ဝင်းချစ်ကွန်း (ထံဖြူဇရပ်)

(ပခုက္ကူဦးအုန်းဖေ ကဗျာစာပေဆုရ)

သတ္တိသွေးနှင့် ဓမ္မအလှ မြန်မာ့အလှ

ဆရာ့ဘဝ ကဗျာများ

စာပေဝဏ္ဏ ၊ ရတုကဗျာ
လက်ာပန်းမိုး ၊ ရွှာသွန်းဖြိုးလျက်
အမျိုး၏ဂုဏ် ၊ ဇာတိဂုဏ်
စာပေဂုဏ်ကို မြှင့်တင်မည်။
နိုင်ငံ့ဂုဏ်ရည် စွမ်းဆောင်တည်။

(နိုင်ငံ့ဂုဏ်ရည် စာပေတိုက်)

သတ္တိခေသွး

နှင့်

ဓမ္မအလှ၊မြန်မာ့အလှ

ဆရာ့ဘဝ

မင်းချစ်ကွန်း (သံဖြူဇရပ်)

နိုင်ငံ့ဂုဏ်ရည်စာစဉ် (၂၂၃)

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း
ထုတ်ဝေသည့်ကာလ
၂၀၁၉ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ
အုပ်ရေ- ၅၀၀
တန်ဖိုး- ၂၀၀၀ိ/-
ထုတ်ဝေသူ
ဦးအုန်းမောင်(မြ-၀၁၂၇၇)
ပုံနှိပ်သူ
ဦးအုန်းမောင် (မြ-၀၁၀၈၂)
နိုင်ငံ့ဂုဏ်ရည်ပုံနှိပ်တိုက် ၊ အမှတ် ၂၁၁၊ ၃၉-လမ်း
ကျောက်တံတားမြို့နယ် ၊ ရန်ကုန်။
မျက်နှာဖုံးဒီဇိုင်း
မင်းချစ်ကွန်း (သံဖြူဇရပ်)

ဖြန့်ချိရေး
နိုင်ငံ့ဂုဏ်ရည်စာပေတိုက်
ရန်ကုန်ဘူတာကြီး၊ အမှတ် (၁) စကြံန်၊
(ပန်းဆိုးတန်းခုံးကျော်တံတားအောက်) ၊ မင်္ဂလာတောင်ညွန့်မြို့နယ်၊
ကန်တော်ကလေးစာတိုက်၊ ရန်ကုန်မြို့။ ဖုန်း-၀၉၉၇၃၆၅၃၆၂၅

၈၁၉

မင်းချစ်ကွန်း (သံဖြူဇရပ်)
သတ္တိသွေးနှင့် ဓမ္မအလှ၊မြန်မာ့အလှ ဆရာဘဝကဗျာများ
နိုင်ငံ့ဂုဏ်ရည်၊ ရန်ကုန်။
စာမျက်နှာ - ၁၅၆ ၊ ၁၂. ၅ စင်တီ × ၁၈. ၅ စင်တီ

မာတိကာ

၁။	သတ္တဝါခဲ	၉
၂။	သတ္တဝါသွေး	၁၀
၃။	အောင်ဆန်းဇာနည်	၁၂
၄။	ချစ်ကြည်စည်းလုံး စံပယ်ကုံးပုံဆောင် တို့ပြည်ထောင်	၁၄
၅။	တို့လူသားနှင့် တို့စွမ်းအား	၁၅
၆။	တစ်နားဖောက် တစ်ကြိုးသီ တို့မြန်ပြည်	၁၈
၇။	အနှစ်	၂၀
၈။	ပြည်ချစ်မျိုးချစ် သွေးချစ်စိတ်	၂၁
၉။	စွမ်းနိုင်သူ	၂၃
၁၀။	စိတ် အတ္တုပ္ပတ်(ဒွိန္နံ စိတ္တာနံ ဧကက္ခဏေ ပဝတ္တိနာမ နတ္ထိ)	၂၅
၁၁။	ဘဝအကူး ရိက္ခာ	၂၆
၁၂။	ပဋ္ဌာ နန္တရိယကာ	၂၈
၁၃။	အမိုက်မှ အမိုက်သို့	၂၉
၁၄။	ပရဟိတ ကုသိုလ်ရှင်	၃၁
၁၅။	သုံးလွန်းတင် ထောင်ပိုက်	၃၃
၁၆။	မှတစ်ပါး အခြားမရှိ	၃၄
၁၇။	ကိလေသာ ရေစိုရေ	၃၆
၁၈။	နှိုင်းညို တက်ပါမှ	၃၇

၁၉။ ဖယ်ရှားမရတဲ့ အတွယ်အတာကြီးများ ၃၈

၂၀။ ပွားသင့်သံဝေ တပေါင်းနေ့ ၃၉

၂၁။ လွတ်မြောက်ရာလမ်း ၄၀

၂၂။ လူကို ဖျက်ဆီး ဆယ့်တစ်မီး ၄၂

၂၃။ မွန်တို့ဒေသ စခဲ့သာသနာ ၄၄

၂၄။ ဘဝဟူရာ ၄၆

၂၅။ အနန္တစေတနာရှင်များသို့ ၄၇

၂၆။ သစ္စာထား ကြိုးစားလေသောခါ ၅၀

၂၇။ ထားသင့်သည့် စိတ် ၅၂

၂၈။ လူ့အဖွဲ့တွ စိတ်သန္တာန် ၅၄

၂၉။ ငြိမ်းအေးရာအမှန် ၅၅

၃၀။ အနှိုင်းမဲ့ ဆရာရှင် ၅၇

၃၁။ ဗုဒ္ဓတရားသည်သာ ၅၉

၃၂။ ဗုဒ္ဓတရားသည်သာ ၆၀

၃၃။ တရားအစစ်ကို ရှာဖွေခြင်း ၆၂

၃၄။ အမတခရီး ၆၃

၃၅။ သောကငြိမ်းရာ ၆၄

၃၆။ နိဗ္ဗာန်ရော် မျှော်တိုင်းဝေး ၆၆

၃၇။ ညွှန်ကောင်း ၆၇

၃၈။ မာနရှင်၏နိဂုံး ၆၉

၃၉။ ပန်းနှင့်သီလ ၇၀

၄၀။ လူ့ဘဝတွာ ၇၃

၄၁။	အတက်နှင့် အဆင်း	၇၄
၄၂။	သံဝေဂ	၇၅
၄၃။	ပြေးမလွတ်သော	၇၆
၄၄။	ကျွတ်တမ်း မဝင်သမျှ	၇၈
၄၅။	အကွေ့	၇၉
၄၆။	ကိလေသာ ထောင်ပိုက်	၈၀
၄၇။	သူတော်စင်မျိုး သေရိုးမရှိ	၈၁
၄၈။	ဗုဒ္ဓ၏ ဧကန်ဒဿနအမြင်	၈၃
၄၉။	မျိုးစေ့	၈၅
၅၀။	ကိုတံငါ	၈၆
၅၁။	ကဗျာ အင်္ဂါ ရတနာ	၈၈
၅၂။	မြစ်ချောင်းတို့ရဲ့ အလင်္ကာ	၈၉
၅၃။	ညွန်းဖွဲ့မကုန် မြို့မုဒုံ	၉၁
၅၄။	ပျံကျဈေးသူ သံသရာ	၉၄
၅၅။	ဤနေရာ	၉၈
၅၆။	လာချင်ပါလှ	၉၉
၅၇။	တော်သလင်းလ မြန်မာ့အလှမြင်ကွင်း	၁၀၁
၅၈။	ချစ်စရာ အညာတော	၁၀၄
၅၉။	သီတင်းကျွတ်အလှ	၁၀၇
၆၀။	လာချင်ပါလှ အမေ့ရွှာ	၁၁၀
၆၁။	လယ်သမား ဘဝ	၁၁၃
၆၂။	ဘယ်စာ၊ ဘယ်ပန်းချီ ရေးမဒီ	၁၁၄
၆၃။	ဝမ်းစာရေးပေမို့	၁၁၆

၆၄။ မိုးဦးအလှ မြန်မာ့ပန်းချီကား ၁၁၈
၆၅။ ရောကမ်းက တံငါသည်မအလွမ်း ၁၂၁
၆၆။ စက်စဲကမ်းသာယာ ၁၂၄
၆၇။ လာချင်ပါလှ ၁၂၅
၆၈။ ရွာညီပွဲပွင့်ချိန် နှင်းကြွေချိန် ၁၂၆
၆၉။ အလင်္ကာဆန်တဲ့ မြို့မြင်းခြံ ၁၂၈
၇၀။ တောင်နိုးဝေဝေ ကလောမြေ ၁၃၀
၇၁။ စောနေဒ်မန်းတို့ဘဝ အလင်္ကာ ၁၃၂
၇၂။ တော်သလင်းအလှ ၁၃၄
၇၃။ ပန်းခင်းလမ်းကို ဖန်တီးသူ ၁၃၆
၇၄။ ပန်းတို့သခင် ၁၃၈
၇၅။ မြတ်ဆရာဟူသည် ၁၃၉
၇၆။ လက်ဦးဆရာ ၁၄၁
၇၇။ အလွမ်းနှောင်တ ၁၄၂
၇၈။ ပြည်သူ့ဆရာ ၁၄၄
၇၉။ ရွှေကျောင်းထက်က ခေါင်းလောင်းသံ ၁၄၆
၈၀။ မြေဖြူလက်၏ပုံရိပ်များ ၁၄၈
၈၁။ ဆရာ ၁၄၉
၈၂။ အလွမ်းရင်ထဲက ခေါင်းလောင်းသံ ၁၅၁
၈၃။ ရွှေရတု ကန်တော့ပန်း ၁၅၃
၈၄။ ဥယျာဉ်မှူး၏ ပီတိ ၁၅၅

မင်းချစ်ကွန်း (သံဖြူဇရပ်)

အဖ ဦးလန်ဘား၊ အမိ ဒေါ်ရာဒီတို့က မွန်ပြည်နယ်၊ သံဖြူဇရပ်မြို့နယ်၊ ဖောင်စိန်ကျေးရွာတွင် ဖွားမြင်ခဲ့ပါသည်။ မွေးချင်း ၇ ယောက်အနက် ဒုတိယမြောက်သားဖြစ်သည်။ (၁၉၆၇-၆၈) ပညာသင်နှစ်တွင် မွန်ပြည်နယ်၊ မုဒုံမြို့၊ ရှင်အရဟံ အမှတ်(၁) အထက်တန်းကျောင်းမှ (၁၀)တန်းအောင်မြင်ခဲ့သည်။

ထို့နောက် ဆရာများလေ့ကျင့်ရေးကောလိပ်သို့ တက်ရောက်ခဲ့ပါသည်။ သံဖြူဇရပ်မြို့ အမှတ် (၂) အထကတွင် အလယ်တန်းပြ(မြန်မာစာ)ဘာသာဆရာအဖြစ် ဝင်ရောက်လုပ်ကိုင်ခဲ့ပါသည်။

ဝါသနာအလျောက် (၁၉၇၀) ပြည့်နှစ်တွင် "တို့လူသားနှင့် တို့စွမ်းအား" ကဗျာကို ရွှေခဲ-မော်နီ ကလောင်အမည်ဖြင့် ရေးဖွဲ့ကာ စာပေလောကထဲသို့ ဝင်ရောက်ခဲ့ပါသည်။ တပည့်များကိုလည်း ကဗျာနည်းနာများ သင်ကြားပေးပြီး ပြိုင်ပွဲအဆင့်ဆင့်သို့ ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်စေခဲ့သည်။ မြို့နယ်ဆု၊ ပြည်နယ်ဆုမြောက်မြားစွာ ရသည့်အပြင် တစ်နိုင်ငံလုံး ကဗျာဒုတိယဆု ရရှိအောင်စွမ်းဆောင်ပေးခဲ့သည်။

ပညာတန်ဆောင်၊ နိုင်ငံ့ဂုဏ်ရည်၊ ရတနာတံခွန်၊ ရတနာမွန်၊ ငွေတာရီ၊ မေတ္တာရှင်မဂ္ဂဇင်းတို့နှင့် မြဝတီသတင်းစာ၊ မြန်မာနိုင်ငံတစ်ဝန်း ထုတ်ဝေကြသော မြို့၊ မြို့နယ်၊ ကျောင်း၊ အထိမ်းအမှတ်မဂ္ဂဇင်းစသည်တို့တွင် ကဗျာနှင့်ဆောင်းပါးပေါင်း မြောက်မြားစွာ ရေးသားလျက်ရှိသည်။

အမည်ရင်း ဦးမော်နီ ဖြစ်သည်။

နေရပ်လိပ်စာ-အမှတ်(၁၀)၊စံကားဝါးလမ်းထိပ်၊ကြံ့ခိုင်ရေးရပ်ကွက်၊ သံဖြူဇရပ်မြို့၊ မွန်ပြည်နယ်။ ။

ဇာတိသွေးမာန် အလင်္ကာ

သတ္တိခဲ

မြေမှုန်အစု
အားဆောင်ပြုလျက်
ထုထည်ကြီးမား
သူဖိထားလည်း
မြေသားကိုခွဲ
သတ္တိခွဲဖြင့်
ကြိတ်ခဲရုန်းကန်
ထိုးမိုးစံသည်
မြေယံထက်က မှိုတစ်ပွင့်။ ။

သတ္တိသွေး

သတ္တိသွေး

* သတ္တိသွေး
မွေးခဲ့ကြတို့မြန်မာ။
* တို့ပြည်ထောင်သား
တို့ရည်ဆောင်အားတွေနဲ့
တစ်သားမွေး တစ်သွေးတည်း
ဖွဲ့စည်းညီညာ။
* တို့ဘုန်းသမ္ဘာ
ဖက်ပြိုင်လာယှဉ်ဖို့ဝေး။
* တို့ရေတို့မြေ
တို့အခြေ တို့အမွေကို
ကျိုးကြောင်းဖွေ
ညီတူညီလို့
ထိပါးသူ ဘယ်ရပ်ခြားသော်မှ
စော်ကားမခံ တို့မာန်ပြည့်
တို့သတ္တိသွေး။ ။

အောင်ဆန်းဇာနည်

အောင်ဆန်းဇာနည်

* စိတ်ဓာတ်
  သိပ်မြတ်သူ။
* မမောက်တတ်
  ဖြောင့်မတ်မူ။
* သတ္တိဟူ
  တစ်လူရှား။
* ပြည်ထောင်စု မြန်မာတိုင်းရဲ့
  အနှိုင်းမဲ့ ယောကျ်ား။ ။

ချစ်ကြည်စည်းလုံး စံပယ်ကုံးပုံဆောင် တို့ပြည်ထောင်

* စံပယ်တစ်ပွင့်
ခူးလို့ဖြင့် ပန်ကြည့်ပါ။
* သူ့အလှ နည်းမမှန်
သူ့ဘဝ အထီးကျန်လို့
အကျည်းတန် ပုံမတင့်
ဂုဏ် မဝင့်ရှာ။
* တစ်ပွင့်ချင်း အဆင့်ဆင့်စီ
ဆင့်ကြိုးသီ အလှကုံးလို့
ဆံထုံးထက် ပန်သောအခါ
ပန်းရှုပကာ ကဗျာဆန်သပ
ပန်သူတကာ မဟာဆန်စွ။
* တို့ပြည်ထောင်
တို့ညီနောင် မြန်မျိုးနွယ်တို့
ရန်ငြိုးပယ် ချစ်ကြည်စွာနဲ့
ဖွဲ့သီကာ စံပယ်ပုံတစ်နှန်းလို
တညီတညာ စည်းလုံးကြလျှင်ဖြင့်
စံပယ်ကုံးလို လှ။
တစ်ပြည်လုံး ကြိုင်မျှ။ ။

တို့လူသားနှင့် တို့စွမ်းအား

တို့လူသားနှင့် တို့စွမ်းအား

* မိုးထိထိပ်ဖျား ၊ တောင်မြင့်မားသို့
တက်သွားနိုင်သူ ၊ မရှိဟူ၍
တွေးယူမျှော်ဆ ၊ ထင်ရှိကြလည်း
ကြွကြွမာန်အား ၊ တို့လူသားတို့
စွန့်စားတောင်ထက် ၊ ကြိုးပမ်းတက်သော်
မခက်ခြေအောက် ၊ သက်ဆင်းရောက်၏။

* ဝေးသီမြင့်ရာ ၊ လကမ္ဘာသို့
ဘယ်မှာလူသား ၊ ရောက်နိုင်ပြားဟု
ဆိုထားသူငါ ၊ ပြောကြပါလည်း
ခါခါကြိုးစား ၊ တို့လူသားတို့
ဆန်းပြားတီထွင် ၊ အာကာယာဉ်ဖြင့်
ဝန်းကျင်စန်းလ ၊ သက်ဆင်းကြ၏။

* အံ့ဖွယ်လှိုင်းတုံး ၊ ဒီရေလုံးနှင့်
မဆုံးဝန်းကျယ် ၊ ရေပင်လယ်သို့
မလွယ်ဖြတ်ကူး ၊ ဆိုထားဖူးလည်း
လူထူးတို့ဉာဏ် ၊ ကြံစည်ဖန်၍
လျင်မြန်ငှက်သွင် ၊ စက်ရေယာဉ်ဖြင့်
ရေပင်လယ်ပေါ် ဖြတ်ကာကျော်၏။

