

ထိန် မိဒ္ဒ ပယ်ဖျောက်နည်း (၇) မျိုး

- ၁။ အိပ်ချင်ငိုက်မြည်းကြောင်းဖြစ်သော အမှတ်သညာကို ပယ်ခြင်း။
- ၂။ တရားတော်များကို ဆင်ခြင်ခြင်း။
- ၃။ တရားတော်ကို ရွတ်ဖတ်ပူဇော်ခြင်း။
- ၄။ နားရွက်တို့ကို ဆွဲခြင်း၊ ကိုယ်ကို လက်ဖြင့် ပွတ်သပ်ခြင်း။
- ၅။ မျက်နှာသစ်ပြီး အရပ်မျက်နှာ၊ ကြယ်တာရာတို့ကို မော်ကြည့်ခြင်း။
- ၆။ အရောင်အလင်းကို နှလုံးသွင်းခြင်း။
- ၇။ စင်္ကြံလျှောက်ခြင်း။

အံ၊၂၊၄၆၁ (ပစလာယမာနသုတ်၊ သတ္တကနိပါတ်)

ထိန် မိဒ္ဒ ပယ်ဖျောက်နည်း (၆) မျိုး

- ၁။ အာဟာရကို လျော့စား။
- ၂။ ဣရိယာပုတ်ကို ပြောင်းပေး။
- ၃။ အလင်းရောင် နှလုံးသွင်း။
- ၄။ လွင်ပြင်မှာနေ။
- ၅။ ထိန် မိဒ္ဒ နိုင်ပြီးသော မိတ်ဆွေကောင်းနှင့်နေ။
- ၆။ ဝီရိယအားပေးသော စကားများကိုသာပြော။

(သံ၊ဋ္ဌ၊၃၊၂၈၉)