

အညသမာန်းစေတသိက် ၁၃ ပါး

(က) သဗ္ဗစိတ္တသာဓာရဏစေတသိက် ၇ ပါး

(ခ) ပကိဏ်းစေတသိက် ၆ ပါး

(က) သဗ္ဗစိတ္တသာဓာရဏစေတသိက် ၇ ပါး

အလွတ်အာဂုံကျက်ရန် “ဖယ်၊ ဝေ၊ သဉ္ဇ၊ စေ၊ ဧ၊ ဇ၊ မန ဤသတ္တ၊ သဗ္ဗစိတ်တိုင်းဖြစ်”

- ၁။ ဖဿ - အာရုံကိုတွေ့ထိခြင်း (အချဉ်သီးစားသူကို မြင်ရသူပမာ)
- ၂။ ဝေဒနာ - အာရုံ၏အရသာကို ခံစားခြင်း (ဘောဇဉ်အရသာခံစားနေသည့်ပြည့်ရှင်မင်းပမာ)
- ၃။ သညာ - အာရုံ၏ပုံသဏ္ဍာန် စသည်ကို မှတ်သားခြင်း (လက်သမားတို့၏ ခဲအမှတ်အသားပမာ)
- ၄။ စေတနာ - စေ့ဆော်တိုက်တွန်းခြင်း (စာသင်ခန်း မော်နီတာပမာ)
- ၅။ ဧကဂ္ဂတာ - အာရုံတစ်ခု၌ စူးစိုက်တည်ကြည်ခြင်း (လေငြိမ်ရာထွန်းညှိထားသော ဆီမီးလျှံပမာ)
- ၆။ ဇိဝိတိန္ဒြေ - ယှဉ်ဖက်စိတ်စေတသိက်တို့ကို သက်တမ်းပြည့် (ကြာပင်ကိုစောင့်ရှောက်သည့် ရေပမာ) တည်တံ့အောင် စောင့်ရှောက်ခြင်း
- ၇။ မနသိကာရ- အာရုံကို ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းခြင်း (လှေပဲ့ထိန်းသူပမာ)

* စိတ်တစ်လုံးဖြစ်တိုင်း ဤစေတသိက် (၇) လုံး အနည်းဆုံး ယှဉ်စပ်၍ အာရုံကိုယူရသည်။

(ခ) ပကိဏ်းစေတသိက် ၆ ပါး

အလွတ်အာဂုံကျက်ရန် “တက်၊ စာ၊ ဝိ၊ ပိ၊ ဆန်၊ အမိ ပြွမ်းဘိ ပကိဏ်းခြောက်”

- ၁။ ဝိတက် - ယှဉ်ဖက်စိတ်စေတသိက်တို့ကို (ခေါင်းလောင်းထိုးစဉ် ရှေးဦးပေါ်သည့်အသံပမာ) အာရုံပေါ်သို့ တင်ပေးခြင်း
- ၂။ ဝိစာရ - အာရုံကိုသုံးသပ်ခြင်း (ဆက်၍၊ ဆက်၍ပေါ်သည့် ခေါင်းလောင်း၊ ကြေးစည်တို့၏ ညဉ်းသံပမာ)
- ၃။ အမိမောက္ခ- ဆုံးဖြတ်ခြင်း (မယိမ်းမယိုင်သည့် ကျောက်စာတိုင်ပမာ)
- ၄။ ဝီရိယ - ကြိုးစားအားထုတ်ခြင်း (အိမ်အိုကို ထောက်ကျားကန်ထားသော ထောက်တိုင်ပမာ)
- ၅။ ပီတိ - အာရုံကိုနှစ်သက်ခြင်း (ကန္တာရခရီးသွားယောက်ျား ရေကိုမြင်ရသူပမာ)
- ၆။ ဆန္ဒ - အာရုံကိုလိုလားတောင့်တခြင်း (တစ်စုံတစ်ခုယူရန် လက်လှမ်းသူပမာ)

