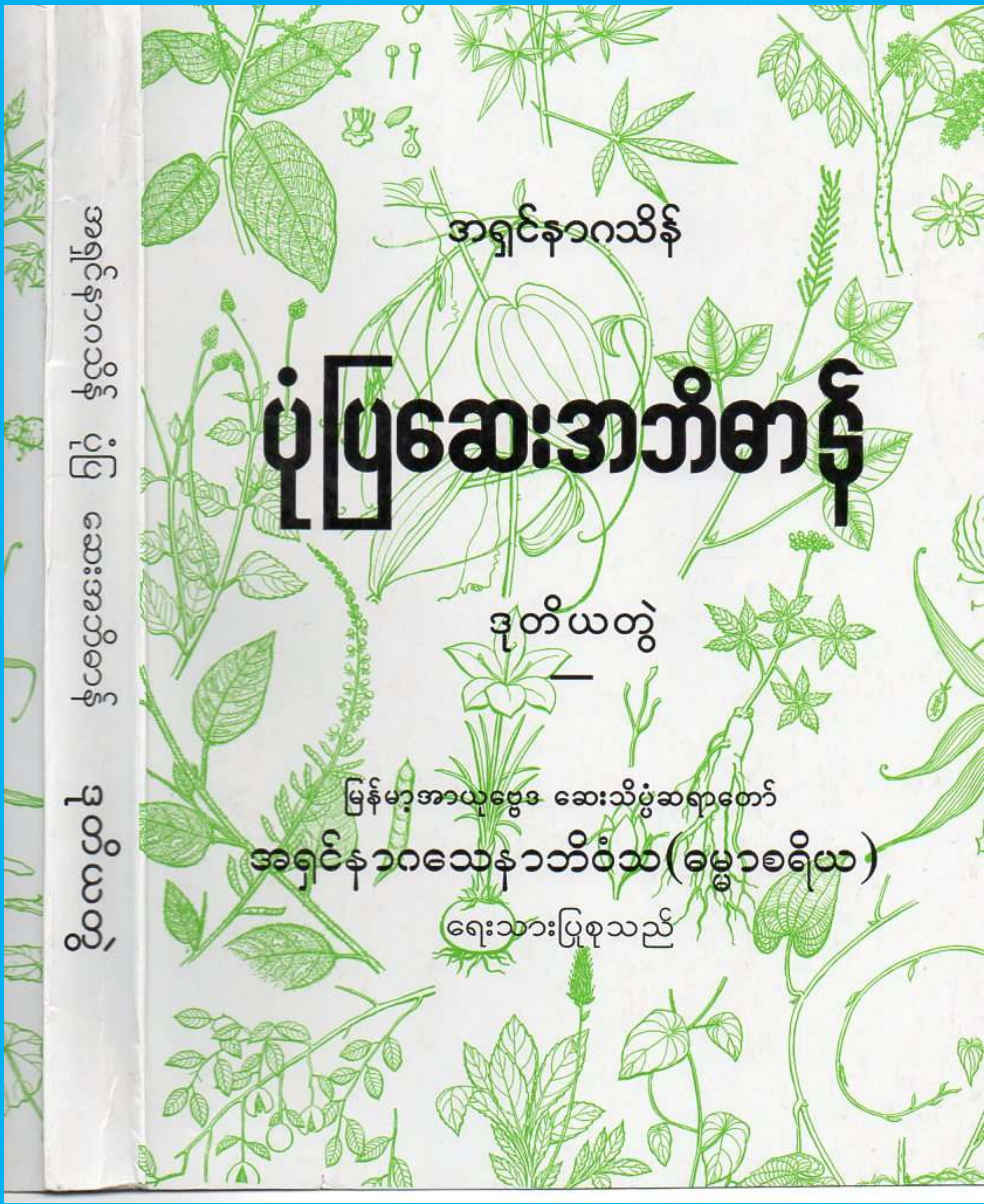
(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အရှင်နာဂသိန်

ပုံပြဆေးအဘိဓာန်

ဒုတိယတွဲ

နမော သဗ္ဗညုနော တိကိစ္ဆကဿ မဟာကာရုဏိကဿ

[တ]

တဂတ်ကြီးတပင်

ဘုံဘေ ဝြိဃာဂုဒ္ဒါ (လိမ္မာရုး)

လက်တင် Heynea Trijuga

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် တောင်ပေါ်ဒေသ၌ပေါက်ရောက်တတ်၏၊ ပင်ငယ်မျိုးဖြစ်၏၊ ၎င်းအရွက်သည် အေးသော ရာသီများတွင် ရွက်သစ်လဲ၏၊ အပွင့်မှာ ဖြူ၏၊ ၎င်း၏ သစ်သား အရောင်သည် ဝါ၏။

ဤ၌ တဂတ်ဖြူ, တဂတ်နီ, တဂတ်နက်, တဂတ်သစ်တို ဟူ၍ တဂတ်၏ အမည်ဖြင့် ခေါ်ဝေါ်ကြသော သစ်ပင်များလည်း ရှိသေးသဖြင့် တဂတ်မျိုးသည် များလှပေ၏။

အရသာ နှင့် အကျိုးသွား။ ။၎င်းအရွက် နှင့် အခေါက်သည် ခါးသော အရသာ ရှိ၏။

No, 1 ၈၆လ၁

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဝဖြိုးစေသော ဓာတ်အား ပါရှိ၏၊ ၎င်း၏ အသီးကို အချို့သူတို့သည် အခြားသော ဆေးများနှင့် ရောစပ်၍ သတိလစ်ဆေး, မူးရစ်စေတတ်သောဆေး (အိပ်မွေ့ဆေး) စသော ဆေးအဖြစ်ဖြင့် အသုံးပြုကြကုန်၏။

တဆဲ့နှစ်ရာသီ

ဟိန္ဒီ　घनेरी　(ဃနေရီ)

လက်တင် Lantana Indica

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းအပင်သည် ၂ - တောင်မှ ၅ - တောင် အထိ မြင့်၏၊ မိုးရာသီ၌ မြောက်မြားစွာ ပေါက်ရောက်လေ့ ရှိ၏၊ နူးညံ့သော အကိုင်းအခက်များ၌ အရွက် ၃ - ရွက်တို့သည် စက်ဝန်းကဲ့သို့ ရှိ၏၊ ၎င်းအရွက် ထွက်နေပုံမှာ အလွန် လှပ ဝေဆာ တင့်တယ် ဘိ၏၊ ခွေးသွားစိပ် အနည်းငယ်မျှလည်း ရှိ၏။

အပွင့်သည် နူးညံ့၍ ဖြူ၏၊ အတွင်း၌ ဝါရောင် ရှိ၏၊ အသီးမှာ ငြုတ်ကောင်းစေ့နှင့် သဏ္ဍာန် တူ၏၊ တပင်လုံးမှာ အနံ့ စူးရှ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းသည် ခန္ဓာကိုယ်ကို လျှင်မြန် ဖြတ်လတ်စေ၏၊ ၎င်းအမြစ်ကို ပြုတ်သောက်ခဲ့သော် လျှင်မြန်စွာ သားဖွား၏၊ အရွက်ကို အဖုအနာတို့၌ စည်းကပ်ပေးခဲ့သော် အနာသည် ကောင်းစွာ ပျောက်ကင်းသွား၏၊ အရွက်ကို ချေ၍ နမ်းရှူပ်ခဲ့သော် အအေးမိခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မှတ်ချက်။ ။ကနေ့ရ (ဆဲ့နှစ်ရာသီ) ခေါ် ကုလား ဗလတ်မျိုး မဟုတ်သည်ကို သတိပြု၍ — ဖော်ပြပါ ဝေါဟာရကို ခွဲခြမ်း မှတ်ယူအပ်၏၊ ဆဲ့နှစ်ရာသီ နှင့် တဆဲ့နှစ်ရာသီ ထူးခြားစွာ ဝေါဟာရ ပြုထားသည်ကို တွေ့ရသဖြင့် ရှိရင်းစွဲ ဝေါဟာရအတိုင်း ပြန်ဆို ဖော်ပြထားပါသည်။

တဇ္ဇက်ပင် (ခွေးလဖြွတ်ပင် တမျိုး)

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းအပင်သည် ၄ - ပေ မှ ၅ - အထိ မြင့်၏၊ ပူသော အရပ်ဒေသများ၌ ပေါက်ရောက်တတ်၏၊ အရွက်မှာ စပယ်နွဲ့ အရွက်နှင့် တူ၏၊ သို့ရာတွင် ခွေးသွားစိပ်ကား မရှိချေ၊ အပွင့်မှာ နှမ်းပွင့် နှင့် တူ၏၊ အရွက်၏ ညှာရင်းတွင် အသီးများ အပြွတ် အပြွတ် သီး၏၊ အမွေးနုများ ရှိ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ခွေး၏ လိင်ဥနှင့် တူလှသဖြင့် ၎င်းကို ခွေးလပြွတ်သီး ဟု လည်း ခေါ်ကြကုန်၏၊ ၎င်းအမြစ်သည် မြေတွင်းသို့ ၁-ပေ သာသာ ၂-ပေမျှ နက်ရှိုင်း၍ ဝင်သွား၏။

အရသာ နှင့် အကျိုးသွား။ ။၎င်းသည် အလွန် ပူသော အရသာ ရှိ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

၎င်းအမြစ်ကို ရေဖြင့် သွေး၍ ဝက်ခြံများ အနာ အဖု အကျိတ်များကို လိမ်းပေးပါက ထိုအနာများသည် နုလျှင် ပိန်ပြေ၍ ရင့်လျှင် ပြည်ပေါက်သွား၏။

ကျဲ-နွား-ပိုးနာ။ ။ကျဲ-နွား စသည်တို့၏ အနာ၌ ပိုးများကျခဲ့သော် ၎င်းအမြစ်၏ အခြောက်မှုန့်ကို ဖြစ်စေ သို့မဟုတ် ၎င်း၏ အမြစ်စိုကို သွေး၍ ဖြစ်စေ ပိုးကျရာ၌ ဖြူးလိမ်းသုတ်ပေးခဲ့သော် ပိုးများ သေကြေ ပျောက်ပြယ်ကုန်၏။

မှတ်ချက်။ ။၎င်းတဇွက် (ခွေးလပြွတ်)မှာ မုယားကန်မျိုးမှ တဇွက် ဖို-မ ယင်းပြားမျိုးမှ ခွေးခေါင်း တဇွက်မျိုး မဟုတ်သည်ကို သတိပြုကြပါကုန်၊ စစ်ကိုင်း တောင်ခြေ စသည် တို့၌ အလွန် ပေါက်ရောက်ကုန်၏၊ မြင်းမူ အာလာကပ္ပ နယ်များ၌ ပင် ၎င်းကို အဟာသကိုင်း ဟု ခေါ်ဝေါ် အသုံးပြုကြကုန်၏။

လွန်စွာ ပူသည်၊ သွေးပြီးလျှင် အနာပေါက် အကျိတ်အခဲ တို့၌ လိမ်းပေးရ၏။

တပဆေး

သက္ကတ अग्नि मन्थ

ဟိန္ဒီ अरणी (अरणि)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းတပဆေးသည် အကြီးမျိုး အငယ်မျိုး ဟူ၍ ၂-မျိုး ရှိ၏၊ အပွင့်ကို စွဲ၍လည်း ခရမ်းရောင် အဖြူရောင် ဟူ၍လည်း ရှိသေး၏၊ အကြီးမျိုးသည် ပေ ၃၀-မျှ မြင့်၏၊ အငယ်မျိုးသည် ၁၅-ပေမျှ မြင့်၏၊ အရွက်မှာ ရွက်ဆိုင်ထွက်၏။

ယင်းပြားမျိုး ဖြစ်၏၊ ယင်းပြားသည် တမျိုး မြစ်၍ တပဆေးသည် တမျိုး ဖြစ်၏။

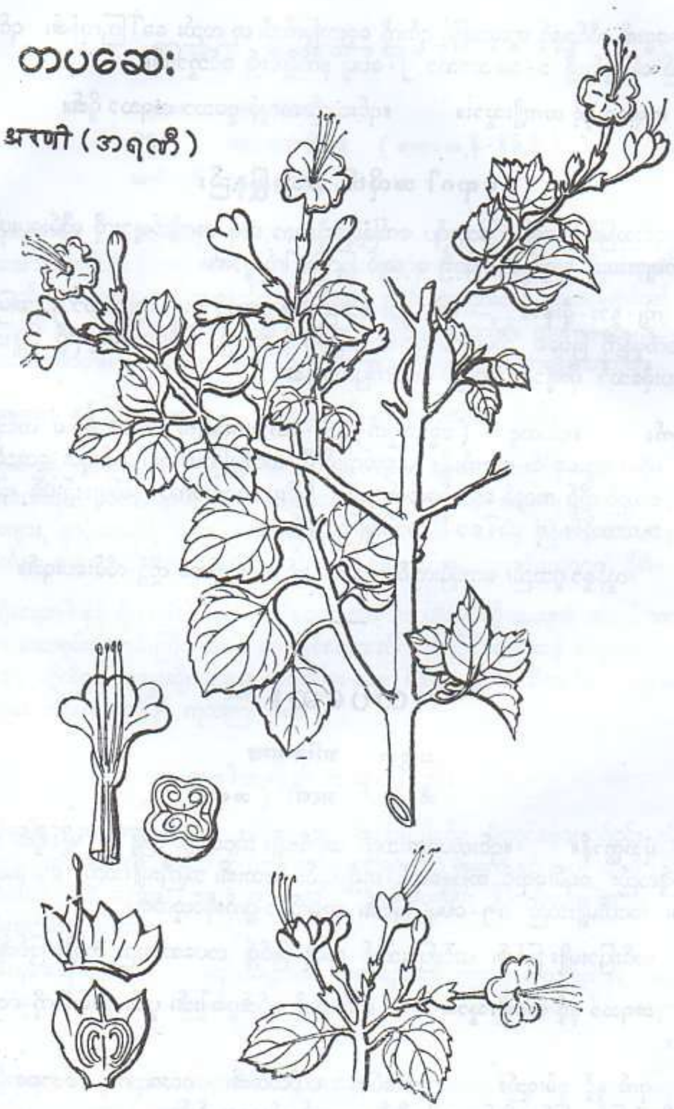
အရသာ နှင့် အကျိုးသွား။ ။၎င်းသည် စပ်၏၊ ခါး၏၊ ပူ၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။သလိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ လေရောဂါ, ဖောရောင်ခြင်း, ဝမ်းမီးနဲ့ခြင်း, မြင်းသရိုက်ရောဂါ တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

တပဆေး

अरणी (အရဏီ)



(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မှတ်ချက်။ ။အင်္ဂလိပ်သဒ္ဒါသည် တပဆေး နှင့် တောင်တန်ကြီးကိုပါ ဟောဆိုကြောင်း များစွာသော သက္ကတကျမ်း, ဟိန္ဒီဘာသာ ဂူပနိသတ္တုကျမ်း တို့၌ ပြဆိုထားသည်ကို တွေ့ရ၏၊ သို့ပါ၍ တပဆေး၏ ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်ကို တောင်တန်ကြီး အခဏ်းတွင်လည်း ကြည့်ရှုနိုင်ပါ၏။

တမာ (ပန်းတမာ)

သက္ကတ **अर्जक**
ဟိန္ဒီ **काला बकुर** (ကာလာခကျူ,ရ်)
လက်တင် Melia Durmanica

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းပန်းတမာသည် ရိုးရိုး တမာပင် အငယ် ကဲ့သို့ ဖြောင့်ဖြူး၍ တက်၏၊ အကိုင်းအခက်ငယ်များမှာ လွန်စွာ ချောမွတ် နူးညံ့ ၏၊ အရွက်မှာ တမာရွက် ထွက်သကဲ့သို့ ၂-စုံ ၃-စုံ ထွက်၍ ရှည်ရှည်ဝိုင်းဝိုင်း ရှိ၏၊ ခွေးသွားစိပ်များလည်း ရှိ၏။

အပွင့်မှာ အစိမ်းရောင်သန်း၍ ဖြူ၏၊ အသီးမှာ ရှည်၍ လုံး၏၊ ဝါရောင် ရှိ၏၊ ၎င်းအသီးမှာ ခြောက်သွေ့သောအခါ စွန်ပလွံသီးနှင့် တူ၏၊ သို့ရာတွင် အရသာမှာ ခါးလှ၏၊ ထို့ကြောင့် စွန်ပလွံ အခါး ဟု ခေါ်ကြကုန်၏၊ ၎င်းအစေ့မှာ အလွန် ပင် မာကြော၏၊ ဆေးဖော်စပ်ရာ၌ ၎င်း၏ အသီးကို သာ အသုံးပြုကြ၏။

အရသာ နှင့် အကျိုးသွား။ ။၎င်းအသီးသည် ခါး၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်၊ ။၎င်းအသီးသည် အန်စေတတ်၏၊ ဝမ်းဗိုက်အောင့် ရောဂါနှင့် များစွာ သင့်လျော်၏၊ ၎င်းပြင် ငှက်ဖျားရောဂါ အတွက် သည်းခြေ ဒေါသကို ပယ်ထုတ်ရန် ဆေးအဖြစ်ဖြင့်လည်း အသုံးပြုကြကုန်၏။

၎င်းဆေးသည် အကယ်၍ အဖျားရောဂါကို အထက်ပါ ပြောဆို ရေးသားသကဲ့သို့ မနိုင်စေကာမူ ကိုယ်တွင်း၌ ရှိသော သည်းခြေ ဒေါသ၏ စုဝေးခြင်းကို ပြင်ပသို့ ထုတ်ဆောင်တတ်၏၊ ၎င်းသည်းခြေ တွင်လည်း အဖျားငွေ့များပါ လိုက်ပါ၍ သွားတတ်ကုန်၏၊ ထို့ကြောင့် ၎င်းဆေးသည် သည်းခြေဖျား ရောဂါတွင် အထူး အသုံးဝင်၏။

နာတာရှည် ရင်ဘတ်နာများကို ၎င်း၏ အသားနှစ် ၅-ရွေးမှ ၁၅-ရွေး အထိ ကျွေးနိုင်၏။

၎င်းပြင် ပိုးနာ အရေပြားရောဂါ အတွက်လည်း ၎င်းအသီးမှာ အလွန် သင့်လျော် လျောက်ပတ်ပေ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

တမာ (သဘော်တမာ)

သက္ကတ　बृहत निम्ब
ဟိန္ဒီ　बकायान निम्ब　(ဗကာယ,န်-နိမ်,မ်)
လက်တင်　Melia Azedarach

ပုံသဏ္ဌာန်။　။၎င်းသည် ပေ ၄၀ - ခန့် မြင့်သော ပင်လတ်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ ကြည့်ရှု၍ ကောင်းသော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ပင်စည်မှာ ဖြောင့်မတ်၍ တက်၏၊ အရွက်မှာ တမာရွက်နှင့် တူသော်လည်း တမာရွက်ထက် အနည်းငယ် ကြီး၏၊ နုစဉ် အနည်းငယ် အညိုရောင်သန်း၍ ရင့်သောအခါ အဝါရောင်သန်း၏၊ ၎င်း၏ အစေ့တွင် ဆီတမျိုး ထွက်၏၊ အဆီမှာ တမာဆီနှင့် တူ၏၊ ၎င်းသဘော်တမာ ပင်စည်မှ တပေါင်း တန်ခူး လများတွင် အစေးတမျိုး ထွက်၏။

အရသာ နှင့် အကျိုးသွား။　။၎င်းသည် ခါး၏၊ အေး၏၊ ဖန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　။ခန္ဓာကိုယ်ကို ခြောက်သွေ့စေ၏၊ မလတို့ကို ချုပ်စေတတ်၏၊ ၎င်းပြင် သလိပ်နာ, ပူလောင်ခြင်း, အနာပေါက်အမျိုးမျိုး, သွေးအန် သွေးကျ ရောဂါ, ပိုးနာ, ဝိသမ အဖျား, နှလုံးရောဂါ, နူနာ, အော့အန်ခြင်း, ကာလဝမ်း ရောဂါ, ကြွက်အဆိပ်သင့်နာ, မြင်းသရိုက်နာ, ချောင်းဆိုးရောဂါ စသည်တို့ကို ကင်းဝေးစေရန် စွမ်းဆောင်သောဂုဏ် ရှိ၏။

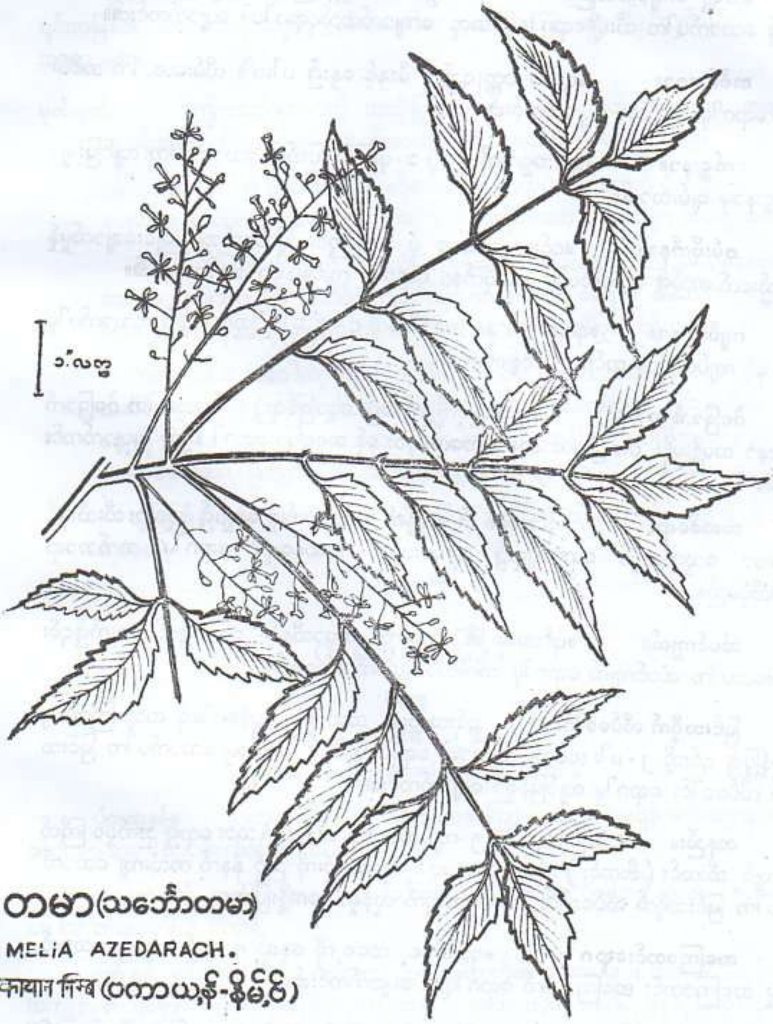
ပိုးရောဂါ နှင့် ပိုးရောဂါကြောင့် ဖြစ်သော အဖျားအမျိုးမျိုးတို့ အတွက် အလွန် အသုံးဝင်သော ဆေးစွမ်းကောင်းကြီး တပါး ပင် ဖြစ်လေသည်၊ ၎င်းပြင် သွေးအန် သွေးကျနာ နှင့် ကျပ်တီးနာ တို့ကိုရင်း သွေးဆိုး ပွား၍ အရေပြား ရောဂါ ဖြစ်ရာ၌ရင်း ထိုအပင်၏ အရွက်နှင့် အစေ့ တို့၏ သတ္တုရည်တို့ဖြင့် ကုသကြကုန်၏။

ရောဂါအလိုက် အသုံးပြုနည်း

မီးရပ်နာ အမျိုးမျိုး။　။မိန်းမများ မီးဖွားရာ၌ရင်း မီးတွင်းဖျားတွင်ရင်း ထိုမီးတွင်းဖျား၌ ဦးကျောက် ကိုက်ခဲခြင်း ကိုယ်ဝန် ဖောရောင်ခြင်းတို့၌ အရွက် နှင့် အပွင့် တို့ကို ကြိတ်၍ ခေါင်းပေါ်၌ရင်း ချက်ပေါ်၌ရင်း အုပ်ပေးခြင်း, စည်းပေးခြင်း ပြုလုပ်ပေးပါက များစွာ အကျိုးရှိသောဆေး ဖြစ်၏။

မီးရပ် သွေးချုပ်။　။၎င်းအရွက်၏ သတ္တုရည်တွင် ကုက္ကရာ သတ္တုရည်နှင့် ရော၍ သောက်ပါမူ မီးရပ်များ စင်ကြယ်စွာ ဆင်းသက်ပြီး မီးရပ် သွေးချုပ် ရောဂါမှ ပျောက်ကင်း၏။

ပိုးရောဂါ။　။၎င်းအရွက်၏ သတ္တုရည်ကို သောက်ပေးပါက ဝမ်းတွင်းရှိ ပိုးများ သန်ကောင်များ ကျဆင်းလာ၏။



တမာ(သဘော်တမာ)

MELIA AZEDARACH.

बकायान निम्ब (ဗကာယန်-နိမ်ဗ)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဆီးချို - ကျောက်တည်။ ။ငှင်းအရွက်၏ သတ္တုရည်တွင် ဂျုံပြာဆား အနည်းငယ် ရော၍ သောက်ပါက ဆီးချိုရောဂါနှင့် အတူ ကျောက်တည်ရောဂါပါ ပျောက်ကင်း၏။

အစိမ်းဖော။ ။ငှင်း၏ သတ္တုရည်ကို မီးနှင့် နွေး၍ ပါးပါး လိမ်းပေးပါက အစိမ်း ဖော ရောဂါမှ သက်သာ ပျောက်ကင်း၏။

ဝက်ရူးနာ။ ။ငှင်းအရွက်ကို ၄ - ပုံ ၁ - ပုံကြွင်း ပြုတ်၍ သောက်ပါက လျှင်မြန်စွာ ဝက်ရူးနာမှ ချမ်းသာ၏။

ဝမ်းဗိုက်နာ။ ။ငှင်းအရွက်၏ ၄ - ပုံ ၁ - ပုံကြွင်း ပြုတ်ရည်တွင် ချင်းချောက်မှုန့် အနည်းငယ် ထည့်၍ သောက်ပါမူ ဝမ်းဗိုက်နာ ရောဂါမှ လျင်မြန်စွာ သက်သာစေ၏။

ကျပ်တီးနာ။ ။ငှင်းအရွက် နှင့် အခေါက်ကို ၄ - ပုံ ၁ - ပုံကြွင်း ကျို၍ သောက်ပါမူ နူနာ နှင့် ကျပ်တီးနာမှ ကင်းဝေး သန့်စင်စေ၏။

ဝဲခြောက် ယားနာ၊ ။ငှင်းအပွင့်ကို ကြိတ်၍ အနာဖြစ်ရာ၌ လိမ်းပေးပါက ဝဲခြောက် ယားနာ အမျိုးမျိုး ဝက်ခြံများ အနာဖုကလေးများ နှင့် အရေပြားရောဂါ တို့ကို ပျောက်ကင်း စေ၏။

အဆစ်ရောင်။ ။ငှင်းအစေ့၏ အမှုန့်ကို အနည်းငယ်မျှ ကျေး၍ ကုလားဆီးသီးနှင့် ရောကာ သွေးပြီးလျှင် ရောဂါရှိရာ၌ လူးပေးပါက အဆစ်ရောင် ရောဂါမှ သက်သာရာ ရပါလိမ့်မည်။

ဆံပင်ကျွတ်။ ။ငှင်းအစေ့၏ အဆံကို တမာဆီနှင့် လျော်၍ငှင်း ချက်၍ငှင်း လိမ်းပေးပါက ဆံပင်ကျွတ် ရောဂါမှ သက်သာ ပျောက်ကင်းစေ၏။

မြင်းသရိုက် လိပ်ခေါင်း။ ငှင်းအသီး၏ အဆံ နှင့် စမုန်စပါးကို ဆတူ ကြိတ်ချေ အမှုန့်ပြု၍ ငှင်းတို့ ၂ - ပါး အလေး သကြားခဲ ရောပြီးလျှင် ၂ - ပဲသားမျှ သောက်ပါက မြင်းသ ရိုက် လိပ်ခေါင်း ရောဂါမှ လျှင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်း၏။

တနည်း။ ။ငှင်းအရွက် ၂၅ - ကျပ်သားတွင် ဆား ၁ - ဂဲ သား ရော၍ ညက်စွာ ကြိတ် ပြီးလျှင် ဆီးကင်း (ဇီးကင်း) ခန့်မျှ လုံးထားပါ၊ ထိုဆေးလုံးကို ညဥ့် နံနက် တလုံးကျ သောက် မျိုပါက မြင်းသရိုက် လိပ်ခေါင်း ရောဂါ အတွက် လွန်စွာ အကျိုးပြု၏။

အကြောတင်းရောဂါ။ ။ငှင်းအစေ့ တစေ့ကို နေ့စဉ် ၇ - ရက် ဆက်၍ သောက် ပါမူ အကြောတင်း အကြောတက် ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

ဆီးလွန်နာ။ ။ငှင်းအစေ့ကို ဆန်ဆေးရည်နှင့် သွေး၍ ထောပတ် ရောပြီး သောက် ပါမူ နာတာရှည် ဆီးလွန် ရောဂါများ အတွက် ချမ်းသာရာ ရနိုင်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဒူးခေါင်းကြီးနာ။ ။ငင်း၏ သစ်သားအနှစ်ကို ရေဖြင့် သွေး၍ သောက်ပြီးလျှင် ၎င်းအမြစ်၏ အခေါက်ကို သွေး၍ လိမ်းပေးပါက ဒူးခေါင်းကြီး ရောဂါမှ လျင်မြန်စွာ သက်သာရာ ရ၏။

မှတ်ချက်။ ။ဤသဘော်ာတမာကို အသုံးပြုရာတွင် များစွာ သတိပြုအပ်သော အချက်များရှိသဖြင့် ထိုသတိပြုရန် အချက်အလက်တို့ကို အနည်းငယ် ဖော်ပြပေအံ့။

၎င်းအပင်၏ ပဉ္စငါးပါးကို လိုအပ်သော အတိုင်းအတာထက် ပိုလွန်၍ သောက်စားပါက အဆိပ်ကို ဖြစ်စေတတ်သောကြောင့် အတိုင်းအတာကို များစွာ သတိပြုအပ်၏။

ထို့ပြင် ၎င်းသဘော်ာတမာ ပင်စည်မှ ထွက်သော အစေးရည်သည် မူးယစ်စေတတ်သော ဓာတ်များ ပါရှိ၍ အဆိပ်ကိုလည်း ဖြစ်စေတတ်၏၊ ထို့ကြောင့် တပေါင်း တကူးလများတွင် ၎င်းကို အသုံးပြုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ရန် များစွာ သတိပြုဘို့ လိုအပ်လှပေ၏။

တဖန် ၎င်း၏ အခေါက်, အရွက်, အသီးတို့ကိုလည်း လွန်စွာ သုံးစွဲပါမူ ခန္ဓာကိုယ်တွင် အဆိပ်သင့်သကဲ့သို့ ဖြစ်ပြီးလျှင် သတိလစ်ခြင်းကို ပင် ဖြစ်စေတတ်၏၊ ၎င်းအသီး၏ အစေ့ကို ၆-စေ့ ၇-စေ့မျှ စားသောက်မိပါက အော့အန်ခြင်း, ဝမ်းပိုက် ရစ်နာခြင်း, ကာလဝမ်းရောဂါ ဖြစ်ခြင်းတို့ဖြင့် အသက်အန္တရာယ်ကို များစွာထိခိုက် ဆုံးရှုံးစေတတ်၏။

သို့ဖြစ်၍ "တန်ဆေး-လွန်ဘေး" ဆိုသည်ကို သတိပြု၍ သုံးဆောင်မှီဝဲတော်ဘို့ လိုအပ်လှပေ၏။

တမာပင်ကြီး

သက္ကတ निम्ब
ဟိန္ဒီ नीम (နိ,မိ)
လက်တင် Azadirachta indica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။သဏ္ဌာန်မှာ လူသိများသောကြောင့် အထူး ရေးရန် မလိုချေ၊ ၎င်းကို သုံးသော အခါ ပဉ္စငါးပါးလုံးကို အသုံးပြုကြ၏။

အရသာ နှင့် အကျိုးသွား။ ။ခါး၏၊ သတ္တိ အေး၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ချုပ်၏၊ ဒေါသ သုံးပါးလုံးကို နိုင်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အနာကို သုတ်သင်တတ်၏၊ ကလေးများ အတွက် လွန်စွာ အကျိုးပြု၏၊ ၎င်းပြင် ပိုး, အော့အန်ခြင်း, အနာပေါက်, ဖောယောင်, အဆိပ်, နူနာ, နှလုံး ပူပန်ခြင်း, ပင်ပန်းခြင်း, အဖျား, ချောင်းဆိုး, ရေငတ်, နှုတ်မမြိန်, သွေးဖောက်ပြန်, ဒူလာသရောနာ များ၌ အသုံးဝင်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အရွက်။　။အရွက်သည် ဝိပါကဉ္စ ခါး၏၊ မျက်စိကို အကျိုးပြု၏၊ သည်းခြေ ဒေါသကို ပယ်တတ်၏၊ ပိုး၊ နူတ်မမြိန်၊ အဆိပ်၊ ဖောက်ပြန်ခြင်း၊ နူနာတို့ကို ပယ်ဖျောက်တတ်၏၊ လေကို ပြုတတ်၏၊ သွေးအန်၊ သွေးကျ၊ မျက်စိရောဂါ၊ နူနာရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ အရွက်နုသည် တွန့်ရှုံ့စေတတ်၏။

တမာပွင့်။　။တမာပွင့်သည် ခါး၏၊ သည်းခြေ သလိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ ပိုးရောဂါကို ကင်းဝေးစေ၏။

တမာရိုး။　။တမာပင်မှ အရိုးသည် ချောင်းဆိုး၊ ပန်းနာ၊ မြင်းသရိုက်၊ ဒုလာသရော၊ ဂူလုံး၊ ပိုးနာတို့ကို နိုင်၏။

တမာသီးစိမ်း။　။တမာသီး အစိမ်းသည် ခါး၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါကဉ္စ စပ်၏၊ ပြေပြစ်၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ နူနာ၊ ဂူလုံး၊ မြင်းသရိုက်၊ ပိုး၊ ဒုလာသရောနာတို့ကို များစွာ အကျိုးပြု၏။

တမာသီးမှည့်။　။တမာသီး အမှည့်သည် ခါး၏၊ ချို၏၊ ပြေပြစ်၏၊ သွေးအန်၊ သွေးကျ၊ မျက်စိ၊ ရင်ဘတ်ဒဏ်သင့်၊ ခယရှုရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ သလိပ်ကို ပယ်တတ်၏။

တမာစေ့ဆံ။　။တမာစေ့ အဆံသည် နူနာ၊ ပိုးရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

တမာစေ့ (အဆီ)။　။တမာစေ့မှ ထွက်သော အဆီသည် ခါး၏၊ နူနာ၊ ပိုးရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

တမာဆီ။　။တမာပင်မှ ထွက်သော အဆီသည် ခါး၏၊ သတ္တိမှာ အနည်းငယ် ပူ၏၊ ဝိပါကဉ္စ စပ်၏၊ သည်းခြေ၊ လေ၊ သလိပ်တို့ကို ငြိမ်းစေ၏၊ ၎င်းပြင် ပိုးရောဂါ၊ နူနာ၊ အနာပေါက်၊ ဝါတပိတ်နာ၊ မြင်းသရိုက်၊ အဖျား၊ ဖောရောင်၊ ဝမ်းပိုက်ရောဂါ၊ သွေးရောဂါ၊ သည်းခြေဖျားတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မှတ်ချက်။　။၎င်းတမာပင်လုံး၏ ဂုဏ်သတ္တိ အသုံးဝင်ပုံမှာ များစွာ ကျယ်ဝန်းလှသဖြင့် ဤ၌ ကုန်စင်အောင် မရေးသားနိုင်တော့ပေ၊ သို့ဖြစ်၍ အကျယ်တဝင့် သိလိုသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ကျွန်ုပ်တို့ ရေးသားသော "တမာဋီကာ" ၌ ကြည့်ရှုကြပါကုန်၊ တမာသည် ခါးသော အရသာ ရှိသဖြင့် လူသားတို့ များစွာ မနှစ်မြို့ကြသော်လည်း တမာကား လူသားတို့ အတွက် များစွာ အကျိုး ဆောင်ရွက်တတ်ပေ၏၊ "ရှေ့မှာ တမာ- နောက်မှာ ခတက်- စီးပွားတက်၏" ဟု ရှေးမြန်မာတို့ အိမ်တိုင်းတွင် တမာစိုက်ပျိုးရန် အမှာ အသားရှိသည်ကို ကြားဘူး၏၊ အရွက်နံ့ အပွင့်နံ့တို့သည် လေနှင့် ရော၍ အရပ် လေးမျက်နှာတွင် ပြန့်နှံ့နေသော အခါ လေနှင့် ရော၍ သွားလာ လှုပ်ရှားနေသော ပိုး အမျိုးမျိုးတို့ကို ကာကွယ် နိုင်ပေ၏၊ တမာ၏ အခါးသတ္တိသည် ပေါ်ပြူပါ ပိုးအမျိုးမျိုး အပြင် သွားပိုးများကိုလည်း ကာကွယ်နိုင်သဖြင့် ရှေးသူမြတ်တို့သည် "တမာတခက် · သွားဟ

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

သက်'' ဟု မိန့်မြွက် ထားသည်ကို ကြားဘူး၏၊ အိန္ဒိယတိုင်းသားတို့သည် တမာပင်ကို လေးစားစွာဖြင့် စိုက်ပျိုးကြကုန်၏၊ နံနက် အိပ်ယာထ၍ ထိုတမာကိုင်းဖြင့် သွားတိုက်ကြကုန်၏၊ အပူဥတုဒဏ်ကိုလည်း ကာကွယ်၏၊ ဆေးဘက်တွင် များစွာ အသုံးဝင်သဖြင့် ဂုဏ်အင်ကြီးမားသော အပင်မျိုး ဖြစ်၏။

မှတ်ချက်။ ။မြန်မာတို့ အခေါ်အဝေါ်အားဖြင့်—

၁ · ဗမာတမာ,
၂ · ကုလားတမာ,
၃ · တောင်တမာ,
၄ · ရေတမာ,
၅ · တမာချို,
၆ · ပန်းတမာ—

ဟူ၍ (၆) မျိုး ရှိလေသည်။

ထိုတမာ ၆ · မျိုးတို့၏ အချင်းအရာ အချုပ်မှာ

ဗမာတမာသည်။ ။အထက် အရပ်ဒေသတို့၌ များစွာ ပေါက်ရောက်တတ်သော တမာမျိုး ဖြစ်၏၊ အချဉ်တည်၍ စားကြ၏။

ကုလားတမာသည်။ ။လမ်းဘေး နေရာတကာတို့၌ ပေါက်တတ်သော တမာမျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက် သေး၏၊ ချွန်း၏၊ ခွေးသွားစိပ် ပိုနက်၏၊ ဗမာတမာထက် ပို၍ ခါး၏၊ (အချို့ လမ်းဘေး နေရာတကာတိုင်း၌ ပေါက်သော သဘော်တည်ပင်ကို သဘော်တမာ ဟု ထင်မှတ်ကာ စားသုံး မှီဝဲကြကုန်၏။)

တောင်တမာသည်။ ။အလွန် ခါး၏၊ အရွက် ကြီး၏၊ ခွေးသွားစိပ်များ မထင်မရှား ရှိ၏၊ (သစ်တောဆိုင်ရာက ၎င်းကို သစ်ကတိုး ဟု ခေါ်ဝေါ်ကြကုန်၏။)

ပန်းတမာသည်။ ။တမာပြာကို ခေါ်၏၊ အပွင့် ပြာသည်ကို အစွဲပြု၍ ခေါ်ကြ၏။

တမာချို။ ။အပင် သေး၏၊ အပင် အစိတ်အပိုင်းတို့မှ အနံ့ တမျိုး ထွက်၏၊ အရွက်သည် ခွေးသွားစိပ် မရှိ၊ ၎င်းတမာသည် တမာရိုးရိုးနှင့် ယှဉ်သော် ခါးခြင်း မရှိ၊ တမာမျိုး ပင် ဖြစ်၏။

ဆေးကျမ်းများတွင် 'မိထာနိမ္ဗ' ဟု ခေါ်၏၊ သို့ရာတွင် ၎င်းကို ပျဉ်းတော်သိမ် ဟု ယူဆရမည်၊ တမာမျိုး မဟုတ်ချေ။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အာယုဗ္ဗေဒ ဆေးအဘိဓာန်ကျမ်းများ၌မူ

၁ · နိမ္ဗ = တမာရိုးရိုး,
၂ · မဟာနိမ္ဗ = တမာကြီး,
၃ · မိထာနိမ္ဗ = ပျဉ်းတော်သိမ်, (ကေဥယျ)
၄ · ဇလနိမ္ဗ = ဖြူးမွေး,
၅ · ဘူနိမ္ဗ = ဆေးခါးကြီး,

ဟူ၍ နိမ္ဗ အမည်နှင့် သုံး၍ ဖော်ပြထားသည်ကို တွေ့ရသည်၊ သက်ဆိုင်ရာ အခန်းတို့၌ ကြည့်ရှုကြပါကုန်။

တရော ပင်

မရန္ဓိ သ-ရြိ (ဆုရိန္ဒ)

အင်္ဂလိပ် Blinding Tree

လက်တင် Excoecara Agallocha

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ငင်းသည် အဆိပ် ရှိ၏၊ အမြဲ စိမ်းလန်း စိုပြေကာ အလေ့ကျ ပေါက်တတ်သော ပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ငင်းအပင် အားလုံးသော အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းများ၌ ထက်မြက်သော အရသာ ရှိသည်၊ အဖြူရောင် နို့စေး တမျိုး ထွက်၏၊ ငင်း၏ အရွက်သည် လက်ထပ် [illegible] တူ၏၊ သို့သော် လက်ထပ်ရွက်ထက် အနည်းငယ် အရွက် ရှည်၏၊ ထူ၏၊ နူးညံ့၏၊ [illegible] ၏ အရိုးတန်သည် နီရောင်သန်း၏၊ ရှည်၏၊ အပွင့်သည် ဝါ၏၊ အပင်၏ အခေါက်သည လှိုင်းထသကဲ့သို့ မညီမညာတ် ရှိ၏၊ ငင်း၏ အသားရောင်မှာ ဖြူ၏၊ နူးညံ့ ချောမွတ်၏၊ ငင်းအမြစ်၏ အရောင်သည် နီကြန်ကြန် ရှိ၏၊ ငင်းအမြစ်ကို ရေတွင် နှစ်မြှုပ်ပါက ရေကို စုတ်ယူ၍ ခန်းခြောက်စေ၏။

သို့သော် အပြင်က ကြည့်မူ အမြစ်မှာ ခြောက်နေသည် ဟု ထင်ရ၏၊ ငင်းအမြစ်ကို ဓားဖြင့် ခြစ်ခြင်း, ခွဲခြင်း ပြုလုပ်လိုက်ပြန်က ငင်းရေများသည် အပြင်သို့ တဖန် ပြန်၍ ထွက်လာကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် အသုံး။ ။အစေးကို အသုံးပြုရ၏၊ ထိုအစေးသည် အလွန် ဝမ်းသက်စေ၏၊ အရေပြား၌ ထိခိုက်ခဲ့သော် ပူ၏၊ အဆိပ်ရှိသောကြောင့် အဆိပ်ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ ကင်းမီးကောက် ကိုက်ရာ၌ လိမ်းပေးခဲ့သော် ပျောက်ကင်း၏၊ အနာပေါက်ရောဂါ, အရေပြား ရောဂါတို့၌ ဆီနှင့် ရော၍ လိမ်းပေးရ၏၊ အရွက်ကို ပြုတ်၍ အနာတို့၌ ဆေးကြောပေးရ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ချောင်းထိုးရောဂါ၌ အစေးကို ဆန်မှုန့်နှင့် ရော၍ လုံးပြီး တိုက်ရ၏၊ အကယ်၍ အစေးသည် ပျက်စိတွင်းသို့ ဝင်ခဲ့သော် ပျောက်ကင်းစေရန် ဒိန်ချဉ်ကို ခပ်ပေးရ၏။

မှတ်ချက်။ ။အချို့ အရပ်တို့၌ ဤအပင်ကို တယော သို့မဟုတ် ဒယောပင် ဟူ၍လည်း ခေါ်ကြ၏၊ ၎င်း၏ အနှစ်သည် လက်လေး လက်ဆ ရှိ၏၊ ရေတွင် မြုပ်၏၊ အရောင် အနည်းငယ် နက်၏၊ အကျော်နက် နေရာ၌ ကုလားဗယဆေးဆိုင်ရှင် အချို့တို့သည် 'အကျော်အစစ် ဒယောနှစ်'' ဟု ဆောင်ပုဒ် ပြုလုပ်ပြီးလျှင် အတု ပြု၍ လိမ်လည် ရောင်းချကြကုန်၏။

စင်စစ် အကျော်သည် နံ့သာ ၅ - ပါးတွင် ပါ၍ အကောင်းဆုံး အကျော်မှာမူ နက်၏၊ လက်လေး လက်ဆ ရှိ၏၊ မီးရှို့သော် အဆီ ထွက်၏၊ ရေတွင် ချသော် မြုပ်၏၊ နက်ခြင်း နှင့် ရေတွင် မြုပ်ခြင်း တူ၍ လိမ်လည်ကြဟန် ရှိ၏၊ ပင်လယ်ကမ်းရိုးတန်းတို့၌ အများအပြား ပေါက်တတ်၏။

တရော်ညိုနွယ်

ဟိန္ဒိ **घटवासी** (ဗဋ္ဌဝါသီ)

လက်တင် Gouania leptoshaya

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ကြီးသော ချုံနွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အကိုင်းအခက်များသည် နူးညံ့၏၊ တောက်ပ၏၊ တရွက် နှင့် တရွက် နီး၏၊ ၂ - လက်မခွဲခန့်မှ ၅ - လက်မခန့် အထိ ရှည်၏၊ ၁ - လက်မခွဲခန့်မှ ၃ - လက်မခန့် အထိ ကျယ်၏။

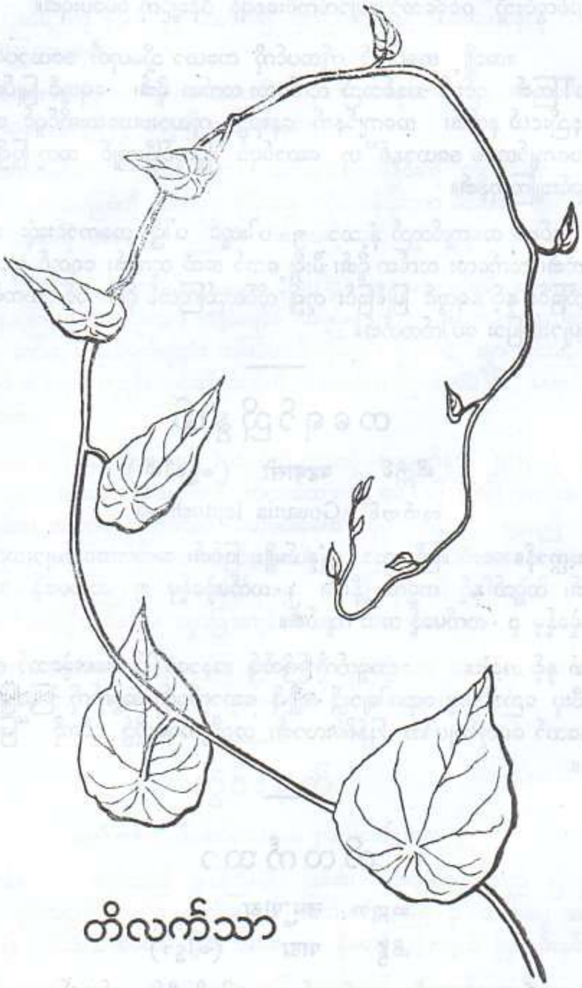
ဂုဏ် နှင့် အသုံး။ ။အရွက်ကို ကြိတ်၍ အနာပေါ်၌ စီးပေးခဲ့သော် အနာပျောက်ကင်း၏၊ ဆီးပူ ညောင်းကျ ရောဂါများ၌ ကျို၍ သောက်ရ၏၊ အရွက်ကို ကြာမြင့်စွာ ထား၍ ခြောက်နေသော် ရေတွင်ချပါက ပြန်စိမ်းလာ၏၊ အချို့အရပ်တို့၌ ၎င်းကို "မြင်းညိုမ" ဟု ခေါ်ကြ၏။

တိလက်သာ

သက္ကတ **लघु-पाठा**

ဟိန္ဒိ **पाठा** (ပါဌာ)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းဆေးပင်သည် သူတပါးကို မှီ၍ တက်တတ်သော အနွယ်ပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ တခါတရံ မြေတွင် ပြန့်၍လည်း ပေါက်တတ်၏၊ ၎င်းသည် မိုးဥတုအခါတွင် များစွာ တွေ့မြင်နိုင်၏၊ နွေဥတု ပူသော အခါ၌ ၎င်းနွယ်ပင်များ ခြောက်၍ ကျတတ်လေ၏။



တိလက်သာ

पाठा (ပါဌာ)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

၎င်းအရွက်သည် နှလုံးပုံသဏ္ဌာန် ဆင်တုံးမန္တယ်ရွက်သဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အရွက်၏ အပေါ်မျက်နှာတွင် ညိုမှိုင်းမှိုင်း အရောင် ရှိ၍ အောက်မျက်နှာတွင် အမွေးနုများ ရှိ၏။

အမြစ်သည် မြေတွင်းသို့ များစွာ နက်ရှိုင်း၍ သွားတတ်၏၊ အပွင့်မှာ ဝါရောင် ရှိ၏၊ အသီးမှာ စားတော်ပဲလုံးမျှ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် အသုံး။ ။၎င်းသည် ပူ၏၊ ထက်၏၊ ခါး၏၊ လေနာ, သလိပ်နာ, အဖျားရောဂါ, ပိတ်ဝမ်းသွားခြင်း, အရေပြားရောဂါ, ပူလောင်ခြင်း, နှလုံးရောဂါ, ယားနာရောဂါ တို့တွင် များစွာ အသုံးဝင်၏၊ အော့အန်ခြင်း, ချောင်းဆိုးခြင်းကို၎င်း ဝမ်းတွင်းရှိ ပိုးများကို၎င်း နှိမ်နင်းစေတတ်၏၊ သရက်ရွက်ကြီးသောရောဂါ, ပြည်ဒူလာသရောနာ, အလွန် နာကျင်ခြင်း, ခေါင်းတခြမ်းကိုက်ခြင်း စသော ရောဂါတို့၌ များစွာ အကျိုးရှိ၏။

၎င်းကို သုံးစွဲချိန်မှာ ၂-ပဲသားမှ ၄-ပဲသား အထိ သုံးစွဲနိုင်၏၊ ၎င်း၏ အရွက်သည် အေး၏၊ ဝစ္စမဂ်ရောင်ရမ်းခြင်း, အနာပျက်များ, အနာမြုံများကို လိမ်းဆေး အဖြစ် အသုံးပြုရ၏။

ရောဂါအလိုက် အသုံးပြုနည်း

ဆီးအိမ် ပူလောင်ခြင်း။ ။ဆီးအိမ် ပူလောင်ခြင်း, ဆီးပူခြင်း, နာတာရှည် ညောင်းကျရောဂါများကို ၎င်းအမြစ်ကို ၄-ပုံ ၂-ပုံကြွင်း ပြုတ်၍ သောက်ရ၏။

အဆစ်ရောင် အကြောထိုးခြင်း။ ။၎င်းအရွက်ကို ကြိတ်၍ အုံပေးခြင်း, ကျပ်စီးပေးခြင်း ပြုလုပ်ရ၏။

ရင်ဘတ်နာရောဂါ။ ။၎င်းအမြစ်၏ အမှုန့်ကို အနည်းငယ်မျှ ကျွေးရ၏။

ကျောက်တည်ရောဂါ။ ။၎င်းအမြစ်ကို ၄-ဖို့ ၂-ဖို့ကြွင်း ပြုတ်၍ သောက်ရ၏။

အဆိပ်သင့်ခြင်း။ ။၎င်းအမြစ်ကို ထောပတ်နှင့် ကြိတ်၍ သောက်ရ၏။

အနာပျက်ရောဂါ။ ။မကျက်နိုင်သော အနာများကို၎င်း အရိုး၌ ပေါက်သော အနာများကို၎င်း ၎င်းအမြစ်ကို ရေနှင့် သွေး၍ မှန်းမှန်းလိမ်းပေးရ၏။

ချောင်းဆိုးရောဂါ။ ။၎င်းအမြစ်ကို ၄-ဖို့ ၂-ဖို့ကြွင်း ပြုတ်၍ ပျားရည်နှင့် သောက်ရ၏။

ဝမ်းမီးညံ့ရောဂါ။ ။၎င်းပြုတ်ရည်တွင် ပိတ်ချင်းသီးမှုန့် ရော၍ သောက်ရ၏။

ရေဖျဉ်းရောဂါ။ ။အောင်မဲဖြူမြစ်, ချင်း, ၎င်းတိလကာ်သာမြစ်ကို အနည်းငယ် ပြုတ်၍ သောက်ရ၏။

ယောနိရောဂါ။ ။မိန်းမများ ယောနိ အပြင်သို့ ကျဆင်းခြင်း, လျှော့ပါးခြင်း ဖြစ်မူ ၎င်းမြစ်ပြုတ်ရည်ကို နံနက် ည သောက်၍ ၎င်းပြုတ်ရည်နှင့် ယင်းယောနိကို တနေ့ ၂- ကြိမ်မျှ ဆေးကြောပေးရ၏။

ဝမ်းတွင်းသက်တန်နာ။ ။အတွင်းလျှောက် သက်တန်နာများ ပေါက်ခဲ့သော် ၎င်းအမြစ်ကို ဆန်ဆေးရည်နှင့် သွေး၍ သောက်ရ၏။

မီးဖွားခက်ခဲခြင်း။ ။မိန်းမများ သားဖွားရခက်ခြင်းကို လွယ်ကူစွာ ဖွားမြင်စေခြင်းငှာ ၎င်းတိလကာ်သာမြစ်ကို ညက်စွာ ကြိတ်၍ ကိုယ်ဝန်ရှိသော မိန်းမ၏ ချက်, ဆီးအိမ်, ဗိုက် ၎င်း ၃-နေရာကို တနေ့ ၂- ကြိမ်မျှ လိမ်းပေးခဲ့သော် လွယ်ကူစွာ ဖွားမြင်နိုင်၏။

မှတ်ချက်။ ။အချို့ ဆေးကျမ်းများတွင် ၎င်းပါဌ္ဌာ ဟူသော ပုဒ်ကို ကြွက်နပေါင်းပင် ဟု ပြန်ဆိုကြကုန်၏၊ သို့သော် ကျမ်းရင်း အဖွင့်များတွင် အရွက်မှာ နှလုံးပုံသဏ္ဍာန် ဟု၎င်း ဆင်တုံးမနွယ်ရွက်မျှ၎င်း အမြစ်သည် မြေတွင်းသို့ နက်ရှိုင်းစွာ ဝင်သည် ဟု၎င်း အရသာ ခါးလှ၏ ဟု၎င်း ဖွင့်ဆိုခြင်းတို့ကို ထောက်က ကြွက်နပေါင်း မဟုတ်သည်မှာ ထင်ရှား၏။

၎င်းအပင် (ဆောင်းမေးခါး) ၏ ပုံကို ပဌမတွဲ စာမျက်နှာ ၂၉၅-၌ ကြည့်ပါကုန်၊ ရှေးက ထိုဆောင်းမေးခါးကို တိလကာ်သာ ဟု ခေါ်ဆို သုံးစွဲကြကုန်၏၊ အရိုင်းမျိုး ဖြစ်၏၊ အယဉ်မျိုး ဖြစ်သော ဆောင်းမေးခါးကိုမူ ဣန္ဒိယမှ မှာယူ၍ အသုံးပြုရောင်းချသောကြောင့် ကုလားဆောင်းမေးခါး နှင့် မြန်မာဆောင်းမေးခါး ဟု ကွဲပြား၍ ခေါ်ဝေါ် သုံးစွဲကြကုန်၏၊ အမြစ်မှာမူ ၂-မျိုးလုံး ပင် ခါးကုန်၏၊ သို့သော် ပင်ထောင်နွယ်မျိုးချင်းကား ကွာခြားကုန်၏။

ကုလားဆောင်းမေးခါးမှာ ပုံပြ အဘိဓာန် ပဌမတွဲ လာ အတိုင်း ပင်စောက်မျိုး ဖြစ်၍ မြန်မာဆောင်းမေးခါးမှာမူ နွယ်ပင်မျိုး ဖြစ်၏ ဟု မှတ်ယူရမည်။

တွင်းနက်

လက်တင် Anodendron paniculatum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် နွယ်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းနွယ်ရောင်သည် ပြာနှမ်းနှမ်း ရှိ၏၊ နူးညံ့၏၊ ၎င်းအရွက်သည် ၄-လက်မမှ ၆-လက်မထိ ရှည်၍ ၃-လက်မမျှ အနံ ရှိ၏၊ အပွင့် သေးငယ်၍ ဝါသော အရောင် ရှိ၏၊ အစေ့မှာ နီရောင်သန်းလျက် ပြာနှမ်းနှမ်း ရှိ၏၊

ဂုဏ် နှင့် အသုံး။ ။အတိသာရ ခေါ် နာတာရှည် ဝမ်းသက်ရောဂါများ အတွက် များစွာ အသုံးဝင်သော ဆေးတမျိုး ဖြစ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

တွင်းနက်ကတိုး (တောစပါယ်)

သက္ကတ कृष्णसारिवा

ဟိန္ဒီ श्यामलता (ဆယာမလတာ)

လက်တင် Ichnocarpus frutescens

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းဆေးပင်သည် နွယ်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်မှာ ရှည်ဝိုင်း၍ အလျား ၂-၃-လက်မ ရှိ၏၊ အနံ ၁-လက်မမှ ၁-လက်မခွဲ ရှည်၏၊ အပွင့် သေးငယ်၍ ဖြူရောင် ရှိ၏၊ ၎င်း၌ နီရောင် အမွေးနုကလေးများ ရှိ၏၊ ၎င်း၏ အမြစ်သည် ဥပသကာမြစ်နှင့် တူလေ၏၊ သို့ရာတွင် အခေါက်၏ အရောင်မှာ နက်ရောင် သန်း၏၊ အတွင်းသားသည် မာကျော၏၊ ဥပသကာ၏ အနံ့ ပင် ရလေ၏။

ဂုဏ် နှင့် အသုံး။ ။အေး၏၊ သုက်ကို ပွားစေ၏၊ ချို၏၊ လေရောဂါ, သွေးခဖောက်ပြန်ခြင်း, ရေငတ်ခြင်း နှင့် အဖျားရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အထူးသဖြင့် ၎င်းဆေးပင်၏ ဂုဏ်သတ္တိတို့သည် ဥပသကာနှင့် တူမျှလေသဖြင့် ဥပသကာကဲ့သို့ ပင် အသုံးပြုနိုင်လေသည်။

မှတ်ချက်။ ။ဥပသကာသည် အဖြူ အညို ၂-မျိုး ရှိရာတွင် ယခု ရေးသားသော တွင်းနက် ကတိုးမှာ ဥပသကာ အညိုမျိုး ဖြစ်၏၊ ထို့ကြောင့် 'ကဏှသာရိဝါ' ဟု ခေါ်ဆိုကြကုန်၏၊ ဆေးကျမ်းကြီးများ၌ ဥပသကာ ၂-မျိုး ဟု ဖွင့်ဆို မိန့်ကြားရာတွင် ဤတွင်းနက်ကတိုး နှင့် ယခု သုံးစွဲနေသော ဥပသကာကို သာ ယူရမည်။

အထူးသတိပြုရန်မှာ အချို့ အရပ်ဒေသတို့၌ ပင်စောက် ပင်ကြီးမျိုးတို့၏ အရွက်ကို ချက်ပြုတ် တို့ မြုပ် စားသောက်၍ အသားကို ဆေးရိုးလည်း ပြုလုပ်ကာ ဆေးလိပ် ပြုလုပ် သောက်ကြသော အပင်ဘမျိုးကို ဥပသကာ တမျိုး ဟူ၍ ခေါ်ကြကုန်သေး၏၊ သို့သော် အထက်ဖော်ပြပါ ဥပသကာမျိုးတွင် မပါချေ။

ဥပသကာသည် ဆေးဘက်တွင် များစွာ အသုံးဝင်၍ အကျိုးပြု၏၊ မြန်မာပြည်တွင် ၂-မျိုးစလုံး ပင် ရနိုင်၏၊ သို့သော် ရိုးရိုး ဥပသကာ အဖြူကို အိန္ဒိယမှ မှာယူ အသုံးပြုခဲ့ကြကုန်၏၊ ဥပသကာအနက် (တွင်းနက်ကဘိုး) ကိုမူကား အိန္ဒိယ၌ ပင် လွန်စွာ နည်းပါး၍ မြန်မာပြည်၌ များစွာ ပေါက်ရောက်သဖြင့် ထွက်ကုန် အဖြစ်နှင့်လည်း ကြိုးစားနိုင်ခဲ့သော် ၂-တိုင်းပြည်လုံး ကျေးဇူး များနိုင်စရာ အကြောင်း ရှိ၏၊ မြန်မာပြည်၌ကား ဥပသကာ ၂-မျိုး ရှိရာတွင် တမျိုးကို သာ အသုံးများ၏၊ ဆေးနည်းတို့၌ များစွာ ပါကုန်၏၊ အိန္ဒိယ၌ကား ဥပသကာ ၂-မျိုး ဟု တွဲ၍ သုံး၏၊ ထို့ကြောင့် တွင်းနက်ကတိုး ခေါ် ဥပသကာ အနက်သည် အိန္ဒိယ၌ အမြဲ လိုအပ်သည် သာ ဖြစ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

တည်ကြီး (ဘုတ်ပင်)

သက္ကတ	တိန္ဒုက	အင်္ဂလိပ်	River Ebony
ဟိန္ဒီ	တိန္ဒူ (တိန္ဒု)	လက်တင်	Diospyros embryopteris

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ငင်းတည်ပင်သည် ၂၅-ပေမှ ၄၀-ပေ အထိ မြင့်၏၊ ငင်းအပွင့်သည် မွေး၏၊ ဖြူသော အရောင် ရှိ၏၊ အသီးမှာ နီရောင်သန်း၍ ဝါသော အရောင် ရှိ၏၊ ငင်းအသီး၏ မျက်နှာဝတွင် ၅-မြောင့် ရှိသော သီးညှာအဖတ် အုပ်လျက် ရှိ၏၊ အတွင်းသားသည် သကြားသီးကဲ့သို့ ချိုမြသော အရသာ ရှိ၏၊ ငင်း၏ အစေ့များ ချိုင့်ချိုင့် ရှိ၏၊ အနက်ရောင်သန်းသော အစေ့များ ၃-၄-စေ့မျှ ရှိ၏၊ ငင်းအပင်မှလည်း အစေးတမျိုး ထွက်၏။

ဂုဏ် နှင့် အသုံး။ ။ငင်းသည် ဖန်၏၊ ခါးသက်သက် ရှိ၏၊ နူးညံ့၏၊ ပူ၏၊ အနာစိမ်းများကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ လေနိုင်၏၊ ငင်း၏ အသီးစိမ်းသည် နူးညံ့၏၊ ဖန်၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ မလတို့ကို တားမြစ်၏၊ အေး၏၊ ခြောက်ထပ်၏၊ လေကို ပွားစေ၏။

ငင်း၏ အသီးမှည့်သည် သည်းခြေ, ဒုလာသရောနာ, သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း, ကျောက်တည်ရောဂါ တို့ကို နိုင်နင်းသော သတ္တိ ရှိ၏၊ ငင်းအသီးမှည့်သည် ခံတွင်း ကောင်းစေ၏၊ နူးညံ့၏၊ လေနာကို နိုင်၏၊ ငင်းတည်ပင်၏ အနှစ်သားသည် သည်းခြေ ရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အတိသာရ ဝမ်းသက်ရောဂါ။ ။ငင်းတည်သီးကို ရေဖြင့် ကျိုချက်သော် ဆီများ ထွက်လာ၏၊ ငင်းအဆီ အစက် အနည်းငယ်ကို ချင်းရည်တွင် ထည့်၍ သောက်သော် ဝမ်းသက် ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

အတိသာရ ဝမ်းသက် ရောဂါ။ ။(နောက် တနည်း) ငင်းအစေ့၏ အမှုန့်ကို အနည်းငယ် အနည်းငယ်မျှ စားပေးခဲ့သော် ဝမ်းရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ပန်းနာ ရင်ကျပ်။ ။တည်သီး အခွံကို အခြောက် ပြုတ်၍ ဆေးရှူ ပိုက်ဖြင့်ငင်း ဆေးလိပ် ပြု၍ငင်း ရှူပါက ပျောက်ကင်း၏။

ပါးစပ်ကွဲနာ။ ။ပါးစပ် ခံတွင်း အတွင်း၌ အပူဖုများ ပေါက်ခြင်း, ပူလောင်ခြင်း, ပေါက်ကွဲခြင်း ဖြစ်မူ ငင်းအသီးကို ရေနွေးဖျော်၍ ငင်းရေနွေးကို ငုံပေးခြင်း နှုတ်ကျင်းခြင်း ပြုလုပ်ပါက ပါးစပ် အာခေါင် ပူလောင်ခြင်း, ကွဲခြင်း, အပူဖုများ ပေါက်ခြင်း တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)

အနာစိမ်း ပေါက်ခြင်း။ ။တည်သီး အစိမ်းကို ထိပ်ဝမှ အပေါက် ဖောက်ခဲ့သော် တမျိုးသော အဖန်ရေများ ထွက်လာပါလိမ့်မည်၊ ၎င်းရသာရည်ကို အနာစိမ်းများပေါ်သို့ လိမ်းပေးပါက နုလျှင် ပိန်၍ ရင့်လျှင် ပေါက်သွားပါလိမ့်မည်။

မီးရပ်ဖြူရောဂါ။ ။၎င်းအသီး၏ သတ္တုရည် ၈ -ပဲသားမျှကို ရေ ၄၀- မျှနှင့် ရော၍ မိန်းမ၏ ယောနိ အတွင်းသို့ ပိုက်မြှန် စသည်တို့ဖြင့် သွင်းပေးသော် မီးရပ်ဖြူနာ ပျောက်ကင်း၏။

ရက်ခြားဖျား။ ။တည်ခေါက်ကို ထက်ဝက် ခန်းအောင် ပြုတ်၍ သောက်ခဲ့သော် အအေးပတ်သော အဖျား, ရက်ခြားဖျား ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မျက်စိရောဂါ။ ။တည်ပင်၏ အသားကို သွေး၍ မျက်စဉ်းခပ်ပေးမူ မျက်စိရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ချေးသီးစတ်၍ ရောင်ရမ်းခြင်း။ ။ချေးသီးစက်ခြင်း ချေးသီး အခိုးရိုက်၍ ပူလောင်ပေါက်ကွဲခြင်း စက်ခြင်း ဖြစ်ခဲ့သော် ၎င်းတည်သားကို သွေး၍ လိမ်းပေးပါက ပျောက်ကင်းစေ၏။

သန်းပျောက်ဆေး။ ။ဦးခေါင်း၌ သန်းများ အလွန် ပေါများနေပါက တည်ခေါက်ကို နွားကျင်ငယ်ဖြင့် သွေး၍ လိမ်းပေးပါက သန်းများ ပျောက်သွားပါလိမ့်မည်။

မှတ်ချက်။ ။၎င်းတည်ရွက်ကို အိန္ဒိယပြည်၌ အချို (ဗီလ°) ဆေးလိပ်များ ပြုလုပ်သောက်ကြသည်၊ မြန်မာပြည်တွင် စွယ်ဘော်ရွက် ဘန့်ဘွေးရွက် စသည်တို့ကို ဆေးလိပ်ပြုလုပ် သောက်ကြသကဲ့သို့တည်း။

တည်ကလေး

သက္ကတ क,कतिंदुक

ဟိန္ဒီ मकरतेंदुआ (မက,ရိ-တင်ဒုအာ)

လက်တင် Diospyros melanoxylon

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းသည် ပင်လတ်မျိုး တည်ပင် ဖြစ်လေသည်၊ ၎င်းအခေါက်သည် နက်ရောင်သန်း၏၊ ၎င်းအပင်၏ အကိုင်းနုများဖျားတွင် အမွေးနု များစွာ ရှိ၏၊ အရွက်၏ အရှည်သည် ၅-လက်မ ရှိ၍ အနံ ၃-လက်မမျှ ရှိ၏၊ အရွက်ဖျား ချွန်၏၊ ခွေးသွားစိပ် ရှိ၏။

၎င်းအရွက်ပေါ်တွင် ၆-မှ ၁၀-အထိ အကြောများ ရှိ၏၊ အသီးမှာ တည်ကြီး အသီးနှင့် တူ၏၊ အစေ့မှာ ၂-စေ့မှ ၈-စေ့ အထိ ရှိ၏၊ တည်ကြီး အစေ့နှင့် ပင် တူလေ၏၊ ဆေးအသုံးတွင် အထူးသဖြင့် အခေါက်ကို ပင် အသုံးပြုကြ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် အသုံး။ ။အသီးသည် ခါး၏၊ ဖန်၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ စပ်ဖျဉ်းဖျဉ်း ရှိ၏၊ မလတို့ကို ပိတ်ပင်၏၊ အူတို့ကို တွန့်ရှုံ့စေ၏၊ အသီးမှည့်သည် သည်းခြေ နှင့် လေ ရောဂါတို့ကို နိုင်၏။

အရွက်သည် ဆီးရှင်ခြင်း, ဝမ်းကြောတင်းခြင်း, ရောင်ခြင်းတို့ကို ပျောက်စေ၏၊ နူးညံ့စွာ ဝမ်းသက်စေ၏၊ သွေးယိုစီးခြင်းကို တားမြစ်၏၊ နှာခေါင်းမှ သွေးယိုခြင်း, ကြက်မျက်သင့်သော ရောဂါများ အတွက် များစွာ အကျိုးပြု၏၊ မျက်စိမှုန်ခြင်း, အမြင် အားနည်းခြင်း တို့ကို ကောင်းအောင် ပြုပြင်တတ်၏။

ဆံပင်ကျွတ်ခြင်း, မျက်စိနာခြင်း, ပူလောင်ခြင်း, ယားယံခြင်း, အနာဟောင်းများ နှင့် အဆုတ်နာများ အတွက် များစွာ အကျိုးပြု၏၊ အပွင့်ခြောက်သည် ကာမ အားပေး၏၊ သွေး အားတိုး၏၊ ဆီးရှင်၏။

မီးရပ်ဖြူရောဂါများတွင် အကျိုးပြု၏၊ ဆီးအောင့်ခြင်း, သရက်ရွက်ကြီးသော ရောဂါ, ပူလောင်ခြင်း, ယားယံခြင်း, ကြက်မျက်သင့်ခြင်း, သွေးပူလောင်ခြင်းတို့ကို များစွာ အကျိုးပြု၏၊ အထူးသဖြင့် အတိသာရ ဝမ်းသက်ရောဂါ တို့ကို ကာကွယ်နိုင်၏။

မှတ်ချက်။ ။တည်ပင် ဟူသော အမည်ဖြင့် ခေါ်ဝေါ် သုံးစွဲနေကြခြင်းသည် များစွာ ရှိ၏၊ နိဃဏ္ဍုကျမ်းတို့၌ကား ၂-မျိုး ဖော်ပြထားသည်ကို တွေ့ရ၏။

(က) **တည်ကြီး**။ ။၎င်းကို ရှေးက တရုပ်တည် ဟု ၎င်း, သဘော်တည် ဟု ၎င်း ခေါ်ကြကုန်၏၊ ရေနန်း ပုတ်ပင်ဟုလည်း ခေါ်ကြကုန်သေး၏။

(ခ) **တည်ကလေး**။ ။၎င်းကို မြန်မာတည် ဟူ၍၎င်း, မျောက်တည် ဟူ၍၎င်း ခေါ်ကြကုန်၏၊ မက္ကဋ သဒ္ဒါ မျောက်ကို ဟော၏၊ 'မက္ကဋဘိန္ဒု-မျောက်တည်' ဟု တိုက်ရိုက် ပြန်ဆိုကြဟန်တူ၏၊ အချို့ အရပ်၌ ၎င်းကို တောင်ဘုတ်ပင် ဟု ခေါ်ကြကုန်၏။

တိန်းညက်ပင်

သက္ကတ ပတင်္ဂ

ဟိန္ဒီ ပတင်္ဂ (ပတံဂ်)

လက်တင် Ceasalpinia Sappan

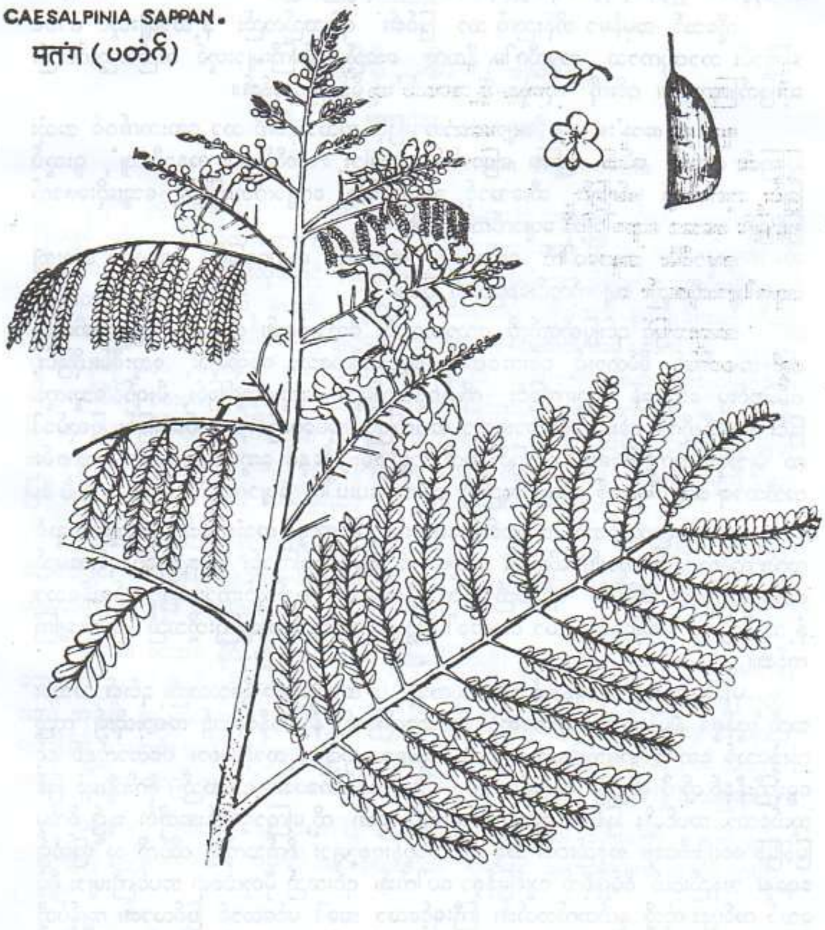
ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းအပင်သည် ၁၈-ပေမှ ပေ ၃၀-အထိ မြင့်၏၊ ပင်စည်၌ ဆူးများ ရှိ၏၊ အရွက်ခက်သည် ၅-လက်မမှ ၁၅-လက်မ အထိ ရှည်၏၊ ၎င်းရွက်ခက် အရိုးတွင်လည်း ဆူးရှိ၏၊ အရွက် ထွက်ပုံမှာ စိန်ပန်း စသည်ကဲ့သို့ ရွက်ခက် ရှိ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

တိန်းညက်ပင်

CAESALPINIA SAPPAN.

पतंग (ပတံဂ်)



အပွင့်သည် ခက်ဖျား၌ ပွင့်၏၊ သီးတောင့်သည် ၂-လက်မမျှ ရှည်၏၊ အသားနှစ်သည် နီကြန်ကြန် ရှိ၏၊ ၎င်းအနှစ်ကို ရေနွေး ပူပူတွင် ထည့်၍ မွှေပေးပါက ရေသည် ခဏချင်း ပင် နီမြန်းလာ၏၊ ၎င်းအသားကို ထုံးဖြင့် သုတ်လျှင် နီရောင် ထင်လာ၏၊ အချို့ ဒေသများတွင် ဆေးနံ့သာ ယူ၍၎င်း, နံ့သာနီ ဟူ၍၎င်း ခေါ်ဆို သုံးစွဲကြသည်။

သို့သော် အမှန်မှာ တိန်းညက် သာ ဖြစ်၏၊ ၎င်းသည်လည်း နံ့သာမျိုးတွင် ပါဝင်ကြောင်း ဘာဝပ္ပကာသ, သာလိဂ္ဂါမ နိဃဏ္ဍု စသည့် ကျမ်းကြီးများတွင် တညီတညွတ်တည်း ဆုံးဖြတ်ကြကုန်၏၊ ၎င်းကို 'ကုစန္ဒန- နံ့သာငယ်' ဟု မိန့်ဆိုကြကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် အသုံး။ ။များသောအားဖြင့် အသားနှစ်ကို သာ ဆေးဘက်ဝင် အသုံးပြုကြ၏၊ အေး၏၊ စပ်၏၊ ချဉ်၏၊ ခြောက်၏၊ လေဖျား, သလိပ်ဖျား, အနာမီးလျှံ, ရူးသွပ်ခြင်း, ဘုတ်တစ္ဆေ ဖမ်းခြင်း, ဆီးအောင့်, ဆီးချုပ်ခြင်း, ကျောက်တည်ခြင်း, သွေးဆိုးဖောက်ပြန်ခြင်း စသော ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အနာစိမ်း အနာပေါက် ရောဂါတို့ကို အသားနု တက်စေခြင်း သွေးလျှံ သွေးကျ ရောဂါများကိုလည်း ပျောက်ကင်းစေခြင်းကို ပြု၏။

အထူးသဖြင့် ၎င်းပွတ်ရည်ကို သောက်လည်း သောက်ရ၏၊ ထို့ပြင် ၎င်းပွတ်ဆေးရည်တွင် အဝတ်ဖြင့် စိမ်ထား၍ ၎င်းအဝတ်ကို အနာပေါက်သော နေရာများ, သွေးစိမ်းယိုခြင်း, ဝမ်းတွင်းမှ သွေးအန် သွေးကျခြင်း, ကိုယ်ဝန်သည်များ သွေးကျော်ခြင်း, မီးရပ် သွေးလွန်ခြင်း စသည်တို့ကို ၎င်းဆေးစိမ်ထားသော အဝတ်ဖြင့် အုပ်ပေးခြင်း, ကပ်ပေးခြင်း ပြုလုပ်ပါက များစွာ အကျိုးရှိစေ၏၊ ၎င်းပြင် အတိသာရ ဝမ်းရိုးရိုး နှင့် သွေးနှင့်ယှဉ်သော သွေးဝမ်း အတိသာရ ရောဂါများကို ၎င်းပွတ်ရည်ကို သောက်ပေးပါက ပျောက်ကင်းစေ၏။

၎င်းတိန်းညက်ပင်သည် အရောင်ဆိုးဆေး အတွက် အလွန် အသုံးဝင်၏၊ အသွေးအဆောင်လည်း လွန်စွာ တောက်ပ၏၊ ဆိုးဆေး အတွက် အသုံးပြုခဲ့ကြကြောင်း 'ရဥ္စန, သုရင်္ဂ' ၎င်းအမည်ဟော ပုဒ်တို့ဖြင့် သိနိုင်၏၊ ၎င်းသည် နံ့သာမျိုးနေရာ၌ ထည့်သွင်းထားသဖြင့် မှန်ကန်သော နံ့သာနီမျိုးကို မရနိုင်တော့သော ယခုအခါမျိုး၌ ရှေးပိန္နော ဆရာကြီးတို့သည် အသုံးချကြကုန်၏။

မှန်၏၊ ၎င်းကို 'ကုစန္ဒန · နံ့သာငယ် တမျိုး' ဟု အမည်ဟော ရှိလေသည်၊ ၎င်း၏ အသားသည် လွန်စွာ နီမြန်း၍ အသွေးအရောင် လှသောကြောင့် နံ့သာနီနေရာ၌ အစားထိုး၍ ထည့်သုံးခဲ့သော် ဆေး၏ အသွေး အရောင်သည် လွန်စွာ လှ၍ နံ့သာနီအစား ပတောက်နှစ် နှင့် ရွှေးကြီးနီနှစ် တို့ကို ထည့်၍ သုံးခြင်း ထက် ပို၍ သင့်မြတ်ပေ၏၊ ၎င်းသည် စိုက်ပျိုးရန် ဖြစ်လွယ်သော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အစေ့ အခွံသည် ထူ၏၊ ထို့ကြောင့် ၎င်းအတိုင်း ချ၍ စိုက်မူ မြန်မြန် မပေါက်ချေ၊ အနည်းငယ် အခွံကို ကင်ပွန်းစေ့များ စိုက်သကဲ့သို့ ထိပ်ကို လှီးဖြတ်၍ ရေနွေး အနည်းငယ် စိမ်၍စိုက် လျှင်မြန်စွာ ပေါက်၏၊ ၎င်းသည် မှီတွယ်စရာ အပင်ကြီးများ ရှိခဲ့သော် ကင်ပွန်း ကဲ့သို့ နွယ်တက်တတ်၏၊ ကြီးရင့်သော အခါ ပင်ထောင် ဖြစ်လာ၏၊ ကျွန်ုပ်တို့ စိုက်ပျိုးထားရာ၌ တွယ်စရာ နေရာ မပေးသဖြင့် တရှိန်တည်း ပင် ပင်စည်ရောင် ပင်လုံးနှင့် တက်လာ၏၊ ပင်ယောင် နွယ်ယောင် ဖြစ်သော အပင်မျိုးတည်း။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အထူးသဖြင့်။ ။၎င်းသည် လွန်စွာ အနှစ်များ၏၊ လက်မောင်းမျှ လုံးရပ် သဏ္ဌာန် ရှိလျှင်ပင် အသုံးချနိုင်၏၊ များစွာ ကျေးဇူး ဖြစ်ထွန်းနိုင်သော အပင်မျိုး ဖြစ်၏။

တိန်ညင်း (ဒညင်း)

ဟိန္ဒီ **ဈချလောရ** (ကကျလိုရာ)

လက်တင် Pithecellobium Bigeminum

ဂုဏ် နှင့် အသုံး။ ။အသီးကို ဆီးချိုရောဂါ၌ သုံး၏၊ ၎င်းကို ဆားရည် စိမ်ပြီးလျှင် ထိုဆားစိမ်ရည်ကို သောက်ရာ၏၊ ဒညင်းသီး၏ အတွင်းအခွံကို စားသောက်ရာ၏၊ ဆီးချိုရောဂါသည် အမျိုးများလှသဖြင့် ဆီးလွန်သော ဆီးနံ့ မရှိသော ရေတော်သည့် ဆီးချိုရောဂါ တမျိုးတွင် အထောက်အပံ့ ပေး၏၊ သွေးတွင် ဝင်ရောက်၍ ချိုသော နက်ရှိုင်းသည့် ဆီးချိုရောဂါတို့၌မူ ၎င်းအသီးသည် အကျိုးမပြုချေ၊ အသီးထက် အသီး၏ အခွံပါးက ပို၍ ကျေးဇူးများဟန်ကို သတိပြုသင့်၏၊ ၎င်းအသီးသည် နှုတ်ကိုလည်း လွန်စွာ မြိန်စေ၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ ဆားရည်စိမ်၍ စားသောက်ခြင်း မီးအုန်း၍ စားသောက်ခြင်းသည် အစိမ်းသက်သက် စားသောက်ခြင်းထက် အပြစ်ပြုရာ၌ သက်သာ၏၊ ၎င်းသည် အကျိုးပြုခြင်း ထက် အပြစ်ပြုခြင်းက ပို၍ များ၏၊ အကြောင်းမူ ဒညင်းသီးသည် ကြေကျက်ခဲ၏၊ လေး၏၊ လေ၏ လှုပ်ရှား သွားလာမှုကို တားမြစ် ပိတ်ပင်၏၊ ဒညင်းသီး၌ တည်ရှိသော အနံ့ အခိုး (လေ) တမျိုး ရှိ၏။

၎င်းသည် အထက်သို့ တက်စေ၏၊ သန်းဝေခြင်း, ခေါင်း ဇက် လေးခြင်း, ထိုင်းမှိုင်းလေးလံခြင်း စသည်ဖြင့် များစွာ အပြစ်ပြုသောကြောင့် ငယ်ရွယ်သူ ဝမ်းမီးကောင်းသူမှ တပါး ထိုအသီးကို များစွာ မစားသင့်ချေ။

မလေး စသော နိုင်ငံတို့၌ ၎င်းအသီးကို အဆိပ်တမျိုး ဖြစ်သည် ဟု မှတ်ယူကာ မစားသောက်ကြပေ၊ 'အချိုတွင် သကာလောင်း' ဟူသကဲ့သို့ ဝက်သားနှင့် ချက်ကြ၏၊ အချို့သူတို့သည် အုံးနို့ အုံးသီးများဖြင့် ပေါင်း၍ စားကြ၏၊ လွန်စွာ အရသာ ရှိပါ၏၊ ကြေကျက်ခဲသဖြင့် ချင့်ချိန်၍ စားရာ၏၊ တခါတည်းမှာပင် တခွက် တပြည်ခန့် စားသောက်ကြ၍ ထိုနေ့၌ပင် အသက် အန္တရာယ်ပြုသွားသည် အထိ ခံရ၏၊ တောက်တတ်သော အဆိပ်ငယ်မျိုး ရှိသည်ကို သတိပြုရာ၏။

အရွက်ကို ပြုတ်လျက် နူနာရောဂါ၌ အတွင်းဆေး အပြင်ဆေး အဖြစ်ဖြင့် အသုံးပြုရ၏၊ ဆံပင်တို့ကို သန်စေတတ်၏၊ ဝမ်းကို သက်စေတတ်၏၊ သို့ရာတွင် နှလုံး အတွက် အဆိပ် တမျိုး ဖြစ်၏။

မှတ်ချက်။ ။တိန်ညင်း အမျိုးအစားတွင် ပါဝင်သော ကျဲတညင်း ခေါ် တညင်းတမျိုးလည်း ရှိသေး၏၊ လက်တင်ဘာသာအားဖြင့် ယင်းကျဲတညင်းကို Heliciawbrelsa ဟု ခေါ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

၎င်းကျဲခြည်းသီးကို ကလေးများ သန်ထသော အခါ လည်ပင်းတွင် ဆွဲပေးပါက သန်ထခြင်းမှ ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

တောက်တာ

လက်တင် Zingiber Sauarrosum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။တောက်တာသည် ဖာလာမျိုး ဖြစ်၏၊ အသီး အပွင့်တို့သည် မြေနှင့်ကပ်၍ ပွင့်သီး၏၊ ဂုံမင်းနှင့် တူ၏၊ မိုးအခါတွင် ပေါက်၏။

ဂုဏ် နှင့် အသုံး။ ။စပ်၏၊ ပူ၏၊ ဆီးနှင့် ပတ်သက်သော ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ မှို စသည် တောက်ခြင်း၊ အန်ခြင်း၊ မကြေကျက်ခြင်း၊ အဆိပ်ဖြစ်ခြင်းတို့ကို နိုင်၏၊ ငါးပိ အတို့ အပြုတ် လုပ်၍ စားကြ၏၊ ဟင်းခါး ချက်စားကြ၏။

အထူးသဖြင့်။ ။မှိုတောက်ခြင်း၊ ဘဲဥ နှင့် ဖရဲသီး စားမိခြင်း၊ ပိန်းသီး နှင့် ကလောပိန်းဥ စားမိခြင်းကြောင့် အဆိပ်သင့်ခြင်း ဖြစ်ခဲ့သော် ၎င်းအသီးကို ဆားငန်ငန်နှင့် ပြုတ်၍ လူကြီးကို ကြွေဇွန်းကြီး ၃-ဇွန်း--ကလေးကို ၁-ဇွန်း ၂-ဇွန်း စသည် တိုက်ပါက မြန်စွာ သက်သာရာ ရစေ၏၊ အကယ်၍ အသီးကို မရမူ အမြစ်ကိုလည်း သုံးနိုင်၏။

ရှေးသူကြီးများသည် တောက်တာ ဟု ခေါ်ဆိုခြင်းမှာ အဆိပ် စသည်တို့ တောက်ခြင်းကို တာဝန်ယူ၍ ကာကွယ်ပေးသော အပင် ဖြစ်သောကြောင့် 'တောက်တာ' ဟူ၍ ခေါ်ဆိုကြသည် ဟု ပြောဆိုကြ၏။

တောက်တဲ့လက်ဝါး

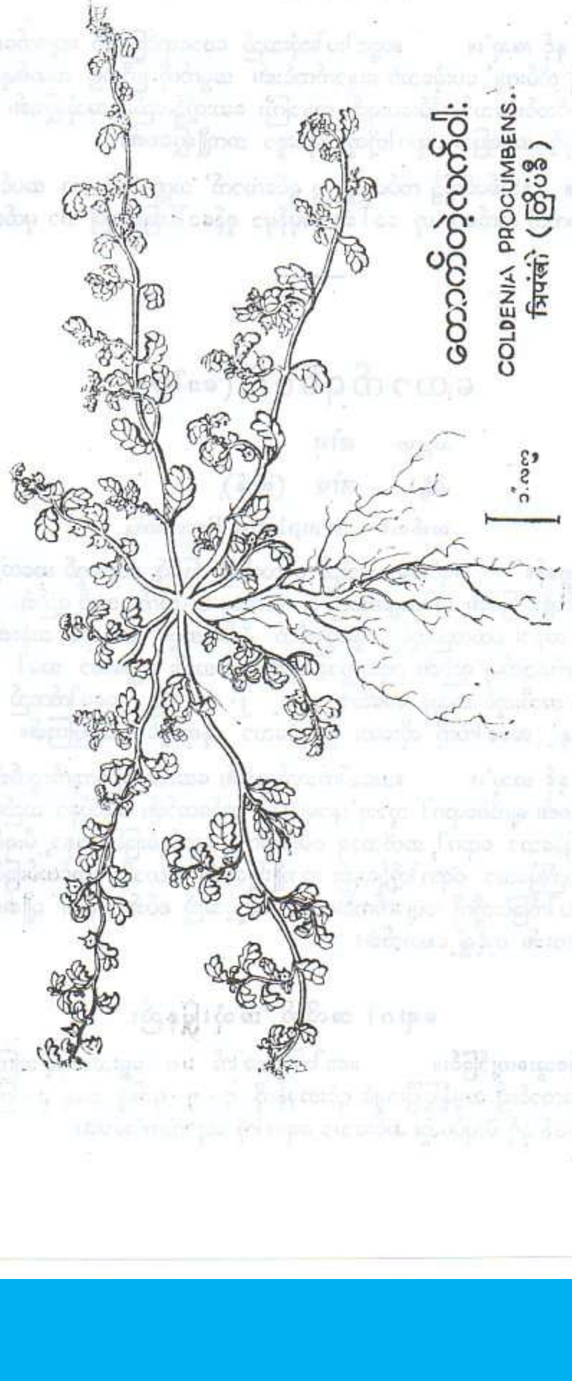
သက္ကတ त्रिपक्षी

ဟိန္ဒီ त्रिपंखी (တြိပံခီ)

လက်တင် Coldenia procumbems

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မြေတွင် ပြန့်သွားတတ်သော အမွေးရှိသည့် အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်ဝိုင်း၏၊ အလွှာ အမွေးများ၏၊ အပွင့် ငယ်၍ ဖြူ၏၊ အသီးသည် အောက်ဘက်မှ ကျယ်၏၊ အသီးတိုင်း အစေ့ ၄-စေ့ ရှိ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



No. 4

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် အသုံး။ ။ပဥ္စငါးပါးလုံးသည် ဖောရောင်ခြင်းကို ပျောက်စေ၏၊ ပြာကို ဆီနှင့် ရော၍ လိမ်းကျံ ပေးခဲ့သော် ပျောက်ကင်း၏၊ အရွက်ကို ကြိတ်၍ အဆစ်များ၌ လေကြောင့် ရောင်တင်းခဲ့သော် လိမ်းပေးရ၏၊ အနာကြီး ဆေးတို့၌လည်း အသုံးပြုရ၏၊ အနာကြီး ရောဂါများ နှင့် အရေပြား ရောဂါတို့တွင် များစွာ အကျိုးပြုစေ၏။

မှတ်ချက်။ ။သစ်ပင်တို့၌ ကပ်နေ၍ 'ဥ ရင်ကောက်' သဏ္ဌာန် ရှိသော အပင်ကို အချို့ တောက်တဲ့ လက်ဝါး ဟု ခေါ်၏၊ အမှန်မှာ စွန်ခေါင်းဖြူ ဟူ၍ သာ မှတ်အပ်၏။

တောက်ရပ်ပင် (ဒေါက်ရပ်)

သက္ကတ လောဓ္ရ

ဟိန္ဒီ လောဓ (လိုဓ်)

လက်တင် Symplocos Recemosa

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းဆေးပင်သည် ပင်လတ်မျိုး ဖြစ်၍ တောတွင် အလေ့ကျပေါက်သော သစ်ပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းအရွက်သည် ၃ - လက်မမှ ၆ - လက်မ အထိ ရှည်၏၊ ဥပုံသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အရွက် အနား ပတ်လည်တွင် ခွေးသွားစိတ် ရှိ၏၊ အပွင့် ဝါရောင် သန်း၏၊ မွှေး၏၊ အသီးမှာ လက်မဝက်မျှ ရှည်၏၊ ဥပုံသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ ၎င်းအသီး မှည့်သော အခါ ခရမ်းရောင် အဆင်း ရှိ၏၊ အသီးတွင် အလွန် မာသော အစေ့ ၂ - စေ့ ရှိ၍ အခေါက်သည် နီကြန်ကြန် ရှိ၏၊ အရွက် နှင့် အခေါက်ကို ဆိုးဆေး ပြုလုပ်သော နေရာတွင် အသုံးပြုကြ၏။

ဂုဏ် နှင့် အသုံး။ ။အခေါက်သည် ဖန်၏၊ အေး၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ အူများကို တွန့်ရှုံ့စေ၏၊ မျက်စိရောဂါ သွားဖုံးနာများနှင့် သင့်တော်၏၊ သလိပ်နာ သည်းခြေနာ နှင့် သွေးဖောက်ပြန်သော ရောဂါ, အတိသာရ ဝမ်းရောဂါ, ရောင်ရမ်းခြင်း, နူနာ, မီးရပ်ရောဂါနှင့် ကိုယ်ဝန် မတည်မြဲသော ရောဂါတို့၌လည်း အကျိုးပြုစေ၏၊ ယောနိ ရောင်ယမ်းခြင်း, ယောနိတွင် အနာပေါက်ခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အပွင့်သည် စပ်၏၊ ဖန်၏၊ ချို၏၊ ခါးသက်သက်ရှိ၏၊ အေး၏၊ တွန့်ရှုံ့စေတတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

မီးရပ်သွေးကျော်ခြင်း။ ။ဒေါက်ရပ်ခေါက် ၁၀ - ရွေးသား နှင့် သကြားခဲ ၁၀ - ရွေးသားကို ထောင်း၍ အမှုန့်ပြုပြီးလျှင် ၎င်းအမှုန့်ကို ၄ - ၅ - ရက်မျှ တခနေ့ ၃ - ကြိမ်သောက်ပေးက ကိုယ်ဝန် နှင့် မီးရပ်သွေး ဆင်းသော ရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

သွားဖုံးနာခြင်း။ ။သွားဖုံးရောင်ခြင်း, ယိခြင်း, သွားများ နဲ့ခြင်း နှင့် ၎င်းမှ သွေးများ ယိုစီးခြင်း ဖြစ်မူ ဒေါက်ရပ်ခေါက်ကို ထက်ဝက်ခန့် ပြုတ်၍ နှုတ်ငုံဆေးပြုက ပျောက်ကင်း၏။

ကိုယ်ဝန်တည်ဆေး။ ။မိန်းမများသည် ၇ - လ- ၈ - လတွင် ပျက်ကျလေ့ ရှိခြင်းကို တားမြစ်ရန် ဒေါက်ရပ်ခေါက် ၁ - ကျပ်သား နှင့် ပိတ်ချင်းသီးမှုန့် ၁ - ကျပ်သားကို ပျားရည်နှင့် ရော၍ တနေ့ ၂ - ကြိမ်ကျ လျက်ပေးပါက ကိုယ်ဝန် ပျက်ခြင်းမှ ကင်းလွတ်စေ၏။

မျက်စိရောဂါ။ ။ဒေါက်ရပ်ခေါက်, ဇီယာဖြူ, ကျောက်ချဉ် – ၎င်း ၃ - မျိုးကို မီးဖုတ်ပြီး ဆတူ အမှုန့်ပြု၊ ရှားစောင်းလက်ပတ် အသားနှင့် ရော၍ အဝက်ဖြင့် ထုပ်ပြီး ရေတွင် စိမ်ထားပါ၊ ၎င်းရေကို မျက်စိတွင် ခပ်ပေးက မျက်စိယားခြင်း ကိုက်ခြင်း နှင့် မျက်စိနာခြင်းတို့ကို ပျောက်စေ၏။

နားလေထွက် နားအူ။ ။ဒေါက်ရပ်ခေါက်မှုန့်ကို နားတွင်းသို့ နှမ်းဆီနှင့် ရော၍ အနည်းငယ် ထည့်ပြီးလျှင် ကြက်တောင်ဖြင့် ကျပ်ပေးပါက နားလေထွက်ခြင်း နှင့် နာအူခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊

အဖျားဟောင်းပျောက်ဆေး။ ။ဒေါက်ရပ်ခေါက်, နံ့သာဖြူ, ပိတ်ချင်းမြစ်, မိဝုတ် (အတိဝိသ) ကိုကို အမှုန့်ပြု၍ သကြား ၁ - ကျပ်သား, ထောပတ်, ပျားရည်, နွားနို့ နှင့် ရော၍ လျက်စေသော် အဖျားဟောင်း ပျောက်ကင်း၏။

တောင်ကြာဥ

သက္ကတ पाठा

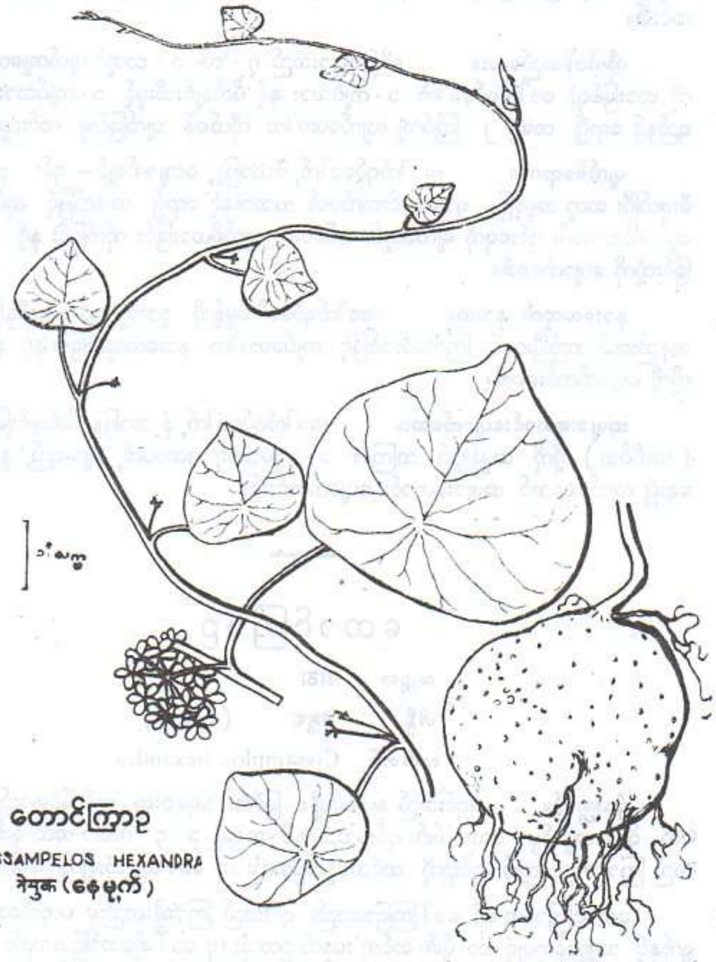
ဟိန္ဒီ नेमुक (နေမုက်)

လက်တင် Cissamplos hexandra

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် နွယ်ပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ရေဝေးရာ ကုန်းမြင့်များ၌ ပေါက်လေ့ ရှိ၏၊ အနွယ်မှာ သေးငယ်၏၊ ၎င်းဥသည် ၅ဝ - သားမှ ၃ - ၄ - ပိဿာ အထိ ရှိ၏၊ အရွက်သည် ကြာရွက်နှင့် တူ၏၊ ၎င်းဥကို ဆင်သမနွယ်ဥတလုံး ဟု ခေါ်ဆို သုံးစွဲကြကုန်၏။

တောင်ကြာ ဟု ပင် ခေါ်ကြငြားလည်း ၎င်းသည် ကြာမျိုးတည်းမှ မဟုတ်ချေ၊ ကြာရွက်နှင့် သဏ္ဌာန်တူမျှရုံ သာ ရှိ၏၊ ဆင်တုံးမနွယ် ဥတလုံး ဟု ခေါ်ဆိုသော်ငြားသည်း ဆင်တုံးမနွယ်မျိုးလည်း မဟုတ်ချေ၊ နွယ်ချင်း မျိုးချင်း သာ တူကြ၏၊ အချို့ သူတို့သည် ဆင်တုံးမနွယ်ကို ယူနေကျ ဆင်တုံးမနွယ်ကို ယူ၍- ဆင်သမနွယ်ကိုမူ တောင်ကြာကို ယူကြ၏၊ ဤကဲ့သို့ ခွဲခြားယူပုံကို မည်သည့် ခိုင်မာသော ဆေးအဘိဓာန်များတွင်မျှ မတွေ့ရချေ။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



တောင်ကြာခု

CISSAMPELOS HEXANDRA

ဂေဒုက (နေမူက်)

အမှန်မှာ တိလက်သာမျိုး ဖြစ်၏၊ စရက, စကြပါဏိဒတ္တ စသော ကျမ်းကြီးများတွင် 'ဒွေပါဋ္ဌာ' စသော စကားမျိုးကို အသုံးပြုထားလေကုန်၏၊ ၎င်းစကားကို ထောက်၍ ဒဗ္ဗဂုဏ ဝိညာဏ ဆရာကြီးက အကြီးမျိုးကို 'ရာဂျာပါဋ္ဌာ' အငယ်ကို 'လဟုပါဋ္ဌာ' ဟု ခွဲခြား၍ မိန့်မှာ ခဲ့၏။

သို့ပါ၍ လဟု ပါဋ္ဌာကို 'တိလက်သာ' ရာဂျာပါဋ္ဌာကို 'တောင်ကြာ' ဟု မှတ်ယူကြ ပါကုန်။

စန္ဒောဒသ ၅-တွဲ ၁၂၇၈-စာမျက်နှာတွင်လည်း ၎င်း၏ ဂုဏ်သတ္တိများကို တိလက်သာ အတိုင်း သုံးစွဲနိုင်ကြောင်းဖြင့် အထင်အရှား မိန့်ကြားထားခဲ့၏။

ဂုဏ် နှင့် အသုံး။ ။၎င်းသည် တိလက်သာ (မြန်မာ ဆောင်းမေးခါးမျိုး) ဖြစ်၍ တိလက်သာ အတိုင်း ပင် သုံးစွဲနိုင်၏။

အထူးသဖြင့်။ ။၎င်းဥကို ပါးပါး လှီး၍ ဝက်သားဖြင့် ပေါင်းကာ လေဖြတ်သူ လေငန်း ဖြစ်သူများကို တနေ့လျှင် ဝ်-သားမျှ ၂-ကြိမ် ကျွေး၍ ကုမကြလေသည်။

မှတ်ချက်။ ။အရွက်သဏ္ဍာန် အနေအထား တူ၍ ၎င်းအရွက်ရိုးမှ သွေးကဲ့သို့ ချင်းချင်း နီသော အစေးများ ထွက်သော တောင်ကြာ တမျိုး ရှိသေး၏၊ ၎င်းကို တောင်ကြာ ကြက်သွေး ဟု ခေါ်ကြကုန်၏။

တောင်တန်ကြီး

သက္ကတ अग्निमन्थ

ဟိန္ဒီ अरणी (အရနီ)

လက်တင် Premna Integrifolia

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းတောင်တန်ကြီးသည် အကြီးမျိုး နှင့် အငယ်မျိုး ဟူ၍ ၂-မျိုး ရှိလေသည်၊ အငယ်မျိုးသည် အမြင့် ၉-ပေ သာသာမျှ ရှိ၏၊ ပင်လယ်ကမ်းခြေ နှင့် ဒီချောင်း စပ်များတွင် ပေါက်လေ့ ရှိ၏၊ သစ်သား အရောင်မှာ ညိုရောင်သန်း၍ ဝါ၏၊ မာကြော၏၊ အနည်း ငယ် မွှေး၏၊ အပွင့် စိမ်းရောင်သန်း၍ ဝါ၏၊ အပွင့်မှာ ၃-ပဲမျှ ရှည်၍ လှသွားပုံ ရှိ၏၊ ၎င်းအ သီးတွင် အကန့် ၄-ကန့် ရှိပြီး တကန့်တွင် အစေ့ တစေ့ ရှိ၏၊ အရွက်သည် အလျား ၃-လက်မ ရှိ၍ အနံ ၂-လက်မမျှ ရှိ၏။

အထက်ပါ ရေးခဲ့သော တောင်တန်ကြီးမှာ ယခု ဈေးတွင် ရောင်းချ သုံးစွဲနေသည့် ထိပ်ဝ ၁-ပေမှ ၃-ပေအထိ ရှိသည့် တောင်တန်ကြီးမျိုး မဟုတ်၊ ရှေးခေတ် အခါက တောတောင် တန်ကြီး ခေါ်သည့် လုံးပတ် ထိပ်ဝ ထွာဆိုင်မျှရှိသော တောတောင်တန်ကြီးကို သာ ယူရမည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)

တောင်တန်ကြီး အကြီးမျိုး

၎င်းအကြီးမျိုးမှာ အမြင့်ပေ ၃၀ - မျှ မြင့်၏၊ အရွက်တွင် ခွေးသွားစိတ် ရှိ၏၊ အကိုင်းများတွင် မာကြောသော ဆူးများ စုံထွက်လျက် ရှိ၏၊ အပွင့်မှာ ညိုရောင်သန်း၍ ဖြူ၏၊ ပွင့်ချပ် ၅ ဖတ် ရှိ၏၊ တူ၏၊ တာကူးလ, ကဆုန်လများတွင် ပွင့်၏၊ အပွင့် ကြွေပြီးနောက် အနက်ရောင်သန်းသော အသီးများ သီး၏၊ ၎င်းသစ်သားသည် မာကြော၏၊ ၎င်းသစ်သား နှစ်ခုကို ပွတ်ပါက မီးထွက်လာ၏၊ အဂ္ဂိမန္ထ ဟု နိဃဏ္ဍု ဆရာကြီးများ ဖွင့်ဆိုခဲ့လေသည်။

အထက်ဖော်ပြပါ တောင်တန်ကြီး အကြီး အငယ် ၂ - မျိုးတွင် ဆေးသုံးရန် အသင့်လျော်ဆုံးသော တောင်တန်ကြီးမှာ အငယ်မျိုး သာ ဖြစ်၏၊ ၎င်းကို ဆေးသုံးရန် ပိုမို၍ သင့်ကြောင်းကို နိဃဏ္ဍုကျမ်းတို့၌ ဤသို့ ဆိုထား၏။

၎င်းတို့သည် မွှေးကြိုင်သော အနံ့များ အနည်းငယ်စီရှိကြသည့် အနှစ် အသားမျိုး ဖြစ်၏၊ ထို့ကြောင့် နံ့သာမျိုး ဟု ထင်ရ၏၊ မြန်မာတို့သည် နံ့သာမျိုးတည်းတွင် ထည့်သွင်း ခေါ်ဝေါ်ကြ၏၊ သို့သော် နံ့သာမျိုးကား မဟုတ်ချေ၊ ထို့ကြောင့် အပွင့်အကြောင်း နံ့သာအကြောင်း စသည်ဖြင့် ခွဲခြားကာ ဖော်ပြထားသော ဘာဝပ္ပကာသနိဃဏ္ဍုကျမ်းတို့၌ နံ့သာမျိုးဝဂ်တွင် မပါရှိချေ။

ဤကား နံ့သာမျိုးတည်းတွင် မပါသည်ကို ပါအောင် ထည့်သွင်း ခေါ်ဝေါ်ခြင်းသာ ဖြစ်၏၊ နံ့သာမျိုးတည်းတွင် ပါသည်ကို ခေါ်ဝေါ်သုံးစွဲရာ၌ မထည့်သွင်းဘဲ ထုတ်ပယ်ထားသော ဖြစ်ရပ်လည်း ရှိသေး၏၊ ၎င်းကား 'ပတင်' ခေါ်သော တိန်းညက်ပင် ပင် ဖြစ်၏၊ ၎င်းသည် နံ့သာမျိုးတည်းတွင် ပါ၏၊ မြန်မာတို့ ခေါ်ဝေါ် သုံးစွဲရာ၌ နံ့သာ အုပ်စုမှ ထုတ်၍ ခေါ်ဝေါ် သုံးစွဲကြလေသည်။

ဂုဏ် နှင့် အသုံး။ ။အခေါက်သည် ခါးသက်သက် ရှိ၏၊ ထက်၏၊ ပူ၏၊ လေနာ, သလိပ်နာ, ဖျော့တော့သောအနာ, ဖောရောင်ခြင်း, ခ‌ောတ်ချုပ်ခြင်း နှင့် ဝမ်းမီးနှုံ့ခြင်း ရောဂါတို့၌ အသုံးပြု၏။

အမြစ်သည်။ ။ဝမ်းသက်၏၊ ဝမ်းမီးကိုလည်း တောက်စေ၏၊ အသည်းရောင်ခြင်းနှင့် ထိုးအောင့်ခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ၎င်းအမြစ် ပြုတ်ရည်သည် နှလုံးကို အားပေး၏၊ ဝဖြိုးစေ၏။

အရွက်ပြုတ်ရည်သည်။ ။ဝမ်းမီး နှုံ့ခြင်း နှင့် ဝမ်းဖောရောင်ခြင်း တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အရွက်ကို ငြုပ်ကောင်းနှင့် ရော၍ ပေးပါက အပူအအေးပတ်သော ဝေဒနာ တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ပဥ္စင်္ဂါးပါး။ ။၎င်း၏ အရွက်, အပွင့်, အသီး, အခေါက်, အမြစ် ဟူသော ပဥ္စ ၅ - ပါးသည် အဆစ်ရောင်ရောဂါ ပြည်တည်လာသရောနာများကို ပြုတ်၍ တိုက်ရ၏၊ ၎င်းဆေးပင်သည် မီးရပ် ချုပ်ခြင်း, မီးတွင်း၌ ဖျားခြင်း, ဖောရောင်ခြင်းများ၌ များစွာ ကျေးဇူးရှိ၏၊ ရောဂါအလိုက် အသုံးပြုပုံကို တပဆေးတွင် အကျယ်ရှု၍ အသုံးပြုပါလေ။

တောင်မရိုးပင်

သက္ကတ सप्तपर्ण

ဟိန္ဒီ छतिवन (ချတိဝ,န်)

လက်တင် Alstonia Scholaris

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ လက်ပံရွက်ကဲ့သို့ ထွက်သော်လည်း အဖျားထိပ်ဝိုင်း၏၊ အပွင့်သည် အဆုပ်လိုက် ပန်းပွင့်ငယ်များ ပွင့်၏၊ ဖြူသော အရောင် ရှိ၏၊ သို့သော် အနံ့ မကောင်းချေ၊ အသီးမှာ ရှည်လျား သေးသွယ်၏၊ ၎င်းအပင်မှ ဖြူသော အစေး များ ထွက်၏၊ ထွက်စတွင် ဖြူသော်သည်း ခြောက်လျှင် မည်းနက်၍ သွား၏၊ အရသာ ခါးလှ၏၊ အခေါက်လည်း ခါးသော အရသာ ရှိ၏၊ အချို့သော သူတို့သည် လက်ပံခါး ဟူ၍ ခေါ်ဝေါ် သုံးစွဲကြကုန်၏၊ အစွမ်းသတ္တိကား ထူးခြားလှ၏၊ (တောင်မရိုး အဖိုကို ယူ။)

သို့သော် လက်ပံခါး အစစ်သည် လက်ပန်မျိုးမှ သာ ဖြစ်၏၊ ၎င်းလက်ပံမှ တဆင့် ထွန်း ပေါက်၍ ဖြစ်လာသော အပင်ကို ဆိုလိုသည်။

ဥပမာ။ ။ပေါက် အနီမှ အဖြူ, ကန့်ချုပ်နီမှ ကန့်ချုပ်နက် ဖြစ်လာသကဲ့သို့ ဖြစ်၏။

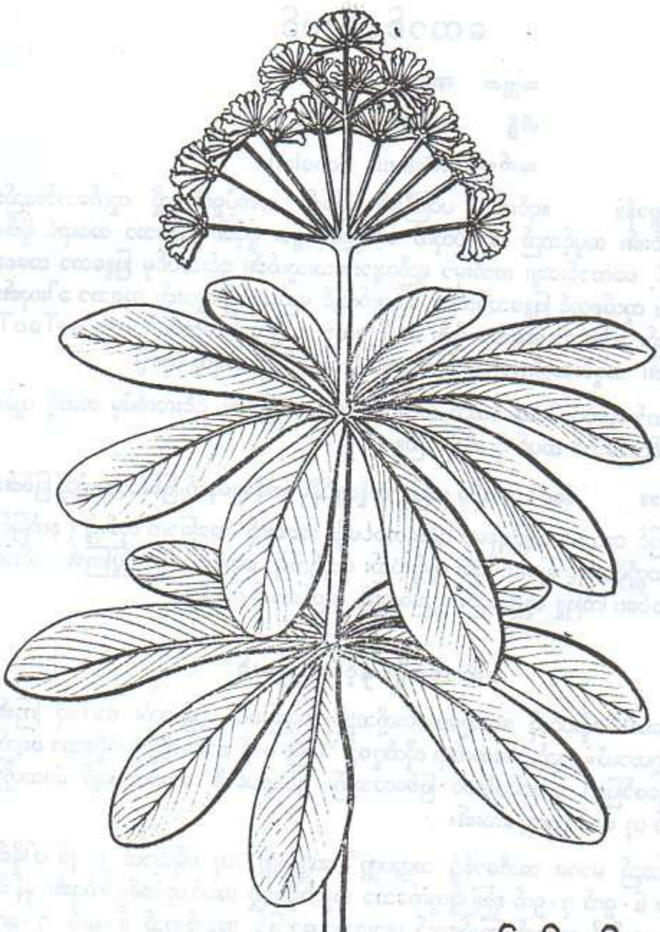
၎င်းပြင် အထူး သတိပြုရန်မှာ ၎င်းတောင်မရိုး အစေးကို အခြောက် လုမ်း၍ (နက်ခြင်း ခါးခြင်း) သတ္တိရှိသဖြင့် မြားဆိပ်ရှိင်း ဟူ၍လည်း ပုံတူရိုက်၍ ရောင်းစားခြင်း ပြုကြ၏၊ ၎င်းအ မြစ်ကို သစ်ဝင်ပေါက်ဖြူ ဟူ၍လည်း လှည်ဖျား၍ ရောင်းတဘ် ကုန်၏။

တောင်မရိုး နှင့် စရည်းပင်

၎င်းတောင်မရိုးပင်ကို ရှေးသူဟောင်းတို့သည် စရည်းပင် ဟူ၍လည်း ခေါ်ဆို ကြ၏၊ ‘ သတ္တပဏ္ဏိဂုဟာယံ=စရည်းပင်ရောက်ရာ လိုဏ်ဂူဝ၌ ’ ဟူ၍ ပါဠိ စာပေတို့၌ လာရှိသော စရည်း ပင်သည် ဤဖော်ပြပါ တောင်မရိုးပင် ဖြစ်လေသည်၊ ၎င်းအပင်ကို အောက်အရပ် ဒေသတို့၌ တောင်မဲအုပ် ဟု ခေါ်ကြကုန်သေး၏။

၎င်းသည် မာဂဓ အဘိဓာန်၌ သတ္တပဏ္ဏိ, ဆတ္တပဏ္ဏိ ဟု ပရိယာယ် ၂-ပုဒ် ပါရှိ၏၊ အဓိပ္ပါယ်မှာ ၆-ရွက် ၇-ရွက် စုပြုံ၍ထွက်သော အရွက်ရှိသည့် အပင် ဟု အဓိပ္ပါယ်ရ၏၊ မှန်၏၊ ထိုအပင်၏ အရွက်ကို ရေတွက် ကြည့်သော် များသောအားဖြင့် အရွက်သည် ၆-ရွက် ၇-ရွက် သာ ရှိသည်ကို တွေ့ရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအပင်သည် ခါး၏၊ ဖန်၏၊ ပူသော ဝီရိယရှိ၏၊ နူးညံ့၏၊ ဆာလောင် မွတ်သိပ်ခြင်းကို ဖြစ်စေ၏၊ ဝမ်းတွင်းရှိ ပိုးများကို နိုင်၏၊ မိန်းမများ၌ နို့ရည်ကို ပွားများစေ၏၊ ၎င်းပြင် နှလုံးရောဂါ, ပန်းနာ, ရင်ကျပ်, ချောင်းနာ, အနာဓောက် အမျိုးမျိုး နှင့် သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း တြိဒေါသ ပျက်ခြင်းတို့ကို နိုင်၏။



တောင်မရိုးပင်

ALSTONIA SCHOLARIS.

छतिवन (ချတိဝန်)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အခေါက်။ ။အခေါက်သည် တွန့်ရှုံ့စေ၏၊ ဝဖြိုးစေ၏၊ ပိုးတို့ကို နိုင်၏၊ ဓာတ်များကို ပြုပြင်တတ်၏၊ အဖျားကို နိုင်၏၊ နာတာရှည် အတိသာရ ဝမ်းရောဂါ၊ ဟောင်းနွမ်းသော ပိတ်ဝမ်းရောဂါများကို နှိမ်နင်း၏။

အစေး။ ။အစေးသည် အနာများကို လိမ်းပေး သုတ်ပေးပါက အနာများ လျှင်မြန်စွာ အသားနု တက်၍ ကျက်မြန်၏၊ ၎င်းအစေးကို နှမ်းဆီနှင့် ရော၍ နားတွင် ကျပ်ပေးပါက နားကိုက် နားနာ ပျောက်ကင်း၏။

အရွက်။ ။၎င်း၏ အရွက်နုတို့ကို လှော်၍ ရေနှင့် ကြိတ်ပြီးလျှင် အနာပျက် အနာအိုများကို အုပ်ပေးပါက လျှင်မြန်စွာ သက်သာ၏။

စားသောက်ရန်ပမာဏ။ ။အခေါက် ၁ - ကျပ် ဂ - ပဲသားမျှကို ရေဖြင့် ကျို၍၎င်း တညစိမ်၍၎င်း – ၎င်းရေကို သောက်သုံးနိုင်၏၊ အခေါက်၏ အခြောက်မှုန့်ကို ၃ - ပဲမှ ၆ - ပဲ အထိ စားနိုင်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အတိသာရဝမ်းသက်ရောဂါ။ ။၎င်းအခေါက်ကို (ကွတ်) ၄ - ဘို ၂ - ဘို ကြွင်း ပြုတ်၍ (မိဝုတ်) မြစ်မှုန့် ခပ်၍ သောက်ပါက နာတာရှည် အတိသာရ ဝမ်းသက်ရောဂါ လျှင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်းနိုင်၏။

သန်ချဆေး။ ။၎င်းအမြစ်ခေါက်ကို ကျိုပြီးလျှင် အိပ်မွှေ့သီး အမှုန့်နှင့် သင့်လျော်စွာ ရော၍ တိုက်ပေးပါက ဝမ်းတွင်းရှိ တုတ် နှင့် သန်ကောင်များကို ကျစေသဖြင့် သန်ချဆေး အနေဖြင့်လည်း သုံးနိုင်၏၊

သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း။ ။၎င်းအမြစ်ခေါက်ကို ပင် တြိဖလ (ဆီးဖြူ, ဖန်ခါး, သစ်ဆိမ့်) နှင့် ကျို၍ တိုက်ပါက သွေးဆိုးများ နှင့် သွေးဖောက်ပြန်ခြင်းများကို ပျောက်ကင်းစေပြီး သွေးသားကို စင်ကြယ်စေပါသည်။

အနာ အဖု အပိမ့်များ။ ။အနာဟောင်း အနာပျက်များ မကျက်နိုင်ဘဲ ပြည် သွေးစသည်တို့ ယိုစီး၍ အနံ့ဆိုးများ ထွက်ခနပါမူ ၎င်းရွက်နုများကို မီးနှင့် ကင်၍ ကြိတ်ပြီး လိမ်းပေးပါက ရက်မကြာမီ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

မီးတွင်းဖျား။ ။မိန်းမများ ကလေးမျက်နှာမြင်ပြီး ပဋ္ဌမနေ့ဘွင် ၎င်းအခေါက်အမှုန့်ကို ချင်းမှုန့်နှင့် ရော၍ တိုက်ကျွေးပါက မီးတွင်းအဖျားကို ကာကွယ်၏၊ နို့များစွာ ထွက်ခြင်း, အစာကြေလွယ်ခြင်း, သွေးသားကို စင်ကြယ်စေပြီးလျှင် မီးတွင်း၌ အခြားသော အဖျားရောဂါများ ဖြစ်ခြင်းတို့မှ ကာကွယ်နိုင်၏။

အခရပြားရောဂါ။ ။၎င်းရောဂါများ ဖြစ်သော် မိမိဘို့ နှစ်သက်ရာ အရေပြားရောဂါဆေးများ စားသော အခါ ၎င်းအမြစ်ခေါက်မှုန့်ကို အနည်းငယ် ထည့်၍ စားပါက များစွာ အကျိုး ရှိစေပါသည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အနာပေါက်များ။ ။အနာစိမ်း အနာပေါက်များ သွေးစုနာများ အတွက် ၎င်းအခေါက်ကို သွေး၍ လိမ်းပေးပါက နုလျှင် ပိန်၍ ရင့်လျှင် ပေါက်သွားပါလိမ့်မည်။

တောင်ဘောင်း (ကလက်)

သက္ကတ ककटजिवा
ဟိန္ဒီ कुक्कुरजिह्वा (၊ကုက္ကု,ရ်-ဂျိဝှါ)
လက်တင် Leea sambucina

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် နွယ်ယောင် ပင်ယောင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အခက်အလက် ဖြောင့်မတ်၍ စိမ်းလန်း ဝေဆာစွာ ထွက်၏၊ အရွက်တို့သည် ကြီးငယ် စသည်ဖြင့် များစွာ ထွက်ကုန်၏၊ အသီးမှာ ၄-ပဲမှ ၆-ပဲမျှ ရှည်၏၊ အရောင် တောက်၏၊ နူးည့ံ၏၊ အညိုရောင် ရှိ၏၊ ဆေးဘက်တွင် အမြစ်၏ အခေါက်ကို သာ အသုံးပြုရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အေး၏၊ ရေငတ်ပြေ၏၊ အစာကို ကြေကျက်စေ၏၊ ချွေး ထွက်၏၊ သွေးဝမ်းနာ, နာတာရှည်, အစာမကြေ ဝမ်းရောဂါများ ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ၎င်းအပြင် အရွက်ကို မီးနွေးနွေးနှင့် ကင်၍ အရည်ညှစ်ပြီး ခေါင်းတွင် လိမ်းပေးပါက ခေါင်းမူးခြင်း, ပူခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ၎င်းအရွက်များကို ဟင်းရံပြုခြင်း, တို့၍ စားသောက်ခြင်း ပြုပါက အစာ ကြေကျက်လွယ်၏။

တပဆေးပင်တမျိုး

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းဆေးပင်သည် ပင်လတ်မျိုး ဖြစ်သည်၊ အရွက် မျက်နှာချင်းဆိုင် ၍ စုံထွက်၏၊ စပယ် ခေါင်ရမ်းရွက်နှင့် တူ၏၊ ရွက်နားတွင် ခွေးသွားစိပ် ရှိ၏၊ အပွင့် ဖြူ၍ သေးငယ်၏၊ မွေး၏၊ အဆုပ်လိုက် ပွင့်၏၊ အသီးမှာ ခံသီးမျှ ရှိ၏၊ ၎င်းတပဆေးသည်လည်း ယင်းပြားမျိုး ဖြစ်၏၊

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။စပ်၏၊ ခါး၏၊ ဖန်၏၊ ချို၏၊ ပူသော ဝီရိယ ရှိ၏၊ ဝမ်းမီး တောက်၏၊ ဖောရောင်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ပြည်တူလာအရောနာ။ ။၎င်းအနာကို အရွက်ကို ပြုတ်၍ သောက်ခြင်း ကြိတ်၍ အုံပေးခြင်းတို့ဖြင့် ပျောက်ကင်းစေ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

လေလုံးရောဂါ။ ။၎င်းအမြစ်ကို ပြုတ်၍ သောက်က လေလုံး ကြေ၍ ပျောက်ကင်းစေ၏။

ဖောရောင်ခြင်း။ ။၎င်းဆေးမြစ်ကို ပရန္နဝါမြစ်နှင့် သွေး၍ လိမ်းပေးက ပျောက်ကင်း၏။

အဆစ်ရောင် နှင့် အကြောကိုက်ရောဂါ။ ။၎င်းဆေးပင် ပဥ္စငါးပါးကို ကျို၍ သောက်ပါက အထက်ပါ ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

သည်းခြေအအေးပတ်ခြင်း။ ။၎င်းဆေးမြစ်ကို အမှုန့်ပြု၍ ထောပတ်နှင့် ၇ - ရက် သောက်မူ သည်းခြေ အအေးမိသော ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

အစာသစ်အိမ်ထိုးကျင်ခြင်း။ ။၎င်းအရွက်ကို ကျို၍ စစ်ပြီးလျှင် ၎င်းအရေကို တနေ့နှစ်ကြိမ် သောက်ပေးက ပျောက်ကင်း၏။

နှလုံးအားနည်းခြင်း။ ။နှလုံးအားနည်းမှု အရွက်တွင် နံနံစေ့ အနည်းငယ် ထည့်၍ ပြုတ်သောက်ပါက နှလုံးအား ပြည့်တင်းလာပါလိမ့်မည်။

လိင်နမိတ် (ကာလသားနာ)။ ။၎င်းအရွက်၏ သတ္တုရည် ၁ - ကျပ်သားမျှကို သောက်က ပျောက်ကင်း၏။

သွေးဆိုးပွားခြင်း။ ။၎င်းအရွက် သတ္တုရည်ကို ပျားရည်နှင့် ရော၍ သောက်ပေးက သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

အအေးပတ်အဖျား။ ။အပင်ကြီးရွက်ကို ခေါင်းတွင် စည်းပေးပါက အအေးဖျား ပျောက်၏။

နို့ထွက်ဆေး။ ။အငယ်မျိုး အရွက်ကို ဟင်းခါးချက်၍ သောက်က နို့များစွာ ထွက်လိမ့်မည်။

ပက္ခ ၂ ၁သ ၁တလေဖြတ်ရောဂါ။ ။နေ့စဉ် သွေး၍ လိမ်းပေးပါက လေဖြတ်ခြင်း, လေဖြတ်၍ ရောင်ရမ်းခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ကလေးများ သန်ထခြင်း။ ။၎င်းအရွက် သတ္တုရည် ၃ - ကျပ်သားမျှကို တနေ့တကြိမ်မျှ ဗိုက်ကို လိမ်းပေးပါက ကလေးများ သန်ထခြင်း, သန်ထ၍ နာကျင် ကိုက်ခဲခြင်းတို့ကို ပျောက်စေ၏။

တောင်ဖက်ဝန်းတမျိုး

PTEROSPERMUM ACERIFOLIUM.

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

တောင်ဖက်ဝန်းတမျိုး

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်လတ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းအရွက်သည် ကြီး၏၊ အပွင့်မှာ အလွန် ကြီး၍ မွှေးကြိုင်လှ၏၊ ၎င်းအသီးမှာ ရှည်လုံးလုံး ရှိ၍ အလွန် မာကျော၏၊ ဆေးဘက်တွင် အပွင့် သာ အသုံးများ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။စပ်ခါး၏၊ သတ္တိ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ အသံ ကောင်းစေ၏၊ ဒေါသ ၃ - ပါးကို နိုင်၏၊ အသံပျက်, အသံဝင်, ချောင်းဆိုး, အရေပြား, ဖောရောင်, ခေါင်းကိုက်, သွေးအန်, သွေးကျ, သွေးဖောက်ပြန်သော ရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မှတ်ချက်။ ။နဂျယ်ပွင့်၌ ပျံ့လွင့်တတ်သော ဆီတမျိုး ရှိ၏၊ ထိုအဆီသည် နာကျင်ကိုက်ခဲမှုကို ပျောက်စေ၏၊ အပွင့်ကို ဆန်ဆေးရည်နှင့် ကြိတ်၍ ခေါင်း၌ လိမ်းပေးလျှင် ခေါင်းတခြမ်းကိုက် ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ အပွင့်မှုန့်ကို ထောပတ် သကြားတို့နှင့် ဟာလဝါမှုန့် ပြုလုပ်၍ နေ့စဉ် ၁၂ - ပဲသားခန့် စားလျှင် မြင်းသရိုက် ရောဂါ သွေးကျ ရပ်စေ၏၊ ၎င်းကို အချို့ အရပ်၌ 'နဂျယ်' ဟု လည်း ခေါ်ကြ၏။

[ထ]

ထနောင်း

သက္ကတ	किङ्किरित	အင်္ဂလိပ်	White Babul
ဟိန္ဒီ	सफेद बबूल (ဆဖေ့ဒ်-ဗ,ဗူလ်)	လက်တင်	Acacia Leucophloea

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဆူးဖြူပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အပင် အလတ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အကိုင်း အခက်များစွာ ရှိ၏၊ နေရာ အနှံ့ အပြားတွင် အကိုင်း အခက် အငယ် များစွာ ရှိ၏၊ အကိုင်း အခက်များ၏၊ နေရာ အနှံ့ အပြားတွင် အဖုအထစ် များစွာ ရှိ၏၊ အရွက်သည် ဆူးဖြူရွက်နှင့် တူ၏၊ ဆူးများသည် ဆူးဖြူထက် သေး၏။

အကိုင်း အခက်များ၌ တတောင် တောင်ဝက် ခန့်လောက်ရှိသည့် အပွင့်တန်များ ထွက်နေ၍ ထိုအပွင့်မွှေးတို့မှ သေးငယ်သော အခက်အလက် ကလေးများ ထွက်နေ၏၊ ထိုအခက်ကလေးများ၌လည်း အလွန်လှ၍ ဝင်းဝါ မွှေးကြိုင်သည့် အပွင့်များ ထွက်ကုန်၏။

အသီးများသည် ပြား၏၊ ၄ - လက်မမှ ၅ - လက်မ အထိ ရှည်၏၊ အသီးတောင့် တခုတွင် အစေ့ ဂ - စေ့မှ ၉ - စေ့ အထိ ရှိ၏၊ ၎င်းသည် အထက်အရပ်တို့၌ များစွာပေါက်၏၊ နွေရာသီ ပေါက်စတွင် ရွက်နုများကို သုပ်၍ စားခြင်း, အခေါက်များကို သားရေ ဆိုးဆေးအတွက် အသုံးပြုခြင်းဖြင့် ဆေးဘက်လည်းဝင် စားပင်လည်း ဖြစ်၍ အိမ်မှု အလုပ်ကိစ္စ၌လည်း

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အသုံးပြုကြသည့် အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ စာဆိုတော် စလေ ဦးပုည၏ စာတွင်လည်း ထနောင်းခေါက်ကို ပြာချ၍ သွားတိုက်ခဲ့သော် 'ခန္ဓာကြွေ၍ သွားမပြုတ်' ကြောင်း ဖေ်ပြထား၏။

ၡင်းသည် နိဿယ ကျမ်းကြီးတို့၌ မတွေ့ရသော်လည်း လေးစားအပ်သည့် ပုဂ္ဂိုလ်ကြီး၏ ဖော်ပြချက် ဖြစ်၍ ဤ၌ တင်ပြအပ်ပါသည်၊ ၡင်းပြင် ရှေးဗိန္ဒော ဆရာကြီးတို့သည် ဖလန်တဇောင်း ညောင် ထနောင်း စသည်ဖြင့် ဆေးစု၍ ဘင်ကို ပြာချလေသည်၊ မှန်၏၊ ၡင်းတို့ကို အမှုန့် ထောင်း၍ ဆေးလုံး ပြုလုပ်ပြီးလျှင် အပြင်မှ ချဉ်မဲကြီးပတ်၍ မီးနု မီးလတ် မီးပြင်း ၃-မျိုးဖြင့် မီးကို မြင့်၍ မြင့်၍ ဖုတ်ပေးခဲ့သော် ဖွေးဖွေးဖြူသော သန့်ရှင်းသည့် ဘင်ပြာကို ရနိုင်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အများအားဖြင့် အခေါက်ကို အသုံးပြုများ၏၊ ဖန်ခါးသော အရသာ ရှိ၏၊ အေးသော သတ္တိ ရှိ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ပိုးတို့ကို ပယ်တတ်သော ဂုဏ် ရှိ၏။

ပျောက်ကင်းသောရောဂါ။ ။အဖျား, အဖောရောင်, ချောင်းဆိုး, နူနာ, ရေငတ်, အန်ခြင်း, ပူခြင်း, သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း နှင့် သည်းခြေဖောက်ပြန်ခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မှတ်ချက်။ ။အခေါက်သည် တွန့်ရှုံ့စေတတ်၏၊ လတ်ဆတ်သော အမြစ်၏ အသားကို ရေအေးနှင့် ကြိတ်၍ စစ်ပြီးလျှင် ၇-ရက်တိုင်အောင် သောက်ခဲ့သော် ခွေးရူးရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ထနောင်း (သဘော်)

ဂုဂျရာတီ कांटोसारियो (ကာဋိုဆာရိယို)

လက်တင် Acacia Modesta

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အလတ်စား ပင်လတ်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ ဆူး ရှိ၏၊ အပွင့်သည် ဖြူ၍ ဖျော့၏၊ အသီးသည် ပါး၏၊ ပြား၏၊ ဖြူ၏ အစေ့သည် ၃-စေ့မှ ၅-စေ့ အထိ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် အသုံး။ ။ထနောင်း (သဘော်) ၌ အစေး တမျိုးသည် ရှိ၏၊ ၡင်းသည် ခွန်အားကို ဖြစ်စေတတ်၏။

ထိကရုံး (ရေ)

ဟိန္ဒီ पानिलजक (ပါနိ-လဂျ,က်)

လက်တင် Neptunia oleracea

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ၡင်းအပင်သည် ထိကရုံးမျိုး ဖြစ်၏၊ ရေတွင် ပေါက်၏၊ ကုန်းထိကရုံး

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ကဲ့သို့ ဆူးမရှိ၊ ရိုးတန်၌ အလွန် ပြေ့ပြေပြောင်းသော ဖော့နု်းများ အုပ်လျက် ရှိ၏၊ အပွင့်ဝါ၏၊ အသီး ဂ - ပဲမှ ၁ - လက်မမျှ ရှည်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။တွန့်ရှုံ့စေတက်၏၊ အဖျား နှင့် ရေငတ်ရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ ဝမ်းသက်ရောဂါ, ပိတ်ဝမ်းရောဂါတို့ကို နိုင်၏၊ သည်းခြေဒေါသကို ငြိမ်းစေသဖြင့် ဆီးကိုလည်း အလွန် ကောင်းစေ၏။

ထိကရုံး (ကုန်း)

သက္ကတ လဇ္ဇာလု ဟိန္ဒီ လဇ္ဇာလူ (လဇ္ဇာလူ)

အင်္ဂလိပ် Sensetire plant လက်တင် Mimosa pudica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ကုန်းထိကရုံးသည် အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ နွယ်ကဲ့သို့ ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ရှားရွက်ကဲ့သို့ သေးငယ်၏၊ အပွင့်သည် နှင်းဆီရောင် နှင့် အညိုရောင် ရောနှောသည့် အရောင်များ ရှိ၏၊ အမြစ်သည် နီမြန်း၏၊ အပင်ကို ထိခဲ့သော် တွန့်ရှုံ့သွား၏၊ ၎င်းသည် ဆူးရှိ - မရှိအားဖြင့် ၂ - မျိုး ရှိ၏။

၎င်းပြင် တမျိုးသည် လူ၏ လက်နှင့် ထိလျှင် ထိခြင်း ညှိုးနွမ်းသွား၏၊ နောက်တမျိုးမှာ အရိပ်ထိုးလျှင် ညှိုးနွမ်းသွား၏၊ ထို့ကြောင့် ကုန်းထိကရုံးပင်ကို 'လဇ္ဇာဝန္တီ =ရှက်တတ်သော အပင်, နမသကာရီ=ရှိခိုးတတ်သော အပင်' ဟူ၍ ဆေးကျမ်းတို့၌ အပင်၏ ပုံသဏ္ဌာန်ကို ကြည့်လျက် မှည့်ခေါ်ကြကုန်၏၊ မွန်စကားဖြင့် 'ချုံ့ငွေ့' ဟု ခေါ်၏၊ ရှက်ဘတ်သော အပင် ဟု အဓိပ္ပါယ်ရ၏၊ နိဃဏ္ဍုကျမ်းကြီးများ၏ အဓိပ္ပါယ်နှင့် ညီညွတ်၏။

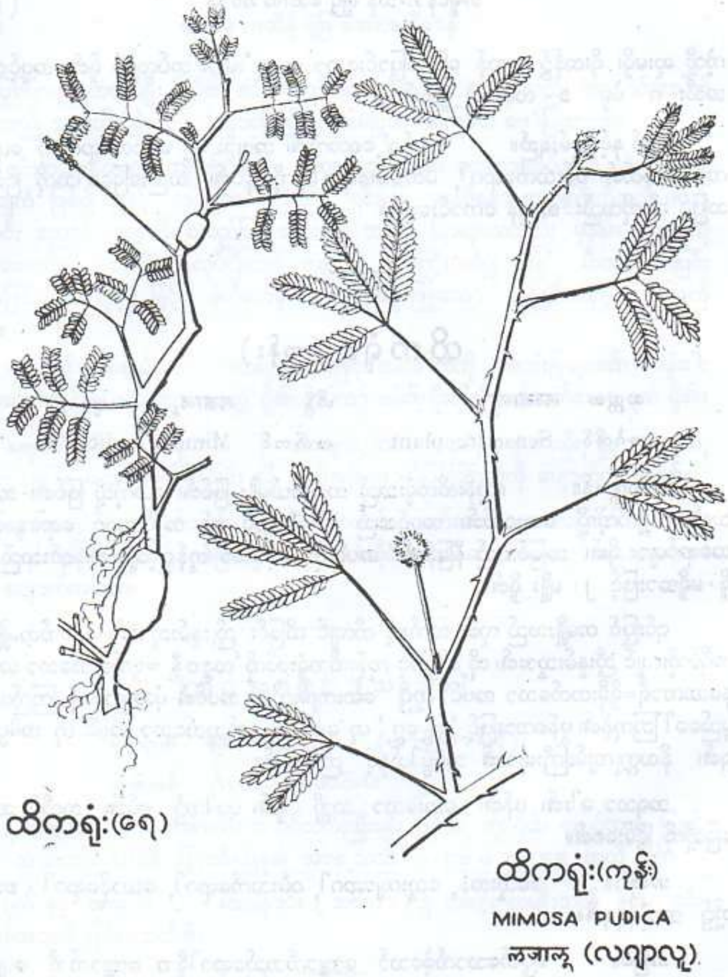
အရသာ ခါး၏၊ ဖန်၏၊ အေးသော သတ္တိ ရှိ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ သလိပ်, သည်းခြေတို့ကို ငြိမ်းစေ၏။

အသုံး။ ။သွေးအန်, သွေးကျရောဂါ, ဝမ်းသက်ရောဂါ, ယောနိရောဂါ စသည်တို့၌ အသုံးပြုရ၏။

အမြစ်။ ။ပြုတ်သောက်ခဲ့သော် ကျောက်ဘည်ဆောါရှိက ကျောက်ကို ပျော်၍ ကဲ့ကျစေ၏။

အရွက်။ ။၁၂ - ပဲသားကို အမှုန့်ပြု၍ နို့နှင့် ရောသောက်ခဲ့သော် မြင်းသရိုက် (လိပ်ခေါင်း) ရောဂါကို အကျိုးပြု၏။

အခြား အသုံးပြုပုံများ။ ။အမြစ်ကို သွေး၍ ပေါင်းပေးခဲ့သော် အနာမြစ်ဘွယ်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏။


ထိကရုံး(ရေ)
ထိကရုံး(ကုန်း)
MIMOSA PUDICA
लजालू (လဂျာလူ)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ထိကရုံးကို အမြဲ သုံးဆောင်သွားပါက ပဌမ ရက်သတ္တပတ် အတွင်းတွင် အလုံးစုံသော အဖျားရောဂါ နှင့် သည်းခြေ ဖောက်ပြန်ခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၍ ဒုတိယပတ် အတွင်း၌ မြင်းသရိုက်ရောဂါ ကိုယ်ရေဝါ ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေကုန်၏။

အရွက်ကို ကြိတ်၍ လိမ်းကျံ ပေးခဲ့သော် ဆီးလွန်ရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အမြစ်ကို လည်ပင်း၌ စည်းပေးခဲ့သော် ချောင်းဆိုးရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

သတ္တုရည်ကို အမြဲ သုံးဆောင်သွားပါက ကျပ်တီးနာကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ထိကရုံး နှင့် ဒဟသကိုင်းမြစ်ကို ကြိတ်၍ နို့အုံ၌ လိမ်းကျံ ပေးခဲ့သော် သားမြတ် ပြေခြင်းကို တင်းမာ လာစေနိုင်၏။

ဓေါလပတ်ပင်

သက္ကတ यूथिकापर्णी

ဟိန္ဒီ पालक जुही (ပါလကဂျူဟီ)

လက်တင် Rhinacanthus communis

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၂-တောင်ခန့် မြင့်၏၊ ပင်စည်သည် လုံး၏၊ ပြာ၏၊ အရောင် ရှိ၏၊ အရွက်သည် ရွက်ဆိုင် ဖြစ်၏၊ ၄-လက်မခန့် ရှည်၏၊ ၂-လက်မခန့် ကျယ်၏၊ အပွင့် ဖြူ၏၊ အရွက်ကို ပွတ်ကြည့်သော် မကောင်းသော အနံ့ ရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပူ၏၊ အရွက်ရည်ကို လိမ်းခဲ့သော် မျက်နှာရှိ ပွေး, ညှင်း, တင်းတိတ် ပျောက်ကင်း၏၊ အနာ၌လည်း ထည့်ရ၏၊ အရည်သည် ပွေးနာကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ မြစ်ခေါက်ကို သွေး၍ ကျောက်ချဉ်, ငြုပ်ကောင်းတို့နှင့် လိမ်းပေးခဲ့သော် ပွေးနာ ချက်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏၊ ထို့ပြင် ကာမကို အားပေး၏၊ အမြစ်ကို နို့ရည်နှင့် ပြုတ်၍ အသုံးပြုရ၏။

အမြစ်ခေါက်သည် ရေယုန်, အရေပြားရောဂါ, ဖောရောင်ခြင်းတို့၌ အလွန် ကောင်း၏၊ ဆံပင်ဆိုးခြင်း, ခေါင်းလျှော်ခြင်းကို ပြုရ၏၊ မျက်ခုံးမွေး သန်စွမ်းအောင်လည်း လိမ်းပေးရ၏။

ထင်းရှုးကြီး (ဒိုင်)

သက္ကတ भाद्रदारू (ဘာဒရဒါရူ)

ဟိန္ဒီ सारल (ရှ,လ်)

လက်တင် Pinus longifolia

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အလွန်ကြီးသော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ထင်းရှူး အသီးအစား ဖြစ်၏၊ ပန်ချက် အဆုပ်လိုက် ထွက်၏၊ တောက်ပ၍ အစိမ်းရောင် ရှိ၏၊ အကိုင်းအခက်မှာ အဝါနုရောင်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဖြစ်၏၊ အခေါက်၌ အစင်းများ ရှိ၏၊ အသီးချွန်၏၊ အစေ့ ရှိ၏၊ အခေါက်ကို ခုတ်ထစ် ကြည့်လျှင် ပျစ်ချွဲသော အစေးများ ထွက်၏၊ ၎င်းကို သိရိဝါသ (သက္ကတ) ဂန္ဓဗိရောဇ (ဟိန္ဒီ) ပိုင် ထင်းရှူးစေး ဟု ခေါ်၏၊ ၎င်းအစေးကို အခြောက်ခံပြီး အဆီထုတ်ကြ၏၊ ထိုအဆီကို တ(တ်) ဗိရောဇာ ဟု ခေါ်၏၊ တာရပင်ဆီ ကဲ့သို့ အနံ့ မွှေး၏။

အရသာ။ ။ချိုခါး၏၊ ပူသော သတ္တိ ရှိ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ပြေပြစ်၏၊ အူတွင်းရှိ ပိုးတို့ကို ပယ်ဖျောက်တတ်၏၊ လေဒေါသကို နိုင်၏။

အသုံး။ ။ပဥ္စ ၅ · ပါးလုံး သုံးရ၏။

ပျောက်ကင်းသောရောဂါ။ ။မျက်စိ, နား, လည်ပင်း, သွေးကြောင့် ဖြစ်သော ရောဂါ, အရေပြားရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

မှတ်ချက်။ ။အစေးသည် ဖန်ခါး၏၊ ပူ၏၊ ပြေပြစ်၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ ဝမ်းဗိုက်ရောင်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ဆီး, ပိုးရောဂါ, ထုံကျင်, ယောနိရောဂါ, သားအိမ်နှင့် စပ်သော ရောဂါ, ဝမ်းမီးနှုံ့, အနာပေါက်, ယားယံ, ခေါင်းကိုက် ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ထင်းရှူးကြီး (နတ်)

သက္ကတ सुरदारू

ဟိန္ဒီ देवदारू (ဒေဝဒါရု)

လက်တင် Pinus Deodara

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ကြီး၍ မြင့်သော အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ အသား အမြစ် မွှေး၏၊ အဝါနုရောင် ရှိ၏၊ မွှေးကြိုင်၏၊ ဆေးသုံးရာ၌ မွှေးကြိုင်သော အသား, နူးညံ့သော ကိုင်းခက်များ, အရွက်, အဆီတို့ကို သုံးရ၏၊ အဆီထုတ်ပြီးသော အသားကို သေတ္တာများ ပြုလုပ်ရ၏၊ ထိုထင်းရှူးကြီးသည် အပြေ့မျိုး, အမာမျိုး ဟူ၍ ၂ · မျိုး ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်း၏ အရသာ ခါး၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ အပြေ့မျိုးသည် ပြေပြစ်၏၊ ကြေလွယ်၏၊ ခြောက်ထပ်စေ၏၊ ချုပ်၏၊ ကာမဒေါသကို ကင်းဝေးစေ၏၊ အမာမျိုးသည် ခြောက်ထပ်စေ၏၊ သလိပ် လေကို နိုင်၏၊ အပြေ့မျိုးသည် တုလာသဓာရ, မြင်းသရိုက်, အဖျား, ဝမ်းဗိုက်တင်းရောင်, ချောင်းဆိုး, ပန်းနာ, ဖောရောင်, ယားယံ, ကြို့ထိုး, ငိုက်မြည်း, သွေးဖောက်ပြန်, နှာစေးရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အမာမျိုးသည် လေရောဂါ နှင့် ဘုတ်ဖမ်းစားခြင်း ပျောက်ကင်းစေ၏၊ မျက်နှာ၌ လိမ်းကျံ၊လျှင် ဝက်ခြံ စသည်ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ထပ်တရာပင်

သက္ကတ स्थूल पुष्पा

ဟိန္ဒီ गेंदा (ဂေန္ဒာ)

လက်တင် Calendula officinalis

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အလှ်န် ထင်ရှားသော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၃ - ပေမှ ၄ - ပေခန့် မြင့်၍ အရွက်သည် အလျား တို၍ အနံ ကျယ်၏၊ ခွေးသွားစိပ် ရှိ၏၊ ၎င်းအရွက်သည် အလွန် မွှေး၏၊ အပွင့်သည် လိမ္မော်ရောင် ရှိ၏၊ ပွင့်ဖတ် ငါးဖတ် ရှိ၏၊ ၎င်းသည် မျိုးများစွာ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဥ္စငါးပါး (အပွင့်) ဖန်ခါး၏၊ သတ္တိ စပ်၏၊ ထက်မြက်၏၊ သွေးကို ချုပ်စေ၏။

အဖျား, ဝက်ရူး, ဖောရောင် စသော ရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရာ၏၊ ပွင့်ချပ် ၆ - ပဲသားမှ ၁၂ - ပဲသားကို ထောပတ်နှင့် ကျော်၍ စားသော် မြင်းသရိုက်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

မှတ်ချက်။ ။ပဥ္စငါးပါး အရည်ကို အဆစ်များရောင်ခြင်း, ဒဏ်ရာရခြင်းတို့၌ အသုံးပြုရာ၏၊ ယူနာနီဆရာတို့၏ အလိုအားဖြင့် အရွက်ရည်ကို နား၌ ထည့်လျှင် နားကိုက်ပျောက်ကင်း၏၊ ဝဲနာ၌ အရွက်ကို ကပ်သော် ပျောက်ကင်း၏၊ အရွက်ပြုတ်ရည်ကို ငုံပေးသော် သွားကိုက်ရောဂါ လျင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်း၏၊ ဝဋ္ဋံကို အမှုန့်ပြု၍ သကြား ဒိန်ချဉ်တို့နှင့် သောက်လျှင် ပန်းနာ, ချောင်းဆိုးနာများ ပျောက်ကင်း၏။

ထန်းပင်

သက္ကတ मृ मिषकापिशाच

ဟိန္ဒီ ताड़ (တာ,လ်)

လက်တင် Borassus flabellifer

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဥ္စငါးပါး အရသာသည် ချို၏၊ သတ္တိ အေး၏၊ ဝိပါက၌ ချို၏၊ အပင်သည် မူးယစ်စေ၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ ဝဖြိုးစေ၏၊ သုက်ကို ပွားစေ၏၊ အဆီကို ဖြစ်စေ၏၊

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အားကို ဖြစ်စေ၏၊ အမှည့်သည် ကြေခဲ၏၊ ဆီးသုက်ကို ပွားစေ၏၊ ဝိုက်မြည်းစေ၏၊ ထန်းသီးစိမ်းစေ့သည် ဆီသလိပ်ကို ဖြစ်စေ၏၊ နုလျှင်ကား ကြေလွယ်၏၊ အနည်းငယ် မူးရစ်စေ၏၊ ဆီးဝမ်းကို ရှင်စေ၏။

ထန်းသီးရေသည် ကြေခဲ၏၊ သုက်, နို့ရည်, လေ, သလိပ်ကို ဖြစ်စေ၏၊ ထန်းရေနုသည် မူးစေတတ်၏၊ ထန်းရေချဉ်သည် သည်းခြေကို ဖြစ်စေတတ်၏၊ လေနိုင်၏။

ထန်းဥကျောက်သည် ဓာတ် ၇-ပါးကို ပွားစေ၏၊ ဆီးအိမ်ကို သုတ်သင်စေတတ်၏၊ ထန်းလက်ဖြင့် ခပ်သော လေသည် ဒေါသ ၃-ပါးကို ပယ်တတ်၏၊ ထန်းမြစ်သည် သွေးသည်းခြေကို ပယ်တတ်၏။

ပျောက်ကင်းသော ရောဂါများ။　　။ပူလောင်ခြင်း, ပင်ပန်းခြင်း, မြစ်ခြောက်နာ, အဆိပ်သင့်, နူနာ, ပိုးနာတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ထန်းသီးစိမ်းသည် ပန်းနာ, သွေးအန်, သွေးကျ, အနာပေါက်, ရင်ဘတ်ဒဏ်သင့်, ခယရုဂ်, သွေးဒေါသ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

ထန်းသီးပွင့်သည် ဆီးရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ ထန်းရေသည် သည်းခြေဒေါသလွန် ချောင်းခြောက်ရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

မှတ်ချက်။　　။ထန်း အဖို-အမ ဟူ၍ ၂-မျိုးရှိရာ အဖိုမျိုးကား အသီး မသီးချေ၊ ထန်းနို့အစိမ်းကို ပါးပါးလှီး၍ ကျွတ်ခြောက်နေသော ဆေးများတွင် ထည့်ပေးပါက ဧကချင်း ပြောင်းပြောင်း စိုလာသဖြင့် တောင်သူလယ်သမားတို့ ဆေးမခြောက်အောင် အသုံးပြုကြကုန်၏၊ ထန်းနို့ကို ပြာချ၍ ဆေးသုံးရ၏၊ ထန်းစေ့ကို အပင်ဖောက်၍ ထန်းမြစ်ကို ပြုတ်ခြင်း မီးဖုတ်ခြင်း ပြု၍ စားသောက်ကြ၏၊ လေငန်း, သွက္ခ၂ ၁ပါဒ, ဆီးချိုရောဂါတို့၌ အာဟာရ အဖြစ်ဖြင့် အသုံးပြုသင့်၏။

ထန်းဥကျောက် (ထန်းပင်ခေါင်းမှ ရသော အူနု) သည် လွန်စွာ အရသာ ရှိ၏၊ အားကို လွန်စွာ ဖြစ်စေ၏၊ အသက်ကို ရှည်စေ၏။

ရှေးသူဟောင်းတို့သည် 'နဂါးခေါင်း နှင့် ပန်းပေါင်းရည်' ဟု အမှတ်အသား ပြုပြီးလျှင် ထိုဥကျောက်ကို အမှုန့်ပြု၍ ပျားရည်နှင့် ရောပြီးလျှင် အသက်ရှည်ဆေး (ရသာယန) အတွက်ဝင်း, အားတိုးဆေး (ဝါဇီကရဏ) အတွက်ဝင်း အသုံးပြုကြ၏။

တောထန်း တောင်ထန်း ဟူ၍လည်း အပင်ငယ်သော ထန်းမျိုးများ ရှိသေး၏၊ အရွက်ကို သထုံခရိုင်တွင် အိမ်မိုးကြ၏၊ ယပ်လုပ်ကြ၏၊ အရွက်ပါး၏၊ ထန်းလက်ရိုးကြောများကို တောင်း, ဖျာ စသည်တို့ ယက်ကြ၏။

အသီး အသုံးပြုပုံ။　　။အသီးခိုင်များကို ပြာချ၍ သောက်သော် နှလုံးပူခြင်း ပျောက်ကင်း၏၊ အသီးမှည့်၏ အနှစ်ကို လိမ်းကျံခဲ့သော် အရေပြားရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ အပွင့်ခိုင်များကို ပြာချ၍ သောက်ခဲ့သော် သည်းခြေရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ လတ်ဆတ်သော

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ထန်းရေကို သကြားရော၍ သောက်ခဲ့သော် ဆီးအောင့်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ အသီးစိမ်းမှ ကျသော ရေကို သောက်ခဲ့သော် ကြို့ထိုးခြင်း ပျောက်ကင်း၏၊ ထန်းရွက်စိမ်းရည်ကို သောက်ခဲ့သော် ကာလသား ရောဂါကြောင့် လိင်ဥ နှင့် လိင်ချောင်းရောင်၍ အရေများ ကျခြင်းသည် ပျောက်ကင်း၏၊ အပွင့်ခိုင်မှ ထွက်သော အရေကို သောက်ခဲ့သော် ဆီးများပြားလျက် ရေဖျဉ်း ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ ထန်းရွက်ပြာ ရှိန်းခို ထမင်းရေတို့ကို ရော၍ သောက်ခဲ့သော် အဆီ တိုးရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

မှတ်ချက်။ ။ထန်းပင်သည် မြန်မာလူမျိုးတို့ အတွက် သာ မက အိန္ဒိယ တိုင်းရင်းသား သီဟိုဠ်ကျွန်း စသော လက်လှမ်းမှီသလောက် တိုင်းပြည်တို့၌ လူသားတို့ အတွက် များစွာ အကျိုးပြုနေသည်ကို တွေ့ရသဖြင့် သမိုင်းအစဉ်အဆက် ဆေးသုံး, အားအတွက် သုံး, သက်ရှည်စေရန် အတွက် အသုံး သာ မက အိမ်တွင်းမှု ကိစ္စ အဝဝတို့ကိုလည်း များစွာ အကျိုး ပြု၏၊ သာမန်အားဖြင့် ကြည့်ရှုသော် သကာ, တင်လဲ, ထန်းလျက် တို့ကို ရစေနိုင်သော အပင် ထန်းရေခါးကို သောက်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်လည်း မိမိတို့ အမြင်မျိုး ဖြင့် မြင်နိုင်ကြသော်လည်း ထန်းပင်ကား ဤမျှ သာ အကျိုးပြုသည် မဟုတ်ချေ၊ ဖော်ပြပါ အတိုင်း အကျိုးပြုသည်ကို တွေ့နိုင်သဖြင့် တာဝန်လည်း မကြီး- စိုက်ထားခြင်း ကြောင့်လည်း နေရာ သိပ်မကုန်သဖြင့် များစွာ စိုက်ပျိုးသင့်သော အပင်မျိုး ဖြစ်လေ သည်။

—

ထိန်သေး

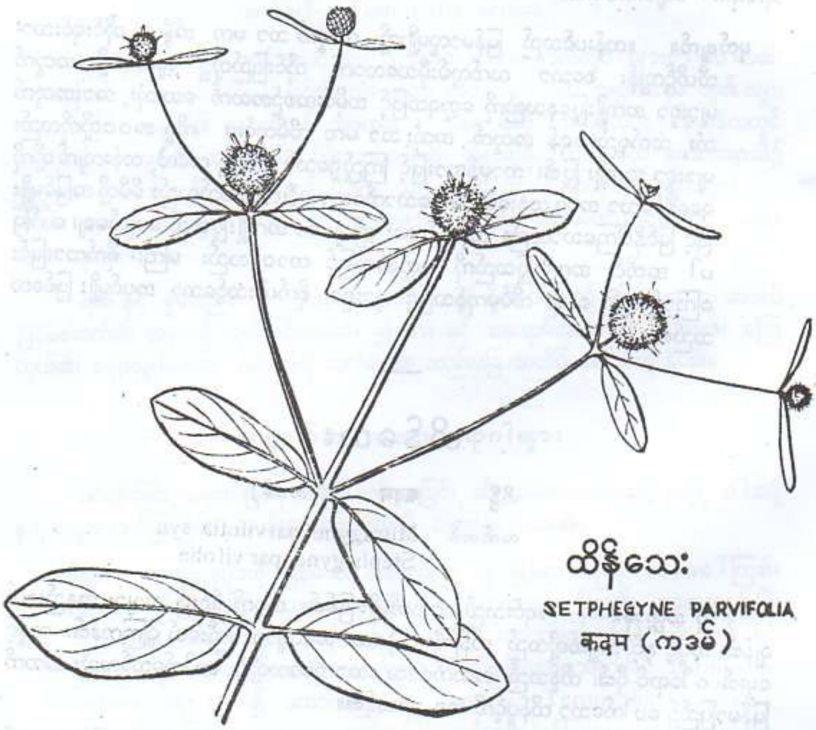
ဟိန္ဒီ ဣဒ္မ (က၁၆)

လက်တင် Mitragyne parvifotia syn Stephegyne par vifolia

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်လတ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက် ဝိုင်း၍ အဖျား အနည်းငယ် ချွန်၏၊ အပွင့် နှင့် အရွက်တို့သည် ထိန်ကြီး ထိန်သေး အလျောက် ကြီးငယ် ရှိကြကုန်၏၊ အပွင့် မွေး၏၊ ဝါရောင် ရှိ၏၊ ထိန်သည် အထက်ဒေသ အောက်ဒေသတို့၌ ပေါက်သော်လည်း အထက် မြန်မာပြည်၌ ပေါက်သော ထိန်ပွင့်ကို သာ သုံးသင့်၏။

အကြောင်းဆိုသော် ၎င်းထိန်ပွင့်သည် တော်သလင်းလလောက်တွင် ပွင့်သဖြင့် အောက် ဒေသတွင် မိုးနှင့် မလွတ်သဖြင့် ထိန်ပွင့်တို့သည် ကောင်းစွာ မခြောက်မူ၍ အဆင်း, အနံ့ အရသာများ ပျက်စီးကုန်၏၊ ထို့ကြောင့် အထက်ဒေသ၌ ပေါက်သော ထိန်ပွင့် သာ သုံးသင့် ၏ ဟု မှတ်ရာ၏၊ ရှေးဆေးနည်းတို့၌ ထိန်ကုံကုမံ, ကြာကုံကုမံ, ဆူးပန်းကုံကုမံ ဟူ၍ ရေးသား ထားသည်ကို တွေ့ရတတ်သည်၊ ဖော်ပြပါ ထိန်ပွင့်တမျိုးကို သာ ထည့်ပါလေ၊ ထိန်တခြား ကုံကုမံတခြား မယူပါနှင့်၊ ကုံကုမံပုဒ်သည် ဂုဏ်ပြုသောပုဒ် ဖြစ်သည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



ထိန်သေး

SETPHEGYNE PARVIFOLIA

कदम (ကဒမ်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အခေါက်နှင့် အမြစ်ကို အဖျားရောဂါ နှင့် ဝမ်းဗိုက် နာကျင်သော ရောဂါတို့ အတွက် အသုံးပြု၏၊ အသားဆိုင်များ နာကျင်ခဲ့သော် လိမ်းပေးရ၏။

မှတ်ချက်။ ။မြန်မာပြည်၌ မအူပင်ပွင့်ကို မသုံးဘဲ ထိန်ပွင့်ကို သာ သုံးလေ့ သုံးထ ရှိ၏၊ ထိန် နှင့် မအူတို့သည် မြန်မာမှု အခေါ်အဝေါ် အနေဖြင့်ရင်း, လတ်တင်ဘာသာ အခေါ်အဝေါ်အားဖြင့်ရင်း ခွဲခြားထား၏၊ ခွဲ၍ အသုံးပြုကြ၏၊ နိဃဏ္ဍု ကျမ်းများတွင်ကား နှစ်မျိုးပေါင်း၍ ကဒမ္ဗ ဟု ခေါ်ဝေါ် အသုံးပြုကြ၏၊ သို့ဖြစ်၍ ကဒမ္ဗသည် နှစ်မျိုး ရှိ၏၊ အကြီးမျိုး အသေးမျိုးတို့ ဖြစ်၏၊ အကြီးမျိုးကို မအူ ခေါ်၏၊ အသေးမျိုးကို ထိန် ဟု ခေါ်၏

အိန္ဒိယပြည်တွင်ကား ဆေးဥယျာဉ် ပန်းဥယျာဉ်တို့၌ မအူပင်ကို စိုက်၍ ကဒမ္ဗ ဟု အမည်တတ်သည်၊ မြန်မာတို့ကား ကဒမ္ဗကို တွေ့တိုင်း ထိန်ပင်ကို ယူထားသည်၊ ဆေးအသုံးမှန်သမျှတို့၌လည်း ထိန်ပွင့်ကို သာ အသုံးပြုကြသည်၊ အချုပ်မှာ မြန်မာတို့သည် မအူပင်ကို ထိန်၌ သွင်းထားကြသည်၊ သို့ဖြစ်၍ ကဒမ္ဗတွေ့တိုင်း မြန်မာတို့သည် ထိန် ဟု ပြန်ဆို၍ အိန္ဒိယ၌မူကား မအူ ဟု ပြန်ဆို အသုံးပြုကြသည်၊ ထိန် နှင့် မအူတို့သည်လည်း သဘာဝ အလျောက် အမျိုးအစားများ တူကြကုန်၏၊ ထိန်သည် ထိန်ကြီး, ထိန်သေး, ထိန်ကုလား စသည်ဖြင့် များ၏။

မအူနှင့် ဆက်စပ် ကြည့်ပါလေ။

ထိန်ကုလား

ဟိန္ဒီ ဖာလ္ဒူ (ဖလဒူ)

လက်တင် Neonauclea sessilifolia

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက် ချောမွတ်၏၊ စိမ်း၏၊ သစ်ပရောင်း အမျိုးအစား ဖြစ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အခေါက် တွန့်ရှုံ့စေတတ်၏၊ ၎င်းကို အူ၌ ဖြစ်သော ရောဂါများ နှင့် အဖျားတို့၌ အသုံးပြုရ၏၊ ဝမ်းသက်ရောဂါ, အသည်း၌ ဖြစ်သော ရောဂါ, သွားဖုံးရောင်, သားအိမ်ရောင်, သလိပ်နှင့် အတူ သွေးပါသော ချောင်းဆိုး ရောဂါတို့၌ အကျိုးပြု၏၊ အသား ဝဖြိုးစေတတ်၏၊ ကိုယ်တွင်း အညစ်အကြေးတို့ကို သုတ်သင်တတ်၏၊ သွေးယိုစီးခြင်းကို ပိတ်စေ၏၊ ပြုတ်ရည်ကို မိန်းမတို့ သားဖွားချိန်၌ ၂-ပတ်မျှ ပေးရ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ထောက်ကြံ့ (တမျိုး)

သက္ကတ अर्जुन

ဟိန္ဒီ अर्जुन (အတ်ဂျူ,န်)

လက်တင် Terminalia arjuna

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းအပင်သည် တောတောင်တလျှောက်တွင် များစွာ ပေါက်၏၊ ပေ ခြောက်ဆယ်မှ ရှစ်ဆယ်ခန့် မြင့်၏၊ လုံးပတ်ပေ နှစ်ဆယ်ခန့် ရှိ၏၊ အရွက်သည် လူ၏ လျှာသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အရွက်၏ နောက်တွင် အဖုကလေး နှစ်ခု ရှိ၏၊ ကဆုန်လ နှင့် နယုန်လတွင် အပွင့်ငယ်များ ပွင့်၏၊ အပွင့်သည် စိမ်းရောင်သန်း၍ ဖြူသည်၊ အသီးသည် ဆောင်းရာသီ၌ မှည့်၏၊ အခေါက်သည် အစိမ်းရောင်သန်းပြီး အဖြူရောင်, ကာကီရောင်, ခရမ်းရောင်များ ဖြစ်ကြ၏၊ ၎င်းအခေါက်တွင် ကာကီရောင် အရည်များ ထွက်၏၊ ၎င်းအပင်မှ ရွှေရောင် အစေးများ ထွက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဖန်၏၊ ပူသော သတ္တိ ရှိ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ လေကို ဖောက်ပြန်စေတတ်၏၊ အနာကို သုတ်သင်တတ်၏၊ ခွန်အား နှင့် အရောင်အဆင်းကို ဖြစ်စေ၏၊ ကြေလွယ်၏၊ ချွေးထွက်စေ၏၊ အရိုးတို့ကို ဆက်စေ၏၊ သည်းခြေ သလိပ် ဒေါသကို နိုင်၏။

ပျောက်ကင်းသော ရောဂါများ

ပင်ပန်းခြင်း, ရေငတ်ခြင်း, ထိခိုက် ဒဏ်ရာရခြင်း, ဆီး, တုလာသရောနာ, နှလုံး, ဝါသင့်နာ, သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း နှင့် ပန်းနာ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မှတ်ချက်။ ။အဇ္ဇုနပုဒ်ကို မြန်မာလို ထောက်ကြံ့ ဟု မြန်မာ ပြန်ဆို ခေါ်ဝေါ်ကြ၏၊ နိဃဏ္ဍုကျမ်းများတို့၌ အယူအဆ အမျိုးမျိုး ကွဲပြားလျက် ရှိကြ၏၊ သုတေသနပြုပြီး နောက်ဆုံး ဆုံးဖြတ်ချက် အရ အဇ္ဇုန ဟူသည် ထောက်ကြံ့ပင်နှင့် သီး, ရွက်, ပွင့် စသည် တူသော အပင် တမျိုး သာ ဖြစ်၏၊ လက်တင်ဘာသာအားဖြင့် Terminalia arjuna ဟု ခေါ်၍ ထောက်ကြံ့ပင် အစစ်ကိုမူ Terminalia tomentosa ဟု ခေါ်ဆိုကြောင်း ရုက္ခဗေဒ ကျမ်းပေါင်းများစွာက ဖွင့်ပြသောကြောင့် အဇ္ဇုနမှာ ထောက်ကြံ့ပင် မဟုတ်ဘဲ ထောက်ကြံ့မျိုးဝင် အပင်တပင် သာ ဖြစ်ကြောင်း ထင်ရှားလှ၏၊ ထို့ကြောင့် အဇ္ဇုနပုဒ်ကို ထောက်ကြံ့ပင် တမျိုး ဟု ကျွန်ုပ်တို့ ပြန်ဆိုလိုက်ခြင်း ဖြစ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ထောက်ကြံ့ပင်

သက္ကတ घारफल

ဟိန္ဒီ सादड़ा (ဆာဒလာ)

လက်တင် Terminalis Coriacea

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဥ္စင်ါးပါးလုံး အသုံးပြု၏၊ ခါးသော အရသာ ရှိ၏၊ ဝိပါကဥ္ဖ စပ်၏၊ အရိုးတို့ကို ဆက်စေ၏၊ သွေးယိုစီးခြင်းကို ပိတ်စေ၏၊ လေဒေါသကို နိုင်၏။

ပျောက်ကင်းသော ရောဂါများ

အနာပေါက် ချောင်းဆိုးရောဂါ စသည် တိုကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ အခေါက်သည် ဆီးရောဂါကို ဖျက်ဆီးတတ်၍ နှလုံးကို အားပေးတတ်သော သတ္တိ ရှိ၏၊ အခေါက်ပြာကို မြေဆိပ်သင့်ရာ၌ အသုံးပြုရ၏။

မှတ်ချက်။ ။ထောက်ကြံ့သည် အရွက် ကြီးငယ် ၂-မျိုးရှိ၏၊ ရွက်ကြီးကို လက်တင် ဘာသာအားဖြင့် Terminolia Coriacea ဟု ခေါ်၏၊ အင်းစိန် ခရိုင်, ပဲခူး တောင်ဘက် ပဲခူးရိုးမ, သာယာဝတီ, တောင်ငူမြောက်ပိုင်း, ပျဉ်းမနား, ရွှေဘို စသော ဒေသ တို့၌ ရှိ၏၊ ထောက်ကြံ့ အရွက်ငယ်ကို လက်တင် ဘာသာအားဖြင့် Terminolia-Crenulata ဟု ခေါ်ကြ၏၊ သာယာဝတီ, မြင်းခြံ, ပျဉ်းမနား, အင်းစိန်, ပဲခူး တောင်ဘက်, မိတ္ထီလာ, မော်လမြိုင်, ရန်ကုန်, ကသာ, ရွှေဘိုနယ် စသည့် ဒေသတို့ ၌ ရှိ၏။

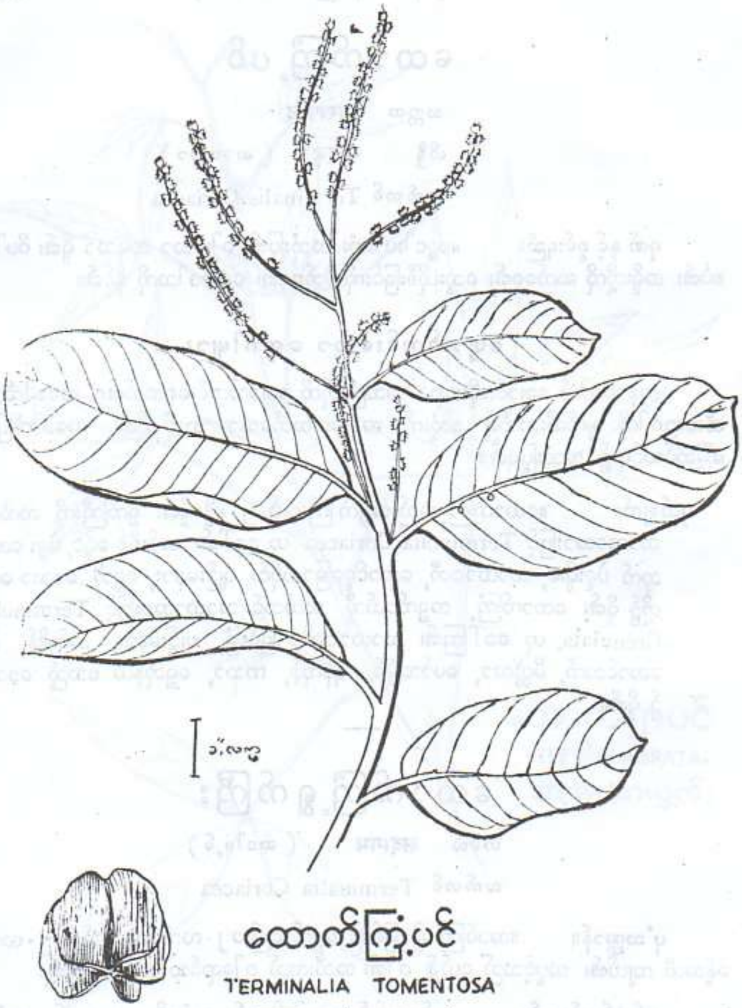
ထောက်ကြံ့ရွက်ကြီး

တမိလ် सद्दागम (ဆဒါဂ,မ်)

လက်တင် Terminalia Coriacea

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ၁၂-လက်မခန့် ရှည်၏၊ ၅-လက်မ ခန့်အထိ ကျယ်၏၊ အပွင့်သည် ငယ်၍ ဝါ၏၊ အသီးသည် ဝါရောင်သန်းလျက် ပြာ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဤအပင်၏ အခေါက်သည် နှလုံးကို အားပေး၏၊ နှလုံးကို အားရှိအောင် ပြု၏၊ ထက်မြက်စေ၏။



ထောက်ကြံ့ပင်

TERMINALIA TOMENTOSA

सादड़ा (ဆာဒ္ဒာ)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ထောက်ရှာပင်

မဂ်ဓီ　အဇုနူ　(အယွ,လ်)

လက်တင် Vitex Glabrata

ပုံသဏ္ဌာန်။　　။အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ အမြင့် ပေ ၁၀၀ - ခန့် ရှိ၏၊ လုံးပတ်မှာ ၇ - ပေ ဂ - ပေခန့် ရှိ၏၊ ၎င်း၏ အသားရောင်မှာ မီးခိုးရောင် ဖြစ်ပြီး တောက်ပ၏၊ အနည်းငယ် မာ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။အမြစ်ခေါက်သည် တွန့်ရှုံ့စေတတ်သော သတ္တိ ရှိ၏၊ ထို့ကြောင့် အူနှင့် စပ်သော ရောဂါများ, ဝမ်းသက်ရောဂါ, ဝစ္စမဂ်နှင့် စပ်သော ရောဂါများ၌ အသုံးပြုရ၏။

ထန်း - (တောအဖြူ)

ပုံသဏ္ဌာန်။　　။မူဆလီပင်သည် အရွက် ၄ - ရွက် ၅ - ရွက် ရှိသော စုံပလွံပင် ပေါက်စနှင့် တူ၏၊ အပွင့်ဝါ၍ သေး၏၊ လက်ချောင်းနှင့် တူသော အမြစ်များ ရှိ၏၊ မြစ်ခေါက်သည် ပြာရောင် ရှိ၏၊ အတွင်းရောင် ဖြူ၏၊ ထိုမူဆလီသည် အညို, အဖြူ အားဖြင့် နှစ်မျိုး ရှိ၏၊ အဖြူထက် အညိုက သတ္တိ ပိုရှိ၏။

အရသာ ချို ခါး၏၊ သတ္တိမှာ မပူမအေး ရှိ၏၊ ဝိပါက၌ ချို၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။သုက်ကို ပွားစေ၏၊ ဓာတ်တို့ကို ပွားစေ၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ အသက်ရှည်စေ၏၊ ဝမ်းမီးတောက်၏၊ နူးညံ့စေ၏၊ သလိပ်ကို ဖြစ်စေ၏။

ဆီးလွန်ရောဂါ ပျောက်ဆေး။　　။တောထန်း အဖြူမြစ်ကို အမှုန့်ပြု၍ ညချမ်းအခါ ၎င်းအမှုန့် ၁၂ - ပဲသားကို နွားနို့ ၁၂ - ကျပ် ဂ - ပဲနှင့် ရော၍ ပြစ်ချွဲအောင် ကျို၍ ပုဂံပြားတွင် လောင်း၍ထား၊ နံနက်ကျသော အခါ မုန့်ကျွဲသဲများကဲ့သို့ ဖြစ်ခဲ၍ လာပါလိမ့်မည်။

၎င်းဆေးကို ကျွေဇွန်းတဇွန်းမျှ နံနက်တိုင်း သောက်ပေးပါက ရက် ၄၀ - တွင် ဆီးလွန် ဆီးသွန် ရောဂါများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

မှတ်ချက်။　　။၎င်းတောထန်းသည် ထန်းပင်ကြီး နှင့် တောင်ထန်း စသည် တို့လို မဟုတ်၊ ပုံသဏ္ဌာန်တွင် ပါသည့်အတိုင်း မြေတွင် ကပ်၍ ပေါက်လျက် ပင်စည် မရှိ၊ အရွက်မှာ ပန်းတိုင်း (ပဒိုင်း) ကြက်သွန်ရွက်နှင့် တူသည်၊ အချို့ ဒေသများတွင် ဝက်စလူပင် ဟုလည်း ခေါ်ဝေါ်ကြတုန်၏၊ တောထန်းပင် ဟူ၍ ဆိုခြင်းမှာ ရှေးက မူဆလီပုဒ်ကို တောထန်း ဟု ပြန်ဆိုကြသော ရှေးအနက်အတိုင်း ပြန်ဆို ဖော်ပြခြင်း ဖြစ်သည်၊ ထန်းပင်မျိုး ထည်းမှ မဟုတ်ချေ၊ မြက်မျိုးထည်းမှ ဖြစ်သည်ကို အထူး သတိပြုရာ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ထောက်ရှာပင်
VITEX GLABRATA.
अइवल (အယွှလ်)

ထန်း-(တောအနက်)

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။မြက်မျိုး ဖြစ်၏၊ မိုးရာသီတွင် မြက်ပင် သို့မဟုတ် အခြားသော အပင် သို့၏ အ ရိပ်တွင် တွေ့ရှိရ၏၊ အရွက်သည် ၄-ရွက်မှ ၅-ရွက် ရှိ၏၊ စွပလွှနှင့် တူ၏၊ အပွင့်ဝါ ၏၊ အသီးသည် ဥသဏ္ဍာန် ရှိ၏၊ လက်မဝက်ခန့် ရှိ၏၊ အမြစ်သည် ၅-လက်သစ်မှ ၇-လက်သစ် အထိ ရှိ၏၊ အခွံသည် ပြာ၏၊ အတွင်းသား ဖြူ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ချိုခါး ဖြစ်၏၊ သတ္တိ ပူ၏၊ ဝိပါကဒ္ဒ စပ်၏၊ သုက်ကိုပွားစေ ၏၊ သွေး စသော ဓာတ်တို့ကို ပွားစေ၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ လေကို ငြိမ်းစေ၏၊ အသက် ကို ရှည်စေ၏။

ပျောက်ကင်းသော ရောဂါများ။ ။မြင်းသရိုက်, ပန်းသေ ရောဂါ စသည် တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

မုတ္တကိစ်နာ ဆီးအောင့်နာ။ ။တောထန်းနက်မြစ် ၁၂-ပဲ၊ သကြားခဲ ၁၂-ပဲ အမှုန့် ပြု၍ နံ့သာဆီ ၁-စက်မျှ ထည့်၍ နွားနို့စိမ်းဖြင့် တနေ့ကို ၂-ကြိမ် သောက်ပါက မုတ္တကိစ် (ဆီးအောင့်နာ) ပျောက်ကင်း၏။

နားနာရောဂါ။ ။တောထန်းနက်မြစ် သတ္တုရည် သို့မဟုတ် အမြစ် ပြုတ်ရည်ကို နှမ်းဆီ စစ်စစ် ၄-ဆ ထည့်၍ ရေကုန်အောင် ချက်ပြီးလျှင် နားနာ နားကိုက် နားပြည်ယို တို့ကို တနေ့ ၂-ကြိမ်မျှ ခပ်ပေးက ပျောက်ကင်း၏။

ရက်ခြားဖျားပျောက်။ ။၎င်းတောထန်းနက်မြစ် အမှုန့်ကို ဆန်ပုန်းရည်နှင့် ရော၍ သောက်က တရက်ခြား ဖျားများ ပျောက်ကင်း၏။

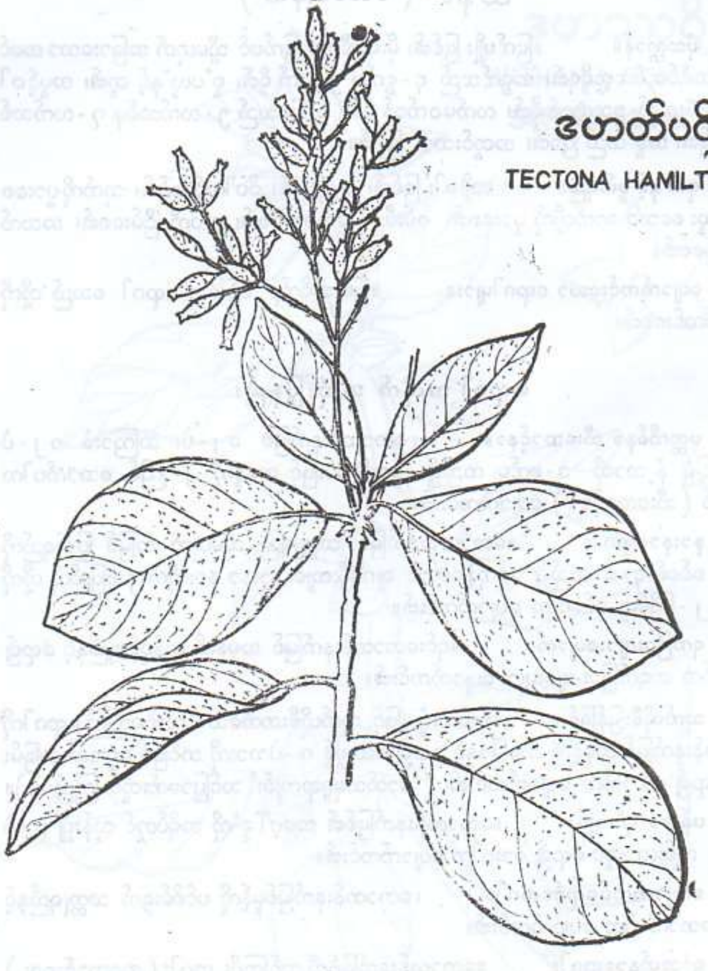
သုက်ယိုစီးမြန်ခြင်း။ ။စိတ်ကူးရုံမျှဖြင့် သုက်ယိုစီးတတ်သော သုက်ရည်ကြဲ ရောဂါကို တောထန်းနက်မြစ် အမှုန့်ကို ဘင်ပြာနှင့် ရော၍ ဆေးမှုန့် ၈-ပဲသားကို ဘင်ပြာ ရွှေးငယ် တခြမ်း မျှကို ရော၍ သောက်က ပျောက်ကင်း၏၊ ('ဓာတ်သမုဒ္ဒရာကျမ်း' ဘင်ပြာခဏ်းတွင် ကြည့်ပါ)။

ပန်းနာ ရင်ကျပ်။ ။တောထန်းနက်မြစ်၏ အပေါ်ခွံကို အရိပ်တွင် လှန်း၍ ၃-ပဲ သားမျှ ကွမ်းယာတွင် ရော၍ စားပါက ပျောက်ကင်း၏။

ကျောက်ကပ်ရောင်ရောဂါ။ ။တောထန်းနက်မြစ်မှုန့်ကို ပင်စိမ်းရွက် သတ္တုရည်နှင့် ရော၍ သောက်ပါက ပျောက်ကင်း၏။

ရင်ဘတ်နာရောဂါ။ ။တောထန်းနက်မြစ်ကို သစ်ကြပိုး အပါး (အကောင်းစား) နှင့် ဆတူ ရော၍ အနည်းငယ် အနည်းငယ် လျက်ပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

ဆီးလွန်ရောဂါ။ ။ဇာဒိပ္ဖိုလ်သီး အမှုန့် နှင့် တောထန်းနက်မြစ်မှုန့်ကို ဆတူ ရော၍ တခွက်စာ ၈-ပဲသားမျှ လျက်ပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။



ဒဟတ်ပင်
TECTONA HAMILTONIANA

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ခွေးရူးအဆိပ်ပျောက်ဆေး။ ။တောထန်းမြစ်မှုန့် ပိတ်ချင်းသီး အမှုန့်ကို ရော၍ ခွေးရူး ကိုက်သော ဒဏ်ရာသို့ တနေ့ ၂-ကြိမ်မျှ သိပ်ပေးပါက ခွေးရူး အဆိပ်များ ပျောက်ကင်း၏။

---

[၁]

ဒမငယ်-(ဝံအူ)

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။နွယ်မာမျိုး ဖြစ်၏၊ အခက် ၁၁.၄-လက်မမှ ၂၂.၈-လက်မ ရှိ၏၊ ရွက်ဆိုင် ထွက်၏၊ သိပ်ဖျား ချွန်၏၊ ပေါက်နွယ် တမျိုး ကဲ့သို့ တွေ့ရ၏၊ သို့ရာတွင် ပေါက်နွယ်သည် သုံးရွက်ဆိုင် ထွက်၏၊ ၎င်းမှာ သဘော်မဲ့ဇလီ ကဲ့သို့ ရွက်ရိုးတံ၌ စုံ၏၊ အသီးတောင့်သည် ၄-လက်မမှ ၇-လက်မ အထိ ရှည်၏၊ ဟုန်းပင် ကဲ့သို့ အဆိပ်မျိုး ဖြစ်၏၊

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်ကို ကျွဲနွားများ၏ အနာ၌ ပိုးများ သေစေရန် လိမ်းပေးရ၏၊ ငါးတို့ကိုလည်း သေစေတတ်၏။

ဒဟတ်ပင်

လက်တင် Tectona Hamiltoniana

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ထင်ရှားသဖြင့် အထူး မရေးတော့ပါ၊ စစ်ကိုင်း, မန္တလေး စသော အပူပိုင်းဒေသ တောင်ပေါ်များ၌ ပေါက်သည်၊ အမြင့် ပေ ၄၀-မှ ၅၀-ခန့် ရှိသည်၊ အပွင့်သည် အဆုပ်လိုက် ပွင့်သည်၊ အပွင့်သည် မွေး၏၊ အရောင် ဝါ၏၊ အရွက် ချွန်း၏၊ ကျောဘက်တွင် အမွေးများ ရှိ၏၊ အသီးမှာ အပြွတ်လိုက် သီး၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဒဟတ်မြစ်သည် သွေးကို နိုင်၏၊ လေကို ကြွစေ၏၊ ၎င်းသည် ပူသော အရပ်ဒေသတို့၌ များစွာ ပေါက်၏၊ ဆေးအသုံးထက် ထင်းအသုံး အနေဖြင့် သုံးကြ၏၊ အရွက်မှာ ကြမ်းသောကြောင့် အချို့ ကော်ဖတ် ကဲ့သို့ တိုက်ကြ၏။

ဒဟသဂို

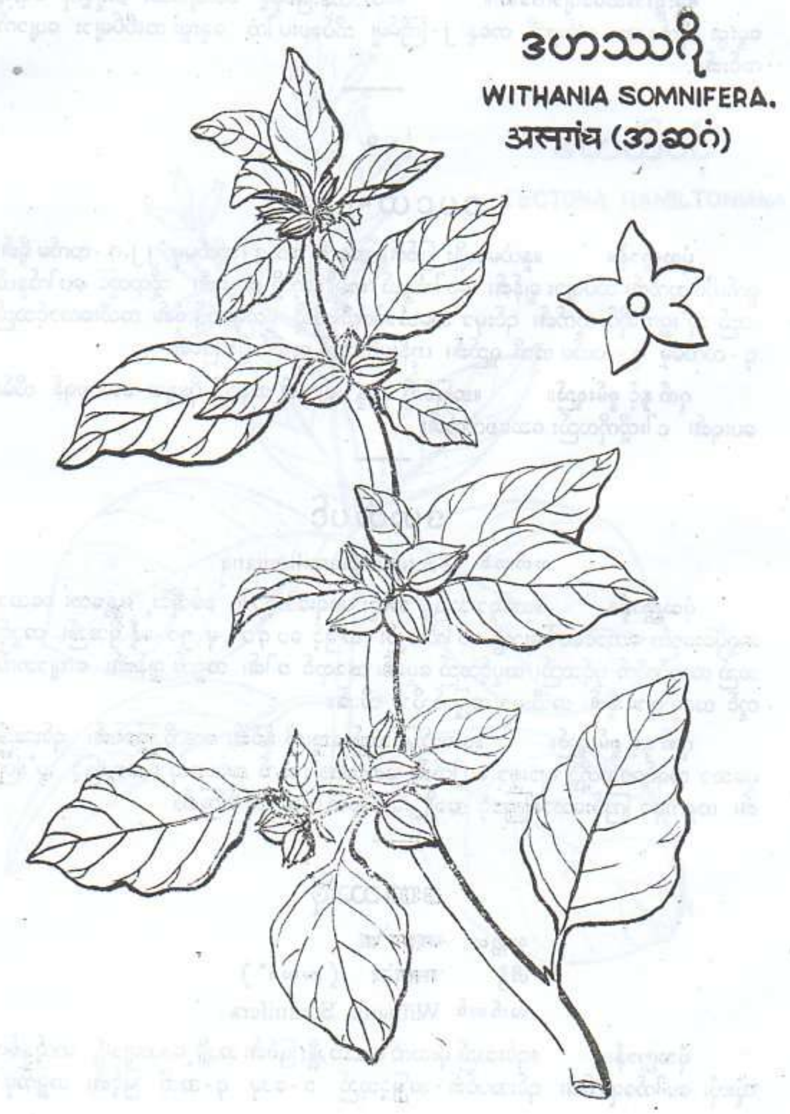
သက္ကတ अश्वगंधा

ဟိန္ဒီ असगंध (အဆဂံ)

လက်တင် Withania Somnifera

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းသည် မိုးသက် ပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အချို့ဒေသများ၌ ဆယ့်နှစ်လလုံးလုံး ပေါက်ရောက်၏၊ ၎င်းအပင်၏ အမြင့်သည် ၁-ပေမှ ၄-အထိ မြင့်၏၊ အရွက်မှာ

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



မျက်နှာတွင် နူးညံ့သော အဖြူကြောကလေး ၂-ခုရှိ၏၊ ၎င်းအရွက်များသည် များသောအား ဖြင့် အဆစ်တဆစ်၌ သုံးလေးရွက် စု၍ ထွက်တတ်၏၊ ၎င်း၏ အသီးအိတ်ကလေးသည် ငါးမြှောင့် ရှိသော ဘောက်သီး သဏ္ဌာန်နှင့် တူ၏၊ ၎င်းအိတ်အတွင်းမှ အသီး ရှိ၏၊ ၎င်းသည် စားတော်ပဲ အ လုံးကြီးမျှ ရှိ၍ အရောင်နီမြန်း၏၊ ယင်းအပင်သည် အလိုအလျောက်လည်း ပေါက်တတ်၏၊ စိုက် ပျိုး၍လည်း ယူတတ်၏၊ ထိုနှစ်မျိုးတွင် အသက်ရှည်ဆေး၊ အားတိုးဆေး စသည့်ဆေးများ ဖော် စပ်လိုပါက ပျိုးခင်း၌ စိုက်ပျိုးသော အပင်ကို ယူပါ၊ ပြင်ပလိမ်းဆေး နှင့် ဆီချက်များ ပြုလုပ် သောအခါ အလေ့ပေါက် ဒဟသဃိုကို အသုံးပြုရန် နိဃဏ္ဍု ကျမ်းကြီးများက ညွှန်၏။

ဒဟတ်—ဒဟသဃို—ဒဟသဃိုင်း ဟူ၍ သုံးမျိုး ရှိရာတွင် ရှေးက မြန်မာမှု ပြုရာ၌ အဿဂန္ဓ ပုဒ် သဘော်ဒဟသဃိုင်း ဟု ပြန်ဆိုထားသည်ကို တွေ့ရသည်၊ ၎င်းအပင်ကို ကျွန်ုပ်တို့သည် မျိုးယူ ၍ စိုက်ထားကြည့်၏၊ ၎င်းအပင် ကြီးထွားလာသော အခါ အထက်မြန်မာပြည် တဝိုက် ထိုအပင် ၏ အမည်ကို စုံစမ်းကြည့်ရာတွင် 'ဒဟသဃို' ပင် ခေါ်ကြောင်း ပြောဆိုကြ၏၊ လူသားတို့ အတွက် အလွန် အကျိုးပြုသော အားဆေးဘုရင်မျိုး ဖြစ်၍ သေချာတိကျစွာ အသုံးပြုနိုင်ကြရန် ထပ်မံ အကြိမ်ကြိမ် ရှာဖွေ စုံစမ်းကြည့်ရာ ပခုက္ကူနယ်, ပွင့်ဖြူနယ် (လယ်ကိုင်း ကျောင်းတော်ရာ), မလှိုင်နယ်တို့၌ အလေ့ကျ ပေါက်နေသည်ကို တွေ့ရ၏။

သုံးစွဲနည်း အစစ်အမှန်ကို မသိကြ၍ "သိသူဖော်စား မသိသူကျော်သွား" ဟူသော ဗိန္ဓောဆောင်ပုဒ်ကို သတိရမိသဖြင့် သိအောင် ပညာပေးရမည့် တာဝန်သည် ဆေးအဘိဓာန် ကျမ်းပြုသော ကျွန်ုပ်တို့၏ တာဝန် သာ ဖြစ်သည် ဟု ယူဆသမိဖြင့် တာဝန်လည်းကျေ၊ တိုင်း ပြည် ငွေလည်းမထွက်၊ ထွက်ကုန် အဖြစ်နှင့်လည်း သုံးနိုင်သောကြောင့် ကျမ်းတကာမှ စုရုံး၍ ယင်းအပင်၏ အသုံးဝင်ပုံကို ဖော်ပြပါအံ့။

ထူးခြားချက် တရပ်မှာ မြန်မာပြည်၌လည်း ထိုအပင် ရှိသောကြောင့် သဘော်ကုန် ဟု မဆိုသာတော့သဖြင့် ရှေးက ပြန်ဆိုခဲ့သော သဘော်ဒဟသဃိုင်း ဟူသည်၌ သဘော် ဟူသော ပုဒ်ကိုဖြုတ်၍ ဒဟသဃို ဟု ပြန်ဆိုထားပါသည်၊ ဒဟသဃိုင်းသည် သီးသန့် ချုံပင်ကလေးမျိုး ဖြစ်သောကြောင့် ၎င်းနှစ်မည် ကွဲပြားရန် အရပ်သုံး အနေဖြင့် ဒဟသဃိုပင် ဟု ရေးသားဖော် ပြထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအမြစ်သည် ချို၏၊ ဖန်၏၊ ခါးသက်သက် ရှိ၏၊ ပိပါက၌ ပူ၏၊ ဝဖြိုးစေ၏၊ ဓာတ်တို့ကို ပြုပြင်တတ်၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ အိပ်ပျော်စေ၏၊ ဆီး ရွှင်၏၊ အားနည်းခြင်း, အဖု အကျိတ် နှင့် ခယရုဂ်ရောဂါတို့၌ အသုံးပြုပါက များစွာ အကျိုး ရှိ၏၊ ၎င်းသည် အထူးအားဖြင့် အမြစ်ကို အသုံးပြုရ၏၊ များစွာ စွမ်းရည်သတ္တိ ရှိ၍ လူသား တို့အား အကျိုးပြုသော အပင် ဖြစ်၍ အခြားသော အရွက် အပွင့် အသီး တို့ကိုလည်း ဆေး ဘက်တွင် ထည့်သွင်း အသုံးပြုကြ၏။

ရှေးရှေးသော ဗိန္ဓောဆရာမြတ်တို့သည် အဿဂန္ဓ အပင်ကို မြန်မာမှု ပြုရာ၌ သဘော် ဒဟသဃိုင်း ဟု ပြုကြကုန်၏၊ အဿဂန္ဓ ဟု နိဃဏ္ဍုကျမ်းတို့၌ မှိန့်ဆိုထား၏၊ ၎င်း၏အရွက် သည် နွား၏ နားရွက်နှင့် သဏ္ဌာန်တူသောကြောင့် ဂေါကဏ္ဏ ဟူ၍လည်း ခေါ်ဝေါ်ကြကုန်၏၊

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အားကို လွန်စွာ ဖြစ်စေတတ်သောကြောင့် ဝုသျှာဟူ၍၎င်း, အားတိုးဆေး အဖြစ်ဖြင့် လွန်စွာ အကျိုးပြုသောကြောင့် ဝါဇီကရီဟူ၍၎င်း နိဃဏ္ဍုကျမ်းတို့၌ စမ်းသပ် သိမြင် ဂုဏ်ပေါင်း ဆင်သမျှ စွမ်းရည် သတ္တိကို ကြည့်၍ အမည် အမျိုးမျိုးတို့ဖြင့် ခေါ်ဝေါ် ထားသည်ကို တွေ့ရ၏။

ဒဟတ်ဟူ၍၎င်း, ဒဟာသဂိုင်းဟူ၍၎င်း, ဒဟာသဂိ ဟူ၍၎င်း သုံးမျိုး ရှိရာတွင် ဒဟာသဂိ ဟူ၍ ပစ္စက္ကူနယ်, မကွေးနယ်, စလင်းမြို့နယ်, မလှိုင်မြို့နယ်တို့၌ ခေါ်ဝေါ်ကြသည်ကို တွေ့ရသည်၊ ၎င်းအမြစ်ကို ကြိတ်၍ သို့မဟုတ် အစေ့ကို ကြိတ်၍ နို့ပုဂံထဲတွင် အတန်ငယ် ထည့်သွင်း စိမ်ထားခဲ့သော် မကြာမီပင် နို့ခဲသွားကြောင်း နိဃဏ္ဍု ကျမ်းတို့၌ ဖော်ပြထား၏၊ မြန်မာတို့သည်လည်း နို့ခဲပင် ဟူ၍ အချို့ အရပ်၌ ခေါ်သည်ကို တွေ့ရသည်။

အမြင်အားဖြင့် လက္ခဏာကို ကြည့်သော် ၎င်းသည် လူသားတို့အား လွန်စွာ ထူးခြားသော အကျိုးများသည်ဟု မဆိုနိုင်သော်လည်း (ဝါ) များစွာ အကျိုးပြုလိမ့်မည်ဟု မထင်ရသော်ငြားလည်း ဆေးအတတ်၌ ကမ်းခပ်သိမြင် ပိန္နော အရှင်မြတ်တို့ကား ၎င်းအပင်၏ ဂုဏ်အကြောင်း အကျိုးသတ္တိ များကြောင်းကို နိဃဏ္ဍုကျမ်း, အဘိဓာန်ကျမ်း အသီးသီးတို့၌ ဦးစားပေး၍ မြောက်မြားစွာ ဖော်ပြထားသည်မှ အကျဉ်းချုပ်၍ ရေးသားဖော်ပြပေအံ့။

ဓါန္ဒန္တရိ ဆရာ၏ အမြင်။ ။၎င်းဒဟာသဂိသည် ပူ၏၊ ဖန်၏၊ ခါး၏၊ လေ နှင့် သလိပ်ရောဂါကို နိုင်၏၊ ၎င်းပြင် အဆိပ်သင့်နာ, အနာပေါက် အမျိုးမျိုးကို ပယ်ဖျောက်တတ်၏၊ ကိုယ်သား ကိုယ်ရေ ကြည်လင်စေ၏၊ သုက်ပွားစေ၏၊ အားကို ဖြစ်စေ၏၊

ရာဇနိဃဏ္ဍုဆရာ့ အမြင်။ ။ဒဟာသဂိသည် စပ်၏၊ ပူ၏၊ ခါး၏၊ သည်းခြေကို ပွားစေ၏၊ အားကို ဖြစ်စေ၏၊ လေကို နိုင်၏၊ ချောင်းဆိုးနာ, ပန်းနာ, ရင်ကြပ်နာ, အဆုတ်နာများကို ပယ်ဖျောက်နိုင်၏။

ဘာဝပ္ပကာသဆရာ၏ အမြင်။ ။ဒဟာသဂိသည် ခါး၏၊ ဖန်၏၊ ပူ၏၊ လေရောဂါ, သလိပ်ရောဂါ, ဖောရောင်ရောဂါ, ခရုသင်းနာ, ပန်းနာ ရင်ကျပ် တို့ကို ပယ်ဖျောက်၍, အားကို ဖြစ်စေ၏၊ အသက်ကို ရှည်စေ၏၊ သုက်ပွားစေ၏။

ဓေဝ္ဝလဆရာ၏ အမြင်။ ။ဒဟာသဂိ၏ အရွက်ကို လိမ်းကျံမှု အကြော အဆစ်ရောင်ခြင်း ကျပ်တီးနာ . မြင်းဖုခြောက်နာများကို ပယ်ဖျောက်တတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အနာပေါက်ရောဂါ။ ။၎င်းအရွက်ကို ကြက်ဆူဆီ သုတ်၍ မီးနည်းနည်း ကင်ပြီးလျှင် အနာများကို ကပ်ပေးသော် နလျှင် ပိန်၍ ရင့်လျှင် ပေါက်သွားပါလိမ့်မည်။

သတ္တိအားကို ပွားစေရန်။ ။နွားနို့ နှင့် ဒဟာသဂိ အမြစ်ကို အနည်းငယ် အနှည်းငယ် အစဉ်မပြတ် မှီဝဲပါက အစွမ်းသတ္တိအား တိုးပွား ပါလိမ့်မည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဆီးစင်ကြယ်ဆေး။ ။ဒဟသာကို အစေ့ကို ၃ - ပဲသားကို ကြိတ်၍ ရေအေးဖြင့် သောက်ခဲ့သော် ဆီးနောက်ခြင်း, ဆီးအနယ်ပါခြင်းများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

အဆစ်ရောင်ရောဂါ။ ။ဒဟသာကို ပဉ္စငါးပါး၏ သတ္တုရည်ကို ၂ - ကျပ်သားမျှ သောက်ခဲ့သော် အဆစ်ရောင်ခြင်း ရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

အားကုန်ခြင်းရောဂါ။ ။ဒဟသာကိုမှုန့် တပဲသား, ဆေးခြောက် တရွေးသား ရော၍ နွားနို့ ပူပူနှင့် သောက်ခဲ့သော် အားအင် ကုန်ခန်းခြင်း ရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

သွေးဖောက်ပြန်သောရောဂါ။ ။ဒဟသာကိုမြစ် နှင့် သဘော်ာ စိန္နပေါ်ဥ အညီအမျှ အမှုန့်ပြု၍ ၎င်းအမှုန့် လေးပဲသားကို နွားနို့နှင့် သောက်ခဲ့သော် သွေးဖောက်ပြန်သော ရောဂါ ကင်းစင်ပါလိမ့်မည်။

အိပ်ပျော်ဆေး။ ။ဒဟသာကို အစေ့ သုံးပဲသားကို အနည်းငယ် အနည်းငယ် လျှက်ပေးပါက အိပ်မပျော်သောသူများ အိပ်ပျော်ပါလိမ့်မည်။

အဆစ်ရောင် လိမ်းဆေး။ ။၎င်းအမြစ်ကိုသွေး၍ အဆစ်အဆက်များ ရောင်သော နေရာတွင် လိမ်းပေးပါက ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ဝါတရက်ရောဂါ။ ။ဒသာကိုမြစ် နှင့် သဘော်ာ စိန္နပေါ်မြစ်ကို ကျို၍ သောက်ပါက ဝါတရက်ရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

အသားအရည် နှင့် အားတိုးဆေး။ ။ဒဟသာကိုမှုန့် တကျပ်သား, ထောပတ် တကျပ်သား, နွားနို့ တဆယ်သားတို့ကို မီးညင်းညင်းဖြင့် ချက်၍ ည, နံနက် လဘက်ရည်ဇွန်း တဇွန်းစီ သောက်ခဲ့သော် အင်အား တိုးပွား၍ အသားအရည် ဝဖြိုးလာပါလိမ့်မည်။

အကြောတက်ရောဂါ။ ။၎င်းအမြစ်ကို ကြိတ်၍ နှမ်းဆီနှင့် လိမ်းခဲ့သော် အကြောတက်ရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ကိုယ်ဝန် တည်မြဲရန်ဆေး။ ။သားသမီး အဖတ်မတင်သူများ နှင့် မြုံသော သူများကို ၃ - ပဲသားမှ ၇ - ပဲသား အထိ ဒဟသာကို အမှုန့်ကို မီးရပ် မလာခင် ကြိုတင်၍ သောက်ပြီးလျှင် နွားနို့ထမင်းကို သောက်ပါက သားသမီး အဖတ်တင်၍ ကိုယ်ဝန် တည်မြဲစေနိုင်ပါသည်၊ ဤနည်းကို နှစ်လတိုင်တိုင် ပြုလုပ်ရမည်။

မီးရပ်သွေးလွန် ရောဂါ။ ။ဒဟသာကို အမှုန့် နှင့် သကြား ဆတူရော၍ ၎င်းအမှုန့် သုံးမတ်သားကို အနည်းငယ် အနည်းငယ် လျှက်ပေးပါက မီးရပ်သွေးများ အလွန် ကျဆင်းခြင်းကို တဖြည်းဖြည်း ရပ်တန့် သွားစေလိမ့်မည်။

နို့ထွက်ဆေး။ ။ဒဟသာကို ဥမှန်ဥ, သို့မဟုတ် တောင်ကန်စွန်းဥ, နွယ်ချို ၎င်းသုံးမျိုးကို ဆတူရောပြီး ကျို၍ နွားနို့ အဝက်သားတွင် ၎င်းကျိုဆေးရည် နှစ်ကျပ်သား ထည့်၍ တနေကုန် သောက်ပါ၊ ၎င်းနည်းအတိုင်း နေ့စဉ်သော်၎င်း, ရက်ခြားသော်၎င်း သောက်ပေးပါက နို့ခြောက်ခန်းသော မိန်းမများ လွန်စွာ နို့ထွက်၍ အားအင်လည်း တိုးပွားလာပါလိမ့်မည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ယောနိ ဒိုင်မှာသော လိမ်းဆေး။ ။ဒဟာသကိုမြစ် ဥမှန်ဥ, သို့မဟုတ် တောင်ကန်စွန်းဥ, ယင်းရှေ့စေ့ သို့မဟုတ် ခွေးလယားသီး အယဉ်စေ့ ခြောက်ပဲသားစီ စု၍ အမှုန့်ပြုပါ၊ ၎င်းအမှုန့်ကို ကျားဆီ ငါးမတ်သား ထည့်၍ ဖျော်ပြီးလျှင် လိမ်းကျံပေးပါက ယောနိများ တောင့်တင်း သန့်စင်လာပါလိမ့်မည်၊ နေ့စဉ်သော်၎င်း, ခုနစ်ရက်တွင် တကြိမ်သော်၎င်း မကြာမကြာ လိမ်းကျံ ပြုလုပ်ပါက ပို၍ ကောင်းပါလိမ့်မည်။

နောက် တနည်း လိမ်းဆေး။ ။ဒဟာသကိုမြစ်, ကျောက်ချဉ်, ဒေါက်ရပ်ခေါက်, ကြက်ဆူမြစ်၏ အခေါက်, ခရုလုံးချက်, သို့မဟုတ် ခရုလုံးအပိတ် တကျပ် ဆယ့်နှစ်ပဲသားစီ ချိန်၍ အမှုန့်ပြုပါ၊ ၎င်းနောက် အထက်ပါဆေးကို ရေအေးဖြင့် ကြိတ်၍ အပြား ပြုလုပ်ထားပါ၊ ထိုနောက် နှမ်းဆီ ဆယ့်လေးကျပ်သားနှင့် ချက်၍ စစ်ယူပြီးလျှင် ၎င်းဆီကို တစက် နှစ်စက်မျှ လိမ်းကျံပေးခဲ့သော် ယောနိများ တောင့်တင်းလာပါလိမ့်မည်။

နောက် တနည်း လိမ်းဆေး။ ။ဒဟာသကိုမြစ်ကို စပယ်ဆီနှင့် သွေး၍ နယ်ခြင်း, လိမ်းခြင်းကို ပြုလုပ်ပေးပါ။

နောက် တနည်း လိမ်းဆေး။ ။ဒဟာသကိုမြစ်, ပိတ်ချင်းကြီး, ဆောင်းမေးခါး-ရော ကြိတ်၍ မခန်း (ဆီဦး) နှင့် ရော၍ ဆယ့်ခုနစ်ရက်တိုင်တိုင် တနေ့လျှင် နှစ်ကြိမ်ကျ လိမ်းနယ်ပေးပါက ယောနိများ ခိုင်မာ တောင့်တင်းလာပါလိမ့်မည်၊ ထိုနောက် ရေနွေးနှင့် ဆေးပေးပါ။

အိမ်မက် သုက်လွှတ် ရောဂါ ပျောက်ဆေး။ ။အိပ်မက်ရာ၌ သုက်လွှတ်ခြင်း, အလိုအလျောက် သုက်လွှတ်ခြင်း, သုက်ကျဲခြင်း, စိတ်ကူးရုံမျှ မြင်ရုံမျှဖြင့် သုက်လွှတ်ခြင်း စသော သုက်ရောဂါတို့ကို ဒဟာသကိုမြစ်, မင်းကိုးကာ, ဇာဒိပ္ဖိုလ်သီး, ဖာလာဖြူ, နွားမြက်ရင်း, ယင်းရှေ့စေ့ သို့မဟုတ် ခွေးလယားသီး အယဉ်စေ့, ဆူးလေသီး, ရှဥ့်မတက်, တြိဖလ, (ဇီးဖြူ, သစ်ဆိမ့်, ဖန်းခါး) ထိကရုံး ဆူးပေါက်အစေ့, မြက်မွှေး သို့မဟုတ် ပန်းရင်း အဖြူ, ဝါးစိန် တကျပ်ခွဲသားစီ ချိန်၍ အမှုန့်ပြုပြီး စစ်ပါ။

ထိုနောက် တဖန် ၎င်းဆေးမှုန့်၏ အလေး-သကြားခဲ ဆတူ ရော၍ သမအောင် နယ်ပါ၊ အထက်ပါ ဆေးမှုန့်ကို နံနက် ၆-ပဲသား ညနေ ၆-ပဲသား နွားနို့နှင့် သောက်ပါက အထက်ပါ ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၍ ခွန်အားဗလ တိုးတက် လာပါလိမ့်မည်။

ဗွဘုတ်ပင်

ဟိန္ဒီ ဗူလီ (ပူလီ)

လက်တင် Kydia Calycina

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်နှင့် အညွန့်များ၌ ကတ္တီပါမွှေး ရှိ၏၊ အရွက်ဝိုင်း၏၊ သို့ရာတွင် ထောင့်ပေါ်၍ တိမ်သော ခွေးသွားစိတ်ကလေးများ ရှိ၏၊ အရွက်သည်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

သုံးလက်မမှ ခုနစ်လက်မအထိ ရှည်၏၊ အညှာ ရှည်၏၊ အပွင့် လှပ၏၊ အဖြူ ပန်းရောင် ရှိ၏၊ အသီး၌ ကတ္တီပါမွေး ရှိ၏၊ အချို့သော ဒေသတို့၌ ဆူပုတ် သို့မဟုတ် ဖက်ဝင်း ဟု ခေါ်ကြ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။နဂါးကျင်ကိုက်ခဲသော နေရာ၌ အရွက်စိမ်းကို ကြိတ်၍ ပတ်တီး စီပေးလျှင် ကိုက်ခဲသောရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏၊ ပါးစပ်နှင့် မြုံပေးလျှင် အာခံတွင်း၌ အနီဖု များပေါက်၍ သွားရည်ယိုကျသော ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဒါနသုခ

ဟိန္ဒီ မ္ဓုရစ်ဖဂ္ဂ (ဘုဟိဝနျ)

လက်တင် Scoparia Dulcis

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။မတ်ထောင်တက်သော ချုံပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရှယ်သည် ၁.၃-မှ ၃.၈ စင်တီမီတာ ရှိ၏၊ အပွင့်သည် အရစ်များ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အိန္ဒိယပြည်တွင် တုန်တက်တတ်သော အဖျားရောဂါ၌ အသုံး ပြု၏၊ ထို့ပြင် အအန်ပျောက်ဆေး အဖြစ်ဖြင့် အသုံးပြု၏၊ သွားကိုက်သောအခါ နူတ်ငုံဆေး အဖြစ် ၎င်းဆေးပင်ကို အသုံးပြုရ၏၊ အမြစ်ကို ပြုတ်၍ ရာသီသွေးလွန်ခြင်း, ညောင်းကျခြင်းတို့၌ တိုက်ရ၏၊ အမြစ်သည် ချုပ်၏၊ စေးခဲ၏၊ ဖြေဆေးအဖြစ် အသုံးပြုရ၏၊ အရွက်ကို အဖျားရောဂါ တို့၌ အသုံးပြုရ၏။

ဒိဝိသီး

ဘုံဘေ ဒိဗိဒိဗီ (ဒိဗိဒိဗိ)

အင်္ဂလိပ် Dividivi

လက်လင် Caesalpinia Coriaria

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ဆက်နေ၏၊ အပွင့်ငယ်၍ အဝါနု အစိမ်းနုရောင် ရှိ၏၊ မွှေး၏၊ အသီးသည် ကောက်ကွေး၍ ဆူး ဝို၏၊ အခေါက်ကို သားရေနယ် အတွက် အသုံးပြု၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။တွန့်ရှုံ့စေ၏၊ ဝဖြိုးစေ၏၊ တက်ဖျား ကျဖျား ပျောက်၏၊ အသီးမှုန့်ကို ငှက်ဖျားရောဂါ၌ တိုက်ရ၏၊ အခေါက်၌လည်း တွန့်ရှုံ့စေတတ်သော သတ္တိရှိ၏၊

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

နာတာရှည် အဖျားရောဂါ၌ ဝမ်းသက်ခြင်းကို ပိတ်စေရန် အခေါက်ပြုတ်ရည်ကို မွှေးကြိုင်သော ဆေးဘက်များဖြင့် ရော၍ ပေးရာ၏၊ အဖျားလည်း ပျောက်စေ၏။

ဒီဒူးပင်

ဘင်္ဂါလီ　တူလာ　(တူလာ)

လက်တင်　Bombax Insigne

ပုံသဏ္ဍာန်။　။အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ နွေရာသီ၌ ကြာမြင့်စွာ အရွက်မရှိ၊ အပွေးဖြူဖြော့၏၊ နုသောအပိုင်းတို့၌ ဆူးပေါက်၏၊ အရွက် လက်ပံရွက်လောက် မချွန်တတ်၊ အပွင့် ဖြူ၍ ဝတ်ဆံများစွာ ရှိ၏၊ အသီးကြီး၍ ပြောင်ချော၏၊ ညို၏၊ အဟောင်း၌ ပိုးမျှင်ကဲ့သို့ ပြောင်လက်သော လဲမှို့များ ရှိ၏။

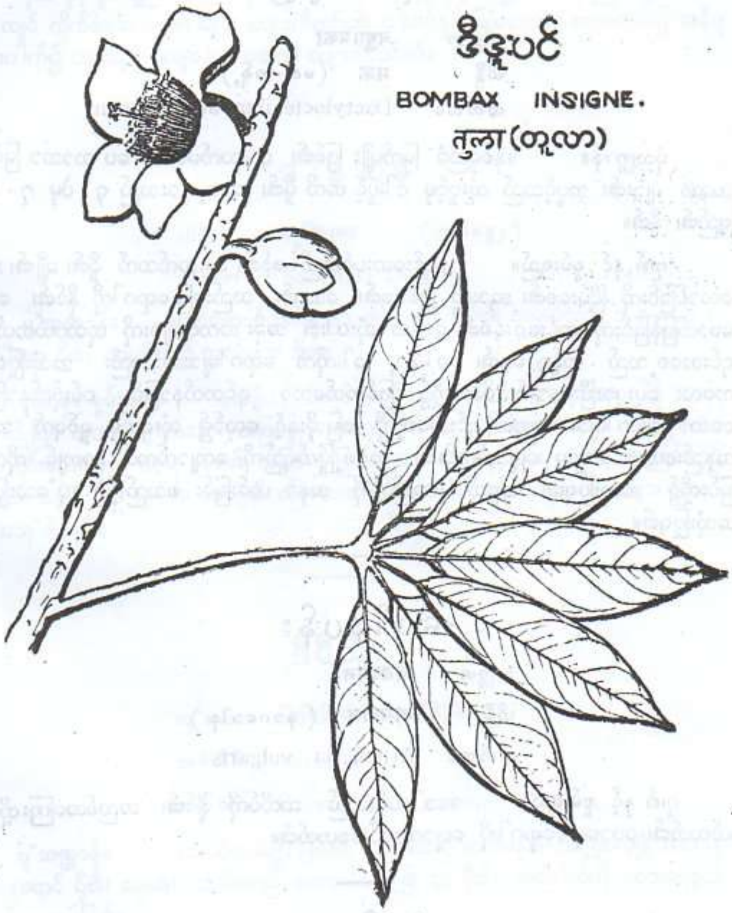
ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　။အမြစ်ချို၏၊ အေး၏၊ အားတိုးစေ၏၊ အသီးအနည်းငယ် သက်စေ၏၊ ချုပ်၏၊ ယားယံခြင်း, သည်းခြေ ဒေါသ ဖောက်ပြန်ခြင်း, ကိုယ်ပူခြင်း, ရောင်တင်းခြင်း ပျောက်ကင်းစေ၏။

အခေါက်။　။အခေါက်သည် ထက်မြက် စူးရှသော အရသာ ရှိ၏၊ အားတိုး စေ၏၊ တွန့်ရှုံ့စေ၏၊ သလိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ ဆီးရောဂါ နှင့် ယားယံခြင်း ပျောက်ကင်း စေ၏။

အပွင့်။　။အရသာ ထက်မြက်စူးရှ၏၊ ခြောက်ထပ်စေ၏၊ အူတို့ကို တွန့်ရှုံ့စေ၏၊ သလိပ် နှင့် သည်းခြေ ဒေါသကို ပယ်တတ်၏။ သွေးစင်ကြယ်စေ၏၊ သရက်ရွက်ကို အကျိုးပြု၏၊ ပြည်တုလာသရောနာ၌ ကောင်း၏။

အသီး။　။ချို၏၊ အေး၏၊ ကြေစေ၏၊ ဆီးများစေ၏၊ အားတိုးဝဖြိုးစေ၏၊ ကာမအားပေး၏၊ သလိပ်ရှင်စေ၏၊ သွေး စင်ကြယ်စေ၏၊ ဆီးနှင့် စပ်သော ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ နူနာ၌ ကောင်း၏။

အစေး။　။စူးရှသော အရသာ ရှိ၏၊ တွန့်ရှုံ့စေတတ်၏၊ အားသစ် တိုးပွားစေ၏၊ ကာမအားပေး၏၊ သလိပ်ဖြစ်စေ၏၊ ယားယံခြင်း, လေ, သွေးနှင့် စပ်သော ရောဂါ, ဝမ်းကိုက် ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။



ဒီဒူးပင်

BOMBAX INSIGNE.

