

ရက်စွဲ

- -

ပို့

-----  
-----  
-----

ဓမ္မဒါနပြုအပ်ပါသည်။

၂၆

-----  
-----  
-----



**သက္ကပဉ္စဝတ္ထုတွင် မြတ်စွာဘုရားက သိကြားမင်းအား  
ဟောကြားတော်မူခဲ့သည့် ဂါထာတော်**

သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ၊  
သဗ္ဗရသံ ဓမ္မရသော ဇိနာတိ။  
သဗ္ဗရတီ ဓမ္မရတီ ဇိနာတိ၊  
တဏှာက္ခယော သဗ္ဗဒုက္ခံ ဇိနာတိ။

တရားအလှူသည် အလှူအားလုံးကို အောင်နိုင်၏။  
တရားအရသာသည် အရသာအားလုံးကို အောင်နိုင်၏။  
တရား၌ မွေ့လျော်ခြင်းသည် မွေ့လျော်ခြင်းအားလုံးကို အောင်နိုင်၏။  
တဏှာကုန်ရာ အရဟတ္တဖိုလ်သည် အလုံးစုံဆင်းရဲကို အောင်နိုင်၏။

(ခုဒ္ဒကပါဌပါဠိတော်၊ နှာ-၆၄။ ခုဒ္ဒကပါဌပါဠိတော်မြန်မာပြန်၊ နှာ-၆၀)



**အိန္ဒိယနိုင်ငံမှလာ၍ သီရိလင်္ကာနိုင်ငံတွင် အဋ္ဌကထာကျမ်းမြတ်ကြီး  
ကျမ်းပြုတော်မူသော အရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃောသ၏ သြဝါဒမြွက်ကြားချက်**

“စကြဝဠာအပြည့် ထိုင်နေတော်မူသော ဘုရား၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ၊ ရဟန္တာ  
တို့အား ပစ္စည်းလေးပါး ဒါယကာအဖြစ် ကပ်လှူပူဇော်ရခြင်းထက် ၄-ပါးမျှ  
ရှိသော ဗုဒ္ဓ၏တရားတော်မြတ် တစ်ကြောင်း၊ တစ်ဂါထာ၊ တစ်ပိုဒ်ကို သင်အံ၊  
လေ့ကျက်၊ ပို့ချ၊ ဆွေးနွေး၊ ဟောပြော၊ ဖြန့်ဝေခြင်းက ပို၍မြတ်၏”ဟု  
အရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃောသသည် “သက္ကပဉ္စဝတ္ထု”တွင် ဖွင့်ဆိုမိန့်ကြားတော်မူခဲ့  
ပါသည်။

(ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာ၊ ဒုတိယတွဲ၊ နှာ-၃၅၂)



သာသနာရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဝန်ကြီးဌာန  
သာသနာရေးဦးစီးဌာန

ဗုဒ္ဓါဘိသေက

# အနေကဇာတင်ပါဌ်

(ပါဠိ-မြန်မာပြန်)



ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရ  
သာသနာရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဝန်ကြီးဌာန၊ သာသနာရေးဦးစီးဌာန  
ကမ္ဘာ့အေးစာပုံနှိပ်တိုက်၌ ရိုက်နှိပ်သည်။

စာအုပ်တန်ဖိုး - ၁၄၀၀ ကျပ်



သာသနာရေးနှင့်ယဉ်ကျေးမှုဝန်ကြီးဌာန  
သာသနာရေးဦးစီးဌာန၊ ကမ္ဘာအေးစာပုံနှိပ်တိုက်၊ ရန်ကင်းမြို့၌  
ညွှန်ကြားရေးမှူး ဦးနိုင်အောင်မိုး  
မှတ်ပုံတင်အမှတ် (၀၀၁၀၄/၀၀၂၃၀)က  
ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေသည်။

# ဗုဒ္ဓါဘိသေက အနေကဇာတင်ပါဌ်



| စဉ် | အကြောင်းအရာ                                     | စာမျက်နှာ |
|-----|---|-----------|
| ၁။  | နိဒါန်း   | [ ၈ ]     |
| ၂။  | အနေကဇာတင်ပါဌ် (ပါဠိ-မြန်မာပြန်)                 | ၁         |
|     | -မနုဿာဝဝတ္ထာပိတ ဥဒါန                            | ၁         |
|     | -ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒအနုလောမပါဠိ                      | ၂         |
|     | -ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒပဋိလောမပါဠိ                      | ၄         |
|     | -ဥဒါနပါဠိ                                       | ၆         |
|     | -ပဋ္ဌာနပစ္စယုဒ္ဒေသပါဠိ                          | ၈         |
|     | -ဇယမင်္ဂလာပရိတ္တပါဠိ                            | ၁၂        |
| ၃။  | ထုတ်ဝေပြီးသောစာအုပ်များ                         | ၁၆        |
| ၄။  | ထုတ်ဝေပြီးသောစာအုပ်များ၏ အကြောင်းအရာအကျဉ်းချုပ် | ၁၈        |
| ၅။  | နှိုးဆော်ပန်ကြားလွှာ                            | ၂၉        |





# နိဒါန်း

## အနေကဇာတင်ခြင်း

“အနေကဇာတင်” ဟူ၍ ခေါ်ဆိုအပ်သော မြန်မာမှုပြုထားသည့် စကားသည် “အနေကဇာတိ” ဟူသော ပါဠိစကားမှ ဆင်းသက်လာသော စကားဖြစ်ပါသည်။

မြတ်စွာဘုရားရှင်သည် သဗ္ဗညုတဉာဏ်ကို ရရှိတော်မူပြီး ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူသောအခါ ဘဝါဘဝက ဘုရားဖြစ်ရန်တောင့်တခဲ့သော အလိုဆန္ဒ ပြီးမြောက်တော်မူသဖြင့် နှစ်သက်ဝမ်းမြောက်တော်မူခြင်း ပီတိအဟုန်ကြောင့် ထို“အနေကဇာတိသံသာရံ” အစရှိသော ဂါထာတို့ကို ဥဒါန်းကျူးရင့်တော်မူခဲ့ပါသည်။ မြတ်စွာဘုရားရှင် ဥဒါန်းကျူးရင့်တော်မူခဲ့သည့် “အနေကဇာတိသံသာရံ” အစရှိသော ဂါထာတော်တို့ဖြင့် မြတ်စွာဘုရားရှင်အား ရွတ်ဆိုပူဇော်ခြင်းကို “အနေကဇာတင်သည်” ဟု ဆိုကြပါသည်။ ထိုသို့ အနေကဇာတင်ခြင်းကိုပင် အဘိသိက်သွန်းလောင်းသကဲ့သို့ အခမ်းအနားဖြင့် အလေးအနက် ဆောင်ရွက်ကြရာမှ “ဗုဒ္ဓါဘိသေက အနေကဇာတင်” ဟု ခေါ်ဝေါ်လာကြပါသည်။

## အနေကဇာတင်အပ်သောစေတီ

စေတီတော်သည် ဓာတုစေတီ၊ ဓမ္မစေတီ၊ ဥဒ္ဓိဿစေတီ၊ ပရိဘောဂစေတီ အားဖြင့် လေးမျိုးရှိပါသည်။ ဘုရားရှင်၏ ဓာတ်တော်၊ မွေတော်စသည်တို့ကို ဌာပနာပြု၍ တည်ထားသော စေတီပုထိုးများသည် ဓာတုစေတီမည်ပါသည်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်ဟောကြားတော်မူခဲ့သည့် ရှစ်သောင်းလေးထောင်သော ဓမ္မက္ခန္ဓာတို့သည် ဓမ္မစေတီမည်ပါသည်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်ကို ရည်ညွှန်း၍ ရွှေ၊ ငွေ၊ ကြေး၊ သံ၊ ခဲ၊ ကျောက်၊ သစ်သား စသည်တို့ဖြင့် ပူဇော်ထုလုပ်ထားသော ရုပ်ပွားဆင်းတုတော်များနှင့် ယင်းဆင်းတုတော်များကို ဌာပနာပြုကာ တည်ထားသည့် စေတီပုထိုးများသည် ဥဒ္ဓိဿစေတီမည်ပါသည်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ အသုံးအဆောင်များဖြစ်သော ကျောင်းတော်၊ ဗောဓိပင်၊ သပိတ်တော်၊ သင်္ကန်းတော်စသည်တို့သည် ပရိဘောဂစေတီမည်ပါသည်။

[ ဃ ]

ယင်းစေတီလေးမျိုးအနက် ဥဒ္ဒိဿစေတီသည် မြတ်စွာဘုရားရှင်ကို ရည်မှန်း ပူဇော်ထုလုပ်ထားခြင်းမျှသာဖြစ်ရာ မြတ်စွာဘုရားရှင်နှင့် တိုက်ရိုက်ဆက်စပ်မှု မရှိပေ။ ထို့ကြောင့်ပင် အစဉ်အလာအားဖြင့် ဥဒ္ဒိဿစေတီတော်အား အနေကဇာတင်ကာ ပူဇော်လေ့ရှိကြပါသည်။

**အနေကဇာတင်သမိုင်း**

အနေကဇာတင်ခြင်းအလေ့သည် မည်သည့်အချိန်ကာလက စ၍ ဖြစ်ပေါ် လာသည်ဟု အတိအကျဖော်ပြနိုင်ရန် ကျမ်းဂန်အထောက်အထား မတွေ့ရှိရပေ။ သို့သော်လည်း ရုပ်ပွားဆင်းတုတော်များ ထုလုပ်ပူဇော်ကြပြီးနောက်ပိုင်းတွင် ပူဇော်ကြသူများ သဒ္ဒါတရားတိုးပွားလာစေရန် ရှေးပညာရှိကြီးများ တီထွင်ထား သော နည်းစနစ်ကောင်းတစ်ရပ်ဟု ယူဆဖွယ်ရှိပါသည်။

ရုပ်ပွားဆင်းတုတော်များ စတင်ထုလုပ်ပူဇော်ကြသော ခေတ်ကာလနှင့် ပတ်သက်၍လည်း ဘုရားရှင်သက်တော်ထင်ရှား ရှိစဉ်ကာလနှင့် သီရိဓမ္မာသောက မင်းလက်ထက် ကာလများ မဖြစ်နိုင်ဘဲ မိလိန္ဒမင်းကြီး(Menandar I)လက်ထက် ဘီစီ (၁၅၅-၁၃၀) ဝန်းကျင်ကာလများတွင် စတင်ထုလုပ်ပူဇော်ကြခြင်းဖြစ်နိုင် သည်ဟု သုတေသနပညာရှင်များက ယူဆကြရာ အနေကဇာတင်ခြင်းအလေ့ သည်လည်း ထိုကာလဝန်းကျင်၌ပင် စတင်လာခဲ့သည်ဟု ယူဆဖွယ်ရှိပါသည်။

**အနေကဇာတင်ခြင်း၏ရည်ရွယ်ချက်**

အနေကဇာတင်ခြင်းဆိုသည်မှာ မြတ်စွာဘုရားရှင်အား ပူဇော်ခြင်းပင်ဖြစ် ပါသည်။ အချို့သော ပုဂ္ဂိုလ်များသည် အနေကဇာတင်ခြင်းကို “မြတ်စွာဘုရား အား အဘိသိက်သွန်းလောင်းခြင်း၊ အသက်သွင်းခြင်း” စသည်အားဖြင့် မှားယွင်း ယူဆနေကြပါသည်။ စင်စစ်အားဖြင့်မူ လောကသုံးပါး၏ အထွတ်အမြတ်ဆုံးသော ဘုရားရှင်အား မည်သူမျှ အဘိသိက်သွန်းလောင်းရန် မလိုအပ်သကဲ့သို့ ပရိနိဗ္ဗာန် စံတော်မူပြီးသော ဘုရားရှင်အားလည်း အသက်သွင်း၍ မရနိုင်ပေ။ သို့သော်လည်း ဥဒ္ဒိဿစေတီဆင်းတုတော်များကို ကြေး၊ ကျောက်၊ သစ်သား စသည်တို့ဖြင့် ထုလုပ်ပူဇော်ကြသဖြင့် မသန့်ရှင်းသော အရာများ ပါရှိနိုင်ပေရာ အနေကဇာ

