

မြန်မာအလဲး

၁၂၅၅ ခန့်က တည်ထောင်သည် | Established in 1914
Myanma Alinn Daily

၁၃၇၉ ခန့် တန်ခူးလပြည့်ကော် ၁၀ ရက်

၂၀၁၇ ခန့် ဧပြီ ၂၁ ရက်၊ သောကြာနေ့

အတွဲ (၅၆) | အမှတ် (၂၀၀)

ပန်ဆင်သူအကျိုးကို ဆောင်နိုင်

တရားကို စောင့်သူသည် တရား၏ တစ်ဖုန်းစောင့်ရောက်ခြင်းကို ခံစားရသူကဲ့သို့ ကောင်းစွာဟောကြားအပ်သော မြတ်စွာဘုရား၏ စကားတော်သည် လိုက်နာကျင့်ကြသူအား အကျိုးကို ဆောင်နိုင်၏။ အဘယ်ကဲ့သို့ နည်းဟူမှုကား အဆင်း အနံနှင့်ပြည့်စုံသော ပန်းသည် ပန်ဆင်သူအား အကျိုးကို ဆောင်နိုင်သောကြောင့် ဖြစ်၏။

ပုံမှန် (ဓမ္မပဒ - ၅၂)

ဒုတိယသမ္မတ ဦးဟင်နိုဝင်ထီးယူ နယ်သာလန်ရှိ ရုတာဒ်ဆိပ်ကမ်းအား ကြည့်ရှု



ရုတာဒ် ဧပြီ ၂၀

နယ်သာလန်ရှိ အလုပ်သဘာဝရီးမြှင့် ရောက်ရှိနေသည့် ဒုတိယသမ္မတ ဦးဟင်နိုဝင်ထီးယူနှင့်အနွေးသည် ယနေ့ ဒေသ စံတော်ချိန် နံနက် ၉ နာရီဝါး၏ ရုတာဒ်ဆိပ်ကမ်း delta work၊ ရုတာဒ်ဆိပ်ကမ်းနှင့် Maasvlakte I နှင့် II တို့အား ရဟန်ယာဉ် ဖြင့် ကြည့်ရှုလေလာကြသည်။

ရှင်းလင်းပြောကြား

ယင်းနောက် ဒုတိယသမ္မတ ဦးဟင်သည့် ကုလိစားလုပ်အနွေးသည့် ရုတာဒ်ဆိပ်ကမ်းလုပ်ငန်းစဉ်များအား သဘောကြား လိုက်လုပ်နိုင်ရှုလေလာရာ ဆိပ်ကမ်းညွှန်ကြားရေးမှူး Mr. Rene van der pals က ဆိပ်ကမ်းလုပ်ငန်းစဉ်များကို ရှင်းလင်းပြောကြားသည်။

အကြီးဆုံးဆိပ်ကမ်း

ရုတာဒ်ဆိပ်ကမ်းတစ်ခုဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

(သတင်းစဉ်)

ဒုတိယသမ္မတ ဦးဟင်နိုဝင်ထီးယူ ဦးဟင်သောအနွေး နယ်သာလန်ရှိ ရုတာဒ်ဆိပ်ကမ်းအား လှည့်လည် ဖြည့်ရှု၏

(သတင်းစဉ်)

မိုးထစ်ချုပ်းရွာနိုင်

နေပြည်တော် ဧပြီ ၂၀

မိုးလေဝသနှင့်လေလေဆိပ်ကြားမှ ပိုးစီးဌာနမှု ထုတ်ပြန်ချက်အရ မနက်ဖြန်အတွက် ခန့်မှန်ချက်ရှာ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး အထက် ပိုင်းဆက်ပြည့်လှုံးရှုမှုပြည့်နယ် နှင့်ချေးပြည့်နယ်တို့တွင် မိုးထစ်ချုပ်းရွာနိုင်သည်။

(ပိုး/၈၈)

ထူးခြားသည့်နေအပူချို့

၂၀၄၄-၂၀၁၇

တော်လခြော့၊ ၁၀ ဒီဇင်ဘာတိုင် ကလေးဝြော့၊ ၃၉ ဒီဇင်ဘာတိုင်



မှတ်သားဖွယ်ရာမှုးရေချို့

၂၀၄၄-၂၀၁၇

မောင်တော်	၁ ဒေါ်မ ၇၇ လက်မ
မိုးကောင်း	၁ ဒေါ်မ ၂၆ လက်မ
ဟူမှုလင်း	၀ ဒေါ်မ ၆၇ လက်မ
ကျောက်တော်	၀ ဒေါ်မ ၃၉ လက်မ
မြစ်ပြီးနား	၀ ဒေါ်မ ၂၇ လက်မ
စစ်တွေ	၀ ဒေါ်မ ၂၇ လက်မ



အာရာ့
ပြုလုပ်မည့်
ထိပ်သီးအစည်းအဝေးပွဲသုံးခု
ထရန်တက်ရောက်မည်

စာမျက်နှာ - ၁၀

ဘသာပြန်စာပေစာတမ်းဖတ်ပွဲ
အောင်မြင်စွာကျင်းပနိုင်ရေး
ညီးနှင့်အစည်းအဝေးကျင်းပ

စာမျက်နှာ - ၅

KBZ BANK
STRENGTH OF MYANMAR

သွေးစွာ ပန်းစွာ ကြော်လာ၏

မြန်မာ့ဇာတ်

ဒီမိုကရေစိတ်စာတ် ပြည့်စွာ ပူးပေါင်းပါဝင်

ဒီမိကရေစိနိုင်၊ ဒီမိကရေစိစနစ်ဟူသည် အများပြည်သူတိရဲ့ပူးပေါင်းပါဝင်မှုဖြင့်သာ အောင်မြင်နိုင်တာဖြစ်လို အခုလို ဒီမိကရေစိစနစ်ကို ကျင့်သုံးပြီး ဖက်ဒရယ်ပြည်ထောင်စု ကြီး တည်ဆောက်ရမှာလည်း နိုင်ငံသူ နိုင်ငံသားအားလုံးတို့က ဒီမိကရေစိစိတ်ဓာတ်ပြည့်ဝစ္စာနဲ့ တက်ညီလက်ညီပူးပေါင်းပါဝင်ဆောင်ရွက်ကြဖို့ တိုက်တွန်းနှီးဆော်လို ပါတယ်။

(နိုင်ငံတော်သမ္မတ ဦးထင်ကျော်၏ ၁-၁-၂၀၁၇ ရက်နေ့နှစ်သစ်ကူး နှုတ်ခွန်းဆက် အမှာစကားမှ ကောက်နှစ်ခါ်)

မတူကွဲပြားမှုတွေအပေါ်မှ အခြား



မြန်မာနိုင်ငံတော်ပဟိုဘဏ်ဥက္ကာ (၁၃)ကြိမ်မြေက် အာဆီယံပဟိုဘဏ်ဥက္ကာများ အစဉ်းအဝေးနှင့်
(၃)ကြိမ်မြေက် အာဆီယံဘဏ္ဍာရေးဝန်ကြီးများနှင့် ဗဟိုဘဏ်ဥက္ကာများ ပူးတွဲအစဉ်းအဝေးတက်ရောက်

နေပြည်တော် ဒြပါ ၂၀
ဖိလစ်ပိုင်နိုင်ငံ စီဘူး (Cebu) မြို့၌
ဒြပါ ၆ ရက် မှ ၇ ရက်အထိ ကျင်းပသော
အရေးတောင်အာရာ နှင့်များအသင်း
အာဆီယံတည်ထောင်သည့် နှစ် ၂၀
ပြည့် အထိမ်းအမှတ်နှင့် (၁၃) ကြိမ်
မြောက် အာဆီယံတဟိုဘက်ဥက္ကများ
အစဉ်းအဝေး (13th ACGM)၊ (၃)
ကြိမ်မြောက် အာဆီယံဘဏ္ဍာရေး
ဝန်ကြီးများနှင့် ပဟိုဘက်ဥက္ကများ ဗုံးတွဲ
အစဉ်းအဝေး (3rd AFCGM) များထို့
မြန်မာနိုင်ငံတော်ပဟိုဘက် ဥက္ကများ
ဦးကျော်ကျော်မောင် ဦးဆောင်သော
မြန်မာကိုယ်စားလှယ်အဖွဲ့ တက်ရောက်
ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

အစဉ်းအဝေးသိ အာဆီယံဘဏ္ဍာ
ရေးဝင်ကြီးများနှင့် ဟိုတာက်ညွှန်များ၊
အဖော်ရှိရှိ၊ အာဆီယံအတွင်းရေးများ
ချုပ်ရှုံးမ ကိုယ်စားလှယ်များ တက်
ကောက်ခြကားသူ။

အမြတ် ရက် မှန်လွှာစိုင်းတွင် အာ
သီယံလုပ်ဘဏ်၏လွှာများနှင့် ငွေရေး
ကြေးရေးအဖွဲ့အစည်းများမှ အမှုဆောင်
ဒါရိုက်တာတို့ “Furthering ASEN
Financial Integration : Opp-
ortunities in Addressing Syst-
emic Risk” ခေါ်စီအပေါ်အမြတ်ချင်း
ကြေးရေးပေါင်းစပ်မှ လမ်းပြမ်ပုံနှင့်
စပ်လျှို့ဝှက် လုပ်ငန်းတိုးတက်မှုအခြေ
အနေများအားလည်းကောင်း၊ အာ
သီယံ+၃ ငွေရေးကြေးရေးပူးပေါင်း
ဆောင်ရွက်မှု တိုးတက်မှုအခြေအနေများ
အားလည်းကောင်း၊ င်းမယ်အခိုအစဉ်
တွင် နှစ်ငံပါဝင်လာရေး (Chiaing

ଓଲ୍ଯୁ ଯିଣ୍ଟେ : କେବେ ଏହି ବିଷୟରେ

ବ୍ରିଜନାଥଙ୍କିର୍ତ୍ତରେଖାପଦ୍ଧିତାଙ୍କ ଉନ୍ନତି
ଯଲ୍ଲ ପ୍ରେସ୍ ଏ ରଗ ଫିଲ୍ମ ଏ ଫାର୍ମିଟ୍‌କ
(୧୨) ଡ୍ରିଙ୍କିମୁଖାଙ୍କ ଆପଣିଯାପଦ୍ଧିତାଙ୍କ
ଉନ୍ନତିମୂଳାଃ ଅତିରିକ୍ତ ଆମୋଦି ହିଁ ତାଙ୍କ ଫେରକ
ଛି ଯଲ୍ଲ ॥ ଅପଦ୍ଧିତାଙ୍କ ଆମୋଦି
ଯୁଗ ଏଥିର ଆପଣିଯା ଦ୍ଵାରା ବିନ୍ଦୁରେ ରେ
ପିଲିଃ ରିଲ୍ୟୁସ୍ ରେ ଆମୋଦି
ଆମୋଦିକ ଆମୋଦିର ତାଙ୍କ ମାତ୍ରାକୁ
ଆମୋଦିମୂଳାଃ ଆମୋଦି ଉନ୍ନତିମୂଳାଃ
ଯାହାକୁ ଆମୋଦିର ପ୍ରିଯୀକ୍ଷା ରେ
ଶୋବିଲୁଗୁରୁମନ୍ତ୍ର ଲୁର୍ଦିକଣ୍ଠମୂଳାଃ ଆମୋଦି
ଲମ୍ବିତିକୁଳମୁଖମୂଳାଃ ଏମାତ୍ରାକୁ ଯଲ୍ଲ ॥

သက်ပေါက္ခန္တ ယော်နှင့် မြန်းပွဲ သ
နာဂိုလ်တွင် (၃) ထိုမ်းမြောက် အာဆီယံ
ဘဏ္ဍာရေးနှင့် ပဟိုဘဏ်ဗူးကြုံ
များ ပုံစံအစဉ်းအဝေးသို့ တက်
ရောက်သည်။ အစဉ်းအဝေးတွင် အာ
ဆီယံးပြားရေးအိုက်အဝန်း (AEC)
လုပ်မြေမြောက်အား အာဆီယံးပေး

Mai Initiative Multilateralization -CMIM) လုပ်ငန်းစဉ်တွက် ဂျပန်၊
တရာ်တဲ့ ကိုရီးယား၊ မြိုလစိုင်၊ ထိုင်း၊
မလေးရား၊ အမိမရိုးတို့ ပါဝင်သည့်
ရုံးလပ်ငန်းဆိုင်ရာကိစ္စရုံပူး (Fundamental Issues) ကို ဆောင်ရွက်ရန်
Working Group 1 နှင့် ဂျပန် တရာ်တဲ့
ကိုရီးယား၊ မြိုလစိုင်၊ အင်ဒိန္ဒာရား၊ လာအို
အမိမရိုးတို့ပါဝင်သည့် အပြည်ပြည်
ဆိုင်ရာ ငွေကြော်နှင့် ငွေအွဲနှင့် ဗုံး
ပါဝင်ဆောင်ရွက်ရန် (Collaboration
with the IMF) Working Group
2 ဟု၍ လုပ်ငန်းအဖွဲ့စွဲတွေ့စွဲးရန်လိုက်
ရပ်အားလည်းကောင်း CMIM ချေးငွေ
အစီအစဉ်အရ IMF De-Linked

ବଲ୍ଲଙ୍ଗମ୍ୟାଃ ୩୦୧୦୯୦୨୦୪
ଶର୍ଵିଲାଙ୍କ ଶୈଖିତ୍ୟାଃ ମନ୍ତ୍ରିତ୍ରି
ବ୍ରାହ୍ମାଂଦିଃ ଯତ୍ତବ୍ୟାନ୍ତିଃ ଅପିତ୍ରିତ୍ରି (୧) ଲ୍ରିମ୍
ପ୍ରାଣିର ଆଶିଯିତ୍ତାଙ୍କାରେ ଯନ୍ତ୍ରିଗ୍ରିଃ ମ୍ୟା
ନ୍ତି ପଥିତାଙ୍କରୁଦ୍ଧିତମ୍ବାଃ ୩୦୧୦୯୦୨୦୫
ଶି ପୁଃ ତୋଷତାଂ ଯତ୍ତପ୍ରକଳ୍ପନାଃ ୩୦୧୦୯୦୨୦୬
ଯତ୍ତପ୍ରକଳ୍ପନାଃ

အစဉ်းအဝေးမကျင်းပါနိုင် ကျင်း
ပနေစဉ်ကာလအတွင်း ဖြစ်မလိုင်းတော်
ပဟိုဘဏ်ဗျာဗြှုသည် ဖြော ၅ ရက်
မွန်လွှဲ ၃ နာရီတွင် အမေရိကန် ဒုတိယ
လက်ထောက်ဘဏ္ဍာရေးဝန်ကြီး Mr.
Kaproth ဦးဆောင်သည့် ဂုဏ်စားလှယ်
အဖွဲ့နှင့်လည်းကောင်း ဖြော ၇ ရက်
ညနေ၍ နာရီ၌ ၅၆ မိနစ်တွင် အမေရိကန်

ଆଜିଯିବୁରେଣ୍ଟାଙ୍କଣିଲ୍ଲାଙ୍କୁ Mr.
Alexander C.Feldman ହିଁଖୋରି
ଯନ୍ତ୍ର ଗୀତିରୁଥାଳୁ ଯାଏନ୍ତେକୁ ଲାଭ୍ୟ
କୋଣରେ ଦେଖିଲୁ ବାହାରିଲାଙ୍କଣିଲ୍ଲାଙ୍କୁ
ଦେଖିରେ କିମ୍ବା ପାଇଁ ବାହାରିଲାଙ୍କଣିଲ୍ଲାଙ୍କୁ
ଅପରିଚିତରେ ଉଦ୍‌ଘାଟନା କରିଯାଏନ୍ତ୍ରେ
ଫିନ୍କମାର୍କିନ୍ଦରେ ତେବେବିରୁଥିଲୁ
ହିଁଖୋରିରେ ଫିନ୍କମାର୍କିଯିରୁଥାଳୁ ଯାଏନ୍ତ୍ରେ
ଅପ୍ରକାଶିତ ଫିନ୍କମାର୍କିନ୍ଦରେ ରାଗିତ୍ତିରୁ
ଲୋକାଙ୍କରୁଥାଳୁ ଏଥିରେ ଫିନ୍କମାର୍କିନ୍ଦରୁ
ଫିନ୍କମାର୍କିନ୍ଦରୁ ଏଥିରେ ଫିନ୍କମାର୍କିନ୍ଦରୁ
ଏଥିରେ ଏଥିରେ ଏଥିରେ ଏଥିରେ

သံအမတ်ကြီး ဦးမျိုးမြင့်သန်းအား ထိုင်းနိုင်းသံအမတ်ကြီးအဖြစ် ပြောင်းရွေ့နှင့်အပ်

နေပြည်တော် ပြို ၂၁

ကမ်းပြီအန္တရာယ်ကြောင့် ပြောင်းရွှေ့ခဲ့ရသော
နေဒါ်မိမိကိုလုံးအား ကယ်ဆယ်ရေးပစ္စည်းများထောက်ပုံ

၂၅၆

ဆက်လက်၍ ဖြပိ ၂၀ ရက် မန်းလွှဲပိုင်းစွာ တိုင်းဒေသာကြီး ကယ်ဆယ်ရေးနှင့်
ပြန်လည်နေရာချထားရေးဦးစီးဌာန ဗျာ့နှင့် ဦးသိန္တာ့များ ပုံမှန်ချက်ချင်
အနိယအပိုဒ်ရေးဗုား ဦးလှေပေါ်တို့ ဦးဆောင်သော သက်ဆိုင်ရာတွေနှင့်ရာ
တာဝန်ရှိသူများသည် အဆိပ်ပေါကျွေးဆွဲသို့ရောက်ရှိခြားပြီး မြစ်ကမ်းပါးပြုကျမ်းကြောင့်
ပြောင်းစွဲခဲ့ရသောအိမ်တော်စုံမှုအတွက် တစ်အိမ်တော်လျှင် ဓမ္မကျပ် ၁၀၀၀၀၀၀၊
လူဦးရေ ၄၂ ဦးအတွက် လုတေသိပိုးလျှင် တစ်ရက်စာ ၃၀၀ နှုန်းဖြင့် ဇန်
ရက်စာစွေ့ကွောပ် ၂၀၀၀ နှုန်း၊ တစ်အိမ်တော်လျှင် ပုံစံးတစ်ထည်၊ လုချည်တစ်ထည်၊
ဆပ်ပြားထုံးတုံး၊ ပုဂ္ဂန္တသုတေသနပါအကြီးတစ်ထည်၊ စုစုပေါင်းကာလတန်းဖိုးငွေကျပ်
၁၀၄၂၂၀၀ ကို လာရောက်ထောက်ပံ့ပေးအပ်ပေါ်ကြောင့်နှင့် သက်ဆိုင်ရာကျေးရာ
အပ်ချုပ်ပောမှု၊ နှင့် ဒေသအပြည့်သူများက ကောင်းပြုအန္တရာယ်ကို ဆက်လက်သတိထား
စောင့်ကြည့်၍ ကမ်းပြုအန္တရာယ်ကြောင့် ထိခိုက်ပျက်စီးခုံးမှုးမှုမရှိစေရေး ကြိတင်
ပြင်ဆင်ဆောင်ရွက်လုပ်ရာတွင် သိရသည်။ ထိုးမြင်းပြု(ပြု/ဆက်)



လူစွမ်းအားအရင်းအမြစ် ဖုန်းဖြိုးရေး

မောင်သန်းဝင်းရွှေ

လူစွမ်းအားအခင်းအာမြတ်စွဲမှုပါကို အသေဆုံးရှုကြရန်
အရေအတွက်သာမက စွမ်းရည်ထက်မြတ်မှ အရည်အသွေး
သည် ပဓနနကျသော တွင်းအားတစ်ရပ်ဖြစ်ပေသည်။
ထိုကြောင့် ကျမ်းကျင်စွမ်းရည်ထက်မြတ်ပြီး လူမှုစီးပွားရေး၊
စနစ် စွဲဖြူမှုအဆင်သင့်အလုပ်ချိန်မည့် လုပ်သားအင်အားစု
တစ်ရပ်အမြစ်အောင်ထားရှုမှာ လွန်စွာအရေးပါလှပေ
သည်။

