ကျေးလက်ဒေသ
ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးအတွက်

ဂျာနယ်

အတွဲ – ၁၈၊ အမှတ် – ၁၆၊ ၂၀၂၂ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ (၁၅) ရက်၊ တနင်္လာနေ့

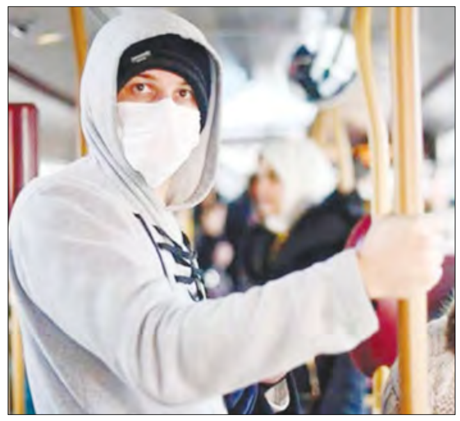
Our Village Journal

ရာသီဥတုမမှန် ဖြုတ်ပိုးရန် အချိန်မီကာကွယ် နှိမ်နင်းပါ

စာ – ၅ သို့

ဘတ်စ်ကားစီး ခရီးသွားပြည်သူများ ကိုဗစ်–၁၉ ရောဂါ မကူးစက်စေရန်

စာ – ၂၃ သို့



အရောင်စုံလှပ ဂန္ဓမာပန်း စိုက်ပျိုးကြ

ဓာတ်ပုံ – ဦးထွန်းမင်း

ဂန္ဓမာပန်းစိုက်ပျိုးခြင်းသည် စီးပွားဖြစ်စိုက်ပျိုးနိုင်သည့် လုပ်ငန်းဖြစ်သည်။ အရောင်စုံလင်လှပသော ဂန္ဓမာပန်းများကိုဘုရားပန်းအဖြစ် ကပ်လှူကြခြင်း၊ အလှူမင်္ဂလာ၊ ပွဲလမ်းသဘင် အခမ်းအနားပွဲများတွင် အလှပန်းအဖြစ် အသုံးပြုကြခြင်း စသည်ဖြင့် သုံးစွဲမှုများပြားသည်။

ဂန္ဓမာပန်းတွင် မျိုးကွဲပေါင်းများစွာရှိသည်။ လူးမစ်၊ ကြွေဖြူ၊ ကြွေဝါ၊ ရွှေစိမ်းနီ၊ ရွှေစိမ်းဝါ၊ မြစံပယ်၊ ငွေစံပယ်၊ ရွှေစံပယ်၊ ရွှေစိမ်းဝင်းဂါး၊ ရွှေကြယ်၊ ခိုင်ဂျူး၊ ဂျူးကျောက်စိမ်း၊ ဂျူးစတား၊ ပိတောက်နီ၊ ခိုင်ရွှေဖြူ၊ မြနှင်းချယ်ရီ၊ လပ်ကီး၊ ကျောက်စိမ်း၊ ချက်စိမ်း စသည်တို့ဖြစ်သည်။ ဂန္ဓမာ စိုက်ပျိုးရာတွင် အပင်ကြီးထွားရန်အတွက် နေ့တာရှည်ရန်လိုအပ်ပြီး ပန်းပွင့်ရန်နှင့် အပင်ကြီးထွားရန် အတွက် အပူရှိန်နှင့် အလင်းရောင်သည် လွှမ်းမိုးသည်။ ဂန္ဓမာစိုက်ပျိုးရာတွင် အဖူးဝင်လာသည့်အချိန် အပင်ကို အပွင့်အားပေးသည့် ဟော်မုန်းကို ပက်ဖျန်းနိုင်ပါသည်။ စာ – ၁၆ သို့

လူမှုကွန်ရက်မှာ အသုံးချခံ မဖြစ်စေဖို့

စာ – ၁၇ သို့

ဘဲမွေးမြူရာတွင် ဥနှုန်းကောင်းပါက အကျိုးအမြတ်များနိုင်

စာ – ၂၀ သို့

မြေပဲပင်တွင် ကျရောက်တတ်သော ပိုးမွှားများကို ကာကွယ်နည်းများ

မြန်မာနိုင်ငံသည် စိုက်ပျိုးရေးကိုအခြေခံ၍ အခြားသော စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများကလည်း ဘက်စုံဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာအောင် တည်ဆောက်ပေးလျက်ရှိနေပါသည်။ မြန်မာနိုင်ငံတွင် ဆီထွက်သီးနှံဖြစ်သည့် မြေပဲစိုက်ပျိုးဧက စုစုပေါင်းမှာ နှစ်စဉ်ပျမ်းမျှ ၂ ဒသမ ၃၅ သန်းအထိရှိနေပြီး မြေပဲစိုက်ဧက ၁ ဒသမ ၁၄ သန်း၊ ဆောင်းမြေပဲစိုက်ဧက ၁ ဒသမ ၂၁ သန်းကေသန်း၊ စိုက်ပျိုးမြေပဲကို သုည ဒသမ ၁၃ သန်းသာ စိုက်ပျိုးလျက်ရှိပါသည်။ မြေပဲအတောင့်ထွက်ရှိမှု တန်ချိန်မှာလည်း ၁ ဒသမ ၅၂ သန်းခန့်ထွက်ရှိပြီး ပြည်ပနိုင်ငံများသို့ ၂၀၁၆–၂၀၁၇ ခုနှစ်တွင် မြေပဲဆန်တန်ချိန် တစ်သိန်းကျော် တင်ပို့ပေးနိုင်ခဲ့ပါသည်။ စာ – ၆ သို့

ဓာတ်ပုံ – agri.com.mm

နိုင်ငံတော်စီမံအုပ်ချုပ်ရေးကောင်စီဥက္ကဋ္ဌ ဗိုလ်ချုပ်မှူးကြီးမင်းအောင်လှိုင် ပြောကြားခဲ့သည့် မိန့်ခွန်းစာအုပ်များထုတ်ဝေ

နိုင်ငံတော်စီမံအုပ်ချုပ်ရေးကောင်စီဥက္ကဋ္ဌ ဗိုလ်ချုပ်မှူးကြီးမင်းအောင်လှိုင်၏ ဖေဖော်ဝါရီလ၊ မတ်လ၊ ဧပြီလ၊ မေလနှင့် ဇွန်လအတွင်း ပြောကြားခဲ့သည့် မိန့်ခွန်းများကို စာအုပ်များအဖြစ် ထုတ်ဝေလိုက်ပြီဖြစ်ပါသည်။

အဆိုပါမိန့်ခွန်းစာအုပ်များတွင် ၂၀၂၁ ခုနှစ်၊ ဖေဖော်ဝါရီလ၊ မတ်လ၊ ဧပြီလ၊ မေလနှင့် ဇွန်လအတွင်း နိုင်ငံတော်စီမံအုပ်ချုပ်ရေးကောင်စီဥက္ကဋ္ဌ ဗိုလ်ချုပ်မှူးကြီးမင်းအောင်လှိုင် ပြောကြားခဲ့သည့် မိန့်ခွန်းနှင့် အမှာစကားများ၊ အထိမ်းအမှတ်အခမ်းအနားများသို့ ပေးပို့သည့် သဝဏ်လွှာများကို လအလိုက် စုစည်းဖော်ပြပေးထားပါသည်။

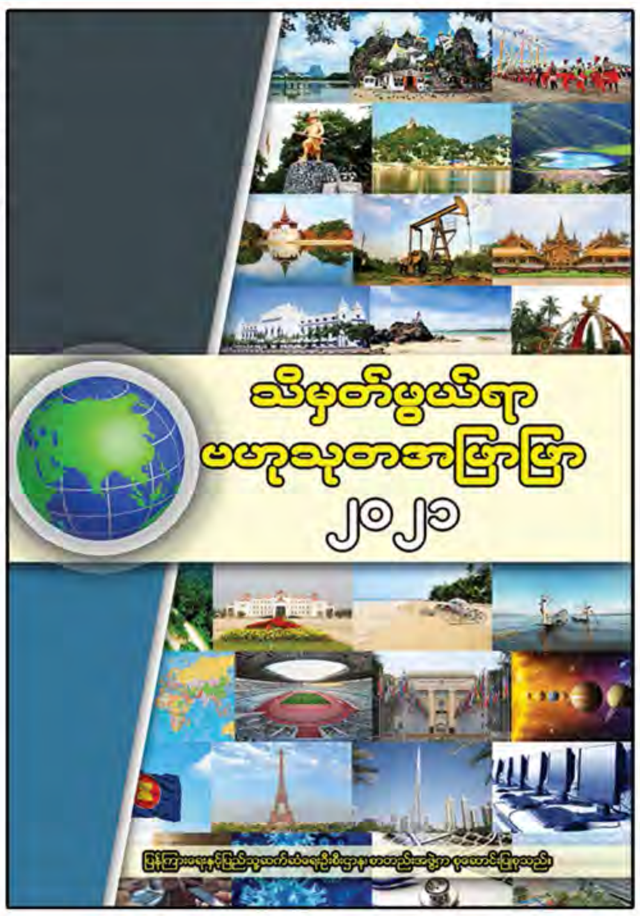
အမြို့မြို့အနယ်နယ်ရှိ ပြန်ကြားရေးနှင့်ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေးဦးစီးဌာနရုံးများ၊ ရန်ကုန်မြို့နှင့် နေပြည်တော်ရှိ စာပေဗိမာန် စာအုပ်အရောင်းဆိုင်များ၊ သတင်းနှင့် စာနယ်ဇင်းလုပ်ငန်း စာအုပ်အရောင်းဆိုင်များတွင် တစ်အုပ်လျှင် ငွေကျပ် ၁၀၀၀ နှုန်းဖြင့် ဝယ်ယူရရှိနိုင်ပါသည်။

သိမှတ်ဖွယ်ရာ ဗဟုသုတအဖြာဖြာ(၂၀၂၁)

ပြည်သူများ အသိဉာဏ်ဗဟုသုတပြည့်စုံစေရန်၊ မြန်မာလူငယ်လူလတ်များ ပညာစွမ်းရည်ပြည့်ဝစေရန်၊ သင်တန်းဝင်ခွင့်စာမေးပွဲများ ဖြေဆိုရာတွင် အထောက်အကူဖြစ်စေရန်နှင့် သိလိုသည့်အချက်အလက်များကို တစ်စုတစ်စည်းတည်း ရှာဖွေသိရှိနိုင်စေရန် ရည်ရွယ်၍ သိမှတ်ဖွယ်ရာ ဗဟုသုတအဖြာဖြာ (၂၀၂၁) စာအုပ်ကို ထုတ်ဝေဖြန့်ချိလိုက်ပါပြီ။ သိမှတ်ဖွယ်ရာ ဗဟုသုတအဖြာဖြာ (၂၀၂၁) စာအုပ်တွင် -

- နိုင်ငံတော်စီမံအုပ်ချုပ်ရေးကောင်စီဥက္ကဋ္ဌ၊ တပ်မတော်ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ် ဗိုလ်ချုပ်မှူးကြီးမင်းအောင်လှိုင် ပြောကြားခဲ့သည့် မိန့်ခွန်းကောက်နုတ်ချက်များနှင့် သဝဏ်လွှာကောက်နုတ်ချက်များ
- နိုင်ငံတကာရေးရာသိမှတ်ဖွယ်ရာများ
- မြန်မာ့ရေးရာသိမှတ်ဖွယ်ရာများ
- သံတမန်ဆိုင်ရာသိမှတ်ဖွယ်ရာများ
- ကမ္ဘာ့အထွေထွေသိမှတ်ဖွယ်ရာများ
- နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းလျှောက်ထားခြင်းဆိုင်ရာ သိမှတ်ဖွယ်ရာများ
- ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာသိမှတ်ဖွယ်ရာများနှင့် ရာထူးဝင်စာမေးပွဲများ ဖြေဆိုရာတွင် အထောက်အကူပြုမည့် အချက်အလက်များ ပြည့်စုံစွာ ဖော်ပြထားပါသည်။

ရောင်းဈေး (၄၅၀၀) ကျပ်



ဝယ်ယူရရှိနိုင်မည့်နေရာများ

- ရုံးအမှတ် (၇)၊ ပြန်ကြားရေးနှင့် ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေးဦးစီးဌာန၊ ပြန်ကြားရေးဝန်ကြီးဌာန၊ နေပြည်တော်။ ဖုန်း - ဝ၆၇ ၃ ၄၁ ၂၃၇၁
- ထုတ်လုပ်ရေးဌာနခွဲ၊ ပြန်ကြားရေးနှင့် ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေးဦးစီးဌာန၊ အမှတ် (၂၂၈)၊ သိမ်ဖြူလမ်း၊ ဗိုလ်တထောင်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်။ ဖုန်း - ၀၁ ၂၀၁၉၃၆၊ ၀၁ ၃၇၁၃၄၀။ အမြို့မြို့အနယ်နယ်ရှိ ပြန်ကြားရေးနှင့် ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေးဦးစီးဌာနရုံးများ။
- စာပေဗိမာန်စာအုပ်အရောင်းဆိုင်များ၊ သတင်းနှင့် စာနယ်ဇင်းလုပ်ငန်း စာအုပ်အရောင်းဆိုင်။

ဝါခေါင်လ စာရေးတံမဲပွဲတော်နှင့် မေတ္တာအခါတော်နေ့

လွန်းပိုးအိမ်

ဓာတ်ပုံ – pinterest.com

ဝါခေါင်လသည် မြန်မာ့ဆယ့်နှစ်လရာသီတွင် ပဉ္စမမြောက်လဖြစ်သည်။ ဝါခေါင်လသည် မိုးဖြိုင်ဖြိုင်ရွာသောလဖြစ်သည်။ အထက်အာကာ ကောင်းကင်ယံတွင်လည်း မိုးသားမိုးတိမ်တို့သည် ညိုမှောင်အုံ့ဆိုင်းနေပါသည်။ ဝသန်ကာလ မိုးရာသီသို့ရောက်ပြီတည်း။

မိုးရာသီသို့ ရောက်ရှိနေ၍ နေရောင်ခြည်တို့သည် မပီးဝိုးတဝါးဖြစ်နေပြီး ရပ်ရှစ်ခွင်လုံး မည်းမှောင်နေပါသည်။ မိုးဦးကျရာသီတွင် နွေ၏ ဖွားဘက်တော် မြူမင်းလွင်တို့ ပျောက်လွင့်ကာ မိုးသားမိုးတိမ်တို့ အစားထိုးဝင်ရောက်လာပြီး ထက်ကောင်းကင်တွင် တိမ်သဘင် ကျင်းပနေပါသည်။

“ဝါဆိုဝါခေါင် ရေဖောင်ဖောင်” ဆိုသည့် စကားနှင့်အညီ ဝါခေါင်လသည် မိုးကောင်းစွာ ရွာသွန်းသောကြောင့် မြစ်၊ ချောင်း၊ အင်း၊ အိုင်များတွင် ရေများပြည့်လျှံကာ ရေတိုးနေပါသည်။ ဝါခေါင်လသည် သပြေသီးချိန်၊ ထန်းသီးကြွေချိန်ဖြစ်၍ “သပြေကာသီး၊ ရေကကြီးသနဲ့၊ ထန်းသီးကကြွေ၊ မိုးကစွေ”ဟု ရှေးစာဆိုတို့က စပ်ဆိုထားခဲ့ကြသည်။ မိုးလယ်လဖြစ်၍ တောင်သူဦးကြီးတို့သည် ကောက်စိုက်ချိန်ဖြစ်ပြီး၊ လယ်ကွင်းပြင်တွင် စိမ်းလန်းသော ကောက်ပင်များဖြင့် မြန်မာ့မြေတွင် မြကမ္ဗလာခင်းလေပြီ။ မြန်မာတို့၏ ဆယ့်နှစ်လရာသီပွဲတော်တွင် ဘာသာရေးနှင့် ဆက်စပ်နေသည့် စာရေးတံလှူပွဲကို ကျင်းပခဲ့ကြသည်။ ဝါခေါင်လတွင် စာရေးတံ လှူပွဲကျင်းပကြသည်ကို ရည်ရွယ်၍ –

“ရတုဝါခေါင်
တိမ်တောင်ပတ်ယှက်သည့်
ရက်အခါ မြတ်စွာထွတ်ထား၊
ရွှေစကားတွင်၊ ပွဲများခြိမ့်စုံ၊
စာရေးတံဟု၊ စီမံခင်းကျင်း”ဟူ၍

စာဆိုတော်ဦးယာက လူးတားစပ်ဆိုထားခဲ့၏။

ဝါခေါင်လ၏အဓိပ္ပာယ်

ဝါခေါင်လကို ပုဂံခေတ်ကျောက်စာများတွင် နံကာလဟု ခေါ်ဆိုကြသည်။ ဝေါဟာရလီ နတ္ထဒီပနီကျမ်းတွင် ဝါခေါင်လကို ပါဠိဘာသာဖြင့် နိက္ခမနိယ ဟုခေါ်သည်။ နိက္ခမနိယ၏ အဓိပ္ပာယ်မှာ နေမင်းသည် အတွင်းခရီးမှ အပြင်ခရီးသို့ ထွက်သွားသောလဟု ဆိုသည်။ နိက္ခမနိယ သဒ္ဒါရွေ့လျားသောအခါ မြန်မာနံကာဟူသော ဝေါဟာရ ဖြစ်လာသည် ဟူ၍ နံကာပုဒ်၏ ရင်းမြစ်နှင့် အဓိပ္ပာယ်ကို ပြဆိုထားသည်။ ဝါခေါင်ဆိုသော ဝေါဟာရတွင် “ဝါ”သည် ရဟန်းတော်များ ဝါဆိုဝါကပ်ခြင်းဖြစ်၍ “ခေါင်”သည် အလယ်ဗဟိုဖြစ်၏။ သို့ဖြစ်၍ ဝါခေါင်ဟူသည် ဝါတွင်းသုံးလ၏ အလယ်ဗဟိုဖြစ်သည် ဟူ၍လည်း ဖွင့်ဆိုသည်။

ဝါခေါင်လ၏ ရာသီပန်း

ဝါခေါင်လ၏ ရာသီပန်းမှာ ခတ္တာပန်းဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် “ဝါခေါင်ရေဖွေး ခတ္တာမွှေး”ဟူ၍ ဆိုရိုးစကားပြုခဲ့ကြသည်။ စပယ်၊ ကြက်ရုံး၊ ဂမုန်း၊ ဇွန်သရဖီပန်းများကလည်း ရောင်စုံအလှများဖြင့် ဖူးပွင့်၍ အလှအားပြိုင်နေကြသည်။ လေပြေအသွေး ပန်းရနံ့တို့ သင်းပျံ့ကြိုင်လှိုင်နေပါသည်။

အထက်အညာဒေသတွင် ဝါခေါင်လ၌ ထနောင်းပင်၊ ကြောင်ကျစ်ပင်၊ ဆူးရစ်ပင်တို့ ပွင့်တတ်ကြပုံ၊ မိုးမရွာဘဲရှိတတ်ပုံ၊ ရွာပြန်လျှင်လည်း မိုးသည်းလေ့မရှိပုံတို့ကို မုံရွေးဆရာတော်က

“ဆယ့်နှစ်လရာသီ မိုးဘွဲ့”တွင်–
ဝါခေါင်တစ်ကြောင်း၊
ထနောင်းကြောင်ကျစ်၊
ဆူးရစ်ပွင့်ကာ မိုးမရွာ၊
ရွာပါသော်လည်း၊ မိုးမသည်း”ဟု

မိုးစိပ်စိပ်လေးရွာသည့် ဝါခေါင်လတွင် လယ်သမားများ ထွန်ယက်ခြင်းလုပ်ငန်းပြီးဆုံးကာ ထွန်တုံးသိမ်းချိန်ဖြစ်၍ ဝါခေါင်မိုးစိပ်၊ ထွန်တုံးပိတ်ဟု ဆိုရိုးစကားပြုခဲ့ကြသည်။

ဝါခေါင်လ၏ ပွဲတော်အချို့

မြန်မာနိုင်ငံ၌ ဝါခေါင်လတွင် တောင်ပြုံးညီနောင်နတ်ပွဲနှင့် ရတနာ့ဂူနတ်ပွဲများကို နတ်ကိုးကွယ်သူများက ဆင်ယင်ကျင်းပခဲ့ကြသည်။ ထိုနတ်ပွဲအတွက် လှေပွဲများလည်း ပြုလုပ်ကြသည်။ မန္တလေးတောင်ပြုံးအရပ်၌ အလွန်စည်ကားစွာ ကျင်းပမြဲဖြစ်သည်ကို အင်းဝမြို့ဘွဲ့ ဆယ့်နှစ်လရာသီ လူးတားတွင်–

ညီနောင်နတ်ကို၊
ရည်ညွှတ်သောင်သဲ၊
ထက်စမြဲနှင့်၊ လှေပွဲများစွာ၊
မြစ်ရောဝယ်၊ ကြော်ငြာသံကျူး၊
ပြိုင်ကြမြူးသည်။

ဟူ၍ စပ်ဆိုထားလေသည်။

ဝါခေါင်လနှင့် စာရေးတံပွဲ

စာရေးတံဟူသော မြန်မာစကားလုံးသည် “စာရေးသားသော အချောင်းအတံ” ဟူ၍ ဖြစ်သည်။ စာရေးတံမဲ၊ စာရေးတံဆွမ်း၊ စာရေးတံအလှူဟူသော ဝေါဟာရသည် ဝါခေါင်လနှင့် ခွဲခြားမရသော ဝိသေသများဖြစ်ပေသည်။

ဘုရားရှင် သက်တော်ထင်ရှားရှိစဉ် ရာဇဂြိုဟ်ပြည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌ သီတင်းသုံး တော်မူစဉ် တပည့်ဒါယကာ၊ ဒါယိကာမများမှ မိမိတို့သည် သံဃာတော်များအား ကျောင်းတော်တွင် ဆွမ်းနှင့် လှူဖွယ်ပစ္စည်းများ တစ်ချိန်တည်း ဆက်ကပ်ရန် အခက်အခဲရှိနေကြောင်း လျှောက်ထားရာ ဘုရားရှင်က သစ်သားဖြင့် ပြုလုပ်သော တုတ်တံများပေါ်၌ ဖြစ်စေ၊ ဝါးခြမ်းပြား၊ နီးပြားပေါ်၌ဖြစ်စေ၊ ထန်းရွက်ပေရွက်ပေါ်၌ဖြစ်စေ၊ သံဃာတော်များ၏ ဘွဲ့အမည်များကို မဲတံများပြုလုပ်ကာ လှူဒါန်းမည့် ပုဂ္ဂိုလ်အား ရွေးချယ်မဲနှိုက်စေပါသည်။

ထိုသို့မဲနှိုက်ယူပြီး အမည်ပါသော သံဃာတော်များကို အိမ်သို့ ပင့်ဖိတ်၍ ဆွမ်းဆက်ကပ် လှူဒါန်းကြခြင်းဖြစ်သည်။ ယခုခေတ်၌မူ ဝါခေါင်လတွင် သီးသန့်ပြုလုပ်သော စာရေးတံပွဲတော်ကို ကျင်းပခြင်းမလေ့ မရှိကြတော့ပြီ။ ဒေသအလိုက် သတ်မှတ်သော ရာသီတွင်သာ ကျင်းပကြတော့သည်။ အများအားဖြင့် ကျေးရွာဘုရားပွဲများတွင် ပြုလုပ်လေ့ရှိကြသည်။ အရပ်ဒေသ တစ်ခုနှင့် တစ်ခုကျင်းပသော ရက်လများ မတူညီကြပေ။

> “မြတ်စွာဘုရားရှင်သည် ဝါခေါင်လပြည့်နေ့တွင် ရဟန်းငါးရာကို အကြောင်းပြုကာ “မေတ္တသုတ်”ဟောကြားတော်မူသောကြောင့် ဝါခေါင်လပြည့်နေ့ကို “မေတ္တာအခါတော်နေ့” ဟု သတ်မှတ်ခေါ်ဆိုကြသည်”

မေတ္တာအခါတော်နေ့

ဝါခေါင်လပြည့်နေ့ကို “မေတ္တာအခါတော်နေ့”ဟု သတ်မှတ်ထားပါသည်။ မြတ်စွာဘုရား သာဝတ္ထိပြည်၊ ဇေတဝန်ကျောင်းတော်တွင် သီတင်းသုံးတော်မူစဉ် အခါက ရဟန်းငါးရာသည် ဝါခေါင်လတွင် ဘုရားရှင်ထံမှ ပဌာန်းတရားနာယူခဲ့ကြသည်။ ထို့နောက် ပဌာန်းတရားအားထုတ်နိုင်ရန် သာဝတ္ထိပြည်မှ တစ်ယူဇနာဝေးသော အိမ်ခြေတစ်ထောင်ရှိ ရွာကိုရောက်လာကြသည်။ ရဟန်းတော်များသည် သစ်ပင်တစ်ပင်စီ၏ အောက်တွင် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်ကြရာ မြင့်မြတ်သည့် ရဟန်းတော်များ၏ သီလအစွမ်းကြောင့် ရုက္ခစိုးများသည် သစ်ပင်ပေါ်တွင် မနေ နိုင်ကြတော့ဘဲ အောက်သို့ဆင်းပြီး ခက်ခဲဆင်းရဲစွာ ပွဲနေထိုင်ခဲ့ကြရသည်။ ရက်အနည်းငယ် သာထင်၍ သည်းခံခဲ့ကြသော်လည်း ရက်အတန်ကြာလာသောအခါ သည်းမခံနိုင်တော့သဖြင့် ကြောက်မက်ဖွယ် အဆင်း၊ အသံ၊ အနံ့တို့ဖြင့် အမျိုးမျိုး ခြောက်လှန့်ကြရာ ရဟန်းတော်များ ကောင်းစွာ တရားအားမထုတ်နိုင်တော့သဖြင့် မြတ်စွာဘုရားထံ အကြောင်းစုံ လျှောက်ထားကြတော့သည်။

ဝါခေါင်လပြည့်နေ့တွင် မြတ်စွာဘုရားသည် ရဟန်းတော်များကို လူ၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာ၊ သတ္တဝါတို့ ချစ်ခင်စေတတ်သော “မေတ္တသုတ်” တရားတော်ကို ဟောကြား နာယူစေတော့သည်။ ရဟန်းတော်များအတွက် သင့်တော်ရာ အရပ်ကို ကြည့်တော်မူရာ အခြားနေရာအား မြင်တော်မမူသဖြင့် ယခင်တရားအားထုတ်ရာ အရပ်ဒေသသို့သာ ပြန်လည်သွားရောက်၍ “မေတ္တသုတ်”ကို ရွတ်ပွားစေပါသည်။ “မေတ္တသုတ်”တရားတော်၏ တန်ခိုးတော်ကြောင့် ရုက္ခစိုးနတ်တို့ မနှောင့်ယှက်ကြတော့သည့်အပြင် ရဟန်းတော်များကို ချစ်ခင်မြတ်နိုး တန်ဖိုးထားလာပြီး တံမြက်လှည်းခြင်း၊ ဆွမ်းသပိတ်ဆေးခြင်း၊ ရေကြည်ဆက်ကပ်ခြင်းများ ပြုလုပ်ပေးကာ ဘေးရန်မရှိအောင် စောင့်ရှောက်ပေးကြလေတော့သည်။

ရဟန်းတော်များမှာလည်း ကောင်းမွန်စွာ တရားအားထုတ်နိုင်ပြီး ဝါမကျွတ်ခင်မှာပင် ရဟန်းများအားလုံး အာသဝေါကုန်ခန်းကာ ရဟန္တာများ ဖြစ်သွားကြသည်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်သည် ဝါခေါင်လပြည့်နေ့တွင် ရဟန်းငါးရာကိုအကြောင်းပြုကာ “မေတ္တသုတ်”ဟောကြားတော်မူသောကြောင့် ဝါခေါင်လပြည့်နေ့ကို “မေတ္တာအခါတော်နေ့”ဟု သတ်မှတ်ခေါ်ဆိုကြသည်။

ယနေ့ခေတ်တွင် စာရေးတံမဲချ၍ ဆွမ်းလှူသည့် ဓလေ့မှာ မှေးမှိန်လျက် ပျောက်ကွယ်လုနီးပါး ဖြစ်သော်လည်း မြန်မာနိုင်ငံအောက်ပိုင်းဒေသ မွန်ပြည်နယ်နှင့် တိုင်းဒေသကြီး ပြည်နယ်အချို့တွင် စာရေးတံအလှူပွဲကို ယနေ့ထက်တိုင် ကျင်းပနေဆဲဖြစ်သည်။ စာရေးတံမဲပွဲတော်သည် စည်းလုံးညီညွတ်မှု၊ စည်းစနစ်ကျနမှု၊ သဒ္ဓါတရားထက်သန်မှုတို့ဖြင့် ညီညွတ်စွာ ဝိုင်းဝန်းကြိုးပမ်း သဒ္ဓါကြည်ဖြူလှူဒါန်းကာ ကြည်နူးဝမ်းမြောက်ကြရသော အလှူဒါနမျိုး ဖြစ်သည့်အလျှောက် ကွယ်ပျောက်သွားမည့်အဖြစ်သို့ မရောက်ရအောင် ဝိုင်းဝန်းထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ကာ ဘာသာရေးနှင့်ယှဉ်သည့် ယဉ်ကျေးမှု တစ်ရပ်အဖြစ် မြှင့်တင်ရန် လိုအပ်ကြောင်း တိုက်တွန်းနှိုးဆော်၍ ရေးသားတင်ပြလိုက်ရပါသည်။

လွန်းပိုးအိမ်

ကျန်းမာရေး အသိရှိကြပါ

ကျန်းမာခြင်းသည် လူတစ်ယောက်အတွက် အရေးအကြီးဆုံးနှင့် အလေးထားရမည့်အရာဖြစ်သည်။ ကျန်းမာမှ အလုပ်လုပ်နိုင်မည်။ ကျန်းမာမှ ချမ်းသာမည်။ ထို့ကြောင့် ကျန်းမာရေးသည် လူကြီး လူငယ်မရွေး ဂရုစိုက်သင့်သည့် အဓိကအရေးကိစ္စ ဖြစ်သည်။ ကျန်းမာအောင် နေထိုင်ရာတွင် မိမိကိုယ်တိုင်က ကျန်းမာရေးအသိ ပြည့်စုံရမည် ဖြစ်သကဲ့သို့ မိမိ ပတ်ဝန်းကျင်သည်လည်း ကျန်းမာရေးနှင့် လျော်ညီသော ပတ်ဝန်းကျင်ဖြစ်စေရန် တည်ဆောက်ကြရမည်။ လူတိုင်း လူတိုင်း ကျန်းမာရေးအသိရှိမှသာ ကျန်းမာစေရန် ဂရုပြုနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

ယနေ့ အခြေအနေတွင် ကိုဗစ်- ၁၉ ရောဂါသည် တစ်နေ့ထက်တစ်နေ့ ဆိုးရွားစွာ ဖြစ်ပွားလျက်ရှိသည်။ နိုင်ငံတော်က ရောဂါဖြစ်ပွားနေသူများကို စနစ်တကျ ကုသစောင့်ရှောက်မှု ပေးနေပြီး ရောဂါမဖြစ်ပွား၊ မကူးစက်ဘဲ ကျန်းမာနေသူ ပြည်သူများအနေဖြင့် ရောဂါကူးစက်ခြင်း မရှိစေရန် အထူးသတိပြု ကျင့်ကြံနေထိုင်ကြရန် လိုအပ်သည်။ မိမိနေအိမ်၌ နေထိုင်ခြင်းသည်သာ လက်ရှိအခြေအနေအရ အကောင်းဆုံး ဖြစ်သည်။ မဖြစ်မနေ ပြင်ပသို့ ထွက်ရမည်ဆိုပါက ကျန်းမာရေး စည်းမျဉ်း စည်းကမ်းများကို တိကျစွာ လိုက်နာဆောင်ရွက်ဖို့ လိုအပ်ပါသည်။

ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါကို မိမိကိုယ်တိုင် ကူးစက်မခံရစေရန် မိသားစုသို့ ကူးစက်မှု မရှိစေရန်၊ မိမိပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အခြားသူများထံ ကူးစက်မှု မရှိစေရန်၊ ပါးစပ်၊ နှာခေါင်းစည်းတို့ကို မဖြစ်မနေ တပ်ဆင်ထားရမည် ဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် လက်ကို စနစ်တကျ စင်ကြယ်စွာ ဆေးကြောခြင်းနှင့် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ခပ်ခွာခွာနေထိုင်ခြင်းတို့သည်လည်း ထိရောက်သော ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါကာကွယ်ခြင်း နည်းလမ်းများဖြစ်ပြီး ရောဂါဖြစ်ပွားမှု ကွင်းဆက်ကို ထိရောက်စွာ ဖြတ်တောက်နိုင်ပါသည်။ မိမိအိမ်တွင် အသက်အရွယ်ကြီးရင့်သူများ၊ ရောဂါအခံရှိသူများ ရှိပါက အထူးဂရုစိုက်ရန် လိုအပ်သည်။ အသက်အရွယ်ကြီးသူများနှင့် နာတာရှည်ရောဂါ ရှိသူများသည် ရောဂါကူးစက်ခံရပါက အလွန်မောပန်းခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ အသက်ရှူရ ခက်ခဲခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်းနှင့် အဆစ်အမြစ် နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း စသည့် ရောဂါလက္ခဏာများကို ပိုမို ပြင်းထန်စွာ ခံစားရနိုင်ပါသည်။ သို့ဖြစ်ပါ၍ ရောဂါမဖြစ်ပွားအောင် ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်းသည်သာ အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါ ကူးစက်ဖြစ်ပွားနေသူများအား စနစ်တကျ ကုသမှုခံယူနိုင်ရန်နှင့် ရောဂါမဖြစ်ပွားသူများ အနေဖြင့်လည်း ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အသိပေးထုတ်ပြန်ထားသော ဆောင်ရန်ရှောင်ရန် အချက်များကို အထူးဂရုစိုက် လိုက်နာဆောင်ရွက်ခြင်း၊ ကျန်းမာရေးသတိနှင့် ကျန်းမာရေးအသိရှိခြင်းဖြင့် ကိုဗစ်-၁၉ ကပ်ရောဂါဆိုးကြီးကို ကျော်လွှားကြရမည်ဖြစ်သည်။

၁၃၈၃ ခုနှစ်၊ ဝါခေါင်လဆန်း ၈ ရက်။

စာတည်းမှူး

ဒို့ကျေးရွာ ဂျာနယ်

ထုတ်ဝေသူ
ဦးကျော်ဇင်စိုး၊
မှတ်ပုံတင်အမှတ်(၀၀၈၁၅)

ပုံနှိပ်ခြင်း
Global New Light of Myanmar
(၀၀၅၁၀)

စာတည်းမှူး
အောင်ဇော်မျိုး

စာတည်းများ
သင်းရနံ့၊ ဇင်ခန့်နိုင်၊ သပြေ၊
အောင်သူ(ရွှေတိုးမြေ)၊
မြတ်နိုးမိုးတိမ်၊ ရွှေစိုး၊ ဇင်မင်းခ၊
လွန်းပိုးအိမ်၊ နဒီဆု၊
ရဲလွင်ဦး၊ မြတ်သန္တာအောင်

လိုဂိုစာလုံးဒီဇိုင်း
ပန်းချီတင်ထွဏ်း

မျက်နှာဖုံးဒီဇိုင်း
သိင်္ဂီစိုး၊ သက်ခိုင်ဝင်း

အတွင်းသရုပ်ဖော်
ဇော်ဝိတ်၊ လှထွန်းဦး၊
ကျိုက်လတ်ဘသဏ်း၊
ရွှေကိုဦး၊ စိုးစံ

ကွန်ပျူတာအဖွဲ့
သက်ခိုင်ဝင်း၊ သိင်္ဂီစိုး၊
လွင်ဟိန်းဇော်၊ ဆုဝေမွန်သူ၊
အောင်ဝင်းနိုင်၊ ခိုင်သဇင်

ကြော်ငြာတာဝန်ခံ
မျိုးမင်းအောင်

ဆက်သွယ်ရန်
အမှတ်(၂၂၈)၊ သိမ်ဖြူလမ်း၊
ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း-၀၁၈-၂၀၁၉၃၆/ ၃၇၁၃၄၀
E-mail: iprd.productionn @
gmail.com
Facebook: DKY Journal

စောင်ရေ - ၁၉၈၀၃
တန်ဖိုး ၂၀၀ ကျပ်

ဒို့ကျေးရွာမှ ပေးစာများ

မေး - ကျွန်တော်ရဲ့ ပဲစင်းငုံခင်းမှာ အသီး၊ အစေ့တွေကို ဖျက်ဆီးတဲ့ အကောင်ကြီး များဟာ အသီးမှအရည်ကို စုပ်စားတဲ့အတွက် အစေ့အဆန် မတည်ပါ။ အဲဒီပိုးကောင် ကြီးတွေ စုပ်စားတဲ့ အနာကွက်ဟာ ပုပ်သွားပြီး အညိုဖျော့ရောင် အကွက်တွေ ဖြစ်နေ ပါတယ်။ ဒီပိုးတွေကို ဘယ်လိုကာကွယ်နှိမ်နင်းရမလဲ ဆရာ။

ဦးစိုးနိုင်၊ မကွေးတိုင်းဒေသကြီး။

ဖြေ - အဲဒီပိုးကို ကြမ်းပိုးစိမ်းလို့ခေါ်တယ်။ ဒီပိုးဟာ ပြောင်းခင်း၊ ဆေးရွက်ကြီး၊ အာလူး၊ ဝါနဲ့ ပဲမျိုးစုံအခင်းတွေမှာလည်း ကျရောက်တတ်တယ်။ စိုက်ပျိုးပြီးရက်ပေါင်း ၄၀ ကနေ ရက်ပေါင်း ၇၀ အတွင်း ကျရောက်နိုင်တယ်။ ဒီကြမ်းပိုးစိမ်းဟာ ဖွံ့ဖြိုးစ အစေ့အဆန်တည်ချိန်မှာ ပိုဆိုးတယ်။ ပဲပုပ်၊ ပဲလွမ်းတို့မှာလည်း အဓိက ကျရောက် တတ်တယ်။ အကောင်တွေဟာ အစုအဝေးလိုက် စားသောက်ကြပြီး ပါးစပ်က စစ်ထုတ်တဲ့ စစ်ရည်ကြောင့် အပင်တွေ ညှိုးသေကုန်တယ်။ ကြမ်းပိုးမဟာ ထောပတ် ရောင် ဥတွေကို အရွက်ပေါ်မှာ ၁၀ လုံးကနေ အလုံး ၉၀ အထိ ဥနိုင်တယ်။ ဘဝ တစ်သက်တာမှာ ဥပေါင်း ၁၀၀၀ ထိ ဥကြတယ်။ နှစ်ရက် သုံးရက်ကြာတဲ့အခါ ပန်းရောင်ပြောင်းပြီး အကောင်ငယ်တွေ ပေါက်လာတယ်။ အရေခွံလဲပြီး အကောင် ငယ်တွေဟာ အရွက်နုတွေ၊ အသီးတွေကို စတင်ဖျက်ဆီးတယ်။ ဒီပိုးဟာ ဥဘဝကနေ အကောင်ကြီးအထိ ခြောက်လခန့်ကြာအောင်နေနိုင်တယ်။ ဒီပိုးကို ကာကွယ်နှိမ်နင်းဖို့ ခံနိုင်ရည်ရှိတဲ့မျိုးစိုက်ပါ။ ထိသေ၊ စားသေ ပိုးသတ်ဆေး တစ်မျိုးမျိုးကို ပန်းပွင့်ချိန်နဲ့ အသီးစတင်ဖြစ်ပေါ်ချိန်မှာ တစ်ပတ်တစ်ကြိမ် ပက်ဖျန်းပါ။

အောင်ဆန်း(စိုက်ပျိုးရေး)

မေး - ဝက်တွေမကျန်းမာတဲ့အခါ တွေ့ရတဲ့ သွင်ပြင်လက္ခဏာကို သိလိုပါတယ်။ ပြောပြပေးပါဆရာ။

ဦးရွှေဝင်း၊ တောင်ငူမြို့နယ်။

ဖြေ - ဝက်တွေမကျန်းမာတဲ့အခါ တွေ့ရတဲ့ သွင်ပြင်လက္ခဏာတွေကတော့ နှာခေါင်းပေါက်တွေက နှာရည်တွေကျနေတတ်ပါတယ်။ မျက်စိမှာလည်း မျက်ဝတ်တွေ ထွက်နေတတ်တယ်။ မကျန်းမာတဲ့ ဝက်တွေရဲ့ အမြီးကတော့ ကောက်ကွေးမနေဘဲ တန်းပြီးကျနေတာကို တွေ့ရမှာပါ။ ဝက်တွေရဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာမှာ ချွေးစေးတွေ ထွက်နေ တာတို့၊ ဝမ်းသွားရင်လည်း ဝမ်းမာပြီး ဝမ်းကျစ်နေတာတို့ကို တွေ့ရတတ်ပါတယ်။ ဒီလို လက္ခဏာသွင်ပြင်ရှိတဲ့ဝက်ဟာ မကျန်းမာဘူးလို့ သိနိုင်ပါတယ်။

ဒေါက်တာနေဝင်းလွင်(မွေးကု)

မေး - ကျွန်မမှာ လည်ပင်းကြီးရောဂါဖြစ်နေတယ်လို့ ထင်ပါတယ်။ လည်ပင်းကြီးရောဂါ ဘာလဲဆိုတာ သေချာမသိတာမို့ ဆရာမထံ မေးမြန်းလိုက်ရပါတယ်။

ဒေါ်လှလှ၊ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး

ဖြေ -လည်ပင်းကြီးရောဂါအကြောင်း မပြောခင် လည်ပင်းဆိုတာကို အရင်ပြောပါရစေ။ လည်ပင်းဆိုတာ ခေါင်းပိုင်းနဲ့ ကိုယ်ပိုင်းကို ဆက်ပေးတဲ့ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုပဲ မဟုတ်လား။ အစာမျိုပြွန်၊ အသက်ရှူပြွန်၊ အဓိကသွေးကြောကြီး၊ အဓိက အာရုံကြော ကြီးတွေဟာ ဒီထဲက သွားပါတယ်။ ဒါကြောင့် လည်ပင်းဆိုတဲ့နေရာက ဇရိယာ သေးငယ်ပေမယ့် အလွန်အရေးကြီးပါတယ်။ လည်ပင်းရဲ့အရှေ့မှာ အကျိတ်လေးတစ်ခု ရှိတယ်။ လိပ်ပြာအတောင်ပံဖြန့်ထားတဲ့ပုံစံလေးပါ။ သူ့ကို Thyroid Gland လို့ခေါ်တယ်။ ဒီအကျိတ်က အရေးကြီးပါတယ်။ ကိုယ်တွင်းကျိတ် ဖြစ်တဲ့အတွက် ဟော်မုန်းထုတ်ပါတယ်။ လူတစ်ယောက်နေ့စဉ် လှုပ်ရှားသွားလာဖို့ အတွက် သိုင်းရွိုက်ဟော်မုန်းက အားဖြည့်တဲ့သဘောပါ။ သူနည်းသွားရင် လူက အကုန်နှေး သွားပါတယ်။ ပုံမှန်ထက်အလုပ်ပိုလုပ်ရင်တော့ လူမှာ ပုံမှန်ထက်ပိုပြီး လှုပ်ရှားမှု များလာပါတယ်။ အရမ်းသွက်လက်လာပြီး အဆိပ်တက်လက္ခဏာတွေ ပေါ်လာ တတ်ပါတယ်။ အရွယ်အစားအားဖြင့် ကြီးလာရင် Goitrer လို့ ခေါ်ပါတယ်။ မြန်မာလို လည်ပင်းကြီးရောဂါလို့ သိထားကြပါတယ်။

ဒေါက်တာနှိုက်တင်ဂေးလ်

မိုးရွာနေစဉ် မိုဘိုင်းလ်ဖုန်းအသုံးပြုခြင်းနှင့် မိုးကြိုးပစ်ခြင်း

ကျွန်တော်တို့နိုင်ငံမှာ မိုဘိုင်းလ်ဖုန်းတွေ အသုံးပြုမှုတွင်ကျယ်လာတာနဲ့အမျှ အခုလို မိုးတွင်းဆိုရင် လူအများစု ပြောလေ့ရှိတဲ့ အကြောင်းအရာတစ်ခုက **"မိုးရွာနေရင် ဖုန်းမပြောနဲ့၊ ဖုန်းမသုံးနဲ့၊ ပါဝါပိတ်ထား၊ မပိတ်ထားရင် ဖုန်းကို မိုးကြိုးပစ်လိမ့်မယ်"**ဆိုတဲ့ အယူအဆ တစ်ရပ်ပါပဲ။ မိုးရွာနေချိန် အပြင်မှာ သွားလာနေတဲ့လူတွေ မဆိုထားနဲ့ အိမ်ထဲမှာ နေတဲ့လူတွေ တချို့ပင် ထိုအယူအဆကို လက်ခံနေကြတာ တွေ့ရပါတယ်။

တကယ်တော့ အဲဒီအယူအဆက မမှန်ပါဘူး။ Standford University က ၂၀၁၂ ခုနှစ်မှာ မိုဘိုင်းလ်ဖုန်းတွေက မိုးကြိုးလျှပ်စီးကို ဆွဲဆောင်မှုမရှိကြောင်း အထောက်အထား ပြခဲ့ပါတယ်။ မိုးရွာနေချိန် လူတွေကို မိုးကြိုးပစ်ခံရတာဟာ မိုဘိုင်းလ်ဖုန်းကြောင့်မဟုတ်ဘဲ နေရာမှား အချိန်မှားပြီး ရောက်နေတာကြောင့် ဖြစ်ပါတယ်။

နေရာမှားတယ်ဆိုတာက ကွင်းပြင်ထဲရောက်နေခြင်း၊ အမြင့်တစ်နေရာမှာ ရောက်နေခြင်း၊ ရေပြင်တစ်ခုအနီး ရောက်နေခြင်း၊ ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်နဲ့ အနီးနားမှာ လျှပ်ကူးနိုင်တဲ့ အရာဝတ္ထုတွေရှိနေခြင်း နဲ့ အဲဒီအနီးနားမှာ မိုးကြိုးလွှဲများ တပ်ဆင် မထားခြင်းများကြောင့် ဖြစ်ပါတယ်။ အချိန်မှားတယ်ဆိုတာက အဲဒီအနီးအနားမှာ မိုးကြိုးမုန်တိုင်း ဖြစ်နေတာကြောင့်လို့ ပြောရမှာပါ။ လျှပ်စစ်တိမ်တိုက်တွေ(အဖို/အမ)တွေ့ဆုံတဲ့နေရာမှန်သမျှ လျှပ်စီး ကြောင်းဖြစ်ပေါ်ပြီးမိုးကြိုးပစ်နိုင်ပါတယ်။

မိုဘိုင်းလ်ဖုန်းတွေဟာ 1W ကနေ 2W အထိသာ ပါဝါထုတ်လွှင့်နိုင်တဲ့ ပါဝါနိမ့်ကိရိယာတွေဖြစ်ပြီး သူ့မှာပါတဲ့ အစိတ်အပိုင်းအများစုက လျှပ်စစ်မကူး နိုင်ပါဘူး။ ဖုန်းတွေက ထုတ်လွှတ်တဲ့ Radio Wave, Frequency တွေကလည်း မိုးကြိုးကို မဆွဲနိုင်ပါဘူး။ ဒါပေမယ့် LCD Screen မှာ သုံးထားတဲ့ အောက်ခံသတ္တုပြားနဲ့ စပီကာမှာ သုံးထားတဲ့ သံလိုက်စက်ကွင်းကတော့ လျှပ်ကူးနိုင်ပါတယ်။

ဒါပေမယ့် မိုးကြိုးဆိုတာက အိမ်ပြင်ပနဲ့ ရုပ်ဝတ္ထုခြင်း ဆက်စပ်မှုရှိနေတဲ့ ပစ္စည်းတွေမှာ အဓိကအန္တရာယ်ရှိပြီး ဆက်စပ်မှုမရှိတဲ့ ပစ္စည်းတွေမှာ အန္တရာယ်မရှိနိုင်ပါဘူး။

အဲဒါကြောင့် မိုးရွာနေတုန်းဖုန်းပြော၊ ဖုန်းသုံးလို့ မိုးကြိုးပစ်တာ မဟုတ်ဘဲ မိုးကြိုးစက်ကွင်းထဲ ရောက်နေလို့၊ မိုးကြိုးပစ်ရတာဖြစ်ကြောင်း သတိပြုနိုင်စေဖို့ တင်ပြလိုက်ရပါတယ်။

လင်းဟန်ဇေ

ဓာတ်ပုံ - လင်းဟန်ဇေ

ရာသီဥတုမမှန် ဖြုတ်ပိုးရန် အချိန်မီကာကွယ်နှိမ်နင်းပါ

အောင်ဆန်း(စိုက်ပျိုးရေး)

ဓာတ်ပုံ - syngenta.co.in

ဒီနှစ်ရာသီဥတုကမမှန်၊ မိုးများလိုက်၊ နေပူလိုက် အချို့ဒေသများ မိုးပြတ်လိုက် နေပူလိုက် ဖြစ်ပေါ်နေပါတယ်။ ဒီနှစ် ဒီလိုရာသီဥမျိုးဆိုရင် စပါးမှာ အဓိက သတိပြုကြရမယ့် ပိုးကတော့ ငမြှောင်တောင်ပိုးနဲ့ ဖြုတ်ပိုးပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီတစ်ပတ်မှာတော့ စပါးပင်ကိုဖျက်ဆီးတဲ့ ဖြုတ်ပိုးအကြောင်း ဆွေးနွေးပါမယ်။ မြန်မာနိုင်ငံမှာ အဓိကကျရောက်တဲ့ ဖြုတ်ပိုးအမျိုးအစား နှစ်မျိုးရှိပါတယ်။ (၁) ဖြုတ်စိမ်း (Nephotettox appcalis) (၂)ဖြုတ်ညို (Nilapasvata Lugens) တို့ ဖြစ်ပါတယ်။

ဖြုတ်ပိုးဟာ ရာသီဥတုနဲ့ ဆက်စပ်ပြီး ကျရောက်မှုအများဆုံးပိုး ဖြစ်ပါတယ်။ မိုးဦး၊ မိုးလယ်၊ မိုးနှောင်းရာသီ သုံးမျိုးလုံးမှာ ကျရောက်နိုင်ပြီး မိုးများတဲ့ အခြေအနေမှာ ဖြုတ်ပိုး ပုံမှန်ကျရောက်လေ့ရှိပါတယ်။ စွတ်စိုလိုက် နေပူလိုက် အခြေအနေမှာ ဆိုးဆိုးဝါးဝါး ကျရောက်လေ့ရှိပါတယ်။

ဖြုတ်စိမ်းကျရောက်ပါက ဖြုတ်စိမ်းဟာ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး သယ်ဆောင်သဖြင့် အရွက်များ ဝါခြောက် သေသွားတယ်။ အကောင်ငယ်၊ အကောင်ကြီး နှစ်မျိုးလုံးက အပင်အရွက်ကို စုပ်စားတယ်။ အပင်မသေသော်လည်း အပင်အားယုတ်ပြီး ကြီးထွားမှုတန့်သွားစေပါတယ်။ ညအခါတွင် အပင်တစ်ရှူးများကို စုပ်စားပါတယ်။ အပင်သက်တမ်းနုစဉ်တွင် ကျတတ်ပါတယ်။

ဖြုတ်စိမ်းအမသည် စပါးရွက်ပေါ်မှာ ဥတယ်။ ဥမှ အကောင်ပေါက်လာသောအခါ ပိုးမသည် (အဖြူ)ဖြစ်တယ်။ တဖြည်းဖြည်းကြီးလာလျှင် အစိမ်းရောင်ပြောင်းတယ်။ အကောင်ကြီးဘဝတွင် လုံးဝအစိမ်းရောင် ဖြစ်သွားတယ်။ အကောင်ကြီးမှာ ၅ ဒသမ ၃ မီလီမီတာရှည်ပြီးအတောင်အဖျားတွင် အမည်းရောင်ရှိတယ်။ အတောင်ပေါ်တွင် အမဲစက်ရှိတယ်။

ဖြုတ်ညိုသည်အကောင်ကြီးဘဝရောက်အောင် ငယ်ဘဝရော စပါးပင်အရွက်ကို စုပ်စားတယ်။ ဖြုတ်ညိုကြောင့် Sooty mould များဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ဖြုတ်ညိုဟာ စပါးပင် သက်တမ်းရင့်ချိန်မှာ ပိုမိုကျရောက်တတ်ပါတယ်။ ဖြုတ်ညိုရဲ့ ဖျက်ဆီးမှုလက္ခဏာ ထူးခြားချက်ကတော့ ဖြုတ်ညိုလောင်လက္ခဏာ(Hopper Burn) ဖြစ်ပါတယ်။ ဖြုတ်ညိုလောင်လက္ခဏာဟာ စပါးတစ်ခင်းလုံးအား အဝေးကကြည့်လျှင် အကွက်လိုက် အကွက်လိုက် လောင်ကျွမ်းနေပြီး အပင်အရွက်အဖျားများ ခြောက်သွေ့လိမ်ကောက်၍ သေနေတာ တွေ့ရမှာဖြစ်ပါတယ်။

