mgyoe.com SAMPLE BOOK

ရင်မှာပွင့်လန်း ကဗျာပန်းလေးများ

တက္ကသိုလ်စိုးယဉ်

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

ရင်မှာပွင့်လန်း ကဗျာပန်းလေးများ

တက္ကသိုလ်စိုးယဉ်

mgyoe.com

4584236720257

mgyoe.com SAMPLE BOOK

mgyoe.com

SAMPLE BOOK

ရင်မှာပွင့်လန်း
ကဗျာပန်းလေးများ

တက္ကသိုလ်ဝိုးယဉ်

ရှင်မတောင်စာပေ

mgyoe.com SAMPLE BOOK

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း	ရှင်မတောင်စာပေ

အကြိမ်	–	ပထမအကြိမ်၊ ၂၀၂၅ ခုနှစ်၊ အောက်တိုဘာလ
မျက်နှာဖုံးဒီဇိုင်းနှင့် အတွင်းအပြင်အဆင်	–	SWAN HTET (2025)
ထုတ်ဝေသူ	–	ဦးမျိုးဆင့်(မြဲ – ၀၁၁၄၁)၊ ရှင်မတောင်စာပေ အမှတ် ၂၈(က)၊ ၁/အနော်မာ ၃ လမ်း (အနောက်)၊ သာကေတမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။ ၀၉ ၇၉၈ ၁၈၉ ၁၄၈
ပုံနှိပ်သူ	–	အောင်ပညာမြင့် ပုံနှိပ်တိုက် (မြဲ – ၀၁၅၀၈)၊ ဦးအေးသောင်း၊ အမှတ် (၁၅၀)၊ ၃၃လမ်း (အပေါ်) ကျောက်တံတားမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
အုပ်ရေ	–	၅၀၀
တန်ဖိုး	–	ကျပ် ၁၀၀၀၀
ဖြန့်ချိရေး	–	ရှင်မတောင်စာပေ အမှတ် ၂၁၉၊ လမ်း ၄၀ (လယ်)၊ ကျောက်တံတားမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။ ၀၉ ၇၉၈ ၁၈၉ ၁၄၈၊ ၀၉ ၇၇၇ ၁၃၉ ၄၇၇ (Viber) shinmataungbookhouse@gmail.com

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
–	နှလုံးသားဖြူစင် ကဗျာရှင်	၁၃
–	စာရေးသူ၏ အမှာစာ	၁၅
–	ဂုဏ်ပြုပူဇော် ကြေးပိဋကတ်ဆရာတော်	၁၆
–	ကိုယ်ရေးမှတ်တမ်း အကျဉ်း	၁၈
–	ထုတ်ဝေခဲ့သော စာအုပ်များ	၂၀
၁။	ပိတာဖခင်	၂၂
၂။	မာတာမိခင်	၂၃
၃။	အလွမ်း	၂၅
၄။	ကျန်းမာရေးနှင့်ညီစေရာ	၂၆
၅။	ဆုတောင်းမေတ္တာ	၂၈
၆။	ကျန်းမာရေး	၂၉
၇။	ချိုးကူသံလေးတွေ	၃၀
၈။	အသေမြတ်ရန်	၃၂
၉။	တကူးကူးတဲ့	၃၄
၁၀။	ဆွမ်းကပ်ပါ	၃၆
၁၁။	ရေအသက် တစ်မနက်	၃၇
၁၂။	ရွှေကျိုးလေး	၃၉
၁၃။	ရွှေဥသြလေး	၄၀
၁၄။	ရွှေချိုးဖြူ	၄၁
၁၅။	သတိ	၄၂

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

၁၆။	ရွှေချိုးကလေး	၄၃
၁၇။	မတ်လ ၂၂ ရက် ကမ္ဘာ့ရေနေ့	၄၄
၁၈။	ခို၊ စာ၊ ကျီးလေးတွေ	၄၆
၁၉။	မွန်မြတ်ဘဝပိုင်စေရာ	၄၈
၂၀။	သစ်တောချစ်ရင် ကျေးရွာရှင်	၅၀
၂၁။	ကျန်းမာရေး	၅၁
၂၂။	အသိနှင့်လှူတတ်ဖို့	၅၃
၂၃။	သတိ	၅၄
၂၄။	ရန်ကုန်မြို့က စံကျောင်းရှာ	၅၅
၂၅။	သက်ကြီးပူဇော် အသက်ရှည်သနော်	၅၆
၂၆။	ကံသုံးပါး	၅၈
၂၇။	ဒုက္ခဝဲမှလွတ်ရန်	၆၀
၂၈။	ရွှေကျီးလေး	၆၁
၂၉။	ကျေးရွာဆပ်ပါ	၆၂
၃၀။	ရွာအလွမ်း	၆၄
၃၁။	ဇာတိချက်ကြွေ မွေးရပ်မြေ	၆၆
၃၂။	တစ်နေ့တာ	၆၇
၃၃။	ကြီးပွားချင်ရင်	၆၉
၃၄။	သတိ	၇၀
၃၅။	မိဘကျေးရွာ	၇၁
၃၆။	အာရောဂျံ ပရမံလာဘံ	၇၃
၃၇။	အမှောင်ခွင်း၍ အလင်းဆောင်	၇၅
၃၈။	ဆုတောင်းပြည့်ချင်သလား	၇၇

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

၃၉။	ပရိတ်တရားဖွင့်ပါ	၇၉
၄၀။	ရွှေကျိုးလေး	၈၁
၄၁။	ကျေးရူး	၈၃
၄၂။	သူ့ဘာဝနှင့်သူ	၈၅
၄၃။	နံနက်လင်းချိန်	၈၆
၄၄။	စာပေအလွှမ်း အံ့မခန်း	၈၈
၄၅။	ငယ်သူငယ်ချင်းတွေ	၉၀
၄၆။	သဘာဝ	၉၂
၄၇။	သတင်းစာ	၉၄
၄၈။	လူမိုက်နှင့်လူလိမ္မာ	၉၆
၄၉။	ဇာတိချက်ကြွေ မွေးရပ်မြေ	၉၈
၅၀။	အညာဒေသ စံကျောင်းရွာ	၁၀၀
၅၁။	ရွေးတတ်ပါစေ	၁၀၂
၅၂။	သမုဒ္ဒရာ ဝမ်းတစ်ထွာတဲ့	၁၀၄
၅၃။	ဇာတိရွာ	၁၀၆
၅၄။	အပေါင်းစားသူ	၁၀၈
၅၅။	ရွှေချိုးကလေး	၁၀၉
၅၆။	တစ်နေ့တာ	၁၁၁
၅၇။	သတိ	၁၁၄
၅၈။	ရွှေကျိုးကလေး	၁၁၆
၅၉။	နံနက်လင်းချိန်	၁၁၈
၆၀။	စာရေးဆရာ	၁၂၀
၆၁။	စာကျွန်ရန်	၁၂၂