လွန်ခဲ့သော ဆယ့်စုနှစ်များစွာက လွှဲစွမ်းအားအရင်၊ အဖြစ်စွဲပြီးရေးအတွက်အခေါ်တွင် ပညာရေး၊ အသက် စွေးဝင်းကျောင်းမှု လေ့ကျင့်သင်ကြာရေးနှင့် လုပ်ငန်းခွင့် ကျူမ်းကျွမ်းမှုလေ့ကျင့်ရေးသည် ကျောင်းနှင့် ကျောင်းပြင်ပ ပညာရေးသာ အမိန့်ပြင်သည်ဟု တွေးမြင်ခြင်သည်။ သိသော ပျက်မောက်ကာလုပ် လုပေါ်မှုဘာ ပြင်မားသာယာ ရေး (Quality of life) ရည်များချက်ကိုထိတည်ဆောင်ရွက် လာကြပေပြီ ဖြစ်ပေသည်။ ထိုကြောင့် ရုပ်ဝဏ္ဏဆန်သော ဖွံ့ဖြိုးမှုလမ်းစဉ်မှ လူအရင်အနှစ်အကျိုးပြု ဖွံ့ဖြိုးမှုလမ်းစဉ် (Development with a human life) ဖို့ ဦးတည်လာခဲ့ရှင်းပင်ဖြစ်သည်။

လူ၏စွမ်းအားအခင်းအနှစ် ဖွံ့ဖြိုးရေးသည် ဒေသတွင် သာမက နိုင်ငံတာကာအဆင့်စီးပွားရေးတွင် ကာလရှည် ယဉ်ပြုဝန်ခြင်းဖြင့် အကျိုးကျေးဇူးများရှိစေရန် ဆောင်ရွက် ခြင်းပင်ဖြစ်ပေသည်။ ကျမ်းမားကျင်မှုဖွံ့ဖြိုးစေမည့် မူးအထောင် လွှာစွမ်းအားအခင်းအနှစ်ဖွံ့ဖြိုးမှုများ ၁၃၂၆၉၈၀၈၄၂။ ပြည်တွင်း ပြည်ပရင်နှင့်ကြိုးပြုပို့မှုများ မြင်မားလာစေ ရေးအတွက် တွင်းအားပေးဆောင်ရွက်လာနိုင်ခြင်းဖြင့်မှ နိုင်ငံသည် အောင်မြင်နေသည့် အာရာရှိနိုင်မှုများကို သိသုတေသနများ အားအခင်းအနှစ်ဖွံ့ဖြိုးမှုများကို တည်ဆောက်လျက် အောင်မြင်မှ ကိုတက်လှမ်းရန် ဖြစ်ပေသည်။

မြန်မာနိုင်သည် စီပွားရေးပုံသဏ္ဌာန်ပြောင်းလဲမှုကို
လက်တွေအကောင်အထည်ဖော်ရှိ ဖုံးကွယ်လုပ်သားများစွာ
တည်နိုင်နေသည် လယ်ယာကဏ္ဍမှ လုပ်သားအင်အားဂါ
ဝါးဆယ်ရှိနိုင်နှင့် (ခေါ်မှန်းခြေ)ကို စက်မှုနှင့် ဝန်ဆောင်မှု
ကဏ္ဍများသို့ ပြောင်းရွှေ့နိုင်ပေးမှာ အခိုက်လိုအပ်မှုဖြစ်
သည်။ လုပ်သားအင်အားပြောင်းရွှေ့ ပေါ်ပေါက်သည်နှင့်
အမျှ ပြောင်းရွှေ့လုပ်သားအင်အားစွာအား သင့်လောက်သော
အသက် မွေးဝမ်းကျောင်းပညာပေးသင်တန်းအစီအစဉ်များ၊
အရည်အချင်းပြည့်ဝသော အဖျိုးသားအသက်မွေးဝမ်း
ကျောင်းပညာပေးအကျိုးပြင်း စသောလူအရေးအနီးပြုပုံး
မှတ်ပိုင်မှုဝါဒလမ်းအံနှင့် ညီညွတ်အောင် ဆောင်ရွက်နိုင်ရန်
မှာ အခိုက်လုပ်နှင့်စပ်တစ်ပုံးပြုစံရန် လိုအပ်ပေသည်။

ထိုကြောင့် နည်းပညာဆိုင်ရာ အသက်မွေးဝံးကျောင်း
သင်တန်းကဏ္ဍကို တို့ချေဆောင်ရွက်ခြင်းသည် ကာလဘို့
မဟာဌဗ္ဗာဘာအရ လတ်တလော လိုအပ်ချက်တစ်ရပ်ပဲ
ဖြစ်ပါသည်။ ဤသို့သော လိုအပ်ချက်ကို ဖြော်ဆည်းနိုင်ရန်
မှာ ပုဂ္ဂိုလ်ကဏ္ဍနှင့် နီးကပ်စွာ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်း
ကျမ်းကျင့်မှုဆိုင်ရာ သင်တန်းများပေးခြင်းဖြင့် ကျမ်းကျင့်
သော လုပ်သားအင်အားစုသစ်တစ်ရပ်ကို ဖော်တို့သောင်း
ရွက်နိုင်အောင် ဦးတည်ဆောင်ရွက်မှ ပြရန်ပဲဖြစ်ပေါ်သည်။
ဦးစွာပထမကာလတို့နှင့် ကာလလတ်အတွက် နိုင်တကာ
စံနှင့် လိုက်လျောညီတွေ့မှုရှိရန် စတင်ဆောင်ရွက်သွား
ရမည်ဖြစ်ပါသည်။ ကာလရည်ယဉ်ပြုခြင်းနှင့်စွမ်းအတွက်
အထောက်အကြော်ဖြစ်ပေါ်ရန် လုပ်အားအတွက် အဆင့်အတော်နှင့်
အရည်အသွေးပြည်းပြည်းဖေရေးကို နိုင်ငံတော်ပိုင်းကသာမက
ပုဂ္ဂိုလ်ကပိုင်းမှပါ ပါဝင်ဆောင်ရွက်ပေးရန် အထူးလိုအပ်လှ
ပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငြင် ယုဉ်ပြုခိုင်နှစ်မှုများမှည့် တိုးတက်လာစေရန်
လုပ်ခလစာနှင့်ပါသည့် ကွဲဗျားကျော်မှုနှင့်ပါသော လုပ်သား
အခြေပြု စက်မှုလုပ်ငန်းများကို ဆွဲဆောင်ခြင်းသည် ကန်နှင့်
စက်မှုလုပ်ငန်းများ၊ ဖြစ်ထွန်းလာရေးအဆင့်တွင် မရှိမဖြစ်
သော လက္ခဏာတစ်ရပ်ဖြစ်ပေသည်။ လုပ်သားများကွဲဗျား
ဖွံ့ဖြိုးလာရေးသည် လုပ်အားကို ပစာနမထားဘဲ ဆောင်ရွက်
ရသည့် စက်မှုလုပ်ငန်းများကို အထောက်အကြော်ဖြန့်ခိုင် ပိုမို
ကျွမ်းကျော်မှုရရှိ ကုန်း ဦးတော်လားသော်လည်း နိုင်ငံ
အနေဖြင့် ကုန်စွဲလွှားလွှား ထုတ်လုပ်ခြင်းများ ဖွံ့ဖြိုးလာ
စေရေးအကြော်ဖို့ကုန်များ ပို့ခြင်းလာစေရေး ပို့ကုန်ယူယှဉ်
သော စက်မှုဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျော်မှုရှိလာစေရေး ပို့ကုန်

ရောင်းဝယ်မှုပိုင်ရှင် ကျမ်းကျေမှုများ ရုလှလေစေရေးတို့ လိုအပ်
မည့်ဖြစ်စိသည်။ ဤလိုအပ်ချက်ကို အဓိကချိတ်ဆက်ဆောင်
ရွက် အကောင်အထည်ဖော်မည့်သူများမှာ လုပ်သား
ကိုယ်စားလုပ် အလုပ်ရှင်အဲဖွဲ့အစဉ်၊ အနီးအဖွဲ့အစဉ်
သုံးဦးသုံးလုပ် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက် အကောင်အထည်ဖော်
ရန်သာ ဖြစ်ပါသည်။

ထိုကြောင့် ဒေသတွင် ထုတ်လုပ်မှု ကွန်ရက် ကဲဖွံ့ဖြိုး
တိန့်မီး ကွင်းဆက်အတွင်း ယူဟပ်ပြင်နိုင်စွာရှိစေရေးလုပ်ငန်း
များ အဆင့်မြှင့်တင်ခြင်းနှင့် အသေးစားနှင့် အလတ်စား
စက်မှုလုပ်ငန်းများ စတင်ဆောင်ရွက်နိုင်သည် စွဲနှီးတိတွေ့
လုပ်ငန်းရှင်များ ပေါ်ပေါက်လာစေရန်ဖြစ်သည်။ စွဲနှီးတိတွေ့
ခြင်းသည် ပညာရေးစနစ် စဉ်ဆက်မပြတ် စွဲနှီးမှု ပိုးများရေး
လုပ်ငန်းများ အရည်အသွေးပြည့်စုံမှု၊ လုပ်ငန်းဆိုင်ရာ
စဉ်းမျဉ်းစဉ်းကိုနှာမှတ်ကို ဖြစ်ဖို့နိုင်စွာရှိသော ပညာ

ရေး (tertiary)နှင့် ဆက်ဆွယ်ပြုတ်ဆက်လျက်ရှိပေသည်။
 လူစွမ်းအား အခြင်းဖြိုးရေးဟူသော ငါးဟာရ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆီးချက် (Definition)နှင့် ထတ်သက်၍ နှစ်ငံတကာ အာဘော်များအား ထတ်နှင့်ကာ ကုလသမဂ္ဂဖြုံးမှု၊ အစီအစဉ် (UNDP) မှ “လူသားများ၏ ကောင်းမြတ်သော အလေးအလေကို အများဆုံးဖြုံးမြှို့အောင် ဆောင်ရွက်ပေး ခြင်းနှင့် စီးပွားရေးနှင့် လူမှုပိုးတက်မှုအတွက် အစွမ်းကုန် အသုံးချိန်ငြင်စေနိုင် အခြေအနေကောင်းများ မြှင့်တင်သည့်” ကိစ္စအဝေးကို ဆောင်ရွက်ပြုသည် လူစွမ်းအားဖြုံးမှု ဆောင်ရွက်ခြင်းပြစ်သည်” ဟုမြင်မာဘာသာဖြင့် အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆီးပြုး အက်လိုပါဘာသာအရ ဖော်ပြရပါက Human Resources Development(HRD) can be defined

as maximisation of human potential as well as the promotion of its fullest utilization for economics and social progress ରୁ ଅଭିଭାବିତ ପଦାର୍ଥକୁ ଜୀବନରେ ଆବଶ୍ୟକ କରିବାକୁ ପାଇଲୁ ହେଲାମୁ।

ESCAP ມີ ລົກໍລົມທະວະ ພັດທະນາ ດູວັດທິບໍດີ ແລະ ອະນະເພື່ອ ເພີ້ມ
ເພີ້ມ ສຳເນົາ ໃຫ້ ອະນະເພື່ອ ເພີ້ມ ດູວັດທິບໍດີ ແລະ ດູວັດທິບໍດີ ທີ່ ດູວັດທິບໍດີ

- (က) ထုတ်လုပ်မှု စွမ်းဆောင်ရည် (Production Capabilities)များမြင့်မားလာစေရန် ပို့တည် ၍ လူစွမ်းအားဖို့ဖြေားရေးအတွက် ရင်းနှီးဖြော်ခြင်း၊

(ခ) ယင်းသို့စွဲ့ဆောင်ရည်မြင့်မားသည့်လူစွမ်းအား ကို အသုံးခြေပြီး အရည်အသွေးမြင့်မား၍ အင်္ဂလာက်ပမာဏ တိုးတက်ထုတ်လုပ်စေခြင်း၊

(ဂ) ယင်းသို့ အရည်အသွေးမြင့်မားပြီး အလျော့ပယ် ထုတ်လုပ်လာသော အကျိုးတရား အသီးအပွဲ များကို ယင်းစွမ်းအားရှင် လူသားများကပ်စားသုံးရင် အဆင့်မြှင့်မားသော လူနေမှုကာဝါယာ ရောက်ရှိစားနိုင်ရန် ဖော်တို့ခြင်း တို့ဖြစ်လသည်။

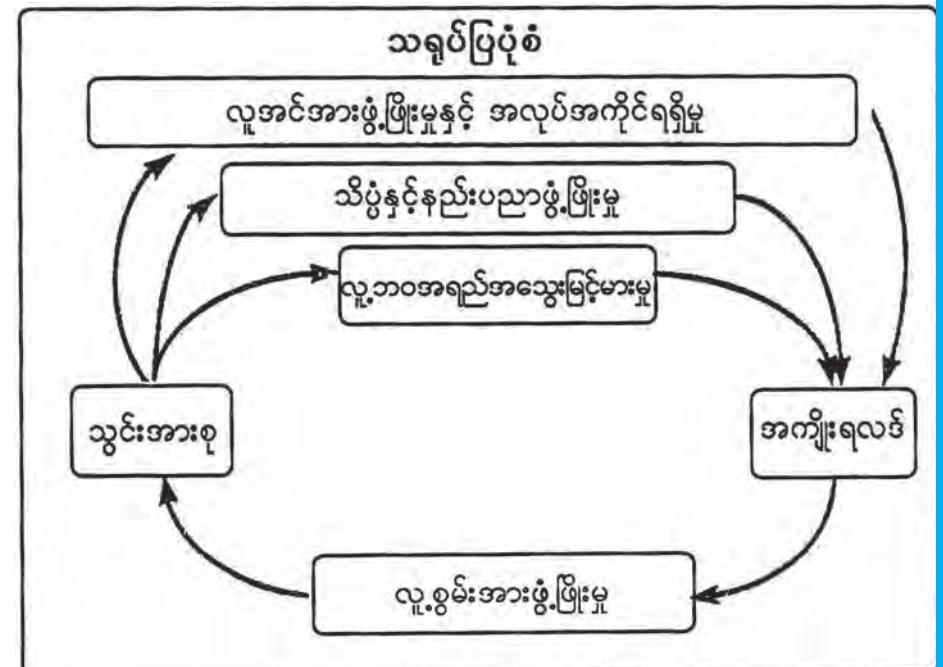
ထို့ကြောင့် ဖို့ပြီးမှုလုပ်နှင့်စင်းနှင့်သူမျှသည် တစ်ခုနှင့် ခုခု ဆက်စပ်၍ အပြန်အလှန် အထောက်အကြုံပြုလျက် သည်။ လူစွမ်းအားအရင်အနှစ်ဖို့ပြီးမှု ရည်မှန်းချက်စာတွင် ရှုရှုပါရှိနိုင်၏ (က)လူအင်အားဖို့ပြီးမှုနှင့် အလုပ် တိုင်ရရှိနိုင်၏ (ခ) သိပ်နှင့်နည်းပညာဖို့ပြီးမှု၊ (ဂ) လူဘဏ်အရသွေးမြင့်မားမှု စသည်တို့ ဖြစ်လသည်။ယင်းကို အပြည့်ပုံစံဖြင့် ဖော်ပြုပါက အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်သည်-

လူစွမ်းအားအခြောင်းအနှစ်ဖွံ့ဖြိုးမှုအစိတ်အပိုင်းကို အထောက်
အကြော်ပြုနိုင်သည်။ ကျိုးမာရေးနှင့် ပညာရေးနှင့် ဆောင်
မှုပြုနိုင်ခြင်းအား စဉ်ဆက်မပြတ် ထုတ်လုပ်မှုများ တိုးတက်
ဖြစ်ပေါ်စေလည်ဖြစ်ပါသည်။ မြန်မာနိုင်ငံ၏ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု
တွင် လူအဖွဲ့အစည်းတစ်ရွေ့လုံး ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့်
လူမှာဘဝ သာယာဝပြောရေးအတွက် တိုးတက်မှုများ မရွှေ့
ကောင် ဖြစ်ပေါ်လေသည်။

လူမျိုးပွားကွာဟယ်များကြောင့် ပေါ်ပါဂ်နေ
လော လူတစ်ဦးစား မည်မှုမှုအတွက် ဖွံ့ဖြိုးမှုအခွင့်အလုပ်နှင့်
ပတ်သက်၍ မြန်မာနိုင်ငံ၏ ပျောက်ရောက်ကာလုပ်သို့ အသွင်
ကူးပြေားရေးကာလ (ပါ) အမှန်တကယ်ပြေားလေးရန်
အခြေအနေမှန်တွင် ဖွံ့ဖြိုးရေးမှုပါဒ်များ (Development
Policy)၊ ဘတ်ဂျုတ္တခေါ်သုံးမှုမှုများ၊ စီမံကိန်းရေးဆွဲမှုများ
သည် ဒေသတစ်ခုနှင့်တစ်ခုကြေား၊ (ပါ)တိုင်းဒေသကြီးများ
နှင့် ပြည်နယ်များအကြေား ဘက်လီမှုတစ်ရောက် အထူးပိုအပ်လှ
ပေသည်။ ဤသည်ကို အလေးထားအောင်ရွှေကိန်းများလိုပါက
ဖွံ့ဖြိုးမှုပြစ်စီးတွင် အကောင်းဘက်လီသာ ဦးစားမှုပါမှာ
မှာဖြစ်ပေသည်။ မြန်မာနိုင်ငံ၏ အဓိကစိန်ခေါ်မှုများတွင်
တစ်ရပ်စီးနေသည် လွှဲစွဲးအားအရေးမှာ ဖွံ့ဖြိုးတို့ဘက်
ရေးနှင့် ဆင်းရမှုပေလျော့ချရေးမှုသည် အဆင်းခဲ့ဆိုင်ငံများ
(Under develop Countries) စာရင်းဝင်အဖြစ်မှ
ကျော်လွှားသွားနိုင်မည်ပြစ်သည်။

ပြည်သူတော်ရုပ်လုံး ရရှိစံစားနိုင်မည့် တိုးတက်မှုကို စဉ်ဆက်မပြတ်ရရှိစေရန် ကုန်ထုတ်လုပ်မှုကို ထိန်းထားနိုင်ခြင်း၊ အရာပုံးအသွေးမြင်မှုများသည့် ဝန်ဆောင်မှုများဖော်တီးခြင်း၊ ပြည်သူတော်လုံးမြှုမှုကို လူမှုများအကောအကွယ်များ ပေးခြင်း၊ အပ်ချက်ပေးကဏ္ဍတွင် ပြည်သူများပါဝင်သည့် ပြည်သူဒုပ်ချုပ်ရေး (Public Administration) စနစ်အား ဦးတည်စေခြင်း၊ တို့ကို အခြေခံစွဲ ဒေသဆိပ်ရာ စီမံကိန်းများ (Regional Planning) ရုပ်နှင့်နှုန်းများ မဟာဘုရားဘာများ (Investment Strategy) ဖွံ့ဖြိုးမှုများအား အရင်းအမြစ် ဖွံ့ဖြိုးရေးကို ရေးရှုသော အများကောင်းကျိုးပြီ စီးပွားရေးစနစ် (Welfare Economic System) ကို ဦးတည်သော ဖြန်မာနိုင်ငံတော်သစ်အဖြစ်သိ မလွှဲမသွေ့တက်လုပ်မှုနှင့်မည်ဖြစ်ပေသည်။

ထိုကြောင့် လူမှုစိုးအားအရမြစ် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး
ကို ဆောင်ရွက်ရန်တွင် ပြီးစားပေးနယ်ပယ်များမှာ နိုင်ခဲ့ရေး၊
စီးပွားရေးနှင့် အဖွဲ့အစည်းဆိုင်ရာ ပြပိုင်ပြည်းလုပ်တို့ကို



မြန်မာနိုင်ငံအား မြန်မြန်ကျေးလက်ဒေသများတွေ
ဆင်းလဲမြှုပ်မြင်မားခြင်းကို ခံစားနေရယော ဒေသတွေး အဆင့်
ရဲထိုးနိုင်တစ်နိုင်ငံအားဖြစ် သိတ်မှတ်ထားပါသည်။ ဆင်းလဲမြှုပ်
လွှတ်မြောက်စေရန် လွှမ်းမားအား အခြင်းအခြင်းပို့မှု စာတတ်
မြောက်မှုနှင့်မြင်မားရေးရှင်း စီးပွားရေး အခွင့်အလမ်း ဖော်တို့
ပေးခြင်းတို့အပေါ် တည်ဆောက်ပေးခြင်းဖြင့် ကြီးမားသေ

