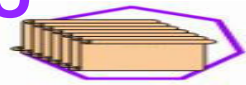


J



# Obligations

ဝတုတရားတွေ ရှိတယ်။ **၁ ဘုရားသခင်** မဖြစ်မနေ ကျင့်ဝတ်တွေ ပေးတယ်။ ဝတုတရားဆိုတာ အကျင့်စာရိတုတန့် သက်ဆိုင်တယ်။ **၁ ဘုရားသခင်** မိသားစုနှင့်အသိုင်းအဝိုင်း။ ကိုယ်ကျင့်တရားဆိုင်ရာ တာဝန်သည် ရပ်ရွာတာဝန်အဖြစ် သို့ ပြောင်းလဲသည်။ ပြီးအောင် **၁ ဘုရားသခင်** ပေးအပ်ထားသော ဝတုတရားများကို ခံယူခွင့်ရှိသည်။ **၁ ဘုရားသခင်** ပေးသော အခွင့်အရေးများ။ ပြီးအောင် **၁ ဘုရားသခင်** ပေးအပ်ထားသော အခွင့်ထူးများသည် အစုအဖွဲ့ပိုင်အခွင့်အရေးများ ရရှိရန် အခွင့်အရေးများ။

ခြိမ်းခြောက်မှုများ **၁ ဘုရားသခင်** ပေးထားသော ဝတုတရားများ-ဆန်ကျင်သည်။ **၁ ဘုရားသခင်** မနာလိုစိတ်၊ ဆန်ကျင်သော လူမှုရေးအပြုအမူ၊ ပျင်းရိမှု၊ တရားမဲ့မှု၊ အကျင့်ပျက်မှု၊ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်မှု၊ ခြိမ်းခြောက်မှုများပါရှိသည်။ ခြိမ်းခြောက်မှုများကို အမြဲတမ်း တာဝန်ခံပါ။

## ၁ ဘုရားသခင်ပေးသည်ဝတုတရား

- ၁ ရှိခိုး **၁ ဘုရားသခင်** အခြားရုပ်တုများအားလုံးကို စွန့်ပစ်ပါ။ ၂ လူ့ခန္ဓာကိုယ်ကို သန့်စင်တည်ခြင်းမှ ကာကွယ်ပါ။ ၃ အသက်တာရှည်၊ ရှာဖွေ၊ ဆည်းပူးပြီး အသိပညာကို အသုံးချပါ။ ၄ အိမ်ထောင်ဖက်ပွားများပြီး ကိုယ်ပိုင်မိသားစုကို စတင်ပါ။
- ၅ မိဘဘိုးဘွားများကို ရိုသေလေးစားပါ။ ၆ ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် ၎င်း၏ဘဝပုံစံအားလုံးကို စောင့်ရှောက်ပါ။ ၇ Law Giver Manifest ကိုသုံးပါ။ ၎င်း၏မင်္ဂလာကို ဖြန့်ပါ။ ၈ လေထုညစ်ညမ်းမှုကို ရှောင်ကြဉ်ပြီး သန့်စင်ပါ။
- ၉ တိရစ္ဆာန်များကို ရက်စက်မှုနှင့် မျိုးသုဉ်းခြင်းမှ ကာကွယ်ပါ။
- ၁၀ မတရားတိုက်ခိုက်ခံရခြင်း၊ ချီတဲသူများ၊ အားနည်းသူများနှင့် ငတ်မွတ်သူများအတွက် ရပ်တည်ပါ။ ၁၁ ငတ်မွတ်နေသော အိုးမဲ့အိမ်မဲ့များကို ကျွေးမွေးပြီး ဖျားနာသူများကို သက်သာစေပါသည်။ ၁၂ မတရားမှ အကျင့်စာရိတုတ၊ ပတ်ဝန်းကျင်ဖောက်ပြန်မှုတို့ကို ဆန်ကျင်ဆန္ဒပြုကြသည်။ ၁၃ အကျိုးရှိသော အလုပ်ကိုလုပ်ပါ။ မှန်ညက်မထားပါ။ ၁၄ အဆိုးကို ကောင်းကောင်း အပြစ်ပေးလိုက်ပါ။

- ၁၅ တရားမျှတပြီး ထိုက်တန်သော လေးစားမှုပေးပါ။
- ၁၆ မီးသင်္ဂြိုဟ်သေဋ္ဌိုင်းပိတ် ၁၇ ရွေးကောက်ပွဲအားလုံးတွင် မဲပေးပါ။

## ဝတုတရားဆုတောင်း **၁ ဘုရားသခင်** မင်းဆီကကြားဖို့စောင့်နေတယ်။

ချစ်လှစွာသော **၁ ဘုရားသခင်** အလှဆုံး စကြာဝဠာကို ဖန်ဆင်းရှင်၊ သင်၏ အနှိမ်ချဆုံး သစ္စာစောင့်ထိန်းသူ (၁၀၀ အမည်) ဝတုတရားအားလုံးကို ကျေပွန်အောင် ကြိုးပမ်းပါ။  
တခြားသူတွေကိုလည်း ဒီလိုပဲ လုပ်ဖို့ တိုက်တွန်းမယ်။  
ရပ်ရွာတာဝန်များအဖြစ် ရပ်ရွာတာဝန်များကို လိုက်နာကျင့်သုံးရန် တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။  
ဘုန်းတော်အတွက် **၁ ဘုရားသခင်** လူသားတို့၏ ကောင်းကျိုး၊

ဤဆုတောင်းချက်ကို အိမ်တွင်ဖြစ်စေ၊ စုရုံးခြင်းတွင်ဖြစ်စေ အသုံးပြုသည်။



# တာဝန် ၁

ကိုးကွယ်ခြင်း ၁ ဘုရားသခင်အခြား idol အားလုံးကို စွန့်ပစ်လိုက်ပါ။

ကိုးကွယ်ခြင်းသည် ပုဂ္ဂိုလ်ရေးအရဆုံး ရုပ်တုကို ကိုးကွယ်ခြင်းဖြစ်သည်။ ဤရုပ်တုကို ကိုးကွယ်ရန် သီးသန့်ထားသည်။ ၁ ဘုရားသခင်အားလုံးအတွက်အခြားရုပ်တုကို ကိုးကွယ်ခြင်းသည် မှားယွင်းသော ပြီးဆုံးသည်။ အခြားရုပ်တုများ၏ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် ဝိညာဉ်ရေးဆိုင်ရာ အထောက်အထားအားလုံးကို ပြန်လည်အသုံးပြုထားသည်။

လူတွေက ဘာကိုမှ ကိုးကွယ်တယ်။ ၁ ဘုရားသခင်လမ်းလွဲကြသည်။ ၎င်းတို့ကို အသွင်ပြောင်းရန် နှိမ်ချသော အားထုတ်မှုတစ်ခု ပြုလုပ်ထားသည်။ ၁ ဘုရားသခင် 1 ယုံကြည်ခြင်း 1 အသင်းတော်စကြဝဠာ အုပ်ထိန်းသူများ။ ၁ ဘုရားသခင်တစ်ပါးသူကို ကိုးကွယ်သူတိုင်းသည် ဘဝနှင့် နောက်ဘဝ၌ ကြမ်းတမ်းစွာ ဆက်ဆံလိမ့်မည်။ (မှား) ရုပ်တုများ

ရှိခိုးခြင်း။ ၁ ဘုရားသခင်ပုဂ္ဂိုလ်ရေးအရ နီးစပ်သည်။ သင်နှင့်ဤရင်းနှီးမှုကိုတိုးတက်စေသည်နှင့်အမျှ ၁ ဘုရားသခင် ဒီလိုပဲ ခံစားရတဲ့သူတွေနဲ့ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံချင်တယ်။ အုပ်ထိန်းသူ အုပ်ထိန်းသူ စုဝေးခြင်းကို လည်ပတ်ပါ။ မဟုတ်ပါ။ စုရုံးခြင်း၊ အနီးနားတွင် စတင်ပါ ၁။ စုရုံးမှုစတင်ရန် ထောက်ခံသူများ မလုံလောက်ပါ။ ယုံမှားသော၊ မောဟ၊ ရှက်တတ်၊ လွဲမှားသော၊ ခက်ထန်သော၊ သနားစရာကောင်းသော၊ မယုံကြည်သူအဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲ၏။

၁ ဘုရားသခင်လူသားတိုင်းကို အခွင့်အရေးပေးစေချင်တယ်။ 1 ယုံကြည်ခြင်း ကူးပြောင်းခြင်း၏ အကြမ်းဖက်မှုမဟုတ်သော၊ တစ်ကိုယ်ကောင်းမဆန်သော၊ ဂရုစိုက်မှု၊ အုပ်ထိန်းသူ အုပ်ထိန်းသူ အသိုင်းအဝိုင်း၏ ဘဝမျှဝေမှုတို့ကို ပြသသည်။ CG Gathering တစ်ခုသို့ ကူးပြောင်းခြင်းကို မိတ်ဆက်ပေးသည်။ အုပ်ထိန်းသူ အုပ်ထိန်းသူဘဝ၏ လူမှုရေးဗဟိုချက်ဖြစ်သည်။ အတုအယောင်ရုပ်တုများကို စွန့်ပစ်ရန် ကူညီပေးသည်။ သူတို့ရဲ့ လွဲမှားတဲ့အတိတ်ကို လွှင့်ပစ်လိုက်တယ်။ သူတို့ရဲ့အတိတ်ကို ဘယ်တော့မှ မပြောရဘူး။

ရှိခိုးခြင်း။ ၁ ဘုရားသခင်အခြားအရာအားလုံးကို စွန့်ပစ်ခြင်းကို ဆိုလိုသည်။ (မှား) ရုပ်တုများစွန့်ပစ်ခြင်းသည် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အရာများကိုသာ မဆိုလိုပါ။ (ရုပ်တုများ၊ အရေးအသားများ၊ သင်္ကေတများ...) ဒါပေမယ့်လည်း မှားယွင်းတဲ့ စိတ်ဓာတ်တွေ၊ အယူအဆတွေ၊ ဓလေ့ထုံးတမ်းတွေ၊ အတွေးတွေ... စွန့်ပစ်ခြင်းဆိုသည်မှာ ဓာတ်ပစ္စည်းများကို ဖျက်ဆီးခြင်းသာမက စွန့်ပစ်ပစ္စည်းများကို ပြန်လည်အသုံးပြုခြင်းလည်းဖြစ်သည်။

အတုအယောင်ရုပ်တုများသည် ဘာသာရေးဖြစ်နိုင်သည် သို့မဟုတ် မဟုတ်ပေ။ မှားယွင်းသော ဘာသာရေးရုပ်တုများ မြတ်စွာဘုရား၊ ယေရှု၊ သူ၏မိခင်၊ သူ၏တပည့်များ၊ သူတော်စင်၊ ဓမ္မမဆရာ၊ အပင်၊ လူ၊ တိရစ္ဆာန်၊ သန်ရှင်းသောမြေ၊ သန်ရှင်းသောနေရာ၊ အယူမှားဘုရားများ၊ ဟိန္ဒူဘုရားများ..

ဘာသာရေးမဟုတ်သော အတုအယောင်ရုပ်တုများ မျိုးရိုးလိုက် အာဏာရှင်များ၊ စစ်သခင်များ၊ နိုင်ငံရေးအာဏာရှင်များ၊ နိုင်ငံရေးသမားများ၊ ကျော်ကြားသူများ၊ ဖျော်ဖြေရေးသမားများ၊ အားကစားသမားများ၊ သိပ္ပံပညာရှင်များ၊ ဂြိုဟ်သားများ၊ လွတ်လပ်မှု၊ နေ၊ ကြယ်များ၊ ဂြိုဟ်များ၊ လများ၊ ...



ရုပ်တုဆင်းတု ကိုးကွယ်ရာနေရာတွေကို ဖြိုချပစ်တယ်။ ဆောက်လုပ်ရေးပစ္စည်းအားလုံးကို ပြန်သုံးတယ်။ Shire စီမံကိန်း အကျုံးဝင်သည်။

### ၁ ဘုရားသခင်ရည်ရွယ်ချက်ရှိရှိ ကိုးကွယ်ရာ အဆောက်အအုံများ မဆောက်ချင်ပါ။

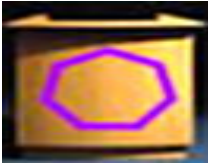
စွန့်ပစ်ထားသော ကိုးကွယ်ရာနေရာများ။ အတုအယောင်ရုပ်တုကို အသိအမှတ်ပြုခြင်း၏ နိမိတ်လက္ခဏာ အားလုံးသည် မှတ်မိနိုင်ဖွယ်မရှိပေ။ ဒစ်ဂျစ်တယ်အားလုံး(အသံ၊ ရုပ်ထွက်)ရုပ်တုအတုများကို ဖျက်၊ ဖျက်၊ ဖျက်သည်..

### idol ၁ ယောက်ပဲရှိတယ်။ ၁ ဘုရားသခင်!

ရုပ်တုအတုအယောင်များ စလေ့ထုံးစံများကို လွှင့်ပစ်သည်။ လိင်တံနှင့် မိန်းမအင်္ဂါ ဖြတ်တောက်ခြင်း ပြီးဆုံးသည်။ ခနုဓာကိုယ်အမာရွတ်စွန်းများ၊ ခနုဓာကိုယ်ဖောက်ထွင်းမှုအဆုံးများ၊ အရာဝတုထုများကို ခနုဓာကိုယ်မှ ဖယ်ရှားသည်။ တက်တူးတွေ ဖြတ်တယ်။ တရားမဝင် စွန့်ပစ်ထားသော အကောက်ခွန်ကို တရားစွဲသည်-ဒေါ်R4

ရုပ်တုအတုအယောင်များ စွန့်ပစ်ခံရသည်-လက်ဝါးကပ်တိုင်များ၊ ရုပ်တုများ၊ ရုပ်ပွားတော် များ၊ စာများ.. စွန့်ပစ်ထားသည့် ပစ္စည်းများကို မမှတ်မိအောင် ပြုလုပ်ရမည်။

ရုပ်တုအတုအယောင်များကို လွှင့်ပစ်သည်။ လူ သို့မဟုတ် တိရစ္ဆာန်များ၏ ယဇ်ပူဇော်ခြင်းကို ပုံဆောင်သည့်တိုင် တရားစွဲခံရသည်။ ၁ ဘုရားသခင်အနစ်နာခံမှု ကို မလိုချင်ဘူး။ ယဇ်ပူလှလင်ကို lectern ဖြင့်အစားထိုးသည်။ ၁ ဘုရားသခင်လူ တွေက ဖက်တွယ်ပြီး နေထိုင်ကြတယ်။ ဥပဒေပေးသူဖော်ပြချက်!



### လုပ်ရမယ် :

ရှိခိုး ၁ ဘုရားသခင်သာ! ရှိခိုးခြင်း။ ၁ ဘုရားသခင်နေရာတိုင်း၊ အချိန်မရွေး၊ တစ်ဦးတည်း သို့မဟုတ် အဖွဲ့လိုက် လေ့ကျင့်သည်။ (၂ လုံးနှင့်အထက်)။ ၁ ဘုရားသခင်ဘာရည်ရွယ်ချက်နဲ့မှ မတည်ဆောက်ချင်ဘူး။ (ဘုရားရှိခိုးကျောင်း များ၊ ဘုရားကျောင်းများ၊ သီလရှင်များ၊ ဗလီများ၊ ဘုန်းကြီးကျောင်းများ၊ ဘုရားကျောင်းများ၊ ဘုရားရှိခိုးကျောင်း များ၊ ဘုရားကျောင်းများ..) ကိုးကွယ်ရာနေရာများ။ ပစ်ပယ်(ဖြိုချပြီး ပြန်လည်အသုံးပြုခြင်း)ရည်ရွယ်ချက်ရှိရှိ ကိုးကွယ်ရာနေရာ အားလုံးကို တည်ဆောက်သည်။

ဘာကိုမှ ကိုးကွယ်တဲ့ လူတွေ ၁ ဘုရားသခင်လှည့်စားကြသည်။ ဘာသာပြောင်းရန် နှိမ့်ချစွာ အားထုတ်သင့်သည်။ (စိန်ခေါ်ဆုတောင်း\*) သူတို့ကို ၁ ဘုရားသခင်. ၁ ဘုရားသခင်တစ်ပါးသူ ကို ကိုးကွယ်သောသူနှင့် ကြမ်းတမ်းစွာ ပြုမူလိမ့်မည်။ (ရုပ်တုအတုများ) ရုပ်တုများ

\* စိန်ခေါ်ဆုတောင်းခြင်း၊ လှိမ့်ချခြင်း ၁၊ အတည်ပြုချက် ၁



ရှိခိုးခြင်း။ ၁ ဘုရားသခင်လူသားမျိုးနွယ်သည် ၎င်း၏ 'ကံကြမ္မာ' ကို ဆိုလိုသည်။ ရူ ပသာ ဖသာ။ အာကာသစူးစမ်းလေ့လာရေးနှင့် ကိုလိုနီပြုခြင်း(SXC) မရှိမဖြစ်ပါ။

အာကာသကိုလိုနီပြုခြင်းသည် လူဦးရေတိုးရန်လိုအပ်သည်။

ရှိခိုးခြင်း။ ၁ ဘုရားသခင်အဓိပ္ပါယ်မှာ Afterlife နှင့် Angels ကို ယုံကြည်ခြင်း ။ နောက်ဆုံးဘဝရရှိစေရန်နှင့် ကျန်းမာရေးအရ လူ ခနုဓာကိုယ်ကို မီးသင်္ဂြိုဟ်သည်။ မီးသင်္ဂြိုဟ်ခြင်းမပြုပါက ဝိညာဉ် တစေ့ဆဖြစ်လာနိုင်သည်။



ကိုးကွယ်ရာနေရာများ၊ ဓလေ့ထုံးတမ်းများ၊ ထုံးတမ်းစဉ်လာများနှင့် အသုံးအဆောင်ပစ္စည်းများကို စွန့်ပစ်ပါ။ စွန့်ပစ်ခြင်းသည် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာအရာများကိုသာ မဆိုလိုပါ။(စာများ၊ ရုပ်တုများ၊ သင်္ကေတများ..)ဒါပေမယ့် လည်း မှားယွင်းတဲ့ ခံစားချက်တွေ၊ အတွေးတွေ၊ အတွေးတွေ..စွန့်ပစ်ခြင်းဆိုသည်မှာ ပစ္စည်းများကို ဖျက်ဆီးပြီး စွန့်ပစ်ပစ္စည်းများကို ပြန်လည်အသုံးပြုခြင်း ဖြစ်သည်။

၁ ဘုရားသခင်လူသားတို့အတွက် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ စင်္ကြာကို ဖန်တီးခဲ့သည်။၁ ဘုရားသခင်ပြန်လိုချင်တယ်။လေးစားမှု၊အတုအယောင်ရုပ်တုများကို ကိုးကွယ်ခြင်းသည် အရိုအသေပြုခြင်းပင်ဖြစ်သည်။

## သပ်သပ်ရီပါတယ်။Idol ၁ ယောက်၊၁ ဘုရားသခင်!!!

### ကျွန်ုပ်တို့၏ ဘုရားသခင်

လူ့ခန္ဓာကိုယ်ကို သန့်စင်တင်မြှောက်ခြင်းမှ ကာကွယ်ပါ။

ခြိမ်းခြောက်မှုများ(အနုတရားများ)လူ့ခန္ဓာကိုယ်ဆီသို့ ရာသီဥတု၊ မျိုးရိုးဗီဇပြုပြင်မှု၊ နာမကျန်းမှု၊ ပေါ့ဆမှု၊ အရည်အချင်းမရှိမှု၊ လေထုညစ်ညမ်းမှုတို့မှ လာပါသည်။(သဘာဝဘေး၊ လူ၏လုပ်ဆောင်ချက်)အကြမ်းဖက်မှု၊ ခြိမ်းခြောက်မှုများကို ခံနိုင်ရည်ရှိရန်မှာ လူ့ခန္ဓာကိုယ် ရှင်သန်ရန် လိုအပ်သည်။ရပ်ရွာတာဝန်။



လူ့ခန္ဓာကိုယ်ကို ကာကွယ်ခြင်းသည် အဖွဲ့လိုက် ကြိုးစားမှုတစ်ခုဖြစ်သည်။ဆိုလိုသည်မှာ လူတစ်ဦးချင်းကြားတွင် အနီးကပ် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုကို ဆိုလိုသည်။သူတို့ရဲ့ မိသားစု၊ သူငယ်ချင်း၊ အိမ်နီးနားချင်းတွေ၊ အသိုင်းအဝိုင်းနဲ့ အစိုးရ အမျိုးအစားအားလုံး။

ကာကွယ်ခြင်းသည် သန့်စင်တင်မြှောက်ခြင်းမှ စတင်သည်။(သူသည် သုတ်ပိုးသည် သူမမျိုးဥနှင့် ဆက်စပ်နေသည်)Cremation ဖြင့် အဆုံးသတ်သည်။ကာကွယ်ခြင်းတွင် ရာသီဥတုကာကွယ်ရေးတွင် အကြမ်းဖက်မှုများပါဝင်ခြင်း၊ မျိုးရိုးဗီဇဝင်ရောက်စွက်ဖက်မှုအဆုံးသတ်ခြင်း၊ လေထုညစ်ညမ်းမှုလျော့နည်းစေခြင်း၊ ကာကွယ်ခြင်း၊ ကုသခြင်း၊ ပေါ့ဆမှုအပြစ်ပေးခြင်းနှင့် အရည်အချင်းမရှိသူများကို ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းခြင်းတို့ပါဝင်သည်။

### လူ့ခန္ဓာကိုယ်ကို ကာကွယ်ခြင်းသည် လူတိုင်း၏ တာဝန်ဖြစ်သည်။

ရှင်သန်မှုဆုတောင်း ၁ဘုရားသခင်ဆီကကြားဖို့စောင့်နေတယ်။

ချစ်လှစွာသော ဘုရားသခင်အလှပဆုံး စင်္ကြာကို ဖန်ဆင်းရှင်၊ အနှိမ့်ချဆုံး သစ္စာစောင့်သိသော အုပ်ထိန်းသူ (၁စတုနာမည်) လူသားတွေရဲ့ ရှင်သန်မှုအတွက် ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။



ကျွန်ုပ်တို့သည် ကျွန်ုပ်တို့၏ခန္ဓာကိုယ်၊ မျိုးစိတ်၊ အသိုက်အဝန်းကို ရှင်သန်အောင် ကူညီရန် ကြိုးစားရင်း ကျွန်ုပ်တို့၏ နံပါတ် (၁) ဦးစားပေးအဖြစ် ရှင်သန်ရပ်တည်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။  
ကျေးဇူးပြု၍ ကျွန်ုပ်တို့၏ ရှင်သန်ရန် ကြိုးစားအားထုတ်မှုကို အားပေးပါ။  
ဘုန်းတော်အတွက် ၁ ဘုရားသခင်လူသားတို့၏ ကောင်းကျိုး၊ ဤဆုတောင်းချက်ကို Survival နေ့တွင် သို့မဟုတ် သင့်လျော်သည့်အခါတွင် အသုံးပြုပါ။





# ဂုဏ်ပြုပွဲ-**၁၁.၁.၇။ ရှင်သန်စေသည်။(NAtm)!** မင်းရဲပြည်တွင်းစုရုံးမှာ။Shire ပွဲများတွင်။

အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် Survival အမိန့်မှာ-  
**ရှင်သန်မှုအမိန့်-1 မျိုးစိတ်၊ 2 Habitat၊ 3 Community၊ 4 Family၊ 5 Individual၊ 6 Animals၊ 7 ကိုယ်ပိုင်ပစ္စည်းများ။**



အသက်အရွယ်အလိုက် ရှင်သန်ခြင်း-မမွေးသေးသော 1 ယောက်၊ မွေးကင်းစကလေး 2 ယောက်၊ ကလေး 3 ယောက်၊ ကလေး 4 ယောက်၊ လူငယ် 5 ယောက်၊ လူကြီး 6 ယောက်၊ Senior 7 ယောက်။

## လူခန့်စာကိုယ်ရှင်သန်ဖို့အတွက် ရာသီဥတုကာကွယ်ရေး၊

ရာသီဥတုခြိမ်းခြောက်မှု-နေမင်း(ခါတ်ရောင်ခြည်)/အပူချိန်(အပူအအေး)/စုတ်(အအေးမိခြင်း၊ အပူလွန်ကဲခြင်း)/လေတိုက်သည်။(မီးလောင်၊ အေး၊ ဖုန်မှုန့်)။ရာသီဥတုကာကွယ်ရေးတွင် ဦးခေါင်းအကာအကွယ်၊ အကာအကွယ်အဝတ်အစား၊ အကာအကွယ်အမိုးအကာများပါဝင်သည်။လူခန့်စာကိုယ်ကို ခြိမ်းခြောက်မှု(အဖော်အချွတ်) ခြိမ်းခြောက်မှုများနှင့်ထိတွေ့။

Hps ၁(ဦးခေါင်းကာကွယ်ရေးစံနှုန်း)မင်းဦးခေါင်းကို ကာကွယ်ဖို့ အားလုံးလိုအပ်တယ်။ ဦးခေါင်းကို အကာအကွယ်ပေးခြင်းများ ပါဝင်သည်။Ep1၊ V-Helmet၊ Balaclava၊ K-Scarf။

Ep1(မျက်လုံးကာကွယ်ခြင်း)အပိုင်း 2 ပိုင်း ခွဲခြားထားပါသည်။လက်တွေ့-မှန်ဘီလူးတစ်ခုတည်း(မျက်နှာဖုံး)၊ဖက်ရှင်းမျက်ကပ်မှန် ၂ လုံး(မျက်မှန်)။

မျက်မှန် အနားကွပ်-လေထုအမှန်အမှားများကို ဘက်ပေါင်းစုံမှ ဖယ်ထားရန် လိုအပ်သည်။(အပေါ်၊ အောက်၊ ဘေး)။ကွဲတာခံနိုင်ရည်ရှိတယ်။(ထိုင်တဲ့အခါ မကွဲပါဘူး)။ မည်သည့်အရောင်ကိုမဆို တန်ဆာဆင်နိုင်ပါသည်။

မျက်ကပ်မှန်-မပြိုကွဲနိုင်သော၊ အလွန်ခြစ်ရာခံနိုင်ရည်ရှိသော၊ ခရမ်းလွန်ရောင်ခြည်များကို ပိတ်ဆို့ခြင်း၊ မိုမတက်စေခြင်း၊ တောက်ပမှုကို ချိန်ညှိခြင်း။(ပိုမှောင်သည်၊ ပိုပေါ့သည်၊ ပိုပေါ့သည်၊ ပိုမှောင်သည်)။

## အပြင်ထွက်တဲ့အခါ မျက်လုံးအကာအကွယ်ကို အမြဲတပ်ထားပေးပါ။

V-Helmetခေါင်းခေါက်ခြင်းမှကာကွယ်ခြင်း။ဆံပင်နှင့် ဦးခေါင်းသည် အအေး၊ စိုစွတ်မှု၊ အလွန်အမင်း ခါတ်ရောင်ခြည်နှင့် လေထုညစ်ညမ်းမှုတို့မှ ရာသီဥတုကို ကာကွယ်ရန် လိုအပ်သည်။ဦးခေါင်းသည် ခေါက်ခြင်းမှ ကာကွယ်ရန် လိုအပ်သည်- တည်ဆောက်ထားသော GPS ခြေရာခံကိရိယာ၊ ဖုန်း၊ ဗီဒီယို အသံဖမ်းစက်တွင် ပါရှိသည့် V-Helmet တစ်ခု။

အပြင်ဘက်အခွံသည် သတုတု သို့မဟုတ် ဓာတုပစ္စည်းဖြစ်သည်။ သူတို့အလှဆင်နိုင်သော အလယ်ခေါင် အမွေးအတောင်ပါရှိသည်။သားရေမေးသိုင်းကြိုးသည် မိုက်ခရိုဖုန်းကို ကိုင်ဆောင်ထားသည်။visor သည် ဘေးတိုက်ကွေးပြီး အပေါ်နှင့်အောက် တည့်တည့်၊ မကွဲနိုင်သော၊ ခြစ်ရာများကို ခံနိုင်ရည်ရှိသော၊ ခရမ်းလွန်ရောင်ခြည်ကို ပိတ်ဆို့ကာ၊ မိုတက်ခြင်းမရှိ၊ အလင်းပြန်ချိန်ညှိခြင်း(ပိုမှောင်၊ ပေါ့ပါး၊ ပေါ့ပါး၊ ပိုမှောင်သည်)။ဦးထုပ်တွင် လည်ပင်းကို အကာအကွယ်အဖြစ် သားရေနောက်ကျောတစ်ခုပါရှိသည်။ တစ်V-သံခမောက်အတွင်းသားအဖုံးပါရှိသည်။ အဖုံးထဲတွင်ထည့်ထားသော နားရွက်အပိုင်းအစများ။တစ်ဘလက်လဟ(Beanie)သို့မဟုတ်K-Scarfဦးထုပ်ဆောင်းပြီး ဝတ်ဆင်နိုင်ပါတယ်။ ဦးထုပ်၏အတွင်းခံကို ချွေး၊ ဖောက်များ မသန်ရှင်းစေရန်

အမဲဆီ။အပြင်ဘက်အသုံးအဆောင်.တောက်ပသောအလင်း၊ အနီအောက်ရောင်ခြည်၊ ကင်မရာကော်ဒါ။

**ဘာလက်လဗာ(Beanie).** Balaclava သည် မျက်လုံးများကိုသာ ဖုံးအုပ်ထားပြီး ခေါင်းတစ်ခုလုံးကို ဖုံးအုပ်ထားသည်။သိုးမွှေးထိုးပြီး သို့မဟုတ် ဝါဂွမ်းနှင့် သိုးမွှေးရောနှောထားသည်။(Synthetic Fiber မပါ).မည်သည့်အရောင် သို့မဟုတ် ပုံစံဖြစ်နိုင်သည် ထိပ်တွင် အလှဆင် Pom Pom ပါရှိသည်။ မျက်နှာနဲ့ လည်ပင်းကို အကာအကွယ် မလိုအပ်တဲ့အခါ Balaclava ကို လိပ်ပြီး 'Beanie' ဖြစ်လာနိုင်ပါတယ်။



**K-Scarf.** K Scarf သည် မျက်လုံးကိုသာ ဖုံးအုပ်ထားနိုင်သည်။ခေါင်းဖုံးနှင့် ကာဗာတစ်ခုအဖြစ် လုပ်ဆောင်သည်။(အမြင့်ဆုံးကာကွယ်မှု). သိုးမွှေးထိုးပြီး သို့မဟုတ် ဝါဂွမ်းနှင့် သိုးမွှေးရောနှောထားသည်။(Synthetic Fiber မပါ). မည်သည့်အရောင်သို့မဟုတ်ပုံစံ။