တင်ခြင်းအားဖြင့် သန့်ရှင်းစင်ကြယ်နိုင်သည့်အပြင် ပူဇော်သူတို့၏သန္တာန်တွင်လည်း သဒ္ဓါတရားများ ပိုမိုတိုးပွားလာနိုင်ပါသည်။

သို့ဖြစ်၍ အနေကဇာတင်ခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်မှာ မိမိတို့ပူဇော်သော ရုပ်ပွား ဆင်းတုတော်များ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်စေရန်နှင့် သဒ္ဓါစသော ကုသိုလ်တရားများ တိုးပွားလာစေရန်ဖြစ်ပါသည်။

**အနေကဇာတင်ရွတ်ဆိုပူဇော်ခြင်း**

အနေကဇာတင်ခြင်းကို အစဉ်အလာအားဖြင့် ရဟန်းသံဃာတော်များသာ ပြုလုပ်လေ့ရှိကြပါသည်။ သို့သော်လည်း အနေကဇာတင်ခြင်းမျိုးမဟုတ်ဘဲ မြတ်စွာဘုရားရှင်အား ပူဇော်သည့်အနေအားဖြင့်မူ လူပုဂ္ဂိုလ်များလည်း ရွတ်ဆို ပူဇော်နိုင်ပါသည်။ ထိုသို့ “အနေကဇာတင်ပါဠိတော်”ကို ရွတ်ဆိုပူဇော်ရာတွင် သက်တော်ထင်ရှားရှိသည့် မြတ်စွာဘုရားကို အာရုံပြုကာ နေ့စဉ် ရွတ်ဆိုပူဇော် ပါက ပိုမိုအကျိုးသက်ရောက်ပါသည်။

**အနေကဇာတင်ရွတ်ဆိုပူဇော်ခြင်းအကျိုး**

အနေကဇာတင်ခြင်း၊ အနေကဇာတင်ပါဠိတော်ကို ရွတ်ဆိုပူဇော်ခြင်းသည် မြတ်စွာဘုရားကို ပူဇော်ခြင်းပင်ဖြစ်၍ ယခုဘဝ၌ပင် ကျက်သရေမင်္ဂလာအဖြာဖြာ တိုးတက်ခြင်း၊ အသက်ရှည်ခြင်း၊ အန္တရာယ်ကင်းခြင်း၊ ကိုယ်စိတ်ကြည်လင်ခြင်း နှင့် ကောင်းကျိုးလိုအင်ဆန္ဒများ ပြည့်ဝခြင်းစသော အကျိုးတရားများလည်း ရရှိနိုင်ပါသည်။

သို့ဖြစ်၍ “အနေကဇာတင်ပါဠိ”ကို ရွတ်ဆိုပူဇော်လိုသူတို့ အနက်အဓိပ္ပာယ် နားလည်စွာဖြင့် အလွယ်တကူ ရွတ်ဆိုပူဇော်နိုင်ကြစေရန် ရည်ရွယ်၍ ဤ ပုဒ္ဒါဘိသေက အနေကဇာတင်ပါဠိ (ပါဠိ-မြန်မာပြန်)ကို ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေအပ်ပါ သတည်း။

**သာသနာရေးဦးစီးဌာန**



# ဗုဒ္ဓါဘိသေက အနေကဇာတင်ပါဌ်

## အနေကဇာတင်ပါဌ်

နမော တဿ  
ဘဂဝတော  
အရဟတော  
သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

## အနေကဇာတင် မြန်မာပြန်

ဘုန်းတော်ခြောက်ပါးနှင့် ပြည့်စုံ  
တော်မူသော၊ လူနတ်ဗြဟ္မာ သတ္တဝါ  
တို့၏ ရှိခိုးကော်ရော် ပူဇော်အထူးကို  
ခံယူတော်မူထိုက်သော၊ သစ္စာ  
လေးပါး မြတ်တရားကို ဆရာမကူ  
သယံဇာတဖြင့် ကိုယ်တော်တိုင်  
သိမြင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရားကို  
ရှိခိုးပါ၏။

## မနုဿဝတ္ထုပိတ ဥဒါန

အနေကဇာတိသံသာရုံ၊  
သန္တာဝိသံ အနိဗ္ဗိသံ။  
ဂဟကာရံ ဂဝေသန္တော၊  
ဒုက္ခာ ဇာတိ ပုနပ္ပုနံ။

သတ္တဝါတို့၏ သံသရာတစ်လျှောက်  
အဖန်ဖန် အထပ်ထပ် ဘဝခန္ဓာအိမ်  
ပဋိသန္ဓေနေရခြင်းသည် ဆင်းရဲလှ  
ပေ၏။ ထို့ကြောင့် ငါသည် ဘဝခန္ဓာ  
အိမ် ဆောက်လုပ်တတ်သောသူကို  
ရှာဖွေရာ၌ သိမြင်နိုင်သော အသိ-  
ဉာဏ်ကို မရရှိသေးသဖြင့် ဘဝပေါင်း  
များစွာ သံသရာ၌ ကျင်လည်ခဲ့ရ  
လေပြီ။

ပုဒ္ဒါဘိသေကအနေကဗျာတင်ပါဌ် (ပါဠိ-မြန်မာပြန်)

ဂဟကာရက ဒိဋ္ဌောသိ၊  
ပုန ဂေဟံ န ကာဟာသိ။  
သဗ္ဗာ တေ ဖာသုကာ ဘဂ္ဂိ၊  
ဂဟကူဋံ ဝိသင်္ခတံ။  
ဝိသင်္ခါရဂတံ စိတ္တံ၊  
တဏှာနံ ခယ'မဇ္ဈဂါ။

(၃-ကြိမ် ရွတ်ဆိုရန်)

ဘဝခန္ဓာအိမ်ကို ဆောက်လုပ်  
တတ်သော ဟယ် တဏှာ၊ ငါသည်  
ယခုသိမြင်နိုင်သော အသိဉာဏ်ကို  
ရရှိသဖြင့် သင့်ကို မြင်ရပြီ။ သင်  
သည် ငါ၏ဘဝခန္ဓာအိမ်ကို နောက်  
ထပ်တစ်ဖန် ထပ်မံဆောက်လုပ်နိုင်  
တော့မည် မဟုတ်တော့ပေ။

ငါသည် သင်၏ နောက်ထပ်  
ဆောက်လုပ်မည့် ဘဝခန္ဓာအိမ်၏  
ကိလေသာအခြင်ရနယ် အစရှိသည်  
တို့ကို အပြီးတိုင် ချိုးဖျက်ပြီးလေပြီ။  
ထို့အပြင် ငါသည် အဝိဇ္ဇာတည်းဟူ  
သော အိမ်ခေါင်ထွတ်ကိုလည်း အပြီး  
တိုင် ဖျက်ဆီးပြီးလေပြီ။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒအနုလောမပါဠိ

အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာ၊

မသိခြင်း အဝိဇ္ဇာ ဟူသော  
အကြောင်းကြောင့် ပြုပြင်စီရင်ခြင်း  
သင်္ခါရတို့သည် ဖြစ်ကုန်၏။

သင်္ခါရပစ္စယာ ဝိညာဏံ၊

ပြုပြင်စီရင်ခြင်း သင်္ခါရဟူသော  
အကြောင်းကြောင့် ဝိညာဏ်သည်  
ဖြစ်၏။

ဝိညာဏပစ္စယာ နာမရူပံ၊

ဝိညာဏ်ဟူသော အကြောင်းကြောင့် နာမ်ရုပ်သည်ဖြစ်၏။

နာမရူပပစ္စယာ သဠာယတနံ၊

နာမ်ရုပ်ဟူသော အကြောင်းကြောင့် တည်ရာ အာယတနခြောက်မျိုးသည် ဖြစ်၏။

သဠာယတနပစ္စယာ ဖဿော၊

တည်ရာ အာယတနခြောက်မျိုးဟူသော အကြောင်းကြောင့် တွေ့ထိခြင်း ဖဿသည် ဖြစ်၏။

ဖဿပစ္စယာ ဝေဒနာ၊

တွေ့ထိခြင်း ဖဿ ဟူသော အကြောင်းကြောင့် ခံစားခြင်း ဝေဒနာ ဖြစ်၏။

ဝေဒနာပစ္စယာ တဏှာ၊

ခံစားခြင်း ဝေဒနာ ဟူသော အကြောင်းကြောင့် တပ်မက်ခြင်း တဏှာသည် ဖြစ်၏။

တဏှာပစ္စယာ ဥပါဒါနံ၊

တပ်မက်ခြင်း တဏှာ ဟူသော အကြောင်းကြောင့် စွဲလမ်းခြင်း ဥပါဒါန်သည် ဖြစ်၏။

ဥပါဒါနပစ္စယာ ဘဝေါ၊

စွဲလမ်းခြင်း ဥပါဒါန် ဟူသော အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်ကြောင်းကံဘဝသည် ဖြစ်၏။

ဘဝပစ္စယာ ဇာတိ၊

ဖြစ်ကြောင်းကံ ဘဝဟူသော အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်ခြင်း ဇာတိ သည်ဖြစ်၏။

ဇာတိပစ္စယာ ဇရာမရဏံ သောက-  
ပရိဒေဝဒုက္ခဒေါမနဿုပါယာသာ သမ္ဘ-  
ဝန္တိ၊ ဝေမေတဿ ကေဝလဿ ဒုက္ခ-  
က္ခန္ဓဿ သမုဒယော ဟောတိ။

ဖြစ်ခြင်းဇာတိ ဟူသော အကြောင်း ကြောင့် အိုခြင်း သေခြင်း ပူဆွေး ခြင်း ငိုကြွေးခြင်း ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်း စိတ်ဆင်းရဲခြင်း ပြင်းစွာ ပင်ပန်းခြင်း တို့သည် ဖြစ်ကုန်၏။ ဤနည်းဖြင့် ဆင်းရဲအစု သက်သက်သည် ဖြစ် ပေါ်၏။

**ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒပဋိလောမပါဠိ**

အဝိဇ္ဇာယတွေဝ အသေသဝိရာဂ-  
နိရောဓာ သင်္ခါရနိရောဓော၊

မသိခြင်း အဝိဇ္ဇာ၏ အရဟတ္တ မဂ်ဖြင့် အကြွင်းမဲ့ချုပ်ခြင်းကြောင့် သာလျှင် ပြုပြင်စီရင်ခြင်း သင်္ခါရ တို့သည် ချုပ်ကုန်၏။

