

CG Klock အချိန်ကြိမ် New-Age time-management



၁ ဘုရားသခင် အစနှင့်အဆုံးကိုတိုင်းတာရန်အချိန်ဖန်တီး!

Custodian ဂါးဒီးယန်း Klock (CG Klock) ရေတိုအတွက် (နာရီ)
အချိန်စီမံခန့်ခွဲမှု၊ ရှိသမျှသည်အခြားသောနာရီကိုအစားထိုး (၂၄ နာရီနှင့် ၂၁ နာရီနှိုင်းယှဉ်):
တစ်နေ့ ၂၁ နာရီ > ၁ နာရီ ၂၁ မိနစ် > ၁ မိနစ် ၂၁ စက္ကန့်ရှိသည်
> ၁ စက္ကန့်သည် ၂၁ မျက်တောင်ခတ်သည်။ ၁ မျက်တောင်ခတ်သည် ၂၁ ကြိမ်နှင့်ကွဲသည်။ 1 flash သည် ၂၁ ခုပါ

C-G Klock	D	h	m	s	b	f	c
1 D Day	1						
21 h hour	1	21					
21 m minute	1	21	441				
21 s second	1	21	441	9,261			
21 b blink	1	21	441	9,261	194,481		
21 f flash	1	21	441	9,261	194,481	4,084,101	
21 c click	1	21	441	9,261	194,481	4,084,101	85,766,121

နာရီနှင့်နာရီကြည့်လျှင်သုံးလိုင်းပြသထားသည်။

14h-12m-16s လိုင်း ၁: 14th နာရီ, 12 မိနစ်, 16 စက္ကန့်။
၂၀၇ dy - ၄ dw လိုင်း ၂: ၂၀၇th နှစ်၏နေ့, 4th ရက်သတုတပတ်၏နေ့
Y1-M8-W2-D4 လိုင်း ၃: တစ်နှစ် 1 - လ 8 ရက်သတုတပတ် 2 ရက် 4
ဒါမှမဟုတ် တစ်နှစ်တာ၏ဂျူပါတာလတွင်အပတ် ၂ ၏ရက်သတုတပတ်အလယ်

နာမည်ပေးခြင်း ရက်သတုတပတ် နေ့

၁ ရက် နေ့ 2 နေ့ 3 ရက်သတုတပတ်အလယ် နေ့ 5 ရက်သတုတပတ် အဆုံး ပျော်စရာနေ့

၁st နေ့ ၂nd နေ့ ၃rd နေ့ ၄th နေ့ ၅th နေ့ ၆th နေ့ ၇th နေ့

တနင်္ဂနွေနေ့* တနင်္လာနေ့* အင်္ဂါနေ့* ဗုဒ္ဓဟူးနေ့ဗုဒ္ဓဟူးနေ့* သောကြာနေ့* စနေနေ့*

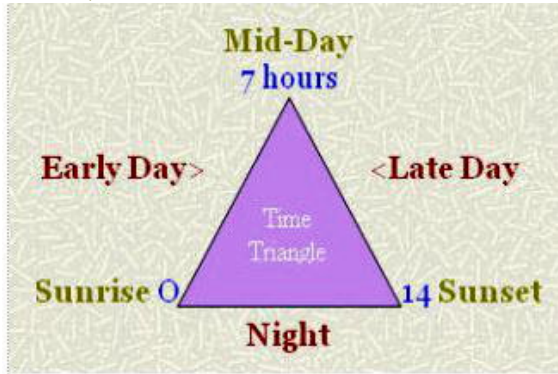
Stop-watch သည်မျက်တောင်ခတ်ခြင်း၊ flash လုပ်ခြင်း၊ The CG Klock ကိုနာရီ၊ နာရီနှင့်နာရီ - နာရီဖြင့်ပြသည်။ သင့်ရဲ့နာရီကို 1 ကိုယူပါ (၂၁ နာရီနာရီ၊ နာရီ၊ နာရီ။

