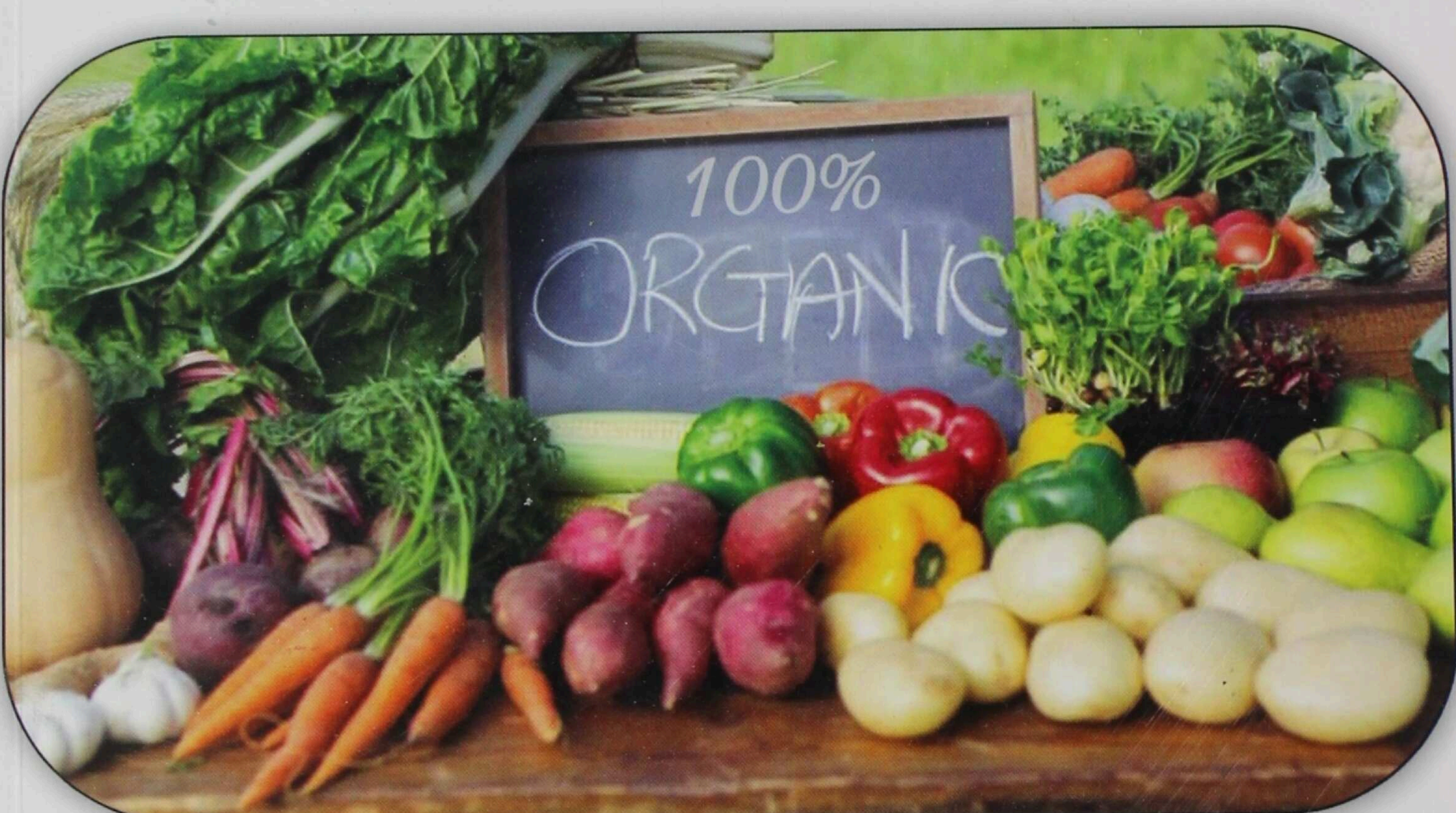
စိုက်ပျိုးသူလည်းချမ်းသာ စားသုံးသူလည်းကျန်းမာ

နေရောင် (စိုက်ပျိုးရေးတက္ကသိုလ်)

လက်ရှိကမ္ဘာ့
ဓာတုကင်းလွတ် အော်ဂဲနစ်
ဥယျာဉ်ခြံ သီးနှံစိုက်ပျိုးရေး



ကျန်းမာရေးအကျိုးပြုမှုနှင့် ပါဝင်သောအာဟာရဓာတ်များ

Current Organic Gardening of the world

The classic guide to growing with high technology
Fruit and vegetable the natural way

This is an action book

ကျေးဇူးတင်လွှာ
ACKNOWLEDGEMENTS

ဤစာအုပ်ရေးသားရာတွင် အဓိကစီစဉ်ဆောင်ရွက်ပေးပါသော ပါရမီအထွေထွေရောဂါကုဆေးရုံ ဥက္ကဋ္ဌ နှင့် ကလေးအထူးကုဆရာဝန်ကြီး ပါမောက္ခဒေါက်တာဦးသိန်းအောင်၊ ဒေါက်တာဦးတင်ညွန့်၊ လိုအပ်သည်များကို စီစဉ်ညွှန်ကြား၊ တည်းဖြတ်ပေးပါသော လယ်ယာနှင့်ဆည်မြောင်းဝန်ကြီးဌာန၊ ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ် (ငြိမ်း) ဒေါက်တာဦးမြင့်သိန်း၊ မအားလပ်သည့်ကြားက ပြင်ဆင်၊ ဖြည့်စွက်၊ တည်းဖြတ်ပေးပါသော မြန်မာ့ဝါနှင့် ပိုးချည် လုပ်ငန်းမှ ဦးဆောင်ညွှန်ကြားရေးမှူး (ငြိမ်း) ဒေါက်တာမောင်မာ၊ အင်တာနက်မှ ကူညီရှာဖွေပေးပါသော ဦးချောရွှေ B.Ag (ဂုဏ်) (ငြိမ်း)၊ လိုအပ်သည်များကို ကူညီပေးပါသော ပါရမီအထွေထွေရောဂါကုဆေးရုံကြီးမှ ဒေါ်အေးသူဇာအောင် (Board Secretary, BOD Office) နှင့် စာမူများကို စိတ်တိုင်းကျသည်အထိ ပြင်ဆင်၊ ဖြည့်စွက်သည်များကို မညည်းညူဘဲ အကြိမ်ကြိမ်ပြန်လည်၍ ကွန်ပျူတာ ရိုက်ပေးပါသော ဒေါ်ရည်မွန်ချစ် (Secretary, Research & Development Department), ဒီဇိုင်းနှင့် လိုအပ်သည်များကို ဖြည့်စွက်ရေးဆွဲပေးသော ကိုထွန်းဇော် (စရဏပုံနှိပ်တိုက်), ပုံနှိပ်ရိုက်နှိပ်ရန် စီစဉ်ပေးပါသော ဒေါက်တာအောင်ကျော်မင်း (စရဏပုံနှိပ်တိုက်), ကူညီပံ့ပိုးပေးသော (သား) ဦးကျော်ဇေယျာမောင် B.Sc. (Zoo) 2nd mate F-G, (သမီးချွေးမ) ဒေါက်တာဖြိုးဖြိုးဝေ Ph.D. ကထိက၊ ဒဂုံတက္ကသိုလ်တို့အား အထူးကျေးဇူးတင်ရှိပါကြောင်း မှတ်တမ်းတင်ဂုဏ်ပြုအပ်ပါသည်။

၁၉၆၇ ပျဉ်းမနားစိုက်သိပ္ပံ ဒီပလိုမာကျောင်းဆင်းများနှင့် ၁၉၇၇ စိုက်ပျိုးရေးတက္ကသိုလ်ကျောင်းဆင်းသူငယ်ချင်းများ၊ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်မိတ်ဆွေဝန်ထမ်းများအားလုံးအား ကျွန်တော်၏စာအုပ် ကူညီဖြန့်ဝေရောင်းချပေးသည့်အတွက် ကျေးဇူးအထူးတင်ရှိပါသည်။

(၂၄-၁-၂၀၁၉ နေ့စွဲပါ ကြေးမုံသတင်းစာ စာအုပ်စင်)

ဓာတုကင်းလွတ် အော်ဂဲနစ်ဥယျာဉ်ခြံ သီးနှံစိုက်ပျိုးရေး

လက်တွေ့အသုံးချစိုက်ပျိုးရေး နေရောင်(စိုက်ပျိုးရေးတက္ကသိုလ်) စီစဉ်ရေးသားသည့် ဓာတုကင်းလွတ် အော်ဂဲနစ်ဥယျာဉ်ခြံသီးနှံစိုက်ပျိုးရေးစာအုပ်ထွက်ရှိလသည်။

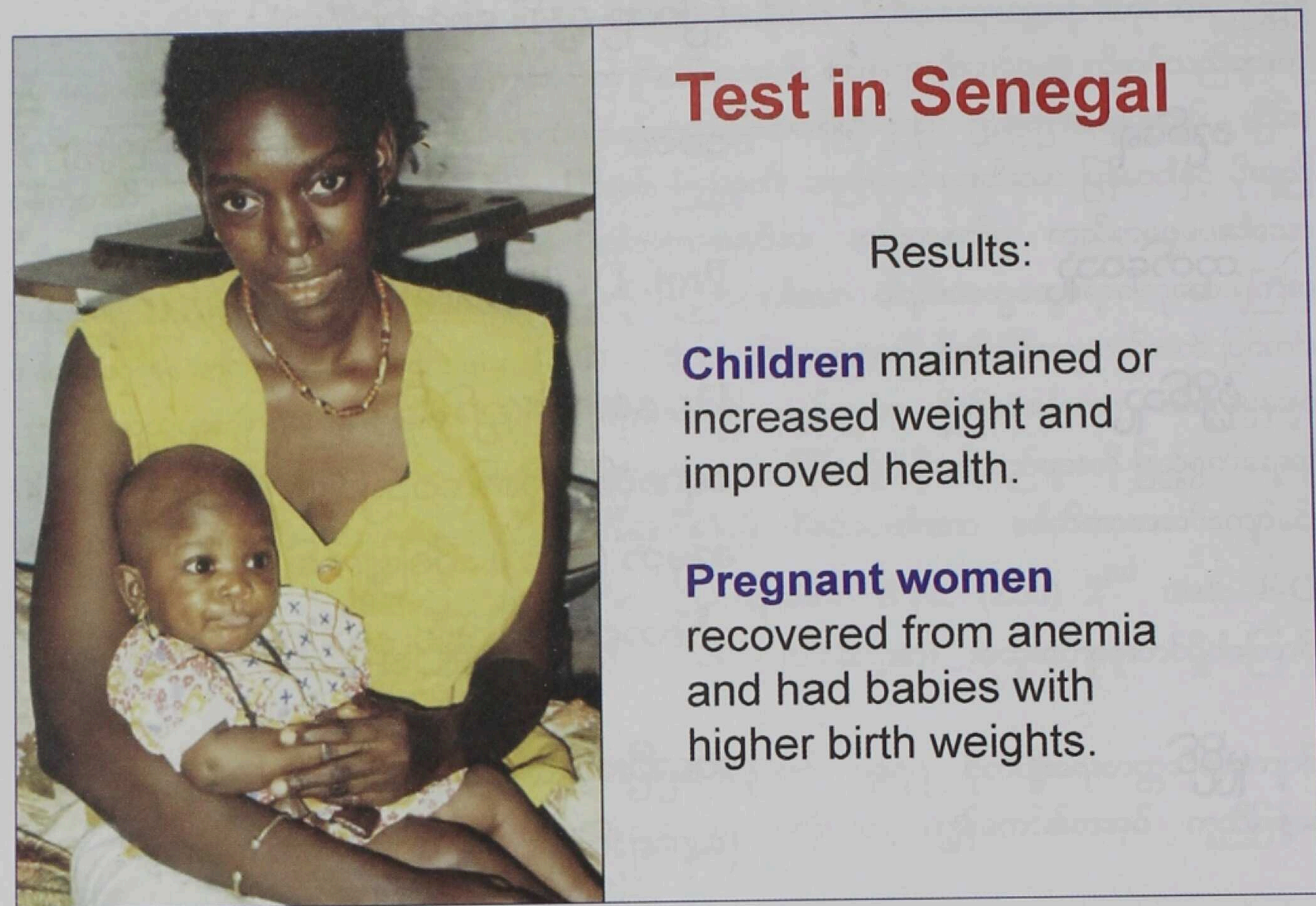
စိုက်ပျိုးရလွယ်ခြင်း၊ ဒေသနှင့်ကိုက်ညီခြင်း၊ မျိုးပွားရလွယ်ကူခြင်း၊ ပြည်ပမှ ကြိုက်နှစ်သက်သည့် အော်ဂဲနစ်သီးနှံများစိုက်ပျိုးခြင်း စသည့်အချက်များနှင့် ပြည့်စုံသော သီးနှံများကို ရွေးချယ်၍စိုက်ပျိုးသင့်သည်။ အိမ်နီးချင်း ထိုင်းနှင့် ဗီယက်နမ်နိုင်ငံတို့သည် အဆိုပါအချက်များနှင့် ကိုက်ညီသော ဟင်းသီးဟင်းရွက်များကို စိုက်ပျိုး၍ ပြည်ပနိုင်ငံများသို့ တင်ပို့ရောင်းချခဲ့ရာ နှစ်စဉ်ဝင်ငွေများစွာရရှိသည်။ ထိုသို့စိုက်ပျိုးခြင်းဖြင့် အလုပ်အကိုင်များရရှိစေခြင်း၊ အစားအစာဖူလုံမှုရရှိစေခြင်း၊ ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှုလျော့ကျစေခြင်း၊ ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးစေခြင်း၊ နိုင်ငံတော်အတွက် GDP တိုးမြင့်စေခြင်း စသည့်အကျိုးကျေးဇူးများ ရရှိနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

စာအုပ်ကို – Dr. အောင်ကျော်မင်း၊ စရဏကုမ္ပဏီလီမိတက် ဖုန်း–၀၉ ၂၅၂၆၁၉၁၉၈ နှင့် ၀၉ ၉၆၅၁၂၃၂၄၉ တို့မှ တန်ဖိုးငွေကျပ် ၅၀၀၀ ဖြင့် ဖြန့်ချိသည်။

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

ပုံနှိပ်ခြင်း	ပထမအကြိမ် (၂၀၁၉ ခုနှစ်၊ ဖေဖော်ဝါရီလ)
အုပ်ရေ	၁၀၀၀
ထုတ်ဝေသူ	Prof. Dr. U Thein Aung
ပုံနှိပ်သူ	Dr. အောင်ကျော်မင်း စရဏပုံနှိပ်တိုက်(၀၁၃၅၀) အမှတ်(၂၄၉)၊ သိမ်ဖြူလမ်း၊ မင်္ဂလာတောင်ညွန့်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
မူပိုင်	ဆရာဦးသန်းအောင် (နေရောင်-စိုက်ပျိုးရေးတက္ကသိုလ်)
မျက်နှာဖုံးဒီဇိုင်း	ကိုထွန်းဇော်(စရဏ)
အတွင်းဒီဇိုင်း (မွမ်းမံဖန်တီးမှု)	ကိုထွန်းဇော်(စရဏ)
ကာလာခွဲ	SUNN Color Separation
ဖြန့်ချိရေး	Dr. အောင်ကျော်မင်း စရဏကုမ္ပဏီလီမိတက် 09-252619198, 09 965123249

ဓာတ်ပုံ – အာဖရိကမှ ကြက်ဥ၊ နွားနို့၊ အသား မစားနိုင်သော ဆင်းရဲသားမိခင်နှင့် ကလေးမှာ ငွေကုန်ကြေးကျမရှိသော ဒန့်သလွန်ရွက်ခြောက်မှုန့် စားသုံးခြင်းဖြင့် မိခင်ရောကလေးပါ ကျန်းမာနေသော မိသားစု။



This test found the following effects to be common among subjects taking Moringa leaf powder: Children maintained or increased their weight and improved overall health, and pregnant women recovered from anemia and had babies with higher birth weights. This test is now being duplicated and expanded in Ghana. Further tests are needed in other countries as well.