သင်္ခါရနိရောဓာ  
ဝိညာဏနိရောဓော၊

ပြုပြင်စီရင်ခြင်း သင်္ခါရချုပ်ခြင်း ကြောင့် ဝိညာဏ်သည် ချုပ်၏။

ဝိညာဏနိရောဓာ  
နာမရူပနိရောဓော၊

ဝိညာဏ်ချုပ်ခြင်းကြောင့် နာမ်ရုပ် သည် ချုပ်၏။

နာမရူပနိရောဓာ  
သဠာယတနနိရောဓော၊

နာမ်ရုပ်ချုပ်ခြင်းကြောင့် တည်ရာ အာယတနခြောက်မျိုးသည် ချုပ်၏။



သဠာယတနနိရောဓာ  
ဖဿနိရောဓော၊

တည်ရာအာယတန ခြောက်မျိုး  
ချုပ်ခြင်းကြောင့် တွေ့ထိခြင်း ဖဿ  
သည် ချုပ်၏။

ဖဿနိရောဓာ  
ဝေဒနာနိရောဓော၊

တွေ့ထိခြင်း ဖဿချုပ်ခြင်းကြောင့်  
ခံစားခြင်း ဝေဒနာသည် ချုပ်၏။

ဝေဒနာနိရောဓာ  
တဏှာနိရောဓော၊

ခံစားခြင်း ဝေဒနာချုပ်ခြင်းကြောင့်  
တပ်မက်ခြင်းတဏှာသည် ချုပ်၏။

တဏှာနိရောဓာ  
ဥပါဒါနနိရောဓော၊

တပ်မက်ခြင်း တဏှာချုပ်ခြင်း  
ကြောင့် စွဲလမ်းခြင်း ဥပါဒါန်သည်  
ချုပ်၏။

ဥပါဒါနနိရောဓာ  
ဘဝနိရောဓော၊

စွဲလမ်းခြင်း ဥပါဒါန်ချုပ်ခြင်းကြောင့်  
ဖြစ်ကြောင်းကံ ဘဝသည် ချုပ်၏။

ဘဝနိရောဓာ  
ဇာတိနိရောဓော၊

ဖြစ်ကြောင်းကံ ဘဝချုပ်ခြင်း  
ကြောင့် ဖြစ်ခြင်းဇာတိသည် ချုပ်၏။

ဇာတိနိရောဓာ ဇရာမရဏံ သောက-  
ပရိဒေဝဒုက္ခဒေါမနဿုပါယာသာ နိရု-  
ဇ္ဈန္တိ၊ ဝေမေတဿ ကေဝလဿ ဒုက္ခ-  
က္ခန္ဓဿ နိရောဓော ဟောတိ။

ဖြစ်ခြင်းဇာတိ ချုပ်ခြင်းကြောင့်  
အိုခြင်း သေခြင်း ပူဆွေးခြင်း ငို  
ကြွေးခြင်း ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်း စိတ်  
ဆင်းရဲခြင်း ပြင်းစွာပင်ပန်းခြင်းတို့  
သည် ချုပ်ကုန်၏။ ဤနည်းဖြင့်  
ဆင်းရဲအစုသက်သက်သည် ချုပ်၏။

ဥဒါနပါဠိ

ဥဒါန်းကျူးရင့်တော်မူခြင်း

ယဒါ ဟဝေ ပါတုဘဝန္တိ ဓမ္မာ၊  
အာတာပိနော ဈာယတော ဗြာဟ္မဏဿ။  
အထဿ ကင်္ခါ ဝပယန္တိ သဗ္ဗာ၊  
ယတော ပဇာနာတိ သဟေတုဓမ္မံ။

အရိယမဂ်ဉာဏ်နှင့် အတူတကွ ဖြစ်ကုန်သော ဗောဓိပက္ခိယတရား သုံးဆယ့်ခုနစ်ပါးတို့သည် ကိလေသာကို လောင်ကျွမ်းပူပန်တတ်သော လုံ့လဝီရိယရှိသော၊ မကောင်းမှုကို ရှို့မြှိုက်တတ်သော သမာဓိရှိသော၊ မကောင်းမှုကို အပြီးတိုင်ပယ်ပြီးသော ပညာရှိသော ရဟန္တာအား စင်စစ် ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်လာကြကုန်၏။ ထိုအခါ အကြောင်းနှင့်တကွဖြစ်သော ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားကို အပြားအားဖြင့် သိသောကြောင့် ထိုရဟန္တာအား ယုံမှားခြင်း ဝိစိကိစ္ဆာအားလုံးတို့သည် ကင်းပျောက်ချုပ်ငြိမ်းကြလေကုန်၏’ ဟု (ဥဒါန်းကျူးရင့်တော်မူ၏)။

ယဒါ ဟဝေ ပါတုဘဝန္တိ ဓမ္မာ၊  
အာတာပိနော ဈာယတော ဗြာဟ္မဏဿ။  
အထဿ ကင်္ခါ ဝပယန္တိ သဗ္ဗာ၊  
ယတော ခယံ ပစ္စယာနံ အဝေဒိ။

အရိယမဂ်ဉာဏ်နှင့် အတူတကွ ဖြစ်ကုန်သော ဗောဓိပက္ခိယတရား သုံးဆယ့်ခုနစ်ပါးတို့သည် ကိလေသာကို လောင်ကျွမ်းပူပန်တတ်သော လုံ့လဝီရိယရှိသော၊ မကောင်းမှုကို ရှို့မြှိုက်တတ်သော သမာဓိရှိသော၊ မကောင်းမှုကို အပြီးတိုင်ပယ်ပြီးသော ပညာရှိသော ရဟန္တာအား စင်စစ် ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်လာကြကုန်၏။ ထိုသို့

ဗောဓိပက္ခိယတရား သုံးဆယ့်ခုနစ်  
ပါးတို့ ဖြစ်ပေါ်လာကြရာ အခါ၌  
(အဝိဇ္ဇာတဏှာစသော) အကြောင်း  
တရားတို့၏ ကင်းရာကုန်ရာ နိဗ္ဗာန်  
ကို သိမြင်သောကြောင့် ထိုရဟန္တာ  
အား ယုံမှားခြင်း ဝိစိကိစ္ဆာအားလုံး  
တို့သည် ကင်းပျောက်ချုပ်ငြိမ်းကြ  
လေကုန်၏” ဟု (ဥဒါန်းကျူးရင့်  
တော်မူ၏)။

**ယဒါ ဟဝေ ပါတုဘဝန္တိ ဓမ္မာ၊  
အာတာပိနော ဈာယတော ဗြာဟ္မဏဿ။  
ဝိဂ္ဂပယံ တိဋ္ဌတိ မာရသေနံ၊  
သုရိယောဝ ဩဘာသယ’မန္တလိက္ခံ။**

အရိယမဂ်ဉာဏ်နှင့် အတူတကွ  
ဖြစ်ကုန်သော ဗောဓိပက္ခိယတရား  
သုံးဆယ့်ခုနစ်ပါးတို့သည် ကိလေ-  
သာကို လောင်ကျွမ်းပူပန်တတ်  
သော လုံ့လဝိရိယရှိသော၊ မကောင်း  
မှုကို ရှို့မြှိုက်တတ်သော သမာဓိ  
ရှိသော၊ မကောင်းမှုကို အပြီးတိုင်  
ပယ်ပြီးသော ပညာရှိသော ရဟန္တာ  
အား စင်စစ် ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်လာကြ  
ကုန်၏။ ထိုအခါ၌ ကောင်းကင်ကို  
ထွန်းလင်းတောက်ပစေသော နေမင်း  
သည် (လောကအမှိုက် အမှောင်တိုက်  
ကို ပယ်ဖျောက်ဖျက်ဆီးလျက်)  
တည်နေသကဲ့သို့ (ထိုရဟန္တာသည်)  
ကိလေသာ အစရှိသော မာရ်စစ်  
သည် အပေါင်းကို ပယ်ဖျောက်ဖျက်  
ဆီးလျက်တည်နေ၏” ဟု (ဥဒါန်း  
ကျူးရင့်တော်မူ၏)။

ပဋ္ဌာနပစ္စယုဒ္ဒေသပါဌ်

- ၁။ ဟေတုပစ္စယော ။ ။ ဟိတ်ခြောက်ပါးဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သော တရား။
- ၂။ အာရမ္မဏပစ္စယော ။ ။ အာရုံခြောက်ပါးဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သော တရား။
- ၃။ အဓိပတိပစ္စယော ။ ။ အကြီးအမှူးဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သော တရား။
- ၄။ အနန္တရပစ္စယော ။ ။ အခြားမဲ့တစ်စပ်တည်း အကြားမရှိဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သော တရား။
- ၅။ သမနန္တရပစ္စယော ။ ။ ကောင်းစွာ (အခြားမဲ့) တစ်စပ်တည်း အကြားမရှိ အတားအဆီး မရှိ၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သော တရား။
- ၆။ သဟဇာတပစ္စယော ။ ။ တစ်ပြိုင်နက် အတူတကွဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သော တရား။
- ၇။ အညမညပစ္စယော ။ ။ အချင်းချင်း အပြန်အလှန်မှီ၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သော တရား။
- ၈။ နိဿယပစ္စယော ။ ။ မှီရာတည်ရာဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သော တရား။

၉။ ဥပနိဿယပစ္စယော ။

။ အားကြီးသော မှီရာအကြောင်းဖြစ်၍  
ကျေးဇူးပြုတတ်သော တရား။

၁၀။ ပုရေဇာတပစ္စယော ။

။ ရှေ့၌ဖြစ်နှင့်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သော  
တရား။

၁၁။ ပစ္စာဇာတပစ္စယော ။

။ နောက်မှဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်  
သော တရား။

၁၂။ အာသေဝနပစ္စယော ။

။ အဖန်တလဲလဲ မှီဝဲအပ် ထုံမွမ်းအပ်  
သည်ဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သော  
တရား။

၁၃။ ကမ္မပစ္စယော ။

။ ပြုလုပ်စီရင်ခြင်းဖြင့် ဗီဇမျိုးစေ့ဖြစ်၍  
ကျေးဇူးပြုတတ်သော တရား။

၁၄။ ဝိပါကပစ္စယော ။

။ အကျိုးရလဒ်ဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်  
သော တရား။

၁၅။ အာဟာရပစ္စယော ။

။ ထောက်ပံ့ခိုင်ခံ့ စေတတ်သည်ဖြစ်၍  
ကျေးဇူးပြုတတ်သော တရား။

၁၆။ ဣန္ဒြိယပစ္စယော ။

။ အစိုးရသည်ဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်  
သော တရား။

၁၇။ ဈာနပစ္စယော ။

။ ကပ်၍ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုတတ်သည်  
ဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သော တရား။

၁၈။ မဂ္ဂပစ္စယော ။

။ ကျွတ်လွတ်ထွက်မြောက်သော နည်း  
လမ်းဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သော  
တရား။

၁၉။ သမ္ပယုတ္တပစ္စယော ။

။ အတူတကွယှဉ်ပြီး ရောစပ်နေသည်  
ဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သော တရား။

၂၀။ ဝိပွယုတ္တပစ္စယော ။

။ အတူတကွ မရောစပ် မယှဉ်စပ်သည်  
ဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သော တရား။

၂၁။ အတ္ထိပစ္စယော ။

။ ပစ္စုပ္ပန်၌ ထင်ရှားစွာ ရှိဆဲဖြစ်၍  
ကျေးဇူးပြုတတ်သော တရား။

၂၂။ နတ္ထိပစ္စယော ။

။ မရှိသည်ဖြစ်၍ မရှိမှ ကျေးဇူးပြု  
တတ်သော တရား။

၂၃။ ဝိဂတပစ္စယော ။

။ ကင်းမဲ့ချုပ်ပျောက်သည်ဖြစ်၍ ကျေးဇူး  
ပြုတတ်သော တရား။

၂၄။ အဝိဂတပစ္စယောတိ ။

။ မကင်းသည်ဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်  
သော တရား။

ဇယမင်္ဂလာပရိတ္တပါဠိ

ဇယန္တော ဗောဓိယာ မူလေ၊  
သကျာနံ နန္ဒိဝဗုဓော။  
ဝေမေဝ ဇယော ဟောတု၊  
ဇယဿု ဇယမင်္ဂလေ။

သာကီဝင်မင်းတို့၏ နှစ်သက်  
မြတ်နိုးခြင်းကို ရှင်လန်းတိုးပွား  
စေတတ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား  
ရှင်သည် သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဉာဏ်တော်  
ကြီး ပွင့်ထွန်းပေါ်ပေါက်တော်မူရာ  
ဗောဓိညောင်ပင်၏ အောက်ခြေ  
ပလ္လင်ဗေဒအရပ်၌ ဒေဝပုတ္တမာရ်  
ကိလေသာမာရ် မစ္စမာရ် အဘိသင်္ခါ  
ရမာရ် မာရ်ငါးပါးတို့ကို အောင်မြင်  
တော်မူသကဲ့သို့ ဤနည်းအတူသာ  
လျှင် သင်သည်လည်း အောင်မြင်သင့်  
အောင်မြင်ထိုက်သော အောင်မြင်  
ခြင်းမင်္ဂလာသည် ဖြစ်ပါစေသတည်း။