ဘာလက်လဗာသို့မဟုတ်K-Scarfနာခေါင်းနှင့် ပါးစပ်ကို ဖုံးအုပ်ခြင်းဖြင့် ကာကွယ်ပါ။လေထုညစ်ညမ်းမှု၊ သေစေတတ်သော ကူးစက်ရောဂါများနှင့် ကိုက်တတ်သော အင်းဆက်ပိုးမွှားများကို ရှောင်ကြဉ်ပါ။ခြောက်သွေ့ခြင်းနှင့် အေးသော လေ၏အကျိုးသက်ရောက်မှုကို လျော့နည်းစေသည်။ ဓာတ်မတည့်ခြင်း နှင့် ပန်းနာရင်ကျပ်ရောဂါများ လျော့နည်းစေသည်။ ကူးစက်တတ်သောရောဂါများ ပါဝင်သည်။

### အပြင်ထွက်တဲ့အခါ ခေါင်းကို အကာအကွယ် အမြဲတပ်ထားရတယ်။

အကာအကွယ်အဝတ်အစားလူခန္ဓာကိုယ်ကို ရာသီဥတု၊ ရောဂါ၊ လေထုညစ်ညမ်းမှုတို့မှ ကာကွယ်ရန် လိုအပ်သည်။ အကာအကွယ်အဝတ်အစားဖြင့် ကာကွယ်ထားသော အဓိကကိုယ်အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းများမှာ ဦးခေါင်း၊ အရေပြား၊ ခြေထောက်များဖြစ်သည်။အကာအကွယ်အဝတ်အစားတွေကို အပြင်မှာ အမြဲဝတ်သင့်ပါတယ်။

အရေပြားအများကြီးလိုတယ်။အကာအကွယ်အကိုက်ခံရခြင်းမှ(တိရစ္ဆာန်၊ လူ), stings(ပိုးမွှား၊ ဆေးထိုးအပ်), ရောဂါပိုးများ(ဘက်တီးရီးယား၊ မှို၊ ပိုးမွှား၊ ဗိုင်းရပ်စ်)ဓါတ်ရောင်ခြည်(အပူ၊ နေရောင်ခြည်၊ အနုမြူ), ထိတွေ့ခြင်း(အက်ဆစ်၊ မီး၊ နှင်းခဲ၊ ချွန်ထက်သောအစွန်းများ၊ စိုစွတ်သော)။



အကိုက်ခံရခြင်းမှ ကာကွယ်ပေးခြင်း။ဒေါသထွက်ခြင်း၊ အနုတရားရှိသော တိရစ္ဆာန်များနှင့် လူသားများကို ရှောင်ကြဉ်ပါ။



ကိုက်ခဲခြင်းမှ ကာကွယ်ပေးခြင်း။ အရေပြားကို ဖုံးအုပ်ပါ။(အကာအကွယ်အဝတ်အစား). တက်တူး သို့မဟုတ် ခန္ဓာကိုယ်ကို ထိုးဖောက်ခြင်း မပြုပါနှင့်(တက်တူးထိုးခြင်း ၊ ခန္ဓာကိုယ်ဖောက်ခြင်းသည် ပုံမှန်မဟုတ်သောဖျားနာခြင်း ၊ ပိုးဝင်ခြင်း ). အပ်ချပ်သည် အခါ လက်ချောင်းများကို ကာကွယ်ပါ။

ရောဂါပိုးမွှားများကို ကာကွယ်ခြင်း။အရေပြားကို သန့်ရှင်းစေပြီး အကာအကွယ်အဝတ်အစားဖြင့် အုပ်ထားပါ။ကျန်းမာသောအစားအစာ၊ နေစဉ်လေ့ကျင့်ခန်း၊ ဆေးဖက်ဝင်အပင်များနှင့် ဟင်းခတ်အမွှေးအကြိုင်များ၊ ဖြည့်စွက်စာများနှင့် ကာကွယ်ဆေးများ။



ဓါတ်ရောင်ခြည်ကာကွယ်မှု:နေရောင်ခြည်၊ အပူဒဏ်မှ အရေပြားကို ဖုံးအုပ်ပါ။(အကာအကွယ်အဝတ်အစား)ခန္ဓာကိုယ် 00% ကို ဖုံးအုပ်ထားသော နူကလီးယား အထူးဝတ်စုံ။**သတိပေးချက်**မလာအသားအရည်ကို ဖော်ထုတ်ခြင်း။(အဖော်အချွတ်)သို့

ခြပ်စင်(ရာသီဥတု)ကျန်းမာရေးနဲ့ မညီညွတ်ပါဘူး။

ထိတွေ့မှုကာကွယ်ရေး:အကာအကွယ်အဝတ်အစား၊ကာဗာ(ခေါင်းစွပ်ပါ)သို့မဟုတ် ပိုက်ဆန်၊ ချည်၊ သိုးမွှေး သို့မဟုတ် ချည်သားဖြင့် ပြုလုပ်ထားသော ၂ အပိုင်းအစ၊ မည်သည့်အရောင်ကိုမဆို ရောနှောထားသော သိုးမွှေး၊

tern(ဒြပ်မျှင်မရှိ).ဖြစ်ဖြစ်ချင်း(အဖုံး သို့မဟုတ် 2 ပိုင်း)အကင်္ဂါလည်ပင်းမှာ ပွပွပွပွ\*လက်၊ ခြေထောက်များကို လက်ကောက်ဝတ်နှင့် ခြေချင်းဝတ်များတွင် ပိတ်ထားသည်။(မူကြမ်းအထောက်အထား)။

\*ဖောင်းနေသော လက်များ၊ ခြေထောက်များသည် တံတောင်ဆစ်၊ ဒူးဆစ်များကို လွတ်လပ်စွာ လှုပ်ရှားနိုင်စေပါသည်။ အတွင်းပိုင်းလေသည် အရေပြားနှင့် ခန္ဓာကိုယ်အတွက် ရာသီဥတုကို ထိန်းချုပ်ပေးသည်။

**အဝတ်အစား**သဘာဝအမျှင်များဖြင့် ပြုလုပ်ထားရန် လိုအပ်သည်- တိရစ္ဆာန်အဖုံးများ၊ အပင်မျှင်များ၊ ပိုး၊ ချည် သို့မဟုတ် သိုးမွှေး။အမျှင်တုများကို အဝတ်အထည် သို့မဟုတ် လူ၏အရေပြားကို ထိသည့်အရာ အတွက် အသုံးမပြုပါ။အဝတ်အစားများအတွက် အမျှင်တုများ ထုတ်လုပ်မှု၊ ရှိပြီးသား ပစ္စည်းများကို အခြားရည်ရွယ်ချက်များအတွက် ပြန်လည်အသုံးပြုသည်။

**ခြေဖဝါး**အကာအကွယ်လိုတယ်။(ခြေအိတ်၊ ဘွတ်ဖိနပ်)ရာသီဥတု ဖောက်ပြန်ခြင်းမှအရေပြား၊ ခြေချောင်း၊ ခြေကျင်းဝတ်တွေမှာ အနုတရားရယ်ရှိတယ်။ ခြေထောက်ဗလာဖြင့် သွားခြင်းသည် ကျန်းမာရေးအတွက် အနုတရားတစ်ခုဖြစ်သည်။အပြင်မှာ ခြေထောက်ကို အမြီကာကွယ်ပါ။



**ခြေအိတ်**ဝါဂွမ်း၊ သိုးမွှေး သို့မဟုတ် ဝါဂွမ်းဖြင့်ပြုလုပ်ထားပြီး မည်သည့် အရောင်မဆို ပုံစံဖြင့်ပြုလုပ်ထားသည်။(ဒြပ်မျှင်မရှိ).ခြေအိတ်များတွင် ငွေစင် အမှန်များပါရှိသည်။(အလွှိုင်းမရှိ)ပိုးသတ်ဆေး၊ ဘက်တီးရီးယားပိုးမွှားများကို တိုက်ဖျက်ပေးပြီး အနံ့အသက်ဆိုးများကို လျော့ချပေးပါသည်။ခြေအိတ် များသည် ခြေဖဝါးအထက် 7 စင်တီမီတာအထိ ဖုံးအုပ်ထားသည်။

**ဘွတ်ဖိနပ်**အပေါ်ပိုင်းအကာအကွယ်အသားရေရှိသည်။(ဓာတုဗေဒ မပါ) အတွင်းသား နူးညံ့သောသားရေ(ဓာတုဗေဒ မပါ)ခြေဖဝါးသားရေ သို့မဟုတ် ရာဘာ (ပြန်လည်အသုံးပြုနိုင်သည်).ဘွတ်ဖိနပ်များသည် ခြေမျက်စိအထက် 7 စင်တီမီတာ အထိ ခြေထောက်ကို ကာကွယ်ရန်ဖြစ်သည်။**မှတ်ချက်!**ခြေဖဝါးကို မကာကွယ်နိုင် ပါ။(ဂုံ၊ ဖိနပ်၊ ကြိုး)ခြေဖဝါးနှင့် ခြေချင်းဝတ်တွေက အသုံးမဝင်ပါဘူး။ ခြေထောက် အကာအကွယ်ကို အပြင်မှာ အမြီတပ်ထားသင့်ပါတယ်။ အပြင်မှာ ခြေဗလာနဲ့ လမ်းလျှောက်တာက ကျန်းမာရေးနဲ့ မညီညွတ်ပါဘူး။



**လက်အကာအကွယ်**၊ လက်အိတ်များကို လိုအပ်သလို ဝတ်ဆင်ပါ။၎င်းတို့ကို သားရေ၊ ချည်၊ သိုးမွှေး၊ သို့မဟုတ် ချည်သား၊ သိုးမွှေးဖြင့် ပြုလုပ် ထားသည်။ (ဒြပ်မျှင်မရှိ)မည်သည့်အရောင်မဆိုပုံစံ။

**အပြင်ထွက်တဲ့အခါ အကာအကွယ်အဝတ်အစားတွေကို အမြီဝတ်ပါ။**

**အကာအကွယ်အမိုးအကာ**(အိမ်၊ နေထိုင်၊ အလုပ်)လူလိုအပ်ချက်တစ်ခု။ ရာဇဝတ်မှကာကွယ်ခြင်း။(လုံခြုံရေး), ဒြပ်စင် (ရာသီဥတု)မီး၊ အင်းဆက်နှင့် ညစ်ညမ်းမှု. တတ်နိုင်တဲ့ အကာအကွယ် အမိုးအကာတစ်ခု ပါ။**ဘုရားသခင်**ပေးထားတယ်! အုပ်ထိန်းသူ အုပ်ထိန်းသူသည် အစု လိုက်အိမ်ယာကို ပိုနှစ်သက်သည်။(ရပ်ရွာနေထိုင်မှု).



**အခန်းကြမ်းပြင်**၊ နံရံ၊ မျက်နှာကျက်တွင် ဆိုင်ကလုန်း၊ မီးနှင့် စိုထိုင်းဆမြင့်သော ကွန်ကရစ်ပြားများ ပါဝင်ပါသည်။

**အထပ်များ**စိုစွတ်သော ကြမ်းတိုက်သည် သန့်ရှင်းနိုင်သည်၊ ချော်လဲခြင်းမရှိ၊ တည်ငြိမ်မှု၊ မှိုနှင့် မှိုများကို ဟန့်တားနိုင်သော၊ တစ် ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းမှုရှိသည်။

**ပြတင်းပေါက်**အလျားလိုက်လျှောများသည် အကူးအပြောင်း tinted double glazed ဖြစ်သည်။ ရင်ပြင်

သစ်သားဘောင်။ကုလားကာများ သို့မဟုတ် အမိုးအကာများ မရှိပါ။(ကျန်းမာရေးနှင့် မညီညွတ်သော ဖုန်မှုန်များ၊ ပိုးမွှားများ၊ ပိုးမွှားများ..)အပြင်မှာ တံခါးပိတ်တွေအစား(သော့ခတ်နိုင်သော)နှင့် အလျားလိုက် လျော့ကျနေသော အင်းဆက် မျက်နှာပြင်များအတွင်း။

**တံခါးများ**သစ်သားဘောင်မဟုတ်သော စတုဂံပုံ **ဟင်းလင်းပြင်**ခိုင်မာသော၊ အတွင်းနှင့်အပြင်တွင် သော့ခတ်နိုင်သော အင်းဆက်မျက်နှာပြင်တံခါး၊ 1 way vision။အတွင်းပိုင်း၊ အစိုင်အခဲ၊ မီးခိုနိုင်၊ အတွင်းတွင်သော့ခတ်နိုင်သည်။

**အပူ\***ဗဟိုအပူ(ရေနေ့၊ ရေနေ့)အသုံးပြုသည်။အအေးပေးခြင်းသည် သဘာဝလေလည်ပတ်မှုဖြစ်သည်။အခန်းအပူချိန် 19-21°C ။ အအေးဒဏ်ကို ခံစားရပြီး အနွေးထည်ကို ဝတ်ပါ။ အပူအအေးမတက်ပါနဲ့။\*စွမ်းအင်ဖြန်းတီးမှုသည် မှုခင်း MS R3 ဖြစ်သည်။

**အလင်းရောင်\***အလိုအလျောက် On ၊ Off ။\*စွမ်းအင်ဖြန်းတီးခြင်းသည် ရာဇဝတ်မှုဖြစ်သည်။

အိမ်တွင်းအမိုးအကာမဟုတ်သော အမိုးတွင် ဆိုလာပြားများ ပါဝင်သည်။

လူတွေမှာ တစ်ခုရှိတယ်။**ဘုရားသခင်**တတ်နိုင်သော လုံခြုံသော နေထိုင်ခွင့် ပေးထားသည်။ (အမိုးအကာ)။အစိုးရသည် ပြည်သူများအား တတ်နိုင်သော လုံခြုံသော အမိုးအကာများ ပေးဆောင်ရန် တာဝန်ရှိသည်။အမိုးအကာ(အစုအဝေးအိမ်ရာ)ပံ့ပိုးပေးသည် **'ရိုင်းယား'**(ပြည် နယ် အစိုးရ) တတ်နိုင်သော ရပ်ကွက်အားလုံးသည် အငှားအခန်းများဖြစ်သည်။

လုံခြုံဘေးကင်း၍ သက်တောင့်သက်သာရှိစေမည့် အကာအကွယ်အမိုးအကာများ။

**အဝတ်ဗလာနဲ့ အသားအရည်ကို ဖော်ထုတ်တာဟာ အဖော်အချွတ်ပါပဲ။(သူ၊ သူမ)**

ဗလာအသားအရည်ကို ဖော်ထုတ်ခြင်း။(အဖော်အချွတ်)ဒြပ်စင်များသို့(မိုးလေဝသ)ကျန်းမာရေးနှင့် မညီညွတ်ပါ ဖုန်မှုန်များ၊ ပွန်းပဲ့ခြင်း၊ နှင်းခဲ၊ အပူ၊ ရောဂါပိုးများ၊ ဓာတ်ရောင်ခြည်များ၊ ကိုက်ခဲခြင်း၊ လေ၊ စိုစွတ်ခြင်း။ အပြင်ထွက်တဲ့အခါ ဆံပင်နဲ့ အရေပြားကို ဖုံးအုပ်ပါ။

ဗလာအသားအရည်သည် အရေပြားကို ဖုန်မှုန်များနှင့် ထိတွေ့စေသည်။ဖုန်မှုန်များသည် အရေပြားကို ခြောက်သွေ့စေပြီး အရေပြားချွေးပေါက်များကို ပိတ်ဆို့စေကာ အရေပြားကို အသက်ရှူမဝအောင် တားဆီးပေးသည်။ အရေပြား ချွေးပေါက်များ ပိတ်ဆို့ခြင်းသည် ရောဂါပိုးများကို မွေးထုတ်ပေးရာ နေရာဖြစ်သည်။(ယားယံခြင်း၊ နာကျင်ခြင်း)ဖုန်မှုန်တွေကို ဆေးကြောပါ။ Moisturizer သုံးပါ။ အပြင်ထွက်တဲ့အခါ အကာအကွယ်အဝတ်အစား ဝတ်ပါ။

အရေပြားဗလာနဲ့ ပွန်းပဲ့တာတွေ များလာပြီး အရေပြားကို နာကျင်စေတယ်။ မကုသဘဲနဲ့ ရောဂါပိုးတွေ ဝင်လာနိုင်တယ်။အပျော့စား ဆပ်ပြာနှင့် ရေဖြင့် ဆေးကြောခြင်းဖြင့် ပွန်းရာများကို ကုသပါ။ ပွန်းပဲ့ခြင်းကို အဝတ်စဖြင့်ဖုံးအုပ်ပြီး စေးကပ်သောတိပ်ဖြင့် ဖိထားပါ။ပိုးသတ်ဆေး သို့မဟုတ် ခရင်မ် မသုံးပါနှင့်။

အသားအရည် ဟာလာပြီ။အရေပြားကို နှင်းခဲနှင့် ထိတွေ့စေသည်။နှင်းခဲများသည် အရေပြားကို ထာဝရပျက်စီးစေနိုင်သည်။ အအေးဒဏ်ကနေ သားကောင်ကို ဖယ်လိုက်ပါ။ အေးခဲနေသော ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းကို ဖုံးအုပ်ရန် 37 စင်တီဂရိတ်အထိ အပူပေးထားသော တိမ်သောကွန်တိန်နာတစ်လုံးကို ရေဖြည့်ပါ။

အကိုက်ခံရတဲ့ တစ်ရှူးတွေကို ဘယ်တော့မှ မပွတ်ပါနဲ့ နှိပ်နယ်ပေးပါ။



ဗလာ အရေပြားသည် အရေပြားကို အပူနှင့် ထိတွေ့သည်။အပူရှိန်ကြောင့် အရေပြားကို ခြောက်သွေ့ပျက်စီးစေပြီး နာတာရှည် နာကျင်ကိုက်ခဲမှုကို ဖြစ်စေနိုင်ပါတယ်။ပြင်းထန်ပြီး အရည်ကြည်ဖုများ လောင်ကျွမ်းပါက ဆေးကုသမှု ခံယူရန် လိုအပ်ပါသည်။



ဗလာအသားအရည်သည် အရေပြားကို ဓာတ်ရောင်ခြည်ဖြင့် ထိတွေ့စေသည်။(နေရောင်ခြည်),UV မြင့်မားခြင်း။ ဓာတ်ရောင်ခြည်ပေးသည်။

အရေပြားအရမ်းနာတယ်။နောက်ကျမှ အသိအမှတ်ပြုတတ်တယ်! ဆေးဘက် ဆိုင်ရာအကြံဉာဏ်ကိုရယူပါ။ နေရောင်ချိုး(နေရောင်ခြည်ကို ထိခိုက်စေသော အရေပြားကို လိမ်ညှာခြင်း)အရေပြားကင်ဆာဖြစ်ရခြင်းမှာ မိမိကိုယ်မိမိ ဒဏ်ရာ အနာတရဖြစ်စေသည်။ ၎င်းကို အခမဲ့ ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဖြင့် အကျိုးမဝင်ပါ။  
**မှတ်ချက်!** ဒီလူတွေအတွက် စိတ်မကောင်းမဖြစ်ပါနဲ့။ သူတို့သည် မာနကြီးပြီး ယုတ်မာသော လူဆိုးများဖြစ်သည်။ ရှောင်ပြီး အရှက်!



ဗလာအသားအရည်သည် အရေပြားကို စိုစွတ်စေပါသည်။စိုစွတ်သောအချိန်ကြာကြာထိတွေ့ခြင်းသည် ခန္ဓာကိုယ် အပူချိန်ကို ပြောင်းလဲစေသည်။ခန္ဓာကိုယ် အပူချိန် အလွန်အကျွံ ကျဆင်းရင်(သွေးတိုးရောဂါ)ရောဂါ ဖြစ်ပွားသည်။ ချက်ချင်းအကူအညီရယူပါ။ ခြုံပြီးပြောရရင် လူကို နှေးနှေးထွေးထွေးထားပါ။



ဗလာအသားအရည်သည် အရေပြားကို တင်းတိပ်ဖြစ်စေသည်။အဖြစ်အများဆုံးကတော့ အင်းဆက်ပိုးမွှားတွေပါ။(ပျား၊ ပျား၊ ခြင်၊ နကျယ်ကောင်..).အင်းဆက်ပိုးမွှားကိုက်ခြင်းသည် အရေပြားယားယံခြင်း၊ ရောင်ရမ်းခြင်းနှင့် မကြာခဏ ပြင်းထန်သောဖျားနာခြင်းကို ဖြစ်စေသည်။ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာအကူအညီရယူပါ။

ဗလာအသားအရည်သည် အရေပြားကို လေတိုက်သည်။လေပြင်းကြောင့် အသားအရေ ခြောက်သွေ့ပြီး မီးလောင် နိုင်ပါတယ်။အသားအရေကို သန့်ရှင်းအောင်ထားပြီး moisturizer သုံးပါ။

**သတိပေးချက်**အသားအရည်ကို ဗလာနဲ့ အဂဏ္ဍီတွေကို ဖြန့်တယ်။(ရာသီဥတု) ကျန်းမာရေးနဲ့ မညီညွတ်ပါဘူး။အရေပြားကာကွယ်မှု(အကာအကွယ် အဝတ်အစား) အပြင်မှာ အမြဲဝတ်သင့်ပါတယ်။



အသားအရည် ဟာလာပြီ။(အဖော်အချွတ်)အများပြည်သူ သို့မဟုတ် မီဒီယာတွင် ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာ ပြဿနာဖြစ်သည်။ အိမ်အပြင်ဘက်တွင် အဖော်အချွတ်သည် အကျင့်စာရိတုတပျက်ပြားပြီး အရှက် ကင်းမဲ့မှုကို ပြသသည်။သူ သို့မဟုတ် သူမ အသားအရေ များလေလေ သူတို့ အမှိုက်တွေ ပိုများလေပါပဲ။ အမှိုက်သရိုက်တွေကို အမှိုက်ပုံးလို သဘောထားရမယ်။၎င်းတို့သည် မည်သည့်အသိုင်းအဝိုင်း အတွက်မဆို အပြစ်အနာအဆာများ ဖြစ်ကြသည်။

လူ၏ရေကူးခြင်းသည် သဘာဝမဟုတ်ပေ။လူ့ခန္ဓာကိုယ်သည် ရေအောက် သို့မဟုတ် နေထိုင်ရန် ဒီဇိုင်းထုတ်ထားခြင်း မဟုတ်ပါ။ ရေကူးခြင်း သို့မဟုတ် ရေအောက်၌ ရေကူးခြင်းသည် သဘာဝမကျ၊ ကျန်းမာရေးနှင့် မညီညွတ်သောကြောင့် ရှောင်ကြဉ် သင့်သည်။ သဘာဝရေပြင် သမုဒ္ဒရာများ(ပင်လယ်)ကုန်းတွင်းရေ(မြစ်ချောင်းများ..). သဘာဝမကျသော ရေကူးကန်များ၊ spa များ..



**သဘာဝရေ**ရေထဲတွင်နေထိုင်သော သတုတဝါအားလုံးအတွက် အိမ်သာ ဖြစ်သည်။ရေပေါ်မှာ ပျံသန်းနေတဲ့ ငှက်ကလေးတွေဟာ သူတို့ရဲ့ အမှန်အမှားတွေ ကို လုပ်ဆောင်ကြပါတယ်။ ကမ်းခြေရှိလူများသည် ကျင်ငယ်စွန့်ခြင်း၊ ဓမ္မမတာ လာတတ်သည် ။ အိမ်သာထဲမှာ ရေကူးတာက အရေပြား ကျန်းမာရေးနဲ့ မ ညီညွတ်ပါဘူး။ Gulping အိမ်သာရေသည် ကျန်းမာရေးအတွက် အနုတရားဟပ် ကြီးပါသည်။ မလုပ်ပါနဲ့! ကလေးတွေကို ကာကွယ်ပါ။

**မှတ်ချက်!**သံဖြူသောင်ပြင်များစွာသည် ငါးကန်များဖြစ်သည်။ ပင်လယ်ကမ်းခြေသွားတဲ့ လူတွေ။ ငါးကန်မှာအိပ်ပြီး ဆီးထဲရေကူးပါ။ Yuk!

သဘာဝရေမြှုပ်ကဲ့သို့ ညစ်ညမ်းမှု၊ အဆိပ်အတောက်များကို စုပ်ယူသည်။ လေထုညစ်ညမ်းမှုအက်စစ်မီး(မီးလောင်ခြင်း၊ ပေါက်ကွဲခြင်း)ဖုန်မှုန့်(သတုတုတွင်း၊ မုန်တိုင်းများ)အဏုမြူရောင်ခြည်၊ (ဓာတ်အားပေးစက်ရုံ၊ တပ်မတော်)၊ လေထု ညစ်ညမ်းမှုသည် အစားအသောက်ကွင်းဆက်တစ်ခုသို့ ရောက်ရှိလာသည်။(လေ၊ မြေ၊ ရေ)နောက်ဆုံးတွင် a ၏အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုအဖြစ်အဆုံးသတ်ခဲ့သည်။(ကျန်းမာရေးအန္တရာယ်)အစားအသောက်!

ရေထုညစ်ညမ်းမှုတူးဖော်ခြင်း၊ မြှုပ်နှံခြင်း၊ လျှော့ကျခြင်း၊ ရေ သယ်ယူပို့ဆောင်ခြင်း။ ရုပ်ကြွင်းလောင်စာအတွက် တူးဖော်ခြင်း သည် လေနှင့် ရေကို ညစ်ညမ်းစေသည်။ ဓာတုဗေဒပစ္စည်းများ၊ စွန့်ပစ်ရေဆိုးများ၊ မူးယစ်ဆေးဝါးများ၊ အမှိုက်များ၊ အဆိပ်အတောက်များကို နေစဉ်နှင့်အမျှ စွန့်ပစ်နေပါသည်။ ရှိကြာ တယ်။(အဆိပ်အတောက်များ၊ ဓာတုပစ္စည်းများ၊ ဆေးဝါးများ၊ အမှိုက်များ၊ ကုန်ကြမ်းများ)ထံမှ



မုန်တိုင်းရေ၊ စက်မှုလုပ်ငန်း၊ လယ်ယာများ၊ ညစ်ညမ်းခြင်း။ ရေကြောင်းသယ်ယူပို့ဆောင်ရေး အစုလိုက်တင်သင်္ဘောများ၊ အပျော်စီးသင်္ဘောများ၊ ရေပျံသင်္ဘောများ၊ ငါးဖမ်းသင်္ဘောများ၊ စူပါရေနံတင်သင်္ဘောများ၊ စစ်သင်္ဘောများသည် ကြီးမားသောညစ်ညမ်းစေပါသည်။ သေးငယ်သော ရေသယ်ယူပို့ဆောင်ရေးသည်လည်း အထူးသဖြင့် ကုန်းတွင်းရေထုကို ညစ်ညမ်းစေသည်။



လေ၊ မြေ၊ ရေကို ညစ်ညမ်းစေသော 'ပတ်ဝန်းကျင် ညစ်ညမ်းခြင်း' သည် ရာဇဝတ်မှုတစ်ခုဖြစ်သည်။**ဒေါ်R7** လေ့စီးခြင်းနှင့် အပျော်စီးခြင်းများအားလုံး ပြီးဆုံးသည်။

သဘာဝမကျသောရေများဆိပ်ပင်၊ အရေပြားနှင့် မျက်လုံးကို ခြောက်သွေ့စေသော ဓာတုပစ္စည်းများ ရောနှောပါဝင် ပါသည်။ရေကူးကန်များနှင့် ရေပူစမ်းများကို ရှောင်ပါ။ ရေကူးကန်များသည် ရှားပါးသော ရေချို၏ သာလွန် ကောင်းမွန်သော စွန့်ပစ်ပစ္စည်းများဖြစ်သည်။



ဤအညစ်အကြေးများ ကုန်ဆုံးသွားသည် ။



လူသားများပင်လယ်သတုတဝါများအဖြစ် ဖန်တီးထားခြင်း မဟုတ်ပါ။ စည်းစိမ် ဥစ္စာ အသားအရောင် ခွဲခြားမှု ကြောင့် ပျင်းရိငြီးငွေ့ လာရခြင်း သည် သဘာဝ ရေ ကို လွန်ကဲစွာ ကျူးကျော် လာ သည် ။ များပြားလှသော ပင်လယ် ရေသတုတဝါများ၏ နေထိုင်မှုပုံစံများ။ဤရာဇဝတ်ကောင်များသည် သဘာဝ ရေများကို ကျူးကျော်ဝင်ရောက်လာခြင်းဖြင့် ခုခံကာကွယ်သည့် တုံ့ပြန်မှုများဆီ သို့ ဦးတည်သွားခဲ့သည်။**၁ ဘုရားသခင်**ပင်လယ်၏ဖန်တီးမှုများ။

အန္တရာယ်ရှိသောရေညှိပွင့်မြို့ပြ၊ ဆင်ခြေဖုံးရပ်ကွက်များတွင် စီးဆင်းမှုများကြောင့်ဖြစ်သည်။တိရိစ္ဆာန်များ၊ လူများ၊ သဘာဝ ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် စီးပွားရေးကို သိသိသာသာ ထိခိုက်နစ်နာစေ ပါသည်။သောက်ရန် သို့မဟုတ် ရေကူးရန် မသင့်တော်ပါ။



ညငါးကြီးသူတို့၏ ရွက်ဖျင်များကို ပုတ်ခတ်ရန် အသုံးပြုသည်။တချို့က အရေပြားကို ယားယံစေတယ်။ အခြားအရာများသည် နာကျင်၍ နာကျင်သော အရည်ကြည်ဖုများ ဖြစ် ပေါ်တတ်သည်။ အဆိပ်အတောက်များစုပုံလာသောကြောင့် ဂျယ်လီငါးအဆိပ်သည် အကြိမ်များစွာ အဆိပ်သင့်သောအခါ သေစေပါသည်။အဆိပ်အတောက်များ စုပုံလာ သလား မသိ။ ဆေးအကူအညီကို အမြန်ရှာတာ အကောင်းဆုံးပါပဲ။





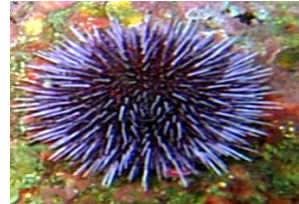
**Cone** ခရုလက်အိတ်ဖြင့် ထိုးနိုင်သည်။ပထဝီဝင်ပုံးသည် အသေအပျောက်အများ ဆုံးဖြစ်ပြီး ၎င်း၏သေးငယ်သောခန္ဓာကိုယ်တွင် အဆိပ်အတောက် ၁၀၀ ကျော်ရှိ သည်။ cone ခရုများအတွက် ဆန်ကျင်အဆိပ်မရှိပါ။ ရောဂါလက္ခဏာများ ပြ ရန် နှေးကွေးသည်။ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာအကြံဉာဏ်ကိုရယူပါ။

**ကျောက်ငါး**အဆိပ်သင့်ဆိုးငါးများထဲမှ တစ်ခုဖြစ်သည်။အရှိန်ပြင်းပြင်းနဲ့ နင်း မိတဲ့အခါ အဆိပ်တွေက ခြေဖဝါးထဲကို ထိုးကျသွားတယ်။ ရလဒ်(၁၀ သို့မဟုတ် သေခြင်း)ခန္ဓာကိုယ်တွင်း အဆိပ်အတောက် မည်မျှဝင်ရောက်လာ သလဲ ဆိုသည့်အပေါ် မူတည်သည်။ကိုက်ခံရသည့်နေရာ၊ မကြာမီ လူတစ်ဦး ဆေးကုသမှု ခံယူသည်။ ထိုကျင်ခြင်း သို့မဟုတ် ထိုကျင်ခြင်းသည် ကိုက်ခံရ ပြီးနောက် ရက်သတုတ်ပတ်များစွာကြာနိုင်သည်။



**အပြာရောင် အကွင်းလိုက် ရေဘဲ**အဆိပ်သင့်ဆိုးသော ရေနေသတ္တဝါများဖြစ်သည်။၎င်းတို့၏ အဆိပ်သည် ပြင်းထန်ပြီး မကြာခဏ ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံး သွက်ချာပါဒ ဖြစ်စေသည်။ သွက်ချာပါဒဖြစ်တတ်သောကြောင့် အကိုက်ခံရပါက အကူအညီတောင်း ရန် သို့မဟုတ် ဒုက္ခကိုညွှန်ပြနိုင်သည့် နည်းလမ်းမရှိပါ။အပြာရောင် ringed ရေဘဲ အဆိပ်ကို မရနိုင်ပါ။ လူကို အသက်ရှူပါ။

**ပင်လယ် urchin**ကျောရိုးမှ တစ်သျှူးများ ထိခိုက်ဒဏ်ရာ ပြင်းထန်နိုင်သည်။ ၎င်းတို့သည် ရောင်ရမ်းခြင်း၊ နီရဲလာခြင်း၊ ရောင်ရမ်းလာပြီး အလွန်နာကျင် လာနိုင်သည်။ ၎င်းတို့သည် ကူးစက်ရန် အလားအလာများသည်။ အကယ်၍ ခန္ဓာကိုယ်တွင်းမှ သွေးများ ပျံ့နှံ့သွားနိုင်သည်။ မင်းဖျားနာအောင်လုပ်တယ်။ အထိန်းအကွပ်မဲ့ ရောဂါပိုးတွေကို သေစေနိုင်ပါတယ်။



ငါးသေတုတာများတွင် ၎င်းတို့သည် ကျူးကျော်သူ၏နှလုံးသားကို ချိန်ရွယ် ထားသည့် စူးရှပြီး အဆိပ်ပြင်းသော နာကျင်သောတကောင်ရှိသည်။နှလုံး ကို အဆိပ်ခတ်သောအခါတွင် ချက်ခြင်း ဆေးဝါးအကူအညီဖြင့် လူကို ကယ်တင်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။ငါးမန်းအထက်တွင် မကူးပါနှင့်။

ဘယ်တော့လဲ**ပင်လယ်ပိုးများ**သမုဒ္ဒရာထဲမှာ ခုန်ချတဲ့အခါ ပထမဆုံး သတိထားမိတာက မင်းရဲ့ အရေပြားတပြင်လုံးမှာ သူတို့ရဲ့ အဆိပ်အတောက်တွေပါပဲ။သေးငယ်သောအရာတစ်ခုအတွက်၊ ၎င်း တို့သည် သေချာပေါက် ထုပ်ပိုးနိုင်သည်။ ရေထဲဆင်းဖို့ လုံလောက် သလောက်ပါပဲ။သွေးဆင်းတဲ့အခါ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အကြံဉာဏ်ရယူပါ။



ငါးမန်းများသည် ဖျားနာအားနည်းသော သတ္တဝါများ၏ သမုဒ္ဒရာများကို ရှင်းလင်းစေသည်။လူသားတွေ ကျူးကျော်လာတဲ့အခါ (ရေကူးသမားများ၊ ရေလွှာလျှောစီး သူများ၊ ရေငုပ်သမားများ..) ပင်လယ်။ ငါးမန်းသည် ပင်လယ်၏ကာကွယ်သူဖြစ်လာသည်။သူတို့ က ငါးမန်း တွေကို တိုက်ခိုက်လိုက်တာ။ လူသားများသည် ရာဇဝတ် ကောင်များဖြစ်သည်။ လူသားတွေကို ငါးမန်းလှောင်အိမ် ထဲ မသတ်ပါနဲ့**ဒေါ်R3**.

