

စိတ်ကောင်းထားနည်းများ

၁။ ယောနိယောမပသိကာရထားခြင်း

၂။ သမထာကဝဗ္ဗာပွားများခြင်း

၃။ ဝိပဿနာအားတုတ်ခြင်း

အခြားနည်းများ

၁။ တူမြွေကကြိုက်မလိုက်ဘိ ကိုယ်ကကြိုက်သာ တူမြွေကိုနှစ်ခြိုက်ခြင်း

၂။ ကြိုတင်ဆုံးဖြတ်ထားခြင်း

၃။ အကောင်းအက်ကိုသာ စိတ်ကိုညွတ်ထားခြင်း

၄။ ကောင်းတာကို နှစ်သက်လွန်းခြင်း

၅။ ကောင်းလော စာပေအကျင့်ရှိခြင်း

၆။ အစားထိုး ပယ်ဖျောက်ခြင်း

၇။ အမြစ်ခွာ ပယ်ဖျောက်ခြင်း

၈။ အာရုံ လွှဲပြောင်းခြင်း

၉။ အကြောင်းရှင်း ချာခြင်း

၁၀။ ထိတ်တိုက် ရှင်ဆိုခြင်း