* ရေမြေပိုင်းခြား ၊ ဆီးကာထား၍
အကြားမလွယ် ၊ တွေ့မလွယ်လည်း
ဆက်သွယ်လေလှိုင်း ၊ စက်ခွင်ဝိုင်းမှ
ပြည်တိုင်းကြားယောင် ၊ နတ်ပို့ဆောင်သို့
လူ့ဘောင်တစ်ခွင် ၊ ခဲရာထွင်သည်
ပေါ်လွင်ထင်ရှား ၊ တို့မြင်ကြား၏။
* လူသားပင်လျှင်
နေ့စဉ်မျှော်တွေး ၊ တိုးတက်ရေးကို
ဆွေးနွေးတိုင်ပင် ၊ သတ္တိယာဉ်ဖြင့်
တီထွင်ကြံဆ ၊ အောင်မြင်ကြ၏။
* လူသားသာလျှင်
သူငါကိုယ်စီ ၊ စွမ်းအားတည်၍
ဉာဏ်ရည်ကိုပေါင်း ၊ ဖွဲ့ဖြင့်လောင်းကာ
စုပေါင်းထွင်ကြ ၊ အောင်မြင်ကြ၏။
* လူသားသည်လျှင်
ကြံစည်ပြုပြင် ၊ နှိုင်းတုယှဉ်၍
ဉာဏ်စဉ်ချွန်မြ ၊ ကျိုးလှဲ့လဖြင့်
ရှာကြဖွေကြ ၊ အောင်မြင်ကြ၏။
* သတ္တိနှင့်ဖွဲ့ ၊ တူယှဉ်တွဲ၍
ဆက်မြဲမကွာ ၊ လှံ့လပါသော်
လိုရာတောင့်တ ၊ အောင်မြင်ရဟု
မျက်ရှုမသွေ မှတ်ပါလေလော့။ ။

တစ်နားဖောက် တစ်ကြိုးသီ တို့မြန်ပြည်

တစ်နားဖောက် တစ်ကြိုးသီ တို့မြန်ပြည်

* တို့ပြည်ထောင်စု
တို့ညီနောင်ထု စွမ်းဆောင်အားနဲ့
တစ်နားဖောက် တစ်ကြိုးသီလို့
ရောင်စုံစီ ပန်းတစ်ကုံးလို
ဖွံ့ထုံးပုံ အလက်ာမြောက်
ပြည်ဆောက်ခဲ့ တို့နိုင်ငံ။
* တို့သမိုင်း
အနှိုင်းမရှိ အင်အားက
အတိုင်းမသိ ထင်ရှားလို့
ခမ်းနားဖွယ် နန်း ၊ စည်၊ ထီး
မြည်ဟည်း ခြိမ့်ညံ။
* တို့အလှ
အညမည အစိဌာန်နဲ့
သာသနာ့ အရိပ်စံ
ကျင့်ကြံကြ ဗုဒ္ဓထုံး။
* တို့ဌာနေ
တို့စာ တို့ပေနဲ့
တို့မြေ၊ ရေ သယံဇာတတွေက
ကြွယ်ဝကာ စည်ဖြိုးလို့
တန်ခိုးရောင် ထိန်ပြောင်ညီး
အံ့ချီး မဆုံး။ ။

အနှစ်

* နှမ်းတစ်စေ့ ဆုံထဲထည့်
နွားနှင့်လှည့် ကြိတ်ကြည့်ပါ။
* အပြန်တစ်ရာ တစ်ထောင်ရစ်သော်လည်း
ဆီဖြစ်မလာ။
* နှမ်းများစွာ စုပေါင်း
ဆုံထဲလောင်း ကြိတ်သောအခါ
လှည့်တိုင်းသာ ဆီဖြစ်။
* တစ်စေ့နှင့် အများ
ခြားနားပုံ သာဓကထူလို့
တစ်ပြည်ထောင်မှု တစ်ယူတစ်ဆနဲ့
ပေါင်းစုမှု တစ်အူတုံအလှနဲ့
သွေးစည်းမှု ဟူသမျှ
ဒါမှ အနှစ်။ ။

ပြည်ချစ်မျိုးချစ် သွေးချစ်စိတ်

* လူမျိုးနွယ်စု ၊ ပေါင်းစည်းမှုဖြင့်
အားပြုဖွဲ့တည် ၊ မြန်မာပြည်ဟု
ခွန့်ရှည်အောင်လံ စိုက်ခဲ့သည်။

* ထုံးတမ်းဝါဒ ၊ မတူကြလည်း
သူကလိုလျှင် ၊ ငါဝင်ကူလျက်
ဖြူစင်စိတ်ဝမ်း ၊ မေတ္တာစွမ်းနှင့်
ငွေလမ်းတွေဖောက် ၊ ရွှေနန်းဆောက်လို့
တစ်ယောက်လဲမူ ၊ တစ်ဦးထူကြ
ညီတူဆောင်ပိုး ၊ မြန်မာမျိုးဟု
တန်ခိုးမော်ကွန်း ၊ ထွန်းခဲ့သည်။

* တစ်စုတစ်ပေါင်း ၊ အကြောင်းကြုံက
တစ်ပြုတစ်မ ၊ စည်းလုံးကြလို့
နိုးထဇာတိ ၊ တအိအိနှင့်
ဖိနှိပ်ကာလူ ၊ ပြည့်ရန်သူကို
အတူချေမှုန်း ၊ ပြည်ထောင်တုန်းက

ချစ်ပြုံးစိတ်မွေး ၊ မြန်မာသွေးဟု
အရေးကုန်ဖွင့် ၊ ဒေါင်းလံဝင့်၍
ဆင့်ဆင့်အောင်ပွဲ နွှဲခဲ့သည်။

* မြန်မာ့ဇာစ်မြစ် ၊ ဖြစ်သနစ်ကို
မြစ်တိုင်းမေးကြည့် ၊ တောင်တိုင်းသိလိမ့်
ပြည့်ရေးပြည့်ရာ ၊ အဖြာဖြာကို
ညီညာဖြဖြ ၊ ထမ်းဝံ့ကြသည်
အာဂပြည်ထောင် သွေးချစ်စိတ်။ ။

စွမ်းနိုင်သူ

ဓမ္မဝတ်မှုန် အလင်္ကာစုံ

စွမ်းနိုင်သူ

* ဝိပဿနာ အနှစ်စွမ်းနဲ့
စိတ်ညစ်အနွမ်း ဆေးကြပါ။

* သမထ ဘာဝနာတရား
ပွားများ သောခါ။

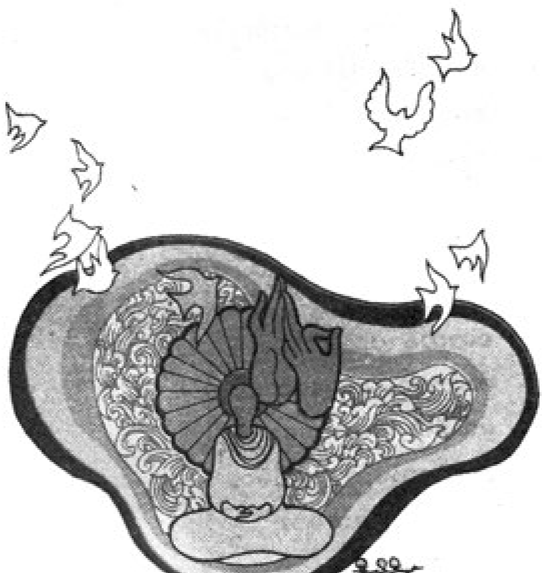
* ရှုပ်နာမ်နှစ်ဖြာ
တည်ငြိမ်ကာ အေးချမ်း။

* ဘယ်မီးတွေ ဘယ်လိုမွှေသော်လည်း
စိတ်မလေ ကိုယ်မယိမ်းအောင်
ထိန်းဖို့ သူစွမ်း။ ။

စိတ် အတ္တုပ္ပတ်
(ဒွိန္နဥ္ဆ စိတ္တာနံ ဇေကကာ့ ဇောကောပဝတ္တိနာမ နတ္ထိ)

* စိတ်ထဲမှာ အကြောင်းနှစ်ခု
တစ်ပေါင်းစု တွယ်မလာ။
* မကောင်းမှု နွယ်ပါလျှင်
ရှောင်ဖယ်မှာ ကောင်းမှုပဲ။
* ဒေါသစိတ် ဖြစ်လာမူ
မေတ္တာသူ ဝင်ဖို့ခက်ခဲ။
* မစ္ဆရိစိတ် ကပ်ရှာသော်
သဒ္ဓါနော် တမင်လွှဲ။
* မှတ်ပါအစဉ် အမြဲမို့
တွဲ မဖြစ်ပေါင်။
မောဟနဲ့ ပညာ
သဟာလို မဖွဲ့နှောင်
မသိစိတ် လောင်နေလျှင်
ရှောင်သွေမည် အသိစိတ်
ကျိတ်လိတ် သေချာ။
* ထို သခ်ႋန်းစာ
ဒေသနာလျှင်
ကေန္တာ စိတ်အတ္တုပ္ပတ် တစ်ခုကွဲ့လေး။ ။

ဘ၀အကူး ရိက္ခာ



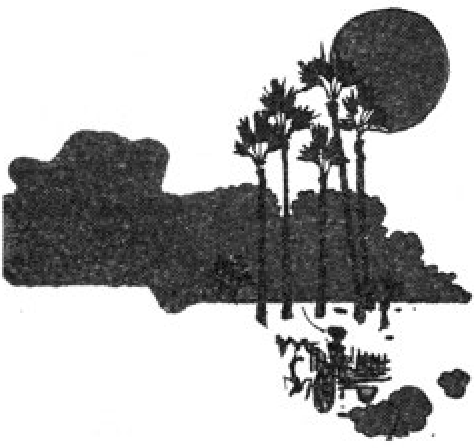
ဘဝအကူး ရိက္ခာ

* ဘဝ နေဝင်မိုးချုပ်မှာ
  ဒါနအထုပ်တော့ မမေ့နဲ့ကွယ်။
* ဘဝ အကူ
  အရ ယူနိုင်ပါမှ
  ဆိုင်လာမယ့် ကံကြမ္မာလမ်း
  ဖြတ်သန်းဖို့ လွယ်။
* သည်ရိက္ခာ မပါရင်တကယ်
  ကူးလွယ်မယ် မထင်လင့်။
* မသေခင်
  နေစဉ် သမယမှာ
  ဒါနမြတ်တရား
  ပြုထားဖို့ သင့်။ ။

ပဋ္ဌာ နန္တရိယကာံ

* တုမ့်ရာ နှိုင်းချင်။
* ဗုဒ္ဓလို အနုတ္တရောကိုမှ
  အယုတ်မနော အကြံပိုက်လို့
  အမိုက်တမ်းကုန် ဒေဝဒတ်
  သတ်ဖို့ ဉာဏ်ဆင်။
* ဆရာ့ကုန်းစကား ရေယဉ်ကြော
  မျှောပါသူ တပည့်အဇာတသတ်က
  မရာမအပ် ဒေဝဒတ်အလိုနဲ့
  ရာဇဂြိုလ် ဖဘုရင်
  ထီးရှင်ကို အနှောင်းအကျဉ်းချ။
* ရေထမင်း
  မသေမချင်း အဆက်အသွင်းဖြတ်လို့
  အတင်းအကျပ် တုပ်နှောင်လှဲတဲ့ပြင်
  ဝဲ,ယာဖဝါး ဓားတင်မွှန်း
  ဆားပက်သွန်းကာ မီးမြိုက်တော့
  တလှိုက်လှိုက်အပူ ဝေဒနာနဲ့
  ဖေခမျာ သေရွာ (နတ်ရွာ)လားတာကြောင့်
  မှောက်မှားသူ ဆရာ,တပည့်
  အပီစိ ငရဲကျ။ ။

အမိုက်မှ အမိုက်သို့



အမိုက်မှ အမိုက်သို့

* တစ်နွယ်နှင့် တစ်နွယ်ဆင့်
တစ်ပင်နှင့် တစ်ပင်ဆိုင်လို့
သူ့ ငါနိုင် အပြိုင်တက်
မိုးထက်မှာ ဂုဏ်ဝင့်ကြွား
မေ့ထားကြ အချိန်များစွာ။
* ရှုံးသူ မှိုင်လို့
နိုင်သူ ပြုံးနေလည်း
အဆုံးမထင် သခါရ
မမြင်ကြ ဒေသနာ။
* လူ့မနော
လူ့သဘော ထိုပမာ
သူ့ထက်ငါ အနိုင်ကြ။
* တရားမမက်
အစွားဘက် လိုက်လို့
အမိုက်မှ အမိုက်ခရီး
ဆက်ပြီး လျှောက်ဆဲ။ ။

ပရဟိတ ကုသိုလ်ရှင်

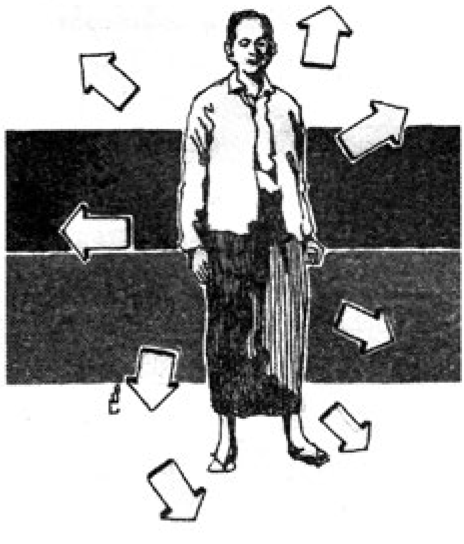
* သူငယ်ချင်းတို့ရေ ၊ လာလေသွားစို့
မင်းတို့ခြားကူ ၊ သူတော့တောင်းရှာ
ငါကပေါက်ပြား ၊ ဆောင်ပြီးသွားမယ်။
* မောင်ငယ်၊ မယ်စ၊ ထကြွလေကွာ
မဇာ၊ မမွေး၊ ဘာငေးနေတုံး
ရှုန်းကြမယ်ဟေး ၊ တို့မွေးတဲ့ရွာ
နေရာအနံ့ ၊ မသန့်ပြန့်လို့
ခြေဆန့်ကြည့်လိုက် ၊ ဗိုက်, မှော်, ချုံပုတ်
ဆူးခလုတ်တို့ ၊ ရှုပ်လိုက်ဘိခြင်း
ကန်သင်း ၊ ချိုင့်ခွက်၊ နွံ့ဗွက်နွံ့ဖုံး
ရွာလုံးပျက်လို့ ၊ တို့တွက်ရောဂါ
ရပါစေ့မယ်။
* ပရဟိတ ၊ တို့စွမ်းစနဲ့
တွေးဆကြည့်ပါ ၊ အဖြေရှာရင်
တို့ရွာအရေး ၊ တို့အရေးပဲ
ငေးမနေနဲ့ ၊ တွေးမနေနဲ့
လေးမနေနဲ့ ၊ နှေးမနေနဲ့
အားတွေစိုက်ထုတ် ၊ တို့စလုပ်မယ်။

* ဟောမှာတစ်ခု ၊ ဟိုတစ်စုနဲ့
တစ်စုကပေါက် ၊ တစ်စုကောက်လို့
တစ်ယောက်တစ်လက် ၊ တစ်ရွက်တစ်ထမ်း
ပန်းလည်းပန်းပေ့ါ ၊ ကြမ်းတမ်းညစ်ထည်း
အကျည်းတန်ရာ ၊ တို့ရဲ့ရွာကို
သူငါရောယှက် ၊ ပေါင်းစုလက်နဲ့
အားတက်မာန်ဝင် ၊ လုပ်အားဆင်တော့
စင်ကြယ်လှပ ၊ ပသာဒကို
မြင်ရပြီလေ ၊ တို့တစ်တွေ။
ငယ်ချင်းတို့ရာ ၊ ဟိုမှာကြည့်စမ်း
ထမ်းရွက်သမျှ ၊ တို့စွမ်းစကြောင့်
လှပကြော့ရှင်း ၊ ရွာမြင်ကွင်းက
ရင်တွင်းအေးမြ စေတကား။ ။

သုံးလွန်းတင် ထောင်ပိုက်

* လိုချင်တာ သည်တစ်ခု
လောဘမူ အမိုက်တွင်။
* အဆိုးအပျက် စိတ်နဲ့
ငယ်ထိပ်ခေါင် မီးဟုန်းထ
ဒေါသ ခိုးဆင်။
* အရှိ မဖွေ
အသိတွေဝေ ထိုဖြစ်အင်
မောဟညဉ် အမှားကဲ။
* သုံးလွန်းတင် ထောင်ပိုက်ကိုလ
ယောင်မိုက်ပြီး ဝင်လျှင်တော့
မဆင်ခြင်သူ တပ်အပ်စွပ်
လွတ်ဖို့ ခက်ခဲ။ ။

မှတစ်ပါး အခြားမရှိ



မှတစ်ပါး အခြားမရှိ

* ကားအကြောင်း
မောင်းမှ သိ။
* လူ့အကြောင်း
ပေါင်းမှ သိ။
* ကား ဘရိတ်
စိတ် မရှိ။
* လူ့စိတ်
ဘရိတ် မရှိ။
* ကား ဘရိတ်အိုး
ရှေ့တိုး နောက်ဆုတ်
လူ လုပ်ရ။
* လူ့အရှုပ်စိတ်
စေတသိက်ကို
ဘရိတ်အုပ်လည်း မရ။
* သို့လည်းလေ
ပရမေ မြတ်ဗုဒ္ဓ
ဟောညွှန်ပြ ဓမ္မထဲ. . .။
* အနားမနေ
အသွားဓွေ စိတ်လိပ်ပြာကိုဖြင့်
စိတ်ဆရာ သမာဓိနဲ့
ထိန်းညှိမှ ပြ။ ။

ကိလေသာ ရေခဲရေ

* ဘဝင်ချမ်းမယ် အထင်မှန်းနဲ့
တမင်စမ်းပြီး သောက်လိုက်စဉ်။
* တဒင်္ဂ အရသာလေး
အေး သလိုထင်။
* ရှည်ကြာ တပ်မက်လေ
သည်တဏှာ ဓာတ်သက်ရေက
ငတ်မပြေ သောက်တိုင်းပူလို့
လူမိုက်ငါ လောင်မြိုက်ရင်
အကင်ခံ ပမာငါး။
* မချိစရာ
ကိလေသာ အပူဒဏ်ကိုဖြင့်
အယူခံ မဝင်ရဲပါဘု
ငါပဲ မိုက်မှား။ ။