## ရှောင်ဖယ်၊ ရှက်စရာ။

၁ ဘုရားသခင်ပင်လယ်သတုတဝါတွေအတွက် ပင်လယ်ကို ဖန်တီးပြီး လေထဲမှာရော ကုန်းပေါ်မှာပါ သတုတဝါတွေအတွက် အစာကျွေးတယ်။ လူသားတွေအတွက်ရော။ သူသည် လူသားများ စိတ်လှုပ်ရှားစွာ ရှာဖွေရန် ပင်လယ်များကို ဖန်တီးခဲ့ခြင်း မဟုတ်ပါ။ ရေကူးခြင်း၊ လှိုင်းစီးခြင်း၊ ရေလွှာလျှောစီးခြင်း၊ လှေစီးခြင်း၊ အပျော်စီးခြင်း၊ snorkeling လုပ်ခြင်းများသည် ပတ်ဝန်းကျင် ညစ်ညမ်းမှု နှင့် ပြီးဆုံးပါသည်။

### အကြီးမားဆုံး ခြိမ်းခြောက်မှုလူ့ခန္ဓာကိုယ်သို့ 'GM' (မျိုးရိုးဗီဇပြုပြင်မှု)

မျိုးရိုးဗီဇပြုပြင်မှုမခံခြင်း။ (GM) ဆန့်ကျင်သည် ၁ ဘုရားသခင်လူသားမျိုးနွယ်၊ အခြားသတုတဝါအားလုံး နှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ကို ခြိမ်းခြောက်မှု။ GM သည် လူသားများ 1 ဘုရားသခင်၏ ဒီဇိုင်းကို စွက်ဖက်နေသည်။ လက်မခံနိုင်ပါ။ ပြီးဆုံးသည်

GM သီးနှံစီးဆင်းမှုအပေါ်သက်ရောက်မှုကြောင့် အစာကွင်းဆက်တစ်ခုလုံးကို ပြောင်းလဲစေသည်။ (လူတွေက ဒီအထဲမှာ ပါပါတယ်)။ ဓာတ်မတည့်မှုအသစ်များ၊ အမည်မသိရောဂါများ၊ အစားအသောက် ကွင်းဆက်အဖွဲ့ဝင်များအားလုံးတွင် အသက်အနုတရားရှိသော ကမ္ဘာ့ကပ်ရောဂါများကို ဖန်တီးပေးသည့် ဗီဇပြောင်းလဲမှုများကို ဖန်တီးခြင်း။ လူတွေက ပိုဖျားမယ်၊ အသက်ငယ်မယ်၊ ပိုဖျားမယ်၊ ကလေးပျက်မယ်၊ သန့်စင်ပြောင်းမယ်။

လူသားများနှင့် ဂေဟစနစ်အတွက် ဤခြိမ်းခြောက်မှုကို ကုသခြင်းသည် ကာကွယ်ခြင်းနှင့် ကုသခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ **ရုပ်: GM သုတေသန၊ GM မျိုးစေ့ထုတ်လုပ်ခြင်းနှင့် GM သီးနှံစိုက်ပျိုးခြင်း။ တရားစွဲဆိုရန်- GM သိပ္ပံပညာရှင်၊ ကုန်ထုတ်လုပ်မှုအမှုဆောင်များ၊ သီးနှံစိုက်ပျိုးသူများ၊ ဒါရိုက်တာများ၊ ပိုင်ရှင်များ၊ လူသားမျိုးနွယ်အပေါ် ရာဇဝတ်မှု နှင့် ဂေဟစနစ်ကို ဆန့်ကျင်သည်။** “ဒေါ် R7!

အစိုးရသည် GM သုတေသနနှင့် မျိုးစေ့ထုတ်စက်ရုံများကို လောင်မြိုက်စေခြင်းဖြင့် ခြိမ်းခြောက်မှုကို ဖယ်ရှားပေးသည်။ GM သီးနှံများ မီးရှို့ခံရသည်။ ညစ်ညမ်းတဲ့ မြေဆီလွှာတွေဟာ GM-သီးနှံတွေ စိုက်ပျိုးပြီး ၃ နှစ်ကြာအောင် ပြေးလွှားနေရတယ်။ ကာကွယ်ရေးနှင့် ကုသရေး မလုပ်ဆောင်သော အစိုးရကို အစားထိုးလိုက်သည်။

# Zero Tolerance to GM !!!

## မသန်စွမ်းမှု

မွေးရာပါ မတော်တဆ၊ ဖျားနာခြင်း၊ အကြမ်းဖက်မှုကြောင့် မသန်မစွမ်းဖြစ်ခြင်း။ မသန်မစွမ်းဖြစ်နိုင်သည်။ (စိုးရိမ်စိတ်၊ စိတ်ဓာတ်ကျခြင်း...) စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ (စိတ်ရောဂါ၊ စိတ်ကျရောဂါ...) ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ (ဖြတ်တောက်ခြင်း၊ မျက်စိကွယ်ခြင်း၊ နားပင်းခြင်း၊ စိတ်ကျခြင်း၊ လေးထောင့်ကျခြင်း...) လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ (လိင်တူဆက်ဆံခြင်း၊ လိင်တူဆက်ဆံခြင်း၊ လိင်ပြောင်းခြင်း)၊ မသန်မစွမ်းဆိုတာ လူ့အဖွဲ့အစည်းရဲ့ ပြဿနာပါ။ ၎င်းသည် မိသားစု သို့မဟုတ် တစ်ဦးချင်းစီ၏ လိုလားချက်များကို လွှမ်းမိုးထားသည်။ မိသားစု၊ မောင်နှမ၊ အသိုက်အဝန်းရဲ့ လူနေမှုဘဝရဲ့ ကိုယ်ကျင့်တရား အရည်အသွေးကို အနှောင့်အယှက်ဖြစ်စေတဲ့ မသန်စွမ်းမှုမှန်သမျှ။ ရပ်ရွာဝန်ဆောင်မှုများဖြင့် ကိုင်တွယ်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည်။

**SmeC'Shire** ဆေးဘက်ဆိုင်ရာပညာရေးရှုပ်ထွေး (စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ မသန်စွမ်းမှု)၊ ပြည်နယ်ဆေးရုံဝန်ဆောင်မှုများ (စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ မသန်စွမ်းမှု)။

ခရိုင်ပိုင်းဆိုင်ရာ မသန်စွမ်းမှု ဆောင်ရွက်ပေးခြင်း။(ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ မသန်စွမ်းမှု)။  
ခရိုင်လိုင်ပိုင်းဆိုင်ရာမသန်စွမ်းမှုကို Quarantine(လိုင်ပိုင်းဆိုင်ရာ မသန်စွမ်းမှု)။  
လူတစ်ယောက်မှာ ဘာကြောင့် မသန်စွမ်းဖြစ်တာလဲ။ ဖြင့် ပြစ်ဒဏ် မဟုတ်ပါ။ **ဘုရားသခင်**။  
ခန့်အပ်မှုအတွက် စိန်ခေါ်မှုတစ်ခုဖြစ်သည်။ Soul's Mission ၏ ဘဝအတွေ့အကြုံတစ်ခု( **စာလိပ် ၁၊ Afterlife ကိုကြည့်ပါ**)။

လူတစ်ဦးချင်းစီအတွက် အကြီးမားဆုံး ခြိမ်းခြောက်မှုတစ်ခုဖြစ်သည်။ **'အကြမ်းဖက်မှု'**  
အကြမ်းဖက်မှုသည် မွေးကင်းစမှ စတင်သည်။ ကြမ်းတမ်းသောပတ်ဝန်းကျင်သည် တစ်သက်တာလုံး  
အကြမ်းဖက်မှုဆီသို့ ဉာဉ်ပွားစေသည်။ အကြမ်းဖက်မှု၏ ဉာဉ်သည် အကြမ်းမဖက်ရန် အစပျိုးရန်  
လိုအပ်သည်။ **အစပျိုးမှုများ-အရက်၊ ဒေါသ၊ ထိတွေ့ အားကစား၊ ကြောက်ရွံ့မှု၊ ရန်ဖြစ် အားကစား၊**  
**မောဟ၊ အရှက်ရမှု၊ စာနာမှု ကင်းမဲ့မှု၊ စိတ်ကို ပြောင်းလဲစေသော ပစ္စည်း၊ ရွယ်တူချင်း ဖိအား၊**  
**ဒေါသ၊ ကြမ်းတမ်းသော ဗီဒီယို၊ ကြမ်းတမ်းသော ဗီဒီယိုဂိမ်းများ။**

မွေးကင်းစအမေနှင့် ထိတွေ့ပြီး အဖေက တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် ရိုင်းရိုင်းစိုင်းစိုင်း စကားတွေပြောနှုတ်ဖြင့် အလွဲသုံးစားလုပ်ခြင်း  
သည် အဆင်ပြေကြောင်းနှင့် နောင်ဘဝတွင် ထိုသို့ပြုမည်ကို လေ့လာပါ။ မွေးကင်းစကလေးသည် ဖခင်၏ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ နာကျင်  
စေမှုကို ခံခဲ့ရသော မိခင်နှင့် ထိတွေ့ခဲ့သည်။ မွေးကင်းစကလေးသည် နောင်ဘဝတွင် ကိုယ်တော်၏ ကိုယ်ထိလက်ရောက်စေကားမှု  
ကို ခံနိုင်ရည်ရှိမည်ဖြစ်သည်။ မွေးခါစက သူမကို နာကျင်အောင်လုပ်တာ ကောင်းမယ်ထင်တယ်။

အကြမ်းဖက်မှုသည် အခြားသူတစ်ဦးထံမှ လာနိုင်သည်။ (၄) တောရိုင်းတိရစ္ဆာန်  
ဆန်များမှ လာနိုင်သည်။ အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်များမှ လာနိုင်သည်။ အစိုးရ၏  
လုပ်ဆောင်ချက် သို့မဟုတ် ပျက်ကွက်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်လာနိုင်သည်။ ပြည်ပ  
ကျူးကျော်မှုတွေနဲ့ လာတာ။



'အကြမ်းဖက်မှု' ကို တာဝန်ခံမှုမရှိသော အသိုက်အဝန်းဖြင့် နေထိုင်ပါသည်။ ပေးမည်။ **'သတ်'**(ကိုယ်ဝန်  
ဖျက်ချမှု၊ လုပ်ကြံသတ်ဖြတ်မှု၊ သေဒဏ်၊ လူမျိုးတုံးသတ်ဖြတ်မှု၊ သတ်ဖြတ်မှု) လူတစ်ဦးကို သတ်ခြင်း  
သည် လူသားအားလုံးကို စေတနာခြင်း ခြိမ်းခြောက်မှုတစ်ခုဖြစ်သည်။ **1 ဘုရားသခင် !**  
**မည်သည့်ပုဂ္ဂိုလ်၊ အဖွဲ့အစည်း၊ အစိုးရမှ သတ်ပိုင်ခွင့်မရှိပါ။**

**သတ်ဖြတ်ခြင်းသည် ဘယ်တော့မှ ဖြေရှင်းချက်မဟုတ်ပါ!!!**

# ရုပ်'အကြမ်းဖက်မှု'အိမ်မှာ စလိုက်။

အကြမ်းဖက်ခြင်းသည် အဖြေမဟုတ်ပါ။ ဖြေရှင်းချက်တစ်ခုမဟုတ်ပါ။

လူအဖွဲ့အစည်းဝင်တိုင်းတွင် အကြမ်းဖက်မှုကို ထိန်းချုပ်ရန် လူသား၏ ရှင်သန်ရပ်တည်ရေး  
တာဝန်ရှိသည်။ ပူးပေါင်းပါ။ (အစ)ရုပ်ကွက်အတွင်း စောင့်ကြည့် (Shire Sentinel ကိုကြည့်ပါ  
) စောင့်ကြည့်၊ သတင်းပို့၊ ဖမ်းဆီး(အရပ်သား)။ သင့်အသိုင်းအဝိုင်းကို ရာဇဝတ်မှုကင်းစင်  
သောနေ့ဖြစ်အောင် ပြုလုပ်ပါ။ လမ်းညွှန်အဖြစ် 'အကြမ်းမဖက်မှု အယူအဆ' ကို အသုံးပြု  
ပါ။ (ဘုရားကျောင်း 1 ကိုကြည့်ပါ)။



**တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းမှု**

ကပ်ရောဂါများသည် ကျန်းမာရေးနှင့် ရှင်သန်မှုအတွက် မည်မျှအရေးကြီးကြောင်း ကျွန်ုပ်တို့အား ပြသထားသည်။ အောက်ပါတို့သည် နေ့စဉ်လုပ်ရိုးလုပ်စဉ်၏ တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းမှုအပိုင်းဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့ကို သင်၏နေ့စဉ်လုပ်ရိုး လုပ်စဉ်အဖြစ် ပြုလုပ်ပါ-

**အစာမစားမီ မျက်နှာနှင့် လက်ကို ဆေးကြောပါ။  
အပြင်ကနေ အိမ်ထဲဝင်ပြီး မျက်နှာနှင့် လက်ကို ဆေးပါ။ အိပ်ရာ  
မဝင်ခင် တစ်ကိုယ်လုံးကို ဆေးကြောပါ။**



ဝင်လာတိုင်း သို့မဟုတ် အပြင်ထွက်တိုင်း (အကာအကွယ်၊ အိမ်တွင်း) အဝတ်အစားများကို ပြောင်းလဲပါ။

ကျန်းမာသောဘဝနေထိုင်မှုပုံစံအတွက် စောင့်ထိန်းအုပ်ထိန်းသူ၏နေ့စဉ်လုပ်ရိုးလုပ်စဉ်ကို အသုံးပြုပါ။

လူတိုင်းသည် ၎င်းတို့၏ ခန့်ခွဲကိုယ်အား စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အနုတရားများမှ စဉ်ဆက်မပြတ် ကာကွယ်ရန် ရှင်သန်ရေးတာဝန်ရှိသည်။

# ကျွန်ုပ်တို့ ၃

တစ်သက်တာလုံး၊ ရှာဖွေ၊ ရယူပြီး အသိပညာကို အသုံးပြုပါ။

ဦးနှောက်သည် ဆက်လက်လုပ်ဆောင်နိုင်ရန် လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ရန် လိုအပ်သည်။ အကောင်းဆုံး လေ့ကျင့်ခန်းများမှာ ဗဟုသုတရှာဖွေခြင်း၊ ရယူခြင်း၊ အသုံးပြုခြင်း နှင့် ၎င်းသည် စဉ်ဆက်မပြတ် လုပ်ဆောင်ခြင်း ဖြစ်သည်။ **ဘုရားသခင်** ပဋိသန္ဓေနေခြင်းမှ မီးသင်္ဂြိုဟ်ခြင်းသို့ အသိပညာကို ဆည်းကပ်ခြင်း၊ အသိပညာအဆက်ပြတ်မှုသည် မျိုးစိတ်တိုင်းတွင် မသေနိုင်ပေ။

**ဗဟုသုတရှာဖွေခြင်း**။ အခမဲ့ပညာရေးဖြင့် စတင်သည်။ (လေ့လာ သင်ယူပါ)။ ထို့နောက် လေ့ကျင့်ရေး သင်တန်းများ ပေးသည်။ လိုအပ်ချက်အရ ဆက်လက်၍ ပညာသင်ကြားခဲ့သည်။ ပညာရေးအားလုံး သည် အများသူငှာဖြစ်သည်။ ကိုယ်ပိုင်ပညာရေး ပြီးဆုံးပါပြီ။

ပြည်နယ်အစိုးရသည် မွေးကင်းစမှ သက်ကြီးရွယ်အိုများအထိ 'အခမဲ့ပညာရေး' ပေးသည်။ အစိုးရမဟုတ်သော ပညာရေးကို မထောက်ပံ့၊ ပိတ်ထားသည်။ ပညာရေး (အခမဲ့၊ အများသူငှာ) ပြည်နယ်နှင့် Shire မှထောက်ပံ့ပေးသည်။

**SmeC'Shire** ဆေးဘက်ဆိုင်ရာပညာရေးရှုပ်ထွေး  
**PHEC** ခရိုင်ဆေးရုံပညာရေးဌာန၊  
**PDEC** ပြည်နယ်ကာကွယ်ရေး အရေးပေါ်ဌာန၊  
အီး ရပ်ရွာအရေးပေါ်ဝန်ဆောင်မှု



ပညာရေးသည် မိဘများ၊ ဆရာများနှင့် ဆေးဝါးများအကြား ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်း ဖြစ်သည်။ အခမဲ့ပညာရေး၊ အခမဲ့ကျန်းမာရေးနှင့် အခကြေးငွေပေးဆောင်ခြင်းတို့ ပါဝင်သည်။ (wmw) အလုပ်သင်။ မဟုတ်ဘူး အိမ်စာ။ အစိုးရပညာရေးမဟုတ်၊ တကုန်သိုလ်များ၊

အလုပ်သင်စဖွင့်သောအခါတွင် လုပ်ငန်းအတွေ့အကြုံ လုပ်သက်ဖြင့် ရာထူးတိုး သည်။ အရည်အချင်းစစ်ပြီးမှ ဆက်လက်လေ့လာပါ။ လုပ်ငန်းအတွေ့ အကြုံ၊ လုပ်သက်ဖြင့် ရာထူးတိုးဖွင့်သည့်အခါ။...

၁၀၀ သင်ယူပါ။ နားလည်သောအခါတွင် စတင်သင်ကြားပါ။ အခမဲ့ပညာရေးတွင် မြန်သည်။

သင်ယူသူများသည် နှေးကွေးသူများကို သင်ကြားပေးသည်။လုပ်ငန်းခွင်မှာ အတွေ့အကြုံရှိတဲ့ အလုပ်သမားက အသစ်တွေ လေ့ကျင့်ပေးတယ်။ အိမ်မှာ အဘိုးအဘွားတွေက ကလေးတွေကို ညားတဲ့ကလေးတွေ သင်ပေးတယ်။ မိဘတွေက ကလေးတွေကို သင်ပေးတယ်။

ဗဟုသုတရှာဖွေခြင်းဆိုသည်မှာ မေးခွန်းများမေးခြင်း ဖြစ်သည်။အသိပညာရရှိခြင်းဆိုသည်မှာ အဖြေများရရှိခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ အသိပညာကို အသုံးပြုခြင်းဆိုသည်မှာ အကြံဉာဏ်များရရှိရန် အဖြေများကိုအသုံးပြုကာ လုပ်ဆောင်ချက်ကို အကောင်အထည်ဖော်ခြင်းဖြစ်သည်။စဉ်ဆက်မပြတ် ဆိုသည်မှာ စုဆောင်းထားသော အသိပညာအားလုံးကို နောင်လာ နောက်သားသို့ လွှဲပြောင်းပေးခြင်းကို ဆိုလိုသည်။

### ဘယ်လိုလဲမေးခွန်းထုတ်ရန်

၁။မေးခွန်းတစ်ခုကို ပုံဖော်ထားသည်။(အရေးကြီးသည်၊ အသုံးဝင်သောအဖြေကိုရရှိရန်)  
၂။ဘယ်သူ့ကိုမေးမလဲ။'ရှာပါမှန်ကန်သောအရည်အချင်းရှိသူ(လူ 1 ဦးထက်ပို၍ မေးရန် လိုအပ်နိုင်သည်)

၃။ဖြေကြားပေးတဲ့သူကို ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။(လူမှုဆက်ဆံရေးကောင်းမွန်ခြင်း)  
၄။'အမြတ်လက်ခံနိုင်သောအဖြေတစ်ခု(လက်ခံနိုင်သောအဖြေမရှိပါ) ၅။ရေးပါ သို့မဟုတ် အသိ၊ အမြင်ဖြင့် မှတ်တမ်းဖြေဆိုပါ။(၄) ၆။'လျှောက်ထားမင်းကဘာလဲ'  
လေ့လာပါ'(ဖြေ)

၇။သင့်ရဲ့ အသိပညာအသစ်ကို အသုံးပြုပါ။'သင်ပေးပါ'အခြားသူများ(အသိပညာ အဆက်မပြတ်)

### ဘာလဲမေးခွန်းထုတ်ရန်

အရာအားလုံး(အသိဉာဏ်၊ ပညာကိုရှာ၊ ဆည်းပူးခြင်း)။

### ဘယ်တော့လဲမေးခွန်းထုတ်ရန်

ကဲ(ဉာဏ်ရည်ထက်မြက်၍ လူမှုဆက်ဆံရေးကောင်းမွန်သူ)

### အဘယ်ကြောင့်မေးခွန်းထုတ်ရန်

မေးခွန်းများမေးရန် လိုအပ်သည်။(သိချင်စိတ်၊ သိထားရမယ်၊ စကားဝိုင်း)



## စိတ်ကူးများအနာဂတ်၏အစဖြစ်သည်။

အတွေးအခေါ်များသည် ဆင့်ကဲပြောင်းလဲမှုများကို လိုက်လျောညီထွေဖြစ် စေသည်။အိုင်ဒီယာများသည် ဉာဏ်ရည်ဉာဏ်သွေးဆိုင်ရာ လုပ်ဆောင်ချက် အားလုံးတွင် ဖန်တီးမှုအရှိဆုံး၊ ဖြစ်ထွန်းသည်။အတွေးအမြင်များကို အသိပညာ စဉ်ဆက်မပြတ် သိမ်းဆည်းထားသည်။



နေ့စဉ်အမျှ အတွေးပေါင်းများစွာ တွေးပြီး မြန်မြန်မေ့ပျောက်၊သိမ်းဆည်းထားခြင်း၊ မှတ်တမ်းတင်ခြင်း သို့မဟုတ် ရေးမှတ်ခြင်းမပြုရသည့် အကြောင်းအရင်းဖြစ်သည်။ စိတ်ကူးတွေကို မေ့ပျောက်ပျောက်မသွားပါစေနဲ့။အကောင်းဆုံးတွေ ဆုံးရှုံးသွားပြီ။ အဲဒါ တွေကို ချရေးပါ။ သိမ်းဆည်းပါ။ စီရန်၊ ဖိုင်နှင့် ၎င်းတို့ကို ပြန်လည်ကြည့်ရှုပါ။

အတွေးအခေါ်သစ်များကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ပြုစုပျိုးထောင်ပေးသည့်အခါတွင် ဉာဏ်သည် အားကိုးစရာမရှိပါ။မှတ်စုစာ အုပ် ဆောင်ထားပါ။(စီစဉ်သူ)သို့မဟုတ် သင်နှင့်အတူ အသံဖမ်းစက်။ အကြံဉာဏ်တစ်ခု ပေါ်ပေါက်လာတဲ့အခါ ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ပါ။သင့်အကြံဉာဏ်များကို အပတ်စဉ် ပေးပို့ပါ။

အကြံဉာဏ်သစ်များကို တည်ဆောက်ပြီး အကြံဉာဏ်သစ်များကို မြှင့်တင်ရန် ခိုးချလိုက်ပါ။ရေးထားတာ ကို ဘာလိုပြန်ရေးတာလဲ။ အဲဒါကိုသုံးပါ။ ချဲ့ထွင်လိုက်ပါ။ရှိပြီးသားကိုတည်ဆောက်ပြီး အသစ်ကိုဖန်တီး ခြင်းဖြင့် ဆင့်ကဲဖြစ်စဉ်တိုးတက်သည်။ အတူတူလုပ်ပါ။အကြံတစ်ခု ပြီးသွားသည် ။ အကြံဉာဏ်သစ် များ တိုးတက်ရရှိရန် ပြန်လည်အသုံးပြုနိုင်သည့် မည်သည့်အရာကိုမဆို ကယ်တင်ပါ။

သင့်စိတ်ကူးများကို ပြန်လည်သုံးသပ်ပါ။မင်းရဲ့ အတွေးအမြင်တွေကို ပြန်သုံးသပ်လိုက်(၄ ပတ်တိုင်း)။အချို့က တန်ဖိုးမရှိကြာ။ တွယ်တာဖို့ မထိုက်တန်ပါဘူး။ သူတို့ကို စွန့်ပစ်ပါ။ အချို့သော စိတ်ကူးများသည် ယခု သို့မဟုတ် နောက်ပိုင်းတွင် အသုံးဝင်ပုံပေါ်သည်။ အဲဒါတွေကို သိမ်းထားပြီး ဖိုင်ကို 'Active' သို့မဟုတ် 'နောက်ပိုင်း'။ ပြန်လည်သုံးသပ်၊ တင်သွင်းပြီးနောက်၊ 'အသက်ဝင်သည်' ဖိုင်ကိုယူပါ။

အကြံတစ်ခု ရွေးပါ။ယခု ဤအကြံကို တိုးပွားအောင်လုပ်ပါ။ စဉ်းစားကြည့်ပါ။အိုင်ဒီယာကို ဆက်စပ် တွေးခေါ်ပါ။သင့်စိတ်ကူးကို သုတေသနဖြင့် ပံ့ပိုးပါ။ ဤအကြံနှင့် ကိုက်ညီသော မည်သည့်အရာကိုမဆို ရှာဖွေရန် ကြိုးစားပါ။ အင်တာနက်၊ မော်ကွန်းတိုက်များ၊ စာကြည့်တိုက်များ... သုတေသနမေးခွန်းပုံစံများ ကို အသုံးပြုပါ။ ရှုထောင့်များနှင့် ဖြစ်နိုင်ခြေအားလုံးကို စူးစမ်းပါ။

သင့်စိတ်ကူးကို အသုံးချရန် အဆင်သင့်ဖြစ်နေပြီဟု သင်ထင်သည်။ဒီလိုလုပ်ပါ။ အကြံဉာဏ်ကို ကောင်းစွာညှိယူနိုင်စေရန် အကြံပြုချက်ရယူပါ။ဤအကြံသည် အသက်ဝင်သည်။

အသိပညာအဆက်မပြတ်အားဖြင့် အနာဂတ်အထောက်အထား အယူအဆများ။ သင့်အကြံဉာဏ်ဖိုင်များကို အပီအိုလုပ်ထားခြင်းဖြင့် အသိပညာအဆက်မပြတ်မှုကို သေချာပါစေ။ထိုအပြင် သင်၏ 'အလိုတော်' တွင် ၎င်းတို့တွေ့ရှိနိုင်သည့်နေရာကို ဖော်ပြပါ။



