JANUARY 2025

ပြာသို – တပို့တွဲ ၁၃၈၆

သာသနာတော်နှစ် - ၂၅၆၈

Designed by U Pyinnya thiha

အမေရိကန်–မြန်မာ ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်း

619 Bergen Street
Brooklyn, NY 11238
Tel: (718) 622 8019

63 Gordons Corner Road
Manalapan, NJ 07726
Tel: (732) 446 1552

www.mahasiusa.org

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
ပြာသိုလမှာ ရက်ရာဇာ – ကြာသပတေး၊ စနေ ပြဿဒါး – ဗုဒ္ဓဟူး၊ သောကြာ		တပို့တွဲလမှာ ရက်ရာဇာ – အင်္ဂါ၊ ကြာသပတေး ပြဿဒါး – တနင်္ဂနွေ၊ တနင်္လာ	**1** New Year's day	**2** ပြာသိုလဆန်း – ၄	**3** ၅	**4** ၆
5 ABBA နှစ်သစ်ဆုတောင်းပွဲNJ ၇	**6** ၈	**7** ၉	**8** ၁၀	**9** ၁၁	**10** ၁၂	**11** ၁၃
12 ၁၄	**13** ○ ပြာသိုလပြည့်	**14** ပြာသိုလဆုတ် – ၁	**15** ၂	**16** ၃	**17** ၄	**18** ၅
19 ၆	**20** Martin L King's birthday ၇	**21** ၈	**22** ၉	**23** ၁၀	**24** ၁၁	**25** ၁၂
26 ၁၃	**27** ၁၄	**28** ● ပြာသိုလ်လကွယ်	**29** တပို့တွဲလဆန်း – ၁	**30** ၂	**31** ၃	

အကောင်းချည်း ဖြစ်လိုလျှင်

မိမိ , သူတစ်ပါး၊ နှစ်ပါးစုံပင်၊
ခုကောင်း , နောင်ကောင်း၊ အကောင်းဖြစ်ချင်၊
ကိုယ်ကောင်း , နှုတ်ကောင်း၊ စိတ်ကောင်းကြလျှင်၊
ဖြစ်သမျှ၊ ကောင်းရမှာချည်းပင်။

FEBRUARY 2025

တပို့တွဲ – တပေါင်း ၁၃၈၆

သာသနာတော်နှစ် - ၂၅၆၈

Designed by U Pyinnya thiha

အမေရိကန်–မြန်မာ ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်း

619 Bergen Street
Brooklyn, NY 11238
Tel: (718) 622 8019

63 Gordons Corner Road
Manalapan, NJ 07726
Tel: (732) 446 1552

www.mahasiusa.org

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
တပို့တွဲလမှာ ရက်ရာဇာ – အင်္ဂါ၊ ကြာသပတေး ပြဿဒါး – တနင်္ဂနွေ၊ တနင်္လာ		တပေါင်းလမှာ ရက်ရာဇာ – ဗုဒ္ဓဟူး။ စနေ ပြဿဒါး – အင်္ဂါ၊ ရာဟု၊	Rest & Rust Relaxing is resting. Laziness is rusting.			**1** တပို့တွဲလဆန်း – ၄
2 ၅	**3** ၆	**4** ၇	**5** ၈	**6** ၉	**7** ၁၀	**8** ၁၁
9 ၁၂	**10** ၁၃	**11** ၁၄	**12** ○ တပို့တွဲလပြည့်	**13** တပို့တွဲလဆုတ် – ၁	**14** ၂	**15** ၃
16 ၄	**17** President's day ၅	**18** ၆	**19** ၇	**20** ၈	**21** ၉	**22** ၁၀
23 ၁၁	**24** ၁၂	**25** ၁၃	**26** ● တပို့တွဲလကွယ်	**27** တပေါင်းလဆန်း–	**28** ၂	

လူချင်းမတူ ကံကြောင့်ဟူ

❖ သူများအသက်၊ သတ်သည့်တွက်၊ အသက်ကိုယ့်မှာတို။
မသတ်ရှောင်ရှား၊ ထိုသူများ၊ ရှည်လျားအသက်ကို။

