

မြန်မာ့အလင်း

၁၂၃၅ ရန်ကုန်တည်ထောင်သည် | Established in 1914
Myanmar Alinn Daily

၁၃၆၆ ခုနှစ်၊ နတ်တော်လပြည့်ကျော် ၈ ရက်

၂၀၂၄ ခုနှစ်၊ ဒီဇင်ဘာ ၂၃ ရက်၊ တနင်လ္မာနေ့

အတ္ထ (၆၄)၊ အမှတ် (၀၈၄)

သူတော်ကောင်းတရား ကြားနာရခြင်း
လူအဖြစ်ကို ရခြင်းသည် ခဲယဉ်း၏၊ သဘွေတ်ဝါဒို၏
အသက်ရှုပြခြင်းသည် ခဲယဉ်း၏၊ သူတော်ကောင်းတရား
ကို ကြားနာရခြင်းသည် ခဲယဉ်း၏၊ ဘုရားရှင်တို့ ပွင့်ထွန်း
ပေါ်ပေါက်လာရခြင်းသည် ခဲယဉ်း၏။

ବ୍ୟକ୍ତିଗତ (ମୁଖ୍ୟ-ଚର୍ଚ)

ჭირდეთ მანქანურ ვებგვერდზე გვიხვდეთ ეს ტექსტი.

- | | | | |
|----|---|--|--|
| ၁။ | <p>လှုတ်လပ်ဖြီးတရားများတော်သာ ပါတီစိနိုင်ကဗျာရေစိအတွေထွေရွေးကောက်ပွဲ အောင်ပြင်စွာ ၄။</p> <p>ကျင်းမာရေး ပြည်ထောင်စုတစ်စိုးလုံး တည်ပြုခြားချက်များများမှာ တရားများပေါ်ပေါ်စိနိုင်သူများမှာ အပြည့်အဝရှိလေသော် အလေးထားဆောင်ရွက်သွားမည်။</p> | | <p>စစ်နှစ်စဉ်းကမ်းပြည့်သည့် ပါတီစိနိုင်ကဗျာရေစိနှင့် နိုင်မှာစေရေးနှင့် စိမ့်ကဗျာရေစိနှင့် ဟက်ဒုရိယန်စုအခြားသွေးသည့် ပြည်ထောင်စုတာည်သောက်ရေးလုပ်ငန်းစဉ်များကို အိုင်အဟုရိယန် ဆက်လက်ဆောင်ရွက်သွားမည်။</p> |
| ၂။ | <p>တိုင်ရင်းသားပြည့်သုတေသနပို့စ္စားနှင့် အကျိုးပို့စ္စားသား နှင့်ပြောရေးကို အမြဲ့အစွဲ့သွေးတွေ့၍ ၅။</p> <p>ကုန်တတ်လုပ်နှင့်များအားမြှုပ်စွာပြန်လုပ်မှုများရေးနှင့် ပြည့်သုတေသနပို့စ္စားနှင့်အား အိုင်အဟုရိယန် လုပ်မှုများဘာဝမြှုပ်မှုများရေး ဆက်လက်ကြိုးပို့စ္စားဆောင်ရွက်သွားမည်။</p> | | <p>ဆောင်ရွက်ပွဲပို့စ္စားနှင့်သွေးသားအားလုံး၏ အဆုံးအရေးများ နှစ်နာစုများအား နည်းလည်းကျော် မှုပ်ကုန်မှုများသည် အတွေထွေရွေးကောက်ပွဲပို့စ္စားနှင့်ပြည့်သုတေသနပို့စ္စားနှင့်အား အရေးပေါက်လည်အင့်ရာ ပြောန်းချက်များနှင့်အညီ ဆောင်ရွက်ခြင်းတို့ပြီးပါက ဂုဏ်လပ်ပြီး တရားများတော်သာ ပါတီစိနိုင်ကဗျာရေစိအတွေထွေရွေးကောက်ပွဲ ကျင်းပျော် တွက်ပေါ်လာသည့် အစီးအား နိုင်ငံတော်တာနှင့်လွှဲပို့စ္စားနှင့် ဆက်လက်ဆောင်ရွက်သွားမည်။</p> |
| ၃။ | <p>နိုင်ငံတော်၏ ပကတ်တိအန္တိသာရှုပြန်သာ ပြည်တွင်မြှုပ်များရေးနှင့် ရရှိထားသည့် ပြည်တွင်း ပြုခြင်းများရေးရေးလမ်းများ တည်ပြုမှုပို့စ္စားသွေးအတွက် (NCA) ပါ သဘောတူညီချက်များ အတိုင်း ပြစ်နိုင်သွေးသွေး အလေးထားလုပ်ဆောင်သွားမည်။</p> | | <p>စစ်နှစ်စဉ်းကမ်းပြည့်သည့် ပါတီစိနိုင်ကဗျာရေစိနှင့် နိုင်မှာစေရေးနှင့် စိမ့်ကဗျာရေစိနှင့် ဟက်ဒုရိယန်စုအခြားသွေးသည့် ပြည်ထောင်စုတာည်သောက်ရေးလုပ်ငန်းစဉ်များကို အိုင်အဟုရိယန် ဆက်လက်ဆောင်ရွက်သွားမည်။</p> |



နိုင်တော်စီအပ်ချုပ်ရေးကောင်စီးယဉ် နိုင်တော်ဝန်ကြီးချုပ် မြတ်လျှော့မှု၊ ကြံး မင်းအောင်လို့ ခရာစွမ်တ် နှစ်ခုနှဲးဆုံးကော်မူများဖြစ်သည်။

နှင့်တော်စီမံအုပ်ချုပ်ရေးကောင်စီဥက္ကဋ္ဌ နှင့်တော်ဝန်ကြီးချုပ် ပုဂ္ဂလ်ချုပ်မှုးကြီး မင်းအောင်လှိုင် ခရစ်တော်မွေးနေး(ခရစ္စမတ်)ကျေးဇူးတော်ချီးမွှုမ်းခြင်း အခမ်းအနားသို့ တက်ရောက်ချီးမြင်

နေပါသိတော် ဒီဇင်ဘာ ၂၂

ଯାଦ୍ୱିତୀ ଅର୍ଥ ଓ ବନ୍ଦମୁଖ

တရားမဝင်ကုန်သွယ်မှုမ
တရားဝင်ကုန်သွယ်မဆို၏

ကျန်းမာချင်ပါသလား...
လမ်းလျောက်ပါ

နောက်ပါ

A small circular icon containing the letters "CC" with a person icon next to it, indicating a Creative Commons Attribution-NonCommercial license.

၁၀၁

6

၂၀၂၂ ခုနှစ် တက္ကသိလိဝင်စာမေးပွဲ အထောက်အကူးပြု
အဆောက်အအုံပိုင်း၊ လီကျော်စာမျက်နှာပါ့

၂၅၂ ခုနှစ် မတလွှင် ကျင်းမာည့် တဆုံးသို့ပိုဝင်စာမေးဖြူအတွက် မမေ့ဖွဲ့အထောက်အကြပြု စာတုပ္ပဒေသာရပ်ဆိုင်ရာ သိကောင်းစရာများကို ပျော်နှစ်နာရီ၊ ၁၆၊ ၁၇ တို့တွင် ဖော်ပြုပို့ပါသည်။

နှင်း၏ စိက်ပျီးရေးကဏ္ဍမြင့်မားရေးတွင်
စိက်ပျီးပညာစွမ်းပကားဖြင့် ပိုင်းဝန်းမြင့်တင်

မြန်မာနိုင်ငံပြန်တမ်း

အမြတမ်းအတွင်းဝန်/ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်အဖြစ်
တာဝန်ပေးအပ်ခြင်း

မြန်မာ့ပင်လယ်ပြင်အခြေအနေ

နေပြည်တော် ဒီဇင်ဘာ ၂၂

ပိုး/ခလ်

အစိုးရရုံးပိတ်ရက်နှင့် အများပြည်သူ့အလုပ်ပိတ်ရက်များ၏ ကြေားရက်များကို
တစ်ဆက်စပ်တည်းပိတ်ပေးပြီး ပိတ်သောရက်များအတွက် စနေတစ်ရက် ပိုမ်းအစားထိုးရှိနိုင်သတ်မှတ်

နေပြည်တော် ဒီဇင်ဘာ ၁၁

(က) ၂၀၂၄ ခုနှစ်၊ ဒီဇင်ဘာလ၊ ၁၈ ရက်(စနေနေ့)၊ အုပ်ရက်(တန်ဖိုးနေ့)၊ ၃၀ ရက်(ကရင်နှစ်သစ်ကူးနေ့)နှင့် ၂၀ ဧပြီ ခန့်ခွဲ၏ အနေဖြင့်

(၁) ၂၀၂၂ ခုနှစ် မတ်လ ၁၃ ရက်(တရာပိုင်လဖြောက်နေ့)၏။ ၁၃ ရက်(နေ့စနစ်နေ့နှင့်နေ့စနစ်နေ့နှင့်)၏။

(၈) ၂၀၂၂ ခုနှစ် နိုဝင်ဘာလ ၁၄ ရက် (စနေနေ့) ၂၃၇၅ (တနင်္လာနေ့နေ့) နှင့် ၂၄ ရက် (တနင်္လာနေ့နေ့) တိကြားမျှ နိုင်သူ

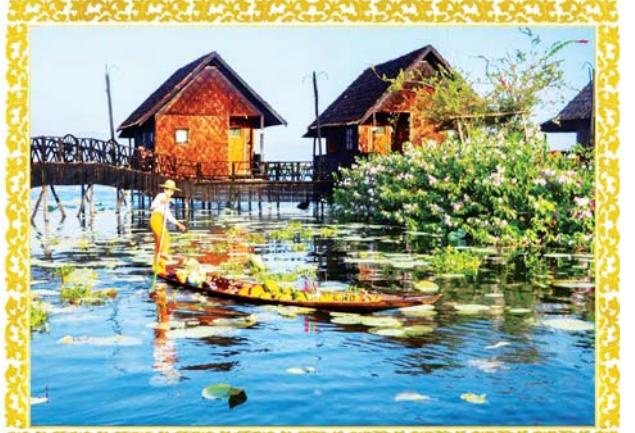
ရှုက် ရွှေတော်ဘုရား ငါ ရှုက်။
အထက်ပါ ဝိဘ်ရှုရှည်အဖြစ် သတ်မှတ်ပေးသည့် ရုံးပိတ်ရှုရှည်များ၏ ရွှေလာမည့် အနီးဆုံး စနေနေ့တန်ရှုကိစိကို အစားထိုး၊ တက်ရှုက်များအပြား သတ်မှတ်မည်ဖြစ်သည်။ ပထဝ ရုံးပိတ်ရှုရှည်အတွက် ၂၀၂၁ ခုနှစ် နေ့နံပါတီလ ၄ ရက် စနေနေ့သည် အစားထိုး ရုံးတက်ရှုရှည်ဖြစ်သော်လည်း၊ ယင်းနေ့သည် လွှာတ်လုပ်ရေးနေ့ဖြစ်လိုက် နေ့နံပါတီလ ၁၁ ရက်(စနေနေ့)၊ ဒု၊ ဝတ်၊ ယုံး၊ ရုံးပိတ်ရှုရှည်အတွက် မတ်လ ၂၂ ရက် (စနေနေ့နှင့် မတ်လ ၂၂ ရက်(စနေနေ့)) တတိယုံး၊ ပိတ်ရှုရှည်အတွက် နိုဝင်ဘာလ ၈ ရက်(စနေနေ့)၊ စေတုထွေး၊ ပိတ်ရှုရှည်အတွက် ၂၀၂၁ ခုနှစ် နေ့နံပါတီလ ၃ ရက် (စနေနေ့)တို့တို့ အစားထိုး၊ ရုံးတက်ရှုရှည်အတွက် ၂၀၂၁ ခုနှစ် နေ့နံပါတီလ ၃၁ ရက်(စနေနေ့)တို့တို့ အစားထိုး၊ ရုံးတက်ရှုရှည်အတွက် ၂၀၂၁ ခုနှစ် နေ့နံပါတီလ ၃၁ ရက်(စနေနေ့)တို့တို့ သတ်မှတ်ပည့်ဖြစ်သည်။

မန်မှုအလင်း

စာတည်းမှုးချုပ်	- နိုင်ငံရိုင်	သတင်းထောက်များ	- ခင်တနာ
စာတည်းမှုး	- မြင်းစီး	အပြည့်တန်း	- ကျော်ခွဲ့ချုပ်၊ ၁၇၅၆၃၊ တင်မောင်လွင်
စာတည်းမှုး	- ဝင်းကျဉ်း နောက်တွန်း	သတင်းထောက်များ	ဟိန့်စာတော်ခေါ် နောက်တွန်း(၂)
ဘာသာပြုစာတည်း	- မြို့အုပ်စုံဒေသ တင်ပေးဆောင်	အထောက်တန်း	- ဇော်ဗိုင်းအောင်၊ ဝေါ်ဆုံး ခင်မြေဖွေး
သုတေသန	- အီးအိုင်နှင့် အပွဲ့	သတင်းထောက်များ	
ပုဂ္ဂိုလ်	- ဇော်ဗိုင်းအုပ်စုံနှင့် အပွဲ့	ဓမ္မပို့ဆောင်ရေးတော်	- တင်းစီး
စုမျက်နှာနှင့်စည်ဗွဲနှင့် ဒီဇိုင်း	- အီးအိုင်နှင့် ချောင်းပို့ဆောင်ရွက်သွားသွေး	ဒီဇိုင်းအုပ်စုံနှင့် အပွဲ့	- သက်ပွဲ့ခိုင်းနှင့် အပွဲ့
နှင့်ပြည့်စုံတွေ့ဆုံးအောင်		အောင်	
နှင့်ပြည့်စုံတွေ့ဆုံးအောင်			

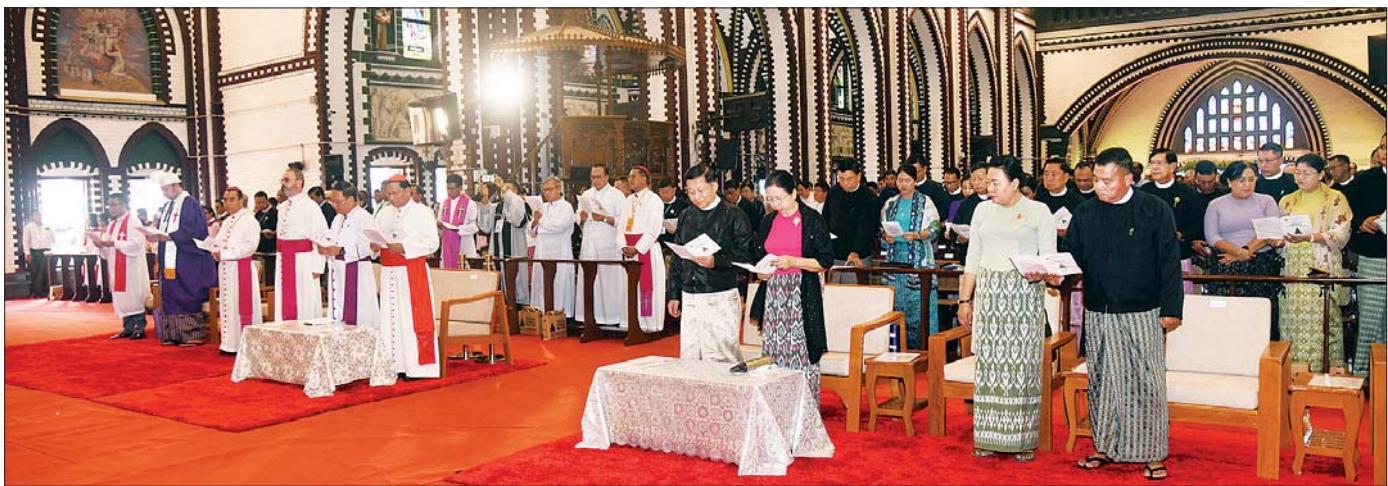
တိုင်းသူ့ပြည်သားလူအများဟာ ဥမက္ခ၊ သိုက်မပျက်
တည်တည့်တည်း စည်းကမ်းတကျရှိဖို့ လိုတယ်။
မလိုတဲ့သူတွေက ဘယ်လိုတိုက်တိုက်၊ ရှိုရှို၊ စေ၊ မိမိတို့
အဓိကပန်းတိုင်ကို မျက်ခြည်ပြတ်မခံဘဲ၊ လမ်းမလွှဲ
ဒေါက် ကြီးစားဖို့လိုတယ်။

(ტိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်း၏ ၁၉၄၇ ခုနှစ်၊ နေ့နံပါရီလ ၁ ရက်နေ့တွင်
ရေဒါယိမ့် ထုတ်လွှင့်ခဲ့သည့်မိန္ဒဗုံးမှ ကောက်နှုတ်ချက်)



အင်းကေးခါး

ဓာတ်ပံ့ - မျိုးမင်းထိက်(ပြန်/ဆက်)



କୁଣ୍ଡଳରେ ପାଇଁ ଏହି କାମ କରିବାକୁ ଅନୁରୋଧ କରିଛି ତାଙ୍କ ପାଇଁ ଏହାକୁ ଆଶୀର୍ବାଦ ଦିଲାଯାଇଛି ।

□ ၆၇

အဆိပ်အခမ်းအနားသို့ နိုင်ငံတော်စိမ္ပာဂျာ၊
ရွှေကောင်စီးကြား နိုင်ငံတော်ဝန်ကြီးသူ၏နှင့် အေး
ဒေါက္ခာ၊ အောက်လျှော့လျှော့ ကောင်စိုးဖော်အတောင်းရဲများ၊
ထိုလျှော်ကြီး လုပ်ငန်းနှင့် နောက်စိဝင်များနှင့်
နောက်များ၊ ပြည်ထောင်စုစိုးများနှင့် နောက်များ၊
ကာကွယ်လျှော်ကြီးသူ၏ပုဂ္ဂိုလ်၊ အသင်မြှင့်တံ့သတော်
အရာရှိကြီးများနှင့် နောက်များ၊ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး
ဝန်ကြီးသူ၏၊ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီးရုံးများ၊
မြို့တော်ဝန်၊ မြို့မာနိုင်ငံအိုလားကောင်စိမ္မာ၊
ရရှေတော်ကြီးများ၊ မြန်မာစိုင်ငံကောက်သာလ်
သာသာနာမ်ရရှေတော်ကြီးများ၊ မြို့မာနိုင်ငံလေလိပ်
ခရိုယ်မှုမဟားမိတ်အဲဆုံးသူ၏များ၊ ဆရာတော်ကြီးများ၊

မြန်မာရိုက်င်ခေါ်တော်သာသနပြန်ဖွားမှ ဂူပေါင်း
ဆောင်ရွက်ရေးအဖွဲ့ချုပ်မှ ဆရာတော်ကြီးများ
သာသနပေါင်းစဉ်ကြည်ရေးအဖွဲ့ထဲတော်နှင့်သူများ
ဒါတိကြားထားသည့် အုပျိုးသည်တော်များ မြန်မာရိုက်င်
ရှိ ခရစ်ယန်ဘာသာဝင်များ၊ ကာကွယ်လစ် လူပေါ်
အဖွဲ့များနှင့် ခရစ်ယန်ဘာသာဝင်ရပ်မိရပ်များ
တော်ရောက်ကြသည်။

ဦးလွှှိုင်တော်စီမံအုပ်ချုပ်ရေးကောင်စီးတွေကြုံ
နိုင်တော်စုံကြီးချုပ်နှင့်နေး၊ အဖွဲ့အစုံများသည်
St. Mary's Cathedral Church သို့ ရောက်ကြုံ
ရာ ကာကွယ်လစ်တော်များသာသန၊ ဂုဏ်းချုပ်
ဆရာတော်ကြီး၊ ကာနိုဒ်ချုပ်သိန္တန် သင်းအပ်
ဆရာတော်များက ကြုံဖိန်တော်ကြုံသာသန။

ယାଣ୍ଟିଫେକ୍ଟାଗ୍ର ଅପଳିଃ ଆଫାଁ ଗିନ୍ତି ଠାଟଙ୍କୁଗୁଣ
ଟେର୍ବରଶରୀ ଖାଲିଃ ମ୍ରିଦ୍ଦିନ୍ତିଗ ଆଫ୍ରଦିଷ
ଚାଚାଫାହିନ୍ତିର୍ବିଲ୍ଲିଃ ଠାଟିପଢିଵାନ୍ତି ପ୍ରିଦି
କ୍ଷତ୍ରିନ୍ଦିଃ ହାରିତଗାଃ ଭେବ୍ରିକ୍ରିଃ ଯନ୍ମି॥

အဖြောက်ပိုင်းနည်းလမ်းကော် အောင်မြို့
ပိုင်းနည်းလမ်းအနေဖြင့်လည်း ပြည်သူ့အားလုံး
လိုလ်သည့် ပိုင်းနည်းလမ်းနှင့်မာရေးနှင့်
အသတ်ခု လိုလ်သည် ပိုင်းနည်းလမ်းနှင့်မာရေးကို၍
အသတ်ခု လိုလ်သည် ပိုင်းနည်းလမ်းနှင့်မာရေးကို၍
အသတ်ခု လိုလ်သည် ပိုင်းနည်းလမ်းနှင့်မာရေးကို၍



ကက်သလစ်ဂိဏ်းချပ်သာသန၊ ဂိဏ်းချပ်ဆရာတော်ကြီး၊ ကာဒီနယ်ချားလုပ်ဘိုက ခရွှေမတ်ကောင်းချီးဆုံးမှန်စကား မှုပေပြောကြားစဉ်။

ကျောကလွှာအသီးသီးမှ ပါဝင်ပေး

အပေါ်တစ်ဦး နှာလည်မှု သုတေသနီးပေးမှုစိတ်ထား
များဖြင့် တည်ဖို့အေးချိုးသာယာလုပ်သည့်
လူအဲ့အလိုးတစ်ခု တည်ဆောက်သွားကြရန်
နှိုးဆောင်လျက် အခုံမဟုတ်ဘုရားကောင်းတော်ပါ၏

၃၇၁ ပြောကြားသည်။

A photograph showing four individuals standing on a red carpet in front of a church altar. From left to right: a man in a black blazer and patterned pants; a woman in a pink top and dark pants; a man in a white clerical robe with a red sash; and a man in a purple clerical robe with a white sash. They are all holding up a large, ornate gold-framed card. The card features a white background with a red border. At the top, it says "Merry Christmas & Happy New Year". Below that is a colorful illustration of Santa Claus sitting on a sleigh pulled by reindeer, with a Christmas tree and wrapped gifts in the background.



ယင်းနေဂံ၏သိက္ခာတော်ရွာလဲ မင်းပါးမာစတန်
က ကျေးဇူးတင်ကားပြောတြာဖြီးသိက္ခာတော်ရဲ
ဆရာတော်သားနေဂံ ခရာစွဲမှတ်အခါးမယ
ထိတော်ဟာသု ညာဘာပွဲဖြစ်ပြောကျရန် ငါဝင်
ပေါ့သူများအားလုံးအတွက် ကျေးဇူးတော်ရှိနှစ်
ပိုင်းတို့ အောင်ကိုယ်။

ထိနောက် “ခရစ်တော်ကြွလာကျူး” မှု
သီချင်းကို ပရိသတ်များက သံပြိုင်သီဆိုကြသည်။

ခရစ္စမတ်ကောင်းခီးဆုမှန်စကားမျှ။

မိတ်သဟာယဉ်စာကို အတေတာကူသံးဆောင်

ယင်းနေဂုံး၏ရွှေချောင်းတော်မြို့အဲပျော်ရွေ့ကောင်း
လွှာကြော် နိုင်ငံတော်ဝိဖြူးသူများ၏အိမ္မား။
တို့ရောက်လာကြသည့် အိမ္မားသူများသည်
မြို့မြို့မြို့မြို့ ဆုတေသနအောင်တော်ပါင်းအားဖွဲ့
ချုပ်ဖြူးသူများ၊ တည်ခွင့်မြို့မြို့သည့် မိတ်သဟာယ
ညာကို အတူတကွားသော်လိုအပ်သည့် သတေသန။



ჭრის დროის განვითარების მიზანით უკავშირდება მთელი ქვეყნის მიერ მთელი მასშტაბით. ამ მიზანის მიზანით უკავშირდება მთელი ქვეყნის მიერ მთელი მასშტაბით.

ရေဆင်းစိက်ပျိုးရေးတက္ကသိုလ် နှစ်(၁၀၀)ပြည့် ရာပြည့်ခန်းမာဖွင့်ပွဲနှင့် ရာပြည့်သဘင်အခမ်းအနာဂတ်ပါ။

နေပြည်တော် ဒီဇင်ဘာ ၂၂
 နိုဝင်ဘူးရေး ဓမ္မဂြိုဟ်နှင့် ဆည်ပြောင်းဝန်ကြီးဌာန
 ရေအင်းနိုဝင်ဘူးရေတွေထဲလိုက် နှစ် (၁၀၀) ပြည့်
 ရာပြည့်သိန်းများဖွံ့ဖြိုးနှင့် ရာပြည့်သာက်အင်းအနား၊
 အေး ယနေ့နှစ်ကိုပို့ဆောင် အသိပါတွေထဲလိုက်
 ကျင့်ပေါ်လှပါရေး နိုင်ငံတော်စီမံချက်ပျော်ရေး
 ကောင်းမြှုပ်နည်းနိုင်ငံတော်ဝန်ကြီးချုပ် နိုင်ချုပ်ရှုံး
 ကြီး မင်းအင်းလိုက် တက်ရောက်ချို့မြှုပ်နည်း
 အမှာစကား ပြောကြေးသည်။

အစိမ်းအနာဂတ်သိမ်းများ၊ ကောင်စီအဖွဲ့အစည်းများ၊ ပုံစံချုပ်ပြီး၊ ရုဝေးများ၊ ကောင်စီအဖွဲ့ဝင်များ၊ ပြည့်ထောင်စုစီချုပ်များ၊ ဒေပြည်တော်ကောင်စီအုပ်စု၊ ကာကွယ်ရေးမှုပိန်းများ၊ အဆင့်ပြင်၊ တပ်မတော်အရေးချို့ပြီးများ၊ ဒေပြည်တော်စိုင်းစစ်ဆေးချုပ်ပြုစိုင်းများ၊ စုစုပေါင်းစပ်ပြုချုပ်များ၊ စိတ်ကြားထား၊ သည် အညွှန်လည်တော်များ၊ ရေဆင်စိန်ပျိုးရေး၊ တဘုတ္တသိမ်းအုပ်စုများ၊ ပါမောက္ခချုပ်များ၊ စုစုပေါင်းစပ်ပြုချုပ်များ၊ ရေဆင်စိန်ပျိုးရေး၊ တဘုတ္တသိမ်း၊ ပါမောက္ခချုပ်များ၊ ရေဆင်စိန်ပျိုးရေး၊ တဘုတ္တသိမ်း၊ ပါမောက္ခချုပ်များ၊ ကတိကျော်များ၊ ဆရာ ဆရာများ၊ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများနှင့် တာဝန်ရှိသူများ၊ တက်ရောက်ခြားသည်။

စက်ခလုပ်နိုင်ဖွဲ့လှုံ
ယင်းနောက် နိုင်ငံတော်မီမံအုပ်ချုပ်ရေး
ကောင်းလွှာ၏ နိုင်ငံတော်ဝန်ဖြေးချုပ်က ရေဆာင်
စိုက်ပျိုးရေးတွေသိလိုအပ်(၁၀၀)ပြည့်အထိအုပ်မှုတ်
ရာပြည့်ခန်းမ ကမ္မည်းမောက်ကုန်းကျော်စာနှင့်
ရာပြည့်ခန်းမဆိုင်ဘာတိဂုံ၊ စက်ခလုပ်နိုင်ဖွဲ့လှုံ
ပေပြီး ကမ္မည်းမောက်ကုန်းအား အဓမ္မနှင့်သာရည်များ
ပက်ဖွဲ့နေပေသည်။ထိုနောက်တက်ရောက်လျက်ရှိ
များက ကမ္မည်းမောက်ကုန်းအား အဓမ္မနှင့်သာရည်များ
သာတ်လက်တ်ဖော်မျိုးလေးကြောင်း။

ଦୟାତ୍ମକ
ପରିବହନ

ଶରୀରରେ ଜୀବିତରେ
ଅନୁଭବ ଏବଂ ଅଭିଜାତିରେ
ଯାହାରେ ଆତ୍ମରେ ଆତ୍ମରେ
ଅନୁଭବ ଏବଂ ଅଭିଜାତିରେ
ଯାହାରେ ଆତ୍ମରେ ଆତ୍ମରେ



၁၃၅

ଗ୍ରୀଷ୍ମିକ୍ତିଶାର

ယင်းနောက် နိုင်ငံတေသိနိုင်အဖွဲ့ပြုရေးကောင်း
ကြော် နိုင်ငံတော်နိုင်ပြုခါပို့နှင့် အဆိုးအစား
တက်ရောက်လာပြောများသည် ပေါင်းပို့ပြီး။ ဗျာ
တက္ကသိုလ် နှစ် (၁၀၀)ပြည့် ရာပြီးသာတ် အမေး
အနားကျင်သမည့် ဘုရားနှင့်သာတ်နေးမဟုတ်
သူ့အောက်ကြော လုပ်ကောင်ယာတစ်ဖျောက်တွင်
ကျော်းသား ကျော်းသူများနှင့် တိုင်းငြင်းသား
ကောင်ယိုဓမ္မား၊ ကြီးစိုက်တို့ဘက်ကြသည်။



କୁଣ୍ଡଳେଟାରୀତିପାଇଁବୁଦ୍ଧିରେ ଗୋଟାନ୍ତିମୁହୂର୍ତ୍ତ କୁଣ୍ଡଳେଟାରୀତିରେ ବୁଦ୍ଧି କିମ୍ବା ଏକ ଭାବୀ କ୍ରିୟାବ୍ଲେଙ୍କ ଅନୁଷ୍ଠାନିକ ଉପରେ ଆବଶ୍ୟକ ହେଉଥିଲା ।



ପ୍ରକାଶକ ମୁଦ୍ରଣ

- ◆ ቅዱ(၁၀၀)ကሳለအတွင်း ተက္ကသိုလ်အနေဖြင့် နိုင်ငံတော်က အားထားရမည့် အသိပညာရှင် အတတ်ပညာရှင်များအဖြစ် စိုက်ပျိုးရေးသိပ္ပါးဘဲ ၁၃၇၈၅ ခုံ၊ မဟာသိပ္ပါးဘဲ ၆၇၃ ခုံ၊ ပါရဂုဏ်ဘဲ ၈၂ ခုံ၊ ဘဲလွန်ဒီပလို့ာ လက်မှတ်ရ ၇၀ ဧင် မဟာဒသုန္တာရ ၁၁ ခုံးတို့ကို မေးထဲနိုင်ခဲ့သည်ကိုတွေ့ရ

- မိမိတိုအနေဖြင့် နိုင်ငံတော်၏တာဝနကို ယူပြီးချိန်တွင် “တိုင်းပြည်သာယာဝင်္ဂီရေးနှင့် စားရေရှိကြော်လုပ်ရေးတို့အတွက် တိုင်းရှင်းသားပြည်သူတစ်ရပ်လုံးနှင့် အကျိုးဝင်သော စိုက်ပျိုးရေးနှင့်မွေးမြှို့ရေးကို စောင့်ပိနည်းစနစ်များဖြင့် တိုးတက်အောင် ဆောင်ရွက်ပြီး အေားခါးပွားရေးကဏ္ဍများကိုလည်း ဘက်စုံဖြိုးတိုးတက်အောင်တည်ဆောက်ရေး” နှင့် “ပြည်တွင်းစားသုံးသီး ဖူလုပ်ရေးအတွက် ဆီထွက်သီးနှံ စိုက်ပျိုးမှုကို အားပေါ်မြှင့်တင်ပြီး ပန်းစိုင်ရည်များချက်အတိုင်းထွက်ရှိအောင်ဆောင်ရွက်၍ နိုင်ငံ အတွင်း ဖူလုပ်မှုသည် ပြည်သုတေသနအတိ ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ရေး”ဟူသည် စီးပွားရေးတိုးတက်ချက်များကို ထည့်သွင်း ချမှတ်ပြီး နိုင်ငံတော်ကြိုး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် နိုင်ငံအတွင်း စားရေရှိကြော်လုပ်ပိုလျှော့အောင် ဘက်ပေါင်းစဉ်က ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်နေ