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

၆၂။	ထိထိုးကြမယ်	၁၂၄
၆၃။	ဥသြသံနှင့် တကူးကူး	၁၂၅
၆၄။	ရွှေချိုးလေးနှင့် ဥသြသံ	၁၂၇
၆၅။	လေ့လာဖတ်ရှု ပညာစုပါ	၁၂၈
၆၆။	ဆုတောင်းမေတ္တာ စောချိုသာ	၁၃၀
၆၇။	ကုသိုလ်ပြုရာတွင်	၁၃၂
၆၈။	ရက်ကောင်းရက်ရာဇာ	၁၃၃
၆၉။	သူတို့လေးတွေ	၁၃၄
၇၀။	ကွမ်းယာ	၁၃၅
၇၁။	ရေအကျိုး ၁၀ ပါး	၁၃၆
၇၂။	ရက်ကောင်းရက်ရာဇာ	၁၃၇
၇၃။	လေအန်ကုန်း	၁၃၈
၇၄။	တနိုင်တမ ကုသိုလ်ယူ	၁၄၀
၇၅။	ရက်ကောင်းရက်ရာဇာ	၁၄၁
၇၆။	ဈေးဝယ်ရာတွင်	၁၄၂
၇၇။	နိုင်ငံ့ဂုဏ်ရည်	၁၄၃
၇၈။	တိပိဋကဓရဆရာတော်ကြီးအလွမ်း	၁၄၅
၇၉။	ကုသိုလ်	၁၄၆
၈၀။	ဥသြတေး	၁၄၈
၈၁။	ဘာသာဘာဝ ပျော်နေကြ	၁၄၉
၈၂။	ရွှေကျိုးလေး	၁၅၁
၈၃။	ဘေးကင်းရန်ကွာ စိတ်ချမ်းသာ	၁၅၂
၈၄။	အဖေ့အလွမ်း	၁၅၃

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

၈၅။ ဆရာများအလွမ်း ၁၅၄
၈၆။ ရွှေဥညြလေး ၁၅၅
၈၇။ အညာအလွမ်း ၁၅၇
၈၈။ အမျှဝေလျှက်ပါ ၁၅၉
၈၉။ ရေလှူပါ ၁၆၀
၉၀။ ဝါသနာ ၁၆၁
၉၁။ ဇာတိရွာ ၁၆၂
၉၂။ မေတ္တာပို့ခြင်း ၁၆၃
၉၃။ အညာရွာအလွမ်း ၁၆၄
၉၄။ စံကျောင်း ၁၆၆
၉၅။ ပဋ္ဌာန်းဒေသနာတော်အစွမ်း ၁၆၇
၉၆။ မြည်သံသာ ၁၇၁
၉၇။ သတိ ၁၇၂
၉၈။ ရွှေဥညြလေးတွေ ၁၇၃
၉၉။ ဟိုဘဝက ဦးသာဆုံ ၁၇၅
၁၀၀။ မဟာစည် မြည်သံဟိန်း ၁၇၇
၁၀၁။ အလှူဒါန ပြုကြသူငါ ၁၇၉
၁၀၂။ လမ်းလျှောက်ပါ ၁၈၀
၁၀၃။ ဇာတိချက်ကြွေ မြို့မြစ်ခြေ ၁၈၂
၁၀၄။ ဟိုဘဝက ဦးစိုးဝင်း ၁၈၅
၁၀၅။ ဥညြသံနှင့် ရွှေချိုးသံ ၁၈၇
၁၀၆။ ဆန်းစစ်ခြင်း ၁၈၈
၁၀၇။ ဟိုဘဝက ဦးသာဆုံ ၁၉၀

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

၁၀၈။ ငါ့သားကြီးရယ် ကျေပါပြီကွယ် တဲ့ ၁၉၂

၁၀၉။ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ ၁၉၃

၁၁၀။ သတိ ၁၉၅

၁၁၁။ ကုသိုလ်တန်ဖိုး ၁၉၇

၁၁၂။ ရွှေကျိုးလေး ၁၉၈

၁၁၃။ လှူကြပါ ၂၀၀

၁၁၄။ သုဂတိဘုံသို့ ၂၀၂

၁၁၅။ ဆရာအလွမ်း ရွာအလွမ်း ၂၀၄

၁၁၆။ ကဆုန်ညောင်ရေသွန်းပွဲ ၂၀၆

၁၁၇။ ကဆုန်လပြည့် ဗုဒ္ဓဟူးနေ့ ၂၀၈

၁၁၈။ ရွာအလွမ်း ၂၀၉

၁၁၉။ သရဏဂုံခြုံပါ ၂၁၁

၁၂၀။ အပြင်ထွက်ရာတွင် ၂၁၂

၁၂၁။ နိဗ္ဗာန်လမ်း ၂၁၃

၁၂၂။ ရုပ်ခန္ဓာ ၂၁၄

၁၂၃။ အဘိုးကြီး ၂၁၅

၁၂၄။ စိတ်ချမ်းသာ ၂၁၆

၁၂၅။ ရွှေကျိုးလေး တအာအာ ၂၁၈

၁၂၆။ ဆရာကြီးဥက္ကါညို ၂၂၀

၁၂၇။ သစ်ပင်စိုက်ပါ ၂၂၂

mgyoe.com

SAMPLE BOOK

နှလုံးသားဖြူစင်ကဗျာရှင်

ဆရာတက္ကသိုလ်စိုးယဉ်နှင့် ခင်မင်ရင်းနှီးခဲ့သည်မှာ နှစ်ပေါင်းများစွာကြာခဲ့ပါချေပြီ။ သူ၏ ကလောင်အမည် အမျိုးမျိုးဖြင့် ရေးသားသော ကဗျာများစွာကိုလည်း ဖတ်ရှုခဲ့ဖူးပါသည်။ ဆရာသည် သူတစ်ပါးကို အလွန် ကူညီချင်သော စိတ်ရင်းစေတနာကောင်းရှိသူ ဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် လှူချင်တန်းချင်၊ ပေးကမ်းချင်သော စိတ်ဆန္ဒကလည်း သူ့မှာ အမြဲထာဝရ ရှိပါ၏။

သူနှင့် ကျွန်တော်သည် အိမ်နီးချင်းအဖြစ်လည်း နေဖူး၏။

အသင်းအဖွဲ့တစ်ခုတည်းတွင် ရဲဘော်ရဲဘက် ညီရင်းအစ်ကိုလိုလည်း ဆက်ဆံဖူး၏။ ပွင့်လင်းသော၊ ရိုးသားသော အမြဲတစေ အကောင်းမြင်စိတ်ရှိသောသူ (ဆရာတက္ကသိုလ်စိုယဉ်) သည် သူနှင့် ထိတွေ့ဆက်ဆံဖူးသူတိုင်းအတွက် မိတ်ကောင်းဆွေကောင်းတစ်ဦးပင် ဖြစ်သည်ဟု ကျွန်တော် ဆိုချင်သည်။

သူ ထုတ်ဝေသမျှသော စာအုပ်တိုင်းသည် စီးပွားရေးအတွက် မဟုတ်။ ငွေရေးကြေးရေးအတွက် မဟုတ်။ စာပေအလှူဒါနပြုလုပ်ရန်နှင့် သူ့ရင်ထဲက ဝေဒနာအလှပန်းလေးများကို တစ်ပါးသူတွေ ခံစားနိုင်စေရန် ဖြစ်ပါ၏။