❖ နှိပ်စက်ကလူ၊ ညှင်းဆဲသူ၊ ပြောထူရောဂါဆို။
သနားစိတ်သွင်း၊ မနှိမ်နင်း၊ ကင်းရှင်းရောဂါကို။

❖ ထန်ပြင်းဒေါသ၊ ကြီးတတ်က၊ အလှပျက်မည်ဆို။
ဒေါသကင်းစင်၊ မေတ္တာယှဉ်၊ ကြည်လင်လှသကို။

❖ မနာလိုပြန်၊ ဣဿာထန်၊ ခြံရံကင်းမည်ဆို။
ဣဿာမထား၊ ဝမ်းမြောက်ငြား၊ ပေါများခြွေရံကို။

❖ မလှူမဒါန်း၊ မပေးကမ်း၊ ခြောက်ခမ်းဥစ္စာဆို။
စွန့်ကြဲလေတုံ၊ ပြုပါကုန်၊ ကုံလုံကြွယ်ဝလို။

❖ မာန်မာနကြွယ်၊ ထိုသူဝယ်၊ မျိုးနွယ်ညံ့မည်ဆို။
ထိုက်သူရိုးကျိုး၊ မာန်နှိမ်ချိုး၊ အမျိုးမြတ်သကို။

❖ သိဖွယ်ဟူသမျှ မမေးက၊ ဖျင်းအ ပညာဆို။
ကြားမြင်များအောင်၊ မေးလေ့ဆောင်၊ ခုနှောင် တတ်သိလို။

ဆရာတော် အရှင်ဇနကာဘိဝံသ

MARCH 2025

တပေါင်း – တန်ခူး ၁၃၈၆

သာသနာတော်နှစ် - ၂၅၆၈

Designed by U Pyinnya thiha

အမေရိကန်–မြန်မာ ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်း

619 Bergen Street
Brooklyn, NY 11238
Tel: (718) 622 8019

63 Gordons Corner Road
Manalapan, NJ 07726
Tel: (732) 446 1552

www.mahasiusa.org

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
30 တန်ခူးလဆန်း – ၂	31 ၃	တပေါင်းလမှာ ရက်ရာဇာ – ဗုဒ္ဓဟူး၊ စနေ ပြဿဒါး – အင်္ဂါ၊ ရာဟု၊		တန်ခူးလမှာ ရက်ရာဇာ – ဗုဒ္ဓဟူး၊ သောကြာ ပြဿဒါး – ကြာသပတေး၊ စနေ		1 တပေါင်းလဆန်း– ၃
2 ABBA ထမနဲပွဲ NY ၄	3 ၅	4 ၆	5 ၇	6 ၈	7 ၉	8 ၁၀
9 Set clock ahead ၁၁	10 ၁၂	11 ၁၃	12 ၁၄	13 ○ တပေါင်းလပြည့်	14 တပေါင်းလဆုတ်– ၁	15 ၂
16 ၃	17 ၄	18 ၅	19 ၆	20 Spring begins ၇	21 ၈	22 ၉
23 ၁၀	24 ၁၁	25 ၁၂	26 ၁၃	27 ၁၄	● 28 တပေါင်းလကွယ်	29 တန်ခူးလဆန်း – ၁

လူဖြစ်ကျိုးနပ်ရန်

- ဥစ္စာခနေ၊ ပေါကြွယ်ဝလည်း၊ လောဘစုံမက်၊ မလှူရက်က၊
  တစ်သက်လျှာ၊ လူဖြစ်နာ၏။
- ဘုရားသာသနာ၊ ကြုံတွေ့ပါလည်း၊ ကောင်းစွာသီလ၊ မတည်ကြလျှင်၊
  ဘဝတွက်သာ၊ လူဖြစ်နာ၏။
- သူတော်တရား၊ နာရငြားလည်း၊ လေးစားကြိုးကုတ်၊ အားမထုတ်က၊
  ဆုတ်ယုတ်သင့်မှာ၊ လူဖြစ်နာ၏။
- သဒ္ဓါတရား၊ ရှိနေငြားလည်း၊ အမှားနှစ်ခြိုက်၊ လမ်းလွဲလိုက်က၊
  အမိုက်ထိပ်ဆုံး၊ လူဖြစ်ရှုံး၏။
- လက်ရှိဘဝ၊ မရှုံးရအောင်၊
  ဒါန သီလာ၊ ဘာဝနာကို၊
  မကွာနေ့ည၊ ကြိုးစားကြလော့။

