စာပေဗိမာန် စာမူဆုရ

နှင်းနုည အလှဖူးသစ်
ကဗျာများ

ဇာနည်

၂၀၀၃ ခုနှစ်၊ စာပေဗိမာန် စာမူဆု
ကဗျာပေါင်းချုပ်၊ ပထမဆုရ

နှင်းနုည အလှဖူးသစ် ကဗျာများ

ဇာနည်

စိစစ်တည်းဖြတ်သူ – တက္ကသိုလ်ဆန်းတင့်နိုင်
(စာတည်း)

စာပေဗိမာန်ထုတ် ပြည်သူ့လက်စွဲစာစဉ်

၂၀၀၅ ခုနှစ်၊ ပထမအကြိမ်၊ အုပ်ရေ – ၁၀၀၀

တန်ဖိုး (၂၀၀) ကျပ်

ပုံနှိပ်ရေးနှင့်စာအုပ်ထုတ်ဝေရေးလုပ်ငန်း
စာပေဗိမာန် စာတည်းမှူးချုပ် ဦးမောင်လှိုင်(မောင်ဆွေငယ်) က
မှတ်ပုံတင်အမှတ် ၀၇၄၉၂ ဖြင့် ပုံနှိပ်၍
မှတ်ပုံတင်အမှတ် ၀၃၉၁၁ ဖြင့် ထုတ်ဝေသည်။

ကွန်ပျူတာစာစီ .... ဗဟိုပုံနှိပ်စက်ရုံ

မာတိကာ

စဉ်	ကဗျာအမည်	စာမျက်နှာ
၁။	ကြည်မွေ့မြေ	၁
၂။	ထိုမေတ္တာ	၂
၃။	တဒင်္ဂ	၄
၄။	အညာထနောင်း	၅
၅။	ဆန္ဒ	၆
၆။	မျှော်လင့်ရာ	၇
၇။	အတ္တဆူး	၉
၈။	ကျေးဇူးဂုဏ်မဟာ	၁၁
၉။	နွယ်	၁၃
၁၀။	သာစွာအလှမြေ	၁၅
၁၁။	လွမ်းရိပ်ည	၁၇
၁၂။	ဤလူ့ဘုံ	၁၈
၁၃။	ကဗျာပါရဂူ	၂၀
၁၄။	ရန်သင်းသည့် မနှင်းဆီ	၂၂
၁၅။	ရက်ဖွယ်ခရီး	၂၄
၁၆။	ငြိမ်းချမ်းရှင်	၂၆
၁၇။	ရွှေရပ်မြေ	၂၈
၁၈။	ငယ်ဘဝ	၃၀
၁၉။	နွေဦးည	၃၁

၂၀။ သည်းခံခြင်းကမ္ဘာ ... ၃၂
၂၁။ မြင့်မြတ်နှလုံးသား ... ၃၄
၂၂။ ရမ္မက်ခရီး ... ၃၆
၂၃။ ညှို့သည်တွေ ... ၃၇
၂၄။ ပန်းတို့ဇာတ်ခုံ ... ၃၈
၂၅။ စရိုက်ဖြူ ... ၃၉
၂၆။ အလှမိုးဦး ... ၄၁
၂၇။ ဝတ်နှင့်ဝင်္ဂ ... ၄၂
၂၈။ လှစမ်းပါ့ မစံပယ် ... ၄၃
၂၉။ တို့ဂုဏ်ရည် ... ၄၄
၃၀။ နွေကြိုပြန်း ... ၄၅
၃၁။ ချိန်မနှောင်းမီ ... ၄၆
၃၂။ မိုက်အမှောင်မှား ... ၄၈
၃၃။ လှရိပ်အညာ ... ၅၀
၃၄။ ရနံ့မွှေး ... ၅၂
၃၅။ ပြည့်ရတနာ ... ၅၃
၃၆။ လွမ်းရဲ့သူ ... ၅၄
၃၇။ လှေအိုရှင် ... ၅၆
၃၈။ ကြွနွေရှင် ... ၅၇
၃၉။ လူ့ဘဝ ... ၅၉
၄၀။ မွှေးရပ်ပန်းချီ ... ၆၁
၄၁။ ခေတ်သမိုင်း ... ၆၃
၄၂။ အို . . . ငှက်ကလေး ... ၆၄

၄၃။	မိုက်	...	၆၆
၄၄။	အလွမ်းရှင်	...	၆၇
၄၅။	ဂုဏ်အင်စွမ်းသည့် မျိုးမြန်မာ	...	၆၈
၄၆။	လမ်းခွဲ	...	၆၉
၄၇။	ခရီးလက်မှတ်	...	၇၀
၄၈။	အလွမ်းမဲ့	...	၇၂
၄၉။	အချိန်အခါ	...	၇၃
၅၀။	နေ့များစွာ	...	၇၅
၅၁။	သားနှင့်အဖေ	...	၇၆
၅၂။	လောကလူ	...	၇၈
၅၃။	ပန်းအလင်္ကာ	...	၇၉
၅၄။	ရွာသမီးပျို	...	၈၀
၅၅။	ထိုတစ်နေ့	...	၈၁
၅၆။	လမ်းဘေးအေးရိပ်	...	၈၃
၅၇။	လွမ်းဖွဲ့မမီ	...	၈၄
၅၈။	မှာတမ်း	...	၈၅
၅၉။	ဝါကျွတ်တို့အလှ	...	၈၆
၆၀။	ထိုလမ်းပေါ်	...	၈၇
၆၁။	မောင့်အညာ	...	၈၈
၆၂။	လှမ်းခဲ့ပါ့ သဟာဆွေ	...	၈၉
၆၃။	ငြိမ်းချမ်းကမ္ဘာ	...	၉၁

ကြည်မွေ့မြေ

● ရာသီမျှတ၊ သဘာဝနှင့်
အလှစုံလင်၊ သည်ဝန်းကျင်မှာ
သန့်စင်မွေးဖွား၊ ငါ့အင်အား။

● ဓလေ့ဘာသာ၊ ရေတနာနှင့်
သစ္စာဖူးပွင့်၊ စွမ်းရည်မြင့်လျက်
ကိုယ်ကျင့်တရား၊ ဂုဏ်မြင့်မား။

● ကြင်နာယုယ၊ မွေးချီမြသည့်
မိဘမေတ္တာ၊ ရင်ငွေ့လွှာနှင့်
ငါသည်ဝင့်ကြွား၊ မဟာအား။

● ထူးကဲစေတနာ၊ မြတ်ဆရာ၏
ဩဝါဒမိန့်၊ ရသာဆိမ့်ကို
မှတ်စိမ့်ဆင့်ပွား၊ နှလုံးသား။

● ချစ်ခြင်းကြင်နာ၊ ရိုင်းပင်းကာနှင့်
ပျူငှာဓလေ့၊ ဝန်းကျင်ငွေ့ဝယ်
ကြည်မွေ့ရှိုးသား၊ စွမ်းပကား။

● ဝန်းကျင်လောက၊ ရောင်သွေးကြွ
အလှလွှမ်းခြုံ၊ တို့ရိပ်မြုံ
ဂုဏ်ယူဝမ်းမြောက်၊ ငါလှမ်းလျှောက်
ဝမ်းမြောက်ဂုဏ်ယူ၊ ငြိမ်းအေးမူ
သည်းအူဝိုင်းစိုင်း တာသိမ့်သိမ့်။ ။

ထိုမေတ္တာ

□ ဆက်ထုံးမအေး၊ လက်ရုံးသွေးကို
သောက်ရေးပြင်းလတ်၊ ချင်ခြင်းတပ်သော်
မင်းမြတ်ဗိမ္ဗိ၊ မေတ္တာပြည့်လျက်
သောက်ဘိနှမ ဝေဒေဟီ။

□ တစ်ဖက်ကမ်းခတ်၊ ဗေဒင်တတ်သည့်
မြတ်သည့်ဟူးရား၊ ပုဏ္ဏားများက
ပြတ်သားဖွင့်ဟ၊ ဟောကိန်းပြသည်
အဖသတ်မည့် သားတော်ပင်။

□ မချိထိတ်လျက်
စိတ်လက်မကြည်၊ ဝေဒေဟီ
ကြံစည်ဖွေလျက်၊ သန္ဓေဖျက်ဖို့
လက်သည်မျိုးစုံ၊ နည်းမျိုးစုံနှင့်
ခွင့်ကြုံလေတိုင်း၊ ဆုတ်မဆိုင်း။

□ ခေါင်ဖုရားမဟောသီ၊ ဝေဒေဟီ
ကြံစည်စိတ်ရိုင်း၊ ခေတ္တာဆိုင်းလော့
နိုင်းဆမဖြစ်၊ သားရင်နှစ်ကို
ချစ်ခြင်းပွဲ့သီ၊ ဘယ်သို့မိပ်၊
ရေကြည်ချမ်းမြ သော်တာလ။

□ ခေါင်ဖုရားမဟောသီ၊ ဝေဒေဟီ
ဒွေလည်စီးဆင်း၊ အေးမြခြင်းဖြင့်

ရင်တွင်းမှစမ်း၊ မေတ္တာပန်းကို
မခန်းစေလို၊ မနွမ်းလိုဘူး
သတ်လိုကသော၊ ထားလျှင်နေပေါ့
ငွေယုန်ပဝင်း၊ သားလမင်းကို
ရင်တွင်းလိုက်ဖို့ ချစ်အားပို။

□ ဗိမ္ဗိသာရ

အဖမေတ္တာ၊ ဤကမ္ဘာ၌
နှိုင်းရာမလွယ်၊ ပြယ်ရာမရှိ
ကြီးဘိဖော်ညွှန်း၊ မွန်မြတ်လွန်းသည်
ထွန်းပရောင်ရှိန် တာထိန်ထိန်။ ။

တဒင်္ဂ

* လောဘလေကြမ်း၊ ထင်ကိုင်းရမ်းခဲ့
လမ်းမှန်းမသိ၊ ကမ်းမရှိ။
* ဒေါသမြွေဟောက်၊ ထင်တိုင်းပေါက်ခဲ့
ဆောက်တည်မရ၊ မာန်ထောင်ကြွ။
* မောဟမျက်ကန်း၊ ထင်တိုင်းလှမ်းခဲ့
နွမ်းရိစရိက်၊ မှောင်အမိုက်။
* လောဘ ဒေါသ
မောဟလွှမ်းကဲ၊ အတ္တဝဲ၌
အစွဲကြီးမား၊ မာန်ထောင်လွှားလျက်
တရားမယှဉ်၊ အမှားညှဉ်နှင့်
ထင်ရာလှမ်းလျှောက်၊ အစွန်းရောက်သော်။
* ဝန်းကျင်လောက၊ သဘာဝနှင့်
အလှုမှုဟန်၊ အကျည်းတန်လိမ့်
ဉာဏ်သတိရှု၊ ဆင်ခြင်ပြုမှ
လူ့ကုံခဏ၊ တဒင်္ဂကို
အေးမြငြိမ်းချမ်း သာယာလိမ့်။ ။

နှင်းနုညအလှ ဗိုလ်ဆ ဘချာချာ

အညာထနောင်း

◈ မုတ်သုံအဖွင့်၊ ဆီးကြိုလင့်၍
မိုးပွင့်ခုန်ပေါက်၊ မိုးရေသောက်လျက်
ညွှန့်ညှောက်လွန့်လူး၊ ပုရစ်ဖူးတို့
ရှင်မြူးရွက်ဖား၊ ဖူးပွင့်များနှင့်
ဝင့်ကြွားနေသော မိုးသစ်ပင်။

◈ မြောက်လေအပင့်၊ ဆီးကြိုလင့်၍
နှင်းပွင့်ခုန်ပေါက်၊ နှင်းရေသောက်လျက်
ညွှန့်ညှောက်လွန့်လူး၊ ပုရစ်ဖူးတို့
ရှင်မြူးရွက်ဖား၊ ဖူးပွင့်များနှင့်
ဝင့်ကြွားနေသော ဆောင်းသစ်ပင်။

◈ မိုးကိုမလင့်
နှင်းပွင့်မမှု၊ နွေအနံ့တု၍
ရွက်နုသစ်လှ၊ စိမ်းမြမြဝေ
နွေနေကြမ်းကြမ်း၊ လေပွေရမ်းနှင့်
လမ်းဘေးလွှင်ပြင်၊ အေးရိပ်ဆင်သည်
တစ်ပင်ထနောင်း၊ ဂုဏ်ယူကြောင်း။
အညာမိတ်ဟောင်း၊ ပင်ထနောင်း။
အားကျမိကြောင်း၊ ဇွဲမာန်ကောင်း။ ။