ယခုလည်းကဗျာစာအုပ်တစ်အုပ်ထုတ်ဝေလိုက်ပြန်ပါပြီ။ ''ရင်မှာပွင့်လန်း ကဗျာပန်းကလေးများ'' ဟူ၏။

mgyoe.com SAMPLE BOOK

ဟုတ်ပါသည်။

ဆရာ့ရင်မှာ စမ်းကလေးတွေ စီးဆင်းနေသည်။

ပြီးတော့ပန်းကလေးတွေဖူးပွင့်နေသည်။ အေးမြသောစိတ်နှလုံးအခံရှိသူ၏ ရင်ထဲက မွှေးပျံ့သောပန်းကလေးများ ဟုသာ တင်စားလိုပါသည်။ အရွယ်အားဖြင့် ရင့်ကျက်ခဲ့ပြီဖြစ်သော ဆရာတက္ကသိုလ်စိုးယဉ်၏ ရင်မှာ ပွင့်လန်းလာသော ပန်းကလေးများသည် ဖတ်ရှုရသူတို့အတွက် ကြည်နူးစရာ၊ ပျော်ရွှင်စရာ၊ အတုယူစရာ၊ သတိမူဖွယ်ရာ၊ သံဝေဂယူဖွယ်ရာ ခံစားမှုအတွေးမျှင်များကို ရှင်သန်လန်းဆန်း လာစေလိမ့်မည်ဟု ကျွန်တော် ယူဆပါသည်။

အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် ဆရာတက္ကသိုလ်စိုးယဉ်၏ ရင်ထဲက ဖြူစင်သော စေတနာ၊ မေတ္တာ အရိပ်အငွေ့တို့ကြောင့် ဖူးပွင့်လာသည်ဖြစ်၍ ထိုထိုသော ပန်းကလေးများသည် လန်းမွှေးသင်းကြိုင် ချစ်ခင်သူများဖြင့် ပြည့်လျှမ်းနေမည်သာ ဖြစ်ပါကြောင်း ထပ်လောင်းတင်ပြအပ်ပါသည်။

တက္ကသိုလ်စိုးယဉ် ကဗျာရှင်
နှလုံးသားက အလွန်ဖြူစင်။
ချစ်ခင်ဖွယ်ရာ အလွန်ကောင်း
အသက်ရာကျော် ရှည်စေကြောင်း။
လေးမြတ်ဆုပန်တောင်း။ ။

မြင်းမူမောင်နိုင်မိုး
၂၀ - ၈ - ၂၀၂၅

◆◆◆

mgyoe.com

SAMPLE BOOK

စာရေးသူ၏အမှာစာ

စာရေးသူသည် ဝါသနာအလျောက် ကဗျာလေးတွေ အာရုံဝင်စားမိပါ၏။ 'မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်၊ စိတ်' ဆိုသည့် တံခါးခြောက်ပေါက် ဝင်ထွက်၊ ထိတွေ့ရတာတွေက ရင်ထဲမှာထိတွေ့ခံစားလာရသည့်ခါးလက်မှ ချရေးမိတော့၏။

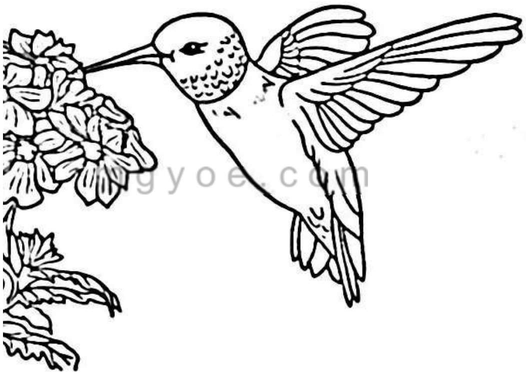
ဤသို့ဖြင့် တစ်နေ့လျှင် တစ်ပုဒ်၊ နှစ်ပုဒ် စသဖြင့် ရေးချမိလာခဲ့ရာ ယခုအခါတွင် ပုဒ်ရေ (၁၂၆) ပုဒ်တောင် ရှိလာခဲ့ပါပြီ။ '၁၂၆' ကို ပေါင်းကြည့်တော့ ကိုးနဝင်း၊ ကြင်းကြေ၊ နဝင်းကြေဆိုသော စကားအတိုင်း စိတ်လက်ရွှင်လန်း ဝမ်းမြောက်မှုလေးတွေ ဖြစ်လာခဲ့ပါ၏။ ဤသို့ဖြင့် ''ရင်မှပွင့်လန်းကဗျာပန်းလေးများ'' ကဗျာစာအုပ်လေး ထုတ်ဝေရန် စိတ်ကတားမရတော့ပါ။

ထိုအခါ ''ရှင်မတောင်စာပေတိုက် ဆရာမောင်မျိုးဆင့်'' တို့နှင့် ထုတ်လေ့ထုတ်ထ ရှိခဲ့သည့်အတိုင်း ယခုကဲ့သို့ ''ရင်မှာပွင့်လန်းကဗျာပန်းလေးများ'' စာအုပ်လေး ထုတ်ဖြစ်ခဲ့ပါပြီ။

စာပေချစ်မြတ်နိုးသည့် တွေးဖော်တွေးဖက် ကဗျာဆရာများ၊ ရေးဖော်ရေးဖက် ကဗျာဆရာ၊ စာရေးဆရာများ၊ မိဘပြည်သူများ ဖတ်ရှုကြည့်ကြပါတော့ခင်ဗျာ။ လိုအပ်လို့ အကြံပေးစရာရှိရင်လည်း ရေးသားပေးဖို့ပါ။ အလေးအမြတ်ထားပြီး ဖတ်ရှုပါမည်ခင်ဗျား ...။

အားလုံးကို ခင်မင်လေးစားစွာဖြင့် ...
တက္ကသိုလ်စိုးယဉ်
၁၃–၆–၂၅

(စာရေးဆရာ ရေးဖော်ရေးဖက်များ၊ အမိမြန်မာနိုင်ငံတော်ကြီးအတွင်း ရှိ မိဘပြည်သူများ၊ ကမ္ဘာသူကမ္ဘာသားများအားလုံး ရောဂါကင်းရှင်း၊ ကျန်းမာခြင်းနှင့် ပြည့်စုံကာ ရွှင်လန်းချမ်းမြေ့ကြပါစေသော်...)



mgyoe.com SAMPLE BOOK

ဂုဏ်ပြုပူဇော်ကြေးပိဋကတ်ဆရာတော်

❖ ပေပိဋကတ်၊ အမြတ်ထားခါ
ထိန်းသိမ်းလာခဲ့၊ ပြည်ရွာအနှံ့
တရားပြန့်စေ၊ ဓမ္မဝေစည်
မြန်ပြည်(ပြေ)ထင်ရှား၊ ထွန်းကားကျက်သရေ
ရှန်းတင့်ဝေပဲ့၊ သာသနာ့အရောင်
နေရောင်လရောင်၊ ထွန်းလင်းပြောင်၏ – သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ။

❖ ကျောက်ပိဋကတ်၊ အမြတ်ထားခါ
တည်ထားပါခဲ့၊ ရှည်ကြာခိုင်ခံ့
တရားပြန့်စေ၊ ဓမ္မဝေစည်
မြန်ပြည်(ပြေ)ကျော်ကြား၊ တိုင်းခြားကမ္ဘာ
အံ့သြပါရ၊ ရှန်းပကျက်သရေ
တင့်လှပေစွ၊ သာသနာ့အရောင်
နေရောင်လရောင်၊ ထွန်းလင်းပြောင်၏ – သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ။

mgyoe.com

SAMPLE BOOK

❖ စာပိဋကတ်၊ အမြွတ်ထားခါ
ထုတ်လုပ်ဖြန့်ချိ၊ အပြည့်ရသ
မြတ်ဓမ္မကို၊ ဖတ်ကြရေးကြ
ဟောကြားပြ၍၊ လောကဓမ္မ
နှစ်ဝအကျိုး၊ ကောင်းကျိုးဝေဖြာ
အေးငြိမ်းပါရ၊ သာသနာ့အရောင်
နေရောင်လရောင်၊ ထွန်းလင်းပြောင်၏ – သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ။

