

ဆွလာတ်
(ဝတ်ပြုခြင်း)



မွတ်စလင်အသစ်များအတွက်လမ်းညွှန်

ဆွလာတ် (ဝတ်ပြုခြင်း)

မွတ်စလင်အသစ်များအတွက်လမ်းညွှန်

ရာဂျပ် ၁၄၄၅ / ဇန်နဝါရီလ ၂၀၂၄

မူပိုင်ခွင့်ကိုလက်ဝယ်ထားသည်။

ရေးသားပြုစုထုတ်ဝေသူ



အစ္စလာမ့်သတင်းအချက်အလက်စင်တာ
စုလ်တာန်ကာဘူး(စ်) မဟာဗလီမူစကတ်
အိုမန်ဆုလ်တာနိုတ်

www.iicomman.com



မာတိကာ

	နိဒါန်း:	၁
အခန်း (၁)	မိတ်ဆက်ခြင်း:	၃
အခန်း (၂)	သွဟာရသ် (သန့်ရှင်းစင်ကြယ်ခြင်း)	၆
	◆ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အညစ်အကြေးများ	
	◆ ထုံးတမ်း အညစ်အကြေးများ	
အခန်း (၃)	ဝိသု(ကိုယ်လက်ဆေးကြောသန့်စင်မှု)	၁၀
	◆ ဝိသု	
	◆ သယမ်မွမ်	
	◆ ဝိသုကို ပျက်စေသည့် လုပ်ဆောင်ချက်များ	
အခန်း (၄)	ဆွလာတ် (ဝတ်ပြုခြင်း)	၁၉
	◆ ဆွလာတ်အမျိုးအစားများ	
	◆ ဆွလာတ်အချိန်များ	
	◆ ဆွလာတ်ကို ဘယ်လိုလုပ်ဆောင်ရမလဲ	
	◆ ဆွလာတ် ကို ပျက်ပြယ်စေသော လုပ်ဆောင်ချက်များ	
အခန်း (၅)	စုရုံး၍ဝတ်ပြုခြင်း:	၂၆
အခန်း (၆)	အမျိုးသမီးများနှင့်သက်ဆိုင်သော ကိစ္စရပ်များ:	၃၀
အခန်း (၇)	အစ္စလာမ့်ဥပဒေဘာသာပြန်ဆိုခြင်းကျောင်းများအကြား ဆွလာတ် ဆိုင်ရာ ကွဲပြားမှုများ:	၃၃
အခန်း (၈)	အထွေထွေပြဿနာများနှင့် ကျင့်ဝတ်များ:	၃၅
အခန်း (၉)	ဆွလာတ်အတွက် အဆင့်ဆင့်လမ်းညွှန်	၄၄
အခန်း (၁၀)	ခက်ဆစ်	၅၆

နိဒါန်း

ဆွလာတ် (ဝတ်ပြုခြင်း) သည် အစ္စလာမ်ကိုးကွယ်မှုတွင် အလွန်အရေးပါသော အနေအထားကိုသိမ်းပိုက်ထားသည်။ တမန်တော်မြတ်မုဟမ္မဒ်(ဆွ)က “အရာအား လုံးတွင်တိုင်တစ်ခုရှိ၍သာသနာ၏မဏ္ဍိုင်သည် ဆွလာတ်ဖြစ်သည်”^၁ ဟုမိန့်တော် မူခဲ့သည်။ “တရားစီရင်ရာနေ၍ ကျွန်ုပ်တို့ဦးစွာတာဝန်ယူရမည့်အရာမှာကျွန်ုပ်တို့ ၏ဆွလာတ်ဖြစ်သည်”^၂ ဟုလည်း ၎င်းကမိန့်တော်မူခဲ့သည်။

ကျွန်ုပ်တို့၏နေ့စဉ်ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းများသည် ကျွန်ုပ်တို့၏နေ့စဉ်ဘဝတွင် ကျွန်ုပ်တို့၏ ဘုရားသခင်၏ အသိစိတ်ကို ထိန်းသိမ်းခြင်း နည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ် သည်။ ကျမ်းတော်မြတ်ကုရ်အာန်တွင် ကျွန်ုပ်တို့ ဖတ်ရှုထားသည့်အတိုင်း မ ကောင်းမှုမှန်သမျှကို ကာကွယ်ပေးသော ဘုရားသခင်၏ ဤအသိစိတ်ပင်ဖြစ်ပါ သည်။

وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ

၎င်းအပြင်သင်သည် ‘ဆွလာတ်’ ဝတ်ပြုမှုကိုဆောက်တည်ပါလေ။ ကော်မလွဲဆွ လာတ်ဝတ်ပြုမှုသည်အလွန်စက်ဆုပ်ဖွယ်ရာသောအမှုကိစ္စများမှလည်းကောင်း၊ မဖွယ်မရာသော အလွန်အမှုကိစ္စ များမှလည်းကောင်း၊ ပိတ်ပင်တားဆီးလေ၏။

၁။ ဤတမန်တော်မြတ်၏ပြောစကားအား အာရ်ရာဘီ မှမှတ်တမ်းတင်ထားသည်။
၂။ ဤတမန်တော်မြတ်၏ပြောစကားသည် တီရ်မီဇီ မှမှတ်တမ်းတင်ထားသည်။

ဘုရားသခင်အပေါ် ကျွန်ုပ်တို့၏ တာဝန်နှင့်လူသားထုအတွက်ကျွန်ုပ်တို့၏တာဝန်ကို အဆက်မပြတ်သတိပေးသည့်ဘုရားသခင်၏သတိပေးချက်လည်းဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် အစ္စလာမ်ဘာသာတွင် ဆွလာတ် ၏အရေးပါမှုသည်အလွန်အရေးကြီးပြီး လျှော့တွက်ခြင်း သို့မဟုတ် လျစ်လျူမရှုသင့်ပေ။ ထို့ကြောင့် မွတ်စ်လင်မ်အသစ်များ လေ့လာရန် လိုအပ်သော ပထမဆုံးသော အရာများထဲမှ တစ်ခုသည် ဆွလာတ်ဖြစ်သည်။ ဤစာအုပ်သည် အစ္စလာမ်ဘာသာ၏ မရှိမဖြစ်လိုအပ်သော မဏ္ဍိုင်ကို ချက်ချင်းစတင်ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်သည့် ဆွလာတ် ၏မရှိမဖြစ်လိုအပ်သော အစိတ်အပိုင်းများကိုမွတ်စ်လင်မ်အသစ်တစ်ဦးအား လမ်းညွှန်ပေးရန် ရည်ရွယ်ထားသည်။ ထို့နောက်၊ မွတ်စ်လင်မ်အသစ်အားဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း၏ အခြားရှုထောင့်များနှင့် အစ္စလာမ်ဘာသာ ကိုးကွယ်မှုပုံစံများဆိုင်ရာ အသိပညာများ (အမှန်ပင်လိုအပ်သည်) ထပ်မံရှာဖွေရန် တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။

ဤစာအုပ်တွင် ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းအတွက်ကြိုတင်လိုအပ်ချက်များ၊ နေ့စဉ်မဖြစ်မနေ ဝတ်ပြုရသော ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း ငါးပါး၊ သောကြာနေ့ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းနှင့် နေ့စဉ် ရွေးချယ်နိုင်သော ဆုတောင်းခြင်း (အာရဗီဘာသာတွင် စန္ဒာတ် အနည်းကိန်း၊ နှင့် စန္ဒာတ် အများကိန်းဟုခေါ်ဆိုသည်) များကိုခြုံငုံဖော်ပြထားပါသည်။ ဤစာအုပ်သည် အခြားဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းများဖြစ်သည့်ရာမ်ဇာန်တာရာဝိဟ်ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း၊ အသုဘဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း၊ အိမ်ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း စသည်ဖြင့် အကျုံးဝင်မည်မဟုတ်ပါ။ ဤဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းများ၏အသေးစိတ်အချက်အလက်များကိုအခြားဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းများဆိုင်ရာစာအုပ်များတွင် ရရှိနိုင်ပါသည်။



အခန်း (၁) - မိတ်ဆက်ခြင်း

၁။ ဆွလာတ်(ဝတ်ပြုခြင်း) သည်အစ္စလာမ်၏ ဒုတိယမဏ္ဍိုင်ဖြစ်ပြီး ကုရ်အာန် ကျမ်းတော်မြတ်တွင် အာယာတ်တော် များစွာဖြင့် အလ္လာဟ် အရှင်မြတ် ၊ မှ အမိန့်ပေးထားသည်။ ဥပမာအားဖြင့်၊ အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်သည် ကုရ်အာန် ကျမ်းတော်မြတ်၌ ဤသို့မိန့်တော်မူသည်။

فَأَقِمْ وَ الصَّلَاةَ ۚ إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَّوْفُورًا

တစ်ဖန်အသင်တို့သည် ဘေးရန်ကင်းငြိမ်း၍ စိတ်ချရသောအခါ(နဂိုမူလအ တိုင်းစည်းကမ်းကျနစွာဖြင့်) ‘ဆွလာတ်’ ဝတ်ပြုမှုကိုဆောက်တည်ကြလေ ကုန်။ ကေန်မလွဲ’ဆွလာတ်’ ဝတ်ပြုမှုသည် ‘မုအ်မင်န်’ တို့အပေါ်၌ အချိန်ကာလပိုင်းခြား၍အတည်သတ်မှတ် ပြဋ္ဌာန်းထားသော ဖရစ် တာဝန် တစ်ရပ်ပင် ဖြစ်ချေသတည်း။(ကုရ်အာန် ၄:၁၀၃)

တမန်တော် မုဟမ္မဒ် (ဆွ) ၊ မိန့်တော်မူသည်မှာ၊

မယုံကြည်သူများထဲမှ ယုံကြည်သူအား ခွဲခြားသိမြင်စေသောအရာမှာဆွ လာတ်ဖြစ်သည်။ အကြင်သူသည် ဆွလာတ်ကိုစွန့်လွှတ်ပါကမယုံကြည်သူ ဖြစ်သည်။

(အာရ်ရာဘီတိရ်မီဇီအာဟ်မဒ်၊ မွတ်စလင်အိဗ္ဗိမာဂျာဟ်နှင့်အခြားသူများမှမှတ်တမ်းတ င်သည်)

၃။ ကျွန်ုပ်တို့သည် အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၏ နာမတော်ကို ဖော်ပြသောအခါ စုဗ်ဟာနဟုဝသာအာလာ ဟုဆိုကြပြီး ‘ချီးမြှောက်ခြင်းခံရသောသူဖြစ်၏’ဟုအဓိပ္ပါယ်ရသည်။
 ၄။ တမန်တော်မြတ်၏နာမတော်အားဖော်ပြသောအခါတွင် ကျွန်ုပ်တို့သည် “ငြိမ်သက်ခြင်းရှိပါစေသတည်း” ဟုဆိုသည်။

၂။ ဆွလာတ်သည် စိတ်နှံ့ပြီး အရွယ်ရောက်ပြီးသူ မွတ်စ်လင်မ်အမျိုးသား၊ အမျိုးသမီးတိုင်းတွင်တာဝန်ရှိပါသည်။ တမန်တော်မြတ်(ဆွ) က မိန့်တော်မူသည်မှာ

ဆွလာတ်သည်အရွယ်မရောက်သေးသောကလေးသူငယ်များနှင့် စိတ်မနှံ့သောသူသည် စိတ်နှံ့လာသည်အထိ တာဝန်ခံမှု မရှိပါ။^၅

၃။ မွတ်စ်လင်မ်တစ်ဦးသည် သတ်မှတ်ထားသော အချိန်များတွင်တစ်နေ့လျှင် ငါးကြိမ်(ဆွလာတ်) ဝတ်ပြုဆုတောင်းရန် လိုအပ်သည် (ဝတ်ပြုဆုတောင်းချိန်အတွက် အခန်း (၄) ကို ကြည့်ပါ)။

၄။ ဆွလာတ်ဝတ်ပြုဆုတောင်းရန်ဦးစွာသန့်စင်မှုပြုလုပ်ခြင်းဖြင့်ထုံးတမ်းစဉ်လာသန့်ရှင်းမှု အခြေအနေတွင် ရှိရမည်ဖြစ်သည်။ (ဤသန့်ရှင်းမှုအခြေအနေကိုသွဟာရသ်ဟုခေါ်သည်၊ အခန်း (၂) ကိုကြည့်ပါ)။

၅။ သင်သည် သဟာရသ်၏အခြေအနေသို့ရောက်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက်ဝတ်ပြုဆုတောင်းရန်အလို့ငှာ ဝိုသူ လုပ်ရပါမည်(ဝိုသူ၊အခန်း (၃) ကိုကြည့်ပါ) ။

၆။ အစ္စလာမ့်တွင်၊ လုပ်ရပ်အားလုံးသည် ၎င်းတို့၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (နီယဟ်) အရ ဆုလာတ်များပေးသည်။ထို့ကြောင့် အထက်ဖော်ပြပါ သွဟာရသ်၊ ဝိုသူ နှင့် ဆွလာတ် တို့ကိုမပြုလုပ်မီ၊အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်အား နာခံကာ ဆုတောင်းမှုပြုရန် စိတ်ဆန္ဒနှင့် အလုံးစုံသော အကျင့်တို့ကို အကောင်အထည်ဖော်ရန် စိတ်နှလုံး၌ ကြံစည်ထားရန် လိုအပ်ပါသည်။

၅။ ဤတမန်တော်မြတ်၏ပြောစကားကို အာဟ်မဒ်၊ အဘူဒါရ်ဒ်၊ အိမ်နိမာဂျာနှင့် အခြားသူများမှ မှတ်တမ်းတင်ထားသည်။



၇။ ဆွလာတ် ကိုအာရဗီဘာသာစကားဖြင့်သာ ရွတ်ဆိုပြီး ဝတ်ပြုကြသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အာရဗီဘာသာဖြင့် ကျမ်းတော်မြတ်ကုရ်အာန် ကို ရွတ်ဆိုခြင်းပါဝင်သောကြောင့် ဖြစ်ပြီး ဆွလာတ်၏လုပ်ဆောင်မှုနှင့်အကြောင်း အရာများကိုတမန်တော်မြတ်(ဆွ)မှအာရဗီဘာသာဖြင့်မှတ်သွင်းထားခြင်းကြောင့်လည်းဖြစ်ပါသည်။ အခြားဘာသာစကားတစ်ခုခုဖြင့် ဆွလာတ်၏ အကြောင်းအရာများကိုရွတ်ဆိုခြင်းသည် ရွတ်ဆိုခြင်းနှင့်အသုံးအနှုန်းများ၏ ထင်ရှားသော အဓိပ္ပါယ်များကို ပြောင်းလဲစေရုံသာမက၊ ဝိညာဉ်ရေးရည်ရွယ်ချက်နှင့် အရေးပါမှုများကို လည်းပြောင်းလဲစေမည်ဖြစ်သည်။

စုရုံး၍ဝတ်ပြုခြင်းဆိုင်ရာဟဒီးစ်တော်များ

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ

مَنْ صَلَّى الْعِشَاءَ فِي جَمَاعَةٍ فَكَأَنَّمَا قَامَ نِصْفَ اللَّيْلِ وَمَنْ صَلَّى الصُّبْحَ فِي جَمَاعَةٍ فَكَأَنَّمَا صَلَّى اللَّيْلَ كُلَّهُ

အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၏ရစူလ်တမန်တော်မြတ်ကြီးကမိန့်ကြားတော်မူသည်မှာ- အကြင်သူသည်အိရှာအ်ဆွလာတ်ကိုစုရုံး၍ဝတ်ပြုခဲ့သော် သန်းခေါင်ယံတိုင်အောင် ဝတ်ပြုဆုတောင်းနေသကဲ့သို့ပင်၊ ဖျရ်ဆွလာတ်ကိုစုရုံး၍ဝတ်ပြုခဲ့လျင်တစ်ညလုံးဝတ်ပြုဆုတောင်းနေသကဲ့သို့ပင်။

(မွတ်ဆလင်နှင့်အတ်- တိရ်မီဇီ မှမှတ်တမ်းတင်သည်)



အခန်း (၂) - သွဟာရသ် (သန့်ရှင်းစင်ကြယ်ခြင်း)

ဆွလာတ် မဝတ်ပြုမီ၊ မွတ်စလင်တစ်ဦးသည်ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာမစင်ကြယ်မှုများနှင့် ထုံးတမ်းမစင်ကြယ်မှုများမှမိမိကိုယ်ကိုသန့်စင်ရန်လိုအပ်သည်။(အာရဗီဘာသာဖြင့် နာဂျာဇာ နှင့် ဟာဒသ် အာလ် အာက်ဘာရ် ဟုခေါ်သည်။)

အလ္လာဟ်အရှင်မြတ် မိန့်တော်မူသည်မှာ-

إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ

ကေန့်မုချအလ္လာဟ်အရှင်မြတ်သည်(မေ့မှားမှုကို)ဝန်ချတောင်းပန်သောသူများကိုချစ်နှစ်သက်တော်မူ၏။ထို့အတူထိုအရှင်မြတ်သည် သန့်ရှင်းစင်ကြယ် သောသူများကိုလည်း ချစ်နှစ်သက်တော်မူ၏။
(ကုရ်အာန် ၂:၂၂၂)

တမန်တော် မုဟမ္မဒ် (ဆွ) မိန့်တော်မူသည်မှာ

ဆွလာတ် ၏သော့ချက်မှာ သန့်စင်ခြင်းပင်ဖြစ်သည်။
(တိရ်မီဇီ ၊ အဘူဒါဝုဒ်၊ အိဗ်နိုမာဂျာမှ မှတ်တမ်းတင်ထားသည်။)

၁။ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အညစ်အကြေးများ (နာဂျာဇာ)

အောက်ဖော်ပြပါ အရာဝတ္ထုများကို ခန္ဓာကိုယ်၊ အဝတ်အထည်များနှင့် ဆွလာတ် မဝတ်ပြုမီ ဆုတောင်းမည့်နေရာတို့မှ သန့်ရှင်းပေးရမည်။

