

(အရကျက်ရန် ဆေးလင်္ကာ)

ကျင်နာခံခက်၊ နှိပ်စက်ဖိစီး၊ ဖြစ်ပြီးဖြစ်လာ၊ ဝေဒနာကို၊
စွန့်ခွါပယ်လျှင်း၊ ဆင်းရဲကင်း၍၊ လူမင်းမြတ်စွာ၊ သာသနာကို၊
ကြည်သာရွှင်လန်း၊ ဖြည့်ကျင့်စွမ်းနိုင်ဘို့၊ ရည်မှန်း သုံးဆောင်
ပါသတည်း။

လင်္ကာ၏ အဓိပ္ပါယ်ပြ ဖတ်စာ

- (က) လျက်ဆားစသော ဆေးနှင့် ထောပတ်၊ ဆီဦး၊ ဆီ၊
ပျားရည်၊ သကြား၊ သကာ၊ ထန်းလျက်များကို “ဆေး”
ဟု ခေါ်ပါသည်။
- (ခ) ထိုဆေးများကို လေနာ၍ အခံခက်အောင် ကျင်နာ
ခြင်း၊ အားနည်းသော ရောဂါတို့၏ နှိပ်စက် ဖိစီးခြင်း
ရှိမှသာ သုံးဆောင်ကောင်းပါသည်။
- (ဂ) ထိုကဲ့သို့ ရောဂါဝေဒနာ တခုခုဖြစ်နေခြင်း၊ သို့မဟုတ်
ဖြစ်လာတော့မည်ဟု သိသာ ထင်ရှားခြင်း ဟူသော
အကြောင်းရှိလျှင်လည်း သုံးစွဲကောင်းပါသည်။
- (ဃ) ထိုရောဂါဝေဒနာကို စွန့်ခွါ ပယ်ရှင်း၍ ဆင်းရဲ ဒုက္ခ
ကင်းရှင်းစွာဖြင့် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ သာသနာတော်ကို ကြည်
သာ ရွှင်လန်း ဖြည့်ကျင့်စွမ်းနိုင်ဘို့ အကျိုးငှါသာ
ဤဆေးများကို သုံးစွဲ ကောင်းပါသည်။
- (င) မှတ်သိပ် ဆာလောင်ရုံ သက်သက်ဖြင့် ထန်းလျက်
ကြံသကာ ချိုချဉ် သကြားလုံး စသည်များကို နေလဲ့
အခါ၌ မသုံးဆောင်ကောင်းပါ။ ထန်းလျက်ရည်