

# Body Mind



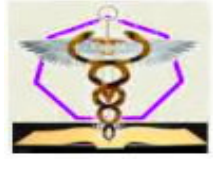
ကိုယ်နှင့်စိတ်က ဂရုစိုက်ဖို့ လိုတယ်။

## ကျန်းမာရေးနှင့် ဗဟုသုတ

လူ့ခန္ဓာကိုယ်နှင့် စိတ်သည် စောင့်ရှောက်ရန် လိုအပ်သည်။ ခန္ဓာကိုယ်သည် အသက်ရှူနိုင်သောလေ၊ သောက်သုံးနိုင်သောရေ၊ စားသုံးနိုင်သောအစားအစာ၊ အကာအကွယ်အဝတ်အစား၊ လုံခြုံသောအမိုးအကာ၊ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှု လိုအပ်ပါသည်။ စိတ်သည် လုံ့ဆော်မှု၊ ဆက်သွယ်မှု လိုအပ်သည်။ ပြည်နယ်နှင့် Shire သည် ၎င်းကို ၎င်း၏ရပ်ရွာများ သို့ ပံ့ပိုးပေးရန်အတွက် လမ်းညွှန်ချက်များနှင့် လုပ်ဆောင်ချက်များကို ပေးပါသည်။ အသိပညာနှင့် ကျန်းမာရေးသည် အခြေခံအုတ်မြစ်ဖြစ်သည်။ တတ်ကျွမ်းနားလည်သော ကျန်းမာသောအသိုက်အဝန်းသည် ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှု၊ ဘေးအန္တရာယ်များ၊ လေထုညစ်ညမ်းမှု၊ ရောဂါများ၊ စိန်ခေါ်မှုများကို ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းရန် ကောင်းမွန်စွာ တပ်ဆင်ထားပါသည်။

ဗဟုသုတတွေ့ရလာတယ်။ သင်ကြားမှု၊ သင်ကြားမှု၊ ဘဝအတွေ့အကြုံများဖြင့် ရရှိသည်။ ရရှိလာတဲ့ အသိပညာတွေကို ဖြန့်ဝေပြီး အသက်ရှင်နေထိုင်ဖို့ အသုံးပြုပါတယ်။ ပြည်နယ်အစိုးရနှင့် Shire ကောင်စီတို့သည် မွေးကင်းစမှ သက်ကြီးရွယ်အိုများအထိ အခမဲ့ပညာရေး၊ ကျန်းမာရေးတို့ကို ပံ့ပိုးပေးသည်။ အစိုးရမဟုတ်သော ပညာရေး၊ ကျန်းမာရေးကို ထောက်ပံ့ခြင်း မပြုဘဲ ပိတ်ထားသည်။ အလုပ်သင်တက္ကသိုလ်ကို အစားထိုးသည်။

- SmeC' Shire ဆေးဘက်ဆိုင်ရာပညာရေးရှုပ်ထွေး။
- PHEC**' ခရိုင်ဆေးရုံ ပညာရေးရှုပ်ထွေးမှု။
- PDEC**' ပြည်နယ်ကာကွယ်ရေး အရေးပေါ်ဌာန"။
- အီး' ရပ်ရွာအရေးပေါ်ဝန်ဆောင်မှု။



ပညာရေးသည် မိဘများ၊ ဆရာများနှင့် ဆေးဝါးများအကြား ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုဖြစ်သည်။ အခမဲ့ပညာရေး၊ အခမဲ့ကျန်းမာရေးနှင့် အလုပ်သင်များ ပါဝင်သည်။ အစိုးရမဟုတ်သော ပညာရေး၊ တက္ကသိုလ်မရှိ၊ ပုဂ္ဂလိကကျန်းမာရေးမရှိပါ။

### UCG1

ပညာရေးကို ပံ့ပိုးပေးတယ် "လေ့လာပြီးမှ သင်ပေးပါ။" ပညာရေးစနစ်၊ အခမဲ့လူထုပညာရေး။ Shire တွင်ပေးထားသည်။ (SmeC) နှင့် ပြည်နယ် (PHEC၊ PDEC၊ CE) မွေးကင်းစမှ မီးသင်္ဂြိုဟ်သည် အထိ ကျန်းမာရေးနှင့် ပညာရေးဝန်ဆောင်မှုများ။ လေ့လာပြီးမှ သင်ပေးပါ။ ၁၈ နှစ် လေ့လာပါ။ (နားလည်၊ နားလည်) ပြီးတော့ သင်ပေးတယ်။ (အခြားသင် ယူထားသည် များ)။ **မ**

### မွေးသေး

ပညာရေး (လေ့လာ၊ သင်ကြား) မွေးကင်းစမှ စတင်၍ ကျန်းမာရေး၊ မမွေးသေးသိတော့အသံကိုမှတ်မိဖို့။ မိဘများ သင်ပေးပါ။ စကားပြောခြင်း၊ စာဖတ်ခြင်း၊ အော်ဟစ်ခြင်း၊ သီချင်းဆိုခြင်း၊ သီချင်းဆိုခြင်း၊ ရယ်မောခြင်း၊ အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်များ၏အသံကို မှတ်ဆက်ခြင်း၊ ပြင်ပအူညံသံများ၊ အခြားလူများကို ထိတွေ့ခြင်းဖြင့်..