तुला (တူလာ)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဒိုးဒုတ်ချေးမြက်

သက္ကတ वज्रपत्रका
ဟိန္ဒီ मकड़ा (မက်-ကရ)
လက်တင် Dactyloctenium aegyptiacum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နှစ်ရှည်ခံ မြက်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၄ - လက်မမှ ၁ - ပေ သာသာ မြင့်၏၊ အဆစ် များ၏၊ အပွင့်သည် သုံးပွင့်မှ ငါးပွင့် အထိ ရှိ၏၊ အစေ့များသည် ၄ - ပဲမှ ၇ - ပဲမျှ ရှည်၏၊ နီ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းဆေးပင်သည် ဖန်၏၊ ခါးသက်သက် ရှိ၏၊ ချို၏၊ ဆာလောင်ခြင်းကို ငြိမ်းစေ၏၊ အားကို ဖြစ်စေ၏၊ အေး၏၊ သည်းခြေ ရောဂါကို နိုင်၏၊ သွေးဖောက်ပြန်ခြင်းကို ကင်းဝေးစေ၏၊ ဒေါသ ဘုံးပါး၏ အခိုး အကင်းများကို ထုတ်ပယ်တတ်၏၊ ၎င်းအစေ့သည် တွန့်ရှုံ့စေ၏၊ ခါးနာ၊ ခါးကိုက် ရောဂါများတွင်လည်း အသုံးပြုရ၏၊ ကလေး မွေးဖွားပြီးနောက် မိန်းမတို့၌ ဖြစ်တတ်သော ရင်ဘတ်နာခြင်း၊ ဝမ်းဗိုက်နာခြင်း စသော ရောဂါများ အတွက် ၎င်းအစေ့ကို မြေအိုးနှင့် လှော်၍ သုံးရက်မှ ရှစ်ရက် အထိ အနည်းငယ်မျှ ကျွေးမူ ပျောက်ကင်း၏၊ အစေ့ပြုတ်ရည်ကို ကျောက်ကပ် နာကျင် ကိုက်ခဲခြင်းတို့၌ အသုံးပြုရ၏၊ အရွက် စသည်တို့ကို အနာ ယင်းခြင်း စသည်တို့၌ အုံဆေးပြု၍ အသုံးပြုရ၏။

ဒေါနပန်း

သက္ကတ नागदमना
ဟိန္ဒီ नागदौन (နာဂဒေါန)
လက်တင် Artemesia vulgaris

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဒေါနပန်းသည် သလိပ်ကို နိုင်၏၊ အညစ်အကြေးတို့ကို ပယ်ဖျက်၏၊ ဖောရောင်ရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

ဒန့်ကွဲ

သက္ကတ चक्रमर्द အင်္ဂလိပ် Foetid Cassia
ဟိန္ဒီ पँवाड़ (ပဝါရိ) လက်တင် Cassia Tora

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းသည် အီးဝမ်းကို ရှင်စေတတ်၏၊ လေ သလိပ်ကို နိုင်၏၊

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)

နှလုံးကို အကျိုးပြု၏၊ အေး၏၊ ပန်းနာ၊ ရင်ကျပ်၊ ဒူးနာ၊ ပွေးနာ နှင့် ပိုးတို့ကို ဖျက်ဆီးတတ်၏၊ ၎င်းအစေ့သည် ပူ၏၊ ခါးသက်သက် ရှိ၏၊ ဒူးနာ၊ ယားနာ၊ ပွေးနာ၊ အဆိပ်သင့်နာ၊ လေနာ၊ ဂူလုံးရောဂါ၊ ပိုးနာ၊ ချောင်းဆိုးရောဂါ၊ ပန်းနာတို့တွင် များစွာ အကျိုးရှိ၏၊ ၎င်းအရွက်သည် ကြေကျက်လွယ်၏၊ သည်းခြေဒေါသကို ဖြစ်စေ၏၊ သလိပ်နာ၊ လေနာ၊ ပွေးနာ၊ အရေပြားရောဂါ၊ ချောင်းဆိုးနာ၊ ပန်းနာ၊ ရင်ကျပ်တို့ကို ကင်းဝေးအောင် ပြုတတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုပုံ

၎င်းအရွက်ကို ဟင်းချက်စားခြင်း၊ အစေ့ကို သံပုရာရည်နှင့် ကြိတ်၍ လိမ်းခြင်းကို ပြုလုပ်ခဲ့သော် အရေပြားရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

မျက်စိရောဂါ။ ။၎င်းအစေ့ကို သွေး၍ ကွင်းခြင်း၊ အစေ့ကို ကျို၍ သောက်ခြင်းဖြင့် မျက်စိ ပိုးထခြင်း၊ ယားခြင်း ပျောက်ကင်း၏၊

အနာပေါက်။ ။အနာများ ငန်းမန်းလိုက်၍ ရောင်ခြင်း၊ ရိုးရိုး ဖောရောင်ခြင်းတို့တွင် ၎င်းအစေ့ကို သောက်ခြင်း၊ လိမ်းခြင်းဖြင့် ပျောက်ကင်းနိုင်၏။

ဒန့်တလက်

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။မတ်ထောင်၍ တက်တတ်သော နှစ်ရှည်ခံ အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၁-ပေမှ ၃-ပေ မြင့်၏၊ အရွက် ရွက်ခြား ထွက်၏၊ ၆-လက်မမျှ ရှည်၏၊ လှံသွား သဏ္ဍာန် ရှိ၏၊ အပွင့်သည် နှင်းဆီရောင် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အေး၏၊ ခွန်အားကို ဖြစ်စေ၏၊ မီးလောင်ခြင်း၊ အရေပူလောင်နာတို့၌ လိမ်းပေးရ၏၊ အဆစ်အဆက်တို့၌ နာကျင် ကိုက်ခဲခြင်းတို့ကို လိမ်းကျံပေးရ၏။

ဒန့်သလွန်သီး (အချို)

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဉ္စငါးပါး ချို ဖန် ဖြစ်၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ သလိပ် သည်းခြေကို နိုင်၏။

အပင်။ ။ချို-ခါး-စပ်၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ထက်မြက်၏၊ ကြေလွယ်၏၊ နှုတ်မြိန်စေ၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ အသွားကို ပွားစေ၏၊ ချုပ်၏၊ သုက်ကို ပွားစေ၏၊ နှလုံး၊

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မျက်စိကို ကျေးဇူးပြု၏၊ သည်းခြေဒေါသကို ဖောက်ပြန်စေ၏၊ သလိပ် လေကို နိုင်၏၊ သွေးကို ဖျက်ဆီးတတ်၏၊ ဖောရောင်ခြင်း နှင့် ပိုးအဆိပ်ကို နိုင်၏၊ အဆီပွားသောရောဂါ, ဝမ်းမီး နှုံ့ခြင်း, အဖျဉ်း, ဂူလုံး, ကျပ်တီးနာ, အနာပေါက် ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အမြစ်ခေါက်။　　။ချို ခါး ပူ၏၊ ထက်မြက်၏၊ ကြေစေ၏၊ အူကို တွန့်စေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ အဆိပ်, ပိုး, နာကျင် ကိုက်ခဲခြင်းကို နိုင်၏၊ သလိပ်, လေကို နိုင်၏၊ အပူ သည်းခြေကို ပွားစေ၏၊ သွေးကို ဖျက်ဆီးတတ်၏၊ ဆာလောင် မွတ်သိပ်စေတတ်၏။

နှလုံး, မျက်စိ, သန္ဓိပါတ်ဖျား, ဖောရောင်, ဝမ်းမီးနှုံ့, အဆုတ်ကြီး, ခယရုက်ကြောင့် ဖြစ်သော ကျပ်တီးနာ, မြင်းဖု အစို, အနာပေါက်, နားကိုက်ခြင်းတို့၌ ကောင်း၏။

အရွက်။　　။ချို၏၊ အေး၏၊ မျက်စိကို အကျိုးပြု၏၊ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း, အရက်မူးခြင်း, အသိဉာဏ် ထိုင်းမှိုင်းခြင်း, ကြို့ထိုးခြင်း, ပန်းနာ, မျက်စိရောဂါ, လေ နှင့် သည်းခြေဒေါသ ဖောက်ပြန်သော ရောဂါများကို ချမ်းသာစေ၏။

အပွင့်။　　။စပ်၏၊ ပူ၏၊ ဖောရောင်, အဖျဉ်းကြီး, အကြောရောဂါ, သက်တန့်ရောဂါ, သလိပ်ရောဂါ, လေဖောက်ပြန်သော ရောဂါများ၌ အသုံးပြုရ၏။

အစေ့။　　။ပူ၏၊ မျက်စိကို အကျိုးပြု၏၊ အဆိပ်သင့်, ခေါင်းကိုက် ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

အစေ့ဆီ။　　။အနာပေါက် နှင့် ယားနာ အမျိုးမျိုးတို့၌ ကောင်း၏၊ အခေါက် နှင့် အရွက် သတ္တုရည်သည် ပြင်းထန်သော နာကျင်ကိုက်ခဲသော ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

အသီးသီး အသုံးပြုပုံ

လတ်ဆတ်သော အခေါက်ရည်ကို နား၌ ထည့်ပေးရာ၏၊ (က) နားကိုက်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏၊ အစေ့မှုန့်ကို နား၌ ထည့်ပေးနိုင်၏၊ (ခ) နားပြည်ယိုခြင်း ပျောက်ကင်း၏၊ (ဂ)အသီးကို အမှုန့်ပြု၍ သကြားနှင့် ရောသောက်ခဲ့သော် ဆီးများခြင်း, ဆီးများရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ အမြစ်ရေကို နို့နှင့် ရော၍ သောက်ခဲ့သော် သကြားပါသော ဆီးရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ (ဃ) ဒန့်သလွန်မြစ်ရေ နှင့် ချင်းရေကို ရော၍ သောက်ခဲ့သော် ပန်းနာရောဂါ, ပန်းနာ အတွက် အလွန် အကျိုးပြု၏၊ (င) အမြစ်ကို ကြိတ်၍ စည်းပေးခဲ့သော် ရောင်တင်းခြင်း ပျောက်ကင်း၏၊ (စ) အသီးကို စားခဲ့သော် ဝမ်းတွင်းရှိ ပိုးများ သေ၏၊ (ဆ) သုံ့ပုပ်လျှင်, အစေးကို ပါးစပ်၌ ငုံပေးခဲ့သော် သွားများ ပုပ်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဒန့်သလွန်သီး (ခါး)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အချိုပင်ထက် ကြီး၏၊ အပွင့်သည် အလွန် ဖြူ၏၊ နီဝါရောင် သန်း၏၊ အသီး ငယ်၍ အရေးအကြောင်း ၃ - ၄ ရှိ၏၊ ခါး၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဋ္ဌင်ါးပါး အရသာ ခါး၏၊ သတ္တိ အချိုထက် ပူ၏၊ ဝိပါကဥ္စ စပ်၏၊ ခွန်အားကို လွန်စွာ ဖြစ်စေ၏၊ ဓာတ်တို့ကို ပြောင်းလဲစေတတ်၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ နူးညံ့စွာ ဝမ်းကို သက်စေ၏၊ (ကြွင်းသော ဂုဏ် နှင့် အသုံးသည် အချို နှင့် တူ၏)၊ ဒေါသ, လေ, လည်းခြေကို နိုင်၏။

ပျောက်ကင်းသော ရောဂါ

ဖောရောင်, ပန်းနာ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ (ကြွင်း အချိုနှင့် တူ၏)။

ဒန်းပန်း

သက္ကတ **मदयन्तिका** အင်္ဂလိပ် Garden Balsam

ဟိန္ဒီ **गुलमेंहदी** (ဂုလ်မေဒီ) လက်တင် Inpatiens balsamina

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းအပင်သည် အလွန် ထင်ရှားသော ပန်းပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်း ပန်းသည် အရောင်အားဖြင့် အနီ, နှင်းဆီရောင်, အညို, အဖြူရောင် စသည်ဖြင့် အရောင်မျိုးစုံ ရှိ၏၊ ၎င်းအပင် အမြင့်သည် တတောင်, တတောင့်ထွာမျှ မြင့်၏၊ အသီးသည် အတောင့် ဖြစ်၏၊ အစေ့မှာ လုံး၍ နက်၏၊ ဖာလာကြီးစေ့မျှ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအပွင့်သည် ပူ၏၊ စိုစွတ်၏၊ (အချို့ ဆရာများသည် အေးသည် ဟု ယူဆကြ၏)၊ အပွင့်ကို ချက်၍ စားလျှင် လိင်ကြောကို အားပေး၏၊ ၎င်း အရွက်၏ သတ္တုရည်ကို မီးလောင်ခြင်း, ရေနွေးပူ လောင်ခြင်းတို့တွင် လိမ်းပေးက ခဏချင်း ငြိမ်းအေးသွား၏။

၎င်းအပွင့်သည် အဆီကိုင်း, ကိုယ်ကိုင်း အားပေး၏၊ လေကြောင့် ဖြစ်သော တုလာ သရော ရောဂါ၌ များစွာ အကျိုးရှိ၏၊ ၎င်းအပွင့်၏ သတ္တုရည်ကို ကိုယ်တွင် လိမ်းပေးပါက အဆစ်အဆက် နာကျင် ကိုက်ခဲခြင်း ပျောက်၏။

မှတ်ချက်။ ။၎င်းဒန်းပန်းပင်သည် လက်သည်း, ခြေသည်း ဆိုးခြင်း, အနာများ အုံခြင်း ပြုလုပ်သော ဒန်းကြီးမျိုး မဟုတ်၊ အလှစိုက်သော ဒန်းပန်း မျှသာ ဖြစ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဒေါက်ခွရွက် (တော)

ဟိန္ဒီ　　पालक जंगली　(ပါလကဂျင်္ဂလီ)

လက်တင်　Rumex maritimus

ပုံသဏ္ဌာန်။　။ဒေါက်ခွရွက် အရိုင်းမျိုး သာ ဖြစ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　။၎င်းအစေ့သည် အရသာ ဆိုး၏၊ ခါး၍ လေရှိသော ရောဂါ နှင့် ကျောပြင်၌ ကိုက်ခဲ နာကျင်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ဟောင်းနွမ်းသော ဆီးချိုရောဂါတို့ကို များစွာ အကျိုးပြု၏၊ ကာမအားကို ဖြစ်စေ၏၊ ၎င်းအရွက်ကို ကြိတ်၍ ပူလောင်သော နေရာများ၌ လိမ်းပေးခြင်း ပြုရ၏။

ဒေါက်ခွရွက်

သက္ကတ　पालक

ဟိန္ဒီ　　पालक का शाक　(ပါလကယ့ှက်)

လက်တင်　Spinasia Oleracea

ပုံသဏ္ဌာန်။　။၎င်းအပင်သည် သဲဆန်သော နေရာ, ကုန်းမြင့်သော နေရာများ၌ ပေါက်တတ်၏၊ ၎င်း၏ အမြင့်သည် တပေခန့် မြင့်၏၊ အရွက်သည် ထူ၏၊ အသား များ၏၊ သုံးထောင့် ပုံသဏ္ဌာန် ရှိ၏။

အရွက်ရိုးများသည် ရှည်၏၊ အပွင့်သည် အလွန် သေးငယ်၏။

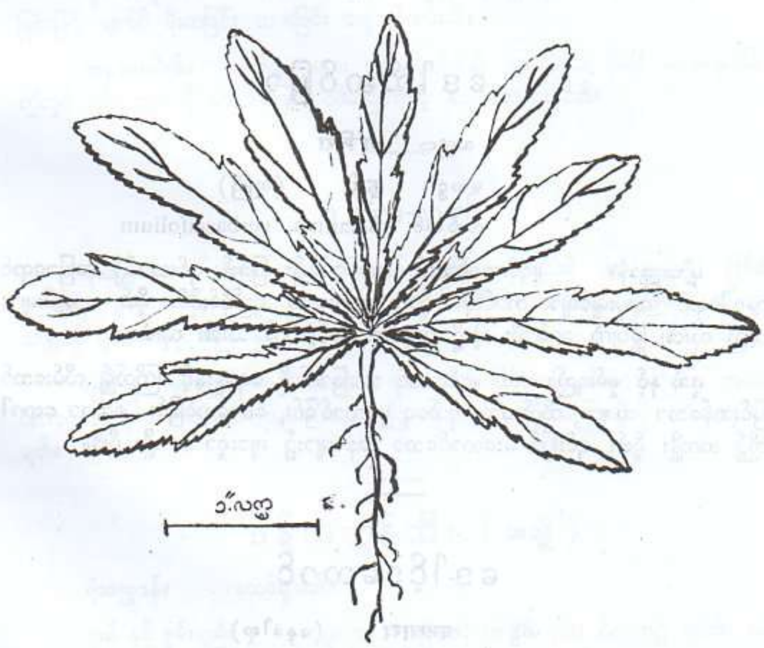
ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　။များသောအားဖြင့် အရွက်ကို အသုံးပြု၏၊ ချို၏၊ အေး ၏၊ အနည်းငယ် စပ်၏၊ ရတ္တပိတ်, သွေးအန်, သွေးလျံ ရောဂါကို နိုင်၏၊ မလများကို သုတ်သင်၏၊ ရောင့်ရဲခြင်းကို ဖြစ်စေ၏၊ လေ ပွား၏၊ သလိပ်ကို ဖြစ်စေ၏၊ ဆီး ဝမ်း ရှင်၏၊ အဆိပ်ကို နိုင်၏၊ ၎င်းအပြင် ဒေါက်ခွရွက်၏ ပဥ္စငါးပါး ပြုတ်သော အရည်သည် အဖျား ဦးစီးသော ရောဂါများ၌ သောက်စေရ၏၊ လည်ချောင်း ပူခြင်း, အနာ အဖုများ ရောင်ခြင်း, အသက်ရှူ ပြွန်တန် ရောင်ခြင်းတို့၌ ပေးကျွေးရ၏၊ ၎င်းပြင် လည်ချောင်း ပူလောင်ခြင်း ကင်းဝေးစေရန် အရွက်၏ သတ္တုရည်ကို ငုံဆေး အဖြစ် အသုံးပြုရ၏၊ အူနှင့် ပတ်သက်သော ရောဂါကို ချက်၍ ကျွေးရ၏။

၎င်းအရွက်သည် အခြား ဟင်းရွက်များကဲ့သို့ အူများကို အနှောက်အယှက် ပေးခြင်း မရှိ၊ ကျောက်တည်သော ရောဂါနှင့် သကြားထိုင်သော ဆီးချိုရောဂါများကို ၎င်းအရွက်၏ သတ္တုရည်ကို ပေးကျွေးခဲ့သော် ပျောက်ကင်းနိုင်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဒေါက်ခွရှက် (တော)

पालक जंगली (ပါလကာ ဂျင်လီ)



(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဒေါင်းဆက်ပန်း

ဘင်္ဂါလီ ঘোজা (ဒိုဂျာ)

လက်တင် Callicarpa Arborea

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းသည် အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အခေါက်ရောင်မှာ ပြာနှမ်းနှမ်း ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအခေါက်သည် ခါး၏၊ မွေး၏၊ ဝဖြိုးစေ၏၊ အစာ မကြေ လေပြည့် ရောဂါတို့ကို နိုင်၏၊ အရေပြားရောဂါတို့ကို များစွာ နိုင်နင်း၏။

ဒေါက်ဆပ်ပြာ

သက္ကတ গংদ্রিরা

မရာဌီ কুত্রী (ကုတြိ)

လက်တင် Solanum verbascifolium

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းအပင်သည် အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းအပင်၌ အပြာရောင် အဝါရောင် အမွေးမျှင်များ တသင်လုံး ရှိ၏၊ အရွက်သည် ရှည်ဝိုင်းဝိုင်း ရှိ၏၊ အသီးများ သည် လုံး၏၊ မြို့ပျက် ခရမ်းသီး ကဲ့သို့ အစုလိုက် အပြုံလိုက် သီး၏၊ လုံး၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအပင် အခြောက်ကို ရေနွေးနှင့် ကြိတ်၍ လိမ်းသော် ပြင်းဘန်သော အဖျား၊ ကိုယ်သား ကိုယ်ရေ ပူလောင်ခြင်း၊ ဖော‌ရောင်ခြင်း စသော ရောဂါ တို့၌ အကျိုး ရှိ၏၊ ၎င်းပြင် မီးလောင်သော အနာများ၌ များစွာ အကျိုး ရှိ၏။

ဒေါင့်ဒလောင်

ဟိန္ဒီ वनखारा (ဝနခါရ)

လက်တင် Dalbergia volubilis

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ကြီးသော ချုံမျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ၄-လက်မမှ ၆-လက်မ အထိ ရှည်၏၊ အလွန် အရောင် တောက်ပ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ငင်းအပင်သည် အေး၏၊ နူးညံ့၏၊ အနာများကို စင်ကြယ်အောင်ပြုတတ်၏၊ အနာမျိုး အသားနု တက်စေ၏၊ လျှာ၌ အဖုအပိန့် ပေါက်ခြင်း၊ လည်ချောင်း၌ အပူအဖုများ ပေါက်ခြင်း၊ သွားဖုံးရောင်ခြင်း စသော ရောဂါများကို ၎င်း၏ပြုတ်ရည်ကို နှုတ်ငုံဆေး အဖြစ် အသုံးပြုရ၏၊ သို့မဟုတ် ၎င်း၏ အခေါက်ကို ဝါး၍ ငုံခြင်း ပြုပါက အထက်ပါ ရောဂါများ ပျောက်၏၊ ပြည်တုလာသရော ဖြစ်စဉ် ၎င်းအမြစ်၏ ပြုတ်ရည် တကျပ်ခွဲသားတွင် အနည်းငယ်မျှ ဇီယာ ထည့်၍ သကြားခဲ သင့်တော်ရုံနှင့် သောက်ခဲ့သော် ပျောက်ကင်း၏၊ ၎င်းအရွက်၏ သတ္တုရည်ကို ပါးစပ်ကွဲသော ရောဂါများ၌ လိမ်းသော် ခဏချင်း ပျောက်ကင်း၏။

ဒေါင်းစရစ်ပန်း

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အပင်ကြီးကို မှီခို၍ တက်၏၊ ပန်းဥယျာဉ်တို့၌လည်း စင်လုပ်၍ စိုက်ပျိုးကြ၏၊ အပွင့်ဝါ၍ အပြွတ် အခိုင် ပွင့်၏၊ အနံ့ လွန်စွာ သင်း၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဒေါင်းစရစ်ပွင့်သည် မူးဝေခြင်း၊ ဆာလောင်သောရောဂါ၊ သွေးယိုစီးခြင်း၊ နား မျက်စိနှင့် ပတ်သက်သော ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ဒေါင်းဦးစွန်းပင်

သက္ကတ मयूर शिखा

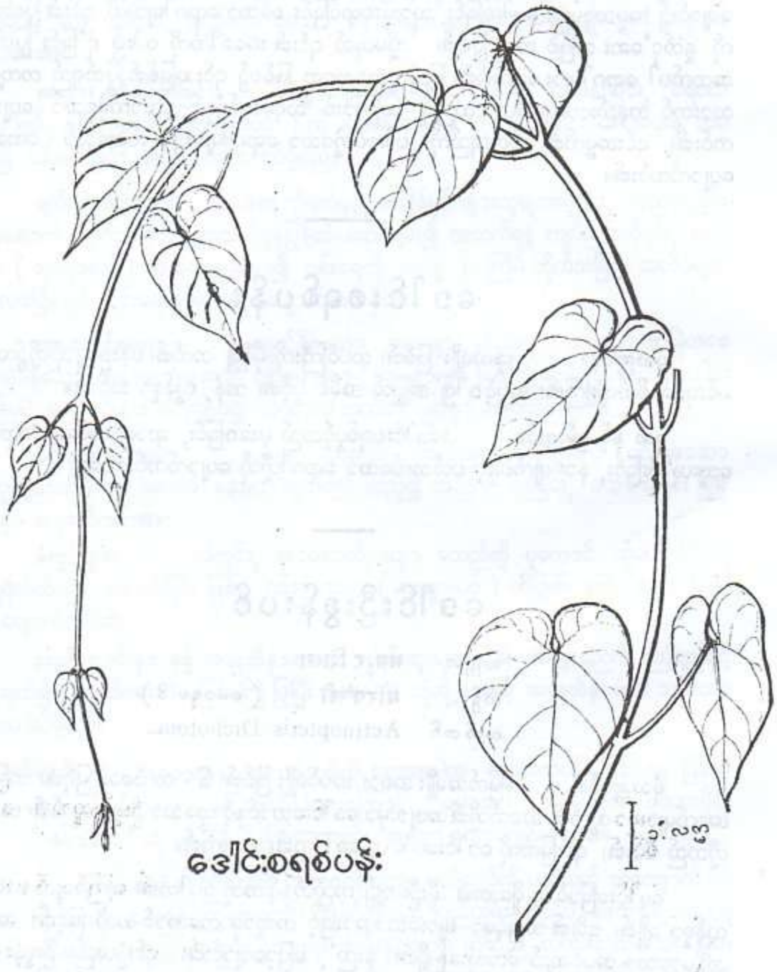
ဟိန္ဒီ मोरपंखी (မောရပံခီ)

လက်တင် Actinopteris Dichotoma

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။မြက်အမျိုး အစား အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၆ - လက်မခန့် မြင့်၏၊ အမြစ်မှ အခက်များစွာ ထွက်၏၊ အခက်တို့၏ အဖျားမှာ ဒေါင်းတောင်နှင့် တူသော ဦးစွန်းထွက်၏၊ အခက်တို့သည် စိမ်း၏၊ ၎င်းမြက်ကို ဒေါင်းပေါင် ဟု ခေါ်ကြ၏၊ စားကြ၏။

ဒေါင်းခြေပင် ဟု ရှိသေး၏၊ မိုးဦးကျ၌ ကညွတ်နှင့် အတူ ပေါက်၏၊ ကြော်ချက် စားရာ၌ လွန်စွာ ချို၏၊ ၎င်း၏ အမြင့်မှာ များသောအားဖြင့် တထွာမှ တတောင် အထိ မြင့်၏၊ အလွန်သန်မာသော အပင်သည် ခဲတံလုံးခန့် ရှိ၏၊ နူးညံ့ ပြေပျောင်း၏၊ ၎င်း၌လည်း ဦးစွန်း ရှိ၏၊ အချို့ ဒေါင်းပေါင် ဟုလည်း ခေါ်ကြ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



ဒေါင်းစရစ်ပန်း

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　။ကလေးများ၏ ခြောက်သွေ့လာသော ရောဂါ၌ အလွန်ကောင်း၏၊ ဤအပင်၏ ပဉ္စငါးပါးအမှုန့် တရတီကို ပျားရည် သို့မဟုတ် နို့ရည် နှင့် နေ့စဉ်တိုက်ခဲ့သော် အံ့ဩဘွယ် ပျောက်ကင်း၏၊ အကြောရောဂါ, မိန်းမတို့၏ သားမရသောရောဂါ စသည်တို့၌လည်း ကောင်း၏။

[ဓ]

ဓနိပင်

ဂူဂျာရတီ　परदेशी ताड़िया
ဟိန္ဒီ　गुलग　(ဂုလဂ်)
လက်တင်　Nipa fruticans

ပုံသဏ္ဍာန်။　။ရေငန်ဝင်ရာနေရာများ နှင့် မြစ်ကမ်းခြေ, ဒီစပ်, ချောင်းစပ်များတွင် ပေါက်လေ့ ရှိ၏၊ အခက်အလက်များမှာ အုန်းလက်များ ကဲ့သို့ ထွက်၏၊ အပင်ရင်း၌ ညှာတံထိုး၍ အပြွတ်လိုက် အလုံး ၄၀ - မျှ သီး၏၊ အခွံရောင်မှာ ထန်းသီးရောင်နှင့် တူ၏၊ ၎င်းကို ထန်းရည် ခံသကဲ့သို့ ဓနိရည်ခံယူ၍ သောက်စားကြကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　။ထိခိုက် ရှနသော ဒဏ်ရာများ, အနာပေါက်များကို ၎င်းအရွက်ကို ကပ်ပေးရ၏၊ ပင်လယ်အူရှောက်, ဝမ်းရောဂါ ဖြစ်သူများကို ဓနိရွက် ပြာချ၍ တိုက်ပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

ဓမာသာ (ဆူးများပင်)

သက္ကတ　दुर्लभा
ဟိန္ဒီ　धमासा　(ဓမာဆာ)
လက်တင်　Fagonia Arabica

ပုံသဏ္ဍာန်။　။အလွန် ဆူးများသော ပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရိုး၏ အဆစ်တဆစ်တွင် အရွက် တဘက် တရွက် ဆူးတဘက် ၂ - ချောင်း ရှိ၏၊ (တဆစ်တွင် အရွက် ၂ - ရွက်၊ ဆူး ၄ - ချောင်း) အရွက်မှာ ၁ - လက်မမှ ၁ - လက်မခွဲမျှ ရှည်၏၊ (အာရဗီ) ပွေးကိုင်းရွက်နှင့် သဏ္ဍာန် တူ၏၊ အပွင့်မှာ တော်သလင်း သီတင်းကျွတ်၌ ပွင့်၏၊ အရောင်မှာ နှင်းဆီပြော့ပြော့ရောင် ရှိ၏၊ အသီးမှာ ငယ်၏၊ ငါးမွှာ ရှိ၏၊ ၎င်းသည် ဟိန္ဒီလို 'ဂျဝါဆား' ခေါ်သော အပင်နှင့် အပင်ချင်း ဆင်တူ ဖြစ်သော်လည်း ဂျဝါဆားမှာ အသီးတောင့် ရှိ၏၊ ဓမာသာမှာ အသီးတောင့်လည်း မဟုတ်၊ ၂ - ရွက်မှာ ဆူး ၄ - ချောင်း ရှိ၏၊ ၎င်းတို့ကို သတိပြုပါက မှားစရာ မရှိချေ။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ချို၏၊ ခါးသက်သက် ရှိ၏၊ ရေငတ်ခြင်းကို ပြေစေ၏၊ မြင်းသရိုက်နာ၊ ဝိသမအဖျား၊ အော့အန်ခြင်း၊ ဆီးလွန်ရောဂါ၊ မူးဝေခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ သွေးသား သန့်ရှင်းစေ၏၊ ၎င်းပြင် အဆိပ်သင့်နာ၊ ဂူလုံးနာ၊ တွေဝေခြင်း၊ သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း၊ လေ၊ သလိပ်၊ သည်းခြေ စသော ဒေါသများ နှင့် နူနာ အမျိုးမျိုးတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အဖျား ငန်းလိုက်ခြင်း။ ။ဖျားစဉ် အပူ အားကြီးခြင်း၊ ငန်းဖန်းခြင်း၊ ရေငတ်ခြင်း ဖြစ်မူ ၎င်းဓမာသာ (ဆူးများပင်) ကို ရေနွေးဖျော၍ ၎င်းကို ရေငတ်တိုင်းပေးမူ အပူကျ၍ ငန်းဖမ်းခြင်း ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ရက်စဉ် ဖျားခြင်း။ ။နေ့စဉ်ရက်မှန်၊ အချိန်မှန် ဖျားသူများကိုင်း၊ လည်ချောင်း အာစေးက် ရောင်သူကိုင်း၊ အသက်ရှူပြွန်တံ ရောင်ရမ်း၍ အသက်ရှူ ကျပ်ခြင်းကိုင်း၊ ဓမာသာ (ဆူးများပင်) ကို ရေနွေးဖျော၍ ၎င်းရေကို တနေ့ ၂ - ကြိမ် တိုက်သဖြင့် သလိပ်များ ရှင်လာပြီးလျှင် ၎င်းရောဂါများကို ပျောက်ကင်းနိုင်၏။

အနာ ဖန်ဆေး။ ။မကျက်နိုင်သော အနာများ၊ ပြည်ပုပ်၊ သွေးပုပ် အမြဲတစေ ယိုကျနေသော အနာပျက်များကို ၎င်းဓမာသာ (ဆူးများပင်) ကို ပြုတ်၍ ဖန်ဆေးပေးပါက ပြည်ပုပ်၊ သွေးပုပ်များ စင်ကြယ်၍ အသားနု တက်ခါ မြန်စွာ ပျောက်ကင်း၏။

ပန်းနာ ရင်ကျပ်။ ။ပန်းနာ ရင်ကျပ်၊ ကြက်ညှာ ရှိသူများကို ၎င်းဓမာသာ (ဆူးများပင်) ကို ဆေးတံ ဆေးလိပ်များတွင် ထည့်၍ အခိုးကို ရှူခြင်း၊ သောက်ခြင်း ပြုမူ မြန်စွာ ပျောက်ကင်း၏။

ခံတွင်းနာ။ ။ခံတွင်း၊ အာစေးက်၊ လျှာ စသည်တို့ ပူလောင် ကွဲပေါက်ခြင်း၊ အပူဖုံအိတ်များ ပေါက်ခြင်း ဖြစ်မူ ၎င်းဓမာသာ (ဆူးများပင်) ကိုပြုတ်၊ နှုတ်ငုံဆေး ပြုပါက ပျောက်ကင်း၏၊

လည်ချောင်းနာ နှင့် အာဆုတ်နာ။ ။၎င်းဆူးများပင်၏ သတ္တုရည်ကို ကြံရည်နှင့် ကျိုချက်၍ (လျက်ဆေး) မပြစ်မကြဲ ပြုပြီး စားပါက ဆုံဆို့နာ နှင့် အဆုတ်နာများ သက်သာရ ရပါလိမ့်မည်။

မှတ်ချက်။ ။ဓမာသာ ဟုသော ပုဒ်ကို ရှေးအခါက ကာလကပင် မြန်မာမှု ပြန်ဆိုရာ၌ ပြတ်သားစွာ မပြုလုပ်နိုင်သောကြောင့် ' ဓမာသာ ' ကို ရှိရင်း ပုဒ်အတိုင်း ' ဓမာသာ ' ဟု ပင် ပြန်ဆိုခဲ့ကြလေသည်၊ လွန်စွာ ကောင်းမွန်လှပေ၏။

နောက်သား နောင်လာတို့ မတွေဝေကြချေ၊ မသိသည်ကို မသိသည့် အလျောက် ပင် ရိုးသားစွာ ထားရစ်ခဲ့ကြလေသည်၊ ကျွန်ုပ်တို့သည် ပြည်တွင်း၊ ပြည်ပ၊ ဒေသန္တရ၊ ဂန္ထန္တရ နှစ်ပါးစုံ အနေဖြင့် စူးစမ်း ရှာဖွေရာ ကျမ်းနှင့်လည်း ကိုက်ညီ၊ လက်တွေ့ကိုလည်း ပြသနိုင်၏၊ သို့သော်လည်း မြန်မာမှု အနေနှင့်ကား မှန်ကန်စွာ မဖော်ပြနိုင်သဖြင့် ဓမာသာ ဟူ၍ ပင် ရှိရင်းစွဲ နိဃဏ္ဍုကျမ်းလာ အမည်အတိုင်း ဖော်ပြထားခြင်း ဖြစ်သည်၊ ၎င်း

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

'ဓမာသာ' ၏ အခြားသော အမည်မှာ 'အဓိကဏ္ဍက' ဟူသော အမည်ပင် ဖြစ်လေသည်၊ ဆူးများသော အပင် ဟု အဓိပ္ပါယ်ရလေသည်၊ ထိုပုဒ်ရင်းကို သဒ္ဒါနက် ယူ၍ သံယောင်လိုက်သူများက 'ရှားစောင်းသိဂ်နိုက်ပင်' ဟု ယူ၍ ပြောသည်ကို တွေ့ကြုံရလေသည်၊ စာတွေ့ လက်တွေ့ ဒေသန္တရ အတွေ့ ၃ - မျိုး ကင်းကွာသော ယူဆချက် ဖြစ်လေသည်။

ထိုရှားစောင်း သိဂ်နိုက်သည် ဆူးအလွန် များသောကြောင့် မှန်သည် ဟု ထင်ချင်လည်း ဤဓမာသာပင်ကား အပွင့်, အရွက်, ဆူးအနေဖြင့် မတူကြချေ၊ ကြီးပေ်ာ သဏ္ဌာန်လည်း ကွာခြား၏၊ ဓမာသာပင်၏ ဆူးထွက်ပုံသည် အဆစ်တို့၌ အရွက်စုံ ဘယ်ညာ တရွက်စီ ထွက်၍ ၎င်းအရွက် တရွက်တွင် ဆူး ၂ - ချောင်းကျစီ ရှိလေသည်၊ ပေါင်းသော် အရွက် ၂ - ရွက် ဆူး ၄ - ချောင်း ဖြစ်လေသည်၊ ဤမျှဖြင့် ရှားစောင်း သိဂ်နိုက် မဟုတ်ကြောင်း ထင်ရှားပါ၏။

ဓမင်း (တောင်)

ဟိန္ဒီ जतलाल पान (ဂျတဆာလ,ပန်)

လက်တင် Desmodium Pulchellum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နွယ်ချုံမျိုး ဖြစ်၏၊ အခက်အလက်များ နူးညံ့၏၊ အရွက် ကွဲနေ၏၊ ဥသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ ၃ - ခုစီ စုံနေ၏၊ အသီး ၂ - လက်မ သာသာခန့် ရှိ၏၊ အမွေး ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အခေါက်ကို ပြုတ်၍ သောက်လျှင် ဝမ်းသက်ခြင်း, သွေးယိုခြင်း, အဆိပ်သင့်ခြင်း, မျက်စိရောဂါတို့၌ ကောင်း၏၊ အပွင့်သည် သည်းခြေကြောင့် ဖြစ်သော ရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရ၏။

ဓဝယ်မှိုင်း

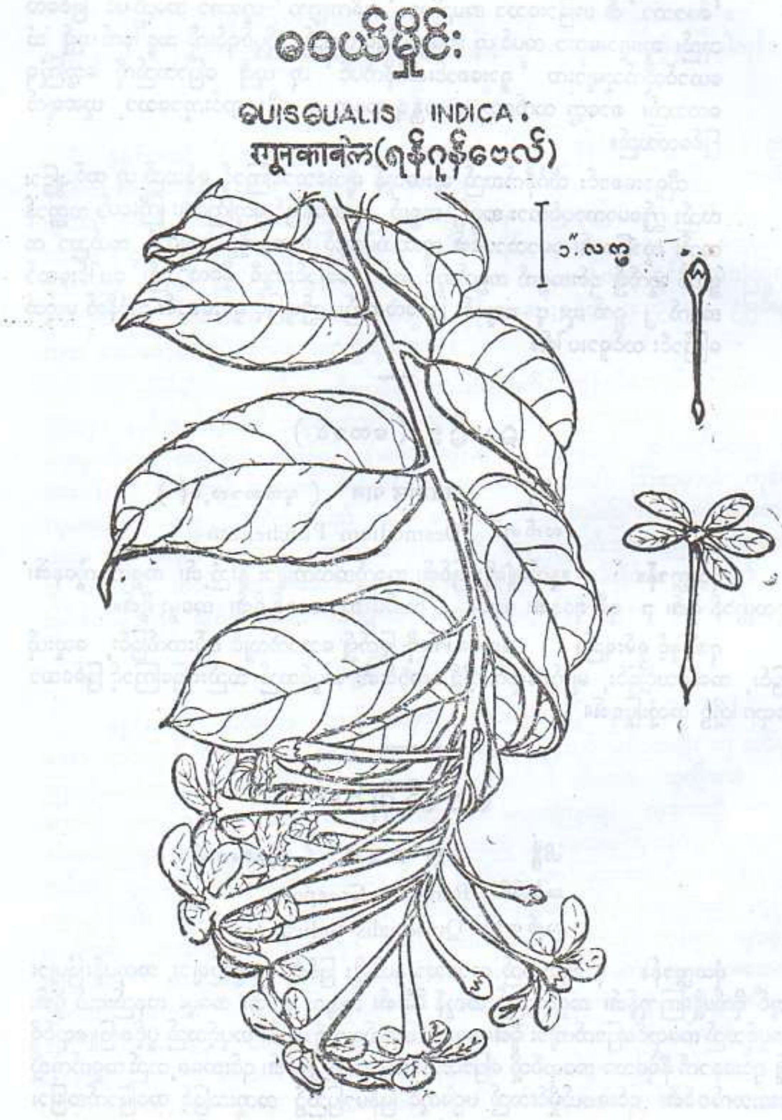
ဟိန္ဒီ रंगून का बेल (ရန်ဂုန်ဇေ,လ်)

အင်္ဂလိပ် Rangoon Creeper

လက်တင် Quisqualis Indica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် လှပသော နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ဥယျာဉ်များ, အလှပန်းခြံများတွင် စိုက်ပျိုးကြကုန်၏၊ အရွက်သည် အလွန် စိမ်း၏၊ အဖျား ချွန်၏၊ အပွေး အနည်းငယ် ရှိ၏၊ အပွင့်သည် အရောင်ပြောက်ကျား ရှိ၏၊ မွေး၏၊ အခက်ဖျားနှ၌ ပွင့်၏၊ အပွင့်သည် ပွင့်စ ဖြူရောင်ရှိ၍ ၎င်းနောက် နီရဲသော အရောင်သို့ ပြောင်းသွား၏၊ အစေ့ နက်၏၊ ၎င်းအစေ့သည် အရွက်ကဲ့သို့ ဆေးဘက်ဝင်၏၊ ၎င်းဓဝယ်မှိုင်းသည် ပဌမတွင် မြန်မာပြည်၌ အထူးသဖြင့် အမြောက်အမြား

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပေါက်ရောက်သောကြောင့် အိန္ဒိယ တိုင်းသားတို့သည် 'ရန်ကုန် ဗေလ်' (ရန်ကုန် နွယ်ပန်း) ဟု ဒေသ နာမည်ကို တပ်၍ ခေါ်ကြကုန်၏၊ ယခုအခါ၌မူ အိန္ဒိယနှင့် တကွ တိုင်းပြည် အနှံ့အပြားတို့၌ အမြောက်အမြား ပေါက်ရောက်နေသည်ကို တွေ့ရ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုပုံ

သန် နှင့် ပိုးများ နိုင်ဆေး။ ။၎င်းအစေ့ ၂-စေ့ ၃-စေ့မျှကို ကြိတ်၍ ပျားရည်နှင့် ရောပြီး ကျွေးမူ သန်ကောင်များ ကျဆင်း ပျက်စီးကြကုန်၏။

အစာသစ်အိမ် လေနာ။ ။အစာသစ်အိမ်၌ လေဖျက်စီး၍ ထိုးကျင့်ခြင်း, အစာ မကျေခြင်း ဖြစ်မူ ၎င်းအရွက်ကို ပြုတ်၍ သောက်ပါက အစာသစ်အိမ်ကို ဖျက်ဆီးသော လေနာ ပျောက်ကင်း၏။

အဖျား နှင့် ပိတ်ဝမ်း။ ။အလွန် ပြင်းထန်စွာ ဖျားနာလျက် ပိတ်ဝမ်းလည်း သွားသော အခါ ၎င်းအစေ့ကို ကြိတ်၍ ကျွေးရ၏။

ဝမ်းကိုက်ရောဂါ။ ။ဝမ်းကိုက်သော အခါ ခွဲသက်သက် ဖြစ်စေ, သွေးစ သွေးနှ များဖြင့် ရောပြွမ်း၍ ဝမ်းကိုက်သော အခါ ဖြစ်စေ ၎င်းအရွက်ကို ရေနွေးဖျော၍ သုပ် ကျွေးမူ ရက်အနည်းငယ် အတွင်း ပျောက်ကင်း၏။

[န]

နဂါးစက် (မြွေနှိုင်ပင်)

သက္ကတ मूर्वा

ဟိန္ဒီ मरूल (မရူလ်)

လက်တင် Sansevieria roxburghiana

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။အပင်သေးမျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ၁-ပေမှ ၄-ပေထိ ရှိ၏၊ အရောင် စိမ်း၏၊ အလယ်၌ အဖြူကြောင်းများ ရှိ၏၊ အချို့ အဝါကြောင်း ရှိ၏၊ အရွက် ၏ အနားတွင်လည်း အဝါ အဖြူကွက်လည်း ရှိ၏၊ လတ်ဆတ်သော အမြစ်သည် ဂျင်းနံ့ ရ၏၊ အရွက်ကို ကြိုးလုပ်ရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။နာတာရှည် ချောင်းဆိုးရောဂါ၌ အမြစ်ရည်ကို လဘက် ရည်ဇွန်း တဇွန်းမျှ၌ ပျားရည် အနည်းငယ် ရောလျက် နေ့အခါ၌ ၂-ကြိမ်မျှ တိုက်ခဲ့သော် အကျိုး ရှိ၏၊ ကလေးများ၏ လည်ပင်းရှိ သလိပ်တို့ကို ကျစေရန် အတွက် အရွက်ရည်ကို တိုက်ရ၏။

မှတ်ချက်။ ။အရွက်တွင် အဖြူစင်း ရှိသည်ကို နဂါးစက် ဟူ၍ ခေါ်သည်၊ အဝါ ရောင် အစင်း အကွပ် ရှိသည်ကို နဂါးခိုး ဟု ခေါ်သည်၊ ၎င်းသည် ဖော်ပြခဲ့သည့်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အတိုင်း မျိုးများ၏၊ ပုံသဏ္ဌာန် အဆင်း ကွဲပြားသည့် အလျောက် ၎င်းကို ကြည့်၍ ဒေသလိုက် နာမည် အမျိုးမျိုး တပ်၍ ခေါ်ကြသည်။

နနွင်း

သက္ကတ हरिद्रा
ဟိန္ဒီ हल्दी (ဟလဒီ)
လက်တင် Curcuma Longa

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏၊ နနွင်း သဏ္ဌာန် ထင်ရှား၏၊ သို့သော် နနွင်း ယူဆ ပုံကိုကား ဆိုဘွယ်ရာ ရှိသေး၏၊ အာယုဗ္ဗေဒ ဆေးကျမ်းတို့၌ နနွင်းမျိုးထည်းတွင် ထည့်သွင်း ဖော်ပြထားသော်လည်း မြန်မာတို့ကား နနွင်းမျိုးထည်းတွင် ထည့်သွင်း၍ ခေါ်ဝေါ် သုံးစွဲခြင်း မပြုချေ၊ အချို့ နနွင်းမျိုးတို့ကိုမူ နနွင်းမျိုးထည်းတွင် မြန်မာတို့သည် ထည့်သွင်း ခေါ်ဝေါ် သုံးစွဲကြသော်လည်း အာယုဗ္ဗေဒ ဆေးကျမ်းတို့၌ကား နနွင်းမျိုးထည်းတွင် တိုက်ရိုက် ခေါ်ဝေါ် သုံးစွဲထားသည်ကို မတွေ့ရချေ၊ ဥပမာ— သရက်ကင်းဥ, မာလာဖူး, ဆေးရွှေ, ဂမုံးတိမ်ပြာ ၎င်းတို့ကို မြန်မာတို့သည် နနွင်းမျိုးထည်းတွင် ထည့်သွင်း၍ မဖော်ပြကြချေ၊ သို့သော် အာယုဗ္ဗေဒ ဆေးကျမ်းတို့၌ကား နနွင်းမျိုးထည်းတွင် ထည့်သွင်း၍ ဖော်ပြထားသည်ကို တွေ့ရ၏။

နနွင်းဖြူ, နနွင်းနက်, နနွင်းခါးတို့ကိုကား မြန်မာတို့က နနွင်းမျိုးတည်းတွင် ထည့်ထားသော်လည်း အာယုဗ္ဗေဒ ဆေးကျမ်းတို့၌ကား တိုက်ရိုက် ဖော်ပြကြခြင်း မရှိချေ၊ ဤသို့လျှင် အိန္ဒိယ ဗိန္ဓော ဆရာကြီးများ နှင့် မြန်မာ ဗိန္ဓောဆရာကြီးများ နနွင်းကို နေရာပေးပုံခြင်း မတူကြချေ၊ အာယုဗ္ဗေဒ ဆေးကျမ်းတို့၌ ဖော်ပြထားသော နနွင်း အမျိုးအစားမှာ အောက်ပါ အတိုင်း ဖြစ်ပါသည်။

အာယုဗ္ဗေဒ ကျမ်းလာ နနွင်း အမျိုးအစား

၁ · **ဟရိဒ္ဒါ=စားနနွင်း (နနွင်းရိုးရိုး)။** ။၎င်းသည် ပင်ကြီး ပင်ငယ် ဥကြီး ဥငယ် နှစ်မျိုး ရှိသည်၊ ဥငယ်မျိုးသည် ပို၍ ထက်မြက် စူးရှ၏၊ အသွေးအရောင် ပို၍ ရင့်၏၊ မြေကျစ် မြေပွ လိုက်၍လည်း အကြီး အသေး ဖြစ်နိုင်၏။

၂ · **ဝန်ဟရိဒ္ဒါ= တောနနွင်း (နနွင်းရိုင်း)။** ။၎င်းသည် ဥ, အရွက် သဏ္ဌာန် ရိုးရိုး နနွင်းထက် ကြီးထွား၏၊ အနံ့ ပြင်း၏။

၃ · **အာမဟရိဒ္ဒါ=သရက်ကင်းဥ။** ။၎င်းသည် အာယုဗ္ဗေဒ ကျမ်းများ အရ နနွင်းမျိုးထည်း၌ ထည့်ပြထား၏၊ မြန်မာတို့ကား သရက်ကင်းဥ အနေနှင့် အမည် တမျိုးဖြင့် မှည့်ခေါ်၍ ဟင်းချက်စားခြင်း, ငါးပိ တို့မြုပ်စားခြင်း ပြုလုပ်ကုန်၏၊ အိန္ဒိယသားတို့သည်လည်း ကျွတ်ကနီး ခေါ် အချဉ် ပြုလုပ် စားကြကုန်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)

၄ - **ကာလီဟရဒီ=နနွင်းပြာ။** ။၎င်းကို မြန်မာတို့သည် နနွင်းမျိုးထည်း၌ မတည့်ဘဲ ဂမုံးမျိုးထည်း၌ ထည့်သွင်းပြီးလျှင် ဂမုံးတိမ်ပြာ ဟု ခေါ်ကြ၏။

၅ - ဒါရုဟရိဒ္ဒါ= **သစ်နနွင်း (သစ်သားနနွင်း)။** ။၎င်းသည် ဝါသော အရောင်ခြင်း တူသဖြင့် နနွင်းမျိုးတည်း၌ ထည့်သွင်းထား၏၊ စင်စစ်မှာ နနွင်းမျိုး မဟုတ်ချေ၊ သစ်သားမျိုး ဖြစ်၏၊ ဆူး ရှိ၏၊ ဒါရုသဒ္ဒါသည် သစ်သားကို ဟော၍ ဟရိဒ္ဒသဒ္ဒါသည် နနွင်းကို ဟောသဖြင့် သစ်နနွင်း ဟု တိုက်ရိုက် ပြန်ဆိုခြင်း ဖြစ်၏၊ သဒ္ဒါနည်းအရ ခေါ်ဝေါ်ခြင်း ဖြစ်၏၊ ဗိန္ဒောဆရာကြီးတို့၏ ဆေးအခေါ်အဝေါ်မှာ ၎င်းကို ဆေးရွှေ ဟု ခေါ်ကြ၏။

၆ - **ဝလ္လိဟရိဒ္ဒါ=နနွင်းနွယ်။** ။၎င်းသည် နွယ်မျိုး ဖြစ်၏။

၇ - **တိတ္တဟရဒီ= နနွင်းခါး။** ။နနွင်းရိုးရိုးနှင့် တူ၏၊ သို့သော် လွန်စွာ ခါး၏။

မှတ်ချက်။ ။ဖော်ပြပါ အတိုင်း ဆေးကျမ်းတို့၌ နနွင်း အမျိုးအစားတို့ကို ခုနစ်မျိုး ပြားပြီး ထုတ်ဖော်ပြထားသော်ငြားလည်း ဆေးဖော်စပ်ရာ၌ ရဇနိဒွယံ, တနည်း ဒွေဟရိဒ္ဒါ (နနွင်း ရိုးရိုး နှင့် သစ်နနွင်း) ဟု နနွင်း ၂-မျိုးကို သာ တပြိုင်တည်း ဆေးဘက် ဝါးဘက် အနေဖြင့် ထည့်သွင်း အသုံးပြုကြကုန်၏၊ အခြားသော နနွင်းတို့ သည်လည်း ၎င်းတို့၏ ဂုဏ်သတ္တိအား လျော်စွာ အကျိုးပြုကြသည် သာ ဖြစ်ကုန်၏၊ သက်ဆိုင်ရာ အက္ခရာစဉ်၌ ကြည့်ရှုကြပါကုန်။

ထူးသော နနွင်းများ

နနွင်းဖြူ, နနွင်းနက်—၎င်းတို့ကို အာယုဗ္ဗေဒ ဆေးကျမ်းတို့၌ တိုက်ရိုက် ဖော်ပြထားခြင်း မရှိချေ၊ သို့သော် မြန်မာတို့ ခေါ်ဝေါ် အသုံးပြုကြခြင်းကြောင့် ဆက်လက် ဖော်ပြပါအံ့၊ နနွင်းဖြူ နှင့် နနွင်းနက်တို့ကား နနွင်းမျိုးတည်း၌ ထည့်သွင်း ဖော်ပြထားသော်လည်း လွယ်ကူစွာ ရှာဖွေ ရယူနိုင်သော အပင်မျိုး မဟုတ်ချေ၊ တန်ခိုး သိဒ္ဓိလည်း လွန်စွာ ကြီးမားသောကြောင့် 'သိုက်ဝင် သစ်ပင်' ဟု ရှေးက အသိအမှတ် ပြုကြကုန်၏၊ နနွင်း ဟူသည် အရောင် အသွေး ဝါနေသည် သာလျှင် ဖြစ်ရမည်၊ နနွင်းဖြူ, နနွင်းနက် တို့ကား သီးသန့် ဝါနေသည်မှ 'ထွန်း' ပြီးလျှင် ဖြူနေသော နက်နေသော အမျိုးများ ဖြစ်၏၊ ကန့်ချုပ်နီမျိုးမှ ကန့်ချုပ်နက် ထွန်းလာသကဲ့သို့၎င်း, ကျီး မည်းမျိုးမှ ကျီး အဖြူ ထွန်းလာသကဲ့ ၎င်း ရခဲ တွေ့ခဲ၏။

ထို့ကြောင့် "နက်, ကျော, မွေး, တောင်၊ ကျီးရာထောင်တွင်၊ တကောင် အဖြူ၊ ရခဲ ဟူ၏" ဟူ၍ ရှေးက စာအဆို ရှိလေသည်၊ နနွင်းနက်မှာ မည်သည့် နည်းနှင့်မှ မနက်တော့ သည့် ဆံပင်ဖြူများကို ပင် နက်စေနိုင်၏၊ အခြားသော မူလနှင့် ပြဒါး ဖမ်းခြင်း စသည်တို့၌ လည်း အသုံးပြုနိုင်၏၊ နနွင်းဖြူ နှင့် ဂမုံး ခွက်ပေါက် တို့ကို အသုံးပြုရာ၌ ပါရှိသော နနွင်းဖြူသည် ဖော်ပြပါ နနွင်းဖြူ ပင် ဖြစ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဤမျှ နက်ရှိုင်းဖြင့် မြောက်မြားစွာသော အကျိုးတို့ကို ပြုစွမ်းနိုင်ခြင်းသည် ဘေသဇ္ဇ၏ အစိန္တေယျ ပင် ဖြစ်ဘော့သည်၊ 'အခြေပြု ဆေးအဘိဓာန်' ၌ အကျယ် ကြည့်ရှုကြပါကုန်။

နနွင်းယူပုံ

နနွင်းဥတွင် (၁) အတက်, (နနွင်းတက်) (၂) နနွင်းခေါင်း, (၃) ဥသည် နနွင်းတက်နှင့် ရော၍ နနွင်း အဖြစ်သို့ မရောက်သေးသော ဥဖြူ, ရေဥ, အချို့ တောင်သူတို့သည် ၎င်းကို ဥသွန် ဟု ခေါ်ကြသည်၊ နနွင်းဥကြားမှ အညှာခံပြီး ၎င်းဥများ ထွက်လာသည်၊ (၄) ဥမြစ်များ ဟူ၍ နနွင်းဥတွင် အစိတ်အပိုင်း လေးခု အနေဖြင့် တွေ့မြင်နိုင်လေသည်၊ ထိုတွင် နနွင်းတက် နှင့် နနွင်းခေါင်း သာ ဆေးဖော်စပ်ရာတွင် အသုံးပြုရ၏၊ ၎င်းတွင်လည်း နနွင်းတက် သာ ဆေးဘက်ဝင် ပိုမို အသုံးဝင်၏၊ ဥသည် နှင့် ဥမြစ်များကား ဆေးဖော်စပ်ရာ၌ လုံးဝ မထည့်သွင်းရချေ။

ထို့ကြောင့် ဓားငယ်ဖြင့် ထိုဥသည်နှင့် အမြစ်များကို ကုန်စင်အောင် ဖြတ်တောက်ပြီးလျှင် နနွင်းတက်များကို သန့်ရှင်းအောင် ရေနှင့် ဆေး၍ ဆူပွက်အောင် ထည့်ထားသော ရေနွေးအိုးတွင် တခဏမျှ စိမ်နှစ်ပါ (ရေနွေးဖြောပါ)၊ ထို့နောက် ဝါးကပ်ရက်၍ ၎င်းအပေါ်တွင် ဖြန့်ခင်းပြီး နေရောင် အစိုကုန်သည် အထိ လှမ်းပေးပါ၊ ဩဇာဓာတ် ကုန်ခန်းကွယ်ပျောက် သွေ့ခြောက်သွားသည် အထိ မလှမ်းရ၊ ထိုသို့ လှမ်းခြင်းသည် ဤနနွင်းတမျိုးတည်း သာ မဟုတ် မည်သည့် ဆေးပစ္စည်းများ မဆို သွေ့ခြောက်သွားသည် အထိ မလှမ်းရ၊ ဝါးကပ်မှ တပါး အခြားသော နေရာတို့၌လည်း ဖြန့်ခင်း လှမ်းနိုင်၏၊ သို့သော် ဝါးခြမ်းစိတ်များဖြင့် ရက်သားသော ကပ်၌ သာ အကောင်းဆုံး ဖြစ်သည် ဟု မှတ်ယူပါလေ။

နနွင်း နှင့် လူသား

နနွင်းသည် မသိသော သူတို့ အတွက် ဟင်းချက်ရာ၌ အရောင်အဆင်းကို ပေးသော ဟင်းချက် မဆလာတွင် ထည့်သွင်း ပါဝင် အသုံးပြုရသည့် မြစ်ဥတမျိုး ဟု ထင်မှတ်ကြကုန်သော်လည်း စင်စစ်မှာ နနွင်း၏ ဂုဏ်အင် စွမ်းရည်ကို သိသော သူတို့ကား ထိုမျှလောက် သာ လူသားတို့အား အကျိုး ပြုသည် ဟု မယူဆကြချေ၊ လူသားတို့ အတွက် အသက်ရှည်ရာ အနာမဲ့ရေးကို ရှေ့တန်းမှ ပြေးနေသည် ဟု မှတ်ယူကြကုန်လျက် နနွင်း၏ ဂုဏ်အင် စွမ်းရည်သတ္တိကို လက်တွေ့ရသမျှ စုံလင် ပြည့်ဝစွာ ဖော်ပြထားသည်မှာ အံ့ဩစွာဖြင့် တွေ့မြင်နိုင်၏၊ လူသားတို့နှင့် အနီးစပ်ဆုံး ဆေးပစ္စည်း ဖြစ်၏၊ စိုက်ပျိုးရာ၌လည်း လွန်စွာ လွယ်ကူ၏၊ အကုန်အကျလည်း လွန်စွာ သက်သာ၏၊ အကျိုးသတ္တိလည်း လွန်စွာ များပြား၏၊ ရောဂါ အမျိုးမျိုးတွင်လည်း အသုံးချနိုင်၏၊ လူသားတို့နှင့် မကင်း၍ စားသောက်သုံးဆောင်ရာမှ အစ ကျေးဇူး အမျိုးမျိုးကို ပြုနိုင်သော ထိုနနွင်းသည် အမျိုးသမီးများ အတွက် မီးဖွားရာ၌၎င်း, မီးမဖွားမီ၎င်း, မီးဖွားပြီးနောက်၎င်း တာဝန် အများဆုံးယူ၍ အကျိုး ပြုနေသဖြင့် လူသား ဖြစ်ပေါ်လာသမျှတို့သည် နနွင်းကို အမှီသဟဲပြု၍ ဖြစ်ပေါ်လာကြသည် ဟု ဆိုလျှင် မလွဲချေ၊ ၎င်းပြင် ငန်းဆေး အမျိုးမျိုးကို ဖော်စပ်ရာ၌၎င်း မျက်စိဆေး အမျိုးမျိုး

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ကို ဖော်စပ်ရာ၌၎င်း ဒူလာဝမ်း မီးရပ်ဝမ်း အမျိုးမျိုးကို ဖော်စပ်ရာ၌၎င်း လိမ်းဆေး အမျိုးမျိုးကို ဖော်စပ်ရာ၌၎င်း မှိုင်းဆေးအမျိုးမျိုးကို ဖော်စပ်ရာ၌၎င်း ဆေးနည်းတိုင်းတို့၌ နနွင်းသည် ပါဝင်သည် သာ များ၏၊ ထိုကဲ့သို့ မွေးဖွားမှုနှင့် ဆိုင်ရာ ဇာတိ အချိန် အခါမှ စ၍ ကြီးပြင်းလာသည် အထိ အရွယ် တလျှောက်လုံး၌ အဆိုးဆုံး ဒုက္ခပေးတတ်သည့် ဗျာဓိ အမျိုးမျိုးကို အချိုးကျ လိုက်လံကာကွယ် စောင့်ရှောက်သည်ကား နနွင်း ပင် ဖြစ်ပေသည်၊ အိုမင်း ရင့်ရော်, ဇရာချိန်သို့ ရောက်သော အခါ၌ သွားအတွက်, နားအတွက်, မျက်စိအတွက်, ဆံပင်အတွက်, အရေတွန့်ခြင်း အတွက် ဆီးဝမ်းများခြင်း မလုံခြင်းအတွက် တွေ့ကြုံရမည့် ဇရာ ဒုက္ခတို့ကိုလည်း နနွင်းသည် ထူးထူးခြားခြား အကျိုးပြုလျက်ရှိပေ၏၊ ထိုသို့ ထူးထူး ခြားခြား အကျိုးရှိသည့်အပြင် ပို၍ အသက်ရှည်စေနိုင်သော စွမ်းရည်သတ္တိ အများဆုံး ရှိသဖြင့် အသက်ရှည်ရာ ရသာယနဆေး အဖြစ် ဖြင့်လည်း စားသောက် သုံးဆောင်ရကြောင်း ကျမ်းများစွာ၌ ညွှန်ပြထားသည်ကို တွေ့ရသဖြင့် (မရဏ) သေမှု ကာကွယ်ရေး အတွက်ကိုလည်း ရှည်ဝေးစွာ နေနိုင်ပြီး သေရေးကို အတတ်နိုင်ဆုံး ဟန့်တားနိုင်သောကြောင့် အသက်ရှည်ပင် ဟူ၍လည်း ဆိုရပေမည်၊ သို့ဖြစ်၍ ဇာတိအချိန်လည်းမကင်း, ဗျာဓိကိုလည်း ကာကွယ်, ဇရာကိုလည်း ပြုပြင်, မရဏကိုလည်း အတတ်နိုင်ဆုံး ဟန့်တားနိုင်သောကြောင့် ထူးခြားစွာ မီးဖိုချောင်ထွက်, ဆေးဆက်ဝင်ပစ္စည်း ဟု ဆိုရပေမည်၊ ရှေးသူဟောင်းတို့သည် ဆနွင်းအမည်ကို ဖော်ပြကြရာ၌ ဆ=ခြောက် - န၀=ကိုး - ကိုး နှင့် ခြောက် ပေါင်းလျှင် (၉၆) ပါး, အနာမျိုး (၉၆) ပါးကို အချိုးကျ ကာကွယ်နိုင်သောကြောင့် ဆန၀ မှ ဆန၀င်း, ၎င်းမှ ဆနွင်း ဖြစ်ပေါ်လာသည် ဟု မိန့်ဆိုထားသည်ကို သိမှတ်ဘူးပါသည်။

နနွင်း၏ စွမ်းရည်သတ္တိ ဂုဏ်အင်များ

နိဃဏ္ဍုကျမ်းဆရာများသည် အောက်ပါအတိုင်း နနွင်း၏ စွမ်းရည်သတ္တိ အကျိုးပြုပုံကို ဖော်ပြထား၏၊ နနွင်းသည် ပူ၏၊ စပ်ရှားရှား အရသာ ရှိ၏၊ ခါးသက်ရှိ၍ ဆိမ့်သော အရသာ အနည်းငယ် ရှိ၏၊ လှပစေတတ်၏၊ ခြောက်သွေ့၏၊ စင်ကြယ်စေတတ်၏၊ မိန်းမတို့အတွက် တန်ဆာပလာ ဖြစ်၏၊ သည်းခြေ, သလိပ်, လေ, သွေးဒေါသ, နူနာ, ယားယံခြင်း, ဆီးရောဂါ, အရေပြားရောဂါ, အနာပေါက်ရောဂါ, ရောင်တင်းခြင်း, ဝါသင့်နာ, အဆိပ်သင့်နာ, ထိပ်ကပ်နာ, နှုတ်မမြိန်ခြင်း, အစာမကြေရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

အထက်ဖော်ပြပါ အချုပ်အားဖြင့် စုရုံးပေါင်းစပ် ပြထားသည့် စွမ်းရည် သတ္တိ ဂုဏ်အင်ကို ကျမ်းဆရာတို့၏ နှလုံးသွင်း အာဘော်မိအောင် ကျမ်းတကာနှင့် ညှိ၍ ရှင်းလင်း ဖော်ပြပါအံ့။

နနွင်းသည် " ပဥ္စဘူတမယံ ဒဗ္ဗံ=ဆေးဘက်ပစ္စည်းမှန်သမျှသည် ဘုတ်ငါးပါးဖြင့် ပြီး၏" ဟု အာယုဗ္ဗေဒ ကျမ်း၌ ဖော်ပြပါရှိသည့်အတိုင်း နနွင်းကို ရှေးဦးစွာ ဘုတ်ငါးပါးဖြင့် ခွဲပြရန် လိုပေသည်၊ နနွင်းသည် ပူ၏၊ တေဇော၊ ဆိမ့် ဖန်သော အရသာ ရှိ၏၊ အာပေါ ပထဝီ၊ ခါးသက်သော အရသာရှိ၏၊ ဝါယော၊ စပ်ရှားရှား အရသာရှိ၏၊ အာကာသ၊ ထိုကဲ့သို့ ဘုတ်ငါးပါးလုံး ထူးခြားစွာ ပေါင်းစပ် တည်နေသော ဆေးဘက်ပစ္စည်း ဖြစ်သည်ကို ရှေးဦးစွာ မှတ်ယူရ၏၊ အချို့ အပင်တို့သည် အသီးတမျိုး အရွက်တခြား အပင်တမျိုး အကျိုးပေးကြကုန်၏၊ ဘုတ်ငါးပါးလုံး ဆေးပစ္စည်း မှန်သမျှ၌ တည်ရှိသည် ဟု ဆိုငြားလည်း သာမညအနေဖြင့် တည်ရှိ၍ တမျိုးမျိုးက

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အရှင်နာဂသိန် ပုံပြ ဆေးအဘိဓာန်

ဦးဆောင်သွားပြီး လိုအပ်သောအကျိုးကို ပေးကြကုန်၏၊ နန္ဒင်း၌မူကား ပထဝီ အာပေါ အနေဖြင့်လည်း ဦးဆောင်၏၊ တေဇော အနေနှင့်လည်း ဦးဆောင်၏၊ ဝါယောအနေနှင့်လည်း ဦးဆောင်၏၊ အာကာသအနေနှင့်လည်း ဦးဆောင်၏၊ အချိုးကျ ပါဝင်ရုံသာ မဟုတ်ဘဲ ဦးဆောင်၍ အကျိုးပြုနိုင်သည့် အနေဖြင့် ပါဝင်နေသောကြောင့် ထူးခြားစွာ ပါဝင်နေသော ဆေးဘက်ဝင် ဖြစ်ကြောင်း အထက်က ဖော်ပြထားခဲ့ပါသည်။

ပူ၏ ဟု ဆိုရာ၌ လွန်ကဲစွာ တောက်လောင် ဖျက်ဆီးသော အပူမျိုး မဟုတ်ချေ၊ အကျိုးပြုသော အပူမျှ သာ ဖြစ်၏၊ "ဖြစ်မှု, ပျက်မှု, တေဇော ပြု၏" ဟု ဗိန္ဒောစကားဆိုထုံး ရှိသည့်အတိုင်း အကျိုးပြုသော တေဇော နှင့် အခြေပြုသော တေဇော နှစ်မျိုးတွင် နန္ဒင်း၌ရှိသော အပူ တေဇောသည် အကျိုးပြုသော တေဇော သာ ဖြစ်၏၊ ခန္ဓာကိုယ်တွင် အရေးအကြီးဆုံး အရာအရောက်ဆုံး ထာဝစဉ် အကျိုးပြုနေသော တေဇောကား ပါစက တေဇော (ချက်မီး) နှင့် ဥသ္မာ တေဇော (ကိုယ်စောင့် ဓာတ်မီး) တို့ ဖြစ်ကုန်၏၊ ထိုတေဇော နှစ်ပါး အားကောင်းနေလျှင် ခန္ဓာကိုယ်သည် ခန့်ကျန်း၏၊ ကျန်းမာ၏၊ အနာရောဂါများ မဝင်နိုင်၊ ဝင်လျှင်လည်း တခဏချင်း ပျောက်ကင်း၏၊ အသက်ရှည်၏၊ ထိုအကျိုးပြုသော တေဇော နှစ်ပါးမှ တပါး အပြစ်ပြုသော တေဇောများလည်း ရှိသေး၏။

၎င်းတို့ကား—

၁ · **ဒါဟတေဇော = လောင်မီး၊ မီးတောက် မီးလျှံ**။ ။၁၀၄°, ၁၀၅°, ၁၀၆° အထိ ဖျားသော အဖျားမျိုး အပူနာမျိုး။

၂ · **ဥဏှတေဇော = ငုတ်စွဲလောင်သောမီး**။ ။၁၀၀°, မှ ၁၀၃°, အထိ အတွင်း၌ ငုတ်လောင်နေသော အဖျား, အူတွင်း၌ လောင်စွဲသော အဖျား, ပါးစပ်ကွဲ, မျက်သားတက်, ပါးစပ်နံ့, အကျိတ်, အဖုထ, အကျိတ် အနာများ ပေါက်ခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်ပေသည်။

၃ · **ဇီရဏတေဇော = ဆွေးမြေ့လောင်စေသောမီး**။ ။အညစ်အကြေးများ စုရုံးပြီး ဆွေးမြေ့လောင်ကျွမ်း ဖျက်ဆီးသော ဆံဖြူခြင်း, သွားကျိုးခြင်း, အရေတွန့်ခြင်း, အနာဆွေးများ ပေါက်ခြင်း, အိုင်းအမာကြီးများ ပေါက်ခြင်း, ဓာတ်အားကုန်ခန်းသော မြစ်ခြောက်နာ အကျိတ်များ စသည်တို့ ဖြစ်သည်။

၄ · **သန္တပ္ပနတေဇော = ပြိုင်လောင်သောအပူ**။ ။အပူ နှင့် အအေး တလှည့်စီ အပူ နှင့် အအေး ပြိုင်လောင်သော ရက်ခြားဖျား, တပတ်ခြားဖျား, တလခြားဖျား, ဖျားအို, တက်ဖျား, ကျဖျား, အပူဖျားတို့ ဖြစ်သည်။

ဖော်ပြပါ အပြစ်ပြုသော တေဇော ၄-မျိုးတို့သည် အပြစ် ပြုကြသည့် လက္ခဏာအားလျော်စွာ အမည် ကွဲပြားကြကုန်၏၊ ထိုသို့ အမည်ကွဲပြားကြကုန်သော်လည်း တေဇော အပူတို့ သာလျှင် ဖြစ်ကြကုန်၏၊ နန္ဒင်း၌ ထိုအပြစ်ပြုသော တေဇောမျိုးကား မရှိချေ၊ အကျိုးပြုသော ပါစကတေဇောမီး နှင့် ဥသ္မာတေဇောမီးတို့ သာ ရှိသောကြောင့် နန္ဒင်း၌ ရှိသော အပူကို အကျိုးပြုသော အပူ ဟု မှတ်ယူအပ်၏။

နနွင်း၌ အခါး အရသာ ဝါယောဓာတ် ပါရှိနေ၏၊ ထိုအခါးသည် လွန်သော အခါးမျိုး မဟုတ်ချေ၊ ဖျက်ဆီးတတ်သော လေမျိုး မဟုတ်ချေ၊ ထိုအပူ၏ အားရှိရုံ အကျိုးကို ပြုသော လေဓာတ် အခါးမျှ သာ ဖြစ်၏။

ဥပမာ။ ။ရဲရဲတောက် မီးခဲ ဖြစ်လာအောင် လေသည် အကူအညီ ပြုသကဲ့သို့တည်း၊ မီးလောင်လောက်အောင် တိုက်ခတ်သောလေမျိုး မဟုတ်ချေ၊ ထို့ကြောင့် လေထိုး, လေအောင့်, အကြောသေ, သွေးမလျှောက်, လေမလျှောက်သော ရောဂါတို့၌ နနွင်းသည့် မိမိ၏ ခါးသော သတ္တိဖြင့် အကျိုးပြု၏။

နနွင်း၌ ဆိမ့်ဖန်သော အရသာ တမျိုးရှိ၏၊ ၎င်းသည်လည်း အာပေါ ပထဝီတို့၏ လွန်ကဲသော အပြစ်ပြုသည့် ဓာတ်သဘော အနေဖြင့် အပူငုပ်အောင် လေချုပ်အောင် ပိတ်တတ် ဆီးတတ် မီးသေအောင် ငြိမ်းတတ် အုပ်ဆိုင်းတတ်သော အပြစ်ပြုသည့် အနေဖြင့် ပါရှိနေသော အာပေါဓာတ်, ပထဝီဓာတ်မျိုး မဟုတ်ချေ၊ ဖော်ပြခဲ့သော တေဇောဓာတ်, ဝါယောဓာတ်တို့၏ အကျိုးပြုသမျှကို အထောက်အကူပေးနိုင်သည့် ဖြစ်ရပ် အနေဖြင့်သာ အချိုးကျ ပါဝင်နေသဖြင့် ဗိန္ဒော ဆရာမြတ်တို့သည် ချေးလွန်စွာ ထွက်ရာ၌ နနွင်းဖြင့် ပိတ်ပေး၏၊ နနွင်း ဆပ်ပေး၏၊ ဝမ်းပျက်ရောဂါတို့၌ ဝမ်းထိန်းရန် နနွင်းကို အသုံးပြု၏။

နနွင်း၌ စပ်ရှားရှား အရသာ (အာကာသ) ဓာတ်သည်း ပါဝင်၏၊ အာကာဓာတ် ဟူသည် အပေါက်ကြီးငယ် အမျိုးမျိုး, ရသရည် သွေးသား စသောဓာတ် (၇) ပါး အတွင်း အပေါက်သေးငယ်မျိုး,တခုနှင့် တခု ခြားနေသော အပိုင်းခြားမျိုးဟူ၍(အပေါက် နှင့် အပိုင်းခြား) အာကာသ နှစ်မျိုးရှိရာတွင် ယင်းအမာခံ မဟာဘုတ် ၄ -ပါး ညီညွတ် မျှတနေမှ သာလျှင် ထို အကျိုးပြုသော အာကာသများ ရှိရသည်၊ အထူးသဖြင့် ပါစကတေဇော ထုတ်လုပ်သောဓာတ် ၇ -ပါး, ခန္ဓာကိုယ် အစိတ်အပိုင်း ဒြပ်မျိုး နှင့် ၎င်းဒြပ်တွင် စောင့်ရှောက်နေသော ဥသ္မာ တေဇော - ထိုနှစ်မျိုးတို့ အကျိုးပြုနေသည့် ခန္ဓာကိုယ်၌သာ အကျိုးပြုသော အာကာသသည် ရှိရမြဲ ဖြစ်၏၊ ထိုအာကာသ ရှိနေမှ သာလျှင် ကျင်ကြီး ကျင်ငယ် ချေး အညစ်အကြေးကြီးများနှင့် အမျိုးမျိုးသော ၎တ်လျှိုးနေသည့် အညစ်အကြေး ကြီးငယ်များတို့သည် ထွက်လမ်း, သွားလမ်း အလုံးစုံ မှန်ကန်ကြကုန်လျက် ခန္ဓာကိုယ်တွင် အညစ်အကြေး မတင်ဘဲ သန့်ရှင်းမည် သာ ဖြစ်၏၊ ထို့ကြောင့် ခေါင်းအုံ, ဇက်ထိုး, မျက်ရိုးကိုက်, မျက်သားကိုက် စသည်တို့၌ နနွင်းမှုံး ရှူပေးရ၏၊ အကျိတ်အနာ ရောင်တင်းရာ၌၎င်း, အကြောထုံး, အကြောတင်, အရိုးနာ, အဆစ်လွဲရာ၌၎င်း, နနွင်းကို လိမ်းပေးရ၏၊ ကျပ်ထုပ်ပူ ထိုးပေးရ၏၊ ခြေလက် တင်းရောင်ခြင်း, အကျိတ် အခဲ ရောင်ခြင်းတို့၌ နနွင်းကို လိမ်းပေးရ၏၊ ထိုအကျိုးပြုချက်သည် နနွင်းတွင် ပါရှိသော အာကာသ ဓာတ် စွမ်းရည် ပင် ဖြစ်သည်။

" ဆေးပစ္စည်း မှန်သမျှကို ဘုတ်ငါးပါးဖြင့် ခွဲပြရမည် " ဟူသော အာယုဗ္ဗေဒ ဆေးကျမ်းလာ မိန့်မှာချက်အတိုင်း ခွဲပြခြင်း ဖြစ်သည်။

ထိုသို့ နနွင်း နှင့် မဟာဘုတ်ငါးပါး စွမ်းရည်သတ္တိ တည်ရှိနေပုံကို အကျဉ်းချုပ် မှတ်ယူပြီးလျှင် ဉာဏ်ရှိသလို သုံးတတ်ပါက (၉၆) ပါး ဝေဒနာ အမျိုးမျိုးတို့၌ နနွင်းသည် သုံးသော ပုဂ္ဂိုလ်၏ ဉာဏ်စွမ်းအားလျော်စွာ အကျိုးထိရောက်အောင် ပြုစွမ်းနိုင်မည် သာ ဖြစ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အမျိုးသွီးများ၏ အဆင်း တန်ဆာ

နနွင်း၏ စွမ်းရည်သတ္တိကို ဖော်ပြရာ၌ နနွင်းသည် အမျိုးသမီးများ၏ အဆင်း တန်ဆာ ဖြစ်သည် ဟု ဆိုထား၏၊ အမျိုးသမီးများသည် ဘုတ်ငါးပါးဖြင့် ခွဲဝေသော် 'ယောကျ်ား တေဇော မိန်းမ အာပေါ' 'ယောကျ်ားမှာ ဆီး မိန်းမမှာ မီး' 'ယောကျ်ားမှာ သေး မိန်းမမှာ သွေး' တနည်း 'ယောကျ်ားမှာ ချွေး မိန်းမမှာ သွေး' ဟူသည့်အတိုင်း သွေး တည်း ဟူသော အာပေါ ဓာတ် အပေါ်တွင် ပိုမို မှီတင်းနေသော သူများ ဖြစ်သည်၊ အသက် ဟူသည် ဓာတ် ၇-ပါးလုံး တို့၌ အနှံ့ အပြား တည်နေငြားလည်း သွေး၌ အဓိက တည်ပေသည်၊ အသက် နှင့် သွေးသည် အလွန် နီးစပ်ကြကုန်၏၊ ကျား-မ မဟူ ထိုကဲ့သို့ အသက်သည် သွေး၌ အဓိက တည်ကုန်၍ သွေး သည် အရေးကြီးသည် သာ ဖြစ်ကုန်ကြငြားလည်း အမျိုးသမီးများကား ရောဂါ ရောက်ရာ၌ သွေးဖောက်ပြန်၍ ရောဂါရောက်ကြသည် သာ များသောကြောင့် သွေးသည် အမျိုးသမီးများ အဘို့ ပို၍ အရေးကြီးပေ၏၊ ကျား-မ တိုင်း ရှိသင့်သော သွေးမှတပါး အမျိုးသမီးများသည် သီးသန့် တည်နေရာဖြင့် အချိန်ကာလ လစဉ်အား လျော်စွာ သွေးများ ပြောင်းလဲရသဖြင့် ထူး ခြားသော တည်နေရာ, ထူးခြားသော အချိန်, ထူးခြားသော သွေး တမျိုး ရှိသည်ကို မှတ်ယူ အပ်ပေ၏၊ ထိုသွေးသည် မီးရပ်သွေး ဖြစ်၏၊ ဓမ္မတာသွေး ဟု ခေါ်၏၊ ရာသီသွေး ဟု ခေါ် ၏၊ ပန်း ဟု ခေါ်၏။

အမျိုးသွီးများ၏ ကိုယ်တွင်းရှိ သေးငယ်သော အညစ်အကြေး မှန်သမျှတို့သည် ထိုသွေး သက်ဆင်းသော အချိန်၌ ပါသွားရကုန်၏၊ ကိုယ်လက်သန့်ရှင်း၏၊ ကြည်လင်၏၊ အညစ်အကြေး ကင်း၏၊ မျက်နှာညိုခြင်း, ညစ်ခြင်း, မျက်ကွင်း ပါးစပ်ညိုခြင်း, အသားပွခြင်း, လက်ဖဝါး ခြေဖဝါး ပူခြင်း, ချွေးခြောက်ခြင်း, သွေးကျိတ် လေကျိတ် ဖြစ်ခြင်း, အကြောတက်ခြင်း, ဇက် ထိုး ခေါင်းကိုက်ခြင်း, ကိုယ်လက် လေးလံခြင်း စသည်တို့သည် မဖြစ်ပေါ်ဘဲ ကျန်းမာစွာ နေ နိုင်ကြကုန်၏၊ ထိုသို့ သွေးဖွား မီးရပ် အတွက်လည်း နနွင်းသည် များစွာ ကျေးဇူးပြု၏၊ ထိုသို့ သွေးဖွား မီးရပ်တွင် အကျိုး ပြုသည်ထက် သားဖွား မီးယပ်၌ကား နနွင်းသည် ပို၍ ကျေးဇူးပြု၏၊ သားမဖွားမီ လပေါင်းများစွာ အညစ်အကြေးများ တည်ရှိနေစဉ် ထိုအညစ် အ ကြေးများကို ထုတ်ပစ်ရန် လိုအပ်ခြင်း, ကိုယ်ဝန်သန္ဓေ တည်နေ ရင့်ကျက် ကြီးထွားလာရန် ကိုယ်စောင့် ဓာတ်မီးအပူ လိုအပ်ခြင်း, ကိုယ်ဝန်ကို ပျက်စီးစေတတ်သော လေကို ဖျက်ဆီးရန် လိုအပ်ခြင်း, အညစ်အကြေးများ ကိန်းအောင်းရာ၌ မသန့်ရှင်းသောသွေး၌ မှီတင်းပေါ်ပေါက် လာသော သန္ဓေဖျက် ပိုးများကို တားမြစ်ရန် လိုအပ်ခြင်း, ဖျက်ဆီးတတ်သော အပူ ဒေါသ ဖျားကြောင့် ကိုယ်ဝန်သား သန္ဓေ မခြောက်ရေး အတွက် ထုတ်ပယ်ရန် လိုခြင်း, မီးဖွားပြီး နောက် လျော့နည်းသွားသော သွေးများ ဖြစ်ပေါ်လာရန် လိုအပ်ခြင်း, လျော့နည်းသွားသော လေဖြစ်သည့် ခြေပစ် လက်ပစ် ဖြစ်သည် အထိ အပြင်းပြသော လေကို အားရှိအောင် လိုအပ် ခြင်း, ကိုက်ခဲသော အဆစ်အမြစ်တို့၌ ထိုလေပူ ဒေါသ အငုပ်ကို ထုတ်ပယ်ရန် လိုအပ်ခြင်း, သန့်ရှင်းသော ကျက်သော သွေးများဖြစ်ပေါ်ရန် လိုအပ်ခြင်း, အညစ်အကြေးများ ပိတ်ဆို့ တားဆီးနေသည်ကို ဖောက်ထွင်းခြင်း, ထုတ်ပယ်နိုင်ခြင်း ပြုလုပ်မှု ကမ္မဇလေသည် အားရှိသဖြင့် မီးဖွားရ လွယ်ကူခြင်း, အတွင်းမီး ဆေးသောက်ခြင်း စသည် နှင့် အပြင်မီး ဆေးလိမ်းခြင်း,

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ချေးအောင်းခြင်း စသည့် ထိုမီး နှစ်မျိုး ညီညွတ် မျှတမှ သာလျှင် တသားမွေး တသွေးလှ ဖြစ်သဖြင့် နနွင်းသည် ထိုမီး နှစ်မျိုးလုံးကို ပင်လျှင် အကျိုးပြုနိုင်သောကြောင့် ပဋိသန္ဓေ တည်နေပြီးနောက် ကိုယ်ဝန် ကြီးရင့်လာသော အခါ နနွင်းကို လိမ်းပေးရ၏၊ သောက်ပေးရ၏၊ မှိုင်းရှူပေးရ၏၊ ရေနွေးနှင့် ပွတ်၍ ရေချိုးပေးရ၏၊ ကျပ်ထုပ် ထိုးပေးရ၏ စသည်ဖြင့် မွေးဖွားပြီးသည့်နောက် သွေးသစ်လဲသည် အထိ ပုံပြင်ရာ၌ နနွင်းသည် အမျိုးသမီးများ အဘို့ အရေးပါ အရာရောက်ဆုံးသော ကယ်တင်ရှင် အသက်သခင် ပင် ဖြစ်တော့၏။

သွေးဆုံး မီးရပ် အတွက်မှာမူ အထူး ဆိုဘွယ်ရာ မရှိတော့ချေ၊ နနွင်းသည် ထိရောက်စွာ အကျိုးပြုသည့် သာ ဖြစ်၏၊ ထို့ကြောင့် မီးရပ်သွေးနှင့် မကင်းနိုင်ကြသော အမျိုးသမီးများ အတွက် သွေးဖွား မီးရပ်၌ဇုင်း, သားဖွား မီးရပ်၌ဇုင်း, သွေးဆုံး မီးရပ်၌ဇုင်း (၃) ပါးလုံးတို့၌ အသုံးပြုနိုင်သော ဆေးပင် ဖြစ်သဖြင့် ကျမ်းဆရာတို့သည် အမျိုးသမီးများ အတွက် အနှစ်သက်ဆုံးသော အဆင်းတန်ဆာသဘွယ် မရှိလျှင် မဖြစ်သော ဆေးပစ္စည်း ဖြစ်ကြောင်း မိန့်မြွက်တော်မူခဲ့ကြ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

၁ - **သန္ဓေစောင့်**။ ။နနွင်းမှုန့်ကို ရေအေးနှင့် ဖျော်၍ မမွေးဖွားမီ ကြိုတင်၍ နေ့စဉ် မှိဝဲပေးရာ၏။

၂ - **ကမ္ဗဇလေ**။ ။မွေးဖွားရာတွင် အခက်အခဲ မကြုံစေရန် နနွင်းကို မမွေးဖွားမီ ကိုယ်ဝင်္ဂ ကောင်းလာသည် အထိ လေချုပ်ခြင်း, ဓာတ်ချုပ်ခြင်း ကင်းသည် အထိ မှိဝဲပေးရာ၏။

၃ - **ကိုယ်ဝန်ဆောင် အသားအေး**၊ ။ကိုယ်ဝန် ရှိနေစဉ် တနေ့တခြား တလထက် တလ အသားပူနွေးလာရ၏၊ လှုပ်ရှားမှုနှုန်းသည် မြင့်သာရ၏၊ ထိုသို့မဟုတ်ဘဲ အသားအေးနေခြင်း, သွေးအေးနေခြင်းနှင့် ကြုံခဲ့သော် နနွင်းကို လူးပေးရာ၏၊ အတွင်းမှလည်း သောက်ပေးရာ၏။

၄ - **မီးဖွား သွေးတက်**။ ။မီးဖွားပြီးနောက် သောကကြောင့်, ဒေါသကြောင့်, ထိပ်လန့်ခြင်းကြောင့် သွေးတက်သွားခဲ့သော် နနွင်းကို မှိုင်းတိုက်ရာ၏၊ ငယ်ထိပ် တည့်တည့်တွင် အုံပေးရာ၏၊ လိမ်းပေးရာ၏၊ အတွင်းမှလည်း တိုက်ရာ၏။

၅ - **မီးရပ်သွေးတက်**။ ။ခေါင်းကိုက်ခြင်း, ဇက်ထိုးခြင်း ဖြစ်သူများသည် နနွင်းမှုန့်သက်သက်ကို မီးခဲတွင် ဖြူးပေး၍ ထိုအနံ့ကို ရှူရာ၏၊ မီးရပ်ခေါင်းကြီးကိုက် ရောဂါ၌လည်း အလားတူ ပင် ဖြစ်သည်။

၆ - **သန္ဓေဖျား**။ ။သန္ဓေရှိခိုက် ခဏခဏ ဖျားတတ်သော အမျိုးသမီးများသည် နနွင်းကို သောက်ပေးသင့်၏။

၇ - **မီးဖွားချိ**။ ။မီးဖွားပြီးနောက် အသားအေးခြင်း, အကြော သေခြင်း, ချိခြင်း, ထုံကျင်ခြင်း ဖြစ်မူ ညဉ့် နံနက် တနေ့ ၃ - ကြိမ် နနွင်းကို သောက်ရာ၏၊ နှမ်းဆီနှင့် ရော၍ လိမ်းနယ် နှိပ်ပေးရာ၏၊ နနွင်းပွတ်ရည်ကို ချိုးရ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

၈ - သွေးကျန် အပုတ်ဖွား။ ။မီးဖွားပြီးနောက် အောင်းနေသော သွေးများ မဆင်းဘဲ အပုပ်အောင်းရာမှ အခိုး ဖြစ်ပြီးလျှင် တင်းရောင်ဖောလာသော အဖောကို ဖော်ပြပါ အသားတူ ပင် သောက်ခြင်း, လိမ်းခြင်း, ရေချိုးခြင်း ပြုလုပ်ပေးရာ၏။

၉ - မီးဖွား သွေးမသန့်။ ။မီးဖွားပြီးနောက် သားသခွန္နင့် အဘူ အညစ်အကြေး အပုတ်အခိုးများ သက်ဆင်းသွားသော်ငြားလည်း အရိုး အသား အကြော တလျှောက်၌ ပြန့်နှံ့စိမ့်ဝင်နေသော သွေးဆိုးများ ရှိနေသဖြင့် အသားအရည် ညစ်ထေးခြင်း, ကွက်၍ ညိုခြင်း, တကိုယ်လုံး ညိုညစ်ခြင်း ဖြစ်ခဲ့သော် နန္ခင်းကို သာ အဘက်နိုင်ဆုံး နည်းဖြင့် အသုံးပြုရာ၏။

၁၀ - မီးရပ် အသားအေး။ ။သွေးတွင် ရှိသော ဥသ္မာ တေဇော ငုတ်လျှိုးအားနည်းသွားသဖြင့် အရေထူ အရေပါး တကိုယ်လုံး အေးခြင်း, စောင်ခြုံ၍ မရအောင် ချမ်းခြင်း ဖြစ်ခဲ့မူ နန္ခင်းကို နိုင်နင်းစွာ သောက်ရ၏။

၁၁ - သိတပိတ်ယားနာ။ ။သွေးတွင် စောင့်နေသော သည်းခြေအပူ နှံ့နှေးခြင်းကြောင့် အသားအေးပြီးလျှင် အပိန့်ထခြင်း, အကွက်ဆခြင်း, ယားခြင်း ဖြစ်ခဲ့မူ နန္ခင်းကို သောက်ခြင်း, ရေချိုးခြင်း, လိမ်းပေးခြင်းဖြင့် ကာကွယ်နိုင်၏။

၁၂ - သားမြတ်ရောင်ခြင်း။ ။နန္ခင်း, ဘိန်းရွက်, ပဒိုင်းရွက် ထို ၃ - မျိုးတို့ကို အစိမ်း ကြေညက်အောင် ကြိတ်၍ အုံစီး လိမ်းပေးခဲ့သော် သားမြတ် ရောင်ခြင်းသည် တခဏချင်း ပျောက်ကင်းနိုင်၏။

၁၃ - သားမြတ်ကိုက်ခြင်း။ ။သားမြတ်၌ နို့ချောင်းပိတ်၍ ဖြစ်စေ, အခြားသော အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်စေ မနေနိုင်အောင် ကိုက်ခဲခဲ့သော် နန္ခင်းကို သောက်ရာ၏၊ ကျပ်ထုပ် ထိုးပေးရာ၏၊ အထက်ပါ ဆေးသုံးမျိုးကို လိမ်းပေးရာ၏။

၁၄ - သားမြတ်နာ ပျောက်ဆေး။ ။နန္ခင်း နှင့် ခရုသင်းမှုန့်တို့ကို ရောကြိတ်ပြီးလျှင် လိမ်းကျံ ပေးခဲ့သော် ထိုနာကျင် ကိုက်ခဲခြင်းကို တခဏချင်း ပျောက်ကင်းစေ၏။

၁၅ - နို့ရည်စင်ကြယ်ဆေး။ ။လေဒေါသကြောင့် ဖြစ်စေ, သည်းခြေဒေါသကြောင့် ဖြစ်စေ, သလိပ်ဒေါသကြောင့် ဖြစ်စေ, နို့ရည်၌ တစုံတရာ အပြစ်ဒေါသများ ရောက်ခဲ့သော် ထိုရောက်ကြောင်း ဖြစ်သော ဒေါသအား လျော်စွာ နို့ရည်သည် အပြစ်ရှိ၏၊ အညစ်အကြေးများ ပါနေ၏၊ ထိုအညစ်အကြေး ပါသော နို့ရည်ကို သောက်စို့ရသော ကလေးသူငယ်သည် လေဒေါသ, သည်းခြေဒေါသ, သလိပ်ဒေါသအား လျော်စွာ လေဆန်, လေအောင့်ခြင်း, ဖျားခြင်း, ပါးစပ်လျှာကွဲခြင်း, ဝမ်းပျက်တတ်ခြင်း စသည်တို့သည် ဖြစ်ရကုန်၏၊ "ရင်သွေးကို ချစ်လျှင် ရင်သားကို ပြင်" ဟူသော ဗိန္ဒောစကားပုံ အတိုင်း သားသည်အမေတို့သည် မိမိရင်သွေး နို့ရည်ကို ပြုပြင်ပြီး တိုက်ကျွေးသင့်၏၊ တိုက်ကျွေးရန်မှာ အောက်ပါ အတိုင်း ဖြစ်ပါသည်၊ နန္ခင်းရိုးရိုး, သစ်နန္ခင်း, နွယ်ချို, ကြေးမြီးမပင်, လက်ထုပ်စေ့ ထိုငါးမျိုးကို အမျှစီစု အမှုန့်ပြု၍ မိခင်လုပ်သူ မီးဖွားပြီးနောက် တနေ့ ၃ - ကြိမ် ရေနွေးဖြင့် သောက်ပေးရာ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

၁၆ - မီးရပ်သွေးဖော။ ။မီးဖွားပြီးနောက် သွေးများ ကျန်ခြင်း, မီးရပ်ဝမ်းကြောင့် သွေးတွင် မကြေကျက်သော ရသရည်များ ဝင်ရောက်၍ သွေးပွားခြင်း ဖြစ်ပြီးလျှင် ခြေသလုံး, ပေါင်, ခြေဆစ်, ကိုယ်တခြမ်း, အောက်တပိုင်း တကိုယ်လုံး စသည်ဖြင့် အပုပ်ဖော, သွေးဖော ဖြစ်သောသူများသည် လွန်စွာ ကုရ ခက်၏၊ ထိုသူများ အတွက် နန္ဒင်းသည် ဟင်းချက်ရာ၌ ပိုမို ထည့်ပေးခြင်း, အလွတ် စားသောက်ခြင်း, လိမ်းပေးခြင်း, ကျပ်ထုပ် ထိုးပေးခြင်း စသည်ဖြင့် ဉာဏ်ရှိသလို ပြုလုပ်ပေးပါလျှင် အမြစ်ပြတ်သည် အထိ ကင်းပျောက်စေနိုင်ပါသည်။

၁၇ - ယားယံခြင်း။ ။၎င်းသည် ဆီးပူ အခိုး ငုတ်လျှိုးသည် ဖြစ်စေ, အခြားသော မစင်ကြယ်သည့် သွေးသား တစုံတရာကြောင့် ဖြစ်စေ နန္ဒင်းသက်သက် လိမ်းပေးရုံဖြင့် အကျိုးပြုပါသည်၊ အချို့သူတို့သည် လိင်ဥ၌ လွန်စွာ ယားသော ရောဂါများ ဖြစ်ကြကုန်၏၊ ထိုသူများ အတွက် အကောင်းဆုံး ဆေးမှာ နန္ဒင်း ပင် ဖြစ်သည်၊ နန္ဒင်း ၁ - ကျပ် ၈ - ပဲသားကို နွားနက် ကျင်ငယ်ရည် ရလျှင် သို့မဟုတ် နွားကျင်ငယ် ရှိရှိ ၈ - ကျပ်သားနှင့် ရော၍ မီးဖြင့် နွေးပြီးလျှင် ၎င်းကို ယားသည့်နေရာ၌ ကြက်တောင်ဖြင့် လိမ်းပေးရာ၏၊ အကယ်၍ စိုပွ ရောင်တင်းနေသော လိင်ဥ ဖြစ်မူ အတွင်းမှလည်း နန္ဒင်းမှုန့် သက်သက်ကို သောက်ပေးရာ၏။

၁၈ - သားအိမ်မသန့် ရောဂါ။ ။နန္ဒင်းမှုန့် ၃ - ကျပ်, သကြား ၃ - ကျပ်, ထောပတ် ၅ - ကျပ်, ရေ ၁၂ - ကျပ် ရောပြီးလျှင် သုံးပုံတပုံ ခန်းအောင် ချက်၍ အဝတ်ပါးဖြင့် စစ်ယူပြီးလျှင် ၎င်းဆေးရည်ကို ပိုက်ဖြင့် ယောနိတွင် သွင်း၍ သန့်ရှင်းအောင် ဆေးကြောပေးပါက သားအိမ် လွန်စွာ သန့်ရှင်း၍ ကျန်းမာခြင်းနှင့် ပြည့်စုံပါလိမ့်မည်။

၁၉ - သွေးမသန့်ရောဂါ။ ။အမျိုးသမီးများသည် ကျန်နေသော သွေး, အောင်းနေသော သွေး စသည်တို့ကြောင့် သွေးတွင် များစွာ အညစ်အကြေးများ ဝင်ရောက်နေ၏၊ သွေးညစ်လျှင် အသား ညစ်၏၊ ထိုသွေး နှင့် အသား ညှစ်ညမ်းမှုကြောင့် တင်းတိပ်, ဝက်ခြံ, ယားယံခြင်းမှ စ၍ သွေးဆိုးသည် အထိ ဖြစ်ပေါ်ရ၏၊ အခြားသော ရောဂါတို့လည်း များစွာပင် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်ကုန်၏၊ သို့ဖြစ်၍ သွေးသန့်ရန် လွန်စွာ လိုအပ်သောကြောင့် အောက်ပါ နန္ဒင်းပေါင်းရည်ဆေးကို အသုံးပြုနိုင်သည်။

နန္ဒင်းတက်, တမာ အမြစ်ခေါက်, ပဲဆိမ့်နီမြစ်— ဤဆေး သုံးမျိုး ၁၅ - ကျပ်သားစီ၊ မုယားကန်ငယ် ပဋ္ဌငါးပါး ၆၀ ကျပ်သား, ဇီးဖြူသီး အစေ့လွတ်, ဖန်ခါးသီးအစေ့လွတ်, သစ်ဆိမ့်သီး အစေ့လွတ်— ၎င်းသုံးပါး ၂၇ - ကျပ် ၈ - ပဲသားစီ၊ ရှားနှစ်, နွားမြက်ရင်းခေါင်း, နေလှည့်ပင်မြစ်, ကြက်မောက်ဆူးပျံ, ဆေးခါးကြီး, နှင်းဆီပွင့်— ဤခြောက်မျိုး ၁ - ကျပ် ၆ - ပဲသားစီ၊ လက်ပန်မြစ်ခြောက် ၃၀ - ကျပ်သား—ဤဆေးတို့ကို ရေ ၃၀ - ကျပ်သားနှင့် ရောစိမ်ပြီးလျှင် ပေါင်းတိုက်ယူပါ၊ ထိုပေါင်းချေး ဆေးရည်သည် သွေးသား သန့်စင်ပြီးလျှင် ရုပ်ဆင်း ကျက်သရေ တိုးပွားစေရာ၌ အတုမရှိ အကောင်းဆုံးဆေး ဖြစ်၏။

၂၀ - မျက်စိကိုက်ရောဂါ။ ။နန္ဒင်းမှုန့် ၁ - ကျပ် ၁၄ - ပဲ—ရေ ၃၈ - ကျပ်သားနှင့် ကျိုပြီး အဝတ်ထူထူနှင့် စစ်ပါ၊ ထိုမျက်စဥ်းရေကို မျက်စိတွင် ခပ်ပေးခြင်း, ဇက်ကြော

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မေးကြော နားသယ်တို့၌ လိမ်းပေးခြင်း ပြုခဲ့သော် မျက်စိကိုက်ခဲခြင်း, ကြိမ်းခြင်း, အောင့်ခြင်း, မျက်ရည် ထွက်ခြင်း, မျက်ဝတ်ထွက်ခြင်းများ ဆောလျင်စွာ ပျောက်ကင်းနိုင်၏။

၂၁ - **တနည်း မျက်စိကိုက်ရောဂါ။** ။နနွင်း နှင့် ကျောက်ချဉ်မှုန့်–ဤဆေးနှစ်မျိုးကို ရှားစောင်းလက်ပတ် အသားအနှစ်ရေနှင့် ရောနယ်ပြီးလျှင် မီးတွင် အတန်ငယ် ပူအောင်ပြုလုပ်ပြီးနောက် ခြေဖဝါး, လက်ဖဝါး, ဦးခေါင်း အဆုံး ငါးပါးတို့၌ စီးပေးခြင်း, ကပ်ပေးခြင်း, ပြုလုပ်ခဲ့သော် မခံရပ်နိုင်အောင် ကိုက်ခဲနေသော မျက်စိရောဂါသည် တခဏချင်း ပျောက်ကင်း၏။

၂၂ - **အိမ်သုံး နနွင်းမျက်စဉ်း။** ။နနွင်းတက်ကို စသသွားသီးတွင် မြုပ်အောင်မြှုပ်၍ ရက်ပေါင်း ၂၇ - ရက် ထားပါ၊ ရက်စေ့သော အခါ ပြန်ထုတ်ပြီးလျှင် အခြားသော စသသွားသီး တလုံးတွင် ထည့်သွင်း မြှုပ်ထားပါ၊ ထိုအတိုင်း ၂၇ - ရက် ၂၇ - ကြိမ်တိုင်အောင် စသသွား (၂၇) လုံး မြှုပ်ပါ၊ (စသသွား အစိမ်းကို ယူပါ)၊ ထိုနနွင်းသည် မျက်စိရောဂါ အမျိုးမျိုး အတွက် အကောင်းဆုံး မျက်စဉ်း ဖြစ်၏။

၂၃ - **နှာစေးရောဂါ။** ။နနွင်းမှုန့်ကို မီးခဲပေါ်တင်၍ တကြိမ်တန်သည် နှစ်ကြိမ်တန်သည် မှိုင်းရှူပေးပါ၊ နွားနို့, ထန်းလျက် ဆေးဒက် ကြိုချက်ပြီးလျှင် ခပ်ပူပူ နေ့စဉ်သောက်ပေးပါက မပြတ်နိုင်သော နှာစေးရောဂါ– ၎င်းကြောင့် ခေါင်းအုံခဲခြင်း, ထိုင်းမှိုင်းခြင်း, ချေဆပ်ခြင်းများလည်း ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

၂၄ - **ကိုယ်ပူနာ။** ။နနွင်းမှုန့်ကို အုန်းရည်နှင့် ရော၍ လိမ်းပေးပါ၊ သို့မဟုတ် အဝတ်ပါးပါးတွင် သုတ်လိမ်းပြီးလျှင် ခြုံပေးပါ၊ အမြန်ဆုံး သက်သာနိုင်ပါသည်။

၂၅ - **အဖျားရောဂါ။** ။အအေးပတ်ခြင်း, အပူငုတ်ခြင်းတို့ကြောင့် တချုပ်ချုပ် တနွေးနွေးဖြင့် ဖျားခဲ့သော်၎င်း တက်ဖျား ကျဖျား ဖြစ်ခဲ့သော်၎င်း နနွင်းသည် အကောင်းဆုံး ဖြစ်၏၊ နနွင်း, ကြပ်ခိုး, ထုံးခြောက်, ကွမ်းရွက်, ချင်း, ထန်းလျက်, ဆေးခါး ၎င်းတို့ကို ဉာဏ်နှင့်ယှဉ်၍ ဆေးဘက်တို့ကို အတိုးအလျော့ ထည့်ပြီးလျှင် ပြုတ်သောက်ခဲ့သော် တခဏချင်း အဖျား အမျိုးမျိုး ပျောက်နိုင်၏။

မှတ်ချက်၊ ။အအေးလိုလျှင်, အအေးများလျှင် ချင်း, ကွမ်းရွက် ပိုကဲမည်၊ ချွေးအောင်းပတ်လျှင် နနွင်းကို နှစ်ဆ သုံးဆ ပိုထည့်မည်၊ အပူလွန်လျှင် ကြပ်ခိုး, ထုံးခြောက်, ထန်းလျက်တို့ကို ပိုထည့်မည်၊ နာတာရှည် ဖျားလျှင် ဆေးခါးကြီးကို ပိုထည့်မည် စသည်ဖြင့် ဉာဏ်နှင့် ယှဉ်၍ ထည့်သွင်းခြင်းကို ဆိုလိုသည်၊ ဗိန္ဒော ဆရာကြီးများ အဆက်ဆက် အသုံးများခဲ့သည့် အိမ်သုံး ပြုတ်ဆေးကြီး ဖြစ်သည်။

၂၆ - **ဖျားပြီး ခေါင်းကိုက်စွဲရောဂါ။** ။ဖျားပြီးသည်နောက် နေ့စဉ် ခေါင်းကိုက်ခဲသော ဝေဒနာ စွဲကပ်ခဲ့သော် နနွင်း, ဂျုံမှုန့် ၎င်းနှစ်ပါးကို ဆံပုန်းရည်နှင့် ကြိတ်ပြီးလျှင် လိမ်းကျံပေးရာ၏၊ အတွင်းမှလည်း နနွင်းမှုန့်သက်သက်ကို ဆားနှင့် ရောစပ်၍ သောက်ရာ၏၊ အကယ်၍ ဝမ်းပျက်နေပါမူ ဆားကို ကျွမ်းအောင် မီးဖုတ်၍ ရောစပ်ပြီး သောက်ရာ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

၂၇ · **မြင်းသရိုက်။** ။နနွင်း၊ ကုက္ကိုခြေ၊ မရိုးစေ့၊ ထိုသုံးမျိုးကို ရောကြိတ်ပြီးလျှင် ထွက်ကျနေသော မြင်းသရိုက်လိပ်ခေါင်းကို လိမ်းသုတ်ပေးခြင်း၊ ဖန်ဆေးပေးခြင်း ပြုလုပ်ပါက အလိုအလျောက် ပျောက်ကင်းသွားပါလိမ့်မည်။

၂၈ · **အားနည်း မြင်းသရိုက် ကြွေဆေး။** ။နနွင်းမှုန့်၊ ပိတ်ချင်းမြစ်မှုန့် ၎င်းအမြစ်မှုန့် နှစ်ပါး ဆတူ နွားကျယ်ငယ်ရေနှင့် ရော၍ မြင်းသရိုက် လိပ်ခေါင်းတွင် တနေ့ ငါးကြိမ်ထက်မနည်း လိမ်းကျံပေးခဲ့သော် မဖြတ်မလှီးရဘဲ အလိုအလျောက် ကြွေကျ ပျောက်ကင်းသွားပါလိမ့်မည်။

၂၉ · **တနည်း မြင်းသရိုက်ဆေး။** ။နနွင်း၊ နတ်ထင်းရှူးအနှစ်၊ ၎င်းနှစ်ပါး ဆတူ အမှုန့်ပြု၍ တဇောင်းစေးနှင့် ဆားအတန်ငယ် ထည့်ပြီးလျှင် နွားကျင်ငယ်ရည်နှင့် ကြိတ်ပြီး အတောင့်လုပ်ပါ၊ ၎င်းဆေးတောင့်ကို သွေးပြီးလျှင် မြင်းသရိုက်တွင် မကြာမကြာ လိမ်းပေးပါက မြင်းသရိုက်ရောဂါ ဆောလျင်စွာ ပျောက်ကင်းလိမ့်မည်။

၃၀ · **တနည်း မြင်းသရိုက်ဆေး။** ။နနွင်းမှုန့်ကို ရှားဇောင်းကြီး၌ စိမ်ပြီးလျှင် ၎င်းကို ချည်ကြိုး ကျစ်ထားသော အတောင့်၌ သုတ်လိမ်းပြီးလျှင် ၎င်းချည်ကြိုးကို မြင်းသရိုက် လိပ်ခေါင်းတွင် ရစ်ပတ်ပေးရာ၏။

၃၁ · **သွေးလျှံသွေးအံ။** ။နနွင်းမှုန့် ၁ · ကျပ် ၁၄ · ပဲ၊ လက်ဆုပ်ခေါက်မှုန့် ၃ · ကျပ် ၁၀ · ပဲသား၊ ရေတပိဿာ နှစ်ဆယ်နှင့် ၁၅ · ကျပ်သား ကျန်သည်အထိ ကျိုပါ၊ ၎င်းဆေးရည်ကို ပျားရည် သင့်တော်ရုံ စပ်၍ သောက်ပေးပါ။

၃၂ · **သွေးဝမ်း။** ။သွေး သက်သက် ဖြစ်စေ၊ မြင်းရိုက် ရောဂါကြောင့် သွေးများ ကျဆင်းသည် ဖြစ်စေ၊ အရိအရွဲများ ကျဆင်းသည် ဖြစ်စေ ဖြစ်ခဲ့သော် အထက်ပါ ပြုတ်ရည်ကို ပျားရည်နှင့် စပ်ပြီး တနေ့ (၃) ကြိမ် တခါ သောက်လျှင် ၃ · ကျပ်သားခန့် သောက်ပေးခဲ့သော် နေ့ချင်း ပင်လျှင် ပျောက်ကင်း ချမ်းသာနိုင်ပါ၏။

၃၃ · **သွားနာ ရောဂါ။** ။နနွင်းမှုန့်ကို သွားဖုံး ရောင်ခြင်း၊ သွားနာခြင်း၊ ကိုက်ခဲခြင်း ဖြစ်ခဲ့သော် နနွင်းမှုန့်ကို ရေနွေးနှင့် ဖျော်၍ ငုံပေးရာ၏၊ ဆား နိုင်နိုင်ထည့်၍ သောက်ပေးရာ၏၊ နနွင်းမှုန့် သက်သက်ကို သွားရင်းတွင် သိပ်ပေးရာ၏။

၃၄ · **သွားခိုင်ရန်။** ။နနွင်းမှုန့်၊ ဆားမှုန့်၊ မုန်ညင်းဆီ– ထိုသုံးမျိုးကို ရောစပ်ထားပြီးလျှင် ည နံနက် မှန်မှန် သွားတိုက်ပေးခဲ့သော် ခန္ဓာ ပြုတ်သည်တိုင်အောင် သွားမပြုတ်ဟု ဆိုပါသည်။

၃၅ · **ချောင်းဆိုးရောဂါ။** ။နနွင်းမှုန့်ကို မတ်ပဲမှုန့်နှင့် ရော၍ ဆေးလိပ် ပြုလုပ်ပြီး အခိုး ရှူပေးခဲ့သော် ချောင်းဆိုးရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

၃၆ · **ပန်းနာရောဂါ။** ။နနွင်း၊ သစ်နနွင်း၊ မြင်းသီလာ– ထိုသုံးမျိုးကို အမှုန့်ပြုပြီး ဆေးလိပ်၌ အခိုး ရှူခဲ့သော် ပန်းနာ၊ မောကျပ်ခြင်း၊ တခဏချင်း ကောင်းပါသည်၊ ထိုဆေးမှုန့်ကို ၂ · ပဲသားခန့် ရေနွေးနှင့်လည်း သောက်နိုင်ပါသည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

၃၇ - **အပူဝမ်းလျှော။** ။နနွင်း, ထုံးခြောက်, ထန်းလျက်-ပြုတ်၍ ခပ်ပူပူ များများ သောက်ချပေးခဲ့သော် တခဏချင်း ထိုအပူဝမ်း ကင်းစင် ပျောက်ကင်းနိုင်ပါ၏။

၃၈ - **ဝမ်းပျက်။** ။ကာလ ကြာရှည်စွာ မီးရပ်ဘမ်း, ဒူလာဝမ်း ဖြစ်ခဲ့သော် နနွင်းမှုန့်ကို ရောက်ရည် အတန်ငယ်နှင့် နယ်ပြီးလျှင် နံနက် ည ဇီးသီးခန့် တကြိမ် (၃) လုံးစီ မျိုပေးရာ၏၊ ရေနွေးကို သောက်ပေးရာ၏။ ငါး စသည် ချက်ရာ၌ နနွင်းဖြင့် နာနာ နယ်ပြီးလျှင် ကင်ပြီးနောက် ၎င်းကို ချက်စားရာ၏။

၃၉ - **ဝမ်းအောင့်ရောဂါ။** ။နှစ်ရှည် လများ ဝမ်းအောင့်နာ စွဲသော သူတို့သည် နနွင်းကို ပင်လျှင် ဆားအနည်းငယ် ရောစပ်၍ နေ့စဉ် တနေ့ (၃) ကြိမ် မှီဝဲ စားသောက်သွားခဲ့သော် ပျောက်ကင်း ချမ်းသာနိုင်ပါသည်၊ ခြေနွေး၍ ကိုယ်ငွေ့ရလာသည် အထိ စားရမည်။

၄၀ - **ချွေးအနံ့ မကောင်း။** ။ချွေးထွက်ရာ၌ အနံ့ လွန်စွာ ဆိုးခြင်း, ချွေးထွက်များခြင်း, ချွေးထွက်ပြီးသည်နောက် အသားအေးနေခြင်း, မိမိချွေးသည် ပင်လျှင် ပြန်ပတ်ဖွဲ့ခြင်း ဖြစ်ခဲ့သော် ကောင်းသော ချွေးထွက်ခြင်း မမည်၊ ထိုအခါ နနွင်းသက်သက်ကို ပင်လျှင် အခြေအနေအရ ကြည့်၍ သောက်ပေးပါက ထိုချွေးဆိုးထွက် ဘေးမှ ဆောလျှင်စွာ လွတ်ကင်းဝေးပါလိမ့်မည်။

၄၁ - **ချွေးအေးပတ်ဖျား။** ။ချွေးရည်များသည် အတွင်းရှိ အပူကြောင့် အပြင်သို့ ပြေးထွက်လာကြ၏၊ (ဥသ္မာကိုယ်ငွေ့ကြောင့် အသားမှ ထွက်လာသော အရည် အညစ် အကြေး သာ ချွေးကောင်း ဖြစ်၏)၊ ထိုသို့ အပြင်တွင် ရောက်လာသောအခါ အဆက်အညာဒေသ၌ ရေဂမိုးအိုးကဲ့သို့ အပြင်တွင် ချွေးများပတ်နေ၏၊ ထိုအခါ လက်ချောင်းများဖြင့် နနွင်းကိုင်ပြီးလျှင် လက်ကို မီးကင်၍ ဆပ်ပေးရာ၏၊ ဖိပေးရာ၏၊ ဆို့ပေးရာ၏၊ အသား ပူလာသည်အထိ ပွတ်လုပ်ပေးပါ၊ ထို့နောက် အတွင်းမှ နနွင်းကို ပင်လျှင် တိုက်ပေးပါ၊ လွန်စွာ ကြောက်ဖွယ် ကောင်းသော ငန်းရေဂမိုးအိုး ချွေးအေးပတ် ရောဂါသည် နနွင်းတမျိုးတည်းဖြင့် သာ ပျောက်ကင်းသွားစေနိုင်ပါသည်။

၄၂ - **ဒဏ်ရာရခြင်း။** ။တစုံတရာ ထိခိုက် ရှန မိခြင်းကြောင့် အတွင်းကြေပြီးလျှင် ဒဏ်ရာရခြင်း ဖြစ်ခဲ့သော် နနွင်း နှင့် ထုံးကို ရောစပ်လိမ်းပေးရာ၏၊ နနွင်း နှင့် မိဿလင်ဥ ဆားအနည်းငယ် ထည့်၍ ကျပ်ထုပ် ထိုးပေးရာ၏။

၄၃ - **အကျိတ်နာ။** ။ပေါင်ခြံတွင် ဖြစ်စေ, ပါးစောင်တွင်ဖြစ်စေ, အခြားသော တနေရာရာတွင် ဖြစ်စေ အကျိတ်များ ဖြစ်ပေါ်လာလျှင် နနွင်း နှင့် ထုံးကို ရောစပ် လိမ်းပေးခြင်းဖြင့် များစွာ အကျိုးပြုပါသည်။

၄၄ - **သွေးထွက် လွန်ခြင်း။** ။တစုံတခု ထိခိုက် ရှန မိခြင်းကြောင့် သွေးများ မတိတ်ဘဲ အထွက် လွန်ခဲ့သော် နနွင်းမှုန့်ကို သိပ်ပေးရာ၏။

၄၅ - **ဆီးနောက်ရောဂါ။** ။ဆီးဆင်းသော အခါ၌ ဆံမှုန့်ညက်ရည်များ ကဲ့သို့ ဆင်းတတ်သော ပိဋ္ဌမေဟ (ဆံမှုန့်ညက် တူလာသလောနာ) ဆီးရောဂါများ ဖြစ်ခဲ့သော် နနွင်းနှစ်ပါးပြုတ်ရည်ကို နိုင်နိုင် သောက်ပေးပါ၊ (နနွင်း နှစ်ပါး ဟူသည် နနွင်းရိုးရိုး ဥနနွင်း နှင့် သစ်နနွင်း ဖြစ်သည်။)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

၄၆ · **ကျောက်တည်ရောဂါ။** ။နနွင်းမှုန့် ၆ · ပဲသား, သကြားနီခဲ ၁ · ကျပ် ၆ · ပဲသား– ဤဆေးနှစ်မျိုးကို ရောစပ်၍ ဆံပုန်းရည်နှင့် တနေ့ (၃) ကြိမ် သောက်ပေးရ၏။

၄၇ · **ဆီးရောဂါ။** ။နနွင်းမှုန့်, ဇီးဖြူသီး သတ္တုရည်, ပျားရည်– ထိုသုံးမျိုးရောစပ်ပြီး သောက်ခဲ့သော် ဆီးပူ, ဆီးအောင့်မှ စ၍ ဆီးရောဂါ အမျိုးမျိုးကို ပျောက်ကင်းစေနိုင်၏၊ နနွင်းမှုန့် ၃ · ပဲသားကို ပျားရည်နှင့် တေပြီး နေ့စဉ် နံနက် အခါ အိပ်ရာထ၍ သောက်ပြီးနောက် ရေဝအောင် သောက်ပေးပါ၊ ဤအတိုင်း နေ့စဉ် ၃ · ပဲသားခန့် သောက်ပေးခဲ့သော် ဆီးရောဂါ အမျိုးမျိုး ပျောက်ကင်းနိုင်၏။

၄၈ · **ဝါသင့်နာ။** ။၎င်းကို ဆေးကျမ်းတို့၌ ကမလာရောဂါ ဟု ခေါ်သည်၊ မျက်လုံး, လက်သည်း, အသားရောင်များ ဝါလာသော ရောဂါဖြစ်သည်၊ ထိုရောဂါအတွက် နနွင်းမှုန့် ၁ · ကျပ် ဂ · ပဲသား, ဒိန်ချဉ် ၇ · ကျပ် ၄ · ပဲသားတို့နှင့် ရောတေပြီးလျှင် နံနက် အိပ်ရာထတိုင်း ခပ်များများ သောက်ပေးရာ၏။

၄၉ · **တနည်း ဝါသင့်နာ။** ။နနွင်းပြုတ်ရည် ၁၅ · ကျပ်သား နှင့် နွားထောပတ် အစစ် ၅ · ကျပ်သားကို ထောပတ် ၅ · ကျပ်သား ကျန်သည်အထိ ချက်ပါ၊ ၎င်းဆေးထောပတ်သည် ဝါသင့်နာ အတွက် အမြစ်ပြတ် ပျောက်ကင်းစေနိုင်၏။

၅၀ · **တနည်း ဝါသင့်နာ။** ။နနွင်းမှုန့်, ဇီးဖြူ, ဖန်းခါး, သစ်ဆိမ့်သီး– ထိုလေးမျိုးပြုတ်ရည်နှင့် ကျွဲထောပတ်ကို အထက်က ဖော်ပြထားသည့်အတိုင်း ဆေးထောပတ် ပြုလုပ်၍ စားသောက်ရာ၏၊ (ကြာရှည် ဆက်လက် စားသွားနိုင်ရန် အလေးချိန်ကိုမူ တိုး၍ ထည့်ယူရာ၏။)

ဤသည်လျှင် နနွင်း၏ ဂုဏ်အင် စုံလင်များပြား တန်ခိုးကြီးမားသည့်အတိုင်း အာယုဗ္ဗေဒ ကျမ်းတတ် ဗိန္ဒောဆရာများ အဆက်ဆက်ဘို သုံးနှုန်းခဲ့ကြသည့် လက်တွေ့ အသုံးများကို စုံလင်စွာ နည်းယူတတ်၍ အသုံးပြုနိုင်ရန် ဖော်ပြခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

နနွင်းခါး

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် အိမ်သုံး စားနနွင်း ကဲ့သို ဖြစ်၏၊ အရွက် သေးငယ်၏၊ အာပင် နိမ့်၏၊ ဥသေးငယ်၏၊ သဏ္ဌာန် အနေ- အသွေး အရောင် အနေဖြင့် စီစစ် ကြည့်သော် ၃ · မျိုး ကွဲပြားနေသည်ကို တွေ့ရ၏၊ အသွေးအရောင် ဝါဖြော့ဖြော့ ရှိသော ဥကြီးမျိုး တမျိုး, အသွေးအရောင် ဝါရင့်သော ဥကြီးမျိုး တမျိုး, အသွေး ဝါရင့်သော ဥသေးမျိုး တမျိုး– ၃ · မျိုးခန့် ရှာဖွေ တွေ့ရှိရ၏၊ ထိုသုံးမျိုးအနက် ဥသေး အဝါရင့် အရောင်သည် ဆေးသုံးရာ၌ အကောင်းဆုံး ဖြစ်၏၊ ၎င်းသည် နနွင်းခါး ၃ · မျိုးတွင် အခါးဆုံး ဖြစ်၏၊ နနွင်းခါး စိုက်နည်း, နနွင်းတက်ယူနည်းတို့မှာ ဖော်ပြခဲ့သော နနွင်းရိုးရိုးကဲ့သို ပင် ဖြစ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ရသာယန အသက်ကို ရှည်စေ၏၊ သွေးတိုးသော ရောဂါ၊ သွေးပွားသောရောဂါများကို ဖျက်ဆီးနိုင်၏၊ လေငန်းရောဂါ၊ သွက္ခ၂၁ပါဒ ရောဂါတို့ကိုလည်း ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အဖျားရောဂါတို့ကိုလည်း နှိမ်နင်းနိုင်၏။

အသုံးပြုပုံ

သွေးတိုးရောဂါ၊ ထိမှုတဆင့် လေဖြတ်ခြင်း၊ ထိမှုတဆင့် ဆီးချုံခြင်း၊ အသားအေးခြင်း၊ ရုပ်လေးခြင်း၊ ဆီးလမ်း ကျဉ်း၍ ဆီးမဆင်းခြင်း ဖြစ်ခဲ့မူ နနွင်းခါး သက်သက်ကို ပင် အမှုန့်ပြု၍ ပျားရည် စစ်စစ်နှင့် တေပြီး တနေ့ (၃) ကြိမ် သုံးစွဲသွားပါမူ ကုလို့မရတော့သည့် (ဥပက္ခေယျ) ဆရာ လက်လွှတ်ထားသော မျှော်လင့်ချက် မရှိသည့် ရောဂါ ဝေဒနာများကို ပင် ပျောက်ကင်းပါသည်၊ ယှဉ်ဘက်ဆေးတို့နှင့် ဉာဏ်ရှိသလို သုံးတတ်ပါမူကား ဆိုဖွယ်ရာမရှိ အကျိုးပေးနိုင်သည်ကို တွေ့ရပါလိမ့်မည်။

ရသာယနဆေး။ ။၎င်းသည် အသက်ရှည်ဆေးကို ဆိုသည်၊ ကျဲရှယ်၊ တက်ရှယ် နှစ်မျိုးတွင် လေးဆယ်ကျော် (ကျန်းမာသောသူများ) မှ စ၍ ဆေးကို မှီဝဲရမည် ဟု ဆေးကျမ်းများတွင် ဆိုသည်၊ နနွင်းခါးမှုန့်ကို ပျားရည်နှင့် စပ်ပြီး နံနက် တကြိမ်၊ ဝမ်းချုပ်သူ ဖြစ်လျှင် ဆားနှင့် စပ်ပြီး ညတကြိမ်၊ ငြုတ်ကောင်း၊ ပိတ်ချင်း၊ ချင်း (တြိကဋုတ်) သုံးမျိုးနှင့် စပ်ပြီးလျှင် အစာ စားပြီးတိုင်း စားပေးပါ။

ရသာယန ဆေးနည်း။ ။ဆေးဒါန်း ၁၀ - ကျပ်သား၊ ကွမ်းရွက် သတ္တုရည် ၁၀ - ကျပ်သား၊ ဆား ၅ - ကျပ်သား၊ ဇာတိပ္ဖိုလ်သီးမှုန့် ၅ - ကျပ်သား၊ လေးညှင်း ၅ - ကျပ်သား၊ ပိတ်ချင်း ၅ - ကျပ်သား ၎င်းတို့ကို နွားနို့ ၂ - ပိဿာနှင့် နယ်၍ လင်ပန်းနှင့် ထည့်လှမ်းပြီးလျှင် ခပ်ထပ်ထပ် ခြောက်သောအခါ၌ ဇီးကင်းခန့် အလုံးငယ်များ ပြုလုပ်ပြီး ဖလ်ပုလင်းနှင့် သိုမှီးသိမ်းထားပါ၊ တနေ့ သုံးလုံး မျိုပေးလျှင် ဆံဖြူခြင်း၊ သွားကျိုးခြင်း၊ အရည်တွန့်ခြင်း၊ အသံတိမ်ခြင်း၊ ခွဲ့ထခြင်း၊ မောခြင်း၊ အပူ အအေး ဥတု နှစ်မျိုးလုံးကို မခံနိုင်ခြင်း၊ ဝမ်းပျက်တတ်ခြင်း၊ ဆီးလွန်ခြင်း၊ ဆီးဝမ်း နှစ်မျိုးလုံးကို မထိန်းနိုင်ခြင်း စသော အိုမှု ဒုက္ခဝေဒနာ အရပ်ရပ်တို့သည် ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်၊ ထိုအထက်ပါ ဝေဒနာအရပ်ရပ်တို့သည် လွန်ကဲ များပြားစွာ ဖြစ်နေသူ ဖြစ်ပါက တနေ့လျှင် (၂) ကြိမ် သုံးလုံးစီ စားနိုင်ပါသည်၊ အချို့ ၃ - နှစ် ၅ - နှစ် စသည်ဖြင့် ထိုဆေး တမျိုးတည်းကို ပင် စွဲစားနေကြသဖြင့် အကျိုး ကျေးဇူး အပြည့်အဝ ရှိကြောင်း စားသူတို့ကို မေးမြန်း သိရှိရပါသည်။

အဖျားရောဂါ။ ။၎င်းသည် နနွင်း ရိုးရိုးကဲ့သို့ ပင် အဖျားရောဂါတို့၌ အသုံးပြုနိုင်ပါသည်၊ အဖျားရောဂါ အတွက် နနွင်းရိုးရိုးကို တည့်ခြင်းထက် နနွင်းခါးကို ထည့်ရာ၌ ပိုမို အကျိုး ရှိနိုင်ပါသည်။

ဝမ်းအောင့် ရောဂါ။ ။နနွင်းခါးမှုန့်ကို ဆားမီးဖုတ်နှင့် စပ်၍ အစာ မစားမီ နာရီဝက်ခန့် ခြား၍ တကြိမ်၊ အစာ စားပြီးနောက် တကြိမ်၊ ညနေ ၃ - နာရီ တကြိမ် — ဤကဲ့သို့ စားပါလျှင် နာတာရှည်စွဲကပ်နေသော ဝမ်းအောင့် ရောဂါများ ပျောက်ကင်းနိုင်ပါသည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မှတ်ချက်။ ။အထက်ဖော်ပြခဲ့သော နနွင်းခါး သုံးနည်းများသည် အကျဉ်းချုပ်မျှသာ ဖော်ပြခြင်းဖြစ်သည်၊ ဆီးချို့, သွေးတိုး, လေဖြတ် ရောဂါတို့၌ အသုံးပြုသည့်အခါ သတိပြုရန် တချက်မှာ ဆီးချိုကို ပျောက်ကင်းစေနိုင်၏ ဟု ဆိုရာတွင် ချိုသော ဆီးကို မချိုအောင် တခဏချင်း စမ်းသပ်၍ အကျိုး သက်ရောက်သည်ကို တွေ့မြင်နိုင်မည် မဟုတ်ချေ၊ စမ်းသပ်၍ ခေတ်ခွဲ၍ မရနိုင်သော ဆေးတို့၏ စွမ်းရည် သတ္တိ တမျိုးသည် ရှိ၏၊ ၎င်းကို ဘေသဇ္ဇအစိန္တေယျ ဟု ခေါ်သည်၊ တဖြည်းဖြည်း လရှည် နှစ်ကြာ သုံးစွဲသွားပါလျှင် အကျိုး ရှိသည်ကို သာ တွေ့နိုင်ပါသည်၊ ဆေးပစ္စည်း ခွဲယူနည်း၌ (၃) ဆင့် ပါသည်၊ တဆင့်မှာ အရသာနှင့် စီစစ်နည်း, တဆင့်မှာ (ဝိပါက) ဆေး ကြေကျက်သွားပြီးနောက် အသွေးအသားထဲသို့ ဝင်ရောက်လာသော အခါ စီစစ်နည်း, တဆင့်မှာ (ပဘာဝ) ဆေးတို့၏ တန်ခိုးသတ္တိ ရှိသည့် အလိုက် သုံးစွဲဘူးသူတို့၏ မှာထားချက် အရ စီစစ်နည်း—ဤသို့ အချုပ်အားဖြင့် (၃) မျိုး ရှိရာတွင် နနွင်းခါး၏ မြစ်ချင်းပြီး အကျိုးပြုပုံသည် ရသ အနေဖြင့်၎င်း, ဝိပါက အနေဖြင့်၎င်း စီစစ်၍ သိနိုင်ကောင်းသော ဆေးပစ္စည်းမျိုး မဟုတ်ချေ၊ သဘာဝ စွမ်းရည်သတ္တိ တန်ခိုး အနေဖြင့် သာ သိရှိရသော ဆေးပစ္စည်းမျိုး ဖြစ်သည်ကို မှတ်ယူအပ်ပေသည်။

နနွင်းနွယ်

သက္ကတ वल्लहरिद्र।
ဟိန္ဒီ झाड़ की हल्दं।
လက်တင် Coscinium Fenestratum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ဝါ၏၊ ၎င်းနွယ်ကို ပင် ဆေးအသုံး ပြုရ၏၊ ပင်လုံး ၄ - လက်မခန့် ကြီး၏၊ အခေါက်သည် ခါး၏၊ အနံ့ မရှိပါ၊ ဤနနွင်းကို "ဒါရုဟလဒီ (သစ်နနွင်း)" ဟု လိမ်လည်၍ ရောင်းတတ်၏၊ သို့ရာတွင် ဤနနွင်းနွယ်သည် သစ်နနွင်းထက် အနည်းငယ် ပြော့၍ အဝါရောင်လည်း ပြော့၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။သစ်နနွင်းနှင့် အလုံးစုံ တူ၏၊ သို့ရာတွင် သစ်နနွင်းနှင့် စာလျှင် အကျိုးသွား နိမ့်ကျ၏။

နနွင်းပြာ (ဂမုန်းတိမ်ပြာ)

ဟိန္ဒီ काली हल्दी (ကာလီဟလဒီ)
လက်တင် Curcuma Caesia

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းနနွင်းမျိုးမှ အပင်တမျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်း၏ ဥသည် ကျားနနွင်းဥနှင့် သဏ္ဌာန် တူ၏၊ ၎င်းဥ၏ ခေါင်းတွင် အမွေးများ များစွာ ရှိ၏၊ ၎င်းတွင် ပရုပ်နံ့

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အနည်းငယ် ရ၏၊ ၎င်းအပွင့်သည် ဝါရောင် ရှိ၏၊ ၎င်း၏ အစေ့သည် လုံး၍ အရွက်လည်း နနွင်းရွက်နှင့် ပင် တူ၏၊ သို့သော် အရွက်၏ အလယ်တွင် အပြာရောင် အစင်းကြောင်း ရှိ၏၊ နံဘေးတွင်လည်း အချို့ ကြည်ပြာရောင် ရှိ၏၊ အပြာနုရောင် ရှိ၏၊ အရွက်ကြောပြင်ကား နီပြာရောင် ရှိ၏၊ ၎င်းကို မြန်မာတို့သည် ဂမုန်းတိမ်ပြာဥ ဟု ခေါ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်း၏ အသုံးမှာ ကျားနနွင်း ခေါ် တောနနွင်း၏ ဂုဏ်နှင့် အသုံးလို ပင် သုံးစွဲရ၏၊ အထူးသဖြင့် အချို့ ဆရာများသည် ကိုယ်သား ကိုယ်ရည် ပူနွေးစေသော ဆေးအဖြစ် အသုံးပြုကြကုန်၏၊ အချို့သူတို့သည် လည်ပင်းကို ချန်လှပ်၍ တကိုယ်လုံးသို့ လိမ်းဆေး အဖြစ် အသုံးပြုကြကုန်၏၊ ၎င်းအပြင် ဆရာကြီးများ၏ အလိုအားဖြင့် နနွင်းရိုးရိုးကို သုံးစွဲသလို သာမန်အားဖြင့် သုံးနိုင်သည် ဟု ဖော်ပြထား၏။

နနွင်း (တော)

သက္ကတ — आम्रहरिद्रा

ဟိန္ဒီ — आंबा हळदी (အာမ္ဗာဟလဒီ)

လက်တင် — Curcuma Aromatica

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။နနွင်းမျိုး ဖြစ်၏၊ များသောအားဖြင့် တော၌ သာ ပေါက်၏၊ အရွက် နုံးညံ့၏ မိုးမရွာမီ ရွက်သစ်များ ထွက်၏၊ အရွက်နှင့် အတူ အဖူးများလည်း ပါလာ၏၊ ရေလောင်း မြေစာကျွေးလျှင် လက်သီးဆုပ်ခန့် ဥများ ကြီး၏ ဥသည် လိမ္မော်ရောင် ရှိ၏၊ ၎င်း၏ အနံ့သည် နနွင်းထက် စူးရှ၏၊ ပရုပ်ကဲ့သို့ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခါး၏၊ နှုတ်မြိန်စေ၏၊ မီးလောင်ခြင်း သွေး လေ ရောဂါတို့ကို ပယ်ဖျောက်တတ်၏။

အသီးသီး အသုံးပြုပုံ

အနာမီးလျှံ, ယားယံခြင်း, ရောင်တင်းခြင်း စသည်တို့၌ လိမ်းပေးခဲ့သော် ပျောက်ကင်းကင်း၏၊ မြေ့ ကိုက်ခဲလျှင် ပန်းနု, ကြက်မောက် ဆူးပြန်တို့နှင့် ရော၍ လိမ်းကျံခဲ့သော် အကျိုးများ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

နန္ဒင်းရွှေ (ဆေးရွှေ)

သက္ကတ दारुहरिद्र

ဟိန္ဒီ दारुहलदी (ဒါရုဟလဒီ)

လက်တင် Berberis Aristata

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ဆေးရွှေပင်သည် ၂-မျိုး ၃-မျိုးမျှ ရှိ၏၊ ပဌမ အမျိုးမှာ အမြင့် ၁၀-ပေ ၁၂-ပေမျှ ရှိ၏၊ နွယ်ယောင်ယောင်ပင် ဖြစ်၏၊ အကိုင်းအခက်များ၏ အဆစ် များမှ ၃-၄-လက်မမျှ အကွာတွင် အရွက်ဘို့သည် ၄-၅-ရွက် စုပြုံ၍ ပေါက်၏၊ အရွက်သည် တလက်မခွဲမျှ ရှည်၏၊ ၎င်းရွက်ရင်းတွင် ဆူးကလေးများ ၃-ချောင်း ကပ်၍ ထွက်ပြီးလျှင် ထိုနေရာမှပင် ပွင့်တံထိုး၍ အပွင့်များ ပွင့်၍၊ ဝါရောင် ရှိ၏၊ အသီးမှာ သဗျက်သီးအငယ်စားမျှ ရှိ၏၊ အရသာ ချဉ်ချို၏၊ အရောင်မှာ နီရောင်သန်း၍ ညို၏၊ ၎င်းဆေးရွှေသီးကို "ခရိသုက" ဟု ခေါ်၏၊ သစ်သားမှာ နန္ဒင်းရောင် ရှိ၏၊ ထို့ကြောင့် 'ဒါရုဟရိဒြာ' 'ဒါရုဟလဒီ' ဟု ခေါ်ဆိုကြကုန်၏။

အာယုဗ္ဗေဒဆေးရွှေ နှင့် မြန်မာ့ဆေးရွှေ

၎င်းကို အထူးသတိပြုကုန်ရာ၏၊ ယခု မြန်မာတို့သုံးနေသော ဆေးရွှေသည် ရှေးနိဿဏ္ဍု ကျယ်ကြီး ဆေးကျမ်းကြီးမှ လာသော ဆေးရွှေ မဟုတ်၊ သဏ္ဍာန် အရသာ အကျိုးသွားခြင်း တခြားစီ ဖြစ်သည်ကိုလည်း သတိပြုပါလေ၊ ရှေးဟောင်း ဆေးကျမ်းကြီးများ ညွှန်ကြားထားသော ဒရုဟဒိန ရွှေဆေးကို ကျွန်ုပ်တို့သည် မ-နမနား ကြိုးပမ်း၍ မြန်မာပြည်တွင် အနှံ့အပြား ရှာဖွေနေဆဲ ဖြစ်ပါသည်၊ မတွေ့ရှိသေးပါ၊ သို့သော် အိန္ဒိယမှ ရောက်ရှိလာသော ဆေးရွှေအစစ်ကို သိရှိလိုပါက ကျွန်ုပ်တို့ အာယုဗ္ဗေဒ ဆေးသိပ္ပံကျောင်းကြီးရှိ ဆေးပြတိုက်ကြီးတွင် မည်သူမဆို လာရောက် ကြည့်ရှုနိုင်ပါကြောင်း။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။နန္ဒင်းရွှေသည် ခါး၏၊ စပ်၏၊ ပူ၏၊ အနာဒပေါက်, တုလာသရောနာ, ရေယုန်ကြီးနာ, အရေဖျားရောဂါ, အဆိပ်သင့်နာ, နားနာ, မျက်စိရောဂါ, ခံတွင်း၌ဖြစ်သောရောဂါ, သားအိမ်၌ဖြစ်သော ရောဂါ နှင့် အချို့ ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

အဖျားရောဂါ။ ။ဆေးရွှေ ၁၁-ကျပ် ၄-ပဲသား, ရေ ၆၄-ကျပ်သားကို ရေ ၃၂-ကျပ်သား ကျန်အောင် ကျိုချက်၍ စစ်ယူထားပါ၊ ၎င်းပြုတ်ရည် ၂-ကျပ်သားမှ ၃-ကျပ်သားအထိ သောက်မူ အဖျားရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ကိုယ်ရေဝါရောဂါ။ ။ဆေးရွှေ အစို အခေါက်၏ သတ္တုရည်ကို ပျားရည်နှင့် ရော၍ နေ့စဉ် မှန်မှန် သောက်ပါက ကိုယ်ရေဝါရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အဆစ်ရောင်ရောဂါ။ ။ဆေးရွှေ အကိုင်းများကို ကျိုချက်၍ သောက်မူ ချွေးများထွက်ခါ ခဲတ်လည်း သက်ပြီးလျှင် အဆစ်ရောင်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

လေနာ လေအောင့် ရောဂါ။ ။၎င်းအမြစ်၏ အခေါက်ကို ကြံသကာနှင့် ကျို၍ တခွက် ၁ - ကျပ် ဂ - ပဲသားမျှ သောက်က ဝမ်းတွင်း၌ ဖြစ်သော လေနာ လေထိုးရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဝမ်းတန့်ဆေး။ ။ဆေးရွှေမြစ်၏ အခေါက် နှင့် သဘော်ချင်းချောက်ကို အတူ ရော၍ အမှုန့်ပြုပြီးလျှင် တနေ့ ၂ - ကြိမ် ၃ ကြိမ် သောက်ပါက ဝမ်းသွားရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

သွားနာ သွားကိုက်။ ။ဆေးရွှေ၏ အသီးကို ကျကျပြုတ်၍ နှုတ်ငုံခြင်း ပြုပါက သွား၏ နာခြင်း, ကိုက်ခြင်း နှင့် သွားဖုံးနာ ရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

လိင်ဥ ရောင်ခြင်း။ ။ဆေးရွှေမြစ်ပြုတ်ရေ နှင့် နွားကျင်ငယ်ကို အတူရော၍ တခွက် စာ ၂ - ကျပ်သားမျှ နေ့စဉ်သောက်ပါက လိင်ဥ ရောင်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

မျက်ရည်ပူ ကျသော ရောဂါ။ ။ဆေးရွှေ, သစ်ဆိမ့်သီး, ဇီးဖြူသီး, ဖန်ခါးသီး, နွားမြေရင်း ၎င်းတို့ကို ထက်ဝက်ခြမ်း ပြုတ်၍ ၎င်းအရေဘွင် ပျားရည် လူနို့ သင့်တော်ရုံ ရောစပ်၍ မျက်စဉ်းခပ်မူ သွေးကြောင့်, သည်းခြေကြောင့်, လေကြောင့်ဖြစ်သော မျက်ရည်ပူ ယိုစီးသော ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

အတိသာရ ဝမ်းရောဂါ။ ။ဆေးရွှေ, လင်းလေ, လက်ထုပ်စေ့, သဘော် ချင်းခြောက်– ၎င်းတို့ကို ဆတူစု၍ အမှုန့်ပြုပါ၊ ၎င်းဆေးမှုန့်ကို သလဲသီး သတ္တုရည် သို့မဟုတ် သလဲသီးပြုတ်ရည်နှင့် သောက်ပါက လေကြောင့်, သည်းခြေကြောင့် ဖြစ်သော အတိသာရ ဝမ်းပျက်နာ ပျောက်ကင်း၏။

နနွင်းခဲ (နဂါးချေး)

နဂါးချေး ဟု ခေါ်သော နနွင်းခဲ ပြုလုပ်၍ သုံးသည့် ဆေးပစ္စည်းတမျိုး ရှိ၏၊ ၎င်းသည် သစ်နနွင်းကို ငါးပုံ တပုံကြွင်း ပြုတ်၍ ၎င်းပြုတ်ရည်ကို ဆိတ်နို့ စစ်စစ်နှင့် ရောသျက် တဖြည်းဖြည်း ခဲအောင် ချက်ထားသော ဆေးပစ္စည်းကို ဆိုသည်၊ ၎င်းကို ရှေးက နဂါးချေး ဟု ခေါ်ကြသည်၊ ဖော်ပြပါအတိုင်း သန့်ရှင်းစွာ ဆေးပစ္စည်းကို ယူပြီးနောက် စီမံ ချက်ယူလျှင် သင့်ပေသည်၊ အချို့ သူတို့သည် ထိုသို့ ချက်လုပ်ရာ၌ အချိန်လေးရန် သဲများ ရောစပ်၍ ပြုလုပ်တတ်ကြပေသည်၊ ထိုကဲ့သို့ မသန့်ရှင်းသော နဂါးချေးမျိုး ဖြစ်ပါက စင်ကြယ် သန့်ရှင်းအောင် ပြုလုပ်ပြီးမှ မိမိလိုသလို အသုံးပြုသင့်သည်၊ သန့်ရှင်းအောင် ပြုလုပ်ပုံမှာ ရေနွေးပူပူတွင် ထိုနဂါးချေးမှုန့်ကို ဖျော်၍ မွှေပြီးနောက် အဝတ်နှင့် စစ်ယူပါ၊ ကျဆင်းသွားသော အနှစ်ရည်ကို ခြောက်အောင် နေလှမ်းပြီး အသုံးပြုပါလျှင် စင်ကြယ်သော နဂါးချေးကို ရရှိပါလိမ့်မည်။

မှတ်ချက်။ ။နနွင်းခဲ ခေါ် နဂါးချေးကို ဟောသော ဆေးစကားသည် 'ရသဥ္စန' ဖြစ်၏၊ ရှေးက ထိုရသဥ္စန ဟူသော ဆေးဘက် ပစ္စည်းပုဒ်ကို 'နဂါးချေး' ဟု ပြန်ဆိုကြသည်၊

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)

သုဿုတသံဟိတာကျမ်း သုတ္တဋ္ဌာနအခဏ်း (၃၈) ၌ အဥ္စနာဒိဂိုဏ်းတွင် ပါရှိသည်မှာ "ရသဥ္ဇန် ဒါရှဟရိဒ္ဒ ကျွာထေနကိတ္တိမံ" အဓိပ္ပါယ်မှာ သစ်နနွင်း မရလျှင် နနွင်းနွယ် ပြုတ်ရည်ဖြင့် အတုပြုလုပ်ထားသော ပစ္စည်း ဖြစ်သည်၊ ဆိုလိုသည်မှာ ရသဥ္ဇနကို တိုက်ရိုက် ရသာခန်း ဟု ပြန်ဆိုကြသည်၊ နဂါးချေးဟုလည်း ပြန်ဆိုကြသည်၊ ၎င်းသည် ၂-မျိုး ရှိ၏၊ ခတ်နဂါးချေး နှင့် ဆေးနဂါးချေး ဖြစ်သည်၊ ပြဒါးမှိုင်း စသည် ပါသော နဂါးချေး နှင့် ဖော်ပြခဲ့သော နနွင်းခဲ ဆေးနဂါးချေး ၂-မျိုး ရှိရာတွင် ဤ၌ ယူထားသော နဂါးချေးသည် ဆေးနဂါးချေး ဖြစ်သည် ဟု မှတ်ယူပါလေ။

နနွင်းခဲ၏ ဂုဏ်သတ္တိ။ ။နနွင်းခဲသည် ခါး၏၊ ပူ၏၊ သလိပ်ကို နိုင်၏၊ လေ, သည်းခြေ, သလိပ်ဒေါသ (၃) ပါးတို့ကို ပယ်ဖျက်နိုင်၏၊ မျက်စိနှင့် သင့်၏၊ အဆိပ်ကို ပယ်နိုင်၏၊ အညစ်အကြေးများကို ထုတ်ပယ်တတ်၏၊ အနာပေါက် ရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရ၏၊ အသက်ကို ရှည်စေတတ်၏။

ကြက်မျက်သင့်ရောဂါ။ ။ညအခါတွင် မမြင်သော ရောဂါကို ဆိုသည်၊ နဂါးချေး, သစ်နနွင်း, နနွင်းရိုးရိုး, မြလေးရွက်, တမာရွက်အစိမ်း– ထိုငါးမျိုးတို့ကို နွားချေးရည်နှင့် စိမ်ပြီးနောက် ထိုအရည်ကြည်ကို စစ်ယူပြီးလျှင် မျက်စဉ်း ခပ်ပေးပါက ကြက်မျက်သင့် ရောဂါ ပျောက်ကင်းနိုင်ပါ၏။

မျက်စိယားခြင်း။ ။နဂါးချေးကို တြိကဋုက်သုံးပါး (ငြုပ်, ပိတ်ချင်း, ချင်း) ဆတူ အမှုန့်ပြု၍ ဥပမာ ဆေး ၄-မျိုးကို တမျိုးလျှင် ၁-ကျပ်သားစီ အမှုန့် ပြုလုပ်ပြီးနောက် ရေနှင့် ဖျော်ပြီးလျှင် မျက်စဉ်းတောင့်များ ပြုလုပ်ထားပါ၊ ၎င်းကို ရေအေးနှင့် သွေးပြီး မျက်စိတွင် လိမ်းပေးခြင်း ကွင်းခြင်း ပြုလုပ်ပါက မျက်စိ ယားယံခြင်း တခဏချင်း ပျောက်ကင်းပါ၏။

အဖျားရောဂါ။ ။နဂါးချေးကို ၃-ပဲသားခန့် တနေ့လျှင် ၃-ကြိမ် သောက်ခဲ့သော် အဖျားရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

ကိုက်ခဲ နာကျင်ခြင်း။ ။တကိုယ်လုံး၌ ဖြစ်စေ, တနေရာရာ၌ ဖြစ်စေ နာကျင်ကိုက်ခဲ ဖြစ်ခဲ့သော် နဂါးချေးကို လိမ်းကျံ ပေးရာ၏။

ကျပ်တီးနာ။ ။နဂါးချေးကို ဆီနှင့် ဖျော်၍ ပရုပ်မှုန့် အနည်းငယ် ရောပြီးလျှင် လည်ပင်းတလျှောက် ပေါက်တတ်သော ကျပ်တီးနာများ ပျောက်ကင်း၏။

အနာပေါက်။ ။နဂါးချေးကို လိမ်းပေးခြင်း ထည့်ပေးခြင်းဖြင့် တခဏချင်း ပျောက်ကင်းနိုင်ပါသည်။

မျက်ရည်ယို။ ။နှင်းဆီပေါင်းရည် ၃-ကျပ်သား, ဘိန်း ၁-ပဲသား, ပရုပ် ၁-ပဲ, ဒုဋ္ဌာ ၄-ရတီ, နဂါးချေး ၆-ပဲသားတို့ကို ရောပြီး အဝတ်ထူထူနှင့် အရည်သက်သက်ကို စစ်ယူပါ၊ အလွန် ကောင်းသော မျက်စဉ်းရည် ဖြစ်ပါသည်၊ မျက်စိ ရောဂါ အမျိုးမျိုးနှင့် သင့်ပါသည်။

မြင်းသရိုက်။ ။နဂါးချေး, တမာစေ့အဆံ ငါးရဘီစိ ယှဉ်၍ နှမ်းဆီ စစ်စစ်နှင့် ရောပြီးလျှင် လိမ်းကျံပေးပါက များစွာ အကျိုးပြုပါ၏။

တနည်း - မြင်းသရိုက်ဆေး။ ။တမာစေ့ဆံကို ဆီနှင့် နယ်ပါ၊ အလားတူ နဂါးချေးကိုထည့်၊ ဒုဋ္ဌာသင့်ရုံ အနည်းငယ် ထည့်၍ ဖယောင်းချက် ပြုလုပ်ပါ၊ ဤဆေးဖယောင်းချက်ကို မြင်းသရိုက် လိပ်ခေါင်း၌ လိမ်းပေးခဲ့သော် ခြောက်သွေ့ ကြွေကျ သွားပါလိမ့်မည်။

ပါးစပ်လျှာကွဲ။ ။နဂါးချေးကို ရေနှင့် ဖျော်၍ ပျားရည် အနည်းငယ်ပါ ရောစပ်ပြီးလျှင် ငုံပေးခြင်း, လိမ်းပေးခြင်း ပြုလုပ်ပါက လျှာကွဲ ပါးစပ်နာများ လျင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

နာကျင် ကိုက်ခဲခြင်း ဟူသမျှ။ ။ဝစ္စဂ်တွင် ဖြစ်စေ, ယောနိ လိင် စသော လျှို့ဝှက် အပ်ရာ နေရာတို့၌ ဖြစ်စေ, ထိုးခြင်း, အောင့်ခြင်း, ကိုက်ခဲခြင်း ဖြစ်ပါလျှင် ထိုနဂါးချေးကို ထည့်ပေးခြင်း, လိမ်းပေးခြင်းဖြင့် ပျောက်ကင်းသွားပါလိမ့်မည်။

နဘူးနွယ်

သက္ကတ भद्रवल्ली

ဟိန္ဒီ हापरमली (ဟာပ,ရ်မလီ)

လက်တင် Echites Dichotoma

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ရေချို မြစ်ကမ်းခြေတို့၌ များစွာ ပေါက်၏၊ အင်းအိုင် ချင်တို့၌လည်း ပေါက်ရောက် တတ်၏၊ ချုံနွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ တောင်း ပလုံး ပြုလုပ်ရာ၌ ကြိမ်အစား ၎င်းကို သုံး၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ကြွေကြရသော နူနာရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရ၏၊ ထို့ပြင် အရေပြားရောဂါ အမျိုးမျိုး၌ အသုံး ပြုရ၏၊

နဘဲပင်

သက္ကတ जिगिनी

ဟိန္ဒီ जिगन (ဂျိဂ်,န်)

လက်တင် Odina Wodier

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပူသော အဲရပ်ဒေသများတွင် များစွာ ပေါက်၏၊ အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ရွှေးရွက်များ ထွက်သကဲ့သို့ ၄ - ၅ - ၃ စုံထွက်၏၊ အပွင့်သည် ပွင့်တံ

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ထိုး၍ ပွင့်၏၊ နီရောင်သန်း၍ ဝါရောင် ရှိ၏၊ မိုးရာသီတွင် ၎င်းအပင်သည် အဖြူရောင်, အဝါရောင် ရှိသော အစေးများ ပင်စည်မှ ထွက်၏၊ ၎င်းအစေးများသည် ထက်ဝက် ရေထဲတွင် ပါသွား၍ ထက်ဝက်မျှ သာ ကျန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။နဘဲသည် ချို၏၊ ပူ၏၊ ဖန်၏၊ ယောနိ များကို သန့်ရှင်းအောင် သုတ်သင်တတ်၏၊ စပ်ဖျင်းဖျင်း ရှိ၏၊ နှလုံးရောဂါ, လေရောဂါ, အတိသာရ ရောဂါများကို ကင်းဝေးစေ၏၊ ၎င်း၏ အစေးသည် ချုပ်၏၊ အခေါက်လည်း ချုပ်တတ်၏၊ ဝဖြိုးစေ၏၊ အနာများကို အသားနု တက်စေ၏၊ ဝမ်းသွားသူများကို ၎င်းအစေး တိုက်ပေးရ၏၊ အရိုးကျိုးသူ အရိုးနာသူများကို ၎င်းအစေးကို အုန်းနို့နှင့် ကြိတ်၍ လူးပေးရ၏၊ ၎င်းအခေါက် ပြုတ်ရည်ကို နာတာရှည် ဝမ်းပျက်ရောဂါနှင့် ကိုယ်သက်အင်္ဂါ လျော့ပါးနေသူများကို တိုက်ကျွေးရ၏၊ ၎င်းအခေါက်ရည်ကို နှုတ်ငုံခြင်း ပြုပါက လည်ချောင်းနာ ရောဂါ, သွားနာ သွားကိုက်, သွားဖုံး ရောင်ရမ်းခြင်း, သွေးများ ပြည်များ ကျခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်း၏၊ ၎င်းအခေါက်ပြုတ်ရည်ကို နှမ်းဆီနှင့် ချက်၍ ရေခန်းပြီး ဆီကျန်လျှင် စစ်ယူ၍ ၎င်းဆီကို အနာပျက် နှင့် မကျက်နိုင်သော အနာများကို သုတ်သင် လိမ်းပေးပါက မြန်စွာ အသားနု တက်လာလိမ့်မည်၊ အရွက်ကို ပူအောင် ပြုတ်၍ ရောင်တင်းသော နေရာများကို လိမ်းပေးရ၏၊ အရွက်ပြုတ်ရည်ကို သောက်မူ မိန်းမများ၏ နှလုံးတုန်သော ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ ၎င်းအရွက်၏ သတ္တုရည်ကို ၇ - ကျပ် ၈ - ပဲသား၌ မန်ကျည်းသီး ၃ - ကျပ် ၁၂ - ပဲသားကို ရောနယ်၍ သောက်ပါက အန်လိမ့်မည်၊ ထိုသို့ အန်သော အခါ ဘိန်းမူးခြင်း နှင့် အခြား တစုံတရာတို့ကြောင့် မူးရစ်ခြင်း ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်း၏၊ အသားနု မတက်နိုင်သော အနာဟောင်းများကို ၎င်းအခေါက် နှင့် တမာဆီကို ကြိတ်၍ လိမ်းပေးမူ အသားနု မြန်စွာ တက်၏။

နမကီသံလျက်

သက္ကတ गोविंदी

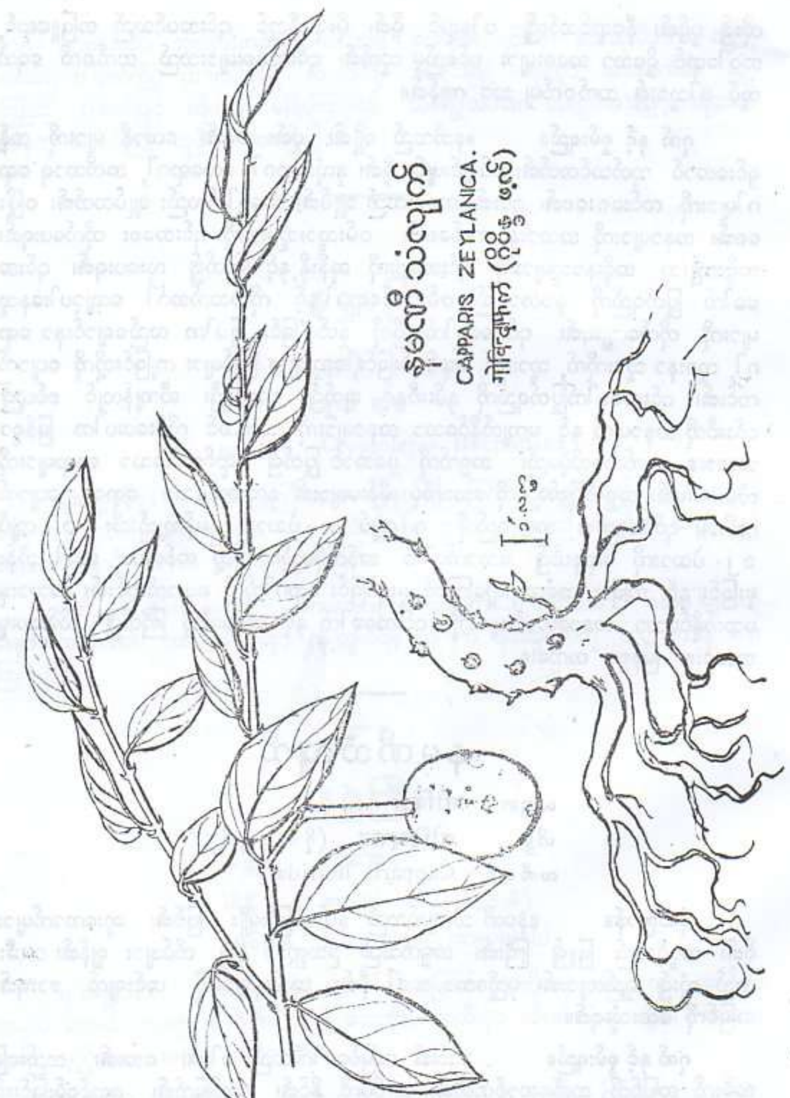
ဟိန္ဒီ गोविन्दफल (ဂိ ၆၃၁၀,လ်)

လက်တင် Capparis horrida

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နမကီ သံလျက်သည် နွယ်ပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ ဆူးကောက်များ ရှိ၏၊ အပွင့်သည် ဖြူ၍ ကြီး၏၊ အရွက်သည် ဥသဏ္ဌာန် ရှိ၍ ထိပ်ဖျား ချွန်၏၊ အသီးသည် လုံး၍ ရှည်လျား၏၊ မှည့်သော အခါ နီ၏၊ အသီးနုများကို ဟင်းချက် စားရ၏၊ အမြစ်ကို ဆေးသုံးရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်း၏ အမြစ်ခေါက်သည် ခါး၏၊ အေး၏၊ သည်းခြေ အခိုးကို အပြင်သို့ ထုတ်ဆောင်တတ်၏၊ သလိပ်ကို နိုင်၏၊ ထက်မြက်၏၊ ရောင်ရမ်းခြင်းကို ကင်းဝေးအောင် ပြုတတ်၏၊ အသီးသည် သလိပ် နှင့် ရေကို နိုင်၏၊ အမြစ်၏ အခေါက်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

သည် အေးခြင်းကို ပြုတတ်၏၊ ဝမ်းမီး တောက်၏၊ ချွေး ငုတ်စေ၏၊ မိန်းမများ မီးတွင်းဖျား၌ ၎င်းမြစ်ခေါက် ပြုတ်ရည်ကို တိုက်ခဲ့သော် ပျောက်ကင်း၏၊ အပူ အားကြီးသော အခါ၌ မျက်နှာပြင်တွင် အဖုအပိန့်များ ပေါက်ခြင်းကို ၎င်းအမြစ်ကို ရေအေးနှင့် သွေး၍ လိမ်းပေးရာ၏၊ အနာမြုံများ, မြင်းသရိုက် ရောဂါများကို အောက်၌ ပါသော ဆီဖြင့် ဂွမ်းကို ဆွတ်၍ စီးအုပ်ပေးပါက အထက်ပါ အနာများ အသားနု တက်၍ လာပါလိမ့်မည်။

ဆီချက်နည်း။ ။၎င်းအမြစ်ကို ရေနှင့် သွေးပြီး ရေဘဆယ်သား, နှမ်းဆီ လေးဆယ့်ငါးကျပ်သား ထည့်၍ ရေခန်းအောင် ချက်ပါ၊ ၎င်းအရွက်ကို ကြိတ်၍ ပြည်တုလာသရောနာ, အဖုအပိန့်များ ပေါက်ခြင်း, ရောင်ရမ်းခြင်း, မီးလောင်ခြင်း စသော အနာများကို လိမ်းပါက ပျောက်ကင်း၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အပူနှင့် ယှဉ်သော ယားယံခြင်း, ၎င်းအရွက်ကို ရေအေးနှင့် ကြိတ်၍ လိမ်းကျံပေးခဲ့သော် ပူလောင်ခြင်းနှင့် ယှဉ်သော ယားယံခြင်း ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ပြည်တုလာသရောနာ နှင့် ရောင်ရမ်းခြင်း။ ။ပြည်တုလာသရော ဖြစ်၍ ရောင်ရမ်းခဲ့သော် ၎င်းအရွက်ကို ကြိတ်၍ အုံပေးခဲ့လျှင် ၎င်းရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ကာလဝမ်းရောဂါ။ ။၎င်းအခေါက်၏ အမှုန့်ကို ဆန်ပုန်းရည်နှင့် စိမ်၍ တိုက်ခဲ့သော် (သို့မဟုတ်) ညစိမ် မနက်သောက် မနက်စိမ် ညသောက် ပြုခဲ့သော် ကာလဝမ်းရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်၊ (အရေးကြီးပါက စိမ်၍ မကြာမီ သောက်နိုင်၏။)

လိင်နိမိတ်ရောဂါ။ ။၎င်းအရွက်ကို လေးခွက် တခွက်တင် ပြုတ်၍ သောက်ခဲ့သော် လိင်နိမိတ်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

နရပသီ

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။အရိုးသည် ပိန်းရိုးနှင့် တူ၏၊ အရွက်သည် ပိန်းရွက်မျိုး ဖြစ်သော်လည်း ပုံသဏ္ဍာန်မှာ ကြာရွက်နှင့် တူ၏၊ အစုလိုက် အပြုံလိုက် ပေါက်၍ အမြဲ စိမ်းလမ်းနေ၏၊ မျက်စေ့ အေး၏၊ ထို့ကြောင့် အလှအပ အနေဖြင့်လည်း စိုက်ပျိုးကြ၏၊ မြန်မာတို့သည် ဂမုန်းမျိုးတွင် ထည့်ထား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဥကို များသောအားဖြင့် ဆေးဘက်တွင် အသုံးပြု၏၊ ဥသည် အဆိပ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အဆိပ်ကို အဆိပ်မှ ပင် နိုင်သောကြောင့် အဆိပ်သင့်သော

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ရောဂါ သွေးအဆိပ် အကျိတ်အခဲတို့၌ လိမ်းကျံ ပေးရ၏၊ ၎င်းကို စားသုံးမိပါက လျှာ, နှုတ်ခမ်း, ပါးစပ်တို့၌ ယားယံခြင်း, အပူအပိန့် ထခြင်းဖြင့် လွန်စွာ အနေခက်၏၊ ထို့ကြောင့် ပါးစပ်ဖြင့် ကိုက်၍ မမြိုးကြည့်ရန် သတိပြုအပ်၏၊ အချုပ်အားဖြင့် ဆိုသော် လေနာ, သလိပ်တို့၌ လွန်စွာ အကျိုးပြု၏။

နရှာကြီး

ကုမာအုံ दूधी (दुधि)

ဟိန္ဒီ दूधी बेल

လက်တင် Cryptolepis Buchanani

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အလွန်ကြီးသော ချုံနွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ၃ - လက်မခွဲခန့်မှ ၁၁ - လက်မခန့်ထိ ရှည်၏၊ ၁ - လက်မခွဲခန့်မှ ၃ - လက်မခန့်ထိ ကျယ်၏၊ အပွင့်သည် စိမ်းရောင်သန်း၍ ဝါ၏၊ ဟင်းချက်စားကြ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ကလေးများ ခြောက်သွေ့တတ်သော ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ကလေးမိခင်များ နို့ထွက်ရန် အတွက် ၎င်းအရွက်ကို ဟင်းချက်၍ စားကြကုန်၏။

နရွဲကြီး

သက္ကတ विकंकत

ဟိန္ဒီ कंटाई (कंठारी)

လက်တင် Flacourtia rawontchi

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်လတ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အကိုင်းအခက်များတွင် ဆူး ရှိ၏၊ အရွက် သေး၏၊ ဥသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အပွင့် သေး၏၊ အသီးမှာ ဆီးသီးလုံးမျှ ရှိ၏၊ အသား ချွဲ၏၊ မှည့်သော အခါ နက်သွား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရှည်။ ။၎င်းအသီးမှည့်သည် ချို၏၊ ပူ၏၊ ဝမ်းမီး တောက်၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ ဝိပါကမှာ ချို၏၊ ဒေါသ သုံးပါးကို နိုင်၏၊ သရက်ရွက် ကြီးခြင်း

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

စသော ရောဂါ၌ အချို့ ဆရာများသည် အထူးသဖြင့် သုံးစွဲကြ၏၊ ၎င်းပြင် အချို့ သူတို့သည် သားဖွားပြီးနောက် မီးတွင်းရှိ နှဲ့ အစေ့ နှင့် နနွင်း အတူ စပ်၍ ကြိတ်ပြီးလျှင် ခေါင်း၌ ပွတ်လိမ်းပေး၏၊ ထိုသို့ လိမ်းပေးခြင်းကြောင့် ခေါင်း၌ အအေးပတ်ခြင်း, နှာစီးခြင်း, အဆစ်အဆက် ရောင်ရမ်းခြင်းများ ပျောက်ကင်း၏။

ဝမ်းရောဂါ၌ ၎င်း၏ အစေးကို အခြား ဆေးများနှင့် ရော၍ တိုက်ကျွေးရ၏၊ ၎င်းပြင် မျက်စိရောဂါ, ကိုယ်ရေဝါရောဂါ, အနာပေါက်, ကိုယ်သား ကိုယ်ရေ ပူလောင်ခြင်း, မြင်းသရိုက် ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

—

နာနတ်

သက္ကတ अनन्नास

ဟိန္ဒီ अनन्नास (အနန္နာ,သ်)

အင်္ဂလိပ် Pine Apple

လက်တင် Ananes Sativia

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။လူသိများ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။နာနတ်သီးသည် နှုတ်ကို မြိန်စေ၏၊ နှလုံးကို အကျိုးပြု၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ သလိပ် နှင့် သည်းခြေကို ပွားစေ၏၊ မူးဝေခြင်းကို ပျောက်စေ၏၊ အသီးမှည့်သည် ခံတွင်းကို ကောင်းစေ၏၊ သည်းခြေကို ပြုတတ်၏၊ ရသာဓာတ် ဖောက်ပြန်ခြင်းကို ကောင်းအောင် ပြုပြင်တတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ပိုးရောဂါ။ ။၎င်းအသီးမှည့်၏ သတ္တုရည်ကို သကြားနှင့် ရော၍ သောက်ပါက ပိုးများ ဖောက်ပြန်ခြင်းကို ငြိမ်သက်စေ၏၊ ဝမ်းကိုလည်း သက်စေ၏။

တနည်း ပိုးနိုင်ဆေး။ ။၎င်းအရွက်၏ သတ္တုရည်ကို သောက်ပါက ပိုးကြွခြင်းမှ ငြိမ်သက်စေ၏။

နောက်တနည်း ပိုးနိုင်ဆေး။ ။၎င်းအရွက်၏ သတ္တုရည်ကို အနည်းငယ်မျှ သောက်ခဲ့သော် ဝမ်းတွင်းရှိ ပိုးများ ပျက်စီးကုန်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)

ကြို့ထိုးရောဂါ။ ။ဎင်းအရွက်၏ သတ္တုရည်ကို သကြားနှင့် သောက်ပါက ကြို့ထိုးရောဂါ ပျောက်၏။

ဝမ်းတွင်း၌ လေပူထခြင်း။ ။ဎင်းအသီးမှည့်၏ သတ္တုရည်ကို သကြားနှင့် ရော၍ သောက်ခဲ့သော် ပူလောင်ခြင်းမှ ငြိမ်းအေးစေ၏။

ဆီးရှင်အေး။ ။ဎင်းအသီး၏ သတ္တုရည်ကို သကြား ရော၍ သောက်ခဲ့သော် ဆီးများ ရှင်၍ စိတ်၏ ကြည်လင်ခြင်းကိုလည်း ဖြစ်စေ၏။

မီးရပ်ရောဂါ။ ။ဎင်းအရွက်၏ သတ္တုရည်ကို သောက်ခဲ့သော် အချိန်မရောက်မီ မီးရပ်ချုပ်ခြင်းမှ ပျောက်ကင်း၍ မီးရပ်သွေးများ မှန်လာပါလိမ့်မည်။

အစာမကြေရောဂါ။ ။နာနတ်သီးမှည့် အခွံခွာ၍ ငြုပ်ကောင်းမှုန့် နှင့် သိန္ဓောအနည်းငယ် ဖြူး၍ စားပါက အစာမကြေ ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဆီးလွန်ရောဂါ။ ။နာနတ်သီးမှည့်ကို အတုံးသေးသေး ပြု၍ ဎင်းတွင် ငြုပ်ကောင်းမှုန့် နှင့် သကြား အနည်းငယ် ရော၍ စားပါက ဆီးလွန်ခြင်းမှ ပျောက်ကင်း၏။

နာနတ်ကြီး (အမေရိကန်)

သက္ကတ कंटाला

ဟိန္ဒီ कंटाला (ကံဍာလာ)

လက်တင် Agave Americana

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ဤအပင်သည် အမေရိကာ၌ စတင် ဖြစ်ပွား၏၊ အရွက် အလွန် ထူ၏၊ အပေါ်မှာ အဝါရောင် ရှိ၏၊ ဆူးလည်း ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်သည် ဆီးကို ရှင်စေ၏၊ ချွေးကို ထွက်စေ၏၊ ကာလသား ရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ဓာတ်တို့ကို ပြောင်းလဲစေတတ်၏၊ ကျပ်တီးနာ, ထိပ်ကပ်နာတို့၌ အထူးသဖြင့် အသုံးပြု၏၊ ဝမ်းသက်၏၊ ဥတုသွေးတို့ မှန်ကန်စေ၏၊ လတ်ဆတ်သော အနာများ၌ အရွက်ဖြင့် ပတ်တီး စီးခြင်း, အရည်ကို လိမ်းကျံခြင်း ပြုရ၏၊ အရွက်တို့ကို ပူအောင်ပြု၍ ကြိတ်ပြီးလျှင် အဆစ်အဆက်တို့ ရောင်တင်းခြင်း၌ အသုံးပြု၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုပုံ

နာနတ်ပင်မှ ရသော အစေးကို သွားကိုက်ရာ၌ ထည့်ခဲ့သော် ပျောက်ကင်း၏။

အရွက်ကို ပူအောင်ပြု၍ ကြိတ်ပြီးလျှင် အဆစ်ရောင် ရောဂါ၌ လိမ်းပေး အသုံးပြုရ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အမြစ်ကို သွေး၍ သောက်ခဲ့သော် ဆီးကို များစေ၏၊ ဝမ်းတွင်းရှိ ပိုးများ သေ၏၊ ဥတုသွေးကို မှန်စေ၏၊ ယားယံခြင်းကို လိမ်းပေးရ၏။

နာနတ်ကြီး (သဘော်)

မရုဋ္ဌ ဓာဣိယာ

လက်တင် Agave vera-cruz

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။သဘော်၁ နာနတ်သည် ဆူးနည်း၏၊ အရွက်တွင် ဆူးမရှိ၊ အစိမ်းရင့်ရောင် ဖြစ်၍ နူးညံ့၏၊ ကြီးပြား ပုံသဏ္ဌာန် ဖြစ်၍ ထိပ်ချွန်၏၊ မော်လမြိုင်တလျှောက်၌ ၎င်းကို ပလောပိန် နာနတ် ဟု ခေါ်ကြ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အပင်ကို ဝမ်းနုတ်ဆေး အဖြစ်ဖြင့် အသုံးပြုရသည်။

နာဂထ

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်သည် တမိုက်ခန့် ရှိ၏၊ အရွက်မှာ တောမုလာရွက်နှင့် တူသည်၊ ခွေးသွားစိတ် ရှိသည်၊ အမြစ်သည် ပိတ်ချင်းတောင့် သဏ္ဌာန် ရှိသည်၊ အမြင့် ၃-မိုက် လက်လေးသစ်ခန့် ရှိ၏၊ ဆွဲနုတ်လိုက်က အမြစ်သည် ၆-ခုခန့် ရှိ၏၊ အနံ့ ပဲနံ့ရ၏၊ တို့စားကြည့်လျှင် ပူရှိန်းရှိန်း ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။နာဂထသည် ပြဒါးကို နိုင်၏၊ ထို့ကြောင့် အဂ္ဂိယ လုပ်ရပ်မှုကို ပြုလုပ်သူတို့သည် ပြဒါးကို နာဂထဖြင့် ဖမ်းကြလေသည်။

မှတ်ချက်။ ။ဖော်ပြခဲ့ပြီးသော နာဂထ အမျိုးမျိုးတို့သည် ပကတိ သဘာဝ အဆိပ်နှင့် ရောဂါ အဆိပ်တို့ကို နိုင်၏၊ နဂါး၏ အဆိပ်သည် အလွန် ပြင်းထန်သကဲ့သို့ ထိုသစ်ပင်တို့၏ စွမ်းရည် သတ္တိသည်လည်း လွန်စွာ ထက်မြက် ပြင်းထန်သောကြောင့် နဂါးကို ဟောသော နာဂသဒ္ဒါကို စွဲ၍ နာပင် ဟု ခေါ်ကြသည်။

ခဲကို ဟောသော နာဂသဒ္ဒါကို ချူး၍ လုပ်ရပ်ဆရာတို့သည် ခဲကို နာ ဟု ခေါ်ကြသကဲ့သို့ တည်း၊ ထိုဆေးပစ္စည်းတို့သည် ပေါင်းစု တွဲယှက်၍ သုံးရသော ပဥ္စဝဂ္ဂ ဆေးပင်မျိုး ဖြစ်ကုန်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

နှာဂဃ

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပဉ္စကောလ - ပဉ္စကူ ငါးပါး, ပဉ္စမူလ - အမြစ်မျိုး ငါးပါး, ပဉ္စလောဟာ - သံဓာတ်မျိုး ငါးပါး, ပဉ္စခါရ, ပဉ္စတိဏ - မြက်မျိုး ငါးပါး, ပဉ္စအမ္ဗိလ- အချဉ်မျိုး ငါးပါး, ပဉ္စခီရ ရုက္ခ - နို့ထွက်ပင် ငါးမျိုး, ပဉ္စဂဗျ - နွားထွက်ပစ္စည်း ငါးမျိုး, ပဉ္စဇီယာ - ဇီယာ ငါးမျိုး စသည်ဖြင့် ငါးစုတွဲ၍ သုံးစွဲရသော ဆေးဘက်တို့ကား နိဃဏ္ဍုကျမ်းကြီးတို့၌ များစွာ ပင် ပါရှိကုန်၏၊ ထိုတွင် နာမျိုး ငါးပါးကိုကား မတွေ့ရှိရချေ၊ သို့ဖြစ်၍ ရှေးဟောင်း မြန်မာ ပညာရှိတို့ သုံးစွဲခဲ့သော အသုံး ဖြစ်သည် ဟူ၍သာ ဆိုရပေမည်၊ အသုံးလည်း ဝင်၍ ပညာရှင် အဆက်ဆက်တို့သည်လည်း လက်ခံအသုံးပြုခဲ့သောကြောင့် ၎င်းတို့ကို ရသမျှ သုတေသန ပြု၍ ဖော်ပြပါသည်။

နာဂမ (တွန်နှံကျော်လည်း ခေါ်၏)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အရွက်သည် ဆီးဖြူရွက် သဏ္ဌာန် ရှိသည်၊ အပင်သည် ၅၀ - ၆၀ - စု၍ ပေါက်တတ်၏၊ အမြစ်တွန့် ၇ - တွန့်ရှိသည်၊ ဝါးကြည့်လျှင် ချဉ်, ချို, ပူ, စပ်, ခါး လေးပါးသော အရသာ ရှိ၏၊ ၎င်းကို အမြစ်ကို စွဲ၍ အချို့သူတို့သည် တွန့်ကျော် ဟု ခေါ်ကြ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။နာဂမသည် ထိခိုက် ဒဏ်ရာ ရခြင်း, ဒဏ်ဖြစ်ခြင်းတို့ကို နိုင်၏။

နာဂမှိန်

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အရွက်သည် ဘောက်သွေးရွက်, တောင်ကြာရွက် သဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အမြစ် တတောင်ခန့် ရှိ၏၊ မြစ်သေး မြစ်မွှား မရှိ၊ ဖြူ၏၊ ဆိတ်ကြည့်လျှင် သွေးကဲ့သို့ နီမြန်း၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။နာဂမှိန်သည် အနာ အမျိုးမျိုးကို နိုင်၏၊ ထိုကြောင့် အနာပေါက် ရောဂါ အမျိုးမျိုးတို့၌ အသုံးပြုရ၏။

နာမောက်

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အရွက်သည် ခွေးလျှာ သဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ မြေမှ အမြင့် ၄ - မိုက်ခန့် ရှိ၏၊ ဦးဆောက်ပန်းနှင့်လည်း တူ၏၊ ဦးဆောက်ပန်း အရွက်ကို လိမ်လည်၍ ရောင်းချတတ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

နဂါဂမ(တွန့်ကျော်)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။နဂါးမောက်သည် ၉၆ - ပါးသော ရောဂါတို့ကို နိုင်၏၊ ထို့ကြောင့် ၉၆ - ပါးသော ရောဂါ ဟူသရွေ့၌ နာဂမောက်ကို အသုံးပြုရသည်။

နာဂမှိုင်း

လက်တင် Ruellia Tuberosa

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အရွက် ရှည်ဝန်းဝန်း ရှိ၏၊ အရွက်သည် ခွေးတရော်ရွက်ကဲ့သို ဖြစ်၏၊ အနား ခွေးသွားစိတ် ရှိ၏၊ အမြစ် တထွာ တမိုက်ခန့် ရှိ၏၊ မြစ်သေး မြစ်မွှား မရှိ၊ ပိတ်ချင်းတောင့် သဏ္ဌာန် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။နာဂမှိုင်းသည် အဆိပ် ဟူသရွေ့ကို နိုင်၏၊ ထို့ကြောင့် မြွေဆိပ်, ကင်းဆိပ်, တောက်တဲ့နက် စသော အဆိပ်သင့်ရာ တို့၌ အသုံးပြုရ၏။

နာဂမောက်ဖြူ

သဏ္ဍတ काकजंघा

ဟိန္ဒီ काकजंघा (ကာကဂျံဃာ)

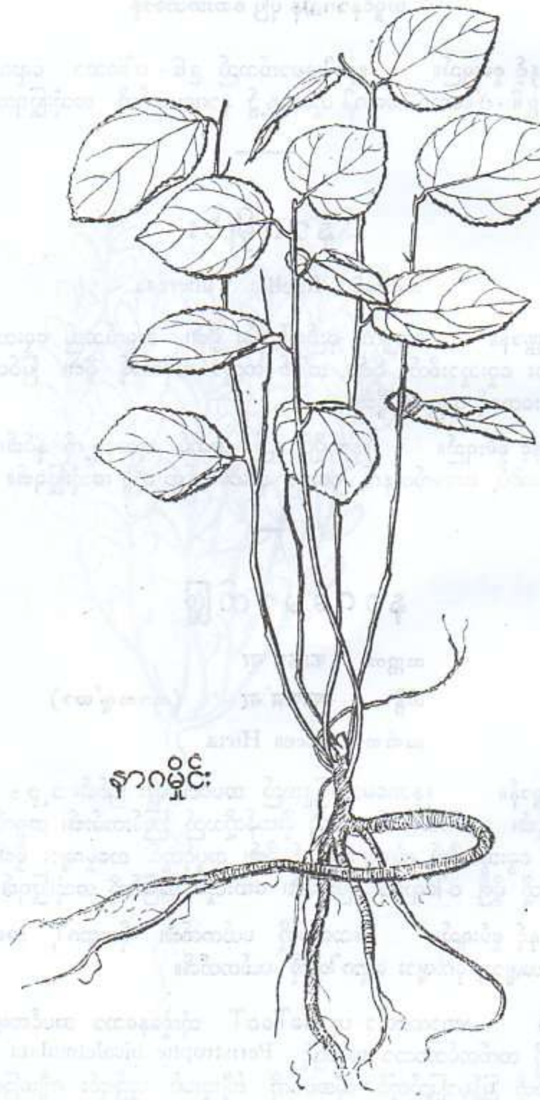
လက်တင် Leea Hirta

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နာဂမောက်ဖြူသည် အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၁.၃ - မှ ၃ - စင်တီမီတာခန့် မြင့်၏၊ အခက်အလက်များ နှင့် ရိုးတန်တို့သည် ကြမ်းတမ်း၏၊ အရွက် သန်၍ လုံး၏၊ ဘေးတွင် ခွေးသွားစိတ် ကျဲကျဲ သဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အပွင့်တွင် အမွေးများ ရှိ၏၊ အသီးသည် စားတော်ပဲကဲ့သို့ ရှိ၍ ဝါရောင်သန်းပြီး မဲ၏၊ ဆေးတွင် အမြစ်ကို အသုံးပြုရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။သလိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ ပိုးရောဂါ, အစာမကြေခြင်း, နာတာရှည် အဖျား, ငှက်ဖျား ရောဂါတို့ကို ပယ်တတ်၏။

မှတ်ချက်။ ။ကာကဇဃာ ဟု ခေါ်ဝေါ် သုံးစွဲနေသော အပင်တမျိုး ရှိသေး၏၊ ၎င်းကို လက်တင်ဘာသာ အားဖြင့် Peristrophe bicaleticulata ဟု ခေါ်၏၊ ကျွန်ုပ်တို့ မြန်မာပြည်တွင် ထိုအပင်ကို ကြီးဒူးပင် ဟူ၍၎င်း ကျီးခြေပင် ဟူ၍၎င်း အရပ် အခေါ်အားဖြင့် အမျိုးမျိုး ခေါ်ကြ၏၊ ထိုအပင်မှာ မိုးဥတုတွင် နေရာတိုင်းလိုလို ပေါက်တတ်၏၊ အရိုးတွင် ကြက်မောက် ဆူးပြန် ကဲ့သို့ ၆ - ခုသော အမြောင်းများ ရှိ၏၊

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



အခက်အလက်များသည် အောက်ဘက်မှ ကြီးပြင်းလျှင် ကောက်ကွေ့လျက် ကျီးဒူး သဏ္ဍာန် ဖြစ်၏၊ အရွက်၌ အမွေး မရှိ၊ အရွက်သည် စိမ်း၍ ရှည်လျက် ထိပ်ဖျား ချွန်၏၊ ဩတ်ရွက်နှင့် တူ၏၊ အပွင့်သည် ခရမ်းရောင် ဖြစ်၏၊ ၎င်းကိုလည်း ကာကဇဃ်ာ ဟု ခေါ်လေသည်၊ဆေးကျမ်းများတွင် ကာကဇဃ်ာကို နာဂမောက်ဖြူပင်ကိုရင်း အရပ်ခေါ် ဖြစ်သော ကျီးဒူး (သို့မဟုတ်) ကျီးခြေပင်ကိုရင်း နှစ်မျိုး ယူကြသည်၊ မှန်၏၊ ဝနော သဓိ စန္ဒောဒယ ကျမ်းကမူ ကာကဇဃ်ာကို နာဂမောက်ဖြူ ဟု ဖွင့်ပြသည်၊ ဘာဝပ္ပ ကာသ ကျမ်းကမူ ကျီးဒူးပင်ကို ဦးစားပေး၍ ဖွင့်ပြ၏၊ သိဒ္ဓိနိဃဏ္ဍု ကျမ်းက မူ ကာကဇဃ်ာကို နှစ်မျိုးစုံ ဖွင့်ပြ၏၊ ထိုနိဃဏ္ဍု ကျမ်းများသည် အရေးယူ လေး စားအပ်သော နိဃဏ္ဍု ကျမ်းကြီးများ ဖြစ်သည့် အတိုင်း ထိုကျမ်းကြီးများ ပါ သည့် အတိုင်း ရေးသား ဖော်ပြလိုက်ပေသည်။

အသီးသီး အသုံးပြုနည်း

နာဂမောက်ဖြူ၏ အကိုင်း, အရွက်, အမြစ် ၃-မျိုးတို့ကို ကြိတ်၍ အရည်ကို ထုတ် ယူပါ၊ ထိုအရည်ကို မီးညွှန်းညွှန်းနှင့် ပြစ်ခဲလာသည် အထိ ကျိုပါ၊ ၎င်းကို ခွက်တခုခု တွင် ထည့်လျက် နေပူတွင် လှမ်းပါ၊ ဖယောင်းချက်ကဲ့သို့ ဖြစ်လာပါလိမ့်မည်၊ ၎င်းကို ရေနှင့် ဖျော်၍ အဖုအကျိတ်တို့၌ လိမ်းပါက ပျောက်ကင်း၏၊ နာဂမောက်ဖြူမြစ်ကို ဆန် ဆေးရည်နှင့် သွေး၍ သောက်ခဲ့သော် မီးရပ်ဖြူရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ နာဂမောက်ဖြူ မြစ်ရည်, တောက်ရပ်ခေါက်မှုန့်, ပျားရည်တို့ကို ရော၍ သောက်ခဲ့သော သလိပ်ကြောင့် ဖြစ် သော မီးရပ်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

နိပဆေး

သက္ကတ आच्छुक

ဟိန္ဒီ आल (आ, स)