ပေါင်နှီက သောအန္တိတွက် ပုံနှိပ်စာတိမ်နေကြခဲ့
ကြောင့် စိုက်ပျိုးရေအတွက် အတိကလိုအပ်သည့်
လူသားစွမ်းအင်အရင်းအဖြစ်များမှာမြတ်တင်
နေပြီ စိုက်ပျိုးရေအတွက် အားသောက်ဟိုဖြစ်သော
ကြောင်း။

စိုက်ပျိုးရေအတွက်သိလိုက် သမိုင်းမှတ်တစ်ဦးကို
လေ့လာကြည့်သည့်အခါ့၌ ကိုလိုနိုလက်အောက်
ကျော်ရေခဲ့ပါ ဆယ်စုစုပေါင်ကာလများတွင် မြို့မားလိုင်းကို
၏ရေခဲ့မြေပြီကောင်ကို အသုံးပါ၏ရင်ကို အိမ်ယဉ်လိုင်းကို
ကို စိုက်ပျိုးရေအတွက်ပေါ်လာသည့်များ စော်တဲ့ကြောင်း
သည်ကိုတွေ့ရေကြရောင်း။ ယင်းကာလတွင် ပညာသာ
ဇော်တွေ့ခဲ့သူ ၄၀ အနေက ၁၂ ဗို့သည် မိမိပို့စိုင်း

ଶିଖିତିକ୍ଷଣରେ ଏହାରେ ପାଇଲାମାନଙ୍କରେ

ପରିବାରକୁ ପରିବାରକୁ ପରିବାରକୁ
ଦେଖିବାକୁ ପରିବାରକୁ ପରିବାରକୁ ପରିବାରକୁ

လုပ်သူများအတွက် အနေဖြင့်

အကျိုးအမြတ်ရှိပါး ခိုင်မှာသေခာသည် သီးနှံထဲ

လပ်မဖိစ်လာနိုင်ရန် တိုးတက်ဖံ့ဖြိုးလာသော

နိဂုံးပြုလေသာရေးနှင့် ပုံးပေါ်မြို့တေသန

တော်ခေါ်ဆောင်ရွက်နိုင်စမ်းရှိသည်

အာရုံးအသေသနပြုသူများနှင့်စွားဂျုဒ္ဓဗုဒ္ဓ မြည်းခွဲ
စိတ်ကြပိုးရေးပညာရှင်မှေားရီမှ ဖြစ်မသုဆိုသည်

သတိပါမိလာခဲ့ကြပောင်း။

လေးစားဂုဏ်ယူအသိအမှတ်ပါ

ထိကြာင် လိအပ်သည့် စိက်ပျိုးရေးပညာ

များကို မွေးထဲတ်ပေးနိုင်ရန် စိုက်ပျိုးရေးကောလိပ်အ-

သုတေသနပိမာန်ကို ၁၉၂၄ ခုနှစ် ဒီဇင်ဘာလ

ရက်တွင် မန္တလေးမြို့၏ စတင်တည်ထောင်ဖွင့်လ

ခုသည်ဟုသိရကြောင်း၊ ယင်းကာလကတည်း

ტურქული სახელი და გვარი დარღვეული იყო.

အခြေခံသည့်နိုင်ခြေဖြစ်ပါသည်။
ကိုယ်ကိုပြုခြင်းမှာကြသည်ဟုလေးစာကတ်လူ
အသေခိုက်ပြုပေါ်ကြရား၊ ဘုရားရန်အောက်တိုဘာ
လ ၁ ရက်တွင် စိုက်ပျိုးအေးတော်လိပ်ကို စိုက်ပျိုးရေး
တုက္ခလိုအြေဖြစ် တို့မြှင့်လှုပဲခဲ့ကြရား၊ ဘုရား
ရန်နှင့် စိုက်ပျိုးရတုက္ခလိုအိုလိုက် စိုက်ပျိုးရေး
အတွက် အခြေခံလိပ်ချက်များ ပြည့်စံနေသည့်
ပုံးမနားမြှိုက်နည် ရွောင်းအသေသိ ပြင်ငံးဆွဲ
ဖွင့်လည်ခဲ့ကြပါမ်း။



အထက်နှင့်ပြည့်စီရေး၊ ပြည်သူ့လုပ်ဆောင်ပျက်ရှိရေး၊
ကြောင်း၊ ပန်းစဉ်ပည်မှုနှင့်ချက်သည် အတိတိဖြစ်၍
သတေသနဖြုပြုမှုများ၊ ဖော်ထုတ်ထားမြင်ပြစ်သွားဖြစ်၍
သောအလိုက် ပန်းစဉ်ပြည့်စီရေး၊ စနစ်တကျ
သို့သော်ဆောင်ရွက်မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ အလေးတဲ့
သို့ထပ်မံ့များအားဖြင့်တင်နိုင်သူများလည်း နိုင်၏၏
ကုန်ထုတ်စွဲများ၊ အေးတို့တက်ပြီး
GDP ပမာဏ



କ୍ଷିଣିଦେତ୍ତରୁକିମାନ୍ଦିରରେ ଗୋଟିଏ କ୍ଷିଣିଦେତ୍ତରୁ କ୍ଷିଣିଦେତ୍ତରୁକିମାନ୍ଦିରରେ ପାଇଲା କିମ୍ବା ଏହି କ୍ଷିଣିଦେତ୍ତରୁକିମାନ୍ଦିରରେ ପାଇଲା କିମ୍ବା ଏହି

ကိုယ့်ခွဲနဲ့ ကိုယ့်အား ကိုယ့်မဲ့မဲ့ပေါ်မြင် နှင့်
အကျိုးပြု စားရေးရှားဖြည့်စုံ ဖူလှုစေရေး
ဆောင်ရွက်နောက်သွေးတွေ့ကြသည့် စိုက်ပျိုးရေးညာရှင်
မျိုးသော်လောင်း၊ မျိုးသော်သားများ၏ အခိုက်ကတ္ထ
သည် ရာပြည့်သိန်းစွဲ ဗုတ်တံ့ထိုးကြပြီးဖြစ်
ကြောင်း၊ ထိုးကြပ်သွားပြောပြီလျှေး အထွန်စုံလာ အကျိုး
နှစ်ဝါဘိရေသာသည့် စိုက်ပျိုးနည်ညာရှင်များ၊ ရှိ
ပြန်ရွားတိုးတက်စေရေး မျိုးသော်သားများထံ
လုပ်သိန်းကဲ့ မျော်လေးပြီး အနာဂတ်စိုက်ပျိုးရေး
ကတ္ထ အောင်ပြင်းတိုးတက်စေရေး စွမ်းစွဲစွဲတံ့
သော်လက်လုပ်ဆောင်သွားကြရန်လည်း တိုက်တွေး
မှာကြားလိုက်ရောင်း။

ଫିର୍କ ପୁଣି ହେଉଛାଯିଲୁଗୁଡ଼ ତାର୍କ ରୋଗିବନ୍ଦୁ
ଏବଂ ଟ୍ରେଟ୍‌ରେ ଛିର୍ପି ଫିର୍କ ପୁଣି ହେବା ଏହି ପ୍ରାଣକୁଣ୍ଡ
ହୁଲୁ ପ୍ରିଣ୍ଟିଙ୍କର୍ମରେ କୁଣ୍ଡାକ ଆପିନ୍ ଏହିରେ ଲୋକାଙ୍କ ଫିର୍କ
ଫିର୍କରେ ଅବସିଃ ହେଲୁଗୁଡ଼ ଗ୍ରୀବା ଅଫିସ୍‌ରେ କାଳୁଥିଲୁଗୁଡ଼
ଏବଂ କିମ୍ବା ଦିନରେ କୁଣ୍ଡାକ ଆପିନ୍ ଏହିରେ ଲୋକାଙ୍କ
ଫିର୍କରେ ଅବସିଃ ହେଲୁଗୁଡ଼ ଗ୍ରୀବା ଅଫିସ୍‌ରେ କାଳୁଥିଲୁଗୁଡ଼

A group of people in traditional Myanmar attire, including men in white shirts and grey trousers, and women in pink and blue patterned sarongs, are gathered on a red carpet. They are holding large, colorful flower garlands and offering them to a central figure. The background shows a large banner with text in Burmese and English.

ပုဂ္ဂိုလ်များ ပုဂ္ဂတကန္တနဲ့ နိုင်တေတာ့၊ အနဲ့
အစည်းများတဲ့ စိုက်ပျိုးရေး အကျဉ်းစိုး ဆောင်ရွက်
နေသည့် ပုဂ္ဂိုလ်များကိုလည်း နိုင်တေအကျဉ်း ထတေက်
ထိုးလုပ်ဆောင်ရွက်ဖြစ်ကြရနဲ့လည်း ဆန္ဒပြုအပ်ပါ
တောင်း။

ဆက်လက်ပျို့လည်း တဘူးစို့လို့၏ ရည်မှန်း
ချက် တာဝန်ဖြည့်သည်။ စားရေါက်ရွာ ထုတ်လုပ်မှု
နည်းယေသမာဏတိ စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်သမာဏအကျဉ်း
တိုင်းပြည်အကျဉ်း၊ သဘာဝပတ်ဝန်ကြောင်တည်တော်
ရေးအကျဉ်းတို့ ရည်သိန်းပြီး ရှုံးဆောင်လမ်း၊
လုပ်ဆောင်ရွက်မြေရေးနဲ့ နိုင်တွင်ရှိသည့် စိုက်ပျိုး
ရေးစိုင်ရာနဲ့ လူသားအစဉ်းအပြိုင်စိုင်ရာ အလြမ်း
ကောင်းများ၏ အသာသာချက်နှင့်ပျိုးထိုးပြီး ထိုးရောက်
ရောက် အသုံးချက်သာကို အားနှုတ်ချက်များ၊
သတိပြုမြို့ပြ ပညာရှင်များ စီသား ဖြောင်ဖြောင်နှင့်
သေးခိုင်ကြောင်စိုင်ကြောင်း။



ဂုဏ်ပြုဆုပေးအပ်

ယင်းနောက် နိုင်ငံတော်စီအုပ်ချုပ်ရေးကောင်းလိုက်မှု နိုင်ငံတော်ဝန်ဖူးချုပ်က အထွက်ကောင်းအောင်ဆိုင်ထိုစာမျက် သော Yezin Super Rice (YSR-1) ပါပဲ၏ပျို့စီးထဲတဲ့ပိုင်ဆိုင်မှုမှာတွက် စိုက်ပျိုးရေး၊ သုတေသနနှင့်စီးပွားရေးအား ဂုဏ်ပြုပြုသေးအပ်ရာ စိုက်ပျိုးရေးသုတေသနနှင့်စီးပွားရေးမှာ ချုပ်က လက်ခံပူးသည်။

ထိနောက စိက်ပျီးရေး၊ မွေးအြေးနှင့်
ဆည်မြောင်းဝန်ကြီးဌာန ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး
ဦးမင်းနောင်က တက္ကသိလ်ရာပြည့်သဘင်နှင့်
ပတ်သက်၏ ငင်းယင်းဟင်ပါသည်။

ဆင်လက်၍ နိုင်တော်စီအပ်သူများရေး
ကောင်းထွန်းနှင့်တော်စီအပ်သူများရေးနှင့်
နှေ့ပြောရေးနှင့်သင်ပြောစီအဖွဲ့အစည်း
တစ်ခုဖြစ်က ရေသာစိန္တရှိများ၊ ပြည်ထောင်စု
ပြည့် ရုပ်ညွှန်ချက်များ၊ နှစ်(၂၀၀)
ပြည့် ရုပ်ညွှန်အထိမ်းအမှတ် လက်ဆောင်အား
ပြည်ပို့ဆက်လက်လုပ်၏

ထိန္ဒာက် နိုင်ငံတော်စိမ်အိုလျှပ်ပေးကောင်စီ
ညွှန် နိုင်ငံတော်စိမ်ဖြော ဖျက်ပြေတင်ဆက်ခဲ့
ကြသည့် ကျောင်သား ကျောင်သူများအား ဂုဏ်ပြ
ပို့ခိုင်း ပေးအပ်သည်။

အခိုးအနားအပြီးတွင် နိုင်ငံတော်နှစ်မျက်ဗျာရှု
ရေးကောင်စွဲစွဲနှင့် နိုင်ငံတော်နှစ်မျက်ဗျာရှုနှင့်
အခိုးအနား တက်ရောက်လာကြသူများသည်
ရောင်းစိုက်ပျိုးရေးတွေသိပါ။ ရုပြည်သာນ်
အထိုးအဖိုး ပြန်များအား စိတ်ပိုင်စားစွာပြု
လုပ်လည်းကောင်းမြှုပူ၍ သတ်မှတ်ရရှိလို့
ပေါ်လို့

လက်နက်ကိုင်အကြမ်းဖက်သောင်းကျွန်းသူများ၏ အသုံးချမှုမခံရစေရေးနှင့်
တေးကင်းလုပ်ခြေများ၏စေရေးတို့အတွက် သတိပြုကြရန်လိုအပ်

မြန်မာ-ကိုရီးယား နှစ်နိုင်ငံချုပ်ကြည်ရေး(၃လ)တံတား သတ်မှတ်ချိန်အမဲ ပြီးစီးရေး တည်ဆောက်သွားရန် မှာကြား

နေပြည်တော် ဒီဇင်ဘာ ၂၂
 အောက်လုပ်ရေးဝန်ကြီးဌာန ပြည်ထောင်စုနှင့်
 မြို့ပါးသံ့နှင့် သည် ရန်ကုန်စိုင်းဒေသကြီး ဝန်ကြီးချုပ်
 မြို့ပါးသံ့နှင့်အတူ ယနေ့တွင် ရန်ကုန်ဖြူနှင့် ၁၉၆၆၊
 တို့က ဘက်သုပ္ပါတည်ဆောက်နေသည် နှစ်မှာ၊
 ကိုပြုယာ၊ နှစ်နိုင်ချုပ်ကြည်ရေး(၁၀)တေား၊
 တည်ဆောက်ရေးစီးပါရီနှင့်
 လုပ်နှင့်များကို
 သွားရောက်ကြည့်ရှုနိုင်သေးသည်။(ယာဉ်)
 မြို့ဘာ ပြည်ထောင်စုနှင့် ရန်အဲဖွဲ့သည်
 ရန်ကုန်ဘက်မြို့မြို့၊ ကမ်းနားလမ်း၊ ဆင်ပြဇော်
 တေားနှစ်မြို့၊ သော်ဆူရှိပြီးမှုပ္ပန် ဘုံးကြီးလမ်း
 တစ်လျှောက် ချုပ်းကပ်တဲ့တေား၊ လုပ်နှင့်သော်ဆူရှိ
 ပြီးမှုပ္ပန်အောင်တော်တို့၊ ကြည့်ရှုနိုင်သေးပြီး
 ပြည်ထောင်စုနှင့် ရန်ကုန်တိုးဒေသကြီး
 ဝန်ကြီးချုပ်တို့က လုပ်နှင့်လိုအပ်ချက်များ မှာကြေး
 သည်။

ထိန္ဒကာက ပြည်ထောင်စုနှစ်အဖွဲ့ကို
လုပ်ငန်းခွံရှင်းလင်းဆောင်၌ တံတားတည်ဆောက်
ရေးလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်နေသာ Consultant
အဖွဲ့မှ တာဝန်ရှိသူက ဖီမီကိန်းလုပ်ငန်းများ



