# အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှု
# လမ်းညွှန် လက်စွဲစာအုပ်

## မာတိကာ


၁။ နိဒါန်း

၂။ အစားအစာနှင့် စပ်လျဉ်း၍ ကနေ့ မြန်မာနိုင်ငံ၏ အခြေအနေ

၃။ အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှု
- ၃.၁ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်
- ၃.၂ အယူအဆများနှင့် အခြေခံစည်းမျဉ်းများ
- ၃.၃ နိုင်ငံတကာမှ ဆွေးနွေးမှုများ

၄။ အစားအစာဆိုင်ရာ အခွင့်အရေးများ၊ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ သဘောတူညီချက်များ

၅။ ငြိမ်းချမ်းရေး၊ အစားအစာနှင့် ယဉ်ကျေးမှု
(ဒေသ အစားအစာနှင့် ရိုးရာယဉ်ကျေးမှု ဖလှယ်ပွဲများ၊ မျိုးစေ့မျိုးဆံ ပြပွဲများ)

၆။ အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှုဆိုင်ရာ နည်းလမ်းများ၊ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများနှင့် လေ့ကျင့်ခန်းများ

၇။ PAR စက်ဝန်းနှင့် လူထုလှုပ်ရှားမှု

၈။ အတုယူဖွယ် ကျေးရွာအဆင့်၊ နိုင်ငံတကာအဆင့် နမူနာကောင်းများ

၉။ ဆက်လက်ဆည်းပူးရန် စာအုပ်များ၊ အင်တာနက်အညွှန်းလိပ်စာများ

# အခန်း ၁
# နိဒါန်း

နောင်မျိုးဆက်များနှင့် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်တို့ကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားသော
အမြင်ပြောင်းလဲမှု တစ်ရပ်ကို အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှုက တောင်းဆိုပါသည်။

ကမ္ဘာမြေသည် များပြားစုံလင်သော အစားအစာများ စုဝေးရာ နေရာဖြစ်ပြီး လူသားထု တစ်ရပ်လုံးကို ကျွေးမွေးစောင့်ရှောက်ထားပါသည်။ တစ်ချိန်တည်းမှာပင် ဆင်းရဲနွမ်းပါးခြင်း၊ အငတ်ဘေးဆိုက်ခြင်း၊ သဘာဝ ပတ်ဝန်းကျင် ညစ်ညမ်းပျက်စီးခြင်း၊ သဘာဝ သယံဇာတနှင့် အရင်းအမြစ်များ ယုတ်လျော့ နည်းပါးလာခြင်း၊ ရာသီဥတု ပြောင်းလဲခြင်း၊ လူမှုရေး တရားမျှတမှုနှင့် တန်းတူညီမျှဖြစ်မှု နည်းပါးလာခြင်း၊ ခေတ်အဆက်ဆက် လက်ဆင့်ကမ်းလာသော ယဉ်ကျေးမှု အစဉ်အလာများ ပျက်သုဉ်း ပျောက်ကွယ်လာခြင်း၊ ငွေကြေးနှင့် အာဏာရှိသူတို့ကသာ လုပ်ပိုင်ခွင့်များကို ရယူပြီး အမြတ်ထုတ်ခြင်း စသည့် ပြဿနာများမှာ နေရာအနှံ့၌ ပြန့်ပွားလျက်ရှိသည်။

နိုင်ငံအသီးသီးရှိ လူသားထုသည် နိုင်ငံရေး စနစ်ဆိုးများနှင့် ရုပ်ဝတ္ထုတိုးတက်မှုကိုသာ အဓိကထားသော စီးပွားရေး စနစ်များ၏ အန္တရာယ်ကို ပုံစံအမျိုးမျိုးဖြင့် ခံစားကြရလျက်ရှိသည်။ အရင်းရှင်နိုင်ငံများက ဦးဆောင်ပြီး နှစ်ပေါင်း ၆၀ ကြာ အကောင်အထည်ဖော် လုပ်ဆောင်ခဲ့သည့် ကမ္ဘာ့ဖွံ့ဖြိုးရေး မူဝါဒများ၊ ဖွံ့ဖြိုးရေး စီမံကိန်းများမှာလည်း ဖော်ပြပါ ပြဿနာရပ်များကို ဖြေရှင်းပေးနိုင်ခြင်း မရှိပါ။ ထို့အပြင် ထိုမူဝါဒများနှင့် အစီအစဉ်တို့သည် လက်ရှိ ကမ္ဘာပေါ်တွင် မှီတင်းနေထိုင်သူများ၊ နောင်လာမည့် မျိုးဆက်များနှင့် မိခင်ကမ္ဘာမြေကြီး

ကိုယ်တိုင်အတွက် သဟဇာတဖြစ်ခြင်း မရှိပါ။

ယခု အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှု လမ်းညွှန် လက်စွဲစာအုပ်သည် ထိုထိုသော ပြဿနာများကို ပေါ်ပေါက်စေသည့် လူမှုရေး၊ နိုင်ငံရေးနှင့် စီးပွားရေးဆိုင်ရာ မူဝါဒများ၊ စနစ်များကို လူထုကိုယ်တိုင် ပါဝင်၍ လေ့လာ ဆန်းစစ်နိုင်ရန် အထောက်အပံ့ ပြုပါသည်။ လက်ရှိ ကျင့်သုံးနေသော ဖွံ့ဖြိုးရေး လမ်းကြောင်းများနှင့် ပါဝါကျင့်သုံးမှု ပုံစံများအတွင်း၌ ဘေးဖယ်ထုတ်ခံထားရသည့် ဒေသ အသိပညာရှင် လူထုတို့၏ အသံများ၊ အလေ့အကျင့်ကောင်းများကို ပြန်လည် ဖော်ထုတ်ခြင်းအားဖြင့် အတွေးအမြင် ပြောင်းလဲမှု ဖြစ်စဉ်တစ်ရပ်ကို တည်ဆောက်နိုင်ရန် ရည်ရွယ်ပါသည်။

**အစားအစာသည် အခြေခံ လူ့အခွင့်ရေး ဖြစ်သည်** ဆိုသော အနှစ်သာရ ဖော်ဆောင်မှုဖြစ်စဉ်တွင် မိမိကိုယ်တိုင်မှ အစပြု၍ ရပ်ရွာများကို တဖြည်းဖြည်း ပြောင်းလဲယူရာ၌ လက်တွေ့ အသုံးချနိုင်မည့် အဆင့်များကို ယခု လမ်းညွှန်စာအုပ်၌ ဖော်ပြထားပါသည်။ အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှုဆိုင်ရာ ပုံပိုးကူညီသူများ၊ တိုက်တွန်းနှိုးဆော်သူများ၊ အရပ်ဘက် အဖွဲ့အစည်းများမှ လက်တွေ့ကျင့်သုံးသူများ၊ ဆုံးဖြတ်ချက် ချမှတ်သူများ၊ တက်ကြွလှုပ်ရှားသူများနှင့် မေတ္တာ ဖွံ့ဖြိုးရေး ဖောင်ဒေးရှင်း၏ မိတ်ဖက် အဖွဲ့အစည်းများအတွက် အသုံးဝင်လိမ့်မည်ဟု မျှော်လင့်ပါသည်။

အဓိက ရည်ရွယ်ချက်မှာ မေတ္တာ ဖွံ့ဖြိုးရေးဖောင်ဒေးရှင်းအပြင် ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုကို လုပ်ဆောင်လိုသော လူတစ်ဦးတိုင်း၊ အဖွဲ့အစည်းတိုင်းအတွက် **လက်တွေ့လုပ်ဆောင်ခြင်း – ပြန်လည် သုံးသပ်ခြင်း – ထပ်မံ လက်တွေ့လုပ်ဆောင်ခြင်း ဖြစ်စဉ်**မှ ပေါ်ထွက်လာသည့် အသိသစ်၊ အမြင်သစ်၊ စိတ်ကူးသစ်များ၊ တန်ဖိုးထားမှု အသစ်များ၊ ခံယူချက် အသစ်များ၊ ကျင့်သုံးမှု အသစ်များနှင့် နည်းနာသစ်များကို လက်ဆင့်ကမ်းဝေမျှဖို့ ဖြစ်ပါသည်။ ထိုဖြစ်စဉ်ကို ဆက်လက်ကျင့်သုံး ဆောင်ရွက်ခြင်းအားဖြင့် လက်ရှိကမ္ဘာတွင် ကြုံတွေ့နေရသော အကျပ်အတည်းများ၊ စိန်ခေါ်မှုများနှင့် ဘေးအန္တရာယ်များကို ပြုပြင်ကုသပေးနိုင်ရန် ဖြစ်သည်။

## အတွေးအမြင် ပြောင်းလဲခြင်းနှင့် မေတ္တာဖွံ့ဖြိုးရေးဖောင်ဒေးရှင်း၏ နွေဦးညွှန်သစ်မဟာဗျူဟာ

အရပ်ဘက် အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုဖြစ်သော မေတ္တာ ဖွံ့ဖြိုးရေး ဖောင်ဒေးရှင်းကို ၁၉၉၈ ခုနှစ်တွင် တည်ထောင်ခဲ့ပါသည်။ လူမှုရေးနှင့် စီးပွားရေးကို ဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်စေခြင်းအားဖြင့် မြန်မာနိုင်ငံတွင် ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးနိုင်သည့် ငြိမ်းချမ်းသာယာသော လူမှုအသိုင်းအဝန်းများ ထွက်ပေါ်လာစေရေးကို ရည်ရွယ်လုပ်ဆောင်လျက် ရှိသည်။ မေတ္တာ၏ ဒေသဖွံ့ဖြိုးရေး လုပ်ငန်းများကို ပြည်နယ် ၅ ခု (ကချင်၊ ရှမ်း၊ ကယား၊ ကရင်၊ မွန်

ပြည်နယ်) နှင့် တိုင်းဒေသကြီး ၅ ခု (စစ်ကိုင်း၊ မကွေး၊ ပဲခူး၊ ရန်ကုန်၊ ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး) တို့တွင် တွေ့ရှိနိုင်ပါသည်။ လက်ရှိ အသွင်ကူးပြောင်းရေးကာလတွင် ဖြစ်ပေါ်နေသည့် လူမှုရေး၊ နိုင်ငံရေးနှင့် စီးပွားရေး အပြောင်းအလဲများသည် လာမည့် ၂၀၁၄–၂၀၁၇ ကာလအတွက် မေတ္တာ၏ လုပ်ငန်းစဉ် မူဘောင်သစ်ကို ဖော်ထုတ်ရာတွင် တွန်းအားဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။ နွေဦးညွှန့်သစ် မဟာဗျူဟာဟု အမည်ပေးထားသည့် မေတ္တာ ဖွံ့ဖြိုးရေး ဖောင်ဒေးရှင်း၏ မူဘောင်/မဟာဗျူဟာသစ်တွင် အဖွဲ့အစည်းအနေဖြင့် လွန်ခဲ့သော နှစ်များတွင် ရယူတည်ဆောက်ခဲ့သည့် အဖွဲ့အစည်းဆိုင်ရာ စွမ်းရည်အသစ်များနှင့် အောင်မြင်မှုများကို အသုံးချ၍ အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှုကို ဦးစားပေးဆောင်ရွက်ဖို့ စဉ်းစားခဲ့ပါသည်။ အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှုကို ထည့်သွင်း အကောင်အထည်ဖော်ရာ၌ အဖွဲ့အစည်း၏ ရည်ရွယ် ချက်များဖြစ်သော ရေရှည်တည်တံ့သော အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း လုပ်ငန်းများ၊ ဇီဝမျိုးကွဲ စုံလင်မှုကို ထိန်းသိမ်းခြင်း၊ ဂေဟ ဝန်းကျင်ကို အားပေးသည့် အလေ့အကျင့်များ၊ လူမှုအုပ်စုများ အားကာကွယ်ခြင်းနှင့် ၎င်းတို့၏ စွမ်းဆောင်ရည် တိုးတက်စေရေး၊ အထူးသဖြင့် အမျိုးသမီးနှင့် လူငယ်များ၏ စွမ်းဆောင်ရည် တိုးတက်စေရေး စသည့် ရည်ရွယ်ချက်များနှင့် ပေါင်းစပ်ထား ပါသည်။

မျိုးစေ့မျိုးဆံများသည် ကျွန်ုပ်တို့၏အစားအစာ အနာဂတ်အတွက် သော့ချက် ဖြစ်သည်။

နွေဦးညွှန့်သစ် မဟာဗျူဟာအတွင်းမှ အောက်ပါအချက်များသည် အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှုနှင့် ချိတ်ဆက်ပါသည်။

- အစားအစာသည် လူတို့၏ ဖြစ်တည်မှုနှင့် ခိုင်မြဲစွာ ဆက်စပ် မြှုပ်နှံထားသည့်အပြင် လူတို့ စုစည်းထားသည့် အတွေ့အကြုံ ဖြစ်သည်။ အစားအစာနှင့် ပတ်သက်ပြီး မည်သူမျှ အားလုံးကို မသိနိုင်သကဲ့သို့ လူတိုင်းက အစားအစာ အကြောင်းအရာအချို့ကို သိသူဖြစ်သောကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် အစားအစာနှင့် ပတ်သက်၍ သိသူများ ဖြစ်သည်။
- အစားအစာ တန်ဖိုးထားမှု၊ ထုံးတမ်းစဉ်လာများ၊ ယုံကြည်မှုများ၊ ချက်ပြုတ်မှုပုံစံများ၊ အလေ့အထများ၊ ဓာတ်စာများ၊ နှစ်သက်မှုများ၊ ဆန်းပြားစုံလင်သော ဇီဝ–ယဉ်ကျေးမှု သာဓကများ စသည့် ကွဲပြားမြားမြောင်သော အသံကို ကျွန်ုပ်တို့ ကြားသည်။ အသိအမှတ်ပြုသည်။
- ကျွန်ုပ်တို့သည် စိတ်နှလုံးကို ဖွင့်လှစ်နိုင်သော တစ်ဦးချင်း၏ ဆုံးဖြတ်ချက်ဖြင့် အသံမဲ့ လူသားအဖြစ် ကျန်နေသေးသော လူထုထံမှ ၎င်းတို့၏ အတွေးအမြင်များကို ကြားခွင့်ရရန်၊ ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့် မျှတသော လူမှုရေး အတွက် မှန်ကန်သော အသက်မွေးမှု မျှော်မှန်းမှုများကို ဝေမျှနိုင်သော နေရာဖန်တီးပေးရန် အစားအစာကို ချိတ်ဆက်ပါမည်။
- အတိတ်သည် နှစ်ပေါင်း ၂၀၀ လောက် ရှေ့ပြေးနေသောကြောင့် ဘဝရပ်တည်မှု အစားအစာ ဖြည့်ဆည်းရာတွင် မိမိကိုယ်တိုင် သတ်မှတ်ထားသော၊ အရသာရှိသော၊ ကျန်းမာရေးနှင့် ကိုက်ညီသော အစားအစာ၊ ကျေးလက်နေ လူထုတို့၏ မဆုတ်မနှစ် အားထုတ်မှုဖြင့် ကြီးမားသော မေတ္တာတရားဖြင့် မြှုပ်နှံထားသည့် လွန်ခဲ့သော အတိတ်၏ အစားအစာထုတ်လုပ်မှု မူလပုံစံကို လိုက်နာပါမည်။
- ကျွန်ုပ်တို့ စားသုံးသော အစားအစာသည် ကျွန်ုပ်တို့ ဖြစ်ခြင်းနှင့် သဘာဝတရားကို ချိတ်ဆက် ဆက်သွယ်ပေးသော အခွင့်အလမ်း ဖြစ်သောကြောင့် အစားအစာ၏ နာမ်ပိုင်းဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှု ကျွန်ုပ်တို့ တာဝန်ယူပါမည်။
- လက်တွေ့ဆောင်ရွက်ခြင်း – ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း – လက်တွေ့ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြစ်စဉ် အသုံးပြုပြီး အစားအစာ၏ အဓိပ္ပာယ် ပြန်လည်ဖွင့်ဆိုမှုမှ အောက်ခြေမှ အစပြုသည့် ဒီမိုကရေစီလမ်းကြောင်း အမြဲတမ်း ချဲ့ထွင်နိုင်သည့် လေ့လာဆည်းပူးခွင့်နှင့် အစားအစာ ဆိုင်ရာ ဆိုလိုရင်း ကျယ်ပြန့်နက်ရှိုင်းစွာ ဖြန့်ချ လေ့လာနိုင်ခဲ့သည့် အခွင့်အလမ်းအတွက် အောင်ပွဲခံ အခမ်းအနား ကျင်းပသည်။
- လူထုတို့၏ အစားအစာရပိုင်ခွင့် အစီအစဉ်များ ထွက်ပေါ်လာအောင် ပျိုးထောင်ရန်အတွက် အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှု မူဘောင်မှ တွေးတောဆင်ခြင်ခြင်း လက်တွေ့ ဆောင် ရွက်ခြင်းအားဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ စုပေါင်းစွမ်းအား၊ စည်းလုံး ညီညွတ်မှုကြောင့် အောင်မြင်မှု၊ အပြန်အလှန် ကူညီမှုဝန်းကျင်ကို ဖြစ်စေသည်။

## ဤစာအုပ်ကို ဖွဲ့စည်းထားပုံ

ယခုစာအုပ်သည် အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲတွင် ပါဝင်သူများ၊ ကွင်းဆင်းလေ့လာရာတွင် ပါဝင်သော တောင်သူလယ်သမားများနှင့် ဆွေးနွေးပွဲ စီစဉ်သူများ၏ ကြိုးစားအားထုတ်မှုကြောင့် ပေါ်ထွက်လာသော ရလဒ်တစ်ခု ဖြစ်သည်။ အချို့နေရာများတွင် စာတည်းအဖွဲ့ဝင်အဖြစ်လည်း ပါဝင်၊ အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲများတွင် ကူညီပံ့ပိုးသူအဖြစ်လည်း ပါဝင်သော မရှားခါနှင့် တင်မီတို့ စုစည်း ရေးသားထားသည်များကို ဘာသာပြန်ဆိုထားပါသည်။ ယခုစာအုပ်သည် တစ်ဦးချင်း ပြောင်းလဲတိုးတက်မှုနှင့် အဖွဲ့လိုက် ပြောင်းလဲမှုအတွက် ဖြစ်သောကြောင့် အခန်းတိုင်းတွင် လက်တွေ့ ဆောင်ရွက်ခြင်းမှ လေ့လာသင်ယူခြင်းဆိုင်ရာ အခြေခံ သဘောတရားများကို အဓိကထား၍ ပြုစုထားပါသည်။

ရှမ်းပြည်နယ်မြောက်ပိုင်း၊ နားကြူကျေးရွာမှ လားဟူ တောင်သူများကိုယ်တိုင် မိမိတို့ရပ်ရွာရှိ သဘာဝ အရင်းအမြစ်များကို ဖော်ထုတ်ဆွေးနွေးခဲ့ကြသည်။

ပထမပိုင်းတွင် မေတ္တာရုံးခွဲ အသီးသီးကို အခြေပြု၍ ဒေသအလိုက် စိုက်ပျိုးရေးနှင့် အစားအစာ ထုတ်လုပ်မှု အခြေအနေများ၊ ၎င်းအခြေအနေများနှင့် တိုက်ရိုက် ချိတ်ဆက်မှုရှိသော ပတ်ဝန်းကျင် အနေအထားများနှင့်အတူ မြန်မာနိုင်ငံ၏ စိုက်ပျိုးရေးနှင့် အစားအစာအကြောင်း ထင်ဟပ်ဖော်ပြထားသည်။

ဒုတိယပိုင်းနှင့် တတိယပိုင်းတို့တွင် ကမ္ဘာ့အစားအစာ အကျပ်အတည်း၊ အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှု၏ အဓိပ္ပာယ် ဖွင့်ဆိုချက်၊ အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှု၏ အခြေခံသဘောတရားများ၊ အစားအစာနှင့်ပတ်သက်၍ လူသားတို့၏ရပိုင်ခွင့် အခွင့်အရေးများကို တင်ပြ ဆွေးနွေးထားပါသည်။

ကျန်အပိုင်းများတွင်မူ အောက်ခြေရပ်ရွာအဆင့်မှ အစပြုသည့် အစီအစဉ်များကို ဆောင်ရွက်ရာတွင် လက်တွေ့ အသုံးပြုနိုင်သည့် နည်းလမ်းများ၊ ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့် အစားအစာတို့၏ဆက်စပ်မှုကို အခြေခံသော ဦးတည် လုပ်ငန်းစဉ်များ၊ အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှုကို လူထုလှုပ်ရှားမှုအသွင် ပေါ်ထွက်လာအောင် ဆောင်ရွက်ရာ၌ အထောက်အကူပြုနိုင်မည့် နည်းလမ်းများကို စုစည်း ဖော်ပြထားပါသည်။

ထို့နောက် ရပ်ရွာအဆင့်မှ ဒေသအဆင့်၊ နိုင်ငံအဆင့်နှင့် နိုင်ငံတကာ အဆင့်အထိ အစားအစာ အုပ်စိုးမှုဆိုင်ရာ လူထုလှုပ်ရှားမှုကို ချဲ့ထွင်နိုင်သော နည်းနာများကိုလည်း အဆိုပြုထားသည်။ တောင်သူလယ်သမား တစ်ဦးချင်းအလိုက် နမူနာယူဖွယ်၊ အားကျဖွယ်ဖြစ်စဉ် ဇာတ်လမ်းများကိုလည်း ပြုစုတင်ပြထားသလို လက်တွေ့ ဆောင်ရွက်သူများအနေဖြင့် အသိပညာကို ဆက်လက် ချဲ့ထွင်နိုင်ရန်အတွက် ဖတ်ရှုလေ့လာရမည့် စာအုပ်များနှင့် အင်တာနက် လိပ်စာများကိုလည်း ပြုစုပေးထားပါသည်။

# အခန်း ၂

# အစားအစာနှင့် စပ်လျဉ်း၍ မြန်မာနိုင်ငံ၏ လက်ရှိ အခြေအနေ

အစားအစာနှင့် ယဉ်ကျေးမှုတို့သည် ထာဝစဉ် ယှဉ်တွဲတည်ရှိပါသည်။ (ရှမ်းပြည်နယ်တောင်ပိုင်း နောင်မွန်ကျေးရွာ ဈေးမြင်ကွင်းတစ်ခု)

ဒေသအလိုက် ဖော်ပြထားသော အောက်ပါ သတင်းအချက်အလက်များသည် မေတ္တာ ဝန်ထမ်းလည်းဖြစ်၊ အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှုအတွက် အရေးဆိုသူများလည်း ဖြစ်သည့် အဖွဲ့သားများက စီမံကိန်းကျေးရွာများသို့ သွားရောက်ပြီး အစားအစာ အုပ်စိုးစီမှုံဆိုင်ရာ ဆွေးနွေးပွဲများ ပြုလုပ်ရာမှ ထွက်ပေါ်လာသည့် ဒေသအခြေအနေများ ဖြစ်ပါသည်။ ဒေသအခြေအနေများဟုဆိုရာ၌ အထူးသဖြင့် ရှမ်းပြည်နယ် တောင်ပိုင်း၊ ကချင်ပြည်နယ်၊ ဧရာဝတီတိုင်း၊ မွန်ပြည်နယ်၊ ကယားပြည်နယ် စသည့်ဒေသများကို အဓိက အခြေခံ၍ တင်ပြထားခြင်း ဖြစ်သည်။

## စိုက်ပျိုးမွေးမြူရေးနှင့် စားနပ်ရိက္ခာဆိုင်ရာ ယေဘုယျ အခြေအနေ

ရှမ်းနှင့် ပအိုဝ့် တိုင်းရင်းသားများ အဓိက နေထိုင်ပြီး လားဟူ၊ လီဆူး၊ ဗမာ၊ ပလောင်နှင့် မြောင်ဇီး တိုင်းရင်းသားများလည်း စုပေါင်းနေထိုင်ကြသည့် ရှမ်းပြည်နယ် တောင်ပိုင်းတွင် တောင်ယာစိုက်ပျိုးခြင်း၊ လယ်စိုက်ပျိုးခြင်း၊ နှစ်ရှည်သီးနှံ စိုက်ပျိုးခြင်း၊ တစ်နိုင်တစ်ပိုင် မွေးမြူရေးနှင့် အိမ်ခြံဥယျာဉ် စိုက်ပျိုးခြင်းတို့ကို အဓိကထား လုပ်ကိုင်ကြသည်။ ဂျိမ်းဖော၊ လချိတ်၊ လီဆူး၊ ဇိုင်ဝါး၊ လော်ဝေါ်၊ ရဝမ်လူမျိုးများ

အများစု နေထိုင်သော ကချင်ပြည်နယ်တွင်မူ တောင်တန်းဒေသနှင့် မြေပြန့်လွင်ပြင် များသော မြေနိမ့်ဒေသဟူ၍ နှစ်မျိုးနှစ်စား ရှိသည်။ တောင်တန်းဒေသတွင် ရွှေ့ပြောင်းတောင်ယာကို အဓိက လုပ်ကိုင်ပြီး၊ မြေနိမ့်ဒေသတွင် လယ်ယာနှင့် ဆောင်း ဆီထွက်သီးနှံ စိုက်ပျိုးခြင်းတို့ကို လုပ်ကိုင်ပါသည်။ ရှမ်းပြည်နယ် တောင်ပိုင်းကဲ့သို့ပင် နှစ်ရှည်သီးနှံ စိုက်ပျိုးခြင်း၊ တစ်နိုင်တစ်ပိုင် မွေးမြူရေးလုပ်ငန်း လုပ်ကိုင်ခြင်းနှင့် ဥယျာဉ်ခြံလုပ်ငန်း လုပ်ကိုင်ခြင်းတို့ကို ကချင်ပြည်နယ်၊ မွန်ပြည်နယ်၊ ဧရာဝတီတိုင်းနှင့် ကယားပြည်နယ်တို့တွင်လည်း တွေ့ရသည်။

ကရင်၊ ဗမာနှင့် ရခိုင်လူမျိုးများ အဓိက နေထိုင်သော ဧရာဝတီတိုင်းတွင် လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေး လုပ်ငန်းက အဓိကဖြစ်ပြီး မြစ်၊ ပင်လယ် စသည်တို့နှင့် နီးစပ်သောကြောင့် ငါး၊ ပုစွန် မွေးမြူခြင်းနှင့် တံငါလုပ်ငန်းတို့ကိုလည်း ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် လုပ်ကိုင်ပါသည်။ မွန်၊ ဗမာ၊ ကရင်နှင့် ပအိုဝ်လူမျိုးများ အများစု နေထိုင်သည့် မွန်ပြည်နယ်တွင်လည်း ရေလုပ်ငန်းကို လုပ်ကိုင်ပြီး၊ ရော်ဘာခြံလုပ်ငန်းကို စီးပွားဖြစ် လုပ်ကိုင်သည်ကိုလည်း တွေ့ရသည်။

ဤဒေသများတွင် ကျွဲ၊ နွားကို သုံးစွဲခြင်း နည်းပါးသထက် နည်းပါးလာပြီး၊ ထွန်စက်များ၊ ရိတ်သိမ်းခြွေလှေ့စက်များကို အသုံးများလာကြသည်။ ထို့နည်းအတူ ကြက်

မိမိဒေသတွင်ရှိသော သီးပင်စားပင် မျိုးကွဲများကို ဖော်ထုတ်ထိန်းသိမ်းခြင်း၊ လက်တွေ့ စားသုံးခြင်းအားဖြင့် ပြင်ပမှီခိုမှုကို လျှော့ချနိုင်သည်။
(ရှမ်းပြည်နယ်တောင်ပိုင်း မိုးစပါးစိုက်ခင်းများ၏အနီးတွင် တွေ့ရှိသော ဆေးဖက်ဝင် အပင်များနှင့် စားပင်များ)