APRIL 2025

တန်ခူး – ကဆုန် ၁၃၈၆/ ၈၇

သာသနာတော်နှစ် - ၂၅၆၈

Designed by U Pyinnya thiha

အမေရိကန်-မြန်မာ ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်း

AMERICA BURMA BUDDHIST ASSOCIATION – NEW YORK –

619 Bergen Street
Brooklyn, NY 11238
Tel: (718) 622 8019

63 Gordons Corner Road
Manalapan, NJ 07726
Tel: (732) 446 1552

www.mahasiusa.org

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
တန်ခူးလမှာ ရက်ရာဇာ – ဗုဒ္ဓဟူး၊ သောကြာ ပြဿဒါး – ကြာသပတေး၊ စနေ		**1** တန်ခူးလဆန်း– ၄	**2** ၅	**3** ၆	**4** ၇	**5** ၈
6 ၉	**7** ၁၀	**8** ၁၁	**9** ၁၂	**10** ၁၃	**11** ၁၄	**12** ○ တန်ခူးလပြည့်
13 ABBA သင်္ကြန်ပွဲ NY တန်ခူးလဆုတ် – ၁	**14** သင်္ကြန်အကျ ၂	**15** သင်္ကြန်အကြတ် ၃	**16** သင်္ကြန်အတက် ၄	**17** နှစ်ဆန်းတစ်ရက် ၅	**18** Good Friday ၆	**19** ၇
20 ၈	**21** ၉	**22** ၁၀	**23** ၁၁	**24** ၁၂	**25** ၁၃	**26** ● တန်ခူးလကွယ်
27 ကဆုန်လဆန်း – ၁	**28** ၂	**29** ၃	**30** ၄		ကဆုန်လမှာ ရက်ရာဇာ – ကြာသပတေး၊ စနေ ပြဿဒါး – ဗုဒ္ဓဟူး၊ သောကြာ	

ဘ၀ နာသူ

ဟို အဖိုးကြီး (ဟို အဖွားကြီး)၊
ပျက်တီး ပျက်ချော်၊
အသက်ကြီးမှ မြေးတွေနဲ့ပျော်၊
ပျော်ရင်း ပျော်ရင်း၊ သေမင်းကခေါ်၊
သူ့အတွက်၊ ဘ၀–နာသနော်
တရားအလုပ်၊ အားထုတ်နိုင်မှ တော်။

MAY 2025

ကဆုန် – နယုန် ၁၃၈၇

သာသနာတော်နှစ် - ၂၅၆၈/ ၆၉

Designed by U Pyinnya thiha

အမေရိကန်–မြန်မာ ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်း

619 Bergen Street
Brooklyn, NY 11238
Tel: (718) 622 8019

63 Gordons Corner Road
Manalapan, NJ 07726
Tel: (732) 446 1552

www.mahasiusa.org

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
ကဆုန်လမှာ ရက်ရာဇာ – ကြာသပတေး၊ စနေ ပြဿဒါး – ဗုဒ္ဓဟူး၊ သောကြာ		နယုန်လမှာ ရက်ရာဇာ – အင်္ဂါ၊ ကြာသပတေး ပြဿဒါး – တနင်္လာ၊ တနင်္ဂနွေ		**1** ကဆုန်လဆန်း–၅	**2** ၆	**3** ၇
4 ၈	**5** ၉	**6** ၁၀	**7** ၁၁	**8** ၁၂	**9** ၁၃	**10** ၁၄
11 ကဆုန်လပြည့် Mother's day ○	**12** ကဆုန်လဆုတ် – ၁	**13** ၂	**14** ၃	**15** ၄	**16** ၅	**17** ၆
18 ABBA ဗုဒ္ဓနေ့ NY ၇	**19** ၈	**20** ၉	**21** ၁၀	**22** ၁၁	**23** ၁၂	**24** ၁၃
25 NJ-စေတီပူဇော်ပွဲ ၁၄	**26** Memorial day ● ကဆုန်လကွယ်	**27** နယုန်လဆန်း – ၁	**28** ၂	**29** ၃	**30** ၄	**31** ၅

