

န ပဋိဝေဓ (၅) ပါး လေ

- ၁။ ဥဂ္ဂဟပဋိဝေဓ = သင်ယူသိ။
- ၂။ ပရိပုစ္ဆာပဋိဝေဓ = မေးဖြေသိ။
- ၃။ သဝနပဋိဝေဓ = နာယူသိ။
- ၄။ ဓာရဏပဋိဝေဓ = နှုတ်ဆောင်သိ။
- ၅။ သမ္မသနပဋိဝေဓ = ရှုမှတ်သိ။

ထေရဝါဒ ကမ္မဋ္ဌာန်းလမ်းစဉ် - ၂၀၂၂ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ (၉) ရက်
အဂ္ဂမဟာကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ မေတ္တာနန္ဒဆရာတော် ဦးဃောသိတာဘိဝံသ (USA)
<https://winmetta.org>