လက်တင် Morinda tinctoria

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။အခေါက်သည် အဝါရောင် ရှိ၏၊ ကြမ်းတမ်း၏၊ ၎င်းအခေါက် အပေါ်တွင် အဖုကလေးများ ရှိ၏၊ အပွင့်သည် မွှေး၏၊ ယင်းအပင်သည် မြစ်ချောင်း ကမ်း ရိုးတန်းတို့၌ ပေါက်တတ်၏၊ နိပဆေးတွင် ကြီး ငယ် ၂-မျိုး ရှိ၏၊ အကြီး အငယ် သာ ကွာ၏၊ အငယ်မှာ အခေါက် နူးညံ့၏၊ အဝါရောင်လည်း ရှိ၏၊ အဖြူရောင်လည်း ရှိ၏၊ အရွက်မှာ ဝိုင်း၍ အဖျား ချွန်၏၊ အစိမ်းရောင် တောက်၏၊ အပွင့် ဖြူ၏၊ ၎င်းအသီးသည် ဥသဏ္ဍာန် ရှိ၏၊ အရွက်, အသီး, အပွင့်တို့သည် ရဲယိုနှင့် တူသောကြောင့် တောရဲယို ဟု လည်း ခေါ်ကြကုန်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဝဖြိုးစေ၏၊ အဖျားကို ပယ်ထုတ်တတ်၏၊ မီးရပ်ကို မှန်စေ၏၊ သွေးဝမ်း, ရိုးရိုးဝမ်းသက်တို့၌ များစွာ အကျိုး ရှိ၏၊ အသက် ရှည်စေတတ်သော သတ္တိလည်း ရှိ၏၊ ၎င်းအမြစ်ကို ဝမ်းနုတ်ဆေး အဖြစ် အသုံးပြုနိုင်၏၊ အရွက်၏ ပြုတ်ရည်ကို မှန်ညှင်းစေ့နှင့် ရော၍ ကလေးများ သွေးဝမ်းသွားရာ၌ တိုက်ကျွေးက အကျိုး ရှိ၏၊ အထုံးအဖွဲ့ ရောဂါ (သို့မဟုတ်) အကြောထုံး, အကြောတင်, အဆစ်အဆက် ရောင်ခြင်း ရောဂါများတွင် ၎င်းအရွက်သတ္တုရည်ကို လိမ်းပေးရ၏။

လူဝဖြိုးစေရန် အတွက်၎င်း, အဖျားပြတ်စေရန်၎င်း အရွက်ကို အတွင်းဆေး အဖြစ် အသုံးပြုရ၏၊ သွားဖုံးရောင်, သွားကိုက်, သွားနာ ရောဂါများ အတွက် အသီးနုကို ဆားနှင့် ရောကြိတ်၍ သိပ်ပေးရ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အနာပေါက်ဆေး။ ။၎င်းအရွက်ကို ကြိတ်၍ အနာပေါ်တွင် အုံပေးပါက နူလျှင် ပိန်ပြီး ရင့်လျှင် ပေါက်သွားပါလိမ့်မည်။

အဖျားရောဂါ။ ။၎င်းအရွက်ကို ပြုတ်၍ သောက်လျှင် အဖျားပျောက်၏။

သွားနာ သွားကိုက်ရောဂါ။ ။၎င်း၏ အသီးကို မီးဖုတ်၍ ဆား သင့်တော်အောင် ထည့်ကာ ကြိတ်ပြီးလျှင် သွားတိုက်ဆေး အဖြစ် အသုံးပြုပါက သွား နှင့် သွားဖုံးများ ခိုင်စေတတ်၏။

အနာသွေးစိမ်းယိုရောဂါ။ ။အနာမှ သွေးစိမ်းများ ယိုကြသောအခါ ၎င်းအသီးခြောက်ကို အမှုန့်ပြု၍ သိပ်ပေးပါက ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

အဆစ်အဆက်ရောင်ခြင်း။ ။၎င်းအရွက်၏ သတ္တုရည်ကို လိမ်းပေးပါက အဆစ်အဆက် ရောင်ခြင်း, နာကျင်ခြင်း ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

နိပဆေးကလေး (နိပဆေးသိမ်)

လက်တင် Morinda Persicaefolia

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ချောင်းမြောင်း ကမ်းရိုးတို့၌ ပေါက်ရောက်၏၊ တောရဲယို ကဲ့သို့ပင် အလုံးစုံ တူ၏၊ အလုံးစုံ သေးငယ်၏၊ နိပဆေးငယ် နိပဆေးသိမ်ကို အတိုနည်းဖြင့် နိပသိမ် ဟု ခေါ်ကြ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

နှံ့ဝါ (သဘော်ဝါ)

သက္ကတ मदनी

တာမိ अरात्तम (အရတ္တမ)

လက်တင် Gossypium Barbadense

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဝါ အမျိုးအစား ဖြစ်၏၊ ချုံသဘော ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အစေ့မှ ဆီထွက်၏၊ ၎င်းဆီကို အဖြူကွက်များတွင် အသုံးပြု၏၊ အစေ့ဖြင့် ပြုလုပ်သော သောက်ဘွယ်သည် ဝမ်းသက်ရောဂါ, ၎င်ဘတ်၌ ဖြစ်သော ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

နေကြာပန်း

သက္ကတ सूर्यमुखी

ဟိန္ဒီ सूरजमुखी (ဆုရဇ်-မုခီ)

အင်္ဂလိပ် Sun Flower

လက်တင် Helianthus Annua

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မိုးသက်ပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အပွင့်သည် နေဘက်သို့ လှည့်ပွင့်၏၊ ၎င်းသည် အပွင့်ဖြူ, အပွင့်ညို, အပွင့်ဝါ ဟူ၍ သုံးမျိုး ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။များသောအားဖြင့် အပွင့်ကို သုံးရ၏၊ စပ်၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ပိုးကို နိုင်တတ်၏၊ ဒေါသ သုံးပါးကို ပယ်နိုင်၏၊ အဖျား, အရေပြား, ယားယံခြင်း, အနာပေါက်, နူနာ, တုန်ဖျား, ပန်းနာ, ချောင်းဆိုး, တုလာသရော, ဝါသင့်နာ, ယောနိ နာကျင် ကိုက်ခဲခြင်း, ကျောက်တည်, ဆီးအောင့်, ကင်းခြေကောက်ဆိပ်, ဂူလုံးရောဂါ များကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

အရွက်။ ။အရွက်သည် အန်စေတတ်၏၊ ဒါးကိုက်ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အပွင့်။ ။အပွင့်သည် ဝဖြိုးစေ၏၊ ဥတုသွေးကို မှန်စေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ ဖောရောင် ပျောက်ကင်း၏၊ ရူးခြင်း, ချာချာလည်အောင် မူးခြင်းတို့၌ အတွင်းဆေး အဖြစ်ဖြင့်

တိုက်ကျေးရ၏၊ ရင်ဘတ်, အသည်း, အဆုတ်ရောဂါတို့၌ လိမ်းဆေး အဖြစ် သုံးရ၏၊ မြင်းသရိုက်, မျက်စေ့ ဖြူခြင်း (တိမ်) ရေဖျဉ်း ဝစွမက်၌ ဖြစ်သော ရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရ၏။

အစေ့။　　။အစေ့သည် ဆီးရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ သလိပ်ကို ထုတ်ဆောင်တတ်၏။

အပင်။　　။အပင်သည် ချောင်းဆိုး, နှာစေး, အဆုတ်ရောဂါ, လည်ချောင်းရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရ၏။

နေလှည့်ပင်

သက္ကတ　**सोमराजि**

ဟိန္ဒီ　**बबची** (ဗဗကျီ)

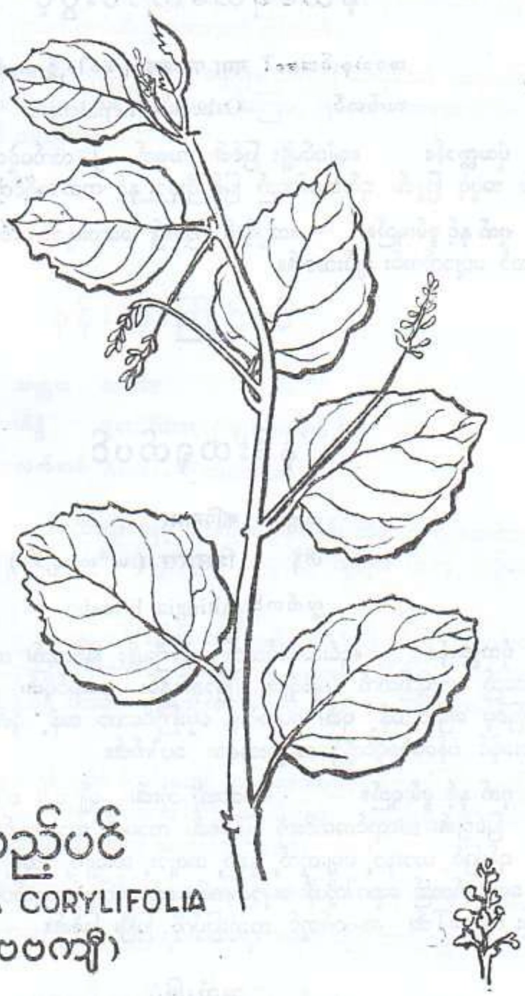
လက်တင် Psoralea Corylifolia

ပုံသဏ္ဌာန်။　　။၎င်းအပင်သည် မိုးဦးတွင် လွန်စွာ ပေါက်၏၊ အမြင့် ၁ ပေမှ ၄ ပေ အထိ မြင့်၏၊ ပင်စည် ဖြောင့်မတ်၏၊ အရွက်မှာ ၃ - လက်မခွဲမျှ ရှည်၍ ၃ - လက်မမျှ အနံ ရှိ၏၊ အရွက်သည် တပြန်စီ ထွက်၍ ရွက်ရင်းမှ ပွင့်ညှာတံ တိုး၍ တရွက်တွင် တခိုင်သာ ပွင့်၏၊ အပွင့်ရောင်မှာ သပြေရောင် ပြော့ပြော့ ရှိ၏၊ အစေ့မှာ နက်ရောင် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။များသောအားဖြင့် အသီးကို အသုံးပြုရ၏၊ သို့ရာတွင် ပဥ္စငါးပါးစလုံးကိုလည်း အသုံးပြုနိုင်၏၊ အသီးသည် ပူ၏၊ စပ်ခါး၏၊ ပဥ္စငါးပါးသည် ခါး၏၊ အေး၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏။

နှုတ်ကို မြိန်စေတတ်၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ဝမ်းသက်စေ၏၊ ခွန်အားကို ဖြစ်စေ၏၊ နှလုံးကို ကျေးဇူး ပြု၏၊ လေ သလိပ်ကို နိုင်၏၊ သွေးအန် သွေးကျ, နှလုံးရောဂါ, ပန်းနာ, နူနာ, တုလာသရော, အဖျား, ပိုးရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ဤအထက်ပါ ဂုဏ်သတ္တိတို့သည် ပဥ္စငါးပါး၏ ဂုဏ်သတ္တိ ဖြစ်၏၊ သို့ရာတွင် အသီး၏ ဂုဏ်သတ္တိကား စပ်၏၊ သည်းခြေကို ပြုတတ်၏၊ သလိပ်, လေကို နိုင်၏၊ နူနာ, ဆံပင် နှင့် အရေပြားတို့၌ အကျိုးပြု၏၊ အန်ခြင်း, ပန်းနာ, ချောင်းဆိုး, ဖောရောင်, အစာမကြေ, ဝါသင့်နာတို့ကို နိုင်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



နေလှညီပင်
PSORALEA CORYLIFOLIA
बबची (ဗဗကျီ)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

နတ်ရေတကောင်းပွင့်

အာသံနယ်အစာ၊ বগা ফটফস (ဗဂါဖ,ဋ္ဌ-က,လ်)

လက်တင် Osbeckia nepalensis

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ချုံပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက် ၂ · လက်မခွဲခန့်မှ ၅ · လက်မခန့်ထိ ရှည်၏၊ အပွင့် ဖြူ၏၊ ၎င်းအပင်သည် မြစ်ကြီးနား နှင့် ကသာခရိုင်တို့၌ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အပွင့်ကို ကြိတ်၍ ခလေးများ မက်ခရုရောဂါ၌ လိမ်းကျံပေးသော် ပျောက်ကင်း ချမ်းသာ၏။

နန်းတရုတ်ပင်

သက္ကတ कपिनाम।

ဟိန္ဒီ शिलारस (ယှ°လာရ,ဆ),

လက်တင် Altingia Excelsa

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသစ်ပင်သည် ပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်သည်၊ အစေး ထွက်သည်၊ ထို အစေးသည် ပျားရည်ထက် ပျစ်ခဲ၍၊ ပြာနှမ်းနှမ်း အရောင်ရှိ၏၊ နူးညံ့၏၊ အစေးသည် အသစ်ဖြစ်မူ မြေဆီ အနံ့ ရ၏၊ ဟောင်းမူ မွှေးကြိုင်သော အနံ့ ရှိ၏၊ ထိုအပင်သည် မြစ်ကြီးနားခရိုင် ဗန်မော်ခရိုင်တို့၌ အများအစား ပေါက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အစေးကို သုံး၏၊ ချို ခါး စပ်၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ပြစ်ခဲ၍၊ အရောင်အဆင်းကို ဖြစ်စေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ သုက်သွေးကို ဖြစ်စေ၏၊ ၎င်းပြင် ယားနာ, ချွေးထွက်, နူနာ, အဖျား, ဆီးချုပ်, အပူ, ဘုတ်ဂြိုဟ် ဖမ်းစားခြင်း, ကျောက်တည် ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ၎င်းနန်းတရုတ်ပင်၏ အစေးကို ကုံကုကမျည်း ဟု ခေါ်၏၊ က · ဝဂ်တွင် အသုံးပြုပုံကို ပြပြီး ဖြစ်၏။

အသုံးပြုပုံ

ရှေးအခါက သလိပ်ရောဂါနှင့် ခယရုဂ်ရောဂါ၌ နန်းတရုတ်ဆေးကို ပျားရည်နှင့် ရော၍ လျက်ကြ၏၊ အဆုတ်ကိုလည်း အားရှိစေ၏။

ဂနို (ညောင်းကျ) ရောဂါ၌ နွယ်ချို နှင့် ရော၍ တိုက်ခဲ့သော် ပျောက်ကင်း၏၊ ဤရောဂါ၌ နန်းတရုတ်ဆေးသည် ပြည်ကို ဖျက်ဆီး၍ ခွန်အားကို ဖြစ်စေ၏။

နန်းတရုတ်ဆေး ၄ - ဆကို မုန်ညင်းဆီ နှင့် ရော၍ လိမ်းကျံ ပေးခဲ့သော် ယားယံခြင်း၊ ပူလောင်သော အနာများ ပျောက်ကင်း၏၊ ရောဂါကြောင့် ဖြစ်သော အဖုအကျိတ်များ၌ အပေါ်မှ လိမ်းပေးခဲ့သော် အကျိုးပြု၏။

—

နန်းလုံးကြိုင်ပင်

သက္ကတ अरिमेद

ဟိန္ဒီ दुर्गंधिखर (ဒု,ရ်-ဂန္ဓခိုက်,ရ်)

လက်တင် Acacia Farnesiana

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။များသောအားဖြင့် ဆူးဖြူပင်နှင့် တူ၏၊ သို့သော် ၎င်းအပင်သည် ဆူးဖြူအောက် ငယ်သော အပင် ဖြစ်၏၊ အရွက်တို့၏ အတွင်း၌ လူတို့၏ မစင်နံ့ ကဲ့သို့သော အနံ့ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဖန် ခါး စပ်၏၊ သတ္တိ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ဘုတ်ဖမ်းစားခြင်းကို ပယ်တတ်၏၊ ဖောရောင်, ခံတွင်းရောဂါ, သွားရောဂါ, သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း, ဝမ်းသက်, ချောင်းဆိုး, ရေယုန်, အဆိပ်သင့်, ပိုးရောဂါ, နူနာ, အဆိပ်ရှိသော အနာပေါက် ရောပါများကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အခေါက်။ ။ခါး၏၊ ပူ၏၊ ခံတွင်းရောင်, သွေးဖောက်ပြန်, ယားယံခြင်း, လေပြွန်ချောင်းများ ပူလောင်ခြင်း, အနာပေါက်ရောဂါတို့၌ အကျိုးပြု၏၊ အဆိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ ဝမ်းသက်, သွားပုပ်ခြင်း, အနာမီးလျှံနာတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အစေး။ ။အစေးသည် ချို၏၊ ခွန်အားကို ဖြစ်စေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏။

အရွက်နု။ ။အရွက်နုသည် ပြည်တုလာသရော ရောဂါတို့၌ အကျိုးပြု၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အတိသာရ ဝမ်းရောဂါ။ ။နန်းလုံးကြိုင်ခေါက်ကို ပြုတ်၍ အနည်းငယ်မျှ သောက်လျှင် အတိသာရ ဝမ်းရောဂါ ပျောက်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)

ပြည်တုလာသရောနာ။　　။ရင်းအရွက်နှ ငါးမူးသားကို ကြိတ်၍ ဇီးကင်းမျှ လုံး၍ နံနက် ည တလုံးစီ သောက်ပါက ပြည်တုလာသရောနာ ပျောက်၏။

ခံတွင်းနာ။　　။သွားများ နာကျင်ခြင်း၊ သွားဖုံးများယောင်ခြင်း၊ သွားဖုံးများမှ ပြည်များ သွေးများ ယိုဆင်းခြင်းဖြစ်မူ ရင်းအခေါက်ကို ထက်ဝက်ခန်းအောင် ပြုတ်၍ ရင်း ဖန်ရည်ဖြင့် ပလုပ်ကျင်းခြင်း၊ ငုံခြင်း၊ ပြုလုပ်ပါက အထက်ပါ ရောဂါများ ပျောက်ကင်းပါ လိမ့်မည်။

နံ့သာနီ

သက္ကတ　रक्तचन्दन

ဟိန္ဒီ　लालचन्दन (လာလကျန္ဒန်)

လက်တင် Pterocarpus santalinus

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။များသောအားဖြင့် အနှစ်ကို သုံးရ၏၊ ခါး၏၊ အေး၏၊ ဝိပါက်၌ စပ်၏၊ ပိုးကို ပယ်တတ်၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ အဆိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ သည်းခြေဒေါသ ကို နိုင်၏၊ အော့အန်၊ ရေငတ်၊ အနာပေါက်၊ မျက်စေ့ရောဂါ၊ စိတ်ဖောက်ပြန် ရူးသွပ်သော ရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရင်းသည် မည်သည့်အပင် ဖြစ်သည် ဟု ယခုအခါ၌ ယူဆရန် မလွယ်ကူချေ၊ ထင်ရှား စေအံ့၊ နံ့သာနီသည် နိဃဏ္ဍုကျမ်းများ၌သာ ပါရှိသည် မဟုတ်ချေ၊ ပါဠိစာပေ တို့၌လည်း ပါရှိ ချေ၏၊ ပါဠိပိဋကတ်၏ ယဉ်ကျေးမှုအောက်၌ ခိုလှုံကြကုန်သော မြန်မာပြည်နှင့် တကွ ဗုဒ္ဓဘာသာ လူမျိုးတိုင်းတို့သည် နံ့သာနီနှင့် ဆိုင်ရာ ပါဠိပိဋကတ်၏ အယူအဆကို သိနားလည်ချင်ကြ မည် သာ ဖြစ်သောကြောင့် အများလက်လှမ်း မှီလောက်သော ဓမ္မပဒ ပါဠိ နှင့် ရင်းအဋ္ဌကထာ၌ "စန္ဒနံ တဂရံ ရုက္ခံ" ဟု လာရှိသည်။

ဤ၌ စန္ဒန သဒ္ဒါသည် နံ့သာကို ဟောသည်၊ နံ့သာဖြူလော နံ့သာနီလော ဟူ၍ ပြတ်သားစွာ မပါချေ၊ ရင်း၏ အဖွင့် အဋ္ဌကထာကို ကြည့်သော် "စန္ဒနန္တိ လောဟိတစန္ဒနံ = နံ့သာ ဟူသည် နံ့သာနီကို ဆိုလိုသည်" ဟု ဖွင့်ပြထားသည်၊ ရင်းကို ထောက်လျှင် နံ့သာဖြူ ထက် နံ့သာနီသည် အရေးပါသည် ဟု သိနိုင်သည်။

အခြားတခု မှတ်ရန်မှာ နိဗ္ဗာန်သည် သီလရနံ့နှင့် ထုံနေ၏၊ ရခဲ၏၊ နံ့သာနီသည် အလွန် မွှေးသော အနံ့နှင့် ထုံနေ၏၊ ရခဲ၏ ဟူသော နှိုင်းခိုင်း ထားပုံကို ထောက်သော် နံ့သာနီသည် အလွန်ရခဲသည်မှာ ထင်ရှားသည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

စာတွေ့မှ ကိုယ်တွေ့ ဖြစ်ရပ်တခုကို တင်ပြလိုသည်မှာ ဗြိတိသျှခေတ် နောက်ပိုင်း ဟန်းလမ်းတွင် နေထိုင်သွားသော စကားစိမ်းမိဖုယား အိမ်တော်မှ တွေ့ရသော နံ့သာနီ ဖြစ်သည်၊ မိဖုယားကြီးသည် အိုလှပြီ၊ နန်းစဉ်နန်းဆက် သုံးဆောင်ခဲ့သည့် ၃-ကျပ်သားခန့် ရှိမည်ထင်ရသောနံ့သာနီ အပိုင်းစကို နောက်သားတို့ သိနိုင်ရန် သိုးသန့် ထုတ်ပြဘူးသည်ကို တွေ့ရသည်၊ နံ့သာနီအစစ်သည် ဤပစ္စည်းဖြစ်သည် ဟု လည်း ထုတ်ဖော်ပြောဆိုပြသ၏၊ ဤကဲ့သို့ စာတွေ့ နှင့် ကိုယ်တွေ့ နှစ်ခုကို ထောက်လျှင် မည်မျှထိ အဘိုးတန်သည် ရခဲသည်ကို သိနိုင်ပါပြီ၊ ဤကား ရှေ့ခေတ်က နံ့သာနီ အစစ် ဖြစ်သည်၊ ဆေးကျမ်းတို့၌ ဖော်ပြထားသည်ကို တင်ပြလိုသည်မှာ နံ့သာနီကို ကျွန်ုပ်တို့ မတွေ့ဘူးပါ၊ မည်သည့်အပင်ဖြစ်သည်ကို တိကျစွာ မဖော်ပြနိုင်ပါဟူ၍ ဖွင့်ပြထားသည်ကို တွေ့ရသည်။

ဤကား ရှေ့ခေတ် နံ့သာနီပင် အကြောင်းကို ဖော်ပြခြင်း ဖြစ်သည်။

ဒုတိယခေတ် နံ့သာနီ။ ။နံ့သာနီကို ဟောသည့် ပုဒ်များတွင် ရတ္တင်္ဂ၊ ရတ္တသာရ ရတ္တဗီဇ စသည်ဖြင့် များစွာသော ပုဒ်တို့ကို ထုတ်ပြထားလေသည်၊ ၎င်းပုဒ်တို့ကို ကြည့်၍ ဘာဝပ္ပကာသဋီကာ ဆရာသည် အောက်ပါအတိုင်း ဖွင့်ပြထားလေသည်။

ဖွင့်ပြချက်

၎င်းနံ့သာနီ ပင်သည် မြန်မာ ကုက္ကိုပင်ကဲ့သို့ အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ရှည်ဝိုင်း၍ ထိပ်တွင် ဝိုင်းဝိုင်း ရှိ၏၊ အသီးသည် ၂-၃-လက်မမျှ ရှည်၏၊ ၎င်းအသီးတောင့်တွင် နီမြန်းသော ရွှေးစေ့နှင့် တူသော အစေ့များရှိ၏ဟု ဖွင့်ပြထားလေသည်၊ (ဆိုလိုရင်းမှာ ယခု မြန်မာပြည်တွင် ပေါက်သော ရွှေးနီကြီးပင်ကို ဆိုလိုသည်။)

၎င်းပုံသဏ္ဌာန် အထောက်အထားကို ကြည့်၍ ယနေ့ အိန္ဒိယပြည်သား ဗိန္ဒောဆရာသမားတို့သည် နံ့သာနီကို ယူရာ၌ နံ့သာနီ အစစ်ကိုကား မရတော့ချေ ဟူ၍ ဝန်ခံပြီးလျှင် ရတ္တဗီဇ (အစေ့နီသည်) ရတ္တသာရ (အတွင်းနှစ် ကြေးနီရောင်) ရှိသည်ကို အထောက်အထားပြုပြီးလျှင် ရွှေးနီပင်အနှစ်ကို ယူကြကုန်၏၊ အချို့ဆရာတို့သည် အနံ့လည်းမွှေး အသွေးလည်း ကောင်းသော အန္ဒမန်ကျွန်းမှ အများဆုံးထွက်သော နီညိုရောင် ပိတောက်ကို ယူကြကုန်၏၊ ၎င်းအပင်တို့ကို သိထားလျက်နှင့် ယူဆပုံကို မသိကြသော မြန်မာဗိန္ဒောဆရာတို့သည် နိဃဏ္ဍုကျမ်းနှင့် အလှမ်းဝေး၍ ဗယဆေးဆိုင်မှ တောနံ့သာနီကိုသာ သိကြသဖြင့် ၎င်းအပင်တို့သည် မြောက်မြားစွာ မြန်မာပြည်တွင်ရှိလျက် နိုင်ငံခြားသို့ ပြည်တွင်းငွေ အကုန်အကျခံပြီး မှာယူသုံးစွဲကြကုန်၏၊ ရှေ့မြန်မာဗိန္ဒောဆရာတို့သည် တကယ်အဘိုးတန်သော ရှေ့ခေတ် နံ့သာနီအစစ်ကို မရခဲ့သောကြောင့် ဖော်ပြပါ ရွှေးနီ နှင့် ပိတောက် နှစ်မျိုး တို့တွင် ပိတောက်အမျိုးအစားကို သဘောကျ၍ "နံ့သာနီအစစ် ပိတောက်နှစ်" ဟု အမှတ်အသား ရှိခဲ့၏။

ဤကျမ်းစာရေးသော ပုဂ္ဂိုလ်ကိုယ်တိုင် ကြုံတွေ့ရသော ဖြစ်ရပ်တခုကိုလည်း တင်ပြလိုသေး၏၊ အိန္ဒိယတွင် ဗိန္ဒော ဆေးအတတ်ကို သင်ကြားပြီးနောက် မြန်မာပြည်သို့ ပြန်ခါနီးတွင်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

နံ့သာဖြူပင်၊ နံ့သာနီ၊ ရှိမ်းခို စသော ဆေးပင်များကို ရောင်းချသော ဌာနမှ ဝယ်ခဲ့၏၊ နံ့သာဖြူပင်ကား သေသွားသည်၊ နံ့သာနီပင်ကား ၃-နှစ်ခန့် ကြာသောအခါ အပွင့်အသီးများ ပေါ်ထွက်လာသည်၊ ထိုအခါ အပင်၏ ရုပ်လုံးလည်း ပေါ်လာသည်၊ ထိုအပင်မှာ ရွှေးနီပင် ဖြစ်တော့သည်၊ မြန်မာပြည်တွင် မြောက်မြားစွာ ပေါက်သဖြင့် ထိုအပင်ကို ခုတ်ပစ်၍ အခြားအပင်ကို စိုက်ထားရလေသည်။

ဤကား အလယ်ခေတ်လောကတွင် အသုံးပြုကြသော နံ့သာနီပင်ကို ရုပ်လုံး ဖော်ပြခြင်း ဖြစ်သည်၊ ယခုခေတ်၌ အိန္ဒိယ နံ့သာနီကို များစွာ မတင်သွင်းတော့သဖြင့် အချို့သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ရှမ်းပြည်နယ်တဝိုက်၌ ပေါက်သော ကြနာပင်အသား၊ သစ်နီသား စသော အပင်တို့ကိုလည်း အသားနီလျှင် ပြီးရော ဟူ၍ သဘောထားပြီးလျှင် ရောင်းဝယ်ဖောက်ကား အသုံးပြုကြကုန်၏။

ဤကား တတိယ ခေတ်တွင် အသုံးပြုသော နံ့သာနီပင် အကြောင်းကို ဖော်ပြခြင်း ဖြစ်သည်၊ ထို့ကြောင့် အစစ်မရနိုင်တော့သည့် နံ့သာနီပင်ကို ကျမ်းများနှင့် အညီ ထည့်လိုသော် ရွှေးနီပင်ကို ထည့်နိုင်၏၊ ပိတောက်နီ သက်သက်ကိုလည်း ထည့်နိုင်၏၊ မိမိတိုင်းပြည်၌လည်း များစွာ ရှိပြီးဖြစ်သောကြောင့် အိန္ဒိယမှ မှာယူသော သဘောတင် နံ့သာနီကို လုံးဝ မမျှော်လင့်သင့်တော့ချေ။

—

နံ့သာဖြူ (စန္ဒကူး)

သက္ကတ चंदन

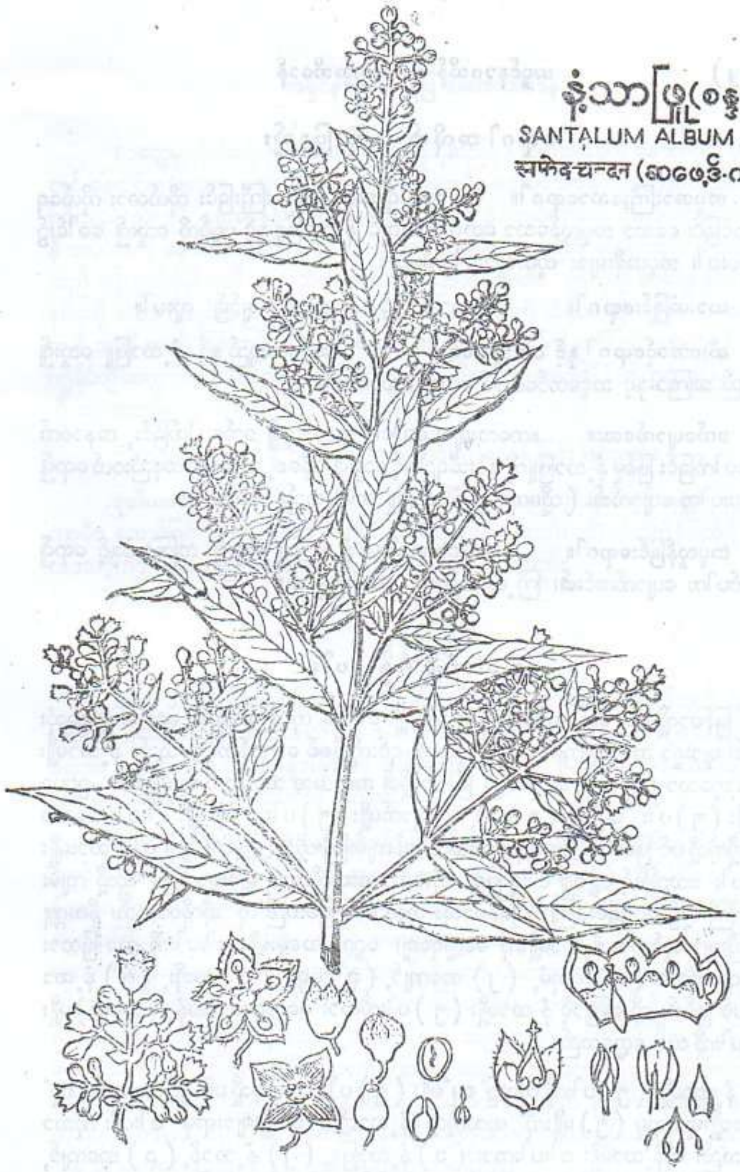
ဟိန္ဒီ सफेद चन्दन (ဆဖေ့ဒ်-ကျန္ဒန်)

လက်တင် Santalum album

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အမြဲ စိမ်းလန်းတတ်သော ပင်လတ်မျိုး ဖြစ်၏၊ သေးသွယ်၍ တွဲကျသော အကိုင်း အခက်များ ရှိ၏၊ အကာသည် ဖြူ၏၊ အနှစ်သည် ဝါရောင်သန်း၍ အရွက်သည် ၁.၅-လက်မမှ ၂.၇-လက်မ အထိ ရှိ၏၊ ချော၏၊ ထူ၏၊ လွန်သွားသဏ္ဌာန် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။များသောအားဖြင့် အသားနှစ်ကို သုံး၏၊ ခါး၏၊ အေး၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ လူကို နှစ်သက်စေ၏၊ နှလုံးကို အကျိုးပြု၏၊ အရောင်အဆင်းကို ကောင်းစေ၏၊ သလိပ် သည်းခြေကို နိုင်၏၊ အဆိပ်၊ ရေငတ်၊ သွေးအန်၊ သွေးကျ၊ အပူရောဂါ စသည်ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



နံ့သာဖြူ (စန္ဒကူးဖြူ)

SANTALUM ALBUM.

सफेद-चन्दन (ဆဖေဒ်-ကျန္ဒန်)

No 16

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အပူအားကြီးသောရောဂါ။ ။ဖျား၍ အပူရှိန် အားကြီးခြင်း ကိုယ်သား ကိုယ်ရေ ပူလောင်ခြင်း စသော အပူလွန်သော ရောဂါများတွင် နံ့သာဖြူ နှင့် ပရုပ်ကို သွေး၍ ခေါင်း၌ လိမ်းပေးပါ၊ အပူအခိုးများ ထွက်သွားပါလိမ့်မည်။

ယားယံခြင်းရောဂါ။ ။နံ့သာဆီ နှင့် သံပုရာရည် ဖျော်၍ လူးပါ။

ဆီးအောင့်ရောဂါ နှင့် ဝမ်းသွားရောဂါ။ ။ဆန်ဆေးရည် နှင့် နံ့သာဖြူ သွေး၍ ပျားရည် သကြားနှင့် သင့်တော်အောင် ရော၍ သောက်ပါ။

ဒက်ပျောက်ဆေး။ ။ကလေးများ ခေါင်း၌ အလွန် ပူ၍ ဒက်ပေါက်ခြင်း, အနာစက်များ ပေါက်ခြင်း ဖြစ်မူ နံ့သာဖြူကို နှင်းဆီရည်နှင့် သွေး၍ နံ့နံ့စေ့, မျက်မွှေး အနည်းငယ် ရော၍ လိမ်းပေးပါက ပျောက်၏၊ (သို့မဟုတ်) နံ့သာဖြူ တမျိုးတည်း လိမ်းနိုင်၏။

အပူလွန်ခြင်းရောဂါ။ ။ဆန်ဆေးရည် နှင့် နံ့သာဖြူ သွေး၍ သကြားခဲနှင့် ရော၍ သောက်ပါက ပျောက်ကင်း၏၊ ကြို့ထိုးရာ၌လည်း အသုံးပြုနိုင်၏။

နံ့သားမျိုး (၅) ပါး

မြန်မာတို့သည် ဆေးဖော်စပ်ရာ၌ နံ့သာမျိုး ငါးပါး ဟု နံ့သာတို့ကို စုပေါင်း၍ အသုံးပြုကြ၏၊ များစွာ အသုံးပြုကြသောကြောင့်လည်း ၎င်းကို စီစစ် ဝေဘန်သင့်ပေသည်၊ နံ့သာမျိုး ငါးပါး ဟူသော (ပဥ္စဝဂ္ဂ) အသုံးသည် မြန်မာတို့၏ အယူအဆ သက်သက် သာ ဖြစ်၏၊ ဥပမာ ကြာမျိုး (၅) ပါး, စမုံမျိုး (၅) ပါး, ကျောက်မျိုး (၅) ပါး, ပန်းမျိုး ငါးပါး စသော အသုံးတို့ကဲ့သို့ ပင် ဖြစ်၏၊ နိဿဏ္ဍု ဆေးအဘိဓာန်ကျမ်းကြီးတို့၌ ပဉ္စကူ (၅) ပါး, ဆားမျိုး (၅) ပါး စသည်ဖြင့် ပဥ္စဝဂ္ဂ ငါးခု ပြု၍ သုံးသော ဆေးတို့ကား များစွာ ရှိ၏၊ ထိုသို့ ကျမ်းဟောင်းကြီးတို့၌ မပါခြင်းကြောင့် မြန်မာသုံး သက်သက် ဖြစ်သည် ဟု ဆိုလိုပေသည်၊ နိဿဏ္ဍု ကျမ်းကြီးများတွင်ကား နံ့သာမျိုးကို မတွေ့ရချေ၊ ပဥ္စဂန္ဓ အမွှေးမျိုး ငါးပါးကို သာ ပြထားသည်၊ ၎င်းတို့ကား (၁) ကုံကုမံ, (၂) အကျော်, (၃) ပရုပ်, (၄) ကတိုး, (၅) နံ့သာဖြူတို့ ပင် ဖြစ်၏၊ ထို့ကြောင့် နံ့သာမျိုး (၅) ပါးကိုကား မတွေ့ရချေ၊ အနံ့ (အမွှေး) မျိုး (၅) ပါးကို သာ တွေ့ရသည်။

နံ့သာမျိုး (၅) ပါးကို ယူရာ၌ စမုံမျိုး (၅) ပါး ယူသကဲ့သို့ ပင် ရှုပ်ထွေးလှ၏၊ စမုံတို့၏ အမျိုးများရာမှ (၅) မျိုးကို ယူသကဲ့သို့ နံ့သာတို့၏ အမျိုးများရာမှ ငါးပါး ကိုသာ ယူထားသည်၊ ထိုနံ့သာမျိုး ငါးပါးကား (၁) နံ့သာဖြူ, (၂) နံ့သာနီ, (၃) အကျော်, (၄) စမ္ပါ, (၅) ကရမက်တို့ ပင် ဖြစ်၏၊ ၎င်းတို့၏ ဂုဏ်သတ္တိ အသုံးပြုပုံ အကျယ်ကိုကား ဆိုင်ရာ အက္ခရာစဉ်၌ ကြည့်ပါ။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

နံ့သာငါးပါး

နံ့သာ ဟူသည်၌ မှတ်ရန်—နံ့သာကို နသာ ဟူ၍ ခေါ်ကြ၏၊ ၎င်းကို ရှေးဟောင်း မြန်မာစာပေတို့၌ သာရက္ခန် ဟူ၍လည်း ခေါ်ကြ၏၊ သာရက္ခန်သည် "သာရဂန္ဓ" ဟူသော သက္ကတပုဒ်မှ ပြောင်းလွဲလာသော စကား ဖြစ်၏၊ ထိုနံ့သာကို စန္ဒန ဟူ၍လည်း ခေါ်၏၊ ၎င်းမှ ရွေ့လျော၍ စန္ဒကူး ဟူ၍လည်း ခေါ်ကြ၏၊ စန္ဒကူး ဟု ဆေးနည်း၌ ပါလျှင် နံ့သာကို ထည့်ပါ၊ ၎င်းသည် ဖြူ နီ နှစ်မျိုး ရှိခြင်းကြောင့် "စန္ဒကူးဖြူ - စန္ဒကူးနီ" ဟူ၍လည်း သီးသန့် ခေါ်ဝေါ်ကြကုန်၏၊ ဒန္ဒကူးဖြူ - ဒန္ဒကူးနီ ဟူ၍လည်း ရှိသေး၏၊ (ဒတွေး) အက္ခရာတွင် ဖော်ပြခဲ့လေပြီ။

နံ့သာဖြူကောင်း ယူနည်း

နံ့သာဖြူကောင်း ဟူသည် အနှစ် နံ့သာမျိုးဖြစ်၍ အနှစ်ရှိသော အကိုင်း အခက်မျိုးမှ ရရှိသော နံ့သာမျိုးထက် အနှစ်အသား လက်လေးလက်ဆ ရှိသော ပင်စည်မှ ရရှိသော နံ့သာဖြူမျိုးသည် ပို၍ ကောင်းပေသည် ဟု အကြမ်းအားဖြင့် မှတ်ယူအပ်ပေ၏၊ ဤ၌ စိတ်ဝင်စားဘွယ်ရာ နံ့သာကောင်း ယူနည်း အတွက်ကို ရှေး နိဃဏ္ဍုအဘိဓာန်ကျမ်းကြီးတို့၌ ဖော်ပြထားသော သက္ကတ မူရင်းဂါထာကို ပါဠိဘာသာသို့ ပြန်၍ အောက်ပါအတိုင်း ဖော်ပြအပ်ပေသည်။

သာဒေတိတ္တံ, ကသေပီတံ၊
ဆေဒေရတ္တံ, တနောစ္ဆတံ။
ဂန္ဓိကောဋရ, သံယုတ္တံ၊
စန္ဒနံသေဋ္ဌ, မုစ္စတေ။ ။

၁ - အရသာ ခါးသက်သက် ရှိရမည်။

၂ - သွေးလိုက်မူ အဝါရောင် ထွက်လာရမည်။

၃ - ဖြတ်သောအခါ ထိပ်ဝတွင် နီရောင် သန်းရမည်။

၄ - အတုံးလိုက်ကြည့်မူ အပြင်ဘက်တွင် ဖြူနေရမည်။

၅ - အတုံးတွင် အဖုအထစ် နှင့် အခေါင်းအပေါက်များ ရှိရမည်။

ဖော်ပြပါ လက္ခဏာ (၅) ချက်ဖြင့် ပြည့်သော နံ့သာဖြူကို အကောင်းဆုံး ဟု မှတ်ယူရမည်၊ ၎င်းကိုထောက်၍ လက္ခဏာတမျိုးယုတ်မူ ကောင်းသော ဂုဏ်အင်္ဂါတမျိုး ယုတ်သည် ဟု မှတ်ယူရမည်၊ ဤကား နံ့သာဖြူ အစစ်အမှန် အကောင်းဆုံး ယူရသည့် ပစ္စည်းကို ဖော်ပြခြင်း ဖြစ်သည်၊ ထိုနံ့သာဖြူကို ပင် အဆီထုတ်ထား၍ ပြန်ရောင်းသည်လည်း ရှိ၏၊ အသင့်အတင့် ထုတ်ထားမူ ထုတ်ထားမှန်းမသိချေ၊ ဖော်ပြပါ လက္ခဏာ (၅) ချက်နှင့်သာ ဝေဘန် စီစစ်ရမည်၊ မြန်မာတို့ အများဆုံး ခံနေရသော အဆိုးဝါးဆုံးသော နံ့သာဖြူကိစ္စကို ဖော်ပြလိုပေသည်၊

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပန်းပုဆရာတို့သည် နံ့သာဖြူကို ပုံအမျိုးမျိုး ထွင်းထု၍ နံ့သာတုံးကို ခုတ်ထစ်ရ၏၊ ထိုမှ ထွက်သော နံ့သာစတို့ကား ရှိ၏၊ ၎င်းကား ကောင်းသည့်ပင် ဖြစ်၏၊ စစ်သည့် သာ ဖြစ်၏၊ အသုံးဝင်သည့် သာ ဖြစ်၏၊ ၎င်းကို အတုအယောင်လုပ်၍ နံ့သာဖြူဖြတ်စ ဟူ၍ အမည်တပ်ပြီး လျှင် အိန္ဒိယမှ မှာယူတင်သွင်းကြ၏၊ ၎င်းကား နံ့သာဖြူ မဟုတ်ချေ၊ နံ့သာဖြူတုံးမှ ဖြတ်စ များ မဟုတ်ချေ၊ နံ့သာဖြူသားနှင့် အသွင်တူသော သစ်သား ၎င်းအတုံးအစတို့ကို နံ့သာဖြူ အတန်ငယ် ရေနှင့် ဖျော်ပြီး ပေါင်းနှပ် အုပ် စိမ်ထားသော အစအနများ သာ ဖြစ်သည်။

မြန်မာပြည်၌လည်း နံ့သာဖြူပင် မရှိသေးချေ၊ ထိုသို့ မရှိသည်ထက် မသိကြသည်ကား ပို၍ ဆိုးသောကြောင့် တိုင်းပြည်၏ ဘဏ္ဍာငွေနှင့် အမျိုးသား ကျန်းမာရေးပါ ထိခိုက်ခြင်းကို ခံရ၏၊ ကုန်သည်တစု၏ "မည်သူသေသေ ငတေမာလျှင် ပြီးရော" ဟူသော စကားပုံအတိုင်း တယောက် တစု၏ ဝိသမလောဘဒဏ်ကို တတိုင်းပြည်လုံး ခံရ၏၊ များသောအားဖြင့် အင်ဒိုနီးရှားတိုင်းပြည် မလေးကျွန်းဆွယ်တို့မှာလည်း နံ့သာဖြူ ထွက်၏၊ မိုက်ဆိုးနယ် (အိန္ဒိယပြည်) မှလည်း နံ့သာဖြူ ထွက်၏၊ ယခု မိုက်ဆိုးနယ်မှ ထွက်သော နံ့သာဖြူသည် ကောင်းလှပေသည်၊ ရှေ့အလင်္ကာကျမ်းတို့၌ကား မလျစန္ဒန် ဟူ၍ မလေးကျွန်းမှ ဖြစ်သော နံ့သာဖြူကို ဂုဏ်ပြုကြကုန်၏၊ ထိုကိုထောက်လျှင် ရှေ့အခါက မလေးကျွန်းထွက် နံ့သာဖြူသည် ကောင်းလှသည် ဟု ဆိုရပေမည်၊ ရေမြေဥတုကိုကြည့်လျှင် အိန္ဒိယပြည် မိုက်ဆိုး နယ်သားနယ်သူတို့သည် စိုက်ပျိုးတည်ထောင်ကြ၍ ဖြစ်နိုင်သေးလျှင် မြန်မာပြည်၌လည်း ဖြစ်သဖြင့် စိုက်လည်း စိုက်ပျိုးသင့်၏၊ အဘယ့်ကြောင့်နည်း ဟူမူ နံ့သာဖြူကို အိန္ဒိယ သီဟိုဠ် စသော အခြားသော တိုင်းပြည်တို့၌ ဆေးပစ္စည်း အဖြစ်နှင့် သာ အသုံးပြုကြကုန်၏၊ မြန်မာပြည်တွင်ကား ဆေးပစ္စည်းတွင်လည်း များစွာ အသုံးပြု၏၊ အမျိုးသမီးထု တရပ်လုံးလည်း ဆေးအဖြစ် အမွှေးအဖြစ်နှင့်လည်း လိမ်းကျံကြကုန်၏၊ ထို့ကြောင့် မြန်မာပြည်၌ မဖြစ် ဖြစ်အောင် စိုက်ပျိုးသင့်ကြောင်း တိုက်တွန်းရပေသည်။

နံ နံ

သက္ကတ धन्याक

ဟိန္ဒီ धनिया (ဓနိယား)

လက်တင် Coriandrum Sativum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှားသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။များသောအားဖြင့် အစေ့ကို သုံး၏၊ ဖန် ခါး စပ်၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ ချို၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ အစာကို ကြေကျက်စေ၏၊ နှုတ်မြိန်စေ၏၊ ဒေါသ သုံးပါးလုံးကို ငြိမ်စေ၏၊ အဖျား, ရေငတ်, အပူအန်ခြင်း, ပန်းနာ, ချောင်းဆိုး, အားနည်းခြင်း, ပိုးရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ သည်းခြေကို ပယ်တတ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

မြင်းသရိုက်ရောဂါ။ ။၎င်းနံ့နံ့စေ့ကို သကြားနှင့် ကျို၍ သောက်ခဲ့သော် သွေးမြင်းသရိုက်ရောဂါ ပျောက်၏။

လည်ချောင်းနာ။ ။လည်ချောင်း၌ အနာပေါက်ခြင်းဖြစ်မူ နံ့နံ့စေ့ကို ဝါး၍ အရည်ကို မျိုချပါက လည်ချောင်းနာခြင်း ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ခေါင်းကိုက်ရောဂါ။ ။နံ့နံ့စေ့ကို ဆီးဖြူသီးနှင့် ညမှနေ၍ စိမ်ထားပြီးလျှင် နံနက်တွင် စစ်၍ သကြားခဲနှင့် ရောပြီးသောက်သော် ခေါင်းကိုက်ရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ဝမ်းမီးနှုံ့ခြင်း။ ။နံ့နံ့စေ့ကို ချင်းခြောက်နှင့် ရော၍ ပြုတ်ပြီးလျှင် ၎င်းအရည်ကို အစာစားပြီးတိုင်း သောက်ပါက ဝမ်းမီးကောင်းလာပါလိမ့်မည်။

ကိုယ်ဝန်ရှိစဉ်အန်ခြင်း။ ။မိန်းမများ ကိုယ်ဝန်တည်စ ဖြစ်တတ်သော အန်ခြင်း, ပျို့ခြင်း, နှလုံးနာခြင်း ဖြစ်ခဲ့သော် နံ့နံ့စေ့ကို သကြားနှင့် ရော၍ပြုတ်ပြီးလျှင် ၎င်းပြုတ်ရည်ကို အအေးခံ၍ ဆန်ဆေးရည်နှင့် ရောပြီး သောက်ပါက အထက်ပါရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

သူငယ်နာချောင်းဆိုးခြင်း။ ။ဆန်ဆေးရည်နှင့် နံ့နံ့စေ့ကို စိမ်၍ ၎င်းစိမ်ရည်ကို သကြား သင့်တော်အောင် ရော၍ တိုက်ပါက ကလေးများ ချောင်းဆိုးခြင်း, ပန်းနာဖြစ်ခြင်း ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ကျပ်တီးနာ။ ။နံ့နံ့စေ့ နှင့် ဂျုံမှုန့်ကို ကြိတ်၍ ၎င်းကျပ်တီးနာများကို အုံပေးပါက (သို့မဟုတ်) ခပ်ပြစ်ပြစ်ဖျော်၍ လိမ်းပေးပါက နုလျှင် ပိန်၍ ရင့်လျှင် ပေါက်ပါလိမ့်မည်။

အဆစ်အဆက်ကိုက်ခဲခြင်း။ ။နံ့နံ့စေ့ ခြောက်ပဲသား အမှုန့်ကို သကြား ဆယ်ပဲသား ရော၍ စားခဲ့သော် အပူကြောင့်ဖြစ်သော အဆစ်အဆက် ကိုက်ခဲခြင်း ပျောက်ကင်းနိုင်ပါသည်။

နွားထမင်းပင်

ဘင်္ဂါလီ आद्रघ्निनी
လက်တင် Smithia Sensitiva

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပင်နု နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ များစွာ အခက်အလက်များ ရှိသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အပင်ကို ပြုတ်၍ ဦးခေါင်းကို လိမ်းပေးပါက ဦးခေါင်းနာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း ပျောက်ကင်းနိုင်ပါသည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

နွားမြက်ရင်း

ဟိန္ဒီ नागरमोथा (နာဂ,ရ မိုထာ)

သက္ကတ नागरमुस्त

လက်တင် Cyperus Scariosus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ငင်းသည် မြက်မျိုး ဖြစ်၏၊ အမြင့် သုံးပေမျှ ရှည်၏၊ ပင်စည် လုံး၏၊ ၎င်း၏ မြစ်ဥသည် အပြင်ဘက်တွင် နက်၍ အတွင်းသားမှာ နီကြောင်ကြောင် ရှိသည်၊ နွား၏ အမြီးသည် အဖျား၌ မြီးဆံအမွေးများ စုရုံးပေါက်နေသကဲ့သို့ ထိုမြက်သည်လည်း အဖျား၌ အရွက်များ စုရုံးထွက်နေတတ်သောကြောင့် နွားမြီးရင်းပင်ဟု ခေါ်၏၊ နွားမြီးရင်းမှ နွားမြက် ရင်း ဖြစ်၏၊ ၎င်းမှ ဥမြစ်ခေါင်းကို အသုံးပြုရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။စပ်ဖျင်းဖျင်း ရှိ၏၊ ပန့်၏၊ အေး၏၊ သလိပ်ကို နိုင်၏၊ သည်းခြေနာ, အဖျားရောဂါ, အတိသာရရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ နှုတ်မမြိန်ခြင်း, ရေငတ်ခြင်း, ပူလောင်ခြင်း နှင့် ပန်းနာရင်ကျပ်များကို ကင်းဝေးအောင် ပြုတတ်၏၊ ၎င်း၏ ဂုဏ်သည် သာမန် အားဖြင့် နံ့သာဖြူ၏ ဂုဏ်နှင့် တူ၏၊ ၎င်းအမြစ်တွင် ချွေးထွက်စေသော, ဆီးရွှင်စေသော, ဓာတ် ချုပ်စေသော အစွမ်းသတ္တိများ ပါရှိ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ပြည်တုလာသရောနာ။ ။၎င်းနွားမြက်ရင်းကို ပြုတ်၍ သောက်ပါက ပြည်တုလာ သရောနာ ပျောက်၏။

လိင်နိမိတ်ရောဂါ။ ။၎င်းကို ဥပသကာနှင့် ပြုတ်၍ သောက်ပါက လိင်နိမိတ်ရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ကင်းဆိပ်။ ။၎င်းနွားမြက်ရင်းမှုန့်ကို အနည်းငယ် သောက်ပါက ကင်းဆိပ်များ ကျဆင်းပါလိမ့်မည်။

အန်ခြင်း။ ။၎င်းနွားမြက်ရင်းကို သွေး၍ သောက်ပါက အန်ခြင်း ပျောက်ကင်း ပါလိမ့်မည်။

ဝမ်းကိုက်ခြင်း။ ။အချွဲအကျိများ ဝမ်းသွားခြင်း သွေးစသွေးနနှင့် သွားခြင်းတို့ကို နွားနို့ သုံးကျပ်သား, ရေတဆယ်သား, နွားမြက်ရင်းတကျပ်သား ထည့်ကျိုပြီးလျှင် ရေခန်း၍ နို့သက်သက် ကျန်သောအခါ ချပါ၊ ၎င်းအရည်ကို သောက်ပါက အရိအရွဲ နှင့် ပိတ်ဝမ်းသွား ခြင်းမှ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

နွားမပေးပင် (နမဘေးပင်)

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ငင်းအပင်သည် နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းအရွက်သည် ၄ - လက်မမျှ ရှည်၍ အနံ ၆ - ပဲ့မျှ ရှိ၏၊ ၎င်းအရွက်သည် ကဲ့၍ ကြီးသော ခွေးသွားစိပ်များ ရှိ၏၊ ၎င်းနွယ်ပင်၏ ပဥ္စငါးပါးကို ချိုးဆိပ်ကြည့်ပါက နို့စေးအဖြူများ ထွက်၏၊ ၎င်းနွယ်ကို နွားမပေးပင် ခေါ်ရခြင်းအကြောင်းမှာ နို့မထွက်သည့် သားသည်မိခင်များ ၎င်းအရွက်ကို ဟင်းခါးချက်၍ သောက်ပါက နို့များစွာ ထွက်လေသည်၊ ရှေးအခါက နို့မထွက်သော သားသည်မိခင် အတွက် ၎င်းအပင်ကို နွားမပေး၍ လဲလှယ်ယူရသည်ကို အကြောင်းပြု၍ နွားမပေးပင် ခေါ်ဆိုကြသည် ဟု ရှေးသူဟောင်းများ ပြောဆိုကြသည်ကို ကြားဘူး၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ငင်း၏ အမြစ်သည် ဆီး အလွန် ရှင်၏၊ အရွက်သည် မိန်းမများ နို့ အလွန် ထွက်စေ၏၊ ဝဖြိုး၏၊ နူးညံ့စွာ ဝမ်းသက်စေ၏၊ အထူးသဖြင့် ၎င်းဆေးပင်သည် ဆီးအိမ် နှင့် အသည်းရောဂါကို များစွာ ပျောက်ကင်းစေ၏။

အသည်းဖောရောင်သော ရောဂါကို ၎င်းအမြစ်ကို သွေး၍ ၁၀-မှ ၁၅- ဂရမ်မျှကို တခွက် စာပြု၍ နေ့စဉ် သုံးစွဲမူ အသည်းရောင်ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏၊ ၎င်းအပြင် ၎င်းအမြစ်ကို ၃ - ခွက် တခွက်တင်ကျို၍ တခွက်စာကို ၁ - ကျပ် ဂ - ပဲသားမျှ ခံသောက်လျှင်လည်း အသည်း ရောဂါ ပျောက်ကင်းစေ၏။

၎င်းအပြင် နို့မထွက်သည့် မိခင်များ နှင့် မီးရပ်ချုပ်နေသော မိန်းမများမှာ ၎င်းအရွက် အညွန့်များ ဟင်းခါးချက်၍ သောက်ခြင်း သုပ်စားခြင်းဖြင့် နို့လည်းထွက်- မီးရပ်လည်း မှန် လာနိုင်၏။

နွယ်ကဇွန်း (အဖြူ)

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ရေကဇွန်းနွယ်ပင် ဖြစ်သည်၊ ရေပေါ်တွင် လျှောက်၍ ပေါက်တတ်၏၊ မိုးအခါ အင်းအိုင် ချောင်းတို့၌ ပေါက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အဲစေ့, အပွင့်, အရွက်, အမြစ်တို့ကို မြေကိုက်ရာ၌လည်း အသုံး ပြုရ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

နွားမပေးပင်(နွမဝေးပင်)
ဋ္ဌဋ္ဌက ပံချာပီ (ဒုဒုလီ)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

နွယ်ချို

သက္ကတ မधु-यष्टी

ဟိန္ဒီ मुलैठा (मुलेठी)

လက်တင် Glycyrrhiza glabra

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။နွယ်ချိုသည် ချုံမျိုး, နွယ်မျိုးအားဖြင့် နှစ်မျိုး ရှိသည်၊ ချုံပင်မျိုးသည် အမြင့် ၃-ပေမှ ၆-ပေအထိ မြင့်၏၊ အမြစ်သည် အလွန် ရှည်လျားစွာ မြေတွင်းသို့ နက်ရှိုင်း၍ဝင်သွား၏၊ ဖြောင့်မတ်၏၊ အရွက်မှာ လိပ်ဆူးရွေရွက်နှင့် တူ၏၊ သို့သော် ရှည်လျား၏၊ ၃-လက်မခွဲမျှ ရှိ၏၊ ပူသောရာသီများတွင် ၎င်းအပင် ခြောက်သွေ့သွား၏၊ မိုးကျသောအခါ ပြန်၍ စိုပြေ စိမ်းလန်း လာသည်၊ အမြစ်သည် တုံး၏၊ အမြစ်၏အပေါ်ခွံ အရောင်သည် ဝါရောင်သန်း၍ ပြာနှမ်းနှမ်းရောင် ရှိ၏၊ အတွင်းသား ဝါဖန့်ဖန့် ရှိ၏၊ အရသာ ချို၍ ခါးသက်သက် ရှိ၏၊ ၎င်းအမြစ်ကို ဖြတ်တောက် လှမ်း၍ ရောင်းဝယ်ဖောက်ကားခြင်းကို ပြုကြကုန်၏၊ ၎င်းပြင် နွယ်မျိုးသည် တောင်ပေါ် စိုစွတ်သော နေရာများတွင် အနှံ့အပြား ပေါက်၏၊ ၎င်းသည်လည်း ချုံပင်နွယ်ချိုပင်ကဲ့သို့ ပင် အသုံးပြုကြကုန်၏၊ ၎င်းပြင် 'ဂျလီယဋ္ဌိ' ခေါ် ရေတွင် ပေါက်သော ရေနွယ်ချို တမျိုးလည်း ရှိသေး၏၊ ထို့ပြင် ယခုအခါတွင် ပန်ဂျပ်, ဘုံဘေ, မဒရပ်, ဂျာပန်, တရုပ်, ရုရှား စသော နိုင်ငံများတွင် အလွန် များစွာ နွယ်ချိုတို့ ထွက်ကုန်၏၊ အခြား တိုင်းပြည်မှ နွယ်ချိုများသည် ချို၍ ခါးသက်သက်ရှိသော်လည်း တရုပ်ပြည်မှ နွယ်ချိုသည် အခါးမရှိ အချိုသက်သက် သာ ရှိသော (မခါးသော) နွယ်ချိုတမျိုးကို တွေ့ရသေးသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်ကို သုံး၏၊ ချို၏၊ အေး၏၊ (ကြေကျက်ပြီးသောအခါ) ဝိပါကဋ်ချို၏၊ ပြေပြစ်၏၊ ခွန်အားကို ပြုတတ်၏၊ သုက်ကို ပွားစေ၏၊ မျက်စေ့ကို အကျိုးပြု၏၊ အရောင်အဆင်းကို ကောင်းစေ၏၊ အသံ နှင့် ဆံပင်ကို ကောင်းစေ၏၊ လေ သည်းခြေကို နိုင်၏၊ သွေးကြောင့်ဖြစ်သော ရောဂါ, အနာပေါက်, ရောင်တင်း, အဆိပ်, အော့အန်, ပါဒရက်, ရေငတ်, ချို့, ခယရုဂ်, သွေးအန် သွေးကျရောဂါ, ဝါတပိတ် (လေ သည်းခြေပိုင်) ရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ခံတွင်းအပူဖုများ။ ။နွယ်ချိုကို ငုံ၍ အရည်ကို စုတ်ပါက ခံတွင်းရှိ အပူလွန်၍ ဖြစ်သော အကျိတ်များ, အပူဖုများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ကြို့ထိုးခြင်း။ ။နွယ်ချိုမှုန့်ကို ပျားရည်နှင့် ရော၍ သောက်ပါက ကြို့ထိုးခြင်း ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ဝက်ရူးနာ။ ။ဘူးသီး နှင့် နွယ်ချိုတို့ကို ရော၍ စားလျှင် ဝက်ရူးနာ ပျောက်ကင်း၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

နှလုံးရောဂါ။ ။နွယ်ချို နှင့် ဆောင်းမေးခါးကို ဆတူ ရော၍ အမှုန့်ပြုပြီး ရေနွေးနှင့် သောက်ပါက နှလုံးရောဂါ ပျောက်၏။

မှတ်ချက်။ ။နွယ်ချိုဟူသည် ချိုသော နွယ်ပင် ဖြစ်သည်၊ ၎င်းသည် အချိုသက်သက် နှင့် အခါး အနည်းငယ် ပါသော နွယ်ချို ဟူ၍ အချုပ်အားဖြင့် နှစ်မျိုး သာ ရှိသည်၊ ထို၏ အရသာကို ခံယူ၍ ဝိသမလောဘ ပြင်းထန်စွာ ရှိကြကုန်သော ကုန်သည်တို့သည် နွယ်ချို အတုကို ပြုလုပ်ကြကုန်၏၊ ကြံဖတ်များကို ကြိတ်ပြီးလျှင် သကြားဆီ (Saccharin) ရေဖျော်၍နယ်ပြီး ပြန်ကြိတ်၍ နွယ်ချိုမှုန့် ဟု ပြော၍ ရောင်းကြကုန်၏၊ လျှာနှင့် စမ်းသပ် ကြည့်သော် အချိုချင်း တူကြမည် ဖြစ်သော်လည်း စွမ်းရည်သတ္တိကား မတူကြချေ။

ဥပမာ။ ။ပကတိ နွယ်ချိုသည် ချိုသော် ငြားလည်း ချောင်းဆိုး နှင့် ပန်းနာတို့ကို အထူး နိုင်၏၊ ကိုတ္တိမ (အတု) နွယ်ချိုသည် ချောင်းဆိုး နှင့် ပန်းနာတို့ကို အထူးသဖြင့် ဖြစ်စေ၏၊ ဤသည်လျှင် ဆေးတမျိုး၏ စွမ်းရည်သတ္တိကို လျှာနှင့် စမ်း၍ မရနိုင် ဟူသော အဖြေသည် ထင်ရှား၏၊ ခါးသက်သက်ရှိသော နွယ်ချိုတမျိုးကိုကား အချိုးကျ ဆားခါး အနည်းငယ် ထည့်ကြိတ်၍ ရောင်းချကြပြန်၏၊ ချို ခါး ရှိနေမည်မှန်သော်လည်း မည်မျှ ဥပါဒ် များလာသည်ကိုကား စာဖတ်သူတိုင်း သိနိုင်ပါပြီ၊ ထို့ကြောင့် ဆေးပင်ကို တိကျမှန်ကန်စွာ မသိသော ဆရာ၏ အပြစ် သာ လိုရင်းဖြစ်တော့သည်၊ နွယ်ချိုကိုရင်း အခြားသောပစ္စည်းကိုရင်း အတုလုပ်ရာ၌ အမှုန့်ကြိတ်၍ မထားဘဲ (ပစ္စည်းကို ဖျက်၍ မထားဘဲ) မလုပ်နိုင်ချေ၊ ထို့ကြောင့် အမှုန့်ကြိတ်စက်များ ထွန်းကားလာ၍ ၎င်းကို အမှုန့်ကြိတ်ပြီး ရောင်းချလာသော အလေ့သည် ထွန်းကားလာသမျှ ဆေးပစ္စည်း အတုများ ထွန်းကားလာမည် သာ ဖြစ်၏၊ ထိုအမှုန့်ကြိတ်ထားသော ပစ္စည်းသည် ဖော်ပြ ခဲ့သော လိမ်လည်မှုကို အခွင့်ကောင်းပေးရုံသာ မကသေး ဆေး၏ သတ္တိကိုလည်း များစွာ ယုတ်လျော့ပါးစေပါသည်၊ ဥပမာ– အတုံးလိုက်ထားသော နံ့သာဖြူသည် အတုံး ရှိသမျှ မနိမ့်မလျော့ချေ၊ သတ္တိ ရှိမြဲတိုင်း ရှိ၏၊ အမှုန့်ကြိတ်လိုက်ခဲ့သော် ခြောက်လ အတွင်း၌ ထိုအနံ့သည် ခံ၍ တဖြေးဖြေးလျော့ပါးသွားလေသည်၊ စုပေါင်း၍ တည်နေ ခြင်း နှင့် အမှုန့်အဖြစ်သို့ ရောက်သွားခြင်းသည် ဤမျှအထိ ကွာခြားပါသည်၊ ထို့ကြောင့် လိုသောအခါမှ လိုသောပစ္စည်းကို ဖြတ်တောက် ခွဲစိတ်၍ အမှုန့်ပြုလုပ်ပြီး သုံးစွဲမှုသည် ရှေး ထုံးလည်း ကျ၏၊ အကောင်းဆုံးလည်း ရနိုင်ပါ၏။

ရှေးဗိန္ဓောဆရာ တို့သည် ရှာဖွေရခက်သော ဆေးပစ္စည်းများကို ပေါင်းစုပြီးသော အခါ အမှုန့် ပြုလုပ် ကြကုန်၏၊ တာရှည်ခံရန် ထိုဆေးမှုန့်များကို ကြိတ်ပြီးလျှင် အ တောင့် အတုံး ပြုလုပ် ထားကြကုန်၏။

ထိုဆေးပစ္စည်းသည် မြေး မြစ် လက်ထက်တိုင်အောင် ဆက်ခံပြီးလျှင် သုံးစွဲကြ ကုန်၏၊ အမှုန့်သက်သက် နှင့် အတုံး အတောင့် ဆေးပစ္စည်းသည် ကြာရှည်ထားရာ၌ ဤကဲ့သို့ ကွာခြားသည်ကို သိနိုင်ပါပြီ၊ ထို့ကြောင့် ဆေးပစ္စည်းတို့ကို အမှုန့်ပြုထားပြီး ဝယ်ယူသုံးစွဲခြင်းသည် များစွာ အပြစ်ရှိကြောင်း သတိချပ်အပ်ပေသည်၊ နွယ်ချိုနှင့် စပ်၍

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အနည်းငယ်ရေးရန် ကျန်သေး၏၊ မြန်မာပြည်တွင် တောတောင်တခွင်၌ နွယ်ချို ဟူသော အပင်တမျိုး ရှိ၏၊ ဖော်ပြခဲ့သော လူတို့နှင့် နီးစပ်သည့် နွယ်ချိုမျိုး မဟုတ်ချေ၊ ၎င်းကို "တောနွယ်ချို" ဟု ခေါ်သည်၊ အချို လျော့နေသည်၊ အခါး မပါသည်ကို သတိပြုအပ်၏၊ အခါး အချို အနည်းငယ် ပါသည်ကို တွေ့ရ၏။

နွယ်ဒန်း

ကနေရီ करिवल्ली (ကရိဝလ္လိ)

လက်တင် Uvaria narum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းကို သပွတ်သိမ် ဟု ခေါ်ကြ၏၊ သို့ရာတွင် ခါးသော သပွတ်သီးမျိုး မဟုတ်ချေ၊ ၎င်းကို (သ) အက္ခရာစဉ်၌ ပြထားပြီး ဖြစ်၏၊ ထိုသပွတ်သီးကြီးနှင့် အနံ့တူကြ၏၊ သပွတ်သိမ် ဟူ၍လည်း ခေါ်ကြ၏၊ ခိုင်သော နွယ်ကြီးမျိုး ဖြစ်၍ ဒန်းလွဲ စီးကြသောကြောင့် နွယ်ဒန်း ဟူ၍လည်း ခေါ်ကြသေးသည်။

အချို့အရပ်၌ လုကရိ ဟူ၍လည်း ခေါ်ကြ၏၊ အပွတ်ပြွတ်တွဲ၍ သီးသောကြောင့် ခွေးလပြွတ်သီး ဟု ခေါ်ကြ၏၊ အသီးနုစဉ် မာ၍ မှည့်သောအခါ ညိုမဲနေ၏၊ တောသူတောင်သားတို့သည် ငပိရည်နှင့် တို့စားရာ၌ အလွန် နှတ်မြိန်၏၊ အရွက်ကို ဖက်ခွက်ငယ်များ လုပ်၍ အသုံးပြုကြ၏၊ အရွက်နှင့် ထုပ်၍ မုန့်ဖက်ကတော့များ လုပ်စားကြ၏၊

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။သပွတ်သိမ်ကို ကြည့်ပါ၊ ၎င်းအမြစ်၏ ပေါင်းတိုက်ရည်သည်၎င်း, ထိုအပင်၏ အမြစ်သည်၎င်း များစွာသော ဆေးဘက်တို့၌ အသုံးဝင်ကုန်၏၊ ၎င်းအရွက်ကို အမှုန့်ပြု၍လည်း နှာရှူဆေး အဖြစ် သုံးကြ၏၊ ၎င်းအမြစ်သည် အပူဒေါသကို ငြိမ်းစေ၏၊ သွေးဆိုးများကို ငြိမ်းစေ၏၊ လေပူဆန်တက်ခြင်းကို ငြိမ်းစေ၏။

နွေပဲ

သက္ကတ निष्पाव

ဟိန္ဒီ भटवास् (ဘဋဝါသ)

လက်တင် Lab Lab vulgaris

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အနွယ်, အရွက်, အပွင့်, အသီး စသည်တို့သည် ပဲကြီးနှင့် တူ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။ချို၏၊ ဖန်၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက (ကျေကြက်ပြီးသောအခါ) ၌ ချဉ်၏၊ ခြောက်ကပ်၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ ဆီးဝမ်းကို ရှင်စေ၏၊ နို့ရည်ကို ပွားစေ၏၊ သည်းခြေ နှင့် သွေးကို တိုးပွားစေ၏၊ ဆီး နှင့် လေကို ချုပ်စေ၏၊ သလိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ အဆိပ်, ဖော ရောင်ခြင်း, သုက်ကို ပယ်တတ်၏။

နွယ်သာကီ

သက္ကတ　करवीर

ဟိန္ဒီ　कनेर (ကနေ,ရ်)

လက်တင်　Nerium indicum

ပုံသဏ္ဌာန်။　　။အပင် စိမ်းလန်းနေတတ်သော ချုံသဘောရှိသော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ထိပ်ဖျား ချွန်၏၊ ရှည်၏၊ အပွင့်သည် အနီရောင်, နှင်းဆီရောင်, အဖြူရောင်များ ရှိကြ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။အမြစ်သည် ခါး၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ အားကို ဖြစ်စေ၏၊ အဆစ် အမြစ်တို့၌ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အလွန် အဆိပ်များသော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ မြွေဆိပ်ကို နိုင်၏၊ မြင်း, နွားများ စားလျှင် ရုတ်ခြည်း သေနိုင်၏၊ ထို့ကြောင့် အဿမာရက (မြင်းသေပင်) ဟု ဆေးအဘိဓာန်ကျမ်းများ၌ ခေါ်၏၊ နွားစားလျှင် သေသည်ကိုလည်း တွေ့ဘူး၏။

အပွင့်သည် ခါး၏၊ အရသာ ပြင်း၏၊ နာတာရှည်, နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း, ခါးနာခြင်း, ခေါင်းကိုက်ခြင်း, ဝဲခြောက်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏။

အသီးသီး အသုံးပြုပုံ

နွယ်သာကီ အဖြူမြစ်ကို နို့ရည်တွင် စိမ်ပါ၊ ထိုနို့ရည်ကို ဆီဦး ပြုလုပ်ပါ၊ ထိုဆီဦးကို အနည်းငယ်, အနည်းငယ် စားခဲ့သော် ကာမကို အားပေး၏၊ လိင်ချောင်းကို ခိုင်မာစေ၏၊ အပွင့်ကို မျက်နှာ၌ ပွတ်သတ်ခဲ့သော် မျက်နှာ လှပ၏၊ အမြစ်ကို ရေနှင့်သွေး၍ ကာလသား ရောဂါကြောင့် ဖြစ်သော အနာ၌ လိမ်းပေးခဲ့သော် ပျောက်ကင်း၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

နှောပွင့်

သက္ကတ महाकदम्ब

ဟိန္ဒီ धाराकदम्ब (ဓါရာကဒံ,ဗ)

လက်တင် Adina cordifolia

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရသာ ခါး, စပ်, ဖန်၏၊ သတ္တိ အေး၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ အရောင်အဆင်းကို ထိန်းပေးတတ်၏၊ သုက်ကို ပွားစေ၏၊ ဒေါသ သုံးပါးကို နိုင်၏၊ ဖောရောင်ခြင်း, အဆိပ်သင့်, အနာပေါက် ရောဂါတို့ကို နိုင်၏။

မှတ်ချက်။ ။အခေါက်သည် ဝဖြိုးစေ၏၊ အဖျားကို နိုင်၏၊ တောင့်တင်းစေ၏၊ အသားနုတက်စေ၏၊ (အခေါက်ကို ကျို၍ အနာပေါ် လိမ်းပေးပါ) ခေါင်းကိုက်သော် ပြုတ်ကောင်းမှုန့် ဆတူ ကြိတ်၍ ရှူပါ၊ ဝမ်းသက်၍ ဖျားခဲ့သော် အခေါက်ကို ပြုတ်၍ သောက်ပါ။

"ရာဇကဒမ္ဗ" ကို နှောအမျိုး ဟု နိဃဏ္ဍုကျမ်းများ၌ ဖွင့်ပြ၏၊ ၎င်း၏ ဂုဏ်သတ္တိမှာ အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်၏။

ရာဇကဒမ္ဗသည် ချဉ်၏၊ ဖန်၏၊ ချို၏၊ အေး၏၊ အဆိပ်, သွေးဖောက်ပြန်ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ သည်းခြေ နှင့် သလိပ်ကို ပယ်တတ်၏။

နှင်းဆီပန်း

သက္ကတ शतपत्री

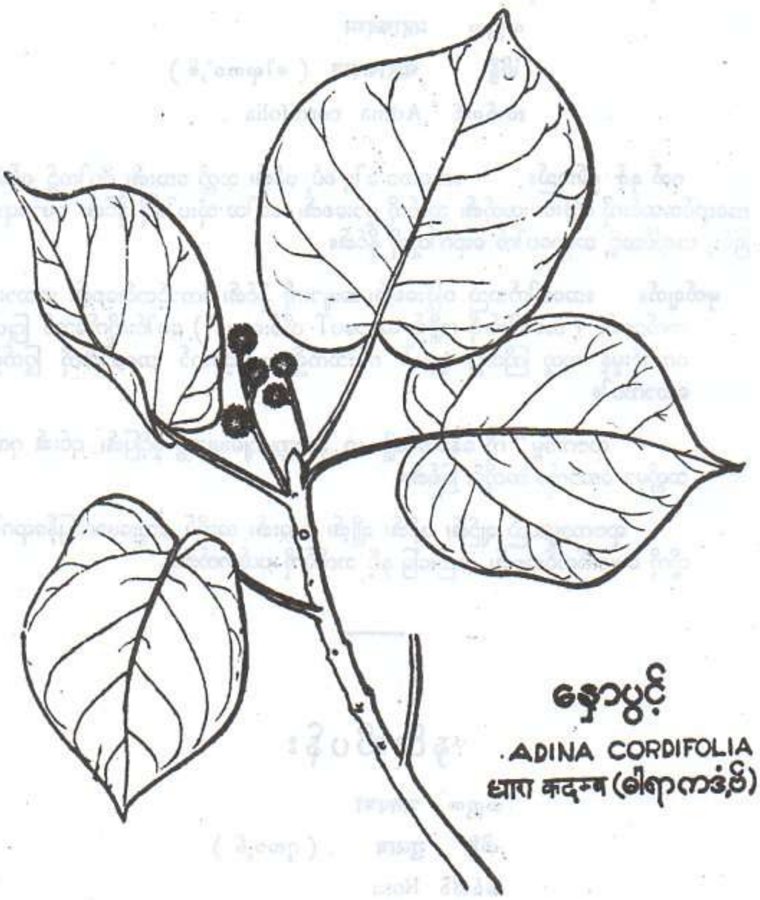
ဟိန္ဒီ गुलाब (ဂုလာ,ဗ)

အင်္ဂလိပ် Rosa

လက်တင် Rosa centifolia

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။လွန်စွာ ထင်ရှားပြီး ဖြစ်၍ မရေးသားတော့ချေ။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရသာမှာ ဖန် ခါး၏၊ သတ္တိ အေး၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊



နှောပွင့်

ADINA CORDIFOLIA

धारा कदम्ब (ဓါရာကဒံဗ)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

နှုတ်မြိန်စေ၏၊ ဝမ်းသက်စေ၏၊ မွေးကြိုင်စေ၏၊ လေဒေါသ, နူနာ, ပူခြင်း, အဖျား, သွေးအန်, သွေးကျ, အနာ မီးလျှံနာတို့ကို နိုင်၏။

မှတ်ချက်။ ။နှင်းဆီ ဟူသရွေ့ ဂုဏ်သတ္တိများ ရှိ၏၊ စင်စစ် နှင်းဆီသည် အဆင်းနှင့် သဏ္ဌာန်ကို အစွဲပြု၍ အကြီး, အသေး, အဖြူ, အနီ, အပြာ, ချုံနွယ် စသည်ဖြင့် အမျိုးမျိုး ရှိ၏၊ ယခုခေတ် သိပ္ပံ စိုက်ပျိုးရေး နည်းသစ်တို့အရ စိုက်ပျိုးကြရာ ပို၍ အမျိုးအစားများပြားလာတော့၏၊ နိဃဏ္ဍုကျမ်းများ၌လည်း ကြီး, သေး, ဖြူ, နီ, ဝါ စသည်ဖြင့် အမျိုးမျိုး ပြ၏၊ ဂုဏ်သတ္တိ အမျိုးမျိုးကိုလည်း ပြ၏။

နှင်းဆီ (အဖြူ)

ဟိန္ဒီ गुलाब सफेद (ဂုလာ,ဗ်,ဆဖေဒ်)

လက်တင် Rosa Alba

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အပွင့်သည် ဖန် ခါး၏၊ သတ္တိ အေး၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ထက်မြက်၏၊ မွေးကြိုင်၏၊ အူတို့ကို တွန့်ရှုံ့စေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ မြိန်စေ၏၊ အရောင်အဆင်းကို ဖြစ်စေ၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို နိုင်၏၊ ပါးစပ်ရောင်, နူနာ, သည်းခြေပူလောင်ခြင်း, သွေးဖောက်ပြန်ခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မှတ်ချက်။ ။ယူနာနီဆရာတို့ အလိုအားဖြင့် အပွင့်သည် သွေးကိုပွားစေ၏၊ နှုံးညံ့စွာ ဝမ်းသက်စေ၏၊ ဝမ်းပိုက်ရောင်, အအေးမိ, ခေါင်း, သွား ကိုက်ခြင်း, လေပြွန်ချောင်းများ ပူခြင်း, ကြက်ညှာချောင်းဆိုး, မျက်စိရောဂါ, အဆစ်အဆက်တို့၌ ဖြစ်သော လေရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

တရုပ်နှင်းဆီရောင်စုံ

ဟိန္ဒီ गुलाब साद (ဂုလာ,ဗ်-ဆာဒါ)

လက်တင် Rosa Indich

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပွင့်သည် နီ, ဝါ, ခရမ်းရောင်, အလွန် ဖြူသော အရောင်များ ဖြစ်၏၊ သူး ရှိ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်　　။အပွင့်သည် ချို၏၊ ဖန်၏၊ သတ္တိ အေး၏၊ ဝိပါကၡ ချို၏၊ ဆီးဝမ်း ရှင်၏၊ သုက်ကို ပွားစေ၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို နိုင်၏၊ ပူလောင်ခြင်း, သွေးအန် သွေးကျ ရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

နှင်းဆီကြီး

ပုံသဏ္ဍာန်။　　။ဖြူ နီ နှစ်မျိုး ရှိ၏၊ အပွင့် ကြီးထွား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။အပွင့်သည် ခါး၏၊ အေး၏၊ ဝိပါကၡ စပ်၏၊ ဝမ်းသက်စေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ နူနာ, သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း, ကင်းမီးကောက် အဆိပ်သင့်ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ၎င်း၏ အမြစ်သည် အူတို့ကို တွန့်ရှုံ့စေသော ဓာတ် ရှိ၏၊ အသားနုတက်စေ၏၊ အပူ နည်းပါးစေ၏၊ အရွက်သည် ခေါင်း၌ ပေါက်သော အနာစက်များ, ဒက်များနှင့် သွားနာ သွားကိုက်, မျက်စိနာ, အသည်းရောဂါ, မြင်းသရိုက် ရောဂါတို့ကို အကျိုးပြု၏။

နှင်းပန်းဖြူ

သက္ကတ　रजनी गन्ध

ဟိန္ဒီ　गुलशब्बो　(ဂု,လ်-ယှဗ္ဗိ)

လက်တင်　Polianthcus tuberosa

ပုံသဏ္ဍာန်။　　။ဥ နှင့် အပွင့်တို့သည် အဆိပ် ဖြစ်၍ အန္တရာယ် ပြုနိုင်သောကြောင့် အသုံးပြုရာ၌ အတိုင်းအတာကို ချင့်ချိန်၍ သုံးရ၏၊ အဆိပ်ပေါင်း ဆေးပစ္စည်း များစွာ ပါသော နန်းတွင်း လျာပွတ်ဆေးတို့၌၎င်း, နှင်းခူဆေးကြီးတို့၌၎င်း, မြန်မာတို့သည် များစွာ အသုံးပြု၏၊ (နှင်းပန်းကြီး) အဖြူမျိုးသည် ညနေ လွန်စွာ မွှေးသည်၊ ၎င်းနှင်းပန်းဥသည် ကြက်သွန်နှင့် တူ၏၊ ဆေးဖော်ရာတွင် နှင်းပန်းကြီးဥကို အသုံးပြုများကြ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်　　။ခြောက်ကပ်စေ၏၊ ပူ၏၊ ဆီးရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အန်စေတတ်၏၊ ဥကို အခြောက်လှမ်း၍ အမှုန့်ပြုပြီး နို့ ရည်နှင့် သောက်ခဲ့သော် (သို့မဟုတ်) ရေအေးနှင့် သောက်ခဲ့သော် ပြည်တုလာသရောနာ ပျောက်ကင်း၏၊ နနွင်းနှင့် ကြိတ်၍ ကလေးများ၌

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဖြစ်တတ်သော အဖု အနာများ၌ လိမ်းခဲ့သော် ပျောက်ကင်း၏၊ နေဇာမြက်ရည်နှင့် ကြိတ်လိမ်းခဲ့သော် အဖု အကျိတ်များ ပျောက်ကင်း၏၊ အပွင့်သည် ဆီးကောင်း၏၊ အန်စေတတ်၏။

နှင်းသီး (တရုပ်)

ဟိန္ဒီ लुकाट (လုကာ,ဋ)

လက်တင် Eriobotrya japonica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အမြဲ စိမ်းလန်း၍ အသီးရှိသော အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်၌ အမွေးနုကလေးများ ရှိ၏၊ ၎င်းအရွက်သည် ၆-လက်မမှ ၈-လက်မထိ ရှည်၏၊ ၁-လက်မခွဲမှ ၃-လက်မခွဲထိ အနံ ရှိ၏၊ အပွင့် ဖြူ၏၊ မွှေး၏၊ အသီးမှည့်သောအခါ ဝါ၏၊ ချို၏၊ အခွံ ပါး၏၊ စတင်ဖြစ်ပေါ်ရာ ဌာနသည် တရုပ်ပြည်တောင်ပိုင်း နှင့် ဂျပန်ပြည်တို့ ဖြစ်ကြ၏၊ယခု မြန်မာပြည်၌ ဝနယ်နှင့် တောင်ကြီး စသည်၌ များစွာ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ယူနာနီဆရာတို့ အလိုအားဖြင့် အသီးစိမ်းသည် ချဉ်၍ မှည့်သောအခါ ချို၏၊ အဖျား, အန်သောရောဂါ ပျောက်စေ၏၊ ရေငတ်ပြေစေ၏။

အစေ့သည်။ ။ပိတ်ဝမ်းရောဂါ၌ အလွန် ကောင်း၏။

အရွက်သည်။ ။တွန့်ရှုံ့စေ၏၊ ပိတ်ဝမ်းရောဂါ ပျောက်စေ၏။

အပွင့်သည်။ ။သလိပ်ကို ထုတ်ဆောင်တတ်၏၊ တရုပ်ပြည်၌ ချောင်းဆိုး, ပန်းနာ, ခယရုဂ်ရောဂါ စသည်တို့၌ အသုံးပြု၏။

နှံ ပ ချို

သက္ကတ उदुम्बरपर्णी

ဟိန္ဒီ दन्ती (ဒန္တီ)

လက်တင် Croton polyandrum (Beliosper)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းဆေးပင်သည် ကြီးငယ် နှစ်မျိုး ရှိ၏၊ အသေးမျိုးမှာ အမြင့် ၃-၄-တောင်မျှ ရှိ၏၊ အရွက်သည် စုတ်ဖွားဖွား ထွက်၏၊ သဖန်းရွက်နှင့် တူ၏၊ ၆-လက်မမှ ၁၈-

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

လက်မထိ ရှည်၏၊ အရွက်များ၌ အမွေး ရှိ၏၊ ရွက်နားတွင် ခွေးသွားစိပ် ရှိ၏၊ အချို့လည်း ရွက်ကွဲများ ရှိ၏၊ အပွင့် ဝါ၏၊ အသီးမှာ လက်မဝက်ခန့် ရှည်၏၊ အစေ့သည် တရွေးမျှ အလေးချိန် ရှိ၏၊ ကြက်ဆူစေ့နှင့် တူ၏၊ အမြစ်ခေါက် အရောင်မှာ ကာကီရောင် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ငှင်းဆေးပင် ၂-မျိုးလုံး ထက်၏၊ ဝမ်းလျှော၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ပူ၏၊ ကြောက်ခြင်း, ထိုးကျင့်ခြင်း, ပြည်တုလာသရောနာ, နူနာ, သလိပ်နာ, ရောင်ရမ်းခြင်း, ရင်ဘတ်နာ, ပိုးရောဂါတို့ကို နှိမ်နှင်း၏၊ နှပ်ချိုငယ်သည် ဝိပါက၌ ကြေကျက်၏၊ အေး၏၊ မလ နှင့် ဒီးကို ထုတ်ပယ်တတ်၏၊ အဆိပ်နာ, ရောင်ရမ်းခြင်း နှင့် သလိပ်ရောဂါတို့ကို နှိမ်နှင်းတတ်၏။

မှတ်ချက်။ ။နှပ်ချိုသည် ကနဒိုစေ့နှင့် တူစွာ အလွန် ထက်မြက်သော ဝမ်းနုတ်ဆေး ဖြစ်၏၊ လွန်စွာ စားသုံးမိပါက အသက်ကိုပင် အန္တရာယ် ပြုတတ်၏၊ သို့ပါ၍ ဤနှပ်ချို၏ အစေ့ကို သုံးစွဲရာတွင် သတိပြု၍ သုံးစွဲရကုန်၏။

နှံစားပြောင်း

သက္ကတ दीर्घमला

ဟိန္ဒီ जुआर (ဂျုအာ,ရ်)

လက်တင် Sorgum vulgare

Holeus sorghum

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အေး၏၊ ချုပ်၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ နှုတ်ကို မြိန်စေ၏၊ ဆာလောင်ခြင်းကို ဖြစ်စေ၏၊ သလိပ် သည်းခြေကို ပယ်တတ်၏၊ သွေးကြောင့် ဖြစ်သောရောဂါ, မြင်းသရိုက်ရောဂါ, အနာပေါက်, မြင်းဖုအစိုနာကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အစေ့သည် ဆီးကို ကောင်းစေ၏၊ ငြိမ်သက်ခြင်းကို ဖြစ်စေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုပုံ

သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း။ ။ပြောင်းရွက်များကို ကျောက်နှင့် ကြိတ်၍ ကိုယ်၌ လိမ်းကျံပေးခဲ့သော် သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ခေါင်းတချမ်းကိုက်ရောဂါ။ ။ပြောင်းရွက်ကို ချင်းခြောက်နှင့် ရောကျိုပြီးလျှင် ရှူပေးခဲ့သော် ခေါင်းတချမ်းကိုက်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

သွားနာ သွားကိုက် ရောဂါ။ ။ပြောင်းဖူးစေ့ကို ပြာချ၍ သွားကိုကို သိပ်ပေးခဲ့သော် သွားများလှုပ်ခြင်း, သွားများ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း ဧသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်ကုန်၏။

နားပြည်ယို ရောဂါ။ ။ပြောင်းဖူးစေ့ကို အရည် ထုတ်၍ ပူအောင် ပြုလုပ်ပြီးလျှင် နား၌ ထည့်ပေးခဲ့သော် နားပြည်ယိုခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

နှမ်း

သက္ကတ तिल

ဟိန္ဒီ तिल (ति,ल)

လက်တင် Sesamum Indicum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရသာမှာ စပ် ခါး ချို ဖန် ဆိမ့်၏၊ သတ္တိ ပူ၏၊ ဝိပါကၠ စပ်၏၊ ခွန်အားကို ဖြစ်စေ၏၊ အံပင်တို့ကို အကျိုးပြု၏၊ နို့ရည်ကို ပွားစေ၏၊ အနာကို အသားနုတက်စေ၏၊ သလိပ် သည်းခြေဒေါသကို ပြုတတ်၏၊ မလတို့ကို ချုပ်စေ၏၊ အသိဉာဏ်ကို ပွားစေ၏၊ လေဒေါသကို ငြိမ်းစေ၏၊ ၎င်းပြင် အရေပြားရောဂါ, သွားကိုက်ခြင်းတို့၌ အသုံးပြု၏။

မှတ်ချက်။ ။နှမ်းသည် နှမ်းနက်, နှမ်းဖြူ စသည်ဖြင့် အမျိုးမျိုး ရှိ၏၊ ၎င်းတို့အနက် နှမ်းနက်သည် အကောင်းဆုံး ဖြစ်၏၊ နှမ်းဖြူသည် အလည်အလတ် ဖြစ်၏၊ သုက်သွေးကို ပွားစေ၏၊ အခြားသော နှမ်းတို့သည် ကြကျက်လွယ်၏။

အသီးသီး အသုံးပြုနည်း

နှမ်းဘိုကို ရေနှင့် ကြိတ်၍ ဆီဦး နှင့် ရော၍ လျက်ပေးခဲ့သော် မြင်းသရိုက်ရောဂါမှ သွေးကျခြင်း ပျောက်ကင်း၏၊ နှမ်းပြုတ်ရေ၌ ချင်းခြောက်, ငြုတ်ကောင်း, ပိတ်ချင်းသီးတို့ကို အမှုန့်ပြုပြီး ထည့်၍ သောက်ခဲ့သော် သွေးထိန်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏၊ နှမ်းရွက်ရည်နှင့် ကြိတ်၍ ခေါင်း၌ လိမ်းကျံ ပေးခဲ့သော် ခေါင်းကိုက်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏၊ နှမ်းရွက်ညွန့်တို့ကို အရိပ်၌ လှမ်း၍ ပြာချပြီးလျှင် ထိုပြာကို ၇-ပဲသားမှ ၁၁-ပဲသား အထိ နေ့စဉ် သောက်ခဲ့သော် ကျောက်တည်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ နှမ်းဖတ် နှင့် နနွင်းကို ရေနှင့် ကြိတ်၍ လိမ်းကျံ ပေးခဲ့သော် ပင့်ကူဆိပ် ကျ၏၊ နှမ်းမြစ် နှမ်းရွက်ပြုတ်ရည်တို့ဖြင့် အံပင်တို့ကို ဆေးပေးခဲ့သော် အံပင်ဖြူခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မှတ်ချက်။ ။နှမ်းဆီကို ဆေးဘက် အသုံးပြုရာ၌ နှမ်းကို အနည်းငယ် လှော်ပြီးမှ ကြိတ်သည်၊ ၎င်းနှမ်းဆီကို ၃ - နှစ်ခန့် ထားပြီးမှ သုံးသည်၊ နှမ်းဆီထားရာ အိုးကိုလည်း တနှစ်တကြိမ်ကျ လဲလှယ်ပေးရ၏၊ အနှစ်များ ထိုင်နေလိမ့်မည်၊ ၎င်းကို မယူရ၊ ထိုနှမ်းဆီကြည်သည် လိမ်းဆေး, ခြေနယ်ဆေး, နားကျပ်ဆီ စသည်ဖြင့် များစွာ အကျိုး ရှိ၏။

နှမ်းကြပ် (စီသွာ)

သက္ကတ အတသီ

ဟိန္ဒီ အလသီ (အလသီ)

လက်တင် Semina linam
(Ousitaissimum)

အသုံး။ ။အစေ့ကို သုံးရ၏။

အရသာ။ ။ချို၏၊ သတ္တိပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခွန်အားကို ပွားတတ်၏၊ အနည်းငယ် သလိပ် နှင့် လေဒေါသကို ပွားတတ်၏၊ ဝဖြိုးစေတတ်၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ မျက်စိ အရောင်အဆင်းကို သုတ်ယုတ်စေ၏။

ဒေါသ။ ။သည်းခြေဒေါသကို ပယ်နိုင်၏။

ရောဂါ။ ။ဝမ်းပိုက်နာ, ရောင်တင်းခြင်း, နူနာ, သီး နှင့် စပ်သော ရောဂါ, ပါဒရက် ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေနိုင်၏။

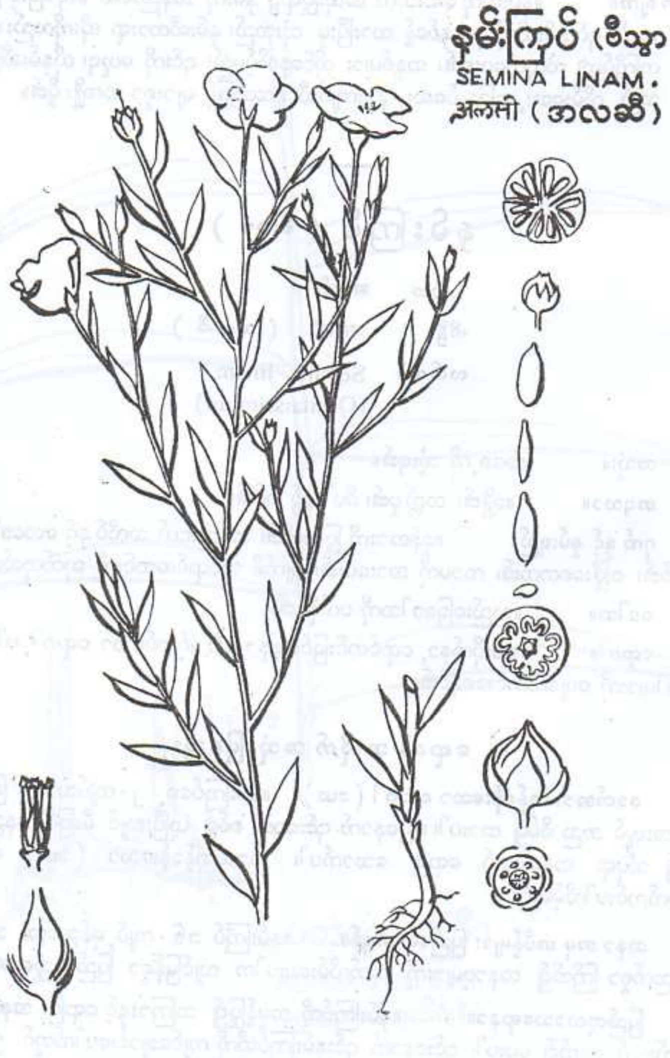
ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ခါတ်အား ကုန်ခန်းသော ရောဂါ (ခယ)။ ။နှမ်းကြပ်စေ့ ၂ - ကျပ်သားကို ကြိတ်၍ ရေအေးတွင် တည စိမ်၍ ထားပါ၊ ထို့နောက် ၎င်းရေကို စစ်၍ ယူပြီးလျှင် မီးဖြင့် အနည်းငယ် နွေး၍ သံပုရာ အနည်းငယ် ရော၍ သောက်ပါ၊ ခါတ်ကုန်ခန်းသော (ခယ) ရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

အနာ အဖု အပိန့်များ ပြည်ပေါက်ရန်။ ။နှမ်းကြပ် ၁၆ - ကျပ်, မုန်ညင်းဆံ ၁ - ကျပ် ကို ညက်စွာ ကြိတ်၍ အနာဖုများကို သုတ်လိမ်းပေးပါက လျှင်မြန်စွာ ပြည် မှည့်လေ၏။

ပြည်တုလာသရောနာ။ ။နှမ်းကြပ်ကို အမှုန့်ပြု၍ သကြားနှင့် ရောပြီး အနည်းငယ် အနည်းငယ် လျက်၍ ပေးပါ၊ ၎င်းနောက် ၎င်းနှမ်းကြပ်ဆီကို ကျင်ချောင်းပေါက်တွင် ၅ - စက်မျှ ထည့်ပေးပါ၊ ပြည်တုလာသရောက်နာ ပျောက်ကင်းလေ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)



(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ချောင်းဆိုး ရောဂါ။ ။နွမ်းကြပ်စေ့ကို လှော်၍ အမှုန့်ပြုပြီး ပျားရည် နှင့် ရော၍ လျက်ပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

နမ်နမ်

မလေး **नियम नियम**

သီဟိုဠ် **नम नम** (နမ်နမ်)

လက်တင် Cynometra Caulifora

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ အထူးအားဖြင့် မလေးကျွန်း၌ ပေါက်၏၊ အိန္ဒိယပြည် ဥယျာဉ်များ၌ စိုက်၏၊ မြန်မာပြည် မြိတ်မြို့နယ်တွင် ရှိ၏၊ အထူး သတိပြုရန်မှာ စားသုံးသော အရွက် နံနံမျိုး မဟုတ်၊ အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ ထိုစကားသည် မလေး စကား ဖြစ်၏၊ မြန်မာ ဝေါဟာရဖြင့် အမှန်အကန် မရသေးပါ၊

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အစေ့ဆီသည် ပဲ့ကျသော နူနာရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ထို့အပြင် အရေပြားရောဂါတို့၌ လိမ်းပေးရ၏။

[ပ]

ပကာကြီးပင် (ပတဲကောမျိုး)

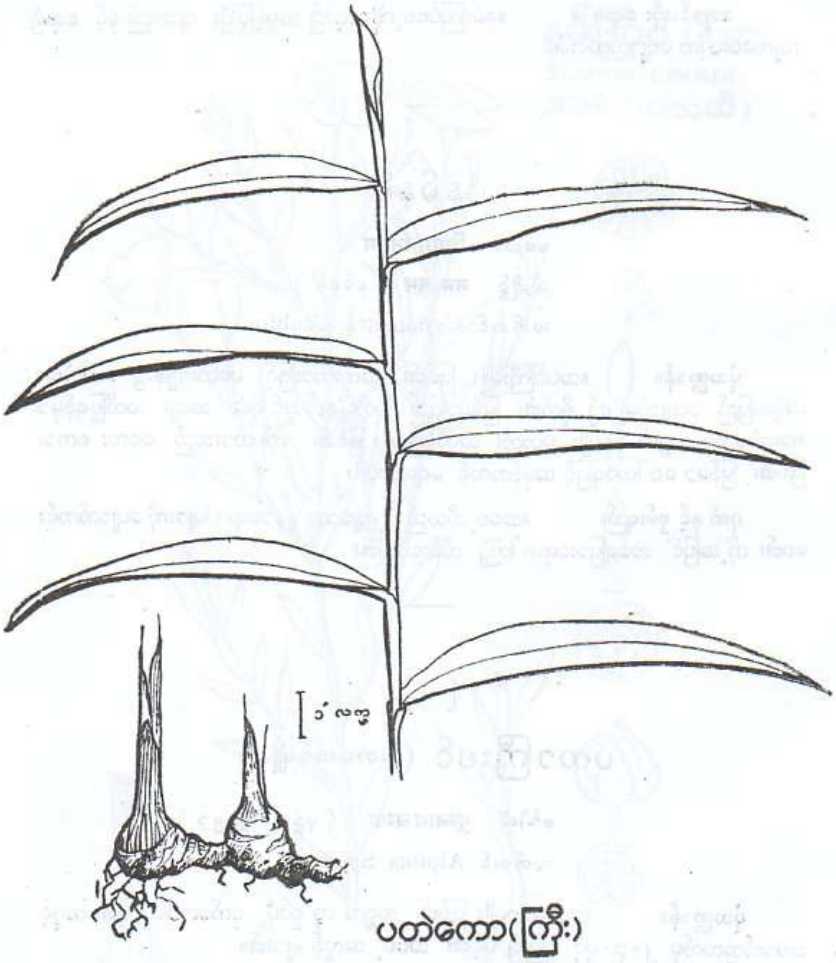
ပါဠိ **पुन्नाग चम्पा** (ပုန္နာ,ဂ-ကျမ္ဗာ).

လက်တင် Alpinia Speciosa

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပတဲကောမျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက် လှံစွပ်ပုံ၊ ငှက်တောင်ပုံ ရှိ၏၊ အပွင့် အောက်အလက်မှ ၂-၃-ပွင့် စုပြုံ၍ ပွင့်၏၊ အစေ့ အလွန် များ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပတဲကောနှင့် တူ၏၊ ထို့ပြင် ချင်းခြောက် အစားလည်း ထည့်နိုင်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



ပတဲကော(ကြီး)
ALPINIA GALANGA.
कुलिञ्जन (ကုလိဉ္ဇန်)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပဇင်းညို

ဟိန္ဒီ नागफेनी (နာ,ဂ်ဖေနီ)

လက်တင် Viteh peduncularis

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ ပေ (၈၀) ခန့် မြင့်၏၊ အရွက်သည် လှံသွား သဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ ထိပ်ဖျား ချွန်၏၊ အလျား ၆-လက်မ, အနံ ၁-လက်မမျှ ရှိ၏၊ ချော၏၊ ရွက်ရင်း၌ နားရွက် အဖတ် ပါ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အခေါက်ကို ရင်ဘတ် နာကျင် ကိုက်ခဲရာ၌ အပြင်လိမ်းဆေး အဖြစ်ဖြင့် အသုံးပြုရ၏၊ အပင်ကို အမျိုးမျိုး အသုံးပြုရ၏၊ အရွက် နှင့် အခေါက်ကို ငှက်ဖျား ရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရ၏။

ပတဲကော (ကြီး)

သက္ကတ अरूण

ဟိန္ဒီ कुलंजन (ကုလိန်ဂျန်)

လက်တင် Alpinia conchigera

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အမြင့် ၅-ပေ ၆-ပေ မှ ၇-ပေ ၈-ပေ အထိ ရှိ၏၊ အရွက်မှာ ၁-ပေ ၂-ပေမျှ ရှည်၏၊ ၄-၅-လက်မမျှ အနံ ရှိ၏၊ ဥသဏ္ဌာန် အဖျား ချွန်၏၊ အပွင့် သေးသေး ကလေးများ ပွင့်၏၊ အပွင့်သည် အစိမ်းရောင်သန်း၍ ဖြူ၏၊ အချို့ နိဃဏ္ဍုကျမ်းများ၌ ဖော်ပြထားသည့် ပတဲကောကြီးကို မယူကြဘဲ သက္ကတ သဒ္ဒါဖြင့် ဖော်ပြထားသည့် အပင်သည် နွယ်ပင်မျိုး ဖြစ်သည် ဟု ဆိုကြ၏၊ စပျစ် အနွယ်နှင့် တူ၍ အရွက်မှာ ကွမ်းရွက်နှင့် တူသည် ဟု ဆိုကြ၏၊ ၎င်းအတိုင်း နွယ်ကို ဖြတ်၍ ဆေးတွင် အသုံးပြုကြ၏၊ ဗြိတိသျှ ခေတ်က အိန္ဒိယ တိုင်းသားတို့သည် အိန္ဒိယမှ မြန်မာပြည်သို့ တင်သွင်း ရောင်းချ အသုံးပြုကြ၏၊ ဤ၌ ပတဲကောကြီးကို သာ ဖွင့်ပြပါမည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အများအားဖြင့် မြစ်ဥကို အသုံးပြု၏၊ ခါးစပ်၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ နှုတ်မြိန်စေ၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေသည်၊ နှလုံးကို အကျိုးပြုသည်၊ သလိပ် လေကို နိုင်သည်၊ နှလုံးရောဂါ, ချောင်းဆိုး, ခံတွင်းရောဂါ, လည်ချောင်းရောဂါ, လေရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်စေ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ရောဂါအလိုက် အသုံးပြုပုံ

အဖျားရောဂါ။ ။အဖျားကို နိုင်စေသော ငန်းဆေး စသည်တို့ကို တိုက်ရာတွင် ပတဲကောကြီး ပြုတ်ရည်နှင့် တိုက်ပါက လျင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ချောင်းဆိုးရောဂါ။ ။ပတဲကောကြီးမြစ်ကို ချင်းစိမ်း သတ္တုရည်, ပျားရည်နှင့် လျက်ပေးပါက ချောင်းဆိုးရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ရင်ဘတ်နာ ရောဂါ။ ။ပတဲကောကြီး နှင့် စမုံဖြူ, ဆားမီးဖုတ်တို့ နှင့် အမှုန့်ပြုလုပ်၍ အနည်းငယ် အနည်းငယ်မျှ လျက်ပေးခဲ့သော် ရင်နာ, ဝမ်းနာ လျင်စွာ ပျောက်ကင်း၏။

ဝမ်းမီးနှုံ့ ရောဂါ။ ။ပတဲကောကြီး, ချင်းချောက်, သိန္ဓောတို့ကို ဆတူ စပ်၍ အမှုန့်ပြုပြီး သောက်ခဲ့သော် ဝမ်းမီးနှုံ့၍ ဖြစ်တတ်သော အစာမကြေခြင်း စသော ရောဂါများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ဆီးအောင့်ရောဂါ။ ။ဆီးအိမ်တွင် ဆီးရှိလျက် ဆီးမသွားနိုင်ဘဲ အောင့်ချုပ်နေမှု ပတဲကောကြီး အမြစ်ကို ရေနှင့် သွေး၍ သောက်ခဲ့သော် ပျောက်ကင်း၏။

—

ပတဲကော(ငယ်)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပတဲကောငယ်သည် အကြီးမျိုး နှင့် ပင်, ရွက်, မြစ်ဥ တူ၏၊ အကြီးထက် ပဉ္စငါးပါးလုံး သေးငယ်၏၊ အနံ့ အရသာများလည်း အကြီးမျိုးလောက် မထက် မပြင်းပေ၊ ၎င်း ဥမြစ်သည် ရင့်, နု နှစ်မျိုး ရှိရာ၌ အရင့်ကို ဆေးတွင် သုံးပြီး အနုကိုမူ ငါးပိရေ နှင့် တို့မြုတ် စားကြ၏၊ ဆေးတွင်မူ အကြီး နှင့် အငယ်တွင် အကြီးမျိုးကို သာ အသုံးပြုများ၏။

ဆီးလွန်ရောဂါ။ ။ပတဲကောငယ်မြစ်ကို ပြုတ်၍ သောက်မူ ဆီးလွန်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

အကြော ရောဂါ။ ။၎င်း ပတဲကောငယ်ကို ဆီနှင့် ချက်၍ လိမ်းနယ်ပေးသော် အကြောတက်ခြင်း, လေးလံခြင်းရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

စကားပြော နှေးသော ရောဂါ။ ။ကလေးများ စကားပြောချိန် တန်လျက် စကားမပြောခြင်း, မပီသခြင်းတို့ကို ပတဲကောငယ် အမြစ်ကို သွေး၍ လျှာပွတ်ပေးခြင်း, အနည်းငယ် မှုံ့ပေးခြင်း ပြုပါက လျင်မြန်စွာ စကားပြောလာလိမ့်မည်၊

—

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပရန္နဝါ

သက္ကတ पुनर्नवा

ဟိန္ဒီ पुनर्नवा (ပုန,ရ်-နဝါ)

လက်တင် Boerhaavia Diffusa

ပရန္နဝါသည် အပွင့်ကိုလိုက်၍ အဖြူ, အနီ, အညို ဟူ၍ သုံးမျိုး ရှိ၏၊ အဖြူကို ဟိန္ဒီလို ဆဖေဒ် ပုနံန်ရ်ဝါ, အနီကို ဟိန္ဒီလို လာလ်ပုနံန်ရ်ဝါ, အညိုကို နီလ်ပုနံန်ရ်ဝါ ဟူ၍ ခေါ်၏၊ ၎င်း အပြင် ဘာဝပ္ပကာသ နိဃဏ္ဍုကျမ်းတွင် အပွင့်နက် တမျိုး ရှိသေး၏ ဟု ဆို၏၊ ရခဲ၏။

ဖော်ပြပါအတိုင်း ပရန္နဝါ ၃ - မျိုး ရှိသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ၎င်းတို့သည် အကုန်လုံး ပင် လူသားတို့အား ကျေးဇူးပြုကြသော အပင်မျိုးတို့ ဖြစ်၏၊ အညိုမျိုးမှာ ပို၍ ရသာယန (အသက် ရှည်ဆေး) အတွက် အသုံးပြုရန် သင့်သဖြင့် ၎င်းအညိုမျိုးကို ရသာယန အတွက် သီးသန့် ဖော်ပြ ထား၏၊ နေရာ အနှံ့ အပြား၌ ပေါက်တတ်၍ ရှားပါးသော အပင်မျိုး မဟုတ်ချေ၊ ရန်ကုန်မြို့၌ ပင် နေရာအနှံ့အပြား ပေါက်နေသည်ကို တွေ့ရသော အလေ့ကျ အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ သို့သော် သိသော ဗိန္ဓောဆရာကြီးတို့ကမူ ၎င်း၏ စွမ်းရည်သတ္တိ မည်မျှ ရှိကြောင်း ဖော်ပြ ထားသည်ကို တွေ့နိုင်သည်။

ပရန္နဝါ သုံးမျိုး၏ သဏ္ဌာန်။ ။အဖြူမျိုးသည် အရွက် ဝိုင်း၏၊ အနား နီရောင် ရှိ၏၊ အပွင့် ဖြူ၏၊ အရွက် ထူ၏၊ အနီမျိုးရွက်ထက် ကြီး၏၊ အရည် ရှမ်း၏၊ အခက် အလက် အရိုးများ ကျတ်ဆပ်၏၊ ၎င်းအဖြူကို မိုးဥတု အေးသော ရာသီများတွင် စိမ်းလန်းစိုပြေစွာ တွေ့၏၊ များစွာ ရနိုင်၏။

အနီမျိုးသည် အဖြူမျိုးအောက် အရွက် ငယ်၏၊ အပွင့် နီ၏၊ အရည် နည်းပါး၏၊ အကိုင်း အခက် အရိုး မာကျော၏၊ ဆယ့်နှစ်ရာသီလုံး အမြဲ ပေါက်လျက် ရှိ၏။

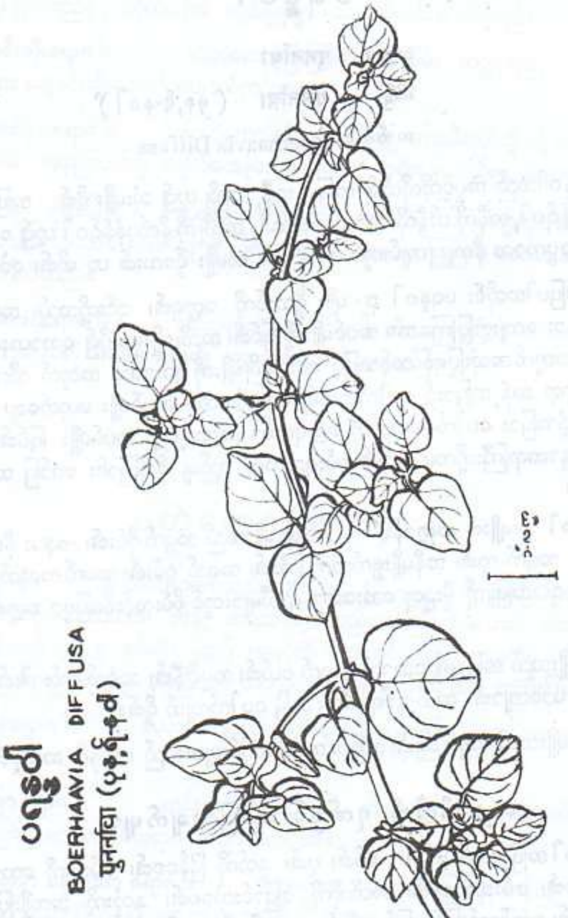
အညိုမျိုးသည် အပွင့် ညို၏၊ အခြား အစိတ်အပိုင်းများသည် အနီနှင့် ဆင်တူ၏။

ပရန္နဝါတို့၏ ဂုဏ်နှင့် ထူးခြားချက်များ

ပရန္နဝါအဖြူသည် ဖန်၏၊ စပ်၏၊ ပူ၏၊ နှုတ်ကို မြိန်စေ၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ခြောက်ထပ်စေ၏၊ ဝမ်းသက်စေ၏၊ ဓာတ်ကိုကို ပြောင်းလဲစေ၏၊ နှလုံးကို အကျိုးပြု၏၊ သေ သလိပ်ကို နိုင်၏၊ ရောင်တင်းခြင်း, မြင်းသရိုက်, ချောင်းဆိုး, ဝါသင့်နာ, အဆိပ်, ဝမ်းအောင့်, နှလုံးရောဂါ, ရင်ဘတ်ဒဏ်သင့် စသော ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ပရန္နဝါ အနီသည်။ ။ခါး၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ အေး၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ လေကို ပြုတတ်၏၊ မလတို့ကို ချုပ်စေ၏၊ သလိပ် သည်းခြေ သွေး ဖောက်ပြန်ခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ တတ်၏၊ ဖောရောင်ခြင်း, မီးရပ်ရောဂါ, ဝါသင့်နာတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



ပရန္ဒဝါ အညိုသည်။ ။ဝါး၏၊ စပ်ရှားရှား ရှိ၏၊ ပူ၏၊ အသက်တို ရှည်စေ၏၊ နှလုံးရောဂါ, ဝါသင့်နာ, ဖောရောင်ခြင်း, ပန်းနာတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ လေ နှင့် သလိပ်ကို ပယ်တတ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဤ ပြဆိုခဲ့ပြီးသော နိဃဏ္ဍု ကျမ်းများမှ တပါး အာယုဗ္ဗေဒ ဆေးကျမ်းများ အရ ဆိုလျှင် ပရန္ဒဝါ၏ အသုံးသည် အလွန် ကျယ်ဝန်းလှပေ၏၊ ထို အသုံးပြုချက်များ အနက်မှ အချို့ အဝက်တို့ကို အောက်ပါအတိုင်း ဖော်ပြလိုက်ရပေသည်။

ပရန္ဒဝါတွင် ဝမ်းမီးကို တောက်စေခြင်း, ဝမ်းသက်စေခြင်း, ဆီးကို ရှင်စေခြင်း, ချွေးကို ထွက်စေခြင်း, သလိပ်ကို ပယ်ဖျက်ခြင်, အန်စေတတ်ခြင်း, ဖောရောင်ခြင်းကို ပယ်ဖျက်တတ်သော သတ္တိ ရှိ၏၊ ဆီးရောဂါကို ပယ်ဖျက်တတ်သော သတ္တိသည် အကောင်းဆုံး ဖြစ်၍ ပဌမ အဆင့်တွင် တည်ရှိ၏၊ အကြောင်းမူ ဤဆေးကို သောက်ခဲ့သော် ဆီးအိမ်၌ တစုံတရာ ခက်ခဲခြင်း မရှိဘဲ ဆီး၏ အတိုင်းအတာသည် ၂ - ဆ တက်လာ၏၊ ထိုမှတပါး ဆီးအိမ် အတွင်း၌ ဆီးကို ဖြစ်စေရာ၌ တွန်းအား (လေ) ကို ပေးတတ်၏၊ ထို့ကြောင့် ဆီး၌ ငန်သော အတိုင်းအတာသည် တိုးတက်လာ၏၊ ဤ ၂ - မျိုးသော အကြောင်းတို့ကြောင့် ဆီး၏ အတိုင်းအတာသည် တိုးတက်လာ၏။

ထို့ပြင် ပရန္ဒဝါကို အသုံးပြုပါက ရေဖျဉ်းရောဂါ, အဆုတ်ရောင်ခြင်း, အူရောင်ခြင်း, ကိုယ်၏ အပြင်ဘက်၌ ရောင်ခြင်း, အလုံးစုံသော အင်္ဂါ ကြီး,ငယ် ရောင်ခြင်းတို့၌ အကျိုးများ၏၊ ကိုယ်၏ အပြင်ဘက်တွင် ရောင်ခြင်းတို့၌ အရွက်များကို ထုထောင်း၍ ပူအောင် ပြုပြီးလျှင် စည်းပေးကြ၏၊ နှလုံးရောဂါ, ချောင်းဆိုးရောဂါ, ရေဖျဉ်းရောဂါ, ပေါင်များ ရောင်သော ရောဂါတို့၌ ပရန္ဒဝါကို ပေးခဲ့သော် အလွန် အကျိုးများ၏။

ပရန္ဒဝါမြစ်ကိုကြိတ်၍ သူ့ချည်းသက်သက် သို့မဟုတ် သံနှင့် အတူ အင်္ဂါ ကြီး, ငယ်များ ရောင်ခြင်း, သွေးအားနည်းသော ရောဂါ၌ ပေးရာ၏ ဟု ဆို၏။

ပရန္ဒဝါ မြစ် မှုန့်ကို နေ့အခါ၌ ၂ - ကြိမ် လဘက်ရည် တဇွန်းစာ တိုက်ခဲ့သော် အနည်းငယ် ဝမ်းသက်စေ၏၊ အကယ်၍ အနည်းငယ်သော အတိုင်းအတာကို စားခဲ့သော် သလိပ်ကို ထုတ်အောင်ရာ၌ အကောင်းဆုံး ဖြစ်၏၊ ထို့ကြောင့် ပန်းနာ ရောဂါ၌လည်း အကျိုးပြု၏၊ အလွန်အကဲ စားသော အခါ၌ အန်ခြင်းကို ဖြစ်စေတတ်၏၊ အင်္ဂါ ကြီး, ငယ်တို့ ရောင် တင်းခြင်း, ရေဖျဉ်းရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရ၏၊ ထို့ပြင် ပရန္ဒဝါကို ရောဂါပေါင်း များစွာတို့၌လည်း အသုံးပြုနိုင်၏၊ ရေဖျဉ်းရောဂါတွင်မူ ကျေနပ်ဖွယ် အသုံးဝင်သည်ကို တွေ့နိုင်၏။

ရောဂါ အသီးသီး၌ အသုံးပြုနည်း

ချောင်းခြောက်။ ။အမြစ်မှုန့်ကို သကြားနှင့် ရော၍ ပေးခဲ့သော် ချောင်းခြောက်ဆိုးခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ပန်းနာ။ ။အမြစ်မှုန့် ၃ - ပဲသား၌ ပျားရည် ၄ - သား ရော၍ ကျွေးသော် ပန်းနာရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဆီးအောင့်ရောဂါ။ ။အရွက်ကို ပြုတ်ကောင်း နှင့် ရောကြိတ်၍ အဝတ်နှင့် ချပြီး သောက်ခဲ့သော် ဆီးအောင့်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ရေငတ်ရောဂါ။ ။ပရန္နဝါမြစ်, ရှမ်းဆေးခါး, ချင်းခြောက်ပြုတ်ရေကို သောက်ခဲ့သော် ပျောက်ကင်း၏။

ရေဖျဉ်းရောဂါ။ ။ပရန္နဝါမြစ်ကို ရေစိမ်၍ ဆော်ဒါ ရောလျက် သောက်ခဲ့သော် ရေဖျဉ်းရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဂူလုံးရောဂါ။ ။ပရန္နဝါမြစ် နှင့် သိန္ဓောဆားကို အတူရော၍ ထောပတ် နှင့် လျက်ခဲ့သော် ဂူလုံးရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ (တနည်း ပျားရည်နှင့် လျက်ခဲ့သော် ရေဖျဉ်းရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။)

ဆီးအောင့်ရောဂါ။ ။ပရန္နဝါရွက်ရည်ကို နို့ နှင့် ရော၍ သောက်ခဲ့သော် ဆီးအောင့်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

အကြောထွက်ရောဂါ။ ။ပရန္နဝါမြစ်ကို ချင်းခြောက်ရည်နှင့် ကြိတ်၍ ပတ်တီးစည်းပေးခဲ့သော် အကြောထွက်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ (အကြောထွက်ရောဂါ ဟူသည် ပူသော အရပ်ဒေသများ၌ အဖုအနာများ ပေါက်၍ ထိုအဖုအနာများမှ ကြိုးမျှင်တို့ကဲ့သို့ အကြောများ အမျှင်မျှင် ထွက်ကျသော ရောဂါမျိုးကို ခေါ်၏)။

၄ - ရက်ခြား အဖျား။ ။ပရန္နဝါမြစ်ကို နွားနို့ နှင့် အတူ သောက်ခဲ့သော် သည်းခြေကြောင့် ဖြစ်သော ၄-ရက်ခြား အဖျား ပျောက်ကင်း၏။

ကင်းမီးကောက်ဆိပ်။ ။တနင်္ဂနွေနေ့ ဖုသျှနက္ခတ်နှင့် ယှဉ်သော အချိန်တွင် နှုတ်ယူသော ပရန္နဝါမြစ်ကို ဝါးပေးခဲ့သော် ကင်းမီးကောက်ဆိပ် ပျောက်ကင်း၏။

မီးရပ်ရောဂါ။ ။ပရန္နဝါကို ကြိတ်မှုန့်ရွက်ရည် နှင့် ရော၍ သောက်ခဲ့သော် မီးရပ်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ပွေးနာ။ ။ပရန္နဝါကို ဒန့်ကျဲစေ့နှင့် အတူ စားခြင်း, လိမ်းကျံခြင်း ပြုခဲ့သော် ပွေးနာ ပျောက်ကင်း၏။

ပရုပ်ပင်

သက္ကတ कपूर
ဟိန္ဒီ कपूर (ကပူ,ရ)
လက်တင် Comphora Officicinarum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ၾငင်း ပရုပ်ပင်သည် မြန်မာပြည်နှင့် တကွ တရုတ်ပြည်, ဂျပန် စသည် ဘို့၌ ပေါက်၏၊ ၎င်းသည် ပင်လတ်တမျိုး ဖြစ်၏၊ အမြင့်မှာ ပေ ၆၀ - မှ ဂ၀ - ပေ အထိ မြင့်၏၊

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အဲခေါက်မှာ အပြင်ဘက်က ကြမ်းတမ်း၍ အတွင်းသားမှာ နူးညံ့ ချောမွတ်၏၊ အရွက်မှာ ဥသဏ္ဍာန် ရှိ၍ ချွန်၏၊ အရွက်အပေါ်ဘက်တွင် အဝါရောင်သန်း၍ စိမ်း၏၊ အောက်ဘက်တွင် မီးခိုးရောင် ရှိ၏၊ အပွင့် ဖြူ၏၊ သေးငယ်၏၊ အသီးများ စားတော်ပဲသီးမျှ ရှိ၏၊ ၎င်းအသီး၏ အနံ့မှာ ပရုပ်နံ့ မွှေး၏၊ ၎င်းအပင်မှ အစေးကို၎င်း၊ အမြစ်များမှ၎င်း၊ ပရုပ်ချက်၍ ယူကြကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အပင် သို့မဟုတ် ချက်ပြီးသော ပရုပ်ကို သုံး၏၊ ခါး၏၊ အေး၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ကြေလွယ်၏၊ ခေါင်းပါးစေ၏၊ အဆုတ်ကို အားရှိစေ၏၊ မျက်စိကို အကျိုးပြု၏၊ မွှေး၏၊ လေ, သည်းခြေကို နိုင်၏၊ ရေငတ်ခြင်း၊ ခံတွင်းခြောက်၊ နှုတ်မမြိန်ခြင်း၊ အနံ့မကောင်းခြင်း စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ယှဉ်ဘက်အသုံး။ ။ပရုပ် ၂ ရတီ, ရှိန်းခို ၂ ရတီကို ရောလုံး၍ ပန်းနာထချိန်တွင် တိုက်ကျွေးခဲ့သော် ၂ နာရီ ၃ နာရီ အတွင်းတွင် ပန်းနာသည် ရပ်သွား၏။

ပရုပ် ၂ ရတီတွင် ဘိန်း ရတီဝက်ခန့် ရော၍ သောက်ခဲ့သော် ဂနိုရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

သွားတွင် ပရုပ်ကို ထည့်ပေးခဲ့သော် သွားကျင်ကိုက်ခဲခြင်း၊ သွားမကောင်းခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ပရုပ်ကို ပရုပ်ပင်မှ တပါး အပင်အမျိုးမျိုးမှ ရရှိ၏၊ အိန္ဒိယပြည်တွင် ၄က်ပျောပင်စည်မှလည်း ထုတ်ယူကြ၏၊ ထိုပင်စည်မှ ထုတ်ယူသော ပရုပ်သည် ကြီး၏၊ ရှည်သော အတုံးများဖြစ်၏၊ ၄က်ပျောရွက်များမှလည်း ထုတ်ယူ၏၊ ထိုပရုပ်သည် မကောင်းချေ၊ သကဲ့သို့ ပင် ဖြစ်၏၊ အခြားသော သစ်ပင်အမျိုးမျိုးတို့မှလည်း ပရုပ်ကို ထုတ်ယူကြသေး၏၊ မြန်မာပြည်တွင် လင်းတပါးပျဉ်းပင်, ဖုမ္မသိန်ပင် စသည်တို့မှလည်း များစွာ ချက်ယူနိုင်လေသည်။

ရောဂါအသီးသီးတို့၌ အသုံးပြုနည်း

ပန်းနာ။ ။ပရုပ် ၂ ရတီ ရှိန်းခို ၂ ရတီကို ရောလုံး၍ ပန်းနာထချိန်တွင် တိုက်ကျွေးခဲ့သော် ၂ နာရီ ၃ နာရီအတွင်းတွင် ပန်းနာရောဂါ ရပ်သွား၏၊ ဤဆေး ကျွေးစဉ်တွင် ရင်ဘတ်တွင် တာရပင်ဆီ လိမ်းပေးပါက ပိုမို ကောင်း၏။

ဆီးရောဂါ။ ။ပရုပ် ၂ ရတီ ဘိန်း ရတီဝက်ခန့်ကို အလုံး ပြုလုပ်၍ ည အိပ်သော အချိန်တွင် တိုက်ခဲ့သော် သုက်သည် အလိုလို ပျော်ကြ၏၊ ဆီးရောဂါလည်း ပျောက်၏။

ဂနိုရောဂါ။ ။ပရုပ် ၂ ရတီတွင် ဘိန်း ရတီဝက် ရော၍ တိုက်ခဲ့သော် ဂနိုရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

သွားကိုက်ခြင်း။ ။သွားတွင် ပရုပ်ကို ထည့်ပေးခဲ့သော် သွား နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း နှင့် သွားမကောင်းခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ကာလဝမ်းရောဂါ။ ။ကာလဝမ်း ရောဂါဖြစ်၍ လက်ခြေများ အေးလာခဲ့သော် ပရုပ်ရည်ကို တိုက်ပေးသော် အကျိုးများ၏။

ကင်းမီးကောက်ကိုက်ခြင်း။　　။ပရုပ်ကို ရေနှင့် ကြိတ်၍ ကင်းမီးကောက် ကိုက်သော နေရာတွင် လိမ်းပေးခဲ့သော် ကင်းမီးကောက်ကိုက်ခြင်း, မှက်ကိုက်ခြင်းများ ပျောက်ကင်း၏။

စိန်အဆိပ်။　　။ပရုပ်တပဲသားကို နှင်းဆီရေနှင့် စိမ်၍ တိုက်ခဲ့သော် စိန်အဆိပ်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

နာတာရှည်ချောင်းဆိုး။　　။နာတာရှည် ချောင်းဆိုးရောဂါတွင် ပရုပ်သည် အလွန်ကောင်းသော ဆေး ဖြစ်၏၊ ၎င်းကို သလိပ်ကို ပယ်ဖျက်တတ်သော ဆေးတို့နှင့် ရော၍ အသုံးပြုရ၏။

ပရုပ် (တရုပ်)

သက္ကတ　चीनाककर्पूर

ဟိန္ဒီ　चीनिया कपूर　(ကျီနိယာ-ကပူ,ရ)

လက်တင် Cinnamomum camphora

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။ခါး၏၊ သလိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ နူနာ, ယားယံခြင်း, အန်ခြင်း စသည်ကို ပျောက်ကင်း၏။

မှတ်ချက်။　　။ပရုပ် (တရုပ်) ကို ဖော်မိုဆာကျွန်း (တာမဆူ ညာ) မြစ် အနီးအနား၌ ထိုပရုပ်ပင်များ ပေါများ၏၊ ထိုအပင်များမှ ပြုလုပ်၏၊ ယခုအခါ ဂျပန်ပြည်တွင်လည်း ပြုလုပ်၏။

ပိစတားသီး

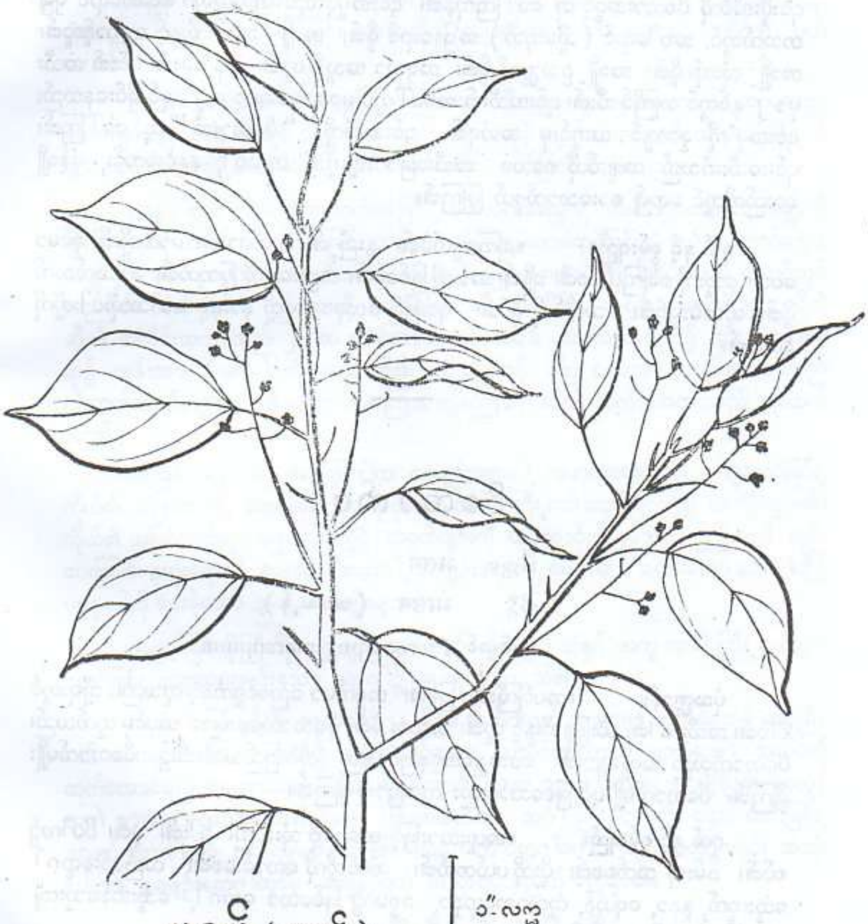
သက္ကတ　चारुफल

ဟိန္ဒီ　पिस्ता　(ပိစတား)

လက်တင် Piotasia vera

ပုံသဏ္ဌာန်။　　။၎င်းသည် ပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ပေ ၃၀-မျှ မြင့်၏၊ ၎င်းပိစတားအပင်သည် အီရန်, အဖဂါနိစတန် စသည်တို့၌ ပေါက်၏၊ ၎င်းအရွက်တွင် ပိုးတချို့ အိမ်ပြု၍ နေ၏၊

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)



ပရုပ် (တရုပ်)

CINNAMOMUM CAMPHORA.

चीनिय कपूर (ကျီနီယာ·ကပူရ်)

No. 20

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

၎င်းပိုးအိမ်ကို ပိစတားအပွင့် ဟု ခေါ်ကြကုန်၏၊ ၎င်းအပွင့်သည် တဘက်တွင် နှင်းဆီရောင် ရှိ၍ တဘက်တွင် အဝါရောင် (သို့မဟုတ်) အဖြူရောင် ရှိ၏၊ အချို့ သဖန်းသီးနှင့် သဏ္ဍာန်တူ၏၊ အချို့ လုံးလုံး ရှိ၏၊ အချို့ ဥသဏ္ဍာန် ရှိ၏၊ အရသာ အလွန် ဖန်၏၊ အနံ့ မွှေး၏၊ ၎င်း၏ အသီးမှာ ၂-နှစ်တွင် တကြိမ် သီး၏၊ ၎င်းအသီး၏ အပေါ်တွင် မာကျောသော အခွံ အုပ်ဆိုင်းနေသည်၊ ၎င်းအခွံကို ခွာလျှင် အတွင်းမှ အဆံရ၏၊ ၎င်းအဆံကို "ပိစတားဆံ" ဟု ခေါ်ကြ၏၊ ၎င်းအသီးဆံသည် သဗျက်ယို စသော အသီးခြောက်တို့ကဲ့သို့ ဟလဝါ, နန္ခင်းမကင်း, မုန့်ချို စသည်တို့တွင် ရော၍ စားသောက်ဖွယ် ပြုကြ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ကြေကျက်ခဲ၏၊ နူးညံ့၏၊ သုက်ပွား၏၊ ဓာတ်တို့ကို ခိုင်မာစေ၏၊ သွေးကို စင်ကြယ်စေ၏၊ ချို၏၊ အားကို ဖြစ်စေ၏၊ သည်းခြေကို ပြုတတ်၏၊ ခါးသက်သက်ရှိ၏၊ ဆီးဝမ်းရှင်၏၊ သလိပ်ကို နိုင်၏၊ ၎င်းပြင် လေနာ, လူတို့ နှားနှင့် ဒေါသသုံးပါးတို့ကို နိုင်စေ၏။

ပိတောက်ပင်

သက္ကတ **असन**

ဟိန္ဒီ **आसन** (အာသ,န်)

လက်တင် Pterocarpus marsupium

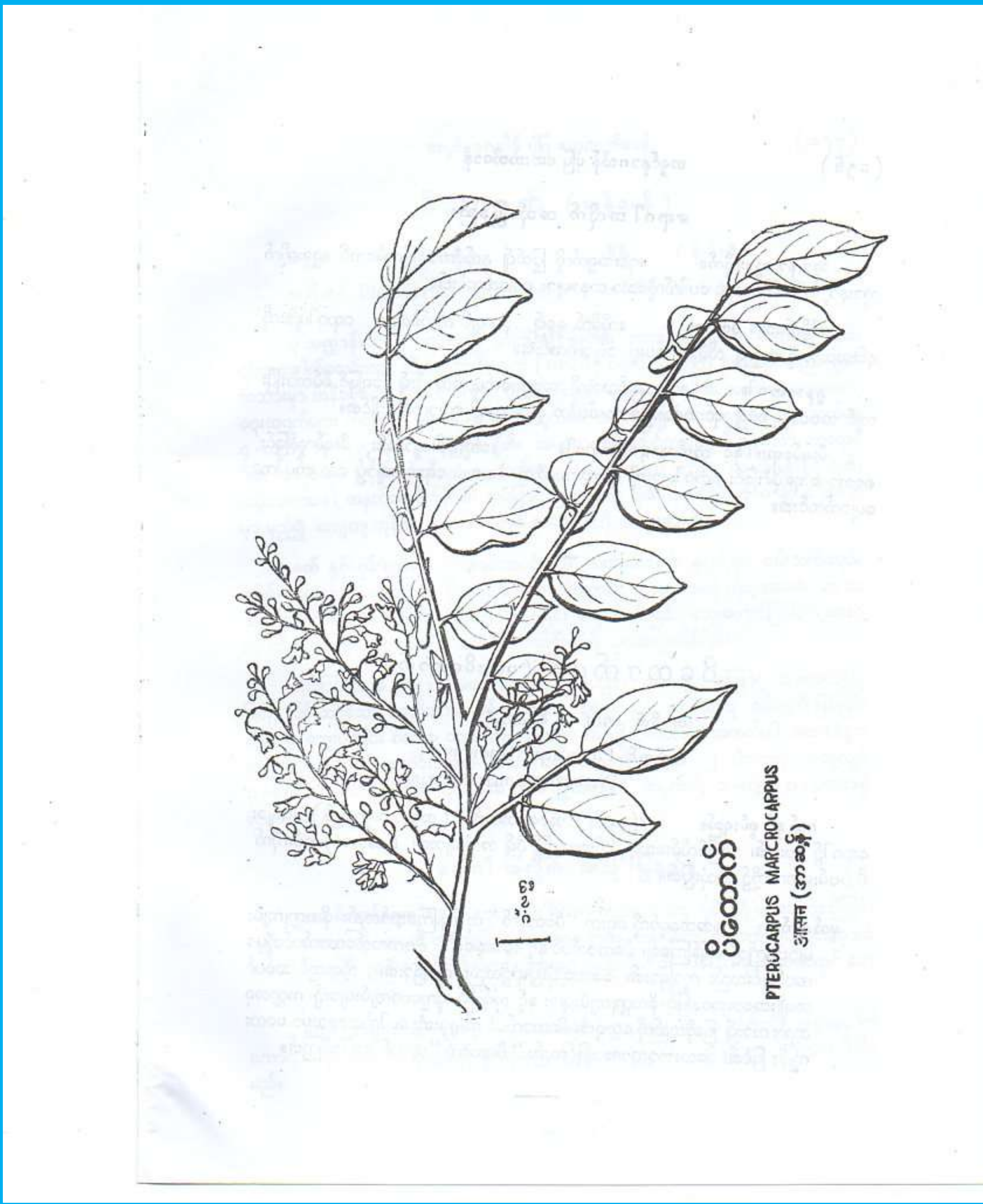
ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်မှာ ညောင်ရွက်နှင့် တူသည်၊ သို့ရာတွင် ငယ်၏၊ အသီး ဝါ၏၊ ဆီးဖြူသီးနှင့် တူ၏၊ အသား မဲ၏၊ နီသောအစေးများ အပင်မှ ထွက်သည်၊ ပိတောက်သည် အမျိုးများ၏၊ ဒေသန္တရအနေဖြင့်လည်း တိုင်းပြည်အသီးသီး၌ ပိတောက်မျိုး ရှိကြ၏၊ ပိတောက်မျိုးပင် ဖြစ်သော်လည်း ကွဲပြားခြားမှု ရှိကြ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အထူးအားဖြင့် အစေးကို သုံးသည်၊ ခါး၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ဝမ်းကို သက်စေ၏၊ ပိုးကို ပယ်တတ်၏၊ ဆံပင်တို့ကို ကောင်းစေ၏၊ လည်ပင်းရောဂါ သွေးကွက်, နူနာ, ရေယုန်, တုလာသရောနာ, ဝစ္စမဂ်၌ ဖြစ်သော ရောဂါ, သွေးအန်သွေးကျ အရေပြားရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အသီးသီး အသုံးပြုနည်း

အပွင့်သည် ခါး၏၊ အစာကို ကြေကျက်စေ၏၊ လေကို ပွားစေ၏၊ အဖုအနာများ, ဆီးရောဂါ, ဆင်ခြေထောက် ရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

သွားနာ သွားကိုက်။ ။ရင်းအရွက်ကို ပြုတ်၍ နှုတ်ငုံကာ ပလုပ်သော် သွားကိုက် သွားနာ, ပါးစပ်ပူလောင် ပေါက်ကွဲသော အနာများ ပျောက်ကင်း၏။

ထိခိုက်သော ဒဏ်နာ။ ။ထိခိုက် ရှနာ၍ နာကျင် ကိုက်ခဲသော ရောဂါများကို ၎င်းအသားကို သွေး၍ လိမ်းကျံပေးမူ ပျောက်ကင်း၏။

နူနာရောဂါ။ ။၎င်းအနှစ်သားကို အနည်းငယ်မျှ ထောင်း၍ ရေဖြင့် စိမ်ထားပြီးလျှင် အဝတ်နှင့် စစ်၍ ၎င်းအရေကို သောက်ပါက နူနာရောဂါ ပျောက်ကင်းနိုင်၏။

မီးရပ်ရောဂါ နှင့် အတိသာရဝမ်းရောဂါ။ ။သွေးဝမ်းသွားခြင်း, မီးရပ်လွန်ခြင်း စသော သွေးယိုစီးခြင်း ရောဂါများကို ၎င်းအခေါက်ကို ၁-ပဲသားမျှ ရေနှင့် ဖျော်၍ သောက်ပါက ပျောက်ကင်း၏။

ပိတောက်ပင် (ပန်းပိတောက်)

တာဝိလ် ဓာတ် (ပိတောက်)

လက်တင် Pterocarpus Indicus
Pterocarpus marcrocarpus

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။(အသီး) အန်စေတတ်၏၊ (အရွက် သတ္တုရည်) အဖျားရောဂါ၌ ပေးရ၏၊ အပြင်လိမ်းဆေး, မှိုင်းဆေးတို့၌ ပို၍ အသုံးများ၏၊ (အသား) ဝမ်းကိုက် ပိဘ်ဝမ်းရောဂါတို့၌ အသုံးပြု၏။

မှတ်ချက်။ ။အသနပုဒ်ကို ရှေးက "ပိတောက်" ဟု ပြန်ကြသော်လည်း နိဿယကျမ်းများ၌ ဤသို့ မပြန်ကြချေ၊ ပိတောက်ပင် နှင့် အသနခေါ် ဇီဝကလက်ထောက်ပင်တို့မှာ အပင်ချင်းလည်း ကွာခြား၏၊ ဆေးအသုံးပြုရာ၌လည်း ကွာခြား၏၊ သို့ရာတွင် သစ်ပင် အမျိုးအစားအနေဖြင့် နိဿယကျမ်းများ နှင့် အင်္ဂလိပ် ရုက္ခဗေဒကျမ်းများ၌ ကဏ္ဍတခုတည်း ထား၍ ပြဆိုသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ပိတောက်ပင် အများဆုံး ပေါက်ရာဒေသမှာ မလေးကျွန်း ဖြစ်၏၊ မလေးဘာသာအားဖြင့်လည်း "ပိတောက်" ဟု ပင် ခေါ်သိုကြ၏။

ပိတောက် (အန်ဒမန်)

သက္ကတ (ပၥ်ဆရိုဟိကဲ) ဟိန္ဒီ (ရိုဟိကဲ)

လက်တင် Plerocarpus dalbergioides အင်္ဂလိပ် Andaman Redwood

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ အခေါက်သည် ၃-လက်မမျှ ထူ၏၊ ၎င်းအခေါက်ရောင်သည် ညိုရောင်သန်းလျက် (ကာကီ) ရောင် သို့မဟုတ် နက်ရောင်လည်း ရှိ၏၊ အသားမှာ အနီရင့်ရောင် ရှိ၏၊ ပိုးကောင် ပိုးအိမ်တို့လည်း များစွာ ရှိကုန်၏၊ အရွက်မှာ တမာခက်, ဝှေးအရွက်များ ကဲ့သို့ ၃-စုံမှ ၆-စုံ အထိ ထွက်၏၊ တရွက်တရွက်၏ အရှည်မှာ ၂-လက်မမှ ၄-လက်မ အထိ ရှည်၏၊ ဥ-ပုံသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အပွင့်မှာ စိမ်းရောင်သန်းလျက် ဖြူသော အရောင် ရှိ၏၊ အဆုပ်ဆုပ် ပွင့်၏၊ အသီးမှာ ၁-လက်မမှ ၂-လက်မ အထိ ရှည်၏၊ ပန်းသီးမျိုးနှင့် တူ၏၊ မှည့်သောအခါ အနက်ရောင် ဖြစ်၏၊ အမြောင့် ၅-မြောင့် ရှိ၏၊ ၎င်းအသီးမှာ ဝါဆို ဝါခေါင်မှာ မှည့်၍ ကြွေကျ ကုန်၏၊ ဆေးဘက်တွင် အခေါက်ကို အသုံးများ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအပင်သည် သုက်ပွားစေ၏၊ နူးညံ့စွာ ဝမ်းသက်စေ၏၊ ဖန်၏၊ အဖျားကို ပယ်တတ်၏၊ ပိုးများကို သုတ်သင်တတ်၏၊ ကာမအားကို တိုးပွားစေ၏၊ ဒေါသ သုံးပါးကို ငြိမ်းစေ၏၊ ၎င်းပြင် လည်ချောင်းနာခြင်း, ချောင်းဆိုးခြင်း, သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း, အနာ ပေါက်မျိုးစုံ နှင့် နူနာ အတိသာရ ဝမ်းသွားခြင်းတို့ကို ပယ်ဖျောက်နိုင်၏။

၎င်းပြင် ဝိသမ ဇွဲဖျား (မလေးရီယာ) စွဲကပ်ခြင်း, ၎င်းရောဂါကြောင့် အားအင်ချိနဲ့ခြင်း, ပြင်းထန်သော အတိသာရ ဝမ်းသွားခြင်း, နာတာရှည် အတိသာရ ဝမ်းပျက် ဖြစ်ခြင်းကြောင့် သွေးပါခြင်း စသော ရောဂါတို့၌ များစွာ အကျိုးပြုတတ်၏၊ အထက်ပါ ရောဂါများ အတွက် အသုံးပြုရန် အတိုင်းအတာ- အခေါက်၏ အမှုန့်ကို တခွက် ၂-ပဲသားမျှ တနေ့လျှင် ၃-ကြိမ်ကျ သောက်နိုင်၏၊ ၎င်းအခေါက်၏ ပြုတ်ရည်ကို တခွက်ကို ၁-ကျပ် ဂ-ပဲသားမျှ သောက်နိုင်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အဆစ်ရောင်ရောဂါ။ ။၎င်းအခေါက် ၅-ကျပ်သား ရေ ၅ဝိ- နှင့် လေးဘို့ တဘို့ကြွင်းကျိုသောအရည်ကို တခွက် ၁-ကျပ် ဂ-ပဲသားမျှ တနေ့ တကြိမ်ကျ သောက်ပါ၊ ၎င်းနောက် အခေါက် အစိကို ညက်စွာကြိတ်၍ ရောင်ရန်းသော နေရာကိုလည်း အုံပေးပါမူ အဆစ်ရောင် ရောဂါ ပျောက်ကင်းစေ၏။

ခံတွင်း အပူလောင်ရောဂါ။ ။အာခံတွင်း၌ အပူအဖုများ ပေါက်၍၎င်း, အနာပေါက်သော်၎င်း ၎င်းအခေါက်ကို ပြုတ်၍ နူတ်ငုံဆေး ပြု၍ အသုံးပြုပါ၊ လျှင်မြန်စွာ သက်သာပါလိမ့်မည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အတိသာရ ဝမ်းသွားရောဂါ။ ။ငှင်းအခေါက် မှုန့်ကို အနည်းငယ် အနည်းငယ်မျှ လျက်ဆားကဲ့သို့ လျက်ပေးပါက ပြင်းထန်သော အတိသာရ ဝမ်းရောဂါနှင့် နာတာရှည် ဝမ်းပျက်ရောဂါများ ပျောက်ကင်းစေ၏။

ဝိသမအဖျား (မလေးရီယာ)။ ။တက်ဖျား ကျဲဖျားရောဂါကို ငှင်းအခေါက်မှုန့် ၂-ပဲသားကို ရေနွေးဖြင့် တနေ့ ၃-ကြိမ် သောက်ပါ၊ ငှင်း (မလေးရီယာ) အဖျား ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်၊ သို့သော် အထက်ဖော်ပြပါ ဆေးအချိန်အထက် ပိုမို၍ သောက်ပါက အကြောအချဉ်များ ဖောက်ပြန်ပြီးနောက် မူးဝေတတ်ပါသည်၊ အထူး သတိပြုပါ။

ပိတောက်ပင် (မိလစ်မျိုး)

မရာဋ္ဌီ **သီဇူ**

ဟိန္ဒီ **बिलायती शीशम** (ဗိလာယတီ-ၐီၐမ်)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အကိုင်းအခက်များသည် ထီးကဲ့သို့ ဘေးတဘက်တချက်သို့ ပြန့်ကား၍ ထွက်၏၊ (ကြွင်းသဏ္ဌာန်မှာ ကုလားပိတောက်နှင့် အားလုံး တူ၏။)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဝဖြိုးစေ၏၊ ဝမ်းမီးကို ပွားစေ၏၊ နူနာ, ပိုးရောဂါ စသည်တို့၌ အသုံးပြုရ၏။

ပိတောက် (မြေ)

သက္ကတ **भूमिचंपा**

ဟိန္ဒီ **भूईचंपा** (ဘူဣဇမ္ပာ)

လက်တင် Kaempferia Rotunda

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မွှေးသော အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်ကြီး၍ စိမ်း၏၊ အမြစ်အလယ်၌ အလုံးလုံး အဖုအဆစ်များ ရှိ၏၊ ထိုအဖုအဆစ်များမှ အသားများ၍ ကြီးသော အမြစ်များသည် ထွက်၍ ဥကဲ့သို့ ဖြစ်၏၊ (ထိုအမြစ်အရသာသည်၊ ခါး၏၊ ၎င်းကိုပင် ဆေး၌ သုံး၏၊) အရွက်သည် မဥ္ဇူရွက်နှင့် တူ၏၊ အပွင့်သည် မြေမှ ထွက်သော အပွင့်ကဲ့သို့ ရှိ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ရသာ စပ်၏၊ သတ္တိ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ဖောရောင် လည်ပင်းအဖုအကျိတ် အနာပေါက် စသည့် ရောဂါများကို အသားနုတက်စေ၏၊ အပင်ကို ကြိတ်၍ လိမ်းဆေးပြုပြီးလျှင် လတ်ဆတ်သော အနာ၌ ပတ်တီးစည်းပေးလျှင် ချက်ချင်း အသားနုတက်၏၊ အမြစ်သည် ဖော်ရောင်ခြင်း အမျိုးကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ဝမ်းမီးတောက်စေ၏၊ ရောင်တင်းခြင်း၌လည်း လိမ်းပေးရ၏၊ ဒေါက်တာ ဒေဆာအီ၏ အလိုအားဖြင့် မြေပိတောက်ဥကို သွေးယိုစီးခြင်း, လည်ပင်း၌ ဖြစ်သော အဖုကျိတ်များ၌ လိမ်းကျံပေးလျှင် ပျောက်ကင်း၏။

ပိတောက် (ရေ)

မာဂဓီ **पीतालाबर्ली** (ပိနာလီဗေလီ)

လက်တင် Parsonia spiralis

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အမြဲ စိမ်းလန်းသော ချုံသဘော ရှိသော နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အပွင့် စိမ်းရောင် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရည်ကို အရူးရောဂါ၌ တိုက်ရ၏။

ပိယင်္ဂုပင်

သက္ကတ **प्रियंगू**

ဟိန္ဒီ **प्रियंगु** (ပြိယင်္ဂု)

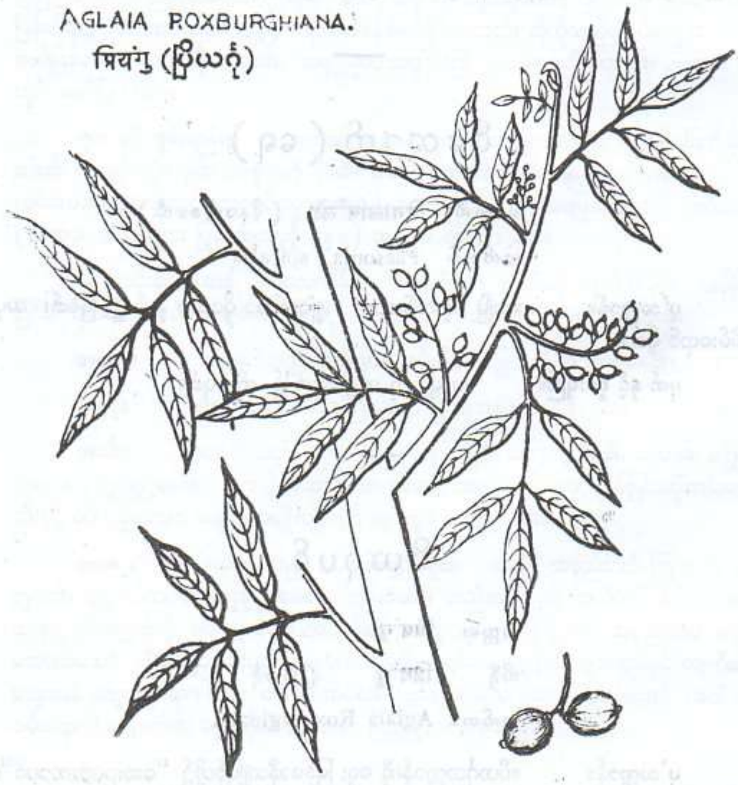
လက်တင် Aglaia Roxburghiana

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပိယင်္ဂုသဏ္ဌာန်ကို ရှေး မြန်မာနိသျှပြန်တို့၌ "ဆေးဥပသကာပင်"ဟု ပြန်ဆိုကြခဲ့၏၊ နိဃဏ္ဍု ကျမ်းပေါင်း များစွာ တို့နှင့် ညှိနှိုင်း စိစစ်ကြည့်သော် ဘာဝပ္ပကာသ နိဃဏ္ဍု (၂၉၂) တွင် ထူးခြားစွာ ဖော်ပြထားသည်မှာ ပိယင်္ဂုသည် အပင် တမျိုး ဖြစ်၏၊ အနန္တမူလသည် သစ်ပင် တမျိုး ဖြစ်သည် ဟု မှတ်ယူရာ၏၊ ထိုအနန္တမူလ သဒ္ဒါသည် ပောဖပ်သော ဆေးဥပကာပင်ကိုကား ၎င်း၏ အက္ခရာအစဉ်၌ ဖော်ပြပါအံ့။

ပိယင်္ဂုပင်

AGLAIA ROXBURGHIANA.

प्रियंगु (ပြိယင်္ဂု)



(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဤ၌ "ပိယင်္ဂုပင်" ဟု အထက်တွင် ဖော်ပြထားရာ၌ ၎င်း၏ မြန်မာပြန်ကို မှန်ကန်စွာ မဖော်ပြနိုင်သောကြောင့် ၎င်းသဒ္ဒါအတိုင်း ပင် ဖော်ပြထားပါသည်၊ ထိုပိယင်္ဂုပင်ကို ဟောသော ပရိယာယ်အမည်တို့မှာ ပိယင်္ဂု, ဖလိနီ, သာမာ, ဂန္ဓဖလာ, ဂေါဝန္ဒနီ, ဝိဿသေနာ, ကင်္ဂုပုပ္ဖိ, ကင်္ဂုဂီ, မဟိလာ ၎င်းသဒ္ဒါတို့ ဖြစ်ကုန်၏၊ ဥပသကာပင်ကို ဟောသော ပရိယာယ်သဒ္ဒါတို့ကိုကား ၎င်းအခန်း၌ ဖော်ပြပါမည်၊ ထိုသို့ အမည်ဟောသဒ္ဒါများ ဖော်ပြထားသည့် အနက်ကန္ဒုနီသဒ္ဒါဖြင့် ထိုအပင်သည် မြင်းခေါင်း နှာရောင်နှင့် ဆင်တူရိုးမှား ဖြစ်သည် ဟု ဖော်ပြထားသည်။

ပိယင်္ဂုသဒ္ဒါဖြင့် ၎င်းအပင်သည် နွယ်မျိုး ဖြစ်သည် ဟု ဖော်ပြသည်၊ ဖလိနီသဒ္ဒါဖြင့် ထိုအပင်သည် အသီး များစွာ ရှိသည်ဟု ဖော်ပြသည်၊ ကင်္ဂုပုပ္ဖီသဒ္ဒါဖြင့် ထိုအပင်သည် ညိုသော အပွင့် ရှိမည် ဟု ဖော်ပြသည်၊ ဂန္ဓဖလာသဒ္ဒါဖြင့် ထိုအပင်၏ အသီးသည် သင်းပျံ့သော အနံ့ ရှိသည် ဟု ဖော်ပြသည်၊ ကင်္ဂုသိဂ်ီသဒ္ဒါဖြင့် ထိုအပင်၏ အရွက်, အရိုး, အကိုင်း, အခက်တို့သည် အတန်ငယ် ညိုသည် ဟု ဖော်ပြသည်၊ မဟိလာသဒ္ဒါဖြင့် အမျိုးသမီးအနက်ကို ဟောသော သဒ္ဒါမှန်သမျှတို့သည် ၎င်းအပင်ကို ဟောသည် ဟု ဖော်ပြသည်၊ ဤသို့လျှင် ထိုပိယင်္ဂု သဒ္ဒါနှင့် အတူပါသမျှ ပရိယာယ် သဒ္ဒါမှန်သမျှကို ၎င်း၏ ဟောအပ်သော အနက်တို့ဖြင့် တိုက်ဆိုင် မှတ်ယူရာ၏၊ ထိုအပင်သည် ဒန်းပန်း, စပယ်ပန်း, ချုံများကဲ့သို့ နွယ်ချုံများ ဖြစ်သည်၊ အပင်ရင်းမှ စ၍ အခက်အလက်များ တွက်တတ်၏၊ သူ၏ နွယ်အကိုင်းများသည် လက်ညှိုးလောက် သဏ္ဌာန်ရှိ၍ ၎င်းထက်ကြီးထွားသည်ကို မတွေ့ရချေ၊ ထိုချုံနွယ်မျိုး ဖြစ်သည့်အတိုင်း ကြီးထွားလာသော အခါ အခြားသော အပင်များကို တွယ်တက် သွားတတ်၏၊ မှီတွယ်စရာ မရှိသော် မြေပေါ်တွင်ပင် ချုံကြီးသဘွယ် ဖြစ်လာ၏၊ မယားကြီးရွက် သဏ္ဌာန်နှင့် တူယောင် ရှိ၍ ခွေးသွားစိတ်များ အတန်ငယ်ရှိ၏၊ ရွက်ကိုင်း တွက်တတ်၏၊ ဝါဆို, ဝါခေါင်တို့၌ အရွက်များနှင့် တကွ အဆုပ် အခိုင် အပွင့်များ ထွက်၏၊ ၎င်းအပွင့်သည် ခရမ်းရောင် အဆင်း ရှိ၏၊ ၎င်းအပွင့်သည် သေးငယ်၏၊ အပွင့်တတောင်လောက်ကိုပင် စုရုံးချိန်တွယ် ယူငြားလည်း ဆယ့်နှစ်ပဲသား အလေးချိန် ရရန် ခဲယဉ်း၏၊ ထိုအပွင့်များ ရင့်ပြီးသည့်နောက် အသီးငယ်များသည် လုံးလျက် ထန်ဆောင်မုန်းလတွင် စုံလင်စွာသီးပြီးလျှင် တွဲလျား ညွတ်ကိုင်းလျက် ထွက်ကြကုန်၏၊ တပို့တွဲလလောက်တွင် အသီးများ ရင့်လာကုန်၏၊ ထိုအသီးများသည် ဖြူဖွေး တောက်ပြောင်၍ နှစ်လိုဘွယ် ရှိသည်။

ထိုကဲ့သို့ ပိယင်္ဂုသဒ္ဒါနှင့် အနက်တူ ဟောသော ပရိယာယ်ပုဒ်များ အဘိဓာန်ကျမ်းကြီးတို့၌ လာရှိသည့်အတိုင်း သဒ္ဒါအနက် ရှိသမျှ အသွင်သဏ္ဌာန်ကို ရှိသမျှ ဖော်ထုတ်ပြခြင်း ဖြစ်မည်၊ ထိုကဲ့သို့ ထင်ရှားစွာဖြင့် ဖော်ပြထားခဲ့ကြသော်လည်း ထိုအပင်သည် မည်သည့်အပင် ဖြစ်သည် ဟု တိကျ မှန်ကန်စွာ ယူဆနိုင်ရန် ခဲယဉ်းလှပေ၏၊ ကြုံတွေ့ဘူးသည်မှာ တချိန်တုံးက အိန္ဒိယပြည်တွင် ဗိန္ဒောဆရာများ ညီလာခံ၌ ထိုအပင်ကို အမှန်သိရန် တင်ပြကြ ကုန်၏၊ အရပ် အခေါ် အဝေါ် အနေနှင့်လည်း မည်သည့်အပင် ဖြစ်သည် ဟု ဖော်ပြရန် များစွာ ဝါဒကွဲနေကြ၏၊ အမှန်ကို မဆုံးဖြတ်နိုင်ကြပေ၊ ထို့ကြောင့် ဆရာ အမျိုးမျိုးတို့သည် မိမိတို့ နှစ်သက်သလို ပစ္စည်းအမျိုးမျိုးကို ယူ၍ သုံးကုန်ကြ၏၊ ၎င်းတို့အနက် အချို့ဆရာတို့သည် ဒါန်းပွင့်ကို ပိယင်္ဂုဟု ယူကြဆ၏၊ အချို့သည် ကြာဖြူစေ့ကိုရင်း, အချို့သည် မုန်ညင်းပွင့်ကိုရင်း, အချို့ မြင်းခေါင်းနှာခေါင်း

ကိုရင်း, သုံးစွဲ ယူဆကြသည်ကို တွေ့ရသည်၊ နှစ်ပေါင်းများစွာက ပင် လျှင် ရှေးရှေးသော ဗိန္ဒောဆရာမြတ်တို့ ဝါဒ ကွဲလာကြသဖြင့် ထို အပင်ကို မည်သည့်အပင် ဖြစ်သည် ဟု ပြတ်သား တိကျစွာ ဖော်ပြရန် မလွယ်ကူချေ၊ အာယုဗ္ဗေဒဝိညာဏကျမ်း ဒုတိယအကြိမ်ရိုက် (ကာလကတ္တား) စာမျက်နှာ (၄ဂ၂) အင်္ဂမပိုင်းတွင်ကား ဖော်ပြပါအတိုင်း ထိုအပင်ကို ပုံနှင့် တကွ တွေ့ရှိ၍ ကျွန်ုပ်တို့ တဆင့် ဖော်ပြထားသည်၊ ၎င်းမိန့်ဆိုဖော်ပြပုံသည်ပီယဂုံသဒ္ဒါ၏ အမည်ဟော ပရိယာယ်တို့ဖြင့် တိုက်ဆိုင် ညီညွတ်ပေ၏၊ ဤမျှဖြင့် ပီယင်္ဂု သဒ္ဒါကို ရှေးရှေးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ မြန်မာ အနက်ပြန်ဆိုရာ၌ ဥပသကာ ပြန်ဆိုကြခြင်းကို ဝေဖန် စိစစ်နိုင်ပေသည်၊ ဆိုလိုသည်မှာ ပီယင်္ဂု သဒ္ဒါသည် ဖော်ပြခဲ့သော အပင်ကို ဟော၏၊ အနန္တမူလ သဒ္ဒါသည် ဥပသကာကို ဟော၏၊ ဥပသကာခန်းတွင် ဖော်ပြပါမည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်း၏ အခေါက် အမြစ်သည် သလိပ် နှင့် သည်းခြေကို နိုင်၏၊ ခါး၏၊ စပ်ဖျဉ်းဖျဉ်း ရှိ၏၊ အဖျားကို နိုင်၏၊ ဝမ်းမီး တောက်၏၊ လေ နှင့် သည်းခြေ ပျက်ခြင်းကို ကင်းဝေးစေ၏၊ ၎င်းပြင် သွေးဝမ်းသွားရောဂါ, ခရုသင်းရောဂါ, အရေပြားရောဂါ, ဂလိတနူနာ (အသား အဆစ်များ ပြုတ်ကျသည့် နူနာ) အတွက် အကျိုး ရှိ၏။

မကောင်းသော အနံ့, ပူလောင်ခြင်း, ရေငတ်ခြင်း, အလိုမရှိ သုက်ယိုခြင်း, အန်ခြင်း, ပြင်ပ ကိုယ်သားကိုယ်ရေ ပူလောင်ခြင်း, သွေးဆိုးခြင်း စသည်တို့ကို ကင်းဝေးစေ၏။

အရွက်။ ။အရွက်သည် အန်ခြင်း, ဝမ်းပိုက်နာခြင်းကို တားမြစ်စေ၏။

အပွင့်။ ။အပွင့်သည် ဒါနာကြီးရောဂါ၌ များစွာ အကျိုး ရှိ၏။

အသီး။ ။အသီးသည် ချို၏၊ စပ်ဖျဉ်းဖျဉ်း ရှိ၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ အေး၏၊ ဝဖြိုး၏၊ အူများကို တွန့်ရှုံ့စေ၏၊ အနာကို အသားနု တက်စေ၏၊ သလိပ် နှင့် လေ ပျက်ခြင်းကို ကင်းစေ၏၊ ဆီးနှင့် စပ်လျဉ်းသော ရောဂါအမျိုးမျိုးတို့၌ များစွာ အကျိုး ရှိ၏။

အစေ့။ ။အစေ့သည် စပ်ဖျဉ်းဖျဉ်း ရှိ၏၊ အချိန် အနည်းငယ် ကြာလျှင် အေးသွား၏၊ ခြောက်ကပ်၏၊ တွန့်ရှုံ့စေ၏၊ ဝဖြိုးစေ၏၊ သည်းခြေ နှင့် သလိပ်ကို နိုင်၏၊ အထူးသဖြင့် ၎င်းအရွက်ကို ရေ နှင့် စိမ်၍ အဝတ်နှင့် စစ်ပြီးလျှင် သကြားခဲ အနည်းငယ် ထည့်၍ သောက်သော် ဆီးကြော ဆီးပူနာ ပျောက်ကင်း၏၊ ၎င်းအပွင့်မှုန့်ကို ပျားရည်နှင့် လျက်သော် သွေးအန် သွေးကျရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏၊ ၎င်း အသီးသက်သက် စားခဲ့သော် အတိသာရ ဝမ်းရောဂါ ပျောက်၏၊ ခန္ဓာကိုယ် အားအင် ပြည့်ဖြိုးလာစေသည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဗိဘုတ်ပင် (ခွေးအီပင်)

သက္ကတ प्रसारिणी

ဟိန္ဒီ गन्ध प्रसारिणी (ဂံ့ဓပြသာရိဏီ)

လက်တင် Paederia Foetida

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် အလွန် ရှည်သော နွယ်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ မိုးဥတုတွင် များစွာ ပေါက်၏၊ ၎င်းနွယ်သည် အလွန် ပျင်းတဲ့ ခိုင်မာ၏၊ ၎င်းနွယ်ကို တောသူတောင်သားများသည် တဲအိမ်များ တုပ်ရန် ကြိုးအဖြစ် အသုံးပြုကြ၏၊ အရွက်သည် စုတ်ဖွားဖွား ရှိ၏၊ အဖျား ချွန်သည်၊ အပွင့်သည် ၁ရမ်းဖြော့ရောင် ရှိ၏၊ အသီးသည် ရှည်ဝိုင်း၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခါးသက်သက် ရှိ၏၊ အားကိုဖြစ်စေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ အရိုးများ ကျိုးခြင်းကို ဆက်စပ်စေ၏၊ ကိုယ်သားကိုယ်ရေ တင့်တယ်စေ၏၊ ညောင်းကျရောဂါ နှင့် သလိပ်ရောဂါများကို နိုင်နင်း၏၊ ဝမ်းအနည်းငယ် သက်၏၊ ရာဇနိဃဏ္ဍုဆရာ အလိုအားဖြင့် ၎င်းဗိဘုတ်သည် ကြေကျက်ခဲ၏၊ ပူ၏၊ ခါး၏၊ လေ နှင့် ဖောရောင်ခြင်း, ညောင်းကျရောဂါ ဝာတ်ချုပ်ခြင်းတို့ကို ကင်းစေ၏၊ ၎င်းအမြစ်သည် လေကို နိုင်၏၊ မလတို့ကို သုတ်သင် ရှင်း ၊ င်း, တင်၏၊ ဆီးရှင်း၏၊ ဝါဂ်သက်၏၊ ဆေးအချိန် ပိုလွန်၍ စားသော် အန်တက်၏။

ဗိဘုတ်ကလေး (အမြူ)

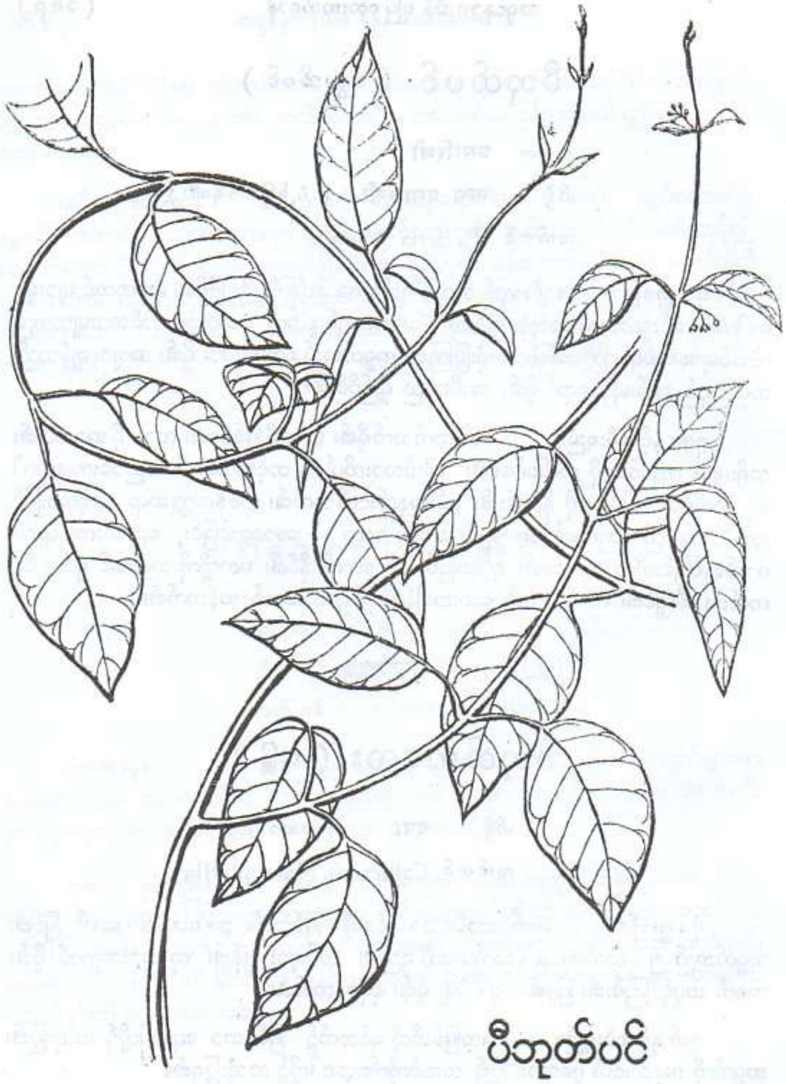
ဟိန္ဒီ दया (ဒယာ)

လက်တင် Callicarpa Macrophylla

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မက်ထောင်သော ပင်နုမျိုး ဖြစ်သည်၊ ၃ - ပေမှ ၆ - ပေထိ မြင့်၏၊ အရွက်သည် ၅ - လက်မမှ ၉ - လက်မအထိ ရှည်၏၊ ထိပ်ဖျား ချွန်၏၊ လှံသွားသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အဖတ် အပွင့် ကြမ်း၏၊ ဖြူ၏၊ ၄ - ပဲမျှ ရှိ၏၊ စုပုံနေတတ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်ဆီကို ရင်ဘတ်၌ ဖြစ်သော ရောဂါတို့၌ အသုံးပြု၏၊ အရွက်ကို အနည်းငယ် ပူအောင် ပြု၍ အဆစ်ကိုက်ရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



ဗိဘုတ်ပင်

PAEDERIA FOETIDA

गन्धप्रसारिणी (-ဂံ့ဓပြသာရိဏီ)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဗိလောချိ (အယဉ်)

သက္ကတ मंदुर।

ဟိန္ဒီ बहुफली (ဗဟုဖလိ)

လက်တင် Corchorus acutangularis

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် လျှော်ပင်မျိုးတွင် ပါဝင်၏၊ မိုးရာသီ၌ များစွာ ပေါက်သည်၊ အမြင့် တပေမှ နှစ်ပေအထိ မြင့်သည်၊ အခက်အလက် အလွန် များသည်၊ မြေတွင် အုပ်ဆိုင်း၍ ပေါက်လျက် ရှိ၏၊ အရွက်ကျဲကျဲ ထွက်၏၊ အရှည် ၂-လက်မမှ ၃-လက်မထိ ရှည်သည်၊ အနံမှာ ၁-လက်မခွဲမျှ ရှိ၏၊ အရွက်၌ ခွေးသွားစိတ် ရှိသည်၊ အရွက် နှင့် အကိုင်းအခက်များတွင် အမွေးအမျှင်များ ရှိ၏၊ အရွက်သည် ချွဲ၏၊ အရသာ ချို၏၊ အပွင့် ဝါ၍ အသီးမှာ ခြောက်မြှောင့် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ထက်၏၊ ပူ၏၊ ဖန်၏၊ မလတို့ကို ခြောက်သွေ့စေ၏၊ ဒေါသ သုံးပါးကို နိုင်၏၊ ထိုးအောင့်နာ, ရင်နာ, ပြည်တုလာသရောနာ ကင်းဝေးစေ၏၊ အဆိပ်ကို နိုင်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

သုက်အားတိုးခြင်း။ ။၎င်းအမှုန့် သုံးပဲသားမှ ခြောက်ပဲသားထိ ယူ၍ သကြားခဲနှင့် အတူ စပ်ပြီးလျှင် နွားနို့ ၇-ကျပ်ခွဲသားနှင့် ရော၍ သောက်ခဲ့သော် သုက်အားတိုးခြင်း, ခွန်အားဗလ တိုးခြင်းကို ဖြစ်စေသည်။

အထက်ပါ ဆေးသည် သုက်အား ကုန်ခန်းခြင်း, သုက်ဓာတ် ခြောက်ကပ်ခြင်း, ကာမဓာတ် လျော့ပါးခြင်း, အချိန်ကြာမြင့်မှ (သို့မဟုတ်) ပင်ပန်းစွာ အားထုတ်ရခြင်း စသော ရောဂါများ အတွက် အမြိုက်ဆေးနှင့် တူ၏။

ဗိလောရှိင်း (အနိ)

သက္ကတ दीर्घपत्री

ဟိန္ဒီ कोष्ट (ကိုဿဋ)

လက်တင် Corchorus olitorius

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် မိုးသက်ပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ဟင်းရွက် အဖြစ်ဖြင့်၎င်း, လျှော်မျှင် ရရန်၎င်း စိုက်ပျိုးကြကုန်၏၊ ၎င်းအပင်၏ အမြင့်သည် နှစ်တောင်မှ သုံးတောင်ထိ မြင့်နိုင်သည်၊

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အရွက်သည် နှစ်လက်မမှ သုံးလက်မထိ ရှည်၍ တစ်လက်မမှ နှစ်လက်မထိ အနံရှိ၏၊ ဥသဏ္ဌာန်ရှိ၍ အဖျားချွန်၏၊ အပွင့် ဝါ၏၊ အသီး ကောင်းမှ တစ်လက်မမှ နှစ်လက်မထိ ရှည်၏၊ အစေ့ အရောင်နက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။သွေးအန်, သွေးကျ ရောဂါများကို နိုင်၏၊ ချုပ်စေတတ်၍ ခန္ဓာကိုယ် တောင့်တင်းစေ၏၊ လေပျက်စေ၏၊ အရွက်သည် ပူ၏၊ ဖန်၏၊ အပူကို ငြိမ်းစေ၏၊ တွန့်ရှုံ့စေသောဓာတ် ရှိ၏၊ အီးရှင်၏၊ အားကို ဖြစ်စေ၏၊ နူးညံ့၏၊ ခွန်အားကို တိုးစေ၏၊ ဓာတ်တို့ကို ပြုပြင်တတ်၏၊ အဖျားတို့ကို နိုင်၏၊ မြင်းဖုအစိုနာ, ရေဖျဉ်းရောဂါ, ထိုးအောင့်နာ, ဝမ်းပိုက်တင်းရောင်သော အနာတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အထူးသဖြင့် ၎င်းအစေ့သည် ဝမ်းလျှောစေ၏၊ ၎င်းပြင် ဂူလုံးရောဂါ, ဆီးအောင့်နာ စသည်များကို ၎င်းအရွက် ပြုတ်သောက်ရ၏။

ဝိလောခါး (အချုန်)

သက္ကတ [illegible]

ဟိန္ဒီ [illegible] (ကဋ္ကကိုယ္ယ,ဋ်)

လက်တင် Corchorus tricuiaris

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းအပင်သည် မိုးဥတု၌ ပေါက်၏၊ အကိုင်း အခက် အရွက်များမှာ မွေးနုများ ရှိ၏၊ အရွက်သည် ၄-လက်မမျှ ရှည်၍ အနံ ၁-လက်မမျှ ရှိ၏၊ အပွင့် ဝါ၏၊ အသီးမှာ သုံးမြောင့် လေးမြောင့် ရှိ၏၊ အသီးမှာ ၃-လက်မမျှ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရသာ ခါး၏၊ ပူ၏၊ ဖန်၏၊ အူတို့ကို တွန့်ရှုံ့စေ၏၊ မြင်းဖုအစိုနာ, ရေဖျဉ်းရောဂါ, ပြည်တည်လာသရောနာ, ပိတ်ဝမ်းရောဂါတို့တွင် အသုံးပြုရ၏၊ အရွက်သည် နှုတ်ကို မြိန်စေ၏၊ အေး၏၊ ဝမ်းလျှော၏၊ ဝဖြိုးစေ၏၊ ကာမအား တိုး၏၊ အစေ့သည် ပူ၏၊ တက်၏၊ ထိုးကျင်ခြင်းကို နိုင်သည်၊ မြင်းဖုအစိုနာကို နိုင်၏၊ ၎င်းပြင် ယားနာ နှင့် အရေပြား ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပိလောသုံးလုံးပွတ်

သက္ကတ भू.रू.त्रिक:

ဗင်္ဂါလီ वन पाट (ဝနပါ,ဋ္ဌ)

လက်တင် Corchorus fascicularis

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။အပင်သည် တစ်ပေမှ နှစ်ပေထိ မြင့်၏၊ အရွက်သည် ပိုက်ဆံရွက်နှင့် တူသည်၊ အပွင့် ဝါ၏၊ အသီးတောင့်သည် ၁ ∙ လက်မမျှ မှည်၏၊ အသီးတတောင့်တွင် သုံးမွှာ ရှိသည်၊ အစေ့ အလွန် များသည်၊ ၎င်းအစေ့သည် ခါး၏၊ ချွဲ၏၊ အနည်းငယ် နက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ချို၏၊ ပူ၏၊ ထက်၏၊ ခါးသက်သက် ရှိ၏၊ အူများကို တွန့်ရှုံ့စေသည်၊ ကိုက်ခဲနာကျင်ခြင်း, ငန်းမန်းကိုက်ခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ပြည်တုလာသရောနာ, ခေတ်ချုပ်သော အနာများကို ပျောက်ကင်းစေသည်၊ အားတို့ကို ဖြစ်စေ၏၊ အတိသာရ ဝမ်းရောဂါကို နိုင်၏၊ အရွက်သည် နှုတ်ကို မြိန်စေ၏၊ နူးညံ့စွာ ဝမ်းသက်၏၊ ဝပြိုးစေ၏၊ ကာမ အားတိုး၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို နိုင်သည်၊ အစေ့သည် ပူ၏၊ တက်၏၊ ငန်းမန်းလိုက်ခြင်း, ကိုက်ခဲခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အရေပြားရောဂါ ယားနာများ အတွက် အကျိုးပြု၏၊ ပိုးရောဂါများကို နိုင်၏၊ မကျက်နိုင်သော အနာပျက်ရောဂါများ ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ညောင်းကျရောဂါများ၌ ၎င်းကို ပြုတ်၍ သောက်ခဲ့သော် ညောင်းကျ လွန်၍ ကျင်ချောင်းပူခြင်း, ကိုက်ခဲခြင်း ပျောက်ကင်း၍ ဆီးကိုလည်း ရှင်စေသည်။

ပုဇွန်ခြေကြီး

ဗင်္ဂါလ रानीफूल (ရာနီဖူ,လ်)

လက်တင် Polygonum Plebejum

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။အခက်အလက် များစွာ ပြန့်၍ ပေါက်တတ်သော ပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အပွင့်မှာ နှင်းဆီရောင် ရှိ၏၊ အသီးအခွံ မာ၏၊ အရွက် ၁ ∙ လက်မမျှ ရှည်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအပင်ကို အခြောက်လှမ်း အမှုန့် ပြုလုပ်၍ နမိုးနီးယားရောဂါ၌ အသုံးပြုရ၏၊ အမြစ်ခြောက်သည် အူ၌ ဖြစ်သော ရောဂါများ၌ အသုံးပြု၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပုဏ္ဍနဝ

သက္ကတ **मिरोमती**

ဟိန္ဒီ **मचौटी (မကျိုင်)**

လက်တင် Polygonum Aviculare

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အမြစ်သည် အလွန် မာ၏၊ ရှည်သော် ၎င်းအမြစ်မှလည်း အပင်ကလေးများ ပေါက်တတ်၏၊ မြေတွင် ပြန့်၍ ပေါက်သော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အကိုင်းများသည် အဆစ် အဆက် အလွန် များသည်၊ ၎င်းအဆစ်တွင် အရွက်များ ထွက်သည်၊ အရွက်သည် ၁-လက်မမျှရှည်၍ သံလျက် ပုံသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အပွင့်သည် အနီရောင် ရှိပြီး အဆုပ် လိုက် ပွင့်၏၊ အစေ့အရောင်သည် နက်၏၊ အရောင်တောက်ပ၏၊ ယင်းအစေ့ကို စိန္ဒ လူမျိုး များက ဗီဂျဗန္ဒ ဟု ခေါ်ကြကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အေး၏၊ အမြစ်သည် သွေးယိုစီးခြင်းကို ရပ်စေ၏၊ ဆီးရွှင်စေ၏၊ ဝမ်းသက်စေ၏၊ အဖျားရောဂါ နိုင်၏၊ ဝမ်းပိုက်ပူ၊ ဆီးအိမ်၊ ဆင်ခြေထောက်၊ ရေယုန်ရောဂါ တို့၌ အကျိုးပြု၏၊ အထူးအားဖြင့် အဆုတ်ရောဂါ၌ အသုံးဝင်၏။

ပုဏ္ဍနဝ (တမျိုး)

ဟိန္ဒီ **जल जम्बुवा (ဂျ,လ်-ဂျမ္ဗုဝါ)**

လက်တင် Alternanthera Sessilis

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် မြေ၌ ပြန့်၍ ပေါက်၏၊ ၎င်းအဆစ်များမှလည်း အမြစ်များ ထွက်၍ မြေတွင် ကပ်တွယ်၍ ပေါက်သည်၊ အရွက်သည် ရွက်ဆိုင်ထွက်၏၊ အရွက် ၂-လက်မမျှ ရှည်၏၊ ၄ ပေမျှ အနံရှိသည်၊ ၎င်းအပွင့်မှာ နှင်းဆီရောင်၊ အဖြူရောင်များ ဖြစ်၏၊ အသီးမှာ နှိပ်ထားသကဲ့သို့ ချိုင့်၍ နေ၏၊ ၎င်းသည် ရေ၏ အနီးအပါးတွင်၎င်း၊ ရေမပြတ်သော နေရာ တွင်၎င်း ပေါက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဋ္ဌငါးပါး ဖန်၏၊ သတ္တိ အေး၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ချုပ်၏၊ နို့ရည်ကို ပွားစေ၏၊ ဆီးရောဂါကို နိုင်၏၊ အရွက်ရည်ကို နွားထောပတ်နှင့် အတူ မြွေကိုက်သူ အား တိုက်ရ၏၊ ပူလောင်သော အဖုအနာများ၌ လိမ်းပေးရ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပုဏ္ဏန်မျက်စိ

ဘုံဘိုင် नरवेल (န,ရဝေ,လ)

လက်တင် Viburnum Foetidum

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ချုံမျိုး ဖြစ်၏၊ ၁.၈-မှ ၃ မီတာ မြင့်၏၊ အရွက်သည် ကြက်ဥသဏ္ဍာန် ရှိ၏၊ ထိပ်ဖျား ချွန်၏၊ ချော၏၊ ၂.၅-မှ ၁၀- စင်တီမီတာ ရှည်၏၊ အပွင့် သေး၏၊ အစေ့များ သည် ချွန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခါး၏၊ အရသာ စူးရှ၏၊ ချူပ်၏၊ မိန်းမများ၏ ရာသီပေါ် ဆေးအဖြစ်ဖြင့် အသုံးပြုရ၏၊ အရွက်ဖျော်ရည်တခွက်ကို နေ့စဉ်သောက်ခဲ့သော် မီးယပ်ထိန်ခြင်း ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

ပုတီးဖြူပင်

သက္ကတ पुत्रजीवा

ဟိန္ဒီ जिय पोता (ဂျီယာပိုတ္တာ)

လက်တင် Putranjiva Roxburghii

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။အမြဲ စိမ်းလန်းနေသော ပင်လတ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အခေါက်ရေ:ငမှာ ဖြူဖျော့သော အရောင် ရှိ၏၊ အရွက်သည် ခွေးသွားစိတ် ရှိ၏၊ အလွန် စိမ်း၏၊ အရောင်တောက် ၏၊ ၄ -လက်မမျှ ရှည်၏၊ ၁ -လက်မမျှ အနံ ရှိ၏ အသီးသည် လုံး၍ ရှည်သည်၊ အဖျား အနည်း ငယ် ချွန်သည်၊ အသီးဆံသည် အလွန် မာ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အများအားဖြင့် အခေါက်ကို အသုံးပြု၏၊ စပ်၏၊ အေး၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ မွှေးကြိုင်၏၊ ထက်မြက်၏၊ အားကို အားပေး၏၊ ဆီးကို ရွှင်စေ၏၊ ဝမ်းသက် စေ၏၊ သလိပ် လေကို ပွားစေ၏၊ သည်းခြေကို နိုင်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အလွန်ချို၏၊ အနည်းငယ် ဖန်၏၊ သည်းခြေဒေါသကို ပယ်တတ်၏၊ သလိပ်ကို ပွတတ်၏၊ အချိုသော လေတို့ကို ဖောက်ပြန်စေတတ်၏။

---

၀ (တောပဲ)

ဟိန္ဒီ रान घोंवड़ा (ရာ,န်ဃော၀ရား)

လက်တင် Rhynchosia minima

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အနွယ်သည် အလွန် ပါးလှ၏၊ အထူးအားဖြင့် မိုးရာသီ၌ သာ ပေါက်တတ်၏၊ အခက်အလက်များ သေး၏၊ အရွက်သည် သုံးရွက်တွဲ၍ ထွက်၏၊ အပွင့်သည် ခရမ်းရောင်သန်းလျက် ဝါသည်၊ အသီးသည် အလွန် ငယ်၏၊ အစေ့ နှစ်စေ့ ရှိ၏၊ အစေ့သည် ပြား၏၊ တောက်ပ၏၊ ပြာ၏၊ မဲ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်သည် အလွန် ချုပ်၏၊ ဝမ်းသက်ရောဂါ, အစာမကြေ, ဝမ်းသက်, ဝမ်းအောင့် ရောဂါတို့၌ အလွန် ကောင်း၏။

---

၀ (စားတော်ပဲ)

သက္ကတ कलाय

ဟိန္ဒီ मटर (မဋ,ရ်)

လက်တင် Pisum Sativum

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းသည် ၂ - ပေ ၃ - ပေခန့် မြင့်၏၊ ကြီးရင့်လာသောအခါ အခြားသော အပင်များသို့ နွယ်တက်တတ်၏၊ အရွက်မှာ သေး၍ ဝိုင်း၏၊ အပွင့်မှာ ဖြူ၏၊ အချို့ နှင်းဆီရောင် ရှိ၏၊ အသီးတောင့်မှာ ၂ - လက်မမှ ၃ - လက်မအထိ ရှည်၍ တတောင့်လျှင် ၅ - စေ့မှ ၆ - စေ့ အထိ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရသာ ချို၏၊ ဝိပါကန္တ်လည်း ချို၏၊ အေး၏၊ အနည်းငယ် ဝမ်းကို သက်စေ၏၊ သွေးကို သုတ်သင်တတ်၏၊ ဆာလောင်ခြင်းကို ဖြစ်စေ၏၊ လေကို ပွားစေ၏၊ ချောင်းဆိုးခြင်း, သည်းခြေ ဖောက်ပြန်ခြင်း, ပူလောင်ခြင်းကို ငြိမ်းစေ၏၊ ၎င်းကို အစိမ်းသက်သက် များစွာ စားလျှင် အတိသာရ ဝမ်းရောဂါ ဖြစ်တတ်၏၊ စပိန်တိုင်းပြည်၌ ၎င်းပဲမှုန့်ကို အရေပြား နူးညံ့စေခြင်းငှာလည်း, အနာများ အဖုအပိန့်များ ပျောက်ကင်းစေရန်၎င်း, အနာအဖုများ ပေါက်ရန် အုံဆေးအဖြစ်နှင့်၎င်း အသုံးပြုကြကုန်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

၀ (စားတော်ပဲရိုင်း)

ဟိန္ဒီ अंकरी मटर (ဂျင်လီမဋ္ဌ,ရ)

လက်တင် Lathyrus aphaca

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် တောစားတော်ပဲမျိုး ဖြစ်၏၊ အပွင့်မှာ ဝါ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်း တောစားတော်ပဲ အသီးသည် မူးရစ်စေတတ်၏၊ အိပ်ပျော်စေတတ်၏၊ ၎င်း၏ အပွင့်သည် အဖုအနာများကို နုလျှင် ပိန်၍ ရင့်လျှင် ပေါက်အောင် ပြုတတ်၏။

---

၀ ကျား

မင်္ဂါလီ कांमर।

ဟိန္ဒီ लालसेम (လာလ်-ဆေ,မ်)

အင်္ဂလိပ် Phaseolus lanatus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းပဲတောင့်သည် ၃-လက်မမှ ၄-လက်မထိ ရှည်၏၊ အစေ့ရောင်မှာ အနီတွင် အဖြူစင်းများ ကျားလျက် ရှိ၏၊ အချို့အရပ်များတွင် ပဲလိပ်ပြာဟု ၎င်း တရုပ်ပဲ ဟု ၎င်း ခေါ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အဖျားရောဂါများ၌ အစာအာဟာရ အဖြစ် အသုံးပြုကြ၏၊ ချုပ်၏၊ အချို့သူတို့က အဆိပ်ရှိသည် ဟု မှတ်ယူဆကြ၏။

---

၀ ချဉ်ပေါင်

သက္ကတ लांका

ဟိန္ဒီ खेसारि (ခေဆာရိ)

လက်တင် Lathyrus Sativus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ဆင်ခေါင်းပဲ ကဲ့သို့ ဆောင်းဥတုတွင် စိုက်ပျိုးကြ၏၊ စားတော်ပဲနှင့် တူ၏၊ ၎င်းအနွယ်များ သေးသွယ်၏၊ အရွက် ရှည်၏၊ အပွင့်သည် ညိုရောင်သန်းလျက် နီရောင် ရှိသည်၊ အသီးတောင့်မှာ ၁-လက်မခွဲမျှ ရှည်၏၊ အစေ့ ၄-၅ စေ့မျှ ရှိ၏၊ ၎င်းကို ပဲစိမ်းလည်း အချို့ စားကြ၏၊ လှော်၍လည်း စားကြ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရွက်သည် သလိပ်ကို နိုင်၏၊ သည်းခြေပျက်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ လေကို ပွစေတတ်၏၊ အစေ့သည် ချို၏၊ ခါး၏၊ ထက်ပြက်၏၊ အလွန်ခြောက်ကပ်စေ၏၊ အူတို့ကို တွန့်ရှုံ့စေတတ်၏၊ အေး၏၊ အားကို ဖြစ်စေ၏၊ သလိပ်ကို နိုင်၏၊ လေကို အလွန် ပျက်စေတတ်၏၊ နှလုံးရောဂါ, နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း, ပူခြင်း, မြင်းသရိုက်, စိတ်ချောက်ခြားခြင်း, ခြေဆွဲခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

ပဲငှက်ကျား

သက္ကတ राजमाष
ဟိန္ဒီ लोबिया (လိုဗိယာ)
လက်တင် Dolichos Sinensis

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ငင်းသည် ပူသော အရပ်ဒေသများ၌ များစွာ ဖြစ်၏၊ အရွက်မှာ ပဲပုဇွန်ရွက်လို ၃-ရွက် ထွက်၏၊ ပဲတောင့်ရှည်မျိုး ဖြစ်၏၊ အပွင့် အနီရောင်, အဝါရောင် ရှိ၏၊ အသီးတောင့် ရှည်၏၊ တချို့မှာ ၂-ပေမျှ ရှည်၏၊ ငင်းသည် အဖြူ, အနီ, အနက် ၃-မျိုး ရှိသည်၊ ငင်းသုံးမျိုး အနက် အကြီးဆုံးသည် အမြတ်ဆုံး ဖြစ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ချို၏၊ ဖန်၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ သီးဝမ်း ရှင်စေ၏၊ ခြောက်ထပ်စေ၏၊ လေကို ပြုတတ်၏၊ ခွန်အားကို ဖြစ်စေ၏၊ မိန်းမတို့၏ နို့၌ နို့ရည်ကို ဖြစ်စေ၏။

ပဲစင်းငုံ

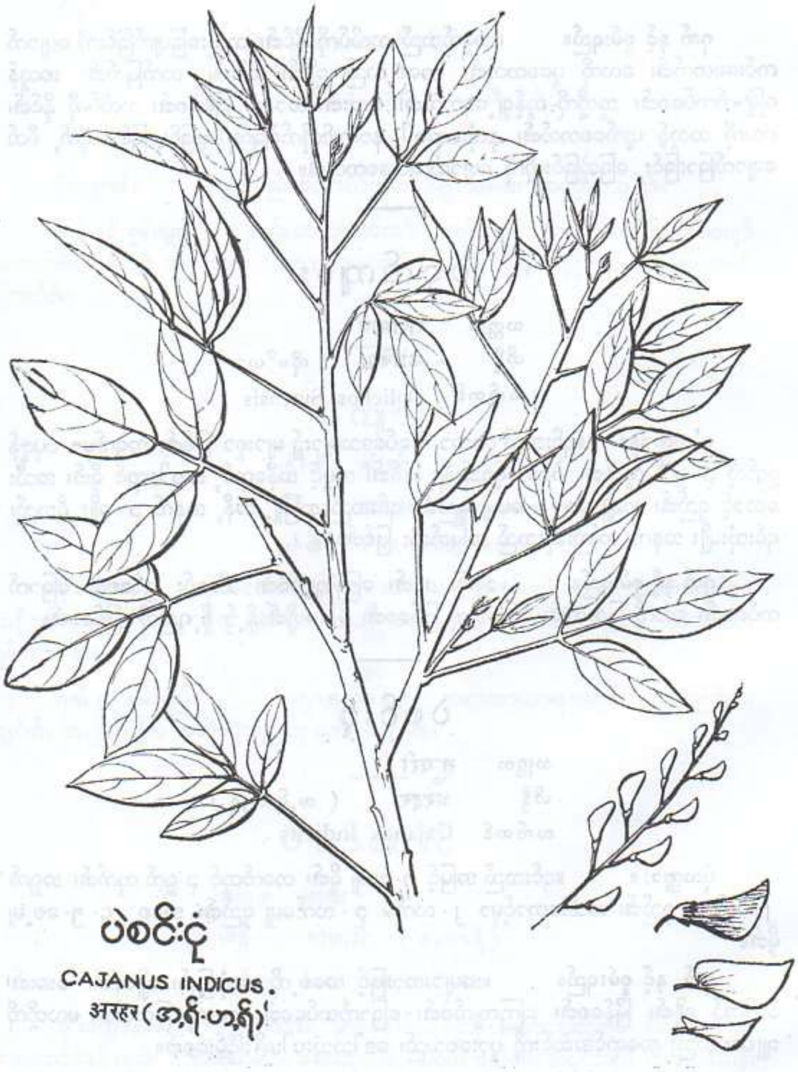
သက္ကတ तुवरी
ဟိန္ဒီ अरहर (အ,ရ်-ဟ,ရ်)
လက်တင် Cajanus Indicus

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ငင်းသည် အမြင့် ၇-ပေမျှ ရှိ၏၊ တခက်တွင် ၃-ရွက် ထွက်၏၊ အရွက် ၂-လက်မမျှ ရှည်၏၊ အသီးတောင့်မှာ ၂-လက်မ ၃-လက်မမျှ ရှည်၏၊ အစေ့ ၄-၅-စေ့မျှ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အများအားဖြင့် အစေ့ကို အသုံးပြု၏၊ ချိုဖန်၏၊ အေး၏၊ ဝိပါက၌ ချို၏၊ မြိန်စေ၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ ခြောက်ထပ်စေ၏၊ လေကို ပြုတတ်၏၊ မလတို့ကို ချုပ်စေသည်၊ အရောင်အဆင်းကို ပွားစေသည်၊ ဒေါသသုံးပါးကို ငြိမ်းစေ၏။

ပျောက်သောရောဂါများ။ ။အဖျားရောဂါ, အဆိပ်ရောဂါ, သွေးဖောက်ပြန်, ဂူလုံး, မြင်းသရိုက်ရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



ပဲစင်းငုံ

CAJANUS INDICUS.