အကြမ်းဖက်မှုသည် မွေးကင်းစမှ စတင်သည်။ မွေးကင်းစအမေ့ ထိတွေ့ပြီး အဖေက တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် ရှိုင်းရှိုင်းစိုင်းစိုင်း စကားတွေပြော၊ နှုတ်ဖြင့် အလွဲသုံးစားလုပ်ခြင်းသည် အဆင်ပြေကြောင်းနှင့် နောင်ဘဝတွင် ထိုသို့ပြုမည်ကို လေ့လာပါ။ မမွေးသေးသောမိခင် အရက်သောက်ခြင်း၊ စိတ်ကိုပြောင်းလဲစေသော အရာများကို အသုံးပြု၍ ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း၊ အခုမွေးခါစမှာ ကျန်းမာရေးပြဿနာရှိမယ်။

စွဲလန်းသူဖြစ်လာနိုင်ချေ အလွန်များပါသည်။

ကိုယ်ဝန်ဆောင်မီ ၇ ပတ်အလိုတွင် သူမသည် တစ်ပတ်လျှင် ၆ ရက်တက်သည်။ SmeC။ မွေးကင်းစကလေးသည် အခြားလူကြီးများနှင့် ကလေးများသည် အုပ်စုလိုက်ဖိနှိပ်သက်ဆိုင်သော လူမှုရေးဆိုင်ရာ လှုံ့ဆော်မှုကို ကြားသည်။ သင်ယူပြီး ပေါင်းသင်းဆက်ဆံတတ်သူ။

**မှတ်ချက်! ၁ ဘုရားသခင်** လူသားများကို လူမှုရေးသတုတဝါများအဖြစ် ပုံဖော်ထားသည်။ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံလို၍ အဖွဲ့လိုက်။

တက်ရောက်လာသော မိခင်များ၊ SmeC တစ်ပတ်လျှင် ၆ ရက် လက်ခံမည်။ 1 wmw. ၃ နှစ်ကြာပြီးနောက် အနည်းဆုံး နာရီ ၂၈၀ တွင် ပြီးမြောက်သည်။ SmeC သင်ကြားသင်ယူမှု 'ခံယူကျန်းမာရေးနှင့် လေ့လာရေး ကုန်သွယ်မှု လက်မှတ်' (Shire SmeC ကိုကြည့်ပါ)။ တက်ရောက်နေသောဖခင်များ၊ PHEC' သည် တစ်ပတ်လျှင် ၁ ရက် လက်ခံသည်။ ၁/၇ wmw (ပြည်နယ် PHEC ကိုကြည့်ပါ)။ မတက်ရောက်သော မိဘများကို အခကြေးငွေမယူပါ။

**မွေးကင်းစ**

'မွေးကင်းစ' သည် အသက်ရှုရန် သင်ယူသည်။ အသံထွက်သည်။ (ငို)ကျွေးပါ။ (ရင်သားက အကောင်းဆုံး) ပြီးပါ။ မျက်နှာကို မှတ်မိပါ။ ကာကွယ်ဆေးထိုးပါ။ (မဖြစ်မနေ) အမေအသစ်က SmeC ကို ဆက်တက်နေတယ်။

**SmeC' Shire ဆေးဘက်ဆိုင်ရာပညာရေးရုပ်ထွေး'** (ရှိုင်းယားစီမံကိန်းကိုကြည့်ပါ)

A Shire သည် လူတိုင်းအတွက် သန့်စင်တည်ချိန်မှ သေဆုံးသည်အထိ အခမဲ့ ဆေးဝါးကုသပေးနေပြီး ကလေးများနှင့် သက်ကြီးရွယ်အိုများကို အခမဲ့ ပညာသင်ကြားပေးပါသည်။ ၎င်းသည် SmeC မှ တစ်ဆင့် ဤအသိုင်းအဝိုင်းဝန်ဆောင်မှုများကို ပေးဆောင်သည်။ တိုင်း SmeC တစ်ခုရှိစုဆောင်းခြင်း။ SmeC သည် သူမအတွက်သာ အသက်မွေးဝမ်းကြောင်းလမ်းကြောင်းတစ်ခုလည်းဖြစ်သည်။