> “ဖြုတ်ညိုဟာ စပါးပင်သက်တမ်းရင့်ချိန်မှာ ပိုမိုကျရောက်တတ်ပါတယ်။ ဖြုတ်ညိုရဲ့ ဖျက်ဆီးမှုလက္ခဏာ ထူးခြားချက်ကတော့ ဖြုတ်ညိုလောင်လက္ခဏာ (Hopper Burn) ဖြစ်ပါတယ်။ ဖြုတ်ညိုလောင်လက္ခဏာဟာ စပါးတစ်ခင်းလုံးတွင် အဝေးကကြည့်လျှင် အကွက်လိုက် အကွက်လိုက် လောင်ကျွမ်းနေပြီး အပင်အရွက်အဖျားများ ခြောက်သွေ့လိမ်ကောက်၍ သေနေတာ တွေ့ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်”

ဖြုတ်ညိုရဲ့ ဘဝစက်ဝန်းဟာ ဥမှ ပိုးမမည်၊ ပိုးမမည်မှ အကောင်ကြီးဘဝ ဖြစ်ပါတယ်။ ပိုးမမည်ဟာ အညိုရောင်ရှိပြီး သုည ဒသမ ၃ မီလီမီတာရှည်ပါတယ်။ အကောင်ကြီးဟာ ၃ မီလီမီတာခန့် ရှည်ပါတယ်။ ဖြုတ်ညိုရော ဖြုတ်စိမ်းပါ ဆိုးဆိုးရွားရွား ကျရောက်ပါက အထွက်က ၂၅ ရာခိုင်နှုန်းမှ ၃၅ ရာခိုင်နှုန်းအထိ ထိခိုက်ပျက်စီးနိုင်ပါတယ်။

ဖြုတ်စိမ်း၊ ဖြုတ်ညိုဟာ မြန်မာနိုင်ငံအနှံ့ စပါးစိုက်ပျိုးတဲ့ ဒေသတိုင်းမှာ ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် ကျရောက်ဖျက်ဆီးနိုင်ပါတယ်။ အထူးသဖြင့် ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး၊ ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး၊ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး၊ မွန်ပြည်နယ်၊ ကရင်ပြည်နယ်၊ မကွေးတိုင်းဒေသကြီး၊ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး၊ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီးနှင့် ကချင်ပြည်နယ်တွေမှာ နှစ်စဉ်လိုလို ကျရောက်ဖျက်ဆီးတာ တွေ့ရပါတယ်။ ဒေသအလိုက် ဖျက်ဆီးခံရမှု ပမာဏ အနည်းအများသာ ကွာခြားမှုရှိတာ တွေ့ရပါတယ်။

ဖြုတ်စိမ်း၊ ဖြုတ်ညိုပိုးများ ကာကွယ်နှိမ်နင်းရန်မှာ–

(က) ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်း

- ကန်သင်းပေါ်နှင့် ပတ်ဝန်းကျင်တွင်ရှိသော ပေါင်းမြက်များ ပြောင်စင်အောင် သုတ်သင် မီးရှို့ပါ။
- ယူရီးယား၊ တီစူပါ၊ ပိုတက်ရှ် ဓာတ်မြေဩဇာကို အချိုးကျ အသုံးပြုပါ။ ယူရီးယားမြေဩဇာကို အလွန်အကျွံ အသုံးမပြုရန် သတိပြုပါ။ ပိုတက်ရှ်မြေဩဇာ ပိုသုံးပါ။
- ဖြုတ်ပိုးကျရောက်ခဲ့သော စပါးခင်း ရိုးပြတ်၊ စပါးလမိုင်းများကို မီးကောင်းစွာလောင်အောင် ရှို့ပါ။
- စပါးပင်ကို စိပ်စိပ်စိုက်ပါက ဖြုတ်ညိုကျရောက်တတ်သဖြင့် စပါးပင် သင့်တော်သော အစိပ်အကျဲသာ ထားစိုက်ပါ။
- တိုက်ရိုက် မျိုးစေ့ချစပါးခင်း၊ ကြဲခင်းများတွင် ဖြုတ်စိမ်း ကျရောက်တတ်သဖြင့် ရာသီဥတု ဖြစ်ပေါ်မှု၊ ပိုးမွှားကျရောက်နိုင်မှု အခြေ အနေကိုကြည့်၍ ကြိုတင်ကာကွယ်ပါ၊
- ဖြုတ်စိမ်းအတွက် မီးရောင်ထောင်ခြောက် ထွန်းညှိပါ။
- နောက်ကျစိုက်ပျိုးလျှင် ဖြုတ်ပိုးကျရောက်ရန် အခွင့်အလမ်းသာသဖြင့် စပါးစိုက်ချိန်ကို ရှေ့တိုးစိုက်ပါ။
- ဖြုတ်ပိုးများကို တန်ပြန်စားသောက် ဖျက်ဆီးသော ပင့်ကူ၊ ကြမ်းပိုးအုပ်စုဝင်သားရဲကောင်များ ဦးရေပွားများအောင် ဖန်တီးပေးပါ။ ပိုးသတ်ဆေးဖျန်းခြင်းကို သတိပြုပါ။
- ထွန်ရေး၊ ထယ်ရေး တမန်းကောင်းအောင် ပြုပြင်ပါ။
- ဖြုတ်ပိုးကျရောက်နိုင်တဲ့ အခြေအနေရှိပါက ဆေးရွက်ကြီး ပိုးသတ်ဆေးရည်ကဲ့သို့ ဇီဝပိုးသတ်ဆေးရည်များ စပါးခင်း ကန်သင်းနှုတ်ခမ်းမှ စ၍ ဝိုင်းပတ်စနစ်ဖြင့် ကြိုဖျန်းထားပါ။

(ခ) နှိမ်နင်းခြင်း

- ဖြုတ်ပိုးကျရောက်ပါက စပါးခင်း ရေလုံအောင်လှောင်၍ စပါးပင်များပေါ်ရှိ ဖြုတ်ပိုးများကို ဝါး၊ ဒုတ်ဖြင့် ခါချပါ။ ရေထဲကျသွားသောအခါ ရေကိုထုတ်ပစ်ပါ။ ဖြုတ်ကောင်များ အချို့သေကောင်၊ အချို့ ရှင်ကောင် အနေနဲ့ ရေထဲပါသွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- ဖြုတ်ပိုးစတင် ကျရောက်မှုကို သတိရှိရှိနဲ့ ကွင်းဆင်းလေ့လာပါ။ ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ စပါးခင်းများ ဖြုတ်ပိုးကျရောက်မှု ရှိမရှိ သတင်းထောက်လှမ်းပါ။
- ဖြုတ်ပိုးစတင်ကျရောက်မှုကို သိရှိပါက ပိုးသတ်ဆေးဖြင့် ပက်ဖျန်းကာကွယ်ပါ။
- ဒိုင်ယာဇီနွန် ၄၀ အီးစီ ဆေးရည် တစ်ဧက ၅၀၀ စီစီမှ ၈၀၀ စီစီအထိ ရေဂါလံ ၂၀ နဲ့ ရောဖျန်းပါ။
- ပါဒန် ၅၀ အက်စ်ပီဆေးမှုန့် တစ်ဧက ၄၀၀ ဂရမ်မှ ၅၀၀ ဂရမ်အထိကို ရေဂါလံ ၂၀ နဲ့ ရောဖျန်းပါ။
- လာဆတ် ၂၀ အက်ဖ်အက်စ် ဆေးရည် တစ်ဧက မျိုးစေ့တစ်တင်းခွဲလျှင် တစ်လီတာနှုန်း မျိုးစေ့ဆေးစီရင်ပါ။
- ရီဂျင့် ၃ ဂျီအာရ်ဆေးမှုန့် တစ်ဧက ၄ ကီလိုနှုန်း ရေဂါလံ ၂၀ နဲ့ ရောဖျန်းပါ။

ပိုးသတ်ဆေးဖျန်းရာတွင် တစ်ပတ်တစ်ကြိမ် ဖျန်းပါ။ ပိုးသတ်ဆေး တစ်မျိုးတည်း အသုံးမပြုဘဲ တစ်မျိုးတစ်လှည့်စီ အသုံးပြုပါက ပို၍ထိရောက်စေပါတယ်။

အောင်ဆန်း(စိုက်ပျိုးရေး)

ဒို့ ကျေး ရွာ ကာ တွန်း

အတွဲ(၁၈)၊ အမှတ်(၁၆)၊ ၂၀၂၁ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ် ၁၅ ရက် ဂျာနယ်

မြေပဲပင်တွင် ကျရောက်တတ်သောပိုးမွှားများကို ကာကွယ်နည်းများ

ရွှေမင်းအောင်(ကျောက်ပန်းတောင်း)

ဓာတ်ပုံ - tcpalm.com

မျက်နှာဖုံးမှ

မြန်မာနိုင်ငံတွင် မြေပဲသီးနှံကို ဈေးကွက်လိုအပ်ချက်များနှင့်အညီ ရေ၊ မြေ၊ ဒေသ၊ ရာသီဥတုများနှင့် ကိုက်ညီသော မြေပဲမျိုးကောင်းမျိုးသန့်များကို ရွေးချယ် စိုက်ပျိုးသင့်ပါသည်။ ဥပမာ မကွေး ၁၀၊ မကွေး ၁၁၊ ဆင်းပဒေသာ ၆၊ ဆင်းပဒေသာ ၇၊ ဆင်းပဒေသာ ၈၊ ဆင်းပဒေသာ ၁၁၊ ဆင်းပဒေသာ ၁၂ မျိုးများကို အဓိကထားပြီး စိုက်ပျိုးပေးသွားသင့်ပါသည်။

ပင်ထောင်မြေပဲမျိုးများကို စိုက်ပျိုးကြရာတွင် စိုက်ပျိုးမည့် မျိုးများ၊ စိုက်ပျိုးမည့် နည်းစနစ်များတို့သည် အထွက်တိုး အောင် စိုက်ပျိုးကြရာတွင် ဓာတုပိုးသတ်ဆေးများ အနည်းဆုံးနှင့် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ကို ထိခိုက်ပျက်စီးမှု လျော့နည်းစေမည့် စိုက်ပျိုးရေးနည်းလမ်းများ GAP စိုက်ပျိုးနည်းစနစ်ဖြင့် စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်ပေးသွားကြရမည် ဖြစ်ပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံတွင် စိုက်ပျိုးသည့် သီးနှံများကို စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်ကြရာတွင် မြန်မာ့ GAP စနစ်ဖြင့် စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်ခြင်းသည် အစားအစာများ ဘေးအန္တရာယ် ကင်းရှင်းစေခြင်း သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် ထိခိုက်မှု လျော့နည်းခြင်းများ၊ လုပ်သားများ၏ ကျန်းမာရေးနှင့် လူမှုဘဝများ သာယာဝပြောလာစေရေးတို့ကို ထည့်သွင်းစဉ်းစား ဆောင်ရွက်ပေးနေသော စိုက်ပျိုးရေးဆိုင်ရာ အလေ့အကျင့်ကောင်းများပင် ဖြစ်သည်။

မြေပဲသီးနှံများကို စိုက်ပျိုးကြရာတွင် အဓိကကျရောက်ဖျက်ဆီးတတ်သော ပိုးများမှာ မြေတွင်းအောင်း ဖိုးလမင်း၊ ကျိုင်းများ ကျရောက်တတ်ပါသည်။ သီးနှံစိုက်ခင်းများ၏ မြေကြီးများအတွင်း နေထိုင်ကြပြီး လောက်ကောင် ငယ်ကလေးများသည် မြေပဲပင်များ၏ အမြစ်များကို စားသောက် ဖျက်ဆီးတတ်သောကြောင့် အပင်များ ညှိုးပြီး ခြောက်သွေ့ကာ သေဆုံးသွားတတ်ပါသည်။

ဖိုးလမင်း မြေတွင်းအောင်းပိုးသည် အပင်စတင် စိုက်ပျိုးချိန်မှ ရိတ်သိမ်းချိန်အထိ ကျရောက်နိုင်ပါသည်။ ဖိုးလမင်း၊ ကျိုင်းများကို ထိရောက်စွာ ကာကွယ်နှိမ်နင်းနည်းများမှာ စိုက်ပျိုးမြေများကို နွေထယ်ရေး ခံပြီးမှသာလျှင် စိုက်ပျိုးပါ။ စိုက်ပျိုးချိန်တွင် မြေခံအဖြစ်၊ ဖျူရာဒန်ဒ၃ဂျီ မြေတွင်းအောင်း ပိုးသတ်ဆေးမှုန့် တစ်ဧကလျှင် သုံးကီလိုအထိ ထည့်သွင်းပါ။

မြေပဲသီးနှံတွင် မြေပဲရွက်လိပ်ပိုးများ ကျရောက်တတ်ပါသည်။ မြေပဲရွက်ကပ်၊ ရွက်လိပ်ပိုး အကောင်ငယ်များသည် မြေပဲအရွက် နှစ်ရွက်ကို အိမ်ဖွဲ့ကာ မြေပဲအရွက်အတွင်းသားများကို စားသောက်ပါသည်။ ပိုးရုပ်ဖုံးများကိုလည်းရွက်အိမ်ထဲ၌ ပြုလုပ်လေ့ရှိပါသည်။ မြေပဲရွက်လိပ်၊ ရွက်ကပ်ပိုး ကျရောက်နေသော မြေပဲခင်းများမှာ မြေပဲပင်၏ အရွက်များ နီရဲခြောက်သွေ့လာကာ အပင်များကို သေစေနိုင်ပါသည်။ မြေပဲ ရွက်လိပ်၊ ရွက်ကပ်ပိုး ကျရောက်ပါက ထိသေ၊ စားသေ ပိုးသတ်ဆေး တစ်မျိုးမျိုးဖြင့် ပက်ဖျန်းကာကွယ်ပေးနိုင်ပါသည်။

ငမြောင်တောင်ပိုးသည်လည်း မြေပဲစိုက်ခင်းများတွင် ကျရောက်တတ်ပါသည်။ငမြောင်တောင်ပိုးသည် မြေပဲပင် အပင်ငယ်စဉ် အရွက်၏အစိမ်းပိုင်းများကို ခြစ်စားသဖြင့် အစိမ်းရောင်များပျောက်ကာ ဇကာပေါက်ကဲ့သို့ ကျန်နေတတ်ပါသည်။ငမြောင်တောင်ပိုး အကောင်ကြီးလာပါက မြေပဲပင်များကို အရင်းမှ ကိုက်ဖြတ်စားသောက်တတ်ပါသည်။ မြေပဲပင်၏ အပင် ဖြစ်ထွန်းချိန်များတွင်လည်း ကျရောက်တတ်ပါသည်။ ငမြောင်တောင် ဖျက်ပိုးရန်မှ ကာကွယ်ရန်အတွက် မြေပဲစိုက်ခင်းများ ပေါင်းမြက်ကင်းစင်အောင် ဆောင်ရွက်ပါ။ လိုအပ်ပါက ညပိုင်းများတွင် မီးထောင်ခြောက်ထွန်းပါ။ ကြိုတင်ကာကွယ်ရန် ထိသေစားသေ ပိုးသတ်ဆေး တစ်မျိုးဖြင့် ပက်ဖျန်းကာကွယ်ပေးပါ။

မြေပဲစိုက်ခင်းများအတွင်း သစ်ရည်ကို စုပ်ယူသော ပျပိုးကောင်များ အများအပြား ကျရောက်တတ်ပါသည်။ ပျကောင်များသည် မြေပဲအပင်ငယ်စဉ် သစ်ရည်များကို စုပ်ယူစားသုံးနေ၍ မြေပဲပင်များ အရောင်ပြောင်းသွားခြင်းအပြင် ကြပ်ခိုးများပါ ကျရောက်စေတတ်ပါသည်။ ပျကောင်များ ကျရောက်ပါက မြေပဲပင် အပင်ကြီးထွားမှုများကို နှေးကွေးစေပြီး အပင်လိုနေခြင်းများ ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်ပါသည်။ မြေပဲပင် အပင်ငယ်စဉ် ကာလမှ အပင်ကြီးပိုင်းအထိ ကျရောက် ဖျက်ဆီး နိုင်ပါသည်။ ပျပိုးများ ကျရောက်ပါက ပင်လုံးပြန့် အာနိသင်ရှိသော ပိုးသတ်ဆေးတစ်မျိုးဖြင့် ပျက်ဖျန်းကာကွယ် ပေးနိုင်ပါသည်။

မြေပဲပင်များ ရိတ်သိမ်းချိန်နှင့်အတူ သိုလှောင်ထိန်းသိမ်းထားသောမြေပဲအတောင့်များကို မြေပဲမှုန့်ညက်ထိုးပိုးများ ကျရောက်တတ်ပါသည်။ မြေပဲမှုန့်ညက်ထိုးပိုးသည် မြေပဲတောင့်များရှိ အစေ့အဆန်များကို အမှုန့်ဖြစ်သည်အထိ စားသောက် ဖျက်ဆီးတတ်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် မြေပဲအတောင့်များ သိုလှောင်ထားစဉ် အများဆုံး ကျရောက်ဖျက်ဆီးတတ်ပါသည်။ မြေပဲအတောင့်များကို အစိုဓာတ်နည်းအောင် နေတွင်လှန်းပေးကာ ထိန်းသိမ်းရာတွင် လေလုံသော ပုံးများ၊ မျိုးစေ့ထည့်သောအိတ်များဖြင့် ထည့်ပေးကာ အဆိပ်ငွေ့မှိုင်းတိုက်နည်းများဖြင့် ကာကွယ်ပေးနိုင်ပါသည်။

ကျေးလက်ဒေသနေ တောင်သူလယ်သမား ဦးကြီး၊ ဒေါ်ကြီးများသည်လည်း နိုင်ငံတော်အတွက် လိုအပ်လျက် ရှိနေသော ဆီထွက်သီးနှံ မြေပဲများကို တိုးချဲ့စိုက်ပျိုးပေးသွားရန် လိုအပ်ပါသည်။ တောင်သူလယ်သမားကြီးများသည်လည်း မျိုးကောင်းမျိုးသန့်သုံးစွဲရေး၊ စိုက်စနစ် မှန်ကန်ရေး၊ ဒေသထွက် မြေဩဇာနှင့် ဓာတ်မြေဩဇာ ပေါင်းစပ်သုံးစွဲရေးတို့ကိုပါ ဆောင်ရွက်ပေးခြင်းဖြင့် မြေပဲသီးနှံတွင် ကျရောက်သောဖျက်ပိုးများကိုလည်း ထိရောက်စွာ ကာကွယ်ပေးသွားကြပါရန် လေးစားစွာ တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။

ရွှေမင်းအောင်(ကျောက်ပန်းတောင်း)

> **“မြန်မာနိုင်ငံတွင် စိုက်ပျိုးသည့်သီးနှံများကို စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်ကြရာတွင် မြန်မာ့ GAP စနစ်ဖြင့် စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်ခြင်းသည် အစားအစာများ ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်းစေခြင်း၊ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် ထိခိုက်မှု လျော့နည်းခြင်းများ၊ လုပ်သားများ၏ ကျန်းမာရေးနှင့် လူမှုဘဝများ သာယာဝပြောလာစေရေးတို့ကို ထည့်သွင်းစဉ်းစား ဆောင်ရွက်ပေးနေသော စိုက်ပျိုးရေးဆိုင်ရာ အလေ့အကျင့်ကောင်းများပင် ဖြစ်သည်”**

ဓာတ်ပုံ - mississippi-crops.com

အစေ့ထုတ်ပြောင်းစိုက်ခင်းများ အောင်မြင်ဖြစ်ထွန်း

စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး၊ ကန့်ဘလူခရိုင်၊ ကျွန်းလှမြို့နယ်သည် စိုက်ပျိုးရေးကို အဓိကထားလုပ်ကိုင်သောဒေသတစ်ခုဖြစ်ပြီး စပါး၊ နှမ်း၊ ပြောင်း၊ မြေပဲ၊ ပဲစင်းငုံ၊ နေကြာ၊ ပဲတီစိမ်းနှင့် ပဲအမျိုးမျိုးတို့ကို စိုက်ပျိုးကြ၍ အစေ့ထုတ်ပြောင်းကို မိုးရာသီနှင့် ဆောင်းရာသီ၌ စိုက်ပျိုးကြကြောင်း မြို့နယ် စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာနမှ သိရ သည်။

"မိုးရာသီမှာ အစေ့ထုတ်ပြောင်းကို မေလကုန်မိုးစတင်ရွာသွန်းတာနဲ့ စိုက်ပျိုးကြပါတယ်။ တစ်ဧကမျိုးတစ်အိတ် စိုက်ပျိုးပြီး ငွေ ၃၀၀၀၀ ကျပ်ကျော်ကုန်ကျပါတယ်။ မျိုးဖိုး၊ ထွန်ယက်ခ၊ မြေဩဇာဖိုး၊ အလုပ်သမားခ၊ ပိုးသတ်ဆေးဖိုး စုစုပေါင်း ၂၅၀၀၀၀ ကျပ်ခန့် ကုန်ကျပါတယ်။ ယခင်နှစ်က တစ်ဧကတင်း ၅၀ လောက် ထွက်တယ်။ ဒီနှစ်တော့ အစေ့ထုတ်ပြောင်း ငါးဧက စိုက်ပျိုးထားပြီး အောင်မြင်ဖြစ်ထွန်းနေပါတယ်။ ပြောင်းရိုးကို ကျွဲ၊ နွားစာအဖြစ် အသုံးပြုလို့လည်းရလို့ စိုက်ပျိုးသင့်ပါတယ်" ဟု ဇီးတောကျေးရွာမှ ပြောင်းစိုက်တောင်သူ ဒေါ်အေးအေးက ပြောပြသည်။

ကျွန်းလှမြို့နယ်တွင် အစေ့ထုတ်ပြောင်းကို မိုးရာသီတွင် အဓိကထား စိုက်ပျိုးကြကြောင်း၊ ယာမြေဧက ၄၈၀၀၀ ကျော် ရှိပြီး အစေ့ထုတ်ပြောင်း ၁၄၃၆၄ ဧက စိုက်ပျိုးကြောင်း၊ ပြောင်းစိုက်ခင်းများတွင် ငမြောင်တောင်ပိုး ကြိုတင်ကာကွယ်ရေးအတွက် Pheromone ဟော်မုန်းဆေးများ ထောက်ပံ့ပေးထားကြောင်း မြို့နယ် စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာနမှ သိရသည်။ *မျိုးဝင်းညို(ကျွန်းလှ)*

ဓာတ်ပုံ - မျိုးဝင်းညို(ကျွန်းလှ)

စပါးမျိုးစေ့ငုတ်ချိန်ကာလ တိုသွားအောင် နည်းပညာဖြင့်ချေဖျက်ခြင်း

မောင်ငြိမ်းအောင် (တန့်ဆည်)

မြန်မာနိုင်ငံတွင် စပါးမျိုးပေါင်း ၃၀၀ ကျော် ရှိပါတယ်။ စပါးမျိုးတွေကို အုပ်စုခွဲထားပါတယ်။ ဧည့်မထအုပ်စု၊ ငစိန်အုပ်စု၊ ငကြွဲအုပ်စု၊ လက်ရွေးစင်အုပ်စု၊ မီးဒုံးအုပ်စုနှင့် ဗျတ်အုပ်စုများ ဖြစ်ပါတယ်။ ရာသီသက်တမ်းအလိုက် အထွက်ကောင်း သက်တမ်းစပါးမျိုးများ ဒေသရာသီ စပါးမျိုးများဟု ထပ်မံခွဲခြားထားတာ တွေ့ရပါတယ်။

စပါးမျိုးတိုင်းဟာ အစေ့ငုတ်ချိန် (Seed domency)ရှိကြပါတယ်။ အစေ့ငုတ်ချိန်ဆိုတာ စပါးရိတ်သိမ်းပြီးနောက် အပင်ပေါက်နိုင်တဲ့ စွမ်းအားရှိတဲ့ကာလ ဖြစ်ပါတယ်။ အချို့စပါးမျိုးတွေဟာ အစေ့ငုတ်ချိန် တစ်ရက်မှ ၁၀ ရက်သာ ရှိပါတယ်။ အချို့မျိုးတွေဟာ အစေ့ငုတ်ချိန် ၁၀ ရက်မှ ၁၅ ရက် ရှိပါတယ်။ အချို့မျိုးတွေဟာ အစေ့ငုတ်ချိန် တစ်လကျော်ရှိတာတွေ့ရပါတယ်။ အချို့မျိုးတွေကျတော့ အစေ့ငုတ်ချိန် ၆၀ ရက်ကျော် ရှိတာ တွေ့ရပါတယ်။

ယေဘုယျအားဖြင့်အထွက်ကောင်း သက်တမ်းစပါးမျိုးတွေဟာ အစေ့ငုတ်ချိန် ကာလနည်းတတ်ပြီး ဒေသရာသီ စပါးမျိုးတွေဟာ အစေ့ငုတ်ချိန်ကာလ များတာတွေ့ပါတယ်။ အစေ့ငုတ်ချိန်ကာလ အနည်းအများ ဖြစ်ပေါ်ခြင်းဟာ စပါးရောင်းဝယ်မှုလောက ကုန်သည်ပွဲစားနဲ့ တောင်သူလယ်သမားကြီးများ အပေါ်မှာ မည်သို့ အကျိုးသက်ရောက်မှု ရှိနိုင်သလဲ ဆန်းစစ်ကြည့်ဖို့လိုပါတယ်။

အစေ့ငုတ်ချိန်ကာလ နည်းလွန်းရင် စပါးရင့်မှည့်ပြီး မရိတ်သိမ်းမီ အပင်ပေါ်မှာအညှောင့်ပေါက်နိုင်ပါတယ်။ လယ်သမားကြီးများအတွက် ဆုံးရှုံးမှု အကြီးအကျယ်နဲ့ ကြုံတွေ့ခံစားရနိုင်ပါတယ်။ တစ်ဖန် အပင်ပေါ်မှာ အညှောက်မပေါက်မီ ရိတ်သိမ်းနိုင်သော်လည်း ခြွေလှေ့နေလှန်းချိန် အစိုဓာတ်နည်းနည်းရတာနဲ့ အညှောင့်ပေါက်တဲ့အတွက် ထပ်မံ အဟောသိကံ ဖြစ်ရပြန်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။စပါးရောင်းဝယ်ဖောက်ကားကြမယ့် ကုန်သည်ပွဲစားများအတွက်လည်း အစေ့ငုတ်ချိန်ကာလနည်းတဲ့ စပါးကိုဝယ်ပြီးရင် နေလှန်း အခြောက်ခံ သိုလှောင်စဉ် အစိုဓာတ်ရှိပါက အညှောက်ပေါက်တဲ့အတွက် ဆုံးရှုံးမှုများမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အချို့ အစေ့ငုတ်ချိန်ကာလ သုံးရက်အတွင်းသာရှိတဲ့ စပါးမျိုးဆိုရင် တစ်ခါတစ်ရံ ရာသီမဟုတ် ရွာတဲ့ မိုးနဲ့ ရင့်မှည့်ချိန် တိုက်ဆိုင်သွားရင် စပါးပင်ပေါ်မှာပဲအညှောက်ပေါက်တဲ့ဒုက္ခ မကြာခဏ ကြုံနေကြရပါတယ်။

ဓာတ်ပုံ – cpsskerala.in

အချို့ အစေ့ငုတ်ချိန် ၁၀ ရက်မှ ၁၅ ရက်၊ တစ်လရှိတဲ့ စပါးမျိုးဆိုရင် ရင့်မှည့် ရိတ်သိမ်းပြီး စပါးသီးထပ် (နွေစပါး) စိုက်ပျိုးကြမယ့် တောင်သူကြီးများ အတွက် အဆင်ပြေနေပြန်ပါတယ်။ စပါးရောင်းဝယ် ဖောက်ကားကြမယ့် ကုန်သည်ပွဲစားများလည်း ဝယ်ယူပြီး မိမိဆန်စက်၊ သိုလှောင်ရုံမှာ စနစ်တကျ အခြောက်လှန်းထားရင် စိတ်ချရတဲ့ အခြေအနေ ရရှိနိုင်ပါတယ်။

အချို့ အစေ့ငုတ်ချိန် တစ်လကျော် နှစ်လခန့်ရှိတဲ့မျိုးတွေဟာ တောင်သူလယ်သမားကြီးများအတွက်ရော ကုန်သည်ပွဲစားအတွက်ပါ စနစ်တကျ ခြောက်လှန်းသန့်စင်သိုလှောင်မယ်ဆိုရင် စိုးရိမ်ပူပန်စရာမလိုဘဲ လှောင်ထားနိုင်ပါတယ်။

> **“အစေ့ငုတ်ချိန်ကာလ နည်းလွန်းရင် စပါးရင့်မှည့်ပြီး မရိတ်သိမ်းမီ အပင်ပေါ်မှာ အညှောင့်ပေါက်နိုင်ပါတယ်။ လယ်သမားကြီးများအတွက် ဆုံးရှုံးမှုအကြီးအကျယ်နဲ့ ကြုံတွေ့ခံစားရနိုင်ပါတယ်”**

တစ်ခါတစ်ရံ အစေ့ငုတ်ချိန် တစ်လကျော်ရှိနေတဲ့ စပါးမျိုးများ အစေ့ငုတ်ချိန် ရက် ၆၀ ကျော်ခန့် ရှိနေတဲ့ စပါးမျိုးများကို ရာသီဥတု အခြေအနေအရ အစေ့ငုတ်ချိန်ကာလထိ မစောင့်နိုင်တော့ဘဲ စိုက်ပျိုးရမယ့် အခြေအနေ ပေါ်ပေါက်လာပါက အဆိုပါ စပါးမျိုးများကို အစေ့ငုတ်ချိန်ကာလအား တိုသွားအောင် နည်းပညာနဲ့ ချေဖျက်စီးဖို့ လိုအပ်လာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

စပါးအစေ့ငုတ်ချိန်ကာလကို ချေဖျက်ပြီး ကာလတိုအောင် ဖန်တီးနိုင်တဲ့ နည်းလမ်းကတော့–

– မျိုးစေ့စိုထိုင်းဆ ၁၀ ရာခိုင်နှုန်းသာရှိစေရန်အတွက် သုံးရက်မှ ငါးရက်ကြာ နေပူပူတွင် ကောင်းစွာ လှန်းပေးခြင်း သို့မဟုတ် အပူပေးအိုဗင်အတွင်း ၅၀ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်တွင် ခုနစ်ရက်ကြာ ထားပေးခြင်း၊

– ရေတစ်လီတာတွင် နိုက်ထရစ်အက်စစ် (၆၈ ရာခိုင်နှုန်းပြင်းအား) ၆ ဒသမ ၃ မီလီလီတာ ထည့်ဖျော်ထားသည့်အရည်တွင် စပါးမျိုးစေ့တစ်ကီလိုကို ၁၆ နာရီမှ ၂၄ နာရီ စိမ်ပြီးနောက် ပြန်ဆယ်ယူပြီး သုံးရက်မှ ခုနစ်ရက်ခန့် နေပြလှန်း၍ အသုံးပြုခြင်း၊ အက်စစ်ကို ရေထဲသို့ ဖြည်းညှင်းစွာ လောင်းထည့်ပါ။ သို့သော် ပေါက်ကွဲတတ်သဖြင့် ရေကိုအက်စစ်ထဲသို့လောင်းမထည့်ပါနှင့်။

– ရေတစ်လီတာတွင် ဆိုဒီယမ်ဟိုက်ပိုကလိုရိုက် ၂ မီလီလီတာမှ ၅ မီလီလီတာထည့်ဖျော်ထားတဲ့ အရည်တွင် မျိုးစေ့ တစ်ကီလိုဂရမ်ကို ထည့်၍ (၂၄)နာရီကြာ စိမ်ပေးထားခြင်း။

– အပူချိန် ၄၀ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်ရှိသော ရေနွေး ၅ ဆမှ ၁၀ ဆတွင် စိမ်ပေးခြင်း၊ ရေဆူအမှတ် ၁၀၀ ရှိသော ရေနွေးကို အချိန် ၈ မိနစ်မှ ၁၀ မိနစ်ခန့် အအေးခံပါက လိုအပ်တဲ့ ရေနွေးရနိုင်ပါတယ်။

အထက်ပါ မျိုးစေ့ အစေ့ငုတ်ချိန်ကာလကို တိုသွားအောင် ဆွေးနွေးထားသော နည်းလမ်းများအနက် နည်းလမ်းတစ်ခုကိုသာ မိမိကြိုက်နှစ်သက်ရာရွေး၍ ဆောင်ရွက်ရန် ဖြစ်ပါတယ်။ နည်းလမ်းအားလုံးကို တစ်ပြိုင်နက် အသုံးပြုရန် မလိုအပ်ပါ။

မောင်ငြိမ်းအောင်(တန့်ဆည်)

ဒို့ ကျေး ရွာ ဟာ သ

အတွဲ(၁၈)၊ အမှတ်(၁၆)၊ ၂၀၂၁ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ် ၁၅ ရက် ဂျာနယ်

ဝါးတန်းလမ်း ကုန်စည်ဈေးနှုန်း

စဉ်	အမျိုးအစား	ရေတွက်ပုံ	ဈေးနှုန်း
၁။	ပေါ်ဆန်း	တစ်တင်းခွဲ	၄၀၀၀၀
၂။	ရွှေဘိုပေါ်ဆန်း	။	၅၀၀၀၀
၃။	ဧည့်မထ (၂၅ မတ်)	။	၂၃၀၀၀
၄။	ငစိန်(ဆန်)	။	၂၂၅၀၀
၅။	မြီးဒုံး(ဆန်)	။	၃၃၀၀၀
၆။	နွေသီးထပ်(ဆန်)	။	၂၃၅၀၀
၇။	ကြက်သွန်ဖြူ	။	၁၉၅၀
၈။	ကြက်သွန်နီ	တစ်ပိဿာ	၅၅၀
၉။	အာလူး	။	၂၃၀၀
၁၀။	မကျည်းသီး	။	၁၂၅၀

ဘုရင့်နောင် ကုန်စည်ဈေးနှုန်း

စဉ်	အမျိုးအစား	ရေတွက်ပုံ	ဈေးနှုန်း
၁။	မတ်ပဲ FAQ/RC	တစ်တန်	၁၂၆၁၀၀၀
၂။	ပဲစင်းငုံနီ RC	။	၁၁၈၀၀၀၀
၃။	ပဲတီစိမ်း	တစ်ပိဿာ	၂၁၇၀
၄။	ထောပတ်ပဲ	။	၁၅၇၀
၅။	ကုလားပဲခြမ်း	။	၂၂၅၀
၆။	ကုလားပဲလုံး	။	၁၈၃၅
၇။	ဘိုကိတ်ပဲ	။	၁၆၇၀
၈။	စားတော်ပဲလုံး	။	၂၉၂၀
၉။	ပဲလွန်းဖြူ	။	၂၅၀၀
၁၀။	ပဲကြီး	။	၂၅၇၀

မန္တလေး ကုန်စည်ဈေးနှုန်း

စဉ်	အမျိုးအစား	ရေတွက်ပုံ	ဈေးနှုန်း
၁။	ဂျုံ	၆၀ ပိဿာ	၆၅၀၀၀
၂။	နှမ်းဖြူ	တစ်အိတ်	၁၂၂၀၀၀
၃။	နှမ်းနက်	။	၁၅၀၀၀၀
၄။	ပန်းနှမ်း	။	၇၈၀၀၀
၅။	ပဲဆီ	တစ်ပိဿာ	၆၀၀၀
၆။	စားအုန်းဆီ	။	၃၂၂၀
၇။	ပဲပုပ်(ရှမ်း)	တစ်အိတ်	၈၅၀၀၀
၈။	ပဲပုပ်(ဗမာ)	။	၁၁၂၀၀၀
၉။	စမုန်စပါး	တစ်ပိဿာ	၁၈၅၀
၁၀။	နံနံစေ့	ရှစ်ပိဿာ	၁၄၀၀၀

ဓာတ်ပုံ – path.org

ဆန်၊ စပါး

ရန်ကုန်ဈေးကွက်မှာ ဆန်ဈေးတွေကတော့ လက်ရှိမှာ ဆန်ကောင်းမှ ရောင်းရနေတဲ့အနေအထားရှိပြီး ဈေးတွေကတော့ ငြိမ်နေပါတယ်။ ကိုဗစ်ကြောင့် ကုန်စည်ဒိုင်အများစု ပိတ်ထားရတဲ့အခြေအနေလည်း ဖြစ်ပါတယ်။

ရန်ကုန်ဈေးကွက်မှာတော့ မြောင်းမြပုသိမ်ပေါ်ဆန်းမွှေးက တစ်အိတ်ကို ၃၇၀၀၀ ကျပ်ကနေ ၄၀၀၀၀ ကျပ်၊ ဒေးဒရဲကြားပျံ့ရှယ်က တစ်အိတ်ကို ၄၁၀၀၀ ကျပ်ကနေ ၄၂၀၀၀ ကျပ်၊ ဖျာပုံပေါ်ဆန်းနဲ့ ဒေးဒရဲပေါ်ဆန်းတို့က တစ်အိတ်ကို ၃၆၀၀၀ ကျပ်ကနေ ၃၉၀၀၀ ကျပ်၊ မြီးဒုံးဆန်က တစ်အိတ်ကို ၃၁၅၀၀ ကျပ်မှ ၃၃၀၀၀ ကျပ်၊ ရက် ၉၀ ဆန်က တစ်အိတ်ကို ၂၅၀၀၀ ကျပ်မှ ၂၆၀၀၀ ကျပ်၊ ငစိန်ဆန်က တစ်အိတ်ကို ၂၁၅၀၀ ကျပ်ကနေ ၂၂၅၀၀ ကျပ် ပေါက်ဈေးအသီးသီး ရှိပါတယ်။ ရောဝတီတိုင်းမှာတော့ လက်ရှိ အရောင်းအဝယ်တွေက နားထားပြီး ဈေးတွေကလည်း အပြောင်းအလဲမရှိဘူးလို့ သိရပါတယ်။

မော်လမြိုင်ဈေးကွက်မှာတော့ ပေါ်ဆန်း(ဆန်သား ၈၀)က တစ်အိတ်ကို ၃၉၄၀၀ ကျပ်ပေါက်ဈေးရှိပြီး တစ်အိတ်ကို ၁၀၀၀ ကျပ်၊ ဆန်သား ၉၀ က တစ်အိတ်ကို ၄၁၆၀၀ ကျပ်ပေါက်ဈေးရှိပြီး တစ်အိတ်ကို ၁၀၀၀ ကျပ်၊ ပေါ်ကွဲ (ဆန်သား ၈၀)က တစ်အိတ်ကို ၃၂၉၀၀ ကျပ် ပေါက်ဈေးရှိပြီး ၅၀၀ ကျပ်၊ ဆန်သား ၉၀ က တစ်အိတ်ကို ၃၄၄၀၀ ကျပ်ပေါက်ဈေးရှိပြီး ၅၀၀ ကျပ်၊ ဧည့်မထ(ဆန်သား ၈၀)က တစ်အိတ်ကို ၂၅၈၀၀ ကျပ်ပေါက်ဈေးရှိပြီး ၅၀၀ ကျပ်၊ ဆန်သား ၉၀ က တစ်အိတ်ကို ၂၇၈၀၀ ကျပ်ပေါက်ဈေးရှိပြီး ၅၀၀ ကျပ် အသီးသီး ဈေးတက်လာပါတယ်။

ကုလားပဲ

ကုလားပဲကတော့ ကုန်စည်ဒိုင်တွေ မပိတ်ခင်ကတည်းက တောက်လျှောက်တက်နေခဲ့တာဖြစ်ပြီးတော့ ဈေးကွက်ပြန်ဖွင့်တဲ့အချိန်မှာလည်း မထင်မှတ်အောင်ဈေးတက်လာခဲ့ပါတယ်။ ဈေးကွက်ထဲ လက်ကျန်

ဓာတ်ပုံ – aweretaw.com.mm

မရှိတော့တဲ့အတွက် ဈေးကတက်နေတာဖြစ်ပြီးတော့ အသစ်မဝင်ခင်အထိ ဆက်ပြီးတက်နိုင်ဦးမယ်လို့ ကုန်သည်တွေက ဆိုထားပါတယ်။

ရန်ကုန်ဈေးကွက်မှာတော့ ကုလားပဲလုံးဖြူက တစ်ပိဿာကို ၁၇၅၀ ကျပ်ကနေ ၁၈၃၅ ကျပ်အထိပေါက်ဈေးရှိပြီး ၃၀၀ ခန့် ဈေးတက်လာပါတယ်။ ကုလားပဲလုံးဖြူကြီးကလည်း တစ်ပိဿာကို ၁၉၁၅ ကျပ်ကနေ ၂၀၀၀ ကျပ်အထိပေါက်ဈေးရှိပြီး ၃၀၀ ကျပ်ကျော် ဈေးတက်လာပါတယ်။ ကုလားပဲခြမ်းကလည်း တစ်ပိဿာကို ၂၂၀၀ ကျပ်ကနေ ၂၂၅၀ ကျပ်အထိ ပေါက်ဈေးရှိပြီး ၁၅၀ ကျပ် ဈေးတက်လာပါတယ်။

လက်ရှိမှာတော့ ရန်ကုန်ဈေးကွက်သာ ဈေးကွက်ဖွင့်နေပြီး နယ်အချို့ကတော့ ဖုန်းနဲ့သာအရောင်းအဝယ် ပြုလုပ်နေကြပါတယ်။

မတ်ပဲ

မြန်မာတစ်နိုင်ငံလုံးနီးပါးက ကုန်စည်ဒိုင်တွေအကုန် ကိုဗစ်ကြောင့် ပိတ်ထားရတဲ့အခြေအနေမှာ ဈေးကွက်တစ်ခုလုံးရပ်တန့်လုနီးပါး ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။ မတ်ပဲကတော့ လက်ရှိ အရောင်းအဝယ်က မရှိပေမယ့် ဈေးတွေကတော့ တက်နေပါတယ်။ ကုန်သည်များအကြား ဖုန်းနဲ့သာ အရောင်းအဝယ် ပြုလုပ်နေရတယ်လို့ သိရပါတယ်။

ဇူလိုင်လအစမှာ အိန္ဒိယက ပဲသိုလှောင်ခွင့်နဲ့ပတ်သတ်ပြီး

ဓာတ်ပုံ – food1.com

ကန့်သတ်ခဲ့တဲ့အတွက် မြန်မာ့မတ်ပဲဈေးတွေက ကျဆင်းသွားခဲ့ပြီး ဇူလိုင်လ နောက်ဆုံးအပတ်မှာတော့ ပြန်လည်ဖြေလျှော့ပေးခဲ့တဲ့အတွက် ပဲဈေးတွေက ပြန်လည်တက်ခဲ့တာဖြစ်ပါတယ်။ မြန်မာပြည်တွင်းမှာသာ အရောင်းအဝယ်ရပ်တန့်ထားတဲ့အတွက်ကြောင့်ဈေးကွက်ပေါက်ဈေးကို တိတိကျကျမသိရပေမယ့် အိန္ဒိယမှာတော့ မြန်မာမတ်ပဲဈေးတွေ သိသိသာသာဈေးတက်လာပြီးတော့ သင်္ဘောတင် မတ်ပဲ CNF ဈေးတွေက တစ်တန်ကို ၉၀၀ ကနေ ၁၀၀၀ ကြားထိ ပေါက်ဈေးရှိလာခဲ့ပါတယ်။

ဩဂုတ် ၁ ရက်နေ့ ကုန်စည်ဒိုင်ဈေးတွေ ပြန်ဖွင့်လာတဲ့ အချိန်မှာတော့ မတ်ပဲက တစ်တန်ကို ၁၂၆၀၀၀၀ ကျပ်အထိ ပေါက်ဈေးရှိနေပြီး ဈေးကွက်မပိတ်ခင်ကာလနဲ့ နှိုင်းယှဉ်လိုက်ပါက တစ်တန်ကို တစ်သိန်းကျော် ဈေးတက်လာခဲ့ပါတယ်။

ဂျင်း

ဂျင်းကတော့ ဈေးအနည်းငယ်ပြန်ကျဆင်းသွားပါတယ်။ မိုးရွာသွန်းမှုတွေကြောင့် ပစ္စည်းအရည်အသွေးပိုင်းညံ့တဲ့အတွက် ဈေးတွေကျဆင်းသွားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ရန်ကုန်သီရိမင်္ဂလာဈေးကွက်မှာတော့ တစ်ပိဿာကို ၁၂၀၀ ကျပ်ကနေ ၂၀၀၀ ကျပ်ကြားပေါက်ဈေးရှိပြီး ၁၀၀ ကျပ်ခန့် ဈေးကျဆင်းသွားပါတယ်။ မော်လမြိုင်ဈေးကွက်မှာတော့ တစ်ပိဿာကို

Made in Myanmar သုံးစွဲပါ

ဓာတ်ပုံ – rymanhealthcare.com.au

၁၁၅၀ ကျပ်ပေါက်ဈေးရှိပြီး ၅၀ ကျပ်ခန့်ဈေးကျဆင်းသွားပါတယ်။

အာလူး

အာလူးကလည်း ကုန်စည်ဒိုင်တွေ ပိတ်ထားရတဲ့အတွက် လက်ရှိမှာတော့ ရန်ကုန်ဈေးကွက် ပေါက်ဈေးကို မသိရပါဘူး။ ဈေးကွက်ဖွင့်ချိန်မှာတော့ အတက်ဈေးနဲ့ပဲ ကုန်စည်ဒိုင်တွေက ပိတ်လိုက်တာ ဖြစ်တဲ့အတွက် ဈေးကွက် ပြန်ဖွင့်တဲ့အချိန်မှာတော့အတက်ဈေးနဲ့ပဲ ရှိနေလိမ့်မယ်လို့ ကုန်သည်တွေက ခန့်မှန်းထားပါတယ်။ တရုတ်အာလူးတွေကလည်း ဈေးကွက်ထဲကို မဝင်တဲ့အတွက် ပြည်တွင်းအာလူးဈေးက ပြီးခဲ့တဲ့ ဇူလိုင်လအတွင်းမှာတောင် တစ်ပိဿာကို ၃၀၀ ကျပ် လောက်အထိ ဈေးတက်လာခဲ့ပြီး တစ်ပိဿာကို ၅၅၀ ကျပ်ကနေ ၁၀၀၀ ကျပ်အထိ ပေါက်ဈေးရှိခဲ့ပါတယ်။ လက်ရှိမော်လမြိုင် ဈေးကွက်မှာတော့ အာလူးကတစ်ပိဿာကို ၁၂၇၀ ကျပ်ပေါက်ဈေးရှိပြီး တစ်ပိဿာကို ၃၅၀ ကျပ်ခန့် ဈေးတက်လာခဲ့ပါတယ်။

ကြက်သွန်ဖြူ

ကြက်သွန်ဖြူကတော့ ရန်ကုန်ဈေးကွက်မှာ ပိတ်ထားတဲ့အတွက် ဈေးကတော့ လက်တလော မသိရပါဘူး။ ဈေးကွက်ပိတ်ချိန်မှာတော့ အတက်ဈေးနဲ့ပဲ ဈေးငြိမ်နေခဲ့တာပါ။ ကုန်စည်ဒိုင်တွေ ပိတ်ထားရတဲ့အတွက် လက်လီဈေးကွက်မှာတော့ ဈေးတွေက မြင့်တက်နေခဲ့ပါတယ်။ ရှမ်းကြက်သွန်ဖြူ တစ်ပိဿာကို ၄၀၀၀ ကျပ်ကနေ ၅၀၀၀ ကျပ်ကြားအထိ ဈေးမြင့်တက်နေခဲ့ပါတယ်။ မော်လမြိုင်ဈေးကွက်မှာတော့ ကြက်သွန်ဖြူ (ထူး၄၅) က တစ်ပိဿာ ကို ၂၃၀၀ ကျပ်ကနေ ၂၅၀၀ ကျပ်အထိ ပေါက်ဈေးရှိပြီး ၃၀၀ ကျပ် ဈေးတက်လာခဲ့ပါတယ်။

အထက်ပါကုန်စည်ဈေးနှုန်းများသည် ဩဂုတ်လ ပထမပတ် ဈေးနှုန်းများဖြစ်ပြီး အချိန်အခါနှင့်ဒေသကိုလိုက်၍ အပြောင်းအလဲရှိနိုင်ပါတယ်။

AMIA

ဓာတ်ပုံ – keeneorganics.com

စီးပွားဖြစ် ဖီးကြမ်းငှက်ပျော စိုက်ပျိုးခြင်း

နန်းထက်ထက်ချစ်

ငှက်ပျော အမျိုးအစားများစွာရှိတဲ့အနက် ဖီးကြမ်းငှက်ပျောသီးဟာ လူတို့ရဲ့ကိုယ်ခန္ဓာကို ကျန်းမာကြံ့ခိုင်စေတယ် လို့မြန်မာလူမျိုး အများစုက ယူဆကြပြီး စားသုံးမှုလည်း များပြားလှပါတယ်။ ဖီးကြမ်းငှက်ပျောသီးဟာ ပိုတက်စီယမ်ဓာတ် ကြွယ်ဝစွာပါဝင်တာကြောင့် ကျန်းမာရေးအတွက် စားသုံးပေးသင့်တဲ့ သီးနှံတစ်ခုလည်း ဖြစ်တယ်လို့ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ပညာရှင်တွေထံမှ သိရှိရပါတယ်။ ဒီတစ်ပတ် ဒို့ကျေးရွာဂျာနယ်ရဲ့ အင်တာဗျူး အစီအစဉ်လေးမှာတော့ အာဟာရပြည့်ဝစေတဲ့ ဖီးကြမ်းငှက်ပျောသီး စီးပွားဖြစ်စိုက်ပျိုးရေးအကြောင်းနဲ့ ငှက်ပျောပင်စိုက်ပျိုးသူတွေ ကြုံတွေ့နေရတဲ့ လက်ရှိဈေးကွက်အခက်အခဲလေးတွေကို အများသိရှိနိုင်စေရန် မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ မတ္တရာမြို့နယ်၊ မြောင်းသစ်ကျေးရွာက ဖီးကြမ်းငှက်ပျောပင် စိုက်ပျိုးသူ ကိုငြိမ်းကိုထံ ဆက်သွယ်မေးမြန်းခဲ့ပါတယ်။

ဓာတ်ပုံ – gnlm.gov.mm

မေး – ကနဦးအနေနဲ့ အကိုရဲ့အကြောင်းလေးကို မိတ်ဆက်ပါဦး။

ဖြေ – ကျွန်တော်က ဖီးကြမ်းငှက်ပျောအပြင်၊ ခရမ်းချဉ်သီးပင်၊ သင်္ဘောသီးပင် စတဲ့ သီးပင်စားပင်တွေကိုလည်း စိုက်ပျိုးထားပါတယ်။ ငှက်ပျောပင်ကို အဓိကစိုက်ပျိုးတာပေါ့။ ဖီးကြမ်းငှက်ပျောပင် သုံးဧက စိုက်ထားတယ်။ အပင်ရေအားဖြင့်ဆိုရင် အပင်ရေ ၂၄၀၀ စိုက်ထားတာပါ။ ၂၀၂၀ ပြည့်နှစ်၊ ဩဂုတ်လမှာ စစိုက်ခဲ့တာပါ။ ငှက်ပျောပင် စိုက်ပျိုးဖြစ်တဲ့ အဓိကအကြောင်းရင်းကတော့ ငှက်ပျောသီးက ကျန်တဲ့ သီးနှံထက်စာရင် ဝင်ငွေလည်း မဆိုးဘူး။ စိုက်ပျိုးရတဲ့ စိုက်စရိတ် အရင်းကလည်း သိပ်မကုန်ကျလို့ပါ။

မေး – စီးပွားဖြစ်ငှက်ပျောပင်စိုက်ပျိုးတဲ့အခါဘယ်လိုအခက်အခဲမျိုးတွေ ကြုံတွေ့ရနိုင်လဲ။

ဖြေ – အဓိကသတိထားသင့်တာကတော့ စီးပွားဖြစ်စိုက်မယ့်လူဆိုရင် ကိုယ်မျိုးပင် စတင်ဝယ်ယူလာတဲ့ ငှက်ပျောခြံကနေ ပိုးပါလာရင် အပင်ငယ်စဉ်တုန်း အဲ့ဒီပိုးက မပြဘူး။ အပင်ကြီးလာမှ ပိုးပါလာမှန်း သိရရင် ကိုယ့်အတွက် နစ်နာတာပေ့ါ။ ဒါ့ကြောင့် စဝယ်ကတည်းက မျိုးကောင်းမျိုးသန့်ရအောင် သေချာရွေးချယ် ဝယ်ယူသင့်ပါတယ်။ ဈေးကွက်ကတော့ တချို့နယ်ဒေသတွေဘက်က လောလောဆယ်မှာ ရန်ကုန်ဈေးကွက်က မဖွင့်သေးဘူး။ မန္တလေးဈေးကွက်ကို တင်ပို့ရောင်းချရပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ဘက်က အဝေးဘက်ကို တင်ပို့မှု သိပ်မရှိတဲ့အတွက် ဈေးကွက်ကတော့ အားနည်းတာပေ့ါ။ လက်ရှိမှာ ကျွန်တော်တို့ဆီမှာ ဖီးကြမ်းငှက်ပျော တစ်ဖီးကို ငါးရာ၊ ခြောက်ရာလောက်ပဲ ရတယ်ဆိုရင် တချို့ဒေသတွေမှာ တစ်ဖီးကို အနည်းဆုံး တစ်ရာ့ငါးဆယ်လောက် ပိုရနေတာ တွေ့ရတယ်။ စိုက်ပျိုးတဲ့ ငှက်ပျောသီးရဲ့အရည်အသွေးချင်း တူရင်တောင်၊ နေရာဒေသပေါ်မူတည်ပြီး ဈေးနှုန်းကွာဟချက်ရှိတာကို ခံကြရပါတယ်။