अरहर (အာ့ရှိ-ဟာ့ရှိ)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ခံတွင်းနာ, ပါးစပ်တွင်း၌ အပူဖုများ ပေါက်ခြင်း, အပူလုံးများ ယှက်ခြင်း, အလွန် ပယ်ခြင်း, ပူလောင်ခြင်း ဖြစ်မူ အရွက်၏ သတ္တုရည်ကိုငင်း, (သို့မဟုတ်) ပဲစေ့ကို စိမ်သောအရည်ကိုငင်း, နုတ်ငုံခြင်း ပြုပါမူ ပျောက်ကင်း၏။

ဘိန်းဆိပ်သင့်ခြင်း။ ။ဘိန်းကြောင့် ဖြစ်သော အဆိပ်သင့်နာများကို အရွက်၏ သတ္တုရည်ကို သောက်က ပျောက်ကင်း၏။

ခေါင်းတခြမ်းကိုက်ခြင်း။ ။အရွက်၏ သတ္တုရည်ကို ရှူပါက ပျောက်ကင်း၏။

ကြို့ထိုးခြင်း။ ။၎င်းပဲစင်း၎ံ အစေ့၏ အခွံကို (သို့မဟုတ်) ဖွဲကို အခိုးပြု၍ ရှူပါက ကြို့ထိုးရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ပဲစိမ့်နီ (ပဲဆိမ့်နီ)

သက္ကတ **မဇာဋ**

ဟိန္ဒီ **မ ဉ်ဇိဋ္ဌာ** (မဂျီ႑ဋ္ဌ)

လက်တင် Rubia Cordifolia

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အလွန် ဝေးလံစွာ ပျံ့သွားတတ်၏၊ အမြစ် အလွန် ရှည်၏၊ အခေါက် ဖြူ၏၊ အတွင်းသား နီ၏၊ အရွက်များသည် တခဲနက် ပိတ်ဆို့နေသည်၊ ၄-လက်မခန့် တလက်မခွဲခန့် ကျယ်၏၊ သစ်ကျပိုးရွက်နှင့် တူ၏၊ အပွင့် သေး၏၊ အဆုပ်လိုက် ပွင့်၏၊ အသီး သေး၏၊ မှည့်သောအခါ နီ၏၊ တောက်ပ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ချို, ခါး, ဖန်၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ အသံကို ကောင်းစေ၏၊ အဆင်းကို ကောင်းစေ၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ သလိပ်ကို ငြိမ်းစေ၏။

ပျောက်ကင်းသောရောဂါ။ ။အဆိပ်, ဖော့ရောင်, မျက်စိ, နားနှင့် ပတ်သက်သော ရောဂါများ, သွေးဝမ်း, နူနာ, သွေးဒေါသ, ရေယုန်, အနာပေါက်, တုလာသရောနာ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

မှတ်ချက်။ ။မဥ္စိဋ္ဌ သဒ္ဒါကို ထန်းကျင့် (၀၁) ပိန္နဲနွယ် ဟု အနက် မြန်မာ ပြန်ဆိုထားသည်ကို တွေ့ရ၏၊ အများဆုံး ဝေါဟာရဖြင့် သိရှိ ယူငင်နိုင်ရန် 'ပဲစိမ့်နီ' ဟု ဖော်ပြထားခြင်း ဖြစ်သည်။

ပဲစိမ့်နီ (ပဲဆိမ့်နီ)
RUBIA CORDIFOLIA
मंजिष्ठा (မဂျိဋ္ဌ)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပဲဒလက်

သက္ကတ कोलशिम्बी
ဟိန္ဒီ गोजियासेम (ဂိုဂျယာဆေ့မ်)
လက်တင် Canavalia Ensiformis

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နှစ်ရှည်ခံသော နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ပင်စည် နှင့် အခက်အလက်များမှာ လုံး၏၊ ချောမွတ်၏၊ မာကျောပြင်းတွဲ၏၊ အရွက်သည် အလျား ၆-လက်မ အနံ ၄-လက်မမျှ ရှိ၏၊ အသီးတောင့် အလျားမှာ ၁၀-လက်မမျှ နှင့် အနံ ၂-လက်မမျှ ရှိ၏၊ အထု ၁၂-ပဲမျှ ထူ၏၊ ၎င်းသည် (၁) အစေ့ဖြူ (၂) ကြက်သွေးရောင်အားဖြင့် နှစ်မျိုး ရှိ၏၊ ၎င်းကို စစ်တွေနယ်တွင် ပဲဒါးမောက်, မော်လမြိုင် စသည်တို့၌ ပဲဒပ ဟု ခေါ်ကြ၏၊ အချို့မှာ ပဲဒလက် ဟုလည်း ခေါ်ကြသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းပဲဒလက် အဖြူ အနီ နှစ်မျိုးစလုံးသည် ချို၏၊ ဝိပါက၌ ချို၏၊ အေး၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ အားကို ဖြစ်စေ၏၊ အပူကို ငြိမ်းစေ၏၊ သလိပ်ကို ပွါးတတ်၏၊ လေ နှင့် သည်းခြေဒေါသကို နိုင်သည်။

ပဲဒီစိမ်း

သက္ကတ माष
ဟိန္ဒီ उड़द (ဥရဒ်)
လက်တင် Phaseolus Radiatus

ပုံသဏ္ဌာန်၊ ။ပဲဒီပင်ငယ်သည် နွယ်အထူး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ပဲပုဇွန်ရွက်နှင့် တူ၏၊ အပွင့် ဝါ၏၊ အသီးမှာ ရှည်၍ အမွေး ရှိကြ၏၊ အမျိုး များစွာ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ချို၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ ဝိပါက၌ ချို၏၊ ပြေပြစ်၏၊ သုက်ကို ဖြစ်စေ၏၊ အလွန် ဓာတ်တို့ကို ပွားစေ၏၊ မလတို့ကို ပြန့်ခွဲတတ်၏၊ နို့ရည်ကို ပွားစေတတ်၏၊ လေကို ပယ်တတ်၏၊ စောင်းရွဲ့သော လေရောဂါ, ပန်းနာ, အစာကြေချက်သောအခါ ထိုးအောင့်ခြင်း စသော ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

လေငန်း။ ။၎င်းပဲဒီစိမ်းကို ချင်းခြောက်နှင့် ကျို၍ သောက်မူ လေငန်းရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အဆစ်ရောင်ရောဂါ။　　။ကြက်ဆူမြစ်၏ အခေါက် နှင့် ပဲဒီစိမ်းကို ကျို၍ သောက်မူ အဆစ်ရောင်ရောဂါ ပျောက်တင်း၏။

အနာပေါက်ဆေး။　　။ပြည်တည်နေသော အနာများကို ညက်စွာ ကျိတ်၍ အုံပေးပါက ပြည်ပေါက်လွယ်၏။

နှာခေါင်းသွေးကျရောဂါ။　　။၎င်းပဲကို အညက်ကြိတ်၍ နှာခေါင်း၌ အုံပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

ကြို့ထိုးရောဂါ။　　။ဆနွင်းမှုန့်, ပိုက်ဆံပင်အမြစ်မှုန့်, ပဲဒီစိမ်းအမှုန့်- ဆတူ ရော၍ အခိုးပြု၍ ရှူသော် ကြို့ထိုးခြင်း ပျောက်ကင်း၏၊ (သို့မဟုတ်) ၎င်းပဲမှုန့်ကို ဆေးတံ, ဆေးအိုးတွင် ထည့်၍ အခိုးရှူသော် ကြို့ထိုး ပျောက်၏။

ပဲနံ့သာ

သက္ကတ	वहुपर्णो
ဟိန္ဒီ	मेथी (မေထီ)
လက်တင်	Trigonella Foecgrae-tun

ပုံသဏ္ဌာန်။　　။လူသိများ၍ သဏ္ဌာန်မရေးသားတော့ချေ၊ သို့သော် ပဲနံ့သာသည် ၎င်းအမည် အတိုင်း မွှေးသောပဲ ဖြစ်၏၊ ထူးခြားသော ပဲ၏ အရွက်နုများကို ဟင်းချက် စားသောက်ကြ၏၊ အစေ့ကိုမူ မဆလာထဲတွင် ထည့်၍ အသုံးပြုရ၏၊ ၎င်းပြင် ဆေးဘက်တွင်မူ များစွာ အကျိုးပြုသော အပင် ဖြစ်၏၊ ဖော်ပြလတ္တံ့အတိုင်း ၎င်း၏ စွမ်းရည်ကို အပြည့်အဝ အကျိုးပြုစေနိုင်သော ပဲမျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းဆေးဘက်တွင် ထည့်သောအခါ နေလှမ်း၍ သန့်ရှင်းအောင် အစေ့များကို အမျိုးမျိုးသော အမှိုက်သရိုက်ဖုံများ ကင်းအောင် ရှင်းစေလျက် အိုးသစ်တွင် (သို့မဟုတ်) သန့်ရှင်းသော အိုးတွင် ထည့်ပြီးလျှင် မီးသင်းပြီးနောက် ဖော်မည့်ဆေးများတွင် ပူနွေးသောအခါ၌ ထည့်ရေရာ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။ဇပ်ခါး၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ ဓာတ်တို့ကို ချုပ်စေ၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ခြောက်ထပ်စေ၏၊ နှလုံးကို အကျိုးပြု၏၊ ခွန်အားကို ဖြစ်စေ၏၊ သွေးသည်းခြေကို ဖောက်ပြန်စေ၏၊ သလိပ်ကို ငြိမ်းစေ၏၊ အဖျား, နှုတ်မမြိန်, အန်ခြင်း, ပါဒရက်, ချောင်းဆိုး, မြင်းသရိုက်, ပိုးရောဂါ စသည်တို့၌ အသုံးပြုရ၏။

ရောဂါအလိုက် အသုံးပြုနည်း

နားပြည်ယို။　　။ပဲနံ့သာစေ့ကို နွားနို့နှင့် ကျိုတ်၍ စစ်ပြီးလျှင် နားတွင် ခပ်ပါက နားပြည်ယို ပျောက်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပြည်တုလာသရောနာ။ ။ပဲနံ့သာစေ့ကို ပြုတ်၍ သောက်သော် (သို့မဟုတ်) နွားနို့စစ်နှင့် ပြုတ်၍ သောက်ခဲ့သော် ပြည်တုလာသရောနာ နှင့် သွေးတူလာသရောနာများ ပျောက်၏။

ဝမ်းပျက်ရောဂါ။ ။ပဲနံ့သာရွက်ကို ထောပတ်နှင့် ကြော်၍ စားသော် အတိသာရ ဝမ်းရောဂါ ပျောက်၏။

အဆစ်ရောင်ခြင်း။ ။ပဲနံ့သာကို ချက်၍ စားသော် အဆစ်ရောင်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ပဲနောက် (တော)

သက္ကတ **अरंन्यामुद्ग**

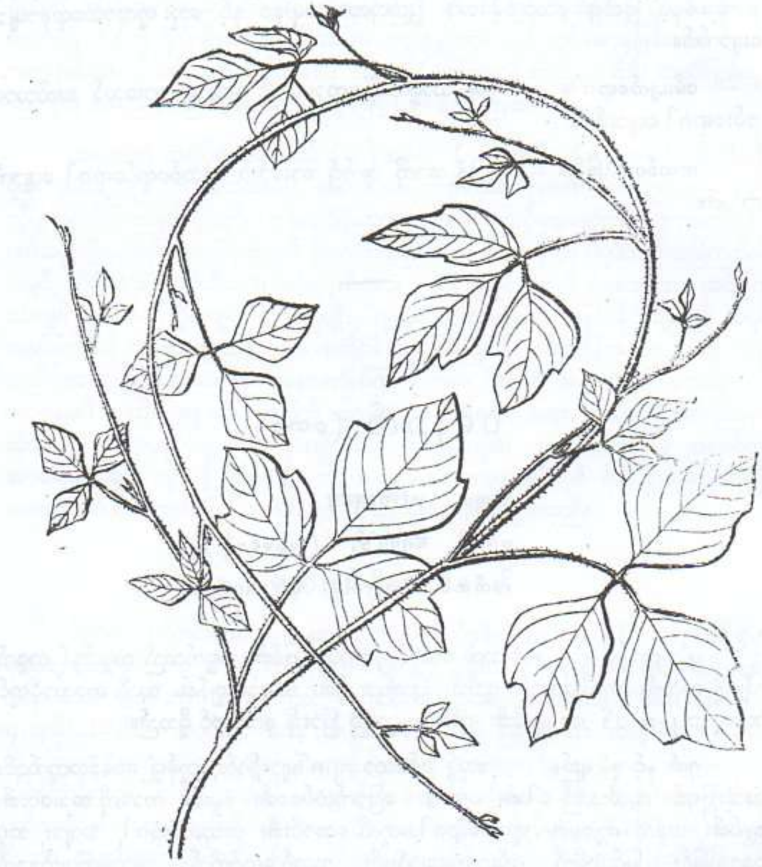
ဟိန္ဒီ **बनबर्बटी** (ဗနဗရ်ဗဋီ)

လက်တင် Phaseolus Adenanthus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် တောပဲနောက်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် တရွက်နှင့် တရွက် ကဲ့ကဲ့ တွက်၏၊ အသီးတောင့် ရှည်၏၊ ပြားပြား ရှိ၏၊ အဖျား ချွန်၏၊ အသီးတတောင့်တွင် အစေ့ ၁၂-မှ ၁၆-စေ့မျှ ရှိ၏၊ ၎င်းအစေ့သည် ပြား၍ နက်ရောင် ရှိသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အူ၌ ဖြစ်သော ရောဂါများ၌၎င်း, တွန့်ရှုံ့စေရန်အတွက်၎င်း အသုံးပြုရ၏၊ အသီးသည် ခါး၏၊ အေး၏၊ ခြောက်ထပ်စေ၏၊ မွှေး၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ ချုပ်၏၊ သန်ကို ကျစေ၏၊ မျက်စိရောဂါအတွက် ကောင်း၏၊ အဆုတ်ရောဂါ, အဖျား, အပူ ရေငတ်ခြင်း, မြင်းသရိုက်, ဝမ်းသက်ချောင်းဆိုး, အဆစ်ရောင်ကိုက်, သည်းခြေပျက်နာကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို ပယ်ဘတ်၏၊ ပြုတ်ရည်သည် ကြွက်ကက်ခြင်း, အဖျား ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



ပဲနောက်(တော)

मुगानी (မူဂါနီ)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပဲဝလီ (ပဲဝေလီ)

သက္ကတ गोराणी

ဟိန္ဒီ गुवार की फली (ဂွ၀ါရ်ကီဖလ်)

လက်တင် Cyamopsis Tetragonlova

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ရင်းအပင်သည် ၂-ပေမှ ၆-ပေမျှ မြင့်သော ပင်စည် ရှိသည်၊ အပွင့်မှာ ခရမ်းရောင် ရှိသည်၊ အသီးတောင့် တတောင့်တွင် ၃-စေ့မှ ၁၀-စေ့အထိ ရှိ၏၊ အစေ့များမှာ ငယ်လျက် အနည်းငယ် ပြားသည်၊ အရောင်မှာ အညို (သို့မဟုတ်) အနက် ဖြစ်၏၊ အညှာတခုတွင် အတောင့် များစွာ ရှိသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အသီးသည် ချို၏၊ ခြောက်ထပ်၏၊ လေ သလိပ်ဒေါသကို ပွါးတတ်၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ နူးညံ့စွာ ဝမ်းသက်၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ သည်းခြေကို ငယ်တတ်၏၊ အရွက်သည် ညအခါ မျက်စိမမြင်စေခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ပဲပုပ်

ဟိန္ဒီ भट (ဗာ့-ဋ်)

လက်တင် Glycine Soja

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ရင်းသည် မြေတွင် ပြန့်၍ ပေါက်သော နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် အညှာတန်တွင် စုံထွက်၏၊ အရွက်သည် သေးငယ်၏၊ ၎င်းအစေ့ကို ဆီပြုလုပ်ကြ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အခွံသည် တွန့်ရှုံ့စေတတ်သော သဘောရှိ၏၊ ထို့ကြောင့် ဝမ်းသက်ရောဂါ၊ အူဦဖြစ်သောရောဂါ စသည်တို့၌ အသုံးပြုရာ၏၊ ကျွန်ုပ်တို့ မကြာမကြာ စားနေသော ပဲပုပ်သည် ကမ္ဘာတွင် အလွန်ထင်ရှား ကျော်ဇော၍ လူသိများသော ပဲမျိုး ဖြစ်၏၊ ကျွန်ုပ်တို့သည် သာမည ပဲမျိုးဟုပင် မှတ်ထင်နေကြ၏၊ အမှန်မှာ တကမ္ဘာလုံးက အမြတ်တနိုးထား၍ အသုံးပြုသော ပဲမျိုး ဖြစ်ကြောင်းကို အနည်းငယ် ဖော်ပြလိုပေသည်။

ပဲပုပ် စတင်ဖြစ်ရာဌာနသည် တရုပ်ပြည် ဖြစ်၏၊ တရုပ် ရှေးစာပေများ၌ ၎င်းကို "ဆိုရာ" သို့မဟုတ် "ဆိုဂျာ" ဟု ရေးသား ထား၏၊ ထိုအမည်ကို ယူ၍ ကမ္ဘာရှိ နိုင်ငံအသီးသီးတို့သည် မိမိတို့ဘာသာရပ်အဖြစ်ဖြင့် အမည်ပေးကြသည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)

လွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်း ခြောက်ထောင် မတိုင်မီက တရုပ်ပြည်တွင် "ရှေနနန်ဂ" အမည်ရှိသော ဘုရင်တပါးသည် မင်းပြု၏၊ ထိုဘုရင်သည် နှစ်စဉ် ကြီးကျယ်သော ပွဲလမ်းသဘင်ကို ကျင်းပ၍ ပဲပုပ်ကို စိုက်ပျိုး၏၊ ထိုစဉ်အခါက တရုပ်ပြည်တွင် ပဲပုပ်သည် ပဓာနဖြစ်သော အစားအစာ ဖြစ်ခဲ့၏၊ ထိုပဲပုပ်သည် အမျိုးပေါင်း ၁၃၀၀ (တစ်ထောင်သုံးရာ)မျှ ရှိ၏၊ တရုပ်ပြည်တွင် ပဲပုပ်တို့၏ အမည်တို့သည် ရာပေါင်း များစွာဖြင့် ခေါ်ဝေါ်ကြ၏။

အရောင်ကို အစွဲပြု၍ ပဲပုပ်သည် (၁) အနက် (၂) အစိမ်း (၃) အဝါဟူ၍ သုံးမျိုးရှိ၏၊ အစေ့သည် ကြည့်သောအခါ စတော်ပဲစေ့ကဲ့သို့ လုံး၏၊ ပြား၏၊ ကြက်ဥသဏ္ဍာန် ရှိ၏၊ သို့ရာတွင် ပိပြားလျက် ရှိသည်၊ ဝါရောင်ရှိသော ပဲပုပ်ကို ကြည့်ရှုရာတွင်၎င်း, စာရာတွင်၎င်း, ဂုဏ်သတ္တိတို့သည်၎င်း အလုံးစုံတို့ထက် ကောင်းသည်၊ အရှေ့အာရှတိုက်မှ ပဲပုပ်သည် အမြဲထွက်၏၊ တရုပ်, ကိုရီးယား, မွန်ဂိုလီးယား, မန်ချူးရီးယား, ဂျပန်တို့တွင် အလွန် ရှေးကျသော အချိန်က ပင်လျင် ထွက်၏၊ သို့ရာတွင် တရုပ်လူမျိုး, ဂျပန်လူမျိုးတို့မှတပါး ပြင်ပနိုင်ငံတို့သည် ပဲပုပ်အကြောင်းကို လွန်ခဲ့သည့် အနှစ် ၄၀ မတိုင်မီ က မသိရှိကြချေ၊ ထိုအချိန်အခါက အချို့သူတို့သည် သဘော်ဖြင့် အင်္ဂလန်သို့ နမူနာအဖြစ်ဖြင့် ပို့ကြ၏၊ ပဲပုပ်ကို အင်္ဂလန်တွင် ဓာတ်ခွဲကြည့်သောအခါ လူတို့၏ ခန္ဓာကိုယ်အတွက် အလွန် အသုံးဝင်သော အရာဝတ္ထုများသို့ တွေ့ရှိကြ၏၊ ထိုအခါမှ ဥရောပနိုင်ငံများက မှာယူကြ၏၊ စိုက်ပျိုးကြ၏၊ ယခု အခါတွင်မူ အမေရိက, အာဖရိက, ရုရှား, ဂျာမနီ, အင်္ဂလန်, အိန္ဒိယ စသော တကမ္ဘာလုံးတွင် စိုက်ပျိုးနေကြလေပြီ၊ ယခုအခါ ပဲပုပ် အထွက်ဆုံးသော နိုင်ငံမှာ မန်ချူးရီးယားပြည် ဖြစ်သည်။

ပဲပုပ်တွင် ရှိသော ဓာတ်

ပဲပုပ်တွင် ပရိုတင်းဓာတ် ၄၀ ရာနှုန်း, ကာဘိုဟိုက်ဒရိတ် ၂၄.၆ ရာနှုန်း, ဆားဓာတ် ၄.၈ ရာနှုန်း, ဗီတာမင် အေ, ဘီ, ဒီ, ကယ်(လ်)စီယမ်ဓာတ်, ဆိုဒီယမ်, ပဂ္ဂနီးစီယမ်, ဖော်(စ်)ဖရစ်, အခြားသော ဓာတ်ဆား စသည်တို့သည်လည်း ရှိ၏၊ ၎င်းပြင် ဓာတ်ဆား (Salt Metal) ၄.ရာခိုင်နှုန်း ရှိ၏၊ ပဲပုပ်တွင် ဖော့(စ်)ဖရစ်ဓာတ်သည် ပြည့်စုံသော အတိုင်းအတာ ရှိ၏၊ ထို့ကြောင့် ဦးနှောက် နှင့် ဉာဏ်ကြောများ၌ ဖြစ်တတ်သော ရောဂါများ, ဥပမာ- ဝက်ရူးရောဂါ ဟစ်စ်တီးရီးယား, သတိမေ့ရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ ထို့ပြင် အဆုတ် နှင့် ပတ်သက်သော ရောဂါများကိုလည်း ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ ပဲပုပ်မှုန့်၌ (Lecithin) အမည်ရှိသော အရာဝတ္ထုတမျိုးသည် ရှိ၏၊ ထိုအရာဝတ္ထုသည် အဆုတ်ရောဂါ, ဉာဏ်ကြော နှင့် ပတ်သက်သော ရောဂါများ၌လည်း အလွန် ကောင်း၏၊ ပဲပုပ်တွင် ရှိသော ပရိုတင်းဓာတ်သည် အခြားသော ဟင်းသီးဟင်းရွက်များ, သီးနှံများနှင့် အသားဓာတ်တို့ထက် ကောင်း၏၊ ထိုပရိုတင်းဓာတ်သည် နွားနို့များရှိ ပရိုတင်းဓာတ်နှင့် တူ၏၊ ဆိုလိုရင်းမှာ ပဲပုပ်ရှိ ပရိုတင်းဓာတ်သည် အခြားသော အရာဝတ္ထုများရှိ ပရိုတင်းဓာတ်ထက် ကောင်း၏။

ပဲပုပ်၏ ထူးခြားချက်မှာ ခန္ဓာကိုယ်ရှိ အချဉ်ဓာတ်ကို နည်းပါးစေ၏၊ ဆားဓာတ်ကို တိုးပွားစေ၏၊ ထို့ကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်၌ အချဉ်ဓာတ်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်တတ်သော ရောဂါတို့ကို

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)

ပဲပုပ်သည် ကာကွယ်တတ်၏၊ ပဲပုပ်သည် ကာမသတ္တိကိုလည်း တိုးပွားစေ၏၊ အိန္ဒိယပြည်တွင် နေ့စဉ် အာဟာရများ၌ မတ်ပဲ ထည့်၍ စားကြ၏၊ ထို့ကြောင့် ဝဖြိုးကြ၏၊ ကာမသတ္တိကို တိုးပွားစေ၏၊ သို့ရာတွင် ပဲပုပ်သည် မတ်ပဲထက် ပင် ကောင်း၏၊ နိုက်တရိုဂျင်ဓာတ် နှင့် ဆီဓာတ်သည်လည်း ပဲပုပ်တွင် များစွာ ရှိသည်၊ အဆီနှင့် ခြင်ဆီဓာတ်သည် ပဲပုပ်တွင် နည်းပါး၏၊ ထို့ကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်ကို ဆုတ်ယုတ်မှု နည်းပါးစေ၏၊ ခန္ဓာကိုယ်တွင် အထူးအားဖြင့် လိုအပ်သော နိုက်တရိုဂျင်, ဆီ, ဗီတာမင်ဓာတ်တို့သည် လုံလုံလောက်လောက် ရှိ၏၊ ခြင်ဆီကဲ့သို့ အကျိုးကို ယုတ်စေတတ်သော ဓာတ်များ မရှိချေ၊ ထို့ကြောင့် အာဟာရနှင့် ပတ်သက်သော သုတေသန အနေ နှင့် တကမ္ဘာလုံးသည် ပဲပုပ်ကို နှစ်သက်ကြ၏။

ဆီးချိုရောဂါနှင့် ပဲပုပ်။ ။ဆီးချိုရောဂါ အတွက် ပဲပုပ်သည် အကောင်းဆုံးသော ဓာတ်စာ ဖြစ်၏၊ ဒေါက်တာဂျိုးဇက်ဂျင်တို အမည်ရှိသူ၏ အဆိုမှာ ပဲပုပ်တွင် ခြင်ဆီဓာတ် နှင့် ကာဘိုဟိုက်ဒရိတ်ဓာတ် နည်းပါးမှုကြောင့် ဆီချိုရောဂါ အတွက် အကျိုးယုတ်ခြင်းကို မဖြစ်စေနိုင်။

ပဲပုပ်နို့ရည်။ ။ကျွန်ုပ်တို့ မြန်မာနိုင်ငံတွင် နွားနို့, ဆိတ်နို့, ကျွဲနို့ စသည်တို့ကို လူတို့၏ ခွန်အားဗလ ဖြစ်စေရန် အတွက် အသုံးပြုကြသကဲ့သို့ တရုပ်, ဂျပန်, မန်ချူးရီးယား, ကိုရီးယားပြည် စသည်တို့၌ ပဲပုပ်နို့ရည်ကို အသုံးပြုကြ၏၊ ထိုပဲပုပ်နို့ရည်တွင် နွားနို့, ဆိတ်နို့, ကျွဲနို့ စသည်တို့၌ တွေ့ရှိရသော ဓာတ်များ ရှိသည့်နည်းတူ လူတို့အား အကျိုးပြုနိုင်သည့် ဓာတ်များ ရှိလေသည်။

ပဲပုပ်နို့ရည် ပြုလုပ်နည်း။ ။ရေ ၇ဝ-သားကို ကြိုပါ၊ ၎င်းတွင် လဘက်ရည်ဇွန်း တဇွန်းခန့် ပဲမှုန့်ကိုထည့်ပါ၊ ၎င်းကို နာနာမွှေပေးပါ၊ ထို့နောက် ကြွေဇွန်း တဇွန်းခန့် ပဲပုပ်မှုန့်ကို ထည့်မွှေပါ၊ ဤနည်းအတိုင်း ပဲပုပ်မှုန့် ၁ဝ-သားခန့် ကုန်သွားသောအခါ ရပ်ပါ၊ ၁ဝ-မိနစ်ခန့်တိုင်အောင် ကြည့်ပါ၊ ချ၍ စစ်ပါ၊ ၎င်းသည် ပဲပုပ်နို့ရည် ဖြစ်၏။

ပဲပုပ်ဆီ။ ။ပဲပုပ်စေ့များမှ ဆီသည်လည်း ထွက်၏၊ ထိုဆီတွင် ဗီတာမင် အေ နှင့် သတ္တိကို တိုးပွားစေတတ်သော အရာဝတ္ထုများကို တွေ့ရှိရ၏၊ ထိုဆီကို ထောပတ်အစား အသုံး ပြုနိုင်သည်။

ဝဲပုပ်ကလေး-အဖြူ

মগ্লি মথরা

ভিক্কু डाया (၃၇ယ၇)

လက်တင် Callicarpa Macrophylla

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပြောင့်သောချုံမျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ၆-လက်မခန့်မှ ၁၁-လက်မခန့် ရှည်၏၊ အသီး ဖြူ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။အမြစ်မှ ရသောဆီကို ဝမ်းဗိုက်နှင့် ပတ်သက်သော ရောဂါတို့၌ ကောင်း၏၊ အရွက်ကို ပူအောင်ပြု၍ အဆစ်အဆက်၌ ဖြစ်သော လေရောဂါဘို့၌ အသုံးပြုရ၏။

၀၆၈၀

သက္ကတ　कुलत्थ

ဟိန္ဒီ　कुलथी (ကုလထီး)

လက်တင်　Dolichos Biflorus

ပုံသဏ္ဌာန်။　　။၎င်းသည် မိုးသက်ပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းအစေ့သည် ပဲနီကလေး အစေ့နှင့် တူသည်၊ သို့သော် အနည်းငယ် လုံးသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။ဖန်၏၊ သတ္တိ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ သည်းခြေနှင့် သွေးကို ဖောက်ပြန်စေတတ်၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ ချွေးကို ချုပ်စေ၏၊ ဆီးပမ်းကို ရှင်စေ၏၊ ပန်းနာ, ချောင်းဆိုး, ကြို့ထိုး, ကျောက်တည်, သုက်အပူ, ဝမ်းဗိုက်တင်းရောင်, နှာစေး, အဆီ,အဖျား, ပိုးတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

၀၆၈၁

သက္ကတ　मसूर

ဟိန္ဒီ　मसूर (မဆူ,ရ်)

လက်တင်　Ervum Lens

ပုံသဏ္ဌာန်။　　။အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ကုလားပဲနှင့် တူ၏၊ အရွက်သည် သေးသွယ်၏၊ အသီးသည် ရှည်၏၊ အစေ့သည် လုံး၏၊ အနည်းငယ် ပြား၏၊ အခွံသည် အပြာရောင် ရှိ၏၊ အစေ့သည် နီ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။ချို၏၊ အေး၏၊ ချုပ်၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ လေကို ပြုတတ်၏၊ ခြောက်ထပ်စေ၏၊ လေ, သည်းခြေကို ငြိမ်းစေ၏၊ သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း၊ အဖျားကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ပဲလေညှင်း

ပုံသဏ္ဍာန်။　　။တလက်မခန့် အရွက်ရှိလျက် လေးညှင်းပွင့်နှင့် တူသော ပဲသီးမျိုး ဖြစ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။အေး၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ လေကို ပျက်စေ၏၊ သလိပ်ကို ပွား စေ၏၊ ကိုယ်ကို တောင့်တင်းစေ၏၊ လူကို ဝဖြိုးစေဘက်၏၊ ဝမ်းမီးကို နှုန်စေတတ်၏။

ပဲလင်းမြွေသီး (ပဲရှည်သီး)

သက္ကတ　**चचिंड**

ဟိန္ဒီ　**चिचींडा** (ကျိကျံ့ဋ္ဌာ)

လက်တင်　Trichosanthes Anguina

ပုံသဏ္ဍာန်။　　။နွယ်ပင်မျိုး၊ အရွက်တို့သည် အနားများ၌ ကွဲနေ၏၊ ၅ - ထောင့် ရှိ၏၊ အပွင့် ဝါ၏၊ အသီး ရှည်၏၊ ၂ - ဖက်သော အနားများ သွယ်၏၊ ရှည်သော အဖြူကွက် များ ရှိ၏၊ အငယ်မျိုးကို ဗုံလုံသီး, တောပဲလင်းမြွေသီး ဟု ခေါ်၏၊ ဗုံလုံ ဟု ခေါ်ရာ၌ အလုံး ချွန် (ပဋောလ) သဒ္ဒါဟောသော ဗုံလုံနှင့် မမှားရန် သတိပြုသင့်၏၊ ဗုံလုံအမည်နှင့် ခေါ် ဝေါ်ကြသော အသီးမှာ ၃ - မျိုး ရှိ၏၊ ဗုံလုံရှည် နှင့် ကင်းပုံသီးကဲ့သို့သော ပဋောလ သဒ္ဒါ ဟောသော ဗုံလုံ (အချို အခါး ၂ - မျိုး) ရင်းပြင် မြစ်ကမ်းဘေးတို့၌ ပေါက်သော ဗုံလုံ ဘလှည့် ငါးပျံတလှည့် ခေါ်သော ဗုံလုံ ဟူ၍ ၃-မျိုး ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။အသီး ချို၏၊ သတ္တိ အေး၏၊ ဝိပါက၌ ချို၏၊ အားကို ဖြစ်စေ၏၊ နှုတ်ကို မြိန်စေ၏၊ သဘော ဗုံလုံသီးထက်ကား ဂုဏ်နည်း၏၊ လေ,သည်းခြေ, ခယချက်, နှုတ်မမြိန် စသော ရောဂါများ ပျောက်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပဲနောက်

သက္ကတ मुगपर्णी
ဟိန္ဒီ मुगानी (မုဂါနီ)
လက်တင် Phascolus Trilobus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းပဲနောက်သည် အပင်ပေါက်စတွင် ပင်စောက်သဘော ရှိ၍ ရင့်သောအခါ နွယ်၍ သွားဘက်၏၊ အသီးမှာ ၃. လက်မမျှ ရှည်၏၊ အသီးတတောင့် ၇.စေ့မျှ ရှိ၏၊ ၎င်းပဲသည် အရောင်လိုက်၍ အမျိုးများစွာ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအစေ့သည် ခြောက်၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ သလိပ် နှင့် သည်းခြေဘို့ကို နိုင်၏၊ လေကို အနည်းငယ် ပွားစေ၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ပိုးရောဂါကို နိုင်၏၊ ဆီးရောဂါများ အဘွက် များစွာ အကျိုးပြု၏၊ မျက်စေ့ကို အကျိုးပြု၏၊ အခြားရောဂါ များကိုလည်း နှိမ်နင်း၏၊ ၎င်းပဲနောက်အပေါင်းတို့တွင် ပဲနောက် အစိမ်းသည် အမြတ်ဆုံး ဖြစ်၏၊ အကြောင်းဆိုသော် ၎င်းအစိမ်းရောင် ပဲနောက်သည် အထူးသဖြင့် ကြေကျက်လွယ်သောကြောင့် တည်း။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အနာမြုံပျောက်ဆေး။ ။၎င်းပဲနောက်ကို အစိမ်းဝါး၍ အနာမြုံများသို့ ကပ်အုံ ပေးခဲ့သော် အနာမြုံများ ပျောက်ကင်း၏။

နို့အကြိတ်ပျောက်ဆေး။ ။ပဲနောက် နှင့် ကောက်လျှင် ဆန်ကို ဆတူ ညက်ညက် ကြိတ်၊ နို့အုံတွင် အကျိတ်အခဲ, နို့ပြင်းကိုက်, ရောင်ရမ်းသော နေရာတို့ကို အုံပေး, လိမ်းပေး ပါ မြန်စွာ အကျိဘ် ကြေလိမ့်မည်။

သည်းခြေလွန်ဖျား။ ။ပဲနောက် နှင့် နွယ်ချိုကိုရော စွပ်ပြီးပြုတ်၍တိုက်မူ သည်းခြေ လွန်သော အဖျားများ ကျဆင်းသွားလိမ့်မည်။

ရေယုန်နာ။ ။ပဲနောက်ကို ထောပတ်နှင့် ကြိတ်၍ ရေယုန်နာများကို လူးပေးပါ ပျောက်ကင်း၏။

ပဲလွန်း

သက္ကတ राजमाप
ဗင်္ဂါလီ चंवाला (ကျံ့ဝလာ)
လက်တင် Vigna catiang

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် စားသောက်သုံးသော ပဲအမျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းအသင်သည် ပဲဒီနှင့်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

တူ၏၊ အသီးသည် ၆-လက်မမှ ၁-ပေမျှ ရှည်၏၊ ၎င်းအသီးမှာ ဖြူ၏၊ မျက်နှာတွင် အနက်ကွက် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ချို၏၊ ဖန်၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ ဆီးဝမ်းကို ရှင်စေ၏၊ နုတ်မြိန်စေ၏၊ လေကို ပြုတတ်၏၊ နို့ရည်ကို ပွားစေ၏၊ အားကို ဖြစ်စေ၏၊ ခြောက်ထပ်စေ၏။

မှတ်ချက်။ ။ပဲလွန်းသည် အဖြူ, အနီ, အနက် အားဖြင့် ၃-မျိုး ရှိ၏။

ပဲလွန်းရွက်

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပဲလွန်းရွက်သည် ဒေါသ သုံးပါးကို ပယ်တတ်၏၊ ကျောက်, ငက်သက်တို့ ပေါက်ရာ၌ ပုဇွန်ဆိတ်နှင့် ချက်ကျွေးရ၏။

ပဲလွန်းနက်ရွက်

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဲလွန်းနက်ရွက်သည် အစာကို ကြေစေတတ်၏၊ ဝမ်းရင်ခုံသောရောဂါ, လေးလံခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ပဲတီ (၁၆)

သက္ကတ ဝိဇရတနာ

ဖိဒ္ဒ (၃၅,၆)

လက်တင် Phaseolus Radiatus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းပဲဒီပင်သည် ငယ်သော နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက် ၃-ရွက် ထွက်၏၊ အပွင့် ဝါ၏၊ သီးတောင့်ရှည်၍ လုံး၏၊ မွေးနုများ ရှိ၏၊ ၎င်းပဲတီသည် ဝါ, နီ, နက် စသည်ဖြင့် အမျိုး များလှ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဲတီသည် ပြေပြစ်၏၊ ခွန်အားကို ပြုတတ်၏၊ သုက်ကို ပွားစေ၏၊ သည်းခြေကို ပြုတတ်၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ နှစ်မျို့ခြင်းကို ဖြစ်စေတတ်၏၊ ချို၏၊ ဝဖြိုးစေတတ်၏၊ ကျင်ငယ်ကို ဖြစ်စေ၏၊ မလတို့ကို ဖြိုခွဲတတ်၏၊ နို့ရည်ကို ပွားစေ၏၊ အသားတို့ကို ပွားစေ၏၊ အဆီကို ပွားစေ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အစေ့သည်။ ။ချို၏၊ ဆိမ့်၏၊ နူးညံ့စွာ ဝမ်းသက်၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ ဝဖြိုးစေ၏၊ မှတ်သိတ်ခြင်းကို ဖြစ်စေ၏၊ ဆီးကိုဖြစ်စေ၏၊ နို့ရည်ကို ပွားစေ၏၊ နှလုံးကိုကောင်းစေ၏၊ ပင်ပန်းခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ရေငတ်ခြင်းနှင့် သလိပ်သွေးရောဂါတို့ကို ဖြစ်စေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ပန်းနာ, ပင်ပန်းခြင်း, ပရိကောမ သူလရောဂါ, စောင်းရှဲ့သော လေရောဂါ, မြင်းသရိုက်ရောဂါ တို့ကို ပျောက်ကင်း စေတတ်၏၊ ရေငတ်ခြင်း နှင့် သလိပ်သွေးနှင့် ပတ်သက်သော ရောဂါတို့ကို ဖြစ်စေတတ်၏။

ပဲတီ (တော)

သက္ကတ मापपर्णी

ဟိန္ဒီ मापपर्णी (မာသျပရ္နိ)

လက်တင် Teramnus Iabialis

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။နွယ်မျိုးဖြစ်၏၊ ချုံများ၌ တွယ်၍ တက်တတ်၏၊ အရွက်သည် တညာတွင် သုံးရွက်ထွက်၍ ပဲဒီရွက် နှင့် တူ၏၊ အပွင့်သည် အနည်းငယ်နီကာ အသီးသည်ပါး၏၊ ပြား၏၊ ၁-လက်မခွဲမှ ၂-လက်မ အထိ ရှည်၏၊ အစေ့ငယ်ကလေးများ ၈-စေ့မှ ၁၀-စေ့ အထိ ရှိ၏၊ အရသာ ခါး ချို၏၊ သဘ္ဘာအေး၏၊ ဝိပါက်ချို၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ချုပ်၏၊ ခြောက်ထပ်စေ၏၊ သုက်ကိုဖြစ်စေ၏၊ သလိပ်ကိုပြုတတ်၏၊ လေ နှင့် သည်းခြေကို နိုင်၏၊ ဖောရောင်, အဖျား, သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ဝိုးဂေါင်စာ

ဘုံဘေ [illegible] ဟိန္ဒီ भिलर (ဘိလ,ရ)

လက်တင် Bischora Javanica အင်္ဂလိပ် Vinagr wood

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။အမြဲစိမ်းလန်းနေသော အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ အခေါက်သည် အပြာရင့်ရောင် ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် အရွက်နောက်မှ တရွက်ဆင့်၍ ထွက်၏၊ ၂-လက်မခွဲမှ ၆-လက်မရှည်၏၊

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အပွင့်သည် အလွန်သေးငယ်၏၊ အသီးသည် ၅ ပဲ အချင်း ရှိ၏၊ ညို၏ (သို့မဟုတ်) နက်၏၊ နူးညံ့၏၊ အစေ့သည် သုံးစေ့မှ ငါးစေ့အထိ ရှိ၏၊ တောက်ပ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အဖုအနာများ၌ အရွက်၏ သတ္တုရည်ကို အနာများ ပြည်ပေါက်စေရန် လိမ်းပေးကြကုန်၏။

ပိုးစာပင်

သက္ကတ तूत

ဟိန္ဒီ तूत (တူ,တ်)

လက်တင် Morus indica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်မျိုးကြီး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ပတ်လည်၌ လွှသွားကဲ့သို့ ရှိ၏၊ အဖြူ နှင့် အနက် နှစ်မျိုး ရှိ၏၊ အဖြူကို လက်တင်ဘာသာ၌ Morus-Alba အနက်ကိုMorus-Indica ဟု ခေါ်ကြ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အသီးကို သုံးရ၏၊ အစိမ်းသည် ချဉ်၏၊ အမှည့်သည် ချို၏၊ အစိမ်းသည် ပူ၏၊ အမှည့်သည် အေး၏၊ ဝိပါက၌ ချို၏၊ အစိမ်းသည် ကြေခဲ၏၊ ခံတွင်းသက်စေ၏၊ အမှည့်သည် ကြေခဲ၏၊ မလတို့ကို ချုပ်စေ၏၊ သွေးဖောက်ပြန်ခြင်းကို ပယ်ဖျက်နိုင်၏၊ အမှည့်သည် လေ, သည်းခြေကို နိုင်၏၊ အစိမ်းသည် ရေငတ်, သွေးပူကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အမှည့်သည် သွေးအားနည်း, ဝစ္စမဂ်၌ အဆီနည်းခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အသီးရှာလပတ်ရည်သည် လည်ချောင်း, သွား, သဖုံးနာတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ပုန်းမဲဇာ

သက္ကတ चक्षुष्या

ဟိန္ဒီ सिरन (ဆီရ,န်)

လက်တင် Aldizzia chinensis Syn A stipulata

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ကုက္ကိုပင်အုပ်စုမှ အမြဲစိမ်းလန်းနေသော ပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အခေါက်မှထွက်သော အစေးသည် အနာပေါက် အမျိုးမျိုး, ယားယံခြင်း, အရေပြား ရောဂါများ၌ အသုံးပြုရ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပေါက်တူပင်

နေပါလ်　चीव.री

ဟိန္ဒီ　चीउरा　(ချီအုရာ)

လက်တင်　Bassia Butyracacea

ပုံသဏ္ဌာန်။　။အလယ်အလတ်စား အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ မြန်မာပြည်တွင် ပုသိမ် နှင့် မိတ္ထီလာနယ်တို့တွင် ပေါက်၏၊ အခေါက်သည် ဗာဒံရင့်ရောင် နှင့် အနီရောင် ဖြစ်သည်၊ အရွက်သည် ၇ - လက်မခွဲခန့်မှ ၁၅ - လက်မခန့် ရှည်၏၊ ၂ - လက်မခွဲခန့်မှ ၄ - လက်မခန့် ကျယ်၏၊ ဥသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အပေါ်ဘက်မှာ စိမ်း၏၊ တောက်ပ၏၊ အပွင့်ဖြူ၏၊ အသီးသည် စိမ်း၏၊ တောက်ပသည်၊ ဥသဏ္ဌာန် ရှိသည်၊ အစေ့မှ ဆီထွက်သည်၊ ထိုအဆီသည် ထောပတ်ကဲ့သို့ ဖြူ၏၊ အနံ့မရှိ။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　။ထိုအပင်မှ ထွက်သော အဆီသည် အဆစ်အဆက်တို့၌ ဖြစ်သော ရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရ၏။

ပေါက်နွယ်

သက္ကတ　पलाश लता

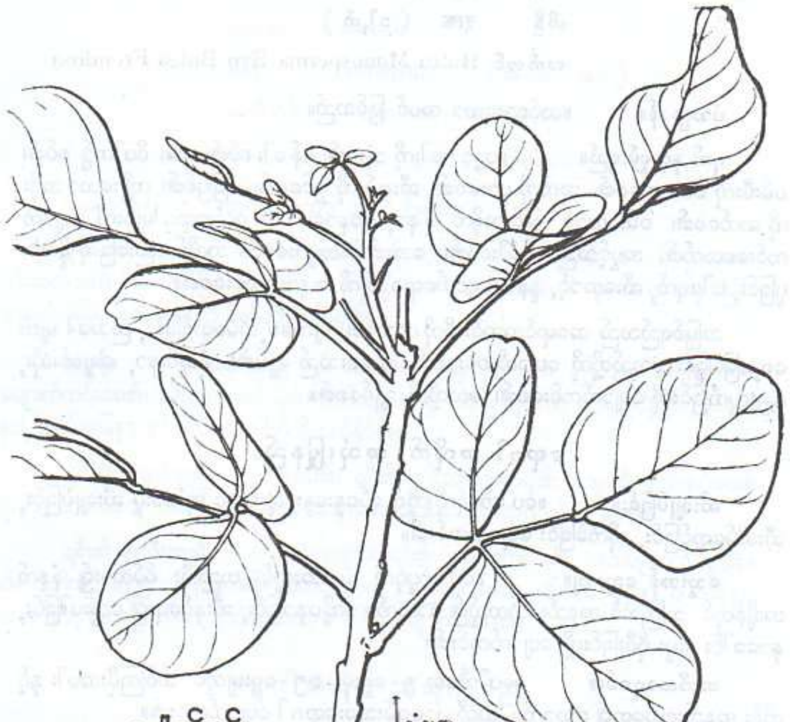
ဟိန္ဒီ　लता पलाश　(လတာပလာ,ဆ)

လက်တင်　Butea Superba

ပုံသဏ္ဌာန်။　။နွယ်အမျိုးအစား ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ၁၂ - လက်မခန့်မှ ၁၅ - လက်မခန့် ကြီး၏၊ အပွင့်သည် ၂ - လက်မခွဲမှ ၃ - လက်မခန့် ရှည်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　။အရွက်ရည်ကို ကလေးများ၏ အဖုအနာများ ပျောက်ကင်းရန် အတွက် ဒိန်ချဉ် နနွင်းတို့ နှင့် ရော၍ သုံးရ၏၊ အမြစ်, အခေါက်, အပွင့်တို့သည် မြွေဆေးတို့၌ သုံးရ၏၊ အပွင့်ကို ကင်းမီးကောက်ကိုက်ရာ၌ အသုံးပြုရ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



ပေါက်ပင်

BUTEA FRONDOSA.

ढाक (ढाक)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပေါက်ပင်

သက္ကတ पलाश

ဟိန္ဒီ ढाक (ဒါ့,က်)

လက်တင် Butea Monosperma Syn Butea Frondosa

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှားသော အပင် ဖြစ်သည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဥ္စငါးပါးကို သုံးရ၏၊ ဖန်ခါး စပ်၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ သုက်ကို ပွားစေ၏၊ ဆီးဝမ်းကို ရှင်စေ၏၊ ပြေပြစ်၏၊ ကျိုးသော အရိုးကို ဆက်စေ၏၊ ဝမ်းအောင့်, မြင်းသရိုက်, ပိုးနာ, အနာပေါက်, ဂူလုံးရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ အပွင့်သည် ဖန်ခါးစပ်၏၊ အေး၏၊ လေပွားစေ၏၊ သလိပ်သည်းခြေကို နိုင်၏၊ ပူခြင်း, ပါဒရက်, ဆီးအောင့်, နူနာ, ရေငတ်ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အမြစ်ရည်သည် အရောင်အဆင်းဘိုကို ပွားစေ၏၊ မျက်စေ့အိမ်ရောင်ခြင်း, ညအခါ မျက်စေ့မမြင်ခြင်း စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အစေးသည် ချုပ်၏၊ ခံတွင်းနာ, ချောင်းဆိုး, ချွေးထွက်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ မလတို့ကို ချုပ်စေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ဆီးချုပ်ခြင်း။ ။ပေါက်ပွင့်ကို ကြို၍ ခပ်နွေးနွေး, ချက်တွင် အုံပေးမူ ဆီးချုပ်ခြင်း, ဆီးအိမ်ရောင်ခြင်း, ကိုက်ခဲခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

သွေးအန်, သွေးကျ။ ။ပေါက်ပွင့်ကို ရေအေးတွင် တညလုံး စိမ်ထား၍ နံနက်အချိန်တွင် သကြားခဲ အနည်းငယ်ထည့်၍ သောက်မူ စအိုဝနာခြင်း, ဆီးနှင့်ရော၍ သွေးပါခြင်း, နှာခေါင်း သွေးယိုစီးခြင်းတို့ ပျောက်ကင်း၏။

အတိသာရဝမ်း။ ။ပေါက်စေး ၅-ရွေးမှ ၁၅-ရွေးမျှတွင် သစ်ကြပိုးအပါး နှင့် ဘိန်း အနည်းငယ်ရော၍ သောက်မူ အတိသာရဝမ်းသွားရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

အနာ အပု အပိန့်များ။ ။လပ်ဆတ်သော ပေါက်စေးကို လိမ်းပေးမူ အနာ အပုများ ပျောက်ကင်း၏။

သန်ကျဆေး။ ။၎င်း၏အစေ့ကို ရေတွင်စိမ်၍ အခွံကိုခွာပြီးလျှင် အတွင်း အဆံကို အခြောက်လှမ်းပါ၊ ထိုနောက် ၎င်းအဆံကိုကြိတ်၍ ၁-ပဲသားမျှကို နံနက်တကြိမ် ညတကြိမ် အားဖြင့် တနေ့ ၂-ကြိမ်ကျ ၃-ရက် ဆက်ကျွေး၍ ၄-ရက်မြောက်သော အခါ ဝမ်းနုတ်ဆေး ကျွေးပါက ဝမ်းတွင်းရှိ သန်ကောင်များ ကျလာပါလိမ့်မည်။

ပွေးနာ, ယားနာ။ ။ပေါက်၏ အစေ့ကို သံပုရာရည် နှင့် ကြိတ်၍ လိမ်းမူ ယားနာ, ပွေးနာများ ပျောက်ကင်း၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပေါက်ပန်းဖြူ

သက္ကတ अगस्तय

ဟိန္ဒီ अगस्तिया (အဂဆ ိယာ)

လက်တင် Sesbania grandiflora

Syn Agati grandiflora

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှားသော အပင် ဖြစ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအပင်သည် အေး၏၊ ခြောက်ထပ်၏၊ လေကို ပွားစေ၏၊ ခါးသက်သက် ရှိ၏၊ ၎င်းပြင် အေး၏၊ သည်းခြေရောဂါ, သလိပ်ရောဂါ ၃- ရက်ခြားဖျားခြင်း, နှာရည်ယိုခြင်း ရောဂါတို့ကို ပယ်ဖျောက်နိုင်၏။

အပွင့်။ ။၎င်း၏ အပွင့်သည် အေး၏၊ ၃ - ရက်ခြားဖျား, ကြက်မျက်သင့်ခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ခါးသက်သက် ရှိ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၍ ကြေကျက်၏၊ နှာရည်ယိုခြင်း, သလိပ်နာ, သည်းခြေနာ နှင့် လေရောဂါတို့ကို ပယ်နိုင်၏။

၎င်း၏ အရွက်သည်။ ။စပ်၏၊ ချို၏၊ ခါးသက်သက်ရှိ၏၊ သွေးကို စင်ကြယ်စေ၏၊ ပိုးနာ, သလိပ်နာ, အဆိပ်သင့်နာ နှင့် သွေးဖောက်ပြန်သော ရောဂါတို့ကို နိုင်၏။

၎င်း၏ အသီးသည်။ ။ကြေကျက်လွယ်၏၊ ဝမ်းသက်စေ၏၊ အသိပညာကို ပွားစေ၏၊ ဝိပါက၌ ချို၍ ကြေကျက်၏၊ သတိတရားကို ကြည်လင်စေ၏၊ ထိုးအောင့်နာ, ဝါသင့်နာ, အဆိပ်နာ, မြစ်ခြောက်နာ, နှလုံးနာ ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်း၏။

ရောဂါအလိုက် အသုံးပြုနည်း

ဝက်ရူးနာရောဂါ။ ။ပေါက်ပန်းဖြူရွက်ကို ငြုပ်ကောင်းနှင့် အတူ နွားကျင်ငယ်နှင့် ကြိတ်၍ ရှူသော် ဝက်ရူးနာ ပျောက်၏။

မျက်စေ့ အားနည်း။ ။ပေါက်ပန်းဖြူ ပွင့်၏ သတ္တုရည်ကို မျက်စေ့၌ ခပ်ပါက မျက်စေ့မှုန်ခြင်း, မျက်စေ့ ဝေခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မီးယပ်ဖြူရောဂါ။ ။ပေါက်ပန်းဖြူ အစို အခေါက်ကို ထောင်း၍ အရည် ညှစ်ယူပါ၊ ၎င်းသတ္တုရည်ကို စင်ကြယ်သော အဝတ် (သို့မဟုတ်) ဂွမ်းတွင် စိုအောင် ဆွတ်၍ ယောနိတွင် ထည့်၍ ပေးပါက မီးယပ်ဖြူ ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

အဆစ်အဆက်ရောင် ရောဂါ။ ။ပေါက်ပေါက် အနီပွင့်၏ အမြစ်ကို ရေနှင့် ကြိတ်၍ မီးဖြင့် နွေးအောင် ပြုပြီးလျှင် ရောင်သော အဆစ်အဆက်များကို လိမ်းပေးမူ အဆစ်ရောင် ရောဂါ ပျောက်၏။

No. 25

ခေါင်းတခြမ်း ကိုက်ခြင်း။ ။ခေါင်းတခြမ်းကိုက် ရောဂါ ဖြစ်မူ အပွင့်ကိုဎင်း၊ အရွက်ကိုဎင်း အရည်ညှစ်ယူ၍ ၎င်းအရည်ကို ခေါင်းမကိုက်သော တဘက်ရှိ နှာခေါင်းမှ ရှူပါက ပျောက်ကင်း၏။

ရောင်ရမ်းခြင်း။ ။ပေါက်ပန်းဖြူမြစ် နှင့် ပန်းတိုင်းမြစ်ကို ရေဆေးနှင့် သွေး၍ ရောင်ရမ်းသော နေရာသို့ လိမ်းမူ ပျောက်ကင်း၏။

ကြက်မျက်သင့် ရောဂါ။ ။ညအခါ ကြက်မြက်သင့်၍ မမြင်သော အခါ ပေါက်ပန်းဖြူပွင့်ကို ပြုတ်၍ စားပါက ကြက်မျက်သင့် ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

စိတ်ဖောက်ပြန်သော ရောဂါ။ ။အရွက်၏ သတ္တုရည်တွင် ချင်းခြောက်, ပိတ်ခြင်း, ကြံသကာတို့ ဆက္ခ ရော၍ ရှူ၍ ရှူ၍ ပေးပါက စိတ်ပြန်လွင့်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ပိုက်ဆံပင်

ယက္ကတ	**ဒဏ**
ဟိန္ဒီ	**ဒန** (ဆ,နံ)
လက်တင်	Crotalria juncea

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ထင်ရှားသော အပင် ဖြစ်သည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရွက်သည် ပူ၏၊ ထက်မြက်၏၊ ချဉ်၏၊ ခါးသက်သက် ရှိ၏၊ ပန်၏၊ အန်စေတတ်၏၊ အနည်းငယ် ဝမ်းသက်၏၊ ကိုယ်ဝန် ပျက်လျော စေတတ်၏၊ လေ နှင့် သလိပ်ကို နိုင်၏၊ နာကျင် ကိုက်ခဲခြင်း ပျောက်ကင်း၏၊ အပွင့်သည် မီးယပ်ဖြူ နှင့် သွေး ကြောင့် ဖြစ်သော ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ အစေ့သည် အေး၏၊ ချုပ်၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ ဥတုသွေးကို မှန်စေ၏၊ အရေပြား ရောဂါတို့၌ အကျိုးပြု၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

သွေးခဲခြင်း။ ။သွေးများ စုခဲနေသော အခါ သွေးခဲသော နေရာသို့ ၎င်းပိုက်ဆံရွက်ကို ကြိတ်၍ လိမ်းပေးမူ ပျောက်၏။

မီးယပ်ဖြူ။ ။၎င်းပိုက်ဆံပွင့်ကို အနည်းငယ် ပြုတ်၍ စားပါက မီးယပ်ဖြူနာ နှင့် သွေး ဖောက်ပြန်သော ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပိုက်ဆံပင် (တော)

သက္ကတ　शानर गंधिका

ဟိန္ဒီ　झनझनिया (ဂျ,န်-ဂျန်,ယန်)

လက်တင်　Crotalria Retusa

ပုံသဏ္ဍာန်။　။ချုံသဘွယ် ဖြစ်၏၊ ၂-ပေမှ ၄-ပေ မြင့်၏၊ အကိုင်းအခက် များသည်၊ ဖြောင့်ဖြောင့် တက်၏၊ အရွက်များသည် ၁-လက်မခွဲမှ ၄-လက်မ ရှိ၏၊ လှံသွား သဏ္ဍာန် ရှိ၏၊ အပွင့် များ၏၊ ကြီး၏၊ အသီးတတောင့်တွင် ၁၅-စေ့မှ ၂၀-စေ့ထိ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　။ဝဲခြောက်ရောဂါ, အနာစက်ရောဂါ စသည်ဘို့၌ အသုံး ပြုရ၏။

ပင်စိမ်းကြီး (နက်ဖြူ)

သက္ကတ　कृष्ण तुलसी

ဟိန္ဒီ　तुलसी (တုလဆီ)

လက်တင်　Ocimum Sanctum

ပုံသဏ္ဍာန်။　။၁-ပေမှ ၂-ပေခွဲမျှ မြင့်၏၊ အလွန် အနံ့ပြင်း၏၊ အခက် အလက် ဖြောင့်၏၊ ခက်လက်များသည် ဖြန့်အုပ်၍ နေ၏၊ အရွက် ၁-လက်မမှ ၂-လက်မခွဲမျှ ရှည်၏၊ ဥသဏ္ဍာန် ရှိ၏၊ အရွက် ဘေးပတ်လည် ခွေးသွားစိပ် ထင်ရောင် ရှိ၏၊ အကိုင် အဖျားတွင် ပွင့်တန်ထိုး၍ ပွင့်၏၊ ၎င်းသည် အခက်အရွက် အရိုး ညို့မှိုင်းမှိုင်းကို အနက်, အခက်ရွက် စိမ်းသည်ကို အဖြူ ဟူ၍ နှစ်မျိုး ရှိလေ၏၊ အချို့ဒေသများတွင် ရဟံကြီးနက်, ရဟံကြီးဖြူ ဟု ခေါ်ကြကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　။ခါး၏၊ စပ်၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါကၥ၌ စပ်၏၊ ဝမ်းမီး တောက်၏၊ နှလုံးကို အကျိုးပြု၏ သည်းခြေကို ဖြစ်စေ၏၊ လေ သလိပ်ကို နိုင်၏၊ ပျောက်ကင်းနိုင်သော ရောဂါများမှာ နူနာ, ဆီးအောင့်, သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း, ခြေသလုံး နာကျင် ကိုက်ခဲခြင်း, ပန်းနာ ရင်ကြပ်, ချောင်းဆိုးရောဂါ, ချေဆပ်၍ မှန်ခြင်း, ပိုးရောဂါ, အော့အန်ခြင်း, အနံ့မကောင်းခြင်း,, နံဘေးအောင့်ခြင်း စသည်တို့ကို နိုင်နင်း၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပင်စိမ်းရိုင်း (အင်္ဂက)

သက္ကတ　　अजर्क

ဟိန္ဒီ　　वन तुलसी (ဗန်တုလသိ)

လက်တင်　　Ocimum gratissimnm

ပုံသဏ္ဌာန်။　　။ပင်စိမ်းမျိုး ဖြစ်၏၊ အခေါက်မှာ ပြာမှုန့်ရောင် ရှိသည်၊ လေးဘက် ၄-ကိုင်း ထွက်၏၊ ၄ · ပေမှ ၈ · ပေထိ မြင့်၏၊ အရွက် ချော၏၊ အရွက် အလျား ၁ လက်မမှ ၄-လက်မခန့် ရှိ၏၊ အခြားသော ပင်စိမ်းတို့ထက် အနံ့ ထက်၏၊ အဖြူ ,အနက် နှစ်မျိုး ရှိသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။ခါးစပ်၏၊ သက္တိ ပူ၏၊ ဝိပါကဥ္ဇ စပ်၏၊ နှုတ်မြိန်စေ၏၊ ချမ်းသာစွာ သားဖွားစေ၏၊ လေ, မျက်စေ့, နှလုံးရောဂါ, အသိပ်, အောင့်အန်, နှုတ်မမြိန်, အရေပြား, ကျောက်တည်ရောဂါ စသည့် ရောဂါများကို နိုင်သည်၊

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ပြည်တူလာသရောနာ၊　　။၎င်းအရွက်စိမ်း သတ္တုရည်ကို ကြေဇွန်း တဇွန်းဝက်မျှ သောက်ပါက ပြည်တူလာ သရောနာ ပျောက်၏။

လေငန်း နှင့် အသစ်ရောင်ရောဂါ။　　။၎င်းပဥ္စင်္ဂါးပါးကို ရေနွေးဖျော၍ ၎င်းအငွေ့ကို ရှူပါက လေငန်း, လေဖြတ် ရောဂါ နှင့် အဆစ်ရောင် ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ခေါင်းကိုက် ရောဂါ၊　　။၎င်းအရွက်စိမ်းရည်ကို ညှစ်၍ နားထင်, နဖူး, စသည့် မျက်နှာ အထက်ပိုင်းကို လိမ်းပေးပါက ခေါင်းကိုက် ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

အနာပိုးကျ ပျောက်ဆေး။　　။အရွက်ခြောက်ကို အမှုန့်ပြု၍ ပိုးကျနေသော အနာများကို ဖြူးပေး- ထည့်ပေးပါက အနာများတွင် ကျရောက်သော ပိုးများ ပျောက်ကွယ်သွားပါလိမ့်မည်။

အတိသာရ ဝမ်းရောဂါ။　　။၎င်းအစေ့မှုန့် ၃ · ပဲသားမှ ၇ · ပဲသား အထိ ပြုတ်၍ တိုက်ပါက အလယ်အလတ်တန်းစား၌ ဖြစ်သော ဝမ်းရောဂါ ပျောက်ကင်းသည်။

ပင်စိမ်း (ပင်ပွား)

သက္ကတ अजगन्धिका

ဟိန္ဒီ बाबुई तुलसी (ပါဗူဣတုလသိ)

လက်တင် Ocimum Basilicum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပင်စိမ်းနှင့် တူ၏၊ အမြင့် ၁-ပေခွဲမှ ၂-ပေခွဲထိ မြင့်၏၊ အရွက်မှာ ၁-လက်မမှ ၂-လက်မထိ ရှည်၏၊ အနံ့မှာ ပင်စိမ်းနံ့နှင့် တူ၏၊ အပင်ဖျားတွင် ပွင့်တန်ထိုး၍ ပွင့်၏၊ သီး၏၊ အပင်သည် ခြောက်သွားသောအခါ အလွန် အနံ့ကောင်း၏၊ အစေ့သည် ငယ်၏၊ မဲ၏၊ အချို့ ရှည်၏၊ အချို့ ပြား၏၊ အချို့ ချွန်၏၊ အနံ့ မရှိ၊ အရသာ စပ်ဖျဉ်းဖျဉ်း ရှိ၏၊ ရေ၌ စိမ်ခဲ့သော် ပွ၍ အစေး ဖြစ်လာ၏၊ ပဥ္စငါးပါးကို အရည်ချက်ပါက ဆီရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရသာ ခါး၏၊ သတ္တိ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ နှုတ်ကို မြိန်စေ၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ပိုးကို ဖျက်ဆီးတတ်၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို ငြိမ်းနိုင်၏၊ အဖျား, နှလုံးရောဂါ, သွေးကြောင့်ဖြစ်သောရောဂါ, လေရောဂါ, အနာပေါက်, ယားယံခြင်း, ပူခြင်း, အန်ခြင်း, နူနာ, အဆိပ်ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ အစေ့သည် ရေငတ်ခြင်း, ပူခြင်း, ဖောရောင်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

ပင်လယ်ကစွန်း

သက္ကတ मर्यादा

ဟိန္ဒီ दोपतिलता (ဒိုဂတိလတာ)

လက်တင် Ipomaea Pescaprae

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အမြစ်သည် ကြီး၏၊ ရှည်၏၊ ထူ၍ ညိုသော အခွံ ရှိ၏၊ အရွက်သည် ၁-လက်မခွဲမှ ၃-လက်မ ရှိ၏၊ အပွင့်သည် ကြီး၏၊ ၁-လက်မ သာသာ ရှည်၏၊ ၎င်းသည် နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက် ဖလန်ရွက်နှင့် တူ၏၊ (အဖျား ချိုင့် ရှိ၏၊) အရွက်သည် ချော၏၊ အရောင် ပြောင်၏၊ အပွင့် နှင်းဆီရောင် နှင့် ခရမ်းရောင် ရှိ၏၊ ခေါင်းလောင်း ပုံသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အသီးမှာ လုံးရောင်ရောင် နှင့် ဥသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အသီးတလုံးတွင် အကန့် ၄-ကန့် ရှိ၏၊ တကန့်တွင် အစေ့ -တစေ့သာ ရှိ၏၊ အနက်ရောင် နှင့် ကတ္တီပါ အနုရောင် အမွေးကလေးများ ရှိ၏၊ ကျွတ်ဆပ်၏၊ ၎င်းသည် ပင်လယ်ကမ်းခြေ, မြစ်ကမ်းခြေ စသည်တို့၌ ပေါက်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပင်လယ်ကဗ္ဗိ (ပင်လယ်ထင်ရှူး)

ဟိန္ဒီ जंगली झाऊ (ဂျင်္ဂလီဈာ့ဦ)
လက်တင် Casuarina equisetifolia

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ကြီး၍ လှပသော အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ အကိုင်း အခက်များ အောက်သို့ ကိုင်းနေ၏၊ အရွက်သည် ၃-ပဲမျှ ရှည်၏၊ အဆစ် ကြားမှ ထွက်၏၊ အသီးထိပ်ဝသည် ၁-လက်မမျှ ရှည်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အခေါက်သည် ချုပ်၏၊ ထို့ကြောင့် ဝမ်းသက်ရောဂါ, ဝမ်းကိုက်ရောဂါ ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ ခွန်အားကိုလည်း ဖြစ်စေတတ်၏။

ပင်လယ်ဇီး

တေလဂူ यूरमकेरा (ယူရ၊မ-ကေ်ရာ)
လက်တင် Ximenia americana

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အခက်အလက် များ၍ ချုံသဘော ရှိသော အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အပွင့် ဖြူ၏၊ မွှေး၏၊ အသီးသည် မှည့်သောအခါ လိမ္မော်ရင့်ရောင် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အစေ့သည် ဝမ်းသက်၏၊ အမြစ်ပြုတ်ရည်ကို သွေးပိတ်ဝမ်းရောဂါ၌ အသုံးပြုရ၏။

ပင်လယ်ထန်း

ဘုံဘေ भद्रक
လက်တင် Scaevola fruiescens

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ချုံမျိုး ဖြစ်၏၊ ၃-ပေမှ ၁၀-ပေမျှ မြင့်၏၊ ပင်စည် လုံးပတ်သည် ဂ-လက်မမျှ ရှိ၏၊ အကိုင်းအခက်များသည် တုတ်ခိုင်၏၊ အရွက်သည် ထိပ်ဖျား၌ အလျားမှာ ၄-လက်မမှ ဂ-လက်မ ရှည်၏၊ အကျယ် ၃-လက်မခွဲမျှ ရှိ၏၊ အညှာ တို၏၊ ချော၏၊ ရွက်ခြားထွက်၏၊ အရွက်၏ အောက်မျက်နှာဘွင် အဖြူရောင် အမွှေးနုများ ရှိ၏၊ အပွင့် ဖြူ၏၊ ၎င်းသည် ပင်လယ်ကမ်းခြေတွင် ပေါက်တတ်၏။

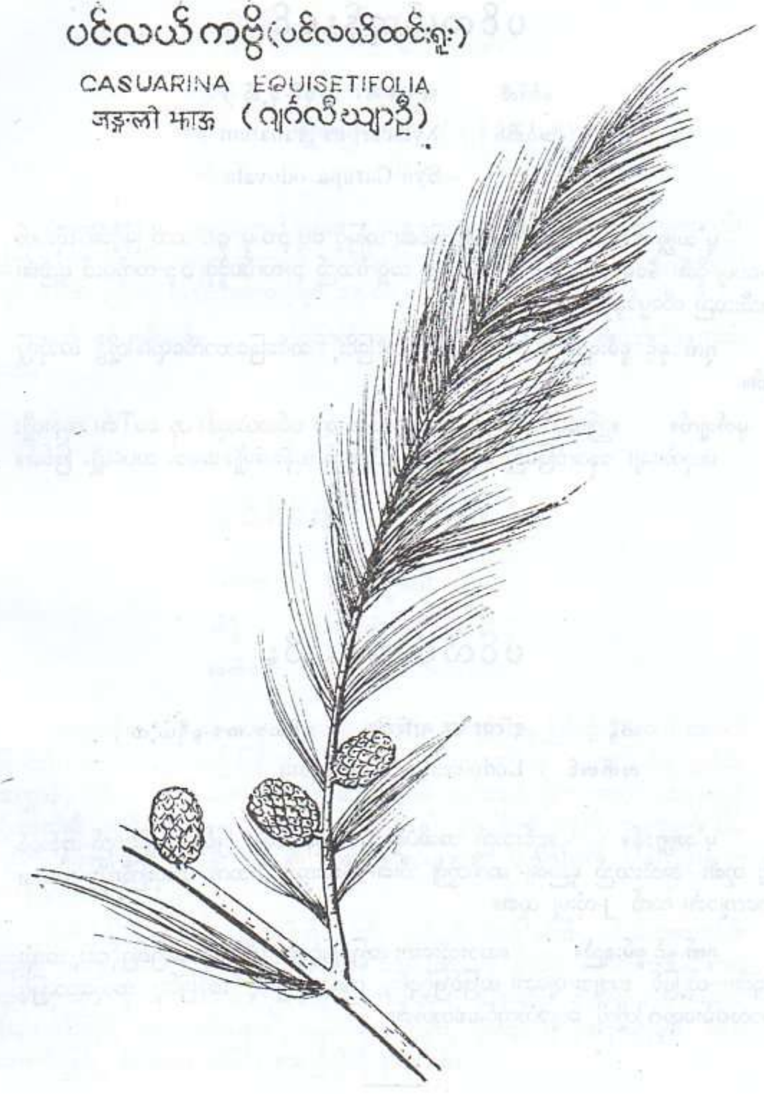
ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။နုသော အသီးရည်ကို မျက်စိရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရ၏၊ မျက်စိမှုန်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းရန် အနည်းငယ်မျှ အစက် ချ၍ ချ၍ ပေးရ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပင်လယ်ကဗွီ (ပင်လယ်ထင်းရှူး)

CASUARINA EQUISETIFOLIA

जङ्गली फाऊ (ဂျင်္ဂလီဈာဦ)



ပင်လယ်အုန်းပင်

ဗင်္ဂါလီ　　ধুন্দুল　(ဒုန်-ဒု,လ်)

အင်္ဂလိပ်　　Xylocarpus granatum

Syn Carapa odovata

ပုံသဏ္ဌာန်။　　။အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အမြင့် ပေ ၃၀-မှ ၄၀-အထိ မြင့်၏၊ လုံးပတ် ၅-ပေမျှ ရှိ၏၊ ဒီရေတောများတွင် ပေါက်၏၊ အရွက်သည် ၃-လက်မခွဲမှ ၁၃-လက်မထိ ရှည်၏၊ အသီးသည် လိမ္မော်နှင့် တူ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။ရင်ဘတ်ရောင်ခြင်း, ဆင်ခြေထောက်ရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရ၏။

မှတ်ချက်။　　။ဤအပင်ကို ဝေါဟာရအားဖြင့် သာ ပင်လယ်အုန်း ဟု ခေါ်၏၊ အုန်းမျိုး မဟုတ်ချေ၊ နောက်ပြမည့် ပင်လယ်အုန်းသီးသည် အုန်းအမျိုး အစား အပင်မျိုး ဖြစ်၏။

ပင်လယ်အုန်းသီး

ဟိန္ဒီ　　दरिया का नारियल　(ဒရိယာ ကာ-နရိယ,လ်)

လက်တင်　　Lodoicea seychellarum

ပုံသဏ္ဌာန်။　　။၎င်းသည် အဆိပ်ရှိသော အုန်းတမျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းသည် အုန်းပင်နှင့် တူ၏၊ အသီးသည် ရှည်၏၊ ဆက်တွဲ၍ သီး၏၊ ရိုးရိုးအုန်းသီးထက် အလုံးကြီးပြီး အသားမာကျော၏၊ လက် ၂-လုံးမျှ ထု၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။အားတိုးဆေး အဖြစ်ဖြင့်၎င်း, ထိန်းဆေးအဖြစ်ဖြင့်၎င်း, အသုံးပြုရ၏၊ ထို့ပြင် အဖျားကျဆေး အဖြစ်ဖြင့်၎င်း, ဝမ်းသက်ခြင်း, အန်ခြင်း, အထူးအားဖြင့် ကာလဝမ်းရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပဥ္စကာနီသီး

သက္ကတ मायाफल

ဟိန္ဒီ माजुफल (မာဂျုဖ,လ်)

လက်တင် Quercus Intecforia

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းပဥ္စကာနီသီးကို ပျားနှင့် တူသော အညိုရောင်ရှိသော ပိုးကောင်တမျိုးသည် သားငယ်များ ပေါက်ဖွား နေထိုင်ရန် အတွက် အပေါက်များဖောက်၍ သားငယ်များကို သွတ်သွင်း၍ ထားကြကုန်၏၊ ထိုသားငယ်များသည် ကြီးပြင်းလာသောအခါ ပျံ၍ ထွက်ကြကုန်၏၊ ထို့ကြောင့် ပဥ္စကာနီသီးများတွင် ပိုးဖောက်ထားသော အပေါက်များ ရှိကုန်၏၊ သို့ပါ၍ ပဥ္စကာနီသီး (ဆိန္ဒဖလ) ဟုလည်း ခေါ်ဆိုကြကုန်၏။

အချို့ဆရာများ၏ အယူအဆအားဖြင့် အဆိုပါ ပိုးများ ပြုလုပ်ထားသည့် ပိုးအိမ်သာ ဖြစ်သည်၊ အသီး မဟုတ် ဟု ယူဆ ပြောဆိုကြကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။နိဃဏ္ဍုရတနာကရ ဆရာ၏ အလိုအားဖြင့် ပဥ္စကာနီသီးသည် ပူ၏၊ ထက်၏၊ လျှော့ပါးခြင်းကို မာကျောအောင် ပြုတတ်၏၊ လေရောဂါကို နိုင်သည်၊ ရာဇနိဃဏ္ဍုဆရာ အလိုအားဖြင့် လေနိုင်၏၊ စပ်ဖျဉ်းဖျဉ်း ရှိ၏၊ လျှော့ပါးခြင်းကို တွန့်ရှုံ့စေ၏၊ ဆံပင်ကို နက်စေ၏၊ တောင့်တင်း၏၊ သလိပ်ကို နိုင်၏၊ အဆိပ်ကို ပြေစေ၏၊ ဝမ်းမီးတောက်သည်၊ သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း, နားပြည်ယိုခြင်း, နှာစေးခြင်း, သွားများမှ သွေးယိုစီးခြင်း, လိင်ဥရောင်ခြင်း, အနာပေါက်ဖျပျိုးမျိုး စသည်တို့ အသုံးပြုနိုင်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

သွေးစိမ်း ယိုစီးခြင်း။ ။ထိခိုက်ဒဏ်ရာ စသည့် သွေးယိုစီးခြင်းတို့ကို ပဥ္စကာနီသီးနှင့် ဘိန်းကို ဆတူ သွေး၍ လိမ်းပေးရ၏။

နားလေထွက်, နားအူ။ ။ပဥ္စကာနီသီးကို ထောင်း၍ ဆန်ပုန်းရေနှင့် ကျိုပြီးလျှင် စစ်၍ ယူထားပါ၊ ၎င်းအရေကို နားတွင်ခပ်ပေးပါက နားအူ, နားလေထွက် ပျောက်ကင်း၏။

နှာခေါင်း သွေးကျခြင်း။ ။ပဥ္စကာနီသီးကို သွေး၍ အာခေါင်းရှိသော ပိုက်, ပလ်ချောင်း, ဝါး စသည်တို့ဖြင့် နှာခေါင်းတွင်းသို့ မှုတ်သွင်းပေးမူ နှာခေါင်းသွေးကျ သွေးလျှံခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

သွားဖုံးမှ သွေးယိုစီးခြင်း။ ။ပဥ္စကာနီသီး နှင့် ကွမ်းသီးကို ကျကျပြုတ်၍ နှုတ်ငုံဆေးပြုပါက သွားဖုံးမှ သွေးပြည်ယိုစီးခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပဥ္စကာနီသီး

QUERCUS INFOCTORIA

माजूफल (မာဂျူဖ,လ်)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

လိင်ဥရောင်ခြင်း။ ။ပဥ္စကာနီသီး နှင့် အသဂန္ဓ (ဒဟာသကို) မီးနွေးနွေးပြုပြီးလျှင် လိင်ဥရောင်ခြင်းကို လိမ်းပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

သွေးစိမ်းယို အနာများ။ ။ထိခိုက် ရှန သွေးစိမ်းယိုတို့ကို ပဥ္စကာနီသီးကို အကျွမ်းလှော်၍ ၎င်းပြာကို ဖြူး၍ ဖြူး၍ ပေးပါက အနာ ကျက်ပါလိမ့်မည်။

သူငယ်နာ အဖျားအို အဖျားဟောင်း။ ။ပဥ္စကာနီသီး အလုံးငယ် တလုံးကို ညတွင် ရေနှင့် စိမ်၍ထားပါ၊ နံက်အချိန်တွင် နွားနို့ စစ်စစ် ၂-ကျပ် ဂ-ပဲသားနှင့် ၎င်းပဥ္စကာနီသီး ကျိုချက်၍၎င်း, ၁၄-ရက်တိုင်အောင် ၎င်းနို့ကို တိုက်ကျွေးပါက မပျောက်နိုင်သော သူငယ်နာ နာတာရှည်များ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

သွားခိုင်ဆေး။ ။ပဥ္စကာနီသီး ၁၂-ပဲသား, ကုလားရှားစေး ၁၂-ပဲသား ၎င်း ၂ မျိုးကို အညက်ကြိတ်၍ နှနှစစ်ယူပါ၊ ၎င်းအမှုန့်ကို တနေ့တွင် နှစ်ကြိမ်ကျ သွားတွင် သိပ်ပေးခြင်း, သွားတိုက်ပေးခဲ့သော် ပါးစပ်မှ သွားရေများကို ထုတ်ပစ်ပါ၊ ၄-၅-ရက် ကြာလျှင် နဲ့သောသွားများ ခိုင်လာပါလိမ့်မည်။

ပညာလက်ာ

ဟိန္ဒီ पन्यलीग (ပန္နာလိဂ်)

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းသည် ချုံပုတ်ပင်မျိုး ဖြစ်သည်၊ အမြင့် ၂-ပေမှ ၄-ပေအထိ မြင့်၏၊ အရွက်ထွက်ပုံမှာ ပြည်ပန်းညို-ပိတ်သင်းကပ် အပင်များကဲ့သို့ စုံဆွက်၏၊ အရွက်လည်း ဆင်ဆင် တူ၏၊ ထိုထက် ၎င်းအရွက်မှာ ထူပိန်းပိန်း ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။သွေးလေတို့ကို ကြေစေတတ်၏၊ သလိပ်ဖောက်ပြန်ရာ၌ အသုံးပြုရ၏၊ ပန်းနာ, ရင်ကျပ်ရောဂါ, လည်ချောင်းရောဂါ, အဖုအကြိတ်တို့ကို နိုင်၏။

ပိတ်ချင်းသီး

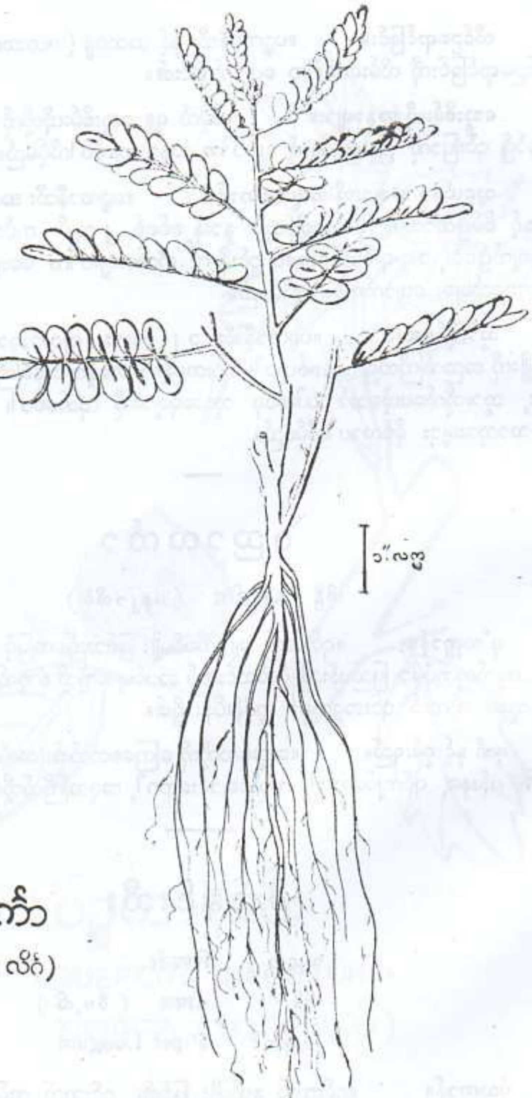
သက္ကတ पिप्पली

ဟိန္ဒီ पीपल (ပီပ,လ်)

လက်တင် Piper Longum

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းသည် နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းသည် ကွမ်းရွက် ကွမ်းနွယ်နှင့် တူသည်၊ သို့သော် အနည်းငယ် ငယ်သည်၊ အနွယ်တွင် ခက်လက်များ ဖြာ၍ ထွက်သည်၊ အတောင့်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



မညာလက်ာ

(ပနျှ လိဂ်)

မှာ တလက်မမျှ ရှည်၏၊ ၎င်း၏ အမြစ်ကို ပိတ်ချင်းမြစ် ဟု ခေါ်ကြကုန်၏၊ ပိတ်ချင်းသည် သုံးမျိုး ရှိသည်၊ (၁) ပိတ်ချင်းငယ်, (၂) ပိတ်ချင်းမွေး, (၃) ပိတ်ချင်းကြီး အားဖြင့် ၃-မျိုး ရှိ၏၊ ၎င်း ၃-မျိုးတွင် ပိတ်ချင်းငယ်သည် ဂုဏ်အကြီးဆုံး ဖြစ်၏၊ ခြံဥယျာဉ်တို့၌ အလို အလျောက်ပေါက်တတ်သော ပိတ်ချင်းငယ်တမျိုး ရှိ၏၊ အစေ့မှာ လွန်စွာ သေးငယ်၏၊ ဖော်ပြပါ ပိတ်ချင်း ၃-မျိုးတွင် မပါဝင်ချေ၊ ၎င်းကို နို့ထွက်ရန် နှင့် မီးယပ်သွေးကျေရန် ဟင်းခါးများ ချက်သောက်ကြရ၏၊ ၎င်းကို တောပိတ်ချင်း ဟုပင် ခေါ်၏၊ ရှေ့တွင် ကြည့်ပါကုန်။

မှတ်ချက်။ ။(၁) ပိတ်ချင်းငယ်မှာ အလျား ၁၂-ပဲမျှ ရှိ၍ အလုံး ၄-ပဲမျှ ရှိ၏၊ အရောင်လည်း နက်၏၊ (၂) ပိတ်ချင်းမွေးမှာ အလျား ၂-လက်မခွဲမျှ ရှိ၍ အလုံးမှာ ၃-ပဲလုံးမျှ ရှိ၏၊ အရောင်အနည်းငယ် နက်၏၊ (၃) ပိတ်ချင်းကြီးမှာ အရှည် ၂-လက်မမျှ ရှိ၍ လုံးပတ် ၅-ပဲမျှ ရှိ၏၊ အရောင် မြေရောင် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အသီး အမြစ် အရွက်ကို အသုံးပြု၏၊ စပ်၏၊ အနည်းငယ် ပူ၏၊ ချို၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ကြေကျက်စေ၏၊ သုက်ပွားစေ၏၊ ပြေပြစ်၏၊ ဝမ်း သက်စေ၏၊ အသက် ရှည်စေ၏၊ လေ သလိပ်ကို နိုင်၏၊ ပန်းနာ, ချောင်းဆိုး, ဝမ်းပိုက်နာ, အဖျား, နူနာ, တုလာသရောနာ, ဂူလုံး, ခယရုဂ်, မြင်းသရိုက်, အဖျဉ်း, ထိုးအောင့်, အစာမကြေ လေပြို့ ရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အသီး။ ။အသီးစိမ်းသည် ချို၏၊ အေး၏၊ ပြေပြစ်၏၊ ကြေခဲ၏၊ သလိပ်ကို ဖြစ်စေ၏၊ သည်းခြေကို ငြိမ်းစေ၏။

အသီး ခြောက်သည် သည်းခြေကို ဖောက်ပြန်စေ၏၊ အမြစ်သည် စပ်၏၊ ပူ၏၊ မြိန်စေ၏၊ ကြေလွယ်၏၊ ကြေစေ၏၊ ခြောက်ထပ်၏၊ ဝမ်းမီး တောက်စေ၏၊ သလိပ်, လေ, ငြိမ်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ထိုင်းမှိုင်းခြင်း။ ။ပိတ်ချင်းကို ရေနှင့် သွေး၍ မျက်စဉ်းခပ်မူ တွေဝေထိုင်းမှိုင်းခြင်း, ဇက်ကြောများ တက်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ပေါင်တောင့်ခြင်း နှင့် ဒူးကြီးရောဂါ။ ။ပိတ်ချင်းသီး နှင့် သဘော်ချင်းခြောက်ကို ဆတူရော၍ ဆီဖြင့် ချက်ပါ၊ ၎င်းဆီကို အကြောလျော့က်ရောဂါ နှင့် ဒူးခေါင်းကြီးရောဂါများကို လိမ်းပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

သုက်ပွားဆေး။ ။ပျားရည် နှင့် ပိတ်ချင်းသီးမှုန့်ကို ရော၍ လျက်ပါက သုက်အားပွားများ၏။

ပက္ခသာတ, တချမ်းသေ ရောဂါ။ ။လေတချမ်း ဖြတ်၍ အဆစ်ငယ်များ ရောင်ရမ်းခြင်း, ခါးကိုက်ခြင်း, နာခြင်း ဖြစ်မူ ပိတ်ချင်းသီး နှင့် ပိတ်ချင်းမြစ်ကို ညဥ္ဍ ၄-ပဲသားစီမျှ ((နွ:နှင့် သောက်မူ သက်သာရာ ရ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ကြက်မျက်သင့်ရောဂါ။ ။ပိတ်ချင်းရွက် သို့မဟုတ် အသီးကို မျက်စဉ်း ခပ်ပါက ပျောက်ကင်း၏။

အအိပ်ရှိ သတ္တဝါများ ကိုက်ခြင်း။ ။အအိပ်ရှိ သတ္တဝါများ ကိုက်သော ဒဏ်ရာကို ပိတ်ချင်းသီးကို သွေး၍ ဒဏ်ရာ၌ လိမ်းပေးမူ ပျောက်ကင်း၏။

သန်ပိုးပျောက်ဆေး။ ။ပိတ်ချင်းသီး အမှုန့်ကို ရေနွေးနှင့် တိုက်ပါက သန်ပိုးကောင်များ ကျဆင်း ငြိမ်သက်ခြင်း ဖြစ်စေ၏၊ ၎င်းဆေးသည် ရင်နာ, ရင်အောင့် သူများကိုလည်း ပေးနိုင်သည်။

မီးတွင်းသွေး အဆင်းလွန်ခြင်း။ ။ပိတ်ချင်းသီး အမှုန့်ကို ထောပတ်နှင့် ရော၍ လျက်ပါက မီးယပ်သွေး အဆင်းလွန်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ရတ္တပိတ်နာ (သွေးအံ၊သွေးကျ)။ ။ပိတ်ချင်းသီးမှုန့်ကို ပျားရည်နှင့် လျက်ပါက ရတ္တပိတ်နာ ပျောက်ကင်း၏။

ကြို့ထိုးရောဂါ။ ။ပိတ်ချင်းသီးမှုန့်ကို သကြားနှင့် ရော၍ အနည်းငယ် အနည်းငယ် လျက်ပေးပါက ကြို့ထိုးခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ပိတ်ချင်း (ဆင်)

သက္ကတ　गजपिप्पली

ဟိန္ဒီ　गज पिपल　(ဂဇ ပိပ,လ်)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ကြီးသော နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ စိုစွတ်သော မြေမျိုး၌ ပေါက်၏၊ ပင်စည်မှာ လက်ချောင်းမျှ ရှိ၏၊ အခက် အလက်များသည် ခြောက်သောအခါ အစင်းအမြောင်းများ ထင်နေ၏၊ အရွက်မှာ အစိမ်းရင့်ရောင် ရှိ၏၊ ဥသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အသီးသည် ငယ်သော်လည်း ရှိုးရှိုး ပိတ်ချင်း အသီးထက် ကြီး၏၊ ၁-လက်မခွဲမျှ ရှည်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။စပ်၏၊ ပူ၏၊ ထက်၏၊ အာလေသင်ခြင်းကို ဖြစ်စေ၏၊ ဝမ်းမီး တောက်၏၊ ပိတ်ဝမ်းသွား, ပန်းနာ, လည်ချောင်းနာ ရောဂါများတွင် အကျိုး ပြု၏၊ သလိပ် ဦးစီးသော ပိတ်ဝမ်းသွား, ပန်းနာ, ရင်ကျပ်, ချောင်းဆိုး ရောဂါများ၌ အကျိုး ရှိ၏၊ အဆစ် ရောင် ရောဂါများတွင် လိမ်းကျံခြင်း ပြုပါက အကျိုး ရှိ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ရင်ကျပ်ရောဂါ။ ။၎င်းဆင်ပိတ်ချင်းမှုန့်ကို ကွမ်းရာတွင် ထည့်၍ စားပါက ပျောက်ကင်း၏။

လေအောင့်, လေထိုးရောဂါ။ ။၎င်းအမှုန့်ကို အနည်းငယ် အနည်းငယ် လျက်စားပါက ပျောက်ကင်း၏။

အဆစ်ရောင် ရောဂါ။ ။၎င်းအမှုန့်ကို ကြိတ်၍ ခပ်နွေးနွေး ပြုလျက် အဆစ်ရောင်ခြင်းကို လိမ်းပေးမှု ပျောက်ကင်း၏။

မှတ်ချက်။ ။ဂဇာ ပိပ္ပလိ, ဆင်ပိတ်ချင်းကို သာသိဂါမနိဃဏ္ဍုဆရာ နှင့် ရာဇနိဃဏ္ဍုဆရာ, မဒနပါလ နိဃဏ္ဍုဆရာတို့က စရိုသီးကို ယူရမည် ဟု ဆို၏၊ ၎င်း၏ နောက်လိုက် နိဃဏ္ဍုဆရာ များတို့ကလည်း သီးသန့် အပင် တမျိုး မဟုတ်ချေ၊ စရိုသီးကို သာလျှင် ဂဇပိပ္ပလိ ဆင်ပိတ်ချင်းသီး အဖြစ်ဖြင့် ယူရန် ဖွင့်ကြ၏၊ ဆင်ပိတ်ချင်း ဟု ခေါ်ရာ၌ ဂဇသဒ္ဒါသည် ဆင်ကို ဟော၏၊ ပိပ္ပလိသဒ္ဒါနှင့် တွဲ၍ ဆင်ပိတ်ချင်း ဟု တိုက်ရိုက် ထုတ်ပြန်၍ မြန်မာမှု ပြုထားခြင်း ဖြစ်၏၊ စရိုသီးကို ဆင်ပိတ်ချင်း ဟု ယူရာ၌ ဝါဒ ကွဲပြားခြင်း ရှိ၏၊ အချို့ ဆရာတို့သည် သစ်ပင်များ၌ တွယ်ကပ် ပေါက်နေသော ဆင်ကြန့် ဟူ၍၎င်း, ဆင်ကွန် ဟူ၍၎င်း ခေါ်ကြသော အပင်၏ အသီးကို ယူကြ၏၊ ၎င်းအသီးကို အာယုဗ္ဗေဒ အချို့ ဗိန္ဒော ဆရာကြီးများ ဆေးအမှုတွင် သုံးကြသည်ကို ကိုယ်တိုင် တွေ့ဘူး၏။

ဗိတ်ချင်း (ခြသေ့်)

သက္ကတ सप्तदष्ट्रा

ဟိန္ဒီ संहली पीपल (စဆဟလီ-ပိပ,လ်)

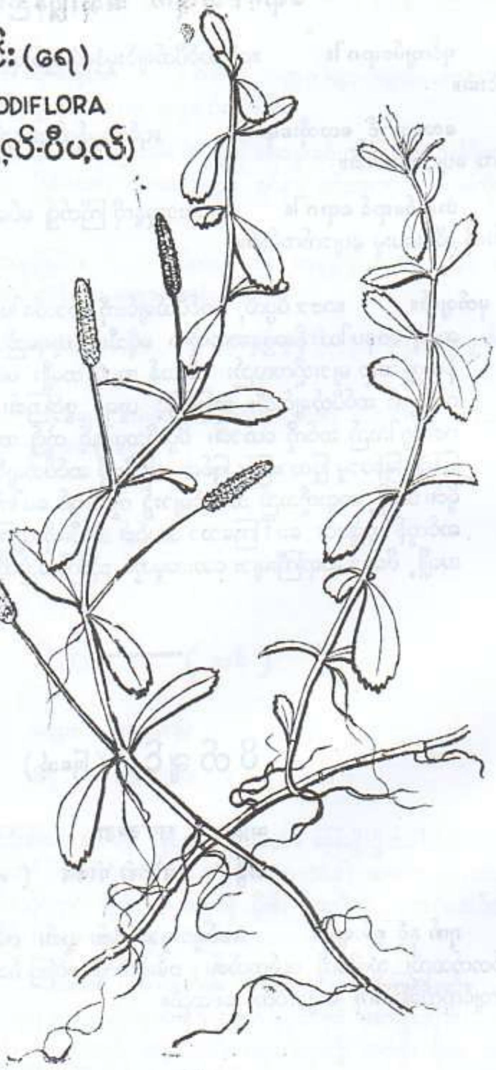
ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။စပ်ရှားရှား ရှိ၏၊ ပူ၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ပိုးကို ပယ်တတ်သည်၊ သလိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ ဝမ်းပိုက်ကို စင်ကြယ်စေ၏၊ လေကြောင့် ဖြစ်သော နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေသည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပိတ်ချင်း(ရေ)

LIPPIA NODIFLORA

जलपीपल (ဂျလ်-ပီပ,လ်)



(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပိတ်ချင်း (တော)

သက္ကတ वन पिप्पली

ဟိန္ဒီ वन पीपल (ဗ,န်-ပိပ,လ်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပူ၏၊ ထက်မြက်၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ နှုတ်ကိုမြိန်စေ၏၊ စိမ်းသော တောပိတ်ချင်းသည် ဂုဏ် လွန်ကဲ၏၊ အခြောက် တောပိတ်ချင်းသည် ဂုဏ်နည်းပါး၏။

ပိတ်ချင်း (မျောက်)

သက္ကတ मर्कटी पिप्पली

ဟိန္ဒီ वानरी पीपल (ဝါနရီ-ပီပ,လ်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခါးသက်၏၊ ပန်၏၊ ချို၏၊ ဆီးအောင့်ရောဂါ၊ ကျောက်တည်ရောဂါ၊ ယောနိနာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း၊ အနာမီးလျှံနာတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

ပိတ်ချင်း (ရေ)

သက္ကတ जल पिप्पली

ဟိန္ဒီ जल पीपल (ဇျ,လ်-ပီပ,လ်)

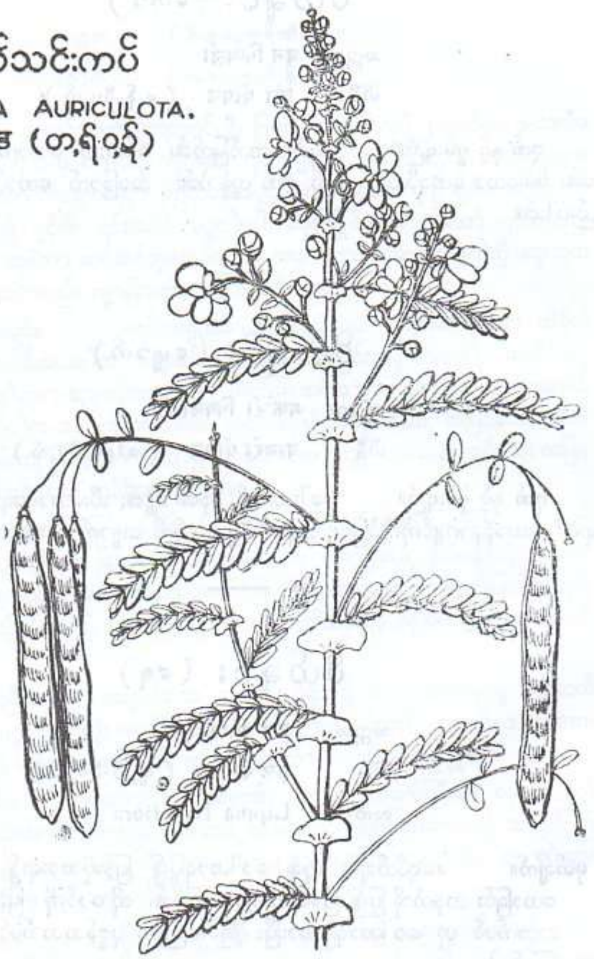
လက်တင် Lippia Nodiflora

မှတ်ချက်။ ။ရေပိတ်ချင်း ဟူ၍ ဝေါဟာရပြု၍ ပြန်ဆိုထားရာ၌ ဗလသဒ္ဒါ၏ မျှ ဟောခြင်း အနက်ကို ပြု၍ ပြန်ဆိုထားခြင်း ဖြစ်၏၊ ထိုအပင်ကို မြန်မာဟုသည် ပုဇွန်သဘက်ပင် ဟု ဝေါဟာရပြုထားပြီး ရှိခြင်းကြောင့် ပုဇွန်သဘက်ပင် အခန်း၌ ပုံကို ကြည့်ပါလေ။

ပိတ်သင်းကပ်

CASSIA AURICULOTA.

तरवड (တ,ရ်ဝ,ဍ်)



ဖိတ်သင်းကပ်

သက္ကတ आवर्त्तकी

ဟိန္ဒီ तरवड (တ,ရ်-ဝ,ဍ်)

လက်တင် Cassia auriculata

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၃-ပေမှ ၁၂-ပေအထိ မြင့်၏၊ အကိုင်းအခက် အလွန် များ၏၊ အရွက် မကျည်းရွက်သဏ္ဌာန် ထွက်၏၊ သို့သော် မကျည်းရွက်ထက် ကြီး၍ ဝိုင်းလည်း ဝိုင်းသည်၊ အပွင့် လှ၏၊ ဝါ၏၊ ပျံ့နေသော ယင်ကောင်နှင့် တူ၏၊ အခေါက်သည် သားရေ ဆိုးသောအရာ၌ အသုံးပြု၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်သည် အဘိပ်ကို ပယ်ထုတ်၏၊ ရေငတ်ခြင်း၊ ဆီးဖောက် ပြန်ခြင်း၊ မြင်းဖုအစိုနာ၊ အရေပြားရောဂါ၊ ပန်းနာ၊ လေရောဂါတို့၌ အကျိုးပြု၏၊ အရွက်သည် ပိုးကို ပယ်တတ်သည်၊ အနာပေါက်၊ နူနာ၊ အရေပြားရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ အပွင့်သည် ဆီးနှင့် ပတ်သက်သောရောဂါ၊ ဆီးချိုရောဂါ၊ လည်ချောင်းရောဂါတို့၌ အကျိုး ပြု၏၊ အသီးသည် ပိုးကို ပယ်တတ်သည်၊ အန်ခြင်း၊ ရေငတ်ခြင်း၊ ဆီးနှင့် ပတ်သက်သောရောဂါ တို့၌ ကောင်း၏၊ အစေ့သည် ဆီးချိုရောဂါ၊ မျက်စိနာ၊ ပိတ်ဝမ်းရောဂါတို့၌ ကောင်း၏။

ပန်းချောက်

ပလူချီစတန် मशनावारी (မယှနာ-ဝါဠိ)

လက်တင် Statice Cabulica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဗလူချီစတန်ပြည်တွင် ပေါက်တတ်သော အပင်မျိုး ဖြစ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဝမ်းပိုက်အောင့်သောရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပန်းညိုမွှေး

သက္ကတ　(ဝိယ္လျကရိက)

မဂဓါလိ　(အာယာပါ,န်)

ပုံသဏ္ဌာန်။　။၎င်းသည် နွဲ့သောပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ၂-လက်မမှ ၃-လက်မခွဲ အထိ ရှည်၏၊ အနံ ၄ ပဲ-မှ ၁၂-ပဲမျှ ကျယ်၏၊ ၎င်းအရွက်၏ အကြောများ အရိုးတန်များ နီကျန်ကျန် ရှိ၏၊ ၎င်းပေါက်ရောက်ပုံမှာ ကြိတ်မှန်အပင့်ဖြူပင် ပေါက်စကဲ့သို့ ရှိ၏၊ အပွင့်သည် အပင်ဖျား၌ အခိုင်ပြု၍ ပွင့်၏၊ ၎င်းအပင် ပဥ္စငါးပါး မွှေးကြိုင်လှ၏၊ သို့သော် ၎င်းပန်းညိုသည် ရှမ်းပန်းညိုနှင့် အနံ့သာ ဆင်ဆင်တူသော်လည်း အရွက်သည် ရှမ်းပန်းညိုကဲ့သို့ ခွေးသွားစိတ် မရှိ၊ အရောင်အဆင်းလည်း ကွာခြား၏၊ အရွက်လည်း ထူထူ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　။၎င်းအရွက်၏ သတ္တုရည်သည် သွေးစိမ်းယိုသော ထိခိုက်ဒဏ်ရာများကို သုတ်လိမ်းပေးပါက သွေးရပ်တန့်စေ၏၊ သွေးမြင်းသရိုက်ရောဂါ, အဆိပ်သင့်သောရောဂါ, သွေးပါသော ညောင်းကျရောဂါ, မီးရပ်ဖြူဆင်းသောရောဂါတို့ကို ၎င်းအရွက်၏ သတ္တုရည်ကို သောက်ပါက ပျောက်ကင်း၏၊ အထူးသဖြင့် အတွင်းဆေး, အပြင်ဆေး အဖြစ်နှင့် သောက်ခြင်း လိမ်းကျံခြင်းပြုပါက သာ၍ပင် ကောင်းပါသည်၊ သူငယ်နာအုပ်ဆေး အဖြစ် အသုံးပြုပါက ရှမ်းပန်းညိုထက် တန်ခိုးထက်လေ၏။

ပန်းညိုနှင့် ပတ်သက်၍ မြန်မာပြည်တွင် ယနေ့ ခေါ်ဝေါ် အသုံးပြုနေကြသော အပင်သည် ၄-မျိုး ရှိ၏၊ ၎င်းတို့ကား မြန်မာပန်းညို, ရှမ်းပန်းညို, ပန်းညိုမွှေး, နတ်ပန်းညို ဟု လေးမျိုး ရှိသည်ကို တွေ့ရသည်၊ အာယာပံသဒ္ဒါသည် ပန်းညိုကို ဟောသဖြင့် ဘော်ပြပါ ပန်းညိုလေးမျိုးတွင် မည်သည့်ပန်းညိုကို ယူရမည် ဟု တိကျစွာ သိသားရန် လိုအပ်သဖြင့် ဆက်လက်ဘော်ပြပါမည်။

၁ မြန်မာပန်းညို။　။အရွက်သေး အနည်းငယ်ရှည်၍ ခွေးသွားစိတ်မှာမူ သေးငယ်၏၊ အမွှေးနံ့ စူး၏၊ ပဥ္စငါးပါးလုံး မွှေး၏၊ ပဥ္စငါးပါးလုံး ဆေးသုံးရ၏၊ သူငယ်နာ အုပ်ဆေး လိမ်းဆေး စသည်တို့၌ များစွာ အသုံးပြု၏၊ အသုံးပြုသလောက်လည်း အကျိုးပြု၏။

၂-ရှမ်းပန်းညို။　။ပန်းညိုနှင့် ဆင်တူ၏၊ သို့သော် အရွက်ကြီး၏၊ ခွေးသွားစိတ်ကျဲ၏၊ အမွှေးနံ့ နည်း၏၊ ၎င်းကိုလည်း အုပ်ဆေး, လိမ်းဆေး, အခိုးထုတ်ဆေးတို့၌ အသုံးပြုကြ၏ ဘော်ပြပါ နှစ်မျိုးသည် ငယ်မှု ကြီးမှု အနံ့များမှု နည်းမှု သာ ကွာခြား၏၊ စေ့စပ်သေချာစွာ မှတ်ယူလေ့လာမှ ကွဲပြားစွာ သိနိုင်၏။

၃ ပန်းညိုမွှေး။　။အရိုးအရွက် ညို၏၊ အပင်နွဲ့၏၊ အရွက်ခွေးသွားစိတ် မရှိ၊ ဘော်ပြပါ ပန်းညိုနှစ်မျိုးထက် ပို၍ မွှေး၏၊ ပန်းညို ဟူသော ဝေါဟာရနှင့် အညီ ညိုလည်း ညို၏၊ အာယုဗ္ဗေဒကျမ်းတို့၌ ဗာမ မြားမှန်စဉ် သွေးတိတ်ရန် အတွက် ဟနုမာန်ရှာဖွေယူခဲ့သော အပင် ဖြစ်သည် ဟု ယူဆသဖြင့် များစွာ လေးစားကြ ကုန်၏၊ အကျိုးသတ္တိကို အကျယ်တဝင့် ဖွင့်ဆိုကြ ကုန်၏၊ မြန်မာတို့ကား ထိုအပင်ကို မယူကြဘဲ တောင်လုံးကျော် အပင်ကို ယူဆကြသည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မှတ်ချက်။ ။ဖော်ပြပါ ပန်းညို ၃-မျိုးတို့တွင် ပန်းညိုမွေးသည် သာ အကောင်းဆုံး ဖြစ်၏၊ အရောင်အဆင်းလည်း ညိုသဖြင့် ကျမ်းနှင့်လည်း ညီ၏၊ ဝေါဟာရလည်း ကိုက်၏၊ အနံ့လည်း အမွေးဆုံး ဖြစ်၏၊ ဆေးသုံးရာတွင် ၎င်းသည် အကောင်းဆုံး ဖြစ်၏၊ အခြားသော မြန်မာပန်းညို, ရှမ်းပန်းညိုတို့ကား ၎င်းပန်းညိုအောက် နိမ့်ကျ၏။

၄-နတ်ပန်းညို။ ။၎င်းကို ဆေးကျမ်းတို့၌ ဘူတဝေသာ စသည်ဖြင့် ခေါ်ဝေါ်၏၊ ဘုတ်တစ္ဆေ နတ်သူရဲ စသည်တို့ကို ပူဇော်ရာ၌ အသုံးပြု၏၊ နံ့သာ ငါးပါးရည်နှင့် ဖျော်၍ ၎င်းအခက်ဖြင့် ဆွတ်ငက်ဖျန်းပြီး ပူဇော်ပသကြ၏၊ အချို့ လူမျိုးတို့ သင်းချိုင်း အုတ်ဂူဘေးကိုတွင် ပူဇော်ထားသည့် အနေဖြင့် စိုက်ပျိုးထားသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ပန်းဥယျာဉ် သမားတို့ကား သူ့အမြင် သူ့နှလုံးသွင်းဖြင့် လမ်းဘေးနှင့် ဥယျာဉ်တို့တွင် စိုက်ပျိုးကြ ကုန်၏၊ ဗုဒ္ဓဘာသာတို့ကား ဘုရားတွင် ပန်းအဖြစ်ဖြင့် ပူဇော်ကြ ကုန်၏၊ နတ်တို့ ကိုးကွယ်မှု ရှိကြကုန်သော သူတို့သည် နတ်ကွန်း နတ်နန်းတွင် စိုက်ကြ ပျိုးကြ ကုန်၏၊ ညိုလည်းညို နတ် စသည်တို့၌လည်း ပူဇော်ကြသောကြောင့် နတ်ပန်းညို ဟု ခေါ်၏။

မှတ်ချက်။ ။လိမ်းဆေး အုပ်ဆေးတွင် ပါသော ပန်းညိုကို ဖော်ပြခဲ့သော ပန်းညို ၃-မျိုးကို ယူရ၏၊ ဤနတ်ပန်းညိုကို မယူရ၊ ဤပန်းညိုကား မြန်မာတို့ ခေါ်ဝေါ်သော ပန်းညို သာ ဖြစ်၏။

စင်စစ်မှာ ဆေးကျမ်းတို့၌ မုယားကြီး မုယားသိမ် ဟု ပါလာရာတွင် မုယားသိမ်နေရာတွင် အသုံးပြုရ၏၊ မှန်၏၊ နိဃဏ္ဍု ကျမ်းကြီးများတွင် ၎င်းအပင်ကို "ကာလာအနုသာ" (မုယားကြီးညို) ဟု ခေါ်ဆို၏၊ ၎င်းအပင်သည် ညိုလည်းညို နတ်ပူဇော်မှုနေရာ၌လည်း အသုံးချကြသဖြင့် နတ်ပန်းညို ဟု မြန်မာတို့ ခေါ်ကြသော်လည်း ပန်းညိုမျိုး မဟုတ်သည်ကို သတိပြုအပ်၏၊ ဆေးကျမ်းလာ အမည်မှန် နှင့် အသုံးပြုပုံကို (ဘဝါးနက်) ပင် အက္ခရာစဉ်၌ ကြည့်ရှုကြ ပါကုန်။

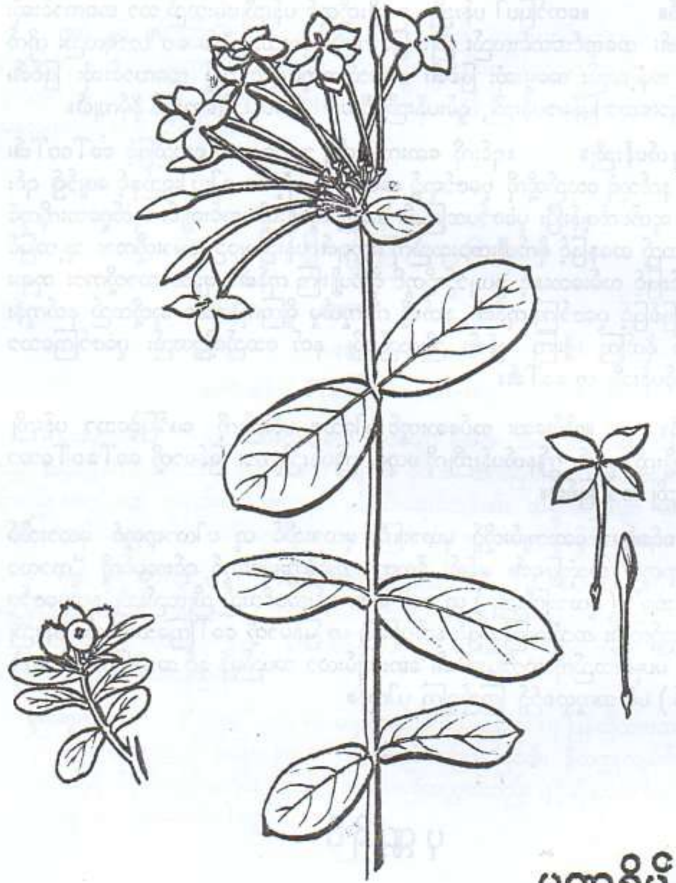
—

ပုဏ္ဏရိပ်

သက္ကတ	बंधूक
ဟိန္ဒီ	रंगनः (ရံဂ,န်)
လက်တင်	Ixora coccinea

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပန်းဥယျာဉ် အလှပန်းခြံ စသည်၌၎င်း, ခြံစည်းရိုး၌၎င်း စိုက်ပျိုးကြသည်၊ အပွင့်ဝါ, နီ, စသည်ဖြင့် ရှိကုန်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



ပုဏ္ဏရိပ်

IXORA COCCINEA.

रंजनः (ရံ လျှံ)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခါး၏၊ ဖန်၏၊ နူးညံ့စွာ ဝမ်းသက်၏၊ အူမျှား၌ ပိတ်ဆို့ခြင်း, ရေဖျဉ်းရောဂါ, ဥတုသွေးလာစဉ် ကိုက်ခဲခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ သွားကိုက်, သွားဖုံးရောင်, အာခေါင်တွင် အပူအိတ်များ ရှိနေ၍ သွားဖုံး အလွန် နာကျင် ကိုက်ခဲမှု ၎င်း အရွက်အား ဆားအနည်းငယ် ထည့်၍ ဆူဆူကျို့ပြီးလျှင် ချ၍ ခပ်နွေးနွေး ရှိသောအခါ နုတ်ငုံ ဆေး ပြုပါက သွားနာ သွားကိုက် စသည်တို့ ပျောက်ကင်းသည်၊

ပန်းတကာ

နေပါလီ चुलेसी (ကျူလေဆီ)

လက်တင် Osbeckia Crinita

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ချုံသဘောရှိသော အလွန် အခက် အလက် ကောင်းသော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ၂-လက်မခန့်မှ ၄-လက်မခန့် အထိ ရှည်၏၊ အပွင့်သည် ခရမ်းရောင်, အဖြူရောင် ရှိ၏၊ အသီးသည် တလက်မ နီးပါးခန့် ရှည်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရွက်ခြောက်ကို ပွတ်၍ သွားများ နာကျင် ကိုက်ခဲရာ၌ အသုံးပြုရ၏။

ပန်းတိုင်းခတ္တာ

သက္ကတ कृष्ण धतूरा

ဟိန္ဒီ काला धतूरा (ကာလာ-ဓတူရာ)

လက်တင် Datura stramonium

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ရိုးတန်ကြီး၏၊ နက်၏၊ အပွင့်သည် ခေါင်းလောင်း ပုံသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အဘွင်းသား ဖြူ၍ အဖျားတွင် ညိုရောင် ရှိ၏၊ အပွင့် ၃-ဆင့် ထပ်၍ ပွင့်၏၊ အစေ့ နက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခါး၏၊ ထက်၏၊ ပူ၏၊ ပူ၏၊ အားဘိုးစေ၏၊ မူးရစ်စေတတ်၏၊ အဖျားရောဂါကို ပယ်ဖျက်၏ နူနာ ပိုးနာဘို့ကို ပယ်ဖျက်၏ သန်ကျစေ၏၊ ကိုယ်ရေပြားရောဂါ, မြင်းသရိုက်နာ, အဆုပ်ပွရောင်နာဘို့ကို ပယ်ဖျက်၏၊

ပန်းတိုင်းခတ္တာ

DATURA STRAMONIUM.

কালা ধতুরা (ကာလာ·ဓတူရာ)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

လိင်နိမိတ်ရောဂါ။ ။ပန်းတိုင်းမြစ် ရွှေငယ်တချမ်းမျှကို ကွမ်းရာတွင် ထည့်၍ စားမှု လိင်နိမိတ်ရောဂါနှင့် စပ်သော ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

ပြည်တုလာသရောနာ။ ။၎င်းအရွက်၏ သတ္တုရည် အနည်းငယ်မျှနှင့် မလိုင်ထုတ်ယူပြီးသော နွားနို့နှင့် သောက်ပါက ညောင်းကျရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ကာမ အားနည်းသော ရောဂါ။ ။ပန်းတိုင်းခတ္တာအစေ့, ကွက္ကရာ, လေးညှင်းပွင့်, ၎င်းသုံးပါးကို ညက်စွာ ကြိတ်၍ ရွှေးကြီးမျှ လုံးထားပြီးလျှင် ညအိပ်ရာဝင် တလုံးကျ သောက်ပါက ကာမအား တိုးလာလိမ့်မည်။

မိန်းမများ နို့အုံရောင်ခြင်း။ ။မိန်းမများ နို့တွင် ဖြစ်တတ်သော အပူအကျိတ်နှင့် ရောင်ရမ်းခြင်းတို့ကို ၎င်းပန်းတိုင်းရွက် နှင့် နနွင်းကို ကြိတ်၍ အုံပေးမှု ပျောက်ကင်း၏။

အဆစ်ရောင် နှင့် အရိုးကိုက်ရောဂါ။ ။၎င်းအရွက်ကို မီးကင်၍ ကပ်ပေးပါက အဆစ်ရောင်ရောဂါ နှင့် အရိုးကိုက်ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

သွားနာ သွားကိုက်။ ။၎င်းအစေ့ကို ကြိတ်၍ သွားဖုံးရင်းတွင် အနည်းငယ်မျှ သိပ်ပေးမှု သွားကိုက်, သွားနာ, သွားပိုးထရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

ကိုယ်ဝန်လျှောခြင်း ရောဂါ။ ။ပန်းတိုင်းခတ္တာမြစ်ကို ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိန်းမ၏ ခါးတွင် စီးပေးမှု ကိုယ်ဝန်ပျက်ခြင်း သားလျှောခြင်းမှ ကင်းပျောက်၏။

မှတ်ချက်။ ။ပန်းတိုင်းသည် သုံးမျိုး ရှိ၏၊ (၁) ပန်းတိုင်းခတ္တာ အပွင့် ခုဆင့် (၂) ပန်းတိုင်းခတ္တာကဲ့သို့ပင် ရိုးတန် အပွင့် စသည်တို့ နက်၏၊ သို့သော် အပွင့်တထပ်သာ ရှိ၏၊ (၃) အရိုးအရွက် စိမ်းလျက် အပွင့် ဖြူ၏၊ ၎င်းသုံးမျိုးသာ ပန်းတိုင်းအစစ်များ ဖြစ်ကြ၏၊ ၎င်းအပြင် ကုန်းခယာကို ပန်းတိုင်းဝါဟု ၎င်း, ရဲယိုပင်ကို သဘော်ပတိုင်းဟူ၍၎င်း ခေါ်ဝေါ် သုံးစွဲကြကုန်၏၊ အထူးသဖြင့် ဆေးဖော်စပ်ရာတွင် (၁) ပန်းတိုင်းခတ္တာ, (၂) ပန်းတိုင်းနက်ရိုးရိုး, (၃) ပတိုင်းဖြူတို့သည် တခုအောက် တခု ဂုဏ်သတ္တိ နည်းကုန်၏။

ပန်းတိုင်းသီး (အဖြူ)

သက္ကတ श्वेत धतूरा

ဟိန္ဒီ सफेद धतूरा (ဆဖေဒ်,-ဓတူရာ)

လက်တင် Datura alba

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပန်းတိုင်းခတ္တာပင်နှင့် တူ၏၊ သို့သော် အရိုးစိမ်း၍ အပွင့် ဖြူ၏၊ လူသိများ၍ ထင်ရှား၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်း၏ အစေ့သည် ခွေးရူးဆိပ်များတွင် အသုံးပြု၏၊ နားကိုက်, နားပြည်ယိုရောဂါများ၌လည်း အသုံးပြု၏၊ ၎င်းအမြစ်တို့သည်လည်း အရူးရောဂါများတွင် အသုံးပြုကြ၏၊ ၎င်းပန်းဘိုင်းမြစ်ကို နွား နို့နှင့် ကျို၍ ၎င်းနို့ကို ထောပတ်နှင့် စပ်၍ အရူးရောဂါများကို တိုက်ကြ၏။

—

ပန်းနီ (မြင်းပင်)

သက္ကတ पद्मक

ဟိန္ဒီ पद्माख (ပဒမာ,က်)

လက်တင် Prunus Cerasoides

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အလယ်အလတ်စား အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အခေါက်ဝါ၏၊ အတွင်းသားသည် အနီရင့်ရောင် ဖြစ်သည်၊ အရွက်သည် ချော၏၊ ဝိုင်း၏၊ ထက်မြက်သော အရေးကြောင်းများ ရှိသည်၊ အပွင့်သည် အနည်းငယ် ဖြူသည်၊ နှင်းဆီးရောင်သန်း၏၊ အရွက်တို့သည် အဖျား၌ပွင့်သည်၊ အသီးသည် ဝါ၏၊ အနီရောင်ရှိ၏၊ လက်မဝက်ခန့်မှ တလက်မခန့် ရှိ၏၊ အရသာ ချဉ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဖန်ခါး၏၊ သတ္တိအေး၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ လေကို ပြုတတ်၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ နုတ်မြိန်စေတတ်၏၊ ကိုယ်ကို တည်တံ့ခိုင်မြဲစေ၏၊ သည်းခြေ, သလိပ်, ရေယုန်ကြီး, အပူ, အနာမီးလျှံ, နူနာ, သွေးအန်, သွေးကျ, အန်ခြင်း, ရေငတ်ခြင်း အနာပေါက်ရောဂါ စသည်တို့၌ အသုံးပြုရ၏။

မှတ်ချက်။ ။' ပန္နမ ' သဒ္ဒါကို ရှေးနိသျှပြန်တို့၌ ဒန္တကူး ဟု ပြန်ဆိုထားသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ဒန္တကူးသည် တခြား ဖြစ်၏၊ ပန်းနီသည် တခြား ဖြစ်၏၊ နိဃဏ္ဍုကျမ်းကြီးများ၏ အဖွင့် မိန့်ဆိုသည့်အတိုင်း ပန်းနီကို သာ တညီတညွတ်တည်း ဖွင့်ဆိုထားပါသဖြင့် ပန်းနီ ဟု သာ ပြန်ဆိုအပ်ပါသည်။

—

ပန်းနုပင်

သက္ကတ कुष्ठ

ဟိန္ဒီ कूठ (ကုဠ်,ဌ်)

လက်တင် Sanssurca lappa

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်စည် ဖြောင့်မတ်၏၊ နှစ်ရှည်ခံသော ချုံပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ကြမ်းတမ်းသော ပင်စည် ရှိ၏၊ အရွက်သည် ၂ ပေမှ ၃ ပေအထိ ရှည်၏၊ အရွက်ထွက်ပုံမှာ မညီ

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မညွတ် ရှိ၏၊ အံ့ရွက်ပုံမှာ ၃-မြှောင့် ရှိ၍ ပတ်လည်တွင် ခွေးသွားစိတ် ရှိ၏၊ အခက်၏ အပေါ်ပိုင်းရှိ အရွက်တို့သည် ငယ်၍ အောက်ပိုင်းအရွက်များမှာ ကြီး၏၊ အပွင့်သည် လုံး၏၊ ချိုင့်ရောင်ရှိ၏၊ အရောင်မှာ နက်ရောင်သန်း၍ နီ၏၊ အမြစ်သည် အနံ့နှင့် ပြည့်စုံ၏၊ အရှည် ၆-လက်မမျှ ရှိ၍ လုံးပတ် ၁-လက်မမှ တလက်မခွဲသာသာ ရှိ၏၊ အမြစ်ခြောက်ကိုကြည့်မူ အရင်းပိုင်း ထိပ်ဝချိုင့်၏၊ အတွင်းသား ဖြူ၏၊ အခေါင်း ရှိ၏၊ ကျွတ်ဆပ်၏၊ ၎င်းသည် အချို အခါး ၂-မျိုး ရှိ၏၊ စားဆေးများတွင် အချိုကို အသုံးပြုရန် နိဃဏ္ဍုဆရာကြီးများ မိန့်ကြားကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်ကို အသုံးပြုရ၏၊ ခါးသက်၏၊ ပူ၏၊ စပ်၏၊ ထက်မြက်၏၊ မွှေး၏၊ အဆီကို ပွားစေ၏၊ အစာကို ကြေစေ၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ ဓာတ်တို့ကို ပြောင်းလွဲစေ၏၊ ဥတုသွေးကို မှန်ကန်စေ၏၊ အနာကို သုတ်သင်တတ်၏၊ မျက်နှာအရောင်ကို တောက်ပြောင်စေ၏၊ လေသလိပ်ကို နိုင်၏။

ပန်းရင်းညို

သက္ကတ लामज्जक
ဟိန္ဒီ लामजन (လာမ-ဂျ,က်)
လက်တင် Andropogon iwarancusa

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မိုးသက်ပင်ငယ် အနံ့မွှေးသော မြက်တမျိုး ဖြစ်၏၊ အမြစ်ရင်း ခေါင်းသည် နက်ရောင်သန်းလျက် ညို၏၊ အမြစ်နည်းပါး၏၊ ၎င်းသည် ပန်းရင်းအဝါကဲ့သို့ ပုံသဏ္ဌာန်တူ၏၊ ပန်းရင်းအဝါကား အနံ့မရှိ၊ ၎င်းကား အမွှေးနံ့ ရှိ၏၊ သို့သော်လည်း ပန်းရင်းအဝါကို သုံးသကဲ့သို့ အသုံးပြုနိုင်၏၊ ပန်းရင်းမှာ ညို, ဝါ နှစ်မျိုး ရှိ၏၊ အဝါမှာလည်း အနံ့ ရှိ, မရှိ ၂-မျိုး, အညိုမှာလည်း အနံ့ ရှိ, မရှိ ၂-မျိုး ရှိ၏၊ အညို၏အမြစ်မှာ မရှည်ပေ၊ စပါးလင်ခေါင်းကဲ့သို့ ဖြတ်၍ ခေါင်းကို သာ သုံးရ၏၊ အဝါမှာ အမြစ်သည် ရှည်၏၊ "ဥသီရ ဒွယံ– ပန်းရင်း ၂-မျိုး" ဟု ဆိုရာ၌ ဖော်ပြပါ အညိုမျိုး, အမွှေးနှင့် အဝါမျိုး, အမွှေးကို ယူရမည်၊ ပန်းရင်းဟု ဆိုသည့်အတိုင်း အမြစ် နှင့် အရင်းခေါင်း မွှေးသော အမျိုးကို သာ ယူရမည်၊ မမွှေးသော ပန်းရင်းဝါမျိုးကား အမြစ်လည်း ရှည်၏၊ သမန်းပုတ်သကဲ့သို့ ရေနီးရာ အရပ်များ၌ ပေါက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အေး၏၊ အနည်းငယ် စပ်၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ အဆိပ်ကို ပယ်ဖျောက်တတ်၏၊ ဆာလောင်ခြင်းကို ဖြစ်စေတတ်၏၊ ဝမ်းမီးတောက်၏၊ တွန့်ရှုံ့စေ၏၊ သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း, အရေပြားရောဂါ, ကျောက်တည်ရောဂါ, ချွေးထွက်လွန်ခြင်း, ပူလောင်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ခြင်း, နူနာ, ဒေါသသုံးပါးပျက်ခြင်း, သည်းခြေပူခြင်း, ရေငတ်ခြင်း, မူးဝေခြင်း နှင့် အဖျား ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ပန်း-လဘက်ပင်

တာမိလ် (ဆိန္ဒီ)

လက်တင် Acalypha fruiticosa

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။အရွက် အကိုင်း အခက်တို့ဖြင့် ဝေဆာသော ချုံပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက် သေး၏၊ ဝိုင်း၏၊ အရောင် စိမ်းလန်း၏၊ အပွင့် သေး၏၊ ဝါရောင် သန်း၏၊ အညှာ မဲ့၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရွက်သည် အစာကို ကြေကျက်စေ၏၊ ဝမ်းသက်ခြင်း, လေအောင့်ခြင်း, ဝမ်းကိုက်ရောဂါ, ပိတ်စ - သွေးဖြင့် ဝမ်းသွားခြင်း စသော ရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရ၏။

ရေယုန်, ပွေး, ယားနာ, သွေးဖောက်ပြန်, အသည်း, ဆီးအိမ်, အဆစ်အဆက်တို့၌ ဖြစ်သော ရောဂါများ, ထိုင်းမှိုင်း, ခေါင်းကိုက်, ပန်းနာ, ချောင်းဆိုး, မျက်စိရောဂါ, အဖျားဟောင်းများကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ပိုက်ဆံ(လျှော်)ပင်

သက္ကတ ဍာဏ

ဟိန္ဒီ ဍာဏ (ဆ,န်)

လက်တင် Crotalaria juncea

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။တနှစ်ခံ အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၄-၅-ပေမျှ မြင့်၏၊ အကိုင်းအခက် များ၏၊ ဖြောင့်ဖြောင့် တက်၏၊ အရွက် ၁-လက်မခွဲမှ ၄-လက်မအထိ ရှည်၏၊ ထိပ်ဖျား ချွန်၏၊ အပွင့်သည် အကိုင်းဖျားတွင် ပွင့်သည်၊ အဝါရောင် သန်း၏၊ လှံသွားသဏ္ဍာန် ရှိ၏၊ အသီးတောင့်သည် ၁-လက်မမှ ၁-လက်မခွဲမျှ ရှည်၏၊ အညှာ မဲ့၏၊ အစေ့သည် ၁၀ စေ့မှ ၁၅-စေ့အထိ ရှိ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရွက်သည် ချဉ်၏၊ ခါး၏၊ ပူ၏၊ ထက်မြက်၏၊ အန်စေတတ်၏၊ ဝမ်းမီးကို နူးစေ၏၊ သားကို လျော့ကြစေ၏၊ လေ သလိပ်ကို နိုင်၏၊ ထိုသော ရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အပွင့်သည် သွေးကြောင့် ဖြစ်သော ရောဂါများ, မီးယပ်ဖြူရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ အစေ့သည် အေး၏၊ ချုပ်၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ ရာသီသွေးကို ပေါ်စေ၏၊ အရေပြားရောဂါတို့၌ ကောင်း၏။

ပန်းမ

လက်တင် Anneslea Fragrans

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းအပင်သည် ပင်လတ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းအရွက်မှာ သပြေဖြူရွက်နှင့် တူ၏၊ အပွင့်သည် အချင်း တလက်မသာသာ ရှိ၏၊ အခေါက်သည် ပန်းရောင် ပြောပြော ရှိ၏၊ ၎င်းသည် သပြေမျိုး ဖြစ်သော်လည်း အခေါက်မှာ ထူ၏၊ ကျွတ်ဆပ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အေး၏၊ ဖန်၏၊ နှလုံးသွေးဆူခြင်း, သွေးတက်ခြင်း, သွေးအညစ်အကြေး, ဒေါသ နှလုံးတုံခြင်းတို့ကို နိုင်၏၊ ခံတွင်းနာ, ချောင်းဆိုးနာ, သည်းခြေနာတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ပန်းလဲပွင့် (ဒိတ္တကျည်း)

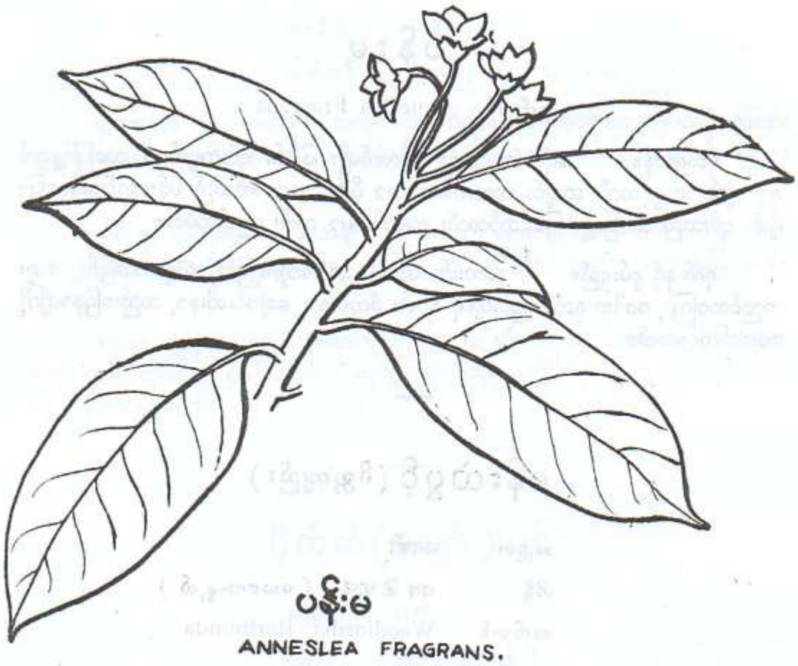
သက္ကတ धातकी

ဟိန္ဒီ धाय के फूल (ဓယကေ-ဖူလ်)

လက်တင် Woodfordia floribunda

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် အမြင့် ၁၀ ပေမျှ မြင့်၏၊ အရွက်မှာ သလဲရွက်နှင့် တူသည်၊ သို့သော် အနည်းငယ် ကြီးသည်၊ အရွက်သည် ဝါ၏၊ ကြမ်း၏၊ အပွင့်သည် အဆုပ်လိုက် ပွင့်၏၊ နီရောင် ရှိ၏၊ တပို့တွဲ တပေါင်းလများတွင် ပွင့်၏၊ ၎င်းအဖူး အပွင့်များကို အရောင်ဆေး ဆိုးရာတွင်လည်း အသုံးပြုရ၏၊ ၎င်းအပင်မှ စားရန် အစေးတမျိုးလည်း ထွက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အပွင့် အခေါက်ကို အသုံးပြုရ၏၊ ချို၏၊ အေး၏၊ ခြောက်ထပ်စေ၏၊ ဝိပါက်၌ ချို၏၊ အဆိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ သည်းခြေကို နိုင်၏၊ သွေးအန်, သွေးကျ,



ပန်းမ

ANNESLEA FRAGRANS.

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပန်းလဲပွင့် (ပိဇ္ဈကျည်း)

WOODFORDIA FRUITICOSA.

धायके फूल (ဓါယကေ ဖူလ်)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဝမ်းသက်ရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အပွင့်၏ ရေကို (၃) ရက် တိုက်ကျွေးလျှင် မီးယပ်ရောဂါ ပျောက်ကင်းသည်၊ အပင်သည် ဖန်စပ်၏၊ အေး၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ ရစ်မူး စေတတ်၏၊ ရေငတ်ခြင်း, ဝမ်းသက်ခြင်း, သွေးအန် သွေးကျ, အဆိပ်သင့်, ပိုးရောဂါ, သွေးဒေါသ, အနာပေါက်, ရေယုန်ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

မီးယပ်သွေးလွန်နာ၊ ။ငင်းအပွင့်မှုန့်ကို ပျားရည်နှင့် ရော၍ လျက်ပါက မီးယပ်သွေးများခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

သွေးစိမ်းယို ဒဏ်ရာများ။ ။ငင်းအပွင့်မှုန့်ကို အနာများတွင် ဖြူး၍, ဖြူး၍ ပေးပါက လျှင်မြန်စွာ ကျက်၍ အသားနု တက်လာလိမ့်မည်။

သွေး မြင်းသရိုက် ရောဂါ။ ။ငင်းအပွင့်ကို (ရှုရဗတ်) ရည် ဖျော်၍ ည နံနက် သောက်ပေးသော် သွေးမြင်းသရိုက် ပျောက်ကင်း၏။

အနာမြုံများ နှင့် အဆိပ်သင့်နာ။ ။ငင်းအပွင့်အမှုန့်ကို နှမ်းကျပ်ဆီနှင့် ဖျော်၍ လိမ်းပေးပါက မကျက်နိုင်သော အနာပျက်များ, မီးလောင်သော အနာများ လျှင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ပန်းလိန်

သက္ကတ पुष्कर मूल

ဟိန္ဒီ पुष्करमूल (ပုဟ-ကရ်-မူ,လ်)

လက်တင် Inula Racemosa

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ပန်းလိန်သည် ပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်သည်၊ ပန်းနုပင်နှင့်တူ၏၊ အမြင့် ၃-ပေ ၄-ပေမျှ မြင့်၍ အမြစ်များလည်း ပန်းနုကဲ့သို့ (၃) မြစ်မျိုး ဖြစ်၏၊ သို့သော် အနံ့ မရှိ ဖြစ်၏၊ ပန်းနုကဲ့သို့ အမြစ်ရင်းကျယ်၍ အဖျားရှူးပြီးလျှင် ပန်းနုလို ဖြောင့်ခြင်း မရှိ လိန်၍နေသည်၊ ထို့ကြောင့် ပန်းလိန်ဟု ခေါ်ကြကုန်သည်၊ ငင်းအပင်သည် နှင်းများစွာ ကျရောက်သော အခါ အပင်ကျ၍ မြစ်ဥသာ ကျန်သည်၊ ငင်းနောက် ဝါဆို, ဝါခေါင်, တော်သလင်း လများတွင် အမြစ်မှ ပြန်၍ တဖန် ပေါက်၏၊ အရွက်၏အလျား ၂-ပေမျှ ရှည်၏၊ အနံ ၄-လက်မမျှ ရှိ၏၊ အပွင့်မှာ ကော်ဖီခိုင်ကဲ့သို့ ပွင့်၏၊ ပွင့်ဖတ် (၅) ချပ် ရှိသည်၊ ငင်းသည် ပန်းနုနှင့် တခုမရှိက တခု အစားထိုး၍ သုံးနိုင်သည်၊ ထိုအယူအဆသည် ဘာဝပ္ပကာသနိဃဏ္ဍု စသော စာအုပ်များတွင် ယခိုင်အမာမရေးသားထားသည်၊ နိဃဏ္ဍုကျမ်းကြီးများ၌ ဖော်ပြချက်ဖြစ်သည်၊ အချို့မြန်မာမှု

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပြုထားသည် တွေ့ရာ၌ "ကုဋ္ဌ" ကို ပန်းဉ, "ပိုဟကရမူလ" ကို ပန်းနု ဟု ပြန်ဆိုထားသည်ကို တွေ့ရသည်၊ ပိုဟကရမူလ သည် ကုဋ္ဌဘေဒ (ပန်းနုတမျိုး) ဖြစ်သည် ဟူသော နိဃဏ္ဍုကျမ်းကြီးများ၏ အဆို အမိန့်နှင့် မညီသောကြောင့် ပန်းလိန် ဟူ၍ ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခါးစပ်၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ လေသလိပ်ကို နိုင်သည်၊ အဖျား, ဖောရောင်, နှုတ်ပမြိန် ရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရ၏၊ အတူးအားဖြင့် နံဘေးအောင့်ခြင်း၌ အသုံးပြုရ၏။

ပန်းသီး

သက္ကတ (ဆေး)
ဟိန္ဒီ (ဆေး)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်လတ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် မာလကာရွက်နှင့် တူ၏၊ သို့သော် မာလကာရွက်ထက် အနည်းငယ် ရှည်၏၊ ၎င်းအပွင့်သည် ဖြူ၏၊ ၎င်းအသီး၏ အရောင်မှာ နုလျှင် စိမ်းရောင် ရှိ၏၊ ရင့်လျှင် ဝါရောင် ရှိ၏၊ မှည့်လျှင် နီရောင် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်း၏ အသီးသည် လေ နှင့် သည်းခြေကို နိုင်၏၊ သလိပ်ကို ပွားစေ၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ ရသာအားဖြင့်၎င်း, ဝိပါကအားဖြင့်၎င်း ချို၏၊ အေး၏၊ နှုတ်မြိန်စေ၏၊ သုက်ကို ပွားစေတတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ကင်းဆိပ်။ ။ကင်းကိုက်သော် ၎င်းအရွက်ကို ပြုတ်၍ အနည်းငယ်မျှ သောက်ပါက ကင်းသိပ် ပြေ၏။

အတိသာရဝမ်းသွားခြင်း။ ။ပန်းသီးအစိမ်းကို အခွံနှင့် တကွ ကျွေးပါက အတိသာရဝမ်းသွားရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

မျက်စိကိုက်ခဲခြင်း။ ။ပန်းသီးအစိမ်းကို ကြိတ်၍ မျက်စိတွင် လိမ်းပေးပူ သည်းခြေကြောင့်ဖြစ်သော မျက်စိနာ ပျောက်ကင်း၏။

အအန်ပျောက်ဆေး။ ။ပန်းသီးအစိမ်းသတ္တုရည်ကို သိန္ဓောအနည်းငယ်နှင့် ရော၍ တနေ့ ၃-ကြိမ်—တကြိမ်လျှင် ပန်းသီးတချမ်း၏ သတ္တုရည်နှင့် သောက်က ပျောက်ကင်း၏။

ချောင်းဆိုးရောဂါ။ ။ချောင်းခြောက်ဆိုးသော ရောဂါများကို ပန်းသီးအမှည့်၏ သတ္တုရည်တွင် သကြားခဲ သင့်ရုံ စွက်၍ တနေ့ ၃-ကြိမ်—တကြိမ်လျှင် ကြွေဇွန်းကြီး တဇွန်းပျ သောက်က ပျောက်ကင်း၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

သည်းခြေပျက် အရှုးရောဂါ။ ။ပန်းသီးကို ရှလဘတ်ရည် ဖျော်၍ ၎င်းတွင် မြင်းခွာရွက် သတ္တုရည်နှင့် ရော၍ သောက်ပါက သည်းခြေကြောင့် ရူးသောရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဥဏှောက်အားနည်းသောရောဂါ။ ။ပန်းသီးအမှည့်ကို ယိုထိုး၍ စားပါက ဥဏှောက်အားနည်းခြင်း နှလုံး အားနည်းသော ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၍ ဥဏှောက် နှင့် နှလုံးများ အားအင် ပြည့်ဖြိုးလာလိမ့်မည်။

ကင်းဆိပ်ဖြေဆေးတမျိုး။ ။ပန်းသီးသတ္တုရည် ၁-ကျပ်သားတွင် ပရုပ် ၄-ရွေးသားမျှ ထည့်၍ သောက်ပါက ကင်းဆိပ်များ ကျဆင်းပြေပျောက်လိမ့်မည်၊ အကယ်၍ ကင်းဆိပ် ရုတ်ခြင်းမကျသေးမူ နာရီဝက် နာရီဝက်ခြား၍ တကြိမ် ၂-ကြိမ်မျှ တိုက်ပါ။

ပန်းအိ

ဟိန္ဒီ वासनी (ဆာဆ,နီ)

လက်တင် Lagerstromia indica

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက် ၂-လက်မမှ ၃-လက်မခန့်ထိ ရှည်၏၊ အပွင့် အလတ်စား ဖြစ်၏၊ ဖြူ၏၊ နီ၏၊ အစေ့ ပြား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အခေါက် ယက်မြက်၏၊ အဖျားကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အခေါက်, အရွက်, အပွင့်, ဝမ်းသက်စေ၏၊ အရည်ကို ယုဘ်ဆောင်တဘ်၏။

ပိန္နဲသီး

သက္ကတ पनसफल

ဟိန္ဒီ कटहल (ကင့်-ဟ,လ်)

လက်တင် Artocarpus heterophylluz

Syn Artocarpus intregrifolia

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။သိလွယ်ပြီ။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဍ္ဍင်းပါးသည် ဖန်၏၊ ချို၏၊ အသီးစိမ်းသည် ချုပ်၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို ပြုတတ်၏၊ အားကို ဖြစ်စေ၏၊ ကြေခဲ၏၊ လေကို ဖြစ်စေ၏၊ အသီးမှည့်သည် ချို၏၊ အေး၏၊ ဟားကို ဖြစ်စေ၏၊ အစေ့သည် ဆိမ့်၏၊ သုက်ကို ပွားစေ၏၊ ကာမ အားပေး၏၊

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဝမ်းချုပ်စေ၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ အသီးမှည့်သည် လေဒေါသကို ပယ်နိုင်၏၊ သည်းခြေဒေါသအပူကို ငြိမ်းစေနိုင်၏၊ သလိပ်ဒေါသကို ပွားစေ၏၊ နူနာ, အနာပေါက်, သွေးအန် သွေးကျ, ထိခိုက်မှုကြောင့် ဖြစ်သော ခယရုဂ်ရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေနိုင်၏။

မှတ်ချက်။ ။ပိန္နဲသည် တောင်ပိန္နဲ, အိမ်ပိန္နဲ ဟူ၍ အချုပ်အားဖြင့် နှစ်မျိုး ရှိ၏၊ ရဟန်းတော်များသည် သစ်သီးဖျော်ရည်ကို ညနေပိုင်းတွင် ယာမကာလိက အဖြစ်ဖြင့် အသုံးပြုနိုင်ငြားလည်း ပိန္နဲသီး နှစ်မျိုး အဝင်အပါ ဖြစ်သော သစ်သီး (၉) မျိုးတို့ကိုကား အဖျော်ပြုလုပ်၍ မသုံးဆောင်အပ်ကြောင်း ဝိနယပိဋကၡ ပညတ်ထားသည်ကို တွေ့ရသည်၊ ထို့ကြောင့် ဆရာမြတ်တို့သည် အောက်ပါ လင်္ကာကို မိန့်ဆိုတော်မူကြကုန်၏။

"ထန်းအုန်း နှစ်ပါး၊ သခွားသုံးမျိုး၊ ပိန္နဲတိုးက၊ ဒွယ အိမ့်တောင်၊ ဘူးနောင်ဖရုံ၊ သီးကိုးစုံကား၊ မိန့်တုံယာမ၊ အကပ္ပသည်၊ ကျမ်းပြရွေစာ စကားတည်း။"

ဖော်ပြပါ လင်္ကာ၌ ပိန္နဲသီးမျိုးသည် အိမ်ပြော့မျိုး, အိမ်မာမျိုး ၂-မျိုး ရှိ၏၊ ၎င်းကို အိမ်ပိန္နဲ ဟု ခေါ်၏၊ ထိုအိမ်ပိန္နဲတွင်လည်း အိမ်ပျော့ အိမ်မာ နှစ်မျိုးတွင် အရသာ, အသီးအနေအထားအလိုက်, အရပ်ဒေသအလိုက်, မျိုးပေါင်း များစွာ ရှိ၏။

အချုပ်မှာ တောင်ပိန္နဲ နှင့် အိမ်ပိန္နဲ နှစ်မျိုး သာသျှင် ရှိကြောင်း ဖော်ပြလိုရင်း ဖြစ်၏၊ အိမ်ပိန္နဲ၏ ဂုဏ်စွမ်းသတ္တိကို ဖော်ပြရာ၌ ငုတ်နေသော စကားဝါကျတခုကို ရှင်းပြလိုပါသေးသည်၊ ၎င်းကား ဒေါသသုံးပါးကို ဖြစ်စေနိုင်၏ ဟူသော စကားဝါကျ ပင် ဖြစ်သည်၊ အခြေခံမှစ၍ အာယုဗ္ဗေဒ ဆေးပညာကို သင်ကြားခဲ့ဘူးသောသူများအဘို့ ဆိုဘွယ်ရာ မရှိသော်လည်း ဖြတ်ကျော်၍ ဆေးအဘိဓာန်ကျမ်းများကို ဖတ်သောသူတို့အဘို့ ရှင်းလင်းပြပါမှ သဘောကျ နားလည်နိုင်ပေမည်၊ ထို့ကြောင့် သစ်သီးတမျိုးတည်းက ဒေါသသုံးပါးကို ဖြစ်စေ၏ ဟူသော ဝါကျစကားကို သိသာထင်ရှားအောင် ဖော်ပြပါအံ့။

အစိမ်းသည် ဖန်၏၊ ချို၏၊ ချုပ်၏ ဟု ဆိုထား၏၊ ဖန်ချိုတို့ ဟူသည် သွေးလေသွားရာ လမ်းတို့ကို ပိတ်ဆို့တတ်ကုန်၏၊ ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌ ရှိသော သွေးသားမှ စ၍ အပေါက် သေး ငယ် ကြီး (အာကာသ) တို့ကို ပိတ်ဆို့တတ်၏၊ ထိုအခါ လေသည် အသွားအလာ မမှန်တော့ပေ၊ တဘက်မှ ပိတ်ဆို့သည်နှင့် အမျှ အပိတ်ဆို့ မခံရသော နေရာ၌ သဘောကျရာ စုကြ၏၊ ပေါင်းကြ၏၊ အောင်းကြ၏၊ လေများ ပွားလာကြ၏၊ များလာသည် ဟု ထင်ရ၏၊ အမှန်စင်စစ်မှာ ရှိရင်းစွဲ လေများ အသွားအလာ မမှန်ဘဲ ချုပ်မိ၍ စုအောင်း ပေါင်းကြသဖြင့် များသည် ဟု ထင်ရ၏၊ ထိုသည်ပင်လျှင် လေဒေါသကို ဖြစ်စေ၏ ဟု ဆိုလို၏၊ သို့ဖြစ်၍ လေဒေါသဖြစ်ရာ၌ ၂-မျိုး ရှိ၏၊ တမျိုးမှ ခွေးတောက်, တမာ, ကဇော့ခါး စသော အစာ အာဟာရများကို အစားများ၍ ရှိရင်းစွဲ လေထက် ပွားများ ဖြစ်ထွန်းလာခြင်းကြောင့် လေဒေါသကို ဖြစ်စေခြင်း နှင့် ဖော်ပြခဲ့သော ချုပ်မိခြင်းကြောင့် စုအောင်း ပေါင်းမိ၍ လေဒေါသများ ပွားများလာခြင်း ဟူ၍ နှစ်မျိုးရှိသည် ဟု ဆိုလိုသည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဤ၌ လေဒေါသကို ဖြစ်စေ၏ ဟူရာ၌ ပိုမို လွန်ကဲပြီး များလာသည်ကို ဆိုသည် မဟုတ် တနေရာမှ ပျက်၍ (အပိတ်ဆို့ ခံရ၍) တနေရာတွင် စုပေါင်း၍ အောင်းပြီး အပြစ်ပြုလာသည်ကို လေဒေါသကို ဖြစ်စေ၏ ဟု ဆိုလိုသည်၊ ချုပ်လေ နှင့် ပွားလေ နှစ်မျိုးရှိသည် ဟု လေဒေါသအတွက် အချုပ်အားဖြင့် မှတ်ယူရာ၏၊ လဘက်လည် လေဒေါသကို ဖြစ်စေ၏ ဟူရာ၌ရင်း, မယ်ဇလီသည် လေဒေါသကို ဖြစ်စေ၏ ဟူရာ၌ရင်း ထို့အတူပင် ဖြစ်၏။

ဖန်, ချို, ချဲ့ အရသာသည် ရှိရင်းစွဲ သလိပ် ဒေါသကို ဖြစ်စေ၏ ဟူရာ၌ ရှင်းပြဘွယ် ရာ မလိုတော့ချေ။

သည်းခြေ ဒေါသကို ဖြစ်စေ၏ ဟူရာ၌ ဖန်, ချို, ချဲ့တို့ မည်သည် အေးသောအစာ, လေးသော အစာ, ပိတ်သော အစာ (ဂရု အစာများ ဖြစ်ကုန်၏၊ ၎င်းတို့သည် ကြေ ကျက်ခဲသော အစာများ ဖြစ်၍ ပါစက နှင့် ဥသ္မာတေဇောတို့ကို ပပ္ပမဦးစွာ ဖျက်ဆီး ကုန်၏၊ မီးတောက်နေရာ၌ ထင်းစိုများ ထည့်ပေးသကဲ့သို့တည်း၊ ထိုအခါ ခန္ဓာကိုယ် တွင်း၌ ရှိသော သည်းခြေ ဒေါသအပူခိုးများသည် ပိတ်ဆို့တားဆီးမှုကို ခံရခြင်းကြောင့် (ဝါ) အာကာသမရသောကြောင့် အပြင်အပသို့ အခိုးတလူလူဖြင့် ထွက်ခွင့်မရကြကုန်၊ အတွင်း၌ သာ ငုတ်လျှိုးစုအောင်း၍ နေကြကုန်၏၊ ၎င်းအသီးသည် အအေးဖြစ်သော် လည်း အပူသည်းခြေ ဒေါသကို မငြိမ်းနိုင်၊ ပိတ်ရုံ့, ဆည်းရုံ မျှသာ ဖြစ်သောကြောင့် အအေးစာ ဖြစ်လျက် အပူဒေါသများ ပွားလာခြင်း ဖြစ်၏၊ ထို့ကြောင့် ဒေါသသုံးပါး လုံးကို ဖြစ်စေနိုင်၏ ဟု ဆရာမြတ်တို့ မိန့်ဆိုကြခြင်း ဖြစ်၏။

ဖန်, ချို, ချဲ့သည် သလိပ်ဒေါသကို များစေ၏၊ ပိတ်ဆို့ တားဆီးမှုများ၏၊ လေသည် သွားလမ်း မမှန်သဖြင့် စုအောင်း ပွားများလာရ၏၊ သည်းခြေဒေါသသည် ထွက်ပေါက် မရသဖြင့် အတွင်း၌ ငုတ်လျှိုးနေ၏၊ ဤကဲ့သို့ ဖြစ်လာသည်ကို ဒေါသသုံးပါးလုံးကို ဖြစ်စေသည် ဟု ဆိုလိုသည်၊ ထို့ကြောင့် ပန်းနာရင်ကျပ်ရှိသူ, သွက္ခာပါဒ, ထုံနစ်, လေငန်း, တမျိုးမျိုးရှိသူ, အဖျားရောဂါများရှိသူတို့သည် လုံးဝ မစားသင့်ချေ။

တောင်ပိန္နဲသီး

လက်တင် Artocarpus chaplasha

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။တောင်ပိန္နဲသည် ပိန္နဲမျိုးတွင် ပါဝင်၏၊ သို့သော် ပိန္နဲပင်ထက် များစွာ ကြီး၏၊ မြင့်၏၊ အရွက်လည်း ထိုအတူ ပင်လျှင် ရိုးရိုးပိန္နဲ ထက် ထွား၏၊ ပိန္နဲရွက်ကဲ့သို့ မချောပေ၊ လွန်စွာ ကြမ်း၏၊ အသီးမှာ ရိုးရိုးပိန္နဲသီးအောက် ငယ်၏၊ သေး၏၊ သို့သော် ဆူးမှာမူ ရိုးရိုးပိန္နဲထက် ငှည်၏၊ အောက်အရပ်ဒေသ၌ ၎င်းတောင်ပိန္နဲကို တောင်ဘိန်း ဟု ခေါ်ကြ၏၊ အသားပေါ ၏၊ ချို၏၊ လှေထွင်းခုတ်ကြ၏၊ ထိုတောင်ပိန္နဲမျိုးတွင် ပါဝင်သော အထူးသဖြင့် တနင်္သာရီခရိုင်တို့၌

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)

များစွာ ဖြစ်ထွန်းသော မွန်တို့အခေါ်အားဖြင့် စွမ်ပဒတ်, မြန်မာတို့အခေါ်ဖြင့် စုံပဒတ်, မပီသသော အသံဖြင့် စုံတသီး ဟု ခေါ်ကြသော ပိန္နဲတမျိုး ရှိ၏၊ ရိုးရိုးပိန္နဲ ထက် အရွက် စို၏၊ ကြီးထွား၏၊ အုံ့ဆိုင်း၏၊ အသီးမှာ ပိန္နဲသီးလောက် မကြီးချေ၊ အတွင်းသားမှာ ဝါရောင်ရှိ၏၊ အနံ့လွန်စွာ ပြင်းထန်၏၊ ၎င်းကို တောင်ပိန္နဲ ဟု မယူရချေ၊ ဖော်ပြပါ နာမည်အတိုင်း သာ မှတ်ယူရာ၏၊ ၎င်း၏ ဂုဏ်သတ္တိသည်လည်း ရိုးရိုးပိန္နဲ ကဲ့သို့ပင် အကျိုးရှိသည် ဟု ဆေးအဘိဓာန် ကျမ်းတို့၌ အမှတ်အသား ပါရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။တောင်ပိန္နဲသီးသည် ချိုချဉ် ရသာ ရှိ၏၊ ပူ၏၊ ကြေခဲ၏၊ ဝမ်းချုပ်၏၊ ဒေါသသုံးပါး, သွေးတို့ကို ပျက်စေ၏၊ သုက်, ဝမ်းမီးတို့ကို ပျက်စေတတ်၏၊ မျက်စိနှင့် မသင့်၊ တောင်ပိန္နဲသီး မှည့်သည် ချိုချဉ် ရသ ရှိ၏၊ လေသည်းခြေကို နိုင်၏၊ သလိပ် ဝမ်းမီးတို့ကို ပွားစေတတ်၏၊ နှုတ်ကို မြိန်စေတတ်၏၊ ဝမ်းချုပ်၏၊ ရာဇနိဃဏ္ဍုကျမ်း၌ကား တောင်ပိန္နဲသည် ခါး,ဖန် ရသ ရှိ၏၊ ပူ၏၊ ကြေလွယ်၏၊ လည်ချောင်းနာကို နိုင်၏၊ ကျင်ကြီးကို ချုပ်စေတတ်၏ ဟူ၍ ဆိုကြ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

တောင်ပိန္နဲနှင့် ဆိုင်ရာ ရောဂါအလိုက် အသုံးပြုပုံကို ဆေးအဘိဓာန် ကျမ်းကြီးများ၌ အကျယ်တဝင့် ဖွင့်ပြထားသည်ကို မတွေ့ရချေ၊ အရပ်သုံးအနေဖြင့် သုံးစွဲကြပုံ အမျိုးမျိုးကိုကား သိမှတ်ဘူး၏၊ စာဝင်ပေဝင် အနေဖြင့် မဟုတ်သောကြောင့် ထိုအသုံးချနည်း အမျိုးမျိုးတို့ကို မဖော်ပြတော့ပါ၊ ဆေးအဘိဓာန်ကျမ်းတို့၌ ဖော်ပြထားသော အသုံးချနည်း တခုကို တွေ့ရသည့်အတိုင်း ဖော်ပြပါအံ့။

တောင်ပိန္နဲရွက် အခြောက်ကိုဖြစ်စေ, သို့မဟုတ် အစိုရွက်၏ သတ္တုရည်ဖြစ်စေ, ရရာကို ယူပါ၊ ၎င်းနောက် ကျားဆန္ဒင်း နှင့် ပရုပ်မှုန့်တို့ကို ဆတူရော၍ ညက်စွာ ကြိတ်ပါ၊ ၎င်းဆေးကို သွေးစုနာ, အသားမာနာ နှင့် ကပ္ပါယ်အိပ်ရောင်သော ရောဂါတို့၌ များများ လိမ်းပေးရ၏၊ အနာဖြစ်မှု အုံပေးရ၏။

ဝိန်းမဟော်ရာ

သက္ကတ မာနက
ဟိန္ဒီ मानकंद (မာ,နကံ,ဒ်)
လက်တင် Aloeasia indica

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။အဖြူမျိုး, အနက်မျိုး ဟူ၍ နှစ်မျိုး ရှိသည်၊ အရွက်သည် ၂၄-လက်မမှ ၃၆-လက်မထိ ရှည်၏၊ စိမ်း၍ တောက်ပသည်၊ အပွင့်သည် ဝါ၏၊ အဖိုပွင့်သည် ဖြူ၏၊ အမြစ်တွင် ဥရှိ၏၊ ၎င်းကို ဆေးသုံးရ၏၊ ဟင်းသီး, ဟင်းရွက် အဖြစ် စားရ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အေး၏၊ စပ်၏၊ ကြေလွယ်၏၊ ဖောရောင်,နှလုံးရောင် ပျောက်ကင်းစေ၏၊ သည်းခြေကို ငြိမ်းစေ၏၊ သွေးနှင့် စပ်သောရောဂါ, ဖံသွေးအန်,သွေးကျ,နူနာ,အဖျဉ်း, ဝမ်းပိုက်ရောဂါ စသည်၌ အသုံးပြုရ၏။

မှတ်ချက်။ ။ပိန်းသည် အမျိုးများ၏၊ ၎င်း၏ ဥ, အရွက်, အရောင် စသည်ကို စွဲ၍ အမျိုးမျိုး ခေါ်ကြ၏၊ ရသာ နှင့် အပင်သတ္တိ ကွဲပြားမှုကြောင့် အကျိုးပေး သတ္တိတို့သည် ကွဲပြားမည် ဖြစ်လေသည်၊ သို့ရာတွင် နိဃဏ္ဍုကျမ်းများတွင် ခွဲခြား၍ မပြသဖြင့် ဖော်မပြလိုက်ရပေ၊ ၎င်းပိန်းကို ဆေးအဖြစ်နှင့်လည်း သုံး၏၊ ဗင်္ဂါလီ လူမျိုးများသည် ဟင်းလျာပြု၍ စားကြကုန်၏။

ပိန်းကျားနွယ်

ဆိဟာလီ [illegible] (ပိဋ္ဌ-ဓေလ်)

လက်တင် Pothos candens

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ နံရံကြီးများ, သစ်ပင်ကြီးများ၌ တွယ်ကပ်၍ ပေါက်၏၊ အရွက်သည် အလွန်ရှုပ်ထပ်၍ အလျား ၂-လက်မမှ ၄-လက်မအထိ ရှည်၏၊ အနံ ၂-လက်မခွဲမှ ၃-လက်မခွဲ အကျယ် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရွက်ကို အမှုန့်ပြု၍ ကျောက်ရောဂါ၌ လိမ်းကျံ ပေးရာ၏၊ ပန်းနာ နှင့် အသက်ရှူရန် အားနည်းသောရောဂါ၌ အရိုးကို ပချပ်နှင့် ရော၍ ဆေးလိပ်လိပ်ပြီး သောက်ရသည်၊ မြွေကိုက်လျှင် ဒဏ်ရာပေါ်၌ အရိုး နှင့် အရွက်ကို နွားထီးကျင်ငယ်ရေနှင့် လိမ်းပေးရ၏၊ အရည်ကို တိုက်ဆေးရ၏။

ပိန်းဥမျိုး

သက္ကတ आलुकी

ဟိန္ဒီ अरबी (အ,ရ်ဗီ)

လက်တင် Colocasia coculonta

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် နေရာတိုင်းတွင် ပေါက်၏၊ ကြာရွက်နှင့် တူသည်၊ သို့သော် ကြာရွက် ထက် ငယ်သည်၊ ပိန်းမဟော်ရာ ကဲ့သို့ မြစ်ဥ မဟုတ်၊ ဥသက်သက် ဖြစ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပြေပြစ်၏၊ မလတို့ကို တောင့်တင်းစေ၏၊ ခွန်အားကို ပြုတတ်၏၊ သလိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ ဆီနှင့် ကျော်စားလျှင် နုတ်မြိန်စေ၏၊ ယူနာနီဆရာတို့ အလိုအားဖြင့် ဝဖြိုးစေ၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ မလတို့ကို ချုပ်စေ၏၊ သုက်သွေးတို့ကို ပြစ်ခဲစေ၏၊ လေကို ပွားစေ၏၊ ချောင်းဆိုးရောဂါ ပျောက်ကင်းစေ၏။

ပုန်းညက်ပန်း

သက္ကတ पुन्नाग

ဟိန္ဒီ सुलतान चम्पक (ဆု,လ်တာ,န်-ကျပ,က်)

လက်တင် Calophyllum inophyllum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အလွန် လှပသော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ၄-လက်မမှ ၇-လက်မအထိ ရှည်၏၊ ၃-လက်မမှ ၄-လက်မမျှ အနံရှိ၏၊ အပင်သည် ကောက်ကွေ့သော ပင်စည် ရှိ၏၊ အပွင့်သည် အလွန် ဖြူ၏၊ မွှေး၏၊ အသီးသည် လုံး၏၊ ၎င်းအစေ့မှ ဆီထွက်၏၊ ၎င်းဆီကို ဟိန္ဒီလို (ဆရပန်) ဟု ခေါ်၏၊ ၎င်းအပင်မှလည်း ပရင်းရောင်လို အစေးတမျိုး ထွက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။မွှေးကြိုင်စေ၏၊ သုက်သွေးကို ပွားစေ၏၊ နုတ်တို့နှစ်သက်စေတတ်၏၊ သလိပ်လေကြောင့် ထိုးအောင့်ခြင်း စသော ရောဂါများ ပျောက်ကင်းစေ၏။

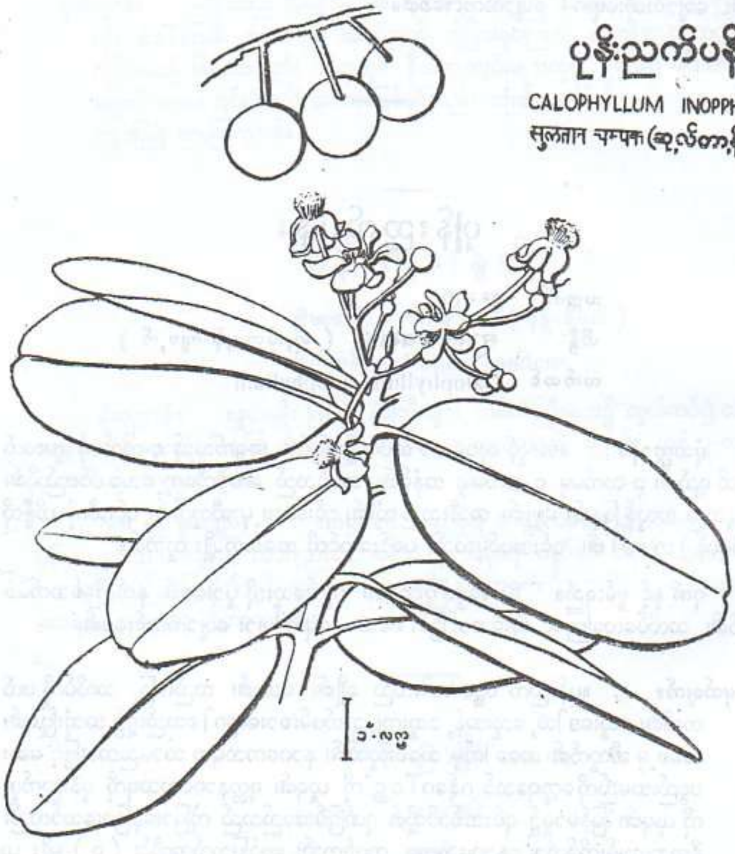
မှတ်ချက်။ ။ပုန်းညက် ပဋ္ဌါးပါးသည် ချို၏၊ အေး၏၊ သည်းခြေ, သလိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ သွေးဒေါသ, သွေးအန်, သွေးကျ, ဘုတ်ဖမ်းစားရောဂါစသည်တို့၌ အသုံးပြုရ၏၊ အစေ့မှ ဆီထွက်၏၊ အခေါက်မှ အစေးထွက်၏၊ နာဂကေသရဟု သာမညအားဖြင့် ဆေးပစ္စည်းအမည်ကို တွေ့ရသော် ဂန္ဓဂေါဝစ္ဆ ကို ယူရ၏၊ ရတ္တနာဂကေသရကို ပုန်းညက်ဖူးကို ယူရ၏၊ မြန်မာမှု၌ ၎င်းသစ်ပင်တို့၏ ဂုဏ်ဒြပ်အမည်သည် ကွဲပြားနေငြားသော်လည်း နိဃဏ္ဍုကျမ်းတို့၌ကား နာဂကေသရ တပုဒ်တည်း ဖော်ပြသည့်အတိုင်း (၃) မျိုး ယူကြောင်း စန္ဒောဒယနိဃဏ္ဍုကျမ်းလာ အရ ဖော်ပြလိုက်ရပေသည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပုန်းညက်ပန်း

CALOPHYLLUM INOPPHYLLUM

सुलतान चम्पक (ဆုလ်တာန်.ကျမ်ပက်)



ပျဉ်းကတိုး
XYLIA DOLABRIFORMIS

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပျဉ်းကတိုး

သက္ကတ कानकाकुटी
ဟိန္ဒီ जांब् (၅၉၂)
လက်တင် Burmese Iron Wood
Xylia dolabriformis

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်ကြီးမျိုးဖြစ်သည်၊ ရှက်ခက်အနုများတွင် မွှေးနုံများ ရှိသည်၊ အရွက်များသည် ၅-လက်မမှ ၂-လက်မခွဲမျှ ရှည်သည်၊ ၎င်းရွက်များထွက်သကဲ့သို့ ၄-စုံခန့် ထွက်၏၊ အပွင့်ဝါနုရောင် ရှိ၏၊ ၎င်း၏အသီးမှာ ၄-လက်မမှ ၆-လက်မအထိရှည်၏၊ ၁-ကျပ် ၄-ပဲမှ ၂-လက်မခွဲမျှ အနံ ရှိ၏၊ ၎င်းအသီးတွင် ၆-စေ့မှ ၁၀-စေ့အထိ ရှိ၏၊ ၎င်းအစေ့သည် များ၏ ဥသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ ဗဒါမ်ရောင် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အခေါက်ပြုတ်ရည်ကို ပိုးရောဂါ, နူနာ, အန်ခြင်း, ဝမ်းသက်, ပြည်တည်သွားသောရောဂါ, အနာပေါက်ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အစေ့ကို အဆစ်အဆက် တို့၌ဖြစ်သော လေ, မြင်းသရိုက်ရောဂါ, နူနာတို့၌ အကျိုးပြု၏။

ပျဉ်းမရွက်သေး

သက္ကတ जारुल
ဟိန္ဒီ जारुल (၅၇,၈)
လက်တင် Lagerstroemia speciosa
Syn L. flosreginae

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ အပွေးမှာ ဖြူရောင်သန်း၍ ပြာ၏၊ အရွက်သည် ၄-လက်မမှ ၈-လက်မမျှ ရှည်၏၊ ၁-လက်မခွဲမှ ၃-လက်မခွဲမျှ အနံရှိ၏၊ အရွက်တွင် အကြောသေး များ ၁၀-မှ ၁၃-ကြောမျှ ရှိ၏၊ ၎င်းအပွင့်သည် ဖြူရောင်သန်း၏၊ အသီးမှာ ၁-လက်မခန့် ရှည်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ထက်မြက်စေ၏၊ အဖျား ပျောက်စေ၏၊ တွန့်ရှုံ့စေတတ်သော ဝတ္ထုအဖြစ် အသုံးပြုရ၏၊ အခေါက် နှင့် အရွက်သည် ဝမ်းသက်စေတတ်၏၊ အစေ့သည် ငိုက်မြည်းစေတတ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပျဉ်းမရွက်သေး
LAGERSTROEMIA FLOSREGINAE.
जरूल (ဂျရူလ်)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပျဉ်းတော်သိမ်

သက္ကတ गिरी निम्ब

ဟိန္ဒီ [illegible] (မိဋ္ဌာ:-နိမ်)

လက်တင် Murraya Koenigii

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ငင်းပျဉ်းတော်သိမ်ပင်သည် ၁၂-ပေမှ ၁၅-ပေအထိ မြင့်၏၊ ၎င်းအရွက်သည် တမာရွက် ထွက်သကဲ့သို့ ထွက်၏၊ တမာရွက်နှင့်လည်း တူ၏၊ သို့သော် အရွက်တွင် ခွေးသွားစိပ် မရှိ၊ တန်ခူး နှင့် ကဆုန်လတွင် အဖြူရောင် အပွင့်များ ပွင့်၏၊ အသီးမှာ ကြာသီး အငယ်စားမျှ ရှိ၏၊ နုလျှင်စိမ်း၍ မှည့်လျှင် နက်ရောင် ရှိ၏၊ ၎င်းအစေ့ကိုလည်း ဆီထုတ်ယူကြ၏။ အရွက်သည် မွှေး၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခါးသက်သက် ရှိ၏၊ ဖန်၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ အပူကိုငြိမ်းစေ၏၊ နူနာ, သွေးဖောက်ပြန်ရောဂါ, ပိုးနာ, ဘုတ်ဖမ်းစားခြင်း, အဆိပ်သင့်နာတို့ကို နိုင်နင်း၏။

ပျဉ်းတော်သိမ် (တော)

ပန်ချာဗီ [illegible] (ရထ,နိ-ဂျိ,ဟ်)

လက်တင် Clausena heptaphylla

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အခေါက်သည် တိရစ္ဆာန်များကို ဆေးကုသရာ၌ အလွန် အသုံးဝင်၏၊ အမှုန့်ကို မုန်ညင်းဆီနှင့် ရော၍ လက်ဆတ်သော အနာများ၌ ထည့်ပေးရ၏။

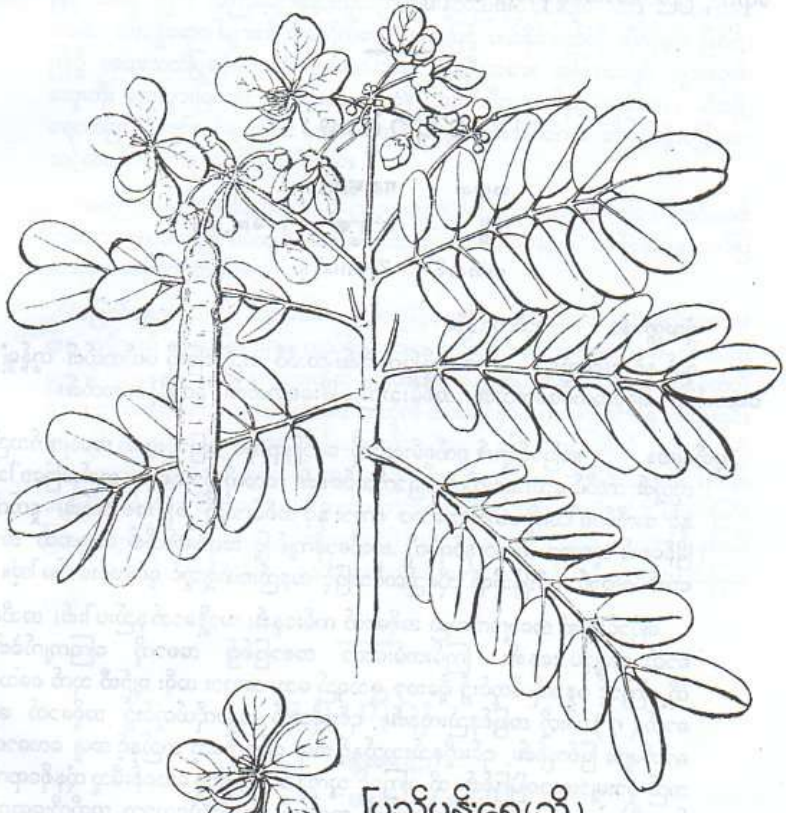
ပြည်ပန်းရွှေ

တာမီလ် [illegible] (ကိုဓာလာအိ)

လက်တင် Cassia Glauca

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းသည် ပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းအရွက် အခက်သည် ၅-လက်မမှ ၉-လက်မအထိ ရှည်၏၊ အပွင့် ဝါ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



ပြည်ပန်းရွှေ(ညို)
CASSIA GLAUCA.
कोबालाई (ကိုဗါလာဣ်)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရွက်ကို ကြိတ်၍ နို့ရည် သကြားတို့နှင့် ဖျော်ကာ၍ သောက်လျှင် ဆီးအောင့်, ပြည်တုလာသရောနာတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ အရွက် အခေါက်ကို ဆီးချို ရောဂါ, ပြည်တုလာသရောနာတို့၌ အသုံးပြုရ၏။

ပြောင်းဖူး

သက္ကတ	महाकाय	
ဟိန္ဒီ	मक्का	(မက,အိ)
လက်တင်	Zeamays	

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။သိလှယ်ပြီ။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။လေကို ပြုတတ်၏၊ သလိပ်, သည်းခြေကို ပယ်တတ်၏၊ တွန့်ရှုံ့ စေတတ်၏၊ ခြောက်ထပ်စေတတ်၏၊ အစိမ်းသည် ဝဖြိုးစေတတ်၏၊ နှုတ်မြိန်စေတတ်၏။

မှတ်ချက်။ ။ပြောင်းဖူး၏ ဂုဏ်စွမ်းရည်ကို ဖော်ပြရာတွင် ပြောင်းဖူးဆံ အချောက်သည် လူတို့၏ သလိပ် သွေးသားတို့ကို ခြောက်ထပ်စေ၏၊ လေကို ပွားစေ၏၊ သည်းခြေဒေါသ နှင့် သလိပ်ဒေါသကို ပယ်၏ ဟူသော စကား နှင့် အစိမ်းသည် ဝဖြိုးစေတတ်၏၊ နှုတ်ကို မြိန်စေ၏ ဟူသော စကားနှစ်ရပ်ကို အဘိဓာန်ကျမ်းပြု ဆရာမြတ်တို့၏ အယူအဆ အာဘော်မိအောင် ရှင်းပြဘို့ရန် သို့မည်ထင်သဖြင့် အနည်းငယ်ချဲ့ဘွင် ရှင်းလင်းဖော်ပါအံ့။

ပြောင်းဖူးဆံ အချောက်သည် အစိုဓာတ် ကင်းနေ၏၊ အချိုဓာတ် နည်းပါး၏၊ အဆိမ့် ဓာတ် လျော့ပါးနေ၏၊ ကြမ်းတမ်းသော အစာဖြစ်၍ အစာကို ကြေကျက်ခဲ၏၊ ထို့ကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌ ရှိသော ရသရည် သွေး အသား အရိုး ချဉ်ဆီ သုက် စသော ဓာတ် (၇) ပါးတို့ အဖြစ်နည်းကုန်၏၊ ၎င်းတို့သည် ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌ အစိုဓာတ် ရေ ဓာတ်များ ဖြစ်ကုန်၏၊ ၎င်းတို့နည်းသည်နှင့် အမျှ ခြောက်သွေ့သည်နှင့် အမျှ လေဓာတ် သည် ပွားများလာစမြဲဖြစ်၏၊ ထို့ကြောင့် သွက္ခ၂ ၁ပါဒဖြစ်သူ လေငန်းမိသူ ထုံနစ်ရောဂါ ရှိသူ ချိနဲ့သောရောဂါရှိသူ သလိပ်များ၍ အသံဝင်, အသံတိမ်သောသူ အဆီတိုးရောဂါ ရှိသူ အချိုတိုးသော အချိုများသော ရောဂါရှိသူ ဆူဖြိုးသော ရောဂါရှိသူတို့သည် ထိုပြောင်းဆံအခြောက်နှင့် သင့်လျော်ပေကုန်၏၊ ဥပမာ ဆီးချိုရောဂါရှိသော သူ၌ တိုက်ရိုက်အနေဖြင့် အချို နည်းပါး သွားအောင် ဆီးနည်းပါးသွားအောင် မလုပ်နိုင် သော်လည်း တဆင့်တဆင့် သွယ်ဝိုက်သော အနေဖြင့် ထိုအချိုတိုးသမျှတို့ကို တားဆီးနိုင်, နှုတ်ပယ်နိုင်၏၊ ကာကွယ်နိုင်၏၊ ပြောင်းဆံကို မဆိုထားဘိ ပြောင်းဆံ၏ တည်ရာ ပြောင်း အူရိုးကို ရေနွေးကျိုသောက်သကဲ့သို့ သုံးခွက်တခွက်တင် ကျိုသောက်ခြင်း, ပြောင်းဖူး

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ထိပ်ရှိ အဖွေးအမြှင်များကို ကျိုသောက်ခြင်းဖြင့် အချိုတိုးသောရောဂါ များစွာ လျော့ပါးကြောင်း ကိုယ်တွေ့အနေဖြင့် သိနိုင်ပေသည်၊ ခပ်များများ တနေ့ သောက်သိုက်ခြင်းဖြင့် ဆီးများခြင်း အကြိမ်များခြင်းတို့သည် တနေ့တည်းနှင့် ပင်လျှင် လျော့ပါးသွားနိုင်ပေ၏၊ ဆီးချိုရောဂါများကို သွယ်ဝိုက်သောအနေဖြင့် ပယ်နိုင်သည်ကို ဆိုလိုရင်း ဖြစ်၏၊ ဤ၌ အထူးသတိပြုရန်မှာ ဆီးချိုရောဂါသည် အမျိုးအစား အပြားသရုပ် များလှ၏၊ သွေးတိုး သွေးပွားခြင်းနှင့် ယှဉ်သော ဆီးချို, အဆီတိုးရောဂါနှင့် ယှဉ်သော ဆီးချို, ရေငတ်ခြင်း ကျင်ငယ်များခြင်း ကျင်ငယ်အကြိမ်များခြင်း ဖြစ်သော ဆီးချိုမျိုးတို့၌ သာ သင့်လျော်သည် ဟု ဖော်ပြလိုပါသည်။

အကြောင်းမူ ဖော်ပြခဲ့သော ပြောင်းဖူးချောက်၏ ဂုဏ်သတ္တိကို ခြောက်ထပ်စေ၏ ဟူသော စကားသည် ပင်လျှင် အထောက်အထား တရပ်အနေဖြင့် အခိုင်အမာ ဖော်ပြထားသောကြောင့်တည်း။

ပြောင်းဖူးအစိုသည် ဝဖြိုးစေ၏၊ နှုတ်ကိုမြိန်စေ၏ ဟု ဆိုရာ၌ မှယ်ဘွယ်ရာလိုပေသေး၏၊ အစိုသည် သာမန်အားဖြင့် တည်ရှိနေသော အကောင်းဆုံး ဆန်များထက် ၎င်းသည် နှုတ်ကို မြိန်စေ၏၊ ရသသွေးသားတို့ကို ပွားစေ၏၊ ခန္ဓာကိုယ်တွင်းရှိ ပိန်ခြောက်စေတတ်သော သည်းခြေဒေါသအပူနှင့် လေဒေါသတို့ကို တားမြစ်နိုင်သောကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်တွင်း ရသရည် သွေးသား သြဇာဓာတ် ခမ်းခြောက်သူတို့သည် ပြောင်းဖူး အစိုနှင့် လွန်စွာ သင့်လျော်ပေ၏၊ ပြုတ်စားသည်ထက် အခွံခွာ၍ မီးဖုတ်စားခြင်းသည် ပို၍ သင့်၏၊ ၎င်း၏ တွေ့မြင်နိုင်ခဲ့သော သြဇာဓာတ် (ထက်သောသဘော) တို့သည် အခွံအုပ်၍ မီးဖုတ်ခြင်းဖြင့် အတွင်း၌ သာ ကိန်းဝပ်ကုန်၏၊ အပြင်သို့ လွင့်ထွက်သွားခြင်း မရှိပေ၊ ထိုထက် နို့မ်းဆီ ကောင်းကောင်း သို့မဟုတ် ထောပတ်စစ်စစ်တို့နှင့် ကျော်စားလျှင် ပို၍ ပင် ကောင်းမြတ်လှ၏။

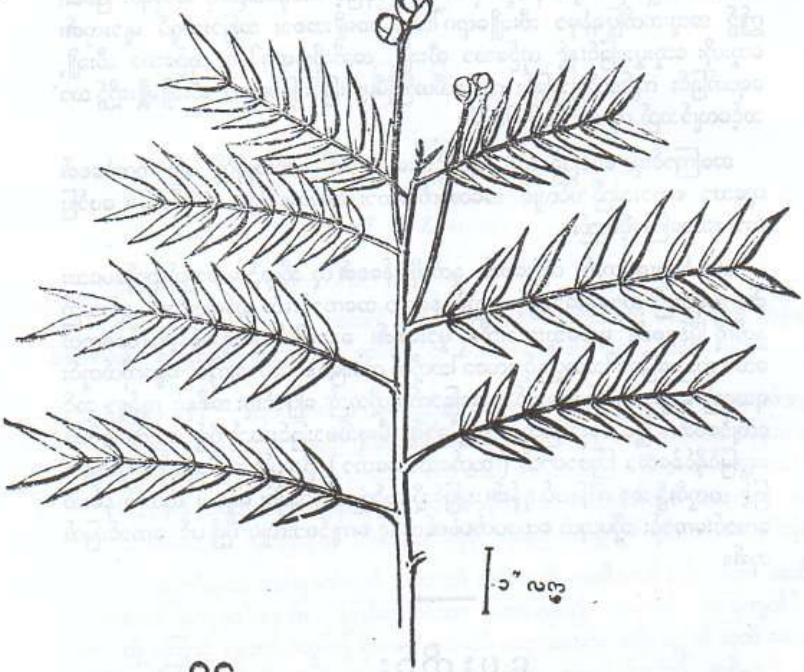
ပွေးကိုင်း

သက္ကတ	स्वर्णपत्री
ဟိန္ဒီ	सनाय (ဆနာ,ယ်)
လက်တင်	Cassia Elongata

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပွေးကိုင်းရွက်သည် မကြီးရွက်နှင့် တူသည်၊ သို့ရာတွင် မကြီးရွက်ထက် အလျား အနံ ကြီးသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပွေးကိုင်းသည် ချုပ်ခြင်း, ဝမ်းမီးနည်းခြင်း, အသည်းရောဂါ, ဝမ်းပိုက်ရောဂါ, အဖျဉ်းရောဂါ, အစာမကြေခြင်း, ဝိသမအဖျား, ကိုယ်ခရဝါခြင်း, ကိုယ်ခမျှ ဖျော့ခြင်း စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



ပွေးကိုင်း

CASSIA ELONGATA.

