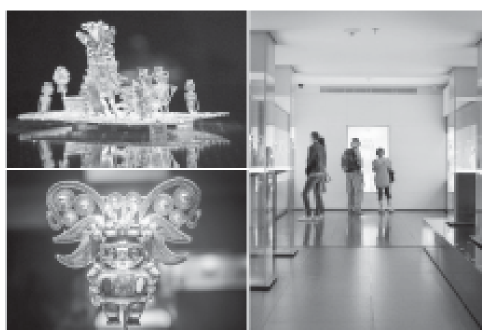
Ref: Reuters

ထူး ထူး ဆန်း ဆန်း အင် တာ န က် သ တ င်း

tlur;zuwucuc&r atmuatz, rsu&npu

အမေရိကန်နိုင်ငံရှိ ကုန်သွယ်ရေးမျှော်စင်ညီနောင် အကြမ်းဖက်တိုက်ခိုက်ခံရမှု အောက်မေ့ဖွယ်အဖြစ် နယူးဂျာစီပြည်နယ်၊ ဘေးန်ရောန်း ကမ်းခြေတွင် မျက်ရည်စက်ဟု အမည်ပေးထားသည့် အထိမ်းအမှတ် အဆောက်အအုံတစ်ခုကို တည်ဆောက်ထားသည်။ ကြေးနီရောင်အုပ်ထားသည့် အဆောက်အအုံအလယ်တွင် မျက်ရည်စက်သဏ္ဌာန် စတီးဘောလုံးကို ချိတ်ဆွဲထားသည်။ အဆောက်အအုံအောက်ခြေတွင် ယင်း အကြမ်းဖက်မှုနှင့် ၁၉၉၃ ခုနှစ် ကမ္ဘာ့ကုန်သွယ်ရေးစင်တာ တိုက်ခိုက်ခံရမှုများတွင် သေဆုံးသူများ၏ အမည်များ ရေးထိုးထားသည်။ ***အင်တာနက်***

uvb,mEiiu a&jywu



ကိုလံဘီယာနိုင်ငံ၊ ဘိုဂိုတာရှိ ရွှေပြတိုက်သည် ကိုလံဘီယာနိုင်ငံအတွက် အရေးပါသည့် ပြတိုက်တစ်ခုဖြစ်ပြီး ထူးခြားသည့် စပိန်ရှေးဟောင်း ရွှေထည်များကို ပြသထားသည်။ ပြတိုက်အတွင်းတွင် ရွှေထည်ပစ္စည်းပေါင်း ၃၄၀၀၀ ကျော်ရှိပြီး လွန်ခဲ့သည့် နှစ် ၅၀၀ ကျော်က နေထိုင်ခဲ့ကြသည့် ဒေသခံများ၏ ရွှေထည်များဖြစ်သည်။ ပြတိုက်အတွင်း အိုးများ၊ သစ်သားထည်များ၊ အဝတ်အထည်များနှင့် အခြား ရှေးဟောင်းပစ္စည်းများ ပြသထားပြီး ရှေးဟောင်း ကိုလံဘီယာရွှေထည်များ အများဆုံးစုစည်းထားရာ ပြတိုက်လည်းဖြစ်သည်။ ***အင်တာနက်***

ဒို့ ‌ေ ကျ း ရွာ ဟာ သ

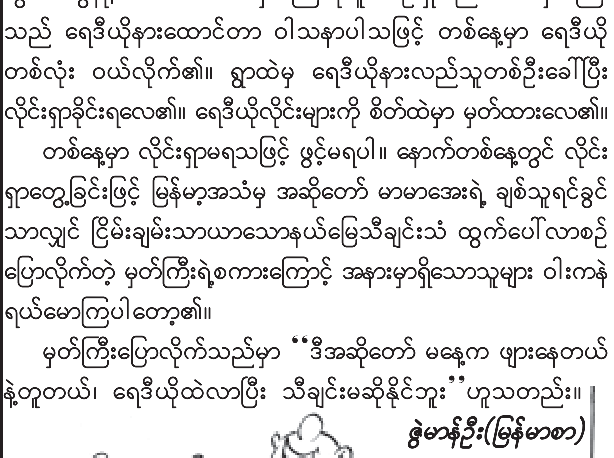
zsm;aew,eww,

လွန်ခဲ့သော နှစ်လေးဆယ်ခန့်ကာလကဖြစ်လေ၏။ မင်းတန်းရွာတွင် အလွန်ရိုးသားသော မောင်မှတ်ကြီးဆိုသူတစ်ဦးရှိသည်။ မောင်မှတ်ကြီးသည် ရေဒီယိုနားထောင်တာ ဝါသနာပါသဖြင့် တစ်နေ့မှာ ရေဒီယိုတစ်လုံး ဝယ်လိုက်၏။ ရွာထဲမှ ရေဒီယိုနားလည်သူတစ်ဦးခေါ်ပြီး လိုင်းရှာခိုင်းရလေ၏။ ရေဒီယိုလိုင်းများကို စိတ်ထဲမှာ မှတ်ထားလေ၏။

တစ်နေ့မှာ လိုင်းရှာမရသဖြင့် ဖွင့်မရပေ။ နောက်တစ်နေ့တွင် လိုင်းရှာတွေ့ခြင်းဖြင့် မြန်မာ့အသံမှ အဆိုတော် မာမာအေးရဲ့ ချစ်သူရင်ခွင်သာလျှင် ငြိမ်းချမ်းသာယာသောနယ်မြေသီချင်းသံ ထွက်ပေါ်လာစဉ် ပြောလိုက်တဲ့ မှတ်ကြီးရဲ့စကားကြောင့် အနားမှာရှိသောသူများ ဝါးကနဲရယ်မောကြပါတော့၏။

မှတ်ကြီးပြောလိုက်သည်မှာ “ဒီအဆိုတော် မနေ့က ဖျားနေတယ်နဲ့တူတယ်၊ ရေဒီယိုထဲလာပြီး သီချင်းမဆိုနိုင်ဘူး” ဟူသတည်း။

ဖွဲ့မာန်ဦး(မြန်မာစာ)



A,uer\ qewiya&; pn;rsO;rsm; ajzavQmoiaMumi; ynm&irsm; tBujyKwuwe;

ဗီယက်နမ် ပို့ကုန်လုပ်ငန်းရှင်များအပေါ် ချမှတ်ထားသည့် တင်းကျပ်သည့် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများသည် ဗီယက်နမ်ဆန်တင်ပို့မှုကို အဟန့်အတားဖြစ်စေလျက်ရှိသည်ဟု ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များက သုံးသပ်ထားကြောင်း သိရသည်။ ဗီယက်နမ်အစိုးရအနေဖြင့် ဆန်တင်ပို့ရေးလုပ်ငန်းရှင်များအား အားပေးထောက်ပံ့မှုအဖြစ် လက်ရှိဆန်တင်ပို့ရေး စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများကို ဖြေလျှော့ပေးသင့်ကြောင်း အမျိုးသားစိုက်ပျိုးရေး လုပ်ငန်းချဲ့ထွင်ရေးအဖွဲ့၏ ဒုတိယညွှန်ကြားရေးမှူးက အကြံပြုပြောကြားလိုက်သည်။

ဗီယက်နမ်အစိုးရအနေဖြင့် တင်ပို့ဆန်များ အရည်အသွေးပြည့်မီစေရေးအတွက် ဆန်တင်ပို့ရေးလုပ်ငန်းရှင်များအား စီမံကြိတ်ခွဲရေး စက်ရုံကြီးများနှင့် သိုလှောင်ရုံများ ထောက်ပံ့ဖန်တီးပေးရန် လိုအပ်သည်ဟု ၎င်းက ဆက်လက်ပြောကြားခဲ့သည်။ မည်သို့ပင်ဆိုစေ ထိုင်းနိုင်ငံတွင်မူ အသေးစားပို့ကုန်လုပ်ငန်းရှင်များကို ဆန်တင်ပို့ရန် ခွင့်ပြုလျက်ရှိကြောင်း ၎င်းက ပြောကြားခဲ့သည်။

အခြားပညာရှင်များကလည်း အစိုးရအနေဖြင့် မြေပိုင်ဆိုင်မှု လွှဲပြောင်းရေးဥပဒေအား ပြုပြင်ပြောင်းလဲသင့်ကြောင်း၊ လက်ရှိဥပဒေ၌ မြေရှင်၏ပိုင်ဆိုင်မှု ကန့်သတ်ချက် ထည့်သွင်းထားခြင်းမရှိကြောင်း အကြံပြုပြောကြားခဲ့ကြသည်။ အစိုးရအနေဖြင့် တစ်ပိုင်တစ်နိုင် တောင်သူလယ်သမားများအား ကူညီထောက်ပံ့သည့်အနေဖြင့် မြေရှင်၏ ပိုင်ဆိုင်မှု ကန့်သတ်ချက်ကို သုံးဟက်တာအဖြစ် ထည့်သွင်းပြဋ္ဌာန်းသင့်ကြောင်း ၎င်းတို့က အကြံပြုခဲ့သည်။ ဗီယက်နမ်သည် နှစ်စဉ်ဆန်တန်ချိန် ခြောက်သန်းကျော်တင်ပို့လျက်ရှိသော်လည်း ဗီယက်နမ်ဆန်တင်ပို့ရေးလုပ်ငန်းရှင်များနှင့် တောင်သူများ၏ ဝင်ငွေမှာ ထိုင်းနိုင်ငံနှင့် နှိုင်းယှဉ်လျှင် နိမ့်ကျနေသေးကြောင်း ၎င်းတို့က ပြောကြားသည်။

ဗီယက်နမ် ပို့ကုန်လုပ်ငန်းရှင်များသည် အိန္ဒိယ၊ ပါကစ္စတန်၊ အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတို့နှင့် ဈေးကွက် ယှဉ်ပြိုင်နေရသဖြင့် ပို့ကုန်စည်းမျဉ်းများ ဖြေလျှော့မှုသည် ဗီယက်နမ်ဆန်တင်ပို့မှု တိုးတက်လာစေရေး အထောက်အကူဖြစ်စေလိမ့်မည်ဟု ၎င်းတို့က ထပ်မံပြောကြားခဲ့သည်။ ***မာလာဋ္ဌေး***

Ref: Oryza

21 &mp y;vr;rpwirn w½wEii tONrKEi Eiiwumueo , a&;aps;Bu;

အာရှ၊ ဥရောပနှင့် အာဖရိကနိုင်ငံများအကြား လွန်ခဲ့သည့် နှစ်ပေါင်း ၂၀၀၀ ကျော်က ကုန်စည်ကူးလူးဆက်ဆံရန် အသုံးပြုခဲ့သည့် လမ်းမကြီးကို တရုတ်နိုင်ငံထုတ် ပိုးထည်များကုန်သွယ်မှု ပြုခဲ့သည်ကို အကြောင်းပြု၍ ပိုးလမ်းမကြီးဟု ခေါ်ဝေါ်ခဲ့ကြသည်။

ယခုအခါ ယင်းပိုးလမ်းကြီးကို အကြောင်းပြု၍ တရုတ်နိုင်ငံသည် အာရှဒေသတွင်းနှင့် ကမ္ဘာ့စီးပွားရေးဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်ရေးကြိုးပမ်းမှုအဖြစ် ၂၁ ရာစု ပိုးလမ်းမကြီးဟု ခေါ်ဆိုသည့် စီးပွားရေးခါးပတ်လမ်းကြောင်း တစ်ခုကို အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ရန် ၂၀၁၃ ခုနှစ်အတွင်းက အဆိုပြုခဲ့သည်။ ယင်း ၂၁ ရာစု ပိုးလမ်းမကြီးကို ထူထောင်နိုင်ရန် အတွက် နိုင်ငံရေး၊ အခြေခံအဆောက်အအုံ၊ ကုန်သွယ်မှု၊ ငွေကြေးနှင့် ပြည်သူများအချင်းချင်း ချိတ်ဆက်ဆောင်ရွက်နိုင်ရန် ရည်ရွယ်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည်။