❖ ကြေးပိဋကတ်၊ အကြံမြတ်ကို
ဘဒ္ဒန္တဉာဏ၊ ထေရ်မြတ်ကလျှင်
တီထွင်ကြံဆောင်၊ ဦးဆောင်ဖော်ထုတ်
ကြိုးကုတ်စွမ်းအား၊ အောင်မြင်ငြား၍
ရှင်အားတက်ကြွ၊ သာသနာ့အရောင်
နေရောင်လရောင်၊ ထွန်းလင်းပြောင်၏ – သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ။
လက်စုံမိုးခါရှိခိုးပါ၏၊ သာသနာ့အာဇာနည် အရှင်သူမြတ်ဘုရား။ ။

(ရခိုင်ပြည်နယ်၊ မင်းပြူးဇာတိ၊ ကြေးပိဋကတ်ဆရာတော်ကြီးအားအထူး ဂါရဝပြုပါ၏။)

mgyoe.com SAMPLE BOOK

ဦးစိုးဝင်း (တက္ကသိုလ်စိုးယဉ်) ၏ ကိုယ်ရေးမှတ်တမ်း အကျဉ်း

၁။	အမည်	ဦးစိုးဝင်း
၂။	ကလောင်အမည်	တက္ကသိုလ်စိုးယဉ်
၃။	ကလောင်အမည်ခွဲများ	စိုးဝင်း(မြစ်ခြေ)၊ ရဲဘော်စိုးဝင်း (လှိုင်)
၄။	မိဘအမည်	ဦးသာတင့် + ဒေါ်အိမ်မြိုင်(ပွဲစားကြီး) သမစိတ္တပွဲရုံ၊ မြစ်ခြေမြို့။
၅။	ပညာအရည်အချင်း	BA (Hist), M.A (Q)
၆။	ဘွဲ့	အဂ္ဂမဟာမင်္ဂလဓမ္မဇောတိကဓဇဘွဲ့ YMBA (၂၄.၆.၂၀၁၂ရရှိ) အဂ္ဂမဟာမင်္ဂလဓမ္မဇောတိက ဓဇဘွဲ့ (၃၁.၁၀.၂၀၂၁ ရရှိ)
၇။	ဘာသာရေး	အစိုးရစစ် အဘိဓမ္မဌာသင်္ဂြိုလ်(၃)ပိုင်း၊ (ဆိပ်ဖြူမြို့ တောမိကျောင်းတွင် ၁၉၅၃ ခုနှစ် အောင်မြင်ခဲ့)
၈။	မွေးဖွားရာဇာတိ	မကွေးတိုင်း၊ ပခုက္ကူမြို့နယ်၊ မြစ်ခြေမြို့နယ်ခွဲ၊ စံကျောင်းကျေးရွာ။
၉။	လူမျိုး၊ ဘာသာ	ဗမာ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာ
၁၀။	အသက်	၈၅ နှစ်
၁၁။	မွေးနေ့၊ မွေးရက်	၁၃၀၂ ခုနှစ်၊ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်ကျော် (၆) ရက်၊ အင်္ဂါနေ့ (၁၉.၁၁.၄၀)
၁၂။	အလုပ်အကိုင်	B.C (ငြိမ်း)၊ (၁၉၆၂ မှ ၁၉၈၆ အထိ၊ လှိုင်မြို့နယ်၊

mgyoe.com SAMPLE BOOK

အုတ်ကျင်းဂုံနီစက်ရုံ)၊ စက်မှု(၁)ဝန်ကြီးဌာန။ အယ်ဒီတာ(ငြိမ်း)၊ (ငွေတာရီ၊ မြဝတီမဂ္ဂဇင်း၊ ကာကွယ်ရေး ဝန်ကြီးဌာန)၊ (၁၉၉၁ မှ ၂၀၀၁ အထိ)

၁၃။ အိမ်ထောင်ရေး ဇနီးဒေါ်ငွေရင်(စာရေးဆရာမ မလေးယဉ်)

ဆောင်ရွက်သည့် တာဝန်များ

၁။ YMBA အသင်းချုပ်အမှုဆောင်(၂၀၀၃ မှ ၂၀၀၈ အထိ)အသင်းချုပ် ဥက္ကဋ္ဌ (၂၀၀၈ မှ ၂၀၁၀ အထိ)အသင်းနာယက (ယခုလက်ရှိ)

၂။ ဥက္ကဋ္ဌ
(မင်္ဂလာတောင်ညွန့်မြို့နယ်စာပေနှင့်စာနယ်ဇင်းအဖွဲ့၊ (၁၉၉၆ မှ ၁၆.၆.၂၀၁၂ အထိ)

၃။ ဗဟိုဦးစီးအဖွဲ့ဝင်
(မြန်မာနိုင်ငံစာပေနှင့်စာနယ်ဇင်းအဖွဲ့၊ ၁၉၉၆ မှ ၁၆.၆.၂၀၁၂ အထိ)

၄။ ဗဟိုအမှုဆောင်ကော်မတီဝင်
(မြန်မာနိုင်ငံစာရေးဆရာအသင်း၊ ၁၆.၆.၂၀၁၂မှ ယခုအထိ) ဂုဏ်ထူးဆောင် နာယက (မင်္ဂလာတောင်ညွန့်မြို့နယ် စာရေးဆရာအသင်း၊ ၁၆.၆.၂၀၁၂ မှ ယခုထိ)

၅။ ဗုဒ္ဓသာသနာ့နုဂ္ဂဟအဖွဲ့ချုပ်
အမှုဆောင် (မဟာစည်ရိပ်သာကြီး ဗဟန်းမြို့နယ်။ ၁၉၉၂ မှ ယနေ့ အထိ)

၆။ စာတည်း / စာတည်းချုပ်
မဟာစည်သတင်းလွှာ မဂ္ဂဇင်း၊ မဟာစည် ရိပ်သာကြီး။ ၂၀၀၀ ပြည့်မှ ယနေ့ အထိ)

၇။ အမှုဆောင်စာတည်း
မဟာစည် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ဗုဒ္ဓ သာသနာပြု သင်တန်းကျောင်း၊ နှစ် ၂၀ ပြည့် အထိမ်းအမှတ်မော်ကွန်း ၂၀၁၀ နှင့် ၂၅ နှစ် ပြည့် အထိမ်းအမှတ် မဟာစည် ရာပြည့် မော်ကွန်း အမှုဆောင်စာတည်း ၂၀၁၄။

၈။ အမှုဆောင်
(ဆရာချစ်ဦးညိုဥက္ကဋ္ဌအဖြစ် ဆောင်ရွက်သောချမ်းအေးမွေ စာဆိုပညာရှင်ကြီး

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

များ ပူဇော်ဂုဏ်ပြုရေးအဖွဲ့၊ ၂၀၀၀ မှ ယနေ့အထိ)

၉။ အတိုင်ပင်ခံစာတည်း

(အယ်ဒီတာချုပ်၊ ဒေါက်တာသက်ဆွေ ထုတ်ဝေသော ဇီဝကမဂ္ဂဇင်း (၂၀၀၅ မှ ယနေ့အထိ)

၁၀။ နာယက

(ဆရာဦးဌေးလှိုင်စီစဉ်သော 'ခရီးဖော်ဓမ္မရသမဂ္ဂဇင်း' ၂၀၁၀ ပြည့်နှစ်)

