မ ဟာ စာ ပေ

အမှတ် ၁၅၂၊ ဇေယျာသုခလမ်း၊ က–ရပ်ကွက်၊ သုဝဏ္ဏ
သဃ်္ဃန်းကျွန်းမြို့နယ် ၊ ရန်ကုန်မြို့။

၀၉ ၄၅၀၆၂၃၃၈၃ ၊ ၀၉ ၄၅၀၆၂၃၃၈၄

sarpaymahar@gmail.com
www.facebook.com/Ma.Har201507

ထုတ်ဝေခြင်း **ပထမအကြိမ်**

မတ်လ၊ ၂၀၂၃ ခုနှစ်

စောင်ရေ **၁၀၀၀**

မျက်နှာဖုံးဒီဇိုင်း **ကိုဆန်း (၀၉၇၈၈၂၁၁၄၁၂)**

ထုတ်ဝေသူ **ဒေါ်သိမ့်သူစိုး (၀၁၂၈၅)**

ပုံနှိပ်သူ **ဦးဝင့်ဘိုဘို(နန်းသဇင်ပုံနှိပ်တိုက်-၀၀၄၄၁) ၀၉၂၅၀၅၁၃၆၃၆**

စာစစ် **တင်မိခိုင်**

စာအုပ်ချုပ် **ကိုတင်အေး** (Perfect Binding) **၀၉၅၁၈၀၄၈၁**

ဖြန့်ချိရေး **မဟာစာပေ**

ဖုန်း - ၀၉၄၅၀၆၂၃၃၈၃ ၊ ၀၉၄၅၀၆၂၃၃၈၄

တန်ဖိုး **၃၅၀၀ ကျပ်**

အကြည်တော်

ငမွဲလော့ဂျစ် ။ အကြည်တော်
ရန်ကုန်၊ မဟာစာပေ ။ ၂၀၂၃
စာ ၁၁၈ ။ ၂၀.၅ × ၁၂.၅ စင်တီ
(၁) ငမွဲလော့ဂျစ်

ငမွဲလော့ဂျစ်

အကြည်တော်

မဟာစာပေ (စာစဉ် - ၉၇)

(၁)

လူကိုခင်ပါ။
အိမ်မှာ
ထမင်းလာမစားပါနှင့်။

(၂)

ကိုယ်တိုင်မွဲနေလို့
စိတ်ညစ်နေလား။
ခေတ်မကောင်းတဲ့အထဲ
စောင်သဲကွဲနေသူတွေအကြောင်း
တွေးကြည့်ပါ။
သင် သူတို့လောက်
ကံမဆိုးသေးပါဘူး။

(၃)

သင်သာလျှင်
သင့်ပြိုင်ဖက်။
သင့်ပြိုင်ဖက်ကို
အမြဲချော့သိပ်ထားပါ။
ဒါဖြင့်
သင်အမြဲ အိပ်နေလို့ ရပြီ။
ဒါဆို
သင်သေချာပေါက်မွဲပြီ။

(၄)

ချစ်သူရွေးတဲ့အခါ
နားလည်မှုရှိသူကို ရွေးပါ။
ဒါမှလဲ အတူတူ
ဗိုက်ထိုင်ဆာနေလို့ရပြီ။

(၅)

ပြည့်ပြည့်ဖောင်းဖောင်းနဲ့
အမြဲတမ်း
ချစ်စရာ ကောင်းတာဆိုလို့
ပိုက်ဆံအိတ်ပဲ ရှိပါတယ်။

(၆)

လုံးဝမပျင်းနဲ့။
အများနည်းတူ အိပ်ချိန်ကို
တစ်နေ့ ရှစ်နာရီပဲထား။
ကျန်တဲ့အချိန်ဆို မှိန်းနေ
သေချာပေါက်မွဲပြီ။

(၇)