အခမဲ့ဆေးဘက်ဆိုင်ရာနှင့် သွားဘက်ဆိုင်ရာ (ဆေးရုံလုပ်ထုံးလုပ်နည်းမှလွဲ၍) လူတိုင်းကို (အကျဉ်းချခံထားရသော ပြန်လည်ထူထောင်သူများမဟုတ်ပါ)။ အားလုံးအတွက် နှစ်စဉ်စစ်ဆေးမှုများ။ ယောက်ျားလေးများအတွက် အခမဲ့ ပညာရေး (အသက် 9 နှစ်အထိ)၊ မိန်းကလေးများ (အသက် 17 နှစ်အထိ) သက်ကြီးရွယ်အိုများ၊ မိခင်များ\* ကလေးငယ်များသည် နေထွက်ပြီး ၁ နာရီမှ နေမဝင်မီ ၁ နာရီအထိ တစ်ပတ်လျှင် ၆ ရက် တက်ရောက်ကြသည်။ ဖိနပ်၊ အစားအသောက်၊ သောက်စရာ၊ ပညာရေးဆိုင်ရာ ပစ္စည်းအားလုံးကို ထောက်ပံ့ပေးထားသည်။ ရေချိုးလို့ရတယ်။ ထွက်သွားတဲ့အခါ မိခင်ရော သားသမီးတွေပါ ပြောင်းလဲလာကြပါတယ်။ ပေးသမျှအရာအားလုံး တည်ရှိနေပါသည်။ အိမ်စာလည်း မရှိဘူး။\*\*

**\* (3 နာရီအနားယူပြီး 1 x wmw ပေးဆောင်ပါ)\*\* (အားလပ်ချိန်၊ အိမ်အလုပ်၊ စာကျက်ချိန် ခွဲခြားသင်ပေးသည်)**

ဖေဖေရဲ့ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ နာကျင်ကိုက်ခဲမှုကို အမေနဲ့ ထိတွေ့ခဲ့ရတဲ့ ကလေး။ သူမသည် နောင်ဘဝတွင် ကိုယ်တော်၏ ကိုယ်ထိလက်ရောက်စော်ကားမှုကို ခံနိုင်ရည်ရှိမည်ဖြစ်သည်။ သူမကို နာကျင်အောင်လုပ်တာ အားလုံးအဆင်ပြေမယ်ထင်တယ်။ ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်သော (အားကစား၊ တီဗီရှိုးများ) အနုပညာရှင်များကို ရှိုးလ်မော်ဒယ်အဖြစ် တင်ဆက်သည့် နာမည်ကြီး မိဘများ။ ဒါက ကလေးတွေကို အနိုင်ကျင့်ဖို့ အားပေးတယ်။



အသက် 9 နှစ်အထိ ယောက်ျားလေးများ၊ မိန်းကလေးများသည် တွဲဖက် SmeC အဖြစ် တက်ရောက်ကြသည်။ မိန်းကလေး 10-17 နှစ်များသည် SmeC တွင်နေပါ။ အတူထားခဲ့ 'မိသားစုကေလိပ် ဒီပလိုမာ'။ ၆၂ နှစ်အသက်ကြီးသူ သင်ပေးသည်- သူမသည် ဘဝအတွေ့အကြုံများကို နောင်လာနောက်သားသို့ လွှဲပြောင်းပေးသည်။ (3 x wmw ပေးဆောင်သည်) မှာမိသားစုကေလိပ်. ယောက်ျားလေး ၁၀ ယောက်၊ 'PHEC' တက်ရောက်သည်။

ပြည်နယ်တစ်ခုသည် အခမဲ့ဆေးရုံနှင့် အရေးပေါ်ဝန်ဆောင်မှုများ ပေးသည်။ စိတ်ကူးထဲက-

လူတိုင်းအတွက် မီးသင်္ဂြိုဟ်ခြင်း။ အရွယ်ရောက်ပြီးသူများအတွက် အခမဲ့ပညာရေးနှင့် ကုန်သွယ်မှု။ ၎င်းသည် PHEC၊ PDEc နှင့် CE မှတစ်ဆင့် ဤအသိုင်းအဝိုင်းဝန်ဆောင်မှုများကို ပေးဆောင်သည်။

**PHEC** ပြည်နယ်ဆေးရုံပညာရေးရုပ်ထွေး' ကောင်လေး(ပညာရှင်)အသက် 10-14 နှစ်တွင် တစ်ပတ်လျှင် 6 ရက် PHeC 'Boy only school' တက်ရောက်သည်။ အဖွဲ့ ၁၄ ဖွဲ့တွင် ကြည့်ရှု၊ နားထောင်၊ ကြိုးစား၊ နားလည်၊ သင်ကြားပေးခြင်းဖြင့် သင်ယူကြသည်။ (wltut). ခံယူခြင်းပြီးစီးသောအခါ **ယောက်ျားလေးကျောင်း ဒီပလိုမာ**!