နှိုင်းညှိ တက်ပါမှ

* အာကာပြင်ထက်
အမြင့်တက် တလူလူ။
တိမ်လွှာ တိမ်သား
ဝင့်ကြွား တံခွန်ထူ။
လေနှင်ရာ ဝေ့
ပျော်မွေ့နေသူ။
အနိစ္စ ထိုသဘော
တွေးတော မပူ။
ဖြစ်၊ တည်၊ ပျက်
မေ့ကွက် တိမ်နမူ။
* သံသရာ ခြေချ
များစွာ ငါ၊ သူ။
ကိုယ်လည်း တစ်နေ့
ရွေ့ဖို့ တာစူ။
နေ့မြင် ညပျောက်
တွေးထောက် မှတ်ယူ။
မပေါ့ မဆ
ခဝါချ စိတ်ဖြူ။
အသိ သတိ
နှိုင်းညှိတတ်မှ လူ။ ။

ဖယ်ရှားမရတဲ့ အတွယ်အတာကြီးများ

* နောက်ကြောင်းမအေးသမို့
ပြေးလို့လည်း မဖြစ်နိုင်။
* အပူမရှာဖို့
သူသူငါ တားသော်လည်း
တားစည်းကို ခုန်ကျော်ရင်း
စုံဖော်နှင့် ပွဲတက်
တွဲလက်ကယ် ခိုင်။
* မယိမ်းမယိုင်
သက်ဆုံးတိုင် နေမယ်မှန်း။
* နှစ်လွှာမှ တိုးပွား
သံယောဇဉ် ပိုးမျှားနဲ့
စိုးထား ရစ်ပတ်ကြတော့
ဖြတ်မရ သတ်မသေတာကြောင့်
ခါတလေ ဗျာပွေစိတ်က
ဆိတ်ငြိမ်ရာ ရိပ်သာစခန်းကို
လှမ်းမယ်ကြံ တွေးမိသော်လည်း
ထွေးနေသည့် အတွယ်အတာကြီးတွေက
စိုးမြန်းကာ သူချည်တုပ်
အရှုပ်ဝန် ဆက်ထမ်း။ ။

ပွားသင့်သံဝေ တပေါင်းနွေ

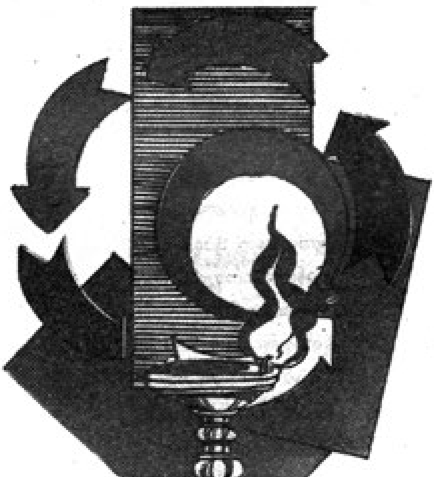
* ညာကြဉ်ရွက် ကြွေလျှောင်း
ခွာခွင်ရက် နွေတပေါင်းမှာ
မြရည်လောင်းတဲ့ ဖူးတံစီ။
* သတိသံဝေ
အသိတွေ အမှန်ပြလို့
သခၤါရ ဖြစ်ပျက်သဘော
ထင်သော ပန်းချီ။
* သဲပုံစေတီ
တည်လှူကြ ငွေသောင်ကမ်း။
* မိန်ရာသီ အဆင်ခင်းချိန်မို့
တိမ်ပြာရီ သဘင်တွင်းဆီမတော့
အင်ကြင်း သရဖီကယ်က
စီရရီ ပင်စီပွင့်တဲ့ပြင်
ဆောင်းနှင့်နွေ ဂဟေအဆက်မှာ
ငှက်ချိုးရွှေ ကူသံထူးတွေနဲ့
ရှုမတတ်လွမ်း။ ။

လွတ်မြောက်ရာလမ်း

လွတ်မြောက်ရာလမ်း

* ကိလေသာ မှောင်မှောင်တိုက်
ယောင်ယောင်မိုက် မဝင်စေလို
နှောင်နှောင်ကြိုက် အမြင်တွေဆို
ပြင်လေအို လောကီသား။
* ရုပ်,နာမ်ဓမ္မ သခါရဟူ
ဖြစ်လာမှု ပျက်ရပါတကား။
* မတည်မမြဲ အနိစ္စခန္ဓာ
တွယ်တာစရာ ရှိလို့လား။
* ကြီး၊ ငယ်ဂုဏ် နိမ့်၊ မြင့်ခြားလည်း
သွားရမှာနော်။
* သံသရာ သည်ဝဋ်
ကျွတ်လွတ်ဖို့ တွေးဆမျှော်
သီလနဲ့ စေ့ဆော်ပါ။
* ဓမ္မ့လျှော်ရာ ခြောက်မှားကင်း
တောင်းသတင်း ရန့်လွင်၊
အမိုက်မှုအမိုက် မဝင်လိုလျှင်
ဓမ္မရောင် အမြိုက်ရေအေးနဲ့
စိတ်အညစ်အကြေး ချွတ်ဆေးပေတော့လေ။ ။

လူကိုဖျက်ဆီးဆယ့်တစ်မီး



လူကိုဖျက်ဆီး ဆယ့်တစ်မီး

* အခက်ကြီးပါဘိ
  ဆယ့်တစ်မီး ထိုအပူ။

* မဆင်ခြင် ဇွတ်ဝင်တိုး
  ပိုးဖလံ မူ။

* ကြိုက်စွဲယူ
  မိုက်မဲသူ ဖြစ်ကံဆိုး။

* ဖွဲမီးလို
  စွဲပြီးဆို ငြိမ်းရန်ခက်
  လူသား ဖျက်မျိုး။ ။

မွန်တို့ဒေသ စခဲ့သာသနာ

* ဟသ်ာဖိုမ ၊ ထပ်နားကြသည့်
ကြက်မတစ်ဝပ် ၊ ဘဲတစ်ဝပ်မျှ
သောင်ထွတ်ထွန်းရာ ၊ ပင်လယ်သာလျှင်
နောင်ခါမြို့တည် ၊ သာသနာစည်အံ့
သုံးပြည်ဆရာ ၊ မြတ်စွာဗျာဒိတ်
နိမိတ်ညွှန်းခဲ့ ၊ ကွန်းသမ္မာ။

* နန်း၊ စည်, တီးဝေ ၊ မွန်ဌာနေကား
ရေခင်းလည်းကျယ် ၊ လယ်ယာလည်းပေါ
တောတောင်တစ်ခို ၊ မြသွေးစိုလျက်
လျှိုမြောင်စခန်း ၊ မြစ်, ချောင်းစမ်းနှင့်
လွမ်းဖွယ်အလှ ၊ ပသာဒမူ
တူစွဟုတ္တာ ၊ နတ်နန္ဒာ။

* မဠ္ဌိမမှ
ပိဋကတ်သုံးပုံ ၊ အစုံသုံးဆယ်
သယ်ဆောင်ယူလာ ၊ ထေရ်ဆရာခေါ်
သာသနာ့တမန် ၊ ရှင်အရဟံ၏
မှန်ကန်တီလင်း ၊ သူ့အချင်းဖြင့်

သိမ်ဖျင်းမိစ္ဆာ ၊ ဖဲကြဉ်ခွာ၍
သမ္မာဒိဋ္ဌိ ၊ ဝါဒရှိသူ
ကဝိကျော်များ ၊ သံယာများက
ထူးခြားဝေဆာ ၊ ဓမ္မစာကို
ဆင့်ကာပို့ချ ၊ သာသနာစသည်
သုဝဏ္ဏဘူမိ ၊ သထုံသည့်လျှင်
တူဘိဟုတ္တာ ၊ နတ်ဘုံရွာ။ ။

ဘဝဟူရာ

* ကကြိုးတွေ ရှုထွေးလှ
  ရုပ်သေးဘဝ ပုံပမာ။

* သူဆိုရင် ကိုယ်ဆိုလို့
  သူ့ငိုတော့ ကိုယ်ငိုပြ
  ကကွက် စေရာ။

* ဇာတ်စီးသဘော တစ်ခုအတိုင်းသာ
  ကြိုးဆွဲရာ လှုပ်ရှား။

* တစ်ညတာ
  ကလာ သည်ဇာတ်ထုပ်
  ကြိုးရုပ်မှာနား။ ။

အနန္တစေတနာရှင်များသို့

အနန္တစေတနာရှင်များသို့

* ဖြစ်,တည်,ပျက်ကြ ၊ တစ်ခဏ၏
ဘဝများစွာ ၊ သံသရာတွင်
သာ,နာခရီးသွား ၊ အို. . . လူသား။

* ဘိုး,ဘွားရိပ်သာ ၊ ထိုနေရာသို့
သင်သာကံဆုံ ၊ အလှည့်ကြုံ၍
ခိုလှုံရမည် ဆိုပါလျှင်။

* လောကဇာတ်ခုံ ၊ လူတို့ဘုံဝယ်
နိမ့်တုံမြင့်တုံ ၊ အဖြစ်စုံနှင့်
ဖုံဖုံတွေ့မှာ ၊ ဓမ္မတာတည်။

* အသိမှောက်မှား ၊ သမီးသားတို့
စွန့်သွားချန်ပစ် ၊ သောကဖြစ်လျက်
ကျန်ရစ်ခဲ့သူ ဘိုး,ဘွားများ။

* စစ်ကြောင့်သေဆုံး ၊ ဆွေမျိုးသုဉ်းလျက်
လုံးလုံးကျန်သူ ဘိုး,ဘွားများ။

* မမျှော်မတွေး ၊ ရောဂါဘေးကြောင့်
သား,မြေး,သမီး၊ ကွယ်လွန်ပြီးလျှင်
အထီးကျန်သူ ဘိုး,ဘွားများ။

* နေဝင်ဆည်းဆာ၊ ပုံပမာသို့
ဇရာဖုံးဖိ ၊ ခန္ဓာချိ၍
အတိဒုက္ခ ၊ ရောက်နေကြသည့်
များလှဘိုး,ဘွား ၊ သူသက်ကျားကို
ကိုယ်ပွားနှိုင်းယှဉ် သိမြတ်ဆင်လျက်
သုတ်သင်ပြုစု ၊ ဒါနထုဖြင့်
ကောင်းမှုတွေလည်း ဖြည့်ပါလေ။
တောင်းဆုခွေလည်း ပြည့်ပါစေ။ ။

သစ္စာထားကြိုးစားလေသောခါ

သစ္စာထား ကြိုးစားလေသောခါ

* ဒုက္ခရ စရိယာပွားလို့
ကြိုးစားလည်း တရားမတွေ့ပါ။
* မလျှော့မတင်း
စောင်းသံညင်း ပုံယှဉ်ပြ
ကြားရ သောခါ။

* အလောင်းတော် မဟာ
ရှုတ်ခြည်းသာ ဉာဏ်တော်ပေါက်။

* လူ၊ ကြက်၊ ငှက် အဆောင်အယောင်များနဲ့
ရှည်လျားလှ ဘဝပေါင်းမှာ
မကောင်းရှောင် ကောင်းအောင်ပြုကျင့်လို့
အနုအရင့် ပါရမီကံက
ထပ်ထပ်ရံ တန်ခိုးပြတော့
ဝီရိယဉာဏ် အစိုးရတော့
သုံးလောက နိူင်းဖွယ်ရှား
ဘုရား အဖြစ်ရောက်။ ။

ထားသင့်သည့် စိတ်

* ဥဩသံချို ၊ နွေတေးဆိုတိုင်း
တစ်ခိုဒေါင်းမြေ ၊ မျိုးပေါင်းဆွေတို့
မုန်းစွေစိတ်ဝေး ၊ မေတ္တာတေးဖြင့်
ငြိမ်းအေးပျော်ရွှင်ကြပါစေ။
* ဖားသံအိုးအိ ၊ မိုးတေးသီတိုင်း
မြန်ပြည်နယ်ရွာ ၊ ဆွေတကာတို့
ကြူသာစိတ်ဝေး ၊ ကရုဏာတေးဖြင့်
လန်းအေးပျော်ရွှင် ကြပါစေ။
* သဇင်ပင်မြင့် ၊ ဆောင်းပန်းပွင့်တိုင်း
ထူးတင့်တေဇာ ၊ မျိုးမြန်မာတို့
မာယာစိတ်ဝေး ၊ မုဒိတာတေးဖြင့်
ချမ်းအေးပျော်ရွှင် ကြပါစေ။
* မြေပြန့်ကုန်းမြောင် ၊ ကမ်းသဲသောင်နှင့်
တောင်ပေါ်ချိုင့်ဝှမ်း ၊ ရွှေတိုင်ခန်းတွင်
အဆန်းတကြယ် ၊ ပြည်ထောင်နွယ်သည့်
ချစ်ဖွယ်ဝါဒ ၊ မျိုးထေရတို့
လောဘ,ဒေါသ ၊ အကုသလ၏
မောဟစိတ်ဝေး ၊ ဥပေက္ခာတေးဖြင့်
နွေးထွေးပျော်ရွှင် ကြပါစေ။

* ကောင်းကျိုးကောင်းမှု ၊ စဉ်ရှေးရှူလျက်
လူ့ကျိုးမပြု ၊ မကောင်းမှု၏
အနုသယာ ၊ ကိလေသာကို
ဗုဒ္ဓါမဂ္ဂင် ၊ ရှစ်ပါးယာဉ်ဖြင့်
သုတ်သင်ဖယ်ရှား ၊ ဘာဝနာပွားရင်း
အခါးစိတ်မှာ ရှင်းကြစေ။
အမှားစိတ်မှာ ကွင်းကြစေ။
သနားစိတ်သာ သင်းကြစေ။
တရားစိတ်သာ လင်းကြစေ။

လူ့အဖွဲ့တွ စိတ်သန္တာန်

* ရဖို့ဆို
  နာရီကို လက်တံရွှေ့
  ရှေ့တိုးလိုက်ချင်။

* ပေးဖို့ဆို
  နာရီကို လက်တံရှပ်
  နောက်ဆုတ်လိုက်ချင်။

* လူ့အဖွဲ့ စိတ်အသွင်
  တစ်ဖို့မြင် တစ်ဖက်ဆွဲ။

* စိတ်ဖြူဖြူကို
  စေတသိက် သူမှိုတွယ်လို့
  ချယ်လှယ်ကာ အရောင်သွင်းတော့
  အဆင်းဝင် စိတ်ဗွေဖောက်တဲ့ပြင်
  အံ့လောက်ဖွယ် လူ့ရမွက်ကယ်က
  လိပ်ယက်သလိုပဲ။ ။

ငြိမ်းအေးရာအမှန်

ငြိမ်းအေးရာအမှန်

* ခြောက်ဝိညာဉ် ထိန်းဟန်ခက်
ငြိမ်းရန်အတွက် မလွယ်ပါ။
သူစိမ်းဆန်လျက် မတွယ်တာ
နယ်တကာ လွင့်မျော။
စိတ်၊မျက်စိ၊နှာ၊နား၊လျှာ၊ကိုယ်
သဟာလို မိတ်ဖွဲ့မနှော။
ခလေ့ချင်းက မူမတူ
သူတစ်ဂူ ငါတစ်ကော။
အရှိုင်းဖောက်သည့် အကျင့်သဘောမို့
အံ့ဩဖွယ်ပင်။
ဗုဒ္ဓရဲ့ နည်းအစွမ်း
စီးဖြန်းဖို့ တစ်ခုမြင်။
မမွစက်နဲ့ ပြုပြင်ပါ
နှယဉ်မှာ မခက်ခဲ
အပွဲပွဲတိုင်း နိုင်။
'သတိ' ကြိုး ခိုင်ခိုင်ကို
'သမာဓိ' တိုင်မှာ ချည်ဆင်လိုက်လျှင်ဖြင့်
ခြောက်ဝိညာဉ် ငြိမ်သွားမယ်ပလေး။ ။

အနှိုင်းမဲ့ ဆရာရှင်

* သူရို့များ
ကိုယ့်ဘုရား ကိုယ်ချဲ့တားလို့
ဖွဲ့ကြွားကြ နှုတ်ဝါစာ။

* ဘုရားမှန်
တစ်ပြားညဏ် ကျင့်စဉ်မျိုးနဲ့
ပွင့်လာနိုး မထင်လင့်

* ချင့်ဖန်ဖို့ပါ။
လေးသင်္ချေ ကမ္ဘာတစ်သိန်း
မယိမ်းမယိုင် သမာဓိအားက
"ငါ" မရှိတရား စရဏကို
ဒါန၊ သီလ၊ ဘာဝနာတွေ
အခါခါဖွေ အသက်သွင်းလို့
ကြက်မင်းဖြစ်
ယုန်မင်းဖြစ်
ငုံးမင်းဖြစ်
မျောက်မင်းဖြစ်
လူမင်းဖြစ် ဘဝအလီလီမှာ
ကုသလပါရမီ ငန်းတာချဲ့လို့

စွမ်းလာတဲ့ တရားအနှစ်အခံသာ၊
ဘုရားဖြစ်ရာ အကြောင်းနဲ့အကျိုး။

* တရားအလင်းပြ
အမှားကင်းလှတဲ့ ဆရာတစ်ဆူကို
အလွယ်တကူ အထင်ရှိင်းနဲ့
ဘယ်အယူဘယ်မူတွေ ယှဉ်လာနိုင်းသော်လည်း
အထွာတိုင်းသူ လက်မှိုင်ချ
ဗုဒ္ဓတန်ခိုး။ ။

ဗုဒ္ဓတရားသည်သာ

ဗုဒ္ဓတရားသည်သာ

* သူတွက် ငါမြတ်နှင့်
ဇာတ်ဘာသာ ပွဲမြိုင်ထ
တွဲပြိုင်က ဤကမ္ဘာ။

* ဘုရားကိုးကွယ်
ဘိုးတော်ကိုးကွယ်
အရှင်သခင် ကိုးကွယ်
နဂါး ကိုးကွယ်
နတ် ကိုးကွယ်
တစ္ဆေ ကိုးကွယ်
အမျိုးကယ် စုံစီလှ
ဝါဒရိုးရာ။