မေး – ငှက်ပျောစိုက်ပျိုးရာမှာ နည်းစနစ်တွေအမျိုးမျိုးရှိတဲ့အနက် အကိုရဲ့ငှက်ပျောခြံကို ဘယ်လိုနည်းစနစ်နဲ့ စိုက်ပျိုးထားပါသလဲ။

ဖြေ – ကျွန်တော်က ဖီးကြမ်းငှက်ပျောပင်တွေကို တစ်ပင်နဲ့တစ်ပင်ကို တစ်တောင်ကျော်ကျော် ကွာထားပြီး၊ နှစ်ပင်ပူးစိုက်တဲ့ စနစ်နဲ့ စိုက်ပျိုးထားပါတယ်။ ပြီးတော့မှ အဲ့ဒီ နှစ်ပင်စိုက်ပြီးနောက် ရောက်လာတဲ့ ပင်ကြားကိုတော့ ခြောက်တောင်ခြားတယ်။ အလယ်က တန်းကြားတွေကို ခြောက်တောင်ခြားစိုက်ပါတယ်။ မစိုက်ခင်မှာတော့ မြေဩဇာတွေကို အထူးအထွေ မကျွေးပါဘူး။ စိုက်ကျင်းအတွက် ကျင်းခံတာအတွက်လည်း မြေဩဇာမသုံးပါဘူး။ သားစို့ကလည်း ငုတ်တိုလေးတွေမို့ ကျင်းက အကြီးကြီးတူးဖို့လည်း မလိုပါဘူး။ တစ်မိုက်လေးတူးပြီး ခေါင်းလေးမြှုပ်ရင် ရပါပြီ။ အပင်တော်တော်လေးကြီးမှ မြေဆီ ကျွေးပါတယ်။ စိုက်ပျိုးပြီးနောက် အပင်အရွယ်အစား လူတစ်ရပ်လောက်အရွယ်လေးပေ၊ ငါးပေလောက်အရွယ်မှာ အပင်ကို ဓားနဲ့ခုတ်ပစ်လိုက်တယ်။ ပြီးမှ ပြန်ပြီး အတက်ထွက်လာတာကို စောင့်တယ်။ ဒါ့ကြောင့် အသီးသီးချိန်လည်း သူများတွေထက် နောက်ဆုတ်သွားပါတယ်။

> **“အဓိကသတိထားသင့်တာကတော့ စီးပွားဖြစ်စိုက်မယ့်လူဆိုရင် ကိုယ်မျိုးပင်စတင်ဝယ်ယူလာတဲ့ ငှက်ပျောခြံကနေ ပိုးပါလာရင် အပင်ငယ်စဉ်တုန်း အဲ့ဒီပိုးကမပြဘူး။ အပင်ကြီးလာမှ ပိုးပါလာမှန်းသိရရင် ကိုယ့်အတွက် နစ်နာတာပေ့ါ။ ဒါ့ကြောင့် စဝယ်ကတည်းက မျိုးကောင်း မျိုးသန့်ရအောင် သေချာရွေးချယ် ဝယ်ယူသင့်ပါတယ်”**

ပုံမှန်ဆိုရင် ကိုးလလောက်မှာ အသီးသီးမယ်ဆိုရင်၊ ၁၁ လလောက်ကြာမှအသီးသီးလာအောင် လုပ်ယူတဲ့စနစ်ပါ။ အပင်အခြေအနေပေါ်မူတည်ပြီး ဖြတ်ရ ခုတ်ရတာပါ။ စိုက်ပြီးပြီးချင်းမှာ မြေအစိုဓာတ်ရအောင် အမြစ်စွဲအား ကောင်းအောင် ရေပေးပါတယ်။ အပင် တစ်ခန်းနဲ့ တစ်ခန်းကြားတွေမှာ ခြောက်တောင်အကွာတွေမှာ မြောင်းတွေ ဖောက်ပြီးတော့ ရေတွင်းကနေ ရေစုပ်စက်နဲ့ မောင်းပြီး ရေပေးပါတယ်။ သူ့မြေအစိုဓာတ်ပေါ် မူတည်ပြီး ငါးရက်ခြားတစ်ခါ၊ ခုနစ်ရက်ခြား တစ်ခါလောက် ရေပေးပါတယ်။ ဖီးကြမ်းငှက်ပျောပျိုးပင် တစ်ပင်ကို ၁၂၀ ကျပ် ပေးရပါတယ်။ ဖီးကြမ်းငှက်ပျော တစ်ဧကစိုက်ပျိုးမယ်ဆိုရင် သွင်းအားစုစရိတ်၊ ပျိုးပင်ဖိုး၊ လုပ်သားခတွေ အပါအဝင် စုစုပေါင်း ကုန်ကျစရိတ်က တစ်ဧကကို ကျပ် ၄၀၀၀၀၀ ဝန်းကျင် ကုန်ကျနိုင်ပါတယ်။

မေး – ဒီစနစ်နဲ့စိုက်ပျိုးတာက ဘာတွေပိုပြီး အကျိုးရှိစေသလဲ။

ဖြေ – အဓိကကတော့ ဒီစနစ်နဲ့စိုက်တယ်ဆိုရင် ဈေးကွက်မှာ ပိုရောင်းကောင်းတာထက် အပင်က လေဒဏ် မိုးဒဏ်လည်း ခံနိုင်သွားတယ်။ အလုံးရေလည်း ပိုရတယ်။ အရည်အသွေးလည်း ပိုကောင်းတယ်။ ငှက်ပျောပင် စိုက်ပျိုးတာမှာ ငှက်ပျောခိုင်တစ်ခိုင်ချင်းစီက ထွက်လာတဲ့ အဖီးရေထွက်နှုန်းများပြားမှလည်း တောင်သူတွေ အနေတဲ့ ဈေးကွက်တင်ပို့ရာမှာ တွက်ခြေကိုက်နိုင်တာပါ။ အခုစနစ်က နှစ်လ နောက်ကျပြီး သီးစေတဲ့အတွက် မိုးတွင်းနဲ့လည်း နီးသွားတော့ အသီးပိုရစေနိုင်ပါတယ်။

မေး – ငှက်ပျောပင်တစ်ပင်မှာ ငှက်ပျောသီးအဖီးရေဘယ်လောက်ရတယ်ဆိုရင် စိုက်ပျိုးစရိတ်အတွက် ကာမိပါသလဲ။

ဖြေ – ထွက်လာတဲ့ ငှက်ပျောအခိုင်လည်း ချောမယ်၊ တစ်ခိုင်ကို အဖီးရေ ခြောက်ဖီးကနေ ရှစ်ဖီးလောက်ပါတဲ့ အခိုင်မျိုးတွေဆိုရင် တစ်ဖီးကို ခြောက်ရာလောက် ဈေးရပါတယ်။ အဲ့ဒီလောက် ဈေးနဲ့ ရောင်းရရင်တော့ စိုက်ပျိုးစရိတ်က ကိုက်ပါတယ်။ တစ်ဖီးကို ဈေးနှုန်း ငါးရာအောက် ကျသွားရင်တော့ တွက်ခြေမကိုက်ဘူးပေ့ါဗျာ။ တောင်သူအတွက် အမြတ်အကျန် နည်းသွားတာပေ့ါ။ ငှက်ပျောတစ်ခိုင်မှာ အဖီးရေ ခြောက်ဖီးနဲ့အထက် ရှစ်ဖီးကနေ ကိုးဖီးအထိ ရတယ်ဆိုရင်တော့ အမြတ်ပိုကျန်တာပေ့ါ။ တစ်ခိုင်မှာ လေးဖီး၊ ငါးဖီးလောက်ပဲ ရတယ်ဆိုရင်တော့ စိုက်ပျိုးစရိတ် အရင်းပဲပြန်ရပြီး တွက်ခြေမကိုက်နိုင်ဘူး ပင်ပန်းရကျိုး မနပ်ပါဘူး ခင်ဗျာ။

နန်းထက်ထက်ချစ်

မိုးရွာသွန်းမှု မတူညီခြင်းကြောင့် မိုးနှမ်းအထွက်နှုန်း မတူညီ

မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ ညောင်ဦးမြို့နယ်တွင် မိုးနှမ်းများ နုတ်သိမ်းနေပြီဖြစ်ရာ မိုးရွာသွန်းမှုမညီမျှခြင်းများကြောင့် နှမ်းရပုံခြင်းများလည်း မတူညီကြကြောင်း ဝါခင်းကြီး ကျေးရွာမှ နှမ်းစိုက်ပျိုးတောင်သူ ဦးမောင်လေးက ပြောကြားသည်။

ဧပြီလနှောင်းပိုင်းက ရွာသွန်းခဲ့သည့်မိုးဖြင့် နှမ်းများကြဲပက်စိုက်ပျိုးခဲ့ရာ မေလ၊ ဇွန်လနှင့် နှမ်းများပွင့်ချိန်အထိ မိုးရွာသွန်းမှု မှန်ကန်ကောင်းမွန်ခဲ့ပြီး နှမ်းများသီးလုံး အဆန်(အစေ့)ထည့်ချိန်တွင်တော့ မိုးရွာသွန်းမှုမညီမျှခြင်းများကြောင့် နုတ်သိမ်းချိန်တွင် အထွက်နှုန်း မတူညီဖြစ်ရကြောင်း တက်မကျေးရွာနေ ဦးမောင်ဌေးက ရှင်းပြသည်။

ညောင်ဦးမြို့နယ်တောင်ဘက်ပိုင်း တက်မကျေးရွာဘက်နှင့် ကြအိုကျေးရွာဘက်ခြမ်းတွင် မိုးရွာသွန်းမှုကောင်းခဲ့ခြင်းကြောင့် နှမ်းများရကြသော်လည်း ကျောက်ပန်းတောင်း–ညောင်ဦးကားလမ်းဘေး ဝါခင်းကြီးကျေးရွာ၊တောင်ဘကျေးရွာဘက်ခြမ်းတွင်ကွက်ကြားမိုးသာရွာသွန်းခဲ့သောကြောင့် နှမ်းခင်းများကောင်းသလောက် နှမ်းမရကြကြောင်း သိရသည်။

နှမ်းစိုက်ပျိုးချိန်တွင် နှမ်းတစ်တင်း လေးသောင်းကျပ်၊ ထွန်စက်ထွန်ယက်ခ တစ်နာရီလျှင် နှစ်သောင်းနှစ်ထောင်ကျပ်၊ နွားတစ်ရှဉ်းထွန်ယက်ခ တစ်မနက်လျှင် ရှစ်ထောင်ကျပ်၊ လုပ်သားတစ်ဦးလျှင် ငါးထောင်ကျပ်၊ အလုပ်သမတစ်ဦးလျှင် တစ်နေကုန်သုံးထောင်ကျပ်ဖြင့် ကြဲပက်စိုက်ပျိုးခဲ့ရကြောင်း၊ ရွက်စားပိုးကာကွယ်ဆေးများ ဖျန်းပက်ခြင်း၊ ရွက်အားတိုးဆေး၊ ဖော့စဖိတ်၊ ယူရီးယား၊ နွားချေး၊ ဆိတ်ချေးမြေဆီမြေနှစ်၊ မြေဩဇာများပါ ပက်ဖြန်းရကြောင်း၊ မိုးရွာသွန်းမှုမကောင်းသည့်နှစ်များတွင် နှမ်းမရဘဲ အရှုံးပင်ကြုံတွေ့ရပြီး တစ်မိုးကောင်း တစ်ချောင်းစီး မျှော်လင့်သည့်အနေဖြင့် နှစ်တိုင်း နှမ်းများမိုးကြို ကြဲထားခြင်း၊ မိုးရွာသွန်းချိန် ကြဲပက်စိုက်ပျိုးခြင်းများဖြင့် နှမ်းအထွက်ကောင်းရန်၊ နှမ်းဈေးကောင်းရန်တို့ကို မျှော်လင့်ပြီး စိုက်ပျိုးကြကြောင်း၊ ယခုနှစ် ညောင်ဦးမြို့နယ်တွင် ကွက်ကြားမိုး ရွာသွန်းမှုများသည့် ပန်းကုန်းပင်ကျေးရွာ၊ တက်မကျေးရွာနှင့် စပါးသင်းကျေးရွာများဘက်တွင် နှမ်းအထွက်နှုန်း ကောင်းရကြောင်း ဦးမောင်ဌေးက ဆက်လက်ရှင်းပြခဲ့သည်။

ကိုထိန်(KPD)

ဆောမြို့နယ်အတွင်းရှိ စိုက်ပျိုးမြေ ၂၅၀ ကေကျော် အကျိုးပြုဖြစ်ထွန်းမည့် ကုန်ထုတ်လမ်းများ ရာနှုန်းပြည့်ပြီးစီး

ဓာတ်ပုံ- ဆလိုင်းကိုကီး(ပြန်/ဆက်)

သမဝါယမနှင့် ကျေးလက်ဖွံ့ဖြိုးရေးဝန်ကြီးဌာန၊ ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနက ၂၀၂၀-၂၀၂၁ခု ဘဏ္ဍာရေးနှစ်အတွင်း ဆောမြို့နယ်အတွင်းရှိကျေးရွာနှစ်ရွာအတွက် စိုက်ပျိုးမြေ ၂၅၀ ကေကျော် အကျိုးပြုဖြစ်ထွန်းမည့် ကုန်ထုတ်လမ်းများ အကောင်အထည်ဖော်ဖောက်လုပ်ဆောင်ရွက်မှုလုပ်ငန်း ရာနှုန်းပြည့်ပြီးစီးပြီးဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

မကွေးတိုင်းဒေသကြီး၊ ဂန့်ဂေါခရိုင်၊ ဆောမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး ဦးစီးဌာနမှ ကျေးလက်နေပြည်သူများ၏ လူမှုစီးပွားဘဝ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးလုပ်ငန်းများနှင့် တစ်နိုင်တစ်ပိုင်အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းလုပ်ငန်းများ လုပ်ကိုင်နိုင်ရေးတို့အတွက် စဉ်ဆက်မပြတ် အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိရာ ၂၀၂၀ - ၂၀၂၁ ခုဘဏ္ဍာရေးနှစ်တွင် သလယ်ကျေးရွာ၌ ပြည်ထောင်စုခွင့်ပြု ငွေကျပ် ၃၃ ဒသမ ၂ သန်းဖြင့် Box Culvert (အလျား ၁၈ ပေ၊ အနံ ၆ လက်မ၊ အမြင့် ၆ လက်မ) သုံးစင်းအပါအဝင် အကျယ် ၁၂ ပေ၊ ထု ၁ ပေ ၉ လက်မ၊ အရှည် တစ်မိုင်ရှိသည့် ကုန်ထုတ်လမ်း (ကျောက်ရောမြေ+မြေနီ) နှင့် ပြင်လယ်ကျေးရွာတွင် ပြည်ထောင်စု ခွင့်ပြုငွေကျပ် ၁၈ ဒသမ ၁ သန်းဖြင့် Box Culvert (အလျား ၁၈ ပေ၊ အနံ ၆ လက်မ၊ အမြင့်၆လက်မ) နှစ်စင်းအပါအဝင် အကျယ် ၁၂ ပေ၊ ထု ၁ ပေ ၉ လက်မ၊ အရှည်လေးဖာလုံရှိသည့် ကုန်ထုတ်လမ်း (ကျောက်ရောမြေ+မြေနီ) စသည့် ကျေးရွာကုန်ထုတ်လမ်းနှစ်လမ်းအား ငွေယှဉ်စံကုမ္ပဏီမှ တာဝန်ယူဖောက်လုပ်ဆောင်ရွက်ခဲ့ရာ ယခုအခါ ရာနှုန်းပြည့်ပြီးစီးပြီဖြစ်ကြောင်း မြို့နယ်ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနမှ သိရသည်။

အဆိုပါကျေးရွာကုန်ထုတ်လမ်းများ ဖောက်လုပ်ပြီးစီးပါက ကျေးရွာနှစ်ရွာရှိ အိမ်ထောင်စု ၁၉၀ စု၊ လူဦးရေ ၁၀၀၀ ဦးတို့၏ စိုက်ပျိုးမြေ ၂၅၈ ကေများမှ ကျေးလက်နေပြည်သူများ ကိုယ်တိုင်စိုက်ပျိုးထွက်ကုန်များကို မြို့ပေါ်ဈေးကွက်များသို့ အချိန်မီပို့ဆောင်ရောင်းဝယ်နိုင်ရေးတို့အတွက် ရာသီမရွေးလွယ်ကူလျင်မြန်စွာ သွားလာနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

ဆလိုင်းကိုကီး(ပြန်/ဆက်)

မြင်းခြံခရိုင်အတွင်း သောက်သုံးရေ ဖူလုံစွာရရှိရေး ဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိ

မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး မြင်းခြံခရိုင်အတွင်းရှိ ကျေးလက်နေပြည်သူများသန့်ရှင်းသော သောက်သုံးရေဖူလုံစွာရရှိရေး ၂၀၂၀-၂၀၂၁ ဘဏ္ဍာနှစ်ခွင့်ပြုရန်ပုံငွေဖြင့် ကျေးရွာငါးရွာ၌ စက်ရေတွင်းတူးဖော်ခြင်းနှင့် ဆက်စပ်လုပ်ငန်းများအကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိရာ ယခုအခါလုပ်ငန်းအားလုံး ရာနှုန်းပြည့်ပြီးစီးနေပြီဖြစ်ကြောင်း ခရိုင်ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန ခရိုင် ဦးစီးမှူးဒေါ်ကြည်ကြည်မာထံမှ သိရသည်။

သောက်သုံးရေရရှိရေး ဆောင်ရွက်ရာတွင် မြင်းခြံခရိုင်အတွင်းရှိ ငါန်းဇွန်မြို့နယ်မှ ရွာဘို(တ)ကျေးရွာ၊ သာယာပေါင်းကျေးရွာ၊ အိုင်လျှားကျေးရွာနှင့် မြင်းခြံမြို့နယ်မှ မြောက်ကုန်းကျေးရွာ၊ ကျီးပင်ကန်ကျေးရွာ၊ စုစုပေါင်းကျေးရွာငါးရွာတွင် လေးလက်မစက်ရေတွင်းတူးဖော်ခြင်း၊ ဂါလန် ၂၄၀၀ ဆံ့စင်မြင့်ရေစင်တည်ဆောက်ခြင်း၊ ရေစက်ရုံတည်ဆောက်ခြင်းနှင့် အခြားရေရရှိရေးဆက်စပ်လုပ်ငန်းများကို ၂၀၂၀-၂၀၂၁ ဘဏ္ဍာနှစ်ခွင့်ပြုရန်ပုံငွေကျပ် ၁၁၂ ဒသမ ၅၅ သန်းဖြင့် တင်ဒါအောင်မြင်သည့်ကုမ္ပဏီများက အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိရာ လက်ရှိအချိန်တွင် လုပ်ငန်းအားလုံးရာနှုန်းပြည့်ပြီးစီးနေပြီဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

အဆိုပါကျေးရွာငါးရွာတွင် သောက်သုံးရေရရှိရေးစက်ရေတွင်းတူးဖော်ခြင်းနှင့် ဆက်စပ်လုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်နိုင်မှုကြောင့် သက်ဆိုင်ရာကျေးရွာရှိ ဒေသခံပြည်သူများနှင့် ကျွဲ၊ နွားတိရစ္ဆာန်များအတွက် ရာသီမရွေးသောက်သုံးရေဖူလုံစွာရရှိရေးအဆင်ပြေမည်ဖြစ်ကြောင်း ခရိုင်ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနမှ သိရသည်။

မင်းမြင့်မိုရ်(ကျေးလက်)

ဓာတ်ပုံ- မင်းမြင့်မိုရ်(ကျေးလက်)

မြိတ်မြို့တွင် အောက်ဆီဂျင်စက်ရုံတိုးချဲ့တည်ဆောက်မည် ပြည်သူ့ဆေးရုံ၌ တပ်ဆင်မည့် Oxygen Plant မှ တစ်နေ့လျှင် အောက်ဆီဂျင်အိုး ၁၀၀ ခန့် ထွက်ရှိနိုင်

တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီး မြိတ်မြို့တွင် တိုင်းဒေသကြီး အစီအစဉ်ဖြင့် အောက်ဆီဂျင်စက်ရုံတိုးချဲ့တည်ဆောက်မည့် မြေနေရာနှင့် ပြည်သူ့ဆေးရုံတွင် တပ်ဆင်မည့် OxygenPlant အဆောက်အဦတည်ဆောက်နေမှုအား ကမ်းရိုးတန်းဒေသတိုင်းစစ်ဌာနချုပ် တိုင်းမှူး ဗိုလ်ချုပ်စောသန်းလှိုင်နှင့် တာဝန်ရှိသူများက သွားရောက်ကြည့်ရှုစစ်ဆေးခဲ့ကြသည်။

ရှေးဦးစွာ တိုင်းမှူးနှင့်အဖွဲ့သည် မြိတ်တောင်ကျေးရွာရှိ စုပေါင်းရုံးအနီးတွင် အောက်ဆီဂျင်စက်ရုံတည်ဆောက်မည့် မြေနေရာအား သွားရောက်ကြည့်ရှုရာ ခရိုင်စီမံအုပ်ချုပ်ရေးအဖွဲ့ဥက္ကဋ္ဌ ဦးဉာဏ်ဇော်နှင့် တာဝန်ရှိသူများက ရှင်းလင်းတင်ပြခဲ့ကြသည်။ ထို့နောက် ပြည်သူ့ဆေးရုံတွင် တပ်ဆင်မည့် OxygenPlant အဆောက်အဦတည်ဆောက်နေမှုအား ကြည့်ရှုစစ်ဆေးရာ လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်ပြီးစီးမှု အခြေအနေအား ဆေးရုံအုပ်ကြီးနှင့် တည်ဆောက်ရေးတာဝန်ခံတို့က ရှင်းလင်းတင်ပြခဲ့သည်။

ပြည်သူ့ဆေးရုံတွင် တပ်ဆင်မည့် Oxygen Plant ကို မြိတ်ဒေသ ကိုဗစ်-၁၉ ကာကွယ်ထိန်းချုပ်ကုသရေး အထောက်အကူပြုကော်မတီသို့ စေတနာရှင်များက ကိုဗစ်ကာကွယ်ဆေးအတွက် လှူထားသည့် ရန်ပုံငွေဖြင့် မှာယူထားရှိပြီး ဩဂုတ်လအတွင်းရောက်ရှိလာမည်ဖြစ်ကြောင်း၊ အဆိုပါ Oxygen Plant သည် Container Type ဖြစ်၍ ရောက်ရှိလာပါက မီးစက်နှင့် ချိတ်ဆက်ပြီး အသုံးပြုနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ OxygenPlant စက်မှ တစ်နေ့လျှင် အောက်ဆီဂျင်အိုး အလုံး ၁၀၀ ခန့် ထွက်ရှိနိုင်ကြောင်း သိရသည်။

မြိတ်မြို့တွင် ကိုဗစ်လူနာများအတွက် အောက်ဆီဂျင်လိုအပ်ချက်ကို မြိတ်ဒေသ ကိုဗစ်-၁၉ ကာကွယ်ထိန်းချုပ်ကုသရေးအထောက်အကူပြုကော်မတီနှင့် စေတနာရှင် အလှူရှင်များ၊ ဂန္ဓမာအောက်ဆီဂျင်စက်ရုံတို့မှ လှူဒါန်းပေးလျက်ရှိကြောင်း၊ ပြည်သူ့ဆေးရုံတွင် ကိုဗစ်-၁၉ လူနာများအတွက် ဆေးရုံပိုင် အောက်ဆီဂျင်အိုး ၁၁၀ လုံးကျော်ဖြင့် နေ့စဉ် အသုံးပြုလျက်ရှိကာ လိုအပ်သည့် အောက်ဆီဂျင်အိုးကို ဂန္ဓမာစက်ရုံမှ ငှားရမ်းအသုံးပြုလျက်ရှိကြောင်း၊ ဂန္ဓမာအောက်ဆီဂျင်စက်ရုံမှ ပြည်သူ့ဆေးရုံအတွက် အောက်ဆီဂျင်ကို ဦးစားပေးဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။

ဓာတ်ပုံ- ခိုင်ထူး(မြိတ် ပြန်/ဆက်)

ခိုင်ထူး (မြိတ် ပြန်/ဆက်)

မိုးခေါင်မှုကြောင့် ပျက်စီးခဲ့သော မိုးသီးနှံများအတွက် ထောက်ပံ့ငွေပေးအပ်

စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး၊ ကန့်ဘလူခရိုင်၊ ကျွန်းလှမြို့နယ်တွင် ၂၀၁၉-၂၀၂၀ ခုနှစ် မိုးလိုမိုးခေါင်မှုကြောင့် ပျက်စီးခဲ့သော မိုးသီးနှံများအတွက် ထောက်ပံ့ငွေပေးအပ်ခြင်းကို ဩဂုတ် ၆ ရက်နေ့ နံနက်ပိုင်းက ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာန၏ ကိုဗစ်-၁၉ ကာကွယ်ရေး လမ်းညွှန်ချက်နှင့်အညီ ထောက်ပံ့ပေးအပ်ကြောင်း သိရှိရသည်။

ကျွန်းလှမြို့နယ်တွင် ၂၀၁၉-၂၀၂၀ ခုနှစ် မိုးခေါင်မှု ကြောင့် ကျေးရွာအုပ်စုရှစ်အုပ်စု၌ ပျက်စီးသွားသည့် မြေပဲ ၇၇ ဧက၊ တစ်ဧကငွေကျပ် ၃၀၀၀၀ နှုန်းဖြင့် လည်းကောင်း၊ အစေ့ထုတ်ပြောင်း ၂၃၆၉ ဧက၊ တစ်ဧက ငွေကျပ် ၁၀၀၀၀ နှုန်းဖြင့် စုစုပေါင်း ၂၄၄၆ ဧကအတွက်ငွေကျပ် ၂၆၀၀၀၀၀၀ အား ထောက်ပံ့ပေးခြင်းဖြစ်ကြောင်းမြို့နယ်စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာန၊ ဦးစီးမှူး ဒေါ်မြင့်မြင့်ရီက ပြော ကြားသည်။

အဆိုပါထောက်ပံ့ငွေပေးအပ်ခြင်းကို မြို့နယ်စီမံအုပ်ချုပ်ရေးအဖွဲ့ဥက္ကဋ္ဌ ဦးမျိုးတင့်ထူး၏ လမ်းညွှန်မှုဖြင့် ဌာနဆိုင်ရာများ၊ ရပ်ကျေးအုပ်ချုပ်ရေးမှူးများ ပူးပေါင်းပြီး တောင်သူတစ်ဦးချင်းစီ၏ လက်ဝယ်သို့ အရောက် ထောက်ပံ့ပေးအပ်ခဲ့ကြောင်း သိရှိရသည်။

မျိုးဝင်းညို(ကျွန်းလှ)

ထားဝယ်ခရိုင်အတွင်းရှိ မြို့နယ်များတွင် ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါကာကွယ်ဆေး မထိုးနှံရသေးသည့် အသက် ၆၅ နှစ်အထက် သက်ကြီးရွယ်အိုများအား ထိုးနှံပေးလျက်ရှိ

ဓာတ်ပုံ- ထားဝယ်ခရိုင် (ပြန်/ဆက်)

တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီး၊ ထားဝယ်ခရိုင်အတွင်းရှိ မြို့နယ်များတွင် ဇူလိုင် ၃၁ ရက်နေ့ နံနက်ပိုင်းမှစ၍ ကိုဗစ် ၁၉ ရောဂါကာကွယ်ဆေး မထိုးနှံရသေးသည့် အသက် ၆၅ နှစ်အထက် သက်ကြီးရွယ်အိုဘိုးဘွားများအား လူမျိုးဘာသာမရွေး ကျန်းမာရေးဆေးစစ်ပေးပြီး ကိုဗစ် – ၁၉ ရောဂါကာကွယ်ဆေးများထိုးနှံပေးလျက်ရှိကြောင်း သိရှိရသည်။

သက်ကြီးရွယ်အိုများအား ထိုးနှံပြီးသွားပါက ကာကွယ်ဆေး မထိုးနှံရသေးသော ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ၊ နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းများ၊ လူမှုရေးအဖွဲ့များ၊ ဘဏ်ဝန်ထမ်းများ၊ ရဟန်းသံဃာနှင့် သီလရှင်များ၊ ပရဟိတအသင်းအဖွဲ့များ၊ ဈေးရောင်းချသူများ၊ ပုဂ္ဂလိကပို့ဆောင်ရေးလုပ်ငန်းများမှ ပြည်သူများအား ကိုဗစ်–၁၉ ရောဂါကာကွယ်ဆေး ဆက်လက်ထိုးနှံပေးသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း၊ ထားဝယ်မြို့နယ်အတွက် ဆေးလုံးရေ ၂၅၁၅ လုံး ၊ ရေဖြူမြို့နယ် ၂၁၃၀ လုံး၊လောင်းလုံးမြို့နယ် ၂၀၀၀ လုံးနှင့် သရက်ချောင်းမြို့နယ် ၂၁၅၅ လုံး၊ စုစုပေါင်း ဆေးလုံးရေ ၈၈၀၀ လုံး ဖြစ်ကြောင်း ဒုတိယခရိုင်ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာနမှူး ဒေါက်တာဥက္ကာထံမှ သိရသည်။

ဆေးထိုးခြင်းလုပ်ငန်းများတွင် ဌာနဆိုင်ရာများ၊ လူမှုရေးအသင်းအဖွဲ့များက ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများနှင့် အတူပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မည်ဖြစ်ကြောင်းနှင့် ယခုထိုးနှံပေးမည့်ကာကွယ်ဆေးမှာ တရုတ်ပြည်သူ့သမ္မတနိုင်ငံမှ ထုတ်လုပ်သော Sinopharm အမျိုးအစားဖြစ်ပြီး ဆေးတစ်လုံးလျှင် လူနှစ်ဦးထိုးနှံပေးမည်ဖြစ်ကြောင်း ကာကွယ်ဆေးများကို ဩဂုတ် ၇ ရက်နေ့အထိ ထိုးနှံပေးသွားမည်ဖြစ်ပြီး နောက်ထပ်ရက်သတ္တပတ်တွင် ၄ ပတ် ၂၈ ရက် (ဒုတိယ)အကြိမ် ဆက်လက်ထိုးနှံပေးသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

အဆိုပါ ကာကွယ်ဆေးကို ၁၈ နှစ်အောက်ကလေးများ၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များနှင့် နို့တိုက်နေသော မိခင်များ၊ တခြားသော ကာကွယ်ဆေးများနှင့် ဓာတ်မတည့်သူများ၊ ကိုဗစ်–၁၉ ရောဂါလက်ရှိခံစားနေရသူများ၊ ကိုဗစ်–၁၉ရောဂါ ဖြစ်ပြီးသွေးရည်ကြည်ကုထုံးဖြင့် ကုသထားသူများ၊ ကိုယ်အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းအစားထိုးကုသထားသူများနှင့် ကိုယ်ခံအားကျနေသူများ မထိုးနှံရကြောင်း သိရှိရသည်။

ထားဝယ်ခရိုင်(ပြန်/ဆက်)

ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးလုပ်ငန်း စီမံကိန်းဖြင့် ဝန်းသိုမြို့နယ်မှ ကျေးရွာပေါင်း ၁၃ ရွာ၌ ကွန်ကရစ်လမ်းခင်းခြင်းလုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်

စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး ကောလင်းခရိုင် ဝန်းသိုမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဦးမြတ်မျိုးထွန်းနှင့်အတူ ဇူလိုင်လ ၃၁ ရက်နေ့ နံနက်တွင် အငယ်တန်းအင်ဂျင်နီယာ(၂) ဒေါ်အိမ့်မွန်ဟိန်းနှင့် တာဝန်ရှိသူများလိုက်ပါပြီး မြို့နယ်အတွင်းရှိ မင်းကုန်း၊ လေဘို၊ စုစုပေါင်းကျေးရွာ နှစ်ရွာ၌ ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးလုပ်ငန်းစီမံကိန်း (VDP)ထောက်ပံ့ငွေဖြင့် ရွာတွင်းလမ်းများ ကွန်ကရစ်လမ်းခင်းခြင်းလုပ်ငန်းဆောင်ရွက်မှုအခြေအနေကိုသွားရောက်ကြည့်ရှုစစ်ဆေးသည်။

ထိုသို့ စစ်ဆေးရာတွင် ဝန်းသိုမြို့နယ်ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဦးမြတ်မျိုးထွန်းက အဆိုပါရွာတွင်းလမ်းများ ကွန်ကရစ်လမ်းခင်းခြင်းနှင့် စပ်လျဉ်း၍ လုပ်ငန်းသတ်မှတ်စံချိန်စံညွှန်းနှင့်အညီ ကိုက်ညီမှုရှိစေရန်၊ လမ်းကောင်းမွန်ရေး ဘိလပ်မြေ၊ သဲ၊ ကျောက်အချိုးအစား မှန်ကန်စေရန်၊ သိပ်သည်းမှုရှိရေး Vibrator အသုံးပြုရန်၊ ကွန်ကရစ်ဖျော်ရည်များ လေလွှင့်မှုမရှိရေး အောက်ခံပလပ်စတစ်အသုံးပြုရန် စသည့် အချက်များကို ဂရုပြုဆောင်ရွက်နိုင်ရန် လိုအပ်ကြောင်း မှာကြားခဲ့သည်။

မင်းကုန်း၊ လေဘို၊ စုစုပေါင်း ကျေးရွာနှစ်ရွာ၌ ရွာတွင်းလမ်းများ ကွန်ကရစ်လမ်းခင်းခြင်းလုပ်ငန်းမှာ လမ်းအရှည်ပေ ၁၀၀၀၊ အကျယ် ၁၂ ပေနှင့် ထုခြောက်လက်မ အနည်းဆုံးရရှိရန် ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်မည် ဖြစ်ကြောင်း သိရှိရသည်။ ၂၀၂၀– ၂၀၂၁ ဘဏ္ဍာနှစ် ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးလုပ်ငန်းစီမံကိန်း (VDP)ထောက်ပံ့ငွေဖြင့် ကွန်ကရစ်လမ်းခင်းခြင်းလုပ်ငန်းဆောင်ရွက်သည့် ဝန်းသိုမြို့နယ်မှ ကျေးရွာပေါင်း ၁၃ ရွာရှိကြောင်း ဝန်းသိုမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနမှ သိရသည်။

မင်းမြင့်မိုရ်(ကျေးလက်)

ဓာတ်ပုံ-မင်းမြင့်မိုရ်(ကျေးလက်)

မကွေးမြို့နယ်ရှိ ကျေးရွာ ၁၄ ရွာ၌ ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်မှု ရာနှုန်းပြည့်ပြီးစီး

မကွေးတိုင်းဒေသကြီး၊ မကွေးခရိုင်၊ မကွေးမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနမှ ယခုဘဏ္ဍာရေးနှစ်တွင် ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး လုပ်ငန်းစီမံကိန်း(VDP) ထောက်ပံ့ရန်ပုံငွေ၊ ပြည်သူထည့်ဝင်ငွေတို့ဖြင့် ကျေးရွာ ၁၄ ရွာ၌ ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ငန်းများကို ၂၀၂၁ခုနှစ် ဇန်နဝါရီလ ဒုတိယအပတ်က စတင် အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်ခဲ့ရာ ယခုအခါရာနှုန်းပြည့် ဆောင်ရွက်ပြီးစီးနေပြီဖြစ်ကြောင်း အဆိုပါဦးစီးဌာနမှ သိရသည်။

မကွေးမြို့နယ်အတွင်း ၂၀၂၀ –၂၀၂၁ ခု ဘဏ္ဍာရေးနှစ်တွင် ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး လုပ်ငန်းစီမံကိန်း(VDP)ဖြင့် ကျေးရွာ ၁၄ ရွာတွင် ကျေးရွာအဝင်နှင့် ကျေးရွာတွင်း ကွန်ကရစ်လမ်းခင်းခြင်းလုပ်ငန်းကိုးခု၊ ရေရှိရေးလုပ်ငန်းနှစ်ခု၊ လျှပ်စစ်မီးလင်းရေးလုပ်ငန်းသုံးခု၊ စုစုပေါင်းကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ငန်း၁၄ခုကိုကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးလုပ်ငန်းစီမံကိန်း (VDP) ထောက်ပံ့ရန်ပုံငွေကျပ်သိန်း၁၄၀၀၊ ပြည်သူထည့်ဝင်ငွေကျပ် ၁၅၁၉ ဒသမ ၂၆၆ သိန်း၊ စုစုပေါင်းငွေကျပ်၂၉၁၉ ဒသမ ၂၆၆ သိန်းဖြင့် အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်ခဲ့ကြောင်း၊ လက်ရှိမှာတော့ လုပ်ငန်းအားလုံး၏ ရာနှုန်းပြည့်ဆောင်ရွက်ပြီးစီးနေပြီဖြစ်ကြောင်း မကွေးမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဒေါ်တင်တင်စိုးပြောပြချက်အရ သိရသည်။

ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးလုပ်ငန်းစီမံကိန်းကို LIFT Fund နည်းပညာအကူအညီနဲ့ စတင်ဆောင်ရွက်ခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်။ ဌာနအနေဖြင့် စီမံချက်ပါ ဦးစားပေးလုပ်ငန်းကို ငွေကျပ် သိန်း ၁၀၀ ထောက်ပံ့ပေးပြီး စတင်ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်သည့် ဘုရားပြို(တ)၊ မိကျောင်းရဲ၊ အင်းပု၊ သဘော်ဆိပ်၊ ကန်တော်၊ အလယ်ချောင်း၊ သမန်းတော(မ)၊ အင်းဦး၊ ဆားတိုင်ကန်၊ ရွာသစ်ကြီး၊ အလယ်ဘို၊ သပြေရင်၊ ကုန်ကြီး၊ လျောင်းတော်ဦးစသည့် ကျေးရွာ ၁၄ ရွာဖြစ်ပြီး အဆိုပါဖွံ့ဖြိုးရေး လုပ်ငန်းများ အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်နိုင်မှုကြောင့်ကျေးရွာနေပြည်သူများ၏ လူမှုစီးပွားဘဝများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာနိုင်မှာဖြစ်ကြောင်း သိရှိရသည်။ *သန်းလွင်(မကွေး)*

မှန်ကန်သည့်ဘက်က ရပ်တည်သူ

ချစ်နိုင်(စိတ်ပညာ)

Photo– internet

"ဆရာထက် တပည့်လက်စောင်း ထက်ရမည်"

ဆရာကြီးဦးဖေမောင်တင်
(၁၈၈၈–၁၉၇၃)

ပညာအမြော်အမြင်ကြီးသလောက် ကိုယ်ကျင့်သီလကို အပြစ်နည်းပါးအောင် စောင့်ရှောက်လေ့ရှိသူမှာ ဆရာကြီး ဦးဖေမောင်တင်(၁၈၈၈–၁၉၇၃)ဖြစ်ပါသည်။ မှန်ကန်သည့်ဘက်ကသာ ရပ်တည်သူမှာ သတ္တိရှိရုံသာမက ဗျတ္တိပါပြည့်စုံသည့် ဆရာကြီးဦးဖေမောင်တင် ဖြစ်ပါသည်။

ဗြိတိသျှတို့ စိုးမိုးအုပ်ချုပ်နေသော ကိုလိုနီခေတ်တွင် အင်္ဂလိပ်တွေချည်းသာ ကြီးစိုးနေသည့် တက္ကသိုလ်ကောလိပ် ပညာအသိုက်အဝန်းမှာ ကောလိပ်မည်သည် ရာထူးအခေါ်အဝေါ် မရှိသေးသဖြင့် "ပါမောက္ခချုပ်" ဟု မခေါ်ခဲ့ခြင်းသာ။ တက္ကသိုလ်ထိပ်သီးရာထူးကို မြန်မာလူမျိုးထဲမှ ပထမဆုံးရယူနိုင်ခဲ့သော "ပထမမြန်မာစာရင်းဝင်" ပုဂ္ဂိုလ်ထူး ပုဂ္ဂိုလ်မှန်ဖြစ်၏။

အရိပ်အမြွက်မျှ စာရင်းထိုး၍ ဖော်ပြခွင့်ပြုပါ–

– ပြည်ထောင်စုမြန်မာနိုင်ငံတော် အတွင်းရှိနိုင်ငံသားအားလုံးအတွက် အကောင်းဆုံးအကျိုးပြုခဲ့သည့် "ပညာရှိ" သုခမိန်ကြီးဖြစ်ပါသည်။

– တက္ကသိုလ်ကောလိပ်ပညာရေးနယ်ပယ်တွင် အောက်စဖို့ဒ်(အင်္ဂလန်)တက္ကသိုလ်မှ ဘီလစ်ဘွဲ့ရခဲ့ပြီး ပထမဆုံးသော ပါမောက္ခမြန်မာ၊ ပထမဦးဆုံးသော ပါမောက္ခချုပ်(ကျောင်းအုပ်ကြီး)မြန်မာ၊ ရာထူးတာဝန်ခန့်အပ်ခြင်းခံခဲ့ရသည့် ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်ပေသည်။ ၁၉၀၉ ခုနှစ်တွင် ကာလ ကတ္တားတက္ကသိုလ်မှ ဘီအေဘွဲ့ ရခဲ့သည်။ (ထိုစဉ်က ဘီအေဘွဲ့ရသူ ၉ ဦးသာရှိ) ၁၉၁၁ ခုနှစ်တွင် ကာလ ကတ္တားတက္ကသိုလ်မှ ပါဠိဘာသာဖြင့် အမ်အေဘွဲ့ရရှိခဲ့။ ဖြေဆိုချိန် တစ်ရက် ၄ နာရီဖြင့် ၈ ရက် ဆက်တိုက်ဖြေရပါ၏။ ပညာထူးချွန်သော ဆရာကြီး ဦးဖေမောင်တင်ကို ၁၉၂၀ တွင် အင်္ဂလန်နိုင်ငံ အောက်စ်စဖို့ဒ်တက္ကသိုလ်သို့ ပညာသင်ရွေးချယ်စေလွှတ်ခံရသဖြင့် ဆက်တက်ခဲ့ရာ ၁၉၂၂ ခုနှစ်တွင် အောက်စ်စဖို့ဒ်၊ အက်ဇီတာကောလိပ်မှ ဘီလစ်ဘွဲ့ရရှိခဲ့သည်။ ၁၉၂၄ ခုနှစ်တွင် အရှေ့တိုင်းပညာပါမောက္ခအဖြစ် ခန့်အပ်ခြင်းခံရသည်။ မြန်မာထဲက ဘီလစ်ဘွဲ့ရသူ ၃ ဦးသာရှိ၏။ ဦးဝန်နှင့် သမိုင်းပညာရှင်ဒေါ်မြစိန်၊ ပထမဦးဆုံးက ဦးဖေမောင်တင်ဖြစ်သည်။

– ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်ကျောင်းအုပ်ကြီးဘဝတွင် မြန်မာစာဌာန (ယခင်က မရှိသေး) ကို သီးခြားဌာနတစ်ခုအဖြစ် ထူထောင်ဖွင့်လှစ်နိုင်ရန် အစစပျိုးထောင် ပြုစုပေးပြီး ၁၉၄၁ ခုနှစ်တွင် "မြန်မာစာဌာန"ပေါ်ပေါက်လာစေခဲ့သူ။ မလိုလားသူအတိုက် အခံများရန်ကိုဖြတ်ကျော်ခဲ့သည်။

– တက္ကသိုလ်ဟူသည် သုတေသနနှင့် ကင်း၍မရသဖြင့် သုတေသနလုပ်ငန်းထွန်းကားပြန့်ပွားစေရန် "မြန်မာနိုင်ငံသုတေသနအသင်း"ကို တည်ထောင်ခဲ့သူများတွင် တစ်ဦးအပါအဝင်ဖြစ်သည့် အပြင် ၁၉၃၈ မှ ၁၉၄၁ ခုနှစ်အထိ မြန်မာနိုင်ငံသုတေသနအသင်း၏ ဥက္ကဋ္ဌ တာဝန် ထမ်းဆောင်ခဲ့သည်။

– သုတေသနအသင်းကြီးမှ တက္ကသိုလ်ပညာသင်ကြားရေးအတွက် အထောက်အကူများစွာပြုသည့်သုတေသနစာအုပ်၊စာစောင်များစွာပုံနှိပ်ထုတ်ဝေရေး အတွက် ကြီးမားစွာ ဦးဆောင်စီမံ ကြိုးပမ်းခဲ့သူဖြစ်သည်။

– မြန်မာ့လွတ်လပ်ရေးတိုက်ပွဲကိုအားပေးကာကွယ်ခဲ့သူ။အကျယ်သိရန် ဆရာမ မလေးလုံပြုစုခဲ့သော ဖေမောင်တင် ဘသက်ရှည်အတ္ထုပတ္တိဝတ္ထုရှည်ကို ဆက်လက်ဖတ်ရှုစေလိုပါသည်။

– ထိုခေတ်က မြန်မာ့ပညာရေးလောကတွင် နေရာမရ (အထင်အမြင်သေးခံရ) သိမ်ငယ်နေခဲ့ရသော မိခင်မြန်မာစာပေ၊ မြန်မာစာပေသမိုင်းကို လူရာဝင်၍ လူလားမြောက်အောင် ရှေ့တန်းတင် စွမ်းဆောင်ပျိုးထောင်ပေးနိုင်ခဲ့သူဖြစ်သည်။

– မြန်မာစာ၊မြန်မာစကား၊မြန်မာ့ဓလေ့ထုံးတမ်းနှင့် မြန်မာ့သမိုင်း အတွက် (သူငယ်တန်းမှ ပဋ္ဌမတန်းအထိ ခြသေ့်တံဆိပ် ဖတ်စာပြဋ္ဌာန်းချက်များ ပြုစုရေးသားခြင်းမှသည် မောင်စိန်တင်အား ဂုဏ်ထူးတန်းတက်စေရန် ရည်ရွယ်ပြီး သိပ္ပံမောင်ဝဖြစ်စေခဲ့သည့် ပျိုးထောင်ခဲ့ခြင်းများစသည်) ကြီးမားစွာပြုစုခဲ့သူ။

– ခေတ်ဟောင်းစာပေနှင့် ခေတ်ပြောင်းလာသည်နှင့်အညီ ခေတ်စမ်းစာပေကို တည်ထောင်ဦးဆောင် ပျိုးထောင်ခဲ့သူ၊ သူ၏တပည့် သိပ္ပံမောင်ဝ၊ ဇော်ဂျီမင်းသုဝဏ်၊တက္ကသိုလ်မောင်သန့်စင်၊ ကုသစသည်များမှ ထပ်ဆင့်ပေါက်ပွားကာ ပြန့်ပွားစည်ပင်စေနိုင်သည့် လက်ဦးဆရာ။

– ဘာသာစာပေသုတေသနလုပ်ငန်းကို စတင်၍ မျိုးစေ့ချ ပျိုးထောင်ပေးခဲ့သူ။ (ပညာရေးလောကအတွက် ကြီးမားသော ကျေးဇူးတရားလည်း ဖြစ်၏။)

– မြန်မာဒေသိယစကားများနှင့် တိုင်းရင်းသားဘာသာစကားလေ့လာမှုနယ်ပယ်ကို ရှေ့ဆောင်လမ်းပြပေးခဲ့သူ။ တိုင်းရင်းသားစည်းလုံးညီညွတ်ရေး အတွက် အုတ်မြစ်များကို ခင်းပေးသွားခဲ့ခြင်း။

> "ဆရာကြီးသည် မြန်မာစာပေ ကြီးပွားတိုးတက်ရေးကို ရှေ့တန်းကနေ၍ မဆုတ်မနစ် ကြိုးပမ်းသူတစ်ဦးဖြစ်ပါသည်။ လူအများပင် သစ်ပင်တစ်ပင်၏ ကြီးထွားရပ်တည်မှုကို သတိပြုမိကြသော်လည်း ထိုသစ်ပင်ကြီးထွားရပ်တည်နိုင်အောင် ပြုစုပျိုးထောင်ရသည်တို့ကိုမူ သတိမပြုမိဖြစ်တတ်ကြပါသည်"

– နှောင်းလူတို့ အားကိုးရသော ကျမ်းအမျိုးမျိုး၊ စာအုပ်အမျိုးမျိုး၊ သင်ရိုးစာအုပ်အမျိုးမျိုးတို့ကို(လူတစ်ယောက်တည်းဒိုင်ခံပြီး) အလွန်တရာကြီးမားခမ်းနားအကျိုးသက်ရောက်မှု စွမ်းအားပြင်းထန်ထိရောက်လှသော အံ့ဩဖွယ်စွမ်းဆောင်ချက်များကို ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် စိတ်ချမ်းသာကြည်လင်စွာဖြင့်ပင် အကောင်အထည်ဖော် ပြုစုရေးသားခဲ့သူပါမောက္ခချုပ်ပညာရှိကြီး။

– ဘာသာပြန်စာပေထွန်းကားရေးနှင့် မရှိသေးသော မြန်မာ့စွယ်စုံကျမ်း ရည်ညွှန်းစာအုပ်ကောင်းကြီးများ ပေါ်ပေါက်ရေးအတွက် ဦးဆောင်သည့်ကဏ္ဍမှ ပါဝင်လုပ်ဆောင်ခဲ့သူ။ မှန်နန်းရာဇဝင်ကြီးကို အင်္ဂလိပ်လိုပြန်ခဲ့သူ။

– ဆရာကြီးကိုယ်တိုင်လည်း ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ကျမ်းကိုအင်္ဂလိပ်လို The Path of Purity အမည်နဲ့ ပါဠိမှ အင်္ဂလိပ်ဘာသာသို့(စာမျက်နှာပေါင်း ၉၀၀ ကျော်လည်းကောင်း၊ အဘိဓမ္မာမှာသင်တဲ့ အဋ္ဌသာလိနီကျမ်းစာမျက်နှာ ၅၆၆ မျက်နှာရှိ The Expositor ဆိုပြီး ပါဠိမှ အင်္ဂလိပ်ဘာသာသို့ အသက် ၂၀ ကျော်မှာကမ္ဘာက အံ့ဩလောက်အောင် ထူးခြားထူးချွန်စွာဘာသာပြန်ခြင်းအလုပ်ကို လက်တွေ့စွမ်းဆောင်ခဲ့သူ။ ပါဠိဘာသာ၊ အင်္ဂလိပ်ဘာသာနှင့် ဗုဒ္ဓဘာသာကို ကျွမ်းကျင်နှံ့စပ်ပိုင်နိုင်သူ။

– မြန်မာလူမျိုးတို့၏ဂုဏ်သိက္ခာမြင့်မားတိုးတက်လာစေရန် မြန်မာစာပေ၊ မြန်မာဘာသာစကားဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု အတွက် အခက်အခဲပေါင်း မြောက်မြားစွာဖြင့် ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ခဲ့သည့် ဆရာကြီး၏ ကျေးဇူးတရားများကား မြန်မာလူမျိုးတစ်ယောက်အနေဖြင့် ကြည့်မည်ဆိုလျှင် အမှန်ပင်ကြီးမားလှပေသည်။

– နိုင်ငံသိသတင်းစာဆရာ၊ ဘာသာပြန်ဆရာ၊ စာရေးဆရာလူထုဒေါ်အမာက ဤသို့ ဖော်ပြဖူးပါသည်–

"ဆရာကြီးသည် မြန်မာစာပေအကျိုးကို အားကြိုးမာန်တက် ဆောင်ရွက်ခဲ့သူဖြစ်ပါသည်။ ယင်းသို့ ဆောင်ရွက်ရာ၌ ရှေးဟောင်းမြန်မာစာပေကို ဖော်ထုတ်သည့်နည်းတူ တစ်ဖက်ကလည်း ခေတ်သစ်မြန်မာစာပေကို အခြေပြု၍ ယနေ့လယ်သမားအလုပ်သမားအကျိုးပြုစာပေများ ရေးသားနိုင်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။"

– အမျိုးသားစာဆို ကဗျာဆရာကြီးဆရာဇော်ဂျီက ဤသို့ရေးသားဂုဏ်ပြုဖူးပါ၏။

"ဆရာကြီးသည် မြန်မာစာပေကြီးပွားတိုးတက်ရေးကိုရှေ့တန်းကနေ၍ မဆုတ်မနစ် ကြိုးပမ်းသူတစ်ဦးဖြစ်ပါသည်။ လူအများပင် သစ်ပင်တစ်ပင်၏ ကြီးထွားရပ်တည်မှုကို သတိပြုမိကြသော်လည်း ထိုသစ်ပင်ကြီးထွားရပ်တည်နိုင်အောင် ပြုစုပျိုးထောင်ရသည်တို့ကိုမူ သတိမပြုမိဖြစ်တတ်ကြပါသည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် အကျိုးတရားကို သတိပြုမိတတ်ကြသော်လည်း အကြောင်းတရားကိုမူ သတိမပြုမိဖြစ်တတ်ကြပါသည်။ အလားတူပင် ယနေ့ မြန်မာစာပေတည်တံ့ခိုင်မြဲနေသည်ကို သတိပြုမိတတ်ကြသော်လည်း ယနေ့အခြေအနေသို့ရောက်အောင် ဆရာကြီးဦးဖေမောင်တင်တို့ ကြိုးပမ်းခဲ့သည့်ကိုမူ သတိမပြုမိဖြစ်တတ်ကြပါသည်။ မြန်မာစာပေကြီးပွားတိုးတက်မှုအတွက် ဆရာကြီး ဆောင်ရွက်ခဲ့သည့် ကျေးဇူးမှာအလွန် ကြီးမားလှပါသည်"။