ပါရမီဆေးရုံကြီးမှ ကလေးအထူးကုဆရာဝန်ကြီး ပါမောက္ခဒေါက်တာဦးသိန်းအောင်၏ ကိုယ်ကျိုးမဖက် အများအကျိုးသက်သက်၊ အထူးသဖြင့် ချို့တဲ့သော မိခင်နှင့်ကလေးများ ဓာတုကင်းလွတ်အော်ဂဲနစ်သီးနှံများ စိုက်ပျိုးရောင်းချ၊ ကိုယ်တိုင်စားသုံးခြင်းဖြင့် ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်လည်းကျန်းမာရေးပြည့်စုံ၍ ဉာဏ်ရည်မီသော ကလေးများ မွေးဖွားခြင်းဖြင့် မိသားစုရော တိုင်းပြည်အကျိုးပါ ဤစာအုပ်ထုတ်ဝေစေခြင်းဖြစ်၏။

မာတိကာ

- ကျေးဇူးတင်လွှာ

အခန်း (၁)
အော်ဂဲနစ်အပေါ်သူတို့အမြင်

၁ ပါမောက္ခဒေါက်တာသိန်းအောင်၏ အမှာစာ
၂ ဦးဆောင်ညွှန်ကြားရေးမှူး (ငြိမ်း) ဒေါက်တာမောင်မာ(စိုက်ပျိုးရေး)၏ အမြင်
၃ စိုက်ပျိုးရေးတက္ကသိုလ်ပါမောက္ခချုပ် (ငြိမ်း) ဒေါက်တာမြင့်သောင်း၏ အမှာစာ
၄ အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးရေးအပေါ် စာရေးသူ၏အမြင်
၅ ရှမ်းရေကျော်_သန်းမောင်၏ ရိုက်ချက်များ

အခန်း (၂)
အော်ဂဲနစ်နည်းပညာများ

၁ ဒို့လည်းလိုက်မယ်ချန်မထားနဲ့ ၁
၂ ထိတ်ထိတ်ကြဲအော်ဂဲနစ် ၅
၃ အကြံတူနောက်လူသာစမြဲ ၁၃
(မြန်မာနိုင်ငံနှင့်အိမ်နီးချင်း မီယက်နမ်နှင့်ထိုင်းနိုင်ငံတို့၏ သစ်သီးဝလံနှင့် တင်းသီးတင်းရွက်စိုက်ပျိုးရေးမှ နှစ်စဉ် ဒေါ်လာဘီလီယံနှင့်ချီ၍ ရရှိနေခြင်းအားသုံးသပ်တင်ပြခြင်း)

အခန်း (၃)
သစ်သီးဝလံစိုက်ပျိုးရေး

၁ ရေတ်ကောင်း *(အိမ်နီးချင်း မီယက်နမ်က ကမ္ဘာမှာအများဆုံးစိုက်)* ၂၅
၂ နဂါးမောက် *(နှလုံးကျန်းမာရေးကောင်း၍ စိုက်သူဝယ်သူများပြား)* ၄၇
၃ နာနတ် *(စိုက်ရလွယ်၊ ပြည်ပဈေးကွက်ကြီးမား)* ၇၅
၄ ကော်ဖီ *(အိမ်နီးချင်း မီယက်နမ် မြေပြန့်ကော်ဖီနှင့် ဘရာဇီးပြိုင်လျှင် ကမ္ဘာမှာဒုတိယ၊ ယခုနှစ် ဒေါ်လာ(၂)ဘီလီယံထိဝင်တဲ့ကော်ဖီ)* ၁၀၁
၅ သဘော် *(သန်းကြွယ်သူဌေးဖြစ်ချင်သလား သဘော်ရွက်လက်ဖက်ခြောက်ထုတ်ရောင်း)* .. ၁၁၇

၆ လိမ္မော် (ကျန်းမာရေးကောင်းစီးပွားဖြစ်တဲ့...) ၁၄၁
၇ မာလကာ (ဗီတာမင် C ပေါ်ကြွယ်ဝတဲ့...) ၁၅၇
၈ မင်းဂွတ် (ကမ္ဘာကျော် Time မဂ္ဂဇင်းမျက်နှာဖုံးတွင် ချီးကျူးထားတဲ့...) ၁၆၉
၉ လောင်ဂန် (ဈေးကွက်ဝင်တဲ့...) ၁၈၅
၁၀ စတော်ဘယ်ရီ (တရုတ်နိုင်ငံတွင် နှစ်စဉ်တန် ၂-သန်း ထုတ်လုပ်၊ ကမ္ဘာ့ဈေးကွက်ဝင်တဲ့...) ၂၀၁
၁၁ ထောပတ်သီး (နှစ်စဉ်တန်ချိန် သန်းချီထုတ်လုပ်၊ ဝင်ငွေဘီလီယံချီရှိတဲ့...) ၂၁၉

အခန်း (၄)

ဟင်းသီးဟင်းရွက်စိုက်ပျိုးရေး

၁ ဂေါ်ဖီထုပ် (ဩစတြေးလျမှာ ၃.၈ ဘီလီယံဒိုးထိ စီးပွားဖြစ် ထုတ်လုပ်၏။) .. ၂၃၇
၂ ခရမ်း (ကမ္ဘာတွင် နှစ်စဉ်တန် သန်းငါးဆယ် ထုတ်လုပ်၏။) ၂၄၇
၃ သခွား (ကလီယိုပတ်ထရာ အလှသွေးကြွယ်စေတဲ့ သခွားသီး) ၂၅၇
၄ ဘူး (လမ်းဘေးအကြော်တဲမှ ကမ္ဘာ့ဇာတ်ခုံပေါ်ရောက်လာတဲ့ ဘူး) ၂၆၉
၅ မုန်လာဥနီ (နှစ်စဉ်တန်ချိန် သန်း ၂၀ ခန့်ထုတ်လုပ်၊ ကမ္ဘာ့ဈေးကွက်ဝင်တဲ့...) ၂၇၇
၆ မုန့်ညှင်းထုပ် (ကင်ချီလုပ်ရင် မရှိမဖြစ်မုန့်ညှင်းထုပ်) ၂၈၉

အခန်း (၅)

အော်ဂဲနစ်၏အဓိကဇာတ်ဆောင် ဇီဝမြေဩဇာများ

၁ ရွက်ဖျန်းမြေဩဇာ (Foliar Fertilizer) (မြေမှာကျွေးတာထက် ပိုထိရောက်တဲ့...) ၂၉၉
၂ ပန်ချာဂါဗီယာ ရွက်ဖျန်းမြေဩဇာ (သီးနှံ၊ မွေးမြူရေးသာမက လူရောဂါများ ပျောက်ကင်းစေတဲ့...) ၃၀၇
၃ မြေဆွေးပြုလုပ်သုံးစွဲခြင်း (စည်ပင်အမှိုက် ရတနာသိုက်) ၃၂၅
၄ ဒိုချက်ကင်မြေဆွေး ပြုလုပ်သုံးစွဲခြင်း (လွယ်ကူစွာထုတ်လုပ်နိုင်တဲ့...) ၃၂၉
၅ မိုင်ကိုရိုင်ဇာ ၃၃၂
၆ သစ်စိမ်းမြေဩဇာ (မြေဆီဩဇာထက်သန်စေတဲ့...) ၃၃၃

- ယူနစ်ပြောင်းဇယား ၃၃၆
- ကျမ်းကိုးစာရင်း **References:** ၃၃၇

"ပါမောက္ခဒေါက်တာဦးသိန်းအောင်၏ အမှာစာ"

စာရေးဆရာ နေရောင်(စိုက်ပျိုးရေးတက္ကသိုလ်) ရေးသားတဲ့ ဓာတုကင်းလွတ် အော်ဂဲနစ် ဥယျာဉ်ခြံသီးနှံစိုက်ပျိုးရေးစာအုပ်တွင် ဒေါက်တာမြင့်သောင်း၊ ဒေါက်တာမောင်မာတို့ကလည်း အမှာစာရေးထားတဲ့အတွက် ဒီစာအုပ်နှင့်ပတ်သက်ပြီး ကျွန်တော့်အနေနဲ့ သိပ်မပြောလိုတော့ပါဘူး။

ကျွန်တော်သည် ဆရာဝန်တစ်ယောက်ဖြစ်သော်လည်း ဒီစာအုပ်ရေးသားဖြစ်ဖို့ စာရေးဆရာ နေရောင် (စိုက်ပျိုးရေးတက္ကသိုလ်အား) တိုက်တွန်းဖြစ်တဲ့ အဓိကအကြောင်းအရင်းကတော့ ပြည်သူများကို ကျန်းမာရေး ဗဟုသုတ ပေးချင်လို့ဖြစ်ပါတယ်။

ယေဘူယျချုံကြည့်ရင် မြန်မာနိုင်ငံတွင် စိုက်ပျိုးရေးလုပ်သူအများစုသည် တောင်သူလယ်သမားများဖြစ်ကြပြီး ၎င်းတို့ရဲ့လူနေမှုဘဝဟာ ဆင်းရဲပါတယ်။ ဆင်းရဲခြင်းရဲ့ အဓိကကျသော အခြေခံအကြောင်းအရင်းသည် ဗဟုသုတ နည်းပါးမှုကြောင့် ဖြစ်ပါတယ်။ လူအများစုဟာ ဆင်းရဲတာနဲ့ ဗဟုသုတနည်းပါးတာ ပေါင်းစပ်ပြီး ကျန်းမာရေးချို့တဲ့မှုပြဿနာဖြစ်လာပါတယ်။ ကျန်းမာရေးချို့တဲ့မှုရဲ့ အဓိကကျသောအခြေခံအချက်သည် နေအိမ်၊ ပတ်ဝန်းကျင်၊ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းမှုနဲ့ ဆက်စပ်နေပါတယ်။ ဆင်းရဲသဖြင့် အိမ်ကောင်းကောင်းနဲ့ မနေထိုင်နိုင်ခြင်း၊ ကျန်းမာရေးနဲ့မညီညွတ်သော ပတ်ဝန်းကျင်မျိုးတွင် နေထိုင်ခြင်းတို့အတွက် ရေကောင်းရေသန့်မသောက်သုံးနိုင်ခြင်း၊ လေထုမသန့်ရှင်းခြင်းနှင့် အညစ်အကြေးစွန့်ပစ်မှုစနစ် နိမ့်ကျနေခြင်းတို့နဲ့ ကြုံတွေ့နိုင်ပါတယ်။ ကျန်းမာရေးချို့တဲ့သဖြင့် အလုပ်မလုပ်နိုင်ပါက ဝင်ငွေကျဆင်းပြီး ဆေးကုသစရိတ်ထပ်ကုန်ပြီး မိသားစုရဲ့ လူမှုရေး၊ ကျန်းမာရေး၊ စီးပွားရေးကိစ္စအဝဝတွေမှာ အားနည်းမှုဖြစ်ပြီး ဆင်းရဲမှုကိုပိုမိုဖြစ်စေပါတယ်။ သူတို့တွေသာမကဘဲ မွေးလာတဲ့ကလေးတွေမှာလည်း အာဟာရပြည့်ပြည့်ဝဝမစားရတဲ့အပြင် ကျန်းမာရေးနဲ့မညီညွတ်သော ပတ်ဝန်းကျင်မှာနေရတဲ့အတွက် ရောဂါထူပြောပြီး အထူးသဖြင့် အသက်(၃)နှစ်အောက်ကလေးတွေမှာ အာဟာရချို့တဲ့တဲ့ပြဿနာဖြစ်ပြီး ဉာဏ်ရည်ဖွံ့ဖြိုးမှုမှာလည်း နိမ့်ကျသွားပါတယ်။ ဒီကလေးတွေကြီးလာရင် ဆင်းရဲတဲ့သံသရာထဲ ရောက်သွားပါမယ်။

လယ်သမားများသည် ကျန်းမာရေးနဲ့ပတ်သက်သော ဗဟုသုတရှိသင့်တယ်လို့ ယူဆပါတယ်။ ဒီစာအုပ်ကို ဖတ်ပြီးရင်တော့ စိုက်ပျိုးရေးလုပ်သူများသည် ကျန်းမာရေးနှင့်ပတ်သက်သော အခြေခံဗဟုသုတများ ရရှိသွားမယ်လို့ လုံးဝယုံကြည်ပါတယ်။

အခြေခံလူတန်းစားထဲမှာပါတဲ့ စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ကိုင်သူများသည် ကျန်းမာရေးဗဟုသုတ တိုးပွားလာမယ်ဆိုရင်တော့ လူတိုင်းလူတိုင်း စားသုံးရတဲ့ အစားအစာတွေဟာ အန္တရာယ်ကင်းပြီး ကျန်းမာရေးအတွက် အထောက်အကူပြုတဲ့ သီးနှံများကိုစားသုံးနိုင်မှ တစ်တိုင်းပြည်လုံးရဲ့ လူမှုရေး၊ ကျန်းမာရေး၊ စီးပွားရေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာမယ်လို့ ကျွန်တော့်အနေနဲ့ မျှော်လင့်မိပါတယ်။

လေးစားစွာဖြင့်
ပါမောက္ခဦးသိန်းအောင်
ဌာနမှူး / ကလေးကျန်းမာပညာ (ငြိမ်း)
ဆေးတက္ကသိုလ် - ၁

“အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးရေးအပေါ် ဒေါက်တာမောင်မာ(စိုက်ပျိုးရေး)၏အမြင်”

အော်ဂဲနစ်လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေး

အော်ဂဲနစ်လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးဟု ဆိုလိုက်သည်နှင့် ဓာတုဗေဒနည်းဖြင့် ထုတ်လုပ်ထားသော ဓာတ်မြေဩဇာ၊ ပိုးသတ်ဆေး၊ မှိုသတ်ဆေး၊ ပေါင်းသတ်ဆေးများသုံးစွဲမှုမရှိဘဲ သဘာဝမြေဩဇာများ ကိုသုံးစွဲခြင်း၊ အော်ဂဲနစ် ပိုးသတ်ဆေး၊ မှိုသတ်ဆေးကိုသာအသုံးပြုခြင်းနှင့် ပေါင်းသတ်ရာတွင်လည်း ဓာတုပေါင်းသတ်ဆေးများအသုံးပြုခြင်းမပြုဘဲ လူအား/တိရစ္ဆာန်အားကို အသုံးပြု၍ ပေါင်းသတ်ခြင်းဟုနားလည်ကြပါမည်။ အမှန်တကယ်မှာ အော်ဂဲနစ်လယ်ယာ စိုက်ပျိုးရေးဖြစ်ရန် နိုင်ငံအလိုက်သတ်မှတ်ထားသည့်စံချိန်စံညွှန်းများ (Organic Standards) ရှိပါသည်။ တစ်နိုင်ငံနှင့်တစ်နိုင်ငံ ကွာခြားပါသည်။ နမူနာအနေဖြင့် ကနေဒါနိုင်ငံ Ontario Ministry of Agriculture, Food and Rural Affairs, Former Organic Crop Production Program Lead, Hugh Martin ပြုစုထားသည့် Fact Sheet မှအချက် အလက်အချို့ကို ကောက်နုတ်ဖော်ပြ အပ်ပါသည်။

အော်ဂဲနစ်၏အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုခြင်း

အော်ဂဲနစ်လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးသည် သီးနှံနှင့်တိရစ္ဆာန်များ စိုက်ပျိုးမွေးမြူထုတ်လုပ်ရာတွင် ဓာတုပိုးသတ်ဆေးမှိုသတ်ဆေးများ၊ ဓာတ်မြေဩဇာများ၊ ဗီဇပြုပြင်ထားသည့်သက်ရှိများ၊ ပဋိဇီဝဆေးများ၊ ကြီးထွားဖွံ့ဖြိုးစေသော ဟော်မုန်းများရွေးချယ်အသုံးမပြုခြင်းထက် များစွာပိုမိုပါသည်။

အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်မှုသည် အမြင့်ဆုံးအထွက်နှုန်းရရှိရန်၊ စိုက်ပျိုးရေးဆိုင်ရာဂေဟစံနစ်အတွင်းရှိ မတူကွဲပြားသောအစုအဖွဲ့များဖြစ်သည့် မြေဆီလွှာရှိဇီဝသက်ရှိများ၊ အပင်များ၊ မွေးမြူရေးတိရစ္ဆာန်များနှင့်လူများ အနေဖြင့် အံဝင်ဂွင်ကျဖြစ်စေရန် ရည်ရွယ်ထားသည့်ပြည့်စုံသောစနစ်တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်ခြင်း၏ အဓိကရည်ရွယ်ချက်မှာ ရေရှည်တည်တံ့ပြီး ပတ်ဝန်းကျင်နှင့်လိုက်လျောညီထွေရှိသည့် လုပ်ငန်းကို ဖွံ့ဖြိုးလာစေရန် ဖြစ်ပါသည်။

၂၀၀၆ ခုနှစ် ကနေဒီယန် အော်ဂဲနစ်စံချိန်စံညွှန်းများအရ အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်မှုတွင် အောက်ပါအထွေထွေစည်းကမ်းများပါဝင်ပါသည်-

- ပတ်ဝန်းကျင်ကိုကာကွယ်ရန်၊ မြေဆီလွှာဆုတ်ယုတ်မှုနှင့် တိုက်စားမှုကာကွယ်ရန်၊ ပတ်ဝန်းကျင်ညစ်ညမ်းမှုလျော့ပါးစေရန်၊ ဇီဝနည်းအရထုတ်လုပ်မှုအများဆုံးဖြစ်ရန်၊ ကျန်းမာရေးအခြေအနေတိုးတက်စေရန်၊

- မြေဆီလွှာအတွင်းရှိ ဇီဝဖြစ်စဉ်များကိုတိုးတက်စေရန် အခြေအနေများကို အကောင်းဆုံးဖြစ်စေခြင်းဖြင့် မြေဆီလွှာ၏ရေရှည်ထက်သန်မှုကို ထိန်းသိမ်းရန်၊
- စနစ်အတွင်းရှိ ဇီဝမျိုးကွဲပြားမှုကိုထိမ်းသိမ်းရန်၊
- လုပ်ငန်းအတွင်းရှိပစ္စည်းများနှင့် အရင်းအမြစ်များအား အဖြစ်နိုင်ဆုံးအများဆုံးပမာဏအထိ ပြန်လည်သုံးစွဲရန်၊
- မွေးမြူရေးတိရစ္ဆာန်များ၏ အလေ့အထဆိုင်ရာလိုအပ်ချက် ပြည့်ဝစေရန်နှင့် ကျန်းမာရေးတိုးတက်စေရန်အတွက် ဂရုစိုက်ပြုစုရန်၊
- ဂရုတစိုက်ပြုပြင် ကိုင်တွယ်ထုတ်ပိုးပြီး အော်ဂဲနစ်၏စံချိန်စံညွှန်းများနှင့် အရေးပါသည့်အရည်အသွေးများကို ထိန်းသိမ်းနိုင်မည့် အော်ဂဲနစ်ပစ္စည်းများထုတ်လုပ်ရန်၊
- သေးဆိုင်ရာစုစည်းထားသည့် စိုက်ပျိုးရေးစံနစ်တွင်ပြန်လည်ဖြည့်တင်းနိုင်သည့် သဘာဝအရင်းအမြစ်များကိုသာအားပြုဆောင်ရွက်ရန်၊