ဆဒ္ဒန်

✦ တောတောင်ဖုံးလွှမ်း၊ ပင်လယ်ကမ်းနှင့်
စိမ့်စမ်းရေကြည်၊ မြစ်နဒီနှင့်
ရာသီမျှတ၊ သဘာဝလျှင်
အလှဂုဏ်မြင့်၊ ရှုတိုင်းတင့်၏။
✦ ကိုင်းကျွန်းလယ်ယာ၊ မြကမ္ဘလာနှင့်
ရိက္ခာသီးနှံ၊ ပေါ်ပြည့်လျှံ၍
သယံဇာတ၊ သဘာဝလျှင်
အလှဂုဏ်မြောက်၊ ရှုတိုင်းတောက်ခဲ့။
✦ ဗုဒ္ဓရောင်ဝါ၊ သာသနာနှင့်
ရတနာစုံ၊ ကျင့်မြတ်ထုံ၍
နိုလုံအေးမြ၊ သဘာဝလျှင်
အလှဂုဏ်ရပ်၊ ရှုတိုင်းမြတ်ခဲ့။
✦ ခလေ့ရိုးရာ၊ အကြင်နာနှင့်
မေတ္တာလွှမ်းခြုံ၊ တိုင်းရင်းစုံတို့
ရိပ်မြုံမျှတ၊ သဘာဝလျှင်
အလှဂုဏ်မွေး၊ ရှုတိုင်းအေးခဲ့။
✦ သံသရာထိုထို
ကုသိုလ်လွှမ်းသစ်၊ လူပြန်ဖြစ်သော်
စင်စစ်ခိုင်ကျည်၊ မွေးပျံ့တည်သည့်
ရွှေပြည်သဘာဝ၊ ဤမြေလှ၌
ဘဝဆက်တိုင်း ဖြစ်လိုဘိ။ ။

နှင်းနုညအလှဖူးသစ် ထားရှားရှား

မျှော်လင့်ရာ

✦ အို . . . ပန်းကလေး၊ ရောင်အသွေး
ပျံ့မွှေးဂုဏ်ဆင်၊ ဣန္ဒြေရှင်
ချစ်ခင်ယုယ၊ မြတ်နိုးကြ
ဘဝလှပ၊ ငါ့အားကျ။

✦ အို . . . ငှက်ကလေး၊ သင့်အတွေး
သင်မေးပြောဆို၊ စကားချို
အလိုပြည့်ဝ၊ ငါ့ဘဝ
အလှတရား၊ တကယ်လား။

✦ အို . . . ပန်းကလေး၊ လေနအေး
ချိုတေးဆိုဖွဲ့၊ လှုပ်ယမ်းနွဲ့
ပန်းရဲ့အလှ၊ ပြုစုကြ
သင့်ဘဝခိုမင်၊ ဖြစ်စမ်းချင်။

✦ အို . . . ငှက်ကလေး၊ သင့်အတွေး
ပျံ့မွှေးဂုဏ်အင်၊ အလှရှင်
သင်ထင်သည်ကို၊ ပြစ်မဆို
ငါ့ကိုအံ့ချီး၊ အထင်ကြီး
ရှုမငြီးဖွယ်မြင်၊ ကျေးဇူးတင်
သွားချင်မရ၊ ရပ်တည်ရ
ရွေ့မရစရိုက်၊ ငါမကြိုက်
တိမ်တိုက်ရှိရာ၊ ကောင်းကင်ပြာ

လိုရာပျံသန်း၊ တေးဆိုလွှမ်း
စွမ်းရည်မြင့်ကြွ၊ တောင်ပံလှ
ငါကလိုချင်၊ ဖြစ်စမ်းချင်
အသင်ငှက်ကလေး၊ ခဏပေး
ချစ်တေးဆိုဖွဲ့၊ ပျော်ချင်ရဲ့။ ။

အတ္တခူး

* ဘဝအတွေ့နယ်ပယ်
နေအငွေ့ဆွယ်ဆွယ် အသွယ်အဝိုက်တွေကြောင့်
ခဏာမွေ့ဖွယ် အလွယ်မင်္ဂက်ပါနှင့်
မဖွယ်စရိုက်တွေက အဖုံဖုံ။

* ကွေ့အမှောင်
ငွေ့အနှောင် အမြင်ဆန်းပါလို့
တွေ့မရှောင် တမင်လှမ်းရင်ဖြင့်
ဘဝင်နွမ်းစရာ ထိုနယ်ပယ်၌
ဆိုစဖွယ် အမိုက်ဖက်လေတော့
အငိုလွယ် အရှိုက်ခက်ပေလိမ့်
အတက်အကျလှူဘုံ။

* ဉာဏ်အလင်းတွေနှင့်
ကံမငြင်းဆို အခါသင့်ရင်ပေါ့
အမှန်ပြတင်းကို အသာဖွင့်ပါလို့
မာန်မတင်းလို စာနာကျင့်ပေမှ
အသင့်အနေအလှ သည်ဇာတ်ခုံ
ချင့်ဖွေဆ မတည်ရပ်မြို
ကကြိုးစုံလို့ မောဟိုက်နွမ်း။။

* အလိုဆိုးတွေနှင့်
ကိုယ့်အကျိုးကို ရှေ့တန်းတင်လို့
အသွင်အပြင် အကြွားအနွဲ့တွေနှင့်
မဆင်ခြင် အများမငဲ့ရင်ဖြင့်
ကွယ် . . . မှားခဲ့ခြေလှမ်း။ ။

ကျေးဇူးဂုဏ်မဟာ

▲ သုံးပုံပိဋကတ်၊ ထွတ်မြတ်သာသနာ
ပိုက်မှောင်ပယ်ခွင်း၊ ထိန်လင်းခုချိန်ခါ
ပြည်လှမြန်မာ၊ ကုသလာပြည့်ဖြိုး
ကျင့်မြတ်သိမှန်၊ မွေ့လျော်စံ
ရပ်ဌာန်ငြိမ်းအေး မိုးရယ်နှင့်လေး။

▲ ပါရမီဖွံ့ဖြိုး၊ ကောင်းကျိုးဆင်ခြင်ကာ
အသိထူးကပ်၊ ပင်းမြတ်အနော်ရထာ
အရိမဒ္ဒနာ၊ ပုဂံရာမ
ပထမတည်၊ နိုင်ငံပြည်
ရောင်ခြည်မျှော်တမ်း တ,သည်နှင့်လေး။

▲ မလျော်အခမ္ဘ၊ ထွန်းပအစဉ်လာ
ခိုမှီသမထီး၊ အရည်းကြီးသာသနာ
တပည့်များစွာ၊ ဂါထာမန်းရွတ်
ထိမ်းမြားမင်္ဂလာ၊ ပြုသောခါ
ထူးစွာပန်းဦး လွှတ်သည်နှင့်လေး။

▲ မာယာအာကာတ်၊ လွှမ်းပတ်ကျင့်စဉ်
ဘုရင်မင်းတရား၊ အမှားထိတ်လန့်မြင်
ကြောင်းရင်းစုံလင်၊ တွဲယှဉ်မျှော်တာ
ထေရ်ရှင်အရဟံ၊ ပြည်ပုဂံ
လမ်းမှန်ညွှန်ပြ ကြွသည်နှင့်လေး။

▲ တရားဓမ္မ၊ ထွန်းပလွှမ်းမြို့
သာသနာပြန့်ပွား၊ စွမ်းအားအဖိုဖို
ပိဋကတ်သုံးပုံ၊ သထုံမှပင့်
ပရိယတ်အခြေခံ၊ ဝင်းထိန်လျှံ
လမ်းမှန်အမြတ်၊ ကျင့်သည့်နှင့်လေး။
▲ ဘုန်းနှင့်ကံနှင့်၊ ကြီးမြင့်ရာဇာ
တွန်းလှန်ဖျက်ဆီး၊ အရည်းကြီးသာသနာ
ဗုဒ္ဓဒေသနာ၊ ရတနာအစစ်
စီးပွားချမ်းသာ၊ ညီညွတ်စွာ
ပြည်ရွာတည်ထောင် ချစ်သည့်နှင့်လေး။
▲ အားသစ်ဝေဖြာ၊ သာသနာထိန်ဝါလင်းခဲ့သည်။
ကျေးဇူးစုံစွာ၊ ဂုဏ်မဟာ ဘယ်ခါမမေ့အပ်ပြီ။ ။

နွယ်

တလင်းပြောင်
ကွင်းခေါင်ခေါင် အသွင်ခရီး
တစ်ပင်တည်း မဟုတ်ပေ။

တောရိပ်ညို
စိမ်းစိုစို ပေါင်းစုအားတွေနှင့်
အမြင်မခြား မွေးလိုင်ကြူလို့
မနေးကြည်ဖြူ အတူတကွရယ်ပေါ့
အေးအတူ ပူအမျှပါပဲ
အပေးအကူ အယူအဆတွေနှင့်
မူအလှ မပြိုငြင်ပါဘူး
တစ်ပင်ကို တစ်ပင်ယှက်တယ်
အသွင်ချို အစဉ်ဆက်နွယ်
ခက်လက်ဖြာဝေ။

အခြေမစမ်းပါနှင့်
လေသရမ်း မရှက်ဘဉ်တို့
အဖျက်ဆင် အပြင်းတိုက်သော်လည်း
မပျက်အစဉ် အလျဉ်းမငိုက်ပါဘူး
ဦးမခိုက် မတွေဝေ
အားမာန်တွေအပြည့်။

၄ စည်းလုံးညီ
ကမ္ဘာတည် အလှ္ဘာမခြားပါဘူး
သဘာဝအား အကြင်နာနှင့်
အလှတရား မယှဉ်သာ၍
အစဉ်အလာ ဂုဏ်မချို့တယ်
တို့ရဲ့သတ္တိ။ ။

သာခ အလှမြေ

✧ တောင်တန်းပေါ် တောင်တွေဆင့်
တောင်အမြင့် တောင်ထွတ်တင်၊
မိုးငွေမြူ ရောယှက်ထွေး
နှင်းဖွေးဖွေး ရေခဲပြင်။
တောင်တံတိုင်း ပြာမှိုင်းလွင်
ဝိပြင်သည့်အလှ၊
စခန်းမြေ ကွန်းတစ်ထောက်
ရောက်ဖူးပါစ။

✧ လှိုင်းပြာပြာ လှိုင်းတွေဆင့်
လှိုင်းအမြင့် လှိုင်းလုံးတင်၊
မြူမင်းလွင် ရောယှက်ထွေး
လှိုင်းဖွေးဖွေး ပင်လယ်ပြင်။
မိုးကုပ်စက်ဝိုင်း ပြာမှိုင်းလွင်
ကြည်လင်သည့်အလှ၊
ရှခင်းကြွယ် ပင်လယ်ကမ်း
လှမ်းဖူးပါစ။

✧ တောညိုညို တောယှက်သိုင်း
တောနက်ရှိုင်း တောသာခေါင်၊
တောတစ်ခွင် မှိုင်းမှိုင်း
စိမ်းညိုရိုမှောင်။

စိမ့်စမ်းနှင့် ချောင်းလျှိုမြောင်
နေရောင်ပင်မခ၊
သားငှက်စုံ ရိပ်မြုံမွေ့
တွေ့ဖူးပါရ။

✧ သူ့ရေမြေ အမြင်ခရီး
အထင်ကြီး အလှထင်၊
ကိုယ့်ရေမြေ သဘာဝ
အလှတော့မမြင်။
တောတောင်စမ်း ပင်လယ်ပြင်
တို့ရပ်ခွင် အလှထူး၊
သာစွမြေ ဂုဏ်တွေမောက်
ဝမ်းမြောက်ကြည်နူး။ ။

လွှမ်းရိပ်ည

- လရိပ် ညရိပ်၊ နှင်းယိုဖိတ်
  နှမရင်ထိတ်၊ ဘူးစင်ရိပ်
  လ မီးခွက်ချိတ်၊ တောစွန်ရိပ်
  ညဦးတိတ်ဆိတ်၊ ကြောက်သည့်စိတ်။
- မောင့်အရိပ်မျှော်၊ လာလမ်းပေါ်
  ရင်ထဲဟာစ်ခေါ်၊ လှမ်းစိတ်ဖော်
  ဘယ်ရိပ်ကိုမျှော်၊ ဘယ်ဆီပျော်
  ခုထိမပေါ်၊ သန်းခေါင်ကျော်။
- အဝေးမျှော်ကြည့်၊ ရင်ဖိုမိ
  အဖော်မရှိ၊ တွေးတောသိ
  နှလုံးသားထိ၊ မျက်ရည်ပြည့်
  သောကနှောင်ငြိ၊ ချစ်ဝန်ပိ။
- ပန်သည့်ပန်းတွေ၊ ဖြုတ်လွှင့်ချေ
  မေ့ပါးရစ်ခွေ၊ နံ့သာတွေ
  စိတ်ကောက်ဖျက်ချေ၊ ကျမျက်ရည်
  သူမလာပေ၊ ပြေမပြေ။
- လရိပ် ညရိပ်၊ နှင်းယိုဖိတ်
  နှမရင်ထိတ်၊ ဘူးစင်ရိပ်။ ။