အစိကထား၍ ပါဝ်စည်းဆောင်ရွက်ရန် ဖြစ်ပါသည်။
ထိုဆောင်ရွက်မှုလည် ပြည်သူတစ်ရပ်လုံး ရရှိခဲ့စားနိုင်မည့်
ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုများကို ဖော်ဆောင်ပေးနိုင်မည့်အပြင်
ဒီမိဂ္ဂရေစိန်စန် ထွန်းကားရေး၊ အပျိုးသားရင်ကြားစေရေး၊
ထားရေးမြို့ချိုင်းရေးလုပ်ငန်းစဉ်များကို အားပေးမြှင့်တင်ရန်
ရည်ရွယ်ခြင်းပင်ဖြစ်ပါသည်။

၂၀၁၇ ခုနှစ် မဟာသက္ကရာဇ်ကာလအတွင်း မြန်မာနိုင်ငံရဲတပ်ဖွဲ့၏ မြင်းများလျော့နည်းကျဆင်းရေး ကြိုတင်ကာကွယ်မှုဆောင်ရွက်ချက်များ

နေပြည်တော် ၅၆၅ ၂၀

၁။ ၂၀၁၇ ခုနှစ် မဟာသက္ကရာဇ်ပဲတော်ကာလတွင် မြန်မာနိုင်ငံရဲတပ်ဖွဲ့ မဟာသက္ကရာဇ်ပဲတော်ကို အကြိုကာလလိုက်ရေး သက္ကရာဇ်ပဲတော်ကျေးပဲပစ်လုပ်ရေး ပွဲတော်ကျေးပဲပစ်လုပ်ရေးနှင့် ရေးဆွဲဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။ ထိုအပြင် မဟာသက္ကရာဇ်ပဲတော်ကာလတွင် မူဝါဒ်များ လျော့နည်းကျဆင်းရေးအတွက် သက္ကရာဇ်အကြိုကာလပဲတော် ပြေားလျော့နည်းကျဆင်းရေးအတွက် မတ ၁၂ ရက်မှ ဖြေား၍ ရက်အထိန်း သက္ကရာဇ်ကာလပဲတော် ပြေားလျော့နည်းကျဆင်းရေးအတွက် မူဝါဒ်များ ဖြစ်ပွားသော်လည်း လိမ့်နှုန်းများ၊ အရိုက်/ဘီယာ၊ လက်နက်ပုန်းနှင့် ဆင်ဆာဒ္ဓား၊ ပို့ဆောင်ရွက်မှုများ၊ အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်ပါသည်။

စဉ်	ဗိုလ်/ ခြားစွဲ	လင်တိုက်တွင် ဆောင်ရွက်သော်များ		ယနေ့များ ဖော်ဆိုရေးမှု		လက်နက်တိုက်တွင် ဖော်ဆိုရေးမှု		ဆင်ဆာဒ္ဓား ဖော်ဆိုရေးမှု	
		အမြန်	အမြန်	အမြန်	အမြန်	အမြန်	အမြန်	အမြန်	အမြန်
၁	ရေးဆွဲပေါ်	-	-	၅	၅	၁၄	၁၄	၃	၃
၂	ကျော်	-	-	၁၄	၁၄	၁၉	၁၉	-	-
၃	ကယား	-	-	-	-	-	-	-	-
၄	ကရာင်	-	-	၄၅	၄၅	၁၀	၁၀	၁	၁
၅	ချော်	-	-	၁	၁	-	-	-	-
၆	စစ်ဆေး	-	-	၁၀၀	၁၀၀	၁၈	၁၈	၁	၁
၇	တန်သာရှု	၁	၁	၁၅	၁၅	၂	၂	-	-
၈	ပုံး	-	-	၂၂၀	၂၂၀	၂၁၀	၂၁၀	၁၀	၁၀
၉	ကန့်ကျင်	-	-	၁၀၀	၁၀၀	၁၁	၁၁	၁၀	၁၀
၁၀	မူဝါဒ်	-	-	၄၅	၄၅	၁၀	၁၀	-	-
၁၁	မူဝါဒ်	-	-	၂၂	၂၂	၁၃	၁၃	-	-
၁၂	မူဝါဒ်	-	-	၂၅	၂၅	၁၁	၁၁	-	-
၁၃	မူဝါဒ်	-	-	၂၀	၂၀	၁၀	၁၀	-	-
၁၄	မူဝါဒ်	-	-	၂၀	၂၀	၁၀	၁၀	-	-
၁၅	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၁၆	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၁၇	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၁၈	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၁၉	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၀	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၂	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၃	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၄	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၅	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၆	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၇	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၈	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၉	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၀	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၁	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၂	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၃	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၄	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၅	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၆	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၇	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၈	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၉	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၁၀	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၁၁	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၁၂	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၁၃	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၁၄	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၁၅	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၁၆	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၁၇	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၁၈	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၁၉	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၁၁၀	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၁၁၁	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၁၁၂	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၁၁၃	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၁၁၄	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၁၁၅	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၁၁၆	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၁၁၇	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၁၁၈	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၁၁၉	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၁၁၁၀	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၁၁၁၁	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၁၁၁၂	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၁၁၁၃	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၁၁၁၄	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀	၁၀	၁၀	-	-
၂၁၁၁၁၅	မူဝါဒ်	-	-	၁၀	၁၀</				

မန်ယူ၊ ပီတယူနဲ့၊
အယ်ကျိုးဘာသ်တို့၊
ရုပ္ပါတေသာပြု့၊
ရယူဘွဲ့နှင့်စို့၊
ဉာဏ်တော်တဲ့
ပရိမိယရီဂုံး

ପେଣ୍ଟିକାର୍



ပရီမိယာလိုပွဲစဉ် (၃၇) ကို လာမယ့် ဖြော ပျရက်၊ ပျရက်၊ ပြရက်နေတွေမှာ ကျငးးပသွားမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဒီပွဲစဉ်မှာတော့ အာဆင်နယ်နဲ့ ဆန်းဒါးလန်း၊ မန်စီးတို့နဲ့ကို ဘရွန်း၊ လက်စတားစီးတို့နဲ့ ပါပါတို့ရဲ့ပွဲစဉ်တွေကိုတော့ အက်ပ်အေအလားပွဲစဉ်ကြောင့် လာမယ့် မေလ ၁၇ ရက်နဲ့ ၁၉ ရက်တွေမှာ ကစားသွားမှာဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့် အခလ အတွင်းကစားမယ့် ပွဲစဉ် ၃၄ မှာ အသင်းကြေးတွေရဲ့ ပွဲတွေအနေနဲ့ မ်နှုံး၊ လိမာပူးနဲ့ ချုပ်ဆုံးအသင်းတို့ပွဲတွေသာရှိတယ်။ မန်ယူ လိမာပူးနဲ့ချုပ်လ်ဆီးတို့ဟာ ခြေစမ်းပိုင်းအား နည်းမျက်တဲ့အသင်းတော့သာ ရင်ဆိုင်ရမှာ ဖြစ်တာမို့ နိုင်ပဲကိုယ်စုံရရှိသွားဖို့ သေခာ့နေတယ်။

ပင်္ဂလောက်	VS	မစ်ဒယ်ဘရေ့
ပင်္ဂလောက်	မစ်ဒယ်ဘရေ့	J
0	0	ဘန်းမောက်
ဘန်းမောက်အသင်းပါး	မစ်ဒယ်ဘရေ့	ဘန်းမောက်
ဘန်းမောက်အသင်းပါး	မစ်ဒယ်ဘရေ့	ဘန်းမောက်

ဟားလ်	VS	ဝက်ဖိုင်
ပင်ကျော်	ဝက်ဖိုင်	၁ ၦ ဟားလ်

ပက္ခန်း	၁၀။	၃	၁	ဆွမ်သီး
တန်းမလင်းရဖို့နှင့်ကန်နော့ ဆွမ်သီးအသင်းက နောက်ဆုံး တုံးဖွဲ့ဆက် ရွှေဖူးကြော့ခဲ့ရပေမယ့် အသင်းလိုက်စာစဉ်မှုမထိုး သလို အိမ်ကြေားအားလည်းရို့နေတာကြောင့် စတုတ်ကို အကောင်းဆုံး ဖြိုးပေးနိုင်မှုပြစ်ပေမယ့် တိုက်စစ်က ရိုးဆွမ်းမြေပျော်ဆုံးနေတယ်။ စတုတ်ကနိုင်ပြုပြန်လည်ရယူ နိုင်ခဲ့ဖူးဖြစ်ပေမယ့် အဝေးဂွွဲးမှုတော့ တိုက်စစ်ပိုင်းအား နည်းရှိနေတယ်။ စတုတ်အသင်း ကပ်ပြီးနိုင်သွားနိုင်				

ဝက်စံဟမ်း	VS	အဲဟတန်
ပက္ခာ	J	ဝက်စံဟမ်း
အဲဟတန်	0	ဝက်စံဟမ်း
ဝက်စံဟမ်းအသင်းဟာ အကောင်းဆုံး ခြောမ်းပုံစံရှိခိုက်နှင့် ဇန်နဝါရီ နေ့၊ နေ့များ တိန်းဆင်ရွက်ဖို့ အနိုင်ယူနိုင်စီ ခက်ခက်ခဲခဲရှုံးကန်အဲရာတယ်။	ခွဲမြို့သီးရှိ အနိုင်ယူနိုင်စီ ခက်ခက်ခဲခဲရှုံးကန်အဲရာတယ်။	
ဝက်စံဟမ်းရဲ့ တိုက်စစ်ကစားအားဟာ သာမဏ်သာ ရှိတယ်။	အဲဟတန်က ကစားပုံမှာကျော်မှုရှိသလို နောက်ခံး အဝေးကွင်းပွဲမှာ မန်ယူကို သရေကစားနှင့်ခဲ့ပြီး ဂိုးသွေး ခြောလည်း ရဖော်တယ်။ အဲဟတန်အသင်းသာ အနိုင်ရွာ့ဗားမယ့် ပွဲပါ။	အဲဟတန်

ပက္ခာ	အောက်သိတ်	ဝ	J	ချမှတ်ဆီး
နေဂုံးရဲ့ အောက်သိတ်	ချမှတ်ဆီး	ခြေစွမ်း	ခြေစွမ်း	ချမှတ်ဆီး

លីហាបុះ	VS	បែលុំ
បច្ចេក	បែលុំ	J

ခုန်ပို့ယံအတွက် ပြင်ဆင်မှုပြင်းထန်လာမယ့် အယ်လ်ကလေကိစ္စကို ■ သီဟ



ပရီမိယာလိဂုံစဉ်(၃၄)	
၈၆၅၆၇	(၂၂-၄-၁၇)
၉၀၀၀၀	ဘုံးမောက် ○ - ○ မစ်သို့ဟန္တ
၉၀၀၀၀	ဟာလ် ○ - ○ ဝင်္ဂီဒ္ဒ
၉၀၀၀၀	ဆွဲမီး: ○ - ○ ဓတ်
၉၀၀၀၀	ဝက်စားမီး: ○ - ○ အဲဘတန်
တန်ခိုးနှင့် (၂၃-၄-၁၇)	
၉၀၀၀၀	ဘန်လေ ○ - ○ မျှော်
၉၀၀၀၀	လီဗားပူး ○ - ○ ပေါ်စုံ

စပိန်လာလိုက်ပွဲစဉ်(၃၃)	
	သောကြောနေး (၂၁-၄-၁၇)
နှစ်က် ၁၇၃၀	သီရိလာ ○ - ○ ဂရန်နာဒါ
	စင်နေ့ (၂၂-၄-၁၇)
ည ၂၁၃၀	မာလာဝါ ○ - ○ ပလင်စီယာ
ည ၁၁၄၅	စိလာစိုခု ○ - ○ လိပ်နှစ်မံ
ည ၁၁၁၀၀	အိထာဆွဲနာ ○ - ○ ဂိုဏ်
နှစ်က် ၁၁၁၅	အက်စ်ပုံပြီ ○ - ○ အက်သလက်တိုက်
	တန်က်နွောနေး (၂၃-၄-၁၇)
ည၁န ၄၁၃၀	ဆိုဒ်အစိုင် ○ - ○ ဒီဇိုဟို
ည ၁၁၄၅	ဆပ်တာစိုပို ○ - ○ ဘက်တစ်
ည ၁၁၁၀၀	လက်ပုံပုံ ○ - ○ ဒီဇိုဟို
နှစ်က် ၁၁၁၅	မျှခုပက်ဒရ် ○ - ○ ဘားလိုနာ
	တန်လှုံးနေး (၂၄-၄-၁၇)
နှစ်က် ၁၁၁၅	အီဘာ ○ - ○ သီဘာအို



Premier League



မြန်လည်စိန်ခေါ်နှင့်တုံးပယ့် ဆွောစိုးလာန်

— ၁၃၂ —

ပြီးခဲ့က ရက်ပိုင်းကပဲ အစီမံလန်ဒန်အသင်းကို တရာ့တွေ့သွေ့ဖြင့် ယောက်ဟောင်လိုက ယဉ်ကျိုးသုန်း ရှုံးစွာ ၈၇၀၁ နှစ် ယူဆဲပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အစီမံလန်ဒန်အသင်းကို ချိန်ပို့လိုဂ်အပြင် ကမ္ဘာတိပ်တန်းကတော်သမားတွေရရှိအောင်ဖန်တီးပေးနိုင်ခဲ့တဲ့ အစီမံလန်ဒေဂဇားဟာလူစကိုနိုင်တော့ ပရိသတ်တွေက အမြတ်းဆုံးရန်မှာအမှန်ဖြစ်ပါတယ်။ အခုံတော့ အသင်းအနေနဲ့ပိုင်ရှင်ယောင် တရာ့တွေ့သွေ့ရဲလက်အောက်မှာ ဝေတ်သစ်တစ်ခုတင်တည်ထောင်ရတဲ့ ခေါ်နိုင်လဲလို့ ပြောရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အစီမံလန်ဟာ မကြာခင် ပိုင်ရှင်သစ်နဲ့အတူ ဥရောပဘို့ ပို့မယ့် အင်အား တိုးအသင်းအဖြစ် ပြန်လည်တွေ့မြင်ရတိရှိနေဖြတ်လည်းဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီလိုဖြစ်ပေါ်လာနိုင်တဲ့အကြောင်းတရားတွေကလည်း ရှိနေစတယ်လို့ခဲ့မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ପାତ୍ରମାନ

សំណង់

လက်ရှိအခါးမြန်အသင်း၊ စွဲစွဲမှုအင်အားက ကောင်းလွှားတယ်လို့
ပြောလိုရတယ်၊ မျက်ဘာသင်တွေ့နဲ့ တိုးတက်မှုရဲ့တဲ့ ကာားသမားတွေကလည်း
အများကြီးနှင့်ဘုရားရှင်မှာ၊ ရုံးမှုနဲ့လိုကာဘာယ်လို့ ဆုတ္တာ ဒါလိုပဲ၍
လည်း အခါးမြန်အသင်းကို ယူနှစ်ပါလိုဂင်ခွင့်ရရှိဖြေားတွေ့ကြိုးအတွက် အကောင်း
ဆုံးကြီးသားပေးနေတဲ့သူတွေ့ဖြစ်တယ်။ ဒါနှင့်ရာသီမှာ အခါးမြန်အသင်း
အစေနနဲ့ ဂိုဏ်ပြကောင်းနေဘာကလည်း သူတို့ကြော်လိုလိုရှင်လည်း မှား
ဘူး။ ပြီခဲ့တဲ့ ဆောင်းရာသီကာလမှာ အခါးမြန်အသင်းသာ ခြေချုပ်မှု
တွေ့မဖြစ်ဘူးဆုံးရင် အခုံလောက်ဆိုရင် ချုပ်လိုလိုဂင်ခွင့်နေရာအတွက်
အကောင်းဆုံးပေါ်ပြင်ငောက်လို့ ပြောလေမှု။

ଶ୍ରୀ କମଳାଚାର୍

နှစ်ပေါင်းများစွာကြောအောင် စီးပွဲအောင် ထိပ်ဆုံးပိုင်းကို ဂျုပ်တပ်စ် အသင်းက ပို့မို့ထားတယ်။ ဒါကြောင့် အောက်ခြေကာလ်အသင်းကမှ သူ ရို မယ်ပိုင်္ခားဘူး၊ ရိုးမားနဲ့နာဂါတီတဲ့လည်း ဂျုပ်တပ်စ်လို အင်အား တော်တပ်းများအောင်ကောင်းကောင်းမရှိတာကြောင်း ကျရှုခဲ့ရတယ်။

ହାର୍ମିରାତାଃ ତାପ୍ରିଂବଦୀ ଏପ୍ରିଂବଦୀତ୍ଵାଃରାଫ୍ ମନ୍ତ୍ରଯୁତିର୍ବ୍ରଦ୍ଧି

ပရီမိယာလိုက်လပ် နှစ်ယူအသင့်သည် ကွဲ့လယ်
ကစားသမား အန်ဂတ်ဘရီရှိရာအာ လာမည့်ဘောလို့
ရာသီသစ်မထိုင်စွာ တစ်ပတ်လုပ်ခငွေ ပါဝါ
၁၂၀၀၀၉၌ စာချုပ်သံ ချုပ်ဆိုဘရန် စီစဉ်ယွက
ရှိခြားကြောင်း သတေသနများတွင် ဖော်ပြထားသည်။

ပိုန်ကစားသမား ဟာရီရာ (JG နှစ်)သည်
၂၀၁၄ ခုနှစ် နေ့ရဲသိသျ္တော်ကာလအတွင်းတွင်
ဘီဘာဒီမှ မန်ယူသို့ ပြောင်းရွှေလာသူဖြစ်သည်။
မန်ယူအသင်းမန်နေဂျာအဖြစ် မော်ရင်ညို တာဝန်
မယူဖိုတွင် ဟာရီရာသည် မန်ယူ၏ ပုံမှန်ကစားသွင့်ရရှိရန် ရန်ကန်းခဲ့ရသော်လည်း မော်ရင်ညို လက်
အောက်တွင် ကစားခွင့် ပိုမိုရှိလာခဲ့ကာ ကွင်းလယ်ခံစွဲကစားသမား ပုံမှန်ပါဝင်ခွင့်ရန်ဖြူး အရောပါ
သည့် ဟန်တားများ ပြုလုပ်နေသူဖြစ်သကဲ့သို့ တိကျေသေချာသည့် ဖြတ်တင်မှုများ ဖြင့် အသင်း၏
တိုက်စစ်ကို အပြုပေးနေ ထူလည်းဖြစ်သည်။ ဟာရီရာသည် မန်ယူအသင်းက အိမ်တွင်း၌ ဥယျာဉ်ဆီး
အား နှစ်ဦးရိုးမျိုးဖြင့် အနိုင်ရှိခဲ့သော ပရီမိယာလိုပိုစွဲတွင် မန်ယူအတွက် အစွမ်းဦးအား ရက်ချို့ဖြုံ
သွေးယူနိုင်စေရန် နှစ်ဦးပေါ်နိုင်သကဲ့သို့ ဒုတိယဦးဆောင်ဦးကိုလည်း ကိုယ်တိုင်သွင်းယူပေးနိုင်ခဲ့သူ
ဖြစ်သည်။

မန်ယူအသင်းမန်နေဂျာ မော်ရင်ညိုသည် လာမည့် နေရာသီချေးကွက်ကာလအတွင်းတွင် ကစားသမားသိများ၊ ပေါ်ယူအားဖြည့်ရန် ရည်ရွယ်ထားသော်လည်း ဟာရှိရာသည် မော်ရင်ညို၏ ယုတေသနမှုရှိသည့် လက်မှတ်မန်ယူကစားသမားများအနက်မှ တစ်ဦးဖြစ်လာလိမည်ဖြစ်ခြောင်း သတင်းများတွင် ဆက်လက်ရေးသားထားသည့် ဟာရှိရာနှင့် မန်ယူအသင်းတို့ ချုပ်ဆိုထားသည့် စာချုပ်သက်တမ်းမှာ ၂၀၁၃ခုနှစ်တွင် ကုန်စံးမည်ဖြစ်ပြီး တစ်ဦးသက်တမ်းတို့ခွင့်ပို့ရှိရာဆိုသည်။

နိုင်ငံအသင်းတွင် ယာယာတို့ရေး
ပြန်လည်ပါဝင်လာနိုင်ကြောင်း ကိုလိုတို့ရေး မှတ်ချက်ပြု