ယင်းပိုးလမ်းမတည်ထောင်ရန်အတွက် တရုတ်နိုင်ငံက ပိုးလမ်းမ ရန်ပုံငွေအဖြစ် အမေရိကန်ဒေါ်လာ ဘီလီယံ ၄၀ မတည်ထောက်ပံ့ ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည်။ ယင်းပိုးလမ်းမကြီး စတင်ရာအဖြစ် နိုင်ငံအရှေ့ပိုင်း ဇီကျန်းပြည်နယ်အတွင်းရှိ အိဝူ(Yi Wu) မြို့ကို သတ်မှတ်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည်။

အိဝူမြို့တွင် ပိုးလမ်းမဇုန်၊ ဆိပ်ကမ်းဇုန်၊ နည်းပညာဇုန် စသဖြင့် ဇုန်များခွဲခြားကာ ပိုးလမ်းမစီမံကိန်းများကို အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည်။ နိုင်ငံတကာ စီးပွားရေးရောင်းဝယ် ဖောက်ကားမှုအားကောင်းသည်နှင့်အညီ အသားအရောင်၊ လူမျိုး၊ ဘာသာခွဲခြားမှုမရှိဘဲ တစ်စုတစ်စည်းတည်း စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည်။ အိဝူမြို့သို့ နှစ်စဉ် ပြည်ပနိုင်ငံပေါင်း ၁၀၀ ကျော်မှ ကုန်သည်ပေါင်း ငါးသိန်းခန့် လာရောက်ကူးသန်းရောင်းဝယ်လျက်ရှိသည်။

ယင်းမြို့အတွင်း အသေးစားထုတ်ကုန်များကို လက်ကားရောင်းချသည့် နိုင်ငံတကာကုန်သွယ်ရေးဈေးကြီး တည်ရှိသည်။ ယင်းဈေးကြီးကို ကုလသမဂ္ဂ၊ ကမ္ဘာ့ဘဏ်စသော အဖွဲ့အစည်းများက အသေးစား ထုတ်ကုန်များ လက်ကားရောင်းချရာ ကမ္ဘာ့အကြီးဆုံး ဈေးကြီးအဖြစ် အသိအမှတ်ပြုခဲ့ကြသည်။

ယင်းဈေးကို ၁၉၈၂ ခုနှစ်တွင် ဆိုင်ခန်းပေါင်း ၇၀၀ ကျော်ဖြင့် စတင်ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ ယခုအခါ ယင်းဈေးကြီးကို အကျယ်အဝန်း စတုရန်းမီတာ ၅ ဒသမ ၅သန်းမျှရှိသော အကျယ်အဝန်းဖြင့် တည်ဆောက်ထားပြီး ဈေးကြီးအတွင်း ဆိုင်ခန်းပေါင်း ၇၅၀၀၀ ရှိသည်။ ဈေးကြီးအတွင်း ကုန်ပစ္စည်းအုပ်စု ၂၆ မျိုးခွဲခြားကာ ပစ္စည်းအမျိုးအမယ်ပေါင်း ၁ ဒသမ ၈ သန်းကို ရောင်းချလျက်ရှိသည်။

ဈေးကြီးကို အုပ်စုသုံးစုဖြင့် ခွဲခြားတည်ဆောက်ထားပြီး အုပ်စု (၁)ကို ၂၀၀၁ ခုနှစ်တွင် စတင်တည်ဆောက်ပြီး ၂၀၀၂ ခုနှစ်တွင် ဖွင့်လှစ်ခဲ့သည်။ အုပ်စု(၂)ကို ၂၀၀၄ ခုနှစ်၊ အုပ်စု(၃)နှင့် (၄)ကို ၂၀၀၈ ခုနှစ်နှင့် အုပ်စု(၅)ကို ၂၀၁၁ ခုနှစ်တို့တွင် ဖွင့်လှစ်ခဲ့သည်။

ဈေးကြီးအတွင်း အုပ်စုအလိုက် ကုန်စည်အမျိုးအစားများ ခွဲခြားရောင်းချလျက်ရှိပြီး ဥရောပ၊ အာဖရိက၊ အာရှနှင့် အာဆီယံ ဆိုင်ခန်းများလည်း ရှိသည်။ ယင်းဈေးမှတစ်ဆင့် နိုင်ငံပေါင်း နှစ်ရာကျော်သို့ အသေးစားထုတ်ကုန်ပစ္စည်းများ၏ ၆၅ ရာခိုင်နှုန်းကျော် တင်ပို့လျက်ရှိသည်။

အောင်သူ(ရွှေတိုးမြေ)

Ref: Wikipedia

q'iü peypypn;zsuq;on urPrsm;aygrsm;

ဆွီဒင်နိုင်ငံ၏ စွန့်ပစ်ပစ္စည်းများကို ခွဲခြားစိစစ်ခြင်းနှင့် ပြန်လည်အသုံးချနိုင်ခြင်းတို့ကြောင့် အမှိုက်မီးရှို့ဖျက်ဆီးပေးသည့် စင်တာများတွင် အမှိုက်များပြတ်တောက်ခဲ့သည်။ ဆွီဒင်နိုင်ငံသို့ တစ်နှစ်လျှင် အမှိုက်တန်ချိန် နှစ်သန်းခန့်ကို အိမ်နီးချင်းနော်ဝေအပါအဝင် ဗြိတိန်၊ နယ်သာလန်၊ ဖင်လန်၊ ဒိန်းမတ်နှင့် အိုင်ယာလန်နိုင်ငံတို့မှ တင်သွင်းလျက်ရှိသည်။

အမှိုက်မီးရှို့ဖျက်ဆီးသည့် စင်တာများသည် အိမ်ခြေနှစ်သိန်းခွဲအတွက် လျှပ်စစ်ဓာတ်အားနှင့် အိမ်ခြေကိုးသိန်းခွဲအတွက် အပူငွေ့ လုံလောက်စွာထုတ်လွှတ်ပေးလျက်ရှိသည်။ လျှပ်စစ်ပစ္စည်းသုံးတန်သည် ဒီဇယ်ဆီတစ်တန် သို့မဟုတ် ကျောက်မီးသွေးနှစ်တန်က ထွက်ရှိသည့် လျှပ်စစ်စွမ်းအင်နှင့် ညီမျှသည်ဟု ဆွီဒင်စွန့်ပစ်ပစ္စည်းများ စီမံခန့်ခွဲရေးအဖွဲ့၏ ပြောကြားချက်အရ သိရသည်။

စွန့်ပစ်ပစ္စည်းတွေကို တစ်နိုင်ငံကနေ အခြားတစ်နိုင်ငံကို သယ်ပို့ပေးတာက ဝယ်လိုအားနဲ့ ရောင်းလိုအားကို ထိန်းညှိပေးနေတဲ့ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းတစ်ခုပါ။ ဒီသဘောတရားက စီးပွားရေးဈေးကွက် လုပ်တာကိုင်တာနဲ့တူပါတယ်''ဟု ဆွီဒင်စွန့်ပစ်ပစ္စည်းများ စီမံခန့်ခွဲရေးနှင့် ပြန်လည်အသုံးချရေးအဖွဲ့ခေါင်းဆောင်စိန့် ဝစ်ဗစ်က အေအက်(ဖ်)ပီသို့ ပြောကြားသည်။ ဆွီဒင်တွင် စီးပွားရေးအရ တွက်ခြေကိုက်သည့် အမှိုက်မီးရှို့ဖျက်ဆီးပေးသည့် ကုမ္ပဏီများပေါ်များလာသဖြင့် ဝန်ဆောင်ခများ လျော့ကျလျက်ရှိသည်။ နော်ဝေနိုင်ငံကလည်း ၎င်းတို့၏ စွန့်ပစ်ပစ္စည်းများ ရှင်းလင်းရန် နယ်စပ်တစ်လျှောက် စောင့်ကြည့်လျက်ရှိသည်။

နော်ဝေမှာ အမှိုက်တွေကို ခွဲခြားပြီး ပြန်အသုံးပြုတာတွေ တဖြည်းဖြည်းလျော့နည်းရလောက်အောင် ဆွီဒင်မှာ စွန့်ပစ်ပစ္စည်းတွေ မီးရှို့ဖျက်ဆီးမှုရဲ့ အကျိုးအမြတ်က များနေတယ်။ ဆွီဒင်ရဲ့လုပ်ငန်းက အားကောင်းနေတယ်''ဟု နော်ဝေတောင်ပိုင်းမြို့ အရစ်တီယန်ဆန်းက Returkraft အမည်ရှိ မီးရှို့ဖျက်ဆီးရေးစင်တာ အကြီးအကဲ အော့ဒ်တာဂျေဒိုဗစ်က ပြောသည်။

ဥရောပသမဂ္ဂ၏ ထုတ်ပြန်ချက်အရ ၂၀၂၅ ခုနှစ်တွင် ဖို့မြေများကို စွန့်ပစ်ပစ္စည်းရောက်ရှိသည့် ပမာဏကို ကန့်သတ်ရန်ဖြစ်သော်လည်း စွန့်ပစ်ပစ္စည်းများသည် နှစ်စဉ် တန်ချိန် သန်း ၁၀၀ ကျော် စုပုံရောက်ရှိနေဆဲဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

ဖြိုးပွင့်စံ

Ref: AFP

2016 wi &moOwyaE;r oompmjriwuvmEi

၂၀၁၆ ခုနှစ်တွင် အယ်နီညို ကဲ့သို့ ရာသီဥတုဖြစ်စဉ်များကြောင့် ကမ္ဘာကြီး ပူနွေးလာမှုသည် သိသာစွာမြင့်တက်မည်ဖြစ်ကြောင်း ဗြိတိန်ထိပ်တန်း ရာသီဥတုလေ့လာရေးအဖွဲ့နှင့် မိုးလေဝသသိပ္ပံအဖွဲ့က ထုတ်ပြန်သည့် အစီရင်ခံစာတွင် ဖော်ပြခဲ့သည်ဟု သိရှိရသည်။ လာမည့်နှစ်များတွင် ကမ္ဘာ့အပူချိန်သည် ပိုမိုမြင့်တက်လာ၍ ကမ္ဘာကြီးပူနွေးမှုအရှိန်မှာ ဆယ်စုနှစ်တစ်ခုကျော်ကြာ နှေးကွေးနေမှုမှ ချုပ်ငြိမ်းသွားမည်ဟု အဆိုပါ အစီရင်ခံစာတွင် ဖော်ပြထားသည်။

အယ်နီညိုသည် လာမည့်လများတွင် ပိုမိုအားကောင်းလာနိုင်ပြီး အာရှနှင့် ဩစတြေးလျရှိ နေရာအချို့တွင် ခြောက်သွေ့သည့် ရာသီဥတုအခြေအနေဖြစ်စေနိုင်ကြောင်း ဗြိတိန်မိုးလေဝသဌာနက ဆိုပါသည်။ အယ်နီညိုကြောင့် ကမ္ဘာ့အပူချိန်တိုးလာနိုင်ပြီး မြောက်အတ္တလန္တိတ်တွင် အပူပိုင်းမုန်တိုင်းများ လျော့ကျ၍ အနောက်ပစိဖိတ်တွင် မုန်တိုင်းများ ပိုမိုပြင်းထန်လာနိုင်ကြောင်း သိရသည်။

မှတ်တမ်းဝင် အပူဆုံးနှစ်များအဖြစ် ၂၀၁၄ ခုနှစ်၊ ၂၀၁၅ ခုနှစ်နှင့် ၂၀၁၆ ခုနှစ်တို့ဖြစ်နိုင်ဖွယ်ရှိကြောင်း National Centre for Atomospheric Science မှ တာဝန်ရှိသူတစ်ဦးက ပြောကြားခဲ့သည်။ အလွန်အားကောင်းသော အယ်နီညိုရာသီဥတုဖြစ်စဉ်များသည် ၁၉၉၇ ခုနှစ်နှင့် ၁၉၈၂ ခုနှစ်များက ဖြစ်ခဲ့ဖူးကြောင်း သိရသည်။