### အသိပညာအဆက်မပြတ်

အသိပညာ အဆက်မပြတ်ခြင်းသည် လူတစ်ဦးချင်းစီ၏ အသိပညာကို ဖြစ်စေသည်။(ဉာဏ်ပညာဖြင့်တီထွင် ဖန်တီးထားသောအရာ)မသေနိုင်သော။အသက် 14 နှစ်မှစပြီး လူတိုင်းသည် ၎င်းတို့၏ ဘဝအတွေ့အကြုံများ ကို မှတ်တမ်းတင်ထားကြသည်။(အပြုသဘောနှင့် မငြိမ်မသက်)။မိသားစု၏ ဉာဏပစ္စည်းဆိုင်ရာ အမွေအနှစ်များကို ဖမ်းယူထိန်းသိမ်း ပြုစုပျိုးထောင်ခြင်း။

လူတစ်ယောက်ရဲ့ အသိပညာကို မိသားစုနဲ့ မျှဝေတယ်။(မိဘ ဘိုးဘွားများ)၊ အသိုင်းအဝိုင်း။မျှဝေခြင်းသည် ပါးစပ်၊ အသံဖြစ်သည်။(ပုံပြင်ပြောခြင်း)၊ ဗီဒီယို(ပြသ သည့်)အရိပ်(လက်ဆွဲပါ)။

အဖွဲ့အစည်းများသည် ၎င်းတို့၏ဝန်ထမ်းများကို 'I.P' ကို ဖမ်းယူ ထိန်းသိမ်းကာ ပြန်လည်အသုံးပြုသည်(ဉာဏ်ပညာဖြင့် တီထွင်ဖန်တီးထားသောအရာ)။လူအဖွဲ့အစည်းသည် မိမိတို့နိုင်ငံသားများ၏ ဉာဏပစ္စည်းကို အားလုံးအကျိုးရှိ အောင် အသုံးချသည်။ပြည်နယ်အစိုးရအဖွဲ့က မော်ကွန်းတိုက် ထားရှိခဲ့သည်။

ဝန်ထမ်းတစ်ဦးမှထွက်ခွာသည့်အခါ IP အများအပြားအနှုတ်ရယ်ရှိသည်။ဤဦးနှောက် ယူစီးမှုကို တုံ့ပြန်ရန် ဝန်ထမ်းတစ်ဦး၏ ဉာဏပစ္စည်းကို ထိန်းသိမ်းထားရန် အရေးကြီး ပါသည်။ ဝန်ထမ်းမထွက်ခွာမီ ဤအသိပညာကို ဖမ်းဆုပ်ထိန်းသိမ်းထားရန် အရေးကြီး ပါသည်။အသံဖမ်းခြင်းကို ဆိုလိုသည်။(ပုံပြင်ပြောခြင်း)၊ ဗီဒီယို(ပြသသည်)အရိပ်(အလုပ် တွဲလုပ်ပါ)။



မှတ်ချက် ! ဉာဏပစ္စည်းအားလုံးသည် Shire ဖြစ်သည်။(အသိုင်းအဝိုင်း)ပိုင်! မူပိုင်ခွင့်မရှိ၊ မူပိုင်ခွင့်မရှိပါ။ မူပိုင်ခွင့်တောင်းဆိုခြင်းသည် Shire မှ ခိုးယူခြင်းဖြစ်သည်။

# AS it is written It shall Be

## ကျွန်ုပ်တို့ ၄

ပွားများပြီး ကိုယ်ပိုင်မိသားစုကို စတင်ရန် အိမ်ထောင်ဖက်။

မျိုးစိတ်ရှင်သန်မှုအတွက် လူသားများသည် ပေါင်းဖော်ရန်နှင့် ပွားများရန်ဖြစ်သည်။ မိတ်လိုက်ခြင်းနှင့် ပွားခြင်းသည် သူနှင့်သူမ၏ တည်ငြိမ်သောဆက်ဆံရေး၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းဖြစ်သည်ဟု CG ယုံကြည်ချက်(မမှမမဂင်္ဂလာစာချုပ်).အပြင်မှာ မိတ်လိုက်ပွားများခြင်း 'သန်ရှင်းခြင်း။



ထိမ်းမြားခြင်းဟူသည် 'အမှိုက်ပုံး'၊ အကျင့်ပျက် ယုတ်ညံ့သော သူနှင့် သူမ။ ဒါဟာ ကလေးတွေအတွက် ဆိုးရွားတဲ့ ဥပမာတစ်ခုပါပဲ။ ၎င်းသည် လူအဖွဲ့အစည်းကို အကျင့်ပျက်၊ ဆိုးရွားစေသည်။ 'အမှိုက်ပုံး' ဖြစ်ခြင်းအဆိုးသတ်။ ကောက်ကျစ်တဲ့လူတွေကို ရှောင်ပြီး အရှက်ကွဲတယ်။

ကလေးမှဆိုး( paedophile )လိင်တူ၊(လိင်တူဆက်ဆံသူ)ကျား၊(လိင်ပြောင်းသူ)a မဝင်ရပါ။'မဂင်္ဂလာမဂင်္ဂလာ'စာချုပ်။သူတို့ရဲ့ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ချီယွင်းချက်နဲ့ သူတို့ရဲ့ သဘာဝမကျတဲ့ မိတ်လိုက်မှုကြောင့်ပါ။ ခံတွင်းမိတ်လိုက်ခြင်း။(လိင်တူဆက်ဆံခြင်း ယုတ်ညံ့ခြင်း). စအို မိတ်လိုက်ခြင်း(လိင်တူချစ်သူ မုဒိမ်းမှ). ဒီလိင်ပိုင်းဆိုင်ရာမသန်စွမ်းမှုဒုက္ခရောက်နေသူများနှင့် ကလေးငယ်များကို ကာကွယ်ရန်အတွက် သီးခြားခွဲထားသည်။သာမန်အားဖြင့် သူသည် ဒေါသ၊ ရွံရှာဘွယ်ရာ ခံစားရပြီး တစ်ခါတစ်ရံ ဤလိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ မသန်စွမ်းမှုအပေါ် နှိပ်စက်ညှဉ်းပန်းခံရသည်။ ကလေးသူငယ် မုဒိမ်းကျင့်မှု၊ ကျားမတူညီမှု၊ ရုပ်ထွေးပွေလီသော လိင်ဆက်ဆံမှု ကလေးသူငယ်များအား အမေမပြုကျင့်မှု၊ ရာဇဝတ်မှုတစ်ခု၊**ဒေါR7**

စအို သို့မဟုတ် ပါးစပ်ဖြင့် ပေါင်းဖော်လိုသူသည် ညစ်ညမ်းရွံရှာဖွယ် ဖောက်ပြန်သူဖြစ်သည်။သူမက သူ့ကို စွန့်ပစ်တယ်။ အိမ်ထောင်သည်တစ်ဦး အိမ်ထောင်ကွဲသည်။အတင်းအကြပ် စအို သို့မဟုတ် ပါးစပ်ဖြင့် မိတ်လိုက်ခြင်းသည် မုဒိမ်းမှ၊**ဒေါR4**. အတင်းအကြပ် မိန်းမအဂင်္ဂါ မိတ်လိုက်ခြင်းသည် မုဒိမ်းမှဖြစ်ပြီး၊ **ဒေါR4**. သူမ ကိုယ်ဝန်ရှိလာသည်-**ဒေါR5**. မုဒိမ်းကျင့်ခြင်းသည် ကိုယ်ဝန်ပျက်ချရန် အကြောင်းပြချက်မရှိပါ။မွေးကင်းစ၏ အပြစ်မဟုတ်၊ မသတ်သင့်ပါ။

အဖော်ရှာခြင်း။ပုဂံ(ခရစ်ယာန်ဘာသာ..)အချစ်ကိုရှာပါ။ ညစ်ပတ်သော တပ်မက်ခြင်းကြောင့် အိမ်ထောင်ဖက်။ အတော်များများက ပေါင်းဖို့ အိမ်ထောင်ဖက်ကို ဘယ်တော့မှ ရှာမတွေ့ဘူး။အရင်းရှင်၏အိမ်ထောင်ဖက်သည် စည်းစိမ်ဥစ္စာတိုးပွားရန် တစ်ခါတစ်ရံ အမှိုက်ဖြစ်ရန်၊ ယဉ်ကျေးမှုများစွာတွင် မိဘများက ဆုံးဖြတ်လေ့ရှိသည်။ဤအရာများ သည် အသိုင်းအဝိုင်း၏ အကောင်းဆုံး အကျိုးစီးပွားအတွက် မဟုတ်ပေ။

အုပ်ထိန်းသူသည် ခရိုင်အစိုးရအဖွဲ့က ဆုံးဖြတ်သည့်ကာလတွင်၊**အီး'** (လူထုအရေးပေါ်ဝန်ဆောင်မှု)ဘယ်သူက ဝင်တာလဲ။'မဂင်္ဂလာမဂင်္ဂလာ'စာချုပ်(HMc).17 နှစ်တိုင်း သူမနှင့် 18 နှစ်တိုင်း စီအီး.စီအီးဒီကာလအတွင်း လူတိုင်းသည် မျိုးနွယ်စုအတွက် ၎င်းတို့အတွက် မညီကဲသို့ အသုံးဝင်နိုင်ဆုံးနည်းကို အကဲဖြတ်ကြသည်။ သူ ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ်နဲ့ မိတ်လိုက်ပွားတာက အကောင်းဆုံးပါပဲ။

စီအီးဒီကာလအတွင်း သူနှင့်သူသည် လူငယ်တိုင်းကို အကဲဖြတ်သည်။(စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ)ပေါင်းသင်းဆက်ဆံနိုင်မှုအပေါ်။'CE' သည် 'HMc' ကို ထည့်သွင်းရန် သင့်လျော်သော အချို့သော ကိန်းရှင်များကို ဆုံးဖြတ်သည်။**ကိန်းရှင်များ:စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊**

### cally fit; ပြည်နယ်ကွဲပြားမှု၊ လူမျိုးရေး သမာဓိ။



နေထိုင်ခြင်း၏ အဓိကရည်ရွယ်ချက်(မျိုးစိတ်ရှင်သန်ခြင်း)အိမ်ထောင်ဖက်၊ ပွားများပြီး မိသားစုတစ်ခု စတင်ရန်ဖြစ်သည်။မအောင်မြင်ခြင်းသည် မအောင်မြင်သောဘဝတွင် နေထိုင်ခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ လက်မခံ နိုင်စရာ ၁ ဘုရားသခင်အသိုင်းအဝိုင်းအတွက်။မျိုးစိတ်ရှင်သန်မှု၊ မိသားစုတစ်ခုစတင်ခြင်းသည် သူနှင့်သူမရှိ ရမည်။

ကာယကံအားဖြင့် မပွားနိုင်သူသည် 'မွေးစားမိဘ' ဖြစ်လာသည်။ သူတို့သည် 'သန်ရှင်းသော ထိမ်းမြားမဂ်ဇလာ' စာချုပ်ကို ချုပ်ဆိုကြသည်။'CE' သည် 'ကလေးများ' ကို ထောက်ပံ့ပေးသည်။

အုပ်ထိန်းသူအုပ်ထိန်းသူမိသားစုများသည် ရုပ်ရွာအကူအညီဖြင့် ၎င်းတို့၏ကလေး များကို ပြုစုပျိုးထောင်ကြသည်။'CG' ၏မိခင်တက်ရောက်SmeC(Shire ဆေးဘက် ဆိုင်ရာပညာရေးရုပ်ထွေးမှု)။ SmeC တက်ရောက်သည်။'အငယ်ဆုံးကလေး ထွက် သွားသည်အထိ တစ်ပတ်လျှင် ၆ ရက်'SmeC'(Shire ကိုကြည့်ပါ)။



ဂုဏ်ပြုပါ။  
J.၁.၇  
ပန်းခင်းနေ  
NAtm- CG Kalender

### ကျွန်ုပ်တို့ဖြစ်ခြင်း ၅

မိဘဘိုးဘွားများကို ရိုသေလေးစားပါ။

အုပ်ထိန်းသူ အုပ်ထိန်းသူသည် မိသားစုဝင်များ အပြန်အလှန် လေးစားမှုကို ထောက်ခံသည်။စည်းလုံးညီညွတ်စွာ နေထိုင်ခြင်း၏ အခြေခံအုတ်မြစ်ဖြစ်သည်။အဘ၊ မင်းအမိ၊ အဘိုးအဘွားတွေကို ရိုသေပါ ။

သန့်စေတည်ခြင်း၊ ကျေးမွေးခြင်း၊ အဝတ်အစားများ ပံ့ပိုးပေးခြင်း - ပညာရေး၊ လုံခြုံသော အမိုးအကာများအတွက် မိဘများအား ဂုဏ်ပြုပါသည်။(အိမ်)ချစ်ခင်ကြင်နာတတ်တဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်၊ အဘိုးအဘွားများအား ဓလေ့ထုံးတမ်း အမွေအနှစ်များ အသိပညာ ဗဟုသုတ များ တိုးပွားစေရန်အတွက် ဂုဏ်ပြုအပ်ပါသည် ။မိဘဘိုးဘွားများကို ရိုသေပါ ။

ဂုဏ်ပြုအပ်ပါသည်! လေးစားမှုကို ရရှိသည်။

သားသမီးတွေကို ပြုစုစောင့်ရှောက်တဲ့ တာဝန်ကို ထမ်းဆောင်နေတဲ့ မိဘတွေ။ သူတို့ရဲ့ သားသမီး တွေရဲ့ လေးစားမှုနဲ့ အသိုင်းအဝိုင်းရဲ့ လေးစားမှုကို ရယူပါ။သက်ကြီးရွယ်အိုမိဘတွေကို စောင့်ရှောက်တဲ့ ကလေးတွေ။ မိဘများနှင့် အသိုင်းအဝိုင်း၏ လေးစားမှုကို ရယူပါ။

မိဘဘိုးဘွားများကို ရိုသေလေးစားပြီး အသိပညာ အဆက်မပြတ် စုပ်ယူ စောင့်ရှောက်ပေးသော မိဘ နှင့် မြေး များ သည် 1 ဖြင့် ကောင်းချီးပေးသည်။ **ဘုရားသခင်!**

အသိုက်အဝန်းတစ်ခုသည် မိဘများနှင့် ၎င်းတို့၏ အမျိုးအနွယ်များကြား အပြန်အလှန် အပြုအမူကို နားလည်မှု ရှိသည်။ မိဘများက သားသမီးများကို ရပ်ရွာစံနှုန်းအတိုင်း ပြုစုပျိုးထောင်ကြသည်။ (LGM) ကလေးတွေက သူ တို့ရဲ့သက်ကြီးရွယ်အိုမိဘတွေကို ပြုစုစောင့်ရှောက်ပေးတယ်။

**မှတ်ချက်!** မိဘ ဘိုးဘွားများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာပါက ကျွမ်းကျင်မှုဆိုင်ရာ အကူအညီများ လိုအပ်ပါသည်။ မိသားစု၏ ထည့်သွင်းမှုဖြင့် ရပ်ရွာက တာဝန်ယူသည်။

မိဘများ 'စောင့်ရှောက်မှုတာဝန်'

မိဘများဖြင့် နေထိုင်သည်။ **1 ဘုရားသခင်** ဒီဇိုင်း။ သူ့ဖေဖေ၊ ပုံပိုးပေးသူ၊ ကာကွယ်သူ ဖြစ်တယ်။ သူမ မိခင်၊ ပြုစုစောင့်ရှောက်သူ၊ အိမ်ဖော်၊ ဒါက Community စံနှုန်းတစ်ခုလည်း ဖြစ်ပါတယ်။

မိဘများသည် အာဟာရ၊ အဝတ်အစား၊ အမိုးအကာနှင့် မေတုတာသဟဇာတရှိသော အိမ်တစ်လုံးကို ပံ့ပိုးပေးသည်။ မိဘများသည် ရပ်ရွာ အခမဲ့ ကျန်းမာရေးနှင့် အခမဲ့ ပညာရေးတို့၌ ပါဝင်ကြသည်။ မိဘ တွေက သားသမီးတွေကို ဘိုးဘွားတွေကို ဂုဏ်ပြုဖို့ သင်ပေးတယ်။

လေးစားမှုပြပါ။

မိဘများ၊ ဘိုးဘွားများ၊ ပညာတတ်များ၊ ဆေးမှူးများနှင့် ရဲများထံသို့ ကလေးများ၊ အငယ်တန်းမှ အကြီးတန်းများ။ လူတိုင်းက ပြည်သူ့ကို ရွေးကောက်တင်မြှောက်တယ်။

လေးစားမှုကို ရှုပ်သိမ်းပါ။

ဂုဏ်ကို ရှုပ်သိမ်းလို့ မရဘူး။ လေးစားနိုင်ကြပါစေ။ အရိုအသေပြုသူသည် ရိုသေမှု လျော့ရ၍ အပြန်အလှန် လေးစားမှု ၊

တာဝန်များကို ကျေပွန်အောင် ထမ်းဆောင်ခြင်းဖြင့် လူ့အဖွဲ့အစည်းကို လေးစားပါ။ (ပုရပိုက် ၂၊ ၀တုတရားများ)နှင့်အခွင့်အရေးများရရှိခြင်း။ (ပုရပိုက် ၃၊ အခွင့်ထူးများ)။ ရပ်ရွာပျော်စရာနေ့ အပြင် အဆင်များတွင် ပါဝင်ပါ။ (ဂုဏ်ပြု၊ အောက်မေ့ဖွယ်၊ ရှက်စရာ)။ NATm CG Kalender။

ပျော်ရွှင်စရာနေ့ ဆောင်ပုဒ်များကို ဂုဏ်ပြုပါ-



၅-၃-၇ မိခင်များနေ့ကလေးတွေက မိခင်ကို ဂုဏ်ပြုတယ်။

၁၀-၁-၇ အဘတို့နေ့သားသမီးတွေက ဖခင်ကို ဂုဏ်ပြုတယ်။

၇-၁-၇ အဘိုးအဘွားနေ့သားသမီး မြေး အဘိုးအဘွားတွေကို ဂုဏ်ပြုတယ်။  
ရိုသေမှု၊ လေးစားမှု၊ မိသားစု၊ သဟဇာတဖြစ်မှု၊ အသိုင်းအဝိုင်း၊ ပြည်နယ်။ ဤသည်မှာ အုပ်ထိန်းသူ အုပ်ထိန်းသူ၏ ဘဝလမ်းစဉ်ဖြစ်သည်။

# AS it is Written It Shall Be တာဝန် ၆။

ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် ၎င်း၏ဘဝပုံစံအားလုံးကို စောင့်ရှောက်ပါ။

စောင့်ထိန်းအုပ်ထိန်းသူတိုင်းသည် ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် ၎င်း၏ဘဝပုံစံအားလုံးကို စောင့်ရှောက်ရန် တာဝန်ရှိသည်။ ၎င်းသည် လူသားတို့၏ ကံကြမ္မာ၏ အစိတ်အပိုင်းဖြစ်သည်။ စောင့်ထိန်းသူဖြစ်ခြင်း။

## ရူပစင်္ကြာဝဠာနှင့် 1 ဘုရားသခင်ဖန်ဆင်းခြင်း၌။

အယူအဆအဆင့်မှ ထုတ်ကုန်များသည် ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်ပြီး ဘေးကင်းရန်၊ ညစ်ညမ်းခြင်းမရှိသော ဇီဝပြိုကွဲပျက်စီးနိုင်သော သို့မဟုတ် အခြားနည်းဖြင့် ပြန်လည်အသုံးပြုနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ထုတ်လုပ်သမျှသည် ဇီဝရုပ်ကြွင်းများကို ချေဖျက်နိုင်သော သို့မဟုတ် ပြန်လည်အသုံးပြုနိုင်သည်။ကျန်းမာရေးနှင့် မညီညွတ်သော၊ မလုံခြုံသော၊ ညစ်ညမ်းစေသော ကုန်ပစ္စည်းများ ထုတ်လုပ်ခြင်းသည် ရာဇဝတ်မှု၊**ဒေါ်R7**

## ဘီလူးမျိုးစေ့

မျိုးရိုးဗီဇပြုပြင်ထားသည်။(အင်ဂျင်နီယာ)ကောက်ပဲသီးနှံများသည် လူသားများ ပြောင်းလဲလာသော မျိုးစေ့များကို အခြေခံသည်။**1 ဘုရားသခင်**အမြတ်ထုတ်ရန်၊ လောဘနှင့် စော်ကားရန် ရည်ရွယ်ချက်အတွက် မူရင်းဒီဇိုင်း**၁ ဘုရားသခင်.၁ ဘုရားသခင်**မျိုးရိုးဗီဇပြုပြင်မွမ်းမံခြင်းကို မလိုလားပါ။လူသားများသည် Evolution ကို ကူးယူရန်ဖြစ်သည်။(စမ်းသပ်မှု၊ အမှား)အဲဒါက ပြုပြင်ပြောင်းလဲဖို့

အစာစားသော သတ္တဝါများသည် ၎င်းတို့၏ အစာခြေခြင်းကို လွှမ်းမိုးသည်။ပြုပြင်ထားသော အပင်များကို ချေဖျက်ရန်အတွက် သတ္တဝါများ၏ အစာခြေစနစ်ကို ပြုပြင်ပေးသည်။(မျိုးရိုးဗီဇပြုပြင်သူ)Evolution မှတစ်ဆင့် ကိုယ်တိုင်ဒါ သဘာဝမကျဘူး။(ဆန်ကျင်ဖက် ၁ ဘုရားသခင်)အမျိုးအစား Evolution သည် သဘာဝမကျသော ဗီဇအမျိုးအစားသစ်များကို ဖန်တီးသည်။(လူမိုက်၊ နတ်ဆိုး)။



မျိုးရိုးဗီဇပြုပြင်မွမ်းမံခြင်း။(GM)ဆန်ကျင်သည်**၁ ဘုရားသခင်**လူသားမျိုးနွယ်၊ အခြားသတ္တဝါအားလုံးနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ကို ခြိမ်းခြောက်မှု။GM Crop သည် အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိသောကြောင့် အစားအသောက်ကွင်းဆက်တစ်ခုလုံးကို ပြောင်းလဲစေသည်။အစားအသောက်ကွင်းဆက်၏ အဖွဲ့ဝင်အားလုံးတွင် ရောဂါအသစ်များနှင့် အသက်အန္တရာယ်ရှိသော 'Global Plagues' ကို ဖန်တီးပေးသည့် ဗီဇပြောင်းလဲမှုများကို ဖန်တီးခြင်း။ လူတွေက ပိုဖျားလာမယ်၊ အသက်ငယ်မယ်၊ ပိုဖျားမယ်၊ ကလေးမွေးမယ်၊ တိရစ္ဆာန်တွေများလာမယ်၊ အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်တွေ တိုက်ခိုက်ခံရမယ်...

**GM အစားအသောက်**(ကျန်းမာရေးနဲ့မညီညွတ်တဲ့အစားအသောက်)အယ်ဖါဖာ၊ ကလေးအစားအစာ၊ ဘေကွန်၊ နံနက်စာ-စီရီရယ်၊ ပေါင်မုန့်၊ Canola၊ Chicory၊ ပြောင်း၊ ချည်စေ့ဆီ၊ ကြက်ဥ၊ ဝက်ပေါင်ခြောက်၊ မာဂျရင်း၊ အသား၊ သဘောင့်သီး၊ ပဲစေ့၊ အာလူး၊ ကြက်၊ ဝက်အူချောင်း၊ ပဲပုပ်၊ သကြား၊ သကြား၊ ကြံ၊ အချို ငရုတ်သီး ၊ ခရမ်းချဉ်သီး ၊ ဂျုံ ၊ Zucchini ၊...



## လုပ်ရမယ် :

အစိုးရသည် GM သုတေသနနှင့် မျိုးစေ့ထုတ်လုပ်ရေးစက်ရုံများကို လောင်မြိုက်စေခြင်းဖြင့် ခြိမ်းခြောက်မှုကို ဖယ်ရှားပေးသည်။GM သီးနှံများ မီးရှို့ခံရသည်။ ညစ်ညမ်းသော မြေဆီလွှာများသည် GM-သီးနှံများကို လောင်ကျွမ်းပြီး ၃ နှစ်ကြာအောင် စိုက်ပျိုးခဲ့ကြသည်။ဤ 'ကုသခြင်း'ကို အကောင်အထည်မဖော်သော အစိုးရသည် အစားထိုးတာဝန်ယူသည်။**ဒေါ်R7**။

အစိုးရတရားစွဲဆိုသည်-GM သိပ္ပံပညာရှင်၊ အမှုဆောင်များ၊ ဒါရိုက်တာများ ထုတ်လုပ်မှုပိုင်ရှင်များ၊ သီးနှံစိုက်ပျိုးသူများရာဇဝတ်မှု

လူသားမျိုးနွယ်နှင့် ဂေဟစနစ်ကို ဆန်ကျင်သည်။” **.ဒေါ်R7**

**GM၊ GM သီးနှံ၊ GM အစားအစာ၊ GM သောက်ရန် လုံးဝသည်းခံမှု။**

**စွမ်းအင်ညစ်ညမ်းမှု(ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှု)**

အားလပ်ချိန်များလွန်းခြင်း၊ အိမ်ကြီးကြီးများ၊ ဝင်ငွေများလွန်းခြင်း၊ မလိုအပ်သော gadgets များလွန်းသည် စွမ်းအင်လိုအပ်ချက်များ တိုးလာစေသည်။လက်ရှိတွင် စွမ်းအင်သည် ညစ်ညမ်းနေပြီး ကုန်ကျစရိတ် မြင့်မားကာ လည်ပတ်မှုနှင့် ပြုပြင်ထိန်းသိမ်းမှုစရိတ်များ မြင့်မားလျက်ရှိသည်။ညစ်ညမ်းသောစွမ်းအင်သည် မီးရှို့ခြင်း၊ ကျောက်မီးသွေး၊ ဓာတ်ငွေ့၊ ရေနံတို့အပေါ် မူတည်သည်။

**နှင့် ယူရေနီယံ။ ဤပူလောင်မှုအားလုံး ပြီးဆုံးသွားသည် !!!**



ရုပ်ရှင်လောင်စာကျောက်မီးသွေးထုတ်လုပ်သည်။

**ညစ်ပတ်သောစွမ်းအင်**



ကျောက်မီးသွေးကို မီးရှို့ခြင်းသည် လေထုညစ်ညမ်းစေသော ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုဒ်နှင့် မီးခိုးအမြောက်အမြားကို ထုတ်ပေးပါသည်။ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုဒ် လွင့်ပျံလာသည်။ 50% သည် မိုးရေဖြင့် မျောပါသွားပြီး ကျန်သည် လေထုထဲတွင် စုပုံနေသည်။ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုဒ်သည် နေရောင်ခြည်ကို ဖြတ်၍ ကမ္ဘာကိုအပူပေးသော်လည်း အချို့သောအပူများကို အာကာသထဲသို့ပြန်မထုတ်နိုင်အောင် ကာကွယ်ပေးသည်။**ရလဒ်: ပူနွေးသောလေ၊ မြေဆီလွှာ၊ ရေ၊ ကမ္ဘာကြီးပူနွေးခြင်း။**

ရလဒ်ကတော့ ကမ္ဘာကြီးရဲ့ မျက်နှာပြင်ဟာ တဖြည်းဖြည်း ပူလာပါတယ်။ယခုနှစ် '0' မှစပြီး မျက်နှာပြင် အပူချိန် သိသိသာသာ မြင့်တက်လာသည်။\*(၂၀၀၄). ဤပူနွေးမှုသည် ရေခဲမြစ်များနှင့် ဝင်ရိုးစွန်းရေခဲထုပ်များ၏ အရွယ်အစားကို လျော့ကျစေသည်။(ပရောဖက်ပြုချက်ကျမ်းလိပ် 6 ကိုကြည့်ပါ). ပူနွေးလာပြီး ပင်လယ်ရေမျက်နှာပြင် မြင့်တက်လာခြင်း၊ ရာသီဥတုဖောက်ပြန်ခြင်းတို့ကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။**ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှု: ပိုမိုကြာရှည်စွာခြောက်သွေ့သောမိုးခေါင်မှု၊ ပိုမိုပြင်းထန်သောမိုးကြိုးများ၊ မိုးသည်းထန်စွာရွာသွန်းမှု၊ ပိုမိုအားကောင်းသောလေတိုက်ခတ်မှု၊ ခန်မှန်းမရသောအပြောင်းအလဲမြန်သောရာသီဥတု။**

**\*CG ခေတ်သစ်အချိန်စီမံခန့်ခွဲမှု**

ကျောက်မီးသွေးလောင်စာ '0' သို့ လျော့ချခြင်း၊(သုည)ယခု လိုအပ်ပါသည်။

သို့သော်လည်း ကျောက်မီးသွေး မီးရှို့ခြင်းအတွက် တာဝန်ရှိသူများသည် အကျင့်ပျက်၊ မရိုးသား၊ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်ပြီး ကျောက်မီးသွေး လောင်ကျွမ်းမှုကို ရပ်တန့်ရန် အားကိုးမရနိုင်ပေ။ထို့ကြောင့် အရင်းအမြစ် (ကျောက်မီးသွေး) မီးရှို့ခြင်းအတွက် ညစ်ညမ်းသူများကို ငြင်းပယ်ရမည်။

**ရပ်ကုန်တင်ကားများ၊ သတုတုတွင်းများကို ပိတ်ပါ။**

**SURVIVE !!!**



ကျောက်မီးသွေးတွင်းများကို ပိတ်ထားသည်။ကျောက်မီးသွေးလောင်တဲ့ ပစ္စည်းတွေ ဖျက်သိမ်းတယ်။ ကျောက်မီးသွေးမိုင်းလုပ်သားများ၊ ကျောက်မီးသွေးသယ်ယူပို့ဆောင်သူများ၊ ကျောက်မီးသွေးလောင်စာများသည် တာဝန်ယူမှု၊**ဒေါ်R7**

စွမ်းအင်ပံ့ပိုးသူအဖြစ် ကျောက်မီးသွေးကို အခြားသော စွမ်းအင်ပံ့ပိုးသူဖြင့် အစားထိုးရုံသာ မဟုတ်ပါ။ သို့သော် ညစ်ထွက်ရအမိန့်ဖြင့် လူတစ်ဦးလျှင် စွမ်းအင်အသုံးပြုမှုကို လျော့ချရမည်ဖြစ်သည်။