(က) ကျင်ငယ်ရည် (လူဖြစ်စေ တိရစ္ဆာန်မှဖြစ်စေ)။

(ခ) အစ္စလမ်ဘာသာအရလူသားများစားသုံးရန်ခွင့်ပြုထားသောတိရစ္ဆာန်များနှင့် ငှက်များမှလွဲ၍ လူသားများနှင့် တိရစ္ဆာန်များ၏မစင်။



(ဂ) သွေး၊ ငါး သို့မဟုတ် အသားများကို ပြင်ဆင်နေစဉ်အတွင်း ထွက်လာသော သွေးမှလွဲ၍ အခြားသွေးအမျိုးအစားအားလုံး။

(ဃ) အန်ဖတ်။

(င) အစာအိမ်မှ ခံတွင်းသို့ ပြန်စီးဆင်းသော အစာ သို့မဟုတ် အရည်။

(စ) သုက်ရည်- လိင်ဆက်ဆံစဉ် သို့မဟုတ် စိုစွတ်သော အိပ်မက်တွင်လိင်ဆက်ဆံစဉ်သီးသန့်အစိတ်အပိုင်းများမှ ထွက်လာသော အရည်။

(ဆ) လိင်ဆက်ဆံစဉ်အတွင်း သီးသန့်အင်္ဂါများမှ ထွက်လာသော ပေါ့ပါးကြည်လင်သော အရည်။ (အာရဗီလို မဒီး)။

(ဇ) ဆီးပြီးနောက် ထွက်လာသော အဖြူရောင်အရည်များ။ (အာရဗီလို ဝဒီး)

ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာအညစ်အကြေးများကိုသန့်ရှင်းခြင်း (နာဂျာဇာ)

ခန္ဓာကိုယ်၊ အဝတ်အစားနှင့်မည်သည့်နေရာတွင်မဆိုရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာအညစ်အကြေးမှန်သမျှကို ရေဖြင့်သေချာဆေးကြောသန့်စင်နိုင်ပါသည်။ ခွေး၏အညစ်အကြေးများ(ဆီး၊ တံတွေး၊ မစင်) ဖြစ်လျင်ရေဖြင့် ခုနစ်ကြိမ် သေချာဆေးကြောရမည်။ ယင်းအနက်မှ(သဲသို့မဟုတ်ဖုန်မှုန့်ဖြင့်တစ်ခါဆေးကြောရမည်။ အခြေအနေအားလုံးတွင်၊ ရေဆေးပြီးနောက် အချို့သောအနံ့ သို့မဟုတ် ကြမ်းတမ်းသောအစွန်းအထင်းများ ကျန်ရှိနေပါက၊ ၎င်းတို့ကို လျှစ်လျူရှုထားနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

၂။ ထုံးတမ်းအညစ်အကြေးများ (ဟာဒမ် အာလ် အာက်ဘာရ်)

လူတစ်ဦးသည် အောက်ဖော်ပြပါ အခြေအနေသုံးခုအနက်မှ တစ်ခုခု၌ ရှိနေသောအခါတွင် ထုံးတမ်းအရ မသန့်ရှင်းပါ။



(က) “ဂျနာဘာ” ၏အခြေအနေ- တစ်စုံတစ်ဦးသည်လိင်ဆက်ဆံပြီးနောက် သို့မဟုတ်နီးသည်ဖြစ်စေအိပ်ပျော်သည်ဖြစ်စေ(စိုစွတ်သောအိပ်မက်)သုတ်ရည် ထုတ်လွှတ်ခြင်း ။

(ခ) “ဟီးဒ်” အခြေအနေ- အမျိုးသမီးတစ်ဦး ရာသီလာစဉ်။

(ဂ) “နီဟာစ်” ၏အခြေအနေ- အမျိုးသမီးတစ်ဦး မီးယပ်သွေးဆင်းချိန် (ပုံမှန်အားဖြင့် ရက်(၄၀))။

ထုံးတမ်းအညစ်အကြေးများ (ဟာဒမ် အာလ် အာက်ဘာရှ်) ကိုသန့်ရှင်းခြင်း

ထုံးတမ်းအညစ်အကြေးများမှ သန့်ရှင်းခြင်းကို ထုံးတမ်းစဉ်လာရေချိုးခြင်း (အာရဗီဘာသာစကား ၇၈၀) ဖြင့် အောင်မြင်နိုင်သည်။

၎င်းတွင်တစ်ကိုယ်လုံးကို အောက်ဖော်ပြပါနည်းလမ်းဖြင့် ရေချိုးပေးခြင်း ပါဝင်သည်။

(က) စိတ်နှလုံးထဲ၌ ထုံးတမ်းစဉ်လာ ရေချိုးရန် ကြံဆောင်ပါ။

(ခ) ဖြစ်နိုင်လျှင် ဆီးသွားပါ။ ၎င်းကိုဆီးလမ်းကြောင်းမှ သုက်ရည်များကို သန့်ရှင်းစေရန် ရည်ရွယ်ပါသည်။

(ဂ) အထူးသဖြင့် ချက်မှ ဒူးအထိ ခန္ဓာကိုယ်၏ သီးသန့်အစိတ်အပိုင်းများအပြင် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာအညစ်အကြေးများနှင့်ထိတွေ့မိသည့်အခြားခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းများကို ဆေးကြောပါ။

(ဃ) “ဘိစ်မိလ္လာဟ်” ဟုပြောပါ။(အဓိပ္ပါယ်မှာ 'အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၏ နာမတော်ဖြင့်'။)

(င) ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းအတွက် လုပ်ခဲ့သည့်အတိုင်း ဝိုသူ လုပ်ပါ။ (အခန်း (၃) ကိုကြည့်ပါ)။

(စ) အောက်ပိုင်းမဆေးမီအပေါ်ပိုင်းဘယ်ဘက်အခြမ်းမဆေးမီညာဘက်အခြမ်းကို အစပြုပြီးခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးကို ရေနဲ့သေချာဆေးကြောပါ။



သွဟာရသ် (သန့်ရှင်းစင်ကြယ်ခြင်း) တွင် အရေးကြီးသောအချက်များ

(က) ထုံးတမ်းစဉ်လာအရ မသန့်ရှင်းသူ (ဆိုလိုသည်မှာ တာဟီရ် မဟုတ်သူ) သည် အောက်ဖော်ပြပါ အပြုအမူများတွင် ပါဝင်ရန် ခွင့်မပြုပေ။

(၁) ဆွလာတ်ဝတ်ပြုခြင်း။

(၂) အစာရှောင်ခြင်း။

(၃) ကုရ်အာန်ကို ထိခြင်း သို့မဟုတ် ရွတ်ဆိုခြင်း။

(၄) ဗလီဝတ်ကျောင်းတော်သို့ ဝင်ရောက်ခြင်း။

(ခ) အစ္စလာမ်ဘာသာသို့ ပြန်လည်ကူးပြောင်းသူသည် အစ္စလာမ်ကို လက်ခံယုံကြည်ပြီးနောက် ထုံးတမ်းစဉ်လာအရ ရေချိုးခြင်း ပြုလုပ်ရမည်။

(ဂ) အညစ်အကြေး (နာဂျာဇာ) သည် မိမိခန္ဓာကိုယ်ကို ညစ်ညမ်းစေသော်လည်း ခန္ဓာကိုယ်၌ ညစ်ညမ်းသည့်နေရာကို မသိလျှင် တစ်ကိုယ်လုံးကို သန့်ရှင်းစေရန် ထုံးတမ်းစဉ်လာဖြင့် ရေချိုးရမည်။



အခန်း (၃) - ဝိညူ(ကိုယ်လက်ဆေးကြောသန့်စင်မှု)

ထုံးတမ်းစဉ်လာအရ သန့်ရှင်း(တာဟီရှ်) ပြီးသည်နှင့်ဝတ်ပြုဆုတောင်းရန် ဝိညူ (ကိုယ်လက်ဆေးကြောသန့်စင်မှု)ပြုလုပ်ရပါမည်။ ဤအခန်းတွင်အပိုင်းသုံးပိုင်း ပါရှိသည်။ (၁) ဝိညူ(၂) သယမ်မှမ်(ခြောက်သွေ့သောအရာဖြင့်ကိုယ်လက်ဆေးကြောသန့်စင်ခြင်း) (၃) ဝိညူ ပျက်စေတတ်သော အရာများ။

(၁) ဝိညူ

ဝိညူ (ကိုယ်လက်ဆေးကြောသန့်စင်မှု) သည် မုစ်လင်မ်တို့အား အလ္လာဟ်အရှင် မြတ်ဘက်သို့ မျက်နှာမှုရန် ဝတ်ပြုဆုတောင်းရာတွင် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာသာမကဝိညာဉ်ရေးအရပါပြင်ဆင်ပေးသည်။ ၎င်းတွင်အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်နှင့်ရုစူလ်တမန်တော်မြတ်(ဆွ)၏အမိန့်တော်အတိုင်းတိကျသောအစီအစဉ်အတိုင်းခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းများကိုသန့်စင်ခြင်းပါဝင်သည်။ အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်သည်ကုရ်အာန်ကျမ်းတော်မြတ်၌ဤသို့ မိန့်တော်မူသည် ။

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ

အို မုအ်မင်န့် သက်ဝင်ယုံကြည်သူအပေါင်းတို့၊ အသင်တို့သည် ဆွလာတ် 'ဝတ်ပြုရန်ထကြသောအခါ မိမိတို့၏မျက်နှာများကိုလည်းကောင်း၊ လက်များကို တံတောင်ဆစ်ပါလည်းကောင်း၊ ဆေးကြောကြလေကုန်။ ၎င်းပြင် အသင်တို့သည် မိမိတို့၏ခြေများကိုလည်း ခြေမျက်စိများပါ (ဆေးကြောကြလေကုန်) ။ (ကုရ်အာန် ၅:၆)



တမန်တော်မြတ်(ဆွ) မိန့်တော်မူသည်မှာ-

ဝိုသူ(ကိုယ်လက်ဆေးကြောသန့်စင်ခြင်း) မပြုသောသူ၏ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း
သည် မမှန်ပါ။

(အိဗ္ဗိမာဂျဟ်၊ အာဘူဒါဝူဒ် နှင့် အခြားသူများ မှတ်တမ်းတင်ထားသည်။)

ဝိုသူ(ကိုယ်လက်ဆေးကြောသန့်စင်မှု)ပြုလုပ်နည်း

ပထမဦးစွာသင့်ကိုယ်တွင်းမှအညစ်အကြေးများကို ဖယ်ရှားပစ်ရန် စိတ်နှလုံး
ထဲတွင် ကြံစည်အားထုတ်ပါ။ ထို့နောက်ဤသို့ပြောပါ-

بِسْمِ اللَّهِ

(“ဗိစ်မိလ္လာဟ်” “အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၏နာမတော်ဖြင့်” ဟု အဓိပ္ပါယ်ရသည်။)

ထို့နောက် အောက်ပါစာမျက်နှာနှစ်ခုတွင် သရုပ်ပြထားသည့် အဆင့် (၈) ဆင့်ကို
လိုက်လုပ်ပါ။

ဝိုသူနှင့်သက်ဆိုင်သောဟာဒီးစ်တော်များ

عَنِ ابْنِ عُمَرَ، عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنَّهُ قَالَ: مَنْ تَوَضَّأَ
عَلَى طَهْرٍ كَتَبَ اللهُ لَهُ بِهِ عَشْرَ حَسَنَاتٍ

အိမ်နုအုမရထံမှတဆင့်သိရှိရသည်မှာ တမန်တော်မြတ်(ဆွ) ကဤသို့မိန့်
တော်မူသည် -"မည်သူမဆို သန့်ရှင်းစင်ကြယ်နေချိန်တွင်ဝိုဒုဝတ်ပြုသူအား
အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်သည်မွန်မြတ်သောကုသိုလ်ဆယ်ပါးပေးသနားတော်မူ
သည်" (တိရ်မီဇီ မှ မှတ်တမ်းတင်သည်)



၁။

လက်နှစ်ဖက်လုံး ကို လက်ကောက်
ဝတ်အထိ သုံးကြိမ်ဆေးပါ။ လက်
ချောင်းများကြား အပါအဝင် လက်
ကောက်ဝတ်အစိတ်အပိုင်း အားလုံး
သို့ရေရောက်ရှိကြောင်းသေချာပါ
စေ။



၂။

ညာလက်ကိုသုံးပြီးပါးစပ်ထဲတွင်ရေ
လက် တစ်ဆုပ်စာ ထည့်၍ သေချာ
ဆေးကြောပြီး တတ်နိုင်သမျှ နက်နဲ
အောင်မွှေပေးပါ။ ၎င်းကို သုံးကြိမ်
လုပ်ပါ။



၃။

တစ်ဖန်သင်၏ညာလက်ကိုအသုံးပြု
၍သန့်ရှင်းရန်သင့်နှာခေါင်းထဲသို့ရေ
ကိုတတ်နိုင်သမျှ ရှူပါ။ ဘယ်ဘက်
လက်ဖြင့် ချွဲသလိပ်များကို သုတ်ပါ။
၎င်းကို သုံးကြိမ်လုပ်ပါ။



၄။

လက် နှစ်ဖက်စလုံးကို အသုံးပြု၍
မျက်နှာကို သုံးကြိမ် ဆေးကြောပါ။
နဖူးစံစမှ မေးအောက်တိုင် နားရင်း
တစ်ဘက်မှအခြားနားရင်းတစ်ဘက်
တိုင်သုံးကြိမ် ဆေးကြောပါ။ သင့်
မျက်နှာနားမှနားရှက်ကို အုပ်ထားရန်
သင့်လက်ဖဝါးများကို





၅။

လက်ချောင်း များ ကြား ရှိနေရာများ နှင့် တံတောင်ဆစ် အပါအဝင် သင့် လက်မောင်းကို သုံးကြိမ်အထိ ဆေး ကြောပါ။ ညာဘက်လက်မောင်းနဲ့ စတင်ပြီးဘယ်လက်ကိုစတင်လိုက် ပါ။



၆။

ခေါင်းကိုစိုစွတ်သော လက်နှစ်ဘက် ဖြင့် တစ်ကြိမ်၊ ရှေ့မှနောက်သို့ သုတ်ပေးပါ။



၇။

စိုစွတ်သော လက်ချောင်း များကို အသုံးပြု၍ နားရွက်အတွင်းပိုင်းကို သုတ်ပါ။ တစ်ချိန်တည်းတွင်နားရွက် ၏နောက်ဘက်ခြမ်းကို လက်မနှင့် သုတ်ပါ။ ၎င်းကို တစ်ကြိမ်သာလုပ် ပါ။



၈။

ခြေ ကျင်း ဝတ် အပါ အဝင် ခြေ ထောက်ကို သုံးကြိမ် ဆေးကြောပြီး ခြေချောင်းများ ကြားနှင့် ခြေဖဝါး ကြားရှိနေရာကိုသေချာဆေးကြော ပါ။ ညာခြေနဲ့စပြီး ဘယ်ခြေကို နောက်မှလိုက်ပါ။



ဤအဆင့်ရှစ်ဆင့်သည် ဝိညာဉ် သန့်စင်ခြင်းလုပ်ငန်းစဉ်ကိုပြီးမြောက်စေသည်။ ဤအချိန်တွင်သင်သည်အောက်ပါအသနားခံစကားကိုပြောနိုင်ပါသည်။

أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا رَسُولُ اللَّهِ
اللَّهُمَّ اجْعَلْنِي مِنَ التَّوَّابِينَ وَاجْعَلْنِي مِنَ الْمُتَطَهِّرِينَ

အရှ်ဟာဒူအန်လာအီလာဟအိလ်လောလ်လာဟ်ဝ်အရှ်ဟာဒူအန္နမုဟမ္မဒါန်
ရဆူးလုလ္လာဟ်။အာလ္လာဟုမ္မဂျအာလ်နီးမိနောတ္တဝါဘီးနာဝဂျအာလ်နီးမနာလ်မု
တွသဟီရီန်။

အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်မှတစ်ပါး အခြားခဝပ်ကိုးကွယ်ထိုက်သော အရှင်မရှိကြောင်း
ကိုကျွန်တော်မျိုးသက်သေခံအပ်ပါသည်။ ထို့နောက်မုဟမ္မဒ်သခင်(ဆွ) သည်အ
လ္လာဟ်အရှင်မြတ်၏ ဗန္ဓဟ် အစေတော်နှင့် ရစူလ်တမန်တော်ဖြစ်ကြောင်းကို
လည်းသက်သေခံအပ်ပါသည်။အိုအလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၊ ကျွန်ုပ်အား အစဉ်တစိုက်
နောင်တရနေသူများ နှင့် မိမိကိုယ်ကို သန့်စင်စေသော သူတို့တွင် ကျွန်ုပ်အား
ပြုလုပ်စေတော်မူပါ။

ဝိညာဉ်နှင့်ပတ်သက်သောအရေးကြီးသောအချက်များ

- (က) ဆေးကြောရန်လိုအပ်သောအစိတ်အပိုင်းများအားလုံးကိုရေရောက်ရှိ
ကြောင်းသေချာပါစေ။သို့သော်အလွန်အကျွံသုံး၍သို့မဟုတ်သုံးကြိမ်ထ
က်ပို၍ ဆေးကြောခြင်းဖြင့် ရေကို မဖြုန်းပါနှင့်။
- (ခ) အရေပြား သို့မဟုတ် လက်သည်းများကို ရေထိအောင်ကာကွယ်သော
မိတ်ကပ် သို့မဟုတ် အခြားအလှကုန်များဖြင့် ပြုလုပ်သောအခါတွင်
သန့်စင်မှု မမှန်ပါ။



