



S H U N နှင့် အရှက်ကွဲခြင်း အစိမ်းရောင်အယူအဆ

အစိမ်းရောင်လူသားတစ် ဦး ရှင်သန်ရပ်တည်ရေးကျမ်းကျင်မှုဖြစ်ခြင်း !!!

အုပ်ထိန်းသူဂါးဒီးယန်း 'အစိမ်းရောင်အယူ
အဆ'လူများကိုအခြားသူများအားခြိမ်းခြောက်
မှုမဖြစ်စေရန် 'ကြိုးပမ်းမှုများ' နှင့် 'ကမ္ဘာ
ဂြိုဟ်' တစ် ဦး အုပ်ထိန်းသူထံသို့ ၁
ဘုရားသခင်'s ဖန်တီးမှုများ!

ဖြစ်ခြင်း "အစိမ်းရောင်" အိမ်တွင်စတင်သည်အိမ်နီးချင်း
များနှင့်အသိုင်းအဝိုင်းများပါဝင်သည်။ Custodian
Guardian Gathering သည်ဒေသတွင်းတက်ကြွလှုပ်ရှား
သူအချက်အချာဖြစ်သည်(ပတ်ဝန်းကျင်၊ လူမှုတရားမျှတ
မှု၊ ဘာသာရေး)။



သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေးသမားအားလုံးနှင့်ပူးပေါင်းပါဝင်ကြပါစို့။
ငါတို့လှပသော Planet ကိုအတူတကွကာကွယ်ကြစို့။ ကိုင်ဆောင်
ထားသူ၊ ညစ်ညမ်းသူ၊ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ပျက်စီးခြင်း၊ ရာသီဥတု
ပြောင်းလဲခြင်းကိုငြင်းပယ်သူများ၊ (နေ့တိုင်းအကြမ်းမဖက်ဘဲ)!

Custodian ဂါးဒီးယန်း ရှောင်ပါ နှင့် အရှက်ကွဲခြင်း။ ရပ်ရွာတစ်ခုကအပြစ်ရှိ
တယ် ဒေါ R1-7။ လှည့်သောအစိုးရရွေးချယ်ပါ အစိမ်းရောင်အယူအဆ ဥပဒေ
သို့

လူသားတိုင်းတွင်တိရစ္ဆာန်ရှိသည် ၁ ဘုရားသခင် ညစ်ညမ်းမှုမရှိသော၊ ရှုရှိုက်နိုင်
သော၊ လေကောင်းလေသန့်ပိုင်ခွင့်ပေးထားသည်။

လူသားတိုင်းတွင်တိရစ္ဆာန်ရှိသည် ၁ ဘုရားသခင် မသန့်ရှင်းသော၊ သောက်နိုင်
သော၊ သန့်ရှင်းသောရေချိုကိုပိုင်ခွင့်ပေးထားသည်။

လူသားတိုင်းတွင်တိရစ္ဆာန်ရှိသည် ၁ ဘုရားသခင် မသန့်ရှင်းသော၊ မသန့်ရှင်း
သော၊ မျိုးရိုးဗီဇဆိုင်ရာပြုပြင်ထားသော၊ စားနိုင်သော၊ ကျန်းမာသော၊

လူသားတိုင်းတွင်တစ် ၁ ဘုရားသခင် အကာအကွယ်၊ တတ်နိုင်သော ၀ တ်စား
ဆင်ယင်မှုနှင့်ဖိနပ်များပိုင်ခွင့်ပေးထားသည်။

လူသားတိုင်းတွင်တစ် ၁ ဘုရားသခင် တစ်ကိုယ်ရေသန်ရှင်း
ရေး၊ အကာအကွယ်၊

လူသားတိုင်းတွင်တစ် ၁ ဘုရားသခင် နေမကောင်းသည့်အခါအခမဲ့ကု
သမှုခွင့်!

လူသားတိုင်းတွင်တစ် ၁ ဘုရားသခင် အကြမ်းဖက်အခမဲ့အသိုင်းအဝိုင်းပိုင်
ခွင့်ပေးထား!

အပိုဆောင်း

စွဲနေတဲ့လိုအပ်ချက်ကိုကျေနပ်အောင်တစ်ထပ်တလဲလဲ compulsive အပြုအမူ။ စွဲလမ်းသူများသည်သူ
တို့၏အပြုအမူများဖြစ်ပေါ်စေသောအနုတရားကိုလက်မခံခြင်းအားဖြင့်မိမိကိုယ်ကိုလှည့်စားကြသည်။
ကိုယ့်ကိုယ်ကို၊ မိသားစု၊ သူငယ်ချင်းများ၊ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များနှင့်လူမှုအသိုင်းအဝန်းကိုအနုတရားပြု
ပါ။ စွဲလမ်းနေသောကလေးများနှင့်ဝေးဝေးနေပါ။

စွဲလမ်းလှည့်စား! စွဲလမ်းသူများသည်မိမိကိုယ်ကိုပျော်မွေ့စွာနေထိုင်ပြီးအတူတကွ
နေထိုင်နေသမျှကာလပတ်လုံးသူတို့သည်စွဲလမ်းသည်ဟုမယုံကြည်ကြပါ။
လက်တွေ့တွင်လက်တွေ့တွင်စွဲလမ်းမှုသည်စွဲသူများအားတစ် ဦး ချင်းစီနှင့်လွတ်လပ်ခွင့်များကို၎င်း
တို့၏အပြုအမူတွင်ပိုမိုကန့်သတ်ထားသဖြင့်ကန့်သတ်ထားသည်။

1 သင်၏စကားကိုနားထောင်၍၊ y

ÿ y

အပိုဆောင်း ဆုတောင်းခြင်း

စွဲနေ ၁၂.၂.၇ ။

ချစ်ခင်ရပါသော ၁ ဘုရားသခင်၊ အလှပဆုံးစကြာ o iverseတကြီးကိုဖန်ဆင်း
တော်မူသောသင်၏နှိမ့်ချမှုအရှိဆုံးသစ္စာစောင့်ထိန်းသူ (၁)st နာမည်) ငါ့ကို
စွဲလမ်းသူမဖြစ်ဖို့ကူညီပါ
Humankind တွင်စွဲချက်များပါ ဝ င်ပါ
ဘဝနှင့်နောက်ဆက်တွဲရှိစွဲလမ်းသူများကိုအပြစ်ပေးပါ။ ဤ
အသိုင်းအဝိုင်းသည်ဘုန်းအသရေအတွက်စွဲလမ်းမှုကင်းဝေးပါ
စေ ၁ ဘုရားသခင်& လူသား၏ကောင်း



ဤဆုတောင်းခြင်းကိုစွဲလမ်းသည့်နေ့တွင်အသုံးပြုသည်။ ဒါမှမဟုတ်လိုအပ်သကဲ့သို့။

yy

တရားမ ဝ င်စွဲလမ်းနေသောစွဲလမ်းသူများသည်သူတို့၏အလေ့အထ၏လျှို့ဝှက်
ချက်ကိုနှစ်သက်ကြသည်။ တရားမ ဝ င်စွဲလမ်းမှုဖြင့်ထောင်ချခြင်း၊

စွဲသူများသည်မသိဘဲဖြစ်ကြသည် (မိုက်မဲသော)ယုံလွယ်သော (မိုက်မဲသော) နှင့်အားနည်းနေသည် (သနားစရာ) !

လူတွေကစွဲလမ်းကြတဲ့အခါသူတို့ရဲ့ပျော်ရွှင်မှုဟာသူတို့ရဲ့အလေ့အထကို
ထုတ်ယူဖို့၊ အဲဒီအစားအပြည့်အဝထက်

စွဲလမ်းမှုမရှိခြင်း၏ပျော်ရွှင်မှုကိုသူတို့အပြည့်အဝရရှိနိုင်သောအတွေ့အကြုံများ။ တစ် ဦး ကကိုယ်ကျင့်တရား၊ လူထုအခြေပြတာဝန်၊ အစဉ်မပြတ်ရဲ့ကိုင် addicts တာဝန်ခံ။

စွဲလမ်းသူတို့ကိုယ်သူတို့နှင့်အသိုင်းအဝိုင်းတစ်ခုခြိမ်းခြောက်မှုဖြစ်လာသည်။ ၎င်းတို့သည်လှည့်စားခြင်း၊ အကျင့်ယိုယွင်း ခြင်း၊ မရိုးမသားပြုခြင်း၊ လှည့်စားခြင်း၊ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်ခြင်း၊ ဂရုမစိုက်ခြင်းနှင့်လူမှုရေးဆန်ကျင်ခြင်းများဖြစ်လာ သည်။တစ် ဦး ကကိုယ်ကျင့်တရား၊ အရပ်ဘက်တာဝန်၊ Always ရဲ့အစီရင်ခံစာ addicts ။

စွဲသူများသည်စိတ်ရောဂါကုသမှုနှင့်ကူညီထောက်ပံ့ရေးအဖွဲ့များလိုအပ်သည်။ relapse အသည်းရောင်အသားဝါဒီ များသည်အသိုင်းအဝိုင်းအထူးသဖြင့်ငယ်ရွယ်သူများကိုကာကွယ်ရန်အတွက်သီးသန့်ထားရှိပါသည်။

Adrenaline ခွဲ

Adrenaline, neurotransmitter အဖြစ်ပြုမူသောဟော်မုန်း။ ခန္ဓာကိုယ်၏ရုပ်ပိုင်း ဆိုင်ရာသမာဓိကိုခြိမ်းခြောက်ရန်စိတ်ဖိစီးမှုတုံ့ပြန်မှု၏အဓိကအကြောင်းရင်း။



အေးရှီးဗစ်၊ ကားပြိုင်ခြင်း၊ ပြေးခြင်း၊ ရေငုပ်ခြင်း၊ ပါဝင်မှုသည်စွဲလမ်းစေသည့် adrenaline အလှအယက်ကိုပေးသည်။ ဒီ စွဲလမ်းသူတွေမရနိုင်တော့တဲ့အခါစိတ်ဓာတ်ကျလာတယ်။

Adrenalin ကိုသွေးကြောထဲသို့လွှတ်လိုက်သောအခါ၎င်း သည်နှလုံး၊ သွေးပေါင်ချိန်မြှင့်တက်မှု၊ ဒေါသထွက်တတ် သူ၊ အပြစ်ရှိတယ်၊ စိုးရိမ်ပူပန်တတ်သူတွေကသူတို့ဘာမှမ လုပ်ဘဲထိုင်ပြီးထိုင်နေရင်တောင်မှသူတို့ရဲ့ adrenaline ကို နှိုးဆွပေးတယ်။ အမျက်ထွက်။



မြန်နှုန်းအတွက်လိုအပ်ချက်တစ်ခု adrenaline ဒုက္ခဖြစ်ပါတယ်။ မဆိုပြိုင်ပွဲတစ်ခု adrenaline အလှအယက်ပေးသည်။ အနိုင်ရရှိမှုကပို ကြီးမားတဲ့အလှအယက်ကိုပေးသည်။လူခန္ဓာကိုယ်သည်မြန်နှုန်း အတွက်ဒီဇိုင်းမထားပါ။ သူတို့ရဲ့မြန်နှုန်းကမလိုအပ်ပါဘူး အနိုင်ရခြင်း သည်တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်သည်။

အနိုင်ရသူများသည်အလှအယက်ထပ်မံလိုချင်ကြသည်။ စိုးရိမ်ပူပန်မှုမှ ဦး ဆောင်မှုဆုံးရှုံး။ ဤသည်စိုးရိမ် ပူပန်မှုအပူတပြင်းဖြစ်ပေါ်စေသည်။မည်သည့်ကုန်ကျစရိတ်မှာအနိုင်ရလိုသော (လှည့်စားခြင်း၊ ပစ္စည်းဥစ္စာအလွဲသုံးစားမှု၊ အနိုင်ရသတ်ပစ် ..)။

လူမှုရေးဆန်ကျင်ရေးအပြုအမူသည် adrenaline အလှအယက်ပေးသည်။
ပို၍ ညစ်ညမ်းမှုများလေလေအပြောအဆိုကြီးလေလေဖြစ်သည်။ မည်သည့်ပန်
ခံလမ်းအကြမ်းဖက်သမားကိုမေးပါ(လောင်ကျွမ်းခြင်း၊ အမြီးတံခါးပိတ်ခြင်း၊
ဖြတ်တောက်ခြင်း၊ လမ်းတွန်းခြင်း၊ ကျယ်လောင်သောဘီးများ၊) ဂိုဏ်းအဖွဲ့ဝင် (အနိုင်ကျင့်ခြင်း၊ ဖျက်ဆီးခြင်း၊ အကြမ်းဖက်ခြင်း)၊ ကွင်းဆက်လူသတ်သမား (ကြောက်ရွံ့ခြင်း၊ နာကျင်ခြင်း၊ သေခြင်းကိုဖြစ်စေသည်)



လူမှုရေးဆန်ကျင်ရေးအပြုအမူများကိုလူမှုအသိုင်းအဝိုင်းတစ်ခုအတွက်ခြိမ်းခြောက်လျက်ရှိသည် **ဒေါ R1-7**
ဒါဟာအစီရင်ခံရန်မြို့ပြတာဝန်၊ လမ်းဒေါသ၊ အနုတရားရှိတဲ့မောင်းနှင်မှု၊ မတော်တဆမှု။



အနုတရားရှိသောလုပ်ရှားမှုများ (တန်များ၊ စိတ်လှုပ်ရှားဖွယ်ရာဖွေမှု ...) တစ် ဦး
adrenaline အလှအယက်ပေးပါ။ မဟုတ်ရင်အောင်မြင်သူကိုမရနိုင်တဲ့သူတွေက
အနုတရားများတဲ့အလုပ်တွေလုပ်တယ်။ ဤလုပ်ရှားမှုများသည်ထိခိုက်ဒဏ်ရာရ
သူ၊ အသတ်ခံရခြင်း၊ အခြားသူများအားခြိမ်းခြောက်မှုဖြစ်စေသောမိတ္တူများကို
အားပေးသည်။အနုတရားရှိတဲ့လုပ်ရှားမှုများအဆုံးသတ် **ဒေါ R2။** သင်တန်းသား
များကိုကယ်ဆယ်ရေးနှင့်ဆေးဘက်ဆိုင်ရာကုန်ကျစရိတ်များအတွက်ပေးဆောင်ဖို့ရှိ
သည်။

Adrenaline junkie ဖြစ်ခြင်းသည်ဖျားနာမှုတစ်ခုဖြစ်သည်။ အကူအညီတောင်းပါ

အရက် ခွံ



အရက်ယမကာကိုသောက်သုံးခြင်းဖြင့်သောက်သုံးသည်။ အရက်ကိုစားသုံး
ခြင်းသည်အပြုအမူအပြောင်းအလဲများဖြစ်ပေါ်စေသည် (မူး)။ သောက်ကြူး
ခြင်း၊ အရက်သေစာသည်မတော်တဆမှုများ၊ စော်ကားမှု၊ မုဒိမ်းမှု၊ အရက်မူး
များသည်ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုး၊

အရက်သည်အရက်အလွန်အကျွံသောက်သုံးရန်လိုအပ်သည်။
ဆေးစွဲသူအားလုံးနည်းတူအရက်သည်အခြားသူများနှင့်ရပ်ရွာလူထု၏လိုအပ်ချက်
ထက်မိမိတို့၏တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်တဲ့လိုအပ်ချက်များကိုဖြည့်ဆည်းပေးသည်။
အရက်သမားတို့သည်တောင်းစား၊ ချေးယူ၊ သောက်ရန်ခိုးယူလိမ့်မည်။အရက်
သမားကုသမှုလိုအပ်ပါတယ်။ ကုသမှုသည်ခြောက်သွေ့ခြင်းပါ ဝ င်သည်။ ကုသ
မှုသည်ကုသခြင်းမဟုတ်ပါ။ မကြာမီအရက်သမားမူးပြန်ဖြစ်!



