



အစိမ်းရောင်အယူအဆ

စိမ်းလန်းစိုပြေခြင်းသည် လူသားတို့၏ ရှင်သန်မှုစွမ်းရည်တစ်ခု ဖြစ်သည်။



ရှောင်ပါ။နှင့်ရှက်စရာ

အုပ်ထိန်းသူ အုပ်ထိန်းသူဟူ၍၊ **အစိမ်းရောင်အယူအဆ** လူတွေကို တခြားလူတွေကို ခြိမ်းခြောက်မှု ကနေ တွန်းလှန်ဖို့ ကြိုးပမ်း '**ကမုဘာဂြိုဟ်**'။ အုပ်ထိန်းသူအဖြစ်သို့ ဘုရားသခင်ဖန်တီးမှု များ။ ဖြစ်ခြင်း။ **အစိမ်းရောင်** အိမ်တွင် စတင်သည်နှင့်အိမ်နီးချင်းများနှင့်အသိုင်းအဝိုင်း ပါဝင်သည်။ အုပ်ထိန်းသူ အုပ်ထိန်းသူ စုဝေးခြင်းသည် ဒေသတွင်း တက်ကြွလှုပ်ရှားသူ ဗဟိုချက်ဖြစ်သည်။ (ပတ်ဝန်းကျင်၊ လူမှုရေး တရားမျှတမှု၊ ဘာသာရေး)။



CG Gathering ကို စတင်ပါ။ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် ထိန်းသိမ်းရေး ပညာရှင် အားလုံးကို ပူးပေါင်းပါရန် တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။ လှပအောင် အတူတူကာကွယ်ကြပါစို့

ဂြိုဟ်။ချုပ်ကိုင်ထားသူများ၊ ညစ်ညမ်းသူများ၊ ပတ်ဝန်းကျင် ဖောက်ပြန်မှုများ၊ ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုကို ငြင်းဆန်သူများ၊ ကပ်ပါးဆန်သော အမြတ်ထုတ်သူများ၊ နေစဉ် တာဝန်ယူမှု (အကြမ်းမဖက်)!



အုပ်ထိန်းသူ အုပ်ထိန်းသူ **ရှောင်ပါ။နှင့်ရှက်စရာ** အသိုက်အဝန်းတစ်ခုသည် အပြစ်ရှိကြောင်း၊ **ဒေါ်R1-7** အလှည့်ကျ အစိုးရကို ရွေးတယ်။ **အစိမ်းရောင်အယူအဆ** ဥပဒေသို့။

လူသားတိုင်း၊ တိရစ္ဆာန်တိုင်းမှာ ရှိကြပါတယ်။ **ဘုရားသခင်** အဆိပ်မရှိသော၊ ညစ်ညမ်းမှုမရှိသော၊ လေဝင်လေထွက်ကောင်းစေသော၊ သန်ရှင်းသောလေကို ရပိုင်ခွင့်ရှိသည်။

လူသားတိုင်း၊ တိရစ္ဆာန်တိုင်းမှာ ရှိကြပါတယ်။ **ဘုရားသခင်** အဆိပ်မရှိသော၊ ညစ်ညမ်းမှုမရှိသော၊ သောက်သုံးနိုင်သော၊ သန်ရှင်းလတ်ဆတ်သောရေကို ပေးပိုင်ခွင့်ရှိသည်။

လူသားတိုင်း၊ တိရစ္ဆာန်တိုင်းမှာ ရှိကြပါတယ်။ **ဘုရားသခင်** အဆိပ်မရှိသော၊ ညစ်ညမ်းမှုမရှိသော၊ မျိုးရိုးဗီဇမွမ်းမံထားသော၊ စားသုံးနိုင်သော၊ ကျန်းမာသော၊ အစားအစာကို အခွင့်အရေးပေးထားသည်။

လူသားတိုင်းတွင် တစ်ခုရှိသည်။ **ဘုရားသခင်** ဖျားနာတဲ့အခါ အခမဲ့ ကုသခွင့် ပေးတယ်။

လူသားတိုင်းတွင် တစ်ခုရှိသည်။ **ဘုရားသခင်** အကာအကွယ်၊ တတ်နိုင်သောအဝတ်အစားနှင့် ဖိနပ်များကို အကာအကွယ်ပေးပိုင်ခွင့်ရှိသည်။

လူသားတိုင်းတွင် တစ်ခုရှိသည်။ ၁ ဘုရားသခင်တစ်ကိုယ်ရေသန်ရှင်းမှု၊ အကာအကွယ်ပေးမှု၊ တတ်နိုင်သော အမိုးအကာများ ပေးပိုင်ခွင့်ရှိသည်။

လူသားတိုင်းတွင် တစ်ခုရှိသည်။ 1 ဘုရားသခင်အကြမ်းမဖက်တဲ့ အသိုင်းအဝိုင်းကို အခွင့်အရေးပေးတယ်။

စွဲလမ်းမှု

စွဲလမ်းခြင်းသည် ခံယူထားသော လိုအပ်ချက်ကို ကျေနပ်စေသော ထပ်ခါတလဲလဲ ခိုင်းစေတတ်သော အပြုအမူ။ စွဲလမ်းသူများသည် ၎င်းတို့၏ အပြုအမူကို ထိခိုက်စေသော အပြုအမူများကို လက်မခံဘဲ လှည့်စားကြသည်။ မိသားစု၊ သူငယ်ချင်း၊ အလုပ်ဖော်၊ အသိုက်အဝန်းကို ထိခိုက်နှစ်နာစေတယ်။ စွဲလမ်းသူများကို ကလေးများနှင့် ဝေးဝေးထားပါ။

စွဲလမ်းသူများသည် ကယောင်ကတမ်းဖြစ်သည်။! စွဲလမ်းသူများသည် သူတို့ကိုယ်သူတို့ ပျော်ရွှင်စွာ လက်တွဲပြီး ဘဝကို ဆုပ်ကိုင်ထားသရွေ့ စွဲလမ်းနေသရွေ့ စွဲလမ်းနေမည်ကို မယုံကြည်ကြပေ။ လက်တွေ့တွင်၊ စွဲလမ်းမှု စွဲလမ်းသူများသည် ၎င်းတို့၏ အပြုအမူတွင် ပိုမိုကန့်သတ်လာသောကြောင့် စွဲလမ်းခြင်းများနှင့် လွတ်လပ်မှုများကို ကန့်သတ်ထားသည်။

1 ဘုရားသခင်သည် သင့်ထံမှ ကြားနာခြင်းကို စောင့်ဆိုင်းတော်မူ၏။

စွဲလမ်းခြင်း။ ဆုတောင်း

စွဲလမ်းစေသည်။ ၁၂.၂.၇။ NAtm

ချစ်လှစွာသော ဘုရားသခင်အလှပဆုံး စကြာဝဠာကို ဖန်ဆင်းရှင်း၊ အနှိမ့်ချဆုံး သစ္စာစောင့်သိသော အုပ်ထိန်းသူ (၁၀၈၈ နာမည်) စွဲလမ်းသူမ ဖြစ်ဖို့ ကူညီပေးပါ။



လူဘဝတွင် စွဲလမ်းမှု စွဲလမ်းမှု ပံ့ပိုးပေးသူများကို အပြစ်ပေးခြင်း နှင့် Afterlife ဤအသိုင်းအဝိုင်းတွင် စွဲလမ်းမှုကင်းစင်ကြပါစေ ဘုန်းတော်အတွက် ၁ ဘုရားသခင်လူသားတို့၏ ကောင်းကျိုး၊

ဤဆုတောင်းချက်ကို စွဲလမ်းသည့်နေ့တွင် အသုံးပြုသည်။ သို့မဟုတ် လိုအပ်သလို။



တရားမဝင် စွဲလမ်းမှုရှိသော စွဲလမ်းသူများသည် ၎င်းတို့၏ အလေ့အထ၏ လျှို့ဝှက်သဘာဝကို နှစ်သက်ကြသည်။ တရားမဝင် စွဲလမ်းမှု သည် ထောင်ကျခြင်း၊ မိမိကိုယ်ကို လေးစားမှု ဆုံးရှုံးခြင်း တို့ကို ဖြစ်စေသည်။ စွဲလမ်းသူများ မသိနားမလည်(မိုက်မဲ)ယုံလွယ်သည်။(မိုက်မဲသော)အားနည်းတယ်။(သနားစရာ)!

စွဲလမ်းမှုဟာ သူတို့ကိုယ်သူတို့ရော လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းအတွက်ပါ ခြိမ်းခြောက်မှုဖြစ်လာပါတယ်။ လူတွေက စွဲလန်းလာတဲ့အခါ သူတို့ရဲ့ ပျော်ရွှင်မှုဟာ ဆုတ်ခွာခြင်းကို သက်သာစေပြီး သူတို့ရဲ့ အလေ့အကျင့်ကို အကောင်အထည်ဖော်ဖို့ အာရုံစိုက်လာတတ်ပါတယ်။ သူတို့သည် ကယောင်ကတမ်း၊ အကျင့်ပျက်မှု၊ မရိုးသားမှု၊ လှည့်စားမှု၊ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်မှု၊ ဂရုမစိုက်မှု၊ လူမှုရေးဆန်ကျင်ဘက်များ ဖြစ်လာကြသည်။ စွဲလမ်းခြင်း မဟုတ်သော ပျော်ရွှင်မှုအတွက် ၎င်းတို့၏ အပြည့်အဝ အလားအလာကို ပုံဖော်ထားသည့် အတွေ့အကြုံများ အပြည့်အစုံထက်။ အကျင့်စာရိတုတ၊ အရပ်ဘက်တာဝန်၊ စွဲလမ်းသူများကို အမြဲတာဝန်ခံရမည်။

မူးယစ်ဆေးစွဲသူများသည် စိတ်ရောဂါဆိုင်ရာအကူအညီနှင့် ပံ့ပိုးကူညီရေးအဖွဲ့များ လိုအပ်ပါသည်။ အသိုက်အဝန်း အထူးသဖြင့် လူငယ်များကို ကာကွယ်ရန် Relapse Addict များကို သီးခြားခွဲထားသည်။

Adrenaline ပါးစွဲလမ်းခြင်း။

Adrenaline ပါး neurotransmitter အဖြစ်လုပ်ဆောင်သောဟော်မုန်း။ ခန္ဓာကိုယ်၏ ကြံ့ခိုင်မှုကို ခြိမ်းခြောက်သည့် ဖိစီးမှုတုံ့ပြန်မှု၏ အဓိကအကြောင်းရင်းဖြစ်သည်။



အေရီးဗစ်၊ ကားပြိုင်ပွဲ၊ ရုရှပြေးခြင်း၊ ကောင်းကင်ယံတွင် ရေငုပ်ခြင်း... ပါဝင်ခြင်းသည် စွဲလမ်းမှုကို ဖြစ်စေသော adrenaline အလျင်စလို ဖြစ်စေသည်။ ဒီစွဲလမ်းသူတွေဟာ အလျင်စလို မရုန်းထွက်နိုင်တဲ့အခါ စိတ်ဓာတ်ကျလာကြတယ်။

Adrenalin သည် သွေးကြောထဲသို့ ထုတ်လွှတ်သောအခါ နှလုံးခုန်နှုန်းကို တိုးစေကာ သွေးပေါင်ချိန်ကို တိုးစေကာ တပည့်များကို ကျယ်စေကာ သွေးတွင်းသကြားဓာတ် ပမာဏကို မြှင့်တင်ပေးကာ အရေပြားနှင့် အတွင်းအင်္ဂါများမှ သွေးစီးဆင်းမှုကို လမ်းကြောင်းလွှဲစေပါသည်။ မကြာခဏ စိတ်ဆိုးတတ်သူ၊ အပြစ်ရှိသလို ခံစားရတတ်သူ၊ စိတ်ပူတတ်သူများသည် အခြားဘာမှမလုပ်ဘဲ ထိုင်နေသော်လည်း ၎င်းတို့၏ adrenaline ကို နှိုးဆွပေးသည်။ ဒေါသထွက်၊ ပူပန်- တရားထိုင်ပါ။



အရှိန်လိုအပ်မှုသည် adrenaline ၏ဒုက္ခဖြစ်သည်။ မည်သည့်ပြိုင်ကားမဆို adrenaline အလျင်စလိုဖြစ်စေသည်။ အနိုင်ရခြင်းသည် ပို၍ကြီးမားသော အလျင်စလိုကို ဖြစ်စေသည်။ လူ့ခန္ဓာကိုယ်သည် အရှိန်အဟုန်အတွက် ဒီဇိုင်းထုတ်ထားခြင်းမဟုတ်ပေ။ သူတို့ရဲ့ အရှိန်အဟုန်က မလိုအပ်ပါဘူး။ အနိုင်ရခြင်းသည် တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်သည်။



ကံထူးရှင်များသည် အလျင်စလို များများလိုချင်ကြသည်။ ဆုံးရှုံးခြင်းသည် စိုးရိမ်ပူပန်မှုကို ဖြစ်စေသည်။ ဤစိုးရိမ်မှုသည် စိတ်ဓာတ်ကျခြင်းကို ဖြစ်စေသည်။ မည် သည့် နည်းနှင့် မဆို နိုင် ချင် သည် (လိမ်လည် ၊ မူးယစ်ဆေးဝါး သုံးစွဲ သတ်ဖြတ် . .) .

လူမှုရေးဆန်ကျင်ဘက်အပြုအမူသည် adrenaline အလျင်စလိုဖြစ်စေသည်။ စိတ်ညစ်လေလေ၊ ဒေါသကြီးလေလေ အလျင်စလိုလေပါပဲ။ ပန်ဒလမ်း အကြမ်းဖက်သမားမှန်သမျှကို မေးပါ။ (လောင်မြိုက်ခြင်း၊ နောက်ဆုတ်ခြင်း၊ ဖြတ်ခြင်း၊ လမ်းကိုတွန်းခြင်း၊ ကျယ်လောင်သောဘီးများ) ဂိုဏ်းအဖွဲ့ဝင်-



ဘာ(အနိုင်ကျင့်ခြင်း၊ ဖျက်ဆီးခြင်း၊ အကြမ်းဖက်ခြင်း၊) ကွင်းဆက်လူသတ်သမား(ကြောက်ရွံ့ခြင်း၊ နာကျင်ခြင်း၊ သေဆုံးခြင်း) လူမှု အသိုက်အဝန်းကို ဆန်ကျင်သော အပြုအမူသည် မည်သည့်အသိုင်းအဝိုင်းကိုမဆို ခြိမ်းခြောက်မှုဖြစ်သည်- **ဒေါ်R1-7** ယာဉ်တိုက်မှု၊ အနုတရားရှိသော မောင်းနှင်မှု၊ ယာဉ်တိုက်မှုများအား သတင်းပို့ရန် အရပ်ဘက်တာဝန်ဖြစ်သည်။

အနုတရားရှိသော လှုပ်ရှားမှုများ(စတန်တွေ ၊ စိတ်လှုပ်ရှားစရာတွေ ရှာနေတာ ..) adrenaline အလျင်စလိုပေးပါ။ မဟုတ်ရင် အောင်နိုင်သူ မရနိုင်တဲ့သူတွေဟာ အနုတရားရှိတဲ့ အရာတွေကို အလျင်စလို လုပ်ကြပါတယ်။ ဤလှုပ်ရှားမှုများသည် ဒဏ်ရာရ၊ သေဆုံး၊ အခြားသူများကို ခြိမ်းခြောက်မှုဖြစ်စေသော ကော်ပီကြောင်များ ကို အားပေးသည်။ အနုတရားရှိသော လုပ်ငန်းများ ပြီးဆုံးခြင်း၊ **ဒေါ်R2**.



ပါဝင်သူများသည် ကယ်ဆယ်ရေးနှင့် ဆေးဝါးစရိတ်များအတွက် ပေးဆောင်ရမည်ဖြစ်သည်။

အလျင်စလို စွဲလန်းနေတဲ့ Adrenaline စွဲနေတဲ့သူတွေက ဒေသခံတွေရဲ့ နေထိုင်ရာကို ထိခိုက်စေပါတယ်။(တိရစ္ဆာန်များ၊ ဂေဟစနစ်၊ အသီးအရွက်များ၊ အခြားသက်ရှိပုံစံများ)။ပတ်ဝန်းကျင် ဖောက်ပြန်မှုတွေ ဖြစ်လာတယ်။ဤသည်အဆိုးသတ်။

Adrenaline junkie ဖြစ်ခြင်းသည် ရောဂါတစ်ခုဖြစ်သည်။အကူအညီရှာ

ပါ။ အရက်စွဲလမ်းခြင်း။



အရက်၊ အစားအသောက်တွေကနေတဆင့် သောက်တယ်။အရက်သောက်ခြင်းသည် အပြုအမူပြောင်းလဲမှုများကို ဖြစ်စေသည်။(မူးခြင်း)၊မူးခြင်း။/အရက်အလွန်အကျွံသောက်ခြင်းသည် ယာဉ်မတော်တဆမှု၊ နှိပ်စက်ညှဉ်းပန်းမှု၊ မုဒိမ်းမှု၊ ဖျက်ဆီးမှုတို့၏ အဓိကအကြောင်းရင်းဖြစ်သည်။ အရက်မူးခြင်းသည် ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးတစ်ခု၊ အနှောက်အယှက်ဖြစ်ပြီး လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွက် ခြိမ်းခြောက်မှုတစ်ခုဖြစ်ပြီး ၎င်းတို့မှာ တာဝန်ရှိပါသည်။

အရက်သောက်ခြင်းသည် အရက်အလွန်အကျွံသောက်သုံးရန် လိုအပ်သည်။ အရက်စွဲသူများကဲ့သို့ပင်၊ အရက်သမားများသည် အခြားသူများနှင့် ရပ်ရွာတို့ထက် ၎င်းတို့၏ ကိုယ်ကျိုးစီးပွားလိုအပ်ချက်များကို ထားရှိသည်။ အရက်သမားက တောင်းစား၊ ငှားပြီး ခိုးသောက်လိမ့်မယ်။အရက်သမားသည် ကုသမှုခံယူရန် လိုအပ်သည်။ ကုသမှုတွင် ခြောက်သွေ့ခြင်း ပါဝင်ပါသည်။ ကုသခြင်းသည် ကုသခြင်းမဟုတ်ပါ။ မကြာခင် အရက်သမားတွေက အမူးသမားတွေ ပြန်ဖြစ်လာတယ်။



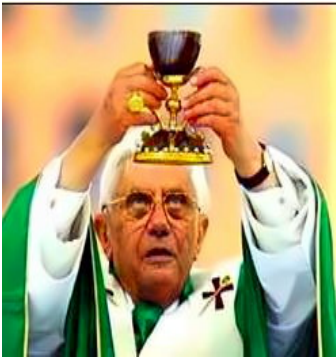
အရက်သမားများအတွက် အကောင်းဆုံးအကူအညီမှာ အရက်ရရှိနိုင်မှုကို ရပ်တန့်ရန်ဖြစ်သည်။အရက်ထုတ်လုပ်ခြင်း၊ ဈေးကွက်ချဲ့ထွင်ခြင်းနှင့် ဖြန့်ဖြူးခြင်းတို့ ပြီးဆုံးသည်။

အရက်ကို လုံးဝသည်းခံခြင်း!!!