- (ဂ) ဒဏ်ရာ သို့မဟုတ် နှာခေါင်းမှ သွေးများ အဆက်မပြတ်ထွက်နေပါက ထိခိုက်နေသော အစိတ်အပိုင်းကို ဖုံးအုပ်၍ ဝတ်ပြုဆုတောင်းပါ။ ဤနိယာမသည်ပုံမှန်ရာသီစက်ဝန်းအပြင်ဘက်တွင်သွေးထွက်နေသောအမျိုးသမီးတစ်ဦးနှင့်လည်း သက်ဆိုင်ပါသည်။
- (ဃ) သန့်စင်သောရေဖြစ်သည့် ပိုက်၊ မိုးရေ၊ မြစ်ရေ၊ ရေတွင်းနှင့် စိမ့်စမ်းရေ၊ ပင်လယ်ရေနှင့် နှင်းနှင့် မိုးသီးများမှ ရေများကဲ့သို့သော သန့်စင်သောရေကို အသုံးပြု၍ သန့်စင်စေနိုင်သည်။ ဆပ်ပြာ၊ ရွှေဝါရောင်၊ ပန်းပွင့် အစရှိသည့် သန့်စင်သောဒြပ်စင်များနှင့် ရောစပ်ထားသော ရေသည် သန့်စင်ရန်အတွက်လည်း သင့်လျော်ပါသည်။
- (င) မသန့်ရှင်းသောဒြပ်စင်များနှင့် ညစ်ညမ်းနေသော ရေကို အသုံးပြု၍ သို့မဟုတ် ရေ၏ အရသာ၊ အရောင် သို့မဟုတ် အနံ့ကို ညစ်ညမ်းစေသော ဒြပ်စင်များနှင့် ရောနှော၍ ဝိုသူ မပြုနိုင်ပါ။

(၂) သယမ်မွမ်(ခြောက်သွေ့သောအရာဖြင့်ကိုယ်လက်ဆေးကြောသန့်စင်ခြင်း)

သယမ်မွမ်သည်ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာအညစ်အကြေးများ၊ ထုံးတမ်းအညစ်အကြေးများကို သန့်စင်စေသည့်အပြင် သန့်ရှင်းသောမြေ (သဲ သို့မဟုတ် ဖုန်မှုန့်) ကို အသုံးပြု၍သန့်စင်သည့်နည်းလမ်းဖြစ်သည်။ အောက်ဖော်ပြပါအခြေအနေများ ဖြစ်ပေါ်လာသောအခါတွင် သယမ်မွမ်လုပ်ရသည်။

- (က) ရေမရရှိနိုင်သောအခါ။ အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်ကကျမ်းတော်မြတ်ကုရ်အာန် မှာ ဤသို့မိန့်တော်မူပါသည်။

وَإِنْ كُنْتُمْ مَرَضَىٰ أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِّنْكُم مِّنَ الْغَائِبِ أَوْ لَمْ تَمْسُقُوا
 النِّسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِوُجُوهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ ۗ
 إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَفُورًا غَفُورًا

အသင်တို့သည်၊ ခရီးသည်အဖြစ်မှတစ်ပါး အခြားအချိန်အခါမျိုးတွင် ‘ဂျနာဗတ်’ ရေချိုးရန်တာဝန်ရှိသူများဖြစ်နေကြပါလျှင်ရေမချိုးသမျှကာလပတ်လုံး၊ ဆွလာတ်ဝတ် ပြုခြင်း၏အပါးသို့ ချဉ်းကပ်ခြင်းကို မပြုကြကုန်လင့်။ (တစ်နည်း) အသင်တို့သည် ဖြတ်သန်းသွားလာခြင်းမှတစ်ပါးအခြားအချိန်အခါမျိုးတွင် ‘ဆွလာတ်’ ဝတ်ပြုရာဌာန ဖြစ်သောဗလီကျောင်းတော်၏အပါးသို့မချဉ်းကပ်ကြလေနှင့်။ သို့ရာတွင်အသင်တို့သည် အကယ်၍ဝေဒနာသည်များ၊ သို့မဟုတ် ခရီးသည်များဖြစ်ကြလျှင်လည်းကောင်း၊ သို့ တည်းမဟုတ်အသင်တို့အနက်မှတစ်ဦးတယောက်သောသူသည်ကျင်ကြီးကျင်ငယ်စွန့် ရာမှ ပြန်လာခဲ့သည်ဖြစ်လျှင်လည်းကောင်း၊ သို့မဟုတ် အသင်တို့သည် ဇနီးမိန်းမများနှင့် မေထုန်သံဝါသပြုခဲ့ ကြသည်ဖြစ်လျှင်လည်းကောင်း၊ ထိုအချိန်တွင် အသင်တို့သည် (ရေချိုးရန်အတွက်သော်လည်းကောင်း၊ ဝသ္မုပြုရန်အတွက်သော်လည်းကောင်း) ရေမရ ရှိကြလျှင်လည်းကောင်း၊ အသင်တို့သည်စင်ကြယ်သောမြေဖြင့်တယမ်မွန်မပြုကြလေ ကုန် (တယမ်မွန်မပြုနည်းကား) အသင်တို့သည် (လက်ဝါးနှစ်ဖက်ဖြင့် မြေကိုရိုက်ပုတ်၍) မိမိတို့၏မျက်နှာနှင့် လက်များကို ပွတ်သပ်ကြလေကုန်။ အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်သည် မုချကေန အလွန်တရာ ခွင့်လွှတ်တော်မူသောအရှင်၊ အလွန်တရာချမ်းသာခွင့်ပေးသနားတော်မူသော အရှင်မြတ်ပင်ဖြစ်တော်မူပေသတည်း။ (ကုရ်အာန် ၄:၄၃)

- (ခ) အအေးမိခြင်းကြောင့် ရေကို မသုံးစွဲနိုင်ခြင်း၊ ဖျားနာမှု ပိုဆိုးလာခြင်း၊ ဖျားနာခြင်းမှ ပြန်လည်ကောင်းမွန်လာရန် နှောင့်နှေးခြင်းစသည်ဖြင့်။
- (ဂ) ရှိသမျှရေသည်သောက်သုံးရေအတွက် လိုအပ်ပါက။

သယမ်မွမ် ပြုလုပ်ရန်ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် စတင်ပါ။ ထို့နောက် “ဗိစ်မိလ္လာဟ်” ဟုပြောပါ။ ထို့နောက် အောက်ပါအဆင့်နှစ်ဆင့်ကို လိုက်နာလုပ်ပါ။



အဆင့် (၁) - သန့်ရှင်းသောမြေဆီလွှာကို လက်ဖဝါးဖြင့် ဖိ၍ မြေကြီးဖြန်းတီးကာ ဖယ်ရှားပြီးနောက် မျက်နှာကို သုတ်လိမ်းပြီး တစ်ကြိမ် သုတ်ပေးပါ။



အဆင့် ၂ - သန့်ရှင်းသောမြေဆီလွှာကို လက်ဖဝါးဖြင့်ထပ်မံရိုက်ပါ။မြေကြီးအား ဖယ်ထုတ်ပါ။ ထို့နောက်ဘယ်ဘက်လက်ဖဝါးဖြင့် ညှာလက်၏နောက်ကျောကို လက်ချောင်းထိပ်များမှလက်ကောက်ဝတ်အထိသုတ်ပေးပါ။ထို့နောက်ညှာလက် ဖဝါးဖြင့်ဘယ်လက်၏ နောက်ကျောကိုလက်ချောင်းထိပ်များမှ လက်ကောက် ဝတ်အထိ သုတ်ပေးပါ။



(၃) ဝိညူကို ပျက်စေသည့် လုပ်ဆောင်ချက်များ

ဝိညူကိုကျင့်ဆောင်ပြီးသောအခါ၊ တစ်ဦးတစ်ယောက်သည် အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၏ရှေ့တော်မှောက်တွင် ရပ်တည်ရန် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် နာမ်ပိုင်းဆိုင်ရာဖြူစင်သော အခြေအနေတွင် ရှိနေသည်။ အောက်ဖော်ပြပါ လုပ်ဆောင်ချက်များသည် ဤဝိညာဉ်ရေးရာသန့်ရှင်းမှုအခြေအနေကို ပျက်ပြယ်စေပြီး အကျိုးဆက်အနေဖြင့်ဝိညူ(သန့်စင်မှု)အသစ်ပြန်လည်ပြုလုပ်ရန် လိုအပ်သည်-

- ၁။ လိင်အင်္ဂါ အစိတ်အပိုင်းများ (ဆီး၊ မစင်၊ လေလည်ခြင်း၊ သုတ်ရည်နှင့် ဆီးကျိတ်အရည်များ)မှအညစ်အကြေးစွန့်ထုတ်ခြင်း။
- ၂။ အသိဉာဏ်ကို ဖယ်ရှားပေးသော အိပ်စက်ခြင်း။
- ၃။ အကြောင်းတစ်ခုခုကြောင့် သတိလစ်ခြင်း။
- ၄။ လိင်အင်္ဂါတစ်ခုခုကို (လက်ဗလာဖြင့်) ထိခြင်း။
- ၅။ အညစ်အကြေးများကိုထိခြင်း (နာဂျာဇာ ။ အခန်း ၂၊ အကြောင်းအရာ ၁ ကိုကြည့်ပါ)
- ၆။ သွေးထွက်ခြင်း (သို့သော်၊ အထက်ဖော်ပြပါ “အရေးပါသောအချက်များ” အကြောင်းအရာ (ဂ) ကိုကြည့်ပါ)
- ၇။ အော့အန်ခြင်းနှင့် ပေါက်ခြင်း။
- ၈။ အစွလမ်ဘာသာတွင် တရားမဝင်သော လုပ်ရပ်များဖြစ်သည့် ကွယ်ရာ၌မကောင်းပြောခြင်း၊ မုသားပြောခြင်း၊ အချည်းနှီးပြောဆိုခြင်းစသည်တို့ဖြစ်သည်။



အခန်း (၄) ဆွလာတ် (ဝတ်ပြုခြင်း)

ဤအခန်းတွင် အပိုင်းလေးပိုင်းပါရှိသည်- (၁) ဆွလာတ်အမျိုးအစားများ၊ (၂) ဆွလာတ် ၏အချိန်များ၊ (၃) ဆွလာတ် လုပ်ဆောင်ပုံနှင့် (၄) ဆွလာတ် ကို ပျက်ပြားစေသော လုပ်ဆောင်ချက်များ။

(၁) ဆွလာတ်အမျိုးအစားများ။

အစ္စလာမ်ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း (ဆွလာတ်)တွင် အောက်ဖော်ပြပါ ကိုယ်ဟန် အနေအထားများ ပါဝင်ပါသည်။



ရပ်ခြင်း၊ ဦးညွတ်ခြင်းနှင့် ပျပ်ဝပ်ခြင်းနှစ်ခုပေါင်းစည်းခြင်းသည် အာရဗီဘာသာ ဖြင့်ရှကအသ်သို့မဟုတ်သံသရာတစ်ခုဖြစ်သည်။ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းအမျိုးအစားများကွဲပြားကြပြီး အမျိုးအစားတစ်ခုစီတွင် ရကအသ်အရေအတွက်ကွဲပြားသည်။ အောက်ပါဇယားများသည် ဝတ်ပြုဆုတောင်းအမျိုးအစားများနှင့်၎င်းတို့ ၏ ရှကအသ် ကိုပြသထားသည်။



မလုပ်မနေရနေ့စဉ်ဝတ်ပြုဆုတောင်းမှုများ

	ဆွလာတ်	ရကအသ်
၁	အရုဏ်ဦးဝတ်ပြုဆုတောင်းမှု (ဖဂျရ်)	၂
၂	မွန်းလွဲဝတ်ပြုဆုတောင်းမှု (ဇဟုရ်)	၄
၃	ညနေ ဝတ်ပြုဆုတောင်းမှု (အဆွရ်)	၄
၄	နေဝင်ပြီးဝတ်ပြုဆုတောင်းမှု (မဂ်ရိဗ်)	၃
၅	ညဉ့်ဦးယံဝတ်ပြုဆုတောင်းမှု (အိရှာအ်)	၄
၆	သောကြာ ဝတ်ပြုဆုတောင်းမှု (ဂျုမအဟ်)	၂

အကြံပြုထားသော ဆုတောင်းများ (စွန္နာန်)

	ဆွလာတ်	ရကအသ်
၁	ဖဂျရ် မတိုင်မီ	၂
၂	ဇဟုရ်အပြီး	၂
၃	မဂ်ရိဗ်အပြီး	၂
၄	အိရှာအ်အပြီး	၂
၅	ဝိသိရ် (အိရှာအ် အပြီး)	၃



မှတ်ချက်များ။

- ၁။ အိရှာအံဝတ်ပြုဆုတောင်းပြီးနောက် ဝိသိရ် ဆုတောင်းခြင်းကိုပြုလုပ်သည်။ အရုဏ်မတက်မီ(ဆိုလိုသည်မှာ ၄၇/၅၇ ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းမပြုမီ) အချိန်မရွေး ပြုလုပ်နိုင်သည်။
- ၂။ သောကြာနေ့ဆွလာတ်သည် ဇ္ဇဟုရ်ဆွလာတ်ကိုအစားထိုးပြီးဒေသတစ်ခုရှိ အမျိုးသားတိုင်းအတွက်မဖြစ်မနေလိုအပ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့်သောကြာနေ့ဆွလာတ် ကို လွတ်သွားပါက ဇ္ဇဟုရ် ဆွလာတ် ကို ဝတ်ပြုရပါမည်။ အမျိုးသမီးများ၊ ခရီးသွားများနှင့် ဖျားနာသူများသည် သောကြာနေ့ဆွလာတ် သို့ တက်ရောက်ရန် မလိုအပ်ပါ (ဆိုလိုသည်မှာ၊ ၎င်းတို့သည်သာမန်ဇ္ဇဟုရ်ဆွလာတ်) ကိုဝတ်ပြုနိုင်သည်။ သောကြာဆွလာတ်သည်တရားဒေသနာတော် (ခုသွ်ဗဟ်) ဖြင့်အစပြုပြီးဆွလာတ်၏ ရကအသ်နှစ်ခုဝတ်ပြုသည်။ ၎င်းကိုစုရုံး၍သာလုပ်ဆောင်နိုင်ပြီးရကအသ်နှစ်ခုသို့မဟုတ်လေးခုစိတ်ကြိုက်ဆုတောင်းနိုင်သည်။
- ၃။ ရမ်ဇာန်တာရာဝီဆွလာတ်၊ အီးအ်ဆွလာတ်၊ အသုဘဆွလာတ်စသည့်အခြားသောဆွလာတ်အများအပြားရှိပါသည်။ ဤဆွလာတ်များ၏အသေးစိတ်အချက်အလက်များကို သက်ဆိုင်ရာဆွလာတ်စာအုပ်များတွင်ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။

(၂) ဆွလာတ်အချိန်များ

မဝတ်မနေရ နေ့စဉ်ဆွလာတ် (၅) ပါးကို အောက်ပါအချိန်ကာလများအတွင်း ပြုလုပ်ရမည်။



အရုဏ်ဦးဝတ်ပြုဆုတောင်းမှု (၈ ဂျာရီ)	အာရုံဦးရောင်ဖြူဖြန့်တက်လာချိန်မှစ၍နေလုံးစတင် ထွက်သည်အထိ
မွန်းလွဲဝတ်ပြုဆုတောင်းမှု (၉/၂၇ ဂျာရီ)	နေမင်းကြီးသည်လောင်ဂျီတွဒ်များကိုဖြတ်၍ အဆွတ်အစတိုင်အောင်
ညနေ ဝတ်ပြုဆုတောင်းမှု (အဆွတ်)	အရာဝတ္ထုတစ်ခု၏အရိပ်၏အလျားသည်နေဝင်ချိန် အထိ အရာဝတ္ထု၏ အမြင့်နှင့် တူညီသည့်အခါ။
နေဝင်ပြီးဝတ်ပြုဆုတောင်းမှု (မင်္ဂလာဂျီ)	နေလုံးဝင်ပြီးစအချိန်မှစ၍ နေဝင်ရာအရပ်ဘက်၌ ရောင်နီမပျောက်ကွယ်သေးသည့်အထိ
ညဉ့်ဦးယံဝတ်ပြုဆုတောင်းမှု (အိရှာအိ)	နေဝင်ရာအရပ်ဘက်၌ ရောင်နီပျောက်ကွယ်ချိန်မှစ၍ နံက်အာရုံတက်ချိန်အထိ

ဗလီတိုင်းတွင်ဆုတောင်းရမည့်အချိန်ကိုပြသထားသည်။ထို့အပြင်၊ကမ္ဘာ့မြို့များ အားလုံးအတွက်ဆုတောင်းရမည့်အချိန်ကိုပြသသည့်မိုဘိုင်းလ်ဖုန်းအပလီကေးရှင်းများကို Android နှင့် iOS တို့တွင် ရရှိနိုင်ပါသည်။

အောက်ပါအချိန်များတွင် ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းကို ခွင့်မပြုပါ။

- ၁။ နေထွက်ချိန်အတွင်း၊ဆိုလိုသည်မှာ-နေသည်မိုးကုပ်စက်ဝိုင်းအထက်တွင် အပြည့်ထသွားသည်အချိန်အထိ။
- ၂။ နေသည်လောင်ဂျီတွဒ်များပေါ်ရောက်သည့်အခါ(ဆိုလိုသည်မှာ၊ နေမင်းကြီးသည်အထက်သို့အတိအကျရောက်ပြီးအနောက်ဘက်သို့စောင်းသွားသည်အချိန်အထိ။



၃။ နေဝင်ချိန်၊ (ဆိုလိုသည်မှာနေဝင်ချိန်အစမှ မိုးကုပ်စက်ဝိုင်းတွင်နေလုံးဝ ပျောက်ကွယ်သွားသည်အထိ)။

အောက်ဖော်ပြပါအခြေအနေများတွင် ဆွလာတ်ဝတ်ပြုခြင်းကိုခွင့်မပြုပါ။

၁။ ဖုတ်ရှ်ဆွလာတ်အပြီးနေလုံးလုံးပေါ်မလာမှီတိုင်အောင်၊ (အသုဘဆွလာတ် ကဲ့သို့သော မရှိမဖြစ်လိုအပ်သောဆွလာတ်မှလွဲ၍)။

၂။ အဆွရှ်ဆွလာတ်ဝတ်ပြုပြီးနောက်နေဝင်ချိန်အထိ(အသုဘဆွလာတ်ကဲ့သို့ သော မရှိမဖြစ်လိုအပ်သောဆွလာတ်မှလွဲ၍)။