မွေးမြူရေး လုပ်ငန်းတွင်လည်း CP ကြက်ကို သာ အဓိကထား မွေးမြူကြပြီး ဒေသကြက်မွေးမြူမှု ရှားပါးလာသည်။ ကချင်ပြည်နယ်၊ ရှမ်းပြည်နယ်နှင့် ကယားပြည်နယ်တို့တွင် တရုတ်နိုင်ငံမှ တင်သွင်းသော စပ်မျိုးပြောင်းများကို အဓိကထား စိုက် လာကြသလို၊ ဖော်ပြပါ ဒေသအားလုံး၌ ဓာတ်မြေသြဇာများ၊ ပိုးသတ်ဆေးများကို ကျယ်ပြန့်စွာ သုံးစွဲကြပါသည်။ တောင်တန်းနှင့် ကုန်းမြင့်ဒေသများရှိ သစ်တောများမှာ အစိုးရဌာနများ၊ ဒေသတွင်းရှိ ခရိုနီများနှင့် နိုင်ငံခြား ရင်းနှီးမြှုပ်နှံသူများ၏ မဆင်မခြင် ခုတ်ယူခြင်း အန္တရာယ်ကို ခံနေပြီး ဌာနေတိုင်းရင်းသားများ၏ စားနပ်ရိက္ခာ ဖူလုံမှုကို ခြိမ်းခြောက်လျက် ရှိပါသည်။ တစ်နှစ်ထက်တစ်နှစ် ပိုမိုများပြားလာသော နိုင်ငံဖွံ့ဖြိုးရေး စီမံကိန်းများကြောင့် သဘာဝ ပတ်ဝန်းကျင်လည်း ထိခိုက်ပျက်စီးရပြီး၊ ထိုသဘာဝ ပတ်ဝန်းကျင်ပေါ်တွင် အခြေခံသော ဒေသ ယဉ်ကျေးမှုများနှင့် အစားအစာ ဝေလေ့များလည်း ပျောက်လာသည်။ သယံဇာတကို အခြေခံသော အကြမ်းဖက်မှုနှင့် ပဋိပက္ခများကြောင့်လည်း ဒေသတွင်း ငြိမ်းချမ်းမှုကို ထိခိုက်စေပါသည်။ နိုင်ငံအနှံ့အပြားတွင် ဖြစ်ပေါ်ခဲ့သော၊ ဖြစ်ပေါ်လျက်ရှိသော မြေယာ သိမ်းဆည်းမှုများ၊ မြေယာအမှုခင်းများမှာလည်း မြေကို အားကိုးအားထားပြုကာ နေထိုင်ရသော တောင်သူလယ်သမားများအတွက် အလွန်ကြီးမားသော စိန်ခေါ်မှု ဖြစ်သည်။ ဥပမာအားဖြင့် မြေယာ သိမ်းဆည်းမှုများ၏ ဆိုးကျိုးများကို ဧရာဝတီတိုင်းဒေသတွင် ထင်ရှားစွာ တွေ့မြင်နိုင်သည်။ မြေယာဆုံးရှုံးရမှုများ၊ မြို့ပြသို့ ပြောင်းရွှေ့ အခြေချမှုများနှင့် မြို့ပြ ဆင်းရဲသားရပ်ကွက်ပေါ်ပေါက်လာမှုများ စသည်တို့၏ ဆက်စပ်မှုများမှာလည်း တွေးတောဆင်ခြင်စရာ ဖြစ်သည်။

## ဇီဝမျိုးကွဲ စုံလင်မှုများ

ဒေသအသီးသီးတွင် မြို့ပြလူနေမှုပုံစံသို့ ကူးပြောင်းခြင်းများ ကျယ်ပြန့်စွာ ဖြစ်ပေါ်လျက်ရှိပြီး၊ တစ်ချိန်တည်းမှာပင် သစ်တောများလည်း ပျက်စီးလာသည့်အတွက် ဇီဝမျိုးကွဲစုံလင်မှု နည်းပါးလာသည်ကို တွေ့ရသည်။ စပ်မျိုးများကိုသာ အဓိကထား စိုက်ပျိုးကြသည့်အတွက် ဒေသမျိုးများမှာ ရှားပါးလာလျက် ရှိသည်။ ရှမ်းပြည်နယ် တောင်ပိုင်းတွင် ဒေသပြောင်းမျိုးများ မရှိတော့သလောက် ဖြစ်သည်။ ကချင်ပြည်နယ်တွင်လည်း သစ်ထုတ်လုပ်မှုများ၊ သယံဇာတ တူးဖော်မှုများ၊ သစ်၊ ဝါး၊ ကြိမ်၊ ဆေးဥဆေးမြစ် ထုတ်ယူမှုများ၊ ပျားဖွပ်ခြင်းနှင့် အမဲလိုက်ခြင်းများကို စည်းကမ်းမဲ့စွာ ဆောင်ရွက်နေသည့်အတွက် ဇီဝမျိုးကွဲ ဆုံးရှုံးမှုကို ဆိုးဝါးစွာ ကြုံတွေ့နေရသည်။ ထိုသို့ ဆုံးရှုံးရခြင်းကြောင့် ဒေသ ဆေးဝါးထုတ်လုပ်မှု အစဉ်အလာများကိုလည်း ထိခိုက်စေပါသည်။ ဧရာဝတီတိုင်းတွင်လည်း ဒေသ စပါးမျိုးများ နေရာတွင် စပ်မျိုးက တဖြည်းဖြည်း နေရာယူလာသည်။ ဧရာဝတီတိုင်းနှင့် မွန်ပြည်နယ်တို့တွင် ရော်ဘာခြံလုပ်ငန်းကို အကြီးအကျယ် လုပ်ကိုင်လာပြီး ဒေသ၏ ဂေဟစနစ်ကို ထိခိုက်စေပါသည်။ တောတွင်းနေ တိရစ္ဆာန်များ မရှိသလောက် ဖြစ်လာကာ သဘာဝ ဘေးအန္တရာယ်များလည်း ပိုမိုကျရောက်လာသည်။

## စားသောက်နေထိုင်မှု၊ ယဉ်ကျေးမှုနှင့် ဒေသ အသိပညာ

သစ်ဥသစ်ဖုများ၏ ဆေးဖက်ဝင် တန်ဖိုးများကို နားလည် ခြင်း၊ သစ်တောထွက် ဟင်းသီးဟင်းရွက်များ ဆွတ်ခူးရရှိရန် ကို သိရှိခြင်း၊ မျိုးစေ့ကောက်ယူ စုဆောင်းခြင်းနှင့် သိုလှောင် သိမ်းဆည်းခြင်းဆိုင်ရာ နည်းလမ်းများကို သိရှိခြင်း စသည့် အသိပညာများ ပျောက်ဆုံးလာပါသည်။ ရိုးရာပွဲတော်များ တွင် အသုံးပြုရသည့် ပါဝင်ပစ္စည်းများနှင့် ၎င်းတို့၏ အသုံးပြုပုံ တို့ကိုလည်း သိရှိနားလည်မှု နည်းပါးလာပြီး တစ်ဆက်တည်း ဆိုသလို ရိုးရာအခြေခံ ယုံကြည်မှုများ လျော့ပါးလာသည်။ လူအများစုမှာ ဒေသ တိုင်းရင်းဆေးဝါးအပေါ် မှီခိုမှု နည်းပါး လာပြီး အနောက်တိုင်း ဆေးများကိုသာ ပိုမို အားကိုးလာကြ သည်။ ထို့အတူ တောင်ယာလုပ်ကိုင်ခြင်းအပေါ် လူငယ်များက စိတ်ဝင်စားမှု နည်းလာပြီး မြို့ပြများနှင့် ပြည်ပနိုင်ငံများသို့ ရွှေ့ပြောင်း လုပ်ကိုင်ခြင်းများ ပိုမိုလုပ်ဆောင်လာကြသည်။

ရိုးရာဓလေ့အတိုင်း နေထိုင်စားသောက်မှု ပုံစံများလည်း ပြောင်းလဲလာပါသည်။ ရိုးရာ အဝတ်အထည်သုံးစွဲမှု နည်းလာ သည်နှင့်အမျှ ရိုးရာအဝတ်အထည် ချုပ်လုပ်နည်းများ ပျောက် ကွယ်လာသည်။ ရိုးရာ အစားအစာနှင့် မုန့်ပဲသရေစာ နေရာ တွင်လည်း ပြည်ပမှ တင်သွင်းသော အသင့်စား အစားအစာ

သဘာဝ သယံဇာတ ပေါကြွယ်ဝသော ကချင်ပြည်နယ်သည် သယံဇာတ အလွန်အကျွံ ထုတ်ယူခံရခြင်း အန္တရာယ်ကို ရင်ဆိုင်နေရသည်။
(မြစ်ဆုံဆည် စီမံကိန်းကြောင့် ရွှေ့ပြောင်းပေးခဲ့ရသော မလိယန်ကျေးရွာ)

များကို စားသုံးလာသည်။ အချို့မှန့်စားခြင်း၊ အငန်စားခြင်းတို့ များပြားလာကာ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ နောက်ဆက်တွဲ ပြဿနာ များ ပေါ်များလာသည်။ မျိုးဆက် လူငယ်များကြားတွင် ၎င်း တို့၏ မိခင် တိုင်းရင်းသား ဘာသာစကားကို အသုံးပြုမှု နည်း လာကာ၊ မိဘများကလည်း သားသမီးကို ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ အမွေအနှစ်များ သင်ကြားပေးမှု အားနည်းလာသည်။

## မူဝါဒကဏ္ဍ

ကျေးရွာအများစုတွင် အစိုးရ မူဝါဒများကို သိရှိသူ လွန်စွာ ရှားပါးနေသည်ကို သိရှိရသည်။ နိုင်ငံတော်အဆင့်နှင့် ဒေသအဆင့်တွင် အစားအစာမူဝါဒ မရှိပါ။ စားသုံးသူ ကာ ကွယ်ရေး၊ ပညာပေးရေးဌာနများ ရှိလာသော်လည်း ကျေးရွာ တွင် ထိထိရောက်ရောက် အကျိုးပြုနိုင်သည်ကို မတွေ့ရပါ။ စားသုံးသူ ပညာပေးရေးနှင့် ကာကွယ်ရေးအပိုင်းကို ဦးစားပေး ဆောင်ရွက်နေသည်။ အစားအသောက်နှင့် ဆေးဝါးကွပ်ကဲရေး ဦးစီးဌာနမှလည်း အစားအသောက် အရည်အသွေးများကို ရှောင် တခင် စစ်ဆေးခြင်းမျိုး မပြုလုပ်ပါ။ အကြောင်းအရာ မျိုးစုံဖြင့် လှုပ်ရှားဆောင်ရွက်နေသော လူမှုရေးအသင်းအဖွဲ့များ ရှိပါ သည်။ သဘာဝ ပတ်ဝန်းကျင်အရေး၊ စာသုံးသူ ပညာရေး၊ သာရေးနာရေး စသည်တို့ကို ဆောင်ရွက်ကြသည်။ ရှမ်းပြည်နယ် တောင်ပိုင်းတွင် တောင်သူလယ်သမား အရေးကိစ္စများကို ဆောင်ရွက်ပေးသည့် တို့တောင်သူများအဖွဲ့၊ သိမ်းဆည်းခံ လယ်ယာမြေများနှင့် မြေယာအရှုပ်အရှင်းများကို ကူညီသည့် Alliance One Myanmar၊ အဖြူရောင် စေတနာအဖွဲ့၊ တာတမံ ဆည် တည်ဆောက်ရေးနှင့် ပတ်သက်ပြီး စောင့်ကြည့်သည့် အဖွဲ့များ (ဆည် စောင့်ကြည့်ရေးအဖွဲ့)၊ တွင်းထွက်များ ထုတ် လုပ်ရာတွင် ပွင့်လင်းမြင်သာမှုကို စောင့်ကြည့်ပေးသည့် EITI, IDEA အဖွဲ့များလည်း ရှိပါသည်။ သဘာဝနည်းဖြင့် စိုက်ပျိုး ထုတ်လုပ်မှု ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေရာတွင် ကူညီပေးသည့် မေတ္တာ ဖွံ့ဖြိုးရေး ဖောင်ဒေးရှင်း၊ ရှမ်းတောင် ဒေသဖွံ့ဖြိုးရေးအဖွဲ့၊ ရွှေနေ ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးအဖွဲ့၊ ရွှေအင်းသူအဖွဲ့ စသည်တို့ လည်း ရှိသည်။ အခြားဒေသများတွင်လည်း မေတ္တာ ဖွံ့ဖြိုးရေး ဖောင်ဒေးရှင်း အပြင် အခြားသော လူမှုဖွံ့ဖြိုးရေး၊ ရပ်ရွာဖွံ့ဖြိုး ရေး၊ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုဆိုင်ရာ အဖွဲ့အစည်းများ ရှိပါသည်။ သို့သော် အစားအစာနှင့် ပတ်သက်သော မူဝါဒရေးရာ ကိစ္စရပ်များတွင် ထိရောက်စွာ လုပ်ဆောင်နိုင်ဖို့ အများကြီး လိုအပ်နေသေးသည်။

## အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှုအတွက် အဓိက ရင်ဆိုင်နေရသော အခက်အခဲများနှင့် ခြိမ်းခြောက်မှုများ

ဒေသအများစုတွင် တွေ့ရသော စိန်ခေါ်မှုများမှာ မူဝါဒများဆိုင်ရာ အားနည်းခြင်း၊ ကုမ္ပဏီများ အရှိန်အဟုန်ဖြင့် လွှမ်းမိုးလာခြင်း၊ မြေယာသိမ်းဆည်းခံရမှု မြင့်တက်လာခြင်း၊ ရွှေ့ပြောင်းလုပ်သား များပြားလာခြင်း၊ ရာသီဥတု ဖောက်ပြန်မှု ကြီးမာလာခြင်း၊ စိုက်ပျိုးမြေဆီများ ညံ့ဖျင်းလာနေခြင်း၊ လုပ်သား ရှားပါးလာခြင်း၊ အသင့်သုံးအစားအစာများ စည်းကမ်းမဲ့ ဝင်ရောက်လာခြင်း၊ လူငယ်များ မူးယစ်ဆေးဝါး သုံးစွဲမှုများပြားနေခြင်းနှင့် ဇီဝမျိုးကွဲ စုံလင်မှု နည်းပါးလာခြင်းတို့ကို လေ့လာတွေ့ရှိပါသည်။

ဧရာဝတီတိုင်းတွင် ဒေသမျိုးရင်းများကို ထိန်းသိမ်းသုံးစွဲရန် ကြိုးစားအားထုတ်ကြသူများ။

## ဆက်လက် လုပ်ဆောင်မည့် လုပ်ငန်းစဉ်များ

ဒေသအလိုက် မတူညီသော လိုအပ်ချက်များ ရှိနေသောကြောင့် ဒေသအသီးသီးမှ ရပ်ရွာများအနေဖြင့် မတူညီသော လုပ်ငန်းများကို ဆောင်ရွက်ရန် ရှိသော်ငြားလည်း ဘုံတူညီသော လုပ်ငန်းဇရိယာများကို အောက်ပါအတိုင်း ဆွဲထုတ်နိုင်ပါသည်။

၁။ တောမီးရှို့ခြင်းကို လျှော့ချပြီး သဘာဝ သစ်တော၊ ရေထွက်နှင့် သစ်တောထွက် အဖြူးတန်များ ထိန်းသိမ်းရန်။
၂။ ဒေသရင်း မျိုးစေ့များအား ပြန်လည်ဖော်ထုတ် ထိန်းသိမ်း အားပေးခြင်း။
၃။ စားသုံးသူ ပညာပေးခြင်းနှင့် ကျန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ်သော အစားအစာများ ထုတ်လုပ် စားသုံးရန်။
၄။ ရိုးရာယဉ်ကျေးမှုနှင့် ကိုးကွယ်ယုံကြည်မှုများ ပိုမို အားကောင်းလာစေရန်
၅။ မူဝါဒပိုင်းဆိုင်ရာ ပိုမိုအားကောင်းလာအောင် အချင်းချင်း ချိတ်ဆက် လက်တွဲလုပ်ဆောင်ရန်။

မွန် ကျေးရွာတစ်ခုတွင်ပြုလုပ်သော အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှုဆိုင်ရာ အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ၌ မွန်အမျိုးသမီးများ အစားအစာဆိုင်ရာ ဒေသ အသိပညာများကို ဖော်ထုတ် ရေးဆွဲနေပုံ။

# အခန်း ၃

လူသားတို့၏ အနာဂတ်သည် မျိုးစိတ်မျိုးရင်းတို့၏ အနာဂတ်ပေါ်တွင် မှီတည်သည်။

## ၃-၁။ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်

စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှုဆိုသည်မှာ ရေရှည်တည်တံ့၍ ဂေဟစနစ်နှင့်ကိုက်ညီသောနည်းလမ်းများဖြင့် စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်ကာ ကျန်းမာခြင်းကိုလည်းဖြစ်စေ၊ ယဉ်ကျေးမှု ရေခံမြေခံနှင့်လည်း လျော်ညီသော စားနပ်ရိက္ခာကို လူသားတိုင်း စားသုံးနိုင်ရမည် ဟူသည့် လူ့အခွင့်အရေးတစ်ရပ် ဖြစ်သည်။ လူသားမျိုးနွယ် အသီးသီးသည် မိမိတို့၏စားနပ်ရိက္ခာနှင့် စိုက်ပျိုးရေးစနစ်များကို ကိုယ်တိုင် အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆို သတ်မှတ်ခွင့် ရှိရမည်ဟုလည်း စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှုက ဆိုသည်။ ဈေးကွက်နှင့် ကော်ပိုရေးရှင်းတို့၏ လိုလားချက်များကို ဦးစားမပေးဘဲ အစားအစာထုတ်လုပ်သူ၊ ဖြန့်ဖြူးသူနှင့် စားသုံးသူတို့၏ ရည်မှော်လိုလားချက်များ၊ လိုအပ်ချက်များကိုသာလျှင် စားနပ်ရိက္ခာ ထုတ်လုပ်သည့် စနစ်များနှင့် စားနပ်ရိက္ခာဆိုင်ရာ မူဝါဒ များက အဓိကထားရမည်ဟု အရေးဆိုသည်။ နောင်လာနောက်သားတို့ကို ထည့်သွင်း စဉ်းစားမှုပြု၍ ထိုနောင်လာနောက်သားတို့၏ အကျိုးအမြတ်ကိုလည်း ကာကွယ်သည်။ ကုမ္ပဏီကြီးများ ကြီးစိုးသော လက်ရှိကုန်သွယ်ရေးနှင့် စားနပ်ရိက္ခာ ထုတ်လုပ်ဖြန့်ဖြူးမှု စနစ်များကို တန်ပြန်ရန်နှင့် ဖြိုဖျက်ရန် နည်းဗျူဟာတစ်ရပ်၊ ထို့အပြင် စားနပ်ရိက္ခာ၊ လယ်ယာ

အစားအစာသည် အခြေခံလူ့အခွင့်အရေးဖြစ်သည်

စိုက်ပျိုးလုပ်ကိုင်မှု၊ စားကျက်မြေနှင့် ငါးလုပ်ငန်း စနစ်များ စသည်တို့နှင့် ပတ်သက်ပြီး ဒေသခံ ထုတ်လုပ်သူများနှင့် သုံးစွဲသူများကိုယ်တိုင် ဆုံးဖြတ်သတ်မှတ်သော ဦးတည်ချက် လားရာများကို စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှုက ရှေ့တန်းတင်သည်။ လူသားမျိုးနွယ် အသီးသီးအတွက် မျှတသောဝင်ငွေ ရရှိစေရန် အာမခံပေးနိုင်သည့်အပြင် မိမိ စားသုံးမည့် အစားအစာနှင့် အာဟာရကို မိမိကိုယ်တိုင် သတ်မှတ် ထိန်းချုပ်နိုင်ရမည် ဟူသော စားသုံးသူ၏ အခွင့်အရေးများကိုလည်း အာမခံပေး မည့် ပွင့်လင်းမြင်သာသော ကုန်သွယ်ရေးကို အားကောင်း စေသည်။ မြေယာ၊ မြေနယ်နိမိတ်၊ ရေနယ်နိမိတ်၊ မျိုးစေ့၊ လယ်ယာသုံး ကျွဲနွား တိရစ္ဆာန်များနှင့် ဇီဝမျိုးကွဲများကို အစား အစာ ထုတ်လုပ်သူတို့ကိုယ်တိုင် စီမံ သုံးစွဲနိုင်ခွင့်ကို သေချာ စေသည်။ အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှုသည် အမျိုးသားများနှင့် အမျိုးသမီးများ၊ လူသားမျိုးနွယ်များ၊ လူမျိုးစုများ၊ လူမှုရေးနှင့် စီးပွားရေး အခြေခံ လူတန်းစားအမျိုးမျိုးနှင့် မျိုးဆက်များ အားလုံးအတွက် ဖိနှိပ်မှုနှင့် မညီမျှမှုတို့ ကင်းရှင်းသော လူမှု ဆက်ဆံရေး ပုံစံအသစ်များကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။

(၂၀၀၇ ခုနှစ်တွင် မာလီနိုင်ငံ၊ ညေလေနီ ကျေးရွာ၌ ပြုလုပ်ကျင်းပသော Nyeleni Forum for Food Sovereignty မှ ထွက်ပေါ်လာသည့် အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်ကို အခြေခံ၍ ရေး သားပါသည်။)

## ၃–၂။ အယူအဆများနှင့် အခြေခံစည်းမျဉ်းများ

### အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှု၏ အခြေခံစည်းမျဉ်း ၇ ချက်

စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှု၏ သဘောထား မူဘောင်အား ပိုမိုလေးနက်စွာ နားလည်နိုင်ရန် အောက်ပါ အခြေခံစည်းမျဉ်းများက အထောက်အကူ ပြုပါသည်။ မြန်မာ့ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း၏ ရှိရင်းစွဲ ကောင်းမွန်သော အနေအထားအရ တစ်ခုစီကို အကျယ်ချဲ့ လုပ်ဆောင်နိုင်ရန် အခွင့်အလမ်းများ ရှိနေပါသည်။

### စားနပ်ရိက္ခာသည် အခြေခံ လူ့အခွင့်အရေး

စားနပ်ရိက္ခာသည် လူသားတို့၏ အခြေခံ ရယူလုပ်ပိုင်ခွင့် ဖြစ်သည်။ လူသားသိက္ခာ အပြည့်ဖြင့် ရေရှည် ကျန်းမာသော ဘဝတွက် အန္တရာယ်ကင်း၍ အာဟာရ ပြည့်ဝပြီး၊ ယဉ်ကျေးမှုနှင့်လည်း သင့်လျော်သော အစားအစာအား အရည်အသွေးရှိစွာ လုံလောက်စွာ ရရှိနိုင်ရမည်။ စားနပ်ရိက္ခာ ရယူနိုင်ခွင့်သည် ဖွဲ့စည်းပုံ အခြေခံဥပဒေ ရပိုင်ခွင့်ဖြစ်ကြောင်း နိုင်ငံတစ်ခုချင်းမှ ကြေညာရမည်။ ဤအခြေခံ ရပိုင်ခွင့်ကို အကောင်အထည်ဖော်ရန် အခြေခံ မူလကဏ္ဍအား ဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်အောင် ဆောင်ရွက်ဖို့ အာမခံရမည်။

### စားနပ်ရိက္ခာ ကုန်သွယ်မှုအား အသိအမှတ်ပြုခြင်း

ပထမဦးဆုံးအနေနှင့် စားနပ်ရိက္ခာသည် အာဟာရ အရင်းအမြစ်ဖြစ်ပြီး ကုန်သွယ်ပစ္စည်းအဖြစ် ဒုတိယအနေနှင့်သာ ရှိသည်။ နိုင်ငံတော် စိုက်ပျိုးရေးပေါ်လစီ (မူဝါဒ) များသည် ပြည်တွင်း စားသုံးမှုအတွက် အဓိကထား ထုတ်လုပ်ပြီး၊ စားနပ်ရိက္ခာ ဖူလုံရေးကို ဦးစားပေးရမည်။ စားနပ်ရိက္ခာ တင်သွင်းမှုသည် ပြည်တွင်းထုတ်လုပ်ရေးကို ဖယ်ရှား နေရာယူရန်နှင့် ဈေးနှိမ်ရန် မဖြစ်စေရ။

အသေးစား လယ်သမားများသည် မိမိတို့ တိုင်းပြည်၏ အဓိက မရှိမဖြစ် လိုအပ်သည့် စားနပ်ရိက္ခာများအား ထုတ်လုပ်ခွင့်ရှိ၍ သူတို့၏ ထုတ်ကုန်များအား ဈေးကွက်တင်ခြင်းကို ထိန်းချုပ်ခွင့် ရှိသည်။ ပြည်တွင်းနှင့် နိုင်ငံတကာ ဈေးကွက်ရှိ စားနပ်ရိက္ခာ ဈေးနှုန်းကို စည်းကမ်းဖြင့် ထိန်းချုပ်၍ ယင်းအစားအစာ ထုတ်လုပ်မှု၏ အမှန်တကယ် ကုန်ကျစရိတ်ကို ထင်ဟပ်ရမည်။ ဤသို့ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် အသေးစား လယ်သမား မိသားစုများတွင် လုံလောက်သောဝင်ငွေ ရရှိရန် သေချာစေသည်။ ဝင်ငွေအနည်းဆုံးဖြစ်သည့် စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်သူများ အပေါ် ခေါင်းပုံဖြတ်ခြင်းဖြင့်လည်းကောင်း၊ သဘာဝ ပတ်ဝန်းကျင်ကို ဖျက်ဆီးခြင်းဖြင့်လည်းကောင်း အမြတ်ထုတ် လုပ်ကိုင်နေသည့် စားနပ်ရိက္ခာ ကုန်သွယ်ရေးစနစ်ကို ရပ်တန့်ရမည်။

### အများသဘောတူ ထိန်းချုပ် ဆောင်ရွက်ခြင်း

စိုက်ပျိုးရေးမူဝါဒများ ချမှတ်သည့် အဆင့်တိုင်းတွင် အသေးစား လယ်သမားများက တိုက်ရိုက် ပါဝင် ဖြည့်သွင်းခွင့် ရှိရမည်။ ကုလသမဂ္ဂနှင့် သက်ဆိုင်ရာ အဖွဲ့အစည်းများ အနေ ဖြင့် ဤကိစ္စ အမှန်တကယ် အကောင်အထည်ပေါ်စေရန် အများ သဘောတူ ဆုံးဖြတ်ချက်ချသည့် နည်းလမ်းအား လုပ်ဆောင်ရမည်။ လူတိုင်းတွင် မှန်ကန်တိကျသော သတင်းအချက်အလက် ရပိုင်ခွင့် ရှိရမည်။ ပွင့်လင်းစွာဖြင့် အများ သဘောတူ ဆုံးဖြတ်ချက် ချနိုင်ခွင့်ကိုလည်း ရရှိရမည်။ ဤရပိုင်ခွင့်များသည် ကောင်းမွန်သော အုပ်ချုပ်စီမံမှု၊ တာဝန်ခံမှုနှင့် စီးပွားရေး၊ နိုင်ငံရေး၊ လူမှုရေးတို့တွင် သာတူညီမျှ

ပါဝင်ခွင့်အတွက် အခြေခံများဖြစ်ပြီး၊ ခွဲခြား ဆက်ဆံရေးပုံစံ အမျိုးမျိုးမှ ကင်းလွတ်ရသည်။ အထူးသဖြင့် ကျေးလက်နေ အမျိုးသမီးများအား စားနပ်ရိက္ခာနှင့် ကျေးလက်ကိစ္စများတွင် တိုက်ရိုက် ပါဝင်၍ ဆုံးဖြတ်ချက်ချခွင့် ပေးရမည်။

## လူမှုဝန်းကျင် ငြိမ်းချမ်းရေး

လူတစ်ယောက်စီတိုင်းသည် အကြမ်းဖက်ခြင်းမှ ကင်းဝေး ခွင့် ရှိရမည်။ စားနပ်ရိက္ခာအား လက်နက်တစ်ခုကဲ့သို့ အသုံး မပြုရ။ လူနည်းစု တိုင်းရင်းသားများ ပိုမိုရှိ ဖိနှိပ်ခံလာရခြင်းနှင့်အတူ ကျေးရွာများတွင်လည်း ဆင်းရဲမွဲတေမှုနှင့် ဖယ်ကြဉ်ခံရခြင်းတို့ ပိုမိုများပြားလာသည်ဖြစ်ရာ ၎င်းအခြေအနေတို့က မတရားမှုနှင့် မျှော်လင့်ချက်ကင်းမဲ့မှုတို့ကို ပိုမို ဆိုးဝါးစေပါသည်။ လက်ရှိ ကြုံတွေ့နေရသော နေရပ်မှ စွန့်ခွာ ရှောင်ပြေးရခြင်း၊ အတင်းအကျပ် မြို့ပြပြုလုပ်ခြင်း၊ ဖိနှိပ်ခြင်းနှင့် အသေး စား လယ်သမားများအား လူမျိုးရေးအရ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းတို့ကို ဆက်၍ သည်းမခံနိုင်ပါ။