ခရစ်ယာန်ဘာသာအရက်သေစာ ပြန်ပွားခြင်း၏ အဓိကအကြောင်းအရင်းဖြစ်သည်။

ခရစ်ယာန် Idol(ရုပ်တုအတု)ယေရှု(မိစ္ဆာမိစ္ဆာ) ခရစ်ယာန်တွေကို အရက်သောက်ဖို့ ပြောခဲ့တယ်။(ဝိုင်နီ)၊ ဘာသာရေးအရုပ်အရင်းတွေနဲ့ ဘာသာရေးပွဲတွေမှာ အရက်သောက်ကြတယ်။ခရစ်ယာန် သူနှင့် သူမသည် မိတ်မဆက်မိ အရက်သောက်သည်။ ခရစ်ယာန်သူမသည် ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ်နှင့် မိခင်နို့တိုက်ကျွေးစဉ် အရက်ကို အဆက်မပြတ်သောက်သည်။(ကလေးက အရက်သမားပါ)၊ ခရစ်ယာန်မိဘများသည် သားသမီးများကို အရက်သောက်ရန် တိုက်တွန်းသည်။ ခရစ်ယာန်မိဘများသည် မကောင်းသောမိဘများဖြစ်သည်။



အရက်ဖြတ်ထားသော ခရစ်ယာန်လူငယ်တစ်ဦးသည် ဘုရားကျောင်းတွင် ရှုပ်ပွနေသော ဘုန်းကြီး၊ မိဘများ၊ သူငယ်ချင်းများ၊ အိမ်နီးချင်းများ အရက်သောက်နေသည်ကို တွေ့သည်။လူငယ်တစ်ဦး

ခရစ်ယာန်မိဘများသည် အိမ်တွင် အရက်သောက်ခြင်း၊ အားလပ်ချိန်နှင့် လုပ်ငန်းဆောင်တာများကို မြင်သည်။ခရစ်ယာန်လူငယ်တစ်ဦး (HE နှင့် SHE) အသက်အရွယ်အုပ်စုအတွင်း ပေါင်းသင်းဆက်ဆံသည့်အခါ လက်ခံနိုင်စေရန် မှူး ရူးသောက်စားရန် ရွယ်တူချင်းဖိအားများနှင့် ရင်ဆိုင်နေရသည်။ ငယ်ရွယ်သော ခရစ်ယာန် သူသည် ငယ်ရွယ်သူ အိမ်ထောင်ဖက်ရန်မှူး သို့မဟုတ် မုဒိမ်းကျင့်ရန် အရက်မှူးလာသည်။ နှစ်ယောက်စလုံး 'အမှိုက်' ဖြစ်သွားသည်။ ရှက်၊ ရှောင်၊ အမှိုက်။



ခရစ်ယာန်ဘုန်းကြီးများသည် ဝိညာဉ်ရေးလုံဆော်မှုဖြစ်စေရန် အတွက် ဆွဲတောင်းခြင်းနှင့် ကျမ်းချက်များကို ဖတ်ရှုခြင်းမှ တစ်ဆင့် ဝိညာဉ်ရေးလုံဆော်မှုကို မတွေ့ရှိနိုင်ပါ။ မပျော်ဘူး ဘုန်းကြီးတွေက ကိုယ့်အရက်ထုတ်တယ်။အရက်ထုတ်လုပ် သောက်သုံးခြင်းသည် ရဟန်းသံဃာတော်များကို အဆက်မပြတ် ယစ်မှူးစေပါသည်။ အခု သူတို့မှာ ဉာဏ်တွေရ လာတယ်။(လယ်မြေ)



ကက်သလစ်ကျောင်းများသည် စားသောက်ဆိုင်များနှင့်တူသည်။ ကျောင်းအုပ် ကြီးများတွင် ဘားတစ်ခုရှိသည်။(ဈေးကြီးတဲ့ အရက်)ဆရာမတွေ လူမှူးရေး အသင်းမှာ ဘားတစ်ခုရှိတယ်။အုပ်ချုပ်ရေးမှာ ဝိုင်ရှိတယ်။(ဈေးသက်သာ) အရုပ်အထွေးနှင့် ရန်ပုံငွေရှာဖွေခြင်းအတွက်။



သောကြာနှင့် စနေနေ့တိုင်း အရက်မှူးနေသော ခရစ်ယာန်များကို ရိုက်နှက်၊ မုဒိမ်းကျင့်၊ သတ် ကြာသည်။တနင်္ဂနွေမှာ သူတို့ 'ဝန်ခံတယ်' 'ခွင့်လွှတ်တယ်' တဲ့။ အရက်သောက်ပြီးရင် စိတ်ညစ်သွားကြတယ်။ (အရက်သမား) ဘုရားရှိခိုးပြီးရင် သူငယ်ချင်းတွေ၊ မိသားစုတွေနဲ့ မှူး ရူးသောက်စား သွားကြတယ်။ ခရစ်ယာန်များသည် 'အိမ်တွင်းအကြမ်းဖက်မှု' ၏အဓိက အကြောင်းရင်းဖြစ်သည်။**၁ ဘုရားသခင်**တုန်လှုပ်ချောက်ချားပြီး ခွင့်မလွှတ်ဘဲ လူသားမျိုး နွယ်ကို တာဝန်ခံပါ။ အရက်မှူးတိုင်း တာဝန်ခံတယ်။

ခရစ်ယာန်ဘာသာမို့လား။အားပေးသည်။အရက်သောက်ခြင်းကို ဘာသာရေး သို့မဟုတ် ကိုးကွယ် ယုံကြည်မှုအဖြစ် လက်မခံပါ။**၁ ဘုရားသခင်**အရက်သောက်ခြင်းဖြင့် လူမှုအသိုက်အဝန်းကို မ ပျက်စီးစေလိုပါ။**၁ ဘုရားသခင်**ခရစ်ယာန်အရက်ကို စွဲလမ်းခြင်းကြောင့် စိတ်ပျက်မိသည်။ **မှတ်ချက်!****၁ ဘုရားသခင်**အရက်အလွန်အကျွံသောက်ခြင်းအတွက် ယေရှုကိုတာဝန်ယူခဲ့သည်။ ယေရှုသည် နှိပ်စက်ညှဉ်းပန်းခံခဲ့ရပြီး လက်ဝါးကပ်တိုင်တွင် သံရိုက်ခဲ့သည်။

အရက်မသောက်နဲ့!!! ခရစ်ယာန်ဘာသာကို လုံးဝမပြောတာ!!!

လုပ်ရမယ် !

သူမသည် အရက်မှူးသူနှင့် ပေါင်းဖော်ရန် မဟုတ်ပါ။သူသည် မှူးနေသော She နှင့် ရန်မဖြစ်။ ကိုယ်ဝန်ရှိစဉ် အရက်သောက်တာကို နေအိမ်အကျယ်ချုပ် ချထားပါတယ်။ မိခင်နို့တိုက်ကျွေးနေစဉ် အရက်သောက်ခြင်းကို အိမ်တွင် ဖမ်းဆီးထိန်းသိမ်းထားသည်။အသိုင်းအဝိုင်းတစ်ခုတွင် မွေးကင်းစ၊ မွေးကင်းစကလေးတိုင်းကို ပြုစု စောင့်ရှောက်ရန် တာဝန်ရှိသည်။ အရက်သမား သူမသည် မိဘဖြစ်ရန် မသင့်တော်ပါ။ မွေးစားမိဘတွေက အရက်သမား သူကလေးကို ပြုစုပျိုးထောင်တယ်။

အရွယ်မရောက်သေးသော ကလေးမိဘများ(သူမ 17၊ သူ 18)အရက်သောက်တာတွေ၊

လက်မခံနိုင်ပါ။ရပ်ရွာတိုင်းတွင် အသက်မပြည့်သော ကလေးတိုင်းကို ပြုစုစောင့်ရှောက်ရန် တာဝန်ရှိသည်။
အရက်သမားမိဘများသည် Holy Matrimony စာချုပ်ကို ပယ်ဖျက်ပြီး ၎င်းတို့၏ အရွယ်မရောက်သေးသော
ကလေးများကို မွေးစားမိဘများက ကြီးပြင်းလာကြသည်။

ပညာရေးဌာနများသည် အရက်ကင်းစင်သည်။ပညာတတ်များ(ကျောင်းအုပ်ကြီးများ၊ ဆရာ
များ၊ အုပ်ချုပ်ရေးမှူးများ)အရက်သောက်သူ၊ ယူဆောင်လာသူများကို ကျောင်းများမှ ဖယ်ရှား
ပြီး တားမြစ်ထားသည်။ခရစ်ယာန်ပညာရေး အဆောက်အအုံများကို လူထုပညာရေးသို့
လွှဲပြောင်းပေးသည်။(လျော်ကြေးမပေးဘဲ)။ ခရစ်ယာန် ပညာတတ်များ(ကျောင်းအုပ်ကြီးများ၊
ဆရာများ၊ အုပ်ချုပ်ရေးမှူးများ)ပညာရေးဝန်ကြီးဌာနမှ ဖယ်ရှားပြီး ပိတ်ပင်ထားသည်။ သူတို့ရဲ့
ကျောင်းအရက်ဆိုင်တွေကို ဖြိုချဖျက်ဆီးလိုက်။

အသိုင်းအဝိုင်းတိုင်း(ရိုက်)ပြည့်သူတွေကို စောင့်ရှောက်ဖို့ တာဝန်ရှိ
တယ်။အရက်ကြောင့် လူ့အသိုက်အဝန်း ခြိမ်းခြောက်မှုကို ထိန်းချုပ်
ပြီး အမြစ်ပြတ်ချေမှန်းပါ။ Shire တိုင်းသည်အရက်ကိုတားမြစ်ရန်နှင့်
တားမြစ်ချက်ကိုလိုက်နာရန်ဖြစ်သည်။ ပြည်နယ်အတွင်း အရက်
ထုတ်လုပ်ဖြန့်ဖြူးမှု တားမြစ်ထားသည်။တရားမဝင်အရက် ဖြန့်ဖြူး
ရောင်းချမှုဖြင့် အရေးယူခြင်း**ဒေါ်R6**



လက်ရှိအရက်ထုတ်လုပ်ခြင်း၊ ဖြန့်ဖြူးခြင်းများကို ရပ်ဆိုင်းပြီး ကိုယ်ပိုင်လုပ်ငန်းကို ပိတ်ထား
ပါသည်။ အရက်အားလုံး ပျက်သွားတယ်။လျော်ကြေးမပေးဘူး။

ခရစ်ယာန်အသင်းတော်များကို ငြင်းပယ်ခြင်း၊ အလှူအတန်းပြုခြင်းအဆင့်အတန်းနှင့် အခွန်ကင်းလွတ်ခွင့်တို့ကို ငြင်းပယ်ပါ။

အရက်မူးခြင်းကို မှုခင်းဖြစ်အောင်**ဒေါ်R2**အမူးသမားအတွက် အာမခံမပေးဘူး။အရက်မူးနေချိန်တွင်
ကျူးလွန်သည့် ရာဇဝတ်မှုတိုင်းသည် ပြန်လည်ထူထောင်ရေး နှစ်ဆတိုးသည်။



ရေစစ်
ကျန်းမာရေးကောင်းဖို့!!!



မူးယစ်ဆေးဝါးစွဲလမ်းခြင်း။



မူးယစ်ဆေးဝါးဆိုတာ အများအားဖြင့် သိပြီးသားပါ။(စိတ်ကို ပြောင်းလဲစေသော အရာများ)လူခန့်စာကိုယ်အတွက် မကောင်းပါ။သို့သော် မူးယစ်ဆေးဝါး Junkies များ၏ 99.9% သည် မူးယစ်ဆေးဝါးများကို ရွေးချယ်သုံးစွဲကြသည်။ ၎င်းတို့သည် သာမန်လူမိုက်များနှင့် ဆန့်ကျင်ဘက်အသိုင်းအဝိုင်းများဖြစ်သည်။Drug Junkies တွေကို မသနားပါနဲ့ သူတို့ရဲ့ ပြဿနာက ကိုယ့်ကိုယ်ကို နှိပ်စက်တယ်။ ၎င်းတို့သည် ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးနှင့် ခြိမ်းခြောက်မှုတစ်ခုဖြစ်သည်။ အချိန်တိုင်း သူတို့ကို တာဝန်ခံပါ။



ဒီခြိမ်းခြောက်မှုတွေကို ရပ်ရွာ၊**ဒေါ်R4** ထုတ်လုပ်သူ၊ ဖြန့်ဖြူးသူ၊ စိတ်ကို ပြောင်းလဲစေသော ပစ္စည်းများ ပံ့ပိုးပေးသူ၊ တရားမဝင် သို့မဟုတ် တရားဝင်ခွင့်ပြုထားသည်။(ဥပဒေဆိုး)၊ အကျဉ်းချခံထားရတယ်၊ **ဒေါ်R7** မကောင်းသောဥပဒေသည် ပြောင်းပြန်၊ နောက်ခံပြုထားသည်။



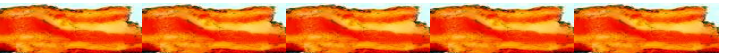
ဆေးခြောက်၊ Codeine သည် ဆေးမဟုတ်ပါ။အသုံးမပြုရပါ။၎င်းတို့သည် တရားမဝင် မူးယစ်ဆေးဝါးများ၊**ဒေါ်R7**။



စိတ်ကိုပြောင်းလဲစေတတ်သော အရာဝတ္ထုထုတ်၏ လွှမ်းမိုးမှုအောက်တွင် ကျူးလွန်သော မှခင်းမှန် သမျှ(၄)trebles(x ၃)၊ ပြန်လည်ထူထောင်ရေး။အရက်နှင့် စိတ်ပြောင်းလဲစေသော အရာများ ၏ လွှမ်းမိုးမှုအောက်တွင် ဖြစ်ခြင်း သည် ပြန်လည်ထူထောင်ရေးတွင် 5 နှင့် တိုးလာသည်။
မှတ်ချက်!အတိတ် နှင့် ပစ္စုပုပန် မူးယစ်ဆေးဝါး ၊ အရက်အစုတ် များ သည်သာ အလုပ်ဖြစ် နိုင်သည် ။**wmw x2'** သို့မဟုတ် အောက်။

စိတ်ကိုပြောင်းလဲစေသော အရာများသည် ဂေဟစနစ်ကို ညစ်ညမ်းစေကာ အခြားသက်ရှိပုံစံများကို ဖျားနာ စေသည်။စားနပ်ရိက္ခာကင်းဆက်သို့ ဝင်ရောက်ခြင်းသည် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းအတွက် ခြိမ်းခြောက်မှုတစ်ခု ဖြစ်လာသည်။

ပြောင်းလဲနေသော အရာများကို စိတ်ထဲတွင် လုံးဝသည်းမခံနိုင်။ စားသောက်ခြင်း။စွဲလမ်းခြင်း။



မစားဘဲနေလို့မရဘူး။အစားအစာခြင်းသည် မရှိမဖြစ်လိုအပ်ပြီး အစားလွန်ခြင်းသည် စွဲလမ်းမှု တစ်ခုဖြစ်သည်။အစားပိုစားသူများ(Blubber People)ချွေးထွက်များလာခြင်း၊ မောပန်း လွယ်ခြင်း၊ အံ့ကိုက်အဝတ်အစားရှာရခက်ခြင်း၊ ကုလားထိုင်တင်းကျပ်ခြင်း အဆင်မပြေ ခြင်း၊ ဖိနပ်ကြိုးများ ချိတ်ရခက်ခဲခြင်း၊ သွေးကြောများပိတ်ဆို့ခြင်း၊ သွေးတိုးခြင်း၊ ဆီးချိုရောဂါဖြစ်ခြင်း၊ အသက်ငယ်ရွယ်သူများ သေဆုံးခြင်း၊ အဝလွန်သော ကလေးများတွင် ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသည်။

Blubber သည် hippopotamus နှင့် ဝေလငါးများအတွက် ကောင်းမွန်သည်။လူသားတွေအတွက် အရမ်းများတယ်။

blubber သည်ဖျားနာသည်။ အဝလွန်ခြင်းကြောင့် အသက်ရှုမဝခြင်း၊ မောပန်းလွယ်ခြင်း၊
မောပန်းလွယ်ခြင်း၊ ဖျားနာခြင်း၊ မိသားစု၊ အလုပ်ဖော်၊ သူငယ်ချင်း၊ အသိုက်အဝန်းအတွက်
ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးဖြစ်စေသည်။ ကိုယ်အလေးချိန် လွန်နေခြင်းကို လက်မခံပါ။ လူတွေကို ကိုယ်
အလေးချိန်ကျအောင် ကူညီပေးပါ။



ရယ်မောခြင်းကို ရပ်လိုက်ပါ။ အစားအသောက် သို့မဟုတ် အချိုရည်များတွင် အရက်နှင့် အချိတ်အတတ်
များပါရှိခြင်းကို အဆုံးသတ်ပါ။ သဘာဝအချိတ်ကို လျော့ချပါ။ ဆိုဒီယမ်စားသုံးမှုကို လျော့ချပါ။
အိုင်အိုဒင်ဆားကိုသာ အသုံးပြုပါ။ ထုတ်လုပ်ပြီး GM စားသုံးခြင်းကို ရပ်လိုက်ပါ။ (မျိုးရိုးဗီဇပြင်ထား
သော)အစားအသောက်။

Banquet, Feast, Smorgasbord, long meals အမျိုးအစားတွေ ထွက်လာတယ်။ အစား
လွန်သွားပြီ။ အပြင်ထွက်နေစဉ် အရက်သောက်ခြင်း။ ကနုတာရတွေ ထွက်လာပြီ။ သေး
ငယ်သော အပိုင်းကို စားသုံး၍ အစားအစာများနှင့်အတူ ရေပါဝင်ပါသည်။



ပျင်းတဲ့သူတွေက အိမ်ပြန်ပို့တာ၊ ထုပ်ပိုးထားတဲ့ အစားအစာတွေ၊ မိုက်ခရိုဝေ့ဖ် အဆင်သင့်
ထုပ်ပိုးထားတဲ့ အစားအစာတွေ ရှိတယ်။ ဒါက အမှိုက်တောင်တွေကို ဖန်တီးတယ်။ သဘာဝ
ပတ်ဝန်းကျင် ဘေးအန္တရာယ်။ အမှိုက်ပုံးတွေ ကုန်တော့မယ်။ အမှိုက်အများစုသည် သမုဒ္ဒရာ
ထဲတွင် ကုန်ဆုံးသွားကြသည်။



လုပ်ရမယ် !