ညမထွက်ရအမိန့်သည် စွမ်းအင်အသုံးပြုမှု၊ လမ်းသတ်၊ ရာဇဝတ်မှုတို့ကို လျော့ချပေးသည်။မိတ်လိုက်ခြင်းကို တိုးပွားစေသည်။  
ပြည်တွင်း၊ ပြည်တွင်းမဟုတ်သော မစင်၊ ထင်း၊ ကျောက်မီးသွေး၊ ဓာတ်ငွေ့၊ ဆီ၊ ချက်ပြုတ်ရန်၊  
အပူပေး၊ ပါဝါ၊ ကုန်ဆုံး၊ မီးလောင်သော ဓာတ်အားပေးစက်ရုံများ(ကျောက်မီးသွေး၊ ဓာတ်ငွေ့၊ ရေနံ၊  
ယူရေနီယမ်၊ ..)စွမ်းအင်ဖန်တီးရန် Shut down, disasseed.ပိုင်ရှင်များနှင့် အော်ပရေတာများကို  
ရှုတ်ချအရေးယူခြင်း၊**ဒေါ်R7**. ကျောက်မီးသွေးနှင့် ယူရေနီယံ သတုတုတွင်းများကို ပိတ်ပြီး အလုံပိတ်  
ထားသည်။ သတုတုတွင်း ပိုင်ရှင်များနှင့် လုပ်ငန်းရှင်များကို တရားစွဲ၊**ဒေါ်R7**

### အသက်ရှူမဝသောလေ။ သင့်တွင် အသက်ရှင်ရန် 4 မိနစ်ရှိသည်။

စွမ်းအင်ကို မလောင်ကျွမ်းစေဘဲ ထုတ်လုပ်သည်။ပြည်တွင်း၊ ပြည်တွင်းမဟုတ်သော သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး ပြီးဆုံး  
ရန် မီးလောင်နေသည် ။ ဂတ်စ်၊ ဆီသည် မီးလောင်ရာလေပင့် မသုံးရ။Freeways တွင် ပြည်တွင်း၊ ပြည်တွင်းမဟုတ်  
သော သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးကို 'Freeway Trams' ဖြင့် အစားထိုးသည်၊ (Shire အစီအစဉ်ကြိုကြည့်ပါ)၊ ကုန်းလမ်း  
အကွာအဝေး သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးသည် ရထားလမ်းဖြင့်သာဖြစ်သည်။ တစ်ဦးချင်း ညစ်ညမ်းသော သယ်ယူ  
ပို့ဆောင်ရေးကို အဆင့်လိုက် ဖယ်ရှားထားသည်။အမြန်လမ်းအသစ်ကို ပယ်ဖျက်ပါ။ ပြန်ကျနေသော ဆင်ခြေဖုံးများ  
ကို အစုလိုက်အိမ်ယာများဖြင့် အစားထိုးထားသည်။

### ဖယောင်းတိုင်

ဖရန်ပစ်ခြင်းသည် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်၊ အသိုင်းအဝိုင်း၊ လူ၊ ... Fracking ဆိုသည်မှာ ဓာတ်ငွေ့  
များထုတ်လွှတ်သော ကျောက်တုံးကြီးအတွင်းသို့ ဖိအားမြှင့်မြှင့်ဖြင့် အရည်များ ထိုးသွင်းခြင်း  
လုပ်ငန်းစဉ်ဖြစ်သည်။ဖိအားမြှင့်မြှင့်လျင်များ ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ အမှားလိုင်းများ  
တစ်လျှောက် ဖြစ်ပျက်ပါက ကြီးမားသော ဖြစ်စဉ်ကို ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်သည်။**တစ်ခု။**

လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခုစီသည် ရေလီတာသန်းပေါင်းများစွာ လိုအပ်သည်။ ရေတွင် အဆိပ်ဖြစ်စေသော ဓာတုပစ္စည်းများ  
နှင့် သဲများပါရှိသည်။လုပ်ငန်းစဉ်အတွင်း မီသိန်းဓာတ်ငွေ့နှင့် အဆိပ်သင့် ဓာတုပစ္စည်းများသည် အနီးနားရှိ မြေပြင်  
ရေကို ညစ်ညမ်းစေပါသည်။ဤရေကို သောက်ခြင်းသည် လူနှင့်တိရစ္ဆာန်များအတွက် ကျန်းမာရေးနှင့် မညီညွတ်ပါ။  
အသီးအရွက်တွေလည်း ဆိုးဆိုးရွားရွား ထိခိုက်ပါတယ်။ လူ သို့မဟုတ် တိရစ္ဆာန်များ စားသုံးရန် မသင့်လျော်ပါ။



စွန့်ပစ်အရည်များကို အငွေ့ပျံစေရန် မြေပြင်အထက်ရှိ ဗွက်အိုင်များတွင် စွန့်ပစ်ပါ။မတည်ငြိမ်သော အော်ဂဲနစ်ဒြပ်ပေါင်း  
များကို လေထုထဲသို့ စွန့်ထုတ်ပြီး လေထုကို ညစ်ညမ်းစေကာ မြေပြင်အဆင့် အိုင်ဖုန်းလွှာနှင့် အက်စစ်မိုးရွာခြင်းကို ဖန်တီး  
ပေးသည်။ရလဒ်မှာ ကျန်းမာရေးနှင့် မညီညွတ်သော တိရစ္ဆာန်များနှင့် စားသုံး၍မရသော စားကျက်များ ပြိုကျခြင်း၊  
ကောက်ပဲသီးနှံများ အသီးအနှံများ... ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း၊ ပျိုအန်ခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်းနှင့် ပိုဆိုးလာခြင်းတို့ကြောင့်  
ဒေသခံများက ညည်းညူကြသည်။ ဓာတ်ငွေ့များသည် 'တောမီး' ကိုလည်း ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်သည်။

ဖောက်ခွဲရေးပစ္စည်းများ အသုံးပြုခြင်းသည် ငလျင်လှုပ်ခတ်မှု ဖြစ်စေသည်။ ပြတ်ရွေ့ကြောများအနီးတွင် အသုံးပြု  
ခြင်းသည် ပြတ်ရွေ့ကြောတစ်လျှောက်ရှိ မည်သည့် ငလျင်ကြီးများ လှုပ်ခတ်စေနိုင်သည်။(တခါတရံ

အဝေးမှာ)အဆိုပါ ပေါက်ကွဲမှုများသည် မြေအောက်ရေလှောင်ကန်များကို ပျက်စီးစေပါသည်။ ၎င်းတို့သည် လူ၊ တိရစ္ဆာန်များနှင့် အသီးအရွက်များကို ဖျားနာစေသည့် ဓာတ်ငွေ့များကိုလည်း ထုတ်လွှတ်သည်။ ဤဓာတ်ငွေ့များသည် တောမီး၏ အကြောင်းရင်းဖြစ်နိုင်သည်။(၄)နှင့် လေထုညစ်ညမ်းမှု။

**Fracking Ends!**ပိုင်ရှင်တွေ အော်ပရေတာတွေ တရားစွဲ၊**ဒေါ်R7**အစိုးရက Fracking ကို အစားထိုးခွင့်ပြုပြီး တာဝန်ယူမှု၊**ဒေါ်R7**။

**မကြာပါဘူး။**ရေချိုလိုအပ်ချက်သည် ရေချိုရရှိမှုထက် ကျော်လွန်နေပါသည်။ ညစ်ညမ်းသောရေလမ်း(ချောင်း၊ ချောင်း၊ မြစ်၊ ရေကန်၊ အင်း...)ရေချိုပြတ်လပ်မှုကို ဖန်တီးပါ။အဆိပ်အတောက်များ၊ အဆိပ်များ၊ ဆေးဝါးများ၊ မှန်တိုင်းရေ.. တရားမဝင်စွန့်ပစ်ပစ္စည်းများ၊ အဆိပ်အတောက်များ၊ အဆိပ်များ၊ရေလမ်းကို ညစ်ညမ်းစေကုန်၏။**ဒေါ်R3**အခြားသူများအားလုံး၊**ဒေါ်R7**။

**အရည်မသောက်ရ။ မင်းအသက်ရှင်ဖို့ 4 ရက်ပဲ ရှိတယ်။**

**ဖျော်ဖြေမှုကို ရှုတ်ချသည်။**ကုန်ဆုံးသည်။လေထဲမှာကိုယ်ပိုင်လေကြောင်းရိုးများ၊ လေယာဉ်၊ ဂျက်လေယာဉ်၊ ရဟတ်ယာဉ်၊ ဒရုန်း၊ အာကာသလွန်းပျံယာဉ်...ရေအောက်စက်တပ်လှေပြိုင်ပွဲ၊ အခြားcabin cruiser၊ အပျော်စီးသင်္ဘောများ၊ ဂျက်စက်များ၊ အမြန်လှေများ၊ ရွက်လှေများ၊ ရှပ်ပြေးယာဉ်...မြေပေါ်တွင်-2,3၊ 4 wheel motorized၊ cycles, bikes, buggies, SUV, sport ကား, limousines, car racing, car stunts, luxury car...



အမှိုက်ဖန်တီးမှု လျော့သွားပါပြီ။ တစ်ခါသုံး ထုတ်ကုန်များ ပြုလုပ်ခြင်း။\*ပြီးဆုံးသည် အမှိုက်မေးလ်ကို ရိုက်နှိပ်ထားသည်။\*ပြီးဆုံးသည်



မလိုအပ်သော Junk များပြုလုပ်ခြင်း။(စုဆောင်းနိုင်သောပစ္စည်းများ၊ ကိရိယာများ၊ ဒီဇိုင်းနာပစ္စည်းများ၊ 4 ရာသီဖက်ရှင် ... )\*ပြီးဆုံးသည် ဇီဝရုပ်ဖျက်နိုင်သော သို့မဟုတ် ပြန်သုံးနိုင်သော ထုပ်ပိုးမှုကို အသုံးပြုသည်။

**\*ဒီလို ပုံပိုးပေးသူကို တရားစွဲ၊ဒေါ်R7**

ပိုးမွှားများ

ပြင်ပပိုးသတ်ဆေး(ဓာတုပစ္စည်း)သီးနှံစိုက်ခင်းများတွင် အသုံးပြုကြသည်...ညစ်ညမ်းနေသော သီးနှံများ၊ ဥယျာဉ်ခြံများနှင့် အစားအစာများသည် လူ သို့မဟုတ် တိရစ္ဆာန်စားသုံးရန် မသင့်လျော်ပါ။ရုပ်ရွာက မီးရှို့တယ်။(ရှိုက်) ကျန်းမာရေးကြောင့် မီးလောင်ခြင်း၏ တစ်ခုတည်းသော အကြောင်းအရင်းမှာ မီးလောင်ခြင်း ဖြစ်သည်။



ပိုးသတ်ဆေး(ဓာတုပစ္စည်း)ပင်လယ်၊ သမုဒ္ဒရာတို့တွင် အဆိုးရှိသော ဂေဟစနစ်အတွင်းသို့ စိမ့်ဝင်သည်။

ညှစ်ညှမ်းမှု- မြေပြင်ရေ၊ သောက်ရေလှောင်ကန်များ၊ သမုဒ္ဒရာဂေဟစနစ်၊ ပင်လယ်စာ။ ပိုးသတ်ဆေး ထုတ်လုပ်သူ(ဓာတ်၊ အဆိပ်၊ အဆိပ်)ရယူ၊ **ဒေါ်R7**၊ ဒီ ညှစ်ညှမ်းမှုကို အစားထိုးခွင့်ပြုတဲ့ အစိုးရ၊ **ဒေါ်R7**၊ သဘာဝပိုးသတ်ဆေးသုံးပါ။

ပေါင်းသတ်ဆေးများသည် အန္တတရားရှိပြီး မြေဆီလွှာနှင့် ရေလမ်းကြောင်းများကို ညှစ်ညှမ်းစေသည်။ ပေါင်းသတ်ဆေး ထုတ်လုပ်သူတွေကို တရားစွဲ၊ **ဒေါ်R7**၊ ဒီညှစ်ညှမ်းမှုကို အစားထိုးပြီး တရားစွဲခွင့်ပြုတဲ့ အစိုးရ၊ **ဒေါ်R7**။

1 ဘုရားသခင်သည် သင့်ထံမှ ကြားနာခြင်းကို စောင့်ဆိုင်းတော်မူ၏။

**သန့်စင်ဆေးဆုတောင်း**

အရှက်ရစေသည်။ ၆.၂.၇။ NAtm

ချစ်လှစွာသော ဘုရားသခင်အလှပဆုံး စကြာဝဠာကို ဖန်ဆင်းရှင်၊ အနှိမ်ချဆုံး သစ္စာစောင့်သိသော အုပ်ထိန်းသူ (၁၈၇အမည်) အပင်၊ မြေဆီလွှာနှင့် ရေကို အဆိပ်အတောက်များမှ ကာကွယ်ပေးသည်။

သက်ရှိတစ်ခုခု၏မျိုးရိုးဗီဇပြင်မွမ်းမံခြင်းကို ဆန့်ကျင်ပြီး ရပ်လိုက်ပါက Shire သည် အဆိပ်သင့်မြေဆီလွှာကို လောင်ကျွမ်းစေမည်ဖြစ်သည်။

ပေါင်းသတ်ဆေး အပြစ်ပေးမယ်။ GM သီးနှံများကို ညှစ်ညှမ်းစေပါသည်။

ဘုန်းတော်အတွက် ဘုရားသခင်လူသားတို့၏ ကောင်းကျိုး၊

ဤဆုတောင်းချက်ကို Defoliant နေတွင်အသုံးပြုသည်။ သို့မဟုတ် လိုအပ်သလို။

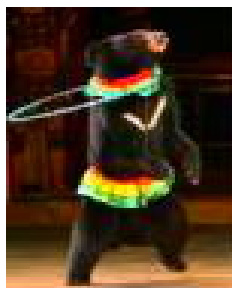


တိရစ္ဆာန်ရက်စက်မှု၊ တိရစ္ဆာန် ရက်စက်မှု အဆုံးသတ် အပြစ်ရှိကြောင်း တရားစွဲ၊ **ဒေါ်R4**။

ဘက်ထရီအိုးပြိုပျက်သွားပြီ။ 'အခမဲ့အကာအဝေး' ဖြင့် အစားထိုးထားသည်။ ဘက်ထရီ အိုးအိမ် လုပ်ငန်းရှင်များကို တရားစွဲ၊ **ဒေါ်R4** တိရစ္ဆာန်တိုင်းအတွက်။



သက်ရှိတိရစ္ဆာန်သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးကိလိုမီတာ 30 ထက်ပို၍ ကုန်ဆုံးသည်။ Agent ၏ အဓိကထုတ်လုပ်သူ၊ သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး အော်ပရေတာများမှ ချိုးဖောက်ရယူခြင်း၊ **ဒေါ်R4** တိရစ္ဆာန်တိုင်းအတွက်။



ဆပ်ကပ်တိရစ္ဆာန် အက်ဥပဒေအဆုံး။ အနီ- အကျင့်ပျက် သင်တန်းဆရာ၊ ဆပ်ကပ်အော်ရယူ၊ **ဒေါ်R4** ဘုံ လုပ်ရပ်တစ်ခုစီ။

အပြင်အဆင်ပန်းခြံ ani-မယ်လ်ဖျော်ဖြေရေး- ပြီးဆုံးသည်။ အနီ- သင်တန်းဆရာ၊ ပန်းခြံ အော်ပရေတာ၊ **ဒေါ်R4** တစ်ခုချင်းစီအတွက် လုပ်ရပ်။





တိရစ္ဆာန်ရုံများပိတ်ထားသော တောရိုင်းတိရစ္ဆာန်ဘေးမဲ့တောများဖြင့် အစားထိုးကာ ဒေသခံမျိုးစိတ်များသာ နေထိုင်ပါသည်။တရားမဝင် တိရစ္ဆာန်ရုံ ပိတ်ပြီ၊ အော်ပရေတာများ၊ **ဒေါ်R4**တိရစ္ဆာန်တိုင်းအတွက်။

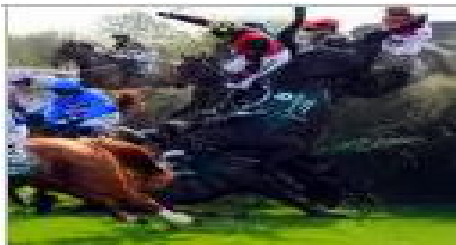


ဟိခွေးကောင်ပြိုင်ကားလုပ်ငန်းသည် တိရစ္ဆာန်များကို အကြောက်တရားနှင့် နာကျင်မှုကို နှိုးဆွပေးသည်။ယုန်များ၊ ဝက်ကလေးများ၊ ကြောင်များ၊ ကြက်များ၊ ကိုက်ဖြတ်ခြင်း၊ ဆုတ်ဖြူခြင်း၊ လှည့်ပတ်ဆွဲငင်ခြင်း၊အသက်ရှင်သောငါးသည် ဝေဒနာကို ကြောက်ရွံ့၏။ ပြီးဆုံးသည် အသက်ရှင်သော ငါးစာ တစ်ခုစီအတွက်-**ဒေါ်R4**

ကျားခွေးများအရုံးပေးသူများမှာ အဆိပ်ခတ်ခြင်း သို့မဟုတ် ပစ်သတ်ပြီး စွန့်ပစ်ခြင်းခံရသည်။ဩစတြေးလျ ကျားဖြူခွေးပြိုင်ကား လုပ်ငန်းသည် တစ်နှစ်လျှင် ကျားကောင်ပေါင်း ၁၇၀၀၀ ကျော်ကို သားသတ်သည်။ အသက်ရှင် ကျန်ရစ်သော စားစာခံ မညှိမှု ညှဉ်းပန်းသတ်ဖြတ် ခံရသည် မသိ။greyhound ပြိုင်ကားစက်မှလုပ်ငန်းရှိလူတိုင်း။ လူများ လောင်းကစား ပေါင်းသင်းမှုဖြင့် အပြစ်ရှိသည် ။ မည်သည့်အသိုင်းအဝိုင်းအတွက်မဆို အရှက်တကွဲဖြစ်စရာ၊ သူတို့ကို ရှောင်ပါ။ အရောင်းမြှင့်တင်သူ၊ ပိုင်ရှင်များ၊ ဘွတ်ကင်များ-**ဒေါ်R4** တိရစ္ဆာန်တိုင်းအတွက်။



စိတ်လှုပ်ရှားစွာ သတ်ဖြတ်ခြင်း။(အမဲလိုက်များ- ဆာဟရီ၊ တော်ဝင်၊ အခြား...) တိရစ္ဆာန်တို့၏ အဆုံးသတ်။ရိန်းဂျားများသာ တိရစ္ဆာန်များကို သတ်နိုင်သည်။Promoter and Hunters get**ဒေါ်R4** တိရစ္ဆာန်တိုင်းအတွက်။



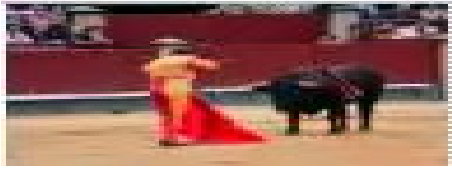
တိရစ္ဆာန်ပြိုင်ပွဲ ပြီးဆုံးသည်။ ပြိုင်မြင်း၊ ( မတ်စောက်သော၊ အတားအဆီး၊ နိုင်ငံဖြတ်ကျော်၊ ပြန်ကား...)ပုံလိုကစားခြင်း၊ ဘာဂီပြိုင်ပွဲ(ခြေရာခံ၊ အရိန်မြှင့်..)၊ ခုန်ပြသည်။ကုန်ဆုံးသည်။ပြိုင်ကားကွင်းကို ဖြိုချပစ်လိုက်တယ်။ ပြိုင်ကားပိုင်ရှင်၊ သင်တန်းဆရာနှင့် ပြိုင်ကွင်းအော်ပရေတာများ ရယူရန်၊**ဒေါ်R4**။

လှည့်ဖြားခြင်း။အမြီးမှ သိုးမွေးအရေခွံကို ဖြတ်တောက်ခြင်း၊ ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်ခံရသော တိရစ္ဆာန်အတွက် များစွာ နာကျင်စေပါသည်။ လည်း ကူးစက်နိုင်ပါတယ်။နောက်ယူကခြင်း၊ ကုန်ဆုံးခြင်း။ အဲဒါကို တရားစွဲ၊**ဒေါ်R4**တိရစ္ဆာန်တိုင်းအတွက်။



တိရစ္ဆာန်ရန်ဖြစ်အဆုံး။အရောင်းမြှင့်တင်သူ၊ တိရစ္ဆာန်ပိုင်ရှင်၊ သင်တန်းဆရာ၊ ဘွတ်ကင်-**ဒေါ်R4** တိရစ္ဆာန်တိုင်းအတွက်။





နွားတိုက်ပွဲရဲ့ အဆုံး။ Bullfight Arena သည် ပြိပျက်သွားသည် ။ ပရိုမိုးရှင်း၊ Matador နှင့် သူ၏ဂိုဏ်းသည် MSR4. ပရိုသတ်က သူတို့ကို ရှက်တယ်။ ရှောင်ပါ၊ သူတို့ကို ရှက်ပါ။

ဖက်ရှင်မိန်သွားစေရန် ကျန်းမာရေးနှင့်မညီညွတ်သော ခွေးများကို မွေးမြူခြင်းသည် ရက်စက်သည်။ Brachycephalic မျိုးပွားသည်။( Pugs ၊ အင်္ဂလိပ် ၊ French Bulldogs .. )အမြဲတမ်း ညီညာသော မျက်နှာများဖြင့် ပေါက်ဖွားလာကြသည်။ ၎င်းသည် ပူပြင်းသော ရာသီဥတုတွင် ခွေးများ ပြတ်ကျခြင်း နှင့် အသက်ရှူမဝခြင်းကြောင့် နှလုံးရောဂါ ခံစားရခြင်း ၊ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ ရှိပြီး ခွေးများသည် တစ်သက်လုံး ခံစားနေကြရသည်။ ဤမျိုးပွားခြင်းမျိုးသည် ကုန်ဆုံးသွားပါသည်။ မွေးမြူသူများ၊ ပိုင်ရှင်များဒေါ်R4တိရစ္ဆာန်တိုင်းအတွက်။



Brachycephalic မျိုးစိတ်များ American Stafford shire Terrier၊ Affenpincher၊ Bichon Frise၊ Boston Terrier၊ Boxer၊ Brussels Griffon၊ Bulldog၊ Bullmastiff၊ Cane Corso၊ Cavalier King Charles Spaniel၊ Chihuahua၊ Chow Chow၊ Dogo Argentino၊ Dogue de Chinfon၊ English Mastiff၊ French Bulldog၊ ဂျပန် ဘုရင် Charles Spaniel၊ Lhasa Apso၊ Maltese၊ Neapolitan Mastiff၊ Newfoundland၊ Pekingese၊ Pug၊ Presa- Canario၊ Shar-Pei၊ Shih Tzu၊ Silky Terrier၊ Tibetan Spaniel၊ Yorkshire Terrier။

### စစ်ရေး

သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးနှင့် ဖောက်ခွဲရေးပစ္စည်းများဖြင့် စစ်တပ်ကို ညစ်ညမ်းစေခြင်း၊ A/N (အနုမြူ/နျူကလီးယား)ခ(ဇီဝဗေဒ)ဂ(ဓာတု)လက်နက်များ။ ၎င်းတို့သည် လူ၊ တိရစ္ဆာန်၊ အပင်များ၏ အသက်အနုတရားကို ခြိမ်းခြောက်လျက်ရှိသည်။ ထုတ်လုပ်ရေး အဆောက်အအုံများ၊ ဤလက်နက်များ သို့လှောင်ထားရှိမှုများကို ဖြိုချကာ Shire မှ ပြန်လည်အသုံးပြုသည်။ ဒီလက်နက်တွေကို ဖန်တီးတဲ့ သိပ္ပံပညာရှင်တွေက ရရှိပါတယ်။ဒေါ်R7. ဤလက်နက်များ ထုတ်လုပ်ခြင်းနှင့် သို့လှောင်ခြင်းတို့ကို ခွင့်ပြုသော အစိုးရကို အစားထိုးရယူသည်။။ဒေါ်R7.



ပတ်ဝန်းကျင်ကို စောင့်ရှောက်ပါ။  
ကိုယ်ကျင့်တရားဆိုင်ရာ တာဝန်နှင့် ပြည်သူ့တာဝန်။

1 ဘုရားသခင်သည် သင့်ထံမှကြားနာခြင်းကို စောင့်ဆိုင်းတော်မူ၏။

**နေထိုင်ရာဆုတောင်း**

**Habitat အထိမ်းအမှတ်နေ့ ၁.၇။ NATm**

ချစ်လှစွာသော ဘုရားသခင်အလှပဆုံး စင်္ကြာဝဠာကို ဖန်ဆင်းရှင်၊ အနှိမ့်ချဆုံး သစ္စာစောင့်သိသော အုပ်ထိန်းသူ (၁၈၈ အမည်) Habitat ကို ကာကွယ်ရန်အတွက် အကူအညီတောင်းပါ။  
ညစ်ညမ်းသူများကို တာဝန်ခံရန် ကတိများသည် Habitat နှင့် ညီညွတ်စေရန်  
ညစ်ညူးသူများကို ယခုနှင့်ဘဝဝ၌ ဘုန်းတော်ထင်ရှားစေပါရန် ပန်ကြားအပ်ပါသည်။ ဘုရားသခင်လူသားတို့၏ ကောင်းကျိုး၊



ဤဆုတောင်းချက်ကို Habitat နေ့တွင်အသုံးပြုသည်။ သို့မဟုတ် လိုအပ်သည့်အခါ။



### ကျွန်ဖြစ်ရသည်။

Law Giver Manifest ကို အသုံးပြု၍ ၎င်း၏သတင်းကို ဖြန့်ပါ။

အခြားဘာသာရေးစာပေအားလုံးကို a ဖြင့် အစားထိုးပါ။ **ဥပဒေပေးသူဖော်ပြချက်** အသုံးမပြုတော့သော စာစောင်များကို သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်နှင့် သဟဇာတဖြစ်အောင် စွန့်ပစ်ပါ။ အသုံးမပြုတော့သော စာစောင်များကို ဖျက်စီးကာ ရေစိမ့်ကာ သန်ကောင်မွေးရန်အတွက် ပျော့အိလာသောအခါ။

ဖြတ်သွား၊ **LGM** စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းတဲ့ ခေါင်းစဉ်တစ်ခုကို တွေ့တဲ့အခါ ဖတ်ကြည့်လိုက်ပါ။ နောက်တစ်ခုကတော့ လေးလေးနက်နက် စာဖတ်ပါ။ ပြန်ဖတ်၊ နားလည်၊ အသုံးပြုပြီး အသက်ရှင်ပါ !!! သတင်းစကား၏ စိတ်ဓာတ်နှင့် နားလည်မှုသည် အရေးကြီးသည်။ စကားလုံးတစ်လုံးချင်း သို့မဟုတ် ဝါကျဖွဲ့စည်းပုံ၏ အဓိပ္ပါယ်မဟုတ်ပါ။ အတွေး၏ စိတ်ဓာတ်နှင့် ရည်ရွယ်ချက်ကို နားလည်ခြင်းသည် သတင်းစကားကို အကောင်အထည်ဖော်ရာတွင် အထောက်အကူဖြစ်စေလိမ့်မည်။

**၁ ဘုရားသခင်** လူသားတိုင်း ဖတ်ရှုလေ့လာခွင့် ပေးစေလိုပါသည်။ **"LGM"**။ စာမဖတ်တဲ့ သူတွေလည်း ဖတ်သင့်တယ်။ ကင်းလွတ်ခွင့်မရှိပါ။ အုပ်ထိန်းသူ အုပ်ထိန်းသူ တိုင်းသည် ဤနေရာတွင် တာဝန်ရှိသည်။ **၁ ဘုရားသခင်** စောင့်ကြည့်နေသည်။

အုပ်ထိန်းသူ အုပ်ထိန်းသူကို အသုံးပြုပါ။ **ဥပဒေပေးသူဖော်ပြချက်** ကိုးကွယ်မှု၊ နေထိုင်မှုနှင့် အလုပ်အတွက် လမ်းညွှန်အဖြစ်။ သူတို့သည် နေ့စဉ်ဆုတောင်းပြီး ယုံကြည်ချက်ဖြင့် ပြောကြသည်။ **နေ့စဉ်ဆုတောင်းပါ။**



**ထောက်ခံသူများ** အဖွဲ့အစည်းများနှင့်ပူးပေါင်းပါ။ (စီးပွားဖြစ်၊ အပန်းဖြေ၊ ရုပ်ရွာ၊ ပညာရေး၊ နိုင်ငံရေး၊ ကျွမ်းကျင်မှု၊ ကုန်သွယ်မှု...) သို့မှသာ ၎င်းတို့သည် ၎င်းတို့၏ လည်ပတ်မှုကို လွှမ်းမိုးနိုင်ပြီး ၎င်းတို့ကို လိုက်လျောညီထွေဖြစ်အောင် လုပ်ဆောင်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။ **ဥပဒေပေးသူဖော်ပြချက်**။

**ထောက်ခံသူများ** Gathering သို့သွားရောက်လည်ပတ်ပါ။ သူတို့သည် စည်းဝေးပွဲသို့ အခြားသူများကို လာရောက်အားပေးကြသည်။ ၎င်းတို့သည် အနည်းဆုံး လူ ၇ ဦးကို ရှာဖွေပြီး စုရုံးခြင်းဖြင့် စုရုံးခြင်း အသစ်ကို စတင်ကြသည်။ (ယုံကြည်ခြင်း 1 ကိုကြည့်ပါ။ စုစည်းမှုတစ်ခု စတင်ပါ)။

**ထောက်ခံသူများ** အခြားသူများကို ဘာသာပြောင်းရန် အားပေးပါ။ 'တရားပေးသူဖော်ပြချက်' ကို နားလည်သဘောပေါက်ရန် ကူညီပေးကြသည်။ ပုံပိုးမှုအတွက် 'စိန်ခေါ်မှုဆုတောင်း' ကို အသုံးပြုကြသည်။

### စိန်ခေါ်မှုဆုတောင်း

1 ဘုရားသခင်သည် သင့်ထံမှကြားနာခြင်းကို စောင့်ဆိုင်းတော်မူ၏။

ချစ်လှစွာသော ဘုရားသခင်အလှပဆုံး စကြဝဠာကို ဖန်ဆင်းရှင် မင်းရဲ့ အနိမ့်ချဆုံး သစ္စာရှိ အုပ်ထိန်းသူ(၁၀၀အမည်) မယုံကြည်သူအား မသိနားမလည်သူကို အသွင်ပြောင်းရာတွင် အကူအညီတောင်းခံမှုများသည် မယုံကြည်သူအား အကူအညီရယူပါ။ 1 ယုံကြည်ခြင်း



နောက်ထပ်စိန်ခေါ်မှုတွေ ထပ်လုပ်ဖို့ ကြိုးစားနေတဲ့ စိန်ခေါ်မှုတစ်ခုမှာ ပါဝင်ခဲ့တဲ့ အတွေ့အကြုံအတွက် ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။

ဘုန်းတော်အတွက် ဘုရားသခင်လူသားတို့၏ ကောင်းကျိုး၊

မသိနားမလည်သော မယုံကြည်သူနှင့် ရင်ဆိုင်ရသောအခါ ဤဆုတောင်းချက်ကို အသုံးပြုသည်။



## AS it is Written It Shall Be

### ကျွန်ုပ်တို့အတွက် ၈

လေထုညစ်ညမ်းမှုကို ရှောင်ရှား၍ သန့်ရှင်းပါ။

လူသားများ အသက်ရှင်ရပ်တည်ရေးအတွက် အကြီးမားဆုံးစိန်ခေါ်မှုမှာ ညစ်ညမ်းမှုဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့နေထိုင်မှုပုံစံနှင့် လှုပ်ရှားမှုများသည် အကြီးမားဆုံး ညစ်ညမ်းစေပါသည်။ ၎င်းသည် ရာသီဥတု၊ ဂေဟစနစ်ကွင်းဆက်၊ ပတ်ဝန်းကျင်၊ အစာကွင်းဆက်၊ လူနေမှုဘဝ၊ ရာသီဥတု၊ တောရိုင်းတိရစ္ဆာန်များကို ထိခိုက်စေသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ပြောင်းလဲရမည်ဖြစ်ပါသည်။ ဒါမှမဟုတ် လေထုညစ်ညမ်းမှုက ကျွန်တော်တို့ကို ဖျားနာစေပြီး နောက်ဆုံးမှာ ဖျားနာပါစေ...