ရိုင်းတယ်လို့ပြောရင်လဲ
အရင်ပညာရေးစနစ်ကိုပဲ
လက်ညှိုးထိုးရမှာပဲ။
စာရိတ္တချိန်တိုင်း
မြက်ချည်းနုတ်ခိုင်းနေတာကိုး။

(၈)

ဘဝမှာ ဘယ်သူ့မှ
အထင်မကြီးဘူး။
ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်က စပြီး။

(၉)

မမွဲသေးသရွေ့
ဟိုလူ့ကြည့်မရသလို
ဒီလူ့ကြည့်မရသလိုနဲ့။
တကယ်သာ မွဲကြည့်
ဘယ်သူ့ကို
မနာလိုဖြစ်ရမှန်းကို
မသိဘူး။

(၁၀)

တကယ်မွဲလာတဲ့အခါ
ဖောဖောသီသီပေးနိုင်တာ
ဒုက္ခပဲ ရှိတော့တယ်။

(၁၁)

မမွဲသေးဘူးလို့
ဘယ်လောက်ပဲ
အားတင်းထားပါစေ။
ဘာစားစား ချိုနေပြီဆို
သေချာပြီ မွဲပြီပဲ။

(၁၂)

လူကသာ ငမွဲ
စားပွဲထိုးက ဆိုင်ရှင်ထက်
ဗိုက်ပိုရွှဲချင်နေတာမျိုး။

(၁၃)

စားရမဲ့ သောက်ရမဲ့
ဒုက္ခသည်အတွက်
အလှူခံမယ်ဆိုတိုင်း
ကိုယ့်မျက်ခွက်ကြီးပဲ
ကိုယ်ပြေးမြင်နေတာတော့
မတတ်နိုင်ဘူး။

(၁၄)

ငယ်တုန်းက
ဘဝအတွက်
အရေးပါတဲ့ ခြေလှမ်းကို
ဘယ်လိုစလှမ်းရမှန်းသာ
မသိတာ။
ကြီးလာတော့
လမ်းပျောက်တော့တာပဲ။

(၁၅)

ခုလိုမွဲနေတော့
တစ်ချိန်က
စားရမဲ့ သောက်ရမဲ့ဘဝနဲ့
ဆင်းဆင်းရဲရဲဘဝကို
ပြန်တွေးမိပြီး
ရယ်တောင်ရယ်မိသေး။

(၁၆)

အံမယ် အလုပ်သာမရှိတာ
မသိရင်
အနားယူနေတဲ့အတိုင်းပဲ။

(၁၇)

လူကသာ ငမွဲ။
ရုပ်က ခုပဲ ထမင်းစားပြီး
ထလာသလား မှတ်ရအောင်
ဝဝကြီးနဲ့ လုလုကြီး
ဖြစ်နေတာတော့
မတတ်နိုင်ဘူး။

(၁၈)

ကြိုးစားရင် ဘာမဆို
ဖြစ်နိုင်တာကို ယုံကြည်ပါ။
မယုံရင်ကြည့်လေ။
ဘာမှမရှိရာကစပြီး
ကြိုးစားလာတာ။
အခုဆို အကြွေးတောင်
ပတ်လည်ဝိုင်းနေပြီ။

(၁၉)

ဒီလိုအချိန်မျိုးမှာ
Music ကျွမ်းကျင်ပြီး
အဆိုကောင်းတဲ့
မိန်းကလေးမျိုးနဲ့
အတူတွဲချင်တယ်။
ကိုယ်က
ရုပ်ခံနဲ့ ခွက်ကလေးပဲ
ခေါက်တတ်တာဆိုတော့လေ။

(၂၀)

ဘာမှမရှိဘူး။
ဒီထက်ရှင်းတာလဲ မရှိဘူး။

(၂၁)

တကယ်မွဲတဲ့အခါ
အချစ်စစ်ကို
ရှာဖွေရရှိနိုင်တယ်။
"ဗိုက်ဆာလိုက်တာ"လို့ပြောရင်
ယုံကိုမယုံနဲ့တော့။