ကုသိုလ်ပြုစို့ဝမ်းသာဖို့

- ကုသိုလ်အမြဲပြုသူဟာ၊ ခု–နောင်ဘဝ ထိုထိုမှာ။
  ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ရွှင်ရွှင်ပျ၊ အမြဲချမ်းသာရ။

- အကုသိုလ်သာပြုသူဟာ၊ ခု–နောင်ဘဝ ထိုထိုမှာ။
  ဝမ်းနည်းပြီးကာ မရွှင်ပျ၊ အမြဲဆင်းရဲရ။

- ချမ်းသာသုခ ရချင်ရင်၊ ကုသိုလ်ပြုကြ နေ့စဉ်ပင်။
  ခု–နောင်အစဉ် ဝမ်းသာဖို့၊ ကုသိုလ်အမြဲ ပြုကြစို့။

JUNE 2025

နယုန် – ဝါဆို ၁၃၈၇

သာသနာတော်နှစ် - ၂၅၆၉

Designed by U Pyinnya thiha

အမေရိကန်–မြန်မာ ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်း

619 Bergen Street
Brooklyn, NY 11238
Tel: (718) 622 8019

63 Gordons Corner Road
Manalapan, NJ 07726
Tel: (732) 446 1552

www.mahasiusa.org

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
1 နယုန်လဆန်း – ၆	2 ၇	3 ၈	4 ၉	5 ၁၀	6 ၁၁	7 ၁၂
8 ၁၃	9 ၁၄	10 ○ နယုန်လပြည့်	11 နယုန်လဆုတ် – ၁	12 ၂	13 ၃	14 ၄
15 Father’s day ၅	16 ၆	17 ၇	18 ၈	19 ၉	20 Summer begins ၁၀	21 ၁၁
22 ၁၂	23 ၁၃	24 ● နယုန်လကွယ်	25 ဝါဆိုလဆန်း– ၁	26 ၂	27 ၃	28 ၄
29 ၅	30 ၆					

နယုန်လမှာ

ရက်ရာဇာ – အင်္ဂါ၊ ကြာသပတေး

ပြဿဒါး – တနင်္ဂနွေ၊ တနင်္လာ

ဝါဆိုလမှာ

ရက်ရာဇာ – တနင်္ဂနွေ၊ ဗုဒ္ဓဟူး

ပြဿဒါး – အင်္ဂါ၊ ရာဟု

Science & religion

Science without religion is lame.
Religion without science is blind.

ကုသိုလ်ကောင်းမှု နေ့စဉ်ပြု

❖ ဝိသမလောဘ၊ ပြွမ်းပြွမ်းထ၍၊
အန္တကြောကြမ်း၊ လူသော့သွမ်းတို့။
ညှိုးနွမ်းဒုက္ခ၊ ရောက်နေကြ၏။