အရက်သမားများအတွက်အကောင်းဆုံးအကူအညီအရက်ရရှိမှုကိုရပ်တန့်ရန်ဖြစ်ပါသည်။

အရက်ထုတ်လုပ်ခြင်း၊ ရောင်းချခြင်းနှင့်ဖြန့်ဖြူးခြင်းအဆုံးသတ်သည်။

ALCOHOL သို့သုညသည်းခံခြင်း !!!



ကို C HR ISTIANITY အရက်ကိုပြန်ပွားစေသည့်အဓိကအကြောင်းရင်းဖြစ်သည်။

Christian Idol (မှားယွင်းသောရုပ်တု) ယေရှု (မမှန်သောမေရှိယ) အရက်ကိုသောက်ရန်ခရစ်ယာန်များကိုပြောသည် (ဝိုင်နီ)။ ဘာသာရေး ရုပ်ထွေးမှနှင့်ဘာသာရေးမဟုတ်သောနေရာများတွင်ခရစ်ယာန် များသည်အရက်ကိုသောက်ကြသည်။ Christian HE နှင့်သူမတိုင်မီ အရက်ကိုသောက်သည်။ Christian SHE ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ်နှင့်နီတိုက် နေစဉ်အရက်ကိုပုံမှန်သောက်ပါ(ကလေးအရက်ကိုမွေးဖွားသည်)။ ခရစ်ယာန်မိဘများသည်မိမိတို့၏ကလေးများကိုအရက်သောက် ရန်တိုက်တွန်းသည်။ ခရစ်ယာန်မိဘများသည်မကောင်းသောမိဘများ ဖြစ်ကြသည်။



အရက်ကို ဖြတ်၍ နီတိုက်သောခရစ်ယာန်လူငယ်တစ် ဦး သည်ဘုရားရှိခိုးကျောင်း၊ ယဇ်ပုရောဟိတ်၊ မိဘ၊ သူငယ်ချင်း၊ ခရစ်ယာန်လူငယ်တစ် ဦး သည်မိဘ များသည်အရက်ကိုအိမ်၌အပန်းဖြေခြင်း၊ ခရစ်ယာန် လူငယ်တစ် ဦး (သူနှင့်သူမ) ဘယ်တွေလဲ

သူတို့ရဲ့အသက်အရွယ်အုပ်စုအတွင်းပေါင်းသင်းခြင်းသည်ရွယ်တူချင်းဖိအားကိုရင်ဆိုင်ခြင်းအားဖြင့်သောက်ရန် သောက်ရန်လက်ခံနိုင်သည်။ ငယ်ရွယ်သောခရစ်ယာန်ဘာသာတွင်သူငယ်ရွယ်စဉ်ကသူမသည်အရက်မူး။ မိတ်လိုက် သို့မဟုတ်မုဒိမ်းကျင့်သည်။ နှစ် ဦး စလုံး 'အမှိုက်ပုံး' ဖြစ်လာသည်။အရှက်ကွဲခြင်း၊

ခရစ်ယာန်ဘုန်းတော်ကြီးများသည် ဝ ိုညာဉ်ရေးရာလုံဆော်မှုအတွက် ဆုတောင်းခြင်းနှင့်ကျမ်းစာဖတ်ခြင်းအားဖြင့်ဝိညာဉ်ရေးရာလုံဆော်မှုကိုရှာ မတွေ့နိုင်ပါ။ မပျော်ပါဘူး၊ ဘုန်းကြီးတွေကသူတို့ကိုယ်ပိုင်အရက်ကို ထုတ်လုပ်ကြတယ်။ထုတ်လုပ်ခြင်းနှင့်အရက်သောက်ခြင်းအရက်သည်သံ keptာများကိုအမြဲတမ်းမူးယစ်ဆေးဝါးများဖြင့်အရက်မူးနေစေသည်။ ယခုတွင်သူတို့သည်ထိုးထွင်းသိမြင်မှုရှိကြသည်(la la land)။



ကက်သလစ်ကျောင်းများ Taverns ကဲ့သို့ဖြစ်ကြ၏။ ကျောင်းအုပ် ကြီးဘားရှိသည်(ဈေးကြီးတဲ့အရက်)ဆရာများလူမှုရေးကလပ်တွင် ဘားရှိသည်။ အုပ်ချုပ်ရေးတွင်ဝိုင်ရှိသည် (ဈေးပေါ်) ရုပ်ထွေးခြင်းနှင့် ရန်ပုံငွေရှာဖွေသည်။

သောကြာနေ့နှင့်စနေနေ့တိုင်းတွင်ခရစ်ယာန်များ Bash၊ တနင်္ဂနွေနေ့တွေမှာသူတို့က ဝ န်ခံတယ်။ သူတို့တစ်တွေသောက်စရာရုပ်ထွေးသွား ပြီးနောက်(အရက်)။ ဘုရားကျောင်းပြီးတဲ့နောက်သူတို့မိသားစု၊ သူငယ်ချင်းတွေနဲ့ အတူအရက်သောက်ကြတယ်အရက်မူးသောက်သည့်ခရစ်ယာန်များသည်အိမ်တွင်း အကြမ်းဖက်မှု၏အဓိကအကြောင်းရင်းဖြစ်သည်။ 1 ဘုရား စိတ်ပျက်နေတယ်၊ ခွင့် မလွှတ်ဘူး၊ တိုင်းအရက်မူးတာဝန်ခံကျင်းပသည်။

ခရစ်ယာန်ဘာသာကြောင့်ဖြစ်သည် အားပေးတယ် အရက်၏စားသုံးမှုမဟုတ်ပါဘူး

ဘာသာရေးသို့မဟုတ်အစွန်းရောက်အဖြစ်လက်ခံနိုင်ဖွယ်။ **1 ဘုရား** လူသားများသည်အရက်ကိုသောက်ခြင်းအားဖြင့်၎င်း၏ကျန်းမာရေးကိုမဖျက်ဆီးစေချင်ပါ။ **1 ဘုရား** အရက်ကိုခရစ်ယာန်စွဲလမ်းမှုနှင့်အတူစိတ်ပျက်နေသည်။ **မှတ်ချက်! ၁ ဘုရားသခင်** အရက်ကိုအားပေးအားမြှောက်အတွက်ယေရှုကိုတာဝန်ခံသခင်ယေရှုသည်ညည်းဆဲခြင်းနှင့်လက်ဝါးကပ်တိုင်မှာရိုက်ထားခြင်းကိုခံခဲ့ရသည်။

ခရစ်ယာန်ဘာသာကို NO ဟုပြောပါ !!! အရက်ကို NO ဟုပြောပါ !!!

လုပ်ရမယ် :

သူမသည်အရက်မှူးသူနှင့်မိတ်လိုက်ရန်မဟုတ်ပါ။ သူသည်အရက်မှူးသည့်သူနှင့်မိတ်လိုက်ရန်မဟုတ်ပါ။ သူမကိုယ်ဝန်ဆောင်နေစဉ်အတွင်းသောက်သုံးခြင်းကိုအိမ်အကျယ်ချုပ်ချထားသည်။ သူမသည်နှုတ်ကမ္မစဉ်အိမ်၌အကျယ်ချုပ်ကျခံနေရသည်။ အသိုင်းအဝိုင်းတစ်ခုသည်မမွေးသေးသော၊ မွေးကင်းစတိုင်းကိုဂရုစိုက်ရန်တာဝန်ရှိသည်။ အရက် SHE သည်မိဘဖြစ်ရန်မသင့်ပါ။ မွေးစားမိဘများအရက် SHE ၏ကလေးမွေးမြူ။

အသက်မပြည့်သေးသောကလေးများနှင့်အတူမိဘများ (သူမ ၁၇၊ သူ ၁၈) အရက်ကိုသောက်သောလက်မခံနိုင်ကြပါသည်။ အသိုင်းအဝိုင်းတိုင်းသည်အသက်မပြည့်သေးသောကလေးများကိုဂရုစိုက်ရန်တာဝန်ရှိသည်။ အရက်မိဘများသန့်ရှင်းသောအိမ်ထောင်ပြုခြင်းဆိုင်ရာစာချုပ်ကိုသူတို့၏ Foster- မိဘများကကြီးပြင်းလာသည့်သူတို့၏မပြည့်စုံသောကလေးများကိုမွေးမြူသည်။

ပညာရေးဆိုင်ရာအဆောက်အအုံများသည်အရက်မကင်းပါ။ ပညာပေး (ကျောင်းအုပ်များ၊ ဆရာများ၊ အုပ်ချုပ်သူများ) ကျောင်းသူများမှအရက်ကိုသယ်ဆောင်၊ စားသုံးသည်ကိုဖယ်ရှားပြီးတားမြစ်သည်။ ခရစ်ယာန်ပညာရေးအဆောက်အအုံများကိုပြည်သူပညာရေးသို့လွှဲပြောင်းပေးသည် (လျော်ကြေးမပေးဘဲ)။ ခရစ်ယာန်ပညာပေး (ကျောင်းအုပ်များ၊ ဆရာများ၊ အုပ်ချုပ်သူများ) ဖယ်ရှားခြင်းနှင့်ပညာရေးကနေပိတ်ပင်ထားကြသည်။ သူတို့ရဲ့အရက်ဘားတွေကဖြူဖျက်ခံခဲ့ရတယ်။

အသိုင်းအဝိုင်းတိုင်း (Shire) ယင်း၏လူမျိုးကိုစောင့်ရှောက်ရန်တာဝန်ရှိသည်။ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း၏ခြိမ်းခြောက်မှုတစ်ခုဖြစ်သည်။ Shire တိုင်းသည်အရက်ကိုတားမြစ်ပြီးတားမြစ်ချက်ကိုလိုက်နာရန်ဖြစ်သည်။ ပြည်နယ်သည်အရက်ထုတ်လုပ်မှုနှင့်ဖြန့်ဖြူးခြင်းကိုပိတ်ပင်ထားသည်။ တရားမဝင်ထုတ်လုပ်မှု၊ အရက်ဖြန့်ဖြူးခြင်းကိုတရားစွဲဆိုထားသည်။ **ဒေါ် R6**



ရုံပြီးသားထုတ်လုပ်မှု၊ အရက်ဖြန့်ဖြူးခြင်းကိုရပ်တန့်ပြီးပိတ်လိုက်သည်။ အရက်အားလုံးဖျက်ဆီးပစ်လိုက်သည်။ လျော်ကြေးမပေးပါ။

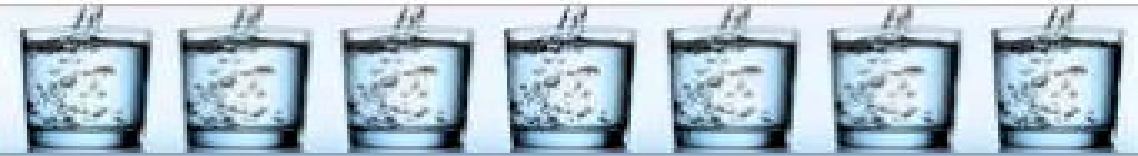
ခရစ်ယာန်ဘုရားရှိခိုးကျောင်းများ၊ ဘာသာရေးဆိုင်ရာအလှူရှင်များနှင့်အခွန်ကင်းလွတ်ခွင့်များကို

ငြင်းပယ်ပါ။ ရာဇဝတ်မှုတစ်ခုအရက်မှူးနေ**ဒေါ် R2** အရက်မှူးများအတွက်အာမခံမရှိပါ။

အရက်မှူးနေစဉ်ကျူးလွန်သောမည်သည့်ရာဇဝတ်မှုမဆိုပြန်လည်ထူထောင်ရေးအတွက်နှစ်ဆရှိသည်။



ရေစစ်ရေ ကျန်းမာရေးအတွက်



မူးယစ်ဆေးဝါး ဖွံ့



ဒါဟာမူးယစ်ဆေးဝါးများကြောင်းဘုံအသိပညာဖြစ်ပါတယ် (စိတ်ကိုပြောင်းလဲစေသောအရာများ) လူ့ခန္ဓာကိုယ်အတွက်မကောင်းတဲ့ဖြစ်ကြသည်။ သို့တိုင်မူးယစ်ဆေးဝါးသုံးစွဲမှု၏ ၉၉.၉% သည်ဆေးဝါးများကို ရွေးချယ်၍ ရွေးချယ်ကြသည်။ သူတို့သည်အထူးသဖြင့်စကားမပြောနိုင်သော၊

မူးယစ်ဆေးဝါးစွဲနေသည့်မူးယစ်ဆေးဝါးများကိုစိတ်မပျက်ပါနှင့်၊ သူတို့က ဝ န်ထုတ်ဝန်ပိုး၊ အခါတိုင်းသူတို့ကိုတာဝန်ခံနိုင်ထားပါ။

လူထုကိုဒီခြိမ်းခြောက်မှုတွေကိုဖြေရှင်းပါ။ **ဒေါ် R4။**
ထုတ်လုပ်သူများ၊ ဖြန့်ဖြူးသူများ၊ စိတ်ပြောင်းလဲစေသည့်အရာများကိုတရားဝင်တရား ဝ င်တရားဝင်ဖြစ်စေ၊ (မကောင်းတဲ့ဥပဒေ)، caged နေကြသည် **ဒေါ် R7။** မကောင်းတဲ့ဥပဒေပြောင်းပြန် backdated ဖြစ်ပါတယ်။



ဆေးခြောက်၊ Codein သည်ဆေးဝါးမဟုတ်ပါ။ သူတို့ကအသုံးမပြုရ။ သူတို့သည်တရားမဝင်မူးယစ်ဆေးဝါးများဖြစ်သည်။ **ဒေါ် R7**



စိတ်၏ဩဇာလွှမ်းမိုးမှုအောက်မှာဖြစ်ခြင်းနေစဉ်ကျူးလွန်မဆိုရာဇဝတ်မှု

အုပ်ထိန်းသူအုပ်ထိန်းသူ 'နေစဉ်လုပ်ရိုးလုပ်စဉ်' ကိုလိုက်နာပါ။ ပမာဏလျော့ချပါ



သဍ္ဌသညာအသီးအသီးအစားတို့ကိုစားကြလော့။ မချီသောအချိန်များသောက်ပါ။ fissy drink ကိုရှောင်ပါ။
နေစဉ်နေ၊ ညလေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ပါ။ 'ညမထွက်ရအမိန့်' ကိုလေ့လာပါ။ **ဆုတောင်းပါ**

1 သင်၏စကားကိုနားထောင်၍၊ y ÿ y

ဘလမ် - ဆုတောင်းခြင်း

ချစ်ခင်ရပါသော 1 ဘုရား, အလှပဆုံးစင်္ကြံ iverse ဘကြီးကိုဖန်ဆင်းတော်မူသော
သင်၏နှိမ့်ချမှုအရှိဆုံးသစ္စာစောင့်ထိန်းသူ (၁)st နေစဉ်သောက်စရာနှင့်
အစားအသောက်များအတွက်ထောက်ပံ့ပေးသည့်အတွက်ကျေးဇူးတင်ပါသည်။
အလွန်အမင်းစိတ်ပျက်အားငယ်ခြင်းမရှုပ်ထွေးစေပါနှင့်



နေစဉ်နေတိုင်းအစာအနည်းငယ်ကိုမျှတစွာစားသုံးရန်ကျွန်ုပ်ကြိုးစားသည်။
ဘုန်းတော်အတွက်အလွန်အကဲသောကသုံးခြင်းကြောင့်ကျန်းမာရေးပြိုကွဲ
နာများသက်သာခြင်းမရှိစေရ။ 1 ဘုရား & လူသား၏ကောင်း