(၂၂)

လောကခံတရား
ဘယ်လောက်ပဲ
ရိုက်ခတ်ပါစေ။
ယုံကြည်မှုကို
လက်မလွှတ်ပါနဲ့။
ယုံကြည်မှုကို
အကြာကြီးဆုပ်ကိုင်ထားပြီး
ဘာမှဖြစ်မလာသေးဘူးဆို
စိတ်ဓာတ်မကျပါနဲ့။
ခင်ဗျားဟာ သေချာပေါက်မွဲပြီ။

(၂၃)

ကြိုးစားပါ။
တချို့ဆို အရင်တစ်ချိန်က
လူမသိသူမသိ ငမွဲလေးပဲ။
ဒီလိုနဲ့ ကျားကုပ်ကျားခဲ
ကြိုးစားလာလိုက်တာ။
လူသိရှင်ကြား
ငမွဲကြီးများတောင်
ဖြစ်လာပြီ။

(၂၄)

မွဲတယ်ဆိုတာကလဲ
ပြောတော့သာလွယ်တယ်။
တကယ်မွဲဖို့က တကယ်ခက်တာ။
ပိုက်ဆံတစ်ပြားမှ မရှိမှ
မွဲလို့ရတာလေ။

(၂၅)

စီးပွားရေးဆိုတာ
လုပ်တတ်ရင် ဖြစ်ပါတယ်။
အနည်းဆုံးအရင်းအနှီးနဲ့သာ
စတင်ပါ။
ကြာရင် သူ့အလိုလို
အကြွေးတင်လာလိမ့်မယ်။

(၂၆)

ငွေရဲ့တန်ဖိုးကို
သိကြတဲ့သူတွေက
ငွေကို ဘယ်တော့မှ
လွယ်လွယ်မသုံးဘူး။
သုံးဖို့လဲ ရှိမှမရှိကြတာ။

(၂၇)

ကိုယ်တိုင်အောင်မြင်အောင်
လုပ်မယ့်အစား
ဘယ်လိုလုပ်ရင်
အောင်မြင်မယ်ဆိုတဲ့
စာအုပ် ထုတ်ပါ။
အဲဒါက အောင်မြင်ပါလိမ့်မယ်။

(၂၈)

တချို့သူတွေက
ငယ်တုန်းကသာ
မတော်တာ။
ကြီးလာတော့လဲ
ခပ်ညံ့ညံ့ပဲ။
အဲ အတွေ့အကြုံများလာမှ
ငတုံးကြီးမှန်း
သိတော့တယ်။

(၂၉)

တစ်ချို့တွေက ပိုက်ဆံမရှိရင်
မျက်နှာငယ်တယ် ထင်ကြတယ်။
အမှန်တော့ ပိုက်ဆံမရှိတာ
မျက်နှာငယ်စရာမှ
မဟုတ်တာ။
ပိုက်ဆံရှိသွားလို့လဲ
ဒီမျက်နှာက
ကြီးလိုက်လာတာမှ
မဟုတ်ဘူးလေ။
ဒီမျက်နှာက ဒီမျက်နှာပဲ။
ဒီတော့ အားမငယ်နဲ့
ဆက်မွဲ။

(၃၀)

အိမ်ကနေလဲ တစ်ပြားမှ
မထည့်ပေးလိုက်ဘဲ
"နင် ပိုက်ဆံကုန်မှ
အိမ်ပြန်လာတယ် ဟုတ်လား"
ဆိုပြီး ပြောတဲ့မိဘတွေက
သတ်သတ်ကို ရှိကိုရှိတယ်။

(၃၁)

လူကသာ လက်အလုံးအတို။
တီးချင်တာက 'ဂရမ်းပီယာနို'။

(၃၂)