အောဂဲနစ်လယ်ယာစနစ်သည် သီးနှံအလှည့်ကျစိုက်ပျိုးခြင်း၊ မြေဖုံးပင်များစိုက်ပျိုးခြင်းဖြင့် အိမ်ခံနှင့်သားစားကောင်များ၏ ဆက်နွယ်မှုများကိုတိုးတက်စေသည်။ လယ်ယာလုပ်ငန်းမှထုတ်လုပ်သည့် အော်ဂဲနစ်အကြွင်းအကျန်များနှင့် အာဟာရများအားမြေဆီလွှာသို့ ပြန်လည်ထည့်သွင်းပေးပါသည်။ မြေဆီလွှာ၏ မြေဖုံးပင်များနှင့် မြေဆွေးများကိုအသုံးပြု၍ မြေဆီလွှာ၏အော်ဂဲနစ်ဒြပ်များနှင့် ထက်သန်မှုကိုထိမ်းသိမ်းပါသည်။ သီးလှည့်စိုက်ပျိုးခြင်း၊ ခံနိုင်ရည်ရှိသောဗီဇကောင်းနှင့် မျိုးကောင်းများကိုအသုံးပြုခြင်းစသော ဘက်စုံပိုးမွှားရောဂါနှင့် ပေါင်းကာကွယ်နှိမ်နင်းနည်းများ၊ မြေဆီလွှာထိန်းသိမ်းနည်းများသည် အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးရေးတွင် အဖိုးတန်သော လက်နက်များဖြစ်ပါသည်။ အောဂဲနစ်ဖြစ်ကြောင်းသက်သေပြထားသည့် ပိုးသတ်ဆေးများတွင် သဘာဝသို့မဟုတ် အော်ဂဲနစ်စံချိန်စံညွှန်းအရအခြားခွင့်ပြုထားသည့်ပစ္စည်းများစာရင်း (Permitted Substances List) တွင်ပါဝင်သောပိုး/မှိုသတ်ဆေးများပါဝင်ပါသည်။ Permitted Substances List သည် အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးရေးတွင် ပိုးမှိုသတ်ဆေးအဖြစ်အသုံးပြုနိုင်သည့်အရာများကို သတ်မှတ်ထားပါသည်။ မွေးမြူရေးတိရစ္ဆာန်များအားကျွေးမွေးသော အစေ့အဆန်များနှင့် ကျွဲနွားစာများ၊ ပရိုတင်းများသည် အော်ဂဲနစ်နည်းဖြင့်စိုက်ပျိုးထားရပါမည်။

ယေဘူယျအားဖြင့် အော်ဂဲနစ်စံချိန်စံညွှန်းများသည် ဗီဇပြုပြင်ထားသည့်သီးနှံများ၊ ကလုန်းမျိုးပွားထားသောတိရစ္ဆာန်များ၊ ဓာတုနည်းဖြင့်ထုတ်လုပ်ထားသောပိုးသတ်ဆေးများ၊ ဓာတ်မြေဩဇာများ၊ မိလ္လာပစ္စည်းများ၊ ဓာတုဆေးဝါးများ၊ ဓာတုအစားအစာပစ္စည်းများနှင့် ဟင်းခတ်ပစ္စည်းများနှင့်ဓာတ်ရောင်ခြည်ထုတ်ပစ္စည်းများကိုအသုံးမပြုရန် တားမြစ်ထားပါသည်။ အော်ဂဲနစ်လက်မှတ်ရထုတ်ကုန်များ ထုတ်လုပ်ရန်အတွက် အော်ဂဲနစ်လက်မှတ်ရလယ်ယာတွင် လွန်ခဲ့သော ၃ နှစ်မှစ၍ တားမြစ်ထားသောပစ္စည်းများနှင့်လုပ်ငန်းများကို မလုပ်ဆောင်ရပါ။

အောဂဲနစ်လယ်ယာလုပ်ငန်းတွင် စိန်ခေါ်မှုများစွာရှိပါသည်။ အချို့သီးနှံများတွင်အခြားသီးနှံများထက် အော်ဂဲနစ်နည်းဖြင့်စိုက်ပျိုးရန် စိန်ခေါ်မှုပိုများပါသည်။ မည်သို့ပင်ဆိုစေ ထုတ်ကုန်အားလုံးနီးပါးကို အော်ဂဲနစ်နည်းဖြင့်ထုတ်လုပ်နိုင်ပါသည်။

အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးရေး၏တိုးတက်မှုအခြေအနေ

ကမ္ဘာ့အော်ဂဲနစ်အစားအစာဈေးကွက်သည်လွန်ခဲ့သော ၁၅ နှစ်အတွင်းတိုးတက်လာခဲ့ပါသည်။ မြောက်အမေရိကတွင်လက်လီရောင်းချမှုသည် လာမည့်နှစ်အနည်းငယ်အတွင်း ၁၀-၂၀ ရာခိုင်နှုန်းအထိ တိုးတက်လာမည်ဟုမျှော်မှန်းပါသည်။ အော်ဂဲနစ်အစားအစာဈေးကွက်သည် ၂၀၀၈ ခုနှစ်တွင် ကနေဒါနိုင်ငံ ၌ဒေါ်လာ ၁.၅ ဘီလီယံ နှင့်အမေရိကန်နိုင်ငံတွင် ဒေါ်လာ ၂၂.၉ ဘီလီယံဖိုးထက်မကရှိပါသည်။ ကနေဒါနိုင်ငံ တွင်စားသုံးသည့်အော်ဂဲနစ်အစားအစာများ၏ ၇၀ % ကိုပြည်ပမှတင်ပို့ပါသည်။ ကနေဒါနိုင်ငံမှလည်း အော်ဂဲ နစ်ထွက်ကုန်များအထူးသဖြင့် ပဲပုတ်နှင့်ကောက်ပဲသီးနှံများဖြစ်ပါသည်။

၂၀၀၇ ခုနှစ်တွင်ပင် Ontario တွင်ကနေဒါတောင်သူလယ်သမားများသည် အော်ဂဲနစ်လက်မှတ်ရ လယ်ယာ ၆၆၉ ခုမှ အော်ဂဲနစ်လယ်ယာသီးနှံနှင့်စားကျက်သီးနှံဧက ၁၀,၀၀၀ ကျော်ရှိပါသည်။ နှစ်စဉ် ၁၀% ခန့်တိုးတက်လျှက်ရှိပါသည်။ အော်ဂဲနစ်သီးနှံများ၏ ၄၈% မှာ နံစားသီးနှံများဖြစ်ပြီး၊ ၄၀% မှာ မြက်နှင့်စားကျက်သီးနှံများဖြစ်ပြီး ၅% မှာအော်ဂဲနစ်သစ်သီးနှင့်ဟင်းသီးဟင်းရွက်တို့ဖြစ်ပါသည်။ အော်ဂဲနစ်မွေးမြူရေး တိရစ္ဆာန်ထုတ်လုပ်မှု (အသား၊ နို့နှင့်ဥ) သည်လည်း ယခုနှစ်ပိုင်းအတွင်းတွင်မှန်မှန်တိုးတက်လျှက်ရှိပါသည်။

အော်ဂဲနစ်လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးဘာကြောင့်လုပ်တာလဲ

လယ်သမားများအနေဖြင့်လယ်ယာများကို အော်ဂဲနစ်နည်းဖြင့်ဆောင်ရွက်ခြင်း၏ အဓိကအချက်မှာ သမရိုးကျစိုက်ပျိုးနည်းတွင် စိုက်ပျိုးရေးဆိုင်ရာဓာတုပစ္စည်းများသုံးစွဲရခြင်းကြောင့် ပတ်ဝန်းကျင်ကိုထိခိုက်စေမှုအတွက်ပူပန်မှုကြောင့်ဖြစ်ပါသည်။ စိုက်ပျိုးရေးတွင်အသုံးပြုရသည့်စွမ်းအင်ပမာဏကိစ္စရှိပါသည်၊ လယ်ယာသုံးဓာတုပစ္စည်းများထုတ်လုပ်ရာတွင် Fossil Fuel ကိုများစွာသုံးစွဲရပါသည်၊ အော်ဂဲနစ်လယ်သမားများအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏နည်းလမ်းသည် အကျိုးအမြတ်ရှိကြောင်းနှင့် ပြန်လည်အကျိုးပြုကြောင်း တွေ့ရှိကြပါသည်။

အော်ဂဲနစ်သီးနှံများကိုဘာကြောင့်ဝယ်သလဲ

စားသုံးသူများသည်အော်ဂဲနစ်အစားအစာများကို အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့်ဝယ်ယူကြပါသည်။ အများအပြားသည် ဓာတုပိုးသတ်ဆေးကင်းလွတ်သောအစားအစာများ သို့မဟုတ် မြေသြဇာမသုံးဘဲရိုးရာစိုက်ပျိုးနည်းဖြင့်စိုက်ပျိုးသောထွက်ကုန်များကို ဝယ်ယူလိုပါသည်။ အချို့မှာကွဲပြားသောထုတ်လုပ်မှုအသစ်ဖြင့် ထုတ်လုပ်ထားသောစားသောက်ကုန်များကို ကြိုက်နှစ်သက်၍ဖြစ်ပါသည်။ ပတ်ဝန်းကျင်နှင့်ပတ်သက်၍ပူပန်ခြင်း၊ ဗီဇပြုပြင်ထားသည့်သက်ရှိများမှ ထုတ်လုပ်ထားသည့်အစားအစာများကို မစားလိုခြင်းတို့သည် အော်ဂဲနစ်အစားအစာများကို ပိုမိုနှစ်သက်ခြင်း၏အကြောင်းများဖြစ်ပါသည်။ ၂၀၀၇ ခုနှစ်တွင် စာသုံးသူများ၏ ၆၀% သည် အော်ဂဲနစ်ထုတ်ကုန်များကိုပိုမိုနှစ်သက်မည်ဖြစ်သည်။ ခန့်မှန်းခြေအားဖြင့် စားသုံးသူများ၏ ၅% သည် အော်ဂဲနစ်အစားအစာများ၏ ၅၀% ကိုဝယ်ယူသည့် အမာခံများဖြစ်ပါသည်။

လက်မှတ်ရထားသည့်အော်ဂဲနစ်ဆိုသည်မှာ

လက်မှတ်ရထားသည့်အော်ဂဲနစ်ဆိုသည်မှာ ထုတ်ကုန်တစ်ခုကိုအော်ဂဲနစ်စံချိန်စံညွှန်းသတ်မှတ်သောအဖွဲ့မှ သတ်မှတ်ထားသောစံချိန်စံညွှန်းများနှင့်အညီ ထုတ်လုပ်ထားသောပစ္စည်းဖြစ်ပါသည်။ Ontario တွင်ထိုသို့

စံချိန်စံညွှန်းသတ်မှတ်သောအဖွဲ့များစွာရှိပါသည်။ စိုက်ပျိုးသူတစ်ယောက်သည် အော်ဂဲနစ်လက်မှတ်ရလိုပါက လက်မှတ်ထုတ်ပေးသောအဖွဲ့အစည်းသို့ အော်ဂဲနစ်စံချိန်စံညွှန်းနှင့်ကိုက်ညီမှုရှိမရှိကို လွပ်လပ်စွာစစ်ဆေးပေးရန် လျှောက်ထားတောင်းဆိုနိုင်ပါသည်။ အော်ဂဲနစ်လက်မှတ်ရလယ်ယာစိုက်ခင်းများမှ အော်ဂဲနစ်ဖြစ်ကြောင်း သက်သေခံသည့်ပစ္စည်းများ ထုတ်လုပ်ပါသည်။

၂၀၀၉ ခုနှစ် ဇွန်လတွင် ကနေဒါအစိုးရသည် အော်ဂဲနစ်ပစ္စည်းများထုတ်လုပ်ရေးဆိုင်ရာစည်းကမ်းများ ထုတ်ပြန်ခဲ့သည်။ အဆိုပါစည်းကမ်းချက်များအပေါ်မူတည်၍ Canadian Food Inspection Agency (CFIA) မှ အော်ဂဲနစ်ဆိုင်ရာအသိအမှတ်ပြုလက်မှတ်ထုတ်ပေးခြင်း၊ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းနှင့်ကိုက်ညီမှုကို စိစစ်သည့်အဖွဲ့ (Conformity Verification Bodies (CVBs)) နှင့် မှန်ကန်ကြောင်းထောက်ခံသည့်အဖွဲ့များ (Certification Bodies (CBS)) စသော အော်ဂဲနစ်လက်မှတ်ထုတ်ပေးခြင်းအတွက် ဖွဲ့စည်းဆောင်ရွက်ခဲ့ပါသည်။ အဆိုပါ စည်းကမ်းများသည် ကနေဒါနိုင်ငံအော်ဂဲနစ်ထုတ်လုပ်မှုစနစ်ဆိုင်ရာအထွေထွေစည်းမျဉ်းများနှင့် စီမံခန့်ခွဲမှုစံချိန်စံညွှန်းများ (Canadian Organic Production Systems General Principles and Management Standards (CAN/CGSB-32.310) နှင့် အော်ဂဲနစ်ထုတ်လုပ်မှုဆိုင်ရာစနစ်များကိုလည်း ရည်ညွှန်းပါသည်။ အော်ဂဲနစ်လယ်ယာလုပ်ငန်းတွင် ခွင့်ပြုသင့်သောအရာဝတ္ထုများစာရင်းကို ၂၀၀၉ ခုနှစ်တွင် ပြန်လည်ပြုပြင်ခဲ့ပါသည်။

ပြည်တွင်းသို့တင်သွင်းခြင်းနှင့် နိုင်ငံခြားသို့တင်ပို့ခြင်း၊ ပြည်နယ်တစ်ခုနှင့်တစ်ခု တင်ပို့ခြင်းတို့အတွက် ကနေဒီယန်အော်ဂဲနစ်စည်းကမ်းအရ ၄င်းစံချိန်စံညွှန်းများနှင့်အညီ အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးရေးထုတ်ကုန်များအား သတ်မှတ်ထားပြီး ပြည်ထောင်စုအော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးရေးထုတ်ကုန်တံဆိပ် ကပ်ရပါသည်။ ပြည်နယ်အတွင်း ရောင်းဝယ်သည့်ပစ္စည်းများသည် ပြည်နယ်ဆိုင်ရာအော်ဂဲနစ်စည်းကမ်းများနှင့် ကိုက်ညီရပါသည်။

လူများစားသုံးရန် သို့မဟုတ် တိရစ္ဆာန်များကိုကျွေးမွေးရန် ရည်ရွယ်သော စိုက်ပျိုးရေးသီးနှံများအပါအဝင် အစားအစာနှင့်ဖျော်ရည်အများစုအပေါ်တွင် ပြည်နယ်ဆိုင်ရာစည်းကမ်းများသည် သက်ရောက်ပါသည်။ အပင်များစိုက်ပျိုးမှုအပေါ်တွင်လည်း သက်ရောက်ပါသည်။ သို့သော် အဆိုပါစည်းကမ်းများသည် ရေထွက်ပစ္စည်းများ၊ အလှကုန်ပစ္စည်းများ၊ အမျှင်များ၊ ကျန်းမာရေးသုံးပစ္စည်းများ၊ မြေသြဇာများ၊ အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန် အစားအစာများ၊ မြက်ခင်းသုံးပစ္စည်းများစသည်တို့ဖြစ်ပါသည်။

အစားအစာတို့ကိုအော်ဂဲနစ်ဟုတံဆိပ်ကပ်ပါကပါဝင်ပစ္စည်း၏အနည်းဆုံး ၉၅% သည်အော်ဂဲနစ်ဖြစ်ရပြီး ကနေဒီယန်အော်ဂဲနစ်တံဆိပ် တပ်ရပါမည် (ပုံ-၁)။ ၇၀-၉၅% အထိသာ အော်ဂဲနစ်ပစ္စည်းပါဝင်ပါက အော်ဂဲနစ်ပစ္စည်းပါဝင်မှုရာနှုန်းကိုဖော်ပြရမည်။ အော်ဂဲနစ်ပစ္စည်းပါဝင်မှု ၇၀% ထက်နည်းပါက ပါဝင်သည့် အော်ဂဲနစ်ပစ္စည်းကို ဖော်ပြရပါမည်။

ပုံ ၁။ ကနေဒါအော်ဂဲနစ်တံဆိပ်

CANADA ORGANIC • BIOLOGIQUE CANADA •

အော်ဂဲနစ်ပစ္စည်းများပြည်ပတင်ပို့ခြင်း

ပြည်ပသို့တင်ပို့သည့်ပစ္စည်းများသည် တင်သွင်းသည့်နိုင်ငံကသတ်မှတ်ထားသည့် သို့မဟုတ် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာသဘောတူညီချက်များနှင့်အညီ ညှိနှိုင်းသဘောတူညီချက်များနှင့်ကိုက်ညီရမည်ဖြစ်ပါသည်။ အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုသို့တင်ပို့မည့် ထုတ်ကုန်များသည် ၂၀၀၉ ခုနှစ်တွင် လက်မှတ်ရေးထိုးခဲ့သည့် ကနေဒါနှင့် အမေရိကန်ညီမျှမှုသဘောတူညီချက်နှင့် ကိုက်ညီရပါမည်။ ကနေဒါနိုင်ငံ အော်ဂဲနစ်ပစ္စည်းသတ်မှတ်ချက်များ ပြည့်မီပါကအမေရိကန်နိုင်ငံသို့ တင်ပို့နိုင်ပါသည်။ ပဋိဇီဝဆေးဖြင့်ကုသထားသော တိရစ္ဆာန်များမှဆင်းသက်သည့် စိုက်ပျိုးရေးထုတ်ကုန်များမှအပ ကနေဒါနိုင်ငံအော်ဂဲနစ်စီမံခန့်ခွဲမှုနှင့် အညီထုတ်လုပ်ထားသည့် ကုန်ပစ္စည်းအားလုံးကို အမေရိကန်နိုင်ငံသို့တင်ပို့နိုင်ပါသည်။

အော်ဂဲနစ်အသိအမှတ်ပြုလက်မှတ်ထုတ်ပေးခြင်း

အော်ဂဲနစ်အသိအမှတ်ပြုလက်မှတ်ထုတ်ပေးရေးကိုစဉ်းစားပါက သင်၏ထုတ်ကုန်ရောင်းချမည့် ဈေးကွက်တွင်သတ်မှတ်ထားသည့်စံချိန်စံညွှန်းများကိုသိရှိရန်လိုအပ်ပါသည်။ လက်မှတ်ထုတ်ပေးသည့် အဖွဲ့များကိုနှိုင်းယှဉ်ပါက ၎င်းတို့သည်ဈေးကွက်၏လိုအပ်ချက်များနှင့်သတ်မှတ်ချက်များနှင့်ကိုက်ညီရန်လိုအပ်ပါသည်။ အနည်းဆုံးအနေဖြင့် ကနေဒီယန်အော်ဂဲနစ်စည်းကမ်းများနှင့်ကိုက်ညီရမည်ဖြစ်ပါသည်။ European Union နိုင်ငံများအနေဖြင့်အသိအမှတ်ပြုမှု သို့မဟုတ် ဂျပန်နိုင်ငံစိုက်ပျိုးရေးစံချိန်စံညွှန်းများနှင့်ကိုက်ညီရန် လိုအပ်ပါသည်။