အဖျော်ယမကာများအစာကျွေးခြင်းမပြုမီညီဆုတောင်းခြင်းကိုအသုံးပြုကြသည်။



လောင်းကစား ဖွဲ့



လောင်းကစားခြင်းသည်လူတို့၏အားနည်းချက်များ၊ လှည့်စားမှုကိုအသုံးပြုပြီးလူ၊
လောင်းကစားခြင်းကိုကမ္ဘာထဲသို့သွင်းသည့်အားနည်းသောလူများကိုဖမ်းစားကြ
သည်။ လောင်းကစားခြင်းတွင်လောင်းကစားခြင်းဖြစ်သည်(တစ်ခုခု), ခြံ
(အာမခံ၊ အနာဂတ်၊ ရွေးချယ်စရာများ...), ထိ (သင်ကအနိုင်ရဖို့အတွက်ဥွံ့ရှိရတယ်)ထင်ကြေး (ပိုင်ဆိုင်မှု
တန်ဖိုးများတိုးလာမည်ဟုမျှော်လင့်)။ လောင်းကစားသမားတွေအတွက်စိတ်မကောင်းပါဘူး အားနည်းသော၊
တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်ပြီးစကားမပြောနိုင်သူတစ် ဦး ဦး သည်ပညာမဲ့သောချမ်းသာကြွယ်ဝမှုကိုရလိုက်သည်
ဟုယုံကြည်သည်။ သူတို့မလုပ်ဘူး။ သူတို့ကိုတာဝန်ခံကိုင်ထားပါဒေါ R7။

အဖြစ်မှန်ဖျော်ဖြေရေးသင်တန်းသား
များသည်အရှက်ရဆုံးလောင်းကစားသမား
များဖြစ်သည်။ သူတို့ဟာသူတို့ကို
စက်ဆုပ်ရွံရှာခြင်း၊ သစ္စာဖောက်ခြင်း၊
လှည့်စားခြင်း၊ ဆုရရှိသူသူတို့ရဲ့ချွတ်



အနိုင်ရရှိသူများကို ၁၀၀% အခွန်ပေးဆောင်သည်။ ပညာမတတ်သည့် ၀ ငွေကိုအခွန်ကောက်ခံသည်။
ရှောင်ရှားသူများ၊ ပရိုမိုးရှင်းများ၊ စပွန်ဆာများ။



ပြည်သူတွေရဲ့အားနည်းချက်ကိုအခွင့်ကောင်းယူတာဟာ
ရာဇ ၀ တ်မှတ်စု၊ ဒေါ R7။ လောင်းကစားနေရာများ
လောင်းကစားဆိုင်များ၊ ကာစီနိုလောင်းကစားရုံများ၊ အနာဂတ်ဖလှယ်မှုများ၊
Reality ဖျော်ဖြေမှုများ၊ စတော့အိတ်ချိန်းများ ပိတ်လိုက်တယ် အားလုံး
အမြတ်အစွန်း၊ လောင်းကစားပံ့ပိုးပေးနိုင်ဆိုင်မှုများ၊ ပရော်ဖက်ရှင်နယ်

လောင်းကစားသမား (ရန်ပုံငွေမန်နေဂျာ၊ မြေရောင်းသူ၊ အနာဂတ်ကုန်သည်၊ ရှယ်ယာရောင်းဝယ်
သူ၊ ..) သိမ်းယူလျက်ရှိသည်။ Freehold ပယ်ဖျက်ပါ(ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုပိုင်ဆိုင်မှု)။
တစ် ဦး ချင်းစက 'အနိုင်ရ၊ အနိုင်ရရှိအပေါ် 100% အခွန်ချောင်။
လောင်းကစားခြင်းကိုခွင့်ပြုသောအစိုးရအစားထိုးသည်ဒေါ R7။

လောင်းကစားသမားများသည်စကားမပြောနိုင်၊ လှည့်စားတတ်သော၊ လောင်းကစား ၀ န်ဆောင်မှုပေးသူသည်လှည့်စားသော
ကပ်ပါးကောင်၏အမြတ်ထုတ်ရန်အမြတ်ထုတ်သူများဖြစ်သည်။ နှစ် ဦး စလုံးမကောင်းတဲ့ဖြစ်ကြပြီးတာဝန်ခံဖြစ်ကြသည်။

လောင်းကစားဖို့သုည TOLERANCE

ဈေးဝယ် ခွဲ



မင်းကဆိုင်ထဲဝင်ပြီးဈေးဝယ်စရာမလိုဘဲထွက်သွား
လိုမရဘူး ကုန်ပစ္စည်းအသစ်ကိုထုတ်လွှတ်
သည်သို့မဟုတ်နှစ်စဉ် 'ရောင်း' သည်။ သင်စတိုး
ဆိုင်အပြင်ဘက်တွင်နာရီများစွာမတ်တပ်ရပ်သည်။
သင်သည် ၁ ဖြစ်သည်၊ ထုတ်ကုန်ရရန် (s)။
မင်းစွဲလမ်းတယ် တစ် ဦး ကဈေးဝယ် junkie!



အမြတ်အစွန်းလိုက်စားသူများသည်သူတို့၏စွဲလမ်းမှုကိုစွဲလမ်းစေသည်။ ဈေးကွက်
ရှာဖွေရေးသည်အသစ်တစ်ခုကိုဖန်တီးသည် (များသောအားဖြင့်မလိုအပ်သော
အမှိုက်သရိုက်များ)။ ထိုအခါလူတိုင်းရှိသည်ဖို့ရှိသည်အဖြစ်တစ်ခုခုအဖြစ်ဈေးကွက်။

ကြော်ငြာစည်းရုံးလှုံ့ဆော်ရေးကိုအဓိကအားဖြင့်ဈေးဝယ်ခြင်းအတွက်အသုံးပြုရန်
အတွက်ဖြစ်သည်။ ဈေးဝယ်စွဲသူများအတွက် Junk Provider များသည်အမှိုက်များ
နှင့်အမှိုက်သရိုက်များအမြောက်အများဖြစ်သည်။ မဟုတ်သောအခြေခံလိုအပ်ချက်
များကိုကြော်ငြာခြင်းပြီးဆုံးသွားသည်။



Junk mail ကို mail box များသို့ပို့ခြင်းပြီးဆုံးခြင်း၊ ဒေါ R4။ အခြေခံလိုအပ်ချက်များ
မဟုတ်သည့်အပို ၅၀% ကောက်ခံသောအခွန်ရှိသည်။ Junkie ရဲ့အကူအညီရှာ



တာဝန်ရှိဈေးဝယ်ခြင်း: Impulse Shopping
(ဈေးဝယ်စာရင်း လုပ်၍ ၎င်းကိုကပ်ပါ)။ တစ်ယောက်တည်းဝယ်ပါ
အခြေခံလိုအပ်ချက်များသာဝယ်ယူပါ(အမှိုက်မရှိ)။
ခရက်ဒစ်ကဒ်ကိုမသုံးပါနဲ့။

ဆေးလိပ် စွဲ



ဆေးလိပ် စွဲ, လူစိတ်ဆင်းရဲ!

ဆေးလိပ်သောက်သူများသည်ပါးစပ်မှန်နေကြသည်။ သူတို့၏အဝတ်အစားများမှာအခန်းတစ်ခန်းကိုနံနေမိသည်။ သူတို့ရဲ့ပြာတွေ၊ သူတို့သည်ညစ်ပတ်၊ စက်ဆုပ်ရုံရှာဖွယ်ကောင်းသောတစ် ဦး ချင်းစိဖြစ်သည်။ သူတို့ကိုရှောင်ကြဉ်ပါ။ သူတို့ကိုအရှက်ကွဲစေ။

ဆေးလိပ်သောက်သူများသည်မိမိတို့ကိုယ်ကို ကျန်းမာရေးအတွက်အနုတရားရယ်ရှိသည်။ သူတို့နှုတ်ခမ်း၊ သွားများ၊ သွားဖုံး၊ ပါးစပ်၊ လည်ချောင်း၊ ဆေးလိပ်သောက်သူများသည်ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းနှင့်ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းတို့ကြောင့်ပျင်းရိကြသည်။



ဆေးလိပ်သောက်သူများသည်အခြားသူများအတွက်ကျန်းမာရေးအတွက်အနုတရားရယ်ဖြစ်သည်။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ဆေးလိပ်သောက်သူများသည်သူတို့၏မေ့သောသောကလေးငယ်များကိုနာကျင်စေသည်။ မွေးပြီးနောက်တွင်ဤမွေးကင်းစကိုကျန်းမာရေးပြုhavingနာများဖြင့်ထောင်ဒဏ်ချမှတ်သည်။ ၄ င်းတို့တွင်ပုံပျက်သောမသန်စွမ်းမှုများရှိနိုင်သည်။ **ဒေါ် R3** ဆေးလိပ်သောက်နေသောမိဘများ၏ကလေးများသည်မိဘများအားလျော်ငြှောအတွက်တရားစွဲရမည်။



ဆေးလိပ်သောက်သူတွေကပေါ့ဆတယ်။ သူတို့သည်တောမီးများ၊ မြက်ပင်များ၊ သစ်တောများကိုစတင်ခဲ့ကြသည်။ သူတို့ကတာဝန်ခံကျင်းပကြသည်၊ **ဒေါ် R4** လျော်ငြှောပေးခြင်း။ ဆေးလိပ်သောက်သူများသည်မီး၊ ဒဏ်ရာရသူ၊ တိရစ္ဆာန်များ၊ **ဒေါ် R5** လူတွေ၊ တိရစ္ဆာန်တွေ၊ **ဒေါ် R6**

passive မီးခိုး (ချေမှုန်းရေး) လူတွေကိုနာတယ် ဆေးလိပ်သောက်သူများသည် passive မီးခိုးများကိုဖြစ်ပေါ်စေသည်။ **ဒေါ် R3**။ အဖွဲ့အစည်းများ (အပန်းဖြေ၊ ဖျော်ဖြေရေး၊ အလုပ် ..) ဆေးလိပ်သောက်ခွင့်ကိုတားဆီးပေးတယ်။ **ဒေါ် R3** လျော်ငြှောပေးရသည်။ ဆေးလိပ်သောက်ခွင့်ပြုသည့်အစိုးရကိုအစားထိုး။ တာဝန်ခံသည်။ **ဒေါ် R7**။

1951 ခုနှစ်တွင်* ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းသည်ကျန်းမာရေးနှင့်မညီညွတ်သည့်ပြင်းထန်သောခြိမ်းခြောက်မှုတစ်ခုဖြစ်ကြောင်းတည်ထောင်ခဲ့သည်။ အစိုးရနှင့်အစိုးရအေဂျင်စီများ၊ ဆေးလိပ်သောက်သောဌာနများသည်ရပ်ရွာကိုအလုပ်မလုပ်နိုင်အောင်ကာကွယ်ပေးခဲ့သည်။ နောက်ကြောင်းပြန်ဥပဒေပြု passed ဌာနပြီးအပြစ်ရှိတယ် **ဒေါ် R7**။

*ပုဂံပြက္ခဒိန်



မည်သည့်လူပုဂ္ဂိုလ်တစ် ဦး တစ်ယောက်၊

(ကြော်ငြာ၊ ဈေးကွက်ရှာဖွေရေး၊ အခမဲ့၊ ခွင့်ပြု (မိဘများ၊ ဆရာများ၊ အလုပ်များ၊ ကလပ်များ၊ စားသောက်ခန်းမများ၊ ဖျော်ဖြေရေးနေရာများ)အမြတ်အစွန်း (ထုတ်လုပ်သူများ၊ ပေးသွင်းသူများ၊ သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးများ၊ လက်ကားရောင်းသူများ၊ လက်လီရောင်းသူများ၊ 'ဆေးလိပ်သောက်' နှင့်သို့မဟုတ်ဆေးလိပ်သောက်ဆက်စပ်ပစ္စည်းရရှိနိုင်စေသည်၊ **ဒေါ် R7**

'Smokes' တွင်မည်သည့်အရာပါဝင်သည်ကိုအရေးမကြီးပါ။

ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းသည်ကျန်းမာရေးကိုထိခိုက်စေသည်။



ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းအတွက်သုညသည်းခံခြင်း !!

နည်းပညာအသစ် စွဲ

နယူးနည်းပညာ junkies ထည့်ဖြစ်နိုင်သည်။ သူတို့ကဈေးနှုန်းချိုသာသော gadget အသစ်တစ်ခုကို ဝယ်ရန်လက်လီအရောင်းဆိုင်တစ်ခု၏အပြင်ဘက်တွင်စခန်းချကြသည်။**အရမ်းမိုက်တာပဲ!**

New Technology သည်မူးယစ်ဆေးဝါးသုံးစွဲမှု၏အရူးအမူးစွဲလမ်းမှုဖြစ်သည်။ စွန့်ပစ်ပစ္စည်းများ၏အကြီးမားဆုံးအကြောင်းရင်းဖြစ်သည်။ သူတို့သည်ကုန်ပစ္စည်းများကိုစွန့်ပစ်ပြီးကြာမြင့်စွာအသုံးပြုသောနေ့စွဲရှိသည်။ သူတို့ကသူတို့ရဲ့နည်းပညာအသစ်သုံးစွဲဖို့ဘယ်တော့မှမ။ သူတို့ကအလိုအလောက်ရှည်လျားရှိသည်မဟုတ်ကြလှပဲ။**ဤအ Junkies များသည်ကာလရှည်ကုန်ပစ္စည်းများကိုတစ်ခါသုံးပစ္စည်းအဖြစ်ပြောင်းကြသည်။**

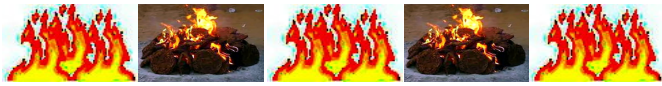
နည်းပညာအသစ်အများစုသည်ပြန်လည်အသုံးပြုနိုင်သည်မဟုတ်ပါ။ Shire နှင့်အနာဂတ်မျိုးဆက်များအတွက်စွန့်ပစ်ပစ္စည်းစွန့်ပစ်မှုပြproblemsနာများကိုဖန်တီးပေးခြင်း။ Microchip ထုတ်လုပ်သူသည် New Technology junkies အတွက် ၆ လတစ်ကြိမ်ချစ်ပ်အသစ်တစ်ခုထုတ်သည်။**functioning ိုလည်ပတ်သောချစ်ပ်များကိုဖယ်ထုတ်ပစ်သည်။ ဘယ်လောက်အလေအလွင့်များလဲ။ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ဖျက်ဆီးခြင်း။ ထုတ်လုပ်သူ၊ ဖြန့်ဖြူး၊**ဒေါ် R7****

ရပ်ရွာလူထု၏လမ်းညွှန်ချက်များချမှတ်ရန်လိုအပ်သည်။ Custodian Guardian သည်ထုတ်ကုန်အသစ်တိုင်း၏သက်တမ်းသည် ၇ နှစ်ဖြစ်သည်။**၎င်းကိုမော်ဒယ်သစ်ဖြင့် ၇ နှစ်ကြာအစားထိုး။ မရပါ။ ချိုးဖောက်၊**ဒေါ် R7****

**အဂတိလိုက်စားမှုကိုဖန်တီးပေးသောလူ၊ အဖွဲ့အစည်းများသည်စက်ဆုပ်ရွံရှာဖွယ်ကောင်းသော၊
သူတို့ကတာဝန်ခံကျင်းပကြသည် **ဒေါ် R7****

မှတ်ချက် !! ဤသည် 'စွဲ' အားလုံးသက်ဆိုင်သည်။ အသက်မပြည့်သေးသောမိဘများ (၁၇ နှစ်၊ ၁၈ နှစ်) တာဝန်ခံဖြစ်ကြသည်။ **ဒေါ် R1, ၁st ပြစ်မှု 2 ကြိမ်မြောက် ပြစ်မှု ဒေါ် R2, သူတို့သားသမီးများကိုချည်နှောင်ရမည်။ အခြားအသက်မပြည့်သေးသူကိုမကြည့်ရှုနိုင်ပါ။**

မီးလောင်ရာ



လူသားတွေဟာမီးကိုဘယ်လိုသုံးရမယ်ဆိုတာရှာဖွေတွေ့ရှိခဲ့တယ်။ အဲဒါကိုကောင်းချီးတစ်ခုအဖြစ်မြင်ခဲ့တယ်။
ထင်းကိုလောင်ကျွမ်းခြင်းသည်ကျောက်ဖြစ်ရုပ်ကြွင်းလောင်စာများဖြင့်ဖြစ်သည်။ အဂဏ်လိပ်



စက်မှုဇုန်ကိုစတင်မိတ်ဆက်ခဲ့သောခရစ်ယာန်များသည်ရာသီဥတုပြောင်းလဲခြင်း
ကိုဖြစ်ပေါ်စေသောလေထုညစ်ညမ်းမှုကိုစတင်ခဲ့သည်။ မီးနှင့်လောင်ကျွမ်းခြင်း
သည်ယခုအခါခြိမ်းခြောက်မှုတစ်ခုဖြစ်သည်။

STOPBURNING, N ကို OW !!!