လင်းလဲ့

Ref: RFA

သိမှတ်လေ့လာအင်္ဂလိပ်စာ

၁။	Sluice	(n)	ကတွတ်ပေါက်
၂။	Paddy Transplanter	(n)	ကောက်စိုက်သမ
၃။	Agriculture Products	(n)	ကောက်ပဲသီးနှံ
၄။	Paddy Plant	(n)	ကောက်ပင်
၅။	Straw	(n)	ကောက်ရိုး
၆။	Haystack	(n)	ကောက်ရိုးပုံ
၇။	Harvest	(n)	ကောက်ရိတ်သိမ်းခြင်း
၈။	Harvest Festival	(n)	ကောက်ရိတ်သိမ်းပွဲတော်
၉။	Pond	(n)	ကန်
၁၀။	Paddy Dyke	(n)	ကန်သင်း

သစ်တောထိန်းသိမ်းရေးရုပ်ရှင်ရိုက်ကူးရန်... *ကျောဖုံးမှ*

ဂျိုလီက ကမ္ဘောဒီးယားနိုင်ငံတွင် ရိုက်ကူးမည့် မှတ်တမ်းရုပ်ရှင်နှင့် ပတ်သက်၍ ဝန်ကြီးချုပ်ကို အသိပေးခဲ့ပြီး ဝန်ကြီးချုပ်က ယင်းမှတ်တမ်းရုပ်ရှင်ကို ထောက်ခံအားပေးခဲ့သည်။ ယင်းရုပ်ရှင် ဇာတ်ကားသည် ကမ္ဘောဒီးယားနိုင်ငံ၏ အတိတ်ဖြစ်ရပ်မှန်များကို ထင်ဟပ်စေမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

၂၀၀၁ ခုနှစ်အတွင်းက ကမ္ဘောဒီးယားနိုင်ငံ၊ အန်ကောဝပ်ကျောင်းတော်တွင် ရိုက်ကူးခဲ့သည့် စွန့်စားမှု ဇာတ်ကားတစ်ကားဖြစ်သည့် Tomb Rider ဇာတ်ကားတွင် ပါဝင်သရုပ်ဆောင်ခဲ့သည်။ ထို့အတူ ၂၀၁၂ ခုနှစ်အတွင်းက ကမ္ဘောဒီးယားနိုင်ငံ မိဘမဲ့ကလေးဂေဟာတစ်ခုမှ ဖို့ဒ်မက်ဒေါက် အမည်ရှိ ကလေးတစ်ဦးကိုလည်း မွေးစားခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

မင်းသန့်ကို

Ref: Xinhua

o''mwcsf;wjcif;u azmjyon vuP 9 &y

ပေါက်ပေါက်

ပျမ်းမျှအမျိုးသမီး ၁၀ ဦးမှာ ခြောက်ဦးခန့်က သံဓာတ်ချို့တဲ့လေ့ရှိကြပြီး နေ့စဉ်ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုများတဲ့ အမျိုးသမီးတွေမှာ သံဓာတ်ပိုမိုလိုအပ်နေတယ်လို့ အမေရိကန်နိုင်ငံရှိ the Centers for Disease Control and Prevention မှ ကျွမ်းကျင်သူများက ဆိုပါတယ်။ သံဓာတ်ချို့တဲ့ခြင်း ရှိ မရှိ မိမိကျန်းမာရေး အခြေအနေကို အောက်ပါလက္ခဏာ ကိုးရပ်တို့ဖြင့် စမ်းစစ်နိုင်ပါတယ်-

အလွန်အမင်း မောပန်းခြင်း

ခန္ဓာကိုယ်က သံဓာတ်ကိုအသုံးပြု၍ သွေးကလာပ်စည်းဆဲလ်များထဲရှိ အောက်စီဂျင်ကို သယ်ယူပေးတဲ့ သွေးနီဓာတ်တစ်မျိုးကို ထုတ်လုပ်ပေးပါတယ်။ သံဓာတ်ချို့တဲ့လာသောအခါမှာ ကျန်းမာသန်စွမ်းတဲ့ သွေးဆဲလ်တွေ အလုံအလောက်မရှိတော့ဘဲ အလွန်အမင်း မောပန်းနွမ်းနယ်လာပါတော့တယ်။

အာရုံစူးစိုက်၍ မရခြင်း

သံဓာတ်ချို့တဲ့လာတဲ့အခါ အာရုံခံအင်္ဂါအဖွဲ့အစည်းတွေ ချို့ယွင်းသွားတာကြောင့် ပုံမှန်လုပ်နေကျ အလုပ်တွေမှာတောင် စိတ်အာရုံစူးစိုက်၍မရတော့ဘဲ တက်တက်ကြွကြွမရှိ စွမ်းဆောင်ရည်တွေ တဖြည်းဖြည်းကျဆင်းလာပါတယ်။

စိတ်ဝင်စားမှုမရှိခြင်း

သံဓာတ်ချို့တဲ့လာခြင်းကြောင့် အာရုံခံအဖွဲ့အစည်းတွေကို ထိခိုက်စေရုံမျှမက စိတ်နှလုံးနောက်ကျိုလာကာ မိမိမိသားစု၊ မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်း၊ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တွေအပေါ်မှာ ယခင်လို စိတ်ဝင်စားမှုမရှိတော့ဘဲ တစ်ယောက်တည်း ဘာသိဘာသာနေလိုစိတ် ပြင်းပြနေတတ်ပါတယ်။

အသက်ရှူကျပ်ခြင်း

သွေးထဲမှာ သံဓာတ်လုံလောက်မှုမရှိတဲ့အခါ၊ ခန္ဓာကိုယ်က အောက်စီဂျင်ကို အလွန်အမင်း တောင်းတလာပြီး အသက်ရှူမဝ မွန်းကျပ်မှုတွေဖြစ်လာပါတယ်။ ပုံမှန်အားကစားလေ့ကျင့်ခန်းလုပ်တဲ့အခါတွေ၊ ပုံမှန်လမ်းလျှောက်တဲ့အခါတွေမှာ သိသိသာသာ အသက်ရှူမဝလာခြင်းဟာ သံဓာတ်ချို့တဲ့နေတဲ့ လက္ခဏာတွေပဲဖြစ်ပါတယ်။

အသားအရေဖြူရော်ရော်ဖြစ်ခြင်း

နှုတ်ခမ်းသား၊ လက်ဖဝါး၊ အောက်မျက်ခမ်းအတွင်းသားတွေမှာ ယခင်နဲ့မတူ ဖြူရော်လာခြင်း၊ လက်ဖဝါး ခြေဖဝါးတွေ အေးစက်ကာ မျက်နှာနှင့် အသားအရေတွေ ဖြူရော်ရော်ဖြစ်လာခြင်းကလည်း သွေးနီဥပမာဏတွေ ကျဆင်းလာတာကြောင့် သွေးမလျှောက်နိုင်တော့ဘူး။

ကြွက်သားတွေနာကျင်ခြင်း

ခန္ဓာကိုယ်ကြွက်သားတွေမှာ သံဓာတ်တွေ အားနည်းလာတာကြောင့် ကြွက်သားတွေ ပျော့အိလျော့ရဲလာပြီး တော်ရုံတန်ရုံ ဖိတွန်းမိတာကိုတောင် အထိမခံနိုင်တော့ဘဲ အသားတွေနာကျင်လာပါတယ်။

ခြေသည်းလက်သည်းတွေကွဲထွက်ခြင်း

ခြေသည်းလက်သည်း အစပ်နားတွေ သူ့အလိုလို တစစီကွဲထွက်ခြင်းက သံဓာတ်ချို့တဲ့ခြင်းရဲ့ လက္ခဏာတစ်ရပ်ဖြစ်ပါတယ်။ အချို့သူတွေမှာ လက်သည်းခွံတွေက အပေါ်ကိုဖောင်းမနေတော့ဘဲ၊ ဇွန်းသဏ္ဌာန် အတွင်းပိုင်းကို ချိုင့်ခွက်ဝင်နေကြပါတယ်။

မကြာခဏဖျားနာခြင်း

အသက်ရှူလမ်းကြောင်းမှတစ်ဆင့် အလွယ်တကူ ကူးစက်နိုင်တဲ့ အအေးမိ၊ နှာစေး၊ ချောင်းဆိုးစသော ရာသီဖျားတွေကို မကြာခဏ ကူးစက်ခံရခြင်း၊ ခါတိုင်းနဲ့မတူ တော်ရုံတန်ရုံ အအေးခံရရုံမျှနှင့် နှာခေါင်းပိတ်ခြင်းတို့ကလည်း သံဓာတ်ချို့တဲ့ခြင်းကြောင့်ပါပဲ။

ပန်းရောင် (သို့) အနီရောင် ဆီးသွားခြင်း

သွေးဆုံးပြီး အမျိုးသမီးကြီး ၁၀ ဦးမှာ နှစ်ဦးလောက်က ပန်းရောင်(သို့) အနီရောင် ဆီးသွားတတ်ပါတယ်။ တချို့အမျိုးသမီးကြီးတွေက လက်ဖက်ရည်ကြမ်း ကျကျကဲ့သို့ နီညိုရောင်ဆီးသွားတတ်ပါတယ်။ အကယ်၍ အနီရောင်ခြယ်စတော်ဘယ်ရီသီးတွေ၊ beetroot (ခေါ်) သကြားမုန်လာ(ခေါ်)သွေးနီရောင်အရည်ရွှမ်းတဲ့ မုန်လာဥနီအလုံးတွေကိုမစားဖြစ်ဘဲ ဆီးအရောင်က သူ့အလိုလိုပြောင်းသွားခြင်းက သံဓာတ်ချို့တဲ့ခြင်း၏ လက္ခဏာဖြစ်ပါတယ်။

သံဓာတ်ဖြည့်တင်းပေးတဲ့အစားအစာများ

အမဲအသည်းမှာ သံဓာတ်ပမာဏ ၅ ဒသမ ၈ မီလီဂရမ်အထိ အပြည့်အဝပါရှိပြီး ကျန်းမာရေးကိုထိခိုက်စေမယ့် အဆီနှင့် ကယ်လိုရီတွေပါဝင်မှု လွန်စွာနည်းပါးပါတယ်။ မိုးခိုသားထဲမှာ သံဓာတ်ပမာဏ ၂ ဒသမ ၉ မီလီဂရမ်ပါတဲ့အပြင် ကျန်းမာရေးကို အထောက်အကူဖြစ်စေ တဲ့ ပရိုတင်း၊ ဗီတာမင်ဘီ-၆၊ ဗီတာမင် စီနှင့် ဗီတာမင်ဒီတို့ ကြွယ်ဝစွာ ပါရှိပါ တယ်။ အမဲသားမှာ သံဓာတ်ပမာဏ ၁ ဒသမ ၈ မီလီဂရမ်ပါရှိပြီး ခန္ဓာကိုယ် အတွက် မလိုလားအပ်တဲ့ ကိုလက်စထရောတွေကျအောင် ပံ့ပိုးပေးပါတယ်။

ကြက်ရင်ပုံသားထဲမှာ သံဓာတ်ပမာဏ ၁ ဒသမ ၁ မီလီဂရမ်ပါရှိနေလို့ ခြေလေးချောင်းသား မစားသူများအဖို့ သံဓာတ်အားဖြည့်စာအဖြစ် ကြက်ရင်ပုံသား စားပေးသင့်ပါတယ်။ (အရေခွံမစားပါနှင့်)

ဆဲလ်မွန်ငါးထဲမှာ သံဓာတ်ပမာဏ ၀ ဒသမ ၇ မီလီဂရမ်ပါရှိပြီး အိုမီဂါ-၃ ဖက်တီးအက်ဆစ်တွေ ပါရှိနေတာကြောင့် သွေးခဲပိတ်ဆို့ခြင်းနှင့် လေဖြတ်ခြင်းတွေ မဖြစ်အောင် ကာကွယ်ပေးနိုင်ပါတယ်။