ဖခင်များအား တစ်ပတ်လျှင် ၁ ရက် တန်းစီဇယားဖြင့် လေ့ကျင့်သင်ကြားပေးပြီး ဆရာအကူများအဖြစ် ဆောင်ရွက်နေပါသည်။ လက်ခံပါ။ ၁/၇ wmw။ 7 ရက်ပြန်လည်ထူထောင်ရေးသို့သွားမတက်သောဖခင်များ။ အရွယ်မရောက်သေးသူသည် အသက် 15 မှ 18 နှစ်အထိ 3 နှစ်ဆုချီးမြှင့်သည်။ (1 x wmw) PHEC အလုပ်သင်ကောလိပ်တွင် အလုပ်သင်။ အလုပ်သင် ၁၄ ယောက်အုပ်စုတွင်၊ wltut မှတဆင့်လေ့လာပါ။ Year 1 မှာ College ၃ရက်တက်ကြာပြီး CROn မှာ ၃ရက်အလုပ်လုပ်ကြပါတယ်။ Year 2 မှာ ကောလိပ်တက်ဖို့ ၂ ရက်၊ အလုပ် ၄ ရက်။ Year 3 မှာ College 1 ရက်တက်ပြီး အလုပ် 5 ရက်။ ပြီးမြောက်ပါက 'PHEC ကုန်သွယ်မှုလက်မှတ်' ကို လက်ခံရရှိမည်ဖြစ်သည်။ အသက် 62 နှစ်ရှိ အကြီးတန်းဆရာကြီးသူသည် အလုပ်သင်ကောလိပ်တွင် ဘဝအတွေ့အကြုံများကို နောင်လာနောက်သားများထံ ပေးပို့သည်။ (ဆု 3 x wmw).

Further Education မှာ ရနိုင်တယ်။ နည်းပညာကောလိပ်။ Supervisor သင်တန်း ၁ လ ပြည့်။ ဤသည်မှာ နေထွက်ပြီး 1 နာရီမှ နေမဝင်မီ 1 နာရီ တစ်ပတ်လျှင် 6 ရက် 4 ပတ်သင်တန်းဖြစ်သည်။ နေ့စဉ်ပုံမှန် ဆွဲတောင်းချက်များ၊ လေ့ကျင့်ခန်းများ၊ စိတ်ပညာ၊ ဆက်သွယ်မှု၊ ကိုယ်စားလှယ်အဖွဲ့၊ ခေါင်းဆောင်မှု၊ ကော်မတီများ။ ။ အောင်မြင်စွာ ပြီးမြောက်အောင်မြင်ပါစေ၊ **အဲဒီတော့-လက်မှတ်**။



နောက်ထပ်ပညာရေးကို အောက်ပါလင့်တွင် ရနိုင်ပါသည်  
PHEC: နည်းပညာကောလိပ်> ကြိုးကြပ်ရေးမှူးလက်မှတ်, 4 x wmw PDEc:  
ခေါင်းဆောင်မှုကောလိပ်> ခေါင်းဆောင် ဒီပလိုမာ, 5 x wmw PDEc:  
ခေါင်းဆောင်မှုကောလိပ်> မန်နေဂျာ ဒီပလိုမာ, 6 x wmw PDEc CE:  
ခေါင်းဆောင်မှုလေ့ကျင့်ရေးစခန်း> အုပ်ချုပ်ရေးမှူး, 7 x wmw

**PDEc (ပြည်နယ်ကာကွယ်ရေး အရေးပေါ်ဌာန)**

**PDEc ခေါင်းဆောင်မှုကောလိပ်** ခေါင်းဆောင်ဒီပလိုမာ၊ 'မန်နေဂျာ ဒီပလိုမာ' တို့ကို 1 လ 2 ရက်ပြည့် သင်တန်းများ ပေးသည်။ ခေါင်းဆောင်မှုသင်တန်းနေ့စဉ်လုပ်ရိုးလုပ်စဉ်သည် ကြီးကြပ်ရေးမှူး သင်တန်း + အရေးပေါ်ဝန်ဆောင်မှုတာဝန်များနှင့် ဆင်တူသည်။ ခံယူခြင်းပြီးစီးသောအခါ၊ ခေါင်းဆောင် ဒီပလိုမာ၊ မန်နေဂျာသင်တန်း စသည်ဖြင့် စတင်သတ်မှတ်ခြင်း၊ CROn။ ဒီလိုလုပ်ရင် ဝင်ငွေရတယ်၊ မန်နေဂျာ ဒီပလိုမာ။