မီးလောင်ခြင်း၏အနုစာရာယ်အရှိဆုံးအပိုင်းမှာမီးခိုးဖြစ်သည်။ မီးလောင်ကျွမ်း
မှုသည်ကျန်းမာရေးကိုခြိမ်းခြောက်သည့်အပြင်သေဆုံးမှုသည်ဆေးလိပ်
သောက်ခြင်းကြောင့်ဖြစ်သည်။ ပို၍ ကြီးမားသောအတိုင်းအတာအရမီးခိုးတက်
လာသည့်လေထုထဲသို့အကာသထဲသို့အပူကိုထွက်သွားစေသည်။
ရေမျက်နှာပြင်ပူနွေးလာမှု၊ မြေမျက်နှာပြင်ပူနွေးလာမှု၊ ရေခဲအရည်
ပျော်မှု - ရာသီဥတုပြောင်းလဲခြင်း!



လူနုစာကိုယ်လိုအပ်ချက်များကိုရှင်သန်ရန် **ရှူရှိုက်နိုင်သောလေ**။ လူတို့သည်လောင်ကျွမ်း
သောအရာများကို 'အသက်ရှူနိုင်သောလေ' ကိုအဓိကခြိမ်းခြောက်သည်။

အသက်မရှူနိုင်သောလေသင့်တွင်ရှင်သန်ရန် 4 မိနစ်ရှိသည်။

လေထုညစ်ညမ်းမှုမှသုည TOLERANCE !!!!!!!

စွမ်းအင်

အပန်းဖြေရန်အချိန်များလွန်းခြင်း၊ နေအိမ်များကြီးများ၊ ဝ ငွေများလွန်းခြင်း၊ မလိုအပ်သောပစ္စည်း
ကိရိယာများများလွန်းခြင်းတို့သည်စွမ်းအင်လိုအပ်ချက်များတိုးပွားလာစေသည်။ လက်ရှိစွမ်းအင်သည်
ညစ်ညမ်းနေသည်။ တည်ဆောက်မှုစရိတ်၊ မြင့်မားသောလည်ပတ်မှုနှင့်ပြုပြင်ထိန်းသိမ်းမှုစရိတ်များမြင့်
မားသည်။ ညစ်ညမ်းစွမ်းအင်သည်လောင်ကျွမ်းမှုအပေါ်မူတည်သည်။ မီးလောင်ရာမဟုတ်သော
လောင်ကျွမ်းခြင်းဖြင့်အစားထိုးသည်။

ချက်ပြုတ်ခြင်း၊ အပူပေးခြင်းနှင့်လျှပ်စစ်ဓာတ်အားထုတ်လုပ်ရန်
အတွက်အိမ်တွင်းနှင့်အိမ်တွင်းမဟုတ်သောအညစ်အကြေး၊ သစ်၊
ကျောက်မီးသွေး၊ **အဆုံးသတ်!** လောင်ကျွမ်းသောဓာတ်အားပေးစက်ရုံ
များ (ကျောက်မီးသွေး၊ ရေနံဓာတ်ငွေ့၊ ယူရေနီယမ်)
စွမ်းအင်ကိုဖန်တီးရန်ဖြစ်ကြသည် **အပြီးပိတ်လိုက်သည်** နှင့်
ဖျက်သိမ်း။ စွမ်းအင်ကိုလောင်ကျွမ်းခြင်းမှထုတ်လုပ်သည်။
ညစ်ညမ်းမှုပိုင်ရှင်များ၊ အော်ပရေတာဖြစ်ကြသည်



တရားစွဲဆိုမှု၊ **ဒေါ် R7**။ ယူရေနီယမ်နှင့်ကျောက်မီးသွေးတွင်းများကိုပိတ်ထားပြီးတံဆိပ်ခတ်ထားသည်။ ၎င်းသည်ပိုင်ရှင်များ ဖြစ်သည်၊ အော်ပရေတာများလောင်ထားခြင်း၊ **ဒေါ် R7**

ကျောက်မီးသွေးလောင်ကျွမ်းခြင်းသည်လေထုညစ်ညမ်းစေသောမီးခိုးများစွာထွက်စေသည် (ကာဗွန် ခိုင်အောက်ဆိုက်)။ ကာဗွန်ခိုင်အောက်ဆိုက်ဓာတ်ငွေ့များတက်သည်။ ၅၀% ကိုမိုးရေဖြင့်ဆေးကြော။ ကျန်သည်လေထုထဲသို့ပျံ့နှံ့သွားသည်။ ကာဗွန်ခိုင်အောက်ဆိုက်ဓာတ်ငွေ့သည်နေရောင်ခြည်ဖြင့် ကမ္ဘာမြေကိုအပူပေးနိုင်သော်လည်းအချို့အပူရှိန်ကိုအာကာသထဲသို့ပြန်လည်ထုတ်လွှတ်ခြင်းမူကား ကွယ်ပေးသည် (ကမ္ဘာကြီးပူနွေးခြင်း)။ ရလဒ်ကမ္ဘာ့မျက်နှာပြင်သည်တဖြည်းဖြည်းအပူဖြစ်လာ သည်။ မျက်နှာပြင်အပူချိန်၏အပူကိုယခုနှစ် ၀ 'တွင်သိသိသာသာတိုးမြှင့်ခဲ့သည်* (၂၀၀၄)။ ဤသို့ ပူနွေးလာခြင်းသည်ရေခဲမြစ်များ၏အရွယ်အစားနှင့်ဝင်ရိုးစွန်းရေခဲမြစ်များကိုလျော့နည်းစေသည်။ ပင်လယ်ရေမျက်နှာပြင်မြင့်တက်လာခြင်းနှင့်ရာသီဥတုပြောင်းလဲခြင်းတို့ကြောင့်ဖြစ်သည်။

*CG New Age အချိန်စီမံခန့်ခွဲမှု



ကျောက်မီးသွေးကိုဖွင့်လင်းစွာသယ်ယူပို့ဆောင်သည် (အဝတ်မခြံဘဲ) လို့မို့။ ကျောက်မီးသွေးဖုန်မှုန်ကိုမှတ်သည်တိရိစ္ဆာန်များ၊ လူများ

(မျက်စိရောဂါ၊ အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာပြဿနာများ၊ အဖုများ ..) အဝတ်လျော် (အဖုအပိန်များရှောင်ရှားရန်လိုအပ်သောအခြောက်များကိုပြန်လည် ဆေးကြောခြင်း၊ မြေဆီလွှာ (သီးနှံ၊ ဥယျာဉ်၊ ခြံ၊ သစ်ပင်များ၊

ရေ (တိုင်ကီ၊ ချောင်း၊ အိုင်၊ မြစ်၊ ပင်လယ်) လိုအပ်ချက်များ filtering ကိုညစ်ညမ်းသည်။ အဆုံးသတ်

ကျောက်မီးသွေး ထုတ်လုပ်သည် ညစ်ပတ်စွမ်းအင်

ကျောက်မီးသွေးကျွန်တော်တို့ကိုဆိုနေသည်

သန့်ရှင်းသောကျောက်မီးသွေး ဟုတ်တယ် လိမ်လည်မှု!

ရပ် ထရပ်ကားများ၊ သတုတုတွင်းများကိုပိတ်
ရှင်သန်ရပ်တည် !!!



လောင်ကျွမ်းခြင်းကို“ နေ၊ ရေ၊ လေ” ဖြင့်အစားထိုးသည်။



ပြည်တွင်းနှင့်မဟုတ်သောသယ်ယူပို့ဆောင်ရေးကိုပြောင်းရွှေ့ရန်လောင်ကျွမ်းခြင်းအဆုံးသတ်! သဘာဝဓာတ်ငွေ့၊ ရေနံသည်လောင်ကျွမ်းခြင်းကိုအသုံးမပြုပါ။ အဝေးပြေးလမ်းမကြီးပေါ် ပြည်တွင်းနှင့်ပြည်တွင်းမဟုတ်သောသယ်ယူပို့ဆောင်ရေးကိုအဝေးပြေးလမ်းမရထားများဖြင့် အစားထိုးသည်(Shire ကိုကြည့်ပါ)! ကုန်းလမ်းသယ်ယူပို့ဆောင်ရေးလမ်းကြောင်းသည် ရှည်လျားသောရထားလမ်းသာဖြစ်သည်။ တစ် ဦး ချင်းညစ်ညမ်းသည့်သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးကို ဖြတ်ပစ်လိုက်သည်။Freeways အသစ်များဖျက်ပါ။

တိုးပွားလာသောလူ ဦး ရေသည်စွမ်းအင်စီမံကိန်းပိုမိုကောင်းမွန်ရန်လိုအပ်သည်။ လူတစ် ဦး ချင်း စီ၏စွမ်းအင်သုံးစွဲမှုကိုလျော့ချခြင်းသည်မဖြစ်မနေလိုအပ်သည်။ ညမထွက်ရအမိန့်သည်မဖြစ်မ နေလိုအပ်သည်။ အားလပ်ချိန်များတွင်လုပ်ရှားမှုများအတွက်စွမ်းအင်လျော့ချရန်မရှိမဖြစ်လိုအပ် သည်။အထပ်နှစ်ထပ်ရှိသောဂိုဒေါင်၊ အနုပညာဥယျာဉ်များ၊ ရေကူးကန်၊

ညမထွက်ရအမိန့်

လူ့နုစာကိုယ်သည်ညဉ့်နက်သန်းခေါင်ယံကာလဖြစ်ရန်မရည်ရွယ်ခဲ့ပါ။ လူတို့သည်ညဉ့်နက် သောဘဝပုံစံကိုဖန်တီးရန်သူတို့၏ ဦး နောက်စွမ်းအားကိုအလွဲသုံးစားပြခဲ့ကြသည်။ ဤလူနေ မှုပုံစံသည်စွမ်းအင်အမြောက်အများကိုဖြုန်းတီးခြင်း၊ ရာဇ ၀ တ်မှုတိုးစေခြင်း၊



၁၄-၁၁ နာရီမှ ၇ နာရီညမထွက်ရအမိန့် (CG Klock) မဖြစ်မနေဖြစ်ပါတယ်။ ညမထွက်ရ အမိန့် 'NO' လမ်းသယ်ယူပို့ဆောင်ရေး ကာလအတွင်း (စီးပွားဖြစ်၊ ပုဂ္ဂလိက၊ အများပိုင် ..) အရေးပေါ်ယာဉ်များမှအပလမ်းများ ပေါ်တွင်လုပ်ရှားခွင့်ပြုထားသည်။

လမ်းမီးများ၊ မီးပွင့်များ၊ ကြော်ငြာများမရှိပါ။ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများမရှိပါ။လေကြောင်းသယ်ယူပို့ဆောင် ရေးလုပ်ငန်းမလည်ပတ်ခြင်းလေဆိပ်များကိုပိတ်ထားသည်။ လေကြောင်းသယ်ယူပို့ဆောင်ရေးသည်အနီး ဆုံးရရှိနိုင်သည့်လေယာဉ်ကွင်းသို့ဆင်းသက်ရမည်။ အဘယ်သူမျှမရထားလမ်းလုပ်ရှားမှု၊ မီးရထားဘူတာ များနှင့်ဆိပ်ကမ်းများပိတ်ထားသည်။ ညမထွက်ရအမိန့်စဉ်အတွင်းရထားများကဘူတာရုံတွင်မရပ်တန့်ပါ။

ဘယ်သူမှအလုပ်မလုပ်ဘူး (အားလုံးပိတ်ထားသည်) အနည်းဆုံးအရေးပေါ်ပုဂ္ဂိုလ်ရေးမှလွဲ။ ။ အရေး ပေါ်သို့မဟုတ်အပူမှအပမည်သည့်စွမ်းအင်ကိုမျှအသုံးပြုရန်မလိုအပ်ပါ။ အများပြည်သူသုံးရေဒီယို အသံလွှင့်ရုံ ၁ ခုထုတ်လွှင့်နေသည်။ အခြားဖျော်ဖြေရေးအားလုံးပိတ်ထားသည်။ ရုံးမရှိ၊ ကုန်ထုတ်လုပ်မှုသို့မဟုတ်လက်လီရောင်းဝယ်သူသည်စွမ်းအင်သုံးစွဲရန် (သို့) အသုံးပြုရန်ဖြစ်သည်။ အအေးမိချိန်တွင်အိမ်များသည်အပူကိုသုံးနိုင်သည် (နွေးထွေးသောဝတ်စုံ)။ Shire သည်ညမထွက်ရ အမိန့်ကိုထုတ်ပြန်သည်။

အားလပ်ချိန်



မီးခိုးငွေ BBQ's, 'End! တံခါးကိုအပူပေးပြီး 'End's'! အပြင်ဘက်ရှိအအေးဓာတ် သည်ပူနွေးသောအ ၀ တ်အစားများကိုဝတ်ဆင်ပါ။ ဒါမှမဟုတ်အတွင်းပိုင်းကို သွား ပြင်ပအပူကိုအသုံးပြုခြင်းသည်သာဘဝပတ်ဝန်းကျင်ဖျက်ဆီးခြင်း ဖြစ်သည်။ဒေါ် R7။

အိမ်တွင်ဓာတ်ဆီမီးလောင်သော Garden Power ကိရိယာများကိုမသုံးပါနှင့်။ မိသားစု၊ သူငယ်ချင်းများ၊ အိမ်နီးချင်းများ၊ အလုပ်ဖော်များအားဓာတ်ဆီ မီးလောင်သော Garden Power ကိရိယာများမသုံးရန်တိုက်တွန်းပါ။ ရပ် (အကြမ်းမဖက်)! ထုတ်လုပ်ခြင်း၊ ရောင်းချခြင်း၊



ဝယ်ယူ၊ စာတ်ဆီမီးလောင်ရာဥယျာဉ်ပါဝါကိရိယာများ၊ သင်၏ပတ်ဝန်းကျင်၌ရှိသောညစ်ညမ်းခြင်းကိုအဆုံးသတ်ရန်မှာသင်၏ကျင့်ဝတ်နှင့်နှိုင်းသားဖြစ်မှုတာဝန်ဖြစ်သည်။ မိသားစု၊ သူငယ်ချင်းများ၊ အိမ်နီးချင်းများ၊ အလုပ်ဖော်များ၊

ညစ်ညမ်းမှု ဖျော်ဖြေရေးအဆုံး။ လေထဲမှာ: လေကြောင်းပြပွဲများ၊ (လေယာဉ်၊ ဂျက်လေယာဉ်၊ ရဟတ်ယာဉ်၊ မောင်းသူမဲ့လေယာဉ်၊ အာကာသလွှန်းပျံယာဉ် ...)။ ရေအောက်မှာ ပုဂ္ဂလိကပိုင်ပင်လယ်သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး (အပျော်စီးသင်္ဘောများ၊ အပျော်စီးသင်္ဘောများ၊ လေယာဉ်ပျံများ၊ မြန်နှုန်းမြင့်စက်လှေများ၊ ရွက်လှေများ ..)။ မြေပေါ်မှာ: အားလုံး 2,3 & 4 ဘီးမော်တာ (လောင်စာဆီလောင်ခြင်း), စက်ဘီး, စက်ဘီး, SUV ကား,



buggies, အားကစားကားများ၊ limousines, ဇိမ်ခံကားများ။ ကားပြိုင်ပွဲ, ကားတန်။



မီးရှူးမီးပန်းများသည်အဓိကလေထုညစ်ညမ်းမှုဖြစ်သည်။ သူတို့ကပိုပြီးဘုံပိုကြီးပိုညစ်ညမ်းမှုဖြစ်လာ။ ရာသီဥတုအခြေအနေပေါ်မူတည်၍ လေထုညစ်ညမ်းမှုသည်တစ်နေ့တာအတွက်ကြာရှည်နိုင်သည်။ အမှန်ညစ်ညမ်းမှုသည်ရေကိုညစ်ညမ်းစေသောကြောင့်၎င်းသည်မသောက်ရန်မသင့်တော်သောကြောင့်ဖြစ်သည်။ မီးရှူးမီးပန်းငြိမ်းသွားပြီ။ လေဆာရောင်ခြည်များကသူတို့ကိုအစားထိုး။