အပရာဇိတပလ္လင်္ဂေ၊  
သီသေ ပုထုဝိပုက္ခလေ။  
အဘိသေကေ သဗ္ဗဗုဒ္ဓါနံ၊  
အဂ္ဂပ္ပတ္တော ပမောဒတိ။

ခပ်သိမ်းကုန်သော မြတ်စွာဘုရား  
ရှင်တို့၏ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓအဖြစ်သို့  
ရောက်တော်မူရာ အဘိသေက  
မင်္ဂလာ ခံယူတော်မူရာဖြစ်သော မြေ  
တကာတို့ထက် အဦးအထိပ်ပြုဖွယ်  
အထူးတင့်တယ် အမြင့်မြတ်ဆုံးဖြစ်  
သော ဗောဓိပင်ခြေမြေအပြင် အပရာ  
ဇိတပလ္လင်တော်၌ သဗ္ဗညုတဉာဏ်  
အထွတ်အထိပ်သို့ ရရောက်တော်မူ  
သော မြတ်စွာဘုရားရှင်သည်ကြည်နူး

ရွှင်ပျော် ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ဖြစ်  
တော်မူသကဲ့သို့ ဤနည်းအတူသာ  
လျှင် သင်သည်လည်း အောင်မြင်မှု  
အထွတ်အထိပ်သို့ ရောက်သည်ဖြစ်  
၍ ကြည်နူးရွှင်ပျော် ဝမ်းမြောက်  
ဝမ်းသာ ဖြစ်ပါစေသတည်း။

သုနက္ခတ္တံ သုမင်္ဂလံ၊  
သုပ္ပဘာတံ သုဟုဋ္ဌိတံ။  
သုခဏော သုမုဟုတ္တော စ၊  
သုယိဋ္ဌံ ဗြဟ္မစာရိသု။

အချိန်တိုင်း အချိန်တိုင်း (ကောင်း  
သောအကျင့်စရိုက်နှင့် ပြည့်စုံသော)  
သင့်အား ကောင်းသောနက္ခတ်နှင့်  
ယှဉ်တွဲနေသည် ဖြစ်ပါပေ၏။ အချိန်  
တိုင်း အချိန်တိုင်း (ကောင်းသော  
အကျင့်စရိုက်နှင့်ပြည့်စုံသော) သင့်  
အား ကောင်းသော ကျက်သရေ  
မင်္ဂလာရှိခြင်းသည် ဖြစ်ပါပေ၏။  
နေ့တိုင်း နေ့တိုင်း (ကောင်းသော  
အကျင့်စရိုက်နှင့် ပြည့်စုံသော) သင့်  
အား ကောင်းသော နံနက်မိုးသောက်  
အလင်းရောက်ခြင်းသည် ဖြစ်ပါပေ  
၏။ နေ့တိုင်းနေ့တိုင်း (ကောင်းသော  
အကျင့်စရိုက်နှင့် ပြည့်စုံသော)  
သင့်အား ကောင်းသော နိုးကြား  
ထကြွခြင်းသည် ဖြစ်ပါပေ၏။ အခိုက်  
ခဏတိုင်း အခိုက်ခဏတိုင်း (ကောင်း  
သောအကျင့်စရိုက်နှင့် ပြည့်စုံသော)



သင့်အား ကောင်းသော အခိုက်ခဏ  
သည် ဖြစ်ပါပေ၏။ အခိုက်အတန့်  
မဟုတ်တိုင်း အခိုက်အတန့် မဟုတ်  
တိုင်း (ကောင်းသောအကျင့်စရိုက်နှင့်  
ပြည့်စုံသော) သင့်အား ကောင်း  
သော အခိုက်အတန့် မဟုတ်သည်  
ဖြစ်ပါပေ၏။ (ကောင်းသော အကျင့်  
စရိုက်နှင့် ပြည့်စုံသော) မြတ်သော  
အကျင့်ကို ကျင့်လေ့ရှိသူတို့၌ ပေး  
လှူပူဇော်ခြင်းသည်လည်း ကောင်း  
စွာ ပူဇော်ခြင်းမည်ပါပေ၏။

ပဒက္ခိဏံ ကာယကမ္မံ၊  
ဝါစာကမ္မံ ပဒက္ခိဏံ။  
ပဒက္ခိဏံ မနောကမ္မံ၊  
ပဏီမိ တေ ပဒက္ခိဏေ။  
ပဒက္ခိဏာနိ ကတွာန၊  
လာန္တတ္ထေ ပဒက္ခိဏေ။

(ကောင်းသော အကျင့်စရိုက်နှင့်  
ပြည့်စုံသောသင်၏) ကိုယ်ဖြင့်ပြု  
သော အပြုအမူသည် အကျိုးစီးပွား  
ကို ဖြစ်စေတတ်သော ကောင်းမြတ်  
သော ကာယကံ အပြုအမူဖြစ်ပါ  
ပေ၏။

(ကောင်းသောအကျင့်စရိုက်နှင့်  
ပြည့်စုံသောသင်၏) နှုတ်ဖြင့်ပြောဆို  
သော အပြုအမူသည် အကျိုးစီးပွား  
ကို ဖြစ်စေတတ်သော ကောင်းမြတ်  
သော ဝစီကံအပြုအမူ ဖြစ်ပါပေ၏။

(ကောင်းသောအကျင့်စရိုက်နှင့်  
ပြည့်စုံသောသင်၏) စိတ်ဖြင့်ကြံစည်  
သောအပြုအမူသည် အကျိုးစီးပွား

ကို ဖြစ်စေတတ်သော ကောင်းမြတ်  
သော မနောကံ အပြုအမူ ဖြစ်ပါ  
ပေ၏။

သင်သည် ထိုကောင်းမြတ်သော  
ကာယကံ ကောင်းမြတ်သော ဝစီကံ  
ကောင်းမြတ်သော မနောကံတို့ကို  
ဆောက်တည်နိုင်ခြင်းသည် ဖြစ်ပါ  
စေသတည်း။ ထိုသို့လျှင် သင်သည်  
ကောင်းမြတ်သော အကျင့်ကံတို့ကို  
ပြုမူဆောက်တည်နိုင်ခြင်းကြောင့်  
ကောင်းကျိုးစီးပွား ချမ်းသာတို့ကို  
ရရှိနိုင်ပေသည်။

ကောင်းမြတ်သောအကျင့်ကံတို့  
ကို ပြုမူဆောက်တည်ကြကုန်သော  
သူတို့သည် ကောင်းကျိုးစီးပွားချမ်း  
သာတို့ကို ရရှိကြကုန်သည်ဖြစ်၍  
ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာခြင်း ရှိကြ  
လေကုန်၏။

တေ အတ္တလဒ္ဓါ သုခိတာ၊  
ဝိရုဇ္ဈာ ဗုဒ္ဓသာသနေ။  
အရောဂါ သုခိတာ ဟောထ၊  
သဟ သဗ္ဗေဟိ ဉာတိဘိ။

ထိုသူတို့သည် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ  
သာသနာတော်မြတ်ကြီး၌ အရိယာ  
မဂ်ဉာဏ် အရိယာဖိုလ်ဉာဏ် ရရှိ  
သည့်တိုင်အောင် ပညာဉာဏ်တို့  
သည်လည်း စည်ပင်တိုးပွားနိုင်ကြ  
လေကုန်၏။ တိုးပွားနိုင်ကြပါစေကုန်  
သတည်း။

ထိုသူတို့သည် အလုံးစုံသော  
ဆွေမျိုးမိတ်ဆွေ အပေါင်းတို့နှင့်  
တကွ အနာရောဂါမျိုးစုံတို့မှ ကင်း  
ဝေးကြကုန်သည်ဖြစ်၍ ကိုယ်ကျန်း  
မာခြင်း စိတ်ချမ်းသာခြင်းတို့သည်  
ဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း။

အနေကဇာတင်ပါဌ် ပါဠိ-မြန်မာပြန် ပြီး၏။

## ထုတ်ဝေပြီးသောစာအုပ်များ

| စဉ် | စာအုပ်အမည်   | ထုတ်ဝေသည့်ခုနှစ် | တန်ဖိုး |
|-----|--|------------------|---------|
| ၁။  | ဥပ္ပါတသန္တိဝတ်ရွတ်စဉ် (၈"×၁၁")ဆိုဒ်                            | ၂၀၂၃             | ၃၆၀၀/-  |
| ၂။  | ဥပ္ပါတသန္တိဝတ်ရွတ်စဉ် (၅"×၈")ဆိုဒ်                             | ၂၀၂၃             | ၂၁၀၀/-  |
| ၃။  | အနေကဇာတင်ပါဠိ (ပါဠိ-မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်                  | ၂၀၂၄             | ၁၄၀၀/-  |
| ၄။  | ဘုရားရှိခိုးနှင့် အန္တရာယ်ကင်းဂါထာများ (၈"×၁၁")ဆိုဒ်           | ၂၀၂၄             | ၂၆၀၀/-  |
| ၅။  | ဘုရားရှိခိုးနှင့် အန္တရာယ်ကင်းဂါထာများ (၅"×၈")ဆိုဒ်            | ၂၀၂၄             | ၁၈၀၀/-  |
| ၆။  | ဘုရားရှိခိုးနှင့် အန္တရာယ်ကင်းဂါထာများ (၄"×၆")ဆိုဒ်            | ၂၀၂၄             | ၁၇၀၀/-  |
| ၇။  | ဂိရိမာနန္ဒသုတ် (ပါဠိ-နိဿယ-မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်            | ၂၀၂၄             | ၂၀၀၀/-  |
| ၈။  | ဂိရိမာနန္ဒသုတ် (ပါဠိ-နိဿယ-မြန်မာပြန်) (၅"×၈")ဆိုဒ်             | ၂၀၂၄             | ၁၆၀၀/-  |
| ၉။  | ဂိရိမာနန္ဒသုတ် (ပါဠိ-နိဿယ-မြန်မာပြန်) (၄"×၆")ဆိုဒ်             | ၂၀၂၄             | ၁၃၀၀/-  |
| ၁၀။ | ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ်နှင့်အသက်ရှည်နည်းအကြောင်းတရားများ (၈"×၁၁")ဆိုဒ်  | ၂၀၂၄             | ၁၇၀၀/-  |
| ၁၁။ | ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ်နှင့်အသက်ရှည်နည်းအကြောင်းတရားများ (၄"×၆")ဆိုဒ်   | ၂၀၂၄             | ၁၀၀၀/-  |
| ၁၂။ | သစ္စာပြု မဟာဝေဒဗ္ဗမန္တန်နှင့် စူဠဝေဒဗ္ဗမန္တန် (၈"×၁၁")ဆိုဒ်    | ၂၀၂၄             | ၁၇၀၀/-  |
| ၁၃။ | အံ့ဘွယ်ရှစ်ဖြာသာသနာနှင့် မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ဩဝါဒဒေသနာတော် (၈"×၁၁")ဆိုဒ် | ၂၀၂၄             | ၁၅၀၀/-  |
| ၁၄။ | ပကိဏ္ဍက နမက္ကာရ အစိန္တေယျဘုရားရှိခိုးကြီး (၈"×၁၁")ဆိုဒ်        | ၂၀၂၄             | ၂၁၀၀/-  |
| ၁၅။ | မင်္ဂလသုတ် (ပါဠိ-မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်                     | ၂၀၂၄             | ၁၅၀၀/-  |
| ၁၆။ | ရတနသုတ်(ပါဠိ-မြန်မာပြန်-နိဿယ) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်                    | ၂၀၂၄             | ၂၁၀၀/-  |
| ၁၇။ | မေတ္တသုတ် (ပါဠိ-မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်                      | ၂၀၂၄             | ၁၆၀၀/-  |
| ၁၈။ | မေတ္တသုတ် (ပါဠိ-မြန်မာပြန်) (၅"×၈")ဆိုဒ်                       | ၂၀၂၄             | ၁၅၀၀/-  |
| ၁၉။ | မေတ္တသုတ် (ပါဠိ-မြန်မာပြန်) (၄"×၆")ဆိုဒ်                       | ၂၀၂၄             | ၈၀၀/-   |
| ၂၀။ | ခန္ဓသုတ် (ပါဠိ-မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်                       | ၂၀၂၄             | ၁၄၀၀/-  |
| ၂၁။ | မောရသုတ် (ပါဠိ-မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်                       | ၂၀၂၄             | ၁၅၀၀/-  |
| ၂၂။ | ဝဇူသုတ် (ပါဠိ-မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်                        | ၂၀၂၄             | ၁၄၀၀/-  |
| ၂၃။ | ဓဇဂ္ဂသုတ် (ပါဠိ-မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်                      | ၂၀၂၄             | ၁၆၀၀/-  |
| ၂၄။ | အာဠာနာဠိယသုတ်(ပါဠိ-မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်                   | ၂၀၂၄             | ၁၇၀၀/-  |