လူတစ်ယောက်၏ တန်ဖိုးအစစ်မှာ ပညာဂုဏ်နှင့် သီလဂုဏ်ဖြစ်ပါသည်။ သူတော်စင်သူတော်ကောင်းများအတွက် ဆိုပါက သမာဓိဂုဏ်ပြည့်စုံအပ်ပါသေးသည်။ လူတစ်ဦးအဖြစ်နှင့်မူ သီလလည်း ရှိရပါမည်။ ဆရာကြီး၏ ပညာကြီးမြင့်စွာ နိုင်ငံနှင့်လူမျိုး၊ ဘာသာ၊ စာပေအကျိုးတို့ကို သယ်ပိုးစွမ်းဆောင်ခဲ့ပုံကို အကျဉ်းချုံးတင်ပြခဲ့ပေပြီ။ သီလနှင့် သိက္ခာဂုဏ်ဆိုသည်မှာ အောက်ပါအချက်များ စံထားအပ်သည်ဆိုရမည်–

(၁) ရိုးသားမှု
(၂) အနစ်နာခံမှု
(၃) သည်းခံခွင့်လွှတ်တတ်မှု
(၄) ကိုယ်ကျိုးမကြည့်တတ်မှု
(၅) ရဲဘော်ရဲဘက်စိတ်ရှိမှု
(၆) သူတစ်ပါးကိုကူညီရိုင်းပင်းမှု
(၇) သူတစ်ဖက်သားကိုလေးစားတတ်မှု
(၈) အငြိုးအတေး၊ အပြစ်အမုန်းမထားမှု
(၉) အမှန်တရားကို မြတ်နိုးတတ်ခြင်း
(၁၀) မတရားမှုကို လက်မခံခြင်း၊ မနစ်သက်ခြင်းခေါင်းဆောင်မှုဟူသမျှသည် အထက်ပါသီလ၊ သိက္ခာဂုဏ်ရည်များ ရှိထိုက်ကြသည်သာ ဖြစ်ပါ၏။

ဆရာကြီးဦးဖေမောင်တင်၏ အမှန်တရားကို မြတ်နိုးတတ်ခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ (မြန်မာသက္ကရာဇ် ၁၂၅၀ ပြည့်နှစ်၊ ကဆုန်လပြည့် အင်္ဂါနေ့ ညနေ ၅: ၃၀ နာရီတွင် အင်းစိန်မြို့ ပေါက်တောရပ်၌ မွေးဖွားသန့်စင်) ဗုဒ္ဓနေ့ ကဆုန်လပြည့်ဖွားသည့် အလျောက် ထူးခြားခဲ့ပေသည်။

ငယ်စဉ်ကပင် မဟုတ်မခံစိတ်ရှိ၏။ ရှစ်တန်းကျောင်းသားဘဝတုန်းက အင်္ဂလိပ်လူမျိုးဆရာတစ်ယောက်က " ဗမာလူမျိုးတွေဟာ ကိုယ့်ထက်အသက်ကြီးတဲ့သူတွေကို ရှိခိုးပြီးတော့ နှုတ်ဆက်လေ့ရှိသည်။ မင်းတို့လည်း တို့ကိုရှိခိုးပြီးတော့ နှုတ်ဆက်ရမယ်" လို့ပြော၏။

မောင်ဖေမောင်တင်ကိုလည်း "မင်းငါ့ကိုရှိခိုး" ပြောတော့ "ကျွန်တော် မရှိခိုးနိုင်ပါဘူး" ပြန်ပြော၏။

"ဘာဖြစ်လို့ မရှိခိုးဘူးလဲ၊ ဒါ မင်းတို့

စာမျက်နှာ ၁၃ သို့

ဤကဏ္ဍတွင် ဖော်ပြသော အကြောင်းအရာများသည် ပေးပို့သူ၏ အာဘော်သာ ဖြစ်ပါကြောင်း အစီရင်ခံအပ်ပါသည်။

စာတည်းအဖွဲ့

မြင်းခြံခရိုင်အတွင်း ကျေးရွာငါးရွာ၌ သောက်သုံးရေဖူလုံရေး ဆောင်ရွက်ပေး၍ ဒေသခံများဝမ်းမြောက်

မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ မြင်းခြံခရိုင်အတွင်းရှိ ကျေးရွာငါးရွာမှာ သန့်ရှင်းသော သောက်သုံးရေဖူလုံစွာရရှိရေးအတွက် ဆောင်ရွက်ပေးနေတာကြောင့် ရာသီမရွေးသောက်သုံးရေဖူလုံစွာရရှိတော့မည်ဖြစ်လို့ ဒေသခံများ အဆင်ပြေကာ ဝမ်းမြောက်နေကြပါတယ်။ ကျေးရွာငါးရွာ သောက်သုံးရေရရှိရေးအတွက် စက်ရေတွင်းတူးဖော်ခြင်းနဲ့ ဆက်စပ်လုပ်ငန်းများကို ၂၀၂၀-၂၀၂၁ ဘဏ္ဍာနှစ် ခွင့်ပြုရန်ပုံငွေဖြင့် အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ပေးနေတာလို့ သိရပါတယ်။ သောက်သုံးရေရရှိရေးဆောင်ရွက် ပေးတဲ့ ကျေးရွာတွေကတော့ ငါန်းဇွန်မြို့နယ်မှ ရွှေဘိုကျေးရွာ၊ သာယာပေါင်းကျေးရွာ၊ အိုင်လျားကျေးရွာနဲ့ မြင်းခြံမြို့နယ်မှ မြောက်ကုန်းကျေးရွာ၊ ကျီးပင်ကန်ကျေးရွာတို့ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီကျေးရွာငါးရွာမှာ လေးလက်မစက်ရေတွင်းတွေတူးဖော်ပြီး ဂါလန် ၂၄၀၀ ဆံ့တဲ့ စင်မြင့်ရေစင်တွေ တည်ဆောက်ပေးတာဖြစ်ပါတယ်။ ဒါ့ပြင် ရေစက်ရုံတည်ဆောက်ပြီး အခြားရေရရှိရေးဆက်စပ်လုပ်ငန်းတွေကိုလည်း ဆောင်ရွက်ပေးနေတာ လက်ရှိအချိန်မှာ ပြီးစီးလုနီးဖြစ်နေပြီဖြစ်ပါတယ်။ ယခုလို ကျွန်တော်တို့ ကျေးရွာအပါအဝင် ကျေးရွာငါးရွာမှာ စက်ရေတွင်းနဲ့ ဆက်စပ်လုပ်ငန်းတွေ ဆောင်ရွက်ပေးနေတာကြောင့် ကျွန်တော်တို့ ဒေသခံပြည်သူများနဲ့ ကျွဲ၊ နွား၊ တိရစ္ဆာန်တွေအတွက် ရာသီမရွေးသောက်သုံးရေဖူလုံပြီး အဆင်ပြေမှာဖြစ်တာကြောင့် ဒေသခံပြည်သူများ ဝမ်းသာနေကြပါတယ်။

မြောက်ကုန်းကျေးရွာသားတစ်ဦး

နိုင်ငံတော်အစိုးရ၏ ဆောင်ရွက်ချက်များ၊ လုပ်ဆောင်ချက်များအပေါ် ဝေဖန်အကြံပြုလိုပါက ပြည်သူများ၏ အတွေးအမြင်များ၊ သုံးသပ်ချက်များနှင့် ဝေဖန်အကြံပြုချက်များကို ပြည်သူ့အသံကဏ္ဍသို့ ပေးပို့နိုင်ပါသည်။

မှန်ကန်သည့်ဘက်မှ ရပ်တည်သူ

စာမျက်နှာ (၁၂)မှ

ခလေ့မဟုတ်ဘူးလား" ဆိုတော့ ဟုတ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့က ကိုယ့်ထက်တစ်ရက် တစ်မနက် ကြီးတဲ့လူကို ရှိခိုးတဲ့ ဂါရဝနိဝါတရှိပါတယ်။ သို့သော် ရှိခိုးဖို့ ဘယ်သူမှ အမိန့်ပေးလို့ မရပါဘူး။ မင်း ငါ့ကို ရှိခိုးလို့ ဘယ်သူကမှ မပြောခဲ့ပါဘူး။ ကိုယ်ကြည်ညိုလေးစားမှုနဲ့ ရှိခိုးတာဖြစ်တယ်။ အဲဒီလိုအမိန့်ပေးပြီး ရှိခိုးခိုင်းတာ ကျွန်တော်မရှိခိုးနိုင်ဘူး" ဟုပြောလေ၏။

"မင်းတကယ် မရှိခိုးဘူးလား"

" မရှိခိုးဘူး"

"အဲ့ဒါဆိုကျောင်းထွက်တော့" ဆိုသောအခါ သူ့ပစ္စည်းတွေယူကာ အေးဆေးစွာပင် ထွက်သွားလေ၏။ သူထွက်သွားသည်နှင့် ၈ တန်းကျောင်းသားတွေလည်း တစ်ယောက်မကျန် လိုက်ထွက်သွားကြ၏။ ထို့ကြောင့် အကုန်လုံး မျက်လုံးပြူးကုန်ကြ၏။ ပြဿနာမတက်ရန် ကျောင်းအုပ်နှင့် အခြားဆရာများက ချော့မော့ဖြေရှင်းပေးခဲ့ရသောဟူ၏။

ဆရာကြီးရန်ကုန်ကောလိပ်ကျောင်း ကျောင်းအုပ်ဆရာကြီးဘဂ၊ ဓာတ်ခွဲခန်းဝန်ထမ်း(Lab boy) လေးတစ်ယောက်ကို ဓာတုဗေဒပါမောက္ခ၊ အင်္ဂလိပ်လူမျိုး ပီးကော့(mr.Peacock)က လက်သီးနှင့်ထိုးမှုကိစ္စဖြင့် ပီးကော့နှင့် အချင်းများကြသည်။ ဆရာကြီးက ဘုရင်ခံဆာကော့ကရိန်(Sir.A.D Cochrane) အထိ တိုင်လိုက်ရာ ထိုပါမောက္ခအား အထက်အရာရှိကို စော်ကားမှုအတွက် အလုပ်မှ ထုတ်ပယ်လိုက်သည်။ အင်္ဂလန်သို့ပါမောက္ခပီးကော့ကို ပြန်ပို့ပစ်သည်။ ပြတ်သား၏။

၁၉၂၂ မှ ၁၉၄၂ အတွင်း လန်ဒန်မှာ ဦးဖေမောင်တင်ရှိနေစဉ် အင်္ဂလန်ရောက်မြန်မာအသင်းတွင် ဥက္ကဋ္ဌနေရာရွေးချယ်ပွဲပြုလုပ်သည်။ ဦးဖေမောင်တင်ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်အရွေးခံသည်။ ရှုံးနိမ့်သည်။ အဖြစ်မှန်က ရွေးကောက်ပွဲမှာ မဲလိမ်မဲခိုးမသာမမှုရှိသဖြင့် အဒန်ဆင်း (Adam Singh) ဆိုသူက နိုင်သွား၏။ ဆရာကြီး ဦးဖေမောင်တင်က သက်ဆိုင်ရာသို့ တိုင်ကြား၏။ အမှုစစ်၏။ မဲမသာမာမှုက ပေါ်လွင်ထင်ရှားသဖြင့် ဦးဖေမောင်တင်သာ ဥက္ကဋ္ဌအဖြစ် မှန်ကန်စွာရွေးချယ်ခံရလေ၏။ မတရားမမှန်မကန်ကို လက်မခံ။ မြန်မာအသင်းမှာ အဒန်ဆင်းဆိုသူက မဲ လိမ် မဲ ခိုး အ နိုင် ယူ သွား ခဲ့ ခြ င်း ကို ယှဉ်ပြိုင်သူ ဆရာကြီးက ခေါင်းငုံ့ ငြိမ်ခံမနေခဲ့ပေ။ မြန်မာ့သတ္တိအမှန်တရားဘက်ကရှိကြောင်း ရဲရင့်မှန်ကန်စွာ သက်သေပြခဲ့ပါလေ၏။ လေးစားအားကျ အတုယူ ကြရမည့် သီလသတ္တိဖြစ်ခဲ့ပါ၏။

ဦးဖေမောင်တင်က ခရစ်ယာန်ဘာသာကိုးကွယ်၏။ အသက် ၂၄ နှစ်ဖြင့် ရန်ကုန်တက္ကသိုလ် အရှေ့တိုင်းပညာပါမောက္ခဖြစ်နေသော အချိန်အတွင်း အခြားပါမောက္ခအားလုံးက အင်္ဂလိပ်တွေချည်းဖြစ်နေပါ၏။ မြန်မာစာသင်ကျောင်းတွေမှာ ဝေဿန္တရာဇာတ်တော်ကိုသင်နေခြင်းသည် ဗုဒ္ဓဘာသာကို အားပေးရာရောက်နေပါသည်ဟုအခြားဘာသာဝင်များကကန့်ကွက်ကြသည်။ စာတင်ကြသည်။ တာဝန်အရှိဆုံး ဆရာကြီး ဦးဖေမောင်တင်ကို တွေ့ဆုံမေးမြန်း(စစ်ဆေး)လာလေသည်။

ဦးဖေမောင်တင်က အများနားလည်လက်ခံအောင် ချေပရှင်းလင်းနိုင်ခဲ့ပါပေ၏။

"ဗုဒ္ဓဘာသာတိုင်းပြည်မှာ လာနေတဲ့အတွက် ဗုဒ္ဓဘာသာအကြောင်းသင်ရတာ အလွန်ပင် သဘာဝကျပါတယ်လေ။ ကျေးဇူးတင်ဖို့တောင် ကောင်းနေပါသေးတယ်ဗျာ" အင်္ဂလိပ်လို ပြောပါလိမ့်မည်။ ၁၉၁၅ -၂၀ ကာလဆီက ဖြစ်ပါသည်။

ပညာရေးပိုင်းဆိုင်ရာပုဂ္ဂိုလ်များ အားလုံးက သဘောကျ ကျေနပ်သွားကြလေသတည်း။ ထိုအချိန်က ဗုဒ္ဓဘာသာကို ယခုလက်ရှိကဲ့သို့ နိုင်ငံတော်ဘာသာပင် ဥပဒေမပြဋ္ဌာန်းရသေးပေ။

ယနေ့ လူငယ်များ မဟုတ်မခံစိတ်ရှိစွာ လူကြီးလူကောင်းပီသကြပါစေ..။

ချစ်နိုင်(စိတ်ပညာ)

စ ကား ပုံ မှ ပေး သော အ သိ များ

သခွပ်ပင်က မီးတကျည်ကျည်

အဖိုးတန်သည့် သစ်တောကြီးတစ်ခုလုံး မီးဟုန်းဟုန်း တောက်လောင်နေဆဲတွင် အဖိုးမတန်သည့် သခွပ်ပင်က မီးထလောင်၍အသံတကျည်ကျည်မြည်နေသကဲ့သို့အရေးတကြီး ကိစ္စပေါ်ပေါက်နေဆဲတွင် အရေးမကြီးသည့် ကိစ္စအတွက် နားပူနားဆာပြုလုပ်သည်။ "အလိုလိုမှ အလုပ်က ပင်ပန်းလို့ စိတ်ညစ်ရတဲ့အထဲမှာ သူက သခွပ်ပင်က မီးတကျည်ကျည် လုပ်နေတော့ .....”ဟု ပြောဆိုသုံးနှုန်းသည်။

မြန်မာစာအဖွဲ့ဦးစီးဌာန၏ မြန်မာစကားပုံစာအုပ်မှ

စာ လုံး ပေါ င်း သတ် ပုံ

မီနှင့် မှီ

ဟထိုးမဲ့မီနှင့် ဟထိုးရှိ မှီကို မှားရေးတတ်ကြသည်။ တစ်စုံတစ်ခုကို လက်လှမ်းမီသည်ဟုဆိုလျှင် ဟထိုးမဲ့မီနှင့် ရေးရသည်။ အချိန်မီ၊ ရထားမီ၊ ကျောင်းမီ၊ ခေတ်မီ၊ စံချိန်မီ။ ပေမမီ ဒေါက်မမီ။

ဟထိုးမှီ၏ အနက်မှာ အရာတစ်ခုခုတွင် မိမိရရ တွယ်ကပ် ချိတ်ဆွဲထိမိစေသည်ဟု အနက်ရှိသည်။

မြန်မာစာအဖွဲ့ဦးစီးဌာန၏ မြန်မာစာ မြန်မာစကားမှ

ဓမ္မစာစု

ကိုယ်ကျင့်သီလ စောင့်ထိန်းပါ

ပင်လယ်ပြင်ကို ကူးလိုပါက သင်္ဘောကို လုံအောင်ဖာရသည်။ သံသရာကို ကူးလိုလျှင် သီလကိုလုံအောင်ထိန်းရမည်။ လောကီဥစ္စာကိုစောင့်လျှင် တစ်သက်တာ ချမ်းသာရနိုင်သည်။ ကိုယ်ကျင့်သီလကို စောင့်တည်လျှင် ဘဝအဆက်ဆက်၌ ချမ်းသာသုခရနိုင်သည်။ သို့ပါသောကြောင့် ကိုယ်ကျင့်သီလကို မြဲမြံအောင် စောင့်ထိန်းကြရမည်။

အရှင်သုဓမ္မသာရ(အောင်စကြာကျောင်း)

တို့ကျေးလက်ရွာ ညီညီညာ

- နွားနှင့်ထွန်ယက် သမန်းနက်ဖို့ ရေတွက်ခေါက်ပြန် ခြေညောင်းခံ၍ အားမာန်မပျော့ ရှေ့ဆက်မော့ ကျားကန်လျော့လျော့ နေ့ရက်ပေ့ါ။
- တီထွင်စက်မှု ခေတ်ယခု၏ သုံးပြုကြသည် တွင်ကျယ်ချီ၍ ရွာမည်အားလုံး တပြုံးပြုံး သာကြည်နားဦး ပျော်ရွှင်ဆုံး။
- စက်မှုလယ်ယာ သက်သက်သာနှင့် တိုးကာစပါး ပေါကြွယ်များတော့ ရပ်ခြားပြည်ရွာ ပို့ရပါ၏။
- ကျေးရွာတံတားတည်ဆောက်ထား၍ အများဆက်သွယ်လမ်းပန်းကျယ်၏ ပို့သယ်လို့ကောင်း ဖွံ့ဖြိုးကြောင်း။
- တို့ကျေးလက်ရွာ ညီညီညာနှင့် ပညာရေးတွက် ရှေ့ပို့ဆက်၏ တွယ်မက်မျှော်ရည် မြို့ပြဆီ ကျယ်ထက်မော်မည် နိုင်ငံချီ။

ချစ်ချစ် (ဟုမ္မလင်း)

ဒို့ ကျေး ရွာ ကာ တွန်း

အတွဲ(၁၈)၊ အမှတ်(၁၆)၊ ၂၀၂၂ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ ၁၅ ရက် ဖျာနယ်

ဝဋ်ကြွေးတုံ့တင်ရှိပါလျှင်

လယ်တွင်းသားစောချစ်

ယခင်အပတ်မှ အဆက်

ဦးဘဌေးက ဖြောင်မေးလိုက်သည်။

“မဟုတ်တာဗျာ... ဒါက ဘာမှ ပြဿနာမဟုတ်ပါဘူး”

“မဟုတ်ရင် ဒီပြင် ဘာကိစ္စရှိလဲ ပြောပါ... ကျွန်တော့်သဘောတော့ ဘယ်သူ့ကိုမှ ညစ်တာ၊ အနိုင်ကျင့်တာ၊ မတရားလုပ်မိတာ မရှိဘူးလို့ ထင်တယ်။ မရှိအောင်လည်း ကြိုးစားတာပဲ။ ဒါပေမယ့် ပြောလို့တော့ မရဘူးပေါ့။ ကိုယ်က အကောင်းထင်ပြီးလုပ်ပေးမယ့် သူများ အတွက် မကောင်းဖြစ်နိုင်တာလည်းရှိ တာပဲ။ ကိုယ့်ကရိုးရိုးပြောပေမယ့် တစ်ဖက်သား အထင်လွဲစရာဖြစ်နိုင် တာပဲ။ ကျွန်တော်မှားတာရှိရင် တောင်းပန် ဖို့ ဝန်မလေးပါဘူး။ ကျွန်တော်တောင်းပန် မယ်။ အထင်လွဲတာဆိုရင်လည်း ရှင်းပြ ချင်တယ်။ ဒါကြောင့် မေးတာပါ။ ကိုဝင်း မောင်ဇော်ဘာကို သဘောမကျတာလဲ ပြောပါ”

ကိုလှဝင်းက စိတ်ရှည်ရှည် ရှင်းပြ သည်။

“မရှိဘူး ...ဘာမှ ပြောစရာမရှိဘူး”

ကိုဝင်းမောင်ဇော်က ဘူးခါသည်။

“မဟုတ်ဘူးလေဗျာ ... သဘော မကျဘူးဆိုရင်တော့ ဘာကြောင့် သဘော မကျတယ်ဆိုတာ ရှိရမှာပေါ့”

ကိုဘဌေးကပါ ဝင်ရောက်တောင်း ဆိုလိုက်သည်။

“မရှိဘူးဗျာ၊ ဘာမှရှိလို့မဟုတ်ဘူး၊ သဘောမကျချင်လို့ မကျတာ”

ကိုဝင်းမောင်ဇော်ပြောပုံက အထောက် အထားမဲ့ဖြစ်သည်။

“အဲဒီလိုတော့ မဖြစ်သင့်ဘူးဗျာ ... ခင်ဗျားကို သဘောမကျဘူးဗျာ၊ ဘာဖြစ် သေးလဲ၊ ကျွန်တော်က ပွင့်လင်းတယ်၊ ခင်ဗျာတိုက်တဲ့အရက်သောက်၊ ခင်ဗျား ကျွေးတာစားပေမယ့် ခင်ဗျားကို သဘော မကျလို့ မကျဘူးပြောတယ်ဗျာ ... ရှင်း ပလား”

ကိုလှဝင်းရင်ထဲမှာ တင်းခနဲဖြစ် သွားသည်။ ခေါင်းထဲအထိ ဒိန်ခနဲ ဆောင့် တက်သွားသည်။ ပြေးနေသောမော်တော် ကား၏ လက်ကိုင်ဘီးကို သတိထား၍ ထိန်းလိုက်ရသည်။

ကိုယ်ကျွေးမွေးပြုစုရုံသာမက ကိုယ့်ကားဖြင့် ကိုယ်တိုင်မောင်း၍ သူ့ အိမ်အထိ လိုက်ပို့နေစဉ် ကိုယ့်ကား ပေါ်မှာပင် ကိုယ့်ကိုအကြောင်းမဲ့ စော်ကား ခံနေရသောအဖြစ် ...။

ကိုလှဝင်း ပြင်းထန်သော နည်းတစ် ခုခုဖြင့် တုံ့ပြန်လိုက်ချင်သည်။ သို့သော် တုံ့ပြန်လျှင်လည်း ကိုဝင်းမောင်ဇော်မှာ ကာယဗလရှိသူမဟုတ်။ လုပ်သမျှကို ခံသွားမည့်သူဖြစ်သည်။ အနာခံပြီး ပြဿနာဖန်တီးသလို ဖြစ်နေသည်။

ကိုလှဝင်း တစ်ကိုယ်လုံးမှာ အပူရှိန် များတက်လာသည်။ မျက်လုံးများပါ ဝေဝါးလာ၍ ကားကို သတိထားပြီး မောင်းနေရသည်။

ထိုအချိန်တွင် ရှေ့ဘက်ရင်ဆိုင်မှ လာသော ကားတစ်စီးသည် မီးမချဘဲ အပေါ်မီးဖြင့် မောင်းလာ၍ မြင်ကွင်းက ပိုဆိုးသွားသည်။ တတ်နိုင်သမျှ ကားကို ညာဘက်ကပ်ပြီး အရှိန်လျှော့ချလိုက်ရ သည်။

ရင်ဆိုင်လာသောကားသည် အပေါ် မီးဖြင့် ဖိထိုးထားရုံမက လူ့ရှေ့မှကားကို ကျော်တက်ရင်း မျဉ်းသေကိုလွန်၍ ကိုယ့် ဘက်သို့ သုံးပေခန့်ကျူးလာသည်။

> **“ကိုယ်ကျွေးမွေးပြုစုရုံသာမက ကိုယ့်ကားဖြင့် ကိုယ်တိုင်မောင်း၍ သူ့အိမ်အထိ လိုက်ပို့နေစဉ် ကိုယ့်ကားပေါ်မှာပင် ကိုယ့်ကိုအကြောင်းမဲ့ စော်ကားခံနေရသောအဖြစ်”**

“ဟင်း ... ဆိုးလိုက်တာကွာ၊ သေ ကုန်တော့မှာပဲ”

ကိုလှဝင်း သက်ပြင်းချလိုက်မိသည်။

“ငါ ...ဒီနေ့ ...ရာထူးတိုးတဲ့နေ့ ...”

ကိုလှဝင်း ပြုံးချင်စိတ် ဖြစ်မိသည်။ တကယ်တော့ မပြုံးနိုင်။

ရာထူးတိုးသည့်နေ့မှာပင် မင်္ဂလာ ယူသည့်ပွဲမှာ အစော်ကားခံနေရသည်။ ယခုတစ်ခါ သေနိုင်သော အန္တရာယ်နှင့် ကြုံနေရပြန်သည်။

ကိုယ့်အိမ် ကိုယ့်မိသားစုရှိရာသို့ ချောချောမောမော ပြန်ရောက်ချင်သည်။

ကိုဝင်းမောင်ဇော်၏ စော်ကားသော စကားများကို ဥပေက္ခာပြုနိုင်အောင် စိတ်ကိုထိန်းလိုက်သည်။ စိတ်တည်ငြိမ် အောင် ကြိုးစားသည်၊ ကားမောင်းသည် ကို အာရုံစိုက်လိုက်သည်။

မေးချင်၊ ပြောချင်စိတ်လည်း ဘာမျှ မရှိတော့ပါ။

ကိုဝင်းမောင်ဇော်ဘက်မှလည်း ဘာသံမျှ ထွက်မလာတော့ပါ။ မျက်စိကို ပိတ်ထားသည်။ အတော်မူးနေဟန်တူ သည်။

ဗွက်များရှိသော လမ်းကျဉ်းလေး ထဲအထိဝင်၍ သူ့အိမ်ရှေ့ရောက်အောင် ပို့ပေးရသည်။ စေတနာနှင့် ပို့ရခြင်း မဟုတ်။ အနိုင်ကျင့်ခံရသကဲ့သို့ ရင်ထဲမှာ ခံစားရသည်။

အိမ်ရှေ့ရောက်မှ ကိုဘဌေးက ကိုဝင်း=မောင်ဇော်ကို လှုပ်နှိုးသတိပေးရ သည်။

ကိုဝင်းမောင်ဇော် ကားပေါ်မှ ဆင်း သွားသည်။ ခပ်ယိုင်ယိုင်ဖြစ်သော်လည်း သူ့ကိုယ်သူထိန်းနိုင်ပါသည်။

သို့သော် မည်သူ့ကိုမျှ နှုတ်မဆက်။

လမ်းက ကျဉ်း၍ ကားကွေ့စရာမရှိ။ ကိုလှဝင်းကားကို နောက်ပြန်ဆုတ်ပြီး ပြန်ထွက်ခဲ့ရသည်။

ကိုလှဝင်း အိမ်ပြန်ရောက်တော့ ညဆယ်နာရီခွဲပြီ။ ကလေးများ အိပ်ကြ ပြီ။ မိန်းမသာ စောင့်နေသည်။

“ပင်ပန်းပြီကွာ ... အိပ်ချင်နေပြီ”

ကိုဝင်းမောင်ဇော် စော်ကားခံရ သည်က ပို၍ ပင်ပင်ပန်းပန်း ခံစားရ သည်။ ထိုအကြောင်းများကို ဇနီးကို ပြော မပြောတော့ပါ။

ကိုယ့်ရင်ထဲကအပူ အိမ်သူကို ခွဲ မပေးချင်။

“ဟုတ်တာပေါ့ ဆယ်နာရီတောင် ခွဲနေပြီ ...ပင်ပန်းမှာပေါ့။ အိပ်တော့လေ”

ဇနီးသည်က ကြင်နာစကားဆို သည်။

ကိုလှဝင်း အဝတ်အစားလဲပြီး အိပ်ရာ ဝင်လိုက်သည်။ ကိုယ့်ရင်ခုန်သံ ကိုယ်ပြန် ကြားနေရသည်။ အိပ်၍ မပျော်နိုင်သေး ချေ။

ဇနီးဖြစ်သူ အခန်းထဲဝင်လာသည်။ အိပ်ရာခုတင်ပေါ် ရောက်ပြီ။ မီးပိတ်လိုက် သည်။ ကိုလှဝင်း အားလုံးသိနေသည်။ အိပ်ပျော်သွားအောင် ကြိုးစားသည်။ အားလုံးမေ့သွားချင်သည်။ သို့သော် အိပ်၍မရ။

အရက်မမူးသော်လည်း လေးပက် ခန့်သောက်ထား၍ အသင့်အတင့်တော့ အရှိန်ရှိနေသည်။

“ကျွန်တော် ခင်ဗျားကို သဘော မကျဘူး”

ကိုဝင်းမောင်ဇော်၏ စကားသံ နား ထဲမှာ ကြားနေသည်။

“ငါမဖိတ်ဘဲနဲ့ ဆရာခေါ်လာလို့ ပါလာတဲ့လူ ... ငါသာဆိုရင် ကျွေးတဲ့ လူကို အားနာမှာ... သူကတော့ အားနာ စိတ်လုံးဝမရှိဘူး၊ ပြောတာဆိုတာလဲ အပေါ်စီးနဲ့။

မဖိတ်တဲ့လူက ဖိတ်တဲ့လူ ထက် ပိုစားရမှာပဲတဲ့။ စားပေါ့ ... စားတာ ပြဿနာမရှိဘူး။ အိပ်စ်အိုနှစ်လုံး ကုန်တာတောင် စောသေးတယ်တဲ့၊ ထပ် သောက်ဦးမယ်တဲ့ ... လုံးဝအားနာ စိတ်မရှိတဲ့လူ ...”

တွေးရင်းနဲ့ မကျေမနပ်စိတ်များ ပို၍ ကြီးမားလာသည်။

“ဒီလူပါလာလို့ နှစ်သောင်းကျော် ပိုကုန်သွားတာ၊ ပိုကုန်တာ ကိစ္စမရှိပါဘူး။ ငါကျွေးတာ ...စားသောက်ပြီး ငါ့ကို အသားလွတ် စော်ကားတဲ့လူ...မိုက်ရိုင်း လိုက်တာ၊ ငါလဲ သူ့ကို ဘာမှစော်ကား ဖူးတာ မရှိဘဲနဲ့ ...”

ဆက်လက်ဖော်ပြပါမည်

ဒို့ ကျေး ရွာ ကာ တွန်း

အသီးညှပ်တဲ့ အရုပ်ကလေး

တက္ကသိုလ်မလေးခိုင်

ခရစ်စမတ်နေ့တစ်နေ့ရဲ့ညနေခင်းမှာပေ့ါ။ ကလယ်ရာတို့ရဲ့အိမ်မှာ သူ့အဖေက ခရစ်စမတ်ပါတီတစ်ခုလုပ်ပေးတဲ့အတွက် ကလယ်ရာက သူ့ရဲ့သူငယ်ချင်းတွေနဲ့ ဆော့ကြ ပျော်ကြတာမို့ တအား ပင်ပန်းနေတာပဲတဲ့။ အားလုံးပြန်သွားကြတဲ့အခါ ကလယ်ရာကအိပ်ခန်းထဲဝင်ပြီး အိပ်ရာပေါ်မှာ မအိပ်နိုင်ဘူးတဲ့။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ သူ့အဖေဟာ ခရစ်စမတ်နေ့ရောက်တိုင်း သူ့ကို ထူးဆန်းတဲ့ ခရစ်စမတ်လက်ဆောင်ကို ပေးလေ့ရှိတယ်။ အဲဒီလက်ဆောင်ဟာ စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းတဲ့ လက်ဆောင်ဖြစ်ပြီး ခရစ်စမတ် အခမ်းအနားပြီးရင် ခရစ်စမတ်သစ်ပင်ကြီးရဲ့အောက်မှာ အမြဲထားလေ့ရှိတယ်။ ဒါကြောင့် သူဟာမအိပ်နိုင်ဘဲ သူ့ကိုဘာလက်ဆောင်များ အဖေက ပေးမှာပါလဲဆိုပြီး စိတ်လှုပ်ရှားနေတာပေ့ါ။ ဒါကြောင့် အရမ်းအိပ်ချင်ပေမဲ့လည်း သူကမအိပ်နိုင်သေးဘူး။ သူတို့အိမ်က နှစ်ထပ်အိမ်ပေ့ါ။ ဧည့်ခန်းထဲမှာ ခရစ်စမတ်သစ်ပင်ကြီးကို စိုက်ထောင်ထားတာ ပေ့ါ။ အဲဒီ သစ်ပင်မှာလည်း အလှအပတွေလည်း ချိတ်ထားတယ်။ လက်ဆောင်တွေကလည်း တိုးလိုးတွဲလောင်း၊ ပဒေသာပင်လို သစ်သီးတွေကိုလည်း လှပအောင်ချိတ်ထားတာပေ့ါ။စားစရာတွေကလည်း အမျိုးမျိုး ဆွဲထားတာပေ့ါ။ ကလယ်ရာက အဲဒီအောက်မှာ သူ့အတွက်လက်ဆောင်ထားတယ်ဆိုတာကိုလည်း သိတယ်။ ဒါကြောင့် အိပ်ချင်မူးတူးနဲ့ အပေါ်ထပ်သူ့အိပ်ခန်းထဲကနေ အောက်ထပ်ကို တိတ်တိတ်လေး ဆင်းလာတယ်။

"ကိစ္စမရှိပါဘူးလေ။ ဒီလောက်လေး အိပ်ခန်းထဲကနေ ထွက်လာတာဆိုတော့ ခဏတဖြုတ်ပဲဆိုတော့ ဘယ်သူ့မှ မထိခိုက်ပါဘူးလေ " ဆိုပြီး စိတ်ထဲမှာပြောနေတာပေ့ါ။ သူက အထုပ်ထဲမှာ ဘာပစ္စည်းလေးဆိုတာကို သူက သိပ် သိချင်တာပေ့ါ။ ခရစ်စမတ်အပင်ရဲ့ အောက်မှာ သူ့အဖေချထားတဲ့ အထုပ်ထဲကပစ္စည်းကို သိချင်နေတာလေ။ သူ့အတွက် အထုပ်ကိုပြောထားတော့ သူ့အထုပ်ကို သူသိတာပေ့ါ။ ဒါနဲ့ဒီအထုပ်ကို မကြည့် လိုက်၊ ကိုင်ကြည့်လိုက်ပြီးတဲ့အခါ–

"နည်းနည်းလေးတော့ ဖောက်ကြည့်လိုက်ဦးမှ" ဆိုပြီး သူကအထုပ်ရဲ့ထောင့်လေးတနေရာကနေ ဖောက်လိုက်တာပေ့ါ။ ဒီအထုပ်ထဲကပစ္စည်းကို သူမသိရဘဲ မအိပ်နိုင်ဘူးပေ့ါ။ သူ့အခန်းကိုပြန်ပြီး မအိပ်ချင်ဘူးပေ့ါ။ ဖောက်လိုက်တဲ့အခါ စက္ကူက ပြဲသွားတာပေ့ါ။ အထဲထဲကနေ အရုပ်ကလေးကို တွေ့လိုက်ရတယ်။စစ်သားရုပ်လေး...။ ဒီစစ်သားရုပ်က အသီးတွေကိုခွဲတဲ့ ကိရိယာလေးတစ်ခုပေ့ါ။ အဲဒါကို စစ်သားရုပ်လေးလိုလုပ်ထားတာပေ့ါ။ အဲဒီအရုပ်လေးကိုကြည့်ပြီး သူကသဘောကျတာပေ့ါ။ တကယ့်တကယ်တော့ သူကတညနေလုံး ဆော့ထား၊ ကထား၊ ခုန်ထားကြတော့ တအားပင်ပန်းနေပြီဆိုတော့ တအားအိပ်ချင်နေပြီ။ သူ့အတွက် ပေးထားတဲ့လက်ဆောင်ဟာ ဘာလဲဆိုတာကို သိချင်လို့သာ အိမ်ပေါ်ထပ်ကနေဆင်းလာရတာ။ အခု ဖွင့်ကြည့်လိုက်တဲ့အခါမှာ စစ်သားရုပ်လေးမှန်းလည်းသိပြီ၊ ဒီအရုပ်က အသီးတွေကိုခွဲတဲ့ပစ္စည်းမှန်းလည်းသိပြီဆိုတော့ သူအိမ်ပေါ်ထပ်ကို ပြန်တက်ရဖို့ကိုမေ့သွားပြီး အဲဒီခရစ်စမတ်အပင်နားမှာတင် အိပ်ပျော်သွားတယ်။ အဲဒီခရစ်စမတ်ပင်ကြီးဘေးမှာ သူ့အတွက် ပေးထားတဲ့အထုပ်ကိုပိုက်ပြီး သူက တုံးလုံးလေး နှစ်နှစ်ခြိုက်ခြိုက် အိပ်ပျော်သွားတာ။ သူကကိုးနှစ်ဆယ်နှစ်အရွယ် ကလေးလေးဆိုတော့ ကလေးလိုပဲဆော့ထားခဲ့တော့ သူ့အတွက်ပစ္စည်းလည်းသိရပြီဆိုတော့ အိပ်ချင်စိတ်က တအားကြီးပြီး အဲဒီနားမှာတင် ရုတ်တရက် အိပ်ပျော်သွားတာပေ့ါ။ အိပ်ရာက သူနိုးလာတဲ့အခါ သူတွေ့လိုက်တဲ့ ခရစ်စမတ်ပင်ကြီးက သူ့ရဲ့အိမ်ခန်းထဲက ခရစ်စမတ်နေ့အခမ်းအနားလုပ်တဲ့အပင်လို မဟုတ်ဘဲ တကယ့်အိမ်အပြင်ဖက်က အပင်ကြီးတွေလို အကြီးကြီးဖြစ်နေတာ တွေ့လိုက်ရတယ်။ အဲဒီတော့ သူ့စိတ်ထဲမှာ ထင်တာက...

"ဟာ...ဘယ်လိုဖြစ်တာလည်း။ ဒီ အပင်ကြီးက အကြီးကြီးပါလား။ ဟာ...မဟုတ်သေးဘူး၊ ဒီအပင်ကြီးက နဂိုကအပင်ပဲ၊ ငါကသာ သေးသေးလေးဖြစ်သွားတာပါလား"ဆိုပြီး တအံ့တသြ ဖြစ်သွားတယ်။ အမှန်တော့ သူက အိမ်ထဲမှာပဲရှိနေသေးတာ။ အပင်ကို အကြီးကြီးလို့မြင်နေတာ။ တကယ်တော့ သူက သေးသေးလေးဖြစ်သွားတာ။ ပတ်ဝန်း ကျင်နဲ့ ကြည့်လိုက်တဲ့အခါ အားလုံးဟာ နဂိုအတိုင်းပစ္စည်းတွေက အခန်းထဲမှာရှိနေသေးတာ။ သူကသာ လက်မလောက်လေး ဖြစ်သွားတာ။ အပင်ကကြီးသွားတာမဟုတ်ဘဲ သူကသေးသွားလို့ အပင်ကို အကြီးကြီးလို့ စိတ်ထဲသူထင်လိုက်တာလေ။ အဲဒါနဲ့ သူကစိတ်ပျက်လက်ပျက်နဲ့ မတ်တပ်ရပ်ပြီး ထခုန်လိုက်တာပေ့ါ။

"ဟယ်....ဒုက္ခပါပဲ။ ငါ့ကိုယ်လုံးလေးကလည်း သေးသေးလေးဖြစ်သွားပြီ"ဆိုပြီး သူထခုန်လိုက်တဲ့ အချိန်မှာ အသံလေးတသံ ညှင်ညှင်သာသာလေး တသံကို ကြားလိုက်ရတယ်။

"ဟဲလို....ငါမင်းကို စောင့်ရှောက်ပါ့မယ်ကွယ်။ ငါကတော့ဖြင့် သစ်သီးခွဲတဲ့မင်းသားလေးပါပဲ"ဆိုပြီး ပြောတော့ ကလယ်ရာက သိပ်အံ့သြသွားတယ်။ "ဩော်...သူ့အတွက်ပေးတဲ့အရုပ်က အသက်ဝင်လာပြီပဲ " အဲဒါကို အရုပ်လေးကသိတော့– "မကြောက်ပါနဲ့ ၊ အေးအေးဆေးဆေးနေပါ။ အခု ဒီနေရာမှာတော့ အန္တရာယ်ရှိတယ်။ ကြွက်တွေက မင်းကို လာဖမ်းဖို့အတွက်လုပ်နေကြတယ်"ဆိုပြီး အရုပ်မင်းသားလေးက ပြောတယ်။ ပြောပြီး မကြာခင်မှာပင် ကြွက်ကြီးတွေက သူ့အမြင်မှာ အကြီးကြီးတွေဖြစ်နေတာပဲ။ အရုပ်မင်းသားလေးက သူ့ဆီကနေ ခရာတွတ်လိုက်တော့ စစ်သားရုပ်လေးတွေ ပေါ်လာတယ်။ စစ်သားရုပ်လေးတွေကို တန်းစီပြီး နေရာယူခိုင်းတယ်။ ကလယ်ရာကို ကာကွယ်ဖို့အတွက် ဖြစ်တယ်။ အဲဒီအချိန်မှာပဲ တကယ်ဆိုးသွမ်းတဲ့ ကြွက်တွေကို အုပ်ချုပ်တဲ့ ကြွက်ဆိုးကြီးတို့အဖွဲ့က လာနေကြတယ်။ အရုပ်မင်းသားလေးတို့ကလည်း ခရစ်စမတ်ပင်ကြီးရဲ့ အောက်ကနေ ကြွက်တွေကိုပစ်ဖို့အတွက် နေရာယူထားကြတယ်။ အဲဒီအခါ ကြွက်တွေဟာ အုပ်စုလိုက် သူတို့ဖက်ကိုလာနေကြတော့မနီးမဝေးရောက်တော့ အရုပ်မင်းသားလေးက သူ့အဖွဲ့ကို..."ပစ်"ဆိုပြီး အမိန့်ပေးလိုက်တယ်။ အဲဒီအခါ စစ်သားတွေကနေ သူတို့နေတဲ့နေရာကနေ ကစားစရာအမြောက်တွေနဲ့ ပစ်ထုတ်လိုက်တော့ ဘာတွေ ထွက်သွားလဲဆိုတော့ ကျည်ဆန်တွေမထွက်ဘဲနဲ့ ချိစ်အတုံးတွေ ထွက်လာတယ်။ အဲဒီအခါ ကြွက်တွေက သူတို့ဘက်ကို မလာကြတော့ပဲ ပြန့်ကျဲနေတဲ့ ချိစ်တုံးတွေဘက်ကို လိုက်ကောက်ကြ၊ ရှာကြ၊ ဖွေကြ၊ စားကြ နေတာပေ့ါ။ ဒါပေမဲ့ ဒီချိန်မှာ တိုက်ပွဲကတော့ မပြီးသေးဘူး။

ကျန်တဲ့ကြွက်တွေကသာ ချိစ်အတုံးတွေကို လိုက်ပြီး ရှာဖွေစားသောက်နေကြတာ။ အဲဒီအခါ ကြွက်ဘုရင်ကြီးက လှမ်းပြောတယ်။

"ဒါ မင်းလုပ်နိုင်တာ ဒါအကုန်ပဲလား။ ဒီလောက်ပဲ မင်းလုပ်နိုင်တာလား။ ကဲ ဒီကလေးမကို ငါ့ဆီ လွှဲပေး" ဆိုပြီး ကလယ်ရာကို လွှဲပေးခိုင်းတော့ အရုပ် မင်းသားလေးက... "ဘယ်တော့မှ လွှဲမပေးဘူး" ဆိုပြီးပြောတယ်။

တိုက်ပွဲကတော့ ဆက်ပြီး ပြင်းပြင်းထန်ထန်ကို ဖြစ်နေတာ။ အဲဒီအခါ ကြွက်ဘုရင်ကြီးကနေပြီး ကလယ်ရာကို လှမ်းဆွဲတာပေ့ါ။ အဲဒီအခါ ကလယ်ရာက သူ့ရဲ့ဖိနပ်ကိုချွတ်ပြီး ကြွက်ဘုရင်ကြီးကို ရိုက်လိုက်တာပေ့ါ။ ဖိနပ်နဲ့ရိုက်တဲ့အရှိန်ကြောင့် ကြွက်ဘုရင်ကြီးက လဲကျသွားတာပေ့ါ။ ကြွက်ဘုရင် လဲကျသွားတော့ အရုပ်မင်းသားလေးက အနားကို ရောက်လာပြီး..."ဟာ...တော်လိုက်တာ။ ကြွက်ဘုရင်ကြီးလည်း ကျဆုံးသွားပြီဆိုတော့ ငါတို့ အခမ်းအနား လုပ်ကြမယ်။ ငါနဲ့လိုက်ခဲ့"ဆိုပြီး ကလယ်ရာကို ခေါ်သွားတယ်။ ကလယ်ရာလဲ အရုပ်မင်းသားလေးနဲ့ လိုက်သွားတယ်။ သူတို့က ခရစ်စမတ်ဘိုးဘိုးကြီး စီးတဲ့သမင်တွေဆွဲတဲ့ စွတ်ဖားပေါ်ကို ရောက်သွားတယ်။ သူတို့စွတ်ဖားပေါ်ရောက်သွားတော့ သမင်တွေက စပြီးဆွဲသွားတော့တာပေ့ါ။ အလွန်အေးတဲ့ ဆီးနှင်းတွေ ကျနေတဲ့ ညပေ့ါ။ အဲဒီညမှာ ဆီးနှင်းတွေပေါ် ဖြတ်သန်းပြီး ဆွဲသွားတယ်။ သမင်တွေက ဆွဲသွားတာ မိုးကောင်းကင်ပေါ်တောင်ရောက်သွားတယ်။သမင်တွေဆွဲတာ မြန်တော့ကြယ်တွေဟာနောက်တွေဘေးတွေကနေ ကျန်ခဲ့တယ်။ ပြီးတဲ့အခါ နောက်တနေရာကို သူတို့ရောက်သွားတယ်။ အဲဒီနေရာက ရေခဲဘုရင်မကြီးစံမြန်းတဲ့ နန်းတော်ကို ရောက်သွားတာ။ ဘုရင်မကြီးက သူတို့ကို ထွက်ကြိုနေတာ။

"ကြိုဆိုပါတယ်၊ လာကြပါ၊ လာကြပါ " ဆိုပြီး သူတို့ကို ဧည့်ခန်းကိုခေါ်သွားတယ်။ ပြီးတော့ သူတို့ အဝတ်အစားတွေကို လဲပေးလိုက်တယ်။ အဖြူရောင် ငွေရောင်တွေပေ့ါ။ ကလယ်ရာကလည်း ပျော်ရွှင်ပြီး ကခုန်ကြတာပေ့ါ။ ကလယ်ရာကလည်း ဂါဝန်အဖြူလေးဝတ်ပြီးကတာပေ့ါ။ သိပ်မကြာဘူး အရုပ်မင်းသားလေးက သူ့ကို တခြားနေရာကိုခေါ်သွားပြန်ရော။ အဲဒီနေရာကတော့ အချိုတွေရှိတဲ့ နယ်ပေ့ါ။ ကလယ်ရာကလည်း ချောကလက်တွေ တအားကြိုက်တော့ ကလယ်ရာက ကြည့်လိုက်တာ တောင်ကုန်းကြီးကလည်း ချောကလက်တောင်ကုန်းကြီး၊ သကြားပွင့်တွေကဖြူးထားတယ်။ နှင်းဆီပန်းတွေကလည်း သကြားနဲ့လုပ်ထားတယ်။ သစ်ပင်တွေကလည်း အဖူးအပွင့်တွေနဲ့၊ အဲဒါတွေအားလုံးကလည်း စားစရာ သကြားလုံးတွေနဲ့ ပြုလုပ်ထားတာ။ နတ်သမီးတွေကလည်း ခေါင်းကနေ ခြေဖျားထိ ပန်းရောင်ဝတ်စုံဝတ်ထားပြီး ရဲတိုက်ကြီးထဲမှာ ကကြခုန်ကြနဲ့ သူတို့ကိုကြိုဆိုနေကြတာပေ့ါ။ အဲဒီမှာနတ်သမီးတစ်ပါးကသကြားနဲ့ပြုလုပ်ထားတဲ့ ဇီးယိုနတ်သမီးဘုရင်မက..."ငါတို့ပါတီ အခမ်းအနားကိုကြွရောက်တဲ့ အတွက် ကြိုဆိုပါတယ်။ တို့နဲ့တူတူ ကစားကြမယ် ဟော့"ဆိုပြီး ပြောလိုက်တယ်။

အပေါက်ကနေဝင်ဖို့အတွက် ကလယ်ရာက အထဲကိုချောင်းကြည့်လိုက်တော့ အာရပ်နိုင်ငံက မင်းသမီးတွေက ဗျတ်စောင်းလေးတွေတီးပြီး ဖျော်ဖြေနေတာကိုလည်းတွေ့ရတယ်။ သူတို့ ဗျတ်စောင်းသံဟာအလွန်ငြိမ့်ညောင်းသာယာတာပဲ။ စပိန်နိုင်ငံက စုံတွဲတွေကလည်း သူတို့ရဲ့ ရိုးရာ ဝတ်စုံဂါဝန်အကြီးကြီးတွေကိုဝတ်ထားတော့ ဝဲကာဝဲကာနဲ့ ကနေတာတွေ့ရတယ်။ သူတို့အကတွေက အဝိုင်းလိုက် အဝိုင်းလိုက် လှည့်ပြီးတော့ ကနေကြတာ။ ပြီးတဲ့အခါ တရုတ်နိုင်ငံက ဘဲလေးကချေသည်တွေက ခြေဖျားလေးတွေ ထောက်....ထောက်ပြီး ကနေတာ တွေ့ရတယ်။ နောက်ဆုံး သူက ဘာတွေ့လဲဆိုတော့ ပန်းပွင့်တွေလို ဝတ်ဆင်ထားတဲ့ အပျိုတော်တွေပေ့ါ။ သူတို့အားလုံးဟာ ပန်းပွင့်တွေကို အဝတ်အစားတွေလိုလုပ်ထားပြီး တောက်တောက်ပြောင်ပြောင် ဝတ်ဆင်ထားတာ တွေ့ရတယ်။ အဲဒီကပွဲတွေကို ကလယ်ရာက ဝင်ကြည့်တာပေ့ါ။ သူများတွေ ဖြေဖျော်နေတာကိုလှည့်လည်ပြီး ကြည့်ရှုနေတာပေ့ါ။ ခဏနေတော့ အရုပ်မင်းသားလေးက ပြောပါတယ်။

" ကဲ....ဒို့တွေ သွားကြဖို့ အချိန်တန်ပြီ " အဲဒီလို ပြောတဲ့အခါမှာ သူတို့လဲ ပျော်ရွှင်စွာ ဝင်ကကြတာပေ့ါ။ ကပြီးတဲ့အခါ ရုတ်တရက်ဆိုသလို ကလယ်ရာက ဆိုဖာပေါ်ကို ပြန်လှည့်တက်လိုက်တယ်။ မင်းသားလေးက သွားတော့မယ်ဆိုတာနဲ့ ကလယ်ရာဟာ အရုပ်မင်းသားလေးရဲ့ ပခုံးပေါ်မှာ အိပ်ပျော်သွားတယ်တဲ့။

သူအိပ်ရာကနိုးလာတော့ သူ့ကိုယ်သူ ဘယ်ရောက်နေလဲလို့စဉ်းစားလိုက်တော့ သူ့အိမ်ထဲမှာပဲ ရောက်နေတယ်။ သူ့အိမ်ထဲကခရစ်စမတ်ပင်ကြီးရဲ့ အောက်မှာ သူအိပ်ပျော်သွားတာကို သူ့အဖေက သူ့ကိုချီထားတာကိုသိလိုက်ရတယ်။ တကယ့်တကယ်တော့ သစ်သီးခွဲတဲ့စစ်သားရုပ်လေးရဲ့ ပခုံးပေါ်မှာ မှီပြီးအိပ်ပျော်သွားတာ မဟုတ်ဘူးပေ့ါ။ သူ့အဖေပေါ်မှာ၊ သူ့အဖေက ကလယ်ရာကို ချီပြီး အိပ်ရာထဲ ခေါ်သွားနေတာပေ့ါ။ အဲဒီအချိန်မှာ သူနဲ့