ဤ၍လှဘို့

- အဝိဇ္ဇာ
  စိတ်တဏှာ ထွေပြားလို့
  ထိတ်စရာ အမြေများနှင့်
  အရိပ်ပမာ မနေမနား
  ရှည်လျားခဲ့ သံသရာ။
- အမုန်းအချစ်
  သုံးဆယ့်နဲ့တစ် ဘုံတစ်ခွင်၌
  အဆုံးမဲ့အနှစ် မကြုံခင်ပေါ့
  မရှုန်းဖွဲ့အပြစ် ကတုန်ကယင်နှင့်
  ဆုံအသွင် ခြားရဟတ်လိုပါ့
  စုံအလင် အသွားမရပ်
  လှည့်ပတ်ရှည်ကြာ။
- အနှစ်ရှာရင်း
  အပြစ်အနာကင်း စိန်ရတီသို့
  အစစ်ရတနာသင်း အချိန်မီပေါ့
  သစ္စာအလင်း ထိန်ထိန်ကြည်လို့
  တိမ်ပလီ အနုအရှုလွှမ်းပါတဲ့
  လူ့ဘဝလမ်း လျှောက်လှမ်းရာ
  ကံကြမ္မာ စံရာကောင်း။

♥ တစ်ထောက်စခန်း
အရောက်လှမ်းလျှင် မကွယ်ထောက်ပါဘူး
အကောက်အကြမ်းနှင့် အပယ်မကြောက်လျှင်ဖြင့်
အောက်လမ်းတစ်ခွင် အလွယ်ရောက်ပေလိမ့်
တကယ်လျှောက်လျှင် အထက်စခန်းမှာလည်း
တက်လှမ်းလို လမ်းသာတဲ့စနစ်တွေနှင့်
တတ်စွမ်းသကို မှန်းစရာအနှစ်ကိုလ
မဂ်လမ်းဆို ချမ်းသာအစစ်ဟာမို့
စွန်းအပြစ် အနွမ်းအဟောင်းမှာ
ညွန်းတစ်ထစ် စခန်းမပြောင်းတယ်
ကွယ် … ထွန်းသစ်လမ်းကြောင်း။ ။

ကဗျာ့ပါရဂူ

➤ စာပေဂုဏ်မြောက်၊ ထွန်းတောက်တစ်ဆူ
ပညာသိပ္ပ၊ ကဗျာ့ပါရဂူ
တံခွန်လွှင့်ထူ၊ တလူလူလွင့်မြူး
မြည်ဟိန်းရွှေစည်၊ ဂုဏ်ဝင့်ထည်
မန်လည်ထေရ်ရှင် ထူးသည်နှင့်လေး။

➤ ဘဝညွှန့်ဖူး၊ ထွင့်ဦးရည်စိတ်သန်
စာပေပိဋကတ်၊ ပရိယတ်အခြေခံ
မပြတ်သင်အံ၊ လျှင်မြန်ဉာဏ်စွမ်း
ကျမ်းကြီးကျမ်းငယ်၊ အသွယ်သွယ်
ဖြိုးကြွယ်တတ်သိ ကျွမ်းသည်နှင့်လေး။

➤ သာသနာ့ဝန်ထမ်း၊ အံ့မခန်းမြတ်ပါရမီ
ကဗျာဉာဏ်ကွန့်၊ ဖူးညွှန့်ဝေဝေစီ
မာဂဓ ဘင်္ဂလီ၊ နာဂရီ သီဟဠ
ဘာသန္တရစုံလင်၊ ကျမ်းဖေဒင်
စွမ်းအင်စွယ်စုံ လှသည်နှင့်လေး။

➤ လောကဓမ္မ၊ မကာရန္တယ်ဝင်
သာသနာ့အတွက်၊ ထက်မြက်ဂုဏ်စွမ်းအင်
ကျမ်းပေါင်းစုံလင်၊ မြော်မြင်တွေးဆ
အမျိုးဘာသာ၊ ထွန်းလင်းဖြာ
လက်ာသီကုံး လှသည်နှင့်လေး။

- င, ဉ, နု, မ၊ တ, ပ, သံတူ
  ရောင်ကြဉ်ကြပ်မတ်၊ မစပ်မယှဲ
  ကျွမ်းကျင်သည့်မှု၊ သူမတူအစွမ်း
  ပါဒအညီ၊ သောင်းနှင့်ချီ
  ဖွဲ့သီအံ့ဖွယ် လှမ်းသည်နှင့်လေး။
- ရွှေကျမ်းအမြွက်၊ မဃဒေဝလင်္ကာသစ်တဲ့အမည်။
  တင့်ဆန်းအစပ်၊ အလှအပအစဉ်သာ အနှစ်ဖွဲ့ခဲ့ပြီ။

ရနံ့သင်းသည့် မနှင်းဆီ

အသွင်ရှုမငြီး
မောင်ကြိုးနှမ၊ မနှင်းဆီရေ။

လိုက်ဖက်မယဉ်၊ အမြင်ထူးဆန်း
ဘဝတစ်ခွင်၊ အသစ်ဆင်မှန်းလို့
အလှထင်၊ ဝတ်ဆင်မြန်းသမို့
ပန်းဘဝဂုဏ်လို့ ထင်သလားကွယ်။

အမြင်မတော်၊ ဟိုပေါ်သည့်ခွဲ
ရမ္မက်ထူ မြှူသည့်ပွဲသို့
မရှက်မူ လူကြည့်ရဲမှ
ထူးကဲအလှလို့ ထင်သလားကွယ်။

ဘဝဟန်မူ
သူမတူအောင် ယဉ်လှတယ်။

ဘဝအတွက်
အရှက်လုံခြုံ ဝတ်ခဲ့တယ်။

ဘဝစရိုက်
လိုက်ဖက်အညီ ဆင်ခဲ့တယ်။

ဘဝလေ့
ကြည်မွေ့အသွင် တင့်ခဲ့တယ်။

ဘဝလိုင်ကြူ
ကိုယ့်မူကိုယ့်ဟန် လိုက်ဖက်တယ်။

အလိုလေ့အိုင်
သူ့အသွင်ကို ခဝါချလို့
ကိုယ့်အယဉ်မှာ ပန့်ရေသမို့
မချို့အစဉ်လာ ဂါရဝတို့
သဘာဝရိုးရာ အလှပိုင်လေး။ ။

ရှက်ဖွယ်ခရီး

ဤဗမ္ဗာ
လူ
သူမတူ အမြွတ်ရာ်း၊
သတိတမံ
ညဏ်
အသိမှန် အမြင်တိုး
ပွံ့ဖြိုးသည့်နှုန်း။

လောကဘုံ
ယုံ
အတ္တမြုံ မာနမွေး။
သံသရာ
ကြာ
ဖန်တစ်ရာ မောဟိုက်ညည်း
ခရီးကောက်ကွေ့။

လောဘထူ
မှူ
ဒေါသဆူ မောဟာကန်း။

သံယောဇဉ်
ငင်
တစ်ပင်ကို တစ်မျှင်ပတ်
ဖြက်မရညစ်နွမ်း။

သမုဒယအိမ်
လိမ်
မတည်ငြိမ် ရှုပ်ယှက်ခတ်။
ငါ့ကိုငါ
ညာ
ကာလကြာ နှောင်ရစ်ကြိုး
တိုးလို့ရစ်ပတ်။

လူ့ရပ်ရွာ
ငါ
ကိုယ်ကျိုးသာ ရှာမပြီး၊
များကျိုးဆောင်
ရှောင်
ဤလူ့ဘောင် အမှောင်ဆက်
ရှက်စရာခရီး။ ။

နှင်းနုညအလှဖူးသစ် ဇာများများ

ငြိမ်းချမ်းရှင်

- နိုင်ငံတော်တွင်
ကျော်စောထင်ရှား၊ မျှုးမတ်များနှင့်
မြင့်မားစွမ်းဘိ၊ ပညာရှိသည့်
တတ်သိအဆူဆူ၊ ရဟန်းလူတို့
ညှိယူဆွေးနွေး၊ စိတ်မဖေအးသည်
ပျံ့မွှေးလှပ၊ ပြည်အင်းဝက
ပထမမင်းခေါင်၊ စိုးထိတ်နောင်။
- ဟံသာဝတီ၊ နေပြည်မဟာ
ရာဇာဓိရာဇ်၊ ဖွင့်လှစ်အင်အား
စွမ်းပကားထက်မြက်၊ စစ်ကိုင်းဘက်၌
ရဲမက်နိုင်မြ၊ တပ်ကြီးစွဲ၍။
- စကြိုသူမြတ်
တတ်သိရဟန်း၊ နှုတ်ရည်စွမ်းဖြင့်
အေးချမ်းဖွယ်ရာ၊ မေတ္တာစကို
မဟာဓမ္မရာဇ်၊ ဧကရာဇ်တစ်ဆူ
ဆင်ဖြူသခင်၊ မြော်မြင်ကြီးမြင့်
ဘုရင့်ထံသို့၊ ဆက်သပို့သော်။
- မဟာဓမ္မရာဇ်
အားသစ်ရှင်လန်း၊ ကြည်စိတ်ဝမ်းနှင့်
ငြိမ်းချမ်းကြည်ဖြူ တရားမှုတို့

သည်းဖွာအေးမြ၊ ရွှင်အားရလျက်
ဒေါသကင်းစင်၊ မေတ္တာင်၍
အရှင်ဂုဏ်ဒြပ်၊ စကြိုမြတ်ကို
ဆည်းကပ်ဝမ်းလှိုက်၊ အာရုံစိုက်လျက်
ဦးခိုက်ပူဇော်ခဲ့လေသည်။

O လောဘဒေါသ

မောဟစရိုက်၊ မှောင်မိုက်ကြမ်းတမ်း
စစ်လမ်းဖွင့်လှစ်၊ မဟာဝမ္မရာဇ်ကို
မေတ္တာဖြန့်ဝေ၊ နူးညံ့စေသည့်
အေးစေမြေ၊ ငြိမ်းချမ်းစေသည့်
တပေတတ်ကျွမ်း၊ နှုတ်ရည်စွမ်းဖြင့်
အံ့မခန်းနလုံးရည်၊ ရဲသွေးပီသည့်
ချစ်ကြည်ရေးဆို၊ စွမ်းအားရှိသည့်
စကြိုမြတ်ရဟန်း၊ အမှောင်လမ်းဝယ်
ငြိမ်းချမ်းရောင် ထွန်းလင်းခဲ့၏။ ။

ရွှေရပ်မြေ

* တို့မြန်ပြည် နယ်အနှံ့
မြေပြန့်နှင့် တောင်ပေါ်ဆီ
မှန်းမျှော်လို့ရည်။
ကျောင်းပြာသာဒ် ဇရပ်စေတီ
နေခြည်မှာ ရွှေရည်လွှမ်း။
တောင်ထိပ်ဆို ထွတ်ဘုံဦး
ထူးလှအမြင်ဆန်း။

* တို့မြန်ပြည် နယ်အနှံ့
မြေပြန့်နှင့် တောင်ပေါ်ဆီ
မှန်းမျှော်လို့ရည်။
လယ်ယာကိုင်း ရှုတိုင်းညီ
နေခြည်မှာ ရွှေရည်လွှမ်း။
ကောက်သီးနှံ အလှုံ့ပြည့်
ရှုကြည့်အမြင်ဆန်း။

* တို့မြန်ပြည် နယ်အနှံ့
မြေပြန့်နှင့် တောင်ပေါ်ဆီ
မှန်းမျှော်လို့ရည်။
သွေးသားရင်း မေတ္တာရှည်
နေခြည်မှာ ရွှေရည်လွှမ်း။
အကြင်နာ ဓလေ့စရိုက်
နှစ်မြိုက်အမြင်ဆန်း။

* တို့မြန်ပြည် နယ်အနှံ့
မြေပြန့်နှင့် တောင်ပေါ်ဆီ
မှန်းမျှော်လို့ရည်။
၁၁၁.၇၀အား အလှတည်
နေခြည်မှာ ရွှေရည်လွှမ်း။
ရွှေရပ်မြေ ရွှေလူမျိုး
ဘုန်းတန်ခိုးပွင့်လန်း။ ။

ငယ်ဘဝ

▲ ဇရာရှယ် ညောင်းပြီမို့
ငယ်ပေါင်းရယ်ပဲ့ လွမ်းသကို
တွေးမိတိုင်း ရင်ဗိုလည်
ရှယ်နုပျို ပညာရှာတဲ့
ဇာတိရွာကျောင်းက
ငယ်ဘဝကိုလေး။
▲ အရက်ငယ်တက်စ
နိုးထတူပြိုင်၊ သံမြိုင်မြိုင်နှင့်
တိုင်ဆိုဝတ်ပြု၊ ကြေးစည်ကိုထု၍
ဆွမ်းဝတ်ပြုမှန်၊ သန့်ရှင်းရန်တို့
စာအံစာကျက်၊ ဆွမ်းခံထွက်နှင့်
အဆော့မက်ကစား၊ ဆရာတော်ဘုရားက
ထောင်နားမငိုက်၊ ကြိမ်နှင့်ရိုက်ခဲ့
ပြေးလိုက်လွှားလိုက်၊ နှစ်မြိုက်ပျော်ပါး
ဘုန်းကြီးကျောင်းသားဘဝ၊ မွှေးချိုမြကို
မေ့မရအာကူတူ၊ ရင်တွင်းမှာဆူတော့တယ်
အလှူပွဲ ရာသီချိန်မှာ
အကြိမ်ကြိမ် ရော်ရည်မှန်းလို့
လွမ်းလှတယ်လေး။ ... ။