## စိုက်ပျိုးမြေဆိုင်ရာ ပြောင်းလဲပြင်ဆင်မှု၊ သို့မဟုတ် မြေယာအခွင့်အရေး

စစ်မှန်သော စိုက်ပျိုးမြေဆိုင်ရာ ပြောင်းလဲမှုတစ်ရပ်လိုအပ်သည်။ မြေယာမဲ့များနှင့် လယ်လုပ်သူများ၊ အထူးသဖြင့် အမျိုးသမီးများအား ၎င်းတို့ လုပ်ကိုင်သုံးစွဲနေသည့် မြေအား ပိုင်ဆိုင်ထိန်းချုပ်ခွင့်ကို ပေး၍ တိုင်းရင်းသားပိုင် နယ်မြေများကိုလည်း ပြန်လည်ပေးအပ်ရမည်။ မြေယာ ရပိုင်၊ လုပ်ပိုင်ခွင့်သည် ကျား/မ အခြေခံ၊ ဘာသာရေး၊ လူမျိုးရေး၊ လူမှုအဆင့်အတန်း၊ သို့မဟုတ် ယုံကြည်မှုအားလုံးတို့မှ ခွဲခြားဆက်ဆံမှု ကင်းလွတ်ရမည်။ မြေယာကို ၎င်းအား သုံးစွဲလုပ်ကိုင်သူတို့က ပိုင်ဆိုင်သည်။ အသေးစား လယ်သမား မိသားစုများ၊ အထူးသဖြင့် အမျိုးသမီးများသည် ထုတ်လုပ်စိုက်ပျိုးနိုင်သော မြေယာ၊ ချေးငွေ၊ နည်းပညာ၊ ဈေးကွက်နှင့် တိုးချဲ့ဝန်ဆောင်မှုများကို ရယူနိုင်သည့် အခွင့်အလမ်း ရှိရမည်။

အစိုးများအနေဖြင့် ဒေသတွင်း စားနပ်ရိက္ခာ လုံလောက်မှုကို ဦးစားပေးသည့် ဗဟိုထိန်းချုပ်မှု ကင်းသော ချေးငွေစနစ်များအား တည်ထောင်ပံ့ပိုးရမည်။ ချေးငွေအတွက် အာမခံထားရာတွင် မြေယာအစား ထုတ်လုပ်နိုင်စွမ်းကိုသာ အာမခံအဖြစ် ထားရှိသင့်သည်။ လူငယ်လူရွယ်များ ကျေးလက်ဒေသတွင် ဆက်လက် နေထိုင်စေဖို့နှင့် စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်နိုင်သော နိုင်ငံသားများ ဖြစ်လာစေဖို့ဆိုလျှင် စားနပ်ရိက္ခာ ထုတ်လုပ်ခြင်းနှင့် မြေယာပြုစုပျိုးထောင်ခြင်း လုပ်ငန်းတို့သည် စီးပွားရေးအရရော၊ လူမှုရေးအရပါ တန်ဖိုးရှိသော အလုပ်များဖြစ်ဖို့ လိုအပ်ပါသည်။

အစိုးရများသည် ကျေးလက် အခြေခံ အဆောက်အဦများအား လူမှုရေးရှုထောင့်၊ ဂေဟဗေဒရှုထောင့်တို့မှ ဆီလျော်စွာ ဖော်ထုတ် လုပ်ဆောင်ရာတွင် လူထု အရင်းအမြစ်များကို ရေရှည် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံရမည်။

## သဘာဝ အရင်းအမြစ်များအား ကာကွယ်ခြင်း

စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှုတွင် သဘာဝ အရင်းအမြစ်များ အထူးသဖြင့် မြေ၊ ရေ၊ မျိုးစေ့၊ တိရစ္ဆာန်မျိုးများအား ရေရှည်တည်တံ့အောင် ဂရုစိုက် ပြုစုခြင်းနှင့် အသုံးချခြင်းများ ပါဝင်သည်။ မြေယာကို လုပ်ကိုင်သူတို့တွင် သဘာဝ အရင်းအမြစ်များအား ရေရှည်တည်တံ့သော ပုံစံဖြင့် စီမံခန့်ခွဲခွင့်ရှိပြီး ဇီဝမျိုးကွဲများအား ထိမ်းသိမ်းရန်လည်း လုပ်ပိုင်ခွင့် ရှိရမည်။

ရပ်ကျေးလူထုများနှင့် ဌာနေတိုင်းရင်းများသည် ကွဲပြားသည့် မျိုးရိုးဗီဇ အရင်းအမြစ်များအား မျိုးဆက်ပေါင်းများစွာ ထိန်းသိမ်းခဲ့သူများ ဖြစ်သည့်အားလျော်စွာ ၎င်းအရင်းအမြစ်များကို လွတ်လပ်စွာ အသုံးပြု၍ ကာကွယ်ခွင့်ရှိရမည်။

ထိုသို့ လုပ်ဆောင်ရာတွင် လုံခြုံသော မြေယာလုပ်ပိုင်ခွင့်၊ ကောင်းမွန်သော မြေဆီလွှာနှင့် ဓာတုဆေးများ လျှော့သုံးခြင်းတို့ကို အလေးထားသည့် ခိုင်မာသော စီးပွားရေးအခြေခံ ရှိမှသာ အောင်မြင်နိုင်မည်။ ရေရှည် တည်တံ့စေဖို့ဆိုလျှင် ဓာတုသွင်းအားစုပေါ် မှီခိုခြင်း၊ သီးနှံတစ်မျိုးတည်း စီးပွားဖြစ်စိုက်ပျိုးခြင်းနှင့် ပြင်းထန်သည့် စက်မှုအားပြု ကုန်ထုတ်လုပ်မှု ပုံစံများမှ ဖယ်ခွာ ပြောင်းလဲရမည်။ ဟန်ချက်ညီပြီး သဘာဝအတိုင်း ကွဲပြားသော စနစ်များ လိုအပ်သည်။ မျိုးရိုးဗီဇအရင်း အမြစ်များသည် ထောင်စုနှစ်များစွာ ကြာမြင့်သော ဆင့်ကဲ ဖြစ်စဉ်များမှ ပေါ်ထွက်လာခြင်းဖြစ်၍ လူသားမျိုးနွယ်အားလုံး နှင့် သက်ဆိုင်သည်။ ၎င်းမျိုးရိုးဗီဇ အရင်းအမြစ်များသည် ရပ်ကျေး လူထုများနှင့် ဌာနေတိုင်းရင်းသား မျိုးဆက်ပေါင်းများစွာ၏ ဂရုတစိုက် ဆောင်ရွက်ခဲ့သော လုပ်ငန်းနှင့် အသိပညာကို ကိုယ်စားပြုသည်။ ပုဂ္ဂလိက ကုမ္ပဏီများမှ မျိုးရိုးဗီဇ အရင်းအမြစ်များအား မူပိုင် မှတ်ပုံတင်ခြင်းနှင့် စီးပွားဖြစ် အမြတ်အစွန်း ရှာဖွေခြင်းအား တားမြစ်ရမည်။

## ကော်ပိုရေးရှင်းကြီးများနှင့် သမားရိုးကျ မူဝါဒများအား တားမြစ်ခြင်း

နိုင်ငံတကာ အဖွဲ့အစည်းကြီးများနှင့် ဈေးကစားသော အရင်းအနှီးများ (Speculative Capital) က စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှုကို အားနည်းအောင် တမင်ပြုလုပ်နေသည်။ စိုက်

ပျိုးရေး မူဝါဒများကို နိုင်ငံစုံပါဝင်သော ကော်ပိုရေးရှင်းကြီးများက ထိန်းချုပ် လွှမ်းမိုးနေပြီး၊ ၎င်းတို့ကို နိုင်ငံတကာ အဖွဲ့အစည်းများ ဖြစ်သော ကမ္ဘာ့ ကုန်သွယ်ရေးအဖွဲ့ (WTO)၊ ကမ္ဘာ့ဘဏ် (World Bank) နှင့် နိုင်ငံတကာ ငွေကြေးရန်ပုံငွေအဖွဲ့ (IMF) တို့၏ စီးပွားရေးမူဝါဒများက ပံ့ပိုးပေးနေသည်။

ဈေးကစားသော အရင်းအနှီး (Speculative Capital) အား စည်းမျဉ်းထား၍ ထိမ်းသိမ်းခြင်း၊ အခွန်ကောက်ခံခြင်း၊ ကော်ပိုရေးရှင်းများအတွက် တင်းကျပ်သော ကျင့်ဝတ် စည်းကမ်း သတ်မှတ်ပေးခြင်း စသည်တို့ကို လုပ်ဆောင်ရန် လိုအပ်ပါသည်။

## ၃-၃။ နိုင်ငံတကာမှ ဆွေးနွေးမှုများ

### ကမ္ဘာ့စားနပ်ရိက္ခာ အကျပ်အတည်း

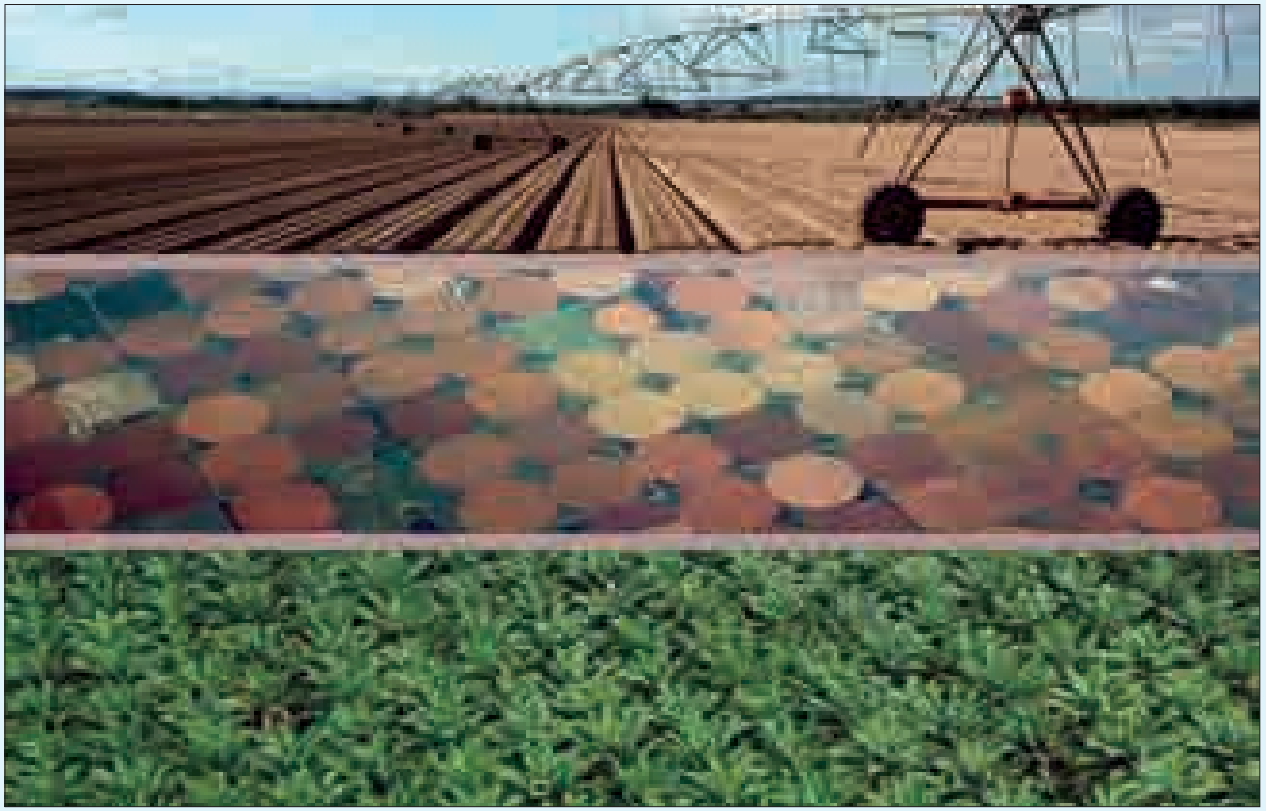
လူသားတိုင်းသည် ဘေးကင်းသော၊ အာဟာရဓာတ်ပြည့်ဝသော၊ လုံလောက်သော အစားအစာကို ရရှိခံစားရမည်ဟု ၁၉၄၈ ခုနှစ်တွင် ထုတ်ပြန်ခဲ့သော အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ လူ့အခွင့်အရေး ကြေညာစာတမ်းက ဆိုထားပါသည်။ သို့မဟုတ်လည်း အင်တာဘေး၏ အကြမ်းဖက်ခြင်းမှ ကင်းဝေး၍ လူသားဂုဏ်သိက္ခာဖြင့် နေထိုင်ခွင့်ရပေမည်။ ရာသီဥတု ဖောက်ပြန်ခြင်းကြောင့် တစ်ကမ္ဘာလုံး အတိုင်းအတာဖြင့် အထွက်နှုန်းများ ကျဆင်းလျက် ရှိသည်။ တစ်ချိန်တည်းမှာပင် မြေဆီလွှာ၊ ဇီဝမျိုးကွဲများ၊ သမုဒ္ဒရာများနှင့် သစ်တောများမှာ ယခင်က မရှိခဲ့ဖူးသော နှုန်းထားဖြင့် လျော့ပါး ပြုန်းတီးလျက် ရှိသည်။ ထို့ကြောင့် လက်ရှိကျင့်သုံးနေသော နည်းပညာအားပြု စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်မှုစနစ်များကို ပြောင်းလဲဖို့ အချိန်တန်နေပြီ ဖြစ်သလို၊ ဈေးကွက်ကို အဓိက ဦးတည်သော စီးပွားရေးစနစ်ကိုလည်း ကုမ္ပဏီများ၏ထိန်းချုပ်မှုမှ ဖယ်မ,ပေးဖို့ အချိန်တန်နေပါပြီ။ သို့မဟုတ် ကမ္ဘာကြီးတွင် မီတင်းနေထိုင်ကြသော ငတ်မွတ်နေသူများနှင့် နွမ်းပါးသူများအနေဖြင့် အစားအစာကို ရရှိနိုင်ကြပါမည်။ ငတ်မွတ်နွမ်းပါးသူ အများစုမှာ တောင်သူ လယ်သမားများ ကိုယ်တိုင် ဖြစ်နေခြင်းကလည်း အင်မတန် ရှုပ်ဆိုး အကျည်းတန်လှပါသည်။

အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှု မူဘောင်တွင်မူ ငတ်မွတ်ခေါင်းပါးခြင်းကို ဆွေးနွေးရာ၌ အပြန်အလှန် ဆက်နွယ်နေသော ပြဿနာများကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားခြင်း ပြုပါသည်။ အစားအစာထုတ်လုပ်မှုတွင် မည်သူတွေက အဓိက ဆုံးဖြတ်ချက်များကို ချမှတ်နေသနည်း၊ မည်သို့သော နည်းလမ်းများ၊ မူဝါဒ ယန္တရားများကို သုံးစွဲနေသနည်း ဆိုသည်ကို အဓိကထားလေ့လာပြီး၊ ၎င်းအခြေအနေကို ပြောင်းလဲဖို့ စဉ်းစားပါသည်။ အစားအစာ ထုတ်လုပ်မှုတွင် စက်မှုနည်းပညာသည်သာ အဓိက ဟူသည့် အဆိုကို ငြင်းဆန်ပါသည်။ တစ်နည်းဆိုရသော် ထုတ်လုပ်မှုဖြစ်စဉ်တွင် မည်သူက စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်သနည်း၊ မည်သည့်နည်းဖြင့် ထုတ်လုပ်သနည်း၊ မည်သည့်နည်းဖြင့် တင်ပို့ ရောင်းချ စားသုံးသနည်း၊ ထို့အပြင် အစားအစာ စနစ်များကို မည်သူတွေက ထိန်းချုပ်ပြီး၊ မည်သူတွေက အကျိုးအမြတ် ရယူသနည်း စသည်တို့ကို ကြည့်ပါသည်။

### အမျိုးစုံလင်သော အစားအစာစနစ်များ

လူသားတို့ စားသုံးနေသည့် အစားအစာ၏ ၇၀% သည် တစ်နိုင်တစ်ပိုင် လုပ်ကိုင်သော တောင်သူလယ်သမားများထံမှ လာပါသည်။ ၎င်းတို့သည် စိုက်ပျိုးမြေ စုစုပေါင်း၏ ၃၀% ကို အမျိုးစုံလင်သော နည်းများဖြင့် အသုံးချ၍ အတုယူ လေးစားဖွယ်ကောင်းစွာ ထုတ်လုပ်ပေးနေကြခြင်း ဖြစ်သည်။ ထိုသို့သော စိုက်ပျိုး ထုတ်လုပ်သူများထဲတွင် တောင်သူ

လယ်သမား မိသားစုများ၊ မြို့ပြနှင့် မြို့ပြဝန်းကျင်နေ ဥယျာဉ်စိုက်ပျိုးသူများ၊ တိရစ္ဆာန်မွေးမြူသူများ၊ ငါးလုပ်ငန်း လုပ်ကိုင်သူများ၊ အမဲလိုက်သူများနှင့် တောထွက်ပစ္စည်း စုဆောင်းသူများ ပါဝင်ပါသည်။ ၎င်းတို့၏လူဦးရေမှာ တစ်မှာလုံးတွင် ၂ ဒသမ ၅ ဘီလျံ ရှိပါသည်။ အမျိုးသားများကော၊ အမျိုးသမီးများပါ ပါဝင်သည်။ ၎င်းတို့သည် လွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်း ၁၀,၀၀၀ ကျော်ကတည်းက ဌာနေတိုင်းရင်းသား အသိပညာများကို အသုံးချ၍ ထိန်းသိမ်းခဲ့သော ဧီဝမျိုးကွဲပေါင်း ၂ ဒသမ ၁ မီလျံနှင့် သီးနှံမျိုးစိတ်ပေါင်း ၇၀၀၀ ကျော်ကို ပြုစုပျိုးထောင်ကြသူများ ဖြစ်သည်။ အထူးသဖြင့် မျိုးစေ့မျိုးဆံနှင့် အစားအစာမျိုးကွဲများကို ထိန်းသိမ်းရာ၌ အမျိုးသမီးများက အဓိကနေရာမှ ပါဝင်၍ ထိန်းသိမ်းလုပ်ကိုင်လျက် ရှိပါသည်။ သဘာဝတရားနှင့် နီးစပ်စွာ နေထိုင်သူများမှာလည်း ၎င်းတို့ စိုက်ပျိုး ထုတ်လုပ်လျက်ရှိသော သီးနှံများနှင့် အမျိုးနီးစပ်သော အခြားမျိုးစိတ်ပေါင်း ၅၀,၀၀၀ ကျော်ကိုသိရှိကြသည်။ တိရစ္ဆာန်မျိုးပေါင်း ၄၀ ကျော်ကို မွေးမြူပြီး၊ ဒေသမျိုးပေါင်း ၇၀၀၀ ကျော်ကို ထိန်းသိမ်းထားကြသည်။ စမ်းချောင်း၊ ပင်လယ်နှင့် မြစ်ချောင်းအင်းအိုင်တို့မှာ ငါးမျိုးစိတ်ပေါင်း ၁၅၀၀၀ ကျော် ရှင်သန်နေထိုင်ရာ နေရာများဖြစ်ပြီး၊ ၎င်းတို့ကို တစ်နိုင်တစ်ပိုင် လုပ်ကိုင်သော ရေလုပ်သားများက ထိန်းသိမ်း သုံးစွဲပါသည်။ ထို



သီးနှံတစ်မျိုးတည်းကို ဓာတုသွင်းအားစု များများသုံး၍ စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်သော စိုက်ပျိုးရေးစနစ်၏ ပြဿနာများကို ဆင်ခြင်ရန် လိုအပ်ပါသည်။

ထိုသော အမျိုးစုံလင်မှုများသည် မတူညီသော ယဉ်ကျေးမှု အမှတ်လက္ခဏာများထဲ၌ မြဲမြဲစွာ တည်ရှိနေပါသည်။ ထို့ကြောင့်လည်း တောင်သူလယ်သမားများက ပြောတတ်ပါသည်။ 'ကျွန်တော်၊ ကျွန်မတို့ဟာ ပြောင်းပင်ရဲ့ သားသမီးတွေ ဖြစ်တယ်။ အာလူးဟာ ကျွန်တော်၊ ကျွန်မတို့ရဲ့မိခင် ဖြစ်တယ်။ ဆန်စပါးဟာ ကျွန်တော်၊ ကျွန်မတို့ကိုယ်တိုင်၊ မိမိ ဘယ်သူလဲ ဆိုတာကို မိမိစားတဲ့ အစားအစာက ဆုံးဖြတ်ပေးတယ်' စသဖြင့် တင်စား ပြောဆိုကြခြင်း ဖြစ်သည်။

## ကုမ္ပဏီကြီးများ ကြီးစိုးသည့် စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်း

အမျိုးစုံလင်သော အစားအစာ စနစ်များနှင့် ကုမ္ပဏီကြီးများ ကြီးစိုးသည့် စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းတို့ ယှဉ်တွဲ တည်ရှိခဲ့သည်မှာ ၂၀ ရာစုကတည်းက ဖြစ်သည်။ လက်ရှိအချိန်တွင် ကုမ္ပဏီကြီး ၁၂ ခုက ကမ္ဘာ့စားနပ်ရိက္ခာ ကွင်းဆက်ကို ထိန်းချုပ်ထားပါသည်။ လူသားများ စားသုံးရန်အတွက် အစားအစာ စုစုပေါင်း၏ ၃၀% ကို ၎င်းတို့က ထုတ်လုပ်ပေးပါသည်။ စက်ရုံများတွင် ထုပ်ပိုးပြင်ဆင်သော အစားအစာမျိုး အဓိကပါဝင်သည်။ ကုမ္ပဏီကြီးများ ကြီးစိုးသည့် စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းဟု ဆိုရာတွင် ပဲပုပ်၊ စပါး၊ ဂျုံ၊ ဘာလီ၊ မုံညင်း၊ ပြောင်း၊ ကြဲ၊ မြေပဲ၊ အာလူး စသည့် အမည်များကိုသာ အဓိကထား စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်ခြင်းကို ဆိုလိုသည်။ စိုက်ပျိုး ထုတ်လုပ်ရာတွင် ၎င်းအမည်များ၏ အထွက်တိုးမျိုးများကို ဓာတု သွင်းအားစုများ သုံး၍ စိုက်ပျိုးခြင်း ဖြစ်သည်။ စက်မှုလယ်ယာ ဖြစ်သည့်အလျောက် စက်ကြီးများကိုလည်း ပိုပို၍ သုံးလာရသည် ဖြစ်ရာ လူအင်အားကို သုံးသည့် ထုတ်လုပ်မှု၏ ကျန်အစိတ်အပိုင်းများထက် ရုပ်ကြွင်းလောင်စာကို ၈၀% ပို၍ သုံးစွဲပါသည်။ သီးနှံများ၊ ဟင်းသီးဟင်းရွက်များ၊ အသားနှင့် ငါးများ

ကို ဈေးပေါပေါဖြင့် ထုတ်လုပ်နိုင်ဖို့အတွက် သစ်တောဧရိယာ ပေါင်း ၁၃ မီလျံ ဟက်တာကိုလည်းကောင်း၊ စိမ်းစိုသော မြေတန်ချိန်ပေါင်း ၇၅ ဘီလျံကိုလည်းကောင်း ဖျက်ဆီးပစ်ပါသည်။ ကမ္ဘာပေါ်ရှိ စိုက်ပျိုးမွေးမြူ၍ရသော မြေနှင့် ရေထု၏ ၇၀% ကိုလည်း အသုံးပြုထားပါသည်။

စိုက်ပျိုးရေး ကုမ္ပဏီကြီးများ (Monsanto, Bayer, BASF, Syngenta, CP စသဖြင့်) သည် ငွေကုန်ကြေးကျ အလွန်များသော သိပ္ပံနှင့် နည်းပညာ အခြေခံ သုတေသနများကို အသုံးပြု၍ ကုန်ပစ္စည်းများကို ထုတ်လုပ်ကြပါသည်။ မျိုးရိုးဗီဇ ပြုပြင်ထားသော GMO သီးနှံတစ်မျိုး ထုတ်လုပ်ရန်အတွက် အမေရိကန် ဒေါ်လာ ၁၃၆ ဘီလျံ လိုအပ်ပါသည်။ ထိုသို့သော သုတေသနလုပ်ငန်းများ၏ ၄၅% မှာ ပြောင်းမျိုးများကိုသာ အဓိကထား သုတေသနပြုလုပ်ခြင်း ဖြစ်သည်။ ကမ္ဘာ့ မျိုးစေ့မျိုးဆံဈေးကွက်၏ ၅၀% သည် ကုမ္ပဏီ ၃ ခု၏လက်ထဲတွင်ရှိပြီး၊ ကုမ္ပဏီ ၁၀ ခုက ပိုးသတ်ဆေးဈေးကွက်၏ ၉၅% ကို ထိန်းချုပ်ထားသည်။

စက်ရုံထုတ် အသင့်စား အစားအစာများကြောင့် ကမ္ဘာပေါ်ရှိ အလွန်များပြားသော လူဦးရေမှာ အဝလွန်ရောဂါကို ခံစားနေရပါသည်။

စက်ရုံထုတ် အစားအစာများက ဈေးသက်သာသော ကြောင့် နိုင်ငံတော်တော်များများတွင် အဓိကထား စားသုံးသော အစားအစာမှာ အသင့်စား အစားအစာများ ဖြစ်လာသည်။ အကျိုးဆက်အားဖြင့် ကမ္ဘာ့လူဦးရေ၏ ၁၄၀၀ မီလျံ ပမာဏ ရှိသောလူများမှာ အာဟာရချို့တဲ့ခြင်း၊ ဆီးချိုသွေးချိုဖြစ်ခြင်း၊ သွေးတိုးရောဂါနှင့် အခြားသော နာတာရှည် ရောဂါများကို ခံစားနေကြရပါသည်။ အာဟာရ ချို့တဲ့ခြင်းနှင့် အခြား ဆက်စပ်ရောဂါများကို ကုသဖို့အတွက် ငွေကြေးကြွယ်ဝသော နိုင်ငံများတွင် နှစ်စဉ် ကျန်းမာရေး ကုန်ကျစရိတ် ၄ ဘီလျံ ဒေါ်လာခန့် ရှိပါသည်။

စိုက်ပျိုးရေး ကုမ္ပဏီကြီးများက ကြီးစိုးသည့် အစားအစာ ထုတ်လုပ်မှုစနစ်သည် အစားအစာကို မစားသုံးမီ အချိန်ဦးပင် အလေအလွင့် ၃၀% မှ ၄၀% အထိ ပေါ်ပေါက်စေပါသည်။ ဥရောပနှင့် အမေရိကန် ပြည်ထောင်စုတို့တွင် လူတစ်ဦးချင်းစီ၏ တစ်နှစ်အတွင်း အစားအစာ လေလွင့်စေမှု နှုန်းမှာ ၉၅ ကီလိုဂရမ်မှ ၁၁၅ ကီလိုဂရမ်အထိ ရှိသည်။ ယခု လတ်တလော ခေတ်စားနေသော အရာမှာ အပင်မှ လောင်စာဆီ ထုတ်လုပ်ခြင်း ဖြစ်သည်။ ထိုအတွက် ကမ္ဘာ့စိုက်ပျိုးမြေ၏ ၁၅% ကို သုံးစွဲလျက် ရှိသည်။

## လေ့ကျင့်ခန်းများ

### မိမိ အကြိုက်ဆုံး အစားအစာ

လက်ရှိ စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်မှုဆိုင်ရာ အခြေအနေများနှင့် ပြဿနာများကို ပုံများနှင့်တကွ ပြသဆွေးနွေးပြီးနောက်၊ အလုပ်ရုံ ဆွေးနွေးပွဲကို ဦးဆောင်သူမှ ပါဝင်သူ တစ်ဦးချင်းစီ

အလိုက် မိမိအကြိုက်ဆုံး အစားအစာအကြောင်းကို စဉ်းစားရန်နှင့် ၎င်းအစားအစာများ၏ပုံကို စက္ကူကတ်ထူ အဝိုင်းများပေါ်တွင် ရေးဆွဲပေးရန် အကြံပြုရပါမည်။ ထို့နောက် ထိုစက္ကူ အဝိုင်းများကို စက္ကူချပ်တစ်ခုပေါ်တွင် ကပ်စေပြီး၊ ပါဝင်သူ တစ်ဦးချင်းစီအလိုက် မိမိတို့ ရေးဆွဲထားသည်များကို ဆွေးနွေးပေးရန် ရှေ့သို့ ဖိတ်ခေါ်ရပါမည်။