## ထုတ်ဝေပြီးသောစာအုပ်များ

| စဉ် | စာအုပ်အမည်  | ထုတ်ဝေသည့်ခုနှစ် | တန်ဖိုး |
|-----|---|------------------|---------|
| ၂၅။ | အင်္ဂုလိမာလသုတ်(ပါဠိ-မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်  | ၂၀၂၄             | ၁၄၀၀/-  |
| ၂၆။ | ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ် (ပါဠိ-မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်  | ၂၀၂၄             | ၁၄၀၀/-  |
| ၂၇။ | ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ် (ပါဠိ-မြန်မာပြန်) (၄"×၆")ဆိုဒ်   | ၂၀၂၄             | ၈၀၀/-   |
| ၂၈။ | ပုဗ္ဗဏှသုတ် (ပါဠိ-မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်   | ၂၀၂၄             | ၁၄၀၀/-  |
| ၂၉။ | ပရိတ်ကြီး (၁၁)သုတ် (ပါဠိ-မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်                                      | ၂၀၂၄             | ၃၁၀၀/-  |
| ၃၀။ | ပရိတ်ကြီး (၁၁)သုတ် (ပါဠိ-မြန်မာပြန်) (၅"×၈")ဆိုဒ်                                       | ၂၀၂၄             | ၁၉၀၀/-  |
| ၃၁။ | မဟာသမယသုတ်ဝတ်ရွတ်စဉ် (ပါဠိ-မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်                                    | ၂၀၂၄             | ၃၁၀၀/-  |
| ၃၂။ | အဘယသုတ် (ပါဠိ-မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်   | ၂၀၂၄             | ၁၇၀၀/-  |
| ၃၃။ | အဘယသုတ် (ပါဠိ-မြန်မာပြန်) (၅"×၈")ဆိုဒ်  | ၂၀၂၄             | ၁၆၀၀/-  |
| ၃၄။ | အဘယသုတ် (ပါဠိ-မြန်မာပြန်) (၄"×၆")ဆိုဒ်  | ၂၀၂၄             | ၁၃၀၀/-  |
| ၃၅။ | သာမညဗလသုတ်(ပါဠိ-မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်   | ၂၀၂၄             | ၃၉၀၀/-  |
| ၃၆။ | နတ်ချစ်သုတ္တန်ဂါထာတော်များ(ပါဠိ-မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်                               | ၂၀၂၄             | ၄၃၀၀/-  |
| ၃၇။ | ငါးရုံမင်းပရိတ်တော်(ပါဠိ-မြန်မာပြန်)နှင့်<br>မိုးကမ္မဝါစာတမ်း (၈"×၁၁")ဆိုဒ်             | ၂၀၂၄             | ၂၅၀၀/-  |
| ၃၈။ | ခင်ပွန်းကြီး(၁၀)ပါးကန်တော့နည်းနှင့်<br>ခင်ပွန်းကြီး(၁၀)ပါးအဓိပ္ပာယ် (၈"×၁၁")ဆိုဒ်       | ၂၀၂၄             | ၁၉၀၀/-  |
| ၃၉။ | အာဠဝကသုတ္တန်(ပါဠိ-မြန်မာပြန်)(၈"×၁၁")ဆိုဒ်  | ၂၀၂၄             | ၁၆၀၀/-  |
| ၄၀။ | ဓမ္မစက္ကပ္ပဝတ္တနသုတ်(ပါဠိ-မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်                                     | ၂၀၂၄             | ၁၉၀၀/-  |
| ၄၁။ | အနတ္တလက္ခဏသုတ်(ပါဠိ-မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်   | ၂၀၂၄             | ၁၇၀၀/-  |
| ၄၂။ | သောတာနုဂတသုတ္တန် (ပါဠိ-မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်  | ၂၀၂၄             | ၁၈၀၀/-  |
| ၄၃။ | နမက္ကာရာဂုရားရှိခိုး (ပါဠိ-နိဿယ) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်  | ၂၀၂၄             | ၃၂၀၀/-  |
| ၄၄။ | ယသောဓရာထေရီ၏နောက်ဆုံးကန်တော့ခြင်း<br>ဝန္တနာဂါထာတော်များ (ပါဠိ-မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ် | ၂၀၂၄             | ၃၀၀၀/-  |
| ၄၅။ | ကာလာမသုတ္တန် (ပါဠိ-မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်  | ၂၀၂၄             | ၂၈၀၀/-  |
| ၄၆။ | ဆန္ဒသမာဓိသုတ္တန် (ပါဠိ-မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်  | ၂၀၂၄             | ၂၃၀၀/-  |
| ၄၇။ | အရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃောသ၏ ဘဝနှင့်ဓမ္မ (၈"×၁၁")ဆိုဒ်  | ၂၀၂၄             | ၂၀၀၀/-  |

# ထုတ်ဝေပြီးသောစာအုပ်များ၏ အကြောင်းအရာအကျဉ်းချုပ်

## ဥပ္ပါတသန္တိသုတ်စဉ်

ဥပ္ပါတသန္တိသုတ်တော်သည် ရဟန္တာအရှင်မြတ် အရှင်မဟာသီလဝံသနှင့် ရှေးရှေးဆရာတော်ဘုရားကြီးများ စီရင်ခဲ့သောသုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ပွင့်တော်မူပြီး၊ ပွင့်တော်မူလတ္တံ့ဖြစ်သော ဘုရားရှင်များနှင့် ရဟန္တာမထေရ်မြတ်ကြီးများ၏ ဂုဏ်တော်တို့ကို ဂါထာပေါင်း (၂၇၃)ဂါထာတို့ဖြင့် ဖော်ကျူးပူဇော်ထားသည့် ထိုသုတ်တော်ကို တိုင်းနိုင်ငံတွင် ကပ်သုံးပါး ထူပြောသည့်အခါ၊ ဂြိုဟ်စီးဂြိုဟ်နင်း မကောင်းသည့်အခါနှင့် ဘေးအန္တရာယ်ကျရောက်ရန် အတိတ်ဆိုး နိမိတ်ဆိုးတို့ ပေါ်ပေါက်သည့်အခါများတွင် မြို့ရွာတိုင်း ရွတ်ပွားခြင်းအားဖြင့် ဘေးဥပဒ်အန္တရာယ်မှ လွတ်မြောက်ငြိမ်းအေးစေနိုင်ပါသည်။



## အနေကဇာတင်ပါဌ်

အနေကဇာတင်ပါဌ်သည် မြတ်စွာဘုရားရှင် ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူသည့် အခါ ဘဝါဘဝက တောင့်တခဲ့သောဆန္ဒ ပြည့်မြောက်တော်မူသဖြင့် ဝမ်းသာပီတိစိတ်နှလုံးဖြင့် ကျူးရင့်တော်မူခဲ့သော ဂါထာစကားတော်များ ဖြစ်ပါသည်။ ရွတ်ဆိုရိုးပူဇော်ခြင်းအားဖြင့် ကျက်သရေ မင်္ဂလာအဖြာဖြာ တိုးတက်ခြင်း၊ အန္တရာယ်ကင်းခြင်း၊ လိုအင်ဆန္ဒပြည့်ဝခြင်းစသော အကျိုးတရားများကို ရရှိနိုင်ပါသည်။



## ဘုရားရှိခိုးနှင့် အန္တရာယ်ကင်းဂါထာများ

ဘုရားရှိခိုးနှင့်အန္တရာယ်ကင်းဂါထာများသည် ရွတ်ဖတ်ပူဇော်သူတို့ အသက်အန္တရာယ်ကင်းစေရန်၊ အခက်အခဲ အကျပ်အတည်းမှ လွတ်မြောက်စေရန်နှင့် အောင်မြင်မှုများရရှိစေရန် မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ ဂုဏ်တော်၊ ဒေသနာတော်တို့ကို ထုတ်ဖော်၍ ရှိခိုးပူဇော်ထားသော ဂါထာများဖြစ်ပါသည်။ ထို့ပြင် သဒ္ဓါစိတ်ဖြစ်ပေါ်ပါက ချက်ချင်း ကုသိုလ်ပြုသင့်ကြောင်းကို ဘုရားရှင်ကိုယ်တိုင် တိုက်တွန်းတော်မူခဲ့သောဂါထာနှင့် မိမိနေထိုင်ရာကို လုံခြုံစေရန် ရှေးအစဉ်အလာအရ စည်းချနည်း (၃)မျိုးဖြင့် စည်းချပုံကိုလည်း ဖော်ပြထားပါသည်။



## ဂိရိမာနန္ဒသုတ်

ဂိရိမာနန္ဒသုတ်သည် ကျန်းမာရေးမကောင်းသော အရှင်ဂိရိမာနန္ဒမထေရ်ကို ရည်ရွယ်၍ မြတ်စွာဘုရားရှင်က အရှင်အာနန္ဒာအား ဟောကြားတော်မူသော သုတ္တန်ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသုတ္တန်တွင် “သညာဆယ်ပါး ရှုပွားပုံ”ကို ဟောကြားထားရာ အရှင်

အာနန္ဒာက အရှင်ဂိရိမာနန္ဒမထေရ်ကို ပြန်လည်ဟောကြား၍ ရှုပွားစေသဖြင့် ကျန်းမာရေး ပြန်လည်ကောင်းမွန်လာခဲ့ပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ ဂိရိမာနန္ဒသုတ်ကို ရွတ်ပွားပူဇော်ခြင်းဖြင့် ကျန်းမာခြင်း၊ အနာရောဂါကင်းခြင်းစသော အကျိုးတရားများကို ရရှိနိုင်ပါသည်။



**ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ်နှင့် အသက်ရှည်နည်းအကြောင်းတရားများ**

ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ်နှင့် အသက်ရှည်နည်းအကြောင်းတရားများတွင် ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ်သည် အရှင်မဟာမောဂ္ဂလ္လာန်နှင့်အရှင်မဟာကဿပတို့ မကျန်းမာချိန်တွင် ပြန်လည်ကျန်းမာ စေရန် ဘုရားရှင်က ဟောကြားတော်မူခဲ့သော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ဘုရားရှင်ကိုယ်တိုင် ကျန်းမာရေး မကောင်းချိန်တွင်လည်း အရှင်စုန္ဒအား ထိုဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ်ကို ရွတ်ဖတ်စေရာ ရောဂါပျောက်ကင်း၍ ကျန်းမာတော်မူခဲ့ပါသည်။ ထို့ပြင် အသက်ရှည်ခြင်း၏ အကြောင်း တရားများဖြစ်သော ကောင်းမှုကုသိုလ်များကိုလည်း အတုယူ ပြုလုပ်နိုင်စေရန် ဖော်ပြ ထားပါသည်။