နွေဦးည

○ တိမ်လိုင်းကြက်ခွပ်၊ ခေါင်းဖြူဆွတ်၍
ပြာမွတ်ကြည်လင်၊ မိုးကောင်းကင်ဝယ်
ဘော်စင်ငွေလ၊ ရွှန်းမြမြ။

○ နှလုံးသည်းပွတ်၊ ဝေ့ဝေ့ညွှတ်မိ
လွမ်းဆွတ်မျက်ရည်၊ ဘယ်ဝယ်ဆီသို့
မှိုင်းရီပြာလွဲ့၊ လေအနွဲ့မှာ။

○ နွေဦးတစ်ည၊ အဲသည်လပေါ့
၁၁ဝရိပ်ငြိမ်၊ သောကတိမ်တို့
ပွေလိမ်ရှုပ်ယှက်၊ အလှပျက်ခဲ့
အိပ်မက်ထစ်ချုန်း၊ အမုန်းလက်ကမ်း
စမ်းတဝါးဝါး၊ အလွမ်းဖျားလျက်
ကမ်းပါးစွန်းထိပ်၊ လရိပ်ပုန်းခို
တိမ်ညှိုချိုမြ၊ မျက်ရည်စနှင့်။ ။

သည်းခံခြင်းကမ္ဘာ

◆ မြေကပြော၏
အပြောကျယ်စွာ၊ ကောင်းကင်ပြာဝယ်
တိမ်လွှာ သွန်ဖူး၊ တိမ်ဦးလေချို
တိမ်ညှိုလှိုင်းစီး၊ သင့်ခရီး
ရှုမငြီးဝေဆာ၊ ဤမြေလွှာသို့
ဝဲကာပျံကာ၊ နားခိုကာနှင့်
သာယာချိုအေး၊ သင်၏တေးကို
သီကြွေးဆိုကွယ်၊ အို . . . ငှက်ငယ်။
◆ ငှက်ကဆို၏
နုပျိုသည့်ဟန်၊ ငါ့တောင်ပံနှင့်
တိမ်ယံအလယ်၊ လွန်တင့်တယ်၏
မဖွယ်မရာ၊ ရွံ့စရာနှင့်
ခက်မာကြမ်းတမ်း၊ ဘေးဘရမ်းနှင့်
ငါ့လမ်းပျော်ရာ၊ ကောင်းကင်ပြာ
သင့်ထံမလာ၊ အို . . . မြေလွှာ။
◆ ကြည့်စမ်း ကြည့်စမ်း
ရယ်သွမ်းနှုတ်ချို၊ မြေကဆို၏
ငါ့ကိုမုန်းသူ၊ ချစ်သောသူတို့
ငါ့ကိုတန့်သူ၊ လန့်သောသူတို့
ငါ့ကိုမြှောက်သူ၊ ကြောက်သောသူတို့

ဘယ်သူဘယ်ဝါ၊ ဘယ်မူရာတို့
သူငါမခွဲ၊ သည်းခံမြဲ
ရှောင်လွှဲမရ၊ သဘာ၀ရ။
ခေါင်စွဲမချ၊ တစ်နေ့ကျ။
ခန္တီမေတ္တာ ဗရပွ။   ။

မြင့်မြတ်နှလုံးသား

➢ ရွှေစက်တော်မှ
ဗူးမြော်ရှင်လန်း၊ အပြန်လမ်းဝယ်
ပုခန်းမြို့ဝင်၊ ရွှေညမင်ဟု
ထေရ်ရှင်အကျော်၊ ဆရာတော်သို့
ရည်မျှော်ဆုံတွေ့၊ ကျင့်မြတ်မွေ့လျက်
ချမ်းမြေ့ဂုဏ်ရည်၊ စိတ်ဂမ်းကြည်သည်
တောင်ဖီလာအကျော် ဆရာတော်။

➢ ခရီးလမ်းကြုံ၊ နှစ်ပါးဆုံ၍
ရိပ်မြုံချမ်းမြ၊ ရှင်အားရလျက်
ဖွင့်တနွတ်ချို၊ စကားဆိုသော်
နှစ်လိုဖွယ်ခင်း၊ နိုးနှောခြင်းဖြင့်
ပွင့်လင်းရိုးသား၊ ကျမ်းစာများကို
ရေးသားသည့်မှု၊ ကျမ်းနှစ်ဆူဟု
ညွှိယူလေသိ၊ တိုက်ဆိုင်ကြည့်လျှင်
တပည့်တော်ကျမ်း၊ နောင်ရှည်လမ်းတွင်
ပင်ပန်းခက်ဖွယ်၊ အနက်ကျယ်၏
တတ်လွယ်သည့်လမ်း၊ အရှင်ကျမ်းသာ
မိုငြမ်းထည်ဝါ၊ သင့်မြတ်စွာဟု
ဖီလာအကျော်၊ ဆရာတော်သည်
မျှော်ခေါ်ရှင်လန်း၊ မိမိကျမ်းကို

စိတ်ဝမ်းကြည်လင်၊ စေတီရင်၌
မီးတင်ပူဇော်ခဲ့လေသည်။

➢ တောင်ဗီလာဟု
ကျမ်းစာစီရင်၊ ထေရ်အရှင်
မြော်မြင်ဂုဏ်ဒြပ်၊ စိတ်မွန်မြတ်နှင့်
အတ္တမာန၊ မစ္ဆရိယတို့
ကင်းပစေတနာ၊ သာသနာဝယ်
ရှည်ကြာသယ်ပိုး၊ ရှည်မျှော်ကိုးလျက်
ကောင်းကျိုးထွန်းပ၊ တိမ်စင်လသို့
လောကပြုနိုင်ခဲ့လေစွ။ ။

ရမ္မဏ်ခရီး

✵ တစ်နေ့ တစ်နေ့ရယ်နှင့်
တစ်ရွေ့ရွေ့ လှမ်းခဲ့သည်
မောပိုက်နွမ်းပြီ။

✵ တစ်ရက် တစ်ရက်ရယ်နှင့်
အသက်ကြီး မခိုင်ကျည်
မှိုင်းမှုန်ရီ ဆည်းဆာရောက်။

✵ တစ်ပတ် တစ်ပတ်ရယ်နှင့်
အထပ်ထပ် ရစ်ပတ်နှောင်
ဖြတ်မရအောင် အမိုက်ကြိုးရယ်တို့
အတ္တမှောင် စရိုက်ဆိုးတွေနှင့်
ကိုယ်ကျိုးအတွက် အရှက်နည်းပါဘိ
အလိုဆိုးဖက် ရမ္မက်ကြီးတယ်
ကွယ် . . . ခရီးကွေ့ကောက်။ ။

နှင်းနုညအလှဖူးသစ် ကဗျာများ

ညှော်သည့်တွေ

◈ ပြိုင်လိုသဖြင့်၊ နိုင်လိုအကျင့်
အခွင့်မာန်ထူ၊ သခင့်ဟန်မူ
မကြည်ဖြူရက်စက်၊ မညီတူပက်စက်။

◈ လောကမာန်တင်း၊ ဒေါသထန်ပြင်း
အနှစ်ကင်းခဲ့သည်၊ ချစ်ခြင်းဖွဲ့မသိ
ညီမျှခြင်းအခွင့်၊ သည်အလှ အလျှဉ်းမချင့်။

◈ လောဘရမ္မက်၊ သောကမတွက်
အတက်အဆင်းမှာ၊ အရှက်ကင်းစွာ
အကြင်နာမှုမရှိ၊ အစဉ်လာယူမညှို့။

◈ လောကဇာတ်ခုံ
လူ့ဘုံဘဝ၊ ကြုံဆုံကြသည်
ခဏတွေ့သည့် ညှော်သည်တွေ။ ။

ပန်းတို့ဇာတ်ခုံ

❀ မြူးအဖုံဖုံ
အပူးအငုံ ပွင့်ပုံလှပါဘိ
အမျိုးအစုံ တင့်ဂုဏ်ကြွတယ်
အသင့်ဆုံကြ စခန်းရိပ်မြုံ။

❀ ရာသီအလိုက်သာပ
ခါမိအကိုက် ဖြူပြာဝါနဲ့
ဌာနီအကြိုက် ပျူဟာစွာကွဲ
သာကြည်စရိုက် မူရာဇာချဲ့
သူ့သူ့ဝါ သင်းထုံလွှမ်းတယ်
မပြုရူပါ အဆင်းဂုဏ်စွမ်း
ပန်းတို့ဇာတ်ခုံ။

❀ ကိုယ့်ဂုဏ်တက်အောင်လို့
သူ့ဂုဏ်ဖျက်ကာ မနာလိုနှင့်
ဗျာပိုကာ အပျက်မနော‌တွေတို့
ငါ့ဆိုငါ ရတက်ဇောမှာ
မာနသဘော လောကဘာဝပုံ
မခိုလှုံ စင်ကြယ်ဘိ။

❀ အခြေအနေ
ရေမြေနေ အခါသင့်ရင်ဖြင့်
မတွေဝေ အလှာတင့်ပါလို့
ပူးပွင့်ငုံ အလှဆန်းတယ်
ပန်းတို့သတ္တိ။ ။

စရိုက်ဖြူ

❖ ရွာတောင်ပိုင်းက ဘကြီးမောင်
အိမ်တစ်ဆောင် အသစ်ဆောက်။
စည်းလုံးညီ ရွာသားတိုင်း
ဝိုင်း၍ပြီးမြောက်။

❖ ရွာလယ်လမ်း ဖွက်တွေ့ထူ
လုပ်အားကူ အတူတူပေး။
ကျေပွန်စွာ တာဝန်သိ
ရွာ၏ရှေ့ရေး။

❖ ရွာဦးဘုရား ရင်ပြင်ပေါ်
တူပျော်ပျော် သန့်ရှင်းမှု။
စေတနာ သဒ္ဓါပွား
လုပ်အားပေါင်းစု။

❖ ပေါင်းစည်းအား ညီတညာ
တို့ရပ်ရွာ သာ–နာရေး။
ရပ်လုံးကူ ရွာလုံးဝိုင်း
တွေးတိုင်းရင်အေး။

❖ အရာရာ ကူညီမှုနှင့်
လုပ်အားထု စဉ်အလာ။
ကြည်မွေ့ဖွယ် မေတ္တာငွေ့
တို့ဓလေ့ဘာသာ။

အဓမ္မမှု အလျှင်းမပါ
စေတနာ ဝေဖြာကဲ၊
စရိုက်ဖြူ တစ်မူခြား
လုပ်အားဖြင့်နွှဲ။ ။

အလှမိုးဦး

- တောင်တန်းမြင့်မား တောင်အထွတ်
  မိုးတိမ် သင်တိုင်းဝတ်။
  တောင်ခိုးလွှတ်၍ ဖွေးဖွေးဖြူ
  ရောယှက် မိုးနှင်းမြူ။
  ယာမီးခိုးအူ ဖြူပြာမှိုင်း
  ကောင်းကင် ပင်လယ်လှိုင်း။
  ငွေဖျိုင်းတစ်အုပ် ခရီးနှင်
  လေညင်း ပန်းနုံ့လွင်။
  သည်ဝန်းကျင် အလှထူး
  ချမ်းမြေ့ စိတ်ကြည်နူး။ ။

ဝတ်နှင့်ဝဋ်

❖ ကျေးဇူးဂုဏ် ဒသနတ္တ
မိဘတို့အပေါ်။
မရှိသေ အလေးမထား
ပတ္တရားပျက်ချော်။
အသိမကျင့် မချင့်မျှော်
ဘဝမော် အနေရဲ့။
မေတ္တာကို လျစ်လျူပြု
တွေးရှုထိုပွဲ။
❖ ကံကြမ္မာ မငဲ့စောင်း
အလှည့်အပြောင်း မြန်ဆန်။
ရတနာ သမီးသားက
စည်းခြားမှုဟန်။
လျစ်လျူရှု မနာခံ
ရင်တွင်းထန် ဝေဒနာစွဲ။
သည်အမှောင် ရှောင်မလွှတ်
ဝဋ်တို့အမြဲ။ ။

လှစမ်းပါ့ မစံပယ်

❀ စရိုက်ညီ ဆင်ယင်သပါလို့
ခင်ခင်နှမ မစံပယ်
မြင်မြင်မဝ အလှကြွယ်သည့်
ဘဝနယ် အသွင်တင့်၊
ရိုးရာဓလေ့ စနစ်တည်ကာ
ခေတ်အမီ ဆန်းတဲ့ဂုဏ်မြင့်၊
အရှက်အကြောက် လူ့တစ်ခွင်မှာ
သူ့အသွင် အမြင်မတင့်
အတုမြင် မယှဉ်သင့်လို့
အစဉ်သဖြင့် လိုက်နာ၊
ရိပ်အလှာစခန်း ဘုံသင့်ပါလို့
စွမ်းဟုန်မြင့် ဖူးပွင့်ဝေဆာ၊
အလှတရားတို့ ပြည်ရွာမှာ
မချို့ညီစွာ မျိုးမပျောက်ဖို့
စိုးကြောက်ပ့ါ ပန်းဒေဝီ
လန်းဆန်းဝေစည်၊
ချိုကြည်ပြုံးလို့ အလှာနှုန်းမီအောင်
ကမ္ဘာထုံးတည်အောင် လှစမ်းပါ့လေး။ ။