အုပ်ထိန်းသူ၏ 'နေစဉ်ပုံမှန်အစီအစဉ်' ကို လိုက်နာပါ။ အစားအစားတိုင်း စားတဲ့ ပမာဏကို လျော့ပါ။ အချိမပါတဲ့
အချိတ်တွေ သောက်ပါ။ အချဉ်ပေါက်သောအရက်ကိုရှောင်ပါ။ ယူသွား၊ အိမ်အရောက်ပို့၊ ထုပ်ပိုးထားသော
အစားအစာများ၊ မိုက်ခရိုဝေ့ဖ် အဆင်သင့်ထုပ်ပိုးထားသော အစားအစာများကို ရှောင်ကြဉ်ပါ။ နေ့ ၂ ည
လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ပါ။ 'ညမထွက်ရအမိန့်' ကို စောင့်ကြည့်ပါ။ ဆုတောင်းပါ။

1 ဘုရားသခင်သည် သင့်ထံမှကြားနာခြင်းကို စောင့်ဆိုင်းတော်မူ၏။

Blubberဆုတောင်း

ချစ်လှစွာသော ဘုရားသခင်အလှပဆုံး စင်္ကြာဝဠာကို ဖန်ဆင်းရှင်၊ အနှိမ်ချဆုံး သစ္စာစောင့်သိသော အုပ်ထိန်းသူ (၁၈၈၇အမည်) ကျွန်ုပ်အား နေ့စဉ်အရက်နှင့် အစားအသောက်များ ပံ့ပိုးပေးသည့်အတွက် ကျေးဇူးတင်ပါသည်။ အစာ အလွန်အကျွံမစားမိစေရန် ကူညီပေးပါ။



ဘုန်းကြီးအလိုငှာ အစားအလွန်အကျွံစားခြင်းကြောင့် ကျန်းမာရေးပြဿနာ များ ကင်းဝေးစေရန် နေ့စဉ် အစားအစာ အနည်းငယ်ကို ထိုက်တန်စွာ စား သုံးနိုင်ပါစေ။ ဘုရားသခင်လူသားတို့၏ ကောင်းကျိုး၊



လောင်းကစားစွဲလမ်းခြင်း။



လောင်းကစားသည် လူတို့၏ အားနည်းချက်၊ လှည့်စားမှုကို အသုံးပြု၍ လူများ၊ မိသားစုများနှင့် အသိုင်းအဝိုင်းကို ဒုက္ခပေးသည်။ လောင်းကစားသမားများသည် အားနည်းသော စိတ်အားထက်သန်သူများကို လှယက်ကြသည်။ လောင်းကစားတွင် လောင်းကစားခြင်း ပါဝင်သည်။ (ဘယ်အရာကိုမဆို) အကာအကွယ်(အာမခံ၊ အနာဂတ်၊ ရွေးချယ်စရာများ...) ထိပေါက်သည်။ (ဒါကိုအနိုင်ရဖို့ မင်းအဲဒီမှာရှိနေရမယ်) ချင့်ချိန်၊ (ပိုင်ဆိုင်မှုတန်ဖိုးတွေ တိုးလာ မယ်လို့ မျှော်လင့်ပါတယ်) လောင်းကစားသမားတွေအတွက် စိတ်မကောင်းမဖြစ်ပါနဲ့။ အားနည်းသော၊ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်သော၊ မိုက်မဲသော လူတစ်ဦးချင်းစီ၏ ယုံကြည်ချက်မှာ ၎င်းတို့သည် မရရှိနိုင်သော ချမ်းသာ မှုနှင့် ထိုက်တန်သည်။ သူတို့မလုပ်ဘူး။ လောင်းကစား မြှင့်တင်သူများနှင့် အစိုးရကို တာဝန်ခံပါ။ **ဒေါ်R7**။

လက်တွေ့ ဖျော်ဖြေရေးတွင် ပါဝင်သူများသည် အရှက်ရဆုံး လောင်းကစားသမားများ ဖြစ်သည်။ ရွံရှာဖွယ်ကောင်းသော အကျင့်၊ သစ္စာစောင့်ထောက်၊ လှည့်ဖြားခြင်း၊ လိမ်လည်လှည့်ဖြားခြင်း၊ သူတစ်ပါးကို အရှက်ရစေခြင်း၊ မိမိကိုယ်ကို အနိုင်ရအောင် လောင်းကစားလုပ်ကြ သည်။ အနိုင်ရသူများသည် ၎င်းတို့၏အနိုင်ရရှိမှုအပေါ် 100% အခွန် ကို ဖြည့်လိုက်ပါ။ မရရှိသောဝင်ငွေကို အခွန်ဆောင်သည်။ ကစားသမားများ၊ မြှင့်တင်သူများ၊ စပွန်ဆာများကို ရှောင်ပါ။



ပြည်သူများ၏ အားနည်းချက်ကို အခွင့်ကောင်းယူ၍ ရာဇဝတ်မှု ကျူးလွန် သည့် လှောင်အိမ်ထဲတွင် လောင်းကစား ပေးသူ **ဒေါ်R7** လောင်းကစား နေရာများ (လောင်းကစားဆိုင်များ၊ ကာစီနိုများ၊ အနာဂတ်ဖလှယ်မှုများ၊ လက်တွေ့ဘဝဖျော်ဖြေရေး၊ စတော့ ဖလှယ်မှုများ) ပိတ်ထားသည်။ အမြတ်အားလုံး၊ လောင်းကစားပေးသူ၏ပိုင်ဆိုင်မှုများ၊ ပရော်ဖက်ရှင် နယ်လောင်းကစားသမား(ရန်ပုံငွေမန်နေဂျာ၊ မြေဈေးကစားသူ၊ အနာဂတ် ကုန်သည်၊ ရှယ်ယာကုန်သည်၊ ..) အသိမ်းခံရတယ်။ Freehold ကို ပယ်ဖျက်ပါ။ (ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှု) အောင်ပွဲခံတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ / အနိုင်ရရှိမှုအပေါ် 100% အခွန်လျှော့ပါ။ လောင်းကစားလုပ်ခွင့်ဖြုတ် အစိုးရကို ပါတီဝင် တွေက အစားထိုးတယ်။ **ဒေါ်R7**။



လောင်းကစား မြှင့်တင်သူများသည် လူစုလူဝေးပွဲများကို အဓိက ပံ့ပိုးကူညီသူများဖြစ်သည်။ ဒီအဖြစ်အပျက်တွေက အမှိုက်တွေကို ညစ်ညမ်းစေတယ်။ (သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး)။ ၎င်းတို့သည် ပတ်ဝန်းကျင် ဖောက်ပြန်မှု များ ဖြစ်သည်။ လူစုလူဝေးပွဲများ ပြီးဆုံးသည်။

လောင်းကစားသမားများသည် မိုက်မဲသော၊ လှည့်ဖြားတတ်သော၊ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်သော လူဆိုးများဖြစ်သည်။ လောင်းကစားပေးသူသည် လှည့်စားသော ကပ်ပါးသားကောင်းဆန်သော အမြတ်အစွန်းများဖြစ်သည်။ နှစ်ခုလုံးက 'ဆိုး' ပြီး တာဝန်ခံတယ်။ CG Shuni ရှက်စရာ။

လောင်းကစားကို လုံးဝသည်းမခံ။

ဈေးဝယ်ထွက်စွဲလမ်းခြင်း။



ဆိုင်ထဲဝင်ပြီး ဈေးဝယ်ထွက်လို့မရပါဘူး။ ထုတ်ကုန် အသစ်တစ်ခုထွက်သည် သို့မဟုတ် 1/2 နှစ်အလိုက် 'ရောင်းရန်'၊ သင်သည် စတိုးဆိုင်အပြင်ဘက်တွင် နာရီပေါင်းများစွာ ရပ်နေရမည်။ သင်သည် 1 ဖြစ်ရမည်။ နေထုတ်ကုန်ရဖို့(၄)။ သင်ဟာ စွဲလမ်းသူတစ်ယောက်ပါ။ ဈေးဝယ်အရူးတစ်ယောက်။



အမြတ်ထုတ်သူများသည် စွဲလမ်းသူများကို ၎င်းတို့၏အကျိုးအတွက် အသုံးပြုကြသည်။ Marketing သည် အသစ်အဆန်းတစ်ခုကို ဖန်တီးပါ။ (များသောအားဖြင့် မလိုအပ်သော အမှိုက်များ)။ ပြီးရင် လူတိုင်းရှိသင့်တဲ့ အရာတစ်ခု အနေနဲ့ ဈေးရောင်းပါ။

ကြော်ငြာကမ်ပိန်းကို အဓိကအားဖြင့် ဈေးဝယ်အစုတ်သမားများအတွက် ရည်ရွယ်သည်။ ဈေးဝယ်သူများအတွက် အမှိုက်ဝန်ဆောင်မှုပေးသူများသည် အမှိုက်နှင့် အမှိုက်များ၏ ကြီးမားသောအရင်းအမြစ်ဖြစ်သည်။ မရှိမဖြစ်မရှိသော ကြော်ငြာများ ပြီးဆုံးသည်။ စာတိုက်ပုံးများသို့ Junk mail ပေးပို့ခြင်း ပြီးဆုံးသည်။ ချိုးဖောက်မှုများ-ဒေါ်R4. မရှိမဖြစ်လိုအပ်သောပစ္စည်းများတွင် အပိုအခွန် 50% ကောက်ခံပါသည်။ Junkie က အကူအညီတောင်းတယ်။



တာဝန်ယူဈေးဝယ်: တွန်းအားပေးဈေးဝယ်ခြင်း မရှိပါ။ (ဈေးဝယ်စာရင်းတစ်ခုပြုလုပ်ပြီး ၎င်းကို ကပ်ပါ)။ ဆိုင်မှာ တစ်ယောက်တည်း။ လိုအပ်သော ပစ္စည်းများကိုသာ ဝယ်ယူပါ။ (အမှိုက်မပါ)။ အကြွေးဝယ်ကတ်ကို မသုံးပါနှင့်။



မရှိမဖြစ်မရှိသော ပစ္စည်းများသည် ပိုကြီးသောအိမ်များအတွက် လိုအပ်လာစေသည်။ နောက်ထပ် အမှိုက်ပုံ။ သမုဒ္ဒဒရာတွေကို ပိုညစ်ညမ်းစေတယ်။ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် ဘေးအန္တရာယ်။ ပြီးဆုံးသည်

ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း။ စွဲလမ်းခြင်း။



ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း။ စွဲလမ်းမှု၊ လူသားစိတ်ဆင်းရဲမှု။ ဆေးလိပ်သောက်သူများသည် ပါးစပ်မှ အနံ့ထွက်ကာ သူတို့၏အဝတ်အစားများ အနံ့အသက်ထွက်ကာ အခန်းတစ်ခန်းကို ညစ်ညမ်းစေပါသည်။ သူတို့ရဲ့ ပြာတွေ၊ ဖင်တွေက နေရာတိုင်းမှာရှိတယ်။ ၎င်းတို့သည် ညစ်ပတ်၊ ရွံရှာဖွယ်ကောင်းသော ပုဂ္ဂိုလ်များဖြစ်သည်။ သူတို့ကို ရှောင်ပါ။ ရှက်ကြာ။



ဆေးလိပ်သောက်သူများသည် ကျန်းမာရေးအတွက် အန္တရာယ်ဖြစ်စေသည်။ နှုတ်ခမ်း၊ သွားများ၊ သွားဖုံးများ၊ ပါးစပ်၊ လည်ချောင်း၊ လေဖြန်နှင့် အဆုတ်များကို မီးလောင်စေပြီး ရပ်ရွာအတွက် ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးဖြစ်စေပါသည်။ ဆေးလိပ်သောက် သူများသည် ဆေးလိပ်ဖြတ်ချိန်များစွာကို ပျင်းရိပြီး မိမိကိုယ်ကို နာကျင်စေသော ရောဂါများဖြစ်သည်။



ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းသည် အခြားသူများကို ကျန်းမာရေးအန္တရာယ်ဖြစ်စေသည်။ ကိုယ်ဝန်ဆောင် ဆေးလိပ် သောက်သူများသည် မွေးကင်းစကို ထိခိုက်စေပါသည်။ မွေးပြီးရင် ဒီမွေးကင်းစကလေးဟာ ကျန်းမာရေးပြဿနာတွေနဲ့ တစ်သက်တစ်ကျွန်း ပြစ်ဒဏ်ချမှတ်ခံရပါတယ်။ ၎င်းတို့တွင် ပုံပျက်ခြင်း၊ မသန်မစွမ်းဖြစ်နိုင်သည်။ ။ မွေးကင်းစမှ နာကျင်ခြင်း- **ဒေါ်R3** ဆေးလိပ်သောက်သော မိဘများ၏ သားသမီးများသည် ၎င်းတို့၏ မိဘများအား လျော်ကြေးပေး ရန် တရားစွဲရမည်။

ဆေးလိပ်သောက်သူများသည် ပေါ့ဆကြသည်။ တောမီး၊ မြက်ခင်းအိမ်များ၊ တာဝန်ခံမှု၊ **ဒေါ်R4** လျော်ကြေးပေးဆောင်ပါ။ ဆေးလိပ်သောက်သူများ မီးလောင်ဒဏ်ရာရသူများ၊ တိရစ္ဆာန် များ၊ **ဒေါ်R5** လူတိရစ္ဆာန်၊ **ဒေါ်R6**



Passive မီးခိုး(ချေမှုန်းရေး)လူတွေကို နာကျင်စေတယ်။ passive smoke ဖန်တီးတဲ့ ဆေးလိပ်သောက်သူတွေကို တရားစွဲ၊ **ဒေါ်R3** တခုနဲ့တခု(အပန်းဖြေ၊ ဖျော်ဖြေရေး၊ အလုပ်) ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းအား အရေးယူခြင်း၊ **ဒေါ်R3** လျော်ကြေးပေးရမယ်။ ဆေးလိပ်သောက်ခွင့်ကို အစားထိုးတာဝန်ယူတဲ့ အစိုးရ၊ **ဒေါ်R7**

၁၉၅၁ မှာ* ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းသည် ကျန်းမာရေးနှင့် မညီညွတ်သော ပြင်းထန်သော ခြိမ်းခြောက်မှုတစ်ခု ဖြစ်ကြောင်း ပြဋ္ဌာန်းထားသည်။ အစိုးရနှင့် အစိုးရဌာနများ၊ 'ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းကို တားမြစ်ပိတ်ပင်' ခြင်းမ ပြုသော ဌာနများသည် ရပ်ရွာလူထုကို ဝန်ဆောင်မှုနှင့် ကာကွယ်ရန် ပျက်ကွက်ခဲ့သည်။ နောက်ကြောင်းပြန်ဥပဒေ တွေ ပြဋ္ဌာန်းပြီး ဒါတွေကို အပြစ်ရှိအောင်လုပ်၊ **ဒေါ်R7** * ပုဂံပြကုဒ်ဒိန်



မည်သည့်ပုဂ္ဂိုလ်၊ အဖွဲ့၊ လုပ်ငန်း သို့မဟုတ် အခြားအဖွဲ့အစည်းကိုမဆို အားပေးမြှင့်တင်ပါ။ (အခမဲ့၊ ကြော်ငြာ၊ ဈေးကွက်ရှာဖွေရေး၊ ခွင့်ပြုသည်။) (မိဘ၊ ဆရာ၊ အလုပ်၊ ကလပ်၊ စားသောက်ဆိုင်၊ ဖျော်ဖြေ ရေးနေရာ)၊ အမြတ်(ထုတ်လုပ်သူ၊ တင်သွင်းသူ၊ သယ်ယူပို့ဆောင်သူ၊ လက်ကားရောင်းချသူ၊ လက်လီ ရောင်းချသူများ) 'Smokes' နှင့် သို့မဟုတ် ဆေးလိပ်သောက်နိုင်သော ဆက်စပ်ပစ္စည်းများကို ပြုလုပ် ပေးသည်၊ **ဒေါ်R7**

၎င်းသည် 'မီးခိုးများ' တွင် ပါဝင်သော အရာမဟုတ်ပါ။
ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းသည် ကျန်းမာရေးကို ထိခိုက်စေပါသည်။
ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းကို လုံးဝသည်းခံခြင်း!!!