၁၁။ အမှုဆောင်၊ တွဲမှူး၊ ဒုတိယဥက္ကဋ္ဌ

(ပခုက္ကူအသင်း–ရန်ကုန် ၁၉၈၆ မှ ၉.၂.၂၀၁၃)၊ အသင်းနာယက ပခုက္ကူ ခရိုင် အသင်း (၉.၂.၂၀၁၃ မှ ယခုထိ)

၁၂။နာယက ဆိပ်ဖြူမြို့နယ်အသင်း၊ ရန်ကုန် (၁.၁.၂၀၁၁ မှ စ၍)

၁၃။ နာယက မြစ်ခြေမြို့နယ်အသင်း၊ ရန်ကုန် (၁.၁.၂၀၁၂ မှ စ၍)

၁၄။နာယက ဒိုက်ဦးမြို့နယ်အသင်း၊ ရန်ကုန် (၁၆.၁.၂၀၂၀ မှ စ၍)

၁၅။ စာတည်းအဖွဲ့ဝင် အယ်ဒီတာချုပ်၊

ဆရာဦးထွန်းလွင် စီစဉ်သော 'ရတနာမွန် မဂ္ဂဇင်း' ၂၀၀၃ မှ ၂၀၀၈ အထိ

၁၆။ အယ်ဒီတာ ပခုက္ကူအသင်း–ရန်ကုန်မဂ္ဂဇင်း ၂၀၀၂

၁၇။ တာဝန်ခံစာတည်း

ပခုက္ကူအသင်း–ရန်ကုန်၏နှစ်၅၀ ပြည့် ရွှေရတု မဂ္ဂဇင်း ၂၀၁၀

၁၈။ ဗဟိုကော်မတီ၊ ဒုတိယဥက္ကဋ္ဌ–၃

(ဆရာဌေးမောင် ဥက္ကဋ္ဌဖြစ်ခဲ့သော မြန်မာနိုင်ငံ စာပေ ပြန့်ပွားရေးအသင်း၊ (မြန်စာပြန့်)၊ ၂၁.၄.၂၀၁၇ မှစ၍)

၁၉။ အဖွဲ့ဝင်

ဆရာဂုဏ်ထူးဦးသိန်းနိုင် ဥက္ကဋ္ဌအဖြစ် ဆောင်ရွက်သော မြန်မာနိုင်ငံစာပေ ချစ်မြတ် နိုးသူများအသင်း၊ (မြန်မာချစ်)၊ ၇.၃.၂၀၁၅ မှစ၍

၂၀။ အဖွဲ့ဝင်

မြန်မာ့ကျေးလက်ဒေသ လူ့အရင်းအမြစ် ဖွံ့ ဖြိုးတိုးတက်ရေး လုပ်ငန်းအဖွဲ့ (၁၇.၂. ၂၀၁၇ မှစ၍) စာရေးသားထုတ်ဝေမှု

mgyoe.com

mgyoe.com SAMPLE BOOK

ထုတ်ဝေခဲ့သော စာအုပ်များ

၁။ ဒို့ခေတ်လုပ်သားပြည့်စွမ်းအား စာအုပ် (၁၉၈၀ ပြည့်)
၂။ ဇာနည်သွေး ကလေးကဗျာများ စာအုပ် ('ပ' ကြိမ် ၁၉၈၃ ခုနှစ်)
၃။ ဇာနည်သွေး ကလေးကဗျာများ စာအုပ် ('ဒု' ကြိမ် ၁၉၈၄ ခုနှစ်)
၄။ သုံးပွင့်တစ်ခိုင် အထက်တန်းမြန်မာစာစီစာကုံး (သုံးဦးပေါင်း ၂၀၀၂ ခုနှစ်)
၅။ ဝလုံးလေးနှင့် အခြားကဗျာများစာအုပ် (၂၀၀၇ ခုနှစ်)
၆။ တက္ကသိုလ်စိုးယဉ် စိန်ရတုမွေးနေ့ မင်္ဂလာစာအုပ်(၂၀၁၅ ခုနှစ်)
၇။ ဘဝဝန်းကျင် ပန်းဥယျာဉ် ကဗျာစာအုပ် (၂၀၁၈ ခုနှစ်)
၈။ ကျေးရူးသစ္စာ မမေ့ပါနှင့် အခြားကဗျာများ (၂၀၂၀ ပြည့်နှစ်)
၉။ ပွင့်ဦးမေတ္တာချူလှည့်ပါနှင့် အခြားကဗျာများ (၂၀၂၀ ပြည့်နှစ်)
၁၀။ အသက် ၇၅ နှစ်ပြည့်၊ စိန်ရတုမွေးနေ့စာအုပ်
၁၁။ အသက် ၈၀ ပြည့် ပတ္တမြားရတုမွေးနေ့မင်္ဂလာ ဂုဏ်ပြုမှတ်တမ်းလွှာ (၂၀၂၀ ပြည့်နှစ်)
၁၂။ သူ့ခေတ်၊ သူ့အတွေး၊ သူ့အရေး စာဥယျာဉ် (၂၀၂၁၊ ဩဂုတ်လ)
၁၃။ အချင်းအရာအဟောင်းများနှင့် သတင်းစာဆောင်းပါးများ (၂၀၂၁ ခုနှစ်)
၁၄။ ကုသိုလ်လန်းရှင် စာဥယျာဉ် (၂၀၂၁ ခုနှစ်)
၁၅။ လူမျိုးဘာသာမရွေး ပွားများသင့်သော လောကပါလတရား (၂၀၂၂ ခုနှစ်)
၁၆။ ဇာနည်သွေး ကလေးကဗျာများ (တတိယအကြိမ်) (၂၀၂၂ ခုနှစ်)
၁၇။ တို့ခေတ်လုပ်သား ပြည့်စွမ်းအား (ဒုတိယအကြိမ်) (၂၀၂၄ ခုနှစ်)
၁၈။ လူမျိုးဘာသာမရွေး ပွားများသင့်သော လောကပါလတရား ဒုတိယအကြိမ် (၂၀၂၄ ခုနှစ်)

mgyoe.com

mgyoe.com
SAMPLE BOOK

ဗိတာဖခင်

- နာစရာရှိရင်
  လွမ်းစရာလေးနဲ့ဖြေ။

- ဘယ်သူတရားပျက်ပျက်
  ကိုယ်မပျက်နှင့်။

- သမဂ္ဂါန် တပေါ်သုခေါ်...တဲ့။

- အဖေ့စကား မှတ်သားလိုက်နာ
  ရှိခဲ့တာမို့၊ သက်မှာရှစ်ဆယ့်ငါး
  ရောက်ခဲ့လာ၊ မုန်းသူမရှိ
  ချစ်သူပြည့်ကာ၊ စိတ်ချမ်းသာလို့
  ကိုယ်ကျန်းမာပြီး ခရီးလျှောက်လှမ်း
  လှမ်းလျက်ပါ။

အဖေ့ကျေးဇူး မြင့်မိုရ်ဦးကို
ရှိခိုးဦးတင်၊ အစဉ်အောက်မေ့
အမျှဝေဖလေ့ကို၊ အဖေရောက်ရာဘဝက သိပါစေသော်။ ။

mgyoe.com

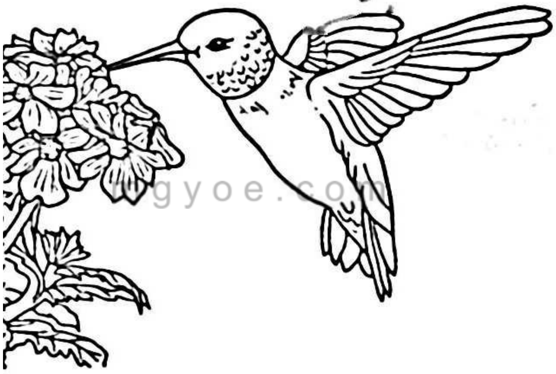
SAMPLE BOOK

မာတာမိခင်

❖ ငါ၏မိခင်၊ ကျေးရွာရှင်၏
ပြုံးရွှင်မျက်နှာ၊ ဝင်းနဝါကို
မြင်စွာရင်ဝ၊ စန်းငွေလသို့
အေးမြကြည်လင်၊ မေ့ရင်ခွင်အား
ငါလျှင်ဘယ်မှာ၊ မေ့နိုင်ပါအံ့။