တို့ဂုဏ်ရည်

> ဓမ္မ အဓမ္မ၊ နည်းလမ်းကျသည့်
> ဓမ္မအစစ်၊ တရားချစ်၏။

> အပြောင့်အကောက်၊ တွေ့ကြုံနောက်သော်
> အကောက်မသုံး၊ ရိုးရှာမုန်း၏။

> သည်းခံမေတ္တာ၊ ကိုယ်ချင်းစာလျက်
> ကြင်နာစရိုက်၊ ကူညီလိုက်၍
> အ, လိုက်သည်တော့ မထင်နှင့်။

> ထိပါးချောင်းမြောင်း၊ ရန်မူစောင်းသော်
> ဦးခေါင်းမော့မော့၊ ရင်ကိုကော့သည်
> သွေးပျော့သူတော့ မဟုတ်ပေ။

> သွေးသားအစစ်၊ အမျိုးချစ်၍
> ဆိုးညစ်အငွေ့၊ ရင်ဆိုင်တွေ့သော်
> ငုံ့၍မခံ၊ ဇာတိမာန်။

> တည်ကြည်ရိုးသား၊ ကိုယ်စွမ်းအားနှင့်
> စိတ်ထားဖြောင့်မတ်၊ အနေတတ်သည်
> မြင့်မြတ်ကိုယ်ကျင့်၊ ဘဝတင့်၏။

> ရာသီမျှဝေ
> ရေမြေသဘာဝ၊ ငြိမ်းအေးမြ၍
> ထွန်းပမြင့်မား၊ ဂုဏ်ထင်ရှားခဲ့
> ထူးခြားနိုင်းဆ၊ ဝိသေသနှင့်
> အလှစုံညီ၊ တို့ဂုဏ်ရည်
> ဘဝတုံကြည်၊ တို့ဂုဏ်ရည်။   ။

နွေကြိုပန်း

- တုတ်တုတ်ဖြုန်းရယ်တဲ့ စည်ဖြောသံ
  နွေအဝင် ရှင်ပြုပွဲတွေက
  နဲ့ပြိမ့်ပြိုင် သံလေ့။
- ချောင်းဆည်မြောင်းရေနှင့် ပြည့်ဖြိုးလျှံ
  လယ်ယာမြေ ဝင်ငွေထူးတယ်
  မျိုးသွက်သွက်ဟန်လေ့။
- ရှုလိုက်တိုင်းသာပ သည်ဝန်းကျင်
  အညာနွေ ပုပ္ပအိုက်ကို
  သစ်ပင်တွေ ထူထူစိုက်တယ်
  ဖိုးထိုက်သည့် အစဉ်လေ့။
- စိတ်ကူးထဲက အိပ်မက်အသွင်
  ဖန်ဆင်းရှင် ဘက်စုံလွှမ်းပါလို့
  သည်ဝန်းကျင် အခက်မကြုံစွမ်းတယ်
  ပန်းလှလှဆင်သလေ့။ ။

နှင်းနည်းအလှူသစ် တမျှားရှား

ချိန်မနှောင်းမီ

* မရပ်သမျှအခို
သတ္တဘုံ အရှိကန်သဘောမှာလ
အတ္တခြုံ မသိမာန်နှောပါလို့
အသိဉာဏ် မနောမြင့်လို့ ... လူ။

* သံသရာ
ဉာဏ်အလွှာ ကုသိုလ်အကြောင်းတွေကြောင့်
မြန်မကြာ သူ့အဆိုမဟောင်းပါဘူး
ကံကြမ္မာ ယနေ့ခေါ်ကောင်းတယ်
အသစ်အဟောင်းနယ် အနုသယတွေနဲ့
နှစ်ထောင်းဖွယ် တုမမျှ
လူ့ဘဝလူ။

* အရတော်စွာ
နှစ်ဆမျှော်ကာ အနုအသစ်တွေနဲ့
ခဏပျော်စရာ အကုအစစ်စုံလို့
အလှဖော်ကာ ယခုခေတ်မှာဖြင့်
ဘဝမော်စရာ လူ့အဖြစ်ကို
အားသစ်လို့ ဉာဏ်ဖွေကူ
အညွန့်တလူလူ တက်နိုင်စွမ်း။
အဆင့်မတူမူ ထက်မြိုင်နန်း။

* မကောင်းမှုရှောင်
  ကောင်းမှုဆောင် စိတ်အဖြူနဲ့
  မနှောင်းလူ့ဘောင် နိမိတ်ယူလို့
  အကြောင်းပြုခေါင် နိဗ္ဗာန်ရီးကိုကွယ်
  နီးဖို့လျှောက်လှမ်း။   ။

မိုက်အမှောင်များ

- ကျေးငှူးရှင် ဂုဏ်အမြတ်
မပေးဆပ်နေပါလေ။
အပြစ်ဆို ဂုဏ်အထွတ်
ကျေးမစွပ်သင့်ပေ။
စိတ်ရိုင်းနှင့် ဂုဏ်ဖျက်ချေ
ညစ်ပေပေ စရိုက်ခင်း။
နွေကန္တာ ဘဝခရီး
မီးသို့ပူပြင်း။
- အသိဖွေ
အမိမြေ သဘာဝအားနှင့်
အလှတရား ပေါ်ပြည့်စုံ။
ဘဝဟန်
အလှမှန် အားသစ်မွေး
အေးရိပ်ခိုလှုံ။
အမိကရ
အမိအဖ သည်ရိပ်မြုံ
ကျေးဇူးဂုဏ် နင်းချေဖို့။
အဖျက်သည်းထန်
ပျက်စီးရန် ဟိုမှာအဝေးက

ဖျက်ဆီးဉာဏ် မလိုတမာအတွေးနှင့်
ညစ်ထေးအမြင် မဆင်ခြင်အမှားး
သနားမိပါရဲ့။ ။

လှရိပ်အညာ

◊ ဖွံ့ဖြိုးစည်သာ
တို့အညာလော၊ တို့အညာလော။
ဟုတ်တည်းငယ်ချင်း၊ ငယ်ချင်း၊
ဟုတ်တည်း ဖော်ချင်း၊ ဖော်ချင်း။
ရှုခင်းသာယာ
တို့အညာ၊ တို့အညာ
စိမ်းလန်းခရိုင်၊ မိုးငွေ့လှိုင်
စိမ့်မြိုင်သာမော၊ နသစ်တော
မနောကြည်မွေ့ဖွယ်၊ ကြည်မွေ့ဖွယ်၊
ခွန်အားစုပေါင်း၊ ကန်သွယ်ချောင်း
ဆည်မြောင်းစုံလင်၊ မြစ်ရေတင်
ရေပြင်ဖွေးတော့တယ်၊ ဖွေးတော့တယ်။
◊ ရာသီမလပ်၊ ခါမီထပ်
သီးညှပ်မညှိုး၊ ဝင်ငွေတိုး
ဖွံ့ဖြိုးရိက္ခာကြွယ်၊ ရိက္ခာကြွယ်။
◊ မြို့နှင့်ကျေးလက်၊ ခရီးဆက်
ကူးယှက်ဖြောင့်တန်း၊ လွယ်ကူလှမ်း
လမ်းပန်းချောမွေ့တယ်၊ ချောမွေ့တယ်။
◊ တောတောင်ဝန်းကျင်၊ စိမ်းစိုလွှင်
ယာပြင်မြလူး၊ ကျေးငှက်မြူး
အလူးသာမောဖွယ်၊ သာမောဖွယ်။

◇ စည်ဖြောသံလွင်၊ နယ်တစ်ခွင်
ကြည်လင်အေးချမ်း၊ ပေးလျှံ့ဒါန်း
ရွှင်လန်းကြည်နူးဖွယ်၊ ကြည်နူးဖွယ်။

◇ ဖွံ့ဖြိုးစည်သာ၊ တို့ရပ်ညာ
အခါလည်းသင့်၊ ဂုဏ်ကြီးမြင့်
အခွင့်သာလှတယ်၊ သာလှတယ်။

◇ စခန်းအညာလော၊
လန်းဖြာလော၊
အစွမ်းသာလော။ ။

ရနံ့မွှေး

- ဘေားရန်ကင်း၊ ရင်တွင်းအေးမြလို၊
  ဝန်တိုစိတ်၊ ဖိနှိပ်အမှားကို။

- ကိုယ်ဂုဏ်တင့်၊ အဆင့်မြင့်စေလို၊
  မနှိမ့်ချ၊ ထွန်းပသူ့ဂုဏ်ကို။

- အလှတိုး၊ ကိုယ်ကျိုးပြီးစေလို၊
  ရှက်ဆောင်ထမ်း၊ ဆောင်စွမ်းများတွက်ကို။

- ဆင်းရဲဘေး၊ ကင်းဝေးချမ်းသာလို၊
  မငဲ့စောင်း၊ မကောင်းကြံမှုကို။

- ကိုယ့်ဘဝ၊ အလှပန်ဆင်လို၊
  အစွမ်းထက်၊ ဖျန်းပက်မေတ္တာကို။ ။

ပြည့်ရတနာ

- လူမျိုးတစ်မျိုး
အသွင်မညှိုးသည့် အဆင့်အတန်း
ဖြတ်သန်းသည့်ရတနာ။
- ဂီတစာပေ
ဖြာဖြာဝေ အစဉ်တွေးရှု
သဘင်တေးအနု မတုမပ
ယဉ်ကျေးမှု အနုအရှ
သုခုမ အနုပညာ။
- ရှေးပဝေသဏီ
အခြေတည် ဂုဏ်ထင်ရှား
မြင့်မားစွာ လက်ဆင့်ကမ်း
ဆောင်ရွက်ထမ်း တို့ပြည်ရွာ
ရတနာ ကိုယ်ပိုင်ရှိ။
- သူ့ရပ်ဟန် အထင်တစ်မျိုး
အတုခိုး ပုံတူထပ်
မဆက်မစပ် စရိုက်မတူ
ရိုးရာမှု ဟန်တွေပျောက်ရင်
စိုးကြောက်ပူမိ။ ။

လွမ်းရီသူ

▲ ရင်အနှစ်
ငယ်ချစ်ဖော်ကျွမ်း၊ လွမ်းရတဲ့သူရေ။
▲ မြူနှင်းဇာလွှာ၊ ပင်မြိုလွှမ်း
မှိုင်းဝေသီ ပြာရီသန်းတဲ့
တောင်တန်းအလှ ရှုမောဖွယ်။
▲ ကျေးငှက်သံလွင်၊ မြိုင်ခွင်တောစခန်း
ညှင်းလေပြည် စိမ့်ကြည်စမ်းနှင့်
တောပန်းစုံလှ ရန့်ကြွယ်။
▲ ဘယ်ဝယ်ဘယ်ဆီ၊ မျှော်ရည်လေတိုင်း
လွမ်းမိုးစွေ လွမ်းလေမှိုင်းလို့
ရင်လှိုင်းသျှပ်ခတ် အတွေးနယ်။
▲ ဘာဝန်ဆောင်ထမ်း
ရှေ့တန်းခရီး မြူးခဲ့တယ်။
▲ ေသီအကြမ်း
ငပန်းမညည်း နွှဲခဲ့တယ်။
▲ ေမျက်သရမ်း
အားစွမ်းဖွင့်ပြီး တိုက်ခဲ့တယ်။
▲ ပြည်သူစိတ်ဝမ်း
အေးချမ်းပွင့်သီး မှန်းဆတယ်။

▲ အလိုလေ့အိုင်
ရှေ့တန်းမြေ မြိုင်မြေယံက
စစ်ရေးငင် ရင်ဆိုင်နွဲ့ရ
လွမ်းရဲ့သူ လွမ်းပူကဲကာယ
မောင့်အသည်းစိုင်လေး။ ။

လှေဒိုရှင်

- သုံးဆယ့်တစ်ဘုံ
  လွှမ်းခြုံသရုပ်၊ နှိုင်းယှဉ်ထုတ်သော်
  သမုဒ်ပင်လယ်၊ ရေပြင်ကျယ်။
- လေပြင်းလှိုင်းပုတ်၊ ဝဲစုပ်ဂယက်
  ရက်စက်ရန်ပေါင်း၊ မိကျောင်းငါးမန်း
  ငါးကြမ်းမျိုးစုံ၊ တွေ့ကြုံလွှမ်းထူ
  ရန်မူဘေးဘျမ်း၊ ခရီးကြမ်းဝယ်
  စွဲလမ်းရှည်ကြာ၊ အတ္တဇဟု
  ခန္ဓာရုပ်နာမ်၊ လှေသမ္ဗန်ကို
  ဘေးရန်ကင်းကွာ၊ မြတ်ချမ်းသာသို့
  ခေမာကမ်းလှ၊ လှော်ခတ်ကြလည်း။
- ကိလေသာရေ၊ မာင်လေအောင်
  လှေပေါက်ကိုသိပ်၊ လုံအောင်ပိတ်မှ။
- လှေထဲမှာရှိ၊ စွမ်းအားပြည့်သည့်
  ကိလေသာရေ၊ ပက်ထုတ်လေမှ။
- ဤသို့မဟုတ်၊ လှိုင်းအပုတ်တွင်
  နစ်မြုပ်လှေငယ် ရေပြင်ကျယ်
  သံသရာကြော၊ အမှောင်နယ်
  ခရီးလမ်းပျောက် ဘယ်ဆိုဘယ်။ ။

