

(သ) မစားသောက်ဘဲနေလျှင် ရောဂါဝေဒနာ အဟောင်း၊ အသစ် ဖြစ်ပေါ်လာတတ်သောကြောင့် ထိုရောဂါ အဟောင်း၊ အသစ် တို့ မဖြစ်စေနိုင်ခြင်းငှါ၎င်း၊ ဣရိယာပုထ် ၄-ပါး၌ မျှတ၍ ရောဂါအပြစ်၊ ကိလေ သာ အပြစ်တို့ မဖြစ်စေဘဲ ချမ်းမြေ့ ကြည်လင်စွာ နေနိုင်ခြင်းငှါ၎င်း သုံးဆောင်စားသောက်ပါသည်။

ဆွမ်းစားသောအခါ အတိုချုပ် ဆင်ခြင်ပုံ

“မုတ်သိပ်ဆာလောင်ခြင်းကို ပယ်ဖျောက်၍ သာသနာ့ ဝန်ကို ထမ်းဆောင်နိုင်ခြင်းအကျိုးငှါ ဤ ခဲဘွယ် ဘောဇဉ်ကို သုံးဆောင်စားသောက်ပါသည်။”

ဆွမ်း မှု ခဲဘွယ် များကို စားခါနီးဖြစ်စေ၊ စားနေတုန်း ဖြစ်စေ၊ စားပြီးနောက်မှဖြစ်စေ၊ ဤ စကားစဉ်အတိုင်း နှုတ် ဖြင့် တိုးတိုးရှုတ်၍ဖြစ်စေ၊ နှုတ်က မရှုတ်ဘဲ စိတ်ထဲမှာဖြစ်စေ ဆင်ခြင်ပါ။ ဤသို့ တကြိမ်တခါ ဆင်ခြင်ပြီးလျှင် နောက်ထပ် မဆင်ခြင်သော်လည်း အပြစ်မရှိတော့ပါ။ သို့ရာတွင် ဘုရား ဝတ်တက်ရင်းဖြစ်စေ၊ ပုတီးစိပ်ရင်းဖြစ်စေ ပြအပ်ခဲ့သော ဆွမ်း လင်္ကာကို ဖြည်းဖြည်း ရှုတ်ဆို၍လည်း ဆင်ခြင်ပါစေ။