စာမျက်နှာ ၁၈ သို့

ကောင်းမွန်သော စီမံအုပ်ချုပ်မှု၊ ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးနှင့် ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှုလျှော့ချရေး

မောင်မောင်မြင့်သိန်း (စက်မှုတက္ကသိုလ်)

ကောင်းမွန်သော စီမံအုပ်ချုပ်မှုသည် ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုတွင် အရေးကြီးသော ကိစ္စတစ်ရပ်ဖြစ်သည်။ ကောင်းမွန်သော စီမံအုပ်ချုပ်မှုသည် အဓိပ္ပာယ်အမျိုးမျိုးနှင့် အငြင်းပွားဖွယ် အဓိပ္ပာယ်ကောက်ယူမှုများနှင့် ပြည့်နှက်နေသော အယူအဆတစ်ခုဖြစ်သည်။ Gray နှင့် Khan (2010) ၏ အဆိုအရ ကောင်းမွန်သော စီမံအုပ်ချုပ်မှု သီအိုရီကို ၁၉၇၀ ပြည့်လွန်နှစ်များ အစောပိုင်းတွင် ပိုင်ဆိုင်မှုဆိုင်ရာ အခွင့်အရေးများ ပံ့ပိုးပေးခြင်းအတွက် လိုအပ်မှုကို တုံ့ပြန်ရာတွင် ပထမဦးဆုံး ဖော်ဆောင်ခဲ့ပြီး ၎င်းသည် ဈေးကွက်စီးပွားရေး၏ တည်ငြိမ်မှုနှင့် ထိရောက်သော လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်မှုကို အာမခံရန် နည်းလမ်းတစ်ခုအဖြစ် ရှုမြင်ခဲ့သည်။ Ott (2009)က ထိရောက်သော အစိုးရသည် ပြည်သူလူထု ပျော်ရွှင်စွာ နေထိုင်နိုင်ရေး သေချာစေရမည်ဟု ဆိုသည်။ သူက အစိုးရအနေဖြင့် ပြည်သူများ ပျော်ရွှင်သော နိုင်ငံသားများ ဖြစ်စေရန် ဘဝလိုအပ်ချက်အားလုံးကို ဖြည့်ဆည်းပေးရန် လိုအပ်ကြောင်း အလေးပေး ပြောဆိုခဲ့သည်။

မည်သည့် တိုင်းပြည်တွင်မဆို ကောင်းမွန်သော စီမံအုပ်ချုပ်မှုနှင့် ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှု လျှော့ချရေး သဘောတရားအကြား သဟဇာတဖြစ်သော ဆက်နွယ်မှု ရှိသည်ဟု ဆိုထားသည်။ ကောင်းမွန်သော စီမံအုပ်ချုပ်မှုသည် ပြည်သူလူထု၏ ဆင်းရဲဒုက္ခများကို လျော့ပါးစေရန် စနစ်တကျ စီစဉ်ထားသော အဖွဲ့အစည်းဆိုင်ရာ အစီအစဉ်နှင့် ယန္တရားအဖြစ် သတ်မှတ်ထား သည်ဟု ပညာရှင်များက ဆိုသည်။ ၎င်းသည် အစိုးရက ပြည်သူလူထု၏ လိုလားတောင့်တမှုများနှင့် မျှော်မှန်းချက်များကို ပိုမိုတုံ့ပြန်သော နည်းလမ်းတစ်ခု ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် အစိုးရအနေဖြင့် ကောင်းမွန်သော လူနေမှုဘဝအတွက် အခြေခံအဆောက်အအုံများ ရရှိစေရေး ပြုလုပ်ပေးရန် လိုအပ်သည်။

Grindle (2011) ဆိုသူက ကောင်းမွန်သော စီမံအုပ်ချုပ်မှု၏ သမိုင်းအစဉ်အလာအရ ဒုတိယကမ္ဘာစစ်အပြီးတွင် နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံ၏ စီးပွားရေးဖွံ့ဖြိုးမှုသည် ကောင်းမွန်သော စီမံအုပ်ချုပ်မှုအတွက် သတ်မှတ်ချက်ဘောင်တစ်ခု ဖြစ်လာခဲ့သည်။ ဤကာလအတွင်း ကောင်းမွန်သော စီမံအုပ်ချုပ်မှု၏ တစ်ခုတည်းသော ဘာသာစကားမှာ စီးပွားရေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု ဖြစ်သည်။ ကောင်းမွန်သော စီမံအုပ်ချုပ်မှု၏ လူမှုဖူလုံရေး ရှုထောင့်ကို စကင်ဒီနေဗီးယားနိုင်ငံများက အလျင်အမြန်လက်ခံလိုက်သော အခြေအနေသည် ၁၉၇၀ နှစ်လွန်ကာလများ အထိ ဆက်လက်တည်ရှိနေခဲ့သည်။ ကောင်းမွန်သော စီမံအုပ်ချုပ်မှုသည် အစိုးရက ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်နေဆဲ လူ့အဖွဲ့အစည်း၏ ရှုထောင့်အမျိုးမျိုးကို လွှမ်းခြုံထားသည်။ ၎င်းသည် အစိုးရဖွဲ့စည်းပုံအပေါ် တာဝန်ယူမှုအရှိဆုံးသော အယူအဆဖြစ်သည်။ ကောင်းမွန်သောစီမံအုပ်ချုပ်မှု၏ အခြေခံယူဆချက်မှာ အစိုးရ၏ ဖွဲ့စည်းတည်ဆောက်ပုံနှင့် စွမ်းရည်ကို လူ့အဖွဲ့အစည်းနှင့် သက်ဆိုင်စေရန်နှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်း အလွှာအားလုံး၏ တန်းတူညီမျှအပေါ်တွင် အခြေခံသည်။ လိင်(ကျား၊ မ)၊ လူမျိုးရေး တန်းတူညီမျှမှု၊ ပွင့်လင်းမြင်သာမှု၊ တာဝန်ခံမှု၊ ဒီမိုကရေစီ၊ တန်းတူကိုယ်စားပြုမှု၊ ပညာရေး၊ ကျန်းမာရေး၊ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် ရေရှည်တည်တံ့မှု၊ အလုပ်အကိုင်နှင့် တရားမျှတမှုတို့သည် ဖွံ့ဖြိုးရေးအေဂျင်စီများမှ သတ်မှတ်ပြဋ္ဌာန်းထားသည့်အတိုင်း ကောင်းမွန်သောစီမံအုပ်ချုပ်မှု၏ အရေးကြီးသော အစိတ်အပိုင်းများဖြစ်သည်။

ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးသည် ကောင်းမွန်သော စီမံအုပ်ချုပ်မှုနှင့် ခွဲခြား၍ မရချေ။ ကောင်းမွန်သော စီမံအုပ်ချုပ်မှုသည် လူ့အဖွဲ့အစည်း တစ်ခုလုံး၏ ဘက်စုံဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်မှုကို လွှမ်းခြုံထားသည်။ ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုဆိုင်ရာ အယူအဆသည် ကျေးလက်ဒေသတွင် နေထိုင်သူများကို ကျေးလက်မှမြို့ပြသို့ ရွှေ့ပြောင်းမှုကို ထိန်းချုပ်ရန် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုဆိုင်ရာ အဖွဲ့အစည်းများ၏အစီအစဉ်တွင် အဓိကကျသော အစိတ်အပိုင်းတစ်ခု ဖြစ်သည်။ နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံမှ ကျေးလက်ဒေသ လူမှုအသိုက်အမြုံကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုရာတွင် ပထဝီဝင်အနေအထားအရ တစ်နိုင်ငံနှင့် တစ်နိုင်ငံ ကွဲပြားခြားနားသည်။

ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှုသည် လူမှုစီးပွားရေးဆိုင်ရာ ဆွေးနွေးပွဲများတွင် တွေ့မြင်နေကျ ဝေါဟာရတစ်ခုဖြစ်သည်။ ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှု သဘောတရားသည် ကမ္ဘာနှင့်ချီသော ဖြစ်ရပ်တစ်ခုဖြစ်သည်။ ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှု သဘောတရားသည် အစောဆုံး ကာလမှစပြီး နယ်ပယ်အသီးသီးမှ ပညာရှင်များ၏အထူးဂရုပြုခြင်းကို ရရှိခဲ့သည်။ သိပ္ပံပညာရှင်၊ အင်ဂျင်နီယာ၊ ဓာတုဗေဒနှင့် ရူပဗေဒ ပညာရှင်များသည် သူတို့၏ သုတေသနများတွင် ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှု ပြဿနာကို အမြဲတမ်းထည့်သွင်း စဉ်းစားခဲ့ကြသည်။ ၁၅ ရာစုနှင့် ၁၆ ရာစုနှစ်များတွင် ဥရောပ၌ ပြုလုပ်ခဲ့သော သိပ္ပံနည်းကျ ရှာဖွေတွေ့ရှိချက်များသည် လူသားမျိုးနွယ်၏ လူနေမှု အဆင့်အတန်းကို တိုးတက်စေရန် ဖြစ်သော်လည်း ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှုကို အထီးကျန်ဖြစ်စေသည့် ရှာဖွေတွေ့ရှိမှု တစ်ခုမှ မရှိခဲ့ပါ။ ၁၈ ရာစုနှောင်းပိုင်းတွင် ဖြစ်ပွားခဲ့သော နပိုလီယံစစ်ပွဲသည် ဥရောပ၌ ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှုကို ဖြစ်စေခဲ့သည်။ ထို့ကြောင့် ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှုတွင် အတွေးအခေါ်နှင့် လူမှုရေးရှုထောင့် နှစ်ခုလုံး ပါဝင်နေသည်။ အချို့ အတွေးအခေါ် ပညာရှင်များက ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှုကို ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့် လူသားချင်းစာနာထောက်ထားမှုဆိုင်ရာ ကိစ္စရပ်များ အဖြစ် ရှုမြင်ကြသည်။ Wastson (2003) ကမူ ဗြိတိသျှ လူ့အဖွဲ့အစည်းရှိ ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှု ပြဿနာကြောင့် လူဦးရေ သီအိုရီကို ဖော်ပြရန် လှုံ့ဆော်ခဲ့သည်။ ပထဝီဝင်အနေအထားအရ လူဦးရေ တိုးတက်လာပါက လူ့အဖွဲ့အစည်းတွင် အစာရေစာ ခေါင်းပါးမှုနှင့် ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှုများ ရှိလာနိုင်သည်ဟု Malthus က ဆိုသည်။

> “ကောင်းမွန်သော စီမံအုပ်ချုပ်မှု၏ အခြေခံယူဆချက်မှာ အစိုးရ၏ဖွဲ့စည်းတည်ဆောက်ပုံနှင့် စွမ်းရည်ကို လူ့အဖွဲ့အစည်းနှင့် သက်ဆိုင်စေရန်နှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်း အလွှာအားလုံး၏ တန်းတူညီမျှအပေါ်တွင် အခြေခံသည်”

ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှုသည် နိုင်ငံရေးနှင့် လူမှုစီးပွားရေးနယ်ပယ်တွင် မြင့်တက်လာသည့် အယူအဆ ဖြစ်သည်မှာ သေချာသည်။ အနောက်ဥရောပတွင် ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှုသည် တစ်နေ့လျှင် (၅) ဒေါ်လာအောက် ရှိသည်။ အာရှတိုက်တွင် အထူးသဖြင့် အကြွင်းမဲ့ ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှုကို အမြစ်ပြတ် တိုက်ဖျက်နိုင်သည်။ မလေးရှားနိုင်ငံတွင် တစ်နေ့လျှင် (၃) ဒေါ်လာအောက်ရှိသော နေထိုင်ခြင်းကို ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှုအဆင့်အဖြစ် အသိအမှတ်ပြုခံရသည်။

ကောင်းမွန်သော စီမံအုပ်ချုပ်မှုသည် ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှုနှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု နိမ့်ကျခြင်းကို တားဆီးနိုင်သည်။ ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု အစီအစဉ်ကို ဖော်ဆောင်နိုင်သည်။ နိုင်ငံရေး တည်ငြိမ်မှုနှင့် တိုင်းပြည်၏ စီးပွားရေး အခြေအနေအကြား ဆက်စပ်မှုသည် လူမှုစီးပွားရေး မညီမျှမှုများကို တိုးပွားလာစေပြီး နိုင်ငံအများစုတွင် စီးပွားရေး ပြိုလဲခြင်းတို့သည် အရေးကြီး သောပြဿနာတစ်ရပ် ဖြစ်သည်။ အစိုးရ ဗျူရိုကရေစီ၏ အရည်အသွေး တိုးတက်မှု၊ မူဝါဒရေးဆွဲခြင်းနှင့် အကောင်အထည်ဖော်ခြင်းတို့တွင် တိုးတက်မှုသည် စီးပွားရေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုကို အားပေးပြီး အပြန်အလှန်အားဖြင့် ဆက်စပ်နေသည်။ ထို့ကြောင့် အစိုးရ၏ ထိရောက်သော ဆောင်ရွက်မှုနှင့် ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု ရလဒ်များသည် အပြုသဘော ဆက်နွယ်မှုရှိသည်။ အစိုးရ၏ ထိရောက်သော လုပ်ဆောင်မှုသည် ပျမ်းမျှ လယ်ယာမြေရေိယာ၊ စိုက်ပျိုးရေး လုပ်သားထုတ်လုပ်မှုနှင့် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုများနှင့် ဆက်စပ်နေသည်။ သို့ဖြစ်ရာ ကောင်းမွန်သော စီမံအုပ်ချုပ်မှုသည် ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး ကို ဆောင်ရွက်ရင်း ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှု လျှော့ချရေးသို့ ဦးတည်လုပ်ဆောင် သွားရမည် ဖြစ်သည်။

[Reference: Good governance, rural development and poverty alleviation by Okinono Otega]

မောင်မောင်မြင့်သိန်း(စက်မှုတက္ကသိုလ်)

အရောင်စုံလှပ ဂန္ဓမာပန်း စိုက်ပျိုးကြ

မျက်နှာဖုံးမှ

နွားချေး၊ ကြက်ချေးဖျော်ရည် လောင်းပေးရပါသည်။ ရေသွင်းပေးခြင်းနှင့် စိုထိုင်းဆမြင့်ခြင်းကိုနှစ်သက် သော်လည်း ရေမဝပ်စေရန် လိုအပ်သည်။ စိုက်ပျိုးပြီး ပထမတစ်လတွင် တစ်ပတ် နှစ်ကြိမ် ရေသွင်းပေးရန်လိုအပ်၍ တစ်လကျော်ပါက တစ်ပတ်တစ်ကြိမ် ရေသွင်းပေးရပါသည်။ ပန်းစပွင့်သည့်အချိန်တွင် လေးရက်ခြားတစ်ကြိမ် နံနက်ပိုင်း အေးသော အချိန်တွင် ခူးဆွတ်သင့်သည်။ အပင်မျိုးပွားနည်း နှစ်နည်းရှိပြီး ပထမနည်းမှာ စိုက်ခင်းများမှ ပန်းပင်ခူးဆွတ်ပြီးသော အပင်များကို မြေကြီးတွင် ၁၀ စင်တီမီတာမှ ၁၅ စင်တီမီတာအမြင့်ထိ ဖြတ်၍ ရာသီဥတုပေါ်မူတည်ပြီး ရေသွင်းပါ။ မြေဩဇာကျွေးပါ။ အပင်ခြေမှ သားတက်များ ထွက်လာပါလိမ့်မည်။ ဒုတိယနည်းမှာ ကျန်းမာသန်စွမ်းသောအပင်မှ ထိပ်ညွန့်များကို ၅ စင်တီမီတာမှ ၇ စင်တီမီတာအထိဖြတ်ပြီး သဲပေါင်(ပျိုးပေါင်)ကို အရိပ်အောက်တွင် ပြုလုပ်၍စိုက်ပါ။ ရေလေးငါးကြိမ်လောင်းပြီး နှစ်ပတ်၊ သုံးပတ်ကြာသောအခါ အမြစ်ထွက်လာပါက ပျိုးပေါင်မှ စိုက်ပေါင်သို့ ပြောင်းရွှေ့ စိုက်ပျိုးနိုင်ပါသည်။ အချို့ စိုက်ပျိုးခြံများတွင် ပျိုးပင်ပေါက်တစ်ပင်လျှင် ငွေ ၆ ကျပ်မှစ၍ အစားစားရောင်းချပါသည်။ ဖြတ်ပြီးပျိုးသည့်အပင်က ဈေးပို သက်သာနိုင်ပါသည်။ ပျိုးပင်စိုက်ပျိုးသည်မှ ပန်းပွင့်သည်အထိဂန္ဓမာပန်းတစ်ပင်၏သက်တမ်းမှာ ပန်းမျိုးအလိုက် အချိန်ခြောက်လခန့်အထိ ကြာမြင့်နိုင်သည်။

မြန်မာနိုင်ငံအတွင်း ဂန္ဓမာပန်းကို မေလနောက်ပိုင်းတွင် စိုက်ပျိုးရမည့် မျိုးနှင့် အောက်တိုဘာလနောက်ပိုင်းတွင် စိုက်ပျိုးရမည့်မျိုးများအဖြစ် ခွဲခြားစိုက်ပျိုးကြသည်။ အကြမ်းအားဖြင့် ဆန်းမား၊ လပ်ကီး ပန်းမျိုးများကို မေလနောက်ပိုင်းနှင့် အောက်တိုဘာလ နောက်ပိုင်းတွင် စိုက်ပျိုးနိုင်သည်။ ဂန္ဓမာပန်းပင် စိုက်ပျိုးရန်အတွက် မြေချဉ်ငန်ဓာတ်မှာ ၆ ဒသမ ၅ မှ ၇ ဒသမ ၅ အထိလိုအပ်ပြီး သဲနုန်းမြေအမျိုးအစား ရေစီးဆင်းမှု ကောင်းမွန်သော၊ ရေမဝပ်သော မြေဖြစ်ရန် လိုအပ်ပါသည်။

"ဂန္ဓမာပန်း တင်ပို့ရောင်းချရာမှာ ရာသီနဲ့ အမျိုးအစားအလိုက် ပန်းစည်းရာ၌ ကွာဟချက်တွေ ရှိနိုင်ပါတယ်။ အချို့ ပန်းများကို အထုံးစည်း(ကီလိုစည်း)တွေ စည်းကြတယ်။ ယခုနောက်ပိုင်းမှာ တစ်ပိဿာခွဲဝန်းကျင်စည်း၍ ထုပ်ပိုးတင်ပို့ကြပါတယ်။ ပန်းများကို ကြပ်ဖာများဖြင့် ထုတ်ပိုးကြပြီး ပန်းအထုံးစည်း ၂၀ စီး ပုံမှန်ထည့်နိုင်ပါတယ်။ အစည်းအနည်းငယ်သေးပါက ၂၅ စီးအထိ ထည့်ကြပါတယ်။ ကြပ်ဖာအလွတ်တစ်ပုံးလျှင် လက်လီဈေး ငွေကျပ် ၁၈၀၀ မှ ၂၀၀၀ ကျပ်အထိ ပေးရတယ်။ ဒါကြောင့်ကြပ်ပုံးတစ်ပုံး၊ သတင်းစာ၊ တိပ်၊ ကြိုးအပါအဝင် ထုပ်ပိုးခအနေဖြင့် ငွေကျပ် ၃၀၀၀ ခန့် ကျသင့်ပါတယ်။ ထုပ်ပိုးပြီးတဲ့ ပန်းတွေကို ကုန်ကားတွေနဲ့ ဒေသအသီးသီးကို ပို့ဆောင်ပါတယ်။ ပန်းပွင့်တဲ့အချိန်ကနေ ခူးတဲ့အချိန်အထိ ငွေကျပ်ငါးသိန်းခန့်ရင်းလျှင် ပန်းဈေး ကောင်းတဲ့အချိန်နဲ့ကြုံပါက ၁၅ သိန်းလောက် အမြတ်ရှိပါတယ်။ အခုအချိန် ပန်းဈေးသိပ်မကောင်းပေမယ့် ပန်းစိုက်ရတာ၊ ပန်းခင်းကိုကြည့်ရတာနဲ့တင် စိတ်ချမ်းသာပါတယ်"ဟု ပြင်ဦးလွင်အနီးစခန်းရှိ ပန်းမြို့တော် ဒေသအတွက် ရောင်းဝယ်ရေး လုပ်ကိုင်သူတစ်ဦးက ပြောပြသည်။

သို့ပါ၍ အရောင်စုံလင်လှပသော ဂန္ဓမာပန်းများသည် အသုံးများသဖြင့် စီးပွားဖြစ် စိုက်ပျိုးသင့်သောပန်းဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြအပ်ပါသည်။ *စိုးဦး*

ဓာတ်ပုံ - housebeautiful.com

လူမှုကွန်ရက်မှာ အသုံးချခံမဖြစ်ဖို့

မျိုးငြိမ်းငယ်

နည်းပညာတိုးတက်လာခြင်းဟာ လူတွေရဲ့ နေ့စဉ်လုပ်ငန်းဆောင်တာတွေအတွက်ကောင်းကျိုးတွေ ယူဆောင်လာပါတယ်။ အရင်က မြန်မာနိုင်ငံမှာ တယ်လီဖုန်းတစ်လုံးပိုင်ဆိုင်ဖို့ဆိုတာ အိပ်မက်တောင် မမက်ရဲပါဘူး။ ကမ္ဘာပေါ်က ဖြစ်ပျက်နေတာတွေကို သိဖို့ဆိုတာ ခက်ခက်ခဲခဲနဲ့ သိခဲ့ရပါတယ်။ အခုတော့ အခြေအနေတွေက ပြောင်းလဲနေပါပြီ။ ၁၉၆၉ ခုနှစ် ဇူလိုင်လက လကမ္ဘာပေါ်ကို လူသားတွေ ခြေချနိုင်တော့ တစ်ကမ္ဘာလုံး အုန်းအုန်းကျွက်ကျွက်နဲ့ ချီးမွမ်းအံ့ဩခဲ့ကြပါတယ်။ ဒီနေ့ဆိုရင် လကမ္ဘာကိုကျော်လွန်ပြီး ကမ္ဘာကနေ မိုင်ပေါင်း ၃၃ ဒသမ ၉ သန်းဝေးတဲ့ အင်္ဂါဂြိုဟ်ဆီကို အာကာသစူးစမ်းလေ့လာရေးယာဉ်တွေ ဆင်းသက်နေပါပြီ။

နည်းပညာမြင့်လာခြင်းနှင့်အတူ

အဲဒီလိုမြင့်မားလာတဲ့နည်းပညာတွေကြောင့် ဒီကနေ့ ကမ္ဘာပေါ်က နေရာမလပ်၊ စက္ကန့်မလပ် ဖြစ်ပျက်နေတာကို သိနေရ၊ မြင်နေရပါပြီ။ IT နည်းပညာတွေမြင့်မားလာတဲ့ ကမ္ဘာကြီးကို ရွာကြီးတစ်ရွာနဲ့ နှိုင်းယှဉ်ပြောဆိုလာတာ နည်းပညာရဲ့ အကျိုးကျေးဇူးကြောင့်ပါ။ ဒါတွေဟာ နည်းပညာတွေ တိုးတက်လာတဲ့ အကျိုးဆက်နဲ့ တိုးတက်လာတဲ့ နည်းပညာတွေကို လူသားအကျိုးပြုဖို့အတွက် အသုံးပြုလို့ ရရှိလာတဲ့ ရလဒ်တွေပါပဲ။ အလားတူပါပဲ။ အဏုမြူကို ရှာဖွေတွေ့ရှိပြီး နောက်မှာ အဏုမြူကို လူသားအကျိုးပြုနေရာတွေမှာ အသုံးပြုကြသလို လူသတ်လက်နက်အဖြစ် အသုံးပြုကြတာတွေလည်းရှိခဲ့၊ ရှိနေ ဆဲပါ။ ဒီတော့ အဏုမြူတွေ၊ နည်းပညာတွေ တိုးတက်လာတဲ့နောက် ဖြစ်လာတဲ့ ကောင်းကျိုး၊ ဆိုးကျိုးတွေဆိုတာ အသုံးပြုတဲ့သူရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ အသုံးပြုတဲ့နည်းလမ်းအပေါ်မှာပဲ မူတည်နေပါတော့တယ်။

ဘေးထွက်အကျိုးဆက်

ကွန်ပျူတာနဲ့ အင်တာနက်ကို ၁၉၉၀ ပြည့်နှစ်များအတွင်းမှာ ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် အသုံးပြုလာခဲ့ပါတယ်။ ဆယ်စုနှစ်နှစ်ခုကျော် အတွင်းမှာ လူတွေရဲ့ အလုပ်လုပ်ပုံ၊ ကွန်ရက်ချိတ်ဆက်မှုနဲ့ ဆက်သွယ်မှုတွေကို ပြောင်းလဲလာစေခဲ့ပါတယ်။ တကယ်တော့ သတင်းအချက် အလက်နည်းပညာ တိုးတက်မှုတွေဟာ လူ့အဖွဲ့အစည်းရဲ့ ကဏ္ဍအများစုအပေါ် အပြုသဘောအကျိုးသက်ရောက်စေခဲ့ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အခြားတစ်ဖက်မှာတော့ ဆန့်ကျင်ဘက် အကျိုးသက်ရောက်မှုတွေကိုလည်း တွေ့လာခဲ့ရပါတယ်။

အင်တာနက်တွေ၊ ဆက်သွယ်ရေးနည်းပညာတွေ အံ့မခန်းတိုးတက်လာလို့ နယ်မြေကန့်သတ်ချက်၊ အချိန်ကန့်သတ်ချက်မရှိ ဖြစ်လာခဲ့ပြီး နိုင်ငံရေး၊ စီးပွားရေး၊ ပညာရေး၊ ကျန်းမာရေး၊ လူမှုရေး စတဲ့လူမှုကိစ္စအဝဝမှာ ကောင်းကျိုးတွေ ရရှိခဲ့ပါတယ်။ အရင်က စကားပြောရုံသက်သက်အတွက် ဖုန်းတစ်လုံးပိုင်ဆိုင်ဖို့ခက်ခဲတဲ့ အခြေအနေကနေ အခုဆို ခေတ်မီတဲ့ဖုန်းတစ်လုံး ပိုင်ဆိုင်ဖို့ လွယ်ကူလာသလို အဲဒီဖုန်းတစ်လုံးနဲ့ပဲ အိမ်ထဲကနေ ထိုင်ရာမထ တစ်ကမ္ဘာ လုံးနဲ့ ဆက်သွယ်နိုင်နေပါပြီ။ ဖုန်းပေါ်ကနေ လူချင်းတွေ့နိုင်ပါပြီ။ သတင်းနဲ့ အချက်အလက်တွေ အဆက်မပြတ်စီးဆင်းပြီး သတင်းတွေပေါက်ကွဲနေလို့ လိုချင်တဲ့သတင်းနဲ့ အချက်အလက်တွေကို အချိန်နဲ့အမျှ သိနိုင်၊ ယူနိုင်နေပါပြီ။ သတင်းနဲ့ အချက်အလက် စီးဆင်းမှုတွေအားကောင်းလာတာနဲ့အမျှကိုယ့်ဆီရောက်လာတဲ့သတင်းတွေထဲမှာ မှန်တဲ့သတင်း၊ မမှန်တဲ့သတင်းတွေ ရောနှောပါလာနေပါတယ်။ သတင်းအမှား၊ သတင်းအတုတွေပါလာတဲ့ ဘေးထွက်ပြဿနာကို ဒီကနေ့ နိုင်ငံတိုင်းလိုလိုမှာ ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းနေကြရပါတယ်။ ဥပမာအားဖြင့် အင်တာနက်ပေါ်က သတင်းအမှား၊ သတင်းအတုတွေကြောင့် မကြာသေးတဲ့နှစ်များအတွင်းက အမေရိကန်နိုင်ငံအပါအဝင် နိုင်ငံများစွာက နိုင်ငံရေးမဲဆွယ်ပွဲတွေနဲ့ ရွေးကောက်ပွဲရလဒ်တွေအပေါ်ကို ကြီးကြီးမားမား အကျိုးသက်ရောက်ခဲ့ပါတယ်။

တိုးမြင့်လာသော လူမှုကွန်ရက်၏အခန်းကဏ္ဍ

လူတိုင်းရဲ့ နေ့စဉ်ဘဝမှာ သတင်းနဲ့နည်းပညာ၊ အင်တာနက်နဲ့ လူမှုကွန်ရက်တွေဟာ တဖြည်းဖြည်းနဲ့ပိုမိုအသုံးဝင်လာတာကြောင့်သုံးစွဲမှုတွေဟာလည်း တိုးတက်လို့နေပါတယ်။ မြန်မာနိုင်ငံမှာ ၂၀၂၀ ပြည့်နှစ် ဇန်နဝါရီလအထိမိုဘိုင်းဆက်သွယ်မှုအနေနဲ့ လူဦးရေအားလုံးရဲ့ ၁၂၆ ရာခိုင်နှုန်း ရှိခဲ့ပေမယ့် ၂၀၂၁ ခုနှစ် ဇန်နဝါရီလမှာ ၁၂၇ ဒသမ ၂ ရာခိုင်နှုန်းအထိ တိုးတက်လာခဲ့ပါတယ်။ ၂၀၂၁ ခုနှစ် ဇန်နဝါရီလက အင်တာနက် သုံးစွဲသူပေါင်း ၂၃ ဒသမ ၆၅ သန်း ရှိနေပါတယ်။ ၂၀၂၀ ပြည့်နှစ်နဲ့ ၂၀၂၁ခုနှစ်အကြား အင်တာနက်သုံးစွဲသူအရေအတွက် ၂ဒသမ ၅ သန်းခန့် (၁၂ ရာခိုင်နှုန်း တိုးတက်လာခဲ့ပါတယ်။ ၂၀၂၁ ခုနှစ် ဇန်နဝါရီလမှာ အင်တာနက် ထိုးဖောက်နိုင်မှုအနေနဲ့ ၄၃ ဒသမ ၃ ရာခိုင် နှုန်းရှိနေပါတယ်။ ၂၀၂၀ပြည့်နှစ်နဲ့ နှိုင်းယှဉ်ရင်များစွာ တိုးတက်လာပါတယ်။

လူမှုကွန်ရက်အသုံးပြုမှုအနေနဲ့ ၂၀၂၁ ခုနှစ် ဇန်နဝါရီလမှာ ၂၉ သန်း ရှိပါတယ်။ ၂၀၂၀ ပြည့်နှစ်က ၂ သန်းပဲ ရှိပါတယ်။ တစ်နှစ်အတွင်း ခုနစ်သန်းလောက် တိုးတက်လာတာတွေ့ရပါတယ်။ လူမှုကွန်ရက် အသုံးပြုတာ တိုးတက်မှုအနေနဲ့ ၂၀၂၀ နဲ့ ၂၀၂၁ အကြားမှာ ၃၂ ရာခိုင်နှုန်း တိုးတက်လာခဲ့ပါတယ်။ ယခင်နှစ်က ၆ ဒသမ၆ ရာခိုင်နှုန်းပဲ တိုးတက်ခဲ့တာပါ။ လူမှုကွန်ရက်အသုံးပြုသူပေါင်း အနေနဲ့ မြန်မာနိုင်ငံလူဦးရေရဲ့ ၅၃ ဒသမ ၁ ရာခိုင်နှုန်းနဲ့ ညီမျှပါတယ်။ ၂၀၂၀ ဇန်နဝါရီလက ၄၁ ရာခိုင်နှုန်းပဲ ရှိခဲ့ပါတယ်။

ဒီစာရင်းတွေကိုကြည့်ရင် မြန်မာနိုင်ငံမှာ တိုးမြင့်လာတဲ့ လူမှုကွန်ရက်ရဲ့ အခန်းကဏ္ဍကို တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။ လူမှုကွန်ရက် အသုံးပြုတဲ့သူအရေအတွက် တိုးမြင့်လာတာနဲ့အမျှ တစ်ဦးချင်းအတွက်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ နိုင်ငံအတွက်ပဲဖြစ်ဖြစ် တိုးတက်မှုတွေ ရရှိလာတာအမှန်ပဲဖြစ်ပါတယ်။ နည်းပညာအခြေခံတဲ့ နိုင်ငံတည်ဆောက်ဖို့ဆိုရင် ဆက်လက်ပြီး နည်းပညာတွေ မရှိမဖြစ်လိုအပ်နေဦးမှာပါ။ အခြားတစ်ဖက်မှာတော့ လူမှုကွန်ရက်ကို အသုံးပြုတာများပြားလာနေတာနဲ့အတူ အလွဲအသုံးပြုလာကြတာဟာလည်း လူထုအတွင်း နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း ထိုးဖောက်နေတာမို့ ဒါကို ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းဖို့ လိုအပ်လာပါတယ်။ လူမှုရေးတာဝန်ယူမှု ရှိ

သတင်းနဲ့ အချက်အလက် နည်းပညာတိုးတက်မှုဟာ ဒင်္ဂါးပြား တစ်ခုရဲ့ ဘက်နှစ်ဖက်လိုပါပဲ။ ကောင်းကျိုး၊ ဆိုးကျိုးတွေရောက်နေပါတယ်။ နည်းပညာတွေတိုးတက်လာတာကြောင့် သတင်း အချက်အလက်တွေ မြန်မြန်ဆန်ဆန် ရရှိလာတာနဲ့ အတူ သတင်းတု၊ သတင်းအမှားတွေ ကျယ်ကျယ် ပြန့်ပြန့် ပြန့်ပွားလာနေတာတွေကြောင့် အဓိကရုဏ်းတွေ၊ အွန်လိုင်းအနိုင်ကျင့်မှုတွေ၊ ကလေးသူငယ် ညစ်ညမ်းပုံတွေလည်း လွယ်လွယ်ကူကူ ဖြစ်ပွားနေတာတွေ့ရပါတယ်။

သတင်းနည်းပညာနဲ့ အင်တာနက်တွေဟာ ကျွန်တော်တို့ဘဝ တွေရဲ့ အစိတ်အပိုင်းအားလုံးနီးပါးကို လျင်လျင်မြန်မြန် ပြောင်းလဲစေရာမှာ တချို့က ပိုမိုကောင်းလာသလိုတချို့ကလည်း ပိုမိုဆိုးလာပါတယ်လို့ အမေရိကန်နိုင်ငံက ရုပ်သံစီစဉ်ထုတ်လုပ်သူ John Landgraf က ဆိုခဲ့ ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဖြစ်လာတဲ့ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးတွေကို နည်းပညာပိုင်းဆိုင်ရာကဏ္ဍတစ်ခုတည်းနဲ့ လျှော့ချဖို့ ခက်ခဲနိုင်တာမို့ တစ်ချိန်တည်းမှာပဲလူမှုအဖွဲ့အစည်းအတွင်း လူမှုရေးတာဝန်ယူမှုတွေ စဉ်ဆက်မပြတ် တိုးတက်လာအောင် ပညာပေးအစီအစဉ်တွေ၊ လူထုလှုပ်ရှားမှုတွေ လုပ်ဆောင်နေကြပါတယ်။

စိမ့်ဝင်ထိုး ဖောက်နေပါတယ်။ ဒီလိုသတင်းမှားတွေ ဆက်လက်မပြန့်ဖို့ဖြေရှင်းရာမှာ ကုလသမဂ္ဂက အကောင်အထည်ဖော်နေတဲ့ Pause Campaign လို ပို့စ်တစ်ခု၊ သတင်းတစ်ခုကို မရှယ်ခင်ခေတ္တဆိုင်းပြီး သတင်းမှန်/ မမှန် စိစစ်ဖို့၊ စဉ်းစားဆင်ခြင်ကြဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

လူမှုကွန်ရက်မှာတွေ့တဲ့ သတင်းဖြစ်ဖြစ်၊ ကိုယ့်ဆီရောက်လာတဲ့ သတင်းဖြစ်ဖြစ် ချစ်ခြင်းမုန်းခြင်း၊ သူ့ဘက်ကိုယ့်ဘက်၊ စိတ်ခံစားချက်တွေနဲ့ မဆုံးဖြတ်၊ မဖြန့်ဝေကြဖို့ လိုပါတယ်။ ကိုယ်တွေ့တဲ့ သတင်း တစ်ပုဒ်ကို သတင်းရဲ့ မူလရင်းမြစ်၊ ယုံကြည်ရမှု အဆင့်အတန်း၊ သတင်းတိကျမှု မစိစစ်ဘဲလက်လွတ်စပယ်ရှယ်ခြင်း၊ ကူးပြီးဖြန့်ဝေခြင်းထက် အဲဒီသတင်းကို မဖြန့်ဝေခင် ခေတ္တဆိုင်းပြီး စိစစ်ကြ မယ်ဆိုရင် ကိုယ်ကိုယ်တိုင်က အသုံးချခံရသူ ဒါမှမဟုတ် သတင်း အမှားဖြန့်ဝေသူအဖြစ်က ရှောင်ရှားနိုင်သလို သတင်းအမှားပျံ့နှံ့ နိုင်မှုကိုလည်း လျှော့ချနိုင်ပါလိမ့်မယ်။ သတင်းအမှန်တွေလို သတင်း

> “ဒါကြောင့် သတင်းအမှန်တွေ အချိန်နဲ့တစ်ပြေးညီ မရနိုင်သရွေ့ လူမှုကွန်ရက်မှာ သတင်းအမှားတွေ ပြန့်နေပါလိမ့်ဦးမယ်။ လူမှုကွန်ရက်သားကောင်မဖြစ်ဖို့သတင်းအမှားပြန့်ပွားတာဟာ အခြေအနေ၊ အချိန်အခါနဲ့ သတင်းအတိမ်အနက်အလိုက် အန္တရာယ်ပေးနိုင်တဲ့ ပမာဏလည်း ကွာခြားတတ်ပါတယ်။ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ သတင်းအမှားတွေကြောင့် အသက်ဆုံးရှုံးရတဲ့ ဖြစ်ရပ်တွေကိုလည်း တွေ့နေရပါတယ်”

ခေတ္တဆိုင်း လူထုလှုပ်ရှားမှု

ကိုဗစ်-၁၉ ကာလအတွင်း ဖြစ်ပွားနေတဲ့ သတင်းမှားတွေ ပျံ့နှံ့ နေတာကို ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းဖို့ ၂၀၂၀ ပြည့်နှစ်မေလက ကုလသမဂ္ဂက Verified initiative အစီအစဉ်ကို အကောင်အထည် ဖော်ခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီအစီအစဉ်ရဲ့ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုဖြစ်တဲ့ Pause Campaign ဟာဆိုရင် လူမှုဘဝတွေကို ခြိမ်းခြောက်နေတဲ့ သတင်းမှားပျံ့နှံ့မှု ကျဆင်းအောင်ဆောင်ရွက်ရာမှာ အထောက်အကူဖြစ်စေတယ်လို့ ကုလသမဂ္ဂက ၂၀၂၁ ခုနှစ် ဇူလိုင်လ ၁ ရက်နေ့က သတင်းထုတ်ပြန်ခဲ့ပါတယ်။

သတင်းအမှားတွေလူထုအတွင်း စိမ့်ဝင်ရာမှာ မူလဖြန့်ဝေသူဟာ ရည်ရွယ်ချက်ရှိရှိနဲ့ ဖြန့်ဝေကြပေမယ့် အဲဒီသတင်းအမှားတွေကို ထပ်ပြီးဖြန့်ဝေသူတွေထဲမှာ ရည်ရွယ်ချက်ရှိသူတွေ၊ မစဉ်းစားမဆင်ခြင်ဘဲ ဖြန့်ဝေနေသူတွေ၊ သူများရှယ်လို့ ရှယ်နေသူတွေ၊ လူသိများအောင် လုပ်နေတဲ့သူတွေ စသည်ဖြင့် အမျိုးမျိုးရှိနေပါတယ်။

အများအားဖြင့်ကတော့ကိုယ့်ဆီရောက်လာတဲ့ သတင်းတစ်ပုဒ် ကို မှန်နိုင်/ မမှန်နိုင်၊ ကျိုးကြောင်းဆီလျော်မှုရှိ/မရှိ စိစစ်မှုနည်းကြပါတယ်။ ဥပမာအားဖြင့် ဤပို့စ်ကိုမရှယ်ပါက ဘေးဒုက္ခရောက်နိုင်သည်ဆိုတဲ့ပို့စ်တွေကို လှိုင်လှိုင်ကြီးဖြန့်ဝေနေတာကိုကြည့်ရင် သတင်းအမှားတွေဖြန့်ဝေဖို့ ဘယ်လောက်လွယ်ကူသလဲဆိုတာ ခန့်မှန်းနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်လည်းသတင်းအမှားဖြန့်ဝေလိုသူတွေဟာ မစဉ်းစားမဆင်ခြင်ဖြန့်ဝေသူတွေကို အသုံးချပြီး ဖြန့်ဝေနိုင်တာ ဖြစ်ပါတယ်။

သတင်းအမှားတစ်ပုဒ်ဖြန့်ဝေဖို့ မူရင်းတင်သူက တစ်ဦးပဲဖြစ်ပေမယ့် ဆက်ပြီးဖြန့်ဝေသူတွေကတော့ အများအပြားရှိနေတာကြောင့် သတင်းအမှားတွေဟာ အချိန်တိုအတွင်း လူထုအတွင်း အမှားပြန့်ပွားတာကိုလျှော့ချဖို့ နည်းလမ်းတွေထဲမှာ သတင်းအမှန်တွေ အချိန်နဲ့တစ်ပြေးညီ လူထုအတွင်း ရောက်ရှိစေခြင်းလည်း ပါဝင်ပါတယ်။ တိကျမှန်ကန်တဲ့ သတင်းတွေကို အချိန်မီ မထုတ်ပြန်နိုင်သရွေ့ သတင်းအမှားတွေ၊ ထင်မြင်ချက်တွေ၊ ယူဆချက်တွေ၊ ခန့်မှန်းချက်တွေဆိုတာ ထွက်ပေါ်လာနေမှာပဲဖြစ်ပါတယ်။ အထူးသဖြင့် အခုလို နိုင်ငံရေး၊ ကျန်းမာရေး၊ စီးပွားရေးအကျပ်အတည်းကာလမှာ တိကျတဲ့သတင်းတွေ၊ မှန်ကန်တဲ့သတင်းတွေ လိုနေပါတယ်။ အထူးသဖြင့် လူထုအနေနဲ့ကတော့သတင်းရရှိဖို့လွယ်ကူတဲ့ လူမှုကွန်ရက်ကနေ သူတို့လိုအပ်တဲ့ သတင်းတွေကို ရယူနေကြတာကြောင့် သတင်းအမှားဖြန့်လိုသူတွေက ဒီအခွင့်အရေးကို အသုံးချနေကြဦးမှာပါ။ ဒါကြောင့် သတင်းအမှန်တွေ အချိန်နဲ့တစ်ပြေးညီ မရနိုင် သရွေ့ လူမှုကွန်ရက်မှာ သတင်းအမှားတွေ ပြန့်နေပါလိမ့်ဦးမယ်။ လူမှုကွန်ရက်သားကောင် မဖြစ်ဖို့ သတင်းအမှားပြန့်ပွားတာဟာ အခြေအနေ၊ အချိန်အခါနဲ့ သတင်းအတိမ်အနက်အလိုက် အန္တရာယ်ပေးနိုင်တဲ့ ပမာဏလည်း ကွာခြားတတ်ပါတယ်။ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာသတင်းအမှားတွေကြောင့်အသက်ဆုံးရှုံးရတဲ့ ဖြစ်ရပ်တွေကိုလည်း တွေ့နေရပါတယ်။ အခြားနိုင်ငံရေး၊ စီးပွားရေးတွေ မှာလည်း အလားတူပါပဲ။

ဒီတော့ သတင်းအမှားတွေ ကိုယ့်ဆီကနေ မပြန့်အောင်ဆိုရင် ကိုယ်ကိုယ်တိုင်က လူမှုကွန်ရက်ရဲ့ သားကောင်မဖြစ်ဖို့ ဆင်ခြင်ကြရမှာပါ။ ကိုယ့်ဆီရောက်လာတဲ့ သတင်းမှန်သမျှကို လက်လွတ် စပယ်ရှယ်တာ၊ ကူးပြီးပြန်တင်တာတွေ မလုပ်ခင် ခေတ္တဆိုင်းပြီး စိစစ်ကြမယ်ဆိုရင် လူမှုကွန်ရက်သားကောင်အဖြစ်မှ ရှောင်ရှားနိုင်မှာ ဖြစ်သလို အခြားသူတွေကိုလည်း အဲဒီအန္တရာယ်က လွတ်ကင်းစေပါလိမ့်မယ်။

မျိုးငြိမ်းငယ်

ပြည်တွင်းလိဂ်သာမက ဥရောပကို စိုးမိုးဖို့ကြိုးစားလာတဲ့ PSG

လွင်ဦး

ဓာတ်ပုံ – marca.com

၂၀၂၁-၂၀၂၂ ရာသီရဲ့ ဥရောပ ဘောလုံးပွဲစဉ်တွေကတော့ ပြန်လည်စတင်နေပြီ ဖြစ်ပါတယ်။ ဥရောပထိပ်သီးလိဂ်တွေထဲမှာ အစောဆုံး စတင်ခဲ့တာက ပြင်သစ်လီဂူးဖြစ်ပြီး ဩဂုတ် ၆ ရက်နေ့ ဖြစ်ပြီး ပရီးမီးယားလိဂ်၊ ဘွန်ဒစ်လီဂါနဲ့ လာလီဂါပွဲစဉ်တွေက ဩဂုတ် ၁၃ ရက်နေ့နှင့် စီးရီးအေ ပွဲစဉ်ကတော့ ဩဂုတ် ၂၁ ရက်နေ့မှ စတင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီနှစ်ရာသီမှာတော့ ဘောလုံးကွင်းတွေကို ပြန်လည်ဖွင့်လှစ်ခဲ့ရာ ပရိသတ်တွေအနေဖြင့် ကွင်းအတွင်း ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုခွင့် ရရှိမှာဖြစ်ပြီး ယခင်နှစ်ကတော့ ကိုရိုနာကပ်ဘေးကြောင့် ပရိသတ်မပါဘဲ ကွင်းပိတ်ကစားခဲ့ရတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အရင်လို မဟုတ်ရင်တောင် အရင်နဲ့ သိပ်မကွာတဲ့ ပုံရိပ်တွေကို မြင်တွေ့ခံစားရဦးမှာပါ။ ပရိသတ်မပါဘဲ ကစားရခြင်းက ငွေကြေးဆုံးရှုံးမှု ဖြစ်ပေါ်စေတာကြောင့် ကလပ်အသင်းတော်တော်များများက နောက်ထပ်ငွေကြေးဆုံးရှုံးမှုတွေ မဖြစ်ပေါ်စေဖို့ ပရိသတ်တွေ ကွင်းပြည့်ကြည့်ရှုခွင့်ရဖို့ လိုလားနေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ရုပ်သံနဲ့ စပွန်ဆာတွေအပေါ် အဓိကအားထားနေပေမယ့် ကွင်းဝင်ကြေးကလည်း အတိုင်းတာတစ်ခုထိ မက်မောစရာ ရှိနေတာပါ။ ရုပ်သံကနေကြည့်ရှုရမယ့် ပရိသတ် တော်တော်များများကတော့ အရင်လို အသံတုတွေ၊ ပုံရိပ်တွေအစား အသံစစ်စစ်၊ ပုံရိပ်စစ်တွေကို ပြန်လည်ခံစားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ယူရိုပြိုင်ပွဲနဲ့ ကိုပါအမေရိကပြိုင်ပွဲအပြီး နွေရာသီအပြောင်းအရွှေ့ကိုရောက်ချိန်မှာ ကစားသမားခေါ်ယူမှုတွေ၊ ကောလဟာလတွေ၊ ထင်ကြေးပေးမှုနဲ့ ဘောလုံးလောကဟာ သက်ဝင်လှုပ်ရှားလို့နေပါတယ်။ မနှစ်က ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်အခြေအနေကြောင့် အသင်းကြီးတွေ ဘဏ္ဍာရေး ထိခိုက်ခဲ့ပြီး အပြောင်းအရွှေ့များများစားစား မတွေ့မြင်ခဲ့ရပါဘူး။ ဒီနှစ်မှာတော့ အပြောင်းအရွှေ့ဈေးကွက် ပိုမိုလှုပ်ခတ်လာတာကို တွေ့ရမှာပါ။ နွေရာသီဈေးကွက်မှာ အလှုပ်ရှားဆုံးကတော့ PSG အသင်းဖြစ်ပြီး ဟာကီမီ၊ ရာမို့စ်၊ ဒွန်နာရမ်မာနဲ့ ဝိုင်နယ်ဒမ်တို့ကို ခေါ်ယူအားဖြည့်ထားတာဖြစ်ပြီး မန်ယူကွင်းလယ်ကစားသမား ပေါ့ဘာကို ခေါ်ယူဖို့လည်းသတင်းထွက်ပေါ်နေသလို ဘာကာအသင်းနဲ့ စာချုပ်သက်တမ်းမတိုးခဲ့တဲ့ လီယွန်နယ်မက်ဆီကိုလည်း စာချုပ် ချုပ်ဆိုဖို့ ရေပန်းစားနေတာဖြစ်ပါတယ်။ PSG ဟာ လက်ရှိ အချိန်ထိ ကစားသမား တစ်ယောက်စီကိုမှ လက်လွှတ်ထားခြင်း မရှိသေးပါဘူး။ ဒီဘက်ခေတ်မှာအကောင်းဆုံး ကစားသမားတွေဖြစ်တဲ့ ဘာပေ၊နေမာတို့ကိုပိုင်ဆိုင်ထားတဲ့ PSG အသင်းဟာ ပြီးခဲ့တဲ့ ရာသီက ကျဆုံးမှုတွေကို ကုစားနိုင်ဖို့ အပြောင်းအရွှေ့တွေကို ခပ်သွက်သွက်လှုပ်ရှားနေတယ်လို့ ဆိုရမှာပါ။ ပြီးခဲ့တဲ့ရာသီက နည်းပြတူချယ်ကို ထုတ်ပယ်ခဲ့ပြီး ပိုချက်တီနိုကို ခန့်အပ်ခဲ့ခြင်းက PSG အသင်းကို အင်အား တောင့်တင်းသွားစေလိမ့်မယ်လို့ သုံးသပ်ကြပေမယ့် ပြင်သစ်လီဂူးချန်ပီယံဆုကို လွဲချော်ခဲ့သလို အဓိကပစ်မှတ်ဖြစ်တဲ့ ချန်ပီယံလိဂ်မှာလည်း မျှော်လင့်သလို ဖြစ်မလာခဲ့ပါဘူး။

ဒါကြောင့်လည်း လာမယ့်ရာသီအတွက် စိန်ခေါ်မှုက ပြင်းထန်နေပြီလို့ ဆိုရမှာပါ။ ပိုချက်တီနို အနေဖြင့် ပြင်သစ်လီဂူးချန်ပီယံဆုကို ပြန်လည်ရယူဖို့နဲ့ အဓိကပစ်မှတ်ဖြစ်တဲ့ ချန်ပီယံလိဂ်မှာလည်း အောင်ပွဲခံနိုင်ဖို့ ကြိုးစားရမှာပါ။ ဒါပေမယ့် ရာသီသစ် ပြင်သစ်လီဂူးမစခင် ယှဉ်ပြိုင်ခဲ့တဲ့ ပြင်သစ်စူပါဖလားပွဲမှာတော့ လက်ရှိ ချန်ပီယံ လိုင်လီအသင်းကို အရှုံးပေးလိုက်ရပါတယ်။ အင်အားဘယ်လောက် ကောင်းကောင်း အမှားအယွင်းများခဲ့ရင်တော့ ပြိုင်ဘက်အသင်းတွေက အခွင့်အရေးယူသွားနိုင် တယ်ဆိုတာ ပြီးခဲ့တဲ့ရာသီက မထင်မှတ် ဘဲ ကျရှုံးခဲ့ရတာကို သင်ခန်းစာယူရမှာပါ။

ဒီနှစ်ရာသီ ပြင်သစ်လီဂူးပြိုင်ပွဲ၏ ချန်ပီယံဆုအတွက် ရေပန်းစားမှုကတော့ PSG အသင်းက ထိပ်ဆုံးမှ ရေပန်းစားနေပြီး လက်ရှိချန်ပီယံ လိုင်လီအသင်းကတော့ လိုင်ယွန်၊ မိုနာကိုတို့ရဲ့နောက် စတုတ္ထနေရာမှာ ရှိနေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါက လိုင်လီအသင်းရဲ့ ပြင်ဆင်မှု အားနည်းတာတွေ၊ နည်းပြ အပြောင်းအလဲ ဖြစ်ခဲ့တာကြောင့်လည်း ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ပြင်ဆင်မှုတွေကို နှိုင်းယှဉ်ရင်တော့ PSG အသင်းကို ဘယ်အသင်းမှ မယှဉ်နိုင်ပါဘူး။ အားလုံးထက် ခေါင်းတစ်လုံးသာပြီးသားဖြစ်သလို နောက်ထပ် အားဖြည့်မှုတွေကိုပါ မြင်တွေ့ရဖို့ ရှိနေတာပါ။ PSG အသင်းအတွက် အရေးအကြီးဆုံးကတော့ အသင်းရဲ့စူပါစတား ဘာပေကို စာချုပ်သက်တမ်း တိုးနိုင်ဖို့ပါ။ ဘာပေကို သက်တမ်းတိုးနိုင်ခဲ့ရင် ဒီနှစ်နွေရာသီက PSG ပရိသတ်တွေအတွက် အပေါင်းလက္ခဏာဆောင်တယ်လို့ ဆိုရမှာပါ။