ရေ

ကျွန်ုပ်တို့၏ခန္ဓာကိုယ်၏ ၆၀% မှ ၈၀% သည်ရေဖြင့်ဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ခန္ဓာကိုယ်ရှိဆဲလ်တိုင်းက၎င်းကိုလိုအပ်သည်။ ရေများသည်ကျွန်ုပ်တို့၏အဆစ်များကိုလောင်ကျွမ်းစေပြီးကျွန်ုပ်တို့၏အပူချိန်ကိုထိန်းညှိပေးပြီးကျွန်ုပ်တို့၏စွန့်ပစ်ပစ္စည်းများကိုသုတ်လိမ်းပေးသည်။

အေးမြသောလေထုရေငွေသည်အစက်များကိုဖြစ်ပေါ်စေသည်။ ကမ္ဘာဆွင်အားကမျက်ရည်များကိုကျစေသည် (မိုးရေ) မျက်နှာပြင်ရန်။ မိုးသည်ရေချို၏အဓိကအရင်းအမြစ်ဖြစ်သည်။ ဤမိုးရေသည်သောက်ခြင်း၊ အစားအစာပြင်ဆင်ခြင်း၊ ချက်ခြင်း၊ လျှော်ခြင်း၊ တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးအတွက်အသုံးပြုသည်။



လူတစ်ယောက်ဟာမိုးရေကိုသောက်ပြီးအစားအစာအတွက်သုံးတတ်တယ်



ပြင်ဆင်မှု။ ၎င်းသည်မသင်လျော်ပါ။ မိုးရေသည်
ညစ်ညမ်းခြင်း၊ လေထုညစ်ညမ်းစေရန်အတွက်အဝတ်
လျော်ခြင်းကိုမိုး၌မထားသင့်ပါ (ညစ်ပတ်ပေရေ၊
စေးကပ်နေသောအနံ့)။ ၎င်းသည်ညစ်ပတ်သည်သာမက
အနံ့ဆိုးသည်သာမကအရေပြားကိုလည်း
ထိခိုက်စေသည်။

မိုးရေသည်မိုးသီးသို့မဟုတ်ဆီးနှင်းကဲ့သို့ကျသည်။ နှင်းသည်မြင့်မားသောတောင်များ၊ အာတိတ်နှင့်အနု
တာတိတ်တို့တွင်မြင့်မားသောရေသိုလှောင်မှုကိုဖြစ်ပေါ်စေသည်။ နှင်းသည်အဖြူရောင်၊ ညစ်ညမ်းသော
ဆီးနှင်းသည်အနက်ရောင်နှင့်ပင်းမိုးရောင်ဖြစ်သည်။ ဆီးနှင်းအနက်ရောင်ကိုဟိမဝန္တာတောင်တန်း
ဒေသ၊ ဂရင်းလန်း၊ အနုတာတိကတိုက်တွင်တွေ့ရှိရသည်။



ဒေသခံများသည်ရွေ့ချိုရေကန်များကိုဖန်တီးကြသည်။ ဤရေလှောင်ကန်
များသည်မိုးရေနှင့်မြို့ခံနေသောနှင်းများအပေါ်မှခုံနေရသည်။ ညစ်ညမ်းမှု
ကြောင့်ဤရေသည်လူစားသုံးမှုမတိုင်မီကုသမှုလိုအပ်သည်။

ရေလှောင်ကန်သည်ရေတိမ်ပိုင်းထက်နက်သည်။ ရေနက်ပိုင်းသည်အေးသည်၊ ရေငွေ့ပျံခြင်း၊ ရေညှိ
ကြီးထွားခြင်း၊ အထူးသဖြင့်အဆိပ်အတောက်ဖြစ်စေသောပိုးမွှားများကြီးထွားမှုကိုလျော့နည်း
စေသည်။ ရေအားကစားသည်ဆီးသွားခြင်း၊ ရာသီသွေးလာခြင်းနှင့်ရေထဲ ဝ င်ခြင်းများကိုတားဆီးရန်
တားမြစ်သည် (ရေကိုမိလုံလာအဖြစ်ပြောင်းလဲစေခြင်း)။ ရေယာဉ်(လျက်လေယာဉ်နှင့်လျောစီး၊
မော်တော်ဆိုင်ကယ် ..) ညစ်ညမ်း (ဆီ၊ ဓာတ်ဆီ၊ ဘက်ထရီအက်စစ် ..)
သူတို့ပိတ်ပင်ထားကြသည်! ခြွင်းချက်: Park-Ranger သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး။

လူတစ် ဦး သည်မှန်ကန်စွာလုပ်ဆောင်နေသည့်ရပ်ရွာကိုအားမကိုးနိုင်ပါ။ ကုသမှု၊
တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းကုသမှု၊ မှားယွင်းသောကုသမှု၊ ကုန်ကျစရိတ်လျော့ချခြင်း၊ အကျင့်
ပျက်ခြစားမှု၊ အိမ်သုံးရေသန့်ရှင်းရေးသည်မဖြစ်မနေလိုအပ်သည်။



အိမ်သုံးရေသန့်စင်ရန်အတွက်အိမ်သုံးရေသန့်စင်ရန်လိုအပ်သည်။ filtering ကိုလျော့ချရန်ဖြစ်ပါသည်။
အာဆင်းနစ်၊ Asbestos၊ ကလိုရင်း၊ ကလိုရိုဖို့၊ ကာဗွန်နိုတ်တင်းကျပ်မှု၊ ကြေးနီ၊

ခဲ၊ ပိုးသတ်ဆေးများ၊ သံချေးများ .. ပူနွေးသောရာသီဥတုတွင်လည်းသေစေနိုင်
သောအရာများမှကာကွယ်ရန်ရေစစ်ထားသောရေကိုပြုတ်ရန်လိုအပ်သည်
(သေးငယ်သောသက်ရှိ) ရောဂါ။

လတ်ဆတ်သောရေခြိမ်းခြောက်မှုများ မကြာမီလတ်ဆတ်သောရေလိုအပ်ချက်
သည်ရေချိရရှိမှုထက်ကျော်လွန်သွားလိမ့်မည်။

ညစ်ညမ်းသောရေလမ်းကြောင်း (ချောင်း၊ ချောင်း၊ မြစ်၊ ရေကန်၊ ကန် ..)
လတ်ဆတ်တဲ့ရေရှားပါးမှုကိုဖန်တီးပါ။ ဆေးဝါးများ၊ အဆိပ်များ၊ အဆိပ်များဖြင့်
ပြည့်နှက်နေသောမုန်တိုင်းရေ။ စက်မှုစွန့်ပစ်ပစ္စည်း၊ အဆိပ်အတောက်၊
ရေလမ်းကြောင်းညစ်ညမ်းမှုများအဆုံးသတ်သည်
ဒေါ် R3 အခြားသူတွေ ဒေါ် R7။

ရေချိဖြည့်စွက်ပါ

စွန့်ပစ်ခြင်းသည်စွမ်းအင်အမြောက်အများကိုအသုံးပြုသည်။ ရေကိုစားသုံးခြင်းသည်ပတ်ဝန်းကျင်
အပေါ်ဆိုးကျိုးသက်ရောက်စေသည်။ ငါးအမြောက်အများ၊ ရေခဲ၊ သူတို့၏ဥများကိုစနစ်ထဲသို့
ဆွဲဆောင်သည်။ ပင်လယ်ရေကြီးသောသတုတဝါများသည်စားသုံးမှုစွန့်ပစ်ပုံ၏အရွှေ့ကန်ရုံဖန်
သားပြင်များကိုပိတ်ထားသည်။ ဓာတုဗေဒဆိုင်ရာကုသမှု၊ ချေးခြင်းသည်သမုဒ္ဒရာအတွင်းသို့
ပြန်လည်ထုတ်လွှတ်သည့်နွေးထွေးသောဆားရည်အိုင်ကိုဖန်တီးပေးသည်။



ရေချိသန်စင်ခြင်းသည်ဘိုရွန်ပါဝင်မှုမြင့်မားသောကြောင့်အရည်အသွေးညံ့ဖျင်းသည်။ မွေးမြူခြင်း၊
မွေးမြူခြင်း၊ မွေးမြူခြင်းနှင့်စားနပ်ရိက္ခာထုတ်လုပ်ရာတွင်အသုံးပြုသောဤရေသည်ဘိုရွန်အဆင့်မြင့်
အစားအစာကိုဖြစ်ပေါ်စေသည် ကြာရှည်စွာဘိုရွန်ဓာတ်ပါဝင်မှုသည်ကျန်းမာရေးနှင့်မညီညွတ်ပါ။

ပြန်လည်သန်စင်ထားသောစွန့်ပစ်ရေများ၊ မိလ္လာသည်အစိုင်အခဲ
များထုတ်ယူရန်အတွက်အဓိကကုသမှုခံယူသည်။ အာဟာရများကို
ဖယ်ရှားသည်။ ထိုနောက်မော်လီကျူးများကိုဖယ်ရှားရန်ရေသည်
အမြွှေးပါးမှတစ်ဆင့်ဖိအားပေးသည်။ စမ်းသပ်မှုများသည်
ကျန်းမာရေးကိုထိခိုက်နိုင်သည်ကိုမဖော်ပြပါ။

ကိုအသာပုတ်ရန်အိမ်သာသည်နောက်ဆုံးနည်းလမ်းဖြစ်သည်။



ရေပူလင်း (အကွန်အကျ) ခရီးသွားရန်သင့်တော်သည်။ ပလပ်စတစ် (
လေးနက်သောခြိမ်းခြောက်မှုတစ်ခုဖြစ်လာသည်။ ရေပူလင်းသည်အပူပေး
သည့်အခါဓာတုပစ္စည်းများထုတ်လွှတ်သည် (နေ၊ အပူပေးစက်)။

ဖန်ခွက် (ခဲမရှိ) ပုလင်းအပြုံပြုပါသည်

အရသာသောက်သုံးရေ

အမျိုးမျိုးသောသောက်သုံးရေအတွက်အရသာရှိသည်။ အချို့သောအရသာများသည်ကျန်းမာရေးနှင့်မညီညွတ်သည့် အပြင်ရှောင်ရှားရန်လည်းလိုအပ်သည်။ အရသာရှိသောရေကိုအအေး (သို့) အပူဖြင့်ပေးနိုင်ပါသည်။



သင့်လျော်သည် အနံ့အရသာရှိသောသောက်စရာများ အမဲသား၊
ဟင်းသီးဟင်းရွက်၊ ဟင်းသီးဟင်းရွက်၊ အမဲသား၊ ကြက်၊

မကျန်းမာဘူး အရသာအချို့ရည်များနှင့် add-ons များ အရက်သေစာ၊
အရောင်အရောင်၊ အနံ့အရသာ၊ သဘာဝနှင့်သဘာဝအချို့ဓာတ်၊ ကာဗွန်နိတ်၊
ကိုလာ၊ စွမ်းအင်သောက်ခြင်း၊ Lemonade၊ ကဖိန်းဓာတ်၊ ကော်ဖီ၊ သစ်သီး
ဖျော်ရည်၊



သောက်ရေ

အကောင်းဆုံး



နေ့စဉ်လုပ်ရိုးလုပ်စဉ် ထပါ၊ 0.2l ဖန်ခွက်အနည်းငယ်ပေါ့ပါးသောရေစစ်ပေး
ပါ။ တိုင်းမှန်ညှက်မိ(နံနက်စာ၊ အစောပိုင်းနေ့ရေစာ၊ နေလည်စာ၊ နေလည်စာ၊
ညစာ) ၁.၂ လီတာဖန်ခွက်ပေါ့ပေါ့တန်တန်အေးပြီးရေစစ်ပါ။

သောက်စရာဖန်ခွက်သောက်ပါ (ပလပ်စတစ်မရှိပါ) တစ် ဦး ချင်းစီ Bedside- စားပွဲပေါ်
မှာအပေါ် filtered ရေ 0.2l နှင့်ပြည့်စုံ။ သင်အိမ်သာသို့ရောက်ပြီးတိုင်းလည်ချောင်း
ခြောက်သွေ့သည့်အခါတိုင်းညအချိန်တွင်နံနက်ယံ၌အနားယူပါ။



သောက်သုံးရေကိုငြင်းပယ်သောသို့မဟုတ်ညစ်ညမ်းသောရေ၏အကြောင်းတရား၊ အကျိုး
သက်ရောက်မှုရှိသောမည်သည့်ပုဂ္ဂိုလ်၊ အဖွဲ့အစည်း၊ အစိုးရမဆို။ တာဝန်ခံကြသည် **ဒေါ် R7**

အရည်များများမသောက်ရပါ။ သင့်တွင် 4 ရက်နေထိုင်ရန်

ဆည်မြောင်း! ဆည်မြောင်းအတွက်မြေအောက်ရေကိုအသုံးပြုခြင်းသည် မြေအောက်ရေကိုပြန်လည်ဖြည့်တင်းခြင်းထက်ပိုမြန်သည်။ ဂေဟစနစ်တစ်ခုလုံး ကိုခြောက်သွေ့စေပြီးရေချိုးပါးစေသည်။ မြေအောက်ရေဆည်မြောင်း အဆုံးသတ် ဆည်မြောင်းအတွက်မြေအောက်ရေကိုတရားမဝင်အသုံးပြုသူကို တရားစွဲဆိုသည်။**ဒေါ် R7။** အစိုးရသည်မြေအောက်ရေကိုဆည်မြောင်းစနစ်ဖြင့် အစားထိုး။ အဖွဲ့ဝင်များအားတရားစွဲဆိုသည်။ **ဒေါ် R7။**

မြစ်များ၊ ရေကန်များ၊ ချောင်းများမှရေချိုကိုအသုံးပြုခြင်းသည်ရေစီးဆင်းမှုကိုနှေးကွေး စေသည်။ ဤသည်အငွေပြန်ခြင်းကိုအားပေးတယ်။ မိုးခေါင်မှုကြောင့်ရလဒ်! ဤဆည်မြောင်း အမျိုးအစားသည်ယဉ်ကျေးမှုများကိုအဆုံးသတ်စေခဲ့သည်။ ဆည်မြောင်းအဆုံးသတ်။
ချိုးဖောက်မှု: ဒေါ် R7

ထုတ်ကုန်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု

လူတွေဖန်တီးတဲ့အခါမှာသူတို့ရဲ့ဖန်တီးမှုတွေကအစ၊ အဆုံးနဲ့ပြန်လည် အသုံးချရမယ်။ ဥပမာ - အမဲသုံးထုတ်ကုန် (အစ၊) နေ့စွဲဖြင့်အသုံးပြုပါ (အဆုံး)ဆွေးနွေးပျက်စီးနိုင်ပြီး (ပြန်လည်အသုံးပြုနိုင်သည်။) လုပ်သမျှအားလုံးပြန်လည်အသုံးပြုနိုင်ရန်ဖြစ်သည်!