* သူ့မူနှင့် သူ့ဟန်
သူမှန်သည် သူတွေးခေါ်လည်း
မဖော်နိုင်တဲ့ ထုပ္ပတ္တိက
ယုတ္တိဗလာ သက်သေပုံနဲ့
အရှက်ပြေရုံ ချဲ့ကားဟောသော်လည်း

တကယ့်တရားသဘော လမင်းသာ၊
ပြခြင်းငှာ လာဘ်ပိတ်။

✱ ဗုဒ္ဓဘာသာ
အနုတ္တရ သာသနာလျှင်
ရှုပ်နာမ်နှစ်ဖြာ မတည်မြဲကို
ဖောက်လွဲပုံ အနှစ်ထုတ်တဲ့
လောကုတ်ဉာဏ် ဓမ္မဂုဏ်ဟာဖြင့်
အမတဘုံ ရောက်မယ့်တုံးပေပ
သုံးလောက ထိပ်။ ။

တရားအစစ်ကို ရှာဖွေခြင်း

* မိစ္ဆာအမြင် အမိုက်မှောင်နဲ့
ယင်ကောင်ကို ဆင်ပြောင်လို
ထင်ယောင် ဝင့်ကြွား။
* ငှက်ပုတီးကို ကြက်ကြီးလို့
မြွက်ပြီး ချဲ့ကား။
* သမ္မာအမြင် အလင်းရောင်နဲ့
ယင်ကောင်ကို ယင်ကောင်ပဲရယ်လို့
ထင်မြင်အောင် ခွဲခြမ်းပြ
သယမ္ဘူတ ဉာဏ်။
* ငှက်ပုတီးကို ငှက်ပုတီးပါရယ်လို့
သက်သေမှီး အမှန်ဖော်ပြ
ယထာဘူတ ဆန်။
* ဗုဒ္ဓရဲ့ ဒေသနာသံ၊
ကေန်ကို အံ့ဖွယ်ဟော။
မိစ္ဆာအ့ယူ သရို့စရိုက်က
လူ့အလိုက် အကြိုက်ဆောင်လို့
တဘောင်ဖော် ဝါဒဖြန့်
ဆန့်ကျင်ဘက် ပြော။

အမတခရီး

* ကိလေသာ အပါယ်အမှောင်ခရီး
ဖယ်ရှောင်ပြီး သွားကြပါ။
* ငါမနောကို အချစ်လုပ်လျှင်ဖြင့်
အာသဝေါလို အညစ်အရှုပ်ထဲ
နစ်မြုပ် မည်သာ။
* ဝဲသြဂ ဤသံသရာ၊
ချားပမာ ပုံခင်း။

* ဥပါဒါန် ဂန္ထနဲ့
ယောဂ အနုသယာကို
ခုနှိမ်ကာ ဘာဝနာသလို့
နိဝရဏ သံယောဇဉ်
စိတ်ထဲကြည် ကာမဖျက်တော့
ချာန်, မဂ် ဖိုလ်လင်း။ ။

သောကငြိမ်းရာ

* နွေပူလောင်ကျွမ်း ၊ ခရီးလမ်းမှ
အပန်းကြီးစွာ ၊ လျှောက်လှမ်းလာခိုက်
ခက်ဖြာစေ့စိပ် ၊ ရိုးရွက်သိပ်သည့်
ပင်ရိပ်သူ့မြုံ ၊ နားခိုလှုံစဉ်။

* ပန်းခဲ့သမျှ ၊ ရင်ပူစကို
ချမ်းမြငြိမ်းအေး စေခဲ့သည်။

* ခရောင်းတိလွှမ်း ၊ ခရီးကြမ်းမှ
အပန်းကြီးစွာ ၊ ဖြတ်သန်းလာခိုက်
ကွေ့ကာလှည့်ပတ် ၊ စီးဆင်းတတ်သည့်
တန့်ရပ်မနား ၊ မြစ်သားရေကြည်
သီတာတစ်ပေါက် ၊ ငါသောက်ရစဉ်။

* မောဟိုက်နွမ်းလျ ၊ ရင်ပူစကို
ကြည်မြငြိမ်းအေး စေခဲ့သည်။

* သောကမွှေလွှမ်း ၊ ဘဝခန်းဝယ်
အလွမ်းခြေချ ၊ ကျင်လည်ရစဉ်။

* ပင်နန်းရိပ်မြုံ ၊ နားခိုတုံလည်း
မလုံစိတ်ပန်း ၊ အလွမ်းကုရှေ
အသချေ။

* အေးမြစမ်းရေ ၊ သောက်ပါချေလည်း
မပြေစိတ်ပန်း ၊ အလွမ်းကုဋေ
အသချေ၊။
* သည်ရေ၊ သည်စမ်း ၊ သည်ပင်နန်းတို့
ရင်နွမ်းသောက ၊ ဗျာပါဒကို
တူမျှဖဲ့ခွာ ၊ မစွမ်းသာကြ။
* ဘုရားရှင်ဟော ၊ မြတ်သောသီလ
ဓမ္မအေးရိပ် ၊ မှေးမှိတ်ခိုနား
တရားရေပေါက် ၊ တစ်စက်သောက်ရ
တဒင်္ဂဝယ်။
* ခံစားသမျှ ၊ သောကရောင်စုံ
နှံ့ချာဘဝ ၊ ဗျာပါဒတို့
မွမွပျက်သုဉ်း ၊ ကြေနစ်ဆုံး၍
နှလုံးငြိမ်းအေး စေခဲ့သည်။
* ဩော်. . . ဓမ္မာစကြာ ၊ ဒေသနာလျှင်
ဗျာပါသောက ၊ ရင်ပူစကို
တူမျှပဲ့ခွာ နိုင်စွမ်းတကား။ ။

နိဗ္ဗာန်ရော် မျှော်တိုင်းဝေး

* မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ
စိတ်မှာ အရိပ်မိလျှင်ဖြင့်
သိဒ္ဓိအမြင် ရှာမရပေဘူ
အနိစ္စ ကမ္ဘာဝယ်...။

* သံသရာ သမိုင်းသရုပ်မှာ
ကံကြမ္မာ လှိုင်းပုတ်တော့
ဖန်လာတိုင်း လှုပ်ကြရ
ဒုက္ခ ပင်လယ်...။

* ဖြစ်၊ တည်၊ ပျက် အမှန်လွယ်။
အနတ္တခြယ်တဲ့ ဇရပ်ကြီး...။

* ဝင်သူဝင် ထွက်သူထွက်နှင့်
တက်သူတက် ဆင်းသူဆင်းနှင့်
ခြေချင်းလိမ် စုန်ဆန်အရှုပ်မှာလ
အဆုတ်ည လကွယ်အခင်းလို
အလင်းရှောင် အမှောင်ကြိုက်လျှင်တော့
သမာဓိသိုက် နိဗ္ဗာန်နန်း
မှန်းဖို့မနီး။ ။

ဩည့်ကောင်း

ဇည့်ကောင်း

* နတ္ထိဇာတသာ ၊ စာမရဏံ
ဗုဒ္ဓံဟောကြား ၊ မြတ်တရား၏
ထူးခြားသာသနာ ၊ သံသရာဝယ်
ထာဝရဟူ ၊ ဘယ်သူမရှိ
ဖြစ်မိပျက်ပြန် ၊ လောကခံ။
* ဇာတိနောက်မှ ၊ မရဏသည်
လောကသုံးပါး ၊ ဦးထွတ်ထားသည့်
ဘုရားသော်ပင် ၊ ဖဲကြဉ်မရ
သဗ္ဗသတ္တံ ၊ အနိစ္စံ။
* ဩော်. . .
ဧည့်သည်ပမာ ၊ ဤလူ့ရွာသို့
ရောက်လာခဲ့ကြ ၊ တဒင်္ဂဝယ်
လောဘ, ဒေါသ ၊ မောဟအမိုက်
မီးလောင်တိုက်လေး ၊ ကွင်းရှောင်ပြေး၍
ငြိမ်းအေးဖြဟ္မစိုရ် ၊ တရားရိပ်ခိုရင်း
ကုသိုလ်ဒါန ၊ မြတ်သီလဖြင့်
ဘဝခရီး သွားချိန်တန်။ ။

မာနရှင်ဓါးနီဂုံး

* ပန်းနွယ်တစ်ပင်
ငြိမ်းကယ်ဆင်လို့
စင်ဖွဲ့ကာထား။

* အမြင့်ဗွေ
အပွင့်ဝေတော့
တင့်လေသူ အထွတ်စံက
ဆွတ်မခံ မာန်ဖွဲ့သော်လည်း
ကံနွဲ့ကြုံ ငြိမ်းစင်ပျက်
မြေထက် ဝပ်တွား။ ။

ပန်းနှင့်သီလ

ပန်းနှင့်သီလ

* ပန်းရနံ့လေး ၊ ကြူကြူမွှေးလျှင်
နံ့သွေးလှိုင်လှိုင် ၊ သင်းပျံ့ကြိုင်ကြောင်း
ကိုယ်တိုင်မပြော ၊ လေညင်းပြောမှ
သဘောယဉ်ဘိ ပန်းဂုဏ်ရှိ။

* ပန်းရနံ့လေး ၊ ကြူကြူမွှေးလျှင်
မွှေးနံ့လှိုင်ကြောင်း ၊ သင်းပျံ့ကြောင်းကို
အကြောင်းမရှိ ၊ ကြွားလိုက်ဘိမူ
မိမိဂုဏ်ဖော် ၊ မသူတော်ဟု
သရော်ကြမည် ကေန္တ။

* သီလရှိသူ ၊ လူတို့မူလည်း
တလူလူလှိုင် ၊ သီလကြိုင်ကြောင်း
ကိုယ်တိုင်မပြော ၊ လူချင်းပြောမှ
သဘောယဉ်လှ ၊ ဂုဏ်ရှိစွ။

* သီလရှိသူ ၊ လူတို့မူလျှင်
တလူလူလှိုင် ၊ သီလကြိုင်ကြောင်း

ကိုယ်တိုင်လူသိ ၊ ကြွားလိုက်ဘိမူ
မိမိဂုဏ်ဖော် ၊ မသူတော်ဟု
သရော်ကြမည် အမှန်ပ။

* ပန်းတို့နံ့သက် ၊ မွှေးထုံချက်သည်
လေထက်မဖောက် ၊ ရာမရောက်ဘဲ
လေအောက်သို့သာ ၊ သွားနိုင်ပါ၏။

* လူတို့သီလ ၊ ကြိုင်ပျံ့ပျမူ
လောကသုံးသွယ် ၊ နိဗ္ဗာန်နယ်ဆုံး
သုံးဆယ့်တစ်ဘုံ ၊ သွားနိုင်တုံ၏။

* ပန်းနံ့ကြိုင်ပျံ ၊ တဒင်္ဂလည်း
သီလမွှေးကြိုင် ၊ ထာဝရတိုင်မို့
မဆုံးနိုင်သင်းပျံ ၊ မြတ်သီလကို
ကိုယ်မှမဖယ် ၊ စိတ်ဝယ်မပျောက်
တည်ဆောက်ခိုင်မာ ၊ ထိန်းစောင့်ပါမူ
သူ့, ငါ ဘဝ ၊ ပွင့်မွှေးကြမည်
ကမ္ဘာ့အဆုံး တိုင်တကား။ ။

လူ့တံတွာ

* လမင်းကိုမြင်
ကြယ်စင်ကို သူမေ့သွား။

* လမထွက်မီ
ဝင်းလက်ကြည် မှိတ်တုတ်အားနဲ့
အဆင်းအတက်မညီ တောတောင်ကြားမှာ
ဝိုးတဝါး ကြိုးစားလှမ်းစဉ်က
လမ်းပြကြယ် အလင်းပေးဖူးတဲ့
ကျေးဇူးကို အပြစ်ဖို့
လူတို့စိတ်ထား။ ။

အတက်နှင့်အဆင်း

* ရောင်နီသစ်ဦး ၊ တောင်တက်ဖူး၍
ကွန့်မြူးထိန်ပ ၊ အားမာန်ပြသို့
ကြွရှုလန်းရွှင် ၊ မြေးရွှေစင်၏
ကြည်လင်မျက်လုံး ၊ နှုတ်အပြုံးကို
မြင်တုန်းခဏ ၊ စိတ်တက်ကြွ။

* အရှေ့မှထွန်း ၊ ဂေါ်ယာယွန်းမည့်
နေဝန်းနီတျာ ၊ လွမ်းဆည်းဆာသည်
မှိန်ပြာအားပျော့ ၊ ရောင်ဝါလျော့သို့
ဖျော့တော့မျက်လုံး ၊ ဘိုးအပြုံးကို
မြင်တုန်းခဏ ၊ စိတ်ဓာတ်ကျ။

* အပြုံးချင်းမတူ ၊ ထိုနှစ်လူ၏
ပြုံးသူမြင်ကွင်း ၊ "အတက်" "အဆင်း"လျှင်
ရင်တွင်းသံဝေ ၊ ရစေတကား။ ။

သံဝေဂ

* နွေပန်းချီ ဖြေမဆည်ဖွယ် လက်ရာစွမ်းပေထင့်
ရွှေရည်ကယ် ပက်ကာဖျန်းသလို
နွမ်းမြက်မြေစာ အခင်းတွေက
လွမ်းအဆင်ဖွဲ့လို့ နိဝါကျုံ။

* နွေတစ်ကြော
ဥသြညို လွမ်းသံဆက်ရှာကြ
ဟောင်းရွက်ဝါ တဖြုတ်ဖြုတ်ကြွေလို့
ရွက်သစ်ဝေ နိမိတ်ပြတဲ့
အနိစ္စ ဒေသနာကို
ဆင်ခြင်စရာ စိတ်အသိအတွေး
သတိပေးနေဟန်။

* ပိတောက်ကယ် ရွှေရင်ခတ်တို့
မြိုင်ရပ်မှာ တသိန်တင့်စွာနဲ့
ထိန်ထိန်ပွင့်ကာ လှလွန်းပေလည်း
နေချိန်မဝ ကြွေရပြန်၊
မြေယံထက် ဆွေးပျက်သွား။

* ပမာအပင်အပွင့် ထုံးလိုပ
တင့်တုန်းမှာ နုရွက်သန်သန်နဲ့
ခက်အနှံ့ပင်ယံမှာ ဖူးပွင့်စေသော်လည်း
တည်မနေ ကြွေ, ပျောက်မယ့် သဘောကိုဖြင့်
စောကြောကာ အမှတ်ယူလို့
စိတ်ဖြူအောင် ခဝါချ
သံဝေဂပွား။ ။

ပြေးမလွတ်သာ

ပြေးမလွတ်သာ

* အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ
စိတ်က ၊ မှန်မှန်ရှုတော့
ဖန်ခါခါ၊ ဖြစ်ချက်တွေကိုလ
စစ်တွက်ပြီး သိလိမ့်မယ်။

* ရှင်၊ ဘဝတာ
တခဏ် မှာဖြင့်
မြင်သမျှ အရာ
ဝက်တဏှာ အတိပိတ်
နိမိတ် လေးပါးနယ်။

* ဘာကိုကွယ်၊
ခင်တွယ် ရမှာလဲ။

* အစီးအပွားလား။
ဇနီးမယားလား။
သမီးသားလား။
စည်းခြားမရတဲ့ ဝေဒနာနဲ့
အပြီးထားဖို့ သေချာတော့
ဆွေတကာ
နေပါစေ၁် တားသော်လည်း
သွားရစမြဲ။ ။

ကျွတ်တမ်း မဝင်သမျှ

* သံသရာ နာရီစက်
  လည်ချက်က ချားပုံ။

* ဝင်သသူ
  မဖြူမိ
  ဘေးရှိမယ် ယုံ။
* တဏှာ လွှမ်းခြုံ
  ဤလူ့ဘုံ ရာဂဝဲ။

* ခေါ်းလည်းပူ
  သွားလည်းပူ
  နားလည်းပူ ဗျာပါဒနဲ့
  ဒုက္ခရော သုက္ခတွေ့
  ငြီးငွေ့ဖွယ်ပဲ။ ။

အကွေ့

* အဟုတ်မှန် ရုပ်နာမ်ရဲ့ ဖောက်ပြန်သဘော
လှန်လှော်ပြီး ကြည့်လိုက်ပါ။
* ညမြင်နေ့ပျောက်လို့
နေ့ပျောက်လို့ ညမြင်တဲ့
မပီပြင်စရာ ဘဝအစုမှာ
အနုသယာ အပူအရှုပ်တွေက
ယူထုတ်ဖို့ ဘယ်မလွယ်
ဇာတိနယ် ရှင်ခဏ
ဝင်ဆ သူငါ။
* ဖြစ်၊ တည်၊ ပျက် ဤခန္ဓာ၊
အစဉ် တွယ်တာ နေသရွေ့။
* စား၊ ဝတ်၊ နေ
တရားလွတ်ဖွေ အခြေကြီးဖို့
နေ၊ မီးလို အပူလောင်ထဲ
မရှောင်ပါ ဇွတ်ဝင်တိုးတဲ့
ပိုးဖလံ တောင်ပံမဲ့လို
နုံနဲ့ ယောင်ချာချာနဲ့
မှောင်ကမ္ဘာ သံသရာဓလေ့မှာ
ကွေ့ပြီးရင်းကွေ့။ ။

ကိလေသာ ထောင်ပိုက်

* လောဘ ဒေါသနှင့်
မောဟကြိုး ပေါင်းဖွဲ့ဆင်။

သုံးပင်လိမ် ထိုထောင်ပိုက်
ယောင်မိုက် တိုးလျှင်။

* လွတ်လမ်းကယ် ဘယ်မမြင်။
ကျွတ်တမ်းနယ် ဝင်ဖို့ခဲ။

* သည်ကြိုး အနှောင်အတုပ်တွေက
လှုပ်လေ ထုံးလေမို့
ရုန်းပွေလည်း အချည်းနှီး
ပတ်ပြီးပတ်မြဲ။ ။

