၈၁ ခိုးခြင်း (၂၅)ပါး ၀၃

နာနာဘဏ္ဍပဥ္စက, ဧကဘဏ္ဍပဥ္စက, သာဟတ္ထိကပဥ္စက,

ပုဗ္ဗပယောဂပဥ္စက, ထေယျာဝဟာရပဥ္စက

➢ ဤပဥ္စက ငါးပါးပေါင်းသော် ခိုးခြင်း နှစ်ဆယ့်ငါးပါး ဖြစ်၏။

ဆောင် ✓ နာနာ-ဧကေ၊ သာဟတ္ထနှင့်၊ ပုဗ္ဗ-ထေ၊ ငါးခုမှာ၊ ငါးဖြာ ပဥ္စာ။

❖ နာနာဘဏ္ဍပဥ္စက ❖

၁။ အရှာမ်ကို တရားတွေ၍ ခိုးခြင်း (အာဒိယေယျ)။

၂။ ဆောင်ယူသွားသော သူတပါး ဥစ္စာကို ခိုးခြင်း (ဟရေယျ)။

၃။ အပ်နှံထားသော ဘဏ္ဍာကို ခိုးခြင်း (အဝဟရေယျ)။

၄။ ဘဏ္ဍာဆောင်လာသူကို ဘဏ္ဍာနှင့်တကွ ခိုးခြင်း (ဣရိယာပထဝိကောပေယျ)။

၅။ ကုန်း၌တည်သော ဘဏ္ဍာကို ခိုးခြင်း (ဌာနာစာဝေယျ)။

ဤငါးပါးကို "နာနာဘဏ္ဍပဥ္စက"ခေါ်သည်။

ဆောင် ✓ အာဒိ-ဟရ၊ ဝဟာရ၊ ပထ-ဌာနာစာ။

❖ ဧကဘဏ္ဍပဥ္စက ❖

၁။ အရှင်၏ကျွန်ကိုဖြစ်စေ တိရစ္ဆာန်ကိုဖြစ်စေ တရားတွေ၍ ခိုးခြင်း (အာဒိယေယျ)။

၂။ ဆောင်ယူသွားသော သက်ရှိသတ္တဝါကို ခိုးခြင်း (ဟရေယျ)။

၃။ အပ်နှံထားသော သက်ရှိသတ္တဝါကို ခိုးခြင်း (အဝဟရေယျ)။

၄။ သက်ရှိသတ္တဝါ ဆောင်ယူလာသည်ကို သတ္တဝါနှင့်တကွခိုးခြင်း (ဣရိယာပထဝိကောပေယျ)။

၅။ ကုန်း၌တည်သော သတ္တဝါကို ခိုးခြင်း (ဌာနာစာဝေယျ)။

ဤငါးပါးကို "ကေဘဏ္ဍပဉ္စက" ခေါ်သည်။

["နာနာဘဏ္ဍပဉ္စက"ကား "သက်မဲ့"၊ ဤကား "သက်ရှိ"သာ ထူး၏။ ခိုးပုံခြင်းကား တူ၏]။

ဆောင် ✓ ဧကဘဏ်လည်း၊ နာနာနည်း၊ ထူးပြီး သက်ရှိလာ။

❖ သာဟတ္ထိကပဉ္စက ❖

၁။ သူတပါး၏ ဘဏ္ဍာကို ကိုယ်တိုင်ခိုးခြင်း (သာဟတ္ထိက)။

၂။ စေခိုင်း၍ ခိုးခြင်း (အာဏတ္တိက)။

၃။ ကင်းထားရာ အရပ်, ကြံစည်ရာအရပ်တို့၏ အတွင်း၌နေ၍ အပြင်သို့ ပစ်လွှင့်ခိုးခြင်း (နိဿဂ္ဂိယ)။

၄။ စွမ်းနိုင်သောအခါ ခိုးဟု စေခိုင်းခြင်း (အတ္ထသာဓက)။

၅။ အရာမ်ကို တရားတွေ့ခြင်း, အပ်ထားသော ဘဏ္ဍာကို မပေးခြင်း, တာဝကာလိက ယူသည်ကို မပေးခြင်း, ဘဏ္ဍာစားကို မပေးခြင်း (ဓုရနိက္ခေပ)။

ဤငါးပါးကို "သာဟတ္ထိကပဉ္စက"ခေါ်သည်။

ဆောင် ✓ သာဟ-အာဏ၊ နိဿဂ္ဂ၊ အတ္ထ-ဓုရပါ။

❖ ပုဗ္ဗပယောဂပဉ္စက ❖

၁။ စေခိုင်း၍ ခိုးခြင်း (ပုဗ္ဗပယောဂ)။

၂။ နေရာမှ ရွှေ့စေ၍ ၎င်း, ကံသင်းစသည်ကို ပြောင်း၍၎င်း ခိုးခြင်း (သဟပယောဂ)။

၃။ ဤမည်သော ဘဏ္ဍာကို ခိုးအံ့ဟု တိုင်ပင်၍ ခိုးခြင်း (သံဝိဓာဝဟာရ)။

၄။ အမှတ်ပြု၍ ခိုးခြင်း (သင်္ကေတကမ္မ)။
၅။ မျက်ရိပ်ပြ၍ ခိုးခြင်း (နိမိတ္တကမ္မ)။

ဤငါးပါးကို “ပုဗ္ဗပယောဂပဉ္စက”ခေါ်သည်။

ဆောင် ✓ ပုဗ္ဗ-သဟ၊ သံဝိဓ၊ ကေတ-နိမိတ္တာ။

❖ ထေယျာဝဟာရပဉ္စက ❖

၁။ လျှို့ဝှက်၍ ခိုးခြင်း၊ တောင်း, တင်း, ချိန်, အသပြာစဉ်းလဲပြု၍ ခိုးခြင်း (ထေယျာဝဟာရ)။
၂။ အနိုင်အထက် လုယက်၍ ခိုးခြင်း, ရသောအခွန်ထက် ပိုတောင်း၍ ခိုးခြင်း (ပသယှာဝဟာရ)။
၃။ ဘဏ္ဍာကိုဖြစ်စေ အရပ်ကိုဖြစ်စေ ကြံဆ၍ ခိုးခြင်း (ပရိကပ္ပါဝဟာရ)။
၄။ ဖုံးလွှမ်း၍ ခိုးခြင်း (ပဋိစ္ဆန္နာဝဟာရ)။
၅။ ကမ္ပည်းပြောင်း၍ ခိုးခြင်း (ကုသာဝဟာရ)။

ဤငါးပါးကို “ထေယျာဝဟာရပဉ္စက”ခေါ်သည်။

ဆောင် ✓ ထေယျ-ပသယှ၊ ရိကပ္ပ၊ စ္ဆန္န-ကုသဝါ။

ကိုး - ပါတိမောက္ခမေဒိနီ (မေဒိနီဆရာတော်ဦးအာဒ္ဒာရ)

ထေရဝါဒ ကမ္မဋ္ဌာန်းလမ်းစဉ် - စတုတ္ထအကြိမ် (၁၀) ရက် တရားစခန်း
၂၀၂၁ ခုနှစ်၊ ဒီဇင်ဘာလ (၂၄) ရက် မှ ၂၀၂၂ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ (၂) ရက် ထိ
အဂ္ဂမဟာကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ မေတ္တာနန္ဒဆရာတော် ဦးယောသိတာဘိဝံသ (USA)
https://winmetta.org