ပါးအလိုရှိလျှင် တောင်းတော်မူပါ-ဟု ဖိတ်မန်ထားသူလည်း မဟုတ်သော လူတို့အား ဆွမ်းကိုဖြစ်စေ ဟင်းကိုဖြစ်စေ မတောင်းကောင်း မဖိတ်ကောင်းပါ၊ ဟင်း-ဆွမ်းသာမက အခြားပစ္စည်းများကိုလည်း မတောင်းကောင်း။[သူပေါဒန= ဟင်း ဆွမ်းကို + ဝိညတ္တိ= တောင်းခြင်း။]

မှတ်ချက်။ ။ဆွမ်း ဖြစ်စေ အခြားပစ္စည်းကို ဖြစ်စေ (ဆေးကို ဖြစ်စေ) အလိုရှိလျှင် ဆွမ်းရပ်သလို သူတို့၏ အနားသို့ သွား၍ ရပ်ရသည်၊ "ဘာ အလိုရှိပါတုန်း" ဟုမေးမှ ဆွမ်းအလိုရှိသည်, ဟင်းအလိုရှိသည်, ဆေးအလိုရှိသည် စသည် ဖြင့် ပြောရသည်၊ ထိုသို့ ပြော၍ လှူလျှင် အပြစ် မရှိပါ၊ မလှူလျှင် လှူချင်လာအောင် ဆက်၍ မပြောကောင်း၊ ထိုသို့ ထပ်၍ ပြော ရအပ်သောပစ္စည်းကား ရဟန်းသာမဏေ တို့သုံး မသုံးကောင်းတော့ချေ၊ ဤသိက္ခာပုဒ်တော်ကို ရဟန်း သာမဏေများသာမက၊ သာသနာ့ဒါယကာဖြစ်သော ဗုဒ္ဓ ဘာသာဝင်တိုင်း နားလည်သင့်ကြပေသည်။

ဥဇ္ဈာနသညီသိက္ခာပုဒ်။ ။ကိုရင်ဗုဒ္ဓရက္ခိတ....ဆွမ်းခံပြန်လာ သောအခါ တချို့က ကဲ့ရဲ့လို၍ သူများသပိတ်ကို ကြည့်တတ်ကြ၏၊ ဆွမ်းတို့ ဟင်းတို့ နည်းနေ လျှင် လှောင်လိုပြောင်လိုခြင်း, ဆွမ်းတို့ ဟင်းတို့ များနေလျှင် "ဒကာ ဒကာမတို့ကို ကြည်ညိုအောင် ပေါင်းတတ်လို့ ဆွမ်း တွေ ဟင်းတွေ ရတာဘဲ" ဟု ကဲ့ရဲ့လိုခြင်း ဤသို့ ယုတ်မာသော စိတ်ဖြင့် ကြည့်ခြင်းကို "ကဲ့ရဲ့လို၍ ကြည့်ခြင်း" ဟု ဆိုသည်၊ ထိုသို့ ကဲ့ရဲ့လိုသောစိတ်ဖြင့် သူ့သပိတ်ကို မကြည့်ကောင်းပါ၊ ဆွမ်းမရလျှင် ပေးလိုသော စိတ်, များလျှင် အလှူခံလိုသော