**သစ္စာပြုမဟာဝေဒဗ္ဗမန္တန်နှင့် စူဠဝေဒဗ္ဗမန္တန်**

သစ္စာပြုမဟာဝေဒဗ္ဗမန္တန်နှင့်စူဠဝေဒဗ္ဗမန္တန်သည် ပိဋကတ်တော်ထဲမှ ရတနာ သုံးပါး၏ ဂုဏ်တော်အဆီအနှစ်များကို ထုတ်နုတ်ပူဇော်ထားသော သစ္စာပြု မန္တန်တော်များ ဖြစ်ပါသည်။ စီးပွားဥစ္စာ တိုးတက်စေသော မန္တန်တော်ကြီးဖြစ်ကြောင်း သိရှိသူများပါသည်။ ဓနသိဒ္ဓိနက္ခတ်နှင့် ကိုက်ညီစွာ ရွတ်ဖတ်ပူဇော်ပါက ပိုမိုအကျိုးသက်ရောက်နိုင်သည်ဖြစ်၍ ဓနသိဒ္ဓိနက္ခတ်ပေါ် မွန်းတည့်မျဉ်းဖြတ်ဇယားကိုပါ ထည့်သွင်းစီစဉ်ထားပါသည်။



**အံ့ဘွယ်ရှစ်ဖြာသာသနာနှင့် မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ဩဝါဒ ဒေသနာတော်**

အံ့ဘွယ်ရှစ်ဖြာသာသနာနှင့်မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ဩဝါဒဒေသနာတော်သည် ဆဋ္ဌသင်္ဂါယနာ တင်တော်မူခဲ့သည့် မဟာပါသာဏလိုဏ်ဂူသိမ်တော်ကြီးအတွင်း မှတ်တမ်းတင်ထား သော သာသနာတော်၏ အံ့ဘွယ်ဂုဏ်ရည်ရှစ်ပါးနှင့် မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ ဩဝါဒဒေသနာတော်

ကို သမိုင်းအမွေအဖြစ် ဖတ်ရှုလိုက်နာကျင့်သုံးသူတို့ ကုသိုလ်တရားများ တိုးပွားစေနိုင်ရန် ထုတ်ဝေပူဇော်ထားပါသည်။



**ပကိဏ္ဍက နမက္ကာရ အစိန္တေယျဘုရားရှိခိုးကြီး**

ပကိဏ္ဍက နမက္ကာရ အစိန္တေယျဘုရားရှိခိုးကြီးသည် ကျီးသဲလေးထပ်ဆရာတော် ဘုရားကြီးကိုယ်တိုင် မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ ဂုဏ်တော်အပေါင်းကို စုစည်းရေးသား ပူဇော် တော်မူထားသည့် ဘုရားရှိခိုးကြီးဖြစ်ပါသည်။ ရွတ်ဆိုပူဇော်ရှိခိုးသူတို့ ဘုန်းကံကြီးမား ခြင်း၊ ကျက်သရေမင်္ဂလာ တိုးပွားခြင်းနှင့် ကောင်းကျိုးလိုအင်ဆန္ဒများ ပြည့်ဝခြင်းစသော အကျိုးတရားများကို ရရှိစေနိုင်ပါသည်။



**မင်္ဂလာသုတ်**

မင်္ဂလာသုတ်သည် လူ့နတ်တို့အကြား (၁၂)နှစ်တိုင်တိုင် အငြင်းပွားခဲ့ရသော မင်္ဂလာ တရားအစစ်အမှန်ကို ဘုရားရှင်က ဖြေရှင်းဟောကြားထားသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ မင်္ဂလာသုတ်တွင် ရှောင်ကြဉ်ရေးမင်္ဂလာ၊ လိုက်နာကျင့်သုံးရေးမင်္ဂလာစသည့် မင်္ဂလာ တရား (၃၈)ပါးကို ဟောကြားတော်မူထားရာ ရွတ်ဆိုပူဇော်လိုက်နာကျင့်သုံးသူတို့ ကျက်သရေမင်္ဂလာတိုးပွားခြင်း၊ အောင်မြင်ခြင်းမှသည် နိဗ္ဗာန်တိုင်အောင်သော အကျိုး တရားများကို ရရှိနိုင်ပါသည်။



**ရတနသုတ်**

ရတနသုတ်သည် ကပ်သုံးပါးကျရောက်၍ ဒုက္ခရောက်နေသော ဝေသာလီပြည်ကြီး အန္တရာယ်ကင်း၍ ချမ်းသာစေရန် မြတ်စွာဘုရားရှင်က အရှင်အာနန္ဒာမထေရ်အား မြို့တွင်း လှည့်လည်ကာ ရွတ်ဆိုပူဇော်စေခဲ့သော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ရတနသုတ်တော်၏ အစွမ်းဖြင့် ဝေသာလီပြည်ကြီး ကပ်သုံးပါး ကင်းပျောက်ကာ ချမ်းသာသကဲ့သို့ ရွတ်ဆို ပူဇော်သူတို့လည်း ကပ်ကြီးသုံးပါးမှ ကျော်လွန်နိုင်ခြင်း၊ ချမ်းသာကြီးခြင်းစသော အကျိုးများ ကို ရရှိစေနိုင်ပါသည်။



**မေတ္တသုတ်**

မေတ္တသုတ်သည် ပရလောကသား နာနာဘာဝတို့၏ ခြောက်လှန့်နှောင့်ယှက်မှုကြောင့် တရားအားမထုတ်နိုင်ကြသော ရဟန်းတော်ငါးရာကို ပရလောကသားတို့၏ ချစ်ခင်စောင့်ရှောက်မှုဖြင့် တရားအားထုတ်နိုင်စေရန် ဟောကြားသင်ပြပေးတော်မူခဲ့သော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ မေတ္တသုတ်ကို ရွတ်ဆိုပွားများခြင်းဖြင့် လူ့နတ်များ ချစ်ခင်စောင့်ရှောက်ခြင်း၊ ကောင်းကျိုးလိုအင်ဆန္ဒများ ပြည့်ဝခြင်းစသော အကျိုးများကို ရရှိစေနိုင်ပါသည်။



**ခန္ဓသုတ်**

ခန္ဓသုတ်သည် မြွေကိုက်ခံရသည့် ရဟန်းတစ်ပါးကို အကြောင်းပြု၍ အခြားရဟန်းများ မြွေအန္တရာယ်ကင်းစေရန် မြတ်စွာဘုရားရှင် ဟောကြားတော်မူသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ဘုရားရှိခိုးခြင်းနှင့် မြွေမင်းလေးမျိုးကို မေတ္တာပို့ထားသော သုတ်ဖြစ်၍ ရွတ်ဆိုပူဇော်သူတို့ မြွေအန္တရာယ်အပြင် အခြားအဆိပ်ရှိသော သတ္တဝါများ၏ ဘေးရန်ပြုခြင်းမှလည်း ကင်းဝေးစေနိုင်ပါသည်။



**မောရသုတ်**

မောရသုတ်သည် ဘုရားလောင်းဥဒေါင်းမင်းဘဝက ရွတ်ဆိုပူဇော်ခဲ့သည့် ဗြဟ္မမန္တန်ကို ပြန်လည်ဟောကြားထားသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ရွတ်ဆိုပူဇော်ရှိခိုးသူတို့ ဘုရားလောင်း ဥဒေါင်းမင်းကဲ့သို့ အချုပ်အနှောင် မခံရခြင်း၊ အကျပ်အတည်းကို ကျော်လွှားနိုင်ခြင်းစသော အကျိုးများကို ရရှိစေနိုင်ပါသည်။



**ဝဋ္ဋသုတ်**

ဝဋ္ဋသုတ်သည် ဘုရားလောင်း ငုံးမင်းဘဝက မီးဘေးအန္တရာယ်နှင့် ကြုံသဖြင့် သစ္စာပြုခဲ့သော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသို့ သစ္စာပြုခြင်းကြောင့် ဘုရားလောင်းငုံးမင်း မီးဘေးအန္တရာယ်မှ ကင်းဝေးသကဲ့သို့ ရွတ်ဆိုပူဇော်သူတို့လည်း မီးဘေးအန္တရာယ်မှ ကင်းဝေးခြင်း၊ လူမှုဒုက္ခ သောကအပူမီးများမှ ကင်းလွတ်ခြင်းစသော အကျိုးတရားများ ရရှိစေနိုင်ပါသည်။

# ၂၂ ဗုဒ္ဓါဘိသေကအနေကဇာတင်ပါဌ် (ပါဠိ-မြန်မာပြန်)

## ဇေတုသုတ်

ဇေတုသုတ်သည် တောတောင်များအတွင်း၌ သီတင်းသုံးနေထိုင်ကြသော ရဟန်းတော်များ ထိတ်လန့်ကြောက်ရွံ့မှု ကင်းစေရန် မြတ်စွာဘုရားရှင် ဟောကြားတော်မူထားသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ရွတ်ဆိုပူဇော်ခြင်းအားဖြင့် ကြောက်ရွံ့မှုကင်းခြင်း၊ ဘေးအန္တရာယ်မှ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ခြင်းစသော အကျိုးများကို ရရှိစေနိုင်ပါသည်။



## အာဠာနာဠိယသုတ်

အာဠာနာဠိယသုတ်သည် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ပုဂ္ဂိုလ်များကို နတ်၊ ဘီလူးစသည့် ကြမ်းကြုတ်သောပုဂ္ဂိုလ်တို့က မနှိပ်စက်နိုင်စေရန် နတ်မင်းကြီးလေးပါးက လျှောက်ထားသဖြင့် မြတ်စွာဘုရားရှင်က ဟောကြားတော်မူသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ရွတ်ဆိုပူဇော်ခြင်းအားဖြင့် နတ်များ စောင့်ရှောက်ခြင်း၊ ဘီလူးစသည့် မကောင်းဆိုးဝါးများ မနှောင့်ယှက်နိုင်ခြင်းစသော အကျိုးတရားများကို ရရှိစေနိုင်ပါသည်။



## အင်္ဂုလိမာလသုတ်

အင်္ဂုလိမာလသုတ်သည် မီးမဖွားနိုင်သော အမျိုးသမီးငယ်ကို သနားသောကြောင့် အရှင်အင်္ဂုလိမာလက မြတ်စွာဘုရားရှင်အား လျှောက်ထားရာ မြတ်စွာဘုရားရှင်က သစ္စာဆို၍ စောင့်ရှောက်ရန် မိန့်ကြားတော်မူခဲ့သဖြင့် သစ္စာဆိုထားသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ရွတ်ဆိုပူဇော်ခြင်း၊ နာယူခြင်းအားဖြင့် အလွယ်တကူ သားသမီးရတနာများကို ဖွားမြင်နိုင်ခြင်း၊ အကျပ်အတည်း အခက်အခဲကို ကျော်လွှားနိုင်ခြင်းစသော အကျိုးတရားများကို ရရှိစေနိုင်ပါသည်။



## ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ်

ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ်သည် အရှင်မဟာမောဂ္ဂလ္လာန်နှင့်အရှင်မဟာကဿပတို့ မကျန်းမာချိန်တွင် ပြန်လည်ကျန်းမာစေရန် ဘုရားရှင်က ဟောကြားတော်မူခဲ့သော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ဘုရားရှင်ကိုယ်တိုင် ကျန်းမာရေး မကောင်းချိန်တွင်လည်း အရှင်စုန္ဒအား ထိုဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ်ကို ရွတ်ဖတ်စေရာ ရောဂါပျောက်ကင်း၍ ကျန်းမာတော်မူခဲ့ပါသည်။

သို့ဖြစ်၍ ရွတ်ဆိုပူဇော်ပွားများသူတို့ ကျန်းမာခြင်း၊ အနာရောဂါကို ကျော်လွှားနိုင်ခြင်း စသော အကျိုးတရားများကို ရရှိစေနိုင်ပါသည်။



