(၁၂) ပြခဲ့သော ကျင့်ဝတ်များကို မကျင့်လျှင် ပြဿနာများမှာ အာပတ်သင့်၍ သာမဏေများမှာ ဒဏ်ထိုက်ပါသည်၊ ထို့ကြောင့် ကေန် ကျင့်ရမည့် ဝတ်များ ဖြစ်ကြောင်းကို နားလည်ပါ။

---

(၄) ဥပဇ္ဈာယဝတ်

ကိုရင် ဗုဒ္ဓရက္ခိတ....မိဘတို့သည် သားသမီးတို့ အပေါ်၌ အမြဲကြည့်ရှု၍ သွန်သင်ဆုံးမသကဲ့သို့ တပည့်အပေါ်၌ အမြဲကြည့်ရှု၍ သွန်သင်ဆုံးမသော ဆရာကို "ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာ" ဟုခေါ်၏၊ ထို့ကြောင့် ရှင်သာမဏေပြုပြီးလျှင် ပြီးခြင်း မိမိဆရာအရင်းကို "ဥပဇ္ဈာယော မေ ဘန္တေ ဟောဟိ=တပည့်တော်၏ ဥပဇ္ဈာယ် ဖြစ်တော်မူပါဘုရား" ဟု ၃-ခေါက်ဆို၍ ဥပဇ္ဈာယ် ယူထားကြရသည်၊ ထို ဥပဇ္ဈာယ် ဆရာသည် သာသနာတော်မှာ မိဘရင်းကဲ့သို့ အရင်းဆုံးဖြစ်သည်၊ ထို ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာ၌ အတူနေတပည့်က ပြုရမည့်ဝတ္တရားတွေလည်း အများအပြားပင် ရှိ၏၊ ထို့ကြောင့် ဥပဇ္ဈာယ်နှင့် အတူနေသော တပည့်သည် မိမိကိုယ်တိုင် နေဆိုင်ကောင်းလျှင်....

(၁) နံနက်စောစောထ၍ ကိုယ်ဝတ်ကေသိကို လက်ကတော့တင်ပြီးလျှင် မျက်နှာသစ်ရေနှင့် ဒန်ပူ ကပ်ရသည်။

(၂) ယာဂုဖြစ်စေ ဆွမ်းဖြစ်စေ ရှိလျှင်လည်း ကပ်ရသည်။

(၃) ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာ၏ ကျောင်း အိပ်ရာ နေရာတို့ကို တံမြက်လှည်း ရသည်။