ရွှေဖရုံသီးအစေ့ထဲမှာ သံဓာတ် ပမာဏ ၄ ဒသမ ၂ မီလီဂရမ်ပါရှိပြီး ကျောက်ကပ် ကျောက်တည်ခြင်းမှလည်း ကာကွယ်ပေးပါတယ်။

ချောကလက်စစ်စစ် အမည်းရောင်ထဲမှာ သံဓာတ်ပမာဏ ၄ ဒသမ ၁ မီလီဂရမ်ပါရှိပြီး သွေးထဲက ကိုလက်စထရောတွေကိုချပေးကာ သွေးအားနည်းခြင်းမှလည်း ကာကွယ်ပေးပါတယ်။

စမုန်ဖြူအခြောက်ထဲမှာ သံဓာတ်ပမာဏ ၃ ဒသမ ၇ မီလီဂရမ်ပါရှိပြီး၊ အမျှင်ဓာတ်၊ ဗီတာမင်အေ၊ ဗီတာမင်စီတို့ပါရှိတဲ့အပြင် ခန္ဓာကိုယ်ကို ဘေးဥပဒ်ဖြစ်စေတဲ့ ကိုလက်စထရော လုံးဝမပါရှိပါဘူး။

တင်လဲရည်(သကာရည်)ထဲမှာ သံဓာတ်ပမာဏ ၃ ဒသမ ၅ မီလီဂရမ်ပါရှိတဲ့ပြင် ကယ်လ်စီယမ်ဓာတ်တွေ အပြည့်အဝပါရှိပါတယ်။

Apricots(ခေါ်)ဆီးသီးခြောက်ထဲ မှာ သံဓာတ်ပမာဏ ၃ ဒသမ ၆ မီလီဂရမ်ပါရှိပြီး ခန္ဓာကိုယ်အကျိုးပြု beta carotene၊ အမျှင်ဓာတ်နှင့် အခြားအာဟာရဓာတ်တွေ ပါရှိနေပါတယ်။

ပဲနီကလေးထဲမှာ သံဓာတ်ပမာဏ ၃ ဒသမ ၃ မီလီဂရမ်ပါရှိပြီး မပျော်ဝင်လွယ်သော အမျှင်ဓာတ်တွေပါရှိနေတာကြောင့် ဆာလောင်မွတ်သိပ်မှု မဖြစ်စေတော့ဘဲ အဆာခံစေပါတယ်။

အာလူးကြီးကြီးတွေထဲမှာ သံဓာတ်ပမာဏ ၃ ဒသမ ၂ မီလီဂရမ်ပါရှိပြီး အာဟာရသိဒ္ဓိပြည့်ဝတဲ့ အစာဖြစ်ပါတယ်။

ဟင်းနုနယ်ပင်ထဲမှာ သံဓာတ် ပမာဏ ၃ ဒသမ ၂ မီလီဂရမ်ပါရှိပြီး ကင်ဆာဆဲလ်တွေ ကြီးထွားမှုကို ဟန့်တားပေးနိုင်စွမ်းရှိပါတယ်။

ပဲကတ္တီပါထဲမှာ သံဓာတ်ပမာဏ ၂ ဒသမ ၆ မီလီဂရမ်ပါရှိပြီး ခွန်အားတိုးပွားစေတဲ့အပြင် နှလုံးရောဂါဖြစ်နိုင်ခြေနည်းပါးအောင် ကူညီပေးပါတယ်။

တို့ဟူးထဲမှာ သံဓာတ်ပမာဏ ၂ ဒသမ ၀ မီလီဂရမ်ပါရှိပြီး အာဟာရဓာတ်ပြည့်ဝတာကြောင့် သက်သတ်လွတ်စားသူတွေ မှီဝဲသင့်ပါတယ်။ ရင်သားကင်ဆာဖြစ်ခြင်းမှလည်း ကာကွယ်ပေးပါတယ်။

ပဲထောပတ်ထဲမှာ သံဓာတ်ပမာဏ ၁ ဒသမ ၈ မီလီဂရမ်ပါရှိပြီး ခန္ဓာကိုယ်အကျိုးပြု သတ္တုဓာတ်တွေနှင့် အင်ဇိုင်းတွေ ကြွယ်ဝတဲ့အစားအစာဖြစ်ပါတယ်၊ ဘရိုကိုလီ(ခေါ်) ပန်းဂေါ်ဖီစိမ်းထဲမှာ သံဓာတ်ပမာဏ ၁ ဒသမ ၂ မီလီဂရမ်ပါရှိပြီး၊ အမျှင်ဓာတ်တွေ အမြောက်အမြားပါရှိတာကြောင့် အူမကြီးနှင့် အစာအိမ်ကင်ဆာတို့ကို မဖြစ်စေအောင် ဟန့်တားပေးပါတယ်။

ပေါက်ပေါက်

obm0 to;t&u aq;zu0i

ကျွန်တော်နေထိုင်ရာ မင်းဘာနှင့် ထန်းတစ်ပင်(ဓနိကုန်း)ဈေးမှာ နှစ်မိုင်ခန့်သာ ဝေးကွာပါသည်။ မုန်ညင်းရွက်၊ ကန့်လန်ဆံ စသည်တို့ကို ကြော်စားလို၍ တစ်ပွေ့တစ်ပိုက်ကြီး ဝယ်ခဲ့ပါသည်။ အိမ်က အဆောင်ရောက်သည်နှင့် အားပါးတရကြော်စားကြည့်ပါသည်။ မုန်ညင်းရွက်၊ ကန့်လန်ဆံရွက်တို့မှာကား စားရသည်မှာအရသာမတွေ့၊ အနံ့အသက်ကလည်း မနှစ်သက်စရာ။

ခေတ်ကြီးကိုက အရာရာ ဆေးဝါးများကိုသာ အားကိုးတကြီး သုံးစွဲနေကြသည်။ မည်သည့်အသီးအရွက်မဆို ဆေးများပက်ဖျန်း၍ ရောင်းချစားသောက်နေကြရသည်။ သဘာဝအတိုင်း မဟုတ်ကြတော့။ သဘာဝကိုဆန့်ကျင်ကာ မမှည့်သေးသည့် အသီးကို အချိန်မကျဘဲ အမြန်မှည့်လာအောင် ဆေးများဖြင့်ပက်ဖျန်းကြသည်။ အသီးတိုင်းကိုပင် ဆေးများဖြင့် ဖျန်းပက်ကာ ရောင်းချကြသည်။ သဘာဝမကျ။

ဆေးဖျန်းထားသော အသီးအရွက် မှန်သမျှတို့သည် ကျန်းမာရေးကို လုံးဝအထောက်အကူမပြုပေ။ စားရသည်မှာလည်း အရသာမတွေ့။ ပေါ့ပျက်ပျက်ဖြင့် စားမကောင်း၊ ဆေးအနံ့များပါထွက်နေရာ စားချင်စရာမကောင်းတော့။ ဆေးဖျန်းထားသော အသီးအရွက်များမှာ ဈေးတစ်ခုလုံးရှိ အသီးအရွက်ဆိုင်များ အားလုံးနီးပါးဖြစ်ရာ မည်သည်ကိုဝယ်စားရမှန်းပင် မသိတော့ပေ။ မုန်ညင်းရွက်၊ ဆလတ်ရွက်၊ ကန့်လန်ဆံကြိုက်သော ကျွန်တော်လုံးဝမပျော်တော့။ မုန်လာထုပ်ဆို ကင်ဆာဖြစ်သည်။ သည့်နောက်ပိုင်းရှောင်ရှားခဲ့ရာ ယခုတိုင်ပင်။

သို့ဆိုလျှင် သဘာဝအသီးအရွက်များကို အဘယ်မှာရှာ၍ စားသုံးရပါမည်နည်း။ လယ်ကြိုလယ်ကြားမြောင်းကြိုမြောင်းကြားပေါက်နေသော ကန်စွန်းရွက်များ၊ ပေတူးခါး၊ ကနဖော့ရွက်များသာရှိတော့သည်။ ရာသီအလိုက်နကြသည့် ညောင်ရွက်၊ ထနောင်းရွက်၊ တမာရွက်၊ မန်ကျည်းရွက်၊ ဥသျှစ်ရွက်၊ သနပ်ရွက်များသာလျှင် ကျန်ရှိပါတော့သည်။

အသီးများမှာကား မန်ကျည်းသီး၊ ဆီးသီးများနှင့် ယာထဲလယ်ထဲ ဆေးမဖျန်းဘဲစိုက်၍ သီးနေကြသည့် ခရမ်းသီး၊ ပဲသီးအမျိုးမျိုး၊ ခဝဲ၊ သခွား၊ ဖရဲ၊ ကျောက်ဖရုံ၊ ဘူးစသည်များသာရှိပါတော့သည်။

ထိုအသီးများတောင် စိတ်မချရ။ ပိုးကျ၍ အသီးထွားရန်ဟုဆိုကာ လူတို့အနေဖြင့် ဆေးဖျန်းစီမံခြင်း ပြုတတ်ကြပါသည်။ ဓာတုဗေဒဆေးဝါးပက်ဖျန်းထားသော အသီးအရွက်မှန်သမျှ၊ သဘာဝအသီးအရွက်မှန်သမျှ သဘာဝအသီးအနံ့များ မဟုတ်ကြ။ ဆေးဖက်လုံးဝမဝင်ဘဲ ကျန်းမာရေးအတွက် အန္တရာယ်ရှိသောကြောင့် လုံးဝရှောင်ရှားရပါမည်။

ယခုခေတ်သည် ခေတ်မီတိုးတက်သည်ဟုဆိုပါသည်။ ရှေးခေတ်နှင့်မတူဟု ဆိုကြပါသည်။ ခေတ်မီတိုးတက်မှုသည် အစားအသောက်များအတွက် ကျန်းမာရေးနှင့်မကိုက်ညီ၍ ရှေးခေတ်သဘာဝအတိုင်း ဉာဏ်မကူ၊ ဉာဏ်မများသည် အစားအသောက်များကိုသာ တန်ဖိုးထား စားသောက်လိုစိတ် ဖြစ်ပါသည်။ ခေတ်မီတိုးတက်သည်ဆိုသော်လည်း စားသောက်ရန် ရှိနေသည့် အသီးအရွက်တို့မှာ

ကား ဆေးများပက်ဖျန်းထားရာ သဘာဝအသီးအနံ့၊ အသီးအရွက်မဟုတ်တော့၍ ဆေးဖက်မဝင်သဘောမတွေ့ရပါကြောင်း တင်ပြရေးသားရပါသည်။

ကန့်ဘလူကံတင်အောင်(ပထဝီဝင်)

aq;zu0ion Er;euq

ပြည်ထောင်စုမြန်မာနိုင်ငံတော်သည် စိုက်ပျိုးရေးကို ပိုမိုဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် ဆောင်ရွက်ပြီး ခေတ်မီစက်မှုနိုင်ငံထူထောင်ရေးနှင့် အခြားစီးပွားရေးကဏ္ဍများကိုလည်း ဘက်စုံဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် တည်ဆောက်ပေးရန် ဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိနေပါသည်။ ကျေးလက်ဒေသနေ တောင်သူလယ်သမားကြီးများသည်လည်း မျိုးကောင်းမျိုးသန့်သုံးစွဲရေး၊ စိုက်စနစ်မှန်ကန်ရေး၊ သီးနှံအလိုက် အထွက်ကောင်းမျိုးများမျိုးသန့်ပွားထုတ်လုပ်ရေး၊ ဓာတ်မြေဩဇာနှင့်ဒေသထွက် မြေဩဇာများ ပေါင်းစပ်အသုံးပြုသွားကြရန်လည်း လိုအပ်လှပါသည်။ ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ငန်းများနှင့်အတူ ပညာရည်မြင့်မားရေး၊ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု မြင့်မားရေးတို့ကိုလည်း ပါဝင်ဆောင်ရွက် သွားကြရန်လိုအပ်ပါသည်။