ဣန္ဒြေရှင်

* တီးကွက်မြိုင် အငြိမ့်ပွဲ
ငြိမ့်ငြိမ့်သဲ ပျော်ပွဲဆင်။
အလှအယဉ် ရွှေမင်းသမီး
ရှုမငြီးဖွယ်ပင်။
မျိုးကြွကြွ တေးသံစဉ်
ချိုတေးလွင် ကကွက်မျိုး။
ရွှေပွဲလာ ဘဝင်ခိုက်
နှစ်မြိုက်ကြည်နူး။
* ဘဝအခြေ သတင်းကြီးတဲ့
ရွှေမင်းသမီး အနုပညာ။
စွဲမက်ဖွယ် တေးချိုဟစ်
ချစ်သူကိုရှာ။
နွဲ့နှောင်းသည့် ဟန်မူရာ
အညှုအခရာ စွဲဆောင်စွမ်း။
လူငယ်တွေ ဇာတ်စင်ဘေး
ဟေးဝါးအော်သရမ်း။
* တစ်ယောက်ကို တစ်ယောက်မြှောက်
လက်ခေါက်မှုတ် လက်ခုပ်ဆူ၊
အကဲပို ဝိုင်းအုံဟစ်
ဟိုခေတ်ခါမူ။

သည်ယနေ့ ဦးသစ်ထူ
ပွဲဆူဆူ မူရာကဲ့။
ညီမငယ် ပျိုတင်သိုက်
အားစိုက်သည့်ပွဲ။
* အညာအာခရာ ရွှေမင်းသားက
တေးသွားနှင့် ကကျက်ဖော်။
ဟန်မူရာ အကအလှ
မြူးကြွဖြေဖျော်။
မမတို့ ဂုဏ်ပင့်မော်
ဇာတ်စင်ပေါ် အလုအယက်တက်။
မင်းသားကို ပန်းကုံးစွပ်
ငွတ်တရွတ်မိတ်ဆက်။
* အရာရာ အရှက်ကြီးသည့်
မြန်မာ့သမီး ဣန္ဒြေ။
အမူအရာ ယဉ်သိမ်မွေ့
ထူးပေ့ကျက်သရေ။
ဘာသာဓလေ့ စရိုက်အခြေ
တို့အမွေ တို့မယိမ်း။
မာန်အခြေ စံနေတင့်
ကိုယ်ကျင့်ထိန်းသိမ်း။ ။

လှူဒါန

❖ စုံသည်တဲ့ စုံသည်၊
ဘဝအခြေ ငွေမနေ
ပကာသန ဂုဏ်ထည်။
လောဘဇော ကြူးခိုင်ကျည်
အကောမသတ်ပြီ ပွေရှာနစ်။
သောကဝေ မောဟိုက်နွမ်း
ချမ်းသာမစစ်။

❖ လှုသည်တဲ့ ... လှုသည်၊
ဆင်းရှုပ်! အလှူထောက်
ဂုဏ်မောက်ဝင့်သည်။
ဝန်တိုစိတ် ဖွဲ့နှောင်ချည်
မနာလိုပြီ ဟန်သရုပ်။
ဖြူငြင်ကာ နွမ်းလျလျ
အလှုမဟုတ်။

❖ မြတ်သည်တဲ့ ... မြတ်သည်၊
တတ်ပညာ နည်းစုံကျွမ်း
စွမ်းအားဂုဏ်ထည်။
ငါဟာန ဟန်တွေဖိ
ငါဟူသည် အတ္တထပ်။
မတူဟန် ဒေါသတင်း
အလျှင်းမမြတ်။

❖ တည်သည်တဲ့ … တည်သည်၊
အသိဉာဏ် ဝှမမျှ
လူ့ဘဝဂုဏ်ထည်။
အတ္တစွဲ အမြဲရပ်တည်
ဓိဓိသည် မိမိဘဝ။
များကျိုးဆောင် ရှောင်ကာရှား
လူသားမပီသ။ ။

နှင်းနုညအလွှာဦးဆင်း   အမှာစာများ

မွေးရပ်ပန်းချီ

✦ ဆည်းဆာရောင် တိမ်အကွန့်
တိမ်အညွန့် ရောင်စုံခြယ်။
ရွာဝန်းကျင် တောညိုရိပ်
လွမ်းစိတ်တွေကြွယ်။
မြူခိုးတို့ ယှက်သန်းနွယ်
ဘယ်ဘယ်ဝယ် မျှော်ရှု။
ဆွတ်ပျံ့ဖွယ် ညနေခင်း
လေညင်းနှော့ညှု။

✦ ထက်ကောင်းကင် မိုးတိမ်နန်း
ဝဲပျံသန်း ငှက်အုပ်တွေ။
အိပ်တန်းဝင် လှည့်ကာပတ်
ဘယ်ရပ်ဌာနေ။
တောပန်းနံ့ လှိုင်လှိုင်ငွေ
တောယာမြေ တောင်ယာစခန်း။
ရှုလေရာ မှိုင်းညို့ညို့
လွမ်းဖို့မျှော်မှန်း။

✦ လုပ်ငန်းခွင် ယာစခန်းက
အပြန်လမ်း တေးသံချို။
ကျီစယ်ဟန် ရယ်သံနှော
တောလုံမပျို။

ငေးမောဓိ ဘာလိုလို
ရင်လှိုက်ဖို ပလွေတေး။
တောစပ်ဆီ ယာခရီးက
ချိုးကူသံပေး။

✦ တက်သုတ်နှင် ဆိတ်သိုးအုပ်တို့
နွားမအုပ် ရွာဝင်ပြီ။
ခလောက်သံ ဝေါက်သံဖိုး
ဖုန်လုံးတပ်ချီ။
ရွာဦးထိပ် ရေကန်ဆီ
အိုးကိုယ်စီ ရေခပ်ဆင်း။
ရွာလုံမေ ဟန်ရေးပြ
တောအလှရှုခင်း။

✦ မွေးရပ်မြေ ခါတစ်ခေါက်
ရွာမရောက် ကြာခဲ့ပြီ။
အလှမ်းကွာ တစ်နယ်အဝေးက
တွေးဆမှန်းရည်။
လွမ်းမောစိတ် မှိုင်းဝေသီ
ကိုယ့်ဌာနီ မွေးဇာတိ။
ချိန်ဆည်းဆာ မွေးရပ်ရိပ်
ဆွေးစိတ်အပြည့်။ ။

နှင်းနုညအလှဖူးသစ် ကဗျာများ

ခေတ်သမိုင်း

* အစဉ်တွေးရှု
ယဉ်ကျေးမှု မျက်နှာစာ။
နယ်ချဲ့နှစ်ဦး အသွယ်သွယ်
ပရိယာယ် စွယ်စုံမြောက်
ထိုးဖောက်ဝင်လာ။
အဆင့်မြင့်သည့် အစဉ်လာ
မကွယ်ဇာ အသိလျော့။
တို့ခေတ်မှာ တို့သမိုင်း
ရိုင်းတော့မပေါ့။

* ဇာတိမာန် ကိုယ်ခံအားတို့
မြင့်မားလို့ တံခွန်ထူ။
ဟန်မူပို ဘေးအဖျက်
လက်စုံမယူ။
ကိုယ့်စရိုက် ကိုယ့်ဟန်မူ
မွေးပျိုးကြူ အလှခင်း။
ဓလေ့အမွေ ခိုင်ခိုင်မြဲ
စွဲချစ်ရင်တွင်း။ ။

အို . . . ငှက်ကလေး

ဝဋ္ဋာတိုင်း
ပြာပြာမှိုင်း ကောင်းကင်ပေါ်
တိမ်ပျော်သည့် ငှက်ကလေး။
အလှာမရွေး
ကဗျာတေး ဟချိုချိုနဲ့
ဟစ်ဆိုကာ လေဟုန်ဝဲ
နွဲ့ပျော်လို့အေး။

အနှမ်းမတွေး
ဝမ်းရေးမစုံပလင်
ဂုဏ်တင်စရာ ခနငွေအဆင့်
သင့်မှာဘာယ်မရှိ။
သင်နှင့်ငါ
ဘဝလှာ အသင့်ဆုံရပ်မှာ
ဂုဏ်ကြွပ် ခနငွေဟို့
ဘဝအခြေ မောဟိုက်နှမ်း
လမ်းတူပါဘိ။

အို ငှက်ကလေးရယ်
အခက်မတွေးပွယ် အမြင့်ပျံသည့်
သင့်ထံရှိ အဘောင်စုံ
ယုံကြည်စွာ ရိုချင်လို့။

အတောင်ဖွဲ့
အနှောင်မဲ့ ကောင်းကင်ဘုံ
လေအဟုန် ဘေးချိုဟစ်
အားသစ်ပျော်ဖို့။ ။

မိုဃ်း

မှောင်
နှောင်ငြိ
ရှိသည့်အား
မှားမမြင်နိုင်။

မော
ဖောကပ်
ပတ်နွယ်ရစ်
ကျစ်လျစ်ခိုင်ခိုင်။

မေ့
နေ့ရက်
ပျက်ဖြစ်ယိုင်
ပိုင်ဆိုင်မရှိ။

မှား
နားရိပ်
စိတ်သောက
တ၍ပူမိ။ ။

အလှမ်းရင်

▲ ဆောင်းနှောင်းနွေဦး၊ မြောက်လေမြူး
ကြည်နူးဖွယ်ရာ၊ နှင်းငွေဖြာ။
ချစ်သူနှစ်ဦး၊ တွေ့ဆုံမြူး
ရှာဦးကန်သာ ချိန်ဆည်းဆာ။
▲ စစ်မြေရှေ့တန်း၊ မောင်ကြီးလှမ်း
အလွမ်းတမ်းတ နွမ်းရမှာ၊
ဘေးရန်ကင်းပ၊ ဆုပန်သ
နမမေတ္တာ ပို့နေမှာ။
▲ တောင်တန်းမှိုင်းရီ၊ လွမ်းဝေသီ
စစ်ချီလမ်းကြောင်း အားတက်ရာ။
အချစ်သက်သေ၊ လွမ်းစာခွေ
ပြေရာပြေကြောင်း ပို့လိုက်မှာ။
▲ အောင်ပွဲအောင်ပန်း၊ အပြန်လမ်း
မျှော်မှန်းတမ်းတ အတွေးဖြာ။
အောင်တေးသံဆို၊ ချစ်ရင်ဗို
ဆီးကြိုအောင်ပန်း ကမ်းလက်ဖြာ။
▲ ဆည်းဆာရောင်ဖျန်း၊ မှောင်ရီသန်း
လမ်းခွဲကြစို့ ခဏတာ။
နှစ်ဦးသားရင်၊ လွမ်းငွေမျှင်
သံယောဇဉ်ကြိုး နှောင်တွယ်တာ။ ။

နှင်းနုညအလှဖူးလင်း အမျာမျာ

ဂုဏ်အင်ခွမ်းသည့် မျိုးမြန်မာ

⅄ ဆည်းဆာငယ် ကွန့်ပါလို့
တိမ်ညွှန့်ရယ် နီလာ
ရှုတိုင်းငယ် ရီပြာသည်
သည်ဌာနီ စုံသမ္မာနှင့်
ဂုဏ်မဟာ ထွန်းပလှတယ်လေး။

⅄ ဝန်းကျင်ငယ်မျှော်တ၊ နေညိုစတွင်
ပြည်အလှရွှေပုဂံ၊ ဆည်းလည်းသံနှင့်
ပြည့်လျှံဝန်းပတ်၊ စေတီမြတ်တို့
အထပ်ထပ်ဖူးမြင်၊ ရှေးယခင်က
အသွင်ထူးကဲ၊ သတ္တိရဲသနှင့်
နိုင်မြဲညီညာ၊ တတ်ပညာတို့
ဗိသုကာဝတ်မှုန်
မွေးလျက်သာ ထုံတော့တယ်
ဘုန်းဂုဏ်မြင့် စဉ်အလာမှာ
မျိုးမြန်မာ အထက်တန်းမို့
ခွမ်းလှတယ်လေး......။ ။