(၃) ဆွလာတ်ကို ဘယ်လိုလုပ်ဆောင်ရမလဲ

နေ့စဉ်ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းငါးပါးနှင့် ရွေးချယ်နိုင်သော ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း တွင်ပါဝင်သည့် အဆင့်ဆင့်လုပ်ဆောင်မှုများကို အခန်း (၉) တွင်ပြသထားသည်။ ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းအားလုံးသည်မက္ကာမြို့ရှိကာဗဟ်၏ယေဘုယျလမ်းညွှန်မှု ကို မျက်နှာမူထားသည်။ ကာဗဟ် သို့ ယေဘုယျဦးတည်ချက်ကိုကိဗ်လာဟ် ဟုခေါ်သည်။ မည်သည့်တည်နေရာတွင်မဆိုကိဗ်လာဟ်ကိုပြသသည့်မိုဘိုင်းဖုန်း အက်ပ်လီကေးရှင်းကို Android နှင့် iOS တွင်ရနိုင်သည်။

(၄) ဆွလာတ် ကို ပျက်ပြယ်စေသော လုပ်ဆောင်ချက်များ

ဆွလာတ်ကိုပျက်စေသောလုပ်ရပ်ဟူ၍နှစ်မျိုးရှိသည်-(က) စိတ်အခြေအနေနှင့် ဆိုင်သော လုပ်ဆောင်ချက်များ၊ ဆိုလိုသည်မှာ အတွင်းစိတ်၊ (ခ) ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ လုပ်ဆောင်ချက်များ၊

(က) စိတ်အခြေအနေနှင့်ဆိုင်သော လုပ်ဆောင်ချက်များ



၁။ ဆုတောင်းနေစဉ်အတွင်းရည်ရွယ်ချက်ကိုပြောင်းလဲခြင်း။ဥပမာအားဖြင့်၊ မဖြစ်မနေဆုတောင်းမှုအမျိုးအစားမှ စိတ်ကြိုက်ရွေးချယ်ခွင့်မျိုး အစား တစ်ခုသို့ပြောင်းလဲခြင်း။

၂။ ခေတ္တအိပ်စက်ခြင်းကြောင့် သတိလစ်ခြင်း (မူးယစ်ခြင်း) သို့မဟုတ် မူးလဲခြင်းကြောင့်သတိလစ်ခြင်း။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် စိတ်၏ရှိနေခြင်းသည် ဆုတောင်းခြင်းအတွက် ကြိုတင်သတ်မှတ်ချက်ဖြစ်သောကြောင့် ဖြစ်သည်။

၃။ ဝတ်ပြု ဆုတောင်းခြင်းနှင့် မသက်ဆိုင်သော ကိစ္စများတွင် စိတ်၏ အလွန်အကျွံနှင့် ရည်ရွယ်ချက်ရှိရှိ လွှမ်းမိုးခြင်း။

(ခ) ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ လုပ်ဆောင်ချက်များ

က။ အောက်ဖော်ပြပါ ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းအတွက်မရှိမဖြစ်လိုအပ်သော လုပ်ရပ်(သို့မဟုတ်မဏ္ဍိုင်) များကိုချန်လှပ်ခြင်း။

(၁) ရည်ရွယ်ချက် (နှိယသိ)

(၂) မတ်တပ်ရပ်ခြင်း (ကိယာမ်)

(၃) သတ်ကံဗိရ်သဟ်ရီမဟ်

(ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းအစတွင်အလ္လာဟုအာက်ဗရှ်ဟုပြောခြင်း။)

(၄) အာရုံစူးစိုက်မှု (စိတ်၏တည်ရှိမှု)

(၅) ရကအသ် အားလုံးတွင် စူရဟ်ဖါသိဟဟ် ကိုဖတ်ခြင်း။

(၆) ခါးကုန်းဦးညွတ်ခြင်း (ရှူကူအိ)

(၇) ဦးချခြင်း (စဂ်ဒဟ်)

(၈) ထိုင်ခြင်း(သရှဟ်ဟုဒ်)

(၉) အတ္တစ်လိမ် (နောက်ဆုံးတွင် စာလာမုအလိုကုမ် ၀ ရဟ္မာတူလလာဟ် ဟုပြောဆိုခြင်း)

ခ။ ဝတ်ပြုဆုတောင်းနေစဉ်စားသောက်ခြင်း။



- ဂ။ ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းနှင့်မသက်ဆိုင်သောအရာများအကြောင်းပြောဆိုခြင်း။
- ဃ။ ဆုတောင်းချိန်မှာ (ကြင်နာစွာ) ပြုံးပြီး ရယ်မောခြင်း။
- င။ ဆုတောင်းခြင်းနှင့် မသက်ဆိုင်သော မကြာခဏ လှုပ်ရှားခြင်း။
- စ။ ဝိုသူ ကို ပျက်ပြယ်စေသော မည်သည့်အရာမဆို



အခန်း - (၅) စုရုံး၍ဝတ်ပြုခြင်း

(သင်သည် အခန်း(၄) နှင့်(၉) ဖတ်ပြီးပါက ဤအခန်းကိုဖတ်ပါ။)

(က) စုရုံး၍ဝတ်ပြုခြင်းနှင့်တစ်ဦးတည်းဝတ်ပြုခြင်းတို့၏ကွာခြားချက်များ

၁။ တစ်ဦးချင်းစီ ဝတ်ပြုဆုတောင်းသောအခါ (တစ်ယောက်ထဲသောအခါ) မှာ အိမ်မတ် ကိုရွတ်ဆိုရမည်(အခန်း(၉)တွင်ရှင်းပြထားပါသည်။)စုရုံး၍ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းတွင် မှအဓိက က ကျန်အားလုံးကိုယ်စား အိမ်မတ် ရွတ်ဆိုသည်။ (ဝတ်ပြုဆုတောင်းမှုတိုင်းတွင် အမျိုးသမီးများသည် အိမ်မတ်မရွတ်ဆိုကြပါ။)

၂။ သင်သည်တစ်ယောက်တည်း ဝတ်ပြုဆုတောင်းသောအခါ အားလုံးကို တိတ်ဆိတ်စွာ ရွတ်ဆိုပါ။ သို့ရာတွင်စုရုံး၍ဝတ်ပြုဆုတောင်းသောအခါ၊ အိမ်မတ် သည် အောက်ပါအတိုင်း ကျယ်လောင်သော အသံဖြင့် ပြောသည်ကို သင်ကြားရလိမ့်မည်။

(က)ကနဦး အလ္လာဟုအာကာဗရ် ၊(အာရဗီဘာသာဖြင့်သတ်ကံဗိရ်သဟ်ရီ မဟ်)။

(ခ) ပထမနှစ်ရကအသ် အတွင်း စူရဟ်ဖါသီဟဟ် ဖတ်ရှုခြင်း (ဇဟုဟ် နှင့် အဆွရ် နမာဇ်များတွင်တိတ်ဆိတ်စွာ ဖတ်ရှုကြပြီး၊ ထိုနမာဇ်များတွင် စူရဟ်ဖါသီဟဟ်မဖတ်ရှုပါ။)

(ဂ)ပထမနှစ် ရကအသ် အတွင်း စူရဟ်ဖါသီဟဟ် ပြီးနောက်စူရဟ်ရွတ်ဆိုပါ။ (စူရဟ်လိုအပ်သောဆွလာတ်များအတွက်)။

(ဃ) ဦးညွတ်၊ ပျပ်ဝပ် ၊ ထိုင်လျက် ၊ရပ်နေသောအခါ အလ္လာဟုအာကာဗရ် ဟူ၍ ဆိုပါ။



(င) ခါးကိုင်းဦးညွတ်ရာမှ ပြန်ရပ်သောအခါ စမိအလ်လါးဟု လိမန့်(န်) ဟမိဒဟ်ရွတ်ဆိုပါ။

(စ) အီမာမ်ကဆွလာတ်အဆုံးသတ်သောအခါ “အတ်စွလာမုအလိုင်းကွန်း(မ်) ဝရဟ်မသုလ်လာဟ်” ဟု ရွတ်ဆိုပါ။

သင်သည်အီမာမ်ရွက်ဆိုသည်များကို တိတ်တိတ်ဆိတ်ဆိတ်လိုက်ဆိုပါ။

(ဂ) တွင်စူရဟ်ကို မရွတ်ဆိုပါ နှင့်။(နားထောင်ပါ)။ ထို့နောက်(င)တွင် သင်သည် အီမာမ်ရွက်ဆိုသည်များကို ထပ်ခါတလဲလဲ လိုက်မဆိုဘဲ ခါးကိုင်းဦးညွတ်ရာမှ ပြန်ရပ်သောအခါ ‘ရဗ္ဗာန ဝေါလကာလ’ဟမ်ဒ် ဟုဆိုပါ။

၃။ စူရဟ်ဖါသိဟဟ်နှင့် စူရဟ်များ လိုအပ်သော ဝတ်ပြုဆုတောင်းမှုများတွင် တစ်ယောက်တည်း ဝတ်ပြုသောအခါ၊ သင်သည် စူရဟ်ဖါသိဟဟ် နှင့် စူရဟ် နှစ်ခုလုံးကိုတိတ်တိတ်လေးရွတ်ဆိုပါ။ စုရုံး၍ဝတ်ပြုဆုတောင်း သောအခါ စူရဟ်ဖါသိဟဟ် ကိုသာ တိတ်တိတ်ဆိတ်ဆိတ် ရွတ်ဆိုပြီးနောက် အီမာမ်၏ စူရဟ်ရွတ်ဆိုခြင်းကို နားထောင်ပါ။

(ခ) စုရုံး၍ဝတ်ပြုခြင်းတွင် မည်သို့ပါဝင်နိုင်မည်နည်း။

အကယ်၍ သင်သည် စုရုံး၍ဝတ်ပြုခြင်းသို့ နောက်ကျရောက်လာပြီး ဝတ်ပြုဆု တောင်းခြင်းစတင်နေပြီဟု တွေ့ရှိပါက၊ သင်သည်ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းတွင် ပါဝင်ပြီးအီမာမ်သည် “အတ်စွလာမုအလိုင်းကွန်း(မ်)ဝရဟ်မသုလ်လာဟ်” ဖြင့် ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းကိုအဆုံးသတ်သောအခါသင်လွတ်သွားသောအရာများအ တွက်ပြင်ဆင်နိုင်ပါသည်။အောက်ပါတို့သည်စုရုံး၍ဝတ်ပြုခြင်းတွင်မည်သို့ပါဝင် ရမည်ကို သရုပ်ပြသော ဥပမာနှစ်ခုဖြစ်သည်။

ဥပမာ (၁)

အိရှာအ် ဝတ်ပြုဆုတောင်းမှုတွင် အိမာမ်သည် ဒုတိယ ရကအသ် တွင် စူရဟ်ဖါသိဟဟ် ရွတ်ဆိုနေသည်ကို တွေ့ရလျှင် အောက်ပါအတိုင်းဝတ်ပြုဆုတောင်းမှုကိုပါဝင်ဝတ်ပြုပါ။

- ၁။ သောင်ဂျီးဟ်ဖတ်ပါ။
- ၂။ အလ္လာဟုအာက်ဗရှ်ဟုဆိုပါ။
- ၃။ အအူးဇ် ဗိလ်လာဟ်မိန်ရှ်ရှိုင်သွာနိရ်ရဂျီးမ်ဖတ်ပါ။
- ၄။ အိမာမ်နှင့်အတူ စူရဟ်ဖါသိဟဟ်ကို ဖတ်ပါ။
- ၅။ စူရဟ်ဖါသိဟဟ် ပြီးနောက်အိမာမ်၏ စူရဟ်ရွတ်ဆိုခြင်းကိုနားထောင်ပါ။
- ၆။ ဝတ်ပြုဆုတောင်းမှုဆုံးသည့်တိုင်အောင် အိမာမ်ကို လိုက်နာပါ။
- ၇။ အိမာမ်သည် ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းကို နိဂုံးချုပ်သောအခါ အလ္လာဟုအာက်ဗရှ်ကို မပြောဘဲ မတ်တပ်ရပ်ပါ။
- ၈။ စူရဟ်ဖါသိဟဟ်နှင့် စူရဟ်ဖတ်ပါ။
- ၉။ ဦးညွတ်ခြင်း၊ ပျပ်ဝပ်ခြင်းတို့ကို လုပ်ဆောင်၍ မတ်တပ်ရပ်ပါ။
- ၁၀။ ယခုသင်သည်ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းတွင်ပါဝင်ခဲ့သည့်အချိန်သို့ရောက်ရှိနေပြီဖြစ်သည်။
- ၁၁။ အလ္လာဟုအာက်ဗရှ် မပြောဘဲ ထိုင်ပါ။
- ၁၂။ “အတ်စူလာမုအလိုင်းကွန်း(မ်) ဝရဟ်မသုလ်လာဟ်” ဟုဆိုခြင်းဖြင့် ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းကို အဆုံးသတ်ပါ။



ဥပမာ (၂)

ဇ္ဇ/ဟုတ် ဝတ်ပြုဆုတောင်းမှုတွင်အီမာမ်သည်ဒုတိယရကအသံတွင်ထိုင်နေသည်ကိုတွေ့ရလျှင်အောက်ပါအတိုင်းဝတ်ပြုဆုတောင်းမှုကိုပါဝင်ဝတ်ပြုပါ။

၁။ သောင်ဂျီးဟ် ဖတ်ပါ။

၂။ အလ္လာဟုအာက်ဗရ်ဟုဆိုပါ။

၃။ အအူးဇု ဗိလ်လာဟ်မိန့်ရှ်ရှိုင်သွာနိရ်ရဂျီးမ် ဖတ်ပါ။

၄။ ထိုင်ပြီးဝတ်ပြုဆုတောင်းမှုဆုံးသည့်တိုင်အောင် အီမာမ်ကို လိုက်နာပါ။

၅။ အီမာမ် သည်ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းကိုနိဂုံးချုပ်သောအခါအလ္လာဟုအာက်ဗရ်ကို မပြောဘဲ မတ်တပ်ရပ်ပါ။

၆။ ဂရဟ်ဖါသီဟဟ် ဖတ်ပါ။ဦးညွတ်ပါ။ပျပ်ဝပ်ပါ။မတ်တပ်ရပ်ပါ။(ဤသည်ပထမရကအသံဖြစ်သည်။)

၇။ ဣရဟ်ဖါသီဟဟ် ဖတ်ပါ။ ဦးညွတ်ပါ။ ပျပ်ဝပ်ပါ။ မတ်တပ်ရပ်ပါ။ (ဤသည် ဒုတိယရကအသံဖြစ်သည်။)

၈။ ယခုသင်သည်ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းတွင် ပါဝင်ခဲ့သည့် အချိန်သို့ရောက်ရှိနေပြီဖြစ်သည်။

၉။ အကယ်၍သင်သည်ပထမတဟီယတ်ကိုရွတ်ဆိုနိုင်လျှင်“အတ်စူလာမုအလိုင်ကွန်း(မ်) ဝရဟ်မသုလ်လာဟ်” ဖြင့် ဝတ်ဆုတောင်းခြင်းကိုအဆုံးသတ်ပါ။ အကယ်၍ သင်သည် ပထမ တဟီယတ် ကို မရွတ်ဆိုနိုင်ခဲ့လျှင် တဟီယတ် ကို ရွတ်ဆိုကာ ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းကို အဆုံးသတ်ပါ။

သင်သည်ရုံး၍ဝတ်ပြုခြင်းတွင်မည်သည့်အချိန်မှာမဆိုပါဝင်နိုင်ပြီးဥပမာတွင်ပြထားသည့် အလားတူပုံစံဖြင့် သင်လွဲချော်ခဲ့သော အစိတ်အပိုင်းများကို ဖြည့်ဆည်းနိုင်သည်။အဓိကအချက်မှာအီမာမ်နှင့်အတူဆွလာတ်အဆုံးသတ်သည်အထိအတူတကွဆောင်ရွတ်ပြီးနောက်လွဲချော်ခဲ့သမျှကိုပြန်ဖြည့်ဆည်းရမည်ဖြစ်သည်။

အခန်း (၆) အမျိုးသမီးများနှင့်သက်ဆိုင်သော ကိစ္စရပ်များ

သွဟာရသ် (သန့်ရှင်းစင်ကြယ်ခြင်း) နှင့် ဆွလာတ် (ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း) နှင့်ပတ်သက်သော ကိစ္စရပ်များကို ဤစာအုပ်၏ ကဏ္ဍအသီးသီးတွင် ဖော်ပြထားပြီးဖြစ်သည်။ ဤအခန်းသည်အမျိုးသမီးများ၏သီးသန့်ပြဿနာများကိုဖော်ပြထားပါသည်။

- ၁။ အမျိုးသမီးများသည် ရာသီလာစဉ် သို့မဟုတ်မီးယပ်သွေးဆင်းချိန်အတွင်း ဆွလာတ် (သို့မဟုတ်) အစာရှောင်ရန် မလိုအပ်ပါ။
- ၂။ အမျိုးသမီးများသည်ဓမ္မတာသို့မဟုတ်မီးယပ်သွေးဆင်းခြင်းပြီးဆုံးမှု၏ လက္ခဏာများကို (လက္ခဏာများသည်ပုံမှန်ဓမ္မတာရာသီပြီးဆုံးသည့်အချိန်မတိုင်မီတွေ့ရသည်ဖြစ်စေ) သတိပြုမိသည်နှင့်တပြိုင်နက်ထုံးတမ်းစဉ်လာအတိုင်းရေချိုးပြီး သွဟာရသ် (သန့်ရှင်းစင်ကြယ်ရမယ်။
- ၃။ အမျိုးသမီးတစ်ဦးသည် သွဟာရသ် (သန့်ရှင်းစင်ကြယ်ခြင်း) သို့ပြန်သွားသောအခါတွင်၊ဓမ္မတာလာစဉ်သို့မဟုတ် မီးယပ်သွေးဆင်းချိန်၌ လွတ်သွားသော ဆွလာတ်များအတွက် ဖြည့်စွက်ရန် မလိုအပ်ပါ။
- ၄။ ၃ရက်မှ (၁၀)ရက်ကြားတွင်သွေးဆင်းသောအခါဓမ္မတာဟုသတ်မှတ်သည်။ သုံးရက်ထက်နည်းသောသွေးဆင်းခြင်းသည် ရာသီလာခြင်းဟု မယူဆပါ။ ထုံးတမ်းစဉ်လာအတိုင်းရေချိုးပြီးဆွလာတ်စတင်ဝတ်ပြုသင့်သည်။ ထို့အပြင် လွဲချော်ခဲ့သောဆွလာတ် များအတွက်လည်းပြင်ဆင်ပေးရပါမယ်။
- ၅။ ဓမ္မတာလာချိန်သည် လူတစ်ဦးစီအတွက်ကွဲပြားသည်။ ဓမ္မတာစတင်သောအချိန်မှနောက်တစ်နေ့ထိုအချိန်ချိန်အထိကာလကိုဓမ္မတာတစ်ရက်ဟုသတ်မှတ်သည်။ ဥပမာအားဖြင့် ဓမ္မတာလာချိန် သည်နံနက် (၉)