### မေးခွန်းထုတ် ဆွေးနွေးခြင်း

ပါဝင်သူများမှ စက္ကူအဝိုင်းများတွင် ရေးဆွဲထားသည့် အတိုင်း မည်သည့်အစားအစာကို ဘာကြောင့် ကြိုက်ရသည်၊ မည်သို့ လုပ်စားရသည်ကို ကြိုက်သည် စသဖြင့် ဆွေးနွေးပေးပြီးနောက်၊ ဦးဆောင်သူမှ အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေး၍ အုပ်စုအလိုက် သုံးသပ်ဆွေးနွေးမှုတစ်ရပ်ကို ဖန်တီးပေးရပါမည်။ မေးခွန်းများကတော့ 'မိမိတို့ ကြိုက်နှစ်သက်သည့် အစားအစာများကို မည်သူက ထုတ်လုပ်သနည်း၊ မည်သို့ ထုတ်လုပ်သနည်း။ အမျိုးစုံလင်သော တစ်နိုင်တစ်ပိုင် နည်းများဖြင့်လား၊ ကုမ္ပဏီကြီးများက ထုတ်လုပ်ပေးတာလား' စသဖြင့် ဖြစ်ပါသည်။ ထို့နောက် အစားအစာ ထုတ်လုပ်သည့် စနစ်များနှင့် ပတ်သက်သော ၎င်းတို့၏ ပူပင်သောကများနှင့် မျှော်လင့်ချက်များ အကြောင်းကို ဆွေးနွေးဖို့ အကြံပြုပါ။

# အခန်း ၄

# အစားအစာဆိုင်ရာ အခွင့်အရေးများ
# အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ သဘောတူညီချက်များ

အစားအစာနှင့် ပတ်သက်သော လူသားတို့၏ ရပိုင်ခွင့်များကို နိုင်ငံတကာ ကြေညာစာတမ်းများနှင့် သဘောတူညီချက်များတွင်လည်း ကျယ်ပြန့်စွာ တွေ့ရပါသည်။ အစားအစာနှင့် ဆက်နွယ်နေသော မြေယာဆိုင်ရာ အခွင့်အရေးများ၊ ဌာနေ အသိပညာနှင့် ယဉ်ကျေးမှုများကိုပါ ထည့်သွင်းဆွေးနွေးထားသည်ကို တွေ့ရသည်။

## ကုလသမဂ္ဂ လူ့အခွင့်အရေး ကြေညာစာတမ်းနှင့် အစားအစာ

လူသားတိုင်းသည် အသက်ရှင်ခွင့်၊ လွတ်လပ်ခွင့်နှင့် လုံခြုံခွင့် ရှိရမည်ဟု ကြေညာစာတမ်းက ဆိုထားသည်။ ဤအခွင့်အရေးများသည် အခြေခံကျသလောက် အရေးလည်းကြီး၊ ကျယ်ပြန့်မှုလည်း ရှိသည်။ လူသား၏ အသက်ရှင်ခွင့်ကို စဉ်းစားရာ၌ ၎င်းအသက်ရှင်ခြင်းကို ဖြစ်စေသော အစားအစာကိစ္စကို ချန်ထား၍ မရနိုင်သလို၊ လူသား၏လုံခြုံမှုကို စဉ်းစားရာ၌လည်း စားနပ်ရိက္ခာ လုံခြုံမှုကို ချန်လှပ်၍ မရပါ။ အစားအစာ မရှိလျှင် အသက်မရှင်နိုင်၊ ဘဝ မလုံခြုံနိုင်ပါ။ ထို့ကြောင့် အစားအစာသည် ဤအခွင့်အရေးများကို အသက်ဝင်စေမည့် အရေးကြီးသောအရာ ဖြစ်သည်။ အခြား အခြေခံ လူ့အခွင့်အရေးများဖြစ်သော လူ့ဂုဏ်သိက္ခာ၊ လွတ်လပ်မှု စသည်တို့မှာလည်း အစားအစာ ဖူလုံမှုအပေါ် အများကြီး မူတည်သည်။ လူသားတစ်ရပ်တွင် စားစရာမရှိ၊ စားစရာကို ထုတ်လုပ်စိုက်ပျိုးဖို့ မြေမရှိဘူးဆိုပါက ထိုလူသားတို့သည် ဂုဏ်သိက္ခာရှိရှိ နေနိုင်မည် မဟုတ်။ သုခချမ်းသာ ရနိုင်မည် မဟုတ်။ ထိုပြဿနာများသည် အခြားသော တရားမျှတမှု မဲ့ခြင်းများ၊ စစ်မက်ဖြစ်ပွားမှုများ၊ အမြတ်ထုတ်ခြင်းများနှင့်လည်း ဆက်စပ်နေလေရာ အစားအစာမရနိုင်ခြင်း နောက်ကွယ်၌ အခြားအခွင့်အရေးချိုးဖောက်မှု များစွာ ရှိနေနိုင်သည်။ အချုပ်ဆိုရသော် အစားအစာတွင် လူ့အခွင့်အရေးများ စုပေါင်း ရောနှောပါဝင်နေသည်ကို သတိပြုကြရပါမည်။

## အာဆီယံ လူ့အခွင့်အရေး ကြေညာစာတမ်းနှင့် စားနပ်ရိက္ခာ

အာဆီယံ လူ့အခွင့်အရေး ကြေညာစာတမ်းအတွင်းမှ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုရေးရာ အခွင့်အရေးများ အောက်တွင် အစားအစာ လုံလောက်စွာ ရရှိပိုင်ခွင့် ဆိုသည့် အခွင့်အရေး ပါဝင်နေသည်။ လူသားတိုင်း၏ အစားအစာ ရပိုင် ခွင့် ဆိုသည်မှာ ငြင်းပယ်မရနိုင်သော အခြေခံအခွင့်အရေး ဖြစ်ပြီး၊ အစားအစာဟုဆိုရာ၌လည်း အကြမ်းဖက်မှုနှင့် အမြတ်ထုတ်မှု အမျိုးအမျိုးမှ ကင်းလွတ်သော အစားအစာဖြစ်ရန် လိုအပ်သည်။ ကျန်းမာခြင်းကိုဖြစ်စေသော၊ ယဉ်ကျေးမှု ရေခံမြေခံနှင့် ကိုက်ညီသော အစားအစာဖြစ်ရန်လည်း လိုအပ်သည်။

## ဌာနေ တိုင်းရင်းသား အခွင့်အရေးများနှင့် စားနပ်ရိက္ခာ

ကမ္ဘာ့ကုလသမဂ္ဂမှ ထုတ်ပြန် ကြေညာထားသော ဌာနေ တိုင်းရင်းသား အခွင့်အရေးများထဲတွင် စားနပ်ရိက္ခာနှင့် သက်ဆိုင်သော အချက်များလည်း ပါဝင်သည်။

## အစားအစာ၊ ယဉ်ကျေးမှုနှင့် ဓလေ့ထုံးစံ

ဌာနေတိုင်းရင်းသား အခွင့်အရေးများထဲတွင် ယဉ်ကျေးမှုနှင့် ဓလေ့ထုံးစံများကို ကာကွယ်ထိန်းသိမ်း ရပ်တည်ခွင့် ရှိရမည်ဟု ဖော်ပြထားသည်။ ယဉ်ကျေးမှုနှင့် ဓလေ့ထုံးစံများ ဖျက်ဆီးခံရခြင်းမှ ကာကွယ်ခွင့်ရှိသကဲ့သို့၊ အခြား ယဉ်ကျေးမှုများဖြင့် သွတ်သွင်းခံရခြင်းမှလည်း ကာကွယ်ခွင့်ရှိသည်ဟု ဖော်ပြထားသည်။ ထို့ကြောင့် ဌာနေ တိုင်းရင်းသားများအနေဖြင့် မိမိတို့၏စားနပ်ရိက္ခာကို ထုတ်လုပ်ဖြန့်ဖြူး စားသုံးရာတွင်လည်း မိမိ၏ယဉ်ကျေးမှု ဓလေ့ထုံးစံများအတိုင်း ထုတ်လုပ်ခွင့်၊ စိုက်ပျိုးခွင့်၊ ဖြန့်ဖြူးခွင့်နှင့် စားသုံးခွင့် ရှိပါသည်။ မိမိတို့ နှစ်သက်သောအစားအစာကို မိမိတို့ နှစ်သက်သော ရိုးရာအစဉ်အလာနည်းစနစ်များအတိုင်း ထုတ်လုပ် စားသုံးနိုင်ရပါမည်။ ထိုအခွင့်အရေးများကို ထိပါး ဖျက်ဆီး ပိတ်ပင်လာပါကလည်း ကာကွယ်ပိုင်ခွင့် ရှိရပါမည်။

## သဘာဝ သယံဇာတနှင့် အရင်းအမြစ်များ

ဌာနေ တိုင်းရင်းသားတို့အနေဖြင့် ရေ၊ မြေနှင့် သဘာဝ သယံဇာတများကို ရိုးရာအစဉ်အလာ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများ အတိုင်း စီမံခွင့်နှင့် ပိုင်ဆိုင်ခွင့် ရှိရမည်ဟု အခွင့်အရေးများက ဆိုသည်။ ရေ၊ မြေနှင့် သဘာဝ သယံဇာတများကို ထိန်းသိမ်းရာ တွင်လည်း တွဲဖက်ပါဝင်လျက်ရှိသော နာမ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အလေ့ အကျင့်များကို လွတ်လပ်စွာ ကျင့်သုံးခွင့် ရှိစေရမည်ဟုလည်း ထိုအခွင့်အရေးတို့က ဆိုပါသည်။ ရေ၊ မြေနှင့် သဘာဝ သယံ ဇာတတို့သည် ဌာနေ တိုင်းရင်းသားတို့၏ စားဝတ်နေရေးနှင့် တိုက်ရိုက်ပတ်သက်မှု ရှိသလို၊ နာမ်ပိုင်းဆိုင်ရာ တန်ဖိုးများ ယဉ်ကျေးမှု အမှတ်လက္ခဏာများ ကိန်းအောင်းနေသော အရာ များလည်း ဖြစ်သည်။ စိုက်ပျိုးစရာ မြေမရှိလျှင် စားနပ်ရိက္ခာ ဖူလုံမှု မရှိနိုင်ပါ။ ထို့ကြောင့် ဌာနေ တိုင်းရင်းသားတို့အနေဖြင့် ရိုးရာ ဓလေ့ထုံးစံများနှင့် လျော်ညီစွာ ရေ၊ မြေနှင့် သဘာဝ သယံဇာတများကို စီမံခွင့်၊ ထုတ်ယူသုံးစွဲခွင့်နှင့် ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ခွင့် ရှိရမည်။

## ဌာနေတိုင်းရင်းသားတို့၏ အသိပညာ

ဌာနေ တိုင်းရင်းသားများအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ ဒေသ အသိပညာများကို ကျင့်သုံးခွင့်၊ ထိန်းသိမ်းခွင့်နှင့် ဖွံ့ဖြိုးအောင် လုပ်ဆောင်ခွင့် ရှိစေရမည်ဟု အခွင့်အရေးများက ဆိုပါသည်။ ထို့ကြောင့် စားနပ်ရိက္ခာနှင့် ဆေးဝါးများကို ထုတ်လုပ်ခြင်း၊ ကုန်ချော ပြုလုပ်ခြင်းနှင့် သုံးစွဲခြင်း အဆင့်တို့၌ ဌာနေ တိုင်း ရင်းသားတို့အနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ ဒေသ အသိပညာများကို သုံးစွဲနိုင်ခွင့် ရှိရမည်။ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် လုပ်ဆောင်ခွင့် လည်း ရှိစေရပါမည်။

## မူဝါဒ

ဌာနေတိုင်းရင်းသားတို့ အနေဖြင့် ကိုယ်ပိုင်ဆုံးဖြတ်ခွင့်၊ ဦးစားပေး သတ်မှတ်ခွင့်နှင့် နည်းဗျူဟာ ချမှတ်ခွင့်များ ရှိစေ ရမည်ဟု အခွင့်အရေးများက ဆိုထားသောကြောင့် အစိုးရများ အနေဖြင့် ဖွံ့ဖြိုးရေးနှင့် စားနပ်ရိက္ခာဆိုင်ရာ မူဝါဒများ၊ ဆုံး ဖြတ်ချက်များ ချမှတ်ရာ၌ ဌာနေတိုင်းရင်းသားတို့၏ ကိုယ်ပိုင် ဆုံးဖြတ်ခွင့်နှင့် ဆန္ဒများကို အလေးထားရမည်။ ၎င်းတို့ကို အဓိက ဆုံးဖြတ်ချက်ချသူနေရာ၌ ထားရှိရမည်။

## CEDAW နှင့် အစားအစာ

၁၉၈၂ ခုနှစ်တွင် အမျိုးသမီးများကို နည်းမျိုးစုံဖြင့် ခွဲခြားမှု ပယျောက်ရေး သဘောတူစာချုပ်ကို ကမ္ဘာ့ကုလသမဂ္ဂမှ ထုတ်ပြန် ကြေညာခဲ့ပါသည်။ ၂၀၀၆ ခုနှစ်တွင် နိုင်ငံပေါင်း ၁၈၇ နိုင်ငံမှ သဘောတူ လက်မှတ်ရေးထိုးခဲ့ပြီး၊ ၁၉၉၇ ခုနှစ် ဇူလိုင်လ ၂၂ ရက်နေ့မှစ၍ မြန်မာနိုင်ငံသည်လည်း ပါဝင် လက်မှတ်ရေးထိုးခဲ့သည်။ ထိုစာချုပ်တွင် အချက်ပေါင်း ၃၀ ပါရှိပြီး အပိုဒ် ၁၂ တွင် မိသားစုစီမံကိန်း အပါအဝင် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်ခွင့်ကို ခံစားရာ၌ အမျိုးသမီးများနှင့် အမျိုးသားများ တန်းတူခံစားခွင့် ရှိသည်ဟု ဖော်ပြထားသည်။ ၎င်းအချက်ပေါ် အခြေခံ၍ အမျိုးသမီးများအနေဖြင့် ကျန်းမာသန်စွမ်းပြီး ပျော် ရွှင် ငြိမ်းချမ်း လုံခြုံသောဘဝကို နေထိုင်နိုင်ရန်အတွက် အစား အစာ ရယူပိုင်ဆိုင်ခွင့်နှင့် ခံစားခွင့်သည် လွန်စွာ အရေးကြီးသော အခန်းကဏ္ဍ ဖြစ်ပေသည်။ အမျိုးသမီးထုသည် အနာဂတ် မျိုးဆက်သစ်များကို ပြုစုစောင့်ရှောက်ပေးခြင်း ဟူသော အရေးကြီးသည့် အခန်းကဏ္ဍ၌ တာဝန်ယူ ဆောင်ရွက် နေသည့် အုပ်စုဖြစ်ခြင်းနှင့် လူမှုအသိုက်အဝန်းကို ကြားကန် ရပ်တည် ပေးနေသောကြောင့် ကျန်းမာသန်စွမ်းပြီး ဉာဏ်ရည်ထက်မြက် သော အမျိုးသမီးဘဝကို ရယူပိုင်ဆိုင်နိုင်ရန် အရေးကြီးပေသည်။

# အခန်း ၅

# ငြိမ်းချမ်းရေး၊ အစားအစာနှင့် ယဉ်ကျေးမှု

## ဒေသ အစားအစာနှင့် ရိုးရာယဉ်ကျေးမှု ဖလှယ်ပွဲများ၊ မျိုးစေ့မျိုးဆံပြပွဲများ

ဒေသ အစားအစာနှင့် ရိုးရာယဉ်ကျေးမှု ဖလှယ်ပွဲများ၊ မျိုးစေ့မျိုးဆံ ပြပွဲများမှာ ဒေသ အစားအစာ၊ ဒေသ အသိပညာ၊ ဒေသယဉ်ကျေးမှုတို့ကို ဖော်ထုတ်ရာ နေရာဖြစ်ပြီး အစားအစာနှင့် ပတ်သက်ပြီး ကနေ့ ရပ်ရွာများရင်ဆိုင်နေရသည့် ပြဿနာများကိုလည်း ဆွေးနွေးနိုင်သောကြောင့် အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှုဆိုင်ရာ လူထုလှုပ်ရှားမှု၏ အရေးကြီးသောကဏ္ဍ ဖြစ်သည်။ ပညာရှင်များ၊ အရပ်ဘက် အဖွဲ့အစည်းမှ ပုဂ္ဂိုလ်များ၊ အစိုးရဌာနမှ ပုဂ္ဂိုလ်များလည်း တက်ရောက်ကြသည်ဖြစ်ရာ အစားအစာ၊ မျိုးစေ့၊ မြေယာ၊ သစ်တော စသည်တို့နှင့် သက်ဆိုင်သော မူဝါဒ အကြံပေးမှုများကိုလည်း လုပ်ဆောင်နိုင်သည်။ ကဏ္ဍအသီးသီးမှ ပုဂ္ဂိုလ်များကြားတွင် မဟာမိတ်ဖွဲ့နိုင်သော အခွင့်အလမ်းကိုလည်း ပေးပြီး၊ ရပ်ရွာများမှ မိမိတို့ကိုယ်တိုင် လုပ်ဆောင်မည့် အစပြု လုပ်ငန်းများလည်း ထွက်ပေါ်ပါသည်။ ဒေသ အစားအစာနှင့် ရိုးရာယဉ်ကျေးမှု ဖလှယ်ပွဲများ၊ မျိုးစေ့မျိုးဆံပြပွဲများကို မေတ္တာ ဖွံ့ဖြိုးရေးဖောင်ဒေးရှင်းမှ ဦးဆောင်၍ ရုံးခွဲများ အခြေစိုက်ရာ ဒေသများတွင် ပြုလုပ်ခဲ့ပြီး ဖြစ်သည်။ နမူနာအားဖြင့် ရှမ်းပြည်နယ် တောင်ပိုင်းတွင် ကျင်းပခဲ့သော ဒေသ အစားအစာနှင့် ယဉ်ကျေးမှုပြပွဲအကြောင်းကို တင်ပြလိုက်ပါသည်။

## ရှမ်းပြည်နယ် တောင်ပိုင်းတွင် ပြုလုပ်ကျင်းပသော ဒေသ အစားအစာနှင့် ရိုးရာယဉ်ကျေးမှု ဖလှယ်ပွဲ

ဒေသ အစားအစာနှင့် ရိုးရာယဉ်ကျေးမှု ဖလှယ်ပွဲကို ၂၀၁၅ ခုနှစ်၊ ဒီဇင်ဘာလ ၂၉ ရက်နေ့တွင် တောင်ကြီးမြို့ ရှမ်းစာပေနှင့် ယဉ်ကျေးမှုခန်းမတွင် ကျင်းပပြုလုပ်ခဲ့ရာ တက်ရောက်သူပေါင်း ၂၅၀ ဖြင့် တက်တက်ကြွကြွ ရှိခဲ့သည်။ တိုင်းရင်းသားလူမျိုး ၁၂ မျိုး၊ လူမှု အဖွဲ့အစည်းပေါင်း ၁၈ ဖွဲ့၊ အစိုးရဌာန ၆ ခုနှင့် သတင်းမီဒီယာ ၅ ဖွဲ့ ပါဝင်သော ဖလှယ်ပွဲတွင် တိုင်းရင်းသား ရိုးရာအစားအစာ ဟင်းလျာ ၇၉ မျိုးနှင့် ရိုးရာမုန့် ၁၉ မျိုးကို ပြသ ဖလှယ်နိုင်ခဲ့သည်။

### ဆွေးနွေးဖလှယ်ပွဲ ကျင်းပပြုလုပ်ရခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်များ

- တိုင်းရင်းသားများ၏ ရိုးရာ အစားအစာများကို ပြန်လည်ဖော်ထုတ်ဆွေးနွေးနိုင်ရန်။
- ရိုးရာယဉ်ကျေးမှု အမွေအနှစ်များနှင့် ပတ်သက်ပြီး ဝိုင်းဝန်း ဆွေးနွေး ရှေ့ဆက်သွားရန်။
- စားသုံးသူ ပညာပေးရေး လုပ်ငန်းများကို အလွှာအသီးသီးမှ စနစ်တကျ လက်တွဲလုပ်ကိုင် သွားနိုင်ရန်။

### ဆွေးနွေးဖလှယ်ပွဲတွင် ပါဝင်သော အစီအစဉ်များ

- တိုင်းရင်းသား ရိုးရာအစားအစာများ ပြင်ဆင်ချက်ပြုတ်ပြသ စားသုံးခြင်း။
- စားသုံးသူ ပညာပေးပြခန်းများ ပြုလုပ်ပြသခြင်း။
- အစားအစာနှင့် ပတ်သက်ပြီး ဟောပြောဆွေးနွေးပွဲများ ပြုလုပ်ခြင်း။
- တိုင်းရင်းသား ရိုးရာအကများဖြင့် ကပြဖျော်ဖြေခြင်း။
- အစားအစာ ယဉ်ကျေးမှုများနှင့် ပတ်သက်သည့် အခက်အခဲများ ဖော်ထုတ်ကာ ရှေ့ဆက် ဆောင်ရွက်ရမည့် လုပ်ငန်းများအား အတူတကွ ဆွေးနွေးခြင်း။

### အစားအစားနှင့် စားသုံးသူ ပညာပေးကဏ္ဍမှ ဆွေးနွေးချက်များ

ကျန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ်သော အစားအစာများ နည်းပါးလာခြင်းနှင့် ကျန်းမာရေးနှင့် မညီညွတ်သော ပြည်ပ အစားအသောက်များ အရှိန်အဟုန်ဖြင့် လွှမ်းမိုးလာနေခြင်းတို့ကြောင့် စားသုံးသူများအတွက် ဘေးကင်းလုံခြုံမှု အားနည်းလာနေသည်ကို ဆွေးနွေးဖြစ်ခဲ့ကြသည်။ ဆိုးဆေးများနှင့် တာရှည်ခံဆေးများကို စည်းကမ်းမဲ့ အသုံးပြုနေခြင်းများလည်း တိုးပွားလာနေပြီး စားသုံးသူများအနေဖြင့် တိုင်တန်းမှုများ ယခုအထိ မရှိ သေးဟု FDA မှ တာဝန်ရှိသူများ ပြောကြားခြင်းအရ သိရသည်။ ထို့အပြင် အစိုးရ တာဝန်ရှိသူများဘက်မှလည်း အရေးယူ ဆောင်ရွက်မှု အားနည်းသည် (စစ်ဆေးရေး ဂိတ်များလည်း လုံလောက်မှု မရှိ) ဟု ဆွေးနွေးဖြစ်ကြသည်။

### တိုင်းရင်းသား ယဉ်ကျေးမှုကဏ္ဍမှ ဆွေးနွေးချက်များ

ယဉ်ကျေးမှုတွင် ဒြပ်ရှိနှင့် ဒြပ်မဲ့ နှစ်မျိုးရှိပြီး အဆောက်အဦ၊ စေတီ၊ပုထိုးများ၊ ဘုရားကျောင်း စသည်တို့သည် ဒြပ်ရှိများဖြစ်ကာ ရိုးရာပုံပြင်၊ စကားအပြောအဆို၊ ပြဇာတ်များသည် ဒြပ်မဲ့များ ဖြစ်ကြသည်။ ရိုးရာယဉ်ကျေးမှုတွင် မှတ်တမ်းပြုစုထားရှိမှု အားနည်းနေပြီး လွန်ကဲသော ဆန်းသစ်တီထွင်မှုများကြောင့်လည်း မူရင်း ယဉ်ကျေးမှု လက္ခဏာများ လျော့ပါးခဲ့ရသည်များကိုလည်း တွေ့ရသည်။

တိုင်းရင်းသား ရိုးရာယဉ်ကျေးမှုနှင့် အစားအသောက်သည် ဒွန်တွဲနေပြီး ယဉ်ကျေးမှု အားနည်းလာသည်နှင့်အမျှ အစားအသောက် အနေအထိုင်တို့သည်လည်း ပြောင်းလဲလာသည်။

## အစားအစာ ယဉ်ကျေးမှုများနှင့် ပတ်သက်ပြီး လုပ်ဆောင်သွားသင့်သည့် အစပြု လုပ်ဆောင်မှုများ

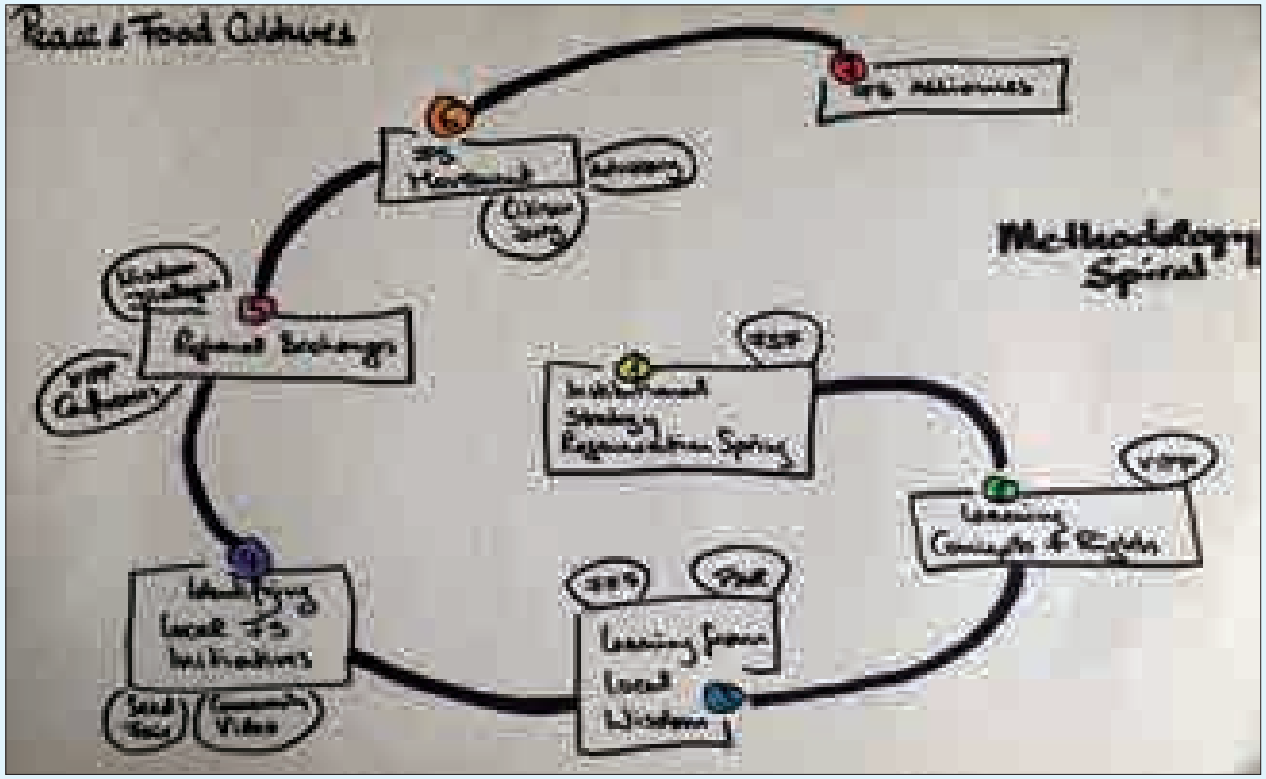
- ရိုးရှင်းပြီး ကျန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ်သော ရိုးရာ အစားအစာများကို ပြန်လည်ဖော်ထုတ် စားသောက်ခြင်း။
- ရိုးရာ အစားအစာများ၊ ယဉ်ကျေးမှုများနှင့် ပတ်သက်၍ စနစ်တကျ မှတ်တမ်းပြုစု ထားရှိခြင်း။
- သဘာဝ စိုက်ပျိုး ထုတ်လုပ်မှုများကို အားပေးပြီး ကျန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ်သော အစားအစာ အရောင်းဆိုင်များ တည်ထောင်ခြင်း။
- လူငယ်များအတွက် စားသုံးသူ ဆွေးနွေးပွဲများ campaign များ ကျင်းပပေးခြင်း။
- စားသုံးသူ ပညာပေး ဆောင်ရွက်မှုများကို စာသင်ကျောင်းများတွင် ရုပ်ပုံများဖြင့် ပညာပေးခြင်း။
- မီဒီယာများ အသုံးပြုကာ စားသုံးသူ ပညာပေးလုပ်ငန်းများနှင့် ရိုးရာယဉ်ကျေးမှု အစားအစာများအား ဖော်ထုတ်ခြင်း။
- တရားဟောသည့် အခါများတွင်လည်း စားသုံးသူ ပညာ ပေးနှင့် ဆက်နွယ်ကာ ထည့်သွင်း ပြောပြပေးခြင်း။
- စနစ်တကျ တိုင်တန်းနိုင်ရန်အတွက် အဖွဲ့အစည်းများ ဖွဲ့ခြင်း၊ ဆက်သွယ်ရေးလမ်းကြောင်းများ တည်ဆောက်ခြင်း။
- သက်ဆိုင်ရာ တာဝန်ရှိသူများမှ ထိထိရောက်ရောက် အရေးယူနိုင်ရန်အတွက် ဝိုင်းဝန်းကူညီခြင်း။