ပိုမိုသိလိုသည်များရှိပါက Organic Agricultural section of the OMAFRA website at www.ontario.ca/organic or the CFIA website သို့ဆက်သွယ်မေးမြန်းနိုင်ကြောင်းဖော်ပြထားပါသည်။

ကြားကာလ

အော်ဂဲနစ်ထုတ်ကုန်များထုတ်လုပ်သည့်ပထမနှစ်အနည်းငယ်သည်အခက်ခဲဆုံးကာလဖြစ်ပါသည်။ အော်ဂဲနစ်စံချိန်စံညွှန်းများအရ အော်ဂဲနစ်မြေဆီလွှာသည်ပထမဆုံးအော်ဂဲနစ်အသိအမှတ်ပြုလက်မှတ်ရသီးနှံ မရိပ်သိမ်းမီ ၃၆ လမှစတင်ပြီးအော်ဂဲနစ်အလေ့အထများကိုကျင့်သုံးရပါမည်။ အဆိုပါကာလအားမြေဆီလွှာနှင့် မန်နေဂျာတို့သည်စံနစ်သစ်နှင့်ကိုက်ညီအောင်ညှိနေရသည့်ကြားကာလဟုခေါ်ပါသည်။ အင်းဆက်ပိုးများနှင့် ပေါင်းပင်များသည်လည်း၎င်းကာလတွင်ညှိနေကြပါသည်။

အထွက်နှုန်းမတည်ငြိမ်ခြင်းနှင့်တခါတရံတွင်ယခုလိုကြားကာလတွင်ထွက်ကုန်များသည်အော်ဂဲနစ် လက်မှတ်ရသီးနှံမဟုတ်သေးသည့်အတွက်ဈေးကောင်းမရတတ်ခြင်းတို့ကြောင့်ဝင်ငွေသည်ပြဿနာဖြစ်နိုင်ပါသည်။ သို့ပါ၍အချို့သောလယ်သမားများသည်အော်ဂဲနစ်သို့အဆင့်လိုက်ကူးပြောင်းတတ်ပါသည်။ များသောအားဖြင့်အဆိုပါစွန့်စားရမှုကိုဖြေလျော့နိုင်ရန်ထုတ်လုပ်မှုကုန်ကျစရိတ်နည်းသောသီးနှံများကိုကြားကာလတွင် စိုက်ပျိုးလေ့ရှိပါသည်။

ပြောင်းလဲမှုအစီအစဉ်ကိုသတိပြုပြင်ဆင်ရန်လိုအပ်ပါသည်။ ပထမနှစ်တွင် ၁၀-၂၀% ကိုကြိုးစား ဆောင်ရွက်ရန်ဖြစ်ပါ။ အကောင်းဆုံးစိုက်ခင်းများသည်အတွေ့အကြုံနှင့်ယုံကြည်မှုကိုရပြီးဖြစ်သဖြင့်တိုးချဲ့ရန်ဖြစ်ပါသည်။ အော်ဂဲနစ်စိုက်ခင်းအားလုံးဖြစ်ရန် ၅-၁၀ နှစ်ကြာနိုင်ပါသည်။ ထိုသို့နှစ်ရှည်အစီအစဉ်ဖြင့်ဆောင်ရွက်

ခြင်းသည်အထူးသဖြင့် ဘဏ္ဍာရေးအခက်အခဲကိုထည့်သွင်းစဉ်းစားလျှင်လျှင် မြန်စွာပြောင်းလဲခြင်းထက်ပိုမို အောင်မြင်တတ်ပါသည်။ အော်ဂဲနစ်သီးနှံနှင့်သမရိုးကျနည်းဖြင့်စိုက်သောသီးနှံ သို့မဟုတ် မွေးမြူရေးတိရစ္ဆာန် တို့ကိုပြိုင်တူထုတ်လုပ်ခွင့်မပြုပါ။ ကောင်းစွာသန့်ရှင်းမှုပြုလုပ်ရပါမည်။ သိလွယ်မြင်လွယ်သည့်မျိုးကွဲသီးနှံများ စိုက်ပျိုးခြင်း၊ တိရစ္ဆာန်တစ်ကောင်ချင်းအားသတ်မှတ်ထားရှိခြင်း၊ အော်ဂဲနစ်နှင့်သမရိုးကျနည်းဖြင့်စိုက်ပျိုးထုတ်ကုန်များကိုခွဲခြားထားပါ။ မှတ်တမ်းကောင်းများသည်လိုအပ်ပါသည်။

အောင်မြင်သောအော်ဂဲနစ်လယ်ယာလုပ်ငန်း

အော်ဂဲနစ်ထုတ်လုပ်မှုတွင် အခြားတောင်သူလယ်သမားများ အလွယ်တကူသုံးစွဲနေသည့်ဓာတုပစ္စည်းများကိုအသုံးမပြုရပါ။ ထုတ်လုပ်မှုစံနစ်၏ ဒီဇိုင်းနှင့်စီမံခန့်ခွဲမှုသည် လယ်ယာလုပ်ငန်း၏ အောင်မြင်မှုအတွက် အလွန်အရေးပါပါသည်။ တစ်ခုနှင့်တစ်ခု အပြန်အလှန်အထောက်အကူပြုသည့်လုပ်ငန်းများ၊ သီးလှည့်စိုက်ပျိုးနည်း၊ ထွန်ယက်နည်းများကို ရွေးချယ်ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့်သီးနှံပြဿနာများကိုလျော့ကျစေသည်။

မန်နေဂျာ၏အောင်မြင်မှုအပေါ်မူတည်၍ အော်ဂဲနစ်သီးနှံတစ်မျိုးနှင့်တစ်မျိုး၏အထွက်နှုန်းသည်ကွာခြားပါသည်။ သမရိုးကျစိုက်ပျိုးနည်းမှ အော်ဂဲနစ်သီးနှံအပြောင်းအလဲကာလတွင် အထွက်နှုန်းများသည် သမရိုးကျ စိုက်ပျိုးနည်းထက်လျော့နည်းပါသည်။ သို့သော်ကြားကာလ ၃-၅နှစ်ကြာပြီးနောက်တွင် အော်ဂဲနစ်အထွက်နှုန်းများသည် တိုးတက်လာပါသည်။

ပိုးမွှားရောဂါကျရောက်မှုနည်းပြီး အာဟာရဓာတ်လိုအပ်မှုနည်းသည့် နံစားသီးနှံများနှင့်ကျွဲနွားစာများသည် အော်ဂဲနစ်သီးနှံအဖြစ်စိုက်ပျိုးရန် ပိုမိုလွယ်ကူပါသည်။ ပဲပုတ်သီးနှံသည်လည်းကောင်းစွာဖြစ်ထွန်းသော်လည်း၊ ပေါင်းသည် ပြဿနာဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ပြောင်းသည် အော်ဂဲနစ်လယ်ယာများတွင် မကြာခဏစိုက်လေ့ရှိပြီး၊ ဂရုတစိုက်ပေါင်းနှိမ်နင်းရန်နှင့် အာဟာရထည့်သွင်းကျွေးမွေးရန်လိုအပ်ပါသည်။ နိုက်တြိုဂျင်လိုအပ်ချက်ကို ဖြည့်ဆည်းရန်သည် အထူးလိုအပ်ပါသည်။ ကျွဲနွားစာပဲစိုက်ပြီးနောက် သို့မဟုတ် တိရစ္ဆာန်ချေးမြေဩဇာထည့်ပြီး ပြောင်းဖူးကို အောင်မြင်စွာစိုက်ပျိုးနိုင်ပါသည်။ ယခုနှစ်များအတွင်းတွင် အော်ဂဲနစ်တိရစ္ဆာန်အစားအစာဈေးကွက်နိုင်မာလာပါသည်။

သမရိုးကျလယ်ယာများတွင်ဗီဇပြုပြင်ပြောင်းလဲထားသော ဂျီအမ်အိုပြောင်းဖူးနှင့်ဆီထွက်မုန်ညင်းမျိုးများစိုက်ပျိုးလာမှုကြောင့် အော်ဂဲနစ်ပြောင်းဖူးနှင့် ဆီထွက်မုန်ညင်းစိုက်ပျိုးရာတွင် ကြားခံဇုံထားရှိရန်နှင့်သီးသန့်ဖြစ်ရန် ခပ်ဝေးဝေးထားရှိစိုက်ပျိုးရန်ဖြစ်ပါသည်။ အော်ဂဲနစ်ပြောင်းဖူးနှင့် ဆီထွက်မုန်ညင်းစိုက်ပျိုးသူတောင်သူလယ်သမားများအနေဖြင့် ဂျီအမ်အိုမပါရှိသည့်သီးနှံများထုတ်လုပ်ရန်အတွက် ဂျီအမ်အိုကူးစက်မှုကို အထူးသတိပြုဆောင်ရွက်ရန်လိုပါသည်။ အဓိကနည်းလမ်းမှာ အော်ဂဲနစ်သီးနှံများနှင့် ဂျီအမ်အိုသီးနှံများကြားတွင် ကြားခံဇုံထားရှိခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ပြောင်းဖူးနှင့်ဆီထွက်မုံညင်းကဲ့သို့သော ပင်ခြားဝတ်မှုန်ကူးသည့်သီးနှံများအနေဖြင့် ပင်တည်းဝတ်မှုန်ကူးသော ပဲပုတ်နှင့်နံစားသီးနှံတို့ထက် ကြားခံဇုံကျယ်ကျယ်ထားရန် လိုအပ်ပါသည်။

သစ်သီးနှင့်ဟင်းသီးဟင်းရွက်များတွင် သီးနှံပေါ်တွင်မူတည်၍ အခက်အခဲများရှိပါသည်။ အခြားမန်နေဂျာများသည် သီးနှံတစ်မျိုးတည်းကိုစိုက်ပျိုး၍ အခက်အခဲများကြုံတွေ့နေရသော်လည်း၊ အချို့မန်နေဂျာများသည် အလွန်အောင်မြင်ကြပါသည်။ အချို့ဒေသတွင် အချို့ပိုးမွှားနှင့်ရောဂါများသည် အခြားဒေသများထက် ပို၍ဆိုးပါသည်။ ဇီဝပိုးမှိုသတ်ဆေးများပေါ်ပေါက်လာသည့်အခါတွင် အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးရေးအတွက်ပြဿနာမရှိ

တော့ပါ။ ဈေးကွက်တင်နိုင်သည့်အော်ဂဲနစ်သစ်သီးဝလံအထွက်သည် အမြဲတန်းသမရိုးကျစိုက်နည်းထက်လျော့နည်းပါသည်။ အထွက်နှုန်းလျော့နည်းမှုသည် သီးနှံနှင့်စိုက်ကွင်းအလိုက်ကွာခြားပါသည်။ အော်ဂဲနစ်သီးနှံထုတ်လုပ်သူအချို့တွင် လယ်ယာထဲတွင် တန်ဘိုးမြင့်ကုန်ပစ္စည်းများဥပမာ ယိုများ၊ ဂျယ်လီများ၊ သစ်သီးရည်များပြုလုပ်ခြင်းဖြင့်ဝင်ငွေပိုရစေပါသည်။

မွေးမြူရေးတိရစ္ဆာန်ထွက်ပစ္စည်းများကိုလည်း အောဂဲနစ်နည်းဖြင့်ထုန်ထုပ်နိုင်ပါသည်။ အော်ဂဲနစ်အသားဈေးကွက်သည်လည်း ကျယ်ပြန့်လျက်ရှိပါသည်။ တိရစ္ဆာန်များအားအော်ဂဲနစ်အစားအစာများသာ ကျွေးမွေးရပါမည် (ချွင်းချက်ပြုရမည့်အခြေအနေမှအပ)။ တိရစ္ဆာန်စာတွင် နို့တိုက်သတ္တဝါငယ်များ၊ ကြက်ငှက် တုတ်ကျွေး သို့မဟုတ် ငါးဘေးထွက်ပစ္စည်းများမပါဝင်ရပါ။ ပဋိဇီဝပစ္စည်းများ၊ ကြီးထွားစေသည့်ဟော်မုန်းများ နှင့် ပိုးသတ်ဆေးများကိုလည်း ယေဘုယျအားဖြင့်တားမြစ်ထားပါသည်။

တိရစ္ဆာန်တစ်ကောင်ကောင်သည် မကျန်းမမာဖြစ်လာပါက ၎င်းပြန်လည်ကျန်းမာလာရန်အတွက်ပဋိဇီဝဆေးများကိုလိုအပ်ပြီး ၎င်းတို့အတွက်သုံးစွဲရမည်ဖြစ်ပါသည်။ အဆိုပါတိရစ္ဆာန်ကိုအော်ဂဲနစ်တိရစ္ဆာန်အုပ်စုမှခွဲထားရမည်ဖြစ်ပြီး အော်ဂဲနစ်အသားထွက်ပစ္စည်းအဖြစ် ရောင်းချ၍မရပါ။ ရောဂါများကို အခြားနည်းဖြင့်ကာကွယ်၍မရပါက ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံ၍ရပါသည်။ မေထုံမှဲ့သားစပ်ခြင်း (Artificial Insemination) ကိုခွင့်ပြုပါသည်။ သုံးစွဲမည့် ပစ္စည်းသို့မဟုတ်နည်းလမ်းသည် အော်ဂဲနစ်စံချိန်စံညွှန်းများအရ ခွင့်ပြုထားသည့်စာရင်းတွင်ပါမပါကိုသင်၏ လက်မှတ်ထုတ်ပေးရေးအဖွဲ့နှင့်အမြဲညှိနှိုင်းပါ။ အော်ဂဲနစ်ထုတ်လုပ်ရာတွင် ပြည်ထောင်စု၊ ဖက်ဒရယ်၊ ပြည်နယ် နှင့်မြူနီစီပါယ်စည်းကမ်းများနှင့်ကိုက်ညီမှုရှိရမည်ဖြစ်ပါသည်။

အော်ဂဲနစ်ထုတ်ကုန်များသည် အော်ဂဲနစ်မဟုတ်သည့်ထုတ်ကုန်များထက်ဈေးပိုရရန်ထိုက်တန်ပါသည်။ ထိုသို့ဈေးကောင်းရရှိမှုသည် သီးနှံအလိုက်ကွာခြားသလို သင်ဆက်ဆံသည့် ပြုပြင်ထုတ်လုပ်သူ၊ လက္ကားရောင်းဝယ်သူ၊ လက်လီရောင်းဝယ်သူအပေါ်တွင် မူတည်သလိုစားသုံးသူသို့တိုက်ရိုက်ရောင်းချနိုင်မှု အပေါ်မူတည်ပါသည်။ ဈေးနှုန်းနှင့်ဈေးကောင်းရရှိမှုသည် ဈေးသည်နှင့်ဈေးဝယ်အကြားတွင်ညှိနှိုင်းရလေ့ရှိပြီး၊ ဈေးနှုန်းသည်ဒေသတွင်းနှင့်ကမ္ဘာ့ဈေးကွက်အပေါ်မူတည်၍အတက်အကျရှိလေ့ရှိပါသည်။

အကျဉ်းချုပ်

အော်ဂဲနစ်လယ်ယာလုပ်ငန်းသည် တောင်သူလယ်သမားများအတွက် ထုတ်လုပ်မှုနည်းလမ်းတစ်သွယ်ဖြစ်သလို အခက်အခဲလည်းများစွာရှိပါသည်။ ထုတ်လုပ်မှုဆိုင်ရာပြဿနာများကိုဖြေရှင်းရန် အော်ဂဲနစ်နည်းလမ်းများသည်အောင်မြင်စေသည့်နည်းဖြစ်ပါသည်။ ပြဿနာ၏ရင်းမြစ်ကိုရှာဖွေပြီး ရေရှည်ပြဿနာများကိုရှောင်ရှားပြီး ရေတိုပြဿနာကိုဖြေရှင်းသည့်နည်းလမ်းများ ရှာဖွေကာဖြေရှင်းရန်ဖြစ်ပါသည်။

(မှတ်ချက်။ အထက်ဖော်ပြအော်ဂဲနစ်နှင့်ပတ်သက်သည့်အကြောင်းအရာများမှာ ကနေဒါနိုင်ငံ အွန်တာရီယိုမြို့ရှိ Ontario Ministry of Agriculture, Food and Rural Affairs မှ Former Organic Crop Production Program Lead ဖြစ်သူ Mr. Hugh Martin ရေးသားသည့် ၂၀၀၉ ခုနှစ် ဒီဇင်ဘာနေ့စွဲပါ Fact Sheet ကိုကောက်နှုတ်ဖော်ပြထားခြင်းဖြစ်ရာ ယခုထက်နောက်ကျသည့် Fact Sheet ရှိနိုင်ပါသည်။ အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးရေးတွင် နိုင်ငံအလိုက် ဒေသအလိုက်သတ်မှတ်ထားသောစံချိန်စံညွှန်းများရှိမည်ဖြစ်ရာ ၎င်းစံချိန်စံညွှန်းသတ်မှတ်ချက်များနှင့်အညီလိုက်နာဆောင်ရွက်ပြီးအော်ဂဲနစ်ထွက်ကုန်များကိုထုတ်လုပ်ကြရန် ဖြစ်ပါသည်။)

ဒေါက်တာမောင်မာ

(စိုက်ပျိုးရေး)

‘‘စိုက်ပျိုးရေးတက္ကသိုလ်ပါမောက္ခချုပ်(ငြိမ်း) ဒေါက်တာမြင့်သောင်း၏ အမှာစာ’’

ကြေးမုံသတင်းစာမှာ နေရောင်(စိုက်ပျိုးရေးတက္ကသိုလ်)ရဲ့ ဓာတုကင်းလွတ် အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးရေး စာအုပ် စာအုပ်စင်ကို မကြာသေးခင်က တွေ့လိုက်ပါတယ်။ ကျွန်တော်ရုံးခန်းကို ဦးသန်းမောင်ရောက်လာမှ သူရေးထားတဲ့ စာအုပ်ဆိုတာသိရပါတယ်။ ဦးသန်းမောင်က စာရေးဝါသနာပါသူတစ်ယောက်ဖြစ်ပြီး ကျွန်တော် ကျောင်းသားဘဝမှာ ရှမ်းရေကျော် သန်းမောင်ဆိုတဲ့ အမည်နဲ့ သူရေးတဲ့ဆောင်းပါးတွေကို ဖတ်ခဲ့ဖူးပါတယ်။