နာရီတွင် စတင်ပါက နောက်တစ်နေ့ နံနက် (၉) နာရီတွင် တစ်ရက်အဖြစ် သတ်မှတ်သည်။

၆။ ဓမ္မတာကုန်ဆုံးခြင်း၏ ပုံမှန်လက္ခဏာများဖြစ်သောခြောက်သွေ့ခြင်းသို့ မဟုတ်အဖြူဆင်းခြင်းကို သတိပြုမိသောအခါ ထုံးတမ်းစဉ်လာအတိုင်း ရေချိုးပြီးဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းများကိုပြန်လည်စတင်သင့်သည်။

၇။ ဓမ္မတာဝရက်ထက်ကျော်လွန်ပါက သို့မဟုတ် မီးယပ်သွေးဆင်းခြင်း သည်ပုံမှန်ရက်(၄၀)ထက်ကျော်လွန်ပါက အမျိုးသမီးတစ်ဦးသည် ထုံး တမ်းစဉ်လာ အတိုင်းရေချိုးပြီး ဝတ်ပြုဆုတောင်းမှုများပြန်လည်စတင် သင့်သည်။

၈။ ပုံမှန်ရာသီလာနေသည့် အမျိုးသမီးများသည် ပုံမှန်ရာသီလာချိန်ထက် ကျော်လွန်ပြီးသွေးဆင်းနေပါက နှစ်ရက် (၄၈နာရီ)စောင့်သင့်သည် သို့မဟုတ်ထုံးတမ်းစဉ်လာ ရေချိုးခြင်းမပြုမီ တစ်ရက်(၂၄နာရီ)စောင့် ဆိုင်းသင့်သည်။ ဥပမာ- အမျိုးသမီးတစ်ဦး၏ပုံမှန်ရာသီလာချိန်သည် ခြောက်ရက်ဖြစ်ပြီး သွေးဆက်လက်စီးဆင်းနေပါကရှစ်ရက်မြောက်နေ့ သို့မဟုတ်သတ္တမနေ့၏ အဆုံးတွင် ထုံးတမ်းစဉ်လာအတိုင်းရေချိုးသင့် သည်။ ရာသီမမှန်သူများနှင့်စတင်သူများအတွက်၊ (၁၀) ရက်ကြာ စည်းမျဉ်း (အထက် အမှတ် ၇) အကျုံးဝင်သည်။

၉။ ဓမ္မတာမလာမီထွက်လာသောအရည်များကို ဓမ္မတာဟု မသတ်မှတ်ပါ။

၁၀။ ဓမ္မတာ ရပ်တန့်ပြီးနောက် ထွက်လာသော အရည်များကို “၂၄ နာရီ” ဓမ္မတာအဖြစ် သတ်မှတ်သည်။ ဤ “၂၄ နာရီ” ဓမ္မတာ ကုန်ဆုံးသည့် လက္ခဏာများ တွေ့ပါက ထုံးတမ်းစဉ်လာအတိုင်း ရေချိုးသင့်သည်။

၁၁။ အရွယ်မရောက်သေးသူများတွင်တွေ့ရသောသွေးဆင်းခြင်း (လပြက္ခဒိန် ဖြင့် အသက် ၉ နှစ်အောက် သို့မဟုတ် နေပြက္ခဒိန်ဖြင့် ၈ နှစ်ခွဲ)နှင့် သွေးဆုံးချိန်ပြီးခဲ့သော အမျိုးသမီးများကို ရာသီသွေးအဖြစ်မသတ်မှတ် ပါ။ထုံးတမ်းစဉ်လာရေချိုးခြင်းမပြုကြဘဲဆက်လက်ဝတ်ပြုဆုတောင်း နိုင်သည်။

၁၂။ ဓမ္မတာလာပြီးနောက်သို့မဟုတ်မီးယပ်သွေးဆင်းပြီးနောက်ထုံးတမ်းစဉ်
လာရေချိုးသည့်အခါ အမျိုးသမီးများသည် ၎င်းတို့၏ဆံပင်များကိုအ
ပြည့်အဝဆေးကြောရန်၎င်းတို့၏ ကျစ်ဆံမြီးများကို ပြန်ဖျက်ရပါမည်။
သို့သော်အမျိုးသမီးတစ်ဦးသည်လိင်ဆက်ဆံပြီးနောက် ၎င်းတို့၏ကျစ်
ဆံမြီးများကို ပြန်ဖျက်ရန်မလိုအပ်ပေ။ ဦးရေပြားထိရေလုံလောက်စွာ
ရောက်ရှိစေဖို့ကျစ်ဆံမြီးကိုသေချာဆေးကြောပါ။

၁၃။ အမျိုးသမီးများသည် ဗလီများတွင် ဝတ်ပြုဆုတောင်းမှုများ ပြုလုပ်နိုင်
သည်။ သို့ရာတွင်တမန်တော်မြတ်(ဆွ)က “မိန်းမတစ်ယောက်သည်သူ့
အိမ်မှာဝတ်ပြုဆုတောင်းလျှင်ပိုကုသိုလ်ရှိသည်” ဟုမိန့်တော်မူခဲ့သည်။
မည်သို့ပင်ဆိုစေကာမူ သူမသည် စုရုံး၍ဝတ်ပြုဆုတောင်းရန်သွားလျှင်
သင့်လျော်သောဝတ်စားဆင်ယင်မှုပုံစံကိုလိုက်နာပြီးအဆင်တန်ဆာများ
မှကင်းဝေးစေသင့်သည်။



**အခန်း(၇) - အစ္စလာမ့်ဥပဒေဘာသာပြန်ဆိုခြင်းကျောင်းများအကြား
ဆွလာတ် ဆိုင်ရာ ကွဲပြားမှုများ**

အစ္စလာမ့်ဥပဒေ ၊ ကျင့်ထုံးများနှင့် ဝတ်ပြုကိုးကွယ်မှုပုံစံများသည် ကုရ်အာန်နှင့် နောက်ဆုံးတမန်တော်မုဟမ္မဒ်(ဆွ)၏ အဆုံးအမများမှ ဆင်းသက်လာခြင်းဖြစ်သည်။ အစ္စလာမ့်ဥပဒေကိုအဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုနိုင်သောကျောင်းအမျိုးမျိုးရှိသည်။ အသင်းကွဲသို့မဟုတ် မဇ္ဈဟိဘ် ဟုခေါ်သည့်ကျောင်းများသည်ဥပဒေ၏အခြေခံများသို့မဟုတ် အစ္စလာမ့်ကျင့်ထုံးများနှင့်ဝတ်ပြုကိုးကွယ်မှုဆိုင်ရာ လိုအပ်ချက်များတွင်မကွဲပြားပါ။ ၎င်းတို့သည်တမန်တော်မြတ်(ဆွ)၏အဆုံးအမများနှင့်ကျမ်းတော်မြတ်ကုရ်အာန်၏ အချို့သောကျမ်းပိုဒ်များ၏ အသေးစိတ်အနက်ကိုအဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ခြင်းတွင်အနည်းငယ်ကွဲပြားခြင်းဖြစ်သည်။

ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းရှိမွတ်စလင်မ်များသည် နေ့စဉ်လိုအပ်သော ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းများကို လိုက်နာစောင့်ထိန်းကြပြီး ဆွလာတ်၏တူညီသောအခြေခံလိုအပ်ချက်များကိုလည်းလိုက်နာကြသည်။ သို့ရာတွင်၊ အထက်ဖော်ပြပါအကြောင်းရင်းများကြောင့် ဆုတောင်းခြင်း၏ မိနစ်အသေးစိတ်နှင့် ယင်း၏ကြိုတင်လိုအပ်ချက်များကွဲပြားမှုများရှိသည်။ အောက်ပါတို့သည်ကျွန်ုပ်တို့ပြောင်းလဲမှုများဖြစ်ပွားသည့်နေရာများ၏ ဥပမာအချို့ဖြစ်သည်-

- ၁။ ဂိုဏ်းကိုစတင်သောအခါ ဘီစ့်ဗီလာဟ်ဟုပြောခြင်း။
- ၂။ ဦးညွှတ်ခြင်းမပြုမီ နှင့် ဦးညွှတ်ပြီးနောက် အဖွင့် သတ်ကံဗိရ်သဟ်ရှီမဟ် ပြောကြားစဉ် လက် မြှောက်ခြင်း။
- ၃။ သတ်ကံဗိရ်သဟ်ရှီမဟ် မပြောခင်သို့မဟုတ်ပြောပြီးနောက် သောင်ဂျီးဟ် ဖတ်ခြင်း။
- ၄။ မတ်တပ်ရပ်နေစဉ် လက်နှစ်ဖက်ကို ရင်ဘတ်အနံ့ ခေါက်ထားခြင်း။

၅။ ဇေယျာရာဇ် နှင့် အဆွေရာဇ် ဆွလာတ်၏ပထမနှင့်ဒုတိယ ရကအသ် တွင်
စူရဟ်ဖါသိဟဟ် ပြီးနောက်ကျမ်းတော်မြတ်ကုရ်အာန်၏အာယာတ်တော်
များကိုရွတ်ဆိုခြင်း။

၆။ ဆွလာတ်အတွင်း အထူးရိုကျူးဆုပန်ခြင်း။ (ကူနှုသ်ဖတ်ခြင်း)

၇။ အီမာမ်သည် စူရဟ်ဖါသိဟဟ် ကို ရွတ်ဆိုပြီးနောက် အာမိန်း ဟု
ပြောခြင်း။

ဤပြောင်းလဲမှုများသည် ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း၏ အနှစ်သာရနှင့်၎င်း၏လိုအပ်
ချက်များကိုပျက်ပြယ်စေမည်မဟုတ်ပါ။ အရေးကြီးသောအချက်မှာအလ္လာဟ်အ
ရှင်မြတ်၏အမိန့်တော်များကို လိုက်နာရန်နှင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ဘုရားသခင်အသိစိတ်
ကိုထိန်းသိမ်းနိုင်ရန် ကျွန်ုပ်တို့၏နေ့စဉ်ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းများကို ထိန်းသိမ်း
ထားရန်ဖြစ်သည်။ ကုရ်အာန်၏စစ်မှန်၍ယုံကြည်စိတ်ချရသောအရင်းအမြစ်များ
နှင့်တမန်တော်မြတ် (အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၏ငြိမ်သက်ခြင်းနှင့်ကောင်းချီးမင်္ဂလာ
များသက်ရောက်ပါစေ)၏သွန်သင်ချက်များနှင့်ကိုက်ညီသောသင့်အသိုင်းအဝိုင်း
ရှိ ဥပဒေကျောင်းကို လိုက်နာရန် သင့်လျော်သည်။



အခန်း (၈) အထွေထွေပြဿနာများနှင့် ကျင့်ဝတ်များ

အောက်ပါတို့သည် အကြံပြုထားသော လုပ်ရပ်များ၊ ကျင့်ဝတ်များနှင့် ဆွလာတ်၏ လုပ်ဆောင်မှုများနှင့် သက်ဆိုင်သော ကျင့်ဝတ် များဖြစ်သည်။

ဝတ်ပြုဆုတောင်းမှုများအတွက်အဆင်သင့်ဖြစ်ခြင်း။

စိတ်ဖိစီးမှုကင်းသောအခြေအနေတွင် ရှိနေစေရန်အတွက် ဆွလာတ် မဝတ်ပြုမီ အိမ်သာသွားပါကာအရေးကြီးသောကိစ္စရပ်များကိုတက်ရောက်ပါ။ ၎င်းသည် သင်၏ ဆွလာတ် တွင်နိုးကြားမှုနှင့်အာရုံစူးစိုက်မှုကိုထိန်းသိမ်းရန်ကူညီပေးပါ လိမ့်မည်။ ဆွလာတ်၏အဓိကလိုအပ်ချက်များထဲမှတစ်ခုမှာဆွလာတ်ကိုဝတ်ပြု နေစဉ်နှိမ့်ချမှုနှင့်အာရုံစူးစိုက်မှုဖြစ်သည်။ အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်မိန့်တော်မူသည် မှာ-

* أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ * الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَائِعُونَ

ကေနစ်မလွဲ (အကြင်) "မုအ်မင်န်" သက်ဝင်ယုံကြည်သူတို့သည်
 ကေနစ်မလွဲ အောင်မြင်ခဲ့ကြချေပြီ။ ထို("မုအ်မင်န်" သက်ဝင်
 ယုံကြည်)သူတို့ သည် မိမိတို့ ဆွလာတ်ဝတ်ပြုရာ၌ ကျိုးနွံသူများ
 ဖြစ်ကြကုန်၏။ (ကုရ်အာန် ၂၃:၁-၂)

ဝတ်စားဆင်ယင်ပုံစံ

အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်သည် ကျွန်ုပ်တို့ဝတ်ပြုဆုတောင်းသောအခါ ကောင်းစွာဝတ် စားဆင်ယင်ရန် အမိန့်ပေးတော်မူခဲ့ပေသည်။

အိုအာဒမ်၏သားသမီးအပေါင်းတို့အသင်တို့သည်ဆွလာတ်ဝတ်ပြု
ကြသည့်အခါတိုင်းတွင်မိမိတို့၏ဝတ်စားတန်ဆာကိုဝတ်ဆင်ကြကုန်။
(ကုရ်အာန် ၇:၃၁)

ဝတ်စားဆင်ယင်မှုသည်လိင်အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်း(အောရဟ်) အားလုံးကိုဖုံးအုပ်
ထားသင့်သည်။အမျိုးသားများအတွက် 'အောရဟ်' ကို ရင်ခွင်မှ ဒူးအောက်အထိ
ကိုယ်ခန္ဓာ၏ အစိတ်အပိုင်းအဖြစ် သတ်မှတ်ကြသော်လည်း၊ ကျွန်ုပ်တို့၏
ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းများတွင် အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်အား ကျွန်ုပ်တို့ပေးထိုက်
သောဂုဏ်အသရေနှင့် လျော်ညီသောဝတ်စားဆင်ယင်မှုဖြင့် သပ်ရပ်စွာဝတ်စား
ဆင်ယင်သင့်ပါသည်။ အမျိုးသမီးများအတွက်မျက်နှာနှင့်လက်မှလွဲ၍ခန္ဓာကိုယ်
တစ်ခုလုံးကို သင့်လျော်စွာဖုံးအုပ်ထားရန်လိုအပ်ပါသည်။ တင်းကျပ်သောသို့မ
ဟုတ်ဖောက်ထွင်းမြင်ရသောအဝတ်များသည်အမျိုးသားများနှင့်အမျိုးသမီးများ
အတွက်မသင့်လျော်ပါ။ ထို့အပြင်အမျိုးသားများသည်ရွှေသို့မဟုတ်ပိုးထည်များ
ကို မည်သည့်အချိန်တွင်မဆိုဝတ်ဆင်ခွင့်မရှိပါ။

စုရုံး၍ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း

စုရုံး၍ မဝတ်ပြုရန်ခိုင်လုံသောအကြောင်းပြချက်မရှိပါက အမျိုးသားများသည်
တစ်နေ့တာဆွလာတ်ငါးကြိမ်ကိုမဖြစ်မနေစုရုံး၍ဝတ်ပြုဆုတောင်းရမည်။

ဥပမာ - ဖျားနာမှု၊ပြင်းထန်သောရာသီဥတုအခြေအနေ၊တစ်ဦးတစ်ယောက်၏
ဘေးကင်းလိုခြံ့မှုအတွက် စိုးရိမ်မှုစသည်ဖြင့်။ တမန်တော်မြတ်(ဆွ)မိန့်တော်မူ
သည်မှာ-

“စုရုံး၍ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းသည်တစ်ယောက်တည်းဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း
ထက် နှစ်ဆယ့်ခုနစ်ဆ ပိုအကျိုးရှိ၏”



အမျိုးသမီးများသည်စုရုံး၍ဝတ်ပြုဆုတောင်းရန်မလိုအပ်ပေ။

ရွေးချယ်နိုင်သော ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းများ [စူန္ဒဟ် (အနည်းကိန်း)၊ ဆူနန် (အများကိန်း)]

ဆုလာဘ်များပိုမိုရရှိရန်နှင့် အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်နှင့် ပိုမိုနီးကပ်စေရန်အတွက် စိတ်ကြိုက်ဆုတောင်းချက်များ သို့မဟုတ် စေတနာဖြင့် ဆုတောင်းခြင်းများကို မလုပ်မနေရနေ့စဉ်ဆုတောင်းခြင်းငါးကြိမ်နှင့်အတူ အထပ်ထပ်လုပ်ဆောင်သည် ။အခန်း(၄)အပိုင်း(၁)တွင် ဖော်ပြထားပြီးဖြစ်သည့်အပြင်၊အောက်ပါတို့သည်ရွေးချယ်နိုင်သောဆုတောင်းခြင်းများ၏နောက်ထပ်အမျိုးအစားများဖြစ်သည်။