သူတော်စင်မျိုး သေရိုးမရှိ

သူတော်စင်မျိုး သေရိုးမရှိ

* လူအချို့
သူတို့ မကွယ်ခင်။

* သူရို့ရဲ့ အမည်တစ်လုံး
သေဆုံး လျက်ပင်။

* သီလပျက် ထိုဖြစ်အင်၊
စက်နှိုင်းယှဉ် ခွဲခြမ်းကြည့်။

* အနေကောင်းလျှင်လ
အခြေ ပြောင်းပါလို့
သေကြောင်း ဝင်သော်လည်း
သူတော်စင် သူ့အမည်တန်ခိုး
သေရိုး မရှိ။ ။

ဗုဒ္ဓ၏ ဓကန်ဒသသနအမြင်

* မိုးထိတက်ဖျား ၊ တောင်ချွန်းများနှင့်
လူသားဖန်တီး ၊ တိုက်တာကြီးတို့
အံ့ချီးလွန်းလှ ၊ မြင်ကြရသော်
ကမ္ဘာ့အမြင့်ဆုံး ၊ ပြိုင်သူရှုံးဟု
သုံးနှုန်းတင်စား ၊ ခေါ်ဆိုငြားလည်း
မြင့်မားဆုံးမှာ မာန သာတည်း။
* ရေလမ်းကုန်းလမ်း ၊ သွင်ပြင်ဆန်းလျက်
သွယ်တန်းဖောက်ထား ၊ လမ်းတံတားတို့
ကြိုးများသဖွယ် ၊ ရှုပ်ထွေးနွယ်လျက်
အမြင်မယ်ရှည်ဆုံး ၊ သွားမဆုံးဟု
သုံးနှုန်းဆိုထား ၊ မွမ်းတင်ငြားလည်း
ရှည်လျားဆုံးမှာ ၊ သံသရာ တည်း။
* လကွယ်သမယ ၊ မဟူရာညကို
မိုက်တကာ့မိုက်ဆုံး ၊ အမှောင်ဆုံးဟု
လုံးလုံးထင်ယောင် ၊ အမှတ်ဆောင်လည်း
အမှောင်ဆုံးမှာ ၊ မောဟ သာတည်း။
* နေမင်းရောင်ဝါ ၊ ထွန်းတောက်လာသော်
ကမ္ဘာမှဝေး ၊ လင်းအားပေးသည့်

အရေးပါဆုံး ၊ အထိန်ဆုံးဟု
နှလုံးစိတ်တွင်း ၊ ထင်မြင်ခြင်းလည်း
အလင်းဆုံးမှာ ၊ ပညာ သာတည့်။

* မီးတကာ့မီး ၊ ထိုထိုမီးတွင်
နေမီး၊ ထင်းမီး၊ လျှပ်စစ်မီးတို့
ကြီးစွာ့အပူ ၊ ထင်မှတ်ယူလည်း
အပူဆုံးမှာ ၊ ရာဂ သာတည့်။

* ဆဲရေးကြိမ်းဝါး ၊ စောင်းပါးဆိုပြော
ကုန်းချောရန်လုပ် ၊ ထိုသရုပ်ကို
အယုတ်ညံ့ဆုံး ၊ ဆိုသုံးနှုန်းလည်း
အယုတ်ဆုံးမှာ ၊ လောဘ သာတည့်။

* ကျောက်ကျစမ်းရေ ၊ ပင်ရိပ်တွေနှင့်
နှင်းရေခဲပြင် ၊ ထိုသည်ပင်လျှင်
ရင်ထဲအေးပေ့ါ ၊ ဆိုလေကြလည်း
အေးမြဆုံးမှာ ၊ မေတ္တာ သာတည့်။

* ဆင်းရဲနွမ်းပါး ၊ သူဖုန်းစားနှင့်
အသားရောင်မွဲ ၊ အဆင့်ခွဲလျက်
ကဲဆအယူ ၊ နိမ့်ပါးသူဟု
မတူသလို ၊ ဆိုလာလိမ့်လည်း
အနိမ့်ဆုံးမှာ ၊ ဘဝ သာတည့်။ ။

မျိုးစေ့

* အမျိုးဘာသာ သာသနာအနှစ်
သည်အဖြစ် တွယ်ကြပါ။

* ရေခံ၊ မြေခံ
အခြေခံ ကောင်းလေမှ
နောက်ကြောင်း သေချာ။

* မျိုးမနှောင်
ပျိုးထောင် မှန်သောခါ၊
တစ်သွေး၊ တစ်ရောင်သာ ပေါက်ရောက်။

* သည် ဥယျာဉ်
တုမယှဉ် ဖြိုးစိုရဲ့အလှနဲ့
ဗုဒ္ဓအယူ မဟာဂုဏ်က
ကမ္ဘာကုန် ကျယ်သရွေ့
မျိုးစေ့ မပျောက်။ ။

မြန်မာ့ဘဝ၊မြန်မာ့အလှ အလင်္ကာစုံ

ကိုတံငါ

* မှန်းဆလျှင်
အလွမ်းစတွေ ထင်လို့
အသည်းဘဝင် ကျွမ်းချင်လောက်ပါဘိ
ကမ်းအဝင် သောင်ပြင်ဖောက်ပေါ်က
ရှစ်ယောက်ခိုတဲ့ တဲအိမ်ယိုင်။

* တွေးရလျှင်
အဆွေးစ ထင်သည်ကြောင့်
မအေးရင် တွေတွေလည်လည်က
ဖြေမဆည်နိုင်။

* တမ်းတပြန်လျှင်
ကမ်းဝသံလွင် မြစ်တစ်ရိုးမှာ
လှေထိုး ပိုက်ချလို့
ဘဝမပြေ ဝမ်းတစ်လှေအတွက်
ပန်းလေလည်း တက်မကိုင်
ဟိုယိုင်လို့ သည်လူး။

* ငါးပိဖုတ်
အထိထုပ် ဖက်ထမင်းမွှကို
ခံတွင်းချ မဝတဝလွေးလို့

သေးကြိုးငါး လွယ်ပလိုင်းနဲ့
ဈေးဝိုင်းချိန် အမိပြန်ရင်း
ပျံကျမှာ ဗျပ်ထိုးတင်ပါရ
နေဝင်ရီ တဲဆီရောက်တော့
ပေါက်သမျှ မင့်အသပြာကို
မိသားတစ်ဖြာ အနေသာဖို့
အချွေတာဆုံး ဝေပုံနဲ့
မသေရုံ မျှတစားသော်လည်း
ဝမ်းခါး မကူး။ ။

ကဗျာ အင်္ဂါ ရတနာ

* အကွပ် မဲ့ကြမ်း
ပရမ်းပတာ။

* တောင်းမှာအကွပ်
လူမှာအဝတ် ရှိမှသာ။

* ထိုနည်း ဥပမာ၊
ကဗျာမှာ ကာရန်ရှိ။

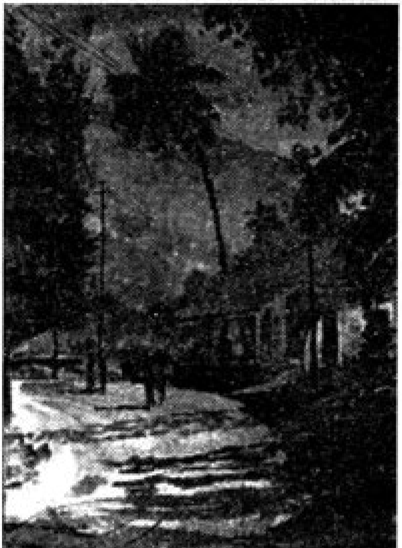
* ဘယ်ကဗျာ အမျိုးအစားကယ်က
ဘယ်စာ အချိုးအသွားတွေနဲ့
အကိုးအကား ကာရန်ချလို့
စံနစ်တကျ သီကုံးတော့
သက်ဆုံးတိုင် လူ့ရင်ထဲ
ထူးကဲ တပ်ငြိ။
စွဲမြဲ ကျန်၏။ ။

မြစ်ချောင်းတို့ရဲ့ အလင်္ကာ

* မြန်မာပြည် အသက်သွေးဖြစ်
သည့်ချောင်း ၊ မြစ် ရေအိုင်တွေ၊
ခက်လက်ဖြာ အားမာန်ပြ
စီးကျ ရစ်ခွေ။
သယ်ဆောင်ခဲ့ သဲ၊ နွံနုန်းမြေ၊
ရွှေခင်းတဲ့ သြဇာသိုက်။
စပါး၊ပဲပြောင်း ဂုန်လျှော်ဝါတို့
စိုက်တိုင်းသာ ဖြိုးမောက်ထွန်း
အမွှမ်း တင်ဖို့ထိုက်။
* မြစ်၊ချောင်း၊အိုင် ပျော်တဲ့ငါး
အားထားစရာ ရေထွက်ကုန်၊
ငါး၊ ပုစွန်၊ ခရု ကဏန်း
အံ့မခန်းစုံ။
မြစ်၊ချောင်း၊အိုင် ကျေးဇူးဂုဏ်၊
များပြားပုံ မမေ့အပ်၊
တာရှည် ရပ်တည်ဖို့
တညီတညာ ကာကွယ်ရစ်
ပြည့် အနှစ်မှတ်။
* ရေကြောင်းယာဉ် လှေသင်္ဘော
မြစ်၊ ချောင်းတစ်ကြော မောင်းနှင်။
အစုန်ဆန် ထိုခရီး

လူစီးကုန်တင်။
တိုင်းပြည်တွက် အသုံးဝင်၊
ကေန်ပင် လူ့အကျိုးဖြည့်။
သစ်၊ဝါးတွေ ဖောင်ဖွဲ့မျှောဖို့
စီးမျှောရေ မြစ် ချောင်းက
အကြောင်းကောင်း အကျိုးရှိ။
* သဘာဝအခြေခံ အစစ်
ရေအရင်းမြစ် သူ့ကလာ။
သောက်သုံးရေ အာဟာရ
ကူမှု ဖြည့်ရှာ။
မြစ်၊ ချောင်း၊ အိုင် ကွယ်လျှင်သာ၊
ရေရတနာ ခန်းပြီပါ့။
စား၊ဝတ်၊နေ ထွေထွေခက်
ပြည့်တွက် ဒုက္ခ။
* လူ့ကုန်ကြမ်း သဲ၊ ခဲ၊ ကျောက်
မြစ်၊ ချောင်းပေါက် အနှံ့မြင်။
အဆောက်အအုံ လမ်းတံတား
အသုံးများ လုပ်ခွင်။
ကျောက်၊ သံ၊ ကြေး ရွှေများပင်၊
မြစ်၊ ချောင်းတွင် စုံစွာရှိ။
စွယ်စုံ ရသမို့
စံပြလို့ စံပြုမှ
ပြည်သူ့ ဝမ်းပြည့်။ ။

ညွန်းဖွဲ့မကုန် မြို့မှုဒုံ



ညွှန်းဖွဲ့မကုန် မြို့မှဒုံ

* ညွှန်းရလျှင်ဖြင့်
ကွန်းအလှ အာကာခင်းတယ်က
လမင်း ပုံပမာ။
ပန်းရဂုံ
* မွှမ်းထုံအဆင် နီ၊ဝါ၊ပြာ၊ညို့ရယ်နှင့်
ဆန်းစုံအပင် စီရရီဖြာ တချို့တွေက
နှစ်မြို့ဖွယ် ကိုင်းဆက်သီးခိုင်မျိုးငဲ့ပြင်
စိုက်ပျိုးခြံ ဒူးရင်း၊ ရာဘာ၊ ကြက်မောက်အခင်းတွေကြောင့်
နံ့သတင်းကျော်လာ။
* လွှမ်းယောင်ယောင်
စခန်းတောင် ကျောက်တစ်လုံးအလှနှင့်
ဂျုံးဂျုံးဂျု ရေတံခွန် အဇင်း၊ ဝင်းဖနံ့၊ ဘင်လှိုင်တို့
အသရေဆိုင် ရှုမငြီးတဲ့ပြင်
ကန်တော်ကြီး၊ ကန်တော်ကလေးတွေက
ကြည်အေးလို့ ရေခွင်သာ
တင့်ပါစ နတ်ကန်တစ်ခွန်း။

* ရွှေးပဝေ
ဝေးလေဟိုချိန် တစ်လီက
မင်းနေပြည် ဘုန်းထိန်ထွန်းတဲ့
မြကွန်းမြေ အောင်တံခွန်မှာဖြင့်
မြို့အစွန် မွန်အခေါ် 'မုဒုံ'ရယ်လို့
ကုံလုံကြွယ် ရွှစရာအခြေမြင့်နဲ့
မယုံစဖွယ် ယခုအခါအနေတင့်ပုံကိုလ
ခွန်းဖွင့်ကာ ဆွယ်မကြွားချင်ဘု
ပွားစည်ဖြိမ့်အုန်း။ ။

ပျံကျဈေးသူ သံသရာ

ပျံကျဈေးသူ သံသရာ

* ရွာဦးကျောင်း တုံမောင်းခေါက်
ကုန်းကြောင်းလျှောက် သုတ်သုတ်နှင်။
ဈေးဗန်း ခေါင်းတင်။
ညကတည်းက စုံအောင်ပြင်
လင်ရှာတဲ့ အရွက်၊ အဖူး၊ အကင်း။
စောစီးစွာ အမီလာရ
ပျံကျ မှာခင်း။
* ဈေးဝယ်သူ မြင်ကွင်း
အရွက်၊အဖူး၊အကင်း လတ်ဆတ်ကုန်။
နှစ်သက်ကြပုံ။
တော၊ တောင်ထွက် သီးနှံစုံ
ခေါင်းချင်းဆုံ လုဝယ်ကြ။
သူတစ်ရာ ငါနှစ်ရာနှင့်
ဗန်းခါ ဗလာကျ၊
* ဈေးရောင်းရ သည်ငွေသား
ဝမ်း၊ ခါးမျှ ဝေပုံဖယ်။
ခြိုးခြံပြီး ဝယ်၊
ပိုလျှံဖို့ သိပ်မလွယ်

နတ်ကျယ်တဲ့ ဝမ်းစာရေး။
တစ်ခါတစ်ခါ အဆင်မချော
ရင်မောရသေး။
* အိမ်ရောက်တော့ သားကမေး
ခါးဝတ်လေး ပါသလားအမေ။
မှာထားတာတွေ။
မပါ ပါသားရေ
ရသရွေ့ငွေ အကုန်လုံး။
ဆန်၊ဆီ၊ဆား ငါးပိဝယ်နဲ့
ဘယ်ကျန်လို့တုံး။
* ချွေစုတဲ့ လုံအိုးကြမ်း
လှမ်းယူကြ ဟိုစင်ပေါ်။
ခွဲကြ တူပျော်။
သားကြိုက်တဲ့ အဆင်တော်၊
ရှာဝယ်နော် သားသဘော။
အမေနဲ့အတူ ဈေးကိုလိုက်
နှစ်ခြိုက်တာ ပြော။
* ပိုရေကျို ချက်လို့ထား
ဆူးပုပ်၊ သခွား တို့စရာ။
ဝိုင်းဖွဲ့ပြီးသား။
ဆန်ကြမ်းချက် ထမင်းမာ
လုတ်စရာ ထည့်ကာလွေး။
အဆာခံ ပိုဟန်ကျ
ဒါမှ ဝမ်းအေး။

* မနက်ဖြန် ရောင်းရန်အတွက်
အသီး၊အနှံ၊အရွက် စုံဖို့လို။
ငန်း စရသကို။
တောင်ထန်းခမောက် ခေါင်းမှာလျှို၊
ပလိုင်းအတို နောက်လွယ်လျက်၊
တလှုပ်လှုပ် တောကိုချဉ်း
ဟင်းစာ အခူးထွက်။
* ပျံကျသမား ဘဝစက်
ရက်ဆက်လှည့် ချားပုံညီ၊
ဝဲဝဲလည်လည်
ချမ်းသာကြောင်း မမျှော်ရည်၊
ဝမ်းတစ်ထွာ စည်ဖို့အရေး၊
နားချိန်ဆို ဘယ်မလဲ
စိတ်ထဲ မတွေး။
* ညဦးနက်အိပ် စောစောထ
ပျံကျတို့ ထုံးစဉ်လာ။
ဖျက် မရပါ။
ပျက်လျှင်တော့ သေချာ
ငတ်ဖို့သာ ပြင်ထား။
သုံးဖော်ဝမ်း သူရို့သရုပ်
လှုပ်လှုပ် ရှားရှား။ ။

ဤနေရာ

* ဤနေရာသည်
တစ်ခါကဆို ၊ မှိုင်းညိုညိုနဲ့
စိမ်းစိုအုပ်အုပ် ၊ သစ်ချုံပုတ်တို့
ရောရှုပ်ထွေးအိ ၊ တောအတိ။

* ဤနေရာသည်
တစ်ခါကလျှင် ၊ ကျား, မျောက်, ဆင်နှင့်
သမင်, ချေ, ဆတ် ၊ ဖွတ်, ပုတတ်တို့
လှည့်ပတ်ကျက်စား ၊ မြူးပျော်ပါး။

* ဤနေရာတွင်
လာရောက်သူများ ၊ ခရီးသွားတို့
နားနားနေနေ ၊ အပန်းဖြေရန်
မြိုင်ဗွေလမ်းဖောက် ၊ ဇရပ်ဆောက်၏။

* ဤလမ်းသစ်တွင်
ခေတ်အဆက်ဆက် ၊ အဖြစ်ပျက်ကြောင့်
လက်နက်ကိုဆွဲ ၊ တုတ်, ဓားဆွဲ၍
သေပွဲဝင်ခဲ့ ၊ သွေးစီးခဲ့၏။

* ယခုအခါ ၊ ဤနေရာသည်
အိမ်ရာကြီးငယ် ၊ လမ်းသွယ်သွယ်နှင့်
ရောင်းဝယ်စည်ကား ၊ လွန်ခမ်းနား၍
ထင်ရှားဝေလွှင် ၊ မော်ကွန်းတွင်သည့်
မြို့ဝင်ဇရပ် ၊ သံဖြူဇရပ်။ ။