နည်းပညာအသစ်စွဲလမ်းခြင်း။

နည်းပညာအသစ်အဆန်းလေးတွေက ရယ်စရာကောင်းပါတယ်။ ဈေးပိုတန်တဲ့ gadget အသစ်ဝယ်ဖို့ လက်လီရောင်းချသူ အပြင်ဘက်မှာ စခန်းချနေကြတယ်။ **ဘယ်လောက်မိုက်လဲ။**

နည်းပညာသစ်သည် ဈေးဝယ်ခြင်းကို စွဲလမ်းခြင်း၏ မိုက်မဲသော ပြောင်းလဲမှုတစ်ခုဖြစ်သည်။ အမိုက်၏ အကြီးမားဆုံး အကြောင်းရင်းများ ဖြစ်ကြသည်။ သူတို့သည် အလုပ်လုပ်သော ကုန်ပစ္စည်းများကို စွန့်ပစ်ပြီး တာရှည်အသုံးခံသည့်နေ့စွဲများရှိသည်။ သူတို့ရဲ့ နည်းပညာအသစ်ကို ဘယ်တော့မှ မသုံးတတ်ကြပါဘူး။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ သူတို့မှာ လုံလောက်တဲ့ ကြာကြာမရှိလို့ပါ။ **ဤအညစ်အကြေးများသည် ရေရှည်ထုတ်ကုန်များကို တစ်ခါသုံးအဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲပေးသည်။**

နည်းပညာအသစ်အများစုသည် ပြန်လည်အသုံးပြု၍မရပါ။ Shire နှင့် အနာဂတ်မျိုးဆက်များအတွက် အမိုက်စွန့်ပစ်မှုပြဿနာများ ဖန်တီးပေးခြင်း။ မိုက်ခရိုချစ်ပုံထုတ်လုပ်သူသည် နည်းပညာအသစ်အဆန်းများကို ဖြည့်ဆည်းပေးရန်အတွက် 6 လတစ်ကြိမ် ချစ်ပုံအသစ်တစ်ခု ထုတ်ပါသည်။ **ပြီးပြည့်စုံစွာ လုပ်ဆောင်နိုင်သော ချစ်ပုံများကို လွှတ်ပစ်သည်။ ဘယ်လောက်အလေအလွင့်များလဲ။ ပတ်ဝန်းကျင် ဖောက်ပြန်မှု၊ ထုတ်လုပ်သူ၊ ဖြန့်ဖြူးသူ။ **ဒေါ်R7****

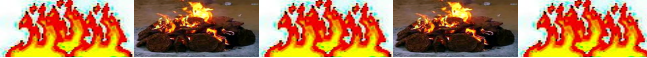
ရပ်ရွာ၏ လမ်းညွှန်ချက်များ သတ်မှတ်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ Custodian Guardian ဖြေရှင်းချက်၊ ထုတ်ကုန်အသစ်တိုင်းသည် 7 နှစ်သက်တမ်းရှိသည်။ **မော်ဒယ်အသစ် 7 နှစ်နဲ့ အစားထိုးလိုမရပါဘူး။ ဖောက်ဖျက်။ **ဒေါ်R7****

လူများ၊ အရူးများဖန်တီးပြီး စွဲလမ်းမှုကို ကျွေးမွေးသော အဖွဲ့အစည်းများသည် စက်ဆုပ်ဖွယ် ကောင်းသော၊ အကျင့်ပျက်မှု၊ ရာဇဝတ်ကောင်များဖြစ်သည်။

၎င်းတို့မှာ တာဝန်ရှိသည်-ဒေါ်R7.

မှတ်ချက် !၎င်းသည် 'စွဲလမ်းမှု' အားလုံးနှင့် သက်ဆိုင်သည်။ အသက်မပြည့်သေးသော မိဘများ(၁၇၊ ၁၈၊ ၁၉)တာဝန်ခံကြသည်။ **ဒေါ်R1**၊ ၁၈တုပြစ်မှု၊ ၂ndပြစ်မှု**ဒေါ်R2**သားသမီးများအားလုံးကို လွတ်လိုက်ပါ။ တခြားအသက်မပြည့်သေးရင် ပြုစုစောင့်ရှောက်လို့ မရဘူး။

မီးလောင်ရာစွဲလမ်းခြင်း။



မီးအသုံးပြုပုံကို လူသားတို့ ရှာဖွေတွေ့ရှိပြီးနောက်။ ဒါကို ကောင်းချီးတစ်ခုလို့ မြင်တယ်။ သစ်သားလောင်စာသည် ရုပ်ကြွင်းလောင်စာဖြင့် ဖြည့်စွက်လောင်စာဖြစ်သည်။ အဂင့်လိပ်ခရစ်ယာန်များသည် စက်မှုခေတ်ကို မိတ်ဆက်ပေးသည်။ ဒါက ရာသီဥတုဖောက်ပြန်မှုကို ဖြစ်စေတဲ့ လေထုညစ်ညမ်းမှုကို ဖြစ်စေတယ်။ ယခု မီးနှင့် လောင်ခြင်းသည် ခြိမ်းခြောက်မှု၊ ကျိန်ဆဲမှုဖြစ်သည်။



အခုပဲ မီးလောင်နေတာကို ရပ်လိုက်ပါ !!!

မီးလောင်ခြင်း၏ အန္တရာယ်အရှိဆုံးအပိုင်းမှာ **မီးခိုး**၊ မီးလောင်မှုကြောင့် ကျန်းမာရေးကို အကြီးမားဆုံး ခြိမ်းခြောက်မှုဖြစ်ပြီး သေဆုံးမှုမှာ မီးခိုးရူရှိက် မိခြင်း ဖြစ်သည်။ ကြီးမားသောအတိုင်းအတာဖြင့် လေထုထဲသို့ တက်လာသော မီးခိုးများသည် အာကာသထဲသို့ ပြေးဝင်သည့် အပူကို ရပ်တန့်စေသည်။ မျက်နှာပြင်ရေနွေး၊ မျက်နှာပြင်မြေပူ၊ ရေခဲများ အရည်ပျော်။ **ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှု!**



ရှင်သန်ဖို့အတွက် လူ့ခန္ဓာကိုယ်က လိုအပ်တယ်။ **အသက်ရှူနိုင်သောလေ** လူသားများသည် အရာဝတ္ထုများကို မီးရှို့ခြင်းသည် 'အသက်ရှူနိုင်သောလေ' ၏ အဓိကခြိမ်းခြောက်မှုဖြစ်သည်။

အသက်ရှူမဝသောလေ သင့်တွင် အသက်ရှင်ရန် 4 မိနစ်ရှိသည်။

လေထုညစ်ညမ်းသူများကို လုံးဝသည်းခံနိုင်ခြင်း !!!!!!!

စွမ်းအင်

အားလပ်ချိန်များလွန်းခြင်း၊ အိမ်ကြီးကြီးများ၊ ဝင်ငွေများလွန်းခြင်း၊ မလိုအပ်သော gadget များလွန်းသည် စွမ်းအင်လိုအပ်ချက်များ တိုးမြှင့်လာစေသည်။ လက်ရှိ စွမ်းအင်သည် ညစ်ညမ်းစေသည်။ တည်ဆောက်စရိတ် မြင့်မားသည်။ လည်ပတ်မှုနှင့် ပြုပြင်ထိန်းသိမ်းမှုစရိတ်များ မြင့်မားသည်။ ညစ်ညမ်းစေသောစွမ်းအင်သည် လောင်ကျွမ်းခြင်းအပေါ် မူတည်သည်။ မီးလောင်ခြင်းကို မလောင်ကျွမ်းစေဘဲ အစားထိုးသည်။

ပြည်တွင်း၌သာမက ပြည်တွင်းမဟုတ်သော မစင်၊ ထင်း၊ ကျောက်မီးသွေး၊ ဓာတ်ငွေ့နှင့် ဆီများကို ချက်ပြုတ်ခြင်း၊ အပူပေးခြင်း၊ **ကုန်ဆုံးသည်။** မီးလောင်သော ဓာတ်အားပေးစက်ရုံများ (ကျောက်မီးသွေး၊ ရေနံ၊ ဓာတ်ငွေ့၊ ယူရေနီယမ်) စွမ်းအင်တွေ ဖန်တီးတာတွေ **အပြီးပိတ်လိုက်သည်** ဖျက်သိမ်းခဲ့သည်။ စွမ်းအင်ကို မလောင်ကျွမ်းစေဘဲ ထုတ်လုပ်သည်။ ပိုင်ရှင်များကို ညစ်ညမ်းစေသော အော်ပရေတာများကို တရားစွဲခြင်း၊ **ဒေါ်R7** ယူရေနီယံနှင့် ကျောက်မီးသွေးတွင်းများကို ပိတ်ကာ အလုံပိတ်ထားသည်။ ပိုင်ရှင်တွေ၊ အော်ပရေတာတွေက အချုပ်ခန်းတွေ၊ **ဒေါ်R7**



ကျောက်မီးသွေးကို မီးရှို့ခြင်းသည် လေထုညစ်ညမ်းစေသော မီးခိုးအမြောက်အမြားကို ထုတ်ပေးသည်။ (ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုဒ်) ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုဒ် လွင့်ပျံ့လာသည်။ 50% သည် မိုးရေဖြင့် မျောပါသွားပြီး ကျန်များ စုပုံလာပါက လေထုထဲသို့ စိမ့်ဝင်သွားပါသည်။ ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုဒ်သည် နေရောင်ခြည်မှတစ်ဆင့် ကမ္ဘာမြေကို အပူပေးစေသော်လည်း အပူအချို့ကို အာကာသထဲသို့ ပြန်မထုတ်နိုင်အောင် တားဆီးထားသည်။ (ကမ္ဘာကြီးပူနွေးခြင်း) ရလဒ်အနေနဲ့ ကမ္ဘာမြေမျက်နှာပြင်ဟာ တဖြည်းဖြည်း ပူလာပါတယ်။ 'O' မှစ၍ မျက်နှာပြင် အပူချိန်သည် သိသိသာသာ မြင့်တက်လာသည်။ *(၂၀၀၄) ဤပူနွေးမှုသည် ရေခဲမြစ်များနှင့် ဝင်ရိုးစွန်းရေခဲထုပ်များ၏ အရွယ်အစားကို လျော့နည်းစေသည်။ ပင်လယ်ရေမျက်နှာပြင် မြင့်တက်လာမှုနှင့် ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုတို့ကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ *CG ခေတ်သစ်အချိန်စီမံခန့်ခွဲမှု

ကျောက်မီးသွေးကို ပွင့်လင်းစွာဖြင့် သယ်ယူသည်။ (ဖုံးအုပ်ထား) rolling stock. ကျောက်မီးသွေးအမှန်အမှားများပေါ်ကို လွင့်နေသည်-တိရစ္ဆာန်၊ လူ(မျက်စိပိုးဝင်ခြင်း၊ အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ ပြဿနာများ၊ အဖုများ။)၊ အဝတ်တွေ(အဖုအပိန်ထွက်ခြင်းမှ ကင်းဝေးစေရန် ပြန်လည်ဆေးကြောရန် လိုအပ်ပါသည်) မြေဆီလွှာ(သီးနှံ၊ ဥယျာဉ်၊ ခြံ၊ ဟင်းသီးဟင်းရွက်) ရေ၊ (ကန်၊ ချောင်း၊ အင်း၊ မြစ်၊ ပင်လယ်) ညစ်ညမ်းမှုကို စစ်ထုတ်ရန် လိုအပ်သည်။ ပြီးဆုံးသည်။



ရုပ်ကုန်တင်ကားများ၊ သတုတုတွင်းများကို ပိတ်ပါ။
ရှင်သန်ပါ !!!



ကျောက်မီးသွေးထုတ်လုပ်သည်။ ညစ်ပတ်သောစွမ်းအင်!

ကျောက်မီးသွေးက ငါတို့ကို လွမ်းတယ်။

သန့်ရှင်းသော ကျောက်မီးသွေးသည်လိမ်လည်မှု !

မီးလောင်ခြင်းကို 'နေရောင်ခြည်၊ ရေ၊ လေ' ဖြင့် အစားထိုးသည်။

ပြည်တွင်း၊ ပြည်တွင်းမဟုတ်သော သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး ပြီးဆုံးရန် မီးလောင်နေသည် ။ဂတ်စ်၊ ဆီသည် မီးလောင်ရာလေပင့် မသုံးရ။ Freeways တွင်ပြည်တွင်းနှင့်ပြည်တွင်းမဟုတ်သောသယ်ယူပို့ဆောင်ရေးကို Freeway Trams ဖြင့်အစားထိုးသည်။(ရိုးယားကိုကြည့်ပါ)၊ ကုန်းလမ်းခရီးအကွာအဝေးသည် မီးရထားဖြင့်သာဖြစ်သည်။ တစ်ဦးချင်း ညစ်ညမ်းသော သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးကို အဆင့်လိုက် ဖယ်ရှားထားသည်။ Freeways အသစ်များကို ပယ်ဖျက်ပါ။



တိုးပွားလာသော လူဦးရေသည် ပိုမိုကောင်းမွန်သော စွမ်းအင်စီမံမှု လိုအပ်ပါသည်။ လူတစ်ဦးချင်းစီ အတွက် စွမ်းအင်သုံးစွဲမှု လျော့ချရန် လိုအပ်ပါသည်။ ညမထွက်ရအမိန့်။ အားလပ်ချိန်များအတွက် စွမ်းအင်ကို လျော့ချပေးခြင်းလုပ်ငန်းများသည် မရှိမဖြစ်လိုအပ်သည်။ အစုလိုက်အိမ်များသည် ၂ ထပ်အိမ်ကြီး၊ နှစ်ထပ်ကားဂိုဒေါင်၊ အနုတုတညွှန်များ၊ ရေကူးကန်...

ညမထွက်ရ

လူခန္ဓာကိုယ်သည် ညအချိန်ဖြစ်ရန် ဒီဇိုင်းထုတ်ထားခြင်း မဟုတ်ပါ။ လူသားများသည် ညဘက်နေထိုင်မှုပုံစံဖန်တီးရန် ၎င်းတို့၏ ဦးနှောက်စွမ်းအားကို အလွဲသုံးစားလုပ်ခဲ့ကြသည်။ ဤနေထိုင်မှုပုံစံသည် စွမ်းအင်များစွာကို ဖြန်းတီးခြင်း၊ ရာဇဝတ်မှုများ တိုးပွားစေခြင်း၊ ကျန်းမာရေးနှင့် မညီညွတ်ခြင်း၊ စွမ်းအင်သုံးစွဲမှု တိုးလာသည် ။

၁၄ နာရီမှ ၂၁ နာရီအထိ ညမထွက်ရ ၇ နာရီ (CG Klock) မရှိမဖြစ်ပါ။ ညမထွက်ရ အချိန်အတွင်း 'No' ကုန်းလမ်းသယ်ယူပို့ဆောင်ရေး(စီးပွားရေး၊ ပုဂ္ဂလိက၊ အများပိုင်...) အရေးပေါ်ယာဉ်များမှလွဲ၍ လမ်းများပေါ်တွင် သွားလာခွင့်ရှိသည်။ လမ်းမီးတွေ၊ မီးပွင့်တွေ၊ ကြော်ငြာတွေ မဖွင့်ထားဘူး။ လုပ်ငန်းတွေ လည်း မဖွင့်ဘူး။ လေကြောင်း သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးက လည်ပတ်နေတဲ့ လေဆိပ်တွေမှာ မရှိဘူး။



ပိတ်သိမ်း! လေကြောင်း ပို့ဆောင်ရေးသည် အနီးဆုံး ရနိုင်သော ဆင်းသက်သည့် အကွက်တွင် ဆင်းသက်ရပါမည်။ ရထားလမ်း လုပ်ငန်းမှ မရှိပါ ။ မီးရထားဘူတာများနှင့် ဂိတ်များ ပိတ်ထားသည်။ ကာဖူးကာလ အတွင်း ရထားများသည် ဘူတာရုံတွင် ရပ်တန့်နေပါသည်။

အားလပ်ချိန်

ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း BBQ's 'End! တံခါးအပြင်ဘက် အပူပေး၊ ' အဆုံး'။ အပြင်မှာအေးရင် အနွေးထည်ဝတ်ပါ။ ဒါမှမဟုတ် အထဲကို သွားပါ။ ပြင်ပအပူကို အသုံးပြုခြင်းသည် Environmental Vandalism ဒီ R7.