မန်စီးတိုးအသင်း ကွင်းလယ်ကဲားသမား ယာယာ
 တို့ရေးသည် နိုင်ငံတကာကတော်သမားဘဝမှ အနား
 ယူထားခြင်းတို့ ပြန်လည်ရပ်သိမ်းကာ လာမည့်
 ၂၀၁၈ ခုနှစ် ဖီဖာဂမ္မားဖလားပြုပွဲတွေ အိုဝင်ဝါရိကို
 လက်ရွေးစဉ်အသင်းအတွက် ပြန်လည်ပါဝင်ကဲား
 နိုင်ကြောင်း ယာယာတို့ရေး၏ အစ်ကိုဖြစ်သူ
 ဆလ်တစ်ပုံစံစိမ့်များကိုလုပ်တို့ရေးက ထုတ်ဖော်
 ပြောဆိုလိုက်သည်။



ခံစွမ်းပါ။ ဂိုလိုတိတိရေးက “ယာယာတိရေး အနေနဲ့ နေသူများအတွက် ပြုပြင်ပွဲတစ်ခုလောက် ထပ်တံကဗားနှင့်စွမ်းရှိနေသေးတယ်လို့ စံစားမိတယ်။ နဲ့ နေသူများတိရေးအနေနဲ့ အိပ်ပရီကိုလိုလက်ချေးစင်အသင်းအတွက် အကျိုးအများကြိုးပြုချင်သူမျို့ ပိုင်ငဲအသင်းမှာ ပြန်လည်ပါဝင်လာဖို့တယ်။ သူဟာ လူငယ်ကဗားသမားတွေအတွက် ကွင်းတွင်း တွင်းပိုင်မှာ တို့အပ်တဲ့ အတွက်အကြံတော်ကို ယူဆောင်ပေးလာနိုင်သူပါ”ဟု ပြောဆိုခဲ့သည်။

ယာယာတိရေးသည် အိပ်ပရီဂိုလ် လူကိုခြေးစံအသင်းနှင့် အစွဲ ၂၀၁၅ ခုနှစ် အောက်ပါကိုင်ငံများဖော်သူ ခုနှစ်ပို့ယေဆို ရုပ္ပါနိုင်ခဲ့ကာ အာဖိုကတော်နှင့်တာအကောင်းဆုံးကားသမားခုအားလေးကြိမ် BBC အာဖိုက တစ်နှစ်တာအကောင်းဆုံးကားသမားခုအားနှင့်ကြိမ်အပြင် တစ်ဦးချင်းဆုံးစွာရှုရှုခဲ့သူ၏ပြစ်သည်။ ခံစစ်မှုး၊ ပို့လိုပို့ရေးသည်လည်း ၂၀၂၀ ပြည့်နှစ်မှ ၂၀၁၅ ခုနှစ်အထိ အိပ်ပရီဂိုလ်အသင်းတွင် ပါဝင်ကားခဲ့သူ၏ပြစ်သည်။

ချုပ်ပိုယ်လိုဂြိုင်ပွဲတွင် အက်သလက်တိကိုအသင်း ပိုလစ္စနိုင်သည်ဟု
လက်စတာမန်နေရာ ပြောဆို



ချိန်ပိုင်လိုက် ကွာဘာသံမိန့်နှင့် ဒုတိယအကျော့ပွဲအဖြီးတွင် မန်နေဂျာရှိတစ်ပါးယောက “အက်သလက်တိုက်အသင်းဟာ ဖြေးခဲ့တဲ့ ဘေးလုံးရာသီသုံးရာသီအတွက် ချိန်ပိုင်လိုက်ပြင်ပွဲနဲ့ပိုင်လွှာကို နှစ်မြိမ်တောက်ရောက်နိုင်ခဲ့တဲ့အသင်းဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အက်သလက်တိုက်နဲ့ ဆုတ္တရမှုမှာ ဘယ်လိုနိုင်ခဲ့မှာတွေ ပြုတွေရေးမလဲဆိုတာကို ပြုတွေရေးဆေားပြီးသားပါ။ အက်သလက်တိုက်အသင်းအနေနဲ့ ပြီးခဲ့တဲ့ နှစ်အနေနှင့်ယင်အတွင်း ချိန်ပိုင်လိုက်ပြင်ပွဲမှာ ကံမပောင်းမှုတွေနဲ့ ပြုတွေခဲ့ရတယ်လို ထင်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အက်သလက်တိုက်အသင်းအနေနဲ့ ပြိုင်ဘက်ကို အနိုင်ယယူနိုင်စာရာအပေါ်ရောင်း မရပါဘူး။ ချိန်ပိုင်လိုက်ပြင်ပွဲကနဲ့ ထွက်ခဲရလို စိတ်ပျက်မိတယ်”ဟု ပြောပို့ခဲ့သည်။ ယခုနှစ် ချိန်ပိုင်လိုက်ပြင်ပွဲ၏ သီးမြိုင်နှင့်အဆင့်ပထမအကျော့ပွဲစဉ်များကို မေ ရရှိ၍ ရရှိများတွင်လည်းကောင်း၊ ဒုတိယအကျော့ပွဲစဉ်များကို မေ ရရှိ၍ ၁၀ ရရှိများတွင်လည်းကောင်း ယူဝါပြိုင်ကားသားမည်ဖြစ်သည်။

နှစ်ပေါင်းများစွာကြေအောင် စီးရိုးအောက် စိုးမိုးထားတဲ့ ဂျူဗုံးတပ်မြတ်စွာ အခြေအနေများ
အော်မီလန်က ပြောင်းလဲမှုတွေလုပ်ပေးနိုင်တော့မယ် အခြေအနေများ
ရှိနေပြီလည်းဖြစ်တယ်။ ပြီးခဲ့တဲ့နှစ်တွေတုန်းကတော့ အော်မီလန်ဟာ
ဂျူဗုံးတပ်မြတ်စွာ အသင်းကို ယျော်နိုင်လောက်တဲ့ အင်အားမရှိခဲ့တော့ အမျန်
လိုပြောရမယ်။ အခြေအနေတွေက ပြောင်းလဲသွားပြီ။ ဒုက္ခ၊
အင်အားဟာ အော်မီလန်ကို လာမယ့်နှစ်ပိုင်းအတွင်း စီးရိုးအဆုံးလားကို
ခြိမ်းခြားကိုနိုင်တဲ့အသင်းအဖြစ် တွေ့မြင်လာရဖို့ရှိနိုင်တယ်။

ပြည်သူနှင့်အတူ ထာဝရြှိမ်းချမ်းရေးရယူမည့် မြန်မာသဏ္ဌာန် ၁၃၇၉ ခုနှစ်

အောင်းပါး - တက္ကသိုလ်ပွင့်သူအောင်

မြန်မာသုတေသန ၁၃၈၈ ခုနှစ် မြန်မာရိုးရဲ့ မဟာသုတေသနပြတ်တော်ကြီးသည် ထူးခြားစွာဖြင့် စီးပွားရေးအားပြတ်ထုတ်သော သတ္တုန်ဆုံးအဖြစ် အပျော်ပြည့်လှု စိတ်အေးချမ်းသာစွာ ပါဝင်ဆင်နဲ့ပျော်ဆွဲခဲ့သည့် သတ္တုန်ဆုံးအဖြစ် ၁၀၀၈၈ကူးပြောင်းလဲခြင်း ပြုလုပ်ခဲ့ခြင်းသည်။ ထိအောက် ပုဂ္ဂိုလ်လုပ်များ၊ ရုက္ခနားလုပ်ရှိနှင့် ပါဝင်ဆင်နဲ့သော လမ်းကျော်သတ္တုန်ဆုံးလည်း ယနှစ်တွင်တင်ပေါ်သော အလျှော့ဒြှောက်သည့် ကုသိတ်ရှင်များကိုထိတိုင် စိတ်ချမ်းမြှော့ ပါဝင်နိုင်ခဲ့ပြုလည်း ဖြစ်သည် မြန်မာတို့၏ ပြုလုပ်များမှာ စွာတွင် တစ်ခုအပါအဝင်ဖြစ်နေသော မြန်မာရိုးရဲ့ မဟာသုတေသနပြတ်တော်ကြီးသည် ယနှစ်တွင် ကျက်သရေးစွာဖြင့် မြန်မာယဉ်ကျေးမှုအမွှေအစ်ကို ထိန်းသိမ်းနိုင်ခဲ့ဖြစ်သည်။

ମର୍ଗଲାବାଳ୍ଯାନ୍ତିରୀଃତୁଙ୍କ ତଳୀଃଆପିତାଂଦିତ୍ରିଷେ ପ୍ରକ୍ଷଣ୍ମଧିଃରା ଯହିନ୍ଦ୍ରିୟରେ
କ୍ରିୟାତୁଙ୍କ ପିଂଦିଷରିଷ୍ଟେଶ୍ଵରୀଃଯାତ୍ର ପ୍ରତ୍ୟେଷାଃଦ୍ୱାରିଗ ରୂପିହିନ୍ଦ୍ରିୟରୀଃପ୍ରତ୍ରିଷ୍ଟ ଆତ୍ମପିଂଦ
ଭାବିତ ପ୍ରକ୍ଷଣ୍ମଧାତ୍ମାର୍ଥ ବୁଦ୍ଧିରୀଃକୁ ଗୁରୁଭ୍ରଦିଃଭୋଷେନ୍ଦ୍ରିୟାତ୍ମା ଯହିନ୍ଦ୍ରିୟରେତେବେଳେକ୍ରିୟା
ତୁଙ୍କ ପ୍ରତ୍ୟେଷାଃ ଆତ୍ମପିଂଦିଷରିଷ୍ଟେଶ୍ଵରୀଃଯାତ୍ର ଲୁଦାଅନ୍ତିରାତ୍ମରିଷେନ୍ଦ୍ରିୟରୀଃ
ଏଣ୍ଠିରାତ୍ମରିଷେନ୍ଦ୍ରିୟରୀଃଯାତ୍ର ପ୍ରତ୍ୟେଷାଃରେଣେନ୍ଦ୍ରିୟରୀଃଯାତ୍ର ଆରେବ୍ରିଃକୁହାତ୍ମାକାନ୍ତିରିଷେନ୍ଦ୍ରିୟରୀଃଯାତ୍ର
ତ୍ରୈଭାବେନ୍ଦ୍ରିୟରୀଃଯାତ୍ର ପ୍ରତ୍ୟେଷାଃରେଣେନ୍ଦ୍ରିୟରୀଃଯାତ୍ର ପ୍ରତ୍ୟେଷାଃରେଣେନ୍ଦ୍ରିୟରୀଃଯାତ୍ର

ჭິດືດຕະເທົ່າອາທິບຸນດັບລໍສະໝັກ ດັບຕີ້ງໆດ້ວຍກາລຸ່ມ໌ ຊະຖິ່ນທີ່ຈິດືດຕະເທົ່າອາຫຼຸກ
ລູ່ມູ່ທີ່ຫຼັງຈາກມີຄວາມສຳເນົາ ດັບຕີ້ງໆມາວະເຜື່ອເວົ້າ ໂປິ່ງເວົ້າໃຈ່ຮ່າງ ສຶບ່ງແລ້ວ
ທີ່ມີຄວາມສຳເນົາ ທີ່ມີຄວາມສຳເນົາ ທີ່ມີຄວາມສຳເນົາ ທີ່ມີຄວາມສຳເນົາ
(Peace Prosperity Democracy-PPD) ບັນລຸການ ອະນາໄມ ອະນາໄມ ອະນາໄມ

တစ်ဆက်တည်းမှာပင် ဖြို့ခြားပြုစဉ်၏ ပိုင်ဆောင်ရွက်နေသူ အသီးသီးနှင့် တွေ့ဖြုံးခြင်း၊ အပြန်အလုန်အေးနေးခွဲးခြင်း၊ အကြံပြုချက်များ၊ ရုပ္ပါယ်၊ စသည်တို့ကို နိုင်ငံတော်အောင်ပို့ပို့ပြုက ဆောင်ရွက်ပြီးနောက ပန်တိုင်းများပါ၍ သည့် ပြုမ်းများ၊ ပြုမ်းရေး၊ စီးပွားရေးပွဲမြို့တော် သာယာဝပြောဂေါ်နှင့် ဒီမိုက်ဂေါ်စီစာနှစ် ရှင်သန့်စိမာရေး (Peace Prosperity Democracy- PPD) အတွက် အင်တီ ကျေးရှင်များ ပြင်ဆင်ခင်းကျင်ခြင်း၏ ကန်းမြို့ဆောင်ရွက်ချက်အဖြစ် အချို့သား ပြန်လည်သုတေသနပြတ်ရေးနှင့် ပြင်ဆောင်ချမှတ်ရေးပုဟိုင္ဆာန (National Reconciliation and Peace Center- NRPC) ကိုလည်း နိုင်တော်၏ အတိုင်းပို့ပို့မှ ၂၀၁၆ ခုနှစ် လှုပ်ငလ် ၁၁ ရက်နောက စတင်ဖွဲ့စည်းတည်ထောင်ခဲ့သည်။

ထိုက္ခာသိ NRPC မှ အဆင့်အမြန် အပျော်သာ ပြန်လည်သိရှိခြင်း၊ နှင့် ပြည်တော်စွဲ မြှင့်ချမ်းရေး ပြစ်စီးကြီး တစ်ခုလုံးကို စောင် ခြေလျမ်းလုံး လုပ်ကြခြင်းပါ၏ဖြစ်သည်။ ထိုအပြင် RPC ဖွဲ့ညှုရာတွင် ပြည်တွင်းပြီးချမ်းရေးသာမ်က ပြန်လည်သိရှိခြင်း၊ မြှင့်ချမ်းရေး ကိစ္စရုပ်ယူနှိပ်ပုံး ထုတေသနပုံး ထုတေသနပုံးအပ်စုံဘာသေဆာင်ရွက်ရှုသည်။ ထိုနေဂက် RPC ဖွဲ့ညှုရာတွင်လည်း နေပြည်တော်၌ RPC ရုံးချုပ်ကိုလည်းကောင်း၊ ရန်ကုန်မြိုက် ယင် Myanmar Peace Center ရုံးဟောင်းကို RPC ရန်ကုန်ရုံးခွဲအဖြစ် လည်းကောင်း အသို့သိုးထားရှိသည်။

၂၀၁၉ ခုနှစ် အင်နိုဝင်ဘာ ၁ ရက်က နေပြည်တော် ဝဏ္ဏသီရိရပ်ကွဲရှိ အမျိုးသား ပြန်လည်သင့်မြတ်ရေးနင့် ပြိုးချမ်းရေးပါဌဗြာ့နာန် NRPC ဖွင့်ပွဲအခါးမှုအနာဂုံး နိုင်ငံတော်၏ အတိုင်ပေါ်ပုဂ္ဂိုလ်က ပို့ဆောင်ရွက်ကြေားရာတွေ “ယခု ပြိုးချမ်းရေး ဖြစ်စဉ်နှင့်ပတ်သက်ရှိပြီး အရေးအကြောင်းအများ ယုံကြည်မှုတည်ဆောက်ရန်နင့် ယင်း၏ အခြေခံမှုမှ ဖြော်ပွဲမတ်ခြင်းဖြစ်ပါကြောင်း၊ ပြိုးချမ်းရေးသံလွှင့်ပေါ်လေးကို ရှုမှုသုန်း စေခွင့်လျှင် အရေးကြိုးသည်မှု မိမိထိုအခြင်းချင်းအကြေား မှန်မှန်ကန်ကန် ဖြော်နိုင် ဖြော်ပွဲမတ်မှုမှ ပွုံးပွဲလုပ်ငန်းလုပ်ငန်း၊ ပြုပြုစွဲစဉ် ဆက်လက်နိုင်နိုင်လိုပါကြောင်း၊ ကိုယ်လိုချင်တာရရှိလျှင့်လည်း လိုချင်တာရည်ဟု ပြော်ရပါကြောင်း၊ လူပြုစွဲသည့်အတွက် လိုချင်တာရရှိပါကြောင်း၊ မိမိထိုဆွဲချင်းပေါ်လှုပြုပြီးချမ်းရေးမှား ပျက်ပြားခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါကြောင်း၊ ကိုယ်လိုချင်တာရှိနှင့် သူလိုချင်တာ မတူဘဲဖြင့် သိမ်ဟုတ် သူလိုချင်တာ ကိုယ်လိုချင်တာရှိနှင့် လုသံဖြင့် သုတေသနရေး ပြီးချမ်းရေး ပျက်ပြားခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါကြောင်း” သည်မြင် ထုထည်သွေးပြောကြားခဲ့သည်။

အထူးသြွှင်းမြန်မာသက္ကရာဇ် ၁၇၈၂ ခုနှစ်သည် ထားဝယ်ပြိုးချေးပေါ်ကို ရရှိ
မည့်နှစ်ဟု ဆိုချင်သည်၊ ၂၀၁၀ ခုနှစ် ထြော်လုပ်ရာ ရရှိမှ စက်တင်ဘာ ၃ ရရှိအထိ
နေပြည်တော်ရှိ မြန်မာအပြည်ပြည်ဆိုင်ရာကွန်ပင်းပေါင်းပါဟိုဌာန-၂၂၂၂ ကျင်းပ
ခဲ့သော ပြည်ထောင်စုပြိုးချေးပေါ်လုပ်ခ (၂၁)ရာဂုဏ်ပိုင်လုပ်မအတွင်းအပေါ်၏

အစိုးရ တပ်မတော် ဉွှေတ်တော်၏ နိုင်ငံရေးပါတီများနှင့်အတူ တော်နိုင်ငံလုံး ပစ်ခတ် တိုက်ဖိုက်မှုရပ်စံရေး သဘောတူစာသျုပ် (Nationwide Ceasefire Agreement-NCA) လက်မှတ်ရေးထို့ပြီးသော တိုင်းရှင်းသား လက်နှက်ဂိုင်အဖွဲ့ အဆည်းများနှင့် NCA လက်မှတ်ရေးထို့ပြီးမှုမြေသားသော တိုင်းရှင်းသား လက်နှက် ကိုင်အဖွဲ့အစည်းများ ပူးကွေကျင်းပိုင်ခဲ့ခြင်းက ထာဝပြောမြိမ်းချမှတ်ရေးရရှိ နဲ့ ပေါင် ၁၉ ခြင်းပင်ဖြစ်သည်၊ တော်နှုံးပို့ရပါလျှင် NRPC ဥက္ကဋ္ဌ နိုင်ငံတော်နှုံးအတိုင်ပင်ခံ ပုဂ္ဂိုလ် ဦးဆောင်သည့် မြိုင်ခွဲမီးမားလုပ်ငန်းစဉ်တို့ ပါဝင်သင့် ပါဝင်ထိုက်သူ အားလုံး ပူးတဲ့ဆောင်ရွက်ခြေခံသော အောင်မြှမ်းမားခြင်းလုံး ဖြစ်ခဲ့သည်။

ထိအပ်၍ ၂၀၁၇ ခုနှစ် နေ့နံပါရီ ၁ ရက်က နေပြည်တော်ရှိ ဖြန်မာ အပြည့်ဖြည့်
ဆိုင်ရာကွန်ပင်းရှင်း၊ ပဟိုဌာန-၂ တွင် ကျင်းမာခဲ့သော နိုင်ငံတော်၏အတိုင်ပင်၏
ပုဂ္ဂိုလ်နှင့် လူလုပ်များစကားရိုင်း (ပြိုးချမ်းရေးစကားရိုင်း)၏ နိုင်ငံတော်၏
အတိုင်ပင်ပုံပို့လိုက မိန့်ခိုးပြောကြားခဲ့ရာတွဲ “အမှုနှင့်ပြောရလျှင် မိအာနေပြို့
ယခုထက်ပေါ်သလုပ် ကလေးများနှင့် ဈေးနေးချမ်းချုပ်ပါ်ကြောင်း၊ ပထမဗီးဆုံး ကလေး
များနှင့်ဆိုလျှင် သိပ်အဆင်ပြုများဆိုပြီး လူလုပ်များနှင့်ခြင်း ဖြစ်ပါကြောင်း၊
အောင်တစ်ချိန်တွင် ကလေးများနှင့် ဈေးနေးများလည်း လုပ်ချုပ်ပါ်ကြောင်း၊ မီးပွားရေး၊
သမားများနှင့် ဈေးနေးမှုများလည်း လုပ်ချုပ်ပါ်ကြောင်း၊ ဒါမီးပွားရေးသမားများ၏
နိုင်ငံရေး၊ ပြိုးချမ်းရေးအတော် အပြိုင်ကို သိနိုင်မည်ဖြစ်ပါကြောင်း၊ ဘယ်လို စီးပွားရေး၊
သမားများက ဂိုင်းဝန်းဦး ပြိုးချမ်းရေးအတွက် ကုသိနိုင်မလုပ်ခိုးသည်ကို ဈေးနေး
နိုင်မည်ဖြစ်ပါကြောင်း၊ ဒီလို ဈေးနေးပွဲများ လုပ်ခြင်းအားဖြင့် နိုင်ငံသိနိုင်ငံသား၊
အာလုံသည် ပြိုးချမ်းစေးပြုမှု ထို့ကြောင်း၊ အခေါ်တွင် နိုင်ငံရေးအား အင်မတန်အေးကြီး
သည့် ကော်မားဘုရားအားအေးအိန္ဒိယာစိုးမှာ ဦးစိန်းမှု ဖြုပ်ပါကြောင်း၊ ပြိုးချမ်းရေး၊
ဖြစ်ခြင်း ဆိုသည်မှာ တစ်နိုင်ငံလုပ်မှုပိုင်ဆိုင်မှု ဖြုပ်မည်ဖြစ်ပါကြောင်း၊ မိမိတို့အားလုံး
ပိုင်ဆိုင်ရန် မိမိတို့တွင် တာဝန်ရှိပါကြောင်း” သည်ဖြင့် ထည့်သွင်းရှာကြားခဲ့
သည်။

