



မိမိ ဂုဏ်ထူး

သတိပြုပါ



ဂုဏ်မာတုတုနိ ဘုဒ္ဓိလေ ယုဒုက္ခ
ဘိက္ခုဒ္ဓိတု ပုတိဓာယ
မာတုတုတု ॥

အိပ်ရာထရင် မျက်နှာသစ်ပြီး သွားတိုက်ဖို့
မမေ့ပါနဲ့ သတိပြုပါ။



လလကုမံ ပုဏ္ဏလေ ထေဠာတိ ဘုဒ္ဓံ ပုဏ္ဏိ
ဓမ္မံ ဖဓမ္မဂုဏိယံ။

ကစားပြီးခါ ခြေလက်ဆေးဖို့ မမေ့နဲ့ သတိပြုပါ။



၈၁ လံာ်ဇာ နဂံၣ် ဂုလိာ်တိ ပုတိ နဒေဝ်
မာ်မဂုတိယံ ။

ရေချိုးတဲ့အခါ ဆပ်ပြာတိုက်ဖို့ မမေ့နဲ့ သတိပြုပါ။



ဂဘိ ပုဏ္ဏေ ဘလုဝံ ဂုဏ်ဂုဏ် ပုဏ်ဇ ဇယ
ယဇဂုဏ်ယံ ။

ရေချိုးပြီးရင် အင်္ကျီဝတ်ဖို့ မမေ့နဲ့ သတိပြုပါ။



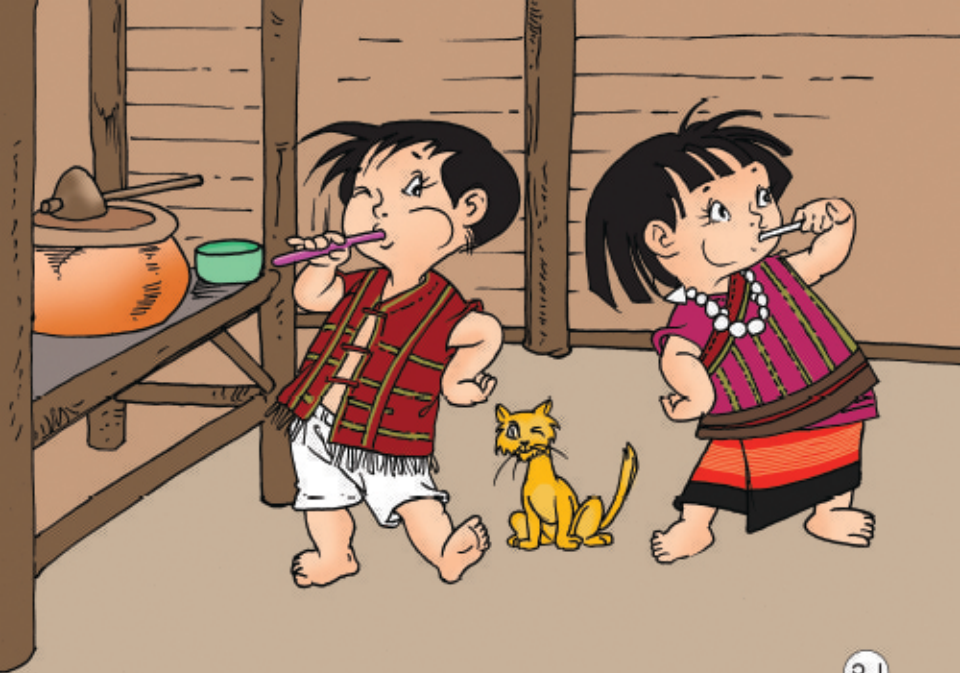
အတိ အာရုံ၊ အာရုံတင် ခုနစ် ပုဒ်
ဂုဏ်ထံ ဖာရုံဂုဏ်ထံ ။

ထမင်းမစားခင် လက်ဆေးဖို့ မမေ့နဲ့ သတိပြုပါ။



အတိတ် ပုဂ္ဂလေ ဘဝ ဂုဏ်အာဇာနည် ပုဂ္ဂိုလ် အသေ
မရောက်အံ့ ။

ထမင်းစားပြီးရင် သွားတိုက်ဖို့ မမေ့နဲ့ သတိပြုပါ။



ဣာ ကုလေ လုဏ်ဏိ ဂုဏ်ခဏ္ဍ ကုဏ္ဍိ ပုဏ္ဍိ
ဒဿ ဖဿဂုဏ်ဏိ။

စကားပြောရင် ယဉ်ကျေးစွာပြောဖို့
မမေ့နဲ့ သတိပြုပါ။



၁၉၀ ဝေဇ္ဇာ ဂုဏေ ဘိလေ ဘဝံ ဘိယဇ္ဇ
ဇာတိ ဘိယဇ္ဇ ပုဏိ ဇာတိ
မာဇ္ဇဂုဏိယံ ။

လူကြီးသူမ ပေးတဲ့အခါ
လက်နှစ်ဖက်နဲ့ ယူဖို့ မမေ့နဲ့ သတိပြုပါ။



၁၉၁၈ ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လ ၁ ရက်နေ့
မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ ပုသိမ်မြို့၊
မန္တလေးတိုင်းရင်း
မန္တလေးတိုင်းရင်း

လူကြီးရွေးက ဖြတ်သွားတဲ့အခါ ခေါင်းငုံ့၊ ခါးကိုင်းသွားဖို့
မမေ့နဲ့ သတိပြုပါ။



ဆဒ္ဒဏေ၊ ပုဂ္ဂိုလ်တေ ဒုဘိက္ခဝိ ပုဂ္ဂိုလ် ဒေသ
ဝိသုဒ္ဓိတိယံ ။

အိပ်ရာမဝင်ခင် ဘုရားရှိခိုးဖို့ မမေ့နဲ့ သတိပြုပါ။



သက္ကမာ စာပေနှင့်ယဉ်ကျေးမှုအသင်းမှ ရေးသားပြုစုသည်။



#M FOUNDATION

