

ကေသီ ရန်းပုံ။ ။ ကိုရင် ဗုဒ္ဓရက္ခိတ.... ကိုယ်မှာ ခြံထားသော
သင်္ကန်းကို “ကေသီ” လို့ ခေါ်သည်၊
ကိုယ်ပေါ်မှာ ကေသီခြံထားခြင်းကို “သင်္ကန်းရန်းခြင်း” ဟု
ခေါ်သည်။

- (၁) ကေသီ၏ အထက်ပိုင်းအဖျားကို လက် ၂-ဖက်ဖြင့်
ခပ်စုစုကိုင်၍ ဆန့်တန်းပါ။ အောက်မှာလဲ ညီနေပါစေ။
- (၂) ကေသီ ဝဲယာ ၂-ဖက်၏ အလယ်ပိုင်းလောက်သည်
ကျောနှင့် တည့်နေပါစေ။
- (၃) ညာဘက်အစကို (ချိုင်းအောက်) သွင်းပြီး ဝဲဘက်
ပခုံးပေါ်တင်ပါ။
- (၄) ဝဲဘက်အစကိုလည်း ဝဲဘက်ပခုံးပေါ် ထပ်၍ တင်ပါ။
- (၅) ဤသို့ ရန်းထားသောသင်္ကန်းသည် အောက်ပိုင်းမှာ
လည်း သင်းပိုင်အထက်၌ လက် ၄-သစ်လောက် တက်
လျက် ပတ်ဝန်းကျင် ညီနေပါစေ။ ဤကား ယခုခေတ်
သင်္ကန်းရန်းပုံ ဖြစ်၏။ (စာ၌ပါသော ရန်းပုံတမျိုးကိုမူ
နားလည်သောဆရာများထံ သင်ကြပါလေ။)

ညိစွာဝတ်ရမည့်ဌာန။ ။ “ဝန်းဝိုင်း ညိညွတ်အောင် သင်းပိုင်
ကေသီကို ဝတ်ရမည်” ဟု ပညတ်
တော်မူသည့်အတိုင်း (တပါးတည်းနေသောအခါ အိပ်သော
အခါ စသည်တို့၌ ညိစွာ မဝတ်နိုင် မရန်းနိုင်သော်လည်း)
သံဃာ့အစည်းအဝေး၊ ဘုရားဝတ်တက်၊ စာတက်၊ ဆွမ်းစား
ကျောင်း၊ ဘုရားရှေ့တော်၊ ဆရာသွားနှင့် မထေရ်ကြီးများ
အထံသို့ သွားသောအခါတို့၌ ဤသိက္ခာပုဒ် ၂ ပါးနှင့်ညီ
အောင် ဝန်းဝိုင်း ညိညွတ်စွာ ဝတ်ရ ရန်းရပါသည်။