**လေထုညစ်ညမ်းမှု၏ အဓိကအကြောင်းရင်းမှာ လူများကို မီးရှို့ခြင်း ဖြစ်သည်။**



ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းဖြင့် စတင်သည်။ ဆက်လက်လောင်ကျွမ်းသည်။ (ကျောက်မီးသွေး၊ မစင်၊ ဓာတ်ငွေ့၊ ရေနံ၊ ထင်း၊ ။) ချက်ပြုတ်ရန် (BBQ ၊ အိမ်၊ စီးပွားဖြစ်) မီးရှို့ (ကျောက်မီးသွေး၊ ဓာတ်ငွေ့၊ ရေနံ၊ ယူရေနီယမ်) 'Dirty Energy' ကို ထုတ်လုပ်ရန်။ မီးရှို့ (ရေနံ၊ ဓာတ်ငွေ့၊ ကျောက်မီးသွေး၊ ယူရေနီယမ်) ကုန်စည်နှင့် လူများ သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး (တစ်ဦးချင်း၊ အစုလိုက်) ပူလောင်ခြင်းကို ရှောင်ပါ။ ပိတ်လိုက် (မီးလောင်ရာနေရာနှင့် မိုင်းများ) မီးလောင်ရာနေရာအား လုံးဝ ရရှိနိုင်သော စတော့ရှယ်ယာများကို ဖျက်ဆီးပစ်ပါ။  
ဖောက်ဖျက်မှု- လူပုဂ္ဂိုလ်၊ ဒေါ် R3 တခုနှင့် ဒေါ် R7.



Green Con- ကိုကြည့်ပါ  
ခံယူချက်!

**သတိပေးချက် !!!** အုပ်ထိန်းသူ အုပ်ထိန်းသူ မိသားစုများသည် ကျောက်မီးသွေး၊ ဓာတ်ငွေ့၊ ရေနံ၊ ယူရေနီယံ မီးလောင်သည့် စက်ရုံများသို့ ကီလိုမီတာ ၇၀ ထက် ကျော်လွန်နေထိုင်ခြင်း မပြုရပါ။ ပိုကြီးသော အနုတရားကို ရှောင်ရှားရန်

ကင်ဆာများ၊ ကိုယ်ဝန်ပျက်ကျခြင်း၊ အရွယ်မတိုင်မီ အိုမင်းရင့်ရော်ခြင်း၊ အသက်ရှုလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ ရောဂါများ၊ ကလေးမမွေးခြင်း၊ ...  
လေထုညစ်ညမ်းမှု၏ နောက်ထပ်အဓိကအကြောင်းရင်းမှာ ရေကွင်းဆက်အတွင်းသို့ ဝင်ရောက်လာသော အဆိပ်များနှင့် အဆိပ်များဖြစ်သည်။(ကန်များ၊ ချောင်းများ၊ မြစ်များ၊ မြေအောက်ရေလှောင်ကန်များ၊ မြေအောက်ရေ၊ ပင်လယ်၊ သမုဒ္ဒဒရာများ)။စိုက်ပျိုးရေး(မြေဩဇာ၊ ပေါင်းသတ်ဆေး၊ ပိုးသတ်ဆေး...)၊ အဆောက်အဦး(အညစ်အကြေး အဆိပ်အတောက်များ မြေကြီးထဲသို့ စိမ့်ဝင်သွားသည်..)ကုန်ထုတ်လုပ်မှု(အဆိပ်အတောက်များ..)သန့်ရှင်းရေး(ဖော့စဖိတ်..)အလှကုန်(အဆင်းနစ် ကဒီမီယမ်၊ ခဲ၊ မာကျူရီ..) သတုတုတွင်း၊(ဆိုင်ယာနိုက်၊ ဆိုဒီယမ်ဟိုက်ဒရောဆိုဒ်၊ ဖရန့်ခဲ၊ ဆာလဖူရစ်အက်ဆစ်)၊ဆေးဝါးများ(တီရုဆာန်၊ လူဆေး၊ အမှိုက်)၊အဆိပ်အတောက်များ၊ အဆိပ်အတောက်များကို ရှောင်ပါ။ အဆိပ်၊ အဆိပ် အရင်းအမြစ်အားလုံးကို ပိတ်ပါ။ ရရှိနိုင်သော စတော့ရှယ်ယာများကို သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်နှင့် သဟဇာတဖြစ်အောင် ဖျက်ပါ။ ဖောက်ဖျက်မှု- လူပုဂ္ဂိုလ်၊**ဒေါ်R3**တခုခုတခု၊**ဒေါ်R7**။

ပစိဖိတ်မြောက်ပိုင်းတွင် အမေရိကန်နှင့် ဂျပန်တို့ ပူးပေါင်းကာ 'ပလတ်စတစ်ညစ်ညမ်းမှု 1' ကျွန်းတုကို ဖန်တီးနေသည်။ တိုးချဲ့ကျွန်း(လက်ရှိအရွယ်အစား- ၈ ရင်းလန်း၏)ပလတ်စတစ်များ အဓိကပါဝင်ပါသည်။ ပင်လယ်ရေ၏ စုပ်ယူမှုကို ခံရသော ငှက်များသည် ပင်လယ်စာ ကွင်းဆက်ထဲသို့ ဝင်ရောက်လာခဲ့သည်။



ဤညစ်ညမ်းသောနေရာမှ ပင်လယ်စာများကို စားသုံးခြင်းသည် လူသားတို့၏ အစာခြေလမ်းကြောင်းသို့ ရောက်ရှိလာပါသည်။ ထို့နောက် ခန္ဓာကိုယ် တစ်ခုလုံး ညစ်ညမ်းစေသော သွေးကြောများ အတွင်းသို့ ဝင်ရောက်ကာ စိတ်ဆင်းရဲမှု ဝေဒနာများ ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။US နဲ့ Japan တို့ဟာ အရှုပ်အထွေးတွေကို ရှင်းပစ်ဖို့ လိုနေပြီ၊ အုပ်ထိန်းသူသည် ပင်လယ်စာ (Salmon, Sushi..) မစားရ၊မြောက်ပစိဖိတ်ဒေသမှ



မပျက်စီးနိုင်သော ထုပ်ပိုးမှုနှင့် ထုတ်ကုန်များ ထုတ်လုပ်ခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်ပါ။ပလတ်စတစ်ကွန်တိန်နာများတွင် အစားအစာနှင့် သောက်စရာများ ကုန်ဆုံးသွားပါသည်။ ပလတ်စတစ်အိပ်ယာ၊ အဝတ်အစား၊ ဖိနပ်(လူလုပ် အမျှင်)သင့်အသားအရေအတွက် မကောင်းပါ။ပလတ်စတစ် ထုတ်ကုန်များနှင့် အမျှင်များ ထုတ်လုပ်မှုကို အဆုံးသတ်သည်။

**သတင်းဆိုး!**ယခုအခါတွင် ပလတ်စတစ်သည် လူသွေး၊ အဆုတ်၊ အင်္ဂါများတွင် အဖြစ်များနေပြီ..! ပလတ်စတစ် ဆိုသည်မှာ ဝေဒနာကို နှေးကွေးစေ၍ ဖြစ်ပါလိမ့်မည် ။

စီးပွားရေး(ကပ်ပါး၊ သားကောင်များ)သူတစ်ပါးကို အခွင့်ကောင်းယူ၊ အမြတ်ထုတ်ဖို့ အခွင့်အလမ်းကို မြင်တယ်။ အမြတ်ထုတ်သူများသည် အပန်းဖြေချိန်ကို ပိုမိုလိုချင်ကြသည်။ အပန်းဖြေချိန် လှုပ်ရှားမှုများသည် အမှိုက်များ၊ လေထုညစ်ညမ်းမှု၊ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရမှု၊ ကျန်းမာရေးအန္တရာယ်များ၊ အခြားမျိုးစိတ်များကို အန္တရာယ်ဖြစ်စေသည်။ အားလပ်ချိန် လှုပ်ရှားမှု အများစုသည် ပတ်ဝန်းကျင် ဖောက်ပြန်မှု ဖြစ်သည်။ အသုံးမဝင်သော အားလပ်ချိန်လှုပ်ရှားမှုများသည် လူကြံ့ကြံ့မာကို ပိုမိုတိုးတက်စေမည့် တန်ဖိုးရှိသော ရပ်ရွာလှုပ်ရှားမှုများတွင် စေတနာ့ဝန်ထမ်းလုပ်ခြင်းဖြင့် အစားထိုးပါသည်။

**ခရီးသွား၊ ခရီးသွားလုပ်ငန်း**အန္တရာယ်ဖြစ်လာသည်။ အပျော်စီးသဘောငှာများသည် အင်းဆက်များကဲ့သို့ ဝိုင်းအုံနေသော ခရီးသွားများကို တင်ဆောင်သည်။(ပိုးဟပ်)ဆိပ်ကမ်းများ နှင့် ဒေသန္တရနေရာများ ၊၎င်းတို့သည် ဒေသခံများ၏ လူနေမှုပုံစံကို အနှောင့်အယှက်ပေးကာ ဒေသခံများအတွက် စားဝတ်နေရေးစရိတ်များ မြင့်တက်စေသည်။ အမှိုက်တောင်တွေ ဖန်တီးတယ်။ဤဖျော်ဖြေရေး idle ၏ ကောင်းစွာပိတ် Ends! ၎င်းသည် လေကြောင်း၊ နည်းပြ၊ မီးရထား၊ ခရီးသွားလုပ်ငန်းနှင့်လည်း သက်ဆိုင်ပါသည်။



လူစုလူဝေးဖျော်ဖြေရေး ပြီးဆုံးသည်။



လူစုလူဝေးဖျော်ဖြေရေးသည် 'အမှိုက်' များစွာကို ဖန်တီးပေးသည်။ ကောင်စီများသည် အမှိုက်ပုံများ မရှိတော့ပါ။ 'အမှိုက်'!



လူအုပ်ကြီးသည် ဖျော်ဖြေရေးနေရာများ လိုအပ်ပါသည်။ ကောင်စီများသည် ကြီးမားသော ဧရိယာများကို ဘေးဖယ်ထားပြီး အကြွေးများသော အဆောက်အအုံကြီးများကို ဆောက်လုပ်သည့် နေရာများသို့ ရောက်သွားကြသည်။ လည်ပတ်ခြင်းနှင့် ထိန်းသိမ်းခြင်းအတွက် ကြီးမားသောကုန်ကျစရိတ်များ စုပုံနေပါသည်။ နေရာများကို အချိန်၏ 90% အသုံးမပြုပါ။ နေရာအသစ်များ မရှိတော့ပါ။ ရှိပြီးသားတွေကို ဖြိုချပစ်လိုက်တယ်။



လူစုလူဝေးဖျော်ဖြေရေးတွင် အများသူငှာ၊ ပြည်တွင်းသယ်ယူပို့ဆောင်ရေးနှင့် ကားပါကင်အတွက် ကြီးမားသော ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှု လိုအပ်ပါသည်။ နေရာမရှိ၊ အခြေခံအဆောက်အအုံ စရိတ်စကများ ကျသွားသည်။ လမ်းနှင့်ကားပါကင် 'Chaos' ကိုဖယ်ရှားပါ။



လူစုလူဝေး ဖျော်ဖြေရေးသည် ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ဖျော်ဖြေမှုများကို ယူဆောင်လာသည်- အိုလံပစ်(ပါရာ၊ နွေ၊ ဆောင်း)ကမ္ဘာလှည့်ခရီးများ ( တီးဝိုင်း၊...), ဘောလုံး(ကမ္ဘာ့ဖလား)၊ Gran Prix ၊ F1 (ဆိုင်ကယ်၊ မော်တော်ကား)။



လူစုလူဝေးဖျော်ဖြေရေးသည် လူအုပ်ကြီးဖန်တီးသည်။ လူအုပ်ကြီးသည် မငြိမ်မသက်ဖြစ်တတ်သည်။ ရန်ပွဲများ မကြာခဏ ကွဲထွက်တတ်သည်။ ဒေါသပူပန်ထနိုင်သည်။ လူအုပ်ကြီးဖြစ်နိုင်သည်... လူအုပ်ကြီးသည် သူတို့နှင့် အသိုင်းအဝိုင်းကို ခြိမ်းခြောက်မှုတစ်ခုဖြစ်သည်။ လူအုပ်ကြီးသည် စွဲလမ်းသူ အမျိုးအစားအားလုံးနှင့် ၎င်းတို့၏ ပေးသွင်းသူများအတွက် အားထားရာဖြစ်သည်။ လူအုပ်ကြီးသည် ဈေးကြီးသော လုံခြုံရေး များစွာ လိုအပ်သည်။ လူစုလူဝေး ဖျော်ဖြေမှု ပြီးဆုံးသွားပါပြီ။



**ညစ်ညမ်းမှုကို ရပ်တန့်ပါရှင်သန်ပါ !!!**

# ကျွန်ုပ်တို့

ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်မှုနှင့် မျိုးသုဉ်းခြင်းမှ တိရစ္ဆာန်များကို ကာကွယ်ပါ။

**၁ ဘုရားသခင်**တိရစ္ဆာန်တွေကို ရှိသေလေးစားစေချင်တယ်။တိရစ္ဆာန်တွေကို လေးစားမှုပြုရမယ်။ ပျော်ရွှင်မှုအတွက် သူတို့သည် အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်အဖြစ် သို့မဟုတ် တောရိုင်းတွင် ကျွန်ုပ်တို့၏ဘဝထဲသို့ ယူဆောင်လာကြသည်။ အလုပ်ဖော်အဖြစ်(လမ်းပြခွေး၊ တိရစ္ဆာန်ထုပ်ပိုး၊ သိုးခွေး။)၊ စောင်၊ အဝတ်အထည်၊ ဖိနပ်၊ ကြမ်းခင်းများ ပေးဆောင်၍ အာဟာရကျွေးမွေးသူအဖြစ် (အရက်၊ အစားအသောက်)၊



## တိရစ္ဆာန်ဆုတောင်း

1 ဘုရားသခင်သည် သင့်ထံမှကြားနာခြင်းကို စောင့်ဆိုင်းတော်မူ၏။

ချစ်လှစွာသော **ဘုရားသခင်**အလှပဆုံး စင်္ကြာဝဠာကို ဖန်ဆင်းရှင်၊ အနိမ့်ချဆုံး သစ္စာစောင့်သိသော အုပ်ထိန်းသူ(၁၀တို့အမည်) တိရစ္ဆာန်တွေရဲ့ ကောင်းချီးပေးမှုအတွက် ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ အဘယ်သူသည် ကျွန်ုပ်တို့အား ပျော်ရွှင်မှု၊ သူတို့ကို လေးစားပြီး ရက်စက်မှုတွေကနေ ကာကွယ်ပေးမယ်။ ဘုန်းတော်ကြောင့် တိရစ္ဆာန်တွေအပေါ် ရက်စက်တဲ့သူတိုင်းကို ငါ အပြစ်ပေးမယ်။ **၁ ဘုရားသခင်**လူသားတို့၏ ကောင်းကျိုး၊



ဤဆုတောင်းချက်ကို လိုအပ်သောအခါတွင် အသုံးပြုသည်။



**၁ ဘုရားသခင်**လူသားသည် တိရစ္ဆာန်အားလုံးကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရန် မျှော်လင့်သည်။လူသည် သာလွန်သော ဉာဏ်ပညာကို ပေးသည်။(ကျေးဇူးတင်ပါတယ် **၁ဘုရားသခင်**)တိရစ္ဆာန်တို့အား တိရစ္ဆာန်လောကကို စောင့်ရှောက်ရမည်။**ရက်စက်မှု**တိရစ္ဆာန်တွေကို တရားစွဲတဲ့ ရာဇဝတ်မှုပါ။ မျိုးသုဉ်းသွားသည့်အချိန်တိုင်း လူသားမျိုးနွယ်သည် မအောင်မြင်ပါ။

တိရစ္ဆာန်များအပေါ် ရက်စက်ခြင်းသည် စော်ကားခြင်းပင်ဖြစ်သည်။**၁ ဘုရားသခင်**တရားစွဲရမယ့် ရာဇဝတ်မှုပါ။ ဘက်ထရီအိုးအိမ်၊ လျစ်လျူရှုမှု၊ Safari အမဲလိုက်မှု၊ ပြိုင်ကားတိရစ္ဆာန်များ၊ တိရစ္ဆာန်ရန်ပုံများ၊ စမ်းသပ်ထုတ်ကုန်များ၊ တိရစ္ဆာန်များဆိုင်ရာ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများ၊ ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်ခြင်း...တိရစ္ဆာန်များအပေါ် ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်မှုကို ပံ့ပိုးကူညီသော သို့မဟုတ် ကူညီဆောင်ရွက်ပေးသည့် မည်သည့်ပုဂ္ဂိုလ်၊ ကလပ် သို့မဟုတ် အဖွဲ့အစည်းမဆို(နားတိုက်ပွဲ Arena၊ Circus၊ Greyhound Racing Oval၊ Race Track၊ Steeple chase course၊ Trotting track၊ Zoo...)တရားစွဲကြသည်။**ဒေါ်R4**တိရစ္ဆာန်တိုင်းအတွက် နှင့် ပိတ်ထားသည်။ဘေးမဲ့တောများကို ပံ့ပိုးထားသည်။

တိရစ္ဆာန်ရန်ဖြစ်(ဝက်ဝံ၊ နွားသိုး၊ ကြက်၊ ခွေး၊ ...)အဆိုး။တိရစ္ဆာန်ပိုင်ရှင်၊ သင်တန်းဆရာနှင့် မြင့်တင်သူများသည် လှောင်အိမ်များ၊**ဒေါ်R4** နေရာတွေကို ဖြိုချပစ်တယ်။

ဘက်ထရီအိုးကို ဖြိုချလိုက်သည်။'Free-range' ဖြင့် အစားထိုးထားသည်။ ဆပ်ကပ်တိရစ္ဆာန်ဖျော်ဖြေရေး ပြီးဆုံးသည်။တိရစ္ဆာန်များကို လူသားများဖြင့် အစားထိုးသည်။



30 ကီလိုမီတာထက်ပိုသောအသက်တိရစ္ဆာန်သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးအဆုံးသတ်။ Portable abettor ကိုအသုံးပြုသည်။  
တိရစ္ဆာန်ပြိုင်ပွဲ ပြီးဆုံးသည်။ ပြိုင်ကားကွင်းပိတ်၊ ပြိုကျသည်။ ပြိုင်ကား တိရစ္ဆာန်  
ပိုင်ရှင်၊ သင်တန်းဆရာ၊ ပြိုင်ကွင်းအော်ပရေတာ၊ **ဒေါ်R4**။

စိတ်လှုပ်ရှားစွာ သတ်ဖြတ်ခြင်း။ (Safari အမဲလိုက်ခြင်း၊ တော်ဝင်အမဲလိုက်ခြင်း၊ အခြားအမဲလိုက်ခြင်း) တိရစ္ဆာန်တို့၏  
အဆုံးသတ်။ Promoter, Hunters တွေကို တရားစွဲ၊ **ဒေါ်R4** တိရစ္ဆာန်တိုင်းအတွက် ရိန်းဂျားများသာ တိရစ္ဆာန်များကို  
သတ်နိုင်သည်။

ပန်းခြံတိရစ္ဆာန်ဖျော်ဖြေရေး ပြီးဆုံးသည်။ ဂိမ်းများ၊ စီးခြင်း၊ ...

တိရစ္ဆာန်ရုံတွေ ပိတ်တယ်။ တောရိုင်းတိရစ္ဆာန်ဘေးမဲ့တောများမှ ဒေသမျိုးစိတ်များသာ အစားထိုးထားသည်။  
Shire တိုင်းတွင် တောရိုင်းတိရစ္ဆာန်ဘေးမဲ့တောရှိသည်။ (၄)။

### တုံ

Shire ဘေးမဲ့တောသည် ဒေသခံ 'Habitat' ကို ကာကွယ်သည်။ ၎င်းသည် ဂေဟ  
စနစ်၊ ကျောက်နှင့် သဲဖွဲ့စည်းပုံများ၊ ဟင်းသီးဟင်းရွက်များ၊ တောရိုင်းတိရစ္ဆာန်  
များ။ Shire Sanctuaries Ranger Volunteer ဖြစ်လာပါ။ **၁ ဘုရားသခင်** စောင့်  
ကြည့်နေသည်။



Shire Oasis တိုင်းတွင် ဘေးမဲ့တောတစ်ခုရှိသည်။ များစွာသော Shire Oasis သည် ဘေးမဲ့  
တောစဉ်းကြံကို ဖန်တီးနိုင်သည်။ ပြည်နယ်အစိုးရက ဘေးမဲ့တောစဉ်းကြံဖြင့် ကူညီပေးသည်။

စောင်းငုပ်ခြင်း။



Angling သည် လိုအပ်ချက် 1 ခုကို ဆောင်ရွက်ပေးသည်။ အစားအစာ စုဆောင်းခြင်းနှင့် စိတ်  
လှုပ်ရှားစရာများ ရှိရန် လိုအပ်သည်ဟု ထင်မြင်ပါသည်။ (အားကစား)၊ အစားအစာအတွက်  
စောင်းငုပ်ခြင်းကို Custodian Guardian မှ ပံ့ပိုးထားပါသည်။ စိတ်လှုပ်ရှားစရာများအတွက်  
ငိုက်စိုက်ခြင်း။ (အားကစား) မဟုတ်ပါ။

### စောင်းငုပ်ခြင်း။ ဆုတောင်း 1 ဘုရားသခင်သည် သင့်ထံမှကြားနာခြင်းကို စောင့်ဆိုင်းတော်မူ၏။

ချစ်လှစွာသော **ဘုရားသခင်** အလှပဆုံး စကြာဝဠာကို ဖန်ဆင်းရှင်၊ အ  
နှိမ့်ချဆုံး သစ္စာစောင့်သိသော အုပ်ထိန်းသူ (၁၈၈၅ နာမည်) စောင်းငုပ်  
ခြင်းအတွက် ကျေးဇူးတင်ပါသည်။  
စိတ်ဝိညာဉ်အတွက်ကောင်းပြီ အစာအိမ်အတွက်လည်း  
ကောင်းပါတယ်။ ငါးအလွန်အကျွံငါးဖမ်းခြင်း မပြုပါ  
ဂုဏ်ကျက်သရေအတွက် စိတ်လှုပ်ရှားစရာရှာဖွေသူနှင့် ၎င်း၏မြှင့်တင်  
သူများကို ငါအပြစ်ပေးမည်။ **၁ ဘုရားသခင်** လူသားတို့၏ ကောင်းကျိုး၊



ဤဆုတောင်းချက်ကို လိုအပ်သောအခါတွင် အသုံးပြုသည်။



ငါးဖမ်းခြင်းထက် ငါးဖမ်းခြင်းကို ရှောင်ရှားရန် အစိုးရမှ ကြီးကြပ်ကွပ်ကဲသည်။ အရွယ်အစားကန့်သတ်ချက်သည် အချို့သောမျိုးစိတ်  
များနှင့် သက်ဆိုင်ပါသည်။ သတ်မှတ်ထားတဲ့ အရွယ်အစားအောက် ငါးတွေကို လွှတ်ပေးတယ်။ (ဥပဒေ)။  
ငါးဖမ်းခြင်းနှင့် သယ်ယူပို့ ဆောင်ခြင်းသည် ထိခိုက်စေနိုင်သည်။

ဂေဟစနစ်များကြားတွင် သက်ရှိများကို အနှုတ်တရားဖြစ်စေသည်။ ငါးများကို တစ်နေရာမှတစ်နေရာသို့ ရွေ့ပြောင်းခြင်းသည် ဂေဟစနစ်ဆီသို့ ငါးငြိလ်သားများကို ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်သည်။ ဒေသဆိုင်ရာ စည်းမျဉ်းများကို စစ်ဆေးပါ။



အသက်ရှင်သောငါးကို အသုံးပြုခြင်းသည် ရက်စက်သည်။ မလုပ်ပါနဲ့!

လောဘကြီးသော လယ်သမားများ၊ မွေးမြူရေးသမားများသည် လယ်မြေများကို လျှံကျကျန်ကြသည်။ ရလဒ်၊ overgrazing. ရလဒ်၊ သဲကနုတာရ(ရာသီဥတု ဆိုးရွားမှု မြန်ဆန်စေသည်). ရလဒ်သည် အသက်အနှုတ်အတွက် ရက်စက်မှုဖြစ်သည်။ ဤသည် ပြီးဆုံးသည်။ ။ လောဘကြီးသော လယ်သမားများ၊ မွေးမြူရေးသမားများသည် လျော်ကြေးမပေးဘဲ လယ်မြေများ ဆုံးရှုံးကြသည်။ သူတို့က တရားစွဲ၊ ဒေါ်R4 တိရစ္ဆာန်တိုင်းအတွက်.



### 1 ဘုရားသခင်၏ဖန်ဆင်းခြင်းအားလုံးအတွက် ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်မှုကို

#### အဆုံးသတ်ပါ။ ကျွန်ုပ်တို့ဖြစ်ခြင်း ၁၀

မတရားတိုက်ခိုက်ခံရသော၊ ချီတဲ့သူများ၊ အားနည်းသူများနှင့် ငတ်မွတ်သူများအတွက် ရပ်တည်ပါ။

လူတစ်ဦးချင်း၊ လူ့အဖွဲ့အစည်းတွင် တရားမျှတမှုမရှိသော တိုက်ခိုက်ခံရမှု၊ ချီတဲ့မှု၊ အားနည်းမှုနှင့် ငတ်မွတ်မှုတို့အတွက် ရပ်တည်ရန် အရပ်ဘက်တာဝန်ကိုယ်ကျင့်တရား ခိုင်မာတယ်။ (သူ၊ သူမ) စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ ရူပပိုင်းဆိုင်ရာ ချီတဲ့သူများကို ကူညီပေးရန် တာဝန်ရှိသည်။ အုပ်ထိန်းသူအုပ်ထိန်းသူသည် ခိုင်မာသောခေါင်းဆောင်မှုကိုပြုသည်။ ကျင့်ဝတ်တရားများနှင့် အရပ်ဘက်တာဝန်များကို လိုက်နာရန် ပျက်ကွက်သော လူ့အဖွဲ့အစည်းများ၊ ရှင်သန်ရန် မထိုက်တန်ပါ။

တရားမျှတမှုမရှိသော တိုက်ခိုက်မှုများ၏ ရလဒ်ဖြစ်နိုင်သည်-မောက်မာမှု၊ လှည့်စားမှု၊ elitism၊ လောဘ၊ မနာလိုမှု၊ မောဟ၊ မတရားမှု၊ နားလည်မှုလွဲမှု၊ ရွယ်တူချင်းဖိအား၊ မုသာဝါဒ၊ မာန၊ ကလွဲစားချေမှု၊ လူမှုရေးအဆင့်အတန်း၊ ချမ်းသာကြွယ်ဝမှု၊ အသားအရောင်ခွဲခြားမှု၊ ဒါတွေဟာ တရားမျှတမှု အတွက် အကာအကွယ် မဟုတ်ဘူး။ မတရားမှုကို ပြုပြင်သည်။ အစပြုသူ(များ) မတရားမှုဟူသည်(များ) တာဝန်ခံသည်။ (လျော်ကြေး၊ ပြန်လည်ထူထောင်ရေး).