သမီးစွဲ

တိမ်ယံ ပျံ့သည့်ငှက်
နားမှာသိမယ် မဆိုရက်
လွမ်းတေး ငါနှုတ်ဆက်။ ။

ခရီးလက်မှတ်

☐ သုံးဆယ့်တစ်နိုင်ငံ
လည်ပတ်ရန် လက်မှတ်ရ။
သံသရာ ဘုံဘဝ
အနမတဂ္ဂ။

☐ နတ်ဘဝ ရောက်ခဲ့သူ
လူဖြစ်တဲ့ အခါဖြစ်။
တိရစ္ဆာန် ရိပ်မြုံခွဲ
ငရဲလည်းနစ်။

☐ ကမ္ဘာ အသေချာ
ဘဝတွေ အနန္တ။
ဆုံလည်ကာ ရဟတ်ခြား
ရှည်လျားပေစွ။

☐ ပျော်မွေ့ခဲ့ ငါးအာရုံ
ကာမဂုဏ် ထိုစရိုက်။
သောကဝေ ပင်ပန်းညည်း
ပူမီးလောင်မြိုက်။

☐ ရှိုက်ငိုရ ဘဝတွေ
ကျမျက်ရည် စုထား။
သမုဒ္ဒြပြင် လေးစင်းထက်
နက်ရှိုင်းများပြား။

- သည်ဘ၀ သည်ခါကြုံ
  ငါးအာရုံ ရမ္မက်ကြီး။
  သုံးဆယ့်တစ်နိုင်ငံ
  လည်ပတ်ရန် လမ်းမပျက်
  ရှေ့ဆက်ခရီး။ ။

အဇ္ဈမိုးမှို

▲ သူလက်ကမ်း၍
ငါလှမ်းသည်တော့ မဟုတ်ပေ။
သူနှင်ထုတ်၍
ငါဆုတ်သည်လည်း မဟုတ်ပေ။
သူနောင်ရစ်လို့
ငါချစ်သည်တော့ မဟုတ်ပေ။
သူရှောင်ပုန်းလို့
ငါမုန်းသည်လည်း မဟုတ်ပေ။
သူမြူချော့လို့
ငါပျော့သည်တော့ မဟုတ်ပေ။
သူမာန်ပတ်လို့
ငါပြတ်သည်လည်း မဟုတ်ပေ။
သူ ရုတ်တရက်
နှုတ်ဆက်သည်ပေ မှန်ပါ၏။
ငါ မလှုပ်ယှက်
နှုတ်ဆက်သည်လည်း မှန်ပါ၏။
▲ အကျိုးအကြောင်း အဆိုးအကောင်းကို
တစ်ကြောင်းကြီးလျှော်၊ ကကြီးရှုပ်ဖို့
ရှိသေးချင်မှ မဟုတ်ဘဲ။

အချိန်အခါ

လူ့ဘ၀ တစ်ထောက်စခန်း
လျှောက်လှမ်းလို့ လာခဲ့သူ
စောင်းငဲ့ကြည့်မှု။
တွယ်တာမဆုံး ချစ်ခဲ့သူ
အမုန်းဆုံးလူ ဖြစ်လို့ဖြစ်။
မုန်းတဲ့သူ ခိုင်ကျည်မြဲ
စွဲချစ်ဘို့ချစ်။

ငါသာလျှင် အမှန်ဟုတ်
နှုတ်ဟလို့ ဆိုခဲ့သူ
ရဲရင့်သည့်မှု။
လုပ်ရပ်တို့ အောင်လံထူ
ယခုမူ ဆန့်ကျင်လွဲ။
အဖြေမှန် အမှားသိ
တွေးကြည့်ရယ်ပွဲ။

အံ့ဖြစ်ထင် အစဉ်များဟု
ဟန့်တားလို့ ရှောင်ခဲ့သူ
ဝမ်းမြောက်သည့်မှု။
ယခင်က အမည်းယူ
ယခုမူ အဖြူဖြစ်။

အရောရာ
စဉ်အလာ သဘာဝထဲမှာ
ပြောင်းလဲသကို ထိုသဘော
လောကစနစ်။ ။

နေ့များစွာ

❖ နေ့စဉ်ဖြစ်ရိုး
တစ်မိုးလင်းဘိ၊
❖ လောဘကြိုမ်တို့
မောဖို့မသိ၊
❖ အနှောင်မှောင်ကျ
သောကဝန်ပိ၊
❖ အတ္တကျိုး
တစ်မိုးချုပ်လေ၏။

သားနှင့်အဖေ

◈ သား . . . ပညာဂုဏ်၊ အမွေမြတ်ဟု
သုံးသပ်ဆင်ခြင်၊ ဆုံးဖြတ်ဉာဉ်နှင့်
ကြည်လင်အဝွမ်း၊ ဖိုဖြိုင်ထမ်းသည်
လုပ်ငန်းဝန်ကျေ၊ ဒို . . . အဖေ။

◈ နွေမိုးဆောင်းဟု
လှည့်ပြောင်းရာသီ၊ ယာတောဆီမှာ
နွေသည်ပူပြင်း၊ ဆောင်းချမ်းခြင်းဟု
ညည်းခြင်းမထုတ်၊ ကျောက်ကုပ်နှင့်
မိုးချုပ်နေဝင်၊ လုပ်ငန်းခွင်ဝယ်
အစဉ်ကြိုးပမ်း၊ ဆောင်ရွက်စွမ်းသည်
ရှင်လန်းဝန်ကျေ၊ အို . . . အဖေ။

◈ အရွယ်ခရီး
မြို့ကြီးအရပ်၊ ပညာဇာတ်ဟု
ခိုကပ်ရှာမော်၊ အနေပျော်ခဲ့
အဖော်ဇနီး၊ သားသမီးနှင့်
ပွားစီးညွှာ၊ ကာလကြာ။
မေ့ပျောက်ခဲ့သည် အဖေနှင့်ရွာ။

◈ ရွာသို့တစ်ခေါက်
မရောက်သည်မှာ၊ နှစ်ပေါင်းကြာခဲ့
ငါသည် နွေပေါက်၊ ရွာကိုရောက်သော်

ဝမ်းမြောက်ကြည်ဖြူ မငြူစူဘဲ
ဂုဏ်ယူနှလုံး၊ ပီတိပြုံးနှင့်
ကျောကုန်းနေဟပ်၊ ယာတောစပ်မှာ
ရပ်၍ဆီးကြို အဖေအို။
ဘဝနေညို လွှမ်းတေးချို။
သားမျက်ရည်စို ရင်လှိုက်ဖို။ ။

လောကလူ

◆ အကျိုးမဲ့ဘိ၊ အကျိုးရှိကို
သိတတ်သည့်မှု . . . လူ။

◆ အပြစ်ကင်းဘိ၊ အပြစ်ရှိကို
သိတတ်သည့်မှု . . . လူ။

◆ လူ့လောကဝဲ၊ လူအစွဲနှင့်
လူထဲကလူ၊ အတ္တထူလျက်
လူသားဘဝ၊ လူပီသရန်
လောကကောင်းကျိုး၊ ပရကျိုးကို
ဆေးတစ်အိုးကျွမ်း
ကွမ်းတစ်ယာညက်
လက်ဖက်တစ်ရိုးဝါး
အငြင်းပွားစရာမရှိ
စဉ်းစားဘိ။ ။

ပန်းအလင်္ကာ

❦ ပန်းတို့အကြောင်း
လမ်းဟောင်းစရိုက်၊ မူမကြိုက်ဟု
ချင့်၍ပူဆောင်၊ မောဟမှောင်နှင့်
အခေါင်ပုံင်းခုတ်၊ အမြစ်နုတ်၍
မျိုးဖြုတ်စရာမလိုပေ။

❦ ပန်းတို့အဖြစ်
လမ်းသစ်အသွင်၊ မပီပြင်ဟု
ထင်မြင်စိတ်စော၊ မောဟဇောနှင့်
အမောကန့်လန့်၊ ဆီးတားဟန့်လည်း
ရပ်တံ့စေမှု မလိုပေ။

❦ ဖူးငုံပွင့်လန်း၊ အားလုံးပန်းပါ
ကိုယ့်လမ်းကိုယ်သန်၊ ကိုယ့်မူဟန်နှင့်
ကိုယ့်မာန်ဂုဏ်မြင့်၊ အလှဆုံးပွင့်လေ
ထူးတင့်ရန်မူ၊ အလှဆုံးဖြန့်လေ
ရှင်းသန့်စေတနာ၊ ပွင့်ဝေဆာတော့
လူ့ရွာလောက၊ သဘာဝလျှင်
အလှစံထိုက်၊ အာရုံစိုက်လျက်
ပန်းကြိုက်သူတို့ ရွေးပန်လိမ့်။ ။

ရွာသမီးပျို

✧ ပျော်ရွှင်ဖွယ်ကောင်း၊ ဝင်ငွေကောင်းဟု
အကောင်းစုံစွာ၊ အကြောင်းရှာ၍
ရွာမှခင်တား၊ မြို့ကိုသွားခဲ့
ရက်များမကြာ၊ ပြန်ရောက်လာသည်
ရွာမှအပေါင်းအသင်း၊ ကောင်းသတင်း။

✧ မြို့ကြီးရိပ်မြုံ ပျော်ကြောင်းစုံနှင့်
မြို့ဂုဏ်ဝေလှ၊ မြို့အငွေ့ဝယ်
ကြည်မွေ့ဖွယ်ကောင်း၊ ဝင်ငွေကောင်းလား
အကြောင်းတရားစု၊ မတွေးရှုချင်။

✧ ရွာသမီးပျို ရွာဘေးဆိုလျှက်
ရွာကိုစွဲလမ်း၊ ရွာလုပ်ငန်းနှင့်
ရှင်လန်းတက်ကြွ၊ အားမာန်လှ၍
ဘဝတန်မူ၊ စွမ်းရည်တူသည်
ဂုဏ်ယူပါသည် မိခင်ထား။ ။

ထိုတစ်နေ့

➢ တွေးတောထိုင်
ငိုင်ပါနှင့်။
ရင်ဆိုင်တွေ့
ကွေ့ပါနှင့်။

➢ ဒုက္ခကြုံ
ဘုံခလေ့။
ရှောင်မပုန်း
ပြုံး၍တွေ့။

➢ တောနက်လမ်း
ကြမ်းသလား။
ဆူးခလုတ်
ဖြုတ်၍သွား။

➢ တောင်မြင့်ပေါ်
ကျော်ဖို့မှန်း။
တစ်နေ့နေ့
ရွှေ့ရွှေ့လှမ်း။

➢ မုန်တိုင်းမှောင်
ဖောင်မပျက်။
ဂွဲယာန်ကြီး
ခရီးဆက်။

➤ ကံလှည့်ပြောင်း
ကောင်းသည့်နေ့။
ပန်းစုံသင်း
အလင်းတွေ့။
➤ စွမ်းရည်ထိပ်
စိတ်မလျှော့။
သုခမွှေ့
တွေ့ပြီပေါ့။ ။

လမ်းဘေးအေးရိပ်

✦ သားအကြီးက
ဇနီးမယား၊ သမီးသားနှင့်
စီးပွားဖြစ်ရာ၊ တစ်ရပ်ရွာသို့
ထွက်ခွာလှမ်းရွှေ့၊ ဟိုတစ်နေ့။

✦ သားငယ်အထွေး
ရဲသွေးပြည့်လျှမ်း၊ ပြည့်ဝန်ထမ်း
စခန်းတစ်နေရာ၊ ရှေ့တန်းကြာခဲ့
ပြန်လာယနေ့၊ ချစ်ရင်ငွေ့။

✦ ရှုံ့မငြိုး
သမီးငှယ်လှ၊ အိမ်ထောင်ကျ
ဘဝစခန်း၊ ဝဲပျံသန်းပြီ
လှမ်း၍ထွက်ခွာ၊ ဝေးတစ်နေရာ။

✦ အမေ့အတောင်စုံ
ရိပ်မြုံအလှ၊ သဘာဝမို့
သွားကြလာကြ၊ ထွက်ခွာကြနှင့်
နားကြခိုကြ၊ ပန်းဖြေကြ၍
မိဘရိပ်အေး၊ ချင့်မျှော်တွေးသော်
လမ်းဘေးဇရပ် အေးရိပ်သာ။ ။

လွမ်းဖွဲ့မဝီ

* တန်ဆောင်းပြာသာဒ်၊ ကျောင်းဇရပ်နှင့်
ထွတ်မြတ်စေတီ၊ ရှာဦးဆီဝယ်
လေပြည်သင်းပျံ့ နှံ့ရော့မည်။
* ထနောင်းဝေဖြာ၊ ရှားတမာနှင့်
ယာပြင်ကုန်းမို့ ထန်းတောညို့တွင်
ချိုးတို့ချိုတေး မွှေးရော့မည်။
* စိမ်းစိုမြသား၊ သီးနှံထွား၍
နိုးကြားဘဝ၊ ရှင်အားရလျက်
အဘယာခင်း ဆင်းရော့မည်။
* ဆည်းဆာနေညို၊ လုံမပျိုတို့
ရေချိုခပ်လမ်း၊ တေးသံလွှမ်း၍
တိမ်ပန်းအလှ ဆင်ရော့မည်။
* ကြေးစည်ကိုထု၊ မေတ္တာရှု၍
ကောင်းမှုမြင့်မား၊ ဂုဏ်တော်ပွားလျက်
အဘွား အမျှဝေရော့မည်။
* ကိုယ့်ရပ်ကိုယ့်ရွာ၊ မရောက်ကြာခဲ့
အခါမသင့်၊ အခွင့်မကြုံ
လူ့ဘုံဝေလေ့၊ ဟိုမွေ့သည်ရောက်
ဘယ်ရောက်နေနေ၊ မွေးရပ်မြေသို့
မျှော်လေလေတမ်း၊ ခါခါလွမ်းမိ
အလွမ်းဇာစီ ဖွဲ့မဝီ။ ။