- * ဗလီထဲသို့ဝင်သောအခါနှစ်ခုကအသ်။ဤစူန္ဒဟ်ကို တဟိဿတုလ်မစ်ဂျိဒ် သို့မဟုတ် 'ဗလီကို နှုတ်ဆက်ခြင်း' ဟုခေါ်သည်။
- * နေထွက်ပြီးမွန်းတည့်မတိုင်မှီနှစ်ခုကအသ်သို့မဟုတ်လေးခုကအသ်။ ၎င်း ကိုဒွါဟဆုတောင်းခြင်းဟုခေါ်သည်။
- * အိရှာအ် ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းမပြုမီနှစ်ခုကအသ် သို့မဟုတ်လေးခုကအသ် ။
- * နှစ်ခုကအသ် သို့မဟုတ်လေးခုကအသ်ထက်ပိုသောညွှန်နက်ဝတ်ပြုဆုတောင်းမှု။

ရွေးချယ်နိုင်သောဝတ်ပြုဆုတောင်းမှုများကို ရကအသ် နှစ်ခုအစီအစဉ်ဖြင့်လုပ်ဆောင်သည်။ ဗလီ၊အိမ်သို့မဟုတ်အခြားနေရာများတွင်ဝတ်ပြုနိုင်သည်။ သို့ရာတွင်၊တမန်တော်မြတ်(ဆွ)သည် ရွေးချယ်နိုင်သောဝတ်ပြုဆုတောင်းမှု အချို့ကို ကျွန်ုပ်တို့၏အိမ်များတွင် ဝတ်ပြုရန် အကြံပြုထားသည်။

ခရီးသွားနေစဉ် ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း

သင်ခရီးသွားသောအခါ၊ သင်သည် ဇ္ဇဟုရ်/အဆွရ်နှင့် အိရှာအ် ဝတ်ပြုဆုတောင်းမှုများကို ရှကအသ် လေးခုမှနှစ်ခုသို့ အတိုချုံးရန် လိုအပ်သည်။ ဖဂျရ် နှင့် မဂ်ရိဗ် ဝတ်ပြုဆုတောင်းမှုများသည် အတူတူပင်ဖြစ်သည်။ ဇ္ဇဟုရ်/အဆွရ် နှင့် အိရှာအ် တို့ကို အတိုချုံးပြီး ပထမ ရှကအသ်နှစ်ခုကိုသာ ဝတ်ပြုပြီး တဟီယတ်ကို အပြည့်အစုံဖတ်ပါ။

သင်သည် (က) ပိုတိုသော ဇ္ဇဟုရ်နှင့် အဆွရ် ဆွလာတ်များကို ဇ္ဇဟုရ်နှင့် မဂ်ရိဗ် ကြားတွင် အချိန်မရွေး ပေါင်းစပ်နိုင်ပြီး (ခ) မဂ်ရိဗ် နှင့် အိရှာအ် ဆွလာတ်များကို မဂ်ရိဗ်နှင့် သန်းခေါင်ယံကြား အချိန်မရွေး ဆက်တိုက် ဝတ်ပြုနိုင်သည်။ သင်သည် ဆွလာတ် များကို ပေါင်းစပ် သော အခါ ဝိသိရ် ဆွလာတ် မှလွဲ၍ အခြား စွန့်သ် များကို မဝတ်ပြုရပါ။

ခရီးသွားနေစဉ် သင်သည် သောကြာနေ့ဆွလာတ် (ဂျူမာ) ဝတ်ပြုရန် တာဝန်မရှိပါ။ (ဆိုလိုသည်မှာ သင် ဇ္ဇဟုရ် ဆွလာတ်ကို ဝတ်ပြုပါ။)

နာမကျန်းသူများ၏ ဝန်ပြုဆုတောင်းမှုများ

နာမကျန်းမှု အခြေအနေပေါ် မူတည်၍ အောက်ပါ လိုက်လျောမှုများသည် နာမကျန်းသူတစ်ဦးနှင့် သက်ဆိုင်သည်-

- ၁။ ခရီးသွားနေသူကဲ့သို့ ဆွလာတ်များကို အတိုချုံး၍ ပေါင်းစပ်နိုင်သည်။
- ၂။ ဝိသု တွင် ရေအသုံးမပြုနိုင်ပါက သယမ်မွမ် ကို လုပ်ဆောင်နိုင်သည်။
- ၃။ ထိုင်ပြီး သို့မဟုတ် လဲလျောင်းပြီး ဝတ်ပြုဆုတောင်းနိုင်သည်။ ဦးညွတ်မပျပ် ဝပ်နိုင်လျှင် ဦးခေါင်းကိုသာ ငုံ့ထားခြင်းဖြင့် ဤလုပ်ရပ်များကို လုပ်ဆောင်နိုင်သည်။



- ၄။ အထက်ဖော်ပြပါ တစ်ခုခုကိုမလုပ်နိုင်လျှင် မျက်လုံးလှုပ်ရှားမှုဖြင့်ဝတ်ပြု ဆုတောင်းနိုင်သည်။၏
- ၅။ အထက်ဖော်ပြပါများထဲမှ တစ်ခုမျှမဖြစ်နိုင်ပါက မဝတ်မနေရဝတ်ပြုဆု တောင်းမှုတစ်ခုစီအတွက် တက္ကဋ္ဌိရ် (အလ္လာဟုအာက်ဗရ်) ငါးပါးကို ပြောကြားသင့်သည်။
- ၆။ အကယ်၍အထက်ပါအရာများတစ်စုံတစ်ခုမျှမဖြစ်နိုင်သေးပါကအလ္လာဟ် အရှင်မြတ်သည် ကျွန်ုပ်တို့အား ကျွန်ုပ်တို့၏ စွမ်းဆောင်နိုင်ရည်ထက် ကျော်လွန်၍ ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုး မဖြစ်စေလိုသောကြောင့် နာမကျန်းသူသည် ဝတ်ပြုဆုတောင်းရန် တာဝန်မရှိတော့ပေ။

ဆွလာတ်မေ့လျော့ခြင်း

မုစ်လင်မ်တစ်ဦးသည်ဆွလာတ်ဝတ်ပြုရာတွင်အမြဲသတိရှိရမည်။ အလ္လာဟ်အ ရှင်မြတ်သည် မိမိတို့၏ဆွလာတ်များကို ပေါ့ပေါ့ဆဆခံယူသူများအားကုရ်အာန် တွင် သတိပေးထားသည်။

فَوَيْلٌ لِلْمُصَلِّينَ * الَّذِينَ هُمْ عَنْ صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ

သို့ဖြစ်ပေရာ(အကြင်သို့သော)ဆွလာတ်ဝတ်ပြုသူတို့၌အကြီးအကျယ် ပျက်စီးခြင်းသည်ရှိ၏။ထိုသို့သောသူတို့သည် မိမိတို့၏ ဆွလာတ် ဝတ်ပြုမှု(တာဝန်)ကိုပင် မေ့လျော့ထားကြကုန်၏။(ကုရ်အာန် ၁၀၇:၄-၅)

သို့သော်မေ့လျော့ခြင်းသို့မဟုတ် အိပ်ပျော်ခြင်းကြောင့်မဖြစ်မနေဝတ်ပြုရသော ဆွလာတ်လွတ်သွားပါက ၊လွတ်သွားသောဆွလာတ်ကို သတိရခြင်း သို့မဟုတ် အိပ်ရာမှ နိုးသည်နှင့်အမျှ ပြင်ဆင်ရပါမည်။



ဆွလာတ် ၏အပိုင်းကိုမေ့လျော့ခြင်း။

အကယ်၍သင်သည်အခန်း(၄) အပိုဒ်(၄) (ခ)(က) တွင်ဖော်ပြထားသောမရှိမဖြစ် လိုအပ်သော အစိတ်အပိုင်းများမှလွဲ၍ဆွလာတ် ၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းကို မေ့လျော့ခဲ့ပါကဝတ်ပြုဆုတောင်းမှု၏အဆုံးတွင်အတ်စူလာမှအလိုင်းကွန်း(၆)၀ ရှက်မသုလ်လာဟ် ဟုဆိုပြီးနောက် မေ့လျော့ခြင်း၏ ပျပ်ဝပ်ခြင်း နှစ်ပါးကို ပြုလုပ်ရမည်။

ဆွလာတ်အပြီး ဆုဒုအာအ်တောင်းခံခြင်း

သင်၏ ဝတ်ပြုဆုတောင်းမှုများ၊ အထူးသဖြင့် နေ့စဉ်ဆွလာတ် ငါးပါးကို ဝတ်ပြုပြီးသောအခါအလ္လာဟ်အရှင်မြတ်ထံပန်ကြားမှုပြုရန်အကြံပြုထားသည် ။ ပြောပါ။

* أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ *
 * اللَّهُمَّ أَنْتَ السَّلَامُ، وَمِنْكَ السَّلَامُ، تَبَارَكْتَ يَا دَا الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ *
 * اللَّهُمَّ أَعِنَّا عَلَى ذِكْرِكَ، وَشُكْرِكَ، وَحُسْنِ عِبَادَتِكَ *
 * اللَّهُمَّ إِنَّكَ عَفُوٌّ كَرِيمٌ تُحِبُّ الْعَفْوَ فَاعْفُ عَنَّا *
 * اللَّهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِكْ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ كَمَا صَلَّيْتَ *
 * وَسَلَّمْتَ وَبَارَكْتَ عَلَى سَيِّدِنَا إِبْرَاهِيمَ وَعَلَى آلِ سَيِّدِنَا إِبْرَاهِيمَ فِي الْعَالَمِينَ *
 * إِنَّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ

- * အတ်စ်သဗ်ဖီရုလ်လာဟ် (၃-ကြိမ်)
- * အလ္လာဟွမ်းမ အန်း(န်)သတ်စ် စလာမ်၊ ဝမ်း(န်)ကတ်စ် စလာမ်၊ သဗါရတ်က်သ ယာ ဇါလ် ဂျလာလီ ဝလ်အိက်ရာမ်
- * အလ္လာဟွမ်းမ အ အင်းနီ အ လာ ဇိက်ရိက၊ ဝအလာရှုက်ရိက၊ ဝဟုစ်နီ အိဗာဒသိက်



- * အာလ္လာဟုမ္မ အိန္ဒြကာ အာဖူဝါန် ကရီးမုန် တုဟိဗ္ဗုလ် အာဖ်ဝါ ဖာ အာဖူ အာန္နာ
- * အာလ္လာဟုမ္မ စလ္လိဝ် စာလ္လိမ် ဝ ဘာရိက် အာလာ ဆယ္ယဒိနာ မုဟမ္မဒ် ဝအာလာ အားလီ ဆယ္ယဒိနာ မုဟမ္မဒ်၊ ကမာစလ္လိက်တာ ဝဆလ္လမတု ဝဘာ ရောက်တာ အာလာစယ္ယဒိနာ အိမ်ရာဟီးမ် ဝအာလာ အားလီ ဆယ္ယဒိနာ အိမ်ရာဟီးမ်၊ ဖိလ်အာလာမိနာ အိန္ဒြကာဟာမီးဒုန်း မဂျိဒ်။
- * ကျွန်တော်မျိုးသည် အရှင်ထံမှ လွတ်ငြိမ်းချမ်းသာခွင့် တောင်းခံပါ၏။ (၃-ကြိမ်)
- * အို-အလ္လာဟ်၊ အရှင်မြတ်သည်ငြိမ်းချမ်းမှု၏အရင်းအမြစ်ဖြစ်တော်မူပါ၏။ ငြိမ်းချမ်းသာယာမှုသည်အရှင်ထံတော်မှသာဖြစ်တော်မူပါ၏။ အရှင်မြတ်သည်ကောင်းချီးမင်္ဂလာအပေါင်းနှင့် ပြည့်စုံတော်မူပါ၏။
- * အို-အလ္လာဟ်၊ အရှင်မြတ်ကို သတိရခြင်း၊ အရှင်မြတ်ကို ကျေးဇူးတင်ခြင်း၊ အရှင်မြတ်ကို အကောင်းဆုံးနာခံဘဝ တည်ဆောက်ခြင်း ပြုနိုင်ရန် ကျွန်တော်မျိုးအား ကူညီတော်မူပါ။
- * အမြဲရက်ရောပြီး ခွင့်လွှတ် ခြင်းကို နှစ်သက်တော်မူ သော အို-အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၊ ကျွန်ုပ်တို့အားခွင့်လွှတ်တော်မူပါ။
- * အို-အလ္လာဟ်၊ မုဟမ္မဒ်သခင်အပေါ်သို့လည်းကောင်း၊ မုဟမ္မဒ်သခင်၏လူတို့ အပေါ်သို့လည်းကောင်း၊ ကောင်းခြင်းမေတ္တာပို့ပေးသနားတော်မူပါ။ အိမ်ရာဟီးမ်သခင်အပေါ်သို့လည်းကောင်း၊ အိမ်ရာဟီးမ်သခင်၏ လူတို့အပေါ်သို့လည်းကောင်း အရှင်မြတ်ကောင်းခြင်း မေတ္တာ ပို့ပေးသနားတော်မူသကဲ့သို့ ဖြစ်ပါသည်။ မုချကေန်အရှင်မြတ်သည်သာချီးမွမ်းဖွယ်အကောင်းဆုံး၊ ဘုန်းတော်အကြီးမြတ်ဆုံးဖြစ်တော်မူပါ၏။

သင်သည် အာရပ်ဘာသာစကားဖြင့် သို့မဟုတ် သင့်ကိုယ်ပိုင်ဘာသာစကားဖြင့် အခြားအသနားခံမှုများကို ဆက်လက် လုပ်ဆောင်နိုင်သည်။ ကုရ်အာန်တွင်ဆွ

လာတ်ပြီးနောက်သို့မဟုတ်အခြားအချိန်များတွင်အသုံးပြုနိုင်သည့် ပန်ကြားချက်များ စွာပါရှိသည်။ အောက်ပါတို့သည် ကုရ်အာန် ကဏ္ဍ (၂) ၏ အဆုံးတွင်ရှိသော ဥပမာတစ်ခုဖြစ်သည်။

رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ ۗ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۗ وَاعْفُ عَنَّا وَاعْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا ۗ أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ

ရဗ္ဗနာလာသုအာခစ်နားအင်းန်နဆီးနာအောင်အက်ခ်သွာအ်နာ။ ရဗ္ဗနာဝလာသဟ်မစ်လ်အလိုင်နားအစ်(ဆွဲ)ရန်က မာဟမလ်သဟူ အလလ်လဇီးနမင်(န်)ကတ်လိနာ။ရဗ္ဗနာ ဝလာ သုဟမ်းမစ်လ်နာ မာလာ သွားကသ လနာ ဘိဟ်၊ ဝအ်ဖုအန်းနာ ဝဂ်ဖိရ်လနာ ဝရ်ဟမ်းနာ၊ အန်းသ မောင်းလာနာ ဖန်းစွရ်နာ အလလ်ကောင်းမစ်လ် ကားဖိရီး န်။

အိုကျွန်တော်မျိုးတို့အားမွေးမြူတော်မူသောအရှင်၊ ကျွန်တော်မျိုးတို့မေ့လျော့၍ ဖြစ်စေ၊ မှားယွင်း ချွတ်ချော်၍ဖြစ်စေ (ပြုမိသော မကောင်းမှုနှင့်စပ်လျဉ်း၍) အရှင်မြတ်သည် ကျွန်တော်မျိုးတို့အားအပြစ်ဒဏ်ပေးတော်မမူပါနှင့်။ ထို့ပြင်တဝ အိုကျွန်တော်မျိုးတို့အားမွေးမြူသောအရှင်၊ အရှင်မြတ်သည် ကျွန်တော်မျိုးတို့အလျင် ရှေးအထက်အဆက်ဆက်က လူမျိုးတို့အပေါ်၌ တင်ထားတော်မူသကဲ့သို့ ကျွန်တော်မျိုးတို့ အပေါ်၌ လေးလံသောဝန်ကို တင်တော်မမူပါနှင့်။ ထို့ပြင် အိုကျွန်တော်မျိုးတို့အားမွေးမြူတော်မူသောအရှင်၊ ကျွန်တော်မျိုးတို့မတတ်စွမ်းနိုင်သောတာဝန်ကိုလည်း အရှင်မြတ် သည်ကျွန်တော်မျိုးတို့အားထမ်းရွက်စေတော်မမူပါနှင့်။ ထို့ပြင် အရှင်မြတ်သည် ကျွန်တော် မျိုးတို့ကို ခွင့်လွှတ်တော်မူပါ။ ၎င်းပြင်အရှင်မြတ်သည်ကျွန်တော်မျိုးတို့အား(ပြစ်များမှ) လွတ်ငြိမ်းချမ်းသာခွင့်ကိုပေးသနားတော်မူပါ။ ထို့ပြင် အရှင်မြတ်သည် ကျွန်တော်မျိုးတို့ အပေါ်ဝယ်။



သနားညှာတာတော်မူပါ။ အရှင်မြတ်သည်သာလျှင် ကျွန်တော်မျိုးတို့အားကူညီ
စောင့်မတော်မူသောအရှင်ဖြစ်တော်မူပါ၏။ အရှင်မြတ်သည် ကျွန်တော်မျိုးတို့
အား”ကာဖိရ်” မယုံမကြည် သွေဖည်ငြင်းဆန် သောသူ များအပေါ်ဝယ်
(အောင်နိုင်စေခြင်းငှါ) ကူညီစောင့်မတော်မူပါ။(ကုရ်အာန် ၂:၂၈၆)



အခန်း(၉)ဆွလာတ်အတွက်အဆင့်ဆင့်လမ်းညွှန်

အောက်ဖော်ပြပါစာမျက်နှာများသည် ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း၏ လုပ်ဆောင်မှု တွင်ပါဝင်သော အဆင့် အမျိုးမျိုးကိုသရုပ်ပြသည်။ ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းတစ် မျိုးစီတွင်အောက်ပါဇယားတွင်ပြထားသည့်အတိုင်း ရကအသ် အရေအတွက်အ တိအကျပါရှိသည်။ (အဆင့် ၁ မှ ၈ အထိသည်တစ် ရကအသ်ဖြစ်သည်)