सनाय (ဆနာ့ယ်)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

မကောင်းသောကိုယ်ဝန်။ ။ပွေးကိုင်းကို ညောင်ဗုဒ္ဓဟေခေါက်နှင့် သောက်ခဲ့သော် မကောင်းသော ကိုယ်ဝန်သည် လျှောကျ၏။

အစာမကြေခြင်း။ ။ပွေးကိုင်းကို ချင်းချောက်ရေနှင့် သောက်ခဲ့သော် အစာမကြေခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ရေဖျဉ်း။ ။ပွေးကိုင်းကို ဇီးဖြူသီးရေနှင့် သောက်ခဲ့သော် နူနာရောဂါနှင့် ရေဖျဉ်းရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ရင်ဘတ်အောင့်ခြင်း။ ။ပွေးကိုင်းကို သလဲသီးရည်နှင့် သောက်ခဲ့သော် ရင်ဘတ်တောင့်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

အဆိပ်။ ။ပွေးကိုင်းကို ဆိတ်နက် ဒိန်ချဉ်နှင့် သောက်ခဲ့သော် အဆိပ် ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဝမ်းပိုက်ရောင်ခြင်း။ ။ပွေးကိုင်းကို ဆိတ်ကျင်ငယ်ရည်နှင့် သောက်ခဲ့သော် ဝမ်းပိုက်ရောင်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ဆံပင်ဖြူခြင်း။ ။ပွေးကိုင်းကို ကြိတ်မှန်ရွက်ရည်နှင့် သောက်ခဲ့သော် ဆံပင်ဖြူခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ခေါင်းကိုက်ခြင်း။ ။ပွေးကိုင်းကို ကုလားအုပ် ကျင်ငယ်ရည်နှင့် သောက်ခဲ့သော် လေကြောင့် ခေါင်းကိုက်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

သည်းခြေဖောက်ပြန်ခြင်း။ ။ပွေးကိုင်းကို သကြားနှင့် ဆတူ သောက်ခဲ့သော် သည်းခြေ ဖောက်ပြန်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

မှတ်ချက်။ ။ပွေးကိုင်းသည် ရှေးအခါက မြန်မာပြည်တွင် စိုက်ပျိုးကြခြင်း မရှိသဖြင့် နိုင်ငံခြားမှ မှာယူတင်သွင်းရသောကြောင့် မှာယူရာ တိုင်းပြည်အနေဖြင့် အမျိုးအစား ကွဲပြားနေသည့်အတိုင်း ဖော်ပြပါအံ့။

ပွေးကိုင်းသည် (၂)မျိုး ရှိ၏၊ (၁) အာရပ် ပွေးကိုင်း နှင့် (၂) အိန္ဒိယပွေးကိုင်း ဟု (၂)မျိုး ရှိ၏၊ အာရပ်ပွေးကိုင်းမှာ ၁ - လက်မသာသာမျှ ရှည်၏၊ အရင်းအဖျား ချွန်သည်၊ အိန္ဒိယပွေးကိုင်းသည် ရင်းဖျားတိုင်း ရှည်၏၊ ထိုနှစ်မျိုးတွင် အာရပ်ပွေးကိုင်းသည် အကောင်းဆုံး ဖြစ်၏၊ အိန္ဒိယပွေးကိုင်းသည် တခြားသော ဆေးရွက်များ ရောလျက် အတုပြုနိုင်၏၊ ပွေးကိုင်းသည် လူဘို့အား များစွာ အကျိုးပြုသော အပင်မျိုး ဖြစ်သဖြင့် ၎င်းနှင့် သက်ဆိုင်သမျှ အကြောင်းအရာတို့ကို ဆက်သက် ဖော်ပြလိုပါသေးသည်၊ ပွေးကိုင်းအစေ့ကိုဖြစ်စေ အရွက်သက်သက်ကိုဖြစ်စေ အသုံးပြုရ၏၊ အဆီထုတ်၍လည်း အသုံးပြုရသည်၊ ပွေးကိုင်း၌ စူးရှသော အနံ့တမျိုး ရှိသည်၊ ၎င်းအနံ့ ပျောက်ရန် မြန်မာဗိန္ဓောဆရာဘို့သည် မီး အနည်းငယ် သင်း၍ အသုံးပြုကြကုန်၏၊ လွန်လျှင်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဩဇာဓာတ် ခန်းသွားသောကြောင့် ဓာတ်မသက်တော့ချေ၊ မြန်မာပြည်တွင် ရှေးက တောပွေးကိုင်း အရိုင်းများ သာ ရှိ၍ ဆေးတွင် လွန်စွာ အကျိုးမပြုသောကြောင့် နိုင်ငံခြားမှ မှာယူ တင်သွင်းရသဖြင့် သဘော်ာကုန်ဆေး ပစ္စည်းတမျိုး ဖြစ်နေသည်၊ ယခုအခါ၌မူ အောင်မြင်စွာဖြင့် စိုက်ပျိုးရရှိနိုင်ပြီဖြစ်၍ သဘော်ာပွေးကိုင်း ဟု မဆိုနိုင်တော့ချေ၊ အထူး သတိပြုရန်မှာ ပွေးကိုင်းသည် မြန်မာပြည်တွင် စိုက်၍ ဖြစ်ပြီး စိုက်ထားသော မျိုးသည်လည်း အထက်တန်းကျသော မျိုးပင် ဖြစ်သည်၊ သုံးစွဲရာ၌ အချို့ ပွေးကိုင်းသည် လိုသလို ဓာတ်သက်သည်၊ အချို့ ပွေးကိုင်းသည် ဓာတ်မသက်ဘဲ ဝမ်းဗိုက်ကယ်တင်းနေတတ်သည်၊ တမျိုးတည်း ပင် ဖြစ်လျက် ဤကဲ့သို့ အကျိုးသွား ကွဲပြားရခြင်းသည် ပွေးကိုင်းအဖြစ်သို့ ရောက်အောင် ထုတ်လုပ်မှု, ထားသိုမှု ကွာခြားခြင်းကြောင့် ဖြစ်သဖြင့် ကျွမ်းကျင်မှုဖြင့် စီမံ ကွပ်ကဲထားပြီး ထုတ်လုပ်သောဌာနမှ သုံးစွဲကြရန် မမေ့သင့်ကြပေ။

ပွေးကိုင်းကို ယူရာ၌ နုလွန်းလျှင်လည်း မကောင်းပေ၊ ၎င်းအရွက်မျိုးသည် တွန့်လိန်နေတတ်သည်၊ ရင့်လွန်းလျှင်လည်း မကောင်းပေ၊ ရွက်ဝါ မှဲ့ပြောက် စသည် ပါလာတတ်၏၊ နေပူနှင့် တွေ့လွန်းလည်း မကောင်းပေ၊ ခူးပြီးသည့်နောက်တွင် နှင်း များစွာ တွေ့ပြီး အအေးနှင့် သေ့ခြောက်ရသော ပွေးကိုင်းသည်လည်း မကောင်းချေ၊ ထိုအပြစ်မျိုးမှ လွတ်ကင်းသော (ဖိသားရသော) ပွေးကိုင်းမျိုးကို သာ အသုံးပြုရန် သင့်၏။

အထက် ဖော်ပြပါအတိုင်း ပွေးကိုင်းယူနည်း, ထားသိုနည်း, စီမံပြုလုပ်နည်းတို့ နှင့် စနစ်တကျ ရရှိသော ပွေးကိုင်းသည် သာ လူသားတို့အား အပြည့်အဝ ၎င်း၏ စွမ်းရည်သတ္တိဂုဏ်ဖြင့် အကျိုးပြုနိုင်ပေသည်၊ တမျိုးမျိုး ချို့ယွင်းခဲ့သော် လိုအပ်သော အကျိုးသို့ ရောက်အောင် ပို့ဆောင်နိုင်မည် မဟုတ်ချေ၊ ဓာတ်မသက်ခြင်းမှ ဓာတ်သက်ပြီး နောက် လေမရခြင်း ဖြစ်ပြီးလျှင် ဝမ်းပိုက်တခုလုံး ကယ်တင်း၍ လာတတ်၏၊ လေသည် ချုပ်ကယ်နေသဖြင့် ဓာတ်မသက်စေရုံမက ဆီးကိုလည်း ချုပ်စေ၏၊ ချုပ်သောလေသည် အထက်သို့ အားပြုလာသောအခါ အန်လိုခြင်းများလည်း ဖြစ်လာတတ်၏၊ ဝမ်းမီးပျက်၏၊ ပျို့အန်ခြင်း စသော အာသာလည်း ဖြစ်လာတတ်၏၊ နှုတ်မမြိန်ခြင်း, စားသောက်မကောင်းခြင်းလည်း ဖြစ်လာတတ်၏၊ ထို့ကြောင့် စည်းစနစ် ကျနစွာ ထုတ်လုပ်ထားသော ပွေးကိုင်းကို ရအောင် သတိယှဉ်၍ ယူငင် အသုံးပြုရာ၏။

မြန်မာပြည်တွင် ယခုအခါ စိုက်ပျိုးရန် အစိုးရတို့ ရှာဖွေစုဆောင်းပေးသော မျိုးစေ့သည် မြန်မာပြည် ရာသီဥတုနှင့်လည်း ကိုက်ညီ မျိုးလည်း အကောင်းစားဖြစ်၍ လွန်စွာ အထက်တန်းကျသော ပွေးကိုင်း ဖြစ်လင့်ကစား ဖော်ပြခဲ့သော ယူငင်ချိန်, နေလှမ်းမှု, သိုမှီးမှု စသည်တို့၌ စနစ်မကျသောကြောင့် ဆေးပစ္စည်း ရောင်းဝယ်ရေးဌာနမှ မဝယ်ယူဘဲ စိုက်ပျိုးသူတို့၏လက်တွင် ကျန်နေသော ပွေးကိုင်း အညံ့များ, ဝံမမှီသော ပွေးကိုင်းများ အများအစား ပင် ယာတောင်သူတို့သည် ပွေးကိုင်း သုံးသော နေရာများတွင် လျှော့နှုန်းဖြင့် ရောင်းကြ၏၊ စိုက်ပျိုးသောအခါ၌ မျိုးကောင်း မျိုးသန့် ပင် ဖြစ်လင့်ကစား ပွေးကိုင်း အညံ့များအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိသွားရ၏၊ မြန်မာပြည်ထွက် ပွေးကိုင်း ဟု ခေါ်ဝေါ် သုံးစွဲပြီးလျှင် မြန်မာပြည် ပွေးကိုင်းကို ပင်လျှင် နာမည်ပျက်စေရုံမက လူသားတို့အား

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ငွေးကိုင်း (တော)

သက္ကတ　　(ဘူမျာဝတကီ)

ဟိန္ဒီ　　(ချိန္ဒာတဓရာန္ဒာ)

လက်တင်　　Cassia abovata

ပုံသဏ္ဍာန်။　　။ငင်းတောပွေးကိုင်းသည် အမြဲ စိမ်းလန်းစိုပြေလျက် မြေတွင် ဖြန့်၍ အုပ်၍ ပေါက်တတ်၏၊ ၎င်းပင်အမြင့်သည် ၁-ပေမှ ၃-ပေအထိ မြင့်၏၊ ၎င်း၏ ပင်စည်ခက်မတို့သည် နူးညံ့၏၊ အစိမ်းဖြော့ရောင် ရှိ၏၊ အရွက်သည် ရှည်၍ ဝိုင်း၏၊ ၂-လက်မမှ ၄-လက်မအထိ ရှည်၏၊ အရောင်မှာ အစိမ်းပြော့ရောင် ရှိ၏၊ အမွေးနုများလည်း ရှိ၏၊ ၎င်းအပွင့်သည် အရွက်အောက်ငယ်၏၊ အသီးသည် လုံးလျက် (လ) ရေးကောက် သဏ္ဍာန် ကွေးညွတ်၍ နေ၏၊ ၎င်းအသီးတောင့်တွင် ၆-စေ့မှ ၁၂-စေ့အထိ အစေ့များ ရှိ၏၊ ၎င်းတောပွေးကိုင်းသည် ယခုသုံးစွဲနေသော ပွေးကိုင်းအယဉ် အောက် ယုတ်လျော့သော အစွမ်းသတ္တိ ရှိ၏။

---

[၆]

ဖရောင်းပင် (သစ်)

သက္ကတ　　तोय पिप्पली

ဟိန္ဒီ　　पहाड़ी शीशम　(ပဟာရီဆီဆာ,မ်)

လက်တင်　　Sapium sebiferum

ပုံသဏ္ဍာန်။　　။အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်သည်၊ အလုံးစုံသော အစိတ်အပိုင်းတို့သည် ချော မွတ်၍ တောက်ပသည်၊ အပွင့် ငယ်၍ ဝါသည်၊ အရွက်သည် ရှည်၏၊ မညီမညွတ် ရှိ၏၊ ၎င်းသည် ယင်းတိုက်မျိုး ဖြစ်သည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။စပ်၏၊ အရွက်ရည်ကို အရေပြားတို့ကို ပူစေရာ၌ သုံးရ၏၊ အဆုတ်ကို ကြီးစေ၏၊ အရေပြားရောဂါ, ပွေးနာ, နူနာ စသည်တို့၌ အသုံးပြုရသည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

မကောင်းသောကိုယ်ဝန်။ ။ပွေးကိုင်းကို ညောင်ဗုဒ္ဓဟေခေါက်နှင့် သောက်ခဲ့သော် မကောင်းသော ကိုယ်ဝန်သည် လျှောကျ၏။

အစာမကြေခြင်း။ ။ပွေးကိုင်းကို ချင်းချောက်ရေနှင့် သောက်ခဲ့သော် အစာမကြေခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ရေဖျဉ်း။ ။ပွေးကိုင်းကို ဇီးဖြူသီးရေနှင့် သောက်ခဲ့သော် နူနာရောဂါ နှင့် ရေဖျဉ်းရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ရင်ဘတ်အောင့်ခြင်း။ ။ပွေးကိုင်းကို သလဲသီးရည်နှင့် သောက်ခဲ့သော် ရင်ဘတ်တောင့်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

အဆိပ်။ ။ပွေးကိုင်းကို ဆိတ်နက် ဒိန်ချဉ်နှင့် သောက်ခဲ့သော် အဆိပ် ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဝမ်းပိုက်ရောင်ခြင်း။ ။ပွေးကိုင်းကို ဆိတ်ကျင်ငယ်ရည်နှင့် သောက်ခဲ့သော် ဝမ်းပိုက်ရောင်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ဆံပင်ဖြူခြင်း။ ။ပွေးကိုင်းကို ကြိတ်မှန်ရွက်ရည်နှင့် သောက်ခဲ့သော် ဆံပင်ဖြူခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ခေါင်းကိုက်ခြင်း။ ။ပွေးကိုင်းကို ကုလားအုပ် ကျင်ငယ်ရည်နှင့် သောက်ခဲ့သော် လေကြောင့် ခေါင်းကိုက်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

သည်းခြေဖောက်ပြန်ခြင်း။ ။ပွေးကိုင်းကို သကြားနှင့် ဆကူ သောက်ခဲ့သော် သည်းခြေ ဖောက်ပြန်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

မှတ်ချက်။ ။ပွေးကိုင်းသည် ရှေးအခါက မြန်မာပြည်တွင် စိုက်ပျိုးကြခြင်း မရှိသဖြင့် နိုင်ငံခြားမှ မှာယူတင်သွင်းရသောကြောင့် မှာယူရာ တိုင်းပြည်အနေဖြင့် အမျိုးအစား ကွဲပြားနေသည့်အတိုင်း ဖော်ပြပါအံ့။

ပွေးကိုင်းသည် (၂)မျိုး ရှိ၏၊ (၁) အာရပ် ပွေးကိုင်း နှင့် (၂) အိန္ဒိယပွေးကိုင်း ဟု (၂)မျိုး ရှိ၏၊ အာရပ်ပွေးကိုင်းမှာ ၁·လက်မသာသာမျှ ရှည်၏၊ အရင်းအဖျား ချွန်သည်၊ အိန္ဒိယပွေးကိုင်းသည် ရင်းချားတိုင်း ရှည်၏၊ ထိုနှစ်မျိုးတွင် အာရပ်ပွေးကိုင်းသည် အကောင်းဆုံး ဖြစ်၏၊ အိန္ဒိယပွေးကိုင်းသည် တခြားသော ဆေးရွက်များ ရောလျက် အတုပြုနိုင်၏၊ ပွေးကိုင်းသည် လူဘို့အား များစွာ အကျိုးပြုသော အပင်မျိုး ဖြစ်သဖြင့် ၎င်းနှင့် သက်ဆိုင်သမျှ အကြောင်းအရာတို့ကို ဆက်သက် ဖော်ပြလိုပါသေးသည်၊ ပွေးကိုင်းအစေ့ကိုဖြစ်စေ အရွက်သက်သက်ကိုဖြစ်စေ အသုံးပြုရ၏၊ အဆီထုတ်၍လည်း အသုံးပြုရသည်၊ ပွေးကိုင်း၌ ဘူးရှသော အနံ့တမျိုး ရှိသည်၊ ၎င်းအနံ့ ပျောက်ရန် မြန်မာဗိန္ဒောဆရာဘို့သည် မီး အနည်းငယ် သင်း၍ အသုံးပြုကြကုန်၏၊ လွှန်လျှင်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဩဇာဓာတ် ခန်းသွားသောကြောင့် ဓာတ်မသက်တော့ချေ၊ မြန်မာပြည်တွင် ရှေးကတောပွေးကိုင်း အရိုင်းများ သာ ရှိ၍ ဆေးတွင် လွန်စွာ အကျိုးမပြုသောကြောင့် နိုင်ငံခြားမှ မှာယူ တင်သွင်းရသဖြင့် သဘောကုန်ဆေး ပစ္စည်းတမျိုး ဖြစ်နေသည်၊ ယခုအခါ၌မူ အောင်မြင်စွာဖြင့် စိုက်ပျိုးရရှိနိုင်ပြီဖြစ်၍ သဘောပွေးကိုင်း ဟု မဆိုနိုင်တော့ချေ၊ အထူးသတိပြုရန်မှာ ပွေးကိုင်းသည် မြန်မာပြည်တွင် စိုက်၍ ဖြစ်ပြီး စိုက်ထားသော မျိုးသည်လည်း အထက်တန်းကျသော မျိုးပင် ဖြစ်သည်၊ သုံးစွဲရာ၌ အချို့ ပွေးကိုင်းသည် လိုသလို ဓာတ်သက်သည်၊ အချို့ ပွေးကိုင်းသည် ဓာတ်မသက်ဘဲ ဝမ်းဗိုက်ကယ်တင်းနေတတ်သည်၊ တမျိုးတည်း ပင် ဖြစ်လျက် ဤကဲ့သို့ အကျိုးသွား ကွဲပြားရခြင်းသည် ပွေးကိုင်းအဖြစ်သို့ ရောက်အောင် ထုတ်လုပ်မှု, ထားသိုမှု ကွာခြားခြင်းကြောင့် ဖြစ်သဖြင့် ကျွမ်းကျင်မှုဖြင့် စီမံ ကွပ်ကဲထားပြီး ထုတ်လုပ်သောဌာနမှ သုံးစွဲကြရန် မမေ့သင့်ကြပေ။

ပွေးကိုင်းကို ယူရာ၌ နုလွန်းလျှင်လည်း မကောင်းပေ၊ ၎င်းအရွက်မျိုးသည် တွန့်လိန့်နေတတ်သည်၊ ရင့်လွန်းလျှင်လည်း မကောင်းပေ၊ ရွက်ဝါ မှဲ့ပြောက် စသည် ပါလာတတ်၏၊ နေပူနှင့် တွေ့လွန်းလည်း မကောင်းပေ၊ ခူးပြီးသည့်နောက်တွင် နှင်း များစွာ တွေ့ပြီး အအေးနှင့် သေ့ခြောက်ရသော ပွေးကိုင်းသည်လည်း မကောင်းချေ၊ ထိုအဖြစ်မျိုးမှ လွတ်ကင်းသော (ဖိသားရသော) ပွေးကိုင်းမျိုးကို သာ အသုံးပြုရန် သင့်၏။

အထက် ဖော်ပြပါအတိုင်း ပွေးကိုင်းယူနည်း, ထားသိုနည်း, စီမံပြုလုပ်နည်းတို့နှင့် စနစ်တကျ ရရှိသော ပွေးကိုင်းသည် သာ လူသားတို့အား အပြည့်အဝ ၎င်း၏ စွမ်းရည်သတ္တိဂုဏ်ဖြင့် အကျိုးပြုနိုင်ပေသည်၊ တမျိုးမျိုး ချို့ယွင်းခဲ့သော် လိုအပ်သော အကျိုးသို့ ရောက်အောင် ပို့ဆောင်နိုင်မည် မဟုတ်ချေ၊ ဓာတ်မသက်ခြင်းမှ ဓာတ်သက်ပြီး နောက် လေမရခြင်း ဖြစ်ပြီးလျှင် ဝမ်းပိုက်တခုလုံး ကယ်တင်း၍ လာတတ်၏၊ လေသည် ချုပ်ကယ်နေသဖြင့် ဓာတ်မသက်စေရုံမက ဆီးကိုလည်း ချုပ်စေ၏၊ ချုပ်သောလေသည် အထက်သို့ အားပြုလာသောအခါ အန်လိုခြင်းများလည်း ဖြစ်လာတတ်၏၊ ဝမ်းမီးပျက်၏၊ ပျို့အန်ခြင်း စသော ဒုက္ခသာလည်း ဖြစ်လာတတ်၏၊ နှုတ်မမြိန်ခြင်း, စားသောက်မကောင်းခြင်းလည်း ကြုံလာတတ်၏၊ ထို့ကြောင့် စည်းစနစ် ကျနစွာ ထုတ်လုပ်ထားသော ပွေးကိုင်းကို ရအောင် သတိယှဉ်၍ ယူငင် အသုံးပြုရာ၏။

မြန်မာပြည်တွင် ယခုအခါ စိုက်ပျိုးရန် အစိုးရတို့ ရှာဖွေစုဆောင်းပေးသော မျိုးစေ့သည် မြန်မာပြည် ရာသီဥတုနှင့်လည်း ကိုက်ညီ မျိုးလည်း အကောင်းစားဖြစ်၍ လွန်စွာ အထက်တန်းကျသော ပွေးကိုင်း ဖြစ်လင့်ကစား ဖော်ပြခဲ့သော ယူငင်ချိန်, နေလှမ်းမှု, သိုမှီးမှု စသည်တို့၌ စနစ်မကျသောကြောင့် ဆေးပစ္စည်း ရောင်းဝယ်ရေးဌာနမှ မဝယ်ယူဘဲ စိုက်ပျိုးသူတို့၏လက်တွင် ကျန်နေသော ပွေးကိုင်း အညံ့များ, ဝံမှီသော ပွေးကိုင်းများ အများအစားပင် ယာတောင်သူတို့သည် ပွေးကိုင်း သုံးသော နေရာများတွင် လျှော့နှုန်းဖြင့် ရောင်းကြ၏၊ စိုက်ပျိုးသောအခါ၌ မျိုးကောင်း မျိုးသန့်ပင် ဖြစ်လင့်ကစား ပွေးကိုင်း အညံ့များအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိသွားရ၏၊ မြန်မာပြည်ထွက် ပွေးကိုင်း ဟု ခေါ်ဝေါ်သုံးစွဲပြီးလျှင် မြန်မာပြည် ပွေးကိုင်းကို ပင်လျှင် နာမည်ပျက်စေရုံမက လူသားတို့အား

များစွာ ဆိုးကျိုးကို ပေးနိုင်သဖြင့် ထိုစံမမှီသော ပွေးကိုင်းကို အထူး ရှောင်ကြဉ်ရာ၏၊ ထိုသူများကို အားမပေးကြရန် အထူး သတိပြုရာ၏။

ပွေးကိုင်းတွင် ပဥ္စဘုတ်နည်းအားဖြင့် ဝါယောဓာတ် ကိန်းအောင်းနေသည်၊ ၎င်းသည် ဓာတ်ကို သက်စေပြီးနောက် (သို့မဟုတ်) ဓာတ်ကို သက်စေခါနီးတွင် ရစ်နာစေတတ်သည်၊ ၎င်းတို့ကို ပျောက်ရန် မြန်မာ ဗိန္ဒောဆရာတို့သည် မီးသင်း၍ အသုံးပြုကြကုန်၏၊ ၎င်းရစ်နာသည်ကို ဖြေနိုင်ရန် ထန်းလျက်ပြုတ်ရေ ပူပူကို သောက်ပေးရာ၏၊ မိမိ နေရာဌာန မြေကွက်လပ်တွင် စိုက်ထားပါက အပွင့်လည်း လှပ၍ ကြက်သရေလည်း ရှိပေ၏၊ မည်သည့် ဆေးဘက်ကိုမျှ မရစေကာမူ အညောင်းပူ၊ ဆီးပူ၊ ခြေပူ၊ အခိုးပူ၊ အပုတ်အခိုးကို နှိမ်ရန် ဝမ်းနုတ်ဆေးအဖြစ်နှင့် သုံးလိုသော် နို့ လဘက်ရည် ပုဂံတလုံးတွင် ပွေးကိုင်းပြုတ်ရည်ကျကျတဇွန်း သို့မဟုတ် အခြေအနေကိုကြည့်၍ ရောစပ်မွှေနှောက်ပြီး သောက်ခဲ့သော် သောက်၍လည်းကောင်း၊ မလိုအပ်သော ဒေါသ မလ များကိုလည်း ထုတ်ပယ်ပေးနိုင်၏၊ ၎င်းကို (ခီရဝိရေစန) နို့ ဝမ်းနုတ်ဆေး ဟု ခေါ်ကြ၏၊ သို့ဖြစ်၍ အလှအပ အနေနှင့်လည်း သင့်၊ ကျန်းမာရေးကိုလည်း အကျိုးပြု၊ တိုးချဲ့စိုက်ပျိုးခဲ့သော် စီးပွားရေးလည်း ဖြစ်ထွန်းနိုင်သဖြင့် များစွာ စိုက်သင့်သော အသက်သခင် ကျေးဇူးရှင်ပင် ဖြစ်တော့သည်။

—

ပွေးကိုင်း (ဘုံဘိုင်)

သက္ကတ မာर्कण्डिका

ဟိန္ဒီ [illegible] (ဘူဏ္ဍ-ခါစသား)

လက်တင် Cassia Angustifolia

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ချုပ်ခြင်းကို ကင်းဝေးစေတတ်၏၊ ဆာလောင်ခြင်းကို ဖြစ်စေ၏၊ ဝမ်းပိုက်အောင့်ခြင်း၊ အသဲရောဂါ၊ အဖျဉ်းကြီးခြင်း၊ သည်းခြေချဉ်ပြန်၊ အစာမကြေ၊ ဝါသင့်နာ၊ နူနာ၊ အဆိပ်၊ ချောင်းဆိုး၊ အသက်ရှုရာ၌ အနံ့မကောင်းခြင်း၊ မြင်းဖုအစိုနာတို့၌ ကောင်း၏။

—

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ငွေးကိုင်း (တော)

သက္ကတ (ဘူမျာဝတကီ)

ဟိန္ဒီ (ချိန္ဒာတရောန္ဒာ)

လက်တင် Cassia abovata

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းတောငွေးကိုင်းသည် အမြဲ စိမ်းလန်းစိုပြေလျက် မြေတွင် ဖြန့်၍ အုပ်၍ ပေါက်တတ်၏၊ ၎င်းပင်အမြင့်သည် ၁-ပေမှ ၃-ပေအထိ မြင့်၏၊ ၎င်း၏ ပင်စည်ခက်မတို့သည် နူးညံ့၏၊ အစိမ်းဖြော့ရောင် ရှိ၏၊ အရွက်သည် ရှည်၍ ဝိုင်း၏၊ ၂-လက်မမှ ၄-လက်မအထိ ရှည်၏၊ အရောင်မှာ အစိမ်းပြော့ရောင် ရှိ၏၊ အမွေးနုများလည်း ရှိ၏၊ ၎င်းအပွင့်သည် အရွက်အောက်ငယ်၏၊ အသီးသည် လုံးလျက် (လ) ရေးကောက် သဏ္ဌာန် ကွေးညွတ်၍ နေ၏၊ ၎င်းအသီးတောင့်တွင် ၆-စေ့မှ ၁၂-စေ့အထိ အစေ့များ ရှိ၏၊ ၎င်းတောငွေးကိုင်းသည် ယခုသုံးစွဲနေသော ငွေးကိုင်းအယဉ် အောက် ယုတ်လျော့သော အစွမ်းသတ္တိ ရှိ၏။

---

[၆]

ဖရောင်းပင် (သစ်)

သက္ကတ तोय पिप्पली

ဟိန္ဒီ पहाड़ी शीशम (ပဟာရိဆိဆာ,မ်)

လက်တင် Sapium sebiferum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်သည်၊ အလုံးစုံသော အစိတ်အပိုင်းတို့သည် ချောမွတ်၍ တောက်ပသည်၊ အပွင့် ငယ်၍ ဝါသည်၊ အရွက်သည် ရှည်၏၊ မညီမညွတ် ရှိ၏၊ ၎င်းသည် ယင်းတိုက်မျိုး ဖြစ်သည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။စပ်၏၊ အရွက်ရည်ကို အရေပြားတို့ကို ပူစေရာ၌ သုံးရ၏၊ အဆုတ်ကို ကြီးစေ၏၊ အရေပြားရောဂါ, ငွေးနာ, နူနာ စသည်တို့၌ အသုံးပြုရသည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဖရဲသီး (အချို)

သက္ကတ कालिन्द

ဟိန္ဒီ तरबूज (တရ်-ဗူဇ်)

လက်တင် Citrullus Vulgaris

ပုံသဏ္ဌာန်။။ ။ငင်းသည် နွယ်မျိုး ဖြစ်သည်၊ အရွက် ဂ-လက်မမျှ ရှိ၏၊ အပွင့် ဝါ၏၊ အရွက် စသည်တို့၌ အမွေးနုများ ရှိသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အများအားဖြင့် အသီးကို အသုံးပြုရသည်၊ ချို၏၊ အေး၏၊ အစိမ်းသည် အားကို ဖြစ်စေ၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ ဝဖြိုးစေ၏၊ မလ တို့ကို ချုပ်စေ၏၊ သလိပ်ကို ပြုတတ်၏၊ သုက်ကို ပျက်စီးစေ၏၊ မျက်စိကို ကြည်လင်စေ၏၊ အမှည့်သည် သည်းခြေကို ဖြစ်စေ၏၊ အစေ့ဆံသည် ခွန်အားကို ဖြစ်စေ၏၊ နှုတ်ကို မြိန်စေ၏၊ ဓာတ်တို့ကို ပွားစေ၏၊ အရွက်သည် ခါး၏၊ သွေးတို့ကို ပွားစေ၏၊ အစိမ်းသည် သည်းခြေကို ငြိမ်းစေ၏၊ အမှည့်သည် သလိပ် သည်းခြေဒေါသကို ငြိမ်းစေ၏၊ မျက်စိနှင့် စပ်သောရောဂါ၊ ရေငတ်ခြင်း၊ ယားယံသောရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ဖရဲသီး (အခါး)

သက္ကတ महेन्द्र वारुणी

ဟိန္ဒီ बड़ी इन्द्रायन (ဗရီးဣန္ဒြာယ,န်)

လက်တင် Citrullus Colucynthis

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နွယ်မျိုး ဖြစ်သည်၊ နွယ်များကို ဖြတ်တောက် ဖျက်ဆီးသော်လည်း အမြစ်ကား မသေ၊ အဖိုအမ နှစ်မျိုး ရှိရာ အဖိုသည် အဆုတ်လိုက် ပွင့်၍ အမသည် တခုစီ တခုစီသာ ပွင့်၏၊ အသီးသည် ဖရဲသီးကဲ့သို့ ဝိုင်း၏၊ အသီးနုမှာ အရောင်စိမ်း၍ ရင့်လျှင် ငင်းအသီးပေါ်တွင် ဖြူသော အရေးကြောင်းများ ရှိ၏၊ ငင်းသည် ပဋ္ဌေါးပါး ခါးသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အများအားဖြင့် အသီး အမြစ်ကို အသုံးပြု၏၊ ခါး၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ဆီးဝမ်း ရှင်စေ၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ သည်းခြေ သလိပ်ကို နိုင်၏၊ ကိုယ်ရေဝါ၊ အဖျဉ်း၊ ဝမ်းပိုက်၊ ပန်းနာ၊ ချောင်းဆိုး၊ နူနာ၊ ဂူလုံး၊ မြင်းဖု၊ အနာပေါက်၊ တုလာသရော၊ မကောင်းသောကိုယ်ဝန်၊ အစာမကြေရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

နို့ အုံရောင်ခြင်း။ ။၎င်းအမြစ်ကို သွေး၍ လိမ်းပေးသော် (သို့မဟုတ်) အမြစ်ကို ကြိတ်၍ အုံပေးသော် မိန်းမများ နို့အုံ ရောင်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ဆီးချုပ်ရောဂါ။ ။ဖရဲခါးအသီး နှင့် သနတ္တော်စေးကို သင့်ရုံ ဖက်စပ်၍ ပေးမူ ဆီးချုပ်, ဆီးအောင့်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

မီးဖွားခြင်းလွယ်ကူရန်။ ။၎င်းဖရဲခါးမြစ်ကို သွေး၍ နွားနို့ ထောပတ်နှင့် ရောပြီး လျှင် ယောနိတွင် လိမ်းပေးပါက အလွန် ခက်ခဲစွာ မွေးဖွားရသော မိန်းမသည် လွယ်ကူစွာ မီးဖွားနိုင်သည်။

သွားပိုးကိုက်ရောဂါ။ ။ဖရဲခါးသီးကို အခြောက်လှမ်းပြီး သင့်တော်ရာဖြင့် အခိုး ပြု၍ ပါးစပ် (ဟ) ကာ မှိုင်းခံမူ သွားကို ဖျက်ဆီးသောပိုးများ ပျက်စီး၍ သွားနာ သွားကိုက် ပျောက်ကင်း၏။

ဖရုံသီး (ကျောက်)

သက္ကတ श्वेतकुष्मांड

ဟိန္ဒီ पेठा (ပေဌာ)

လက်တင် Benincasa Cerifera

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။လူသိများ၏၊ ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။သုက်ကို ပွားစေ၏၊ ဝဖြိုး၏၊ ဆီးအိမ် စင်ကြယ်၏၊ အားဖြစ်စေ၏၊ နှလုံးကို အကျိုးပြု၏၊ ဆီးချုပ်ခြင်း, အောင့်ခြင်း, ကျောက်တည်ခြင်း, ရေငတ်ခြင်း, နှုတ်မမြိန်ခြင်း, လေ နှင့် သည်းခြေ ဖောက်ပြန်ခြင်း စသည်တို့ကို နိုင်နင်း၏၊ အသီးစိမ်းသည် အထူးသဖြင့် အေး၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို ဖြစ်စေ၏၊ အသီးမှည့်သည် အနည်းငယ်မျှ အေး၏၊ ဝမ်းမီးတောက်၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ နှုတ်မြိန်စေ၏၊ ဆီးအိမ် စင်ကြယ်စေ၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို နိုင်၏၊ ရှင်လန်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ချောင်းဆိုး နှင့် ပန်းနာရင်ကျပ်။ ။၎င်းအမြစ်မှုန့်ကို ရေနွေးနှင့် အနည်းငယ် လျက်ပေးပါက ကြောက်ဖွယ်ကောင်းသော ချောင်းဆိုးရောဂါ နှင့် ပန်းနာရင်ကျပ်ရောဂါ ပျောက်ကင်းသည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ကာလဝမ်း။ ။ကျောက်ဖရုံပင် ၆-ပဲသားကို ကြိတ်၍ စားမူ ကာလဝမ်းရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ပိုးရောဂါ, သန်ရောဂါ။ ။၎င်းဖရုံအစေ့ ၆-ပဲသားကို နှမ်းဆီနှင့်ရော၍ သောက်ပြီးနောက် အဘန်ကြာသောအခါ နူးညံ့သော ဝမ်းနုတ်ဆေးကို သောက်က ဝမ်းတွင်း၌ ပိုးများ, သန်များ ကျဆင်း ကုန်၏။

သွေးယိုစီးခြင်း။ ။ကျောက်ဖရုံသီး၏ သတ္တုရည်ကို ၁-ကျပ် ဂ-ပဲသားမျှ သောက်ပါက သွေးယိုစီးသော ရောဂါများ ပျောက်ကင်းချမ်းသာ၏။

ဆီးအောင့် ကျောက်တည် ရောဂါ။ ။ကျောက်ဖရုံ အရည် ၃-ကျပ်သားတွင် ရှိန်းခိုနှင့် ဂျုံပြာဆား ၎င်းမရမူ ဇဝက်သာ လက်သစ်ကို အနည်းငယ်မျှ ရော၍ သောက်ပါ၊ ဆီးအောင့်ခြင်း, ကျောက်တည်ခြင်း, ဆီးအိမ် စီပေါင်း နာကျင်ခြင်း စသော ရောဂါများ ပျောက်ကင်းသည်။

ဖရုံခါး။ ။ဖရုံသီးသည် ချက်ပြုတ် စားသောက်ရန် ဟင်းစား အနေဖြင့် လူတကာသိကြပြီး ဖြစ်၏၊ ဆေးသုံး အနေဖြင့်ကား သိင်္ဂခရသံဟိတာ, ဘေသဇ္ဇမဉ္ဇူသာ, စရကသံဟိတာ စသော ကုထုံးကျမ်းကြီးများ၌ များစွာ ဖော်ပြထားသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ဤ၌ဖော်ပြအပ်သော ကျောက်ဖရုံသည် ဖရုံချို ဖြစ်၏၊ ထိုဖရုံချိုမျိုးမှ သီးသန့် ထွန်းလာသော ဖရုံခါးမျိုး ရှိ၏၊ သခွားများ ထွန်းပြီး ခါးလာသကဲ့သို့တည်း၊ ထိုသို့ ထွန်းပြီး ခါးသော ဖရုံခါးမှ တပါး အမျိုးအားဖြင့် ခါးသော ဖရုံခါးတမျိုး ရှိသေး၏၊ ၎င်းသည် အကြီးမျိုး အသေးမျိုး နှစ်မျိုး ရှိသည်၊ အသေးမျိုးသည် ပို၍ ခါးသည်၊ ဆေးဘက်များစွာ ဝင်၏၊ အလွန် ကုစားရန် ခက်သော ဝါတရက် ရောဂါ ခေါ် သွေးလွန်လေလွန် ရောဂါတို့၌ များစွာ အသုံးပြုကြ၏၊ အဆစ်ရောင် ရောဂါ, အဆစ်ကိုက် ရောဂါ, ကြိုတင်၍ သွေးခန်းချုပ်ပြီးလျှင် သွေးကျိတ် လေကျိတ် ရောဂါများ၌ များစွာ အကျိုးပြု၏၊ အခြားသော ယှဉ်ဘက်ဆေးတို့နှင့် အသုံးပြုခဲ့သော် များစွာ အကျိုးပြုသည်ကို တွေ့ရ၏၊ အချိန်မရွေး ၎င်းအသီးကို မရနိုင်သဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် ထိုဖရုံခါးကို ရသောအချိန်၌ အခြောက်လှမ်းထားပြီးလျှင် ထိုအခြောက်မှုန့်ကို ထည့်သွင်းပြီး အကြိမ်ပေါင်းများစွာ အသုံးပြုခဲ့ဘူးပါပြီ၊ ခါးသည် ဖြစ်၍ မည်သူမျှ မသုံးသော အလေ့ပေါက်ပင်သည် "သိသူဖော်စား" ဟူသော ဗိန္ဒော ဆရာမြတ်တို့၏ ဆောင်ပုဒ်အတိုင်း လူသားတို့အား သူ့ကဏ္ဍနှင့်သူ များစွာ အကျိုးပြုပါသဖြင့် ဗယခေဆး ပစ္စည်းတို့၏ အကျိုးအာနိသင် ဂုဏ်အင် သတ္တိကို သိအောင် ကြိုးစားရာသည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)

ဖရုံသီး (ရွှေ)

သက္ကတ कुष्माण्डी

ဟိန္ဒီ काशीफल (ကိုရှိုလာ)

လက်တင် Cucurbita maxima

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နွယ်ပင်မျိုး ဖြစ်သည်၊ အရွက်မှာ ကျောက်ဖရုံရွက်နှင့် တူသော်လည်း ညိုရောင်သန်း၍ စိမ်း၏၊ အရွက်ကြီး၏၊ အမွေး ကြမ်း၏၊ အပွင့်သည် ခေါင်းလောင်းပုံ ပွင့်၍ ဝါ၏၊ အသီးဝိုင်း၍ ကြီး၏၊ သို့ရာတွင် လုံးရှည်လည်း ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အများအားဖြင့် အသီးကို အသုံးပြုရ၏၊ အစိမ်းသည် ချုပ်၏၊ အေး၏၊ သွေးအံ သွေးလျှ ရောဂါကို ဖျက်ဆီးတတ်၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ အမှည့်သည် လျှာဖြင့် သိနိုင်ခဲသော ခါးသော အရသာ နှင့် ငံပြပြ အရသာ တမျိုး ပါ၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ လေ နှင့် သလိပ် ဒေါသကို ဖျက်ဆီး၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ကိုယ်ရေဝါ ရောဂါ။ ။ရွှေဖရုံသီး အပွင့်သွာ မပြုတ်သော အသီးနုကို ဂျုံမှုန့် နှင့် ကျပ်ကျပ် နယ်၍ ထွက်လာသော အရည်ကို မျက်စဉ်း ခပ်၍ ခပ်၍ ပေးပါက ကိုယ်ရေဝါ (ကမလာ) ရောဂါ ပျောက်ကင်း ချမ်းသာ၏၊

ဥကျောက်ခြောက် ရောဂါ။ ။ရွှေဖရုံသီး နှင့် မန်းကျည်းသီး သကြား ခဲ များ ကို ရော၍ မွှေပြီးလျှင် အဝတ်နှင့် စစ်၍ ၎င်းအရည်ကို သင့်သလို သောက်ခဲ့သော် စိတ်ပျံ့လွင့်ခြင်း, ခေါင်းကိုက်ခြင်း နှင့် ဥကျောက်ခြောက်သောရောဂါများ ပျောက်ကင်း ချမ်းသာသည်။

ပြည်တုလာ သရောနာ။ ။ရွှေဖရုံသီး အခွံခြောက်ကို အမှုန့်ပြု၍ စားမူ ပြည်တုလာ သရောနာမှ သွေးပါခြင်း, အူတွင်းမှ သွေးယိုစီးခြင်းများ ပျောက်ကင်းသည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဖလံတောင်ဝှေး

သက္ကတ केमुक
ဟိန္ဒီ केऊ (ကေဝူ)
လက်တင် Costus speciosus

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းသည် ပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ မိုးဥတုတွင် များစွာ ပေါက်သည်၊ တတောင်မှ သုံးတောင် စသည် မြင့်၏၊ အရွက် ရှည်ဝိုင်း၍ အမွေးနု ရှိသည်၊ ရိုးတန်မှ စီတန်း၍ ထပ်ဆင့် ဆင့်၍ ထွက်သည်၊ အပွင့်မှာ အုံပြူလျက် ပွင့်ဖြူများ၊ အနီရောင်ရောသော အရောင်များနှင့် ပွင့်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခါး၊ဖပ်၏၊ သတ္တိ အေး၏၊ ဝိပါကဥ် စပ်၏၊ ကြေကျက် စေ၏၊ ချုပ်၏၊ ဝမ်းမီး တောက်စေ၏၊ နှလုံးကို အကျိုးပြု၏၊ သလိပ်, သည်းခြေ, အဖျား, နူနာ, ချောင်းဆိုး, တုလာသရောနာ, သွေးနှင့် စပ်သော ရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ဖလံ (နွယ်)

သက္ကတ अश्मन्तक
ဟိန္ဒီ झिंझरी (ဈိံဈေရီ)
လက်တင် Bauhinia Vahlli

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။နွယ်ပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အခွံကြမ်း၏၊ အနီရောင်, ဗာဒံရောင်, အမဲရောင် ရှိ၏၊ နူးညံ့သော အစိတ်အပိုင်းများ၌ အမွေးများ ရှိ၏၊ အရွက်ကွဲ၍ ၂- ၃ လက်မခွဲထိ ရှည်၏၊ အရွက်ညှာတန်သည် ၃-လက်မမှ ၆ လက်မ အထိ ရှိ၏၊ အပွင့်သည် ၁-လက်မခွဲမှ ၂-လက်မခွဲ ခန့် ရှိ၏၊ အသီးတောင့် အလျား ၉-လက်မမှ ၁၂-လက်မအထိ ရှည်၏၊ ၂-လက်မမှ ၃-လက်မမျှ အနံ ရှိ၏၊ အသီးတောင့် ပြား၏၊ အစေ့ ၆ - လက်မမှ ၁၂ - လက်မ အထိ ရှိတတ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အစေ့သည် ဝဖြိုး စေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ အရွက်သည် ငြိမ်သက်ခြင်းကို ပြုတတ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဖလံပင်

ဟိန္ဒီ   झखूर   (ဈူလူ-ရိ)

လက်တင်   Bauhinia Racemosa

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းဖလံသည် စွယ်တော်မျိုး ဖြစ်၏၊ သို့သော် ပင်စည် ကောက်ကောက် ကွေ့ကွေ့ ရှိ၏၊ အကိုင်း အခက်များ မြေသို့ ညွတ်ကိုင်းလျက် နေတတ်၏၊ အရွက်မှာ စွယ်တော်များအောက် သေးငယ်သည်၊ အရွက်သည်လည်း အလျားထက် အနံက ကျယ်၏၊ အလျား ၁-လက်မမှ ၂-လက်မ ရှိ၍ ၁-လက်မ သာသာမှ ၂-လက်မခွဲသာသာ ရှိ၏၊ အရွက်၏ ကြောဘက်၌ မွေးနု အဖြူများ ရှိ၏၊ ပွင့်ဖူးထိပ် ချွန်၏၊ အပွင့်ဝါရောင် အနည်းငယ် သန်း၍ ဖြူရောင်ပွင့်၏၊ အသီးတောင့် ပြား၏၊ အလျား ၆-လက်မမှ ၁၀ လက်မ ရှိ၏၊ အနံ ၁-လက်မမှ ၁-နှစ်ပိုင်းတပိုင်း လက်မ ရှိ၏၊ အစေ့မှာ ၁၂-စေ့မှ ၂၀-စေ့အထိ ပါ၏၊ ၎င်းအပင်မှာလည်း ဆေးဘက်ဝင် အစေးတမျိုး ထွက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဥ္စငါးပါးကို အသုံးပြုရ၏၊ ဖန် ချို၏၊ အေး၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ သလိပ် သည်းခြေကို နိုင်၏၊ ပိုးရောဂါ, အသဲရောဂါ, တုလာသရော, ပူခြင်း, ရေငတ်ခြင်း, တွေဝေခြင်း, ဝိသမဖျား, စတုတ္ထကအဖျား, ဘုတ်ဖမ်းစားခြင်း, ကျောက်တည်, နူနာ, ဝစ္စမဂ်ရောဂါ, ကျုပ်တီးနာ, အနာပေါက်, လည်ချောင်းရောဂါ, သွေးဖောက်ပြန်, အဆိပ်, ပမ်းသက်, သည်းခြေကြောင့် ဖြစ်သော ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

အသီးသီး အသုံးပြုပုံ။ ။အခေါက် နှင့် အရွက်သည် ချို ဖန်သည်၊ အဖျားပျောက်စေ၏၊ တွန့်ရှုံ့စေတတ်၏၊ ပိုးကို သတ်တတ်၏၊ သည်းခြေကို ပယ်တတ်၏၊ ဆီး နှင့် စပ်သော ရောဂါများ, ဂရင်ဂျီရောဂါ, ခယရုဂ်ကြောင့် ဖြစ်သော အဖု အကျိတ်များ, အရေပြားရောဂါ, လည်ပင်း နာကျင်ခြင်း, မြင်းဖု အစိုနာ, အသဲရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ အသီးသည် ချို ဖန်၏၊ အဖျား, ရေငတ်ရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ တွန့်ရှုံ့စေတတ်၏။

ဖလူးတောင်ဝှေး

မီးမလောင်ပန်းကို ရှုပါ။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဖာလာ (ကြီး)

သက္ကတ एला

ဟိန္ဒီ बड़ी इलायची (မရိုးဇလာ,ယ်ကျီ)

လက်တင် Amomum subulatum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဖာလာကြီးပင်သည် ၂-တောင် ၃-တောင်ခန့် မြင့်သည်၊ အသီး ၃-မြှောင့် ရှိ၏၊ လက်မဝက်ခန့် ရှည်၏၊ အစေ့မှာ ဖာလာငယ်ထက် ကြီး၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အစေ့ကို အသုံးပြုရ၏၊ ချို၏၊ အေး၏၊ ဝိပါက၌ ချို၏၊ မွှေးကြိုင်၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ နှလုံး နှင့် အသည်းတို့ အားပေး၏၊ ဆာလောင်ခြင်းကို တိုးပွားစေ၏၊ အူတို့ကို တွန့်ရှုံ့စေ၏၊ ဒေါသ သုံးပါးကို နိုင်၏၊ အကျွေပ မည်သော လေရောဂါ, ဝမ်းမီးနုံ့, ရေငတ်, ပျို့အန်, ယားယံ, ဝမ်းပိုက်ရောဂါ, ဝစ္စမဂ် နာကျင်ခြင်း, သည်းခြေနှင့် စပ်သော ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ဖာလာ (ငယ်)

သက္ကတ रूण

ဟိန္ဒီ छोटा इलायची (ချိုဒိုဇလာယ်ကျီ)

လက်တင် Elettaria Cardamomum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အမြဲ စိမ်းလန်း နေသော အပင် ဖြစ်သည်၊ ချင်းပင်နှင့် တူသည်၊ ၄-၅-ပေထိ မြင့်သည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အစေ့ကို အသုံးပြုရသည်၊ ခါး၏၊ အေး၏၊ ဝိပါက၌စပ်၏၊ ထက်မြက်၏၊ မွှေး၏၊ သည်းခြေ ဒေါသကို ဖြစ်စေ၏၊ ဦးခေါင်းကို စင်ကြယ်စေ၏၊ ကိုယ်ပန်ကို ဖျက်ဆီးတတ်၏၊ လေကို နိုင်၏၊ ချောင်းဆိုး, ပန်းနာ, မြင်းသရိုက်, ခယရုဂ်, လည်ချောင်းနာ, ကျောက်တည် စသော, ဆီးအိမ်၌ ဖြစ်သော ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ခေါင်းကိုက်ရောဂါ။ ။ဖာလာငယ်စေ့ကို တပဲသားမျှ ည နံနက် အချိန်မှန် စားက ပျောက်ကင်း၏။

ဆီးပူရောဂါ။ ။ဖာလာငယ်စေ့ကို လှော်၍ မုတ္တကျီးစေးနှင့် စားမူ ဆီးပူရောဂါ ပျောက်၏။

နှလုံးရောဂါ။ ။ဖာလာငယ်စေ့ နှင့် ပိတ်ချင်းမြစ်တို့ကို အမှုန့်ပြု၍ ထောပတ်နှင့် ရော၍ လျက်ပါက နှလုံးရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဖာလာနဖိတ်

အင်္ဂလိပ် Aspecies of Cardamom Plant

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဒေါသ သုံးပါးကြောင့် ဖြစ်သော အလွန် အေးခြင်း, အလွန် ပူခြင်း, ပျို့အန်ခြင်း, လေအားကြီးခြင်း, သွေးငုတ်ခြင်း, အစာမကြေခြင်း, ချေးမထွက်ခြင်း, ရေငတ်ခြင်း, အဘိဉာဏ်ဖျား, ကြို့ထိုးခြင်း, ချောင်းဆိုးခြင်း, အိပ်မပျော်ခြင်း, နူနာရောဂါ တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မှတ်ချက်။ ။နိဃဏ္ဍုကျမ်းကြီးတို့၌ ဖော်ပြထာ သည့်အတိုင်း ဖာလာကြီး ဖာလာငယ် နှစ်မျိုးကို တွေ့ရ၏၊ ဤကား စာဝင်, ပေဝင်, နိဃဏ္ဍု ကျမ်းဝင်, ဖာလာ နှစ်မျိုး ဖြစ်သည်၊ မှန်၏၊ ဆေးကျမ်းတို့၌ ဖာလာနှစ်မျိုး ဟု ထည့်ရန် ဖော်ပြခဲ့သော် ယင်းဖာလာ နှစ်မျိုးကိုသာ ထည့်ရ၏၊ ထည့်သောအခါ၌ အတွင်းရှိ အစေ့ကိုသာ ယူ၍ ထည့်ရ၏၊ အခွံများထည့်၍ မသုံးရာ၊ သတိပြုရန် အချက်မှာ ဖာလာကြီးမျိုးတွင် တရုပ်ပြည်မှ လာသော တရုပ်ဖာလာ ဟု မြန်မာဗိန္ဓောဆရာတို့ ခေါ်ဝေါ်ကြသော ဖာလာကြီး တမျိုးရှိသည်၊ ၎င်းသည်လည်း ကြီးထွား၏၊ ရှည်မြောမြော လုံး၏၊ ဖာလာကြီးထက် များစွာကြီး၍ ရှည်သည်၊ ရိုးရိုးဖာလာကြီးထက် ပို၍ စပ်၏၊ မီးမကင်ဆေး စသော ဆေးတို့၌ များစွာ အသုံးပြုရ၏၊ သွေးအေးသော အနာ, သွေးပွားသော အနာ, အသား အေးသော အနာ, သွေးဖောရောဂါ, မီးမရသော မီးရပ်ရောဂါ အစိုအပွ နှင့် ချမ်းဖျား, တုန်ဖျား, ငှက်ဖျားတို့၌ များစွာ အသုံးဝင်၏၊ ဖော်ပြပါ ဖာလာကြီးငယ်မှ တပါး မြန်မာဗိန္ဓောဆရာတို့သည် အောက်ပါအတိုင်း မြန်မာပြည်၌ နာမည်တပ်၍ အသုံးပြုကြသည်ကို တွေ့ရ၏။

၁။ **ဖာလာဝတီ။** ။၎င်းသည် အသီးတောင့်ပြား၍ ရှည်သည်၊ အရသာ ပူ၏၊ နာဆေး အဖြစ် အသုံးများကြသည်။

၂။ **ဖာလာနဖိတ်။** ။၎င်းသည် အစေ့ပြား၍ ပါးပါး ရှိသည်၊ ရှေး သမားတော်များသည် လေးညှင်းကဲ စသော ပူ စပ် ခါး ဆေးများနှင့် သွက်ချာပါဒဆေးများ တွင် အသုံးပြုသည်ကို တွေ့ရသည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)

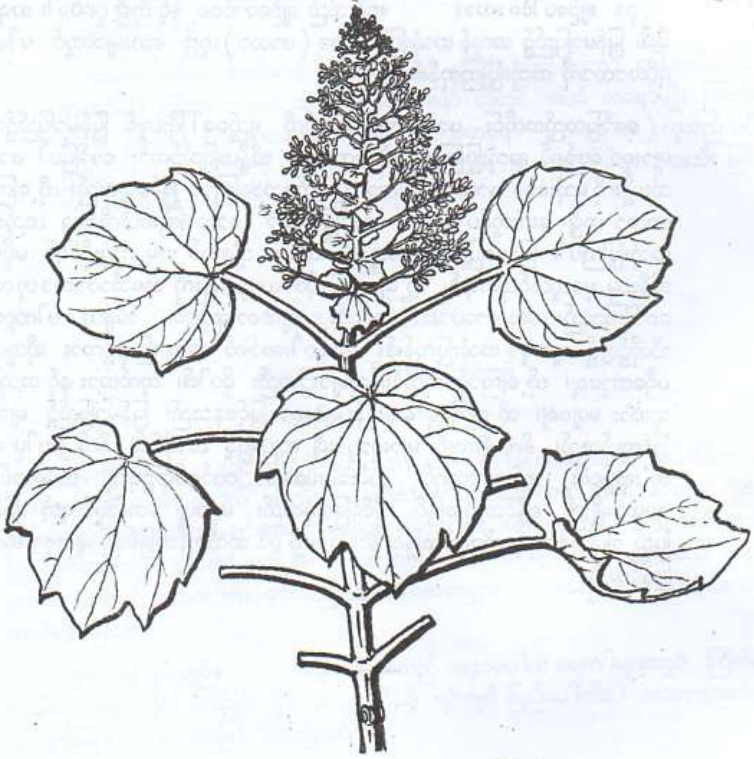
၃။ **ချဉ်ပေါင်ဖာလာ**။ ။ငင်းသည် ချဉ်ပေါင်စေ့ နှင့် တူ၍ ပူစပ်ခါး အရသာ ရှိ၏၊ မြန်မာပြည်၌ အလွန် အသုံးပြုကြသော (ဖာလာ) ဟူ၍ ဆေးများတွင် ပါပါက ၎င်းဖာလာကို အသုံးပြုကြကုန်၏။

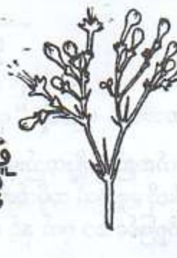
ဖော်ပြသည့်အတိုင်း ဖာလာတို့၏ အမည်ကို မှည့်ခေါ်ပြီးလျှင် မြန်မာပြည်၌ကား များစွာ ဖော်စပ် အသုံးပြုကြသည်ကို တွေ့ရ၏၊ အိန္ဒိယပြည်၌ကား ဖော်ပြပါ ဖာလာ သုံးမျိုးကို မသုံးချေ၊ ဖာလာအစစ်ကား မဟုတ်သောကြောင့် ဖြစ်ချေသည်၊ ထို့ကြောင့် ဖာလာ ဟူ၍ ဆေးတွင်ပါခဲ့သော် ဖော်ပြခဲ့သော ဖာလာကြီးငယ်ကိုသာ ထည့်သွင်း အသုံးပြုကြပါ၊ မြန်မာပြည်၌ များစွာရှိပါသည်၊ သို့သော် အများသုံးနိုင်ရန် မရှိချေ၊ အိန္ဒိယမှ မှာယူတင်သွင်းရ၏၊ ထို့ကြောင့် ထိုဖာလာနှစ်မျိုးကို သဘော်ဖာလာ ဟုလည်း ခေါ်ကြသည်၊ မဆလာဖော်စပ်ရာတွင်၎င်း, ချက်စားရာ၌၎င်း, အိန္ဒိယ, ပါကစ္စတန်, သီဟိုဠ်တို့၌ များစွာ အသုံးပြုကုန်၏၊ ဆေးဝါးဖော်စပ် အသုံးပြုရာ၌ကား ဆိုဘွယ်ရာ မရှိတော့ချေ၊ ထို့ကြောင့် ထိုတိုင်းပြည်များ၌လည်း ရှိပါ၏၊ ထွက်အား နှင့် အသုံးပြုသူအား မမျှချေ၊ ထို့ကြောင့် ဈေးနှုန်းများစွာ မြင့်နေသည်၊ မြန်မာပြည်၌ များစွာ ဖြစ်လွယ်သည်၊ စိုက်ပျိုးလျှင် များစွာပွား၍ ကျယ်ပြန့် လာနိုင်၏၊ စိုက်ပျိုးပါမူ ဆေး သုံးရာ၌၎င်း, ဟင်းချက်ရာ၎င်း, ဟင်းမွှေးမဆလာ ဖော်စပ်ရာ၌၎င်း, အကောင်းဆုံး ဖာလာမျိုးကို ရနိုင်သည့်အပြင် နိုင်ငံခြားမှလည်း မမှာယူ မတင်သွင်းရဘဲ မြန်မာ ပြည် မြေသြဇာ နှင့် ကိုက်ညီသဖြင့် နိုင်ငံခြားသို့ ပင် ထုတ်ကုန်အဖြစ်နှင့် များစွာ အကျိုး ပြုနိုင်သည်။

ဖွားဘက်

ပုံပြ ဆေးအဘိဓာန် ပဥ္စမတွဲ "င" အကြောင်းကို ရှုပါ။

၎င်းဖွားဘက်သည် ငုမျိုးတည်းမှ ဖြစ်သော်လည်း အရွက်သေး၏၊ အပွင့် ပန်းရောင်သန်း ၏၊ အသီးမှာ ငုသီးလို မရှည်ဘဲ တမိုက်တထွာမျှ ရှည်၏၊ အလုံး ကြီးထွား၏၊ ဤမျှသာ ကွာခြားမှု ရှိသည်၊ ဆေးကိစ္စဖြစ်သော ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်တို့ကား ငုသီးနှင့် အတူတူပင် ဖြစ်ချေသည်။





ဖက်ခါးပင်(ပန်းပဒေသာ)

CLERODENDRON ODORATUM အဖြူ

CLERODENDRON INFORTUNATUM အနီ

फारो (ကာရိ)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဖက်ခါးပင် (ပန်းပဒေသာ)

သက္ကတ कारी

ဟိန္ဒီ कारी (ကာရိ)

လက်တင် Clerodendron Peniculatum

Syn Glerodendron infortumatum

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ခါး၏၊ ၎င်းသည် ပင်ငယ်ရွက်ကြီးမျိုး ဖြစ်သည်၊ ၂-ပေမှ ၅-ပေမျှ မြင့်၏၊ အရွက် ဝိုင်း၏၊ တမိုက်မျှ ရှည်၏၊ အရွက်၏ ထက်အောက် အမွေးနုများ ရှိ၏၊ ရွက်နားတွင် ခွေးသွားစိတ် ရှိ၏၊ အပွင့် ဖြူ၏၊ ပဒေသာကဲ့သို့ အဆင့်ဆင့် ပွင့်၏၊ အရွက်ကို ပွတ်ခြေနယ်မူ အနံ့ ဆိုးရ၏၊ အလွန် ခါး၏၊ ဆေးဘက်တွင် အရွက် နှင့် အမြစ်ကို သာ အသုံးပြုရသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခွန်အားကို ဖြစ်စေ၏၊ ကာမသတ္တိကို ဖြစ်စေ၏၊ သန်ကို ကျစေ၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို ပယ်တတ်၏၊ ကိုယ်ပူခြင်း, သည်းခြေပျက်ခြင်း, ခရုသင်းရောဂါ, ရေငတ်ခြင်း, အနံ့မကောင်းခြင်း, သွေးကြောင့်ဖြစ်သော ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

ဖက်ယားကြီး

ဟိန္ဒီ अलगन

ဗင်္ဂါလီ चोरपाता (ကျိ,ရုပါဋ္ဌာ)

လက်တင် Laportea Carenulata

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။အလွန် ယားသော ဆူးနုမွေးများ ရှိသော အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်သည်၊ ၎င်းသည် ငယ်လျှင် ချုံသဘော ရှိ၍ ကြီးလျှင် နွယ်၍ ရှည်လျားစွာ သွားလေသည်၊ အပွင့်သည် နုးညံ့၍ အပွင့်ရိုးတန် ငယ်သည်၊ အပွင့်သည် အဖို့, အမ အားဖြင့် ၂-မျိုးရှိသည်၊ အသီး လုံးသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်ရေကို အဖျားရောဂါ ပျောက်ကင်းစေရန် အသုံးပြုရသည်။

ဖက်ယားကြီး

LAPORTEA CARENULATA

चोरपाता (ကျိုရ်ပါတာ)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)

ဖက်ရှပ်ပင်

သက္ကတ [illegible]

ဟိန္ဒီ [illegible] (ခဋ္ဌ-ခဋီ)

လက်တင် Grewia Scabrophylla

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ချုံပင်မျိုး ဖြစ်သည်၊ အရွက်သည် ၅-လက်မမှ ၇-လက်မခန့် အထိ ရှည်၏၊ ၃-လက်မခန့်မှ ၆-လက်မခန့် ကျယ်၏၊ အနား ကွဲ၏၊ အပွင့် ဖြူ၏၊ အသီးသည် တလက်မ နီးပါးမှ တလက်မသာသာ ရှိ၏၊ အရောင်မှာ ခရမ်းရောင် ဖြစ်သည်၊ အမွေး ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်သည် ချောင်းဆိုးရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေသည်၊ အူ နှင့် ဆီးအိမ်ပူခြင်း၌ လွန်စွာ သင့်လျော်သည်၊ ဒေါသသုံးပါးကို ပြေပြစ်စေသည်။

ဖက်သက်တရော်

သက္ကတ ပရူဿ

ဟိန္ဒီ (ဖာလ်,ဆာ)

လက်တင် Grewia asitica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဖက်သက်တရော်ပင်သည် ပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ဝိုင်း၏၊ အဖျား ချွန်၏၊ အလျား ၄-၅-လက်မ အနံ ၂-လက်မခွဲမျှ ရှိ၏၊ တခက်တခက်လျှင် ဉသျှစ်ရွက်ကဲ့သို့ ၃-ရွက်ထွက်၏၊ အပွင့်သည် ကိုင်းဖျား၌ ပွင့်၏၊ ဝါရောင် ရှိ၏၊ အသီးသည် လုံး၏၊ ခံသီးမျှ ရှိ၏၊ နုလျှင် စိမ်းရောင်သန်း၍ မှည့်လျှင် သပြေသီးမှည့် ကဲ့သို့ ညိုသောအဆင်း ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အာယုဗ္ဗေဒ အလိုအားဖြင့် အသီးစိမ်းသည် ခါးသက်သက်ရှိ ၏၊ အနည်းငယ် စပ်ဖျင်းဖျင်း ရှိ၏၊ အနည်းငယ် ချဉ်၏၊ ၎င်းသည် လေ, သလိပ် နှင့် သည်းခြေ ဒေါသ များကို ငြိမ်းစေ၏။

အသီးမှည့်။ ။အသီးမှည့်သည် ချို၏၊ နူတ်မြိန်စေ၏၊ အေး၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ ဝဖြိုးစေ၏၊ ကာမအားကို ပြည့်ဖြိုးစေ၏၊ ရေငတ်ခြင်းကို ငြိမ်းစေ၏၊ ပူလောင်ခြင်းကို ငြိမ်းအေး စေ၏၊ ၎င်းသည် လေ, သည်းခြေ ဒေါသ ၂-ပါးကို ငြိမ်းအေးစေ၏၊ ယောင်ရမ်းခြင်းကို ကျဆင်း စေ၏၊ နှလုံး နှဇ် သွေး ဖောက်ပြန်ခြင်း, အဖျားရောဂါ, အားကုန်သော ရောဂါတို့ကို ပျောက် ကင်းစေ၏၊ ၎င်းပြင် လည်ချောင်းနာခြင်း, လည်ချောင်းကျဉ်းခြင်း ရောဂါကိုသည်း ပယ်ဖျောက် တတ်၏၊ ကိုယ်ဝန် သားသေခြင်းကို လွယ်ကူစွာ ဖွားစေနိုင်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အခေါက်။ ။လေဒေါသ နှင့် သည်းခြေ ဒေါသကို ငြိမ်းအေးစေ၏၊ ဆီးချုပ်ခြင်း, အောင့်ခြင်းကိုငင်း, ကိုယ်ဝန် ပူလောင်ခြင်းကိုငင်း ငြိမ်းအေးစေ၏။

ယူနာနီဆရာတို့အလိုအားဖြင့်။ ။၎င်းအသီးသည် ချဉ်၏၊ ချို၏၊ ရင်ဘတ် နှင့် နှလုံးကို အလွန် အားပေး၏၊ ရေငတ်ခြင်း, ကြို့ထိုးခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အတိသာရ ဝမ်းသက်ရောဂါ, ကျောက်တည်ရောဂါ, နာတာရှည်, ဆီးလွန်ရောဂါ နှင့် ညောင်းကျရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

သွေးစုနာ နှင့် အသမာနာ။ ။၎င်းအရွက်ကိုကြိတ်အုံခြင်း, အရွက်လိုက်အုံခြင်းပြုမူ နလျှင် ပိန်, ရင့်လျှင် ပေါက်၍ အနာပျောက်၏။

ကိုယ်ရေပူသောရောဂါ။ ။၎င်းအသီးမှည့်ကို ရှာလဘတ် ပြုလုပ်၍ သောက်က ကိုယ်သားကိုယ်ရေ ပူလောင်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ရင်အောင့်နာ။ ။ပထမ စမုံဖြူအမှုန့်ကို အနည်းငယ် - အနည်းငယ် လျက်ပြီးလျှင် ၎င်းနောက် ဖက်သက်သီးသတ္တုရည်ကို နွေးအောင်ပြု၍ သောက်ပါက ရင်ထိုးအောင့်ခြင်းမှ ကင်းလွတ်၏။

အဆစ်အဆက်ရောင်ရောဂါ။ ။၎င်းအမြစ်ကို ၃ ပုံတပုံကြွင်း ကျို၍ သောက်မူ အဆစ်အဆက်ရောင်သောရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဆီးအောင့်ရောဂါ။ ။၎င်းအမြစ် ၁-ကျပ်သားကို ပညက် တညက် ထောင်း၍ ရေ ၂၅-ကျပ်သားနှင့် ညဦးကစိမ်၍ နံနက်တွင် ၎င်းစိမ်ရည်ကို စစ်၍ သင့်သလို သောက်မူ ၇-ရက် အတွင်း ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

သားသေကိုယ်ဝန်။ ။၎င်းဖက်သက်မြစ်ကို ရေဖြင့် သွေး၍ ချက်, ဆီးအိမ်, ကိုယ်ဝန်ပိုက်တို့ကို မကြာမကြာ လိမ်းပေးမူ အတွင်း၌ သေသော သားသေ ဖွားမြင်ပါလိမ့်မည်။ (အချို့သူတို့သည် ယောနိကိုပါ လိမ်းပေးကြသည်)

ပျို့အန်ခြင်း။ ။နက်ရောင်ရှိ၍ ချိုသော ဖက်သက်သီး အမှည့်၏ သတ္တုရည်နှင့် နှင်းဆီရေ, သကြားခဲအမှုန့်တို့ကို ရော၍ ရှလဘတ်ရည်ပြုလုပ်၍ သောက်ပါက အပူတ်နှင့် တကွ ပျို့အန်ခြင်း, သွေးဖောက်ပြန်ခြင်းတို့ ပျောက်ကင်း၍ အားအင် တိုးပွားစေ၏။

သည်းခြေဖောက်ပြန်ခြင်း။ ။သည်းခြေဖောက်ပြန်ခြင်း, နှလုံးရောဂါဖြစ်ခြင်းတို့ကို ဖက်သက်သီး အမှည့်၏ သတ္တုရည်တွင် ချင်းမှုန့်, သကြားခဲ အနည်းငယ် ရော၍ သောက်က ပျောက်ကင်း၏။

မှတ်ချက်။ ။ဖက်သက်သီး, ဖက်သက် ဟူ၍၎င်း, ဖက်သက်တယော် ဟူ၍၎င်း ယခု မြန်မာပြည်၌ ခေါ်ဝေါ်သုံးစွဲနေသော အသီးတမျိုးသည် ရှိ၏၊ ၎င်းသည် သာသနာဝင်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ကျမ်းတို့၌ အထူးသဖြင့် ဝိနယ ပိဋကတ်၌ ရဟန်းတော်များ သုံးစွဲရန် လိုအပ်သော အဖျော်မျိုးကို ပြုလုပ်ရန် ပြသော သစ်သီးတို့တွင်–

(က) သပြေ, သရက်, မုဒရက်, ဖက်သက်, သစ်မြည်စည်။

(ခ) တော, အိမ်, ငှက်ပျော, ကြာစွယ်နှော, မှတ်လော အဖျော်ရည်။

ဟု ဖော်ပြထားသော သစ်သီးဖျော်ရည် (၈) မျိုးတို့တွင် ဖက်သက် ဟူသော သစ်သီးတမျိုးသည် ပါရှိနေ၏၊ ၎င်းအသီး အမည်သည် သပြေ သရက် တို့ကဲ့သို့ မြန်မာ အမည် သက်သက် မဟုတ်ချေ၊ ပရုရှက (သက္ကတ) ဖာလရှာ (ဟိန္ဒီ) တို့မှ ကိုက်ရိုက် ပြောင်းလဲ၍ မြန်မာမှု ပြုထားသော အပင် ဖြစ်သည်၊ ဖက်သန်း ဟူ၍၎င်း, ဖက်ဝန်း ဟူ၍၎င်း မြန်မာတို့ ခေါ်ဝေါ် သုံးစွဲသော အပင်မျိုး ရှိ၏၊ ၎င်းတို့ကား မလှပင်မျိုးမှ ဖြစ်၍ အသံတူသော်လည်း အသီးကား မတူချေ၊ မျိုးလည်း မတူချေ၊ သို့ဖြစ်လေရာ သာသနာတော် ကျမ်းများနှင့်လည်း များစွာ သက်ဆိုင်နေသဖြင့် ထိုအသီးသည် မည်သည့် အသီးဖြစ်သည်ကို ဆုံးဖြတ်ပိုင်းခြား၍ သိနားလည်ရန် လိုအပ်သည် ဟု ထင်မြင်သည့်အတိုင်း ချဲ့ထွင် ဝေဖန်၍ ဆုံးဖြတ်ချက် ချနိုင်ရန် အသိဉာဏ်ကို ဆက်လက်၍ ပေးပါမည်၊ အတိတ်စာပေသမိုင်းတလျှောက်ကို ပြန်ကြည့်သော် မောင်းထောင် သာသနာခေတ် မတိုင်မီက ဖော်ပြပါ ပရုသ, ဖရုသက (ဖရုသက) သဒ္ဒါတို့ကို ဖက်သက် ဟူ၍ ပြန်ဆိုကြသည်၊ မောင်းထောင် သာသနာပိုင်ကား မရမ်းသီး ဟု ဘာသာပြန်ဆိုထားသည်ကို တွေ့ရသည်၊ လုံးဝ မမှန်ချေ၊ ကုန်းဘောင်ခေတ်၌ ဥဘုဘောဇနကျမ်းပြု ယောမင်းကြီး ဦးဘိုးလှိုင်သည် ဥတုဘောဇနာကျမ်း စာမျက်နှာနံပါတ် ၂၁၅-တွင် ကတွတ်သီး ဟု ပြန်ဆိုသွားသည် ပြန်ဆိုခြင်း၏ အကြောင်းကိုလည်း အောက်ပါအတိုင်း ဖော်ပြထားသည်။

(က) ထိုအသီးသည် အစေ့နည်းသောကြောင့် (အပ္ပဋ္ဌိ) ဟု ခေါ်သည်၊ (အစေ့ငယ်သည်)

(ခ) ထိုအသီး၏ အပင်သည် အခွံအခေါက် ညိုသောကြောင့် နီလတစ (အခေါက်ညိုပင်) ထိုအသီးကို ဟောသော ပရိယာယ်သဒ္ဒါ ၂-ပုဒ် အစေ့ အနေ, အခေါက် အနေတို့ကို ထောက်၍ ၎င်းဖက်သက် ဟူသော အပင်သည် ကတွတ်သီး ဖြစ်သည် ဟု ဆုံးဖြတ်ချက် ချထားသည်ကို တွေ့ရသည်။

ဤကဲ့သို့ သေချာ ဆန ဖော်ထုတ်ပြထားငြားလည်း အကြောင်းပြလည်း မလုံလောက်ချေ၊ အပင် ကိုင်စွဲပုံလည်း မမှန်ချေ၊ အဘယ့်ကြောင့်နည်းဟူမူ ကတွတ်သီးသည် ပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ ဤ၌ ဖက်သက်ကား ပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ကတွတ်သီးသည် သဖန်းမျိုးတွင် ပါဝင်၏၊ ဤ၌ကား တယော်မျိုးတွင် ပါဝင်၏၊ ထို့ကြောင့် ကတွတ်သီး ဟု ပြန်ဆိုခြင်းသည်လည်း လုံးဝ မမှန်ကန်ချေ၊ ရှေးပညာရှင် သူတော်ကောင်းကြီးတို့ မှားထားသည့်အကွက်ကိုလည်း အပြစ်တင်စွာဖြင့် လုံးဝ မဖော်ပြလိုချေ၊ ထိုကဲ့သို့ မှန်ကန်စွာ မဖော်ပြသွားနိုင်ခြင်းသည် ဒေသန္တရ အထောက်အထား ဂန္ထန္တရ နည်းပါးသောအချိန်၌

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ရေးသား ဆုံးဖြတ်ကြခြင်း ဖြစ်သဖြင့် ဤကဲ့သို့ ဖြစ်သွားရသည် ဟု ကျေးဇူးတင်စွာဖြင့် ဖော်ပြလိုသည်။

အမှန်စင်စစ်မှာ အဘိဓာန် အရပ်ရပ်တို့နှင့် ညှိနှိုင်း ဆုံးဖြတ်သော် ၎င်းအသီးသည် တရော်မျိုး ဖြစ်၏၊ အပင် တရော်, နွယ်တရော် တို့တွင် အပင် တရော်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်း၏ မြန်မာမှု ပြုထားသော အမည်မှန်မှာ ခွေးတရော် (တရော်အ) ဟူသည် ပင် ဖြစ်သည်၊ ဤအမည်သည် သာလျှင် ပရှသက သဒ္ဒါ၏ အနက်မှန်ဖြစ်သော အသီး ဖြစ်ကြောင်းကို သံသယ ကင်းစွာဖြင့် မှတ်ယူရ၏။

ဖိုးခေါင်စာ

ဆိဟာလီ भिलर (ဘိလ္လရ်)

လက်တင် Bischofia Javanica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ကြီးမားသော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းသည် အမြဲ စိမ်းလန်း စိုပြေနေသော အလေ့ပေါက် ပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းအခေါက်သည် အပြာရင့်ရောင် ရှိ၏၊ အရွက်သည် တရွက်နေရာတွင် တရွက်စီတန်းလျက် ထွက်၏၊ အပွင့် အလွန် ငယ်၏၊ အသီးသည် ပြာရောင်သန်းလျက် နက်၏၊ နူးညံ့၏၊ ၎င်းအသီးတွင် ၃-၄-စေ့မျှ အစေ့ရှိ၏၊ အသီး ချော မွတ်၏၊ အရောင် တောက်၏၊ ၎င်းသည် သဘာဝအလျောက် တောတွင် ပေါက်တတ်သော အပင်မျိုး ဖြစ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအရွက်သည် အနာပေါက် ရောဂါများတွင် ကြိတ်၍ အုံခြင်း, အရွက်လိုက် ကပ်ခြင်း ပြုမူ နလျှင် ပိန်၍ ရင့်ဖျင် ပြည်ပေါက်ခါ အသားနုတက်၍ အကျက်မြန်သော ဆေးအဖြစ် အသုံးပြုရ၏၊

ဖောင်ဖောင်သီး

သက္ကတ टंकारी

ဟိန္ဒီ टंकारी (ဋင်္ကာရီ)

လက်တင် Physalis peruviana

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်သည်၊ အရွက်မှာ ရှည်၍ ဝိုင်းသည်၊ အပွင့်သည် အနီရောင်, နှင်းဆီရောင် နှင့် အရောင် အချို့မျိုး ရှိသည်၊ အသီး သေး၏၊ တောက်ပ၏၊ အလွန် အရသာ ရှိ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခါး၏၊ လေသလိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ ရေယုန်ရောဂါ, ဖောရောင်ခြင်း, ဝမ်းပိုက်ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မှတ်ချက်။ ။၎င်းသည် ကုလားမျက်စိပင်ခေါက်မျိုးပင် ဖြစ်၏၊ ပဥ္စငါးပါး ကုလားမျက်စိပင်ခေါက်နှင့် တူ၏၊ သို့သော် ပဥ္စငါးပါး ကြီးထွားသည်၊ ၎င်းသည် အလေ့ကျ ပေါက်သော အပင်မျိုးပင် ဖြစ်၏၊ မရှားပါးချေ၊ မြေဆွေး အမှိုက်ပုံဟောင်း ရေ သဲ စပ်စပ်ရှိသော နေရာများတွင် များစွာ ပေါက်သော အပင်မျိုး ဖြစ်သည်၊ အိန္ဒိယသားတို့ကား များစွာပင် ၎င်းအသီးကို စားကြကုန်၏၊ ဆေးဘက်တွင်လည်း များစွာ အသုံးပြုကြ၏၊ ထို့ကြောင့် အလေ့ကျ ပေါက်သော အသီးနှင့် မလုံလောက်သဖြင့် စိုက်ပျိုး၍ ရောင်းချကြကုန်၏၊ မြန်မာပြည်ရှိ အိန္ဒိယတိုင်းရင်းသားတို့သည် မေမြို့မှ မှာယူပြီးလျှင် ရောင်းချ စားသောက်ကြကုန်၏၊ ချဉ်ဖြုံးဖြုံး အရသာ ရှိသည်၊ နုတ်ခံတွင်း လိုက်၏၊ ဝမ်းမီးကိုလည်း တောက်စေ၏၊ ဆီးကိုလည်း အထူးသဖြင့် ကောင်းစေ၏၊ ဝမ်းတွင်းလည်း ဖေား, ဆီးပူ အခိုးကိုလည်း ပယ်နိုင်၏၊ ထို့ကြောင့် များစွာ စားသောက်ကြဟန် ရှိသည်။

ဖန်းခါးသီး

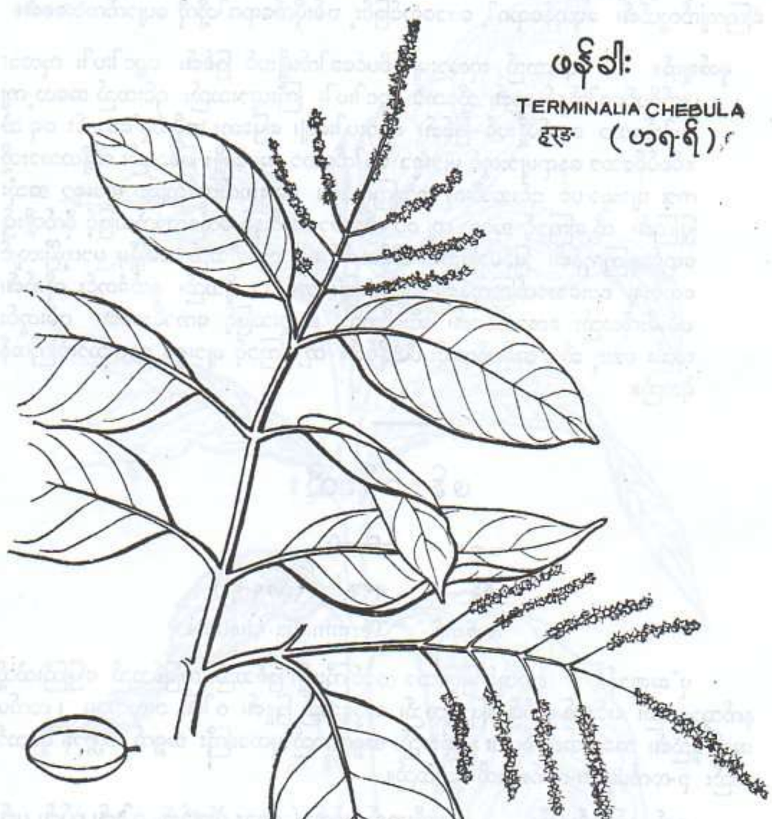
သက္ကတ	हरितकी
ဟိန္ဒီ	हरड़ (ဟရ-ရ်)
လက်တင်	Terminalia chebula

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။အလွန် မြင့်သော အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်သည်၊ အမြစ်သည် မြေကြီးထဲသို့ နက်သွားသည်၊ ပင်စည် ရှည်၍ ဖြောင့်သည်၊ အပွင့်သည် ဖြူ၏၊ ဝါ၏၊ ၁-လက်မမှ ၂ လက်မ အထိ ရှည်၏၊ အခက်အလက်များ နူးညံ့သည်၊ အရွက်သည် မုယားကြီး အရွက် သဏ္ဍာန် ရှိသော်လည်း ၃-လက်မမှ ၈-လက်မအထိ ရှည်သည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အသီးသည် ဖန်၏၊ (ပဓာန) ချဉ်၏၊ ခါး၏၊ စပ်၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ ချို၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ခြောက်ထပ်၏၊ မျက်စိကို ကောင်းစေ၏၊ ဒေါသ သုံးပါးကို ငြိမ်းစေ၏၊ တကိုယ်လုံး အထူးအားဖြင့် အူနှင့် စပ်သောရောဂါများ, အရေပြားရောဂါများ, ကိုယ်ရေဝါ, မြင်းသရိုက်, တုလာသရေနာ, ကြို့ထိုး, ဝမ်းပိုက်အောင့်,အစာမကြေ, ဝါသင့်နာ, ပါဒရက်ရောဂါ စသည်တို့၌ အသုံးပြုရသည်။

မှတ်ချက်။ ။ဖန်းခါးသီးသည် အမျိုးများလှသည်၊ အသား ထူ၏၊ အလုံး ကြီးထွား၏၊ အရောင် အဆင်း ဝါ၏၊ ၎င်းကို သဘော်ဖန်ခါးသီး ဟု ခေါ်ကြသည်၊ ကာဗုလ်နယ် အာဖဂန်နိစ္စတန်မှ ထွက်များ၍ ကာဗုလ် ဖန်းခါးသီး ဟု လူသိများသည်၊ ထိုမျိုးကို

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



ဖန်ခါး
TERMINALIA CHEBULA
हरड़ (ဟရ-ရီ)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)

အသုံးပြုနိုင်လျှင် ပို၍ ကောင်းသည်၊ ထို့ပြင် ဟရိတကိကို ဖန်ခါးသီး သို့မဟုတ် ကြဇု သီး ဟူ၍ ဘာသာပြန်ကြရာ၌ ကြဇုသီး ဟူသည် ဖန်ခါးသီး (၇) မျိုးတွင် ပါရှိသော တောဖန်ခါးသီး တမျိုးကို ကြဇုသီး ဟု မှတ်ပါ။ (ကြဇုခန်းတွင် ပြန်ကြည့်ပါ)

ဖုံးမသိန်

သက္ကတ कर्पूर कुकुन्दर।

လက်တင် Blumea balsamifera

Blumea densiflora

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ၅ - ပေမှ ၁၀ - ပေမျှ မြင့်သော အပင်မျိုး ဖြစ်သည်၊ အရွက်သည် ဒေါ်င့်ဆပ်ပြာရွက်နှင့်၎င်း, ဆေးရွက်နှင့်၎င်း ခပ်ဆင်ဆင် တူသည်၊ အမွေး စုတ် စုတ် ရှိသည်၊ အပွင့် ဝါသည်၊ ၎င်းသည် ကဒူးပင်, လဒပါးပျဉ်းပင်, တောမုံလာမျိုး၌ အပါ အဝင် ဖြစ်သည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဤအပင်၌ ပရုပ်ခတ် ပါရှိ၏၊ အသုံးပြုရာ၌ ပချုပ်ကဲ့သို့ အသုံးပြုရ၏၊ (ပရုပ်ခဏ်းတွင် ကြည့်ပါ) ၎င်းအရွက်သည် သူငယ်နာ အုပ်ဆေးတွင်၎င်း, လေ ငန်းရောဂါ, အရေပြား ရောဂါများတွင်၎င်း အသုံးပြုရ၏။

မျောက်ဆိပ်ပင်

သက္ကတ चिरविल्व

ဟိန္ဒီ करंजी (ကရံဂျီ)

လက်တင် Holeptelea integrifolia

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အခက်အလက် ပြန့်ကားသော အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်သည်၊ အခေါက် ဖြူရောင်သန်း၍ ပြာ၏၊ အညွန့်၌ ကတ္တီပါမွေး ရှိ၏၊ အရွက် ကြမ်း၏၊ အဖျား ချွန်၏၊ အသီး လုံး ပတ်ပတ်လည်၌ အတောင် ပေါက်၏၊ အချို့အရပ်၌ မျောက်ဆိပ် ဟူ၍လည်း ခေါ်သည်၊ ပဲခူး, တောင်ငူ, မကွေးနယ် နှင့် မန္တလေး စစ်ကိုင်းတောင် စသည်တို့တွင် များစွာ ပေါက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အခေါက်ကို ပြုတ်၍ အရေညှစ်ပြီးလျှင် အဆစ်များ ရောင်ရာ ၌ အရည် ထုတ်ပြီးသော အခေါက်ကို ကပ်ပေးပါ၊ အရွက်နှင့် သိဒ္ဓိပြုထားသော ဆီကို အဖု အနာများ၌ လိမ်းပေးပါ၊ အစေ့ကို ရေနှင့် ကြိတ်၍ ရောင်တင်းသော အနာတို့၌လည်း လိမ်း ပေးပါ။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဖုံးမသိန်
BLUMEA BALSAMIFERA
कर्पुर कुकुरौंधा (ကုက္ကုရန္ဓား)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပေါင်ခါး (ကိုင်း)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ၎င်းသည် ကြံပင်မျိုးမှ အပင် တမျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းသည်လည်း ကြံပင်နှင့် အနေအထား တူလှ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအမြစ်သည် ဆီးရှင်၏၊ အပူကို ငြိမ်းစေ၏၊ မီးဖွားပြီးနောက် ကြွင်းကျန်သော ရောဂါ ဖြစ်သည့် သွေးဆိုး သွေးဟောင်းများ ဒေါသ ကင်းစင်ရန် ချေးအုပ် ရ၏၊ သွေးသားကို စင်ကြယ်စေ၏၊ အကိုက်အခဲ ရောဂါများ ပျောက်ကင်းစေ၏။

—

[ဗ]

ဗာဒံသီး (အချိ)

သက္ကတ वातवैरा

ဟိန္ဒီ बादाम (ဗာဒါ,မ်)

လက်တင် Prunus amygdalus (duclis)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းဗာဒံပင်သည် ပင်လတ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် အကိုင်းဖျားၷ အဆုတ်လိုက် ထွက်၏၊ အရွက်ဖျား ချွန်၏၊ ဣန္ဒိယ ဗာဒံ နှင့် ဗာဒံ အရိုင်းကဲ့သို့ အရွက် အရင်း သွယ်၍ အဖျား မဝိုင်းချေ၊ အသီးလည်း ကြီးထွား၏၊ ယခုအခါ သပ်သီးဆိုင်များတွင် ရောင်းချနေသော ဗာဒံ အစေ့များသည် ၎င်းဗာဒံများပင် ဖြစ်၏၊ ပြာနှမ်းနှမ်း နှင့် စိမ်းရောင် သန်း၏၊ အပွင့်သည် ဖြူ၏၊ အသီးမှာ ရှည်၍ လုံး၏၊ ၎င်းအစေ့ အဆံသည် အချို အခါး ၂-မျိုး ရှိ၏၊ ၎င်းဗာဒံမျိုးသည် မူလ ဥရောပ နှင့် တူရကီ တိုင်းပြည်များမှာ ဖြစ်၏၊ ဣန္ဒိယ နှင့် ကသ္မီရ တိုင်းများတွင် စိုက်ပျိုးကြသော်လည်း အဆင့်အတန်း မမှီချေ။

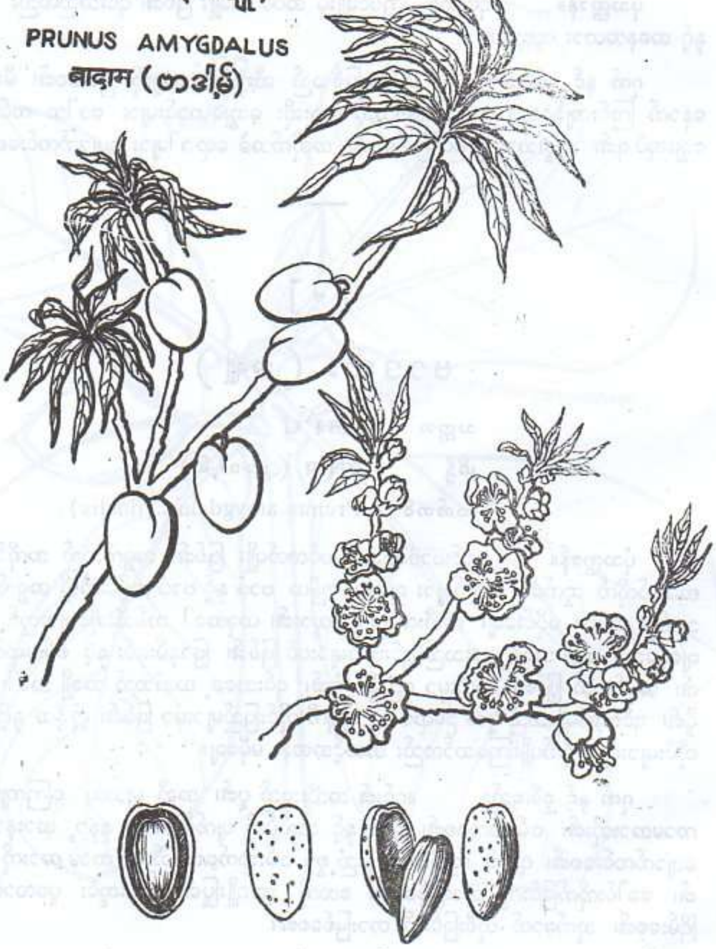
ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်း၏ အသီးသည် ပူ၏၊ အဆီ များ၏၊ ကြေကျက် ခဲ၏၊ ကာမအားတိုး၏၊ ဝမ်းသက်စေ၏၊ လေ နှင့် သလိပ်ကို ပျက်စီးစေ၏၊ နူနာ, ယားနာများကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ၎င်း၏ အဆီသည် နူးညံ့စွာ ဝမ်းသက်စေတတ်၏၊ ကာမ အားကို ဖြစ်စေ၏၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်းကို တားမြစ်စေ၏၊ လေကို အကျိုးပြု၏၊ ဝမ်းတွင်း ပူလောင်ခြင်းကို ငြိမ်းစေ၏၊ သုက်ဓာတ် ယိုစီးခြင်းကို တားမြစ်စေ၏၊

—

ဗာဒံ (အချို)

PRUNUS AMYGDALUS

बादाम (ဗာဒါမ်)



(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)

ဗာဒံအခါး

ဗာဒံ အခါးသည် အလယ်အလတ်စား ပူ၏၊ ခြောက်သွေ့၏၊ ၎င်းကို အချဉ်ရည်ဖြင့် ဖျော်၍ လိမ်းကျံမူ ယားနာများ ပျောက်ကင်း၏၊ ကိုယ်၌ ကျရောက်သော အနက် အကွက် အထင်းများ, ပွေးနာများလည်း ပျောက်ကင်း၏၊ ၎င်းဗါဒံ အခါးကို နာတာရှည် အနာပျက် များကို လိမ်းကျံပေးမူ မကျက်နိုင်သော အနာပျက် အနာဆိုးများ ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ပွေးနာ ကျောက်တည် ရောဂါများ အတွက်လည်း အတွင်းဆေး အပြင်ဆေး အဖြစ် အသုံးပြုမူ များစွာ အကျိုး ရှိလေ၏။

ဗာဒံ-ဣန္ဒိယ

ဟိန္ဒီ (ဒေရှီဗာဒါမ်)

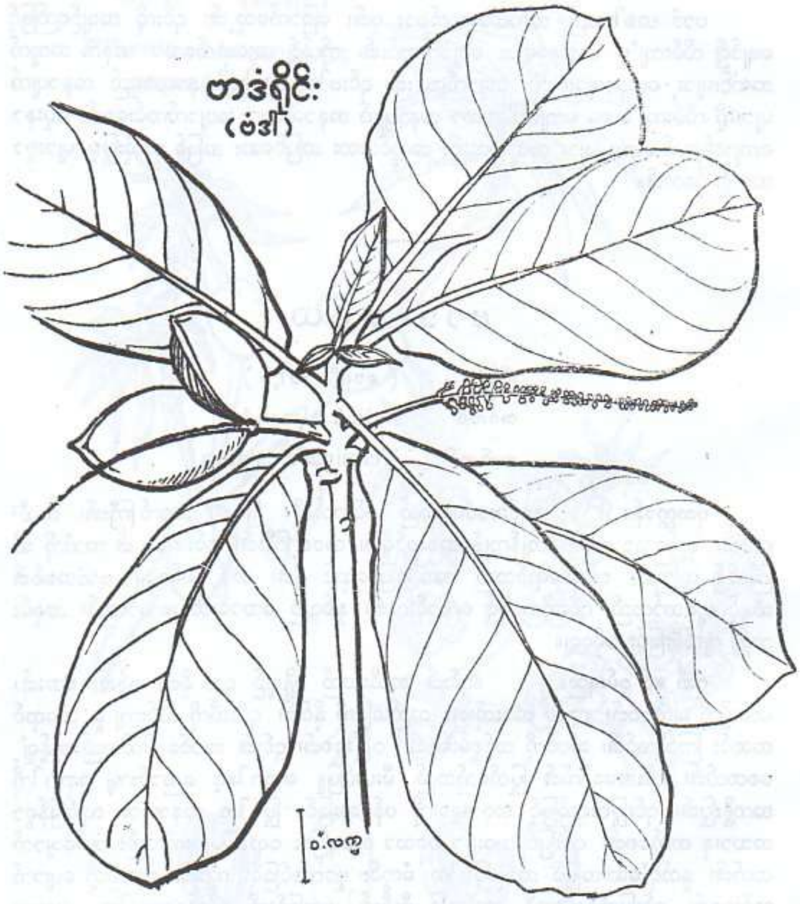
အင်္ဂလိပ် Indian almond

လက်တင် Terminalia catappa

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းဗာဒံပင်သည် ပင်လတ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်ကြီး၏၊ အသီး ငယ်၏၊ မှည့်သော အခါ နီကျန်ကျန် အရောင်ရှိ၏၊ အစေ့ကြီး၏၊ ၎င်းအစေ့၏ အသံကို ဆိ ကြိတ်၍ ယူကြ၏၊ ၎င်းဆီရောင်သည် အဝါပြော့ရောင် ရှိ၏၊ အနံ့ မရှိချေ၊ ဗာဒံအစစ်၏ ဆီနှင့် တူသော်လည်း ၎င်းဆီက ပို၍ ကောင်းလှ၏၊ နှစ်ရှည် အောင်းထားသော်လည်း အစွမ်း သတ္တိ ပျက်စီးခြင်း မရှိချေ။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်း၏ အသီးသည် ချိုချဉ် ရသ ရှိ၏၊ ဖန်၏၊ အေး၏၊ မလတို့ကို ချုပ်စေ၏၊ ကာမ အားတိုး၏၊ သည်းခြေကို နိုင်၏၊ ၎င်းဆီကို လိမ်းကျံမူ အရောင် အဆင်း ကြည်လင်၏၊ ဆံပင်ကို သန့်စွမ်းစေ၏၊ ဝဖြိုးစေ၏၊ ၎င်း၏ အပင်ခေါက်သည် တွန့်ရှုံ့ စေတတ်၏၊ ၎င်းအခေါက်၏ ပြုတ်ရည်သည် မီးယပ်ဖြူ ရောဂါနှင့် ညောင်းကျ ရောဂါကို အကျိုးပြု၏၊ ၎င်းပြုတ်ရည်ဖြင့် အနာများကို ဖန်ဆေးခြင်း ပြုပါက အနာများ လျှင်မြန်စွာ အသားနု တက်စေ၏၊ ၎င်းပြင် ယားနာ စသော အရေပြား ရောဂါများကိုလည်း ပယ်ဖျောက် တတ်၏၊ နှုတ်ငုံဆေးအဖြစ် အသုံးပြုပါက ခံတွင်း ပူလောင်ခြင်း ကွဲခြင်း စသည်ဘို့ ပျောက် ကင်းစေ၏၊ ၎င်းပြုတ်ရည်သည် သည်းခြေ ဦးစီး၍ ဖျားခြင်းကို တိုက်ကျွေးပါက များစွာ အကျိုးရှိ၏၊ ၎င်းအရွက် သတ္တုရည်ကို လိမ်းကျံပါက အသားအရေ ပြေပြစ် ချောမွတ်စေ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဗာဒံရိုင်း

ဟိန္ဒီ　(ဂျင်လီဗာဒံမ)

ပုံသဏ္ဍာန်။　။ငင်းအပင်သည် မြန်မာပြည် လမ်းဘေး စသည်တို့၌ ပေါက်သော ဗာဒံမျိုး ဖြစ်လေသည်၊ မြန်မာတို့ကား ငင်းအပင်ကို ဗံဒါပင် ဟု ခေါ်ကြသည်၊ အရွက်ဝိုင်း၏၊ ၁၀-လက်မ ၁-ပေမျှ ရှည်၏၊ အဖျား ဝိုင်းကျယ်၍ အရွက်ရင်းပိုင်းသွယ်၏၊ လွန်စွာ ထွားကျိုင်းသော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရိပ်ကို လွန်စွာပေး၏၊ အပူကို ကာကွယ်၏၊ ထို့ကြောင့် လမ်းတလျှောက်၌ များစွာစိုက်ပျိုးကြကုန်၏၊ ငင်း၏ အသီးဆံသည် ဆိမ့်၏၊ ထိုအသီးဆံကို ဆုံတွင် ထည့်၍ ကြိတ်နယ်ကာ နှမ်းဆီများ ကြိတ်သကဲ့သို့ ဆီထုတ်ယူကြ၏၊ ထိုဆီသည် အုန်းဆီနှင့် တူ၏၊ အရသာလည်း ရှိ၏။

ငင်းအပင်၏ အခေါက်ကို အဆီထုတ်ယူသော် မခန်း (ဆီးဦး) ကဲ့သို့ အဆီများကိုလည်း ရနိုင်၏၊ ငင်းဆီ၏ အရသာသည် စပ်ရှားရှား ရှိ၏၊ အနံ့ ပြင်း၏၊ ငင်း၏ အရွက်သည် အရိပ်ကို ပေးခြင်း, အပူကို ကာကွယ်ပေးခြင်း အကျိုးရှိရုံသာ မက ကုန်ထုပ်လုပ်ရာ၌လည်း များစွာ အကျိုးပြု၏၊ ငင်း၏အရွက်နုကို အချို့သူတို့ အချဉ်တည်၍ စားခြင်း, အစိမ်းသက်သက်စားခြင်း ပြုကြကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　။ငင်း၏ အသီးသည် နူးညံ့စွာ ဝမ်းသက်၏၊ ငင်းအစေးကို လိမ်းဆေးအဖြစ် ပြုလုပ်၍ အနာများကို လိမ်းကျံပေး၏၊ ပြည်ပေါက်ကလည်း အသားနုတက်၍ အနာ အကျက်မြန်စေရန် နှမ်းဆီနှင့် ရော၍ မီးနွေးနွေးပြုကာ လိမ်းကျံမှု များစွာ အကျိုးရှိလေ၏။

မာလီ (ဖြစ်ချုံ)

သက္ကတ　धन्यराज

ဟိန္ဒီ　जौ　(ဂျောက်)

လက်တင်　Hordeum Vulgare

ပုံသဏ္ဍာန်။　။ချုံပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၂-ပေ ၃-ပေမျှ မြင့်၏၊ အရွက် ရှည်၏၊ စပါးပင် မျိုးနှင့် တူ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　။ချို၏၊ အေး၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ ချုပ်၏၊ အဆုတ်ပြွန်ရောင်နာ, သည်းခြေပျက်နာ, ပန်းနာကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ နှုတ်ကို မြန်စေ၏၊ ဝဖြိုးစေ၏၊ အသံကို ကောင်းစေ၏၊ အနာယင်းခြင်း, ပူလောင်ခြင်း, ယောနိရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဗူးသခွား

သက္ကတ — कुलीरू

ဟိန္ဒီ — सफेद कद्दू (ဆဖေဒကဒ္ဒူ)

လက်တင် — Cucurbita pepo

ပုံသဏ္ဍာန်၊ ။၎င်းသည် ရွှေဖရုံမျိုး ဖြစ်၏၊ စန္ဒောဒယ ၂-တွဲ စာမျက်နှာ ၃ဂ၂ တွင် လက်ဘင်ဘာသာဖြင့် Cucurbitapepo ဟု ရွှေဖရုံအဖြူကို ဖွင့်ပြထားလေသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အသီးသည် အေး၏၊ အူတို့ကို တွန့်ရှုံ့စေ၏၊ နှုတ်ကို မြိန်စေ၏၊ သလိပ် နှင့် လေကို ပယ်တတ်၏၊ နူနာ, ရေငတ်, မောပန်းခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ သွေးကို စင်ကြယ်စေ၏။

ဗူးသီးအချို

သက္ကတ — तुम्बी

ဟိန္ဒီ — लौकी (လောက်ကီ)

လက်တင် — Curbita Iagenaria

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ဗူးပင်သည် လူသိများသည်၊ သဏ္ဍာန် အရောင်အသွေး အလိုက် အမျိုးများ၏၊ သို့သော် ဂုဏ်သတ္တိကား မထူးခြားချေ။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အသီးအချွက်ကို သုံးရသည်၊ ချို၏၊ အေး၏၊ ဝိပါက၌ ချို၏၊ လေကို ပွားစေ၏၊ သုက်ကို ပွားစေ၏၊ နှလုံးကို ကျေးဇူးပြု၏၊ ကိုယ်ဝန်ကို စောင့်ရှောက်မွေးမြူတတ်၏၊ မလတို့ကို ချုပ်စေ၏၊ (လေချုပ်ခြင်းကြောင့် ဝမ်းမသက်သည်ကို ဆိုလိုသည်။)

သည်းခြေကြောင့် ဖြစ်သော ရောဂါများ, သလိပ်ကြောင့် ဖြစ်သော ရောဂါများ, ပိန်ကြုံသော ရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

မှတ်ချက်။ ။ဗယဆေးပင်တို့၏ ဂုဏ်အင်စွမ်းရည်သတ္တိကို သိမြင်ကြကုန်သော ပညာရှင်တို့သည် အထက် ဖော်ပြပါအတိုင်း စားပင်အဖြစ်ဖြင့် သာ တွင်ကျယ်စွာ အသုံးပြုနေကြသော ထိုအပင်ကို ဖော်ပြကြလေကုန်၏၊ ဆေးပစ္စည်း၏ ဂုဏ်အင် စွမ်းရည်သတ္တိကို ဖော်ထုတ်ရာ၌ လျှာအသိ, ဆီးအနည်းအများ အသိဖြင့် မည်သည့် အခါမျှ မဆုံးဖြတ်သင့်ပေ၊ အဘယ်ကြောင့်နည်း ဟူမူ လျှာအသိဖြင့် ဆုံးဖြတ်သောပညာသည် ဆေးပစ္စည်းကို ဆုံးဖြတ်ရာ၌ အယုတ်နိမ့်ဆုံးသော အတန်းအစား၌ တည်နေ၏၊ လွန်စွာ အသိခက်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

သော (ဝိပါက) ကြေကျက်ပြီးသောအခါမှ အကျိုးပေးသော ဆေးပစ္စည်းများကိုကား ဆေးပစ္စည်းတိုင်း၌ ပင်လျှင် တည်ရှိနေပေသည်၊ ပူသော ရသ ပင် ဖြစ်သော်လည်း သွေးမတက်ပေ၊ ဥပမာ - ပိတ်ချင်း စသည် ဖြစ်၏၊ စပ်သော ရသ ပင် ဖြစ်သော်လည်း ဆီးမပူပေ၊ ဥပမာ - ငြုတ်ကောင်း, ချင်း စသည် ဖြစ်၏၊ ခါးသော ရသ ပင် ဖြစ်သော်လည်း ကြက်ဟင်းခါး စသည်တို့ကား လေကို ပျက်စေ၏၊ လေဒေါသ အကျိုးပေးအောင် အပြစ်ပြု၏၊ ခါးသော ရသ ပင် ဖြစ်သော်လည်း လေဒေါသကို ပွားများစေ၏၊ ဥပမာ - ဆင်ထုံးမန္တယ်ပင် စသည် ဖြစ်၏၊ ခါးသော ရသ ပင် ဖြစ်သော်လည်း စူလာနဖာကား အဖျားကို နိုင်၏၊ တမာကား ပိုးကို နိုင်၏၊ အငန် ပင် ဖြစ်သော်လည်း သိန္ဓောဆားကား မျက်စိကို အကျိုးပြု၏၊ သစ်ပင်တိုင်းကိုပင် ပြာဆားလုပ်၍ ရ၏၊ လျှာနှင့် လျက်ကြည့်မှု ငန်ပျပျသာ အရသာ ရှိ၏၊ အကျိုးသွားမှာ မူကား ဆေးပင် ကွဲပြားသလောက် အကျိုးသွားလည်း ကွဲပြား၏၊ ထို့ကြောင့် လျှာသိဖြင့် ဆုံးဖြတ်ခြင်းသည် ဆေးပစ္စည်း အတတ်ပညာ (နိုသဏ္ဍု) ကျမ်း၌ မကျွမ်းကျင်သောသူတို့၏ အနိမ့်ကျဆုံးသော အယူအဆ မျှသာ ဖြစ်၏၊ ဖော်ပြပါ (ဝိပါက) ကြေကျက်သွားပြီးသည့်နောက် (အကျိုးပြုသော) ဆေးပစ္စည်းတို့၏ ဂုဏ်အင်စွမ်းရည် သတ္တိကို သိမြင်နိုင်ရန် ခဲယဉ်းသည်ထက် ပဘာဝ ခေါ်တန်ခိုးသတ္တိဖြင့် အကျိုးပြုသည်ကို မှတ်သားယူဆရသော ဆေးပစ္စည်းများကား မြောက်မြားစွာ ပင် ရှိသေး၏၊ ၎င်းတို့ကိုကား လျှာအသိဖြင့်လည်း မရ၊ ဆီးအနည်းအများ အသိဖြင့်လည်း မသိနိုင်၊ လက္ခဏာကို ရှု၍လည်း မပေါ်လာ၊ သိပ္ပံနည်းဖြင့် မာတ်ခွဲ၍လည်း အဖြေမရပေ၊ ဥပမာ - ကန့်ချုပ်နီ, မဂျစ်ဥ, ဂျင်းစိန် (ကောလိသိမ်) စသည်ဖြင့် များစွာပင် ရှိပါသည်၊ ထို့ကြောင့် ဗယဆေးကျမ်းတို့ကို ကျွမ်းကျင်စွာ တတ်မြောက်ပြီးနောက် ထက်မြက်စူးရှသော အစွမ်းသတ္တိရှိသည့် ဆေးများ ဖော်စပ်နိုင်၍ မြန်မာ့ဆေးပညာကြီး တရပ် မြင့်တင်နိုင်ကြရန် ပြင်းထန်သောစေတနာထားရှိမိသဖြင့် ဆက်စပ်ရာ နေရာတိုင်း၌ သတိပေး တိုက်တွန်းစကား ရေးသားလိုက်ရပေသတည်း။

ဗူးသီးအခါး

သက္ကတ — कटु तुम्बी

ဟိန္ဒီ — कड़वी तुम्बी (ကရဝီ-တုမ္ဗီ)

လက်တင် — Lagenaria Vulgaria

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဗူးပင်ကဲ့သို့ နွယ်မျိုး ဖြစ်သည်၊ အသီးသည် များသောအားဖြင့် လုံး၍ အသီးအလယ်လောက်မှ စ၍ အညှာဘက်သို့ သေးသွားသည်၊ အရွက် စသည်တို့သည် ဗူးချိုနှင့် တူသည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။များသောအားဖြင့် အသီးကို သုံးရ၏၊ ခါး၏၊ အေး၏၊ ဝိပါကဌ် စပ်၏၊ နှလုံးကို အကျိုးပြု၏၊ ထက်မြက်၏၊ အန်စေတတ်၏၊ လေကို ပယ်ဖျက်တတ်၏၊ မလတို့ကို သုတ်သင်တတ်၏ လေ သည်းခြေကို နိုင်၏၊ ချောင်းဆိုး, ပန်းနာ, ဖောရောင်, အနာပေါက်, ထိုးအောင့်, အဆိပ်သင့်ခြင်း, လေ - သည်းခြေဒေါသများကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

မောက်လောက်ညို

သက္ကတ काकमाची

ဟိန္ဒီ मकोय (မကို,ယ်)

လက်တင် Solanum Nigrum

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၁-ပေမှ ၃ ပေထိ မြင့်၏၊ အခက်အလက်များ ကောက်ကွေး၏၊ အရွက် လုံး၍ ရှည်၏၊ အပွင့် ဖြူ၏၊ သေး၏၊ အသီးနုသောအခါ စိမ်း၍ ရင့်သောအခါ နီ၏၊ ထိုနောက် မည်းသောအခါ ညို၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဥ္စင်္ဂါးပါးကို သုံးရသည်၊ ခါးစပ်၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါကဌ် စပ်၏၊ ပြေပြစ်၏၊ အသံကို မှန်အောင် ထိန်းပေးတတ်၏၊ မျက်စိကို အကျိုးပြု၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို နိုင်၏၊ ရောင်တင်းခြင်း, နူနာ, မြင်းသရိုက်, အဖျား, တုလာသရော, ကြို့ထိုး, အော့အန်, နှလုံးရောဂါ စသည်ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အပူဖျားရောဂါ။ ။မောက်လောက်ညို ၄-ဖို့ ၁-ဖို့ ခန်းအောင်ပြုတ်၍ သင့်တော် ရုံ သောက်ပါက အပူလွန်ကဲသော အဖျားများ သက်သာရာရ၏။

ဝမ်းမီးနည်းသောရောဂါ။ ။၎င်းမောက်လောက်ညိုကို ၄ - ဖို့ တဖို့ ကြွင်း ပြုတ်၍ ပိတ်ခြင်းသီးမှုန့် အနည်းငယ်မျှ ထည့်၍ သောက်က ဝမ်းမီးနည်းရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ခွေးရူးကိုက်ရောဂါ။ ။မောက်လောက်ညိုကို သုံးခွက် တခွက်တင် ကျိုပြီးလျှင် ၎င်းပြုတ်ရည်ကို ခွေးရူးကိုက်ခံရသော သူအား သောက်စေရာ၏၊ ၎င်းပြုတ်ရည်ဖြင့် ခွေးရူး အကိုက်ခံရသော နေရာကို ဆေးကြောပေးရာ၏၊ အနာလည်းပျောက် ခွေးရူးဆိပ်လည်း ကျ၏။

အသည်းရောင်ရောဂါ။ ။၎င်းအပင်၏ ပဥ္စင်္ဂါးပါး၏ သတ္တုရည်ကို ၁၀-ကျပ်သား မှ ၁၅-ကျပ်သား အထိ ယူ၍ မီးနွေးနွေးဖြင့် နှင်းဆီရောင်လာသည် အထိ ချက်ပါ၊ ၎င်းချက်ထား သော အရည်ကို အသည်းရောင်သော သူအား တိုက်ကျွေးပါလျှင် အလွန် နှစ်ကာလရှည်စွာ ဖြစ် နေသော ရောဂါပင် ဖြစ်စေကာမူ လျင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဗူးသခွား

သက္ကတ कुष्माण्ड

ဟိန္ဒီ सफेद कद्दू (ဆဖေဒကဒ္ဒူ)

လက်တင် Cucurbita pepo

ပုံသဏ္ဍာန်၊ ။၎င်းသည် ရွှေဖရုံမျိုး ဖြစ်၏၊ ဓန္ဒေဒယ ၂-တွဲ စာမျက်နှာ ၃၈၂ တွင် လက်ဘင်ဘာသာဖြင့် Cucurbitapepo ဟု ရွှေဖရုံအဖြူကို ဖွင့်ပြထားလေသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အသီးသည် အေး၏၊ အူတို့ကို တန့်ရှုံ့စေ၏၊ နှုတ်ကို မြိန်စေ၏၊ သလိပ် နှင့် လေကို ပယ်တတ်၏၊ နူနာ, ရေငတ်, မောပန်းခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ သွေးကို စင်ကြယ်စေ၏။

ဗူးသီးအချို

သက္ကတ तुम्बी

ဟိန္ဒီ लौकी (လောက်ကိ)

လက်တင် Curbita lagenaria

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ဗူးပင်သည် လူသိများသည်၊ သဏ္ဍာန် အရောင်အသွေး အလိုက် အမျိုးများ၏၊ သို့သော် ဂုဏ်သတ္တိကား မထူးခြားချေ။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အသီးအရွက်ကို သုံးရသည်၊ ချို၏၊ အေး၏၊ ဝိပါကၡ ချို၏၊ လေကို ပွားစေ၏၊ သုက်ကို ပွားစေ၏၊ နှလုံးကို ကျေးဇူးပြု၏၊ ကိုယ်ဝန်ကို စောင့်ရှောက်မွေးမြူတတ်၏၊ မလတို့ကို ချုပ်စေ၏၊ (လေချုပ်ခြင်းကြောင့် ဝဘ်မသက်သည်ကို ဆိုလိုသည်။)

သည်းခြေကြောင့် ဖြစ်သော ရောဂါများ, သလိပ်ကြောင့် ဖြစ်သော ရောဂါများ, ပိန်ကြုံသော ရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

မှတ်ချက်။ ။ဗယဆေးပင်တို့၏ ဂုဏ်အင်စွမ်းရည်သတ္တိကို သိမြင်ကြကုန်သော ပညာရှင်တို့သည် အထက် ဖော်ပြပါအတိုင်း စားပင်အဖြစ်ဖြင့် သာ တွင်ကျယ်စွာ အသုံးပြုနေကြသော ထိုအပင်ကို ဖော်ပြကြလေကုန်၏၊ ဆေးပစ္စည်း၏ ဂုဏ်အင် စွမ်းရည်သတ္တိကို ဖော်ထုတ်ရာ၌ လျှာအသိ, ဆီးအနည်းအများ အသိဖြင့် မည်သည့် အခါမျှ မဆုံးဖြတ်သင့်ပေ၊ အဘယ်ကြောင့်နည်း ဟူမူ လျှာအသိဖြင့် ဆုံးဖြတ်သောပညာသည် ဆေးပစ္စည်းကို ဆုံးဖြတ်ရာ၌ အယုတ်နိမ့်ဆုံးသော အတန်းအစား၌ တည်နေ၏၊ လွန်စွာ အသိခက်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)

သော (ဝိပါက) ကြေကျက်ပြီးသောအခါမှ အကျိုးပေးသော ဆေးပစ္စည်းများကိုကား ဆေးပစ္စည်းတိုင်း၌ ပင်လျှင် တည်ရှိနေပေသည်၊ ပူသော ရသ ပင် ဖြစ်သော်လည်း သွေးမတက်ပေ၊ ဥပမာ - ပိတ်ချင်း စသည် ဖြစ်၏၊ စပ်သော ရသ ပင် ဖြစ်သော်လည်း ဆီးမပူပေ၊ ဥပမာ - ငြုတ်ကောင်း, ချင်း စသည် ဖြစ်၏၊ ခါးသော ရသ ပင် ဖြစ်သော်လည်း ကြက်ဟင်းခါး စသည်တို့ကား လေကို ပျက်စေ၏၊ လေဒေါသ အကျိုးပေးအောင် အပြစ်ပြု၏၊ ခါးသော ရသ ပင် ဖြစ်သော်လည်း လေဒေါသကို ပွားများစေ၏၊ ဥပမာ - ဆင်ထုံးမန္ဒယ်ပင် စသည် ဖြစ်၏၊ ခါးသော ရသ ပင် ဖြစ်သော်လည်း စူလာနဖာကား အဖျားကို နိုင်၏၊ တမာကား ပိုးကို နိုင်၏၊ အင်နံ ပင် ဖြစ်သော်လည်း သိန္ဓောဆားကား မျက်စိကို အကျိုးပြု၏၊ သစ်ပင်တိုင်းကိုပင် ပြာဆားလုပ်၍ ရ၏၊ လျှာနှင့် လျှက်ကြည့်မှု ငန်ပျပျသာ အရသာ ရှိ၏၊ အကျိုးသွားမှာ မူကား ဆေးပင် ကွဲပြားသလောက် အကျိုးသွားလည်း ကွဲပြား၏၊ ထို့ကြောင့် လျှာသိဖြင့် ဆုံးဖြတ်ခြင်းသည် ဆေးပစ္စည်း အတတ်ပညာ (နိဃဏ္ဍု) ကျမ်း၌ မကျွမ်းကျင်သောသူတို့၏ အနိမ့်ကျဆုံးသော အယူအဆ မျှသာ ဖြစ်၏၊ ဖော်ပြပါ (ဝိပါက) ကြေကျက်သွားပြီးသည့်နောက် (အကျိုးပြုသော) ဆေးပစ္စည်းတို့၏ ဂုဏ်အင်စွမ်းရည် သတ္တိကို သိမြင်နိုင်ရန် ခဲယဉ်းသည်ထက် ပဘာဝ ခေါ်တန်ခိုးသတ္တိဖြင့် အကျိုးပြုသည်ကို မှတ်သားယူဆရသော ဆေးပစ္စည်းများကား မြောက်မြားစွာ ပင် ရှိသေး၏၊ ၎င်းတို့ကိုကား လျှာအသိဖြင့်လည်း မရ၊ ဆီးအနည်းအများ အသိဖြင့်လည်း မသိနိုင်၊ လက္ခဏာကို ရှု၍လည်း မပေါ်လာ၊ သိပ္ပံနည်းဖြင့် မှတ်ခဲ့၍လည်း အဖြေမရပေ၊ ဥပမာ - ကန့်ချုပ်နီ, မကျစ်ဥ, ကျင်းစိန် (ကောလိသိမ်) စသည်ဖြင့် များစွာပင် ရှိပါသည်၊ ထို့ကြောင့် ဗေဒဆေးကျမ်းတို့ကို ကျွမ်းကျင်စွာ တတ်မြောက်ပြီးနောက် ထက်မြက်စူးရှသော အစွမ်းသတ္တိရှိသည့် ဆေးများ ဖော်စပ်နိုင်၍ မြန်မာ့ဆေးပညာကြီး တရပ် မြင့်တင်နိုင်ကြရန် ပြင်းထန်သောစေတနာထားရှိမိသဖြင့် ဆက်စပ်ရာ နေရာတိုင်း၌ သတိပေး တိုက်တွန်းစကား ရေးသားလိုက်ရပေသတည်း။

ဗူးသီးအခါး

သက္ကတ	कटु तुम्बी
ဟိန္ဒီ	कड़वी तुम्बी (ကရဗီ-တုမ္ဗီ)
လက်တင်	Lagenaria Vulgaria

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဗူးပင်ကဲ့သို့ နွယ်မျိုး ဖြစ်သည်၊ အသီးသည် များသောအားဖြင့် လုံး၍ အသီးအလယ်လောက်မှ စ၍ အညှာဘက်သို့ သေးသွားသည်၊ အရွက် စသည်တို့သည် ဗူးချိုနှင့် တူသည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။များသောအားဖြင့် အသီးကို သုံးရ၏၊ ခါး၏၊ အေး၏၊ ဝိပါကဋ္ဌ စပ်၏၊ နှလုံးကို အကျိုးပြု၏၊ ထက်မြက်၏၊ အန်စေတတ်၏၊ လေကို ပယ်ဖျက်တတ်၏၊ မလတို့ကို သုတ်သင်တတ်၏ လေ သည်းခြေကို နိုင်၏၊ ချောင်းဆိုး, ပန်းနာ, ဖောရောင်, အနာပေါက်, ထိုးအောင့်, အဆိပ်သင့်ခြင်း, လေ - သည်းခြေဒေါသများကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

ဗောက်လောက်ညို

သက္ကတ काकमाची

ဟိန္ဒီ मकोय (မကို,ယ)

လက်တင် Solanum Nigrum

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၁-ပေမှ ၃-ပေထိ မြင့်၏၊ အခက်အလက်များ ကောက်ကွေး၏၊ အရွက် လုံး၍ ရှည်၏၊ အပွင့် ဖြူ၏၊ သေး၏၊ အသီးနုသောအခါ စိမ်း၍ ရင့်သောအခါ နီ၏၊ ထိုနောက် မှည့်သောအခါ ညို၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဥ္စငါးပါးကို သုံးရသည်၊ ခါးစပ်၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါကဋ္ဌ စပ်၏၊ ပြေပြစ်၏၊ အသံကို မှန်အောင် ထိန်းပေးတတ်၏၊ မျက်စိကို အကျိုးပြု၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို နိုင်၏၊ ရောင်တင်းခြင်း, နူနာ, မြင်းသရိုက်, အဖျား, တုလာသရော, ကြို့ထိုး, အော့အန်, နှလုံးရောဂါ စသည်ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အပူဖျားရောဂါ။ ။ဗောက်လောက်ညို ၄-ဖို့ ၁-ဖို့ ခန်းအောင်ပြုတ်၍ သင့်တော် ရုံ သောက်ပါက အပူလွန်ကဲသော အဖျားများ သက်သာရာရ၏။

ဝမ်းမီးနှုံ့သောရောဂါ။ ။၎င်းဗောက်လောက်ညိုကို ၄ - ဖို့ တဖို့ ကြွင်း ပြုတ်၍ ပိတ်ခြင်းသီးမှုန့် အနည်းငယ်မျှ ထည့်၍ သောက်က ဝမ်းမီးနှုံ့ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ခွေးရူးကိုက်ရောဂါ။ ။ဗောက်လောက်ညိုကို သုံးခွက် တခွက်တင် ကျို်ပြီးလျှင် ၎င်းပြုတ်ရည်ကို ခွေးရူးကိုက်ခံရသော သူအား သောက်စေရာ၏၊ ၎င်းပြုတ်ရည်ဖြင့် ခွေးရူး အကိုက်ခံရသော နေရာကို ဆေးကြောပေးရာ၏၊ အနာလည်းပျောက် ခွေးရူးဆိပ်လည်း ကျ၏။

အသည်းရောင်ရောဂါ။ ။၎င်းအပင်၏ ပဥ္စငါးပါး၏ သတ္တုရည်ကို ၁၀-ကျပ်သား မှ ၁၅-ကျပ်သား အထိ ယူ၍ မီးနွေးနွေးဖြင့် နှင်းဆီရောင်လာသည် အထိ ချက်ပါ၊ ၎င်းချက်ထား သော အရည်ကို အသည်းရောင်သော သူအား တိုက်ကျွေးပါလျှင် အလွန် နှစ်ကာလရှည်စွာ ဖြစ် နေသော ရောဂါပင် ဖြစ်စေကာမူ လျင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ကျောက်ကလေး။ ။၎င်းဗောက်လောက်ညို ပဥ္စငါးပါးကို ပြုတ်ပြီးလျှင် ၎င်းအရည်ကို သောက်စေသော် ငုတ်နေသော ကျောက်ကလေးများ အပြင်သို့ ထွက်လာပါလိမ့်မည်။

အိပ်မပျော်သော ရောဂါ။ ။၎င်းဗောက်လောက်ညို၏ အမြစ်ကို သန့်ရှင်းစွာ ယူပြီးလျှင် ပြုတ်ရည်ပြု၍ ၎င်းတွင် ထန်းလျက် သင့်တော်ရုံ ထည့်၍ သောက်ခဲ့သော် ကြာမြင့်စွာ အိပ်မပျော်သူများ အိပ်ပျော်လာပါလိမ့်မည်။

ရေဖျင်း နှင့် နှလုံးရောဂါ။ ။ဗောက်လောက်ညို၏ အရွက်, အသီး, အကိုင်း, အခက်များကို သတ္တုရည်ထုတ်၍ ၂ ပဲသား့မှ ၈ ပဲသားအထိ တနေ့တကြိမ် သို့မဟုတ် နှစ်ကြိမ် အခြေအနေကြည့်၍ တိုက်ခဲ့သော် ရေဖျင်းရောဂါ နှင့် နှလုံးရောဂါ အမျိုးမျိုးကို ပျောက်ကင်းစေနိုင်၏။

လျှာအာကွဲနာ။ ။ဗောက်လောက်ညိုရွက်ကို ဝါးပေးပါလျှင် ဆောလျင်စွာ လျှာကွဲခြင်း, ပါးစပ်ကွဲခြင်း ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

မုတ္တကိစ် (ဆီးအောင့်ရောဂါ)။ ။ဗောက်လောက်ညို၏ သတ္တုရည်တွင် သကြားခဲခပ်၍ သောက်ပါလျှင် ဆီးအောင့်သော ရောဂါများ လျင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ကျင်ပုတ်နာ။ ။ကျင်ငယ်ဆင်းသောအခါ၌ အနံ့မခံနိုင်အောင် ဆိုးသော ကျင်ပျက်ရောဂါ၌ အထက်ဖော်ပြပါအတိုင်း အသုံးပြုရ၏။

သွားနဲ့ရောဂါ။ ။သွားမခိုင်ဘဲ ကျိုးတော့မည့်အခါတွင် လွန်စွာ နာကျင်သဖြင့် ဒုက္ခဝေဒနာခံစားရသော် ၎င်းအပင်၏ သတ္တုရည်နှင့် ဆီ သို့မဟုတ် ထောပတ်စစ်စစ်တို့ကို ရော၍ သွားရင်း၌ သိပ်ပေးခဲ့သော် နာကျင်ခြင်း ကင်းလျက် အလိုလို သွားထွက်သွားပါလိမ့်မည်။

မျို့အန်သောရောဂါ။ ။၎င်းအပင်၏ သတ္တုရည်ကို လက်ဖက်ရည် ၁၂ ဇွန်း အစိမ်း ရော၍ တိုက်ကျွေးခဲ့သော် မျို့အန်သော ရောဂါများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

အဖုအပိမ့် အနီထရောဂါ။ ။၎င်းသတ္တုရည်ကို ရောဂါအခြေအနေ အရ တိုက်ကျွေးခဲ့သော် တကိုယ်လုံး အနှံ့အပြား အနီရောင် အဖုအပိမ့်များ ဆောလျင်စွာ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

မှတ်ချက်။ ။၎င်းအပင်သည် မိုးဦးကျ၌ စိမ်းလန်းစိုပြေစွာ အလိုအလျောက် ပေါက်လာတတ်၏၊ မြေဆွေးအမှိုက်ပုံများရှိရာ နေရာတို့၌ အထူးသဖြင့် မြောက်မြားစွာ ပေါက်ရောက်တတ်၏၊ မသိသောသူတို့သည် နှုတ်ပစ် ပယ်ရှား ကျော်လွှားသွားကြကုန်၏၊ သိသောသူတို့မှာကား အထက်ဖော်ပြပါအတိုင်း ဖော်စားကြကုန်၏၊ အမှိုက်ပုံမှ အလိုအလျောက် ပေါက်သော ဆေးတပင်သည် လူသားတို့၏ ရောဂါအမျိုးမျိုး အတွက် ကယ်တင်ရှင်ဖြစ်သည်ကို သတိပြု၍ ဆေးအဘိဓာန်ကျမ်းကို ကျေညက်အောင် ကြည့်ရှုလေ့လာရာ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဗုဒ္ဓသရဏပင်

သက္ကတ दैवकेजि

ဟိန္ဒီ सब्जय (ဆဗ်ဇ-ဂျ,ယ)

လက်တင် Canna Indica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်ကို အဖျားရောဂါ နှင့် အဖျဉ်းရောဂါ အတွက် ဆီးများ စေရန် ပေးရ၏၊ တွန်းကန်တတ်၏၊ တိရစ္ဆာန်များ အဆိပ် ရှိသော မြက်ကို စားမိသောအခါ အမြစ်ကို အပိုင်းပိုင်းပြု၍ ဆန်ဆေးရည်နှင့် ကျို၍ တိုက်ရသည်၊ အစေ့သည် ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ အနာကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

ဗုံလုံသီး (ရေ)

ပါဠိ ဇွရဃ္နး (ဟူရု,ယ)

လက်တင် Sapium indicum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အမြဲ စိမ်းလန်းသော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အားလုံးသော အပင်၏ အစိတ်အပိုင်းတို့သည် နူးညံ့၏၊ အခေါက်သည် ပြာရောင် ရှိ၏၊ အရွက်သည် ထိပ်ဖျား ချွန်၏၊ အပွင့် သေး၏၊ ဝါရောင် ရှိ၏၊ အစေ့ နူးညံ့၍ ဖျော့တော့သော အရောင် ရှိ၏၊ မြစ်ကမ်းနားနှင့် ရေအိုင်ဘေးနားတွင် ပေါက်တတ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အသီးရည်ကို ပျို့အန်စေရန်အတွက် အသုံးပြုသည်။

မှတ်ချက်။ ။ဗုံလုံ ဟု ဆိုရာ၌ မြန်မာ့ဝေါဟာရတွင် သစ်ဗုံလုံ, နွယ်ဗုံလုံ ဟု နှစ်မျိုး ရှိ၏၊ ဖော်ပြပါ ဗုံလုံသည် သစ်ဗုံလုံမျိုး ဖြစ်၏၊ အသီး လုံးသည်၊ မှည့်သောအခါ မြစ်ချောင်းထဲတွင် ပေါ်၍ ရေနှင့် စီးသွား၏၊ ငါးပျံခေါ်သော အကောင်ငယ်များသည် ၎င်းအပေါ်တွင် ခုံဘက် နားနေသောအခါ အသီးမှာ လွန်စွာ ချောမွတ် လုံးနေသဖြင့် တိမ်းစောင်းသွား၏၊ ထိုအလုံးပေါ်မှ ကျရာ၏၊ ရံခါ ဗုံလုံသည် ရေတွင် ပေါ်နေ၍ ငါးပျံသည် အောက်က နေရသည်၊ ရံခါ ခုံ၍ တက်သောအခါ ဗုံလုံသည် အောက်က ဖြစ်နေသည်၊ ငါးပျံသည် အပေါ်မှာ နေရသည်၊ နိမ့်တုံ မြင့်တုံ ဖြစ်ကြရမြဲ ဖြစ်သော လောကဓံအတွေ့အကြုံကို တင်စား၍ "ဗုံလုံတလှည့် - ငါးပျံတလှည့်" ဟု ရှေးသူဟောင်းတို့ ပြောဆိုကြကုန်၏။

ဗိုင်းဒေါင့်ရှည်

မဂ်ါလိ गुरिया

လက်တင် Kandelia rheedii

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ၂-လက်မခွဲမှ ၅-လက်မ အထိ ရှည်၏၊ ၁-လက်မမှ ၂-လက်မခွဲ အထိ အနံ ရှိ၏၊ ထိပ်ဖျား ချွန်၏၊ ဥသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အပေါ်ဘက်မျက်နှာ အနီရင့်ရောင်, အောက်ဘက် နီညိုရောင် ရှိသည်။

အပွင့်။ ။၄-ပွင့်မှ ၁၉-ပွင့်အထိ စုပြုံ၍ ပွင့်၏၊ အပွင့်သည် ၁၂-ပဲမှ ၁-ကျပ် ၄-ပဲ မျှ ရှည်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်း၏ အခေါက်သည် ပိတ်ချင်းသီး (သို့မဟုတ်) ချင်းခြောက် ရေ, နှင်းရေတို့နှင့် တိုက်သော် ဆီးချိုရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

မျိုင်းချေး (မျိုင်းချေးပင်)

ဟိန္ဒီ मरेरी (မရေရီ)

လက်တင် Erigerom asteroides

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မိုးရာသီ ပေါက်တတ်သော အပင်သေးမျိုး ဖြစ်၏၊ တမိုက်မျှ ရှည်၏၊ အမွေးရှိ၏၊ အပွင့် ဝါ၏၊ ပဥ္စငါးပါးကို ဆေးသုံးရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဆီးကို ရှင်စေ၏ တွန်းကန်စေတတ်၏၊ ဖျားစဉ် ဆီးကောင်း စေရန် သို့မဟုတ် တွန်းကန်စေရန် အသုံးပြုရာ၏။

မျိုင်းခြေဖြူ

ပန်ဂျာဗီ बलरक्षा (ဗာလရက်ချိ)

လက်တင် Gnaphalium Luteoalbum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်သေးမျိုး ဖြစ်သည်၊ အရွက်ညှာတံမရှိ၊ ၁-လက်မမှ ၁-လက်မ ခွဲထိ ရှည်၏၊ အပင်များသည် ဝါ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရွက်သည် တွန့်ရှုံ့စေတတ်၏၊ အနာကို အသားနု တက် စေ၏၊ ကျုန်းမာသေ‌သူ၏ အိမ်၌ အရွက် မီးရှို့ပါက လေသည် သန့်ရှင်းစင်ကြယ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပြူးခြေထောက်အမ
RHIZOPHORA MUCRONATA
कामो (ကာမိုး)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ခိုင်းဒေါင်

ပြူးခြေတောက်အမတွင် ရှုပါ။

ဗျိုင်းဝါပင်စောက်

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် အပင်နိမ့် လေးမျိုး ဖြစ်၏၊ ၁-ပေ, ၁ ပေခွဲခန့် အမြင့် ရှိ၏၊ အုပ်စုဖွဲ့၍ ပေါက်တတ်၏၊ ကုန်းမြင့် မြေမျိုးတွင် ပေါက်တတ်၏၊ အပွင့်သည် ဝါသော အဆင်း ရှိ၏၊ အရွက် နှင့် အရိုးမှာ ဖြူသော အဆင်းရှိ၏၊ ၎င်းသည် သာ ဗျိုင်းဝါပင်စောက်ပင် အစစ် ဖြစ်၏၊ ၎င်းကို ချေးအုပ်ဆေး နှင့် ကျွဲ,နွားတို့ ပခုံးပေါက်ရောဂါ၌ ကြိတ်နယ်အုံပေးရ၏၊ အင်္ဂလိယ ဆရာတို့ကား ဆေးဒါန်းဓာတ်ကို ဖမ်းရာ၌ အသုံးပြုကြ၏။

ဤ၌ မှတ်သားဘွယ်တရပ် အဆုံးဖြတ်ကို ဖော်ပြလိုပါ၏၊ ပုံပြဆေးအဘိဓာန် ပဌမတွဲတွင် ကျွဲကျောင်းမင်စေး (ဆေး) ပင်ကို ဗျိုင်းဝါပင်စောက်ပင် ဟု မှားယွင်းစွာဖြင့် ဖော်ပြအသုံးပြု ကြသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ထိုကျွဲကျောင်းမင်စေးသည် အကြီးမျိုး နှင့် အငယ်မျိုး နှစ်မျိုး ရှိ၏၊ အကြီး မျိုးကို ကျွဲကျောင်းမင်ဆေး ဟု ခေါ်၍ အငယ်မျိုးကို ခြသေ့်နို့ရည် ဟု ခေါ်ကြ၏၊ ထိုနှစ်မျိုး တို့၏ စွမ်းရည်သတ္တိကိုကား ပဌမတွဲ၌ အပြည့်အစုံ ဖော်ပြထားပြီး ဖြစ်၍ ဤ၌ ဖော်ပြရန် လိုမည် မဟုတ်ချေ၊ ဗျိုင်းဝါပင်စောက် နှင့် ကျွဲကျောင်းမင်ဆေး ကွဲပြားရန်အတွက် မှတ်သားထားရန် သာ လိုပေသည်။

ပြူးခြေထောက် (အမ)

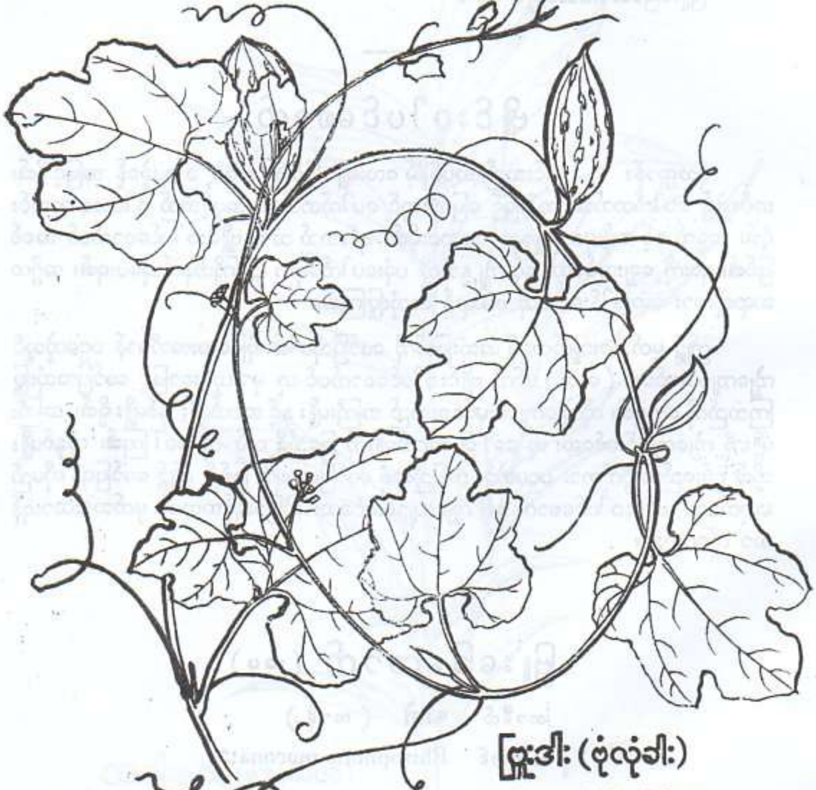
တာမိလ် ကာနို (ကာနို)

လက်တင် Rhizophora muconata

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပြူးခြေတောက်သည် အဖို,အမ နှစ်မျိုး ရှိသည်၊ အဖိုပင်ထက် အမ ပင်က ကြီး၏၊ သိုသော် ကောက်ကောက်ကွေ့ကွေ့ ရှိ၏၊ အဖိုမှာ ခြုံသဘောရှိသော အပင် ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ဥသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အဖျား ချွန်၏၊ အရောင် ဝါ၏၊ အပွင့် မွှေး၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အခေါက်ကို သွေးယိုစီးခြင်း, ဆီးနှင့် ရော၍ သွေးပါခြင်းတို့၌ အသုံးပြုရ၏၊ တိုက်ရ၏၊ ထိုမှတပါး ဆီးချိုရောဂါတွင်လည်း များစွာ အသုံးဝင်လေသည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



ကြူးဒါး (ဖုံလုံခါး)
TRICHOSENTHAS DIOICA.
परवल (ပရိဝလိ)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဖြူးဒါး (ဗုံလုံခါး)

သက္ကတ पटोल
ဟိန္ဒီ परवल (ပရ်ဝ,လ်)
လက်တင် Trichosenthes cucumerina

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ငင်းသည် မိုးသက်နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ငင်းနွယ်တွင် ဖြူသော မွေးနုများ ရှိ၏၊ အပွင့်လိုက်၍ ဖို့မ နှစ်မျိုး ရှိသည်၊ အဖိုပွင့်မှာ ဖြူ၏၊ ပွင့်ဖတ် ၅-ခု ရှိ၏၊ အသီးသည် ဗုံလုံချိုသီးနှင့် ပင် တူလေသည်၊ အရွက်သည် ဒေါင့်စွန်းများ ရှိ၏၊ ဘေးဘတ်လည် ခွေးသွားလည်း ရှိ၏၊ အသီးနုလျှင် စိမ်း၍ ရင့်လျှင် ဝါ၏၊ အသီးပေါ်တွင် ဖြူသော အရေးအကြောင်းများ ရှိ၏၊ တန်ဆောင်မုန်း, နတ်တော်လများတွင် အသီးမှည့်သည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ငင်း၏ အမြစ်သည် ဝမ်းသက်၏၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း, ချောင်းဆိုးခြင်း, အနာအဖု, အပိန်းများပေါက်ခြင်းကို ကင်းစေ၏၊ အရွက်သည် သည်းခြေကို နိုင်၏၊ ငင်းအသီးသည် ခါး၏၊ ပူ၏၊ ဝမ်းသက်၏၊ အဖျားကို နိုင်၏၊ ပိုးများကို သုတ်သင်တတ်၏၊ ဝမ်းမီးတောက်၏၊ ရေငတ်ခြင်း, ချောင်းဆိုးခြင်းကို ကင်းဝေးစေ၏၊ သည်းခြေနာ, ချောင်းဆိုးနာ, ယားနာ, ခရုသင်းနာ, သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း, ပူလောင်ခြင်း, နူနာ, အနာအဖုများ, ရေယုန်နာ, မျက်စိရောဂါ နှင့် ဒေါသသုံးပါး ဖောက်ပြန်ခြင်းကို ငြိမ်းစေ၏၊ ငင်း၏ ဆီသည် ချောင်းဆိုးရောဂါ၌ အသုံးပြုရ၏၊ ငင်းအပင်သည် နှလုံးကိုလည်း အားပေး၏၊ ဓာတ်ဘိုကိုလည်း ကောင်းအောင် ပြုပြင်တတ်၏၊ အဖျားကို နိုင်၏၊ ပိုးနာများကို နိုင်နင်း၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

သန်ကျဆေး။ ။ဗုံလုံခါးအစေ့ကို အမှုန့်ပြု၍ တနှစ်သားကို ၂-ရွေးမျှ ကျွေးပါက ဝမ်းတွင်းရှိ သန်ကောင်များ ပျက်စီးကုန်၏။

အဖျားပျောက်ဆေး။ ။ငင်းဗုံလုံခါး အစေ့အမှုန့်ကို ဆေးခါးကြီး ပြုတ်ရေနှင့် သောက်မူ အဖျားရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

အဖျားအို, အဖျားဟောင်းများ။ ။ငင်းဗုံလုံခါးရွက်ကို ပေါင်းတိုက်ရည်ယူ၍ နေ့စဉ်နှင့် အမျှ ဖျားနေသော အဖျားဟောင်းများကို လိမ်းကျံမူ လျှင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်း၏။

အစာအိမ်အချဉ်ပေါက်ရောဂါ။ ။ဖြူးဒါးရွက်, တမာခေါက်, သမင်စာသီး—ငင်းသုံးပါးကို အညီအမျှ စုကျိုပြီးလျှင် ပျားရည် နှင့် သိခန္ဓာ သင့်ဘော်ရုံ ထည့်၍သောက်မူ အစာအိမ် အချဉ်ပေါက်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

သလိပ် နှင့် သွေးအန်ရောဂါ။ ။ဗုံလုံခါးရွက်နှင့် ချင်းကို ပြစ်ပြစ်သွေးပြီးလျှင် ထောပတ်ကို ချက်၍ ငင်း ၂-မျိုး သွေးပြီးသားကို အနည်းငယ် ဆီသတ်သလို ချက်ပြီးလျှင် ငင်းထောပတ်ကို သောက်မူ သလိပ်အန် နှင့် သွေးအန်ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

လိင်နိမိတ်ရောဂါပျောက်ဆေး။ ။မြူးဒါးရွက်, တမာခေါက်, တြိဖလ (ဆီးဖြူ, ဖန်းခါး, သစ်ဆိမ့်) နွားမြေရင်း, သဘော်ပွဲလျှက်တို့ကို အမှုန့်ပြု၍ ရှားနှစ်ကို သွေးသောအရည်နှင့် သောက်မူ လိင်နိမိတ်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

မုတ်ကြီးရောဂါ။ ။မြူးဒါးရွက်, သစ်ခွပန်းရွက်, နွယ်ချို, ဆင်သမနွယ်, ကြက်ဆူမြစ်, ငုမြစ်, မုယားကြီးရွက်—၎င်းဆေးများကို အမျှစီ စု၍ ပြုတ်ပြီးသောက်မူ မုတ်ကြီးရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

မှတ်ချက် (၁)။ ။၎င်းဗုံလုံကို ဟောသောသဒ္ဒါသည် ပဋ္ဌောလသဒ္ဒါ ဖြစ်၏၊ ရှေးနိသျပြန်တို့၌ ပဋ္ဌောလကို ပဋ္ဌုန်သီး ဟု ပြန်ကြ၏၊ မှန်ကန်စွာ မသိသဖြင့် ၎င်းရှိရင်းစွဲ အမည်အတိုင်း ပြန်ခြင်းမျိုး ဖြစ်၏၊ ဒုတိယခေတ်လောက်တွင် ၎င်းပဋ္ဌောလသဒ္ဒါကို မြူဒါး (ဝါ) ဗုံလုံ ဟု ပြန်ကြ၏၊ မြူဒါးသည် ဒုတိယခေတ် ဝေါဟာရဖြစ်၍ ဗုံလုံသည် ယခုတိုင် ခေါ်ဝေါ်သော ဝေါဟာရ ဖြစ်၏၊ ၎င်းသည် အခါး, အချို ၂-မျိုး ရှိသည်၊ အခါးမျိုးသည် မြန်မာပြည်တွင် ခြံစီးရိုးနွယ်ခြုံတို့၌ အလိုအလျောက် ပေါက်တတ်၏၊ လွန်စွာခါး၏၊ အချိုမျိုးမှာမူ ယနေ့တိုင်အောင် မြန်မာပြည်၌ ပေါက်ရောက်သည်ကို မတွေ့ရသေးချေ။

ဣန္ဒိယမှ ကျွန်ုပ်တို့ကိုယ်တိုင် မျိုးကို ယူဆောင်၍ စိုက်ပျိုးသည်၊ အချို့ လုံး၀ မပေါက်ချေ၊ အချို့ အပင်ငယ်များ ပေါက်လာသော်လည်း အသီး သီးလောက်အောင် အသက်မရှည်ချေ၊ ကျွန်ုပ်တို့သာ စိုက်၍ မအောင်မြင်သည်မဟုတ်ပါ၊ အိန္ဒိယတိုင်းသားတို့လည်း အကြိမ်ကြိမ် စိုက်ပျိုး၍ မဖြစ်ကြောင်း ပြောပြ၍ သိရ၏၊ အခါးတကာတို့တွင် အမြတ်ဆုံး အပင် ဖြစ်သည်၊ အချိုမျိုးမှာလည်း အခါးမျိုးကဲ့သို့ပင် လူသားတို့အား လွန်စွာ ကျေးဇူးပြုသည်၊ လူတိုင်း လူတိုင်း အများဆုံး ခံစားရသော အဖျားရောဂါကို ကာကွယ်နိုင်သည်၊ လူတိုင်း အရေးကြီးသော အစာသစ်အိမ် ဝမ်းမီးကို တောက်စေသည်။

သွေးတွင် ရှိသော အညစ်အကြေးများကိုလည်း ပယ်နှုတ်တတ်၏၊ "သွေးသည် ပင်လျှင် အသက်- အသက်သည်ပင်လျှင် သွေး" ဟူသော စကားပုံအတိုင်း အသက် တည်းဟူသော ဇီဝိတရုပ်သည် ရသရည်,အသွေး, အသား, အရိုး,အဆီ,ရိုးတွင်းချဉ်ဆီ,သုက် တည်းဟူသော ခန္ဓာကိုယ်တွင်းရှိ ဓာတ် ၇ လွှာတို့၌ အနှံ့အပြား တည်သော်ငြားလည်း သွေးတွင် အဓိက အားဖြင့် တည်၏၊ ထို့ကြောင့် သွေးကို (ဇီဝဓာရ) အသက်ကို ဆောင်တတ်သည် ဟု ဗိန္ဒောဆေးကျမ်းတို့၌ ဆိုထားသည်၊ ထိုအသက်၏ တည်ရာ အရေးအကြီးဆုံး သွေးကို ဖြစ်လည်း ဖြစ်စေသည်၊ အညစ်အကြေးများကိုလည်း ထုတ်ပယ်တတ်သည်၊ သွေး၏ မှန်ကန်စွာ လှည့်လည်မှုကို ဖြစ်စေသည်၊ ၎င်းအပင်သည် ဖော်ပြပါ အကျိုးတို့ကို သာလျှင် ပြုနိုင်သည် မဟုတ်သေး၊ (ရသာယန) အသက်ရှည် ဆေးကျမ်းတို့၌လည်း ဖော်ပြချီးကျူးထား၏၊ လူတိုင်း ပင် အရေးကြီးသော အချက်၌ ကာကွယ်နိုင်ရန် ရှေးဗိန္ဒောဆရာတို့သည် "မျက်စိမှာ ရည်၊ နားမှာ ဆီ၊ ဒန္တီမှာ ဆား၊ ဝမ်းမှာ ခါး" ဟု မိန့်ဆိုထားသည်ကို တွေ့ရ၏၊ အခါး ဟူသည် ဖော်ပြပါ ဝမ်းမီးကိုလည်း မပျက်စေ- အစာ

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဟောင်း အညစ်အကြေးများကိုလည်း ထုတ်ပယ်နိုင်သောကြောင့် ထိုဗုံလုံခါးသည် အစာသစ်အိမ် အစာဟောင်းအိမ် နှစ်ခုစလုံးကို အကျိုးပြုသည်၊ ကင်းပုံ ချို ခါး ရှိရာတွင် အခါးမျိုးကိုလည်း အခါး သက်သာအောင် ဖန်တီး စားကြသကဲ့သို့ ထိုဗုံလုံခါးသီးကိုလည်း ပြုပြင်ချက်စားကြ၏၊ သို့သော် အချိုမျိုး ရှိသော အိန္ဒိယပြည်၌ကား ဆေးသုံးရာ၌သာ အခါးမျိုးကို သုံး၍ စားသုံးရာ၌ကား အချိုမျိုးကို သုံးကြကုန်သည်၊ လွန်စွာနှုတ်ကို မြိန်စေတတ်သည် ဟု ဆေးကျမ်းတို့၌ ဖော်ပြထားသည်ကိုလည်း တွေ့ရ၏။

သစ်သီးများ ကြော်ချက် စားသကဲ့သို့ ကြော်ချက်စားလျှင် လွန်စွာ အရသာ ရှိသည်၊ လွတ်လပ်ရေး မရမီခေတ်က မြန်မာပြည်တွင် အိန္ဒိယသားများ အိန္ဒိယမှ များစွာ မှာယူ တင်သွင်းကာ စားသောက်ကြကုန်သည်၊ ဆောင်းရာသီအဝင်တွင် အခြားသော ခရမ်းချဉ်သီး, မုန်လာ စသည်တို့ကဲ့သို့ တွေ့ရ၏၊ ခရမ်းချဉ် ငါးဆယ်သားကို ဣန္ဒိယပြည်၌ ၄-ပဲမျှ ပေးရသောအချိန်တွင် ၎င်းကို ၁၂-ပဲမျှ ပေးရသည်၊ လွန်စွာ စိုက်ပျိုးသင့်-အသုံးပြုသင့်သော နွယ်ပင် ဖြစ်ပေတော့သည်။

ဗုံလုံနွယ်

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပဲလင်းမြွေမျိုး ဖြစ်သည်၊ သို့သော် ပဲလင်းမြွေကဲ့သို့ မရှည်၊ တိုတုတ်၏၊ ၎င်းသည် ဆေးကျမ်း ဝေါဟာရ မဟုတ်ချေ၊ မြန်မာတို့ ခေါ်ဝေါ်ကြသော အမည်တမျိုး ဖြစ်သည်၊ ပဲလင်းမြွေမျိုးတဲမှ ဖြစ်၍ ပဲလင်းမြွေတွင် ကြည့်ပါလေ။

မြူးမိုင်းဒေါင့်

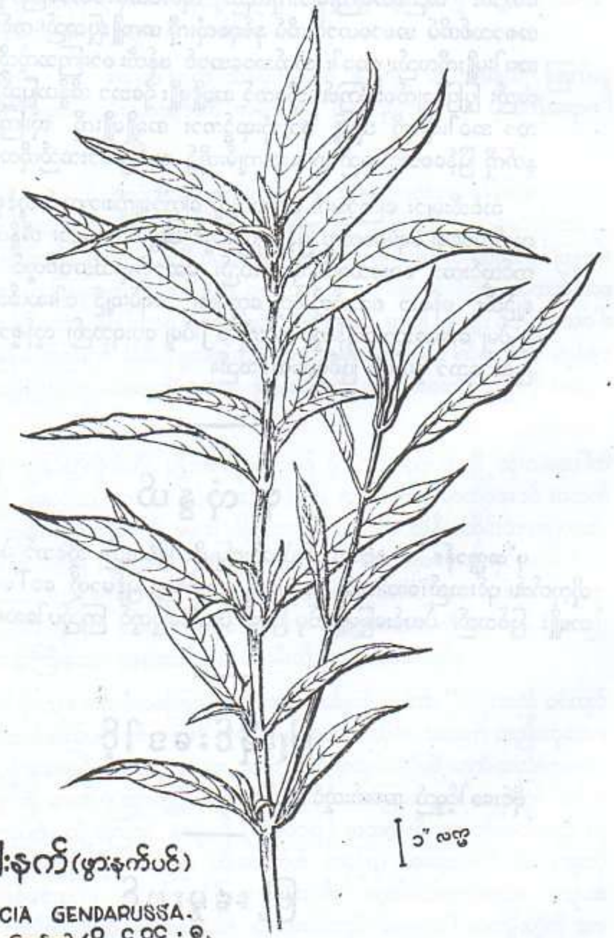
မိုင်းဒေါင့်ရှုည် အခဏ်းတွင် ရှုပါ။

မြုံးမွှေးပင်

ယူနာနီ ဇဘနီမ (ဂျလ်နီ,ဒ)

လက်တင် Lycopus europaeus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းအပင်သည် ဖြောင့်မတ်သည်၊ အမြစ်တို့သည် မြေတွင် ပျံ့နှံ့၍ ထွက်သည်၊ အရွက် ခွေးသွားစိတ် ရှိသည်၊ အပွင့် သေး၏၊ ဖြူ၏၊ ခရမ်းရောင်လည်း ရှိ၏။



ဘဝါးနက် (ဖွားနက်ပင်)

JUSTICIA GENDARUSSA.

नील निर्गुण्डी (နီလ်နိရ်ဂုဏ္ဍီ)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခါး၏၊ ပူ၏၊ သွေးကို စင်ကြယ်စေ၏၊ သလိပ် နှင့် လေကို ဝမ်းသက်ခြင်းနှင့် အတူ ကျဆင်းစေ၏၊ ဆီနှင့် လိမ်းသော် အယား ပျောက်ကင်း၏၊ လေနှင့် စပ်သောရောဂါ, နူနာရောဂါ, ယားယံခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ၎င်းအရွက်ကို ကြိတ်၍ အနာများကို အုံပေးလျှင် ပြည်များ စင်ကြယ်ပြီး အသားနု တက်လွယ်၏။

မြည့်စင်

ပုံပြဆေးအဘိဓာန် ပဋမတွဲ ကင်ပလင်းကို ရှုပါ။

[ဘ]

ဘဝါးနက် (ဖွားနက်ပင်)

သက္ကတ နီလနိဂ္ဂုဏ္ဍီ

ဟိန္ဒီ နီလ နိဂ္ဂုဏ္ဍီ (နီလ်-နိရ္ဂုဏ္ဍီ)

လက်တင် Justica gendarussa

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၃-ပေ ၄-ပေခန့် မြင့်သော အပင်မျိုး ဖြစ်သည်၊ ဥယျာဉ်လမ်းဘေး တို့၌ စိုက်တတ်သည်၊ အခက်အလက်များသည် သေးသွယ်၍ မဲ၏၊ မိုးရာသီ၌ ပွင့်၏၊ အရွက်ကို ဆေးအဖြစ် အသုံးပြုရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခါး၏၊ သတ္တိ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ထက်မြက်၏၊ သလိပ်ကို ထုတ်ဆောင်တတ်၏၊ အန်စေတတ်၏၊ နုတ်မြိန်စေတတ်၏၊ ခြောက်ထပ်၏၊ ဖောရောင်, အစာ မကြေ, မျက်စိရောဂါ, အဖျား, နားအူခြင်း စသည်တို့၌ အသုံးပြုရသည်။

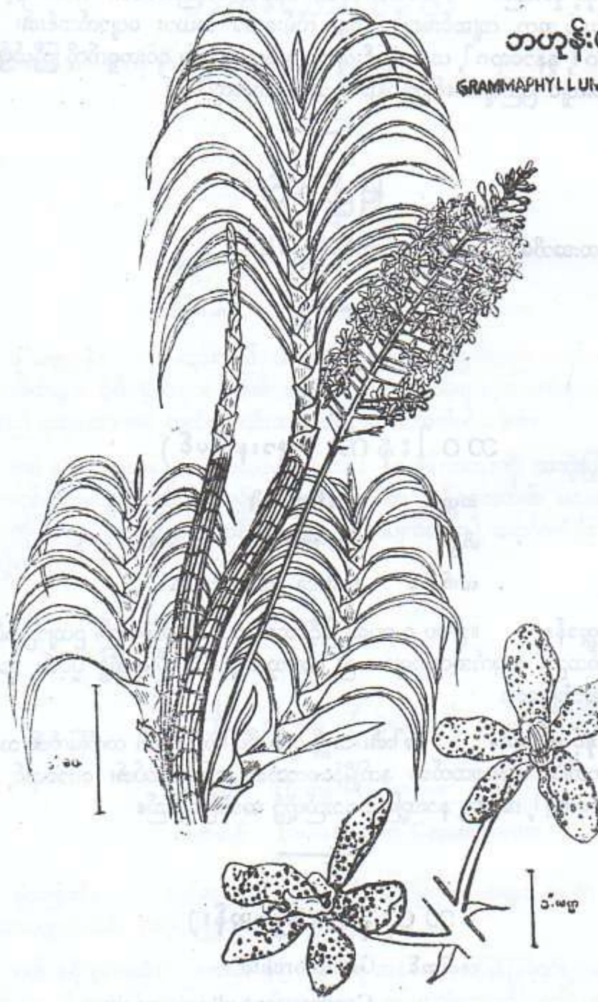
ဘဟုန်း (ကြံဗဟုန်း)

လက်တင် Giant orchid

Grammatophyllum specium

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းသည် သစ်ပင်ကြီးများတွင် တွယ်ကပ် ပေါက်ရောက်တတ်သော သစ်ခွပန်းမျိုး ဖြစ်၏၊ ကမ္ဘာပေါ်တွင် သစ်ခွပန်း အမျိုးမျိုး ရှိသည့်အနက် အကြီးဆုံး အပင်မျိုး

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



ဘဟုန်း(ကြံဗဟုန်း)
GRAMMAPHYLLUM SPECIOUM

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဖြစ်၏၊ အရိုးတန်များသည် ၃-တောင်မှ ၄-တောင်အထိ မြင့်၏၊ ထိုအရိုးတန်မှ ကြံရွက်များကဲ့သို့ ကပ်၍နေသော အဖတ်အဖတ်အရွက်များသည် အလျားတတောင်မျှ ရှိ၏၊ အနံ ၂-လက်မမျှ ကျယ်၏၊ အရိုးတန်မှာ ဖြူရောင်သန်း၍ စိမ်း၏၊ အရွက်မှာ စိမ်းရောင်သက်သက် ဖြစ်၏၊ အပင်ရိုး၏ အရင်းမှ ပွင့်ခက်များ စုရုံး၍ ပွင့်တန်ရှည်ကြီးများ ထွက်လျက် ပွင့်လာကြကုန်၏၊ ပန်းပွင့်ရောင်မှာ ညိုရောင်သန်း၍ အပွင့်၏ အတွင်းသားမှာ ပို၍ ညို၏၊ မြန်မာပြည် တနင်္သာရီတိုင်း မြိတ်နယ်အလွန် ကြီးမားသော တောများတွင် မြင့်မားလှသော သစ်ပင်ကြီးများ၌ တွယ်ကပ်၍ ပေါက်တတ်၏၊ ၎င်းကို ဗဟုန်းပင် ဟူ၍၎င်း, ကြဗဟုန်းပင် ဟူ၍၎င်း ထိုအရပ်ဒေသရှိ လူများ ခေါ်ဝေါ်ကြကုန်၏၊ ရှေးဆေးနည်းများတွင် ထိုအပင်ကို ဆေးဘက်အနေဖြင့် ပါဝင်နေသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ၎င်းအပင်ကို ဖြတ်တောက်၍ ကလေးများ ပခက်ဘွင် ချည်ဆွဲထားပေးကုန်၏၊ အချို့ ကလေးငယ် အိပ်သော ခေါင်းအုံးတွင် တပ်ထားပေးကုန်၏၊ ကလေးများ ကြဗဟုန်းရောဂါကို တားမြစ်ကာကွယ်နိုင်သည် ဟု စွဲယူမှတ်သား၍ အထက် ဖော်ပြပါအတိုင်း ပြုလုပ်ကြကုန်၏၊ ဤ၌ သတိပြုရန်မှာ ကြဗဟုန်း ဟူသော ဝေါဟာရ ပင် ဖြစ်သည်၊ ဆေးကျမ်းတို့၌ ကလေးများရောဂါကို ပြရာတွင် ကြဗဟုန်းရောဂါ ဟု ပါရှိသည်၊ ၎င်းအမည်သည် မည်သည့်ဘာသာ၏ ဝေါဟာရ ဖြစ်သည်ကို အချိန် အတော်ကြာကြာကပင် စီစစ်လေ့လာခဲ့ဘူး၏၊ မွန်စကားနှင့် အနီးစပ်ဆုံး ဖြစ်သည်ကို တွေ့ရ၏၊ ဤကြဗဟုန်း ဟူသော ဝေါဟာရ စကားသည် ကျားကို ခေါ်သော မွန်စကားနှင့် လွန်စွာနီးစပ်နေသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ကလေးများသည် အမိဝမ်းတွင်းမှ ပင်လျှင် စတင်၍ ရောဂါပါလာ၏၊ ဖြူ, နီ, ညိုကွက်များ အမျိုးမျိုး အသွင်ပြောင်းလျက် ဖြစ်လာ၏၊ တဖြည်းဖြည်း ပိန်ကြုံလာ၏၊ မန်းကွက်, ငန်းကွက်ကဲ့သို့ ဖြစ်လာ၏၊ ထိုအပုတ် အခိုး လေ တည်းဟူသော ငန်းသည် တဖြည်းဖြည်း စုအောင်းမိသော အခါ၌ တိုးသည်ထက် တိုးသည်၏ အဖြစ်သို့ ရောက်ရလေ၏၊ အတက် လွန်စွာကြမ်း၏၊ ရောဂါ၏ ဖြစ်မှုသည် လွန်စွာ နက်ရှိုင်း၏၊ ကျားများ၏ အဟုန်သည် လွန်စွာ ပြင်းထန်သကဲ့သို့ ပြင်းထန်သော အတက်နာတမျိုးဟု ဆိုရပေမည်။ ။သာမညအပူ လွန်စွာ ပြင်းထန်လာ၍ သူငယ်များတက်တတ်၏၊ ကောက်ကွေး ရွံ့စောင်းပြီး တက်သည့်အထိ သည်းခြေဒေါသအပူ နှင့် လေဒေါသအပူ ပြိုင်၍ တက်သောအခါ အလွန် ကြမ်း၏။ ။အချို့ ကလေးများမှာမူ သလိပ်ဒေါသ ဦးဆောင်ပြီး သည်းခြေဒေါသ အပူငုပ်၍ လေဒေါသ ပိတ်ချုပ်ခြင်းကို ခံရပြီးလျှင် တက်၏၊ အချို့ အတွင်းတက်အနေဖြင့် တက်ခြင်း ဖြစ်၏၊ အချို့ အကြောတက်အနေဖြင့် တက်ခြင်းလည်း ရှိ၏ အချို့ ဝက်ရူးရောဂါ ပါလာပြီးလျှင် တက်ခြင်းလည်း ရှိ၏၊ ထိုတက်ခြင်းအမျိုးမျိုးတို့သည် အမျိုးအစားအလိုက် ပြင်းထန်သည်၊ အနည်းအများ သာ ကွာခြား ကြကုန်၏၊ ကုစားရန်ဖြစ်နိုင်၏၊ ဤကြဗဟုန်းတက်နာသည်ကား များစွာ ကုစားရန် ခဲယဉ်း၏၊ တက်၍ သေဆုံးပြီးနောက် ရုပ်ပျက်, ဆင်းပျက်အနေဖြင့် နီ, ညို, ပြာ အကွက်အဆင်း အမျိုးမျိုးတို့သည် ပေါ်ထွက်လာကုန်၏။ ။ဤ၌ ကြဗဟုန်း ဟူသော ရောဂါ နှင့် ကျားကို ဟောသော မွန်စကားတို့ ဆက်စပ်နေပုံကို ဖော်ပြရင်း ဖြစ်၍ သိသာထင်ရှားအောင် ရောဂါအကြောင်းကို ထည့်သွင်းဖော်ပြလိုက်ခြင်း ဖြစ်ပေသည်။ ။ဤမျှသာ သစ်ပင် နှင့် ရောဂါ- ထိုရောဂါ၏ ဝေါဟာရကို လေ့လာစုံစမ်း၍ ရပါသေးသည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဘီလူးတောင်ဝှေး

မီးမလောင်ပန်းကို ပြသော အခဏ်းတွင် ရှုပါ။

ဘီးဇတ်

ဟိန္ဒီ ဗု-ဒုဒ (ဗုံခါရ်)

လက်တင် Eupatorium ordarauum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ငင်းသည် ပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် လက်ဝါးသဏ္ဌာန်နှင့် ခွေးသွားစိတ်များ ရှိ၏၊ ရွက်ဖျား ချွန်၏၊ အပွင့်သည် အပင်ထိပ်ဖျား, အခက်ဖျားၛ ပွင့်၏၊ ၎င်း အပွင့်သည် စူးရှသော အနံ့ ထွက်၏၊ ၎င်းသည် ပဥ္စငါးပါး အလုံးစုံ ခါး၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။သင့်လျော်သော အတိုင်းအတာကို အသုံးပြုပါက ဆီးကို ရှင်စေသည်၊ ချွေးထွက်သည်၊ အလွန်အကဲ အသုံးပြုပါက အန်စေတတ်၏၊ မလတို့ကို ဖြိုခွဲတတ်သည်၊ ကိုယ်ရေဝါရောဂါ, သွေးအန်, သွေးကျ, အနာပျက်ရောဂါ, ရောင်တင်းခြင်း ရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရသည်။

ဘီးဇတ် (တော)

အင်္ဂလိပ် Hemp Agrimony

လက်တင် Eupatorium Cennabinum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပင်စည်သည် ၃-ပေမှ ၄-ပေ မြင့်၏၊ အရွက် ကျဲ၏၊ အညှာ မဲ၏၊ လှံသွားသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အပွင့် ဖြူလုံမတတ် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ် နှင့် အရွက်ကို အန်ဆေး အဖြစ်ဖြင့်၎င်း, ဆီးဆေး အဖြစ်ဖြင့်၎င်း အသုံးပြုရသည်၊ အမြစ်ကို ရာသီပေါ်ဆေး, ဝမ်းသက်ဆေးတို့၌လည်း အသုံးပြုရ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဘီးပင် (ဘောက်ခွေး)

ဟိန္ဒီ अतिबला

ဗင်္ဂါလီ ঝাঁপি (ကံဃံ)

လက်တင် Abutilon Indicum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ငင်းအပင်သည် ရေမြေလိုက်၍ တတောင်မှ လေးတောင်အထိ မြင့်သည်၊ လျှော်ကပ်စေးနဲကြီးရွက်နှင့်ငင်း, သုံးပန်လှရွက်နှင့်ငင်း တူသည်၊ အပွင့် ဝါ၏၊ အသီးမှာ စက်ဝန်းသဏ္ဌာန် ဝိုင်း၍ အကန့်များစွာ ရှိ၏၊ ငင်းသည် ဗလာ ၄-မျိုးတွင် 'အတိဗလာ' ဖြစ်သည်၊ ငင်းအပင်ကို အချို့ဒေသတွင် ဘောက်ခွေးဟုငင်း, အိုးဗလောင်ပင်ဟုငင်း ခေါ်ကြကုန်သည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဥ္စင်္ဂါးပါးစလုံးကို အသုံးပြုရ၏၊ ခါးစပ်၏၊ အေး၏၊ ဝိပါကဥ္စ စပ်၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို နိုင်၏။

လေ, ပိုးရောဂါ, အပူ, ရေငတ်, အဆိပ်, အန်ခြင်း, ပင်ပန်းခြင်း, အဖျားရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေသည်။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

သက်တန့်ခေါင်းတိုနာ။ ။ငင်းဘောက်ခွေး၏ အရွက်နုကို ညက်စွာ ကြိတ်၍ အနာကို အုံပေးပါ၊ ထိုနောက် အဝတ်အုပ်ပြီးလျှင် ရေအေး ဆွတ်၍ ဆွတ်၍ ပေးပါက အနာသည် နုလျှင် ပိန်၍ ရင့်လျှင် ပေါက်သွားပါလိမ့်မည်။

ကင်းဆိပ်။ ငင်း၏ အမြစ်ကို ကြိတ်၍ လိမ်းမူ ကင်းကိုက်ရောဂါ ပျောက်ကင်းသည်။

အဖျားဖြတ်ဆေး။ ။ငင်းအမြစ်ကို ချင်းပြုတ်ရည်နှင့် သောက်ခဲ့သော် အေးခြင်း, တုန်လှုပ်ခြင်း, ပူခြင်းနှင့် ယှဉ်၍ ဖျားသော အဖျား ၃-၄-ရက်အတွင်း ပျောက်ကင်း၏။

ဘုဇပတ်ပင်

ဟိန္ဒီ (ဘုဇ္ဇပတြ)

လက်တင် Betuta bhojapatra

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မာဂဓအဘိဓာန်၌ ဘုဇပတ္တ, အာဘုဇီ ဟု ပရိယာယ် ၂-ပုဒ် ပါရှိသည်ကို တွေ့ရ၏၊ နိဃဏ္ဍုကျမ်းများ၌ကား ထိုထက် ပရိယာယ်ပုဒ်များကို ပိုမို ပြည့်စုံစွာ ဖော်ပြ

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ထားသည်ကို တွေ့ရသည်၊ ထိုပြဆိုထားသော ပရိယာယ်ပုဒ်တို့တွင် 'ဘူတဃန' ဟူသော ပရိယာယ်တပုဒ်ကိုလည်း တွေ့ရ၏၊ ရှေးအခါက ထိုအပင်၏ မြန်မာမှု ပြုထားသော အမည်မှန်ကို မဖော်ပြနိုင်ကြသဖြင့် ဘုဇပတ္တပုဒ်ကို ဘုဇပတ်ပင် ဟူ၍ ပင် တိုက်ရိုက်ပြန်ဆိုထားသည်ကို တွေ့ရသည်၊ ထိုသစ်ပင်၏ ကွမ်းသီးဖက်နှင့် တူသော ပါးသော အခေါက်အခွံများ ရှိသောကြောင့် ၎င်းကို သာ ဘုဇပတ် ဟု ခေါ်ကြောင်း တွေ့ရှိရသည်။

စက္ကူ, ငှက်ပျောရွက်ခြောက်တို့နှင့်လည်း တူ၏၊ ရှေးအခါက တောတွင်း၌ နေသော သူတို့သည် အဝတ်အထည် ပြု၍လည်း သုံးစွဲကြလေ၏၊ ၎င်းခေတ်တွင် စက္ကူအစား ၎င်းအခေါက်တွင် စာများရေးသား အသုံးပြုကြကုန်၏၊ ဆေးဘက်အနေဖြင့် အသုံးများစွာ ဝင်ခြင်းကြောင့် ဂန္ထဝင်တလျှောက်၌သာ ထင်ရှားကျော်ကြားနေသည် မဟုတ်သေး၊ အက္ခရာတင်၍ရေးသားအသုံးပြုခြင်းကြောင့် ထင်ရှားကျော်ကြားနေခြင်းလည်း ဖြစ်၏၊ နိဃဏ္ဍုကျမ်းတို့၌ ဖော်ပြထားသော 'ဘူတဃန' ဟူသော ပရိယာယ်တပုဒ်သည် ထူးခြားစွာ ပါလာ၏၊ အဓိပ္ပာယ်မှာ ဘုတ်, တစ္ဆေနိုင်ပင် ဟု အဓိပ္ပာယ်ရ၏၊ ထို့ကြောင့် ရှေးအခါက ၎င်းအပင်၏ အခေါက်တွင် ဂါထာမန္တာန်, အင်းအိုင်တို့ကို ရေးသားလျက် ပယောဂပညာကုထုံး၌ များစွာ အသုံးပြုကြကုန်၏။

၎င်းအပင်သည် အလွန် မြင့်မားသော တောင် နှင့် တောင်တန်းတလျှောက်တို့၌ ပေါက်ရောက်တတ်၏၊ မြန်မာပြည်, ကချင်ပြည်၌လည်း ရှိ၏၊ ထိုအပင်ကို ကချင်ဘာသာဖြင့် 'လယန်း' ဟု ခေါ်ကြသည်၊ မြန်မာတို့သည် ၎င်းအပင်ကို 'ချယ်ရီဖို' ပင် ဟု ခေါ်ဆိုကြကုန်၏၊ ဣန္ဒိယပြည် အာသံနယ် နှင့် ဟိမဝန္တာတောင်တို့၌လည်း ပေါက်ရောက်ကြောင်း ဣန္ဒိယပြည်ရှိ နိဃဏ္ဍုကျမ်းများအရ သိရှိရ၏၊ အခြားသော သီဟိုဠ်ကျွန်း, အင်္ဂလန်, ရုရှား, အမေရိက, တရုပ်ပြည်ရှိ တောင်တန်းတို့၌လည်း ပေါက်ရောက်ကြောင်း သိရ၏၊ သို့ဖြစ်သောကြောင့် ၎င်းအပင်သည် တိုင်းပြည်အနှံ့အပြားတွင် ပေါက်ရောက်ကြောင်း ထင်ရှားပေသည်။

၎င်းဘုဇပတ်ပင်သည် အမျိုးများသဖြင့် ပင်ကြီးမျိုးမှ ချုံပင် အထိ ရှိလေသည်၊ ၎င်းအရွက်သဏ္ဍာန်မှာ ရွက်ဖျား ချွန်၏၊ အရွက်တို့သည် ရွက်လွှဲထွက်သည်၊ အရွက်နားတွင် ခွေးသွားစိတ် ရှိ၏၊ နွေအခါ၌ အရွက်များ စိမ်းစိုဝေဆာပြီးလျှင် ဆောင်းတွင်းအခါ၌မူ အရွက်များ ဝါရောင်သန်း၍ ကြွေကျကြကုန်၏၊ ၎င်းအပွင့်တို့သည် အဖိုပွင့်, အမပွင့် ဟု ၂ မျိုး ရှိကုန်၏၊ အဖိုပွင့်ပြီးသော နောက်မှ အမပွင့် ပွင့်လေသည်၊ ၎င်းအဖိုပွင့်တို့သည် ကြောင်မီးတူ ပန်းခိုင်မျိုးနှင့် တူ၍ ဆောင်းရာသီ၌ အဖိုပွင့် ပွင့်တန်များ ထွက်စပြု၍ နွေဦးရာသီတွင် အဝါရောင်ပန်းပွင့်များ ပန်းခိုင်၌ ပွင့်ကုန်ကြပြီးလျှင် လှပစွာ တွဲလွဲကျလျက် ဖူးပွင့်ကြကုန်၏၊ အမပွင့်သည် အဖိုပွင့်ထက် သေး၍ ဆောင်းရာသီကူး၍ အရွက်များ ကြွေသည့်တိုင်အောင် အမပွင့်များ ကျန်ရစ်ခဲ့လေသည်။

ထိုအပွင့်များမှ ကတော့ပုံ အသီးများ သီးကြလေသည်၊ ၎င်းအသီးများထဲတွင် ပေါ့ပါး၍ အတောင်များကဲ့သို့ အင်္ဂါပါသော အစေ့များ ရှိသည်၊ ထိုအပင်မှ အခေါက်တို့သည် စက္ကူကဲ့သို့ ပါးလွှာ၏၊ ချောမွတ်၏၊ ရှေးအခါ စာပေများ ရေးသားကြကုန်၏၊ အလွန် ခိုင်ခန့်၏၊ ၎င်းသစ်ပင် ဆွေးမြေ့သော်လည်း အခေါက်မှာ ဆွေးမြေ့ခြင်း မရှိ ဖြစ်လေသည်၊ ၎င်းပြင် ထိုအခေါက်ကို တိုင်းပြည်အသီးသီးတို့၌ လှေများပြုလုပ်ခြင်း, အိမ်မိုးခြင်း စသည်ဖြင့် ပြုလုပ်သုံးစွဲကြကုန်သည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)

၎င်းအပင်၏ အခေါက်ကို ပယောဂဆရာတို့သည် ဂါထာမန္တာန်, အင်းအိုင်များ ရေးသား၍ ပယောဂကို ကုသကြကုန်၏၊ ထိုအပင်၏ အခေါက်သည် ပင်လျှင် ပယောဂနိုင်သည် ဟု ထင်မှတ်ကြကုန်လျက် စက္ကူများ ရေးသားရန် ရှိငြားလည်း ၎င်းအခေါက်ကို ပင် ရေးသားသုံးစွဲကြကုန်၏၊ နိဿက္ကူအတတ်၌ တတ်ကျွမ်းသိမြင်ကြကုန်သော ဗိန္ဒောဆရာကြီးတို့ကမူ ထိုအပင်၏ ဂုဏ်အင်သတ္တိကို အောက်ပါအတိုင်း ဖော်ကြကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအခေါက်သည် ဖန်၏၊ အနည်းငယ် စပ်၏၊ ပူ၏၊ လူကို ဝပြိုးစေတတ်၏၊ ဘုတ်တစ္ဆေတို့ကို နိုင်၏၊ အကြောတုန့်၍ တွန့်၍ ဆွဲသောအနာ, ချောင်းဆိုးရောဂါ, သွေးဖောက်ပြန်သောရောဂါ, နား၌ဖြစ်သောရောဂါ, အရေပြားရောဂါ နှင့် ဒေါသသုံးပါးကို ကင်းဝေးစေ၏၊ ၎င်းအခေါက်ပြုတ်ရေသည် နားကိုက်, နားနာ, နားပြည်ယိုသူများကို ဖန်ဆေးအဖြစ်ဖြင့် အသုံးပြုသော် အလွန် ကောင်း၏၊ ငိုတခါ, ရယ်တလှည့်ဖြစ်ခါ စိတ်နောက်သူများကို ၎င်းအခေါက်ကို ရေတွင် ညဦးမှစိမ်ထားပြီး နံနက်တွင် တိုက်ရလေသည်၊ ပိုးရောဂါများကိုလည်း ကာကွယ် စွမ်းဆောင်နိုင်၏၊ သည်းခြေ ဦးစီးသော အဖျားများကိုလည်း နိုင်နင်း၏။

—

ဘူပင်

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဘူပင်သည် ကုန်းဘူ ရေဘူ ဟူ၍ ၂-မျိုး ရှိ၏၊ ထိုသို့ ၂-မျိုး ကွဲပြားခြင်းသည် ပေါက်ရောက်ရာဒေသ, ပေါက်ရောက်ပုံ သဏ္ဌာန်ခြင်း ကွာခြားခြင်းကြောင့် ဤကဲ့သို့ ၂-မျိုး ကွဲပြားခြင်း ဖြစ်၏၊ ရေဘူမှာ ရေနှင့် နီးစပ်သော အရပ်ဒေသတို့၌ ပေါက်ရောက်ဘာ၍ ကုန်းဘူမှာ ကုန်းမြေပြင်တို့၌ ပေါက်ရောက်တတ်ကုန်၏။

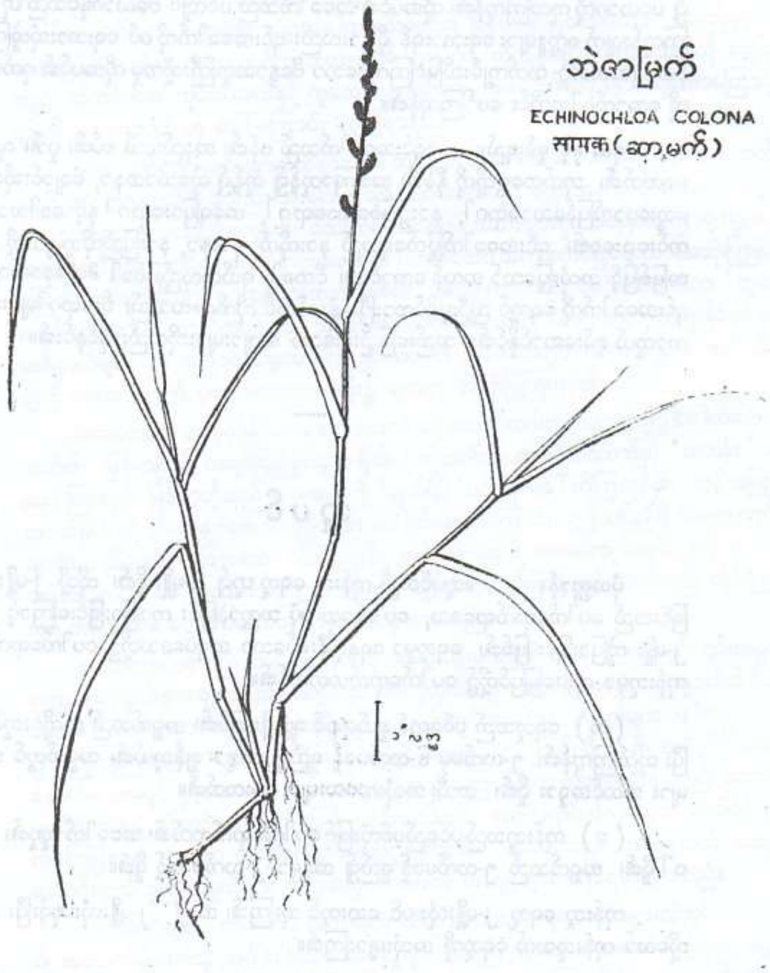
(က) ရေဘူသည် ပင်ရောင် နွယ်ရောင် ချုံမျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် အကိုင်းတွင် စီဟန်းပြီး ထွက်ကြကုန်၏၊ ၅-လက်မမှ ၆-လက်မခန့် ရှည်၍ အဖျား ချွန်သွယ်၏၊ အရွက်တွင် အကြောများ အထင်အရှား ရှိ၏၊ အသီး အလုံးကလေးများ သီးတတ်၏။

(ခ) ကုန်းဘူသည် ပင်စည်ပင်လုံးဖြင့် ပေါက်ရောက်တတ်၏၊ အခေါက် ထူပွ၏၊ အရောင် ဝါ ရှိ၏၊ အရွက်သည် ၅-လက်မခန့် ရှည်၍ အနံမှာ ၂-လက်မခွဲခန့် ရှိ၏။

ကုန်းဘူ ရေဘူ ၂-မျိုးလုံး ပင် ဆေးတွင် သုံးကြ၏၊ အချို့ ၂-မျိုးလုံး စုရုံးပြီး ထည့်၏၊ သို့သော် ကုန်းဘူထက် ရေဘူကို အသုံးများကြ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အစာသစ်အိမ် ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ရင်ချောင်၏၊ ရင်တွင်း ရှိသော ဆေပူကို ပယ်နိုင်၏၊ အစာဟောင်းအိမ်ရှိ အပါနလေကို အကျိုးပြု၏၊ ဆီး ဝမ်းလေ တို့ကို ထုတ်ပယ်တတ်၏၊ ထကိုယ်လုံး၌ ရှိသော အင်္ဂမင်္ဂနုသာရီလေကို အားရှိစေ၏၊ အမြစ်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



ဘဲဇာမြက်

ECHINOCHLOA COLONA

सामक (ဆာ့မက်)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ကို များစွာ အသုံးပြုကြကုန်၏၊ ၎င်းအမြစ်ကို စင်ပြီးလျှင် ထန်းလျက် သင့်တော်အောင် ထည့်၍ စိမ်ဆေးအဖြစ်ဖြင့်လည်း စိမ်ပြီး အသုံးပြုကြ၏၊ အနှစ်ကျအောင် ကျိုပြီးလျှင် စမုံမျိုးငါးပါး, ဆားဖုတ်, ကြက်သွန်ဖြူ စသည်တို့ကို အနည်းငယ်စီ ထည့်စွက်ပြီးလျှင် လက်ကော်ရသည်အထိ ချက်၍ စားသောက် သုံးဆောင်ကြကုန်၏။

ရေဘူကို ရေဘူ ဟူ၍သာ ခေါ်ကြ၏၊ ကုန်းဘူကိုကား အချို့အရပ်ဒေသ၌ ဝက်ကဘိုင် ဟု ခေါ်ကြ၏။

မှတ်ချက်။ ။ဆေးပစ္စည်းနှင့် ဆိုင်ရာ အကြောင်းအရာတို့ကို စုံလင်စွာ ဖော်ပြရာ၌ အရှေ့တိုင်း အယူအဆ စာပေ နှင့် အနောက်တိုင်း အယူအဆ စာပေ ၂-မျိုး ရှိရာတွင် ဤကျမ်း၌ မြန်မာဗိန္ဓော ဆေးပညာနှင့် လွန်စွာ နီးစပ်၍ များစွာ အမှီသဟဲ ပြုခဲ့ရာ ဖြစ်သော အရှေ့တိုင်း အယူအဆ စာပေ ကျမ်းဂန်များလာ ဆေးပင်များ၏ ဂုဏ်အင် တို့ကို သာ ဦးစားပေး၍ ဖော်ပြထားသော ကျမ်းဖြစ်သဖြင့် မူလ သက္ကတဘာသာ အဖွင့် ဋီကာ စုံလင်စွာဖြင့် အကျယ်တဝင့် တည်ရှိနေသော ဆေးပင်များ၏ ဂုဏ်အင်သတ္တိကို ပြသည့် နိဃဏ္ဍုကျမ်းကြီးများတွင် ပါရှိသော အကြောင်းအရာများကို စေ့စုံစွာ ဖော်ပြ ထားခြင်း ဖြစ်၏။

ဤကုန်းဘူ ရေဘူ ကဲ့သို့ အချို့ အချို့သော ဆေးပင်များသည် မူလ ရှေးဟောင်း နိဃဏ္ဍုကျမ်းကြီးများတွင် ပါရှိ ဖော်ပြထားသည်ကို မတွေ့ရှိရသော်လည်း မြန်မာဗိန္ဓော ဆရာတို့ ထပ်မံ ကြံစည်လေ့လာချက်အရ အသုံးပြုသော အစဉ်အလာ ဆေးသုံးပင်များ လည်း ရှိသဖြင့် အခြား အခြားသော ဘာသာ စာပေများနှင့် ညှိနှိုင်းယှဉ်ဆ မတင်ပြနိုင်ဘဲ မြန်မာသက်သက်ဖြင့်သာ အမည်တပ်၍ ဖော်ပြရေးသား အပ်ပါသည်။

ဘဲဇာမြက်

သက္ကတ श्यामक

ဟိန္ဒီ सामक (ဆာ,မက်)

လက်တင် Echlnochloa colona

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မြက်မျိုး ဖြစ်သည်၊ မိုးရာသီရေစပ်များ၌ ပေါက်တတ်သည်၊ အစေ့ များကို အချို့စားကြသည်၊ ကျွဲ, နွားများသည်လည်း အလွန် နှစ်သက်ကြကုန်၏၊ ၎င်းအပင်ကို စက္ကူလည်း လုပ်ကြကုန်သည်၊ ၎င်းသည် မျိုးပေါင်း ၅၅-မျိုး ရှိသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ချို၏၊ ဖန်၏၊ ပြေပြစ်၏၊ အေး၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ လေကို ပြုတတ်၏၊ သလိပ် နှင့် သည်းခြေကို ပယ်တတ်၏၊ မလတို့ကို ချုပ်စေ၏၊ အဆိပ်ဒေါသကို ပယ် တတ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဘဲ့ပြား

ဟိန္ဒီ भारंगी (ဘာရံဂီ)

လက်တင် Cerodendrum serratum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၃-ပေမှ ၆-ပေအထိ မြင့်၏၊ အရွက် ၄-လက်မမျှ ရှည်၏၊ အနံ ၂-လက်မမျှ ရှိ၏၊ အရွက်အောက်ဘက်တွင် အမွေးနုများ ရှိ၏၊ အပွင့်သည် အဆုပ်အဆုပ် ပွင့်၏၊ အညိုရင့်ရောင် ရှိ၏၊ အသီးမှည့်လျှင် လိမ္မော်ရောင် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်သည် ခါး၏၊ အရသာ ပြင်း၏၊ ပူ၏၊ ခြောက်ထပ်စေ၏၊ အစာကို ကြေစေ၏၊ သန်ကို ကျစေ၏၊ အဆုတ်ပြွန်ရောင်နာ, ပန်းနာ, အဖျားသွေးကြောင့် ဖြစ်သော ရောဂါ, အဖုအနာများ, ကြို့ထိုးခြင်း, အဆုတ်နာ, ဝက်ရူးရောဂါ, အဖုအကျိတ်များကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အရွက်သည် အဖျားရောဂါ, အပူနာ, ကြို့ထိုးခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို ပယ်တတ်၏။

ဘောစကိုင်း (အဆိပ်ဖြေပင်)

ဂူဂျာရတီ लसोभाबल (လာဆိုဘာဗေ့လ်)

လက်တင် Leucaena Glauca

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အခေါက်ကို ကိုယ်တွင်း၌ နာကျင်ကိုက်ခဲသော ရောဂါတို့၌ အတွင်းဆေး အဖြစ်ဖြင့် အသုံးပြုရ၏။

ဘန့်ပွေး

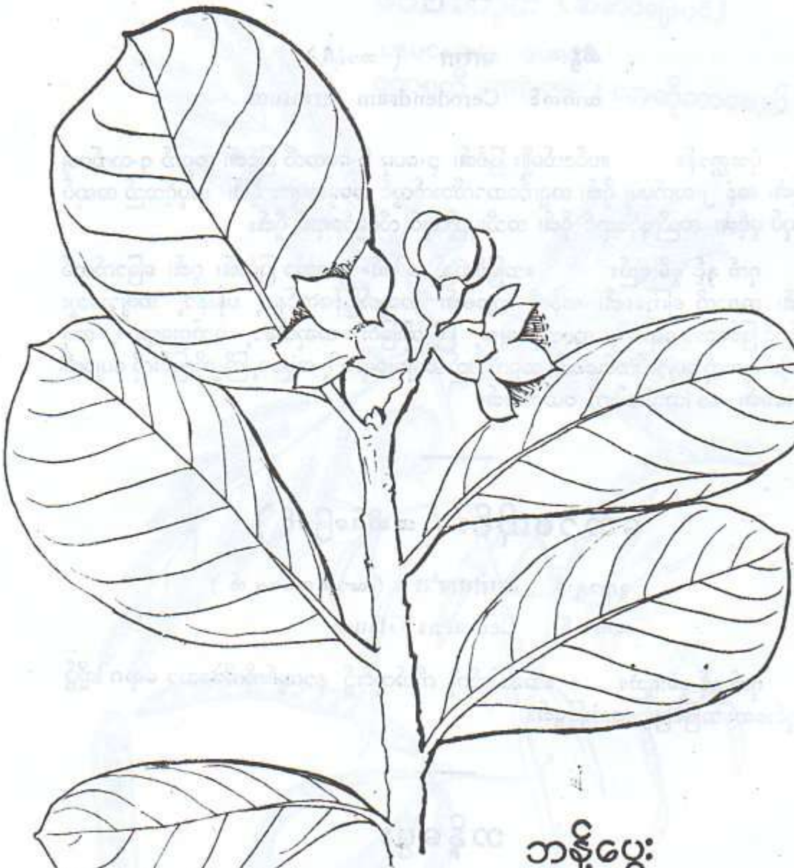
သက္ကတ कटभी

ဟိန္ဒီ कुम्भी (ကုမ္ဘီ)

လက်တင် Careya Arborea

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်လတ်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက် တထွာမျှ ရှည်၏၊ ဝိုင်း၏၊ အဖျား ချွန်၏၊ အပွင့် ဖြူရောင်သန်း၍ နီကြန်ကြန် ရှိ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



ဘန့်ပွေး

CAREYA ARBOREA.

ကုမ္ဘီ (ကုမ္ဘိ)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဥ္စင်ါးပါးကို အသုံးပြုရ၏၊ အသီးသည် ဖန်၏၊ ပူ၏၊ စပ်၏၊ သုက်ကို ဖျက်ဆီးတတ်၏၊ တွန့်ရှုံ့စေတတ်၏၊ သလိပ်ကို နိုင်၏၊ သားဖွားချိန်၌ အပွင့်ကို ကြိတ်၍ သောက်ရ၏၊ မီးယပ်ဖြူရောဂါ၌ အပွင့် (သို့မဟုတ်) အခေါက်ကို ၆-ရတီမှ ၁၂-ရတီ အထိ ပျားရည်နှင့် သောက်ရ၏။

အခေါက်သည် စပ်၏၊ ပူ၏၊ ခြောက်ထပ်စေ၏၊ တုလာသရောနာ, မြင် သရိုက်, နှာစေး အဆိပ်သင့်, ပိုးရောဂါ, နူနာတို့ကို ပျောက်ကင်းစေဘ၏၊ သလိပ်ကို ပယ်တတ်၏။

ဘိန်း

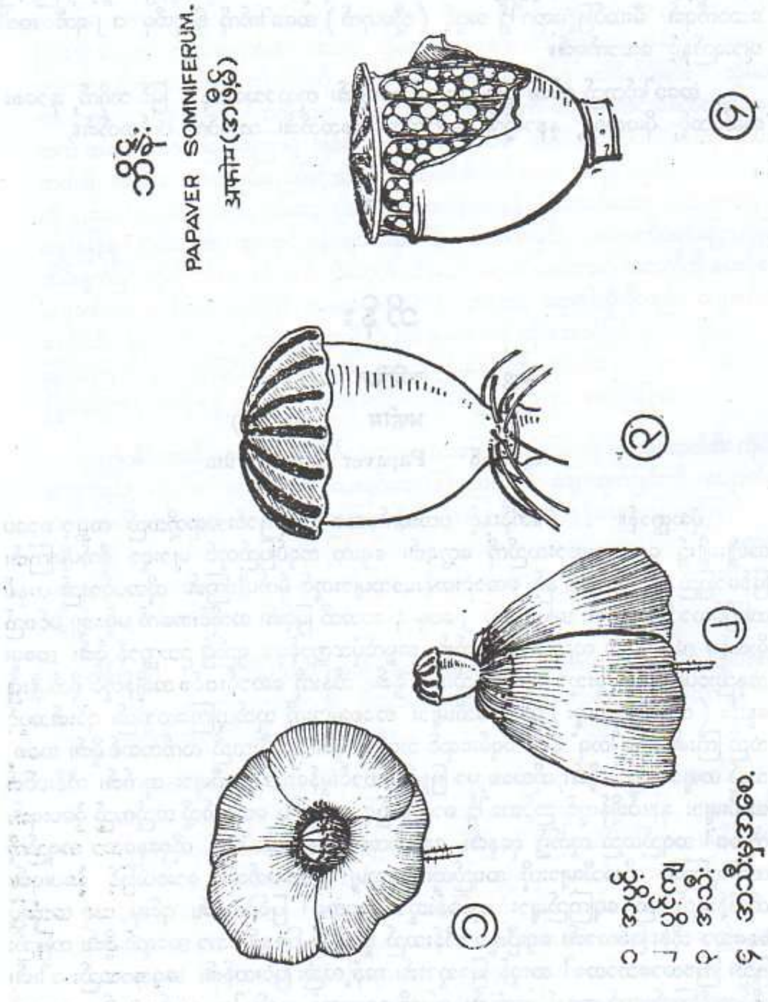
သက္ကတ ... अहिफेन

ဟိန္ဒီ အफीम (အဖိမ်)

လက်တင် Papaver Somniferum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဘိန်းနှင့် ပတ်သက်သော အကြောင်းအရာတို့သည် ကမ္ဘာ့ စာပေ အမျိုးမျိုး၌ ရေးသားထားသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ရှေးက တရုပ်ပြည်တွင် များစွာ စိုက်ပျိုးကြ၏၊ မြန်မာပြည် ရှမ်းပြည်နယ် နှင့် တောင်းတန်းဒေသများတွင် စိုက်ပျိုးကြ၏၊ ထိုအပင်သည် တနှစ်တကြိမ်သာ ဖြစ်ထွန်း၏၊ အမြင့်သည် ၂-ပေမှ ၄-ခပအထိ မြင့်၏၊ အကိုင်းအခက် မရှိချေ၊ ပင်စည် ရိုးတန်မှ အရွက်များ လှည့်ပတ်၍ ထွက်၏၊ အရွက်ပုံသဏ္ဌာန်မှာ ရှည်၍ ဥသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အမွေး အနည်းငယ် ရှိ၏၊ ခွေးသွားစိတ် အနည်းငယ် ရှိ၏၊ ဘိန်းကို ဆောင်းဝင်စ အချိန်တွင် စိုက်ပျိုး၍ နွေဦး (တပေါင်း,တကူး) တွင် အသီးများ အခေးများကို ထုတ်ယူကြလေသည်၊ ၎င်း၏အပွင့်သည် ကြီး၏၊ တခါတရံ နီ၏၊ ခရမ်းရောင် သဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အသီးသည် လက်တဆစ် ရှိ၏၊ အစေ့သည် အများအပြား ရှိ၏၊ ထိုအစေ့မှာ ဖြူ၍ ဘောင်းမွန်သော အဆီများ ထွက်၏၊ ဘိန်းပင်၏ အသီးများ နုနယ်ချိန်တွင် ညဥ့်အခါ၌ ဓားငယ်ဖြင့် အပေါ်မှ အောက်သို့ တည့်တည့် ခွဲပေးရ၏၊ ထိုအခါ အရည်သည် ထွက်၍ စုနေ၏၊ နောက်တနေ့ နံနက်အခါတွင် ထိုစုနေသော အရည်ကို ထုတ်ယူကြ၏၊ ထိုအသီးများကို အရည်ထွက်နေသမျှ ကာလပတ်လုံး ဓားငယ်ဖြင့် ခွဲပေးရ၏၊ ထိုဘိန်းရည်သည် ရေကြည်များ ကုန်ခန်းသွားသောအခါ ပြစ်ခဲလာ၏၊ ၎င်းမှ ယခု အသုံးပြု နေသော ဘိန်း ဖြစ်လာ၏၊ ရှေးဦးစွာ ဘိန်းသည် နူးညံ့၍ ပြာနှမ်းသော အရောင် ရှိ၏၊ တဖြည်း ဖြည်း ကြာလာသောအခါ အလွန် ပြာသွား၏၊ အနံ့လည်း ပြင်းထန်၏၊ အရသာလည်း ခါး၏၊ ကိုင်တွယ်ကြည့်သော် အလွန် နူးညံ့၏၊ ၎င်းကို ရေပူပူတွင် ထည့်ပါက ပျော်သွား၏၊ နေပူတွင် ထားပါက အတုံးအခဲ ဖြစ်လာ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဘိန်းအဆိပ် ဖြစ်ပုံ

အကြပ်သူသည် ဘိန်းကို အဘိုင်းအဘာသက် လွန်၍ စားပါက ထိုသူသည် ဘိန်းဆိပ် တက်သဖြင့် မူးဝေသွား၏၊ စကား ပြောဆိုခြင်း နည်းပါးသွား၏၊ အိပ်ပျော်ခြင်းမှ နိုးရန် ခက်ခဲသွား၏၊ ထိုသူ၏ အသားအရေသည် အေးသွား၏၊ မျက်နှာ နှင့် နှုတ်ခမ်းသည့် အနည်းငယ် ညိုသောအရောင် ဖြစ်လာ၏၊ အကြောတို့သည် လေးလံထိုင်းမှိုင်းကုန်၏၊ နှံ့နှေးသော သွားခြင်း ရှိ၏၊ အသက်ရှူ နှေး၍ မျက်လုံးအိမ်တို့သည် တွန့်ရှုံ့ကုန်၏။

ဘိန်းဆိပ်ပြေနည်း

အဆိပ်ဖြစ်လောက်အောင် စားပြီးသော ဘိန်းကို ပြေစေရန် မုံညှင်း, သို့မဟုတ် သမင် စသီး အမှုန့်ကို ရေနွေးနှင့် ရော၍ အန်ဆေးအဖြစ်ဖြင့် တိုက်ကျွေးပါက ဘိန်းဆိပ် ပြေ၏။

ဘိန်းကို (သုဒ္ဓ) စင်ကြယ်အောင် ပြုလုပ်နည်း

ဘိန်းသီးမှ ထွက်သော အရည်အခဲကို စင်ကြယ်သောရေ၌ ဖျော်၍ အဝတ်ဖြင့် စစ်ပါ၊ ဤနည်းဖြင့် စင်ကြယ်သော ဘိန်းရည်ကို နွားနို့ အနည်းငယ်ရော၍ မီးညှင်းညှင်းဖြင့် ချက်ပါ၊ ကောင်းစွာ ကြေကျက်သည့်အခါ အောက်သို့ ချ၍ နှပ်ထားပါက စင်ကြယ်သော သုဒ္ဓဘိန်း ဖြစ်၏၊ ယခုအခါ ရောင်းဝယ်နေကြသော ဘိန်းတို့သည် အလေးချိန်စီးရန် အတွက် မကျည်းနှစ် စသော အမျိုးမျိုးသော အရာဝတ္ထုတို့ဖြင့် ရောနှောထား၏၊ အချို့ ပဒိုင်းသတ္တုရည်ကို ရော ထား၏၊ ထိုဘိန်းသည် အစစ်အမှန် မဟုတ်တော့ချေ၊ ဘိန်း၏ ပင်ကိုယ်အရောင်လည်း မရှိတော့ ချေ၊ ထို့ကြောင့် အထက်ပါနည်းအတိုင်း သုဒ္ဓဖြစ်အောင် ပြုလုပ်သင့်၏။

ဗိန္ဒောဆရာတို့သည် ဆေးဝါး ဖော်စပ်ရာ၌ စစ်မှန်သော ဆေးပစ္စည်း ရရှိရေး အတွက် ကိုယ်တိုင် သုဒ္ဓ ပြုသင့်၏၊ အကယ်၍ ရောနှောသော ဘိန်းဖြစ်ပါမူကား အထက်ဖော်ပြပါနည်းမှ တပါး ရေ သို့မဟုတ် နွားနို့ဖြင့် သန့်စင်ပြီးသောဘိန်းကို ချင်းသတ္တုရည်ဖြင့် (၇) ကြိမ် ထုံ၍ အခြောက်လှန်းခဲ့သော် ကောင်းမွန် စင်ကြယ်သော ဘိန်းကို ရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။သုက်ကို ပွားစေ၏၊ အားအင်ကို ပြုတတ်၏၊ ဓာတ် မလတို့ကို ချုပ်စေတတ်၏၊ ဓာတ် (၇) ပါးတို့ကို သုက်သင်တတ်၏၊ လေ နှင့် သည်းခြေဒေါသကို ပြုတတ်၏၊ နှစ်သက် ရွှင်လန်းမှုကို ပြုတတ်၏၊ ရစ်မူးစေတတ်၏၊ သုက်ကို ချုပ်ဆိုင်းတတ်၏၊ ခါးစပ်စပ် အရသာ ရှိ၏၊ စပ်ရှားရှား ရှိ၍ ချို၏၊ ကြေကျက်စေ၏၊ သလိပ်ကို နိုင်၏။

ပျောက်ကင်းသော ရောဂါများ

သန္နိပါတ်ရောဂါ, ပိုးရောဂါ, သလိပ်နာ, သွေးအားနည်းသောရောဂါ, ခယရုက်ရောဂါ တုလာသရောနာ, (ဆီးပျက်ရောဂါအမျိုးမျိုး) ပန်းနာ, ချောင်းဆိုးရောဂါ, အဆုတ်ရောဂါ, ဓာတ်အား ကုန်ခန်းသော ရောဂါတို့ကို ပယ်ဖျောက်တတ်၏၊ ဤဖော်ပြချက်သည် နိဃဏ္ဍု၊

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ရတနာကရ ခေါ် အဘိဓာန်ကျမ်းကြီး၏ အယူအဆ ဖြစ်၏၊ ရသတရင်္ဂိနီ ဓာတ်သမုဒ္ဒရာကျမ်းကြီး၌ကား အောက်ပါအတိုင်း ဖော်ပြထား၏၊ ဘိန်းသည် စားသောအခါ အလွန် ခါး၏၊ ငိုက်မြည်းလာ၏၊ အသူးအားဖြင့် ဝမ်းကို ချုပ်စေတတ်၏၊ ခန္ဓာကိုယ်၌ ဖြစ်တတ်သော နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ အသစ် သို့မဟုတ် အဟောင်းဖြစ်သော ဝမ်းသက်ရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ ဤဘိန်းကို မှီဝဲခဲ့သော် အစာသစ်အိမ်၌ ထိခိုက်မိခြင်း, သို့မဟုတ် ကင်ဆာရောဂါကြောင့် ဖြစ်တတ်သော နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ အလွန်အကဲ အရက်သောက်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်သော အစာသစ်အိမ် ရောင်တင်းကိုက်ခဲခြင်းကို ငြိမ်းစေတတ်၏၊ အပါန လေ၏ စွမ်းရည်ဖြင့် အပြင်သို့ ထုတ်ပစ်တတ်သော အလွန် လျင်မြန်သော အဟုန်ကို နည်းပါးစေ၏၊ ကာလဝမ်းရောဂါ၏ ပဌမအခြေအနေ၌ ဖြစ်တတ်သော ဝမ်းသက်ခြင်းကို လျင်မြန်စွာ ငြိမ်းစေ၏၊ အူရောင် ငန်းဖျားရောဂါ၌ ဝမ်းသက်ခြင်း, ပတောက်ပရစ်ပြောဆိုခြင်း, အိပ်ပျက်ခြင်းတို့ကို ဘိန်းသက်သက် သို့မဟုတ် ဘိန်းနှင့် ရောစပ်ထားသော ဆေးတို့ကို ပေးခဲ့သော် ပျောက်ကင်းစေနိုင်၏၊ ရင်းပြင် အရက်မူးရောဂါ, ရှူးသော ရောဂါတို့ကိုလည်း ပျောက်ကင်းစေနိုင်၏၊ မိန်းမတို့အား ဥတုသွေးလာချိန်၌ ဖြစ်တတ်သော ထိုးအောင့်ခြင်းနှင့် အရိုးများ ကျိုးခြင်းကြောင့် နာကျင်ခြင်းကို ဘိန်းသည် ပျောက်ကင်းစေနိုင်၏၊ နုနယ်သော အဆစ်ရောင် ကိုက်ခြင်းရောဂါ, အရိုးရွေ့လျားခြင်းရောဂါတို့၌ ဘိန်းသည် များစွာ အကျိုးပြု၏။

ဤဘိန်းသည် လေကြောင့် ဖြစ်သော ချောင်းခြောက်ဆိုးခြင်းကို ငြိမ်းစေတတ်၏၊ ကိုယ်ဝန်လျှောခြင်း, ကိုယ်ဝန်ပျက်ကျခြင်း, ခယရက်ရောဂါ၌ ညအခါ ချွေးထွက်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ ဘိန်းသည် နှလုံး နှင့် အကြောတို့၏ လှုပ်ရှားခြင်းကို နှန့်နှေးစေခြင်းကြောင့် အူနှင့် အဆုတ်၌ ဖြစ်တတ်သော သွေးယိုစီးခြင်းကို တားမြစ်တတ်၏၊ လေ လွန်ကဲခြင်းကြောင့် ထက်သော အဟုန်ဖြင့် သလိပ်မပါသော ချောင်းဆိုးခြင်း, လည်ချောင်းယား၍ ဖြစ်သော ချောင်းဆိုးခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

မှတ်ချက်။ ။ဘိန်းသည် အကြောသေးများ, အကြောကြီးများ နှလုံး၏ လှုပ်ရှားမှုကို နှန့်နှေးစေတတ်သောကြောင့် ဗိန္ဒောဆရာတို့သည် နှလုံးရောဂါနှင့် ပတ်သက်၍ အလွန်ဂရုစိုက် ချင့်ချိန် တိုက်ကျွေးသင့်၏။

အကြောကြီးများသို့ ဘိန်းသည် ခံတွင်းမှ တဆင့် ရောက်စေရာ၌ အောက်ပါအတိုင်း အကျိုး သက်ရောက်လေသည်၊ ခံတွင်း, အာခေါင်, လျှာ, လည်ပင်း, အစာသစ်အိမ်, အူတို့၌ ယိုစီးခြင်းကို ခြောက်သွေ့စေ၏၊ ထိုသို့ အင်္ဂါကြီးငယ်တို့ကို သာ မယိုစီးစေသည် မဟုတ်၊ အင်္ဂါကြီးငယ်တို့၏ လှုပ်ရှားမှုကိုလည်း နှန့်နှေးစေတတ်သောကြောင့် ဆာလောင်မွတ်သိပ်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ဝမ်းမီးသည် နှန့်သွား၏၊ အကြော ကြီး၏၊ အင်္ဂါ အစိတ်အပိုင်း တခုခု၌ အမျိုးမျိုးသော ဝေဒနာဖြစ်ခဲ့သော် ထိုဝေဒနာလည်း ပျောက်ကင်း၏၊ ထိုဆိုခဲ့သည့် ဘိန်း၏ စွမ်းရည်သတ္တိသည် အူများတွင် အလွန်အကဲ ထင်ရှား၏၊ ထို့ကြောင့် အူတို့၏ သဘာဝအားဖြင့် ယိုစီးခြင်းသည် နှန့်နှေးသွား၏၊ ဝမ်းချုပ်သွား၏၊ အသည်းတွင် ဖြစ်သော သည်းခြေယိုစီးခြင်းသည် နည်းသွား၏၊ ထို့ကြောင့် ဘိန်းသည်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အင်ပြင်ရောဂါ, ခြောက်ထပ်ခြင်း, ဝမ်းကိုက်ရောဂါ, ထိုးအောင့်ခြင်းတို့ကို ပယ်ဖျောက်တတ်၏။

ဘိန်းကို တိုက်ကျွေးခဲ့သော် ထွက်သက် ဝင်သက်သည် နှံ့နှေးသွား၏၊ အကယ်၍ ဘိန်းကို အတိုင်းအတာထက် ပိုလွန်၍ ကျွေးခဲ့သော် တမိနစ်အတွင်း သွေးလှုပ်ရှားရာဌာန (၁၈) ဌာနတို့၌ ၃-ကြိမ် ၄-ကြိမ်မျှသာ ရှူရှိုက်ခြင်း ရှိတော့၏၊ ထို့ကြောင့် ဘိန်းဆိပ်သည် အသက်ရှူရှိုက်ခြင်းကို နှံ့နှေးစေ၍ သေကြေ ပျက်စီးတတ်၏၊ သာမန် အတိုင်းအတာဖြင့် တိုက်ကျွေးပါမူ အသက် ရှူရှိုက်သောဌာနရှိ အသားဆိုင်တို့ကို လေးလံထိုင်းမှိုင်းစေ၏၊ ထို့ကြောင့် ကိုယ်တွင် ဖြစ်စေတတ်သော အင်ပြင်ရောဂါသည် နည်းပါးသွား၏၊ ချောင်းဆိုးခြင်းလည်း ပျောက်ကင်းသွား၏၊ ဘိန်း၏ ပဓာန ဖြစ်သော စွမ်းရည်သတ္တိသည် အကြောဆိုင်များ၌ ပိုမိုထင်ရှား၏၊ ဘိန်းကို အနည်းငယ်မျှ တိုက်ကျွေးသော် ဦးနှောက် ထက်မြက်၏၊ စိတ်လည်း ရွှင်ပြ၏၊ ထိုသို့ ဘိန်းအနည်းငယ်ကို စားမှသာလျှင် မိမိတို့၏ အလုပ်အကိုင်ကို ထက်မြက်စွာ လုပ်ကိုင်နိုင်၏၊ တာရှည်စွာ စွဲစားခဲ့သော် ဤသို့ ထက်မြက်စေခြင်း၏ နောက်၌ နှံ့နှေးထိုင်းမှိုင်းခြင်း, ထိုမှတဆင့် ငိုက်မြည်းခြင်း, ထိုမှတဆင့် မထချင်သော အိပ်ပျော်ခြင်းများ ဖြစ်ရ၏၊ အနည်းငယ်မျှကိုသာ စားသောအခါ နှံ့နှေးခြင်း အခြေအနေမျှသာ ရှိ၏၊ အနည်းငယ် ပို၍ စားမှ သာလျှင် ငိုက်မြည်းခြင်း, အိပ်ပျော်ခြင်း, (လေးအိပ်) ဖြစ်ရ၏၊ ထိုအခါ ခန္ဓာကိုယ်၌ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း အမျိုးမျိုးတို့သည် ပျောက်ကင်းကုန်၏။

ဘိန်းကို အလွန် အကဲ စားခြင်း အပြစ်

ဘိန်းကို အလွန် အကဲ စားခဲ့သော် ရှေးဦးစွာ ထက်မြက်ခြင်း အခြေအနေသည် အခိုက်အတန့်မျှသာ ဖြစ်၏၊ ထို့နောက် လျှင်မြန်စွာ ငိုက်မြည်းခြင်း, တွေဝေခြင်း အခြေအနေသို့ ကူးပြောင်းလာ၏၊ ထို့ကြောင့် ဦးနှောက်၏ အလုံးစုံသော ကြိယာ အစိတ် အပိုင်းတို့သည် နှံ့နှေးကုန်၏၊ အရုပ်ကဲ့သို့ အပ်ဖြင့် ထိုးသော်လည်း မသိ သကဲ့သို့ ဖြစ်၏၊ ဘိန်းသည် ဦးနှောက် အကြောတို့ကိုသာ မဟုတ်၊ အသားဆိုင်တို့ကိုလည်း နှံ့နှေးစေ၏၊ ထို့ကြောင့် ဘိန်းစွဲသောသူသည် လူ့လောကမှ အပယ်ခံ ဘဝသို့ ရောက်ကြရလေသည်၊ နီတိကျမ်းများ, ဘာသာရေးဆိုင်ရာ ကျမ်းများတွင် ဘိန်းကို မည်မျှ အပြစ်ကြီးကြောင်း အကျယ်တဝင့် ဖွင့်ဆို ထားကြကုန်၏၊ ဤ၌ အကျယ်ဖွင့်ပြရန် မလိုတော့ချေ။

ဘိန်း မစားသင့်သူ

ဘိန်းကို ကလေးသူငယ်များ, အသက် ကြီးရင့်သူများ, ပျားဆီး (မဓုမေဟ) ရောဂါ ရှိသူ, ခြေလက် အေးနေသော ကာလဝမ်းရောဂါ ဖြစ်သူ, သလိပ်များသော ချောင်းဆိုး ရောဂါ ရှိသူတို့ကို မကျွေးသင့်ပေ၊ အကယ်၍ ကလေးများအဘို့ ဘိန်းနှင့် သင့်လျော်မည့် ရောဂါကြောင့် ပေးကျွေးရသော် အနည်းငယ်မျှ သာ ဘိန်းကို အရည်ဖျော်၍ တိုက်ကျွေးသင့်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဘိန်းကို အပြင်၌ အသုံးပြုရခြင်း အကျိုး

ဘိန်းကို ခန္ဓာကိုယ် အပြင်၌ အသုံးယူခဲ့သော် အထူးအားဖြင့် အဆုတ်ရောင်ခြင်း,အူရောင်ခြင်းကို ပျောက်ကင်း စေတတ်၏၊ အကြောင်း အမျိုးမျိုးတို့ကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်ရှိ နေရာအနှံ့ အပြားတို့၌ နာကျင် ကိုက်ခဲခြင်းတို့ကို ပယ်ဖျောက်တတ်၏၊ မျက်စေ့ နာကျင် ကိုက်ခဲခဲ့သော် ဘိန်းကို လိမ်းကျံပေးခြင်းဖြင့် ပျောက်ကင်းနိုင်၏၊ နားကိုက်သော အခါ၌ ဘိန်းရည်ကို နား၌ ထည့်ပေးပါ၊ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း, အစာမကြေ လေအောင့်ခြင်းတို့ကိုလည်း ဘိန်းကို လိမ်းကျံပေးခြင်းဖြင့် ပျောက်ကင်းနိုင်၏၊ အနာအမျိုးမျိုးတို့ကြောင့် နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း ဖြစ်မူ ဘိန်းကို အနည်းငယ် ကျွေးရုံဖြင့် နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းမှ သက်သာ၏၊ မြင်းသရိုက် ရောဂါ, ဝစ္စမဂ်ကွဲ၍ သွေးယိုစီးသော ရောဂါတို့၌ ဘိန်းသည် အခွမ်းသက်သော ဆေးတပါး ဖြစ်၏၊ သွားပိုးကိုက်ခြင်းကြောင့် နာကျင်ကိုက်ခဲသော် ဘိန်းကို ထည့်ပေးရ၏။

အသုံးပြုရန် အတိုင်းအတာ

ရောဂါ, လူနာ၏ ခွန်အား, အရွယ်, ဒေသ, ကာလ စသည်တို့ကို ပြည့်ပြည့် စုံစုံ စိစစ်၍ ဘိန်းကို တရတီ၏ ၄-ပုံ ၁-ပုံမှ စ၍ တရတီတိုင်အောင် ပေးသင့်၏။

ဘိန်းကို ရေလဲနှင့် အသုံးပြုပုံ

ကိုယ်ဝန်သွေး ယိုးစီးရာ၌ ဘိန်းကို စွန်ပလွန်သီးနှင့် ရော၍ ပေးခဲ့သော် ကိုယ်ဝန် ယိုစီးခြင်းသည် လျင်မြန်စွာ ရပ်သွား၏၊ ပိတ်ဝမ်းရောဂါ၌ ဘိန်းကို မရိုးမြစ် အခေါက်မှုန့် ရော၍ မှီဝဲသော် လျင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်း၏၊ အဆုတ်၌ ဖြစ်သော ကြောက်မက်ဘွယ်သော သွေးယိုစီးခြင်းကို တားမြစ်ရန် အတွက် ဘိန်းကို ဖာလာငယ် (သိမှဟုတ်) ချိပ်မှုန့်နှင့် ရော၍ မှီဝဲခဲ့သော် သွေးယိုစီးခြင်းသည် လျင်မြန်စွာ ပိတ်သွား၏၊ မျက်စိကို ဒုက္ခပေးတတ်သော နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းကို ငြိမ်သက်ရန် အတွက် ဘိန်းကို နဂါးချေး (နနွင်းတွင်ကြည့်) နှင့် အတူ ရေတွင် ဖျော်၍ မျက်စိတွင် လိမ်းကျံပေးခဲ့သော် လျင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်း၏၊ ရှေး၌ ဆိုအပ်ခဲ့သော နည်းအတိုင်း သုဒ္ဓ ပြုလုပ်ပြီးသော ဘိန်း ၃-ပဲ, စမုံဖြူကြီးမှုန့် ၆-ပဲ, ပြဒါးဆန်း ၆-ပဲ ဤအလုံးစုံသော ဆေးတို့ကို တပေါင်းတည်း စု၍ ဆေးခြောက်ရွက်ရည်ဖြင့် နယ်လျက် ၂-ရတီခန့် အလုံးကလေးများ ပြုလုပ်၍ အခြောက်လှန်းပါ၊ ဤဆေးကို 'ဝေဒနန္တက ရသ' ဟု ခေါ်၏။

ဆေးအကျိုးကား

ရေနှင့် သောက်ခဲ့သော် အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် ဖြစ်၍ အမျိုးမျိုးသော လက္ခဏာနှင့် ယှဉ်သော ခန္ဓာကိုယ်ရှိ နေရာဌာန အမျိုးမျိုး၌ ဖြစ်တတ်သော နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းကို ငြိမ်းစေတတ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

နိဗ္ဗေါဒယရသဆေး

ကောင်းစွာ သုဒ္ဓပြုပြီးသော ဘိန်း ၆-ပဲ, ဝါးစိန်မှုန့် ၆-ပဲ, ပြဒါးဆုန်း ၆-ပဲ, ဆီးဖြူသီးမှုန့် ၁၂-ပဲ—ဤဆေးတို့ကို တပေါင်းတည်း ပြုလုပ်၍ ဆိုတွင် ထည့်လျက် ဆေးခြောက်ရွက်သတ္တုရည်ဖြင့် သုံးကြိမ် ထုံပါ၊ အလုံးပြု၍ ရသော အခါ ၂-ရတီရှိ အလုံးကလေးများ ပြုလုပ်ပါ၊ အခြောက်လှန်းပါ၊ ၎င်းကို 'နိဗ္ဗေါဒယရသဆေး' ဟု ခေါ်၏။

ဆေးအကျိုးကား အမျိုးမျိုးသော ရောဂါတို့၏ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၍ ချမ်းသာစွာ အိပ်ရခြင်း အကျိုးရှိ၏၊ ထို့ကြောင့် ဤဆေးကို နိဗ္ဗေါဒယ ဟု အမည်ပေးခြင်းသည် အလွန် သင့်လျော်၏။

ရှေးဘုရင့်သမားတော်ကြီး အဆက်ဆက်တို့ သုံးစွဲခဲ့ကြသော ဘိန်းနှင့် သက်ဆိုင်သည့် ဆေးနည်းများကို ပေမူလာအတိုင်း ဖော်ပြပါအံ့။

နုရာနုရ၊ ရာဇရာဇာ၊ ရှေးသမ္မာကြောင့်၊ အာဏာပိုင်စိုး၊ မြေမိုး တဝိုက်၊ တိုက်တသောင်းထက်၊ လဝန်းစက်သို့၊ တုဘက်မမြင်၊ ဘုရင်ဘုန်းခေါင်၊ မင်းမင်းနောင်တို့၊ သုံးဆောင်ရစ်စေ၊ ထားခဲ့ပေအံ့၊ ရာသက်ရှည်ကြောင်း၊ လက်ာပေါင်းပိမ့်၊ ငြုပ်ကောင်းရှိန်းခို၊ ဇာတိပ္ဖိုလ်နှင့်၊ ဖျံသို့, ဘိန်း, ဘင်း၊ ပွင့်ခြင်း ဥသျှစ်၊ ရောလစ် အမျှ၊ သတ္တမစုပေါင်းစု ကြေညက်၊ တနေ့တွက်မှာ၊ ပဲဝက် သာ စား၊ နာမျိုးရှားလိမ့်၊ ဓာတ်သွားဖြောင့်ညီ၊ တပဲစီသော်၊ တွဲမှီ မေထုန်၊ စွဲ အာရုံတည်း၊ မာန်ဟုန် ယိုဖိတ်၊ ကြန့်ကြိတ်ကြိတ်နှင့်၊ မအိပ်ပါရ၊ ပုပြင်း လှလိမ့်၊ ထိုမှ တပါး၊ တမူး စားသော်၊ တခြား မှုစစ်၊ မပြု ဖြစ်အောင်၊ မာန်ယစ်မုံယို၊ မြင်းလားပျိုသို့၊ နေ့ကို လုံးလုံး၊ ည လုံးလုံးတည်း၊ အသုံး အဆောင်၊ မေ့လျော့အောင် ပင်၊ မရှောင်နိုင်ငြား၊ ရာဂပွားလိမ့်၊ ဘေးများဖြစ်မည်၊ သို့ဖြစ်သည်ကြောင့်၊ အနေသင့်လှ၊ သုံးဆောင်ကြလျှင်၊ ကာမလည်း လာ၊ လူလည်း မာ၏၊ ရောဂါကင်းစင်၊ ကောင်းကျိုးထင်သည်။ ။နန်းစဉ်လက်သုံး ဆေးတော်တည်း။

၎င်းလက်ာအတိုင်း ရေးထားသော ဆေးနည်း သံပေါက်ကို စာမူတခုမှ ရရှိသည့်အတိုင်း ဖော်ပြပါဦးအံ့။

ငြုပ်ကောင်း, ရှိန်းခို၊ ဇာတိပ္ဖိုလ်၊ ဖျံသို့, ဥသျှစ်ပွင့်။
ဘိန်းဆီနှင့် သာ၊ တေပြီးခါ၊ စားပါ ရွှေးငယ်ချင့်။
ဘုရင်မင်းခေါင်၊ စားသုံးဆောင်၊ ဘုန်းရောင် နေသို့ပွင့်။
မောင်းမတထောင်၊ ဖြည့်စွမ်းဆောင်၊ စေ့အောင် အကုန်သင့်။

မှတ်ချက်။ ။ဖျံသို မရလျှင် ဆိတ်သို ထည့်နိုင်သည်။

တနည်း - ကျန်းမာ ဝဖြိုး အင်အားတိုးစေနိုင်သော ဘိန်းနှင့် သက်ဆိုင်သည့် ဆေးနည်းကျော်မှာ—

ဘိန်း,
ကတ္တရ သခ်ျေ,

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ချင်းခြောက်,
လေးညှင်း,
ကုက္ကိုမ်,
ပိတ်ချင်း,
စန္ဒကူးဖြူ, (နံ့သာဖြူ)
ဇာတိပ္ဖိုလ်သီး,
ဇာတိပ္ဖိုလ်ပွင့်, ၄ - ပဲစီ။

၎င်းဆေးတို့ကို ပျားရည်နှင့် ဖော်၍ မတ်ပဲခန့် လုံးပါ၊ ညအိပ်ရာဝင်ခါနီး ၁ လုံးစားပါ၊ ထိုဆေးစားပြီးနောက် နွားနို့ သောက်ပေးပါ၊ ဆေးအကျိုးကား ရောဂါဝေဒနာ ကင်းစင်၍ အင်အားတိုးပွားလာပါလိမ့်မည်။

တနည်း အားတိုးဆေး

ဘိန်း ၁၂ - ပဲ
ဆေးခြောက် ၁၂ - ပဲ
စမုံမျိုးငါးပါး ၄ - ပဲစီ
ကြက်ဥ (၇) လုံး
နွားနို့ (၅ဝ) သား
ထောပတ် (၁ဝ) သား
ပျားရည် (၁ဝ) သား
ဝက်ဆီ (၁ဝ) သား
သကြားခဲ (၁ဝ) သား

၎င်းဆေးတို့ကို မြေအိုးသစ်တွင် ဇီးသားထင်းဖြင့် ချက်၍ ဇီးသား ယောင်းမနှင့် မတူးမချစ်အောင် မွှေပါ၊ နေ့စဉ် ညအိပ်ရာဝင်ခါနီး ဇီးခန့်စားပါ၊ နွားနို့သောက်ပေးပါ၊ အထက်ပါအတိုင်း အကျိုးခံစားရပါလိမ့်မည်။

(အတိသာရ) ဝမ်းသက်ရောဂါ။ ။ဘိန်း, ကုက္ကိုမ်, ဆေးဘက် ၂ - မျိုး အလေးတူယူ၍ ကြိတ်ပြီးလျှင် ရွေးလေးလုံးခန့် လုံးပြီး ပျားရည်နှင့် တိုက်ပါက (အတိသာရ) ဝမ်းသက်ရောဂါများ လျင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