**PDEc အိမ်ခေါင်းဆောင်မှုစခန်း** စီမံခန့်ခွဲရေးသင်တန်း ၂ လ အပြည့်ပေးသည်။ 'သင်ရိုးညွှန်းတမ်း' CROn အစုအဝေး။ အရေးပေါ်ကိစ္စနှင့် ဆက်ဆံပါ။ ပြီးစီးဝင်ငွေ၊ အုပ်ချုပ်ရေးမှူးဘွဲ့။



'ပြည်နယ်ကာကွယ်ရေး အရေးပေါ်ဌာန'(PDEc)ပြည်နယ်နှင့်၎င်း၏ အရေးပေါ် အခြေအနေတွင် တပ်မှူးများက ဆောင်ရွက်ပေးသည်။ အကူအညီ၊ လမ်းညွှန်မှုနှင့် အကာအကွယ်ပေးသည်။'ရိုင်း(အသိုက်အဝန်း).PDEcI CE သည် 'Holy Matrimony Contract' ကို စတင်သည်။'ခေါင်းဆောင်မှစခန်း' သည် စီမံခန့်ခွဲသူများကို လေ့ကျင့် ပေးသည်။'Community Emergency' ကို 1 နှစ်(CE)အသက် 17 နှစ်အရွယ်သူနှင့် 18 နှစ်အရွယ်သူ။

PDEcအရေးပေါ်အကူအညီပေးပါ။အရေးပေါ်ဝန်ဆောင်မှုများသည် အများပြည်သူအား အသိပေးခြင်း၊ သတိပေး ခြင်း၊ ကယ်တင်ခြင်း၊ အများသူငှာ ကုသခြင်း၊ အရေးပေါ်ပြုပြင်ခြင်းများ၊ အဆောက်အဦများ၊ အသုံးအဆောင်များ၊ ရထားလမ်း၊ လမ်း၊ ရထားဝန်ထမ်းများနှင့် Reservist's များ။အရေးပေါ်ဝန်ဆောင်မှုအားလုံးကို PDEc တစ်ခုစီ အတွင်း ပေါင်းစပ်ထားသည်။ လိုအပ်သလို Reservist ကိုဖုန်းဆက်ပါ။

**PDEcအကာအကွယ်ပေးပါ။အရံအဖွဲ့အစည်းအဖြစ် လုပ်ကိုင်ကြသည်။ အကြမ်းမ ဖက်ဘဲ အရံစည်းကမ်းကို အသုံးပြုပါ။အနှင်ကျင့်မကျင့်၊ ဖမ်းမသတ်၊ ညှဉ်းပန်း နှိပ်စက်ခြင်းမပြု၊ ယဉ်ကျေးစွာ မမောက်မာသူ။**

PDEcအသိုင်းအဝိုင်းအား ရောဂါများမှ ကာကွယ်ပေးသည်- ပိုးသွင်းခြင်း၊ ကုသခြင်းနှင့် quarantine ပြုလုပ်ခြင်း။**ရောဂါမကူးစက်စေရန် ခွဲထားသည့် အချိန်ကာလ၊** PDEc သည် အသိုင်းအဝိုင်းကို ခြိမ်းခြောက်မှုများမှ ကာကွယ်ရန် ကွန်ပေါင်းများ လည်ပတ်နေသည်- ကူးစက်ခြင်း၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ မ သန်စွမ်းမှု၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ မသန်စွမ်းမှု (ကလေး မုဒိန်းကျင့်၊ ကျားမ ရှုပ်၊ လိင်တူ).ကြပ်မတ်ခြင်း၊ တားဆီးခြင်းနှင့် ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် အကာအကွယ်ပေးပါ။