* ဤပကိဏ်းစေတသိက် (၆) လုံးသည် သောဘဏ၊ အသောဘဏစိတ် (၂) မျိုးလုံးနှင့်ယှဉ်သလို ပြီးပြွမ်း၍ ယှဉ်ကြသည်။

အက္ခသိလ်စေတသိက် ၁၄ ပါး



မောစတုက် ၄ ပါး (မောဟအသင်းဝင် စေတသိက်)

အလွတ်အာဂုံကျက်ရန် “မော၊ ဟိ၊ နော၊ ဉဒ် မောစတုက်”

- ၁။ မောဟ - အာရုံ၏သဘာအမှန်ကို ဖုံးကွယ်ခြင်း (လက္ခယညသန်းခေါင်အချိန် မိုးမှောင်ကျနေသည့် တောအုပ်ပမာ)
- ၂။ အဟိရိက - မကောင်းမှုပြုရန် မရှက်ခြင်း (မစင်ကိုစားရန် မရှက်သော ရွာဝက်ပမာ)
- ၃။ အနောတ္ထပ္ပ - မကောင်းမှုပြုရန် မကြောက်ခြင်း (မီးကိုတိုးသည့် ပိုးဖလံပမာ)
- ၄။ ဉဒ္ဒစ္စ - မငြိမ်သက်ခြင်း၊ ပျံ့လွင့်ခြင်း (ပြာပုံပေါ်သို့ ခဲကျသည့်ပမာ)

လောတြိ ၃ ပါး (လောဘအသင်းဝင်စေတသိက်)

အလွတ်အာဂုံကျက်ရန် “လော၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ လောတြိ”

- ၁။ လောဘ - လိုချင်တပ်မက်ခြင်း (ကပ်တတ်သည့် မြောက်နဲ့စေးပမာ)
- ၂။ ဒိဋ္ဌိ - အယူမှားခြင်း၊ ကံကံ၏အကျိုးကို မသိခြင်း (ခရီးလမ်း မှားနေသူပမာ)
- ၃။ မာန - ထောင်လွှားဝင့်ကြားခြင်း (တံခွန်၊ မှန်ကင်းပမာ)

ဒေါစတုက် ၄ ပါး (ဒေါသအသင်းဝင်စေတသိက်)

အလွတ်အာဂုံကျက်ရန် “ဒေါ၊ ဣဿ၊ မစ်၊ ကုက် ဒေါစတုက်”

- ၁။ ဒေါသ - ခက်ထန်ကြမ်းတမ်းခြင်း (တုတ်၊ လုံဖြင့် ရိုက်ခတ်မိသော မြွေဟောက်ပမာ)
- ၂။ ဣဿာ - သူတစ်ပါး၏ စည်းစိမ်ချမ်းသာကို ငြူစုခြင်း (တောက်လောင်နေသည့် မီးလျှံပမာ)
- ၃။ မစ္ဆရိယ - မိမိ စည်းစိမ်ချမ်းသာကို လျှို့ဝှက်ခြင်း (ခါးစပ်သော အရသာပမာ)
- ၄။ ကုက္ကစ္စ - ပြုခဲ့မိသော မကောင်းမှုနှင့် မပြုမိသေးသော (ကျွန်မပမာ) ကောင်းမှုအတွက် နောင်တရခြင်း

ဆုံးတြိ ၃ ပါး (နောက်ဆုံးအက္ခသိလ်စေတသိက်)

အလွတ်အာဂုံကျက်ရန် “ထိ၊ မိဒ္ဓ၊ ဝိစိ ဆုံးတြိ”

- ၁။ ထိန - စိတ်လေးလံထိုင်းမှိုင်းခြင်း (ဝီရိယကင်းမဲ့သူ လူပျင်းပမာ)
- ၂။ မိဒ္ဓ - စေတသိက်တို့၏မခွဲခြင်း (နာလန်ထ လူမမာပမာ)
- ၃။ ဝိစိကိစ္ဆာ - ကုသိုလ်အရာ၊ ကံအရာ၌ ယုံမှားသံသယဖြစ်ခြင်း (လမ်းနှစ်ခွ၌ ရောက်နေသူပမာ)