အိမ်တွင်း၊ ဓာတ်ဆီလောင်ကျွမ်းစေသော Garden Power ကိရိယာများကို မသုံးပါနှင့်။ မိသားစု၊ သူငယ်ချင်းများ၊ အိမ်နီးနားချင်းများ၊ အလုပ်ဖော်များအား ဓာတ်ဆီမီးရှိသည့် Garden Power ကိရိယာများကို အသုံးမပြုရန် တိုက်တွန်းပါ။ ရုပ် (အကြမ်းမဖက်)! ရုပ်ရွာများမှ ထုတ်လုပ်ရောင်းချခြင်း။



ဓာတ်ဆီလောင်ကျွမ်းစေသော Garden Power tools များဝယ်ယူခြင်း။ သင့်ပတ်ဝန်းကျင်အသိုင်းအဝိုင်းတွင် ညစ်ညမ်းမှုကို အဆုံးသတ်ရန် သင်၏ကျင့်ဝတ်နှင့် အရပ်ဘက်တာဝန်ဖြစ်သည်။ မိသားစု၊ သူငယ်ချင်းများ၊ အိမ်နီးနားချင်းများ၊ အလုပ်ဖော်များ၊ ညစ်ညမ်းမှုများအတွက် ရုပ်ရွာတာဝန်ယူထားပါ။

ဖျော်ဖြေရေး ရှုတ်ချခြင်း ပြီးဆုံးသည်။ လေထဲမှားလေကြောင်းပြပွဲများ၊ သီးသန့်လေကြောင်းသယ်ယူပို့ဆောင်ရေး(လေယာဉ်၊ ဂျက်လေယာဉ်၊ ရဟတ်ယာဉ်၊ ဒရုန်း၊ အာကာသလွန်းပျံယာဉ်...) ရေအောက်မှာ စက်တပ်လှေပြိုင်ပွဲ၊ ပုဂ္ဂလိကပိုင်ပင်လယ်သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး(Cabin Cruiser၊ ဂျက်စကီး၊ အပျော်စီးသင်္ဘော၊ ရုပ်ပြေးယာဉ်၊ အမြန်လှေ၊ ရွက်လှေ၊ ..) မြေပေါ်-2,3, 4 အားလုံး



မော်တော်ယာဉ်ဘီး(လောင်စာဆီ)၊ စက်ဘီးများ၊ SUV၊ buggies၊ အားကစားကားများ၊ limousines၊ ဇိမ်ခံကားများ။ ကားပြိုင်ပွဲ၊ ကားစတန်များ။

ရေ

ကျွန်ုပ်တို့ခန့်ကကိုယ်၏ 60+% တွင် ရေဓာတ်ပါဝင်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ ခန့်ကကိုယ်ရှိ ဆဲလ်တိုင်း လိုအပ်ပါသည်။ ရေသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ အဆစ်များကို ချောဆီစေပြီး ခန့်ကကိုယ်အပူချိန်ကို ထိန်းညှိပေးပြီး ကျွန်ုပ်တို့၏ အညစ်အကြေးများကို ဖယ်ရှားပေးသည် ...

လေထုအတွင်း စိမ့်ဝင်နေသော ရေငွေ့များသည် အမှန်အမှားများဖြစ်သည်။ ကမ္ဘာမြေဆွဲအားက အမှန်အမှားတွေကို အောက်ကိုဆွဲချတယ်။ (မိုးတွေရွာနေတယ်) မျက်နှာပြင်ဆီသို့။ မိုးသည် ရေချို၏ အဓိကအရင်းအမြစ်ဖြစ်သည်။ ဤမိုးရေကို သောက်သုံးရန်၊ အစားအစာပြင်ဆင်ခြင်း၊ ချက်ပြုတ်ခြင်း၊ ဆေးကြောခြင်း၊ တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းမှု ...



လူတစ်ဦးသည် မိုးရေကို သောက်သုံးနိုင်ပြီး အစားအသောက်ပြင်ဆင်ရာတွင် အသုံးပြုသည်။ ဤသည်မှာ မသင့်လျော်ပါ။ မိုးရေသည် ညစ်ညမ်းခြင်း၊ ကျန်းမာရေးနှင့် မညီညွတ်သော၊ အဆိပ်အတောက်၊ အက်စစ်ဓာတ်၊ အရသာဆိုး၊ အနံ့အသက်ဆိုးများ ရှိသည်။ အဝတ်တွေကို ညစ်ညမ်းအောင် မိုးရေထဲမှာ မထားခဲ့သင့်ပါဘူး။ (ညစ်ပတ်ခြင်း၊ စေးကပ်ခြင်း၊ နံ့စေ့ခြင်း)၊ မဟုတ်ဘူးလား။



ညစ်ပတ်ပြီး အနံ့ဆိုးထွက်နေပေမယ့် အရေပြားကို ယားယံစေနိုင်ပါတယ်။

မိုးအေးသည် မိုးသီး သို့မဟုတ် နှင်းများကဲ့သို့ ကျသည်။ မြင့်မားသော တောင်များ၊ အာတိတ်နှင့် အနုတာတိကတို့ တွင် ဆီးနှင်းများ စုပုံနေပြီး ရေချိုအသိုက်အဝန်းများ ဖန်တီးသည်။ နှင်းက ဖြူတယ်၊ ညစ်ညမ်းတဲ့ နှင်းက မီးခိုးရောင်တောင် မည်းနေတယ်။ အနက်ရောင်နှင်းများကို ဟိမဝန္တာတောင်တန်းများ၊ ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းရှိ ရေခဲမြစ်များ၊ ဂရင်းလန်းနှင့် အနုတာတိကတိုက်တို့တွင် တွေ့ရှိရသည်။



လူအသိုက်အဝန်းများသည် ရေချိုလှောင်ကန်များ ဖန်တီးကြသည်။ ဤရေလှောင်ကန်များသည် ၎င်းတို့အားဖြည့်ရန် မိုးရေနှင့် အရည်ပျော်သောနှင်းများကို အားကိုးသည်။ ညစ်ညမ်းမှုကြောင့် ဤရေများသည် လူတို့စားသုံးခြင်းမပြုမီ ကုသရန် လိုအပ်သည်။

ရေလှောင်ကန်သည် တိမ်ထက်နက်ရမည်။ နက်ရှိုင်းသောရေသည် အေးမြပြီး အငွေ့ပျံခြင်း၊ ရေညှိ ကြီးထွားမှုကို လျော့ကျစေပြီး အထူးသဖြင့် အဆိပ်ရှိသော အမျိုးအစားနှင့် အင်းဆက်ပိုးမွှားများ ကျရောက်မှုကို လျော့ချပေးသည်။ ဆီးသွားခြင်း၊ မမှမတာလာခြင်းနှင့် ရေထဲဆင်းခြင်းတို့ကို ရပ်တန့်ရန် ရေကစားခြင်းကို တားမြစ်ထားသည်။ (ရေကို မြောင်းအဖြစ်သို့) ရေယာဉ်(ဂျက်စကီး၊ မော်တော်ဘုတ်..) ရုတ်ချသည်။ (ဆီ၊ ဓာတ်ဆီ၊ ဘက်ထရီ အက်ဆစ်..) တားမြစ်ခံရတယ်။ ခြွင်းချက်- Park Ranger သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး။

လူတစ်ဦးသည် မှန်ကန်သော လုပ်ရပ်ကို လူ့အဖွဲ့အစည်းအပေါ် အားကိုး၍ မရပေ။ ကုသမှုမရှိ၊ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်း ကုသခြင်း၊ မှားယွင်းစွာ ကုသခြင်း၊ ကုန်ကျစရိတ်ဖြတ်တောက်ခြင်း၊ အကျင့် ပျက်ခြစားခြင်း၊ အိမ်တွင်းရေကုသမှုသည် မဖြစ်မနေလိုအပ်လာပါသည်။



အိမ်သုံးရေကို သန့်စင်ရာတွင် စစ်ထုတ်ရန် လိုအပ်သည်။ Filtration သည် လျော့ချရန်ဖြစ်သည် အာဆင်းနစ်၊ ကျောက်ဂွမ်း၊ ကလိုရင်း၊ ကလိုရိုဖောင်း၊ ကာဗွန်နိုတ် မာကျောမှု၊ ကြေးနီ၊ အညစ်အကြေး၊ ပေါင်းသတ်ဆေး၊ လေးလံသောသတ္တုများ၊ ခဲ၊ ပိုးသတ်ဆေး၊ သံချေး။ ။ ပူနွေးသောရာသီဥတုတွင် စစ်ထုတ်ထားသောရေကို ကျိုချက်၍ သေစေတတ်ပါသည်။ (မှိုက်ခရို သက်ရှိ) ရောဂါ။

ရေချိုကို ခြိမ်းခြောက်တယ်။ မကြာမီ ရေချိုလိုအပ်ချက်သည် ရေချို ရရှိမှု ကျောလွန်သွားမည်ဖြစ်သည်။

ညစ်ညမ်းသောရေလမ်း(ချောင်း၊ ချောင်း၊ မြစ်၊ ရေကန်၊ အင်း..) ရေချိုပြတ်လပ်မှုကို ဖန်တီးပါ။ ဆေးဝါး များ၊ အဆိပ်အတောက်များ၊ အဆိပ်များဖြင့် ပြည့်နှက်နေသော မှန်တိုင်းရေ.. စက်မှုစွန့်ပစ်ပစ္စည်းများ၊ အဆိပ်အတောက်များ၊ အဆိပ်အတောက်များ တရားမဝင် စွန့်ပစ်ခြင်း။ ရုတ်ချခြင်း။

ရေလမ်းအဆုံးသတ်၊ ညစ်ညမ်းသူများကို တရားစွဲ၊ **ဒေါ်R3**အခြားသူများ အားလုံး၊ **ဒေါ်R7**။

ရေချိုအားဖြည့်ပါ။

Desalination သည် စွမ်းအင်များစွာသုံး၍ ငွေကုန်ကြေးကျများသည်။ ရေစားသုံးခြင်းသည် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ကို ထိခိုက်စေပြီး ငါးများ၊ အခွံမာသီးများ၊ ဥများ အများအပြားကို စနစ် အတွင်းသို့ ဆွဲငင်စေသည်။ ပိုကြီးသောပင်လယ်သတုတဝါများသည် စားသုံးမှုဖွဲ့စည်းပုံ၏အရှေ့ ဘက်ရှိ ဖန်သားပြင်များပေါ်တွင် ပိတ်မိနေပါသည်။ ဓာတုကုထုံး၊ သိချေးတက်ခြင်း၊ သမုဒ္ဒဒရာထဲ သို့ ပြန်ထုတ်လွှတ်သည့် ပူနွေးသော ဆားရည်ကို ဖန်တီးသည်။



Desalination တွင် မြင့်မားသော ဘိုရိုန်ပါဝင်မှု ရှိပြီး ရေအရည်အသွေး ညံ့ဖျင်းမှုကို ဖြစ်စေသည်။ မွေးမြူရေး၊ မွေးမြူရေးနှင့် အစားအစာထုတ်လုပ်ရေးတွင် အသုံးပြုသည့် ဤရေသည် ဘိုရိုန်အဆင့် မြင့်မားသော အစားအစာကို ဖြစ်စေသည်။ ဘိုရိုန် မြင့်မားသော ပမာဏကို ကြာရှည် စားသုံးခြင်းသည် ကျန်းမာရေးနှင့် မညီညွတ်ပါ။

ပြန်လည်အသုံးပြုထားသော စွန့်ပစ်ရေ၊ မိလ္လာများသည် အခဲများကို ဖယ်ရှားရန်၊ အဟာရဓာတ်များကို ဖယ်ရှားရန်၊ ဘက်တီးရီးယားနှင့် မိုင်းရပ်စ် အများစုကို စစ်ထုတ်ခြင်းမှ ဖယ်ရှားပေးပါသည်။ ထို့နောက် မော်လီကျူးများကို ဖယ်ရှားရန် အမြှေးပါးမှတစ်ဆင့် ရေကို တွန်းပို့သည်။ စမ်းသပ်မှုများသည် ကျန်းမာရေးအနုတရားအားလုံးကို မဖော်ပြပါ။



နှိပ်ရန် အိမ်သာသည် နောက်ဆုံးအားကိုးရာ ရွေးချယ်မှုတစ်ခုဖြစ်သည်။

ရေပူလင်း(ငွေကုန်ကြေးကျများ)ခရီးသွားရန်သင့်လျော်သည်။ ပလပ်စတစ်(ပြင်းထန်သော ခြိမ်းခြောက်မှုဖြစ်လာသည်၊ မသုံးတော့ဘဲ)ရေပူများသည် ပူနွေးလာသောအခါတွင် အနုတရားဖြစ်စေသော ဓာတုပစ္စည်းများကို ထုတ်လွှတ်သည်။ (နေ၊ အပူပေးစက်)၊ ဖန်(ခဲမပါ)ပူလင်းများကိုအကြံပြုထားသည်။

အရသာရှိသော သောက်ရေ

သောက်ရေမျိုးစုံအတွက်ကတော့ အနံ့အရသာပါ။ အချိုသော အနံ့အရသာသည် ကျန်းမာရေးနှင့် မညီညွတ်သောကြောင့် ရှောင်ကြဉ်သင့်သည်။ အရသာရှိသောရေကို အအေး သို့မဟုတ် ပူပူနွေးနွေး စားသုံးနိုင်ပါသည်။



သင့်တော်ပါတယ်။ အရသာရှိသောအချိုရည်များအမဲသားထုတ်ယူမှု၊ ကြက်သားထုတ်ယူမှု၊ ကိုကိုး၊ ကော်ဖီ၊ သစ်သီးများ၊ ဟင်းသီးဟင်းရွက်များ၊ နံ့သာမျိုးများ၊ လက်ဖက်ရည်၊ ဟင်းသီးဟင်းရွက်။

ကျန်းမာရေးနဲ့ မညီညွတ်ဘူး။ အရသာရှိသော အချိုရည် addonsအရက်၊ အရောင်အတု၊ အရသာ အတု၊ အတုနှင့် သဘာဝ အချိုဓာတ်၊ ကာဗွန်နိတ်၊ ကိုလာ၊ ခိုင်ခံ့သော၊ အားဖြည့်အချိုရည်၊ လင်မနစ်၊ ကဖိန်းဓာတ်ပါသော ကော်ဖီ၊ သစ်သီးဖျော်ရည်များ၊ ကြာရှည်ခံပစ္စည်းများ၊ ဆိုဒီယမ် ။



သောက်ရေ

အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။



နေ့စဉ်လုပ်ရိုးလုပ်စဉ်အိပ်ရာထပါ။ အအေးခံထားသော ရေ 0.2 လီတာ ဖန်ခွက်တစ် ခွက်သောက်ပါ။ အစာမစားမီ(မနက်စာ၊ မနက်စာ၊ နေ့လည်စာ၊ နေ့လယ်စာ၊ ညစာ) အအေးခံထားသော ရေ 0.2 လီတာ ဖန်ခွက်တစ်လုံးကို ထားပါ။

တစ်ခွက်သောက်ပါ။(ပလပ်စတစ်မပါ)ကုတင်ဘေး စားပွဲတစ်ခုစီတွင် စစ်ထုတ်ထား သော ရေ 0.2 လီတာနှင့် ပြည့်နေသည်။အိမ်သာသွားပြီးနောက် ညတိုင်းသောက်ပြီး လည်ချောင်းခြောက်တဲ့အခါတိုင်း မနက်ခင်းမှာ အနားယူပြီး သောက်ပါ။



သောက်သုံးနိုင်သော ရေ သို့မဟုတ် ညစ်ညမ်းသော ရေ၏ အကျိုးသက်ရောက်မှု ကို ငြင်းပယ်သော ပုဂ္ဂိုလ်၊ အဖွဲ့အစည်း၊ အစိုးရ။တာဝန်ခံမှု၊**ဒေါ်R7**

အရည်မသောက်ဘဲ အသက်ရှင်ရန် 4 ရက်ရှိသည်။

ဆည်မြောင်း! ဆည်မြောင်းအတွက် မြေအောက်ရေကို အသုံးပြုခြင်းသည် မြေအောက် ရေလှောင်ကန်၏ ရေကို ပြန်လည်ဖြည့်စွမ်းနိုင်သည်ထက် ပိုမိုမြန်ဆန်စေသည်။ ဂေဟစနစ် တစ်ခုလုံး ခန်းခြောက်သွားကာ ရေချုပ်လုပ်မှု ဖြစ်ပေါ်နေသည်။မြေစိုက်ရေသွင်း ဆည်မြောင်းများ ပြီးဆုံးသည်။ ဆည်မြောင်းအတွက် မြေပေါ်ရေကို တရားမဝင်သုံးစွဲသူ မည်သူမဆို အရေးယူ၊**ဒေါ်R7**၊ အစိုးရက ကြည်းရေ ဆည်မြောင်းကို အစားထိုး ခွင့်ပြုပေး ပြီး ၎င်းရဲ့ အဖွဲ့ဝင်တွေကို တရားစွဲ၊**ဒေါ်R7**။

မြစ်ချောင်း၊ အင်းအိုင်များ၊ ချောင်းများမှ ရေချိုကို အသုံးပြု၍ ဆည်မြောင်းသည် ရေစီးဆင်းမှုကို နှေး ကွေးစေပါသည်။၎င်းသည် ရေငွေ့ပျံခြင်းကို အားပေးသည်။ မိုးခေါင်ရေရှားမှုဖြစ်ပေါ်။ဤရေသွင်းခြင်း မျိုးသည် လူ့ယဉ်ကျေးမှုများ ချုပ်ငြိမ်းသွားစေသည်။ ဆည်မြောင်းတွေ အကုန်လုပ်။**ချိုးဖောက်မှု ဒေါ် R7**

ထုတ်ကုန်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး

လူတွေက ဖန်တီးတဲ့အခါ သူတို့ရဲ့ ဖန်တီးမှုတွေက အစ၊ အဆုံး၊ ပြန်လည်အသုံးပြုလိုရတယ်။ ဥပမာ- အိမ်သုံးထုတ်ကုန်များ ထုတ်လုပ်သည်။(အစ)ရက်စွဲအလိုက် အသုံးပြုပါ။(အဆုံး)/ဇီဝ ရုပ်ကြွင်း(ပြန်လည်အသုံးပြုနိုင်သည်)၊ပြုလုပ်ထားသမျှသည် ပြန်လည်အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

အယူအဆအဆင့်မှ ထုတ်ကုန်များသည် ကျန်းမာ၊ ဘေးကင်းရန်၊ ညစ်ညမ်းခြင်းမရှိသော ဇီဝရုပ်ကြွင်းများကို ဖျက်၍မရသော သို့မဟုတ် ပြန်လည်အသုံးပြု၍ရနိုင်သည်။ ထုတ်လုပ်ပြီး အသုံးပြုသမျှအားလုံးသည် ဇီဝရုပ်ကြွင်း များကို ချေဖျက်နိုင်သော သို့မဟုတ် ပြန်လည်အသုံးပြုနိုင်သည်။ **ချီးဖောက်မှုဒေါ်R7**

ရုပ်ကျွန်းမာရေးနှင့် မညီညွတ်သော၊ ဘေးကင်းသော၊ ညစ်ညမ်းစေသည့် မည်သည့်အရာကိုမဆို အသုံးပြု၍ ဇီဝပျက်စီးမှု သို့မဟုတ် အခြားနည်းဖြင့် ပြန်လည်အသုံးပြု၍မရပါ။ ကျန်းမာရေးနှင့် မညီညွတ်သော၊ ဘေးကင်းသော၊ ညစ်ညမ်းစေသော ကုန်ပစ္စည်းများ ထုတ်လုပ်ခြင်းသည် ရာဇဝတ်မှုတစ်ခုဒေါ်R7

GM သီးနှံ (ဘီလူးမျိုးစေ့) > GM အစားအစာ (ကျန်းမာရေးနှင့် မညီညွတ်သော အစားအစာ)

မျိုးရိုးဗီဇပြုပြင်ထားသည်။ (အင်ဂျင်နီယာ) သီးနှံများသည် လူသားများ ပြောင်းလဲလာသော မျိုးစေ့အပေါ် အခြေခံသည်။ **1 ဘုရားသခင်** မူရင်းဒီဇိုင်း။ လောဘ၊ အမြတ်ထုတ်ခြင်း နှင့် စော်ကားခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက် **ဘုရားသခင်.၁ ဘုရားသခင်** လူသားမျိုးရိုးဗီဇ ပြန်လည်ပြုပြင်ခြင်းကို မလိုလားပါ။ Evolution ဆိုသည်မှာ ဆင့်ကဲပြောင်းလဲခြင်း၊ ပြောင်းလဲခြင်း...