အီးအသက် 17 နှစ်အရွယ်သူနှင့် 18 နှစ်အရွယ်သူတို့မှ အတင်းအကြပ် 'ကွန်မြူနတီအရေးပေါ်ဝန်ဆောင်မှု' ဝန်ဆောင်မှုကို 1 နှစ်လုပ်ဆောင်သည်။CE သည် နယ်စပ်ကာကွယ်ရေး၊ လူထုမငြိမ်မသက်မှု၊ 'ဘေးအန္တရာယ် များ' ကို ကိုင်တွယ်သည်။(လူသဘာဝ)အသက်မွေးဝမ်းကြောင်းလမ်းကြောင်း လမ်းညွှန်မှု၊ အိမ်ထောင်ဖက် ရွေးချယ်မှု။ တိုင်း(မသန်စွမ်းသူများ အပါအဝင်)အသက် 17 နှစ် သူနှင့် အသက် 18 နှစ်အရွယ် သူသည် လူမှု အသိုင်းအဝိုင်းနှင့် ၎င်းတို့အတွက် မည်သို့အသုံးဝင်နိုင်သည်ကို အကဲဖြတ်ပါသည်။ကိုယ်ပိုင် ဝိသေသလက္ခဏာများနှင့် ရုပ်ရွာလိုအပ်ချက်အပေါ် အခြေခံ၍ အသက်မွေးဝမ်းကြောင်းလမ်းကြောင်းကို ရွေးချယ်သည်။ 'သန်ရှင်းသော ထိမ်းမြားမဂ်လာ' စာချုပ်တွင် ပါဝင်ရန် အိမ်ထောင်ဖက်ကိုလည်း ရွေးချယ် ပါသည်။

စီအီးဒီကာလအတွင်း သူနှင့်သူသည် လူငယ်တိုင်းကို အကဲဖြတ်သည်။ ( စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ)ပေါင်းသင်းဆက်ဆံနိုင်မှုအပေါ်။'စီအီး' သည် 'သန်ရှင်းသော အိမ်ထောင်ရေး' စာချုပ်တွင် ပါဝင်ရန် သင့်လျော် သော အချို့သော ကိန်းရှင်များကို ဆုံးဖြတ်သည်(HMc). ကိန်းရှင်များ : စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကြံ့ခိုင်မှု၊ ပြည်နယ် ကွဲပြားမှု၊ လူမျိုးရေး သမာဓိ။



သူမသည် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာအရ ပွားများနိုင်ခြင်းမရှိသော မွေးစားမိဘများဖြစ်လာသည်။ သူတို့သည် 'သန်ရှင်း သော ထိမ်းမြားမဂ်လာ' စာချုပ်ကို ချုပ်ဆိုကြသည်။CE သည် ကလေးများကို ထောက်ပံ့ပေးသည်။ 'စီအီး' ပြီးမြောက်သူတိုင်းသည် အသက် 49 နှစ်အထိ အရန်စာရင်းပေးသူ ဖြစ်လာသည်။HMc ကို ပြီးမြောက်ပြီး နောက် သူမသည် အသက် 49 နှစ်အထိ stand by တွင် စာရင်းပေးသူ ဖြစ်လာသည်။

### ပညာရေးအယူဝါဒ

အစိုးရမဟုတ်သော ပညာရေး(မသွားဘူး)elitist၊ လူမှုရေးဆန်ကျင်ရေး၊ ဆန်ကျင်သော အသိုင်းအဝိုင်း။No Go's ကို အများသူငှာ ပိုက်ဆံပေးသော အစိုးရသည် Pub မှ ခိုးခြင်း၊

လစ်ပညာရေး။ပြည်သူ့ဘဏ္ဍာ့ခိုးယူသော အစိုးရသည် ရာဇဝတ်မှု၊ အကျင့်ပျက်ခြစားမှု ကို အစားထိုးပြီး တရားစွဲခြင်း၊**ဒေါ်R6**။

တကုကသိုလ်များသည် ထိပ်တန်းရာထူးများဆီသို့ အတိုချုံးချုပ်ချယ်ထားသော တကုကသိုလ်များ ဖြစ်သည်။လုပ်ငန်းအတွေ့အကြုံမရှိခြင်းသည် ထိပ်တန်းအလုပ်များအတွက် မသင့်လျော်ပါ။ဤ သည် ပြီးဆုံးသည် ။ Custodian Guardian Apprentice သဘောင့်မှတစ်ဆင့် မြင့်မားသော အခကြေးငွေဖြင့် အလုပ်ရရှိရမည်-အလုပ်သင် > အလုပ်အတွေ့အကြုံ > နောက်ထပ်လေ့လာမှု > သက်ကြီးရွယ်အိုအလိုက် ရာထူးတိုး > အလုပ်အတွေ့အကြုံ > နောက်ထပ်လေ့လာမှု > ရာထူးတိုး ခြင်း...