အယူအဆအဆင့်မှထုတ်ကုန်များသည်ကျန်းကျန်းမာမာ၊ လုံခြုံစိတ်ချရမှု၊ ထုတ်လုပ်ပြီးအသုံးပြုသောအရာအားလုံးသည်ဆွေးနွေးပျက်စီးနိုင်ပြီး (သို့) အခြားနည်းဖြင့်ပြန်လည်အသုံးပြုနိုင်သည်။ **ချိုးဖောက်မှု: ဒေါ် R7**

ရပ်၊ ကျန်းမာရေးနှင့်မညီညွတ်သော၊ အနုတရားရှိသော၊ ညစ်ညမ်းစေသောမည်သည့်အရာကိုမဆိုအသုံးပြုခြင်းသည်ဆွေးနွေး ပျက်စီးနိုင်သည်သို့မဟုတ်ပြန်လည် အသုံးပြု၍ မရပါ။ ကျန်းမာရေးနှင့်မညီညွတ်သော၊ အနုတရားကင်းသော၊ ညစ်ညမ်းသော ကုန်ပစ္စည်းများထုတ်လုပ်ခြင်းကိုထုတ်လုပ်ခြင်းသည်ရာဇဝတ်မှုဖြစ်သည်။ **ဒေါ် R7**

GM-Crop (နဂါးမျိုးစေ့) > GM-Food (ကျန်းမာရေးနဲ့မညီညွတ်တဲ့အစာ)

မျိုးရိုးဗီဇပြုပြင်ထားသော (အင်ဂျင်နီယာ) ကောက်ပဲသီးနှံများကိုလူသားများပြောင်းလဲသည့် မျိုးစေ့များပေါ်တွင်အခြေခံသည် **1 ဘုရားသခင်** မူရင်းဒီဇိုင်း။ လောဘ၊ အမြတ်အစွန်း & စော်ကားမှု၏ရည်ရွယ်ချက်သည် **1 ဘုရား။ 1 ဘုရား** Human Genetic reengineering ကိုမ လိုချင်ဘူး။ ဆင့်ကဲဖြစ်စဉ်သည်ပြောင်းလဲခြင်း၊

နောက်ခံ - အမေရိကန်အရှေ့တောင်အာရှကိုကျူးကျော်စဉ်အတွင်း။ US Military သည် Herbicides ကိုတံထွင်ရန်နှင့်အသုံးပြုရန်အမိန့်ပေးခဲ့သည်(အေးဂျင့်လီမေ့မရောင်),

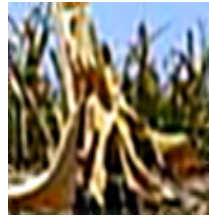


ဟင်းသီးဟင်းရွက်နှင့်ဂေဟစနစ်ဖျက်ဆီးမှုစနစ်၏လက်နက်ဖြစ်သည်။ သစ်ရွက်များဖယ်ရှားခြင်းသည်လေ၊ လေမှထွက်ပြေးသောကလေးများ၊ အမျိုးသမီးများနှင့်မွေးမြူရေးများကို လွယ်ကူစေသည် (killrate တိုးမြှင့်)။ အဆိပ်ရှိသောဂေဟစနစ်သည်ဗီဇပြောင်းလဲခြင်းကိုဖြစ်ပေါ်စေသည်။ ဖျားနာသူ၊ တိရစ္ဆာန်များမွေးဖွားခြင်းကြောင့်

ပေါင်းသတ်ဆေးများသည်အနုတရားရှိပြီးမြေဆီလွှာနှင့်ရေလမ်းများကိုညစ်ညမ်းစေသည်။ Herbicides ထုတ်လုပ်သူများ၊ ဖြန့်ဖြူးသူများအားတရားစွဲဆိုသည်။ **ဒေါ် R7**။ ဒီညစ်ညမ်းမှုကိုခွင့်ပြုသောအစိုးရ **ဒေါ် R7**။ အစားအစာညစ်ညမ်း (ပေါင်းသတ်ဆေး) စားသုံးမှုများအတွက်မသင့်တော်သည် (တိရစ္ဆာန်၊ လူ)။ ဖျက်ဆီးလိုက်ပြီ။

ပေါင်းသတ်ဆေးထုတ်လုပ်သူများ (လောဘကြီးသောမတော်မတရားကပ်ပါးကောင်များ) Plantkillers မှမျိုးစေ့အဆိပ်များသို့တိုးချဲ့ခဲ့သည်။ ပုံမှန်မျိုးစေ့တစ်ခုဖြစ်သည်

'Herbicides' ကိုလေ့လာတဲ့နည်းစနစ်တွေကိုသုံးပြီးပြုပြင်ခဲ့တယ်။ ဒီပြုပြင်မွမ်းမံမှုများကသာဘဝမဟုတ်သောဗီဇပြောင်းလဲခြင်းကိုဖြစ်ပေါ်စေသည်။**နဂါးမျိုးစေ့များ"**။ ပြုပြင်မွမ်းမံမှုများသည်မျိုးစေ့များပြန်လည်ကြခြင်းအားဖြင့်အချိန်တိုင်းတွင်မျိုးစေ့များအမြဲဝယ်ယူရန်တွန်းအားဖြစ်စေသည် (မကောင်းသောအကျင့်ပျက်လောဘ)။ ပျားများသည် GM အပင်များကိုငြင်းပယ်ကြသည်။



ဆင့်ကဲဖြစ်စဉ်သည်ပြုပြင်ထားသောမျိုးစေ့ကိုသတိပြုမိသည်။ ၎င်းသည်မျိုးစေ့နှင့်အဆက်အသွယ်ရှိသောဂေဟစနစ်၊ အစားအစာကွင်းဆက်ကိုပြုပြင်ခြင်းဖြင့်တုံ့ပြန်သည်။ GM မျိုးစေ့မှကောက်ပဲသီးနှံများသည်ဖြောင့်ဖြောင့်တန်းသွားသည် (ပေါင်မုန့်) လူ့အစားအစာစားရန်သို့မဟုတ်တိရစ္ဆာန်အစာမှတစ်ဆင့် (ငါး၊ အသား၊ ကြက်)။ သတုတဝါများ(ပင်လယ်သတုတဝါများ၊ ငှက်များ၊ နို့တိုက်သတုတဝါများ) GM ကကောက်ပဲသီးနှံများကိုတိုက်ရိုက်ကျွေးမွေး၏ (ကြက်၊ ဝက် ..) သို့မဟုတ်သွယ်ဝိုက် (ကြွက်သည်အစေ့ကိုစားသည်။ Predator မှစားသောကြွက်၊ Hunter မှသတ်သော Predator သည် Gourmet ညစာဖြစ်သည်။)။ **GM ကညစ်ညမ်းစေသည်။**

အစားအစာသတုတဝါများသည်၎င်းတို့၏အစာခြေခြင်းကိုလွှမ်းမိုးသည်။ ပြုပြင်ထားသောအပင်များကိုအစာကြောရန်သတုတဝါများအစာခြေစနစ်ကိုပြုပြင်ရမည် (မျိုးရိုးဗီဇဆိုင်ရာအင်ဂျင်နီယာ) ဆင့်ကဲဖြစ်စဉ်မှတစ်ဆင့်ကိုယ်တိုင်က။ ဒါသာဝပါပဲ (ဆန်ကျင် **ဘုရားသခင်**) Evolution အမျိုးအစားသည်မတူညီသောဗီဇပြောင်းလဲခြင်းအမျိုးအစားအသစ်များကိုဖန်တီးသည်။ မသိသောခြိမ်းခြောက်မှု!

မျိုးရိုးဗီဇပြုပြင်မွမ်းမံ (GM) ဆန်ကျင်သည် **ဘုရားသခင်**၊ လူသားအားလုံး၊ အခြားသတုတဝါများနှင့်ပတ်ဝန်းကျင်ကိုခြိမ်းခြောက်မှု။ GM Crop အကျိုးသက်ရောက်မှုအပေါ်စီးဆင်းမှုကြောင့်အစားအစာကွင်းဆက်တစ်ခုလုံးပြောင်းလဲသွားသည်။ အစားအစာကွင်းဆက်တွင်ပါ ဝ င်သောအဖွဲ့ ဝ င်အားလုံးအတွက်ရောဂါများနှင့်အသက်အနုတရားကိုခြိမ်းခြောက်နေသောကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာကပ်ရောဂါအသစ်များကိုဖန်တီးသည့်ဗီဇပြောင်းလဲခြင်းများပြုလုပ်ခြင်း! လူတွေကပိုများလာမယ်၊ ငယ်တယ်၊ ပိုနေမကောင်းဖြစ်ရင်ကလေးတွေပိုများလာတယ်။

GM-Food (ကျန်းမာရေးနဲ့မညီညွတ်တဲ့အစာ): Alfalfa, ကလေးအစားအစာ, ဘောကွန်, ပေါင်မုန့်, နံနက်စာသီးနှံ, Canola, Chicory, ပြောင်းဖူး, လဲမှီအမျိုးအနွယ်ဆီ, ကြက်ဥ, ဝက်ပေါင်ခြောက်, အသား, Papaya, ပဲစွေ, အာလူး, ကြက်ဘဲ, Sausbean, ပဲပုပ်,



သကြား - beet၊ ကြံ၊ ချိုင့်ရုတ်သီး၊ ခရမ်းချဉ်သီး၊ လှံ၊ Zucchini ..

ပြောပါမဟုတ်ဘူး" ရန် GM အစားအစာ !

လုပ်ရမယ်! Humankind နှင့် Eco System အားဤခြိမ်းခြောက်မှုကိုကုသခြင်းသည် ကာကွယ်ခြင်းနှင့်ကုသခြင်းဖြစ်သည်။

ကြိုတင်ကာကွယ်မှု! ရုပ်: GM သုတေသန၊ မျိုးစေ့ထုတ်လုပ်ခြင်း၊ GM သီးနှံစိုက်ပျိုးခြင်း။

ကုသမှု! အစိုးရ၏တရားစွဲဆိုမှုများ - GM သိပ္ပံပညာရှင်၊ အမှုဆောင်များ၊ ဒါရိုက်တာများ၊ ပိုင်ရှင်များ၊ **ဒေါ် R7**

အစိုးရသည် GM Research နှင့် Seed ကုန်ထုတ်လုပ်မှုစက်ရုံများအား လောင်ကျွမ်းခြင်းအားဖြင့်ခြိမ်းခြောက်မှုကိုအဆုံးသတ်လိုက်သည်။ GM သီးနှံများကိုလောင်ကျွမ်းသွားသည်။ GM မြေသီးနှံများစိုက်ပျိုးပြီး ညစ်ညမ်းသည့်မြေဆီလွှာကို ၃ နှစ်ကြာလည်ပတ်သည်။ ဒီကုသမှုကိုမ ကျင့်သုံးတဲ့အစိုးရကိုအစားထိုးလိုက်တယ်။



GM မရှိ၊ GM GM Seed > GMCrop မဟုတ် GM GM မဟုတ်ပါ

အိမ်၌ GM အစာမစားပါနှင့်။ မိသားစု၊ သူငယ်ချင်းများ၊ အိမ်နီးချင်းများ၊ အလုပ်ဖော်များ အား GM အစားအစာမစားရန်အားပေးပါ။ ရုပ်(အကြမ်းမဖက်)! ထုတ်လုပ်ခြင်း၊ ရောင်း ခြင်း၊ ဝယ်ခြင်း၊ GM Food မှလူထု။ GM သည်အဆုံးသတ်ရန်သင်၏ကျင့်ဝတ်နှင့်နှိုင်းသား တာဝန်ဖြစ်သည် (မျိုးစေ့၊ သီးနှံ၊ အစာ)!

ပိုးမွှားထိန်းချုပ်မှု

ပိုးသတ်ဆေးအတွင်းပိုင်း (ဓာတုဗေဒ) အာရုံကြောစနစ်ကိုတိုက်ခိုက်သည်။ သူတို့သည်မ မွေးသေးသော၊ ပိုးသတ်ဆေးများသည်လူနှင့်အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်အသက်ရှူလမ်းကြောင်း ဆိုင်ရာစနစ်များကိုနာကျင်စေသည်။ အထဲမှာ Insecticides ကိုမသုံးပါနဲ့။ အတွင်းပိုင်းကို သန့်ရှင်းသပ်ရပ်စွာထားပါ။

ပိုးသတ်ဆေးပြင်ပ (ဓာတုဗေဒ) သီးနှံများ၊ ဥယျာဉ်ခြံများနှင့် အစားအစာများတွင်အသုံးပြုသည်။ သီးနှံ၊ သစ်သီးခြံများနှင့် ညစ်ညမ်းနေသောအစားအစာများသည်လူနှင့်တိရစ္ဆာန်များ အတွက်မသင့်တော်ပါ။ သူတို့ကမီးဖြင့်လောင်ကြ၏



ရပ်ရွာ (Shire)။ ပိုးသတ်ဆေးများသည်သမုဒ္ဒရာထဲသို့ရောက်သောရေစနစ်သို့စိမ့်ဝင်သွားသည်။ Ocean Eco စနစ်ကိုညစ်ညမ်းစေခြင်း၊ ပင်လယ်စာများညစ်ညမ်းခြင်း။

Fracking

Fracking သည်ပတ်ဝန်းကျင်၊

Fracking သည်ဖိအားမြင့်မားသောအချိန်တွင်အရည်ကိုတူးခြင်းနှင့်ထုတ်ယူခြင်းဖြစ်စဉ်ဖြစ်ရာ၎င်းကိုဓာတ်ငွေ့ထုတ်လွှတ်သည့် shale rock သို့ကျစေသည် (အဆိပ်)။ မြင့်မားသောဖိအားသည် 'ငလျင်' ကိုဖြစ်ပေါ်စေသည်။

လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခုစီသည်ရေလီတာသန်းပေါင်းများစွာလိုအပ်သည်။ ရေတွင်အဆိပ်ဖြစ်စေသောဓာတုပစ္စည်းများနှင့်သဲထည့်ထားသည်။ အဆိုပါဖြစ်စဉ်ကိုမီသိန်းဓာတ်ငွေ့စဉ်အတွင်း (ကမ္ဘာကြီးပူနွေးလာမှုကိုတိုးပွားစေသည်) နှင့်အဆိပ်အတောက်ဖြစ်စေဓာတုပစ္စည်းများအနီးအနားရှိမြေအောက်ရေကိုညစ်ညမ်းစေ။ ဤရေကိုသောက်သုံးခြင်းသည်လူနှင့်တိရစ္ဆာန်များအားအာရုံကြောဆိုင်ရာ၊ အာရုံခံခြင်းနှင့်အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာပျက်စီးခြင်းများဖြစ်ပေါ်စေသည်။

စွန့်ပစ်ရေကိုအငွေ့ပြန်စေရန်မြေပြင်အထက်ရေအိုင်များတွင်ကျန်နေသည်။ မတည့်ငြိမ်သောအောက်နစ်ခြိပ်ပေါင်းများကိုလေထဲသို့လေထုညစ်ညမ်းစေခြင်း၊ ရလဒ်မှာကျန်းမာရေးနှင့်မညီညွတ်သည့်မွေးမြူရေး၊ ကောက်ပဲသီးနှံ၊ အသီးနှင့်ပုပ်နေသောမစားနိုင်သောကျက်စားရာများကိုဖြစ်ပေါ်စေသည်။ နေထိုင်သူများသည်ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း၊ ပျံ့ချင်ခြင်း၊

တစ်ခါတစ်ရံတွင်မြေငလျင်များဖြစ်ပေါ်စေသောပေါက်ကွဲစေတတ်သည်။ faultlines အနီးတွင်အသုံးပြုခြင်းသည်အဓိကငလျင်တစ်ခုကိုဖြစ်ပေါ်စေနိုင်သည်။ ဤပေါက်ကွဲမှုများသည်မြေအောက်ရေလှောင်ကန်များကိုပျက်စီးစေသည်။ သူတို့က 'တောမီးလောင်မှု' ကိုစတင်နိုင်သည့်ဓာတ်ငွေ့များထုတ်လွှတ်သည်။

Fracking သည်ဂေဟစနစ်ဆိုင်ရာဘေးအန္တရာယ်တစ်ခုဖြစ်သည်။ Fracking အဆိုးသတ်

ပိုင်ရှင်များ၊ အော်ပရေတာများကိုတရားစွဲဆိုထားသည်။ **ဒေါ် R7။ Fracking ကိုခွင့်ပြုသောအစိုးရကိုအစားထိုးသည်။ ဒေါ် R7။**

အမှိုက်

အမှိုက်သရိုက်များဖန်တီးမှုလျော့နည်းသွားသည်။
ဆွေးမြေပျက်စီးနိုင်ပြီးပြန်သုံးနိုင်သောထုပ်ပိုးမှုကိုအသုံးပြုသည်
Disposable ထုတ်ကုန်အောင်* အဆိုးသတ်! Junk mail ပုံနှိပ်ခြင်း* အဆိုးသတ်!