အခုရေးထားတဲ့ ဓာတုကင်းလွတ် အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးရေး စာအုပ်အဖုံးပေါ်က **‘‘စိုက်ပျိုးသူလည်း ချမ်းသာ စားသုံးသူလည်းကျန်းမာ’’** ဆိုတဲ့ဆောင်ပုဒ်လေးကို အလွန်သဘောကျမိပါတယ်။ တစ်နေ့တခြား တိုးပွားလာနေတဲ့ ကမ္ဘာ့လူဦးရေကို ဝဝလင်လင် ကျွေးမွေးနိုင်ဖို့ စားနပ်ရိက္ခာတွေ ပိုမိုထုတ်လုပ်နေကြရပါတယ်။ သီးနှံအထွက်တိုးဖို့နဲ့ ပိုးမွှားရောဂါ ကာကွယ်နှိမ်နင်းဖို့အတွက် ဓာတုမြေဩဇာနဲ့ ဓာတုပိုးသတ်ဆေးတွေကို အမြောက်အမြား သုံးစွဲကြပါတယ်။ အကျိုးဆက်ကတော့ သီးနှံတွေပေါ်မှာ ဓာတုပစ္စည်းတွေ ကြွင်းကျန်မှု များပြားပြီး စားသုံးသူတွေရဲ့ ကျန်းမာရေးကို ထိခိုက်စေခြင်းဖြစ်ပါတယ်။

တိုးပွားလာတဲ့လူဦးရေအတွက် စာနပ်ရိက္ခာဖူလုံအောင် သီးနှံတွေ တိုးမြှင့်ထုတ်လုပ်ဖို့ လိုအပ်နေသလို တစ်ဖက်ကလည်း စားသုံးသူများ ဘေးအန္တရာယ် ကင်းရှင်းဖို့ အထူးအရေးကြီးလှပါတယ်။ စားသုံးသူများ ဘေးအန္တရာယ် ကင်းရှင်းဖို့အတွက် ဓာတုကင်းစင် အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးရေးကို တတ်နိုင်သမျှ များများလိုက်နာ ကျင့်သုံးဖို့ လိုအပ်လာပါပြီဖြစ်ပါတယ်။

ယနေ့ကမ္ဘာမှာ အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးရေး လိုက်နာကျင့်သုံးတဲ့ စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်သူ (၃)သန်းနီးပါးရှိပြီး စိုက်ဧရိယာ ဟက်တာ (၅၇.၈)သန်းခန့်နှင့် အော်ဂဲနစ်ဈေးကွက်တန်ဖိုး အမေရိကန်ဒေါ်လာ (၉၀)ဘီလီယံ (သန်းပေါင်း ၉ သောင်း)ခန့်ရှိကြောင်း သိရပါတယ်။ အာရှတိုက်မှာ အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးရေး ကျင့်သုံးတဲ့ဧရိယာ ဟက်တာ(၄.၉)သန်းရှိပြီး ကမ္ဘာ့တစ်ဝန်း အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးမြေရဲ့ (၈)ရာခိုင်းနှုန်းခန့် ဖြစ်ပါတယ်။ ဒေသတွင်း စိုက်ပျိုးမြေအားလုံးရဲ့ (၀.၃)ရာခိုင်နှုန်းနဲ့ ညီမျှပြီး စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်သူ (၁.၁)သန်းခန့် ရှိပါတယ်။

မြန်မာပြည်မှာလည်း မုန်ညင်း၊ ကိုက်လန်၊ ဘူးသီး၊ ဘူးရွက်၊ ခရမ်းချဉ်အစရှိတဲ့ ဟင်းသီး ဟင်းရွက်တွေကို အော်ဂဲနစ်နည်းဖြင့် စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်နေကြပြီး သရက်သီးခြံတွေမှာလည်း လိုက်နာကျင့်သုံး နေတယ်လို့ဆိုပါတယ်။ ဧရိယာပမာဏနည်းသော်လည်း အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးရေးဟာ မြန်မာပြည်မှာ တစ်နေ့ တခြား ရေပန်းစားလာနေပြီ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလိုအချိန်မှာ နေရောင်(စိုက်ပျိုးရေးတက္ကသိုလ်)ရဲ့ ဓာတုကင်းစင် အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးရေးစာအုပ်က အချိန်ကိုက် ထွက်ပေါ်လာတာ ဖြစ်ပါတယ်။သိပ္ပံနည်းကျ ရေးသားဖော်ပြထားတဲ့ ဒီစာအုပ်ထဲက နည်းစနစ်တွေအတိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံးနိုင်မည်ဆိုပါက စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်သူများ ဝင်ငွေတိုးပြီး ချမ်းသာလာသကဲ့သို့ စားသုံးသူများလည် ဘေးကင်းလုံခြုံမှုရှိပြီး ကျန်းမာရေးနဲ့ ပြည်စုံလာမည်ဟု ယုံကြည်မိပါကြောင်း ...

ဒေါက်တာမြင့်သောင်း
ပါမောက္ခချုပ်(ငြိမ်း)
ရေဆင်းစိုက်ပျိုးရေးတက္ကသိုလ်

“အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးရေးအပေါ် စာရေးသူ၏အမြင်”

၁ အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးရေးဆိုတာဘာလဲ? (What does "Organic" mean?)

အော်ဂဲနစ်နှစ်ပါတ်သတ်၍ တစ်နိုင်ငံနှင့်တစ်နိုင်ငံ အနည်းငယ်စီ ကွဲပြားမှုရှိကြသော်လည်း အခြေခံဆောင်ရွက်ချက်များမှာ တူညီသည်ကိုတွေ့ရ၏။

အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတွင် အော်ဂဲနစ်သီးနှံစိုက်ပျိုးရာတွင် လူတို့စီမံထုတ်လုပ်သည့် ဓာတုပိုးသတ်ဆေးများ၊ မျိုးရိုးဗီဇပြောင်းလဲထားသောမျိုးများ၊ ရေနံကိုအခြေခံ၍ ထုတ်လုပ်ထားသော ဓာတ်မြေသြဇာများ၊ မိလ္လာ(လူ့မစင်)ကို အခြေခံ၍ ထုတ်လုပ်ထားသည့် မြေသြဇာများသုံးစွဲခြင်းမပြုရန် တားမြစ်ထားသည်။ (in the US, organic crops must be grown without the use of synthetic pesticides bioengineered genes (GMO8), petroleum-based fertilizers and sewage sludge-base fertilizers.) အမေရိကန်နိုင်ငံ စိုက်ပျိုးရေးဌာနမှ အမျိုးသားအော်ဂဲနစ်စံသတ်မှတ်သည့်အဖွဲ့ the U.S. Department of Agriculture's National Organic Standards Board (NOSB) ဖြင့် ကြီးကြပ်ဆောင်ရွက်နေ၏။ Padiya J (2012), S.V Ramesh and M. Divya (2015)

၂ ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ (WHO) ၏ လေ့လာတွေ့ရှိချက်

ဓာတုဗေဒပစ္စည်းများနှင့် စိုက်ပျိုးထားသော သစ်သီးဝလံနှင့်ဟင်းသီးဟင်းရွက်များတွင် ခွင့်ပြုထားသည့် အဆိပ် အတောက်ပမာဏထက် အဆ(၄၀)ပိုမိုပါဝင်နေသည်ကိုတွေ့ရ၍ နေ့စဉ်စားသုံးရာတွင် သေစေလောက်သည့် ဓာတုပစ္စည်းများ ၀.၂၇ ဂရမ် စားသုံးနေခြင်းဖြစ်၏။ Our feed has 40 times more toxic chemicals than permitted, this force us to eat at least 0.27 gms of deadly chemicals every day. [WHO] သီးနှံတွေမှာ ပိုးသတ်ဆေးအကြွင်းအကျန်များ (Residue) ဘယ်လောက်ထက်ပိုမများရန် (Maximum Residue limits) ထက်ပိုများနေခြင်းနှင့် ဓာတုသီးနှံများ စားသုံး၍ ခန္ဓာကိုယ်ထဲရောက်ရှိသွားသည့် ပိုးသတ်ဆေးကန့်သတ်ချက်ပမာဏ (Acceptable Daily Intake) ထက် ပိုမိုများပြားနေခြင်းကို တွေ့ရှိရ၏။

၃ စားသုံးသူများ၏ အော်ဂဲနစ်အစားအစာကောင်းကျိုးများအပေါ် အသိအမြင် (Aware-ness of the benefits of organic foods)

စားသုံးသူများ အော်ဂဲနစ်သီးနှံကောင်းကျိုးပိုသိလေ၊ တောင်းဆိုမှု (Demand) ပိုများလေ စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်မှု (Supply) လည်း ပိုများလာလေဖြစ်သည်။ စားသုံးသူပြည်သူများအနေဖြင့် ပိုးသတ်ဆေးနှင့် ဓာတ်မြေသြဇာတို့၏ ကျန်းမာရေး၊ တိရစ္ဆာန်များကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ဂေဟစနစ်မပျက်စီးစေရန်အတွက်

အော်ဂဲနစ်သီးနှံ၏ ကောင်းကျိုးများကိုသိရှိ၍ တောင်းဆိုမှုသည် အော်ဂဲနစ်သီးနှံအောင်မြင်တိုးတက်ရေး၏ အဓိက သော့ချက်ဖြစ်သည်။ (Priya and Renu, 2015)

၄ အော်ဂဲနစ်သည်အထယ်ကြောင့် ပိုမိုကောင်းမွန်စေခြင်း (၁၀) ချက် (10 Reasons Why Organic Food is Better)

၄-၁ အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးရေးသည် တိရစ္ဆာန်များအတွက် ကောင်းမွန်စေခြင်း (Organic farming is better for wildlife)

ဗြိတိန်မြေဆီလွှာအသင်း အစီရင်ခံစာ (Britain Soil Association) အရ တိရစ္ဆာန်များ၊ တောရိုင်း တိရစ္ဆာန်များ (Wildlife) များ ပိုမိုရှင်သန်စေသည်။ အော်ဂဲနစ်လယ်ယာမြေတွင် သစ်ပင်များသည် (၅)ဆခန့် ပိုမိုရှင်သန်လာ၏။ မျိုးစေ့များအတွက် (၈၇%)၊ ငှက်များအတွက် (၄၄%) ပိုမိုရှင်သန်စေသည်။ ၁၉၉၆ ခုနှစ် လေ့လာချက်နှစ်ခုအရ အော်ဂဲနစ်သီးနှံစိုက်ခင်းများတွင် မိုးစွေငှက်၊ ပျံလွှား၊ လိပ်ပြာတို့သည် (၂)ဆခန့် ပိုမို ရှင်သန်တိုးပွားစေသည်။

၄-၂ အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးရေးသည် မြေဆီလွှာပိုမိုထက်သန်စေခြင်း (Organic farming is better for the soil)

ဆွစ်ဇာလန်နိုင်ငံမှ ပညာရှင်များ၏ တွေ့ရှိချက်အသစ်မှာ အော်ဂဲနစ်မြေဆီလွှာသည် မြေဆီလွှာတွင်းရှိ သက်ရှိများ မိုက်ခရိုရိုက်ဇာမှို၊ မြေအောင်းတီများ စသည်တို့သည် အမြစ်များတွင် တွယ်ကပ်နေပြီး အပင်တို့ အတွက် အာဟာရများကို စုပ်ယူပေးသည်။ A new Swiss study demonstrates that organic soils have more soil microbes more mycorrhizae the fungi that attach them serves to the tips of plant roots and help plants absorb nutrients and more earthworms. အော်ဂဲနစ်စိုက်ခင်းမှာ မြေအောင်းသက်ရှိများ ၈၈% ခန့်ပါဝင်သည်ဟုဆို၏။ ထို့ကြောင့်လည်း မြေဆီလွှာပိုမို ထက်သန်စေခြင်း ဖြစ်သည်။

မြေဆီလွှာတွင်းရှိ သန်းပေါင်းများစွာသော အနုဇီဝပိုးများ (Soil microbes) များကြောင့် မြေဆီမြေနှစ်များ ကောင်းမွန်ခြင်း (Soil Health) ကို ဖြစ်စေသည်။ အော်ဂဲနစ်မြေသြဇာသည် အပင်အတွက် လိုအပ်သောဓာတ် ၁၆ မျိုးလုံးကို ရရှိစေ၏။ ဓာတ်မြေသြဇာကမူ တစ်မျိုးထည့် တစ်မျိုးသာရရှိ၏။ ကျန် ဓာတ်များမရရှိ။ အော်ဂဲနစ်မြေသြဇာသည် မြေစေးများကို ဖွယ်စေ၍ ဖွယ်သောမြေ(သဲ)မြေကို စေးစေ၏။ ဥပမာ-ပေါက်မြို့မှ ဆိတ်ဖြူထိ သဲချောင်းများတွင် နွားချေးနှင့် မြေဆွေးများရောစ၍ ကြက်သွန်အများအပြားစိုက်ပျိုး၏။ အော်ဂဲနစ်မြေသြဇာကို တောင်သူများကိုယ်တိုင် ထုတ်လုပ်နိုင်၏။ ဓာတ်မြေသြဇာကိုမူ မထုတ်လုပ်နိုင်။ ဈေးကြီး ပေး၀ယ်သုံးရ၏။ အော်ဂဲနစ်မြေသြဇာကောင်းကြောင်းပြောလျှင် 'ပြောမဆုံးပေါင် တောသုံးထောင်'။

၄-၃ အော်ဂဲနစ်အစားအစာများသည် တိရစ္ဆာန်များကို မွေးမြူရာတွင် ပိုမိုအကျိုးရှိစေခြင်း (Organic food is better for animal reproduction)

တိရစ္ဆာန်(၁၄)မျိုးတွင် (၁၀)မျိုး၏ လေ့လာတွေ့ရှိချက်မှာ အော်ဂဲနစ်အစားအစာ(သီးနှံ) ကျွေးမွေးခြင်းသည် မွေးမြူရေးတိရစ္ဆာန်များအတွက် ပိုမိုအကျိုးရှိ၏။ ကြက်များကို အော်ဂဲနစ်အစားအစာကျွေးရာတွင် ပုံမှန်ထက် ကြက်ဥ (၂၈%) ပိုမိုဥသည်ကို တွေ့ရသည်။

Chicken fed on organic have a 28% higher rate of egg production. အလားတူ နို့စားနွားများ တွင်လည်း နို့ထွက်ပိုကြောင်း တွေ့ရှိရသည်။ ဥပမာ အော်ဂဲနစ်ဒန့်သလွန်ရွက် ကျွေးခြင်း အားဖြင့် နို့ထွက် (၄၃% မှ ၆၅%) နှင့် အသား (၃၂%) ပိုမိုထွက်ရှိကြောင်း လေ့လာတွေ့ရှိရသည်။

၄-၄ အော်ဂဲနစ်အစားအစာသည် ကင်ဆာရောဂါ၊ လေဖြတ်ခြင်းနှင့် နှလုံးရောဂါနှင့်ပတ်သက်၍ တားဆီးပေးခြင်း (Organic food helps fight Cancer, Stroke and Heart problems)

စကော့ရှ်သိပ္ပံပညာရှင်များ၏ မကြာသေးခင်က လေ့လာတွေ့ရှိချက်အရ အော်ဂဲနစ်ဟင်းသီးဟင်းရွက် စွတ်ပြုတ်သည် Salicylic acid (၆)ဆခန့် ပိုမိုပါဝင်သည်။ စွတ်ပြုတ်တစ်ခွက်တွင် ၁၁၇ nanogram ပါဝင်သည်။ Salicylic acid သည် အူမကြီးကင်ဆာ ရေဖြစ်ခြင်းကို ဟန့်တားပေးနိုင်သည်။

အော်ဂဲနစ်အစားအစာသည် ကင်ဆာ၊ ဦးနှောက်သွေးကြော ပိတ်/ပြတ် နှင့် နှလုံးရောဂါများကို ကူညီတိုက်ခိုက်ပေးပါသည်။ မကြာသေးမီက လေ့လာမှုတစ်ခုတွင် စကော့ရှ်တလန်လူမျိုး သိပ္ပံပညာရှင်များမှ အော်ဂဲနစ် သစ်သီးဝလံဟင်းချိုများတွင် Salicylic အက်စစ်ပါဝင်မှုမှာ အော်ဂဲနစ်မဟုတ်သော သစ်သီးဝလံဟင်းချိုများ ထက် (၆) ဆနီးပါး ပိုမိုကြောင်း တွေ့ရှိခဲ့ပါသည်။ အော်ဂဲနစ်ဟင်းချိုရည် (၁၁) မျိုးတွင် (၁) ဂရမ်လျှင် Salicylic အက်စစ် (၁၁၇) မိုနိုဂရမ်ပါဝင်ပြီး အော်ဂဲနစ်မဟုတ်သောဟင်းချိုရည် (၂၄) မျိုးတွင် (၂၀) မိုနိုဂရမ် သာ ပါဝင်သည်။ Voon et. Al. (2011) စာအုပ်တွင် Salicylic အက်စစ်သည် Asprin တွင် အဓိကပါဝင် ပစ္စည်းဖြစ်ကြောင်း စုစည်းတင်ပြထားပြီး ၎င်းသည် သွေးကြောများမာကြောခြင်းနှင့် အူလမ်းကြောင်းကင်ဆာ ရောဂါတို့ကို ကူညီတိုက်ခိုက်ပေးပါသည်။ ထို့ပြင် ထိုအက်စစ်ကို ဖိစီးမှုနှင့် ရောဂါများကို တွန်းလှန်ရန် အပင်များမှ သဘာဝအလျောက် ထုတ်လုပ်သည်။ အကယ်၍ ပိုးသတ်ဆေးအသုံးပြုမှုကြောင့် အပင်များသည် ပိုးမွှားများကို ခုခံရန် မလိုအပ်တော့ပါက ၎င်းတို့သည် Salicylic အက်စစ်လျှော့၍ ထုတ်လုပ်မည်ဖြစ်ပြီး စားသုံးသူအတွက်လည်း လျှော့၍ရရှိမည်ဖြစ်သည်။ အဆိုပါသိပ္ပံပညာရှင်များမှပင် အသားစားသုံးသူများနှင့် နှိုင်းယှဉ်လျှင် သစ်သီးဝလံဟင်းသီးဟင်းရွက်များသာ စားသုံးသောသူများ၏ သွေးထဲတွင် Salicylic အက်စစ်ပါဝင်မှုမှာ သိသာထင်ရှားစွာ မြင့်မားကြောင်း တွေ့ရှိခဲ့ပါသည်။