အိမ်တွင်းပညာရေးသည် အကဲဖြတ်မှု၊ လူထုပညာရေး၏ ပန်းတိုင်ကို အနှောင့်အယှက်ပေးသည်။ လူထုပညာရေးသည် မဖြစ်မနေလိုအပ်သည်။ကျောင်းပြေးခြင်းအတွက် မိဘများက တာဝန်ယူ ပါသည်။ မူပိုင်ခွင့်တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်သော လောဘကြီးသော ဉာဏပစ္စည်းကို အမြတ်ထုတ် ခြင်း ဖြစ်၏။(IP). 'IP' အားလုံးကို လူတိုင်း လွတ်လပ်စွာ အသုံးပြုနိုင်ရန် အသိုင်းအဝိုင်းတွင် ရှိသည်။ မူပိုင်ခွင့် ပြီးဆုံးသည်မူပိုင်ခွင့်ကို တောင်းဆိုခြင်းသည် အသိုင်းအဝိုင်းထံမှ ခိုးယူခြင်း၊**ဒေါ်R6**။ ခိုးချ စိတ်ကူးသစ်များကို တည်ဆောက်ပြီး အကြံဉာဏ်သစ်များ မြှင့်တင်ရန်။ရေးထားတာကို ဘာလို့ပြန် ရေးတာလဲ။အဲဒါကို အသုံးပြုပြီး ချဲ့ထွင်ပါ။ ခိုးကူးခြင်းသည် ပညာရေးကောင်း၊ စာရေးကောင်းသည် !!!

**အိမ်စာ**အရိုးသားဆုံး၊ အသုံးမဝင်သော သင်ကြားမှု သို့မဟုတ် သင်ကြားမှုပုံစံဖြစ်သည်။ Scholar သည် အနှောင့်အယှက်များ၊ သူငယ်ချင်းများ၊ မိဘများ၊ မောဟများ၊ အချိန်မျဉ်းများ၏ဖိအားအောက်တွင်ရှိ သည်။ အိမ်စာအများစုကို အကဲဖြတ်၊ အဆင့်သတ်မှတ်ပေးသော ပညာရှင်က မပြီးပါ။၎င်း၏ မရိုးသား သော သဘောသဘာဝကြောင့် အိမ်စာသည် အသုံးမဝင်၊ အကဲဖြတ်ရန် လှည့်စားသည်။ မိဘများ၊ အိမ်စာ များကို ပံ့ပိုးပေးသော ပညာတတ်များသည် လိမ်လည်လှည့်ဖြားခြင်းကို ထောက်ခံကြသည်။

အမှတ်အသားပြုသောအခါတွင် ပညာတတ်များသည် ကိုယ်ကျင့်တရားဆိုင်ရာ ပြဿနာရှိသည်။ပညာရှင်က တာဝန်မကျေဘူးလို့ သံသယရှိတယ်။ ဤမ သေချာမှုကြောင့် ပေးထားသော အမှတ်အသားများသည် အသုံးမဝင်ပေ။



**နားလည်မှုကို အကဲဖြတ်ရန် ကိရိယာအဖြစ် အိမ်စာသည် လှည့်စားသည်။ အိမ်စာသည် အချိန်ဖြုန်းခြင်း၊ ဆိုပါတော့မရှိသို့အိမ်စာ!**

အတန်းအလုပ်က အညီအမျှ ခွဲပြီး စာကျက်တာနဲ့ တာဝန်တွေ ပေးတယ်။ သင်တန်းကြာချိန်သည် မိနစ် 90 ဖြစ်သည်။ 45 မိနစ် ဘာသာရပ် လေ့လာမှု 45 မိနစ် တာဝန်များ ပြီးမြောက်သည်။Assignment လုပ်ငန်းတွင် လိုအပ်သည့် အခါ ဆရာက ဥပမာပေးခြင်းဖြင့် ကူညီသည်။ အနှေးပညာရှင်တွေက ဆရာ့ကို အမြန်ကူညီတယ်။စာသင်ချိန်အတွင်း မပြီးဆုံးသေးသောတာဝန်များကို ကျောင်းတွင် အပန်းဖြေချိန်၌ ပြီးမြောက်စေသည်။



မပြီးပြတ်သေးသော တာဝန်များကို တသမတ်တည်းရှိနေသော ပညာတော်သင်များကို နှေးကွေးသော ပညာတော်သင်တန်းသို့ လွှဲပြောင်းပေးသည်။ 'Slow Scholar' အတန်းကို ဆရာ + မိဘအကူအညီဖြင့် သင်ကြားပေးပါသည်။လက်ရှိဘာသာရပ် module အတွက် 70% ဝင်ခွင့်မရှိဘဲ နောက်ဘာသာရပ်တစ်ခုသို့ ပညာရှင်တစ်ယောက်မှ မတက်နိုင်ပါ။ 70% pass ဆိုသည်မှာ သင်နားလည်သဘောပေါက်နားလည်နိုင်ပြီး အခြားသူများကို အသုံးချနိုင်ပြီး သင်ကြားပေးနိုင်သည်။ပျက်ကွက်နည်းတယ်။ Fail ဆိုသည်မှာ ထပ်ခါထပ်ခါ (၄)ဘာသာရပ် module ၏(တစ်နှစ်ပတ်လုံးမဟုတ်)70% pass နှုန်းအထိ။