သောဘနုစေတသိက် ၂၅ ပါး



- (က) သောဘဏစေတသိက်
၁၉ ပါး
- (ခ) ဝိရတီစေတသိက်
၃ ပါး
- (ဃ) ပညိန္ဒြေစေတသိက်
၁ ပါး
- (ဂ) အပ္ပမညာစေတသိက်
၂ ပါး

(က) သောဘနုစေတသိက် ၁၉ ပါး (Beautiful Mental states)

အလွတ်အာဂုံကျက်ရန် “သဒ္ဓါ၊ သတိ၊ ဟိရီ၊ ဩတ္တပ္ပ၊ ဟိတ်နှစ်ရပ်၊ တတြမဇ္ဈတ္တာ၊ ပဿဒ္ဓိ၊ လဟု၊ မုဒု၊ ကမ္မဉ္စ၊ ပါဂုညင်နှင့်၊ ထို့ပြင် ဥဇုက၊ ခြောက်ဓမ္မ၊ ကာယစိတ်နှင့်နှော”

- ၁။ သဒ္ဓါ - ရတနာသုံးပါး၊ ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်ခြင်း။ (ရေကိုကြည်စေတတ်သော ပတ္တမြားရတနာပမာ)
- ၂။ သတိ - ကုသိုလ်အာရုံ၌ အောက်မေ့ အမှတ်ရခြင်း (ဘဏ္ဍာထိန်းပမာ)
- ၃။ ဟိရီ - မကောင်းမှုဒုစရိုက်ပြုရန်ရှက်ခြင်း (အမျိုးကောင်းသမီးပျိုပမာ)
- ၄။ ဩတ္တပ္ပ - မကောင်းမှု ဒုစရိုက်ပြုရန်ကြောက်လန့်ခြင်း (ပြည့်တန်ဆာမပမာ)
- ၅။ အလောဘ - ကာမဂုဏ်အာရုံကို မတပ်မက်ခြင်း။ (ပိန်းကြာရွက်ပေါ် ရေမတင်သည့်ပမာ)
- ၆။ အဒေါသ - မကြမ်းတမ်း၊ မခက်ထန်ခြင်း (မိတ်ဆွေကောင်းပမာ)
- ၇။ တတြမဇ္ဈတ္တာ - စိတ်စေတသိက်တို့ဟူသော သမ္ပယုတ် (အာဇာနည်မြင်းနှစ်ကောင်ကသော ရထားထိန်းပမာ)
တရားတို့ကို မျှတစေရန် တည့်မတ်ပေးခြင်း
- ၈။ ကာယပဿဒ္ဓိ - စေတသိက်အပေါင်း ငြိမ်းအေးခြင်း (နေပူမှ အရိပ်သို့ ဝင်လိုက်ရသည်ပမာ)
- ၉။ စိတ္တပဿဒ္ဓိ - စိတ်၏ ငြိမ်းအေးခြင်း (နေပူမှ အရိပ်သို့ ဝင်လိုက်ရသည်ပမာ)
- ၁၀။ ကာယလဟုတာ - စေတသိက်အပေါင်း ပျော်ပါးသွက်လက်ခြင်း (ရေထဲချထားသည့် ပဒုမ္မာကြာပန်းပမာ)
- ၁၁။ စိတ္တလဟုတာ - စိတ်၏ ပျော်ပါးသွက်လက်ခြင်း (ရေထဲချထားသည့် ပဒုမ္မာကြာပန်းပမာ)
- ၁၂။ ကာယမုဒုတာ - စေတသိက်အပေါင်း နူးညံ့ခြင်း (ကြိတ်နယ်ပြီးသော သားရေပမာ)
- ၁၃။ စိတ္တမုဒုတာ - စိတ်၏နူးညံ့ခြင်း (ကြိတ်နယ်ပြီးသော သားရေပမာ)
- ၁၄။ ကာယကမ္မညတာ - စေတသိက်အပေါင်း ကုသိုလ်ကောင်းမှု၌ (လှော်ပြီး၊ သန့်စင်ပြီး ရွှေပမာ)
ခန့်ညားခြင်း၊ လိုသလိုရခြင်း။
- ၁၅။ စိတ္တကမ္မညတာ - စိတ်၏ကုသိုလ်ကောင်းမှု၌ ခန့်ညားခြင်း၊ (လှော်ပြီး၊ သန့်စင်ပြီး ရွှေပမာ)
လိုသလိုရခြင်း