နောက်ထပ် စိတ်ဝင်စားစရာ အချက်ကတော့ အသစ်ခေါ်ယူထားတဲ့ ကစားသမားတွေကို ဘယ်လိုအသုံးပြုမလဲ ဆိုတာပါ။ ဂိုးနေရာတွင် နံပါတ်တစ် ဂိုးသမား ကေလာနာဗက်ကို သုံးမလား၊ ယူရိုအကောင်းဆုံးဆုရှင် ဒွန်နာရမ်မာကို အခွင့်ရေးပေးမလားဆိုတဲ့ အချက်ရယ်၊ ရာမို့စ် ရောက်လာမှုကြောင့် မာကွင်ဟို့စ်၊ ကမ်ဘမ်ပေတို့ အတွဲက ဘယ်သူနေရာပျောက်ဦးမလဲဆိုတာပါ။ ဒီအချက်တွေက အသင်းသားချင်း အားပြိုင်မှုတွေကို မြင်တွေ့ရမှာဖြစ်သလို ပိုချက်တီနို အနေနဲ့လည်း အကောင်းဆုံး ကိုင်တွယ်နိုင်ဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ လက်ရှိ PSG ခေါ်ယူထားတဲ့ ကစားသမားတွေကို ကြည့်ရင် အားလုံးက Serial Winner တွေလို့ ပြောရမှာပါ။ ရီယဲလ်နဲ့ ချန်ပီယံလိဂ်(၄) ကြိမ် လက်ရွေးစင်အသင်းနဲ့ ကမ္ဘာ့ဖလား၊ ယူရိုဖလားတွေ ရယူထားတဲ့ ရာမို့စ်ကို ခေါ်ယူထားသလို ယူရိုချန်ပီယံဖြစ် သလို ပြိုင်ပွဲရဲ့ အကောင်းဆုံးကစားသမား ဖြစ်တဲ့ ဒွန်နာရမ်မာ၊ လီဗာပူးလ်နဲ့အတူ ပရီးမီးယားလိဂ်၊ ချန်ပီယံလိဂ်တွေ ရယူထားတဲ့ ဝိုင်နယ်ဒမ်၊ အင်တာအသင်းနဲ့အတူ စီးရီးအေ ချန်ပီယံဆု ရယူထားတဲ့ ဟာကီမီတို့ကို ခေါ်ယူထားပြီး အသင်းရဲ့ လူစာရင်းမှာ လိုအပ်နေတဲ့ ချန်ပီယံ အသွေးသားမျိုးကို အလုံအလောက် ဖြည့်တင်းပေးနေတာ ဖြစ်တယ်။

ဒ့ါအပြင် အသင်းမှာရှိတဲ့ ကစားသမားတွေဖြစ်တဲ့ ဗာရက်တီ၊ ဒီမာရီယာ၊ ပါရီဒက်တို့ကလည်း နိုင်ငံအသင်းနဲ့အတူ ချန်ပီယံဖြစ်ခဲ့တာကြောင့် အသင်းရဲ့ အနေအထားက ချန်ပီယံဆုတွေနဲ့ နီးစပ်တဲ့အနေအထားကို ရောက်ရှိလာခဲ့ပါတယ်။ PSG အသင်းဟာ ပြီးခဲ့တဲ့ရာသီက ပြည်တွင်းအမှတ်ပေး ချန်ပီယံဆု လွဲချော်မှုနှင့် ချန်ပီယံလိဂ် ကျရှုံးမှုတွေကို ကုစားဖို့ ဒီနှစ်ရာသီမှာတော့ အပြောင်းအရွှေ့ဈေးကွက်ကို ခပ်သွက်သွက် လှုပ်ရှားထားတာကို တွေ့မြင်ခဲ့ရပါတယ်။ ဒါကြောင့် ပြင်တွင်းလိဂ်သာမက ဥရောပကိုပါ စိုးမိုးဖို့ PSG အသင်းရဲ့နည်းပြ ပိုချက်တီနိုအတွက် အသင်းရဲ့ လူ စာရင်းကို ကြို့တင်ပြင်ဆင်ရင်း အောင်မြင်မှုတွေရယူဖို့ ရင်ခုန်စေရဦးမှာ အမှန်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ *လွင်ဦး*

Battleground III အမည်ရ MMA ပြိုင်ပွဲတွင် ထီရယ်လ်ထန်၏ တွဲဆိုင်းပါဝင်

One Championship အဖွဲ့အစည်းက ကြီးမှူးကျင်းပသည့် Battle ground III ပြိုင်ပွဲတွင် မြန်မာ MMA ဖိုက်တာ ထီရယ်လ်ထန်နှင့် ဆောင်မင်ဂျောင် (ကိုရီးယား)တို့ တွဲဆိုင်းပါဝင်လျက်ရှိပြီး ဩဂုတ် ၂၇ ရက်နေ့တွင် စင်္ကာပူနိုင်ငံ၌ ထိုးသတ်သွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

ထိရယ်လ်ထန်သည် ၂၀၁၉ ခုနှစ်တွင် ပရော်ဖက်ရှင်နယ် MMA ကစားသမားအဖြစ်ပြောင်းလဲရပ်တည်ကာ One Championship နဲ့ လက်တွဲခဲ့ပြီး လေးပွဲမြောက် ထိုးသတ်ရမည့်ပွဲ ဖြစ်လာခဲ့သည်။ ၎င်းသည် ယှဉ်ပြိုင်ခဲ့သည့်သုံးပွဲစလုံး ရလဒ်ကောင်းထားပြီး အနိုင်ရထားသည်။

အဓိကတွဲဆိုင်းအဖြစ် မွေထိုင်းဖယ်သာဝိတ်တန်းပွဲစဉ်တွင် ဆစ်သီချိုင်းနှင့်တာဝမ်ချိုင်းတို့ယှဉ်ပြိုင်ထိုးသတ်မည်ဖြစ်သည်။ အခြားတွဲဆိုင်းများအဖြစ် ဒီဂျာဒမ်ရောင်(ထိုင်း)နှင့် ဘန်မာ(တရုတ်)၊ ဒေးဟွမ်ကင် (ကိုရီးယား)နှင့် ရှီဝေ(တရုတ်)၊ ထီရယ်လ်ထန်(မြန်မာ)နှင့်ဆောင်မင်ဂျောင် (ကိုရီးယား)၊ မူရော့ဖ်(မွန်ဂိုလီးယား)နှင့် ဘင်ဂိုလေ(ဘင်္ဂလန်)တို့ ထိုးသတ်မည် ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ *ရဲကြီး*

ဓာတ်ပုံ – onefc.com

စာမျက်နှာ ၁၅ မှ

အတူတူသွားခဲ့တဲ့မင်းသားလေးက မရှိတော့ဘူးပေါ့။ အဲဒီတော့မှ ကလယ်ရာက“ဩော်...ဒါတွေအားလုံးက အိပ်မက်ပါလားနော်။ အမယ်လေး ဒီအိပ်မက်ကလည်း အလွန်ပျော်စရာကောင်းတဲ့ အိပ်မက်ပါလား။ တခြားလူတွေတောင်မှ ဒီလိုအိပ်မက်မျိုး မက်ကြမှာမဟုတ်ဘူး။ ငါလည်း ဒီအိပ်မက်ကို ဘယ်တော့မှ မေ့မှာမဟုတ်ဘူး။ အမြဲတမ်းသတိရနေမဲ့ အိပ်မက်ပါပဲ ” ဆိုပြီး ကလယ်ရာက သူ့အဖေရဲ့ ပခုံးပေါ်ကနေစဉ်းစားပြီး သူက အဖေ့ပခုံးပေါ်မှာမှေးပြီး သူ့လက်ထဲမှာလည်း အရုပ်ကလေးကိုကိုင်ပြီး အိပ်ရာထဲ လိုက်သွားတော့တယ်တဲ့ကွယ်။

ဒီပုံပြင်လေးကတော့ ခရစ်စမတ်နေ့မှာ ကလေးတွေရဲ့ စိတ်ကူးယဉ်နေကြမဲ့ အချိန်လေးကို ဖော်ပြထားတာပေါ့ကွယ်။ ခရစ်စမတ်နေ့မှာ ခရစ်စမတ်ဘိုးဘိုးကြီးက လက်ဆောင်တွေ လာပေးမှာမို့ ကိုယ်လိုချင်တာတွေကိုရေးပြီး ခရစ်စမတ်ဘိုးဘိုးကြီး စန်တာကလော့ဆီကိုစာပို့ပေးကြတယ်။ ပြီးတော့ အဲဒီလက်ဆောင်တွေလာပေးမဲ့ ခရစ်စမတ်ညကို မျှော်နေကြတဲ့ကလေးတွေရဲ့ ပျော်ရွှင်ဖွယ် အိပ်မက်အတွေးလေးပေါ့ကွယ်။ အဲဒီနေ့မှာ ကလေးတွေဟာ အိပ်မက်ထဲက ခရစ်စမတ်ဘိုးဘိုးကြီးကို မျှော်ရင်း အိပ်ပျော်သွားကြတာလည်း မနည်းဘူးပေါ့နော်။ ကလေးတိုလည်း ပျော်ရွှင်ဖွယ်အိပ်မက်များ မက်နိုင်ကြပါစေကွယ်။ *တက္ကသိုလ်မလေးခိုင်*

နိုင်ငံတွင်းသာမက ကမ္ဘာတစ်ဝန်းက ပရိသတ်တွေကိုပါ လွှမ်းမိုးထားတဲ့ ထိပ်တန်း ထိုင်းမင်းသားများ

ပရိသတ်များကြား ရေပန်းစားနေတဲ့ ကိုရီးယားဇာတ်လမ်းတွဲတွေနဲ့ အပြိုင်အဆိုင်နေရာယူလာကြတာတော့ ထိုင်းဇာတ်လမ်းတွဲများပါပဲ။ အာရှပရိသတ်တွေနဲ့ ပိုနီးစပ်တဲ့ ထိုင်းဇာတ်လမ်း တွဲတွေဟာ ပရိသတ်တွေအတွက် အားပေးစရာ တိုးစေခဲ့ပါတယ်။ ဇာတ်လမ်းတွဲတွေ အောင်မြင်မှုရလာတာနဲ့အမျှ ကျော်ကြားမှုတွေနဲ့အတူ ပရိသတ်တွေကို လွှမ်းမိုးထားတဲ့ ထိုင်းအမျိုးသား အနုပညာရှင်များကို ပရိသတ်များအတွက် ဖော်ပြပေးလိုက်ရပါတယ်။

ဓာတ်ပုံ – mydramalist.com

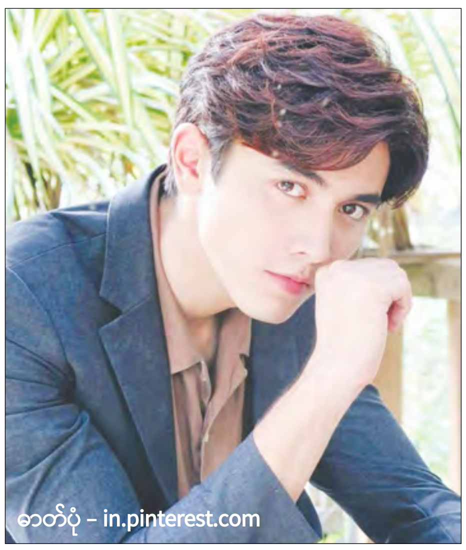
မိုက်ဒီအန်ဂလို

ပထမဆုံးကတော့ မိုက်ဒီအန်ဂလိုပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အသက် ၃၂ နှစ်အရွယ် ထိုင်း–တရုတ် နွယ်ဖွား အနုပညာရှင်တစ်ဦး မိုက်ကို အဆိုတော်အဖြစ် လူသိများခဲ့တာပါ။ အသက် ၁၁ နှစ်အရွယ် ကတည်းက ဂျီဂျူနီယာအဖွဲ့အတွက် လူရွေးပွဲအောင်မြင်ခဲ့သူတစ်ဦး ဖြစ်ပါတယ်။ “Ubatruk Karmko bfah” ဆိုတဲ့ တီဗီ စီးရီးတစ်ခုနဲ့ ၂၀၀၈ ခုနှစ်မှာ ပွဲဦးထွက်လာခဲ့ပြီး နောက်ပိုင်းမှာတော့ ထိုင်းဇာတ်လမ်းတွဲတွေမှာသာမက တရုတ်ဇာတ်လမ်းတွေမှာပါ ပါဝင်ခဲ့ ရသူတစ်ဦးပါ။ သရုပ်ဆောင်အပြင် မော်ဒယ်လုပ်ငန်းတွေပါ လုပ်ကိုင် နေတဲ့ မိုက်ဟာ ဘာသာစကားမှာလည်း ကျွမ်းကျင်သူတစ်ဦးဖြစ်ပြီး ထိုင်း၊ အင်္ဂလိပ်နဲ့ မန်ဒရင်း ဘာသာစကားတွေ ပြောဆိုနိုင်သူတစ်ဦး ဖြစ်ပါတယ်။

ဓာတ်ပုံ – twitter.com

မက်ခ်ပရင်း

ဒုတိယကတော့ မက်ခ်လို့ ပရိသတ်တွေ ချစ်စနိုးခေါ်ကြတဲ့ ပရင်းဆူပရတ်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ထိုင်းရုပ်သံလိုင်း ချန်နယ်သရီးအတွက် မန်နေဂျာအဖြစ် လုပ်ကိုင်နေတုန်းမှာပဲ မက်ခ်ဟာ မင်းသားအဖြစ် ရွေးချယ်ခံခဲ့ရပြီး အနုပညာလမ်းကြောင်းပေါ် စတင်ရောက်ရှိခဲ့တာ ဖြစ်ပါတယ်။ သူရဲ့ အောင်မြင်တဲ့ ဇာတ်လမ်းတွဲဖြစ်တဲ့ Fantasy Couple နဲ့ ပရိသတ်တွေကြား ရေပန်းစားလာခဲ့ပြီး ဒီဇာတ်ကားမှာပဲ ချစ်သူအန်နီနဲ့ စတင်တွေ့ရှိခဲ့တာ ဖြစ်ပါတယ်။ အခုတော့ နှစ်ဦးကြား ရှစ်နှစ်ကြာ ဆက်ဆံရေးကြောင့် အနုပညာမှာသာမက နှလုံးသားရေးရာမှာပါ အောင်မြင်တဲ့ စုံတွဲအဖြစ် ပရိသတ်များ ချစ်ခင်အားပေးနေရသူတစ်ဦး ဖြစ်ပါတယ်။


ဓာတ်ပုံ – in.pinterest.com

ပွန်နဝါ့ရှ်

အသက် ၂၅ နှစ်သာရှိသေးတဲ့ သရုပ်ဆောင်၊ မော်ဒယ်ပွန်ဟာ ပရိသတ်တွေကို လွှမ်းမိုးမှုအရှိဆုံး သရုပ်ဆောင်တွေထဲမှာ နံပါတ်သုံးနေရာမှာ ရပ်တည်နေတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ပွန်ရဲ့ ပန်းနုရောင်နှလုံးသားဆိုတဲ့ ဇာတ်လမ်းတွဲဟာ မြန်မာပရိသတ်တွေနဲ့ မစိမ်းတဲ့ ဇာတ်လမ်းတွဲဖြစ်ပြီး ဒီနောက်မှာ ထွက်ရှိလာတဲ့ Praomook ဇာတ်လမ်းတွဲမှာလည်း တွဲဖက်မင်းသမီး Bua Nalinthip နဲ့ ဟန်ချက်ညီစွာ သရုပ်ဆောင်နိုင်ခဲ့တာကြောင့် ပရိသတ်တွေများစွာနှစ်ခြိုက်ခဲ့ပြီး အောင်မြင်မှုရရှိခဲ့ပါတယ်။ ချောမောခံ့ညားတဲ့ ရုပ်ရည်ကို ပိုင်ဆိုင်ထားတဲ့အပြင် ပိုင်နိုင်တဲ့သရုပ်ဆောင်ချက်တွေကြောင့် ပရိသတ်တွေကို လွှမ်းမိုးထားနိုင်ပြီး လစဉ်ဆက်တိုက် ထိပ်တန်းစာရင်းဝင် မင်းသားတစ်လက်ဖြစ်နေတာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဓာတ်ပုံ – idntimes.com

မစ်ခ်သွန်ဂရာရာ

အနောက်နိုင်ငံသား ဖခင်ဒိန်းလူမျိုး နဲ့ အာရှနွယ်ဖွား မိခင်ထိုင်းလူမျိုးတို့က မွေးဖွားလာတဲ့ မစ်ခ်ဟာ တစ်မူထူးခြားတဲ့ ရုပ်ရည်မျိုးကို ပိုင်ဆိုင်ထားသူပါ။ ၂၀၀၈ ခုနှစ်မှာ Dream Star Search အစီအစဉ် မှာ အကောင်းဆုံးမျက်နှာသစ်မင်းသားဆုရရှိခဲ့ပြီး အနုပညာလောကထဲရောက်ရှိခဲ့ပြီး ထိုင်းချန်နယ်ဆဲဗင်းရဲ့ ပင်တိုင်မင်းသားတစ်လက်ဖြစ်တဲ့မစ်ခ်ဟာဇာတ်ကားရိုက်ကူးမှုတွေအပြင် ထိုင်းကုန်ပစ္စည်းပေါင်းများစွာ ရဲ့ Brand Ambassadar တစ်ဦးလည်း ဖြစ်ပါတယ်။ မစ်ခ်ဟာ ၂၀၂၀ ခုနှစ်မှာ ထွက်ရှိခဲ့တဲ့ အချစ်ဟာသဇာတ်ကား Sapai Import မှာ ပရိသတ်တွေ အတော်လေးအားပေးမှုကို ရရှိခဲ့ပါတယ်။ မစ်ခ်ဟာ မင်းသမီး Bow Maylada နဲ့ ချစ်သူတွေဖြစ်နေကြောင်း ၂၀၂၀ နှစ်ဝက်လောက်မှာ တရားဝင်ပြောကြားခဲ့ပြီး လိုက်ဖက်ပြီး အတွဲတစ်တွဲဖြစ်တာကြောင့် ပရိသတ်တွေ အားပေးခံနေရသူတွေဖြစ်ပါတယ်။

သန္တာ

ပရိတ်သတ်တွေ စိတ်မကောင်းဖြစ်ခဲ့ရတဲ့ ဟန်ဆိုဟီးရဲ့ ဇာတ်ကားသစ်သတင်း

ဓာတ်ပုံ – entertainment.inquirer.net

လတ်တလော ပရိသတ်များကြား စိတ်ဝင်စားမှု မြင့်တက်နေတဲ့ ကိုရီးယား ဇာတ်လမ်းတွဲ Never the less ရဲ့ နာဘီမလေး ဟန်ဆိုဟီးက အသစ်ထွက်ရှိလာမည့် Gent–leman ဇာတ်ကားမှာ သရုပ်ဆောင် Joo Ji Hoon နဲ့ ပါဝင်သရုပ်ဆောင်သွားမည်လို့ ပြီးခဲ့တဲ့ ဇူလိုင်လက အတည်ပြုထုတ်ပြန်ခဲ့တာ ရှိပါတယ်။

ဒီဇာတ်ကားကို ယခုဩဂုတ်လမှာ စတင်ရိုက်ကူးဖို့ လုပ်ထားပေမယ့် အခုတော့ ဆိုဟီးအနေနဲ့ ပါဝင်နိုင်ခြင်း မရှိတော့ပါဘူး။ သူမအနေနဲ့ ပရိသတ်ကြီးကို ဇာတ်ကားသစ်မှာ သူမရဲ့ ပုံစံအသစ်ကို ချပြဖို့ ရည်ရွယ်ထားပေမယ့် ကျန်းမာရေး အခြေအနေကြောင့် အချိန်ပေးပြီး ခဏအနားယူဖို့ လိုအပ်လာတာကို နားလည်ပေးဖို့နဲ့ အကုန်လုံးနဲ့ ပြန်တွေ့ပြီး အရင်လို့အလုပ်တွေပြန်လုပ်နိုင်ဖို့လတ်တလော သူမရဲ့ ကျန်းမာရေးပြန်ကောင်းလာဖို့သာ အာရုံစိုက် ကြိုးစားနေမှာပါ။ အားလုံးကို ကျေးဇူးတင်ပါတယ်”လို့ဆိုဟီးရဲ့ အေဂျင်စီက ထုတ်ပြန်လာခဲ့တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျန်းမာရေးအခြေအနေကြောင့် လက်ရှိအချိန်မှာ သူမဟာပင်ပန်းနွမ်းလျနေပြီး ခဏအနားယူဖို့ လိုအပ်တယ်လို့ သူမရဲ့ medical team က အကြံပြုခဲ့တာ ဖြစ်ပါတယ်။ Gentleman ဇာတ်ကားဟာ လူသတ်မှုတစ်ခုမှာ တရားမျှတမှုရရှိဖို့ စုံစမ်းစစ်ဆေးနေစဉ်မှာပဲ ထောင်ချခံခဲ့ရတဲ့ ပုဂ္ဂလိကစုံထောက်တစ်ယောက်အကြောင်း ရိုက်ကူးသွားမှာဖြစ်ပြီး ဆိုဟီးကတော့ ဒီဇာတ်ကားမှာ ရှေ့နေမလေး ကင်မ်ဟွာဂျင်အဖြစ် သရုပ်ဆောင်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အခုတော့ သူမအနေနဲ့ ဒီကွဲပြားတဲ့ ဇာတ်ရုပ်ကို သရုပ်ဆောင်ဖို့ အခွင့်အရေးကို ကျန်းမာရေးအခြေအနေကြောင့် လက်လွှတ်ဆုံးရှုံးလိုက်ရပြီး ဆိုဟီးပါဝင်လာဖို့ စောင့်မျှော်နေတဲ့ ပရိသတ်တွေများစွာ စိတ်မကောင်း ဖြစ်ခဲ့ရပါတယ်။

သန္တာ

လာမည့် Fast and Furious တွေမှာ ဒွိန်းဂျွန်ဆင် ပါဝင်တော့မည်မဟုတ်

ဓာတ်ပုံ – hindustantimes.com

Fast and Furious ဇာတ်လမ်းတွေရဲ့ ထုတ်လုပ်သူ Hiram Garcia က လာမည့် Fast & Furious 10 or Fast & Furious 11 ဇာတ်လမ်းတွေမှာ ဂျွန်ဆင် ပါဝင်တော့မှာ မဟုတ်ဘူးလို့ Collider ကို အတည်ပြုပြောကြားခဲ့ပါတယ်။

ကြေးစားနပန်းသမားဟောင်း တစ်ဦးဘဝကနေ အောင်မြင်တဲ့ အက်ရှင်မင်းသားတစ်လက်ဖြစ်လာပြီး The Rock လို့ လူသိများတဲ့ DJ ဟာ Fast Series မှာ Fast & Furious 5 နဲ့ စတင်ပွဲဦးထွက်လာခဲ့ပြီး ပရိသတ်တွေရဲ့ တစ်ခဲနက်အားပေးမှုကို ရရှိခဲ့ပါတယ်။ ဒီနောက်မှာတော့ ဆက်တိုက်ဆိုသလို Fast 8 အထိပြောင်မြောက်တဲ့သရုပ်ဆောင်ချက်တွေနဲ့ ပါဝင်ခဲ့ပေမယ့် အခုတော့ Fast Series ကို နှုတ်ဆက်ပြီး Hobbs & Shaw မှာပဲ ကိုယ်ပိုင်ဇာတ်ကောင်တစ်ခုကို ထုဆစ်ဖို့ ဆုံးဖြတ်ခဲ့တာ ဖြစ်ပါတယ်။

သန္တာ

နွားငယ်များ အသက်ရက်သားမှ တစ်လအတွင်း ဖြစ်ပွားသောရောဂါနှင့် ကာကွယ်မှု

နွားကလေးများ အသက်ရက်သားမှ တစ်လအတွင်း ဖြစ်ပွားတတ်သောရောဂါမှာ ဝမ်းလျှောရောဂါဖြစ်သည်။ ဝမ်းလျှောရောဂါဖြစ်ပွားပါက နွားငယ်လေးများ အသက်ဆုံးရှုံးရသည်အထိ ဖြစ်တတ်သောကြောင့် မွေးမြူသူတို့၏စီးပွားရေးအတွက် အရေးကြီး၍ ကာကွယ်ကုသသင့်သော ရောဂါတစ်မျိုးဖြစ်သည်။ မွေးဖွားလာသော နွားကလေးများ၏ကိုယ်ခံအင်အား နည်းပါးခြင်း၊ နွားလေးများ၏ ကိုယ်ခန္ဓာအတွင်း ရောဂါပိုးများခြင်းတို့ကြောင့် ဖြစ်တတ်သည်။

နွားငယ်လေး၏ အစာခြေလမ်းကြောင်းတစ်လျှောက်အတွင်း အီကိုလိုင်နှင့် ဆယ်လ်မိုနဲလား ရောဂါပိုးများ တည်ရှိနေမှုမှ ၎င်းပိုးများ၏ အဆိပ်ရည် ထုတ်လုပ်မှုကြောင့် နွားငယ်၏အစာအိမ်နံရံရှိ ဆဲလ်များတွင် ဆိုဒီယမ်ကလိုရိုက်နှင့် ပိုတက်ဆီယမ်ကလိုရိုက် ဓာတ်ဆားများ ထွက်ရှိလာသည်။ ထိုမှတစ်ဆင့် နွားငယ်လေးများအား ဝမ်းလျှောရောဂါဖြစ်ပွားနိုင်ပါသည်။ ရောဂါဖြစ်ပွားနိုင်သော နောက်ထပ်အကြောင်းရင်းတစ်ချက်မှာ မိခင်နွားမကြီးထံမှ အရည်အသွေးညံ့သည့် ကိုယ်ခံအင်အား အနည်းငယ်သာပါရှိသော နို့ဦးရည်အား လုံလောက်စွာ မသောက်သုံးရဘဲ အကန့်အသတ်ဖြင့် သောက်သုံးရသောကြောင့် ကိုယ်ခံအင်အားနည်းပါး၍ နွားငယ်လေးများ ဝမ်းလျှောရောဂါဖြစ်ရပါသည်။ နွားမဒန်းမှ ပထမဦးဆုံးမွေးဖွားလာသော နွားငယ်လေးများတွင် အများဆုံးဖြစ်တတ်ပါသည်။ ထို့ပြင် သန့်ရှင်းမှုလိုအပ်သော နေရာထိုင်ခင်းများကြောင့် ရောဂါပိုးပေါက်ပွားစေပြီး ဤရောဂါဖြစ်နိုင်ပါသည်။

ရောဂါလက္ခဏာများ

ရောဂါသဏ္ဍာန်လက္ခဏာများမှာ နွားငယ်လေးများ ဝမ်းသွားမှုကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်အရေပြား တင်းမာလာခြင်း၊ မျက်လုံးများ ချိုင့်ဝင်နေခြင်း၊ အသက်ရှူမှု မြန်လာ၍ အစာအိမ်လေဖောင်းနေခြင်း၊ ချက်တိုင်ရောင်ရမ်းခြင်း၊ မှောက်၍လဲနေခြင်းများ တွေ့ရမည်ဖြစ်သည်။ နောက်ဆုံးတွင် နွားငယ်၏ ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း ရေဓာတ်ခန်းခြောက်၍ သေဆုံးတတ်ပါသည်။

ကာကွယ်မှု

ရောဂါမဖြစ်စေရန် ကာကွယ်မှုအနေဖြင့် နွားကလေးမွေးမြူမည့် နေရာအား သန့်ရှင်းခြောက်သွေ့စေရန် ပြုလုပ်ပေးထားရမည်။ နွားကလေးမွေးပြီးပါက နွားကလေးနှင့် နွားမကြီးကို သန့်ရှင်းခြောက်သွေ့သည့်နေရာသို့ပြောင်းရွှေ့ပေးရမည်။ ရောဂါဖြစ်ပွားနေသည့် နွားကလေး အသုံးပြုသည့် အသုံးအဆောင်ပစ္စည်းများအား အသုံးပြုပြီးတိုင်း သန့်ရှင်းရေးပြုလုပ်ပေးရမည်။ နွားငယ်လေးအား အခြားနွားများနှင့် ခွဲခြားထားရမည်။ နွားကလေးအား ပြုစုသည့် ပိုင်ရှင်သည် လက်များကို သေချာစွာ သန့်စင်ဆေးကြောခြင်း၊ နွားကလေး၏ချက်တိုင်အား ပိုးသတ်ဆေးရည်တွင် နှစ်ပေးခြင်းတို့အပြင် နွားငယ်လေး သောက်သုံးရသည့် နို့ဦးရည်၏ အရည်အသွေးနှင့် ပမာဏကို ဂရုစိုက်စစ်ဆေးပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

ဓာတ်ပုံ – feednavigator.com

ကုသပေးမှု

ရောဂါဖြစ်ပွားသော နွားငယ်လေးအား ကုသမှုအနေဖြင့် ဆိုဒီယမ်ကာဘိုနိတ်အရည်၊ ဒက်စ်တို့အရည်၊ ဓာတ်ဆားရည်နှင့် သွေးရည်ကြည် စသည်တို့ကို နွားငယ်၏ အကြောတွင်းသို့သွင်း၍ ကုသပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

သို့ပါ၍ အသက် ရက်သားမှ တစ်လအတွင်းရှိ နွားကလေးများအား အသက်ငယ်ရွယ်စဉ်တွင် သေကြေပျက်စီး ဆုံးရှုံးမှုမဖြစ်စေရန်နှင့် ဝမ်းလျှောရောဂါဖြစ်ပါက သိရှိကာကွယ်နိုင်ရန် ရေးသားဖော်ပြအပ်ပါသည်။ *နေဝင်းလွင်(မွေး/ကု)*

ဝက်မများတွင် ဖြစ်ပေါ်တတ်သော နို့ခန်းရောဂါ ဂရုပြုပါ

ဓာတ်ပုံ – thefarmermedia.com

ဝက်မွေးမြူလုပ်ငန်းတွင် မျိုးပွားရန်နှင့် အသားတိုးရန် အဓိကမွေးမြူကြသည်။ မျိုးပွားရန်မွေးမြူရာတွင် ဝက်ငယ် များ၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ဝက်များ၊ နို့ပေးကာလဝက်များအား ဂရုစိုက်မွေးမြူရန် လိုအပ်ပြီး အာဟာရပြည့်ဝသည့် သင့်တော်သော အစာများကို ကျွေးမွေးရန်လည်း လိုအပ်သည်။ ထို့အတူ အသားတိုးဝက်များကိုလည်း ဈေးနှုန်းသက်သာစွာ ရရှိသော ပစ္စည်းများကို ပြန်လည်ပြုပြင်ကျွေးမွေးနိုင်ပါက အကျိုးအမြတ် ရရှိနိုင်သည့် မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းဖြစ်သည်။

မျိုးပွားရန်အတွက် မွေးမြူရာတွင် နို့ပေးကာလဝက်မကြီးများ၌ ဖြစ်ပွားတတ်သော နို့ခန်းရောဂါသည် ဂရုပြုသင့်သော ရောဂါဖြစ်သည်။ နို့ခန်းရောဂါဖြစ်လျှင် ဝက်ငယ်များအား နို့မတိုက်တော့ခြင်း၊ ဝက်မကြီးသည် မှောက်လျက်အိပ်ပြီး နို့သီးများကို ဖုံးထားတတ်ခြင်း၊ အစာမစားခြင်း စသည့် လက္ခဏာများကို တွေ့ရသည်။ ထို့ပြင် ဝက်မကြီးမှာ ကိုယ်ပူခြင်း၊ မအီမသာဖြစ်နေခြင်း၊ နို့အုံတင်းနေ၍ နို့သီးခေါင်းများ ပျော့နေခြင်း၊ နို့ကို ညှစ်ကြည့်လျှင် အရည်အနည်းငယ်ထွက်ခြင်းတို့ကို တွေ့နိုင်သည်။

ဤရောဂါဖြစ်ရခြင်းမှာ အကြောင်းမျိုးမျိုးရှိသည်။ သားမွေးပြီးစ ဝက်မများ ရေချိုးရေစိမ်များခြင်းနှင့် ရာသီဥတု ပူပြင်းမှုတို့ကြောင့် နို့ခန်းရောဂါဖြစ်တတ်ပါသည်။ နို့ခန်းခြင်း၊ နို့မတိုက်ခြင်းဆိုသည်မှာ ဝက်မကြီးများသားမွေးပြီး နှစ်ရက်၊ သုံးရက်ခန့်တွင် ဖြစ်ပွားတတ်သော ရောဂါဖြစ်ပါသည်။ ဝက်မကြီးများ ကိုယ်ဝန်ဆောင်နေစဉ် အာဟာရပြည့်စုံအောင် အစာမစားရခြင်း၊ နို့အုံရောင်ရောဂါ၊ သားအိမ်ရောဂါများရှိခြင်း၊ ရာသီဥတု ပူလွန်းခြင်း၊ အေးလွန်းခြင်း စသည့်အခါများတွင် ဖြစ်ပွားတတ်ပါသည်။

ထိုသို့ ဝက်မများ နို့ခန်းရောဂါဖြစ်၍ ဝက်ကလေးများအား နို့မတိုက်နိုင်ပါက ဝက်မွေးမြူသူများအနေဖြင့် စီးပွားရေးအရ နစ်နာမှုများရှိနိုင်သည်။ သို့ပါ၍ ဝက်မများကိုယ်ဝန်ဆောင်နေစဉ်တွင် အာဟာရပြည့်ဝသော အစားအစာကို ဂရုစိုက်ကျွေးမွေးရမည်။ မွေးခါနီးတွင် အစာပြောင်းလဲကျွေးမွေးခြင်း မပြုလုပ်သင့်ပါ။ မမွေးခင် နှစ်ရက်၊ သုံးရက်အလိုတွင် ဝက်မများအား တက်ထရာဆိုင်ကလင်းဆေး ကျွေးထားပါက နို့အုံရောင်ရောဂါကို ကာကွယ်နိုင်သည်။ နို့အုံများ တင်း၍ နို့ရှိသော နို့ခန်းဝက်မများအား တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆရာဝန်နှင့် တိုင်ပင်၍ ဆေးကုသပေးသင့်ပြီး ဂရုစိုက်သင့်ကြောင်း တင်ပြအပ်ပါသည်။ *လွင်ကိုလတ်*

ဘဲမွေးမြူရာတွင် ဥနှုန်းကောင်းပါက အကျိုးအမြတ်များနိုင်

ဘဲမွေးမြူခြင်းလုပ်ငန်းသည် ရာသီဥတုအလိုက် ဥနှုန်းကောင်းခြင်း၊ ဥနှုန်းကျခြင်းများရှိတတ်ပြီး အကျိုးအမြတ်ကွာခြားလေ့ရှိရာ ယခုနှစ်တွင် ဥနှုန်းကောင်းမွန်လာသည့်အတွက် အဆင်ပြေကြောင်း မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ အမရပူရမြို့နယ်အတွင်းရှိ ဘဲမွေးမြူသူ တောင်သူတစ်ဦးထံမှ သိရသည်။ ပြီးခဲ့သည့် လများအတွင်း ဘဲဥတစ်လုံးလျှင် သွင်းဈေး ၁၃၅ ကျပ်မှ ၁၅၀ ခန့်အထိ ရှိသည့်အတွက် ဘဲမွေးသူများ တွက်ခြေကိုက်လျက်ရှိသည်။

ဘဲမွေးမြူခြင်းလုပ်ငန်းသည် မြစ်ချောင်းဘေး၊ လယ်ကွက်ဘေး၊ အင်းအိုင်ဘေးတို့တွင် တစ်နိုင်တစ်ပိုင် မွေးမြူကြသည့် လုပ်ငန်းဖြစ်သည်။ ဘဲသားပေါက်တစ်ကောင်လျှင် ငွေကျပ် ၇၀၀ မှ ၁၀၀၀ ကျပ်အထိ ပေးရသည်။ ဥစားရန်အတွက် မွေးမြူသူများသည် ဘဲမများကိုသာ ရွေးချယ်မွေးမြူကြသည်။ ဘဲပေါက်မှ ဘဲဥချိန်ရောက်သည်အထိ ဘဲတစ်ကောင်၏ မွေးမြူစရိတ်မှာ ငွေကျပ် ၇၀၀ မှ ငွေကျပ် ၁၀၀၀၀ ဝန်းကျင်ခန့်အထိရှိသည်။ ဥနှုန်းကောင်းစေရန် ဘဲများကို အစာနှင့်ဆေး ရောစပ်၍ ကျွေးရန် လိုအပ်သည်။ ဘဲသားပေါက်များကို စနစ်တကျ ဂရုစိုက်မွေးရန်လိုအပ်ပြီး ဘဲပေါက် သုံးရက်သားမှစ၍ ဆေးများ တိုက်ကျွေးပေးရမည်။ ဘဲစာအဖြစ် ဆန်ကွဲ၊ ပုစွန်၊ ဖွဲနုတို့ကို ကျွေးနိုင်သည်။ ဘဲမျိုး ၄၅ ရက်သားအရွယ်တွင် အစာလွတ်စေရန် အစာပေါများသည့်နေရာများသို့ ရွှေ့ပြောင်းမွေးလေ့ရှိသည်။ ဘဲအကြီးများ ဥနှုန်းကျချိန်တွင် ဘဲသားပေါက်များကို မွေးမြူကြသည်။ “ဘဲကို တစ်နိုင်တစ်ပိုင်မွေးမယ်ဆိုရင် အနည်းဆုံး ဘဲကောင်ရေ ၁၈၀၀ ခန့် မွေးမြူသင့်ပါတယ်”ဟု မန္တလေးမြို့၊ အမရပူရမြို့နယ်အတွင်းရှိ ချောင်းများ၊ အင်းများ၊ လယ်ကွက်များတွင် မွေးမြူထားသော တောင်သူဦးအေးက ပြောပြသည်။

စိုးဦး

ဓာတ်ပုံ – istockphoto.com

ကျေးလက်မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးနှင့် တောင်သူတို့၏ လိုအပ်ချက်များ

ဒေါက်တာနေဝင်း

ဓာတ်ပုံ – CDC.com

ကျေးလက်ဒေသနေ တစ်နိုင်တစ်ပိုင်မွေးမြူသူ လယ်သမားများသည် လယ်ယာလုပ်ငန်းခွင် အားလပ်ချိန်တွင် ကြက်၊ ဝက်၊ သိုး၊ ဆိတ် စသည့် မွေးမြူရေးတိရစ္ဆာန်ငယ်များကို မွေးမြူခြင်းဖြင့် မိသားစုစားဝတ်နေရေး အဆင်ပြေစေရန် လုပ်ကိုင်ကြပါသည်။ ထိုသို့ လယ်သမားတောင်သူတို့ မွေးမြူရေးလုပ်ငန်း လုပ်ကိုင်ရာတွင် လုပ်ငန်းဆိုင်ရာ ကန့်သတ်ချက်များကိုလည်း ကြုံတွေ့ရလျက်ရှိသည်။ ထိုကန့်သတ်ချက်များမှာ မြေယာပိုင်ဆိုင်မှု အခက်အခဲကြောင့် ၎င်းတို့မွေးမြူသည့် တိရစ္ဆာန်များ လွှတ်ကျောင်းရာနေရာများ မကြာခဏ ပြောင်းလဲရခြင်း၊ ခိုင်မာသော ဈေးကွက်မရှိ၍ ထွက်ကုန်များအား ဈေးနှုန်းလျော့နည်းစွာ ရောင်းချရခြင်း၊ မွေးမြူရေးဆိုင်ရာ နည်းပညာနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုအားနည်းခြင်း စသည်တို့ဖြစ်သည်။

ထို့ပြင် ၎င်းတို့မွေးမြူထားသည့် တိရစ္ဆာန်များတွင် ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုကြောင့်လည်းကောင်း၊ နေရာဒေသအလိုက် တိရစ္ဆာန်ကူးစက်ရောဂါများ ကျရောက်ခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း၊ လူမှုစီးပွားဆိုင်ရာ နောက်ဆက်တွဲ ကြုံတွေ့ရသော တိရစ္ဆာန်နှင့် တိရစ္ဆာန်ထွက်ပစ္စည်းများအား ရောင်းချမှုနှင့် သယ်ယူပို့ဆောင်မှုကို ကန့်သတ်ခံရခြင်း၊ ရောဂါထိန်းချုပ်ခြင်းဆိုင်ရာ အစီအမံများကြောင့် တိရစ္ဆာန်များအား သုတ်သင်သတ်ဖြတ်ရခြင်းနှင့် ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံခြင်းများကြောင့် ငွေကုန်ကြေးကျများခြင်းများ ကြုံတွေ့ကြရသည်။

ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုဒဏ်ကို တိရစ္ဆာန်များ ခံစားကြရသည်။ အပူချိန်မြင့်တက်လာမှုများ၊ မိုးသည်းထန်စွာ ရွာသွန်းမှုများ၊ ရေကြီးမှုများကြောင့် ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အဏုဇီဝပိုးများနှင့် ၎င်းတို့အား သယ်ဆောင်နိုင်သည့် ပိုးမွှားများ ပွားများလာကာ ရောဂါဖြစ်ပွားမှုများ မြန်ဆန်လွယ်ကူလာပါသည်။ ပတ်ဝန်းကျင်အပူချိန် တစ်ဒီဂရီဆဲလ်စီးယပ်စ်မြင့်တက်လာတိုင်း ယင်းနေရာ၏လတ္တီတွဒ် ၉၀ ကီလိုမီတာ အကျယ်အဝန်းအတွင်းနှင့် အမြင့်မီတာ ၁၅၀ အတွင်း ပိုးမွှားများပေါက်ဖွားမှု၊ ရောဂါသယ်ဆောင်မှုနှင့် ရောဂါပျံ့နှံ့မှုတို့ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် တိရစ္ဆာန်ရောဂါကာကွယ်ရေးနှင့် ကုသရေးများအတွက် ရောဂါစူးစမ်းထောက်လှမ်းခြင်း၊ တိရစ္ဆာန်မွေးမြူရေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအတွက် သုတေသနလုပ်ငန်းများနှင့် အခြားဆက်စပ်လုပ်ငန်းများကို ဆောင်ရွက်ရမည်ဖြစ်သည်။

ကျေးလက်ဒေသ တစ်နိုင်တစ်ပိုင်မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းများ စဉ်ဆက်မပြတ်ရှင်သန်စေရန်အတွက် မွေးမြူရေးဆိုင်ရာအရင်းအနှီးများထောက်ပံ့ကူညီခြင်းနှင့် တိရစ္ဆာန်ထွက်ပစ္စည်း ထုတ်လုပ်မှုလုပ်ငန်းအတွက် ဈေးကွက်တည်ငြိမ်ရေးဆောင်ရွက်မှုများကို အစိုးရ (သို့) အစိုးရမဟုတ်သည့် အဖွဲ့အစည်းများမှ ငွေကြေးဆိုင်ရာ ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုများကို ပြုလုပ်ပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

ယနေ့ ကျေးလက်ဒေသ တစ်နိုင်တစ်ပိုင်မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းများမှ အသားကဏ္ဍထုတ်လုပ်မှု၏ ၈၀ ရာခိုင်နှုန်းကို အထောက်အကူပြုလျက်ရှိသည့်အတွက် နောင်တွင် တိုးပွားလာမည့် လူဦးရေအတွက်လည်းကောင်း၊ အာဟာရပြည့်ဝသည့် စားနပ်ရိက္ခာထုတ်လုပ်နိုင်မှုကိုလည်းကောင်း ပံ့ပိုးမှုများ လိုအပ်လျက်ရှိနေပြီဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ကျေးလက်ဒေသရှိမွေးမြူသူ လယ်သမားများ၏ လိုအပ်ချက်များဖြစ်သော သွင်းအားစုအထောက်အပံ့များ ရရှိရေး၊ ယုံကြည်စိတ်ချရသော ဈေးကွက်ငွေကြေးဆိုင်ရာအထောက်အပံ့များ ရရှိရေးနှင့် တန်ဖိုးမြင့်ထုတ်ကုန်များ ထုတ်လုပ်နိုင်ရေး အခွင့်အလမ်းများရရှိရန် လိုအပ်ပါကြောင်း ရေးသားတင်ပြလိုက်ရပါသည်။

ဒေါက်တာနေဝင်း

ငါးရစ်ငါးသန် ဘေးမဲ့ချန် ပုံမှန်စားသုံး မျိုးမသုဉ်း

ဓာတ်ပုံ – mdn.gov.mm

မိုးဖြိုင်ဖြိုင်ရွာသွန်းသည့် ဇွန်၊ ဇူလိုင်လများတွင် မြစ်ချောင်း၊ အင်းအိုင် အနှံ့အပြားတွင် မျိုးရည်ပြည့်ဝသည့် ငါးထီးကြီးများနှင့် မျိုးဥပြည့်ဝသည့် ငါးမကြီးများသည် ငါးရစ်တက်ကြပါသည်။ မျိုးများပေါက်ဖွားနိုင်သော နေရာများတွင် ငါးမကြီးများသည် ဥချပေါက်ဖွားလေ့ရှိကြပါသည်။ လယ်ယာကိုင်းကျွန်းမြေများသည် မိုးရွာသွန်းမှုများလျှင် ရေလွှမ်းပြီး မြေဆီမြေနှစ်မှရရှိသော သဘာဝမြေသြဇာဓာတ်များ ပြည့်ဝသည့်မြေများမှာ ငါးများအတွက် စားသုံးရန် စားကျက်ကောင်းများ ဖြစ်ကြသည်။ ထိုသို့သောနေရာများတွင် ရေချိုငါးမျိုးများသည် ဥချပေါက်ဖွားလေ့ရှိသည်။

ငါးရစ်ငါးသန်အချိန်တွင် ငါးမကြီးတစ်ကောင်သည် မျိုးဥပေါင်းထောင်သောင်းချီပြီး မျိုးဥချနိုင်သည်။ ငါးမြစ်ချင်း၊ ငါးကြင်းဖြူနှင့် ငါးသိုင်းခေါင်းပွစသော ရေချိုငါးများသည် ရေလျှံကွင်းငါးနေငါးထိုင်တောများတွင် နေထိုင်လေ့ရှိကြသည်။ ငါးရံ့များမှာမူ ချောင်းငယ်၊ မြောင်းငယ်များ၏ ကမ်းစပ် မြက်တော၊ ကိုင်းတောများတွင် နေထိုင်ကျက်စားပေါက်ဖွားကြသည်။

ငါးများ ငါးရစ်တက်ချိန်၊ မျိုးပေါက်ပွားသောအချိန်သည် ဖမ်းဆီးရအလွယ်ကူဆုံးအချိန်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ရေလုပ်သားများသည် ငါးဖမ်းနည်းအမျိုးမျိုးဖြင့် ဖမ်းဆီးကြသည်။ ထိုသို့ ငါးရစ်ငါးများကို ဖမ်းဆီးလိုက်ပါက ပေါက်ဖွားလာမည့် သန်းပေါင်းများစွာသော ငါးသားပေါက်များ သေကြေပျက်စီးနိုင်သည်။ ထိုသို့ ငါးပေါင်းများစွာ သေကြေပါက နိုင်ငံအတွင်း ငါးရိက္ခာဖူလုံစွာ စားသုံးနိုင်ရေးကို ထိခိုက်နိုင်ပြီး ငါးမျိုးများ ပြုန်းတီးနိုင်ပါသည်။ သို့ပါ၍ ငါးရစ်ငါးသန် ပေါက်ဖွားသော ရာသီဖြစ်သည့် ဇွန်လမှ ဩဂုတ်လအထိ ငါးမဖမ်းရကာလအဖြစ် ငါးလုပ်ငန်းဦးစီးဌာနက သတ်မှတ်ထားပါသည်။

ထို့ပြင် "ဥနှင့်ငါးကိုပွားစေလို ငါးရစ်ဆို မဖမ်းနဲ့"၊ "ငါးရစ်ငါးသန် ဘေးမဲ့ချန်၊ ပုံမှန်စားသုံး မျိုးမသုဉ်း"၊ "ငါးရစ်တစ်ကောင် သုံးလရှောင်၊ ထောင်သောင်းတိုးပွား ရေရှည်စား" စသည့် ဆောင်ပုဒ်များဖြင့်လည်း ပြည်သူများ သိရှိစေရန် ပညာပေးဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည်။

ငါးရစ်တက်ချိန်နှင့် ငါးသားပေါက်လေ့ရှိသော မိုးရာသီတွင် ငါးရစ်ငါးများ လွတ်လပ်စွာ ဥချသားပေါက်နိုင်ရေးနှင့် နနယ်သောငါးသားပေါက်များ ဆက်လက်ရှင်သန်ကြီးထွားနိုင်ရေးအတွက် ငါးရစ်ငါးများနှင့် ငါးသားပေါက်များကို ဖမ်းဆီးခြင်းမပြုဘဲ ဘေးမဲ့လွှတ်ပေးသင့်သည်။ သို့ပါ၍ ရေလုပ်သားများ၊ ငါးဖမ်းသူများအနေဖြင့် မိမိတို့၏ အသိစိတ်တွင် ငါးမျိုးများ မပျက်သုဉ်းသွားစေရေး၊ ငါးများ မရှားပါးစေရေးအတွက် စောင့်ထိန်းဆောင်ရွက်ကြရမည်။ ထို့ကြောင့် နိုင်ငံ၏ လူဦးရေအတွက် ငါးရိက္ခာပြုန်းတီးမှုကို အမျိုးသားရေးတာဝန်အဖြစ် ဆင်ခြင်သင့်ပါကြောင်းနှင့် ဥပါသောငါးများ ဖမ်းဆီးခြင်းအား ရှောင်ကြဉ်သင့်ပါကြောင်း သတိပေးနှိုးဆော်လိုက်ရပါသည်။

ဦးငယ်

ဒို့ ကျေး ရွာ ဟာ သ

ကရုဏာအလင်းတန်း

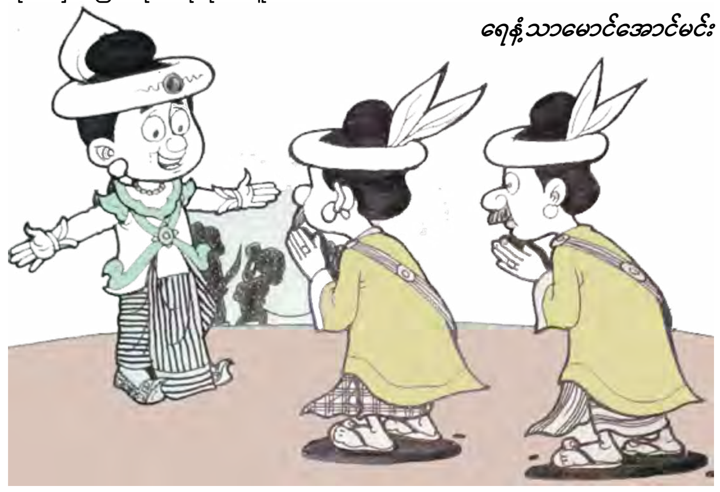
တစ်ခါတုန်းက ရှင်ဘုရင်တစ်ပါးဟာ ဆိုးသွမ်းလွန်းတဲ့ ရာဇဝတ်သားတစ်ဦးကို သေဒဏ်အမိန့်တော် ချမှတ်လိုက်တော့ ရာဇဝတ်သားက သူ့ကို ဆဲရေးတိုင်ထွာရင်း အစောင့်အကြပ် ရဲမက်တွေခေါ်ဆောင်ရာသို့ ပါသွားသတဲ့။

မကြားမိလိုက်တဲ့ ဘုရင်မင်းမြတ်က အနားမှ အမတ်ကြီးတစ်ဦးကို "သူဘာတွေ ပြောဆိုရေရွတ်သွားတာလဲ"လို့ မေးတဲ့အခါ အမတ်ကြီးက

"ဘုရင်မင်းမြတ်တို့မည်သည် နှိုင်းနှိုင်းချင့်ချိန် စဉ်းစားတော်မူနိုင်သည့်အားလျော်စွာ ပြစ်ဒဏ်အပေါ် လျော့ပေါ့ပြင်ဆင်လေ့ရှိကြောင်း ပြောသွားတာပါဘုရား" လို့ ပြန်လည်လျှောက်တင်လိုက်သတဲ့။

ဒီအခါ အဲဒီအမတ်ကြီးနဲ့ မသင့်မြတ်တဲ့ အခြားအမတ်ကြီးတစ်ဦးက "သူက ညာပြီးလျှောက်တင်တာဖြစ်တယ်။ အမှန်က ရာဇဝတ်သားက ဘုရင်မင်းမြတ်ကို ဆဲရေးတိုင်းထွာသွားကြောင်းပါ"လို့ ဝင်လျှောက်ပါရော။ ဒီတော့ ဘုရင်မင်းမြတ်က "ငါကိုယ်တော်ရှင်မြတ် အမိန့်မှတ်မယ်၊ ရာဇဝတ်သားကို သေဒဏ်မှ ပလပ်ပြီး တစ်သက်တစ်ကျွန်းချစေ။ အဘယ်သို့နည်းတူ ပထမတင်လျှောက်တဲ့အမတ်ကြီးရဲ့စကားဟာ အမှားဖြစ်သော်လည်း သူ့ရင်ထဲက ကရုဏာအလင်းတန်းကို ငါကိုယ်တိုင် လှမ်းမြင်လိုက်ရလို့ပဲ"ဟူသတဲ့။