၄-၅ အော်ဂဲနစ်အစားအစာများတွင် အာဟာရဓာတ်များ ပိုမိုပါဝင်ခြင်း (Organic food contains more nutrients)

ကနေဒါ သုတေသနပညာရှင်များ၏ ရှာဖွေတွေ့ရှိချက်မှာ အော်ဂဲနစ်မဟုတ်သော သစ်သီးဝလံနှင့် ဟင်းသီးဟင်းရွက်များတွင် Vitamin နှင့်သတ္တုဓာတ်များ အံ့သြဘွယ်ရာလျော့နည်းစွာ ပါဝင်နေသည်ကို တွေ့ရသည်။ အာလူးတွင် Vitamin A လျော့နည်းမှု ၁၀၀%၊ Vitamin C ၅၇% ၊ Calcium ၅၀% ၊

ရိဘိုဖလပ်ဗင် ၅၀% နှင့် တိုင်ရာမင် ၁၈% လျော့နည်းပါဝင်နေသည်ကို တွေ့ရှိရသည်။ The average Potatoes has lost 100% of its Vitamin A, 57% of its Vitamin C and Iron 28% of its Calcium, 50% of its Riboflavin and 18% of its Thiamin. ဂေါ်ဖီထုပ်အစိမ်းတွင် (Broccoli) Calcium 63% ၊ သံဓာတ် 34% နှင့် အခြားအာဟာရဓာတ် (၇)မျိုး လျော့နည်းနေသည်ကို တွေ့ရှိရသည်။

၂၀၀၁ ခုနှစ် ဧပြီလတွင် အမေရိကန်ပညာရှင်များ၏ လေ့လာချက်အရ အော်ဂဲနစ်သီးနှံများသည် အာဟာရဓာတ်များ မြင့်မားစွာ ပိုမိုပါဝင်ကြောင်း လေ့လာတွေ့ရှိရ၏။ ပိုမိုပါဝင်သော အာဟာရဓာတ်များမှာ အော်ဂဲနစ်သီးနှံများတွင် Vitamin C 27%, သံဓာတ် 29%, ဖော့စဖောရပ် 39%, ပြင်သစ်ပညာရှင်များ၏ လေ့လာတွေ့ရှိချက်မှာ အော်ဂဲနစ်သီးနှံများတွင် Vitamin A, C, E နှင့် B တို့သည် ပိုမိုပါဝင်ကြောင်းနှင့် သတ္တုဓာတ်များအနေဖြင့် Zinc, Calcium ပိုမိုပါဝင်၍ အမျှင် (Fibre) ပိုမိုပါဝင်ကြောင်း တွေ့ရှိရသည်။

၄-၆ အော်ဂဲနစ်ပန်းသီးခြံများသည် ပိုမိုကောင်းမွန်ခြင်း (Organic apples are just better)

၁၉၉၄ ခုနှစ်မှ ၁၉၉၉ အထိ ဝါရှင်တန်ပြည်နယ်တက္ကသိုလ်မှ ပန်းသီးခြံများတွင် လေ့လာတွေ့ရှိချက်မှာ အော်ဂဲနစ်နှင့်စိုက်သော ဥယျာဉ်ခြံများတွင် မြေဆီလွှာပိုမိုကောင်းမွန်ခြင်း၊ ရေထိန်းသိမ်းအား ကောင်းမွန်ခြင်း၊ မြေဆီလွှာပျက်စီးဆုံးရှုံးမှုကို ကာကွယ်မှုကောင်းခြင်း၊ လုပ်အားခနှင့် ရေလိုအပ်မှု နည်းပါးခြင်းကို တွေ့ရှိရသည်။ အော်ဂဲနစ်ပန်းသီးများသည် ပိုမိုကျစ်လျစ်၍ အရသာပိုမိုချိုခြင်း အော်ဂဲနစ် ဥယျာဉ်ခြံမှထွက်ရှိသော ပန်းသီးများသည် ဝင်ငွေပိုမိုရရှိစေ၏။ အော်ဂဲနစ်ပန်းသီးမှာလည်း အခြားပန်းသီးများထက် ဈေးကောင်းပိုရသည်။

အခြားသစ်သီးဝလံနှင့်ဟင်းသီးဟင်းရွက်များလည်း အလားတူပင်ကောင်းစေသည်။

၄-၇ အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးရေးသည် ကမ္ဘာကြီးကို ဝလင်စွာကျွေးမွေးနိုင်ခြင်း (Organic farming can feed the world)

၂၀၀၂ ခုနှစ် စိမ်းလန်းစိုပြေရေးအဖွဲ့နှင့် FAO တို့၏ အစီရင်ခံစာအရ အော်ဂဲနစ်သီးနှံများ အထွက်နှုန်းသည် အံ့သြဘွယ်ရာ ပိုမိုထွက်ရှိကြောင်းတွေ့ရှိရသည်။ (In 2002 Greenpeace report, the authors found that organic and agro-ecological methods of growing in the southern hemisphere produced a dramatic increase in yields, as well as reduce pests and disease, greater crop diversity and improved nutritional content) အီသီယိုးပီး ယားမြောက်ပိုင်းရှိ Tigray ဒေသတွင် စမ်းသပ်ချက်များအရ၊ အော်ဂဲနစ်သီးနှံသည် ဓာတ်မြေသြဇာ စိုက်ခင်းများထက် အထွက်နှုန်း ၃-၅ ဆထိ ပိုမိုထွက်ရှိကြောင်းတွေ့ရ၏။ **(ပထမစာအုပ်တွင် သီးနှံအလိုက် စမ်းသပ်တွေ့ရှိချက်များ ဖော်ပြပြီး ဖြစ်သည်။)**

ဘရာဇီးတွင် ပြောင်းဖူးစိုက်ခင်း ၂၀%-၂၅၀% (၂.၅ ဆ) ။ ပီရူးတွင် တောင်ပေါ်ဒေသတွင် ၁၅၀% (၁.၅ ဆ) ပိုမိုထွက်ရှိကြောင်း တွေ့ရ၏။

၄-၈ ရာသီဥတုပိုမိုကောင်းမွန်စေခြင်း (Organic farming protects the climate)

အော်ဂဲနစ်မြေဆီလွှာအတွင်းတွင် မြေအောင်းသက်ရှိများ၊ အဏုဇီဝပိုးများ (Soil microbes) Mycrorhiza, worms, မှိုများ သန်းပေါင်းများစွာ အများအပြားပါဝင်သည်။ ၎င်းတို့မှ ကာဗွန်ကို စုဆောင်းပေးသည်။ Rodale ရှိ စမ်းသပ်ကွက်များတွင် ကာဗွန်ကို သာမာန်စိုက်ခင်းထက် ပိုမိုသိုလှောင်ထားနိုင်သည်။ အင်္ဂလန်နိုင်ငံရှိ Brood စမ်းသပ်ကွက်တွင် မြေဆီလွှာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုသည် မြေဆွေးဖြင့် စိုက်ပျိုးသောစမ်းသပ်ကွက်များတွင် မြေဆီလွှာအဆင့်အတန်း ၁၂၀% ထိ တိုးတက်၍ ဓာတုဗေဒစမ်းသပ်ကွက်များထက် ၂၀% ပိုမိုပါဝင်သည်ကို တွေ့ရ၏။ အလားတူ စမ်းသပ်ကွက်အဖြေများကို ဆွစ်ဇာလန်နိုင်ငံတွင်လည်း တွေ့ရသည်။ ကယ်လီဖိုးနီးယားပြည်နယ် စမ်းသပ်ကွက်တွင် အော်ဂဲ နစ်စမ်းသပ်ကွက်များမှ အော်ဂဲနစ်ကာဗွန် ၂၈% ပိုမိုထုတ်လုပ်သည်ကို တွေ့ရသည်။ ဤသို့ အော်ဂဲနစ် စိုက်ပျိုးသောလယ်သမားများသည် မြေဆီလွှာတွင် ကာဗွန်များပြားစွာသိုလှောင်ထားခြင်းကြောင့် မြေဆွေးများ များစွာပါဝင်ခြင်း၊ ကမ္ဘာ့ရာသီဥတုကို တိုးတက်အောင် ကူညီဆောင်ရွက်ပေးသည်။

ပုလဲခေါ် ယူရီးယားမြေသြဇာသုံးစွဲခြင်းများကြောင့် အက်စစ်ပါသောမိုး (Acid rain) များရွာခြင်း၊ ပုလဲမြေသြဇာကထွက်လာသည့် နိုက်ထရပ်စ်အောက်ဆိုဒ် (Nitrous oxides) များကြောင့် ကောင်းကင်တွင် ယနေ့ကမ္ဘာက အော်နေသည် အိုဇုန်းလွှာ (Ozone Layer) ပါးပေါက်ခြင်း၊ ပါးလွှာခြင်းများကို ဖြစ်စေ၏။

၄-၉ အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးခြင်းသည် မိုးခေါင်သောဒေသများ၌ အထွက်နှုန်းပိုမိုစေခြင်း(Organic farming produces higher yields in drought conditions)

အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု အနောက်အလယ်ပိုင်းဒေသ၌ သီးနှံနှင့် ပဲပုတ်စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်ရာတွင် မိုးခေါင်သောဒေသ၌ သီးနှံအထွက်နှုန်းပိုမိုထွက်ရှိသည်ကို တွေ့ရ၏။ အလားတူပင် အင်္ဂလန်နိုင်ငံ Rodale စမ်းသပ်ကွက်တွင်လည်း အလားတူတွေ့ရှိရသည်။ အော်ဂဲနစ်မြေသြဇာများသည် မြေပွပြီးအစိုဓာတ်ကို ထိန်းသိမ်းထားခြင်းကြောင့် အမြစ်များ မြေအောက်သို့ ရေရှိသည့်နေရာသို့ နက်ရှိုင်းစွာဆင်းပြီး ရေရရှိစေခြင်းဖြစ်၍ မိုးခေါင်ဒဏ်ခံပြီး အထွက်တိုးခြင်းဖြစ်သည်။

အော်ဂဲနစ်မြေဆွေးသည် မြေတွင်းရှိအစိုဓာတ်ကို ထိမ်းထားနိုင်၏။ မြေတွင်းရှိ နိုက်ထရိုဂျင်ဓာတ်များ စီးမျောသွားခြင်း၊ မြေတွင်းသို့စိမ့်ဝင်သွားခြင်းမရှိအောင်လည်း တားထား၊ ဖမ်းယူထားနိုင်သည်။

၄-၁၀ အော်ဂဲနစ်အစားအစာများသည် အန္တရာယ်ကင်းစေခြင်း (Organic food is safer)

အော်ဂဲနစ်သီးနှံစိုက်ပျိုးခြင်းသည် အလုပ်အကိုင်များပိုမိုရရှိစေခြင်း၊ အမြတ်အစွန်းများပိုမိုရရှိခြင်း၊ မြေအောက်ရေများသန့်ရှင်းခြင်းနှင့် ရေနှင့်အတူ နိုက်ထရိုဂျင်များစီးသွားခြင်းကို ကာကွယ်ပေးသည်။ အော်ဂဲနစ်အစားအစာများကို လူတွေပိုမိုစားသုံးလာခြင်းမှာ အဆိပ်အတောက်အန္တရာယ် ပိုမိုကင်းရှင်းကြောင်း ယုံကြည်၍ ဖြစ်သည်။

ဆွီဒင်နိုင်ငံတွင် Phelohy ပေါင်းသက်ဆေးသုံးစွဲခြင်းကြောင့် The risk of contracting lymphomas six-fold. ကင်ဆာရောဂါဖြစ်စေမှုကို (၆)ဆခန့် ပိုများ၏။ ကနေဒါနိုင်ငံ Kansas, Nebraska တို့တွင် ပိုးသတ်ဆေး၊ ပေါင်းသတ်ဆေးသုံးစွဲခြင်းကြောင့် ကင်ဆာရောဂါဖြစ်ပွားမှု မြင့်တက်စေ၏။ အမေရိကန်နိုင်ငံ

တွင်လည်း ကျေးလက်လယ်ယာလုပ်ကိုင်သူများသည် ကင်ဆာရောဂါဖြစ်ပွားပြီး သေဆုံးမှုအများဆုံးဖြစ်သည်။ (In the US, the death rates from Mycloma (a cancer) are highest in rural farming areas) အလားတူပင် Migrant လယ်ယာလုပ်သားများသည်လည်း အူမကြီးကင်ဆာ၊ အစာအိမ်ကင်ဆာ၊ ဆီးကြိတ်နှင့် မအား(ဝှေးစေ့)ကင်ဆာများ ဖြစ်ပွားကြသည်။

Fotopoulos etal (2002) လေ့လာချက်အရ အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ကိုင်သူများတွင် ထိုကဲ့သို့ ကင်ဆာရောဂါများ ဖြစ်ပွားခြင်းကို မတွေ့ရဟုဆို၏။ ပိုးသတ်ဆေးများကြောင့်လည်း အမျိုးသို့မီးများ ရင်သား ကင်ဆာ (၁၀)ဆခန့် ပိုမိုဖြစ်စေနိုင်သည်ဟု ဆိုပါသည်။

ပိုးသတ်ဆေးများတွင် အသုံးများသော ပါဝင်ပစ္စည်းဖြစ်သည့် Atrozine သည် ကြွက်များတွင် ရင်သားကင်ဆာဖြစ်စေပြီး၊ ဟမ်းစတား(ကြွက်)များတွင် သားဥအိမ်အတွင်း ခရိုမိုနန်းပျက်စီးမှုများနှင့် ဖားများ တွင် နောက်ခြေထောက် ပုံပျက်ပန်းပျက်ဖြစ်ခြင်းတို့ ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။

Finnish လေ့လာမှုတစ်ခုတွင် Lindane နှင့်တူသော ဓာတ်ကြွင်းအများဆုံးရှိနေသော ရင်သား ပိုင်ရှင်အမျိုးသမီးများသည် ဓာတ်ကြွင်းအနည်းငယ်သာရှိနေသော အမျိုးသမီးများထက် ရင်သားကင်ဆာ ဖြစ်နိုင်ချေ (၁၀) ဆ ပိုများကြောင်း တွေ့ရှိဖော်ပြထားပါသည်။ (Lindane သည် ပိုးသတ်ဆေးတစ်မျိုး ဖြစ်ပါသည်။)

ဓာတ်မြေဩဇာလို အထွက်ကောင်းပါ့မလား

ဓာတုကင်းးလွတ်အော်ဂဲနစ်သီးနှံစိုက်ပျိုးရေးကို အချိန်တိုအတွင်း အရှိန်အဟုန်ပြင်းပြင်းနဲ့ အောင်မြင်ရ ခြင်းနှင့် အများစုစိုးရိမ်နေသော "ဓာတ်မြေဩဇာမပါဘဲ အထွက်နှုန်းကောင်းပါ့မလား၊ ကမ္ဘာကြီးကို ဝလင်စွာ ကျွေး နိုင်ပါ့မလား" ဟု စိုးရိမ်နေကြ၏။

စိုးရိမ်စိတ်များလွင့်စင်သွားပြီ။

ဤစိုးရိမ်မှုများကို ကမ္ဘာ့အော်ဂဲနစ်သိပ္ပံပညာရှင်များနှင့် တက္ကသိုလ်များမှ နေ့မနား၊ ညမအား စဉ်ဆက် မပြတ် သုတေသနကြိုးစားဖော်ထုတ်မှုကြောင့် လေပြင်းများတိုက်၍ တိမ်မဲများ လွင့်စင်သွားသကဲ့သို့ လွင့်စင် သွားပြီ။

ကမ္ဘာ့ကျော်အော်ဂဲနစ်ပညာရှင်များ

အချို့ကို ရွေးထုတ်တင်ပြရလျှင် အမေရိကန်၊ ဥရောပ၊ ဩစတြေးလျ၊ ဂျပန်တို့မှ သိပ္ပံပညာရှင်များဖြစ် သည့် ရွက်ဖျန်းမြေဩဇာတွင် စပိန်မက်ဒရစ်တက္ကသိုလ်မှ Dr. Victoria Fernandez နှင့် အဖွဲ့ဝင်များ၊ အီးအမ်ရှေ့ဆောင် ဂျပန်မှ Dr. Teruo Higo နှင့် အမေရိကန်မှ Dr. James F. Parr ဒန့်သလွန်ရွက်ဖျန်း တွင် Dr. Nadir Reyes. Sanchez, Mr. Nikolaus Foidl နှင့် Dr. Michael Kreuzer သီးနှံ၊ မွေးမြူရေးနှင့် လူ့ရောဂါအချို့ပါ ပျောက်ကင်းသည့် ပန်ချာဂါဗီယာ မြေဩဇာထုတ်လုပ်သူ Dr. K. Natarajan တို့ ဖြစ်၏။

စည်ပင်အမှိုက် ရတနာသိုက်

အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုနှင့် အိန္ဒိယစည်ပင်မှ နေ့စဉ်စွန့်ပစ်နေသောအမှိုက်တန်ချိန်များစွာကို ရွှေအဖြစ်ထုတ်လုပ် ပေးနေ၏။ မြေဆွေးနှင့် တီမွေးမြူ၍ တီကျစ်စာမြေဆွေးနှင့် မြေဆွေးအရည်များ နေ့စဉ် တန်ချိန်များစွာ (Worm Farming in USA) တို့မှ ထုတ်လုပ်၍ ပြည်တွင်းပြည်ပသို့ ဖျန့်နေ၏။ ဒေါ်လာဘီလီယံနှင့်ချီ၍ ဝင်ငွေရနေပြီ။