အစာမကြေရောဂါ။ ။ကြောက်မက်ဘွယ် ကောင်းလောက်အောင် အစာမကြေရောဂါဖြစ်မူ အုန်းသီးငယ်တလုံးကို အခွံနွာပြီးလျှင် မျက်လုံးကို ဖောက်၍ ဘိန်း ၂ - ရွေးထည့်ပါ၊ ၎င်းကို မီးဖုတ်ပါ၊ အားလုံးကို ကျွမ်းသောအခါ သန့်ရှင်းစွာ ယူပြီးလျှင် အမှုန့်ပြု၍ ရောဂါအလိုက် အခြေအနေကို ကြည့်ပြီး သုံးစွဲခဲ့သော် ကြာရှည်စွာ စွဲကပ်နေသော အစာမကြေရောဂါများ ပျောက်ကင်းပါသည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အစာမကြေ ဝမ်းသက်ရောဂါ။ ။ဘိန်း, ဇာတိပ္ဖိုလ်သီး, ကုံကုမံ, ပရုပ်—ဆေး ၄-မျိုး အမျှစီ စုပြီးလျှင် ကြိတ်၍ ၂-ရွေးခန့် အလုံးလုံးပြီး ရေနွေးနှင့် သော်၎င်း ရေကျက်အေးနှင့် သော်၎င်း တိုက်ပါက အစာမကြေ ဝမ်းသက်ရောဂါများ ပျောက်ကင်းပါသည်။

ကာလဝမ်းရောဂါ။ ။လွန်စွာ ပြင်းထန်သော ကာလဝမ်းရောဂါ၌ အဘက်ဖော်ပြပါ နည်းအတိုင်း အသုံးပြုရာ၏။

အဆစ်ရောင် ရောဂါ နှင့် လေအကြောဆွဲ ရောဂါ။ ။၎င်းရောဂါများကို ဘိန်း အနည်းငယ်မျှ ကျွေးပါက ပျောက်ကင်းချမ်းသာသည်။

ခါးနာ ခါးကိုက်ရောဂါ။ ။ဘိန်းစေ့ ၁၂-ပဲသားတွင် သကြား ၁၂-ပဲ ရော၍ အနည်းငယ်မျှ တိုက်ကျွေးပါက ခါးနာ ခါးကိုက် ပျောက်ကင်းပါသည်။

အကြောနာ ရောဂါ။ ။အကြောနှင့် စပ်သမျှ နာကျင်ကိုက်ခဲရာ၌ ဘိန်းကို အရည်ဖျော်ပြီးလျှင် လိမ်းပေးရာ၏။

သွားပိုးပေါက် ရောဂါ။ ။သွားပေါက်ပြီးလျှင် နာကျင်ကိုက်ခဲရာ၌ ဘိန်း နှင့် ဇဝက်သာကို ရော၍ ပေါက်နေသော နေရာတွင် သိပ်ပေးပါက နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းမှ လျှင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်းနိုင်၏။

ခေါင်းကိုက် ရောဂါ။ ။ဘိန်း ၄-ရွေး, လေးညှင်းနှစ်ပွင့် ရောကြိတ်ပြီးလျှင် ၎င်းကို ပူနွေးအောင် လုပ်၍ ကိုက်ခဲသောနေရာ၌ လိမ်းပေးပါက နှာစေး အအေးမိ၍ ခေါင်းကိုက်ခြင်း, အခြားသော အကြောင်းကြောင့် ခေါင်းကိုက်ခြင်းများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

နားကိုက်ရောဂါ။ ။ပြာပြုလုပ်ထားသော ဘိန်းရွေးကြီး၏ ထက်ဝက်ကို နှင်းဆီပွင့် အဆီနှင့် ရောစပ်၍ ပူနွေးအောင် လုပ်ပြီး လျှင် နားကြပ်ပေးရာ၏။

လည်ချောင်းနာ ရောဂါ။ ။ဘိန်းသီးအခွံ နှင့် စမုံဖြူကို ပြုတ်၍ နူတ်ငုံဆေးပြုပါက လည်ချောင်းကျဉ်းသောရောဂါ, လည်ချောင်းသိမ်သောရောဂါများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

သားအိမ်ကိုက်နာ။ ။သားဖွားပြီးနောက် သားအိမ် ကိုက်ခဲသောရောဂါ ဖြစ်ပါမူ ဘိန်းသီးခွံကို ပြုတ်၍ သောက်စေရာ၏။

နှာစေး ချောင်းဆိုး။ ။ဘိန်းစေ့ နှင့် တကွ ပါရှိသော ဘိန်းသီး ၇ ိ-ဂ-ပဲသားခန့်ကို ပြုတ်၍ သကြားခဲ ၃ ိ-သားနှင့် အဖျော်ပြုလုပ်ပြီးလျှင် ၄ ိ-၄-ပဲသား တခွက်ပြု၍ တနေ့ ၂-ကြိမ် သောက်သော် နှာစေးရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ဆံပင်ရောဂါ။ ။ဆံပင်တွင် ပြင်းထန်သော ကြောက်မက်ဘွယ်ကောင်းသော ရောဂါ ဝေဒနာများ ဖြစ်လာခဲ့သော် ဆံပင်ကို လိမ်းပေးရာ၏။

ဘဝအိမ်ရောင် ရောဂါ၊ ။ဘိန်းကို အစာအိမ်ရှိရာ ပြင်ပမှ နေ၍ လိမ်းပေးရာ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မျက်စေ့ရောဂါ။ ။ဘိန်း, ဆေးခြောက်, မှိုနတိုချဉ်, နနွင်းစိမ်း, ခန်ထောက်မြစ်, ကျောက်ချဉ်, ဂမုန်းဥ, မုတ်ခါး–၎င်းတို့ကို ရောစပ် ကြိတ်မွှေပြီးလျှင် အတောင့် ပြုလုပ်၍ ၎င်းကို သွေးပြီး မျက်စေ့ ကွင်းပေးပါက မျက်စေ့ရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

သက်ရှည်ကျဲ၍ အားနည်းသော ရောဂါ၊ ။ဇာတိပ္ဖိုလ်သီးပွင့်, အုန်းနဲ့ပွင့်, ဖျံ့သို (မရလျှင်) ဆိတ်သို, ဘိန်း, ဆေးခြောက်, ပျားရည် ၎င်း (၇) မျိုးကို ညက်စွာ ကြိတ်၍ ရွှေးကြီး ၂·ရွှေးခန့် အလုံး ပြုလုပ်ပြီးလျှင် ည အိပ်ခါနီး စား၍ နွားနို့ ကျက်ကျက်ကို သောက်ပေးရာ၏၊ အိမ်မက်တွင် သုက်လွှတ်ခြင်း နှင့် ပန်းသေ ပန်းညှိုး ရောဂါများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

တနည်း လိင်တောင့်ခိုင်ဆေး။ ။ဇာတိပ္ဖိုလ်သီးတလုံးကို အခေါင်း ကျယ်အောင် ထွင်းပြီးလျှင် ၎င်းကို ဘိန်းအပြည့် သိပ်ထည့်ပြီး အဝကို ပိတ်ပါ၊ ၎င်းကို ညောင်ချေထောက် အပင်တွင် ထွင်းပြီး မြှုပ်ထားပါ၊ ၎င်းနောက် (၇) ရက် သုံးပတ် (၂၁) ရက် မြှုပ်ထားပါ၊ ဖော်ထုတ်ပြီးနောက် ၎င်းဇာတိပ္ဖိုလ်သီးမှ ဘိန်းကို ထုတ်ယူ၍ ရွှေးကြီး ထက်ဝက်ခန့် အလုံးကလေးများ ပြုလုပ်ပါ၊ ထို့နောက် ၎င်းဆေးငယ် တလုံးကို နွားနို့နှင့် သောက်ပါက ပန်းညှိုးခြင်း, လိင်မသန်စွမ်းခြင်း ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ဘိန်းဆိပ်ဖြေနည်း

(၁) ဘိန်းကြောင့် တဖုံဘရာ အန္တရာယ်များ ပေါ်ပေါက်လာခဲ့သော် ရှိန်းခို အစစ်ကို ရေနှင့် ဖျော်၍ သောက်ရာ၏။

(၂) တနည်း–ဆေးသမ္ဘာရသီး နှင့် တမာခေါက် ပြုတ်၍ တိုက်ကျွေးရာ၏၊ သို့မဟုတ် ဆေးရွက်ကြီးကို ပြုတ်၍ တိုက်ရာ၏၊ အံ့ပြီးလျှင် ဘိန်းဆိပ် ပြေပါလိမ့်မည်။

(၃) တနည်း·ကုလား ကင်ပွန်းသီးသည် ဘိန်း၏ ရန်သူဖြစ်၍ ၎င်းအပင်၏ အမြစ်ကို သောက်ခဲ့သော် ဘိန်းဆိပ်များ ပြေပါလိမ့်မည်၊ ဤသို့ စသည် ဘိန်းဆိပ် ဖြေနည်း အမျိုးမျိုးတို့ကို ဆေးကျမ်းတို့၌ တွေ့ရ၏။

မှတ်ချက်။ ။ဘိန်းသည် အဆိပ်မျိုးတွင် ပါဝင်ကြောင်း ဆေးကျမ်းတို့၌ ဖော်ပြထား၏၊ ဘာသာရေး စာပေတို့၌ အသိဉာဏ် ထက်မြက်မှုကို တွေဝေ ထိုင်းမှိုင်း စေတတ်သဖြင့် များစွာ တားမြစ် ထား၏၊ ယင်းကဲ့သို့ အကြံတုံး ဉာဏ်တုံး ဖြစ်စေတတ်သည့်ပြင် လူညွန့်လည်း များစွာ တုံး၍ လူလောက၌ သက်ရှိ တယောက် ဖြစ်စေကာမူ အသုံးချ၍ မရသည့် အထိ လူညွန့်ကို တုံးစေ၏၊ ၎င်းကို သုံးမိလျှင်လည်း ဖြတ်ပစ်ရန် မလွယ်ကူချေ (ဖြတ်ပစ်လိုစိတ် မရှိကြ)၊ အဆိပ်လည်းဖြစ်, ဘာသာရေးနှင့်လည်း ဆန့်ကျင်, လူမှုရေးတွင်လည်း အသုံး မဝင်သော အဖြစ်သို့ ရောက်စေတတ်သော အပင်မျိုးဖြစ်သဖြင့် ၎င်းကို ဦးစားပေး၍ အကျယ် တဝင့် မရေးသား လိုသော်လည်း ဆေးပညာ မျက်စေ့ အမြင်ဖြင့်ကား အသုံး ချတတ်လျှင် လူသားတို့အား များစွာ အကျိုးပြုတတ်သဖြင့် နိဿဏ္ဍုကျမ်း အမျိုးမျိုး တို့၌ အသုံး ပြုနည်းကို အကျယ်တဝင့် ဖွင့်ဆို

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပြထား ကြသည်မှ လိုရာကို နုတ်၍ ဘိန်းနှင့် ဆိုင်ရာ လူသားတို့အား အကျိုး ပြုပုံကို အကျဉ်းချုပ် ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

ဆေးပစ္စည်း များတွင် ပါဝင် နေသော ဓာတ်ပစ္စည်း များကို ဤ၌ အကျယ် မဖော်ပြတော့ပါ၊ 'ရသတရင်္ဂနီ ခေါ် ဓာတ်သမုဒ္ဒရာကျမ်း' တွင် ကြည့်ရှုကြပါလေ။

ဘိန်းစေ့

ဟိန္ဒီ　खस खस　(ခဆ-ခဆ)

လက်တင်　Papaver Somniferum

ပုံသဏ္ဌာန်။　။၎င်းသည် ဘိန်းအစေ့ ဖြစ်သည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　။ချို၏၊ အေး၏၊ ဝိပါက၌ ချို၏၊ ကြေ၏၊ ချုပ်၏၊ ခွန်အား နှင့် သုက်ကို ပွားစေ၏။

ပျောက်ကင်းသော ရောဂါများ။　။ဘိန်းစေ့ကို ကြိ၍ သကြားနှင့် သောက်ခဲ့သော် ချောင်းဆိုး, နှာစေးကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ဘိန်းစေ့, သကြား ၁၂-ပဲသားကို ရော၍ ဖန်ဆေး ပြုလုပ် အသုံးပြုသော် ခါးကိုက် ပျောက်သည်၊ ဘိန်းစေ့ကို နို့ရည်နှင့် ကြိတ်၍ လိမ်းခဲ့သော် ကြောက်မက်ဘွယ်ကောင်းသော ဆံပင်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ သားအိမ် ကိုက်ခဲရာ၌လည်း ကောင်းသည်။

ဘိန်းနွယ်ပင်

သက္ကတ　माधवी

ဟိန္ဒီ　माधवी लता　(မာဓဗီလတာ)

လက်တင်　Hiptage Madablota

ပုံသဏ္ဌာန်။　။နွယ်ရောင် ပင်ရောင် ချုံကြီးမျိုး ဖြစ်သည်၊ အကိုင်းအခက် တို့သည် နူးညံ့၏၊ အရွက်သည် စကားဝါရွက်နှင့် တူ၏၊ သို့သော် အမွှေးနုများ ရှိ၏၊ အခေါက် ဝါ၏၊ ပါး၏၊ နူးညံ့၏၊ အပွင့် ဖြူ၏၊ အလွန် မွှေး၏၊ အသီးမှာ နှမ်းသီးနှင့် တူ၏၊ သို့သော်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အပြုံလိုက် အတွဲလိုက် သီး၏၊ ၎င်းပန်းပွင့်၏ အဖြူရောင် ပေါ်တွင် အဝါပြောက် ကလေးများ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းဘိန်းနွယ်သည် စပ်ဖျင်းဖျင်း ရသာ ရှိ၏၊ ခါး၏၊ ဖန်၏၊ မူးရစ်စေတတ်သော အနံ့ဆိုး ရှိ၏၊ သည်းခြေနာ, ချောင်းဆိုးခြင်း, အနာစိမ်းများ ပေါက်ခြင်း, ရောင်ဖောခြင်း စသည် တို့ကို ကင်းဝေးစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အရေပြားရောဂါ။ ။၎င်းအရွက်ကို ကြိတ်၍ လိမ်းကျံမူ အရေပြား ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

သန်နိုင်ဆေး။ ။၎င်းပဥ္စင်ါးပါး ပေါင်းတိုက်ရေကို သင့်သလို သောက်က သန်များ ကျဆင်းကုန်၏။

အဆစ်ရောင်ရောဂါ။ ။၎င်းပဥ္စင်ါးပါးကို ဆီနှင့် ချက်၍ ၎င်းဆီကို လိမ်းကျံမူ အဆစ်ရောင် ရောဂါ ပျောက်ကင်းသည်။

ပန်းနာရင်ကြပ်။ ။၎င်းအရွက်ကို ကြို၍ သောက်မူ ပန်းနာ ရင်ကြပ် ပျောက်သည်။

ဘိန်းသီးအခွံ

သက္ကတ　　खसफल

ဟိန္ဒီ　　पोस्त (पुं०,त)

လက်တင်　　Papaveris Capsulae

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ဘိန်းသီး ဖြစ်၏၊ ဘိန်းပင်၏ အပွင့်ကို ဘိန်း၏ အဖွင့်မှာ ကြည့်ပါ။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းဘိန်းသီးသည် အေး၏၊ မလတို့ကို ချုပ်စေ၏၊ ခါး၏၊ ဖန်၏၊ လေကို ဖြစ်စေ၏၊ သလိပ်ကို နိုင်၏၊ ချောင်းဆိုး ရောဂါ ကင်းဝေး၏၊ မူးရစ်စေ၏၊ အနာများကို အသားနု တက်စေ၏၊ နှုတ်မြိန် စေသည်၊ အလွန် စားမူ ပန်းသေ ပန်းညှိုး ဖြစ်တတ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဘုတ်တောင်ပင်

လက်တင် Polygonum Chinese

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ငယ် ချုံမျိုး ဖြစ်သည်၊ ၆-ပေခန့် မြင့်၏၊ အရွက် ချွန်၏၊ အပွင့် နည်း၏၊ အဖြူ (သို့မဟုတ်) ပန်းရောင် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အားကို ဖြစ်စေ၏၊ အရေပြား ရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရ၏။

ဘုမ္မရာဇာ

သက္ကတ चन्द्रसूरा

ဟိန္ဒီ सर्पगन्धा (ဆရ်ပဂန္ဓာ)

လက်တင် Rauwolfia Serpentina

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဘုမ္မရာဇာကို အာယုဗ္ဗေဒ ကျမ်းဂန်များတွင် အောက်ပါ အတိုင်း မိမိတို့ ဘာသာအား လျော်စွာ ခေါ်ကြ၏။

သက္ကတ ဘာသာ ဆရ်ပဂံဓ, ဟိန္ဒီဘာသာ ချိတာကျ ံ (ဒ်), ဗင်္ဂါလီဘာသာ ကျ ံဒရ် စသည်ဖြင့် မိမိတို့၏ ဘာသာ အလိုက် ခေါ်ဝေါ် ကြ၏၊ ထိုဘုမ္မရာဇာပင်မှာ ပုံပြပါ အတိုင်း ၂-ပေခန့် ရှိ၏၊ အချို့ ၎င်းထက် နိမ့်၏၊ သို့သော် အချို့ အပင်တို့သည် မြေလိုက်၍ ၃-ပေ ခန့် ရှိသည် ဟု ဆို၏၊ အဆစ်များ ရှိ၏၊ အဆစ် အခွ အသီးသီးမှ အရွက် ၃-ခု ၄-ခု တို့သည် ထွက်ကုန်၏။

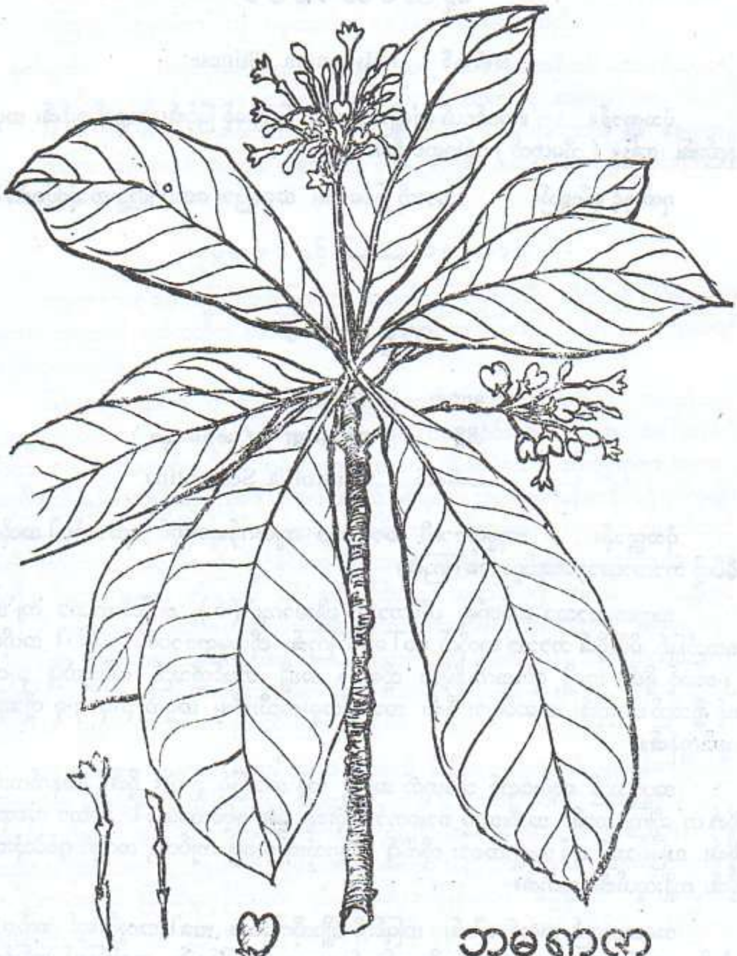
အပွင့်သည် ခရမ်းရောင် သို့မဟုတ် အဖြူ, အနီ အားဖြင့် ၃-မျိုး ရှိ၏၊ အနက်လည်း ရှိ၏ ဟု ဆိုကြသေး၏၊ အသီးသည် စားတော်ပဲလုံးခန့် ရှိ၍ ရင့်သောအခါ နီသော အရောင် ရှိ၏၊ အမြစ်သည် မြေ အမျိုးအစား လိုက်၍ ငါးမူးလုံးခန့်မှ စ၍ ကျပ်လုံး, တကျပ် ရှစ်ပဲလုံးခန့် ရှိ၏၊ ကျိုးလွယ်၏၊ ဆတ်၏။

အရသာသည် အလွန် ခါး၏၊ အမြစ်ကို ချိုးလိုက်သော အခါ အတွင်းတွင် စက်ဝန်း ကဲ့သို့ အလယ်မှ အရေး အကြောင်းကို ထင်ထင်ရှားရှား တွေ့မြင်ရ၏၊ အသုံးပြုရန် အမြစ်ကို အသုံးပြုရ၏။

အရသာ။ ။အနည်းငယ် ဖန်၍ စပ်ခြင်း ခါးခြင်း ရှိ၏။

သတ္တိ။ ။ပူ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



ဘုမ္မရာဇာ

RAUWOLFIA SERPENTINA

सर्पगन्धा(ဆရ်ပဂန္ဓာ)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ရာဇာ=မင်းနှင့် တူသော အပင် ဖြစ်၏၊ (အဆိပ်နိုင်ပင်) ထိုသို့ အကျိုးအာနိသင်ရှိသောကြောင့် "ဘုမ္မရာဇာ" ဟု ရှေးအခါက ခေါ်ဝေါ်ခဲ့ကြလေသည်။

မှတ်ချက်။ ။ရှေးသူမြတ်တို့သည် ကျောင်းသစ်, အဆောက်အဦသစ် ဆောက်လုပ်ရာ၌ ပထဝီဇယ မန္တာန် စသော အောင်မြင်ကြောင်း ဂါထာတို့ဖြင့် ဆန်ပေါက်ပေါက်တို့ကို ကိုင်စွဲ ရွတ်ဘတ် မန်းမှုတ်လျက် မြေယုတ်, မြေကြမ်း, နိုင်စွမ်းခြင်းအလို့ငှာ နေရာအနှံ့အပြား ကျဲပြီးလျှင် မြေယာ ၄-ထောင့်၌ စိုက်ပျိုးကြ၏၊ အဆိပ်စသည်တို့ကို နိုင်ကြောင်းကား ရှေး၌ ထင်ရှားလတ္တံ့။

ဘုမ္မရာဇာ နှင့် မြန်မာ ဝေါဟာရ

ဘုမ္မရာဇာ ဟု ခေါ်ရခြင်းအကြောင်းကို အထက်၌ ပြဆိုခဲ့လေပြီ၊ သို့ရာတွင် ထိုဘုမ္မရာဇာ ဟူသော အမည်ကို မည်သူတို့က စတင်ခေါ်ဝေါ် အသုံးပြုလာကြသည် ဟူ၍ကား ဆုံးဖြတ်ရန် ခဲယဉ်းလှပေသည်။

မြန်မာတို့ ရာဇဝင်ကို ပြန်ပြောင်းကြည့်ရှုခဲ့သော် ဘုမ္မရာဇာ ဟူသော အမည်သည် အာယုဗ္ဗေဒ ဆေးကျမ်းများတွင်လည်း မတွေ့ရှိရသဖြင့် တကောင်းခေတ်မှ စတင် ပေါ်ပေါက်လာသော အမည် မဟုတ်သည်မှာ ထင်ရှားလှပေသည်၊ သို့ဖြစ်ခဲ့သော် ထိုဘုမ္မရာဇာ ဟူသော အမည်သည် မြန်မာလူမျိုးတို့ မှည့်ခေါ်သော အမည်ဖြစ်ရမည်၊ သို့ရာတွင် မြန်မာနိုင်ငံ၌ မွန်လူမျိုးတို့လည်း ရာဇဝင်အရ ပြောင်မြောက်ခဲ့သူများ ဖြစ်ရကား ထိုဘုမ္မရာဇာ ဟူသော အမည်သည် မွန်တို့ မှည့်ခဲ့သော အမည်လည်း ဖြစ်နိုင်စရာ ရှိပေသည်၊ သို့ဖြစ်၍ ဘုမ္မရာဇာ ဟူသော အမည်ကို မွန်တို့ မှည့်သော အမည် သို့မဟုတ် မြန်မာတို့မှည့်ခဲ့သော အမည် ဟူ၍ အမည် ၂-မျိုးတို့တွင် တခုခု ပင် ဖြစ်ရဟန် ရှိပေသည်၊ ထိုစကား မွန်၏၊ မွန်ဘာသာအားဖြင့် ဘုမ္မရာဇာကို "ဘုံမဲ့ရေဂျေ" ဟု ခေါ်၏၊ မြန်မာအသံထွက်ဖြင့် ဖတ်သော် ဘုမ္မရာဇာ ပင် ဖြစ်၏၊ မြန်မာတို့သည်၎င်း မွန်တို့သည်၎င်း ပါဠိဘာသာကို အသုံးများသူများ ဖြစ်ခဲ့သောကြောင့် မြန်မာ နှင့် မွန် ၂-ဦးတို့အနက် တဦးဦး ပင် မှည့်ပေးထားသော အမည် ဖြစ်ဟန် ရှိ၏။

ထိုဘုမ္မရာဇာ ဟူသော အမည်မှာ ပါဠိအမည် ဖြစ်၏၊ ရှေးခေတ် မွန်မြန်မာတို့သည် ၎င်းအပင်၏ စွမ်းရည်သတ္တိကို ကြည့်၍ "ဘုမ္မရာဇာ" ဟု ပါဠိဘာသာအားဖြင့် အမည်ပေးကြဟန်တူသည်၊ သို့သော် ပါဠိပိဋကတ်တို့တွင်မူကား မတွေ့ရဘူးချေ၊ မြန်မာတို့၏ အသုံးအနှုန်းသာ ရှိသည်၊ ပါဠိဘာသာဖြင့် ဘုမ္မရာဇာ ဟူသော အပင်သည် သက္ကတဘာသာ (ဆရိပဂန္ဓ-သပ္ပဂန္ဓ) မှ ပါဠိဘာသာသို့ ပြန်ဆိုရယူနိုင်သည်၊ ၎င်းကို အဓိပ္ပာယ်ပြန်သော် "မြွေနံ့ပင်" ဟု အဓိပ္ပာယ်ပြန်ရသည်၊ ၎င်းတို့သည်လည်း ထိုအပင်၏ အောင့်သိုးသိုး နှင့် မြွေရေလဲအနံ့ကို စွဲ၍ ခေါ်ကြဟန်တူသည်။

ဘုမ္မရာဇာ နှင့် ရာဇာကြီး ၄-ပါး

ဘုမ္မရာဇာကဲ့သို့ပင် အကျိုးစွမ်းအင်တို့ကို ပေးနိုင်သော အထူးအားဖြင့် အဖ္စာဆိပ်, သွေးဆိပ်, သက်ရှိ သက်မဲ့ အဆိပ်တို့ကို ချနိုင်သော အခြားသော အပင် ၃-ပင်တို့ကိုလည်း ပေါင်း၍

ရာဇာကြီး ၄-ပါး ဟု အမည်တပ်ပြီး ခေါ်ဝေါ်ကြသော ထုံးရှိသည်၊ ရာဇာကြီး ၄-ပါး ဟူသည် ကား—

၁ · ဘုမ္မရာဇာ
၂ · ကေရာဇာ (ကေရာဇ်)
၃ · သီဟရာဇာ
၄ · ရာဇဝံသ (ရာဇဝင်)

ဟူသည်တို့ ပင် ဖြစ်၏။

ရှေးဟောင်းဆေးကျမ်းတို့၌ အကျိုးတူ, သဘောတူရာကိုပေါင်း၍ တြိကဋုက် (အစပ် ၃-ပါး)ဟု ခေါ်ဝေါ်ကြသကဲ့သို့ မြန်မာတို့သည် ရာဇာ ၄-ပါးဟု ခေါ်ဝေါ်ကြဟန် ရှိ၏၊ သို့သော် အာယုဗ္ဗေဒတွင်ကား ဤအမည်ကို မတွေ့ရသောကြောင့် မြန်မာပိုင်အမည် ဟု ဆိုရမည်၊ ထင်ရှားစေအံ့၊ မြန်မာတို့သည် ၎င်းတို့ကို တွဲဘက်၍ အသုံးပြုခဲ့ပုံ ဒ္ဓာထောက်အထား တခုမှာ—

"ဘုမ္မရာဇာ, ကေရာဇ် နှင့် ရာဇဝင်မြစ် ဤသုံးဖြာ။
ပေါင်းကြိတ်ခါ အရိပ်မှာလှန်း၊ ဆောင်မြန်းကြပါ။
သွေးတက်နာ ဖြစ်လာသည့်ဆိပ်မျိုး။
နတ်ရေစဉ် ပမာစွမ်းတယ်၊ မြိုင်တန်းက ထန်ခိုး။ ။"

ဟူသော ကဗျာလင်္ကာအတိုင်း ရှေးဆရာကြီးတို့ အသုံးချပုံကို တွေ့ရဘူးသည်မှာ ဖော်ပြပါကဗျာတွင် ပါရှိသော အဆိပ်နိုင်ပင် ၃-မျိုးတို့ကို အမှုန့်ညက်အောင် ထောင်းပြီး ၎င်းအမှုန့်ကို နှာဆေး, သောက်ဆေး အဖြစ်ဖြင့် အသုံးပြုကြ၏၊ ပုံးရည်နှင့် ကြိတ်၍ အတုံးအခဲပြုပြီးလျှင် အရိပ်တွင်လှမ်း၍ အသုံးပြုကြသည်၊ ထိုသို့ ကြိတ်၍ အသုံးပြုထားသော ဆေးသည် နှစ်ပေါင်းများစွာ သတ္တိမပျက်ဘဲ တည်ရှိနေတတ်သည်။

အမှုန့်ဆေးတို့ကား စုပေါင်းထားသော်လည်း ဆေးတမယ်၏ အခိုးအငွေ့ကို နောက်ဆေးတမယ်သည် ကြာရှည်စွာ ထိန်းမထားနိုင်၊ စုပေါင်းကြိတ်ထားသော ဆေးကိုကား ထိန်းထားနိုင်သောကြောင့် ရှေးသူမြတ်တို့သည် ဆေးတောင့် ပြုလုပ်ထားကြခြင်း ဖြစ်သည်။

ထိုဆေးတောင့်မျိုးဖြင့် ဆေးဆရာတို့ အသုံးပြုကြရာ၌ တွေ့ရဘူးသည်မှာ မှိုတောက်၍ မူးခြင်း, ကြွေးဥ-မြွစ် တောက်၍မူးခြင်း စသော ရောဂါတို့၌၎င်း၊ မကြေကျက်သော အစာတို့သည် အဆိပ်အခိုးဖြစ်ပြီး တကိုယ်လုံးပျံ့နှံ့ ဆိုင်အောင်းသော အခါ၌၎င်း အစာမကြေ, ဝမ်းပျက်, ဝမ်းရောင်သော အခါ၌၎င်း အသုံးပြု၏။

ထိုမှတပါး သွေးဆိပ်တို့၌ သုံး၏၊ သူတပါးသွေးကို တွေ့၍ မူးခြင်း နှင့် မီးယပ်သွေးတက်မူးသော အခါ၌ ၎င်းဆေးကို တိုက်လည်း တိုက်၏၊ ရှူလည်း ရှူ၏၊ သမ္ဘာရာရည်နှင့် စပ်၍ ငယ်ထိပ်ကို စုတ်ဖြင့် ပေါက်လည်း ပေါက်ကြ၏၊ မြွေဆိုပ်တက်သော အခါ၌ သုံးသည်ကို တွေ့ဘူးကြ၏၊ သို့သော် ရှေးဆရာတို့သည် ခရာဂါ၏ အနု, အရင့် အခြေအနေကိုကြည့်၍ အနုပါန ဒရလဲအနေဖြင့် တိုက်ကြသည်၊ ဥပမာ မီးယပ်သွေးများ ပျက်စီးငုတ်၍ အပုတ်ဆန်ခြင်း, သွေးတက်

ခြင်းတို့၌ ဆားပြုတ်ရည်နှင့် တိုက်ကြသည်၊ ထိုရောဂါသည် ချုပ်တက်ပြီး အလွန် အပြင်းအထန် ပူလျှင် သက်ရင်းကြီးအမြစ်ကို ဆားနှင့် သွေး၍ ၎င်းနှင့် စပ်တိုက်သည် စသည်ဖြင့် ဉာဏ်ရှိသလို ရှေးက သုံးကြ၏၊ ဆိုလိုရင်းမှာ ရာဇာကြီး ၄-ပါးကိုသာ တင်ပြလိုခြင်းဖြစ်၍ ထို့ထက် ရေးသားဖွင့်ဆိုခဲ့သော် ကျယ်ဝန်းမည်ဖြစ်၍ ဤမျှသာ တင်ပြလိုခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

ဘုမ္မရာဇာ နှင့် ပဥ္စဘုတ်

အာယုဗ္ဗေဒဆေးကျမ်းတို့၌ ကုနည်း, ကုဟန်ကို ဝေဖန်စိစစ်သော် ၂-မျိုး ရှိ၏၊ တမျိုးမှာ ဆေးအတတ်ပညာ ကုထုံး နှင့် တမျိုးမှာ ခွဲစိတ်ကုသမှု အတတ်ပညာ ကုထုံးတို့ပင် ဖြစ်သည်၊ ဤကား ဆေးပညာတရပ်လုံးကို အကျဉ်းချုံး၍ စီစစ်ပြခြင်းတည်း၊ ထို့ကြောင့်—

"ကုထုံးမှာ စရက, ခွဲစိတ်မှာ သုသုတ" ဟု ဗိန္ဒောဆရာမြတ်တို့ စကားပုံ ရှိခဲ့သည်၊ ထိုဆေးပညာကြီး ၂-ရပ်တွင် ရှေးအကျဆုံးသော ကျမ်းများအနက် ကုထုံးအတွက် နှင့် အကြီးအကျယ် အခမ်းအနားဆုံးသောကျမ်းမှာ စရကသံဟိတာကျမ်း ဖြစ်၍ ခွဲစိတ်ကုသမှုနှင့် ဆိုင်ရာ အကြီးအကျယ်ဆုံးသော ရှေးဟောင်းကျမ်းမှာ သုသုတ သံဟိတာကျမ်း ဖြစ်သည်။

စရကသံဟိတာ စသော ဆေးပညာနှင့် ဆိုင်ရာ ကျမ်းများတွင် ပဥ္စဘုတ်ဝါဒ နှင့် တြိဒေါသ, ဓာတ်, မလဝါဒ ဟူ၍ အခြေခံပြုရာ ဝါဒ ၂-ရပ် ရှိခဲ့သည်၊ ယခုအခါ အာယုဗ္ဗေဒဆေးကျမ်းအားလုံးတို့၌ စီစစ်ကြည့်သော် တြိဒေါသ, ဓာတ်, မလဝါဒ သာ တွေ့ရ၍ ပဥ္စဘုတ်ဝါဒမှာ မတွေ့ရသလောက်, အသုံးမပြုကြသလောက် နည်းပါးလျက် ရှိလေသည်၊ သို့သော် ဆေးပစ္စည်းမှန်သမျှ တွေ့ရာ၌ ပဥ္စဘုတ်ဖြင့် ခွဲခြမ်း စိတ်ဖြာ၍ ယူရမည် ဟု အာယုဗ္ဗေဒဆေးကျမ်းတို့၌ အမှာအထား ရှိသောကြောင့် ဘုမ္မရာဇာကို ပထဝီ, အာပေါ, တေဇော, ဝါယော, အာကာသ တည်းဟူသော ဘုတ်ငါးပါးဖြင့် ခွဲခြားဝေဘန်၍ ပြပေအံ့။

ထိုပဥ္စဘုတ်နည်းဖြင့် ဓာတ်ခွဲကြည့်သော် ဘုမ္မရာဇာ၌ ပူ, ခါး, ဖန် ရသာကို စွဲ၍ အဓိကအားဖြင့် ဓာတ် ၃-ပါး ရှိသည် ဟု တွေ့ရှိရသည်တို့ပင် ဖြစ်၏။

ထင်ရှားစေအံ့၊ အချသာ ၃-မျိုး ရှိသည့်အနက် ပူသည် ဟု ဆိုရာတွင် ထိုအပူသည် လွန်ကဲသော 'တိက္ခအပူမျိုး မဟုတ်၊ အအေးကို ထောက်ဆလိုက်သော် အအေးထက်ပိုသော အပူမျိုး (ဝါ) ပူခိုး ပူငွေ့ ဖြစ်သောကြောင့် ဓာတ်ကို မျှစေသော အပူမျိုး ဖြစ်၏၊ ထို့ကြောင့် မျက်စိရောဂါ စသည်တို့၌လည်း အသုံးချသည်ကို နောက်၌ တွေ့လတံ့။

အခါး ဟူရာ၌ ထိုမျှတသောအပူ၏ ပစ့်ဆောင့်မှုကြောင့် တက်လာသော အခိုးမျိုး ဖြစ်၍ ပထမဦးစွာတွင် လေဆန်ခြင်း, လေကြွခြင်း, တက်ခြင်း ဖြစ်ရာ၏၊ နောက်ပိုင်း၌ လေပြေ,လေညှင်း တိုက်လေ သဘောသို့ ပြန်ရောက်ရ၏၊ ထို့ကြောင့် ဘုမ္မရာဇာ ဆေးသောက်ပြီးသောအခါ လူတို့သည် ခေါင်းလေး, ဇက်ကြောတက်, မျက်လုံးနီခြင်း စသော တက်ကြွသော အဖြစ်တရပ်ကို တွေ့ရ၏၊ ၎င်းကို နွားနို့, ထမင်းရည် သောက်ခြင်းဖြင့် ဖြေကြရ၏။

အဖန်ဓာတ်သည် လွန်စွာ နည်းပါး၏၊ ထင်ရှားရှိသော အဖန် မဟုတ်ချေ၊ ထို့ကြောင့် ဖွဲ့စည်းခြင်းသည် ထိုလေကို ရှုန်းကန်မှု အားကောင်းပြီး ပြန်မကျအောင် ဖွဲ့စည်းတတ်သော

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အဖွဲ့မျိုး မဟုတ်၊ ဘုမ္မရာဇာတွင် ပါသော အဖန် အာပေါဓာတ်နှင့် ဆန့်ကျင်သောလေ (ဝါယော) ဓာတ်အားရှိအောင် စုရုံး ဖေးမရုံမျှ ဖြစ်သောကြောင့် ထိုဘုမ္မရာဇာ၏ အခိုးသတ္တိသည် တကိုယ်လုံးသို့ ရုတ်ချည်း ပျံ့နှံ့စေနိုင်အောင့် ဝါယောဓာတ် ပို့ဆောင်ခြင်းသတ္တိ ဖြစ်ရုံ သာ ရှိ၏၊ တကယ်ဖန်သော အဖန်မျိုး မဟုတ်၊ ဝါယောကို အားပြုရုံ သာ ဖြစ်သော အဖန် အဖွဲ့မျိုး ဖြစ်သည်၊ ထင်ရှားအောင် ရေးရမူ သာမညအားဖြင့် သာ ဆန့်ကျင်၍ (အချင်းချင်း ပျက်စီးအောင်မပြုတတ်သော) ဓာတ် ၂-ခု ပေါင်းမိခြင်းကြောင့် တခုသောဓာတ်သည် အားရှိလာ၏၊ ပြိုင်ဆိုင်မှုအနေဖြင့် အကျိုးဖြစ်အောင် အလုပ် လုပ်ကြသကဲ့သို့ ပင် ဖြစ်၏၊ ထို့ကြောင့် ဘုမ္မရာဇာဆေးကို စားသောအခါ အိပ်ငိုက်, သေးလံ, ထိုင်းမှိုင်း, မျက်နှာတင်းခြင်း, ပွလာခြင်း, နှာခေါင်းများပိတ်လာခြင်း ဖြစ်ရသည်၊ ၎င်းကို ဖြေရန်မှာ တခဲနက်ပိတ်သော အာဗန္ဓနမျိုး မဟုတ်၍ ရေချိုးပေးလျှင် ပြေသွား၏၊ သို့မဟုတ် သမ္ဘာရ, ရှောက် ရှာလပတ်ဘို့ကို သောက်သဖြင့် ပြေသွား၏။

ဤသို့လျှင် ဘုမ္မရာဇာ အပင်၌ ဓာတ်လေးပါး အဖြစ်ဖြင့် စွဲထင်မှတ်ယူလျက် အသုံးပြုနိုင်ရန် အကျဉ်းချုပ်အားဖြင့် တင်ပြလိုက်ခြင်း ဖြစ်၏။

ဘုမ္မရာဇာ နှင့် အသက်ရှည်ဆေး

များသောအားဖြင့် လူတို့သည် သွေး သား, အားတို့ကို ဖြစ်စေတတ်သော ကြက်ဥ, ဘဲဥ, နွားနို့, အသား, ချိုဆိမ့်သော အစာတို့ကို လူတို့၏ အားကို ဖြစ်စေတတ်သော အစာတို့ ဟူ၍ စွဲထင် မှတ်ယူကြကုန်၏။

"အားလိုလျှင် အချိုတဲရမည်"ဟု စကားပုံလည်း ရှိခဲ့သည့်အတိုင်း အထက်ပါအစာတို့ကို အားရှိသောအစာတို့ ဟူ၍ မှတ်သူစွဲထင်ကြကုန်၏၊ ထိုယူဆပုံသည် တကယ် အစစ်အမှန် အားကို ထောက်ဆသော် သွယ်ဝိုက်သောအားဖြင့် အားဖြစ်စေတတ်သော အစာတို့ ပင် ဖြစ်ကုန်၏။

ခန္ဓာကိုယ်တွင် စီစစ်လိုက်သော် ရသာရည်, သွေး, သား စသော ဓာတ် ၇-ပါးတို့ကို ဖြည့်စွမ်းစေတတ်သော အစာတို့ သာ ဖြစ်ကုန်၏၊ ဓာတ်လေးပါးနှင့် ခွဲယူမူ အာပေါစာ, ပထဝီစာ တို့သာ ဖြစ်ကုန်သည်ဟု ဆိုရမည်၊ ခန္ဓာကိုယ်တွင် အကြီးမားဆုံးသော ပဓာန အစစ်အမှန် အားကား ဝါယောဓာတ် သာ ဖြစ်၏၊ ထိုဝါယောဓာတ် လေသည် သာလျှင် တကိုယ်လုံး၏ လှုပ်ရှားမှုကို ပြုပြင်နိုင်ပေ၏၊ ဤသည်လျှင် ၎င်း၏ အလုပ် ဖြစ်၏၊ အစိတ်အပိုင်း တခု၌ လေမရှိလျှင် ထိုအစိပ်အပိုင်း၌ ရပ်နေမည် သာ ဖြစ်၏၊ တကိုယ်လုံး၌ မရှိသူကား တကိုယ်လုံး သစ်တုံးပမာ ငြိမ်သက်၍ နေမည်မှာ မလွဲ ဖြစ်၏၊ ထို့ကြောင့် အဘိဓမ္မာကျမ်းများ၌ ဝါယောဓာတ်ကို ဗလဓာတ်, ဗလရုပ်, အားရုပ် ဟူ၍ သတ်မှတ် ထားခဲ့သည်။

ထိုဗလရုပ်, အားရုပ် ဖြစ်သော လေ၏ ဆန့်ကျင်ဆက် အကျုံး ဓာတ်ကား အာပေါဓာတ် ပင် ဖြစ်၏၊ အာပေါဓာတ်၏ ဖွဲ့စည်းမှု ပိတ်ဆို့မှု နှင့် ဝါယောဓာတ်၏ လှုပ်ရှားမှု, ပို့ဆောင်မှုတို့သည် ဖြောင့်ဖြောင့် ဆန့်ကျင်ဘက် ဖြစ်သောကြောင့် "ဝါယောဓာတ်၏ သင်းချိုင်းသည် အာပေါဓာတ်- အာပေါဓာတ်၏ သင်းချိုင်းသည် ဝါယောဓာတ်" ဟု ရှေးသူဟောင်းတို့ သတ်မှတ်ထားကြ၏၊ ဝါယောဓာတ်သည် တကိုယ်လုံးတွင် သွားလာ လှုပ်ရှား၍ ရသော အစိတ်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အပိုင်း ဟူသရွေ့ကို အကြွင်း အကျန် မရစေဘဲ ၎င်း၏ လှုပ်ရှားမှု သွေးသား စသော ဓာတ်တို့ ပို့ဆောင်မှု တို့ကို ပြုလုပ်စဉ် အခါ အာပေါဓာတ် သဘောဖြင့် ရသာရည်, သွေး, သား,သလိပ်, အညစ် အကြေး, အပုတ် အခိုး စသည်တို့သည် အကြောင်းအမျိုးမျိုးတို့ကြောင့် ပိတ်ဆို့ ကုန်သော အခါ ဝါယောဓာတ်၏ ရွက်ဆောင်မှုသည် ပျက်စီးရ၏၊ လူတို့သည် ရောဂါဝေဒနာ ရကြ၏၊ ညောင်းညာ ကိုက်ခဲခြင်း, ထုံကျင်, လေးလံ, အောင့်ခြင်း, ထိုးခြင်း စသည်ဖြင့် ဖြစ်ကြရကုန်၏၊ ထို့ကြောင့် အသက်ရှည်မှုကို လိုလားသော သူတို့သည် ဝါယောဓာတ် လှုပ်ရှားမှု အားကောင်းအောင် အာပေါဓာတ် ပိတ်ဆို့မှု ပျက်စီးအောင် လှုပ်ရှားပေးခြင်း, လမ်းလျှောက်ခြင်း, ချွေးထွက်အောင် အလုပ် လုပ်ကိုင်ခြင်း, စိတ်ကို ဖွံ့စည်းမှု သောကနှင့် ကင်းအောင် ပြုပြင်ခြင်း, လေကောင်း လေသန့်ရအောင် ပြုပြင်ခြင်း စသော အမှုကိစ္စ တို့ကို ပြုကြရပေသည်၊ လမ်းလျှောက်ရေးသည် ဆေးတခွက် ပင် ဖြစ်၏၊ ဤအခြေခံ ကျန်းမာမှု သာမညကို ပင် မစောင့်ထိန်း မလိုက်နာသူတို့သည် ဆေး နှင့် ဆရာတို့ကို အမြဲ ကိုးကွယ် ထားခြင်းမှ ရှောင်ကွင်းနိုင်မည် မဟုတ်ချေ။

ဘုမ္မရာဇာတွင် အားရှိပုံ

အထက် ဖော်ပြပါရှိသည့်အတိုင်း ဝါယောဓာတ်သည် အားအစစ်အမှန် ဖြစ်၏၊ သို့သော်လည်း ၎င်းသည် သူ၏ မတွဲဆုံးဖြစ်သော အာပေါဓာတ်နှင့် ကင်း၍ ၎င်း၏ အားအစွမ်းသည် မထင်ရှားပေ၊ အဖွဲ့အစည်းမကင်းသော လောဟာပြင်၌ ဝါယောဓာတ်၏ သတ္တိသည် မထင်ရှားသကဲ့သို့ပင် ဖြစ်ကာ ခန္ဓာကိုယ်၌ ငန်းရဂမိုးအိုး အဖျားဘမျိုး ရှိ၏၊ ၎င်း၌ ဝါယောဓာတ်လွန်၏၊ အာပေါဓာတ် ပျက်နေ၏၊ အထိန်းအဖွဲ့ မရှိတော့ချေ ၎င်းအဖျား ပြင်းထန်ခဲ့မူ တကိုယ်လုံး လေဖြတ်၍ မလှုပ်ရှားနိုင်သကဲ့သို့ မိမိ လက်ကိုမျှ ပင် ချီမ,ခြင်းငှာ မစွမ်းနိုင်တော့ချေ၊ ထိုသို့ သာဓကကို တင်ပြလိုက်ခြင်းသည် ဝါယောဓာတ်သည် အာပေါဓာတ်နှင့် ကင်းလျှင် ၎င်း၏ သတ္တိကို ထင်ရှားစွာ မပြနိုင်၊ အချင်းချင်းမတွဲသော်လည်း ကဲ့ယှဉ်နေက ပို၍ သတ္တိရှိပုံကို တင်ပြခြင်း ဖြစ်၏။

ဘုမ္မရာဇာ၌ ဝါယောဓာတ် နှင့် အာပေါဓာတ်တည်ရှိပုံကို ထင်ရှားအောင်ပြလို၍ နောက် ပြဆိုခဲ့သည့် စကားရပ်ကို ပလ္လင်ခံရေးသားခြင်းဖြင့် သိနိုင်လောက်ပေပြီ၊ ဘုမ္မရာဇာနှင့် အားကို ထင်ရှားအောင် ဆက်ဦးအံ့၊ ဘုမ္မရာဇာတွင် အခါး (ဝါယော) သည် အများဆုံး ကိန်းနေ၏၊ ၎င်း၏ ဆန့်ကျင်ဘက် အာပေါသည် သာမည အားဖြင့် ကိန်းနေ၏၊ ထိုသို့ ဝါယောဓာတ်၏ လုံလဲမှုကြောင့် ဘုမ္မရာဇာ၏ အခါးသည် အခြားသော အခါးနှင့် မတူ - အားကို အထူးသဖြင့် ဖြစ်စေသည်။

လောက ယုတ္တိဖြင့် ထင်ရှားစေအံ့၊ ဝါယောဓာတ်တို့၏ လှုပ်ရှားမှုသည် ၎င်း၏ တည်ရာ မှီရာ ပထဝီ အာပေါ အားသန်လေလေ ဝါယောဓာတ် အားရှိလေလေ ဖြစ်သည် (ပထဝီ အာပေါ လွန်သည်ကို မဆိုလို)၊ ဥပမာ သံပုံပေါ်တွင် စိုက်သောတိုင် နှင့် မြေသားအတွင်း စိုက်သော တိုင်ကဲ့သို့တည်း။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

တနည်း - လေလုံသော ဘောလုံး နှင့် လေစိမ့်နေသော ဘောလုံးကဲ့သို့တည်း၊ ထို့ကြောင့် အားအတွက် ဖြစ်စေရန် ရှေးသူဟောင်းတို့သည် ဗယဆေးပစ္စည်း အစာအာဟာရ ရွေးချယ်ရာ၌ ဝါယောသက်သက်ကို မယူဘဲ ပထဝီသက်သက်ကို မယူဘဲ ဘုမ္မရာဇာ တို့ကဲ့သို့ ဝါယောအများဆုံးကိန်း၍ အာပေါ ပထဝီဓာတ် ကဲ့ယှဉ်နေသော ဆေးများ နှင့် ပထဝီအာပေါအများဆုံး ကိန်း၍ ဝါယော တွဲယှက်နေသော ဆေးပစ္စည်းများကို အသုံးပြုကြသည်။

ထင်ရှားစေအံ့၊ ရှေးဆရာမြတ်တို့သည် အောက်ပါအတိုင်း အားတိုးဆေး အတွက် သဲလွန်စကို ထုတ်ပြထားကြသည်၊ "စာဉီးခေါင်းနှင့်၊ စလောင်းဝက်ကို၊ ဆိုလေငါးကြင်း၊ ခေါင်းတွင်းအင်အား၊ ဆိတ်ကား ကပ္ပါယ်၊ နွားဝယ် မြီးရင်း၊ ယုန်လျင်းထို့တူ၊ ဆတ်မူ ချိန့်၊ အားပြု ကြံ့ချို၊ ယူလို အန်ဖတ်၊ ငှက်သိုက် မှတ်လေ့၊ မြေရပ်ပျော့ငြား၊ နဂါးခေါင်ဆို၊ တီကို ယူချင်၊ ပုပ်သင်ဦးခေါင်း၊ ဤဆေးပေါင်းသည်၊ အားကောင်းဘို့ရန် အကြောင်းတည်း" ဟူသည် အတိုင်း ပထဝီ အာပေါကိန်းနေသော ဝါယောဦးဆောင်သည့် အဓာ - ပထဝီ အာပေါ ဦးဆောင်၍ ဝါယောကိန်းနေသော အစာတို့ကို အားဖြစ်စေရန် အတွက် ဤကဲ့သို့ ဓာတ်ခွဲပြီး ယူသွားကြခြင်း ဖြစ်သည်၊ အနည်းငယ် ထင်ရှားစေအံ့၊ ဆိတ်တကိုယ်လုံးတွင် ကပ္ပါယ်အိပ်ကို ယူသည်၊ ၎င်းသည် ဥဏှ ပထဝီ လွန်ကဲသော အသားစု ဖြစ်၏၊ ဆိတ်တကိုယ်လုံးတွင် ထိုကပ္ပါယ်အိပ်သည် လှုပ်ရှားမှု အများဆုံး ဖြစ်၍ ဝါယောကိန်းအောင်းမှု အများဆုံး ဟု ဆိုရမည်၊ ထို့ကြောင့် ၎င်းကို ဆေးဆရာတို့သည် ပန်းသေအတွက် ကြော်ချက်ကျွေးကြ၏၊ ဤကဲ့သို့ အာဂုဝတ္ထု တခုကို ထုတ်ပြလိုက်ခြင်းဖြင့် အခြားသော ပစ္စည်းတို့ကိုလည်း ခွဲယူနိုင်ကြသည်၊ ထိုကဲ့သို့ပင် ဘုမ္မရာဇာ၌လည်း အားကိန်းအောင်းနေခြင်း ဖြစ်၍ အားကို ဖြစ်စေသည်။

ဘုရာမ္မဇာတွင် အစိန္တေယျသတ္တိ အားရှိပုံ

ဥဏှဝါယောဖြစ်၍ ထုံးစံအတိုင်း အထက်သို့ သာ ဆွဲတင်ခြင်း, တက်ခြင်း, သုတပါးတို့ကိုလည်း ပို့ဆောင်ခြင်းဖြင့် အကျဉ်ချုပ်ခွဲခွဲသော် ပူ တက်·ပိတ်·ဗယဆေးပစ္စည်းပင် ဖြစ်သော်လည်း အညစ်အကြေး သွေး လေတို့ကိုရင်း,အဆိပ်တို့ကိုရင်း ထုတ်ပယ်နိုင်သော သတ္တိကား ထူးထူးခြားခြား ဤအပင်၌ ရှိသောကြောင့် ဥဏှပထဝီ ဝါယောချင်း ပင် တူသော်လည်း ထိုအပင်သည် အညစ်အကြေး သွေး လေတို့ကို ထုတ်ပယ်တတ်၏၊ ဤသို့ ဖြစ်ခြင်းသည် ကြံစည်ရန် ခက်ခဲသော ဆေးတို့၏ သတ္တိထူး ပင် ဖြစ်၏၊ ဥပမာ ဖန်သောပစ္စည်းသည် အဖွဲ့အစည်း အာဗန္ဓန အားကြီး၍ ဒေါသဓာတ်မလတို့ ဖွဲ့ချုပ်စေသော်လည်း ဆီးဖြူ, ဖန်းခါး, အဖန်မျိုးကား ဒေါသ ဓာတ် မလ တို့ကို ပယ်နိုင်၏၊ ဤကား ဆေးတို့၏ သတ္တိကြောင့် ပင် ဖြစ်၏၊ ထို့ကြောင့် အာယုဗ္ဗေဒကျမ်းတို့၌ "ရတနာတို့၏ သတ္တိတန်ခိုး, မန္တာန်တို့၏ သတ္တိဓာတ်တန်ခိုးကို အဘယ်ကြောင့် စွမ်းသည်ဟု အဆုံးအဆ မကြံစည်နိုင်သကဲ့သို့ ဗယဆေးပစ္စည်းတို့၏ သတ္တိတန်ခိုးကိုလည်း များသောအားဖြင့် ကြံစည်နိုင်သော်လည်း အချို့ကား ကြံစည်၍ မရနိုင်ကုန်၊ အစိန္တေယျမျိုးတွင် ပါဝင်သည်" ဟု တွေ့ဘူး၏၊ ထို့ကြောင့် ဘုမ္မရာဇာကို အစိန္တေယျဂုဏ်တွင် ပါဝင်သည် ဟု ယူဆရသော အပင်မျိုး ဟု ဆိုထိုက်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

သွေးတိုး နှင့် ဘုမ္မရာဇာ

သွေးတိုးခြင်း ဟူသည် တိက္ခဝမ်းမီးအပူကြောင့် အစာမကြေကျက်ဘဲ ရသရည်တို့သည် သွေးဖြစ်သွားသောအခါ သွေး၏ မလ သည်းခြေ အခိုးတို့သည် အပြင်သို့ အခိုးအငွေ့ဖြင့် မထွက်ဘဲ ထိုသွေး၌ ပင် အခိုးအောင်းပြီးလျှင် အပူ လေ အခိုးတို့သည် အထက်သို့ပင် တက်ခြင်းကြောင့် ထိုအညစ်အကြေးဖြစ်သော သွေးတိုးပွားခြင်း တိုးတက်ခြင်းမျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းသည်လည်း ရှိရင်းစွဲ သွေးထက် ပိုမို လွန်ကဲနေပေ၏၊ ထိုမှတပါး မန္ဒဝမ်းမီးကြောင့် အစာအိမ် အားနည်းပြီးလျှင် စားသရွေ့ ရသာရည်တို့သည် သွေးအတွင်းသို့ ရောက်သောအခါ ထိုမကြေကျက်သော ရသရည်တို့သည် သွေးမဖြစ်တော့ဘဲ ပင်ကိုယ်ရှိရင်းစွဲ သွေးနှင့် ရော၍ တကိုယ်လုံး မကြေကျက်သော သွေးတို့သည် ပျံ့နှံ့တိုးပွားပြီးလျှင် ပင်ကိုယ်ရှိရင်း သွေးထက် ပိုမို၍ သွေးတိုးခြင်း ဟူ၍ အချုပ်အားဖြင့် ၂-မျိုး ရှိရာဘွင် အထက်ဖော်ပြပါ နံပါတ် (၁) သွေးတိုးသည် အပူ, အစပ်, အခါး, အရက်သေစာ, စီးကရက်တို့ အစားအသောက် များခြင်းကြောင့် ဖြစ်၏။

ဒုတိယ သွေးတိုးမှုသည် အဆီ အဆိမ့် ဩဇာရှိသော အစားအစာများခြင်း, လှုပ်ရှားမှုနည်းပါးခြင်းတို့ကြောင့် အဖြစ်များ၏။

ထို ၂-မျိုးတို့တွင် နံပါတ် (၁) သွေးတိုးမျိုးကြောင့် လူတို့သည် ခုရကဝါတ ခေါ် လေသင်တုန်းဖြင့် သေကြကုန်၏၊ (သေပုံကြမ်းသည်) ရှုံးကန်မှု, ရွဲ့စောင်းမှု, နွားမျက်လုံးကဲ့သို့ ပြူးကြောင်ကြောင် ဖြစ်၍ သေကြ၏။

ဒုတိယ သွေးတိုးမှုကား တကိုယ်လုံးတွင် အညစ်အကြေး မလများ ပွားဆီး ပိတ်ဆို့ခြင်းကြောင့် လေသည် တကိုယ်လုံး သွားခွင့်မရတော့ဘဲ နှလုံးတွင်း၌သာ ရပ်ရ၏၊ ထိုသူတို့၏ သေပုံသည် အလွန် ငြိမ်သက်လှ၏၊ ထိုသွေးတိုး အစစ်အမှန်တို့တွင် ဖော်ပြပါ ဒုတိယသွေးတိုးမျိုးသည် ဤ ဘုမ္မရာဇာဆေးနှင့် အသင့်ဆုံး ဖြစ်၏။

ထိုသူတို့၏ သွေးချိန်သည် တကိုယ်လုံး၌ ပွားစည်းနေခြင်းကြောင့် သိပ္ပံနည်း အရဖြင့် နှလုံးသွေးကိုပင် ဖြစ်စေ အထက်ပိုင်းတွင် လည်နေသော သွေးကိုပင် ဖြစ်စေ အောက်ပိုင်းတွင် လည်နေသော သွေးကိုပင်ဖြစ်စေ ချိန်တွယ်ကြည့်သော် များစွာ ပိုနေသည်ကို တွေ့ရသည်၊ လွန်စွာ ကျယ်ဝန်းလှ၏၊ ဤအကြောင်းနှင့် ပက်သက်၍ 'ဘေသဇ္ဇမဉ္ဇူသာကျမ်း' တွင် ဖွင့်ခဲ့ပြီ၊ ယခုကာလ လွန်စွာ အဖြစ်များ၍ ဖြစ်လျှင်လည်း ပျောက်ခဲပြီးလျှင် သေရာတွင်လည်း နေ့မြင် ညပျောက်သော ရောဂါမျိုးဖြစ်၍ သတိပြုနိုင်ကြရန် အကြိမ်ပေါင်းများစွာ လက်တွေ့ရပြီးနောက် ထုတ်ပြလိုက်ခြင်း ဖြစ်၏။

ကျွန်ုပ်တို့တွေ့ရှိထားသော သွေးတိုး အမျိုးအစားချီးကား များစွာ ကျန်ရှိနေသေး၏၊ အကျယ်တဝင့် ပြရန်သင့်သော နေရာမျိုးမဟုတ်၍ အနည်းငယ်မျှ သာ ရေးသားလိုက်ရ၏။

ဘုမ္မရာဇာ နှင့် ပန်းသေ

ဤနေရာ၌ ကိုယ်တွေ့ ကုသကယ်တင်ဘူးသော သာဓက တင်ပြအံ့၊ ထိုသူသည် အသက် ၄၀-ကျော်ခန့် ရှိ၏၊ ငယ်စဉ်က ဆီးချုပ်၍ တက်တတ်၏၊ အသက် ၃၅-ကျော် ရောက်သောအခါ

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဝဖြိုးလာ၏၊ ၎င်းနောက် အသားများ အေးနေ၏၊ နှလုံးသွေး စသည်တို့ကား အပြည့်အဝ ပင်ရှိ၏၊ တချိန်သောအခါ နှလုံးရောဂါ ဖြစ်လာ၏၊ အပြင်သို့ မထွက်နိုင်၊ သောက နှင့် ဒေါသဒဏ်ကို မခံနိုင်၊ ထိုအခါ သွေးအားကောင်း၍ ပွင့်လာရန် ဘုမ္မရာဇာ, လူဝအားတိုးဆေးကို ဖော်၍ ကျွေးကြသည်၊ ၁၅-ရက်ခန့် ကြာသောအခါ ယောကျ်ားတို့၏ တိုနာ ဖြစ်ရ၏၊ ထိုအခါ၌ လန့်လျှင် သောကရောက်လျှင် တခဏခြင်း တိုဝင်သွားသည်၊ နှစ်ပေါင်းများစွာ ကြံရာမရဖြစ်ပြီးနောက် ကျွန်ုပ်နှင့် တွေ့သောအခါ 'ဘုမ္မရာဇာဆေး ခင်ဗျား စားဘူးပြီထင်သည်' ဟု မေးမိ၏၊ အံ့အားသင့်စွာ ကျွန်ုပ်ကို ကြည့်ရင်း 'ဟုတ်သည်' ဟု ဖြေ၏။

ဘုမ္မရာဇာသည် ပူ, တက်, ပိတ်သော သဘာဝ ဖြစ်သည်၊ ၎င်းကို စားပြီးနောက် နွားနို့ စသည်ကိုငင်း, အဖျော်ယမကာတို့ကိုငင်း သောက်ရမည်၊ ရေချိုးရမည်၊ ဖွင့်ပေးရမည်၊ ထိုသူ၏ လေပူသည် အားနည်းနေသည်၊ သွေးသွားလာမှု ဖြေးနှေးနေ၏၊သွေးချိန်ကား မလျော့ပေ၊ ထိုသူ၏ တကိုယ်လုံးကား အေးထိုင်း၍ အဖွဲ့ အစည်းထုကား အားကောင်းလှ၏၊ ဆေးစားပြီးနောက် ဖွင့်ရန်ကြိုးစားလည်း မပွင့်၊ နွားနို့ စသည်ကို သောက်၍ နှိပ်ရန်လည်း ပိုဖွဲ့သောကြောင့် ထိုသူသည် ဓမ္မကရိဏ်း ရေစစ် ဥပမာကဲ့သို့ အထက်သို့ စုတ်တင်ထားသောကြောင့် သွေးသားမတိုးဘဲ နှလုံးရောဂါလည်း မပျောက်ဘဲနှင့် တိုနာ သာလျှင် အဖတ်တင်ရ၏၊ ထိုကဲ့သို့ အသားအေးခြင်း, ချွေးစေးထွက်ခြင်း, လေအားနည်းခြင်း, ရုပ်ဆူဝဖြိုးပြီးလျှင် အဖွဲ့ အစည်းထု အားကောင်းခြင်း စသည်တို့နှင့် ပြည့်စုံနေသူဘို့ အားအဘွက် ဘုမ္မရာဇာကို စားကြကုန်မှုကား အထက်ဖော်ပြပါ အတိုင်း ဖြစ်တတ်၏။

ထိုပန်းသေ, ပန်းညှိုးခြင်းနှင့် ဆိုင်ရာ အကြောင်းတို့ကို အဥ္စနိဒါန်း၌ ရေးသားခဲ့လေပြီ။

ဘုမ္မရာဇာ ရွေးချယ်နည်း

ဗယဆေးပစ္စည်းတို့တွင် အချို့သော ဗယဆေးပစ္စည်းတို့သည် ကာလ အတန်ကြာအောင် သိုသိပ်ထားပြီး၍ ဟောင်းနွမ်းမှ အသုံးပြုရန် ကျမ်းတွင် အမှတ်အသား ရှိ၏၊ ဥပမာ အိပ်မွေ့ သီး, ပိတ်ချင်းသီး, တင်လဲ, စပါး, ထောပတ်, ပျားရည် ၆-ပါးတို့ ဖြစ်ကုန်၏၊ အချို့သော ဗယဆေး ပစ္စည်းတို့ကား လတ်လတ်ဆတ်ဆတ် ရှာဖွေယူငင်ပြီး အသုံးပြုရန် ကျမ်းများတွင် ရေးသားထား၏၊ ဥပမာ အထက်ပါဆေး ၆-မျိုးတို့မှ တပါးသော ဆေးကိုမူ လတ်လတ်ဆတ်ဆတ် ဖြစ်သော ဆေးတို့ကို သာ ယူရမည်၊ ထိုသို့ အချုပ်အားဖြင့် ၂-မျိုး ရှိရာတွင် ဘုမ္မရာဇာဆေးကား လတ်လတ်ဆတ်ဆတ် ပစ္စည်းကို ယူရန် သင့်သော ဗယဆေးမျိုးတို့တွင် ပါဝင်၏၊

ထို့ကြောင့် လတ်ဆတ်သော ဘုမ္မရာဇာမျိုး ဖြစ်ရန် အရေးကြီးပေသည်၊ အခေါက်, အပွင့်, အရွက်, အသီး စသည်ဖြင့် ဗယဆေး တပင်၏ အစိတ်အပိုင်းသည် အမျိုးမျိုး ကွဲပြားနေပြန်၏၊ အချို့ အပွင့်, အသီး, အရွက်, အခေါက်, အမြစ် ဟူ၍ ၅-မျိုး ရှိရာတွင် ထို ၅-မျိုးသည် သစ်ပင်တပင်၏ အစိတ်အပိုင်း ၅-ခုဖြစ်၍ ပဥ္စငါးပါး စသည်ဖြင့် ခေါ်ဝေါ် အသုံးပြုကြသည်၊ ထိုကဲ့သို့ရှိရာတွင် ဘုမ္မရာဇာသည် ထိုပဥ္စငါးပါးလုံးကို သုံးသော ဗယဆေးမျိုး မဟုတ်ပေ၊ ၎င်းကို အမြစ်ဥကို သာလျှင် သုံးရသော ဗယဆေးမျိုး ဖြစ်သည်၊ ဘုမ္မရာဇာကို ယူရမည် ဟု ဆိုသော်လည်း ဗယဆေးပင်တို့သည် သက်ငယ်ဗယဆေးမျိုး (၎င်းသည် လပိုင်း ဥတုအားလျော်စွာ ပေါ်ပေါက်၏၊

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပျောက်ကွယ်၏) သက်လတ် ဗယဆေးမျိုး (အချို့တို့သည် အပင်ကျ ပျောက်သွားသော်လည်း ဥကျန်နေ၏) သက်ကြီး ဗယဆေးမျိုး ဟူ၍ နှစ်ကာလ အပိုင်း အခြား အားဖြင့် ခွဲဝေသော် ၃ - မျိုးရှိရာတွင် ဘုမ္မရာဇာသည် သက်လတ် ဗယဆေး၌ ပါဝင်သည့်အတိုင်း ထိုဆေးဘက်များကို ရှာသောအခါ ပေါက်သစ်စ နှစ်နုသော အပင်မျိုး၏ ဥလည်း မဖြင့်စေရ၊ နှစ်အို နှစ်ကြာညောင်း၍ မြေတွင် ဟောင်းနွမ်းလွန်း အားကြီးသော ဘုမ္မရာဇာမျိုးလည်း မဖြစ်စေရ၊ အကြောင်းမူ နုသော အပင်မျိုး၏ ဥသည် ဩဇာဓာတ် မရှိကုန် သကဲ့သို့ နှစ်ကြာသော အပင်တို့သည်လည်း ဩဇာဓာတ် မရှိကုန်၊ ထို့ကြောင့် ၎င်းတို့၏ ထူးခြားချက် သိရပုံမှာ နှစ်နုပင်သည် အလေးချိန် ပေါ့ပါးခြင်း, ချိုးကြည့်သောအခါ အတွင်းဩဇာဓာတ် ခြောက်သွေ့ခြင်း, အရောင်အဆင်း မှဲ့ခြင်း, ဆတ်ခြင်း, ပွနေခြင်း ဤလက္ခဏာမျိုးတို့ကို တွေ့ရှိရ၏။

အိုမင်းသော အပင်များမှာ အခေါက်, အမွှေးများ ထနေခြင်း, အဘွင်းတွင် အသားများ နည်းခြင်း, အခေါက်သား များခြင်း, အရောင်အဆင်း ဖြော့ခြင်း, ချိုးကြည့်သော အခါ ပျင်းတွဲနေခြင်း ဤလက္ခဏာများ အများအပြား တွေ့ရှိရပေသည်။

သက်လတ် အပင်များကား အထက်ဖော်ပြပါ နုလွန်း, ရင့်လွန်းသော အပင်လက္ခဏာများတို့မှ လွတ်သော အပင်မျိုး ဖြစ်သည်၊ ချိုးကြည့်သော် အတွင်း၌ ဩဇာဓာတ် အပြည့်အဝ ရှိခြင်း, အရောင်အဆင်းရှိခြင်း, လက်လေးလက်ဆရှိခြင်း, အခွံအခေါက် အမွေးနည်းခြင်း, အသားထူခြင်း ဤမျှဖြင့် သုံးစွဲမည် ဖြစ်သော ဘုမ္မရာဇာသည် မည်သည့် ဘုမ္မရာဇာမျိုး ဖြစ်သင့်သည်ကို ဆုံးဖြတ်နိုင်ပေပြီ။

အနည်းငယ် ဆက်လက်၍ ရေးလိုပါသေးသည်၊ ဒုတိယ ကမ္ဘာစစ် မဖြစ်မီက မြန်မာပြည်ရှိ ဘုမ္မရာဇာကို သတိထား ကြည့်မိသည်မှာ အထက်ပိုင်း တလျှောက် ပွခြောက်သော နေရာမျိုးမှ ဘုမ္မရာဇာကို အများအပြား သုံးကြသည်၊ ၎င်းနောက် ကော့ကရိတ်နယ် သထုံနယ်မှ ပေါက်ရောက်သော ဘုမ္မရာဇာကို သုံးသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ကွာခြားချက်မှာ ထိုနယ်မြေတို့ကား များသောအားဖြင့် အင်တိုင်းမြေတို့ ဖြစ်ကုန်၏၊ ထိုမှ ပေါက်သော ဘုမ္မရာဇာတို့သည် ဩဇာဓာတ်အပြည့်အဝရှိခြင်း, တုတ်ခိုင် ကြီးထွားခြင်း, အရောင်အသွေး တောက်ပြောင်ခြင်း ဤလက္ခဏာတို့နှင့် ပြည့်စုံနေသည်ကို တွေ့ရှိရ၏၊ ကျွန်ုပ်သိသရွေ့သော နယ်မြေကို တင်ပြခြင်း ဖြစ်၏၊ အခြားသော နယ်မြေတို့လည်း ရှိဦးမည်ကား ကေန် ဖြစ်၏။

မည်သည့် နယ်မြေမှာပင် ပေါက်သည်ဖြစ်စေ အရောင်အသွေးကောင်း၍ ဩဇာဓာတ် ပါသော ဘုမ္မရာဇာမျိုးသာ လိုရင်း ဖြစ်ပေသည်။

အနည်းငယ် ဆက်လက် တင်ပြပါဦးမည်၊ ဘုမ္မရာဇာပင်ကို သာမန်အားဖြင့် ကြည့်ခဲ့သော် ကြီးပင် ပေါက်စနှင့်၎င်း, ကြက်မအုပ်ပင်နှင့်၎င်း များစွာ တူ၏၊ သို့သော်လည်း ထိုအပင်တို့ကား အမြစ်သာလျှင် ရှိကုန်၏၊ ဘုမ္မရာဇာကား အမြစ်လည်း မဟုတ် ဥပင်မျိုးလည်း မဟုတ် ကြီးထွားသော မြစ်ဥ, အပင်မျိုး ဖြစ်သဖြင့် ထိုအပင်မျိုးနှင့် ခြားနားလှပေ၏။

အထူးသတိပြုရန်မှာ မည်သည့် ဗယ ဆေးပစ္စည်းမျိုး မဆို အစစ် အတုကား ရှိစမြဲ ပင် ဖြစ်၏၊ ဥပမာ ဘုမ္မရာဇာကို တိလက်သာပင်၏ မြစ်ဥများနှင့် ရောထား ခဲ့သော် များစွာ ပင်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အသီ ခက်ပါသည်၊ ဝါးကြည့်သော် အခါးခြင်း တူနေ၍ အရသာအားဖြင့်လည်း အသီ ခက်၏၊ သို့သော် ကွာခြား ချက်မှာ ထိုမြစ်ဥတို့ကို အသီးသီး ချိုးကြည့်သော် ဘုမ္မရာဇာ မြစ်ဥကား ဆတ်၍ ကျိုး၏၊ အတွင်း၌ အရစ်အရစ် အခနဖြင့်သော်၎င်း၊ အဆပ်ဆပ် အခနဖြင့်သော်၎င်း တွေ့ရ၏၊ ကန်ဇွန်းဥ သားကဲ့သို့ မတွေ့ရချေ၊ အခြားသော အဘုပ္ပို့၍ ထည့်ရသော အပင်တို့မှာ များစွာ ပင် ရှိသေး၏၊ လိုရင်းမှာ ထိုဘုမ္မရာဇာ၏ အကြောင်း စုံလင်ကို သိသားရန် လိုရင်း ဖြစ်၏။

ဘုမ္မရာဇာချက်ပုံ

ဗယဆေးပင်တို့ နှုတ်ရာ၌—

၁ - ကောင်းသော နက္ခတ် အချိန် အခါ ဖြစ်ခြင်း။

၂ - ဆန်မန်း ပေါက်ပေါက်တို့ကို ကျဲဖြန့် ပူဇော်ခြင်း။

၃ - အသက်သခင် ကျေးဇူးရှင်တည်း ဟူ၍ ထိုအပင်ကို ပူဇော်ခြင်း။

၄ - မိမိတို့၏ ကိုးကွယ်ရာတို့ကို ပူဇော် ပသ ရှိခိုးခြင်း။

၅ - မြေစောင့်နတ် သစ်ပင်စောင့်နတ် တို့ကို တိုင်တည်ခြင်း၊ တောင်းပန်ခြင်း- စသည်ဖြင့် ရှေးခေတ်များက ဗယ ဆေးပင်များကို တူးရာတွင်၎င်း ချက်ရာတွင်၎င်း ဖော်ပြပါ အလေ့ အထ တို့ကို ပြုလုပ်ကြသည်။

ရှေးဟောင်း ဆေးကျမ်းများတွင် ထိုအကြောင်းကို အများ အစား ဦးစားပေး၍ ရေး သည်ကို တွေ့ရသည်၊ ကျွန်ုပ် ငယ်စဉ်က ဘုမ္မရာဇာဆေး ဖော်စပ်ဘူးသည်ကို ရေးခဲ့ပြီးပြီ၊ ထိုစဉ် က ဆေးနည်းရှင် ဖြစ်သော ပုဂ္ဂိုလ်၏ ချက်ပုံကို တွေ့ရဘူးသည်မှာ သန့်စင်သော မြေတွင် သန့်ရှင်းသော သဲများ ခင်း၍ အန္တရာယ်ကင်း ပရိက်များ ရွတ်ဘတ်လျက် ပတ်ဝန်းကျင်ကို စည်း ချပြီးနောက် လိုအပ်သော နေရာ၌ ဇာဗမတ် ကာထားသည်၊ ဆေးအိုးသည် မြေအိုး အသစ် ဖြစ်ရမည်၊ ဖိုခနောက်ကိုလည်း ရွှံ့စေးဖြင့် နဂါး၊ ဂဠုန်၊ ခြသေ့ ရုပ်သဏ္ဌာန် လုပ်ထားသည်၊ ယောက်မ နှင့် ထင်းမှာမူ ဇီးသားထင်း ဇီးသား ယောက်မ တို့ကိုသာ အသုံးပြုကြသည်၊ ၎င်း နောက်မူ မီးညှင်းညှင်းဖြင့် တဖြေးဖြေး ချက်သည်၊ အထက်ဖော်ပြပါ အတိုင်း ရှေးက ရွေးချယ် စီစစ် ပြုလုပ်ကာ ထိုအနေဖြင့် ဘုမ္မရာဇာ ချက်သည်ကို တွေ့ရှိရဘူး၏၊ ဤကား ကိုးစားသော ခေတ်မျိုး၌ ပြုလုပ်ကြသည်ကို ဆိုပေသည်။

ယခုလို ကြိုးစားသော ခေတ်မျိုး၌ကား ထိုကဲ့သို့ ဆောင်ရွက် လိုက်နာ ပြုလုပ်ကြလိမ့် မည် မဟုတ်ပေ၊ အရေး အကြီးဆုံး အချက်မှာ မိမိ ဖော်စပ်သော ဗယ ဆေးပစ္စည်းသည် မှန် ကန်ဘို့ရာ အရေးကြီး၏၊ ဖော်စပ်ရာ၌ အလေးချိန်နှင့် တကွ မီးထင်း မီးနေ အယူအဆ သာ အရေးကြီးပေသည်။

ဘုမ္မရာဇာကို ယူရန် အချိန်ကာလ

ဘုမ္မရာဇာသည် အဖြူမျိုး၊ ပန်းရောင်မျိုး၊ အနီမျိုး ဟူ၍ အပွင့်၏ အခနဖြင့် ၃-မျိုး ကွဲပြား နေသည်ကို တွေ့ရသည်၊ အနက်မျိုးလည်း ရှိသည် ဟု မှတ်ဘူး၏၊ ယခုတိုင် မတွေ့ဘူး

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပါ၊ မည်သည့် အမျိုးအစားသည် အကောင်းဆုံး ဖြစ်သည် ဟု စဉ်းစားဘွယ်ရာ ဖြစ်ပေါ်လာပြန်သည်၊ ၎င်းကို ရှင်းပေအံ့၊ နွားမ အဖြူ၏ နို့ နှင့် နွားမနက်၏ နို့သည် မည်သည်က ပိုဆိမ့်ပါသနည်း၊ နွားမတကာတို့၏ နို့တို့အနက် နွားနက်မ နို့သည် ချို၏ ဟု ကျမ်းတွင် ပါရှိသည့်အတိုင်း ထူးခြားသော အရောင်မျိုးသည် သာမည အရောင်ထက် ပို၍ အကျိုး ပြုတတ်သည် ဟု ဆိုသည်၊ ထို့ကြောင့် အဖြူထက် ပန်းရောင်, ပန်းရောင်ထက် အနက်သည် အကောင်းဆုံး ဖြစ်၏။

ကန့်ချုပ်မျိုးသည် အဖြူ, အနီ, အပြာ, အနက် ဟူ၍ ၄ · မျိုး ရှိ၏၊ အနက်ကိုကား ရှိသည် ဟူ၍ သာ ကြားသည်၊ မတွေ့ဘူးပါ၊ ဘာဝပ္ပကာသ နိဃဏ္ဍုတွင် ဖွင့်ပြထားသည်ကို တွေ့ရဘူးသည်မှာ အနက်ကိုသွေး၍ လုံတွင်သုတ်ပြီး ပြဒါး အစင်အကြွယ်ကို ထည့်လျက် ပုတန်လုပ်ပြီးနောက် မီးခံနိုင်ရည်ရှိသော် ထိုပြဒါးသည် ပြာဖြစ်၍ မလွင့်ပျံ့နိုင်ဘဲ သေ၏၊ ကျီးနက်တောင်ကို သုတ်သော် ဖြူ၏ ဟု ဖွင့်ဆို ထားသည်ကို တွေ့ရှိရ၏၊ ကန့်ချုပ်မျိုးပင် ဖြစ်သော်လည်း အရောင်မျိုး ကွဲ၍ အကျိုးပေး ထူးသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ထိုဘုမ္မရာဇာပင်လည်း ၎င်းအတိုင်းပင် ဖြစ်၏၊ ဓာတ်လေးပါး သဘောတရားကို သွင်း၍ ခွဲသော်–

"နက်လျှင် ပထဝီ၊ နီလျှင် အာပေါ၊ ဝါလျှင် ဝါယော၊ ဖြူလျှင် တေဇောတည်း၊ စိမ်းသော တထွေ၊ ဓာတ်သည်းခြေရှင့်၊ ညိုချေကာသ၊ ပြာဟာရဟု၊ မှတ်ကြဗိုလ်ခြေ၊ ဆင်းခဲ့ဝေလော့" ဟူသည့် အတိုင်း အနီသွေး ရှိသော အပင် အဖြူသွေး ရှိသော အပင် ပန်းရောင်သွေး ရှိသော အပင် အနက်သွေး ရှိသော အပင် တို့သည် မည်သည့်ဓာတ်များ ဦးစီးနေသည်ကို ခွဲယူနိုင်၏။

ထိုသို့ပင် ဘုမ္မရာဇာ ယူရမည့် အမျိုးအစားကို မှတ်သားပြီးနောက် ယူရမည့် အချိန်ကာလကို ဖော်ပြလိုပါသေးသည်၊ သစ်ပင် တို့၏ ဩဇာဓာတ် တည်နေပုံသည် ရုံဖန် ရုံခါ အထက်သို့ရင်း, ရုံဖန် ရုံခါ အောက်သို့ရင်း ရောက်နေ၏၊ ရွက်နုချိန်တွင် အရွက်တွင် ဩဇာဓာတ်ပါ၍ အပွင့် ပွင့်ချိန်တွင် အပွင့်တွင် ဩဇာဓာတ် အများဆုံးပါ၍ အသီး သီးချိန်တွင် အသီးတွင် အများဆုံး ပါ၏ ဘုမ္မရာဇာကို မည်သည့် အချိန်တွင် ယူရမည်နည်း၊ မိုးဦးကျ အရွက် ပေါက်ချိန်၌ မယူသင့်ပေ၊ အရွက် စုံပြီးနောက် အပွင့်ထိုးလာသော အခါလည်း ထိုနည်းအတိုင်းပင် မယူသင့်၊ တံခူး, ကဆုန်၌ များသောအားဖြင့် ရွက်ဟောင်းများ ကြွေစအချိန်၌ အပင်မပျောက်သွားမီ ယူသင့်ပေ၏၊ သို့မှသာလျှင် အရွက်, အရိုး, အပွင့် တို့၌ ဩဇာဓာတ် မတည်ဘဲ မြစ်ဥ၌ အများဆုံး ဩဇာဓာတ် ကိန်းသောအခါ ဖြစ်သောကြောင့် ထိုအချိန်သည် အသင့်လျော်ဆုံးသော အချိန်ကာလ ဟု ဆိုရပေမည်။

ယခုကာလတွင် သိပ္ပံပညာဖြင့် ထုတ်ယူ တွက်ချက်ပြီးလျှင် မည်သည့်ပစ္စည်းသည် မည်မျှအတိုင်း အတာ ရှိသည်ဟု သိနိုင်သော အခါမျိုး ဖြစ်၍ ထိုအတိုင်း အတာမျိုးဖြင့် တိုင်းတာ တွက်ယူလျှင် အကောင်းဆုံး ဖြစ်မည် ဟု ထင်ပါသည်၊ မိမိယူသော ပစ္စည်းသည် ပစ္စည်းကား မှန်၏၊ သို့သော်လည်း ဩဇာဓာတ် အပြည့်အဝ ပါသည် မပါသည်ကိုကား ခွဲခြားရန် ခက်လှ၏၊ သို့ဖြစ်သောကြောင့် ထိုသိပ္ပံနည်းဖြင့် ခွဲယူနိုင်လျှင် အကောင်းဆုံး နည်း ဟု ဆိုနိုင်၏၊ ထိုသိပ္ပံဆရာရှင် တို့ကို သဘော တရားရှင် အနေနှင့် သတိပြုရန် အကြံ ပေးလိုသည်မှာ အတိုင်းအတာ ကြိုယာတို့မည်သည် ရှိရင်းစွဲ ဖြစ်သော ရုပ်ဝတ္ထု တို့ကို သာလျှင် တိုင်းထွာနိုင်၏၊ ထို

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ရုပ်ဝတ္ထုတွင် ကိန်းအောင်း နေသော ဂုဏ်, သကတ်, သတ္တိထူးတို့ကိုကား တိုင်းထွာရန် မဖြစ်ပေ၊ ဖော်ပြခဲ့သည့် ကန့်ချုပ်မျိုးတို့ကို ပင် ဝေဘန်ကြည့်ပါ၊ တခုသော ပစ္စည်းသည် ဆံဖြူကို ပင် နက်စေနိုင်၏၊ တခုသော ပစ္စည်းကား သာမည ပင် ဖြစ်နေ၏၊ သို့ဖြစ်၍ ဘုမ္မရာဇာတွင် တည်ရှိနေသော ချိန်တွယ် တွက်ဆ၍ ရသည့် ဩဇာဓာတ်တို့ကို သာလျှင် အပြည့်အဝ ပါသည် မပါသည်ကို သိနိုင်လင့်ကစား ၎င်းတွင် ကိန်းနေသော အခိုးသတ္တိကိုကား တွက်ဆရန် အများကြီး ခဲယဉ်းလှပေ၏။

ထို့ကြောင့် တွက်ဆရန် ခက်သော အခိုးသတ္တိတို့ကို ထည့်သွင်း စဉ်းစားလျက် အသုံးပြုခဲ့သော် သိပ္ပံပညာပေါ်တွင် သဘောတရား ဦးစီးလျက် အကောင်းဆုံးသော ယူနည်း တခု ဖြစ်နိုင်သည် ဖြစ်၍ ထိုတွေးတော ခေါ်ဝေါ်ချက်တို့ကိုလည်း မမေ့သင့်ပေ။

၎င်းပြင် ဘုမ္မရာဇာ ပေါက်ရာမြေကို ရွေးချယ်၍ ပြခဲ့ပြီ၊ မည်သည့်မြေမျိုးတွင် ပေါက်၍ ဩဇာဓာတ် အပြည့်အဝ ပါသည် ဟု ဆိုစေကာမူ ရေအိုင်တွင် ပေါက်သော ဗယဆေး, တောင်ပို့နားတွင် ပေါက်သော ဗယဆေး, မစင်ကြယ်သော နေရာတွင် ပေါက်သော ဗယ ဆေး, သုသာန် သင်းချိုင်းတွင် ပေါက်သော ဗယဆေး, မီးသင်းထားပြီးသော ဗယ ဆေး စသည်ဖြင့် ဗယဆေးပင် မယူအပ်သော အရပ်မျိုးကို ရှေးဟောင်းကျမ်းတွင် တွေ့ရသည်၊ ကျွန်ုပ်ဘို့ ပြန်ဆိုထားသော 'သာရကောမုဒီ' စသော ဆေးကျမ်းတို့၌ အကျယ်ပါသည်၊ ထိုဌာနတို့၌ ပေါက်သော ဗယဆေးကို မည်မျှလောက် ပင် ဩဇာဓာတ် အပြည့်အဝပါသည် ဆိုသော်လည်း ရှေးပညာရှိတို့သည် အသုံးမပြုကြကုန်။

ဤ၌ စကားအလျဉ်းသင့်၍ နရသုခိ ကျမ်းပြုပုဂ္ဂိုလ် ဆိုအားသည့် မယူအပ်သော ဗယဆေး ၁၃-မျိုးပြ လင်္ကာကို အောက်တွင် ကောက်နုတ် ထည့်သွင်း ဖော်ပြလိုပါသေးသည်။

"ဘေသဇ္ဇဒီပနီ၊ ကျမ်းဂမ္ဘီတွင်၊ သာစည်ခက်လက်၊ (ညွှာရွက်) ရွေ့သက်လျော့ကြွေ၊ ပင်သေသုံးစုံ၊ ပျားအုံစွဲသဲ၊ တခြမ်းသေရှင်၊ မြေတွင်လည်းလျောင်း၊ ကြည်းပေါင်းပေါင်မျောင်၊ မီးလောင်နွယ်ရစ်၊ ဖြစ်သောဆေးပင်၊ မစင်စွန့်ရာ၊ မြို့ရွာချပ်ဌာန်၊ သုသာန်မြေနိမ့်၊ တောင်ထိပ်မြင့်မောက်၊ ကမ်းချောက်ပြိုပျက်၊ ရက်ကွက်ဘို့တွင်၊ ပေါက်ရောက်ချင်သည်၊ သစ်ပင်ထိုမျှ၊ တေရသ-ကို၊ ဝေးကပစ်ပယ်"

ဟူ၍ ဖြစ်လေသည်။

ကမ္ဘာလောကကြီးသည် အဖက်ဖက်မှ သောင်းကျန်းနေသော အချိန်မျိုး၌ စီးပွားရေး သောင်းကျန်းမှုလည်း အမြင့်ဆုံးမှ ပါဝင်နေ၏၊ "မည်သူသေသေ ငဘမာလျှင်ပြီးရော" ဟူသော သူတို့သည် မည်သို့ ရွေးချယ်ပါမည်နည်း၊ ဗယဆေးအတွက် တွေးမိလျှင် ကျွန်ုပ် များစွာ ရင်လေးဗုံ၏၊ ဝိသမလောဘတို့ကို အများဆုံး ဖြိုခွင်းနိုင်သော စုပေါင်းစိုက်ပျိုးသည့်နည်းဖြင့် လိုအပ်သည့် ဗယဆေးပင်တို့ကို စိုက်ပျိုးပြီး အသုံးပြုလျှင် ဗယဆေးပေါ်တွင် အများဆုံး မှီတင်းလျက် အကုန်အကျ နည်းပါးစွာဖြင့် ကုသပေးနိုင်သော ဗယဆေးပညာသည် အထွတ်အထိပ်သို့ ရောက်လာပြီးနောက် အချီးသား ကျန်းမာရေးကြီးသည် ကမ္ဘာတွင် ရှေ့တန်းက ပြေးလာနိုင်မည်အား မလွဲတည်း။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဘုံစာသီး (ကနစိုး)

လက်တင် Baccaurea Sapida

အင်္ဂလိပ် Burmese Grape

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဘုံစာသီး (နကစိုးသီး) သည် ချိုသောရသာ, ဖန်သောရသာ ရှိ၏၊ စဉ်းငယ် ချဉ်၏၊ ဝမ်းကို သက်စေဘတ်၏၊ လေ နှင့် သလိပ်ကို ပျက်စေ၏၊ သည်းခြေနာကို နိုင်၏၊ အသီးမှည့်ရည်ကို မျက်စဉ်းခပ်ပေးလျှင် အပူကြောင့် ဖြစ်သော မျက်စိနာ ပျောက်ကင်း၏၊ ၎င်းအသီးကို လွန်စွာ စားမူ ဝမ်းလျှော၍ ပျက်စီးတတ်၏၊ ၎င်းကို အစွဲပြုခါ အချို့အရပ်တွင် ဘုံစာသီး ဟု ခေါ်ဆိုကြကုန်၏။

[မ]

မကျည်းဘောက် (ငါးကျည်းပေါက်)

ပန်ဂျာဗီ दोदन (ဒိုဒ,န)

လက်တင် Sapindus mukorossi

အင်္ဂလိပ် Soapnut

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်လတ်မျိုး ဖြစ်သည်၊ ကုလားကင်ပွန်းမျိုးမှ အပင်တပင်ဖြစ်၏၊ ကုလားကင်ပွန်းနှင့် ပင်, ရွက်, သီး, ပွင့် တို့သည် တူကြသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အသီးကို ကုလားကင်ပွန်း ကဲ့သို့ ပင် လုံးဝ အသုံးပြုရသည်။

မကတ်နွယ်သီး

သက္ကတ वृक्षमरिच

ဟိန္ဒီ कंज (ကံ,ဇ)

လက်တင် Toddalia Aculeata

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အမြဲ စိမ်းလန်းနေသော နွယ်ပင်မျိုး ဖြစ်သည်၊ အခွံ ဖာဒ်ရောင် ရှိ၍ ချောမွတ်သည်၊ ဆူးကလေးများ ရှိသည်၊ အရွက်ရှည်၍ ဥသဏ္ဌာန် ရှိသည်၊ အပွင့်မှာ အစိမ်းဖြော့နှင့် အဝါရောင် ရှိသည်၊ အသီးရှည်လုံး၍ ဝါ၏၊ အစေ့ များစွာ ရှိသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ငင်းသည် ဆေးဘက်တွင် အသီး (အစေ့) ကို သုံးရ၏၊ ငင်းအစေ့သည် ပူ၏၊ မွှေးကြိုင်၏၊ ဝမ်းမီးတောက်စေ၏၊ ထက်မြက်၏၊ ချွေးထွက်စေ၏၊ လေဒေါသကို ပြုတတ်၏။

ပျောက်ကင်းသောရောဂါ။ ။သလိပ်အဖျား, တက်ဖျား, ကျဲဖျား ရောဂါ စသည်တို့ကို နိုင်၏။

မကောက်ကလေးပင်

သက္ကတ — पट्टिका लोध्र

ဟိန္ဒီ — पठानी लोद्र (ပဌာနီလို,ဒ်)

လက်တင် — Symplocos crtaegiods

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပေ ၃၀-ခန့် မြင့်၏၊ ပင်စည် ဖြောင့်၏၊ လုံး၏၊ အခေါက် ဖြူ၏၊ ပြာ၏၊ ကြမ်းတမ်း၏၊ အရွက် ၄-လက်မ ရှိ၏၊ ခွေးသွားစိတ်ရာ ရှိ၏၊ အပွင့် ဖြူ၏၊ မွှေး၏၊ အစေ့မှပင် သီးရ၏၊ အသီး ၁-လက်မမှ ၃-လက်မ ရှိသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အများအားဖြင့် မြစ်ခေါက်ကို သုံး၏၊ ဖန်၏၊ သတ္တိ အေး၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ တွန့်ရှုံ့စေတတ်၏၊ အားကို တိုးပွားစေ၏။

အသုံးမှာ တောက်ရပ်နှင့် တူ၏၊ သို့ရာတွင် တောက်ရပ်ထက် ပို၍ ထက်မြက်၏။

မချစ်ဥ (မဂျစ်ဥ)

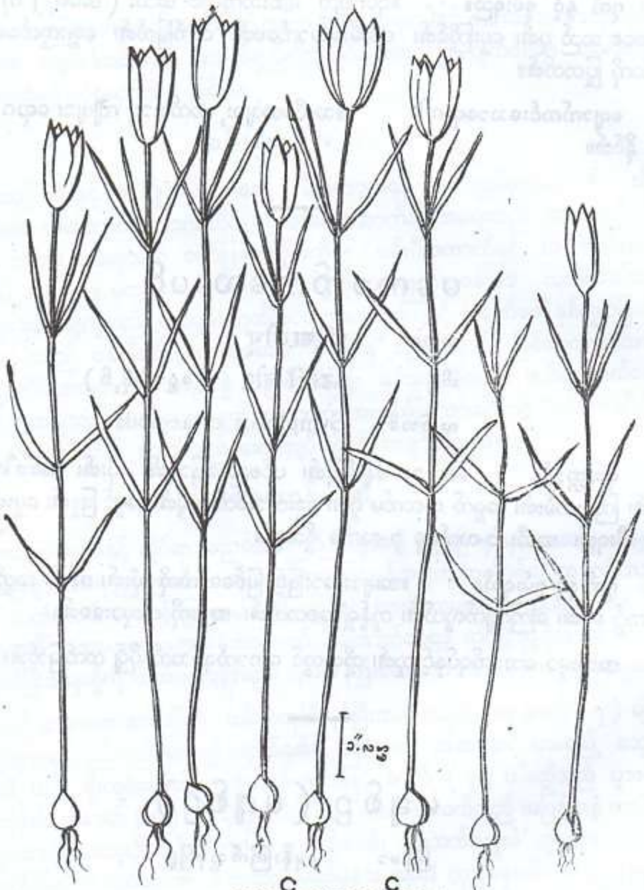
မြန်မာ — ဂမုန်းကြက်သွန်ဖြူ

ကချင် — မဂျစ်

လက်တင် — Fritillaria Roylei

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မဂျစ်ပင်သည် ယခုအခါ ကချင်ပြည်နယ်၌ များစွာ ပေါက်ရောက်၍ စတင် အသုံးပြုကြသည့်အပင် ဖြစ်သည်၊ ငင်းသည် ရေခဲများ ဖုံးအုပ်ချိန်၌ ရေခဲများ အောက်၌ ပေါက်ရောက်ပြီးလျှင် ရေခဲများ အရည်ပျော်သွားသောအခါမှ ပေါ်ထွက်လာသော အပင် ဖြစ်သည်၊ ငင်းတွင် ဥကို သုံးရသည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



မချစ်ဥ(မဂျစ်ဥ)

မြန်မာ ဂမုန်းကြက်သွန်ဖြူ

ကချင် မဂျစ်

FRITILLARIA ROYLEI.

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်း၌ အရသာသည် ခါးသည်၊ ဆိမ့်သည်၊ ၎င်းတွင် အဆိမ့် နည်း၍ အခါးများ၏၊ အသက်ရှည်ဆေး အဖြစ်ဖြင့် အသုံးပြုနိုင်ရုံမက သွေးအားနည်းသော ရောဂါ, အကြောအားနည်းသော ရောဂါ, စမြင်းခံရောဂါ, ချောင်းဆိုးသွေးပါ, အဆစ်ရောင်, အဆစ်ကိုက်, ကိုယ်ငွေ့အားနည်းသော ရောဂါ, ဝမ်းမီးပျက်ရောဂါ စသော နာတာရှည်ရောဂါ အမျိုးမျိုးတို့၌ အသုံးပြုရ၏။

ဖွင့်ပြချက်။ ။အသက်ရှည်ခြင်းကို ပြုလုပ်နိုင်စွမ်း ရှိသော ဆေးကို ဆေးကျမ်းတို့၌ ရသာယန ဟု ခေါ်သည်၊ အမတ ဟု ခေါ်သည်၊ အမတ ဟူသောပုဒ်ကို တိုက်ရိုက် မြန်မာဘာသာ ပြန်သော် မသေဆေး ဟု ပြန်ဆိုရသည်၊ ဤအပင်သည် ရောဂါကင်းဝေး အသက်ရှည်ဆေး အဖြစ်ဖြင့် အကျိုးပြုနိုင်သောကြောင့် အမတ (မသေဆေး) ဟု စတင်သုံးနှုံး အမည်မှည့် ခေါ်ဝေါ်ကြခြင်းသည် ဆေးကျမ်းစကားတို့နှင့် လွန်စွာ လျော်ကန်ပေ၏၊ ရှေးဗိန္ဒော ဆရာမြတ်တို့သည် အိုမှု နည်းရန်, နာမှု နည်းရန်, သေမှု ဝေးရန် အောက်ပါအတိုင်း နည်းများကို ဖော်ထုတ်လမ်းပြခဲ့ကြ၏၊ 'မျက်စိမှာ ရည်, နားမှာ ဆီ, ဒန္တီမှာ ဆား, ဝမ်းမှာ ခါး' ဟူသည်ပင် ဖြစ်သည်၊မျက်စိ, သွား, နားတို့အတွက်မူ ဤ၌ဖော်ပြရန် လိုမည်မထင်သဖြင့် ခါးသောအရသာရှိသည့် မသေဆေး မချစ်ဥနှင့် စပ်သည့် 'ဝမ်းမှာခါး' ဟူသော စကားကိုပင်လျှင် အနည်းငယ် ချဲ့ထွင် ဖွင့်ပြလိုပါသည်။

အခါး နှင့် လူသား

လူသားတိုင်း ခါးသော အရသာရှိသည့် အာဟာရ နှင့် ဆေးပစ္စည်းကို လိုအပ်ပေ၏၊ ခါးသော အရသာရှိသော ဆေးပစ္စည်းမျိုးထက် ခါးသောအရသာမျိုးရှိသည့် ဆေးပစ္စည်းနှင့် အာဟာရမျိုးကို ပိုမို၍ သုံးစွဲသင့်၏၊ သို့မဟုတ် မကြာမကြာ သုံးစွဲသင့်၏၊ အကြောင်းမူ " ဝမ်းတလုံးကောင်းလျှင် ခေါင်းမခဲ " ဟူသည့်အတိုင်း ဝမ်းတလုံး ကောင်းဘို့ အရေးကြီးပေ၏၊ ဝမ်းပိုက်တွင် ဝမ်းကို စီစစ်သော်–

၁ · အာမာသယ– အစာသစ်အိမ်
၂ · ပက္ကာသယ – အစာဟောင်းအိမ်
၃ · မုတ္တာသယ – ဆီးအိမ်
၄ · ဂဗ္ဘာသယ – သားအိမ်

ဟူ၍ လေးမျိုးရှိရာ အာမာသယ ခေါ် အစာသစ်အိမ်သည် အရေးအကြီးဆုံး ဖြစ်၏၊ အခြားသောအိမ် (အိပ်) တို့သည်လည်း အဆင့်ဆင့် အရေးကြီးကုန်၏၊ ထိုအရေးကြီးဆုံးသော အစာသစ်အိမ်၏ အောက်ပြွန်ချောင်းတွင် ကံကြောင့် ပြီးသော- ကံ၏ အခိုးအငွေ့ ဖြစ်သော ကြေကျက်စေတတ်သော- ပါစကတေဇော ခေါ် ဝမ်းမီး ရှိ၏၊ ဗိန္ဒောဆေးပညာ၌မူ အကျိုးပြုသော သည်းခြေငါးမျိုးတွင် ၎င်းကို ပါစကသည်းခြေ ဟု ခေါ်သည်၊ ထိုဝမ်းမီးကောင်းဘို့လည်း သက်ရှိ သတ္တဝါတိုင်းတို့၏ အရေးကြီးဆုံးသော တာဝန် ဖြစ်၏၊ ဆေးကျမ်းတို့၌ မိန့်ဆိုထားသည်မှာ ရောဂါမှန်သမျှ ဖြစ်ပေါ်ရခြင်းသည် အစာမကြေကျက်ခြင်းသည် သာ အကြောင်းရင်း ရှိ၏၊

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ထို့ကြောင့် အစာကြေကျက်မှုသည် ရောဂါနှင့် ကင်းဝေး၏၊ ရောဂါနှင့် ကင်းဝေးသောသူသည် အသက်ရှည် ရ၏၊ ရောဂါကင်းဝေး အသက်ရှည်လိုသူတိုင်း အစာကြေကျက်စေရန် ဝမ်းမီးကို အမြဲမပြတ် စောင့်ရှောက်ရမည် သာ ဖြစ်၏။

ဝမ်းမှာ ခါး

မီးဟူသည် လေနှင့် ကင်း၍ မဖြစ်နိုင်ချေ၊ မီးတောက်ရန် လေ ကူညီမှုတ်ပေးရ၏၊ ထို မျက်မြင် သာဓက အထောက်အထားအတိုင်း ပင် ဝမ်းမီးတောက်ဘို့ အရေးသည် လေ ကူညီရန် လိုအပ်ပေ၏၊ အခါး ဟူသမျှသည် ဖော်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း ဝမ်းမီးတောက်ရန် အကောင်းဆုံး အထောက်အပံ့ ပေးရှိသာ မကသေး ဝမ်းမီးတောက်မှုကို အားနည်းစေသော သလိပ်ဒေါသ အညစ်အကြေး မှန်သမျှကိုလည်း ပယ်ရှား သုတ်သင်တတ်သောကြောင့် တချက်ခုတ် နှစ်ချက်ပြတ် အနေဖြင့် အခါးသည် ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ဝမ်းမီးနဲ့ သွားအောင် ဖြစ်စေတတ်သော ဝမ်းတွင်းရှိ သလိပ် အပျစ်အချွဲ အရိအရွဲ အညစ်အကြေး မှန်သမျှကိုလည်း ဖယ်ရှားတတ်ပေသည်၊ အခါး ဟူသမျှသည် လေပွားများမှုကို အများဆုံး အကျိုးပြုသောကြောင့် "ဝမ်းမှာ ခါး" ဟူသော ရှေးသူဟောင်းတို့၏ စကားသည် ဆေးကျမ်းတို့နှင့် လျော်ညီပေ၏။

အစာဟောင်းအိမ်

အစာဟောင်းအိမ်နှင့် ဆိုင်ရာ အညစ်အကြေးကြီးများကို နေ့စဉ် မှန်မှန်စားသမျှ မှန်မှန် ထုတ်ပစ်ရန် လွန်စွာ အရေးကြီးလှပေ၏၊ ထိုအညစ်အကြေး မှန်သမျှကို ထုတ်ပစ်ရန် တာဝန်သည် အပါန် ခေါ် သက်လေ၏ တာဝန် ဖြစ်ပေ၏၊ ထို့ကြောင့် စားပြီးသမျှကို ထုတ်ပစ်ရန် အပါန ခေါ် သက်လေကို အားပေးသော အခါးသည် ဝမ်းမီးတောက်စေရန် အကျိုးပြုရှိသာ မကသေး ဝမ်းမီးဒချေကျက်ပြီးသမျှတို့ကို ထုတ်ပယ်ရန်လည်း ၎င်း၏ ကြီးလေးသော တာဝန်တခု ဖြစ်ချေ၏။

ရသရည် သွေးသား စသည်ဖြင့် ဝမ်းမီးထုတ်လုပ်ပြီးသမျှ အနှစ်သာရ ဓာတ် (၇) မျိုးတို့တွင် ရှေးဦးစွာ ရသရည်သည် နှလုံးသို့ ရောက်ရ၏၊ ထိုမှတဖန် အဆင့်ဆင့် ရသရည်, သွေး, အသား, အဆီ, အရိုး, ရိုးတွင်းချဉ်ဆီ, သုက်ဓာတ် အားဖြင့် ဓာတ် (၇) ပါးတို့သည် ပွားစီး ဖြစ်ထွန်းကြကုန်၏၊ ထိုဓာတ် (၇) ပါးလုံး၌ ဇီဝိတ ခေါ်သော အသက်သည် အပြန့်အနှံ့ တည်ရှိပေ၏၊ အထူးအားဖြင့် သွေး၌ အဓိကအားဖြင့် တည်ရှိပေ၏၊ 'အသက်သွေးခဲ' ဟူသော စကားသည်လည်း ထိုဖြစ်ရပ်ကို ရည်ရွယ်၏၊ သွေးသည် မရပ်မနား မှန်မှန် လှည့်နေရ၏၊ ထိုသို့ မှန်မှန် လှည့်ရာ၌ သွေးသည် သွေးသက်သက်ချည်း သာ မလှည့်လည်တတ်ပေ၊ လေပို့ဆောင်မှုကို အမြဲ တမ်း လိုအပ်ပေ၏၊ ထို့ကြောင့် အကျိုးပြုသော အခါး တည်းဟူသော လေသည့် မည်မျှ ခန္ဓာကိုယ်တွင် အရေးပါအရာရောက်မည်ကို သိနိုင်ပေမည်။

ကြွင်းသော မုတ္တာသယ ခေါ် ကျင်ငယ်အိမ်၌ ကျဆင်းလာသော အညစ်အကြေး (ကျင်ငယ်) များကို ထုတ်ပယ်ရန် နှင့် ဂဗ္ဘာသယ ခေါ် သားအိမ်၌ သွေးတို့ကို မှန်မှန်ထုတ်ပယ်ရန် လေသည် အရေးပါ အရာရောက်ဆုံး ဖြစ်၏၊ ကျင်ငယ်ရှိလျက် မဆင်းလျှင် လေချုပ်နေသည် မည်၏၊ ၎င်းကို မုတ္တဃာတ (ကျင်ချုပ်ရောဂါ) ဟု ခေါ်၏၊ တခဏချင်း ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်၏၊

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

သွေးရှိလျက် မဆင်းလျှင် သွေးချုပ်ရောဂါ, ၎င်းကို အကြောင်းပြု၍ မြောက်မြားစွာသော မီးယပ်ရောဂါ အမျိုးမျိုး ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်၏၊ ထို့ကြောင့် လေသည် အသက်ရှင်ရေး အတွက် အရေးအကြီးဆုံး ဖြစ်၏၊ ၎င်းသည်လည်း ဖော်ပြသော ဌာန (၄) ဌာနတွင် အစာသစ်အိမ်၌ ဝမ်းမီးကို အကျိုးပြုနေသော လေသည် အရေးအကြီးဆုံး ဖြစ်ပေ၏၊ မူလဘူတ ပဓာန အကျဆုံး ဖြစ်ပေ၏။

ထို့ကြောင့် အကျိုးပြုသော လေဓာတ်ဘိုကို အားပေးနိုင်သည့် မချစ်ဥတွင် ရှိသော အခါး သည် လူသားတို့ အတွက် အချက်အခြာ အကျဆုံး ဖြစ်သည်ကို သိနိုင်ပေ၏။

အခါးသည် လေဓာတ်ကို အားပေးသည် ဆိုရာ၌ အခါး အမျိုးမျိုး ရှိ၏၊ အဖန်နှင့် ရောနေ သောအခါး လဘက်, မဲဇလီ စသော အခါးမျိုးကို မဆိုလိုပေ၊ အဆိပ် သာမည်နှင့် ရောနေသော အချိုနှင့် ရောနေသော အခါးမျိုးသည် ပို၍ အသက်ရှည်ရာ အနာမဲ့ကြောင်း အတွက် အကျိုးပြု ပေသည်၊ ဥပမာ—မချစ်ဥ - ခါးဆိမ့်, ပျားရည်နှင့် စပ်သောက်ခြင်း, နဂါးခေါင်း နှင့် ပန်းပေါင်း နဂါးခေါင်း တည်းဟူသော ထန်းဥကျောက် ချိုဆိမ့်, ပျားရည် တည်းဟူသော ပန်းပေါင်း အချို စပ်ပြီးလျှင် အသက်ရှည်ဆေး အတွက် ရှေးက သုံးစွဲရန် မှာထားသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ကောလိသိမ် (ဂျင်စိမ်) ၎င်းသည်လည်း ချိုဆိမ့် ဖြစ်၏၊ ပျားရည်နှင့် ရောစပ်ပြီး အသက်ရှည်ဆေး အားဆေး အဖြစ် စားသောက်ကြ၏၊ အန္တော, ဂဗ္ဗော, စရေ, ဝံသေ ဟု ဂိုဟ်သက်ကို ရှုပြီးလျှင် အသက် ရှည်ရာ အနာမဲ့ကြောင်း ဆေးဖော်စပ် စားသောက်ကြကုန်၏၊ အန္တော (အုန်းနှံ) တနင်္ဂနွေဂြိုဟ် နှင့် စနေဂြိုဟ်သက်ပေါင်း ၁၆၀-သား, ဂဗ္ဗော (ကြောင်ပန်း) တနင်္လာဂြိုဟ် နှင့် ကြာသပတေး ဂြိုဟ်သက်ပေါင်း ၃၄၀-သား, စရေ (စရိ) အင်္ဂါဂြိုဟ် နှင့် ရာဟုဂြိုဟ်သက်ပေါင်း ၂၀ သား, ဝံသေ(လေသိုက်) ၇၀-သား နှင့် ၂၁-သားပေါင်း ၃၇-စုစုပေါင်း ၁၀၇-သား ဖြစ်၏၊ ပျားရည် နှင့် တေ၍ စားရ၏၊ ၎င်းဆေး၌ အခါးများ သာ ဖြစ်၏၊ လေသိုက်သည် အခါးဆုံး ဖြစ်၏၊ အဆီတိုး, အသားတိုး, သွေးပွား, သလိပ်ပွား, ဓာတ်ချုပ်, လေငန်း, သွက်ချာပါဒများကိုလည်း ကာကွယ်နိုင်၏၊ အသက်ရှည်ဆေးလည်း ဖြစ်၏။

အခါး ဟူသမျှတွင် ဗုံလုံခါးသည်လည်း ကျေးဇူး အများဆုံး အပင် ဖြစ်ကြောင်း ဆေး ကျမ်းတို့၌ ဖော်ပြထားပေသည်၊ ၎င်းအကွာရာစဉ်၌ ဖဘ်ရှုကြလေကုန်၊ ဤသည်လျှင် အသက် ရှည်ရာ အနာမဲ့ကြောင်း ဖြစ်စေနိုင်သော မသေဆေး ဟု ခေါ်ဆိုအပ်သည့် မချစ်ဥဘွင် ရှိသော အကျိုးပြုသည့် အခါးကို အထောက်အထားများ ဖော်ပြလျက် ဖွင့်ပြခြင်း ဖြစ်သည်။

လူသား နှင့် ကိုယ်ငွေ့

ဥသ္မာ ခေါ်သော ကိုယ်ငွေ့သည် လူသားတို့ အတွက် အရေးအကြီးဆုံး ဖြစ်သော ဝမ်းမီး ကဲ့သို့ ၎င်းမရှိလျှင် မဖြစ်သော အခိုးအငွေ့တမျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းကို ကိုယ်ငွေ့ ဟု ခေါ်၏၊ ၎င်းကို ကိုယ်စောင့် ဓာတ်မီး ဟု ခေါ်၏၊ ကြေချက် ထုတ်လုပ်သော ဝမ်းမီးကို ပါစကတေဇော ဟု ခေါ်၍ ထုတ်လုပ်ပြီးသော ဓာတ် (၇)ပါးတို့ကို ရောဂါ နှင့် အနာ မရအောင် ထိမ်းသိမ်းစောင့် ရှောက် ကာကွယ်ထားသော ဓာတ်မီးကို ဥသ္မာတေဇော ဟု ခေါ်၏၊ ၎င်းသည် အတွေ့ဖြင့် သိ

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ကောင်းသော နေရာ မှန်သမျှ အတွင်းအပြင် တကိုယ်လုံး နေရာမလပ် စောင့်ကြပ်၍ နေ၏၊ အချမ်းကိုကာကွယ်၏၊ အပူကို ထုတ်ပစ်၏၊ အညစ်အကြေး မတင်အောင် စောင့်ရှောက်၏၊ ခန္ဓာကိုယ်တွင်းရှိ အညစ်အကြေး ဆေးမြေ့စရာ မှန်သမျှတို့ကို တွန်းလှန်ပေး၏၊ ၎င်းသည် ရံခါ အားနည်းသော အခိုက်၌ အဖျားစသော ရောဂါဝင်၏၊ အချို့ ခန္ဓာကိုယ် အစိတ်အပိုင်း၌ ၎င်းဆုတ်သွားသောနေရာတွင် ပျောက်နိုင်ခဲသော အနာဆိုးများ ရောက်လာ၏၊ ခန္ဓာကိုယ်မှ ၎င်းလုံးလုံး စွန့်သွားသောအခါ လူသည် သေလေပြီ ဟု ဆိုရပေသည်၊ သို့ဖြစ်၍ အာဂန္တုက ရောဂါများ မဝင်ရန် ဥသ္မာသည် အရေးကြီး၏၊ နာတာရှည်ရောဂါများ အမြစ်ပြတ်ပျောက်ရန် ဥသ္မာသည် အချက်အချာ ဖြစ်၏၊ အနာဆိုးများ မပေါက်ရန် ဥသ္မာ အားရှိနေဘို့ လို၏၊ ဆေးမြေ့, ယိုယွင်း, အိုမင်းစေတတ်သော ဇီရဏများ ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌ ရှိသည်နှင့်အမျှ လူသည် အိုရ၏၊ ရုပ်ဆင်းပျက်ရ၏၊ ညစ်နွမ်းရ၏၊ တနေ့ထက်တနေ့ ရုပ်ကျလာ၏၊ ထိုအညစ်အကြေး ဆေးမြေ့မှု မှန်သမျှကို ထုတ်ပယ်ရန် ကိုယ်ငွေ့သည် တာဝန်ရှိသဖြင့် အဆင်းလှပရေး အတွက်လည်း ဥသ္မာသည် အပြည့်အစုံ အလုပ်လုပ်ပေးရ၏၊ ထိုအညစ်အကြေး မှန်သမျှ ထွက်ရန် အခိုးတလူလူ ထွက်နေအောင် ဥသ္မာရှိနေလျှင် အိုမှုနှင့်လည်း ကင်းကွာရမည် သာ ဖြစ်၏၊ ဥသ္မာတေဇောသည် ဖော်ပြခဲ့သော ပါစက တေဇောကဲ့သို့ အကျိုးပြု သက်သက် ဖြစ်၏၊ လုပ်ယူရန် အတုအစားပြုရန် ဖြစ်ကောင်းသော အခိုးမျိုး မဟုတ်ချေ၊ ၎င်းတို့သည် ကမ္မဇတေဇော ကံကြောင့်ဖြစ်သော အခိုးအငွေ့များ သာ ဖြစ်ပေ၏၊ ၎င်းကို ဂြုတ်ကောင်း, ပိတ်ချင်း, ဖြုပ်သီး စသည် တို့ကဲ့သို့ အပူမျိုးနှင့် နှိုင်းစာ၍ မရချေ၊ ၎င်းကို တွက်ချက် တိုင်းတာရန်သည်း ခဲယဉ်းလှ၏၊ ဥသ္မာတေဇော ကိုယ်ငွေ့ နှင့် အခြားသော အပူမျိုးတို့ကို ကွဲပြား ခြားနားရန် လိုအပ်ပေ၏၊ ('အခြေပြုဥပဒေသကျမ်း' ၌ ကျွန်ုပ်တို့ အကျယ်တဝင့် ဖော်ပြခဲ့ပြီ။)

မချစ်ဥ၌ တိုင်းတာ၍ မရသော အခိုးအငွေ့တမျိုးသည် ရှိ၏၊ ထိုသည် ဥသ္မာကိုယ်ငွေ့ကို အစားပြု အကျိုးဖြစ်ထွန်းစေရန် များစွာ အထောက်အပံ့ ပေး၏၊ အများဆုံး အထောက်အပံ့ ပေးနိုင်သောကြောင့် ထိုမချစ်ဥသည် မအိုရေး, မနာရေး, မသေရေးတို့ကိုလည်း ကင်းဝေးစေနိုင်သည် ဟု ဆိုရပေမည်၊ ၎င်းသည် အခြားသော အပင်မျိုးနှင့် ပေါက်ရောက်ပုံ မတူချေ၊ သာမည သစ်ပင် တမျိုးသည် သာမည ဖုံးအုပ် ကာကွယ်မှုရသော အရိပ်အောက်သို့ ရောက်သွားလျှင် ညှိုးခြောက်သွားရာ၏၊ လှီသွားရာ၏၊ သေဆုံးသည်အထိ ဖြစ်ရာ၏၊ မချစ်ဥမှာမူ ရေခဲများ ဖုံးလွှမ်းနေ၏၊ မည်မျှ အေး၍ ရှုပေါက်မရစေကာမူ ၎င်းသည် မသေချေ၊ အတွင်း၌ မည်သို့မျှ စမ်းသပ်၍ မရနိုင်သော အခိုးအငွေ့များ တည်ရှိနေသည်ကို သိနိုင်ပေသည်။

ဤ၌ ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌ အရေးပါ အရာရောက်သည့် အချက်အချာ တေဇောတို့ကို ဖော်ပြလိုက်ခြင်းဖြင့် ရောဂါကင်းဝေးအောင်, အနာမပေါက်အောင်, အနာဆွေးများ မဆောက်အောင်, မအိုအောင်, အသက်ရှည်အောင် မည်ကဲ့သို့ နေထိုင်သွားရမည်ကို တွေးတောနိုင်သော အသိဉာဏ်ကြီးများ ပေါ်ပေါက်လာလျှင် ခက်ခဲသည် ဟု ဆိုနေကြသော ပန်းနာရောဂါနှင့် တကွ သွေးအား နည်းသော ရောဂါ, ချောင်းခြောက်ဆိုးရောဂါ, အဆုတ်နာရောဂါ, သွေးခန်း သွေးတက်ရောဂါ, ကြိုတင် သွေးဆုံး ခြင်းကြောင့် ဖြစ်သော သွေးကျိတ် လေကျိတ် ရောဂါ, တကိုယ်လုံး မီးတွေ့သော အမဲခြောက်ကဲ့သို့ အကြောတွင် အပူရောက်ပြီးလျှင် တောင့်တင်းလိမ်ပိန်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

နေတတ်သော အကြောနာ ရောဂါ, အဆစ်ကိုက် ရောဂါ, ဆီးပူငုတ် ရောဂါ, နာတာရှည်ဖျား, ကိုယ်ငွေ့ အားနည်းသူ စသည်ဖြင့် မည်သည့် ရောဂါကို မည်မျှလောက် သုံးစားခြင်းဖြင့် (သို့မဟုတ်) မည်သည့် ဆေးဘက်မျိုးနှင့် ရောစပ်၍ သုံးစားလျှင် သင့်လျော်မည် ဖြစ်သည်ကို သိနိုင်ရန် အသိဉာဏ် သဲလွန်စကို ဖော်ပြ ရေးသား ဖွင့်ဆိုအပ်ပါသည်။

မှတ်ချက်။ ။အသက်ရှည်ရာ အနာမဲ့ကြောင်း ဆေးကောင်း တမျိုးမျိုးကို ကျရှုံးမတိုင်မီ ဥပမာ - အသက် - ၄၀ ခန့်မှ စ၍ စတင် စားသောက်၍ မိမိကိုယ်ကို ပြုပြင်ပေးသင့်၏၊ အသက် ရှည်ဆေးတို့သည် နည်းပေါင်း များလှပေကုန်၏၊ ထိုနည်းများ အနက် မိမိ၏ ဝမ်းမီးနှင့် လျော်သော ဆေးနည်းမျိုးကို ရွေးချယ် စားသောက် ရာ၏။ ဝမ်းမီးကို လွတ်၍ ဆေးကို အသုံးမပြုနှင့် ဟု ဆေးကျမ်းတွင် အမှာအထား ရှိ၏၊ အသက်ရှည်ဆေး မှန်သမျှ ရေးသားသော ပုဂ္ဂိုလ်၏ အသိဉာဏ် အားလျော်စွာ အကျိုးအမျိုးမျိုးကို ဝေဝေဆာဆာ ရေးသား ဖော်ပြထားကြမည်သာ ဖြစ်၏၊ အသက် ၄၀ ခန့်လောက်မှ စ၍ မိမိဝမ်းမီးနှင့် ကိုက်ညီသော ဆေးတမျိုးမျိုးကို အသက်ရှည်ရာ အနာမဲ့ကြောင်း အတွက် စားသောက် သုံးဆောင် သင့်သည် ဟု ဆိုလိုသည်၊ ရုပ်ကို ပြောင်းစေရာ၌ အဆိပ်ဆေး, ဓာတ်ပြာဆေး, ဓာတ်လုံး စသည်တို့ ကဲ့သို့ ဆေးပစ္စည်းတို့သည် တခဏခြင်း လျင်မြန်စွာ အကျိုး မပြုနိုင်ကြကုန် သဖြင့် တဖြေးဖြေး မိမိ ခန္ဓာကိုယ်ကို ပြောင်းလဲ စေရာ၏၊ ၃-နှစ် ၄ - နှစ် တန်သည် ဥတုကျော် နှစ်ကျော်အောင် စားသောက်ခြင်းဖြင့် ပြုပြင်ပြောင်းလွဲပေးပါလျှင် စားသောက်သော သူတိုင်း ရုပ်အနေ, စိတ်အနေ, အာဟာရ အထောက်အပံ့ အနေ, ပြုပြင်မှုအလိုက် ထိုက်သင့်သလို ကျန်းမာ၍ အသက်ရှည်ကြသည် သာ ဖြစ်သည်။

မညိုးလုံး (တော, ရေတဇက်)

ဟိန္ဒီ (မုခတရီ)

လက်တင် Grangea Maderaspatana

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် မြေတွင် ကပ်ဖြန့်၍ ပေါက်သော အပင်မျိုး ဖြစ်သည်၊ အကိုင်း အခက် များစွာ ရှိသည်၊ ၎င်းအကိုင်း အခက် များတွင် နူးညံ့၍ ဖြူသော အမွေးကလေးများ ရှိသည်၊ အရွက် များ၏၊ အညှာ မရှိချေ၊ အပွင့် ဝါ၏၊ လုံး၏၊ ဆောင်းဥတု အေးသော ရာသီများတွင် သဲသောင် ကမ်းခြေ အစပ် များတွင် များစွာ ပေါက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အပင်သည် ကိုယ်ပူရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ခါး၏၊ မျက်စေ့နှင့် နားတို့၌ နာကျင် ကိုက်ခဲခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အမြစ်သည် နှုတ်ကို မြိန်စေ

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

၏၊ အူတို့ကို တွန့်ရှုံ့စေ၏၊ သန်ကို ကျစေ၏၊ ဆီးရောဂါ မီးရပ် ထိန်ခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ နို့ကို ရှင်စေ၏၊ အားကို တိုးစေ၏၊ ရင်ဘတ် နှင့် အဆုတ် ရောဂါ၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ အဆစ်ရောင်ကိုက်၊ မြင်းသရိုက်၊ အကြောကိုက်၊ သရက်ရွက်၊ အသည်းတို့၌ ဖြစ်သော ရောဂါ ပါးစပ်၊ နှာခေါင်း တို့၌ ဖြစ်သော ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

မဏိသြဃသီး

မလေး (ဝလ္လဘိုမ)

လက်တင် Carallia Lucida

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်သည်၊ အပွေး ဝါညိုညို ရှိ၏၊ အရိုက်သည် ဥပုံသဏ္ဌာန်ရှိ၏၊ အခေါက်အတွင်းသားများ အက်ပြင်း (အက်ကြောင်း)များစွာ ရှိသည်၊ အရွက် ပြောင်၍ ချော သည်၊ အဖျားဝိုင်းသည်၊ အရွက်၏ အရိုးအရင်းမှ ပန်းပွင့် ပွင့်သည်၊ အသီးငယ်၏၊ လုံး၏၊ ၎င်း မဏိသြဃပင်သည် ပေ ၈၀ - မျှ မြင့်၍ လုံးပတ် ၆ - ပေ ၇ - ပေရှိသော ပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်သည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။မဏိသြဃသည် သွေးကို ငြိမ်းစေတတ်သည်၊ လေကို ကြေစေ တတ်သည်၊ ကူးစက်တတ်သော ရောဂါများ၌ မကူးစက်စေရန် အသုံးပြုရသည်၊ ၎င်းပြင် မျက်စိ စပ်သော ရောဂါများကို အတွင်းဆေးအဖြစ် အသုံးပြုရသည်၊ သွေးဖောက်ပြန်ခြင်းကို ငြိမ်းစေ သည်၊ လေကိုလည်း ကြေစေတတ်သည်။

မရန်းသီး

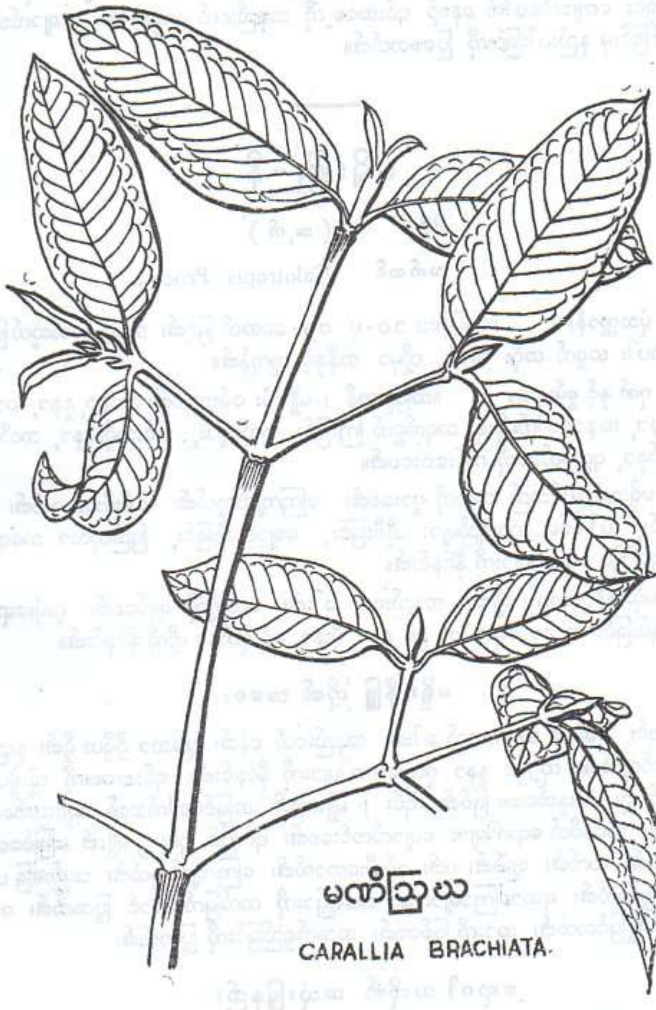
ဟိန္ဒီ (မာရီအန်း)

အင်္ဂလိပ် Marians

လက်တင် Bouea Burmanica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ချဉ် ချို ဖန် ရသာရှိ၏၊ လေ၊ သလိပ်၊ သည်းခြေ တို့နှင့် သင့်လျော်၏၊ ဝမ်းမီးကို ဖြောင့်စေ၏၊ အတိသာရ သွေးဝမ်းသွားခြင်း၊ ဝမ်းကိုက်ခြင်း၊ သွေး ကြောင့် ဖြစ်သော ရောဂါ၊ အဖျားဟောင်း၊ ကိုယ်တွင်း ပူလောင်ခြင်း၊ အသားကြား အရိုး ကြားတို့၌ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ၎င်းမရန်းစေ့သည် ရင်ပြည့် ရင်ကယ်



မဏိသြဇာ

CARALLIA BRACHIATA.

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ခြင်းတို့ကို အကျိုးပြု၏၊ ၎င်းအစေ့ အမှုန့်ကို အနည်းငယ်မျှ သောက်က ကျောက်ရောဂါ ကာကွယ်ခြင်း ကျောက်ပေါက် နေစဉ် ၎င်းအစေ့ကို အနည်းငယ် ကျွေးပါက ကျောက်ဆိုးများ ပေါက်ခြင်းမှ နည်းပါးခြင်းကို ပြုစေတတ်၏။

မရိုးဖြူ - နီ

ဟိန္ဒီ (အ,က်)

လက်တင် Calotropis Procera

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အမြင့်ပေ ၁၀-မှ ၁၅-ပေအထိ မြင့်၏၊ အပွင့် ဆွတ်ဆွတ်ဖြူ၏၊ ၎င်းမှတပါး အရွက် အရိုး အသီး, တို့မှာ အနီနှင့် တူကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အဖြူ အနီ ၂-မျိုးလုံး ဝမ်းသက်၏၊ လေနာ, နူနာ, ယားနာ, အဆိပ်နာ, အနာပေါက်မျိုးစုံ, သရက်ရွက် ကြီးခြင်း, ဂူလုံးများ, မြင်းသရိုက်နာ, သလိပ်နာ, ဝမ်းပိုက်နာ, ရတ္တပိတ်နာကို ကင်းဝေးစေ၏။

မရိုးအဖြူပွင့်သည် သုက်ကို ပွားစေ၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ ဝမ်းမီးတောက်၏၊ နှုတ်မမြိန်ခြင်း, ပါးစပ်မှ သွားရည်များ ယိုစီးခြင်း, ချောင်းဆိုးခြင်း, ပြည်တုလာ သရောနာ, ပန်းနာရင်ကြပ် ရောဂါများကို နိုင်နင်း၏။

မရိုးအနီပွင့်သည် ချို၏၊ အနည်းငယ် ခါး၏၊ မလတို့ကို ချုပ်စေ၏၊ ဂူလုံးရောဂါ, ယောင်ရမ်းခြင်း စသော ရောဂါတို့ နှင့် နူနာ, ပိုးနာ, ဝမ်းပိုက်နာ တို့ကို နိုင်နင်း၏။

မရိုး နီဖြူ တို့၏ အစေး

၎င်း ၂-မျိုး၏ အစေးသည် ခါး၏၊ အနည်းငယ် ငန်၏၊ ပူသော ဝီရိယ ရှိ၏၊ နူးညံ့၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ ထို့ပြင် နူနာ ဂူလုံးရောဂါများကို နိုင်နင်း၏၊ ၎င်းအစေးကို သုံးစွဲပါက အကောင်းဆုံး ဝမ်းနုတ်ဆေး ဖြစ်၏၊ ၎င်း ၂-မျိုးလုံး၏ အမြစ်ခေါက်သည် ချွေးထွက်စေ၏၊ အန်စေ၏၊ လိင်နိမိတ် ရောဂါများ ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ၎င်းပြင် ၎င်း ၂-မျိုး၏ အမြစ်ခေါက်သည် ခါး၏၊ ထက်၏၊ ချုပ်၏၊ ပူ၏၊ ဝမ်းမီးတောက်၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ သည်းခြေ ယိုစီးခြင်းကို ပြုတတ်၏၊ ရသာကြောများ နှင့် အရေပြားကို ထက်မြက်အောင် ပြုတတ်၏၊ ဓာတ် ၇-ပါးကို ပြုပြင်တတ်၏၊ အားကို ဖြစ်စေ၏၊ အသက်ရှည်ခြင်းကို ပြုတတ်၏၊

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ကျောက်တည်ရောဂါ။ ။မရိုးပွင့်အစိုကို နွားနို့နှင့်ကြိတ်၍ တလတိုင်အောင် နေ့စဉ် စားသုံးပါက ပူလောင်ခြင်းနှင့် ယှဉ်သော ကျောက်တည်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

သွားကိုက်သွားနာ။ ။မရိုးမြစ်၏အခေါက်ကို ရေနှင့်ကြိတ်၍ သွားကိုက်သော နေရာကို သိပ်ပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

မြွေဆိပ်နိုင်ဆေး။ ။မရိုးမြစ်နှင့် ဝါ (ဂွမ်း) မြစ်ကို ဆတူကြိတ်၍ အနည်းငယ်မျှ သောက်မူ မြွေဆိပ်များ ကျဆင်းလိမ့်မည်။

ကင်းဆိပ်ဖြေဆေး။ ။ကင်းကိုက်သည့် ဒဏ်ရာကို မရိုးအစေးလိမ်းပေးမူ ကင်းဆိပ် ပျောက်၏၊ တနည်း- မရိုးမြစ်ကို ရေနှင့် သွေး၍လိမ်းမူ ကင်းဆိပ်ပျောက်၏။

သွေးအားနည်းရောဂါ။ ။သွေးအားနည်း ရောဂါကို မရိုးမြစ်နှင့် ဆန်ဆေးရည်ကို သွေး၍ နှာအတွင်းသို့ သင့်တော်ရုံ အစက်ချ၍ ပေးမူ သွေးအားနည်းရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဝက်ရူးနာ။ ။လမ်းမတွင် ခြောက်နေသော နွားချေးခြောက်ကို ပြာချ၍ မရိုးစေးနှင့် ရောနယ်ပြီး အခြောက်လှမ်းပါ၊ ၎င်းပြာကို အမှုန့်ပြု၍ ရှူပါ၊ ချီဆပ်၍လာလိမ့်မည်၊ ထို့နောက် ဆက်လက်၍ ထောပတ်ကိုလည်း ထပ်၍ ရှူပါ၊ ဝက်ရူးနာ ပျောက်ကင်း၏။

ခွေးအဆိပ်ဖြေဆေး။ ။မရိုးအစေးတွင် ထန်းလျက်, နှမ်းဆီဘို့ကို ရော၍ မကြာ မကြာ လိမ်းပေးပါက ခွေးဆိပ်ပြေ၏။

ရောင်ယမ်းခြင်း။ ။ငန်းမန်းလိုက်၍ ရောင်ယမ်းခြင်းဖြစ်မူ သံချေး နှင့် မရိုးရွက်ကို ကျဲကျင်ငယ်နှင့် ကြိတ်၍ လိမ်းပေးမူ ပျောက်၏။

အဆိပ်မျိုးစုံဖြေဆေး။ ။မရိုးမြစ်ကို ရေအေးနှင့် သွေး၍ (သို့မဟုတ်) မရိုးရွက် ၄- ၅- ၆-ရွက်ကို အရည်ညှစ်၍ ၎င်းအရည်ကို ထောပတ်အနည်းငယ် ထည့်၍ သောက်က အဆိပ် မျိုးစုံ ပျောက်ပျက်နိုင်၏။

ဒူးဆစ်ကိုက်ခြင်း။ ။ဒူးခေါင်းကိုက်ခဲခြင်း, ကွေးဆန့်၍ မရခြင်းဖြစ်မူ မရိုးစေးကို ၃- ရက် ဆက်လက်၍ လိမ်းနယ်ပေးပါ။

အတွင်းလိပ်ခေါင်းမှိုင်းဆေး။ ။မရိုးအကိုင်း နှင့် မန်ကျည်းကိုင်း ၂-မျိုး မီးထည့်၍ ၎င်းမီးကျီးခဲပေါ်တွင် စမုံဖြူကို မီးရှို့၍ ၎င်းအခိုးမှိုင်းကို စအိုဝသို့ မှိုင်းငွေ့ခံပေးပါ၊ ဤနည်း ဖြင့် တနေ့တကြိမ်ကျ ပြုလုပ်ပါ၊ အတွင်းလိပ်ခေါင်း ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

နားနာ, နားကိုက်ဆေး။ ။မရိုးရွက်ရင့်ရင့်ကို ထောပတ်သုတ်၍ မီးမှာကင်ပြီးလျှင် အရည်ညှစ်ယူပါ၊ ၎င်းအရည်ကို နားတွင် ထည့်ပေးပါ၊ နားကိုက်, နားနာ ပျောက်၏။

ဆင်ခြေထောက်ရောဂါလိမ်းဆေး။ ။မရိုးမြစ်ကို ဆန်ပုန်းရည်နှင့် သွေး၍ မှန်းမှန်း လိမ်းပေးပါက ဆင်ခြေထောက်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

မြွေဆိပ်နိုင်ဆေး တနည်း။ ။မရိုးရွက်ကို မရိုးစေးနှင့် ကြိတ်၍လုံးပါ၊ ၎င်းအလုံးကို တနာရီခြားတလုံးကျ တိုက်ပါက ပြင်းထန်သောမြွေဆိပ်များ ကျဆင်း၏၊ (တလုံးကို ရွှေးကြီးစေ့ သာသာ လုံးပါ)။

ဆီးချုပ်ခြင်း။ ။မရိုးအစေးနှင့် ဘူးဖြူခေါက်အမှုန့်ကို ရောကြိတ်ပြီး ချက်၏ ဘေး ပတ်လည်ကိုရင်း, ဆီးအိမ်ကိုရင်း လူးပေးပါမူ ဆီးများစွာ ရှင်လိမ့်မည်။

သွေးဂူလုံးပျောက်ဆေး။ ။မရိုးပွင့်ကို နှမ်းဆီနှင့် ကျော်၍စားလျှင် သွေးဂူလုံး ပျောက်ကင်း၏။

ရောင်ရမ်းခြင်း။ ။ငန်းမန်းလိုက်၍ ထိခိုက်မိသော ဒဏ်ကြောင့် ရောင်ယမ်းမှု မရိုးမြစ်, ပရန္နဝါမြစ်, တမာခေါက်တို့ကို ရောကြိတ်၍ လိမ်းပေးပါ၊ ၎င်းကို ပြုတ်၍လည်း အကြိမ်ကြိမ် စိမ်၍စိမ်၍ ပေးပါ၊ ငန်းမန်းလိုက်ခြင်း, ထိခိုက်ရှနသော ဒဏ်ကြောင့် ရောင်ရမ်း ကိုက်ခဲခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ပေါင် နှင့် ခြေသလုံးတောင့်တင်းခြင်း။ ။မရိုးမြစ်ကို ကြိတ်၍ မီးနွေးနွေးပြုပြီး လျှင် ပေါင် နှင့် ခြေသလုံးသား တောင့်တင်းကိုက်ခဲရာသို့ လိမ်းနယ်ပေးက ပျောက်ကင်း၏။

ဆင်ခြေထောက်ရောဂါ သောက်ဆေး။ ။မရိုးရွက် နှင့် သိန္ဓောကို ဆတူပြု၍ မြေအိုး အဝ ကျယ်ကျယ်တွင် ထည့်ပြီး အိုးဝကိုပိတ်၍ မီးဖြင့် ကျွမ်းအောင်ဖုတ်ပါ၊ ၎င်းပြာ နှင့် ဒိန်ချဉ် ရည်ကို ရော၍သောက်ပါမူ ဆင်ခြေထောက်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ကျပ်တီးနာ။ ။မရိုးအစေး, သံစားဒုတ္တာ, ပတဲကောအယ်, ၎င်း ၃ - ပါးကို ညက်ညက်ကြိတ်၍ ကျပ်တီးနာများကို လိမ်းမူ နူလျှင် ပိန်၍ ရင့်လျှင် ပေါက်၏။

တင်းထိပ်ရောဂါ။ ။မျက်နှာတွင် တင်းထိပ် (အနက်ကွက်များ) ရောဂါကို နနွင်းနှင့် မရိုးစေးကို သွေး၍ လိမ်းပေးမူ အနက်ကွက်များ ပျောက်ကင်း၏။

ချောင်းဆိုးရောဂါ။ ။မရိုးရွက် သတ္တုရည်ကို ဆားအနည်းငယ် ရော၍ သောက်ပါ၊ ကလေးများကို ၎င်းမရိုး သတ္တုရည်, လက်ဘက်ရည်တဇွန်းတွင် ဆားသင့်ရုံ ထည့်၍ တိုက်သော် သလိပ်နာ ,ပန်းနာ, ဝမ်းပိုက်ဘင်းရောင်ခြင်းတို့ ပျောက်ကင်း၏။

သလိပ်ကြပ်ရောဂါ။ ။မရိုးရွက်ကို မရိုစေးနှင့် စိမ်၍ အခြောက်လှန်းပါ၊ ၎င်းအ ခြောက်ကို မှိုင်းပြု၍ ရှူပါလျှင် ပန်းနာ, ကြက်ညှာ, နာဘာရှည်, ပန်းနာရင်ကြပ် ရောဂါများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

သူငယ်နာ အဆုပ်ရောင်ရောဂါနှင့် ဝမ်းပိုက်ရောဂါ။ ။မရိုးရွက် ၁၂- ပဲ, ပဲဒီစိမ်း ၁-ကျပ် ဂ-ပဲ, ရေ ၃၀ နှင့် ဂ - ဖိုဘဖိုကြွင်း ကျိုးပါ၊ ၎င်းပြုတ်ရည် ကို စစ်၍ တခွက်စာကိုပြုတ်ရည် ၄-ပဲသားမျှတွင် ဆားစိမ်း ရွေးကြီး တရွေးမျှ ထည့်သောက်ပါ၊ ဝမ်းတကြိမ် ၂- ကြိမ်မျှသွား၍ ဝမ်းဗိုက်စင်ကြယ်ပြီးလျှင် အဆုတ်ရောင်ခြင်း နှင့် ဝမ်းပိုက်ဖောရောင်ခြင်းများ ပျောက်ကင်းပါ လိမ့်မည်။

ဆင်ခြေတောက်ရောဂါဆေး တမျိုး။ ။မရိုးမြစ်ကို (ဆီဦး) ထောပတ်နှင့် ကြိတ်၍ ခပ်ပြစ်ပြစ် လိမ်းပေးပါ၊ ၎င်းနောက် မရိုးမြစ်ခေါက် ၁၂- ပဲ, ဆီဖြူ ၁၂-ပဲ, ဖန်းခါး ၁၂ -ပဲ, ဖန်းခါးသီး ၁၂ -ပဲ တို့ကိုအနည်းငယ်ထောင်း၍ ရေ ၃၀ - ကျပ်သား နှင့် ဂ - ဖိုတဖိုကြွင်းကျိုပါ၊ ၎င်းပြုတ်ရည် ဂ - သားမျှတွင် ပျားရည် ၁ - ပဲ သကြားခဲ ၃ -ပဲ မျှ ထည့်၍ နေ့စဉ်နံနက်တိုင်း တကြိမ်သောက်ပါက ဆင်ခြေထောက်ရောဂါ နှင့် ငန်းမန်းလိုက်၍ ရောင်ခြင်း ထိခိုက်ရှနသော ဒဏ်ကြောင့် ရောင်ရမ်းသော ရောဂါများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ကလေးများဝမ်းရောင်, ဝမ်းကျောတင်းခြင်း။ ။မရိုးရွက်ကို နှမ်းဆီသုတ်၍ မီးနွေးနွေးကင်ပြီးလျှင် ဝမ်းပိုက်၌ ကပ်ပေးပါ၊ ၎င်းအရွက်အေးသွားလျှင် အထက်နည်းအတိုင်း အသစ်နွေးနွေးပြန်၍ ကပ်ပေးပါ၊ နေ့ ၃-၄ ကြိမ်, ည ၃-၄ ကြိမ်မျှ ပြုလုပ်ပေးက သက်သာရာရလိမ့်မည်။

ကျပ်ဖုနှင့် အခြားသောအဖုအပိမ့်များ။ ။မရိုးစေး နှင့် သနပ်တော်စေးကို ခပ်ပြစ်ပြစ်သွေး၍ ကျပ်ဖု နှင့် အခြားသော အဖုအပိမ့်များကို သုတ်လိမ်းပါက ပိန်၍ သွားပါလိမ့်မည်။

အရေပြားရောဂါ နှင့် အနူကြီးရောဂါ။ ။မရိုးမြစ်အမှုန့် ၂- ရွေးသားကို ပျားရည်နှင့် ရော၍ သောက်ပါ။

နောက်တနည်း။ ။မရိုးမြစ် ၁၂-ပဲ, ရေ ၃ဝိ- ဂ-တပုံ့တပုံ့ကြွင်း ကျို၍ ၎င်းဆေးရည်ကို စစ်၍ သောက်ပါ၊ ရောဂါမသက်သာသေးမူ ဆက်လက်၍ သောက်ပါ။

နောက်တနည်း။ ။မရိုးစေးကို ချက်၍ ၃ ရွေးမျှကို ပျားရည်နှင့် နေ့ကို ၃-ကြိမ်သောက်ပါ၊ ရောဂါသက်သာခြင်း မရှိက ဆက်လက်၍ သောက်ပါ။

၎င်းအထက်ပါဆေး (၃) မျိုးသည် နူနာရိုးရိုး အရေပြားရောဂါနှင့် အဆစ်အဆက်များပြုတ်၍, ပဲ့၍, ခြေတောက်များ ကွေး၍ ကျသော (ဂလိတကုဋ္ဌ) ခေါ် နူနာကြီးရောဂါများ ပျောက်ကင်းကြောင်း တွေ့ဘူးမြင်ဘူးလှပြီ။

ပန်းနာရင်ကျပ်နှင့် ချောင်းဆိုးရောဂါ၊ ။မရိုးပွင့်၏ အတွင်းသားအညှောင့် ၂-ပဲ, သိန္ဓောဆား ၂-ပဲ, ဘိန်း ၃-ရွေး, စမုံဖြူ ၆-ပဲ ၎င်းဆေးစုကို ထောင်းပါ၊ ၎င်းနောက် ညက်ညက်ကြိတ်ပြီး ဆင်ခေါင်းပဲမျှ လုံး၍ ထားပါ၊ ၎င်းဆေးလုံးကို ၃-နာရီတွင် တလုံးကျ စားမူ ချောင်းဆိုးရောဂါ, ပန်းနာရင်ကျပ်ရောဂါ တို့၌ များစွာ အကျိုးပြု၏။

၎င်းနောက် **တနည်း။** ။မရိုးပွင့် နှင့် ငြုပ်ကောင်းဆတူချိန်စက်၍ ညက်စွာ ကြိတ်ပြီးလျှင် ရွေးတလုံးခန့် လုံး၍ အရိပ်တွင် လှန်းပါ၊ ၎င်းဆေးလုံးကို တနေ့လျှင် ၃-ကြိမ်, တကြိမ်လျှင် တလုံးကျ သောက်မူ ပန်းနာရင်ကျပ်နှင့် ချောင်းဆိုးရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ကာလဝမ်းရောဂါ။ ။မရိုးပွင့်၏ အတွင်းမှ အညှောင့်ကို ဖယ်၍ အပွင့်သက်သက် ၁၂-ပဲ, ငြုပ်ကောင်း ၁၂-ပဲ, ချင်းခြောက် ၁-ကျပ် ၂-ပဲ ဆော၍ ကြိတ်ပြီးလျှင် ဆင်ခေါင်းပဲစေ့မျှ လုံးထားပါ၊ ကာလဝမ်း, ပင်လယ်အူလျှောက်ရောဂါ ဖြစ်သူကို ၎င်းဆေးဘလုံးမျှတိုက်မူ လျှင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

သွက်ချာပါဒ, လေငန်း, အဆစ်ရောင်ရောဂါ လိမ်းဆေး။ ။မရိုးရွက်, ပဒိုင်းရွက်, ကြက်ဆူရွက်, တဆောင်းကြီးရွက်, သဘော်တမာရွက်, ဒန့်ဒလွန်ရွက်, ကြိတ်မှန်ပွင့်ဖြူရွက်, ဆေးခြောက်ရွက်, ၎င်းအရွက်များကို အစိမ်းသက်သက် အညီအမျှ စုပြီးလျှင် သတ္တုရည်ညှစ်၍ ယူပါ၊ ၎င်းသတ္တုရည်အလေးချိန်နှင့် ဆတူ နှမ်းဆီကို ရော၍ မီးညှင်းညှင်းဖြင့် ချက်ပါ၊ ဆီ၏အလေးချိန်ကျန်လျှင် အအေးခံ၍ စစ်ယူထားပါ၊ ၎င်းဆီချက်လိမ်းသောအခါ ပိတ်ခြင်းသီးနှင့် ငြုပ်ကောင်းအမှုန့်ကို အနည်းငယ်ရော၍ လိမ်းပေးပါ၊ ထိုဆီ၏ အကျိုးမှာ သွက်ချာပါဒလေ

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)

ဖြတ်ခြင်း, ကိုယ်လက်တခြမ်းသေ, လေငန်းရောဂါ, အဆစ်ရောင်ရောပါ, အကြောများဆိုင်းတွ, လေးလန်သောရောဂါ, အကြောအားနည်းသောရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

နောက်ဘနည်းစားဆေး။ ။မရိုး၏မပွင့်သောအငုံ အဖူး, ချင်းခြောက်, ပြုပ်ကောင်း, ကြခပ်ပါးရွက်, ၎င်း ၄-မျိုး အညီအမျှစု၍ ညက်စွာကြိတ်ပြီးလျှင် ဆင်ခေါင်းပဲမျှ လုံး၍ထားပါ၊ ၎င်းဆေးကို နံက်ည ၂-လုံးကျ သောက်မူ သွက္ချ ၁ပါဒ, လေငန်းနှင့် အဆစ်ရောင် ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

ကင်းအဆိပ်နိုင်ဆေး တမျိုး။ ။ကင်းကိုက်သော ဒဏ်ရာကို ပဌမ သဘော်ာပွဲရက်ဖြင့် မှိုင်းတိုက်ပြီးနောက် မရိုးရွက်အစိမ်း သတ္တုရည်ကို လိမ်းပေးမူ ပျောက်၏။

ဥဏှောက်ရောဂါနှင့် ခေါင်းတခြမ်းကိုက်ရောဂါ။ ။ကောက်ညှင်းဆန်,ကျောက်ချဉ်, ဒုတ္တာ, ပရုပ်မှုန့် ၁-ကျပ် ဂပ်ိစီ၊ ချင်းခြောက် ၁၂-ပဲ၊ ၎င်းဆေးစုကို ညက်စွာကြိတ်၍ မရိုးစေးနှင့် နယ်ပြီးလျှင် အခြောက်လှမ်းပါ၊ ၎င်းနောက် အထက်ပါ ဆေးစုကို မီးနှင့် အနည်းငယ် လှော်၍ တဖန် ပြန်၍ ထောင်းပါ၊ ၎င်းဆေးမှုန့် အနည်းငယ်မျှကို ဆိတ်နို့နှင့်ဖျော်၍ နှာတွင်းသို့ ခပ်ပေးမူ ခေါင်းတခြမ်းကိုက်ခြင်း, ခေါင်းရိုးရိုးကိုက်ခြင်း, နှာတာရှည် အအေးပတ်သော ရောဂါများ ပျောက်ကင်းစေဘတ်၏။

အအေးပတ်နှာရည်ယိုရောဂါ။ ။သလဲအခွန် ၃-ကျပ်ကို နုနုထောင်း၍ မရိုးစေးဖြင့် မုန့်ညက်နယ်သကဲ့သို့ ညက်အောင်နယ်ပါ၊ ၎င်းဆေးကိုအပြားပြုလုပ်၍မီးခဲဖြင့် မတူးမချစ်ရအောင် ကင်ပါ၊ ၎င်းနောက် အပြားများကို အခြောက်လှမ်း၍ နုနုထောင်းပါ၊ ၎င်းထောင်းပြီးသော ဆေးတွင်ထပ်၍ ထည့်ရန်မှာ ဇော်ဂျီမုတ်ဆိတ် ၃-ပဲ, ကျောက်ပွင့်မွှေး ၃-ပဲ, ဖာလာဖြူ ၁-ပဲ ၂-ရွေး, ဇာတိပ္ဖိုလ် ၁ ပဲ ၂-ရွေး ၎င်းဆေးစုကို ညက်ညက်ထောင်း၍ အနည်းငယ်မျှရှူပါ၊ ခြေဆပ်လာပည်၊ ထိုနှာ၏အကျိုးမှာ မူးဝေးခြင်း, ခေါင်းကိုက်ခြင်း, အကြောတက်ခြင်း, အအေးပတ်၍နှာရည်ယို, နှာစီးခြင်, သတိလစ်ခြင်း စသော ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

ဝက်ရူးနာသောက်ဆေး တမျိုး။ ။မရိုးပွင့်အစိုနှင့် ပြုပ်ကောင်း ၎င်း ၂-မျိုးကိုအညီအမျှ စု၍ ကြိတ်ပြီး ၂-ရွေးသား သာသာမျှ လုံးပြီး အခြောက်လှမ်း၍ထားပါ၊ တနေ့ကို ၂-ကြိမ် ၃-ကြိမ်မျှ သောက်မူ သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း, ပန်းနာထခြင်း, ဝက်ရူးပြန်ခြင်း, အကြောတက်သော ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

ဝက်ရူးနာရှူဆေး တမျိုး။ ။မရိုးမြစ်၏ အခြောက်ကို ဆိတ်နို့နှင့်သွေး၍ နှာခေါင်းတွင်းသို့ အနည်းငယ်သွင်း၍၎င်း, အပြင်မှ လိမ်း၍၎င်း ပြုလုပ်မူ ဝက်ရူးနာ ပျောက်ကင်း၏။

မျက်စိယားနာပျောက် မျက်စဉ်း။ ။မရိုးမြစ်၏အခေါက် ၁၂-ပဲသားကိုထောင်း၍ ရေ ၂၇-ကျပ်သားတွင် တနာရီပြည့်အောင် စိမ်၍ထားပါ၊ ပြီးလျှင် ၎င်းရေကို စစ်ပါ၊ ၎င်းရေ ၂-စက်ကို မျက်စိတွင် ခပ်ပေးပါက မျက်လုံးအိမ် နီမြန်းခြင်းနှင့် မျက်စိယားခြင်း ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

မျက်စိအလင်းမျက်ကွင်းဆေး။ ။မရိုးပွင့်ဖြူမြစ်၏ အခေါက် (မခန်း) ဆီဦးနှင့် ကြိတ်၍ မျက်စိကို ကွင်းပေးပါက မျက်စိအလင်းရောင်အား ရှိလာလိမ့်မည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)

ငှင်းမျက်ကွင်းဆေး တမျိုး။ ။ဝါဂွမ်း အဟောင်းကို မရိုးအစေးတွင် ၃-ကြိမ် စိမ်၍ အခြောက်လှမ်းပါ၊ ခြောက်လျှင် ယောက်သွားတွင် ထည့်၍ မီးရှို့ပြာချပါ၊ ၎င်းပြာကို မျက်စိ၌ ကွင်းပေးပါမူ မျက်စိရောင်ရမ်းခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

မျက်စိတိမ်စွဲ ပျောက်ဆေး။ ။ဟောင်းသော သကြားခဲ အမှုန့် ၁၂-ပဲ မရိုးစေးတွင် စိမ်ထားပါ၊ ၎င်းနောက် အခြောက်လှန်းပါ၊ ၎င်းနောက် လေးညှင်း ၆-ပွင့်နှင့် ရော၍ အမှုန့်ပြုပါ၊ ၎င်းအမှုန့်ကို မကြာမကြာ ရှူပေးမူ မျက်စိတွင် ပုလဲသုံးကဲ့သို့သော တိမ်ကျခြင်းမှ လွတ်ကင်း၏။

နားနာ, နားကိုက်ပျောက် ခပ်ဆေး။ ။မရိုးရွက်အဝါကို ထောပတ်သုတ်၍ မီးမှာ ကင်ပါ၊ မရိုးရွက်နွမ်းသောအခါ လက်ဖြင့် ပွတ်ချေ၍ နားတွင်းသို့ အရည် အနည်းငယ် ညှစ်ချပေးမူ နားနာ, နားကိုက် ပျောက်ကင်း၏။

၎င်းနောက် တနည်း နားနာခပ်ဆေး။ ။မရိုးပွင့်, မရိုးရွက်နုနု ၎င်း ၂-မျိုး ဆဘူ စု၍ ဆန်ပုံးရည်နှင့် ကြိတ်ပါ၊ ၎င်းပြင် နှမ်းဆီ နှင့် သိန္ဓော အနည်းငယ်မျှ ထည့်၍ ထားပါ၊ ရှားဆောင်းကြီးအရိုးကို အလယ်တွင် အပေါက်ဖောက်၍ အထက်ပါ ဆေးများကို သိပ်သည့်ပါ၊ ၎င်းနောက် ၎င်းရှားဆောင်းရိုးကို မရိုးရွက်များ လုံအောင် ပတ်ပြီးလျှင် အဝတ်နှင့် မြေစီးကို ဇော်ထပ်မံ၍ ဖုတ်ပါ၊ အပေါ်မှာ နီလာလျှင် ချ၍ထား၊ ၎င်းဆေးကို နွေးနွေး ကလေး ပြု၍ နားတွင် ခပ်ပေးပါမူ ခပ်သိမ်းသော နားနာ, နားကိုက်, နားလေထွက်, နားပြည်ယိုများ ပျောက်ကင်းစေ၏။

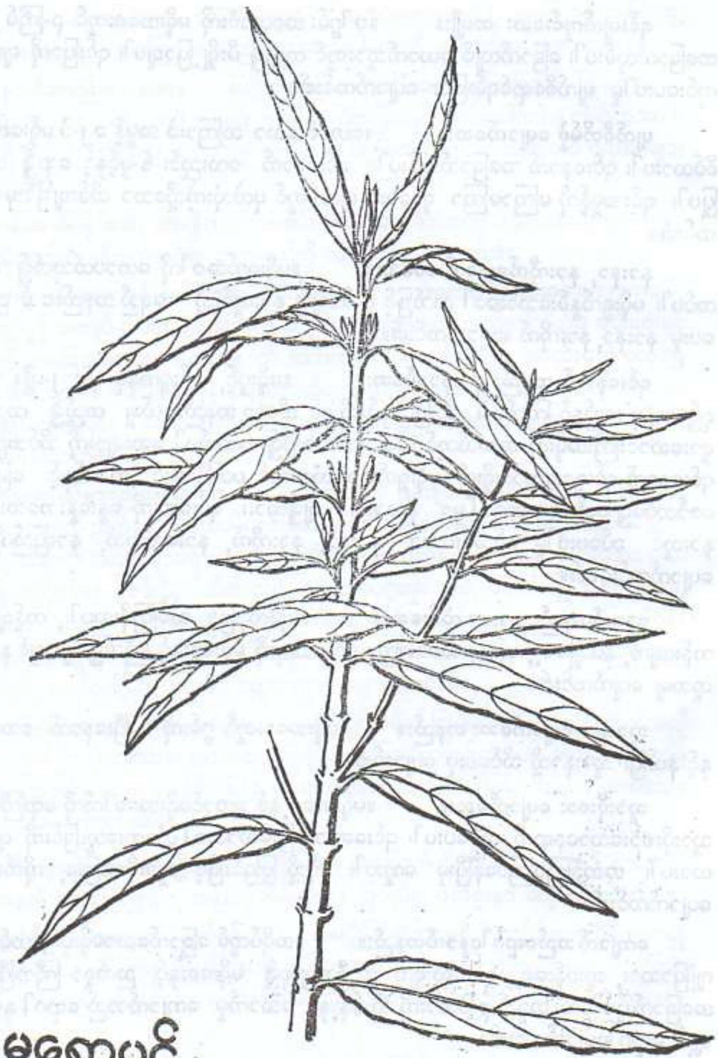
နောက်တနည်း နားနာ လိမ်းဆေး။ ။ပန်းလိန်မြစ်, သစ်ကြပိုးအပါး, ကန့်ချုပ်နီ, ထန်းလျက်, နှပ်ချိုစေ့, ပန်းနု, သံစားဒုတ္တာ ၎င်းဆေးစုကို မရိုးစေးနှင့် ကြိတ်၍ လူးလျှင် နားနာ ဟူသမျှ ပျောက်ကင်း၏။

သွားနာ ပျောက်ဆေး တနည်း။ ။မရိုးအစေးတွင် ဂွမ်းကို စိမ်ပြီးနောက် ထောပတ်နှင့် နယ်ပြီး သွားနာသို့ သိပ်ပေးမူ ပျောက်၏။

သွားပိုးစား ပျောက်ဆေး။ ။မရိုးအစေ့နှင့် တောင်မရိုးအခေါက်ကို ရောကြိတ်ပြီး သွားပိုးစားသောနေရာကို သိပ်ပေးပါ၊ ၎င်းဆေးသိပ်ပြီးသောအခါ တံတွေးထွေးခြင်းကို ရပ်ဘန့်ထားပါ၊ အတန်ကြာကြာနေပြီးမှ ထွေးပါ၊ ထိုသို့ ပြုခြင်းဖြင့် သွားပိုးထခြင်း, ကိုက်ခဲခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ကျောက်ဘည်ရောဂါနောက်တနည်း။ ။အရိပ်တွင် ခြောက်သောမရိုးပွင့်, ယမ်းစိမ်း, ဂျုံပြာဆား, ဆူးပန်းစေ့, ၎င်းဆေးစုကို အညီအမျှ စု၍ မရိုးစေးနှင့် ညက်စွာ ကြိတ်ပြီးလျှင် အခြောက်ပြုပါလေ၊ တခွက် ၃-ပဲသားကို ဆိတ်နို့နှင့် သောက်မူ ကျောက်တည် ရောဂါ နှင့် ဆီးချုပ် ရောဂါပျောက်ကင်း၏။

နာတာရှည် ခေါင်းကိုက်ရှူဆေး။ ။မရိုးအကိုင်းကို အခြောက်ပြု၍ တဖက်အဖျားမှ မီးရှို့၍ တဖက်မှ နှာခေါင်းဖြင့် အားပါးတရရှူပါ၊ တခနကို သုံးကြိမ်မျှ ရှူပေးပါ၊ မျက်မြင်



မရှော့ပင်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပျောက်သည်ကို တွေ့ဘူးလှပြီ၊ (သို့မဟုတ်) အရိုးအကိုင်းခြောက်ကို ဆေးရိုးသဖွယ် နုပ်နုပ်စင်း၍ ဆေးပေါ့လိပ် အငယ်စားတွင် (ဆေးစပ်များ ဖယ်၍) ၎င်းမရိုး စင်းပြီးသားကို ထည့်၍ ရှူပါ၊ နှစ်,လ များစွာ မီးရပ်ခေါင်းကိုက်ခြင်း, ရှိုးရှိုးခေါင်းကိုက်ခြင်း, အကြော အမြဲ တက်ခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းနိုင်၏။

အကိုက်အခဲပျောက် ထိုးဆေး။ ။ခြေ, လက်, ဒူး, ပေါင် စသည် မခံမရပ်နိုင်အောင် ကိုက်၍ အင်္ဂလိပ်ထိုးဆေး, မြန်မာထိုးဆေးများဖြင့် မပျောက်နိုင်သည်ကို လက်တွေ့ ပျောက်ဘူးသည်မှာ မရိုးစေး နှင့် ရှိန်းခိုကောင်းကောင်းကို သွေး၍ ကိုက်ခဲနာကျင်ရာသို့ စုတ်ဖြင့် ထိုးပေးပါ၊ မြန်စွာ ပျောက်ကင်း၏။

မှတ်ချက်။ ။၎င်းမရိုးအပွင့်ကို စွဲ၍ အဖြူ, အနီ, ၂ -မျိုး ရှိ၏၊ အဖြူမျိုးသည် အနီထက် ကြီးထွား၏၊ ပူသော အရပ်ဒေသတို့၌ များစွာ ပေါက်ရောက်၏၊ စိုက်ပျိုးရာ၌ ဖြစ်လွယ်သော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အကျိုးသတ္တိပြုပုံမှာ နီ-ဖြူ ၂-မျိုးလုံး အတူပြု၍ နိဃဏ္ဍုကျမ်းများ၌ မိန့်ဆိုကြကုန်၏။

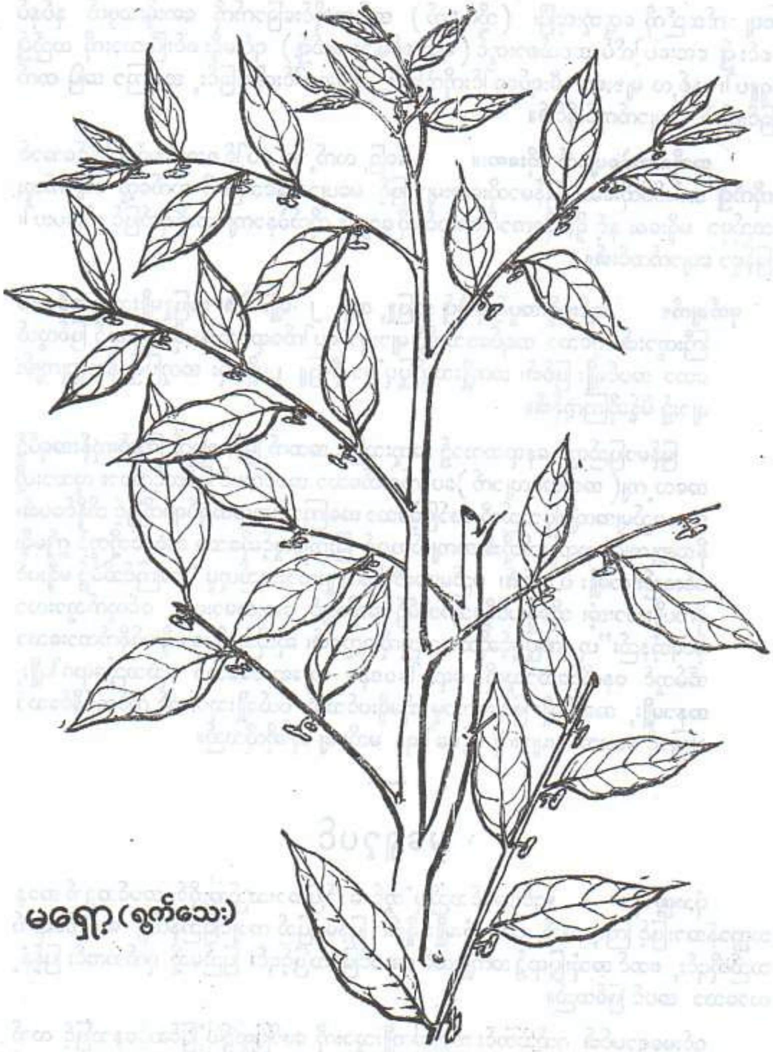
မြန်မာပြည်တွင် နေရာတကာ၌ အသုံးသဖြင့် အထက် မြန်မာပြည် ကြည်းကုန်းအရပ်၌ အလေ့ကျ (အလိုအလျောက်) ပေါက်တတ်သော အပင်တပင် ဖြစ်လင့်ကစား လူသားတို့အား မည်မျှအကျိုးပြုသည်ကို ဖော်ပြခဲ့သော အကြောင်းအရာအရပ်ရပ်တို့ဖြင့် သိနိုင်ပေ၏၊ နိဃဏ္ဍုကျမ်း ဆရာမြတ်တို့၏ အကျယ်တဝင့် ခြီးကျူးဖွင့်ဆိုသော သစ်ပင်တို့တွင် ဤမရိုးပင်လည်း တမျိုး ပါဝင်၏၊ မည်မျှအထိ ချီးကျူးထားသည်ဟူမူ "အကြင်အိမ်၌ မရိုးပင် စိုက်ပျိုးထားအံ့၊ ထိုမရိုးပင်ရှိသောအိမ်၌ အသို့လျှင် ဆေးသမားများ ဝင်ထွက်သွားလာနိုင်ရအံ့နည်း" ဟု ဂုဏ်ပြုဖွင့်ဆိုထားသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ဆိုလိုသည်မှာ မရိုးပင်စိုက်ထားသော အိမ်တွင် နေထိုင်သောသူတို့ ရောဂါဝေဒနာ ကျရောက်ခဲသော် မည်သည့်ရောဂါမျိုး, အနာမျိုး, အဆိပ်မျိုး ဖြစ်စေကာမူ ထိုမရိုးပင်သည် ပယ်ချိုးသုတ်သင် ကင်းတင်နိုင်သောကြောင့် ဆေးသမားများကို ပင့်ခေါ်ရန် မလိုချေ ဟု ဆိုလိုသည်။

မရှော့ပင်

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းအပင်သည် ပုံတွင် ဖော်ပြထားသည့်အတိုင်း အပင်အချက် အနေသဏ္ဌာန်အားဖြင့် ကြီး, လတ်, ငယ် သုံးမျိုး ရှိ၏၊ မြန်မာပြည် ကချင်ပြည်နယ်၌ ပေါက်ရောက်သည်ကိုရင်း, စဘင် အသုံးပြုရာ၌ အကျိုးထင် အောင်မြင်သဖြင့်၎င်း ပြည်မသို့ ဂုဏ်သတင်း ပြန့်နှံ့လာသော အပင် ဖြစ်သည်။

၎င်းမရှော့ပင်၏ ဂုဏ်သတင်း သတ္တိအကျိုးသွားကို ဖော်ပြရာ၌ ပုံပြင်ဆန်နေသဖြင့် လက်တွေ့ပြနိုင်မှ ယုံကြည်သော လူမျိုးအတို့ ဤအပင်၏ အကြောင်းကို ဖော်ပြရာ၌ လွယ်ကူမည် မထင်ချေ၊ ပုံပြင်ကား သားငယ်ကလေး ကစားနေရာတွင် မြွေမကြီး တကောင် လာပြီး ကိုက်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



မရှော့(ရွက်သေး)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

သည်ကို ဖခင်ဖြစ်သူ တွေ့သဖြင့် ရိုက်သတ်လိုက်လေ၏၊ သားကလေးကို သောက ပြင်းထန်စွာဖြင့် ခပ်လှမ်းလှမ်းသို့ ချီမသွားပြီးနောက် အသက်ပြန်ရှင်ရေးကို တွေးတော စဉ်းစားနေခိုက် အခြား မြွေတကောင်သည် ထိုသေနေသော မြွေနားသို့ လာရောက်ကြည့်ရှုပြီးလျှင် ဆောလျှင်စွာပင်လျှင် တောတွင်းသို့ ပြန်ဝင်သွား၏၊ ထိုအမှုအရာကို မနီးမဝေးမှ တိတ်ဆိတ်စွာ ကြည့်နေသော ဖခင်သည် မြင်လိုက်ရလေ၏၊ မကြာမီပင် တောတွင်းသို့ ဝင်သွားသော မြွေသည် သစ်ရွက်ကို ချီလာလျက် သေနေသော မြွေ၏ နှာခေါင်း, ပါးစပ် တို့၌ ထိုသစ်ရွက်၏ အနံ့ကို ပေးသည့်ဟန်မျိုး ပြုနေ၏၊ မကြာမီပင် လူနံ့လူးလှုပ်ရှားလာပြီးလျှင် မြွေ အဖို နှင့် အမ ၂-ကောင်စလုံး ပင် တောတွင်းသို့ ပြန်ဝင်သွားကြကုန်၏။

ထိုအမှုအရာအားလုံးကို ဖခင်လုပ်သူသည် တွေ့မြင်ပြီးနောက် မြွေ ချီလာသော နမူနာ ရွက်ကို ကိုင်တွယ်ပြီးလျှင် တောတွင်းသို့ ဝင်ရောက်၍ ထိုအပင်ကို ရှာဖွေပြီး အရွက်များကို ယူငင်လျက် ထိုအရွက်ကို အချို့ပွတ်ချေ၍ အနံ့ရှူရန် မှုတ်ပေး၏၊ အချို့ကို ခံတွင်းသို့အရည် ညှစ်ပြီး တိုက်ထည့်၏၊ အချို့ကိုမူ မြွေကိုက်ရာဒဏ်ရာ၌ အုံပေး၏၊ မကြာမီမှာပင် ထိုမြွေဆိပ်မှုန်၍ သတိလစ်ပြီး သေနေသည် ဟု ထင်ရသော သားငယ်သည် အသက်ပြန်ရှင်လာလေသည်၊ ထိုသူ၏ လက်တွေ့ အသိဉာဏ်မှ စ၍ တဆင့် တဆင့် ပွားပြီးလျှင် အဆိတ်နိုင်ပင် အနေဖြင့် သူသူ ငါငါ ယနေ့တိုင် သုံးစွဲကြလေကုန်၏။

အထက်ပါ ဖြစ်ရပ်ကို ထောက်ဆလျှင် ထိုအပင်၏ အကြောင်းသည် ဒဏ္ဍာရီ ပုံပြင်ဆန်နေ သည်ကို တဖက် ဉာဏ်မျက်စိအမြင်ရှိသူတိုင်း အကျိုးမမြင်ဘဲ တမျိုးထင်ကြမည်မှာ မလွဲပင် ဖြစ်၏။

ဆေးပညာ ဂန္ထဝင်မြောက် ကျမ်းကြီးတို့၌ အောက်ပါအတိုင်း စွမ်းရည်သတ္တိကို ကြံစည် တွေးဆ၍ မရနိုင်သည့် အချက် (၄)ချက်ကို ဖော်ပြထား၏။

(၁) **ဓာတုအစိန္တေယျ**။ ။ပြဒါး, သံ စသော ဓာတ်များနှင့် ထိုဓာတ်များဖြင့် ပြုလုပ်ထားသော တန်ခိုးသတ္တိရှိသည့် ဓာတ်လုံးများ, အပူနာ ,အအေးနာ, တက်နာ, သက်နာ, အနာပေါက်မှ စ၍ ရောဂါဝေဒနာ အရပ်ရပ်တို့ကို အသုံးပြုနိုင်ခြင်း, ဓာတ်လုံးကိုင်၍ ကောင်းကင်သို့ ပျံသန်း သွားလာနိုင်ခြင်း စသည်တို့၌ မည်သည့်အကြောင်းကြောင့် အကျိုးသတ္တိ စွမ်းရည် ရှိသည်ကို ကြံစည်ခြင်း, ဓာတ်ခွဲကြည့်ခြင်း စသည်ဖြင့် ကြံစည်ပြုလုပ်ခြင်းငှာ မစွမ်းနိုင် ဟု ဆိုလို သည်။

(၂) **ရတနအစိန္တေယျ**။ ။ရတနာ၏ စွမ်းရည် သတ္တိ တန်ခိုးကို မကြံစည်နိုင်၊ ရတနာများ ကောင်းကင်တွင် ပျံ့လွှားခြင်း, စန္ဒာမဏိ (လို, တ, ရ ပတ္တမြား)မျိုး၏ စွမ်းရည်သတ္တိ, မှောင်သောနေရာ၌ မီးမထွန်းဘဲ လင်းခြင်း, ထုပ်ထားသော ဝါဂွမ်းတခုလုံး ထိန်လင်းခြင်း စသည်ဖြင့် ကျောက်မျက်ရတနာမျိုးကို မည်သည့် အကြောင်းကြောင့်, မည်သည့်ဓာတ်များ ပါနေ၍, ဤကဲ့သို့ စွမ်းရည် တန်ခိုး ထက်မြက်နေသည်ကို ကြံစည်တွက်ဆ၍ (ဝါ) ဓာတ်ခွဲ ရှာဖွေ၍ မရနိုင် ဟု ဆိုလိုသည်။

(၃) **မန္တအစိန္တယျ**။ ။မန္တာန်ရွတ်၍ အကျိုးအပြစ် အမျိုးမျိုး ဖြစ်ပေါ်လာ ရာ၌ ထိုမန္တာန်သည် အဘယ့်ကြောင့် စွမ်းသည် ဟု မကြံစည် မတွေးတောနိုင်၊ မန္တာန်ရွတ်ပြီး

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

လျှင် ချင်းကြီးကို ကျွဲ လုပ်ပြီး စီးသွားခြင်း, စားနေသောဟင်းများ တယောက်သောသူက မန္တာန်ရွတ်လိုက်သဖြင့် လောက်များ ဖြစ်သွားခြင်း, တယောက်သောသူက မန္တာန်ရွတ်ပြီးလျှင် မိမိကိုယ်ကို လင်းတ ကဲ့သို့ ဖြစ်စေပြီးလျှင် ထိုဟင်းမှ ဖြစ်သွားသော လောက်များကို ကောက်စားခြင်းမှ စ၍ ခေါင်းကိုက်ပျောက်မန္တာန်, အရိုးကျိုးမန္တာန်, အပင်းအလုံးကျေမန္တာန်, မီးလောင်စေသောမန္တာန်, မိုးရွာစေသောမန္တာန် စသည်ဖြင့် တကယ်တမ်း ထိထိရောက်ရောက်. တန်ခိုးသတ္တိကို ပြနိုင်သောမန္တာန်များ ရှိပေ၏၊ ဘာ့ကြောင့် စွမ်းသည်ကို မည်ကဲ့သို့ ပထဝီ, တေဇော, အာပေါ စသော ဘုတ်ငါးပါးဖြင့် ခွဲယူနိုင်ပါမည်နည်း၊ သိပ္ပံနည်းကျကျ မည်သည့် ခေတ်ခွဲပညာဖြင့် ပြနိုင်ပါမည်နည်း၊ ၎င်းမန္တာန်၏ တန်ခိုးသတ္တိ ထက်မြက်မှုကိုလည်း ကြံစည် တွေးဆ၍ မရနိုင် ဟု ဆိုလိုသည်။

(၄) **ဘေသဇ္ဇ အစိန္တေယျ**။ ။ဆေးပစ္စည်းနှင့် ဖော်စပ်ထားသော ဆေးတို့၏ အစွမ်းသတ္တိကို မကြံစည်နိုင် ဟု ဆိုလိုသည်၊ လွန်စွာ ကျယ်ပြန့်ပါ၏၊ ၎င်းကို ပဉ္စဘုတ် လက္ခဏာ အမြင်ဖြင့် မသိနိုင်၊ ခေတ်ခွဲကြည့်၍လည်း မြင်တွေ့ရမည် မဟုတ်ချေ၊ သို့သော် ၎င်း၏ တန်ခိုးသတ္တိကား ရှိသည် သာလျှင် ဖြစ်၏၊ ရှေးသူဟောင်းတို့သည် ကြံစည်၍ မရနိုင်ဘဲ တန်ခိုးသတ္တိ လွန်စွာ ရှိနေသော အပင်မျိုးကို နတ်ဆေး, နတ်ဝါးပင် ဟုလည်း ခေါ်ကြ၏၊ သိုက်ဝင်သစ်ပင်များ ဟုလည်း ခေါ်ကြ၏၊ ဆေးကျမ်းတို့၌မူ ကြံစည်၍ မရနိုင်သော တန်ခိုးသတ္တိရှိသော အပင် ဟု အဆင့်အတန်း သတ်မှတ်လျက် ထားကြလေကုန်၏။

မရှော့ရွက်သည် ဖော်ပြခဲ့ပြီးသော ပုံပြင်အတိုင်း သေနေသည့်အထိသို့ ရောက်အောင် အဆိပ်မှန်နေသော ဝေဒနာရှင်ကို ကိုယ်ဘိုင် ကုစား ကာကွယ်ပေး၍ အောင်မြင်သည့်အဖြစ်သို့ မရောက်ဘူးသေးသော်လည်း ကင်းကိုက်ခြင်း, ပျားတုပ်ခြင်း, (ကိုက်), ခွေးရူးကိုက် စသော သာမည အဆိပ်အမျိုးတို့၌ များစွာ အကျိုး သတ္တိ တန်ခိုး ရှိကြောင်းကိုကား ကိုယ်တိုင် တွေ့ရပါသည်။

တန်ခိုးသတ္တိရှိ၍ အစိန္တေယျထိုက်သော ဆေးပင် ဆေးပစ္စည်းတို့ကို အကျိုးရှိအောင် အသုံးပြုလျှင် တွေးဆကြံစည်၍ မကုန်နိုင်ပါ၊ လက်တွေ့ သုံးကြည့်ရာမှလည်း ဥပမာ - ကင်းကိုက်သည်ကို အောင်မြင်လျှင် ဖားပြုတ် ကိုက်ရာ၌ အသုံးပြုနိုင် မပြုနိုင်, မီးလောင်ရာ၌ အသုံးပြု၍ ရ မရ, ခန္ဓာကိုယ်တွင် သွေးများ အဆိပ်သင့် ဖြစ်ပွားရာ၌ ထိုအဆိပ်ကို ဖြေနိုင် မဖြေနိုင် စသည်ဖြင့် မှိုတောက်ခြင်း- စပ်၍ မစားကောင်းသည်ကို စပ်စားခြင်း- အစာအဆိပ်, ခန္ဓာကိုယ်တွင်းရှိ သွေးသားအဆိပ်, ရောဂါအဆိပ်, ပတိုင်း မြွေးဆိပ် စသော ဆေးပစ္စည်း အဆိပ်, စိန် ကန့် စသော ခေတ်ပစ္စည်းအဆိပ်, သတ္တဝါ အမျိုးမျိုးတို့ ကိုက်ခဲခြင်းစသော သက်ရှိအဆိပ် စသည်ဖြင့် လူ့လောက၌ လူသားတို့သည် အတွင်းအပြင် သက်ရှိ သက်မဲ့ အဆိပ်အမျိုးမျိုးနှင့် နေထိုင်နေကြရကုန်၏၊ မည်သည့်လူမျိုး, မည်သည့်ဒေသ, မည်သည့် တိုင်းပြည်မှာမှ အဆိပ် အမျိုးမျိုးတို့နှင့် မကင်းနိုင်ကြကုန်၊ ထိုသို့ အဆိပ်အမျိုးမျိုးတို့နှင့် တွေ့ကြုံနေရသော လူ့လောကဘုံဌာန၌ ကာကွယ်ဘို့ရန်လည်း နည်းအစုံစုံ ရှိလေရာ ၎င်းတို့အနက် ဤ မရှော့ရွက်သည်လည်း တဖက်တလမ်းမှ အဆိပ်ဖြေရာတွင် ပါဝင်နိုင်ပါသည်ဟု ယူဆမိပါသည့်၊ ထိုသို့ ကြံစည်၍ မသိနိုင်သော အပင်၌ ကြံစည်၍ မရပြီ ဟူသော သဘောဖြင့် မချန်ထားရန် အထက်ပါအတိုင်း အစိန္တေယျ

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အကြောင်းကို ဖော်ပြပါသည်၊ သုတေသန ပြုလိုသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကား လက်တွေ့ ရသမျှကို နမူနာ ယူပြီးလျှင် မိမိ ကိုယ်တိုင်လည်း လက်တွေ့ စုဆောင်းသွားမှ ထိုမကြံစည်နိုင်သည့် ဂုဏ်သတ္တိ တန်ခိုးရှိပုံကို သိနိုင်မည် ဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

မရှော့ရွက်နှင့် ပတ်သက်၍ အကြောင်း အရာကို သိလိုရေးဖြင့် မေးမြန်းရာ ကချင်ပြည်နယ် ဥက္ကဋ္ဌ ဦးဒိန်ရတန်ထံမှ ၁၄ - ၆ - ၆၇ နေ့စွဲဖြင့် ပေးပို့လိုက်သော စာများကို မိတ္တူအတိုင်း ဖော်ပြလိုက်ပါသည်။

မရှော့ ဆေးရွက် အညွှန်း

၁။ မူးယစ်စေတတ်သော အစားအစာကို စားသောက်မိပါက ချက်ချင်း မရှော့ ဆေးရွက်ကို စားသုံးပါ၊ မည်သည့် အစားအစာကို မဆို အစားမှားမိပါက ၎င်းဆေးရွက်ကို မှီဝဲသုံးစွဲနိုင်ပါသည်၊ လူသာမက တိရစ္ဆာန်များ အစား မှားပါ ကလည်း ၎င်းဆေးဖြင့် ပျောက်ကင်းနိုင်ပါသည်။

၂။ မူးယစ်စေတတ်သည့် အဆိပ် ဟူသမျှကို ပြေစေပါသည်၊ မရှော့ဆေးရွက်ကို စားသုံးပြီး အခြား ဗယဆေးများကို မှီဝဲသုံးစွဲပါက မည်သည့်ဆေးမျှ တန်ခိုး အာနိသင် မရှိတော့ပါ၊ အခြား ဗယဆေးများ၏ တန်ခိုးအားလုံးကို ပျက်ပြယ်စေပါသည်။

၃။ အဆိပ်ပါသော မြွေဆိုး, ပျား, ကင်းမြီးကောက် နှင့် အခြား အဆိပ်ပါသည့် အကောင်များ ကိုက်မိ, တုပ်မိပါက ချက်ခြင်း ၎င်းဆေးရွက်ကို စားသုံးပါ၊ ဤကဲ့သို့ ချက်ခြင်း စားသုံးခြင်းသည် နှလုံးသို့ အဆိပ်မရောက်နိုင်ရန် ကာကွယ်ပေးခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ အရွက်ကို ဝါးပြီး ဆေးဖတ်နှင့် အနာ ပတ်ပတ်လည် အုပ်ထားပါ၊ အနာကို မဖုံးမိပါစေနှင့်။

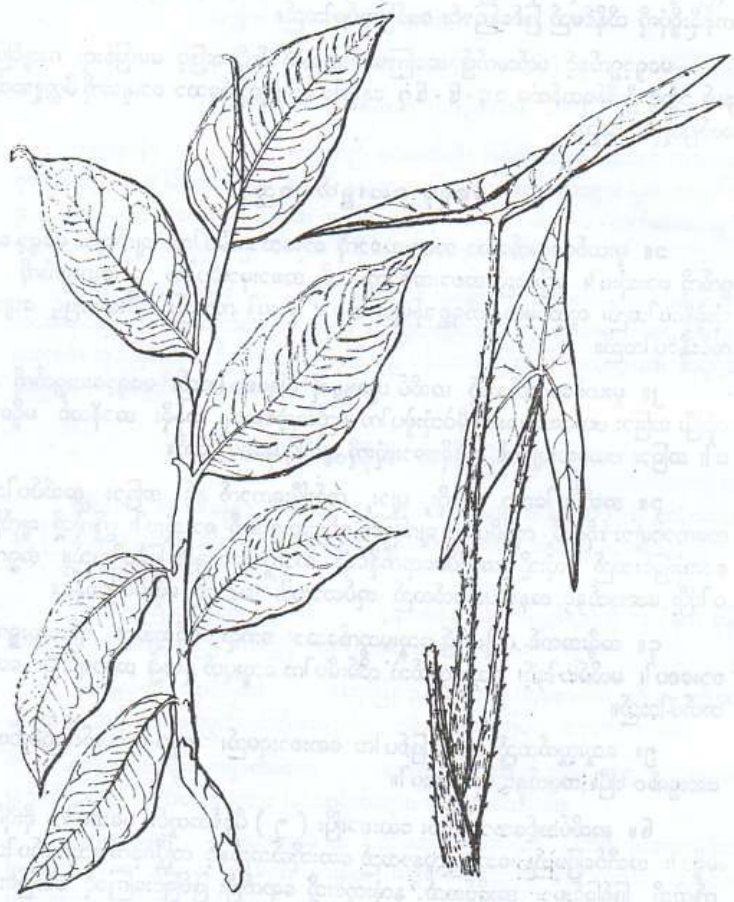
၄။ အရိုးအဆစ် ကျိုးပဲ့၍ သွေးမထွက်သော ဒဏ်ရာ ရရှိသူအား ၎င်းဆေးရွက်ကို စားစေပါ၊ မလိမ်းပါနှင့်၊ သွေးမထွက်ဘဲ လိမ်းမိပါက သွေးပုတ် ၎င်း၍ အနာရင်းပြီး အောင့်တတ်ပါသည်။

၅။ သွေးထွက်သည့် ဒဏ်ရာ ဖြစ်ပါက ဆေးစားရမည်၊ အနာ ပတ်ပတ်လည်တွင်လည်း ဆေးရွက်ဝါးပြီး အဖတ်နှင့် အုပ်ထားပါ။

၆။ အဆိပ်သင့်သောသူအား ဆေးစားပြီး (၅) မိနစ်အတွင်း မသေပါက စိုးရိမ်စရာ မရှိပါ၊ အဆိပ်ပြေမည်၊ သေမည့်လူနာသည် ဆေးတိုက်သည်နှင့် တပြိုင်နက် သေတတ်ပါသည်၊ ဤကဲ့သို့ ဖြစ်ခြင်းမှာ အဆိပ်သည် နှလုံးတွင်းသို့ ရောက်ပြီး ဖြစ်ခြင်းကြောင့် သေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

၇။ မူးယစ်စေတတ်သည့် အစားအစာ နှင့် အဆိပ် ဆိုရာတွင် သီးနှံကို သိပ္ပံနည်းဖြင့် ထုတ်လုပ်သည့် ဆေးဝါး ဒီဒီတီ (ခြင်ဆေး) စသည်များ ပါဝင်ပါသည်၊ လွန်ခဲ့သည့် နှစ်များတွင် တောင်တန်း ဒေသများ၌ ကြွက်သတ်ဆေး စားမိ၍ အိမ်တွင်း မွေးမြူရေးတွင်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)



မဟာကာ ကျုံစစ်　　　မဟာကာကျွဲရေကျ

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မွေးမြူသည့် ကြက် ဝက်များ သေဆုံးခဲ့ရာ၊ အသက် မသေသေးသည့် အကောင်များကို ၎င်းဆေးရွက် တိုက်ကျွေး၍ ပျောက်ကင်းသည့် အထောက် အထားများ ရှိပါသည်။

၈။ မရှော့ဆေးရွက်သည် အခြားသော ဗယဆေးနှင့် မတူပါ၊ အနည်းငယ် စားခြင်းနှင့် အများကြီး စားခြင်း၏ တန်ခိုး အာနိသင်ချင်း တူညီပါသည်။

၉။ "လွန်လျှင်ဘေး - တန်လျှင်ဆေး" ဆိုသလို မလိုအပ်ဘဲနှင့် အရမ်း မစား သင့်ပေ၊ ကိုယ်ခန္ဓာ ထိုင်းမှိုင်း လေးလံ တတ်ပါသည်၊ ကလေး များကို လွန်မင်းစွာ တိုက်ကျွေး မိပါက စိတ် ထိုင်းတတ်ပါသည်။

၁၀။ မသက်ာဘွယ်ရာ အစားအစာကို စားမိပြီး၍ သော်၎င်း, မစားသေးမီ သော်၎င်း ထိုဆေးရွက်ကို အနည်းငယ် စားသုံးပါက စိုးရိမ်စရာ မရှိတော့ပါ။

မဟာကာ (ထင်းဆွေး)

လက်တင် Linostoma decandrum

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။လေကို ထုတ်ဆောင် တတ်၏၊ သွေးကို ကြွစေ၏၊ ဝမ်းကို ဖြောင့်မှန်စေတတ်၏၊ ဆီးရှင်စေတတ်၏။

မဟာမေဒါ

သက္ကတ महामेदा

ဟိန္ဒီ महापेदा (မဟာမေဒါ)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အဋ္ဌဝဂ္ဂဆေးတွင် ပါဝင်သော အပင်မျိုး ဖြစ်သည်၊ အပင်၏ ပုံပန်း သဏ္ဌာန်တို့ကို အမှန်အကန် အတိအကျ မဆုံးဖြတ် နိုင်ကြချေ၊ သို့ရာတွင် ဤအပင်မျိုးကို မရခဲ့သော် ဥပသကာကို ထည့်ရန် မှာကြားခဲ့သည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အေး၏၊ နှုတ်ကို မြိန်စေ၏၊ သလိပ် နှင့် သုက်သွေးကို ပွားစေ၏၊ သည်းခြေ လေကို ပယ်တတ်၏။

ပျောက်ကင်းသော ရောဂါများ။ ။အဖျားရောဂါ, လေရောဂါ, ခယချုင်ရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်သည်။

မဟာလှေကားပန်း(အနီ)

သက္ကတ रक्त पुष्प कोविदार

ဟိန္ဒီ कोईनार (ကိုဣ-နာ,ရ်)

လက်တင် Bauhinia purpurea

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းသည် ပင်လတ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အခေါက်သည် ကာကီရောင်ရှိ၏၊ အချို့ ဗာဒါမ်ရောင် ရှိ၏၊ အရွက် နှမျှား ပေါ်တွင် အမွေးနုလေးများ ရှိ၏၊ အရွက်သည် ၃-လက်မခွဲမှ ၄-လက်မခွဲမျှ ရှည်၏၊ အသီးတောင့်မှာ ၆-လက်မမှ ၁၀-လက်မအထိ ရှည်၏၊ အစေ့သည် ၁၂-စေ့မှ ၁၅-စေ့အထိ ရှိ၏၊ အပွင့်သည် နီ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအမြစ်သည် အအေးကို ဖြစ်စေ၏၊ ဝမ်းပိုက် ဝမ်းကျောတင်းရောင်ခြင်းကို ပယ်တတ်၏၊ ၎င်းအခေါက် ပြုတ်ရည်သည် တွန့်ရှုံ့စေတတ်၏၊ အတိသာရ သွေးဝမ်း သွားခြင်းကို ပယ်တတ်၏၊ အနာမျိုးစုံ၌ ဖန်ဆေးရည်အဖြစ် အသုံးပြုရ၏၊ အပွင့်သည် နူးညံ့သော ဝမ်းနုတ်ဆေးအဖြစ် အသုံးပြုရ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း၊

သက်တန့် ခေါင်းတိုနာ အုံဆေး။ ။၎င်းအမြစ်ခေါက် နှင့် အပွင့်ကို ဆန်ဆေးရည်နှင့် ကြိတ်၍ သက်တန့် ခေါင်းတို အနာများ ပြည်ပေါက်စေရန် အုံပေးမှု ပြည်ပေါက်၍ အနာများ ကျက်လွယ်၏။

အစာမကြေ လေပြည့် ရောဂါ။ ။၎င်းအမြစ်ခေါက် ပြုတ်ရည်ကို ည နံနက် မှန်မှန် သောက်ပါက အစာမကြေ လေပြည့် ရောဂါ ပျောက်ကင်းစေ၏။

ဝမ်းပိုက်တင်းရောင်ခြင်း။ ။စမုံစြုု ၃-ပဲသားကို ပဌမစားပါ၊ ထို့နောက် မဟာလှေကား အနီ၏ အမြစ်ပြုတ်ရည်ကို သောက်မူ ဝမ်းတင်းရောင်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

သွေး မြင်းသရိုက် ပျောက်ဆေး။ ။သကြားခဲ-မခန်း(ဆီဦး) နှင့် ၎င်းအဖူးအငုံများကို ရော၍ လျက်ပေးမူ သွေး မြင်းသရိုက်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ကျပ်တီးနာ။ ။၎င်းအခေါက် (သို့မဟုတ်) အပွင့်ကို ပြုတ်၍ အအေးခံပြီးလျှင် ပြုတ်ရည် ကြွေဇွန်းကြီး ၃-ဇွန်းမျှကို ပျားရည် အနည်းငယ် ထည့်၍ သောက်ပါက ကျပ်တီးနာများ ပျောက်ကင်း၏၊ ၎င်းအပြင် သွေးဆိုးများ စင်ကြယ်၍ သွေးအားကိုလည်း ပွားများစေ၏။

နူနာရောဂါ။ ။နေလှည့်စေ့ အဆံ အစက်၂၀-ကို ၎င်းပြုတ်ရည် နှင့် ရော၍ သောက်ပါက နူနာရောဂါ, အရေပြား ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မဟာလှေကား(အဝါ)

သက္ကတ कांचनार

ဟိန္ဒီ कचनार (ကကျနာရ်)

လက်တင် Baunhinia tomentosa

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ငင်းအပင်သည် (၁၅) ပေမှ ပေ (၂၀) အထိ မြင့်၏၊ ၎င်း အကိုင်းအခက် တို့သည် ကျွတ်ဆပ်၏၊ မြေသို့ ညွတ်ကိုင်းသော အကိုင်းအခက်များ ရှိ၏၊ ၎င်း အခေါက်သည် ၁-လက်မမျှ ထူ၏၊ ကြမ်းတမ်း၏၊ ပြာရောင်သန်း၍ ဖြူရောင် ရှိ၏၊ အရွက်သည် အလျားထက် အနံ ကျယ်၏၊ ၎င်းအရွက်တို့သည် နှစ်ခု ဆက်တွဲ၍ နေသော်လည်း ရင့်လျှင်မူ အဖျားမှာ ကွဲနေ၏၊ ပြာသိုလတွင် ၎င်းအရွက်တို့သည် တပင်လုံး ကြွေကျကုန်၏၊ တပေါင်းလမှ နယုန်လ အတွင်း ရွက်သစ်များ တွက်ကုန်၏၊ အသီးတောင့်သည် တမိုက်မျှ ရှည်၏၊ အစိမ်းရောင် သန်း၏၊ ခါး၏၊ ၎င်းအပွင့်သည် ၂-လက်မမျှ ကြီး၍ အဖြူ, အဝါ နှင့် အနီရောင်များပွင့်၏၊ ၎င်း အပွင့်သည် အနည်းငယ် မွှေး၏၊ ၎င်းအပင်မှ ပြာနှမ်းသော အရောင် ရှိ၏၊ အစေးများ ထွက်၏၊ ၎င်းအစေးသည် ရေစိမ်လျှင် ဆေးကုလားမကဲ့သို့ ပွ၏၊ ၎င်းအပင်၏ အခေါက်သည် ထိုးဆေး များတွင် အသုံးပြုရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းသည် ဓာတ်တို့ကို ချုပ်စေတတ်၏၊ ဝမ်းမီးတောက်၏၊ အနာကို အသားနုတက်စေတတ်၏၊ ဖန်၏၊ ဆီးအောင့်သော ရောဂါ, သလိပ်ရောဂါနှင့် လေနာ တို့ကို နိုင်၏၊ ၎င်းမဟာလှေကား အဝါ၏ အားလုံးသော အစိတ်အပိုင်းတို့သည် တခြား ဆေး ဘက်များနှင့် ရော၍ မြွေကိုက်ခြင်း, ကင်းကိုက်ခြင်း တို့ကို အသုံးပြုမူ အလွန် တန်ဘိုးရှိ၏၊ ၎င်း၏ အသီးသည် ဆီးရှင်စေ၏၊အစေ့သည် အားကိုတိုးပွားစေ၏၊ ကာမကိုလည်း အားပေး၏၊ မြွေဆိပ်, ကင်းဆိပ်များကိုလည်း နိုင်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ခံတွင်းပူလောင်ခြင်း။ ။မဟာလှေကား အဝါ၏ အတွင်းသားအခေါက် ၃-ကျပ် ၁၂-ပဲ, ရေ ၃ဝိ နှင့် ၄-ဘိုတဲ့ကြွင်း ကျိုပြီးလျှင် ၎င်းရေဖြင့် နှုတ်ငုံဆေးပြု၍ ငုံလိုက်ထွေးလိုက် အကြိမ်ကြိမ် ပြုပါ၊ ခံတွင်း၌ ဖြစ်တတ်သော အပူအိပ်, သွားဖုံးရောင်, အပူလောင်သော အနာ များ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ဝမ်းတွင်းရှိ ပိုးများကျဆင်းရန်ဆေး။ ။၎င်း၏ အခေါက် (သို့မဟုတ်) ၎င်း၏ အပွင့်ငုံများကို ပြုတ်၍ သောက်မူ ဝမ်းတွင်းရှိ မကောင်းသော ပိုးများ ကျဆင်းပါလိမ့်မည်။

အနာ အဖု အပိမ့်များပျောက်ဆေး။ ။၎င်း၏ အမြစ်ကို ဆန်ဆေးရေနှင့် စီးပိုင် အောင် ကြိတ်၍ အုံပေးမူ အနာဖုကလေးများ နုလျှင်ပိန်, ရင့်လျှင် ပေါက်သွားပါလိမ့်မည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

သွားနာ, သွားကိုက်ပျောက်ဆေး။ ။ငင်းသစ်သားကို မီးသွေးဖုတ်၍ ငင်းမီးသွေးနှင့် သွားကိုတိုက်ပေးမူ သွားနာ သွားကိုက်ပျောက်ပြီး သွားများ အလွန် ခိုင်မာစေတတ်၏။

သွေးမြင်းသရိုက်ပျောက်ဆေး။ ။မဟာလှေခါး၏ အဖူးအဲင့်များကို အမှုန့်ပြု၍ သကြားခဲ, မခန်း (ဆီဦး) တို့နှင့် ရော၍ လျက်မူ သွေးမြင်းသရိုက် ပျောက်ကင်း၏။

ငင်းနောက် တနည်း။ ။သပြေခေါက်, ချယားခေါက်, မဟာလှေကားခေါက်တို့ကို ရေဖြင့် ကျို၍ ဝစွမက်သို ဆေးကျောပေးပါက သွေးမြင်းသရိုက် ပျောက်ကင်း၏။

ကျပ်တီးနာပျောက်ဆေး။ ။ဆန်ဆေးရေ နှင့် မဟာလှေကားအခေါက်မှုန့်ကို သင့်တော်ရုံ ရော၍ စမုံစပါးအမှုန့်အနည်းငယ် ထည့်၍ သောက်မူ ကျပ်တီးနာ ပျောက်ကင်း၏။

မြွေဆိပ်နိုင်ဆေး။ ။လတ်ဆပ်သော မဟာလှေကား အစေ့ကို လှော်၍ အမှုန့်ပြုပါ၊ ငင်းအမှုန့်ကို ကိုက်သောဒဏ်ရာနှင့် ဥကွောင်းကို အနည်းငယ် ခွဲ၍ သိပ်ပေးမူ မြွေဆိပ် ကျဲဆင်းစေတတ်၏။

ကျပ်တီးနာလိမ်းဆေး။ ။မဟာလှေကား အခေါက်ကို ဆန်ဆေးရေနှင့် သွေးပြီးလျှင် ချင်းစိမ်းရေနှင့် ရော၍ ကျပ်တီးနာများကို လိမ်းမူ ပျောက်ကင်း၏။

သွားပိုးချဆေး။ ။ဟောလှေကား အခေါက်, သလဲပွင့် ငင်း ၂-မျိုးကို ပြုတ်၍ နှုတ်ငုံဆေး ပြုမူ သွားပိုးများ ကျဆင်း၍ ခံတွင်း၌ ဖြစ်တတ်သော အပူလောင်ခြင်း, အဖုအပိမ့်, အပူအိပ်များဖြစ်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မှတ်ချက်။ ။'ကဏိကာရ'သဒ္ဒါသည် ပါဠိစာပေ အထူးအားဖြင့် အဋ္ဌသာလိနီ အဋ္ဌကထာရောင်ခြည်တော်ဖွင့်၌ ပါရှိနေ၏၊ ငင်း၏ အနက်ကို မဟာလှေကားပန်း ဟုပြန်ဆိုထားသည်ကိုတွေ့ရ၏၊ နိဿယကျမ်းကြီးကိုတို့၌ကား "ကဏိကာရ"သဒ္ဒါကိုအောက်ပါအတိုင်းဖွင့်ပြထားလေသည်ကို တွေ့ရ၏၊ သာလိဂါမနိဿယ စာမျက်နှာ ၁၇၇ တွင် ငုတမျိုးဖြစ်သည်ဟု ပြတ်သားစွာဖွင့်ပြထားသည်ကိုတွေ့ရ၏၊ ဘာဝပ္ပကာသနိဿယ စာမျက်နှာ ၃၂၀ တွင် ကဏိကာရသဒ္ဒါကို အောက်ပါအတိုင်းဖွင့်ပြထားလေသည်၊ ကဏိကာရသဒ္ဒါကို ရှည်သည့်အပင် ဖြစ်သည်ဟု သေချာစွာ ဖော်ပြနိုင်ရန် များစွာခဲယဉ်းပါ၏၊ ပညာရှိတို့ မျက်စိလည်နေသော အပင်တမျိုးဖြစ်သည်၊သိရ၊လောက်ဖော်ပြရသည်ရှိသော် အချို့ငုသိမ်ကိုငင်း, အချို့နွယ်သာကီပင်ကိုငင်း အချို့မြွေနိုင်ပင်ကိုငင်း, အချို့ဖက်ဝန်းပင် တမျိုးကိုငင်း အသီးသီးယူဆကြသည်ကို တွေ့ရသည်၊ မြန်မာမှု၌ အထင်အရှားရှိထားသည့်မဟာလှေကားသည် တမျိုးဖြစ်၏၊မဟာလှေကားအခန်းတွင် ကြည့်က ကဏိကာရ သဒ္ဒါဟောသော ငုမျိုးသည် တခြားဖြစ်၏၊ဆေးအဘိဓာန်ကျမ်းများ အလိုအားဖြင့် ပြတ်သားစွာ ဖော်ပြအပ်သော ကဏိကာရ သဒ္ဒါသည် မဟာလှေကားကို မဟောချေ၊ ထို့ကြောင့် ရှေ့က ကဏိကာရ သဒ္ဒါကို မဟာလှေကား ဟု ပြန်ဆိုထားခြင်းကို များစွာစဉ်းစားအပ်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် ကဏိကာရ သဒ္ဒါကို နိဿယကျမ်းကြီးများနှင့် အညီ ပြန်လိုသော ငုတမျိုး ဟု ပြန်ဆိုနိုင်။ ငင်းပြင် အခြားတနေရာ၌ သာလိဂါမ နိဿယ စာမျက်နှာ ၅၁၆ တွင် ကဏိကာရ, ပရိဗျာဇ, ပါဒပုတုလ ဟူ၍ ပရိယာယ်အမည် ၃-ပုဒ်ထုတ်ပြီးလျှင် ကဏိ

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ကာရသဒ္ဒါကို ၎င်း မှတပါး အခြားသော သစ်ပင်တမျိုးကိုဖွင့်ပြထားလေသည်၊ မည်သည့် အပင်ဖြစ်သည်ကိုကား သေချာစွာ မဖွင့်ပြထားနိုင်ချေ၊အပင်၏ ပုံသဏ္ဌာန်ကိုကားအောက်ပါအတိုင်း ဖွင့်ပြထားလေသည်။

ကဏိကာရသစ်ပင်သည် တောင်ပေါ် ဒေသများ တောများတွင် ပေါက်လေ့ရှိသည်၊ အရွက်မှာ ပေါက်ရွက်ကဲ့သို့ရှိပြီး အပွင့်မှာ နီမြန်းသည်၊ မြင်သူတို့ နှလုံး နှစ်လိုဘွယ် ရှိလေသည် ဟု ဖွင့်ဆိုပြထားလေသည်။

—

မဟူရာပင်

သက္ကတ मधूक

ဟိန္ဒီ महुआ (မဟုအား)

လက်တင် Bassia Latifolia

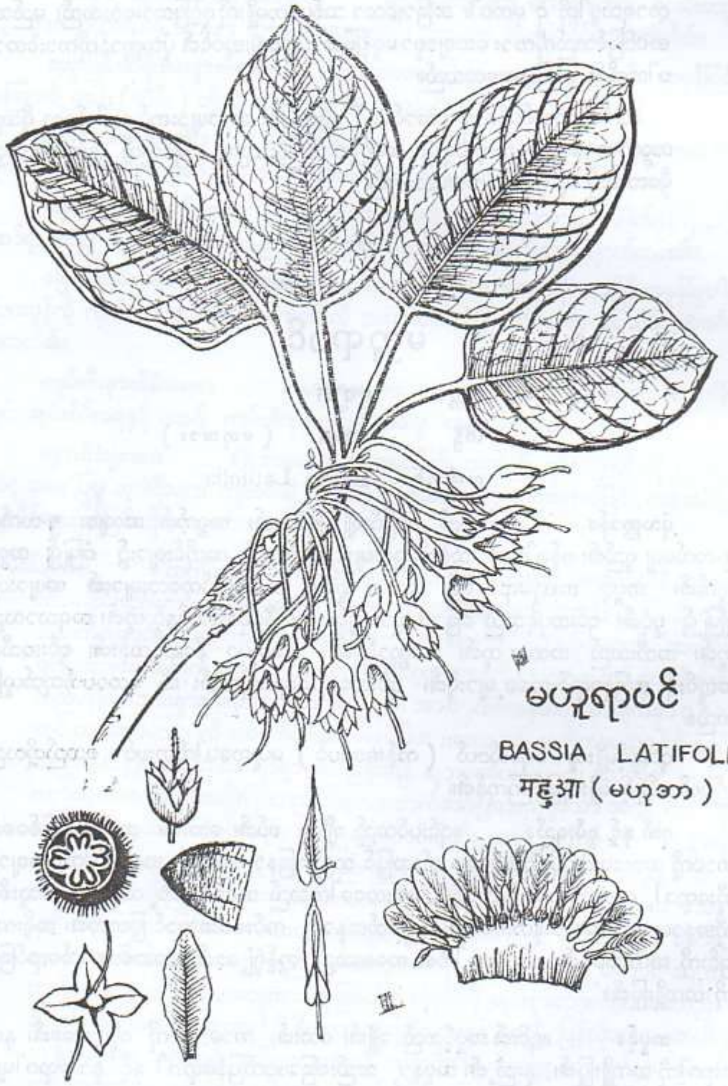
ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်သည်၊ အရွက်၏ အလျား ၅-လက်မမှ ၉-လက်မမျှ ရှည်၏၊ ဖန်ခါးရွက် သစ်ဆိပ်ရွက်များ ထွက်သလို အကိုင်းဖျား၌ စုံပြုံ၍ အရွက်ထွက်၏၊ အပွင့် အဖြူရောင် ရှိ၍ အသား ထူ၏၊ အခက်ငယ်ကလေးများ၏ အဖျားတွင် စုပြုံ၍ ပွင့်၏၊ ၎င်းအပွင့်သည် ခြောက်သွားလျှင် စပျစ်သီးယိုခြောက်နှင့် တူ၏၊ အရသာလည်း တူ၏၊ အသီးသည် အသား ထူ၏၊ ဥသဏ္ဌာန်ရှိ၏၊ အစေ့မှာ နီရောင်သန်း၏၊ ၎င်းအသီး၏ အတွင်း၌ အဖြူရောင် အစေ့များရှိ၏၊ ၎င်းအစေ့ဆံများကိုလည်း ဆီ ထောပတ်ထုတ်ယူကြသည်။

၎င်းနှင့်မျိုးတူ ရေမယ်ဇယ် (ကန်းဇော်ပင်) မဟူရာပေါက်တူးပင် စသည်တို့လည်း ဤမယ်ဇယ်နှင့် မျိုးတူဖြစ်ကြကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းပင်သည် ချို၏၊ စပ်၏၊ အေး၏၊ သလိပ်ကို ဖြစ်စေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ ပိုးတို့ကိုနိုင်၏၊ ၎င်းအပြင် သည်းခြေနာ, အပူနာ ,အနာပေါက်, ချောင်းဆိုးရောဂါ, လေနာရောဂါတို့ကို နိုင်၏၊ ၎င်းအခေါက်သည် အနာပေါက်, ထိခိုက်ရှနာ, သွေးစိမ်းယိုအနာများကို အသားနုတက်စေ၏၊ ရတ္တပိတ်အနာကို ကင်းဝေးအောင် ပြုတတ်၏၊ အရိုးကျိုးခြင်းကို ဆက်စပ်စေ၏၊ ၎င်းအခေါက်၏ အစေးသည် တွန့်ရှုံ့စေ၏၊ အဆစ်အဆက်ရောင်ခြင်းကို အကျိုးပြု၏။

အပွင့်။ ။၎င်း၏ အပွင့်သည် ချို၏၊ အေး၏၊ ကာမအားကို တိုးပွားစေ၏၊ နှလုံးရောဂါကို အကျိုးပြု၏၊ နူးညံ့၏၊ အပူနာ, သည်းခြေဖောက်ပြန်ရောဂါ နှင့် နားရောဂါများကို အကျိုးပြု၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



မဟူရာပင်

BASSIA LATIFOLIA.