### အကဲဖြတ်ခြင်း။

ပညာရှင်-Pass သို့မဟုတ် Fail ။ ဖြတ်သန်းမှုနှုန်းသည် 70% နားလည်မှုရှိသည်။ ပညာပေးဆရာ-Class Pass နှုန်းသည် အနည်းဆုံး 90% ဖြစ်သည်။ဆရာက လေ့ကျင့်မှုနည်းတယ်။ ကျောင်းအုပ်-ကျောင်းသူ ကျောင်းသားများ နားလည်မှု နှုန်း 80%။ကျောင်းအုပ်က နည်းသွားတယ်။ 1 ဘုရားသခင်သည် သင့်ထံမှကြားနာခြင်းကို စောင့်ဆိုင်းတော်မူ၏။

### ပညာရေးဆုတောင်း ပျော်စရာနေ့ အခမ်းအနား ၆.၁.၇။ NAtm

ချစ်လှစွာသော ဘုရားသခင်အလှဆုံးစင်္ကြာဝဠာကို ဖန်ဆင်းရှင် မင်းရဲ့ အနှိမ့်ချဆုံး သစ္စာစောင့်သိတဲ့ အုပ်ထိန်းသူ (အမည် 1) အသိပညာကို ဘဝ တစ်သက်တာလုံး ရှာဖွေ၊ ရယူအသုံးချဖို့ ကတိပြုတယ်။



အများသူငှာ အခမဲ့ပညာရေးကို ပံ့ပိုးကူညီရန် အခမဲ့ ပညာရေးမှတစ်ဆင့် သင်ယူ သင်ကြားရန်

ဘဝအတွေ့အကြုံများကို နောင်လာနောက်သားများထံ ပေးပို့ပါ။

ဘုန်းတော်အတွက် ဘုရားသခင်လူသားတို့၏ ကောင်းကျိုး၊

ဤဆုတောင်းချက်ကို အတန်းနှင့် ပညာရေးနေ့တွင် အသုံးပြုသည်။



SmeC အသိုက်အဝန်းအရှိဆုံးနေထိုင်မှု၏အချက်အချာဖြစ်ပြီး သူမသည် ၎င်းတို့၏ဘဝအများစုကို ထိုနေရာတွင် ကုန်ဆုံးမည်ဖြစ်သည်။သူနဲ့ ကလေးတွေဟာ သူတို့ရဲ့ အရည်အချင်းပြည့်မီအောင် နေထိုင်ဖို့ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံဖို့ လိုပါတယ်။ သက်ကြီးရွယ်အိုများ စေတနာ့ဝန်ထမ်း။လူထုနေထိုင်မှုဆိုသည်မှာ တစ်ဦးချင်းထက် ကလေးများကို ပြုစု ပျိုးထောင်သည့် အသိုက်အဝန်းဖြစ်သည်။

သူမကိုယ်ဝန်ဆောင်လုပ်ရှားမှုများအတွက် 'SmeC' ကို စတင်တက်ရောက်နေပါပြီ။(မှတ်ချက်!သူနဲ့မ ပတ်သက်ပါဘူး)မမွေးမီ 3 ပတ်မှစတင်၍ သူမသည် SmeC ကိုနေ့စဉ်တက်ရောက်သည်။ ဒါက မွေးပြီး ရင် အဆက်မပြတ်။ သူမသည် ထိုနေရာတွင် ကလေးများအားလုံး ပညာသင်ကြားပြီးသည်အထိ SmeC တွင် ပါဝင်ဆောင်ရွက်မည်ဖြစ်သည်။ ထို့နောက်သူမသည်အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းတစ်ခုစတင်သည်။ သူမသည် အလုပ်သင်သင်တန်းတစ်ခုပြီးမြောက်လိမ့်မည်။(ဆေးပညာ ကုန်သွယ်မှု လက်မှတ်)။ သူမသည် 'SmeC' Gatherings ကို တက်ရောက်မည်ဖြစ်သည်။ နောက်ဆုံးတွင် သူမ တက်ရောက်မည် ဖြစ်သည်။Senior Activity Club.

Custodian Guardian အသိုက်အဝန်း၏ အခမဲ့ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ပညာရေးအပိုင်း SmeC။ လူတိုင်း မှာ ဘုရားသခင်အခမဲ့ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု၊ ပညာရေးနှင့် ဂုဏ်သိက္ခာခံရရှိသော ဘဝ အဆုံးသတ်ခွင့် ပေးထားသည်။