မြန်မာ့အော်ဂဲနစ်စံချိန်စံညွှန်းများ

၂၆–၁–၂၀၁၉ နေ့တွင် စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာနက ထုတ်ပြန်ခဲ့သော ''မြန်မာ့အော်ဂဲနစ်စံချိန်စံညွှန်းများ'' ကို သေချာလေ့လာ၊ လိုက်နာဆောင်ရွက်သင့်ပေသည်။

ကျွန်တော်ကပန်းချီဆရာ (ပန်းချီကားတစ်ချပ်ပမာ)

ဤစာအုပ်သည် အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးရေးနှင့်ပါတ်သက်၍ ကမ္ဘာ့အရပ်ရပ်မှ သိပ္ပံပညာရှင်များ၊ အမေရိကန်၊ ဥရောပ၊ ဩစတေးလျ၊ ဂျပန် စသည့် တက္ကသိုလ်များမှ သုတေသနတွေ့ရှိချက်များ၊ FAO, WHO တို့၏ တွေ့ရှိချက်များကို စာရေးသူ၏ ကိုယ်တွေ့အမြင်များနှင့်ဖြည့်စွက်၍ စုစည်းခြယ်မှုန်းထားခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။

''ရှုခင်းကောင်းသောနောက်ခံမြင်ကွင်းကို စုတ်ချက်သန်သော ပန်းချီဆရာကောင်းတစ်ယောက်၏ ချယ်မှုန်းထားသော ပန်းချီကားတစ်ချပ်လိုပဲ'' ဟု ဆိုပရစေ...။

နေရောင် (စိုက်ပျိုးရေးတက္ကသိုလ်)

ချောင်းဟန့်သံ

- ပါရမီအထွေထွေဆေးရုံအုပ် အလုပ်အလွန်ရှုပ်
- ကလေးအထူးကု ဆရာဝန်လုပ်။
- အိမ်ဦးခန်းက ချောင်းဟန့်သံထုတ်ဤစာအုပ်
- စာဖတ်သူ ချောကလက်နဲ့မြို့...။

တက္ကသိုလ် အီနောင်

ရှမ်းရေကျော်သန်းမောင်၏ ရိုက်ချက်များ

၁ ထပ်ဆုံးကိုရောက်စေတဲ့ ဂျက်မားရဲ့သိအိုရီများ

စီးပွားရေးလုပ်ငန်းရှင်များ၊ ပြည်ပပို့ကုန်ဆောင်ရွက်သူ (Exporters) များ၊ ထိပ်ဆုံးကို ရောက်လိုသူများအတွက် တရုတ်ဘီလီယံသူဌေးကြီး ဂျက်မားရဲ့သီအိုရီများ။

- ဆင်းရဲပါစေ ငွေချေးပြီးသွားမဖြုန်းနဲ့!
- ခက်ခဲပါစေ ကတိမတည်ဘဲ မဖြစ်စေနဲ့!
- အကြွေးတင်ရင် အသက်ကိုရင်းပြီး ပြန်ဆပ်ရမယ်!
- ပြန်မဆပ်နိုင်သေးရင် ဖုန်းဆက်ပြီးပြော!
- သင်မမေ့ဘူးဆိုတာကို သူများသိအောင်ပြ!
- ရိုးရိုးသားသားနဲ့ လူလုပ်!
- ဘယ်တော့မှ သူများကသင့်အပေါ်မှာထားရှိတဲ့ ယုံကြည်မှုကို မပျက်စေနဲ့!
- သူများသင့်ကိုယုံကြည်တာဟာ သင်ကသူများရဲ့ရင်ထဲမှာ တည်ရှိနေတဲ့တန်ဖိုးဖြစ်လို့ပါ!
- ဘဝခရီးကရှည်တယ်!
- လမ်းကျဉ်းအောင်တော့မလုပ်နဲ့!
- လူကောင်းအောင်သာအရင်လုပ်၊
- ဘာမဆိုရှိလာနိုင်တယ်၊ ဖြစ်လာနိုင်တယ်!
- ဘယ်တော့မှ သင့်ပတ်ဝန်းကျင်ကလူတွေကို ယုံကြည်မှုမပျက်ပြားသွားစေနဲ့!
- ယုံကြည်မှုပျက် - တစ်သက်ပြိုလဲ - ဆင်းရဲမွဲသေ - မုချကေန်မလွဲပေ!!

တရုတ်ဘီလီယံသူဌေးကြီးဂျက်မား

- တောင်သူနှင့် စိုက်ပျိုးရေးပညာရှင်များပူးပေါင်းပြီး ထိုင်း၊ ဗီယက်နမ်တို့ကဲ့သို့ ပြည်ပဈေးကွက်ဝင်သီးနှံများ ထုတ်လုပ်ခြင်း။

- ထုတ်လုပ်ပြီးသီးနှံများကို ပြည်ပသို့(အထူးသဖြင့် အမေရိကန်၊ ဥရောပ၊ ဂျပန်၊ ရုရှား၊ တောင်ကိုရီးယား၊ စင်္ကာပူ၊ ဟောင်ကောင် နိုင်ငံများသို့ အရောင်းမြှင့်တင်ရေး (Sales Promotion) များ ပြုလုပ်ခြင်းနှင့် ဆက်သွယ်တင်ပို့ရောင်းချခြင်း။

၂ စွမ်းအားရှင် ဂျက်မ

အလုံးရေ ၈၀၀၀၀၊ တန်၂၀၀ အံ့လေးချိန်ရှိသော ဒူးရင်းသီးများကို Alibaba ၏ Tmall တွင် စက္ကန့် ၆၀ အတွင်း တရုတ်စားသုံးသူများက ဝယ်ယူသွားကြသည့် အခါ တရုတ် e-commerce...
Continue reading

BURMA.IRRAWADDY.COM
ထိုင်းကို ဖောက်လုပ်လာသော ဂျက်မ၏ "မဟာ ဒူးရင်းသီး လမ်းမ"
ထိုင်းဈေးကွက်သို့ ဂျက်မ ဝင်လာနေခြင်းက အွန်လိုင်းစီးပွားရေး လုပ်ငန်းတွင် ယှ...

(ဝဲဘက်ပုံမှာ ဂျက်မဖြစ်၍ ယာဘက်ပုံမှာ ဂျက်မားဖြစ်သည်။)

အွန်လိုင်းကုန်သွယ်ရေး (e-commerce) ကို အသုံးပြုလျှက် ထိုင်းနိုင်ငံနှင့် အကြီးမားဆုံး ကုန်သွယ်ဖက် ကြား ၂၀၂၀-ခုနှစ်တွင် အမေရိကန်ဒေါ်လာ (၁၂၀) ဘီလီယံထိ မျှော်လင့်နေကြ၏။ ယမန်နှစ်က အမေရိကန်ဒေါ်လာ (၇၃) ဘီလီယံသာရှိခဲ့ရာမှ သိသိသာသာမြင့်တက်သွားခြင်းဖြစ်၏။

ဤသို့မြင့်တက်လာခြင်းမှာ တရုတ်နိုင်ငံ အလီဘာဘာအုပ်စုသို့ အမှုဆောင်ဥက္ကဋ္ဌ ဂျက်မ (Jack Ma) ရောက်လာပြီးမှဖြစ်ထွန်းလာသည့် ဂျက်မ၏အစွမ်း။

ဂျက်မသည် ထိုင်းနိုင်ငံနှင့် အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၃၅၄.၄ သန်း တန်ဘိုးရှိသော သဘောတူညီချက် လက်မှတ်ရေးထိုးခဲ့၏။ နောင်လာမည့် (၅) နှစ်အတွင်း ထိုင်းနိုင်ငံ၌ ရင်းနှီး မြှုပ်နှံမှုများကို စိုက်ပျိုးရေး ထွက်ကုန်များ အပါအဝင် (၃) ဘီလီယံထိ တိုးချဲ့ဆောင်ရွက်သွားရန် မျှော်လင့်ထားသည်ဟု ဆို၏။ ဂျက်မကဲ့သို့သူများမှ အလျှင်အမြန်ဆက်သွယ်ရောင်းချခြင်းဖြင့် တောင်သူရော တိုင်းပြည်ပါ ဝင်ငွေတိုးလာမည် ဖြစ်၏။

ယခုလည်း သစ်သီးဝလံ၊ ဟင်းသီးဟင်းရွက်များကို ပြည်ပနိုင်ငံများသို့ ဆက်သွယ်ရောင်းချခြင်းများ ဆောင်ရွက်နေကြောင်း ဝမ်းသာစွာ တွေ့ရှိနေရပြီဖြစ်သည်။

၃ အတုယူရန် ဗီယက်နမ်

ဒန့်သလွန်ရွက်ခြောက်အမှုန့်ကို အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုနှင့် ဥရောပနိုင်ငံများသို့ အာဖရိကနိုင်ငံများမှ တင်ပို့ရောင်းချ၍ သန်းကြွယ်သူဌေးဖြစ်သူများမနည်းပြီ။ ဂျာမနီနိုင်ငံရှိ မြန်မာသံရုံးမှ ဒန့်သလွန်ရွက်၊ ဒန့်သလွန်

ဒို့လည်းလိုက်မယ်ချန်မထားနဲ့

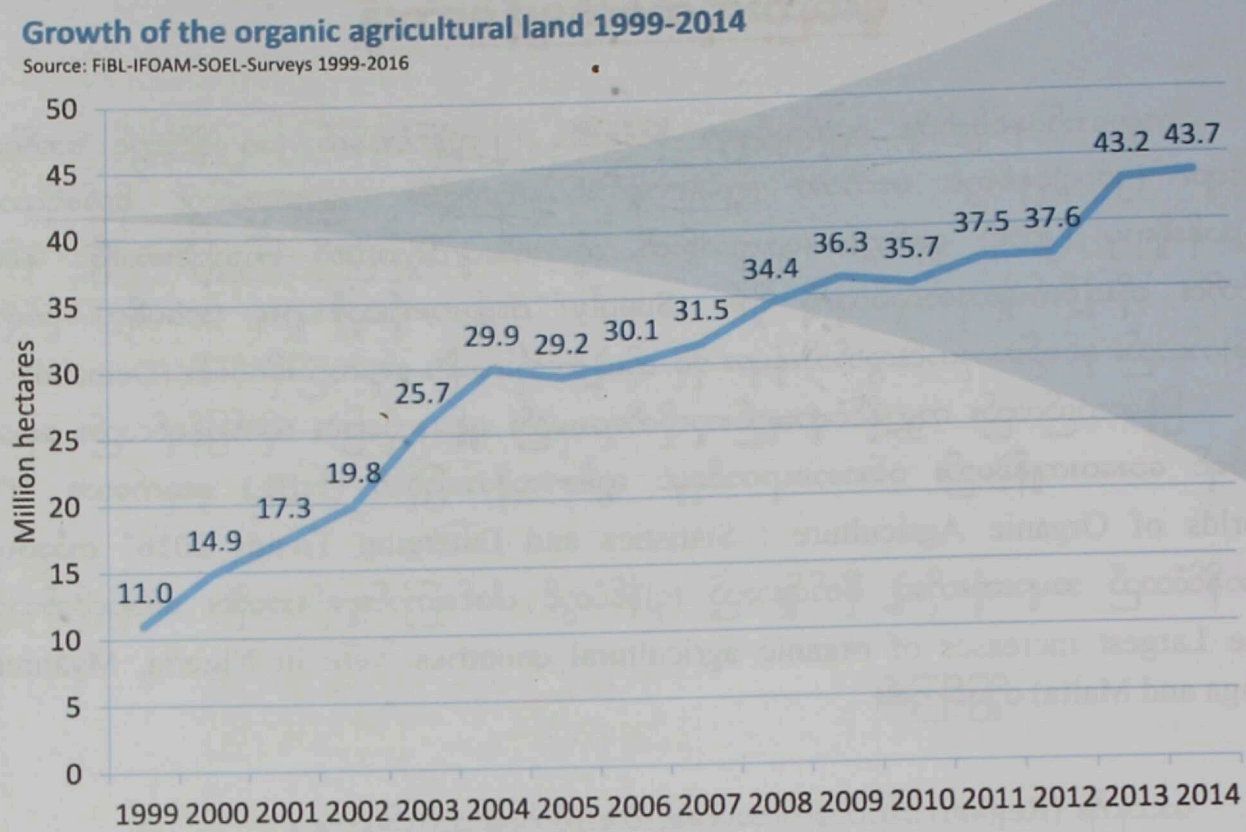
ကမ္ဘာ့အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုး ထုတ်လုပ်မှုမှာ နိုင်ငံပေါင်း (၂၂၇)နိုင်ငံအနက် (၁၇၂)နိုင်ငံတွင် အော်ဂဲနစ်သီးနှံများ (၂၀၁၄)ခုနှစ်တွင် ဟက်တာ (၄၃.၇)သန်းစိုက်ပျိုးလျက်ရှိ၏။ (၁၉၉၉)ခုနှစ်တွင် စိုက်ဧရိယာမှာ (၁၁)သန်းရှိရာမှ (၂၀၁၄) ခုနှစ်တွင် (၄၃.၇)သန်းထိ တိုးတက်လျက်ရှိသည်ကို ကြည့်ခြင်းအားဖြင့် နှစ်စဉ်နိုင်ငံတိုင်း တိုးချဲ့စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်လျက် ရှိ၏။ (Supply) ကမ္ဘာ့စားသုံးသူအများစု (အမေရိက၊ ဥရောပ၊ ဂျပန်)ကလည်း နှစ်စဉ်ဓာတုကင်းလွတ်သီးနှံများ ပိုမို တိုးချဲ့စားသုံးလာပြီး ဈေးလည်းပိုပေး၏။ (Demand)

မြန်မာသည်လည်း ကမ္ဘာ့နိုင်ငံများနည်းတူလိုက်ရပေမည်။ ချန်နေလို့မဖြစ်။ လိုက်ပြန်ရင်လည်း နှေးနှေးလိုက်ရင် ဝေးဝေးကျန်ခဲ့မည်။ ဝမ်းသာစရာတစ်ခုမှာ ဆွစ်ဇာလန်အခြေစိုက် (FiBL) မှထုတ်သော "The Worlds of Organic Agriculture : Statistics and Emerging Trends 2016" စာအုပ်တွင် မြန်မာနိုင်ငံသည် အများဆုံးတိုးချဲ့ စိုက်ပျိုးသည့် (၄)နိုင်ငံတွင် ပါဝင်ကြောင်းမှုရင်းအတိုင်း ဖော်ပြလိုက်သည်။ (The Largest increases of organic agricultural countries were in Nigeria, Myanmar, Tonga and Malta) တို့ဖြစ်ကြ၏။

ဒေသကြီး (Region) ခြောက်ခုတွင်အများဆုံးတိုးချဲ့စိုက်ပျိုးသည့်ဧရိယာများ

Region	Organic agr. land [ha] 2013	Organic agr. land [ha] 2014	+/- hectares	+/- percent %
Africa	1'208'825	1'263'105	+54'280	+4.5%
Asia	3'408'912	3'567'474	+158'563	+4.7%
Europe	11'365'411	11'625'001	+259'590	+2.3%
Latin America	6'814'030	6'785'796	-28'234	-0.4%
North America	3'047'710	3'082'419	+34'710	+1.1%
Oceania	17'321'733	17'342'416	+20'683	+0.1%
Total**	43'162'855	43'662'446	+499'591	+1.2%

(၁၉၉၉)ခုနှစ် အော်ဂဲနစ် စိုက်ဧရိယာဟက်တာ (၁၁.၀)သန်းမှ (၂၀၁၄)ခုနှစ်ထိ စိုက်ဧရိယာဟက်တာ (၄၃.၇) သန်းအထိ နှစ်အလိုက်အဆင့်ဆင့် တိုးမြင့်လာခြင်းကို အသေးစိတ်လေ့လာနိုင်ရန် ပူးတွဲတင်ပြထားပါသည်။



အော်ဂဲနစ်သီးနှံစိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်ရန် အရေးကြီးသောအချက်များ

Organic Agricultural 2016 Key indicators

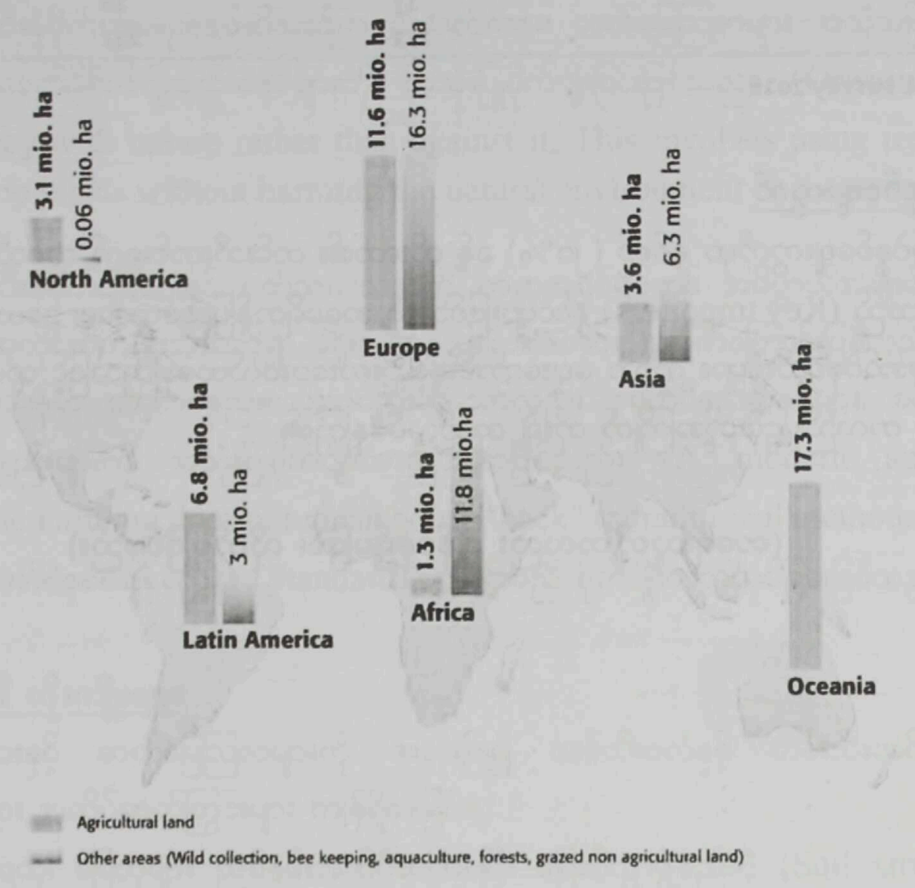
ကမ္ဘာ့အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးသည့်နိုင်ငံပေါင်း	၂၀၁၄ ៖ (၁၇၂) နိုင်ငံ
ကမ္ဘာ့အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးသည့်ဧရိယာပေါင်း	၂၀၁၄ ៖ (၄၃.၇) သန်းဟက်တာ (၁၉၉၉ ៖ ၁၁ သန်းဟက်တာ)
ကမ္ဘာ့အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်သူ	၂၀၁၄ ៖ ၂.၃ သန်း (၁၉၉၉ ៖ ၂၀၀,၀၀၀ နှစ်သိန်း)
ကမ္ဘာ့အော်ဂဲနစ်ကုန်သွယ်ရေးပမာဏ (Market size)	၂၀၁၄ ៖ ၈၀ ဘီလီယံ (Billion) (၁၉၉၉ ៖ ၁၅.၂ ဘီလီယံ)