❖ ဆိုရာစကား၊ သကာပျားနှင့်
မိုက်မှားတွေ့မြင်၊ အမြန်ပြင်ရန်
ကြည်လင်ပြတ်သား၊ သူညွှန်ကြားကာ
ငါ့သားသမီး၊ မျက်နှာကြီးငယ်
လိုက်တယ်မရှိ၊ တည့်မတ်ဘိသည့်
မွေးမိခင်ကို၊ ငါလျှင် ဘယ်မှာမေ့နိုင်ပါအံ့။

❖ ဆိုရိုးစကား၊ ပုံပြင်များနှင့်
အမှားအမှန်၊ ဝေဖန်ပိုင်းခြား
သိတတ်များမို့၊ သမီးသားတွေ
ဆုံးမပေတဲ့၊ မွေးမေမိခင်
ကျေးရွာရှင်ကို၊ ငါလျှင် ဘယ်မှာ မေ့နိုင်ပါအံ့။



mgyoe.com SAMPLE BOOK

❖ အတ္တ ပရ၊ မျှတလိုက်လျော
မနောဖြူစင်၊ မေတ္တာမွန်ထား
စေတနာပွားကာ၊ လှူဒါန်းရာနှင့်
ပေးရာကမ်းရာ၊ များသူငါနှင့်
သဒ္ဓါတရား ရှေ့ပြေးထားလို့
လေးစားချစ်ခင်၊ မွေးသမိခင်
ကျေးဇူးရှင်ကို၊ ငါလျှင် ဘယ်မှာ မေ့နိုင်ပါအံ့။

❖ မိဘကျေးဇူး မြင့်မိုရ်ဦးသို့
ချီးကျူးမကုန်၊ စိတ်အာရုံတွင်
အဟုန်မေတ္တာ၊ မြတ်သဒ္ဓါနှင့်
ဝေသာအမျှ ပေးဝေငှကာ
ဦးချရှိကျိုး၊ ငါရှိခိုးသည်
မိုးမြေအနန္တ၊ မိခင်လှ၊ ကြားရစေသား သိစေသား။ ။

mgyoe.com

SAMPLE BOOK

အလွမ်း

❖ တကူးကူး
တကူးကူးနဲ့ ပြည့်သံသာ
ပင်ယံထက်က ချိုးလေးပါ။

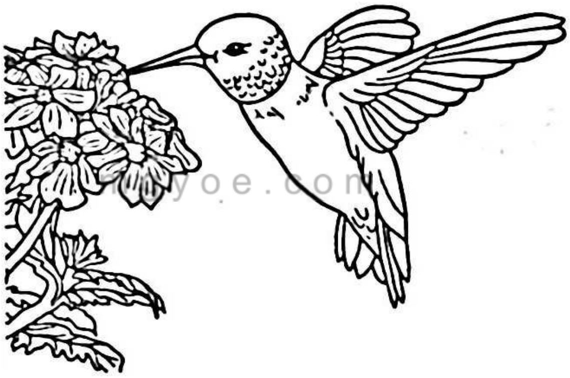
❖ အဖော်ကွဲကာ
အော်နေသလား
ပြောပါဦးတော့လား။

❖ လူတွေများလည်း
သူတို့လိုပင်
အဖော်ကွဲပါလျှင်
လွမ်းသီချင်းတွေဆိုခါပဲ

အလွမ်းဇာတ်တွေခင်းလေပဲ။

❖ အလွမ်းတွေက
အကဲပို
လွမ်းဝတ္ထုတွေ ရေးကြသကို
လူတိုင်းလူတိုင်း
မရှောင်နိုင်ပြား။

❖ အသည်းတွေက လောင်ကျွမ်းသွား၊
သေသွားကြလေသလား။ ။



mgyoe.com
SAMPLE BOOK

ကျန်းမာရေးနှင့်ညီစေရာ

❖ သန်တုန်း၊ မြန်တုန်း
ရှစ်ဆယ့်သုံးကွ
မင်းသိဒ္ဓိပြောခဲ့ပါ။

❖ သို့သော်လည်းပဲ
သူက ကွယ်လွန်
သန်လျှင်ဘိုးဘွားရိပ်သာတွင်။

❖ သန်သေး မြန်သေး
ရှစ်ဆယ့်လေးပါ
သူ့အားပြောလို့
သူမရှိတော့ပါဗျို့။

❖ ရှစ်ဆယ့်လေးထိ
ကျန်းမာရေးကောင်း
ကျုပ်အကြောင်းကို
သူ့အားပြောလို သူမရှိတော့ပါဗျို့။

mgyoe.com

SAMPLE BOOK

❖ လျှောင်းထိုင်ရပ်သွား
မျှတပါစေ၊
ဆီးဝမ်းသွေးလေ
မှန်ပါစေ။

❖ ချိုချဉ်စပ်ငံ
အဖန်နှင့်အခါး
မျှတအောင်စားပါလေ။

❖ နံနက်တစ်ခေါက်
ညနေတစ်ခေါက်
လမ်းမှန်မှန် လျှောက်ပါလေ။

❖ သွေးသားလေးတွေ
ညီညွတ်လို့
ကျန်းမာပါသည့်ဂျို့ လမ်းလျှောက်
လမ်းလျှောက်စို့၊
လမ်းလျှောက်စို့၊ မှန်မှန်လမ်းလျှောက်စို့။ ။

mgyoe.com SAMPLE BOOK

ဆုတောင်းမေတ္တာ

❖ အနုန်းမှုတ်ခွက်နင်း
ရောဂါကင်း
ကျန်းမာခြင်းနှင့်
ညီစေရာ
ညအိပ်ရာမဝင်ခင် နင်းကြပါ။