महुआ (မဟုအာ)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အသီး။ ။၎င်း၏ အသီးသည် ဖသေး၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ ကာမအားကို တိုးစေ၏၊ နူးညံ့၏၊ ချို၏၊ ဝဖြိုးစေ၏၊ နှလုံးကိုဖျက်ဆီးတတ်၏၊ ၎င်းပြင် ချောင်းဆိုးခြင်း, ပန်းနာရင်ကျပ်, လေရောဂါများကို ကင်းဝေးစေ၏၊ ၎င်းအစေ့မှ ဖြစ်သော ဆီသည် ကိုယ်သား ကိုယ်ရေကိုနူးညံ့စေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ဥကျောက်ရောဂါ။ ။မဟူရာဆီ နှင့် ဥကျောက်ကို ပွတ်လိမ်းနယ်ခြင်းပြုပါက ဥကျောက်ကိုက်ခဲသော ရောဂါပျောက်ကင်း၏။

အနာအဖုအပိမ့်များ။ ။၎င်းအသီး၏ အခွံကို ရေနှင့် ကြိတ်၍ လိမ်းကျံပေးမှု ပျောက်ကင်း၏။

ဝမ်းပိုက်လေထိုးလေပွေ။ ။၎င်းမဟူရာရွက်ကို ကြိတ်၍ လိမ်းပေး နှိပ်နယ်ပေးမှု ပျောက်ကင်း၏။

အဆစ်အဆက်ရောင်ခြင်း။ ။မဟူရာအခေါက်ကို ကြိတ်၍ ခပ်နွေးနွေးပြုပြီး လိမ်းကျံပေးမှု ပျောက်ကင်း၏။

အကွက်ယားနာ။ ။မဟူရာခေါက်ကို ရေဖြင့် သွေး၍ လိမ်းပေးမှု ပျောက်ကင်း၏။

ပန်းသေရောဂါ။ ။မဟူရာပွင့် ၁-ကျပ် ၄-ပဲသားကိုရေ ၂၅-ကျပ်နှင့် ကျက်ကျက်ကျို၍ သောက်မှု ကိုယ်သား ကိုယ်ရေ ခြောက်ကပ်ပြီးပန်းသေနေသူမှာ အားအင်ပြည့်ဖြိုး၍ ပန်းညိုးခြင်း ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

လိင်ဥရောင်ခြင်း။ ။၎င်းအပွင့်ခေါက်ကို ပြုတ်၍ လိင်ဥကို အခိုးခံ (မှိုင်းပွေ့ခံ) ပေးမှု ပျောက်ကင်းသည်၊ ၎င်းအပြင် အရွက်ကို ညက်ညက်ကြိတ်၍ အုံပေးပါက ပိုမို၍ကောင်း၏။

မဒ္ဒူ (ကတုံး)

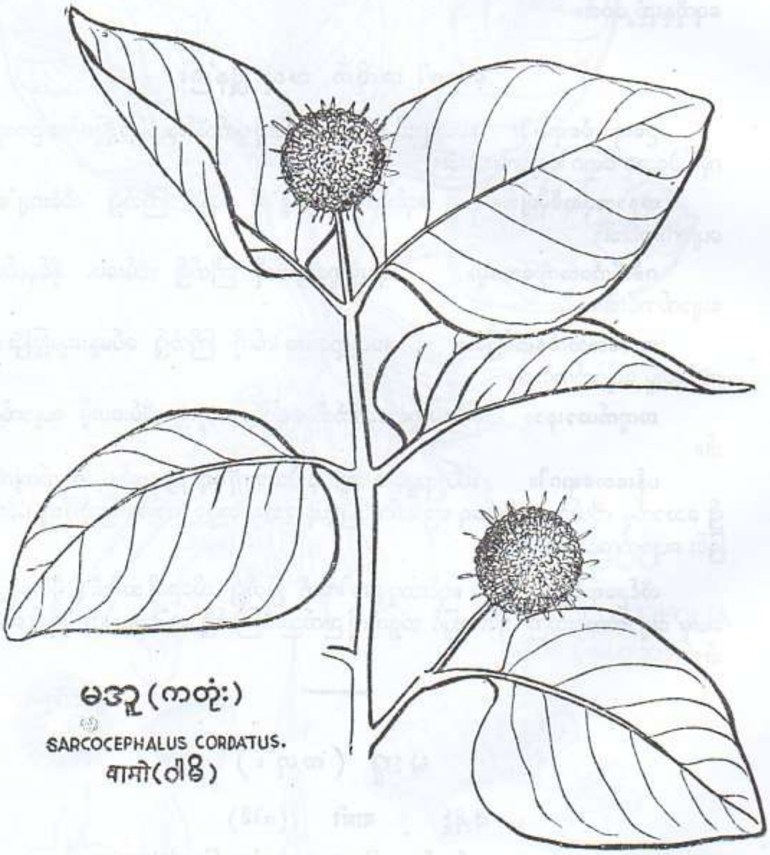
သီဟိုဠ် **ဗါမါ** (ဝါဒိ)

လက်တင် Sarcocephalus Cordatus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်သည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အခေါက်သည် ဝဖြိုးစေတတ်၏၊ အဖျားကို ပယ်တတ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မဟာလှေကား(အဝါ)

သက္ကတ कांचनार

ဟိန္ဒီ कचनार (ကကျနာရ်)

လက်တင် Baunhinia tomentosa

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ငင်းအပင်သည် (၁၅) ပေမှ ပေ (၂၀) အထိ မြင့်၏၊ ၎င်း အကိုင်းအခက် တို့သည် ကျွတ်ဆပ်၏၊ မြေသို့ ညွှတ်ကိုင်းသော အကိုင်းအခက်များ ရှိ၏၊ ၎င်း အခေါက်သည် ၁-လက်မမျှ ထူ၏၊ ကြမ်းတမ်း၏၊ ပြာရောင်သန်း၍ ဖြူရောင် ရှိ၏၊ အရွက်သည် အလျားထက် အနံ ကျယ်၏၊ ၎င်းအရွက်တို့သည် နှစ်ဉ် ဆက်တွဲ၍ နေသော်လည်း ရင့်လျှင်မူ အဖျားမှာ ကွဲနေ၏၊ ပြာသိုလတွင် ၎င်းအရွက်တို့သည် တပင်လုံး ကြွေကျကုန်၏၊ တပေါင်းလမှ နယုန်လ အတွင်း ရွက်သစ်များ ထွက်ကုန်၏၊ အသီးတောင့်သည် တမိုက်မျှ ရှည်၏၊ အစိမ်းရောင် သန်း၏၊ ခါး၏၊ ၎င်းအပွင့်သည် ၂-လက်မမျှကြီး၍ အဖြူ, အဝါ နှင့် အနီရောင်များပွင့်၏၊ ၎င်း အပွင့်သည် အနည်းငယ် မွှေး၏၊ ၎င်းအပင်မှ ပြာနှမ်းသော အရောင် ရှိ၏၊ အစေးများ ထွက်၏၊ ၎င်းအစေးသည် ရေစိမ်လျှင် ဆေးကုလားမကဲ့သို့ ပွ၏၊ ၎င်းအပင်၏ အခေါက်သည် ထိုးဆေး များတွင် အသုံးပြုရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းသည် ဓာတ်တို့ကို ချုပ်စေတတ်၏၊ ဝမ်းမီးတောက်၏၊ အနာကို အသားနုတက်စေတတ်၏၊ ဖန်၏၊ ဆီးအောင့်သော ရောဂါ, သလိပ်ရောဂါ နှင့် လေနာ တို့ကို နိုင်၏၊ ၎င်းမဟာလှေကား အဝါ၏ အားလုံးသော အစိတ်အပိုင်းတို့သည် တခြား ဆေး ဘက်များနှင့် ရော၍ မြွေကိုက်ခြင်း, ကင်းကိုက်ခြင်း တို့ကို အသုံးပြုမှု အလွန် တန်ဘိုးရှိ၏၊ ၎င်း၏ အသီးသည် ဆီးရှင်စေ၏၊အစေ့သည် အားကိုတိုးပွားစေ၏၊ ကာမကိုလည်း အားပေး၏၊ မြွေဆိပ်, ကင်းဆိပ်များကိုလည်း နိုင်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ခံတွင်းပူလောင်ခြင်း။ ။မဟာလှေကား အဝါ၏ အတွင်းသားအခေါက် ၃-ကျပ် ၁၂-ပဲ, ရေ ၃ဝိ နှင့် ၄-ဘိုတဘိုကြွင်း ကျိုပြီးလျှင် ၎င်းရေဖြင့် နှုတ်ငုံဆေးပြု၍ ငုံလိုက်ထွေးလိုက် အကြိမ်ကြိမ် ပြုပါ၊ ခံတွင်း၌ ဖြစ်တတ်သော အပူအိပ်, သွားဖုံးရောင်, အပူလောင်သော အနာ များ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ဝမ်းတွင်းရှိ ပိုးများကျဆင်းရန်ဆေး။ ။၎င်း၏ အခေါက် (သို့မဟုတ်) ၎င်း၏ အပွင့်ငုံများကို ပြုတ်၍ သောက်မူ ဝမ်းတွင်းရှိ မကောင်းသော ပိုးများ ကျဆင်းပါလိမ့်မည်။

အနာ အဝု အပိမ့်များပျောက်ဆေး။ ။၎င်း၏ အမြစ်ကို ဆန်ဆေးရေနှင့် စီးပိုင် အောင် ကြိတ်၍ အုံပေးမူ အနာဖုကလေးများ နုလျှင်ပိန်, ရင့်လျှင် ပေါက်သွားပါလိမ့်မည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

သွားနာ, သွားကိုက်ပျောက်ဆေး။ ။ငင်းသစ်သားကို မီးသွေးဖုတ်၍ ငင်းမီးသွေးနှင့် သွားကိုတိုက်ပေးမူ သွားနာ သွားကိုက်ပျောက်ပြီး သွားများ အလွန် ခိုင်မာစေတတ်၏။

သွေးမြင်းသရိုက်ပျောက်ဆေး။ ။မဟာလှေခါး၏ အဖူးအံ့ငုံများကို အမှုန့်ပြု၍ သကြားခဲ, မခန်း (ဆီဦး) တို့နှင့် ရော၍ လျက်မူ သွေးမြင်းသရိုက် ပျောက်ကင်း၏။

ငင်းနောက် တနည်း။ ။သပြေခေါက်, ချယားခေါက်, မဟာလှေကားခေါက် တို့ကို ရေဖြင့် ကျို၍ ဝစ္စမင်္ဂသို့ ဆေးကျောပေးပါက သွေးမြင်းသရိုက် ပျောက်ကင်း၏။

ကျပ်တီးနာပျောက်ဆေး။ ။ဆန်ဆေးရေ နှင့် မဟာလှေကားအခေါက်မှုန့်ကို သင့်တော်ရုံ ရော၍ စမုံစပါးအမှုန့်အနည်းငယ် ထည့်၍ သောက်မူ ကျပ်တီးနာ ပျောက်ကင်း၏။

မြွေဆိပ်နိုင်ဆေး။ ။လတ်ဆပ်သော မဟာလှေကား အစေ့ကို လှော်၍ အမှုန့်ပြုပါ၊ ငင်းအမှုန့်ကို ကိုက်သောဒဏ်ရာနှင့် ဥကျွောင်းကို အနည်းငယ် ခွဲ၍ သိပ်ပေးမူ မြွေဆိပ် ကျဆင်းစေတတ်၏။

ကျပ်တီးနာလိမ်းဆေး။ ။မဟာလှေကား အခေါက်ကို ဆန်ဆေးရေနှင့် သွေးပြီး လျှင် ချင်းစိမ်းရေနှင့် ရော၍ ကျပ်တီးနာများကို လိမ်းမူ ပျောက်ကင်း၏။

သွားပိုးချဆေး။ ။ဟောလှေကား အခေါက်, သလဲပွင့် ငင်း ၂-မျိုးကို ပြုတ်၍ နှုတ်ငုံဆေး ပြုမူ သွားပိုးများ ကျဆင်း၍ ခံတွင်း၌ ဖြစ်တတ်သော အပူလောင်ခြင်း, အဖုအပိမ့်, အပူအိပ်များဖြစ်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မှတ်ချက်။ ။'ကဏိကာရ'သဒ္ဒါသည် ပါဠိစာပေ အထူးအားဖြင့် အဋ္ဌသာလိနီ အဋ္ဌကထာရောင်ခြည်တော်ဖွင့်၌ ပါရှိနေ၏၊ ငင်း၏ အနက်ကို မဟာလှေကားပန်း ဟု ပြန်ဆိုထား သည်ကိုတွေ့ရ၏၊ နိဿယကျမ်းကြီးကိုတို့၌ကား" ကဏိကာရ"သဒ္ဒါကိုအောက်ပါအတိုင်း ဖွင့်ပြထားလေသည်ကို တွေ့ရ၏၊ သာလိဂါမနိဿယ စာမျက်နှာ ၁၇၇ တွင် ငုတမျိုးဖြစ် သည်ဟု ပြတ်သားစွာဖွင့်ပြထားသည်ကိုတွေ့ရ၏၊ ဘာဝပ္ပကာသနိဿယ စာမျက်နှာ ၃၂၀ တွင် ကဏိကာရသဒ္ဒါကို အောက်ပါအတိုင်းဖွင့်ပြထားလေသည်၊ ကဏိကာရသဒ္ဒါကို ငှည် သည့်အပင် ဖြစ်သည်ဟု သေချာစွာ ဖော်ပြနိုင်ရန် များစွာခဲယဉ်းပါ၏၊ ပညာရှိတို့ မျက်စိ လည်နေသော အပင်တမျိုးဖြစ်သည်၊သိရသလောက်ဖော်ပြရသည်ရှိသော် အချို့ ငုသိမ်ကို ငင်း, အချို့ နွယ်သာကီပင်ကိုငင်း အချို့ မြေနိုင်ပင်ကိုငင်း, အချို့ ဖက်ဝန်းပင် တမျိုးကို ငင်း အသီးသီးယူဆကြသည်ကို တွေ့ရသည်၊ မြန်မာမှု၌ အထင်အရှားရှိသောသည့်မဟာလှေ ကားသည် တမျိုးဖြစ်၏၊မဟာလှေကားအခန်းတွင် ကြည့်က ကဏိကာရ သဒ္ဒါဟောသော ငုမျိုးသည် တခြားဖြစ်၏၊ ဆေးအဘိဓာန်ကျမ်းများ အလိုအားဖြင့် ပြတ်သားစွာ ဖော်ပြ အပ်သော ကဏိကာရ သဒ္ဒါသည် မဟာလှေကားကို မဟောချေ၊ ထို့ကြောင့် ရှေ့က ကဏိကာရ သဒ္ဒါကို မဟာလှေကား ဟု ပြန်ဆိုထားခြင်းကို များစွာစဉ်းစားအပ်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် ကဏိကာရ သဒ္ဒါကို နိဿယကျမ်းကြီးများနှင့် အညီ ပြန်လိုသော ငုတမျိုး ဟု ပြန်ဆိုနိုင်။ ငင်းပြင် အခြားတနေရာ၌ သာလိဂါမ နိဿယ စာမျက်နှာ ၅၁၆ တွင် ကဏိကာရ, ပရိဗျာဓ, ပါဒပုတုလ ဟူ၍ ပရိယာယ်အမည် ၃-ပုဒ်ထုတ်ပြီးလျှင် ကဏိ

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ကာရသဒ္ဒါကို ၎ မှတပါး အခြားသော သစ်ပင်တမျိုးကိုဖွင့်ပြထားလေသည်၊ မည်သည့် အပင်ဖြစ်သည်ကိုကား သေချာစွာ မဖွင့်ပြထားနိုင်ချေ၊အပင်၏ ပုံသဏ္ဌာန်ကိုကားအောက်ပါအတိုင်း ဖွင့်ပြထားလေသည်။

ကဏိကာရသစ်ပင်သည် တောင်ပေါ် ဒေသများ တောများတွင် ပေါက်လေ့ရှိသည်၊ အရွက်မှာ ပေါက်ရွက်ကဲ့သို့ရှိပြီး အပွင့်မှာ နီမြန်းသည်၊ မြင်သူတို့ နှလုံး နှစ်လိုဘွယ် ရှိလေသည် ဟု ဖွင့်ဆိုပြထားလေသည်။

—

မဟူရာပင်

သက္ကတ **मधूक**

ဟိန္ဒီ **महुआ** (မဟုအား)

လက်တင် Bassia Latifolia

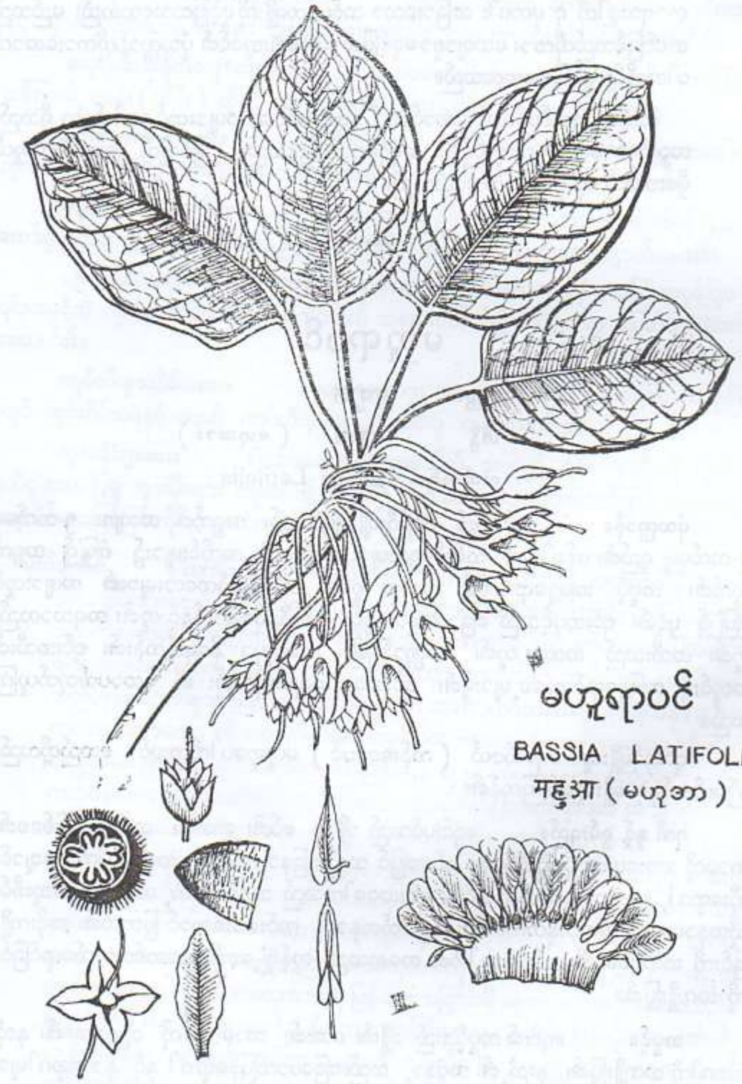
ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်သည်၊ အရွက်၏ အလျား ၅-လက်မမှ ၉-လက်မမျှ ရှည်၏၊ ဖန်ခါးရွက် သစ်ဆိပ်ရွက်များ ထွက်သလို အကိုင်းဖျားဌ် စုံပြုံ၍ အရွက်ထွက်၏၊ အပွင့် အဖြူရောင် ရှိ၍ အသား ထူ၏၊ အခက်ငယ်ကလေးများ၏ အဖျားတွင် စုပြုံ၍ ပွင့်၏၊ ၎င်းအပွင့်သည် ခြောက်သွားလျှင် စပျစ်သီးယိုခြောက်နှင့် တူ၏၊ အရသာလည်း တူ၏၊ အသီးသည် အသား ထူ၏၊ ဥသဏ္ဌာန်ရှိ၏၊ အစေ့မှာ နီရောင်သန်း၏၊ ၎င်းအသီး၏ အတွင်းဌ် အဖြူရောင် အစေ့များရှိ၏၊ ၎င်းအစေ့ဆံများကိုလည်း ဆီ ထောပတ်ထုတ်ယူကြသည်။

၎င်းနှင့်မျိုးတူ ရေမယ်ဇယ် (ကန်းဇော်ပင်) မဟူရာပေါက်တူးပင် စသည်တို့လည်း ဤမယ်ဇယ်နှင့် မျိုးတူဖြစ်ကြကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းပင်သည် ချို၏၊ စပ်၏၊ အေး၏၊ သလိပ်ကို ဖြစ်စေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ ပိုးတို့ကိုနိုင်၏၊ ၎င်းအပြင် သည်းခြေနာ, အပူနာ ,အနာပေါက်, ချောင်းဆိုးရောဂါ, လေနာရောဂါတို့ကို နိုင်၏၊ ၎င်းအခေါက်သည် အနာပေါက်, ထိခိုက်ရှနာ, သွေးစိမ်းယိုအနာများကို အသားနုတက်စေ၏၊ ရတ္တပိတ်အနာကို ကင်းဝေးအောင် ပြုတတ်၏၊ အရိုးကျိုးခြင်းကို ဆက်စပ်စေ၏၊ ၎င်းအခေါက်၏ အစေးသည် တွန့်ရှုံ့စေ၏၊ အဆစ်အဆက်ရောင်ခြင်းကို အကျိုးပြု၏။

အပွင့်။ ။၎င်း၏ အပွင့်သည် ချို၏၊ အေး၏၊ ကာမအားကို တိုးပွားစေ၏၊ နှလုံးရောဂါကို အကျိုးပြု၏၊ နူးညံ့၏၊ အပူနာ, သည်းခြေဖောက်ပြန်ရောဂါ နှင့် နားရောဂါများကို အကျိုးပြု၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



မဟူရာပင်

BASSIA LATIFOLIA.

महुआ (မဟုအာ)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အသီး။ ။၎င်း၏ အသီးသည် ဖအား၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ ကာမအားကို တိုးစေ၏၊ နူးညံ့၏၊ ချို၏၊ ဝဖြိုးစေ၏၊ နှလုံးကိုဖျက်ဆီးတတ်၏၊ ၎င်းပြင် ချောင်းဆိုးခြင်း၊ ပန်းနာရင်ကျပ်၊ လေရောဂါများကို ကင်းဝေးစေ၏၊ ၎င်းအစေ့မှ ဖြစ်သော ဆီသည် ကိုယ်သား ကိုယ်ရေကိုနူးညံ့စေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ဥကျောက်ရောဂါ။ ။မဟူရာဆီ နှင့် ဥကျောက်ကို ပွတ်လိမ်းနယ်ခြင်းပြုပါက ဥကျောက်ကိုက်ခဲသော ရောဂါပျောက်ကင်း၏။

အနာအဖုအပိမ့်များ။ ။၎င်းအသီး၏ အခွံကို ရေနှင့် ကြိတ်၍ လိမ်းကျံပေးမှု ပျောက်ကင်း၏။

ဝမ်းပိုက်လေထိုးလေပွေ။ ။၎င်းမဟူရာရွက်ကို ကြိတ်၍ လိမ်းပေး နှိပ်နယ်ပေးမှု ပျောက်ကင်း၏။

အဆစ်အဆက်ရောင်ခြင်း။ ။မဟူရာအခေါက်ကို ကြိတ်၍ ခပ်နွေးနွေးပြုပြီး လိမ်းကျံပေးမှု ပျောက်ကင်း၏။

အကွက်ယားနာ။ ။မဟူရာခေါက်ကို ရေဖြင့် သွေး၍ လိမ်းပေးမှု ပျောက်ကင်း၏။

ပန်းသေရောဂါ။ ။မဟူရာပွင့် ၁-ကျပ် ၄-ပဲသားကိုရေ ၂၅-ကျပ်နှင့် ကျက်ကျက်ကျို၍ သောက်မှု ကိုယ်သား ကိုယ်ရေ ခြောက်ကပ်ပြီး ပန်းသေနေသူမှာ အားအင်ပြည့်ဖြိုး၍ ပန်းညှိုးခြင်း ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

လိင်ဥရောင်ခြင်း။ ။၎င်းအပွင့်ခေါက်ကို ပြုတ်၍ လိင်ဥကို အခိုးခံ (မှိုင်းငွေ့ခံ) ပေးမှု ပျောက်ကင်းသည်၊ ၎င်းအပြင် အရွက်ကို ညက်ညက်ကြိတ်၍ အုံပေးပါက ပိုမို၍ကောင်း၏။

မဒ္ဒူ (ကတုံး)

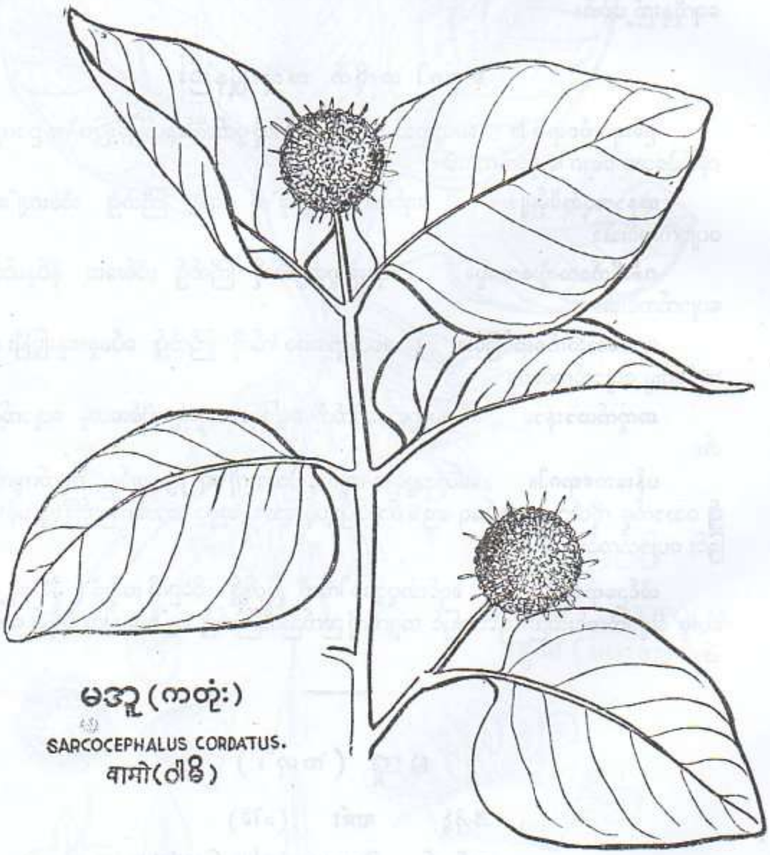
သီဟိုဠ် बर्मा (०।४)

လက်တင် Sarcocephalus Cordatus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်သည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အခေါက်သည် ဝဖြိုးစေတတ်၏၊ အဖျားကို ပယ်တတ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



မအူ (ကတုံး)

SARCOCEPHALUS CORDATUS.

वामो(ठी8)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မအူလက်တန်ရှည်

သက္ကတ कदम्ब
ဟိန္ဒီ कदम (ကဒံ,မ်)
လက်တင် Anthocephahes Cadmaba

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်လတ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် သစ်မယ်ဇယ်ရွက်နှင့် ဆင်ဆင်တူ၏၊ (ဥသဏ္ဌာန်) ရှည်ဝိုင်း၍ အဖျားချွန်၏၊ အပွင့်သည် ၁-လက်မမှ ၂-လက်မမျှ ရှည်၏၊ လုံးလုံး ရှိ၏၊ ပွင့်ချပ်မရှိ၊ ဖြူရောင်သန်းလျက် ဝါသောဝတ္ထုရှည်ကလေးများ ရှိ၏၊ ၎င်းအပွင့်သည် ညအချိန်၌ မွှေး၏၊ ၎င်းဝတ္ထုများ ကြွေကျပြီးနောက် သမ္ဘာရာသီးကဲ့သို့ လုံးသောအသီး ရှိ၏၊ အဝါပျော့ရောင် ရှိသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်း၏ အခေါက်သည် ထက်မြက်၏၊ ခါး၏၊ နူးညံ့၏၊ ဖန်၏၊ ကာမကို အားဖြစ်စေ၏၊ အေး၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ နို့ကို ပွားများစေ၏၊ အဆင်းကို ကြည်လင်စေ၏၊ တွန့်ရှုံ့စေ၏၊ အဆိပ်ကို တားမြစ်တတ်၏၊ အနာများကို အသားနု တက်စေ၏၊ ယောနိရောဂါ, သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း, ဆီးအောင့်ခြင်း, ပူခြင်း ရောဂါများ ပျောက်ကင်းစေသည်။

အညွန့်သည် ဖန်၏၊ သုက်သွေးကို ပွားစေ၏၊ ဝမ်းမီးတောက်၏၊ နှုတ်ကိုမြိန်စေ၏၊ သွေးအန်, သွေးဝမ်းသွား ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အသီးသည် ပူ၏၊ နှုတ်ကို မြိန်စေ၏၊ ကာမကို အားတိုးစေ၏၊ ကြေကျက်ပြီးသည်နောက် ပါးစပ် သည်းခြေဒေါသကို ပွားများအောင် ပြုလုပ်တတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အဖျားရောဂါ။ ။၎င်းအခေါက်ကို ကျို၍သောက်မူ အဖျားပျောက်ကင်း၏။

ပါးစပ်ပူလောင်ခြင်း။ ။၎င်းအရွက်ကိုပြုတ်၍ နှုတ်ငုံဆေးအဖြစ်ဖြင့် ပလုပ်ကျင်းမူ ပူလောင်ခြင်း ပျောက်ကင်းသည်။

မလကာသီး

သက္ကတ पेरुकम
ဟိန္ဒီ अमरूद (အမရူ,ဒ်)
လက်တင် Psidium guaava

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အလွန် ထင်ရှားသည်။

No; 45

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အသီးသည် ဖန်, ချို, ချဉ်၏၊ အလွန် အေး၏၊ ဝိပါကဥ္စ ချို၏၊ ထက်မြက်၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ သလိပ်, လေ, သုက်တို့ကို ဖြစ်ပွားစေ၏၊ နူတ်မြိန်စေ၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို နိုင်၏။

အရှူးရောဂါ, နူတ်မမြိန်ခြင်း, ချာချာလည်အောင် မူးဝေခြင်း, တွေဝေသော ရောဂါ စသည်ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ကာလဝမ်း။ ။၎င်းအရွက်ကို ပြုတ်၍ သောက်မူ ဝမ်းသွားပြီး အန်သောရောဂါများ ပျောက်ကင်းသည်။

သူငယ်နာ ဝမ်းပျက်။ ။၎င်းအရွက် နှင့် အမြစ်၏ အခေါက်ကို ကျို၍ သောက်မူ ကလေးများ၌ ဖြစ်တတ်သော နာတာရှည် သူငယ်နာ ဝမ်းပျက်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

သွားနာ သွားကိုက်။ ။၎င်းအရွက်ကို ဝါး၍ အရည်ကို ခဏမျှ မကြာမကြာ ငုံထား၍ ပြီး တွေးပစ်ပါက သွားနာ သွားကိုက် ပျောက်၏။

မာလာဖူးပင်

သက္ကတ शठी

ဟိန္ဒီ कचूर (ကချူ့ရ)

လက်တင် Curcuma Zedoaria

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်သည်၊ အရွယ်သည် နနွင်းနှင့် တူ၏၊ ဉသည် အဝါနုရောင် ဖြစ်၏၊ ဉ၏ လေးဘက်လေးတန်၌ အမျှင်ကလေးများ တွေ့ရှိရသည်၊ ပရုပ်နံ့ ရ၏၊ အသီးလုံး၏၊ အစေ့လည်းရှိ၏၊ ၎င်းသည် နနွင်းမျိုးဖြစ်၍ နနွင်းပင်များနှင့် ရော၍ ပေါက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဉကို သုံးရသည်၊ ခါးစပ်၏၊ ဝိပါကဥ္စ စပ်၏၊ မွှေး၏၊ ဝမ်းမီးကိုတောက်စေ၏၊ အသက်ရှူရာ၌ နံစော်ခြင်းကို ပျောက်ကင်း၏၊ လေသလိပ်ကို နိုင်၏။

အနာပေါက်, မြင်းသရိုက်, ချောင်းဆိုး, ပန်းနာ, လေပြွန်ချောင်းပူ, မြင်းဖုအစိုနာ, ခယရုဂ်ကြောင့် ဖြစ်သော အဖုအကြိတ်များ, အဖျဉ်း နှင့် ဝက်ရူးရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

မိချောင်းနွယ်

ဟိန္ဒီ गोंज (ဂုံ,ဇ)

လက်တင် Derris Scandens

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။သူတပါးကို မှီတတ်သော နွယ်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ ပေ ၇၀-၈၀-ထိ ရှိ၏၊ အရွက်သည် ၃-လက်မခန့်မှ ၇-လက်မ ခန့် ထိ ရှည်၏၊ အလွန် အသီး သီး၏၊ ၂-လက်မခန့်မှ ၃-လက်မခန့်ထိ ရှည်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အခေါက်သည် သည်းခြေဒေါသကို ထုတ်ဆောင်တတ်၏၊ မြွေကိုက်ရာ၌ အသုံးပြုရ၏။

—

မိချောင်းလက်ဝါးပင်

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။မိချောင်းလက်ဝါးပွင့်သည် အေး၏၊ သည်းခြေကို နိုင်၏၊ သည်းခြေကြောင့် ဖြစ်သော ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေတတ်သည်။

—

မီးမလောင်ပန်း

သက္ကတ हेमसागर

ဟိန္ဒီ हेमसागर (ဟေမ-ဆာဂ,ရ)

လက်တင် Kalanchoe Iaciniata

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ၾငင်းအပင်သည် ရွက်ကျပင်ပေါက်မျိုးမှ အပင်တမျိုးဖြစ်၏၊ ၎င်းအပင်၏ အမြင့်မှာ ခန့်မှန်း ၁-ပေမှ ၄-ပေ အထိ မြင့်၏၊ အရွက်သည် လက်ဝါးကဲ့သို့ လက်ခြားထွက်၏၊ အသားထူ၏၊ အပွင့်သည် အပင်၏အဖျား၌ ပွင့်တန်ထိုး၍ အဝါရောင် အဆက်လိုက်ပွင့်၏၊ အချို့သူတို့သည် အရွက်ခြား၍ လက်ဝါးနှင့် တူသည်ကိုင်း, ပွင့်တန်ကြီးများ ထိုးတက်နေသောအခါ တောင်ဝှေးကဲ့သို့ ဖြောင့်တန်းမြင့်မားနေသည်ကိုင်း အစွဲပြု၍ (ဘီလူးတောင်ဝှေး) ဟု ခေါ်ဆိုကြကုန်၏၊ သို့ရာတွင် မြန်မာပြည်အောက်ပိုင်းဒေသတို့တွင် ပေါက်ရောက်သော ၎င်းအပင်များမှာ

အထက်မြန်မာပြည်၌ပေါက်သော ၎င်းဘီလူးတောင်ဝှေးနှင့် သန်စွမ်းခြင်းမတူချေ၊ အထက် မြန်မာပြည် စစ်ကိုင်းတောင် စသည်တို့၌ ပေါက်ရောက်သည်မှာ ၎င်းပွင့်တန်ကြီးများသည် ၄-၅-ပေမျှ မြင့်သည်ကို တွေ့ဘူး၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအရွက်သည် အနာပေါက်များ နှင့် မီးလောင်ရာများကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ မကျက်နိုင်သော အနာပျက်များ လျှင်မြန်စွာ ကျက်စေ၏၊ အနာများကို ဆေးကြောရာ၌ ဖန်ဆေးအဖြစ်၎င်း, ဖောရောင်သော ရောဂါများကို၎င်း များစွာ အကျိုးပြု၏၊ သွေးစိမ်းယိုစီးခြင်း စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ သည်းခြေ ဦးစီးသော အတိသာရ ဝမ်းသွားခြင်း, ကျောက်တည်သော ဆီးရောဂါဖြစ်ခြင်းတို့၌လည်း များစွာ အကျိုးပြု၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အနာစက်ပေါက်ခြင်း။ ။၎င်းအရွက် သတ္တုရည်ကို လိမ်းပေးမူ ပျောက်ကင်း၏။

အသည်းရောင်ခြင်း။ ။၎င်းအရွက်ကို မီးနွေးနွေးကင်၍၎င်း, သို့မဟုတ် အစိမ်းကို ကြိတ်၍၎င်း, အသည်းရောင်သည်ကို အုံပေးခြင်း, ကပ်ပေးခြင်းပြုပါက လျှင်မြန်စွာ သက်သာစေတတ်၏။

အတိသာရ ဝမ်းရောဂါ။ ။၎င်းအရွက် သတ္တုရည်တဆ, ဆီဦး (မခန်း) နှစ်ဆ ရော၍ သောက်ပါက အတိသာရဝမ်းပျက် နှင့် အစာမကြေသော ရောဂါများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ကျောက်တည်ရောဂါ။ ။အထက်ပါ အတိသာရဆေးအတိုင်း သောက်ပါ။

အဆစ်ရောင်, မီးလောင်နာ။ ။အဆစ်ရောင်ခြင်း, မီးလောင်ခြင်းတို့၌ ရောင်သောလောင်သောနေရာများ၌ ၎င်းအရွက် သတ္တုရည်ကို လိမ်းပေးပါက ပျောက်၏။

အနာစိမ်းပေါက်ခြင်း။ ။အနာစိမ်းပေါက်ခြင်း, ၎င်းအနာမှ သွေးစိမ်းယိုခြင်း, ထိခိုက်ရှနာ၍ သွေးစိမ်းထွက်ခြင်းများ၌ ၎င်းအရွက် သတ္တုရည်ကို လိမ်းပေးမူ ပျောက်ကင်း၏။

အနာများအသားနုတက်ဆေး။ ။မည်သည့် အနာမဆို မြန်စွာ အသားနုတက်လိုကျက်လိုပါလျှင် ၎င်းသတ္တုရည်နှင့် စိမ်ထားသော အဝတ်ကို အနာ၌ အုပ်ပေးထားပါ လျှင်မြန်စွာ အသားနုတက်၍ အနာကျက် မြန်ပါလိမ့်မည်။

မုယားကြီးပင်

သက္ကတ वासक
ဟိန္ဒီ अड़ूसा (अड़ूसा)
လက်တင် Adhatoda Vasica

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းမုယားပင်ကြီးသည် များသောအားဖြင့် ၄-ပေမှ ၈-ပေမျှ မြင့်သည်၊ အရွက်၏ ၄-လက်မ မှ ၈-လက်မ အထိ ရှည်၏၊ အဖျား ချွန်၏၊ အပွင့်ကို လိုက်၍

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဖြူနီ နှစ်မျိုး ရှိသည်၊ အပင်၏ အရောင်ကို လိုက်၍ ဖြူနက် နှစ်မျိုး ရှိသည်၊ အဖြူမှာ အရွက်အရိုးသည် စိမ်း၍ အနက်မှာ အရွက်အရိုး နက်ရောင်သန်း၏၊ ၎င်းမုယားကြီးပင်ကို ပဥ္စင်္ဂါးပါး အသုံးပြုရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဥ္စင်္ဂါးပါးကို အသုံးပြုရ၏၊ ဖန်ခါး၏၊ အေး၏၊ လေကို ပွားစေ၏၊ အသံကိုကောင်းစေ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ကြေကျက်လွယ်၏၊ နှလုံးကိုအကျိုးပြု၏၊ သလိပ်နှင့် သည်းခြေကို နိုင်၏။

ရေငတ်ခြင်း, ပန်းနာ, ချောင်းဆိုး, အဖျား, အော့အန်ခြင်း, တွေဝေခြင်း, နူနာ, ခယရုဂ်ရောဂါ, ရတ္တပိတ်နာတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

သည်းခြေဖျား နှင့် သွေးအန်သွေးကျရောဂါ။ ။အပွင့်နှင့် တကွ အရွက်၏ သတ္တုရည်ကို ညှစ်ယူ၍ ကြွေဇွန်းကြီး တဇွန်းမျှကို သကြားခဲ (သို့မဟုတ်) ပျားရည်သင့်တော်ရုံ ထည့်၍ သောက်ပါက ပျောက်ကင်း၏။

သွေးအန်သွေးကျရောဂါ။ ။ကြဇုသီးကို မုယားကြီးရွက် သတ္တုရည်နှင့် စိမ်၍ တခွက်စာ ၃-ဇွန်းမျှသောက်ပါ၊ (သို့မဟုတ်) ပျားရည်နှင့် မုယားကြီးရွက် သတ္တုရည်ကို ဆတူစပ်၍ ကြွေဇွန်းကြီး တဇွန်းကျ သောက်ပါ။

ပန်းနာ ရင်ကျပ်။ ။မုယားကြီးရွက်၏ သတ္တုရည်တွင် နွားနို့မှ ဖြစ်သော မခန်းနှင့် ဆတူရောပြီးလျှင် တြိဖလ (ဇီးဖြူ ဖန်းခါး သစ်ဆိပ်) မှုန့် သင့်ရုံရော၍ သောက်ပါ။

ယားနာအမျိုးမျိုး။ ။မုယားကြီးရွက်နုနှင့် နနွင်းခါးကို နွားသေးဖြင့် ကြိတ်၍ ယားနာများကို လိမ်းကျံပေးပါ၊ (သို့မဟုတ်) မုယားကြီးရွက် ရေဖြင့် ကျို၍ ၎င်းပြုတ်ရည်နှင့် ယားနာများကို ဖန်ဆေးပေးပါ၊ ယားနာများကို ပျောက်ကင်း၏။

သည်းခြေလွန်သော မီးယပ်နာ။ ။မုယားကြီးရွက် သတ္တုရည် ပျားရည်နှင့် ဆတူစပ်၍ ကြွေဇွန်းကြီး တဝက်မျှ သောက်ပါ၊ တနေ့ ၂-ကြိမ် သောက်နိုင်၏။

မီးယပ်ဖြူဆင်းရောဂါ။ ။မုယားကြီးမြစ်ခေါက် သတ္တုရည်နှင့် ဆတူစပ်၍ ကြွေဇွန်းကြီး တဇွန်းမျှ သောက်ပါ၊ တနေ့ ၂-ကြိမ် သောက်နိုင်၏။

ချောင်းဆိုးရောဂါ နှင့် ခယရုဂ်ရောဂါ။ ။မုယားကြီးရွက်ကို ပြုတ်၍ အအေးခံပြီး လက်ဖြင့်နယ်၍ အရည်ညှစ်ယူပါ၊ ၎င်းအရည်တွင် သကြားခဲထည့်၍ ပျားရည်ကဲ့သို့ ဖြစ်ချွဲအောင် မီးနွေးနွေးဖြင့် ချက်ပါ၊ ၎င်းအရည်ကို တခွက်စာ ၁၂-ပဲသားမျှ တနေ့ ၃-ကြိမ် သောက်ပါ။

သလိပ်ကပ်ခြင်းရောဂါ။ ။လဘက်ရည်အချိုတွင် မုယားကြီးရွက် သတ္တုရည်, ပျားရည်, သကြားခဲတို့ကို ဆင်ခေါင်းပဲ ၃-စေ့မျှ ရောဖျော်၍ သောက်ပါ။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပန်းနာရင်ကျပ် နှင့် ချောင်းဆိုးရောဂါ။ ။မုယားကြီးရွက်၏ သတ္တုရည်တွင်သကြား ခဲနှင့် သိန္ဓော သင့်ရုံထည့်၍ တခွက်စာ ကြွေဇွန်းကြီး တဇွန်းမျှသောက်ပါ။

ကင်းဆိပ်ဖြေဆေး။ ။မုယားကြီး အနက်မြစ်ကို ရေအေးနှင့် သွေး၍ ကင်းကိုက်ရာ နေရာသို့ လိမ်းပေးပါ။

ပါးစပ်နာရောဂါ။ ။မုယားကြီးရွက် သတ္တုရည်တွင် သိန္ဓောအနည်းငယ် ထည့်၍ ဥပသကာမြစ် ပြုတ်ရည်နှင့် ဖျော်၍ ပါးစပ်နာကို လိမ်းပေးပါ။

ဆီးအောင့်ရောဂါ။ ။မုယားကြီးရွက်ကို ၃-ခွတ် တခွက်တင် ကျို၍ တခွက် ကြွေဇွန်းကြီး ၃-ဇွန်းမျှသောက်ပါ။

သွေးအန် သွေးကျရောဂါ။ ။ခံတွင်း နှင့် နှာခေါင်းမှ သွေးများ ယိုစီးခဲ့သော် မုယားကြီးရွက် သတ္တုရည် ၁၂-ပဲသားကို သကြား ဂ-ပဲသားဖြင့် ရော၍ သောက်ပါ၊ အရွက်ကိုကြိတ်၍ နှာခေါင်းသို့လည်း အုံပေးပါ၊ ရှူလည်း ရှူပါ။

နှာရည် နှင့် သွားရည်ယိုရောဂါ။ ။မုယားကြီးရွက် ၃-ပဲသားကို ရေ ၂၅-ကျပ်သားနှင့် ၄-ကျပ်သားကျန်အောင် ကျို၍ စစ်ပြီးလျှင် သကြားခဲ သင့်ရုံရော၍ ညနေစောင်းတွင် တိုက်ပါ၊ ၃-ရက် ဆက်တိုက်က အအေးမိခြင်း၊ နှာစေးခြင်း၊ နှာခေါင်း ပါးစပ်တို့မှ သလိပ် အရိအရွဲ သွားရည်ယိုခြင်းများ ပျောက်ကင်း၏၊ တခွက်စာ ၁-ကျပ် ဂ-ပဲမျှ အရွယ်ကြည့်၍ တိုက်ပါ။

မျက်ရည်ယိုရောဂါ။ ။မုယားကြီးအစိမ်းကို ညက်စွာကြိတ်၍ အပြားကလေးလုပ်ပြီးလျှင် မျက်စိတွင် ကပ်အုံထားပါ၊ ၃-၄ ရက်မျှ ပြုလုပ်ပေးက မျက်ရည်ပူယိုခြင်း၊ မျက်လုံးနီမြန်း၍ ပူလောင်ခြင်း၊ ယားခြင်း၊ ကျိန်းခြင်းတို့ ပျောက်ကင်း၍ မျက်စိအရောင် အားတိုး လာလိမ့်မည်။

နှာခေါင်းသွေးယိုခြင်း။ ။မုယားကြီးရွက်အခြောက်ကို ညက်စွာထောင်း၍ လျှာ၏ အထက် အာခေါင်သို့ သုတ်လိမ်းပေးမူ နှာခေါင်းသွေးယိုခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

သွားကိုက်သွားနာ ပျောက်ဆေး။ ။မုယားကြီး ၁-ကျပ် ဂ-ပဲသားနှင့် ရေ ၃၀-ကျပ်သားကို ခန်းအောင် ကျို၍ ၎င်းရေ ခပ်နွေးနွေးကို နုတ်ငုံဆေးအဖြစ်ဖြင့် မကြာမကြာ ငုံထွေးခြင်းပြုပါက ပျောက်ကင်း၏။

၎င်းနောက်တနည်း။ ။မုယားကြီးရွက်ကို အရိပ်တွင် ခြောက်စေ၍ ပြာချပါ၊ ၎င်းပြာကို ညတ်ညက်ပြု၍ သိပ်ပေးမူ သွားနာသွားကိုက် သွားဖုံးမှ သွေးယိုခြင်း၊ သွားနဲ့ခြင်းများ ပျောက်ကင်း၏။

ပန်းနာရင်ကျပ်။ ။အရောင် ဝါသော မယားကြီးရွက်ကိုယူ၍ အရိပ်တွင် အခြောက်ပြုပါ၊ ၎င်းကို အပြားကလေးများ ပြုလုပ်၍ ဆေးတန်အိုး၊ တမာဘူး ရှူသကဲ့သို့ မီးညှိပြီးလျှင် နှာခေါင်းမှ ရှူပါ၊ ပန်းနာရင်ကျပ် ပျောက်၏။

ကိုယ်ရေဝါရောဂါ။ ။မုယားကြီး အပင်ပေါက်စ နုနုကို တပင်လုံး ယူ၍ ကြိတ်ပြီးလျှင် ၎င်းသတ္တုရည်ကိုယူပါ၊ ၎င်းသတ္တုရည် နှင့် သကြားခဲ ပျားရည် သင့်တော်ရုံ ထည့်၍ သောက်က ကိုယ်ရည်ဝါရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မျက်စိရောဂါ ပျောက်ဆေး။ ။အရွက်ဝါသော မယားကြီးရွက် ၂၅ - ကျပ်သား ယူ၍ ရေစင်စွာ ဆေးပြီးလျှင် ရေ ၂၅ - ကျပ်သား နှင့် အိုးသစ်တွင် ထည့်၍ တညစိမ်ပြီးလျှင် နံနက်တွင် သကြားခဲ ၆ - ကျပ်သား ထည့်၍ မီးညှင်းညှင်းဖြင့် ကျိုပါ၊ ရေ ၂၅ - သား ကျန်လျှင် စစ်ယူပြီး ၎င်းရေကို တဖန် ပြန်၍ မီးညှင်းညှင်းဖြင့် ကျိုပါ၊ ပျားရည်ကဲ့သို့ ဖြစ်လာသောအခါ ဖိုမှ ချ၍ ပုလင်း လည်ပင်းရှည်ရှည်ဖြင့် ထည့်၍ထားပါ၊ ၎င်းဆေးကို ည နံနက် ဂ - ပဲသားမျှ သောက်မူ မျက်ရည် ယိုခြင်း, မျက်လုံး နီမြန်း၍ ပူလောင်ခြင်း, မျက်လုံးကိုက်ခြင်း, နာခြင်း, မျက်စိမှုန်ခြင်း, နံနက် အိပ်ရာထတွင် မျက်ချေး များစွာ ထွက်ခြင်း, ယားယံခြင်း, မှုန်ခြင်း, ကြက်မျက်သင့်ခြင်း တို့မှ ပျောက်ကင်း၏။

သလိပ်ကျပ် ချောင်းဆိုးရောဂါ။ ။မယားကြီးရွက် သတ္တုရည် ၁၂ ပဲ, မြေပုံခရမ်းသီး သတ္တုရည် ၁ - ပဲ, ပျားရည် ၆ - ပဲ ၎င်း ၃ - မျိုးကို ရောမွှေ၍ လျက်၍ လျက်၍ ပေးမူ သလိပ် ဦးစီးသော ချောင်းများ ပျောက်ကင်း၏။

မုယားကန်

သက္ကတ मुंडी

ဟိန္ဒီ मुंडी (मुण्डी)

လက်တင် Sphaeranthus indicus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မုယားကန်သည် မိုးကုန်၍ ဆောင်းဝင်စတွင် ပေါက်၏၊ တပို့တွဲလ, တပေါင်းလများ၌ သီးပွင့်ကြကုန်၏၊ တဖန် မိုးကျလျှင် သေကြေ ပျက်စီး ကြကုန်၏၊ ၎င်းမုယားကန်သည် ကြီး - ငယ် ဟု ၂ - မျိုး ရှိ၏၊ အကြီးမျိုးမှာ အပင် မတ်ထောင်၍ ၂ - ပေမျှ မြင့်၏၊ ရိုးတန် ပွပွ ရှိ၏၊ အခက် အလက် နည်း၏၊ အပွင့်မှာ အပေါ်ပိုင်းတွင် ခုန်းရောရောင် ရှိ၍ အောက်ပိုင်းတွင် ဥသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ နီညိုရောင် ရှိ၏၊ အရွက်မှာ ဘောက်လောက်ညို့ရွက်သဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အငယ်မှာ ခက်လက် များ၏၊ မြေတွင် ကပ်ဖြစ်၍ ပေါက်၏၊ အမြင့် တပေမျှ မြင့်၏၊ ရိုးတန် မာကျော၏၊ အသီးမှာ လုံးလုံး ရှိ၏၊ ဝါရောင် သန်း၏၊ အရွက်မှာ အကြီးထက် ငယ်၏၊ ခွေးသွားစိတ် ကြမ်းကြမ်း ရှိ၏၊ အနံ့ စူးရှ၏။

မှတ်ချက်။ ။ရှေးဟိန္ဒူ ဗိန္ဒောဆရာကြီးများသည် ၎င်း ၂ - မျိုးစလုံးပင် ဂိုရက္ခမုဏ္ဍီ ဟု ခေါ်ဆိုလျက် ၎င်း ၂ - မျိုးတွင် ရရာအပင်ကို သာ အသုံးပြုကြကုန်၏၊ သို့သော် အငယ်မျိုးကို ရနိုင်ပါက ပို၍ ကောင်းသည် ဟု ယူဆသုံးစွဲကြကုန်၏၊ အမည်ကိုလည်း ကောင်းသော မုယားကန် ဟုပင် ခေါ်ဆိုကြကုန်၏၊ မုဏ္ဍီဒွယ် ဟု ဆိုလျှင်လည်း ၂ - မျိုးစလုံးပင် ထည့်၍ သုံးကြကုန်၏၊ မြန်မာတို့ကား ထိုအသုံးကို လိုက်၍ မုယားကန် ဖိုမ ဟု ခေါ်ဆိုကြကုန်၏၊ မုယားကန်ကြီး၏ စွမ်းရည်သည် အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မုယားကန်ကြီး

သက္ကတ　　မဟာမုဏ္ဍီ

ဟိန္ဒီ　　မုဏ္ဍီဝရီ　(မုဏ္ဍီဗရီ)

လက်တင်　　Spharanthus indicus

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။အရသာ ချို၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ပူ၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ ဉာဏ်ပညာ တိုးပွား၏၊ ၎င်းပြင် ပျောက်ကင်းနိုင်သော ရောဂါများမှာ အဆီတိုးရောဂါ, လည်ပင်း၌ ဖြစ်သော အနာရောဂါ, ပိုးရောဂါ, မြင်းဖုအခြောက်နာ, ဆီးချုပ်ရောဂါ, ယောနိရောဂါ, ဝါသင့်နာ, ဆင်ခြေထောက်ရောဂါ, ဝက်ရူးနာ, ဂူလုံးရောဂါ, ဆီးချုပ်ရောဂါတို့ကို ကင်းဝေးစေသော ဂုဏ်သတ္တိ ရှိ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ဝါတရက်ရောဂါ။　　။မုယားကန် ပဥ္စငါးပါး အမှုန့်ပြု၍ ထောပတ် ပျားရည်နှင့် ဖျော်၍ စားပြီးလျှင် ၎င်းနောက် ဆင်တုန်းမနွယ် ပြုတ်ရည်ကို ထပ်၍ သင့်တော်ရုံ သောက်ပေးပါ၊ ပျောက်ခဲလှသော ဝါတရက်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ချွေး အနံ့ဆိုး ပျောက်ရန်။　　။မုယားကန် ပဥ္စငါးပါးအမှုန့်ကို ဆန်ပုန်းရည်နှင့် သုံးဆောင်မှု ကိုယ်မှ နံစေ်သော မကောင်းသော ချွေးနံ့များ ပျောက်ကင်း၏။

မြင်းဖုခြောက် - ကျုပ်တီးနာ နှင့် ကိုယ်ရေဝါရောဂါ ပျောက်ဆေး။　　။မုယားကန် အစို၏ သတ္တုရည် ၃° - သားကို သောက်က ၎င်းရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

မိန်းမနို့ကျိတ် ပျောက်ဆေး။　　။နို့အုံတွင် အကျိတ်အဖုများ တည်ရှိ၍ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းဖြစ်မူ ၎င်းအဖုအကျိတ် ကြေစေရန် မုယားကန် ၁ိ - နှင့် ပိတ်ချင်းသီး ၁ိ - ကို အမှုန့်ပြုပြီးလျှင် နှမ်းဆီ ၅° - သားဖြင့် ချက်၍ ၎င်းဆီချက်တွင် ဂွမ်းပြားကို စိမ်၍ ၎င်းဂွမ်းအပြားကို နို့အကျိတ်တွင် ကပ်ပေးပါ၊ ထိုနောက် ၎င်းဆီကိုလည်း ရှူပေးပါ၊ နို့ကျိတ် ပျောက်၏။

ကလေးများ အနာစို့ ပျောက်ဆေး။　　။ကလေး သူငယ်များတွင် မိတ်လုံးကလေးများကဲ့သို့ ကိုယ်တွင် ပေါက်ပြီး ရေတစို့စို့ဖြစ်၍ နေသော အနာစို့များ ပေါက်သော် မုယားကန် မြစ်အမှုန့်ကို ဆီသင့်ရုံ နှင့် ချက်၍ ၎င်းဆီကို အနာဖုကလေးများသို့ လိမ်းပေးမူ ပျောက်၏။

အဆစ်အဆက်ရောင်ရောဂါ။　　။ချင်းခြောက်နှင့် မုယားကန်ကို ဆတူ အမှုန့် ပြု၍ လျက်ပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

ယောနိ ရောင်သော ရောဂါ။　　။ယောနိမဂ် ရောင်ရမ်းပြီး နာကျင် ကိုက်ခဲမူ မုယားကန်အမှုန့်ကို ထောပတ်နှင့် ဖျော်၍ ၎င်းဆေးကို ဂွမ်းနှင့် သုတ်၍ ယောနိကို လိမ်းကျံပေးက သက်သာရာ ရလိမ့်မည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ခေါင်းတချမ်းကိုက်ခြင်း။ ။ခေါင်းတချမ်းကိုက် ရောဂါဖြစ်မူ ထမင်းမစားမီမုယား ကန် ပဥ္စငါးပါး၏ သတ္တုရည်ကို နွေးနွေး ပြု၍ ၇-ရက်တိုင်အောင်သောက်က ပျောက်ကင်း၏။

မြင်းသရိုက် ရောဂါ။ ။၎င်းအသီး အမှုန့်ကို ဒိန်ခဲနှင့် သောက်မူ မြင်းသရိုက် ရောဂါ ပျောက်၏။

ပန်းသေ ရောဂါ။ ။မုယားကန် အစိုကို ရေဖြင့် ညက်ညက်ကြိတ်၍ ၎င်းကြိတ်သား သော ဆေး ၁ဝ-သား နှမ်းဆီ ၄ဝ-ရေသန့်သန့် ၁-ပိဿာ ခြောက်ဆယ်ကို မလိုင်ရှိသော ကြေးအိုးတွင် ထည့်၍ မီးညှင်းညှင်းနှင့် ချက်ပါ၊ ရေခမ်း၍ ဆီကျန်လျှင်ချစ်၍ စစ်ယူပြီ၊ လေလုံစွာ ထားပါ၊ ၎င်းဆီဖြင့် လိင်ကို ပွတ်နယ် လိမ်းကျံခြင်း ပြုပါ၊ ၎င်းနောက် ၎င်းဆီ ၁၀-စက်မှ အစက် ၃၀-အထိ ကွမ်းရွက်မှာ သုတ်လိမ်းပြီးလျှင် ကွမ်းယာ ပြု၍ တနေ့လျှင် ၃-ကြိမ်မျှ စားပေးမူ ပန်းသေရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

မျက်စိရောဂါ။ ။၎င်းအမြစ်ကို အရိပ်တွင် လှမ်း၍ အမှုန့် ပြုပါ၊ ၎င်းအမှုန့်နှင့် ဆတူ သကြားခဲရော၍ ၎င်းဆေး ၁၂-ပဲသားကို နွားနို့စစ်နှင့် သောက်က မျက်စိနာ ပျောက်ကင်း၏။

စရုသင်းနာ။ ။မုယားကန် ၂ဝ-ဆေးကတ္တီပါ ဥမြစ် ၁ဝ-ရော၍ အမှုန့်ပြုပါ၊ တခွက် စာလျှင် ၂-ပဲသားမှ ၉-ပဲသားအထိ ရေနွေးနှင့် သောက်ပါ ရက်ရှည်သောက်က ပျောက် ကင်း၏။

အဆစ်ရောင်ရောဂါ။ ။မုယားကန် ဂ-ပဲသားကို ရေနွေး နှင့် သောက်က အဆစ် ရောင် ရောဂါများ သက်သာရာရ၏။

မုယားနင်းကြက်ဆူ

သက္ကတ अतितेजनी

ဟိန္ဒီ जलधारी (ဇ,လ ဓါရီ)

လက်တင် Zanthoxylum Budrunga

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်လတ်မျိုး ဖြစ်သည်၊ အခေါက်၏ အရောင်မှာ အဝါ ပြော့ရောင် ရှိသည်၊ ချွန်ထက်သော ဆူးများ ရှိသည်၊ အပွင့်သည် အပွင့်ချပ် ၄-ဖတ် ရှိသည်၊ ၎င်းအသီးသည် လုံးသည်၊ အစေ့မှာ လုံး၍ ရှည်မျောမျော ရှိသည်၊ ညိုရောင်သန်း၍ နက်သည်၊ အရောင် တောက်ပ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။၎င်း၏ အသီးသည် ပူ၏၊ စပ်၏၊ ကြေကျက် လွယ်၏၊ ခါး၏၊ မှတ်သိပ် ဆာလောင်စေ၏၊ သလိပ်ကို နိုင်၏၊ ပန်းနာနှင့် လေပြွန်ချောင်းများ ပူလောင်ခြင်းကို ငြိမ်းစေ၏၊ နှလုံးရောဂါ, ကြက်ညှာချောင်းဆိုးရောဂါ, မြင်းသရိုက်နာ, ခံတွင်းနာ, သွားရောဂါ လည်ချောင်း ရောဂါများကို ကင်းဝေး စေသည်။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ဆီးအိမ် ရောဂါ။　　။၎င်းအမြစ်ကို သွေး၍ သင့်တော်ရုံ သောက်ပါလျှင် ဆီးအိမ် တင်းရောင်ခြင်းမှ ပျောက်ကင်းသည်။

ကာလဝမ်း ရောဂါ။　　။၎င်းအစေ့ကို စမုံဖြူစေ့နှင့် ဆတူ ရော၍ ကြိတ်ပြီးလျှင် ရေနွေးနှင့် သင့်တော်ရုံ သောက်ပါ၊ ပျောက်ကင်းသည်။

အစာမကြေ ရောဂါ။　　။အစာမကြေသော ရောဂါများတွင် ၎င်းအစေ့ကိုအမှုန့် ပြု၍ သင့်တော်ရုံ သုံးစွဲပါက ဝမ်းမီးတောက်၍ အစာကြေစေ၏။

မုယော (၅၂)

သက္ကတ	यव		အင်္ဂလိပ် Barley
ဟိန္ဒီ	जौ	(ဈောက်)	လက်တင် Hordeum vulgare

ပုံသဏ္ဍာန်။　　။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။ဖန်၏၊ ချို၏၊ သတ္တိ အေး၏၊ ဝိပါက၌ ခါး၏၊ နူးညံ့၏၊ ခြောက်ထပ်စေ၏၊ ပညာကို ပွားစေ၏၊ အသံကို စင်ကြယ် စေ၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ ခွန်အားကို ပြုတတ်၏၊ လေကို ပွားစေ၏၊ အရောင်အဆင်းကို ဖြစ်စေ၏၊ သလိပ် နှင့် သည်းခြေ ရောဂါများကို ငြိမ်းစေ၏။

အသုံးပြုသော ရောဂါများ။　　။အနာပေါက်, လည်ပင်းရောဂါ, အရေပြား, အဆီတိုး ရောဂါ, ထိပ်ခပ်နာ, ပန်းနာ, ချောင်းဆိုး, ပေါင်ခြံတောင့်တင်းသော ရောဂါ သွေးဖောက်ပြန်, ရေငတ်ရောဂါ စသည်တို့၌ အသုံးပြုရသည်။

မေဒါ

သက္ကတ मेदा

ဟိန္ဒီ मेदा (မေဒါ)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အဋ္ဌဝဂ္ဂဆေးတွင်ပါဝင်သော ဆေးဖြစ်၏၊ ဉဖြူ၏ဥကိုလက်သည်းနှင့် ခြစ်ပါက အရေ ထွက်၏၊ သို့သော် ၎င်းဆေးမြစ်ကို မရပါက ဒဟသကို မြစ်ကို အစားပြု၍ အသုံးပြုရန် နိဃဏ္ဍု ကျမ်းကြီးများ၌ မိန့်ဆို၏၊အရသာ ချို၏၊အေး၏၊ ဝိပါက၌ ချို၍ ကြေကျက် လွယ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။သုက်ကို ပွားစေ၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ ဓာတ်တို့ကိုပွားစေ၏၊ နို့ရည်ကိုဖြစ်စေ၏၊ သလိပ်ကိုပွါးတဘ်၏၊ လေ, သည်းခြေကိုငြိမ်းစေ၏၊ သွေးဖေါက်ပြန်သော ရောဂါ, ခယရုဂ်, အဖျား, အပူ, ချောင်းဆိုး ရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မဲဇလီ (သဘော်ာ)

သက္ကတ दद्रुघ्न

ဟိန္ဒီ दादमर्दन (ဒါ,ဒမရ်ဒ,န်)

လက်တင် Cassia Alata

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အဖူးနှင့် အရွက်ကို ပြုတ်၍ သောက်ပါက အသက်ရှူ ပြွန်ချောင်းရောင်ခြင်း, ပန်းနာရောဂါတို့ကို လျော့ပါးစေ၏၊ ဝမ်းသက်စေ၏၊ ဆီးများ၏၊ သလိပ်ကိုကျစေ၏၊ အရွက်ကို ထောင်း၍ တမာရွက်ရည်နှင့် လိမ်းကျံလျှင် ဝဲနာ, နူနာစသည်ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အစေ့သည် ဖန်၏၊ လေကို ပယ်တတ်၏၊ ယားယံခြင်း, ချောင်းဆိုး, ပန်းနာ ပွေးနာ, အရေပြား ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ပိုးတို့ကို သေစေတတ်၏၊ ပဥ္စင်္ဂါးပါးစလုံး သည် ဝမ်းသက်စေ၏၊ သလိပ်ကို ပယ်၏၊ ဆီးများ၏၊ နူနာကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ပွေးနာ။ ။လက္ခ၂ ၁းနှင့် ဖန်းခါးသီးကို အမှုန့်ပြု၍ မဲဇလီမြစ်ကို သွေးသော အရည်နှင့် ဖျော်၍ လိမ်းပေးပါက ပျောက်ကင်း၏၊ (သို့မဟုတ်) အရွက်စိမ်းနှင့် ဆားအနည်းငယ်ထည့်၍ ပွတ်ပေးပါကလည်း ပျောက်ကင်းနိုင်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အရေပြားရောဂါ။ ။၎င်းအရွက်ကို နေ့၌ ၂-ကြိမ် မှန်မှန် ရက်အတန်ကြာအောင် ပွေးကို ပွတ်ပေးမူ ပွေး, ဝဲ, နှင်းခူ စသော အရေပြားရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏၊ သို့ရာတွင် ရောဂါပျောက်ပြီးသည့်နောက် ရက်အတန်ကြာအောင် ဆက်လက်၍ ပွတ်တိုက်ပေးပါမူ ရောဂါ နောက်ထပ် မဖြစ်ပွားတော့ချေ။

တနည်းအရေပြားရောဂါ။ ။၎င်းအပွင့်ကို ညက်စွာ ကြိတ်၍ လိမ်းမူ အရေပြား ရောဂါဟူသမျှ ပျောက်ကင်း၏။

ကိုယ်ရေ မသန့်။ ။၎င်းအရွက်မှုန့် ပျားရည်နှင့် တေ၍ လျက်မူ သွေးသားစင်ကြယ် ၍ အသားအရည် ဝဖြိုးပြီးလျှင် အင်အားတိုးလာပါလိမ့်မည်။

အဆိပ်ဖြေဆေး။ ။၎င်းအရွက်ကို ကြိတ်၍ အဆိပ်ရှိသော သတ္တဝါများကိုက်သော နေရာသို့ အုံပေးပါက အဆိပ်ပြေ၏။

လိင်နိမိတ်ရောဂါ။ ။၎င်းအရွက် သတ္တုရည်ကို မကြာမကြာ လိမ်းပေးပါမူ လိင်နိမိတ် နှင့် ပတ်သက်သော အနာများ ပျောက်ကင်း၏၊ ၎င်းအနာနှင့် စပ်လျဉ်းသော အနာဖုများကို လိမ်းပေးမူ နုလျှင်ပိန်၍ ရင့်လျှင် ပြည်ပေါက်သွားလိမ့်မည်။

လိင်နိမိတ်မှိုင်းဆေး။ ။၎င်းအရွက်ကို ကျက်ကျက်ပြုတ်၍ ၎င်းအငွေ့ခိုးဖြင့် လူပျိုနာနှင့် စပ်လျဉ်းသော အနာများကို အခိုးငွေ့ခံပေးပါက အနာများ ကျက်လွယ်, အသားနု တက်လွယ်ပါလိမ့်မည်။

ခံတွင်း၌ အဖုအနာများပေါက်ခြင်း။ ။၎င်းအရွက်ကို ကျကျ ပြုတ်၍ ခပ်နွေးနွေး တနေ့ကို ၃-ကြိမ်မျှ ငုံပေးပါက ခံတွင်း၌ အပူအိပ်ပေါက်ခြင်း, ရောင်ရမ်းခြင်း, အနာပေါက် ခြင်းများ ပျောက်ကင်း၏။

ချောင်းခြောက်ရောဂါ။ ။၎င်းအရွက်နှင့် မုယားကြီးရွက်ကို ရော၍ တမြုံ့မြုံ့ငုံ ထားပါ၊ ဝမ်းတွင်းသို့ဝင်ပါစေ၊ ဤနည်းဖြင့် တနေ့ ၂-ကြိမ်ကျမျှ ငုံပေးပါက ချောင်းခြောက် ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

နှင်းခူကြီးရောဂါ။ ။၎င်းအရွက်ကို သံပုရာသီးရည်နှင့် ကြိတ်၍ လိမ်းပြီးလျှင် ၎င်းပြုတ်ရည်နှင့်ပင် ဖန်ဆေးပေးပါ၊ နံနက် ည တကြိမ်ကျ မှန်မှန်ပြုလုပ်ပေးပါက နှင်းခူကြီးနာ ပျောက်ကင်း၏။

မဲဇလီ (အချို)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။မယ်ဇလီရွက် အချိုသည် အစာကို ကြေစေ၏၊ သလိပ်နာကို ပယ်ဖျောက်တတ်၏၊ လေကိုပွားစေ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မဲပင်

သက္ကတ   नील पुष्पीका

ဟိန္ဒီ   नील (နီ,လ)

လက်တင်   Indigofera Tinctoria

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မိုးရာသီ၌ ပေါက်တတ်၏၊ မဲရိုင်းပင်နှင့် တူ၏၊ ၂-ပေထိ မြင့်တတ်၏၊ အရွက် စိမ်းရင့်ရောင်ရှိ၏၊ လက်မဝက်မှ ၁-လက်မအထိရှည်၏၊ လက်မဝက်ခန့် ကျယ်၏၊ အရွက်သည် ပဲနံ့သာရွက်နှင့် တူ၍ ထို့ထက်ကြီး၏၊ အပွင့်သည် အနီရောင် သန်း၍ ဝါ၏၊ အသီးသည် တလက်မမှ တလက်မခွဲထိ ရှည်၏၊ လက်မဝက်နီးပါးခန့် ကျယ်၏၊ အရွက်သည် ခြောက်ခွဲသော် ညို၏၊ ၎င်းသည် မျိုးပေါင်း (၄၀)မျှ ရှိသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်ကို သုံးရသည်၊ ခါး၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ နူးညံ့စွာ ဝမ်းသက်၏၊ သလိပ်ကို ပယ်ထုတ်တတ်၏၊ လေကိုနိုင်၏၊ အဖျားရောဂါ၊ ဝမ်းပိုက်နှင့် ပတ်သက်သောရောဂါ၊ နှလုံး၊ အရှုး၊ လေ ရောဂါစသည်တို့၌ အသုံးပြုရ၏။

မဲရိုင်းကလေး

သက္ကတ   त्रिशरियो

လက်တင်   Indigofera Trita

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မဲပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၂-ပေမှ ၃-ပေအထိ မြင့်၏၊ အရွက် ၃-ခုမှ ၄-ခု ထွက်၏၊ အပွင့်သည် ခရမ်းရောင် သန်း၍ နီ၏၊ အသီးခြောက်၏၊ ၄-ခုမှ ၅-ခုအထိ အစင်းများ ရှိ၏၊ အစေ့ ၈ စေ့မှ ၁၂-စေ့အထိ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အစေ့သည် ဝဖြိုးစေတတ်၏၊ အပင်အရည်သည် ဝဖြိုးစေတတ်၏၊ သွေးကို သုတ်သင်တတ်၏၊ ဆီးဆေးကဲ့သို့ အသုံးပြုရ၏။

မဲရိုင်းတော

ဟိန္ဒီ   सकेना (ဆကေနာ)

လက်တင်   Indigofera Pulchella

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မဲပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ တောင်ကုန်း ဒေသမြင့်ရာ၌ ပေါက်၏၊ အမြစ်ကို ဆေးဘက်တွင် အသုံးပြုရ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။အမြစ်ကို ပြုတ်၍ သောက်ခဲ့သော် ချောင်းဆိုးခြင်း ပျောက်ကင်း၏၊ ရင်ဘတ် နာကျင်သော် အမြစ်ကို သွေး၍ ရင်ဘတ်၌ လိမ်းပေးရ၏။

မဲရိုင်း

သက္ကတ　　सरपंखा

ဟိန္ဒီ　　सरपंखा　(ဆ,ရ-ပံခါ)

လက်တင်　　Tephrosia Purpurea

ပုံသဏ္ဌာန်။　　။၎င်းမဲရိုင်းပင်သည် မဲပင်နှင့် အလုံးစုံတူသည်၊ သို့သော် အရွက်မှာကွာခြားသည်၊ မဲရွက်၏ အကြောများသည် ဖြောင့်ဖြောင့်ရှိ၏၊ အရွက်ကို လက်ဖြင့် ဖြတ်လိုက်သောအခါတည့်မတ်စွာ ပြတ်သည်၊ မဲရိုင်း၏ အရွက်ကြောများသည် ကောက်တွေ့ လျက်ရှိသည်၊ လက်ဖြင့် ဖြတ်တောက်လိုက်သောအခါ တည့်တည့်မပြတ်ဘဲ စောင်းရွဲ့၍ပြတ်သည်၊ အပွင့်သည် နီရောင်ရှိ၍ အသီးတောင့်မှာ ပြားပြားရှိသည်၊ ၎င်းသည် အဖြူပွင့် အနီပွင့် အားဖြင့် နှစ်မျိုး ရှိသည်၊ ၎င်းအပင်၏ ပဉ္စင်ါးပါးကို ဆေးတွင် အသုံးပြုရသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။အရသာ စပ်ဖြင်းဖြင်းရှိ၏၊ ဖန်၏၊ ခါး၏၊ ပူ၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ အသည်းရောဂါ၊ ပိုးရောဂါ၊ သရက်ရွက် အခအားမိသောရောဂါ၊ ဂူလုံးရောဂါ၊ အနာပေါက်ရောဂါ၊ ချောင်းဆိုးနာ၊ အဆိပ်သင့်သော အနာဖျား၊ သွေးဖေါက်ပြန်သောရောဂါ၊ မြင်းသရိုက်နာ၊ နူနာကြီးရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အမြစ်။　　။၎င်းအမြစ်သည် အဆိပ်ကိုနိုင်၏၊ မြွေကိုက်သူများကို သောက်စေခြင်း၊ သရက်ရွက် ကြီးသူများကို သောက်စေခြင်း၊ အနာဝင်သူများကို သောက်စေခြင်းဖြင့် အသုံးပြုသည်။

အစေ့။　　။၎င်းအစေ့သည် ကြွက်ကိုက်ခြင်းကြောင့် အဆိပ်သင့်နာများကိုသောက်စေခြင်းဖြင့် အသုံးပြုရ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ဝမ်းမီးနှံ့းရောဂါ။　　။မဲရိုင်းမြစ်ကို ပြုတ်၍ ကြွေဇွန်းကြီး ၂-ဇွန်းမျှ သောက်မူ ဝမ်းမီးနှံ့းသော ရောဂါပျောက်ကင်း၏။

အစာမကြေလေပွရောဂါ။　　။၎င်းအမြစ်ပြုတ်ရည်ကို ရှိန်းခိုမီးသင်းပြီးသား အနည်းငယ်ထည့်၍ သောက်ပါက ပျောက်ကင်း၏။

အတိသာရဝမ်းရောဂါ။ ။၎င်းအမြစ်ပြုတ်ရည်တွင် ချင်းခြောက် အနည်းငယ်ထည့်၍ သောက်ပါက ပျောက်ကင်း၏။

ဝမ်းကိုက် ရောဂါ။ ။၎င်းအမြစ်ပြုတ်ရည်တွင် လေးညှင်း အနည်းငယ် ထည့်၍ သောက်ပါက ဝမ်းကိုက်နာ ပျောက်၏။

သန်ကျဆေး။ ။၎င်းပြုတ်ရည်တွင် အိပ်မွှေးသီး အမှုန့် အနည်းငယ်ထည့်တိုက်ပါက ကလေးများဝမ်းတွင်းရှိ သန်ပိုးများ ပျက်စီးကုန်၏။

အဖုအပိန့်ကလေးများ ပျောက်ဆေး။ ။ဒသွေးဆိုးပွား၍ ကိုယ်လုံးတွင် အဖုကလေးများ ပေါက်သော်, ယားသော် ၎င်းပြုတ်ရည်ဘွင် ပျားရည်ရွက်၍ သောက်က သက်သာရ နိုင်၏။

သွေးမြင်းသရိုက်။ ။မဲရိုင်းရွက် နှင့် ဆေးရွက် ဆတူရောကြိတ်၍ စအိုဝဋ္ဌ အုပ်၍ စီးပေးခဲ့သော် သွေးမြင်းသရိုက် ပျောက်ကင်း၏။

အပူအားကြီးခြင်း။ ။ကိုယ်၌ အပူရှိန်လွန်ကဲသောအခါ မဲရိုင်းစေ့ကို ရေအေးနှင့် စိမ်ပြီးလျှင် ရေကိုစစ်၍ တိုက်ပါက အပူရှိန်ပြင်းထန်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

သားဖွားလွယ်ကူရန်ဆေး။ ။အချို့ မိန်းမများ သားဖွား ခက်ခဲသော အခါ ၎င်းမဲရိုင်းမြစ်ကို ခါးမှချီ၍ ပေးပါက လျင်မြန် လွယ်ကူစွာ မွေးဖွားပါလိမ့်မည်။

ရေဖျဉ်းရောဂါ နှင့် အသည်းရောင် ရောဂါ။ ။၎င်းမဲရိုင်း ပဉ္စငါးပါး အမှုန့်ကို နံနက် ညဉ့ ၁-ကျပ် ဂ-ပဲသားမျှ ဆန်ပုန်းရည် ဒိန်ချဉ် ရရာနှင့် ၂၁-ရက် သို့မဟုတ် ၂၇-ရက် မှန်မှန်သောက်မူ ရေဖျဉ်းရောဂါ ဒိဋ္ဌပျောက်ကင်း၏။

ကာလဝမ်းရောဂါ။ ။ကာလဝမ်းရောဂါ ဖြစ်မူ ၎င်းအမြစ် ၂-ပဲသားမျှ သွေး၍ သောက်ပါက ချမ်းသာရ၏။

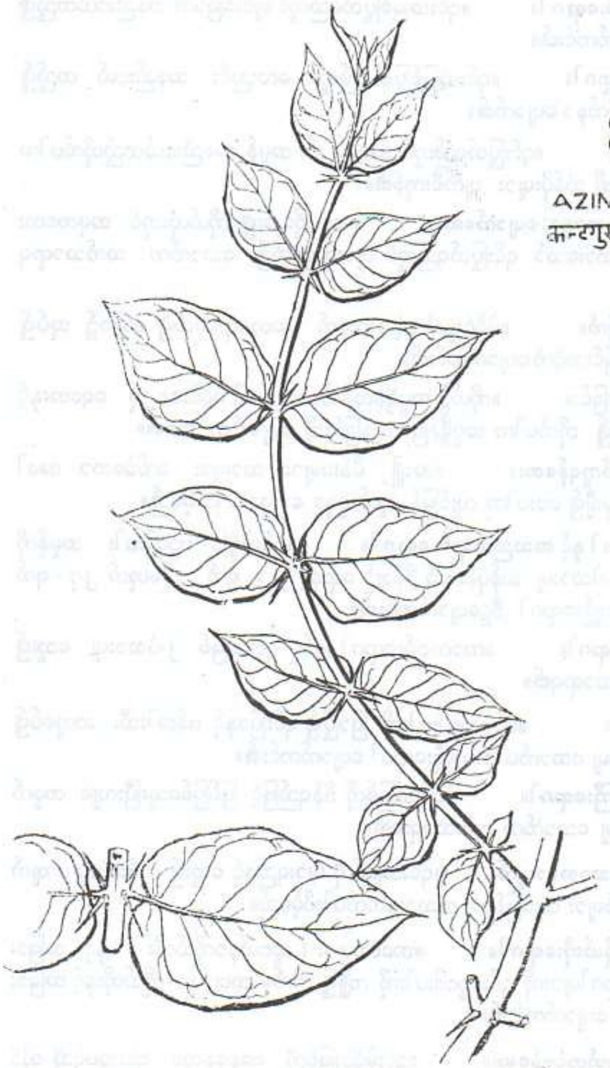
ဂူလုံးရောဂါ။ ။၎င်းပဉ္စငါးပါးကို ပြာပြု၍ ၎င်းပြာနှင့် ဖန်းခါးသီး ဆတူစပ်၍ တခွက်စာ ၄-ပဲသားမျှ သောက်ပါက ဂူလုံးရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

သရက်ရွက်ကြီးရောဂါ။ ။၎င်းအမြစ်ကို ဒိန်ရည်ဖြင့် ပြစ်ပြစ်သွေးပြီးလျှင် တခွက် စာဇွန်းကြီး ၂-ဇွန်းမျှ သောက်က ချမ်းသာရ၏။

မကျက်နိုင်သောအနာပျက်။ ။၎င်းအမြစ်ကို ပျားရည်နှင့် သွေး၍ လိမ်းပေးမူ မကျက် နိုင်သော အနာပျက်များ လျင်မြန်စွာ အသားနုတက်ပါလိမ့်မည်။

သူငယ်နာကိုယ်တိုးရောဂါ။ ။ကလေးများ (သူငယ်နာကိုယ်တိုး) နှင့် အခြား ဖေါရောင်သော ရောဂါများကို ၎င်းပဉ္စငါးပါးကို ကျို၍ တိုက်မူ သူငယ်နာ ကိုယ်တိုးနှင့် အခြား ဖေါရောင်ခြင်းကိုမှ ပျောက်ကင်း၏။

ကလေးအပတ်တင်ရန်ဆေး။ ။၎င်းမဲရိုင်းမြစ်ကို စနေနေ့တွင် ၎င်းအပင်သို့ တိုင် ကြားပင့်ဖိတ်၍ (ဥပမာ-ဆရာကြီး ကျွန်ုပ်အား ကိုယ်ဝန်တည်ရန် ကလေးရရန် သနားသော



မိုးနံ့ပင်

AZIMA SARMENTOSA

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အားဖြင့် မှ,စ,စောင့်ရှောက်ပါ ကျွန်ုပ်ရှိသေစွာ ပင့်ဖိတ်ပါသည်) စသည်ဖြင့် ပန်ကြားပြီးလျှင် တနင်္ဂနွေနေ့ နံနက်တွင် ၎င်းအမြစ်ကို တူးယူ၍ ခါးတွင် ချီထားပါမူ ကလေးအဖတ်တင်ခြင်း သန္ဓေရခြင်းကိစ္စများ လျှင်မြန်စွာပြီးစေနိုင်၏။

နာတာရှည်ချောင်းဆိုးရောဂါ။ ။၎င်းအမြစ်အစိုကို အရိပ်တွင်လှမ်း၍ ၎င်းအမြစ် ၂-ကျပ် ငြုပ်ကောင်း ၂-ကျပ် ၎င်းဆေးနှစ်ပါးကို ညက်စွာ ကြိတ်၍ ရွှေးကြီးမျှ လုံး၍ထားပါ၊ နံနက်ည ၂-လုံးစီသောက်ပါမူ နာတာရှည် ချောင်းဆိုးရောဂါနှင့် လေနာရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ကိုယ်ဝန်လျှောခြင်းပျောက်ဆေး။ ။၎င်းအရွက်သတ္တုရည်နှင့် နွယ်ချိုမှုန့်ကိုရော၍ ရှူပါလျှင် ကလေးပျက်ခြင်းမှ ပျောက်ကင်း၏။

မြင်းဖုခြောက် နှစ် ပိုးနိုင်ဆေး။ ။၎င်းအမြစ်ကို ဆန်ဆေးရည်နှင့် သွေးပြီးလျှင် ၎င်းရေကို ရှူခြင်းလိမ်းကျံခြင်းပြုမူ မြင်းဖုခြောက်နာ, အဆိပ်သင့်နာ, ပိုးနာများပျောက်ကင်း၏။

ခရုသင်းရောဂါ။ ။မဲရိုင်းအမြစ်၏အခေါက် ဂ-ပဲသား ငြုပ်ကောင်း ၄-စေ့တွင်ရေ ၃-ကျပ်နှင့်ဖျော်၍ နံနက်စောစော နေ့စဉ်သောက်ပါ၊ (၇) ရက်ပြည့်မူ ၂-ရက်နား၍ ဆက်လက်ပြီး(၇) ရက်ပြည့်အောင် သောက်ပါ၊ ၎င်း (၇) ရက်စေ့မူ ၂-ရက်နား၍ အထက်ပါအတိုင်း သောက်ပါ၊ (၇) ပတ်ပြည့်အောင် သောက်မူ အဖြူကွက်နှင့် ခရုသင်းရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

အသည်းရောင်ရောဂါ။ ။မဲရိုင်းပင် တပင်လုံးနုတ်ယူ၍ ရေစင်စွာ ဆေးပြီး အရိပ်တွင်လှမ်းပါ၊ ခြောက်လျှင် စင်ကြယ်သော နေရာတွင် ပြာချပါ၊ ၎င်းပြာကို ပုလင်းတွင် လုံစွာထားပါ၊ အသည်းရောင် ရောဂါနှင့် ဖျဉ်းရောဂါ တို့ကို တခွက်စာ ၃ ရွှေးမျှ တနေ့ကို ၃ ကြိမ် ရေနွေးဖြင့် တိုက်ပါ၊ ကလေးများကို အရွယ်ကို ကြည့်၍ တိုက်ပါ၊ ပျောက်ကင်းချမ်းသာပါလိမ့်မည်။

မိုးနံပင်

သက္ကတ कन्तनगुर

ဟိန္ဒီ कन्टगुर कमई (ကန္တဂုရိ-ကမာဍူ)

လက်တင် Azima tetracantha

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ချုံပင်ကြီးဖြစ်သည်၊ အခက်အလက်များ၏၊ စိမ်းလန်းသော အရွက်ရှိ၏၊ အရွက်သည်ဝိုင်း၍ ထိပ်ဖျားချွန်ထက်၏၊ တောက်ပ၏၊ ဆူးရှည်၏၊ အပွင့်ဖြူ၏၊ အဖို-အမ အားဖြင့် ၂-မျိုးရှိ၏၊ အသီးလုံး၏၊ နူးညံ့၏၊ ဖြူ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်ခေါက်ကို အစာမကြေလေပြည့် ရောဂါ၌ အသုံးပြုရ၏၊ အရွက်ကို သားဖွားသော မိန်းမတို့အား ကျွေးမွေးရ၏၊ ထိုမှတပါး ဆီးရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ရေဖျဉ်းရောဂါ, နှာတာရှည်, သွေးဝမ်းရောဂါ, ဝမ်းမီးနဲ့ခြင်း တို့၌ အသုံးပြုရ၏။

ရောဂါအလိုက် အသုံးပြုနည်း

ဋင်းအမြစ်ခေါက် ၁ဝိ ရေ ၅ဝိ နှင့် ထက်ဝက်ခမ်းအောင်ကျိုပါ၊ ၎င်းနောက် လင်းနေ့, စမုံဖြူ, ဆားစိမ်း တို့ကို သင့်တော်ရုံထည့်၍ တခွက်စာ ၁ ဂ ပဲ မျှ သောက်မူ နှာတာရှည်, အဘိသာရ သွေးဝမ်းသွားရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

ရေဖျဉ်းရောဂါနှင့် ဆီးချုပ်နာ ပျောက်ဆေး။ ။ပိုးနံ့မြစ်အစို အခွံခေါက်ကို ညက်ညက်ထောင်း၍ အရည်ညှစ်သော အရေ ၁-သား နှင့် ဆိဘ်နို့ ၆-ကျပ်သားကို သောက်ပါက ရေဖျဉ်း ရောဂါ နှင့် ဆီးချုပ်သော ရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ကျောက်ဆိုး ကာကွယ်သောဆေး။ ။ကျောက်ပေါက်သူများ ကျောက်ဆိုးပါခြင်း, ကျောက်များအိုင်းကျခြင်း ဖြစ်မူ ၎င်းအရွက်ကို ဟင်းချိုချက်၍ (သို့မဟုတ်) ပြုတ်၍ သင့်ရုံ စားပါ။

ကျောက်ကာကွယ်ဆေး။ ။ပိုးနံ့သီးကို ၉-လုံးယူပြီးလျှင် တခါစားလျှင် ၃-လုံးကျဖြင့် တချိန်တည်းဆက်၍ ၉-လုံးကုန်အောင် ၃-ခါသောက်မူ ကျောက်ရောဂါ ကာကွယ်ပါလိမ့်မည်။

မြွေဆိပ်ပျောက်ဆေး။ ။အထက်မြန်မာပြည် မြင်းခြံနယ် အချို့ အရပ်တွင် ခွေးကို မြွေကိုက်သောအခါ ၎င်းခွေးကို ပိုးနံ့ဘူးဖြင့် တကိုယ်လုံးသွေးထွက်အောင် ထိုးဆွပေးကြသည်၊ ၎င်းခွေးလည်း မြွေဆိပ်ပြေ၍ ပင်ကိုယ်အတိုင်း ကောင်းမွန်သွားသည်ကို ကိုယ်တိုင်မြင်ဘူးသည်၊ သို့သော် လူကိုကား ဤနည်းဖြင့် စမ်းသပ်ခြင်း မပြုရသေးပါ။

—

မိုးမခ

သက္ကတ ब्हुग्रन्थिका

ဟိန္ဒီ झाऊ (ဈာဦ)

လက်တင် Tamarix Gallica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ချုံသဘောရှိသော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ မျှားစွာ သေးသွယ်သော အခက်အလက်များရှိသည်၊ အကိုင်းများသည် အောက်သို့ အလွန်ကိုင်းညွတ်သည်၊ နူးညံ့သော

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ကြောင့် လေအနည်းငယ်တိုက်ခါမျှနှင့် လှုပ်၏၊ အရွက်များအလွန်သေးသည်၊ အသီးသည် အရေးအကြောင်း ၃-ခုရှိသည်၊ အပွင့်သည် နှင်းဆီရောင်, ခရမ်းရောင်ရှိ၏၊ အစေ့ပြာ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခါး၏၊ အခေါက်သည် ချုပ်၏၊ တောင့်တင်းစေ၏၊ အသီးသည် တွန့်ရှုံ့စေတတ်၏၊ အောက်သို့ သက်စေတတ်၏၊ သလိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ ဝမ်းသက်၏၊ ပဍ္ဍင်္ဂါးပါး ပြာသည် ဆီးကိုရှင်စေ၏၊ ပဍ္ဍင်္ဂါးပါးပြုတ်ရည်သည် ချုပ်၏၊ အေး၏၊ ဖန်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ထိခိုက်သော ဒဏ်နာ ပျောက်ဆေး။ ။ထိခိုက်ရှနာ၍ အဖုအကျိတ်, အနာများကို ၎င်းအခေါက်ကို ခပ်ပြစ်ပြစ်ပြုတ်၍ အဖုအကျိုက် အနာများကို လိမ်းပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

ဆံပင်နက်ဆေး။ ။၎င်းအမြစ်အစိုကို အနည်းငယ်ထောင်း၍ ၎င်းဆေးမြစ်နှင့် ဆတူ နှမ်းဆီ, ၎င်း ၂-ပါးထက် ၂-ဆရေထည့်၍ကျိုပါ၊ ရေခန်း၍ ဆီကျန်လျှင် ချ၍စစ်ယူပါ၊ ၎င်းဆီကို လိမ်းပေးပါက ဆံဖြူများနက်ပါလိမ့်မည်။

နှာစေးရောဂါ။ ။၎င်းအရွက်ကို ပြုတ်၍ အငွေ့ကိုရှူလျှင် နှာစေးရောဂါပျောက်ကင်း၏။

သားမြတ်မာဆေး။ ။မိုးမခခေါက်နှင့် သလဲသီးအခေါက်ကို နုနုထောင်း၍ စစ်ပြီးလျှင် လူနို့ဖြင့် တနေ့ ၂-ကြိမ်မျှ သားမြတ်ကိုလိမ်းပေးမူ သားမြတ်များ တောင့်တင်းမာကျောလာလိမ့်မည်။

—

မိုးမခ

သက္ကတ क्षुद्र पाषाण भेदक

ဟိန္ဒီ पाषाणभेद छोटा (ပါယ့ာ,ဏ်-ဘေ,ဒ်-ချိုဋ္ဋာ)

လက်တင် Homonoia riparia

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။အမြဲစိမ်းလန်းနေသော ချုံမျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ၃-လက်မမှ ၆-လက်မအထိရှည်၏၊ အနံ လက်မဝက်မှ တလက်မအထိ ကျယ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အနာပေါက်, ဆီးအောင့်, ကျောက်တည်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ အနီးငယ် ခတ်သက်၏၊ ပြုတ်ရေသည် မြင်းသရိုက်, ကျောက်တည်, အပူနှင့် ပြည်ဘုလာသရောနာ ပျောက်ကင်း၏။

—

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မက်မန်းသီး

သက္ကတ် အာရုက
ဟိန္ဒီ အာရူ (အာရူ)
လက်တင် Prunus persica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်လတ်မျိုးဖြစ်၏၊ အပွင့်သည် နှင်းဆီရောင် ပြောင့်ပြောင့် ရှိ၏၊ အသီးမှာ ချဉ်ချိုသော အရသာရှိ၏၊ ၎င်းအစေ့မှ ဆီတမျိုးထွက်၏၊ မြန်မာပြည် အထက်ပိုင်းတွင် များသောအားဖြင့် ပေါက်တတ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအသီးသည် နှလုံးကို အားပေး၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ ဆီးလွန်ရောဂါ, မြင်းသရိုက်ရောဂါ, ဂူလုံးရောဂါနှင့် သွေးဖေါက်ပြန်ခြင်းကို နိုင်နင်း၏၊ ၎င်းအရွက်သည် ပိုးကိုနိုင်၏၊ အနာကို အသားနုတက်လွယ်စေ၏၊ သမင်ဖြူရောဂါ, မြင်းသရိုက်ရောဂါများတွင် များစွာ အကျိုးပြု၏၊ ခံတွင်းနံခြင်း, သလိပ်ပုပ်ခြင်းကို ပျောက်စေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

သာမန်ဝမ်းနှုတ်ဆေး။ ။၎င်းအပွင့်ကို ပြုတ်၍သောက်မူ နူးညံ့စွာ ဝမ်းလျောစေသည်။

အစာသစ်အိမ်နာရောဂါ။ ။၎င်းအသီး၏ သတ္တုရည်ကို စမုံဖြူအမှုန့် အနည်းငယ်ထည့်၍ သောက်မူ အစာသစ်အိမ် နာကျင်ကိုက်ခဲသောရောဂါ ပျောက်၏။

ဝမ်းတွင်းရှိ ပိုးများနိုင်ဆေး။ ။၎င်းအသီး၏ သတ္တုရည်ကို သတ်ပြီးသော် ရှိန်းခိုဆားနည်းငယ် ထည့်၍ သောက်မူ ဝမ်းတွင်းရှိ ပိုးများကို ဆင်းစေ၏။

ကလေးများသန်ကျဆေး။ ။၎င်းအရွက်၏ သတ္တုရည်ကို သင့်ရုံသောက်က သန်ကောင်များ ကျဆင်း၏။

နားကိုက်သောရောဂါ။ ။၎င်းအစေ့၏ အဆီကိုနားတွင်ကပ်ပေးမူ နားလေထွက်, နားဆူ, နားကိုက်များ ပျောက်ကင်း၏။

အရေပြားရောဂါ။ ။၎င်းအစေး ဆီကိုလိမ်းမူ အရေပြားရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

မက်မုန်သီး

ဟိန္ဒီ (အာလူးဗုခါရ်)
လက်တင် Prunus Communis

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်လတ်မျိုးဖြစ်၏၊ အသီး လုံး၏၊ အဖြူ, အနီ, အဝါ ၃-မျိုးရှိ၏၊ အစေ့သည် ဗာဒံစေ့နှင့် တူ၏၊ အရသာ ချိုချဉ်ရှိ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအသီးသည် အေး၏၊ နူးညံ့၏၊ ရေငတ်ခြင်းကိုငြိမ်းစေ၏၊ နူးညံ့စွာ ဝမ်းသက်၏၊ သည်းခြေလွန်သောအဖျားကိုငြိမ်းစေ၏၊ နှလုံးပူခြင်း, အန်ခြင်း, ကိုယ်ရေဝါရောဂါ, ကြို့ထိုးခြင်း, သွေးဖောက်ပြန်ခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

သည်းခြေဖျား။ ။သည်းခြေလွန်သော အဖျား၌ ၎င်းအဆီကို ရေစိမ်၍ ၎င်းရေကို တိုက်မူ ပျောက်ကင်း၏။

သည်းခြေဖောက်ပြန်ခြင်း။ ။ထမင်းမစားမီ ကြိုတင်၍ ၎င်းအသီးကိုစားမူ သည်းခြေပျက်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ရေငတ်ပြေဆေး။ ။ရေအလွန်ငတ်မူ ၎င်းအသီးကို ပါးစပ်တွင်ငုံထားပါက ရေငတ်ပြေ၏။

မက်လင်ချဉ်သီး

သက္ကတ थेकल

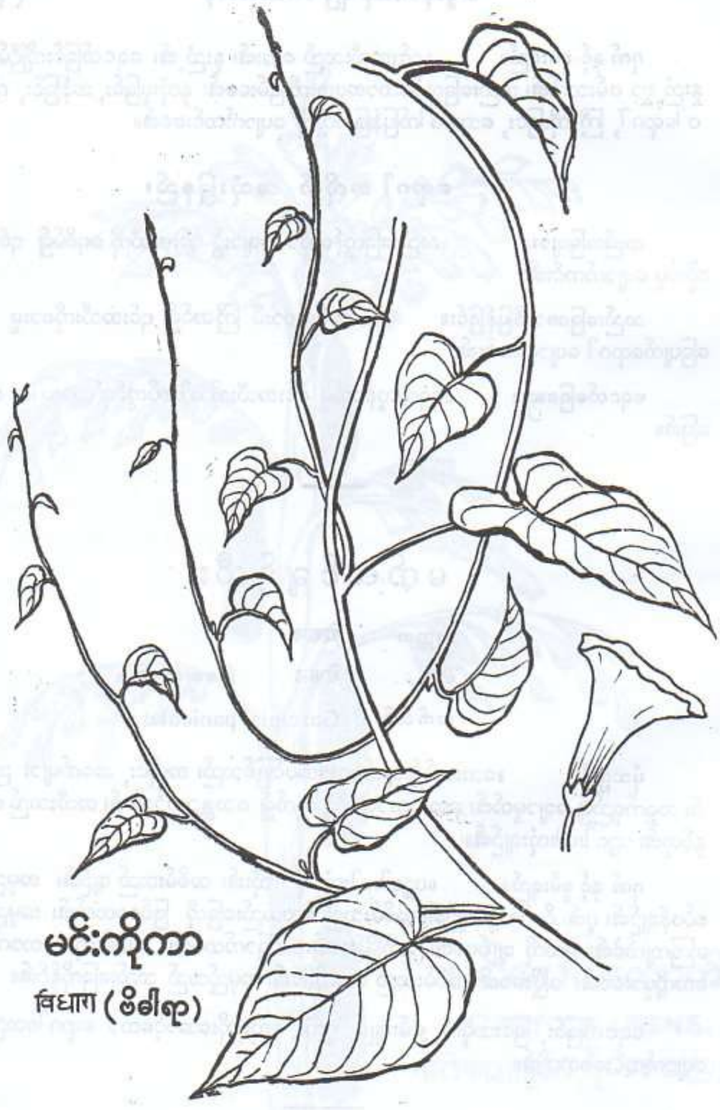
ဟိန္ဒီ थेकल (ထေက-လ်)

လက်တင် Garcinia paniculata

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။သေးငယ်၍ သွယ်သောအပင်ဖြစ်သည်၊ အကိုင်း, အခက်များ ညွတ်နေ၏၊ အရွက်ရှည်၍ ချောမွတ်၏၊ အေးသောရာသီ၌ ထွက်၍ ဝသန္တဥတု၌သီး၏၊ အသီးသည် လိမ္မော်နှင့်တူ၏၊ ပဉ္စငါးပါးလုံးချဉ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဉ္စငါးပါးလုံးကို သုံး၏၊ အစိမ်းသည် ချဉ်၏၊ အမှည့်သည် စပ်ဖန်ချဉ်၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါကသည် ချဉ်၏၊ အစိမ်းသည် လေသည်းခြေကို ဖြစ်စေတတ်၏၊ အမှည့်သည် ကြေကျက်ခဲ၏၊ မလကို ချုပ်စေ၏၊ နှုတ်မြိန်စေ၏၊ ခြောက်ထပ်၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏ လေကိုပွားစေ၏၊ ဝဖြိုးစေ၏၊ အစိမ်းသည် လေကိုနိုင်၏၊ အမှည့်သည် သည်းခြေကိုနိုင်၏။

ရေငတ်ခြင်း, မြင်းသရိုက်, ဝမ်းချုပ်, ဂူလုံး, နှလုံး,ထိုးအောင့်သော ရောဂါစသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။



မင်းကိုကာ

विधारा (ဗိဓါရာ)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မင်းကိုကာ

သက္ကတ वृद्धदारु
ဟိန္ဒီ विधारा (बिधारा)
လက်တင် Rourea santaloides

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဎင်းသည် အခြားအပင်ကို မှီ၍ တက်တက်သော နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ကွမ်းရွက်သဏ္ဌာန် ဝိုင်း၍ အဖျားပိုင်း ငယ်ကာ ချွန်၏၊ အရွက် ၂-မျက်နှာစလုံး မွေးနုများ ရှိ၏၊ အပွင့်သည် ကဇွန်းပွင့်သဏ္ဌာန် ရှိ၍ အနောင်မှာ သပြေရောင် ရှိ၏၊ အသီးမှာ လုံးလျားလျား ရှိ၏၊ နုလျှင် စိမ်းရောင် ရှိ၍ ရင့်သောအခါ ဝါရောင် ရှိ၏၊ ဎင်းအစေ့မှာ ၃-မြောင့် ရှိ၏၊ ဎင်း၏ အမြစ်များကို ဖြတ်တောက်၍ မင်းကိုကာ ဟူသော အမည်ဖြင့် ဆေးတွင် အသုံးပြုကြကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဎင်းသည် အနည်းငယ် ခါးသက်သက် ရှိ၏၊ အနည်းငယ် စပ်၏၊ ပူ၏၊ ဖန်၏၊ အသက်ကို ရှည်စေ၏၊ ပညာဉာဏ်ကို တိုးပွားစေ၏၊ ဝမ်းမီးတောက်၏၊ ကိုယ်သားကိုယ်ရေ ကြည်လင်ထွန်းပစေ၏၊ ကာမအားကို ပွားစေ၏၊ လိင်နိမိတ်ရောဂါ, ကိုယ်ရေဝါရောဂါ, ဝါတရက်နာ, အဆစ်အဆက်ရောင်သောရောဂါ, သလိပ်ရောဂါများကို ကင်းစေရန် စွမ်းဆောင်တတ်၏၊ ဆီးဝမ်းလေရှင်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အဆစ်ရောင်ရောဂါ။ ။မင်းကိုကာ နှင့် ရှင့်မတက်ဥကို ဆတူကျို၍ တခွက်စာ ၂၀-ဂ-ပဲသားမျှ သောက်က အဆစ်ရောင်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

လူပျိုနာ။ ။ဆီးဖြူသီး, ဖန်ခါးသီး, သစ်ဆိမ့်သီး နှင့် မင်းကိုကာ ၂၀-စီစု၍ ရေ ၁-ကျပ်သားနှင့် ၄-ပုံ ၁-ပုံ ကျန်အောင် ကျိုပြီးလျှင် တခွက်စာ ၃၀-သားမျှ သောက်က လိင်နိမိတ်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

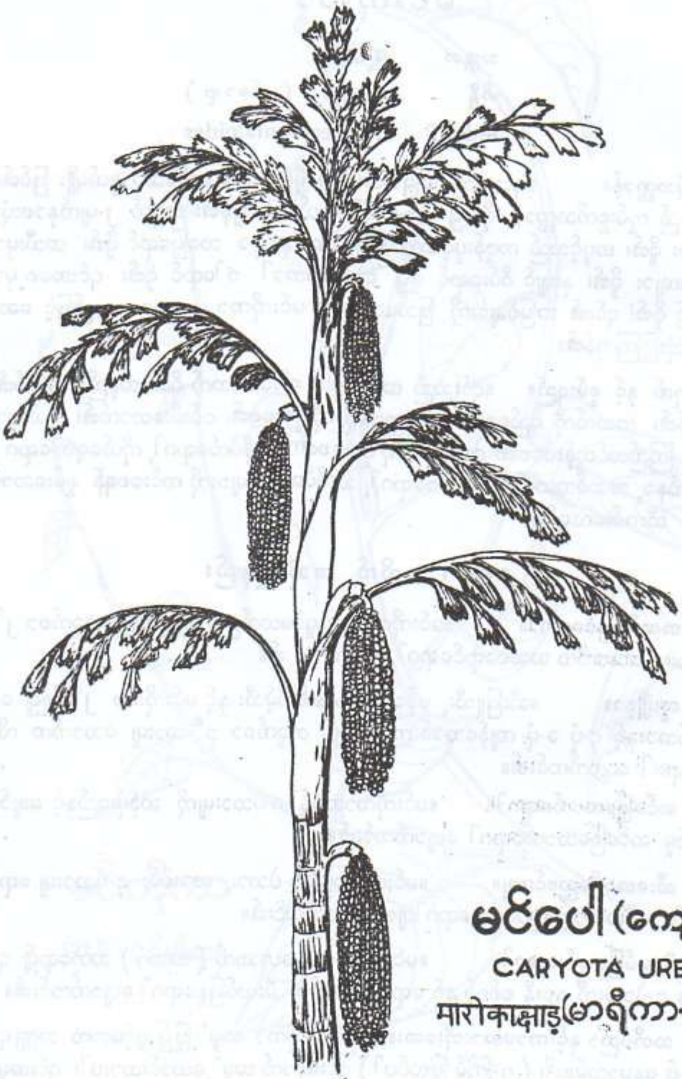
ဆင်ခြေထောက်ရောဂါ။ ။မင်းကိုကာအမှုန့် ဂ-ပဲသားမျှကို ဆန်ပုံးရည်နှင့် ဖျော်၍ သောက်မူ ဆင်ခြေထောက်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဆီးအောင့်ညောင်းကျ။ ။မင်းကိုကာမှုန့် ဂ-ပဲသား, ဆားစိမ်း ၄-ပဲသားမျှ ရော၍ သောက်က ဆီးအောင့်ညောင်းကျရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

မီးယပ်ဖြူဆင်းရောဂါ။ ။မင်းကိုကာနှင့် ဒဟာဿကို (အဆင်္ဂ) ဆတူရော၍ ဎင်းဆေးမှုန့် ၄-ပဲသားကို နွားနို့ စစ်စစ် နှင့် ရော၍သောက်က မီးယပ်ဖြူရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

သတိပညာ နှင့် ကာမအားတိုးဆေး။ ။မင်းကိုကာ အမှုန့် ပြု၍ ရှင့်မတက် သတ္တုရည်နှင့် စိမ်၍ နေမှာလှမ်းပါ၊ (၇-ကြိမ် ပြုလုပ်ပါ) ဎင်းနောက် အမှုန့် ထောင်းထားပါ၊ ဎင်းအမှုန့်,

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



မင်ပေါ် (ကျောက်)

CARYOTA URENS.

मारीकाङ्क्षाड़(မာရိကာ·ဃျာ့ရ်)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂ-ပဲသားကို ထောပတ် နှင့် နေ့စဉ်သုံးဆောင်ပါမူ သတိပညာ တိုးပွား၍ သုက်ဓာတ် ပွားများ တောင့်တင်းလာပါလိမ့်မည်။

မင်းကွတ်သီး (မင်းဂွတ်သီး)

ဟိန္ဒီ मंगुस्तान (မံဂုဆတ,န်)

ဗင်္ဂါလီ मगुस्तान

လက်တင် Garcinia mangostana

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အသီးခွံကို တွန့်ရှုံ့စေတတ်သော ဆေးကဲ့သို့ ဝမ်းသက်, ပိတ်ဝမ်းရောဂါတို့၌ သုံး၏၊ ခလေးများ ဝမ်းသက်ရာ၌ အလွန် ကောင်း၏၊ ကမ္ဘောဒီးယားပြည်၌ အခေါက် နှင့် အသီးကို ပိတ်ဝမ်း, ဝမ်းသက်, ဆီးနှင့် ပတ်သက်သော ရောဂါတို့၌ အသုံးပြု၏၊ ရင်းပြင် အူများဖောက်ပြန်ခြင်း, ဆီးအိမ် ပြွန်ချောင်း ဖောက်ပြန်ခြင်းတို့၌ အသုံးဝင်၏၊ အခွံ ပြုတ်ရေသည် သွေးမြင်းသရိုက်, နာတာရှည်, ပြည်တုလာသရောနာတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မင်းတရာ့တပါးပင်

တာမိလ် सत्तीयरिद्दा (ဆလီယာရိဒ္ဒ)

လက်တင် Alpinia malaccensis

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပတဲကောမျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ၃၀-လက်မမှ ၃၅-လက်မထိ ရှည်၏၊ လှံစွပ်ပုံ, ငှက်တောင်ပုံ ရှိ၏၊ အစေ့ များ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပတဲကောနှင့် တူ၏။

မင်းပေါ (ကျောက်)

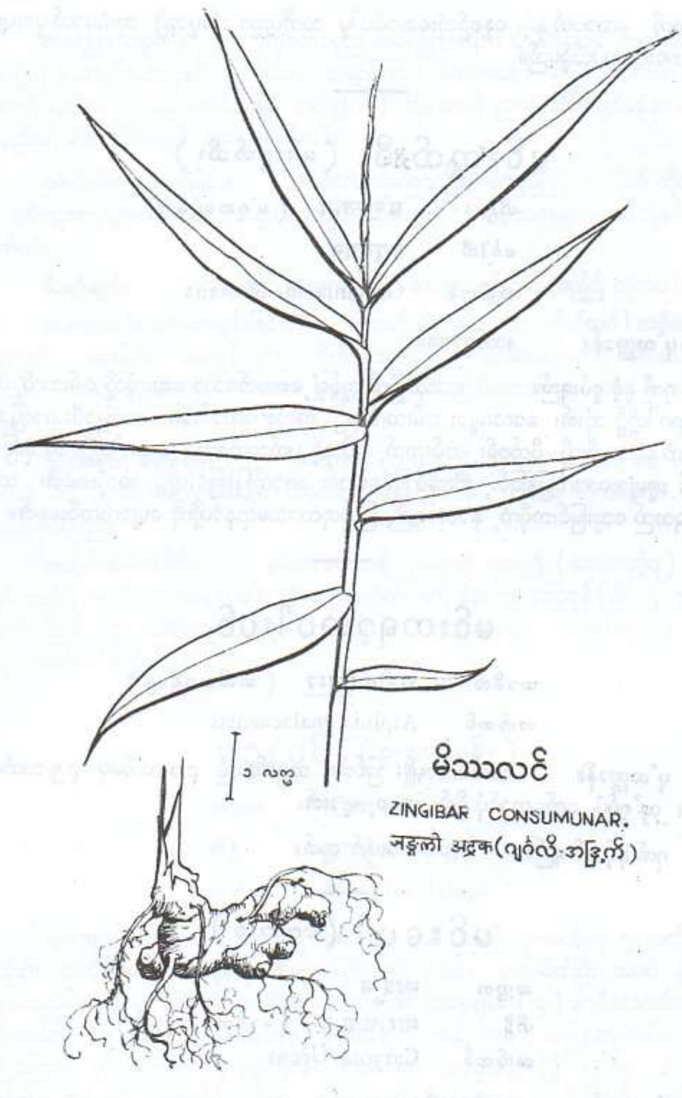
သက္ကတ मदद्रुम

ဟိန္ဒီ मारीफासाड़ (မာရိကာ-ဆျာ,ရ်)

လက်တင် Caryota Urens

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



မိဿလင်

ZINGIBAR CONSUMUNAR.

जङ्गली अद्रक(ဂျင်္ဂလီ-အဒြက်)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်း၏ အသီးသည် ခါး၏၊ အေး၏၊ ရေငတ်ခြင်း, မောပန်းခြင်းကို ကင်းစေ၏၊ လေ သည်းခြေ သလိပ်တို့ကို ပွားများစေ၏။

ဆီးရှင်ဝမ်းနုတ်ဆေး။ ။၎င်း၏ လပ်ဆပ်သောအရည်ကို နံနက်စောစော လဘက်ရည်ကြမ်းပုဂံတလုံးမျှ သောက်က နူးညံ့စွာ ဝမ်းသက်စေ၏။

ခေါင်းတချမ်းကိုက်ရောဂါ။ ။၎င်းအသီးကို သွေး၍ ခေါင်းတွင် အုံပေးပါက ခေါင်းတချမ်းကိုက်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

—

မင်းရိသေပင်

လက်တင် Peucedanum Dhana

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။နှစ်ရှည်ခံပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ပင်စည် ၁၅-၆၀ စင်တီမီတာ ရှိ၏၊ အရွက်သည် ၂-ရွက် ၃-ရွက် ပြုံထွက်၏၊ ထိပ်ချွန်၏၊ ချော၏၊ အပွင့်ငယ်၏၊ ဝါ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်ကို အားတိုးဆေး အဖြစ်ဖြင့် အသုံးပြုရ၏၊ နံနံ အမျိုးအစား ဖြစ်၏၊ စားသောအခါ တက်၏။

—

မိသလင်

သက္ကတ वनार्द्रक

ဟိန္ဒီ जङ्गली अदक (ဂျင်လီ-အဒြ,က်)

လက်တင် Zingibar consumunar

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ထင်ရှား၏၊

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်၊ ။မြွေဆိပ်, အရေပြားရောဂါ, အစာမကြေ, ဝမ်းကျောရောင်တင်းခြင်း, မီးရပ်ထိမ်ခြင်း တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

မြွေဆိပ်နိုင်ဆေး။ ။မြွေကိုက်သော် ၎င်းသတ္တုရည်ကို မကြာမကြာ တိုက်ပေး၍ ကိုက်သော ဒဏ်ရာကိုလည်း လိမ်းပေးရ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အရေပြားရောဂါ။ ။နာတာရှည် အရေပြားရောဂါ၌ မိဿလင်, ကုလားကင်ပွန်းသီးတို့ကို နွားကျင်ငယ်ရေနှင့် ပြုတ်သော အရည်ဖြင့် လိမ်းပေးသော် ပျောက်ကင်း၏၊ (၎င်းဆေးကို မျက်စေ့တွင်းသို့ မဝင်စေရန် သတိပြုပါ)၊ ထိုဆေးကို ညနေ လိမ်းလျှင် နံနက်ရေချိုး, ထိုနည်းတူ နံနက်လိမ်းလျှင် ညနေ ရေချိုးပါ။

ဝမ်းပိုက်ထိုးအောင့်ခြင်း။ ။ပင်လယ်အူခြောက်နာ စသည်ဖြင့် ဝမ်းပိုက် ထိုးအောင့်၍ ဝမ်းသွားသူများကိုလည်း တခွက်စာလျှင် မိဿလင် ၈-ပဲ့သားမျှ ရေသင့်ရုံနှင့် ကျို၍ တိုက်ပါ။

မီးရပ်ချုပ်။ ။မိဿလင် သတ္တုရည်တွင် ဆားအနည်းငယ် ထည့်၍ တိုက်ပါ။

အအေးပတ်သောလေဖျန်းခြင်း။ ။တကိုယ်လုံးသော်၎င်း, ကိုယ်အင်္ဂါ အစိတ်အပိုင်းသော်၎င်း, အေးခြင်း, လေဖျန်းခြင်း, ကိုက်ခဲနာကျင်ခြင်း, လေမလျောက်၍ လေးလံ ထိုင်းမှိုင်းခြင်း, ကပ်၍ နေခြင်းတို့ကို မိဿလင် သတ္တုရည်တွင် ပြေပ်ကောင်းမှုန့် ထည့်၍ လိမ်းပေးရ၏။

အတိသာရ ဝမ်းရောဂါ။ ။မိဿလင် ၃-ကျပ်ကို နံ့နံစေ့ ၄-ပဲနှင့် ရေ ၃၀-သားထည့်၍ ကျိုပြီး ထက်ဝက်ကျန်လျှင် တခွက်စာ ကြွေဇွန်းကြီး ၂-ဇွန်းမျှ တိုက်ပေးက ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

အတွင်းလိပ်ခေါင်း။ ။မိဿလင် အစို ၂-ပဲမျှကို ထုချေ၍ (ရေမထည့်ရ) အိုးသစ်တွင် ထည့်၍ ပေါင်းတိုက်ရေ ယူပါ၊ ၎င်းပေါင်းတိုက်ရေကို နံနက်ည ကြွေဇွန်းကြီး ၂-ဇွန်းမျှကို နံနက်တကြိမ် ညတကြိမ်ကျ မှန်မှန် သောက်ပါက တပတ်အတွင်း အလွန်ဆုံး ၂-ပတ်ဖြင့် ပျောက်ကင်းပါသည်။

မဉ္ဇူပင် (၄-နာရီပန်း)

သက္ကတ	संध्या कलि
ဟိန္ဒီ	गुलबांस (ဂု,လ်-ဗာ,ဆ)
လက်တင်	Mirabilis Jalapa

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်သည်၊ အရွက်သည် ၄-လက်မမှ ၅-လက်မ အထိ ရှည်၏၊ အကိုင်းအခက် အလွန်များ၏၊ အမြစ်များ၌ ဥရှိ၏၊ တခါစိုက်ပြီး အပင် ဖြစ်ထွန်းသွားသည်ရှိသော် ဖျက်ဆီးရန် ခက်ခဲ၏၊ အပွင့်သည် ညနေချမ်း (၄) နာရီလောက်တွင် စ၍ ပွင့်တတ်၏၊ အပွင့်သည် အများအားဖြင့် ခရမ်းရောင်, အနီ, အဝါ, အဖြူရောင်စပ်များ ရှိ၏၊ ထို့ကြောင့် ထိုအပင်ကို (၄) နာရီပန်းဟု ခေါ်၏၊ ပန်းဥယျာဉ်တို့၌ များစွာ စိုက်ပျိုးကြကုန်၏။ အနံ့မရှိ၊ မိုးရာသီ၌ ပွင့်၏၊ အစေ့သည် ငြုပ်ကောင်း ကဲ့သို့ ဖြစ်၏၊ အမြစ်သည် ဟောင်းသွားသော အခါ သဘော်စိန္ဒဘော် ကဲ့သို့ အကျိုးပြု၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရွက်သည် ခါး၏၊ အဖု အနာကို ပျောက်ကင်း စေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ လိင်နိမိတ်ရောဂါ၌ အကျိုးပြု၏၊ အပူကို နည်းပါးစေ၏။

မှတ်ချက်။ ။ပန်းတို့မည်သည် ပွင့်လန်းပြီးနောက် ညှိုးခြောက် ရာ၏၊ ညှိုးခြောက်သွားသော ပန်းတိုင်းပင် ထပ်မံ၍ ပွင့်လန်းရိုး ထုံးစံ မရှိပေ၊ ထိုပန်းမဉ္ဇူပန်းကား ပန်းလောက ပန်းသဘာဝမှ ထူးခြား၏၊ ပွင့်ပြီးနောက် ညှိုး၍ အချိန်အတန်ကြာသော အခါ ပြန်လည်၍ ပွင့်လန်းလာသည်၊ ထိုသစ်ပင်၏ တည်ရှိသော ပကတိ အရည်အသွေးကို အထောက်အထားပြု၍ ဗိန္ဒော ဆရာမြတ် တို့သည် ပန်းသေ, ပန်းညှိုး ရောဂါ၌ ထိုဥများကို အသုံးပြုကြရသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ဆေးဘက်အမျိုးပေါင်း ၆၄-ကျော် ၇၀ ကျော် ဖော်ရသော ဆေးကြီးမျိုးတွင် အချို့ ဆေးနည်းတို့၌ ထိုအပင်၏ အပွင့်ကို များသော အားဖြင့် ဆေးဘက်တွင် အသုံးပြုရ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ညောင်းကျရောဂါ။ ။မဉ္ဇူပန်းဥ, ချင်းခြောက်, ငြုပ်ကောင်း, ပိတ်ချင်းသီး ၎င်းတို့ကို အမှုန့်ပြု၍ ပျားရည်နှင့် လျက်ပေးမူ ညောင်းကျရောဂါ ပျောက်ကင်းသည်။

သွေးဆိုးပွား၍ ယားယံခြင်း။ ။ဝမ်းချုပ်၍ သည်းခြေပျက်ပြီးလျှင် တကိုယ်လုံး၏ အရေပြားပေါ်တွင် ယားနာဖုကလေးများ ပေါက်၍ မနေနိုင်အောင် ယားယံမူ မဉ္ဇူရွက်စိမ်း၏ သတ္တုရည်နှင့် လိမ်းသပ်ပေးပါ၊ (အရွက်စိမ်းနှင့်လည်း ပွတ်နိုင်၏။)

အကြောထုံး အဆစ်လွဲ လိမ်းဆေး။ ။အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်း ကျိုးခြင်း, အဆစ်လွဲခြင်း, အကြောထုံးဖွဲ့ခြင်း စသော ဒဏ်ဖု ဒဏ်ရာများကို ၎င်းအရွက်ကို ရေအေးနှင့် သွေးပြီးလျှင် သို့မဟုတ် ကြိတ်ပြီးလျှင် လိမ်းပေးပါ။

မှတ်ချက်။ ။ဆီးရောဂါ အမျိုးမျိုးတို့၌လည်း ဆီးအရောင် နှင့် အပွင့် အရောင်ကို ကြည့်၍ ဥမြစ်ကို ပြုတ်၍ သောက်ကြ၏၊ ပန်းသေ ရောဂါ၌ ၎င်းဥမြစ်ကို ရေနွေးဖြင့် အနည်းငယ် ပြုတ်ရ၏၊ နူးရုံ သာ ပြုတ်ပါ၊ ဥရည်များ ထွက်သွားသည်အထိ မပြုတ်ရ၊ ၎င်းကို ခြေလိုက်သော် အနှစ်ကဲ့သို့ ဖြစ်နေသည်၊ ၎င်းကို ပျားရည်စသည်ဖြင့် ရောစပ်ပြီးလျှင် သင့်တော်သော ဇသွးအားကို ဖြင့်စေသည်၊ အခြားဆေးဘက် ပစ္စည်းများဖြင့်လည်း ရောစပ်၍ အသုံးပြုကြကုန်၏၊ အမျိုးသမီးများ၏ ယောနိလမ်းတလျှောက်တွင် ပူလောင်ပြီးလျှင် အရည်အမျိုးမျိုး ရောင်ရမ်း ကျဆင်းတတ်၏၊ ကျဆင်းသော အရည်၏ အရောင်လိုက် ဖော်ပြပါ အပွင့်အရောင်လိုက် စီစစ်ပြီးလျှင် ထိုဥမြစ်ကို အသုံးပြုကြ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မုတ္တကျီး

သက္ကတ रूमकुन्दरू

ဟိန္ဒီ रूमा मस्तगी (ရူမီ-မဆတကီ)

လက်တင် Pistacia Lentiscus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အစေးတမျိုးဖြစ်သည်၊ ပိစတားပင် တမျိုးမှ ထွက်သည်၊ အရောင်ဝါ၏၊ ၎င်းသည် တန်ဘိုးရှိသော ဆေးမျိုး ဖြစ်သဖြင့် အခြားသော အစေးတို့ကို ထည့်သွင်း၍ ရောင်းချတတ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အများအားဖြင့် အစေးကို အသုံးပြုရသည်၊ ထက်မြက်စေတတ်၏၊ တွန့်ရှုံ့စေတတ်၏၊ သလိပ်ကို နိုင်၏၊ အဆုတ်၌ သလိပ်ပွားခြင်းကို လျော့နည်းစေ၏၊ အသက်ရှူ ပြွန်ချောင်း၌ သလိပ်များ ပိတ်ဆို့နေသော် မုတ္တကျီးကို ရေနှင့်ကျို၍ သောက်ပါက ပျောက်ကင်း၏၊ အစာမကြေရောဂါ, ခံတွင်း အနံ့ မကောင်းခြင်း တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

မကျီးပေါက် (ငါးကျီးပေါက်)

သက္ကတ (မဟာပိဏ္ဍီတက)

မရာဋ္ဌီ (မိုနိဂေလီ)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။သမင်ဇာဖြူပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ သို့သော် ၎င်းသည် သမင်ဇာဖြူထက်ကြီး၏၊ ၎င်းကိုင်းများနှင့် အရွက်ရင်းတွင် ချွန်ထက်၍ ရှည်သောဆူး ရှိ၏၊ တရွက်တွင် ဆူးတချောင်းသာ ရှိ၏၊ အရွက်မှာ ဉပုံသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အရွက် ချွန်၏၊ အသီးမှာ သမင်ဇာသီးအောက် ငယ်၏၊ ဆေးဘက်တွင် အခေါက်ကို အသုံးပြုရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအခေါက်သည် သွေးများကို စင်ကြယ်စေ၏၊ ဖောရောင်ခြင်းကို ပယ်တတ်၏၊ ခေါက်တို့ကို တောင့်တင်း ခိုင်မာစေ၏၊ အခေါက်ကို ရေအေးနှင့် သွေး၍ လိမ်းမူ ထိခိုက် ရှန၍ ရောင်ခြင်း, ငန်းမန်းလိုက်၍ ရောင်ခြင်းတို့ ပျောက်ကင်း၏၊ သွေးစုရှ် ခဲနေခြင်းကို ပြန့်နှံ့စေသော စွမ်းရည် ရှိ၏။

မှတ်ချက်။ ။အထက်ပါ သစ်ပင်ကို အချို့ မကျီးပေါက် ဟူ၍၎င်း, အချို့ ငါးကျီးပေါက် ဟူ၍၎င်း ခေါ်ကြသည်၊ အမှန်မှာ ငါးကျီးပေါက်သာ မှန်၏၊ အကြောင်းမှာ အင်းသမားတို့သည် ငါးကျီးများ ဖမ်းယူသည့်အခါ (ခေါက်ချွန်း) ကဲ့သို့ အကိုင်းတန်ကို ဖြတ်လိုက်လျှင် ဆူးတချောင်း နှင့် ငါးကျီး ပေါက်ချွန်း၏ သဏ္ဌာန်နှင့် တူသောကြောင့်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ငါးကျီးပေါက်သာ မှန်မည် ထင်၏၊ ထိုနှင့် အလားတူ ငါးကျီးဆူးပေါက်လည်း ရှိသေး၏၊ ၎င်းကား တဆစ်တွင် ဆူး ၂·ချောင်း ဘယ်ညာ ကားလျက် ငါးကျီးဆူးတောင်ကဲ့သို့ ထွက်၏၊ ထို့ကြောင့် ငါးကျီးဆူးပေါက် ဟု ခေါ်ကြလေသည်၊ သို့ပါ၍ ငါးကျီးပေါက် နှင့် ငါးကျီးဆူးပေါက်ကို ခွဲခြား၍ သိလောက်ပါပြီ။

မန်ကျည်းသီး

သက္ကတ आम्लिका

ဟိန္ဒီ इमली (ဣမလီ)

လက်တင် Tamarindus indicus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှားသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဥ္စငါးပါးစလုံးကို သုံးရ၏၊ အသီးအစိမ်းသည် ချဉ်၏၊ ချို၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါကၡ ချဉ်၏၊ သည်းခြေ နှင့် သလိပ်ကို ဖြစ်စေ၏၊ လေ နှင့် သွေးကို ဖျက်ဆီးတတ်၏၊ အသီးမှည့်သည် ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ခြောက်ထပ်၏၊ အနည်းငယ် ဝမ်းသက်၏၊ ပူ၏၊ သလိပ် နှင့် လေကို နိုင်နင်း၏။

အသီးသီး အသုံးပြုနည်း

မန်ကျည်းပင်။ ။မန်ကျည်းပင်သည် ပူ၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ ချဉ်၏၊ သည်းခြေကို ဖြစ်စေတတ်၏၊ သလိပ် ပွားစေ၏၊ သွေးကို ဖျက်ဆီးတတ်၏၊ လေကို နိုင်၏။

၎င်းအခေါက်။ ။၎င်းအခေါက်၏ ပြာသည် ညောင်းကျရောဂါ, ဆီးနှင့် စပ်သော ရောဂါများတွင် အသုံးပြုရ၏။

၎င်းအရွက်။ ။အရွက်သည် ရောင်ရမ်းခြင်း နှင့် သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း, နားရောဂါ, မျက်စိရောဂါ, မြွေဆိပ်သင့်ခြင်း၌ အသုံးပြုရ၏။

၎င်းအပွင့်။ ။၎င်းအပွင့်သည် အနည်းငယ် ချဉ်၏၊ နှုတ်ကို မြိန်စေ၏၊ ဝမ်းမီး တောက်၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ လေနာ, သလိပ်နာ, ဆီးလွန်နာ တို့ကို နိုင်၏။

၎င်းအသီးစိမ်း။ ။၎င်းအသီးစိမ်းသည် အလွန် ချဉ်၏၊ ချုပ်၏၊ ပူ၏၊ ဝမ်းမီး တောက်၏၊ နှုတ်ကို မြိန်စေ၏၊ သွေး သည်းခြေ နှင့် လေ သလိပ်ရောဂါတို့ကို နိုင်၏။

၎င်းအစေ့ခွံ။ ။၎င်းအစေ့ခွံသည် သွေးဝမ်း, ပိတ်ဝမ်း သွားခြင်းတို့ကို ပယ် တတ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မန်ကျည်းသီးအမှည့်။ ။အမှည့်သည် ချို၏၊ ဆီးဝမ်းကို ရှင်စေ၏၊ နှလုံးရောဂါနှင့် မလ တို့ကို သုတ်သင်ထုတ်၏၊ ခိုင်မာတောင့်တင်း စေတတ်၏၊ ဝမ်းမီးတောက်၏၊ နှုတ်ကို မြိန်စေ၏ ပူ၏၊ ခြောက်သွေ့၏၊ အနာပေါက်ရောဂါ, သလိပ်နာ, လေနာ, ပိုးနာတို့ကို နိုင်နင်း၏။

မန်ကျည်းသီးအမှည့် အသစ်။ ။မန်ကျည်းသီးအသစ်သည် လေ နှင့် သလိပ်ကို တိုးပွားစေ၏၊ (သို့ရာတွင်) တနှစ်ကြာပြီးသည့်နောက် လေ နှင့် သည်းခြေ ရောဂါများကို နိုင်နင်း၏၊ အဟောင်း နှင့် အသစ် ထူးခြားမှု ရှိသည်ကို သတိပြုပါ။

မန်ကျည်းသီးအမှည့် အဟောင်း။ ။မန်ကျည်းသီးဟောင်းသည် လေ နှင့် သည်းခြေကို အကျိုးပြု၏။

မန်ကျည်းပြင် အခြောက်။ ။မန်ကျည်းပြင်အခြောက်သည် နှလုံးကို အားပေး၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ ရေငတ်ခြင်း, မူးဝေခြင်း, ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း, ပိုးနာ ကျရောက်ခြင်းတို့ကို ဖျက်ဆီးနိုင်၏။

မန်ကျည်းပင်ခေါက် ပြာဆား။ ။မန်းကျည်းပင်ခေါက် ပြာဆားသည် ဝမ်းမီးနှံ့ခြင်း, ထိုးအောင့် နာကျင်ခြင်းကို ပယ်ဖျောက်တတ်၏။

မန်ကျည်းဖျော်ရည်။ ။မန်းကျည်းသီးဖျော်ရည်သည် ပူလောင်ခြင်းကို ပတ်တတ်၏၊ သလိပ်ကို ဖြစ်ပွားစေ၏၊ နှုတ်မြိန်စေ၏၊ လေနာကို ပယ်ဖျောက်တတ်၏၊ သို့သော် သကြားနှင့် ဆတူ စပ်၍ ဖျော်သော ဖျော်ရည်သည် သလိပ် နှင့် သည်းခြေရောဂါကို နိုင်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ပိတ်ဝမ်းသွားရောဂါ။ ။မန်ကျည်းစေ့ရင့်ရင့်အခွံကို အမှုန့်ပြု၍ ၎င်းအမှုန့် ၃-ကျပ်သား, ဇီယာ ၆-ပဲသား, သကြားခဲ ၆-ပဲသား, ၎င်းသုံးပါးကို အမှုန့်ပြု၍ ၎င်းအမှုန့် ၄-ပဲသားကို ၃-နာရီလျှင် တကြိမ်ကျ သောက်ပါက အရိအရွဲ သလိပ်စ, သွေးစများ နှင့် နာကျင်၍ သွားသော ဝမ်းရောဂါကို ပျောက်ကင်း၏။

၎င်းနောက် တနည်း။ ။တနှစ်သားရှိသော မန်ကျည်းပင်ငယ်၏ အမြစ် နှင့် ပြုပ်ကောင်းစေ့ ၂-စေ့ ၎င်းနှစ်ပါးကို အညီအမျှ ချိန်၍ ဒိန်ချဉ်ရည်နှင့် ကြိတ်ပြီး လုံးထားပါ၊ တနေ့လျှင် ၃-ကြိမ်ကျ ကျွေးပါက ပိတ်ဝမ်းရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ (အထက်ပါ အချိန်မှာ တခွက်စာ ဖြစ်သည်။)

သုက်ဓာတ် အားနည်းခြင်း။ ။မန်ကျည်းစေ့ကို ညက စိမ်ထား၍ နံနက်လင်းသော အခါ အခွံကို ပစ်၍ အဆံဘိုကို ညက်ညက်ကြိတ်ပါ၊ ၎င်းကြိတ်ပြီးသော မန်ကျည်းစေ့ဆံနှင့် ကြံသကာ ဆတူ ရောစပ်ပြီးလျှင် ၆-ပဲသားမျှ မှန်မှန်လုံးထား၍ အရိပ်တွင် လှမ်းထားပါ၊ ၎င်းအလုံးကို နံနက်တလုံး ညတလုံး မှန်မှန်သောက်က သုက်အားနည်းခြင်း ကင်းလျက် အားအင်ပြည့်ဖြိုးလာပါလိမ့်မည်၊ ၎င်းဆေးနည်းသည် လူဆင်းရဲများအဖို့ အလွန် ကောင်း၏။

နှလုံးပူလောင်ခြင်း။ မန်ကျည်းနှစ် နှင့် သကြားခဲ ဆတူ ရော၍ မကြာ မကြာ လျက်ပေးပါက နှလုံးပူလောင်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အတွင်းလိပ် ပျောက်ဆေး။ ။ချင်းခြောက်လှော် ၄-ပဲ, နံနံစေ့လှော် ၄-ပဲ ၎င်း ၂-ပါးကို အမှုန့်ပြု၍ ၎င်းနောက် ဒိန်ချဉ် ၃ိ-သလဲသီးအမှည့်ကို အခွံနှင့်တကွ ညှစ်ယူသော သတ္တုရည် ၂ိ-မန်ကျည်းသီး ၅ိ-ကို ရေ ၃ဝိ-နှင့် ဖျော်၍ အထက်ပါ လေးမျိုးနှင့် ကျိုချက်ပါ၊ ၎င်းဆေးကို ညနံနက် တကြိမ်ကျ သောက်ပါ (တခွက်စာ ကြွေဇွန်းကြီး ၂-ဇွန်းမှ ၃-ဇွန်း အထိ)၊ အတွင်းလိပ်မှ အသားတက်, အသားဖုများ ကျွေကျ၍ သွေးယိုစီးခြင်းမှ ပျောက်ကင်းပါ လိမ့်မည်။

ခံတွင်းပျက် ပျောက်ဆေး။ ။မန်ကျည်းကို (ဖျော်ရည်စိမ် သကဲ့သို့) ရေ အလော တော်နှင့် ဖျော်ပြီး ကျက်ရုံချက်ပါ၊ ၎င်းတွင် ထန်းလျက် သင့်ရုံနှင့် သစ်ကျပိုး, ဖာလာဖြူ, ငြုပ်ကောင်းတို့ကို အမှုန့်ပြု၍ တန်ရုံထည့်ပြီး ဖျော်ရည်သအောာ သောက်မူ နှစ်ရှည်လများ စား သောက် မကောင်းဘဲ ခံတွင်းပျက်ခြင်းမှ ပျောက်ကင်း၏။

ဂူလုံးရောဂါ ပျောက်ဆေး။ ။မန်ကျည်း ပဋ္ဌေါးပါးကို ပြာချ၍ ဆားချက်ပြီး လျှင် ညနံနက် တခွက်စာကို ၂-ရွေးမျှ သောက်ပါက အသစ်ဖြစ်သော သွေးလုံး, လေလုံးများ ပျောက်ကင်း၏။

နားကိုက် ရောဂါ။ ။မန်ကျည်းရွက် သတ္တုရည်ကို နှမ်းဆီနှင့် ရော၍ ချက်ပါ၊ ၎င်းဆီချက်ကို နားတွင် အနည်းငယ် ခပ်ပေးမူ နားကိုက်, နားနာ ပျောက်ကင်း၏။

ဆီးလွန်ရောဂါ။ ။မန်ကျည်းစေ့ကို တညစိမ်၍ နံနက်စောစော အခွံကို ခွာပစ်ပါ၊ ၎င်းအဆံကို နွားနို့နှင့် ကြိတ်၍ တခွက်စာ ၄-ပဲသားမျှ နံနက် ည သောက်မူ မီးယပ်ဖြူဆင်း ခြင်း, ဆီးလွန်ခြင်းများ ပျောက်ကင်း၏။

အပူလွန်၍ ယားယံခြင်း။ ။အပူလွန်၍ ယားယံခြင်းဖြစ်မူ မန်ကျည်းရွက် သတ္တုရည် ကို လိမ်းပေးမူ ပျောက်ကင်း၏။

မြွေဆိပ် နိုင်ဆေး။ ။မန်ကျည်းရွက် သတ္တုရည် ၁၂-ပဲ, သိန္ဓော ၆-၈ ပဲသားနှင့် ရော၍ သောက်က မြွေဆိပ် ပြေ၏။

ချွေးထွက်လွန်ပြီး ချွေးအနံ့ဆိုးခြင်း။ ။မန်ကျည်းရွက် နှင့် ကလိန်စေ့ ၎င်း ၂-မျိုး ကို ရော၍ စားက ချွေးအလွန်ထွက်ခြင်း, ချွေးနံ့မကောင်းခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

အတီသာရ ဝမ်းသွား နှင့် ဝမ်းကိုက်ရောဂါ။ ။မန်ကျည်းစေ့ အဆံကို သွေး၍ သောက်မူ အတီသာရ ဝမ်းသွားခြင်း, ဝမ်းကိုက်ရောဂါဖြစ်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

အနာပေါက် နှင့် အဆိပ်ပြေဆေး။ ။မန်ကျည်းအခေါက်ကို ရေနှင့် သွေး၍ အနာဖု များကို၎င်း, အဆိပ်ရှိ သတ္တဝါများ ကိုက်သော ဒဏ်ကို၎င်း လိမ်းပေးမူ အနာဖုများနှင့် အဆိပ် သင့်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဆီးပူခြင်း။ ။မန်ကျည်းရွက်၏ သတ္တုရည်ကို နံနက်ည ကြွေဇွန်းကြီး တဇွန်းကျ သောက်က ဆီးပူခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ချေးသီးစက်၍ ပူလောင်ခြင်း။ ။မန်ကျည်းရွက် သတ္တုရည်ကို သောက်က ချေးသီး စက်၍ အရေပြားပေါ်၌ အနာများဖြစ်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ သစ်စေးစက်ရာ၌လည်း အသုံးပြုနိုင်၏။

သွေးမြင်းသရိုက်ဆေး။ ။မန်ကျည်းခေါက်ကို အမှုန့်ပြု၍ နံနက်တကြိမ် ညတကြိမ် နွားဒိန်ချဉ်ရည်ဖြင့် သောက်မူ ပျောက်ကင်း၏၊ တခွက်စာ ၄-ပဲသားမျှ သောက်ပါ။

ဆီးလွန်ရောဂါ။ ။မန်ကျည်းအခေါက် ပြာဆား ၆-ပဲ အုန်းစိမ်းရည် ၄၀-သားနှင့် တနေ့တို ၂-ကြိမ် ၅-၆ ရက် ဆက်၍ သောက်မူ တဖြည်းဖြည်း သက်သာရာ ရလိမ့်မည်။

ကိုယ်ရေဝါရောဂါ။ ။မန်ကျည်းအခေါက် ပြာဆား ၁၂ ပဲ ဆိတ်ကျင်ငယ်ရည် ၃၀-သားနှင့် သောက်က ကိုယ်ရေဝါရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ကင်းဆိပ်ပြေဆေး။ ။မန်ကျည်းစေ့၏ အတွင်းအဆံကို သွေး၍ ကင်းကိုက်သော ဒဏ်ရာသို့ လူးပေးမူ ကင်းဆိပ်ပြေ၏။

ကြွက်ဆိပ် ပြေဆေး။ ။မန်ကျည်းသီး ၂၀-၁၂-ပဲ ခမောသာ ၁-၈-ပဲသားကို ထောပတ်ကောင်းကောင်းနှင့် တေ၍ နံနက် ည စားမူ ကြွက်ကိုက်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်သော အဆိပ် ကျဆင်း၏။

မျက်စိကိုက်ရောဂါ။ ။မန်ကျည်းရွက်စိမ်းကို ကြက်ဆူရွက် အစိမ်းနှင့် ထုပ်ပြီး နောက် ၎င်းအထုပ်ကို အဝတ်နှင့် ဇော်မံ၍ မီးမှာ အနည်းငယ် နှပ်၍ အရည်ညှစ်၍ ယူပါ၊ ၎င်းသတ္တုရည်တွင် ကျောက်ချဉ် မီးဖုတ် အနည်းငယ် နှင့် ဘိန်း ဆင်ခေါင်း ပဲစေ့မျှကို ထည့်၍ ကြေးခွက်တွင် ထည့်ထားပါ၊ ၎င်းအရေကို အဝတ်မှာ ဆွတ်၍ မျက်စိပေါ်မှာ အုပ်ထားမူ မျက်စိ ကိုက်, မျက်စိအောင့်, မျက်စိကျိန်းစပ်ခြင်း, ယားခြင်း စသော မျက်စိနာများ ပျောက်ကင်း၏။

အစာမကြေခြင်း။ ။မန်ကျည်း အပွေးကို ကျွမ်းအောင် ဖုတ်၍ အမှုန့်ပြုထားပါ၊ ညအိပ်ရာဝင်လျှင် ၆-ပဲသားမျှ ရေနွေးနှင့် သောက်က အစာမကြေရောဂါ ပျောက်ကင်းပါ လိမ့်မည်။

ဆေးခြောက်မူးခြင်း။ ။မန်ကျည်းသီးကို ရေနှင့် ဖျော်၍ သောက်မူ ဆေးခြောက် အမူးလွန်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ခံတွင်းပျက်နှလုံးနာရောဂါ။ ။ချင်းခြောက်ရင့်ရင့် နှင့် မန်ကျည်းသီး ရင့်ရင့်ကို ရေ အေးနှင့် နယ်၍ သကြားသင့်ရုံထည့်ပါ၊ ၎င်းနောက် ထိုရေထဲတွင် ဖာလာစေ့, လေးညှင်းပွင့်, ပချပ်, ငြုပ်ကောင်းတို့ကို အမှုန့်ပြု၍ ရောပြီးလျှင် နှုတ်ငုံဆေးအဖြစ်နှင့် ခဏခဏငုံ၍ ပေးမူ ခံတွင်းပျက် ခြင်း, နှလုံးနာခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ဝမ်းချုပ်ခြင်းနှင့် သည်းခြေပူလောင်ခြင်းရောဂါ။ ။မန်ကျည်းမှည့် ၆ဝိ, ရေတပိဿာ နှစ်ဆယ်ကို ၄-နာရီမျှ ရေတွင်စိမ်၍ထားပါ၊ ထို့နောက် ရေထက်ဝက်ခန်းအောင် မီးခဲဖြင့်ချက်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)

ပါ၊ ၎င်းနောက် သကြားကို မပြစ်မကျဲ ကျိုပြီးလျှင် ရှာလပတ်ရည် ဖျော်သကဲ့သို့ ဖျော်ပါ၊ ၎င်း ဖျော်ရည်ကို တနေ့လျှင် ၁၀-ဂ-ပဲမှ ၄၀-သားမျှကို ဓာတ်ချုပ်သူမှာ ညသောက်၍· သည်းခြေ ပူသူမှာ နံနက်စောစောသောက်မူ ဓာတ်ချုပ်ခြင်း၊ သည်းခြေပူလောင်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ခံတွင်းပျက် နှင့် ဝမ်းရောင်ရောဂါ။ ။မန်ကျည်းသီးကို ကွမ်းသီးလုံးမျှယူ၍ ရေ ၂၅၀· နှင့် ကြွေအိုးတွင် စိမ်ထားပါ၊ မန်ကျည်းသီး အလွန် နူးသောအခါ လက်ဖြင့်နယ်၍ စစ်ပြီးလျှင် တခြား ကြွေအိုးတွင် ၎င်းရေကို ငှဲထားပါ၊ ၎င်းမန်ကျည်းရေတွင် သိန္ဓော၊ ဇီယာ၊ သကြားခဲ တို့ကို သင့်တော်ရုံ ထည့်၍ ၎င်းပြင် ရှိန်းခိုကို မီးသင်းပြီး အနည်းငယ် ထပ်၍ ထည့်ပါ၊ ၎င်းမန်ကျည်း ဆေးရည်ကို ည နံနက် မှန်မှန်သောက်က အစားအစာကို မကြည့်လိုခြင်း၊ မြင်ရုံနှင့် ပျို့တက်ခြင်း၊ ခံတွင်းပျက်ခြင်း၊ အစာမကြေခြင်းတို့ ပျောက်ကင်း၍ စားကောင်း သောက်ကောင်းဖြစ်ပြီးလျှင် ဝမ်းမီးတောက်၍ လာလိမ့်မည်။

အန်ခြင်း၊ လေချဉ်တက်ခြင်း။ ။မန်ကျည်းခေါက်ကို အပွေးနှင့်တကွ ပြာချပါ၊ ၎င်းပြာ ၁၂-ပဲ၊ ရေ ၂၀-သားနှင့် ရောပြီးသောက်မူ လေချဉ်တက်ခြင်း၊ အန်ခြင်းတို့သည် ခဏ ချင်း ပျောက်ကင်းသွားလိမ့်မည်၊ ၎င်းဆေးရည်ကို ထမင်းစားပြီးသည့်နောက်မှ သောက်ပါ။

ဝမ်းပိုက်ထိုးအောင့်နာကျင်ခြင်း။ ။မန်ကျည်းခေါက်ပြာ (အထက်နည်းအတိုင်း) ကို ၂-ပဲသားမျှယူ၍ ပျားရည်နှင့်ဖျော်ပြီး လျက်မူ ဝမ်းပိုက်ထိုးအောင့်နာကျင်ခြင်း ပျောက်ကင်း ၏၊ ကလေး လူကြီး သုံးနိုင်၏။

သည်းခြေပျက်သောရောဂါ ပျောက်ရန်။ ။ဖန်ခွက်၊ ဖန်အိုးတခုတွင် မန်ကျည်းပွင့်ကို ထည့်ပါ၊ ၎င်းမန်ကျည်းပွင့် အပေါ်မှာ သကြားခဲ ထည့်ပါ၊ ထို့နောက် သကြားခဲပေါ်တွင် မန်ကျည်းပွင့် ထည့်ပါ၊ ဤနည်းဖြင့် ခွက်ပြည့်အောင် တထပ်စီ ထည့်၍ နေတွင် ဂ-ရက် လှမ်းပါ၊ ၎င်းနောက် ကြွေဆံ့ စသည်ဖြင့် သမအောင် မွှေထားပါ၊ ၎င်းကို ည၊ နံနက် ကွမ်းသီးလုံးမျှ သုံး ဆောင်ပါက စိတ်ပြန့်လွင့်ခြင်း၊ သတိမေ့လျော့ခြင်း၊ သည်းခြေပျက်ခြင်း စသော ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

ကာလဝမ်းရောဂါပျောက်ဆေး။ ။မန်ကျည်းသီး (အဟောင်း) ကြက်သွန်ဖြူ (၎င်းကို ဒိန်ချဉ်ရည်ဖြင့် စိမ်၍) ၎င်းကြက်သွန်ဖြူကို အခွံချွတ်ပြီးလျှင် ချေးသီး၊ ၎င်း ၃-မျိုး ကို အညီအမျှစု၍ ညက်ညက်ကြိတ်ပြီး ရွှေးငယ်မျှလုံး၍ အရိပ်တွင် ခြောက်ပါစေ၊ ကာလဝမ်း၊ ရေငတ်ဝမ်းကျ၊ ပင်လယ်အူခြောက် စသော ဝမ်းရောဂါများကို ၁၅-မိနစ်ခြားတွင် တလုံးကျ၊ တလုံးကျကို ကြက်သွန်ဖြူ သတ္တုရည်၊ လဘက်ရည် ဇွန်းငယ်တဇွန်းမျှနှင့် ရောဖျော်ပြီး သောက်မူ လျင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်း၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မန်ကျည်း (သစ်)

ဟိန္ဒီ (ဆိရဆဝိလာ)

လက်တင် Albizzia odoratissima

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ငင်းသစ်ပင်သည် ပေ ၅၀-မှ ၆၀-အထိ နှင့် လုံးပတ် ၅-ပေမှ ၆-ပေ အထိ ရှိသော ပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ အပွေးသည် ဖြူဝါရောင်သန်းလျက် ဝါ၏၊ အပွင့်များသည် အဆုပ်လိုက် ပွင့်၏၊ အပွင့်၏ ညှာတန်သည် ၁-လက်မခွဲမျှ ရှည်၏၊ အသီးတောင့်မှာ နီညိုရောင် ရှိ၏၊ ၆-လက်မမှ ၈-လက်မအထိ ရှည်၏၊ ၁ လက်မမှ ၁-လက်မခွဲမျှ အနံကျယ်၏၊ အစေ့သည် သုံးမတ်မျှခန့် ကြီး၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဆင်ခြေထောက်ရောဂါ, အရေပြားရောဂါ, ချောင်းဆိုးရောဂါ များကို ပျောက်ကင်း စေတတ်၏။

မှတ်ချက်။ ။ငင်းမန်ကျည်းကို အချို့ သစ်မကြီး ဟု ခေါ်ကြသည်။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

နူနာ။ ။ငင်းအခေါက်ကို သွေး၍ လိမ်းမူ နဲဘီးနာများ နှင့် အရေပြားရောဂါ, ယားနာများ ပျောက်ကင်း၏။

အဖုအပိမ့်များ။ ။နာတာရှည် အဖုအပိမ့်များကို ငင်းအမြစ်ကို သွေး၍ လိမ်းမူ ပျောက်ကင်း၏။

အနာပေါက်များကျက်ဆေး။ ။ငင်းအခေါက်ကို အမှုန့်ပြု၍ အနာများပေါ်သို့ မကြာမကြာ ဖြူး၍ဖြူး၍ပေးမူ အနာများ အသားနုတက်၍ အကျက်မြန်၏။

လေထိုးလေအောင့်။ ။သစ်မန်ကျည်းရွက်, ကြောင်ပန်းရွက်, ဒန့်သလွန်ရွက်, ငင်းတို့ကို အမျှစု၍ ရေဖြင့် ကျိုပြီးလျှင် လေနာရောဂါရှင်အား အခိုးခံ၍ငင်း, ငင်းအဖတ်များကို အုံပေးသော်ငင်း ပွတ်လုပ်ပေးမူ ပျောက်ကင်း၏။

ချောင်းဆိုးရောဂါ။ ။ငင်းအရွက်ကို ကျို၍ အနည်းငယ်မျှ သောက်မူ ချောင်းဆိုးရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ကလေးများ သွားပေါက်လွယ်ဆေး။ ။ကလေးများ သွားပေါက်ချိန်တွင် ငင်းအစေ့များကို ပုတီးကုန်း၍ လည်ပင်း၌ ဆွဲပေးပါမူ သွားပေါက်ချိန် ဖြစ်ပေါ်တတ်သော သူငယ်နာ မျိုးစုံတို့ကို ပယ်ရှား၍ သွားလည်း အလွယ်တကူ ပေါက်စေတတ်၏။

—

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မုန်ညှင်းဖြူ

သက္ကတ सर्षप
ဟိန္ဒီ सरसों (ဆ,ရ်ဆွံ)
လက်တင် Brassica alba

အရသာ။ ။စပ်၏၊ ခါး၏၊ သတ္တိ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပြေပြစ်၏၊ ထက်မြက်၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ သလိပ် လေ တို့ကို ကင်းငြိမ်းစေ၏၊ သွေးအန်, သွေးကျ, ရက္ခိုသ် ဖမ်းစားခြင်း, ယားယံခြင်း, နူနာ, ဝမ်းပိုက်၌ တည်သော ပိုး, ဂြိုဟ်ဖမ်းစားခြင်း စသည်တို့၌ အသုံးပြုရာ၏။

မှတ်ချက်။ ။မုန်ညင်းသည် အနီ, အဝါ, အဖြူ ဟူ၍ ၃-မျိုး ရှိသည်၊ တမျိုး နှင့် တမျိုး ဂုဏ်အားဖြင့် မထူးခြားကြပေ၊ သို့ရာတွင် အဖြူကို အများအားဖြင့် အသုံးပြုကြ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အဆစ်အဆက်ရောင်ခြင်း။ ။မုန်ညင်းဖြူစေ့ကို ကွမ်းစားဂမုန်းနှင့် သွေး၍ လိမ်းပေးမူ ပျောက်ကင်း၏။

နားနာရောဂါ။ ။အအေးလွန်၍ ကိုက်သော နားနာကို မုန်ညင်းဆီ အနည်းငယ် ခပ်၍ ပေးမူ ပျောက်ကင်း၏။

ပွေးနာ ယားနာ။ ။မုန်ညင်းဆီ, မရိုးရွက် သတ္တုရည်, နနွင်းတက် ၎င်းသုံးပါးကို ရော ချက်၍ ဆီကျန်လျှင် စစ်ယူပါ၊ ၎င်းဆီကို ပွေးနာယားနာများကို လူးပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

အမြုံပျောက်ဆေး။ ။မုန်ညင်းစေ့ကို ညက်ညက်ကြိတ်၍ ဂွမ်းလိပ်ငယ်ကို စိုစွတ်အောင် သုတ်လိမ်းပြီးလျှင် ဥတုလာ၍ ပြီးသော အချိန်ကစ၍ ၎င်းဂွမ်းတောင့်ကို ယောနိအတွင်းသို့ သုံးရက်ပြည့်အောင် ထည့်၍ ထားပါ၊ သားသမီး ရစေပါလိမ့်မည်။

မုန်ညှင်းနက်

သက္ကတ कृष्णराजिका
ဟိန္ဒီ कालीराई (ကာလီရာဣ)
လက်တင် Brassica nigra

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်သည် ၂-ပေ ၃-ပေ မြင့်၏၊ အရွက်သည် ၄-လက်မမှ ဂ-လက်မအထိ ရှည်၏၊ အဖျား ကွဲ၏၊ အပွင့် တောက်ပ၏၊ ဝါရောင် ရှိ၏၊ အသီးသည် လက်မ ဝက်မျှ ရှည်၏၊ အစေ့ မဲ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။မုန်ညင်းနီနှင့် တူ၏၊ သို့ရာတွင် ၎င်း၏ အရွက်သည် အလွန် ထက်မြက်၏၊ ခန္ဓာကိုယ်၏ အင်အားကို တိုးပွားစေ၏၊ ပိုးကို နိုင်နင်း၏၊ လည်ချောင်းနာများကို နှိမ်နင်းတတ်၏၊ ၎င်းအစေ့သည်လည်း ပူ၏၊ ထက်၏၊ ခါး၏၊ လေရောဂါကို နိုင်၏၊ သရက် ရွက် ကြီးခြင်းကို ညီညွတ်အောင် ပြုပြင်ပေးတတ်၏၊ ခန္ဓာကိုယ်တွင်း အအေးပတ်ခြင်းကို ပူနွေး စေ၏၊ အရေပြားရောဂါ, ယားယံနာ စသည်များကို ပယ်ဖျောက်တတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

သည်းခြေကြောင့် ဖောရောင်ခြင်း။ ။သည်းခြေကြောင့် ဖောရောင်ခြင်းကို မုန်ညင်း နက်စေ့ကို ပြစ်ချွဲအောင် ကြိတ်၍ ရောင်ရမ်းသော နေရာကို အုပ်ပေးပါ၊ သို့သော် ထိုသို့ အုပ်ထား ကပ်ထားသော နေရာတွင် အသားများ နီမြန်း၍ လာသောအခါ ၎င်းဆေးများကို ခွာပစ်ပါ၊ မခွာဘဲ နေပါက ၎င်းအုံထားသော နေရာများတွင် မီးလောင်ဖုများ ပေါက်လာ တတ်၏။

အဆစ်အဆက်ရောင်ခြင်း။ ။မုန်ညင်းနက်အစေ့ကို (ပလာစတာ) လုပ်၍ ကပ်ပေး ပါက အဆစ်ရောင်၍ နာကျင်ခြင်းကို မြန်စွာ ပျောက်ကင်းစေ၏၊ (သို့မဟုတ်) မုန်ညင်းဆီနှင့် ပရုပ်ကို ဖျော်၍ လူးပေးပါက နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ခလေးများ ချောင်းဆိုးရောဂါ။ ။ချောင်းဆိုးသော ခလေးများ၏ ရင်ဘတ်ကို မုန်ညင်းဆီ လိမ်းပေးပါက ပျောက်ကင်း၏၊

ခလေး လျှော့တတ်သော ကိုယ်ဝန်။ ။ရှိန်းခို ကောင်းကောင်းနှင့် မုန်ညင်းစေ့ကို အမှုန့်ပြု၍ လျက်ဆားသဖွယ် လျက်ပေးပါက သားပျက်တတ်သော ကိုယ်ဝန် ကောင်းမွန်လာပါ လိမ့်မည်။

လေဖောရောဂါ။ ။မုန်ညင်းစေ့, ဒန့်သလွန်ခေါက် ၂-ပါးကို နွားဒိန်ချဉ်ရေဖြင့် သွေး၍ လူးပေးမှု အဖော ကျဆင်းပါလိမ့်မည်။

မြွေဆိပ်ကျဆေး။ ။မြွေဆိပ်သင့်သူများကို မုန်ညင်းဆံကို ကြိတ်၍ ခပ်များများ ကျွေးပါက အန်ပြီးလျှင် အဆိပ်များ ကျဆင်းပါလိမ့်မည်။

ခေါင်းတခြမ်းကိုက်။ ။မုန်ညင်းစေ့နှင့် ခို၏ချေးကို ရောကြိတ်၍ ခေါင်းကိုက်သော နေရာကို လူးပေးပါက နာတာရှည် ခေါင်းတခြမ်းကိုက်ရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

မုန်ညှင်းနီ

သက္ကတ   राजी
ဟိန္ဒီ   राई (राइ)
လက်တင်   Brassica Juncea

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မုန်ညင်းကဲ့သို့ ယာများ၌ စိုက်ပျိုးကြ၏၊ အပင်, အရွက်, အပွင့်, အသီးစသည်တို့သည် မုန်ညင်းနှင့် တူ၏၊ သို့ရာတွင် အသီးသည် မုန်ညင်းထက် ပါး၏၊ အစေ့သည် မုန်ညင်းနှင့် တူ၏၊ သို့ရာတွင် နီမြန်း၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပူ၏၊ သလိပ် သည်းခြေဒေါသကို ပယ်တတ်၏၊ ထက်မြက်၏၊ သွေးအန် သွေးကျကို ဖြစ်စေတတ်၏၊ အနည်းငယ် ခြောက်ထပ်၏၊ ဝမ်းမီးကို ပွားစေ၏၊ ယားယံခြင်း, ကုဋ္ဌရောဂါရှိသော သူ၏ ဝမ်း၌ တည်သော ပိုးတို့ကို ပယ်တတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

နားအူနားလေထွက်ရောဂါ။ ။မုန်ညင်းနီဆီကို နားတွင် အနည်းငယ် အနည်းငယ် ခပ်ပေးပါက နားအူ, နားလေထွက်, နားနာ ပျောက်ကင်းသည်။

အဆစ်အဆက်ရောင် ရောဂါ။ ။ရောင်ရမ်းနာကျင်သော နေရာကို မုန်ညင်းနီဆီကို ခပ်နွေးနွေးပြု၍ လိမ်းပေးမှု သက်သာရာရစေ၏။

သွေးကျိတ် သွေးခဲသော ရောဂါ။ ။ကြက်ဘူချက်ကို မုန်ညင်းနီအဆီသုတ်၍ မီးနွေးနွေး ကင်ပြီးလျှင် ကိုယ်အင်္ဂါ အစိတ်အပိုင်းတို့၌ အလိုအလျောက် သွေးခဲခြင်း ဒဏ်ကြောင့် သွေးစုခဲ ဖြစ်နေသော နေရာများကို ကပ်ပေးပါက သက်သာရာ ရပါလိမ့်မည်။

ဝက်ရူးနာတက်ခြင်း။ ။မုန်ညင်းနီအစေ့ကို အမှုန့်ပြု၍ နှာသဘော ရှူခဲ့သော် ဝက်ရူးနာတက်ခြင်းမှ ကင်းလွတ်၏။

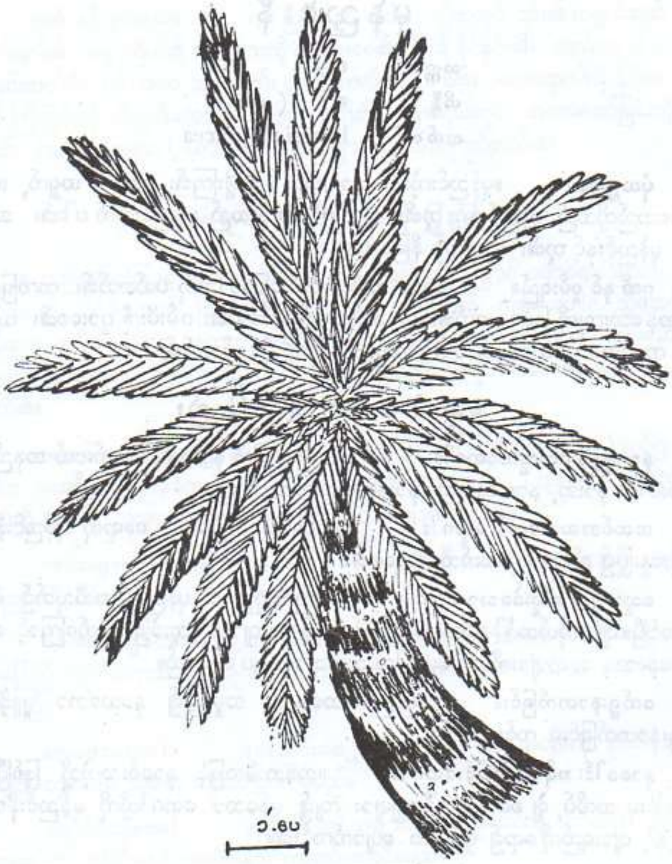
နှာခေါင်း အရိအရွဲယိုခြင်းရောဂါ။ ။အအေးမိသဖြင့် နှာစေးသကဲ့သို့ ဖြစ်ပြီးလျှင် နှာခေါင်းမှ သလိပ်, ချွဲ စသော အရိအရွဲများ ကျ၍ မွန်သော ရောဂါတို့ကို မုန်ညင်းနီအစေ့ အမှုန့်နှင့် ပျားရည်ကို ရော၍ ရှူပါက ပျောက်ကင်း၏။

မုန်တိုင်းသီး

ဟိန္ဒီ   जङ्गली मदनतमस्ट   (ဂျင်္ဂလီမဒ,န်-မဆ,တ်)
လက်တင်   Cycas Rumphii

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အမြဲ စိမ်းလန်းနေ၏၊ စွပလွန်ပင်နှင့် တူ၏၊ အရွက်သည် ပင်ဖျား၌သာ ရှိ၏၊ အသီး ရှည်၍ လုံး၏၊ ကြက်ဥနှင့် တူ၏၊ အရောင်သည် လိမ္မော်ရောင် ရှိ၏၊ မြိတ်နယ်၌

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



မုန်တိုင်း

CYCAS RUMPHII.

जङ्गली मदनतमर (ဂျဂ်လီမဒန့်·တမဆ်)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အများအားဖြင့် ပေါက်ရောက်၏၊ ရှမ်းပြည်တောင်ပိုင်း၌ ပဒိုင်းသီးယုလည်း ခေါ်ကြ၏၊ ဆေးဘက်တွင် အသီးဆံ နှင့် အစေ့ကို သုံးရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။သတ္တိ အေး၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ဆက်မြက်၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ ငိုက်မြည်းစေ၏၊ အစေးကို အနာများ၌ လိမ်းကျံပေးလျှင် ပျောက်ကင်း၏၊ အစေ့ဆံကို ဆန်ဆေးရည်နှင့် ကျိတ်၍ အနာများ, အကျိတ်များကို လိမ်းကျံပေးလျှင် ပျောက်ကင်း၏။

—

မုန်တိုင်း (သီဟိုဠ်)

တာမိလ် မဒ္ဒနာ ဂမ်ဗီရ ဒရိ (မဒန်-ဂမ္ဘဝဆိုရိ)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၉-ပေမှ ၂၄-ပေထိ မြင့်၏၊ အရွက်၏ ရွက်ရိုးတန်သည် ၄-မြွှာပါ ရှိ၏၊ ဆက်နေ၏၊ အစေ့ နူးညံ့၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။သလိပ်ကို ထုတ်ဆောင်တတ်၏၊ ဝပြိုးစေတတ်၏။

—

မုန်လာဥ

သက္ကတ မူလက

ဟိန္ဒီ မူဠါ (မူလီ)

လက်တင် Raphanus Sativus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏၊

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဉ္စငါးပါးသည် အနည်းငယ် သက်၍ ချိုစပ်၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ မြိန်စေ၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ ထက်မြက်၏၊ ချုပ်၏၊ ဝမ်းမီးတောက်စေ၏၊ ဆီးဝမ်း ရှင်စေ၏၊ ခွန်အားကို ပြုတတ်၏၊ နှလုံးကို အကျိုးပြု၏၊ မြင်းသရိုက်, ဂူလုံး, နှလုံးရောဂါ, နူတ်မမြိန်ရောဂါ စသည် ပျောက်ကင်း၏။

မှတ်ချက်။ ။မုန်လာသည် အချုပ်အားဖြင့် အကြီး, အသေး, နှစ်မျိုး ရှိ၏။

အကြီးမျိုး။ ။စပ်၏၊ ပူ၏၊ နူတ်မြိန်စေ၏၊ ကြေလွယ်၏။ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ချုပ်၏၊ ဒေါသသုံးပါး နှင့် ပိုးကို ပယ်တတ်၏၊ ဂူလုံးရောဂါကို နိုင်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အသေးမျိုး။ ။နှုတ်ကိုမြိန်စေ၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို နိုင်၏၊ အသံကို စင်ကြယ်စေတတ်၏၊ အဖျား, ပန်းနာ, နှာခေါင်း, မျက်စိ, လည်ချောင်းရောဂါတို့မှ ကင်းဝေးစေ၏။

မုန်လာစိမ်း။ ။ကြေခဲ၏၊ ထက်မြက်၏၊ တောင့်တင်းစေ၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို ပယ်တတ်၏။

မုန်လာခြောက်။ ။ကြေလွယ်၏၊ ဖောရောင်ခြင်းကို တားဆီးတတ်၏၊ ဒေါသသုံးပါးနှင့် အဆိပ်ကို ပယ်တတ်၏။

မုန်လာပွင့်။ ။သလိပ် သည်းခြေဒေါသကို ပယ်တတ်၏။

ချက်ပြီးမုန်လာ။ ။ထောပတ်ဆီတို့နှင့် ချက်ထားသော မုန်လာသည် သလိပ်ဒေါသကို ပြုတတ်၏။

မုန်လာသီး။ ။လေ, သလိပ် ဒေါသကို ပယ်ဖျက်တတ်၏။

မီးရပ်ထိန်ခြင်း။ ။မုန်လာစေ့ကို အမှုန့်ပြု၍ တခွက်စာကို ၄-ပဲသားမျှ ရေနွေးနှင့် သောက်ပါက ဥတုသွေးများ စင်ကြယ်စွာ သက်ဆင်းပါလိမ့်မည်။

ကျောက်တည်ရောဂါ။ ။မုန်လာစေ့ကို ၄-ပဲသားမျှ တခွက်စာပြု၍ တပက်ကြာမျှ သောက်ပေးပါက ဆီးအိမ်တွင်းရှိ ကျောက်များ ကျေ၍ ကျဆင်းလာပါလိမ့်မည်။

ဆီးကျင်ရောဂါ။ ။မုန်လာ၏ သတ္တုရည်ကို သင့်ရုံသောက်က ဆီးကျင်၍ ပူခြင်း, နာခြင်းများ ပျောက်ကင်းလျက် ဆီးရှင်လာပါလိမ့်မည်။

ဆီးအိမ်ပိတ်ဆို့ခြင်း။ ။ဆီးအိမ်၌ ဖောက်ပြန်၍ ဆီးများပိတ်ဆို့ပြီးလျှင် တောင့်တင်း နာကျင်သော် မုန်လာဥ၏ သတ္တုရည်ကို သောက်က ဆီးအိမ်ပွင့်လင်း၍ ဆီးမှန်စွာ သွားနိုင်ပါလိမ့်မည်။

ခရုသင်းရောဂါလိမ်းဆေး။ ။မုန်လာစေ့ ၂ိ-၄-ပဲကို ဆန်ပုန်းရည်နှင့် ကြိတ်၍ ခရုသင်းအကွက်များ လိမ်းပေးမှု ပျောက်ကင်း၏၊ အကယ်၍ ရောဂါများ အပျောက်နှေးခဲ့သော် ၎င်းမုန်လာစေ့ကို ညက်စွာကြိတ်ပြီးလျှင် စိန်ဖြူအနည်းငယ်မျှ ရော၍ နယ်ပြီးလျှင် ညဘက်တွင် ဆန်ပုန်းရည်နှင့် ဖျော်ပါ၊ ၂-နာရီမျှ ကြာလျှင် အမြှုတ်များထလာပါလိမ့်မည်၊ ၎င်းအမြှုတ်ထစဉ်အတွင်း ခရုသင်းနာများသို့ လိမ်းပေးမှု ရက်အနည်းငယ်အတွင်း ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ဥကျောက်ကို ဖျက်ဆီးသောပိုးများ။ ။ဥကျောက်ကို ပိုးများ ဖျက်ဆီးမှု ခေါင်းအနည်းငယ် လှုပ်ရုံမျှဖြင့် ဦးခေါင်းနာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းများ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်၏၊ ထိုသို့ ဖြစ်သောအခါ မုန်လာပဥ္စငါးပါးကို ပြာချ၍ ချက်သော ရက္ခမူဆားကို ကြေညက်အောင် အမှုန့်ပြု၍ အနည်းငယ်မျှ တနေ့ ၃-ကြိမ် ရှူပါလျှင် ဥကျောက်ကို ဖျက်ဆီးနေသောပိုးများ ကျဆင်း၍ ကိုက်ခဲ နာကျင်ခြင်းများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ကျောက်ကပ်ရောဂါ။ ။အေးလွန်းသော အစာများ လွန်စွာ စားသောက်ခြင်းကြောင့် ကျောက်ကပ် အအေးမိသောအခါ ကျောကုန်းနှင့် ခါးများ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း, လိင်ဥ တဖက်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ကျဆင်းပြီး နာကျင်ခြင်း, ဆီးတစက်တခက် နာကျင်စွာဖြင့် သွားရခြင်းတို့ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်၏၊ ထိုသို့ဖြစ်မူ မုန်လာဥ သတ္တုရည် ၆ိ-သားမျှကို နံနက်စောစော အခြားအစာများမစားမီ သကြားအနည်းငယ် ထည့်၍ သောက်ပါ၊ ရက်မကြာမီ အထက်ပါ ရောဂါများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်၊ ၎င်းပြင် ကျောက်တည်ရောဂါ ရှိပါကလည်း များစွာ အကျိုးပြုစေတတ်ပါသည်။

သွေးမြင်းသရိုက်။ ။သွေးမြင်းသရိုက် ဖြစ်သောအခါ မုန်လာဥအစိမ်းကို သင့်ရုံ ချင့်ချိန်၍ စားပါက သွေးမြင်းသရိုက် ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

မုန်လာဥနီ

သက္ကတ **रक्तगृजन**

ဟိန္ဒီ **चुकन्दर** (ကျူက-ဒ-ရ်)

လက်တင် Beta Vulgaris

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရွက်သည် ဆီးကို ရှင်စေ၏၊ ဝမ်းသက်၏၊ ရောင်တင်းခြင်း, ခေါင်းကိုက်ခြင်း, အသည်း, အဲဖျဉ်းရောဂါ နာကျင်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏၊ အစေ့သည် ခါး၏၊ ဆီးကို ရှင်စေ၏၊ သလိပ်ကို ထုတ်ဆောင်တတ်၏၊ ဝမ်းပိုက်တင်းမာရောင်ခြင်း ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ဥတုသွေးကို မှန်စေ၏၊ ၎င်း၏ဆီကို ဝဲနာတို့၌ လိမ်းပေးရ၏၊ ဥသည် ချို၏၊ ရောင်တင်းခြင်းတို့၌ အကျိုးပြု၏၊ စိတ်၌ ဖြစ်သော ရောဂါတို့ကိုလည်း အကျိုးပြု၏။

မုန်လာဥဝါ

သက္ကတ **गृंजन**

ဟိန္ဒီ **गाजर** (ဂါဇ,ရ်)

လက်တင် Daucus Carota

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။မုန်လာဥဝါသည် မုန်လာနှင့်တူ၏၊ အဖျားကြီး၍ အရင်း သေး၏၊ အနက်, အနီ, အပြာ အားဖြင့် သုံးမျိုး ရှိ၏၊ အချို့သော အရပ်တို့တွင် အဝါရောင်လည်း ရှိ၏၊ အရသာ ချို၏၊ ခါး၏၊ သတ္တိ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ ချို၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ ချုပ်၏၊ လေသလိပ်ကို ငြိမ်းစေ၏၊ သွေးအန်, သွေးကျ, မြင်းသရိုက်, ဝမ်းကိုက်, လေရောဂါစသည်တို့၌ အသုံးပြုရ၏။

မုန်လာ (တော) (လင်းတပါးပျင်း)

သက္ကတ　(ကုကုန္ဒရ)

ဟိန္ဒီ　(ဂျုံဂလီ-မူလီ)

လက်တင်　Blumea lacera

　　　　Blumea balsamifera

ပုံသဏ္ဌာန်။　　။၎င်းဆေးပင်သည် ၁-တောင်မှ ၂-တောင် အထိ မြင့်သော ပင်ငယ်မျိုးဖြစ်၏၊ ၎င်းအပင် ပဉ္စငါးပါးသည် စူးရှသော အနံ့ ရှိ၏၊ ပရုပ်နံ့ အနည်းငယ် ရ၏၊ အရွက်သည် ထူ၏၊ မွေးနုများ ရှိ၏၊ နူးညံ့၏၊ ၎င်းအပွင့်သည် ဝါ၏၊ အစေ့ ငယ်၏၊ သုံးမြောင့် ရှိ၏၊ ၎င်းအပင်သည် အမျိုး များစွာ ရှိ၏၊ တောမုန်လာ (လင်းတပါးပျင်း) ဖုံးမသိမ်ပင် စသည်ဖြင့် များစွာ ရှိ၏၊ ၎င်းဆေးပင်သည် မြန်မာပြည် အနှံ့ အပြားတွင်၎င်း, အိန္ဒိယ, နီပေါလ်, ဆစ်ကင်း, ဟိမဝန္တာတောင်တန်း စသည်တို့၌၎င်း ပေါက်ရောက်ကုန်၏၊ သို့ရာတွင် နိဃဏ္ဍုကျမ်းများ၌ ဖွင့်ဆိုထားသည်မှာ ၎င်းအပင်သည် (ပရုပ်) ချက်ယူသော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းပရုပ် ချက်ယူ၍ ရသော အပင်မျိုးမှ ဖုံးမသိမ်ပင် (Blumcabalsami Fera) သည် ကမ္ဘာ၏ ထက်ဝက်မျှ သုံးစွဲနိုင်လောက်အောင် မြန်မာပြည်တွင် များစွာ ပေါက်ရောက်ကြောင်းဖြင့် ရေးသားဖော်ပြထားသည်ကို တွေ့ရလေသည်။

မှတ်ချက်။　　။ဖော်ပြခဲ့သော ဆေးကျမ်းအခေါ် တောမုန်လာသည် အရပ်အခေါ် ငှင်းတပါးပျဉ်းပင်သည် မြန်မာပြည်တွင် နေရာတကာ၌ အနှံ့ အပြား ပေါက်ရောက်၏၊ ယူ၍ မကုန်နိုင်အောင် ပေါများ၏၊ မသိသောသူတို့သည် မျက်ပင်အလားကဲ့သို့ ဖယ်ရှားနှုတ်ပစ်ခြင်းကို ခံကြရ၏၊ ဆေးပစ္စည်း၏ စွမ်းရည် ဂုဏ်အင်ကို သိမြင်တော်မူကြကုန်သော ဗိန္ဓောဆရာမြတ်တို့ကား အထက်ပါအတိုင်း ၎င်းအပင်၏ လူသားတို့အတွက် အသုံးဝင်ပုံကို ဖော်ပြထားကြကုန်၏၊ ဆေးပစ္စည်း၏ အကျိုးပြုပုံ ဂုဏ်အင် သတ္တိကို သိမြင်နိုင်ရန် လွယ်ကူသော အရာမဟုတ်ချေ၊ အရသာ (၆) ပါးဖြင့် လျှာပေါ်တင်ပြီးလျှင် သိရှိသော အသိသည် ဆေးပစ္စည်း၏ ဂုဏ်အင်သတ္တိကို သိသော အသိဉာဏ် အဆင့်ဆင့်တွင် အယုတ်ဆုံး အဆင့် ဖြစ်၏၊ အနိမ့်ကျဆုံး အသိ ဖြစ်၏။

ထင်ရှားစေပါမည်၊ ၎င်းအပင်သည် ပူသော အရသာ ရှိ၏၊ အနံ့ အခိုး ထွက်၏၊ ယင်းသို့ဖြစ်လျှင် ပူသော အရသာ ထက်သော သတ္တိရှိ၏ ဟု မှတ်ချက် ချနိုင်သော်ငြားလည်း သွေးကို နိုင်ခြင်း, သန္ဓေရှင်းစေခြင်း, ပိုးကို နိုင်ခြင်း, အဖျားကို နိုင်ခြင်း, မြင်းသရိုက်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ရောဂါစသည်တို့ကို နိုင်ခြင်းတို့ကိုလည်း တွေ့ရ၏၊ အထူးသဖြင့် မြင်းသရိုက် ရောဂါ၌ လွန်စွာ အကျိုးပြု၏၊ အမြစ်မပြတ်နိုင်သော မြင်းသရိုက်ရောဂါ အမြစ်ပြတ်သည်အထိ ပျောက်ကင်းသည်ကို တွေ့ရ၏၊ စာတွေ့မှ ကျွန်ုပ်တို့သည် ကိုယ်တွေ့ သုံးသပ် ကိုင်တွယ် စမ်းသပ်မိသောအခါ များစွာ အကျိုးရှိကြောင်း တွေ့ရသဖြင့် ၎င်းအပင်၏ အသုံးဝင်ပုံ အကြောင်း အရပ်ရပ်တို့ကို ကျမ်းတကာနှင့် လျော်အောင် ကိုယ်တွေ့နှင့် ညှိနှိုင်းလျက် ဖော်ပြအပ်ပါသည်၊ ဗယဆေးပစ္စည်းတို့၏ စွမ်းရည်ဂုဏ်အင်ကို စုံလင်စွာ သိချင်လျှင် သိနည်းသည် ၂-မျိုး ရှိ၏၊ တမျိုးမှာ ခေတ်ဟောင်းနည်း ဖြစ်၍ တမျိုးမှာ ခေတ်သစ်နည်း ဖြစ်သည်၊ ခေတ်ဟောင်းနည်းမှာ သဘောတရားရေး အတွေးအခေါ် ရှေ့ရှု လျက် ကိုယ်တွေ့ သိသမျှ စွမ်းအင်တို့ကို ဖော်ပြထားခဲ့သော ဆေးပစ္စည်း အကျိုးပြု စာပေတို့ကို ဖတ်ရှု၍ စာပေညွှန်ပြသမျှ တကယ် အောင်မြင်သည် မအောင်မြင်သည်ကို ကိုယ်တွေ့ စမ်းသတ် မှတ်ယူပြီးနောက် သိသော အသိဉာဏ် ဖြစ်သည်၊ ခေတ်သစ်နည်းမှာမူ ထိုခေတ်ဟောင်းနည်းက ပြထားသမျှ အကျိုးပြု ဂုဏ်အင်တို့ကို ခွာတ်ခွဲ၍ သိပ္ပံနည်းဖြင့် စွမ်းရည်တို့ကို ဖော်ထုတ် သိရှိခြင်း ပင် ဖြစ်သည်၊ ခေတ်ဟောင်းနည်းဖြင့် သိချင်လျှင် ဖော်ပြထားသော ကျမ်းများကို နာနာဖတ်ရသည် လက်တွေ့ စမ်းသပ် ကြည့်ရသည်၊ ခေတ်သစ်နည်းနှင့် သိချင်ပါမူ ဆေးပစ္စည်းကို ခွာတ်ခွဲ၍ လက်တွေ့ စမ်းသပ် ကြည့်ရသည်၊ ဤအသိရှိမှု ၂-မျိုးသည် သာလျှင် ခိုင်မာသော အသိ အကျိုး တကယ်တမ်း ပြုနိုင်သော ပညာရပ်များသာ ဖြစ်ကုန်၏၊ ဤအလေ့ကျပင် ဖြစ်၍ နှစ်စဉ် အပယ်ခံရသော အပင်သည် တိုင်းပြည်၏ စီးပွားရေး အတွက် ကြည့်မူ များစွာ အကျိုးပြုနိုင်၏၊ အဘယ့်ကြောင့်နည်းဟူမူ ထိုအပင်သည် အကောင်းဆုံး ပရုပ်အမျိုးအစားကို ထုတ်ပေးနိုင်သောကြောင့် ဖြစ်၏၊ ထိုပရုပ်အတွက်နှင့် ပတ်သက်၍ မြောက်မြားစွာ နိုင်ငံခြားမှ မှာယူ တင်သွင်း သုံးစွဲကြရသဖြင့် ထိုအပင်ကို အပယ်ခံ အဖြစ်မျိုးမှ အသုံးခံ အဖြစ်မျိုးသို့ တဆင့် တက်ပြီး ကြိုးစားခဲ့ပါလျှင် လူသားတို့အား မြောက်မြားစွာသော အကျိုးကို မည်မျှအထိ ပြုနိုင်မည်ကို သိနိုင်လောက်ပြီ ဖြစ်သည်။

ထိုအပင်သည် အာရှတိုက်တွင် မြန်မာပြည်၌ အဖြစ်ကွန်းဆုံး အပင် ဟု အခြားသော နိုင်ငံ နိဃဏ္ဍုကျမ်းများတွင် မှတ်တမ်းတင် ဖော်ပြသည်အထိ ပေါများနေသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အာယုဗ္ဗေဒနည်း အလိုအားဖြင့် ၎င်းအပင်သည် စပ်ဖျင်းဖျင်း ရှိ၏၊ ခါး၏၊ အဖျားကို နိုင်၏၊ ပူ၏၊ သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း, သွေးအကြောများ ပူခြင်း, သလိပ်ပွားခြင်း, ရေငတ်ခြင်းတို့ကို ပယ်ဖျောက်တတ်၏၊ ၎င်းအမြစ် အစိုကို ပါးစပ်တွင် ငုံ၍ထားမူ ခံတွင်း၌ ဖြစ်ပေါ်တတ်သော ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အရွက်၏ ဘတ္တုရည်သည် ပိုးရောဂါကို နိုင်၏၊ မျက်စိနာနှင့် စပ်လျဉ်း၍ ၎င်းအရွက်သည် ချွေးထုတ်ဆေးတွင်၎င်း, ဝမ်းဖောရောင်ခြင်းတွင်၎င်း, သလိပ်ရှင်ဆေး အဖြစ်ဖြင့်၎င်း များစွာ အသုံးဝင်လေ၏၊ ၎င်းသတ္တုရည်သည် တွန့်ရှုံ့စေတတ်၏၊ ဆီးကိုလည်း ရှင်စေတတ်၏၊ သွေးဝမ်းသွား, သွေးမြင်းသရိုက် ဖြစ်ခြင်း, သွေးသား စင်ကြယ်အောင် ပြုစွမ်းနိုင်သော ဂုဏ်သတ္တိ ရှိပေ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

သန်ကျဆေး။ ။ငှင်းအရွက်၏ သတ္တုရည်ကို အရွယ်ကို ကြည့်၍ ကလေးများကို တိုက်မှု ဝမ်းတွင်းရှိ သန်ကောင်ပိုးများ ကျဆင်း၏ (တနှစ်အရွယ်ကို ၄-ပဲသားမျှ တိုက်ပါ)။

သွေးမြင်းသရိုက်။ ။ငှင်းသတ္တုရည်ကို သကြားခဲနှင့် ရော၍ သောက်မှု သွေးမြင်းသရိုက် ပျောက်ကင်း၏။

အထုံးအဖွဲ့ အဖုအပိမ့်ပျောက်ဆေး။ ။ငှင်း၏ အရွက်ကိုထောပတ်သုတ်၍ မီးနွေးနွေးကင်ပြီး အနာကို ကပ်ပေးမှု အကြော ထုံးဖွဲ့ခြင်း, ထိခိုက်မိ၍ အဖုပေါက်ခြင်း, အဆစ်လွဲခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အနာပိုးများ ချရန်ဆေး။ ။ကျွဲ,နွား စသော တိရစ္ဆာန်များတွင် ပခုံးပေါက်ရာ၌ ငှင်း, အခြားသော ထိခိုက် ဒဏ်ရာတွင်ငှင်း, မကျက်နိုင်ဘဲ အနာပျက်များဖြစ်ပြီး ပိုးလောက်ကောင်များ ကျနေခဲ့သော် ငှင်းအရွက် သတ္တုရည်ကို ညှစ်၍ အနာတွင် ထည့်ပြီးလျှင် အဖတ်ကို အုံပေးမှု ပိုးကျခြင်းမှ ကင်းဝေးပြီးလျှင် အနာလည်း အကျက်မြန်ပါလိမ့်မည်၊ သို့သော် ငှင်း သတ္တုရည်တွင် ပရုပ် အနည်းငယ်ထည့်၍ ငှင်းအနာများအတွက် သုံးနိုင်က ပို၍ ကောင်း၏။

ရတ္တပိတ်နာ။ ။အတိသာရ ဝမ်းသွားခြင်း, သွေးမြင်းသရိုက်ဖြစ်ခြင်း, မီးယပ်အဆင်းလွန်ခြင်း တို့ကြောင့် ခံတွင်း, နှာခေါင်း, ဆီးပြွန်ချောင်း, စအိုဝတို့မှ သွေးယိုစီးခြင်းဖြစ်မှု ငှင်းအရွက်၏ သတ္တုရည်ကို နေ့စဉ် ည နံနက် ၁၂-ပဲသား သောက်ပါက အထက်ဖော်ပြပါ ကြောက်ဖွယ်ကောင်းသော ရောဂါများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

မြင်းသရိုက် မြစ်ပြတ်ဆေးကြီး။ ။သစ်နနွင်း ၆-ကျပ်, ဖန်းခါး ၃-ကျပ်, မြေနီခဲ (ဝွေးနီကျောက်) ၁-ကျပ် ၈-ပဲ, ငြုပ်ကောင်း ၁၂-ပဲ ငှင်းဆေးစုကို ညက်စွာ အမှုန့်ပြု၍ ငှင်းဆေးကို လင်းတပါပျဉ်း သတ္တုရည်နှင့် ၁၄-ရက်တိုင်အောင် ကြိတ်၍ ၂-ရတီ ၃-ရတီမျှ အလုံးပြု၍ အရိပ်တွင် လှမ်းပါ၊ ထိုဆေး စားသောအခါ ပဲနောက်ပြုတ်ရည်, ဂျုံ, ဂျုံနှင့်ပြုလုပ်သည့် မုန့်များနှင့် နွားနို့ ထောပတ် စစ်စစ်တို့ကို စားပါ၊ ၂၁-ရက်မျှ တိုင်အောင် အထက်ပါညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း စားသောက်ပါက မြင်းသရိုက်ရောဂါ အမြစ်ပြတ် ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

မြင်းသရိုက်ရှူဆေး။ ။ငှင်းလင်းတပါးပျဉ်းပင် ပဉ္စငါးပါးကို စင်ကြယ်စွာ ယူ၍ အရိပ်တွင် အခြောက်လှမ်းပြီးလျှင် ဆေးရိုးစင်းသကဲ့သို့ စင်း၍ လုံစွာ ထားပါ၊ ငှင်းတောမုန်လာ (လင်းတပါးပျဉ်း) စင်းပြီးသား ၂-ဆ, ဆေးရွက်ကြီး ၁-ဆကို သမအောင်ရော၍ ဆေးတန် (သို့မဟုတ်) တံမာကူ သို့မဟုတ် ဆေးပေါ့လိပ်ကို အတွင်းဆေးစာများ ထုတ်ပယ်၍ အထက်ပါ ဆေးကို ထည့်ပြီးလျှင် ပါးစပ်ဖြင့်ငှင်း, နှာခေါင်းမှငှင်း, တနေ့လျှင် တကြိမ်မျှ ရှူ၍ ၇-ရက်ကြာလျှင် ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

နှာခေါင်းရောဂါ (အထူး)။ ။ငှင်းနှာခေါင်းရောဂါသည် နှာခေါင်း နာကျင်ကိုက်ခဲ၍ အမြဲစိုစွပ်ပြီးလျှင် အရိအရွဲများ ကျခြင်း, ခေါင်းကိုက်ခြင်း, စအိုဝ ပတ်ပတ်လည်၌ နာကျင်ခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်တတ်၏၊ အထက်ဖော်ပြပါ နှာခေါင်းရောဂါကို တောမုန်လာ (လင်းတပါးပျဉ်း) သတ္တုရည်ကို ညှစ်၍ နှာခေါင်းတွင်းသို့ ကျပ်ပေးခြင်း, ရှူခြင်း ပြုပါက ပျောက်ကင်း၏။

အတီသာရ ဝမ်းသွားရောဂါ။ ။၎င်းအရွက် ၂၀, ငြုပ်ကောင်း ၁-ပဲသားနှင့် ကြိတ်ပြီးလျှင် ၄-လုံး လုံး၍ ထားပါ၊ နံနက် ည တလုံးကျ သောက်က များစွာ အကျိုးရှိ၏။

ခွေးရူးအဆိပ်ပြေဆေး။ ။၎င်းအမြစ် ကြိတ်၍ တလုံးလျှင် ၁၂-ပဲသားမျှ လုံး၍ ထားပါ၊ ခွေးရူးကိုက်သူအား ဆေးတလုံးကို နွားနို့နှင့် ဖျော်၍ တိုက်က ၎င်းခွေးရူးဆိပ်ကို အန်ပစ်ပါလိမ့်မည်၊ ခွေးရူးဆိပ်များလည်း အန်သော အစာတည်းတွင် ပါသွား၍ ခွေးရူးဆိပ်ပြေပျောက်ပါသည်။

၄က်ဖျားရောဂါ။ ။၄က်ဖျားတက်မည့် အချိန်တွင်၎င်း, မတက်မီ၎င်း, ၎င်းအရွက်သတ္တုရည်ကို ညှစ်၍ နား ၂-ဘက်တွင် အစက် ၃-စက်စီ ခပ်၍ ပေးမူ တက်ဖျား ကျဖျားနှင့် တကွ နာတာရှည် အဖျားများ ပျောက်ကင်း၏။

မျက်နှာပန်း

သက္ကတ काकजेङ्घी

ဟိန္ဒီ कचम्पाक (ကာ,ကံကျပ့ါ)

လက်တင် Pavetta Indica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ငယ်၏၊ ချုံပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ၃-လက်မမှ ၆-လက်မထိ ရှည်၏၊ ၁-၅-လက်မမှ ၂-လက်မခွဲမျှ ကျယ်၏၊ အဖူးပါး၏၊ နူးညံ့၏၊ ဝါရောင်သန်း၍ ပြာ၏၊ ၎င်းကို ဆေးပေါင်ချမ်းလည်း ခေါ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်သည် ခါး၏၊ ချင်းခြောက် ဆန်ဆေးရည်တို့နှင့် ရော၍ ရေဖျဉ်းရောဂါ၌ တိုက်ရ၏၊ ကလေးများ၏ ဆီးအိမ်နှင့် ပတ်သက်သော ရောဂါတို့၌ အမှုန့် ပြု၍ တခြမ်းမျှ တိုက်ရ၏။

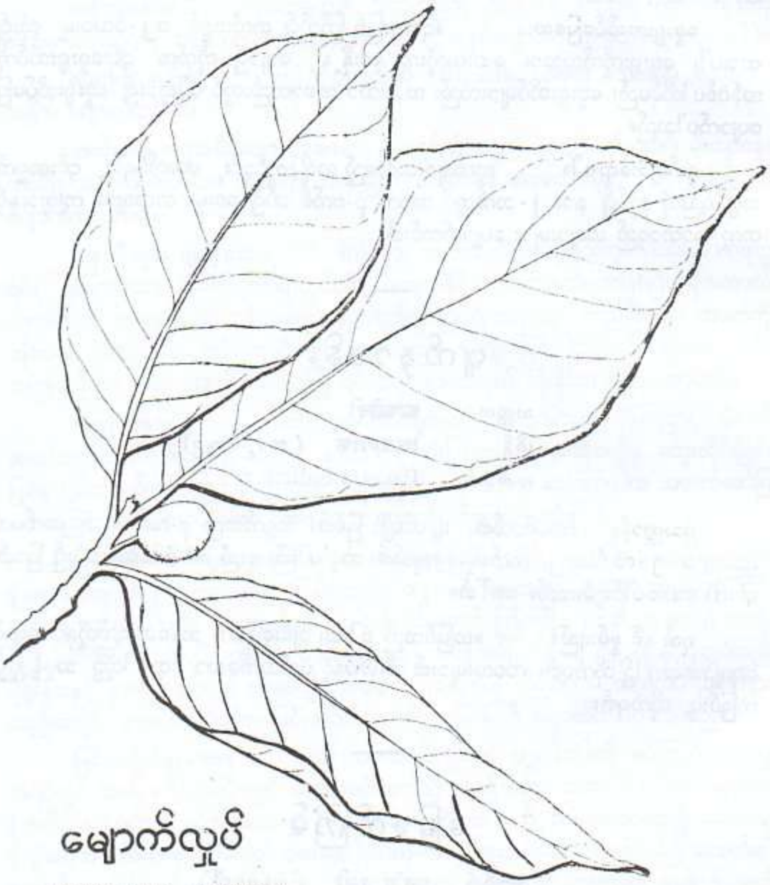
မြောက်ကြိမ်

တမိလ် பன்பு-வல்லி (ပန်ဖုဝလိ)

လက်တင် Flagellaria Indica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။တွား၍ သွားတတ်သော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ သစ်ပင်များကို နွယ်၍ တက်တတ်၏၊ အရင်းထုတ်၏၊ အရွက်သည် အညှာ မဲ၏၊ အရင်းဝိုင်း၍ အဖျား ချွန်၏၊ အပွင့် ဖြူ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



မျောက်လုပ်

ARTOCARPUS LAKOOCHA.