❖ ဓမ္မကိန်းပျော်၊ လူသူတော်ကား၊
စိတ်သော်ရှင်မွေ့၊ ကိုယ်ချမ်းမြေ့၏။

JULY 2025

ဝါဆို – ဝါခေါင် ၁၃၈၇

သာသနာတော်နှစ် - ၂၅၆၉

Designed by U Pyinnya thiha

အမေရိကန်–မြန်မာ ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်း

619 Bergen Street
Brooklyn, NY 11238
Tel: (718) 622 8019

63 Gordons Corner Road
Manalapan, NJ 07726
Tel: (732) 446 1552

www.mahasiusa.org

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
ဝါဆိုလမှာ ရက်ရာဇာ – တနင်္ဂနွေ၊ ဗုဒ္ဓဟူး ပြဿဒါး – အင်္ဂါ၊ ရာဟု		1 ဝါဆိုလဆန်း– ၇	2 ၈	3 ၉	4 Independence day ၁၀	5 ၁၁
6 ABBA ဝါဆိုပွဲ NY ၁၂	7 ၁၃	8 ၁၄	9 ○ ဝါဆိုလပြည့်	10 ဝါဆိုလဆုတ်– ၁	11 ၂	12 ၃
13 ၄	14 ၅	15 ၆	16 ၇	17 ၈	18 ၉	19 ၁၀
20 ABBA ဝါဆိုပွဲ NJ ၁၁	21 ၁၂	22 ၁၃	23 ၁၄	24 ● ဝါဆိုလကွယ်	25 ဝါခေါင်လဆန်း – ၁	26 ၂
27 ၃	28 ၄	29 ၅	30 ၆	31 ၇	ဝါခေါင်လမှာ ရက်ရာဇာ – ဗုဒ္ဓဟူး၊ သောကြာ ပြဿဒါး – ကြာသပတေး၊ စနေ	

သာသနာနဲ့တွေ့ရကျိုးနပ်အောင်

ဘုရားသာသနာတော်တွင်းမှာ လူဖြစ်ရပါလျက်
ဝိပဿနာကုသိုလ်ကိုမှ ရမသွားဘူးဆိုရင်
သာသနာတော်နဲ့တွေ့ရကျိုးမနပ်ဘူး။
ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့
ဒါန သီလ သမထ–ကုသိုလ်ဆိုတာတွေက
သာသနာပ(အခြားဘာသာတွေ)မှာလည်း ရှိတယ်။
ဝိပဿနာကတော့ သာသနာပမှာ မရှိဘူး။

မဟာစည်ဆရာတော်

AUGUST 2025

ဝါခေါင် – တော်သလင်း ၁၃၈၇

သာသနာတော်နှစ် - ၂၅၆၉

Designed by U Pyinnya thiha

အမေရိကန်–မြန်မာ ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်း

619 Bergen Street
Brooklyn, NY 11238
Tel: (718) 622 8019

63 Gordons Corner Road
Manalapan, NJ 07726
Tel: (732) 446 1552

www.mahasiusa.org

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
31 တော်–လဆန်း ၉	ဝါခေါင်လမှာ ရက်ရာဇာ – ဗုဒ္ဓဟူး၊ သောကြာ ပြဿဒါး – ကြာသပတေး၊ စနေ		တော်သလင်းလမှာ ရက်ရာဇာ– ကြာသပတေး၊ စနေ ပြဿဒါး – ဗုဒ္ဓဟူး၊ သောကြာ		1 ဝါခေါင်လဆန်း–၈	2 ၉
3 မဟာစည်ဆရာတော်၏ဂုဏ်ရည်စူးပူဇော်ပွဲနှင့် ရဟန်းခံပွဲ **NY**	4 ၁၁	5 ၁၂	6 ၁၃	7 ၁၄	8 ဝါခေါင်လပြည့်	9 ဝါခေါင်လဆုတ်–၁
10 ၂	11 ၃	12 ၄	13 ၅	14 ၆	15 ၇	16 ၈
17 ၉	18 ၁၀	19 ၁၁	20 ၁၂	21 ၁၃	22 ဝါခေါင်လကွယ်	23 တော်သလင်းလဆန်း
24 ၂	25 ၃	26 ၄	27 ၅	28 ၆	29 ၇	30 ၈

ဘယ်မှာ အနှစ်ရှိသနည်း

❖ ဥဒည်စွန်းက၊ ထွန်းလင်းထိန်ဝါ၊ သူရိယာသည်၊
ဆည်းဆာညဥ့်ဆီ၊ မရောက်မီသာ၊
ရောင်ခြည်ဝင်းလက်၊ တန်ခိုးထွက်၏။

❖ ပန်းအပွင့်သည်၊ မပွင့်ဝတ်လွှာ၊ မကွာဝတ်မှုံ၊
မသုန်ဝတ်ဆံ၊ မြဖူးတံမှ၊ ရောင်လျှံလန်းလန်း၊
ယနံ့ဖျန်းလည်း၊ မနွမ်းမီသာ၊ တင့်တယ်ပါ၏။

❖ ရသာခြောက်ဖြာ၊ စားသောက်စရာ၊ ဟူသည်မှာလည်း၊
လျှာအလယ်တွင်၊ ခိုးနားစဉ်သာ၊ ကောင်းမွန်ပါ၍၊
လျှာမှရွေ့ဆင်း၊ လည်ချောင်းတွင်းသို့၊
ချဉ်းနင်းဝင်ရောက်၊ ရသာပျောက်၏။