❖ ချိုချဉ်စပ်ငံ
ဖန်ခါး ဤခြောက်ပါး
မျှတအောင် စားကြပါ။

❖ လျှောင်းထိုင်ရပ်သွား
ဤလေးပါးလည်း
မျှတမြဲစွာ နေထိုင်ပါ။

❖ အစားလွန်ခြင်း
အိပ်လွန်ခြင်းမရှိ
ထိန်းညှိသွားပါ၊ ဤခန္ဓာ။

❖ ကျန်းမာချမ်းသာ
ဝမ်းသာစေကြောင်း
ဆုတောင်းပို့မေတ္တာ။ ။

mgyoe.com

SAMPLE BOOK

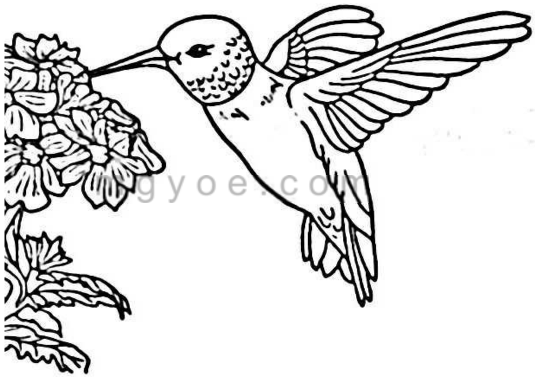
ကျန်းမာရေး

❖ ဆီးဝမ်းသွေးလေ
ဤလေးတွေ
ဓာတ်တွေမှန်မှ ကျန်းမာကြ။

❖ လျှောင်းထိုင်ရပ်သွား
ဤလေးပါး
မျှတပြားမှ ကျန်းမာကြ။

❖ ချို့ချဉ်စပ်ငံဖန်ခါး
ဤခြောက်ပါး
မျှတစွာစားမှ ကျန်းမာကြ။

❖ သတိတရား
လက်ကိုင်ထားမှ
အများသူငါ
ကျန်းမာပါလိမ့် သက်ရှည်လိမ့်။ ။



ngyoe.com SAMPLE BOOK

ချိုးကူသံလေးတွေ

❖ တကူးကူး ကူး
တကူးကူး ကူး
ပင်ယံထက်က ချိုးလေးမြူး။

❖ သူ့အသံက
ခပ်အာအာ
အသံကျယ်သလိုပါ။

❖ သူကလေးက
ချိုးထီးပဲ
ပို၍အသံကဲ။

ngyoe.com

SAMPLE BOOK

- တကူးကူး
တကူးကူးနဲ့ ပြည်သံသာ
ချိုးမလေးရဲ့ အသံပါ။

- သူ့အသံလေးက
ခပ်ပျော့ပျော့
ချိုးမလေးရဲ့ အသံပေါ့။

- ဟိုကူးဒီဆော့
ဆော့ကာနေ
သူတို့ဘဝပေ။

- ပျော်လိုက်ကြလေ
တဖြုန်းဖြုန်း
ကိုင်းဖျားတွေမှာ တရှန်းရှန်း။ ။

mgyoe.com SAMPLE BOOK

အသေမြတ်ရန်

❖ အထက်ကိုကြည့်
ကိုယ့်ကိုယ်ကြည့်
အောက်လည်းကြည့်ပါ။

❖ အထက်မှာလည်း
သူ့ခက်ခဲနှင့်
သူ့ဟာနှင့်။

❖ ကိုယ်နှင့်တန်းတူ
ဘဝတူလည်း
သူ့ခက်ခဲနှင့်
သူ့ဟာနှင့်။

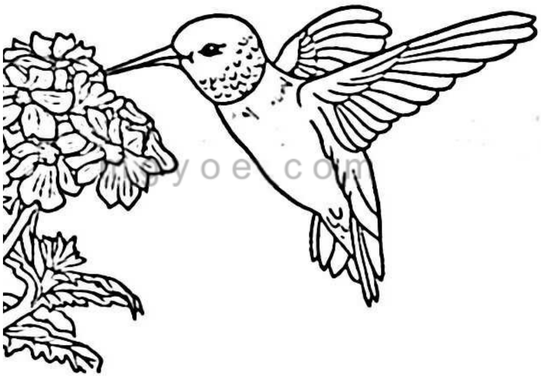
mgyoe.com

SAMPLE BOOK

❖ အောက်ကိုလည်းကြည့်
သူတို့လည်းလေ
ခက်ခဲတွေက
ဝလပွနှင့်။

❖ ကိုယ့်ဘဝနှင့်သာ
ရောင့်ရဲစွာ နေမှ
သက်သာရလိမ့်။

❖ မြင်ရမှာက
အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ
အသေမြတ်ရန် နေတတ်ကြပါဗျာ။ ။



mgyoe.com
SAMPLE BOOK

တကူးကူးတဲ့

❖ တကူးကူး
တကူးကူး
ပင်ယံထက်မှာ
ချိုးကလေးမြူး။

❖ နောက်ထပ်သူမတွဲ
မြည်လာတာ
ချိုးကလေးတွေ ရောင်တူပါ။

❖ ထပ်ကူးလာတဲ့
ချိုးကလေးက
ချိုးဖြူလေးပါဗျာ။

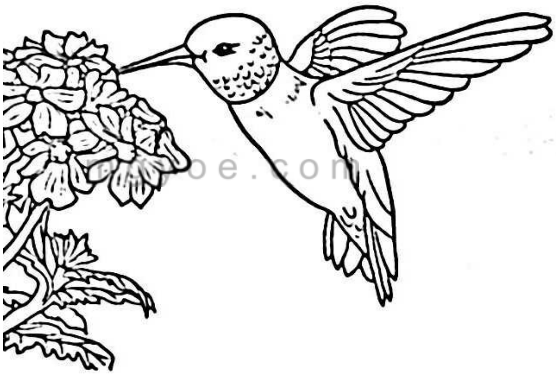
mgyoe.com

.com SAMPLE BOOK

❖ သူ့အသံက
မြည်သံချိုသာ
ငြိမ်းချမ်းရေး ချိုးဖြူလေးပါဗျာ။

❖ သူ့ဆွဲအားက
ပို၍ကောင်း
ကြည့်ကြလူ့အပေါင်း။

❖ တဖောင်းဖောင်း
တဖောင်းဖောင်း
လက်ခုပ်သံတွေ တဖြောင်းဖြောင်း။ ။



mgyoe.com SAMPLE BOOK

ဆွမ်းကပ်ပါ

❖ နံနက်တိုင်းမှာ၊ ဆွမ်းကပ်ပါ
နေ့စဉ်မမေ့ရာ
နေ့စဉ်ကပ်တော့
နေ့စဉ်ရ အမြတ်ကုသိုလ်ဗျာ့။

❖ ဆွမ်းပန်းရေချမ်း အလင်းရောင်
နေ့စဉ်ကပ်ကြအောင်
အောင်ရမည်ကွယ့် ကုသိုလ်များ
အကျိုး ဤငါးပါး။

❖ သက်ရှည်ဆင်းလှ
ချမ်းသာရလျက်
ဗလပညာ၊ ဤငါးဖြာ
မှတ်ပါဆွမ်းလှူအကျိုး။

❖ အကျိုးထူးကို ရစေလို
နေ့စဉ်ပြု ကုသိုလ်
နိဗ္ဗာန်ရောက်ဖို့ မျှော်ကာတွေး
ကုသိုလ်ပြုကြလေး။ ။

mgyoe.com

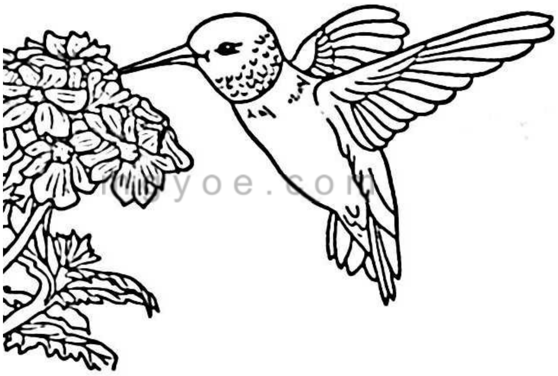
SAMPLE BOOK

ရေအသက် တစ်မနက်

❖ ရေအသက် တစ်မနက်
ထမင်းအသက် ခုနစ်ရက်
ရှေးရှေးစဉ်ဆက် ပြောခဲ့တယ်။

❖ အသက်ရှည်ဖို့
ရေဟာ အဓိက
နံပါတ်တစ်က နေပါတယ်။

❖ တစ်မနက်တာ
မသောက်ပါက
သေမှာမုချ ဒုက္ခကွယ်။



mgyoe.com SAMPLE BOOK

- ဒုက္ခကင်းစွာ
  အသက်ရှည်ရာအတွက်
  ရေဟာ အဓိကဖြစ်ပါတယ်။

- ရေ၏တန်ဖိုး
  အသိတိုးလို့
  ရေကို ချွေတာသုံးရမယ်။

- အဟောသိကံ
  အသိဉာဏ်တိုး
  ရေတွေဖြုန်းက
  တစ်လောကလုံး ဒုက္ခကွယ်။

- ရေ၏အသက်၊ တစ်မနက်ဟု
  အသက်နဲ့ထပ်တူ ထိန်းကာကွယ်
  ကာကွယ်ကြကွယ် စောင့်ရှောက်ကြကွယ်။ ။