လူတွေဟာ သူတို့ရဲ့ စိတ်နေသဘောထား၊ အပြုအမူ၊ ရုပ်ရည်၊ အယုံအကြည်မရှိ၊ လူမှု အဆင့်အတန်းကြောင့် ချိတ်ကြဲတယ်..။ တစ်ဦးချင်းနှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်းသည် ဤကံဆိုးသူများကို ကူညီရန် တာဝန်ရှိသည်။ ဒါက လက်လှုပ်တာကို မဆိုလိုပါဘူး။ ဒါပေမယ့် ချိတ်နေလို့ ဖြစ်လာရ တဲ့ အကြောင်းတရားနဲ့ အကျိုးဆက်ဖြစ်တဲ့ အခြေအနေတွေကို ပြုပြင်ပါ။ လူတို့သည် မိမိတို့၏ အခြေအနေကို ကျော်လွှားရန် ကိုယ်ကျိုးစီးပွားရှိကြသည်။

အားနည်းသူများသည် အလွယ်တကူ လျစ်လျူရှု၊ မေ့ပျောက်နိုင်သော စိန်ခေါ်မှုကြီး တစ်ခုဖြစ်သည်။ အားနည်းသူသည် သနားစရာကောင်းပုံပေါ်သည်။ ကူညီဖို့ စိတ်ရှုပ် စရာ။ သူတို့အကူအညီလိုတာ ဘယ်တော့မှ မနည်းပါဘူး။



**နေ့စဉ်ဆုတောင်း 1 ဘုရားသခင်သည် သင့်ထံမှကြားနာခြင်းကို စောင့်ဆိုင်းတော်မူ၏။**

ချစ်လှစွာသော **ဘုရားသခင်** အလှဆုံးစကြာဝဠာကို ဖန်ဆင်းရှင်၊ သန်ရှင်းသော၊ သနားကြင်နာမှုနှင့် နှိမ့်ချမှုရှိရန် ကူညီပေးပါ။ **၇** လမ်းညွှန်အဖြစ် Scrolls

မင်းရဲ့ဖန်တီးမှုတွေကို ငါကာကွယ်ပြီး မကောင်းဆိုးဝါးတွေကို အပြစ်ပေးမယ်။ မတရားတိုက်ခိုက်ခံရခြင်း၊ ချိတ်ခြင်း၊ အားနည်းခြင်းနှင့် ငတ်မွတ်ခြင်းအတွက် မတ်တပ်ရပ်ပြီး ငတ်မွတ်နေ သူများ၊ အိုးမဲ့အိမ်မဲ့များကို ကျွေးမွေးပြီး ဖျားနာသူများကို နှစ်သိမ့်ပေးခြင်း၊ ကြွေးကြော်ချက်- ၁ ဘုရားသခင်၊ ၁ ယုံကြည်ခြင်း ၁ အသင်းတော်၊ စကြာဝဠာအုပ်ထိန်းသူများ ယနေ့ အတွက် ကျေးဇူးတင်ပါသည်။

သင်၏ အနှိမ့်ချဆုံး သစ္စာစောင့်ထိန်းသူ (၁၀၀၀နာမတော်) 1 ဘုရားသခင် ၏ ဘုန်းအသရေနှင့် လူသားတို့ ၏ ကောင်းကျိုးအတွက်

ဤဆုတောင်းချက်ကို နေ့တိုင်း၊ တစ်ယောက်တည်း သို့မဟုတ် သင်နှစ်သက်သည့်နေရာ၌ အုပ်စုလိုက်အသုံးပြု သည်။ Custodian Guardian Gathering တွင် ရွတ်ဆိုခဲ့သည်။



အကျင့်ပျက်၊ အကျင့်ပျက်၊ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်တဲ့ အသိုက်အဝန်းတွေ ပို ဖြစ်လာတယ်။ ဒီအသိုက်အဝန်းက ပိုလိုအပ်လေလေပါပဲ။ သူတို့သည် အသိုက် အဝန်းကြောင့် ငတ်မွတ်နေသည်။ စည်းစိမ်ဥစ္စာကို တန်းတူညီမျှ ခွဲဝေမပေး ပါဘူး။ ဒါကိုကျော်လွှားဖို့အတွက် 'အဆိုးကွင်းဆက်' မှာ ပါဝင်သူအားလုံးဟာ တာဝန်ခံမှု၊ ပိုင်ဆိုင်မှုတွေကို ဖယ်ရှားပြီး၊ **ဒေါ်R6**။



**ချမ်းသာသူဖြစ်ရခြင်းသည် ရှက်စရာကောင်းသော ပြစ်မှုတစ်ခုဖြစ်သည်။ ဒေါ်R6**

**၁ ဘုရားသခင်** မကြိုက်သည်-မောက်မာမှု၊ မတရားမှု၊ မြင့်မြတ်မှု၊ ချမ်းသာမှု၊ အချည်းနီးမှု၊ အကြမ်းဖက်မှု၊ ဖြန့်တီးမှု၊ စည်းစိမ်ဥစ္စာဟူသည့် ကောင်းကင်ဘုံအတွက် မဟုတ်ပါ။



**၁ ဘုရားသခင်လာဘ်မထိုးနိုင်ဘူး!!!**

**တာဝန် ၁၁**

ငတ်မွတ်နေသော အိုးမဲ့အိမ်မဲ့များကို ကျွေးမွေးပြီး ဖျားနာသူများကို သက်သာစေပါသည်။ ရပ်ကွက်ထဲက ရေတွင်းရပ်ကွက်တွေမှာ အိုးမဲ့အိမ်မဲ့တွေရှိတယ်။ (အမှိုက်ပုံးထဲမှာ အိပ်တယ်။

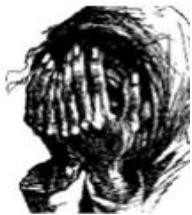
) အစာမကျွေး(အမှိုက်စား)ရုန်းကန်နေ (အကြွေး စုဆောင်းသူများ နှောင့်ယှက်ခြင်း၊ အနိုင်ကျင့်ခြင်းနှင့် ခြေရာခံခြင်း)လူတွေ။



လူအတော်များများဟာ နေ့စဉ်ဘဝမှာ မလိုအပ်ဘဲ သွားနေကြတယ်။(စားနိုင့် သောအစားအစာ၊ ရေသန့်၊ သင့်လျော်သောအဝတ်အစား၊ သက်တောင့် သက်သာနေထိုင်ရန်)။ ဤငတ်မွတ်သောသူတို့သည် မူးယစ်ဆေးဝါးသုံးစွဲခြင်းကို ဖြစ်ပေါ်စေတတ်သောကြောင့် ဆင်းရဲဒုက္ခဖြင့် နေထိုင်ကြသည်။(ဆေးလိပ်၊ အရက်၊ ပြည့်တန်ဆာ၊ စိတ်ပြောင်းလဲစေသော အရာများ)။ သူတို့အကူအညီလို တယ်၊ မင်းရဲ့အသိုင်းအဝိုင်း၊



ဤသည်မှာ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်သော အသိုက်အဝန်းဖြစ်ပြီး 'မကောင်းမှု၏ကွင်းဆက် ဖြစ်သည်။' လူကျင့်ဝတ်သိက္ခာကို ပျက်ကွက်ခြင်း၊ ဒါက မင်းရဲ့အသိုင်းအဝိုင်းလား။ သို့ဆို လျှင် အရာများကို ပြောင်းလဲရန်မှာ သင့်တာဝန်ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ပြုရန် ပျက်ကွက်ခြင်းသည် အကျင့်စာရိတုတဖြစ်ပြီး မကောင်းမှုသည် ဆန်ကျင်သည်။ **ဘုရားသခင်** မကောင်းမှုဟူသည် ပစ္စည်းကို ဖယ်ထုတ်၊ လှောင်အိမ်၊ **ဒေါ်R6**



မိဘများကိုခွင့်ပြုသောအသိုက်အဝန်း(မကောင်း၊ အဆင်မပြေ)အထပ် ၂ ထပ်တိုက် တွင် အလုပ် ၂ တွဲ ကား ၂ စီးဖြင့် နံနက်စာနှင့် အသားညှပ်ပေါင်မုန့် မပါဘဲ ကလေး များကို ကျောင်းသို့ ပို့ပေးသည်။ ရှင်သန်ရန် မထိုက်တန်သော အသိုင်းအဝိုင်းတစ်ခု ဖြစ်သည်။ သင့်အသိုင်းအဝိုင်းတွင် ဆာလောင်နေသူများ ရှိပါသလား၊ ရှက်ရွံ့ပြီး သူတို့ ကို ကျွေးမွေးပါ။ **ဘုရားသခင်** စောင့်ကြည့်နေသည်!

**ကျေးဇူးတင်ပါသည်ဆုတောင်း 1 ဘုရားသခင်သည် သင့်ထံမှကြားနာခြင်းကို စောင့်ဆိုင်းတော်မူ၏။**

ချစ်လှစွာသော **ဘုရားသခင်** အလှဆုံးစံပြုဝဠာကို ဖန်ဆင်းရှင်၊ သင်၏နောက်ဆုံးသတင်း စကားဖြင့် အသက်ရှင်နေထိုင်ခြင်းအတွက် နေ့စဉ်အရက်နှင့် အစားအစာများ ထောက်ပံ့ပေး သည့်အတွက် ကျေးဇူးတင်ပါသည်။  
အာဟာရပြည့်ဖို့ နေ့တိုင်း ကြိုးစားနေတယ်။  
ရေငတ်ခြင်းနဲ့ ထိုကျည်တဲ့ ဝေဒနာတွေကို နှမြောတသနိုင်ပါစေ။  
မင်းရဲ့ အနှံ့မဲ့ချဆုံး သစ္စာစောင့်သိတဲ့ အုပ်ထိန်းသူ (၁၀၀ အမည်) ဘုန်း တော်အတွက် **ဘုရားသခင်** လူသားတို့၏ ကောင်းကျိုး၊



အစာမစားမီ ဤဆုတောင်းချက်ကို အသုံးပြုပါ။



ရပ်ရွာကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုဌာနတွင် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု အကာအကွယ်မရှိသောကြောင့် ဖျားနာသူများကို ဝေးရာသို့ လွှဲပေးပါသလား။ လူတိုင်း(ပြန်လည်ထူထောင်ရေးသမားများမဟုတ်ပါ)တစ်ခုရှိ **ဘုရားသခင်** ခြွင်းချက်မရှိ အခမဲ့ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ပေးပိုင်ခွင့်။ အခမဲ့ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ကို ငြင်းဆိုခြင်းသည် ရာဇဝတ်မှု၊ **ဒေါ်R6**+ပရော်ဖက်ရှင်နယ်အသိအမှတ်ပြုမှုလျော့ရဲ။ ကပ်ပါး အမြတ်ထုတ် သော ဆေးပညာရှင်တိုင်းကို ရှောင်ဖယ်ပြီး အရှက်ခွဲပါ။

အခမဲ့ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု **သ** **ဘုရားသခင်** ပေးထားတယ် !  
အိမ်အလွတ်များရှိသော အသိုင်းအဝိုင်း။ အိုးမဲ့အိမ်မဲ့ မဖြစ်သင့်ဘူး။ ရှိတယ်။

မင်းရဲ့အသိုင်းအဝိုင်းက အိမ်တွေချည်းနဲ့ အိုးမဲ့အိမ်မဲ့တွေ။အိုးမဲ့အိမ်မဲ့များကို အိမ်အလွတ်သို့ ပြောင်းရွှေ့ပါ။ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုအဆုံး အိမ်ခြံမြေ၊ ကပ်ပါးဆန်တဲ့ အမြတ်ကြီးစားတဲ့ အိမ်ရှင်တွေကို အဆုံးသတ်ပါ။ သူတို့ကို တာဝန်ခံပါ။**ဒေါ်R6**

အုပ်ထိန်းသူ Guardian Shire တွင် အိုးမဲ့ အိမ်မဲ့ မရှိပါ။ အိုးမဲ့အိမ်မဲ့မှန်သမျှကို Shire Cluster အိမ်ရာသို့ ပြောင်းရွှေ့သည်။ ဟိ'ရှိုင်းယား' အိုးမဲ့အိမ်မဲ့တွေကို ချက်ခြင်းတင် တယ်။**wmw x1**. ပြည်နယ်အသိုက်အဝန်း အရေးပေါ်ဝန်ဆောင်မှု(CE)အိုးမဲ့အိမ်မဲ့များကို အသိုက်အဝန်းသို့ ပေါင်းစည်းနိုင်၊ မရဲ့ ဆုံးဖြတ်ပေးမည့် အကဲဖြတ်သူတစ်ဦးကို စေလွှတ်သည်။ အိုးမဲ့အိမ်မဲ့တချို့တော့ ရှိ ကောင်းရှိမယ်။



မိလ်ဘုန်း

ပေါင်းစည်းနိုင်ပါစေ။Shire က သူတို့ကို စောင့်ရှောက်တယ်။ မည်သူမျှ ရေမြောင်းထဲတွင် လဲလျောင်းနေ၍ ရေဓာတ်ခန်းခြောက်ခြင်း၊ အေးခဲခြင်း၊ အစာငတ်ခြင်း၊ ခွေးကုန်ခံရခြင်း၊ နှိပ်စက်ခြင်း၊ ဆီးသွားခြင်း၊ ဆီးသွားခြင်းများ၊ တိုင်းနှင့် ပြည်နယ်နှင့် ရှိုင်းယားအစိုးရတို့သည် နိုင်ငံသားအပေါ် ဂရုစိုက်မှု ပျက်ကွက်သော အစိုးရဖြစ်သည်။ အစားထိုးတာတွေရယူ။**ဒေါ်R7**

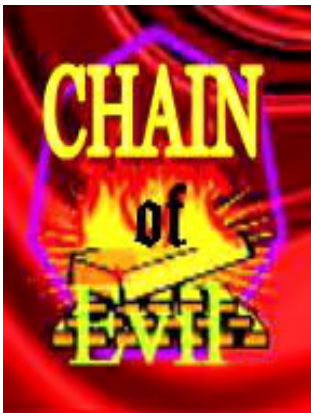
စောင့်ထိန်း အုပ်ထိန်းသူတိုင်း ယုံကြည်သည်။(ပြန်လည်ထူထောင်ရေးသမားများမဟုတ်ပါ)အသိုင်းအဝိုင်းတွင် အဖွဲ့ဝင်တစ်ဦးရှိသည်။**ဘုရားသခင်**ပေးအပ်ပိုင်ခွင့်-စားသောက်နိုင်သော အစားအစာ၊ သန်ရှင်းသောရေ၊ သင့်လျော်သောအဝတ်အစားနှင့် လုံခြုံသော သက်တောင့်သက်သာ နေထိုင်ရန်။

တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်သော အသိုက်အဝန်းကို တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သဟဇာတဖြစ်အောင် အစားထိုးပါ။

## ကျွန်ုပ်တို့ဖြစ်ခြင်း ၁၂

မတရားမှု၊ အကျင့်စာရိတုနှင့် ပတ်ဝန်းကျင် ဖျက်ဆီးမှုတို့ကို ကန့်ကွက်ဆန့်ကျင်ပါ။

အခြားသူများထက် သာလွန်ကောင်းမွန်ခြင်းသည် ရုပ်ဝတ္တုထုပစ္စည်းများ၊ ဩဇာနှင့် စွမ်းအားများစွာကို စုဆောင်းမိပါသည်။ ဒါက စည်းစိမ်ဥစ္စာ ခွဲဝေမှု မညီမညာ ဖြစ်စေတယ်။(ခန- အသားအရောင်ခွဲခြားမှု)။စည်းစိမ်ဥစ္စာသည် သင့်တွင်ရှိသောအရာများကို ကာကွယ်ရန်နှင့် ပိုမိုပိုင်ဆိုင်လိုသောဆန့်ကျင်ဖန်တီးပေးသည်။ ဒီလိုလုပ်ဖို့ ချမ်းသာတဲ့ အကျင့်ပျက် တရားမျှတမှု။ သူတို့မှာ ဥပဒေတွေ အပြောင်းအလဲရှိတယ်။ဃ(အဂတိ-ဥပဒေ)၊၎င်းတို့၏ 'တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်ခြင်း' ကို မြှင့်တင်ရန်နှင့် ကာကွယ်ရန်။ဒါက မတရားမှုကို ဖြစ်စေတယ်။ ဒီလူတွေ(မကောင်းမှုအဖွဲ့ဝင်များ၏ ကွင်းဆက်) အကျင့်စာရိတုတု နှင့် 'ပတ်ဝန်းကျင် ဖျက်ဆီးမှု' တို့၏ အဓိက အကြောင်းရင်းလည်း ဖြစ်သည်။

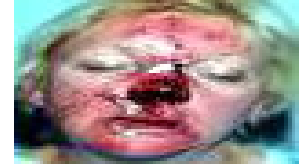


အဂတိလိုက်စားသော ဥပဒေမမျှတမှုများ-သံတမန်ရေးဆိုင်ရာ ခုခံကာကွယ်မှု၊ ဘေးအန္တရာယ်နှစ်ထပ်၊ အယူခံညှိနှိုင်းမှု၊ လွတ်ငြိမ်းချမ်းသာခွင့်၊ ကန်သတ်ချက်ဥပဒေ၊ အထူးအခွင့်အရေး၊...အဂတိလိုက်စားမှုဥပဒေကို ရုပ်သိမ်းလိုက်သည်။(ပြစ်ဒဏ်ပြန်ချခြင်း)၊ ရုပ်သိမ်းခြင်းကို 0.1.1.1 သို့ နောက်ခံထားထားသည်။ (၀၁.၀၁.၂၀၀၄)။အပြစ်ရှိလို့ တရားစွဲတယ်။

**ကလေးမတရားမှုများ**-ရိုက်နှက်ခြင်း၊ တောင်းရမ်းစားသောက်ခြင်း၊ ဖျော်ဖြေခြင်း၊ နှောင့်ယှက်ခြင်း၊ အလုပ်သမား၊ ကလေးသူငယ်၊ ပြည့်တန်ဆာ၊ စစ်သား၊ အသေခံဗုံးခွဲသူ။ ကလေးသည် လူ့အဖွဲ့အစည်းမ မျှတမှု၏ အဆိုးဆုံးပုံစံ၊ ရှုံးနိမ့်မှုဖြစ်သည်။ ကလေးမတရားမှုအဆုံးသတ်။



**အမျိုးသမီးများ တရားမမျှတမှု**အိမ်တွင်းအကြမ်းဖက်မှု၊ လစာကွာဟမှု၊ မုဒိမ်းမှု၊ ဘာသာရေး၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ နှောင့်ယှက်မှု၊ ပြည့်တန်ဆာမှု၊ ကျွန်ပြုမှု။  
။အမျိုးသမီးများ မမျှတမှုများ၊ ရပ်ရွာပျက်ကွက်မှုများကို ဖြေရှင်းရန်။  
အမျိုးသမီးများ တရားမမျှတမှုများ ရပ်တန့်ရေး။



**ရပ်ရွာမတရားမှုများ**-အနိုင်ကျင့်ခြင်း၊ Elitism၊ လောဘ၊ အမြတ်ထုတ်ခြင်း၊ ချမ်းသာကြွယ်ဝမှု အသားအရောင်ခွဲခြားခြင်း၊ မျိုးရိုးလိုက်သော အာဏာရှင်ဆန်ခြင်း။ ရပ်ရွာမမျှတမှုများကို ဖြေရှင်းရန်။



**မတရားသော ဥပဒေများ**-Freehold၊ utilities များကို ပုဂ္ဂလိကပိုင်ပြုလုပ်ခြင်း၊ မူပိုင်ခွင့်နှင့် မူပိုင်ခွင့်များ(ဥပဒေပညာဖြင့်တီထွင်ဖန်တီးထားသောအရာ)အကာအကွယ်ပေးခြင်း၊ အခွန်နုတ်ယူနိုင်သော လူဒါန်းခြင်း၊ ခရက်ဒစ်၊ လောင်းကစား... မကောင်းသော ဥပဒေအား ရုပ်သိမ်းလိုက်သည်။(ပြစ်ဒဏ်ပြန်ချသည်)၊ ရုပ်သိမ်းခြင်းကို 0.1.1.1 သို့ နောက်ခံထားထားသည်။(၀၁.၀၁.၂၀၀၄).အပြစ်ရှိလို့ တရားစွဲတယ်။



**ဘာသာရေးမမျှတမှုများ**-အရေဖျားလီးခြင်း။(သူ ၊ သူမ ဖြတ်တောက်ခြင်း )အမျိုးကောင်းသမီး၊ ခွင့်လွှတ်မှု၊ နှောင့်ယှက်မှု၊ အခွင့်ထူးခံ၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ အနှစ်နာခံမှု၊ အမျိုးသမီးများ ခွဲခြားဆက်ဆံမှု။ဘာသာရေး မတရားမှုတွေကို ရှုတ်ချပြီး ရှောင်ပါ။ အုပ်ထိန်းသူ အုပ်ထိန်းသူ ဖြစ်လာပါ။ ဘုန်းကြီးတွေကို တာဝန်ခံပါ။ ရှိပါသည်-

**1 ဘုရားသခင် 1 ယုံကြည်ခြင်း 1 အသင်းတော်(စင်္ကြာအုပ်ထိန်းသူများ)**

တရားမျှတမှုသည် လူသားတို့၏ အခြေခံလိုအပ်ချက်ဖြစ်သည်။တရားမျှတမှုဆိုတာ ရပ်ရွာတစ်ခု ရှင်သန်ဖို့အတွက် မရှိမဖြစ်လိုအပ်ပါတယ်။(ပြည်နယ် ၇ ခုကိုကြည့်ပါ)၊ တရားမျှတခြင်းသည် အမှန်တရားကို ထူထောင်သည်၊ တရားမျှတမှုကို ပြုပြင်သည်။ တရားမျှတမှုမှာ ဂျူရီလူကြီးမရှိပါ။ ၎င်းတွင် မဖြစ်မနေ စီရင်ချက်ချခြင်း၊ ပြန်လည်ထူထောင်ရေး၊ လျော်ကြေးငွေများ ပါဝင်သည်။



**အုပ်ချုပ်ရေးမမျှတမှုများ**-လုပ်ကြံသတ်ဖြတ်မှု၊ အကျင့်ပျက်ခြစားမှု၊ Elitism၊ ပတ်ဝန်းကျင် ဖျက်ဆီးမှု ဝါဒ၊ ကွပ်မျက်မှု၊ ကျူးကျော်မှု၊ ညစ်ညမ်းမှု၊ ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်မှု၊ ချမ်းသာကြွယ်ဝမှု၊ အသားအရောင်ခွဲခြားမှု၊ အာဏာရှင်၊ ... အာဏာရှင်ကို အစားထိုး(မျိုးရိုးလိုက်၊ နိုင်ငံရေး)၊ရွေးချယ်စရာမျိုးစုံ ၁၈ခုလွန်ခဲ့သည့် ရာထူးကို လွတ်လပ်စွာ ရွေးကောက်တင်မြှောက်ထားသော ကော်မတီ အုပ်ချုပ်ရေး၊အာဏာရှင်ကို တရားစွဲပါ-ဒေါ်R7မတရားမှုကို ဖန်တီးသော အုပ်ချုပ်ရေးသည် အမေ့မကို အစားထိုးသည်၊ တရားစွဲသည်-ဒေါ်R7.

တရားမမျှတမှုကို အဆုံးသတ်ဖို့ လူတိုင်းမှာ ကိုယ်ကျင့်တရား၊ အရပ်ဘက် တာဝန် ရှိတယ်။တရားမ မျှတမှုရဲ့ အကြောင်းတရားနဲ့ အကျိုးဆက်ဖြစ်တဲ့ လူတွေကို တာဝန်ခံမှု၊ဒေါ်R6-R7

# မတရားမှုကို လုံးဝသည်းခံခြင်း !

လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်း လူအများက သီလကို ထောက်ခံကြသည်။ဤသည်အဆုံးသတ်။ ဘာသာရေး

ဒဿနိကဗေဒကို လိုက်စားရန်၊ စားသုံးမှုနှင့် အားလပ်ချိန်များတွင် လှုပ်ရှားမှုများကို စွန့်ပစ်ထားသည်။ ကိုယ်ကျင့်တရားများကို မိမိကိုယ်မိမိ ကျေနပ်နှစ်သက်မှုဖြင့် အစားထိုးပါသည်။ (အမှောင်ဘက်ခြမ်းကို ဆုပ်ကိုင်ထား)။ ဒါကို လက်မခံဘူး။ ဒီလူတွေကို တာဝန်ခံတယ်။

လူသားများသည် အားလပ်ချိန်ကို အလွန်အကျွံ ကျဆင်းစေသည်။ ဤသည် အဆိုးသတ်။ အားလပ်ချိန်များလွန်းခြင်းသည် မလိုအပ်ဘဲ အလွန်အကျွံ အမှိုက်များ၏ အကြောင်းတရားနှင့် အကျိုးဆက်ဖြစ်သည်။ အမှိုက်တွေ အရမ်းများတယ်။ ညစ်ညမ်းလွန်းတယ်။ ခရီးသွားတာများလွန်းတယ်။ ပျင်းလွန်းလို့။ စွဲလမ်းလွန်းတယ်။ အလွန်အကျွံကစားခြင်း သို့မဟုတ် ဂိမ်းများကို ကြည့်ရှုခြင်း။ အလုပ်ကျင့်ဝတ်နှင့် ရုပ်ရွာစိတ်ဓာတ် မလိုလောက်ပါ။



အားလပ်ချိန်တွေ များလွန်းတာကို အစားထိုးပါ။ (wmwi စေတနာ့ဝန်ထမ်း)။ ၁ ဘုရားသခင် ၆ ရက်မြောက်နေ့တွင် သင်၏အောင်မြင်မှုကို အကဲဖြတ်ပါ။ မပြီးဆုံးသေးသော မည်သည့်အလုပ်ကိုမဆို ပြီးမြောက်အောင် လုပ်ဆောင်ပြီး နောက်အပတ် အလုပ်များကို အစီအစဉ်ဆွဲပါ။ အလုပ်ပြီးသောအခါ အားလပ်ချိန်ကို စေတနာ့ဝန်ထမ်းလုပ်လေ့ရှိသည်။ နေ့တွင် ၇ ပျော်ရွှင်စွာ အနားယူရင်း ပျော်ရွှင်ဖွယ်နေလေးဖြစ်ပါစေ။ ဆင်နွဲလိုက်ပါ။ Gathering ကို တက်ရောက်ပါ။ အနီးတွင် စုစည်းခြင်းမရှိပါ။ ၁ စတင်ပါ။

အားလပ်ချိန်ကို လိုက်ရွာသည်။ အသိုင်းအဝိုင်းကို များလွန်းသူများနှင့် မလိုလောက်သူများအဖြစ် ပိုင်းခြားပါ။ (ချမ်းသာကြွယ်ဝမှု အသားအရောင်ခွဲခြားမှု)။ အကျင့်စာရိတုတ၊ အားလပ်ချိန်၊ စားသုံးမှု၊ ဖြန့်တီးမှုတို့ကို ဖြတ်တောက်ပါ။



1 ဘုရားသခင် 1 ယုံကြည်ခြင်း 1 အသင်းတော် UCG

သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် ဖျက်ဆီးမှု (Eco အကြမ်းဖက်ဝါဒ) လူတစ်ဦးချင်းနှင့် အဖွဲ့အစည်းများကို မထိမဲ့မြင်ပြုခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ 1 ဘုရားသခင် ၆ ဖန်တီးမှုများ။ မထိမဲ့မြင်ပြုခြင်း၊ ရှုံ့ချခြင်း၊ အရှက်ခွဲခြင်း။ ၁ ဘုရားသခင် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် ဖောက်ပြန်မှုများ ဒေါ် R7.

Environmental Vandalism သည် ၎င်း၏ အသီးအရွက်များ၊ ၎င်း၏ သတုတဝါများ၊ ကျွန်ုပ်တို့၏ အစာကွင်းဆက်ကို 'ဂေဟစနစ်' ကို အနုတရားယူဖြစ်စေပါသည်။ ၎င်း၏အဓိကအကြောင်းတရားဖြစ်ပါသည်။ ကမ္ဘာကြီးပူဖောင်းခြင်း၊ အသစ်ဖြစ်ရတဲ့ အကြောင်းရင်းကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာရောဂါများ၊ ဘဝအရည်အသွေးကို ခြိမ်းခြောက်ခြင်း။

ကျောက်မီးသွေး တူးဖော်ခြင်း၊ ကျောက်မီးသွေး သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး။ ကျောက်မီးသွေးကိုဖွင့်၍ သယ်ယူပို့ဆောင်ခြင်းသည် လေထုကို ညစ်ညမ်းစေသည်။ ကျောက်မီးသွေး အမှန်အမှားများကို လူနှင့် တိရစ္ဆာန်များက ရှုရှိုက်ပြီး ၎င်းတို့ကို ဖျားနာစေသည်။ အဝတ်လျော်ခြင်းသည် ညစ်ညမ်းစေပြီး အရေပြားရောဂါများ ဖြစ်ပွားစေသည်။ မြေဆီလွှာ၊ ကောက်ပဲသီးနှံများ၊ အသီးအရွက်များသည် ညစ်ညမ်းနေပြီး လူ သို့မဟုတ် တိရစ္ဆာန်စားသုံးရန် မသင့်လျော်ပါ။



ရေတွေဖွင့်တယ်။ (ချောင်း၊ ဆည်၊ ကန်၊ ကန်၊ ချောင်း၊ မိုး၊ ရေလှောင်ကန်၊ မြစ်၊ နှင်း) လူနှင့်တိရစ္ဆာန်များ အတွက် သောက်သုံးရန် မသင့်လျော်သောကြောင့် ညစ်ညမ်းစေသည်။ ကျောက်မီးသွေး သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး ပြီးဆုံးသည်။ Operators, Subcontractors, drivers တွေကို တရားစွဲ၊ ဒေါ် R7 + ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ၊ တိရစ္ဆာန်ဆေးကုခန်းများ ပေးဆောင်ပါ။ သန့်ရှင်းရေးလုပ်ပါ။ အဂတိလိုက်စားသော ရာဇဝတ်ကောင်များကို အစိုးရက လှောင်အိမ်ထဲတွင် အကျဉ်းချထားသော အဖွဲ့ဝင်အားလုံးကို အစားထိုးခွင့်ပြုရန်၊ ဒေါ် R7.