လာချင်ပါလှ

* (မှို့ရအဲ) မငေရအောင်
မေတ္တာခေါင်ကြူ ၊ ပျောင်းနွဲ့မှုနှင့်
ချိုးကူသံပမာ ၊ နှုတ်ဝါစာကို
မွန်စွာကြားရ ၊ တဒင်္ဂဝယ်
အလှမွန်မြေ ၊ မွန်မျိုးဆွေ၏
ဆိုနေဆိုမြဲ ၊ ခပ်ဝဲဝဲက
နားထဲမှာချို ၊ ရွှေရင်ဖိုသည်
နာလိုကြားလို ချင်ပါလှ. . .။
* ကိုယ်, နှုတ်, နှလုံး ၊ ယဉ်မှုထုံးနှင့်
သုံးနှုန်းဆက်ဆံ ၊ ပျူငှာသံက
မွန်ဟန်မပျက် ၊ သိမ်မွေ့ညက်သည်
ရက်ရောဖော်ရွေ ၊ မွန်မျိုးဆွေနှင့်
ဒေသမြို့တော် ၊ မော်လမြိုင်ကို
မေ့နိုင်တွေ့ဆိုင် ချင်ပါလှ. . .။
* ဗုဒ္ဓကိုယ်စား ၊ ဂုဏ်တင်ပွားလျက်
တည်ထားကိုးကွယ် ၊ ကျွန်းနုငယ်က
ရေလယ်ပတ်ချာ ၊ အခြေသာသည့်
မင်္ဂလာနိမိတ်ညွှန်း ၊ ခေါင်းဆေးကျွန်းနှင့်
တင့်ရွှန်းဘုန်းလျှံ ၊ ကျိုက်သလွန်ကို
ဖူးပန်ခိဌာန် ချင်ပါလှ. . .။

နေ့ရက်လပြောင်း ၊ နှစ်တွေညောင်းလည်း
နှောင်းတုန်းကာလ ၊ တွေ့ခဲ့ရသည့်
ဆုံခွရေရှင် ၊ ကမ်းရေပြင်နှင့်
သံလွင်တံတား ၊ ရှုခင်းများကို
မေ့အားနိုင်ရက် ၊ မြဲဆက်လွမ်းသည်
လာစမ်းချင်လှ ၊ လာချင်လှ။ ။

တော်သလင်းလ မြန်မာ့အလှမြင်ကွင်း

တော်သလင်းလ မြန်မာ့အလှမြင်ကွင်း

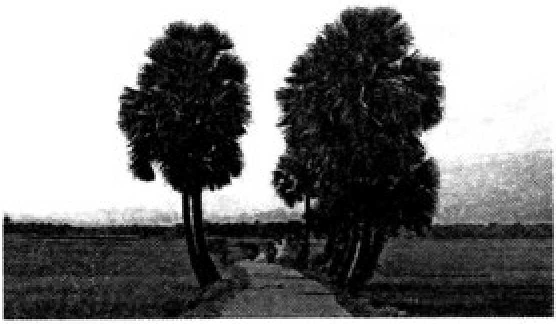
* တော်သလင်းကား ၊ ယင်းမာပန်းမင်း
ကြိုင်သင်းပွင့်ချီ ၊ ကန့်ရာသီတည်း။
* လတော်သလင်း ၊ သစ်ဖောင်ဆင်း၍
တောခင်းတောင်ခွင် ၊ သစ်ဝါးပင်တို့
အားအင်ဖြိုးကြွ ၊ စိမ်းမြမြနှင့်
အလှကျက်သရေ ၊ တင့်လွန်းပေ၏။
* ထိုသော်ကာလ
မြန်မာ့လယ်ခွင့် ၊ ကောက်ပျိုပင်တို့
လန်းရွှင်တိမ်းငုံ ၊ စိမ်းလဲ့လဲ့နှင့်
ယိမ်းနွဲ့ဘယ်ညာ ၊ ကွင်းလုံးဖြာ၏
* ထိုသည့်ချိန်မှာ ၊ တစ်ခါတလေ
ဝဋ္ဋာဗွေတဲ ၊ မိုးရိပ်ကဲ၍
မစဲပြင်းပြ ၊ သည်းလွန်းစမို့
တော်သလင်းမိုး ၊ ကန်သင်းကျိုးဟု
ဆိုရိုးပြုကြ ၊ တင်စားကြ၏။
* ခါတလေလည်း
ဗွေဝဋ္ဋာတွင်း ၊ တိမ်မှုန်ကင်း၍
နေမင်းရောင်ခ ၊ ပူလွန်းစွမို့

တော်သလင်းနေ ၊ ပုစွန်သေဟု
တစ်ထွေဆိုကြ ၊ တင်စားကြ၏။

* မြစ်ရေသင်ဖြူးခင်း ၊ တော်သလင်းတွင်
နေပြင်းသာလှည့် ၊ မိုးရွာလှည့်နှင့်
ကြည်လဲ့မြစ်ပြင် ၊ ရေစီးညင်သော်
ထိုစဉ်မြန်မှူ ၊ တစ်ခုမလေ့
ပျော်မွေ့ယှဉ်နွဲ ၊ လှေပြိုင်ပွဲလည်း
သောင်းသဲဒြိမ့်ညံ ၊ မြစ်လုံးလျှံသည်။

* ဩော်. . .
ထူးဖွယ်ရှုခန်း ၊ စုံထွေပြွမ်း၍
မြစွမ်းလဲ့ရည် ၊ ဆေးပန်းချီသို့
ရာသီအခင်း ၊ တော်သလင်းကား
မြင်ကွင်းအလှ သစ်လွန်းသည်။ ။

ချစ်စရာ အညာတော



ချစ်စရာ အညာတော

* အညာမလေ့
  လာတွေ့ရှုဖြင့် မပြန်နိုင်သတို့။
* ညှပ်တင်
  ပုတတ်ကင် အသားမွှေးမွှေးကို
  ရေနွေးကြမ်း ဝိုင်းမှာပြင်လို့
  တောအသွင် တောမလေ့က
  အငွေ့အသက် မကုန်ခန်း
  ချီးမွှမ်း ရမလို။
* ထန်းတောထွက်
  အညာထန်းလျက် မြမြချို
  ပင်ပျိုသုပ် အမြည်းရံထား။
* ကြွားလိုက် မြှောက်လိုက်နဲ့
  ဟားလိုက် နောက်လိုက်နဲ့
  စားလိုက် သောက်လိုက်နဲ့
  ဂိုက်မပါ ဟန်မရှိ
  ဝိုင်းဖြည့်ကာ ရှေ့နောက်အရေးကို
  အလေးပေး ဆွေးနွေးလိုက်ပုံက
  ဂုဏ်မနေလည်း မဖက်မတွယ်
  စုံမလည်း မဝှက်မကွယ်

တကယ့်တကယ် သမာသမတ်စကား
တရိုးတသား အဖိုးထားလို့
တနိုးတကြား ပွင့်ပွင့်လင်းနဲ့
ခေါင်းချင်းဆုံ အပေးအယူဖလှယ်တဲ့
အညာနယ် သရို့တောသနစ်
ချစ်ဖို့ အကောင်းသား။ ။

သီတင်းကျွတ်အလှ

သီတင်းကျွတ်အလှ

* ဘုံဝရှောထွက်ဝယ်ပ
ပြာမွှတ်လို့ ရွှခန်းတွေ
သာဆွတ်ဖွယ် ထိန်ထိန်ဝေသည်
လစန္ဒေ အဿဝဏ်ကို
နှစ်စုံညီ အလှကျင်းတော့
အခင်းည တူရာသီမှာ
အမြင်ကြည် တင့်ပါဘိလေး။

* သည်ကြဲ့ခါဝယ်
ပန်းကြာငါးမည်
ရနံ့ထုံပွင့်လန်းစီလို့
ဖူးတံချီကောက်ပျို
လယ်တစ်ခို စိမ်းရှင်အလှနှင့်
သုံးလောကထွက်ထား
ရွှာအပြန် ရည်သန်ပွားကြ
ဝပ်တွား ဦးတင်

မီးမြင်းမိုရ် ပွဲသဘင်ကို
ဆင်ယင်ပူဇော်
မြတ်ခါတော်မို့
မွေ့လျော်သောင်းသဲ
စည်မောင်းသံ ညံမစဲရော့
ထူးကဲစဉ်လာ
ရိုးရာပွဲတမွတ်ပေထင့်
ဝါကျွတ်ည မြန်နယ်မှာ
ဆီးမီးကယ် ရောင်စုံတန်းတွေနဲ့
ဆန်းလှတယ်လေး။ ။

လာချင်ပါလှ အမေ့ရွာ

လာချင်ပါလှ အမေ့ရွာ

* တစ်နယ်တကျေး
ဝေးရပ်ဆီ ရွေ့ခွာသော်လည်း
မွေ့စရာ အဖေ့လယ်ယာနဲ့
မလေ့သာ အမေ့ငယ်ရွာကိုဖြင့်
မတွေ့ကြာ စိတ်အတွေးထဲ
ကျိတ်ဆွေးပြီး ခါခါမြင်။

* အရှေ့မြောက် တောင်ညိုတစ်ကြော
အကွေ့အကောက် မြောင်လျှိုပေါ်လို့
သာမောဖွယ် အမြင်ဆန်းပါဘိ
ရာဘာတောကယ် အပင်တန်းတွေက
လွှမ်းအုပ် ဖွဲ့ဆင်။

* အနောက်ဘက် တစ်ခွင်၊
ဆည်တာတင်လို့ ရေလှောင်သုံး။
လယ်ယာပြင်တို့ ရှုမဆုံး။

တောင်ကျချောင်း ရေစီးအခံက
နွေသီးနှံ နှစ်ပြန်စိုက်အားဖြစ်တဲ့ပြင်
သား၊ ငါးစုံ ကုံလုံပေါ်တော့
သည်တောသူ သည်ရွာသားတွေမှာဖြင့်
ထောင်ကြွားစရာ ဝင်ငွေကြောင့်
အဆင်ပြေ တစ်မူဟန်လှ
အယူမှန် အလှူပွဲတွေနဲ့
ပလူပျံ အတူတွဲခဲ့ကြတယ်
နွဲ့သမျှ ပျော်တပြုံး။
ကဲဆ မော်မဆုံး။ ။

လယ်သမားဘဝ

* ငွေအသပြာ အလှမ်းဝေးလို့
အနေချာ နွမ်းဆွေးသည်ကြောင့်
ပြေစရာ ဝမ်းရေးတွက်
ချမ်းအေးအောင် မိုးရွာလည်း
မစိုးပါ လယ်မြေထဲ
အားခဲလို့ ထွန်ရေးဝင်။
* တစ်မိုးနှောင်း ပြန်တော့
ဆောင်းနှင်း ပြိုက်ပြိုက်မှာ
ခိုက်ခိုက်တုန် အချမ်းနာလည်း
ဝမ်းတစ်ထွာ လန်းဖြာနွေးစေဖို့
အအေးကို သူမကြောက်
ကောက် ရိတ်ပွဲဆင်။
* တစ်နွေခွင်
သေချင်အောင်ပ အပူကဲ။
* အသက်အား
တစ်လက်မား ကယ်နဲ့
သက်ထားအဖော်ယှဉ်လို့
နတ်ကျား ခေါ်ငင်လို့
သုတ်ခြေတင် တောကိုချဉ်း
ထင်းခုတ်ဖို့ခဲ။ ။

ဘယ်စာ၊ ဘယ်ပန်းရှိ ရေးမမိ

အနီ၊ အဝါ၊ အပြာဆန်းလို့
ဝေဟင်နန်းက တိမ်ပန်းချီ။
တောင်ကုန်း၊ တောင်စဉ် တောင်စွယ်ချွန်းတို့
ပြာမင်စွန်းလို့ မားမတ်တည်။
ပုထိုး၊ စေတီ သပ္ပါယ်ဝင်းလို့
ဒါနလင်းတဲ့ မြတ်ဌာနီ။
ကျွန်း၊ ပျဉ်း၊ ဝါး၊ အင် ပိတောက်နှော့လို့
သစ်ရာ၊ ကြိမ်တော အုပ်မှိုင်းရီ။
ပဲ၊ ပြောင်း၊ နှမ်း၊ ဝါ ကြံ၊ စပါးက
လယ်ယာတစ်လွှား ဖြိုးမောက်စီ။
ဆိပ်၊ ကျွန်း၊ သဲသောင် အင်း၊ မြောင်ကမ်းနဲ့
ပင်လယ်စခန်း အလီလီ။
မြစ်၊ ချောင်း၊ ရေတံခွန် စိမ့်မြိုင်ကြောက
ရှုဖွယ်အံ့ဩ မကုန်ပြီ။
ဓါင်းမင်းပုံဟန် လည်ဆံနော့လို့
ကြော့ကြော့မော့မော့ မာန်ထက်ချီ။
လူမျိုးပေါင်းစုံ ရည်ဆောင်အားမို့
ညီနောင်သားတို့ စုံလှသည်။
တစ်ယောက်လက်ကို တစ်ယောက်တွဲလို့
ဥမကွဲသိုက်မပျက် လွန်ချစ်ကြည်။

တစ်မိဖွားပမာ တစ်ဖသွေးမို့
နွေးထွေးအသိ စိတ်ဝမ်းညီ။
အရေးကြုံလျှင် သက်လုံကောင်းလို့
စုပေါင်းအားနဲ့ စွမ်းဆောင်သည်။
သဒ္ဒါ၊ သစ္စာ မေတ္တာအမှတ်နဲ့
ပင်လုံစိတ်ဓာတ် ရဲသွေးနီ။
တိုင်းနဲ့ပြည်နယ် အခြေခံပြုတဲ့
ပြည်ထောင်စုကြီး မြန်မာပြည်။
ဒါတို့ပြည် ငါတို့ပြည်။
ဘယ်သို့ပန်းချီ ရေးမမီ။
ဘယ်သို့စာသိ ရေးမမီ။

ဝမ်းစာရေးပေမို့

* ပြည်တစ်ခွင် ပန်းချီမင်ကောက်ရွှေရေးကယ်တို့
မြောက်လေသွေးလို့ ဟိုယိမ်းသည်ယိုင်။

* ဝင်းဆွတ်ဖြူ ဇာကတ္တီခင်းသလိုပ
နှင်းဝတ်မြူ အသာအကြည်ချဉ်းပြန်တော့
အခါရာသီအခင်းရယ်က သဇင်၊ ခွာညိုကြိုင်လှိုင်
မြန်မာပြည်တွင်းမှာလ ချမ်းတုန်မပြေနိုင်၊

* လင်ဦး အရှက်မို့
နှင်းဖူးအမှုန် မြူခြည်ရွှာလည်း
ငန်းတာမှာ ချမ်းစရာမတွေးနိုင်ဘု
ဝမ်းတစ်ထွာ လန်းဖြာနွေးစေဖို့
(လယ်သမားများမှာတော့လေ)
မှန်းကာတွေးလို့ တံစဉ်ကိုင်
မြိုင်လှသည့် ကောက်ရိတ်ပွဲ။

ဟိုအဝေးဆီမှ
ဆိုတေးသီ မူဟန်ချိုတဲ့
ငှက်ပျို့ အို စာတစ်သိုက်ကယ်တို့
အပြုံးပိုက်လာ လယ်ခွင်ချဉ်းစဉ်မတော့
လယ်ကွင်းရှင် စာခြောက်ရုပ်က
ချာန်ထုတ်ကာ ဘယ်လိုပင်ခြောက်သော်လည်း
မကြောက်ပါ 'ကောက်' အစာလွေးမယ်လို့
ပန်းမပေး ဟန်တစီစီနဲ့
'ဝမ်းရေး' မာန်တဖိဖိနဲ့
(စာငှက်များမှာတော့လေ)
လေကြောင်းချီ ယာဉ်ပုံပန်းလိုထင့်
ငန်း ထက်မှာဝဲ။ ။

မိုးဦးအလှ မြန်မာ့ပန်းချီကား

မိုးဦးအလှ မြန်မာ့ပန်းချီကား

* တဖွဲဖွဲနှင့်
ပုလဲအကန့် ၊ ရွဲအကန့်သို့
အနှံ့ဤမြေ ၊ သွန်းဖြိုးစွေသည်
ဒေဝါမုတ်သုန် မိုးနတ်မင်း။

* တဝဲဝဲနှင့်
မျက်ရွှဲပတ္တမြား ၊ သန္တာလားသို့
ပင်ဖျားမှဆင်း ၊ မြေထက်ချဉ်းသည်
အခင်းကတ္တီ ၊ စိန်ပန်းနီ၊

* တခဲခဲနှင့်
ပက်ကြဲဆေးရည် ၊ စိမ်းပန်းချီသို့
စို့ချိုးဖူးညှောက် ၊ လန်းဖြာပေါက်သည်
ခင်းကျောက်မြသွင် ၊ မြက်ခင်းပြင်။

* တမဲမဲနှင့်
မိုးထဲလေကြား ၊ တမားမားတည့်

လှုပ်ရှားထွန်ငင် ၊ လယ်ယာဝင်သည်
ကျေးရှူရှင်လုပ်သား ၊ ဦးကြီးများ။

* တသဲသဲနှင့်
ဖက်လှဲ့တကင်း ၊ ပီတိဝင်းလျက်
ဖူးကင်းထောင်ရာ ၊ ပန်းပမာသို့
လန်းဖြာတင့်မောဲ ၊ ပညာတော၀ယ်
သောသောညံညံ ၊ ဆုံစည်းပြန်သည်
အားမာန်ဝင့်ကြွား ၊ ကျောင်းတော်သား။

* ဩော်. . . မိုးဦးသဘာဝ ၊ အလှစုံတွေ
မြန်မြေရှုခင်း ၊ ထိုမြင်ကွင်းသည်
ရင်တွင်းအေးမြ လွှမ်းတကား။ ။