mgyoe.com

SAMPLE BOOK

ရွှေကျိုးလေး

❖ ရွှေကျိုးကလေး နားနေတာ
ဝရန်တာတံခါးမှာ
မြည်သံသာလေး အော်မြည်လျက်
တအာအာပါကွယ့်။

❖ ရွှေကျိုးသာတော့၊ ရွှေညော့လာ
အိမ်မှာ လာဘ်ရွှင်တာ
အစာလေးတွေ ပက်ကာကျွေး
ကုသိုလ်ရတယ်လေး။

❖ ကုသိုလ်လေးတွေ ယူတတ်ရင်
ကုသိုလ်ရမည်ပင်
မယူတတ်ရင် မရဘဲ
တံခါးပိတ်ထားသလိုပဲ။

❖ ကုသိုလ်တံခါးပွင့်နေတာ
မြင်အောင်ကြည့်ကာသာ
လှူကာတန်းကာပေးကြမှ
ကုသိုလ်အမြဲရ။

❖ မမေ့ပါနှင့် မြတ်ဒါန
နှိုးဆော်လိုက်ပါသဗျာ့။ ။

mgyoe.com SAMPLE BOOK

ရွှေဥသြလေး

❖ ဥသြ ဥသြတွန်သံချည့်
ပင်ယံထက်မှာမြည်
ဘယ်ဆီကိုများ
လွမ်းနေသလဲ
ပြောပါဦးလားကွယ့်။

❖ အလားတူပဲ သူမလေးမှာ
လွမ်းတေးဆိုနေတာ
သူလေးဟာလည်း
လွမ်းလျက်ပါကွယ့်
သူ့ရည်းစားကိုတဲ့။

❖ လွမ်းဆွေးပျော်ရာ ဤကမ္ဘာ
လာပြီတစ်လှည့်၊ ပြန်ချည်တစ်လှည့်
လှည့်လို့နေပါရဲ့။

❖ ပြုံးတစ်လှည့်နှင့်
မဲ့ချည်တစ်လှည့် လှည့်ပတ်နေပါသည်
ဘယ်ဆီကိုမှန်း လွမ်းမနေနဲ့
လောက သဘာဝပါကွယ့်။ ။

mgyoe.com

SAMPLE BOOK

ရွှေချိုးဖြူ

❖ ရွှေချိုးဖြူလေး
ကူသံသာ
ပင်ယံထက်ကပါ။

❖ ဘယ်သူ့ကိုများ
လွမ်းပါသလဲ
ပြောပါဦးလားကွယ့်။

❖ အဘိုးကလည်း မင်းအသံကို
နားဝင်ချိုလှသကို
ဘယ်ကိုများမှ မသွားပါနဲ့
ဒီမှာပဲနေပါကွယ့်။

❖ ချစ်တဲ့ချိုးလေးသိပါစေ
မှာကြားပါရစေ
တောင်းဆုချွေလျက် နေ့စဉ်ပဲ
ရင်လှိုက်သည်းလှိုက်ပဲ။ ။

SAMPLE BOOK
mgyoe.com

သတိ

- အနိစ္စနဲ့
ဒုက္ခ အနတ္တာ
လက္ခဏာရေးသုံးပါး
ရှောင်ရှားမရပါ။

- အိုပြီးတော့လည်း
နာရဦးမှာ
နာပြီးတော့လည်း
သေရမှာပါ။

- ဘယ်သူတစ်ပါး
ရှောင်ရှားမရပါ။

- မအို မနာ မသေခင်မှာ
ကုသိုလ်လေးတွေ လုပ်ရမှာပါ
သို့ပါမှ ကောင်းရာသုဂတိ လားကြမှာ။

- အလှူရေစက်လက်နှင့်မကွာလာလာလာ
အခုကပင် ပြုကြပါစို့လာ။ ။

mgyoe.com

SAMPLE BOOK

ရွှေချိုးကလေး

- တကူးကူးကူး
  တကူးကူးကူး
  ပင်ယံထက်မှာ
  ချိုးကလေးမြူး။

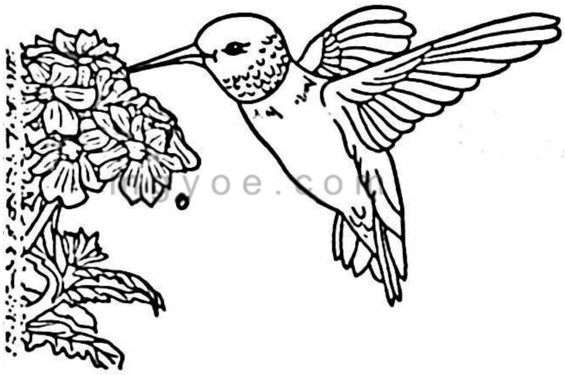
- နောက်ထပ်တိုးလာ
  ချိုးကလေးတွေပါ
  အသံသာသာ ချိုမြမြ
  တကူးကူး မြည်နေကြ။

- သဘာဝ အလျောက်
  သာယာနေ
  သူတို့ဘဝတွေ။

- လူတွေမှာလည်း
  ထို့တူပဲ
  သီချင်းသံလေးတွေကဲ။

- သဘာဝမို့ ပျော်ကြတာ
  သူ့ဘဝနှင့် သူ့ဘာသာ။

- ဘယ်သူသာတယ်ပြောကြမလဲ
  လောကသဘာဝပါပဲ။ ။



SAMPLE BOOK
mgyoe.com

မတ်လ ၂၂ရက် ကမ္ဘာ့ရေနေ့

- ရေ၏အသက်
  တစ်မနက် တဲ့။

- ထမင်းအသက်
  ခုနစ်ရက် တဲ့။

- ရှေးလူကြီးများ
  မိန့်ကြားခဲ့တာ
  အသည်းမှာစွဲမှတ်
  သတိချပ်လော့။

- ရေတန်ဖိုးကား
  ကြီးမားလှဘိ
  လူတိုင်းသိနိုင်
  မြင်နိုင်၏။

mgyoe.com

SAMPLE BOOK

❖ သတိကမန်
ဉာဏ်မြေကတုပ်
ပညာစွန်း
ချွန်းကဲ့သို့အုပ်။

❖ လူ့သတ္တဝါနှင့်
သက်ရှိသတ္တဝါတိုင်း
ကျောခိုင်းမရ
ရေဟာ အဓိက။

❖ ရေပြတ်ပါက
လူနှင့်သက်ရှိသတ္တဝါတိုင်း သေမည်ကေန်မုချ။ ။

(ရေကို မဖြုန်းဘဲ တန်ဖိုးရှိစွာ သုံးစွဲနိုင်ကြပါစေသော်)