ရေနံ့သာမောင်အောင်မင်း



ဖိလစ်ပိုင်တွင် အာဟာရဖြည့် ရွှေစပါး တရားဝင်စိုက်ပျိုးခွင့်ပြု

ဓာတ်ပုံ -mb.com.ph

အာဏာပိုင်များက ခွင့်ပြုပေးလိုက်ပြီဖြစ်သဖြင့် ဖိလစ်ပိုင်နိုင်ငံရှိ လယ်သမားများသည် ကမ္ဘာပေါ်တွင် ပထမဆုံး ရွှေစပါးစိုက်ပျိုးခွင့်ရမည့်သူများ ဖြစ်လာကြတော့မည်။ ၎င်းရွှေစပါးသည် ကလေးငယ်များ အာဟာရချို့တဲ့မှုကို လျှော့ချပေးနိုင်ပြီး အာဟာရဓာတ်များစွာ ကြွယ်ဝသည်။

ရွှေစပါးကို ဖိလစ်ပိုင် ဆန်စပါးသုတေသနအင်စတီကျူ့က နိုင်ငံတကာ ဆန်စပါး သုတေသန အင်စတီကျူ့နှင့် ပူးပေါင်းဖန်တီးထားပြီး ၎င်းတွင် ဗီတာမင်အေအဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲပေးနိုင်သည့် ဘီတာ-ကာရိုတန်းန်နီ အဆင့်များ ပါဝင်သည်။ ရွှေစပါးတစ်ခွက်သည် အသက်ခြောက်လမှ ငါးနှစ်အရွယ် ကလေးများအတွက် အလွန်အရေးပါသည့် ဗီတာမင်အေ ၄၀ ရာခိုင်နှုန်းခန့်ကို ပေးစွမ်းနိုင်သည်။

ဖိလစ်ပိုင်နိုင်ငံရှိ နွမ်းပါးသောပြည်သူအချို့တွင် ကလေးငါးဦးလျှင် တစ်ဦးနှုန်းခန့် ကမ္ဘာတစ်ဝန်း ခန့်မှန်းခြေ ကလေးငယ်ပေါင်း သန်း ၁၉၀ ခန့်ကို ထိခိုက်စေသည့် ဗီတာမင် အေချို့တဲ့မှု (VAD)ကို ခံစားနေရပြီး ဗီတာမင်အေချို့တဲ့မှုကြောင့် ကလေးငယ်များ မျက်စိကွယ်နိုင်ပြီး ကိုယ်ခံစွမ်းအားကို အားနည်းစေသည်။

ယခု မှတ်တိုင်သစ်သည် အာဟာရချို့တဲ့မှုနှင့် ဆက်စပ်ကျန်းမာရေးပြဿနာများကို လုံခြုံဘေးကင်း၍ ရေရှည်ကောင်းမွန်စေသောနည်းလမ်းဖြင့် ဖြေရှင်းနိုင်ရန် စိုက်ပျိုးရေးသုတေသနကို အကျိုးပြုခြင်းကြောင့် ဖိလစ်ပိုင်နိုင်ငံကို ကမ္ဘာ့မျက်နှာစာတွင် ဩဇာအရှိန်အဝါကောင်းစေသည်ဟု စီဂျီအေအာ သုတေသနစင်တာ၏ ဒါရိုက်တာ ဒေါက်တာဂျင်ဘယ်လီက ဆိုသည်။ ရွှေစပါး၏ တရားဝင်ဖြစ်တည် အောင်မြင်လာမှုသည် ဒီအေ ဖိလစ်ဆန်၏ သုတေသနခေါင်းဆောင်နိုင်မှုနှင့် ဖိလစ်ပိုင် ဇီဝဘေးကင်းလုံခြုံရေး စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းစနစ်၏ ခိုင်မာမှုကို ပြသနေသည် ။

ရွှေစပါးကို ဗီတာမင်အေ လိုအပ်ချက် ၅၀ ရာခိုင်နှုန်းခန့်အထိ ထောက်ပံ့နိုင်ရန် မျိုးဗီဇပြုပြင်ထားသည်။ ယခုစပါးမျိုးကွဲသစ်သည် ဩစတြေးလျ၊ နယူးဇီလန်၊ ကနေဒါနှင့် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတို့မှ စားနပ်ရိက္ခာဘေးကင်းလုံခြုံရေး ခွင့်ပြုချက်များ ရရှိထားပြီးဖြစ်သော်လည်း ဖိလစ်ပိုင်နိုင်ငံသည် ရွှေစပါးကို စီးပွားဖြစ် စိုက်ပျိုးခွင့်ပြုလိုက်သည့် ပထမဆုံးနိုင်ငံဖြစ်လာသည်။ လက်ရှိတွင် ရွှေစပါးကိုဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်နိုင်ငံ၌ နောက်ဆုံး သုံးသပ်မှုများ လုပ်ဆောင်လျက်ရှိသည်။

“လယ်သမားတွေအတွက် အရည်အသွေးအမြင့်ဆုံး မျိုးစေ့တွေရရှိနိုင်ဖို့နဲ့ ဖိလစ်ပိုင် ပြည်သူတိုင်းအတွက် လုံခြုံဘေးကင်းပြီး အာဟာရပြည့်ဝတဲ့ စားနပ်ရိက္ခာထောက်ပံ့မှုတစ်ခုရရှိစေဖို့ ကျွန်တော်တို့ ကတိပြုပါတယ်” ဟု ဒီအေဖိလစ်ဆန်၏ အမှုဆောင်ဒါရိုက်တာ ဒေါက်တာဂျွန်ဒီလီယွန်က ဆိုသည်။ ရွှေစပါးအတွက် မျိုးစေ့ထုတ်လုပ်မှုမှသည် ဈေးကွက်သို့ တင်ပို့နိုင်သည့်အထိ တန်ဖိုးကွင်းဆက်တစ်ခုလုံး ခြုံငုံနိုင်မည့် ဘက်စုံ အရည်အသွေးအာမခံချက်နှင့် ကြီးကြပ်ရေး အစီအစဉ်များပါ ဆောင်ရွက်သွားမည်ဟု ၎င်းက ဆက်လက်ပြောကြားခဲ့သည်။

မြတ်သန္တာအောင်
Ref: Thepoultrysite

တိုးမြင့်လာသော ပို့ကုန်သရက်သီးဝယ်လိုအား ဖြည့်တင်းရန်... ကျောဖုံးမှ

ကာလတူထက် နှစ်ဆနီးပါးခန့် တိုးမြင့်တင်ပို့လာနိုင်ခြင်းဖြစ်သည်။ တရုတ်နိုင်ငံက ကမ္ဘောဒီးယားပို့ကုန် သရက်သီးစုစုပေါင်း၏ ၈၂ ရာခိုင်နှုန်းခန့်ကို ဝယ်ယူပြီး ထိုင်း၊ ဖိလစ်ပိုင်နှင့် ဂျပန်နိုင်ငံတို့က ဒုတိယအကြီးမားဆုံးဈေးကွက်များ ဖြစ်ကြသည်။

ကမ္ဘောဒီးယားနိုင်ငံသည် တရုတ်နိုင်ငံနှင့် နှစ်နိုင်ငံ လွတ်လပ်စွာကုန်သွယ်ရေးစာချုပ်ကို ပြီးခဲ့သည့်နှစ်က လက်မှတ်ရေးထိုးခဲ့ပြီး မေလမှစတင်၍ တရုတ်နိုင်ငံသို့ သရက်သီးများ တိုက်ရိုက် တင်ပို့နိုင်ခဲ့သည်။ တရုတ်နိုင်ငံ၏ တင်းကျပ်သော ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများကြောင့် သရက်သီးနှင့် ငှက်ပျောသီးနှစ်မျိုးသာ တင်ပို့ခွင့်ရရှိထားသည်။ ကမ္ဘောဒီးယားနိုင်ငံသည် သစ်သီးများ ပြုပြင်ထုပ်ပိုးမှုကို ဗီယက်နမ်နိုင်ငံသို့ တင်ပို့လုပ်ဆောင်လေ့ရှိသော်လည်း ယခုအခါ ကိုယ်ပိုင်ဌာနများဖြင့် လုပ်ဆောင် နိုင်နေပြီ ဖြစ်သည်။ အစိုးရ၏ ထုပ်ပိုးပြုပြင်သည့်လုပ်ငန်းများကို အဆင့်မြှင့်တင်မည့် မျှော်မှန်းချက်ကြောင့် တရုတ်နိုင်ငံသို့ ပို့ကုန်များ တိုက်ရိုက်တင်ပို့နိုင်ခွင့်ရတော့မည်ဖြစ်သည်။ *မြတ်သန္တာအောင်*

Ref: Freshplaza

ဟီနန်ပြည်နယ်တွင် မိုးသည်းထန်၍ စိုက်ခင်းတချို့ ပျက်စီး... ကျောဖုံးမှ

စိုက်ပျိုးရေးတွင် အရေးပါရုံသာမက နိုင်ငံ့ဝက်မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းများ၏ ဗဟိုဖြစ်သော ဟီနန်ပြည်နယ်တွင် မိုးကြီးရေလျှံမှုကြောင့် ဒေသတွင်းဝက်မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းများပါ ထိခိုက်ခဲ့သော်လည်း ယင်းအခြေအနေများကြောင့် နိုင်ငံတွင်း ဝက်သားထောက်ပံ့မှုကို လှုပ်ခတ်မှုမရှိစေကြောင်း စိုက်ပျိုးရေးဝန်ကြီးက ယေဘုယျအားဖြင့် တည်ငြိမ်နေသော ဝက်သားဈေးနှုန်းအချက်အလက်များကို ကိုးကား၍ ပြောကြားခဲ့သည်။ *မြတ်သန္တာအောင်*

Ref:msn

ဓာတ်ပုံ – globaltimes.cn

သိ မှ တ် လေ့ လာ အ င်္ဂ လိ ပ် စာ

၁။	Kick	(v)	ကန်သည်။
၂။	Kill	(v)	သတ်သည်။ သေစေသည်။
၃။	Kidnap	(v)	ပြန်ပေးဆွဲသည်။
၄။	Know	(v)	သိသည်။ နားလည်သည်။
၅။	Kneel	(v)	ဒူးထောက်သည်။
၆။	Knock	(v)	ထုသည်။ ခေါက်သည်။
၇။	Knot	(v)	ချည်နှောင်သည်။ ထုံးဖွဲ့သည်။
၈။	Knit	(v)	သိုးမွေးထိုးသည်။ ဇာထိုးသည်။
၉။	Knead	(V)	မုန့်နယ်သည်။ နှိပ်နယ်သည်။
၁၀။	Keep	(v)	ထိန်းထားသည်။ သိမ်းထားသည်။

ဈေးကောင်းရပြီး ဝယ်လိုအားမြင့်တက်သောကြောင့် ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ် နာနတ်စိုက်တောင်သူများ အဆင်ပြေ

ဓာတ်ပုံ – feedipedia.org

ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်နိုင်ငံ တန်ဂေးလ်ခရိုင်၊ မက်ဒ်ဟူပါရ်ဂါရှ်ဒေသရှိ နာနတ်သီးစိုက် တောင်သူများသည် ပြီးခဲ့သည့်နှစ်များနှင့်နှိုင်းယှဉ်လျှင် နာနတ်သီးဝယ်လိုအားများ မြင့်တက်လာသောကြောင့် ပိုမိုကောင်းမွန်သောဈေးနှုန်းဖြင့် ရောင်းချနိုင်သဖြင့် အလွန်ပီတိဖြစ်နေကြသည်။

ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်နိုင်ငံတစ်ဝန်းတွင် မက်ဒ်ဟူပါရ်ဂါရှ်ဒေသသည် နှစ်စဉ် နာနတ်သီးအဓိက စိုက်ပျိုးထွက်ရှိသည့် ဒေသအဖြစ် လူသိများပြီး ၎င်းဒေသမှ ထွက်ရှိသော Giant Q၊ Honey Queen နှင့် အက်စ်ဝါရီနာ နာနတ်သီးများသည် ချိုမြိန်ပြီး အရည်ရွှမ်းရုံသာမက ရနံ့မွှေးသဖြင့် ကျော်ကြားသည်။ ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်နိုင်ငံသည် နှစ်စဉ် နာနတ်သီးတန်ချိန်ပျမ်းမျှ နှစ်တန်ခန့် စိုက်ပျိုးထွက်ရှိသည်။

ပြီးခဲ့သည့်နှစ် မတ်လ ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ပျံ့နှံ့မှု စတင်ခဲ့ချိန်မှစ၍ ဗီတာမင်စီကြွယ်ဝသည့် အသီးဖြစ်သော နာနတ်သီးဝယ်လိုအားများ တရိပ်ရိပ်တက်လာသည်ဟု ဒေသခံများက ဆိုသည်။

ဇူလိုင်လနှင့် ဩဂုတ်လတွင် ဈေးကွက်ကိုလွှမ်းမိုးထားသော Giant Q မျိုးသည် အရွယ်အစား ပေါ်မူတည်၍ တာကာ ၄၀ မှ ၆၀ တာကာကြား ဈေးရပြီး ပြီးခဲ့သည့်နှစ်က ၂၀ တာကာမှ ၃၀ တာကာ ကြားသာပေါက်ဈေးရှိသဖြင့် ယခုနှစ်ဈေးနှုန်းသည် အမြင့်ဆုံးဖြစ်သည်ဟု ဒေသခံတောင်သူများက ဆိုသည်။

နာနတ်သီးခူးဆွတ်သည့်ရာသီတွင် ဒေသတွင်းကုန်သည်များထက် နိုင်ငံအနှံ့မှ လက်ကား ရောင်းဝယ် သူများက မက်ဒ်ဟူပါရှိ ဈေးများသို့ နာနတ်သီးအဝယ်လာကြသည်။ ဒါကာရှိ လက်ကားရောင်းချသူ အက်ဘ်ဒူကယ်လ်လက်ခ်မီယာရှ့်က မြို့ထဲတွင် ပြီးခဲ့သည့်နှစ်များကထက် နာနတ်သီး ဝယ်လိုအား မြင့်တက်လာကြောင်းနှင့် ၎င်းအနေဖြင့် နာနတ်သီးတစ်လုံးလျှင် တာကာ ၅၀ မှ ၅၈ တာကာဖြင့် ဝယ်ယူပြီး မြို့ထဲတွင် တာကာ ၇၀ မှ ၈၀ တာကာကြား ရောင်းချနိုင်သည်ဟု ဆိုသည်။

မက်ဒ်ဟူပါရှိ မိုတာဘာဇာ၏ တောင်သူ ရှမ်ဆူးဟက်ခ်က ၎င်းမြေကော ၂၀ တွင် စိုက်ပျိုးထားသော နာနတ်သီးများကို ခူးဆွတ်ခဲ့ပြီး နာနတ်သီး အလုံး ၈၀၀၀၀ ခန့်ကို ဈေးနှုန်းမြင့်မြင့်ဖြင့် ရောင်းချနိုင်ခဲ့သည်ဟု ၎င်း၏ စိတ်ကျေနပ်မှုကို ဖော်ပြခဲ့သည်။ ထို့အပြင် သီးနှံများ မှည့်သည့်အချိန်တွင် အဆက်မပြတ် ရွာသွန်းတတ်သောမိုးကြောင့် ဈေးကွက်အနှောင့်အယှက်ဖြစ်စေနိုင်သော်လည်း ယခုနှစ်တွင် မိုးရေချိန်ပမာဏလျော့နည်းရရှိခဲ့သဖြင့် တောင်သူများ ကျေနပ်နေကြသည်ဟု ထပ်လောင်းပြောကြားခဲ့သည်။

မြတ်သန္တာအောင်
Ref: Thedailystar

ဘတ်စ်ကားစီး ခရီးသွားပြည်သူများ ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါ မကူးစက်စေရန်

ဒေါက်တာမြင့်သန်းထွန်း

ကျွန်တော်တို့ မြန်မာနိုင်ငံတွင် ဘတ်စ်ကားစီးခရီးသွားပြည်သူအရေအတွက်သည် မီးရထား၊ လေယာဉ်၊ သင်္ဘောနှင့် အခြားခရီးသည် ပို့ဆောင်ရေးယာဉ်များတွင်စီးသော အရေအတွက်ထက် များပါသည်။ ကမ္ဘာ့ကပ်ရောဂါဖြစ်သည့် ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါသည် ပြည်သူတစ်ဦးမှတစ်ဦး ကူးစက်နိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ယာဉ်မောင်းများတွင် ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါ မကူးစက်ရန် ဆောင်ရန်၊ ရှောင်ရန်အချက်များကို လိုက်နာရပါမည်။ ထို့အတူ ဘတ်စ်ကားကို အသုံးပြုပြီး သွားလာနေကြသော ခရီးသွားပြည်သူများ လိုက်နာဆောင်ရွက်သင့်သော အချက်များကို သိရှိထားရန် လိုအပ်ပါသည်။

ဓာတ်ပုံ - repubblica.it.com

ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါဆိုသည်မှာ

ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါသည် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ဟုခေါ်သော ကိုရိုနာမျိုးဝင်ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးအသစ်ကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ လတ်တလော အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ ရောဂါလက္ခဏာများ ဖြစ်ပေါ်တတ်ပါသည်။

ရောဂါပျိုးချိန်

ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ကြီးမှ ရောဂါပျိုးချိန်ကို သတ်မှတ်ထားပါသည်။ ၂ ရက်မှ ၁၄ ရက်အတွင်း ဖြစ်ပါသည်။ ရောဂါကူးစက်ပြီး ၂ ရက်မှ ၁၄ ရက်အတွင်း၌ ရောဂါလက္ခဏာပေါ်လာခြင်းကို ဆိုလိုပါသည်။ ယနေ့နောက်ပိုင်းတွင် ရောဂါလက္ခဏာသည် ၂၈ ရက်အတွင်းထိ ဖြစ်သည်ကို တွေ့ရှိရပါသည်။

ရောဂါလက္ခဏာများ

၆၀ ရာခိုင်နှုန်းခန့်သည် ရောဂါလုံးဝမပြဘဲ ရောဂါကူးစက်ခံနေရသူများ ရှိနေပါသည်။ ၂ ရာခိုင်နှုန်းခန့်သည် ရောဂါလက္ခဏာပြပြီး ရောဂါကူးစက်နေရတတ်ပါသည်။ ဖျားခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ နှာရည်ယိုခြင်း၊ အသက်ရှူရခက်ခဲခြင်း၊ မောပန်းခြင်းတို့ ဖြစ်တတ်ပါသည်။ ယခုနောက်ပိုင်းတွင် အနံ့မရခြင်း၊ အနံ့ပျောက်ကာ ခေါင်းကိုက်ခြင်းများ ထူးခြားစွာ ခံစားရတတ်ပါသည်။ ကြွက်သားများ အလွန်နာကျင်ခြင်း၊ ချမ်းတုန်ခြင်း၊ လည်ချောင်းနာခြင်းများတွဲပြီး ဖြစ်ပေါ်တတ်ပါသည်။

ရောဂါကူးစက်ပုံ

ယာဉ်မောင်းများနှင့် ယာဉ်စီးခရီးသည် ပြည်သူများအနေဖြင့် ရောဂါကူးစက်ပုံကို သိရှိထားရပါမည်။ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးသည်ရောဂါလက္ခဏာမပြသောသူများ၏ တံတွေး၊ သလိပ်များတွင် ပါရှိနိုင်ပါသည်။ ထို့အတူ ရောဂါလက္ခဏာပြသောသူများ နှာချေခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်းကြောင့် ကူးစက်တတ်ပါသည်။ နှာချေ၊ ချောင်းဆိုးသောအခါတွင် ထွက်လာသော တံတွေး သို့မဟုတ် သလိပ်၊ အစက်၊ အမှုန်အမွှားများထဲတွင် ရောဂါပိုး ပါဝင်နေတတ်ပါသည်။ ထွက်လာသောအရည်၊ သလိပ်၊ တံတွေးကဲ့သို့သော အမှုန်အမွှားများတွင် ပါဝင်နေသော ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးများသည် မျက်နှာပြင်များပေါ်တွင် တင်ကျန်နေတတ်ပါသည်။ အကာအကွယ်မဲ့ ချောင်းဆိုးခြင်းသို့မဟုတ်အကာအကွယ်မဲ့ စကားပြောခြင်းကြောင့် ၎င်း၏ အရှေ့တွင်ရှိသော သုံးပေ သို့မဟုတ် ခြောက်ပေ အကွာတွင်ရှိသော မျက်နှာပြင်၊ အရာဝတ္ထုများပေါ်တွင် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးများ ကျတတ်ပါသည်။ ၎င်းတို့ကို လက်များနှင့် ကိုင်တွယ်မိသွားပြီး ၎င်းလက်တွေကို မဆေးကြော၊ မသန့်စင်ဘဲ မျက်နှာ၊ နှာခေါင်းနှင့် ပါးစပ်များကိုသွားပြီး ကိုင်တွယ်မိပါက ကူးစက်နိုင်ပါသည်။ ထို့ပြင် ရောဂါပိုးရှိနေသူ နှာချေ၊ ချောင်းဆိုးတဲ့အခါ ၎င်းရှေ့တွင် အကာအကွယ်မဲ့ သွားရပ်မိပါက နှာချေ၊ ချောင်းဆိုးလိုက်သော အမှုန်အမွှားများသည် နှာခေါင်း၊ ပါးစပ်နှင့် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းမှတစ်ဆင့် မိမိထံ ကူးစက်နိုင်ပါသည်။

ကိုဗစ်-၁၉ရောဂါ ကာကွယ်ရန် လိုက်နာဆောင်ရွက်ရမည့်အချက်များ

ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါကာကွယ်ရန်မှာ အဓိကအားဖြင့် လက်ဆေးရပါမည်။ လက်ကို မကြာခဏ ဆပ်ပြာနှင့် ဆေးရပါမည်။ လက်ဆေးသောအခါတွင် ဆပ်ပြာနှင့် ရေအသုံးပြုပြီး လက်ကို စင်ကြယ်အောင် စနစ်တကျ ဆေးရပါမည်။ အကယ်၍ ရေနှင့်ဆပ်ပြာမရှိပါက အီသိုင်းအယ်လ်ကိုဟော (Ethyl Alcohol) အနည်းဆုံး ၆၀ ရာခိုင်နှုန်းပါဝင်သော လက်သန့်ဆေးရည်များကို အသုံးပြုပြီး ဆေးကြောရပါမည်။ အဓိကဆောင်ရွက်ရမည့်အချက်က လက်ကိုလုံးဝမဆေးဘဲ မျက်နှာ၊ နှာခေါင်း၊ ပါးစပ်များကို ထိတွေ့ခြင်းအား လုံးဝရှောင်ကြဉ်ရပါမည်။

ထို့ပြင် အပြင်ထွက်သောအချိန်တိုင်း Mask တပ်ရန်သည် လွန်စွာ အရေးကြီးပါသည်။ Mask မတပ်ဘဲ အပြင်ထွက်ခြင်း လုံးဝမပြုလုပ်သင့်ပါ။ Stay at Home အိမ်မှာနေခြင်းသည် လွန်စွာအရေးကြီးပါသည်။ မလိုအပ်ဘဲ အပြင်ထွက်ခြင်းကို လုံးဝမပြုလုပ်သင့်ပါ။

လူစုလူဝေးများပြားသောနေရာမျိုးကိုလည်း မလိုအပ်ဘဲ သွားလာခြင်းတို့ လုံးဝမပြုလုပ်ရပါ။ ဘာသာရေးကိုလည်း မိမိအိမ်မှာပဲ ပြုလုပ်ရပါမည်။ ဈေးဝယ်ထွက်ရာတွင်လည်း Mask၊ လက်အိတ်၊ ခေါင်းဆောင်းတပ်ပြီး တစ်ဦးတည်းသာ ဝယ်စေချင်ပါသည်။ နေ့စဉ်နေ့တိုင်း အိမ်တွင်ရှိသောလူတိုင်း ဈေးဝယ်ခြင်းကို လုံးဝမပြုလုပ်သင့်ပါ။ အိမ်တွင် ဧည့်သည်များကိုလက်ခံပြီး ကြာရှည်စွာ စကားပြောခြင်း မပြုလုပ်ရပါ။

ဈေးဝယ်ထွက်ခြင်း၊ ရုံးသွားခြင်း၊ ဘဏ်သွားခြင်း၊ ဆေးရုံသွားခြင်းများ ပြုလုပ်ရာတွင် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ခြောက်ပေခြားနေရပါမည်။ အိမ်အပြင်မှ ပြန်လာပါကလည်း မိမိ၏အသုံးအဆောင်ပစ္စည်းများ မျက်နှာပြင်များကို ဆပ်ပြာရည်များနှင့် သေချာစွာဆေးပြီးမှ အိမ်ထဲဝင်ရမှာ ဖြစ်ပါသည်။ ပါလာသော အထုပ်များ၊ အိတ်များကိုလည်း ပိုးသန့်စင်ပြီးမှ အိပ်ထဲကို ယူရပါမည်။

အပြင်မှပြန်လာသောအချိန်တွင် ဝတ်သွားသော အဝတ်အစားများကိုလည်း ချက်ချင်းလဲရပါမည်။ ၎င်းအဝတ်များကို ဆပ်ပြာနှင့် မိနစ် ၃၀ ခန့်စိမ်ပြီးမှ လျှော်ရပါမည်။ အဝတ်အစားမလဲမိ၊ မိမိလက်သန့်စင်အောင် မပြုလုပ်ခင် မိသားစုများနှင့် ထိတွေ့ခြင်းကို လုံးဝ ရှောင်ကြဉ်ရပါမည်။

ဆေးရုံ၊ ဆေးခန်းသွားမည်ဆိုပါက လူအများကြီးနှင့် မသွားသင့်ပါ။ လူအများစုကိုင်တွယ်တတ်သော အချို့သော အိမ်အသုံးအဆောင်ပစ္စည်းများကို မကြာခဏ ပိုးသန့်စင်ပေးရပါမည်။ နှာချေ၊ ချောင်းဆိုးသောအခါများတွင် Mask တပ်ခြင်း၊ တံတောင်ကွေးနှင့်ကွယ်ပြီး ချောင်းဆိုးခြင်းများ ဆောင်ရွက်ရပါမည်။ မိမိအိမ်အတွင်းမှာနေသော်လည်း အိမ်မှလူများနှင့် အနီးကပ်ထိတွေ့ခြင်းကို မပြုလုပ်သင့်ပါ။ ထို့ပြင် အာဟာရပြည့်ဝအောင် စားသုံးခြင်း၊ အိပ်ရေးဝဝအိပ်ခြင်း၊ မိမိ၏ မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်း၊ ချစ်သူများအား မိုဘိုင်းဖုန်းမှတစ်ဆင့် ဆက်သွယ်သူများ ပြုလုပ်ခြင်းတို့ဆောင်ရွက်ရပါမည်။

စိတ်ဖိစီးမှုများ လျှော့ချခြင်းနှင့် ဘာသာရေးပြုလုပ်ခြင်းများ ဆောင်ရွက်ရပါမည်။ သတင်းမှန်များကို နားထောင်ပြီး ကောလာဟလများကို မယုံသင့်ပါ။ မိမိနှင့် မိမိမိသားစုတွင် ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါလက္ခဏာများရှိပါက နီးစပ်ရာ ကျန်းမာရေးဌာနသို့ အမြန်ဆုံးသွားပြီး ပြသရပါမည်။

ယာဉ်မောင်းများ လိုက်ရမည့်အချက်များ

ယာဉ်မောင်းများအနေဖြင့် ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါမဖြစ်စေရန် ကြိုတင်ကာကွယ်မှုများ ဆောင်ရွက်ရပါမည်။ အကာအကွယ်ပစ္စည်းများကို အသုံးပြုရပါမည်။ မှန်လုံကားဖြစ်ပါက Aircon ဖွင့်ပြီး မှန်လုံအောင်ပိတ်ပြီး မောင်းခြင်းကို လုံးဝမပြုလုပ်သင့်ပါ။ ပြူတင်းပေါက်များကိုဖွင့်ပြီး မောင်းရပါမည်။ ထို့ပြင် မိမိကားပေါ်တွင် တက်လာမည့် ခရီးသည်များကိုလည်း သတိပြု လိုက်နာရန်အတွက် ဆောင်ရွက်ရပါမည်။ အချင်းချင်းကပ်ပြီးမထိုင်ဘဲ Zigzag ပုံစံမျိုး၊ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အနည်းဆုံး သုံးပေအကွာ၊ အများဆုံး ခြောက်ပေခြားရပါမည်။ ကားတစ်စီးတွင် ယခင် ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါမဖြစ်ခင်အချိန်ထက် တစ်ဝက်သာ တင်ရပါမည်။ ထက်ဝက်လျှော့ချပြီး ကားကို မောင်းရပါမည်။

ယာဉ်မောင်းများအနေဖြင့် Mask တပ်ရပါမည်။ လိုအပ်ပါက Face Shield တပ်ရပါမည်။ လက်အိတ်ဝတ်ဆင်ရပါမည်။ ကား၏လက်တန်းများ၊ ပြတင်းပေါက်များ၊ ထိုင်ခုံများကို ခရီးသည်များဆင်းသွားတိုင်း ပိုးသန့်စင်ခြင်းကို မဖြစ်မနေ ပြုလုပ်ရပါမည်။ အနည်းဆုံး အယ်လ်ကိုဟော ၆၀ ရာခိုင်နှုန်းပါဝင်သော ပိုးသန့်စင်ဆေးရည်ကို အသုံးပြုပြီး အဝတ်နှင့် သန့်စင်ရပါမည်။ Apron ကို လိုအပ်ပါက ဝတ်ဆင်ရပါမည်။

"ယာဉ်မောင်းများနှင့် ယာဉ်စီးခရီးသည် ပြည်သူများအနေဖြင့် ရောဂါကူးစက်ပုံကို သိရှိထားရပါမည်။ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးသည် ရောဂါလက္ခဏာမပြသောသူများ၏ တံတွေး၊ သလိပ်များတွင် ပါရှိနိုင်ပါသည်။ ထို့အတူ ရောဂါလက္ခဏာပြသောသူများ နှာချေခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်းကြောင့် ကူးစက်တတ်ပါသည်"

စာမျက်နှာ ၂၅ သို့

မိုးကာလအအေးမိ နှာစေး နှာရည်ယိုကင်းစေဖို့

ဒေါက်တာလွင်သန့်

မိုးကာလမှာ အဆောင်း၊ အကာမပါပဲဘဲ မိုးရေထဲသွားလာမိတတ်လို့ အအေးမိပြီး နှာစေး၊ နှာရည်ယို၊ ချောင်းဆိုးဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ပုံမှန်အနေနဲ့ ရာသီဥတုအပြောင်းအလဲ၊ အပူအချိန်အပြောင်းအလဲ၊ စွတ်စိုမှုအပြောင်းအလဲမှာ ဓာတ်မတည့်စေတဲ့အရာတွေ ဆေးလိပ်သောက်သုံးခြင်း၊ ဗိုင်းရပ်နဲ့ ဘက်တီးရီးယားပိုးတွေ ပေါက်ပွားလာတတ်လို့ မိုးဦးကျမှာ အအေးမိရာက နှာခေါင်းရောင်ရမ်းမှုဖြစ်ကာ နှာရည်ယိုခြင်း၊ နှာပိတ်ခြင်းဖြစ်စေပါတယ်။

ရေများများသောက်သင့်ပါတယ်။ ကိုယ်ခန္ဓာမှာ ရေဟာမရှိမဖြစ် ပါဝင်နေသလို နှာခေါင်းပိတ်ချိန်မှာလည်း ရေများများ သောက်ပေးဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ ရေသန့်၊ ရေကျက်အေးပဲ သောက်သင့်ပါတယ်။ အချိုရည်၊ ဘီယာ၊ အရက် မသောက်သင့်ပါဘူး။ ဘီယာ၊ အရက်တို့က ကိုယ်ခန္ဓာအတွင်းရှိ ရေဓာတ်ကို အချိန်တိုအတွင်း ညစ်ညမ်းသွားစေလို့ ရေများများ ဖြည့်စွက်သောက်သုံးဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ အရက်၊ ဘီယာက ခန္ဓာကိုယ်ကနေ ရေဓာတ်ဆုံးရှုံးမှု ဖြစ်စေတယ်။ နှာခေါင်းရောဂါကို ပိုပြီးဆိုးစေတယ်။ တစ်နေ့တာ ရေနှစ်လီတာမှ သုံးလီတာ သို့မဟုတ် ရေရှစ်ဖန်ခွက်ထက် မနည်း သောက်သင့်ပါတယ်။ ကဖင်းပါတဲ့ ဖျော်ရည်၊ ဂတ်စ်ပါတဲ့အချိုရည်တွေဟာ ကြော်ငြာကောင်းကောင်းနဲ့ ကြော်ငြာနေပေမယ့် သောက်ရေသန့်လောက် လူတို့ကျန်းမာရေးကို အကျိုးမပြုပါဘူး။

ဆေးလိပ်မသောက်သင့်ပါဘူး။ အိမ်သန့်ရှင်းရေးပြုလုပ်ရာမှာ အသုံးပြုတဲ့ ပစ္စည်းတွေ၊ အိမ်သုတ်ဆေးတွေ၊ ဆံပင်ဖျန်းဆေးတွေ၊ ရေမွှေးနဲ့ဆေးလိပ်၊ မီးခိုးငွေ့တွေဟာ နှာခေါင်းကို ဓာတ်မတည့်မှုဖြစ်စေပါတယ်။ တိုက်ရိုက်ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းသာမက၊ သွယ်ဝိုက်ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းကပါ နှာခေါင်းကို ဓာတ်မတည့်မှု ပြုစေပါတယ်။ ဆေးလိပ်မှာ လူကိုစွဲလမ်းစေတဲ့ နီကိုတင်းပါဝင်ပြီး ကင်ဆာဖြစ်စေတဲ့ ဓာတုပစ္စည်းအမျိုးပေါင်း ၄၀၀၀ ကျော်ပါဝင်လို့ အနီးဝန်းကျင်မှာပါ ဆေးလိပ်ရှောင်ကြဉ်သင့်ပါတယ်။ ဆေးလိပ်သောက်တဲ့မိခင်ကနေ ပေါင်မပြည့်၊လမစေ့နဲ့ အသက်ရှူလမ်းကြောင်း ဒုက္ခပေးတတ်တဲ့ ကလေးတွေ မွေးတတ်လို့ရှောင်ကြဉ်သင့်ပါတယ်။ မိသားစုတစ်စု ကျန်းမာရေးကောင်းမွန်ချင်ရင် မိသားစုအတွင်း ဆေးလိပ်သောက်တတ်တဲ့ ဓလေ့ဆိုးကို ရှောင်ကြဉ်သင့်ပါတယ်။ ယခုအခါ အီးစီးကရက် ပေါ်လာပြန်တယ်။ အီးစီးကရက်ရဲ့ရည်ရွယ်ချက်က ဆေးလိပ်ဖြတ်ဖို့ တီထွင်ခဲ့တာမှန်ပေမယ့် နီကိုတင်းနဲ့အနံ့အရသာပါ ထည့်ထားလို့ ဆေးလိပ်လိုပဲလူတို့ရဲ့ကျန်းမာရေးအပေါ် ထိခိုက်မှု ရှိလာပါတယ်။ စိတ်ကို စွဲလမ်းစေလို့ ယခုအခါ အနောက်တိုင်းနိုင်ငံများရဲ့ စူပါမားကတ်နဲ့ ဆိုင်တွေကနေ အီးစီးကရက်၊ စီးကရက်နဲ့ ဆေးလိပ်မျိုးစုံ ဖယ်ရှားနေကြပြီပဲဖြစ်တယ်။

ဓာတ်မတည့်တဲ့ အရာဝတ္ထုများ ရှောင်ရှားသင့်ပါတယ်။ နှာခေါင်းနဲ့ ဓာတ်မတည့်စေတဲ့အရာတွေက နှာခေါင်းအတွင်း အချွဲလွှာကို ရောင်ရမ်းစေပြီး နှာခေါင်းတွင်းရှိလေအိတ်လေးတွေကိုပါ ပိတ်စေတာကြောင့် နှာခေါင်းတွင်း နာကျင်မှုနဲ့ ဖိအားများစေပါတယ်။ နှာခေါင်း ဓာတ်မတည့်မှုကို ဖြစ်စေတဲ့ အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်၊ ခွေး၊ ကြောင် စတာတွေ ဖုန်၊ အမှုန့်၊ ပန်းဝတ်မှုန်တို့ ရှောင်ရှားသင့်ပါတယ်။

အချို့မှာ ပရုတ်နံ့မခံနိုင်သလို စူးရှတဲ့ရေမွှေး၊ အနံ့ပြင်းတဲ့အမွှေးတိုင်၊ ခြင်ဆေးခွေအနံ့တွေအပေါ် ဓာတ်မတည့်ဖြစ်စေတယ်။ ခန္ဓာကိုယ်ဂျီစစ်ပီဒီ (G6PD) ဓာတ်အားနည်းသူများဟာ ဓာတ်မတည့်တဲ့ အမျိုးအမည် များပြားတတ်ပြီး ပဲအမျိုးမျိုး၊ ဆာလ်ဖာပါတဲ့ ဆေးဝါး၊ ရေမွှေး၊ ပရုတ်လုံး၊ ပေါင်ဒါမှုန့်၊ အနံ့ပြင်းတဲ့ အသုံးအဆောင်၊ ပရုတ်နံ့၊ ပေါင်ဒါနံ့၊ ရေမွှေးနံ့ပါတဲ့ အဝတ်အစားများ မဝတ်သင့်ပါဘူး။ ရှောင်ကြဉ်သင့်ပါတယ်။ ရာသီအကူးအပြောင်းမှာ အအေးမမိစေဖို့ ကျန်းမာရေးဂရုစိုက်ဖို့လိုအပ်ပါတယ်။

> **“တစ်နေ့ကို နှစ်ကြိမ်ကနေ၊ လေးကြိမ်ထိ ရေနွေးငွေ့ရှူပေးတာက နှာခေါင်းအတွင်း ယားယံမှုနဲ့ နှာရည်ယို၊ နှာပိတ်ခြင်းကို သက်သာစေပါတယ်။ ရေချိုးခန်းတွေမှာ အခန်းတံခါး အလုံပိတ်ကာ ရေပန်းဖွင့်ပြီး အသက်များများ ရှူပေးသင့်ပါတယ်”**

ကျန်းမာရေးအတွက် နေ့စဉ် အားကစားတစ်ခုခုကို နာရီဝက်မှ တစ်နာရီကြာ လုပ်ဆောင်ပေးသင့်ပါတယ်။ လမ်းလျှောက်ခြင်း၊ ရွှရွှပြေးခြင်း၊ စက်ဘီးစီးခြင်း၊ ပြေးခြင်း၊ ရေကူးခြင်း တစ်ခုခု ပြုနိုင်ပါတယ်။ လူတို့ရဲ့ နေထိုင်မှုစနစ် အထိုင်များလာတာနဲ့အမျှ ပိုလျှံတဲ့ ကယ်လိုရီတွေ အဆီအဖြစ် မစုနိုင်အောင် ခန္ဓာကိုယ်ကြံ့ခိုင်မှုရှိနေအောင် ဆိုခဲ့တဲ့ အားကစားတစ်ခုခုကို နေ့စဉ်လုပ်ဆောင်ပေးသင့်ပါ တယ်။

ဓာတ်ပုံ – healthproducts.com.mm

စိုစွတ်တဲ့လေကို ရှူသင့်ပါတယ်။ ကိုယ့်အနေများတဲ့ အခန်းတွေထဲမှာ စိုစွတ်မှုရှိတဲ့ လေတွေရှိနေဖို့ အစိုဓာတ်ထုတ်လွှင့်ပေးနိုင်တဲ့ရေငွေ့လွှတ်၊ လေအေးစက် တပ်ဆင်ထားဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ ခြောက်သွေ့တဲ့လေက ကိုယ့်နှာခေါင်းကို ယားယံစေကာ “ဟတ်ချိုး”၊ “ဟတ်ချိုး”နဲ့ ချေစေပါတယ်။ တစ်နေ့ကို နှစ်ကြိမ်ကနေ၊ လေးကြိမ်ထိ ရေနွေးငွေ့ရှူပေးတာက နှာခေါင်းအတွင်း ယားယံမှုနဲ့ နှာရည်ယို နှာပိတ်ခြင်းကို သက်သာစေပါတယ်။ ရေချိုးခန်းတွေမှာ အခန်းတံခါး အလုံပိတ်ကာ၊ ရေပန်းဖွင့်ပြီး အသက်များများ ရှူပေးသင့်ပါတယ်။ ခြောက်သွေ့တဲ့လေက ရောဂါအချို့ တိုက်ရိုက်ဝင်ရောက်နိုင်လို့ စိုစွတ်တဲ့လေကို အခါအခွင့်သင့်တိုင်း ရှူရှိုက်ပေးသင့်ပါတယ်။

နှာခေါင်းကို သန့်ရှင်းရေး လုပ်ပေးသင့်ပါတယ်။ နေ့စဉ်ရေချိုးချိန်တိုင်း နှာခေါင်းကို လက်ချောင်းနဲ့နှိုက်ကာ သန့်စင်နေအောင်ထားသင့်တယ်။ နေ့စဉ် နှာခေါင်းသန့်ရှင်းရေးပြုလုပ်ပေးရင် နှာခေါင်းအတွင်းမှာ ရှိတဲ့ဓာတ်မတည့်စေတဲ့ အရာတွေနဲ့ အချွဲတွေကိုဖယ်ရှားရှင်းလင်းနိုင်ပါတယ်။ ဖြစ်နိုင်ရင်ဆလိုင်း (Saline)ကို နှာခေါင်းပေါက်တစ်ဖက်ကနေထည့်လိုက်ကာ နောက်တစ်ဖက်ကနေ ပြန်ထုတ်သင့်ပါတယ်။ အဲဒီလို ပြုလုပ်နေချိန်မှာ အသက်ကို ပါးစပ်ဟပြီး ရှူသင့်ပါတယ်။ နှာခေါင်းထဲထည့်မယ့် အရည်ကို ဆိုင်ကမဝယ်တော့ပဲ၊ အိမ်မှာတင် ကိုယ့်ဘာသာ ပြုလုပ်နိုင်ပါတယ်။ ရေကြက်သီးနွေး ၁၆ အောင်စထဲကို ဆားလက်ဖက်ရည်တစ်ဇွန်း ထည့်မွှေပြီး နှာခေါင်းသန့်စင်ဆေးရည် ပြုနိုင်ပါတယ်။

၂၀၁၉ ဒီဇင်ဘာလလည်းကတည်းက ကိုဗစ်ကမ္ဘာ့ကပ်ရောဂါ ခံစားနေရတဲ့ အချိန်မှာ နား၊ နှာခေါင်း၊ ပါးစပ် ကျန်းမာရေးဟာ အရေးပါလာပါတယ်။ ကိုဗစ်ကာကွယ်ဆေး၊ ဖိုင်ဇာ၊မိုဒါနာ ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံထားဖို့လိုပါတယ်။ ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးသူတိုင်းလည်းရောဂါကူးစက်နိုင်ပါသေးတယ်။ ဒါပေမဲ့ ရောဂါမပြင်းထန်လို့ ဆေးရုံတက်စရာမလို၊ ကျူဝင်ဖို့မလိုတော့ပါဘူး။ ကိုဗစ်စည်းမျဉ်းတွေဖြစ်တဲ့ လူတိုင်းနှာခေါင်းစည်းတပ်ခြင်း၊ လက်ကို ရေ၊ ဆပ်ပြာနဲ့စ က္ကန့် ၂၀ ကျော်ကြာ ဆေးကြောခြင်း၊ လူတစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး ခြောက်ပေခွာခြင်း၊ လူစုလူဝေးရှောင်ခြင်းများ ဆောင်ရွက်သင့်ပါတယ်။ မြန်မာနိုင်ငံမှာလည်း ကိုဗစ်တတိယလှိုင်း ဖြတ်ကျော်နေကာ နေအိမ်မှာနေ(Stay at Home) မြို့နယ်များအဖြစ် ချင်းပြည်နယ်မှ ထန်တလန်၊ ဟားခါး၊ တီးတိန်၊ ဖလမ်း၊ တွန်းဇန်မြို့နယ်များ၊ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီးမှ တမူးနှင့် ကလေးမြို့နယ်များ၊ ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီးရှိ လက်ပံတန်းနဲ့ ဖြူးမြို့နယ်များ သတ်မှတ်ထားသလို ရောဂါကူးစက်မှုများတဲ့ လားရှိုး၊ လှည်းကူးမြို့နယ်များ စောင့်ကြည့်မြို့နယ်များ ဖြစ်နေကြလို့ ခရီးထွက်ခြင်း မလိုအပ်ဘဲ အပြင်ထွက်ခြင်းမျိုး ရှောင်ကြဉ်သင့်ပါတယ်။

နှာခေါင်း၊ နှာရည်ယိုခြင်း၊ အအေးမိခြင်းတို့မှာ ရာသီအကူးအပြောင်းမှာ ကိုယ်ခံအား ကျဆင်းလို့ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ကိုယ်ခန္ဓာ ခုခံမှုစွမ်းရည်၊ မကျဆင်းရအောင် အာဟာရပြည့်ဝစွာ စားသုံးခြင်း၊ အချိန်မှန်စား၊ အချိန်မှန်အိပ်ခြင်းများ၊ ကိုဗစ်စည်းကမ်းများနဲ့အညီ နေထိုင်ဖို့ အထူးလိုအပ်တယ်။ နွားနို့သောက်သုံးတာက လူငယ်များ၊ အသက်လတ်နဲ့ အသက်ကြီးသူများပါ ကျန်းမာရေးနဲ့ ညီညွတ်ကာ အရိုးအဆစ် သန်မာစေပါတယ်။ အပြင်မှာလုပ်တဲ့ အသင့်အမြန်စားအစာများဖြစ်တဲ့ ဟမ်ဘာဂါ၊ ဆင်းဒဝစ်၊ ပီဇာ၊ အာလူးချောင်းကြော်တို့က နှစ်ခါပြန်ကြော်ဆီ၊ ပြည့်ဝဆီနဲ့ စီမံထားလို့ ခန္ဓာကိုယ်ဝစေကာ ကျန်းမာရေးခုခံမှုစနစ်ကျဆင်းစေပါတယ်။ မြန်မာနိုင်ငံမှာလည်း လမ်းဘေးအစားအသောက်တွေက ကျန်းမာရေးနဲ့မဆီလျော်လို့ ကိုယ့်အိမ်မှာသာ စီမံဆောင်ရွက်ပေးသင့်ပါတယ်။

နေ့စဉ်ထမင်း သုံးနပ်စားသလို ကြားအချိန်လေးတွေမှာ ငှက်ပျောသီး၊ ဘီစကစ်၊ ကိတ်မုန့်တို့ စားပေးနိုင်ပါတယ်။ သက်ကြီးရွယ်အိုများ ကိုယ်ခံအားစနစ်ကောင်း လာစေဖို့ အားဆေးများ သောက်သုံးဖို့ လိုအပ်သလို ကိုယ်ဝန်သည်နဲ့ ကလေးများကိုလည်း ဂရုစိုက်စေသင့်ပါတယ်။ ***ဒေါက်တာလွင်သန့်***

ဓာတ်ပုံ – shwechitthu.com

တစ်နေ့တခြား ပို၍အဖြစ်များလာသော သွေးတိုးရောဂါ

ယနေ့အချိန်တွင် လူအများစုသည် ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း၊ အရက် သို့မဟုတ် ကော်ဖီ၊ လက်ဖက်ရည် လွန်ကဲစွာသောက်ခြင်း၊ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှု အလွန် နည်းပါးခြင်း၊ အဝလွန်ကဲခြင်း၊ ဆားဓာတ် လွန်ကဲသောအစားအစာများကို စားသုံးခြင်း၊ ဆော်ဒါပါသော အစားအစာများ၊ လက်လုပ်ချဉ်များနှင့် အဆီများသောအစားအစာများ (ဥပမာ ဒံပေါက်၊ ထောပတ်ထမင်း ကြက်ဆီထမင်း) တို့ကို လွန်ကဲစွာ စားသုံးခြင်းတို့ ပြုလုပ်ကြပါသည်။ ဆိုးရွားသော ရလဒ်အနေဖြင့် အသံတိတ် လူသတ်သမားသွေးတိုးရောဂါ ဖြစ်လာသည်။

သွေးတိုးရောဂါသည် ကိုယ်ခန္ဓာအစိတ်အပိုင်း တစ်ခုခုကို ထိခိုက်ပျက်စီးနေသော်လည်း လက္ခဏာ မပြတတ်ပါ။ ဆိုးရွားမှုသာ သိရှိခြင်းကြောင့်၊ အသက်အန္တရာယ် ထိခိုက်နိုင်သောကြောင့် သွေးတိုးရောဂါကို အသံတိတ်လူသတ်သမားဟု ခေါ်ကြသည်။

သွေးဖိအားတက်ခြင်း သို့မဟုတ် သွေးပေါင်တက်ခြင်းကို သွေးတိုးရောဂါဟု ခေါ်ကြသည်။ ပုံမှန်သွေးပေါင်ချိန်သည် အပေါ်သွေး ၁၂၀ နှင့် အောက်သွေး ၈၀ အောက် နည်းရပါမည်။ အပေါ်သွေး ၁၂၀ မှ ၁၃၉ အတွင်း အောက်သွေး ၈၀ မှ ၈၉ အတွင်း ရှိပါက အကြိုသွေးတိုးရောဂါဟု သတ်မှတ်ပါသည်။ အပေါ်သွေးသည် ၁၄၀ မှ ၁၅၉ အတွင်း အောက်သွေးသည် ၉၀ မှ ၉၉ အတွင်းရှိပါက အဆင့်(၁) သွေးတိုးဖြစ်ပြီဟု ယူဆပါသည်။ အဆင့် (၂)သွေးတိုးသည် အပေါ်သွေး ၁၆၀ ထက်များပြီး အောက်သွေး ၁၀၀ ထက် များတတ်ပါသည်။

အသက်အရွယ်ကြီးလာခြင်း၊ မိသားစုမျိုးရိုးထဲတွင် သွေးတိုးရောဂါ ခံစားရသူဖြစ်ခြင်း၊ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုမရှိခြင်း၊ အဆီ၊ ဆား၊ ငါးပိ၊ ငါးခြောက်၊ ငံပြာရည် အလွန်အကျွံစားသုံးခြင်း၊ အရက်အလွန်သောက်သုံးခြင်း၊ အဝလွန်ကဲခြင်း၊ ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း၊ သွေးထဲတွင်အဆီဓာတ်များခြင်း၊ စိတ်ဖိစီးမှုများခြင်းနှင့် အခြားရောဂါများ(ဥပမာ –ကျောက်ကပ်၊ ဆီးချို)များကြောင့် သွေးတိုးရောဂါ ဖြစ်စေသည်။ သွေးပေါင်ချိန် လွန်ကဲ စွာတက်လာပါက ပြင်းထန်စွာ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ ချာချာလည်ခေါင်းမူးခြင်း၊ အမြင်အာရုံဆိုင်ရာ ပြဿနာများ ဖြစ်ပေါ်ခြင်း၊ နှလုံးခုန်မမှန်ခြင်း၊ အသက်ရှူရခက်ခဲခြင်း၊ ရင်ဘတ်အောင့်ခြင်း၊ နားအူလာခြင်း၊ ရင်ဘတ်နှင့် လည်ပင်းထဲတွင် တဒုတ်ဒုတ်ခုန်နေသကဲ့သို့ခံစားရခြင်းနှင့် ဆီးသွားပါက သွေးပါလာခြင်းများ ဖြစ်ပေါ် လာတတ်သည်။

ဓာတ်ပုံ – healthline.com

သွေးတိုးရောဂါနှင့်ဆက်နွယ်နေသော ရောဂါများစွာရှိသည်။ ရင်ဘတ်အောင့်လာခြင်း၊ လေဖြတ်ခြင်း၊ ကျောက်ကပ်တွင် ဆီးကျောက်တည်ခြင်း၊ ဂေါက်အဆစ်ရောင်ရောဂါဖြစ်ခြင်း၊ အိပ်နေစဉ် မကြာခဏ အသက်ရှူရပ်သွားခြင်း၊ ဦးနှောက်အတွင်း သွေးယိုစိမ့်ထွက်ခြင်း၊ ဦးနှောက်သွေးကြောများဖောင်းလာခြင်းနှင့် သွေးခဲများဖြစ်ခြင်း၊ ခေါင်းမူးခြင်းနှင့် နုံးခွေခြင်းတို့ ဖြစ်တတ်သည်။ သွေးတိုးရောဂါသည် နှလုံးနှင့် သွေးကြောရောဂါဆိုင်ရာ ရောဂါများ အဖြစ်များသောရောဂါဖြစ်သည်။ တတ်ကျွမ်းသောဆရာဝန်နှင့် သွေးပေါင်ချိန်တက်ခြင်း၊ ကျခြင်း ရှိ မရှိ စစ်ဆေးရပါမည်။ သွေးတိုးရောဂါရှိပါက ဆေးမှန်မှန်သောက်ခြင်း၊ ကျန်းမာရေးနှင့် သင့်တော်သော လူနေမှုဘဝပုံစံဖြစ်ရန် ပြောင်းလဲနေထိုင်ခြင်း၊ ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးခြင်းနှင့် ရောဂါဖြစ်စေသော အကြောင်းရင်းများကို ရှောင်ခြင်းတို့ ပြုလုပ်သင့်ပါကြောင်း အကြံပြုအပ်ပါသည်။