- ၁၆။ ကာယပါဂုညတာ - စေတသိက်အပေါင်း၏ ကုသိုလ်ကောင်းမှု၌ (ရေနက်ထဲချထားသည့် မိကျောင်းပမာ) လှေလာနိုင်နင်းခြင်း
- ၁၇။ စိတ္တပါဂုညတာ - စိတ်၏ကုသိုလ်ကောင်းမှု၌လှေလာနိုင်နင်းခြင်း (ရေနက်ထဲချထားသည့် မိကျောင်းပမာ)
- ၁၈။ ကာယုဇကတာ - စေတသိက်အပေါင်း၏ ဖြောင့်မတ်ခြင်း (ဖြောင့်ထားသော မြားပမာ)
- ၁၉။ စိတ္တုဇကတာ - စိတ်၏ ဖြောင့်မတ်ခြင်း (ဖြောင့်ထားသော မြားပမာ)

(ခ) ဝိရတီစေတသိက် ၃ ပါး

အလွတ်အာဂုံကျက်ရန် “သမ္မာနောက္ခမာ၊ ဝါစာ၊ ကမ္မန်၊ အာဇီဝံ၊ သုံးတန် ဝိရတီ”

- ၁။ သမ္မာဝါစာ - အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းနှင့် မသက်ဆိုင်သော ဝစီဒုစရိုက် (၄)ပါးမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း (ရဲရဲတောက်ပူနေသော သံတွေခဲကို မကိုင်ရဲသူပမာ)
- ၂။ သမ္မာကမ္မန္တ - အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းနှင့် မသက်ဆိုင်သော ကာယဒုစရိုက် ၃-ပါးမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း (မစင်ပေကျံနေသော သံတွေခဲကို မကိုင်ရဲသူပမာ)
- ၃။ သမ္မာအာဇီဝ- အသက်မွေးကြောင်းနှင့် သက်ဆိုင်သော ကာယဒုစရိုက် ၃-ပါး၊ ဝစီဒုစရိုက် ၄-ပါးမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း (သေနိုင်သည့် အဆိပ်သီးကို မစားဝံ့သူပမာ)

(ဂ) အပ္ပမညာစေတသိက် ၂ ပါး

- ၁။ ကရုဏာ - ဒုက္ခိတသတ္တဝါပညတ်ကို အာရုံပြု၍ သနားခြင်း (တစ်ဦးတည်းသောသား အနာရောဂါဖြစ်နေသည်ကို မြင်ရသည့် မိဘပမာ)
- ၂။ မုဒိတာ - သုခိတသတ္တဝါ ပညတ်ကို အာရုံပြု၍ ဝမ်းမြောက်ခြင်း (ပြည့်စုံနေသော သားသမီးကို မြင်ရသည့်မိဘပမာ)

(ဃ) ပညိန္ဒြေ စေတသိက် ၁ ပါး

- ၁။ ပညိန္ဒြေ - အာရုံ၏ သဘာဝအမှန်ကို ထိုးထွင်း၍ သိခြင်း (အမှောင်ခွင်းသည့် ဆီမီးတန်ဆောင်ပမာ)