တောင်သူလယ်သမားကြီးများ၏ မိသားစုများသည်လည်း ကိုယ်ကျန်းမာမှ စိတ်ချမ်းသာပြီး စိတ်ချမ်းသာမှလည်း ကိုယ်ကျန်းမာမည်ဖြစ်ပါသည်။ တောင်သူလယ်သမားအများစုနေထိုင်သော မြန်မာနိုင်ငံအလယ်ပိုင်း ညောင်ဦးခရိုင်အတွင်းရှိ ကျောက်ပန်းတောင်းမြို့နယ်၊ ဆုံရွာရှေ့တန်းနယ်မြေသည် ဆန်စပါးနှင့်အတူ ဆီထွက်သီးနှံများဖြစ်သည့် မြေပဲ၊ နှမ်းလျှင်၊ နေကြာသီးနှံများကို အဓိကထား စိုက်ပျိုးကြပါသည်။

ဆီထွက်သီးနှံ နှမ်းလျှင်သီးနှံကိုစိုက်ပျိုးကြရာတွင်လည်း မြို့နယ်စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာနမှ မှာယူစိုက်ပျိုးရသော မျိုးကောင်း မျိုးသန့်ဖြစ်သည့် ဆင်းရတနာ(၃) (ခေါ်) နှမ်းနက်ကို အဓိကထားစိုက်ပျိုးလာကြသည်။ နှမ်းနက်သည် ဝယ်ယူမှုဈေးကွက်ခိုင်မာပြီး သီးနှံအထွက်လည်းကောင်း နွေ၊ မိုး၊ ဆောင်းရာသီမရွေး စိုက်ပျိုးနိုင်သော နှမ်းမျိုးပင်ဖြစ်ပါသည်။ မကြာမီက ဂျာနယ်တစ်စောင်တွင် နှမ်းနက်ဆီ၏ ဆေးအစွမ်းထက်ပုံကိုလည်း သိရှိခဲ့ရသည်။ ထို့ကြောင့် တောင်သူလယ်သမားကြီးများလည်း သိရှိထားကြရန်လိုအပ်ပါသည်။

လူသားတို့ နေ့စဉ်စားသုံးလျက်ရှိသော အစားအစာများတွင် ဟင်းချက်ဆီများလည်း ပါဝင်ပါသည်။ ဟင်းချက်ဆီများတွင် မြေပဲဆီ၊ နှမ်းဆီ၊ နေကြာဆီ၊ စားအုန်းဆီ စသည်ဖြင့်ရှိကြရာ အထူးသဖြင့် နှမ်းဆီ နှမ်းနက်ဆီသည် ဆေးအစွမ်းထက်စေသော ဆီတစ်မျိုးပင်ဖြစ်ပါသည်။ နှမ်းနက်ဆီသည် အသည်း၊ ကျောက်ကပ်၊ အူပိုင်းဆိုင်ရာရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေပါသည်။ လူ့ခန္ဓာကိုယ်တွင် အပူအအေးမျှတအောင် ထိန်းညှိပေးနိုင်စွမ်းရှိသည်။ သွေးအားနည်းခြင်းကို မဖြစ်အောင်လည်း ကာကွယ်ပေးနိုင်သည်။ အိုမင်းရင့်ရော်မှုကို ကာကွယ်ပေးပြီး လူကိုနုပျိုစေပါသည်။ နှမ်းနက်ဆီကို ဆံပင်တွင် နေ့စဉ်လိမ်းပေးပါက ဆံပင်ဖြူခြင်းကို ကာကွယ်ပေးနိုင်ပါသည်။ လက်တွေ့အားဖြင့် တစ်နေ့တွင် အစာမကြေလေထိုး လေအောင့်ဖြစ်ပြီး မအီမလည် အနေခက်ခဲစွာရှိနေပြီး ဗိုက်အောင့်နေခဲ့ရာ နှမ်းနက်ဆီဟင်းစားဇွန်း တစ်ဇွန်းခန့် လက်ဝါးပေါ် တင်လိမ်းပေးရာမှ မကြာမီ လေထိုးလေအောင့်ခြင်းရောဂါကို လက်တွေ့ပျောက်ကင်းခဲ့ပါသည်။

ယခုအခါ မြန်မာနိုင်ငံဆီထွက်သီးနှံအဖြစ် နှမ်းသီးနှံ စိုက်ပျိုးရာဒေသများတွင် ဆင်းရတနာ(၃) (ခေါ်) နှမ်းနက်ကို ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် တိုးချဲ့စိုက်ပျိုးလာကြပါသည်။ ဆင်းရတနာ(၃)(ခေါ်) နှမ်းနက်သည် အသက် ရက် ၉၀မှ ၉၅ ရက်အထိရှိပြီး အစေ့၏အရောင်သည် အနက်ရောင်ဖြစ်ပါသည်။ အပင်ကိုင်းဖြာမှုရှိပြီး အရွက်သည် အရွက်လွှဲဖြစ်ကာ အပင်အမြင့် သုံးပေမှ လေးပေခန့်၊ တစ်ပင်လျှင် အသီးပေါင်း ၁၆၀ မှ ၁၇၀ အထိပါရှိပြီး တစ်ဧကအထွက်နှုန်း ၁၅ တင်းမှ တင်း ၂၀ အထိရရှိနိုင်ပါသည်။ ဆီအထွက်နှုန်း ၅၀ ရာခိုင်နှုန်းအထိရှိပြီး အစေ့ ၁၀၀၀ အလေးချိန် သုံးဂရမ်အထိရှိပါသည်။ ရေငတ်ဒဏ်ခံနိုင်ပြီး ဈေးကွက်ခိုင်မာနေကာ ဆည်ရေသောက်ဒေသများတွင် မိုးကြိုနှမ်း(နွေနှမ်း)အဖြစ် စိုက်ပျိုးနိုင်ပါသည်။ ယခု အခါ ဆင်းရတနာ(၃) နှမ်းနက်ကို ပြည်ပသို့ တင်ပို့လျက်ရှိနေပြီး နိုင်ငံခြားဝင်ငွေ ရရှိစေသော သီးနှံတစ်မျိုးဖြစ်ပါသည်။

တရုတ်လူမျိုးတို့သည် ရှေးရိုးအစဉ် အလာကပင် နှမ်းနက်ဆီများကို အဓိကထားထည့်သွင်း၍ ဆေးအမျိုးမျိုးကို ဖော်စပ်ထားရှိကြောင်း သိရှိရပါသည်။ နှမ်းနက်ဆီ၏အာနိသင်အစွမ်းကောင်းရှိကြောင်း သိသောသူများသည် နှမ်းနက်ဆီဖြင့် ဆန်ပြုတ်ခြင်း၊ မုန့်ဖုတ်ခြင်း၊ ဟင်းချက်စားခြင်းများ အသုံးပြုနေကြပြီဖြစ်ပါသည်။

မြန်မာတို့၏ ရေမြေရာသီဥတုနှင့် ကိုက်ညီလျက် နွေ၊ မိုး၊ ဆောင်းရာသီမရွေး စိုက်ပျိုးနိုင်သော သုံးရာသီနှမ်း(ခေါ်) နှမ်းနက်(ခေါ်)ဆင်းရတနာ (၃) နှမ်းမျိုးများကို ဆေးဖက်ဝင်သည့်၊ အစွမ်းထက်သည့် နှမ်းနက်ဆီများအဖြစ် ရယူနိုင်ရန်နှင့် ဝယ်လိုအားဈေးကွက် ခိုင်မာစွာရှိသဖြင့် တိုးချဲ့စိုက်ပျိုးသွားကြပါရန် တိုက်တွန်းရေးသားအပ်ပါသည်။

ရွှေမင်းအောင်(ကျောက်ပန်းတောင်း)

ton;a&mito m;0g ata&m*g

အသည်းရောင်အသားဝါ(အေ)ရောဂါသည် အသည်းရောင်အသားဝါ(အေ) ဗိုင်းရပ်(စ်)ပိုးကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ အဆိုပါရောဂါသည် မပြင်းထန်ဘဲ ဖြစ်တတ်သကဲ့သို့ ပြင်းထန်ပြီး နာမကျန်းဖြစ်ကာ အသက်အန္တရာယ်ထိခိုက်နိုင်ပါသည်။ နာမကျန်းဖြစ်ပွားမှုမှာ ရက်သတ္တပတ်မှ လပေါင်းများစွာကြာပြီးမှသာ ပြန်လည် နလန်ထူတတ်ပါသည်။

ရောဂါကူးစက်နည်းများ

အသည်းရောင်အသားဝါ(အေ)ရောဂါသည် ပတ်ဝန်းကျင်သန့်ရှင်းမှုနည်းခြင်းနှင့် မသန့်ရှင်းသောရေကြောင့် ဖြစ်တတ်ပါသည်။ မသန့်ရှင်းသော အစားအစာ၊ ရေ သို့မဟုတ် ရောဂါရှိသောလူ၏ ခန္ဓာကိုယ်မှထွက်သော အညစ်အကြေးများနှင့် ထိတွေ့မိသော အစားအစားနှင့် ရေများမှ အဓိကကူးစက်တတ်ပါသည်။ ရောဂါပိုးရှိသောလူများနှင့် အနီးကပ်ထိတွေ့ဆက်ဆံခြင်းကြောင့်လည်း ကူးစက်နိုင်ပါသည်။

ရောဂါလက္ခဏာများ

မျက်စိနှင့်အရေပြားဝါလာခြင်း၊ အစားမစားချင်စိတ်ဖြစ်ပေါ်ခြင်း၊ ဖျားနာခြင်း၊ ပျို့အန်ခြင်း၊ ဝမ်းသွားခြင်း၊ မအီမသာဖြစ်ခြင်း၊ ဆီးဝါခြင်းနှင့် ဝမ်းဗိုက်မအီမသာဖြစ်ခြင်းတို့သည် ရောဂါလက္ခဏာများဖြစ်ပါသည်။

ရောဂါကူးစက်နိုင်သောအခြေအနေများ

ပတ်ဝန်းကျင်သန့်ရှင်းမှု အားနည်းခြင်း၊ မသန့်ရှင်းသောရေသောက်ခြင်း၊ မူးယစ်ဆေးထိုးနှံခြင်း၊ ရောဂါရှိသူနှင့် အတူတကွနေထိုင်ခြင်း၊ ရောဂါရှိသူနှင့် လိင်ဆက်ဆံခြင်း၊ အသည်းရောင်အသားဝါ အေဗိုင်းရပ်စ်ရောဂါဖြစ်သော နေရာများသို့ သွားရောက်ခြင်းတို့ကြောင့် ရောဂါကူးစက်နိုင်ပါသည်။

ရောဂါဖြစ်ရန် အခွင့်အလမ်းပိုသူများ

အသည်းရောင်အသားဝါ အေရောဂါ မဖြစ်သေးသူများနှင့် ကာကွယ်ဆေးမထိုးရသောသူများသည် ရောဂါဖြစ်ရန် အခွင့်အလမ်းပိုများပါသည်။

ရောဂါဖြစ်ပွားနှုန်းလျှော့ချခြင်း

သန့်ရှင်းသောရေကို သောက်သုံးခြင်း၊ တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းမှုပြုလုပ်ခြင်း၊ ပတ်ဝန်းကျင်သန့်ရှင်းမှုကို ဝိုင်းဝန်းဆောင်ရွက်ခြင်းနှင့် အသည်းရောင်အသားဝါ အေ ကာကွယ်ဆေးထိုးထားခြင်းဖြင့် ရောဂါကို ကာကွယ်နိုင်ပြီး ထိရောက်စွာ ရောဂါဖြစ်ပွားနှုန်းကို လျှော့ချနိုင်ပါသည်။

ဒေါက်တာမြင့်သန်းထွန်း

ou&nuse;rmatmi pm;aomuaexien;

