

မိလိန္ဒမင်းကြီး၏ စိတ်ထားပြုပြင်နည်း

- ၁။ ဂု ရက်အတွင်း မင်းကိစ္စကို မပြုတော့ပြီ။
- ၂။ ရာဂစိတ်ကို မဖြစ်အောင် စောင့်စည်းမည်။
- ၃။ ဒေါသစိတ်ကို မဖြစ်အောင် စောင့်စည်းမည်။
- ၄။ မောဟစိတ်ကို မဖြစ်အောင် စောင့်စည်းမည်။
- ၅။ ကျေးတော်၊ ကျွန်တော်၊ အလုပ်သမား၊ အမှုတော်ထမ်း များအပေါ်၌
သော်လည်းကောင်း စိတ်ကို နှိမ်ချ၍ မာန်မာနမဖြစ်အောင် စောင့်စည်းမည်။
- ၆။ ကိုယ်မှု၊ နှုတ်မှုများ ထူးခြားစွာ စောင့်စည်းမည်။
- ၇။ မြင်ရ၊ ကြားရ၊ တွေ့ရ၊ သိရသမျှသော အာရုံများ အတွက်
အကုသိုလ်မဖြစ်အောင် မျက်စိ၊ နား စသော ဣန္ဒြေများကို စောင့်စည်းမည်။
- ၈။ အားလုံးသတ္တဝါတို့အပေါ်မှာ မေတ္တာစိတ်ထားမည်။

အရှင်ဇနကာဘိဝံသ၏ စံပြုသာသနာပြုနည်းများ