၏ စီစဉ်မှုဖြင့် ၂၀၁၇ ခုနှစ် နောက်နိုဝင်ဘာ ၈ ရက်က ရန်ကုန်မြို့စီစဉ်လမ်းရှိ Green Hill ဟိုတယ်၍ ကျေးပါပြုလုပ်ခဲ့သည်။ ယင်းမြို့ခွမ်းရေးရှိစိုက်၏ UPDJC အတွက် ရေးရှိမှုး ဦးလှမောင်ရွှေ ပြီးချို့ခြင်းပေါ်မြို့တယ်။ အကြိုးမားသုတေသနမှုက ယုံကြည်မှုတည်ဆောက်တဲ့ နေရာပါပဲ။ ၂၀၁၇ မှာ တရာ်လာတဲ့ အနိုင်ရော ပြီးချို့ခြင်း နိုင်းရေးဆွဲနေ့မှတွေ လေပတ္တယ်။ ဒါပေမယ့် အဓအသူနှင့်အထိ ယုံကြည်မှုတည်ဆောက်ခြင်းက အကြိုးမားဆုံး စိန်ချို့မှုအနေဖြင့် ရှိနေပါသေးတယ်။ ပြည်သူကရွေးကောက်တဲ့ အနိုင်ရာတစ်တစ်ရုပ် တွက်ပေါ်လာခဲ့ပါပြီ။ ယုံကြည်မှုတည်ဆောက်ခြင်းသာ ဒီထက်ပိုရဲလာမယ်ဆုံး ပြသာတွေ လျှော့ချိုင်ပါပြီ။ ဟု ဆွဲနေ့ ခဲ့သည်။

အထူးသြဖြင့် နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံ၏ ဗြို့ပြုးတိုးတက်မှုလည် ယင်းနိုင်ငံ၏ တည်ပြုမှု
အေးချမ်းမှုပြင်းအတူ တိုင်းရင်းသား ပြည်သူ့ပြည်သားအားလုံး၏ စဉ်းလုံးညီညွတ်မှု
အင်အား ဂို့အကြော်လျက်ရှိသည်။ ၁၉၇၄ ခုနှစ် ဖေဖော်ဝါရီပါး ၁၂ ရက်က ပင်လုံးခြေ
တွင် ချမ်းဆုံးသည့် ပင်လုံးအားချမ်းသည် တိုင်းရင်းသားအားလုံး စဉ်းလုံးညီညွတ်မှုရှိ
ကြောင်း ဖော်ညွှန်းပြန်နေခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် နိုင်ငံတော်အာတိုင်းပင် ခံ
ပုဂ္ဂိုလ်က ၂၀၁၇ ခုနှစ် မတော် ၃၀ ရက်က နိုင်ငံတော်အိုးရတာ့ဝန်ယူမှု တာနှစ်ပြည့်
အထိမ်းအမှတ် မိန့်ခိုင်းပြောကြား ခဲ့ရတွေ ၂၅၂၆၆၈ စုစုမှု စဉ်းစားပါတယ်။
ဘယ်လိုအောင်ပုံပြန် ဆက်သွားရင် ကောင်းမလဲဆိုတယ်။ တို့တို့တို့တို့နဲ့
အမြိုက်ပေါ်လွှာတော် 'ပြည်သူနဲ့ အတူ' လို ကျွန်းမတို့ဆက်ပြီးတော့ ဒီခိုးလုံးကို
ပြည်သူနဲ့အတူ လျော်သွားချင်ပါတယ်။ ဒီလို ပြည်သူနဲ့အတူ လျော်သွားချင်တဲ့
အခါမှာ အခါခေတ်ပေါ်နော် နိုင်ငံတော်မှာ သုံးနှုန်းနေတဲ့ ပါဟာရရလေးတစ်ခုပါ။
အဲဒါဟာ နိုင်ငံရဲ ပိုင်ဆိုင်မှုပါ။ ပြောချင်တော်က နိုင်ငံတိုင်း နိုင်ငံတိုင်းဟာ ကိုပို့ရှိရှိစွာ
တွေ၊ ကိုပို့ရှိပြဿနာတွေ၊ ကိုပို့ရှိတိုးတက်မှုအတွက်ကို ကိုပို့သာသာကို တာဝန်
ယူနိုင်ခွင့်ရှိရှုမယ်၊ လုပ်ပိုင်ခွင့်ရှိရှုမယ်၊ ပိုင်ဆိုင်မှုပါ။ ဒါပေမယနဲ့ ပိုင်ဆိုင်မှုပါတယ်။
ကလည်း တစ်ခိုင်တော်မှာပဲ တာဝန်ယူမလဲလည်း ပြောလို ရှိရှိပါတယ်။ ကျွန်းမတိုင်ငံရဲ
ကိုစွာတွေအတွက်ကို ပြည်သူနဲ့အတူတဲ့ တာဝန်ယူမယ်။ ပြည်သူနဲ့အတူတဲ့ ကျွန်းမတိုင်

“နိုင်ငံတိုင်း၊ နိုင်ငံတိုင်းဟာ ကိုယ့်ရဲကိစ္စတွေ ကိုယ့်ရဲ ပြသေနာတွေ၊ ကိုယ့်ရဲတိုးတက်မှုအတွက်ကိုယ့်ဘသာကို တာဝန်ယူနိုင်ခွင့်ရှုရမယ်။ လုပ်ပိုင်ခွင့်ရှုရမယ်။ ပိုင်ဆိုင်မှုပေါ့။ ဒါပေမယ ပိုင်ဆိုင်မှုဆိုတာ ကလည်း တစ်ချိန်တည်းမှာပဲ တာဝန်ယူမှုလို့လည်း ပြောလို့ရပါတယ်။ ကျွန်ုမတို့နှင့်ရဲ့ကိစ္စတွေအတွက်ကို ပြည်သူနဲ့အတူတူ တာဝန်ယူမယ်။ ပြည်သူနဲ့အတူတူ ကျွန်ုမတို့ဒီတာဝန်တွေကို ထမ်းဆောင်မယ်။ ကျွန်ုမတို့ အနေနဲ့ ဒီတာဝန်တွေကို ကျေပွန်ဖို့အတွက် ပြည်သူရဲအားကို ကျွန်ုမတို့ ယူသလို ကျွန်ုမတို့ရဲ့ စွမ်းအားတွေ အားလုံးကိုလည်း ပြည်သူတွေအတွက် ကျွန်ုမတို့ သုံးပါမယ်ဆိုတဲ့ စိတ်ဓတ်နဲ့ ပြည်သူနဲ့အတူ ကျွန်ုမတို့ နာက်နှစ်ကို ချို့တက်သွားချင်ပါတယ်။ အဲဒီလုံးချို့တက်သွားတဲ့အခါ ကျွန်ုမတို့ ပြည်သူပြည်သားအားလုံး ပြည်ထောင်စု နိုင်ငံသူနှင့်သားများအားလုံးဟာ ဂိုင်းဝန်းပြီးတော့ ပုံပိုးကူညီကြလိမ့်မယ်လို့ ကျွန်ုမတို့ မျော်လင့်ပါတယ်”

ထိန်ကြား၏ ဖြစ်မှုများအတွက် အခြေခံဆုံးသော ပြည်သူ့အေးလုံးနှင့်သက်ဆိုင်ရွေးကြော်များ ဖြစ်ပါသည်။ ထိန်မှာ ပြည်သူ့ ပြည်သူ့ သားတို့ အန္တာတေသားများ ပါဝင်နိုင်ရေးပိုင်ဖြစ်သည်။ ယခုနှစ် အတွက် ကျော်ပြုလုပ်နှင့် သော အမျိုးသားအဆင့် နိုင်ရေးရေးနေ့ပွဲများကို အောင်ဖြစ်စွာ ပြယ်လိန့်သူများကြော် ယင်းရေးနေ့ပွဲများ၏ ပြည်သူတို့ ပါဝင်လာခဲ့ ကြသည်။ အထူးသေးဖြင့် အကျင့်ဘက်လုပ်မှုများအစဉ် များအား CSO Forum အဖြစ် သီးခြားဆောင်ရွက်စေကာ ယင်းစိရိမ်မှ တစ်ပြေလာသည့် အဆိုပြုချက်များကို ဖြစ်မှုများရေးပုဂ္ဂန်လုပ်တွင် ထည့်သွင်းချဉ်းဆေားသုတေသနနှင့် ဆောင်ရွက်ခဲ့ရာတွင် ပြည်ထောင်စု ပြို့စုံချမှတ်ရေးရေးနေ့ပွဲမှ ပူးတွဲကော်မတီ(Union Peace Dialogue Joint Committee-UPDJC) လည်း အရေးကြီးသော အခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်လာခဲ့သည်။

နိုင်တဲ့စုအဲဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဌား၏အစိတ်ကျသောအင်အားမျှ ပြည်သူ့အင်အား
ပစ်ခြစ်သည်။ ထာဝရပြိုမ်းရေးရုံးတို့ ရယ်ရာတွင်လည်းကောင်း၊ တည်ဆောက်ရာ
တွင်လည်းကောင်း ပြည်သူသည် အစိတ်ကျနေရာ၏ ပါဝင်လျက်ရှိသည်။ ယုအခါ
နိုင်တော်ဒါအတိုင်ပင်ခံရှိလျက်နှင့် သိမ်ဟူသိနိုင်တော်အစီရင်နှင့် ပြည်သူ့သိသည်
တစ်သားတည်း ဖြစ်နေပြီဖြစ်၍ ထာဝရပြိုမ်းရေးကို ရယ်ရှိနိုင်ရန် အလုပ်မှမင်း
တော့ပေးပေး။ ထိုကြောင့် မြန်မာသူတူရာ၏ ဘဂ္ဂ၏ ခန့်သိသည် ပြည်သူ့နှင့်အော် ထာဝရ
ပြိုမ်းရေး ရယ်မှုများနှင့်ပို့ယူ ဂုဏ်ပြုရေးသားလိုက်ရပါယော်။ ။

ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုး ကျေးရှာစာကြည့်တိုက် အဆောက်အအံသမ်ဖင်လစ်

မိုးကောင်း ၅၇၀

ကချမ်ပြည်နယ် မိုးကောင်းဖြန့်ဖွဲ့ထဲ တိုးရေပါဝါကျေးခွာတွင်
မြန်မာနိုင်ငံ စာကြည်တိုက်ဖော်ဒေးရှင်းပါ ထောက်ပုံငွေ့နှင့်
ဒေသခံပြည်သူများ၏ ထည်ဝှက်ငွေ့တို့ဖြင့် ဆောက်လုပ်ခဲ့သည့်
ခုံကြယ် ကိုယ့်အား လိုက်နိုး ကျေးခွာစာကြည်တိုက် စွဲငွေ့ပုံကို
ဖြောက်ခဲ့ ပေါ်လေ့ရှိခဲ့ ပေါ်လေ့ရှိခဲ့ ပေါ်လေ့ရှိခဲ့ ပေါ်လေ့ရှိခဲ့

စာကြည့်တိုက်ဖွဲ့တွေ့ပြည်နယ်လျှော်တော်ကိုယ်စားလှယ်
ဒေါ်ခြေသွေးစံ ပြန်ကြားရေးနှင့် ပြည်သူသက်ခံရေးပြီးဌာနမှုး၊
ဦးလိန်းမာန်နှင့် မြို့နယ် အထွေထွေအပ်ချုပ်ရေးဦးဌာနမှ
ဒုတိယေးဦးဌာန်၊ ဦးဝေဖြေးကျော်တို့ တက်ရောက် အမှုးစကား
ပြောကြားပြီး စာကြည့်တိုက်ကို ဖွင့်လှစ်ပေါ်ခဲ့သည်။

အခါးပါ စာကြည့်တိုက် အဆောက်အအုံသည် အလျှော့
ပေ အနဲ့ ၁ ပေ အမြင့် ၁၂ လေရှိ သုပ္ပါးအတ်ကာ တစ်ထပ်
အဆောက်အအုံဖြစ်ပါ မြင်မာနိုင် စာကြည့်တိုက်ဖောင်ဒေးရှင်း
ထောက်ပွဲ ဂျပ်နီသိန္ဒာနှင့် ကျေးဇူးနေပြည့်သူများ ထွေးထွင်
ပွဲ ကျုပ် ၁။ သိန်းကျော်တို့ဖြင့် တည်ဆောက်ခဲ့ကြောင်း၊
ပုံကြယ်သည် လမ်းပျောက်သူများအား လမ်းမှုနိုင်ကြပြေဆောင်ရည်
လေကျော်တို့တွင် စာပေါ်ဖြင့် လမ်းမှုနိုင်ကြပိုင်ရန်
ပြည်ရှုကြောစာကြည့်တိုက်ဘို့ ပုံကြယ်ဟု အမည်ပေးခြင်းဖြစ်
ကြောင်း ကျေးဇူးစာကြည့်တိုက်ကော်မတီဥက္ကဋ္ဌက ပြောကြေား
သည်။

(နိုင် (ကောင်ပြော)



မုံရှုမြို့ ချမ်းသကြီးဘုရားဂေါပကအဖွဲ့၏ (၃၂)ကြံ့မြို့မြောက် စိုးတဒါန နွားကေးမဲ့ပဲတော်

ဆောင်းပါး မျိုးဝင်းထွန်း(မြဲရှာ)

နွားတိသည် လူသားများသားသုံးရန် ဆန်စဝါး
စိုက်ပျိုးရာတွင် တောင်သူလယ်သမားများနှင့်
အား နေ့ချိန္တမရောင် အားသွေနှစ်စိုက် ဂုဏ်ကနဲ့
လုပ်ကိုပေးကြည်သည် လူတို့၏ကျော်ရှင် ပို့ပွား
ဖောက်မှားဖြစ်သည်။ လူတို့သည် နွားများ ခြန်အား
ရှိစဉ်တွင် နည်းပါးမှာ စေခိုင်ပြီး အားနည်းလာသည်။
အခါ အသားရောင်းသွားထံ့မှ ကျော်ဘဏ်ထို့
မင့်ကွက်ဘဲ သနားညာတာမှုက်ငွေ့စွာ ရောင်းစား
နေ့ကြသူများလည်း ရှိကြသည်။ နွားများအနေ
ဖြင့် သေဘေးရို့သို့သို့ ကြောက်ချိတ်သော
သတ္တုမြို့များဖြစ်သည်ကို သိတ်မှုသော ပထမ
လယ်တို့ဆရာတ်ကြီးက နွားမေတ္တာစားနှင့်
ဂါးကမားလိုက် အောက်တွင် အောက်တွင် အောက်တွင်
ဂါးကမားလိုက် အောက်တွင် အောက်တွင် အောက်တွင်
ဂါးကမားလိုက် အောက်တွင် အောက်တွင် အောက်တွင်

ထိုသို့ အမဲသာမစားရေးတာရားတော်ကို
လယ်တီခါဆရာတော်ကြီး၏တာညွှန်ပျော်များက ယဉ်ကျဉ်း
သက်ဝင်စွာ လက်ဆင့်ကဗ်းသယ်ဆောင်လာ
ကြရ ထိုအထဲတွင် မုဒ္ဓမြို့ချမ်းသာကြီးဘုရား
ဂေါ်ပက်အထွေးများလည်း အပါအဝင်ဖြစ်သည်။
၁၃၄၅ ခုနှစ် နှစ်ဆန်း ၁ ရက်မှစ၍ မုဒ္ဓမြို့
ချမ်းသာကြီးဘုရား ဂေါ်ပက်အထွေးများက နှစ်ဆုံး
သတ်မှတ်နွေးများ၏အသက်ကို ကာကွယ်ပေး
သည့်အနေဖြင့် မိတ်တော်ကို မူပွဲတော်ကြီး
ကို ကျင်းပလာသည့်မှာ ယခုနှစ်တွင် ၃၂ နှစ်
ပြုလိုဖြစ်သည်။

ଯାଏନ୍ତି ୧ୟ (୧୨) କ୍ରିତିରେ ପ୍ରାଗି ଦିରିତାକୁ
ଶ୍ଵରାଃ ଗୋଃ ପ୍ରାପ୍ତ ତେବ୍ର ଅତ୍ୟତ୍ତ ଅଲ୍ୟାର୍ଥିଣ ମୃଖୀଣ
ଅଲ୍ୟାର୍ଥିଣ ଫୁଳିଙ୍କିଷିତ ପରିମାଣରେ ଫୁଲିଙ୍କିଷିତ ମନ୍ତ୍ରାଙ୍କିତ
ଶ୍ଵରାଃ ୧୦ ଗୋପିନ୍ତି ଶୁଣି ଯାହାରେ ପିଲିବିଗାନ ଅତ୍ୟତ୍ତ
ଦିନ ଯୁଗାବ୍ୟାତରିତ ଫୁଲିଙ୍କିଷିତ ଲାଲ ଅକାଶ ଫୁଲିଙ୍କିଷିତ
ଅଲ୍ୟାର୍ଥିଣ ମୃଖୀଣ ଗା ତାନ୍ତିଗୋପି ଫୁଲିଗୋପି ଯାଃ
ଗୋପିତାଲେ ଲାଲ ରାଜାର ଲାଲ ପିଲିକିଷିତ ଯାହାରେ
ଶ୍ଵରାଃ ୧୨ ଗୋପିନ୍ତିରେ ପିଲାଇବା କ୍ରିତିରେ ଦ୍ୱାରା ପିଲିବିଦିନ ଶ୍ଵରାଃ
୧୩ ଗୋପିନ୍ତିରେ ଅଲାହାର କିମ୍ବା ଗାନ୍ଧାର ଫୁଲିଙ୍କିଷିତ ଯାହାରେ
ଅଲାହାର ପିଲିଗାନ ଅବରିତ ରାତିରେ ଶ୍ଵରାଃ ୧୪ ଗୋପିନ୍ତି ଦିନ
ମନ୍ତ୍ରାଲେ ଶୁଣି ଓ ବେଳିଗିରେ ଯାହାରେ ପିଲିଗାନ ଅବରିତ



အေပ်ကွန်းကျေးမှုရာရိ အင်ကြတ်ဖြင့် ငွေတောင်ကုန်း
ဘန်းတော်ကြီးကျောင်းဘေးခြိမ်ထို့ ဂေါက်
အဖွဲ့အနေဖြင့် ပို့ဆောင်ဘေးမဲ့ပေးကမည်ဖြစ်
သည်။

(၃၂)နှစ်ပဲသိမ်ဖြစ်သော စိတ်တဒါန နွေးဘေးမဲ့
ပွဲတော်၏အစ ၁၇၄၅ ခုနှစ် သက္ကာလတွင်
ဂါးပကအနွဲဝ်များက ချမ်းသာကြီးဘုရားဗုပ်များ
တော်ကြံ့၏အခြားရုပ်ပွားတော်များ ရောဂျာယ်၏
စိတ်ပဲပိုး ဘုရားရောဂျာ ဘုရားဗုပ်လာသူများထဲမှာ
ပါ။လူတွဲပွဲပိုးဘေးမဲ့ အလာခြားဖလားချုပ်၏အလာခြား
ခဲ့ရာ အလာခြားဖလားသည် ပါးပွဲပွဲရုပ်များများ စိတ်ပဲ၏
သွေ့၏ ပါးမဲ့နွေးဘေးမဲ့ပေးရန်အတိ အကြောင်း
နှစ်လာခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