မလိုအပ်သော JUNK ၏ချမှတ်ခြင်း (စုဆောင်းစရာပစ္စည်းများ၊ gadgets, ဒီဇိုင်းဂီယာ ..)* အဆိုးသတ်! *ဤပုံပိုးပေးတရားစွဲဆိုကြသည်၊ **ဒေါ် R7**

သင်၏ရပ်ကွက်အတွင်းရှိတရားမဝင်အမှုများကိုစွန့်ပစ်ခြင်းသည် သင်၏ကျင့်ဝတ်နှင့်လူထုအခြေပြုတာဝန်ဖြစ်သည်။ မသားစု၊ သူငယ်ချင်းများ၊ အိမ်နီးချင်းများ၊ အလုပ်ဖော်များ၊ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ၊ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းများသည်အမှုကိစ္စများစွန့်ပစ်ရန်နေရာမရှိ (ဖို့မြေ)။
အမှုကိစ္စများကိုယခုလျော့ချရမည်။

စကုကူ

စကုကူအသုံးပြုမှုဖြတ်ပါ။ ဤသည်အမှုကိစ္စလျော့နည်းစေသည် ဒါဟာသစ်ပင်များကိုကယ်တင်!

အစားထိုး **သတင်းစာများ** ဒစ်ဂျစ်တယ်သတင်းနှင့်အတူ။ သတင်းစာများသည်ဗီဒီယိုမပါဘဲခေတ်မမီတော့သော သတင်းများကိုယူဆောင်လာကြသည်။ သတင်းစာ၏ရည်ရွယ်ချက်မှာကြော်ငြာများ၊ နာမည်ကြီးအတင်းအဓမ္မများနှင့်ခေတ်နောက်ကျသောစိတ်လှုပ်ရှားဖွယ်သတင်းများကိုရောင်းရန်ဖြစ်သည်။**ရပ်! သတင်းစာဝယ်ယူသည်။**

အစားထိုး **မဂ္ဂဇင်းများ** ဒစ်ဂျစ်တယ်ထုတ်ဝေရေးနှင့်အတူ။ မဂ္ဂဇင်းများသည်အသံ၊ ဗီဒီယိုမပါဘဲခေတ်မမီတော့သောအချက်အလက်များကိုယူဆောင်လာသည်။ မဂ္ဂဇင်းများ၏ရည်ရွယ်ချက်မှာကြော်ငြာများကိုရောင်းရန်ဖြစ်ပြီး၊ အလွန်အသုံးဝင်သောသတင်းအချက်အလက်အနည်းငယ်သာရှိသည်။ အသံဗီဒီယို၏အကျိုးကျေးဇူးမရှိဘဲ။**ရပ်!** မဂ္ဂဇင်းများဝယ်ခြင်း

အစားထိုး **စာအုပ်များ** ဒစ်ဂျစ်တယ်ထုတ်ဝေရေးနှင့်အတူ (**အီးစာအုပ်များ, Pdf's**)။ စာအုပ်တွေကအရမ်းကြီးတယ် အသစ်ပြောင်းခြင်းသည်စာအုပ်အသစ်တစ်ခုလိုအပ်သည်။ သူတို့မှာအသံ၊ ဗီဒီယိုမရှိဘူး။ ကူးယူ။ မရပါ နေရာအများကြီးယူပါ။**ရပ်! စာအုပ်ဝယ်ယူ!**

အစားထိုး **ဒိုင်ယာရီဂျာနယ်များ** ဒစ်ဂျစ်တယ်ဖိုင်များနှင့်အတူ။ နေ့စဉ်မှတ်တမ်းများစာအုပ်များသည် စာအုပ်များဖြစ်သည် (အစားထိုးစာအုပ်များကိုကြည့်ပါ)။ **ရပ်! စာအုပ်ဝယ်ယူ!**

အစားထိုး **ရုံးမှတ်စုတို** အီးမေးလ်များနှင့်အတူ။ အစားထိုး

စကုကူမော်ကွန်းတိုက် ဒစ်ဂျစ်တယ်ဖိုင်များနှင့်အတူ။

စကုကူကိုအခြေခံပြီးကြော်ငြာအဆုံးသတ်ပါ (**Junk mail**)။ Junk mail မရှိတော့ပါ။ Junk mail ကိုဖြန်ဝေခြင်းသည်ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာဖျက်ဆီးခြင်းဖြစ်သည်။ **ဒေါ် R7။**

ယခုခေတ်ကုန်သွားသောပုံနှိပ်ထားသောစကုကူကိုဖျက်စီးလိုက်သည်။ ရေ၌စိမ်။ တစ်ချိန်က mushy သည်တီကောင်၏ပိုးကောင်များကိုကျွေးသည်။

ပလပ်စတစ်

ပလတ်စတစ်များသည်အမှန်များကိုသွန်းလောင်းသည်။ ဤရွှေကားလူသားများအပါအဝင်အစားအစာကွင်းဆက်ထဲသို့ဝင်ကြ၏ (သွေး၊ ကိုယ်တွင်းအင်္ဂါ)။ သူတို့ခုနစ်ကိုယ်ထဲမှာတည်ဆောက်ခြင်းသည်လူတို့၏ကျန်းမာရေးနှင့်ရှင်သန်ရပ်တည်ရေးကိုမသိသောခြိမ်းခြောက်မှုတစ်ခုဖြစ်သည်။

အစားထိုး **ပလပ်စတစ်သောက်စရာနှင့်အစားအစာကွန်တိန်နာ** ပြန်သုံးနိုင်သောဖန်ခွက်နှင့်အတူ

ဂြော့ကွန်တိန်နာ။ အားလုံးပလပ်စတစ်ကွန်တိန်နာထုတ်လုပ်မှုကိုအဆုံးသတ်။ ပလတ်စတစ်ထည်နှင့် ကောက်ရိုးအားလုံးထုတ်လုပ်ခြင်းကိုအဆုံးသတ်ပါ။ချိုးဖောက်မှုသည်သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ဖျက်ဆီးခြင်းဖြစ်သည်။ **ဒေါ် R7။**

အစားထိုး ပလတ်စတစ်အိတ်များသယ်ဆောင် ပြန်လည်အသုံးပြုနိုင်သည့်အထည်အိတ်များနှင့်အတူ။ အားလုံးပလပ်စတစ် အိတ်၏အောင်အဆုံးသတ်! ချိုးဖောက်မှုသည်သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ဖျက်ဆီးခြင်းဖြစ်သည်။ **ဒေါ် R7။**

အစားထိုး ပလပ်စတစ်ဖိနပ် အဝတ်အထည်သို့မဟုတ်သားရေဖိနပ်နှင့်အတူ။ အားလုံး ပလပ်စတစ်ဖိနပ်၏အဆုံးသတ်! ချိုးဖောက်၊ **ဒေါ် R7။**

အစားထိုး ပလပ်စတစ်အဝတ်အစား ဝါး၊ အထည်၊ ချည်သို့မဟုတ်သိုးမွေးအဝတ်အစားများ နှင့်အတူ။ အားလုံးပလပ်စတစ်အဝတ်အစား၏အောင်အဆုံးသတ်! ချိုးဖောက်၊ **ဒေါ် R7။**

အစားထိုး ပလပ်စတစ်ကစားစရာများ သစ်သားဖြင့်ပြုလုပ်ထားသောအရုပ်နှင့်အတူ။ အားလုံး ပလပ်စတစ်ကစားစရာ၏အဆုံးသတ်! ချိုးဖောက်၊ **ဒေါ် R7။**

အစားထိုး စားသုံးသူကုန်ပစ္စည်းများအတွက်ပလပ်စတစ်အဖုံး သံမဏိသို့မဟုတ်သစ်သားဖြင့်ပြုလုပ် ထားသောအဖုံးများနှင့်အတူ။ လူသုံးကုန်ပစ္စည်းများအတွက်ပလတ်စတစ်အဖုံးများကိုအဆုံးသတ်ပါ။ ချိုးဖောက်မှုသည်သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ဖျက်ဆီးခြင်းဖြစ်သည်။ **ဒေါ် R7။**

အစားထိုး ပလပ်စတစ်ပရိဘောဂ သံမဏိသို့မဟုတ်သစ်သားဖြင့်ပြုလုပ်ထားသောပရိဘောဂများနှင့်အတူ။ အားလုံးပလပ်စတစ်ပရိဘောဂများအဆုံးသတ် (အတွင်းပိုင်းအပြင်ဘက်)! ချိုးဖောက်၊ **ဒေါ် R7။**

အစားထိုး ပလပ်စတစ်ပိုက်ထုတ်ကုန် ပိုက်ထုတ်ကုန်နှင့်အတူ (အတွင်း၊ အပြင်၊ မြေအောက်) သံမဏိပြုလုပ်သည်။ အားလုံးပလပ်စတစ် ပိုက်ထုတ်ကုန်အဆုံးအောင်! ချိုးဖောက်၊ **ဒေါ် R7။**

အိမ်၊ ကျောင်းနှင့်အလုပ်များတွင်ပလတ်စတစ်များအသုံးပြုခြင်းကိုအဆုံးသတ်ပါ။

ဈေးဝယ်စင်တာများ

တူညီသောကုန်ပစ္စည်းများကိုရောင်းချလက်လီဆိုင် 7 ခုရှိသည့် Shopping Complex တွင် (ဂျင်းဘောင်းဘီ ..) ကွဲပြားသော Profiteering အဖွဲ့အစည်း ၇ ခုမှလည်ပတ်သည် စွမ်းအင်၊ အရင်းအနှီး၊ လက်လီဆိုင် ၇ ဆိုင်ကို ၁ နေရာဖြင့်အစားထိုးသည် **CROn** လက်လီအရောင်းဆိုင် (အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုစီအတွက် ၁ ခုစီ)။ တစ် ဦး ကဈေးဝယ် Complex



ကို 'နှင့်အစားထိုးသည်**CRBC** (CROn လက်လီ၊ Bazaar Complex)! ကပ်ပါး Predatory Profiteering အဖွဲ့အစည်းများ (ဈေးဝယ်စင်တာ၊ လက်လီရောင်းသူများ) ပိုင်ရှင်များ၊ အော်ပရေတာများတရားစွဲဆိုခံရခြင်း၊ **ဒေါ် R6**။ CROn လက်လီသည် Fastfood Clone များ အားလုံးကို Healthy ဖြင့်အစားထိုးသည် (အရက်မပါသော) အဖျော်ယမကာဘား။ **CRBC Shire** အိုအေစစ်၏အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုဖြစ်ပါသည် (Custodian Guardian ကဒီမှာနေတယ်)။

လက်သည်းအလှပြင်ဆိုင်သည်အဆိပ်အတောက်ဖြစ်စေသောအငွေများကိုဖြစ်ပေါ်စေသည်။ ၎င်းတို့သည် လေထုကိုညစ်ညမ်းစေသောကျန်းမာရေးတစ်ခုဖြစ်သည်။ ဤသည်လေထုညစ်ညမ်းမှုကိုလေထုလည်ပတ်မှု စနစ်ထဲသို့ဝင်သည်။ ဝန်ထမ်းများအနေဖြင့်အသက်ရှူမှုကိုကာကွယ်ပေးသည်။ မသိဘဲဖောက်သည်များ (သားကောင်) မထားဘူး ဤဆိုင်များသည်ဖြတ်သန်းသွားသူများ ဖြတ်၍ အဆိပ်အတောက်ဖြစ်စေသောအငွေ များကိုပျံ့နှံ့စေသည်။ ဤကျန်းမာရေးအခြေအနေသည်ကိုယ် ဝန်ဆောင်အမျိုးသမီးများ၊ မွေးကင်းစနှင့် သက်ကြီးရွယ်အိုများကိုအများဆုံးထိခိုက်စေသည်။ အကယ်၍ သင်သည်အဆိပ်အတောက်ဖြစ်စေနိုင်သော အငွေများနှင့်ထိတွေ့မိပါကလျော်ငြေးပေးရန်အတွက်အလှပြင်ဆိုင်နှင့်ဈေးဝယ်စင်တာကိုတရားစွဲဆိုပါ။ သူ တို့ကိုပိတ်ပစ်သူတို့ကိုတားမြစ်။ အစိုးရရှေ့နေများ၊ အမှုဆောင်များ၊ **ဒေါ် R7** ဒါဟာအစအလှတရားနှင့်ဆိပ်ပင် အလှပြင်ခြင်းအလှပြင်ဆိုင်။ **မှတ်ချက်!** ဆိပ်ပင်ညှပ်နှင့်မသက်ဆိုင်ပါ။

မြှီစီမံကိန်း

Shire Planning ၏ရည်ရွယ်ချက်မှာမြေနှင့်အများပိုင်နှင့် Habitat အတွက်အကျိုးအမြတ်အများဆုံး ဖြစ်သည်။ တစ် ဦး အသိုင်းအဝိုင်းနှင့် Habitat ကိုကည်ရန်မရှိမဖြစ်လိုအပ်သည်။ မြေဩဇာ ကောင်းသောမြေများကိုအစားအစာ၊ မွေးမြူရေးခြံအတွက်အသုံးပြုရန်၊ မွေးမြူရေးနှင့်ဒေသခံဇာတိ သတုတဝါများအတွက်သန်ရှင်းရာဌာနများသေချာစေရန် (နိုင်ငံခြားမဟုတ်)။ မြေဩဇာကောင်းသော မြေကိုအိမ်တွင်းမဟုတ်သောအိမ်တည်ဆောက်ရန်အတွက်အသုံးပြုသည်။ မြေဩဇာကောင်းသော မြေပေါ်တွင်ရှိအဆောက်အအုံများကိုဖျက်သိမ်းပြီးမြေဩဇာကောင်းသောမြေပေါ်တွင်ပြန်လည် အသုံးပြုသည်။ အချည်းနှီးသောဥယျာဉ်များ၊ အားလပ်ရက်နေအိမ်များ၊ တိုက်ခန်းများ၊ လူနေအိမ်ခန်း များ၊ အငြိမ်းစားကျေးရွာများရှိအိမ်ရာများကိုမြေဩဇာကောင်းသောမြေပေါ်ရှိ Shire စပျစ်သီးပြွတ် အိမ်များဖြင့်အစားထိုးသည်။

1million + နေထိုင်သူနှင့်အဝေးပြေးလမ်းမကြီးများရှိသည့်မြို့များသည်အဓိကပြproblemsနာ ၂ ခုရှိသည်။

ညစ်ညမ်းမှုနှင့်အလှအယက်နာရီပိတ်ဆို့မှုကို။ ပြproblemsနာနှစ်ခုစလုံးသည် ယခုအချိန်တွင်ဖြေရှင်းရန်မလိုအပ်တော့ပါ။ Custodian ဂါးဒီးယန်း ဖြေရှင်းချက်။ အဝေးပြေးလမ်းမရထားလမ်း(Shire အစီအစဉ်ကိုကြည့်ပါ) တစ် ဦး ချင်းသယ်ယူပို့ဆောင်ရေးကိုအစားထိုး! မီးရထားသည်ရှည်လျားသောတူး စင်ကြီးများကိုအစားထိုးသည်။



ဩစတြေးလျနိုင်ငံတွင်မူကြမ်းရေးဆွဲစဉ်ကရာပေါင်းများစွာသောသိုးများသည် ငတ်မွတ်ခေါင်းပါးခြင်းကြောင့်ရေငတ်ပြီးသေဆုံးခဲ့ကြသည်။ အနီးအနားရှိဂေါက်သီးရိုက် ကွင်းများသည်သူတို့၏စိမ်းလန်းစိုပြည်ရေးကိုရေလောင်းပေးခဲ့သည်။ ဂေါက်သီးသမား များသည်အများအားဖြင့်အရောနှောထားသောရေအေးကိုသောက်ခဲ့သည်။



ဒါစက်ဆုပ်ရွံရှာဖွယ်ပဲ! **၁ ဘုရားသခင်** စိတ်ဆိုးတယ် Golf တစ်ရံစရာအသုံးမကျ elitist ဖျော်ဖြေရေး။ ပြီးသွားပါပြီအစားအစာထုတ်လုပ်မှုအတွက်ဂေါက်ကွင်းများကိုပြန်လည်အသုံးပြုသည်။

ဂေါက်သီးသမားများသည်ရပ်ရွာ၏အသုံးမကျသောအဖွဲ့ဝင်များဖြစ်သည်။ သူတို့ဟာ
ခေါင်းဆောင်မှုနေရာတွေမှာမသင့်တော်ဘူး။ အုပ်ထိန်းသူဂါးဒီးယန်းအရှက်ရ!