# အခန်း ၆

# အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှုဆိုင်ရာ နည်းလမ်းများ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများနှင့် လေ့ကျင့်ခန်းများ

## ၆-၁။ အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှု၏ လုပ်ငန်းအဆင့်များ

အတွေးအမြင် ပြောင်းလဲမှုတစ်ရပ် ဖြစ်ပေါ်နိုင်ရန်အတွက် ဆိုလျှင် လူတစ်ဦးချင်းအနေဖြင့် မိမိတို့၏ ရွေးချယ်စားသုံးမှုများ၊ အစားအစာနှင့် ဆက်နွယ်သည့် မိမိတို့၏ အတွေ့အကြုံများ စသည်တို့ကို ပြန်လည် သုံးသပ်ဖို့ လိုပါသည်။ ထိုသို့




သုံးသပ်မှသာလျှင် မိမိတို့ အနေဖြင့် သဘာဝ ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ အရှိတရားများ၊ လက်ရှိ အစားအစာ ထုတ်လုပ်မှုဆိုင်ရာ ပြဿနာများနှင့် ပြန်လည် ချိတ်ဆက်မိပါမည်။ သဘာဝ ပတ် ဝန်းကျင်မှာ ကျွန်ုပ်တို့၏ အစားအစာအတွက် လွန်စွာ အရေး ကြီးပါသည်။ ပင်လယ်သမုဒ္ဒရာ၊ တောတောင်၊ မြစ်ချောင်း၊ ရေ၊ လေ၊ သစ်စေ့မှ ရသော စားနပ်ရိက္ခာသည် လူသားအားလုံး ပိုင်သည့် ဘုံပိုင်ပစ္စည်းဖြစ်ပြီး ပုဂ္ဂလိကတစ်ဦးတစ်ယောက် သို့မဟုတ် ကုမ္ပဏီမှပိုင်ဆိုင်ခြင်းမဟုတ်ကြောင်း ရှေ့တစ်ဆင့် တက်၍ စဉ်းစားဖို့ ဖြစ်ပါသည်။ အတွေးအမြင် ပြောင်းလဲခြင်း ဆိုရာ၌ ကျွန်ုပ်တို့ တစ်ဦးချင်းစီ၏ အတွေးများ၊ ခံစားမှုနှင့် အာရုံခံစားမှုများသာမက အခြားအဖွဲ့များနှင့် ထိုအတွေးများ ဝေမျှ၍ စဉ်ဆက်မပြတ် ကျယ်ပြန့်လာနိုင်မည့် လူ့အသိုင်း အဝိုင်းကို ဖန်တီးဖို့ ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသို့ ဖန်တီးလုပ်ဆောင် ရာတွင် 'လက်တွေ့ဆောင်ရွက် – ပြန်လည်သုံးသပ် – ထပ်မံ လက်တွေ့ဆောင်ရွက် (Action-Reflection-Action)' ဟူသော လုပ်ဆောင်မှုစက်ဝန်းကို ကျင့်သုံးနိုင်သလို၊ အုပ်စုလိုက် သင်ယူသော နည်းများဖြင့်လည်း ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့် စားနပ်ရိက္ခာ ဆက်နွယ်မှုများ ပိုအားကောင်းလာအောင် သုံးသပ်လုပ်ဆောင်သွားနိုင်သည်။

## (က) အတွေးအမြင် ပြောင်းလဲခြင်းနှင့် နွေဦးညွှန့်သစ် မဟာဗျူဟာ

မေတ္တာ ဖွံ့ဖြိုးရေး ဖောင်ဒေးရှင်းအနေဖြင့် မိမိ အဖွဲ့အစည်းအတွင်း၌ ပြောင်းလဲခြင်း ပြုလုပ်ရန်အတွက် အတွေးအခေါ် သဘောထားများ စုစည်းထားသည့် 'နွေဦးညွှန့်သစ် (Regeneration Spring)' ခေါ်သော မူဘောင်ကို အခြေခံ၍ အဖွဲ့အစည်းဆိုင်ရာ နည်းဗျူဟာဖြင့် စခဲ့သည်။ ဤဗျူဟာ၏ အဓိက အလေးပေးမှုတစ်ခုမှာ စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှု (Food Sovereignty) ဖြစ်သည်။ အုပ်စုဖြင့် ဆွေးနွေးခြင်း၊ စဉ်းစား ချင့်ချိန်ခြင်းများ နှစ်ကြိမ် ပြုလုပ်ပြီး မေတ္တာ အဖွဲ့အစည်းအတွင်း ဆုံးဖြတ်ချက် ချနိုင်သူများ၏ သဘောတူညီမှု ရရှိရန်နှင့် မေတ္တာရုံးခွဲများမှ အဓိကကျသော ဝန်ထမ်းများမှ စားနပ် ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှု မူဘောင်တွင် ပါဝင်လုပ်ဆောင်ရန် သဘော တူကြသည်။

မတ်လ ၂၀၁၄ ပထမ အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲတွင် မေတ္တာ၏ အဓိက ဆုံးဖြတ်ချက်ချသူများ စုဝေးပါဝင်ကြသည်။ အစားအစာနှင့် သက်ဆိုင်သည့် ကိစ္စရပ်များဖြစ်သော စိုက်ပျိုးခြင်း၊ ထုတ်လုပ်ခြင်း၊ စားသုံးခြင်းတို့နှင့် ပတ်သက်၍ ရှုထောင့်အသစ်များကို ရရှိရန်လည်းကောင်း၊ မြင်ကွင်းကျယ်ပုံကားချပ်ကို နားလည်စေရန်လည်းကောင်း စုပေါင်း ဆွေးနွေးကြခြင်း ဖြစ်သည်။ ဤဆွေးနွေးပွဲတွင် အစားအစာ ထုတ်လုပ်သူ၊ စားသုံးသူတို့နှင့် တွဲလျက်ရှိသည့် ခံစားခွင့်များ (Rights)၊ စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှုအတွက် အရေးတကြီး လိုနေသော ထောက်ခံအားပေးမှု (Advocacy) အကြောင်းများကိုလည်း ထည့်သွင်း ဆွေးနွေးပြီးခဲ့သည်။

ပထမ သဘောတူညီမှုများ ရရှိပြီးနောက် လုပ်ဆောင်ချက်နှစ်ရပ် ထွက်ပေါ်လာသည်။ ပထမတစ်ခုမှာ မေတ္တာရုံးခွဲများ၏ တိုက်ရိုက် တာဝန်ရှိသူများအား အစားအစာ အုပ်စိုး စီမံမှုနှင့် သက်ဆိုင်သည့် အဖွဲ့အစည်းတွင်း စွမ်းရည်မြှင့်တင်မှု စက်ဝန်း (Cycle) အစီအစဉ်တွင် ပါဝင်ရန် ဖိတ်ခေါ်မည်။ တစ်ဖက်တွင် Salas နှင့် Tillman တို့မှ အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှုဆိုင်ရာ စာရွက်စာတမ်းများ၊ သဘောထား အမြင်များ၊ နိုင်ငံတကာမှ ဆွေးနွေးငြင်းခုံမှုများ၊ အတွေ့အကြုံများကို ရှာဖွေစုစည်း၍ သင်ယူမှု အခြေခံအဖြစ် ပြုစုမည်။ ၂၀၁၅ ဖေဖော်ဝါရီလတွင် ပြုလုပ်သည့် ဒုတိယ အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲတွင် ရုံးခွဲများ၏ ဆန္ဒအရ အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲများ အစဉ်လိုက် လုပ်ရန် ဆုံးဖြတ်ကြသည်။ မေတ္တာသည် လုပ်ရိုးလုပ်စဉ် စီမံကိန်း စီမံခန့်ခွဲရေးပုံစံဖြင့် လုပ်နေသည် မဟုတ်ကြောင်း ပိုမိုရှင်းလင်း သိသာလာသည်။ အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှု လှုပ်ရှားမှုတွင် ဦးဆောင်ပါဝင်နိုင်ရန်အတွက် မေတ္တာ ရုံးခွဲအသီးသီးမှ ဝန်ထမ်း ၂၈ ဦးအား ရွေးချယ်ပြီး စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှု အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲများကို အစဉ်လိုက် တက်စေသည်။ ထို့နောက် သူတို့ သင်ယူရရှိသည့် သဘောတရားများ၊ နည်းလမ်းများနှင့် နည်းစနစ်များကို အသုံးချ၍ ကျေးရွာဆွေးနွေးပွဲများ၊ ရပ်ရွာမှ ပူးပေါင်းပါဝင်သည့် သုတေသနလုပ်ငန်းများ၊ ရပ်ရွာက လုပ်ဆောင်လိုသည့် အနာဂတ်လုပ်ငန်းများ စသည်တို့ကို ဖော်ထုတ် လုပ်ဆောင်ကြပါသည်။ အဖွဲ့အစည်းအတွင်း အတွေးအမြင် ပြောင်းလဲခြင်းကို ရှေးရှု၍ မိမိတို့၏ ရုံးခွဲများ အတွင်း၌လည်း ဝေမျှဆွေးနွေးမှုများ လုပ်ခဲ့ပါသည်။ ထို့အတူ မိတ်ဖက် အဖွဲ့အစည်းများနှင့်လည်း ဝေမျှဆွေးနွေး၍ မဟာမိတ်ဖွဲ့ယူခဲ့သည်။

### (ခ) သင်ယူမှု သဘောတရားများ

၂၀၁၅၊ ဩဂုတ်လတွင် ခုနစ်ရက် ကြာမြင့်သော အလုပ်ရုံ ဆွေးနွေးပွဲကို ပဲခူးခ္ဍ ပြုလုပ်ခဲ့သည်။ 'အများပြည်သူမှ ပူးပေါင်းပါဝင်၍ ရုပ်ပုံများဖြင့် ပုံဖော်ဆွေးနွေးခြင်း' လုပ်နည်းကိုင်နည်းများကို အသုံးပြု၍ ဆွေးနွေးကြပါသည်။ ထိုလုပ်နည်းကိုင်နည်းများသည် တစ်ဦးချင်းအလိုက်လည်းကောင်း၊ အုပ်စုလိုက် လည်းကောင်း သုံးသပ်တွေးခေါ်ခြင်းကို ဖြစ်စေသည်။ 'စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှု မူဘောင်'၏ အခြေခံ သဘောတရားများမှာ သဘာဝတရား၊ စားနပ်ရိက္ခာစနစ်များ၊ ဇီဝမျိုးကွဲမှုများ၊ ကွဲပြားသော ယဉ်ကျေးမှုများ၊ အစားအစာ ထုတ်လုပ် စားသုံးခြင်းဆိုင်ရာ ဌာနေ အသိပညာများ စသည်တို့၏ အားသာချက်များကို အသိအမှတ်ပြုရန် ဖြစ်သည်။ စားနပ်ရိက္ခာ ဖူလုံခြင်း (Food Security) နှင့် စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှုတို့ကို ခွဲခြားသိမြင်ရန် လိုအပ်သည်ဟုလည်း ခံယူသည်။ ထို့ပြင် အစားအစာနှင့် သက်ဆိုင်သော ရပိုင်ခွင့်များ၊ အခွင့်အရေးများ (Rights) ကို အလေးထားရန်နှင့် ထိုအခွင့်အရေးများမှာ တစ်ခုနှင့်တစ်ခု အပြန်အလှန် ပတ်သက်နေသောကြောင့် တစ်ခုချင်း ခွဲထုတ်ကျင့်သုံးခြင်းထက် တစ်စုတစ်ဝေးတည်း ကျင့်သုံးရန် လိုသည်ဟုလည်း အခြေခံ သဘောတရားများက ဆိုသည်။

### (ဂ) ဒေသခံ အသိပညာမှ သင်ယူခြင်း

၂၀၁၅ ခုနှစ် နိုဝင်ဘာလတွင် ရှမ်းပြည်နယ်မြောက်ပိုင်း၊ လားရှိုးမြို့၌ ကျင်းပပြုလုပ်ခဲ့သော အလုပ်ရုံ ဆွေးနွေးပွဲ၌ အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှုဆိုင်ရာ နည်းလမ်းများကို အရှိန်မြှင့် ဆွေးနွေးခဲ့ကြသည်။ ၁၀ ရက်ကြာ ဆွေးနွေးပွဲတွင် သင်ယူသူများ အနေဖြင့် အများပါဝင် ဆောင်ရွက်သည့် နည်းလမ်းများစွာကို သင်ယူရရှိပြီး ဒေသခံများ၏အသံများအား အသိအမှတ်ပြုရန်နှင့် ဒေသခံများ ပူးပေါင်းပါဝင်ရန် နည်းလမ်းများကို လက်တွေ့ကျင့်သုံးနိုင်ကြသည်။ အထူးပြုရသည့် နည်းလမ်းမှာ လူထုပူးပေါင်းပါဝင်မှုဖြင့် ကျေးရွာအခြေအနေကို ဆန်းစစ်လေ့လာခြင်း (PAR) ဖြစ်သည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် ဒေသခံ လူထုများနှင့် အပြန်အလှန် ပြောဆိုခြင်း၊ ဒေသခံများတွင် လုပ်ပိုင်ခွင့် အာဏာ ရှိစေခြင်း၊ အပြန်အလှန် ယုံကြည်လေးစားမှုကို တည်ဆောက်ခြင်း စသည့် တန်ဖိုးကောင်းများကို မွေးမြူကာ ဒေသခံများ လိုချင်သော အစားအစာ ထုတ်လုပ်မှုပုံစံများ၊ သယံဇာတ စီမံခန့်ခွဲမှုပုံစံများ၊ သုခချမ်းသာကို ဖြစ်စေသော ဘဝနေထိုင်မှုပုံစံများကို ပံ့ပိုးကူညီသူများနှင့် ဒေသခံတို့ အတူတကွ ပူးပေါင်း ပုံဖော်ကြခြင်း ဖြစ်သည်။ PAR သည် အသိပညာ ဆည်းပူးခြင်းနှင့် လက်တွေ့ဆောင်ရွက်ခြင်းတို့ကို ဟန်ချက်ညီစေပြီး အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှု လုပ်ငန်းစဉ်အတွက် အသင့်တော်ဆုံး နည်းလမ်း ဖြစ်ပါသည်။

လာရှိုးမြို့တွင် ကျင်းပပြုလုပ်ခဲ့သော အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှုဆိုင်ရာ အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ၌ မေတ္တာရုံးခွဲအသီးသီးမှ ဝန်ထမ်းများ တက်ရောက်၍ စုပေါင်းသင်ယူမှုများ ပြုလုပ်ခဲ့ကြသည်။

### (ဃ) ဒေသ စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှု ရှေ့ပြေး လုပ်ငန်းများအား ရွေးချယ်ဖော်ထုတ်ခြင်း

၂၀၁၆ ခုနှစ် မတ်လတွင် မြစ်ကြီးနား CARD စင်တာ၌ ခုနစ်ရက်ကြာ အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ တစ်ခုကို ဆက်လက် လုပ်ဆောင်ခဲ့ပါသည်။ ထိုဆွေးနွေးပွဲတွင် ရုံးခွဲအလိုက် ပြုလုပ်ခဲ့သော ကျေးရွာဆွေးနွေးပွဲများမှ ရလဒ်များကို တင်ပြဆွေးနွေးခဲ့ကြပြီး၊ ဆက်လက်လုပ်ဆောင်မည့် ရှေ့ပြေး လုပ်ငန်းများကို လည်း ရွေးချယ်ဖော်ထုတ်ကြသည်။ ရည်ရွယ်ချက်မှာ ရပ်ကျေးလူထု၏ ချမ်းသာသုခ (Wellbeing)အား ဖန်တီးနိုင်ရန်အတွက် ဖြစ်သည်။ ကျေးရွာဆွေးနွေးပွဲများတွင် အမျိုးသမီးအုပ်စုများ၊ အသက်အရွယ် ကြီးရင့်သူများ၊ လူရွယ်များနှင့် အမျိုးသားများသည် ၎င်းတို့၏ အသံများကို ဖော်ထုတ်ခွင့်ရ၍ အားတက်ကြသည်။ မိမိတို့၏ မျိုးစေ့မျိုးဆံများ၊ အစားအစာ ကွဲပြားမှုများဖြင့် မိမိတို့၏ ဟုတ်မှန်သော ဘဝကို ပြသနိုင်ခြင်း၊ အတွေ့အကြုံများ ဝေမျှနိုင်ခြင်း၊ ရပ်ကျေးဒေသမှ ရိုက်ကူးသည့် ဗီဒီယိုများ စသည့် ဆက်သွယ်ရေးနည်းလမ်း အမျိုးမျိုးဖြင့် အပြန်အလှန် သင်ယူနိုင်ခြင်း စသည်တို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်ခဲ့ခြင်းကြောင့်လည်း ဖြစ်သည်။ ပထဝီ အနေအထားအရ လည်းကောင်း၊ ယဉ်ကျေးမှုအရလည်းကောင်း ကွဲပြားမှုများ ရှိနေသည့်အတွက် ရပ်ရွာများက လုပ်ဆောင်လိုသော စားနပ်ရိက္ခာလုပ်ငန်း ပထမ ခြေလှမ်းများ (FS Initiatives) များမှာ လည်း ကွဲပြားခြားနားကြပါသည်။ သို့ပေမဲ့ ဤလုပ်ငန်းစဉ်မှ တစ်ဆင့် ရပ်ရွာများအနေဖြင့် မိမိတို့၏ အစားအစာနှင့် ပတ်သက်သော ဆုံးဖြတ်ချက်များကို မိမိတို့ကိုယ်တိုင် ရွေးချယ်ချမှတ်ခွင့် ရရှိကြပါသည်။

### (c) ဒေသတွင်း၌ ဌာနေ အသိပညာများ အပြန်အလှန် ဖလှယ်ခြင်း

ဒေသရုံးခွဲများသည် စားနပ်ရိက္ခာလုပ်ငန်း ပထမခြေလှမ်းများ၏ အတွေ့အကြုံများအား ချဲ့ထွင်ရှင်းပြရန် နည်းလမ်းများ လုပ်ဆောင်ကြသည်။ ဥပမာ – သက်ဆိုင်သူ ကဏ္ဍစုံမှ ပုဂ္ဂိုလ်များ ပါဝင်သော (ညီလာခံ) ညှိနှိုင်း ဆွေးနွေးပွဲများအပြင်၊ ထုတ်လုပ်သူများ၊ သိပ္ပံပညာရှင်များ၊ ကျွမ်းကျင်သူများ၊ နည်းပညာရှင်များနှင့် အပြန်အလှန် ဆွေးနွေးခြင်းများ ဖြစ်သည်။

### (စ) အရေးဆိုခြင်းနှင့် ထောက်ခံအားပေးခြင်း

စိုက်ပျိုးရေးနှင့် စားနပ်ရိက္ခာ ပေါ်လစီကောင်းများကို ဖော်ထုတ်ပံ့ပိုး၍ နိုင်ငံတော်အဆင့်၌ ငြိမ်းချမ်းသော ပြောင်းလဲမှုကို ဖြစ်ပေါ်စေရမည်။ ကျေးလက်ဒေသရှိ စားနပ်ရိက္ခာ ထုတ်လုပ်သူများ၊ မြို့ပေါ်နေ စားသုံးသူများ၊ အသိပညာရှင်များ အပြင် အခြား မဟာမိတ်များအတွက်ပါ လုပ်ပိုင်ခွင့်များ ရရှိစေမည်။

### (ဆ) စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှု မဟာမိတ်ဖွဲ့ခြင်းနှင့် ပူးပေါင်း ဆောင်ရွက်ခြင်း

နိုင်ငံတကာမှ အခြေခံလူထု (grassroots) များနှင့် ပူးပေါင်းရန်အတွက် ဆုံးဖြတ်ချက်များ၊ နည်းဗျူဟာများ ချမှတ်နိုင်သည်။ ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့် တရားမျှတမှုကို ကာကွယ်ရန်အတွက် အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှု လှုပ်ရှားမှုကို လက်ခံယုံကြည်သည်။

## ၆–၂။ ရပ်ကျေးလူထု အတူတကွ ပူးပေါင်းပါဝင်သော သုတေသန (PAR)

PAR နည်းသည် သုတေသန လုပ်ငန်းစဉ်တွင် ရပ်ကျေးလူထုအား ဘေးမှနေ၍ စောင့်ကြည့်သူများအဖြစ်မှ ကိုယ်တိုင်ပါဝင်ဆောင်ရွက်သူများအဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲယူသည့် နည်းလမ်းဖြစ်သည်။ PAR တွင် ရပ်ကျေးလူထုကို အသိပညာရှိသော သူများ၊ သိသောသူများအဖြစ် အလေးထားသည်။ ထို့အပြင် ရပ်ကျေးလူထုမှာ မိမိတို့၏ အသိပညာ၊ မိမိတို့၏ အရေးကိစ္စများနှင့်ပတ်သက်ပြီး လုပ်ပိုင်ခွင့်အာဏာနှင့် မိမိတို့ သဘောအတိုင်း ဖြန့်ဝေသုံးစွဲခွင့် ရှိသည်ဟုလည်း ယုံကြည်သည်။ ထိုအသိပညာကို ဖော်ထုတ် သုံးစွဲ၍ မိမိတို့၏ စိတ်ကူးအိပ်မက်နှင့် ရည်မှော်ချက်များကို အကောင်အထည်ဖော်ဖို့ ဖြစ်သည်။ တစ်ချိန် တည်းမှာပင် ရပ်ကျေးလူထုကိုယ်တိုင် ပံ့ပိုးကူညီသူများအဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲရောက်ရှိလာနိုင်သည်။ အလွယ်ဆိုရလျှင် PAR သည် ရပ်ကျေးလူထုများမှ မိမိတို့၏ ရပိုင်ခွင့်များ၊ လုပ်ပိုင်ခွင့်များနှင့် အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းမှုများအား မိမိတို့ကိုယ်တိုင် ကာကွယ်ထိန်းသိမ်းနိုင်သော နည်းလမ်း ဖြစ်သည်။ အခြေခံ သဘောတရားအားဖြင့် 'လက်တွေ့ဆောင်ရွက် – ပြန်လည် သုံးသပ် – ထပ်မံ၍ လက်တွေ့ဆောင်ရွက်' ခြင်း ဖြစ်သည်။ PAR နည်းလမ်းအချို့မှာ –

- စောင့်ကြည့်လေ့လာ အကဲခတ်ခြင်း (ရပ်ကျေးလူထုနှင့် အတူ နေထိုင်လုပ်ကိုင်ပြီး၊ ဒေသအစားအစာများ စားသောက်၍ ရွာအတွင်း၌ လှည့်လည်သွားလာကာ မေးခွန်းများ မေးခြင်း)
- မတူသော ယဉ်ကျေးမှုများအကြား အပြန်အလှန် ဆွေးနွေးခြင်း၊ အပြုသဘော ဆောင်သော တုံ့ပြန်မှုပေး၊ အပွင့်မေးခွန်းများ မေး (ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ အသုံးအနှုန်း၊ တိကျသောစကား စသည်တို့အား ယဉ်ကျေးမှု အသိ ရှိစွာ အလေးထားရမည်။ မိမိကိုယ်ကိုလည်း ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ဝေဖန်၍ ဘက်လိုက်ခြင်းများ၊ ယေဘုယျသဘော သိမ်းကျုံး မှတ်ယူခြင်းများကိုလည်း ရှောင်ရမည်။)
- ပူးပေါင်းမြင်ယောင် ပုံဖော်ခြင်း (ဒေသ အသိပညာများနှင့် ပြဿနာရပ်များကို ရပ်ကျေးလူထုနှင့်အတူ ရှုပ်ပုံများရေးဆွဲ၍ ပူးပေါင်းပုံဖော် ဆွေးနွေးခြင်း)
- သုတေသန ဦးဆောင်သူများမှ ရေးသားထားသော အကြောင်းအရာများကို ရပ်ကျေးလူထုအား ပြန်လည် ရှင်းပြ၍ အတူတကွ အနက်ဖော် ဆွေးနွေးခြင်း၊ အတွေးအခေါ်များ တည်ဆောက်ခြင်း။
- အများကို ပါဝင်ဆုံးဖြတ်စေသည့် ပံ့ပိုးမှု (စားပွဲဝိုင်းတွင် တခမ်းတနား ထိုင်၍ အစည်းအဝေး ပြုလုပ်မည့်အစား PAR ပံ့ပိုးသူသည် Focus Group များကဲ့သို့ ရွာသားအုပ်စုများ၊ ကျေးရွာတွင် ဆုံတွေ့ခြင်းများ၊ ထုတ်ဖော်ပြောဆိုခြင်းအား ဖန်တီး၍ အမျိုးသမီးများ၊ အမျိုးသားများ၊ ကလေးများ စသည်ဖြင့် တစ်ဦးစီတိုင်းမှ ပါဝင်ပြောဆိုခွင့် ရရှိသည်။)

## ရပ်ကျေးလူထု အတူတကွ ပူးပေါင်းပါဝင်သော သုတေသနလုပ်ဆောင်မှု (PAR) အတွက် လက်တွေ့ဆောင်ရွက်ခြင်းနှင့် ပံ့ပိုးကူညီမှုဆိုင်ရာ နမူနာပုံစံများနှင့် လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများ

(Tools နမူနာအချို့ကိုသာ ဖော်ပြထားခြင်းဖြစ်ပြီး မည်ကဲ့သို့ ပံ့ပိုး လုပ်ဆောင်သွားမည်ကို PAR Manual လက်စွဲစာအုပ်တွင် လေ့လာနိုင်ပါသည်။)

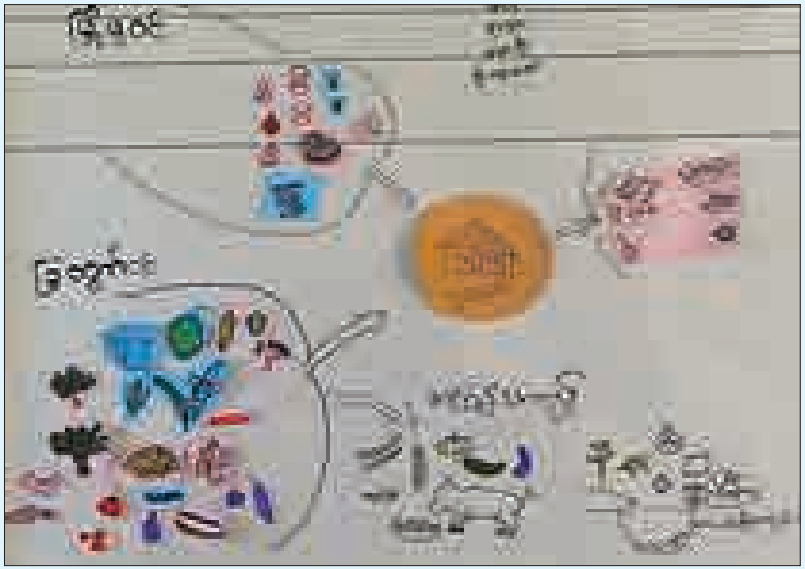
### နေရာနှင့်ဆက်စပ်သော နည်းလမ်းများ (Space Tools)

**ကျေးရွာကို ကန့်လန့်ဖြတ် လျှောက်ခြင်းနှင့် ကန့်လန့်ဖြတ်မြေပုံ ရေးဆွဲခြင်း (Transect Walk and Transect Map)**

ကျေးရွာ ကန့်လန့်ဖြတ် လျှောက်ခြင်းနှင့် ကန့်လန့်လျှောက် မြေပုံကို ဝိုင်းဝန်း ပုံဖော်ခြင်းအားဖြင့် ကျေးရွာ၏ ရေမြေအနေအထား၊ အသက်မွေး ဝမ်းကျောင်းနှင့် အစားအစာ အခြေအနေများကို လေ့လာသိရှိနိုင်သည်။

## အရင်းအမြစ် စီးဆင်းမှု (Resource Flow)

အရင်းအမြစ် စီးဆင်းမှု နည်းလမ်းမှတစ်ဆင့် မိသားစု တစ်စု၊ သို့မဟုတ် ကျေးရွာဒေသတစ်ခု၏ အစားအစာနှင့် အရင်းအမြစ် ထုတ်လုပ်နိုင်မှု၊ အစားအစာနှင့် ပတ်သက်ပြီး ပြင်ပကို မှီခိုမှု၊ ထုတ်ကုန်များ အပြင်သို့ စီးဆင်းမှုများနှင့် အလေအလွင့် အသုံးချမှုများကို ပြန်လည်သုံးသပ် တွေ့မြင်နိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။