အမေရိကန်နိုင်ငံ သုတေသီတို့က အဆုတ်အားကောင်းလျှင် သက်ရှည်ကျန်းမာရေးအတွက် များစွာအထောက်အကူပြုသည်ဆိုပါသည်။ အဆုတ်အားကောင်းစေရန်အတွက် နေ့စဉ်နံနက် လေပြင်းပြင်းရှူသွင်းရှူထုတ်သော လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ပေးပါ။ တစ်နေ့လျှင် လတ်လတ်ဆတ်ဆတ်ပန်းသီးတစ်လုံးစားပေးပါ။ လမ်းမှန်မှန်လျှောက်ပေးပါ။ ၄င်းအပြင် ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်နေပါ။ အတိတ်ကိုမတွေးပါနှင့်။ စိတ်ဆင်းရဲလှပါသည်။ အနာဂတ်ကိုလည်းမတွေးနှင့် စိတ်ပင်ပန်းလှ၏။ ပျော်ပျော်နေသေခဲလှသည်။ ဤကား သက်ရှည်ကျန်းမာအောင် နေထိုင်နည်းပင်တည်း။

ကေတီအောင်သိန်း

uav;i , rsm;wi jzpwwon 0r;azm0r;a&mi uoen;

ကလေးငယ်များ မွေးကင်းစအရွယ်မှ နို့ပြတ်ခါနီးအရွယ်တို့၌ မိုးဦးလေဦး မိုးတစ်ပြိုက်လေတစ်ပြိုက်ဖြစ်သည့် ကဆုန်လကုန်ခါနီးအချိန်လောက်တွင် မကြာခဏဆိုသလို ဝမ်းဖောဝမ်းရောင်လေထိုးဖြစ်တတ်သည်။ ထိုအချိန်တွင် သစ်တိုသီးမှည့်၊ ပိန္နဲသီး၊ ကြက်မောက်သီး၊ မင်းကွတ်သီး၊ ဖရဲသီး၊ ဒူးရင်းသီး၊ တည်င်းသီး စသောအသီးအနှံများ လှိုင်လှိုင်ပေါ်နေပြီဖြစ်သည်။ တချို့နေရာများတွင် မျှစ်များပေါ်နေပြီဖြစ်သည်။

ကလေးမိခင်များ ရာသီအလိုက်ပေါ်သော ဂေါ်ဖီထုပ်၊ ခရမ်းသီး၊ ခရမ်းချဉ်သီး၊ ပဲသီး၊ ကန်စွန်းရွက်၊ မုန်လာဥ၊ ဆလတ်ရွက်၊ ပဲပင်ပေါက်၊ ရုံးပတီသီး၊ ချဉ်ပေါင်ရွက်၊ ကင်ပွန်းချဉ်ရွက်၊ ဆူးပုပ်ရွက် စသည့် အသီးအရွက်များ နံနက်ညနေ ရက်ဆက်၍ ချက်ပြုတ်စားသောက်ခြင်းကြောင့်လည်း မိခင်၏နို့ရည်မှတစ်ဆင့် ကလေးငယ်များ ဝမ်းဖောဝမ်းရောင်လေထိုးဖြစ်တတ်သည်။

ကလေးငယ်များ မိခင်နို့ရည်မှတစ်ဆင့် အာဟာရအဖြစ် ရောက်သွားတော့သည်။ တပေါင်း၊ တန်ခူးလတွင် ရွှေဝါရောင်အတွဲလိုက်ပွင့်သော ငုပင်၏လက်ကောက်ဝတ်ခန့်ရှိသော အစိုက်ကိုင်းကို တစ်ထွာခန့်ဖြတ်ပြီး အလယ်မှအနှစ်ကို လက်ညှိုးတစ်ဆစ်ခန့်ယူပါ။ ကျောက်ပြင်တွင် ပျစ်ပျစ်သွေးပြီး ဝမ်းဖောဝမ်းရောင်လေထိုး၍ နို့မစို့နိုင်ဘဲအော်နေသော ကလေးငယ်၏ ချက်နားတစ်ဝိုက် (လေးလက်မပတ်လည်ခန့်)ကို မကြာခဏ မထူမပါးလိမ်းပေးပါ။ သက်သာပျောက်ကင်းသွား၍ မိခင်နို့ကို ကောင်းကောင်းပြန်စို့နိုင်ပါလိမ့်မည်။

ဖုန်းမြင့်(ရုပ်သံ)

t,v, avmbwuorsm; ze;upr;rvrqi owxm;

နည်းပညာခေတ်တွင် လူတိုင်းနီးပါးမိုဘိုင်းဖုန်းသုံးစွဲလာကြသည်။ ယင်းသို့ မိုဘိုင်းဖုန်းအသုံးတွင်ကျယ်လာသည်နှင့်အမျှ ကောင်းကျိုးအမျိုးမျိုး ရရှိခံစားရနိုင်သကဲ့သို့ တစ်ဖက်တွင်လည်း ဖုန်းကိုအကြောင်းပြု၍ မှုခင်းအမျိုးမျိုး ဖြစ်ပွားလာသည်ကို တွေ့လာရပါသည်။ အဆိုပါ မှုခင်းများအနက် တစ်မျိုးမှာမူ ယုံလွယ်မှုနှင့် လောဘကို အရင်းခံ၍ ဖုန်းကံစမ်းမဲပေါက်ကြောင်း လိမ်လည်ပြီး ငွေတောင်းခံလာမှုများပင်ဖြစ်သည်။

ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး ရဲတပ်ဖွဲ့မှ ထိုကဲ့သို့ လိမ်လည်ငွေတောင်းသူများအား ဖော်ထုတ်ဖမ်းဆီးရမိရေးအတွက် စုံစမ်းဆောင်ရွက်လျက်ရှိစဉ် ၁၀-၉-၂၀၁၅ ရက်နေ့တွင် ကမာရွတ်မြို့နယ်ရှိ AGD ဘဏ်သို့ မကွေးတိုင်းဒေသကြီး၊ တောင်တွင်းကြီးမြို့မှ ဦး--- အမည်ဖြင့် ငွေကျပ် ၁၅ သိန်းလွှဲပို့ခဲ့ရာ ၄င်းငွေကိုလာရောက်ထုတ်ယူသော လှိုင်သာယာမြို့နယ်နေ အောင်ပိုင် (၂၁)နှစ်အား ဘဏ်မှမသင်္ကာသဖြင့် ကမာရွတ်မြို့မရဲစခန်းသို့ ဆက်သွယ်သတင်းပေးပို့ချက်အရ သွားရောက်ထိန်းသိမ်းခဲ့ပြီး ၄င်းနှင့်အတူပါသူများဖြစ်သည့် ပိုင်လေး(ခ)မျိုးမင်းပိုင် (၂၄)နှစ်၊ လေးဝင်းအောင် (၁၉) နှစ်နှင့် ရှိန်းကို(ခ)ရှိန်းကိုထက် (၂၀)နှစ်တို့အား ဆက်လက်ထိန်းသိမ်း၍ စစ်ဆေးမှုများ ဆောင်ရွက်ခဲ့ရာ ဖုန်းကံစမ်းမဲပေါက်သည်ဟု လိမ်လည်ပြောဆိုပြီး ပေးပို့ခိုင်းသည့် ငွေများအား လာရောက်ထုတ်ယူခြင်းဖြစ်ကြောင်း ပေါ်ပေါက်ခဲ့ပါသည်။

၄င်းတို့အား ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး ရဲတပ်ဖွဲ့ဝင်များက ဖမ်းဆီးရမိသူ မျိုးမင်းပိုင်ပါ လေးဦးအား အလားတူလိမ်လည်မှုများနှင့် တိုက်ဆိုင်စစ်ဆေးခဲ့ရာ ၄င်းတို့လေးဦးသည် လှိုင်သာယာမြို့နယ်တွင်နေထိုင်သည့် ကျော်ကြီး(ခ)ဘိုဘို(ခ)ဇာနည်(စုံစမ်းဆဲ)၊ ကျော်နိုင်ဦး (စုံစမ်းဆဲ)၊ သိန်းစိုး(စုံစမ်းဆဲ) တို့က ၄င်းတို့အား ဘဏ်များသို့ သွားရောက်ငွေထုတ်ပေးရန် ခိုင်းစေခဲ့ကြောင်းနှင့် ထုတ်ယူပေးခအဖြစ် ပိုက်ဆံပေးခဲ့ကြောင်း သိရှိရပါသည်။ ၁၈-၈-၂၀၁၅ ရက်နေ့က မန္တလေးမြို့မှ ဒေါ်--- အမည်ဖြင့်လွှဲပို့ပေးသည့် ငွေကျပ် ၁၁ သိန်း ၅ သောင်းအား မရမ်းကုန်းမြို့နယ်၊ ကိုးမိုင်ကမ္ဘောဇဘဏ်တွင် သွားရောက်ထုတ်ယူခဲ့ပြီး ငွေထုတ်ပေးခအဖြစ် ငွေကျပ် ၈၀၀၀ ရရှိခဲ့ကြောင်း ပေါ်ပေါက်ခဲ့သည်။ အလားတူပင် ၁၂-၈-၂၀၁၅ ရက်နေ့တွင်လည်း ပုသိမ်မြို့မှ အမည်မမှတ်မိအမျိုးသားလွှဲပို့ပေးသော ငွေကျပ်ခြောက်သိန်းကို အင်းစိန်မြို့နယ်၊ စော်ဘွားကြီးကုန်းရှိ CB ဘဏ်သို့ သွားရောက်၍ လွှဲပို့ပေးသည့်ငွေများအား ထုတ်ယူခဲ့ပြီး ကျော်ကြီးထံပေးအပ်ခဲ့ကြောင်း ငွေထုတ်ပေးခအဖြစ် ငွေကျပ် ၈၀၀၀ ရရှိခဲ့ကြောင်း၊ ယင်းသို့ငွေများ ထုတ်ယူရရှိခဲ့ခြင်းမှာ ဖုန်းကံစမ်းမဲပေါက်သည်ဟု လိမ်လည်ပြောဆို၍ လွှဲပို့ခိုင်းခဲ့သောငွေများဖြစ်ကြောင်း ပေါ်ပေါက်ခဲ့သည်။

ပေါ်ပေါက်ချက်များအရ ဖုန်းကံစမ်းမဲပေါက်သည်ဟု လိမ်လည်ကာ တောင်တွင်းကြီးမြို့နေ အမျိုးသားထံမှ လိမ်လည်ရယူခဲ့ခြင်းအတွက် တောင်တွင်းကြီးမြို့မ ရဲစခန်းတွင် ပြစ်မှုပုဒ်မ-၄၂၀ ဖြင့် အမှုဖွင့် အရေးယူဆောင်ရွက်လျက်ရှိပြီး ကျန်လိမ်လည်မှုနှစ်မှုအတွက် သက်ဆိုင်ရာ ရဲစခန်းအသီးသီးတွင် အမှုဖွင့်အရေးယူနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိကြောင်းနှင့် ကျော်ကြီး၊ ကျော်နိုင်ဦးနှင့် သိန်းစိုးတို့အား ဖမ်းဆီးရမိရေး ဆက်လက်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။

ငွေငွေ

မိုးလေဝသနှင့်ဇလဗေဒခန့်မှန်းချက်

၂၀၁၅ ခုနှစ်၊ အောက်တိုဘာလ ပထမ ၁၅ ရက်အတွက်

ဘင်္ဂလားပင်လယ်အော်အခြေအနေ

အနောက်တောင်မုတ်သုံလေသည် မြန်မာနိုင်ငံတစ်ဝန်းလုံးမှ လုံးဝဆုတ်ခွာသွားနိုင်ပါသည်။ ဘင်္ဂလားပင်လယ်အော် မြောက်ပိုင်းတွင် တိမ်ထူထပ်နိုင်ပြီး ကပ္ပလီပင်လယ်ပြင်နှင့် ဘင်္ဂလားပင်လယ်အော်တို့တွင် တိမ်အသင့်အတင့် ဖြစ်ထွန်းနိုင်ပါသည်။ မြန်မာနိုင်ငံ မြောက်ပိုင်းဒေသများတွင် တိမ်ထူထပ်နေပြီး ကျန်ဒေသများတွင် တိမ်အသင့်အတင့် ဖြစ်ထွန်းနိုင်ပါသည်။ ကပ္ပလီပင်လယ်ပြင်တွင် မုတ်သုံလေအားနည်းနေပြီး ဘင်္ဂလားပင်လယ်အော်တောင်ပိုင်းတွင် လေဖိအား နည်းရပ်ဝန်းတစ်ခု ဖြစ်ပေါ်ရာမှ ပိုမိုအားကောင်းလာကာ မုန်တိုင်းငယ်တစ်ခု ဖြစ်လာနိုင်ပါသည်။