ပုဂ္ဂလိက၊ စီးပွားဖြစ်နှင့်ခရီးသွား private ည့်ရေကူးကန်များလည်ပတ်ရန်ကို
လက်မခံနိုင်ပါ။ ရေနံအားလုံးမြေဆီလွှာနှင့်ပြည့်လျက်ရှိသည်။ ပိုင်ရှင်များ
လျော်ကြေးမပေးပါ။ CG အရှက်ကွဲခြင်း!

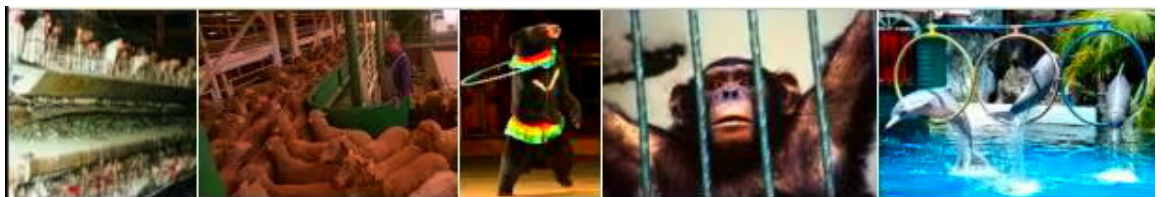
နာမည်ကြီးအားကစားသည်ရည်ရွယ်ချက်တည်ဆောက်ခြင်းအတွက်လိုအပ်သည် (ခန်းမ၊ အားကစားကွင်း ..)
အခြေခံအဆောက်အအုံ (မီးရထား၊ လမ်းများ ..)။ ၎င်းသည်အသိုင်းအဝိုင်း၏အရင်းအမြစ်များကိုဖြုန်းတီးပစ်ပြီး
ရေရှည်အတွက်ဖြစ်သည် (Shire) အကြွေး။ အဆောက်အ ဦး များစွမ်းအင်ဖြုန်းတီးခြင်းနှင့်အမှိုက်သရိုက်တွေအများ
ကြီးဖန်တီးပါ။ ဒီအဆောက်အ ဦး များတည်ဆောက်ခြင်းကိုရပ်တန့်ပြီးရှိပြီးသားကိုဖြိုချပါ။



ဤဖြစ်ရပ်များသည်ဖျော်ဖြေရေး၊ အရက်၊ ကိုလာ၊ အခြားချိုသောအချိုရည်များ၊ လောင်းကစား
ခြင်း၊ (ချောကျိကျိဖက်တီး၊ အငန်) မကြာခဏအကြမ်းဖက်မှုဖြင့်လိုက်ပါသွား (ချေမှုန်းခြင်း၊
ဒေါသထွက်ခြင်း၊ ပစ်ချခြင်း၊ ဖျက်ဆီးခြင်း)။ အဖြစ်အပျက်ကအမှိုက်တွေအများကြီးဖန်တီး
တယ်(ပုလင်း၊ အစားအစာ၊ စက္ကူ၊ ပလပ်စတစ်၊ ဘူး) သိုလှောင်လိုအပ်နေသည်
(ဖို့မြေ)။ လောင်းကစားခြင်းသည်ရာဇဝတ်မှုကိုဖြစ်စေသည် (သိသာထင်ရှားသည့်
ရလဒ်အတူ ..)ခြိမ်းခြောက်မှု၊ шантаж, အကြမ်းဖက်မှု။ ဒီပြီးပါပြီ

တိရိစ္ဆာန်ခေါင်းပုံဖြတ်ခြင်း

တိရိစ္ဆာန်ရက်စက်မှုအဆုံးသတ် ဘက်ထရီအိုးအိမ်ဖြူဖျက်သည် 'Free range' ဖြင့်
အစားထိုးသည်။ဘက်ထရီအိုးအိမ်အော်ပရေတာကိုတရားစွဲဆို **ဒေါ် R4**။



Life ကီလိုမီတာ ၃၀ ကျော်အကွာအဝေးအထိတိရိစ္ဆာန်သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးကုန်ဆုံးသည်။ အေးဂျင့်၊
သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးအော်ပရေတာ၏ဖောက်ဖျက်မှုများကိုအရေးယူသည်။ **ဒေါ် R4**။

ဆပ်ကပ်တိရိစ္ဆာန်ဖျော်ဖြေရေးအဆုံးသတ်ထားသည်။ တိရိစ္ဆာန်သင်တန်းဆရာ၊ ဆပ်ကပ်အော်ပရေတာ
ကိုတရားစွဲဆိုသည်။ **ဒေါ် R4**။

Theme ပန်းခြံတိရိစ္ဆာန်ဖျော်ဖြေရေးအဆုံးသတ်ထားသည်။ Themepark အော်ပရေတာ
ကိုတိရိစ္ဆာန်နည်းပြဆရာ၊ **ဒေါ် R4**။

တိရစ္ဆာန်ရုံများကိုပိတ်ထားသောနေရာတွင်ထားရှိပြီးတော့ရှင်းတိရစ္ဆာန်သန်ရှင်းရေး
နေရာများဖြင့်အစားထိုးသည်။ တရားမဝင်တိရစ္ဆာန်ရုံပိတ်ထားသည် **ဒေါ် R4**။



တိရစ္ဆာန်တိုက်ပွဲအဆုံးသတ် တိရစ္ဆာန်ပိုင်ရှင်၊ သင်တန်းသူ၊ **ဒေါ် R4**။ မည်သူမဆို (s) လောင်းကစားရ **ဒေါ် R6**



တိရစ္ဆာန်များပြိုင်ပွဲအဆုံးသတ်။ ပြိုင်ပွဲကျင်းပရာနေရာအားပိတ်ထားသည်။ ပြိုင်ကားတိရစ္ဆာန်
ပိုင်ရှင်၊ သင်တန်းဆရာနှင့်ပြိုင်ပွဲကျင်းပသည့်နေရာအော်ပရေတာကိုတရားစွဲဆိုသည်။ **ဒေါ် R4**။ ပြိုင်ပွဲကျင်းပတဲ့နေရာဖျက်သိမ်းလိုက်ပါတယ်



စိတ်လှုပ်ရှားစရာသတ်ဖြတ်မှု (Safari ရှာဖွေခြင်း၊ Royal hunts၊ အခြားအမဲ
လိုက်ခြင်း) တိရစ္ဆာန်များအဆုံး။
Promoter, မုဆိုးတရားစွဲဆိုကြသည်, ဒေါ် R4
Rangers သာတိရစ္ဆာန်များ cull နိုင်ပါတယ်။

စိုက်ပျိုးရေး တစ်perကလျင်မွေးမြူရေးအလွန်အကျွံအလွန်အကျွံသုံးစွဲခြင်းသည်အလွန်များပြားသော
စားကျက်မြေများနှင့်နောက်ဆုံးတွင်မြေယာတိုက်စားမှုများဖြစ်ပေါ်စေသည်။ ဆင်းရဲသောတိရစ္ဆာန်
များကိုရရှိခြင်း။ အလွန်အကျွံစားခြင်း၊ခံစားနေရသောတိရစ္ဆာန်မွေးမြူသူတိုင်းအတွက်၊ **ဒေါ် R4**

သစ်ပင်များကိုမြေမှဖယ်ရှားလိုက်သောအခါမြေယာတိုက်စားမှုဖြစ်ပွားသည်။ မြေတိုက်စားခြင်းနှင့်မွေးမြူရေးအတွက်အခက်အခဲများဖြစ်ပေါ်စေသော
အဓိကအကြောင်းရင်းမှာစီမံခန့်ခွဲမှုမှားယွင်းခြင်းနှင့်လုပ်ငန်းလည်ပတ်မှုအလွန်နည်းပါးခြင်းတို့ဖြစ်သည်။ CG ဖြေရှင်းချက် - Shire သည်အရည်အချင်း
ပြည့်မီသောလူပုဂ္ဂိုလ်များနှင့်စီးပွားရေးအလားအလာရှိသောလုပ်ငန်းလည်ပတ်မှုအရွယ်အစားရှိသော CROn ကိုဖန်တီးသည်။

စစ်ရေး

သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးနှင့်ပေါက်ကွဲနှင့်အတူစစ်ရေးညစ်ညမ်းမှု၊ AN
(အနုမြူအနုမြူ), ခ (ဇီဝဗေဒ), C (ဓာတုဗေဒ)
လက်နက်များ။ ၎င်းတို့သည်လူသား၊ ဒီလက်နက်တွေဖန်တီး
တဲ့သိပ္ပံပညာရှင်တွေရတယ် **ဒေါ် R7**။
ထုတ်လုပ်မှုစွမ်းရည်၊ ဤလက်နက်များ၏သိုလှောင်ဖြစ်ကြသည်



R7

ရင်သန်မုန့် ၁၁.၁.၇ ။

ကျွန်ုပ်တို့ရှင်သန်ရန်အတွက်ကျွန်ုပ်တို့၏နံပါတ်တစ် ဦး စားပေးမှုဖြစ်အောင်ကျွန်ုပ်တို့၏ကိုယ်ခန္ဓာ၊
specie နှင့်အသိုင်းအဝိုင်းများရှင်သန်ရန်ကူညီရန်ကြိုးစားသည်
ကျေးဇူးပြု၍ ရှင်သန်ရန်ကျွန်ုပ်တို့၏ကြိုးစားအားထုတ်မှုကိုထောက်ပံ့
ပေးပါ။ **၁ ဘုရားသခင် & လူသား၏ကောင်း**



y y y y y y y y y y y y y y y y y

ညစ်ညမ်းမှုနေ့ ၄.၂.၇ ~ တော်လှန်ပုန်ကန်သူနေ့ ၆.၂.၇ - မီးလောင်တိုက်သွင်းခြင်းနေ့ ၈.၂.၇
Habitat နေ့ ၉.၁.၇ ~ ရှင်သန်ရပ်တည်ရေးနေ့ ၁၁.၁.၇ ~ အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်နေ့ ၁၁.၃.၇
ကောင်းမွန်သောကျန်းမာရေးနေ့ ၁၂.၁.၇ **စွဲနေ့ 12.2.7** ချုံဖုတ်နေ့ 13.1.7 သစ်ပင်နေ့
13.3.7 Fun-Day ခေါင်းစဉ်များသည်အသိုင်းအဝိုင်းတစ်ခုအားအရိုက်ရစေခြင်းကို
သတိရရန်လိုအပ်သည်။ *နယူးဒေတအချိန်စီမံခန့်ခွဲမှု

မီးရှို့ခြင်း၊ အမှိုက်သရိုက်၊ ညစ်ညမ်းခြင်း၊ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ဖျက်ဆီးခြင်းသည်ဤမျိုးဆက်အတွက်၊
နောက်မျိုးဆက်အတွက်သာမကနောင်လာမည့်မျိုးဆက်များအတွက်ခြိမ်းခြောက်မှုတစ်ခုဖြစ်သည်။
အမှိုက်များကိုစွန့်ပစ်ခြင်း၊ အမှိုက်သရိုက်များပြုလုပ်ခြင်း၊ လေထုညစ်ညမ်းခြင်း၊ မြေဆီလွှာနှင့်ရေတို့သည်
သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာဖျက်ဆီးခြင်းများဖြစ်ကြောင်း၊ ကလေးသူငယ်များ၏အနာဂတ်ကိုဖျက်ဆီးသော
မိဘများကိုကလေးများကအစီရင်ခံရမည်။ မိဘများသည်တာဝန်ခံမှုရှိခြင်း၊ ဖယ်ရှားခြင်းနှင့်ဖယ်ရှားခြင်း
ဒေါ် R7 ခွင့်ပြုထားသည့်သို့မဟုတ်တာဝန်ရှိသောနိုင်ငံရေးသမားများ - မီးလောင်ခြင်း၊ အမှိုက်သရိုက်၊ ညစ်ညမ်း
ခြင်း၊ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ဖျက်ဆီးခြင်း!

**အသက်မရှုနိုင်သောလေသင့်တွင်မပါ ၀ င်သောအရည်များသောက်ရန်
သင်၌ ၄ မိနစ်ရှိသည်။ သင်အသက်ရှင်ရန် 4 ရက်ရှိသည်!**

Custodian ဂီးဒီးယန်းသည် 1 နှင့်အညီနေထိုင်သည် **ဘုရားသခ**'s ဖန်တီးမှုများ!

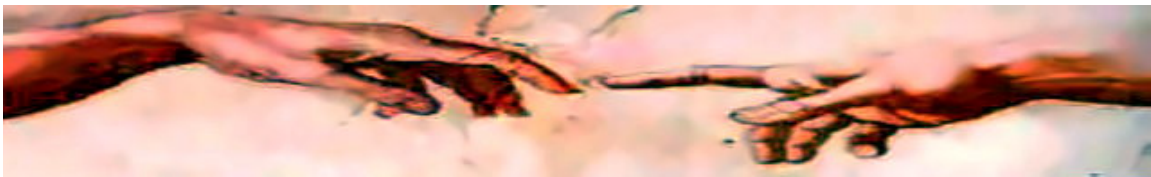
များစွာသောပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေးတွင်အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်များအကြောင်းပြချက်ရှိသည်။ သူတို့ဟာစိတ်အားထက်သန်မှု၊ အားလုံးအရမ်းကောင်းတယ်၊ လူတစ်ယောက်ကိုစိတ်ကောင်းစေတယ်။

အကြောင်းရင်းအများစု၏ကျဉ်းမြောင်းသောကန်သတ်။ အဓိကလူသားရှင်သန်မှုဖြစ်စေသည့်
အကြောင်းရင်းများတွင်အဖြေရှာမရနိုင်ပါ။ ညစ်ညမ်းမှု (လေ၊ မြေ၊ ရေ)အကြမ်းဖက်မှု (အိမ်၊ ရပ်ရွာ၊
ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ)အသားအရောင်ခွဲခြားမှု၊ (ရာထူး၊ အခွင့်အာဏာ၊ ဥစ္စာဓနများဖြတ်သန်းသွား
ခြင်း။ ကပ်ပါး၊ မတော်မတရား၊ အမြတ်အစွန်း)ရာသီဥတုပြောင်းလဲခြင်း၊

ကိုယ်ကျင့်တရားအစွမ်းသတုတ်၊ အဆုံးမဲ့ဖွဲ့ရှိခြင်း၊

၁ ဘုရားသခင် ပေးထားသောဖြေရှင်းချက်များသည်လူသားတို့၏ရှင်သန်မှုကိုအာမခံပေးနိုင်သည်။

ငါတို့နဲ့လာပူးပေါင်းပါ! > အစိမ်းရောင်ရှိပါစေ။ > တစ် ဦး အုပ်ထိန်းသူဖြစ်!



Custodian Guardian သည်မည်သည့်အကြမ်းဖက်မှုသဘောတရား၊
စီးပွားရေးနှင့်ဆိုင်သောအယူအဆ၊

အဆုံး