၅၇၁။ နိုင်ကြီး ဒီတေသာ ၂၂
ဖြစ်မှုမျိုးင် လောမှတ်ပြည့်သူ
စာရင်းထိုင်များအသင်း၏ ၁၇
ပြောမြောက် နှစ်ပတ်လည်
အထွေထွေ အစဉ်းအသဝ်ဟို
ယန်နှစ်နှစ်ကို ၁၀ နာရီတွင် ရန်ကုန်
ဖြူ၊ အဆင့်မြှင့်စာရင်းကိုနှင့်
စာရင်းစံ သင်တော်းကျော်၏
နေဘေးနှင့် Hybrid စနစ်ပြု
ကျင့်ပေါ် ပြည့်ထောင်စာစာရင်း
စစ်ချုပ် ဖြစ်မှုမျိုးင်စာရင်း
ကော်ပြေကြော်ခြင်းတွင်နိုင်ပြီး
က Video Message ပေးပို့၍
အဖွဲ့အစုံတော်း ပြောကြား
သည်။ (အော်ယာပါ)

ପ୍ରୟେତୋଦ୍ଧର୍ମ ତାରଣିକିର୍ତ୍ତିଲୁ
ଗ ଫ୍ରିଜାନ୍ତିର୍ମଳାଗର୍ଭାତିର୍ଭ
ପ୍ରୟେତୁତ୍ତାରଣିକିର୍ତ୍ତିଲୁଃଏଵଦିଗ୍ଭି
ଯୀଠ ଛାନ୍ତିବୁ ତାରଣିକିର୍ତ୍ତିଲୁ
ତାରଣିକିର୍ତ୍ତିଲୁଃରୂ ଯଥାତ୍ମିଲୁ
କିନ୍ତୁ ଯା ଦୀର୍ଘପ୍ରତିକିର୍ତ୍ତିଲୁକୁହିନ୍ତିଲୁ
ଏଵଦିଗ୍ଭିନ୍ତିଲୁଃଏଵଗର୍ଭଭୋଦିତ

ဆက်လက်၍ ဒေသတေသနမြို့၏ပင်တဲ့တာ၊
ရေလယ်တာပါဝိုင် (Pylon-1) ထဲ ရေယာဉ်ဖြူစွဲ
သွားရောက်၍ လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်နောက်အငြောင်နောက်
တို့၌ အသေးစိတ်လိုက်လဲတူညွှန်စွဲသေးပြီ၊
လုပ်ငန်းများအားလုံး သတ်မှတ်ချိန်အတဲ့ ပြီးစီးရော
တည်ဆောက်သွားရန်လိုက် မှာကြားသည်။

မြန်မာ - ဂိုဏ်ယာ၊ နှစ်နှစ်ခုချိန်တူည်း (၁၈၈၇)
တဲ့တားသည် ခေတ်လုပ်ပသေး ဒီဇိုင်းပြုစုစုတဲ့တာ
တည်ဆောက်ထားပြီ၊ မြန်မာနိုင်ရှိတည်ဆောက်ပြီ၊
တဲ့တားများအနက် ရေလမ်းကော်လွတ် အမြှတ်



အများဆုံး ပြေားဆိုင်းတံတား တာ
ဘက်ခြစ်း ချိုးကပ်တံတား ။ ၁၇
လူနေခိုင်များအတွက် ထွေ
ရှုည့်သံများ အနောင့်အပူယ်
အသုတေသနနှစ်ရုံများကို တံတားတာ
တပ်ဆင်ထားသည့်အပြင် တံ

ထူးခြားသည်
ညအပူချိန်များ

သတင်းစဉ်

တရားမဝင်ကုန်သွယ်မှုမ တရားဝင်ကုန်သွယ်မှုဆီသွှေ့



ତରବା: ମଠିନ୍ଦିକୁ ପାଇଁ ଯେତ୍ରଭାବୁରୁଷୀଙ୍କୁ ଏହାରେ ପାଇଁ ଆଶିଷ ଦିଲୁବାରୁ ହେବାରୁ ଅବଶ୍ୟକ ନାହିଁ ।

ဌာနများက အမိန့်ကြောစာဖြင့် ထုတ်ပြန်
သတ်မှတ်ထားသော ဂိတ်ပင်တားမြစ်သည်ကို
ဖန်သိုး မြန်သိုး။

- ❖ သိမ်းဆည်းရမိသည့် ကုန်ပစ္စည်း၏ စည်းကြပ်တန်ဖိုးသည် တန်ဖိုးစိစစ် သတ်မှတ်ရေးအဖွဲ့မှ သတ်မှတ်ထားသော ယဉ် သိမ်ဟုတ် တိရေစွည်း၏ တန်ဖိုးအတိုင်း သိမ်ဟုတ် တန်ဖိုးထက် ကျော်လွှန်ပါက ယဉ် သိမ်ဟုတ် တိရေစွည်းတန်ဖိုး၏ တစ်ခါ သိမ်းဆည်းရမိသည့် ကုန်ပစ္စည်း၏ စည်းကြပ်တန်ဖိုးသည် တန်ဖိုးစိစစ် သတ်မှတ်ရေးအဖွဲ့မှ သတ်မှတ်ထားသော ယဉ် သိမ်ဟုတ် တိရေစွည်း၏ တန်ဖိုးထက် လျှော့နည်းပါက သိမ်းဆည်းရမိသည့် ကုန်ပစ္စည်းစည်းကြပ်တန်ဖိုး၏ တစ်ခါ ရွှေးယူဒဏ်ငွေ တပ်ရှုက်၍ ရွှေးယူခွင့်ပြုမည်

ନୁହିବୁଣ୍ଡିଲ୍ଲେଖାଃ ମୂରାଃ ଗି ଯାତ୍ରାଦେଶରୀତ୍ବର୍ତ୍ତନ ଅବ୍ୟାହି
କାହା ତିର୍ମୁଦ୍ରାଫଳମୂରାଃ ପ୍ରତିଵାନ୍ଦ୍ୟ ॥
ଧିରଦିନରୀରାଃ ମିଳିଗନ୍ଧିବୁଣ୍ଡିଲ୍ଲେଖାଃ । ଗନ୍ଧିଯତିରି

သိမ်းဆည်းမို့သော တရားမင်္ဂလာနှင့်ဖွံ့ဖြိုးများနှင့် အကောက်ခွဲ့
ကြပ်တန်ဖိုးသည် တန်ဖိုးစိစစ် သတ်မှတ်
သိမ်္ဂလာတ် တိရှိရှိနိုင် တန်ဖိုးအတိုင်း
ယော် သိမ်္ဂလာတ် တိရှိရှိနှင့်တန်ဖိုး၏
၏ စဉ်းကြပ်တန်ဖိုးသည် တန်ဖိုးစိစစ်
ယော် သိမ်္ဂလာတ် တိရှိရှိနိုင် တန်ဖိုးထက်
ကုန်ပစ္စည်းစဉ်းကြပ်တန်ဖိုး၏ တစ်ဆုံး

ကုန်ပစ္စည်းများဖြစ်ပြီး ယာဉ်ကို အသုံးပြု၍သော
လည်းကောင်း၊ တိရစ္ဆာန်ကို အသုံးပြု၍သော
လည်းကောင်း တိရစ္ဆာန်၏ ခုပ်ဝတ်တို့သာအတော်း

အလင်းရောင်(ဘသန်း)

“သိမ်းသည်။ရမိသော တရားမဝင်ကုန်ပစ္စည်း
များသည် ကုန်သတ်ကုန်ပစ္စည်းများနှင့်
အကောက်ခွင့်၊ ကုန်ပစ္စည်းများဖြစ်ပြီ။ ယဉ်
ကို အသုံးပြု၍သော်လည်းကောင်း၊ တိရှိနှင့်
ကို အသုံးပြု၍သော်လည်းကောင်း၊ တိရှိနှင့်၏
ချုပ်တ်ကုန်အတွင်း သိရှိကြ၍သော
လည်းကောင်း သယ်ဆောင်လာခြင်းအား
ပိုင်ရှင်ကသိရှိသည်ဖြစ်စေ၊ မသိရှိသည်ဖြစ်စေ
ကုန်ပစ္စည်းများတိန်ဖိုး၊ မမျှော်ပေါ်စေကုန်
အသုံးပြုသည့် ယဉ် သိမ်ဟုတ် တိရှိနှင့်ကို
ပင်လုပ်ရောကြပ်း အကောက်ခွင့်အက်
ချပေး ပုဒ်မ ဘုရား အရ ပြည်သူ့သာဏျာအပြစ်
သိမ်းသည်။မဟု။”



ပုဂ္ဂမအကြမ်မြောက် အမျိုးသားအားကစားပွဲတော်တွင် အဆင့် (J)ရရှိသော ရှမ်းပြည်နယ်အားကစားသမားအဖွဲ့အား ကြံခို

တောင်ကြီး ဒီဇင်ဘာ ၂၂

ଏବେଳିନ୍ଦିର୍ବୀ ଶ୍ରୀଃ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଫଳିତ୍ୟତଃପ୍ରା
ଆସଗତଃବୁଧାଃମୁହ୍ୟାଃଵୁଦ୍ଧ ତୋରାଗ୍ରୀଃପ୍ରା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଭୂ
ତୀଃବ୍ୟାହେବାତ୍ୟ ବୁଧତାର୍ଦ୍ଦ୍ଵ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଫଳଲୁଙ୍କୁଣ୍ଡରେ
ଆସଗତଃବୁଦ୍ଧୀଃ ଲଙ୍ଘନେଯାଗ୍ରେବୀତରକଲାଗ୍ର
ଲଙ୍ଘନେବୋ ଦ ଯାହାକୁ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷବୁଧାଃମୁହ୍ୟାଃ ଶ୍ରୀଃ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଫଳ
ଦିନ୍ଗ୍ରୀଃପ୍ରା କ୍ଷିତିଭୋବେବୋର୍ଦ୍ଦ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଫଳତରାଃ
ପୁରୁଷତୋର୍ଦୟବୁଧାଃବୁଦ୍ଧିଃପ୍ରା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଫଳଦିନ୍ଗ୍ରୀଃମୁହ୍ୟାଃ
ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଫଳଦ୍ଵାପୋର୍ବା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଫଳଅତୀଃରାଷ୍ଟ୍ର ଅତ୍ୟନ୍ତଃ



အဆိပ်ပွဲမာစကြမ်မြောက်အားလုံးများသား
တွင် ပြည့်နယ်နှင့်တိုင်းဒေသကြီးအင် ပြိုလျှို့ဝှက်
ရှိခဲ့ပါသည်။

ရရှိခဲ့သည်။

ပန္တမအကြံမ အမျိုးသားကစားပွဲတော်တွင် ဝင်ရောက်ယဉ်ပြုငါးကြသည့် ပြည်နယ်ကိုယ်စားပါဌားကစားအဖွဲ့များအား မြစ်ကြီးနားလေဆိပ်၏ ဂုဏ်ပြုကြိုခို

❖ ၁၇

“ဖြင့်ခွင့်တာပြောသေးလမယ် ခရီး
သူ့သွေးတွေလာပြတယ်။ နိုင်ပြောသော
အသီးလည်း လာရောက်လေ့လာကြပ်တဲ့
တတ်။ ပြည်တွင်း ပြည်ပ ခရီးသူ့ဘေးကျော်
ဝန်ထမ်းတွေက လိုက်ပဲရှင်းလင်းပြောသော
ပြီး မိကျေားငယ်လေးတွေကို ဂုဏ်ထုတ်
ကိုကြည့်ဖို့ ဘုရားလိုပြီး အဆကျွေးမွှေ့
နှင့် လာရောက်ပြည့်သူတော်
သေးအန္တရာမ်က်ရှင်းနေ့စိုးနှင့် နောက်
သော်ရှုံးပေးနောက်တယ်။ ရုပ်ပို့ရောက်
မှာ ခရီးသူ့ဘုံးပိုင်လေ့ရှိပြီ မင်္ဂလ ရှာရာ
ခရီးသူ့တွေ လာရောက်လေ့လာတော်
တွေရပါတယ် စစ်အုံ မိကျေားငယ်
သားပေါက်အသုပ္ပါတော်သာ သာဘာဝပြော
မှာတွေတာတွဲ ငါးရိုင်မိကျေားငယ်
ခေါ်တဲ့ ရဇ်နှစ်မိကျေား၊ *Crocodylus porosus* တော်၊ ဒေတိပုံပို့လာရောက်

၁၆၈

နေပြည်တော် ဒီဇင်ဘာ ၂၂

၄၃

ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီးဝန်ကြီးချုပ် ပဲခူးမြို့အား မြို့အင်ရပ်နှင့်အသိပိစ်စေရေးနှင့်

ရှေးဟောင်းယဉ်ကျေးမှုအမွှအနှစ်များ ပြန်လည်ဖော်ထုတ်ထိန်းသီမ်းဆောင်ရွက်နေမှ ကွင်းဆင်းစစ်ဆေး



ဘားအံမြို့အခြေခံကင်းထောက်သင်တန်းဖွင့်ပွဲနှင့် အခြေခံပညာအထက်တန်းဆင့် (Grade-12)သင်ကြားမှထိရောက်ရေး အရည်အသွေးမြှင့်ဆွဲးနေးပွဲကျင်းပ

ଶ୍ରୀମଦ୍ଭଗବତ



ဟူသိတိ၏ ဒုက္ခန်းလက်နက်တိက် အမေရိကန်တို့ လေကြောင်းတိက်ခါက်

အက်တန်ဒေသတွင် လေ
ကြောင်း ထိုက်နိုင်မှ ထိမျှနဲ့ခဲ့
ကြောင်း အသေးစိတ်အဖျက်
အလက်များ မသိရသော်ကြောင်း
ဆင်ဟွာသတ်းတွင် ဖော်ပြ
သည်။

ଲେଖାଣ୍ଡି: ତିଳିଗିରିଫିଲ୍ଡମୁଣ୍ଡ
ଯନ୍ତ୍ର ପ୍ରିସ୍ଟେର୍ଵଣୀ ଟୋକାଣ୍ଡିଗିରି
ଦିନ୍ଦିଙ୍କ ହାତିଅଛେ ତେଣୁଷ୍ଠାପିତାଃ
ଦେବା ଠକ୍ଷଣ୍ଟିପ୍ରିସ୍ଟ୍ସନ୍ତ୍ର ଅଗରଟକ୍ଷଣ୍ଟ



ତୋଣ୍ଡି ଥିଲେଗୁଲେଲାଗ୍ରହିନୀଟିକ୍ରିଯା
କି ତିଥିରେଥିଲେଇଛିପ୍ରତିକ୍ରିଯାରେ
ଜୀବନାଶ୍ରୀପଦମଧ୍ୟରେ ପ୍ରଚାରିତ
ଅର୍ଥାତ୍ ତୋଣ୍ଡିରେଥିଲେଇଛିପ୍ରତିକ୍ରିଯା
କିମ୍ବା ଏହିପଦମଧ୍ୟରେ ଜୀବନାଶ୍ରୀପଦମଧ୍ୟରେ
ପିଲାଗେଲାଗ୍ରହିନୀଟିକ୍ରିଯାରେ

ဘရေးနိုင်ငံ၏ ဘတ်စကားနှင့် ထရပ်ကားတိုက်မိမူကြောင့် ၃၇ ဦး သေဆုံး

ရှိပိုဒ်ကျနေပို့ ဒီဇင်ဘာ ၂၂
ဘရာမီးနိုင် အရှေ့တော်လိုင်း
၍ ဘတ်စိကားတို့နှင့်
ထရုပ်ကားတို့တို့မြဲပြုပွားရာ
၃၇၌ သေဆုံးခဲ့ပြီ ၃၇၌ သေဆုံး
ရှိခဲ့သည်ဟု ဘရာမီးရဲများက

