တောင်ပို့ပမာ ကိုယ်ခန္ဓာ

(ဝမ္မိကသုတ်၊ မ၊ ၁၊ ၁၉၅၊ ၃၊ ဩပမ္မဝဂ်)

တောင်ပို့တူးရန် အခြေခံပြဿနာ (၇) ရပ်

၁။ ဆရာ	၂။ တပည့်	၃။ တောင်ပို့
၄။ ညဥ့်မီးခိုးထွက်မှု	၅။ နေ့၌ မီးတောက်နေမှု	၆။ တူရွင်း
၇။ တူးမှု		

တောင်ပို့ထဲက ပြဿနာ (၈) ရပ်

၁။ တံခါးပိတ်သည့် မင်းတုပ်	၂။ ဖားပွတစ်ကောင်	၃။ လမ်းနှစ်ခွ
၄။ ရေစစ်	၅။ လိပ်တစ်ကောင်	၆။ စဉ်းတီတုံး နှင့် ဓား
၇။ အသားတုံး	၈။ နဂါး	

၁။ ဆရာကိုကား "မြတ်ဘုရား" မှတ်သားကြလေပါ။

၂။ တပည့်ကိုကား "သေက္ခ"ထား ("ယောဂီ"ထား) မှတ်သားကြလေပါ။

၃။ တောင်ပို့ဟူငြား ဤ"ကိုယ်"ထား မှတ်သားကြလေပါ။
အရိယာထိုထို စွန့်ပစ်လို ဤကိုယ်တောင်ပို့ပါ။
ညစ်ကြေးထိုထို ပျို့အန်လို ဤကိုယ်တောင်ပို့ပါ။
တဏှာအစေးကို မေ့းစပ်လို ဤကိုယ်တောင်ပို့ပါ။

၄။ မီးခိုးဟူငြား "ဝိတက်"ကား မှတ်သားကြလေပါ။

၅။ မီးတောက်ဟူငြား "နေ့လုပ်အား" မှတ်သားကြလေပါ။

၆။ တူရွင်းကိုကား "ပညာ"ထား မှတ်သားကြလေပါ။

၇။ တူးဆွသည်ကား "လုံ့လ"ထား မှတ်သားကြလေပါ။

၈။ မင်းတုပ်ဟူငြား "အဝိဇ္ဇာ"ထား မှတ်သားကြလေပါ။

၉။ ဖားပွဟူငြား "ဒေါသ"ထား မှတ်သားကြလေပါ။

၁၀။ လမ်းနှစ်ခွကား "ယုံမှတ်မှား" မှတ်သားကြလေပါ။

၁၁။ နီဝရဏငါးပါး "ရေစစ်"ထား မှတ်ထားကြလေပါ။

၁၂။ စွဲလမ်းခန္ဓာငါး "လိပ်"ကိုထား မှတ်သားကြလေပါ။

၁၃။ စဉ်းတီတုံးနှင့်ဓား "ကာမ"ထား မှတ်သားကြလေပါ။

ဝတ္ထုကာမ ရှာကြံကြ ညည်းလှကိလေသာ။

ကိလေသာများ သတ်ညှဉ်းအား မှီငြားဝတ္ထုမှာ။

ထို့ကြောင့်စဉ်းတီ "ဝတ္ထု"မည် ဓားသည်"ကိလေသာ"။

စဉ်းတီတုံးကား "ကာမ"ထား မှတ်သားကြလေပါ။

သားလှီးဓားကား "ကိလေသာ"ထား မှတ်သားကြလေပါ။

၁၄။ အသားတုံးကား "ရာဂ"ထား မှတ်သားကြလေပါ။

၁၅။ ရဟန္တာကား "နဂါး"ထား မှတ်သားကြလေပါ။

ထေရဝါဒ ကမ္မဋ္ဌာန်းလမ်းစဉ် - ၂၀၂၂ ခုနှစ်၊ ဧပြီလ (၁၄၊ ၁၅) ရက်
အဂ္ဂမဟာကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ မေတ္တာနန္ဒဆရာတော် ဦးဃောသိတာဘိဝံသ (USA)
https://winmetta.org