❖ ရယ်လားမောလား၊ တဟားဟားနှင့်ပျော်ပါးရွှင်ပျ၊
သောမနလည်း၊ သောကဝေဒနာ၊ မရောက်လာမီ၊
စိတ်မှာခိုခ၊ တစ်ခဏတည်း။

❖ သူသူငါငါ၊ သတ္တဝါလည်း၊ မရဏာထံမှောက်၊
မဆိုက်ရောက်မီ၊ မောက်မောက်မာမာ၊ ဝါဝါကြွားကြွား
လာသွား ပျော်ရ၊ တစ်ခဏတည့်။

❖ ဩဘ် – မြင်မြင်သမျှ၊ သင်္ခါရကား၊
ဘာမျှမရှည်၊ မြဲမတည်ဘူး။
စွဲမှီစရာ၊ မခိုင်မာသည်၊ ဘယ်မှာ အနှစ်ရှိသနည်း။

SEPTEMBER 2025

တော်သလင်း–သီတင်းကျွတ် ၁၃၈၇

သာသနာတော်နှစ် - ၂၅၆၉

Designed by U Pyinnya thiha

အမေရိကန်–မြန်မာ ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်း

619 Bergen Street
Brooklyn, NY 11238
Tel: (718) 622 8019

63 Gordons Corner Road
Manalapan, NJ 07726
Tel: (732) 446 1552

www.mahasiusa.org

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
	1 Labor day ၁၀ တော်သလင်းလဆန်း	**2** ၁၁	**3** ၁၂	**4** ၁၃	**5** ၁၄	**6** ○ တော်သလင်းလပြည့်
7 တော်သလင်းလဆုတ်	**8** ၂	**9** ၃	**10** ၄	**11** ၅	**12** ၆	**13** ၇
14 ၈	**15** ၉	**16** ၁၀	**17** ၁၁	**18** ၁၂	**19** ၁၃	**20** ၁၄
21 ● တော်သလင်းလကွယ်	**22** Autumn begins သီတင်းကျွတ်လဆန်း	**23** ၂	**24** ၃	**25** ၄	**26** ၅	**27** ၆
28 ၇	**29** ၈	**30** ၉				

တော်သလင်းလမှာ

ရက်ရာဇာ – ကြာသပတေး၊ စနေ
ပြဿဒါး – ဗုဒ္ဓဟူး၊ သောကြာ

သီတင်းကျွတ်လမှာ

ရက်ရာဇာ – အင်္ဂါ၊ ကြာသပတေး
ပြဿဒါး – တနင်္ဂနွေ၊ တနင်္လာ

ပရဟိတ

အများအကျိုး၊ ရွက်သည်ပိုးက၊
ခနိုးခနဲ့ ဆိုကဲ့ရဲ့လည်း၊
မရွဲ့မစောင်း၊ ကိုယ့်လမ်းကြောင်းကို၊
စိတ်ကောင်းနှင့်ယှဉ်၊ ရှေးရှုနှင်လော့။

စစ်ကိုင်း၊ ရွှေဟင်္သာဆရာတော်၊

အသင်းအဖွဲ့ပျက်စီးကြောင်း

ဖိတ်လျှင် မလာ၊ ဘေးမှာ ပြစ်ပြော၊
ငွေသဘော၌၊ ချောမော မပြေ၊
ဤ သုံးထွေ၊ မှတ်လေ သင်းပျက်ကြောင်း။