ဝတ်ပြုဆုတောင်းမှု	ရကအသ်	အဆင့်များ
ဖဂျရ်	၂	၁ - ၁၆
ဇူဟုရ်	၄	၁ - ၁၄ , ၂ - ၁၆
အဆွရ်	၄	၁ - ၁၄ , ၂ - ၁၆
မင်ရိဗ်	၃	၁ - ၁၄ , ၈ - ၁၆
အိရှာအ်	၄	၁ - ၁၄ , ၂ - ၁၆
သောကြာ ဝတ်ပြုဆုတောင်းမှု (ဂျုမုအဟ်)	၂	၁ - ၁၆
စူနွဟ်	၂	၁ - ၁၆
ဝိသိရ်	၃	၁ - ၁၄ , ၈ - ၁၆

ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်း၏ အောက်ပါပုံဥပမာသည် တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းစီ ဝတ်ပြုဆုတောင်းနေသည်ဟု ယူဆသည်။ စုရုံး၍ဝတ်ပြု ဆုတောင်းသောအခါ ကွာခြားချက်များအတွက် အခန်း (၅) ကိုကြည့်ပါ။

အဆင့် (၁) ဝတ်ပြုဆုတောင်းမှုတိုင်းတွင်အမျိုးသမီးများအတွက်သို့မဟုတ် စုရုံး၍ဝတ်ပြု ဆုတောင်းသည့်အခါ အမျိုးသားများ အတွက် အိခမာဟ်မရှိပါ။



ဖျေခံရသူများ- (၂) ရကအသံ။ အဆင့် (၁)မှ (၁၆)အထိ နှင့် အောက်ပါတို့ ကို မှတ်သားပါ။

အဆင့် (၂) သင် တစ်ဦးတည်း ဝတ်ပြုဆုတောင်းသောအခါ၊ သင်သည် *စူရဟ်ဖါသိဟဟ်* ကိုရွတ်ဆိုပြီးနောက်စူရဟ်အတို(စူရတွန် နားဆံ သို့မဟုတ် စူရတွန်အစ်(ခံ)လာဆံ သို့မဟုတ် စူရတွန်အဆွရ်) ကိုရွတ်ဆိုပါ။

အဆင့် (၈) သင်တစ်ဦးတည်းဝတ်ပြုဆုတောင်းသောအခါ၊ သင်သည် *စူရဟ်ဖါသိဟဟ်* ကိုရွတ်ဆိုပြီးနောက်စူရဟ်အတို(စူရတွန် နားဆံ သို့မဟုတ် စူရတွန်အစ်(ခံ)လာဆံ သို့မဟုတ် စူရတွန်အဆွရ်) ကိုရွတ်ဆိုပါ။

အဆင့် (၁၄) *တဟီယတ်(က)* နှင့် (ခ) ကိုရွတ်ဆိုပြီး အဆင့် (၁၅) နှင့် (၁၆) သို့ဆက်သွားပါ။

ဇူဟုရ် နှင့် အဆွရ် ဆွလာတ်များ - (၄ ရကအသံစီ။ အဆင့် (၁) မှ(၁၄)ထိ ၊ (၂)မှ (၁၆) ထိနှင့်အောက်ပါတို့ကို မှတ်သားပါ။)

အဆင့် (၁၄) *တဟီယတ်(က)* ကိုရွတ်ဆိုပြီးနောက် *အလ္လာဟုအာက်ဗရ်* ဆိုပြီး မတ်တပ်ရပ်ကာအဆင့်(၂)မှ(၁၆)အထိဆက်လက်လုပ်ဆောင်ပါ။ အဆင့် (၁၄) သို့ရောက်သောအခါ ဒုတိယ အကြိမ်တွင် *တဟီယတ်(က)* နှင့် (ခ) တို့ကို ရွတ်ဆိုပြီး အဆင့် (၁၅) နှင့် (၁၆) သို့ဆက်သွားပါ။



မင်္ဂလာဆောင် (၃)ရက်အသံ၊အဆင့်(၁)မှ(၁၄)ထိ၊(၈)မှ(၁၆)ထိနှင့်အောက်ပါတို့ကိုမှတ်သားပါ။)

အဆင့် (၂) သင်တစ်ဦးတည်း ဝတ်ပြုဆုတောင်းသောအခါ၊ သင်သည် စူရဟ်ဖါသီဟဟ် ကိုရွတ်ဆိုပြီးနောက် စူရဟ်အတို (စူရတွန်နားဆ် သို့မဟုတ် စူရတွလ်အစ်(ခ်)လာဆ် သို့မဟုတ် စူရတွလ်အဆွရ်) ကိုရွတ်ဆိုပါ။

အဆင့် (၈) သင်တစ်ဦးတည်း ဝတ်ပြုဆုတောင်းသောအခါ၊ သင်သည် စူရဟ်ဖါသီဟဟ် ကိုရွတ်ဆိုပြီးနောက် စူရဟ်အတို (စူရတွန်နားဆ် သို့မဟုတ် စူရတွလ်အစ်(ခ်)လာဆ် သို့မဟုတ် စူရတွလ်အဆွရ်) ကိုရွတ်ဆိုပါ။

အဆင့် (၁၄) တဟ်ယတ်(က) ရွတ်ဆိုပြီးနောက် အဗ္ဗာဟုအာက်ဗရ်ဆိုပြီးမတ်တပ်ရပ်ကာ အဆင့် (၈) မှ (၁၆) အထိ စူရဟ်ဖါသီဟဟ် ကို ဤအကြိမ်တွင် အဆင့် (၈) တွင် ရွတ်ဆိုပါ။ အဆင့် (၁၄) မှ ရောက်သောအခါ ဒုတိယ အကြိမ် တဟ်ယတ်(က) နှင့် (ခ) ရွတ်ပြီး အဆင့် (၁၅) နဲ့ (၁၆) ကို ဆက်သွားပါ။

အိရှာအ်ဆွလာတ် (၄)ရက်အသံ၊အဆင့်(၁)မှ(၁၄)ထိ၊(၂)မှ(၁၆)အထိနှင့်အောက်ပါတို့ကိုမှတ်သားပါ။)

အဆင့် (၂) သင်တစ်ဦးတည်းဝတ်ပြုဆုတောင်းသောအခါ၊ သင်သည် စူရဟ်ဖါသီဟဟ် ကိုရွတ်ဆိုပြီးနောက် စူရဟ်အတို (စူရတွန်နားဆ် သို့မဟုတ် စူရတွလ်အစ်(ခ်)လာဆ် သို့မဟုတ် စူရတွလ်အဆွရ်) ကိုရွတ်ဆိုပါ။



အဆင့် (၈) သင်တစ်ဦးတည်းဝတ်ပြုဆုတောင်းသောအခါ၊ သင်သည် စူရဟ်ဖါသီဟဟ် ကိုရွတ်ဆိုပြီးနောက် စူရဟ်အတို (စူရတွန်နားဆ် သို့မဟုတ် စူရတွလ်အစ်(ခ်)လာဆ် သို့မဟုတ် စူရတွလ်အဆွရ်) ကိုရွတ်ဆိုပါ။

အဆင့် (၁၄) တဟီယတ်(က) ရွတ်ဆိုပြီးနောက် အလ္လာဟုအာက်ဗရ် ဆိုပြီးမတ်တပ်ရပ်ကာ အဆင့်(၂)မှ(၁၆)အထိဆက်လက်လုပ်ဆောင်ပါ။ အဆင့် (၁၄) သို့ရောက်သောအခါ ဒုတိယ အကြိမ်တွင်တဟီယတ်(က) နှင့် (ခ) ရွတ်ပြီး အဆင့် (၁၅) နဲ့ (၁၆) ကို ဆက်သွားပါ။

သောကြာနေ့ဆွလာတ်နှင့် စန္ဒသ် ဆွလာတ်များကို ဖျရ် ကဲ့သို့ အလားတူလုပ်ဆောင်သည်။ ဝိသိရ် ဆွလာတ်သည် သင်အဆင့် (၈) တွင်ဒုတိယအကြိမ်ရောက်သောအခါစူရဟ်ဖါသီဟဟ် ကိုရွတ်ဆိုပြီးနောက် စူရဟ်တိုတိုကိုရွတ်ဆိုခြင်းမှလွဲ၍မဂ်ရိမ်ဆွလာတ်နှင့်ဆင်တူသည်။



(၁)

ပြင်ဆင်ခြင်း (အိမ်တီဒါတ်)

အိမ်မာတ် ရွတ်ဆိုပါ။ *
သောင်ဂျီးဟ် ဖတ်ပါ။ *

အလ္လာဟုအာက်ဗရ် ဟုဆိုပါ။ (အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်သည် အကြီးမြတ်ဆုံး ဖြစ်တော်မူ၏။)

အအူးဇုဗိလ်လာဟ် မိန့်ရှ်ရှိုင်သွာန်ခိုရ်ရဂျီးမံဖတ်ပါ။ (နှင်ထုတ်ခြင်းခံရသော ရှိုင်သွာန် အပျက်အင်းအားစုမှကင်းဝေးစေရန် ကျွန်တော်မျိုးသည်အလ္လာဟ်ထံ ခိုလှုံပါ၏။)

(၂)

မတ်တပ်ရပ်ခြင်း (ကီယာမ်)

စူရဟ်ဖါသီဟဟ် ဖတ်ပါ။ *



(၃)

ခါးကုန်းဦးညွတ်ခြင်း (ရူကူအ်)

စုဗ်ဟားနု ရုဗ်ဗိယလ် အဇီးမံ (၃) ကြိမ်ပြောပါ။ ကျွန်တော်မျိုးကိုအဆင့်ဆင့်ပြုစုပျိုးထောင်တော်မူသောအလွန်ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်တော်မူသောအရှင်မြတ်သည်အတိုင်းအဆမရှိသန်ရှင်းစင်ကြယ်တော်မူပါ၏။



ဦးညွတ်ပြီးသောအခါ အလ္လာဟုအာက်ဗရ် ဟုဆိုပါ။

(၄)

မတ်တပ်ရပ်ခြင်း (ကီယာမ်)

ရုဗ်ဗနာ ဝလကလ် ဟမ်းဒ် ပြောပါ။ (အိုကျွန်တော်မျိုးတို့ကိုအဆင့်ဆင့်ပြုစုပျိုးထောင်ရှင်ချီးမွမ်းခြင်းအပေါင်းတို့သည်အရှင်အတွက်သာတည်း။)



မတ်တပ်ရပ်ပြီး စမိအလ်လါးဟု လီမန်း(န်) ဟမ်ဒဟ် ဟုပြောပါ။

* နောက်စာမျက်နှာကိုကြည့်ပါ။



(၅)

ဦးချခြင်း (စဂျဒတ်)
စုတ်ဟန် ရှစ်ဗိယလ် အအ်လါ(၃)
ကြိမ်ပြောပါ။(ကျွန်တော်မျိုး၏
ကြီးမြင့်တော်မူသောအဆင့်ဆင့်
ပြုစုပျိုးထောင်တော်မူသောအရှင်
မြတ်သည်အတိုင်းအဆမရှိသန့်ရှင်းစင်ကြယ်တော်မူပါ၏။)



ပျပ်ဝပ်ပြီး အလ္လာဟုအာကင်ဗရ်
ဟုဆိုပါ။

(၆)

ထိုင်ခြင်း (ဂျူလူးစ်)
ဤအနေအထားတွင် ၃-၄
စက္ကန့်လောက်
တိတ်ဆိတ်နေပါ။



ထိုင်ပြီး အလ္လာဟုအာကင်ဗရ်
ဟုပြောပါ။

(၇)

ဒုတိယအကြိမ် ဦးချခြင်း (စဂျဒတ်)
စုတ်ဟန် ရှစ်ဗိယလ် အအ်လါ(၃)
ကြိမ်ပြောပါ။(ကျွန်တော်မျိုး၏
ကြီးမြင့်တော်မူသောအဆင့်ဆင့်
ပြုစုပျိုးထောင်တော်မူသောအရှင်
မြတ်သည်အတိုင်းအဆမရှိသန့်ရှင်းစင်ကြယ်တော်မူပါ၏။)



ပျပ်ဝပ်ပြီး အလ္လာဟုအာကင်ဗရ်
ဟုဆိုပါ။

(၈)

မတ်တပ်ရပ်ခြင်း (ကီယာမ်)
စူရဟ်ဖါသီဟဟ် ဖတ်ပါ။



မတ်တပ်ရပ်ပြီး
အလ္လာဟုအာကင်ဗရ် ဟုဆိုပါ။



(၉)

ခါးကုန်းဦးညွတ်ခြင်း(ရှုကူအ်)

စုတ်ဟားနရုတ်ဗိယလ်အဇီးမ် (၃) ကြိမ် ပြောပါ။ ကျွန်တော်မျိုးကိုအဆင့်ဆင့် ပြုစုပျိုးထောင်တော်မူသော အလွန် ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်တော်မူသောအရှင် မြတ်သည်အတိုင်းအဆမရှိသန့်ရှင်းစင် ကြယ် တော်မူပါ၏။



ဦးညွတ်ပြီးသောအခါအလ္လာဟုအာကံ ဗရ်ဟုဆိုပါ။

(၁၀)

မတ်တပ်ရပ်ခြင်း (ကိယာမ်)

ရုတ်ဗနာဝလကလ်ဟမ်းဒ်ပြောပါ။ (အို ကျွန်တော်မျိုးတို့ကို အဆင့်ဆင့်ပြုစု ပျိုးထောင်ရှင် ချီးမွမ်းခြင်းအပေါင်းတို့ သည်အရှင်အတွက်သာတည်း။)



မတ်တပ်ရပ်ပြီး စမိအလ်လါးဟု လိမန့်န့်(နီ) ဟမိဒဟ်ဟုပြောပါ။

(၁၁)

ဦးချခြင်း (စဂျဒဟ်)

စုတ်ဟာန ရုတ်ဗိယလ် အအ်လါ(၃) ကြိမ်ပြောပါ။(ကျွန်တော်မျိုး၏ကြီး မြင့်တော်မူသောအဆင့်ဆင့်ပြုစု ပျိုးထောင်တော်မူသောအရှင်မြတ် သည်အတိုင်းအဆမရှိသန့်ရှင်းစင် ကြယ်တော်မူပါ၏။)



ပျပ်ဝပ်ပြီး အလ္လာဟုအာကံဗရ် ဟုဆိုပါ။

(၁၂)

ထိုင်ခြင်း(သရှဟ်ဟုဒ်)

ဤအနေအထားတွင် ၃-၄ စက္ကန့်လောက် တိတ်ဆိတ်နေပါ။



ထိုင်ပြီး အလ္လာဟုအာကံဗရ် ဟုပြောပါ။



(၁၃)

ဒုတိယအကြိမ် ဦးချခြင်း (စဂျဒဟ်)

စုတ်ဟါန ရုတ်ဗိယလ် အအ်လါ(၃)
ကြိမ်ပြောပါ။(ကျွန်တော်မျိုး၏
ကြီးမြင့်တော်မူသောအဆင့်ဆင့်
ပြုစုပျိုးထောင်တော်မူသောအရှင်
မြတ်သည်အတိုင်းအဆမရှိသန့်ရှင်း
စင်ကြယ်တော်မူပါ၏။)



ပျပ်ဝပ်ပြီး အလ္လာဟုအာက်ဗရ်
ဟဆိုပါ။

(၁၄)

ထိုင်ခြင်း (ဂျူလူး(စ်))

'တာဟိယ' ကိုဖတ်ပါ



ထိုင်ပြီး အလ္လာဟုအာက်ဗရ်
ဟပြောပါ။

(၁၅)

မေတ္တာပို့ခြင်း (စလာမ်)
သင့်မျက်နှာကို ညာဘက်သို့
လှည့်ပါ။
သင့်မျက်နှာကို ညာဘက်သို့
လှည့်ပါ။



(၁၆)

မေတ္တာပို့ခြင်း (စလာမ်)
သင့်မျက်နှာကို ဘယ်ဘက်သို့
လှည့်ပါ။(စရဟ်မသုလ်လာဟ်
ပြောပါ။(အလ္လာဟ်ထံတော်မှ
ကရုဏာတော်သက်ရောက်ပါစေ။)



အိကာမာဒ်

الله أكبر (4 مرات)
 أشهد أن لا إله إلا الله (مرتين)
 أشهد أن محمداً رسول الله (مرتين)
 حي على الصلاة (مرتين)
 حي على الفلاح (مرتين)
 قد قامت الصلاة (مرتين)
 الله أكبر الله أكبر ، لا إله إلا الله

အလ္လာဟုအက်ဘရ်အလ္လာဟုအက်ဘရ် (နှစ်ကြိမ်)
 အရှ်ဟဒုအန်လာအိလာဟအိလ္လုလ္လာဟ်(နှစ်ကြိမ်)
 အရှ်ဟဒု အန္န မုဟမ္မဒ်န် ရုစူလုလ္လာဟ် (နှစ်ကြိမ်)
 တိုင်ယံယာအလက်ဆွလားဟ် (နှစ်ကြိမ်)
 တိုင်ယံယာအလိုင် ဖလာဟ် (နှစ်ကြိမ်)
 ကဒ်ကားမသိဆ် ဆွလာဟ် (နှစ်ကြိမ်)
 အလ္လာဟုအက်ဘရ်အလ္လာဟုအက်ဘရ်လာဟ်လာ
 ဟ အိလ္လုလ္လာဟ်

အလ္လာဟ်အသျှင်မြတ်သည်အမြင့်မြတ်ဆုံးဖြစ်
 တော်မူပါ၏။(နှစ်ကြိမ်)
 အလ္လာဟ်အသျှင်မြတ်မှတစ်ပါးအခြားခဝပ်ကိုး
 ကွယ်ထိုက်သောအသျှင်ဟူ၍အလျင်းမရှိကြောင်း
 ကိုကျွန်တော်မျိုးသက်သေခံအပ်ပါသည်။(နှစ်
 ကြိမ်)
 မုဟမ္မဒ် (ဆွ) သည် အလ္လာဟ် အသျှင်မြတ်၏
 တမန်တော် ဖြစ်တော်မူကြောင်း ကို ကျွန်တော်မျိုး
 သက်သေခံ အပ်ပါသည်။(နှစ်ကြိမ်)
 မားစ် ဝတ်ပြုရန် လာကြလော့။(နှစ်ကြိမ်)
 အောင်မြင်မှု ဘက်သို့ လာကြလော့။(နှစ်ကြိမ်)
 ဆွလာတ်တည်ဆောက်ပါပြီ။(နှစ်ကြိမ်)
 အလ္လာဟ် အသျှင်မြတ်သည် အမြင့်မြတ်ဆုံး
 ဖြစ်တော်မူပါ၏။(နှစ်ကြိမ်)
 အလ္လာဟ် အသျှင်မြတ် မှတစ်ပါး အခြား ခဝပ်
 ကိုးကွယ်ထိုက်သော အသျှင် ဟူ၍ အလျင်း
 မရှိကြောင်းကို ကျွန်တော်မျိုး သက်သေခံ
 အပ်ပါသည်။