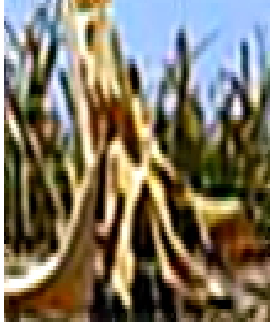
နောက်ခံ-အရှေ့တောင် အာရှကို အမေရိကန်က ကျူးကျော်နေချိန်။ ပေါင်းသတ်ဆေးများ တီထွင်သုံးစွဲရန် အမေရိကန်စစ်တပ်က အမိန့်ပေးခဲ့သည်။ (အေးဂျင့် လီမေ့မိရောင်)၊



အသီးအရွက်များနှင့် ဂေဟစနစ်ကို အစုလိုက်အပြုံလိုက် ဖျက်ဆီးခြင်း၏ လက်နက်တစ်ခု။ သစ်ရွက်များကို ဖယ်ရှားခြင်းသည် ကလေးများ၊ အမျိုးသမီးများနှင့် တိရစ္ဆာန်များ ထွက်ပြေးရန် လေထဲမှ အလွယ်တကူ ပစ်နိုင်စေသည်။ (သတ် ဖြတ် မှုနှုန်းကို မြှင့် တင် ပါ)။ အဆိပ်သင့်သော ဂေဟစနစ်သည် ဗီဇပြောင်းလဲခြင်းများကို ဖြစ်စေသည်။ မွေးရာပါ ချို့ယွင်းချက်ကြောင့် ဖျားနာသော လူ၊ တိရစ္ဆာန်များ။

ပေါင်းသတ်ဆေးများသည် အနုတရားရှိပြီး မြေဆီလွှာနှင့် ရေလမ်းကြောင်းများကို ညစ်ညမ်းစေပါသည်။ ပေါင်းသတ်ဆေး ထုတ်လုပ်သူများ၊ ဖြန့်ဖြူးသူများကို အရေးယူခြင်း **ဒေါ်R7**။ ဒီ ညစ်ညမ်းမှုကို အစားထိုးခွင့်ပြုတဲ့ အစိုးရ **ဒေါ်R7**။ အစားအသောက်ညစ်ညမ်းတယ်။ (ပေါင်းသတ်ဆေး) စားသုံးရန် မသင့်တော်ပါ။ (တိရစ္ဆာန်၊ လူ)။ ပျက်စီးသွားပြီ။

ပေါင်းသတ်ဆေး ထုတ်လုပ်သူ (လောဘကြီးသော သားကောင်များကို ကပ်ပါး အမြတ်ထုတ်သူများ) အပင်သတ်ဆေးများမှ အစေ့အဆိပ်များအဖြစ်သို့ ချဲ့ထွင်ခဲ့သည်။ 'ပေါင်းသတ်ဆေး' ဖန်တီးခြင်းဆိုင်ရာ နည်းစနစ်များကို အသုံးပြု၍ သာမန်မျိုးစေ့များကို ပြုပြင်သည်။ ဤမွမ်းမံမှုများသည် သဘာဝမကျသော ဗီဇပြောင်းလဲမှုများကို ဖန်တီးသည် **ဘီလူးမျိုးစေ့များ**။ ပြုပြင်မွမ်းမံမှုများကြောင့် မျိုးစေ့များကို ရာသီတိုင်းတွင် မျိုးစေ့အမြဲဝယ်ခိုင်းပြီး သီးနှံပြန်ကြာရန် ခွန်အားမရှိစေပါ။ (အမေ့မလောဘ)။ ပျားများသည် GM အပင်များကို ငြင်းပယ်သည်။



Evolution သည် ပြုပြင်ထားသော မျိုးစေ့ကို သတိပြုမိသည်။ ၎င်းသည် မျိုးစေ့နှင့်ထိတွေ့သည့် အရာတိုင်း၊ ဂေဟစနစ်၊ အစာကွင်းဆက်တို့ကို ပြုပြင်ခြင်းဖြင့် တုံ့ပြန်သည်။ သီးနှံ

GM အမျိုးအနွယ်မှ ပြောင်းတန်းစွာ တက်လာခဲ့သည်။(မုန့်)လူစားသုံးရန် သို့မဟုတ် တိရစ္ဆာန်အစာ မှတစ်ဆင့်(ငါး၊ အသား၊ ကြက်).သတုတဝါများ(ပင်လယ်သတုတဝါများ၊ ငှက်များ၊ နို့တိုက် သတုတဝါများ)GM သီးနှံများကို တိုက်ရိုက် ကျွေးမွေးပါသည်။(ကြက်၊ ဝက်..)သို့မဟုတ် သွယ်ဝိုက်၍ဖြစ်စေ၊(ကြွက်က မျိုးစေ့ကိုစားတယ်၊ သားကောင်စားတဲ့ ကြွက်၊ မုဆိုးကသတ်တဲ့ သားကောင်က အရသာရှိတဲ့ ညစာ ဖြစ်သွားတယ်။) **GM ညစာ မစားနဲ့။**

အစားအသောက်သတုတဝါများသည် ၎င်းတို့၏ အစာချေဖျက်မှုကို လွှမ်းမိုးသည်။ပြုပြင်ထားသော အပင်များကို ချေဖျက် ရန်အတွက် သတုတဝါများ၏ အစာခြေစနစ်ကို ပြုပြင်ရပါမည်။(မျိုးရိုးဗီဇပြုပြင်သူ)Evolution မှတဆင့် ကိုယ်တိုင်ဒါ သဘာဝမကျဘူး။(ဆန်ကျင်ဘုရားသခင်)အမျိုးအစား Evolution သည် သဘာဝမကျသော Mutations အမျိုးအစားသစ် များကို ဖန်တီးသည်။ အမည်မသိ ခြိမ်းခြောက်မှု။

မျိုးရိုးဗီဇပြုပြင်မှုမိခြင်း။(GM)ဆန်ကျင်သည် **ဘုရားသခင်**လူသားမျိုးနွယ်၊ အခြားသတုတဝါအားလုံးနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ကို ခြိမ်းခြောက်မှု။GM Crop သည် သက်ရောက်မှုရှိသောကြောင့် Food chain တစ်ခုလုံးကို ပြောင်းလဲစေသည်။အစားအသောက်ကွင်းဆက်တစ်ခု၏ အဖွဲ့ဝင်အားလုံးတွင် ရောဂါအသစ်များဖန်တီးခြင်း၊ အသက်အနုတရားခြိမ်းခြောက်နိုင်သော ကမ္ဘာ့ကပ်ရောဂါများ ဖန်တီးခြင်း။ လူတွေက ပိုများလာမယ်၊ ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ်နဲ့ သေဆုံးမယ်၊ ဖျားနာတဲ့ကလေးတွေ၊ ကိုယ်ဝန်ပျက်ကျမှုတွေ ပိုများလာမယ်...

GM အစားအသောက်(ကျန်းမာရေးနဲ့မညီညွတ်တဲ့အစာ):အယ်ဖါဖာ၊ ကလေးအစားအစာ၊ ဘော ကွန်၊ နံနက်စာသီးနှံ၊ ပေါင်မုန့်၊ ကာနိုလာ၊ ချီကော်ရီ၊ ပြောင်း၊ ချည်စေ့ဆီ၊ ကြက်ဥ၊ ဝက်ပေါင်ခြောက်၊ မာဂျရင်း၊ အသား၊ သဘောင့်သီး၊ ပဲ၊ အာလူး၊ ကြက်၊ ဝက်အူချောင်း၊ ပဲပုပ်၊ သကြားမုန့်လာ၊ ကြံ၊ ငရုတ်ကောင်း ခရမ်းချဉ်သီး၊ ဂျုံ၊ zucchini..



ပြောပါမရှိရန် GM အစားအစာ! လုပ်ရမယ် !

လူသားများနှင့် ဂေဟစနစ်ကို ခြိမ်းခြောက်မှုအား ကုသခြင်းသည် ကာကွယ်ခြင်း၊ ကုသခြင်းပင်ဖြစ်သည်။
ကာကွယ်ခြင်း!ရပ်:GM သုတေသန၊ မျိုးစေ့ထုတ်လုပ်မှုနှင့် GM သီးနှံစိုက်ပျိုးမှု။

ကုသမှုအစိုးရတရားစွဲဆိုသည်-GM သိပ္ပံပညာရှင်၊ အမှုဆောင်များ၊ ဒါရိုက်တာများ၊ ပိုင်ရှင် များ၊ လူသားမျိုးနွယ်အပေါ် ကျူးလွန်သည့် ရာဇဝတ်မှုနှင့် ဂေဟစနစ်ဆန်ကျင်ရေးတို့အတွက် သီးနှံစိုက်ပျိုးသူများ။**ဒေါ်R7**

အစိုးရသည် GM သုတေသနနှင့် မျိုးစေ့ထုတ်စက်ရုံများကို လောင်မြိုက်စေခြင်းဖြင့် ခြိမ်းခြောက်မှု ကို အဆိုးသတ်သည်။GM သီးနှံများကို မီးရှို့ဖျက်ဆီးရန် တာဝန်ရှိသည်။ ညစ်ညမ်းတဲ့ မြေဆီလွှာ တွေဟာ GM သီးနှံတွေ စိုက်ပျိုးပြီး ၃ နှစ်ကြာအောင် တောက်လောင်နေခဲ့ပါတယ်။ ဒီကုသမှုကို အကောင်အထည်မဖော်တဲ့ အစိုးရကို အစားထိုးလိုက်ပါတယ်။

GM မရှိ > GM မျိုးစေ့မရှိ > GM သီးနှံမရှိ > GM အစားအစာ မရှိပါ။

အိမ်မှာ GM အစားအစာ မစားပါနဲ့။မိသားစု၊ သူငယ်ချင်းများ၊ အိမ်နီးနားချင်းများ၊ အလုပ်ဖော်များ၊ GM အစားအစာများကို မစားပါနှင့် အားပေးပါ။ ရုပ်(အကြမ်းမဖက်)! GM Food ထုတ်လုပ်ခြင်း၊ ရောင်းချခြင်း၊ ဝယ်ယူခြင်းမှ ရပ်စို့။ဒါဟာ မင်းရဲ့ ကျင့်ဝတ်နဲ့ အရပ်ဝတ် တာဝန်။ GM ကို အဆုံးသတ်ရန်(မျိုးစေ့၊ သီးနှံ၊ အစာ)!

ပိုးမွှားထိန်းချုပ်မှု

အတွင်းပိုင်း ပိုးသတ်ဆေး(ဓာတ်)အာရုံကြောစနစ်ကို တိုက်ခိုက်ရာတွင် အသုံးပြုသည်။ ၎င်းတို့သည် မွေးကင်းစ၊ မွေးကင်းစကလေးငယ်များကို စိတ်တက်ကြွစေပါသည်။ ပိုးသတ်ဆေးများသည် လူနှင့် အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်များ၏ အသက်ရှူလမ်းကြောင်းကို ထိခိုက်စေသည်။အထဲမှာ ပိုးသတ်ဆေးတွေ မသုံးပါနဲ့။ အတွင်းပိုင်းကို သန့်ရှင်းသပ်ရပ်အောင်ထားပါ။

ပြင်ပပိုးသတ်ဆေး(ဓာတ်)သီးနှံများ၊ ဥယျာဉ်ခြံများနှင့် အစားအစာများတွင် အသုံးပြုကြသည်။ညစ်ညမ်းနေသော သီးနှံများ၊ ဥယျာဉ်ခြံများနှင့် အစားအစာများသည် လူ့ သို့မဟုတ် တိရစ္ဆာန်စားသုံးရန် မသင့်လျော်ပါ။ ၎င်းတို့ကို ကွန်မြူနစ်ဖြင့် ဖျက်ဆီးခြင်း၊



အစုအဝေး(ရိုက်)ပိုးသတ်ဆေးများသည် Oceans တွင်အဆိုးသတ်သောရေစနစ်ထဲသို့စိမ့်ဝင်သည်။ သမုဒ္ဒရာဂေဟစနစ်ကို ညစ်ညမ်းစေပြီး ပင်လယ်စာများကို ညစ်ညမ်းစေပါသည်။

ဖယောင်းတိုင်

ဖောက်ပြန်ခြင်းသည် ပတ်ဝန်းကျင်၊ အသိုက်အဝန်း၊ လူသားများအတွက် ကြီးမားသော ခြိမ်းခြောက်မှုတစ်ခုဖြစ်သည်။ Fracking ဆိုသည်မှာ ဓာတ်ငွေ့ထုတ်လွှတ်မှုကို မြင့်မားသော ဖိအားဖြင့် ကျောက်ဆောင်အတွင်းသို့ တူးဖော်ပြီး အရည်များ ထိုးသွင်းခြင်း လုပ်ငန်းစဉ်ဖြစ်သည်။(အဆိပ်)မြင့်မားသောလေဖိအားနည်းရပ်ဝန်းသည် 'မြေငလျင်များ' ဖြစ်ပေါ်စေသည်။

လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခုစီသည် ရေလီတာသန်းပေါင်းများစွာ လိုအပ်သည်။ ရေတွင် အဆိပ်အတောက်ဖြစ်စေသော ဓာတုပစ္စည်းများနှင့် သဲများပါရှိသည်။လုပ်ငန်းစဉ်အတွင်း မိသိန်းဓာတ်ငွေ့(ကမ္ဘာကြီးပူနွေးလာမှုကို တိုးစေသည်)အဆိပ်သင့်သော ဓာတုပစ္စည်းများသည် အနီးနားရှိ မြေပြင်ရေကို ညစ်ညမ်းစေပါသည်။ဤရေကို သောက်ခြင်းသည် လူ၊ တိရစ္ဆာန်များတွင် အာရုံကြောဆိုင်ရာ၊ အာရုံခံမှုနှင့် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ ထိခိုက်မှုများ ဖြစ်ပွားစေသည်။ အနီးနားရှိ အသီးအရွက်များသည် တိရစ္ဆာန်များအတွက် အစာအဖြစ် မသင့်တော်ပါ။

စွန့်ပစ်အရည်များကို အငွေ့ပျံစေရန် မြေပြင်အထက်ရှိ အိုင်များတွင် စွန့်ပစ်ပါ။မတည်ငြိမ်သော အော်ဂဲနစ်ဒြပ်ပေါင်းများကို လေထုထဲသို့ စွန့်ထုတ်ပြီး လေထုကို ညစ်ညမ်းစေကာ အက်စစ်မိုးရွာခြင်းနှင့် မြေပြင်အဆင့် အိုင်ဇန်းလွှာတွင် ဖြစ်ပေါ်သည်။ယင်းကြောင့် ကျန်းမာရေးနှင့် မညီညွတ်သော ကျွန်းများ၊ ကောက်ပဲသီးနှံများ၊ အသီးအနှံများ စားသုံး၍ရသော စားကျက်များ ပြိုကျလာတတ်ပါသည်။ နေထိုင်သူများသည် ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း၊ ပျို့အန်ခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်းနှင့် ပိုဆိုးလာခြင်းတို့ကို ခံစားရစေသည်။

ဖောက်ခွဲရေးပစ္စည်းများ အသုံးပြုသည့်အခါ ငလျင်လှုပ်နိုင်သည်။ ပြတ်ရွေ့ကြောများအနီးတွင် အသုံးပြုခြင်းသည် ကြီးမားသောငလျင်ကို ဖြစ်စေနိုင်သည်။ဒီပေါက်ကွဲမှုတွေဟာ မြေအောက်ရေလှောင်ကန်တွေကို ပျက်စီးစေပါတယ်။သူတို့သည် 'တောမီး' ကို စတင်နိုင်သည့် ဓာတ်ငွေ့များ ထုတ်လွှတ်သည်။

Fracking သည် ဂေဟဗေဒဆိုင်ရာ ဘေးအန္တရာယ်တစ်ခုဖြစ်သည်။ Fracking Ends!

ပိုင်ရှင်တွေ အော်ပရေတာတွေ တရားစွဲ၊ဒေါ်R7.Fracking ကို အစားထိုးခွင့်ပြု
သော အစိုးရသည် ၎င်း၏အဖွဲ့ဝင်များအား တာဝန်ခံမှု၊ဒေါ်R7.