ဧရာကမ်းက တံငါသည်မအလွမ်း

ဇရာကမ်းက တံငါသည်မအလွမ်း

* တံငါလှေဆိပ် ကမ်းရိပ်မှလျှင်
လှေကိုရေချ ငန်းစဖို့ပြင်
ပလိုင်းလှော်တက် လှေထက်မှာတင်
နေ့စာထမင်း ဟင်းထုပ်ကိုင်င်
ကမ်းမှထွက် ရှေ့ဆက်ခရီးနှင်။

* တစ်လှေတစ်ယောက် ကူထောက်ဖော်ပါ
ငါးဝင်ငါးထွက် ချက်ကောင်းကိုရှာ
ပိုက်ဖုံရေချ ကျနသေချာ
လုပ်ငန်းပြီးတော့ နားပေါ့ခဏတာ
ကျောက်ချရင်း လှေတွင်းစားကြရှာ။

* ငါးသိမ်းချိန်ကောင်း နေစောင်းတုန်းတွင်
ငါးပိုက်ကိုဆွဲ လှေထဲပြုတင်
ပလိုင်းပြည့်လု ငါး ခရုစုံလင်
အချိန်မီလှော်ခတ် ကမ်းစပ်သို့နှင်
အပြန်ခရီး အလောတကြီး ကမန်းကတန်းဝင်။

အိမ်သူနွဲ့နှောင်း လောင်းချဗန်းပေါ်
ရွှာစဉ်တန်းတဲ ငါးဟဲငါးအော်
ဝယ်ချင်သူများ လိုလားကခေါ်
လတ်ဆတ်ငါးမို့ ဝယ်လို့တူပျော်
တံငါမိသား စားကြငါးနုပ်နော်။

* ခါတလေခက် ရေတက်လှိုင်းထန်
ပိုက်ဆွဲရန်တွက် ၊ ရေတက်မအေးမြန်
လှိုင်းလေငြိမ်မှ ပိုက်ဆွဲပိုက်လှန်
မြန်ချိန်ညဉ့်နက် လင်တွက်ပူပန်
ကမ်းမှောင်နံဘေး မျှော်ငေးဇနီးဟန်။
မြန်လာငယ်နိုး တိတ်တခိုးစိတ်ရည်
စိန္တေဘုရား ဦးထားလက်ချီ
ရန်ဘယာဝေး အေးဖို့တိုင်တည်
လှေကမ်းရောက်တော့ ပျော်ပေါ့တစ်လည်
အမှောင်လမ်း ငါးထမ်းပြန်ကြသည်။ ။

စက်စဲကမ်းသာယာ

✱ မိန်ရီရီတိမ်ပန်းချီ ပြာမင်စွန်းရယ်နဲ့
ကျွန်းညိုညို ဟိုဝေးဝေး
ရေးရေးတဲ့ မှိုင်းယောင်ယောင်။

✱ ရေပြာပြာ
ငွေဇာလွှာ လှိုင်းကြက်မြူးကယ်တို့
သိုင်းဂယက်လူးကာ သောင်ခွင်ပေါ်မွေ့လေတော့
လှိုင်းအငွေ့ မှိုင်းဝေ့ရီ မြူနှယ်ဥပြန်ရ
ရွှမကုန် ခရုစုံဖုံဖုံလျှမ်းတဲ့ပြင်
ထင်းရှူးငယ် အုန်းပင်တန်းတွေနဲ့
လွမ်းဖွယ့် ငွေသောင်။

✱ ငှက်ထိုထို လူပုံတစ်နှုန်းပေထင့်
ချစ်ထုံးကို ရည်တူဖွဲ့လေကြ
ခွန်းနွဲ့ပလီပလာ သံသာနှောလို့
ကမ်းတစ်ကြော အလွန်များမြောင်
တစ်ကောင်နောက်တစ်ကောင် ပျံကာဝဲ။

✱ သမုဒ်ပြင်ကျယ်
အလုပ်ယာဉ်ငယ် ရွက်နာဝါတို့
တရွေ့ရွေ့လာ တရွေ့ရွေ့သွားနှင့်
ပုံကားပမာ အလှရှုခန်းရယ်က
အမြင်ကြည်ဖွယ် တစ်သွင်ဆန်းလောက်တဲ့
ကမ်းသာစက်စဲ။ ။

လာချင်ပါလှ

* တစိမ့်စိမ့်တွေး
ရေးရေးရိပ်ရိပ်မြင်ယောင်လာ
ဂိမ္မာန်ခါ လတန်ခူးပေမို့
ပိတောက်ဖူး အခိုင်တွေက
အပြိုင်အဆိုင် လှိုင်လှိုင်ဝေကြတယ်
ရွှေနှင့်ယိုးမှား။

* တစ်သွေးတစ်ဆင် တင်စားရလောက်
တောက်ပဝင်းဝါ အလှဖြာသည်
လေသင့်ရာ ရနံ့မွှေးတော့
အဆွေးသံသရာ စိတ်ရဟတ်ထဲ
ဘယ်ရပ်ဌာနီ ဘယ်ဆီတမ်းလို့
မှန်းတာချဲ့ရ ဟိုရွာအဝေး။

* တစ်ရွာဆီနေ တစ်ရေခြား
လာအားနိုင်ရက် ဆုံချိန်ကွက်လည်း
အမုန်း ဆက်ဆက်မရှယ်
အပြုံးတသက်သက် ဖလှယ်ချင်သူ
အဝေးရောက်လူမှာဖြင့် အယူမပြောင်း
ပြန်ချိန်တော် အခြေမကောင်းတာကြောင့်
နှစ်ဟောင်းကုန် နှစ်သစ်အကူးမှာ
မောင့်ချစ်ဦး မြတ်ပန်းမွှန်ကို
နံ့သာထုံ အတာရေချမ်းနဲ့
ခါခါလေ သွန်းဖျန်းချင်ပါလှ
လွမ်းရတယ်လေး။ ။

ခွာညိုပွင့်ချိန် နှင်းကြွေချိန်

* ပြာသိုခါဆို ခွာညိုပွင့်ရနံ့ကြိုင်
ထူးလှ မြူးကြွ ခူးကြတောဂနိုင်
ခက်ချင်းညှာဆိုင် အပြိုင်ဆင်မြန်း
ဆံထုံးဖွဲ့တင် ပန်းနဲ့ယှဉ်
တောသွင်တောဟန် နန်းဆန်သလိုနှင့်လေး။

* နယ်ချဲ့ပယ်ဖွဲ့ ဖယ်မယ့်အကြံဆင်
ဆက်မနေးအသက်ပေး အခက်အရေးညက်ယှဉ်
သမိုင်းသစ်တင် သခင်တို့အောင်ပွဲ
လွတ်ရေးရယူ မြန်ပြည်သူ
အတူပြုံးစွာ နွှဲကြသည်နှင့်လေး။

* ကျယ်ပြောလယ်တော ခြယ်သောပန်းချီ
တောက်အလှသောက်ကြ တောက်ပရွှေရည်
ပျော်ပေါ့တစ်လီ မော်ပြီတစ်နှစ်
စပါးရိတ်ကာ လယ်သူခမျာ
မှန်းစရာစိတ်ထဲ ဖြစ်မိသည်နှင့်လေး။

* စပါးပေါ်သားတော် တရားပျော်ဖို့ရာ
ရဟန်းခံလမ်းမှန် လှမ်းကြံလို့သာ
လောကတဏှာ လွတ်ပါစေကြောင်း
သာသနာ့ဘောင် သွတ်သွင်းဆောင်
နောင်ခါဘဝကူး ကောင်းစေဖို့လေး။

* တရားမပျက်အမှားမဖက် အားတက်သဒ္ဒါဖြူ
လောဘ၊ ဒေါသ မောဟကင်းသူ
တစ်မူးရမူ ပေးလှူတစ်ပဲ
ရောင့်ရဲတင်းတိမ် တည်တည်ငြိမ်
နှိုင်းချိန်စိတ်ထဲ စွဲထားသည်နှင့်လေး။

* ကျွန်အသွင်နွံတွင် ထွန်ဆင်ရုန်းပုံ
နွားကိုသနားပို သားလိုမြင်ကုန်
ကုသိုလ်အဟုန် တစ်ပုံရရေး
ရေစက်ချကာ သရှိုတွက်တာ
သာဓုနုမောဓနော ပြုပေးရှာသည်နှင့်လေး။
လယ်သူ့မျက်နှာပြုံးရွှင်ကာ သဒ္ဓါစိတ်ထဲ ခိုင်မြဲနေပေါ့အတည်။
လွတ်လပ်ပြည်ရွာ အောင်ကြောင်းဖြာ သံသာခြိမ့်သဲဆင်နွဲလေတော့သည်။

အလကင်္ကာဆန်တဲ့ မြို့မြင်းခြံ

* ပြည်ထောင်စုလမ်း ၊ ရထားလမ်း
ရေလမ်းစုန်ဆန် ၊ အချိန်မှန်
ရွှေမြို့မြင်းခြံ ၊ မြို့မြင်းခြံ။

* ရောမြစ်ကြီး ၊ ရှူမငြီး
ရေစီးကသန် ၊ ကျောထောက်ခံ
ရွှေမြို့မြင်းခြံ ၊ မြို့မြင်းခြံ။

* ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့ ၊ မြတ်ဓလေ့
မမေ့ကျင့်ကြံ ၊ အညာဟန်
ရွှေမြို့မြင်းခြံ ၊ မြို့မြင်းခြံ။

* စေတီတန်ဆောင်း ၊ ဇရပ်ကျောင်း
ရှေးဟောင်းမွေခံ ၊ လက်ရာမွန်
ရွှေမြို့မြင်းခြံ ၊ မြို့မြင်းခြံ။

* ဘာသာတရား ၊ လွန်လေးစား
ပွားများအမြဲ့ဒွာန် ၊ မြတ်နိဗ္ဗာန်
ရွှေမြို့မြင်းခြံ ၊ မြို့မြင်းခြံ

သွင်ပြင်ရိုးသား ၊ ဖြူစိတ်ထား
ဝတ်စားပုံစံ ၊ မဟာဆန်
ရွှေမြို့မြင်းခြံ ၊ မြို့မြင်းခြံ

* လယ်၊ ယာ၊ ကိုင်းလုပ် သီးနှံထုတ်
မဆုတ်အားမာန် ဇွဲစိတ်သန်
ရွှေမြို့မြင်းခြံ မြို့မြင်းခြံ။

* ဖောက်ကားရောင်းချ ကုန်လှယ်ကြ
များလှမြို့ခံ ၊ စည်ကားညံ
ရွှေမြို့မြင်းခြံ မြို့မြင်းခြံ။

မတုန်မလှုပ် ၊ နောက်မဆုတ်
အဟုတ်ပြင်းထန် ၊ ဇာတိမာန်
ရွှေမြို့မြင်းခြံ မြို့မြင်းခြံ။ ။

တောင်ခိုးဝေဝေ ကလောမြေ

* တောင်ခိုးဝေဝေ မြူခြေဆိုင်းလို့
အတိုင်းမသိ တကယ်လှ
ကမ္ဘာ့ဇ ကလောနယ်။

* ကွေ့၊ ကောက် ကွက်ကွင်းတွေနဲ့
တက်၊ ဆင်းမညီ သေလာက
လက်ဖက်ခင်း စီရရီ ဝေဖြာလို့
ကြွေစရာ နေကြာတော
တင့်မော လှတယ်။

* အဆန်းခေါင်
ပန်းတောင် ချယ်ရီနဲ့
စိမ်းတစ်လည် နီတစ်ခါ
ဝါ၊ ပြာကျဲ သီးနှံအခင်းတွေက
တောင်ကွင်းကို ဆေးရောင်ခြယ်
ပန်းချီပုံသဖွယ် အမြင်ဆန်း။

* မနော‌ချို
မောပျို ပါးအို့နီနီတဲ့
ဘိုး၊ဘေး၊ဘီ တောင်ယာငန်းနဲ့
ဝမ်းစာဖွေ အခြေချရင်း
တစ်မူးရ တစ်ပဲလှူတာဖြင့်
ပျူငှာကြ ရှမ်းဘုံလေ့မို့
ကြုံတွေ့တိုင်း မရိုးအီတဲ့
ရှမ်းအိုးစည် ဗေထုံတီးတယ်က
မြေတုန်ဟည်း ဒြိမ့်ဒြိမ့်ညံလို့
တောင်ကမ်းပါးယံ ပဲ့တင်ထပ်
ဝေးရပ် တိုင်လွှမ်း။ ။

တောနော်မန်းတို့ဘဝ အလင်္ကာ

* မြစ်သံလွင် ကမ်းခြေထိပ်
ဖွဲ့ကပင် ရေရိပ်ခလို့
သိပ်လှနေ တော၊ တောင်အခင်းက
မြင်မြင်ချင်း ရင်ထဲအေး
နတ်ရေးတဲ့ ပန်းချီပုံ။

* သာမည စေတီ
ဘုရင့်ညီ ဆဒ္ဒန်ဂူက
ပန်းလေသူ အပူပျောက်ဖို့
တရားဖွေသူ တူရှုလျှောက်ဖို့
ကူထောက်လို့ ကံဆောင်ခေါ်တဲ့ပြင်
သံတောင်နော် တောင်ပေါ်စခန်းဟာဖြင့်
လှမ်းလာသူ အမှန်ပျော်မွေ့
အံ့ဖွယ်မကုန်။

* ဒုံးအက ဖားစည်ဝေ
နှစ်ပြားညီထွေ အဆိုအတီးနဲ့

စည်းဝါးလိုက် ညီညာခုန်
မြေတုန်အောင် မြူးကြွ။

* ဘားအံမြေ
တရားသံတွေ စည်သာပြောလို့
ဝမ်းစာဖွေ လယ်ယာတောက
ပြော၊ နေ၊ ဝတ်၊ ခမျာတို့ဟန်
ခေတ်မဆန် အရိုးဆုံးပုံကို
အမျိုး၊ ထုံး၊ ဂုဏ် အနှစ်ရှာတော့
ချစ်စရာ သရို့အမည်အစမှာ
ဘဝသရုပ်ဖော် စော၊ နော်၊ မန်း
ဆန်း လောက်ဖွယ်ပဲ့။ ။

တော်သလင်းအလှ

* တော်သလင်း
မြေခင်းက စပါးပင်
အားပြည့်လို ရှင်။
လယ်တောခွင်
ခုံမင်တဲ့ လုပ်သား။
ကောက်ပင်ပျို မြလိုစိမ်းပါလို့
ယိမ်းနွဲ့ကာ လယ်မှာဖုံးတော့တယ်
ပြုံးပေါ့ တအား။

* တော်သလင်း
ကြာမင်းနဲ့ ပန်းယင်းမာ
ဖူးပွင့်ဝေဆာ၊
သည်ချိန်ခါ
မြန်မာတို့ ဆင်နွှဲ။
လောင်းလှေသည် ရေပြင်တွဲလို့
ပျော်ဝံချီ ဟန်ညီကျင်းကြတယ်
လှေခင်းပြိုင်ပွဲ။

* တော်သလင်း

မာန်တင်းတဲ့ မိုးဒေဝါ

အားပျော့လို့လာ

မြိုင်ဝနာ

ရှုဖွယ်သာ တင့်မော။

ချောင်းရေပြင် ငွေသွင်ဖုံးပါလို့

ပြည်လုံးခွင် သာစင်အေးတော့တယ်

တွေးမိစိတ်စော။ ။

ပန်းသခင်တို့ အလင်္ကာ

ပန်းခင်းလမ်းကို ဖန်တီးသူ

* အမှောင်ခွင်း ဖျောက်
အလင်းမပေါက်
ထွင်းဖောက်ပေးတာ
မြတ်ဆရာ။
* ကွေ့ကောက်ဆိုတား
ဖြောင့်ဖြောင့်သွား
ညွှန်ကြားပေးတာ
မြတ်ဆရာ။
* ဆိုးပြစ်ကိုရှောင်
ကောင်းကျိုးဆောင်
ထိန်းနှောင်ပေးတာ
မြတ်ဆရာ။
* မုန်းငြိုးချန်လှပ်
ချစ်ကြိုးတပ်
ရစ်ပတ်ပေးတာ
မြတ်ဆရာ။

* လမ်းမှားရှောင်သွေ
လမ်းမှန်စေ
လမ်းရွေးပေးတာ
မြတ်ဆရာ။

* ဘဝမြင့်မြင့်
ဂုဏ်ပန်းပွင့်
စွမ်းမြှင့်ပေးတာ
မြတ်ဆရာ။

* ပုံသွင်း မိဘ
ထပ်တူမျှ
ကြံဆပေးတာ
မြတ်ဆရာ။ ။

ပန်းတို့သခင်

ဥယျာဉ်သာဝယ်
မြေလွှာတူးဆွ
မျိုးစေ့ချစဉ်
အပင်သန်စေ
ပန်းကောင်းဝေဖို့
မြေကျက်မြေဆွေး
သြဇာကျွေး၍
ရေပေးပေါင်းသင်
ပန်းသခင်၏
ကြင်နာပြုစု
မေတ္တာထုလျှင်
ငယ်နုဖူးစ
ပန်းဘဝကို
လှပပွင့်မွှေး ချေတကား။ ။

မြတ်ဆရာဟူသည်

* မြတ်ဆရာဟူ
ပြင်းစွာလိုလား ၊ ပါပတရား၏
မြင့်မားလောဘ ၊ မရှိကြဘဲ
ကိုယ်ရသမျှ ၊ သဒ္ဓါစကို
မျှတစားသုံး ၊ ရောင့်ရဲဆုံးနှင့်
ရှန်းကန်သင်ကြား ၊ အောင်ပွဲများတွက်
ဂုဏ်ပွားကျေနပ် ၊ စိတ်ထားမြတ်သူ။

* ခက်ထန်ကျယ်ပွား ၊ အမျက်တရား၏
ထောင်ထား ဒေါသ ၊ မရှိကြဘဲ
နူးညံ့ညှာတာ ၊ ရက်ရောစွာဖြင့်
မေတ္တာရောင်လျှံ ၊ ချစ်သဏ္ဍာန်ကို
ဖန်ဖန်လက်ကိုင် ၊ စိတ်ထားခိုင်သူ။