OCTOBER 2025

သီတင်းကျွတ်–တန်ဆောင်မုန်း ၁၃၈၇

သာသနာတော်နှစ် - ၂၅၆၉

Designed by U Pyinnya thiha

AMERICA BURMA BUDDHIST ASSOCIATION — NEW YORK —

အမေရိကန်–မြန်မာ ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်း

619 Bergen Street
Brooklyn, NY 11238
Tel: (718) 622 8019

63 Gordons Corner Road
Manalapan, NJ 07726
Tel: (732) 446 1552

www.mahasiusa.org

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
သီတင်းကျွတ်လမှာ ရက်ရာဇာ – အင်္ဂါ၊ ကြာသပတေး ပြဿဒါး – တနင်္ဂနွေ၊ တနင်္လာ	တန်ဆောင်မုန်းလမှာ ရက်ရာဇာ– ဗုဒ္ဓဟူး၊ သောကြာ၊ ပြဿဒါး – အင်္ဂါ၊ ရာဟု		1 ၁၀ သီတင်းကျွတ်လဆန်း	2 ၁၁	3 ၁၂	4 ၁၃
5 ၁၄	6 ○ သီတင်းကျွတ်လပြည့်	7 သီတင်းကျွတ်လဆုတ်	8 ၂	9 ၃	10 ၄	11 ၅
12 ကထိန်ပွဲ NJ ၆	13 Columbus day ၇	14 ၈	15 ၉	16 ၁၀	17 ၁၁	18 ၁၂
19 ၁၃	20 ● သီတင်းကျွတ်လကွယ်	21 တန်ဆောင်မုန်းလဆန်း	22 ၂	23 ၃	24 ၄	25 ၅
26 ABBA ကထိန်ပွဲ NY ၆	27 ၇	28 ၈	29 ၉	30 ၁၀	31 ၁၁	

အသေလှချင်သလား

သေခါနီးလေး၊ ကြိုတင်တွေးကြည့်။
စိတ်အေးချမ်းသာ၊ သေနိုင်မှာလား။
စွဲလမ်း၍သာ၊ သင်သေမှာလား။
ယောင်ယမ်းလူးလွန့်၊ သက်စွန့်မှာလား။
ဟစ်အော်ညည်းကာ၊ သေသွားမှာလား။
သက်ရှင်နေစဉ်၊ ကုသိုလ်ခင်မှ၊
သေစဉ်လှလှ၊ သင်–သေရလိမ့်။

NOVEMBER 2025

တန်ဆောင်မုန်း – နတ်တော် ၁၃၈၇

သာသနာတော်နှစ် - ၂၅၆၉

Designed by U Pyinnya thiha

အမေရိကန်–မြန်မာ ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်း

619 Bergen Street
Brooklyn, NY 11238
Tel: (718) 622 8019

63 Gordons Corner Road
Manalapan, NJ 07726
Tel: (732) 446 1552

www.mahasiusa.org

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
30 နတ်တော် လဆန်း– ၁၁	တန်ဆောင်မုန်းလမှာ ရက်ရာဇာ – ကြာသပတေး၊ စနေ ပြဿဒါး – ဗုဒ္ဓဟူး၊ သောကြာ		နတ်တော်လမှာ ရက်ရာဇာ – ဗုဒ္ဓဟူး၊ သောကြာ ပြဿဒါး – ကြာသပတေး၊ စနေ			**1** တန်ဆောင်မုန်း လဆန်း– ၁၂
2 Set clock back ၁၃	**3** ၁၄	**4** Election Day ○ တန်ဆောင်မုန်း လပြည့်	**5** တန်ဆောင်မုန်း လဆုတ်– ၁	**6** ၂	**7** ၃	**8** ၄
9 ၅	**10** ၆	**11** ၇	**12** ၈	**13** ၉	**14** ၁၀	**15** ၁၁
16 ၁၂	**17** ၁၃	**18** ၁၄	**19** ● တန်ဆောင်မုန်း လကွယ်	**20** နတ်တော် လဆန်း– ၁	**21** ၂	**22** ၃
23 ၄	**24** ၅	**25** ၆	**26** ၇	**27** Thanksgiving ၈	**28** ၉	**29** ၁၀

မွေးနေ့ဆိုတာ အိုပွဲပါ

တစ်နှစ်တစ်ခါ၊ မွေးနေ့ပါ၊ လူမှာ ခေါ်ရိုးရှိ။
တကယ်ပြောင်းတာ၊ ရုပ်နာမ်ပါ၊ ခန္ဓာမမြဲသိ။

ရုပ်နာမ်ဓမ္မ၊ မမြဲကြ၊ ခဏခဏပြောင်းနေ၏။
သေမင်းမှတ်တိုင်၊ နောက်တစ်တိုင်၊ ရင်ဆိုင်ရောက်လာ၏။