ପ୍ରାସାଦୀ ॥ ଶିଖନ୍ତିର୍ଗୁଣୀରୁତି
ପ୍ରେସିଫିଲ୍ ଅବେଳାରୁତିମଧ୍ୟାଦ୍ଵାରା
ତିର୍ଯ୍ୟକୁ ଜା ଧରିବା ମନୋବିଜ୍ଞାନରେ
ପ୍ରିୟଙ୍କାଶେଷିର୍ବିଦ୍ଵାରିତିର୍ଯ୍ୟକୁ ॥
ଅଛିବି ମନୋବିଜ୍ଞାନରେ ମଧ୍ୟାଦ୍ଵାରା
ଏହିବ୍ୟବୀ କାହାର ତାତ୍ତ୍ଵିଲାପନୀୟ ॥



କୁଳାଙ୍ଗିରେ ପାଦମୁଖ ପାଦମୁଖ
ପାଦମୁଖ ପାଦମୁଖ ପାଦମୁଖ ପାଦମୁଖ

କିନ୍ତୁ ମୁଣ୍ଡପ୍ରତିପଦା: ପ୍ରିସେଫୋକ
କ୍ରୋଣ୍ଡ ଲ୍ୟାଅମ୍ବୁ
ଅଥ୍ବା ଏଲୋର୍ଡ୍‌ପ୍ରତିକ୍ରୋଣ୍ଡ
ପ୍ରେରାବଳ୍ୟ । ୩ଙ୍କ୍ରିରୀର
ବାଲଲ୍ୟ: ଥିଏ ଶିଖିବାରୁ
କ୍ରୋଣ୍ଡରେ ହେବାରୁ

ବାର୍ତ୍ତକଙ୍କାଃମୁ
ଶିଖିମୁ ଯୋଗବ୍ୟାଲ
ଭୋଗଦିନିଃପୁନ୍ତକ
ଶିଖିଃତାନ୍ତବ୍ୟାଃଫେଵିନ
ପ୍ରତିକ୍ରୀଦିଃ ପୁନ୍ତତ୍ତ
ତ୍ଵଦ୍ ଫେଲପ୍ରତ୍ୟନ୍ତି॥
ଅନ୍ତିକ୍ଷିତିରକିରଣ

လစ်ပျေားနှင့်၍ ယခုနှစ်အတွင်း
ယာဉ်မတော်တဆူမှုကြောင့် လူပေါင်း ၂၄၆၀ သေဆုံး

တိရိယို ဒီဇင်ဘာ ၂၂
 လျှော့များနိုင်ငံ ယူစွဲစုအတွင်း ယာဉ်မတော်တဆမှုဖြစ်ပွားသဖြင့်
 လူပါဝါင်း၊ ၂၆၀ သော်ခုံးနှင့်ကြောင်း လျှော့များပြည့်ထောက်ဝါဒြောနောက်
 ယာဉ်နှင့်လိုင်င်ပွဲမှုမှ အကြီးအကဲဖြစ်သူ ဒိုင်ဆယ်ဘာနှစ်ပါက
 ဒီဇင်ဘာ၊ ၂၁ ရက်တွင် ပြောကြားသည်။ တရိယိုမြို့၏ အရေးဘက်
 ၁၃၁ ကိုလိုပိတေသနနှင့်တိုင်းသုတေသန သာနှင့်မြို့၏ လျှော့များနိုင်ငံ၏ ပထမဆုံး
 ဒိုင်ငံတကောက်နှင့်နှင့် လမ်း၊ ယာဉ်အားလုံးကိုကင်းရှင်းရေးနှင့် ဆေးပညာ
 ပုံပတ် ဘားနိုင်ဟာ ပြောကြားသည်။

豫^{၁၂} ၁၇၁၆ ခုနှစ်တွင် လူများ၏ အနိဂုံး ယဉ်မကောက်တဲ့ အမှုပြောင်းလဲသော သာမဏေ၏ အနိဂုံး မြတ်ဖြစ်ပြီ။ ၄၇ ဒီဇိုင်း မြတ်ဖြစ်ပြီ။ ကမ္ဘာ၏ တွင် ယဉ်မကောက်တဲ့ အမှုပြောင်းလဲသော သာမဏေ၏ အနိဂုံး မြတ်ဖြစ်ပြီ။ ၁၀ ဒီဇိုင်း က အကြောင်း ဖြစ်ပြောင်းလဲ။

အဒါနပါ မိရိမိမှတ်စွာသင့် လည်ပြားနိုင်တတ်စံ၏သို့ ယဉ်အန္တရာယ်
ကင်းရှင်းရေးနိုင်ရာ အသိပညာပေါ်များဖြင့်တင်ရန် ဤပုံစံလျက်
ရှိခြေခြား၏ ယာဉ်လတော်တရမှုများ သေဆုံးမှုနှင့်များပေါ်ရန်၏စေ
ရန်မိမိတင်းကြသည် လမ်းထိုးကင်းပုံပဒေများကို ချမှတ်သွားမည်
ဖြစ်ခြေခြား၏ ဂင်းက ဆက်လက်ပြောကြားသည်။ ဆင်ဟာ

လူနာတင်ရဟတ်ယော် ဆေးရုံနှင့်တိက်မိုး၏ ပျက်ကူမှုဖြစ်ဟာ၊ လေးသီးသေခုံး



ရဟတ်ယာဉ်ပျက်ကျပြီးနောက် အပျက်အစီးများကို တွေ့ရစဉ်။

ကျော်ရွှေမှုပြည့်သူ၏ အရှင်မထန့်
နိုင်သဲ ပြည့်နှစ်သေးရှုံးအဆောက်
အဆုံးနှင့် တိက်ငါးခဲ့သည်ဟု အင်နှင့်
တီးစွဲရုပ်သံက ထုတ်လွှုင့်ထား
ကြောင်း သိရသည်။

ယာဉ်ပေါ်တွင် လေယာဉ်များ လိုက်ပါခဲ့ပြီး ပေါ်မသတ်းများ နေစ် ပျောက်ချွဲခြင်းဖြစ်ကြောင်း
တစ်ဦးး နည်းပညာနှင့်တော်းများ အရ ရှင်းတို့လေးစီစလုံး သေဆုံးခဲ့ မှုဂ္ဂလာမြို့အပ်လျှပ်ရေးများ အိုင်
တစ်ဦးး ဆရာဝန်တစ်ဦးနှင့် ကြောင်း ထုတ်ပြန်ထားသည်။ ဒရ်အောက်လိုရှင်းက ပြောကြေး
ကျော်မာရေး ဝန်ထမ်းတစ်ဦးဟို ရဟန်ယာဉ်မှာ ပျော်သန်း သည်။ ဆင်ဟွာ

ପ୍ରକାଶକ ମୁଦ୍ରଣ

ဖြစ်ဖို့ သီဟံသာ များ
chemical bond တစ်ခုဖြစ်ပေါ့၏ လိုအပ်တွေ့ဆုံးအင်ကို bond energy သီဟံသာ
bond enthalpy လို ၇၅၀၂၀၁၀၁။ သဘောတူကတော့ E ဖြစ်ပါတယ်။ Bond breaking အတွက် E တော့
ကို plus နဲ့ ဖော်ပြုပြီး bond making အတွက် minus နဲ့ လေ့ပြုပါတယ်။ Chemical bond တစ်ခုအတွက်
သတ်တည်းပြုတောာ်ခြင်းနဲ့ ဖြစ်ပေါ်ခြင်းတို့အတွက် လိုအပ်တဲ့ energy မှာတေတူလိုပါး
လေ့ကျင့်တော်ခြင်း သိရှိနိုင်လိပါတယ်။

Chapter 3 Chemical Kinetics: Rates of Reaction ມາတູວ່າ chemical reaction ລັດຈຸກ reactant ກະຊວງ product ຍັງມີເປົ້າໃຫຍ່ ເພື່ອເຮັດວຽກ ຕະຫຼາມ ພິບຕົວຢ່າງ ສຳເນົາ ທີ່ມີຄວາມສົ່ງ ດັ່ງນີ້:

ໄສ່ເກີດປົວດັ່ງລັດຈຸກ ເພື່ອເຮັດວຽກ ຕະຫຼາມ ພິບຕົວຢ່າງ ສຳເນົາ ທີ່ມີຄວາມສົ່ງ

Dynamite ໃຫ້ເກີດປົວດັ່ງນີ້: ແລະ ອັນ ຖະແຫຼງ ວິວວິທີ ປະເທດ ຢູ່ເກີດປົວດັ່ງນີ້:

ຕົກລົງ ຕົກລົງ ຕົກລົງ ຕົກລົງ ຕົກລົງ ຕົກລົງ ຕົກລົງ ຕົກລົງ ຕົກລົງ

မှာ အထူးသွေ့ပြု minus sign က ထည့်သွေ့တွေကျခဲ့လေပါကြောင့် လုပ်ပြောင်း သရုပ်ဆောင်ရည်များ။ correct orientation ဖြစ်ဖို့အပ်သောလုပ်မှု successful collision ဖြစ်ဖို့အတွက် လျော်က်တဲ့ စွမ်းအပ်မှုများလည်း ရှိနေဖို့ အထူးလွှာပါတယ်။ Reaction တစ်ခြုံခွဲတွက် reacting particles တွေ ထို့ကြောင့်ရှိတယ်။ activation energy အပ်လို့ ထို့ကြောင့်ရှိအောင် လျော်က်တဲ့ စွမ်းအပ်တွေရှာလွှာပြီး အပ်ခြင်း activated complex ဖြစ်ပေါ်လာတယ်။ Reactant အခြေအနေကေန activated complex ဖြစ်တဲ့အထိ စွမ်းအပ်ခြားနာချက်ရှိ activation energy လို့ သတ်မှတ်ပါတယ်။ အခြား complex ဖြစ်နေတဲ့အသေးစိတ်ရှိ transition state လို့ အောင်တယ်။ $[H_2]$ ဟာ activated complex ဖြစ်ပါတယ်။ Reactants H_2 နဲ့ I_2 ထဲ ထို့ကြောင့်တဲ့အောင် လျော်က်တဲ့ စွမ်းအပ်ရရှိရင်ရင် ပုံမှန်ပြုတာတွေ product HI ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်မယ့် ထို့ကြောင့်မျက်နှာ လျော်က်တဲ့စွမ်းအပ်ရရှိရင်ရင် မြေကြောင်းတွေဘဲ reactant ဘက်ကို ဖြန့်ရောက်သွားနိုင်လို့ အိုအဆင့်ဟာ reversible reaction ဆိတာကို သတိထုတေသနပါမယ်။

Concentration များလင် reactants တွေ ထိတိပို့မြေးများလင်ပြုပြီး စတ်ပြုခြင်းပြုလင်လေး၏
ဆိတာကို collision theory ကိုအခြေခံပါ။ သိရှိရန်လည်ဖော်ပြုပါတယ်။ မဟနာတဲ့ reactants
တွေမှာ အဆုံးအစားကယ်လင်လေ မျက်နှာပြင်ဒေါ်ဇာများပြီး စတ်ပြုခြင်းပြုလင်လေပြုတယ်။ အဲဒါ
ကိုအလုပ်နည်မှုစံ foil သိမဟုတ် အလုပ်နည်မှု powder ကို NaOH နှင့်စေတ်ပြခြင်းတွေမှာ အလုပ်တဲ့
သိခိုင်မှတ်ပါတယ်။

Chapter 4, Chemical Equilibrium လို့ လေ့လာရတွက် chemical reaction အများစုံဟာ တစ်ဖက် သွားစေတဲ့ ပြုခြင်း (one-way process) ဖြစ်စေမယ့် ပြုလုပ်း တရာ့ ကတေသ့ အပြန်ဆလုပ် စတုပြုခြင်း (reversible reaction) တွေ ဖြစ်ကြတယ်။ အခါးစေတဲ့ ပြုခြင်း တွေ၏ forward နဲ့ reverse reaction တွေပါဝင်နေဖြီး ယင်းပြုစဉ်စဉ်မှာ နှစ်ဦးတွေတူလို့ ဘုံးအော် မျှတြင် (equilibrium) အပြင် ရောက်ရှိပါ တယ်။ အော်မျှတြင်မှာ တွေ့ရတယ်။ ဒေသရှိနေရာတွေ ရှင်တဲ့ ပြုခြင်း များ တော်တဲ့ နှစ်ဦးတွေ၏ တွေ့ရှိနေရာတွေ တွေ့ရှိ သာတော်မှာ ဖြစ်ပွားနေတယ် dynamic equilibrium လို့ သတ်မှတ်ခဲ့ပါတယ်။ Reaction တွေ၏ physical states တွေအရ homogeneous နဲ့ heterogeneous equilibria တွေရှိကြောင်း သိရှိရမယ့် ပါဘူး။

Le Chatelier's Principle ကို စာတမ်းလုပ်နဲ့တွေ့ရှာ တွင်ကျယ်စွာအသေးဖြနေတာကို တွေ့ရှုဖြစ်ပါတယ်။ ဥပမာအားဖြင့် ammonia နှင့် methanol production တွေ့ရှာ အသေးဖြတ်တာကို လေ့လာနိုင်ပါတယ်။ Chemical equilibrium တာတို့ရဲ့ မှတ်ကိုတို့သော K_c ကို molar concentration အားဖြင့် $K_c = \frac{[C][D]}{[A][B]}$ equilibrium constant ဟုခေါ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ အားဖြင့် ပေါ်ပေါ်တာပေမယ။

နှင့် gaseous equilibrium အတွက် K_a စားပွဲ ခြောက်ခြောက်သူများ သိရှိထားရမည့်ပုဂ္ဂနယ်လာ။

Chapter (5) ကတေသာ Acid-Base Reactions ဖြစ်ပိုပါတယ်။ Acids and bases theories: Arrhenius Theory သည် H^+ ions နှင့် OH^- ions များတို့ အခြေခံ acid-base ကို အဓိပ္ပာယ် သတ်မှတ်ထား ခြောင်း သိရှိရှိထိန်ပုဂ္ဂနယ်လာ။ Strong acid နဲ့ weak acid ရဲ့ dissociation equation ကို ဖုန်းကိုရှိရေး ရေးသား ဖော်ပြတ်ဘုရားဖြစ်ပါတယ်။ Brønsted and Lowry Theory အရ ဒိုပ္ပာယ် proton သို့မဟုတ် H^+ ion ပေးနိုင်မှု လက်ခိုင်မှိုက်အခြေခံ အဓိပ္ပာယ်ဖွံ့ဖို့ထိန်ပုဂ္ဂနယ်လာ။ The concept of conjugated acid-base pairs ကို သင့်တော်သော်များနှင့် ရှင်းလင်းတတ်ရန် လိုပါတယ်။ Lewis acid-base theory ကို သင့်တော်သော်များနှင့်ဘက် ရှင်းလင်းဖော်ပြတ်တို့ဖြစ်ပိုပါတယ်။ Lewis acid-base theory မှာတော့ acid-base အဓိပ္ပာယ်ကို မေးလိုက်ပါ။ သို့မဟုတ် ions ပေါ်ရှိ e⁻ pair လတ်ခိုင်မှိုက် တုတ်လီးမြို့မြို့ဖြင့် အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ပေးထားပါတယ်။ သင့်တော်သော် များနှင့် ရှင်းလင်းတော်ဖြင့်ရှုံးဖြစ်ပိုပါတယ်။ Autoionisation of water နဲ့ acid-base property of water ကို ရှင်းလင်းစွာ သိရှိထားရမည့်ပုဂ္ဂနယ်လာ။

ရေအေးလိပ်ချုပ်၏ acid-base ပြုပုံများ၊ ရေပြုတွေ့နှုန်း၏ The ionic product of water constant (K_w) တွက်ထင်ပြီး pH and pOH relationship နှင့် pH scale တို့ကိုလည်း နားလည်သိရှိနေဖို့ပါတယ်။ ထိုနောက် acid ပျော်ရှည် base ပျော်ရှည်တို့၏ ionisation အကြောင်းကို လေလာဆည်ဖို့က basicity of an acid နဲ့ acidity of a base သော့တူးများ ဘုံးမျှများတွက်တွေ့ရှုလင်းတဲ့ပိုင်ဆိုလိုအပ်ပါတယ်။ Acid ပြုချုပ်လျဉ်းပြုခြင်းကိစ္စး သော K_a နှင့် acid ပြုင်းအား ဆက်သွယ်ဖို့ကိုလည်း အလွယ်တကူ နားလည်သိပိုင်ဆိုလိုအပ်ပါတယ်။ အလေးတဲ့ base ပြုခြင်းကိုလည်း acid ပြုခြင်းကိုသိ လေလာသိရှိထားရမှာဖြစ်ပါတယ်။