မြန်မာ့ပင်လယ်ပြင်အခြေအနေ

မြန်မာ့ကမ်းရိုးတန်းတစ်လျှောက်နှင့် ကမ်းလွန်ပင်လယ်ပြင်တို့တွင် လှိုင်းအနည်းငယ်မှ လှိုင်းအသင့်အတင့် ရှိပါသည်။ မြန်မာ့ကမ်းရိုးတန်းတစ်လျှောက်တွင် လှိုင်းအမြင့် နှစ်ပေမှ ငါးပေခန့်အထိ ရှိနိုင်ပါသည်။

နေ့အပူချိန်အခြေအနေ

ကချင်ပြည်နယ်၊ ချင်းပြည်နယ်နှင့် ရှမ်းပြည်နယ်(တောင်ပိုင်း)တို့တွင် နေ့အပူချိန် ၂၂ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်မှ ၂၈ ဒီဂရီ စင်တီဂရိတ်ခန့်၊ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး(အောက်ပိုင်း)နှင့် မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီးတို့တွင် ၃၃ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်မှ ၃၅ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်၊ ကျန်တိုင်းဒေသကြီးများနှင့် ပြည်နယ်ဒေသတို့တွင် နေ့အပူချိန် ၂၉ ဒဂရီ စင်တီဂရိတ်မှ ၃၂ ဒီဂရီ စင်တီဂရိတ်အထိ ရှိနိုင်ပါသည်။

မိုးတိမ်တောင်အခြေအနေ

မြန်မာ့ကမ်းရိုးတန်းတစ်လျှောက်မှာ မိုးတိမ်တောင်များ ထူထပ်စွာ ဖြစ်ပေါ်နေပြီး ကျန်တစ်ပြည်လုံးမှာ မိုးတိမ်တောင်များ အသင့်အတင့် ဖြစ်ထွန်းနေပါသည်။ ကပ္ပလီပင်လယ်ပြင်နှင့် ကျန်ဘင်္ဂလားပင်လယ်အော်တို့တွင် မိုးတိမ်တောင်များ အသင့်အတင့် ဖြစ်ထွန်းနိုင်ပါသည်။

မိုးရွာသွန်းမှုအခြေအနေ

စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး(အောက်ပိုင်း)၊ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီးနှင့် မကွေးတိုင်းဒေသကြီးတို့တွင် နေရာကွက်ကျား၊ ရှမ်းပြည်နယ်၊ ကယားပြည်နယ်၊ ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီးနှင့် တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီးတို့တွင် နေရာကျဲကျဲ၊ ကျန်ဒေသများတွင် နေရာစိပ်စိပ် သုံးရက်မှ ငါးရက်ခန့် မိုးထစ်ချုန်းရွာနိုင်ပါသည်။

ရေဖုံးလွှမ်းနိုင်မှုအခြေအနေ

ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး၊ သထုံမြို့နယ်များ အနီးပတ်ဝန်းကျင်ရှိဒေသများတွင် ရေဖုံးလွှမ်းခံရမည့် အလားအလာများ ဆက်လက်ဖြစ်ပေါ်နေပါသည်။

MCCW(Myanmar Climate Change Watch)

သဘာဝဘေးအန္တရာယ်

မြေပြိုသည့်အန္တရာယ်ကျရောက်ခါနီး ဖြစ်ပေါ်တတ်သော လက္ခဏာများ

၁။ မိမိတို့နေအိမ်များ၌ တံခါးများဖွင့်ပိတ်ရာတွင် ကျပ်လာခြင်း။
၂။ အိမ်၏အုတ်နံရံများအက်လာခြင်း။
၃။ အောက်ခြေအုတ်နံရံများ အက်ကွဲလာခြင်း။
၄။ ခြံစည်းရိုးများ နေရာရွေ့လာခြင်း။
၅။ သစ်ပင်များနေရာရွေ့ခြင်း၊ စောင်းလာခြင်း၊ မြေများအက်ကွဲခြင်း။

အထက်ပါလက္ခဏာများကို သတိပြုမိပါက အမြန်ရွှေ့ပြောင်းရန်။

မြေပြိုမှုကြောင့် ဆိုးကျိုးသက်ရောက်မှု

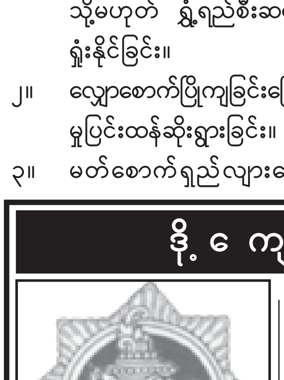
၁။ ကြီးမားပြီးအန္တရာယ်ရှိသော မြေစိုင်မြေခဲကြီးများ လျှောကျခြင်း သို့မဟုတ် ရွှံ့ရည်စီးဆင်းခြင်းကြောင့် လူတို့၏ အသက်ဆုံးရှုံးနိုင်ခြင်း။
၂။ လျှောစောက်ပြိုကျခြင်းကြောင့် သေကြေပျက်စီးနိုင်ခြင်း၊ ထိခိုက်မှုပြင်းထန်ဆိုးရွားခြင်း။
၃။ မတ်စောက်ရှည်လျားသော တောင်စောင်းများပြိုကျပါက တောင်ခြေရှိလမ်းများ၊ စိုက်ခင်းများ၊ အသက်အိုးအိမ်များ ထိခိုက်နိုင်ခြင်း၊ ပြိုကျသော မြေသားများသည် စိုက်ခင်းများကို ကျယ်ပြန့်စွာ ဖုံးအုပ်ထားသဖြင့် ကာလရှည်ကြာစွာ ပြန်လည်လုပ်ကိုင်နိုင်စွမ်းမရှိခြင်း။
၄။ လမ်းများ၊ ရေကြောင်းများတွင် အပျက်အစီးများ ပိတ်ဆို့နိုင်ခြင်း။
၅။ စိုက်ပျိုးရေးနှင့် သစ်တောပစ္စည်းထုတ်လုပ်မှု ထိခိုက်ခြင်း။
၆။ ဆက်သွယ်ရေးလမ်းကြောင်း ပြတ်တောက်ခြင်း။

ဆိုးကျိုးဖြစ်စေသည့်အကြောင်းရင်း

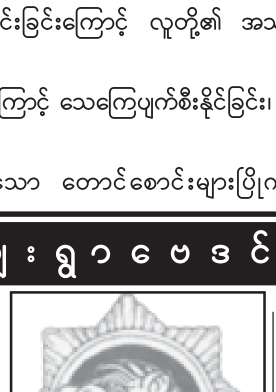
၁။ မတ်စောက်သောတောင်စောင်းများ၊ မြေပျော့များ၊ ကျောက်တောင်စွန်းများတွင် လူနေအိမ်ဆောက်လုပ်ခြင်း။
၂။ အဆောက်အအုံ၏ အုတ်မြစ်အားနည်းခြင်း။
၃။ မြေပြိုခြင်း၏အန္တရာယ်အကြောင်း နားလည်မှုမရှိခြင်း။
၄။ ပိုက်လိုင်းများ မြေမြှုပ်ထားခြင်း။

ကယ်ဆယ်ရေးနှင့်ပြန်လည်နေရာချထားရေးဦးစီးဌာန

ဒို့ကျေးရွာဗေဒင် (၁၆ - ၁၀ - ၂၀၁၅ မှ ၃၀ - ၁၀ - ၂၀၁၅ အထိ) တက္ကသိုလ်စိုးမိုးနိုင်



တနင်္ဂနွေ။ ဘဝရဲ့လေပြည်လေညင်း တိုက်ခိုက်ခံရတတ်သည့်ကာလ။ ဆန္ဒနဲ့ဘဝ တစ်ထပ်တည်းကျမယ်။ လတ်တလောဆောင်ရွက်တဲ့ ကိစ္စအတိုက်အခံကြားက တိုးတက်မယ်။ ရပ်ဝေးခရီးသွားလာမှု ကိစ္စ မမျှော်လင့်သူထံမှအကူအညီရမယ်။ ကျန်းမာရေးမှာ ဒေါင်ဒေါင်မြည်ကောင်းနေမယ်။ ချစ်သူနဲ့ပျော်စရာခရီးထွက်ရမယ်။ အကျိုးပေးဂဏန်း၊ ၄၊ ၇၊ ၈ ဖြစ်တယ်။
ယတြာ။ ဂုဏ်တော်ကိုးပါး ရွတ်ဖတ်ပူဇော်ပါ။



တနင်္လာ။ အတွေးကောင်း၊ အရွေးကောင်းနေတတ်သည့်ကာလ။ ခင်မင်သူများ အထင်ကြီးလေးစားမှုခံရတတ်တယ်။ ဆန်းသစ်တီထွင်မှုနဲ့အကျိုးပေးကောင်းတယ်။ လက်လွှန်ထားတဲ့ငွေကြေးတွေ ပြန်ရမယ်။ လတ်တလောကိစ္စမှာ ပါးနပ်စွာပြောဆိုတတ်ဖို့လိုတယ်။ ကျန်းမာ၊ ချမ်းသာ၊ ဝမ်းသာဖွယ်ကြုံမယ်။ သစ္စာရှိတဲ့ချစ်သူရမယ်။ အကျိုးပေးဂဏန်းမှာ ၃၊ ၅၊ ၇ ဖြစ်တယ်။
ယတြာ။ ကံ့ကော်ညွန့် ငါးညွန့်ကပ်လှူပါ။

အင်္ဂါ။ အောင်မြင်ခြင်း အဖြာဖြာ ပြည့်စုံသည့်ကာလ။ ရတ်တရက်စီးပွားတိုးတက်မယ်။ ဆောင်ရွက်ဆဲကိစ္စမှာ အမြော်အမြင်ရှိဖို့လိုတယ်။ အောင်အတိတ်၊ အောင်နိမိတ်တွေနဲ့ ပြည့်စုံမယ်။ မိသားစုနဲ့ ခရီးထွက်ရတတ်တယ်။ ကျန်းမာရေးသင့်သော်လည်း အချိုလျှော့စား။ နှလုံးသားထဲမှာနင့်နေအောင်ချစ်ရမယ့်သူနဲ့ ကြုံမယ်။ အကျိုးပေးဂဏန်းမှာ ၃၊ ၇၊ ၉ ဖြစ်တယ်။
ယတြာ။ ဘုရားကျောင်းကန်သန့်ရှင်းရေးလုပ်ပါ။

ဗုဒ္ဓဟူး။ ကံကောင်းစေမယ့် လိပ်ပြာလေးဝေ့ဝဲနေသည့်ကာလ။ ဆန်းသစ်တီထွင်လိုစိတ် ပြင်းပြနေမယ်။ ဆောင်ရွက်ဆဲကိစ္စတွေမှာ လျှို့ဝှက်စွာ ဆောင်ရွက်သင့်တယ်။ အများထက်သာတဲ့အောင်မြင်မှုမျိုးရမယ်။ ကျန်းမာရေးကောင်းစေရန် သင့်လျော် သည့်လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ပါ။ ချစ်စိတ်ကူးတွေကို အကောင်အထည်ဖော်ပါ။ အကျိုးပေးဂဏန်းမှာ ၄၊ ၈၊ ၉ ဖြစ်တယ်။
ယတြာ။ စေတနာရှိသူကို ဆေးလှူပါ။

