

တိုက်တွန်းချက်။ ။ ဤအနက်ကို ကြေအောင် ကျက်ပါ။
 ထိုသို့ ကြေနေမှသာ ဝမ်းတွင်း၌ရှိသော
 ကောဠာသတ္တိ စိတ်ထဲ၌ ထင်လာနိုင်မည်။ ဥပမာ - ဤအနက်
 ကို မကြေလျှင် “အဋ္ဌိမိဉ္ဇ-ရိုးတွင်းခြင်ဆီ” ဆိုတာ ဘာဆိုမှန်း
 မသိဘဲ၊ “ဝက္ကံ-အညှို့” ဆိုတာ ဘယ်နေရာမှာ ရှိမှန်း မသိဘဲ
 နေလိမ့်မည်။ ထို့ကြောင့် ဤအနက်မြန်မာပြန်အတိုင်း စဉ်းစား
 ၍ ကြည့်ဘို့ရန် ဤအနက်မြန်မာပြန်ကို အစွမ်းကုန် ကြေနေ
 အောင် ကျက်ပါလေ။

အားထုတ်နည်း။ ။ ဤကမ္မဋ္ဌာန်း အားထုတ်နည်းကို ဝိသုဒ္ဓိ
 မဂ်၌ စျာန်ရသည်အထိ အကျယ်ညွှန်ပြ
 ထားသည်။ သို့သော် သာသနာတော်၌ မွေ့လျော်ခြင်း၊
 လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်အတွက် လှုပ်လှက်စိတ် မရှိခြင်း၊
 ပစ္စည်း လာဘ်လာဘကို မငဲ့ကွက်ခြင်း၊ ဂုဏ် ပကာသနကို
 မတောင့်တခြင်း၊ နေရာတိုင်းမှာ ဣန္ဒြေသိက္ခာရှိသော ရဟန်း
 သာမဏေတပါး ဖြစ်ခြင်း တည်းဟူသော သာသနာတော်၏
 အခြေခံအကျိုးကို မြော်၍ ဤကမ္မဋ္ဌာန်းကို ဤရှင်ကျင့်ဝတ်၌
 ထည့်သွင်းခြင်း ဖြစ်သောကြောင့် ထိုအကျိုးများ ရလောက်
 သော အစီအစဉ်မျှကိုသာ အကျဉ်းညွှန်ပြပါမည်။

၁။ နှုတ်ရှုတ်။ ။ ဤကမ္မဋ္ဌာန်းကို အားထုတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်
 သည် ရှေးဦးစွာ “ကေသာ လောမာ နခါ
 ဒန္တာ တစော” စသည်ဖြင့် ပါဠိလိုဖြစ်စေ- “ဆံပင်၊ မွေးညှင်း၊
 ခြေသည်း လက်သည်း၊ သွား၊ အရေ” စသည်ဖြင့် မြန်မာလို
 ပေါ်လာသည်။ ထို့ကြောင့် ထိုဆီးအိမ်၌ ဝင်ပေါက်မရှိသော်
 လည်း အောက်မှ ထွက်ပေါက်ကား ထင်ရှားရှိပေသည်။