Orbital တစ်ခုစိတ်တွင် များ Pr^{3+} ပြည့်စုစုပေါင်းနှင့် 3d orbital တို့တော်လောက်သူ။ essential electronic structures များ ရေးသားတဲ့ ရိုက်ပါဝါမြတ်၏ ခြင်းကျက်အနေဖြင့် 3d နှင့် 4s orbital တို့ဟာ energy တဲ့ ထူးချွန်တို့တော်လောက်၏ ${}_{24}\text{Cr}$ နှင့် ${}_{29}\text{Cu}$ ဒုတိယာ 3d orbital ရဲ့ ထို့တော်လောက်မြတ်းလဲ electron configuration တို့ရှိရှိနိုင် ၁ - ၂ ၃ ၄ ၅ ၆ ၇ ၈ ၉ ၁၀ ၁၁ ၁၂ ၁၃ ၁၄ ၁၅ ၁၆ ၁၇ ၁၈ ၁၉ ၁၀ ၁၁ ၁၂ ၁၃ ၁၄ ၁၅ ၁၆ ၁၇ ၁၈ ၁၉

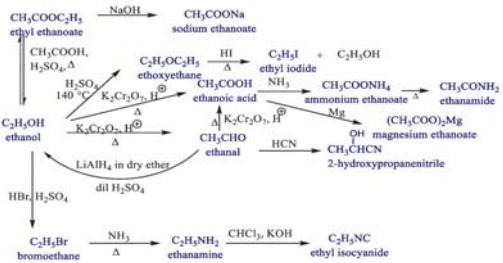
တွင် အသေးဖြူခြင်းတွေကိုလည်း သိရှိနားလည့် စုံအပ်ပတယ်။

Chapter 7 Chemistry and Green Environment ကတေသာ လူသားတွေရဲ့ စိုးဘက်လာတဲ့ နည်းပညာများနဲ့ ယင်းတို့ရဲ့လုပ်ဆောင်မှုတွေဟာ ကျွော့ပတ်ဝန်းကျင်အပေါ် သက်ရောက်မှုပျိုးစုံပြစ်ပေါ် နေ့ကြီး ကုန်အေးလေတဲ့ ရေတွင့် မြေတွင် ညွှန်ပြန်မှုများ ဖြစ်ပေါ်လျက်ရှိတယ်။ ဒါကြောင့် ယူအခန်းမှာ carbon, nitrogen, phosphorus နှင့် sulphur တွေရဲ့ biogeochemical cycles များတို့ သိရှိနားလည့်တော့ ဖို့

ପ୍ରକାଶକ

လူသားတွေကျန်းမာရေးနှင့် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်အပေါ် ငါးတို့၏သက်ရောက်မှုများကို သီရိနားလည်ဖို့ လိုပါတယ်။

အနိုင် (၆) ကတေသာ Organic Compounds and Macromolecules ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီအနိုင်မှာ organic compounds တွေဖြစ်ပဲ့၊ ethers, aldehydes, ketones, carboxylic acids, esters, amines နဲ့ amides တွေပဲ့၊ အမည်ပေးစနစ် (nomenclature) နဲ့ preparations, properties and uses တို့ရှိထား၊ သေချာစွာ လေ့လာသိတေသားရမှာဖြစ်ပါတယ်။ Ethanol မှ အဓမ္မဖြစ် organic reactions အားလုံးအတွက် အနေဖြင့်ပြုပိုက် ဖော်ပြုပေးထားပါတယ်။



ପାଇଁଲାଗିଥିବା organic compounds ରେଖାକୁ functional groups ରେଖାକୁ chemical test କୁ ଶ୍ରୋତୁମାତ୍ରା ରେଖାକୁ reactions ରୂପାନ୍ତିକ ହେବାକୁ ଉପରେ ଲାଗିଥିବା ରେଖାକୁ ରେଖାକୁ ରେଖାକୁ Functional groups ରୂପାନ୍ତିକ ଶ୍ରୋତୁମାତ୍ରା ରେଖାକୁ chemical test equations ରେଖାକୁ ରେଖାକୁ ରେଖାକୁ ରେଖାକୁ ରେଖାକୁ aldehyde ରୁ ketone ରୂପାନ୍ତିକ ଶ୍ରୋତୁମାତ୍ରା ରେଖାକୁ equations ରୂପାନ୍ତିକ ଶ୍ରୋତୁମାତ୍ରା ରେଖାକୁ ରେଖାକୁ ରେଖାକୁ ରେଖାକୁ

Organic compounds တွေ၏ functional groups တွေကို ခွဲခြားနည်း spectroscopic method ကို ပေါ်လာသူအတွက် ပထမဗ္ဗားစာ electromagnetic radiation ကို ပေါ်လာသူရှိထားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ Electromagnetic radiation ငဲ wavelength, frequency တို့နဲ့ energy ဆက်သွယ်ချက်ကိုလည်း သိရှိနားလည်ဖို့လိုအပ်ပါတယ်။ Organic compounds တွေ၏ functional groups ကို spectroscopic techniques အပေါ်ရှိခဲ့မှု၊ ရှာဖွေနည်းပါတယ်။ အခိုဘက် infrared spectroscopy ကို ပေါ်လာရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဆက်လက်ပြီး IR spectroscopy ငဲ principle ကို နားလည်သိရှိဖို့လိုအပ်ပါတယ်။ Molecules နဲ့ IR radiation တို့ interaction ဖြစ်တဲ့အဲ molecules က IR radiation ငဲ energy ရှိစုစုပွဲပြီး molecular vibration ဖြစ်ပေါ်ပေါ်ပါတယ်။ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ vibrational frequency က atom နှစ်ဦးကြေားမှာရှိတဲ့ bond strength နဲ့ masses အကြော်ဖြော်ပြီး ပြောင်းလေဖော်ပါတယ်။ စုစုပွဲလုပ်ကိုတဲ့ frequency က molecule မှာရှိတဲ့ ဓကတ်စည်း သို့မဟုတ် groups တွေကိုမှတ်တည်ပြီး ဖြစ်ပေါ်လဲအတွက် frequency တန်ဖိုးကိုသိရင် groups တွေကို ရှာဖွေနည်းမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

Molecules တော်း IR active နဲ့ IR inactive ကိုလည်း နားလည်ရမှုပြစ်ပါတယ်။ Molecules တော်း dipole moment changes ပို့သော IR active ဖြစ်ပါ။ dipole moment changes မဖို့သင်တော်း IR inactive ဖြစ်ပါတယ်။ ဥပမာ N₂ molecule ဟာ dipole moment changes မရှိဘူးအတွက် IR inactive ဖြစ်ပါတယ်။ CO molecule ကတော်း dipole moment changes ရှိတဲ့အတွက် IR active ဖြစ်ပါတယ်။

Propanone ရဲ့ IR spectrum ကို ပေါ်လာစွာအခါ C-H နဲ့ C=O တို့၏ absorption band တွေကို 2980 cm^{-1} နဲ့ 1700 cm^{-1} တို့မှာ တွေ့ရှိနိုင်ပါတယ်။ IR spectrum တွေကို ပေါ်လာရာမှာ ယခုဖော်ပြုသူးတဲ့ characteristic absorption band နဲ့ band intensity ကို အောက်ဖော်ပြုပါလယားမှာ ပေါ်လာသူ့ရှိနိုင်ပါတယ်။

Table 10 Some Characteristic Infrared Absorption Bands and their Intensities

Classes of compounds	Bond	Wavenumber (cm^{-1})	Band intensity
alcohols, ethers, esters, carboxylic acids	C-O	1050-1410	strong
alkenes, aromatic compounds	C=C	1620-1680	medium, weak
amides, ketones, aldehydes, esters, carboxylic acids	C=O	1650-1750	strong, sharp
alkynes	C≡C	2100-2260	medium, weak
carboxylic acids	O-H	2500-3300	strong, very broad
aldehydes	C-H	2720-2820	medium, weak
alkanes, alkenes	C-H	2850-3090	strong
alcohols	O-H	3200-3600	strong
amines, amides	N-H	3300-3500	weak, median

မောင်တော်ယာဉ်မောင်းဆုံးရှုတွင် မိမိရောကယာဉ်ကို လုံးဝကျော်တက်ခြင်း မပြုရသည့်နေရာများ(နှစ်ဦးပေါင် ၂၃)

ଓଲ୍ଡିଟେର୍ ହାତ୍ତିମାନଙ୍କୁ ଦେଖିଲା ଏଥିରେ ପାଇଁ ଆଶୀର୍ବାଦ ପାଇଁ
ଯୁଗାନ୍ତେ କିମ୍ବା କିମ୍ବା ଏବଂ ତେବେ ବ୍ୟାନିକ ଦ୍ୱାରା ଉପରେ ପାଇଁ
(କ) ଏକିମାତ୍ର କିମ୍ବା କିମ୍ବା କିମ୍ବା କିମ୍ବା କିମ୍ବା କିମ୍ବା
(ଚ) ଲାଭିତ ହୋଇଥାଏ
(ଗ) ଲାଭିତ ହୋଇଥାଏ
(ଦୁ) ଗନ୍ଧିତ ହୋଇଥାଏ

- ନେଟ୍‌କାର୍ଡିଙ୍: ମହିଳାଦୁର୍ଗରେଣ୍ଟ୍ସ (ଫଲ୍‌ମ୍‌ପତ୍ର ଜୟା)**

 - (c) ତରତୀରେ ଅନ୍ତର୍ଭାବରେ ତରତୀରେ ଅବିରି
 - (e) ଲାଗ୍‌ଗ୍ରାହିକାରେ ଅବର୍ଦ୍ଧି
 - (g) ଶ୍ଵାସଦ୍ଵିତୀୟରେ ଅବର୍ଦ୍ଧି
 - (i) ଅନ୍ତର୍ଭାବରେ ଅନ୍ତର୍ଭାବରେ ଅବର୍ଦ୍ଧି
 - (k) ତରତୀରେ ଅନ୍ତର୍ଭାବରେ ଅନ୍ତର୍ଭାବରେ ଅବର୍ଦ୍ଧି
 - (m) ତରତୀରେ ଅନ୍ତର୍ଭାବରେ ଅନ୍ତର୍ଭାବରେ ଅବର୍ଦ୍ଧି
 - (o) ତରତୀରେ ଅନ୍ତର୍ଭାବରେ ଅନ୍ତର୍ଭାବରେ ଅବର୍ଦ୍ଧି
 - (p) ତରତୀରେ ଅନ୍ତର୍ଭାବରେ ଅନ୍ତର୍ଭାବରେ ଅବର୍ଦ୍ଧି
 - (r) ତରତୀରେ ଅନ୍ତର୍ଭାବରେ ଅନ୍ତର୍ଭାବରେ ଅବର୍ଦ୍ଧି
 - (s) ତରତୀରେ ଅନ୍ତର୍ଭାବରେ ଅନ୍ତର୍ଭାବରେ ଅବର୍ଦ୍ଧି
 - (u) ତରତୀରେ ଅନ୍ତର୍ଭାବରେ ଅନ୍ତର୍ଭାବରେ ଅବର୍ଦ୍ଧି
 - (x) ତରତୀରେ ଅନ୍ତର୍ଭାବରେ ଅନ୍ତର୍ଭାବରେ ଅବର୍ଦ୍ଧି

(၄) မြင်ကွင်းမှုရှင်းလင်း၏ အန္တရာယ်ကင်းစွာ ကျော်တက်ရနိုင် စီတ်မချကသော အချိန်အခါး

(୧) "ଲକ୍ଷେ ମରିଯାଦା" ଅନ୍ତର୍ଜାଳକୁଳୁଙ୍ଗକ (Yellow Box) ଫେଣ୍ଡିଂ
 (୨) ଲୋକାନ୍ତର୍ଦୟରେ ହିମପାତା ଉଚ୍ଚତାରେ ଉଚ୍ଚତାରେ ଉଚ୍ଚତାରେ

ဘုန်းလမ်းပို့ဆောင်ရေး
ညွှန်ကြားမှုပြီးစီးပွား

မန္တလေးမြို့မှ ပန်ချီချုပ်သူများအတွက် Charity Art Show ခေါင်စဉ်ဖြင့် အနုပညာမြောက်လက်ရာပန်ချီကားများ ပြသ

မန္တလေး ဒီဇင်ဘာ JJ

မန္တလေးမြို့၏ အတွက် Charity Art Show ပေါင်းပြုပြီး အနုပညာမြောက်လက်ရှုပုန်း၏ ကားများ ပြသရောင်း ဖွံ့ဖြိုး၍ ယနေ့နံနက်ပိုင်းက မန္တလေးမြို့၏ Mingalar Mandalay Hotel ၁၂၅၀၈ ကျင်းပသည်။

အဆိုတဲ့ပန်ချုပြုလဲ Mingalar Mandalay Hotel တဲ့ မူပါဝါးကျင်းမာ
ခြင်းဖြစ်ပြီး ပြုတွင် ပန်ချုပြုလဲတော်ရေးခွဲမြို့
အစိအစ္စများ၊ မြို့မှားထုတ်ဟန်များ လို ချမှတ်သည့်
များအပေါ်တွင် နှင့်ရေးခွဲအကြောင်းအားများ
ကို ရှင်းလင်းပြောကြားခြင်းအစိအစ္စများ ပါဝင်ပြီး
ပြုတွင် ရောင်းရရှိသည့် ငွေအချို့အား မွေးလေးမြို့
ရုံ ပရဲဟိတာအသေးအွှေများသိ သက်လက်လျှော့နှင့်
သွားမည်ဖြစ်ကြောင်း Myanmar Art centre မှ
Managing Director မသက်လာ ပြောသည်။

“ပြုခဲ့မှာ ပန်းချီဆရာပေါင်း ၄၀ ပါဝင်ပြီး ပန်းချီ

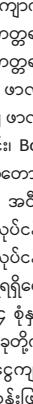


နယ်စပ်ရေးရာဝန်ကြီးဌာနမှ ပအိုင်းကိုယ်ပိုင်အုပ်ချုပ်ခွင့်ရဒေသအတွင်း
ဒေသဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိ

နေပါယ်တော် ဒီဇင်ဘာ ၂၂
နှစ်ပိုင်ရေးရာ ဝန်ကြီးဌာန၊
နှစ်ပိုင်အောင်နှင့် တိုင်းဒေသးသား
လျှော့များ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးရုံး
ဌာနအနေဖြင့် အသွေးပြီးရေး၊
လုပ်နှင့်များကို တစ်နှင့်ငဲ့လုံး
အကြေားအလုပ်ရရှိ တော်တန်း
မြို့ပြန်မှုခြားသား ထိုက်မြပ်၏
အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်
ပေးလျက်ရှိရာ ၂၀၂၄-၂၀၂၅
ဘဏ္ဍာန်ခွဲအတွက် ပို့ပုံမြို့နယ်
ပုံးအထူးလမ်းများနှင့် နှစ်ပိုင်ရေးရာ-
ပို့ဆောင်ရွက်-နေပါယ်တော် နားလော-
လီမော လုပ်ခွဲအထိ ၁၅ မိုင်
အနက် ၅ မိုင် မြေသားလမ်း
ဖောက်လပ်ခြင်းနှင့် ငါးပေ Box
Culvert ၁၁ စိုင်း တည်ဆောက်



သဒ္ဓမ္မားပြီး
နိုင်ပေါ်ခြင်း
အာမခံ
ကျောက်
ကလ္လာရာ
ကလ္လာရာ
ဒဲ အလုံး
ဒဲ ပါ ဖော်
စ်၏ Box
ကိုတောင်
ချုံခြင်း၊
အထိန်
လုပ်ငန်း
နှင့်
လုပ်ငန်း
လျှော့ရေး
၆၇ နှစ်
ကုန်ဘဏ်
ပုံစံကျက်
သန်းပြီး
ဆောင်ရွက်
ပေါ်ရသည်။
ထင်ငါးတို့





ဆီနေကြာစိက်ပျိုးထားရှိမှုများအား
တာဝန်ရှိသူများ ကွင်းဆင်းကြည့်ရ

သာယာဝတီခရိုင်အတွင်းဆောင်ရွက်နေသော လမ်းလုပ်ငန်းများ ကွင်းဆင်းစစ်ဆေး

A photograph showing a group of men in white shirts and dark trousers standing on a dirt path next to a gravel pile. They appear to be inspecting a construction site. In the background, there are trees and utility poles. The man in the center-left is gesturing towards something off-camera.