ကြာသပတေး။ မျှော်လင့်ချက်ဆန္ဒများ ပြည့်ဝတတ်သည့်ကာလ။ မိတ်ဆွေသစ်၊ ပတ်ဝန်းကျင်သစ်ကြောင့် ကံပွင့်လန်းလာလိမ့်မယ်။ ဆောင်ရွက်ဆဲကိစ္စမှာ သင့်စွမ်းဆောင်ရည်ကို မြှင့်တင်လှုပ်ရှားသင့်တယ်။ စာချုပ်စာတမ်းလက်မှတ်ထိုးတဲ့ကိစ္စတွေ သတိထားလုပ်။ ကျန်းမာရေးစိတ်အေးရပေမယ့် အချစ်ရေးစိတ်လေးရမယ်။ အကျိုးပေးဂဏန်းမှာ ၂၊ ၈၊ ၉ ဖြစ်တယ်။
ယတြာ။ သံဃာတော်တစ်ပါးကိုထီးလှူပါ။

သောကြာ။ စိတ်ကူးယဉ်တွေဝေမှုများနေသည့် ကာလ။ အတိုက်အခံပေါင်းများစွာကို ဖြတ်ကျော်ရမယ်။ ဆောင်ရွက်ဆဲကိစ္စမှာ ဆန့်ကျင်မှုတွေကို ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းရမယ်။ မေတ္တာထားစိတ်မွေးမြူပြီး လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်သင့်တယ်။ ကျန်းမာစေရန် အပူ၊ အစပ်ရှောင်သင့်တယ်။ အချစ်ကြောင့် နောင်တခါးခါးရတတ်တယ်။ အကျိုးပေးဂဏန်းမှာ ၁၊ ၅၊ ၈ ဖြစ်တယ်။
ယတြာ။ စာရေးကိရိယာ ပေးလှူပါ။

စနေ။ အောင်မြင်မှုရေစီးမှာ အလိုက်သင့်မျောပါခွင့်ရသည့်ကာလ။ လှေခွက်ချည်းကျန်အလံမလှဲ ကြိုးစားသင့်တယ်။ ဝီရိယရှေ့ဆောင်လို့ အောင်မြင်မယ်။ ထူးခြားတဲ့ကံတရားသစ်နဲ့ကြုံမယ်။ မိသားစုများအတွင်း ဝမ်းသာစရာ သတင်းစကား ကြားရတတ်တယ်။ ကျန်းမာရေးသင့်တယ်။ မာနကြီးတဲ့သူလေးကိုမှ ချစ်မိမယ်။ အကျိုးပေးဂဏန်းမှာ ၀၊ ၄၊ ၇ ဖြစ်တယ်။
ယတြာ။ သီလရှင်တစ်ပါးကို ဆေးလှူပါ။

ဒို့ကျေးရွာ ဂျာနယ်
OUR VILLAGE JOURNAL

သစ်တောထိန်းသိမ်းရေးရုပ်ရှင်ရိုက်ကူးရန် ကမ္ဘောဒီးယားဝန်ကြီးချုပ်နှင့် ဂျိုလီ ဆွေးနွေး

ကမ္ဘောဒီးယားနိုင်ငံ ဝန်ကြီးချုပ် ဟွန်ဆန်နှင့် အမေရိကန်ရုပ်ရှင်သရုပ်ဆောင် အိန်ဂျလီနာဂျိုလီတို့သည် သစ်တောထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရေးနှင့် မှတ်တမ်းရုပ်ရှင်ကားရိုက်ကူးရန် စက်တင်ဘာ ၁၇ ရက်နေ့က ဆွေးနွေးခဲ့ကြကြောင်း သိရသည်။

၂၀၀၄ ခုနှစ်အတွင်းက ဝန်ကြီးချုပ် ဟွန်ဆန်နှင့် ဂျိုလီတို့တွေ့ဆုံခဲ့ကြပြီး ဝန်ကြီးချုပ် ဟွန်ဆန်က နိုင်ငံ၏ အနောက်မြောက်ပိုင်းရှိ သစ်တောဧရိယာ ဟက်တာ ၆၀၀၀၀ ခန့်ကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရန် ဂျိုလီအား ခွင့်ပြုပေးခဲ့ပြီး ယခု တွေ့ဆုံမှုသည် ဒုတိယအကြိမ်တွေ့ဆုံမှုဖြစ်ကြောင်း ဝန်ကြီးချုပ်၏ လက်ထောက်အရာရှိ အန်းဆိုပါးလက်က ပြောကြားသည်။

ဝန်ကြီးချုပ်၏ လက်ထောက်အရာရှိ အန်းဆိုပါးလက်က "ဂျိုလီက သူ့ရဲ့ သစ်တောထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရေး စီမံကိန်းက အဆင်ပြေချောမွေ့မှုရှိတဲ့အကြောင်းနဲ့ သစ်တောတွေစိမ်းစိုနေမှုက ကမ္ဘောဒီးယားနိုင်ငံရဲ့ သဘာဝသယံဇာတတွေကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရေးမှာ အထောက်အကူဖြစ်ကြောင်း ဝန်ကြီးချုပ်ကို ပြောပါတယ်"ဟု ပြောကြားခဲ့သည်။

စာ-၂၃ သို့

ဓာတ်ပုံ-အင်တာနက်

ဓာတ်ပုံ-အင်တာနက်

ဂျပန်၌ အသက် ၁၀၀ နှင့်အထက်ရှိသူ ခြောက်သောင်းကျော်ထိ မြင့်တက်

ဂျပန်နိုင်ငံတွင် ယခုနှစ်အတွင်း အသက် ၁၀၀ နှင့်အထက်ရှိဦးရေသည် ခြောက်သောင်းပြည့်သွားကြောင်းသိရသည်။ လာမည့် ရက်အနည်းငယ်အတွင်း အသက် ၁၀၀ နှင့်အထက်ရှိသူဦးရေသည် ၆၁၅၆၈ ဦးရှိလာမည်ဟု ခန့်မှန်းထားသည်။ ၎င်းတို့အနက် ၈၇ ရာခိုင်နှုန်းသည် အမျိုးသမီးများဖြစ်သည်ဟု စက်တင်ဘာလ ၁၁ ရက်နေ့ကထုတ်ပြန်ခဲ့သည်။

စက်တင်ဘာ ၁၅ ရက်က ဂျပန်အစိုးရသည် အသက် ၁၀၅ နှစ်ပြည့်သွားသူ ၃၀၃၇၉ ဦးသို့ စာများနှင့် ၆၅ ဒေါ်လာတန်ဖိုးရှိသည့် ငွေပန်းကန်ပြားများကို လက်ဆောင်အဖြစ် ပေးပို့ခဲ့သည်။ ဂျပန်တွင် အသက် ၁၀၀ ပြည့်ပြီးသူများကို လက်ဆောင်ပေးသည့် အစီအစဉ်ကို ၁၉၆၃ ခုနှစ်က စတင်ခဲ့ပြီး ထိုနှစ်က ငွေပန်းကန်ပြား ၁၅၃ ချပ်သာပေးခဲ့ရသည်။ ယခုအခါ သက်ကြီးရွယ်အိုဦးရေသည် ဂျပန်နိုင်ငံတွင် နှစ်စဉ် မြင့်တက်လျက်ရှိရာ ၂၀၁၄ ခုနှစ်တွင် ပေးပို့ခဲ့သည့် ငွေပန်းကန်ပြား ၃၀၀၀၀ နီးပါးရှိခဲ့ပြီး ကုန်ကျစရိတ်မှာ ဒေါ်လာ ၂ ဒသမ ၁ သန်း ရှိခဲ့သည်။

ဂျပန်နိုင်ငံတွင် အမျိုးသားများ၏ ပျမ်းမျှသက်တမ်းသည် နှစ် ၈၀ ခန့်ရှိပြီး အမျိုးသမီးများ၏ ပျမ်းမျှသက်တမ်းသည် ၈၆ ဒသမ ၈၃ နှစ်ဖြစ်သဖြင့် ကမ္ဘာ့သက်တမ်းအရှည်ဆုံးလူသားများဖြစ်ကြသည်။ ကမ္ဘာ့အသက်အကြီးဆုံး အမျိုးသားဖြစ်သူ ၁၁၂ နှစ်အရွယ်ရှိ ယာမူတာရိုကိုဒီသည် ဂျပန်နိုင်ငံသားဖြစ်ကြောင်းသိရသည်။ ***ဖြိုးပွင့်စံ***

Ref: AFP

ထိုင်းပင်လယ်စာထုတ်လုပ်ရေးလုပ်ငန်းများရှိ ကလေးလုပ်သားများ လုပ်ငန်းခွင်အန္တရာယ် ပိုမိုကြုံတွေ့ရ

ထိုင်းနိုင်ငံ၏ ပင်လယ်စာထုတ်လုပ်ရေးလုပ်ငန်းများ၌ အလုပ်လုပ်နေကြသော ကလေးများသည် အခြားသော လုပ်ငန်းများ၌ အလုပ်လုပ်ကြရသည့် ကလေးများထက် လုပ်ငန်းခွင်ဘေးအန္တရာယ် ပိုမိုကြီးမားသည်ဟု ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များက သတိပေးကြောင်း ရိုက်တာသတင်းဌာနကဆိုသည်။ ထိုင်းနိုင်ငံ၏ ဥပဒေအရ အလုပ်လုပ်ကိုင်နိုင်သော အနိမ့်ဆုံးအသက်အရွယ်မှာ ၁၅ နှစ်ဖြစ်သော်လည်း ရွှေ့ပြောင်းကလေးများ အပါအဝင် ယင်းအသက်အရွယ်ထက် ပိုမိုငယ်ရွယ်သော ကလေးများမှာ တရားမဝင် အလုပ်လုပ်ကိုင်နေကြရပြီး စာသင်ကျောင်းသို့ သွားရောက်နိုင်ခြင်းမရှိကြောင်း နိုင်ငံတကာအလုပ်သမားအဖွဲ့ချုပ် (ILO) နှင့် အာရှဖောင်ဒေးရှင်းတို့မှ ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များ ပူးတွဲထုတ်ပြန်သော အစီရင်ခံစာတွင် ဖော်ပြထားသည်။

ပင်လယ်စာထုတ်လုပ်သည့် လုပ်ငန်းကဏ္ဍတွင် လုပ်ကိုင်နေသည့် ကလေးလုပ်သားဦးရေ၏ ၂၀ ရာခိုင်နှုန်း နီးပါးမှာ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရရှိသည်ကို တွေ့ရကြောင်း၊ အခြားလုပ်ငန်းများ၌ လုပ်ကိုင်နေသော ကလေးလုပ်သားဦးရေ၏ ၈ ဒသမ ၄ ရာခိုင်နှုန်း ထိခိုက်ဒဏ်ရာရရှိမှုနှင့် နှိုင်းယှဉ်ပါက မြင့်မားကြောင်း အစီရင်ခံစာတွင် ဖော်ပြထားသည်။

၂၁ ရာစုခေတ်တွင် ကလေးများ၏ လုပ်အားပေါ်မှ ခေါင်းပုံဖြတ်အမြတ်ထုတ်မှု မရှိသင့်တော့ကြောင်း ထိုင်း၊ ကမ္ဘောဒီးယားနှင့် လာအိုနိုင်ငံဆိုင်ရာ ILO ရုံးခွဲ၏ အကြီးအကဲက ပြောကြားသည်။ ထိုင်းနိုင်ငံ၏ ပင်လယ်စာထုတ်လုပ်ရေးလုပ်ငန်းကဏ္ဍသည် ဒေါ်လာ သုံးဘီလီယံ ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုတန်ဖိုးရှိ လုပ်ငန်းကဏ္ဍကြီးတစ်ခုဖြစ်ပြီး ဈေးချိုသော အလုပ်သမားများကို ၎င်းရမ်းနိုင်ရန် အိမ်နီးချင်းနိုင်ငံများမှ ရွှေ့ပြောင်းလုပ်သားများအပေါ် မှီခိုအားထားနေရပေသည်။ ***ချိုအေးလွင်***

Ref: Reuters

ဓာတ်ပုံ-အင်တာနက်