လင်းလင်းမော်

ဓာတ်ပုံ – resmed.com

စာမျက်နှာ ၂၃ မှ

ဘတ်စ်ကားများအား သန့်စင်အောင် ပြုလုပ်ခြင်း

ဘတ်စ်ကားများသန့်စင်အောင် ကလိုရင်းပါသော ပိုးသန့်စင်ဆေးရည်ကို အသုံးပြုကြပါသည်။ သန့်စင်ပြီးသွားပါကလည်း အနည်းဆုံး နာရီဝက်စောင့်ဆိုင်းပြီးမှ မိမိတို့လိုရာခရီးကို ဆက်ပြီး သွားရပါမည်။ ကလိုရင်းသည် သတ္တုများကိုစားပြီး လောင်စေခြင်း၊ အရေပြားထိခိုက်ခြင်း၊ မျက်စိကိုထိခိုက်ခြင်း၊ အငွေ့ကိုရှူမိပါက အသက်ရှူလမ်းကြောင်းကို ထိခိုက်ခြင်း၊ ပါးစပ်အတွင်းဝင်ပါက အာခေါင်၊ ခံတွင်းများကို ပျက်စီးခြင်းများ ဖြစ်တတ်၍ ယာဉ်မောင်းများ သတိထားရန် လိုအပ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဘတ်စ်ကားကို ပိုးသန့်စင်ပါက လက်အိတ်၊ Apron (ရင်ကာ)၊ Cap (ခေါင်းဆောင်း)၊ Mask၊ Face Shield နှင့် မျက်မှန်တပ်ဆင်ရန် အရေးကြီးပါသည်။

ခရီးသွားများ လိုက်နာရန်အချက်များ

ဘတ်စ်ကားစီးပါက အလုံပိတ်ပြီး စီးခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်ရပါမည်။ Aircon မဖွင့်ဘဲ ကားကို စီးရပါမည်။ ခရီးသွား ပြည်သူများအနေဖြင့် ထိုင်သောအချိန်တွင် ထိုင်ခုံများကို Zigzag ထိုင်ရပါမည်။ ခြားပြီး ထိုင်ရပါမည်။ မတ်တပ်ရပ်ပါကလည်း ခပ်ခွာခွာလေး ရပ်ကြရပါမည်။ Mask တပ်ရပါမည်။ Hand Gel ဆောင်ထားပြီး အသုံးပြုရပါမည်။ အသုံးပြုပြီးသော တစ်ရှူးစများ၊ Mask များကို အလွယ်တကူ စည်းကမ်းမဲ့ မစွန့်ပစ်သင့်ပါ။ အဖုံးပါသော အမှိုက်ပုံး၊ အမှိုက်အိတ်ထဲသို့ စနစ်တကျ စွန့်ပစ်ရပါမည်။

အကြံပြုချက်

ဘတ်စ်ကားပေါ်တွင်ရောက်သော အချိန်တွင် ယာဉ်မောင်းနှင့် ခရီးသွား ပြည်သူများအားလုံး စုရုံးနေသည့်အတွက်ကြောင့် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ကူးစက်ရန် လွန်စွာလွယ်ကူပါသည်။ မိမိကိုယ်တိုင် နှာချေ၊ ချောင်းဆိုးပါက လက်နှင့်အုပ်မိပါက လက်နှင့် ကိုင်တွယ်လိုက်သော တန်းများတွင် ရောဂါပိုးများ ရောက်ရှိနိုင်သည်ကို သတိထားရပါမည်။ Mask ချွတ်ပါက လက်ကို ဆပ်ပြာနှင့် ရေအသုံးပြုပြီး သေချာစွာ ဆေးရပါမည်။ လက်သန့်ဆေးရည် အသုံးပြုရပါမည်။ ယာဉ်မောင်းဖြစ်စေ၊ ခရီးသွားပြည်သူဖြစ်စေ ညွှန်ကြားချက်များ လိုက်နာသင့်ကြောင်း အကြံပြုအပ်ပါသည်။

ဒေါက်တာမြင့်သန်းထွန်း

ပြည်တွင်းအလုပ်အကိုင်အခွင့်အလမ်းများ

Staff Nurse(Full Time) မ (၃) ဦး
Midsife(Full Time) မ (၃) ဦး
Nurse Aid ကျား/မ (၆) ဦး
သန့်ရှင်းရေး ကျား/မ (၄) ဦး

လျှောက်ထားလိုသူများသည် ပါရမီအထွေထွေရောဂါကုဆေးရုံ ဖုန်း–၉၅၁–၆၅၁ ၄၂၅၊ ၉၅၁–၆၅၇ ၂၂၃ သို့ ပေးပို့ လျှောက်ထားနိုင်ပါသည်။

Operation Manager ကျား/မ (၂) ဦး
လုံခြုံရေးမှူး/ကြီးကြပ်ရေးမှူး ကျား/မ (၅) ဦး
လုံခြုံရေးဝန်ထမ်း ကျား (၇၀) ဦး

လျှောက်ထားလိုသူများသည် DMM Security Service Co.,Ltd ဖုန်း–၀၉–၂၆၇၂၆၅၄၀၇ သို့ဆက်သွယ်လျှောက်ထားနိုင်ပါသည်။

Auditor(Hotel) ကျား/မ (၁) ဦး
Store Accountant ကျား (၁) ဦး
Cashier မ (၅) ဦး
Purchaser မ (၂) ဦး

လျှောက်ထားလိုသူများသည် Paragon Construction အမှတ် (၁၂၇–၁၃၇)၊ (၅)လွှာ၊ အနော်ရထာလမ်း၊ (၂) ရပ်ကွက်၊ လသာမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့သို့ လာရောက်လျှောက်ထားနိုင်ပါသည်။

ဒုတိယဦးစီးမှူး ကျား/မ (၃) ဦး

ဥပဒေ၊ အင်္ဂလိပ်စာ၊ စီးပွားရေးဘွဲ့ ရရှိပြီးသူဖြစ်ရမည်။ မြန်မာစာ၊ အင်္ဂလိပ်စာ၊ အထွေထွေဗဟုသုတပါဝင်သည့် ရေးဖြေစာမေးပွဲဖြေဆိုခြင်း၊ လူတွေ့စစ်ဆေးခြင်းနှင့် ကွန်ပျူတာကျွမ်းကျင်မှု စစ်ဆေးခံရမည်။

အငယ်တန်းစာရေး ကျား/မ (၆) ဦး

တက္ကသိုလ်တစ်ခုခုမှ ဘွဲ့ရပြီးသူဖြစ်ရမည်။ အထွေထွေဗဟုသုတပါဝင်သည့် ရေးဖြေစာမေးပွဲဖြေဆိုခြင်း၊ လူတွေ့စစ်ဆေးခြင်းနှင့် ကွန်ပျူတာကျွမ်းကျင်မှု စစ်ဆေးခံရမည်။

လျှောက်လွှာပုံစံကို Myanmar National Portal အခွန်အယူခံရုံးနှင့် အခွန်အယူခံခုံအဖွဲ့ Face Book Page တွင် ဖော်ပြထားသည့်အချက်အလက်များကို (၃၀–၈–၂၀၂၁) ရက်နေ့နောက်ဆုံး ဖြည့်သွင်းလျှောက်ထားနိုင်ပါပြီး အသေးစိတ်စုံစမ်းလိုပါက ဖုန်း–၀၉–၄၂၀၇၀၅၂၀၁၊ ၀၉–၄၀၁ ၅၄၅၄၅၄ သို့ ဆက်သွယ်မေးမြန်းနိုင်ပါသည်။

အငယ်တန်းအင်ဂျင်နီယာ(၃) ကျား/မ (၂၅) ဦး

B.E(Civil, Mech, EP ဘွဲ့ရရှိပြီးသူဖြစ်ရမည်။

အငယ်တန်းစာရေး ကျား/မ (၉၀) ဦး

တက္ကသိုလ်တစ်ခုခုမှ ဘွဲ့ရပြီးသူဖြစ်ရမည်။ ကွန်ပျူတာကျွမ်းကျင်သူဖြစ်ပြီး လက်တွေ့အစစ်ဆေးခံနိုင်ရမည်။

လျှောက်လွှာပုံစံကို နယ်စပ်ရေးရာဝန်ကြီးဌာန Website www.moba.gov.mm တွင် Download ရယူနိုင်ပါသည်။ အသေးစိတ် အချက်အလက်များကို သိရှိလိုပါက ပညာရေးနှင့်လေ့ကျင့်ရေးဦးစီးဌာန၊ စီမံရေးရာဌာနခွဲ ဖုန်း–၀၆၇၃–၄၀၉၅၈၈ သို့ဆက်သွယ်မေးမြန်းနိုင်ပြီး လျှောက်လွှာကို ၁၇–၉–၂၀၂၁ နောက်ဆုံးထား၍ computer.etd.2016@gmail.com ပေးပို့လျှောက်ထားနိုင်ပါသည်။

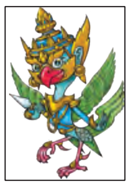
Hotel Manager ကျား (၁) ဦး
Assistant Hotel Manager ကျား (၁) ဦး
Chief Engineer(M&E) ကျား (၁) ဦး
Restaurant Manager ကျား (၁) ဦး
F&B Supervisor ကျား (၂) ဦး
Sous Chef(Asian Food) ကျား (၁) ဦး
Chef De Partie Male ကျား (၁) ဦး
Kitchen Staff ကျား/မ (၂) ဦး
Housekeeping Floor Supevisor ကျား (၂) ဦး
Public Area Supervisor ကျား (၁) ဦး
Housekeeping Room Attendant ကျား (၃) ဦး
Laundry Supervisor ကျား/မ (၁) ဦး
Laundry Staff ကျား/မ (၃) ဦး
M & E Technician ကျား (၃) ဦး
M & E Helper ကျား (၂) ဦး

လျှောက်ထားလိုသူများသည် Best Western Chinatown Hotel(Yangon) ဖုန်း–၀၉–၄၂၂၀ ၅၇၇၉၉၊ ၀၁–၈၂၅၁၀၈၀ သို့ဆက်သွယ်လျှောက်ထားနိုင်ပါသည်။

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

ဒို့ကျေးရွာဗေဒင်

၁ - ၉ - ၂၀၂၁ မှ ၁၅ - ၉- ၂၀၂၁ အထိ
တ က္က သို လ် စိုး မိုး နိုင်



တနင်္ဂနွေ။ ဘဝတစ်ဆစ်ချိုးပြောင်းလဲမည့် ကာလ။ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများကိုထိန်းထိန်းသိမ်းသိမ်းလုပ်ကိုင်သင့်သည်။ အလောင်းအစားကိစ္စရပ်များကိုရှောင်ပါ၊ နိုင်ငံရပ်ခြားဆက်သွယ်ရကိန်း၊ သွားရောက်ရကိန်းများကြုံမည်။ ကျန်းမာရေးအတွက် အဆီများသော အစာကို တတ်နိုင်သရွေ့ရှောင်၊ လုံးဝမစားမိလျှင်ပိုကောင်း၏။ အချစ်ရေးမှာ ကြားလူဝင်ရှုပ်မည်။

ယတြာ။ သစ်သီးလှူပါ။

တနင်္လာ။ အမှတ်တရထူးခြားမှုများ ကြုံရမည့် ကာလ။ မှန်ကန်သော အတွေးအခေါ် နည်းလမ်းများကို အသုံးချတတ်လျှင် အများတကာထက် ခြေလှမ်းသာသွားနိုင်၏။တိုးတက်မှုကိုဖန်တီးသော ပြောင်းရွှေ့မှုများကြုံမည်။ ကျန်းမာရေးအတွက် တနင်္လာနေ့နှင့် ကြာသပတေးနေ့မျိုးတွင် ဆံပင်ညှပ်ခြင်း လက်သည်းညှပ်ခြင်းပြုလုပ်ပါ။ ထိုညှပ်စဖြတ်စကို အိမ်၏ အနောက်ဘက်အရပ်တွင် စွန့်ပစ်ပါ။ အချစ်ရေးညံ့နေ၏။

ယတြာ။ မွေးနေ့မှာ မိတ်ဆွေသုံးဦးကို ကျွေးမွေးပါ။

အင်္ဂါ။ စွမ်းရည်ထူးများ တောက်ပမည့်ကာလ။ ရုတ်တရက် ထူးထူးခြားခြားအောင်မြင်ကိန်းကြုံမည်။ ဆုံးရှုံးထားသော ငွေကြေးဥစ္စာများ ပြန်ရမည်။ ရှာဖွေရရှိ ထားသော ပစ္စည်းများကို သတိပညာနှင့် ထိန်းသိမ်း တတ်ဖို့ လို၏။ ကျန်းမာရွှင်လန်းစေဖို့ စိတ်ကို ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်နေတတ်အောင် လေ့ကျင့်သင့်၏။ အကောင်းမြင် အပြုတွေးတတ် စိတ်ကို မွေးမြူသင့်၏။ ဆီး၊ ဝမ်း၊ လေမှန်အောင် ဂရုစိုက်ပါ။ အချစ်ရေး ညံ့နေ၏။

ယတြာ။ ပန်း၊ ရေချမ်း၊ ဆွမ်းကပ်လှူပါ။

ဗုဒ္ဓဟူး။ ကံစမ်းမဲတစ်ပြားကို နှိုက်ရမည့် ကာလ။ စိတ်လှုပ်ရှားရင်ခုန်ဖွယ်ရာများ မကြာခဏကြုံမည်။ ကံဆိုး ကံကောင်းနှစ်ခုစလုံးဒွန်တွဲနေ၏။ ဝီရိယဉာဏ်ပညာ စွမ်းရည်များကိုသုံးပြီး အခြေအနေကို သုံးသပ်လုပ်ဆောင်ဖို့ လို၏။ ကျန်းမာရေးကိစ္စမပေါ့ဆနှင့်။ တတ်သိနားလည်သူ၏ ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း တိကျစွာ လိုက်နာပါ။ ရောဂါဝေဒနာဟောင်းကို ဂရုစိုက်ပါ။ ချစ်သူနှင့် လက်ထပ်ရမည်။

ယတြာ။ မွေးနံထောင့်မှာ ပန်းများများလှူပါ။

ကြာသပတေး။ ဝင်လာသော ပစ္စည်းပြန်ထွက်တတ်သော ကာလ။ စွန့်စားမှုနှင့် အကျိုးပေးမည်။ ငွေတိုးချေးသော လုပ်ငန်းနှင့် အဆင်မပြေတတ်ပေ။ ကြုံဆုံလာသော ပြဿနာကို လူကြီးမိဘ အကြံ ဉာဏ်နှင့် ဖြေရှင်းပါ။ မမျှော်လင့်ထားသော ဝင်ငွေ ကောင်းရမည်။ ကျန်းမာရေးအနည်းငယ်ချူချာမည်။ အစာမကြေ လေထိုးလေအောင့်ဖြစ်နိုင်၏။ တစ်နေ့မိနစ် ၃၀ ခန့် လမ်းလျှောက်ပါ။ ချစ်သူကြောင့် ပျော်ရမည်။

ယတြာ။ အိမ်ရှိဘုရားမှာ နှင်းဆီပန်းလှူပါ။

သောကြာ။ ချောတိုင်ထိပ်က အလံကို ရယူရသလို ဖြစ်နေမည့် ကာလ။ အခက်အခဲရှိသော်လည်း ကံကောင်းပါလိမ့်မည်။ ဇွဲအပြည့်နှင့် ကြိုးစားဖို့ရန်လို၏။ တွေဝေမှုကို လက်မခံသင့်ပေ။ စာချုပ်စာတမ်းကိစ္စ သတိထားရမည်။ ကျန်းမာရေးအနေဖြင့် ဆေးဝါးကုသမှုနှင့် အစားအသောက်ကို ဆင်ခြင်စားသောက်သင့်၏။ မတည့်သော အစားအစာကို ရှောင်ပါ။ အချစ်ရေးကိစ္စတွင် အမြင်မကျဉ်းသင့်ပေ။

ယတြာ။ ဘုရားတွင် အောင်သပြေလှူပါ။

စနေ။ လက်မထောင်ခွင့်ရမည့် ကာလ။ လုပ်သမျှ ဟုတ်နေမည်။ ရွှေ ငွေရတနာ စုဆောင်းမိမည်။ ဝမ်းသာစရာ၊ အံ့သြစရာများကြုံမည်။ ခရီးတစ်ခုသွားရလိမ့်မည်။ ကျန်းမာရေးကောင်းစေရန် အမှည့်လွန်သည့် အသီးအနှံများကို လုံးဝရှောင်ပါ။ မမျှော်လင့်ထားသော ချစ်သူတစ်ယောက်ကို ကောက်ရမည်။

ယတြာ။ ဒန်းညွှန့်လှူပါ။

မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး အမရပူရမြို့နယ်၌ ဘိန်းဖြူများ သိမ်းဆည်းရမိ

မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ အမရပူရမြို့နယ် သီရိမင်္ဂလာ ကုန်တင်ရပ်နားစခန်း၌ ငွေကျပ် ၂ ဒသမ ၂၈ ဘီလီယံတန်ဖိုးရှိ ဘိန်းဖြူများ ဖမ်းဆီးရမိခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ဖြစ်စဉ်မှာ ဇူလိုင်လ ၃၀ ရက်နေ့ ညနေပိုင်းက မူးယစ်ဆေးဝါးတားဆီးနှိမ်နင်းရေး ရဲတပ်ဖွဲ့မှ တပ်ဖွဲ့ဝင်များ ပါဝင်သော ပူးပေါင်းအဖွဲ့သည် သတင်းအရ အမရပူရမြို့နယ် သီရိမင်္ဂလာကုန်တင်ယာဉ်ရပ်နားစခန်းတွင် ရန်နိုင်ဦးမောင်းနှင်ပြီး ကျော်သက်လိုက်ပါလာသော နမ်ဆန်းကန်တာ အမျိုးအစားခြောက်ဘီးကွန်တိန်နာယာဉ်အား စောင့်ကြည့်နေစဉ် ဆိုင်ကယ်ဖြင့် ရှေ့ပြေးလိုက်ပါလာသည့် သက်မောင်မောင်ချမ်း(ခေါ်) ကျော်ရဲအောင်နှင့် ဝင်းမင်းသန့်(ခေါ်) ဂျပန်ကြီးတို့ ရောက်ရှိလာကြသည်။ ၎င်းတို့ကို ထိန်းသိမ်းပြီး ကွန်တိန်နာမော်တော်ယာဉ်ကို ဖွင့်၍ စစ်ဆေးခဲ့ရာ ကာလတန်ဖိုး ငွေကျပ် ၂ ဒသမ ၂၈ ဘီလီယံကျော်တန်ဖိုးရှိ ဘိန်းဖြူ ၃၈ ကီလိုကျော်ကို သိမ်းဆည်းရမိခဲ့သည်။ ၎င်းတို့အား မူးယစ်ဆေးဝါးနှင့် စိတ်ကိုပြောင်းလဲစေသော ဆေးဝါးများဆိုင်ရာဥပဒေအရ အရေးယူထားပြီး ကွင်းဆက်အမှုများအား ဆက်လက်စစ်ဆေးဖော်ထုတ်လျက်ရှိကြောင်း မြန်မာနိုင်ငံရဲတပ်ဖွဲ့မှ သိရှိရသည်။

ကိုရဲ

သဘာဝဘေးအန္တရာယ်

မြေပြိုခြင်းမဖြစ်မီ ဆောင်ရွက်ရန်

မြေဆီလွှာတွေကိုထိန်းသိမ်းဖို့နဲ့မြေဆီလွှာတိုက်စားမှုတွေကို ကာကွယ်ဖို့အတွက်သစ်ပင်ကြီးတွေနဲ့တခြားသစ်ပင်ပန်းမန်တွေစိုက်ပါ။ ဒါအရေးကြီးပါတယ်။ မြေပြိုကျခြင်းဖြစ်နိုင်တဲ့အသွင်အပြင်လက္ခဏာတွေကို သိအောင်လုပ်ထားပါ။ ဒါအရေးကြီးပါတယ်။

မိုးသည်းထန်စွာရွာက ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ရေစီးကြောင်းပြောင်းလဲမှုတွေ၊ တောင်စောင်းကုန်းလျှောတွေရဲ့မြေရွေ့လျားမှုတွေ၊ မသိမသာ မြေမျက်နှာပြင်နိမ့်ကျမှုတွေနဲ့တောင်စောင်းရှိသစ်ပင်တွေတဖြည်းဖြည်းယိုင်နဲ့လာမှုတွေကြောင့် မြေမျက်နှာပြင်အနေအထားတွေ ပြောင်းလဲလာတတ်သေးတယ်။

အရင်တုန်းက မဖြစ်ဖူးဘဲနဲ့တံခါးတွေ၊ ပြတင်းပေါက်တွေ ရုတ်တရက် ကျပ်လာတယ်။ ဒီအချက်တွေကိုသတိရှိပါ။ အိမ်နံရံ၊ သမံတလင်းနဲ့အုတ်မြစ်တွေမှာ အက်ကြောင်းအသစ်တွေဖြစ်ပေါ်လာတယ်။ ဒီအချက်တွေကိုသတိရှိပါ။ အိမ်နဲ့ဆောက်ထားတဲ့အပြင်ဘက်ရှိလှေကားထစ်၊ လူသွားလမ်းစတာတွေဟာ အိမ်နဲ့ကွာလာတယ်။ ဒါတွေကိုသတိရှိပါ။ ကွန်ကရစ်လမ်း သို့မဟုတ် မြေမာလမ်းတွေမှာ တဖြည်းဖြည်း အက်ကွဲကြောင်းတွေ ဖြစ်လာတယ်။ ဒါတွေကိုသတိရှိပါ။

တောင်စောင်းတောင်ကုန်းတွေရဲ့အောက်ခြေမှာ မြေတွေမို့တက်လာတယ်။ ဝင်းခြံတံတိုင်းတွေ၊ ခြံစည်းရိုးတွေ၊ ဓာတ်တိုင်တွေ၊ သစ်ပင်တွေ ယိမ်းယိုင်ရွေ့လျားတယ်။ မြေစပြိုတဲ့အခါမှာအသံကို တော်သင့်ရုံကြားရပြီး တဖြည်းဖြည်းနဲ့အသံကျယ်လာပြီဆိုရင် ကိုယ်နဲ့နီးလာပြီဆိုတာကို သိနိုင်တယ်။ တောင်စောင်း ဒါမှမဟုတ် တောင်စွန်းပေါ်မှာ ရပ်နေပါက ကိုယ်ရပ်နေတဲ့ခြေထောက်အောက်ကမြေကြီးဟာ တောင်ခြေဘက်ကိုလျှောကျလာတယ်။ ကြားလေ့ကြားထမရှိတဲ့ သစ်ပင်သစ်ကိုင်းကျိုးတာမျိုး၊ ကျောက်စိုင်ကျောက်ခဲတွေ ပွတ်တိုက်တာမျိုးကို ကြားလာမယ်ဆိုရင် မြေပြိုတာကြောင့် ကျောက်စိုင်ကျောက်ခဲတွေ လွင့်စဉ်လာတာ ဖြစ်နိုင်တယ်။

ကားမောင်းနေစဉ် ကားလမ်းဘေးရှိ လူသွားစင်္ကြံလမ်းပြိုလဲတာမျိုး၊ ရွံ့တွေ ကျောက်စကျောက်နတွေ လွင့်စဉ်ပြန့်ကျဲနေတာမျိုးတွေ့ရလို့ရှိရင် မြေပြိုခြင်း ဖြစ်နိုင်တယ်။

Unicef ၏ "သဘာဝဘေးအန္တရာယ်အတွက် ကြိုတင်ကာကွယ်ပြင်ဆင်မှုဆိုင်ရာအားလုံး သိထားရမည့်အချက်အလက်နဲ့ လမ်းညွှန်မှုများ"စာအုပ်မှထုတ်နုတ်ဖော်ပြသည်။

မိုးလေဝသနှင့် ဇလဗေဒခန့်မှန်းချက်

၂၀၂၁ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ ဒုတိယ ၁၅ ရက်အတွက်

ဘင်္ဂလားပင်လယ်အော်အခြေအနေ

ဘင်္ဂလားပင်လယ်အော်တွင် လေဖိအားနည်းရပ်ဝန်း(၂)ကြိမ်ဖြစ်ပေါ်နိုင်ပြီး၊ (၁)ကြိမ်တွင် ပိုမိုအားကောင်းလာကာ မုန်တိုင်းငယ်အဖြစ်သို့ ရောက်ရှိနိုင်ပါသည်။ အနောက်တောင်မုတ်သုံလေသည် ကပ္ပလီပင်လယ်ပြင်နှင့် ဘင်္ဂလားပင်လယ်အော်တို့တွင် အားအသင့်အတင့်မှ အားကောင်းနိုင်ပါသည်။

မိုးအခြေအနေနှင့်မိုးရွာရက်

မိုးရွာသွန်းမှုအခြေအနေမှာ ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး(အနောက်ပိုင်း)နှင့် ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီးတို့တွင် ရွာသွန်းမြဲအောက် လျော့နည်းနိုင်ပြီး၊ နေပြည်တော်၊ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး၊ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ မကွေးတိုင်းဒေသကြီး၊ ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး(အရှေ့ပိုင်း)၊ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး၊ တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီး၊ ကချင်ပြည်နယ်၊ ရှမ်းပြည်နယ်၊ ချင်းပြည်နယ်၊ ရခိုင်ပြည်နယ်၊ ကယားပြည်နယ်၊ ကရင်ပြည်နယ်နှင့် မွန်ပြည်နယ်တို့တွင် ရွာသွန်းမြဲခန့် မိုးထစ်ချုန်းရွာနိုင်ပါသည်။

စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီးအထက်ပိုင်း၊ ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး၊ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး၊ ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး၊ တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီး၊ ကချင်ပြည်နယ်၊ ချင်းပြည်နယ်၊ ရခိုင်ပြည်နယ်၊ ကရင်ပြည်နယ်နှင့် မွန်ပြည်နယ်တို့တွင် (၁၀) ရက်မှ(၁၃)ရက်ခန့်၊ နေပြည်တော်နှင့် ရှမ်းပြည်နယ်တို့တွင် (၇)ရက်မှ (၁၀)ရက်ခန့်နှင့် စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီးအောက်ပိုင်း၊ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ မကွေးတိုင်းဒေသကြီးနှင့် ကယားပြည်နယ်တို့တွင် (၄)ရက်မှ (၇)ရက်ခန့် မိုးထစ်ချုန်းရွာနိုင်ပါသည်။

မြစ်ရေအခြေအနေ

ဧရာဝတီမြစ်ရေသည် ပခုက္ကူမြို့၊ ညောင်ဦးမြို့၊ ဆိပ်သာမြို့၊ ဟင်္သာတမြို့နှင့် ဇလွန်မြို့တို့တွင် (၁)ကြိမ်ခန့်စီ၊ ချင်းတွင်းမြစ်ရေသည် ခန္တီးမြို့၊ ဟုမ္မလင်းမြို့၊ ဖောင်းပြင်မြို့၊ မော်လိုက်မြို့၊ ကလေးဝမြို့၊ မင်းကင်းမြို့၊ ကနီမြို့နှင့် မုံရွာမြို့တို့တွင် (၁)ကြိမ်ခန့်စီ၊ ဒုဋ္ဌဝတီမြစ်ရေသည် မြစ်ငယ်မြို့တွင် (၁)ကြိမ်ခန့်၊ သောင်းရင်းမြစ်ရေသည် မြဝတီမြို့တွင် (၁)ကြိမ်ခန့်၊ စစ်တောင်းမြစ်ရေသည် တောင်ငူမြို့နှင့် မဒေါက်မြို့တို့တွင် (၁)ကြိမ်ခန့်စီ၊ ရွှေကျင်မြစ်ရေသည် ရွှေကျင်မြို့တွင် (၁)ကြိမ်ခန့်၊ ပဲခူးမြစ်ရေသည် ပဲခူးမြို့တွင် (၁)ကြိမ်ခန့်၊ သံလွင်မြစ်ရေသည် ဘားအံမြို့တွင် (၁)ကြိမ်ခန့်၊ ဝေန်မြစ်ရေသည် ငါးသိုင်းချောင်းမြို့၊ သာပေါင်းမြို့နှင့် ပုသိမ်မြို့တို့တွင် (၁)ကြိမ်ခန့်စီ၊ ကုလားတန်မြစ်ရေသည် ကျောက်တော်မြို့တွင် (၁)ကြိမ်ခန့်၊ တိုးမြစ်ရေသည် မအူပင်မြို့တွင် (၁)ကြိမ်ခန့်နှင့် ဘီးလင်းမြစ်ရေသည် ဘီးလင်းမြို့တွင် (၁)ကြိမ်ခန့် ယင်းမြို့များ၏ စိုးရိမ်ရေမှတ်အသီးသီးအထက်သို့ ကျော်လွန်ရောက်ရှိနိုင်ပါသည်။

မိုးလေဝသနှင့် ဇလဗေဒညွှန်ကြားမှုဦးစီးဌာန

စားနပ်ရိက္ခာလုံခြုံရေး ရင်ဆိုင်နေရသည့် အာဆီယံနှင့် အစ္စရေးနိုင်ငံ၏ စိုက်ပျိုးရေး အတွေ့အကြုံ

မြတ်သန္တာအောင်

ဓာတ်ပုံ – asia.nikkei.com

အစ္စရေးနိုင်ငံ၏ စိုက်ပျိုးရေးနည်းပညာကုမ္ပဏီများသည် စားနပ်ရိက္ခာထုတ်လုပ်မှု မြင့်တင်ရန် အရှေ့အလယ်ပိုင်းကို အလေးထားလျက် ထိုင်း၊ ဗီယက်နမ်နှင့် ဖိလစ်ပိုင်နိုင်ငံကဲ့သို့ နိုင်ငံများတွင် စီးပွားရေးအခွင့်အလမ်းများ ရှာဖွေနေကြသည်။ အာဆီယံနိုင်ငံများသို့ ၎င်းတို့၏ အတွေ့အကြုံများ ဖြန့်ဝေခြင်းဖြင့် အရှေ့တောင်အာရှစိုက်ပျိုး-စားနပ်ရိက္ခာကဏ္ဍတွင်အစ္စရေးနည်းပညာများတည်ရှိမှု ကြီးထွားလာမည် ဖြစ်သည်။

အရှေ့တောင်အာရှရှိလယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးအသိုင်းအဝိုင်းများသို့ အပြန်အလှန် စိုက်ပျိုးရေးအစီအစဉ်များမှတစ်ဆင့် အစ္စရေးနိုင်ငံ၏ စိုက်ပျိုးရေးဆန်းသစ်တီထွင်မှုများ ပိုမိုဝင်ရောက်လာသည်။ပြီးခဲ့သည့်နှစ်အောက်တိုဘာလက ထိုင်းနိုင်ငံ၊ ပက်ချ်ဘူရီပြည်နယ်တွင် အစ္စရေးနိုင်ငံက ဒုတိယကြိမ်မြောက် ဖန်လုံအိမ်အဆောက်အဦတစ်ခု ဖွင့်လှစ်ကာ ထိုင်းနိုင်ငံနှင့် ၎င်း၏ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုကို တိုးချဲ့ခဲ့သည် ။

အဆိုပါ စီမံကိန်းတွင် အစ္စရေးကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များ ပါဝင်ပြီး ၎င်းတို့ကထိရောက်ပြီးရေရှည်တည်တံ့မှုရှိသော စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်မှုအတွက် ရည်ရွယ်၍ အစ္စရေး၏ ဆည်မြောင်းစနစ်နှင့် ဖျန်းစက်စနစ်များကို အသုံးပြုကာ ထိုင်းလယ်သမားများ ကောက်ပဲသီးနှံများ စိုက်ပျိုးနိုင်ရန် ကူညီခဲ့သည်။

ထိုင်းနိုင်ငံကဲ့သို့ပင် ဗီယက်နမ်နိုင်ငံရှိ ဗင်းရှ်ဖွတ်ခ်ပြည်နယ်မြောက်ပိုင်းတွင်လည်း အစ္စရေးနိုင်ငံမှ ဆောက်လုပ်ပေးထားသော ဖန်လုံအိမ်များရှိပြီး လယ်သမားများသည် အာဟာရရည်ဖြင့်စိုက်ပျိုးသည့် နည်းစနစ်များကို အသုံးပြုကာ ကောက်ပဲသီးနှံအချို့ကို အောင်မြင်စွာ စိုက်ပျိုးနိုင်ခဲ့ကြသည်။

ဗီယက်နမ်နိုင်ငံတွင်လည်း အစ္စရေးနိုင်ငံနှင့် နှစ်နိုင်ငံ အလုပ်သမားပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု သဘောတူညီချက်ကို ယခုနှစ်တွင် အမြန်ဆုံး လက်မှတ်ရေးထိုးနိုင်ရန် စီစဉ်လျက်ရှိပြီး ယင်းသဘောတူချက်အရ နိုင်ငံ၏ စိုက်ပျိုးရေးကဏ္ဍတွင် အတွေ့အကြုံရရှိရန် ဗီယက်နမ်အလုပ်သမားများကို အစ္စရေးနိုင်ငံသို့ စေလွှတ်သွားမည် ဖြစ်သည်။

အစ္စရေးနိုင်ငံအနေဖြင့် နည်းပညာများ အများဆုံးထောက်ပံ့ပေးနေပြီး ၎င်းတို့ထောက်ပံ့သည့် နည်းပညာသည် စစ်ထုတ်ခြင်းထက် ပိုမိုကောင်းမွန်သော အစက်ချရေသွင်းသည့်စနစ်ဖြစ်ပြီး ၎င်းစနစ်သည် ရေကိုပိုမိုထိရောက်စွာ အသုံးပြုနိုင်ပြီး စွမ်းအင်အားထားမှုနည်းကာ ပြောင်းပြန်စိမ့်ဝင်ပျံ့နှံ့နိုင်သည့် စနစ်အသစ်ဖြစ်လာနိုင်ကြောင်း စင်ကာပူနိုင်ငံရှိ အစ္စရေးနိုင်ငံဆိုင်ရာသံအမတ် ဆာဂီကာနီက ပြောကြားခဲ့သည်။

၎င်းအစက်ချစိုက်ပျိုးနည်းသည် အထွက်နှုန်းကို ၂၀ ရာခိုင်နှုန်းမှ ၃၀ ရာခိုင်နှုန်းအထိ တိုးမြှင့်ပေးပြီး ကောက်နှံအရည်အသွေးနှင့်အရွယ်အစားကိုတည်ငြိမ်စေသည်။

> “နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံအနေဖြင့် ဈေးကွက်မြင့်မားလာလျှင် ဈေးနှုန်းမြင့်နည်းပညာများကို အသုံးပြုနိုင်ပြီး ထိုသို့ အသုံးမပြုနိုင်သေးသော နိုင်ငံများအနေဖြင့် မတူညီသောနည်းပညာများ သို့မဟုတ် ကွဲပြားသော ဖြေရှင်းချက်များကို ရှာဖွေသင့်သည်”

ဖိလစ်ပိုင်နိုင်ငံ၏မီဒါနာဒိုကျွန်းတွင် ပို့ကုန်သမားများ ပိုင်ဆိုင်သော မြေယာ ၆၀ ရာခိုင်နှုန်းခန့်နှင့် အကြီးစားကော်ပိုရေးရှင်းများသည် အစ္စရေးကုမ္ပဏီများက ထောက်ပံ့သော အစက်ချရေသွင်းနည်းစနစ်ဖြင့် အကျိုးအမြတ် ဖြစ်ထွန်းနေပြီး ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုနှင့် မိုးရေချိန်အညွှန်းများကို ဂရုပြုရန်မလိုဘဲ ထုတ်လုပ်မှုကို တည်ငြိမ်စွာ ထိန်းထားနိုင်ပါကြောင်း စီးအီးအို ဂါဘရီရယ် မီအိုဒိုးဝင့်ခ်က ရှင်းပြခဲ့သည်။

“ကျွန်တော်တို့ဟာ လယ်သမားတွေ၊ ဖိလစ်ပိုင်၊ အင်ဒိုနီးရှားနှင့် ဗီယက်နမ်နိုင်ငံတို့က အကြီးဆုံးပူးပေါင်းဆောင်ရွက်သူတွေ၊ ပုဂ္ဂလိကရင်းနှီးမြှုပ်နှံသူတွေနဲ့လည်း အလုပ်လုပ်ကြပါတယ်။ သူတို့ကို ထောက်ပံ့ဖို့နည်းလမ်းတွေနဲ့အတူ လုပ်ငန်းခွင်ကုန်ကျစရိတ်ကို လျှော့ချဖို့ ကြိုးပမ်းနေတုန်း တဖက်မှာလည်း အထွက်နှုန်းတိုးစေဖို့ လယ်ယာလုပ်ငန်းကို ခေတ်မီအောင်လုပ်ဖို့ ဦးတည်လုပ်ကိုင်ပါတယ်” ဟု စီအီးအို ဂါဘရီရယ် မီအိုဒိုးဝင့်ခ်က ပြောခဲ့သည် ။

စိုက်ပျိုးရေးနှင့် ရေအရင်းအမြစ်စီမံခန့်ခွဲမှုတွင်ကမ္ဘာ့ဦးဆောင်နိုင်ငံတစ်ခုဖြစ်လာရေး အစ္စရေးနိုင်ငံက စွမ်းဆောင်နိုင်ခဲ့ကြောင်း တိုနီဘလဲတက္ကသိုလ်၏ ၂၀၁၉ ခုနှစ် အစီရင်ခံစာတစ်စောင်တွင် မှတ်ချက်ပြုထားသည် ။

အစ္စရေးနိုင်ငံတွင် စိုက်ပျိုးရေးနှင့် စားနပ်ရိက္ခာနည်းပညာ ကုမ္ပဏီပေါင်း ၆၀၀ ခန့်ရှိပြီး ၎င်းကုမ္ပဏီများတွင် နိုင်ငံပြင်ပလယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးအခြေအနေများနှင့် ကိုက်ညီမည့် ကောင်းမွန်သော ဖြေရှင်းနည်းများရှိသည်ဟု ကာနီက ဆိုသည်။

၎င်းတို့၏ အောင်မြင်မှုများအနက် တစ်ကေလျှင် ခရမ်းချဉ်သီး တန်ချိန် ၃၀၀ ကျော်ခန့် ထုတ်လုပ်နိုင်ခြင်းတို့ ပါဝင်ပြီး ယင်းပမာဏသည် ကမ္ဘာ့တစ်ဝန်းနိုင်ငံများထက် တန်ချိန် ၅၀ ခန့် ပိုမိုထုတ်လုပ်နိုင်ခြင်းဖြစ်သည်။ ကောက်ပဲသီးနှံများ ရိတ်သိမ်းလွန်ကာလ ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရာတွင်လည်း ထိပ်တန်းနိုင်ငံ တစ်ခုဖြစ်ပြီး ကောက်နှံရိတ်သိမ်းရာတွင် လေလွင့်ဆုံးရှုံးမှု သုည ဒသမ ငါးရာခိုင်နှုန်းသာရှိပြီး ကမ္ဘာ့နိုင်ငံများနှင့် နှိုင်းယှဉ်လျှင် ၂၀ ရာခိုင်နှုန်းခန့် ကွာခြားကြောင်း အစီရင်ခံစာတွင် ဖော်ပြထားသည်။

ကုန်ကျစရိတ်သက်သာသည့်လုပ်သားလုပ်အားပေါ်တွင်သာ မှီခိုလုပ်ကိုင်ကြသော အရှေ့တောင်အာရှရှိ တောင်သူများအတွက် နည်းပညာပြောင်းလဲကျင့်သုံးမှုအတွက် အဓိကပြဿနာသည် ကုန်ကျစရိတ်ဖြစ်ပြီး စီးပွားရေးအရ အလားအလာရှိသော ဖြေရှင်းချက်ကို ရှာဖွေရန် ကြိုးစားရာတွင် ပြဿနာများရှိကြောင်း သံအမတ် ကာနီက အစ္စရေးနိုင်ငံ၏ လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးနည်းလမ်းများကို အရှေ့တောင် အာရှသို့ လွှဲပြောင်းခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ ပြောကြားခဲ့သည် ။

၎င်းက ဆက်လက်၍ နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံအနေဖြင့် ဈေးကွက်မြင့်မားလာလျှင် ဈေးနှုန်းမြင့်နည်းပညာများကို အသုံးပြုနိုင်ပြီး ထိုသို့ အသုံးမပြုနိုင်သေးသော နိုင်ငံများအနေဖြင့် မတူညီသောနည်းပညာများ သို့မဟုတ် ကွဲပြားသော ဖြေရှင်းချက်များကို ရှာဖွေသင့်သည်ဟု သူက ဆိုသည်။

“အနည်းဆုံးတော့ ရီဗူးလစ်စ်လိုမျိုး အစ္စရေးစိုက်ပျိုးရေးကုမ္ပဏီတွေအနေနဲ့ တောင်သူတွေအတွက် အဆင့်တစ်ခု ထောက်ပံ့နိုင်ဖို့ မျှော်လင့်နေပြီး နည်းပညာ ပြောင်းလဲကျင့်သုံးသူတွေအတွက် ကုန်ကျစရိတ် သက်သာစေရန်ဖို့ကို ကုမ္ပဏီ၏ မစ်ရှင်အဖြစ် ဆောင်ရွက်နေပါတယ်” ဟု ကာနီက ပြောကြားခဲ့သည်။

အားကောင်းလာသော ကပ်ရောဂါမှ ရုန်းထွက်နိုင်ရန် ကြိုးပမ်းနေသော အာဆီယံနိုင်ငံများအနေဖြင့် ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင် အောင်မြင်စွာ ပြန်လည်တည်ဆောက်နိုင်ရန် စိုက်ပျိုးရေး-အစားအစာစက်မှုလုပ်ငန်းအတွက် အထောက်အကူအများဆုံးဖြစ်နိုင်မည့် အခြေအနေများကို မူဝါဒချမှတ်သူများက ထောက်ပံ့ပေးရန် အရေးကြီးကြောင်း အာရှဆိုင်ရာ စီးပွားရေးအကြံပေး အောက်စဖို့ဒ် စီးပွားရေးဒါရိုက်တာ ဂျိမ်းစ်လမ်ဘတ် က ဆိုသည်။

ကိုဗစ် – ၁၉ ကူးစက်ရောဂါကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ထောက်ပို့မှုအနှောင့်အယှက်များနှင့် ရာသီဥတု ပြောင်းလဲမှုများမှ ဖြစ်ပေါ်လာသော စားနပ်ရိက္ခာလုံခြုံရေး ခြိမ်းခြောက်မှုများကို ရင်ဆိုင်နေရသော အရှေ့တောင်အာရှနိုင်ငံများအတွက် အစ္စရေးနိုင်ငံ၏ စိုက်ပျိုးအတွေ့အကြုံများက စိုက်ပျိုးရေးအလေ့အကျင့်များ အဆင့်မြှင့်ရန် ကြံရွယ်နေသော အာရှနိုင်ငံအနည်းငယ်အကြား အာရုံစိုက်မှု ရရှိနေသည်။ *မြတ်သန္တာအောင်*

Ref: Nikkei Asia

ဗီယက်နမ်သစ်သီးများအတွက် အလားအလာကောင်းများရှိနေသော အမေရိကန်ဈေးကွက်

ကျောဖုံးမှ

ဓာတ်ပုံ – in.pinterest.com

တင်ပို့မှုသည် နှစ် အလိုက် ၁၆ ဒသမ ၆ ရာခိုင်နှုန်းခန့် တန်ဖိုးအားဖြင့် အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၅၇ ဒသမ ၄ သန်းခန့် မြင့်တက်လာခဲ့သည်ဟု စိုက်ပျိုးရေးနှင့် ကျေးလက်ဖွံ့ဖြိုးရေး ဝန်ကြီးဌာန၏ အသေးစိတ်အချက်အလက်များအရ သိရသည်။

ပြီးခဲ့သည့်နှစ်က ကိုဗစ်-၁၉ ကမ္ဘာ့ကပ်ရောဂါ၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုကြောင့် အခြေအနေများ ဆိုးရွားခဲ့သော်လည်း အမေရိကန်နိုင်ငံသည် အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၁၄ ဒသမ တစ်ဘီလီယံတန်ဖိုးရှိ သစ်သီးများ တင်သွင်းခဲ့ပြီး ယခုနှစ်တွင် အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၁၅ ဒသမ ၁ ဘီလီယံခန့် ရောက်ရှိရန် ခန့်မှန်းထားသည်။

တောင်အမေရိကနှင့် အာရှနိုင်ငံများအပြင် ဖလော်ရီဒါနှင့် ကယ်လီဖိုးနီးယားကဲ့သို့ အမေရိကန်နိုင်ငံရှိ ပြည်နယ် များတွင်လည်း ထုတ်ကုန်ထုတ်လုပ်နိုင်မှု ကြီးထွားလာနေသဖြင့် သစ်သီးတင်ပို့မှုသည် အခွင့်အရေး များစွာနဲ့အတူ ပြင်းထန်သော ယှဉ်ပြိုင်မှုများကြောင့် အတားအဆီးများနှင့် ဆက်လက်ရင်ဆိုင်နေရသည်။ထို့ပြင် ပထဝီဝင်အကွာအဝေးကြောင့် သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးနှင့် သိုလှောင်မှု ကုန်ကျစရိတ်များ မြင့်မားနေခြင်းသည်လည်း သစ်သီးတင်ပို့မှုအတွက် အခက်အခဲများစွာ ဖြစ်ပေါ်စေသည် ။

မြတ်သန္တာအောင်

Ref: English.vov.vn

ဗီယက်နမ်သစ်သီးများအတွက် အလားအလာကောင်းများရှိနေသော အမေရိကန်ဈေးကွက်

ဓာတ်ပုံ – english.vov.vn

ဗီယက်နမ်နိုင်ငံသည် အမေရိကန်ဈေးကွက်သို့ သရက်၊ လောင်ဂန်၊ လိုင်ချီး၊ နဂါးမောက်၊ ကြက်မောက်သီးနှင့် star apples အပါအဝင် သီးနှံခြောက်မျိုးကို တရားဝင်တင်ပို့လျက်ရှိသည်။ အခြားသီးနှံများကိုလည်း ပြုပြင်ပြီးတစ်ဖုံ၊ အေးခဲ၍တစ်မျိုး အမျိုးမျိုးတင်ပို့လျက်ရှိပြီး တစ်ဖက်တွင်လည်း သက်ဆိုင်ရာအေဂျင်စီများက မဝေးတော့သည့်အနာဂတ်တွင် ဒေသထွက် လတ်လတ်ဆတ်ဆတ်အစိမ်းရောင်ရှောက်ချိုသီးများ တင်ပို့နိုင်ရန် တက်ကြွစွာ ညှိနှိုင်းဆွေးနွေးလျက်ရှိသည်။

အမေရိကန်နိုင်ငံရှိ ဗီယက်နမ်ကုန်သွယ်ရေးရုံး၏အဆိုအရ အဓိကအားဖြင့် ဖြန့်ဖြူးရေးစနစ်၏ ကွဲပြားမှုကြောင့် ဈေးကွက်အတွင်း သီးနှံလိုအပ်ချက်များစွာရှိနေသည်ဟုသိရပြီး ပြည်ပရောက်ဗီယက်နမ်ပြည်သူသုံးသန်း၏ အင်အားလည်းရှိသဖြင့် ဈေးကွက်လိုအပ်ချက်အမြောက်အမြား ရှိနေသည်။ ဗီယက်နမ်နိုင်ငံသည် အမေရိကန်နိုင်ငံသို့ လေးလအတွင်း ဟင်းသီးဟင်းရွက်နှင့် သီးနှံများ

စာ - ၂၇ သို့

ဈေးကောင်းရပြီး ဝယ်လိုအား မြင့်တက်သောကြောင့် ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ် နာနတ်စိုက်တောင်သူများ အဆင်ပြေ

စာ - ၂၂ သို့

ဓာတ်ပုံ – xinhuanet.com

တိုးမြင့်လာသော ပို့ကုန်သရက်သီးဝယ်လိုအား ဖြည့်တင်းရန် ကမ္ဘောဒီးယားအစိုးရ စိုက်ပျိုးရေးရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုကို အားပေး

ကမ္ဘောဒီးယားအစိုးရသည် တရုတ်၊ ဂျပန်၊ တောင်ကိုးရီးယား၊ ဖိလစ်ပိုင်၊ ထိုင်း၊ အမေရိကန်၊ ဗီယက်နမ်နှင့် ဗြိတိန်အစရှိသည့် နိုင်ငံများသို့ သရက်သီးတင်ပို့မှု တစ်ရှိန်ထိုး မြင့်တက်လာနေသဖြင့် စိုက်ပျိုးရေးကဏ္ဍတွင် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုများ ပိုမိုလုပ်ဆောင်ရန် အားပေးကြောင်း ကမ္ဘောဒီးယား စိုက်ပျိုးရေးဝန်ကြီးဌာနက ဆိုသည်။

ယခုနှစ် ပထမနှစ်ဝက်တာကာလတွင် ကမ္ဘောဒီးယားနိုင်ငံသည် ပြည်ပသို့ သရက်သီးတန်ချိန် ၁၂၇၀၀ တန်ခန့် တင်ပို့နိုင်ခဲ့ပြီး ယင်းပမာဏသည် ယခင်နှစ်

စာ - ၂၂ သို့

ဓာတ်ပုံ – cambodianess.com

ဖိလစ်ပိုင်တွင် အာဟာရဖြည့် ရွှေစပါး တရားဝင်စိုက်ပျိုးခွင့်ပြု

စာ - ၂၂ သို့

ဓာတ်ပုံ – voanews.com

ဟီနန်ပြည်နယ်တွင် မိုးသည်းထန်၍ စိုက်ခင်းတချို့ပျက်စီး ဈေးနှုန်းတည်ငြိမ်မှုရှိရေး ထိန်းထားနိုင်ဟုဆို

တရုတ်နိုင်ငံအလယ်ပိုင်း ဟီနန်ပြည်နယ်တွင် မိုးသည်းထန်စွာရွာသွန်းခဲ့မှုကြောင့် အချို့နေရာများတွင် ကောက်ပဲသီးနှံများ ပျက်စီးခဲ့ရသည်။ သို့သော် ယင်းအခြေအနေကြောင့် နိုင်ငံ၏ကောက်နှံထောက်ပံ့မှုအပေါ် သက်ရောက်မှုများကို တော့ ကန့်သတ်သွားမည်ဟု စိုက်ပျိုးရေးနှင့်ကျေးလက်ရေးရာဝန်ကြီးဌာန ဝန်ကြီးက ဆိုသည်။

ဟီနန်ပြည်နယ်သည် စိုက်ပျိုးရေးတွင်အရေးပါသောပြည်နယ်တစ်ခုဖြစ်ပြီး ပြီးခဲ့သည့် ဇူလိုင် ၁၆ ရက်နေ့က နောက်ဆုံးပြင်းထန်စွာ ရွာသွန်းခဲ့သောမိုးကြောင့် ပြည်နယ်တွင်း လူဦးရေ ၁၃ ဒသမ ၉၁ သန်းခန့် ထိခိုက်ခံစားခဲ့ရသည်။ မိုးသည်းထန်မှုကြောင့် အချို့ဒေသများရှိ စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်မှုကို ပျက်စီးစေခဲ့သော်လည်း ပြီးခဲ့သည့်နှစ်က ယခုထက် ပိုမိုပြင်းထန်သော ဘေးအန္တရာယ်များကို မျက်မြင်ကြုံတွေ့ခဲ့ရပြီးဖြစ်သဖြင့် ထင်မှတ်မထားလောက်အောင် များပြားသည့် ရိတ်သိမ်းမှုအတွက် အခြေခံချထားပြီးဖြစ်ကြောင်း ဝန်ကြီးဌာန၏ အရာရှိ ပန်ဝန်ဘိုက ဆိုသည်။

စိုက်ပျိုးရေးဝန်ကြီးဌာနမှ ထုတ်ပြန်သော အချက်အလက်များက ဟီနန်တွင် ဘေးအန္တရာယ်ကြီးဖြစ်ပွားခဲ့သော်လည်း နိုင်ငံ၏စုစုပေါင်းကောက်နှံဈေးနှုန်းများ တည်ငြိမ်လျက်ရှိကြောင်းကို ပြသခဲ့သည်။ ထင်မှတ်မထားနိုင်လောက်အောင်ပင် များပြားသည့် နွေစပါးစိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်မှု၊ အရှိန်အဟုန်မြင့်နေသော ဆောင်းဦးစပါးထုတ်လုပ်မှုနှင့် သိုလှောင်ကုန်လုံလောက်မှုများကြောင့် နိုင်ငံအနေဖြင့် ကောက်နှံဈေးနှုန်းများ တည်ငြိမ်မှုရှိအောင် ထိန်းထားနိုင်သည်ဟု ဝန်ကြီးဌာနမှ အခြားအရာရှိတစ်ဦးဖြစ်သူ တန်ကီက ပြောကြားခဲ့သည်။

စာ - ၂၂ သို့