Environmental Vandalism သည် အရွယ်အစားကြီးသော အိမ်များတွင် နေထိုင်သူများ ဖြစ်သည်။ အသုံးမကျသော ဥယျာဉ်များ၊ ရေကူးကန်များ၊ တင်းနစ်ကွင်းများ.. လူများ

အမဲလိုက်တဲတွေ ၊ ကမ်းခြေတဲတွေ ရှိတယ်...၎င်းကို CG Shire Planning ဖြင့် အစားထိုးသည်။



Shire Planning ၏ရည်ရွယ်ချက်မှာ ဒေသခံအသိုက်အဝန်းနှင့် Habitat ကိုအကျိုးအရှိဆုံးအသုံးချရန်ဖြစ်သည်။ Community နှင့် Habitat သဟဇာတဖြစ်ရန် အရေးကြီးပါသည်။မြေဩဇာကောင်းသော မြေအားလုံးကို စားနပ်ရိက္ခာ စိုက်ပျိုးရန် သို့မဟုတ် မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းအတွက် အသုံးပြုပြီး အချို့သော ခိုအောင်းရာများကို ဇာတိ အသီးအနှံများ၊ ဇာတိသတုတဝါများအတွက် ထောက်ပံ့ပေးထားသည်။မြေဩဇာမရှိသောမြေကို အိမ်တွင်းနှင့် အိမ်တွင်းမဟုတ်သော အဆောက်အအုံအတွက် အသုံးပြုသည်။ မြေဩဇာကောင်းသော မြေပေါ်တွင် ရှိပြီးသား အဆောက်အအုံများကို ဖြိုချပြီး မြေဩဇာမဟုတ်သော မြေပေါ်တွင် ပြန်လည်အသုံးပြုသည်။ အချည်းနှီးသောဥယျာဉ်များ၊ တိုက်ခန်းများ၊ မြို့တော်အိမ်များ၊ အထပ်ခန်းများ၊ အားလပ်ရက်အိမ်များ၊ အငြိမ်းစားကျေးရွာများကိုမြေဩဇာမဟုတ်သောမြေတွင် Shire အစုလိုက်အိမ်များနှင့်အစားထိုးသည်။

## သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် ဖျက်ဆီးမှုပြစ်မှုတစ်ခု၊ဒေါ်R7

### ကျွန်ုပ်တို့၏ ခြင်း ၁၃

ဆုချသောအလုပ်ကိုလုပ်ပါ။ မုန်မကျေးပါနှင့်။

**၁ ဘုရားသခင်**မင်းကို အလုပ်လုပ်စေချင်တယ်။ကွန်မြူနတီက မင်းကို အလုပ်လုပ်စေချင်တယ်။ မင်းမိဘတွေက မင်းကို အလုပ်လုပ်ချင်တယ်။လိုချင်တယ်။(ရှိသည်)အလုပ်လုပ်ရန်။**၁ ဘုရားသခင်**ဒီဇိုင်းသည် လူသားများ တက်ကြွစေရန်၊ အသုံးဝင်သည်။ စိတ်ပျက်မနေပါနဲ့။**၁ ဘုရားသခင်**။

လူတွေက အသုံးဝင်တယ်လို့ ခံစားချင်ကြတယ်။ဒါအောင်မြင်ဖို့ အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းက အလုပ်ပါ။ အလုပ်အတွက် ဆုလာဘ်ကို မျှော်ကိုးသည်။ စေတနာ့ဝန်ထမ်းသည် ကျေးဇူးတင်မှု၊ အသိအမှတ်ပြုမှုကို မျှော်လင့်သည်။ ပြည်တွင်းက ချစ်ခင်အားပေးမှု ချစ်ခင်မှုကို မျှော်လင့်ပါတယ်။

ဆုကြေးမှာ ၃ ပါးဖြစ်သည်။ပေးဆပ်ခြင်း၊ ကျေနပ်ခြင်း၊ စိတ်ဝိညာဉ်အစာ။အုပ်ထိန်းသူ အုပ်ထိန်းသူ တစ်ဦးအပေါ် အခြေခံ၍ လစာပေးခြင်း၊အပတ်စဉ် အနည်းဆုံး အခကြေးငွေ'(wmw)နှင့် multiplier ။ Payscale သည် a ဖြင့်စတင်သည်။wmw x1 (အနည်းဆုံး)ရန်wmw x7 (အများဆုံး)။

- |        |                          |        |                              |
|--------|--------------------------|--------|------------------------------|
| wmw x1 | မကျွမ်းကျင်သော, အလုပ်သင် | wmw x5 | ခေါင်းဆောင်                  |
| wmw x2 | ကျွမ်းကျင်ကုန်သည်သမား    | wmw x6 | မန်နေဂျာ                     |
| wmw x3 | အကြီးတန်း Tradesman      | wmw x7 | စီမံခန့်ခွဲသူ-<br>သစ္စာစောကံ |
| wmw x4 | အဲဒီတော့                 |        |                              |



'wmw' အစိုးရက နှစ်စဉ် သတ်မှတ်တယ်။wmwစီးပွားရေးအခြေအနေအရ လိုအပ်သလို အတူတူပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ တက်နိုင်သလို ကျသွားနိုင်ပါတယ်။

လုပ်ခန့် သတ်မှတ်ချက်တွေကို စံနှုန်းနဲ့ သတ်မှတ်တယ်။အကောင်းဆုံးစီးပွားရေးစီမံခန့်ခွဲမှုအတွက် လူတိုင်းသည် လုပ်ခလစာရရှိသူများဖြစ်သည်။**မှတ်ချက် !**ပုဂ္ဂလိကပိုင်ဆိုင်မှု၊ နိုင်ငံတော်



ပိုင်ဆိုင်မှုကို ဖျက်သိမ်းပြီး အစားထိုးသည်။ **CRON**(Community Run သည် အမြတ်အစွန်း အတွက်မဟုတ်ပါ)။ သမဂ္ဂတွေကို မှတ်ပုံတင် ဖျက်သိမ်းတယ်။ အစိုးရက နှစ်စဉ် လုပ်ခလစာ သတ်မှတ်ပေးသည်။

အလုပ်အခြေအနေလုပ်ငန်းခွင်တစ်ခုသည် လိုအပ်သလို ဝတ်ဆင်ထားသော အကာအကွယ်ပစ္စည်းများနှင့် ဖိနပ်များ ဝတ်ဆင်ခြင်းဖြင့် ကျန်းမာပြီး ဘေးကင်းရန် လိုအပ်ပါသည်။ လူများကို အချိန်နည်း၍ အလုပ်များများလုပ်ရန် တွန်းအားပေးခြင်း သည် ဘေးကင်းခြင်း၊ ကျန်းမာရေးနှင့် မညီညွတ်ခြင်းနှင့် အရည်အသွေး ကျဆင်း စေသည်။ ၃ နာရီတိုင်း အနားယူချိန်\*။ တစ်နေ့တာ အလုပ်ချိန် စုစုပေါင်း မလုပ်ရဘူး။ 10 နာရီ \* ကျွေးပါ။\*CG 21 h Klock NATm အကျုံးဝင်သည်။



အလုပ်ကျေနပ်မှု(j's)စိတ်၏အခြေအနေတစ်ခုဖြစ်သည်။ လူတစ် ယောက် က အလုပ် လုပ် ရင် လုပ် ရမှာမို့လို့။ ကိုယ့်အလုပ်ကိုယ် ကျေနပ်အောင် ဖန်တီးရ မယ်။ အလိုအလောက်ကြိုးစားရင် ငြီးငွေ့စရာကောင်းတဲ့ လောကီအလုပ်တွေမှာ 'j's' ကို ရှာတွေ့နိုင်ပါတယ်။



အချိန်ပြည့် သို့မဟုတ် အချိန်ပိုင်းအလုပ် မပေးနိုင်သော အလုပ်သမားများ။ အကျိုးရှိစွာ အသုံးချတတ်ကြ သည်။ **ရှိုင်းယား'onwmw x1**. အလုပ်လက်မဲ့များကို ဖယ်ရှားပေးသည်။

ပျင်းရိငြီးငွေ့ခြင်း။ မလိုလားအပ်သော၊ တစ်ကိုယ်ကောင်းဆန်သည်။ အိမ်မှာ ၊ ကျောင်း ၊ အလုပ်မှာ မလုပ်တာ မကောင်းဘူး ။ အိမ်တွင်၊ ပညာရေးအလုပ် သည် မှန်ကျေးခြင်းကို စံပြုရန်မဟုတ်ပေ။ Loafers များကို တာဝန်ယူ ပါသည်။ ထပ်ခါတလဲလဲ ကျူးလွန်သူများတွင် အကျိုးခံစားခွင့်၊ အခွင့်ထူး များ ရှုပ်သိမ်းခံရပြီး အရှက်ရတတ်ပါသည်။



အလုပ် > စေတနာ့ဝန်ထမ်း > ပျော်



### စရာနေ တာဝန် ၁၄

ကောင်းပါစေ။ မကောင်းမှုကို အပြစ်ပေး။  
သူတော်စင်ဖြစ်ခြင်း သို့မဟုတ် ပြီးပြည့်စုံခြင်းဟု မဆိုလိုပါ။ **မှတ်ချက်!** ရူပ စင်္ကြာဝဠာ၌ ပြီးပြည့်စုံမှု မရှိပါ။ အဲဒါက လူတွေနဲ့လည်း သက်ဆိုင်တယ်။  
အကောင်းနဲ့အဆိုး အဆင့် ၆ ဆင့်ရှိပါတယ်။  
အကောင်းဆုံး > ကြိုးစား > နောင်တရ > ချီယွင်းချက် > မကောင်း > အဆိုး။  
အုပ်ထိန်းသူတိုင်းသည် အဆင့် 1-3 အတွင်း အသက်ရှင်ရန် ကြိုးပမ်းကြသည်။  
**အကောင်းဆုံး!** လူတစ်ယောက်ဟာ အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် ကြိုးစားတယ်။ အုပ်ထိန်းသူ အုပ်ထိန်းသူ။  
**ကြိုးစားနေပါတယ်။!** အနည်းငယ်ချီယွင်းချက်ရှိသူသည် တိုးတက်ရန် ကြိုးစားသည်။ လူကောင်း။  
**နောင်တရပါ။!** ချီယွင်းချက်ရှိသူသည် နောင်တရပြီး တိုးတက်ရန် ကြိုးစားသည်။ ပျမ်းမျှလူတစ်ဦး။ လူ တစ်ယောက်က အမှားလုပ်တယ်။ ငါ၊ မိသားစု၊ အသိုင်းအဝိုင်းကို စိတ်ပျက်စေတယ်။ သူတို့သည် နောင်တရပြီး တတ်နိုင်သမျှ အကောင်းဆုံးပြင်ဆင်ပေးသည်။ ငါ၊ မိသားစု၊ အသိုင်းအဝိုင်းက သူတို့ ကို ဒုတိယအခွင့်အရေး ပေးရမယ်။  
**ချီယွင်းချက်!** ချီယွင်းချက်ရှိသူသည် မပြောင်းလဲပါ။ အသိုင်းအဝိုင်းအတွက် စိုးရိမ်စရာ။ တစ်

လူက အမှားလုပ်တယ်။ ငါ၊ မိသားစု၊ အသိုင်းအဝိုင်းကို စိတ်ပျက်စေတယ်။ သူတို့က ဂရုမစိုက်ဘူး။ မိသားစု၊ အသိုက်အဝန်းက ဒီလူကို အကောင်ထဲ ထည့်ထားတယ်။ ဒီလူဟာ တရားမဲ့ဖြစ်သွားနိုင်ဖွယ်ရှိပြီး တရားစွဲခံရတာ။ **ဒေါR1R2.**

**မကောင်းဘူး။!** လူဆိုး၊ ဥပဒေမဲ့၊ ရာဇဝတ်ကောင်.. အသိုင်းအဝိုင်း ခြိမ်းခြောက်မှု။ တရားမဝင် ရာဇဝတ်မှုကျူးလွန်သူ။ မိသားစုနှင့် အသိုင်းအဝိုင်းကို ခြိမ်းခြောက်မှု။ **ဤလူဆိုးသည် တာဝန်ခံရမည်။ ဒေါR2-R4.**

**မကောင်းမှု!** ဤလူသည် တရားမဲ့မှုကို သာမန်အဖြစ်နှင့် ရာဇဝတ်မှုတစ်ခုအဖြစ် မြင်သည်။ ဆိုးရွားပြင်းထန်သော အသိုက်အဝန်း ခြိမ်းခြောက်မှု။ ဤမကောင်းမှုကို စွဲချက်တင်သည်။ **ဒေါR4-R7.**



အဆင့် 7 ရှိပါတယ်။ **စင်!** ဝိညာဏ်နှင့်သာ သက်ဆိုင်သည်။ ဝိညာဉ်သည် မသေနိုင်သော ကောင်းကင်တမန် ဖြစ်လာသောအခါ။ ဝိညာဉ်ဖြစ်လျှင် **"စင်!"**

လူသားမျိုးနွယ်သည် လမ်းပျောက်သွားပြီ။ Anti-**၁ ဘုရားသခင်** အကျင့်စာရိတုတ၊ ရာဇဝတ်မှု၊ အကျင့်ပျက်မှု၊ တရားမဲ့မှု၊ အမြတ်ထုတ်မှု၊ ရှုတ်ချမှု၊ အကြမ်းဖက်မှုများသည် ပုံမှန်အသစ်ဖြစ်သည်။ တာဝန်ခံမှုနှင့် အကျိုးဆက်သည် လူသားမျိုးနွယ်အတွက် ပုံမှန်အသစ်တွင် အဆင့်သို့ သက်ရောက်သည်။ သဟဇာတဖြစ်ခြင်း 'သဟဇာတဖြစ်ခြင်း' ဟူသော အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်သော ကာယဖဿ၊ **၁ ဘုရားသခင်!!!**

**၁ ဘုရားသခင်** အဆိုးကို တာဝန်ခံပြီး ချုပ်နှောင်ထားခြင်းအတွက် လူသားမျိုးနွယ်ကို စမ်းသပ်နေသည်။ လူသားမျိုးနွယ်သည် 'တာဝန်ခံမှု'၊ 'မဖြစ်မနေစီရင်ချက်ချခြင်း' နှင့် 'ပြန်လည်ထူထောင်ရေး' ကို လျှောက်ထားရာတွင် ပျက်ကွက်ပါက၊ ဒေါသတကြီး **၁ ဘုရားသခင် Evil Humankin** ကို တာဝန်ခံရမည်။ ဒေါသထွက်ချင်ဘူး။ **၁ ဘုရားသခင်!**

နှစ် 1000 ၏ အဆိုးများ ဆိုးခန်းတိုင်တော့မည်။ လူသားပါဝင်ပတ်သက်မှု ရှိ၊ မရှိ၊ အုပ်ထိန်းသူအုပ်ထိန်းသူသည် လူသားမျိုးနွယ်သည် 'တာဝန်ခံမှု'၊ 'စီရင်ချက်မချရ'၊ 'ပြန်လည်ထူထောင်ရေး'၊ မကောင်းမှုတို့ကို ချုပ်နှောင်ထားသင့်သည်ဟု ယုံကြည်သည်။

စောင့်ထိန်းအုပ်ထိန်းသူ၏ တာဝန်ခံမှု-လုံးဝသည်းခံနိုင်ခြင်း၊ ဆိုးရွားသောဥပဒေများမရှိခြင်း၊ အကျင့်ပျက်ခြစားသောလျော့စျေးဥပဒေများမရှိခြင်း၊ ဂျာနီမရှိခြင်း၊ မဖြစ်မနေစီရင်ချက်ချခြင်း၊ ပြန်လည်ထူထောင်ခြင်း(ပညာပေးခြင်း၊ လှောင်အိမ်၊ လျော်ငြေးပေးခြင်း)၊ အကောင် အထည်ဖော်၊ **LGM**။

## ကောင်းပါစေ။ မကောင်းမှုကို အပြစ်ပေး!!!!

### ကျွန်ုပ်တို့ဖြစ်ခြင်း ၁၅

တရားမျှတပြီး ထိုက်တန်သော လေးစားမှုပေးပါ။

အုပ်ထိန်းသူအုပ်ထိန်းသူသည် တရားမျှတပြီး ဒီမိုကရေစီ လူ့အဖွဲ့အစည်းကို ပံ့ပိုးပေးသည်။ ၎င်းသည် 'တရားပေးသူဖော်ပြချက်' တွင် မှန်ကန်သော၊ တရားမျှတပြီး မှန်ကန်သောကျင့်ဝတ်ကို အခြေခံ၍ သို့မဟုတ် ပြုမှုခြင်းပင်ဖြစ်သည်။

တရားမျှတသောသူသည် လူတစ်ဦးစီနှင့် သတုတဝါတစ်ဦးစီအား ပေးကမ်းထိုက်သည့်အရာကို ပေးသည်။ ရိုသေမှုရှိလျှင် တရားမျှတသော ပုဂ္ဂိုလ်သည် ရိုသေမှုပေးလိမ့်မည်။ တရားမျှတသောလူသည် အမှားလုပ်မိပါက တာဝန်ခံမှုအကျိုးဆက်များကို တောင်းဆိုသည်။

တရားမျှတမှုသည် တစ်ဦးချင်း "သင်" မှ စတင်သည်။'တရား' ဖြစ်ဖို့ လိုတယ်။တရားမျှတမှုဟူသည် 'တရားမျှတမှု' ပေါ်ထွန်းစေသည့် အခြေခံအုတ်မြစ်ဖြစ်သည်။

တရားမျှတမှုနှင့် တရားမျှတမှုကို ခံယူခြင်းသည် အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။အမှန်တရားက မတရား ဖန်တီးတဲ့သူတွေ ရှိတယ်။လူတစ်ဦးစီတွင် ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့် ယဉ်ကျေးမှု ရှိသည်။(လူထု)မ တရားမှုကို ဖယ်ရှားရန် တာဝန်။

The Just အဖွဲ့ဖွဲ့ပြီး 'အုပ်ချုပ်ရေး' ကို ထူထောင်သည်။အုပ်ချုပ်ရေးရှိရေး(မဖြစ်မနေ)ရွေးချယ်မှုမျိုးစုံ ဖြင့် ရွေးကောက်တင်မြှောက်ထားသော တန်းတူညီမျှ ကျားမရေးရာ ကော်မတီ။ လူ ၁ ဦး သို့မဟုတ် မျိုးရိုးလိုက်ခြင်း။(ဘုရင်စနစ်)အုပ်ချုပ်မှုသည် အာဏာရှင်ဖြစ်သည်။အာဏာရှင်တွေကို ဖယ်ရှား၊ တရားစွဲ၊ဒေါ်R7.

လေးစားမှုကို ခံထိုက်ပေလိမ့်မည်။တစ်ဦးချင်း၊ အဖွဲ့လိုက်၊ အဖွဲ့အစည်းအလိုက်..ထိုက်တန် သည်ကား သီလ ခွန်အားနှင့် တရားမျှတခြင်းအရည်အချင်းများ၊ အောင်မြင်မှုများ၊ လုပ်ရပ်များ၊ ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့မှု၊ လေးမြတ်မှု၊ အာရုံစူးစိုက်မှု၊ ယဉ်ကျေးမှု၊ ယဉ်ကျေးမှု၊ တွေးခေါ်မှု၊ ငြင် ငြင်နာနာမှု၊ အရည်အချင်းများ။

လေးစားမှုသည် သီလနှင့် သို့မဟုတ် အောင်မြင်မှုအတွက် လေးမြတ်မှုကို ပြသခြင်းဖြစ်သည်။ အရည်အသွေးကောင်းများကို သိရှိနားလည်ရန် အချိန်နှင့် ကြိုးစားအားထုတ်မှု လိုအပ်ပါသည်။ သင့်လျော်တဲ့နေရာမှာ သတိပြုမိတဲ့အခါ အဲဒီဂုဏ်ရည်တွေကို လေးစားထိုက်တယ်။

ခံစားချက်များ၊ ဆန္ဒများ၊ အခွင့်အရေးများအတွက် လေးစားမှုကိုလည်း ပြသနိုင်သည်။ဒီလို လေးစားမှုမျိုးကို အလိုအလျောက် ပေးမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ထောက်ထားစာနာမှုပြု၊ ထောက်ပံ့ကြေးပေး၊ သတိရှိပါ... ကိုယ်ကျင့်တရား ခွန်အားနှင့် တရားမျှတခြင်း၏ စမ်းသပ်မှုကို ခံနိုင်ရည်ရှိရမည်။ သို့မှ သာ လေးစားထိုက်သူ ဖြစ်လာနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

# ကျန်ဖြစ် ၁၆

## မီးသဂြိုဟ်၊ သခင်္ဂိုဏ်းပိတ်ပါ။

လူ့ခန္ဓာကိုယ်တွင် အစနှင့်အဆုံးရှိသည်။အဆုံးမှာတော့ Soul ကို လွတ်ပေးရ မယ်။ Soul လွတ်မြောက်ပြီး Afterlife ဖြစ်နိုင်ကြောင်းသေချာစေရန်။ လူ့ ခန္ဓာကိုယ်ကို မီးသဂြိုဟ်သည်။ဝိညာဉ်တစ်ခု မလွတ်မြောက်ပါက ၎င်းသည် Ghost ကဲ့သို့ ခြေချော်လက်ချော် ဖြစ်နေသည်။



မီးသဂြိုဟ်ခြင်း။စိတ်ဝိညာဉ်ကို လွတ်မြောက်စေရုံသာမက ကျန်းမာရေးအတွက်ပါ လိုအပ်ပါသည်။ မီးသဂြိုဟ်ခြင်း သန့်စင်ခြင်း။ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း နေထိုင်နိုင်သော အနုတရားရှိသော ဘက်တီးရီး ယားများ၊ ဗိုင်းရပ်စ်များ၊ အင်းဆက်သားလောင်းများနှင့် မှိုများကို ဖျက်ဆီးခြင်း။



မီးသဂြိုဟ်ခြင်းသည် ခရိုင်အများပြည်သူဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုပေးသည့် အဆောက်အအုံတစ်ခုဖြစ်သည်-အုပ်ချုပ်ရေး ( စစ်ဆေးရေးမှူး၊ ဆေးခန်း)မှခံဦးနှင့် ဥယျာဉ်၊ဤနေရာတွင် လူသေအလောင်းကို ခွဲစိပ်စစ်ဆေးခြင်း၊ နှုတ်ဆက်ခြင်းနှင့် ပြန်လည်အသုံးပြုခြင်း ရှိသည်။

သေဆုံးသွားသူအားလုံးကို အလောင်းကို ခွဲစိပ်စစ်ဆေးရန် အလောင်းကို ပို့ဆောင် ထားသည်။အလောင်းကို ခွဲစိပ်စစ်ဆေးခြင်းသည် သေဆုံးရခြင်းအကြောင်းရင်းနှင့် သေဆုံးသူ၏ အမည်ကို ဖော်ထုတ်ရန်ဖြစ်သည်။၎င်းတွင် ခန္ဓာကိုယ်တွင် မည်သို့ပင် ဖြစ်စေ ကူးစက်ခြင်းရှိ၊ မရှိ သိရှိနိုင်စေရန်နှင့် အခြားလူကို ကူးစက်နိုင်သည်ဆိုသည်ကို ဖော်ထုတ်ရန် အဆိပ်ဗေဒပညာတစ်ခု ပါဝင်သည်။



အလောင်းမခွဲမီ သို့မဟုတ် ခွဲစိတ်မှုအပြီးတွင် လူ့ခန္ဓာကိုယ်ကို အသားစားခြင်းမှာ အကျင့်ပျက်မှုဖြစ်ပြီး ရာဇဝတ်မှုဖြစ်သည်။ အသားစားခြင်းဆိုသည်မှာ ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းများ၊ ခန္ဓာကိုယ်အရည်များ၊ ဥများ၊ သုတ်ပိုးများကို ဖယ်ရှားခြင်းဖြစ်သည်။ ခန္ဓာကိုယ်ကို အသားစားခြင်းသည် ရာဇဝတ်မှုတစ်ခုဖြစ်သည်။**ဒေါ်R7**

မီးသင်္ဂြိုဟ်စက်တစ်ခုသည် ကြည့်ရှုရန်အတွက် ရုပ်အလောင်းကို ပြင်ဆင်ပြီး အိမ်ခြံမြေ ဖြန့်ဝေမှုဆိုင်ရာ အချက်အလက်များကို ကြည့်ရှုသည်။ ခန္ဓာကိုယ်တိုင်းကို ခြွင်းချက်မရှိ တူညီတဲ့ပုံစံနဲ့ ပြင်ဆင်ထားပါတယ်။ ဗလာကိုယ်ထည်(လူသားတွေဟာ ကိုယ်လုံးတီးနဲ့ ဘဝကို ကိုယ်တုံးလုံးနဲ့ အဆုံးသတ်ကြတယ်)ရိုးရိုးကတထူ အခေါင်းတလားတစ်ခုဖြင့် ဖုံးအုပ်ထားသည်။ **သံလွင်**ဦးခေါင်းသာမြင်ရသော ရောင်စုံပိတ်စစာရွက်။

ကြည့်ရှုသူများသည် တိတ်တိတ်လေး ဆုတောင်းနိုင်ပါသည်။ စိတ်ဝိညာဉ်ဆုတောင်း၊ ဝမ်းနည်းခြင်းဆုတောင်း၊ သို့မဟုတ် ကောင်းသောဆုတောင်းကို ပြန်လည်အသက်သွင်းပါ။ သို့မဟုတ် မကောင်းသောဆုတောင်းကို ပြန်လည်အသက်သွင်းပါ။ မီးသင်္ဂြိုဟ်စက်သည် မီးသင်္ဂြိုဟ်မည့်ရက်နှင့် အချိန်ကို သတ်မှတ်ပေးသည်။ Afterlife အရုပ်အထွေးကို အနီးဆုံး Klan မှ အကြီးအကဲတစ်ဦးမှ ချုပ်ကိုင်ထားသည်။ ရုပ်အလောင်းကို မီးသင်္ဂြိုဟ်ထားသည်။ ဝမ်းနည်းမှုဆွေးသူများသည် တစ်ဦးစီအား အိမ်ပြန်ရန် ကမ္ပည်းပြားများ ခံယူကြသည်။

နောက်တစ်နေ့နံနက်တွင် ပြာများကို မီးသင်္ဂြိုဟ်ဥယျာဉ်တွင် ဖြန့်ကျက်သွားကြသည်။ ပြန်လည်ထူထောင်ရေး သမားများက ပြာများကို ဥယျာဉ်မြေဆွေးပေါ်တွင် စွန့်ပစ်ကြသည်။

သုသာန်ဈာပနသည် အယူမှားသော ဓလေ့တစ်ခုဖြစ်သည်။

တိုးပွားလာသောလူဦးရေသည် မြေကိုပိုမိုအသုံးဝင်ရန် လိုအပ်သောကြောင့် သုသာန်အသုဘအခမ်းအနားများကို လက်မခံနိုင်ပါ။ သုသာန်အသုဘအခမ်းအနားများသည် ဝိညာဉ်ကိုမလွှတ်ဘဲ သရဲတစေ့ဆများ ဖန်တီးနိုင်သည်။ သုသာန်တွင် အသုဘအခမ်းအနားများကို နှစ်သက်သည်။ **မကောင်းသော elitist**ထုတ်ပြသည်-ဈေးကြီးသော ခေါင်းတလား၊ ဈေးကြီးသော ခေါင်းတုံးကျောက်တုံးများ၊ ခမ်းနားထည်ဝါသော ရှောင်များဖြင့် ဂူမိမာန်။



အစားအစာများတွင် တာရှည်ခံပစ္စည်းများသည် ခန္ဓာကိုယ်၏ ဆွေးမြေ့ခြင်းမှ ရပ်တန့်ကာ သခင်္ဂါများကို ပြန်လည်အသုံးပြုခြင်းကို ရပ်တန့်စေပါသည်။ သခင်္ဂါများသည် ရာဇဝတ်မှု၊ လုယက်မှုနှင့် ဖျက်ဆီးမှုကို အားပေးသည်။ လျစ်လျူရှုထားတဲ့ သခင်္ဂါတွေက အကောင်တွေကို ဆွဲဆောင်တယ်... သခင်္ဂါမြေသည် စွန့်ပစ်ခြင်းကို လက်မခံနိုင်ပါ။ လူဦးရေ တိုးလာခြင်းသည် မြေယာကို ပိုမိုထိရောက်စွာ အသုံးပြုခြင်း ဖြစ်သည်။

သခင်္ဂါကုန်းသစ်များ မရှိတော့ပါ။ လက်ရှိသခင်္ဂါတွေကို ပိတ်ပြီး တူးတယ်။ အကြွင်းအကျန်များကို မီးသင်္ဂြိုဟ်ပြီး မီးသင်္ဂြိုဟ်ဥယျာဉ်တွင် ဖြန့်ကြက်ထားသည်။ အဆိုပါမြေကို အခြားရည်ရွယ်ချက်များအတွက် အသုံးပြုသည်။

**မီးသင်္ဂြိုဟ်ခြင်း။** လက်ခံနိုင်သော တစ်ခုတည်းသော အသုဘ အမျိုးအစား ဖြစ်ပါသည်။

## တာဝန် ၁၇။

ရွေးကောက်ပွဲအားလုံးတွင် မဲပေးပါ။

မဲပေးခြင်းသည် ကျင့်ဝတ်သိက္ခာတစ်ရပ်ဖြစ်သည်။ အသိုင်းအဝိုင်းတစ်ခု၏ ရှင်သန်မှုသည် ၎င်း၏အဖွဲ့ဝင်များထံမှ ပံ့ပိုးမှုအများဆုံးပါဝင်မှုအပေါ် မူတည်သည်။ အသိုင်းအဝိုင်းအဖွဲ့ဝင်တစ်ဦးနှင့် အုပ်ထိန်းသူအုပ်ထိန်းသူတိုင်းသည် ရွေးကောက်ပွဲအားလုံးတွင် မဲပေးရန် တာဝန်ရှိသည်။ (နိုင်ငံရေး သို့မဟုတ် နိုင်ငံရေးမဟုတ်)။ **မလိုက်နာ၊ ဒေါ်R1**

မဲပေးတဲ့လူတွေက တိုင်ရန်နီတွေကို ထူထောင်တဲ့လူတွေကို ထောက်ခံတယ်။လော်ဘီအဖွဲ့တွေကို အုပ်ချုပ်မှု အကျင့်ပျက်အောင် လုပ်ခွင့်ပေးတယ်။Vote ပေးရပါမယ်။

### မဲပေးနည်း

၎င်းတို့အတွက် အကျိုးဝင်သော ရွေးကောက်ပွဲအားလုံးတွင် စောင့်ထိန်းအုပ်ထိန်းသူအား မဲပေးပါ။

ထောက်ခံနိုင်တဲ့ ကိုယ်စားလှယ်လောင်းက ဘယ်သူလဲ။

အသက် 28 နှင့်အထက် 70 ထက်ငယ်သူ သို့မဟုတ် သူမသည် မိဘဖြစ်ပါသလား။



ဝန်ထမ်း သို့မဟုတ် စေတနာ့ဝန်ထမ်း သို့မဟုတ် အငြိမ်းစားဖြစ်သည်။

စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာရော ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာပါ ကြံ့ခိုင်မှုရှိတယ်။

တက့ကသိုလ်ပညာရေး မရှိဘူး။

လှောင်အိမ်အတွင်း ပြန်လည်ထူထောင်ရေး တစ်စုံတစ်ရာ မပြီးပြတ်သေးပါ။

လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ချိယွင်းမှု မရှိပါ။(လိင်တူ၊ လိင်စိတ်ရှုပ်၊ ကလေးအနိုင်ကျင့်ခြင်း)။

၎င်းတို့၏လမ်းညွှန်အဖြစ် 'ဥပဒေပေးသူဖော်ပြချက်' ကို အသုံးပြုသည်။ အုပ်ထိန်းသူဖြစ်သည်။

### မှတ်ချက် !

စောင့်ထိန်းအုပ်ထိန်းသူများ၊ Klan အကြီးအကဲများသည် ရွေးကောက်ပွဲတွင် အမည်စာရင်းတင်သွင်းခြင်း၊ ထောက်ခံခြင်း၊ ထောက်ခံခြင်းနှင့် SHUN ကိုယ်စားလှယ်လောင်းများကို ရွေးချယ်နိုင်သည်။အုပ်ထိန်းသူအုပ်ထိန်းသူများ(Zenturioni Praytoriani ကြွေးကြော်သူ)ကိုယ်စားလှယ်လောင်းကို ဆန့်ကျင်နိုင်သည်။ 1 Church အုပ်ချုပ်ရေးပြင်ပတွင် ကိုယ်စားလှယ်လောင်းများကို ထောက်ခံခြင်း၊ အမည်စာရင်းတင်သွင်းခြင်း သို့မဟုတ် ထောက်ခံခြင်းမပြုပါ။

ပြီးသွားပါပြီ။၁ ဘုရားသခင်ပေးထားသော ဝတုတရားများ။သင်ယခုတောင်းဆိုပြီး လက်ခံရန် အသင့်ဖြစ်နေပါပြီ။၁ ဘုရားသခင်ပေးအပ်သောအခွင့်အရေးများ။

**AS it is Written It Shall Be**

<b>1 GOD</b>	<b>1 FAITH</b>	<b>1 Church</b>
		<b>Universe Custodian Guardians</b>
<b>Law-Giver Manifest</b>		