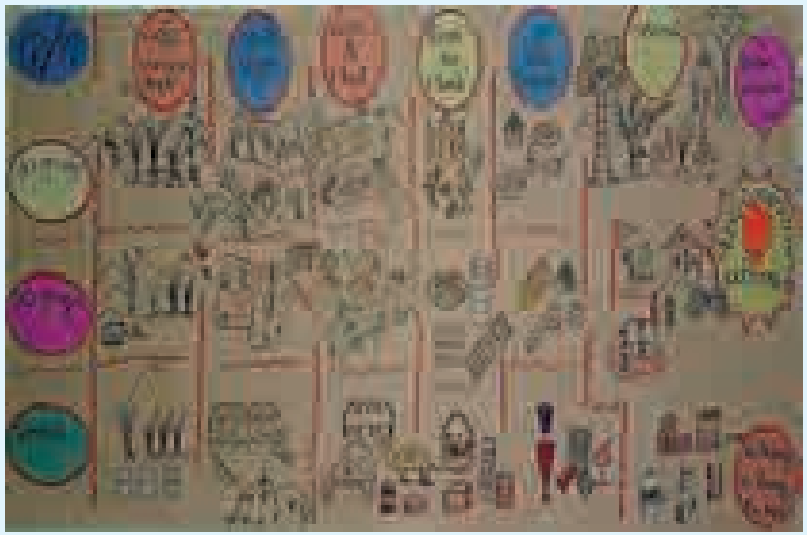
## အရင်းအမြစ်ပြမြေပုံ (Resource Map)

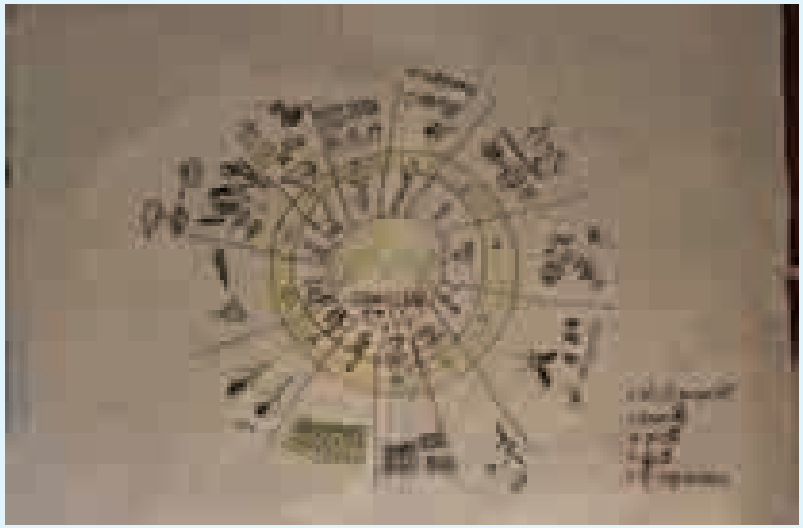
ကျေးရွာတစ်ရွာ၏ အရင်းအမြစ်များဖြစ်သော စိုက်ပျိုးမြေများ၊ သစ်တောများ၊ ရေအရင်းအမြစ်များနှင့် အခြားသော အရင်းအမြစ်များ၏ အခြေအနေနှင့် ပတ်သက်ပြီး ပိုမို သိရှိလာနိုင်မည်ဖြစ်သလို အကျိုးရှိရှိ အသုံးချနိုင်ဖို့အတွက် လည်း ကျေးရွာအတွင်း၌ သုံးသပ် ဆွေးနွေးနိုင်မည် ဖြစ်သည်။

## အချိန်နှင့် ဆက်စပ်သော နည်းလမ်းများ (Time Tools)

### သမိုင်းပြဇယား (Historical Diagram)

သမိုင်းအခြေအနေကို လေ့လာပြီး အတိတ်ကာလ၏ အစားအစာ ထုတ်လုပ်နှင့် စားသောက်မှုပုံစံများ၊ ကိုးကွယ် ယုံကြည်မှုများနှင့် ဓလေ့ရိုးရာများ စသဖြင့် အဆင့်ဆင့် ပြောင်းလဲမှု အခြေအနေများကို ဆန်းစစ် သိရှိနိုင်သည်။





### ရာသီခွင်ပြ ပြက္ခဒိန် (Seasonal Calendar)

ရာသီခွင်ပြ ပြက္ခဒိန်ကို ကျေးရွာတွင် အတူတကွ ပုံဖော် ရေးဆွဲခြင်းအားဖြင့် လစဉ်အလိုက် အစားအစာ ထုတ်လုပ်နိုင်မှု၊ စားသုံးမှု အခြေအနေများကို ပိုမို ရှင်းလင်းစွာ တွေ့မြင်ရပြီး သုံးသပ် ဆွေးနွေးနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။

### နေ့စဉ်စားသုံးမှု သံသရာ (Daily Circle)

ယခုလေ့ကျင့်ခန်းအား လုပ်ဆောင်ခြင်းအားဖြင့် နေ့စဉ် စားသုံးမှု အလေ့အထများနှင့် စားသုံးသည့် အစားအစာများအကြောင်းကို ပိုမို သိရှိလာနိုင်မည် ဖြစ်သည်။

### အမှတ်ပေး နှိုင်းယှဉ်၍ လက်ရှိအခြေအနေအား သုံးသပ်ခြင်း (Matrix)

မတူညီသော သီးနှံများ၊ သစ်သီးဝလံများနှင့် အစားအစာ ထုတ်ကုန်ပစ္စည်းများ၏ အသုံးဝင်ပုံများကို ရှုထောင့်စုံမှ နှိုင်းယှဉ်လေ့လာ၍ အမှတ်ပေးခြင်းအားဖြင့် မိမိဒေသ၏အစားအစာဆိုင်ရာ အခြေအနေ အရပ်ရပ်ကို သုံးသပ် လေ့လာနိုင်သလို မိမိတို့ လိုလားသော ဦးတည်ရာ လမ်းကြောင်းကိုလည်း ကြံစည် ဖော်ဆောင်နိုင်မည် ဖြစ်သည်။

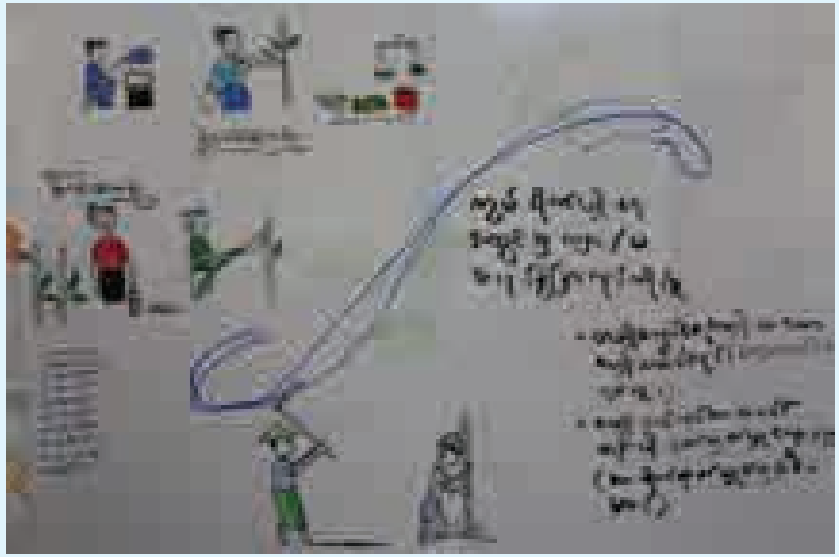
## အသိပညာနှင့် အတွေ့အကြုံကို အခြေခံသော နည်းလမ်းများ (Wisdom Tools)

### ဘဝပုံရိပ် (Biography)

လူတစ်ဦးချင်း၏ ဘဝပုံရိပ်ကို ပုံဖော်ခြင်းဖြင့် လူမှုဘဝ၊ နေထိုင် စားသောက်မှု ပုံစံ၊ ယဉ်ကျေးမှု၊ ကိုးကွယ် ယုံကြည်မှု စသည်တို့ကို လေ့လာ သုံးသပ်နိုင်သည်။ အချင်းချင်း ပြန်လည် ဝေမျှနိုင်သည်။

### အတိတ်၊ ပစ္စုပ္ပန်နှင့် အနာဂတ်အား ပုံဖော်ခြင်း (Drawing the Vision)

ကျေးရွာတစ်ခု၏ အတိတ်ကို ပြန်လည်သုံးသပ်၊ ပစ္စုပ္ပန်ကို စဉ်းစား၊ အနာဂတ်ကို ပုံဖော်ကြည့်ခြင်းအားဖြင့် ရပ်ရွာလူထုအနေဖြင့် မည်သို့သော အစားအစာဆိုင်ရာ အနာဂတ်ကို လိုလားသနည်းဆိုသည်ကို ဖော်ထုတ်နိုင်သကဲ့သို့ ဖြစ်ပြီး၊ ဖြစ်ဆဲနှင့် ဖြစ်လတ္တံ့သော အခြေအနေများကိုလည်း ရိပ်စား နားလည်နိုင်မည် ဖြစ်သည်။

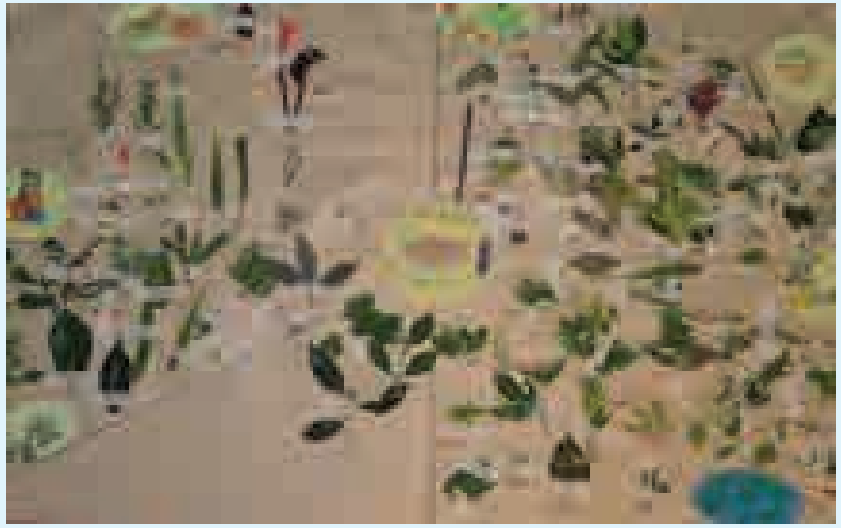


### အစားအစာထုတ်လုပ်မှုအတွင်း ကျားမဆိုင်ရာ ခြားနားချက်များ (Gender Differences)

လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်း၌ အလုပ်အကိုင်နှင့် ပတ်သက်လာလျှင် အမျိုးသားများ ကသာ အဓိက ဦးဆောင်သည်ဟု ယူဆလေ့ရှိသည်။ သို့သော် တကယ့်လက်တွေ့ တွင်မူ အမျိုးသမီးများ တာဝန်ယူရသော ကိစ္စများမှာ မနည်းလှပါ။ ယခု လေ့ ကျင့်ခန်းကို လုပ်ဆောင်ခြင်းဖြင့် ထိုအချက်ကို တွေ့မြင်သုံးသပ်နိုင်သည်။

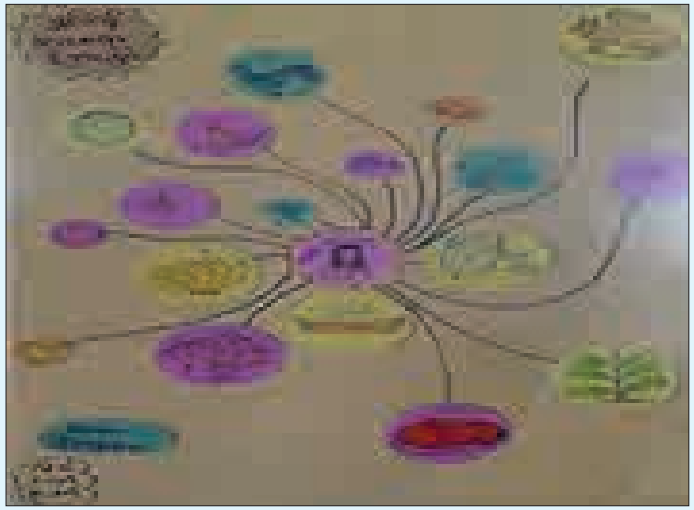
### အပင်မျိုးကွဲများကို စုဆောင်းလေ့လာခြင်း (Ethno-Taxonomy)

ဒေသခံများကိုယ်တိုင် မိမိတို့ဝန်းကျင်ရှိ အပင်များကို စုဆောင်းပြီး အုပ်စုဖွဲ့ ကြည့်ခြင်းအားဖြင့် ဒေသ၏ အပင်အမျိုးအစား စုံလင်မှုနှင့် အသုံးဝင်ပုံများကို အသိအမှတ်ပြုနိုင်မည်။



**အပင်တစ်ပင်၏အသုံးဝင်ပုံ (Plant and Tree Use)**

အပင်တစ်မျိုး၏ အသုံးချနိုင်မည့် ကဏ္ဍအစုံ အသုံးဝင်ပုံများကို ကောင်းစွာ ရှင်းလင်းလာပြီး ဒေသထုတ်ကုန်များကို ပိုမို ထုတ်လုပ်နိုင်မည် ဖြစ်သည်။



**အနာဂတ်ပုံရိပ် (Vision of Future)**

ယခုလေ့ကျင့်ခန်းကို လုပ်ဆောင်ခြင်းမှ ဒေသ၏အနာဂတ်ကို ပိုမို ရှင်းလင်းစွာ သိမြင်နိုင်မည်ဖြစ်ပြီး ရှေ့လုပ်ငန်းစဉ်များကိုလည်း သေချာစွာ ချမှတ်ပြုလုပ်နိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။

**ဗင်းန် ပုံကားချပ် (Venn Diagram)**

မိမိ နေ့စဉ်စားသုံးနေသည့် အစားအစားများသည် မိမိနှင့် မည်မျှ ကွာဝေးသောအရပ်မှ လာသနည်း ဆိုသည်ကို ဖော်ထုတ်သည့် လေ့ကျင့်ခန်း ဖြစ်သည်။ စားသောက်နေသော အစားအစာ အမျိုးအစားများကို သိရှိရုံမျှမက လက်လှမ်းမီနိုင်မှု အခြေအနေများကိုလည်း ဆန်းစစ် သိရှိနိုင်သည်။

# အခန်း ၇

# PAR စက်ဝန်းနှင့် လူထုလှုပ်ရှားမှု

## (၁) ကျေးရွာအလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲများပြုလုပ်ခြင်း

### ၁–၁။ ကြိုတင်အသိပေး အကြောင်းကြားခြင်း

မိမိတို့ လုပ်ဆောင်မည့် ရပ်ကျေးလူထုမှ အတူတကွ ပူးပေါင်း ပါဝင်သော အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှု အစီအစဉ်ကို ကျေးရွာတွင် အကောင်အထည်ဖော်မည် ဆိုပါက ကျေးရွာလူထုကို အချိန်မီ ကြိုတင်အသိပေး အကြောင်းကြားရမည်။ ပါဝင်စေလိုသည့် လူအရေအတွက်၊ ဦးတည်အုပ်စုနှင့် ဆွေးနွေးမည့် အကြောင်းအရာ အကျဉ်းချုပ်တို့ကို ကြိုတင် ပြောပြထားပေးရမည်။ ဆွေးနွေးမှု ပထမအဆင့်တွင် အောက်ပါကိစ္စ ရပ်များကို အလေးပေး ဆောင်ရွက်ဖို့ လိုအပ်သည်။

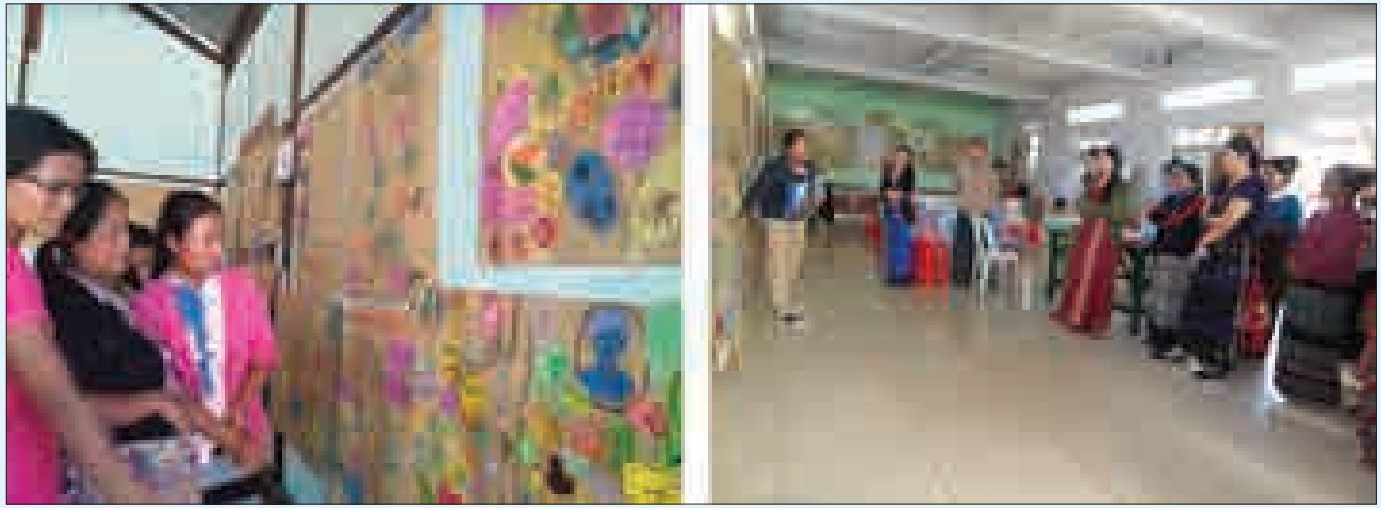
**၁–၂။ ကျေးရွာ၌ လုပ်ဆောင်မည့် အစီအစဉ်များအား မိတ်ဆက်ဆွေးနွေး၍ သဘောတူညီမှုရယူခြင်း**

**၁–၃။ ဖော်ထုတ်ဆွေးနွေးချက်များအား ပြန်လည်ဆန်းစစ်ခြင်း**

**၁–၃။ အတွေ့အကြုံ အသိပညာများနှင့် ဆွေးနွေးဖွယ်ရာ ကိစ္စရပ်များကို ရုပ်ပုံများ အတူတကွရေးဆွဲ၍ ဖော်ထုတ်ဆွေးနွေးခြင်း**

**၁–၅။ ဖော်ထုတ်ထားသည့် အရာများအား အဓိပ္ပာယ်ရှင်းလင်းပြခြင်း**

၁–၆။ ဆွေးနွေးဖော်ထုတ်ပြီး ရလဒ်များကို ပြခန်းအဖြစ် ဖန်တီးပြသ ရှင်းလင်းခြင်း



၁–၇။ အစားအစာဆိုင်ရာ ကနဦးလုပ်ဆောင်သွားမည့် လုပ်ငန်းစဉ်များ ဖော်ထုတ်ခြင်း

## ကနဦးလုပ်ဆောင်မည့်လုပ်ငန်းများ ဖော်ထုတ်ခြင်းအတွက် နမူနာများ

မေတ္တာ ဖွံ့ဖြိုးရေးဖောင်ဒေးရှင်းမှ အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှုဆိုင်ရာ ပံ့ပိုးကူညီသူများအဖွဲ့သည် မြစ်ကြီးနားမြို့နယ်အတွင်းမှ ကျေးရွာ လေးရွာတွင် အလုပ်ရုံ ဆွေးနွေးပွဲများကို လုပ်ဆောင်ခဲ့ပြီး၊ ကျေးရွာလူထုမှ သဘောတူညီသည့် အနာဂတ် လုပ်ငန်းစဉ်များကို ဖော်ထုတ်ခဲ့ပါသည်။ အဆိုပါ လုပ်ငန်းများကို ကျေးရွာအလိုက် အောက်ပါအတိုင်း မြင်တွေ့နိုင်ပါသည်။

### နဂန်ကျေးရွာ

- မြေယာ၊ သစ်တောနှင့် ပတ်သက်သော ဘာသာရေးယုံကြည်မှုနှင့် တန်ဖိုးထားမှုများအား ပြန်လည်သုံးသပ်စစ်ဆေးရန်၊ အခြား ရပ်ကျေးလူထုများနှင့် အသိပညာဖလှယ်ရန်၊ မိမိတို့၏ မြေယာကို ယူငင်သွားသူများအတွက် သင့်မြတ်သော စိတ်ဖြင့် ဆုတောင်းပေးရန်။
- အရည်အသွေးရှိသော ဘဝနှင့် ကောင်းမွန်သော ကျန်းမာရေးကို ရရှိရန်အတွက် သစ်တောထွက် စားနပ်ရိက္ခာအား အများ သဘောတူ ဆုံးဖြတ်ချက်ဖြင့် ယူငင်သုံးစွဲရန်။
- ကချင်လူမျိုးတို့၏ အမှတ်လက္ခဏာဖြစ်သော ပိန်းဥ၏ ရိုးရာဓလေ့ အဓိပ္ပာယ်နှင့် အသုံးပြုပုံများအား ပြန်လည်ဖော်ထုတ်ရန် ။

### ငါးဦးကျေးရွာ

- ဓာတုသွင်းအားစုကို လျှော့ချပြီး သဘာဝ စိုက်ပျိုးရေးကို ပြန်လည် ရှင်သန်အောင် ပြုလုပ်ခြင်းအားဖြင့် အာဟာရပြည့်ဝသော အစားအစာများကို စားသုံးရန်။
- အိမ်ဥယျာဉ်များအတွက် ဒေသရင်း မျိုးစေ့များကို ပြန်လည် ရှင်သန်စေပြီး၊ အထွက်တိုး မျိုးစေ့များ သုံးစွဲခြင်းကို ရပ်ဆိုင်းရန်။
- မြေယာရပိုင်ခွင့်နှင့် လုပ်ပိုင်ခွင့်များအတွက် အမျိုးသမီး အုပ်စုများမှ ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ရန်။
- ဘိုးဘွားများ၏ဓလေ့ထုံးစံအတိုင်း ကြက်မျိုးရင်း ၃၀ ရှိသည်ကို ဆက်လက်မွေးမြူရန်၊ အခြား အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်များ မွေးမြူခြင်းဖြင့် မိသားစုတစ်စုစီအတွက် အရည်အသွေးပြည့်သော အစားအစာနှင့် ကောင်းသော အာဟာရကို ရရှိနိုင်စေရန်။
- သစ်တောထွက် စားနပ်ရိက္ခာနှင့် ရေကို ရရှိစေပြီး၊ အများ သဘောတူသော မြေယာ အုပ်စိုးစီမံမှုအား ရှာသားများ ရရှိရန်။

### မလိယန်ကျေးရွာ

- သစ်သီးခြံများတွင် ကောက်ပဲသီးနှံများ ကြားညှပ် စိုက်ခြင်းအား ပြင်ပမျိုးစေ့နှင့် ဓာတုများ မပါဘဲ စမ်းသပ် စိုက်ပျိုးရန်။
- သစ်တောမှ ရေရယူခြင်းနှင့် အိမ်ခြံဥယျာဉ်အတွက် ရေသွယ်မြောင်းဖောက်ခြင်းအား အမျိုးသမီး အုပ်စုများမှ ဦးဆောင်ပြုလုပ်ရန်။
- မုဆိုးများ၊ ထောင်ချောက်ဆင်၍ သားကောင်ဖမ်းသူများနှင့် စီးပွားဖြစ် ငှက်ပျောစိုက်သူများ၏ ဝင်ရောက်ခြင်းမှ ကာကွယ်ရန်အတွက် အစုအဖွဲ့ပိုင် သစ်တောတစ်ဝိုက် ချိတ်ဆက်လမ်းများ တည်ဆောက်ရန်။

### နော်သီကျေးရွာ

- မိမိ စားသုံးရန်အတွက် အိမ်ဥယျာဉ်အား ရှင်သန် အားကောင်းစေရန်
- ဒေသရွာတွင်းဈေးကွက်အား ပြင်ပဈေးသည်များထံမှ ပြန်လည်သိမ်းယူပြီး၊ မိမိတို့၏ ကိုယ်ပိုင် ထုတ်ကုန်များဖြင့် မျှတသော ကုန်သွယ်မှုကို ပြန်လည် ဖန်တီးရန်။

## ၂။ မျိုးစေ့၊ အစားအစာနှင့် ယဉ်ကျေးမှုပွဲတော်များ

ဒေသရင်း မျိုးစေ့များ စုံလင်ခြင်းသည် ကိုယ်ပိုင်ဖြစ်ခြင်း၊ အမှီအခိုကင်းခြင်း၊ အာဟာရစုံလင်မှုကိုပေးခြင်း၊ တိုင်းရင်းဆေးဝါး အရင်းအမြစ်များဖြစ်ခြင်း၊ လူမှုရေးငြိမ်းချမ်းမှုအတွက် မျှဝေ ဖလှယ်ပေးနိုင်ခြင်း၊ ရာသီဥတုဒဏ်ခံနိုင်ရည်ရှိခြင်း၊ ဒေသနှင့် လိုက်လျောညီထွေဖြစ်ခြင်းနှင့် ရေရှည်တည်တံ့သော စိုက်ပျိုးရေးအတွက် အရေးကြီးသောကြောင့် ဖော်ထုတ်ရမည့် ကဏ္ဍ ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ဖော်ရာတွင် တောင်သူများ၊ စားသုံးသူ အဖွဲ့များ၊ ဒေသ အစိုးရ အာဏာပိုင်များ၊ စိုက်ပျိုးရေးဌာနမှ အရာရှိများ၊ CSO အဖွဲ့များနှင့် မီဒီယာတို့ ပါဝင်တက်ရောက်နိုင်မည့် မျိုးစေ့မျိုးဆံနှင့် အစားအစာပြပွဲ၊ ဆွေးနွေးပွဲများက အလွန်ထိရောက် အရေးပါပါသည်။

အစားအစာအုပ်စိုး စီမံမှုဟု ဆိုရာတွင် ဒေသ အစားအစာနှင့် ရိုးရာယဉ်ကျေးမှုတို့သည် အစဉ်အမြဲ အတူယှဉ်တွဲနေသောကြောင့် ၎င်းတို့ကို ဖော်ထုတ်ပေးရန်မှာ လွန်စွာ အရေးပါသောကိစ္စ ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ဒေသခံများနှင့် တိုင်းရင်းသားများအနေဖြင့် မိမိတို့၏ အစားအစာနှင့် ယဉ်ကျေးမှုများကို ပြန်လည်ဖော်ထုတ် အားပေးသင့်သည်။ ရိုးစင်း၍ ကျန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ်ရုံသာမက သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ကိုလည်း ထိန်းသိမ်းနိုင်မည့် အစီအစဉ်ပင် ဖြစ်သည်။ အစားအစာနှင့် ယဉ်ကျေးမှုပြပွဲများကို ဒေသရင်း မျိုးစေ့မျိုးဆံ ပြပွဲများနှင့်လည်း ပူးတွဲ ကျင်းပတတ်ကြသည်။ ထိုပြပွဲများ၏ အားသားချက်မှာ တောင်သူ အချင်းချင်း အစားအစာ၊ မျိုးစေ့နှင့် ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ ကိစ္စရပ်များကို ဖလှယ်ဆွေးနွေးနိုင်သလို အချင်းချင်း လဲလှယ်သုံးစွဲခြင်းလည်း ပြုလုပ်နိုင်သည်။ ထို့ပြင် အစားအစာ၊ မျိုးစေ့၊ ယဉ်ကျေးမှုနှင့် သက်ဆိုင်သော ပြဿနာရပ်များကိုလည်း ဝိုင်းဝန်းဆွေးနွေး အဖြေရှာနိုင်သည်။ ထိုဆွေးနွေးပွဲများမှတစ်ဆင့် ကွန်ရက်များ ထွက်ပေါ်လာကာ လူမှုလှုပ်ရှားမှု အသွင်ဆီ ကူးပြောင်းနိုင်ပါသည်။ ဤသို့ဖြင့် ဒေသ အစားအစာ စနစ်များ၊ ဒေသထုတ်ကုန်များနှင့် ငြိမ်းချမ်းရေးတို့ ဆက်လက်ရှင်သန်စေဖို့ ဖြစ်သည်။

### ၃။ စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှု ညီလာခံ ကျင်းပခြင်း

ဤလူထုတွေ့ဆုံပွဲတွင် မျိုးစေ့ပြပွဲ၊ စားနပ်ရိက္ခာပွဲတော်၊ ဂီတနှင့် ဗီဒီယို၊ ပုံမှန်ဆွေးနွေးပွဲများနှင့် အလုပ်ရုံ ဆွေးနွေးပွဲများ၊ ကွန်ရက်ချိတ်ဆက်ခြင်း၊ CSO နှင့် NGO များ၊ ပါလီမန် အစိုးရနှင့် ဒေသအစိုးရများ ပါဝင်သော ဆွေးနွေးမှုများ စသည်တို့ကို ပေါင်းစပ်ထားသည်။