မှာတမ်း

❖ မိုးလေတဲ့ ... မိုးလေ၊
ဘယ်ဌာနေ ဘယ်စခန်း
မညစ်နွမ်း ရောက်သည့်မြေ။
သူ့ဓလေ့ သူ့အမွေ
သူ့စရိုက်အတွေ့တွေ သာပေလိမ့်။
သူ့ရေမြေ ပွမ်းရည်လှ
အားကျဖြေသိမ့်။

❖ တည်စေတဲ့ ... တည်စေ၊
ကိုယ့်ဌာနေ ကိုယ့်စခန်း
စိတ်အစွမ်း အားသစ်ပေး
ဘယ်ရောက်ရောက် ဇာတိမြေ
ဉာတိဆွေ အလှထူး။
မျိုးချစ်မာန် ကိုယ့်စရိုက်
မေ့လိုက်နှင့်ဦး။ ။

ဝါကျွတ်တို့အလှ

* တစ်ဝါကျွတ်၍
  ပြာမွတ်ကြည်လင်၊ မိုးကောင်းကင်နှင့်
  ဝန်းကျင်ရှုင်းသန့်၊ ဆင်းရနံ့တို့
  စိမ်းဖန့်လှယ်ယာ၊ ရှုတိုင်းသာ၏။
* ကျေးဇူးသိတတ်
  မြင့်မြတ်စိတ်မွန်၊ ကျေပွန်ကျင့်ဝတ်
  မချွတ်စေသား၊ ဘိုးဘွားမိဘ
  မြတ်လှဆရာ၊ ဂုဏ်မဟာအား
  ဝပ်တွားတင်ချီ၊ အဥ္ဇလီနှင့်
  ဝစီကာယ၊ မနသီစ၍
  မောဟ၊ညစ်ကြေး၊ အပြစ်ဘေးမှ
  ကင်းဝေးစေမူ၊ ရှေးရှုမာန်လျှော့
  ကန်တော့ပူဇော်ကြလေပြီ။
* သက်ကြီးရွယ်ကျ၊ ဘိုးဘွားစ၍
  မိဘဆရာ၊ ရတနာဟု
  စဉ်လာဂါရဝ၊ ကျင့်ဝတ်လှတို့
  အေးမြမေတ္တာ၊ ကြင်နာဓလေ့
  သိမြဲမွေ့လွှမ်းခြုံ၊ တို့ရိုပ်မြုံသည်
  လှူဘုံအလှ ထူးမြတ်စွ။ ။

ထိုလမ်းပေါ်

◈ အဆင့်မတူ
အမြင့်လူ တွေ့လျှင်ပြုံး
ဟန်အသုံးလှသည့် လူသည်လည်းကောင်း။

◈ ထို့နောက်မှု
ကိုယ့်အောက်လူ တွေ့လျှင်ပုန်း
မာန်အသုံးချသည့် လူသည်လည်းကောင်း။

◈ ထိုနှစ်မှု
အဘယ်သူ လူစနစ်
အတွေးညစ်သည့် ငါသည်လည်းကောင်း။

◈ ထိုသုံးမှု
မလိုဆိုးလူ
အပိုရှုံးသူ ဘယ်သူဟုတ်
အလုပ်ရှုပ်သည့် သင်သည်လည်းကောင်း။
၎င်းနောက် . . . . .
၎င်းနောက် . . . . .
. . . . သူသည်လည်းကောင်း။ ။

မောင့်အညာ

- ယက်ကန်းစင်ထက်၊ ကိုယ်တိုင်ရက်၍
လက်ဖြစ်ပျင်ကြမ်း၊ အကွက်ဆန်းကို
ရှင်လန်းဆင်သ၊ စိတ်အလှနှင့်
ဘဝကြည်သာ၊ မောင့်အညာ။
- ယာမြေအခင်း၊ ကိုယ်တိုင်ဆင်း၍
ခုတ်ရှင်းစိုက်ပျိုး၊ သီးနှံဖြိုးလျက်
ရွာကျိုးချက်ထမ်း၊ စိတ်ဟုစွမ်းနှင့်
တမ်းတဖွယ်ရာ၊ မောင့်အညာ။
- သာမှုနာမှု၊ ကူညီပြု၍
ပေါင်းစုအသွင်၊ လုပ်အားဆင်လျက်
ကြင်နာဝေငွေ့၊ မေတ္တာငွေ့နှင့်
ပျော်မွေ့ဖွယ်ရာ၊ မောင့်အညာ။
- ရွာအဝင်လမ်း၊ နေညိုချမ်းဝယ်
ကြည်လန်းဖွယ်ကွဲ့၊ လှည်းယဉ်ခွဲနှင့်
လိုက်ခဲ့ပါနော်၊ မောင်ဂုဏ်ဖော်
ပျော်ရွှင်ဖွယ်ရာ၊ မောင့်အညာ။ ။

နှင်းနုညအလှဖူးသစ်   ထမျှာချား

လှမ်းခွဲပို့ သဝဏ္ဏလွှာ

▲ အားသစ်ရှင်ပျော်
ချစ်ဖော်အပေါင်း၊ မိတ်ဟောင်းတို့ရေး
▲ ညည့်သည်လာလျှင်၊ ထာဝစဉ်ကြည်ဒွှ
အကြင်နှာ မေတ္တာဖွဲ့နှင့်
မယှဉ်သာ ချစ်သဒ္ဓါဖွဲ့လို့
မလေ့ဘဝ ပျော်ပါဘိအစဉ်။
▲ ဆယ့်နှစ်လအါမီ၊ ရာသီအလိုက်
ထူးကဲစွာ ရိုးရာစရိုက်တို့
ပွဲတော်မှာ နွဲ့ပျော်ထိုက်လို့
နှစ်မြိုက်ဖွယ်ဘာန်း လန်းပါဘိအစဉ်။
▲ တောတောင်ရေမြေ၊ အခြေသဘာဝ
ငေးမောဖွယ် ဆန်းကြယ်လှသမို့
အဆွေးနောကွယ် မှန်းရွယ်တလို့
ဘဝချမ်းမြေ့ တွေ့ပါလိမ့်အစဉ်။
▲ ညည့်ဝတ်ကျေပွန်၊ စိတ်မွန်နှလုံး
ဘေးကင်းစင် ပျော်ရွှင်အပြုံးနှင့်
လှမဆုံးယဉ်ကျေး မွှေးပါဘိအစဉ်။
▲ ယဉ်ကျေးမှုမြေ
အမွေရှေးဟောင်း၊ လက်ရာကောင်းသည့်
ကျောင်းနှင့်ကန်နှင့် ဘုရားနှင့်။

နှင်းရည်အသွေ့ဖူးသေခ် အမျာများ

▲ အနုပညာ
အစဉ်လာမွေး မန္တလေးဟု
မျှော်ငေးလွမ်းတာ၊ ဝန်းကျင်လှနှင့်။

▲ တောင်တန်းသွယ်ကာ
ရေလွှာဖွေးဖွေး သတင်းမွှေးသည့်
အင်းလေးဒေသ၊ ရှုခင်းလှနှင့်။

▲ ကောင်းကင်မှိုင်းပြာ
ရေလွှာရှိုက်နမ်း၊ ပင်လယ်လွမ်းသည့်
အနွမ်းပြေစ၊ ကမ်းခြေလှနှင့်။

▲ တောင်ကန်းမြင့်မော်
ရှုသော်အခင်း၊ မိုးမြူသင်းသည့်
ဆီးနှင်းထွက်ဖေါ်၊ ရေခဲတောင်နှင့်။

▲ ဘယ်ဝယ်ကြည့်ကြည့်
ကြည့်မြင်လေရာ၊ ရှုခင်းသာနှင့်။

▲ ရှုကြည့်လေရာ
ရိုးရာမြင့်မား၊ တိုင်းရင်းသားနှင့်။

▲ ဘယ်ကိုလှမ်းလှမ်း
ဂူးစမ်းအသွယ်သွယ်၊ ဂူးဆန်းပွယ်နှင့်။

▲ အလိုလေ့အိုင်
မိဟ်ဆွေချမ်းဖော်၊ ဖိတ်ခေါ်အမြဲ
အလှဘုံ တူစုံနဲ့ဖို့
အားသစ်ခဲ အသွေးလှိုင်လှိုင်လေး။ ။

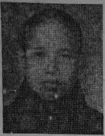
ငြိမ်းချမ်းကမ္ဘာ

□ ဤကမ္ဘာမြေ၊ စည်သာဝေဖို့
ရွာပြေ (ပြည်) ဘေးရှင်း၊ အပြစ်ကင်းသည့်
မြူနှင်းမိုးတိမ်၊ ကောင်းကင်အိမ်ဝယ်
စိုးရိမ်ဖွယ်ဝေး ဖွေးပါစေ။

□ ဤကမ္ဘာမြေ၊ စည်သာဝေဖို့
ရွာပြေဘေးရှင်း၊ အပြစ်ကင်းသည်
လေညင်းချိုလွင်၊ နယ်ရှစ်ခွင်ဝယ်
သန့်စင်ပျံ့အေး မွှေးပါစေ။

□ ဤကမ္ဘာမြေ၊ စည်သာဝေဖို့
ရွာပြေဘေးရှင်း၊ အပြစ်ကင်းသည့်
ရေအဆင်းဂုဏ်တင်၊ သမုဒ်ပြင်ဝယ်
ကြည်လင်ရန့် သန့်ပါစေ။

□ လောကအနှံ့
ရန့်သစ်ဝေ၊ ကမ္ဘာမြေ
ကြာရှည်ခိုင်သင်း၊ အပြစ်ကင်းသည့်
ချစ်ခြင်းမေတ္တာ၊ အကြင်နာနှင့်
စာနာလှပ၊ သဘာဝတို့
ထာဝရငြိမ်းချမ်း လှပါစေ။ ။



၂၀၀၃ ခုနှစ်၊ စာပေဗိမာန်စာမူဆု

ကဗျာပေါင်းချုပ်ပထမဆုရ

“နှင်းနုညအလှပုံးသစ် ကဗျာများ”

ရေးသူ – ဇာနည်

မန္တလေးတိုင်း၊ မြင်းခြံခရိုင်၊ တောင်သာမြို့နယ်၊ ကန်မြဲကျေးရွာအုပ်စု၊ မြို့ဘရွာ၌ အဖဦးဘို၊ အမိဒေါ်ရွှေဥတို့မှ ၁၃၀၉ ခုနှစ်၊ နှောင်းတန်ခူးလတွင် မွေးဖွားသည်။ ၁၄ နှစ်သားတွင် သတ္တမတန်းအောင်မြင်ပြီး သာသနာ့ဘောင်သို့ ဝင်ရောက်ခဲ့သည်။

၁၉၈၂ ခုနှစ်၊ နိုဝင်ဘာလထုတ် မြဝတီမဂ္ဂဇင်းပါ “စာဆိုပန်း” ကဗျာဖြင့် စာပေနယ်သို့ စတင်ဝင်ရောက်ခဲ့ပြီး စာနယ်ဇင်းများတွင် ကဗျာ၊ ဝတ္ထု၊ ဆောင်းပါးများရေးသားခဲ့သည်။ နိုင်ငံတော်အဆင့်စာပေပြိုင်ပွဲများတွင် စာပေဆု ၁၀ ဆုရရှိခဲ့သည်။

၁၉၉၆ ခုနှစ်တွင် “ရွှေပြည်နန်းက ပန်းကလေးများ” ကဗျာစာအုပ်ကို တုတ်ဝေခဲ့သည်။

၂၀၀၂ ခုနှစ်၊ စာပေဗိမာန်စာမူဆုပြိုင်ပွဲ၌ “သစ္စာရိပ်မြုံ ပန်းမှုန်နံ့လှိုင်ကဗျာများ” စာမူဖြင့် ကဗျာပေါင်းချုပ် တတိယဆု ရရှိခဲ့သည်။

ပဓာန နာယကဆရာတော်အဖြစ် စာပေပရိယတ္တိပို့ချခြင်း၊ စာပေရေးသားပြုစုခြင်းများ ပြုလုပ်လျက်ရှိသည်။

ဘွဲ့အမည်တော်	ဦးဇဝန ဖြစ်သည်။
နေရပ်လိပ်စာ	ဓမ္မရက္ခိတ ပရိယတ္တိစာသင်တိုက် (၁) လမ်း၊ (၁) ရပ်ကွက်၊ မရမ်းကုန်း မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။