ကမ္ဘာ့အော်ဂဲနစ် IFOAM နှင့်ဆက်သွယ်ဆောင်ရွက်သည့်နိုင်ငံ ၂၀၁၄ ៖ (၁၁၃)နိုင်ငံ

Source: FiBL Survey 2016

ဒေသအလိုက်ကမ္ဘာ့အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးမှု (၂၀၁၄)

Organic Agriculture Worldwide: Current Statistics



Map 1: Organic agricultural land and other non-agricultural areas in 2014
Source: FiBL survey 2016

ဒေသကြီး (Region) ခြောက်ဒေသရှိ ပါဝင်သောနိုင်ငံများအနက် အော်ဂဲနစ်သီးနှံစိုက်ပျိုးသောနိုင်ငံ ရာခိုင်နှုန်း များမှာ–

Region	Countries* with data on organic agriculture	Countries per region[1]	Share of countries that provided data (%)
Africa	39	56	70%
Asia	37	47	79%
Europe	47	47	100%
Latin America and Caribbean	33	46	72%
North America	3	5	60%
Oceania	13	26	50%
World	172	227	76%

Source: FiBL survey 2016

ကမ္ဘာ့အော်ဂဲနစ်ဈေးကွက်

အော်ဂဲနစ်ဈေးကွက်မှာ နှစ်စဉ် (၂၀%) ခန့် တိုးလာ၏။ ဟင်းသီးဟင်းရွက် သစ်သီးဝလံ အဓိကဝယ်ယူသည့် (Key importers) နိုင်ငံများဖြစ်သည့် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု၊ ဥရောပသမဂ္ဂနှင့် ဂျပန်နိုင်ငံတို့ အော်ဂဲနစ်သီးနှံများ ကိုသာ ဈေးကောင်းနှင့် ဦးစားပေးဝယ်ယူနေကြသဖြင့် ထုတ်သူများ (Exporters) ကလည်း ၎င်းတို့အကြိုက် တိုးချဲ့ထုတ်လုပ်နေကြ၏။

(စာရေးသူတို့ကလည်း ချန်နေ၍မဖြစ်၊ လိုက်မှဖြစ်မည်။)

ထိတ်ထိတ်ကြဲ- အော်ဂဲနစ်

အော်ဂဲနစ်သီးနှံစိုက်ပျိုးရေးဆိုသည်မှာ ဘာလဲ (What is Organic Farming)

အော်ဂဲနစ်သီးနှံစိုက်ပျိုးရေးစနစ်ဆိုသည်မှာ ပိုးသတ်ဆေး၊ ဓာတ်မြေဩဇာများ အသုံးမပြုဘဲ သဘာဝ နည်းလမ်းများဖြင့် ခေတ်မီစိုက်ပျိုးနည်းစနစ်များကို အသုံးပြုစိုက်ပျိုးခြင်းဖြစ်သည်။ (Organic Farming works in harmony with nature rather than against it. This involves using techniques to achieve good crop yields without harming the natural environment or the people who live and work in it.)

အော်ဂဲနစ်သီးနှံစိုက်ပျိုးရေးနှင့် ပတ်သက်သည်ကို ကမ္ဘာအရပ်ရပ်တွင် အဓိပ္ပာယ်အမျိုးမျိုးဖွင့်ဆိုကြ၏။ အချို့ကမူ သဘာဝအတိုင်းစိုက်ပျိုးသည်ဆို၍ မိရိုးဖလာနည်းများအတိုင်း နောက်ကြောင်းပြန်လှည့်သွားသည်ဟု ဆိုသူကဆိုကြ၏။ အမှန်မှာ သဘာဝနည်းလမ်းအတိုင်းဆိုသော်လည်း ခေတ်မီနည်းစနစ်များ၊ စမ်းသပ်စိုက်ပျိုး တွေ့ရှိချက်များ၊ ပစ္စည်းများကို အသုံးပြုစိုက်ပျိုးထားခြင်းသာဖြစ်သည်။ (A modern approach to farming). Organic Farming does not mean going "back" to traditional methods. ခေတ်မီနည်း စနစ်များဖြင့် ကမ္ဘာ့အော်ဂဲနစ်စံချိန်စံညွှန်း (Standard) များနှင့်အညီ စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်ခြင်းဖြစ်သည်။

ဓာတုစိုက်ပျိုးရေး၏ ဆိုးကျိုးများ

၁ ပိုးသတ်ဆေးနှင့် ဓာတ်မြေဩဇာများကို အသုံးပြု၍ သစ်သီးဝလံနှင့် ဟင်းသီးဟင်းရွက်များတွင် ပိုးသတ်ဆေး အဆိပ်ဓာတ်ကြွင်းများ ကျန်ရှိနေခြင်း။

၂ လေထု၊ ရေထု၊ မြေထုများ ညစ်နွမ်းအဆိပ်သင့်စေပြီး မြေဆီလွှာဖွဲ့စည်းပုံ (Soil structure) များ ပျက်စီး စေခြင်း။

၃ အကျိုးပြုအင်းဆက်၊ ပိုးမွှားများ သေဆုံးပြီး ရန်သူအင်းဆက်ပိုးများလည်း ဆေးယဉ်ပါးပြီး ပိုးသတ် ဆေးဒဏ် ခံနိုင်ရည်ရှိ၍ ဆိုးကျိုးများကိုသာဖြစ်စေသည်။

၄ ပိုးသတ်ဆေးများ ကိုင်တွယ်အသုံးပြုရာတွင် ကျွမ်းကျင်မှုနည်းပါး၍ တောင်သူများနှင့်ကလေးငယ်များ အဆိပ် သင့်စေခြင်း။ အချို့သေဆုံးသည်အထိဖြစ်သည်။

၅ လယ်ကွက်ထဲသို့ ပိုးသတ်ဆေးဖြန်းရာတွင် ပိုးသတ်ဆေးများမှာ မိုးရေများ၊ ဆည်ရေများနှင့်အတူ ရော၍ မြစ်၊ ချောင်းများသို့ စီးဆင်းသွားပြီး ငါး၊ ပုစွန်များ အဆိပ်သင့်စေခြင်း။ အဆိပ်သင့်ငါး၊ ပုစွန်များကို လူတို့ကစားသုံး မိခြင်းနှင့် အဆိပ်သင့်ချောင်းရေ၊ မြစ်ရေများကို လူနှင့်ကျွဲ၊ နွား၊ တိရိစ္ဆာန်များသောက်သုံးမိ၍ အဆိပ်သင့်ခြင်းများကို ဖြစ်စေသည်။

၆ ပိုးသတ်ဆေးနှင့် ဓာတ်မြေသြဇာများကြောင့် မြေဆီလွှာ၏ ရုပ်ဂုဏ်သတ္တိ၊ ဓာတ်ဂုဏ်သတ္တိများ ပျက်စီး၍မြေဆီ၊ မြေနှစ် (Soil fertility) များဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးစေခြင်း။
၇ ပတ်ဝန်းကျင်ဂေဟစနစ် ပျက်စီးခြင်း။ (Ecosystem)
၈ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ရှိ ဇီဝမျိုးစုံကွဲပြားမှု (Biodiversity) ပျက်စီးခြင်း။
၉ သက်ရှိတို့ဘဝဖြစ်စဉ် သံသရာလည်ပတ်မှုကို ထိခိုက်စေခြင်း။ (Biological cycle)
၁၀ မြေဆီလွှာတွင်းရှိ အကျိုးပြု (Microbes) ဇီဝသက်ရှိများစွမ်းရည်ကျဆင်းစေခြင်း၊ နည်းပါးစေခြင်း၊ (Soil Biological activities)

ထို့ကြောင့် အထက်ပါဆိုးကျိုးများဖြစ်စေသဖြင့် ယခုအခါကမ္ဘာနှင့်အဝန်း အော်ဂဲနစ်သီးနှံစိုက်ပျိုး ထုတ်လုပ်ခြင်းကို နှစ်စဉ်တိုးချဲ့စိုက်ပျိုး ထုတ်လုပ်လျက်ရှိ၏။ သီးနှံအများဆုံးဝယ်ယူတင်သွင်းသော အမေရိကန် ပြည်ထောင်စု၊ ဥရောပ၊ ဂျပန် စသည့်နိုင်ငံများကလည်း ဓာတုအဆိပ်ဓာတ်ကြွင်းများ မပါသောအော်ဂဲနစ်စနစ်ဖြင့် စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်သောသီးနှံ များကိုသာ ဈေးပိုပေး၍ တိုးချဲ့ဝယ်ယူလျက်ရှိသည်။

<u>အံ့ဖွယ်အော်ဂဲနစ် (Amazing Benefits of organic food products)</u>

ယနေ့ အချိန်အခါတွင် ကမ္ဘာ့နိုင်ငံအများစုတွင် ကျန်းမာရေးအတွက် အော်ဂဲနစ်အစားအစာများ၊ ပြည်သူအကြား ရေပန်းစားနေ၏။ ဆရာဝန်များနှင့် အာဟာရပညာရှင်များ (Nutritionists) များကလည်း ကျန်းမာရေးအတွက် အော် ဂဲနစ်အစားအစာများကိုသာ စားသုံးကြရန် တိုက်တွန်းထား၏။ ကျန်းမာရေးကို အန္တရာယ်ဖြစ်စေသော၊ လူတို့ဖန်တီး ထားသော ဓာတုပိုးသတ်ဆေးများ၊ ရေနံကိုအခြေခံထုတ်လုပ်ထားသော ဓာတ်မြေသြဇာများ၊ သဘာဝကို ဆန့်ကျင်၍ အထွက်တိုးရန် ထုတ်လုပ်ထားသော များကို စားသုံးခြင်းမပြုရန် အကြံပြုထား၏။ (Without using any synthetic chemicals, harmful pesticides, any petroleum-based fertilizers and bioengineered genes (CMOs)

<u>အော်ဂဲနစ်သီးနှံစိုက်ပျိုးခြင်းဖြင့် ရရှိသောအကျိုးများ</u>

၁ **<u>ရောဂါများကို ကာကွယ်ပေးခြင်း (They prevent diseases)</u>** - ရောဂါများစွာ ကာကွယ်ပေး၏။ သုတေသီ သိပ္ပံပညာရှင်များစွာ၏ တွေ့ရှိချက်မှာ အော်ဂဲနစ်နည်းနဲ့ စိုက်ပျိုးထားသော သစ်သီးဝလံနှင့် ဟင်းသီး ဟင်းရွက်များကို စားသုံးခြင်းဖြင့် Antioxidant များပိုမိုပါဝင်သဖြင့် ကင်ဆာ၊ နှလုံးရောဂါ များ၊ သွေးချိုရောဂါများကို လျော့ပါးစေ၏။

၂ **<u>အရသာပိုမိုထူးကဲခြင်း (They taste great)</u>** - ဓာတုကင်းလွတ်၍ သဘာဝနည်းဖြင့် စိုက်ပျိုးထား သဖြင့် သစ်သီးဝလံနှင့် ဟင်းသီးဟင်းရွက်များမှာ အရသာထူးကဲကောင်းမွန်၏။ ချိုမွှေးသောအနံ့ရှိ၍ ကြွပ်ရွပြီး အရည်ရွှမ်းသည်။

၃ **<u>ပတ်ဝန်းကျင်တိုးတက်ကောင်းမွန်စေခြင်း (Better for the Environment)</u>** - မြေဆီလွှာထု၊ ရေထု၊ လေထုတို့တွင် အဆိပ်ဓာတ်ငွေ့ကင်းနေ၏။ (Reduces pollution, increases fertility)

၄ **<u>ဈေးနှုန်းချိုသာခြင်း (Cheaper Food)</u>** - အချို့နိုင်ငံများတွင် မီးဖိုချောင်နံဘေးတွင် အော်ဂဲနစ် ဟင်းသီး ဟင်းရွက် စိုက်ခင်းများတည်ထောင်၍ (Kitchen garden) (အိမ်နောက်ဖေးဈေးဆိုင်တည်)

ခြင်းဖြင့် အန္တရာယ် ကင်းရှိမက ဈေးဖိုးပါသက်သာခြင်းနှင့် ကျန်းမာရေးကောင်းသဖြင့် ဆေးဖိုးပါ သက်သာ၏။

၅ <u>**မြေဆီလွှာရေတိုက်စားမှုမှ ကာကွယ်ပေးခြင်း (Control soil erosion)**</u> - သဘာဝမြေဆွေးများ သုံးစွဲခြင်းကြောင့် မြေဆီလွှာတည်ဆောက်မှုကောင်း၍ မြေဆီလွှာရေတိုက်စားမှုကို သက်သာစေ၏။

Resources: Ten Reasons why organic food is better by Guy Dauncey
http://www.holdsky.sky.com/health

ဆက်လက်ဖတ်ရှုလိုပါက စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာန၊

ဗဟိုစာကြည့်တိုက် (e – Library)တွင်

လာရောက်ဖတ်ရှုနိုင်ပါသည်။

“စာရေးသူ၏ ရင်တွင်းစကား”

ဤစာအုပ်ကို ဘာကြောင့် ဘယ်လို ရေးပါသလဲ၊

WHY THIS BOOK WAS WRITTEN AND HOW?

❖ ၄–လွှာပေါင်းမှတစ်ရှက်

ဤစာအုပ်တွင် အလွှာ ၄–လွှာအတွက် ရည်စူး၍ရေးထား၏။ (၁) တောင်သူလယ်သမားများအလွှာ၊ (၂) နည်းပညာရှင်များအလွှာ၊ (၃) ပြည်ပသို့တင်ပို့ရောင်းချသူများနှင့် (၄) စားသုံးသူများအတွက် ကျန်းမာရေးအလွှာတို့ ဖြစ်သည်။

❖ ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ (WHO) ၏ လေ့လာတွေ့ရှိချက်

ဓာတုဗေဒပစ္စည်းများနှင့် စိုက်ပျိုးထားသော သစ်သီးဝလံနှင့် ဟင်းသီးဟင်းရွက်များတွင် ခွင့်ပြုထားသည့် အဆိပ်အတောက်ပမာဏထက် အဆ(၄၀) ပိုမိုပါဝင်နေသည်ကိုတွေ့ရ၍ နေ့စဉ်စားသုံးရာတွင် သေစေလောက်သည့် ဓာတုပစ္စည်းများ ၀.၂၇ ဂရမ် စားသုံးနေခြင်းဖြစ်၏။ Our feed has 40 times more toxic chemicals than permitted, this force us to eat at least 0.27 gms of deadly chemicals every day. [WHO]

❖ အော်ဂဲနစ်သီးနှံများတွင် အာဟာရဓာတ်များ ပိုမိုပါဝင်ခြင်း

အမေရိကန်ပညာရှင်များ၏ လေ့လာချက်အရ ပိုမိုပါဝင်သော အာဟာရဓာတ်များမှာ – ဗိုက်တာမင် C ၂၇%၊ သံဓာတ် ၂၉%၊ ဖော့စပါးရပ်စ် ၃၉% နှင့် ဗိုက်တာမင် A,C,E, ဇင့်၊ ကယ်လ်စီယံ၊ အမျှင်တို့ ပိုမိုပါဝင်ကြောင်း တွေ့ရ၏။

❖ အော်ဂဲနစ်သီးနှံသည် ကမ္ဘာကြီးကို ဝလင်စွာ ကျွေးမွေးနိုင်၏

၂၀၀၂ ခုနှစ် Greenpeace နှင့် ၂၀၀၀–၂၀၀၆ ခုနှစ် အစိုးရအစီရင်ခံစာတွင် အော်ဂဲနစ်သီးနှံများသည် စမ်းသပ်ကွက် အဖြေအရ ဓာတုသီးနှံများထက် ၃–၅ ဆခန့် ပိုမိုထွက်ရှိကြောင်း Tigray, Ethiopia, ဘရာဇီးတွင် ၂၀–၂၅၀% (၂.၅ ဆ) နှင့် ပီရူး ၁၅၀% (၁.၅ ဆ) ပိုထွက်ကြောင်း တွေ့ရှိရ၏။

❖ ပန်းချီကားတစ်ချပ်ပမာ

ဤစာအုပ်သည် အော်ဂဲနစ်စိုက်ပျိုးရေးနှင့်ပါတ်သက်၍ ကမ္ဘာအရပ်ရပ်မှ သိပ္ပံပညာရှင်များ၊ အမေရိကန်၊ ဥရောပ၊ ဩစတေးလျ၊ ဂျပန် စသည့် တက္ကသိုလ်များမှ သုတေသနတွေ့ရှိချက်များ၊ FAO, WHO တို့၏ တွေ့ရှိ ချက်များကို စာရေးသူ၏ ကိုယ်တွေ့အမြင်များနှင့်ဖြည့်စွက်၍ စုစည်းခြယ်မှုန်းထားခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။

“ရှုခင်းကောင်းသော နောက်ခံကားချပ်ကို စုတ်ချက်သန်သော ပန်းချီဆရာကောင်းတစ်ယောက်၏ ချယ်မှုန်းထားသော ပန်းချီကားတစ်ချပ်လိုပဲ”ဟု ဆိုပရစေ...။

SPLK 2 6000
CU.NYSP0002