**ပုဗ္ဗဏှသုတ်**

ပုဗ္ဗဏှသုတ်သည် မကောင်းသော အတိတ်ဆိုး၊ နိမိတ်ဆိုး၊ ပါပဂြိုဟ်ဆိုးများမှ ကင်းဝေးစေရန် မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ တရားတော်များမှ ထုတ်နုတ်၍ ရှေးဆရာတော်များ စီရင်ထားသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ရွတ်ဆိုပူဇော်ခြင်းအားဖြင့် ကျက်သရေမင်္ဂလာတိုးပွားခြင်း၊ အတိတ်ဆိုး၊ နိမိတ်ဆိုးများကို ကျော်လွှားနိုင်ခြင်းစသော အကျိုးများကို ရရှိစေနိုင်ပါသည်။



**ပရိတ်ကြီး(၁၁)သုတ်**

ပရိတ်ကြီး(၁၁)သုတ်သည် မြတ်ဗုဒ္ဓ၏လက်ထက်တော်မှသည် ပုဂံ၊ပင်းယ၊အင်းဝ၊ ကုန်းဘောင်ခေတ်အဆက်ဆက် အရံအတားအဖြစ် ရွတ်ဆိုပူဇော်ခဲ့ကြသော ပရိတ်တော်များ ဖြစ်ပါသည်။ ပရိတ်တော်အမျိုးအစား စုံလင်သကဲ့သို့ အကျိုးတရားလည်း စုံလင်လှပါသည်။ ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းတွင်လည်း ခေတ်အဆက်ဆက် အလေးအနက်ထားကာ သင်ကြားရွတ်ဆိုပူဇော်သော ပရိတ်တော်များဖြစ်၍ ရွတ်ဆိုပူဇော်ပွားများသူတို့ တန်ဖိုးမဖြတ်နိုင်သော ကောင်းကျိုးအမျိုးမျိုးကို ရရှိစေနိုင်ပါသည်။



**မဟာသမယသုတ်ဝတ်ရွတ်စဉ်**

မဟာသမယသုတ်တော်ကို မြတ်စွာဘုရားသည် နဂါး၊ ဂဠုန်၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာ၊ ရဟန်းပရိသတ် အစုံအလင် စုဝေးလျက် ဟောကြားထားသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ တရားနာလာသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ အမည်နာမအသီးသီးကို ဖော်ထုတ်လျက် ဘုရားရှင်က အချင်းချင်း မိတ်ဆက်သိစေတော်မူခြင်းဖြစ်ပါသည်။ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး မေတ္တာသက်ဝင်ချစ်ခင်သိက္ခမ်းစေခြင်းဖြင့် မေတ္တာတရားကို ဖော်ညွှန်းထားပါသည်။ ဤသုတ်တော်ကို ရွတ်ဆိုပူဇော်သူတို့အား မေတ္တာတရား ရောင်ပြန်အနေဖြင့် လူ၊နတ်ချစ်ခင်မှုကို ဧကန်ရရှိစေနိုင်ပါသည်။

**အဘယသုတ်**

အဘယသုတ်တော်သည် အသက်ခန္ဓာ ရလာသူတိုင်း တွေ့ကြုံရမည်ဖြစ်သော သေခြင်းတရားကို ရင်ဆိုင်နိုင်ရန် ဟောကြားထားသည့် သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသုတ်တော်ကို ရွတ်ဆိုပူဇော်ပွားများနေခြင်းဖြင့် သေခြင်းတရားကို ထိတ်လန့်ကြောက်ရွံ့မှုနည်းပါးခြင်း၊ ကာမဂုဏ်၌ တပ်မက်မှုနည်းပါးခြင်း၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှု ပြုလိုစိတ်များ ဖြစ်ပွားခြင်းစသော အကျိုးတရားများကို ရရှိစေသော သုတ်တော် ဖြစ်ပါသည်။



**သာမညဖလသုတ်**

သာမညဖလသုတ်တော်သည် ရဟန်းပြုခြင်း၏ ရရှိလာမည့် လောကီ၊ လောကုတ္တရာ အကျိုးကျေးဇူးတရားများကို ဟောကြားထားသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ပြင် ဖခင်မိမိသာရမင်းကြီးကို သတ်ပြီး နောင်တတရားများစွာ နှိပ်စက်၍ မအိပ်နိုင်၊ မစားနိုင် ဖြစ်နေရှာသော အဇာတသတ်မင်းအား ထိုဒုက္ခများ ကင်းစင်ပပျောက်စေပြီး ငရဲဒုက္ခ ပေါ့ပါးသက်သာသွားစေသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ထိုသုတ်တော်ကို ရွတ်ဖတ်ပူဇော်ခြင်းဖြင့် မိဘ၊ကျေးဇူးရှင်စသည်တို့အား အမှတ်မထင် ပြစ်မှားပြောဆို မိခဲ့သော အကုသိုလ်မကောင်းကျိုးများ ရှိခဲ့ပါက နောင်တရ၍ ပြန်လည်တောင်းပန် အသိတရားရရှိကာ အပြစ်မှ လျော့ပါးစေပြီး လောကီ၊လောကုတ္တရာကောင်းကျိုးများ စဉ်ဆက်မပြတ် ဖြစ်ပေါ်ရေးအတွက် များစွာထောက်ပံ့ပေးသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။



**နတ်ချစ်သုတ္တန်ဂါထာတော်များ**

နတ်ချစ်သုတ္တန်ဂါထာတော်များသည် ယင်းသုတ္တန်ဂါထာတော်များကို ရွတ်ဖတ်ပူဇော် သူအား နတ်ဒေဝတာများက ကူညီစောင့်ရှောက်စေပါသည်။ နတ်ဒေဝတာများသည် လူသားတို့၏ စိတ်အကြံအစည်များကို သိရှိနိုင်ကြသဖြင့် လူတို့၏ အခက်အခဲများကို ကူညီစောင့်ရှောက်ပေးခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ပကတိမျက်စိဖြင့် မမြင်ရသော ပရလောကရှိ သည်၏အဖြစ်ကို ယုံကြည်လျက် နတ်ဒေဝတာတို့အား မေတ္တာပို့ခြင်း၊ အသိအမှတ်ပြု ခြင်းဖြစ်၍ နတ်ဒေဝတာများက ပြန်လည်အသိအမှတ်ပြု စောင့်ရှောက်ပေးမည်ဖြစ် ပါသည်။

**ငါးရံမင်းပရိတ်တော်နှင့် မိုးကမ္ဘဝါစာတမ်း**

ငါးရံမင်းပရိတ်သည် ဘုရားလောင်း ငါးရံမင်းကြီးဖြစ်စဉ်အခါက သစ္စာဆိုခဲ့ပြီး မိုးရွာစေကာ မိမိ၏ဆွေမျိုးဖြစ်သည့် ငါးအပေါင်းအား ကျီးကန်း၊လင်းတ၊စသည်တို့၏ နှိပ်စက်သတ်ဖြတ်စားသောက်ခြင်း ဘေးရန်အပေါင်းမှ ကင်းလွတ်စေသော ပရိတ်တော် ဖြစ်ပါသည်။ ထိုပရိတ်တော်ကို မုံရွာမြို့၊ လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီး စီစဉ်ရေးသားခဲ့ သော မိုးကမ္ဘဝါနှင့်တွဲဖက်၍ ရွတ်ဆိုပူဇော်နိုင်ရန် ထုတ်ဝေထားပါသည်။ ငါးရံမင်းပရိတ်နှင့် မိုးကမ္ဘဝါကို ရွတ်ဖတ်ပူဇော်ခြင်းဖြင့် မိုးခေါင်ရေရှားအဖြစ်ဆိုးမှ ကျော်လွှားနိုင်ပြီး ရာသီဥတု မိုးလေဝသ ညီညွတ်မျှတကောင်းမွန်စေပါသည်။



**ခင်ပွန်းကြီး(၁၀)ပါးကန်တော့နည်းနှင့် ခင်ပွန်းကြီး(၁၀)ပါးအဓိပ္ပာယ်**

ဘုရား၊ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ အစရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ခင်ပွန်းကြီး(၁၀)ပါးဖြစ်၍ မပြစ်မှား သင့်သော ပုဂ္ဂိုလ်များဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြထားပါသည်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်တို့အား အကယ်၍ ပြစ်မှားမိလျှင် လက်ရှိပစ္စုပ္ပန်သာမက နောင်တမလွန်၌ပင် ဆင်းရဲဒုက္ခအမျိုးမျိုး တွေ့ကြုံ ရနိုင်ပြီး ပြုစုလုပ်ကျွေး ရှိခိုးကန်တော့၍ အမြဲဆည်းကပ်လျှင် ပစ္စုပ္ပန် တမလွန် နှစ်ဖြာ ကောင်းကျိုး ရရှိခံစားရမည်ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ခင်ပွန်းကြီး(၁၀)ပါး ရှိခိုးကန်တော့နည်း အစုံအလင်သိရှိနိုင်ရန်နှင့် ရှိခိုးကန်တော့ခြင်းဖြင့် ကောင်းကျိုးများ ရရှိနိုင်စေရန် စီစဉ် ထားပါသည်။



**အာဠဝကသုတ္တန်**

အာဠဝကသုတ္တန်သည် မြတ်ဗုဒ္ဓနှင့် အာဠဝကဘီလူး တွေ့ဆုံ၍ အာဠဝကဘီလူး ကျွတ်တမ်းဝင်ပုံဖြစ်စဉ်ကိုလည်းကောင်း၊ သဒ္ဓါတည်းဟူသော ဥစ္စာ၊ ကုသိုလ်ပြုခြင်း အလေ့အကျင့်၊ ဝစီသစ္စာ၏အရသာနှင့် ပညာဖြင့် အသက်မွေးခြင်းသည် အကောင်းဆုံး ဟူသော တရားလေးပါး၏ သိမ်မွေ့နက်နဲသော အဓိပ္ပာယ်ကိုလည်းကောင်း ပြဆိုထား သော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ အာဠဝကသုတ်တော်ကို ရွတ်ဆိုပူဇော်လိုက်နာကျင့်သုံး ခြင်းဖြင့် မြတ်သောဥစ္စာကို ရှာဖွေနိုင်ခြင်းစသော အကျိုးများ ဖြစ်ပေါ်စေပြီး ပစ္စုပ္ပန် တမလွန် ကောင်းကျိုးများကို ရရှိစေပါသည်။

**ဓမ္မစက္ကပ္ပဝတ္တနသုတ်**

ဓမ္မစက္ကပ္ပဝတ္တနသုတ်တော်သည် ဘုရားရှင်က လူ၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာ သတ္တဝါအပေါင်းတို့ အား အဦးအစ ဟောကြားတော်မူသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ယင်းသုတ်တော်ကို နာကြားရသဖြင့် ပဉ္စဝဂ္ဂါးဦးအနက် အရှင်ကောဏ္ဍည သောတာပန်တည်ပြီး နတ်ဗြဟ္မာ ပေါင်း ၁၈-ကုဋေအထိ ကျွတ်တမ်းဝင်ခဲ့ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ယင်းသုတ်တော်ကို ရွတ်ဖတ် ပူဇော်ခြင်းဖြင့် နတ်ဗြဟ္မာများ၏ ချစ်ခင်မြတ်နိုးမှုများ၊ ကူညီစောင့်ရှောက်မှုများ ရရှိစေပြီး ဘဝစည်းစိမ်ကို ပြီးပြည့်စုံစွာ ရရှိစေနိုင်ပါသည်။