တချို့တွေရှိတယ်။
အရင်က
ရွှေထီးဆောင်းခဲ့တဲ့အချိန်
ပြန်ပြောရင်
ရှင်ပြုတဲ့အထဲကကို
မထွက်ဘူး။

(၃၃)

လူတွေက သောက်ရစားရဘဝမှာ
ပျော်မွေ့ရင်း စားရ သောက်ရမဲ့
ဘဝ ရောက်သွားကြတာပါပဲ။

(၃၄)

တချို့က 'အိမ်'မပိုင်ဘူး။
ဒါပေမဲ့ 'အိမ်' (နေအိမ်)
ပိုင်တယ်။
တချို့က 'အိမ်' ပိုင်တယ်။
အိမ် (နေအိမ်)မပိုင်ဘူး။

(၃၅)

လူကသာ ငမွဲ။
တွဲချင်တာက ၆ pack နဲ့။
တွဲချင် ကြိုးခုန်လေ။

(၃၆)

မွဲလာပြီဆို ထမင်းမစားဘဲ
ဘယ်လိုနေနိုင်မလဲ၊
သိချင်လာကြတာပဲ။
အလွယ်ကလေး
ခေါက်ဆွဲပြုတ်စားလေ။

(၃၇)

စားရမဲ့ သောက်ရမဲ့ ဖြစ်လို့
မွဲပြီထင်နေလား။
တကယ်မွဲရင်
အင်အင်းပါရတာတောင်
နှမြောလိမ့်မယ်။

(၃၈)

ပိုက်ဆံရှိတုန်း
online က ပစ္စည်းတွေ
နင်းကန်မှာဝယ်ထားပြီး
မွဲပြီဆိုတော့မှ
size မတော်လို့
ပြန်ရောင်းတာနော်
လုံးဝ မဝတ်ရသေးတဲ့
အသစ်ကျပ်ချွတ်ကြီး”
ဆိုပြီး ပြန်ရောင်းတဲ့
လူတန်းစားဆိုတာလဲ
သတ်သတ်ကိုရှိတယ်။

(၃၉)

လူတွေက မွဲပြီဆို
ဘာလုပ်လို့ ဘာကိုင်ရမှန်း
မသိ ဖြစ်ကုန်ကြတယ်။
အမှန်တော့ ဘာလုပ်လို့
ဘာကိုင်ရမှန်း မသိလို့
မွဲနေတာကိုကျ
မေ့နေကြတယ်။

(၄၀)

စာလုံးတစ်လုံးမှ မရှိတော့ဘဲ
လူတွေကို မျက်ရည်ကျအောင်
လုပ်နိုင်တဲ့ စာအုပ်။
“ဘဏ်စာအုပ်”

(၄၁)

တချို့တွေကျ
မျက်ရည်လွယ်တယ်။
သားရေကွင်းမြင်ရင်တောင်
မျက်ရည်ကျကြတယ်။
လခထုတ်တဲ့ရက်မှာ
အကြွေးဆပ်လိုက်တာ
ရတဲ့လခ အကုန်ကုန်ပြီး
လက်ထဲ သားရေကွင်းပဲ
ကျန်ခဲ့လို့။

(၄၂)

ခုခေတ်မှာ
မျက်နှာကို ပိုက်ဆံထုပ်နဲ့
ကောက်ပေါက်ပြီး
"ငါ့သမီး (သား)နဲ့ နင်
တူလို့တန်လို့လား"
ဆိုတဲ့ ယောက္ခမမျိုး
လူတိုင်းလောက်နီးနီး
လိုချင်ကြတာချည်းပဲ။

(၄၃)

"အဲဒါ သိပ်မကြိုက်ဘူး"
"အစားနည်းတယ်၊
သိပ်မစားနိုင်ဘူး"
အဲဒီစကားသံမျိုးတွေက
"ကိုယ်စားတာကိုယ်ရှင်း"
ဆိုတဲ့ အခါမျိုးတွေမှာ
အများဆုံးကြားရတာပဲ။