### ၄။ ရပ်ကျေး လူထုကိုယ်တိုင်ရိုက်ကူးသော မှတ်တမ်းရုပ်ရှင် (Community Video)

ရပ်ကျေးလူထုမှ ၎င်းတို့အတွက် အရေးပါ အဓိပ္ပာယ်ရှိသည်ဟု ယူဆသော စားနပ်ရိက္ခာဆိုင်ရာ ကဏ္ဍများနှင့် ပတ် သက်၍ ရုပ်ရှင်ရိုက်ကူးခြင်း ဖြစ်သည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံခြင်း နည်းစဉ်အား ယုံကြည်မှု ရရှိလာ ချိန်တွင် မိမိတို့ကိုယ်တိုင် ပြောဆိုတင်ပြခြင်း ဖြစ်သည်။ ပြင်ပ အဖွဲ့အစည်းများထံမှ နည်းပညာအကူအညီသာ ယူသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ ကင်မရာ ရရှိရန်၊ ကင်မရာ အသုံးပြုရန်၊ သို့မဟုတ် တည်းဖြတ်ရန်အတွက်သာ ပြင်ပမှ သင်ယူခြင်းဖြစ်ပြီး၊ အကြောင်းအရာ အဓိပ္ပာယ်ဖော်ဆောင် သတ်မှတ်ခြင်းနှင့် အနုပညာကိစ္စတို့ကို ရပ်ရွာမှသာ ဆုံးဖြတ် ဆောင်ရွက်သည်။

### ၅။ အများပါဝင် ရိုက်ကူးသော ရုပ်ရှင် (Participatory Video)

လူတစ်စု၊ သို့မဟုတ် ရပ်ကျေးလူထုတစ်စုအား ကိုယ်တိုင် ရုပ်ရှင်ဖန်တီးရန်၊ ပုံဖော်နိုင်ရန်အတွက် ပါဝင်စေမည့် နည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ်သည်။ ပြဿနာကိစ္စရပ်များကို စူးစမ်းလေ့လာရန်အတွက် လူအများမှ စုစည်းဖော်ထုတ်ခြင်းဟုလည်း ဆိုနိုင်သည်။ မိမိတို့၏ စိုးရိမ်ပူပန်မှုများအား နှုတ်မှ ဖော်ထုတ်ပြောဆိုခြင်းဖြင့်လည်းကောင်း၊ ဇာတ်လမ်းဖန်တီး၍ တင်ပြခြင်းဖြင့် လည်းကောင်း ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။ ဤနည်းလမ်းသည် လူတစ်စု၊ သို့မဟုတ် ရပ်ကျေးလူထုအား မိမိတို့၏ပြဿနာကို ကိုယ်တိုင် ဖြေရှင်းရန်အတွက် မိမိတို့၏ လိုအပ်ချက်များနှင့် အတွေးအခေါ်များအား ဆုံးဖြတ်ခွင့် အာဏာရှိသူများ၊ အခြားအဖွဲ့အစည်းများ၊ အခြား ရပ်ကျေးလူထုများသိစေရန် ဆက်သွယ်ပေးသည်။ ထို့ကြောင့် ဘေးဖယ်ခံထားရသူများအား စည်းရုံး၍ ပါဝင်စေရန် အလွန်ထိရောက်သော နည်းတစ်ခု ဖြစ်သည်။ ပါဝင်သူတို့မှ အရေးကြီးသည်ဟု ယူဆသည့် ကိစ္စရပ်အပေါ် လိုက်၍ ပြဿနာ အကြောင်းအရာကို ပုံဖော်နိုင်သည်။ မည်သို့ တင်ပြမည်ကိုလည်း လူအများက ဆုံးဖြတ်နိုင်သည်။ အမြင်အာရုံ ကိစ္စထက် ပါဝင်သော အကြောင်းအရာကို ဦးစားပေးပြီး မည်သည့် ပရိသတ် ကြည့်ရှုရန် မည်သည့် ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် ပြသမည်ဟု ဆုံးဖြတ်၍ ရိုက်ကူးခြင်း ဖြစ်သည်။

### ၆။ နိုင်ငံသား ခုံသမာဓိအဖွဲ့ (Citizen Jury)

နိုင်ငံသား ခုံသမာဓိအဖွဲ့တွင် လူအမျိုးမျိုး ပါဝင်သော်လည်း အခြား နည်းလမ်းများကဲ့သို့ပင် လယ်သမားသည် အဓိက ပါဝင်သူ ဖြစ်သည်။ ဤနည်းလမ်းသည် အချိန်ကာလ ကြာရှည်ပြီး လုပ်ကိုင်ရသောအဆင့် များသောကြောင့် စီစဉ်

ဆောင်ရွက်သူများအဖွဲ့မှ လယ်သမားများ လုံခြုံစွာ ပြောဆိုနိုင်ရန် အာမခံရမည်။ နိုင်ငံသားခုံသမာဓိအဖွဲ့သည် ပြောင်းလဲမှုကို အောက်ခြေမှ ဖြစ်ပေါ်စေရန်နှင့် မူဝါဒ ပြောင်းလဲလာအောင် လုပ်သည့် နိုင်ငံရေးနည်းလမ်းတစ်ခု ဖြစ်သည်။

နိုင်ငံသား ခုံသမာဓိအဖွဲ့သည် PAR ၏လုပ်ထုံးလုပ်နည်းတစ်ခုဖြစ်ပြီး၊ တရားမျှတမှုကို ရှာဖွေသည့် သဘောတရားကို အဓိကထားသည်။ နိုင်ငံသားခုံသမာဓိတွင် အကြောင်းအရာ သုံးခု ပါဝင်သည်။ 'ခုံသမာဓိ' အဖွဲ့ လူများ ရွေးချယ်ရာတွင် နိုင်ငံ၊ ဒေသရှိ လူထုများအား အသေးစိတ် မေးမြန်းရသည်။ 'သက်သေ' များက ဆွေးနွေးမည့် အကြောင်းအရာကို ရှုထောင့်အမျိုးမျိုးမှ ပြောနိုင်မည့် ကျွမ်းကျင်သူများကို ဖိတ်ခေါ်သည်။ ပြီးလျှင် နိဂုံးဆွဲချက်များအား စုစည်း၍ အတိုချုံးပြီး၊ အစီရင်ခံစာ ခပ်တိုတိုဖြင့် တင်ပြကြသည်။ ထွက်ပေါ်လာမည့် ရလဒ်ကို စိတ်ဝင်စားသူ၊ ဆွေးနွေးမည့် အကြောင်းအရာနှင့် ပတ်သက်သူများက အကြံပြုအဖွဲ့တစ်ခု ဖွဲ့ပြီး လုပ်ငန်းစဉ် အဆင့်ဆင့်ကို ဘကီးကြပ်သည်။ ခုံသမာဓိ အဖွဲ့ဝင်များသည် တင်ပြလာသော အစီရင်ခံစာအား တုံ့ပြန်ရန်၊ သို့မဟုတ် ဆောင်ရွက်ရန် ဆုံးဖြတ်ကြသည်။

# အခန်း ၈

# အတုယူဖွယ် ကျေးရွာအဆင့်၊ နိုင်ငံတကာအဆင့် နမူနာကောင်းများ

La Via Campesina အဖွဲ့၏ လှုပ်ရှားဆန္ဒပြမှု မြင်ကွင်းတစ်ခု။

## နိုင်ငံတကာအဆင့် နမူနာကောင်းများ

### ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းမှ စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှုဆိုင်ရာ လူထုလှုပ်ရှားမှုများ၏ အစ

**၁၉၈၀ နှင့် ၁၉၉၀ ပြည့်နှစ်များ –** WTO/ GATT တို့မှ နိုင်ငံတကာ ကုန်သွယ်မှုတွင် စိုက်ပျိုးရေးကို ထည့်သွင်းလိုက်သဖြင့် ကမ္ဘာ့ စားနပ်ရိက္ခာစနစ်အား ကုမ္ပဏီကြီးများက လွှမ်းမိုးလာသည်။ စိုက်ပျိုးရေး ကုန်သွယ်မှုအား လွတ်လပ်ခွင့်ပေးလိုက်သဖြင့်၊ နိုင်ငံခြားဈေးကွက် တင်ပို့မှုကို အလေးထားသော စီးပွားရေးကုမ္ပဏီကြီးများက စားနပ်ရိက္ခာ ထုတ်လုပ်မှုကို တိုး၍ ထိန်းချုပ်လာကြသည်။ ငတ်မွတ် ဆာလောင်မှုကို ဖြည့်ဆည်းရန်နှင့် ဓနကြွယ်ဝမှု ကိုဖန်တီးရန်အတွက် စက်မှု စိုက်ပျိုးရေးပုံစံ ကူးပြောင်းရန် အစိုးရများကို ဖိအားပေးသည်။ ထို့ကြောင့် ရပ်ကျေးလူထုမှ မိမိတို့၏ စားနပ်ရိက္ခာ၊ မျိုးစေ့၊ ဈေးကွက်၊ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းမှု၊ မြေယာ၊ သဘာဝ ပတ်ဝန်းကျင်၊ ကျန်းမာရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုတို့အပေါ် စီမံအုပ်စိုးနိုင်မှု ဆုံးရှုံးလာသည်။

**၁၉၉၆ – La Via Campesina** အဖွဲ့၏ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ကွန်ဖရင့်ကို ကျင်းပသည်။ တောင်သူများနှင့် လယ်သမား ခေါင်းဆောင်များမှ 'စားနပ်ရိက္ခာ ဖူလုံရေး (Food

Security)' သည် ရပ်ကျေးလူထု၏ လိုအပ်ချက်များကို လုံလောက်စွာ မဖော်ဆောင်နိုင်တော့ကြောင်း၊ ထို့အပြင် သူတို့၏ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းမှုများ၊ ဂုဏ်သိက္ခာ၊ ယဉ်ကျေးမှုနှင့် ကျန်းမာရေး လိုအပ်ချက်များကိုလည်း 'စားနပ်ရိက္ခာ ဖူလုံရေး' မှ အသိအမှတ်မပြုကြောင်း သဘောတူကြသည်။ 'စားနပ်ရိက္ခာ ဖူလုံရေး'သည် စားနပ်ရိက္ခာများအား မည်သို့ ထုတ်လုပ်သည်ကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားခြင်း မပြုပါ။

စက်မှုနည်းဖြင့် စားနပ်ရိက္ခာ ထုတ်လုပ်ခြင်းသည် ဂေဟဗေဒနစ်နှင့် တောင်သူတို့၏ ဘဝအား မလွဲမသွေ ပျက်စီးစေသဖြင့်၊ ရပ်ကျေးလူထုများသည် မိမိတို့၏ လူနေမှုဘဝမှ ဖယ်ရှား ပြောင်းရွှေ့ခံရပြီး၊ ဆာလောင်မှုနှင့် ဆင်းရဲမွဲတေမှုလည်း ပိုမိုတိုးပွားလာသည်။ ဆာလောင်ခြင်း ပြဿနာအား ဖြေရှင်းမည့်အစား လွတ်လပ်သော စီးပွားရေးမူဝါဒများက ဆာလောင်ခြင်းကို ပို၍ ကြီးထွားစေသည်။ Via Compesina က 'စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှု (Food Soveringty)'ဟူသော နည်းလမ်းကို အဆို ပြုသည်။ ဤသဘောတရားမှာ စားနပ်ရိက္ခာ ထုတ်လုပ်သူများ ကိုယ်တိုင် မြေယာ၊ ရေ၊ မျိုးစေ့နှင့် ဂေဟစနစ်ကို စီမံအုပ်ချုပ်ရန်နှင့် စောင့်ရှောက်ရန် ဖြစ်သည်။ အများပါဝင် ဆုံးဖြတ်ခြင်းနှင့် တရားမျှတခြင်းတို့ကို အလေးထားသော သဘောတရား ဖြစ်သည်။ ထူးခြားသော ၁၉၉၆ ခုနှစ် အစည်းအဝေးတွင် စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှုဆိုင်ရာ သဘောတရား ၁၁ ချက်အား ဖော်ထုတ်ခဲ့ပြီး La Via Compesina ၏ စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှု သဘောထားတွင် ထည့်သွင်းခဲ့သည်။ ထို့နောက် La Via Compesina မှ တစ်ဆင့်တက်ပြီး အခြားသော အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ မိတ်ဖက်များနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်၍ ကမ္ဘာ့စားနပ်ရိက္ခာဆိုင်ရာ ပြဿနာများကို ဖြေရှင်းဖို့ ကြိုးစားလာကြသည်။

**၂၀၀၁** – Our World Is Not for Sale (OWINFS) 'တို့ကမ္ဘာသည် ရောင်းရန်မဟုတ်'ဟူသော ဆောင်ပုဒ်ဖြင့် လူထု စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှုကွန်ရက် (People's Food Sovereignty Network) တစ်ခု ပေါ်ထွက်လာသည်။ နိုင်ငံတကာမှ အဖွဲ့များ ပူးပေါင်း ပါဝင်သော ကွန်ရက်အဖွဲ့ ဖြစ်သည်။ အားလုံး စုပေါင်း၍ စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှုဆိုင်ရာ ထုတ်ပြန် ချက် တစ်ခုကို ဖော်ထုတ်ကြသည်။ ထိုနှစ်အတွင်းမှာပင် ကျူးဘားနိုင်ငံ၌ စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုး စီမံမှုဆိုင်ရာ ကမ္ဘာ့ လူထုဆွေးနွေးပွဲကို (World Forum on Food Sovereignty) ကို ကျင်းပခဲ့ကြသည်။

**၂၀၀၂** – စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှု လူထုဆွေးနွေးပွဲအား ရောမမြို့တွင် World Food Summit နှင့်တွဲ၍ ကျင်းပခဲ့သည်။

**၂၀၀၇** – မာလီနိုင်ငံတွင် ညေလေနီ အပြည်ပြည် ဆိုင်ရာ စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှု လူထုဆွေးနွေးပွဲ (Nyeleni International Forum on Food Sovereignty) ကို လုပ်ခဲ့သည်။ ညေလေနီသည် ရှင်သန်မွေးဖွားမှုကို စောင့်ရှောက်သော

မာလီနတ်ဘုရား၏ အမည်နာမ ဖြစ်သည်။ နိုင်ငံ ၈၀ မှ လူပေါင်း ၅၀၀ တက်ရောက်ခဲ့သည်။ တက်ရောက်သူများထဲတွင် လယ်သမားများ၊ ရေလုပ်သားများ၊ တိုင်းရင်းသား လူမျိုးစုများ၊ တိရစ္ဆာန်လွတ်ကျောင်း မွေးမြူသူများ၊ ရွှေ့ပြောင်းလုပ်သားများနှင့် စားသုံးသူများ ပါဝင်သည်။ ဒေသ ယဉ်ကျေးမှုများနှင့် ဒေသ အသိပညာတို့ကို ထိန်းသိမ်း သုံးစွဲနိုင်ရန်အတွက် စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှုကို လိုအပ်ကြောင်း အများ သဘောတူ ဆုံးဖြတ်ကြသည်။ စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှုသည် ထုတ်လုပ်သူနှင့် စားသုံးသူများကြားတွင် ဆက်စပ်မှုကို ဖြစ်ပေါ်စေပြီး၊ အန္တရာယ်ကို ပြောင်းပြန်လှန်နိုင်စွမ်း ရှိကြောင်းကိုလည်း အများသဘောတူ ဆုံးဖြတ်ကြသည်။

ညေလေနီ လူထုဆွေးနွေးပွဲတွင် အပြင်းအထန် ဆွေးနွေးပြီးနောက်တွင် တူညီသော အကြောင်းအရာများအား 'စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှုဆိုင်ရာ သဘောတရား ၆ ခု'သို့ လျှော့ချ၍ အချောသပ်ခဲ့သည်။

**၂၀၀၉** – အာဖရိကတိုက်၏ စားနပ်ရိက္ခာ မဟာမိတ်အဖွဲ့ (Alliance for Food Sovereignty in Africa (AFSA)) ကို တည်ထောင်ခဲ့သည်။ တိုင်းရင်းသား တောင်သူများ၏ လုပ်ပိုင်ခွင့်များနှင့် ရပိုင်ခွင့်များကို အလေးထား ဆောင်ရွက်ရန် ဖြစ်သည်။

**၂၀၁၀** – ကနေဒါနိုင်ငံတွင် ပြုလုပ်သော စားနပ်ရိက္ခာ မူဝါဒ လုပ်ငန်းစဉ် ဆွေးနွေးပွဲတွင် ခုနစ်ချက်မြောက်သော စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှုဆိုင်ရာ အခြေခံ သဘောတရားကို ဖြည့်စွက်ခဲ့သည်။ ၎င်းအချက်မှာ 'မျိုးစေ့သည် သန့်ရှင်း မြင့်မြတ်သည်' Seed is Sacred ပင် ဖြစ်သည်။

**၂၀၁၁** – ဥရောပ ညေလေနီ အစည်းအဝေးအား ဩစတြီးယားနိုင်ငံတွင် ကျင်းပခဲ့ပြီး ဥရောပနိုင်ငံများ၏ စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှု လှုပ်ရှားမှုအား တည်ထောင်ခဲ့သည်။

## နိုင်ငံတကာမှ လူထုလှုပ်ရှားမှု သာဓကများ

လက်ရှိတွင် ကမ္ဘာ့စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံ လှုပ်ရှားမှုသည် ပုံသဏ္ဌာန်အမျိုးမျိုးဖြင့် ရှိနေသည်။ အချို့မှာ ရှင်းလင်းတိကျစွာ အသွင်ပြောင်းလဲပြီး၊ ခေတ်ပြိုင် အရင်းရှင်ဝါဒ ဈေးကွက်အား စိန်ခေါ်ကြသည်။ Via Campesina မှ ဦးဆောင်ပြီး စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှုအတွက် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အစီအစဉ်ရေးဆွဲရေး ကော်မတီကို ဖွဲ့စည်းထားသည်။ ထိုကော်မတီ၏ ဦးဆောင်မှုဖြင့် စားနပ်ရိက္ခာဆိုင်ရာ ရပိုင်ခွင့်နှင့် လုပ်ပိုင်ခွင့်များကို တောင်းဆို လှုပ်ရှားကြသည်။ အချို့ လှုပ်ရှားမှုများမှာ အကူးအပြောင်း အနေအထားတွင် ရှိနေသောကြောင့် ခေတ်ပြိုင် အရင်းရှင်ဝါဒ ဈေးကွက်အတွင်း လုပ်ကိုင်ရပ်တည်နေရသော်လည်း ဝေဖန် အပြစ်ရှာသည်။ ဥပမာအား

ဖြင့် မျှတသော ကုန်သွယ်ရေးဆိုင်ရာ အဖွဲ့ငယ်များ၊ ရပ်ကျေးဒေသ စားနပ်ရိက္ခာဖူလုံရေး လှုပ်ရှားမှုအဖွဲ့များ၊ ရပ်ကျေးဒေသတွင် လယ်ယာမြေ ခွဲဝေလုပ်ကိုင်သော စိုက်ပျိုးရေးအဖွဲ့များ၊ များစွာသော slow food လှုပ်ရှားသူများနှင့် များစွာသော စားနပ်ရိက္ခာ မူဝါဒ ကောင်စီများဟူ၍ လှုပ်ရှားနေသူများ ရှိပါ သည်။ လက်ရှိ အစားအစာနှင့်ဖွံ့ဖြိုးရေးဆိုင်ရာ လုပ်ထုံးလုပ် နည်းများကို ပြုပြင်ပြောင်းလဲရန် ရည်မျှော်ကြပါသည်။ ထို့အပြင် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးရေးအဖွဲ့အစည်းများ ဖြစ်သော ကမ္ဘာ့ဘဏ်၊ FAO၊ စိုက်ပျိုးရေးဖွံ့ဖြိုးမှုအတွက် အပြည် ပြည်ဆိုင်ရာ ရန်ပုံငွေအဖွဲ့ (the International fund for Agriculture Development)၊ ကမ္ဘာ့စားနပ်ရိက္ခာ အစီအစဉ် (World Food Programme)၊ ကုလသမဂ္ဂ ဖွံ့ဖြိုးရေး အစီအစဉ် (UNDP)၊ ရေရှည်တည်တံ့သော ဖွံ့ဖြိုးရေးဆိုင်ရာ ကုလသမဂ္ဂ ကော်မရှင်၊ UN Women စသည့် အဖွဲ့များနှင့်လည်း ဆွေးနွေးဆောင်ရွက်ဖို့ ကြိုးစားသည်များရှိသည်။

စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှုကိုရရှိရန် ကြိုးပမ်းအားထုတ်ရာ၌ အဓိက လမ်းနှစ်သွယ်ကို အသုံးပြုကြသည်။

### ၁။ တောင်သူများ၊ အလုပ်သမားများနှင့် လယ်သမားများ ကိုယ်တိုင် တင်းတင်းမာမာ ဆန္ဒပြ တောင်းဆိုခြင်း

အသွင်ပြောင်း စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှုအဖွဲ့များ ဖြစ်သော Via Campesena၊ စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှုအတွက် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အစီအစဉ်ရေးဆွဲရေး ကော်မတီနှင့် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ စားနပ်ရိက္ခာ ပထမလုပ်ဆောင်မှု ကွန်ရက်တို့သည် မြေယာသိမ်းခြင်း၊ သီးနှံများအား မျိုးဗီဇ ပြုပြင် ပြောင်းလဲခြင်း၊ ဇီဝလောင်စာ၊ တောင်သူများ၏ လူ့အခွင့်အရေး ချိုးဖောက်ခြင်း၊ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ စားနပ်ရိက္ခာ ကုန်သွယ်ခြင်း၊ ထောက်ပံ့ခြင်းနှင့် အုပ်ချုပ်စီမံခြင်း၊ ကျေးလက် အလုပ်သမားများ၏ နိမ့်ကျသော လူနေမှုဘဝ စသော ပြဿနာရပ်များ အတွက် တိုက်ပွဲဝင် လှုံ့ဆော်နေသည်။ စိုက်ပျိုးမွေးမြူရေးဆိုင်ရာ ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုအား ပံ့ပိုးခြင်း၊ ကျား/မ တရားမျှတခြင်း၊ ကျေးလက် အလုပ်ခန့်ထားခြင်းဆိုင်ရာ တိုးတက်ကောင်းမွန်သော အခြေအနေများ၊ ရာသီဥတု ပြောင်းလဲခြင်းအား လျော့နည်းစေရန် ပြုလုပ်ခြင်းများ၊ တိုင်းရင်းသား ရိုးရာအသိပညာ၊ တိုင်းရင်းသားတို့၏ လုပ်ပိုင်ခွင့်၊ ကျေးလက်ဒေသတွင် အာဟာရ တိုးတက်ကောင်းမွန်ခြင်း၊ မျိုးစေ့မျှဝေခြင်းနှင့် ထိန်းသိမ်းခြင်း၊ ငါးဖမ်း ရေလုပ်သားများ၏ ရပိုင်ခွင့်နှင့် ကုလသမဂ္ဂ လူ့အခွင့်အရေး ကော်မရှင်၏ တောင်သူ လူ့အခွင့်အရေး ကြေညာစာတမ်း မူကြမ်း စသည်တို့ကိုလည်း ထောက်ခံ အားပေးရင်း တောင်းဆိုမှုများ ပြုလုပ်နေပါသည်။

### ၂။ နိုင်ငံအဖွဲ့အစည်းများ၊ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးရေး အဖွဲ့အစည်းများနှင့် ပူးပေါင်း၍ ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော မူဝါဒများ ပြောင်းလဲခြင်း

'အဖွဲ့အစည်းများအား စည်းရုံး ဆွဲဆောင်နိုင်မည်ဟု ယုံကြည်လျှင်၊ ၎င်းတို့နှင့် ဆွေးနွေး ညှိနှိုင်းပါသည်။ ဤနည်းလမ်းကို သုံးစွဲခြင်းအားဖြင့် FAO 2006 ၏ Final declaration of the International Conference on Agrarian Reform and Rural Development တွင် စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှု

အား ထည့်သွင်း ရေးသားထားသည်ကို တွေ့ရသည်။ ထိုနောက်ပိုင်းတွင် FAO ၏ မှတ်တမ်းစာစောင်များတွင် စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှုအကြောင်း စတင်ပါလာသည်။ ကမ္ဘာ့စားနပ်ရိက္ခာ အုပ်စိုးစီမံမှု လှုပ်ရှားမှုနှင့် the Office of the UN Special Rapporteur on the Right to Food တို့၏ စိတ်ဝင်စားမှုနှင့် ရည်ရွယ်ချက်များမှာ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ထပ်တူဖြစ်နေခြင်းကြောင့် ကုလသမဂ္ဂ၏ စာစောင်စာတမ်းများတွင် တိုင်းရင်းသားလူမျိုးစုတို့၏ ရပိုင်ခွင့်နှင့် လုပ်ပိုင်ခွင့်များအကြောင်း ပို၍ပါဝင်လာသည်။

## မာလီနိုင်ငံမှ နိုင်ငံသား ခုံသမာဓိအဖွဲ့

ကမ္ဘာ့ကုလသမဂ္ဂ အထူးသတင်းထောက် အိုလီဗီးယား ဒီရှူးတား (Oliveer De Schutter) က အနာဂတ် စားနပ်ရိက္ခာ အခြေအနေနှင့် ပတ်သက်၍ မာလီနိုင်ငံမှ နိုင်ငံသား ခုံသမာဓိအဖွဲ့ကို ထောက်ခံခဲ့သည်။ ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များ၊ အတွေ့အကြုံရှိသူများနှင့် အသိပညာရှင်များအား လူထုမှ အသေးစိတ် ကြည့်ရှု စိစစ်ရန်အတွက် လုံခြုံမှုကို ပေးသော ခုံအဖွဲ့ ဖြစ်သည်။ (အန္တရာယ်ကင်းသည့် နေရာများအဖြစ် နိုင်ငံသား ခုံသမာဓိအဖွဲ့များအား ဖွဲ့စည်းပုံဖော်ထားသည်။ တောင်သူလယ်သမားများ၊ စားကျက်လွတ်ကျောင်း တိရိစ္ဆာန်မွေးသူများ၊ ရေလုပ်သားများ၊ သစ်တောတွင်း နေထိုင်သူများ၊ အစားအစာနှင့် ပတ်သက်သော လှုပ်ရှားသူများအနေဖြင့် ပညာရှင်တို့၏ ငြင်းခုံမှုများကို ဆန်းစစ် နားထောင်ခွင့်ရသည်။ မာလီတွင် ပြုလုပ်ခဲ့သော ခုံရုံးတင် စစ်ဆေးမှုတွင် ခုံသမာဓိ နှစ်ဖွဲ့မှ အောက်ပါ အကြောင်းအရာများကို ကြားနာပေးခဲ့သည်။

**ပထမ ခုံသမာဓိအဖွဲ့** – အသေးစား ထုတ်လုပ်သူများနှင့် စားနပ်ရိက္ခာ အရေးလှုပ်ရှားသူများမှ မည်သို့သော အသိပညာနှင့် စိုက်ပျိုးရေး သုတေသနမျိုးကို လိုလားသနည်း။ အထူးပြု ကျွမ်းကျင်သူ၏ တင်ပြချက်များနှင့် လယ်သမားများ၏ ဆွေးနွေးပွဲများသည် အောက်ပါအချက်တို့အား အဓိကထားသည်။ (၁) စိုက်ပျိုးရေး ထုတ်လုပ်မှု၏ ပုံစံအမျိုးမျိုး၊ (၂) မြေယာ အသုံးပြုခြင်းနှင့် ပိုင်ဆိုင်မှုများ၊ (၃) စားနပ်ရိက္ခာနှင့် စိုက်ပျိုးရေး ၏ စီးပွားရေး။

**ဒုတိယ ခုံသမာဓိအဖွဲ့** – လက်ရှိ စားနပ်ရိက္ခာနှင့် စိုက်ပျိုးရေး သုတေသနပညာရှင်တို့၏ စီမံအုပ်ချုပ်မှုအား ကျေးရွာလူထုမှ မည်သို့ သဘောထားမည်နည်း၊ မည်သို့ ပြုပြောင်းလဲနိုင်သနည်း။ ဤဆွေးနွေးချက်များနှင့် အထူးပြု ကျွမ်းကျင်သူ သက်သေ၏ တင်ပြမှုသည် အောက်ပါအချက်တို့အား အဓိကထားသည်။ (၁) သုတေသနပြုရန် ရန်ပုံငွေ၊ (၂) သုတေသနအား စီမံဖွဲ့စည်းခြင်းနှင့် သုတေသနပြုမှု၊ (၃) ပုဂ္ဂလိကနှင့် သီးသန့် ပုဂ္ဂိုလ်ကဏ္ဍများကြားမှ မိတ်ဖက်ပြုမှုများ၊ (၄) သိပ္ပံပညာရှင်များနှင့် သုတေသနပြုသူများ၏ လုပ်ကိုင်ပုံ နည်းလမ်းများ၊ (၅) အစိုးရ၏ သုတေသနတွင် နိုင်ငံသားများ ပိုမိုစောင့်ကြည့်ပါဝင်ရန်အတွက် နည်းလမ်းအသစ်များ။