မွေးနေ့ဆိုတာ၊ အိုပွဲပါ၊ သေချာဉာဏ်ဖြင့်ကြည့်။
အသက်သိက္ခာ၊ ကြီးစရာ၊ လူမှာ နှစ်မျိုးရှိ။

အသက်ကြီးရုံ၊ အားမစုံ၊ အကုန်ကြောက်ရ၏။
အသိမကြွယ်၊ အကျင့်ကွယ်၊ အိုပယ်ဖြစ်သွား၏။

အကျင့်သိက္ခာ၊ ကျင့်မှသာ၊ မှန်စွာစိတ်အေး၏။
ကြီးလေ လှလေ၊ အေးမြပေ၊ လူတွေချစ်ကြ၏။
အသိမှန်ကန်၊ ကိုယ့်ဖို့ကျန်၊ ကေန်စိတ်အေး၏။

တိပိဋကဓရ ယောဆရာတော်

DECEMBER 2025

နတ်တော် – ပြာသို ၁၃၈၇

သာသနာတော်နှစ် - ၂၅၆၉

Designed by U Pyinnya thiha

AMERICA BURMA BUDDHIST ASSOCIATION – NEW YORK –

အမေရိကန်–မြန်မာ ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်း

619 Bergen Street
Brooklyn, NY 11238
Tel: (718) 622 8019

63 Gordons Corner Road
Manalapan, NJ 07726
Tel: (732) 446 1552

www.mahasiusa.org

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
	1 နတ်တော် လဆန်း– ၁၂	2 ၁၃	3 ၁၄	4 ○ နတ်တော်လပြည့်	5 နတ်တော်လဆုတ်–၁	6 ၂
7 ၃	8 ၄	9 ၅	10 ၆	11 ၇	12 ၈	13 ၉
14 ၁၀	15 ၁၁	16 ၁၂	17 ၁၃	18 ● နတ်တော်လကွယ်	19 ပြာသိုလဆန်း – ၁	20 ၂
21 Winter begins ၃	22 ၄	23 ၅	24 ၆	25 CHRISTMAS ၇	26 ၈	27 ၉
28 ၁၀	29 ၁၁	30 ၁၂	31 ၁၃	နတ်တော်လမှာ ရက်ရာဇာ – ဗုဒ္ဓဟူး၊ သောကြာ ပြဿဒါး – ကြာသပတေး၊ စနေ	ပြာသိုလမှာ ရက်ရာဇာ– ကြာသပတေး၊ စနေ ပြဿဒါး – ဗုဒ္ဓဟူး၊ သောကြာ	

Meditation Retreats

- Martin L King's Birthday Long Weekend (Fri,Sat,Sun) in January
- President's Day Long Weekend (Fri, Sat, Sun) in February
- Burmese New Year Weekend (Fri, Sat, Sun) in April
- Seven Days Retreat (Prior to Memoral Day) in May
- Ten Days Retreat (Prior to Independence Day) in June/ July
- Temporary Ordination Event (Second Week) in August
- Labor Day Long Weekend (Fri, Sat, Sun) in September
- Columbus Day Long Weekend (Fri, Sat, Sun) in October
- Thanksgiving Day Long Weekend (Fri, Sat, Sun) in November
- Christmas Day Long Weekend (Fri, Sat, Sun) in December

မှတ်ချက်။ ။ ရက်ရှည်အလုပ်ပိတ်ရက် တရားစခန်းများတွင် တရားအားထုတ်လိုပါက
ဒေါက်တာ အောင်ဇေယျ (917) 442 6994 နှင့်
ဦးခင်မောင်ဝင်း (347) 813 4183 တို့ကို ဆက်သွယ်ပါ။

Please contact Dr. AungZeYa (917 442 6994) for long weekend retreats.

Religious Events

- International New Years in January
- Sticky Rice Cooking Event in March
- Burmese New Years in Aprial
- Buddha Day in May
- Robe Offering (Waso) in July
- Temporary Ordination in August
- NibbanZay in September
- Robe Offering (Kathina) in October or November

Online Donations

You can send donations to the E-mail address: **info@mahasiusa.org**
or ABBA: **929 687 8711** by **ZELLE**