အမှိုက်

အမှိုက်ဖန်တီးမှု လျော့သွားပါပြီ။ဇီဝရုပ်ဖျက်နိုင်သော သို့မဟုတ် ပြန်သုံး
နိုင်သော ထုပ်ပိုးမှုကို အသုံးပြုသည်။တစ်ခါသို့ ထုတ်ကုန်များ ပြုလုပ်
ခြင်း။*ပြီးဆုံးသည် ! Junk mail ပုံနှိပ်ခြင်း။*ပြီးဆုံးသည် !



မလိုအပ်သော Junk ပြုလုပ်ခြင်း။(စုဆောင်းပစ္စည်းများ၊ ဂက်ဂျက်များ၊ ဒီဇိုင်းပစ္စည်းများ။)* ပြီးဆုံးသည်
! *ဒီလို ပုံပိုးပေးသူကို တရားစွဲ၊ဒေါ်R7

သင့်ပတ်ဝန်းကျင်အသိုင်းအဝိုင်းတွင် တရားမဝင်အမှိုက်များ၊ အမှိုက်များကို စွန့်ပစ်ခြင်းကို
အဆုံးသတ်ရန် သင်၏ကျင့်ဝတ်နှင့် ပြည်သူ့တာဝန်ဖြစ်သည်။မိသားစု၊ သူငယ်ချင်း၊
အိမ်နီးနားချင်း၊ အလုပ်ဖော်၊ စီးပွားရေးလုပ်ငန်း၊ အသိုင်းအဝိုင်း၊ ညစ်ညမ်းမှုအတွက် တာဝန်ယူ
ပါ။ အမှိုက်များကို စွန့်ပစ်ရန် လူ့အဖွဲ့အစည်းများ သည် အခန်းအပြင်တွင် ရှိနေကြသည်။(အမှိုက်
ပုံ). အမှိုက်ကို အခုပဲ လျော့ချရမယ်။

စက္ကူ

စက္ကူအသုံးပြုမှုကိုဖြတ်ပါ။ဒါက အမှိုက်တွေကို လျော့နည်းစေပါတယ်။သစ်ပင်တွေကို ကယ်တင်တယ်။
အစားထိုးပါ။**သတင်းစာ**ဒစ်ဂျစ်တယ်သတင်းနှင့်အတူ။သတင်းစာသည် ခေတ်မမီသောသတင်းများကို ဗီဒီယိုမပါဘဲ
ယူဆောင်လာသည်။ သတင်းစာ၏ ရည်ရွယ်ချက်မှာ ကြော်ငြာများ၊ နာမည်ကြီး အတင်းအဖျင်းများနှင့် ခေတ်မမီသော
စိတ်ကူးယဉ်ဆန်သော သတင်းများကို ရောင်းချရန်ဖြစ်သည်။**ရုပ်!**သတင်းစာတွေဝယ်။
အစားထိုးပါ။**မဂ္ဂဇင်း**ဒစ်ဂျစ်တယ်ဖြန့်ချိမှုနှင့်အတူ။မဂ္ဂဇင်းသည် အသံ၊ ဗီဒီယိုမပါဘဲ ခေတ်မမီသော
ဒေတာများကို ယူဆောင်လာသည်။ မဂ္ဂဇင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်မှာ သက်ဆိုင်ရာ အသုံးဝင်သော
အချက်အလက် အနည်းငယ်ဖြင့် ကြော်ငြာများ ရောင်းချရန် ဖြစ်ပါသည်။ အသံဗီဒီယို၏အကျိုးမရှိဘဲ။ **ရုပ်**
!မဂ္ဂဇင်းများဝယ်ခြင်း။
အစားထိုးပါ။**စာအုပ်**ဒစ်ဂျစ်တယ်ဖြန့်ချိမှုနှင့်အတူ(ebook၊ pdf).စာအုပ်က လေးတယ်။
အပ်ဒိတ်လုပ်ခြင်းသည် စာအုပ်အသစ်လိုအပ်သည်။ သူတို့မှာ အသံ၊ ဗီဒီယို မရှိဘူး။
အလွယ်တကူ ကူးယူလို့ မရပါဘူး။ နေရာအများကြီးယူပါ။**ရုပ်!**စာအုပ်တွေဝယ်!
အစားထိုးပါ။**ဒိုင်ယာရီ၊ ဂျာနယ်**ဒစ်ဂျစ်တယ်ဖိုင်နှင့်အတူ။ဤဖိုင်များတွင် ဓာတ်ပုံများ၊ ဗီဒီယို၊ အသံများ
လည်း ပါဝင်ပါသည်။ ဒိုင်ယာရီတွေ၊ ဂျာနယ်တွေက စာအုပ်တွေ(အစားထိုးစာအုပ်ကိုကြည့်ပါ). **ရုပ်!**
စာအုပ်တွေဝယ်!

အစားထိုးပါ။**ရုံးမှတ်စုတို**အီးမေးလ်ဖြင့်အစားထိုးပါ။**စာရွက် archive**ဒစ်ဂျစ်တယ်ဖိုင်ဖြင့်။စက္ကူ
လက်သုတ်ပုဝါကို အထည်လက်သုတ်ပဝါဖြင့် အစားထိုးပါ။ ၎င်းတို့သည် လျော်ဖွပ်၍ ပြန်လည်
အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ မိုက်ခရိုအဝတ်ဖြင့် စက္ကူသုတ်ခြင်း။ စက္ကူအိတ် အထည်အိတ်များ။
ကြော်ငြာစာရွက်ကိုအခြေခံသည်။(အမှိုက်မေးလ်).Junk mail မရှိတော့ပါ။Junk
mail ဖြန့်ဝေခြင်းသည် Environmental Vandalism၊ဒေါ်R7.

ယခုအခါ အသုံးမပြုတော့သော ပုံနှိပ်စာရွက်ကို ဖျက်ချပစ်လိုက်သည်။ ရေစိမ့်တယ်။ ပျော့သွားသည်နှင့် သန်ကောင်မွေးမြူရေးခြံမှ ပိုးကောင်များကို ကျွေးသည်။

ပလတ်စတစ်

ပလတ်စတစ်များသည် မိုက်ခရိုအမှုန်များကို စွန့်ထုတ်သည်။ ၎င်းတို့သည် လူသားများအပါအဝင် အစာကွင်းဆက်ထဲသို့ ဝင်ရောက်လာခဲ့သည်။ (သွေး၊ ဦးနှောက်၊ အင်္ဂါ)။ ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း တည်ဆောက်ထား သော ၎င်းတို့သည် လူသားတို့၏ ကျန်းမာရေးနှင့် အသက်ရှင်သန်မှုအတွက် အမည်မသိ ခြိမ်းခြောက်မှုတစ်ခုဖြစ်သည်။

အစားထိုးပါ။ **ပလတ်စတစ်အချို့ရည်နှင့် အစားအသောက်ထည့်သော ကွန်တိန်နာများ** ပြန်သုံးနိုင်သော ဖန်ခွက်များ၊ ကြေ့ထည့်ကွန်တိန်နာများဖြင့်။ ပလတ်စတစ် ကွန်တိန်နာ အားလုံးကို ထုတ်လုပ်မှု ရပ်ဆိုင်း။ ပလတ်စတစ်မီးဖိုချောင်သုံး မီးဖိုချောင်နှင့် ကောက်ရိုးများ ထုတ်လုပ်မှုကို ရပ်ဆိုင်းပါ။ **ဖောက်ဖျက်၊ ဒေါ် R7.**

အစားထိုးပါ။ **ပလတ်စတစ်အိတ်များ သယ်သွားကြသည်။** ပြန်သုံးလိုရတဲ့ အထည်အိတ်တွေနဲ့။ ပလတ်စတစ် အိတ်တွေ အကုန်လုပ်တယ်။ ချိုးဖောက်ခြင်းသည် **Environmental Vandalism၊ ဒေါ် R7.**

အစားထိုးပါ။ **ပလတ်စတစ်ဖိနပ်အထည်သို့မဟုတ် သားရေဖိနပ်နှင့်အတူ။** ပလတ်စတစ် တစ် ဖိနပ်တွေ အကုန်လုပ်ဖောက်ဖျက်။ **ဒေါ် R7.**

အစားထိုးပါ။ **ပလတ်စတစ်အဝတ်အစားဝါး၊** အထည်၊ ချည် သို့မဟုတ် သိုးမွှေးအဝတ်အစားနှင့် ပလတ်စတစ်အဝတ်အစားတွေ အကုန်လုပ်တယ်။ **ဖောက်ဖျက်၊ ဒေါ် R7.**

အစားထိုးပါ။ **ပလတ်စတစ်အရုပ်များ** သတုတု သို့မဟုတ် သစ်သားဖြင့် ပြုလုပ်ထားသော ကစားစရာများ။ ပလတ်စတစ်အရုပ်တွေ အကုန်လုပ်တယ်။ **ဖောက်ဖျက်၊ ဒေါ် R7.**

အစားထိုးပါ။ **လူသုံးကုန်ပစ္စည်းများအတွက် ပလတ်စတစ်အိတ်များ** သတုတု သို့မဟုတ် သစ်သားဖြင့် ပြုလုပ်ထားသော ဘူးများဖြင့် ပြုလုပ်ထားသည်။ လူသုံးကုန်ပစ္စည်းများအတွက် ပလတ်စတစ်ဘူးခွံများအားလုံးကို ပြုလုပ်ခြင်း အဆုံးသတ်ပါ။ ချိုးဖောက်ခြင်းသည် **Environmental Vandalism၊ ဒေါ် R7.**

အစားထိုးပါ။ **ပလတ်စတစ်ပရိဘောဂ** သတုတု သို့မဟုတ် သစ်သားဖြင့် ပြုလုပ်ထားသော ပရိဘောဂများ။ ပလတ်စတစ် ပရိဘောဂတွေ အကုန်လုပ်တယ်။ (အတွင်း၊ အပြင်)။ **ဖောက်ဖျက်၊ ဒေါ် R7.**

အစားထိုးပါ။ **ပလတ်စတစ်ပိုက်ဆက်ပစ္စည်းများ** ရေပိုက်ထုတ်ကုန်များနှင့် (အတွင်း၊ အပြင်၊ မြေအောက်) သတုတုနှင့် ပြုလုပ်ထားသည်။ ပလတ်စတစ် ရေပိုက် ထုတ်ကုန်များ အားလုံးကို အပြီးသတ်ဖောက်ဖျက်။ **ဒေါ် R7.**

အိမ်၊ ကျောင်း နှင့် အလုပ်များတွင် ပလတ်စတစ်များကို သုံးစွဲခြင်းဖြင့် အဆုံးသတ်ပါ။

ဈေးဝယ်စင်တာများ၊ ကုန်တိုက်များ



Shopping Complex တွင် တူညီသော ကုန်ပစ္စည်းများကို ရောင်းချသည့် လက်လီဆိုင် ၇ ခုရှိသည်။ (ဂျင်းဘောင်းဘီ...) မတူညီသော အမြတ်အစွန်းလုပ်ငန်း ၇ ခုဖြင့် လုပ်ကိုင်ခြင်းသည် အလဟဿဖြစ်သည်။

စွမ်းအင်၊ မြို့တော်၊ ကြမ်းပြင်။လက်လီအရောင်းဆိုင် ၇ ဆိုင်ကို ၁ ဆိုင်ဖြင့် အစားထိုးထားသည်။ **CRON** လက်လီဆိုင်(အပိုင်းတစ်ခုစီအတွက် 1 CRON). Shopping Complex ကို 'အစားထိုး၊**CRBC**(CRON လက်လီ၊ Bazaar Complex)!'ကပ်ပါးသားကောင်များ အမြတ်ကြီးစားသည့်အရာများ(ဈေးဝယ်စင်တာ၊ လက်လီရောင်းချသူများ)ပိတ်သိမ်း၊ ပိုင်ရှင်၊ အော်ပရေတာများကို တရားစွဲခြင်း၊**ဒေါ်R6**.CRON လက်လီ လက်လီသည် အမြန်စားနပ်ရိက္ခာကိုယ်ပွားများအားလုံးကို ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော အစားထိုးမှုဖြင့် အစားထိုးသည်။(အရက်မပါသော)ယမကာဘား။**CRBC**Shire Oasis ၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းဖြစ်သည်။(အုပ်ထိန်းသူ အုပ်ထိန်းသူသည် ဤနေရာတွင် တိုက်ရိုက်ထုတ်လွှင့်သည်)။

လက်သည်းအလှပြင်ဆိုင်သည် အဆိပ်အတောက်များကို ဖန်တီးသည်။၎င်းတို့သည် လေထုညစ်ညမ်းစေသော ကျန်းမာရေးအန္တရာယ်ဖြစ်သည်။ လေထုညစ်ညမ်းမှုဟာ လေလည်ပတ်မှုစနစ်ထဲကို ရောက်သွားပါတယ်။ ဝန်ထမ်းများတွင် အသက်ရှူခြင်းကို အကာအကွယ်ပေးထားသည်။ မသိနားမလည်သော ဖောက်သည်များ(သားကောင်များ)မလုပ်နဲ့။ဈေးဆိုင်များသည် ကျယ်ပြောလှပြီး လမ်းသွားလမ်းလာများမှ ရှုရှိုက်မိသော အဆိပ်အတောက်များကို ပျံ့နှံ့စေသည်။ ဤကျန်းမာရေးအန္တရာယ်သည် ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များ၊ မွေးကင်းစ ကလေးများနှင့် သက်ကြီးရွယ်အိုများအတွက် အဆိုးရွားဆုံးဖြစ်သည်။ အဆိပ်ငွေတွေနဲ့ ထိတွေ့မိရင် အလှပြင်ဆိုင်နဲ့ ဈေးဝယ်စင်တာကို လျော်ကြေးပေးဖို့ တရားစွဲပါ။ သူတို့ကိုပိတ်ပါ။ တားမြစ်ပါ။ တရားစွဲရန် ပိုင်ရှင်များ၊အမှုဆောင် များ၊ **ဒေါ်R7**အလှအပနှင့် ဆိပ်ညှပ်ဆိုင်များတွင်လည်း အကျုံးဝင်ပါသည်။ **မှတ်ချက်!** ဆိပ်ညှပ်သူများနှင့် မ သက်ဆိုင်ပါ။

မြို့ပြစီမံကိန်း

Shire Planning ၏ ရည်ရွယ်ချက်မှာ ရုပ်ရွာနှင့် နေထိုင်ရာနေရာများအတွက် အကျိုးရှိဆုံးမြေကို အသုံးချရန်ဖြစ်သည်။အသိုက်အဝန်းနှင့် နေရပ်သဟဇာတဖြစ်ရန် အရေးကြီးသည်။ အားလုံး fertile laအစားအစာ စိုက်ပျိုးခြင်း၊ မွေးမြူရေးခြံများ နှင့် ဒေသနုတရ တိရစ္ဆာန်များ အတွက် ခိုအောင်းရာ နေရာများ ထားရှိပေးခြင်း တို့ကို ဆောင်ရွက်ပေးရမည် ။(နိုင်ငံခြားမဟုတ်)၊မြေဩဇာမ ရှိသောမြေကို အိမ်တွင်း၊ အိမ်တွင်းမဟုတ်သော အဆောက်အအုံအတွက် အသုံးပြုရမည်။ မြေဩဇာ ကောင်းသော မြေပေါ်တွင် ရှိပြီးသား အဆောက်အအုံများကို ဖြိုချပြီး မြေဩဇာမဟုတ်သော မြေပေါ်တွင် ပြန်လည်အသုံးပြုသည်။ အချည်းနှီးသောဥယျာဉ်များ၊ အားလပ်ရက်အိမ်များ၊ တိုက်ခန်းများ၊ အဆောင်များ၊ အငြိမ်းစားကျေးရွာများပါရှိသောအိမ်များကိုမြေဩဇာမဟုတ်သော မြေတွင် Shire အစုလိုက်အိမ်များဖြင့်အစားထိုးသည်။

လူဦးရေ ၁ သန်းကျော်ရှိသော မြို့များနှင့် အဝေးပြေးလမ်းများတွင် အဓိက ပြဿနာ ၂ ခုရှိသည်။လေထုညစ်ညမ်းမှုနှင့် အလျင်စလိုအချိန်များတွင် ပိတ်ဆို့ခြင်း။ ပြဿနာနှစ် ခုစလုံးသည် ယခုနောက်ပိုင်းတွင် ဖြေရှင်းရန်မလိုအပ်ပါ။စောင့်ထိန်းအုပ်ထိန်းသူ ဖြေရှင်းချက်။ အဝေးပြေးရထားများ(Shire အစီအစဉ်ကြည့်ပါ)တစ်ဦးချင်း သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးအစားထိုး!ရထားသည် ရှည်လျားသော ခရီးရှည်ကြီးကို တူးစင် သယ်ယူခြင်းကို အစားထိုးသည်။



ဩစတေးလျတွင် ရာနှင့်ချီသော သိုးများသည် အကြမ်းနည်းဖြင့် ရေငတ်၍ တဖြည်းဖြည်း သေဆုံးသွားကြသဖြင့် နာကျင်စွာ အော်ဟစ်နေခဲ့သည်။အနီးနားရှိ ဂေါက်ကွင်းများတွင် စိမ်းလန်းစိုပြေစွာ ရေလောင်းကြသည်။ဂေါက်သမားများသည် အအေးခံထားသောရေကို အများအားဖြင့် အရက်နှင့်ရောကာ သောက်ကြသည်။



ဒါက ရွံ့မုန်းစရာပဲ။**၁ ဘုရားသခင်**ဒေါသထွက်သည်။အသုံးမဝင်သော elitist ရီစရာ ဖျော်ဖြေရေး ဂေါက်ကွင်း။ ပြီးဆုံးသည် ဂေါက်ကွင်းများကို အစားအစာကြီးထွားမှုအတွက် ပြန်လည်အသုံးပြုသည်။ ဂေါက်သမားတွေ ဖြစ်ကြပါတယ်။

