ကိုးပေါက်ဒွါရ ကမ္မဋ္ဌာန်း

နေ့စဉ်ပင် ကိုးဒွါရက၊

ယိုစီးကျ အပုပ်တွေ။

သင့်ခန္ဓာ သည်အထုပ်ဟာ၊

စက်ဆုပ်စရာပေ။

တွေးကြည့်လေ အသေနဲ့တယ်မထူး၊

အသုဘ တခြားဘယ်မရှာနဲ့၊

ကိုယ့်ခန္ဓာ သက်သေပြတယ်၊

အသုံးမကျဘူး။

အသုံးမကျတဲ့ ဒီခန္ဓာ၊

များသူငါ လွန်စုံမက်တယ်၊

မှားချက်ကနာ။

အမှန်မှာ နှစ်ဖြာကွဲ ရုပ်နာမ်တရား၊

ဥပါဒ်, ဌီ, ဘင်နဲ့၊

မြဲနေစဉ် ဖြစ်, တည်, ပျက်ဟာမို့၊

နှစ်သက်ဖွယ် ဘာမရှိတယ်၊

တွေးမိရဲ့လား။

(မစိုးရိမ်ဂန္ထနယူပဒေသဆရာတော် ပဋ္ဌာန်းဦးသုမနာဘိဝံသ)