(၄၄)

"အသက်လဲကြီးပြီ၊
စုထားဆောင်းထားတာလဲ
ဘာမှမရှိဘူး၊
အနာဂတ်အရေးတွေးရင်
ရင်ပူတယ်ကွာ"ဆိုရင်
"လာလေ ရင်ပူရင်
ဘီယာသွားချရအောင်"
ဆိုတဲ့သူငယ်ချင်းမျိုးက
သတ်သတ်။

(၄၅)

ကိုယ်တိုင်က ဘယ်သူ့မှ
စေတနာမရှိဘဲ
သူငယ်ချင်းတွေက
ကိုယ့်ကိုမခေါ်ရင်
"ဘာလဲ အသားမည်းလို့
မပေါင်းချင်တာလား"
ဆိုပြီး စကားနာထိုးတတ်တဲ့
အပေါင်းအသင်းက
သတ်သတ်ရှိတယ်။

(၄၆)

ငမွဲတွေအတွက်တော့
"ငပျင်းတွေလဲ
အောင်မြင်နိုင်တယ်"
ဆိုတဲ့ အယူအဆ
ကြိုက်ကိုကြိုက်တယ်။

(၄၇)

ငမွဲအစစ်ဆိုတာ
ဆေးလိပ်လဲတို။
နေလဲညိုပြီ။
သူများအိမ်မှာ
ကပ်စားကောင်းတုန်း။

(၄၈)

"ဘယ်နေ့မှာ
ဘာအလှူရှိတယ်၊
ဘယ်နေ့ကျ ဘာအလှူ"
ဆိုပြီး အလှူစာရင်းကို
ပြက္ခဒိန်မှာ အသေအချာ
မှတ်ထားတဲ့ လူမျိုးက
သတ်သတ်"

(၄၉)

တချို့ကျတော့လဲ
ဘာအလုပ်မှမလုပ်ဘဲ
တစ်သက်လုံး ချမ်းချမ်းသာသာ
နေသွားတဲ့လူမျိုးတွေရှိတယ်။
ငယ်တုန်းက မိဘဆီက
လက်ဖြန့်တောင်းတယ်။
အရွယ်ရောက်လာတော့လဲ
သားသမီးတွေဆီက
"အေးဆေးပဲ"

(၅၀)

တချို့တွေက
ပါရမီကောင်းတယ်။
လူသာ ငမွဲ။
ဗိုက်ကြီးကို ရွှဲလို့။

(၅၁)

အသားမည်းတယ်။
အသည်းဖြူတယ်။
အသန့်ကြိုက်တယ်။
အသုံးနည်းတယ်။
သက်သတ်လွတ်စားတယ်။
အသောက်အစားကင်းတယ်။

(၅၂)

လူက ငမွဲ။
အကဲတော့ မလျော့ဘူး။

(၅၃)

သင်သာ ငမွဲဆို
အသည်းကွဲနိုင်ခြေ
ပိုများတယ်။

(၅၄)

ရန်သူလဲ တစ်ယောက်မှမရှိဘူး။
မနာလိုသူလဲ မရှိဘူးဆိုရင်
သေချာတယ်။
ခင်ဗျားမွဲနေလို့ပဲ။

(၅၅)

အိမ်ထောင်သည်တွေဟာ
မင်္ဂလာနေ့ကို
ဘယ်တော့မှမမေ့ဘူး။
ချောက်ထဲကို
ဂီယာကြီးထိုးပြီး
ခုန်ချခဲ့တဲ့နေ့ကိုး။

(၅၆)

လက်ထဲမှာ စိန်လက်စွပ်
လည်ပင်းမှာ ရွှေဆွဲကြိုး
အိတ်ကပ်ထဲကျမှ ငါးရာတန်။
ဒါတောင် အိတ်ဖောင်းအောင်
လေမှုတ်ထားသေးတာ။