ပျော်ဘွယ်မြို့နယ်၏ မတပဲနှင့် မိုးဝါစိက်ပျီးထားမှ တာဝန်ရှိသူများ ကွင်းဆင်းကြည့်ရှု

ပျော်ဘယ် ဒီဇင်ဘာ ၂၂
ပျော်ဘယ်ဖြစ်နည်း သမဂ္ဂလာမအသင်းသား
တောင်သူများ စိုက်ပျိုးထားသည့် မှတ်ပဲနှင့်
နှစ်ဦးလိုက်ပျိုးထားမှား မန္တေတးတိုင်းဒေသ
ဌီး သမဂ္ဂလားစီးပွားရေး အုပ်ချုပ်ကြေားရေးမှား
ပြီးထွန်းကော်ဒီနှင့်အောင်းသည့် ယင်နေ့နှင့်နှစ်
ပိုင်းက ရန်အောင်ကျော်ဘုရား ရောက်ပို့ပြီး
အသင်းသားတောင်သူများနှင့် ၈၇ ဆုံးကာ

ଗୁଣ୍ୟିଃଦ୍ୟାଃମୁହୀ ତ୍ରୈନ୍ୟରୂପାତ୍ମି॥
 ଅର୍ଥବ୍ରତିକୀୟିଃଦ୍ୟାଃମୁହୀ ଅର୍ଥବ୍ରତିକୀୟିଃ
 ଏକାଣ୍ଡିଃମୀଳିଷିଦ୍ୟାଃ ଦ୍ୟାଃ ଦ୍ୟାଃ ଏକାଣ୍ଡିଃମୀଳିଷିଦ୍ୟାଃ
 ଏହାମାତ୍ରେଶ୍ଵରାତ୍ମାଃ ଦ୍ୟାଃ ଏହାମାତ୍ରେଶ୍ଵରାତ୍ମାଃ
 ଦ୍ୟାଃ ଦ୍ୟାଃ ଏହାମାତ୍ରେଶ୍ଵରାତ୍ମାଃ ଏହାମାତ୍ରେଶ୍ଵରାତ୍ମାଃ
 ଏହାମାତ୍ରେଶ୍ଵରାତ୍ମାଃ ଏହାମାତ୍ରେଶ୍ଵରାତ୍ମାଃ
 ଏହାମାତ୍ରେଶ୍ଵରାତ୍ମାଃ ଏହାମାତ୍ରେଶ୍ଵରାତ୍ମାଃ

တိမ်အသင့်အတင့် ဖြစ်ထွန်းမည်

ଏହି ପ୍ରତିକାଳେ କିମେଣିବା ମୁଣ୍ଡ
ଏହି ପ୍ରତିକାଳେ କିମେଣିବା ମୁଣ୍ଡ ଯାନ୍ତି ତିଥିଲା ଅବଦିନଙ୍କ ଆତମଙ୍କ ପ୍ରତିଯକିଃ
ଦିଃ ଫେରାଗୁର୍କାନ୍ତକୁବା ମହାନ୍ତିରେ ପାଇଲା ମହାନ୍ତିରେ ପାଇଲା ମହାନ୍ତିରେ

ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତା କରିବାକୁ ପାଇଁ ଏହାକିମ୍ବା କାହାରେ ନାହିଁ ।

ଶ୍ରୀ/ମେଲୁ

A wide-angle photograph showing a group of approximately ten people standing in a vast, open field. The field is covered in green grass and some low-lying plants. In the background, there are several trees and a clear blue sky with a few wispy clouds. The people are dressed in casual outdoor clothing, and some appear to be wearing hats or sunglasses. They are positioned at different heights in the frame, creating a sense of depth.

10

အက်သလက်တီကိုမက်ဒရစ်ကို ရုံးနိမ့်ခဲ့သည့်အတွက်
အမှတ်ပေးယေားဦးဆောင်ခွင့် လက်လွှာတ်ခဲ့ရသည့် ဘာစီလိုနာ

କିମେଣ୍ଟା ପ୍ରାଣୀ ଫୁଲଗୁ ଫୁଲିବାକୁ
କା ଯୁଦ୍ଧପ୍ରିୟଙ୍କରଣରେ ଥୁବୁଲ୍ଲୁ ଠିକ୍ ଲାଲିକିଶ୍ଚତର୍ମା (୧) ତୁର୍ଗ ହାତି
ଦ୍ୱାରା ଆବଳିନ୍ଦିରାଯାଇଲୁ ଅଣ୍ଟିଗାପ୍ରିୟିଂ
ବାଗ ଅଗରାଲାଲିଗରିବିଗ୍ରହିତିଗ୍ରହିତି
ମରିବାରେ ଅବଳିନ୍ଦିରାଯାଇଲୁ କିମ୍ବିର୍ବି-
ତାତିର୍ମାପ୍ରିୟିଂ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଥୁବୁଲ୍ଲୁ ଅଭ୍ୟାସିତାରେ
ଅଭ୍ୟାସିତାରେ ଯୋଗ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଲାଲିଗରିବିଗ୍ରହିତିଗ୍ରହିତି
ଏବଳିନ୍ଦିରାଯାଇଲୁ ଅଭ୍ୟାସିତାରେ ଥୁବୁଲ୍ଲୁ ଅଭ୍ୟାସିତାରେ
ଏବଳିନ୍ଦିରାଯାଇଲୁ ଅଭ୍ୟାସିତାରେ ଥୁବୁଲ୍ଲୁ ଅଭ୍ୟାସିତାରେ



ပက်ထရစ်ရှုစ်၏ သွင်းဂိုးများနှင့်အတူ
လေဘက္ကသင်က ဖရိုင်းသတ်ကို ဂိုးပြတ်အနိုင်ရ

ဘွဲ့နောက်စိတ်ပါပွဲစဉ် (၁၃) တွင် နည်းပြုလွန်သူ၏ လေဟကူးဆင်က ရရှိခဲ့တဲ့အသင်းကို ငါးရီ-တစ်ရီမျှဖြင့် ဒိုင်းရှုံးရှုံးသောကြောင့် ဒီးအောင်သု ဘိုင်ယုံပြု၊ နှစ်အသင်းနှင့် လေးမှတ်အကျွေသု ရောဂါးရှုံးလာပြီးစိုးသု၊ အထိပါပွဲစဉ်ရို့ စိုင်ဘာ ၂၅ ရက် နှစ်ကဲဆောင်းရှုံး က လေဟကူးဆင်အသင်းမြို့ကွန်၏စွဲ ယုံးပြုပြီးကဗားနဲ့ ဖော်ဆီးရွှေး လေဟကူးဆင်အသင်းသည် အစိတ်ပွဲပြုပွဲဘုံးရွှေးရုပ်ဆီးရွှေး အသင်းမြို့ကွန်၏အသင်းသည် အောင်ရှိပို့ဆောင်းရွှေးရွှေးရွှေးရွှေး

အမှတ်ပေးလယားအထက်ရိုင်း တက်လှမ်းရိုင်ရေး အသင်းကို
အကောင်းဖူးပြုစ်ဆင်လာသော ရှင်းဘာတဲ့အသင်းသည် ပုံနှစ်ခြော့မှုများ
ပြုသနိုင်းရှိဘဲ ပြုင်းကောက်အသင်း၏ ဖြေအားပေးတိုက်စ်ဆင်များ
ကိုသာ ပဲနိုင်စ်ဆော်ရ ခံကာကယ်ရသည်။



ဒီအင်ဘာ ၂၄ ရက် နံနက်ပိုင်းမှာ အေတာလီစီးပါးအေး ပွဲစဉ် (၁၇) မှ ပွဲစဉ် နှစ်ကို ယူပြုပြင်ကစားသားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ထိခိုက်တိုးဆားက အူဒီဇိုင်း၊ အင်တာမီလန်က ကိုမိအသင်း တို့ ထိပ်တို့ဟောတွေ ဆုံးဖော်တာကြောင့် လက်မလွှာတိတေး စောင့်ကြည့်သူးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

၃၇	နိုင်ငံတော်မြို့၏ အကျဉ်းချုပ်
၂၅၁	အရှင်

အင်တာမီလန်အသင်းရဲ့ တိုက်စ်ကို
ကိုမိအသင်း ပွဲချိန်ပြည့် ဟန့်ထားဖို့ ခက်မယ်

ဒီအိပ်ရင်တော်နားက ခြေစမ်းထက်လာတယ်ဆိုပေမယ့် ရောက်ဆုံး
ပြုပွဲဖို့နှစ်ပွဲဆောင် နိုင်ပွဲပျောက်ဆုံးထားတယ်။ အူဒါနိုင်ကလည်း
နောက်ဆုံးနှစ်ပွဲဆောင် ရွှေ့ခြော့တွေထားတယ်။ ဒီဇိုင်တော်နား
အသင်းရော အူဒါနိုင်အသင်းပါ နိုင်ပြုပြန်လည်ရှာတွေ့နဲ့ ကြိုးစား
လာမှာဖြစ်လာခြော့နဲ့ အကြိုတ်အနတ်ရှိလာမှာ သေချာတယ်။
ဒီအိပ်ရင်တော်နားအသင်းမှ စောင့်ကြည့်ရှုလှု ကားသမားတွေအဖြစ်
တိဂုံစာတ်က ခြော့ခြင်ဟန်နှင့် ကွင်းလယ်တိဂုံစာတ်က လူးက်စံဘဲလ်
တရာ်တိဂုံစာတ်။ ခြော့ခြင်ဟန်နှင့် ပို့စီးအေ ၁၅ ဗွဲဗွဲ ကိုးကိုးသွေးလူ
ပေးထားတယ်။ လူးက်စံဘဲလ်တရာ်တိဂုံစာတ်က ပို့စီးအေ ၁၂ ဗွဲမှာ နှစ်ဦး
သွေးပြီ ပေးလေးကြိုင်ရိုးနှစ်ဘူးမျှ ပြုလှုပေးလိုက်တယ်။ မည်သို့ပင်ဆုံး
စေ ခြေစမ်းသာလွန်တဲ့အသင်းထက် အခုံးသတ်ပေးချာတဲ့အသင်း
သာ နိုင်ပွဲပျောက်။

တိဂုံစစ်အကောင်းဆုံးအသင်းအဖြစ် ရှိနေတဲ့ အင်တာစီလန်နဲ့ စစ်အသင်းဆုံးအသင်းတိပါဝင်နေတဲ့ ဂိုမိုအသင်းတိ တွေ ဆူမှုပြုတာကြောင့် အထြုတ်အပုံးရှိလာမှာ သေချာတော် တန်းဆုံးရှိနေတဲ့ အသင်းနဲ့ ရမှတ်ကွာဟဲမှုကျော်းမြောင်းနေတဲ့ ဂိုမိုအသင်းရဲ့ ရှုန်းအားကြောင့် အင်တာစီလန်အသင်း အက်တွေ နှင့်တယ်။ သို့သော်လည်း ထို့ကြော်တဲ့အင်တာစီလန်အသင်းရဲ့ တိုက်စစ်လို့ ဂိုမိုအသင်းပဲ ချုပ်ခြင်းပြည့် ဟန်တာ့မြိုက်မယ်။ အင်တာစီလန်အသင်းမှာ စောင့်ကြည့်ရမယ့် ကစားသမားအဖြစ် တိုက်စစ်က မားက်ပိုစူရှိနဲ့ ပုလို စစ်ကဗ် ဘတ်စုစုရှိနိုင်းရှိတယ်။ သူ့ရိုက စီရိုးအေ ဘ ဒဲ ပွဲမှာ ဘ ရိုး သွေးယူပေးထားပြီး ဘတ်စုစုရှိနိုင် ဘ ဒဲ ပွဲမှာ လေ့လြေပို့ဗျို့မှု ပြုလုပ်ထားတယ်။ ဂိုမိုအသင်းမှာ စောင့်ကြည့်ရမယ့် ကစားသမားအဖြစ် ပုလို စစ်ကဗ် ဘတ်စုစုရှိနိုင်းရှိတယ်။

ကျွန်းမာချင်ပါသလား... လမ်းလျှောက်ပါ

ଭ୍ରମିତାକୁ ନିୟମିତ ପରିଵର୍ତ୍ତନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବାକୁ ପରିଚାରିତ କରିବାକୁ ଆବଶ୍ୟକ ହେଉଥିଲା । ଏହାର ଫଳରେ ଜୀବିତରେ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେଲାଯାଇଥାଏ । ଏହାର ଫଳରେ ଜୀବିତରେ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେଲାଯାଇଥାଏ ।

ကျိုးမားကြံ့ခိုင်နေသာတိုးသည် အရာရာဂုဏ်စွမ်းသောင်းနှင့်ဖွံ့ဖြိုးသည်။ အထူးသပြင် ပညာရေး၊ လူမှုရေး၊ စီးပွားရေး စသည် နေစဉ် လုပ်ငန်းမောင်တာများကို အဆောင်အအုံမှု လုပ်သောင်းနှင့် မည်ဖြစ်သောညီ။ လူတိုင်းတွင် ဓမ္မာဂါဒီစွာသော ရည်ရွယ်မှု၊ ပါလာကြောသည်။ သို့သော ကျိုးမာနေသာ သာဆုင် ထိုးမီးသောင်ရည်များကို အပြည့်အဝ အသုံးပါ၏မည်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် လူတိုင်းအတွက် ကျိုးမာရေးသည် ပထမ ကျိုးမာရေးသည် ခုတီယာ ကျိုးမာရေးသည် တတိယာ ဖြစ်နေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ကျိုးမားကြံ့ခိုင်ရေးအတွက် ငွေကိုန်သက်သာသည့် အလှယ်ကွဲဖွံ့ဖြိုးလေ့ကြော နေ့သိ လမ်းလျော်စွာခိုင်း ဖြစ်ပါသည်။

ကမ္မားအိပ်ပစ်ဖွံ့တော် စတင်ပေါက်ဖွားရှု
ဂါရိနိုင်ငံ၏ ကမ္မားခြေကျောက်သား ကမ္မားပါးတစ်ခု
ပေါ်မှာ-

- ସର୍ବକୁଣ୍ଡଳୀଙ୍କ ପାଇଁ ବିଲାଲାଙ୍କାର ହାତରେ ଦେଖିଲାମା ।
 - ସର୍ବକୁଣ୍ଡଳୀଙ୍କ ପାଇଁ ବିଲାଲାଙ୍କାର ହାତରେ ଦେଖିଲାମା ।
 - ସର୍ବକୁଣ୍ଡଳୀଙ୍କ ପାଇଁ ବିଲାଲାଙ୍କାର ହାତରେ ଦେଖିଲାମା ।

ଲମ୍ବାଙ୍କିରଣ୍ଜିନୀ

ကျိန်းမာရေးအကိုးကေားဇူးမာ



တာချိလိတ်မြှုပြု ဒီဇင်ဘာ ၁၄ ရက် နံနက်ပိုင်းက ကိုယ်လက်ကြော်ခိုင်ရေး လေကျင့်ခန်းများ ပြုလုပ်
ကြစဉ်။ မြို့နယ်(ပြန်/ဆက်)