ထိပ်ထမအကြောင်း ဖိတ်အနီးဘေးမွဲ့ခွဲ့အတွက်
အလျှော်ရှင်းသည် ကျုပ်တစ်ဆယ်၅၇% ထိခွဲ့
မြင့်မြှို့စီးပါယ်၏ စဉ်ပင်သာယာမှ ယားသတ်၏
လိပ်စင်စီရေးထဲ သားရောက်ဝယ်မှုပုံဟု ထင်၏

လာကရ သတ်အဲဆဲန္တားက ကိုင်ကောင်ရှိ
နေပြီး ဝယ်ယူနိုင်သည်က တစ်ကောင်သာဖြစ်
သဖြင့် ကျေန္တားရှိကောင်မှာ သုံးဟုပင် ပြောရ

88 2 2 2

സോത്രാക്ഷ ദിവ്യാഃ മഹാത്മ

မည်လား ထိမဟုတ် မိမိတို့ဘက်က မြင်တွေ့ရ
ပါလျက်နှင့် သေစေလို၍ မျက်နှာလွှာထာခဲ့ရာ
ကျော်း တစ်ဖက်သတ်ပြုရေရှေကိုမည်လားဟု

£ £ £ £

അല്പാർട്ടെവും നൃപത്തിരു

မြင်းခြားပို့တွင် ယဉ်စည်းကမ်း လမ်းစည်းကမ်း လိုက်နာမှုအားနည်းနေ

፩፻፲፭

မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး မြင်ခြားဆရိတ် မြင်းခြားမြှုပြန်နယ် ယာဉ်
ထိန်ခဲ့တဲ့ပွဲအနေဖြင့် ဒဿာခံပြည့်သူများ ယာဉ်မှတ်တော်ဘဏ္ဍာ
မဖြစ်စွားစေရန် အတွက် အသိပညာပေးဟောပြောချွဲပွဲများ
ပြုလုပ်ခြင်း၊ ပညာပေးလက်ကမ်းခားစေရန်များ ပြန်ခေါ်ခြင်း
အစုရိယော ပညာပေးလုပ်ငန်းများကို စဉ်ဆက်ပေါက် ဆောင်
ရွက်ပေးခဲ့သော်လည်း ယာဉ်စဉ်းကမ်း၊ လည်းစဉ်းကမ်းကို
မလိုက်နာသူများရှိနေခဲ့ခြင်းပြီး မတော့ခဏနိုင် ယာဉ်
မတော်ဘဏ္ဍာများ ဖြစ်ပေးလျက်ရှိပေါက်သူး သိရသည်။

ယာဉ်ထိန်းရဲတပ်ဖွဲ့စုမှ တာဝန်ခံ ရဲအပ်စီးမှုးအောင်က ဆိုသည်

မြင်ခြားမြန်မာ ကျောင်းသားတစ်ဦး၏ မီးယာများကူး၊ “မြင်ခြားမြန်မာ ခရိုင်ပြုဖြစ်တာကြောင့် နေစဉ်လိုလို စက်တ်ယာ ပေါင်ခုခုသွားလာနေသလို ခြေကျင်လျောက် ခရီးသွားပြည်များ၊ ကျောင်းသား ကျောင်းသွားများအတွက် မလိုလားအပ်၍ ယာဉ်မတော်တဆုံးများမှဖြစ်ပွားစေရေးအတွက် သက်ဆိုင်ရတာဝန်ရှိသွားအနေနဲ့ ယာဉ်မောင်းသွားကို တင်းတ်ကျပ်ကျပ်ဆောင်ရွက်ပေးစေလိုတယ်”ဟု ပြောသည်။

မြန်မာ့ရိပ်စီးပွဲတွင်း ယာဉ်အိုယာဉ်ဟောင်းများနှင့် ပြပါ
ဆယာ၏များ၊ မောင်းနှင့်ခြင်းမှပြရန် ဆိုင်ကယ်စီးလှင် ဦးထဲ
ပဂံခြင်း၊ နှစ်ယောက်ထက်ပို့ရှိ စီးနှင့်ခြင်းများမပြရန် စသည်
ပညာပေးမှုများပါဝင်လော လက်ကမ်းစာစောင်များကို ပြည့်သွေ
များ၊ ယာဉ်အွန်ရုပ်မြစ်ပွားရေးအတွက် သက်ဆိုင်
ဌာန များက အသိပေါ်ဖြစ်ပေးခဲ့သော်လည်း ယာဉ်မောင်းငါး
များက လိုက်နာမှုအား နည်းနေသေးလျက်ရှိသူလည်း၊ အသေ
ပြည်သွေများကမူ သက်ဆိုင်ရာတာဝန်ရှိသူများအနေဖြင့် ပညာ
ပေါ်ခြင်းဆောင်ရွက်သည့်အပြင် စည်းကမ်းမလိုက်နာသေး
ယာဉ်များအား အရေးယူခြင်းကိုလည်း ထိရောက်တော်ကျပ်စွဲ
ဆောင်ရွက်ပေးလေလိုက်ရှိသေး သိရသည်။



၁၀

ပိတေက်၊ ငါးပါး ဥသနှင့် နစ်သစ်ကို ပြုဆုံးခြင်း

ကျော်သားမန်း

တန်ခိုးလတွင်သာကြိုနှစ်၏သကေတာအမှတ်အသားဖြစ်သော
ဝါပါန်းနှင့် ပိတေဂျာပိန်းတို့အပြိုင် ဖူးပွင့်မြေဖြတ်ကြသည်။
အလေချင်းတော့ မတဲ့ကြာ။ အပါဘတော့အပါပဲ၊ သို့ဟောတွင် အပါ
ချင်းလည်း မတဲ့ကြာပိန်း၊ ဝါပါန်းတို့၏အပါမှာဖျော့တော့တော့နှင့်
လွန်းသည်။ အရေအဒအသွေးအား ဖြော်လည်း တော့က်ပြိုင်းမျိုး
တို့အတွေ့ အမွှေနှင့်ကယည်းပိတော်ကိုပဲလောကစူးရှုပြင်းထန်
ခြင်းမရှိ။ ပိတော်ကိုန်းကတော့ကြားကြားဝင်စုံရှုလုပ်သည်။
အပါရှင်းငြင်းငြင်း ပတ်ဝန်ကျင်တွင်တော်က်ပနေတတ်သည်။
ရူးရှုပြင်းထန်သည်။ ရဲ့တို့ကယည်း ပတ်ဝန်ကျင်ကိုလွှာမြှုပ်းခြား
သင်ပျံ့နေစေသည်။ ပိတော်ကိုနှင့် ဝါပါန်းတို့၏သာကြိုနှစ်ပိန်း
ချင်းတူညီပြေားသော်လည်း လူအများ၏ အလေးသားခံရှုပြင်းဟု
တူညီခြင်းမရှိ၍လူအများတို့က ပိတော်ကိုနှင့် အထွက်အမြတ်
ထားတို့ထားကြသည်။ တစ်နှစ်မှာ တစ်ကိုယ်သွေ့သောပန်းမြို့
ပွဲ့ဗို့ပိန်းများကို ဘုရားမှာတော်လူပူဇော်ကြသည်။ ခေါ်းတွင်
ပန်ဆင်ရင်းပို့ကြားကြသည်။ သည်အချိန်တွင် ဝါပါန်းများ
ပျော်နှာသွေ့ရာကာသည်။ လူတွေက အလေးသားခြင်းမရှိကြ။
ဝါပါန်းဆိတ်သာကြိုနှစ်ပိန်းဟာပဲ မယ်ဆက်။

တစ်နှစ်မှာတစ်ခါသာပွဲ၏သော ပုန်းလည်းဖြစ် နှစ်သို့ခို့
ခါသာကြံ့ကာလတွင်ပွင့်သောပုန်းများကြံ့သည်၌ ပိုတောက်ပုန်း
နှင့် ငါဝါပုန်းတို့၏ အသွင်သူ့လျှော့နှင့် အနှစ်သာရရှိ ဝေဖွဲ့
စောကြော ဖြစ်စီသည်။ သာကြံ့များသုတေသန၊ တစ်နှစ်မှာတစ်ခါသာ
တည်းသာပွဲ၏သောပုန်းများဖြစ်ကြပါလျက် ပိုတောက်ပုန်းနှင့်
ငါဝါပုန်းတို့၏ အသွင်သူ့လျှော့နှင့် အနှစ်သာရတော့ တူညီခြင်း
မရှိကြပါဘဲတောက်ပုန်းမှာ အဖွဲ့အင်တွေဖြင့် ပြည့်နေကြား သူ့အား
သူအင်ပြွဲထွင်လုန်းမျိုးခြင်းမျိုး၏ သာကြံ့များလေး တစ်ဖြုပ်ကိုဖြုတ်
လောက်ပုဂ္ဂန်ဖျက်လိုက် မှုပွင့်အားလားတတ်သည်။ ပိုတောက်ပုန်း
ကိုပုံစံနိုင်နိုင်ပြု၍ မျှော်လိုက်တွေ့ရှိနိုင်အားလုံး ဇန်နက္ခ၊
ရသည်။ မိုးကလေးလေးတစ်ပြုကိုနှစ်ပြုကြချုပ်လိုက်ပြီဆိုတော့မှ
ပိုတောက်ပုန်းတို့က ခြေရှင်ဝင် စွဲစွဲစွဲစွဲ့ ပြုခြင်းမျိုး
အားလားတော့ တွေ့ဖြတ်ရှာသော အရောင်အထောင်းရန်များဖြင့်
လောကကိုအလုပ်ဆောင်သွေးသည်။ တို့ပါန်းကတော့ ထိနိုင်မဟုတ်။
အဖွဲ့ကလေးတွေဖူးလာမည်ပွင့်ခို့နှင့်တွေ့နှင့်ပွင့်လာမည်။
ဘယ်သူ၏အထောက်အပံ့ကိုမှု မျှော်လိုးခြင်းမျိုး၏ ကိုယ့်အင်
ကိုယ့်အား စွဲစွဲပောက်အိုင်ပွင့်အားလားခြင်းဖြစ်သည်။ သာကြံ့များဖြင့်



နှစ်ခက္ခာ ကြည့်ပြီး နိုင်းယဉ်စဉ်းစားမိခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်

ဝိတေဘာကပန်းမြို့အသုင်သလ္ာ့နှစ်များ လုပ်သည်။မြတ်နိုင်
ဖွဲ့ရဟန်လည်းမြစ်သည်။ အရောင်ခင်ငါး၊ အနဲ့အားမြင့် ပြေ
စရာမြို့။ သို့ရာတွင် အနှစ်သာရတိ ကြည့်လိုက်တော့သူများ
အားကိုမြင့် ပွင့်အာလာရသည်အဖြစ်။ ကိုယ်စွမ်းကိုယ်စွမ်း
လုသည်။ ဒုဝါပန်းကတော့သည်လိုလိုမဟုတ်။ အသုင်သလ္ာ့နှစ်
အားမြင့် မလုပ်နိုင်အများတို့၏နှစ်လိုင်းမရှိသည်ကို တွေ့
မည်။ သို့ရာတွင်ကိုယ်အင်ကိုယ်အာနှင့် ဖူးပွင့်ဝေလည်နေတတ်
သည်။ ဒူးချိန်တန်လျှပ်ငါးပြီ ပွင့်ချိန်တန်လျှပ်ငါးအာလာတတ်
သည်။အနှစ်သာရအားမြင့်လည်းကိုယ်ပိုင်အရည်အချင်းတွေ့
အပိုင်းရှိသည်။

သက္ကရာဇ်ကာလတွင် မူးပွဲလာတတ်သည့် သက္ကရာဇ်ပန် များကိုယ့်ကြည့်ပြီး စဉ်းစားဆင်ခြင်နေမိခြင်း ဖြစ်သည် တစ်ဆက်တော်များပင် အများတောက်တို့က ကြံ့နာသားနေခြင် သော ဥက္ကာ ငါးရှင်၏အကြောင်းကိုလည်း တွေးတော်ဆင်ခြင် ဖြစ်စီပြန်သည်။ ဥက္ကာင်းကိုလည်း မိမိကိုယ့်ဝင်အသိုက်အမြဲမြေ ကြာ မိမိ၏ရောင်သွေးဘုရားရာတွင်င် အရောင်အသွေးတူကြီးကန် များ၏အသိုက်သွေးခြုံခြင်း၊ ပါတာတံ့ကြသည်။ မှာအကောင်ပါက်လာ သည့်တိုင် ကြံ့နာစောင်ရောက်ခြင်း မရှိတော်ကြာ တာဝန်ယူခြင် လည်းမရှိ။ တာဝန်ဖွဲ့စွဲနှင့်လုပ်လိုပါသော်များပေါ်ကြသည့် ပို့သွေ့မှာ ဝေလာသေး။ ဥက္ကာလုပ်နှင့် လုပ်လုပ်မှုမျိုးသွေ့သွေ့ ပင်၊ သက္ကရာဇ်နှင့်အတူ နှစ်ဟောင်းကိုစွဲနိုင်ပစ်၊ နှစ်သိမ်တိနှစ်သိမ် ကူးပြောင်းရောက်ရှုလာခြုံပြီ။ တစ်နှစ်တာကာလအတော်၏ လုပ်လုပ်မှုမျိုးသွေ့သွေ့

ကိုင်ခဲ့သည်များ ကိုယ်ခြင်သုံးသပ်ဖြီး နှစ်သေတွင်စိတ်သစ်အတွေးသစ်များကို မွေးဖွားပြီးအာသစ် အင်သစ်များဖြုံး ခရီးဆက်ကြော်လုပ်တဲ့ ဆိုကြသည်။ ပြု့သုံးခြားဆက်ကြရှုံး မိမိကိုယ်ကိုယ် မိမိခြင်သုံးသပ်သလို မိမိတို့ပုဂ္ဂတ်ကျင်းသဘာဝတော့တော်များ ဖြစ်တည် နေသည်။ အခြေအနေများက လေ့လာသုံးသပ်ကာ ဆင်ခြင်စဉ်စာသုံးသပ်နှင့်ကြော်လည် သည်လို့ထူးဟပ် ဆင်ခြင်ရာ၏ ဝေးဝေးလဲလဲကိုကြည့်၍ သုံးသပ်ခင်ခြင်စဉ်ရာမှာလို မိမိအောင် သရုပ်ပိုကြပ်ပြီး မိမိကိုယ်ကိုယ်မိမိ ဝေစ်သုံးသပ်နှင့်ကြသည်။ ထိုအတွက် မိမိပေါ်ဝန်ကျင်၏ ပြိုစာည်နေသည်။ အဖြစ်အပျော်အတွက် ခြင်ရာများကို ကြည့်ချိတေနနှင့် ယဉ်ကျောင်းမြင်ရာများကို သုံးသပ်ခင်ခြင်နှင့်ကြသည်။ နှစ်ဟောင်းကိုခြားခြင်ရှိ နှစ်သစ်

ဥသုင်တို့မှ မိမိကိုယ်ပိုင်အသိက် အမြဲမရှိကြ။ မိမိ၏ရင်သွေးဥက္ကာ ဥရာတွင်ပင် အရောင်အသွေးတူ ကျိုးကန်းများ၏ အသိက်သို့ဝင်၍ ဥတတ်ကြသည်။ ဥမှ အကောင် ပေါက်လာသည့်တိုင် ကြည့်ရှုစောင့်ရောက်ခြင်း မရှိတတ်ကြ၊ တာဝန် ယူခြင်းလည်းမရှိ။ တာဝန်မဲ့လွန်းလှသည်။ အများဖြေကြသည့် မိခင်စိတ်ဆိုသည်မှ ဝေလာ ဝေး။ ဥသုင်တို့နှင့် လားလားမ မဆိုင်သလိုပင်

ပုသိမ်ရေယာ၏နှစ်မျိုးအာမခံမှ နှစ်နာကြားငွေပေး

၁၀

မကြာသေးခါက ပုသိမ်ဖြူနယ်၍ ရေယာဉ်စွဲပြုပုတ္တ သေဆုံးသူးသူ ၃၀ အတွက်
ဖြန့်မှုအာမခလုပ်ငန်း၊ သူတစ်ပါးထိနိဂုံမှုအာမခလုပ်နာဂုဏ်းစွဲများ ပုသိမ်ဖြူနယ်၍
သွားရောက်ပေးအပ်ခဲ့ကြောင်း တာဝန်ရှိသူတစ်ဦးက ပြောသည်။

မြန်မာင်စီး

အပုဒဏ်ကြောင့် ကျွန်းမာရေးပြဿနာများဆိုင်ရာ နှီးဆော်ချက်

- ပုဂ္ဂနိုင်း (သိ) စနေမျမှိမ်မြို့ခိုင်း

- ခေါင်းမူးနောက်ခြင်း
 - ကြွက်သားများ ကြွက်တက်ခြင်းနှင့် အားပျော်ခြင်း
 - မူးမိုက်ခြင်း
 - ခေါင်းကိုက်ခြင်း
 - နှံးချည့်ခြင်း
 - ရရဆာခြင်း
 - ချွေးအလွန်အကျိုးတွက်ခြင်း
 - ခန္ဓာကိုယ်အပူးချိန်မြင်းတက်ခြင်း

ရေဂါနပိုပြင်းထုန်ဖိုးချားလာ၍ အပူဒက်စကြောင့် သတိလဲခြင်း(Heat Stroke) ခံစားရပါက အောက်ဖော်ပြပါ ရေဂါနလက္ခဏာများ ပေါ်ပေါက်နိုင်ပါသည်။

- အရေပြုဗိုလ်ခေါက်ထွေခြင်း (သို့) ချွေးအလွန်အကျိုးထွက်ခြင်း
 - စိတ်ရှုပ်ထွေခြင်း
 - သတိလစ်ခြင်း
 - တက်ခြင်း
 - ဓနာကိုအပူချိန် အလွန်အကျိုးဖြင့်တက်ခြင်း

၁။ ဆုံးလက္ခဏာယူးအံ့သားရပါက ဦးစွာဆောင်ရွက်ရန်-

 -) အရိပ်ရဲ့ အေးမြေသော၊ လေဝင်လေထုက်ကောင်းသော နေရာသိပြောင်းရွှေထားပါ။
 -) ရေနှင့် ဓာတ်ဆားရည်များကို တိုက်ကျေားပါ။
 -) ရေအေးပတ်တိုက်ပါ။ (နှုန်း လည်ပင်း၊ ချိုင်းကြားနှင့် ပေါင်းခြားတိုက်ပေါင်းမြဲတိုက်ပေါင်း၊ ရေအေးပတ်ခြဲ့ တိုက်ပေးခြင်းဖြင့် ဓနာကိုယ်တွင် အပူချိန် အမြန်ကျစေပါသည်။)

ჭိုးစပ်ရာ ဆေးရုံ / ဆေးခန်း / ကျဉ်းမာရေးဌာနများသို့ အမြန်ဆုံးပိုပေးပ်

ଗାଁରେ ମାରେ ନାହିଁ ଆଖିରିରେ କିମ୍ବା କିମ୍ବା

သစ်ပင်စိက်မ အရိပ်ရ၏။ ရိပ်ခုနားနေ အပန်းဖြေ၏။

နွေဂျာသီရေက်တိုင်း ပြင်ဦးလွှင်ကို သတိရမိသည်

— — ခရမ်းစိုးမြင့် — —

ပြဋ္ဌာန်...။
မူပိုင်းလှသည့် နေရာသီရောက်ဝါင်း၊ သတိတရ
ဖြစ်သည့်ဖြိုက်မြို့ဖြစ်သည်။ စိမ့်စိုးရေး ပန်းပင်
သစ်ပင်နှင့် သစ်တော်များပေါ်များ၏လည်း နေရာ
တိုင်း၏အေးမြို့ပြီး သာယာလှသည်။ ထိမြို့ကေလေး
ကို ပုဂံမဲးလာက်ထက်သက္ကရာဇ် ၁၂၂၂ အေဒီ
၁၈၅၀ တို့တွင် စတင်တည်ထောင်ခဲ့သည့်ဟု
သိရသည်။ ထိုပြင် “ပြဋ္ဌာန်” ဆိုသည့် အမည်ကို
သက္ကရာဇ်၏ ၁၂၃၃ အေးကောက် တုပ်မဲးလာက်
တွင် ထုတ်ပြန်သော အမိန့်တော်တုပ်နှင့် ပါရိုနေ့
သောကြောင့် တိုင်းမှုရှု တည်ရှိနေပြီဟုလည်း
ဆိုကြသည်။