* တွေဝေဝိုးဝါး ၊ အမိုက်တရား၏
အမှားမောဟ ၊ မထားကြဘဲ
ပြည့်ဝသိဉာဏ် ၊ ဖွံ့ဖြိုးရန်တွက်
ဖန်ဖန်လေ့လာ ၊ ဆည်းပူးကာဖြင့်
ဖွေရှာဖြည့်တင်း ၊ အတတ်နှင်းသူ။

* တတ်ကြွထောင်လွှား ၊ မာနတရား၏
အတားအငုတ် ၊ ဖယ်ရှားနုတ်၍
ခြေသုတ်ပုဆိုး ၊ မြွေစွယ်ကျိုးသို့
ငုံ့လျှိုးနှိမ့်ချ ၊ စိတ်ဆင်းလှသူ။
ဂါရဝေါစ ၊ နိဝတကို
တိကျပိုင်ပိုင် ၊ လက်ဆုပ်ကိုင်၍
မယိုင်မခါ ၊ ထိန်းစောင့်ကာဖြင့်
ရေသာမခို ၊ ချောင်မသိုဘဲ
ကျိုးလိုဝန်သိ ၊ သစ္စာရှိသူ။
ထိုသည့်ထိုသူ ၊ ဆရာဟူ၏။ ။

လက်ဦးဆရာ

* အပျံသင်စ
ချာန်မဝင်လှ ငှက်ကလုံ။

* လောကကို
သဘောကျသလို ထင်မြင်ချက်နဲ့
ကိုင်းခက်ပေါ် ခြေကုတ်ရပ်
ဟိုကပ်သည်ခုန်။

* ငှက်မကြီး အမေ့ပုံ
မလေ့စုံ သူသင်ကြား။

* ကိုင်းဖျားကိုကန်
နတောင်ပံ အားတင်းခတ်လို့
ကြီးကြပ်သူ ငှက်အမေနောက်
တောက်လျှောက် ပျံသွား။ ။

အလွမ်းနှောင်တာ

* အသိနှောင်းမှ
ခေါင်းလောင်းသံပေး ၊ ကျောင်းဖြစ်ရှေးကို
တွေး၍ပိုးဝါး မြင်လာသည်။

* အဆိုးတစ်သိုက် ၊ အမိုက်ဇာတ်ခင်း
အပ်နှင်းဆောင်တာ ၊ လစ်ဟင်းပါကြောင့်
ဆရာဆုံးမခဲ့ဖူးသည်။

* စေတနာဖြင့်
လိမ္မာကြစေ ၊ ပြုပြင်ပေလည်း
တတ်စေသိစေ ၊ သွန်သင်ချေလည်း
လေပွေရှူးစိတ် ၊ ထိုဇောဟိတ်က
ဆိုးရိုပ်ကိုလျှင် ၊ ကောင်းရိပ်ထင်၍
အမြင်မကွဲ ၊ အသိမွဲလျက်
လမ်းလွဲလိုက်ခဲ့မိကြသည်။

* သောကမှေ့လွှမ်း ၊ ဘဝလမ်းဝယ်
တစ်ခန်းခြေချ ၊ ကျင်လည်ရမှ
ဆရာ မနော ၊ မြတ်သဘောကို
နှိုင်းနှောဆင်ချင် ၊ တွေးသိမြင်ခဲ့။

အမှားသိမှ
သူ၏သစ္စာ ၊ သူ့မေတ္တာလျှင်
ကွေ့ကာလှည့်ပတ် ၊ စီးဆင်းတတ်သည့်
တန့်ရပ်မနား ၊ သီတာလားသို့
မခြားအေးမြ ၊ ငြိမ်းချမ်းစွဟု
ရင်မှလွမ်းသံ ၊ ပဲ့တင်လျှံသည်။

* အမိုက်ဆိုးကို
ကြိမ်မိုးဆုံးမ ၊ ဒဏ်စေခလည်း
ဆရာ့ရင်တွင်း ၊ မြတ်စိတ်ရင်းက
မုန်းတင်းဖွဲ့ခွေ ၊ မရှိချေသား
တတ်စေမြတ်စေ ၊ လိမ္မာစေမည့်
ညင်းလေညှောင်းငြိမ့် ၊ နှုတ်အမိန့်ကို
တစိမ့်စိမ့်တွေး ၊ တရေးရေးမှန်း
ဘဝလမ်းဝယ် ၊ အလွမ်းနောင်တ
ရနေဆဲ။ ။

ပြည်သူ့ဆရာ

* မိုးဦးပုလဲ ၊ ဖြန့်ကြဲသွန်းဖြိုးစွေ
ကျောင်းတံခါးကြီး ၊ ဖွင့်ပြီးတဝေဝေ
မေတ္တာဤမြေ ၊ ပန်းဖြေခိုနား
ပညာနို့အဆီ ၊ သောက်ဖို့ရည်
ကျောင်းဆီ ရောက်လာကြသည်နှင့်လေး။

* ကျောင်းသို့ ချဉ်းစ ၊ နုလှရင်သွေးငယ်
ဘဝပီပြင် ၊ အမြင်သစ်ရန်ရွယ်
ဆရာ့ရင်ဝယ် ၊ ခင်တွယ်မြတ်နိုး
စာပေလည်းသင် ၊ ဆုံးမပြင်
သူလျှင်ရှေ့ဆောင်ကောင်းပေမို့လေး။

* လောကရှေ့ရေး ၊ မျှော်တွေးထာဝစဉ်
ဘက်စုံဖွံ့ဖြိုး ၊ ဆတိုးစေရန်ပင်
ခေတ်လမ်းနှင့်ယှဉ် ၊ အစဉ်ကြိုးစား
လူချွန်လူတော် ၊ ထွန်းပေါက်မျှော်
နောင်သော်ပြည့်ဝန်ထမ်းစေဖို့လေး။

* ကိုယ်ကျိုးမငဲ့ ၊ ချို့တဲ့သူ့ပံ့ပိုးဟန်
တပည့်အတွက် ၊ ထူးလျက်သူ့အားမာန်
ဖွဲ့စိတ်ကသန် ၊ မိုးယံထက်ကဲ
ပြည်သူ့ဆရာ ၊ မြတ်ဆရာ
နှိုင်းကာတင်စား ကြသည်နှင့်လေး။
ဆရာသစ္စာ ၊ နိတျာဝင်းပေါ်အတည်။
ဆရာမေတ္တာ ၊ ပြည်ရွာသင်းတော့သည်။ ။

ရွှေကျောင်းထက်က ခေါင်းလောင်းသံ

* ရွှေရတု
သူ့အခြေ ငါးဆယ်နှစ်
သက္ကရာဇ် ခန်းဝင်။

* အဆင်းရွှေ
ဝင်းနေသူ သူ့နှလုံးက
ဆုံးကမ္ဘာ အယူမှန်ဗွဲ့နဲ့
မြဲခိုင်မာ ပီတိအား
ပျိုးထား လျက်ပင်။

* ရင်မှာသင်း
ကြင်နာခြင်း အတွေးတွေက
ပညာအချင်း မွေးဝေဖို့
သင်ကာအလင်း ပေးနေတဲ့
စမ်းရေအသွေး သူ့ရုပ်သွင်
နှိုင်းမယှဉ် အံ့စတောင်း။

✱ သူ့အပါး
နားလေသူ အကြားအမြင်မကန်းစေဖို့
သွားလေသူ အမှားရင် မလှမ်းစေဖို့
အားတွေကူ အများအစဉ်ချမ်းဖို့
လမ်းညွှန်ကာ အချိန်မှန်စေဆဲ
ရွှေကျောင်းမှ တီးပါရ
မြည်းဟည်းသံ စကြာလှမ်းမယ့်
အစွမ်းပြ ခေါင်းလောင်း။ ။

မြေဖြူလက်၏ပုံရိပ်များ

မြေဖြူလက်နှင့်
နုညက်နုလုံး
ပီတိအပြုံးက
ဆုံးအံ့မထင်
မေတ္တာယှဉ်၍
နောင်တွင်ပြည့်အား
တပည့်များကို
ထူးခြားချွန်မြ
ပုံဖော်ကြရင်း
ရက်လသက္ကရာဇ်
နှစ်များရှည်ကြာ
ရပ်တည်လာလည်း
သူ့မှာမအို
စဉ်နုပျိုလျက်
ကျိုးလိုစိတ်ဓာ
မြတ်သဘောက
မမောမပျင်း
အားသွန်ခြင်းဖြင့်
အလင်းဆောင်ယူ
လမ်းပြကူဆဲ
မြေဖြူလက်၏ ပုံရိပ်များ။ ။

ဆရာ

* လွယ်၍ဝမ်းမှ ၊ မမွေးရလည်းချစ်ခင်
ဝမ်းမှလွယ်ဖွား ၊ သမီးသားများပုံသွင်
ကြီးမားဂုဏ်အင် ၊ သူ့တွင်အတိ
ဆိုရေးရှိသော် ဆိုလို့နော်
မလျော်ဆိုးပြစ် ၊ မငြိစွန်းစေဖို့လေး။

* ဖွေရှာဝမ်းဌ ၊ မကျွေးရလည်းပူ
ဖွေကြကျွေးကြ ၊ မိဘများနည်းတူ
ဖြောင့်မတ်အယူ ၊ ကြည်ဖြူစိတ်ဝမ်း
ခွဲမရပါ ၊ ယှဉ်လျက်သာ
တူရာအစွမ်း ရှိကြသည်နှင့်လေး။

* ငွေကြေးမနေ ၊ မပေးရလည်းလေ
ဘဝတင့်အောင် ၊ ဖမိဆောင်သလိုပေ
တပည့်လေးတွေ ၊ တော်စေဉာဏ်သွေး
ထူးချွန်ဖို့ပင် ၊ အားစိုက်သင်
မြစဉ်ပီတိ ၊ ထွေးထားသလိုနှင့်လေး။

* ကျောသားရင်သား မခွဲခြားမယိမ်းယိုင်
တစ်သားတစ်ဇာတ် ၊ စိတ်မြတ်သူ့မူပိုင်
ဗုလငါးခိုင် ၊ ဖွင့်နိုင်ရန်မှန်း

ရှန်းကန်လို့သာ ၊ ကြိုးစားရှာ
ဆင့်ကာမြင့်စွာ လှမ်းသည်နှင့်လေး။

* မမှုကိုယ်ရေး ၊ မတွေးကိုယ့်တွက်တာ
တပည့်ပန်းများ ၊ ပွင့်ထွားရန်စေတနာ
ဝါသနာ, အနစ်နာ၊ စေတနာနှလုံး
ဘယ်သို့စာချီ ၊ ရေးမမီ
ပန်းချီအလှ ရှုံးရသည်နှင့်လေး။

* နိုင်းသော်နိုင်းရ ၊ ကျောက်ကျစမ်းရေပုံ
ပန်းပျိုးသူရဲ့ ၊ ဖွံ့နွဲ့အလင်္ကာစုံ
ဆပ်၍မကုန် ၊ ဖုံဖုံကျေးဇူး
ဆယ်ဖြာလက်ညီ ၊ ဦးတင်ချီ
အလီလီဖူးမြော် ကန်တော့ကြသည်နှင့်လေး။
* ပူဇာစ၊ ပူဇနိယ မင်္ဂလာ ဖြစ်တော့သည်။
အယူဝါဒ၊ ဖြူသည့်အလှ၊ ထင်ကျန်ရစ်ပေါ့အတည်။ ။

အလွမ်းရင်ထဲက ခေါင်းလောင်းသံ

* ချိုကြည်သည့် ခေါင်းလောင်းသံ
ဒေါင်ဒင်ညံ နံနက်တေး။

* ကျောင်းနေစဉ် ငယ်ဘဝ
တ, လွမ်းမိသေး။

* မြတ်ငါးဂုဏ် ပူဇာစ
ကန်တော့ကြ ယဉ်ယဉ်ကျေး။
ကျောင်းနေစဉ် ငယ်ဘဝ
တ, လွမ်းမိသေး။

* က, ခ, ဂ သံပြိုင်ညီ
သင်္ချာအလီ ဟစ်ကာကြွေး။
ကျောင်းနေစဉ် ငယ်ဘဝ
တ, လွမ်းမိသေး။

* စာရိတ္တ အသိညွှန်
နီတိအမွန် သင်ကာပေး။
ကျောင်းနေစဉ် ငယ်ဘဝ
တ, လွမ်းမိသေး။

ဘက်စုံပြ ကျောင်းပညာ
နွဲ့ပျော်လာ အဖြစ်လေး။

* ကျောင်းနေစဉ် ငယ်ဘဝ
တ, လွမ်းမိသေး။
သိဆိုခဲ့ မက်မပြေ
ကမ္ဘာမကြေ သီချင်းတေး။
ကျောင်းနေစဉ် ငယ်ဘဝ
တ, လွမ်းမိသေး။

* ဟိုဘဝ ငယ်ရွယ်စဉ်
အပူပင် အနှောင်ဝေး။
ပျက်ချိန်တန်
နိမိတ်ကံ ဇရာဖိတော့
စိတ်, ဉာဏ်, ခန္ဓာချည့်ပြီမို့.
အနှောင်အဖြိုတွေနဲ့.
ခေါင်အထိ ပူဗျာပွေလည်း
ခါတလေ ငယ်အကြောင်းဆိုက
ခေါင်းလောင်းသံ ချိုကြည်ငြိမ့်
လွမ်းတစိမ့်စိမ့် တွေး။ ။

ရွှေရတု ကန်တော့ပန်း

* ကြိမ်လာ မသွေယခု
ချိန်ခါ ရွှေရတုပေမို့
ငွေခရုသီတဲ့ သံဆန်းလွှင်
သပြေနုနီနဲ့ အောင်ပန်းဆင်။

* အမြင်ဆန်းပါအိ
သဇင်ပန်း ခွာညိုတွေကြူကြူသင်းတဲ့ပြင်
မြူနှင်းကယ် ဝေ့ဝဲဖြာတော့
အမေ့ခန္ဓာ အသရေတင့်ပါရဲ့
မြင့်မြတ် တော်ဝင်။

* နှစ်ငါးဆယ်ကြာ
ချစ်သားငယ်ပမာ ရင်မှာထွေးလို့
ပညာပေး အလင်းသဘောတူတဲ့
အတွင်းမနောဖြူ အမေ့အသွေးအသွင်
အေးကြည်လင်လို့ ကျောက်စမ်းတမျှ
ဆေးပန်းချီတင်သို့ ဘဝချမ်းစွ။

* အပြုံးမလပ်ပေဘု
နှလုံးအမြတ်ကယ်နဲ့
မမုန်းတတ်တဲ့ အမေ့အရိပ်အောက်
ရောက်ချင်သူ တပည့်အပေါင်းတွေက
အသိလောင်း ဆုံတည်ရှာလို့
ဂုဏ်ထည်ဝါ အမေ့ကျေးဇူးကိုဖြင့်
စုံညီညာ အတွေ့ထူးတွေနှင့်
ပြုံးချိုက အကြိမ်ကြိမ်ဖူးသော်လည်း
(တပည့်များမှာတော့လေ)
ဦးခိုက် မဝ။ ။

ဥယျာဉ်မှူး၏ပီတိ

* တစ်ပင်နှစ်ပင် ၊ သုံးလေးပင်
ပန်းပင်တွေးပြား ၊ မြေခင်းကြား
ငွားစွင့်လန်းဖြာ ၊ သူ့ရင်လွှာ
ကြည်သာနွဲ့ယိမ်း ၊ အလှပိန်း
စိမ်းပြီလေ့ ၊ စိမ်းပြီလေး။

* တစ်ငုံနှစ်ငုံ ၊ သုံးလေးငုံ
ဖူးငုံတွေပြား ၊ ပင်တံကြား
ဆင့်ပွားလန်းဖြာ ၊ သူ့ပင်မှာ
ဝေဆာဖွံ့ဖြိုး ၊ အလှတိုး
နိုးပြီလေ့ ၊ နိုးပြီလေး။

* တစ်ပွင့်နှစ်ပွင့် ၊ သုံးလေးပွင့်
ပန်းပွင့်တွေပြား ၊ ညှာတံဖျား
ပွင့်ဖွားလန်းဖြာ ၊ ဥယျာဉ်သာ
ဖြူ၊ ပြာ၊ ဝါလျှမ်း ၊ စုံတွေပန်း
ဆန်းပြီလေ့ ၊ ဆန်းပြီလေး။

တစ်ခင်းနှစ်ခင်း ၊ သုံးလေးခင်း
ပန်းခင်းတွေပြား ၊ ဥယျာဉ်ကြား
ဝင့်ကြွားလန်းဖြာ ၊ ရှုချင်စရာ
ဆောင်ရာလေသွေး ၊ ရနံ့အေး
မွှေးပြီလေ့ ၊ မွှေးပြီလေး။

* ကျန်းမာလန်းဖြာ ၊ ပန်းကမ္ဘာ
ထည်ဝါလှပ ၊ ရှုမဝ
ချမ်းမြကြည်နူး ၊ ဥယျာဉ်မှူး
ပျော်မြူးမဆုံး ၊ မော်မဆုံး
ပြုံးပြီလေ့ ၊ ပြုံးပြီလေး။ ။

တို့ရေတို့မြေ
တို့အခြေ တို့အမွေကို
ကျိုးကြောင်းဖွေ ညီတူညီလို့
ထိပါးသူ ဘယ်ရပ်ခြားသော်မှ
စော်ကားမခံ တို့မာန်ပြည့်
တို့သတ္တိသွေး။ ။
(သတ္တိသွေး. . . . ကဗျာမှ)

သတ္တိသွေးနှင့် ဓမ္မအလှ မြန်မာ့အလှ
ဆရာ့ဘဝ ကဗျာများ

မင်းချစ်ကွန်း (ဆံမြို့ဇရပ်)