## စင်ထရယ်အမေရိကမှ တောင်သူ လယ်ကွင်းကျောင်း (Campesino a Campesino Farmers Field School Program)

အုပ်စုအခြေခံ၍ လုပ်ဆောင်သော သင်ယူမှု ဖြစ်သည်။ သင်တန်းကာလတွင် ပါဝင်သူများမှ မိမိတို့၏ ဆန်စပါးလယ်ကွင်း၏ ဂေဟစနစ်ကို နားလည်နိုင်ရန်အတွက် စမ်းသပ်သင်ယူသည်။ လက်တွေ့လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ရသည်။ လုပ်ငန်းများတွင် ရိုးရှင်းသော စမ်းသပ်ချက်များ၊ လယ်ကွင်းအား ပုံမှန်လေ့လာ ကြည့်ရှုခြင်းနှင့် အုပ်စု ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာခြင်းတို့ ပါဝင်သည်။ ဤလုပ်ငန်းများမှ ရရှိသော အသိပညာ ဗဟုသုတကို မိမိတို့ဒေသတွင် ပြန်လည် အသုံးချနိုင်သည်။ သင်တန်းသားများအနေဖြင့် ကောက်ပဲသီးနှံ စီမံခန့်ခွဲမှုများ လုပ်ဆောင်ရာတွင် တိကျသော ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်နိုင်သည်။ ယခင်က စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်း အစီအစဉ်များသည် ပြင်ပမှ အထူးပြု ပညာရှင်များက ဖော်ထုတ် အကြံပြုထားသည်များကို လယ်သမားများက လိုက်နာဆောင်ရွက်ရခြင်း ဖြစ်သည်။ တောင်သူ လယ်ကွင်းကျောင်း နည်းလမ်းသည် ထိုယခင်က အစီအစဉ်နှင့် လုံးလုံးလျားလျား ကွာခြားသောနည်း ဖြစ်သည်။

ဤနည်းသည် အင်ဒိုနီးရှားနှင့် အခြား အရှေ့တောင်အာရှနိုင်ငံများအတွက် ကမ္ဘာ့စားနပ်ရိက္ခာ အဖွဲ့အစည်းမှ အဓိက မြှင့်တင်သည့် Integrated Pest Management Program အတွက် ဖြစ်သည်။

သင်ယူမှုအတွက် ထိရောက်သောဝန်းကျင်ကို ဖန်တီးရန် အလို့ငှာ သင်ကြားခြင်း၊ စည်းရုံးခြင်းနှင့် စမ်းသပ်လုပ်ဆောင်ခြင်းဆိုသော ကိစ္စသုံးခုအား ဤသင်တန်းတွင် မိတ်ဆက်ပြုလုပ်သည်။ စိုက်ပျိုးရေး ဂေဟဗေဒ၊ မြေဆီလွှာ မြေဩဇာ စီမံခန့်ခွဲမှု၊ ရေ စီမံခန့်ခွဲမှု၊ ဖျက်ကောင်ပိုးမွှား စီမံခန့်ခွဲမှုနှင့် အခြား ဆက်နွယ်သော လယ်ယာကိစ္စများအား စမ်းသပ်ပြုလုပ်၍ အသိပညာ ဗဟုသုတကို ဖော်ထုတ်ရရှိကြသည်။

စင်ထရယ် အမေရိကမှ Campesino a Compesino Program တွင် လယ်သမားအချင်းချင်း လမ်းညွှန်နည်းပြပေးခြင်း ပါဝင်သည်။ အတွေ့အကြုံရင့် လယ်သမားများက စိုက်ပျိုးရေး ဂေဟဗေဒဆိုင်ရာ သဘောတရားများနှင့် အသုံးချနည်းလမ်းများအား အခြား ရပ်ကျေး အဖွဲ့အစည်းများကိုပင် ကူညီဖြေရှင်းပေးနိုင်သည်အထိ သင်ယူရရှိကြသည်။ Campesino a Campesino အစီအစဉ်သည် လက်တင်အမေရိက နိုင်ငံများတွင် စိုက်ပျိုးရေး ဂေဟဗေဒအား တိုးမြှင့်ရန် အထူးအားစိုက်လုပ်သည်။ ကျူးဘားနိုင်ငံတွင် ဇီဝအခြေခံ စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်ရေးဖြင့် ကျူးဘား နိုင်ငံသားတို့၏ စားနပ်ရိက္ခာ ထုတ်လုပ်ခြင်းကို ကာကွယ်ရာ၌ မူဝါဒရေးရာအပိုင်းတွင် သက်ရောက်မှု အများကြီး ရှိပါသည်။

Campesino a Campesino Program မှ မြင်ကွင်းတစ်ခု။

# အစားအစာ အုပ်စိုးစီမံမှုဆိုင်ရာ ကျေးရွာအဆင့် နမူနာကောင်းများ

## လုံခြုံစိတ်ချ မိသားစုဘဝ

ကျွန်မတို့ ကျေးရွာဒေသမှာ ဒေသရင်း ပြောင်းမျိုး ၁၀ မျိုးလောက် စိုက်ပျိုးနေကြပါတယ်။ ကျွန်မအနေဖြင့်လည်း တောင်ယာစပါး၊ လယ်စပါးနဲ့ ပဲပုပ် စတဲ့ ဒေသမျိုး များစွာကို ကိုယ်တိုင် စိုက်ပျိုးပါတယ်။ ကိုယ့်ဒေသမှာရှိတဲ့ ကိုယ်ပိုင်မျိုးစေ့များကို ပြန်လည်အသုံးချရင် မဝယ်ရသည့်အတွက် မိသားစု ထွက်ငွေ အရမ်းကို သက်သာပါတယ်။ ဝမ်းစာ ဖူလုံမှုလည်း စိတ်ချရတဲ့အပြင် ဒေသမျိုးတွေဟာ ဓာတ်မြေသြဇာနဲ့ ပိုးသတ်ဆေးတွေလည်း သုံးစရာ မလိုတဲ့အတွက် ကျန်းမာရေးအတွက်လည်း စိတ်ချရပါတယ်။ ကျွန်မတို့ စိုက်ပျိုးထားတဲ့ အချို့ ဒေသမျိုးတွေဟာ လူတွေသာမက တိရစ္ဆာန်များကိုပါ ကျွေးမွေးနိုင်ပြီး ကြီးထွားမှုအပိုင်းမှာလည်း မြန်ဆန်နေတာကို တွေ့ရှိရပါတယ်။ ကျွန်မတို့အိမ်မှာ မိသားစုဝင် လေးဦးရှိပြီး အိမ်ဝင်းအတွင်းမှာ နွား ၁၀ ကောင်၊ ဝက် ၁၀ ကောင်နဲ့ ငါး (ငါးခူ) တစ်နိုင်တစ်ပိုင် မွေးမြူထားပါတယ်။ တစ်နှစ်ကို နွားနှစ်ကောင်ခန့် ပုံမှန်ရောင်းချနေရပြီး ဝက်များကိုလည်း နှစ်စဉ် ပုံမှန် ရောင်းထုတ်နိုင်သောကြောင့် နှစ်စဉ် ပုံမှန်ဝင်ငွေ ၁၅–၂၀ သိန်းခန့် ရရှိနေသည်။ ငါးမွေးထားတော့ အိမ်စားဖို့ရော ဈေးသည်လာရင်လည်း ဈေးခံနိုင်တယ်လေ။ ကျွန်မတို့အနေနဲ့ ယာမြေ ၁၅ ဧကခန့်ရှိပြီး သီးနှံစုံ အလှည့်ကျ စိုက်ပျိုးရန် အသုံးချရုံမျှသာကမ ဆန်၊ ဆီ၊ ဟင်းသီးဟင်းရွက်များနှင့် အသားငါးများကို မိသားစုအတွင်းမှာ ကိုယ်တိုင်ထုတ်လုပ်စားသုံးရခြင်းကြောင့် ကိုယ်ရော စိတ်ပါ ကျေနပ်မာပျော်ရွှင်ဂုဏ်ယူနေကြရပါတယ်။ ပိုလျှံတဲ့ အသီးအနှံတွေကို အခြားအိမ်နီးနားချင်းတွေကိုပါ ဝေမျှဖလှယ်ပေးနိုင်တာမို့ ကြည်နူးပျော်ရွှင်စရာလည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အခြားသောတောင်သူများကိုလည်း မိသားစုဝမ်းစာ ဖူလုံ စိတ်ချရရုံသာမက ပျော်ရွှင်ကျန်းမာအောင်လို့ ကျွန်မတို့လိုပဲ ဒေသရင်း မျိုးစေ့တွေကို အသုံးပြုပြီး တစ်နိုင်တစ်ပိုင် မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းလေးတွေ လုပ်ဆောင်ကြဖို့ တိုက်တွန်း နှိုးဆော်လိုက်ရပါတယ်။

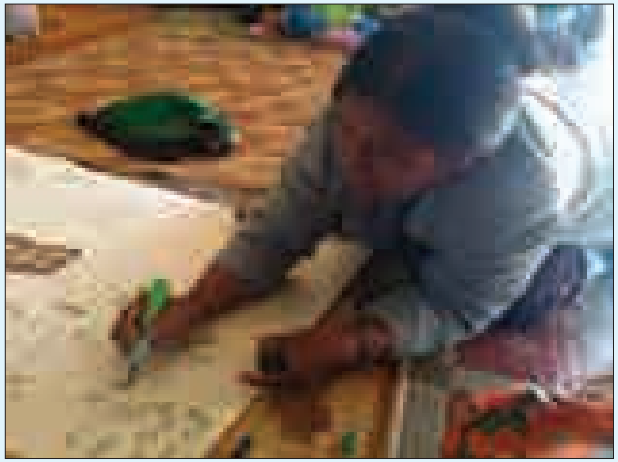
**လားဟူတိုင်းရင်းသူ ဒေါ်သီတာအောင် မိသားစုမိုးနောင်မြို့နယ်၊ ရှမ်းပြည်နယ်တောင်ပိုင်း။**

## စေတနာထား ချက်ပြုတ်သွားမည့် အတုယူဖွယ် အမျိုးသမီးတစ်ဦး

ကျွန်မ အမည်က ဒေါ်အမ်ပေါ ဖြစ်ပါတယ်။ အသက် ၅၃ နှစ် ရှိပြီ။ '၀' တိုင်းရင်းသူတစ်ယောက် ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်မ ငယ်ငယ်တုန်းက ၇ နှစ်၊ ၈ နှစ် အရွယ်လောက်ကတည်းက အမေက ထမင်းချက် သင်ပေးတယ်။ ကလေးဘဝကတည်းက ကျွန်မ ထမင်းချက်တာကို အမေက ချီးမွမ်းရင် ကျွန်မ အရမ်း ကျေနပ်တယ်။ ကျွန်မ အသက် ၁၂ နှစ်၊ ၁၈ နှစ်အရွယ် မွေးစားမိဘတွေနဲ့ ရန်ကုန်မှာနေ ဈေးရောင်းပြီး ညကျောင်းတက်ခဲ့တယ်။ မနက်ဆို တညင်းသီး၊ ငှက်ပျောသီး၊ ပိန်းဥ စတာတွေ ရောင်းရတယ်။ ညနေ ပြန်ရောက်ရင် ထမင်းဟင်းချက်ရတယ်။ အဲဒီတုန်းက တစ်ရက်ကို ငွေနှစ်ကျပ်နဲ့ လူငါးဦးအတွက် စီမံချက်ပြုတ်ရတာ တစ်ခါတလေ စိတ်ပင်ပန်းမိတယ်။ ဒါပေမဲ့ ချက်ပြုရတဲ့အချိန်တော့ ၀ါသနာပါလို့လား မသိဘူး။ ပျော်နေတာပဲ။ ကရင် မွေးစားအမေနဲ့အတူ ချက်ပြုတ်ရင်း ချက်တတ်လာတဲ့ ဟင်းတွေက ငါးဆီပြန်ဟင်း၊ ငါးဆုပ်ဟင်း၊ ငါးကြော်၊ ငါးပိချက်နဲ့ အမဲသား ဆီပြန်ဟင်းတွေ ချက်ကျွေးဖြစ်တယ်။

အသက် ၂၂ နှစ်အရွယ်မှာ ကုန်းညို့ရွာကို ပြန်လာပြီး မင်္ဂလာဆောင်ပွဲ၊ အလှူပွဲ၊ ခရစ္စမတ်ပွဲတွေနဲ့ ကောက်သစ်စားပွဲတွေမှာ ဦးဆောင်ပြီး ကူညီ ချက်ပြုတ်ပေးခဲ့တာ ဒီနေ့အထိပါပဲ။ ရပ်ရေးရွာရေး ကိစ္စတွေမှာ ကျွန်မ တတ်တဲ့ အစားအစာ ချက်ပြုတ်တဲ့ နည်းတွေနဲ့ ကူညီခွင့်ရလို့ ဂုဏ်ယူပြီး ကျေနပ်ဝမ်းသာမိတယ်။ အဲဒီလိုနဲ့ ကျွန်မ အသက် ၄၇ နှစ်လောက်က စပြီး ဟင်းချက် ဟင်းချက်တာအပြင် ရွာထဲက လူတွေကို တိုင်းရင်းဆေးတွေနဲ့ ကူညီကုသပေးတာလည်း လုပ်ပေးဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။ တကယ်တော့ ကျွန်မ ငယ်ငယ်က ကျွန်မ နေမကောင်းဖြစ်ရင် အမေ လုပ်ပေးခဲ့တာတွေအတိုင်း အိမ်နီးချင်းတွေကို လုပ်ပေးရာကနေပြီး တဖြည်းဖြည်းနဲ့ ရွာထဲမှာ အသိများလာတာပါ။ ဆေးဖက်ဝင် အပင်တွေကိုလည်း အိမ်ခြံထဲမှာ ကျွန်မ စိုက်ထားတယ်။ ပိုက်ဆံတော့ မယူပါဘူး။ ဒီလိုပဲ စေတနာနဲ့ လုပ်ပေးတာပါ။

ကျွန်မ အသက် ၅၀ အရွယ်မှာ မေတ္တာက ပေးတဲ့ သင်တန်းတစ်ခုမှာ ဟင်းချိုမှုန့် (ဟင်းခတ်မှုန့်) ရဲ့ အန္တရာယ်ကို သိခဲ့ရပြီး နည်းနည်း ကြောက်မိသွားတယ်။ ဒါပေမဲ့ စိတ်ထဲက သိပ်မယုံကြည်တော့ ဟင်းချက်ရင် တစ်ရက်၊ နှစ်ရက် ရှောင်လိုက်၊ ပြန်စားဖြစ်လိုက်နဲ့ ဆက်ပြီး သုံးနေခဲ့ပါတယ်။ လွန်ခဲ့တဲ့ နှစ်နှစ်ခန့်က စပြီး ကျွန်မ သတိထားမိလာတာ တစ်ခုက ဟင်းချိုမှုန့် စားရင် အရိုးနာတာ ပိုဖြစ်ပြီး မစားတဲ့



ရက်တွေမှာ မနာသလိုပဲ။ အဲဒီနောက်ပိုင်း အခုချိန်ထိ ဟင်းချိုမှုန့်ကို ကျွန်မတို့မိသားစု လုံးဝ မစားတော့ဘူး။ မနှစ်လောက်ကဆိုရင် ထမင်းဟင်းချက်တဲ့နေရာမှာ ရေကျက်အေးပဲ သုံးတော့တယ်။ ရေနွေးကျိုရင် အိုးမှာကပ်နေတဲ့ ထုံးတွေကို စားမိရင် လူ့ကျန်းမာရေးအတွက် မကောင်းဘူးလို့ တွေးမိတာကြောင့်ပါ။ အဲဒီလိုတွေ ဂရုစိုက်လာတော့ အမျိုးသား အစာအိမ်နာ ရောဂါနဲ့ ကျွန်မရဲ့ အရိုးအဆစ်နာရောဂါက ပိုသက်သာလာတယ်လေ။ ပိုပြီးတော့လည်း စိတ်ချမ်းသာလာတယ်။

အခုနောက်ပိုင်း ရပ်ရွာအများအတွက် ပွဲတွေမှာ ချက်ပြုတ်ပေးရတာ ကျွန်မ သိပ်ပြီး စိတ်မချမ်းသာတော့ဘူး။ မသုံးချင်ဘဲနဲ့ ဟင်းချိုမှုန့်တွေ သုံးပြီး ချက်ပြုတ်ပြင်ဆင်နေရလို့ပါ။ တခြားသူတွေကို ကျွန်မတို့ မိသားစုအတွေ့အကြုံ အဖြစ်အပျက်တွေကို ပြောပြပေမဲ့ လိုက်မလုပ်ကြသေးဘူး။ ရွာထဲက နှစ်အိမ်လောက်ကတော့ တဖြည်းဖြည်း လျှော့စားလာကြပါပြီ။ လာမယ့် ကာလတွေမှာတော့ လူတွေကို တိုင်းရင်းဆေးနဲ့ ကူညီနိုင်အောင် လေ့လာသွားမယ်။ အရင်တုန်းက စိတ်ထဲက သိနေတဲ့ဟာကို စာအုပ်နဲ့ရေးထားပြီး နောင်လာမယ့် သားသမီးတွေ အသုံးပြုနိုင်အောင် လုပ်သွားမယ်လို့ စိတ်ကူးထားပါတယ်။ ရွာက လူအများအတွက် ကျန်းမာရေးနဲ့ ညီညွတ်တဲ့ အစားအစာတွေကို ဆက်လက်ပြီး ပြင်ဆင် ချက်ပြုတ်သွားနိုင်အောင် ကျွန်မ ကြိုးစားသွားပါ့မယ်။

**ဒေါ်အမ်ပေါ**
**ကုန်းညို့ကျေးရွာ၊ ဟိုပိတ်ကျေးရွာအုပ်စု၊ လားရှိုးမြို့။**
**၂၁၊ ၂၂၊ ၂၀၁၅။**

## ဒေသမျိုးရင်းများနှင့် အခြေခံသော လူမှုရေးနှင့် ကျန်းမာရေး အကျိုးကျေးဇူးများ

'ကျွန်တော်တို့ တောင်သူတွေဟာ များသောအားဖြင့် ဟင်းသီးဟင်းရွက်ကို နေ့တိုင်းလိုလို စားသောက်ရပါတယ်။ ကျွန်တော့်အနေနဲ့ ကျွန်တော်တို့ ဘိုးဘွားအစဉ်အဆက်က အမွေပေးထားတဲ့ ဒေသမျိုးတွေကို တတ်နိုင်သလောက် အခုထိ ထိန်းသိမ်းထားပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ ဒေသထွက် ဟင်းသီးဟင်းရွက်တွေကို စားသုံးခြင်းအားဖြင့် အန္တရာယ်ကင်းတဲ့အပြင် အချို့သော သီးနှံတွေဟာ ကျွန်တော်တို့အတွက် ဆေးဖက်ဝင်နေပါတယ်။ ဒေသထွက် ဟင်းသီးဟင်းရွက်များကို ကိုယ်တိုင် စိုက်ပျိုးထားသည့်အတွက် စိတ်ချစွာ စားသုံးနိုင်မှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ သို့သော် ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ဒေသမျိုးများကို အရည်အသွေးပြည့်မီမှု ရှိသမလား၊ မရှိဘူးလား ဆိုတာကိုတော့ သုတေသနပြုလုပ်ထားခြင်း မရှိပါဘူး။ (ကျွန်တော်တို့ မသိပါဘူး) သေချာတာကတော့ ဒေသရင်း မျိုးအများစုဟာ ရာသီဥတုဒဏ်ကို ခံနိုင်ကြပါတယ်။ ယခု အခြားနိုင်ငံမှ တင်သွင်းလာသည့် စီပီစပ်မျိုး ပြောင်းမျိုးများမှာ ၂ နှစ်လောက်ပဲ ကောင်းစွာ အသုံးပြုလို့ရပြီး၊ နောက်ပိုင်းနှစ်များတွင် တဖြည်းဖြည်းနဲ့ မြေဆီညံ့လာပြီး အထွက်နှုန်း ညံ့လာတာကို တွေ့ရှိရပါမည်။ ယခုလက်ရှိ ကျွန်တော်တို့မှာ ပဲမျိုး များစွာ ရှိပါတယ်။ အဲဒီ ပဲမျိုးများကို အခြောက်ထားပြီး မျိုးထား စားသုံးကြပါတယ်။ ပိုလျှံပါက ပဲမျိုး လိုအပ်သော မိတ်ဆွေ သူငယ်ချင်းများကို သက်သာစွာ ရောင်းပေး၊ ဝေမျှပေးပါတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ဒေသမျိုးစေ့တွေဟာ ကျန်းမာရေး စိတ်ချ၊ ဝမ်းစာ ဖူလုံတဲ့အပြင် အချင်းချင်း ရင်းနှီးမှုကို ပိုကောင်းစေတဲ့အတွက် ဒေသ မျိုးစေ့တွေကို အသုံးပြုဖို့ ကျွန်တော် အားပေးချင်ပါတယ် ...'

**ဦးတိန်း**
**ဝါခရားကျေးရွာမှ ပအိုဝ်တောင်သူ**
**တိလုံကျေးရွာအုပ်စု၊ ဟိုပုံးမြို့နယ်။**

## သဘာဝ အရင်းအမြစ်ဆီမှ ကုသိုလ်လည်းရ ဝမ်းလည်း ဝနေသူ ကိုထွန်းနေ

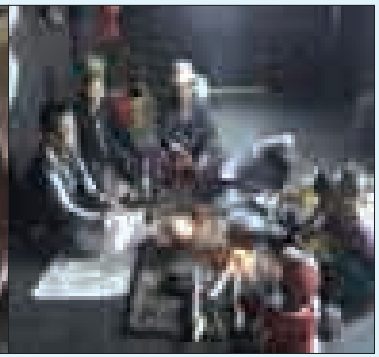
ကျွန်တော့်အမည်က ဦးထွန်းနေ။ အသက် ၄၀ နှစ် ရှိပါပြီ။ ကျောက်တလုံးမြို့နယ်၊ ထီတန်ဆွေကျေးရွာမှာ မိသားစုနဲ့အတူ နေထိုင်ပါတယ်။ ကျွန်တော့်မှာ သားသမီး လေးဦးနဲ့ ဇနီး နန်းနေထွဋ်၊ စုစုပေါင်း မိသားစုဝင် ၆ ဦး ရှိပါတယ်။ ကျွန်တော် အဓိက လုပ်ကိုင်တဲ့ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းက တော့ တိုင်းရင်းဆေး ရှာဖွေရောင်းချခြင်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်တော်က တောထဲသွားပြီး ဆေးမြစ်နဲ့ ဆေးဖက်ဝင် သစ်ဥသစ်ခက်တွေ ရှာ၊ အိမ်ရောက်ရင် ပြင်ဆင် ရောစပ်ပြီး ရွာထဲမှာ ရောင်းချပါတယ်။ ရွာထဲမှာ ခုလို တိုင်းရင်းဆေးဝါး ရောင်း အသက်မွေးတာ ကျွန်တော် တစ်ယောက်ပဲ ရှိပါတယ်။ ဒါကြောင့် ရွာတစ်ဝိုက်က သစ်တောတွေဟာ ကျွန်တော့်အတွက် အရမ်းကို အဖိုးတန်ပါတယ်။

ဆေးဖက်ဝင် အစိတ်အပိုင်း ၈ မျိုးခန့် ပါပြီးတော့ ဆေးအမျိုးအစား နှစ်မျိုး ရောင်းပါတယ်။ တစ်မျိုးက သွားနဲ့ သွားဖုံးရောဂါ ပျောက်တဲ့ဆေး။ နောက်တစ်မျိုးက ကျောက်ကပ်၊ နောက်ကျောတက်၊ ဆီးပူကျ အကိုက်အခဲပျောက်စေတဲ့ ဆေးတွေပဲ ဖြစ်တယ်။ ဒီပညာကို ဘိုးဘွား လူကြီးတွေဆီက ကြားဖူးနားဝနဲ့ လေ့လာစုပြီး တီထွင် ဖော်စပ်ခဲ့တာပါ။

ဆေးတစ်ထုပ်ကို ၁၀၀၀ ကျပ်နဲ့ ရောင်းချပြီး တစ်နှစ်ကို ဆယ်သိန်းကျပ်ခန့် ဝင်ငွေရပါတယ်။ သူများတွေ ဝေဒနာ သက်သာတာ တွေ့တော့ ကုသိုလ်လည်းရ၊ ဝမ်းလည်းဝ ဖြစ်တဲ့ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းမို့ အရမ်းကို ကျေနပ် ဂုဏ်ယူပါတယ်။ ဒီပညာကို သားသမီးတွေကို လက်ဆင့်ကမ်းသွားဖို့ ရည်ရွယ်ထားပါတယ်။ တခြားသူတွေ စိတ်ဝင်စားရင်လည်း မျှဝေသွားပါ့မယ်။

**မှတ်တမ်းယူသူ**
**ခွန်ဇော်လေး (ပင်လောင်း)**



# အခန်း ၉

# ဆက်လက် ဆည်းပူးရန် စာအုပ်များ၊ အင်တာနက်လိပ်စာ အညွှန်းများ

## ဖတ်ရန် စာအုပ်စာရင်း


ရပ်ရွာလူထု ပူးပေါင်းပါဝင်သော သုတေသန နည်းလမ်းများ၊ ၂၀၁၄။ (နွဲ့ကေခိုင် တည်းဖြတ်သည်)

Transforming Knowledge and Ways of Knowing by Michel Pimbert, 2009

Beyond Farmer First: Rural People's Knowledge, Agricultural Research and Extension by Ian Scoones and John Thompson, 1994

Participatory Action Research and Social Change by Daniel Selener, 1997

Participatory Action Research: Theory and Methods for Engaged Inquiry by Jacques M. Chevalier, Daniel J. Buckles, 2013

La Via Campesina: Globalization and the Power of Peasants by Annette Aurelie Desmarais, 2007

Environment and Citizenship in Latin America: Natures, Subjects and Struggles by Alex Latta, Hannah Wittman, 2012

Food Sovereignty in Canada: Creating Just and Sustainable Food Systems edited by Nettie Wiebe, Annette Aurelie Desmarais, Hannah Wittman, 2011

Food Sovereignty: Reconnecting Food, Nature and Community by Hannah Wittman, Annette Aurelie Desmarais, 2012

Globalization and Food Sovereignty: Global and Local Change in the New Politics of Food edited by edited by Peter Andrée, Jeffrey Ayres, Michael J. Bosia, Marie-Josée Massicotte, 2014.

Decolonizing Methodologies: Research and Indigenous Peoples by Linda Tuhiwai Smith, 1999.

Red Alert!: Saving the Planet with Indigenous Knowledge by Daniel Wildcat

Working with Indigenous Knowledge: A Guide for Researchers by Louise Grenier, 1998

Indigenous Knowledge and Learning in Asia^Pacific and Africa: Perspectives on Development, Education, and Culture by D. Kapoor, E. Shizha, 2010

Indigenous Knowledges in Global Contexts: Multiple Readings of Our World edited by Budd L. Hall, George Jerry Sefa Dei, Dorothy Goldin Rosenberg, 2000

## ကြည့်ရှုရန် အင်တာနက်လိပ်စာများ

La Via Campesina: https://viacampesina.org/en/
Landworker's Alliance: https://landworkersalliance.org.uk
Food Secure Cadana: https://foodsecurecanada.org/who-we-are/what-food-sovereignty
Whole Food Action: http://www.wholefoodaction.org.uk
Gaia Trust: http://gaia.org/gaia-education/ede-curriculum/
Transition USA: http://www.transitionus.org/transition-towns
International Planning Committee for Food Sovereignty: http://www.foodsovereignty.org
Nyeleni: https://nyeleni.org
Consumer Association of Penang: https://www.consumer.org.my
Navdanya: http://www.navdanya.org
US Food Sovereignty Alliance: http://usfoodsovereigntyalliance.ozrg/what-is-food-sovereignty/
Local Futures: http://www.localfutures.org
Japan Organic Agriculture Association: http://www.joaa.net/english/teikei.htm
Terre Nuova: http://www.terranuova.org/themes/food-sovereignty