မြန်မာဘုရင် သိပေါ်မင်း၊ မြတ်တော်များနှင့်
သစ်မြေ ခုနှစ်တွင် အမှတ်(၅) ဘင်္ဂလားတပ်ရဲ့မှ
တပ်မှု၊ ပိုလ်မှု၊ ပြီးမေပြင်းလွှာသို့ရောက်လာ
ပြီး ကျေးရွှေ့မှ မြို့အဆင့်အထိတို့ ပြင်းသောင်
ရွှေကံခဲ့သောကြောင့် ပိုလ်မှု၊ ပြီးမေကို ဂန်ပြု
သောအားဖြင့် မေမြို့ဟုပြောင်းလေပေါ်တွင်သည်ဟု
သိရသည်။ ထိုနောက် (ပြတ်သွေ့သူ မြန်မာနိုင်ငံမှ
ဆတ်ဘုံး ဂျာန်အပ်ချုပ်နေသည့် ကာလအထွင်း
ဒေါက်တာဘမော အစိုးရလက်ထက် ၁၉၄၄ ခုနှစ်
ကိုတော်ဘာလ ၈ ရက်နေ့တွင် ထုတ်ပြန်သော
အမိန့်ပြန်တမ်းအရ မေမြို့အမည်မှ ပြင်းလွှာတွေ
ပြင်ဆင်သတ်မှတ်နဲ့သော်လည်း မေမြို့ဟုသာ
သေါ်တွင်ခဲ့ကြသည် ယင်းနောက် ၁၉၈၂ ခုနှစ်
နိုဝင်ဘာလ ၁၈ ရက်နေ့တွင် ပြည်ထဲရေးဝန်ကြီး
ဌာနမှ အမိန့်ကြော်ဌာစာတို့ဖြင့် မေမြို့အမည်မှ
ပြင်းလွှာတွေ ပြင်ဆင်သတ်မှတ်နဲ့သွားနောက်
နှစ် (၁၀၀)ပြည့်စွဲတော်ကို ၁၉၉၂ ခုနှစ် ပြီးလ ၃၀
ရက်နေ့မှ မေလ ၆ ရက်နေ့အထိ ကျင်းပေါ်သော်။



ပြင်းလွင်မြို့အမျိုးသားကန်တော်ကြီးအတွင်းရှိ တစ်နေရာအားတွေ့ရစဉ်

ରେ କ୍ରିୟାକାଂଶ ମନ୍ତ୍ରରେ ଉପରେ ଯଦି ଏହି ବୀରି
ଲାଗିଥାଏ ତେଣୁ କେବଳ ଏହି ଅନ୍ତର୍ଭାବରେ ଏହି ବୀରି
ବୀରିରେ ଏହି ଅନ୍ତର୍ଭାବରେ ଏହି ବୀରିରେ ଏହି ବୀରିରେ

ဖြစ်ဖိုလ်အတွင်းထင်ရှားသော စော့ပုံစုံများ
မှာ ချေမြင်တဲ့ဘုရား၊ နိန္ဒမာန်အောင် လွတ်လပ်
ရေးကျောက်တောင်စေတီ၊ လေးမျက်နှာဘုရား
အောင်မြေတုံးသာ၊ ချေးတောင်ကျောင်းကြီး
ကပ်ကျော်အောင်မြေသာယာ၊ ရွှေစည်ခုံစေတီ
မဟာ့အုံတူးဘုံသာ ဆုတောင်းပြည့် ဘုရားကြီး
နှစ်ဝင်တောင်ဘုရား၊ စော့ဘုရားတောင်ဘုရား
ဦးနှစ်ရှင်ဘုရား၊ နောက်ခမ်းကြီးတောင်ဘုရား
ဓာတ်တော်ချိုင်းဘုရား၊ နှီးဘုရားကြီးပိုတ်သုတေသန
ပြု၍ မဟာ့နှုန်းပုလိတ်ဘုရားအသည်။ သာသော
နှုန်းဖုန်းမြေဘုရားစေတီ အများအပြားရှိသည်။

ထိအတဲ့ပါ ပိတ်ချင်းမြှုပ်မဟာနှီးမလိုက်
ရှုသည် ဟိုဝေးသောကာလက အတိတ်သမိုင်း
တစ်ခုရှိခဲ့သည်ဟု သိရသည်။ ထိအတိတ်သမိုင်း

ယင်းရေတံခွန်ပြင်ကျော်ကြီးအတွင်း ရေခါး၊
သူ လမ်းလျော့ရတဲ့သူ မာတ်ပို့ရှိသဲများဖြင့် အခြား
ထည်ကားလျက်ရှိသည်။ ရေပို့ကလေးများလည်း
ပြုလုပ်ထားပြီး ရေများအီးမော်သွားရာ စမ်းချောင်း
ကလေးများ၊ ရေတံခွန်သွယ်ဖြာကလေးများ၊
ပေါ်တွင် လမ်းလျော်ကြော်ရှုပ်စာနှင့်ရန်
လက်တန်းပါဝော သစ်သားကုန်းတံတားလေးများ၊
ထိုးပေးထားသည်။ ထိုအရေများက လိုက်ရှုကြီးအောင်
ပြင်ပရွင်းများဖြစ်ပြီး လိုက်ရှုတော်ကြီးအတွင်း
ဝင်လိုက်သည့်နှင့်ဘုရားစေတိများ၊ ဓာတ်ရှုပွား

သင်းတူတော်များ၊ ရှေးဟောင်းဘုရားများကို
ဗုံးတွေ့ရ၍ ရင်ကိုအေးမညှားစေသည်။

ତ୍ରୀଲାଯିଟ୍‌ଟ୍ରୋ ପଞ୍ଚିଃଥିଃପୁଣ୍ଡିତ୍‌ତ୍ରୀ ପୁଣ୍ଡିତ୍‌ଵାବନ୍ଧଃ
ହିନ୍ଦିନ୍‌ତ୍ରେଷ୍‌ଲ୍ୟଗର୍‌କ୍ରିତ୍‌ତେତ୍ରୋ ଅମ୍ବିଃତାଃଗନ୍ଧତେତ୍ରୋ କ୍ରିତ୍‌ତ୍ରୀ
ବ୍ୟୁଧାର୍ତ୍ତିତ୍ରୀ ଅକାଶାଃପୁଣ୍ଡିତ୍‌ତ୍ରୀତ୍ରେଷ୍‌ଲ୍ୟଗର୍‌କ୍ରିତ୍‌ତ୍ରୀ
ଏଗନ୍ଧଃପ୍ରତିତ୍ଵନ୍ଦି ପଞ୍ଚିଃଥିଃତ୍ରୀତ୍ରେଷ୍‌ଲ୍ୟଗର୍‌କ୍ରିତ୍‌ତ୍ରୀ
ପୁଣ୍ଡିତ୍‌ତ୍ରୋ ପଞ୍ଚିଃପ୍ରତିତ୍ଵନ୍ଦି ଅତ୍ରାଃ ପରାପରାତ୍ରୀ
ପଞ୍ଚିଃପ୍ରତିତ୍ଵନ୍ଦି ଅତ୍ରାଃ ପରାପରାତ୍ରୀ ପୁଣ୍ଡିତ୍‌ତ୍ରୋ
ଲେଖାତିଥିଷ୍ଠାତ୍ରୀ ଅତ୍ରାଃ ପରାପରାତ୍ରୀ ପୁଣ୍ଡିତ୍‌ତ୍ରୋ
କ୍ରିତ୍‌ତ୍ରୀତ୍ରୋ ଅତ୍ରାଃ ପରାପରାତ୍ରୀ ପୁଣ୍ଡିତ୍‌ତ୍ରୋ
କ୍ରିତ୍‌ତ୍ରୀତ୍ରୋ ଅତ୍ରାଃ ପରାପରାତ୍ରୀ ପୁଣ୍ଡିତ୍‌ତ୍ରୋ
ଅତ୍ରାଃ ପରାପରାତ୍ରୀ ପୁଣ୍ଡିତ୍‌ତ୍ରୋ ଅତ୍ରାଃ ପରାପରାତ୍ରୀ
ଅତ୍ରାଃ ପରାପରାତ୍ରୀ ପୁଣ୍ଡିତ୍‌ତ୍ରୋ ଅତ୍ରାଃ ପରାପରାତ୍ରୀ

ထိအပြင် ၂၀၀၆ခုနှစ် နှစ်ကုန်ပိုင်းက
ဘဏ်ဆောက်ဖွံ့လှုပဲ့ခဲ့သော တိရင်းဒေသကြီး
မြေပြည်နယ်(၁၇)ခု ကိုယ်စား ကချင်ပြည်နယ်ရှိ
ကိုကာသိရာနီတောင်နှင့် မြိုင်ခုံကရပ်ပြည်နယ်မှ
စွဲကပင်တောင်၊ ချင်းပြည်နယ်မှ ရိုက်ရောက်နှင့်
တုတ်မတောင် စစ်ကိုင်းတိရင်းဒေသကြီးမှ
ကောင်းမှုတော်သူရားကြီးနှင့် စစ်ကိုင်းတောင်
တော်၊ မွန်လေးတိရင်းဒေသကြီးမှ မြန်နှင့်စံ
ကျော်ရွှေနှင့်တော်နှင့် ကျွေးမြှုပြန်တဲ့တား၊
အာန္ဒာသူရား၊ မကွေးတိရင်းဒေသကြီး၊ အထိမိုး
အမှတ်အဖြစ် ရေနံပါးများ၊ ရဲမှုပြည်နယ်မှ
တုတ်ထိပ်တဲ့တားနှင့် အင်းလေးကန့်၊ ကယား
ပြည်နယ်အထိမိုးအမှတ် တောင်ကွဲပေါ်
အရာဝတီတိုင်းဒေသကြီးမှ မော်တင်စွဲနှင့်နှင့်
ဘုရာ့နှင့်နောင်အုပ်၊ မြိုင်ပြည်နယ်မှ ကျိုက်ထိုး
ဘုရား၊ ပဲခွဲဝိုင်းဒေသကြီးမှ ကျွဲ့လေးကော်
နှစ်ကုန်တိရင်းဒေသကြီးမှ ရွှေတို့ပေါ်နှင့်
ချို့ခြင်းတော်ခန်းမှ ပြည်လွှဲရှင်ပြင်၊ ရှိခိုင်ပြည်နယ်
အထိမိုးအမှတ် သုတေသန်းပုံစံးတော်ကြေးပို့ကို
လုလှလာကြည့်ရှိနိုင်မည်။

မျိုးလယ်တွင် ပန်းမျိုးခုံပွင့်၍
 ပို့သော ပန်းတိုင်းမွေးလျက်
 မျို့သော အမျိုးသားကန်တော်ကြီး
 ဥယျာဉ်ရှိ၍ အနားယူ အပန်းဖြေ
 င်သောနေရာကောင်း ဖြစ်သည်။
 နှုန်းမျိုးခုံပေါ်သည် ဥယျာဉ်ကြီး
 တွင် ပန်းပဲတော်များ မကြောဘယ်
 ချင်းပလေ့ရှိသဖြင့် ပန်းချွမ်သူ
 များအတွက် ပျော်စရာကဗ္ဗာလေး
 ကစ်ခုဟု ဆိုကြသည်။



ပြင်းလွင်ရှိ ပိတ်ချင်းမောင်အပန်း၊ ပြစ်ခန်းရောတ္ထန္တွင် ရေချိုးအပန်း၊ ပြဿဗျားကို တွေ့ရစဉ်

၁၆၂

၁၀

ရေစကြိမ်နယ် နိပ်ဆေးတောကျွေးရွာသုတေသနလင်းစာကြည့်တိုက်ဖွင့်ပွဲကို အပိုပါစာကြည့်တိုက်ရှေ့၍ ကျင်းပသည်

စာကြည့်တိဂုံးပွဲပြီး အခမ်းအနားတွင် ရပ်စိပ်ဖြောက်ခြင်က အားစကားပြောကြားပြီး မြန်ယ်ပြန်ကြားရေးနှင့် ပြည့်သုဆက်ခံရေး ဦးစီးပွားဒါနီးမှား ဒေါ်စွားယူမောက စာကြည့်တိဂုံးများရောက်လည်တံ့ဖိုးတိုးတက်ရေးဆိုင်ရာ ဆောင်ရွက်ဖွုဟယျားကို ရှင်းလင်းပြောကြားသည် ဆက်လက်၍ စာကြည့်တိဂုံးဖြစ်မြောက်ရေးကော်မတီ အတွက် ရေးရုံးမှား ကိုတိုးအောင်က စာကြည့်တိဂုံးတည်ဆောက်ဖွင့်လှုပ်ရှင်း ရည်ရွယ်ချက်များကို ပြောသည်။ ထိုနောက် မြန်ယ်ပိုးစီးမှားနှင့် စာရေးဆရာ သန်းဝင်းလိပ်ငါးက အော်ကြံးတို့က ဖွင့်လှုပ်ပေးသည်။

အနိဂုံပေါ်ချော့သတေသနလင်းစာကြည့်တိုက် ဖွင့်ပွဲအထိမ်းအမှတ် နှစ်ဦးအကြော်စာပေဟောပြောခွဲကို ပြီ ၁၉၄၇ ညနေနာရီ၌ ကျင့်ပခြားပြီး စာရေးဆရာများဖြစ်သော ဆရာသန်းဝင်းလိုင်နှင့် ဆရာမှုင်းပန်းအိမ်တို့က ဟောပြောခွဲကြေားသိရသည်။

ပုထောင်နာ ဉာဏ်တက္က

ဒေါက်တာအောင်စိုး(ခ)အောင်ကျော်မိုး
(အငြိမ်းစားပြည့်နယ်ဆေးရုံအပ်ကြီး)

ଶିର୍ଦ୍ଦିଗ୍ନିଃମାରେବେଳତଥାକି ଫେର୍ଦ୍ଦୁତଥାରୁତ୍ଥାଲାଗୁଡ଼ା
ଅଚୁଣ୍ଡାପ୍ରିଂମ୍ବୁରାଃକି ଲେଲାରବେମନ୍ଦିଃ ବେଳତଥାକିମ୍ବୁରାଃଶି
ଦୁଃମୁରାଃଯୋହିରୁମ୍ବୁରାଃକି ଅନ୍ତିମାନ୍ତରାତ୍ମାରୁମ୍ବୁରାଃଶି
ଲୁଙ୍କରୁମ୍ବୁରାଃଯୋହିରୁମ୍ବୁରାଃକି ଅନ୍ତରେତରିମ୍ବୁରାଃଶି
କୁଞ୍ଜିଃମାରେବେଳତଥାକି ଅନ୍ତରେତରିମ୍ବୁରାଃଶି
ଯତ୍ତମୁଣ୍ଡରବେମନ୍ଦିଃ ମୁଣ୍ଡମୁଣ୍ଡରିଯୋହିରୁମ୍ବୁରାଃଶି

ကိန်းဂဏေန်းများအရာ သရာဝန်
တစ်ယောက်ပြုခုကုသပေးသော
လူနာခုနစ်ခိုးလျှင် တစ်ခိုးသည်
စိတ်ကျွန်းမာရေးဝေဒနာကို
အနည်းဆုင့်အများ ခံစားနေရသူ
ဖြစ်ကြောင်း လေ့လာချက်
တစ်ခုအရ သိရှိရ



လွန်ကဲပါက ဒေသရှင်အတွက်သောလည်းကောင်း၊ အများ
ပြည်သူများအတွက်သောလည်းကောင်း၊ အန္တရာယ်ပြနိုင်သည့်
ဖြစ်ရ စိတ်ကျေးမာရေးအကိုယ်အေး Mental Health Act
ထိန်းခေါ်ရသည်။

ကိန်းဂဏေနှင့်များအခါ ဆရာဝန်တစ်ယောက်ပြုစုစုသ
ပေးသော လူနာခန်းတို့၏လျှပ်တစ်ဦးသည် စိတ်ကျိုးမာရေး
ဝေဒနာကို အကြည်နှင့်အများ ခဲ့စားနေရာသူဖြစ်ကြောင်း
လေလာချက်တစ်ခုအရသိရှိရသည်။

စိတ်ကျော်မှာရေးဝေဒနာခံစားနေရပုံများ၏ အရေ
အတွက်နှင့် ပုံနှိပ်တည်ရှိမှုကို ဖော်ပြရလျှင် အရပ်ထဲတွင် ၁၅
မှ ၂၀ ရရှိနိုင်နိုင်၊ သေးခန်းများတွင် ကုသာမှုခံရသူများ၏ ၃၀
ရရှိနိုင်နိုင်၊ သေးခုပြပုလုန်ဘွားတွင် ၂၀ မှ ၃၀ ရရှိနိုင်နိုင်၊ ၃၀
သေးရုအတွင်းလူနာများတွင် ၅၅ မှ ၆၀ ရရှိနိုင်နိုင်၊ ၄၀
စိတ်ကျော်မှာရေးဝေဒနာခံစားရပုံများဖြစ်ကြောင်း သုတေသန
ရလဒ်တစ်စုံ ဖော်ပြထားပါသည်။ ဂိုယ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ရောဂါ
ဝေဒနာပေါင်းစီးခံစားရပုံအားလုံး၏ ၅၅ မှ ၅၀ ရရှိနိုင်နိုင်၊
လူနာများသည် စိတ်ကျေဝေဒနာကို အနည်းနှင့်အများခံစား
နေရကြောင်းလေလုံး လေလာချိုင်တစ်ခုအရ သံရှုရသည်။

၂၀၁၇ ခုနှစ် ကမ္မာကျိန်းမာရေး၏ ဆောင်ရွက်ဖြစ်
သည့် “စိတ်ကျဝေဒနာ ပြောဆိုတိုင်ပင်ဆွေးနွေးပါ”
“Depression; Let's talk”ကိုအဆင်သုတေသနလိပ်

၁၃၅

စိုးရိမ်ပြေတွင်တူမှု၊ ပူနှံနှုန်း၊ သောက္ခာပျော်ပါရာ၊ စိတ်စောနေမှု (Anxiety)၊ မိမိကိုယ်ကိုမိမိ နာကျင်စေမှု၊ အဆုံးစီရင်လိုမှု (Self-harm and Suicidalideation)၊ ထင်လောက်ထင်မှုးဖြစ်ခြင်း၊ ယုံမှုးလွှာနှုန်းခြင်း (Delusions)၊ စိတ်အာရုံချောက်ချားခြင်း၊ စိတ်ချောက်ချား၏၍ ထင်သည့်အာရုံဖြစ်ပေါ်ခြင်း (Hallucinations)၊ လွှာမှုးသော အကြမ်းဖက်လိုမှု၊ အပြုအမှု (Aggressive Behaviour)၊ စိတ်ရောင်နှင့်သက်ဆိုင်သည့် နာတာရှုည်တရွေရွှေ့စားရသော ခန္ဓာကိုယ်ဝေဒနာ (Psychiatric and psychological chronic and progressive disease)၊ အရောင်သေစာလွှာမှုး၊ သုံးစွဲမှုး၊ ဖြတ်တော်ကိုမှု (Alcohol misuse and withdrawal)၊ အရောင်မဟုတ်သော အခြားမှုးယစ်ထုတိုင်းစေသော အရာများ၊ အဆွဲသုံးစွဲမှု (Misuse of drugs other than alcohol)၊ သေးပညာအရ မဖော်ပြနိုင်သော ခန္ဓာကိုယ်ဖြစ်စဉ်များ၊ လုပ်ရှားဆောင်ရွက်မှုများ၊ ဖြစ်ထွန်းမှု (Medically unexplained physical symptoms and functional

somatic syndromes) ဆောင်ရွက်မှုများ၊ သလိုတိဖြစ်ကြသည်။ စိတ်ကျေဝေဒနာသည် စိတ်နေဂါနီတိတော်း (Mood) ကို ထိခိုက်စွာ (affectively) အတွက်သေက်ရောက်မှုရှိအောင် ဖော်တို့လုပ်ရှုံးဖြစ်ထွန်းစေသောဝဝနာဖြစ်လေရာ အားကို မူနည်းပါးခြင်း၊ မိမိကိုယ်ထိမိ အပြစ်ကျေးမွွဲထုတေားသုဟ္မာမှတ်ယူ၍ လိပ်ပြားမသန်ဖြစ်ခြင်း၊ ပတ်ဝန်းကျင်ကို စိတ်ဝင်စားမှ နည်းပါးခြင်း၊ စိတ်ကုန်ခန်းခြင်း၊ ပျဉ်ဆုံးမှုခြင်း၊ မိမိကိုယ်ကိုသတ်သယလိုခြင်း စသည်များကို စိတ်ကျေဝေဒနာ၏ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ လက္ခဏာများဖြစ်သလို အစားအသောက် ပျက်ခြင်း၊ ကိုယ်အလေးချင့်ပြောင်းလဲခြင်း၊ အခါမိအနေမှ မမှန်ခြင်း၊ အားအင်ကုန်ခန်းခြင်း၊ ကာမစိတ်လျော့ပါးခြင်း၊ ကင်းမဲ့ခြင်း၊ ဝင်းချုပ်ခြင်း၊ စိမ်းပျက်ခြင်း၊ လူနေမှုနှင့် ဦးကိုကား အေကြော်းအရော်များ ပြောင်းလဲခြင်း၊ ရှိမိအဲ မပြင်မဆင်မဖြိုး မလိမ့်မသပ်မရပ်နေခြင်း၊ အတွေးအခေါ်ဆုတ်ယူတ်ခြင်း၊ စသည်တို့သည် စိတ်ကျေဝေဒနာ၏ ကိုယ်ပိုင်းဆိုင်ရာလက္ခဏာများဖြစ်ကြသည်။