သောင်ဂျီးဟ်(မျက်နှာမူခြင်း)

سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ وَبِحَمْدِكَ ، تَبَارَكَ
 اسْمُكَ ، وَتَعَالَى جَدُّكَ ، وَلَا إِلَهَ
 غَيْرُكَ ، إِنِّي وَجَّهْتُ وَجْهِيَ ، لِلَّذِي
 فَطَرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ ، حَنِيئاً وَمَا
 أَنَا مِنَ الْمُشْرِكِينَ

စုဗ်ဟာနကလ်လာဟွမ်းမဝဗိဟမ်း(မ်) ဒိက
 ဝသဗာရကတစ်မုကဝသအလာဂျဒ်ဒုကဝ
 လားအိလားဟာဟိုင်ရုက၊အင်းနန်ဂျီဂျဟ်
 သုဂျဟ်ယလ်လ်လဇီးဖယွရတ်စမာဝါး
 သိဝလ်အရဲဒု ဟနီးဖေါင်း(ဝ်)ဝမာ အနာ
 မိနလ်မုရှ်ဂျီဂျီးနံ။

အိုအလ္လာဟ်၊ အရှင်မြတ်သည်အတိုင်းအဆ
 မရှိ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်တော်မူပါ၏။ အရှင်
 မြတ်ကိုချီးမွမ်းခြင်းအပေါင်း ပြုအပ်ပါ၏။
 အရှင်မြတ်၏ နာမတော်သည် ကောင်းချီးမ
 ဝ်လာအပေါင်းနှင့် ပြည့်စုံတော်မူပါ၏။ အ
 ရှင်မြတ်၏ဘုန်းတော်သည် အတိုင်းအဆမ
 ရှိကြီးမြင့်တော်မူပါ၏။ အရှင်မြတ်မှ အပ
 ကိုးကွယ်ရာ အလျင်းမရှိပါ။ မုချကေန်
 ကျွန်တော်မျိုး မျက်နှာပြုပါ၏။ ကျွန်တော်
 မျိုး၏မျက်နှာ(ကိုယ်။နတ်၊စိတ်နလုံး) ကိုထို
 အရှင်မြတ် ဘက်တော်သို့။ ထိုအရှင်မြတ်
 သည်စကြဝဠာများနှင့် ကမ္ဘာဂြိုဟ်ကိုစတင်
 ဖန်ဆင်းရှင်ဖြစ်ပါ၏။ကျွန်ုပ်ပြောင့်မတ်မှန်
 ကန်စွာ လျှောက်လှမ်းလျက်(ပြုပါ၏)။ ထို
 အပြင် ကျွန်တော်မျိုးသည် အရှင်မြတ်နှင့်
 တစ်စုံတစ်ရာကိုတွဲဘက်သူမဟုတ်ပါ။



တဟီယတ်(က) သက်သေခံခြင်း

التَّحِيَّاتُ الْمُبَارَكَاتُ لِلَّهِ وَالصَّلَوَاتُ الطَّيِّبَاتُ
 ، السَّلَامُ عَلَيْكَ أَيُّهَا النَّبِيُّ وَرَحْمَةُ اللَّهِ
 وَبَرَكَاتُهُ ، السَّلَامُ عَلَيْنَا وَعَلَى عِبَادِ اللَّهِ
 الصَّالِحِينَ ، أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَأَشْهَدُ
 أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ

အသံသဟီယားသည် မူဘာရကတူလိလ်လာ
 တိဝဆိုဆွလဝါးသု၊ ဝသွံ့တိုင်ယိဟားသုအတ်စွ
 လာမုအလိုင်းကါအိုင်းယုဟန်း(န်)နုဗီးယုဝရဟ်
 မသုလ်လားဟိ၊ ဝမရကားသုဟူ၊ အတ်စွလာမု
 အလိုင်းနာ၊ဝအလာအိဗါဒိလ်လားဟိချိဆွလိ
 ဟီးန်အရှ်ဟဒုအလ်လားအိလာဟအိလ်လလ်
 လာဟ်၊ဝအရှ်ဟဒု အန်း(န်)နု မုဟမ်းမအန်(န်)
 အဗ်ဒုဟူ ဝရစူလုဟ်။

“ရိုသေဆည်းကပ်ခြင်းအပေါင်းတို့သည်လည်း
 ကောင်း၊ နာခံကျင့်ဆောင်မှုအပေါင်းတို့သည်
 လည်းကောင်း၊ သန်စင်ကောင်းမြတ်စွာပြုအပ်
 သည်တို့သည်လည်းကောင်း အလ္လာဟ်အတွက်
 သာဖြစ်တော်မူပါ၏။” “အို-နုဗီတမန်တော်၊ ငြိမ်း
 ချမ်းသာယာမှုအပေါင်းသည် အသင့်အပေါ်သို့
 သက်ရောက်ပါစေ။ အလ္လာဟ်၏ကရုဏာတော်
 နှင့်ထိုအရှင်မြတ်၏ ကောင်းချီးမင်္ဂလာသည်
 လည်းသက်ရောက်ပါစေ။” “ငြိမ်းချမ်းသာယာ
 မှုအပေါင်းသည် ကျွန်တော်မျိုးတို့အပေါ်လည်း
 သက်ရောက်ပါစေ။ အလ္လာဟ်ကိုနာခံဘဝတည်
 ဆောက်သူများ ဖြစ်ကြသော အကောင်းဆုံး
 လုပ်ရပ်များကိုပြုသူတို့အပေါ် သို့လည်းသက်
 ရောက်ပါစေ။” “အလ္လာဟ်မှအပ အခြားကိုး
 ကွယ်ရာမရှိကြောင်း၊ ကျွန်တော်မျိုး သက်သေ
 ထွက်ဆိုပါ၏။ ၎င်းအပြင် မုဟမ္မဒ်သခင်သည်
 ထိုအရှင်မြတ်၏ နာခံသူအစေတော်နှင့် ရစူလ်
 တမန်တော် ဖြစ်ကြောင်းကိုလည်း ကျွန်တော်
 မျိုး သက်သေထွက်ဆိုပါ၏။”

တဟီယတ်(ခ) သက်သေခံခြင်း

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ ،
 كَمَا صَلَّيْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ
 ، وَبَارَكْتَ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ ،
 كَمَا بَارَكْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ فِي
 الْعَالَمِينَ إِنَّكَ حَمِيدٌ مُجِيدٌ . رَبَّنَا إِنَّا فِي
 آذَانِنَا حَسَنَةٌ وَفِي الْأَجْرَةِ حَسَنَةٌ وَفِيْنَا عَذَابِ
 النَّارِ .

အလ္လာဟွမ်းမ ဆွလ်လီအလာမုဟမ်းမဒ်၊ ဝအ
 လာ အားလ် မုဟမ်းမဒ်၊ကမာ ဆွလ်လိုင်းသ၊
 အလာအိဗ်ရာဟီးမ၊ ဝအလာအားလ်အိဗ်ရာ
 ဟီးမ်ဖိလ်အလာမိနုအင်း(န်)နုက ဟမီးဒွန်း(မ်)
 မဂျီးဒါ၊ရဗုနား အာသိနာ ဖစ်ဒ်ဒွန် န်ယာ ဟစန
 သောင်(ဝ်) ဝဖ စ်လ် အာခိရသိ ဟစန
 သောင်(ဝ်) ဝကီနာ အဇာဘန်းန် နားရ်။

အိုအလ္လာဟ်၊ မုဟမ္မဒ်သခင်အပေါ်သို့လည်း
 ကောင်း၊မုဟမ္မဒ်သခင်၏လူတို့အပေါ်သို့လည်း
 ကောင်း၊ကောင်းခြင်းမေတ္တာပို့ပေးသနားတော်
 မူပါ။အိဗ်ရာဟီမ်သခင်အပေါ်သို့လည်းကောင်း
 ၊အိဗ်ရာဟီမ်သခင်၏ လူတို့အပေါ် သို့လည်း
 ကောင်းအရှင်မြတ် ကောင်းခြင်းမေတ္တာပို့ပေး
 သနားတော်မူသကဲ့သို့ ဖြစ်ပါသည်။ မုချကေန်
 အရှင်မြတ်သည်သာချီးမွမ်းဖွယ်အကောင်းဆုံး
 ၊ဘုန်းတော်အကြီးမြတ်ဆုံး ဖြစ်တော်မူပါ။ အို-
 ကျွန်တော်မျိုး တို့အား မွေးမြူ တော်မူသော
 အရှင် အရှင်မြတ်သည် ကျွန်တော်မျိုး တို့ကို
 ဤ ပစ္စုပ္ပန် ဘဝ၌ ၎င်း၊ နောင် တမလွန် ဘဝ၌
 ၎င်း၊ (နှစ်ဘဝ လုံး၌ပင်) ကင်းကျိုး ချမ်းသာ
 မင်္ဂလာများကို ပေးသနား တော်မူပါ။ ငရမ်း၏
 ဘေးဒဏ် မှလည်း ကယ်ဆယ် တော်မူပါ။



ဂူရုတွင်အစ်(ခဲ)လာဆ်။

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ * اللَّهُ الصَّمَدُ * لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ * وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ

မိစ်မိလ္လာဟိရ်ရဟ်မာနိရ်ရဟ်မိစ်။ ကုလ်ဟုဝလကွာဟုအဟဒ်။ အလ္လာဟုဆွဲဆွဲမဒ်။ လမ်ယလိဒ်။ ဝလမ်ယူလဒ်။ ဝလမ်ယကုလ်လဟူကုဖဝိန်အဟဒ်။

မပြတ်မစဲ သနားကြင်နာ ညှာတာ တော်မူသော အနန္တကရုဏာတော်ရှင် ဖြစ်တော်မူသော အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၏ နာမံတော်ဖြင့် (အစပြုပါ၏)

(အို-နုစိတမန်တော်) အသင်သည် ပြောကြားပါလေ။ ထိုအလ္လာဟ်အရှင်မြတ်သည်တစ်ဆူတည်း ဖြစ်တော်မူ၏။ (တစ်နည်း) (အို-နုစိတမန်တော်) အသင်သည် ဤသို့ပြောကြားပါလေ။ အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်သည်တစ်ဆူတည်းဖြစ်တော်မူ၏(၁)။ အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်သည် လိုလားတောင့်တခြင်း လုံးဝကင်းရှင်းတော်မူသော အရှင်၊ သူတစ်ပါးတို့၏မိမိခိုအားထားရာအရှင်၊ နိစ္စထာဝရအရှင် ဖြစ်တော်မူ၏(၂)။ ထိုအရှင်မြတ်သည် မည်သူတစ်ဦးတစ်ယောက်ကိုမျှ မွေးဖွားတော်မူခဲ့သည်မဟုတ်ပေ။ မည်သူ တစ်ဦး တစ်ယောက်၏မွေးဖွားခြင်းကို လည်းခံခဲ့ရတော်မူသည်မဟုတ်ပေ(၃)။ ထိုမှတစ်ပါးထိုအရှင်မြတ်၌ ဂုဏ်ရည် တူသူဟူ၍လည်းတစ်ဦးတစ်ယောက်မျှပင် မရှိပေ(၄)။

ဂူရုတွင်အဆွရ်။

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

وَالْعَصْرِ * إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ * إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَّصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَّصَوْا بِالصَّبْرِ

မိစ်မိလ္လာဟိရ်ရဟ်မာနိရ်ရဟ်မိစ်။ အိန္ဒလ်အိန်ဆားနာလဖိကူးစ်ရ်။ အိလ္လလ်လဇိနာအာမနူဝအာမိလုစ်ဆွလိဟာတိ။ ဝသဝါးဆူဘိလ်ဟာက္ကိ။ ဝသဝါးဆူဘိစ်စဘ်ရ်။

မပြတ်မစဲ သနားကြင်နာညှာတာ တော်မူသော အနန္တကရုဏာတော်ရှင်ဖြစ်တော်မူသော အလ္လာဟ်အရှင်မြတ်၏ နာမံတော်ဖြင့် (အစပြုပါ၏)

(ငါအရှင်မြတ်သည်) ခေတ်ကာလ (အဆွရ်အချိန်၊ အဆွရ်ဆွလာတ်) ကိုသက်သေထူတော်မူ၏(၁)။ ဧကန်စင်စစ်လူသည်အမှန်ပင် ဆုံးရှုံးမှု၌ရှိ၏(၂)။ အကြင်သူတို့မှတစ်ပါး ထိုသူတို့သည် (အီမာန်) သက်ဝင်ယုံကြည်ခဲ့ကြ၏။ ၎င်းပြင်ကောင်းမြတ်သော အကျင့်သီလများကိုလည်းကျင့်မှုဆောက်တည်ခဲ့ကြ၏။ ထို့ပြင်အချင်းချင်းမှန်ကန်သော (သာသနာပေါ်၌ ကြံ့ခိုင်စွာ)တည်ရှိကြရန်လည်း ဆုံးမကြကုန်၏။ ထိုမှတစ်ပါး ၎င်းတို့သည်လည်းခံ ကြရန်လည်း အချင်းချင်းဆုံးမကြကုန်သတည်း(၃)။



အခန်း (၁၀) ခက်ဆစ်

စူရဟ်ဖါသိဟဟ် ကျမ်းမြတ်ကုရ်အာန်၏ပထမကဏ္ဍ။
အဇါန် ဆွလာသ် အချိန်ကျပြီဖြစ်ကြောင်း နှိုးဆော်ကြွေးကြော်ခြင်း
အောရာဟ် ကိုယ်ခန္ဓာ၏လိင်အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်း
ဇူဟုရ် မွန်းလွဲဝတ်ပြုဆုတောင်းမှု
ဖျုရ် အရုဏ်ဦးဝတ်ပြုဆုတောင်းမှု
ဖရဒွ်ဟ် မဖြစ်မနေဝတ်ပြုရသောဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းသို့မဟုတ်အ
 စွလာမ်ဘာသာတွင်မလုပ်မနေရလုပ်ဆောင်မှု။
အီမာမ် စုရုံး၍ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းကို ဦးဆောင်သူ
အိကာမသ် စုရုံး၍ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းစတင်ကြောင်းကြေညာခြင်း
အိရှာအ် ညဉ့်ဦးယံဝတ်ပြုဆုတောင်းမှု
ကာဗဟ် ကာဗဟ် အဆောက်အဦးသည်မက္ကာမြို့ရှိ *မစ်ဂျိဒ်အာလ်*
ဟာရာမ် အတွင်းတွင် တည်ရှိသည်။ များသောအားဖြင့်
 အနက်ရောင်အဝတ်ဖြင့် ပတ်ထားသည်။
ခုသွံဗဟ် သောကြာနေ့တွင် သို့မဟုတ် အီးဒ်ဝတ်ပြုဆုတောင်းခြင်းကဲ့
 သို့အခြားအချိန်အခါတွင် အီမာမ်မှ ဟောကြားသော မိန့်ခွန်း
မဂ်ရိပ် နေဝင်ပြီးဝတ်ပြုဆုတောင်းမှု
မုအဇွင် ဝတ်ပြုဆုတောင်းရန်ခေါ်သူ (အဇါန်)။
နာဂျာဇာ သွေး၊ ဆီး အစရှိသော ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အညစ်အကြေးများ။
နိယဟ် လုပ်ဆောင်ချင်သော အမှုကို စိတ်နှလုံးထဲမှာ ဆန္ဒရှိခြင်း။
ကိမ်လာဟ် မွတ်စလင်မ်များ ဝတ်ပြုဆုတောင်းသောအခါ မက္ကာဟ်၏
 ဦးတည်ချက်။



ရကအသ် ရပ်ခြင်း၊ ရွတ်ဆိုခြင်း၊ ဦးညွတ်ခြင်းနှင့် ပျပ်ဝပ်ခြင်းနှစ်ခုပါရှိ
 သောဆုတောင်းသံသရာတစ်ခု။

စူန္ဒဟ် ရွေးချယ်နိုင်သော ဝတ်ပြုဆုတောင်းမှု (သို့မဟုတ်အစ္စလာမ်
 တွင်ရွေးချယ်နိုင်သော လုပ်ဆောင်ချက်တစ်ခုခု)။

စူရဟ် ကုရ်အာန်၏ကဏ္ဍ။

သွဟာရသ် ထုံးတမ်း သန့်ရှင်းမှု အခြေအနေ။

တာရာဝီ ရမသန့်လအတွင်း အိရှာအ်ဝတ်ပြုဆုတောင်းမှုများ အ
 ပြီးလုပ်ဆောင်သည့် စူန္ဒဟ် ဆုတောင်းများ။

သယမ်မွမ် ရေအစား သန့်ရှင်းသော မြေကြီးကို အသုံးပြု၍ခြောက်
 သွေ့သော ဝိုသူကို လုပ်ဆောင်ခြင်း။

ဝိသိရ် စူန္ဒဟ် ဆုတောင်း ခြင်းတွင် ရကအသ်တစ်ခု သို့မဟုတ်
 သုံးခုပါဝင်သည်။ အိရှာအ်ဆွလာတ်ဝတ်ပြုပြီးနောက်ဝတ်
 ပြုသည်။

ဝိုသူ သန့်စင်ခြင်းဆိုသည်မှာ ဆုတောင်းခြင်းမပြုမီခန္ဓာကိုယ်အ
 စိတ်အပိုင်းများကို သန့်စင်ပေးခြင်းဖြစ်ပါသည်။

الصلاة

باللغة ميانمار (البورمية)



Islamic Information Center

مركز التعريف بالإسلام
Islamic Information Center

Sultan Qaboos Grand Mosque, Muscat
Sultanate of Oman