အသုံးမဝင်သော အသိုင်းအဝိုင်း။ သူတို့သည် ခေါင်းဆောင်ရာထူးကို ထမ်းဆောင်ရန် မသင့်တော်ပါ။ စောင့်ထိန်း အုပ်ထိန်းသူ အရှက်နှင့် ရှောင်ပါ။

သောက်သုံးရေ ပြတ်လပ်မှုနှင့် မူကြမ်းများသည် ပုဂ္ဂလိက၊ စီးပွားရေးနှင့် ခရီးသွား ရေကူးကန်များကို လုပ်ကိုင်ရန် လက်မခံနိုင်ပါ။ ရေကန်များအားလုံးသည် မြေဆီလွှာများနှင့် ပြည့်နေသည်။ ပိုင်ရှင်တွေကို လျော်ကြေးမပေးဘူး။ CG ရှက်စရာကြီး။



ကျော်ကြားသူများ အားကစားအတွက် ရည်ရွယ်တည်ဆောက်ထားသော အဆောက်အဦများ လိုအပ်ပါသည်။(ခန်းမ၊ အားကစားကွင်း...)အခြေခံအဆောက်အအုံ(ရထားလမ်း...)။ ဤသည်မှာ ရပ်ရွာအရင်းအမြစ်များကို ဖြန့်တီးခြင်းသည် ရေရှည်ကို ဖန်တီးသည်။(ရှိုက်)အကြွေး။ Facilities များသည် စွမ်းအင်ဖြန့်တီးပြီး အမှိုက်များစွာကို ဖန်တီးကြသည်။ အဆိုပါ အဆောက်အအုံများ ဆောက်လုပ်ခြင်းကို ရပ်တန့်ပြီး ရှိပြီးသား အဆောက်အအုံများကို ဖျက်သိမ်းပါ။



နာမည်ကြီး အားကစား လူစုလူဝေး ဖျော်ဖြေရေးတွင် အများသူငှာ၊ ပြည်တွင်း သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးနှင့် ကားပါကင်အတွက် ကြီးမားသော ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှု လိုအပ်ပါသည်။ နေရာမရှိ၊ အခြေခံအဆောက်အအုံ စရိတ်စကများ ကျသွားသည်။ လမ်းနှင့်ကားပါကင် 'Chaos' ကို ဖယ်ရှားပါ။



ဤပွဲများသည် ဖျော်ဖြေရေး၊ အရက်၊ ကိုလာ၊ အခြားသော အချိရည်များ၊ လောင်းကစားများ၊ ကျန်းမာရေးနှင့် မညီညွတ်သော အစားအစာများကို ဝံ့ပိုးပေးပါသည်။(အဆီ၊ အငန်) မကြာခဏဆိုသလို အကြမ်းဖက်မှုများနှင့်အတူ(တိုက်ခိုက်ခြင်း၊ ဒေါသတကြီး၊ အရာဝတုထုများ ပစ်ပေါက်ခြင်း၊ ဖျက်ဆီးခြင်း)။





ပွဲက အမှိုက်အိတ်တွေကို ဖန်တီးတယ်။(ပုလင်း၊ အစာ၊ စက္ကူ၊ ပလပ်စတစ်၊ သံဘူး) သိမ်းဆည်းရန် လိုအပ်သည်။(အမှိုက်ပုံ).လောင်းကစားခြင်းသည် ရာဇဝတ်မှုဆီသို့ ဦးတည်သည်လိမ်လည်ခြင်း။(အမှိုက်စား၊ ရလဒ်ကို လိမ်ညာခြင်း...)ခြိမ်းခြောက်မှု၊ ခြိမ်းခြောက်မှု၊ အကြမ်းဖက်မှု။ ဤသည် ပြီးဆုံးသည် ။

တိရစ္ဆာန် အမြတ်ထုတ်ခြင်း။

တိရစ္ဆာန် ရက်စက်မှု အဆုံးသတ်ဘက်ထရီအိုးကို ဖြိုဖျက်သည်။ Free range နဲ့ အစားထိုးပါတယ်။ဘက်ထရီအိုးအိမ် လုပ်ငန်းရှင်များကို တရားစွဲ၊**ဒေါ်R4.**



30 ကီလိုမီတာထက်ပိုသောအသက်တိရစ္ဆာန်သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးအဆုံးသတ်။မူလထုတ်လုပ်သူ၊ အေးဂျင့်၊ သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး အော်ပရေတာများက ဖောက်ဖျက်မှုဖြင့် အရေးယူခြင်း၊**ဒေါ်R4.**

ဆပ်ကပ်တိရစ္ဆာန်ဖျော်ဖြေရေး ပြီးဆုံးသည်။တိရစ္ဆာန်သင်တန်းဆရာ ဆပ်ကပ် အော်ပရေတာတွေ တရားစွဲ၊**ဒေါ်R4.**

အပန်းဖြေဥယျာဉ် တိရစ္ဆာန်ဖျော်ဖြေရေး ပြီးဆုံးသည်။တိရစ္ဆာန်သင်တန်းဆရာ၊ပန်းခြံ အော်ပရေတာတွေက တရားစွဲ၊**ဒေါ်R4.**

တိရစ္ဆာန်ရုံများကို ပိတ်ထားပြီး ဒေသမျိုးစိတ်များသာ နေထိုင်သည့် တောရိုင်းတိရစ္ဆာန်ဘေးမဲ့တောများဖြင့် အစားထိုးထားသည်။တရားမဝင်တိရစ္ဆာန်ရုံပိတ်ပြီး အော်ပရေတာရယူပါ၊**ဒေါ်R4.**



တိရစ္ဆာန်ရန်ပုံများအဆုံးသတ်။တိရစ္ဆာန်ပိုင်ရှင်၊ သင်တန်းဆရာ၊ မြင့်တင်သူတွေဟာ အချုပ်ခန်းတွေ၊**ဒေါ် R4.** မည်သည့်ပုဂ္ဂိုလ်(၄)လောင်းကစားရယူရန်၊**ဒေါ်R6**

စိတ်လှုပ်ရှားစွာ သတ်ဖြတ်ခြင်း။(Safari အမဲလိုက်ခြင်း၊ တော်ဝင် အမဲလိုက်ခြင်း၊ အခြားအမဲလိုက်ခြင်း)တိရစ္ဆာန်များ၏အဆုံး။ Promoter, Hunters တွေကို တရားစွဲ၊ **ဒေါ်R4**



ရိန်းဂျားများသာ တိရစ္ဆာန်များကို သတ်နိုင်သည်။

တိရစ္ဆာန်ပြိုင်ပွဲ ပြီးဆုံးသည်။ ပြိုင်ကားကွင်းပိတ်၊ ပြိုကျသည်။ ပြိုင်ကား ပိုင်ရှင်၊ သင်တန်းဆရာနှင့် ပြိုင်ကွင်းအော်ပရေတာများကို တရားစွဲ၊ **ဒေါ် R4**၊ ပြိုင် ကားကွင်းတွေ ပြိုပျက်သွားတယ်။



စိုက်ပျိုးရေး

တစ်ကေ တိရစ္ဆာန်များ အလွန်အကျွံ စားသုံးပါက လယ်မြေများ လွန်ကဲစွာ ပြန်းတီးခြင်း တို့ကို ဖြစ်စေသည်။ အစာမကျွေးသော တိရစ္ဆာန်များ ဒုက္ခခရောက်စေသည်။ Overstocking, overgrazing ends. ဒုက္ခခရောက်နေတဲ့ တိရစ္ဆာန်မွေးမြူရေးသမားတိုင်းအတွက်၊ **ဒေါ် R4**

သစ်ပင်များအားလုံးကို မြေပြင်မှ ဖယ်ရှားသည့်အခါတွင်လည်း မြေတိုက်စားမှု ဖြစ်ပေါ် ပါသည်။ လယ်မြေများတိုက်စားခြင်းနှင့် တိရစ္ဆာန်များ ဒုက္ခခရောက်ရခြင်း၏ အဓိက အကြောင်းရင်းမှာ စီမံခန့်ခွဲမှု ညံ့ဖျင်းပြီး လုပ်ငန်းလည်ပတ်မှု နည်းပါးလွန်းခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်။ CG ဖြေရှင်းချက်- Shire သည် အရည်အချင်းပြည့်မီသူများနှင့် စီးပွားဖြစ် လုပ်ကိုင်နိုင်သော လုပ်ငန်းအရွယ်အစားဖြင့် CROn ကို ဖန်တီးသည်။



စစ်ရေး

သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးနှင့် ဖောက်ခွဲရေးပစ္စည်းများဖြင့် စစ်တပ်ကို ညစ်ညမ်း စေခြင်း၊ (အဏုမြူနူကလီးယား)၊ ခ(ဇီဝဗေဒ)၊ဂ(ဓာတု)လက်နက်များ။ ၎င်း တို့သည် လူ၊ တိရစ္ဆာန်၊ အပင်များ၏ အသက်အန္တရာယ်ကို ခြိမ်းခြောက် လျက်ရှိသည်။ ဒီလက်နက်တွေကို ဖန်တီးတဲ့ သိပ္ပံပညာရှင်တွေ က ရရှိပါ တယ်။ **ဒေါ် R7** ထုတ်လုပ်ရေး အဆောက်အအုံများ၊ ဤလက်နက်များ သိုလှောင်ထားရှိမှုများကို Shire မှ ဖြိုဖျက်ဆီးခဲ့သည်။ အဆိုပါ လက်နက် များ ထုတ်လုပ် သိုလှောင်ခြင်းအား ခွင့်ပြုပေးသော အစိုးရမှ အစားထိုးရယူ ခြင်း၊ **ဒေါ် R7**



နူကလီးယား ဖျက်သိမ်းရေး။

နူကလီးယား သိပ္ပံပညာ မျိုးသုဉ်းပျောက်ကွယ်သွားသော သိပ္ပံပညာသည် လူသားတို့၏ ရှင်သန်မှုအတွက် ကြီးမားသော ခြိမ်းခြောက်မှုတစ်ခုဖြစ်သည်။ နူကလီးယားဓာတ်ပေါင်းဖို များကို ဓာတ်အားပေးစက်ရုံများနှင့် တွန်းကန်အားစနစ်များတွင် အသုံးပြုကြသည်။ ယူရေနီယမ်ကို နူကလီးယားဓာတ်ပေါင်းဖိုများတွင် အသုံးပြုသည်။ အဏုမြူဓာတ်ပေါင်းဖို အကြွင်းအကျန်များကို မျိုးသုဉ်းမည့်လက်နက်များတွင် အသုံးပြုသည်။



ယူရေနီယမ်မိုင်းများကို ပိတ်ပါ။ နူကလီးယားသိပ္ပံပညာကို အဆုံးသတ်ပါ။ အဏုမြူဓာတ်အား ပေးစက်ရုံများကို ပိတ်ပါ။ ဖျက်သိမ်းပါ။ နူကလီးယား တွန်းကန်အား ဖျက်သိမ်းပါ။ ယူရေနီယမ်မိုင်း၊ နူကလီးယားသိပ္ပံပညာ၊ နူကလီးယားစွမ်းအင်၊ နူကလီးယားတွန်းကန်မှုကို အစားထိုးခွင့်ပြုတဲ့ အစိုးရ၊ **ဒေါ် R7 ရှင်သန်ပါ။**

1 ဘုရားသခင်သည် သင့်ထံမှကြားနာခြင်းကို စောင့်ဆိုင်းတော်

မူ၏။ ရှင်သန်မှဆုတောင်း **ရှင်သန်ခြင်းနေ့ 11.1.7NAtm**

ချစ်လှစွာသော **ဘုရားသခင်**အလှပဆုံး စင်္ကြာဝဠာကို ဖန်ဆင်းရှင်၊ အနှိမ့်ချဆုံး သစ္စာရှိ အုပ်ထိန်းသူ-အုပ်ထိန်းသူ (၁၀၀အမည်) လူသားမျိုးနွယ်၏ ရှင်သန်မှုအတွက် ကျေးဇူးတင်ပါသည်။



ငါ့ခန့်ခဲမှုကို ငါ့မျိုးစိတ်၊ အသိုက်အဝန်းတွေ ရှင်သန်ဖို့ ငါကြိုးစားပြီး ရှင်သန်နေမယ်။ ဦးစားပေး ဝ

ကျေးဇူးပြု၍ ကျွန်ုပ်၏ ရှင်သန်ရန် ကြိုးစားအားထုတ်မှုကို အားပေးပါ။

ဘုန်းတော်အတွက် ဘုရားသခင်လူသားတို့၏ ကောင်းကျိုး၊

ဤဆုတောင်းချက်ကို Survival နေ့တွင်အသုံးပြုသည်။(GG Kalender)သို့မဟုတ် လိုအပ်သလို!



ပျော်စရာနေ့ အပြင်အဆင်များ*သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် ထိန်းသိမ်းရေးအတွက် အရေးကြီးသည်-

ညစ်ညမ်းမှုနေ့ 4.2.7 ~ Defoliant နေ့ 6.2.7 ~ Holocaust နေ့ 8.2.7 Habitat Day 9.1.7 ~ Survival Day 11.1.7 ~ Pet Day 11.3.7 ကျန်းမာရေးကောင်းမွန်သောနေ့ 12.1.7
စွဲလမ်းမှုနေ့ ၁၂.၂.၇ ပေါက်ပင်နေ့ 13.1.7
သစ်ပင်နေ့ 13.3.7 *ခေတ်သစ်အချိန်စီမံခန့်ခွဲမှု

အသိုက်အဝန်းတစ်ခုအတွက် ပျော်ရွှင်စရာ နေ့ခင်းဧည့်ခံပွဲတွေကို အရှက်ကွဲပြီး သတိရနေဖို့ လိုပါတယ်။

မီးရှို့ခြင်း၊ အမှိုက်များ၊ ညစ်ညမ်းစေခြင်း၊ ပတ်ဝန်းကျင် ဖျက်ဆီးခြင်းများသည် ဤမျိုးဆက်အတွက်သာမက နောင်လာနောက်သား မျိုးဆက်များအတွက်ပါ ခြိမ်းခြောက်မှုတစ်ခုဖြစ်သည်။ ကလေးတွေကို မီးရှို့တာ၊ အမှိုက်ပစ်တာ၊ အမှိုက်တွေ အများကြီးဖန်တီးတာ၊ လေထုညစ်ညမ်းတာ၊ မြေဆီလွှာ၊ ရေ၊ ပတ်ဝန်းကျင် ဖောက်ပြန်တာ၊ ကလေးတွေရဲ့ အနာဂတ်ကို ဖျက်ဆီးတယ်လို့ မိဘတွေကို သတင်းပို့ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ မိဘများက တာဝန်ယူမှု၊ တာဝန်ခံမှု၊ ဖယ်ရှားမှု၊ **ဒေါ်R7** မီးရှို့ခြင်း၊ အမှိုက်များ၊ ညစ်ညမ်းစေခြင်း၊ ပတ်ဝန်းကျင် ဖောက်ပြန်ခြင်း !

အသက်ရှူမဝသောလေသည် သင့်တွင် အသက်ရှင်ရန် 4 မိနစ်ရှိသည်။ အရည်မသောက်ရ။ အသက်ရှင်ရန် 4 ရက်ရှိသည်။

အုပ်ထိန်းသူ အုပ်ထိန်းသူနှင့် ညီညွတ်အောင် နေထိုင်ခြင်း ၁ဘုရားသခင်ဖန်တီးမှုများ။

Environmentalist တော်တော်များများမှာ အကြိုက်ဆုံး အကြောင်းရင်းတွေ ရှိပါတယ်။ စိတ်အားထက်သန်မှု၊ အချိန်နှင့် ငွေကို သုံးစွဲကြသည်။ အားလုံးက အရမ်းကောင်းတယ်၊ လူတစ်ယောက်ကို စိတ်ချမ်းသာစေတယ်။

အကြောင်းတရားအများစု၏ ကျဉ်းမြောင်းသော ကန်သတ်ချက်များ။ ကြီးမားသော လူ့အသက်ရှင်ရေး အကြောင်းရင်းများတွင် ရှေ့ဆက်နိုင်သော ရလဒ်များ-ညစ်ညမ်းမှု(လေ၊ မြေ၊ ရေ)၊ အကြမ်းဖက်မှု(အိမ်၊ အသိုင်းအဝိုင်း၊ ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ)၊ ချမ်းသာကြွယ်ဝမှု အသားအရောင်ခွဲခြားမှု(ရာထူး၊ အာဏာ၊ စည်းစိမ် ဥစ္စာ၊ ကပ်ပါး၊ ရိုင်းစိုင်းမှု၊ အမြတ်ထုတ်ခြင်း)ရာသီဥတုဖောက်ပြန်ခြင်း!

ကိုယ်ကျင့်တရား ခွန်အား၊ အဆိုးမရှိသော ဇွဲလုံ့လရှိသော အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုသာ ဖြစ်သည်။**ဘုရားသခင်**ပေးထားသော ဖြေရှင်းချက်များသည် လူသားတို့၏ ရှင်သန်မှုကို အာမခံနိုင်သည်။

ကျွန်တော်တို့နဲ့အတူပါဝင်ပါ! > စိမ်းလန်းပါစေ။ > စောင့်ထိန်းသူဖြစ်ပါစေ။



အုပ်ထိန်းသူ အုပ်ထိန်းသူလည်း လိုက်နာသည်-အကြမ်းမဖက်ခြင်းသဘောတရား၊အဆိုး၏ကွင်းဆက်အယူအဆ၊ စီးပွားရေးအယူအဆ၊ စာစောင် ၇ စောင်၊ N-At-mi NA များ။



AS it is WRITTEN
It Shall BE