**အနတ္တလက္ခဏသုတ်**

အနတ္တလက္ခဏသုတ်တော်သည် ခန္ဓာငါးပါးတို့ကို လက္ခဏာကြီးသုံးပါးဖြင့်လည်းကောင်း၊ ဝိပဿနာပညာ မဂ်ပညာစသည်တို့ဖြင့်လည်းကောင်း ဖြစ်ပုံ၊ ရှုမြင်ပုံတို့ကို ဟောကြားထားသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ အနတ္တလက္ခဏသုတ်ဟု ဆိုသည့်အတိုင်း ရွတ်ဆိုပွားများသောသူ၏သန္တာန်၌ အသိသံဝေဂများ ဖြစ်ပွားကာ တရားထူးရစေရန် အထောက်အကူပြုခြင်း၊ အတ္တအစွဲကင်းပြတ်ခြင်းစသော အကျိုးများကို ရရှိခံစားစေနိုင်ပါသည်။



**သောတာနုဂတသုတ္တန်**

သောတာနုဂတသုတ္တန်သည် ပရိယတ်တရားတော်များကို ဉာဏ်ဖြင့် နာယူ၊ လေ့ကျက်ဆင်ခြင်ပွားများလျှင် မျက်မှောက်ဘဝ၌ တရားထူးရရှိနိုင်ကြောင်းနှင့် အကယ်၍ မျက်မှောက်ဘဝ၌ မရခဲ့သော် နောက်ဘဝဖြစ်သည့် နတ်၊ဗြဟ္မာဘဝတို့၌လည်း တရားတော်ကို ဆက်လက်ကျင့်ကြံအားထုတ်၍ တရားထူးရရှိနိုင်ကြောင်းကို ဟောကြားထားသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ယင်းသုတ်တော်ကို ရွတ်ဆိုပူဇော်ခြင်းဖြင့် သဒ္ဓါတရား ပိုမိုခိုင်မာစေပြီး ပစ္စုပ္ပန် တမလွန် ကောင်းကျိုးများ ဖြစ်စေကာ မဂ်ဖိုလ်ရရန် အားကြီးသော အထောက်အပံ့ကောင်းဖြစ်စေပါသည်။



**နမက္ကာရ ဘုရားရှိခိုး**

နမက္ကာရဘုရားရှိခိုးသည် အဋ္ဌကထာကျမ်းပြုအကျော် အရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃောသ မထေရ်ကိုယ်တိုင် မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ ဂုဏ်တော်အပေါင်းကို ပူဇော်ရှိခိုးသည့် ဂုဏ်တော်စုံ

ဘုရားရှိခိုးဖြစ်ပါသည်။ အရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃောသမထေရ်သည် ဤနမက္ကာရဘုရားရှိခိုးဖြင့် သီဟိုဠ်ပြည် ပိဋကတ်တိုက်တံခါးကို အလိုလို ပွင့်စေတော်မူခဲ့သကဲ့သို့ ရွတ်ဆိုပူဇော်ရှိခိုး သူတို့သည်လည်း အခက်အခဲ အတားအဆီးများကို ကျော်လွှားနိုင်၍ ဘုန်းကံကြီးမားခြင်း၊ ကျက်သရေမင်္ဂလာ တိုးပွားခြင်းနှင့် ကောင်းကျိုးလိုအင်ဆန္ဒများ ပြည့်ဝခြင်းစသော အကျိုးတရားများကို ရရှိစေနိုင်ပါသည်။



**ယသောဓရာထေရီ၏နောက်ဆုံးကန်တော့ခြင်း ဝန္တနာဂါထာတော်များ**

ဘုရားအလောင်းတော်နှင့်အတူ ဘဝသံသရာများစွာ၌ ပါရမီဖြည့်ဖက်အဖြစ် လေးသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်းတိုင် ပါရမီဖြည့်ကျင့်ခဲ့သော ယသောဓရာထေရီ၏ နောက်ဆုံးကန်တော့ခြင်း ဝန္တနာဂါထာတော်များ ဖြစ်ပါသည်။ ထိုဂါထာတော်များဖြင့် လေးသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်းကာလအတွင်း ဘုရားအလောင်းတော်၏ သဗ္ဗညုတ ဗောဓိဉာဏ်အကျိုးငှာ စိတ်ငြိုငြင်ခြင်း အလျှင်းမရှိဘဲ အနွံအတာခံ အနစ်နာခံ၍ သုခဒုက္ခ မျှတူခံစားလျက် ပါရမီဖြည့်ဆည်းပေးခဲ့ပုံတို့ကို အတုယူအားကျဖွယ် လျှောက်ထား ခဲ့ပါသည်။



**ကာလာမသုတ္တန်**

ကာလာမသုတ္တန်သည် ကေသမုတ္တန်နိဂုံး၌ နေသော ကာလာမမင်းသားတို့အား ဘာသာအယူဝါဒများနှင့်ပတ်သက်၍ မှတ်ကျောက်သဖွယ် စိစစ်နိုင်သည့် ဆောင်ရန်၊ ရှောင်ရန်များကို မြတ်စွာဘုရားရှင်က ဟောကြားထားသော သုတ္တန်ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသုတ္တန် တွင် ဘာသာအယူဝါဒများကို စိစစ်ပုံနှင့် လက်ခံကျင့်သုံးရမည့် ဘာသာတရား ရွေးချယ်ပုံ တို့ကို အသေးစိတ် ဟောကြားတော်မူထားသဖြင့် ရွတ်ဖတ်ပူဇော် လိုက်နာကျင့်သုံးသူတို့ တရားစစ် တရားမှန်ကို လက်ခံကျင့်သုံးနိုင်ခြင်းမှစ၍ ပစ္စုပ္ပန် တမလွန် ချမ်းသာအဆင့်ဆင့် ကို ရရှိကာ နိဗ္ဗာန်တိုင်အောင်သော အကျိုးကိုလည်း ရရှိစေနိုင်ပါသည်။



**ဆန္ဒသမာဓိသုတ္တန်**

ဆန္ဒသမာဓိသုတ္တန်သည် ဆန္ဒ၊ ဝီရိယ၊ စိတ္တ၊ ဝီမံသ(ပညာ)တည်းဟူသော တရားလေးပါးတို့ကို အမှီပြု၍ သမာဓိရနိုင်ပုံနှင့် တရားအားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်

အနေဖြင့် မဖြစ်သေးသော အကုသိုလ်တရားတို့ကို မဖြစ်စေရန်၊ ဖြစ်ပြီးသော အကုသိုလ် တရားတို့ကို ပယ်စွန့်ရန်နှင့် မဖြစ်သေးသော ကုသိုလ်တရားတို့ကို ဖြစ်စေရန်၊ ဖြစ်ပြီးသော ကုသိုလ်တရားတို့ကို ဆက်လက်တည်တံ့ပြီး တိုးပွားစေရန် အားထုတ်၍ ဣဒ္ဓိပါဒ်ကို ဖြစ်စေသင့်ကြောင်း မိန့်တော်မူထားသော သုတ္တန်ဖြစ်ပါသည်။



**အရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃောသ၏ ဘဝနှင့်ဓမ္မ**

အရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃောသသည် သာသနာတော်နှစ် (၉၀၀)ဝန်းကျင်၊ အေဒီ ၅-ရာစု တွင် ပေါ်ထွန်းခဲ့ပြီး ဗုဒ္ဓသာသနာတော်သမိုင်းတွင် အလွန်ထင်ရှားသော အဋ္ဌကထာ ကျမ်းပြုမထေရ်မြတ် ဖြစ်ပါသည်။ မထေရ်မြတ်သည် အိန္ဒိယနိုင်ငံမှ သီရိလင်္ကာနိုင်ငံသို့ ကြွတော်မူကာ ဘုရားဟော ပါဠိတော်များ၏ အဖွင့်ကျမ်းများဖြစ်သော အဋ္ဌကထာကျမ်း ပေါင်း (၃၅)ကျမ်းကျော်ကို ရေးသားစီရင်တော်မူခဲ့သဖြင့် **ဗုဒ္ဓမတ္တည**။ (မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ အလိုတော်ကို အသိဆုံးပုဂ္ဂိုလ်)အဖြစ် ဂုဏ်ပြုပူဇော်မှုကို ခံယူရရှိတော်ခဲ့ပါသည်။ အရှင် မဟာဗုဒ္ဓဃောသမထေရ်၏ ထေရုပ္ပတ္တိကို လေ့လာပူဇော်ခြင်းဖြင့် မထေရ်မြတ်၏ သီလ၊ ပညာ၊ ဝီရိယအား ကြီးမားတော်မူပုံ၊ သာသနာတော်နှင့် ပြည်သူပြည်သားများအပေါ် ထားရှိသော စိတ်ထားများကို အတုယူအားကျဖွယ် လေ့လာသိရှိရမည်ဖြစ်ပါသည်။





# နှိုးဆော်ပန်ကြားလွှာ



ဤစာအုပ်ကို အများပြည်သူသို့ ဖြန့်ဝေလှူဒါန်းလျက်ရှိပါသည်။ ဤသို့လှူဒါန်းရာတွင် ဖြန့်ဝေလှူဒါန်းနိုင်မှုအပေါ် မူတည်၍ ရွတ်ဆိုပူဇော်သူတို့ အရေအတွက် ပိုမိုများပြားလာပြီး ပိုမိုရွတ်ဆိုကြခြင်းအားဖြင့် ဘုန်းကျက်သရေတိုးရေး၊ ဉာဏ်ပညာတိုးတက်မြင့်မားရေး၊ အောင်မြင်မှုအထွတ်အထိပ်သို့ရောက်ရှိရေး၊ ဘေးဥပဒ်အန္တရာယ်ကင်းစင်ရေးအတွက် အဆင်ပြေစေကြမည် ဖြစ်ပါသည်။

ဤစာအုပ်နှင့် ထုတ်ဝေပြီးသော ပူးတွဲပါစာအုပ်များအား မိမိကိုယ်တိုင် လှူဒါန်းလိုပါက လိုအပ်သော စာအုပ်အရေအတွက်ကို မှာကြားနိုင်ပါကြောင်းနှင့် မှာကြားသည့်အရေအတွက်များကို ထုတ်ဝေပေးမည် ဖြစ်ပါသည်။ ဤဝန်ကြီးဌာနမှ တစ်ဆင့် လှူဒါန်းပေးစေလိုပါကလည်း သက်ဆိုင်ရာ လှူဒါန်းသင့်သည့်နေရာများသို့ ကူညီဖြန့်ဝေလှူဒါန်းပေးသွားမည် ဖြစ်ပါသည်။

ပါဝင်လှူဒါန်းလိုသူများရှိပါက -

သာသနာရေးနှင့်ယဉ်ကျေးမှုဝန်ကြီးဌာန

အမြဲတမ်းအတွင်းဝန်

ဖုန်း-၀၆၇ ၃၄၀၆၅၀၆

၀၆၇ ၃၄၀၈၄၄၁

၀၉ ၅၁၀၆၂၇၄

ဒုတိယအမြဲတမ်းအတွင်းဝန်

ဖုန်း-၀၆၇ ၃၄၀၆၀၀၈

၀၉ ၄၄၀၇၉၂၃၉၉

သို့ ဆက်သွယ်လှူဒါန်းနိုင်ပါသည်။

ဤစာအုပ်ကို အလွယ်တကူ ပြန်လည်ကူးယူနိုင်ရန်အတွက်-

[www.mahana.org.mm](http://www.mahana.org.mm),

[www.mora.gov.mm](http://www.mora.gov.mm),

[www.dra.gov.mm](http://www.dra.gov.mm),

[www.dpps.gov.mm](http://www.dpps.gov.mm),

[www.kbri.gov.mm](http://www.kbri.gov.mm),

[www.itbmu.org.mm](http://www.itbmu.org.mm),

သာသနာရေးဆိုင်ရာ ဝတ်ဆိုက်ခြောက်ခုတို့တွင်လည်း download ဖြင့် ကူးယူ၍ ပူဇော်ဖြန့်ဝေနိုင်ပါသည်။