၅၆။ ပြုးခေါင်းဒက်ရာရသူများ၊ ရှုတ်တရက်အပြင်းထန်ရောင်
 ဖြစ်ပွားမှု၊ မတကော်တဆုံးမှု၊ မိမိခင်မင်တွယ်ဘာသူသို့ ဆွဲပျိုးမှု၊
 မိတ်ဆွဲသေခံးမှု၊ အိမ်ထောင်ပြီကဲမှု၊ အာဖြိမ်းစားမူမှု၊
 ကြိုးမားသော ငွေရေးကြေားရေးစုံများမှု၊ အလုပ်အကိုင်စွဲနည်း
 ရမှု၊ တရားစုံမှု၊ အပြစ်ဒက်ကျုခံရမှုစသည်တို့သည်လည်း
 စိတ်ကျေဝေဒနာရို့ဖြစ်ထန်းစေသည့်အပြင် ထိုးတော်းနေထိုးပြီး၊
 တိုင်ပင်ဖော် တိုင်ပင်ဖော်ကောင်မဲ့ခြင်းတို့သည်လည်း စိတ်ကျေ
 ဝေဒနာရို့ ပြုစေသည့်အပြင် အရာရှိများမှု၊ ယခုဆေးဝါသွားများ
 မိမိကိုယ်မိမိအဆုံးစိရင်မှုတို့ကို လုံဆောင်ကျူး၊ လွှန်စေရကြောင်း
 လုပ်သက်တစ်လျှောက်တွင် မြင်တွေ့ခဲ့ရသည်။

မြန်မာရှိသိန်အပါအဝင် ကဲ့သောအိုအပြားတွင် စိတ်
ကျိန်မာရေးတို့၏ သရပ်ပါသက်နှစ်ခုဖြစ်သည့် စိတ်ကျေဝေဒနာ
နှင့် စိတ်ကျေဝေဒနာ၏ အဆိုဒ္ဓားဆုံးလာဇ်ဖြစ်သည့် မိမိ
ကိုယ်ကိုအသုံးပိုရင်ခြင်းဖြစ်ပွားမှ တုံးပွားလျက်ရှိရ၊ ကဲ့သော
ကျိန်မာရေးအဖွဲ့က ၂၀၁၇ ခုနှစ်၏ ကဲ့သောကျိန်မာရေးစောင်
ဆောင်ပုဂ္ဂအား “စိတ်ကျေဝေဒနာပြောဆိုတိုင်ပင်ဆွေးနွေးပါ”
“Depression: Let's talk” ဟု သတ်မှတ်လုပ်ဆောင်ထား
ခြင်းဖြစ်သည်။

ပုဂ္ဂိုလ်ယနူတောင်းပြည့်စေတိတော်မှတ်ကြီး၏
တရားခေါ်သံများအောင်ပဲနှင့် သက်ကြီးပဲတော်ပဲကြောင်းပ

မိုင်းယောင်း ၅၆၂။

ရှုံးပြည်နယ်အရေးပိုင်း တာသူချိတ်ခုံပိုင် မိုင်းယောင်းမြို့နယ် ပွဲဖိုလယာဆုတေသနီး
ပြည့်စုံစေတိတတ်မြတ်ကြိုး၏ ပြု ၁ ရက်က သတ္တုန်းတွင် ခုံနှစ်ရက်တရားစနေ့
သိမ်းအောင်ပွဲနှင့် တတ်ယအကြောင်းမြောက် သက်ကြိုးပူဇော်ပဲ အမေးအနားကျင်းပနဲ့
ကြောင်း သိရသည်။

အနိပါတရားစခန်းကို မြို့နယ်ဘုံဆွမ်းလောင်းလူငယ်အသင်းမှ နှစ်စုံပြုမျှ။ ဖွင့်လှစ်၍ မြို့နယ်အတွက်နှင့်အသက် (ရွှေနှစ်)နှင့် အထက် အဘိုးအဘွား ၃၂ ပို့တို့အား ပုဇွန်ကန်တော့နိုင်ခဲ့ခြင်း သိရသည်။

(ମିଳିଯୁ ପର୍ଦ୍ଦ / ଲାଗ୍)

မီးပိုမီးအသုံးပြုလူ၏

- ၁။ လူစောင့်ထားပါ။

၂။ လောင်္တမီးအားကို လိုအပ်သည်ထက်ပိုများပါနှင့်။

၃။ မိဖိမိကြွင်မီးကျို့များ ဤမြို့သတ်ပါ။

၄။ မိဖိနှင့်အမိုး နံရုံအကြားအပူခံအကာအရုံများ ထားပါ။

၅။ သိဒ္ဓိတည်ပြီးမာမြုပါနှင့်။

မီးသတ်ပြီးစီးပွားရ

ဒလမြို့နယ်၏ သံယာတော်အရှင်သူမြတ်များအား ဆုမ်းသနစိမ်းလောင်းလုပ်ကြော

၃၈။ ပြု၏

မြန်မာနှင့်ဆန်းတစ်ရက်နောက်
ရန်ကုန်တောင်ပိုင်းခဲ့ခြင် ဒေသဖြို့နှင့်ယူ
ဖြို့မှု(၄)ရေပိုက်၏သံပေါ်တော်အရွင်သူ
မြတ်များအား ပုဂ္ဂိုလ်အတွက်ရှိ လမ်းမ
တစ်လျောက်မှ ဒေသပြည့်သူများက
ဆွဲးဆန်းနှင့်လူပြုလုပ်ထွေအောင်တို့ကို
လောင်းလှပါခိုးပြီး ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြု
လျက်ရှိပြောင်းသိရသည်။
(မြန်မာနှင့်ဆန်းတော်)



The image is a horizontal advertisement for MNZ Bill Counter & Safe. On the left, a woman in a blue dress stands next to a large silver safe. A gold circular seal with the number '1' and the text 'World Class Product of Korea' is overlaid on the safe. The background is teal. In the center, there is a large gold logo for 'mnz' with 'Bill Counter & Safe' written below it. To the right, there is promotional text in Burmese and English. At the bottom, there are contact numbers and a logo for 'URANUS COMPANY LIMITED'. On the far right, there is a yellow circle containing the text 'CALL NOW! 09.43198034'.

ရီလုံး ရှေ့ဆိပ်ကြီး နှစ်များ

ရိုလုံခြေဆိုင် အမှတ် [(၁)]၊ (၂)]၊ (၃)]၊ (၄) ချိန်လုံခြေဆိုင်နှင့် (၅)ချိန်လုံခြေဆိုင်များတွင် လက်လီလက်ကား ဝယ်ယူအားပေးကြသော နယ်ကိုယ်စားလုပ်ကြီးများ၊ နယ်ခြေဆိုင်ကြီးများနှင့် မိတ်ဟောင်းမိတ်သစ်များအား နှစ်သစ်မက်လာအပေါင်းနှင့် ပျော်ရွင်ချမ်းမြှုကြပါစေကြာင်း ရိုလုံမိသားစု ရေဆိုင်များမှ ဆုတောင်းမေတ္တာပို့သာပါသည်။

Ph - 09 - 771739370 , 01-200747(Ext)2008

ကန် ကက်နိုင်ကြောင်းကြော်လာခြင်း

သားအဖြစ်မအမေပိတ်စွဲ လက်ခိုင်း

ଓଡ଼ିଆ:ପ୍ରମାଣନ୍ଦିର୍ବଳୀ ଏକ ପରିବହନ ଯେତେ କିମ୍ବା କିମ୍ବା ଅଧିକ ପରିବହନ କରିବାକୁ ଉପରେ ଆବଶ୍ୟକ କରିଛି। ଏହା ଏକ ପରିବହନ ଯେତେ କିମ୍ବା କିମ୍ବା ଅଧିକ ପରିବହନ କରିବାକୁ ଉପରେ ଆବଶ୍ୟକ କରିଛି।

ପ୍ରଦୀପ କାନ୍ତିରାମ

କୁଣ୍ଡଳାର୍ଜ ମୁଦ୍ରଣକେନ୍ଦ୍ର
ଟେଲିଫୋନ୍ ୦୯ ୪୨୦୦ ୩୫୮୮୨
୦୯ ୪୨୦୦ ୩୫୮୪୪

ရွှေပမ်းခရီး
အိမ်ပြေငါး / အိမ်ရွှေလုပ်ငန်း
ကားဆိုဒ်နှစ်လုပ်သားပါ
ဝန်ဆောင်မှုပေးပါသည်။
Ph: 09-444808899
09-44488877

09-444808855

അമ്മാനു പ്രബീ
ഗോഡ് ഗുണത്തിലുന്നും ശ്രദ്ധയാളമാണ്.
വിശ്വാസിക്കുന്ന ദിവ്യാഭിരാതി ആ ദിവ്യാഭിരാതി മാനി.
എന്നിലും പ്രാഥിനി എന്ന പേരിൽ അപൂർവ്വമാണ്. ഏറ്റവും പ്രാഥിനി എന്ന പേരിൽ അപൂർവ്വമാണ്. ഏറ്റവും പ്രാഥിനി എന്ന പേരിൽ അപൂർവ്വമാണ്.

ପରେ ॥
 ଲାହୁ-ବୀରାମଦିନ ଗୁପ୍ତ + ଫେରାଟିକିଃ
 (ଚ) ପଠିଅଟ୍ଟିଣ୍ଡି: ଲୋଗିରିତିଃ ରଣ୍ଜିତିଃ ॥
 ଅଭିର୍ଦ୍ଦିନ (ଶ୍ରୀ) ଲଙ୍ଘନ (ଜ) ଲାହୁଃ
 ଭାବାର୍ଥିନ୍ଦ୍ରିୟର୍ଥାଃ ଆଶୀର୍ବାଦିଃ ॥
 ଶ୍ରୀକିର୍ତ୍ତୁନାଥାଙ୍କଳାଯା
 ଅନ୍ତଃ-୦-ବ୍ରିଂଗାପ୍ରିଯାରା

ဂျပန်နိုင်ငံ၏ တတိယအကြိမ်ပြောက် မြန်မာ့ရှိုးရာလက်တွေ့ပြုင်ပဲကျင်းပ

ပွဲစဉ်ခုနှစ်ပွဲပါဝင်ယူ၍ပြီးခဲ့ပြီး အမိကဗွဲစဉ်အဖြစ်
နိုင်ငံခြားသားနှစ်ဦး ပါဝင်ယူ၍ပြီးထိုးသတ်ခဲ့

သတင်း- မောင်စိန်လွင်(မြန်မာ့အလင်း)၊ ဓာတ်ပုံ- မင်းထက်

၁၀

မြန်မာနိုင်ငံ ရီးရာလက်ဝေါဒဖွံ့ဖြိုးပြု၏က တို့မှာ ပြီး ဂျပ်နိုင်ငံအပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ လက်ဝေါဒဖွံ့ဖြိုးပြု၏နှင့် မြန်မာမီဒီယာရဲ(ပါ)၏တို့ပါ ပေါင်းကျင်းပသော တတိယအကြိမ် မော်တော် ဂျုဏ်နိုင်ငံ မြန်မာရီးရာလက်ဝေါဒနိုင်ငံသို့ ချေပွဲတွင် ဂျုဏ်နိုင်ငံဆိုင်ရာ မြန်မာ သံအမတ်ကြီးနှင့် လူတ်တော်ကိုယ်စားလှယ်များ လာရောက်အားပေး ချီးမြှင့်ခဲ့ ကြောင်း သိရာထည်။

“အချကျင်းပဲခဲ့လဲ တတိယအကြမ်မြောက် ဖြန်မှုရီးရာလက်ထော်စိန်ချော်မှာ
ဂျပန်ပရီသတ်တော်တော်များများ လာရောဂါဌာည်ရှုအားပေးခဲ့ကြသလို ဂျပန်စိန်ငံ
ဆိုင်ရာ ဖြန်မှုသံအမတ်ကြီးနဲ့ ထွေတော်ကိုယ်စားလှယ်တွေလည်း လာရောဂါဌာ
ကြည့်ရှုအားပေးခဲ့ပါတယ်။ အခင်ပထမအကြမ် ခုတိယအကြိမ်တွေထက် လက်ချော်
ထဲမှာ ပရီသတ်တော်တော်လေး စည်ကားခဲ့ပါတယ်။ ဒါတို့ကိုရိုက်ထဲတွေ့ပြုသ
ခဲ့တဲ့ ရုပ်သံလိုင်းတွေကလည်း ရိုက်တယ်။ ကျွန်ုတော်ကိုနဲ့တော့ အားပေးမူချင်းက
တော်တော်လေးဘွားပါတယ်” ဟု ပြင်ပွဲကျင်းပရေးကော်မတ်တွေက ဖြန်မှုန်ငံဘက်
မှ တာဝန်ယူဆောင်ရွက်ပေးသည့် ဦးဝဏ္ဏ(ခ)မာရောက ပြောသည်။

စာမျက်နှာ ၇ ကော်လံ ၅ *



မြန်မာ ယဉ်-ဘဂ အသင်း ဂိုးပြတ်အနိုင်ရသော်လည်း ပိုလ်လုပ္ပါနှင့်လွှဲခေါ်

သတ်း-ဖိုးသော်၏၊ စတ်ပုံ-MFF

ଶିଖଗ୍ରହ ଯୁ-୧୮ ତିର୍ଯ୍ୟାମ୍ଭିପ୍ରିଦିପ୍ ଅନ୍ତର୍ଭାବରେ ହେଲାଏ ଯାଏନ୍ତି ବ୍ୟକ୍ତିଗତରେ କଥା ହେଲାଏ କଥା
ଫିନିଂସ୍ ରୂପରେ ପରିପ୍ରକାଶିତ ଆବଶ୍ୟକତା ପରିପ୍ରକାଶିତ ଆବଶ୍ୟକତା ହେଲାଏ କଥା
ଯୁ-୧୮ ଆବଶ୍ୟକତା ଫିନିଂସ୍ ରୂପରେ ପରିପ୍ରକାଶିତ ଆବଶ୍ୟକତା ହେଲାଏ କଥା
ଲାପୁଳା ଜାତିର ବିଭିନ୍ନ ଆବଶ୍ୟକତା ପରିପ୍ରକାଶିତ ଆବଶ୍ୟକତା ହେଲାଏ କଥା

မြန်မာ ယူ-ဘ အသင်းသည် စီယာကိန်ကလုပ်
ဟောင်အန်လိုင် ယူ-ဘ၍ အသင်းရှင် ယျာဉ်ပြုပါကတဲ့
ခဲ့ပြီး သုဂ္ဗားပြတ် အနိုင်ရခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ မြန်မာအသင်း
သည် အဖွဲ့များ နှစ်ပွဲဆက်တိုက် ရဲ့ ပွဲကြော်တွေ့ခဲ့သည်
လည်း နောက်ဆုံး နှစ်ပွဲဆက်တိုက် ခြေစွဲပြကာ
ဂို့ပြတ်အနိုင်ရခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ မြန်မာအသင်းသည် ယခွဲ
တွေ့ ဟောင်အန်လိုင် ယူ-ဘ၍ အသင်းကို ပြောအသာ ဖြင့် ကစား
နိုင်ခဲ့ပြီး တိုက်စစ်မှုးများ၏ တစ်ဦးချင်းစွမ်းဆောင်မှုများနှင့် အတူ
အနိုင်ရခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ ဟောင်အန်လိုင် ယူ-ဘ၍ အသင်း
သည် ပထမပိုင်းသာ မြန်မာအသင်းကို အပြန်အလုန်
ကစားနိုင်ခဲ့ပြီး ဒုတိယပိုင်းတွင် မြန်မာအသင်းက

ပွဲစကတည်းက နှစ်သင်္ခါနလုံး တိုက်စစ်ဖွင့် ကစား

အဖွင့်ပါးကို တိက်စစ်မှု၊ ဝင်နိုင်ထွန်းက သွင်းယူခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။
ဒုတိယပိုင်းတွင် မြန်မာအသင်း ပို့ကဗားနိုင်ခြေားပြီး တိက်စစ်မှု၊ များဖြစ်သည့်
ဝင်နိုင်ထွန်းနှင့် ဟန်းထက်အောင်တိုက် တစ်ဦးချင်းစွဲ့ေဆာင်ရည်များကြော်
ဟောင်အန်ဂလ္လာ လိုင် ယူဘူ အသင်း နောက်တန်ပြုဆင်ခဲ့ရသည်

မြန်မာအသင်းအတွက် အနိမ့်ဝိုးများကို ဟိန်းထက်
အောင်က ရှာ ပေါ်မြန်တွင် သွေးယူခဲ့သည်။ အခြား
ပွဲတွင် တောက်ကို ရီးယားကလော ဂုဏ်ချုပ် ယူ-ဘ အသင်း
က စီယက်နမ် ယူ-ဘ၍ အသင်းကို တစ်ဂိုး-ပိုးမရှိဖြင့် အနိမ့်
ရရှိသည်။

အုပ္ပါဒ္ဓစဉ်များအာဖြိုးတွင် ပီယက်နှစ် ယူ-ဘေးအသင်းက ဂိုးမှတ်ရွှေများ ယူ-ဘေး (တော်ကိုရှိရေးယေား)က ရှိမှတ်။ မြန်မာ ယူ-ဘေးအသင်းက ခြောက်မှတ်၊ ဟောင်အန်ဂယ်လိုင် ယူ-ဘေး (ပီယက်နှစ်) က လေးမှတ်၊ တရာ်ထိ (တိုင်ပေ) ယူ-ဘေးအသင်းက တစ်မှတ်တိရှုရှိသည်။ အမှတ်အများဆုံး နှစ်သင်္ခြန်သည့် ပီယက်နှစ် ယူ-ဘေးအသင်းနှင့် ဂုဏ်များ ယူ-ဘေး (တောင်ကိုရှိရေးယေား)က စိုင်လွှာ မြန်မာ ယူ-ဘေးအသင်းနှင့် ဟောင်အန်ဂယ်လိုင် ယူ-ဘေး (ပီယက်နှစ်)က တတိယနေရာလွှာ ကာစားရမည်ဖြစ်သည်။ တတိယနေရာလွှာနှင့် ပိုလ်လွှာကို မြှို့ ၂၂ ရက်တွင် ဆက်လက်ကျင်းမာည်ဖြစ်သည်။

လူစွမ်းအား အရင်းအမြစ်
ဖုံးဖြိုးစေး

မုန်ပစ်ခဲ့သော
ရက်ပိုင်းအရှယ်ကလေးကို
မုန်တောင်ရဲကင်းမျှ။
မိသားစုက မွေးစား

အမေရိကန်က
အင်အားသုံးတိုက်ခိုက်မှူးများ
နောက်ထပ်ပြုလုပ်ရန်
ပြင်ဆင်နေမှုကို
ပြောက်ကိုရီးယားသတိပေး

୧୦ - ପାତା/ପଣ୍ଡ

The advertisement features a large orange graphic on the left with the Diamond logo and quality certification icons (ISO 9001, GlobalGAP, UKAS). The main headline reads "DIAMOND QUALITY CHICK & FEED". Below it, two Burmese text blocks read "မွေးမြှောရေး အသာ:တိုးကြော်သာ:ပေါက် နှင့်" and "မွေးမြှောရေးအတာ:အတာ". The background shows a modern poultry farm with long rows of chick pens, silos, and bags of Diamond feed labeled 165, 202, 200, 203, and 281.