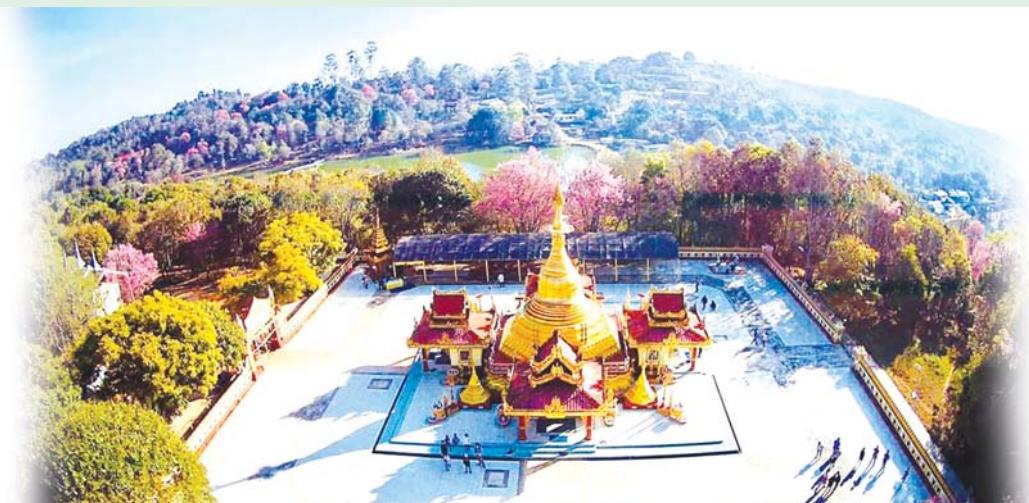
LDL ဂိုလ်စံထပ်ရောများကို ပျော်ချေပေးပါသည်။ နှေးတွေ့သွေးလည်ပတ်စီးအင်း မှုဘို့ ကောင်းမွန်စေ သပြိုင် နှဲလုံးဘို့ကျိုးမာပေါ်သည်။ အမေရိဂက္ကာ နှင့်တွေ့ဆုံးမှုများ အသက် ၇၀ ရော် အဆုံးများအား လေလာသန်းစွဲ မှတ်တမ်းများ အရ ခပ်သွက်သွက် နှင့် အချိန်ကြောကြာ လင်းတွောက်သော သက်ကြီး ပျော်ခိုးများသည်။ နှဲလုံးတွောက်သွားရောဂါ (CVD) ပြုပွဲနှင့် အန္တရာယ်နည်းပါးကြောင်း၊ တစ်နာရီပျွဲ ပါးကိုလိုပိတေသကကိုလိုသော အဖြစ် နှဲနှဲပြိုင် လင်းတွောက်သော အဆုံးရောဂါပြီးသူ မှုများသည်။ တစ်နာရီပျွဲ သုံးကိုလိုပိတေသကနှင့်ပြိုင် လင်းတွောက်သွားမှုများထက် နှဲလုံးရောဂါပြုပွဲနှင့် သည်အန္တရာယ် ၅၀ ရာခိုင်နှုန်း ပျော်နည်းသူးကြောင်း၊ ကာ လောက်စွဲအန္တရာယ်မှုလည်း ၅၀ ရာခိုင်နှုန်း လျော့နည်းကြောင်း လေလာတွေ့ရှုပါသည်။

မျိုးသူ တစ်နေ့လျှင် ဘတ်ကဲား ခုနှစ် မှတ်တိုင်အကြာအင်း သီးမားဟုတ် ငင်းထက်ပဲတို့၏ လင်းလျော်သူများသည် သိတ်ဆက်ပဲတို့၏ မျိုးသူ ဘတ်ကဲား မြေမှတ်တိုင် အကြာအင်းခန့် သာ လျော်သူများတော် နဲ့ရောက်ဖြစ်ပွားနိုင် သည့်အန္တရာယ် ၃၆ ရာရိနှင့်နှင့် လျော်လည်ပြီး လေဖြတ်နိုင်သည့်အန္တရာယ်ဖုန်တော်း ၅၇ ရာရိနှင့် နှင့် လျော်နှင့်ကြောင်း သိပါသည်။ ထိုပြင် လင်းလျော်သည့် အမြှိုင်နှင့် သီးမားဟုတ် အကြာအင်းပဲများသူများတွင် နဲ့ရောက်ဖြစ်ပွားနိုင်သည့် အန္တရာယ်လျော်လည်ပြီးကြောင်း၊ ရှင်သူတွေ တစ်ပဲလျှင် မိမိ ၃၀ ကြော လင်းလျော်လည်ပြီး ဆိုပါက နဲ့ရောက်ဖြစ်နိုင်ခြား ၁၁ ရာရိနှင့်နှင့် နှစ်ဦးသူ့ကြောင်း လေလာမှတ်သားရှိပါသည်။ ဂိုလ်အလေးသို့နိုင်ကျပေးလေသည်။ ဖြေကံသာများ ကျော်လှုပ်လာစတေသာ် လင်းလျော်လေလျော်ခန်း မှုန်နှစ်လုပ်ခြင်း၊ ကယ်လိုဒီဇူးလေပိုင်းကြောင်း သို့ ကိုယ်၏ ပြီးပြီးစိတ်ကို တိုးတက်ကောင်းနှစ်လာ ပြီး ဖြေကံသာများ ကျော်လှုပ်သုန္တော်းလာစတေသာ် လင်းလျော်လေပြီးကြောင်း ပြီးထန်သာ လေကျော် ခန်းမားဟုတ်သုပြီး ဖြေကံသာများနှင့် မပြုစေနိုင်ပေး ထိုပြုခြား အနာဂတ်ပြုခြင်း အနာဂတ်ရပါသော နောက်တစ်နာရီ၊ လမ်းထားလျော်လိုအတွက် ဖြေကံသာများနှင့်တာပြုပါသည်။ မလျော်လိုနိုင်တာပြုပါသည်။ ခေါ်ဘက်ယူအသိပေါ်တွေမှုပုဂ္ဂိုလ်ဘူး ဖြေကံသာများတွေသိသုမ္ပဏီအောင်တယ်ဆိုပါသော တစ်ခုလေပိုင်းမြေပေါ်ရ ၁၁၀၀၀ ခန့် လမ်းလျော်လေပိုင်းဖြုပြုရ ရှိခိုင်ပါသည်။ ငင်းထက်ဂိုလ်ပြီး ပြီးထန်သာ လေကျော်နှင့် လိုချင်သူပြုခြင်းက တောင်တာ

ပေါက်ပေါက်

၁၂။ ရုပ်မှု မိမိကိုယ်ကို စောင့်ပျော်တတ်ပါမှ
ကျဉ်းမာရေး အသီသတိပြု စွဲလွှဲလျှပ်ပါ ရောဂါ
ဟယကင်းဝေး၏ တာကယ်ကျဉ်းမာနိုင်ညွှန် ဖြစ်လေ
သည်။ လူမှားဘဝပတ်နှင့်ကျုပ်တွင်
ထိတ်ထိခိုးမှု
၁၃။ များပြားလာကြသည်။
ထိအေး ထိတ်ထွက်ပေါက် အဖြစ် လင်းများများ
လျော်သေးသင့်ပါသည်။ စူပေါင်းလမ်းလျော်
မြင်းသည် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ချမ်းကြည်ရေးမှု
ကို ရာဘက္ကာသီ ပျော်ရွှေ့မှုကိုယ်ည်း အမှန်အကျင့်ရှု
ရှိပေါ်သည်။
၁၄။ သို့၌ ကိုယ်ခွဲသူ သန်စွမ်းစေဖို့ ထိတ်နလွှဲဖွဲ့

ପ୍ରେସେଟିପି ଶିଳ୍ପୀରୋହିଯିବି ଗୁଣ୍ଡାତ୍ମି
 ଦୋଷୋକେତୀର୍ବଳ୍ଲ ଦୋଷୋଦୟଳ୍ଲ ଦୋଷୋ
 ଦେଖିଲୁଗାର୍ଥିକୁପିନ୍ଧିଭୁ ତୀର୍କର୍ତ୍ତଫଳ୍ଲ
 ଦୀବିଦୟନ୍ତିର୍ବଳ୍ଲ ॥



လိုင်မွေတော်ပေါ်ခန်းမြို့လေးက ချယ်ရိပန်းပွဲတော်ဆီ

ယုန်လာဒ်

နှစ်စဉ် ယုလ်ရှိလျှပ်လှုပ်ပွဲတဲ့ ဒီအင်ဘာ၊ နောက်နိုင် ဖော်ပေါ်မြို့ကို လတ္တမှာ ရှုန်းပြည့်နားဖို့ အချင်းရှိနိုင်း၊ ကျိုးကြတဲ့ ပြုပါယ်က တောင်ပေါ်ခဲ့ခြင်းဖြင့် သူများပိုမိုတော့ လုပ်နေတဲ့ လို့မြောက်ဆောင်စွာ နောက်တိတော်တွေ သူတော်တွေ အား ရောက်လုပ်ပတ်ဝန်စွဲ ဒီတစ်ပေါ်တဲ့ ခါးသူ့ဘာလမ်းသွေ့နှင့်အနေဖြင့် ပေါ်ပြုပေးချင်ပါတယ်။

ချယ်ရိပန်းပဲတော်ကို ကျင်းပစို့စိစဉ်နေ

ရှစ်ပြည့်နှစ်သိအဲရာဇ္ဈားကျဉ်းကြောမူနဲ့အတွက် ဟိုတယ်နှင့်ခါးသွားဆုံးမျိုးစီးပွားရက လျှို့မှုများ
ဖြစ်ရှိခဲ့သူများများအတွက် ပြည့်စုစုပေါင်းစပ်တော်ယုံလိုက် ရှစ်ပြည့်နှစ်သိအဲရာဇ္ဈားကျဉ်းကြောမူ
မျိုးစီးပွားရကမှ လက်ထပ်တော်ယုံလိုက် ပြည့်စုစုပေါင်းစပ်တော်ယုံလိုက် ရှစ်ပြည့်နှစ်သိအဲရာဇ္ဈားကျဉ်းကြောမူ

“အခုလာမုန် ဒီဇော်လနှစ်ဘင်္ဂုံးပဲပို့ အန္တာဝါရိပါဝိထားတော်က ကျင့်ပနိုင်းစီစဉ်ထားပါတယ်။ အုက္ခဏာသွေးယူပို့တွေက အဖွဲ့တွေ ဖူးနောက်ပါပြီ။ ယူယိုင်တွေလိုင်လိုင်ပွင့်ပွင့်နှင့်ကျင့်ပွဲတော်ကို ကျင့်ပုံပုံပါ။ အခုကျင့်ပုံပုံတော်က လေးကြိမ်ပြောကို ပွဲတော်ဖြစ်ပါတယ်။” ဟု ဦးညွှန်ကျော်က ပြောပါတယ်။

ချမှတ်စိန်းထဲတွေ့ဖို့မှာ လိုင်ပြောကောင်စာစီးပါတ်ဝါဒီးကျဉ်တိပိုက်မှာ ချမှတ်စိန်းသက်တွေ့ဂို့ ချို့ယူယာ မြေပြုလုပ်ခြားလည်း အေးကြီးလုပ်တယ်၊ ချမှတ်စိန်းတွော့ လွှာမြှုပြု၍ အတိတ်အမှတ် သင်္ကာတွေဖြစ်တဲ့ဖြင့် ဒေသရဲ့ သဘာဝအမွှာအနဲ့တိန်းလည်းဖြစ်ပြီး ချမှတ်စိန်းမှားစွာကို သဘာဝ အတိုင်း တစ်နာရီတိတော်း တော်မြင်တဲ့ တော်မြင်ပေါ်စံနဲ့ အိုးကြာလေးဖြစ်ပါတယ်။

ମିତିଯୁକେର ଆଶୋକ ଆପଣଙ୍କ ଦେଖିଲାମି

နှစ်စဉ်ချယ်ရီပွင့်နေကြတဲ့ ဒီဇင်ဘာလ၊ ၆၅နှစ်ဝါရီလ၊ ဖေဖော်ဝါရီလမကုန်ခင်အထိ ချယ်ရီလှုပ်လိုင်



အခုလာမယ့် ဒီဇင်ဘာ
နောက်ဆုံးပတ်နဲ့ ၇၅နာဝါရီ
ပထမပတ်ထဲမှာတော့
ကျင့်ပနိုင်ဖို့ စိစဉ်ထားပါ
တယ်။ အခုကတော့ ချယ်ရို
တွေကအူးတွေ ဖူးနောကြ
ပါပြီ။ ချယ်ရိုတွေ လိုင်လိုင်
ပွဲချိန်ကျေရင် ပွဲတော်ကို
ကျင့်ပမှာပါ။ အခု ကျင့်ပမယ့်
ပွဲတော်က လေးကြိမ်မြေက်
ပွဲတော် ဖြစ်ပါတယ်



ချမှတ်ပြန်ရန် အကြောင်းအရာများ၊ နေဂတ်ပို့ဆောင်ရွက်ရန် လျှင်မြေတော်ဝါဒသီးဆိုရှိ ထိန်းခနီးသူ့တွေနဲ့
ကျင်းမွေးတွေဖြစ်ပါသည်။ လျှင်ရှိခဲ့သူများက တာရီလိပ်စာ၊ လူမျှမှုပေးသွေးမှုများ၊ ပြည်တွင်
ခေါ်ယူသောကြောင်း၊ လာမောင်တာရီပို့ဆောင်ရွက်ပေးသွေးမှုများ။

ရှိုးရာအစားအစာ ပဲတော်

ကျိုင်းတံ့မြို့က လည်ပတ်စရာတွေ

ကျိုင်းတဲ့ဖြူမှာတော့ လည်ပတ်စရာတွေက များလျေပါတယ်။ ကျိုင်းတဲ့ဖြူနဲ့ထင်ရှားတဲ့နေရာတွေက တော့ ခုပံ့တော့မူဘူး၊ မဟာပြောတဲ့နိုဂုံးတွေး နေတဲ့ကနာက့်ဘူး၊ ကျိုင်းတဲ့ဖြူမျှတော့မရေး၊ သတ်တံပိုင်တော်ဝါ ရေးမှုပိုင်း၊ ကိုရင်လေးကျောင်း၊ ဝယ်ဆင်းကျောင်း၊ ဒွါန်ခို့ဘူး၊ စွဲပဲ/ကွဲပဲအေးဘူး၊ နှင့် ၁၀၀ ကျော် သာက်တဲ့နှင့်၊ ခံရေယာနဲ့ဘူး၊ ပို့ဆောင်းတွေး၊ ကျိုင်းတဲ့ဖြူ၏ ရွေးကျောင်း၊ ပြီးနိုတ်တဲ့ကျော်၊ အုအံနှင့်တိတော်လျှော့သာ ကျိုင်းတဲ့ ပါလျှော့နိုတ်၊ စော်ဘွား၊ အတုပုံ ယွဲနဲ့လိုင်းနှင့် မွှေ့ပွဲယဉ်း၊ လွှဲယွဲမွော်အနီး၊ ရီးရာ့ခို့လေးတွေ၊ ကျိုင်းတဲ့အေးတွေ၊ နောင်ငံးလွှာ၊ ကျိုင်းတဲ့ပြောတွေ၊ မဖြစ်နေ ဘူး၊ ရောက်လည်ပတ်သင့်တဲ့ အကျင့်တွေပြုတဲ့။

၁၅၂၇။ အဲဒုလိုင်းလိုင်းနှင့်ချိန်ကာလုံးအောင်မြန်မာ အကိုလန်အသေးစားမြို့လေး(Small England) လိုတောင် တင်းသော ခေါ်ပြုခြင်း၊ ကျိုင်းတွင်(အနေ့းရိုင်း) က လိုင်းမြေထောင်ပေါ်စားနှင့်မြို့လေးသို့ သွားရောက်လည်ပတ် နိုင်ခြင်း ဖြစ်တိတဲ့မှာ အောင်ပြောသေးလိုက်ပါတယ်။ ။