နှစ်နာရီကို Sunrise တွင်အနည်းဆုံးညပြီးနောက်နှစ်စဉ်သတ်မှတ်သည်။ ၇၃ ယောက်တိုင်း

ရက်ပေါင်း (တစ်နှစ် ၅ ဆ) ၀ နာရီ reset ဖြစ်ပါတယ် (နေ့အလင်းရောင်ချွေတာခြင်း)
)။ နေထွက်ချိန်အထိတတ်နိုင်သမျှနေရောင်ချွေတာရန်လိုအပ်သည်။ နေထွက်ရာမှ
ထခြင်းသည်သာဝကျပြီးကျန်းမာသည်။



အချိန်ဇယ့်



နေ့စ: အိုနာရီ နေထွက်

အစောပိုင်းနေ့ ၀ မှ ၇ နာရီ ၇ နာရီဖြစ်
ပါတယ် **နေ့လယ်ပိုင်း**

နှောင်းပိုင်းနေ့ ၇ မှ ၁၄ နာရီ ၁၄ နာရီ
ဖြစ်ပါတယ် **နေဝင်ချိန်**

ည ၁၄ နာရီမှ ၂၁ နာရီအထိဖြစ်သည်

နှိုင်းယှဉ် ၂၁ နာရီ CG Klock / ၂၄ နာရီအယူမှားနာရီ
အချိန်ဇယ့်

နေကစပြီး **၀ နာရီ နေထွက်** >

အစောပိုင်းနေ့ ၀ မှ ၇ နာရီကနေဖြစ်ပါတယ် >

၇ နာရီ **နေ့လယ်ပိုင်း** >

နှောင်းပိုင်းနေ့ ၇ ကနေ ၁၄ နာရီဖြစ်ပါတယ် >

၁၄ နာရီ **နေဝင်ချိန်** >

ည ၁၄ နာရီမှ ၂၁ နာရီအထိဖြစ်သည်။

ည အိမ်ပြန်ချိန်သတ်မှတ်ချက် ၁၄ မှ ၂၁ နာရီ။

*** ၂၄ နာရီအယူမှားနာရီ**

၆ နာရီ

၆ - ၁၂ **မနက်ခင်း**

၁၂ **မွန်းတည့်**

၁၂ - ၁၈ **နေ့လည်ခင်း**

၁၈ - ၂၂ **ညနေ**

၂၂ - ၂၄ + ၁ - ၆ **ည**

ည အိမ်ပြန်ချိန်သတ်မှတ်ချက် ၂၂ - ၆

ညမထွက်ရအမိန့်



လူခန္ဓာကိုယ်ကိုညဉ့်နက်သန်းခေါင်ယံအဖြစ်မပုံဖော်ခဲ့ပါ။
လူတို့သည်ညဉ့်နက်သောဘဝပုံစံကိုဖန်တီးရန်သူတို့၏ ဦး
နှောက်စွမ်းအားကိုအလွဲသုံးစားပြုခဲ့ကြသည်။ ဤလူနေမှုပုံစံ
သည်ကျန်းမာရေးကောင်းမွန်ရန်အကျိုးမရှိပါ။
ကျန်းမာရေးကောင်းမွန်ရန်ညမထွက်ရအမိန့်လိုအပ်သည်။

၁၄-၂၁ နာရီမှ ၇ နာရီညမထွက်ရအမိန့် (၂၂ မှ ၆ နာရီ၊ ၂၄ နာရီပုဂံနာရီ) မဖြစ်မနေဖြစ်
ပါတယ်။ ကျန်းမာရေးကောင်းမွန်ရန်အတွက်စွမ်းအင်သုံးစွဲမှုလျှော့ချခြင်း၊ လေထု
ညစ်ညမ်းမှုလျှော့ချခြင်းနှင့်တောရိုင်းတိရစ္ဆာန်ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ခြင်း။ ရာဇ ၀
တိရစ္ဆာန်လျှော့ချခြင်း၊ အစိုးရအတွက်ကုန်ကျစရိတ်လျှော့ချခြင်း၊