बड़हल (ဗဍ်-ဟလ်)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရွက်သည် တွန့်ရှုံ့စေတတ်၏၊ ထို့ကြောင့် ဝမ်းသက်ရောဂါ, ပိတ်ဝမ်းရောဂါ စသည်တို့၌ အသုံးပြုရ၏။

မြောက်ဂုံညင်း

သက္ကတ ဒွိပုဿ်ပီ

ဟိန္ဒီ करियासेम (ကရိယာ-စဆ,မ်)

လက်တင် Mucuna monosperma

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အသီးသည် အနည်းငယ် လုံး၍ အမွေး ရှိ၏၊ အစေ့သည် ပြား၏၊ ဝိုင်း၏၊ ကြီး၏၊ တတောင့်တွင် တစေ့သာ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။စပ်၏၊ ချို၏၊ အေး၏၊ အပူကို ပယ်တတ်၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို ပယ်တတ်၏၊ သုက်သွေးကို ပွားစေ၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ နှုတ်မြိန်စေ၏၊ ချုပ်၏၊ နှလုံးရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ သားသမီးကို ရစေတတ်၏။

မျောက်လှုပ်

သက္ကတ लकुच

ဟိန္ဒီ बड़हर (ဗဍ-ဟလ)

လက်တင် Artocartus lakoocha

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်သည်၊ အပေါ်၌ အကိုင်းအခက်တို့ဖြင့် ပြန့်ကျယ်၏၊ အခြောက်သည် ကြမ်း၍ ပြာရောင်ရှိ၏၊ အရွက်သည် ၄-လက်မမှ ၁၂-လက်မထိ ရှည်၏၊ ၁-လက်မ ခွဲမှ ၆-လက်မအထိ အနံရှိ၏၊ ဝိုင်း၍ အဖျား ချွန်၏၊ အသီးမှာ ပျော့ပြောင်း၍ ဝါရောင် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဥ္စင်္ဂါးပါးလုံးကို သုံးရ၏၊ ချိုချဉ် ရသ ရှိ၏၊ ပူ၏၊ အစိမ်းသည် ကြေကျက်ခဲ၏၊ ချုပ်၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို ပြုတတ်၏၊ သွေးကို ဖောက်ပြန်စေ၏၊ မျက်စိနှင့် မသင့်၊ သုက်နှင့် ဝမ်းမီးကို ပျက်စေ၏၊ အမှည့်သည် ချုပ်၏၊ မြိန်စေ၏၊ သလိပ်ကို ပြုတတ်၏၊ သုက်နှင့် ဝမ်းမီးကို ပွားစေ၏၊ အစေ့သည် ဝမ်းသက်စေ၏၊ လေ့သည်းခြေကို နိုင်၏၊ သည်းခြေ, သလိပ်ဖျား, နှာစေး, ကလေးဝမ်းချုပ်, ပိန်ကြုံသောရောဂါ, အနာပြည်တည်ခြင်း စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မျောက်လောင်းပင်

ဘုံဘေ वेरसिंगी (ဝရဆိင်ဂီ)

လက်တင် Plectronia didymum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အမြဲ စိမ်းလန်းသော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အကိုင်းအခက်များသည် နူးညံ့၏၊ အရွက်သည် နံနံရွက်နံ့ ရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရိုးများ ကျိုးခြင်းကိုရင်း, အရိုးများ ထိခိုက် ဒဏ်သင့်သော ရောဂါများကိုရင်း အခေါက်ကို အမှုန့်ပြု၍ လိမ်းပေးရ၏၊ အဖျား ရောဂါများတွင်လည်း ၎င်း အခေါက်ကို ဆေးဘက်ဝင် အဖြစ် အသုံးပြုကြ၏။

မျောက်သခွား

ဟိန္ဒီ तरेली (တ,ရိလီ)

လက်တင် Zehneria Umbellata

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အသီးသည် ကင်းပုံသီးကဲ့သို့ ဖြစ်၏၊ စားသောက်ရသော ဟင်းသီးမျိုး ဖြစ်၏၊ ပဋ္ဌငါးပါးကို ဆေးအဖြစ်နှင့် အသုံးပြုရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဝဖြိုးစေတတ်၏၊ အဆီဓာတ်ကို ပေးတတ်၏၊ ထက်မြက်စေ၏၊ အမြစ်ကို နို့ရည် သကြားတို့နှင့် သောက်ခဲ့သော် ဓာတ်များ ကြန့်ခိုင်၏။

မျောက်သခွား (တမျိုး)

ဟိန္ဒီ गुमठी (ဂုမဋ္ဌီ)

လက်တင် Zehneria Umbellata

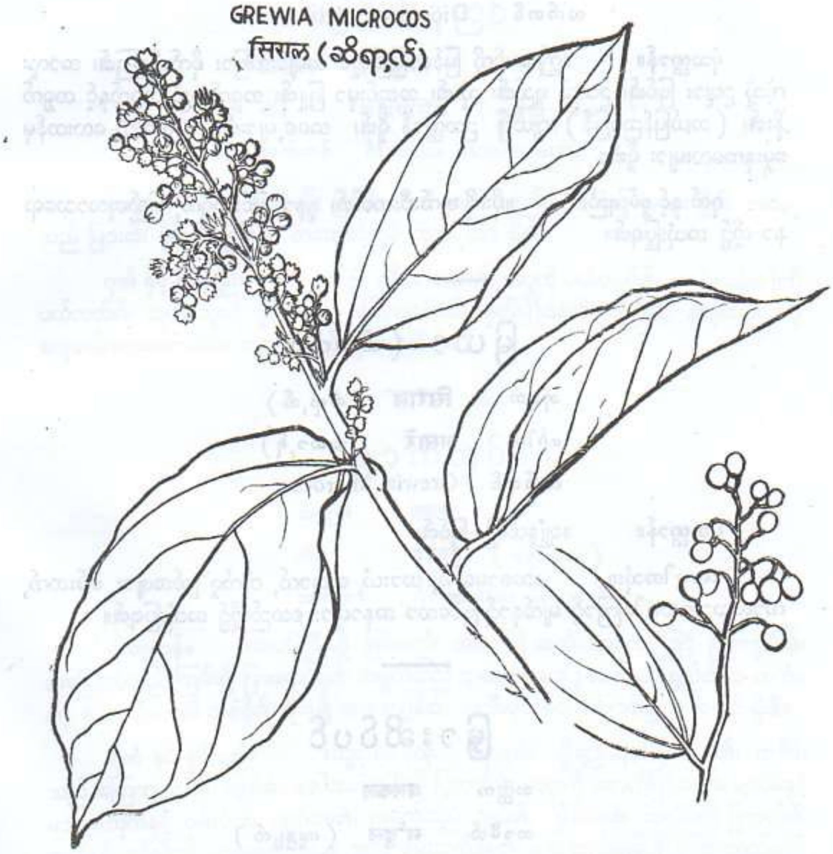
ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။မျောက်သခွားသီးသည် ထက်မြက်စေတတ်သော သတ္တိ ရှိ၏၊ အမြစ်သည် မလိုလားအပ်သော သုက်ယိုစီးခြင်း, အိပ်မက် သုက်လွှတ်ခြင်း ရောဂါ, သုက်ကျဲခြင်း စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ ၎င်းသည် နွယ်မျိုး ဖြစ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မြယာ (ဆီရာ့လ်)

GREWIA MICROCOS

सिराल (ဆိရာ့လ်)



(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မျောက်ဥ

သက္ကတ पिण्डालु

ဟိန္ဒီ चुपरीआलु खम (ကျုပရီအာလု,ခမ်)

လက်တင် Dioscorea alata

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဤအပင်ကို မြန်မာပြည်တွင် အများအပြား စိုက်ပျိုးကြ၏၊ အာလူးကဲ့သို့ ဥများ ဖြစ်၏၊ ဥသည် ရှည်၏၊ လုံး၏၊ အတွင်းမှာ ဖြူ၏၊ အရွက်သည် တရွက်နှင့် တရွက် နီး၏၊ (ဘယ်ပြန်ညာပြန်) ကျယ်၍ ဥသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အစေ့များ၏၊ လေးဘက် လေးတန်မှ မွေးနုကလေးများ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပိုးကို ဖျက်ဆီးတတ်၏၊ နူနာ, မြင်းသရိုက်, ပြည်တုလာသရော နာ တို့၌ အသုံးပြုရ၏။

မြယာ (ဆီရာလ်)

ဘုံဘေ सीराल (ဆီရာ,လ်)

ဗင်္ဂါလီ असार (အဆာ,ရ်)

လက်တင် Grewia Microcos

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ချုံနွယ်မျိုး ဖြစ်၏။

ရောဂါအသုံး။ ။အစာမကြေ, ယားယံ, ကျောက်, တိုက်ဖွိုက်အဖျား, ဝမ်းသက်, ကာလသားရောဂါကြောင့် မျက်နှာ၌ ဖြစ်သော အနာများ စသည်တို့၌ အသုံးပြုရ၏။

မြားဆိပ်ပင်

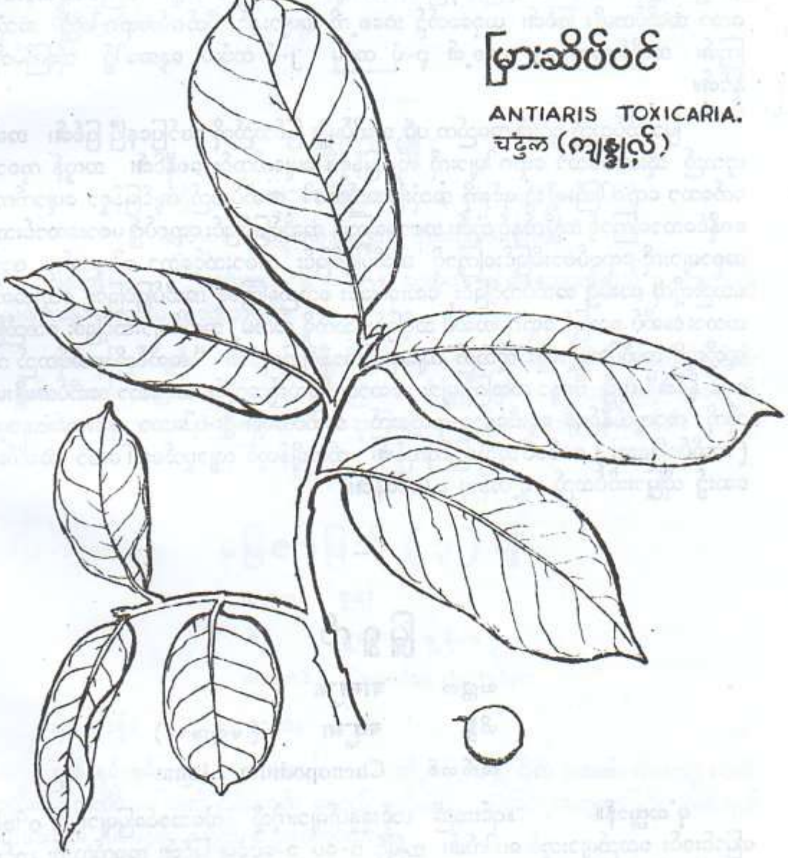
သက္ကတ वलकल

တာမီလ် चंदुल (ကျန္ဒုလ်)

လက်တင် Antiaris toxicaria

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အလွန်မြင့်သော အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်သည်၊ အခေါက် နက်ပြာရောင် ရှိ၏၊ အရွက်အဖျား ချွန်၍ ဝိုင်း၏၊ အပင်နှင့် အရွက်သည် ကညင်ပင်နှင့် ဆင်ဆင် ရှိ၏၊ အသီးမှာ

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဇီးဖြူသီးမျှ ရှိ၏၊ အစေ့အစိုသည် ဖြူ၍ ခြောက်လျှင် မဲနက်၍ သွား၏၊ အချို့ အစေး ထွက်စကပင် အနက်ရောင် ထွက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။မြွေဆိပ်ပင်သည် အခြားသော အဆိပ်များကို ကုစားရာ၌ အလွန် အစွမ်း ထက်သော်လည်း နည်းလမ်းတကျ အသုံးမပြုတတ်လျှင် ကြောက်ဖွယ်ကောင်းသော အဆိပ်တမျိုး ဖြစ်၏၊ ယခုခေတ်၌ အဲစေ့ကို အဖျားနှင့် ပိတ်ဝမ်းရောဂါတို့၌ အဲသုံးပြုကြ၏၊ အတိုင်းအတာမှာ တစေ့၏ ၃-ပုံ တပုံမှ ၂-ပုံ တပုံထိ နေ့အခါ၌ သုံးကြိမ်တိုက်နိုင်၏။

မြွေဆိပ်သည် ၎င်း၏ အမည်က ပင် အဆိပ်မျိုး ဖြစ်သည်ကို ဖော်ပြနေပြီ ဖြစ်၏၊ အဆိပ်ဟူသည် သုံးတတ်သော် ရောဂါများကို လျှင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်း စေနိုင်၏၊ အလွန် ကုစားရခက်သော ရောဂါကြီးမျိုး၌ ၎င်းကို အသုံးပြုသည့်အခါ အဆိပ်သည် လျှင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်းစေနိုင်သောကြောင့် အမြိုက်နှင့် တူ၏၊ အစာမကြေ၍ အဲဆိပ်ဖြစ်ခြင်း ရောစပ်၍ မစားကောင်းသည့် အစာများကို ရောစပ်စားမိခြင်းကြောင့် အဆိပ်ဖြစ်ခြင်း, မစားသင့်သော ငါးပုတင်းဥ, ဖားဥ, စသည်တို့ကို စားမိ၍ အဆိပ်သင့်ခြင်း, ဆေးခပ်ခြင်း စသည်ကြောင့် အဆိပ်ဖြစ်ခြင်း, သွေးအဆိပ်, အသားအဆိပ် စသဖြင့် ရောဂါအဆိပ် သင့်ခြင်း, သက်ရှိ သက်မဲ့ အဆိပ်များသင့်ခြင်း စသည်ဖြင့် လူတို့တွင် အဆိပ်အမျိုးမျိုး တို့သည် ကျရောက်လာနိုင်ကြကုန်၏၊ "အဆိပ်ကို အဆိပ်သည် သာလျှင် နိုင်၏" ဟူ၍ ဗိန္ဓော ဆရာကြီးများ ဆောင်ပုဒ်ရှိသည့်အတိုင်း သင့်သော အဆိပ်အဲမျိုးမျိုးတို့ကို ကာကွယ်နိုင်ရန် ရှေးဗိန္ဓောဆရာတို့သည် အဆိပ်အမျိုးမျိုး ပါသော နန်းတွင်းလျှာပွတ် (အဆိပ်ဖြေဆေး) ဖော်စပ် အသုံးပြုကြကုန်၏၊ ထိုအချိန်တွင် လျှာပွတ်ခေါ်သော အဲဆိပ်ဖြေဆေး၌ ထိုမြွေဆိပ်သည် ရှေ့တန်းမှ ပါဝင်နေ၏။

—

မြူရွက်

သက္ကတ वास्तुक

ဟိန္ဒီ बथुआ (ဗထုအား)

လက်တင် Chenopodium Album

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ဟင်းနုနွယ်များကဲ့သို့ သဲသောင်မြေများ, ဝါခင်း ပြောင်းခင်း စသည်များတွင် ပေါက်၏၊ အမြင့် ၁-ပေ ၁-ပေခွဲမျှ မြင့်၏၊ အရွက်လည်း ဟင်းနုနွယ်နှင့် ဆင်ဆင်ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ချို၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ အစာကို ကြေကျက်စေ၏၊ ကျင်ကြီးကျင်ငယ်တို့ကို စင်ကြယ်စေ၏၊ လေ, သည်းခြေ, သလိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ မျက်စိကို အကျိုး

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ပြု၏၊ ဆီးဝမ်းကို ရှင်စေ၏၊ နှုတ်ကို မြိန်စေ၏၊ အသံကို ကောင်းစေ၏၊ ပိုးကို ပယ်တတ်၏၊ ရောဂါအမျိုးမျိုးကို ငြိမ်သက်စေ၏၊ သလိပ်ရောဂါကို အထူးအားဖြင့် ကောင်းစေ၏။

မှတ်ချက်။ ။မြူရွက်သည် ရိုးရိုး နှင့် အနီမျိုး အားဖြင့် ၂ - မျိုးရှိ၏၊ အနီမျိုးသည် ပို၍ ထက်မြက်၏။

မြူ တမျိုး

ဟိန္ဒီ बथुआ बिलायती (ဗထုအားဗိလာယတီ)

လက်တင် Chenopodium Ambrosioides

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းသည် ၆ -ပေမှ ၇ -ပေအထိ မြင့်၏၊ အရွက်သည် ၃ - လက်မမျှ ရှည်၍ အနံ ၁-လက်မ သာသာ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအရွက် နှင့် အစေ့သည် ဝမ်းတွင်းရှိ ပိုးများကို ဖျက်ဆီးတတ်၏၊ အကြောများ ပွလောင်ခြင်းကိုလည်း အသုံးပြုကြရ၏၊ ၎င်းအရွက်နှင့် အစေ့ကို အအေးဖျော်ရည်များပြုလုပ်၍ အထက်ပါ ရောဂါများအတွက် သောက်စားကြကုန်၏။

မြေဇာမြက် (၃) မျိုး

သက္ကတ दूर्वा

ဟိန္ဒီ दूर्वा (ဒူ,ရ်ဗာ)

လက်တင် Cynodon dactylon

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရသာ ခါး, ချို, ဖန်, သတ္တိ ရှိ၏၊ အေး၏၊ ဝိပါက်၌ စပ်၏၊ သည်းခြေ သလိပ် ဒေါသကို ငြိမ်းစေ၏၊ ရေငတ်, နှုတ်မမြိန်, အန်ခြင်း, တွေဝေခြင်း, ဂြိုဟ်ဘုတ်ဖမ်းစားခြင်း, ပင်ပန်းခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မှတ်ချက်။ ။မြေဇာမြက်သည်လည်း အညို, အဖြူ, မြေဇာကြီး ဟူ၍ သုံးမျိုး ရှိ၏၊ ထိုအသီးသီးတို့၏ ဂုဏ်သတ္တိမှာ အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်၏။

မြေဇာညို။ ။ချို၏၊ ခါး၏၊ ဖန်၏၊ အေး၏၊ သည်းခြေ သလိပ်ကို ပယ်၏၊ နှုတ်ကို မြိန်စေ၏၊ သွေးကို သုတ်သင်တတ်၏၊ သွေးအန် သွေးကျ ရောဂါ, ဝမ်းသက်,

အဖျား, အန်ခြင်း, သွေးကြောင့်ဖြစ်သော ရောဂါ, ရေငတ်, ရေယုန်, အပူ, နိရောင် အရေပြား ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မြေဇာဖြူ။ ။မြေဇာဖြူသည် ချို, ဖန်, ခါး အရသာ ရှိ၏၊ အလွန် အေး၏၊ သလိပ် သည်းခြေ ဒေါသကို ပယ်နိုင်၏၊ အန်ခြင်း ရေငတ်, ရေယုန်, အစာမကြေ ဝမ်းသွားခြင်း, သွေးအန်, သွေးကျ, ချောင်းဆိုးရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မြေဇာကြီး

မြေဇာကြီးသည် ချို၏၊ လေ သည်းခြေဒေါသ တို့ကို ပယ်နိုင်၏၊ အဖျား, ခြာခြာလည်အောင် မူးဝေခြင်း, ရေငတ်ခြင်း, ပင်ပန်းခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

နှာခေါင်း သွေးယိုစီးသော ရောဂါ။ ။မြေဇာမြက် အစိမ်း သတ္တုရည်ကို မကြာမကြာ ရှူပေးမူ နှာခေါင်းမှ သွေးယိုခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ရေယုန်ကြီးနာ။ ။မြေဇာမြက်၏ သတ္တုရည်ကို ထောပတ်နှင့် ချက်၍ စားပါ၊ ၎င်း ရေယုန် အနာများကိုလည်း လိမ်းပေးမူ ရေယုန်ကြီးနာ ပျောက်ကင်း၏။

သည်းခြေဦးစီး၍ အန်ခြင်း။ ။သည်းခြေဒေါသ ဦးစီး၍ အန်သောရောဂါ၌ မြေဇာမြက်ကို အမှုန့်နုနုထောင်း၍ ဆန်ဆေးရေနှင့် သောက်မူ အကျိုးရှိ၏၊ နောက်တနည်း • မြေဇာမြက် ၁-ဂ-ပဲသားကို ဆန်ဆေးရေနှင့် တခွက်စာပြု၍ သောက်ပါ။

ယားနာပွေးနာများ။ ။မြေဇာမြက် သတ္တုရည် ၄-ကျပ်သား, နှမ်းဆီ ၁-ဂ-ပဲသား နှင့် အနည်းငယ် ချက်၍ လိမ်းပေးမူ ယားနာ, ပွေးနာများ ပျောက်ကင်း၏။

ချွေးလွန် မိတ်ထွက်ရောဂါ။ ။အလွန်ပူအိုက်သဖြင့် ချွေးများစွာ ထွက်ပြီးနောက် မိတ်များ တကိုယ်လုံး အနှံ့အပြား ပေါက်၍ ယားယံခြင်း နာကျင်ခြင်း စသော ရောဂါများကို နနွင်း နှင့် မြေဇာမြက်ကို ညက်စွာကြိတ်၍ လိမ်းကျံမူ မိတ်ထွက်ခြင်း, ယားနာ, ပွေးနာ, ပိုးနာ စသည်တို့ ပျောက်ကင်း၏။

သွေးယို သွေးလျှံရောဂါ။ ။မြေဇာရွက်, ညောင်ပိန္နဲရွက် တို့ကို ညက်စွာ ကြိတ်၍ ပျားရည်နှင့် သင့်သလို သောက်က သွေးအန်, သွေးကျ, သွေးဝမ်းသွား, နှာခေါင်းသွေးလျှံ ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

မီးရပ်မှန်ဆေး။ ။မြေဇာမြက်ကို ဟင်းခါးချက်၍ သောက်ခြင်း, အမှုန့်ထောင်း၍ အမြဲတစေ လျက်ဆားကဲ့သို့ အနည်းငယ် လျက်ပေးပါမူ မီးရပ် မှန်ကန်စေတတ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဆီးချုပ်ရောဂါ။ ။မြေဇာမြက် အမြစ် ၃-ကျပ်, ရေသန့်သန့် ၁၂-ကျပ် ထက်ဝက်ခန်းအောင်ကျိုပါ၊ ၎င်းဆေးရည်ကို ပျားရည် ၁၂-ပဲ သကြားခဲ ၁၂-ပဲရော၍ သောက်မူ ဆီးများစွာ ရှင်စေတတ်၏။

အားကုန်ခန်းသောရောဂါ။ ။မြေဇာမြက် အမှုန့် ၄-ကျပ် သကြား ၂-ကျပ်နှင့် ရော၍ ဆိတ်နို့ - နွားနို့ ရေနှင့် သောက်ပါ၊ ၎င်းဆေးသောက်သော ရက်များတွင် ၎င်းနို့ ၂-မျိုးကို အမြဲတစေသောက်မူ အားကုန်ခန်းသောရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

အအေးပတ်၍ မျက်စိကိုက်ခြင်း။ ။မြေဇာမြက် အစို သတ္တုရည်ကို လိမ်းပေးမူ မျက်စိကိုက်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ကျင်ချောင်းမှ သွေးယိုစီးခြင်း။ ။ကျင်ချောင်းမှာ ဆီးနှင့်ရောလျက် သွေးပါခြင်း, သွေးသက်သက်ပါခြင်းဖြစ်မူ မြေဇာမြက် သတ္တုရည် ၁-ကျပ် ဂ-ပဲ, သကြားခဲ ၁-ကျပ် ဂ-ပဲကို ရော၍ တနေ့ ၃-ကြိမ် သောက်မူ သွေးယိုစီးခြင်းရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

အပူလွန်သော အဖျား။ ။အပူလွန်သော အဖျားများကို မြေဇာမြက် သတ္တုရည်ကို သင့်ရုံ လိမ်းကျံပေးမူ အပူရှိန် လျော့ပါး၍ အဖျားလည်း ကျဆင်း၏။

သွေးမြင်းသရိုက်။ ။မြေဇာမြက် သတ္တုရည် ၂-ကျပ်, သကြား ၁၂-ပဲသား ရော၍ နွားနို့ သင့်ရုံဖြင့် သောက်မူ သွေးယိုစီးခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

နာတာရှည် ဆီးလွန်ရောဂါ။ ။မြေဇာမြက်ကို အမှုန့်ပြု၍ ဒိန်ရည်နှင့် ရော၍ သောက်မူ ကြာမြင့်စွာစွဲကပ်နေသော ဆီးလွန်နာ, ဆီးအတွင်းမှ သုက်များ ယိုစီးခြင်း ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

ဘုတ်တစ္ဆေဖမ်းခြင်း။ ။ဘုတ်တစ္ဆေဖမ်းခြင်း, ဝက်ရူးပြန်ရောဂါ, စိတ်မညိမ်မသက် ကတောက်ကရက် ရှိခြင်းဖြစ်မူ မြေဇာ သတ္တုရည်ကို အနည်းငယ်မျှ အမြဲတစေ သောက်မူ ပျောက်ကင်း၏။

ပိတ်ဝမ်းသွားခြင်း။ ။ချင်းခြောက်, စမုံစပါး, အနည်းငယ် ရော၍ မြေဇာမြက် သတ္တုရည်ကို သောက်မူ ပိတ်ဝမ်း (သလိပ်အချွဲအကျိများ သွားသောဝမ်း) ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဆီးရှင်ဆေးတမျိုး။ ။မြေဇာမြက် သတ္တုရည်နှင့် ငြုပ်ကောင်းမှုန့် သင့်သလို ရောစပ်၍ သောက်မူ ဆီးများစွာ သွားစေသည့်အပြင် ကိုယ်အင်္ဂါကြီးငယ် တို့၌ ပူလောင်ခြင်း, ဆီးပူလောင်ခြင်းတို့မှ ကင်းစေ၏။

မျက်ချေးထွက် အားကြီးသောရောဂါ။ ။မျက်ချေး အလွန် ထွက်ခြင်း, မျက်ဝတ်များ အခါမလင့် ထွက်ခြင်းတို့ကို မြေဇာမြက်အစိမ်း သတ္တုရည်ကို လိမ်းကျံပေးမူ မျက်ချေးထွက် မျက်ဝတ်ထွက်သော ရောဂါများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ခွန်အားတိုးဆေး။ ။မြေဇာမြက်အစို ၁၂-ပဲ, ဗာဒံအစေ့ ၁၀-စေ့, ငြုပ်ကောင်း ၁၀-စေ့, ၎င်းသုံးမျိုးကို ကျောက်ပြင်တွင် ကြိတ်၍ ခံတွင်း တွေ့သော အချို တချိုးမျိုးနှင့်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

နေ့လည် ၃-နာရီအချိန်လောက်တွင် သောက်မှု ခွန်အားပြည့်ဖြိုး၍ လာပါလိမ့်မည်၊ ၎င်းဆေးကို အမြဲမပြတ် သုံးဆောင်ပေးမူ တဖြည်းဖြည်း အားအင်တိုးတက်လာပြီးလျှင် ကျန်းမာ ဝဖြိုး စေပါလိမ့်မည်။

အနာပျက်များ, သွေးကျခြင်း။ ။အနာပျက်, အနာဟောင်းများ မကျက်နိုင်ခြင်း, သွေးယိုစီးခြင်းဖြစ်မူ ၎င်းပဥ္စင်းပါး သတ္တုရည်ကို လိမ်းပေးပါ။

မီးရပ်ဖြူဆင်းခြင်း။ ။မြေဇာမြက် သတ္တုရည်နှင့် နံ့သာဖြူ အမှုန့်ရော၍ သကြားခဲ အနည်းငယ်မျှ ထည့်ပြီး သောက်မူ မီးရပ်ဖြူ ဆင်းသောရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ရေဖျဉ်းရောဂါ။ ။မြေဇာမြက်တွင် ငြုပ်ကောင်း အနည်းငယ် စွက်၍ ကြိတ်ပြီး သောက်ပါက ဆီးများစွာ သွားပြီးလျှင် ရေဖျဉ်းလည်း ကျဆင်းပြီး ကိုယ်အင်္ဂါ ကြီး ငယ် ဖောရောင်ခြင်းလည်း ကျဆင်းပါလိမ့်မည်။

တက်ဖျား ကျဖျား။ ။မြေဇာမြက် သတ္တုရည်တွင် မိဝုက်မြစ် အမှုန့် အနည်းငယ်မျှ ထည့်၍ တနေ့တွင် ၂-ကြိမ် ၃-ကြိမ်မျှ လျက်ပေးမူ ငှက်ဖျားရောဂါနှင့် တက်ဖျား ကျဖျား ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ခံတွင်းနာများ။ ။ခံတွင်း၌ ပူလောင်၍ အဖုးထခြင်း, အပူအိတ်များ ဖြစ်ခြင်းတို့ကို ၎င်းမြေဇာမြက်ကို ပြုတ်၍ နွှတ်ငုံဆေးပြု၍ ငုံထွေး ငုံထွေး ပြုလုပ်ပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

လိင်နိမိတ်ရောဂါ (ရှံကာ)။ ။လူပျိုနာ ဖြစ်၍ ကိုယ်အင်္ဂါကြီး ငယ်တို့၌ အဖု အပိမ့်များ ပေါက်ခြင်း, အနာများ ဖြစ်ခြင်းတို့ကို မြေဇာမြက် အမြစ်ကို ကျက်ကျက် ပြုတ်၍ တခွက်လျှင် ဇွန်းကြီး ၂-ဇွန်းမျှ တနေ့ကို ၂-ကြိမ်ကျ သောက်ပါက ပျောက်ကင်း၏။

မြေပဲ

သက္ကတ भूःशिम्बिका

ဟိန္ဒီ मूंगफली (मुं,ग-फलि)

လက်တင် Arachis Hypogaea

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။မြေပဲဆီသည် ချို၏၊ အူတို့ကို တွန့်ရှုံ့စေ၏၊ လေသည်းခြေကို ပွားစေ၏၊ ချောင်းဆိုးရောဂါကို ဖြစ်ပွားစေ၏၊ အသီးအစိမ်းသည် နို့ရည်ကို ဖြစ်ပွားစေ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)

မြေပဲထွေး

သက္ကတ ऋद्धि
ဟိန္ဒီ ऋद्धि (ရဒ္ဓိ)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မြေပဲထွေးပင်သည် ၆-လက်မမှ ၂-ပေအထိ မြင့်သည်၊ အချို့နေရာတွင် မြေ၌ ပေါက်နေတတ်သည်၊ အမြစ်သည် မြေအောက် ၁-ပေမျှ နက်အောင်သွား၏၊ နီရောင်သန်း၍ ဝါ၏၊ အရွက်သည် ကုလားပဲရွက်နှင့် တူ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခါး၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ဓာတ်ဘို့ကို ပြောင်းလဲစေတတ်၏၊ ဝမ်းမီးကို ပွားစေ၏၊ ဝဖြိုးစေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ သွေးကို တိုးပွားစေ၏၊ သက်မြက်စေ၏၊ သည်းခြေကို ပယ်တတ်၏၊ ခယချုဂ်ရောဂါ,သွေးအန်,သွေးကျရောဂါ,ချောင်းဆိုး, ပန်းနာ, တုလာသရောနာ, နူနာ, သုက်သွေးယိုစီးခြင်း စသည်တို့၌ ကောင်း၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ဆီးလွန်ရောဂါ အမျိုးမျိုး ပျောက်ဆေး။ ။ရေ ၃၂-ကျပ်,နွားနို့ ၃၂-ကျပ်, နွားထောပတ် ၂-ကျပ်, ပျားရည် ၁-ကျပ် ဂပဲ ၎င်းတို့ကို မီးညှင်းဖြင့် ရေခန်းအောင်ကျိုပါ၊ ၎င်းကို အအေးခံပြီးလျှင် မြေပဲထွေးမှုန့် ၁၂-ပဲသား ထည့်၍ သမအောင် မွှေပြီး လေလုံအောင် ထား၍ နံနက် ည ကြွေဇွန်းကြီး တဇွန်းကျ ၄၉-ရက် ပြည့်အောင် မှီဝဲပါက ဆီးသွန်, ဆီးလွန်ရောဂါများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

သွေး တိုးပွားသော ရောဂါ။ ။သွေးများ ဖောက်ပြန်ဖျက်ဆီး၍ အဖုကြီး အဖုငယ်များ တကိုယ်လုံး ပြန့်နှံ့၍ ပေါက်ပြီးလျှင် ယားခြင်း, ပူခြင်း စသော ဆင်းရဲဒုက္ခများနှင့် တွေ့ကြုံသောအခါ မြေပဲထွေး ၁၂-ပဲ ပြုပ်ကောင်း ရွေးငယ် (၆) ရွေးမျှကို တခွက်စာပြု၍ ည နံနက် မှန်မှန်သောက်ပေးပါလျှင် သွေးသားများ စင်ကြယ်စေပါလိမ့်မည်။

မီးရပ်သွေး ကျန်ခြင်း။ ။မြေပဲထွေး ၃-ကျပ်, ထန်းလျက် ၆-ကျပ်, ရေ ၅၀-ကျပ်ဖြင့် ထက်ဝက် ခန်းအောင် ကျို၍ တခွက်စာ ကြွေဇွန်းကြီး (၃) ဇွန်းမျှ နံနက် ည တကြိမ်ကျ သောက်ပါမူ မီးရပ်သွေးများ စင်ကြယ်စွာ ဆင်းပါလိမ့်မည်။

မြေပျစ်ကြီး

သက္ကတ　लोनी
ဟိန္ဒီ　कुल्फा　(ကု,လ်-ဖါး)
လက်တင်　Portulaca Oleracea

ပုံသဏ္ဌာန်။　။၎င်းသည် မြေတွင် ပြန့်၍ ပေါက်သော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ဟင်းသီးဟင်းရွက် အဖြစ်လည်း အသုံးပြုသဖြင့် လူသိများလှ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　။ငန်၏၊ ချဉ်၏၊ ခြောက်ထပ်၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ မြင်းသရိုက်, ဝမ်းမီးနု˙,, အဆိပ်သင့်နာများကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

—

မြေပျစ်ငယ်

သက္ကတ　घल्लोनिका
ဟိန္ဒီ　छोटा लुणिया　(ချိုဋာ-လိုဏီယာ)
လက်တင်　Portuiaca Quadrifida

ပုံသဏ္ဌာန်။　။၎င်းသည် မြေပျစ်ကြီးကဲ့သို့ မြေတွင် တွယ်ကပ်၍ ပေါက်သော အပင် ဖြစ်၏၊ အကြီး အငယ်သာ ကွာခြား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　။ဖန်၏၊ ခါး၏၊ သည်းခြေကို ဖြစ်စေ၏၊ ဆီးဝမ်း ရှင်စေ၏၊ အဖျားဟောင်းကို ပယ်ဖျက်၏၊ ချောင်းဆိုး ပန်းနာ, ရင်ကျပ်, လေလုံးရောဂါ, ဆီးသွန်နာ, ရောင်ရမ်းခြင်းကို ကင်းဝေးစေ၏၊ ခတ် (၇) ပါးကို မွမ်းမံ ပြုပြင် တတ်၏၊ လေနာရောဂါကို နိုင်၏၊ မျက်စေ့ရောဂါ, အရေပြားရောဂါ, အနာပေါက်ရောဂါများကို ကင်းဝေးစေ၏၊ ၎င်းအရွက်စိမ်းကို ကြိတ်၍ မျက်စေ့နာ နှင့် ဆင်ခြေထောက်ရောဂါများကိုလည်း ပျောက်ကင်းစေနိုင်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ရေယုန်ရောဂါ နှင့် အခြားအရေပြား ရောဂါများ။　။၎င်းအရွက်စိမ်းကို ကြိတ်၍ ရေယုန်ရောဂါ နှင့် အရေပြားတွင် ပေါက်သော အနာများကို လိမ်းပေးပါက ပျောက်ကင်းချမ်းသာ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)

ဆီးအောင့် ရောဂါ။ ။ငင်းအရွက် သတ္တုရည်ကို ညှစ်၍ ရှာလပတ်ရည် ဖျော်၍ သောက်ပါက ဆီးအောင့်နာများ ပျောက်ကင်း၍ ဆီးများ အလွန်များလာပါလိမ့်မည်။

သည်းခြေဖော။ ။ခံတွင်းတခုလုံးတွင်၎င်း, ဥက္ကောင်းတွင်၎င်း ပူလောင်၍ ရောင်ရမ်းသောအခါ ၎င်းအရွက် သတ္တုရည်ကို လိမ်းကျံပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

အဖျားကြီးခြင်း။ ။အဖျား အပူရှိန် အားကြီး၍ နေသောအခါ ၎င်းအရွက်ကို ချေပွတ်၍ ရေစိမ်ပြီးလျှင် ၎င်းရေကို တိုက်ပေးပါက အပူရှိန် လျော့၍ အဖျား သက်သာရာရလိမ့်မည်။

ခေါင်းကိုက်နာ။ ။၎င်းအရွက်ကို ညက်ညက် ကြိတ်၍ မျက်နှာ အထက်ပိုင်းသို့ လိမ်းကျံပေးပါမူ ခေါင်းကိုက်နာ ပျောက်ကင်း၏။

ဝမ်းရစ်၍ သွားခြင်း။ ။၎င်း၏ အစေ့ကို ညက်စွာ ကြိတ်၍ အနည်းငယ် ကျွေးမူ ဝမ်းတွင်း၌ ရစ်၍ နာ၍ သွားတတ်သော ဝမ်းရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

—

မြွေနှိုင်ပင်

ဟိန္ဒီ (ဥလဋကံဗလ်)

လက်တင် Abroma angusta

အင်္ဂလိပ် Devils Cotton

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းမြွေနှိုင်ပင်သည် ကြောင်ပန်းကြီးပင် မျိုးကဲ့သို့ ပင်ငယ်မျိုးဖြစ်၏၊ ၎င်းအရွက်သည် ပထမပေါက်စ အပင်ငယ်စဉ်တွင် ပဒုမ္မာ ကြာရွက်မျှ ကြီး၏၊ သို့သော် အရွက်နေပုံ သဏ္ဌာန်မှာ ဝါရွက်, သုံးပန်လှရွက်များနှင့် တူ၏၊ ၎င်းနောက် အပွင့်ပွင့်ချိန် အတွင်းနှင့် သီးချိန်မှာ ၎င်းအရွက်ကို တမျိုးတဖုံပြောင်းလဲကာ သရက်ရွက်ကဲ့သို့ ရှည်မျောမျော ဖြစ်လျက် သရက်ရွက်နှင့်ပင် ဆင်ဆင် တူသော အဖြစ်သို့ ပြောင်းသွား၏၊ အပွင့်သည် အေးသော ရာသီများတွင် နီရဲသော အရောင်နှင့် ပထမပွင့်ပြီးလျှင် နောက် မရမ်းစေ့ရောင်သို့ ပြောင်းပြီးလျှင် နောက်ဆုံး သပြေရောင် အဖြစ်သို့ ပြောင်းသွား၏၊ ပူသော ရာသီ ရောက်သော အခါ အောက်သို့ တွဲလွဲကျ၍ ပွင့်သော အပွင့်တို့သည် အပေါ်ဘက်သို့ ထောင်၍ ဖွဲ့ထီးကို မပြောင်းပြန်ဖွင့်သကဲ့သို့ ရှိပြီးလျှင် အသီး, သီး၏၊ ထိုအသီးအုံထည်းတွင် ငါးကန့်ရှိပြီး အနက်ရောင် မုန်လာစေ့နှင့် တူသော အစေ့များသည် အမွှေးအမြှင်များ အုပ်ဖုံး၍ နေသည်ကို တွေ့ရ၏။

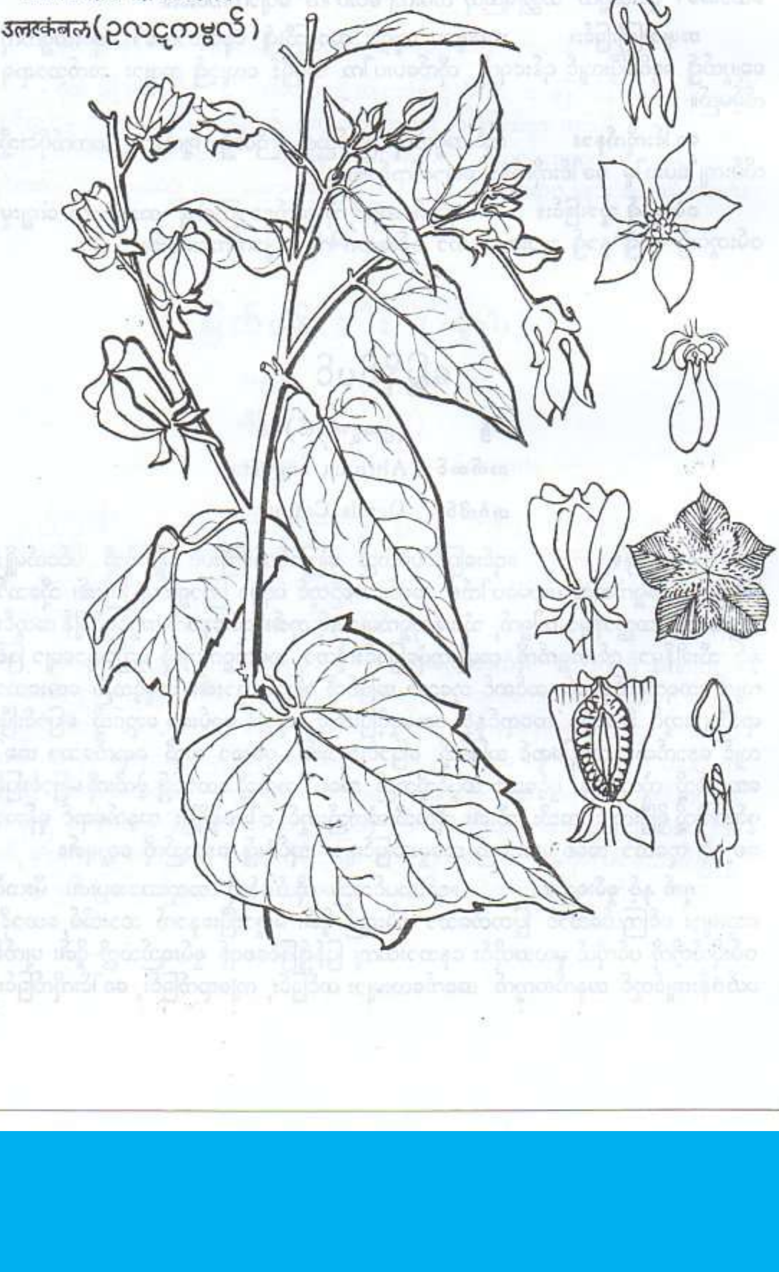
ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအပင်သည် ကိုယ်ဝန်ကို အထူးအားပေး၏၊ မီးယပ်သွေးများ စင်ကြယ်အောင် ပြုတတ်သော စွမ်းရည် ရှိ၏၊ မီးဖွားပြီးနောက် သားအိမ်, ယောနိ, ဝမ်းပိုက်တို့ကို ပင်ကိုယ် မူလအတိုင်း နေသားတကျ ပြန်၍ဖြစ်စေရန် စွမ်းရည်သတ္တိ ရှိ၏၊ မျက်စိပတ်ဝန်းကျင်တွင် အနက်အကွက် အစက်လေးများ ထင်ခြင်း, ကျရောက်ခြင်း, ခေါင်းကိုက်ခြင်း,

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မြွေနှိုင်ပင်

ABROMA ANGUSTA

उलटकंबल(ဥလဋကမ္ဗလ်)



(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မီးယပ်လာစဉ်ရင်း, မလာမီရင်း, နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း စသည်တို့ကို အမြစ်အခေါက်နှင့် ၎င်း၏ သတ္တုရည်ကို အောက်ပါ ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း အသုံးပြုကြကုန်၏၊ ၎င်းပြင် သားသမီး အဖတ် တင်ရန် ကိုယ်ဝန်အားရှိ ခိုင်မာစေရန်ကိုလည်း စွမ်းဆောင်နိုင်၏၊ အထူးသဖြင့် မီးယပ်သွေးနှင့် စပ်လျဉ်း၍ အသုံးပြုရန်မှာ မီးယပ်မလာမီ ၃-ရက်မျှ ကြိုတင်ပြီးလျှင် လာပြီးနောက် (၇)ရက် အထိ ဆက်လက်၍ အသုံးပြုပါ၊ ၎င်း၏ အမြစ်ကိုရင်း, အခေါက်ကိုရင်း, ပြုပ်ကောင်း အနည်း ငယ်ထည့်၍ သုံးဆောင်ရ၏၊ အထက် ဆိုခဲ့သော ရောဂါများ အတွက် ဆေးသုံးစွဲရန် အချိန် အတိုင်းအတာမှာ အမြစ်ခေါက် အခြောက်အမှုန့် ၁၀-ရွေးမှ ၁၅-ရွေးအထိ အစိုအမြစ် ဖြစ်မူ ၄-ပဲမှ ၈-ပဲအထိ အသုံးပြုရ၏၊ အမြစ်၏ သတ္တုရည်ကို အသုံးပြုလျှင် ၃-ပဲသားမျှ အသုံး ပြုရ၏။

မှတ်ချက်။ ။ဖော်ပြခဲ့သော မြေနိုင်ပင် ဟူသော အမည်သည် ရှေးအခါက စတင်သုံးစွဲ ခေါ်ဝေါ်ထားသည်ကို တွေ့ရသော အမည်မဟုတ်ချေ၊ ယခုအခါ စိုက်ပျိုးရေး အတွက် ကြိုးစား ထူထောင်နေသော အချိန်၌ စိုက်ပျိုးထားပြီး အမည်မှည့် ရေးသားသည်ကို တွေ့ရသည့်အတိုင်း မြေနိုင်ပင်ဟု ရေးသားဖော်ပြထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်၊ အခြားအခြား သော ဆရာကြီးများ အိုးအိမ် အဆောက်အဦကြီးများ ရှိရာ ဝန်းခြံတို့၌ အလေးပြုပြီး စိုက်ပျိုးထား၍ ခေါ်ဝေါ် သုံးစွဲကြသည်ကို သိရှိရပါသည်၊ အချို့ မြေနိုင်ပင်ဟု ခေါ် ဝေါ်ကြ၏၊ အချို့ မြေမနိုင်ပင်ဟု ခေါ်ဝေါ်ကြသည်ကိုလည်း တွေ့ရပါသည်၊ မြေကို နိုင်သောအပင် နှင့် မြေကမနိုင်သော အပင်ဟူ၍ ဤမျှသာ ကွာခြား၏၊ သဘောမှာ အတူတူပင် ဖြစ်ပါသည်၊ ရှေးအတော်ကျကျက မှတ်သားဘူးသည်မှာ ထိုအပင်ကို နိဃဏ္ဍုကျမ်း အစောင်စောင်တို့နှင့် တိုက်ဆိုင်ညှိနှိုင်းကြည့်ရာတွင် ဖော်ပြခဲ့သည့် အတိုင်း မြေနိုင်ကြောင်း, အဆိပ်နိုင်ကြောင်း ဖော်ပြထားသည်ကို မတွေ့ရချေ၊ သို့သော်လည်း လက်တွေ့မှာမူ ထိုက်သည့်အလျောက် အဆိပ်ကို နိုင်နင်းသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ဥပမာ ခြံဥယျာဉ်ကြီးတို့၌ မြေစိမ်းများ ရှိတတ်၏၊ ထိုမြေစိမ်း၏ အပေါ်မှ ထိုအရွက်ကို အုပ် ပေးလိုက်လျှင် မြေစိမ်းသည် မလှုန့် မလှုပ်နိုင်တော့ချေ၊ လွန်စွာကြောက်သည့် အမူအရာ ကိုလည်း တွေ့ရ၏၊ ခပ်များများ ထိုအပင်ကို စိုက်ထားခဲ့သော် မြေဆိုးများ မကပ်လာ နိုင်သည်ကိုလည်း တွေ့ရ၏၊ ထိုသို့ လက်တွေ့အကျိုးကို မြင်ရသဖြင့် ထိုအပင်ကို မြေနိုင်ပင် ဟု ခေါ်ကြဟန် ရှိပါသည်။

ယင်းသို့ဖြစ်လျှင် ထိုအပင်၏ အမည်နှင့် စွမ်းရည်သတ္တိ သိရှိပုံကို မြန်မာတို့ စတင် သိရှိ ၍ အမည်မှည့်ထားသော အပင်ဟု ဆိုရပေမည်၊ အဘယ်ကြောင့်နည်းဟူမူ နိဃဏ္ဍုကျမ်း တကာတို့တွင် မည်သည့်ကျမ်းမှာမှ အဆိပ်နိုင်သည် မြေနိုင်သည် ဟု ဖော်ပြထားသည်ကို မတွေ့ရသောကြောင့်တည်း၊ မှန်၏၊ နိဃဏ္ဍုကျမ်းတို့တွင် အထက်ဖော်ပြခဲ့သော အကျိုး ပြု, ဂုဏ်အင်သတ္တိတို့ကိုသာ တွေ့ရှိရသည်၊ အမည်ကို မှည့်ခေါ်ရာ၌ အောက်ပါအတိုင်း သက္ကတဘာသာဖြင့် မှည့်ခေါ်ထားသည်ကို တွေ့ရသည်၊ ဒုမုပ္ပလ, ကဏ္ဏိကာရ, ဘာရဒ္ဒါဇ, ပိသာစကပ္ပ ဟူသည်တို့ပင် ဖြစ်သည်၊ ထိုသက္ကတမှ မြန်မာပြန်ယူသော် ထိုအပင်၏ အမည် တို့သည် အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်လာကုန်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

၁။ ဒုမုပ္ပလ(သစ်ကြာပင်)—ကြာနှင့်တူသော သစ်ပင်တမျိုး။

၂။ ကဏ္ဍိကာရ (ကြာခွက်ပင်)—အစေ့ အိမ်နေပုံသည် ကြာခွက်နှင့် တူ၏၊ ၎င်း၏ အစေ့ အိမ်နေပုံသည် ကြာခွက်နှင့် တူသော အပင်(တစ်ပိတဒေသ တူသည်ကို ဆိုလိုသည်)။

၃။ ဘာရဒွါဇ (ဝါခိုင်းပင်) – တောဝါပင်နှင့် အသွင်သဏ္ဌာန် တူသည်။

၄။ ပိသာစကပ္ပ (မြေဘုတ်ယောင်ဆောင်ပင်) – မြေဘုတ်ဘီလူးများသည် အသွင်အပြင် အမျိုးမျိုး ဆောင်တတ်သကဲ့သို့ ထိုအပင်သည် အပွင့်အရွက် အနေဖြင့် အမျိုးမျိုး ပြောင်းလဲ ဖြစ်တတ်သည်။

ဖော်ပြပါ အမည်တို့သည် သက္ကတဘာသာတွင် နိဃဏ္ဍုကျမ်းအလာ အမည်များကို မြန်မာပြန်ဆို ဖော်ပြခြင်း ဖြစ်သည်၊ ထိုအမည်အားလုံးတို့၌ အဆိပ်နိုင်ပင် ဟူသော အမည် မပါချေ၊ ထို့ကြောင့် မြွေနိုင်ပင် ဟူသော အမည်သည် မြန်မာတို့ စတင်တွေ့ရှိ စမ်းသပ်ပြီးနောက် အသိဉာဏ်က ပေးသော အမည်ဟု သာ မှတ်ယူအပ်ပေ၏၊ ဤ၌ ယခု ကဲ့သို့ ချဲ့ထွင် ဖွင့်ဆိုရခြင်းသည် သစ်ပင်၏ အမည်ကိုကား မြွေနိုင်ပင် ဟု ခေါ်ဆိုထားပြီး လျှင် ထိုအပင်၏ ဂုဏ်အင် သတ္တိကို ဖော်ပြရာ၌ မြွေနိုင်ကြောင်း, အဆိပ်နိုင်ကြောင်း, စိုးစဉ်းမျှ မတွေ့ရသဖြင့် မှဘ်သားလေ့လာသူတို့ စကား အဆက်အစပ်မရဘဲ ထိုအပင်၏ အမည်ပေါ်တွင် ယုံမှားသံသယ ဝင်လာမည်စိုးသောကြောင့် ဤကဲ့သို့ ဖော်ပြလိုက်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်၊ အင်္ဂလိပ် ဆရာကြီးများကား ပဥ္စပတြပင် ဟု ခေါ်ဝေါ်ကြသည်ကို ကျွန်ုပ်တို့ ငယ်စဉ်က ကြားဘူးသည်၊ မှန်၏၊ ထိုအပင်၏ အရွက်သည် ငါးစွန်း ငါးထောင့် ရှိနေ သဖြင့် ဤကဲ့သို့ ခေါ်ဝေါ်ကြဟန် တူသည်။

မြက်ပန်း

သက္ကတ	ओखरा
ဟိန္ဒီ	ओखरादय (ဒိုခရာဒျ)
လက်တင်	Mollugo hirta

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် အပူပိုင်းဒေသ၌ ပေါက်တတ်သော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်း၏ အမြင့်သည် တတောင့်ထွာမှ ၂ · တောင်အထိ မြင့်၏၊ အပွင့်သည် နှင်းဆီရောင် ပြောပြော အဆင်း ရှိ၏၊ အပွင့်ခိုင် တခိုင်တွင် ၃ · ပွင့် ၄ · ပွင့် စုပြုံ၍ ပွင့်၏၊ အသီးမှာ လုံးရှည် ဖြစ်၏၊ ၎င်းတွင် နက်ရောင်သန်းသော အစေ့များ ရှိ၏၊ ၎င်းအပင်သည် မိုးတွင်း၌ သာ အသက်ရှင်၍ နွေရာသီတွင် ကျ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဆီးချုပ်ရောဂါ, ပြည်တုလာသရောနာ တို့၌ များစွာအကျိုးပြု၏၊ ၎င်းအမှုန့်ကို ကိုယ်၌ လိမ်းကျံပေးမူ အနာမီးလျှံ, ယားနာ, အနာစက်, အနာများ ငန်းမန်းလိုက်၍ ရောင်ခြင်းတို့ ပျောက်ကင်း၏၊ ခေါင်း၌ လိမ်းကျံမူ ဒက်နာ, သန်းကိုက်၍ ဖြစ်သောအနာ, ဖောက်ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏၊ ၎င်းအရွက်ခြောက်ကို အတိသာရ ဝမ်းသွားရောဂါ၌ ၎င်း, ရင်ဘတ်ထိုးအောင့်ခြင်း၌၎င်း အသုံးပြုရ၏၊ အနာပေါက်မျိုးစုံ, အရေပြားရောဂါနှင့် သည်းခြေကြောင့် ဖြစ်သော ရောဂါများကိုလည်း များစွာအကျိုးပြု၏၊ ကလေးများ ခွဲထ-ခွဲကျပ်မူ ၎င်းအပင် ပဉ္စင်ါးပါးကို ပြာချ၍ ၎င်းပြာနှင့် ပျားရည်ကို ရော၍ လျက်မူ သလိပ်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ သွေးတိုးပွားသော သူများကို ၎င်းအပင် ပဉ္စငါးပါးကို ကျအောင် ကျို၍ ၎င်းဆေးရည်တွင် မုံညင်းဆန်လှော် အနည်းငယ်ထည့်၍ သောက်ပါက သွေးစင်ကြယ်စေတတ်၏၊ ၎င်းအပင်ကို ရေနှင့် တည၌စိမ်၍ သောက်မူ ဆီးချုပ်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ ဝမ်းသက်လိုသူများ ၎င်းအစေ့ကို အမှုန့်ပြု၍ အနည်းငယ် လျက်ပါက ဝမ်းသက်စေ၏။

မြက်ပန်းတမျိုး

သက္ကတ (ပဝ်ဋကာ)

ဇာဂ်ါလီ (ဂျူလ်ပါပဍာ)

လက်တင် Mollugo stricta

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ငယ်သော မြက်တမျိုး ဖြစ်၏၊ အမြင့် တမိုက်မျှ ရှိ၏၊ အခက်အလက် အလွန်များ၏၊ အရွက်အလျား ၈-ပဲမျှ ရှည်၏၊ အနံ ၂-ပဲမျှ ရှိ၏၊ အပွင့် ဖြူ၏၊ အသီးမှာ ရှည်ဝိုင်းဝိုင်း ရှိ၏၊ အစေ့ပြား၏၊ ဗာဒံရင့်ရောင် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအပင်သည် ဝမ်းမီးတောက်၏၊ ဝမ်းအနည်းငယ် သက်တတ်၏၊ ပိုးရောဂါကို ပယ်ဖျက်နိုင်၏၊ ဥတုသွေးကို မှန်ကန်စေ၏၊ မီးရပ် မမှန်သော အခါ ၎င်းအပင်ကို တညစိမ်၍ နံနက်တွင် ၎င်းအရည်ကိုသောက်မူ မီးရပ်သွေး မှန်ကန် အောင်မြင်စွာ ဆင်းပြီး ကိုက်ခဲနာကျင်ခြင်းမှ ကင်းစေ၏။

မိန်းမများ မီးဖွားရာတွင် မီးတွင်း၌ ၎င်းအရွက်ကို ဟင်းခါး ချက်၍ ကျွေးမူ ဝမ်းလည်း သန့်ရှင်း၏၊ နို့လည်း ထွက်၏၊ ကလေးမှာလည်း သန်မာဝဖြိုး၏၊ သွေးသားလည်း စင်ကြယ်၏၊ ၎င်းပြင် ငှက်ဖျားရှိသူများလည်း ၎င်းအရွက်ကို မကြာမကြာ ချက်ပြုတ်၍ စားပါက တဖြည်းဖြည်း အဖျားပြတ်လာပါလိမ့်မည်။

မြက်ပန်းတမျိုး

မဂဓါ (ဂိမှယှာက)

လက်တင် Mollugo cerviana

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ငင်းသည် ပင်ငယ်မျိုး (ပပဋကာ) မြက်ပင်နှင့် တူ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အဖျားကို အထူးသဖြင့် နိုင်၏၊ ၎င်းပြင် မိန်းမများ မီးတွင်း၌ ဟင်းခါးချက်၍ သောက်မူ သွေးပုတ်, သွေးဟောင်းများ စင်ကြယ်စွာ ဆင်းပြီး သွေးသားများ ပိုမို၍ ကောင်းလာစေတတ်၏၊ ၎င်းပြင် မီးရပ်ဖြူနှင့် ညောင်းကျသူတို့ကို ရေအေးနှင့် ၎င်းအမြစ်ကို တညစိမ်၍ နံနက် သောက်မူ မီးရပ်ဖြူနှင့် ညောင်းကျရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

မြက်ပန်းခါး (ဂန့်ခါး)

သက္ကတ (ဂိမှသုန္ဒရ)

ဟိန္ဒီ (ဂျ°,ဒ်)

လက်တင် Mollugo Spergula

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ငင်းသည် ပင်ငယ်တမျိုး ဖြစ်၏၊ မြေတွင် ကပ်ဖြန့်၍ ပေါက်သော အပင် ဖြစ်၏၊ ၎င်းသည် အမျိုးများ၏၊ အရွက်သည် ဂ-ပဲမှ ၁-လက်မအထိ ရှည်၏၊ သံလျက်ပုံ ရှိ၏၊ အပွင့်ဖြူ၏၊ အသီးမှာ လုံး၍ ရှည်၏၊ ၎င်းအစေ့သည် ဗာဒံရင့်ရောင် ရှိ၏၊ ၎င်းကို မြက်ပန်းအခါး ဟုရင်း, ဂန့်ခါးဟုရင်း ခေါ်ကြကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရသာ ခါး၏၊ ဝမ်းမီးတောက်၏၊ အောက်သို့ အစဉ်သဖြင့် သက်စေ၏၊ ဥတုသွေး မှန်စေ၏၊ ၎င်းအရွက်ကို မီးတွင်း၌ ဟင်းချက်ကျွေးမူ (သို့မဟုတ်) ပြုတ်၍ အရည်ကို တိုက်မူ သွေးဟောင်း, သွေးပုတ်, သွေးငုတ်များ စင်ကြယ်ပြီးလျှင် ကိုယ်သားကိုယ်ရေ အဆင်း အလွန် ကောင်းမွန် ပြေပြစ် စေတတ်၏၊ အရေပြားရောဂါကို ၎င်းအရွက် ဟင်းချက် ကျွေး၍ ၎င်းအပင်အစိမ်း၏ သတ္တုရည်ကို လိမ်းပေးမူ အရေပြားရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏၊ နားကိုက်, နားနာရောဂါများကို ၎င်းသတ္တုရည်နှင့် ကြက်ဆူဆီ ရော၍ နားသို့ ထည့်ပေးမူ နားကိုက်, နားနာ ပျောက်ကင်း၏၊ ပိုးရောဂါရှိသူများလည်း ၎င်းအထက်ပါအတိုင်း ပင် သောက်ခြင်း, လိမ်းကျံခြင်း ပြုပါမူ ပိုးနှင့် ပတ်သက်သောရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မြက်ခါး

လက်တင် Pennistum comperssum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နှစ်ရှည်ခံ အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ပင်စည်သည် ၃၀-မှ ၆၀-စင်တီမီတာ အထိ ရှိ၏၊ အရင်းတွင် ပိုးကဲ့သို့ အမျှင်များ ရှိ၏၊ လှံသွားသဏ္ဌာန် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အားတိုးဆေး အဖြစ်ဖြင့် အသုံးပြုရ၏။

မြက်ချို

လက်တင် Echinochloa Crusgalli

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။တနှစ်ခံ အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ပင်စည် နူးညံ့၏၊ အခက်အလက်များ အောက်သို့ကျ၏၊ အရွက်သည် ချွန်ထက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အပင်ကို သွေးလွန်ခြင်း, သွေးသွန်ခြင်း, သရက်ရွက် ကြီးခြင်း တို့၌ အသုံးပြုရ၏။

မြက်ပြ

နေပါလ [illegible] (ကျိုလိဆီ)

တာမေလ် [illegible] (ကဒလာဇူ)

လက်တင် Melastoma malabathricum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အခက်အလက် များလှသော ချုံပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ရေစပ်တွင် ပေါက်တတ်၏၊ အရွက်သည် မြှားသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အစိမ်းရင့် ဖြစ်၏၊ ကြမ်း၏၊ ရိုးတန် နူးညံ့၏၊ အပွင့်ကြီး၏၊ နှင်းဆီရောင် ရှိ၏၊ လှပ၏၊ အရိုးတန်မရှိ၊ ၃-ပွင့် သို့မဟုတ် ၅-ပွင့် အဆုပ်လိုက် ပွင့်၏၊ အသီးငယ်၏၊ လုံး၏၊ ပိတ္တကျိုးပင်နှင့် တူ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရွက်ကို ဝမ်းသက်ရောဂါ၌ သုံးရ၏၊ အရွက် နှင့် အပွင့်ကို မီးရပ်ဖြူနှင့် နာတာရှည် ဝမ်းသက်ရောဂါ၌ သုံးရ၏၊ ထို့ပြင် အရွက်ပြုတ်ရည်ကို သွေးဝမ်း

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

သွားသောအခါ၌ တိုက်ရ၏၊ အခေါက်ပြုတ်ရည်ကို သွေးဝမ်း၌ တိုက်ရ၏၊ အခေါက်ပြုတ်ရည်ကို နှာစေး, လည်ချောင်း၌ ဖြစ်သော အကျွေပ မည်သော လေရောဂါ, ထိခိုက် ရှနှ ဒဏ်ရာရရာ၌ ငုံရ၏၊ အပြင်လိမ်းဆေးအဖြစ်ဖြင့် သုံးပါက ယားယံခြင်း ပျောက်ကင်း၏၊ အနာပေါက်ရောဂါကို ဆေးအဖြစ် အသုံးပြု၏။

မြက်ဖြူ

ပါဠိ फलमुचा

ဟိန္ဒီ बरु (ဗရူ)

လက်တင် Sorahum Halepence

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မြက်မျိုး ဖြစ်၏၊ အပင်သည် ပြောင်းပင်နှင့် တူ၏၊ သို့ရာတွင် ပြောင်းပင်ထက် ပါးလွှာ၏၊ အရွက်လည်း ပြောင်းရွက်နှင့် ဆင်၏၊ အစေ့လည်း ပြောင်းစေ့နှင့် တူ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အစေ့သည် ဆီးရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ သည်းခြေငြိမ်သက်ခြင်းကို ဖြစ်စေ၏။

မြက်မွှေးလိန်

ဟိန္ဒီ शूरा घास (ယှူရီ-ယာ့-ဆ်)

လက်တင် Andropogon Contortus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် နေရာအနှံ့ အပြား ပေါက်တတ်သော မြက်မျိုး ဖြစ်၏၊ အမြင့် ၂-ပေ ၃-ပေမျှ မြင့်၏၊ ၎င်းအပွင့်တန်တွင် ချွန်ထက်သောဆူး ရှိသည့် အသီးကလေးများ ရှိ၏၊ ၎င်းမြက်များ ခူးစဉ်အချိန်တွင် သိုးသတ္တဝါတို့သည် အလွန် စားကြပြီးလျှင် သီးပွင့်သောအခါ ၎င်းမြက်ကို တိရစ္ဆာန်များ မစားနိုင်ကြချေ၊ လူများ၏ အဝတ် စသည်တို့တွင် ညှိတွယ်ကပ်နေတတ်၏၊ အချို့ နောက်ပိုးမြက်ဟု လည်း ခေါ်ကြ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်း၏အမြစ်သည် ဆီးရွှင်၏၊ ထက်မြက်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မြက်မွှေး

သက္ကတ दाद्हरण खस

ဟိန္ဒီ खस (ခ,ဆ)

လက်တင် Vetiveria Zizaniodes

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အမြစ်ရှည်သော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အမြစ် အလွန် သေးသွယ်၏၊ နက်စွာ မြေသို့ ဝင်သွားတတ်၏၊ အမြစ်သည် ခါးသက်သက်ရှိ၍ မွှေး၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်ကို သုံးရ၏၊ ခါး၏၊ အေး၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ကြေကျက် လွယ်၏၊ အစာကို ကြေကျက် စေတတ်၏၊ တောင့်တင်းစေ၏၊ သလိပ် သည်းခြေဖျား, ရေငတ်, သွေးဒေါသ, အဆိပ်, ရေယုန်, ဆီးအောင့်, အနာပေါက် ရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အဖျား။ ။၎င်းအမြစ်ကို ပြုတ်၍ သင့်တော်ရုံ သောက်ပါက ချွေးထွက်လာပြီးလျှင် အဖျား ကျဆင်းပါလိမ့်မည်။

သည်းခြေဖောက်ပြန်ခြင်း။ ။၎င်းမြက်မွှေးမြစ်ကို အမှုန့်ပြု၍ အနည်းငယ်, အနည်းငယ် လျက်ပေးပါက သည်းခြေကြောင့် ဖြစ်သော ရောဂါများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း။ ။၎င်းအမြစ်မှုန့်ကို စင်ကြယ်ပြီးသော ကန့်နှင့်ရော၍ အနည်းငယ် သောက်ပါက သွေးတိုးပွားခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ဆီးချုပ်ခြင်း။ ။၎င်းအမြစ်မှုန့်ကို သကြားခဲနှင့် ရော၍ သောက်ပါက ဆီးချုပ်သော ရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ရေငတ်ခြင်း။ ။၎င်းအမြစ်ကို သဗျက်သီး အရည်နှင့် ရော၍ တိုက်ပါက ရေငတ်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

အကြောဆွဲခြင်း။ ။၎င်းအမြစ်နှင့် ချင်းခြောက် ရော၍ တိုက်ပါမူ ပေါင်, လက် စသည်တို့ အကြောဆွဲခြင်း တုန်လှုပ်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

မှတ်ချက်။ ။အချို့ဒေသ၌ မြက်မွှေးကို အလွန်ပူသော ရာသီဥတုမျိုး၌ ယင်းယက်ပြီးလျှင် ၎င်းယင်း၌ ထိုမြက်မွှေးများကို ထည့်၍ ယက်ထားကြသည်၊ အပူနှင့် ယှဉ်သော လေသည် တိုက်ခပ် ဝင်ရောက် လာသော် ထိုအပူလေသည် ယင်း၌ ချုပ်ငြိမ်းပြီးလျှင် လေအေးသာလျှင် ထိုယင်းတွင်ရှိသော အနံ့ကို ယူဆောင်ပြီး တိုက်ခတ်လာ၏၊ အချို့ ယပ်တောင်များ ယက်၍ အလားတူပင် အသုံးပြုကြသည်၊ ယပ်လေ ခတ်ပေးရသော

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ယပ်လေအေးကို သည်းခံ၍ ဒေါသ အပူလွန်နာတို့၌ ထိုမြက်မွှေးယင်းနှင့် ယပ်တို့သည် လွန်စွာ အကျိုးပြု၏၊ အဖျားကိုလည်း ပယ်၏၊ အပူကိုလည်း ငြိမ်းစေ၏၊ အငုပ်အခိုး များလည်း ပွင့်စေ၏၊ နှလုံးကိုလည်း ရွှင်စေ၏။

မြက်မွှေး (အမဲ)

သက္ကတ (ဗာလာ)

ဟိန္ဒီ (သုဂန္ဓဗာလာ)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ငင်းသည် ရေအနီး၌ အထူးသဖြင့် ပေါက်ရောက်တတ်သော မြက်မျိုး ဖြစ်၏၊ ငင်း၏အမြစ်ကို ဆေးဘက်တွင် အသုံးပြုရ၏၊ အပင်ရင်း ခေါင်းတွင် ဆံပင်ကဲ့သို့ သေးသွယ်၍ နက်သော အမြစ်ကလေးများ များစွာ ပေါက်ရောက်တတ်၏၊ ငင်းကို လွန်စွာ မွှေးကြိုင်သောကြောင့် (သုဂန္ဓဗာလ) ဟု ခေါ်၏၊ (ဗာလ)သဒ္ဒါသည် ဆံပင်ကို ဟော၏၊ ငင်းအပင်ကို မြန်မာပြည်၌ ရှာဖွေ၍ မတွေ့သေးပါ၊ အိန္ဒိယမှ တင်သွင်းသော ဗယဆေးပစ္စည်း အဖြစ်နှင့် ရောက်လာသည်ကိုသာ တွေ့ဘူးပါသည်၊ ကိုယ်တွေ့ တွေ့ကြုံဘူးသည်မှာ အိန္ဒိယပြည် တောင်ပိုင်း မဒ္ဒရပ်သို့ မရောက်မီ မီးရထား ဘူတာများတွင် ယာ, တောင်သူ, ခြံသမားတို့သည် လာရောက် ရောင်းချသည်ကို တွေ့ရသည်၊ ထိုနေရာသို့ မီးရထားသည် ညအခါ၌ ရောက်တတ်၏၊ ညအခါ၌လည်း ထိုရောင်းသူတို့သည် ဝေတိဝေ, ဝေတိဝေ ဟု တာမီလ် ဘာသာဖြင့် နေရာပေါင်းများစွာ, အသံပေါင်းများစွာ ဟစ်အော် ရောင်းချသည်ကို ကိုယ်တိုင် တွေ့ရသည်၊ အလွန်ကျယ်ပြန့်သော အိန္ဒိယ ပြည်ကြီး၌လည်း ငင်းဆေးပင်ကို ပြည်နယ် တိုင်း၌ မတွေ့ရဘူး ပါ၊ အိန္ဒိယပြည် တောင်ပိုင်း မဒ္ဒရပ်ပြည်၌သာ တွေ့ဘူးပါသည်၊ ပန်းရင်း ဟူသော အမည်, မြက်မွှေး ဟူသော အမည်ဖြင့် ခေါ်ဝေါ် သုံးစွဲရာ၌ အနည်းငယ်မျှသာ ကွာခြားကြကုန်၏၊ ဤမြက်မွှေး အမဲသည် ထိုပန်းရင်းနှင့် မြက်မွှေး အုပ်စုတည်းတွင် ပါဝင်သော်လည်း အသွင် သဏ္ဌာန် အနံ့ အရသာ အနေဖြင့် ပို၍ ထူးခြား၏၊ သာမည ဆေးတို့နှင့် ပန်းရင်း မြက်မွှေး တို့ကို ထည့်သုံးကြသည်ကို တွေ့ရငြားလည်း အားဆေးအနေဖြင့်ငင်း, (ခယရုပ်) မြစ်ခြောက်နာ ပျောက်ဆေးအနေဖြင့်ငင်း, အားကုန်ခမ်းပြီးနောက် နှလုံးရောင်ခြင်း, အရေးကြီးသော အူ, အသည်း, အဆုတ်ရောင် စသည်ဖြင့် လွန်စွာ ကုစားရ ခက်သည့် ရောဂါမျိုး၌ငင်း, အသက် ရှည်ဆေး (ရသာယန) ဖော်စပ်ရာ၌ငင်း ထိုမြက်မွှေးအနက်ကို များစွာ အသုံးပြုကြသည်ကို ဆေးကျမ်းတို့၌ တွေ့ရသည်၊ အထူးသတိပြုရန်မှာ ထိုအပင်၏ အမည်ကို (သုဂန္ဓဗာလာ) ဟု ပါရှိ၏၊ ငင်းအမည်ဖြင့် ခေါ်ကြ၏၊ အခြားသော ပန်းရင်း မြက်မွှေးတို့၌လည်း(သုဂန္ဓဗာလာ) ဟု ခေါ်ကြကုန်သဖြင့် ဆေးဖော်စပ်ရာ၌ ကွဲပြားစွာ မှတ်ယူ အသုံးချနိုင်ရန် မြက်မွှေးအမဲ ဟု ထူးကဲစွာ အမည်တတ်၍ ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ငှင်းမြက်မွှေး အမဲသည် ဘာဝပွကာသ, အလိုအားဖြင့် အေး၏၊ ခြောက်ထပ်၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ ဝမ်းမီးတောက်၏၊ အော့အန်ခြင်း, ပျို့ခြင်း, နှုတ်မမြိန်ခြင်း, နှလုံးရောဂါ, အစာမကြေ, ဝမ်းပျက်နာ, ရေယုန်ကြီး အနာတို့ကို ကောင်းစွာ ပယ်ရှားနိုင်၏၊ နိဃဏ္ဍု ရတနာကရ, အလိုအားဖြင့် ငှင်းမြက်မွှေးအမဲသည် အေး၏၊ ခါးသက်သက် ရှိ၏၊ အံပင်ကို သန့်စွမ်းစေ၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ ချို၏၊ ဝမ်းမီးတောက်၏၊ ခြောက်သွေ့၏၊ သလိပ်နာ, သည်းခြေနာ, အော့အန်ခြင်း, ရေငတ်ခြင်း, နူနာ, အတိသာရ ဝမ်းသွားခြင်း, အဖျားရောဂါ, ပန်းနာ, နှုတ်မမြိန်ခြင်း, အနာပေါက်ရောဂါ, ရေယုန်ကြီးနာ, နှလုံးရောဂါ, သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း, ရတ္တပိတ်နာ, ယားနာတို့နှင့် ပူလောင်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ငှင်းအမြစ်သည် မွှေး၏၊ ထို့ကြောင့် ဆေးမြစ်၏ အတွင်း၌ အေးသော ဝမ်းမီးတောက်စေသော သတ္တိထင်ရှားစွာ ပါရှိ၏၊ ငှင်းသည် အဖျား, ရောင်ရမ်းခြင်း, ခန္ဓာကိုယ် အတွင်း အစိပ်အပိုင်းများမှ သွေးယို သွေးကျခြင်းတို့ကို ရပ်တန့်စေ၏၊ အတိသာရ သွေးဝမ်းသွားရောဂါတွင် အထူးကောင်းမွန်သော ဆေးဖြစ်၏၊ အဆစ်အဆက်ရောင်ခြင်းနှင့် အစာမကြေ, လေပြည့်ရောဂါတို့ကိုလည်း ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ငှင်းဆေးမြစ်ကို သုံးစွဲရန် အချိန် အတိုင်းအတာမှာ တမျိုးတည်း သုံးစွဲပါက တပဲသားမျှ သုံးနိုင်၏။

—

မြက်မုန်ညင်း

သက္ကတ भद्र मुस्त

ဟိန္ဒီ मोथा (မိုထား)

လက်တင် Cyperus Rotundus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဥကို သုံးရ၏၊ ခါးစပ်၏၊ အေး၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ကြေကျက်စေ၏၊ ချုပ်၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ပိုးကိုပယ်တတ်၏။

ပျောက်ကင်းသော ရောဂါများ။ ။သွေးဝမ်း, သွေးအန်, သွေးကျ, ရေငတ်, အဖျား, သွေးရောဂါ, အော့အန်, ဝစ္စမဂ် နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း, ရေယုန်, ဝက်ရူးရောဂါ စသည်ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ပိတ်ဝမ်းသွား။ ။ချင်းခြောက်နှင့် မြက်မုန်ညင်းဥကို ဆတူ အမှုန့်ပြု၍ ပျားရည်နှင့် သင့်တော်ရုံ ရောပြီးလျှင် ၄-ပဲသားမျှ တနေ့ ၃-ကြိမ် လျက်ပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

နို့ထွက်ဆေး။ ။မြက်မုန်ညင်းဥ အစိုကို သွေး၍ နို့အုံတွင် လူးပေးသော် နို့များ စွာ ထွက်၏။

ဆီးရှင်ဆေး။ ။နွားနို့ ပျစ်ပျစ်တွင် မြက်မုန်ညင်း အမှုန့်ရော၍ သောက်ပါက ဆီးအားကောင်း၍ ပိုမို များပြား လာလိမ့်မည်။

မီးယပ်စင်ကြယ်ဆေး။ ။မြက်မုန်ညင်းနှင့် ထန်းလျက် ဆတူ ရောကြိတ်၍ ဂ ·ပဲ သားမျှ လုံးပြီးလျှင် နံနက်ည တလုံးကျ သောက်က မီးယပ်များ စင်ကြယ်အောင် ဆင်းပါ လိမ့်မည်။

ကင်းဆိပ်။ ။ကင်းကိုက်သော နေရာသို့ ရေအေးဖြစ်စေ, ရေနွေးဖြစ်စေ ရရာနှင့် မြက်မုန်ညင်းကို သွေး၍ လိမ်းမူ အဆိပ် ကျဆင်း၏။

ရေယုန်နာနှင့် အနာမီးလျှံနာ။ ။ပြန့်နှံ့၍ ပေါက်နေသော ရေယုန်နှင့် အနာ မီးလျှံကို မြက်မုန်ညင်း အမှုန့်ဖြူး၍, ဖြူး၍ ပေးပါက သက်သာရာ ရ၏။

အတိသာရ ဝမ်းသွားရောဂါ။ ။မြက်မုန်ညင်းဥ, မြက်မွှေး ၎င်း ၂ ·ပါးကို အနည်း ငယ်မျှထောင်း၍ ရေသန့်သန့်တွင် တည စိမ်ထားပြီးလျှင် နံနက်တွင် တိုက်ပါ၊ အတိသာရ ဝမ်းရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

သလိပ်ဦးစီး၍ အန်ခြင်း။ ။မြက်မုန်ညင်းဥ ၂ိ, ကတ္တရသခဲ့ ၂ိ ၎င်း ၂မျိုးကို အနည်းငယ်မျှ ထောင်းပြီးလျှင် ရေ ၅ဝိ ·ဖြင့် ထက်ဝက်ခန်းအောင်ကျိုပါ၊ ၎င်းဆေးရည်ကို နံနက်ည ကြွေဇွန်းကြီး ၂ ·ဇွန်းမျှသောက်မူ သလိပ်ဦးစီး၍ အန်သောရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ပိတ်ဝမ်းသွားခြင်း။ ။မြက်မုန်ညင်း ၃ိ, ရေသန့်သန့် ၉ိ, နွားနို့ ၁ဂိ ·သားနှင့် ရောခမ်းပြီး နွားနို့ကျန်အောင် ကျိုပါ၊ ကျန်သောနွားနို့ကို စစ်ပြီးလျှင် အအေးခံ၍သောက်ပါ၊ ပိတ်ဝမ်းသွားခြင်းနှင့် နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

နာတာရှည် အတိသာရဝမ်းပျက်။ ။မြက်မုန်ညင်း အမှုန့် ၃ိ ·ကို ရေ ၂၅ိ ·နှင့်ပြုတ် ပြီးလျှင် တခွက်စာ ကြွေဇွန်းကြီး တဇွန်းသာသာ ညနံနက် ပျားရည် အနည်းငယ်ထည့်၍ တကြိမ် ကျစီသောက်မူ နာတာရှည် အတိသာရ ဝမ်းပျက်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ကာလဝမ်းရောဂါ။ ။မြက်မုန်ညင်းဥ ၂ိ, ရေသန့်သန့် ၂၅ိ ·နှင့် ထက်ဝက်ခမ်း ကျို၍ တခွက်စာ ကြွေဇွန်းကြီး ၃ ·ဇွန်းမျှ တနေ့ ၂ ·ကြိမ်မှ ၃ ·ကြိမ်အထိ တိုက်ပါ၊ ကာလ ဝမ်းရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

အနာစိမ်းပေါက်ခြင်း။ ။မြက်မုန်ညင်းကို ညက်စွာ အမှုန့်ပြု၍ နွားထောပတ်နှင့် ရောပြီးလျှင် ၎င်းအနာများကို လိမ်းမူ အသားနု မြန်စွာတက်၍ အနာစိမ်းများ ပျောက်ကင်း၏။

ဝက်ရူးနာပျောက်ဆေး။ ။အပင်၏ မြောက်ဘက်သွားသည့် မြက်မုန်ညင်းဥကို ညက် စွာကြိတ်၍ အမွေးရောင် တရောင်တည်း ရှိသော နွားငယ်၏ မိခင်နို့ဖြင့် ရက်အတန်ကြာမျှ သောက်မူ ဆေးမတွေ့နိုင်သည့် ဝက်ရူးနာ ပျောက်ကင်း၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

သွေးဝမ်းသွားရောဂါ။ ။ကြက်ဥမုန်ညင်း အခြောက်ကို နုနုထောင်း၍ သကြားခဲ, ပျားရည်တို့နှင့် လက်ကော်ရအောင် နယ်ပြီးလျှင် တနေ့ ၄-ကြိမ်မျှ လျက်၍ပေးမူ များစွာ အကျိုးရှိ၏။

မျက်လုံးရောင်ရမ်းခြင်း။ ။မြက်မုန်ညင်းဥကို ဆိပ်ကျင်ငယ်ဖြင့် သွေး၍ ရောင်ရမ်းသောမျက်လုံးသို့ ကွင်းပေးမူ များစွာအကျိုး ရှိ၏။

မျက်စိမှုန်ခြင်း။ ။မျက်စိမှုန်ခြင်း, မျက်လုံးများ ရည်ဝေခြင်း, အခိုးထွက်ခြင်းတို့ ဖြစ်မူ မြက်မုန်ညင်းဥကို ရေအေးနှင့် သွေး၍ မျက်စဉ်းခပ်မူ မျက်စိမှုန်ခြင်း, ရည်ဝေခြင်း, အခိုးထွက်ခြင်းများ ပျောက်ကင်း၏။

မျက်စိတွင် အနာများပေါက်ခြင်း။ ။မြက်မုန်ညင်းဥကို ထောပတ်နှင့် ကျော်ပြီးလျှင် ညက်အောင်ကြိတ်၍ အုံပေးလျှင် မျက်လုံးပတ်ဝန်းကျင်၌ ပေါက်တဘ်သော အဖုအပိမ့် အနာများ နှင့် မျက်စိတွင် ပေါက်သောအနာများကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

နို့ထွက်ဆေး။ ။မြက်မုန်ညင်းဥ အစိုကို ညက်စွာသွေး၍ နို့အုံတွင် မကြာမကြာ လိမ်းပေးမူ နို့မြွေ, နို့ငန်း စသော မကောင်းသောနို့များ သန့်ရှင်း၍ နို့များ ထွက်လာစေ၏။

ဆီးရှင်ဆေး။ ။ဆီးချုပ်နေမူ နွားနို့ကို ပျစ်ပျစ်ကျို၍ မြက်မုန်ညင်း အမှုန့်ကို အနည်းငယ်ထည့်၍ သောက်မူ များစွာ ဆီးရှင်လာလိမ့်မည်။

အနာစက် အနာမီးလျှံ။ ။တကိုယ်လုံး ပျံ့နှံ့၍ အိုင်းကျနေသော အနာစက်များကို မြက်မုန်ညင်းဥကို အမှုန့်နုနုပြု၍ အနာများပေါ်သို့ ဖြူးပေးပါက များစွာ အကျိုးရှိ၏။

ဝမ်းတွင်းသန်နှင့် ပိုးမွှားများ။ ။မြက်မုန်ညင်းအမှုန့်ကို ၄-ပဲမျှ သောက်က ဝမ်းတွင်းရှိ ပိုးနှင့် သန်များ ကျဆင်းလာ၏။

အဖျားနိုင်ဆေး။ ။မြက်မုန်ညင်း, ဆင်တုန်းမနွယ် ၂ံ-စီ, ရေ ၂၅ံ-နှင့် ထက်ဝက်ခန်းအောင်ပြုတ်၍ တခွက်စာ ဇွန်းကြီး ၂-ဇွန်းမျှ သောက်က အဖျားကျဆင်း၏။

ငှင်းတနည်း—မြက်မုန်ညင်းဥ, စူလာနဖာ ငှင်းတို့ကို ရေဇလုံဘွင် ညဦးကစိမ်၍ နံနက်တွင်သောက်က အအေးပတ်သော ရောဂါ ကျဆင်းသွားပါလိမ့်မည်။

မြင်းကာပင်

သက္ကတ မဓုက

ဟိန္ဒီ ရှိမ့် (ယှ°ဂ်,ရ)

လက်တင် Cynometra mimosoides

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ချုံသဘော ရှိ၏၊ ပင်လယ်ကမ်းစောင်းတို့၌ ပေါက်တတ်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်သည် ဝမ်းကိုသက်စေ၏၊ အရွက်ပြုတ်ရည်ကို နွားနို့၊ ပျားရည်တို့နှင့် ရော၍ ယားနာအခြောက်တို့၌ လိမ်းပေးရ၏၊ အစေ့ဆီကိုလည်း လိမ်းပေးက ပျောက်ကင်း၏။

မြင်းခွာ (ရေ)

သက္ကတ ဗြာဟ္မီ

ဟိန္ဒီ ဗြာဟ္မီ (ဗြဟ္မီ)

လက်တင် Herpstis monniera

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မြင်းခွာသည် ရေနီးစပ်ရာ စိုစွတ်သောနေရာများ၌ များစွာ ပေါက်ရောက်၏၊ အဆစ်တို့၌ အမြစ်, အရွက်, အပွင့်, အသီးတို့သည် ထွက်ကုန်၏၊ အရွက်သည် တဆစ်တွင် ၂-၄-၅-ရွက် စသည် အစုအပြုံလိုက် ထွက်၏၊ ၎င်းကို အောက်မြင်းခွာ ဟု ၎င်း, ရေမြင်းခွာဟု၎င်း မြင်းခွာအငယ်ဟု၎င်း ခေါ်ကြသေး၏။

၎င်းသည် မြစ်ကျပင်ပွား နှင့် အစေ့ကျပင်ပွား (၂) မျိုး ရှိ၏၊ မြစ်ကျပင်ပွားမှာ အရွက်ကြီး၏၊ အရိုးတန်လည်း ရှည်၏၊တမိုက်မှ တထွာမျှအထိ မြေဩဇာအလိုက် မြင့်၏၊၎င်းသည် နွယ်၍သွားတတ်၏၊ အဆစ်တိုင်း၌ အမြစ်ထွက်ပြီးလျှင် မြေ၌ အခြေစိုက်မိသော အခါ ထိုအဆစ်၌ ပင်လျှင် အရွက်ထွက်လေ့ရှိ၏၊ အရွက်ကား မများချေ၊ အခြားတမျိုးမှာ ပင်ပွားဖြစ်၏၊ အရွက် ရိုးတန်တို့၏ အရွက်လည်းသေး၏၊ နွယ်လျှောက်၍ မပြန့်ပွားချေ၊ အစုလိုက်, အစုလိုက် အုံဖွဲ့၍ ပေါက်တတ်၏၊ တအုံ၌ ရွက်စုများ ငါးရွက်မှစ၍ ပြွတ်သိပ်ပြီးထွက်၏၊ ထိုနှစ်မျိုးတွင် သုတ်စားရန်, ကျော်စားရန်, ဟင်းချက်စားရန် အကြီးမျိုးသည် (နွယ်လျှောက်) အရသာ ပိုရှိ၏၊ ပူစပ်ခါးနည်းပါး၏၊ အခြားသော ပင်ပွားအငယ်မျိုးမှာ ဆေးဖော်စပ်ရာ၌ များစွာသင့်၏၊ ပဥ္စငါးပါးလုံး ယူရ၏၊ အခြောက်ကို ဆေးတွင်ထည့်သုံးလိုသော် အရိပ်တွင် သွေ့ခြောက်စေ၍ ပြုလုပ်ထားသော အခြောက်ကိုသာလျှင် အသုံးပြုရ၏၊ နေပူတွင် ခြောက်သွားသည့်အထိ မည်သည့် ဆေးပစ္စည်းကိုမှ မပြုလုပ်ရန် ဆေးကျမ်းတို့၌ အကျယ်တဝင့် ညွှန်ကြားထား၏၊ လိုရင်းအကြောင်းမှာ မည်သည့်ဆေးပစ္စည်းမျိုးမဆို ဩဇာဓာတ်သည် တည်ရှိနေ၏၊ ထိုဩဇာဓာတ် ကုန်ခန်းလွင့်ပျောက်သွားမည်စိုးသောကြောင့်ပင် ဖြစ်၏၊ ထို့ကြောင့် ရှေးဗိန္ဒောဆရာမြတ်တို့သည် ဆေးဖော်စပ်ရာ၌ အရိပ်တွင် သွေ့စေ ဟု ဩဝါဒစကား မိန့်မှာထားကြကုန်၏၊ ရေအလွန်များသော ပစ္စည်းဖြစ်မူကား ရေကုန်ခန်းအောင် အသွေ့လှမ်းနိုင်၏၊ ဩဇာဓာတ် ခန်းခြောက်သွားသည်အထိကို မူကား မည်သည့်အခါမှ မလှမ်းသင့်ချေ၊ အနည်းငယ် ထင်ရှားစေအံ့၊ ဩဇာဓာတ်ဟူသည် တွေကောင်း, မြင်ကောင်း, ကိုင်တွယ်၍၎င်း, ချိန်တွယ်၍၎င်း, ရယူကောင်းသော အရာမျိုး မဟုတ်ချေ၊ ၎င်းဆေးပစ္စည်း၏ ထက်မြက် စူးရှသော စွမ်းရည်တမျိုးပင် ဖြစ်သည်၊ ထို့ကြောင့် "ဩဇောတိ တိက္ခသဘာဝေါ" ဟု ဆေးကျမ်းတတ်မြင် ဆရာရှင်တို့ မိန့်ဆိုတော် မူကြကုန်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းမြင်းခွာသည် ခါးသက်သက် ရှိ၏၊ ချို၏၊ အေး၏၊ အစာကိုကြေစေ၏၊ အားသစ်ကို ဖြစ်စေတတ်၏၊ နှုတ်ကို မြိန်စေတတ်၏၊ အသက်နှင့် ဉာဏ်ပညာကို တိုးပွားစေ၏၊ ခရုသင်းရောဂါ၊ ယောနိ၌ ဖြစ်သော ရောဂါ၊ ကိုယ်ရေဝါရောဂါ၊ သွေးကြောင့်ဖြစ်သော ရောဂါ၊ အဆုတ်ပြွန်ရောင်သော ရောဂါ၊ ဖျားခြင်း၊ ပူခြင်း၊ သည်းခြေပျက်နာ၊ အဖျဉ်းကြီးရောဂါ၊ ရေငတ်ရောဂါ၊ ပန်းနာ၊ ကျောက်ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ သလိပ်ကို ပယ်တတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အားအင် နည်းပါးခြင်း။ ။မြင်းခွာရွက် သတ္တုရည် ၁-ဂ-ပဲ၊ သကြား ၁၂-ပဲ၊ ပျားရည် ၁၂-ပဲ ၎င်းတို့ကို ရော၍ လျက်ပြီးနောက် နို့ရည်ပူပူကို သောက်ပါ၊ ဤနည်းအတိုင်း ၂၁-ရက် သို့မဟုတ် ၄၂-ရက်မျှ သောက်မူ ခွန်အား နှင့် သတ္တိ စသည် တိုးတက်လာ၏။

ကလေးများ ချောင်းဆိုးပျောက်ဆေး။ ။ကလေးများ ချောင်းဆိုးရောဂါနှင့် အဆုပ်နာများဖြစ်ခဲ့သော် ၎င်းမြင်းခွာရွက်မှုန့်ကို နွေးအောင်လုပ်၍ ရင်ဘတ်ပေါ်၌ လိမ်းကျံပေးမူ များစွာ အကျိုးရှိ၏။

နူနာ နှင့် လူပျိုနာ။ ။နူနာရောဂါ နှင့် လူပျိုနာရောဂါဖြစ်သူတို့မှာ မြင်းခွာရွက်မှုန့် ၅-ရွေးကို တနေ့ ၃-ကြိမ်မျှ သောက်ပြီးလျှင် အနာများကို မြင်းခွာရွက်မှုန့် ဖြူးပေးခြင်း (သို့မဟုတ်) မြင်းခွာရွက်၏ သတ္တုရည်ကို ညက်ညက်ကြိတ်၍ အုံပေးခြင်း ပြုလုပ်ပါက အထူးကောင်းသော ဆေးဖြစ်၏။

အကျိတ်အဖုများ။ ။ရေနံဆီ ၁-ဂ-ပဲသား၊ မြင်းခွာ သတ္တုရည် ၁-ဂ-ပဲသားကို ဖန်ဘူးတွင်ထည့်၍ နာနာမွှေပြီးလျှင် ၎င်းဆေးဖြင့် နှိပ်နယ်ပေးခဲ့သော် အဆစ်အဆက်တို့၌ ဖြစ်သော အဖုကျိတ်ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အအေးမိခြင်း။ ။ကလေးများ အအေးမိခြင်း၊ လေပြွန်ချောင်းပူခြင်း ဖြစ်ခဲ့သော် မြင်းခွာရွက် သတ္တုရည်ကို လက်ဘက်ရည်အနည်းငယ်ဖြင့် တဇွန်းတိုက်ပါ၊ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်၊ ၎င်းပြင် ဝမ်းသက်၍ သလိပ်များကျပြီးလျှင် သလိပ်ကြောင့်ဖြစ်သော (ဥပဒ္ဒဝေါ) ဆင့်ပွားရောဂါများလည်း ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ဆီးရောဂါ။ ။ဆီးချုပ်ရောဂါ နှင့် ဝမ်းရောဂါများ ဖြစ်မူ မြင်းခွာရွက်ကို ဆင့်တော်ရုံ သုံးဆောင်ပါက ဆီးဝမ်း ရှင်စေ၏။

အဖျားပျောက်ပြီးစ အား နည်းခြင်း။ ။အဖျားရောဂါ ပျောက်ပြီးသည်နောက် အားနည်းခြင်း၊ နှလုံးပေါ်၌ ထိခိုက်မိခြင်း ဖြစ်မူ မြင်းခွာရွက် ၄-ပဲ၊ ပျားရည် ၁-ကျပ် ဂ-ပဲ၊ ထောပတ် ၄-ပဲသားကို ရော၍ သောက်က များစွာအကျိုးရှိ၏။

အမောပြေဆေး။ ။ပိတ်ချင်းသီးနှင့် မြင်းခွာရွက် ဆတူကြိတ်၍ ည နံနက် ၄-ပဲသား စီမျှ သောက်ခဲ့သော် သက်လုံကောင်း၍ အမောရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အဆုတ်နာနှင့် အသံပျက်ရောဂါ။ ။မြင်းခွာရွက် ၃-ပဲ, လင်းလေ ၁-ပဲ, ဖန်ခါးသီး ၄-ပဲ, မယားကြီးရွက် ၄-ပဲ, ပိတ်ချင်းသီး ၃-ပဲ ၎င်းတို့ကို ညက်စွာ အမှုန့်ပြု၍ ၎င်းဆေးတို့၏ အချိန်ဆတူ ပျားရည်နှင့် ရော၍ သောက်မူ ပျောက်၏။

ကင်းဆိပ် ပျောက်ဆေး။ ။ကင်းကိုက်ရာသို့ မြင်းခွာရွက် သတ္တုရည် လိမ်းပေးမူ ပျောက်ကင်း၏။

ကိုယ်ရေဝါရောဂါ။ ။တကိုယ်လုံးဝါ၍ အစာမဝင်ခြင်း, ညောင်းကျရောဂါဖြစ်ခြင်း, အရေပြားပေါ်၌ အနာပေါက်ခြင်းတို့ကို မြင်းခွာရွက် သတ္တုရည်နှင့် နွားနို့ စစ်စစ်ရော၍ သောက်မူ ပျောက်ကင်း၏။

မီးရပ်သွေးများ လွန်ခြင်း။ ။မီးရပ်သွေးများသွန်ဆင်းမူ မြင်းခွာရွက် ၁-ကျပ် သကြား ၂-ကျပ်, ရေ ၁၅-ကျပ်သားနှင့် ထက်ဝက်ခန်းအောင် ကျို၍ ၂-ခွက်စာပြုပြီး သောက်ပါက မီးရပ်သွေးအလွန်ဆင်းခြင်းသည် တဖြည်းဖြည်း ရပ်တန့်သွားပါလိမ့်မည်။

ဝမ်းကိုက်ရောဂါ။ ။ကလေးများဝမ်းကိုက်, ဝမ်းနာ ဖြစ်သောအခါ မြင်းခွာရွက် ၃-၄-ရွက် သကြား စမုန်ဖြူတို့ဖြင့် ကြိတ်၍ အနည်းငယ် ခွန့်ပေးရမည်၊ ၎င်းအပြင် ချက်၏ တဝိုက်တွင် ကြိတ်ထားသော မြင်းခွာရွက်ကို အုံ၍ အဝတ်စီးပေးထားရမည်၊ ထိုသို့ပြုပါက လျှင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်း၏။

မြင်းခွာကြီး

သက္ကတ မဲဍူကပဏ္ဏိကာ

ဟိန္ဒီ ဗြဟ္မမဲဍူကီ (ဗြဟ္မမဏ္ဍူကီ,

လက်တင် Hydrocotyle Asiatica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းမြင်းခွာကြီးသည် ဖော်ပြခဲ့သော မြင်းခွာကလေးကဲ့သို့ မြေတွင် တွားကပ်၍ စိုစွတ်သောနေရာများတွင် အနှံ့အပြား ပေါက်တတ်သော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အချို့နေရာများတွင် ဆယ့်နှစ်ရာသီလုံး တွေ့မြင်ရ၏၊ အဆစ်တိုင်းတွင် အမြစ်, အရွက်, အပွင့်,အသီးများ ရှိ၏၊ ၁-လက်မမှ ၂-လက်မထိ မြေလိုက်၍ အရွက် ကြီး ငယ် ရှိ၏၊ သို့သော် ကွာခြားမှု ရှိ၏၊ မြင်းခွာကလေးကဲ့သို့ တဆစ်တွင် ၄-၅- ရွက် အစုလိုက် မပေါက်ဘဲ တဆစ်တဆစ်တွင် တရွက်သာ ပေါက်၏၊ ၎င်းပြင် တပင်ပေါက်မိလျှင် လယ်တကွက်ခန့်အထိ တွား သွားပြီးလျှင် အခြားသော အပင်များကိုပင် လွှမ်းအုပ်လျက် ကျယ်ပြန့်စွာ ပေါက်သော မြင်းခွာကြီး တမျိုး ရှိသေး၏၊ သို့သော် အသုံး နည်းပါး၏၊ ဖော်ပြခဲ့သော မြင်းခွာကလေးသည် နေနှင့် ဝေး၍ ရေနှင့် နီးသော စိုစွတ်သည့် အရပ်ဒေသတို့၌ များစွာ ပေါက်တတ်၏၊ အောက်အရပ်ဒေသတို့၌ များစွာ တွေ့မြင်နိုင်ပါသည်၊ ဤ၌ ဖော်ပြထားသော မြင်းခွာကြီးသည် နေနှင့် နီး၍ ရေနှင့် ရေဝေးသော မြေ

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အေးများ၌ များစွာ ပေါက်ရောက်တတ်၏၊ အထက်အရပ်ဒေသ၌ များစွာ တွေ့မြင်နိုင်၏၊ ဂုဏ် သတ္တိမှာလည်း ထူးခြား၏၊ ၎င်းသည် အရေပြားရောဂါကို အထူး အကျိုးပြု၏၊ မြင်းခွာကလေး သည် အကြောနှင့် ချဉ်ဆီတို့ကို အကျိုးပြု၏၊ အထူးသတိပြုရန်မှာ မြင်းခွာချင်း အမည်တူသော် လည်း တမျိုးမရှိက တမျိုးကို ထည့်၍ အစားမသုံးရန် နိဃဏ္ဍုကျမ်းကြီးများတွင် မိန့်ဆိုကြ ကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းမြင်းခွာရွက်သည် ဆီးရှင်၏၊ အရေပြားရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ မိန်းမတို့၏ နို့ရည်ကို စင်ကြယ်စေ၏၊ ခွန်အားကို တိုးတက်စေ၏၊ အသက်ကို ရှည်စေ၏၊ အနာများ အသားနု တက်စေ၏၊ အနာများကို စင်ကြယ်စေ၏၊ တွန့်ရှုံ့စေ၏၊ ဝမ်းတွင်းရှိသော သွေးကြောများကို လျင်မြန်စွာ လှုပ်ရှားစေ၏၊ ရောင်ရမ်းခြင်း, သလိပ်နာ ရောဂါ, အဖျား, သရက်ရွက်ကြီးရောဂါ, ပန်းနာရင်ကျပ်ရောဂါ, စိတ်ဖောက်ပြန်သော ရောဂါ စသည်တို့ကို ကင်းဝေးရန် စွမ်းဆောင်တတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အရေပြားရောဂါ။ ။သာမန် အလယ်အလတ်စား အရေပြားရောဂါများကို ၎င်း၏ သတ္တုရည်ကို လိမ်းကျံခြင်း, စားသောက်ခြင်းပြုခဲ့သော် လျင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်း၏၊ ရက်တပတ် ကျော်မျှနှင့်ပင် သိသာထင်ရှား၏၊ နာတာရှည် အရေပြားရောဂါများမှာ စွဲမြဲ၍ နေ့စဉ် စား သောက် လိမ်းကျံရ၏။

ကျပ်တီးနာ။ ။မြင်းခွာရွက် သတ္တုရည်ကို လိမ်းကျံခြင်း, စားသောက်ခြင်းပြုမှု များစွာ အကျိုးရှိ၏။

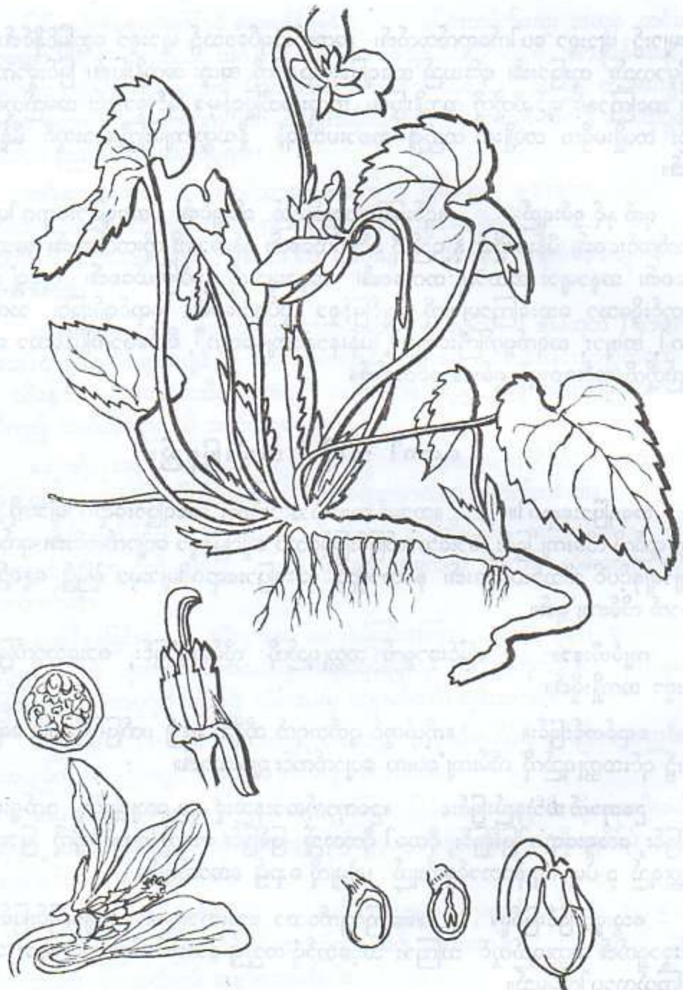
ရောင်တင်းခြင်း။ ။ကိုယ်တွင် ရှတ်တရက် ထိခိုက် ရှနန်၍ ဒဏ်ဖြစ်ပြီးလျှင် ရောင်ရမ်း ခြင်း၌ ၎င်းသတ္တုရည်ကို လိမ်းကျံပေးက ပျောက်ကင်း ချမ်းသာ၏။

ဥဏ္ဏောက် အားနည်းခြင်း။ ။ဥဏ္ဏောက်အားနည်းမှု မေ့လျော့ခြင်း, ဝက်ရူးရောဂါ ဖြစ်ခြင်း, လေရူးရောဂါဖြစ်ခြင်း, ငိုတခါ ရီတလှည့် ဖြစ်ခြင်း စသည့် ရောဂါတို့ကို မြင်းခွာရွက် သတ္တုရည် ၃-ပဲမျှ ဂဠုန်တောင်ရွက်ရည် ၂-ပဲမျှကို ဆော၍ သောက်ရ၏။

သွေးပွားခြင်းဖြစ်မှု။ ။မကြေကျက်သော သွေးသားများ ပွားများခြင်းဖြစ်မှု ၎င်း မြင်းခွာရွက်၏ သတ္တုရည်တွင် သကြား သင့်တော်ရုံ ထည့်၍ သောက်ပါက သွေးများ သန့်ရှင်း စင်ကြယ်လာပါလိမ့်မည်။

ဆီးရောဂါ။ ။ပူသောရာသီများတွင် သွေးဝမ်းသွားခြင်း, ဆီးချုပ်ခြင်း, နာကျင် ကိုက်ခဲခြင်း, ဆီး၌ သွေးပါခြင်းဖြစ်မှု ၎င်းမြင်းခွာ ၆-ရွက်၏ သတ္တုရည်တွင် ဇီယာမှုန့် ၄-သား ရေ ၂၇-ကျပ်သားနှင့် ရော၍ သကြား သင့်ရုံ ထည့်ပြီးလျှင် ရှာလပတ် ပြုလုပ်၍ သောက်ပါမူ ဆိုခဲ့သော ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)



မြင်းခွါ(ပန်း)
VIOLA ODORATA
बनफसा (ဗနဖယှာ)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မှတ်ချက်။ ။၎င်းအရွက်ကို အထက်ဖော်ပြပါ အချိန်အတွယ်အတိုင်း ချင့်ချိန်၍စားပါ၊ အလွန် များစွာ စားမိသော် သွေးများ အလွန် လှုပ်ရှားလျက် ကိုယ်သားကိုယ်ရေ နီမြန်းခြင်း, ပိုး, ရှ, ခြပုန်း ကိုက်သကဲ့သို့ စိုးကနဲ့ စစ်ကနဲ့ ဖြစ်ဖုတ်ခြင်း, အဖုငယ်ကလေးများ မိတ်များ ကွက်သကဲ့သို့ ဖြစ်ခြင်းတို့ကို ဖြစ်ပေါ်စေတတ်၏၊ ထိုသို့ဖြစ်မူ ဆေးချိန် လျော့၍ စားခြင်း, နူးညံ့သော ဝမ်းနုတ်ဆေး စားခြင်းကို ပြုရ၏။

မြင်းခွာ (ပန်း)

သက္ကတ नील पुष्पी

ဟိန္ဒီ बनफशा (ဗန-ဖသျှာ)

လက်တင် Viola Odorata

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းပန်းမြင်းခွာသည် ၄-လက်မမှ ၅-လက်မအထိ မြင့်၏၊ အရွက်သည် နှလုံးပုံသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အမွေးနုကလေးများ ရှိ၏၊ အပင်၏ နေပုံသဏ္ဌာန်သည် မြင်းခွာကလေးနှင့် ဆင်ဆင်ရှိသော်လည်း အပွင့်မှာ စိမ်း၏၊ ပွေး၏၊ မြင်းခွာကလေးကဲ့သို့ နွယ်လျှောက်မသွားဘဲ အပင်ငယ်များ အစုလိုက် အပြုံလိုက် ပေါက်၍ အမြစ်မှပင်ထွက်၍ ပင်ငယ်များ ထပ်ဆင့်ပွား၍ ပေါက်တတ်၏၊ ၎င်းသည် မြင်းခွာ ဟု ဆိုကြသော်လည်း အမှန်စင်စစ်မှာ မြင်းခွာမျိုးတွင် မပါချေ၊ အရွက်သည် မြင်းခွာရွက်နှင့် သဏ္ဌာန်တူသောကြောင့် သာ မြင်းခွာ ဟု ခေါ်ဆိုခြင်းဖြစ်၏၊ အချို့ ပန်းအိုးများ၌ အလှအပအတွက် စိုက်ကြ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအပင်သည် ခါး၏၊ ထက်၏၊ ပူ၏၊ (ဝိသမ) အဖျားကို ပယ်နိုင်၏၊ ပန်းနာရင်ကျပ်နှင့် ဒေါသသုံးပါး ဖောက်ပြန်ခြင်းကို နိုင်နင်း၏၊ ၎င်းအပွင့်သည် အေး၏၊ အဆီ ရှိ၏၊ သလိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ ၎င်းကို ၁၆-ရွေးသားမျှ စားသောက်ပါက အန်ခြင်း, ဝမ်းသက်ခြင်းကို ပြုတတ်၏၊ ထို့ကြောင့် အချို့သော ဆေးဆရာကြီးတို့သည် ၎င်းအပင်ကို အန်ဆေး, ဝမ်းနုတ်ဆေးအဖြစ်နှင့် အသုံးပြုကြကုန်၏၊ ၎င်းကဲ့သို့ အန်သောဆေးကို အသုံးပြုသော အခါ များစွာ ကသန်းသန်း တဝေဝေ ဖြစ်၏၊ ၎င်းနောက် အန်၏၊ အန်ပြီးသည့်နောက် မကြာမီ ခေတ်အနည်းငယ်မျှ သက်၏၊ သွေးယိုစီးခြင်းကိုလည်း ရပ်တန့်စေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

သည်းခြေ ဦးစီးသောရောဂါ။ ။သည်းခြေဦးစီးသော ရောဂါ၌၎င်း, အလွန်ပူသော ရာသီများ၌၎င်း, အပူကို တားမြစ်ခြင်းငှာ ၎င်းပန်းမြင်းခွာ အပွင့်ကို သကြားခဲနှင့် ကြိတ်လျက် စားသုံးကြသော အလေ့အထကို ရှေးသူဟောင်းများများ အမြဲတစေ ပြုလုပ်ကြကုန်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မြင်းသရိုက်ရောဂါကြောင့် သွေးယိုစီးခြင်း။ ။မြင်းသရိုက်သွေး အလွန် ဆင်းသက်သောရောဂါ၌၎င်း, ခန္ဓာကိုယ်ရှိ အင်္ဂါကြီးငယ် တို့မှ သွေးယိုစီးခြင်းတို့ကို တားမြစ်စေရန်၎င်း, ပန်းမြင်းခွာ ပဥ္စငါးပါးပြုတ်ရည်ကို (ဒက္ခာသဝ) စပြစ်သီးစိမ်ရည်နှင့် ရော၍ တိုက်ကျွေးပါမူ အထက်ပါရောဂါမှာ ပျောက်ကင်း၏၊ အမျိုးသမီးများအဘို့ ဥတုသွေး အလွန် ဆင်းရာ၌လည်း အထက်ပါ နည်းအတိုင်း အသုံးပြုရ၏။

ကင်ဆာရောဂါ။ ။ကင်ဆာရောဂါကြောင့် ဖြစ်သော နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း, အရိအရွဲ သွေးစသည်တို့ ယိုစီးခြင်းတို့ကို ၎င်းပန်းမြင်းခွာ ပဥ္စငါးပါးကို ပြုတ်သော ဆေးရည်ကို သောက်ခြင်း, ဖန်ဆေးပေးခြင်း ပြုလုပ်ပါက သွေးများ ယိုစီးခြင်း, ကိုက်ခဲနာကျင်ခြင်းတို့ကို သက်သာစေ၏။

သလိပ်ခဲခြင်း။ ။သလိပ်ဦးစီးသော ရောဂါ ဖြစ်စဥ်၎င်း (သို့မဟုတ်) နာတာရှည်ဖြစ်သော်၎င်း, သလိပ်များ ပျစ်ခဲ၍ အကုံးအတစ်ဖြစ်လျက်နေမူ ၎င်းပန်းမြင်းခွာပြုတ်ရည် အေးတွင် သိန္ဓောဆား, ပိတ်ချင်းသီး, ပျားရည် သင့်တော်ရုံ ရော၍ လျက်ပေးပါမူ သလိပ်များ ပျော်ကျ၍ သလိပ်ခဲရောဂါကို သက်သာစေ၏။

သွေးတိုးပွား၍ ယားယံခြင်း။ ။သွေးတိုးပွားသောကြောင့်၎င်း, ပူလောင်သောကြောင့်၎င်း, ယားယံခြင်းထိုကို ပန်းမြင်းခွာ ပြုတ်၍သောက်က ပျောက်ကင်း၏။

ခေါင်းကိုက်ခြင်း။ ။ခေါင်းကိုက်ခြင်း, ဇက်ထိုးခြင်း, တက်ခြင်းဖြစ်မူ ၎င်းပန်းမြင်းခွာရွက်နှင့် အပွင့်ကို ရှူခြင်း, ၎င်းပန်းမြင်းခွာ အရွက်ကို ကြိတ်၍ လိမ်းပေးခြင်းပြုပါက ပျောက်ကင်း၏။

မျက်စိနာခြင်း။ ။မီးပူ နေပူ အလွန်ခံခြင်းကြောင့် မျက်စိနာခြင်း, ရောင်ရမ်းခြင်း, ဖြင့်ကူရှပ်သကဲ့သို့ မျက်လုံးအိမ် အပေါ်၌ ရောင်ရမ်းခြင်း, နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း, ပူစပ်ပူလောင်ပစ်ခြင်းတို့ကို ၎င်းအပွင့်ကို ကြိတ်၍ လိမ်းပေးမူ ပျောက်ကင်း ချမ်းသာ၏။

လည်ချောင်းနာ၊ ။၎င်းအပွင့်ကို ရေတွင် ၃-နာရီမျှ စိမ်၍ နယ်ပြီးလျှင် ညှစ်ယူပါ၊ ၎င်းအရည်ကို စစ်ယူပြီးလျှင် သောက်ပါက ပျောက်ကင်း၏။

အပူ ချောင်းဆို ရောဂါ။ ။အပူကြောင့် ဖြစ်သော ချောင်းဆိုးရောဂါအမျိုးမျိုးတို့ကို၎င်း, အစာသစ်အိမ် ပူလောင်သောရောဂါတို့ကို၎င်း, ပန်းမြင်းခွာအပွင့်ကို ရေစိမ်၍-၎င်းအရည်ကို သောက်ပါက ပျောက်ကင်း၏။

ပန်းမြင်းခွာ ရှာလပတ်ရည်။ ။ပန်းမြင်းခွာပွင့် ၂၇-ကျပ် ၈-ပဲသား, ရေ ၉၀-သားနှင့် ၂၄-နာရီ စိမ်၍ နယ်ပြီးလျှင် ၎င်းအရည်ကို စစ်၍ ယူထားပါ၊ ၎င်းအရည်တွင် သကြားသင့်ရုံ ထည့်၍ ရှာလပတ်ရည် ဖျော်သောက်ပါ။

၎င်းရှာလပတ် အသုံးပြုနည်း

ထိုရှာလပတ်ရည်ကို ကလေးများအား တခွက်စာ ၄-ပဲသားမှ ၁-ကျပ်သားအထိ တိုက်ပါ၊ သူငယ်များ ဥက္ကောင်းကို နေပူမိ၍ နှာစေးခြင်း, မျက်စိနာခြင်း, နမိုးနီးယား ရောဂါဖြစ်ခြင်း

စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ပူသောရာသီများတွင် ၎င်းရှာလပတ်ရည်သည် ကလေး သူငယ်များအတွက် ဝမ်းနုတ်ဆေးအဖြစ် အသုံးပြုပါက ဆီးပူခြင်း, ဆီးနည်းခြင်း, ပျောက်ကင်း၍ ဝမ်းလည်း အနည်းငယ် သက်လျက် ဆီးလည်း များစွာ ရွှင်လာလိမ့်မည်၊ ပူသောရာသီများတွင် ကလေးများ ဝမ်းနုတ်ဆေးအဖြစ်နှင့် သုံးစွဲမှု အထူး သင့်လျော်လှ၏။

အရူးရောဂါ နှင့် အပူလွန်ရောဂါ။ ။အပူဖျား, ရူးသွပ်ခြင်း, သတိလစ်ခြင်း, မေ့လျော့ခြင်းတို့၌ ဂျုံမှုန့်နှင့် ရော၍ သောက်ရ၏၊ သို့သော် အပူဖျား အားကြီးလျက် ဝမ်းသက် ဝမ်းပေါက်သူတို့ကို မတိုက်ကျွေးရပေ။

အဆုတ်နာရောဂါ။ ။အသက်ရှူပြွန်ချောင်းနှင့် အဆုတ်၌ ဖြစ်သော ရောဂါတို့ကိုလည်း ၎င်းရှာလပတ်ရည်ကို တိုက်ကျွေးက ချမ်းသာခွင့်ရ၏၊ ၎င်းအပြင် လူကြီးများ၏ ချောင်းဆိုးရောဂါ, နှာစေးရောဂါ, ခယရုဂ်ရောဂါ, ပန်းနာရင်ကျပ်, စုဝေး၍ ခဲကျပ်နေသော သလိပ်များကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အဆုတ်နှင့် နှလုံးကို အထူး အားဖြည့်၍ ပေးတတ်၏၊ သွေးသားလည်း စင်ကြယ်ခြင်း, နှလုံး ကြည်ရွှင် ငြိမ်းအေးခြင်း, သွေးပူခြင်း, ချောင်းဆိုးခြင်း တို့ကို ၎င်းရှာလတ်ရည်တွင် သံပုရာရည် သင့်ရုံ ထည့်၍ ပေးရ၏။

ပန်းမြင်းခွာဆီ။ ။ပန်းမြင်းခွာပွင့်အစိုကို ရေနှင့် ညက်စွာ ကြိတ်ပါ၊ ၎င်းကြိတ်ပြီးသောဆေးကို နှမ်းဆီ သင့်ရုံဖြင့် ချက်ပါ၊ ၎င်းသည် ပန်းမြင်းခွာဆီ ဖြစ်၏။

၎င်းဆီ၏ အကျိုးမှာ

ဆံပင်တွင် လိမ်းပေးမှု ဆံပင်ကျွတ်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏၊ ဦးခေါင်းတွင် လိမ်းပေးမှု ဖောက်ထခြင်း, ယားယံခြင်း, ပူလောင်ခြင်း ပျောက်ကင်း၍ ဥဏှောက် အေး၏၊ ၎င်းပြင် သူငယ်များ အပူကြီးခြင်းကြောင့် မအိပ်နိုင်ခြင်း, ဝက်ရူးနာဖြစ်ခြင်း, တက်ခြင်းတို့ကို ၎င်းဆီကို နား၌ အနည်းငယ်, အနည်းငယ် ခပ်၍ ပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

ရှောင်ကြဉ်ရန်

၎င်းပန်းမြင်းခွာကို ကျောက်ရောဂါဖြစ်သူ, ဖျားနေစဉ် ဝမ်းပေါက်သောသူများကို မပေးရ၊ ကိုယ်ဝန်ရှိသူတို့သည် သင့်ရုံမျှသာ သုံးစွဲရ၏၊ ၎င်းပန်းမြင်းခွာကို ရှူရန် ဖြစ်သော်လည်း အလွန်အကဲ မရှူရ၊ အလွန်အကဲရှူမူ ဥဏှောက်ကို အကျိုး ယုတ်စေတတ်၏။

မြင်းခွာ (ဆေး)

၎င်းဆေးမြင်းခွာသည် အာယုဗ္ဗေဒကျမ်းများတွင် အသုံးပြုပုံများ မတွေ့ရှိရချေ၊ သို့ရာတွင် မြန်မာပြည်ရှိ သမားတော် အစဉ်အဆက်တို့သည် ယနေ့တိုင်အောင် ဆေးမြင်းခွာကို အမျိုးမျိုး အသုံးပြုလျက် ရှိသောကြောင့် အောက်ပါအတိုင်း ၎င်းအပင်၏ သဏ္ဍာန်နှင့် တကွ ရေးသား

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဖော်ပြလိုက်ရပေသည်၊ ဆေးပစ္စည်းတို့၏ ဂုဏ်အင် သတ္တိကို ဖော်ပြရာ၌ ရှေးဟောင်း နိဃဏ္ဍု ကျမ်းကြီးများ၏ အယူအဆ ညွှန်ကြားချက် မှန်သမျှကို တကျမ်းနှင့် တကျမ်း ညှိနှိုင်း၍ ၎င်းပြင် အဘိဓာန်ကျမ်းနှင့် ကုထုံးကျမ်းများ အယူအဆကိုပါ ပေါင်းစပ်၍ ကျမ်းလွတ် မဟုတ်ဘဲ ကျမ်းတွင် ပါသမျှတို့ကို ရှာဖွေစုဆောင်း၍ စုပေါင်းဖော်ပြ ရေးသားရမည့် တာဝန်သည် ဤအဘိဓာန်ကျမ်း ရေးသော ပုဂ္ဂိုလ်၏ တာဝန် ဖြစ်သဖြင့် ဤဆေးမြင်းခွာ အကြောင်းကိုလည်း အကောင်းဆုံး ဖော်ပြနိုင်ရန် ဆေးအဘိဓာန် ကျမ်းတကာတို့၌ ရှာဖွေမွှေနှောက်၍ ကြည့်ရှုငြား လည်း အာသာဆန္ဒပြည့်ဝအောင် မတွေ့ရပါ၊ ဆေးမြင်းခွာကိုကား မြန်မာဗိန္ဓောဆရာ အဆက်ဆက် တို့ အသုံးပြုလျက်ပင် ရှိသောကြောင့် ရှေးဟောင်း စာပေတခုမှ မြန်မာဗိန္ဓောဆရာတို့ အသုံးပြုခဲ့ သည့် ပေမူလာ ဆေးမြင်းခွာ အကြောင်းအရာတို့ကို အောက်ပါအတိုင်း ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းအပင်သည် မုန့်တိုင်းပင်မျိုး ဖြစ်သည်၊ မုန့်တိုင်းပင်နှင့် ခက်လက် ထွက်ပုံ ဆင်၏၊ သို့သော် အလက်ရင့်၍ ပြုတ်ကျသည့်အခါ အလက်၏ အရင်းမှ အုံများသည် ကျန်ရစ်ခဲ့လေသည်၊ ၎င်းကျန်နေသည့် အလက်အုံဖတ်များသည် မြင်းခွာ ပုံသဏ္ဌာန် ရှိလေသည်၊ ၎င်းအုံဖတ်ကို ခွာယူ၍ အခြောက်လှမ်းထားသည်ကို ဆေးမြင်းခွာ ဟု ခေါ်ဝေါ်သုံးစွဲကြကုန်၏၊ ၎င်းသည်လည်း မြင်းခွာမျိုး မဟုတ်ချေ၊ ၎င်းသည် အဖြူ, အနီ, အနက် ဟူ၍ သုံးမျိုး ရှိရာတွင် တမျိုးထက် တမျိုး အစွမ်းသတ္တိ ပိုမို ထက်မြက်ကြ ကုန်၏။

ထိခိုက်သော ဒဏ်ရာ အနာများ။ ။ကျွဲခတ်ခြင်း, လိမ့်ကျ၍ ဒဏ်ရာရခြင်း, ဆူး ညှောင့်ခလုပ် ထိခိုက်၍ အသားကြေသော ဒဏ်ရာရခြင်းဖြစ်မူ သို့မဟုတ် ပုတ်ခတ်ရိုက်နှက်သော ဒဏ်ရာများရမူ ဆေးမြင်းခွာကို ကြိတ်၍ အုံပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

လည်ပင်း နှင့် မေးဖျားတို့၌ အနာပေါက်သော်။ ။ ဆေးမြင်းခွာနှင့် နနွင်းကို ရောကြိတ်၍ ဆီနှင့်၎င်း (သို့မဟုတ်) ပုန်းရည်ကြီးနှင့်၎င်း ဖျော်၍ မကြာမကြာ လူးပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

အသမာပေါက်ရောဂါ။ ။ကြက်အသမာ စသည့် အသမာအနာမျိုးစုံပေါက်မူ ဆေး မြင်းခွာနှင့် စိန်နီ မြင်းသွားကို ကြိတ်၍ အုံမူ ပျောက်၏။

ငှက်ဖျားရောဂါ။ ။ငှက်ဖျားရောဂါနှင့် အပူရှပ်၍ ဖျားခြင်း, ရေချိုးမှားခြင်း, အအေးငုပ်ခြင်း စသော အငုပ်ရောဂါများကို ဆေးမြင်းခွာ ၁ဝ ‧ ငြုပ်ကောင်း ၅ ‧ ရေများများ နှင့် ကျို၍ ခပ်နွေးနွေးကလေး ရှိသောအခါ ရေချိုးပေးမူ ပျောက်၏။

ခွေးကိုက်ခြင်း။ ။ခွေးကိုက်မူ ခွေးကိုက်သော ဒဏ်ရာကို ဆေးမြင်းခွာ ချင်းစိမ်း ဆားဂိမ်းတို့ ရောကြိတ်၍ အုံပေးမူ ပျောက်ကင်း၏။

ခြေလက် နှင့် အကြောများ။ ။ခြေလက်နှင့် အကြောများ ကပ်ခြင်း, ထုံးပွဲခြင်း ကိုက်ခဲခြင်းတို့ကို ၇ ‧ ရက်စေ့အောင် ဆင်ချေးနှင့် မြင်းခွာကို လူးလည်းလူး, အုံလည်းအုံ ပေးပါက ပျောက်ကင်း၏၊ အချို့သူတို့သည် အရိုးကျိုး အကြောပြတ် ရောဂါကိုပင်လျှင် ဤ နည်းနှင့် ကုသကြောင်း ပျောက်ကင်းကြောင်း ပြောဆိုကြကုန်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

တနည်း။ ။အရိုးကျိုး အကြောပြတ် တို့ကို ဆင်ချေးကို အကျမ်း ဖုတ်၍ ဆေးမြင်းခွာနှင့် ရောကြိတ်ပြီး လူးခြင်း, အုံပေးခြင်း, ကြပ်စည်းပေးခြင်းဖြင့် ၇-ရက်တိုင်တိုင် ပြုလုပ်ပါက အရိုးများ အကြောများ ပြန်၍ ဆက်သည်အထိ အစွမ်းသတ္တိ ရှိသည်ဟု ယုံကြည်သုံးစွဲကြကုန်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

မျက်စိရောဂါ။ ။ဆေးမြင်းခွာကို ချင်းစိမ်းနှင့် သွေး၍ သောက်က ပျောက်ကင်း၏။

ဝက်ခြံပေါက်ခြင်း။ ။ဝက်ခြံပေါက်သော် ဆန်ဆေးရေနှင့် သွေး၍ တနေ့ ၃-ကြိမ်မျှ လူးရ၏။

မြွေကိုက်ခြင်း။ ။ဆေးမြင်းခွာကို လူကျင်ငယ်ရေနှင့် သွေး၍ မှန်းမှန်း လိမ်းပေးရ၏၊ ဝမ်းတွင်းသို့ အဆိပ်ဝင်သော်, အဆိပ်တက်သော်, ဆင်ချေးနှင့် သွေး၍တိုက်က ပျောက်ကင်း၏။

အနာပေါက်မျိုးစုံ။ ။ ဆေးမြင်းခွာကို ဆင်ချေး, နနွင်းစိမ်း တို့နှင့် ကြိတ်၍ အုံပေးမူ နုလျှင်ပိန်၍ ရင့်လျှင် ပြည်ပေါက်ပြီး အသားနု တက်လာပါလိမ့်မည်။

မိန်းမတို့ ရာသီမှန်ဆေး။ ။ရာသီမမှန်သော်ငြား, ဓမ္မတာမမှန်၍ ပိန်ကပ် ကြုံလှီချိနဲ့သော်ငြား ဆေးမြင်းခွာ ၃ိ, ပိတ်ချင်းသီး ၂ိ, ငြင်း ၂-ပါးကို အမှုန့်ပြု၍ ရေနွေးနှင့် ကခွက်စာ ဇီးကင်းမျှ ည နံနက် သောက်မူ မီးရပ်သွေးများ မှန်မှန် ဆင်းလာပါလိမ့်မည်။

အသက်ရှည်ဆေး။ ။ဆေးမြင်းခွာကို အမှုန့်ပြုပြီးလျှင် ပျားရည်နှင့် နေ့စဉ် မပြတ် အသုံးပြုရာ၏၊ တခွက်စာ ဇီးကင်းမျှ စားပါ။

—

မြင်းခေါင်းနွယ်ယောင်

သက္ကတ ज्योतिष्मति

ဟိန္ဒီ मालकांगनि (မာလ်-ကံဂနီ)

လက်တင် Celastrus panisulata

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။သူတပါးကို မှီရသော နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ နွယ်များသည် နူးညံ့၏ ၊အနီရောင်, ဗာဒံရောင် ရှိ၏၊ အရွက်သည် ၂-လက်မမှ ၅-လက်မအထိ ရှည်၏၊ ၁-လက်မမှ ၃-လက်မအထိ ကျယ်၏၊ အပွင့်နီရောင်သန်း၍ စိမ်း၏၊ ကဆုန်လ နယုန်လတို့၌ ပေါက်တတ်၏၊ ဝါဆိုလ, ဝါခေါင်လ တို့၌ အသီးများ အဆုပ်လိုက် သီး၏၊ မှည့်သောအခါ ဝါ၏၊ အစေ့ ရှိ၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အများအားဖြင့် အစေ့ကို သုံးရ၏၊ စပ်၏၊ ခါး၏၊ ခြောက်ထပ်စေ၏၊ လေသလိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ ပူ၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ အသိဉာဏ်ကို ဖြစ်စေ၏၊ သလိပ်ဒေါသကို ကောင်းစေ၏၊ မှတ်သိပ် ဆာလောင်ခြင်းကို ဖြစ်စေ၏၊ ဝမ်းကိုသက်စေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ အရွက်သည် ဥတုသွေးကို မှန်စေ၏၊ ၎င်းအသီး၏ ဆီသည် သွေးကို ပွားစေ၏၊ ဝမ်းပိုက်နှင့် ပတ်သက်သော ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အဆစ်ရောင်နှင့် သွက်ချာပါဒ။ ။အဆစ်အဆက် ကြီးငယ် ရောင်ခြင်း, အင်္ဂါကြီးငယ် အချို့ လေဖြတ်ခြင်း စသော ရောဂါတို့ကို ကုစားရန်မှာ မြင်းခေါင်းနွယ်ယောင် အစေ့ကို ၁-ရက် ၁-လုံး ၂-ရက် ၂-လုံး စသည်ဖြင့် ၁၅-ရက်တိုင်အောင် စားမှု အဆစ်ကြီးငယ် ရောင်ခြင်းနှင့် လေတချမ်းဖြတ် ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဆီးရွှင်ဆေး။ ။မြင်းခေါင်း နွယ်ယောင်သီး၏ အဆီကို နွားနို့ မလိုင်ခဲနှင့် ရော၍ စားပါက ဆီးရွှင်၏။

အနာမြုံ အနာပျက်။ ။၎င်းဆီကို အနာအို အနာပျက် များသို့ လိမ်းပေးက ပျောက်ကင်း၏။

ပန်းသေရောဂါ။ ။မြင်းခေါင်း နွယ်ယောင်သီးကို ကွမ်းရွက်နှင့် တဝက်မျှ သုတ်၍ တနေ့ ၂-ကြိမ် ၃-ကြိမ် စားပါ၊ ၎င်းကဲ့သို့ စားသောနေ့များတွင် နွားနို့နှင့် ထောပတ်ကို များစွာ သောက်စားပေးရ၏။

ရေဖျဉ်းရောဂါ။ ။၎င်းရောဂါကို မြင်းခေါင်းနွယ်ယောင် အစေ့ (၁၀) စေ့မျှကို စားပါက ဆီများစွာ ရွှင်၍ ရေဖျဉ်းရောဂါ ကျဆင်းပါလိမ့်မည်။

သလိပ်ကြပ် ချောင်းဆိုး။ ။မြင်းခေါင်း နွယ်ယောင်စေ့ ၂-ပဲ, ဖာလာစေ့ ၂-ပဲ, အမှုန့်ပြု၍ စားမှု သလိပ်ကြပ် ချောင်းဆိုးပျောက်၏။

သွေးဒူလာရောဂါ။ ။၎င်းအစေ့ကိုသွေး၍ စအိုကို လိမ်းပေးမှု သွေးမြင်းသရိုက် ရောဂါ ပျောက်ကင်း ချမ်းသာ၏။

ခရုသင်းရောဂါ။ ။မြင်းခေါင်းနွယ်ယောင်စေ့ကို နွားကျင်ငယ်ရည်ဖြင့် (၂၁) ရက် စိမ်၍ အဆီထုတ်ယူပါ၊ ၎င်းဆီဖြင့် ခရုသင်းနာကို လိမ်းပေးပါက သက်သာရာရ၏။

မျက်စိမှုန်ခြင်း။ ။မြင်းခေါင်းနွယ်ယောင်ဆီကို ဒူးအောက် ခြေထောက်သို့ ပွတ်သတ် လိမ်းနယ်ပေးပါက မျက်စေ့မှုန်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ဥဏှောက် အားနည်းသော ရောဂါ။ ။၎င်းဆီ ၄-ပဲသားမျှကို နေ့စဉ် သောက်ပါ ဥဏှောက် အားနည်းခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

မြစ်ချိ

ဟိန္ဒီ मुसलिस्याह (မူဆလီ,ဆယာဟ်)

လက်တင် Aneilema Scapiflorum

ပုံသဏ္ဌာန်။။ ။အမြစ်သည် မူဆလီ အညို နှင့်တူ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်သည် တွန့်ရှုံ့စေတတ်၏၊ ဝပြိုးစေတတ်၏၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း, ဖျားခြင်း, ကိုယ်ရေဝါရောဂါ, ခေါင်းမူးခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အဆိပ်ရောဂါ၌လည်း အကျိုးပြု၏၊ မြစ်ခေါက်ခွံကို နေလှမ်း၍ အမှုန့်ပြုပြီးလျှင် ပန်းနာရောဂါ၌ အသုံးပြုရ၏၊ ဝမ်းပိုက်အောင့်ခြင်း, မြင်းသရိုက်ရောဂါ, ကလေးများ၏ (အကွေပက–လေဆင်ဦးစီးရောဂါ) ပစ်လှင့်တတ်သော ရောဂါ၌ အကျိုးပြု၏၊ ဆီးနှင့်ပတ်သက်သော ရောဂါကို အသုံးပြုရ၏၊ ကာမသတ္တိကိုလည်း အားပေး၏။

မြတ်လေးပန်းအဖြူ

သက္ကတ मालती

ဟိန္ဒီ चमेली (ကျမေလီ)

လက်တင် Jasminum grandiflorum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အများအားဖြင့် အပွင့်ကို အသုံးပြုကြ၏၊ ဖန်၏၊ ခါး၏၊ စပ်၏၊ ပူ၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ အန်စေတတ်၏၊ ဒေါသ သုံးပါးကို ငြိမ်းစေတတ်၏၊ ၎င်း၏ အရွက်သည် ခံတွင်းပူလောင်နာ, သွား, ဦးခေါင်း, မျက်စိတို့၌ ဖြစ်သော အနာများ, အဆိပ်သင့်နာ, သွေးဖောက်ပြန်သော ရောဂါ, အနာပေါက် ရောဂါ, ပိုးရောဂါ စသည်တို့ကို များစွာ နိုင်နင်း၏၊ ၎င်း၏ အဖူးသည် အနာပေါက်, အနာမီးလျှံနာ, မျက်စိရောဂါ, အနူရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

၎င်းအပွင့် အသုံးပြုရာ၌ တခွက်စာ ၁၁ - ပဲသားမျှ အသုံးပြုရသည်၊ ၎င်းအရွက် သတ္တုရည်ကို ၁၂ - ပဲမှ ၁ - သားအထိ အသုံးပြုရသည်၊ ၎င်းကို အတိုင်းအတာထက် လွန်စွာ စားမူ အပူအားကြီးသူများသည် ခေါင်းကိုက်ခြင်း, မူးဝေခြင်း ဖြစ်တတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

မီးယပ်သွေးချုပ်မူ။ ။၎င်းမြတ်လေးဖြူ ပဥ္စငါးပါး ၅° - ရေသန့်သန့် ၅ဝ - နှင့် ထက်ဝက် ခမ်းအောင်ကျို၍ တခွက်စာ ဂုံညင်းလုံးမျှ သောက်မူ မီးယပ်ချုပ်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

သွားနာ သွားကိုက်။ ။သွားနာ သွားကိုက် ဖြစ်မူ ၎င်းအရွက်ကို ပြုတ်၍ နှုတ်ငုံဆေးအဖြစ်ဖြင့် ငုံခြင်းပြုမူ သွားနာ သွားကိုက် ပျောက်ကင်း၏။

ခေါင်းကိုက်ခြင်း။ ။မြတ်လေးပွင့် ၃-ပွင့်ကို နှင်းဆီရည်နှင့် ကြိတ်၍ နှာခေါင်းမှ ရှူမူ ခေါင်းကိုက်ရောဂါ ပျောက်ကမ်း၏။

ပန်းသေ ပန်းညိုးရောဂါ။ ။၎င်းအရွက် သတ္တုရည် ၁၀ိ, နှမ်းဆီ ၁၀ိ-နှင့် ဆီကျန်အောင် ချက်ပါ၊ ၎င်းဆီကို ပန်းသေ ပန်းညိုးတို့အား လိမ်းနယ်ပေးမူ အလွန် သန့်စွမ်းခြင်းဖြစ်လာ၏၊ ရက်အနည်းငယ်ကြာအောင် ဤနည်းဖြင့် ပြုလုပ်ပေးပါ။

နောက်တနည်း။ ။၎င်းအထက်ပါ ဆီနှင့် မုန်ညင်းစေ့ကို ကြိတ်၍ ချက်ကိုင်း, လိင်ကိုင်း, လိမ်းနယ်ပေးမူ အလွန် တောင့်တင်း သန့်စွမ်းခြင်းသို့ ရောက်၏။

လိင်နိမိတ်ရောဂါ။ ။၎င်းအရွက်ကို ကျက်ကျက်ကျို၍ လိင်နိမိတ် ရောဂါများကို ဖန်ဆေးအဖြစ် သုံးမူ များစွာ အကျိုးရှိ၏။

အရေပြားရောဂါ လိမ်းဆေး။ ။မြတ်လေးရွက်, တမာရွက်, ဗြူဒါးရွက်, ကလိန်ရွက်, ပျားဖရောင်း, နွယ်ချို, ပန္နံ, နနွင်း, သစ်နနွင်း, ဆောင်းမေခါး, ပဲဆိပ်နီ, ပန်းနီသား, ဒေါက်ရပ်ခေါက်, ဖန်ခါးသီး, ကြာညိုပွင့်, ကျောက်ချဉ်, ဒုတ္တာ, ဥပသကာ, ကလိန်စေ့၊ ၎င်းဆေးစုတို့ကို အညီအမျှစု၍ ရေနှင့် ရောပြီးလျှင် ပြစ်လာအောင် ကြိတ်၍ အသုံးပြုထားပါ၊ ၎င်းဆေးအချိန်နှင့် ဆတူ နှမ်းဆီထည့်ပါ၊ ၎င်းဆေးနှင့် ဆီအချိန်၏ ၄-ဆ မြတ်လေးရွက်၏ သတ္တုရည် ထည့်ပါ၊ ၎င်းဆေးစုတို့ကို (ကရာဉ္ဇ) ကလိုင်, မလိုင် သုတ်ထားသော အိုးတွင် ထည့်၍ မီးညှင်းညှင်းဖြင့် ချက်ပါ၊ အရွက်၏ သတ္တုရည်များ ခန်း၍ ဆီကျန်လျှင် အအေးခံပြီး၍ ၎င်းဆေးကို စစ်၍ယူပါ၊ ၎င်းဆီသည် အရေပြားရောဂါ မျိုးစုံ, အဆိပ် သင့်ခြင်း, အနာပေါက်မျိုးစုံ, ယားနာ, ဝမ်းမီးပူလောင် ပြင်းထန်ခြင်း စသော ရောဂါများ အတွက် လိမ်းနယ်ခြင်းကို ပြုရာ၏။

မြတ်လေး (အဝါ)

သက္ကတ वासन्ति

ဟိန္ဒီ वनमल्लिका (ဝနမလ္လိကာ)

လက်တင် Jasminum Augustifolium

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းနွယ်သည် ဝါရောင်သန်း၏၊ ၎င်းနွယ်၏ လုံးပတ်မှာ ၄-၅-လက်မမျှ ရှိ၏၊ အကိုင်းအခက်များသည် ကောက်ကောက်ကွေ့ကွေ့ ရှိ၏၊

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အရွက်တို့သည် ၄-လက်မမှ ၆-လက်မအထိ ရှည်၏၊ ရွက်ရိုးတန် ၂-ဘက်စုံထွက်လျက် ရှိ၏၊ ၄-စုံမှ ၆-စုံအထိ ထွက်၏၊ အဖျားချွန်၏၊ အပွင့်သည် အလွန်မွှေး၏၊ အပွင့် တမတ်ခန့် ရှည်၍ ဖြူရောင်သန်းလျက် အဝါရောင်များ ပွင့်ကြကုန်၏၊ ကဆုန်လတွင် အသီး သီးကြ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းသည် ဖန်၏၊ စပ်၏၊ ခါး၏၊ သည်းခြေဒေါသကိုင်း, အပူကိုင်း ငြိမ်းစေ၏၊ ဖျား၍ ငန်းရူးဖောက်ခြင်းကိုင်း, ကြို့ထိုးခြင်းကိုင်း ပယ်တတ်၏၊ အနာပေါက်များနှင့် ဖောရောင်ခြင်းကို ပယ်တတ်၏၊ နှလုံးကို အားပေး၏၊ ရတ္တပိတ်နာ တို့ကိုလည်း အကျိုးပြု၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုည်း

အရေပြားရောဂါလိမ်းဆေး။ ။အရေပြားပေါ်တွင် ဖြစ်တတ်သော ပွေး, ဝဲ, နှင်းခူစသော အနာ, အနာမီး စသော အနာများတွင် အရွက်ကို ကြိတ်၍လိမ်းမူ ပျောက်ကင်း၏။

သန်ကျဆေး။ ။၎င်းအရွက်၏ ပေါင်းတိုက်ရည်ကို သင့်သလို ချင့်ချိန်၍ သောက်မူ ဝမ်းတွင်းရှိ သန်များ ကျဆင်းပါလိမ့်မည်။

ယားနာပျောက်ဆေး။ ။၎င်းအရွက်၏ ပေါင်းတိုက်ရည်ကို လိမ်းပေးမူ ယားနာ, ပွေးနာများ ပျောက်ကင်း၏။

အဆစ်အဆက်ရောင် ရောဂါပျောက်ဆေး။ ။၎င်း ပဥ္စငါးပါးကို ဆီနှင့် ချက်၍ ၎င်းဆီဖြင့် လိမ်းကျံ နှိပ်နယ်ပေးမူ အဆစ်ရောင်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ချောင်းဆိုးပျောက်ဆေး။ ။၎င်းအရွက်ကို ကျို၍သောက်မူ ချောင်းဆိုးရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

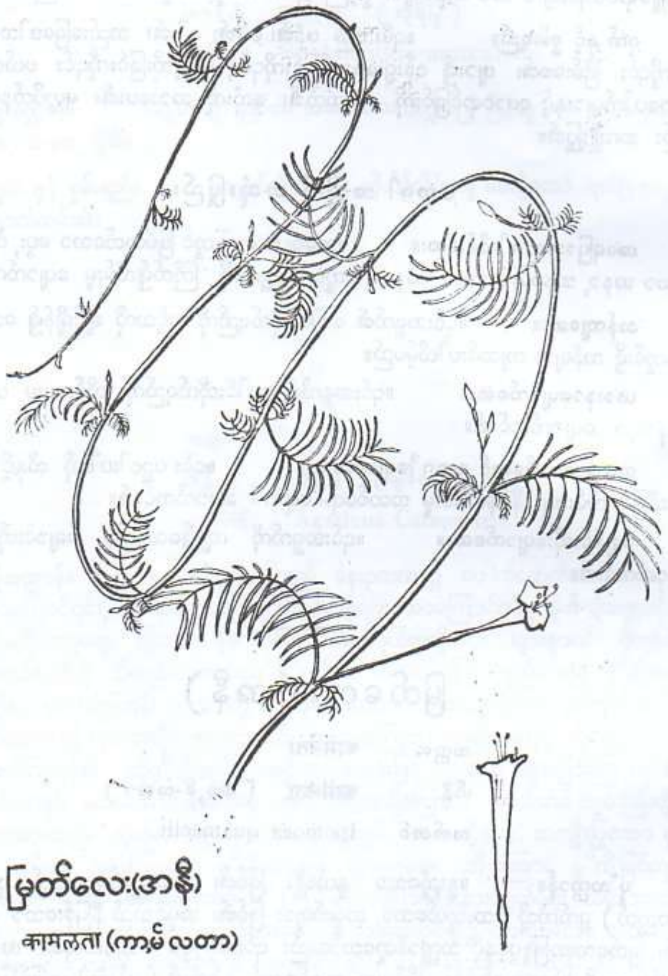
မြတ်လေး (အနီ)

သက္ကတ कामलता

ဟိန္ဒီ कामलता (ကာ,မ်-လတာ)

လက်တင် Ipomoea quameclit

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နူးညံ့သော နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းအရွက်များသည် ရှင့်မတက် (ကညွတ်) ရွက်ကဲ့သို့ သေးသွယ်သော အရွက်များ ဖြစ်၏၊ အပွင့်သည် နီမြန်းသော အရောင်ရှိ၏၊ မြတ်လေးအဖြူပွင့်နှင့် သဏ္ဌာန်တူသော်လည်း ၎င်းအပွင့်မှာ သေးငယ်လှ၏၊ အသီးသည် လုံး၏၊ အချို့ပန်းဥယျာဉ်များ, အိမ်များ အဝင်ဝတွင် စင်ထိုး၍ (ပန်းခုံး) အဖြစ်ဖြင့် အလှစိုက်ကြ၏၊ ၎င်းနွယ်ပင်၏ ထူးခြားချက်မှာ ၎င်းသည် အခြားသစ်ပင်ငယ် တပင်သို့ တွယ်ကပ်၍



မြတ်လေး(အနီ)

कामलता (ကာမ် လတာ)

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

တက်သည်ရှိသော် ထိုသစ်ပင်၏ သတ္တုရည်များကို စုတ်ယူ၍ မိမိသာလျှင် စိမ်းလန်း စိုပြေလျက် ထိုအတွယ်တက်ခံရသော သစ်ပင်မှာ ခြောက်သွေ့၍ သွားလေ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအရွက်သည် အေး၏၊ အရွက်ကိုကြိတ်၍ သွေးမြင်းသရိုက်နာကို လိမ်းပေးရ၏၊ ကိုယ်အရောင်အဆင်းကို ကြည်လင်တောက်ပစေ၏၊ ထောပတ်နှင့် ချက်၍ မြင်းသရိုက်နာဇရာဂါ ရှိသူများကို ကျွေးရ၏၊ ၎င်းအရွက်၏ သတ္တုရည်ကို အနာမီးလျှံ, အနာစက် စသည်များကို လိမ်းပေးရ၏။

—

မြတ်လေး (အနီတမျိုး)

သက္ကတ तरुलता

ဟိန္ဒီ कमलता (ကာ,မ်-လတာ)

လက်တင် Oıamoclit Vulgaris

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းမြတ်လေးနီ တမျိုးသည် လိမ်ကောက်၍ သွားတတ်သောမျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းနွယ်သည် ၁၃-ပေမှ ၁၅-ပေအထိ ရှည်၏၊ အရွက်မှာ တော ကဇွန်းရွက်ကလေးများနှင့် တူ၏၊ ထိပ်ဖျားချွန်၏၊ ၁-လက်မခွဲမှ ၆-လက်မမျှ ရှည်၏၊ အရွက် အစွန်း ၃-ခုရှိ၏၊ အရွက် ခပ်ကျဲကျဲထွက်၏၊ အပွင့်မှာ မြတ်လေးနီပွင့်ကဲ့သို့ပင် ပွင့်၏၊ ပွင့်ဖူးငုံသည် ၅-ပဲမျှ ရှည်၏၊ အနီရင့်ရောင် ရှိ၏၊ အသုံးမှာ မြတ်လေးနီကဲ့သို့ပင် အသုံးပြုရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအရွက်သည် တွန့်ချုံ့စေတတ်၏၊ သွေးမြင်းသရိုက်ရောဂါများတွင် အသုံးပြုရ၏၊ ၎င်းအရွက်သည် ထိခိုက်ရှနာသော အနာများ၌၎င်း, အနံ့သောရောဂါ၌၎င်း, သွေးဝမ်းသွား ရောဂါ၌၎င်း အသုံးပြုရ၏၊ အထူးသဖြင့် ကိုယ်ဝန်များ ခိုင်မြဲတည်တံ့ရန်နှင့် အားအင် ပြည့်ဖြိုးရန် များစွာ အကျိုးပြုတတ်၏။

မှတ်ချက်။ ။မြတ်လေးသည် အချုပ်အားဖြင့် အဖြူမျိုး, အနီမျိုး, အဝါမျိုး စသည်ဖြင့် ရှိကြသော်လည်း အဖြူမျိုးကို သာ များသောအားဖြင့် ဦးစားပေးကာ စိုက်ကြကုန်၏၊ မှန်၏၊ ၎င်းအဖြူမျိုးသည်သာလျှင် လွန်စွာမွှေး၏၊ မွှေးပုံအနံ့မှာ လွန်စွာယဉ်၏၊ ပြင်းထန်စွာ မွှေးနံ့ရှိသည့် အမွှေးမျိုးမဟုတ်သော်လည်း ၎င်းသည် အမွှေးတကာတို့တွင် ဘုရင် ဖြစ်သည်ဟု ဆိုသား၏၊ "အမွှေးတွင် မြတ်လေး" ဟုလည်း စကားပုံ ရှိသည်၊ အခန်းတခန်းတည်းတွင် ပန်းအမွှေးမျိုးစုံ သိုထားသောအခါ၌ ထိုမြတ်လေး၏ အနံ့မွှေးသည်သာ အမွှေးနံ့တကာတို့ကို ကျော်လွန်ထွက်ပေါ်လာသဖြင့် အမွှေးနံ့တွင် ၎င်းသည် အမြတ်ဆုံးဖြစ်သည်ဟု ဆိုကြသည်။

—

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မှော်ယမ်း

တာမိလ် ကုရ်ိဇ္ဇာ (ကုရိဂျံ)

လက်တင် Strobilanthes auriculatus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ချုံပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အခက်အလက်တို့သည် ပြန့်သွား၏၊ အသီး နူးညံ့၏၊ အစေ့ ၄-စေ့ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရွက်ကိုကြိတ်၍ ကိုယ်၌လိမ်းကျံပေးခဲ့သော် ရက်ခြားဖျားများ ပျောက်ကင်း၏။

မှို

သက္ကတ မှ္ဆုစ္ဆတ

ဟိန္ဒီ ဆာတာ (ချာတာ)

လက်တင် Agaricus Campestris

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏၊ မှိုသည် နေရာတကာ၌ ပေါက်ရောက်တတ်၏၊ လူသိများသောကြောင့်၎င်း, အရောင်အသွေးနှင့် ပုံသဏ္ဌာန်များသောကြောင့်၎င်း, မှို၏ ပုံသဏ္ဌာန်ကို ဖော်ပြရန်မလိုတော့ချေ၊ သို့သော် မှိုနှင့်ဆိုင်ရာ သိမှတ်ဖွယ်ရာတို့ကား များစွာပင် ရှိကုန်၏၊ ထိုသိမှတ်ဖွယ်ရာတို့ကို သိလည်း သိထားသင့်ကြကုန်၏၊ အဘယ့်ကြောင့်နည်း ဟူမူ မှိုတို့သည် လူသားတို့နှင့် မကင်းကြကုန်၊ လူသားတို့ များစွာစားသောက်သုံးဆောင်ကြသောကြောင့်တည်း၊ မှိုကို နိုင်ငံတကာရှိ လူသားတိုင်း စားသောက် သုံးဆောင်ကြ၏၊ လူမျိုးမရွေး, တိုင်းပြည်မရွေး စားသောက်ကြကုန်၏၊ ထိုမှိုတို့သည် အမျိုးအစားအားဖြင့် လွန်စွာ များပြားကြ ကုန်၏၊ သုံးသောင်းကျော် လေးသောင်းနီးပါးခန့် အမျိုးအစား ရှိကြောင်း အဘိဓာန် ကျမ်းကြီးတို့၌ ဖော်ပြထားလေသည်၊ ထိုမြောက်မြားစွာသော မှိုတို့တွင် လူသားတို့အား အကျိုးပြုသော မှိုမျိုးကား နည်း၏၊ အပြစ်ပြုသော မှိုတို့သာလျှင် များကုန်၏၊ ထို့ကြောင့် မှိုကိုမြင်လျှင် အကျိုးပြုသော မှိုနှင့် အပြစ်ပြုသော မှို (၂) မျိုး ကွဲပြားခြားနားလျက်ရှိရာ သိရှိနားလည်ထားဘို့ များစွာလိုအပ်ပေသည်၊ မှိုကိုစားသောက် သုံးဆောင်ရာ၌ များစွာသော လူသားတို့ နှစ်သက်လိုလားကြသည်ကို မဆိုထားဘိ - ငွေ့မြင်ရုံနှင့်ပင်လျှင် များစွာ ရွှင်လန်း နှစ်သက်ကြကုန်၏၊ မြန်မာတို့သည် "မှိုရသော မျက်နှာလို" ဟူ၍ပင် တင်စားသော စကားပုံကို ရှေးသူဟောင်းတို့ ပြောဆိုခဲ့ကြကုန်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မှို နှင့် မြေ့ထီး

မှိုအကြောင်းသိကောင်းစရာ ဟူသမျှကို မဖော်ပြမီ မှိုကိုတွေ့မြင်သောအခါ နှုတ်ယူရာ၌ သတိပြုရန်အချက်ကို ရှေးဦးစွာ ဖော်ပြလိုပေသေးသည်၊ မှိုဟူသော ဝေါဟာရသည် မြန်မာတို့ ခေါ်ဝေါ်အသုံးပြုသော ဝေါဟာရဖြစ်၏၊ ဆေးကျမ်းလာ ဝေါဟာရတွင် မှိုကို "အဟိဆတြ" စသည်ဖြင့် (၁၄) မျိုးခန့် ပရိယာယ် ပုဒ်လုပ်၍ ဖော်ပြထားသည်ကို တွေ့ရ၏၊ အဓိပ္ပာယ်ကား အဟိ-မြွေ၊ ဆတြ-ထီး၊ (မြွေထီး) ဟု အဓိပ္ပာယ်ရသည်၊ မှိုကို မြွေများ သာ၍ နှစ်သက်၏၊ မှို၏ အရည်များကို မြွေတို့သည် စုတ်ယူကြကုန်၏၊ မှိုပွင့်တို့၏ အကြား မှိုပွင့်များ၏ အောက်တွင် မြွေများ ရှိတတ်၏၊ ထို့ကြောင့် ဆေးကျမ်းအခေါ်အားဖြင့် "မြွေထီး" ဟု ခေါ်ဆိုကြပေသည်၊ မှိုကိုတွေ့လျှင် ရှင်ပြသော မျက်နှာ, ကြည်လင်သောစိတ်ဖြင့် အားပါးတရ နှုတ်ယူကြမည်ကား လူသားတိုင်း၏ ဆန္ဒ ဖြစ်ပေ၏၊ ဆိုလိုသည်မှာ မှိုကိုတွေ့၍ နှုတ်ယူသောအခါ အရေးတကြီး မဖြစ်စေဘဲ မြွေကိုသတိထားရမည် ဟု ဆိုလိုပေသည်။

အခြားသော သတိပြုရန်တချက်မှာ မှိုကို နှုတ်ယူသောအခါ အမြစ်ပါတူး၍ မယူရ အပေါ်မှ ဖြတ်ယူရမည်၊ ထိုအမြစ်အရင်းကျန်ခဲ့သော် နောင် နှစ်စဉ်နှစ်တိုင်း မှိုပေါက်သော အချိန်၌ ထိုနေရာတွင် ပြန်လည်ပေါက်ရောက်နိုင်၏။

မှိုသည် ဒေသမရွေး, တိုင်းပြည်မရွေး ပေါက်ရောက်တတ်သော်လည်း များသောအားဖြင့် အအေးသက်သက်ဒေသ, အပူသက်သက်ဒေသ, အအေးသက်သက် ဥတုအချိန်, အပူသက်သက်ဥတု အချိန်၌ ပေါက်ရောက်ခြင်းမရှိကြချေ၊ များသောအားဖြင့် ဥတုပြိုင်သောအခါ၌ ပေါက်ရောက်တတ်ကုန်၏၊ ဥပမာ - တန့်ခူးလုံးပူလာပြီးသည်နောက် မိုးရွာစပြုသောအခါတို့၌ များစွာပေါက်တတ်ကုန်၏၊ ထို့ကြောင့် မှိုပေါက်မှုသည် ဥတုကို အကြောင်းရင်းခံ၍ ဥတုစိမ့်မှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသည်ဟု ဆိုရပေမည်၊ ပကတိမျိုးစေ့ကို အကြောင်းပြု၍ ပေါက်ရောက် တတ်၏၊ သို့သော် အပူနှင့် အအေးပြိုင်ခြင်းကြောင့် ဥပမာ ပြာပုံအတွင်း၌ ငုပ်စဲ့လောင်သော မီးကို ရေလောင်းလိုက်သော အခါ အခိုးများသည် ထလာသကဲ့သို့ မှိုပေါက်ရာ၌ တန့်ခူးလုံးပူ၍ မြေတွင် ငုပ်နေသော အခိုးများသည် မိုးတမနှစ်မရွာသောအခါ မြေပြင်သို့ ထွက်ပေါ်လာကုန်၏၊ ထိုဥတု အခိုးလေအားဖြင့် မှိုသည် မြေအတွင်းမှ တွန်းကန်ပြီး ထွက်လာ၏။

လေတို့ မည်သည် ရေနိမ့်ရာစီး, မီးမြင့်ရာလောင် စကားပုံအတိုင်း အထက်သို့သာ ပင့်ဆောင့် ချီတက်မြဲဖြစ်သဖြင့် မှိုကို စားသောအခါ တက်၏၊ အထက်သို့ သွေးရောက်လာ၏၊ လေရောက်လာ၏၊ ထို့ကြောင့် မှိုကိုတက်စာဟု ရှေးသူဟောင်းများ မိန့်ဆိုကြ၏၊ ထိုအလားတူ ပင် ဗီဇမှ ဥတုဇ သတ္တိဖြင့် ပေါက်ကြရသော မျှစ်, ကညွတ်, ဖလံတောင်ဝှေး, ဒေါင်းခြေ, အင်ဥ, ကိုင်းဥ စသည်တို့လည်း မှိုအလားကဲ့သို့ တက်စာများ ဖြစ်ကြကုန်၏။

မီးဖွားပြီးနောက် သွေးဟောင်းများ သက်ဆင်းရမည့် အချိန်၌ တက်စာများကို မစားသင့်ချေ၊ ထို့ကြောင့် ရှေးဆရာမြတ်တို့သည် မီးဖွားပြီးသော အမျိုးသမီးများအား "မှိုတနှစ်, မျှစ်သုံးလ မစားကြရ" ဟု ဆုံးမဩဝါဒစကားကို မှာကြားခဲ့ကြကုန်၏၊ မီးဖွားသော အမျိုးသမီးသာမဟုတ်ချေ၊ ခြေအေး၍ အထက်သို့ အခိုးဆောင်နေသော နှာပိတ်ရောဂါ, နှာမှန်ရောဂါ,

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

နာခေါင်းရောဂါ, နားရောဂါ, မျက်စိရောဂါ, ဦးခေါင်းကိုက်ခဲသော ရောဂါ, ခေါင်းဦးရည်ကြိမ်းသောရောဂါ, မျက်စိအားနည်းသောရောဂါ စသော တက်ရုပ်ရောဂါ မှန်သမျှ ရှိသူတိုင်း မှိုကို မစားသင့်ချေ၊ ထိုမှတပါး သွေးရှိလျက် မသက်ခြင်း, သွေးအားနည်း၍ ဆင်းသက်စရာသွေးမရှိဘဲ ရေခမ်း၍ လေလွန်နေသော ရောဂါမှန်သမျှတို့သည်လည်း အထက်ပိုင်းတွင်သာ ဒုက္ခဝေဒနာကို ပြုတတ်ကြကုန်၏၊ ထိုဝေဒနာရှင်များသည်လည်း မှိုကို မစားသင့်ပေ၊ နို့မြေ, နို့ငန်း, ရှိသူ၏နို့ရည်ကို သောက်စို့ရသော ခလေးသူငယ်များသည် ဖေါင့်တမ်းဆွဲခြင်း, အကြောတက်ခြင်း, ကောက်ကွေးတက်ခြင်း စသည်ဖြင့် ဖြစ်တတ်ကုန်၏၊ ထိုမိခင်များသည်လည်း မှိုကို မစားသင့်ချေ၊ မုတ္တဃာတ်ရောဂါ ခေါ် ကျင်ချုပ်သော ရောဂါ, ဆီးရှိလျက် ဆီးမသက်ဆင်းသောရောဂါ,ထိုရောဂါဝေဒနာရှင်များလည်း မှိုကို မစားသင့်ပေ၊ နှာခေါင်းသွေးလျှံ, သွေးအန်သွားမှ သွေးထွက်များသော ရတ္တပိတ်ရောဂါ ရှိသူများလည်း မှိုကို မစားသင့်ပေ စသည်ဖြင့် မှိုနှင့် မသင့်သော ရောဂါရှိသူတို့ သတိပြုသင့်၏၊ မှိုသည် လူကြိုက်များ၏၊ မစားရဘဲ တွေ့ရုံနှင့်ပင် ရှင်လန်းကြကုန်၏၊ သို့သော် မှိုသည် အဆိပ်မဖြစ်သော မှိုမျိုးပင် ဖြစ်စေကာမူ လူသားတို့အား များစွာ အပြစ်ပြုကြကုန်၏၊ မှိုပေါင်း မြောက်မြားစွာရှိသော်လည်း လူသားတို့အား အကျိုးပြုသော မှိုသည် အနည်းငယ်မျှသာ ရှိ၏၊ ထို့ကြောင့် လွန်စွာ ဝမ်းမီးတောက်၍ မှိုကို စားသောက်နိုင်ငြားလည်း မှိုကို တွေ့သောအခါ အဆိပ်လော, အမြိုက်လော, အကျိုးပြုသော မှိုလော,အပြစ်ပြုသော မှိုလော ခွဲခြားဝေဘန် သိရှိရန် လိုအပ်ပေ၏။

စားကောင်းသော မှိုများ

မြက်ကြားမှို, တောင်ပို့မှို, ခြေတို ခြေရှည် နှစ်မျိုး, ဖက်သွတ်မှို, အချို့အရပ်ဒေသ၌ မှိုဖြူလေး ဟု ခေါ်ကြ၏၊ မှိုဦးနက် (မှို၏ ထိပ်အသယ်တွင် နက်သော အကွက်ရှိ၏), ကြက်တူရွေးမှို, မှိုသားပိုက်, မှိုကြက်ဖောင်,ဆန်ကွဲမှို စသည်ဖြင့် မြေမှတွန်းကန်၍ ပေါ်ပေါက်လာသော မှိုမျိုး, ၎င်းပြင် မြေပဲမှို, ကောက်ရိုးမှို, ဝါးမှို, အင်မှို, ဆင်ခြေသဲမှို, သရက်မှို စသည်ဖြင့် ဖြစ်ရာ အပင်ကိုစွဲ၍ သီးသန့်ပေါက်ရောက်တတ်သော မှိုမျိုး ဟူ၍ စားကောင်းသောမှို၌ ၂-မျိုး ရှိ၏၊ ထိုမြေစွဲမှို, အပင်စွဲမှို နှစ်မျိုးတို့တွင် မြေစွဲမှိုသည် ဖော်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း ဥတုဇ၏ အကူအညီကို ရယူပြီးမှ ပေါက်ရောက်တတ်သောကြောင့် ပို၍ အရသာ ရှိ၏၊ ပို၍ တက်၏၊ အပင်စွဲမှိုမှာ အပြန်အားဖြင့် နည်းပါးသော အရသာ ရှိ၏၊ များစွာ မတက်ပေ၊ အချို့ လုံးလုံး မတက်ပေ၊ ချိုသော အရသာမျှသာ ရှိ၏။

မှိုနှစ်မျိုးသာ

ဖော်ပြခဲ့ပြီးသော စားသောက် သုံးဆောင်ကောင်းသော မှိုဖြစ်စေ, မစားသောက်သင့်သော မှိုဖြစ်စေ လေးသောင်းနီးပါးခန့် မှိုအမျိုးအစား ရှိသော်လည်း အချုပ်အားဖြင့် သယံဇာတ သဘာဝအတိုင်း အလိုလိုပေါက်သော မှိုမျိုးနှင့် ကိတ္တိမစိုက်ပျိုးယူသော မှိုနှစ်မျိုးသာ ရှိ၏၊ ထို ၂-မျိုးတွင် အလိုအလျောက် ပေါက်သောမှိုသည် ဖော်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း အတက် များ၏၊ သွေးကို တက်စေ၏၊ အခိုးကို တက်စေ၏၊ ကိတ္တိမအစားစိုက်ပျိုးယူသော မှိုမျိုးကား ယခုခေတ်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

များစွာ ဖြစ်ထွန်းကုန်၏၊ မှိုမျိုးစေ့ကိုယူ၍ စိုက်ပျိုးခြင်းဖြင့် စိုက်ပျိုးယူသော် မကြာမီပင်လျှင် မှိုများ ဖြစ်ထွန်း ပေါပေါက်၍ စားသောက် သုံးဆောင်နိုင်၏၊ ကောက်ရိုးမှို စသည်တို့ကား စိုက်ပျိုးယူသော် လွယ်ကူစွာ ရရှိနိုင်၏၊ အပင်စွဲ၍ ဖြစ်သောမှိုသည် ပင်သေမှို၊ ပင်ရှင်မှို ၂-မျိုး ရှိ၏၊ ပင်သေမှို ဟူသည် သစ်ပင် သေသွားပြီးသည့်နောက် ဆွေးမြေ့ရာမှ မှိုများ ထွက်လာ၏၊ အချို့မှိုတို့သည် အပင်ရှင်လျက် ထိုအပင်တွင် တွယ်ကပ်ပြီးလျှင် ပေါက်ရောက်ကြကုန်၏၊ ဤကဲ့သို့ အပင်ကိုစွဲ၍ ဖြစ်သောမှိုသည် ပင်သေ, ပင်ရှင် ဟူ၍ အမျိုးအစားအားဖြင့် ၂-မျိုး ရှိ၏။

မှိုစမ်းသပ်နည်း

ဖော်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း မှိုတို့သည် မြောက်များစွာပင် အမျိုးအစား များကုန်၏၊ ထိုမှို အမျိုးမျိုးတို့အနက် အစဉ်အလာအားဖြင့် စားသောက် သုံးဆောင်နေကျဖြစ်သော မှိုကို ပင်လျှင် သင့် မသင့်, သိရှိနားလည်ထားရန် မလွယ်ကူချေ၊ မှိုကိုတွေ့လျှင် အလွန်ကျွမ်းကျင်သော သူမျိုးမှ စာပါး သံသယ အမြဲတမ်း ရှိ၏၊ စားကောင်းသလော, မစားကောင်းသလော ဟု ဆုံးဖြတ်ရန် ခဲယဉ်း၏၊ မစားကောင်းသော မှိုဖြစ်လျှင် ထိုမှို၏ အဆိပ်သည် တခဏချင်း တက်လာ၍ အသက် အန္တရာယ်ကို ပင်လျှင် ပြုတတ်ကုန်၏၊ မှိုကို စားသင့် မစားသင့် ခွဲယူရန် အောက်ပါအတိုင်း မှတ်သား နားလည်ထားအပ်ပေ၏။

(၁) မှိုကိုတွေ့သောအခါ မှိုတပွင့်လုံးကို လက်နှင့်ခြေ၍ နီရောင်အရည်များ ထွက်လာလျှင် ထိုမှိုကို အဆိပ်ရှိသည် ဟု မှတ်ပါ။

(၂) မှိုကိုတွေ့သောအခါ အရိုးကို ဓားနှင့်ဖြတ်ကြည့်ပါ၊ ထိုဖြတ်စ၌ ညိုပြာသွားခဲ့သော် ထိုမှိုမျိုးကို မစားသင့်ပေ။

(၃) မှိုပေါ်တွင် ဆားအနည်းငယ် ဖြူးကြည့်ပါက ညိုမဲလာလျှင် ထိုမှိုကို မစားကောင်းပေ။

(၄) မှိုကို ဆားရေတွင် စိမ်ကြည့်ပါ၊ မှို၏ အသွေးအရောင်သည် ညိုလာခြင်း,ပြာလာခြင်း, နက်လာခြင်း ဖြစ်ခဲ့သော် ထိုမှိုကို ဘေး ဟု မှတ်ပါ။

(၅) မှိုအရိုးတန်ကို လက်ဖြင့်ခြေကြည့်ပါ၊ ကြေမွသွားလျှင် ထိုမှိုကို မစားကောင်းပါ။

(၆) မှိုသည် သန့်ရှင်းစွာဖြင့် မဟုတ်ဘဲ မှိုအရင်း၌ ခြေကျင်းကဲ့သို့ ပတ်ခွေလျက် ပေါက်ရောက်လာသော မှိုကို မစားကောင်းပါ။

အထက်ပါအတိုင်းပင်လျှင် မှိုပွင့်၏အောက်၌ ကွန်ချာကဲ့သို့ဖြစ်နေလျှင် မစားကောင်းပါ၊ ဤမျှလောက်ဖြင့် တွေ့မြင်သမျှသော မှိုတို့ကို သင့်, မသင့် ခွဲခြမ်း ယူငင် စားသောက်နိုင်ပါပြီ။

မှိုဆိပ်သင့်သော လက္ခဏာ

မှားယွင်း၍ အဆိပ်ရှိသော မှိုများကို စားမိသဖြင့် အဆိပ်သင့်သည်ကို မြန်မာတို့သည် မှိုတောက်သည် ဟု ခေါ်ကြကုန်၏၊ ယင်းကဲ့သို့ မှိုတောက်ခဲ့သော် အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်လာနိုင်ကုန်၏။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မူးခြင်း, တံတွေးများခြင်း, အော့အန်ခြင်း, ဆီးချုပ်သွားခြင်း, ထိုင်းမှိုင်းလေးလံခြင်း, သတိလွတ်ကင်းခြင်း, တက်ခြင်း, ချွေးများ ထွက်လာခြင်း စသည်ဖြင့် ဖြစ်လာနိုင်ကုန်၏၊ ထိုသူကို မှိုတောက်သည်ဟု မှတ်ယူအပ်၏၊ အထူးသတိပြုရန်မှာ စားကောင်းသော မှိုပင် ဖြစ်စေကာမူ ဖော်ပြခဲ့သည့် ဥတုဇ အကူအညီ, မြေသြဇာ အဆိအနှစ် အကူအညီတို့ဖြင့် ပေါက်ရောက်တတ်သော မှိုသည် လွန်စွာ တက်တတ်ကုန်၏၊ ထိုအတက်ကို မခံနိုင်သူသည် မှိုတောက်သည့် အဖြစ်သို့ ရောက်ရှိသွားရ၏၊ ထို့ကြောင့် ရှေးသူဟောင်းတို့သည် မှိုကိုဖျက်၍ ချက်ပြုတ် စားသောက်ကြကုန်၏၊ မှိုဖျက်နည်းမှာ နှစ်မျိုး ရှိ၏၊ မီးနှင့် ဖျက်ခြင်း, ရေနှင့်ဖျက်ခြင်း ဟူသည်တို့ပင်တည်း၊ မီးနှင့် ဖျက်ခြင်းမှာ အပူအစပ်တို့ဖြင့် မှိုတွင်ရှိသော အခိုးများ တက်အောင် ဖန်တီးပေးသည့် ရေအုပ်စု, အခိုးအုပ်စုများ ရှိ၏၊ ၎င်း၌ရှိသော ရေကို မီးနှင့်သတ်ရမည် ဖြစ်သောကြောင့် မှိုချက်သောအခါ ငြုပ်သီးများ ရောထည့်၍ ချက်ကြကုန်၏၊ တနည်းအားဖြင့် မှိုတွင်ရှိသော ဥတုဇ အပူခိုးလေကို နှိမ်ပယ်ခြင်း ဖြစ်၏၊ လေကို ရေနိုင်သောကြောင့် ရေအုပ်စုဝင် အစာဖြစ်သော ကဇွန်းရွက်ကို ရောစွက်၍ ချက်ပြုတ် စားရ၏၊ ဤကဲ့သို့ ရှေးသူဟောင်းတို့၏ မှိုကို ကာကွယ်စားသောက်ရာ၌ အပူ အစပ်နှင့် ဖျက်ခြင်း, အအေးရည်နှင့် ဖျက်ခြင်း စသည်ဖြင့် ၂-မျိုး ရှိလေသည်၊ မှိုတောက်ခဲ့သော် အစပ်နှင့်လည်း ဖြေနိုင်၏၊ အအေးနှင့်လည်း ဖြေနိုင်၏၊များသောအားဖြင့် အအေးနှင့် ဖြေကြသည်ကား များ၏၊ ဥပမာ ကဇွန်းရွက်ကို အရည်ညှစ်ယူပြီးလျှင် တိုက်ချရ၏၊ ကဇွန်းရွက်နှင့် ထန်းလျက် ပြုတ်၍လည်း ခပ်နိုင်နိုင် သောက်ကြရ၏၊ ဤဖြေနည်းတို့ကား သာမညအားဖြင့် မှိုတောက်ရာ၌ သင့်လျော်ကုန်၏၊ မှိုမတောက်သော်လည်း မှိုကြောင့် သွေးတက်ခြင်း, အကြောတက်ခြင်း, ဖြစ်လာခဲ့သော် ဤဖော်ပြပါနည်းသည် သင့်လျော်၏၊ တကယ်တမ်း အဆိပ်ကဲ့သို့ ဖြစ်သွားသည် အထိ တောက်မူကား အန်ဆေးကို ကျွေးရ၏၊ အန်စေတတ်သော ပစ္စည်းများသည် များစွာ ရှိ၏၊ သမင်ဇာသီး, မရိုးခေါက် တမတ်သားခန့် သွေးတိုက်ရ၏၊ ကျီးအာမြစ်ကို ဆားနှင့် သွေး၍ လျှာတွင် ပွတ်ပေးလိုက်သော် တခဏချင်း အန်လာ၏၊ သို့မဟုတ် အန်လည်းအန် ဓာတ်လည်းသက်သော ကနခိုကို သွေးတိုက်ရ၏၊ တကယ်တမ်း အဆိပ်ကဲ့သို့ ဖြစ်သွားသောအခါ သွေးတို့သည်လည်း ခဲကုန်၏၊ နည်းပါးကုန်၏၊ ထိုအခါ အဆိပ်ကို အန်စေပြီးနောက် သွေးသွင်းနိုင်သည့် ဆေးရုံကြီးများတွင် သွေးသွင်းပေးရာ၏၊ အဆိပ်ကဲ့သို့ပင် လျင်မြန်စွာ ကုမ, ပေးရာ၏၊ စမ်းတဝါးဝါးဖြင့် အချိန်ဆွဲပြီးလျှင် လက်တွဲစမ်းသဘောဖြင့် မလုပ်သင့်ချေ၊ သတ္တဝါ၏ အသက်တချောင်းသည် တန်ဘိုး မဖြတ်နိုင်အောင် ရှိသည်ကိုကား ဆေးပေးကုသသူတိုင်း ကိုယ်ချင်းစာ အသိတရား ထားသင့်ပေသည်။

မှိုဥများ

ဖော်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း ပေါက်ပွားတတ်သော မှိုအမျိုးမျိုး ရှိသည့်အနက် မပေါက်ဘဲ မြေထဲ၌သာလျှင် စုရုံးပြီး ဥအဖြစ်ဖြင့် သုံးလေးလုံးမှ စ၍ ၁၅-လုံး, အလုံး ၂၀-အထိ စုရုံးကျနေသော မှိုဥတမျိုး ရှိသေး၏၊ အချို့သူတို့သည် ၎င်းကို မြေဥ ဟု ခေါ်ကြ၏၊ အသားကို လှီးကြည့်သောအခါ ညက်ညော၏၊ အရသာ ရှိ၏၊ ချို၏၊ ၎င်းပေါက်ရောက်တတ်သော နေရာကို အထိမ်းအမှတ်ထားလျက် အချို့ ရက်စွဲဖြင့် မှတ်ထားပြီး ထိုနေရာတွင် သွားရောက် ရှာကြ၏၊

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

မြေပြင်တွင် လက်ဖြင့် ပုတ်ခပ်ကြည့်သော် ထိုမှိုဥ ဖြစ်ထွန်း ပေါ်ပေါက်သော နေရာ၌ အုံသံပါ၏၊ လှိုင်သံပါ၏၊ ထိုအခါ ထိုနေရာတွင် တူးယူကြကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အေး၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို ဖြစ်စေ၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ အန်ခြင်း, ဝမ်းသက်ခြင်း, အဖျား, သလိပ်ရောဂါတို့ကို ဖြစ်ပွားစေ၏၊ မှိုသည် အမျိုးများ၏၊ နုတ်ယူလိုက်သောအခါ အမြစ်ငုပ်များ ကျန်နေ၏၊ ၎င်းအငုပ်မှ နှစ်စဉ် ထပ်မံ၍ ပေါက်တတ်၏၊ ၎င်းကို မျိုးယူပြီးလျှင် စိုက်ပျိုး၍လည်း စားသောက်နိုင်၏၊ နိဃဏ္ဍု ရတနာကရ ကျမ်းများ၏ အလိုအားဖြင့် မှိုသည် အေး၏၊ ခွန်အားကို ပြုတတ်၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ ချို၏၊ မလတို့ကို ဖြိုခွဲတတ်၏၊ ဒေါသ သုံးပါးကို ဖြစ်စေတတ်၏၊ သလိပ်ကို ပြုတတ်၏၊ မှိုနီသည် အနည်းငယ်သာ အကျိုးကို ဖြစ်စေနိုင်၏။

မှိုနှင့် ခေတ်သစ် သိပ္ပံ အယူအဆ

ဖော်ပြခဲ့သော မှို၏ ဂုဏ်အင်စွမ်းရည် သတ္တိပြုပုံ အရပ်ရပ်တို့သည် မူလ အာယုဗ္ဗေဒ နိဃဏ္ဍု ကျမ်းများမှ ကောက်နုတ် ဖော်ပြခြင်း ဖြစ်ပါသည်၊ ခေတ်သစ်သိပ္ပံ ပညာရှင်တို့၏ အယူအဆ အကျိုးသတ္တိ ရှိပုံကို (Vegetarian) ကျမ်းမှ ကောက်နုတ် ဖော်ပြပါမည်၊ မှိုတွင် ပါသော ဗိတာမင်များမှာ—

1 Rifodlavin (ရီဖိုဖလေဗင်)

2 Nicotinic (နီကိုတင်နစ်)

3 Folicacid (ဖောလစ် အက်စစ်)

၎င်းမှိုကို စားသောက်သော် ပန်းနာရောဂါကို သက်သာရာ ရစေနိုင်၏။

Glutonic acid (ဂလူတော်နစ် အက်စစ်) အသိဉာဏ်ထိုင်းသော ကလေးများကို အသိဉာဏ် ပိုပိုထက်မြက်စေ၏၊ အမှတ်သညာကင်း၍ မေ့လျော့မှုများသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ အတွက်လည်း များစွာ အကျိုးပြု၏။

ဤဖော်ပြချက် အကျိုးပြုနိုင်သော စွမ်းရည်တို့သည် ရိုးရိုးစားသောက် သုံးစွဲကြသော မှိုများမှရသော အကျိုး အာနိသင်များ ဖြစ်၏။

မှိုနှင့် အဆိပ်

မှိုတို့သည် အမျိုးများကုန်၏၊ ထိုများသမျှ မှိုတို့အနက် စားသောက်ကောင်းသော မှိုတို့သည် နည်းပါး၍ အဆိပ်ကိုဖြစ်စေသော မှိုတို့သာ များကုန်၏၊ ဆေးကျမ်းများတွင် အဆိပ်ဖြစ်နေသော (၀၁) အဆိပ်သင့်သော ရောဂါများကို အဆိပ်နှင့်သာ ပြန်လည် ကုသပေးရာ၏ ဟု အမှာအသား ရှိသည့်အတိုင်း လွန်စွာ ကုရခက်သည့် နာတာရှည် ရောဂါ, သွေးဆိပ်, လေဆိပ်, အညောင်းပူများ အကြောတွင်မက အရိုးထိအောင် စွဲကပ်နေသော အဆိပ်အမျိုးမျိုး အတွက် စားသောက် သုံးဆောင်ကောင်းသော မှိုမှတပါး အဆိပ်ကို ဖြစ်စေသော မှိုအမျိုးမျိုးတို့ကို

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ကြံစီ လေ့လာပါလျှင် အသုံးမဝင် အပယ်ခံထားရသည့် မြောက်မြားစွာသော မှိုဆိုးအမျိုးမျိုးတို့သည် လူသားတို့အား များစွာ အကျိုးပြုကြမည်ကား မလွဲပင် ဖြစ်သည်၊ ဥပမာ တောင်ကုန်းတို့၌ မိုးအခါတွင် ပေါက်ရောက်တတ်သော မှိုကွန်ချာ ဟု ခေါ်သော အဆိပ်ကို ဖြစ်စေတတ်သည့် မှိုတမျိုး ရှိ၏၊ ပေါက်ရောက်နေပုံသည် လွန်စွာ လှပ၏၊ ခတ်မီးဇာများ တည်နေပုံကဲ့သို့ တွေ့ရ၏၊ အဆင်း လွန်စွာလှသော်သည်း အနံ့ကား ဆိုးဝါးလှ၏၊ အလိုအလျောက် ပေါက်ရောက်ကြီးပွားနေရာမှ ၎င်း၏ သက်တန်းရှိသရွေ့ တပတ်ခန့် ပေါက်ရောက်နေပြီး ပျက်စီးသွားသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ၎င်းကို နုတ်ယူထားလိုက်လျှင် မကြာမီပင် အရည်ပျော်သွား၏၊ ထိုမှိုကို နုတ်ယူပြီးလျှင် သန့်ရှင်းစေလျက် လေလုံသော ပုလင်းတလုံးတွင် ထည့်ထားလိုက်သော် တရက်အတွင်းမှာပင် အရည်များ ဖြစ်သွား၏၊ ၎င်းအရည်ကို စုတ်ဖြင့် လည်ပင်းကြီးရောဂါ, ခရုသင်းရောဂါတို့၌ စုတ်ဖြင့် ထိုးနှံပေးက ပျောက်ကင်းနိုင်၏၊ ဤကား အဆိပ်ဖြစ်သောမှိုကို အကျိုးပြုပုံ လူသားတို့အား အကျိုးပြုသည့်ဘက်၌ အသုံးချပုံကို ထဲလွန်စ ဖော်ပြခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

စားသောက်ဖွယ်ရာ ပစ္စည်းမှန်သမျှ မှိုတက်ခဲ့သော် ထိုအစားအစာသည်လည်း အရသာပေါ့ပျက်သွား၏၊ ဖြစ်လာသော မှိုသည်လည်း အဆိပ်သဖွယ် ဖြစ်၏၊ အခြားသော သစ်ပင်, သား, ငါး, မြေ စသည်ဖြင့် အရာဝတ္ထု အမျိုးမျိုးမှ မှိုများကို ရနိုင်၏၊ ဖြစ်ပေါ်သော မှို၏ ဖြစ်ရာ အရာဝတ္ထု၏ စွမ်းရည်သတ္တိ ရှိသည့် အလျောက် ဖြစ်ပေါ်လာသော မှိုသည်လည်း စွမ်းရည်သတ္တိ ကွဲပြားလာ၏၊ ထို့ကြောင့် မှိုတို့ကို ကျန်းမာရေးအတွက် ဆေးဘက်တွင် အသုံးပြုရန် သုတေသန ပြုခဲ့သော် ဆုံးနိုင်ဘွယ်ရာ မရှိချေ။

အဘယ်ကြောင့် နည်းဟူမူ အလိုအလျောက် ပေါက်ရောက်နေသော မှိုအမျိုး အစားတို့သည်ပင်လျှင် လေးသောင်းနီးပါးခန့် ရှိလေရာ ဉာဏ်ရှိသလို မှိုကို တည်ထွင်ပြီး ပြုလုပ်ခဲ့ပါသော် အရာဝတ္ထုတိုင်းတို့၌ မှိုကို ရနိုင်သောကြောင့် ထိုမှိုမျိုးတို့ကိုရင်း, ထိုမှိုတို့၏ စွမ်းရည် သတ္တိကိုရင်း, သုတေသနပြု၍ ဆုံးနိုင်မည် မဟုတ်ချေ၊ ရှေးအခါက သံချေးရာတွင် ကိုင်းပင်မှ ရသောမှိုကို အသုံးပြုကြရ၏၊ ဝါးမှိုကိုလည်း အသုံးပြုကြ၏၊ တောသူ တောင်သားတို့သည် ထိုကိုင်းမှိုကို ရသောအခါ ကြိုးငယ်ဖြင့် သီလျက် ကျပ်ခိုးစင်တွင် ဆွဲထားကြကုန်၏၊ အစင်မဆိုးစေရန် ထန်းလျက် သို့မဟုတ် ပျားရည်နှင့် တေ၍ ကလေးများကို ကျွေးကြ၏၊ ဤကဲ့သို့ ရှေးသူဟောင်းတို့၏ အသုံးကို ထောက်ဆလျှင် ရှေးအတော်ကျကျကပင် အဆိပ်ဖြစ်စေသော မှိုများကို လူသားတို့အတွက် အသုံးချရန် အသိဉာဏ်ရှိကြပြီဟု ဆိုရပေမည်၊ အခြားသော မီးယပ်သွေးတက် အဆိပ်တက်ရောဂါတို့၌ ဆင်ခြေသည်းမှို စသည်တို့ကို နှာဆေးအဖြစ်ဖြင့် ရောစပ်အသုံးပြုကြသည်ကိုလည်း တွေ့ရပေသည်၊ သွေးဆိုးရောဂါ, သွေးငန်းရောဂါတို့၌ ပိတောက် မှိုသည် လွန်စွာ အသုံးဝင်ကြောင်း ရှေးဟောင်းပညာရှိတို့၏ အသုံးပြုပုံကို ထောက်ဆခြင်း အားဖြင့် သိနိုင်ပေသည်၊ အချို့မှိုတို့သည် လူတို့၏ စိတ်ကို တွေဝေထိုင်းမှိုင်းစေရုံမက မိမိအလိုသို့ပါအောင်ပင်လျှင် ဖြည့်စွမ်းနိုင်သောကြောင့် ခပ်ဆေးအဖြစ်လည်း အသုံးပြုကြရာတွင် တွေ့ရပေသည်၊ ဤမျှ ဖော်ပြလိုက်ခြင်းဖြင့် များစွာ သုတေသန ပြုလုပ်သင့်ကြောင်း သိနိုင်လောက်ပေပြီ၊ အချို့မှိုတို့သည် အသက်ဝင်နေသကဲ့သို့ပင် တွေ့ရ၏၊ ကင်းစုံးဟု ခေါ်သော ကင်းတမျိုး ရှိ၏၊ အလင်းရောင်၌ ၎င်း၏ တောက်ပြောင်မှုကို မတွေ့ရချေ၊ မှောင်သောအခါ၌သာ အရောင် အလင်းကို

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

တွေ့ရ၏၊ ၎င်းကို မှိုစုံး ဟု ခေါ်ကြသည်၊ ထို၏ အသုံးအနှုန်း အကျိုးပြုပုံကိုလည်း အံ့ဩစွာဖြင့် တွေ့ရပေသည်။

မှိုတို့သည် မြေနှင့် ပင်ရှင်, ပင်သေ အမျိုးမျိုးတို့၌ ပေါက်ရောက်တတ်သည့် အတိုင်း ထိုမှိုအမျိုးမျိုးမှ တပါးကျောက်မှို ဟူ၍လည်း ရှိသေး၏၊ မြန်မာဗိန္ဒော ဆရာတို့သည် ၎င်းကို ဆေးဘက်တွင် အများဆုံး အသုံးပြုကြ၏၊ ၎င်းသည် ပင်လယ်ကမ်းခြေ ပင်လယ် ကမ်းစပ်တို့၌ များစွာ ဖြစ်ပေါ်၏၊ ရေထွက်မှို ဟု ဆိုရပေမည်၊ ပင်လယ်စပ်၌ မှိုနှင့်မခြား ကားကား စွင့်စွင့် ပွင့်လျက် တဖြည်းဖြည်း ပေါ်လာပေ၏၊ ၎င်းကို မြန်မာဗိန္ဒော ဆရာတို့သည် လိပ်ခေါင်းလိမ်း ဆေး, ဆီးဆေး, အပူဒေါသကို ငြိမ်းစေသော အပူငြိမ်းဆေးတို့၌ များစွာ အသုံးချကြ ကုန်၏။

မှိုနှင့်သက်ဆိုင်ရာ အကြောင်းအရာတို့ကို ဖော်ပြရာ၌ အတန်ငယ် ကျယ်ပြန့်သွားပေ၏၊ ထိုသို့ဖော်ပြလိုက်ရခြင်းမှာ မှိုကို လူသားတိုင်း ကြိုက်နှစ်သက်ကြ၏၊ တိုင်းပြည်တိုင်း စားသောက်ကြ၏၊ အကျိုးပြုသည်လည်း ရှိ၏၊ အပြစ်ပြုသည်လည်း ရှိ၏၊ နှစ်စဉ်နှစ်တိုင်းဆိုသလိုပင် (၀၁) မှိုပေါ်သော အချိန်တိုင်းပင် မှိုကြောင့် အန္တရာယ် ရောက်ကြောင်းကိုလည်း ကြားသိ တွေ့မြင် ရ၏၊ ယင်းကဲ့သို့ အပြစ်မပြုဘဲ အကျိုးကိုသာ ရရှိကြစေရန် ရည်သန်ရင်း စိတ်မကောင်းသွင်း လျက် ဖော်ပြလိုက်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်၊ ၎င်းပြင် အဲဆိပ်ဖြစ်သော စားသောက်ခြင်းငှာ မထိုက် သည့် မှိုမျိုးတို့သည်လည်း များစွာပင် ရှိကြကုန်၏၊ ၎င်းတို့ကား "မသိသူ ကျော်သွား သိသူ ဖော်စား" ဟူသော ဗိန္ဒော ဆောင်ပုဒ်အတိုင်း ၎င်းတို့၏ အကျိုးပြုနိုင်ပုံကို မသိကြလျှင် ကျော် လွှားခြင်းကို ခံကြရ၏၊ အပယ်ခံ အဖြစ်ဖြင့်သာ တည်ရှိနေကြကုန်၏၊ ၎င်းတို့ကိုလည်း အကျိုးမဲ့ မဖြစ်သွားစေဘဲ လူသားတို့အား အကျိုးပြုသည့် အဖြစ်ဖြင့် ဆေးဘက်တွင် အသုံးပြုနိုင်ကြရန် ရည်သန်၍လည်း ဤမျှလောက် ဖော်ထုတ်ရေးသားရခြင်း ဖြစ်လေသည်။

—

မှို နတို

သက္ကတ	चांगेरी
ဟိန္ဒီ	चांगेरी (ကျံဂေရီ)
လက်တင်	Oxalis Corniculata

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။မြေတွင် တွားသွားတတ်သော အလွန်ငယ်သော နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် တွဲနေ၏၊ အရိုးတန် တခုတွင် အရွက် ၃ - ခုရှိ၏၊ အပွင့် ဝါ၏၊ အသီးသည် တလက်မ ခွဲထိ ရှည်၏၊ အစေ့ ရှည်လုံးလုံး ဖြစ်၏၊ ဗာဒံရောင် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အေး၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ နှုတ်မြိန်စေ၏၊ နှလုံးကို အားပေး၏၊ သွေးကို ချုပ်စေ၏၊ သည်းခြေကို ငြိမ်းစေ၏၊ အပူကို ပယ်တတ်၏၊ သတ္တုရည်သည်

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

အကြောများကို တွန့်ရှုံ့စေတတ်၏၊ ထို့ကြောင့် သွေးယိုစီးခြင်း၊ ဝမ်းသက်ရောဂါ၊ ပိတ်ဝမ်းရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ ထို့ပြင် အရေပြားရောဂါ၊ စတုတ္တက အဖျားတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

စအိုကျခြင်း ရောဂါ။ ။မှိုနတို အချဉ် သတ္တုရည်ကို ထောပတ်နှင့် ချက်၍ စအိုအတွင်း တွဲကြလာသော အူသို့ လိမ်းပေးမူ စအိုကျခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ပဒိုင်းသီးခါး စား၍ မူးခြင်း။ ။၎င်းမှိုနတိုချဉ်ရွက်၏ သတ္တုရည်ကို တိုက်က ပဒိုင်းအဆိပ် ပျောက်ကင်း၏။

ရောင်ရမ်းခြင်း။ ။ဒဏ်သင့်၍ ရောင်ရမ်းခြင်း၊ ငန်းမန်းလိုက်၍ ရောင်ရမ်းခြင်းတို့ကို ၎င်းအရွက်ကို ပြစ်ချွဲအောင် ကြိတ်၍ ရောင်ရမ်းသော နေရာ၊ နာကျင် ကိုက်ခဲသောနေရာသို့ အုပ်ပေးပါ၊ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း ကင်း၍ အရောင်လည်း ကျပါလိမ့်မည်။

အစာမကြေရောဂါ။ ။၎င်းအစိမ်းရွက်ကို လက်သုတ်လုပ်၍ စားပါက အစာကြေ၍ စားလို သောက်လိုသော စိတ်များ ဖြစ်ပွားလာလိမ့်မည်။

မျက်စိ ပူလောင်ခြင်း။ ။၎င်းအရွက်၏ သတ္တုရည်ကို မျက်စဉ်းခပ်ပေးပါ၊ မျက်စိလောင်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

သွားဖုံးရောင်ခြင်း။ ။၎င်းသတ္တုရည်ကို နှုတ်ငုံဆေးပြု၍ ငုံပေးပါက သွားဖုံးရောင်ခြင်း၊ နာခြင်း ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရင်ဘတ်နာခြင်း။ ။၎င်းမှိုနတိုချဉ်ကို ကျကျပြုတ်၍ ၎င်းအရည်ဘွင် သတ်ပြီးသော ရှိန်းခို အနည်းငယ်မျှ ထည့်၍ သောက်က ပျောက်ကင်း၏။

သွားနာခြင်း၊ နဲ့ခြင်း။ ။၎င်းအပင်ကို အနည်းငယ် ပွတ်ချေ၍ ရေတွင် စိမ်ထားပြီးလျှင် ၎င်းရေတွင် သကြားခဲ သင့်ရုံ ထည့်၍ သောက်က ပျောက်ကင်း၏၊ ၎င်းသည် အချို အချဉ်ရှိရာတွင် အချဉ်ကိုသာ ဆေးတွင် အသုံးပြု များကုန်၏၊ အထူးသဖြင့် မျက်စိဆေး၌ ၎င်းသည် လွန်စွာ အသုံးဝင်သည်၊ မှိုနတိုချဉ်၊ ခန်းတောက်ဥ၊ နှင့် နနွင်းစိမ်း၊ မုဟ်ခါး၊ ဘိန်း၊ ဆေးခြောက် ၎င်းခြောက်မျိုးကို ရောကြိတ်ပြီးလျှင် မျက်စဉ်းတောင့် ပြုလုပ်၍ မျက်စိကု ဗိန္ဓောဆရာ အဆက်ဆက်တို့ ယနေ့တိုင် အသုံးပြုကြကုန်၏၊ လွန်စွာ အကျိုးပြုသဖြင့် သုံးလည်း သုံးထိုက်၏၊ မျက်စိနီခြင်း၊ မျက်သား တက်ခြင်း၊ မျက်ရည် ယိုခြင်း၊ အောင့်ခြင်း၊ ယားခြင်း၊ ကျိန်းစပ်ခြင်း၊ ကိုက်ခြင်း ထုံခြင်းတို့၌ တကြိမ် နှစ်ကြိမ် ကွင်းပေးရုံနှင့် အကျိုးပြုပါ၏၊ မျက်စိကို လွန်စွာ အသုံးချခဲ့သော ပုဂ္ဂိုလ်များ အတွက် အနာဂတ်တွင် မျက်စေ့မှုန်ခြင်း စသည်ဖြင့် ထိုစိတ်မအေးစရာ မျက်စိ အတွက် အနာဂတ် အရေး အတွက် ကြိုတင် ကာကွယ်ခဲ့သော် ထိုမျက်စိရောဂါ၊ မျက်စိမှုန်မှု အတွက် များစွာ ကာကွယ်နိုင်သော ဆေးတွင် ဤမှိုနတိုချဉ်သည် တမျိုး အပါအဝင် ဖြစ်၏၊

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှူဒါန်းပါသည်)

ဆေးတောင့်လုပ်ရာ၌ အချို့သော ပစ္စည်းတို့ကို ရောကြိတ်၍ ဘိန်းကိုမူ ရေနွေးနှင့် ဖျော်ပြီးလျှင် ရောစပ်၍ ကြိတ်ရ၏။

မှိုနတိချို

သက္ကတ सितिवार

ဗင်္ဂါလီ शिरिआरा (ဉတ်ဂ,နံ)

လက်တင် Blepharis Edulis

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဥ္စငါးပါးကို သုံးရ၏၊ အရွက် ချိုဖန်၏၊ အေး၏၊ ဝိပါကၠ၌ ချို၏၊ မြိန်စေ၏၊ ခြောက်ထပ်၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ မလ တို့ကို တားမြစ်တတ်၏၊ ၎င်းပြင် အဖျား, ပန်းနာ, တုလာသရောနာ, နူနာ, ချာချာလည်အောင် မူးခြင်းတို့၌ သုံးရ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ဆီးအောင့်နာ။ ။၎င်း၏အစေ့ကို ကြိတ်၍ သင့်ရုံ သောက်မူ ဆီးအောင့်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဆီးချုပ်နာ။ ။၎င်းအစေ့ ၁-ပဲသား, သကြားခဲ ၁-ပဲသား ရော၍ သောက်မူ ဆီးချုပ်ခြင်း ပျောက်ကင်း၍ ဆီး များစွာ ရှင်စေ၏။

မှင်သက်ပင်

သက္ကတ दुग्धिका

ဟိန္ဒီ दूधमोगरा (ဒုဓ်မိုဂရား)

လက်တင် Euphorbia Hypericifolia

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မိုးရာသီ၌ ပေါက်တတ်၏၊ တမိုက်ခန့် မြင့်၏၊ အရွက်သည် ရွက်ဆိုင် ဖြစ်၏၊ ဉသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အပွင့် အလွန်ငယ်၏၊ ဖြူ၏၊ နှင်းဆီရောင် ရှိ၏၊ အသီး ငယ်၏၊ ခရမ်းရောင် သန်း၍ စိမ်း၏၊ အပင်ကို ချိုးက အစေးထွက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ချုပ်၏၊ မူးယစ်စေတတ်၏၊ ဝပြိုးစေတတ်၏၊ ဖောရောင်ခြင်း ပျောက်၏၊ များများစားက အဆိပ်ကို ဖြစ်စေတတ်၏၊ ကလေးများ ဝမ်းပိုက်နာရာ၌ အရွက်ရည်ကို နို့နှင့် ရော၍ တိုက်ရ၏၊ အရွက်ခြောက်တို့ကို ရေစိမ် တိုက်ပါက ဝမ်းသက်, ဥတုသွေးလွန်ခြင်း, မီးယပ်ဖြူ, သလိပ်နှင့် ရော၍ သွေးပါခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

မှိုင်းပင်

ဟိန္ဒီ **अलियार** (အလိယာ,ရ်)

လက်တင် Dodonaea Viscosa

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ချုံသဘောရှိသော အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အကိုင်းအခက်များ အောက်ဘက်မှသာ ထွက်၏၊ အရွက် ငယ်၏၊ တောက်ပ၍ အောက်သို့ ညွတ်ကိုင်း၏၊ အပွင့် အနည်းငယ် စိမ်းရောင် ရှိ၏၊ အစေ့ မဲ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရွက် ဖန်၍ အနည်းငယ် ခါး၏၊ အနာ၌ အသားနု တက်စေ၏၊ အမှုန့်ကို အပူပျောက်စေရန် အသုံးပြုရ၏၊ အရွက်ရည်ကို မြွေကိုက်ရာ၌ တိုက်ရ၏။

မှန်ကူပင်

ဟိန္ဒီ **आम्बगुला** (အမ္ဗ-ဂု,လ်)

မါလီ **गुभर**

လက်တင် Elaeagnus Lotifolia

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အလွန် အခက်များသော ချုံမျိုး ဖြစ်၏၊ များသောအားဖြင့် အပင်များသို့ နွယ်တက်တတ်၏၊ အခေါက် အရွက် နူးညံ့၏၊ အရွက်၌ သေးငယ်၍ ဖြူသော အမွေးကလေးများ ရှိ၏၊ အဆုပ်လိုက် ပွင့်၏၊ အသီးမှာ နှင်းဆီရောင် ရှိ၏၊ အရေးအကြောင်း ၈-ခု ရှိ၏၊ (မှန်ကူပန်းသည် ဆိုခဲ့ပြီးသော မှန်ကူးသီး, သီးသော အပင်ကြီးမျိုးမဟုတ်၊ နွယ်ပင်မျိုးမှ ဖြစ်သော ဆေးအဖြစ် အသုံးပြုရသည့် အပင်မျိုး ဖြစ်ကြောင်း သတိပြုပါ)။

(ဆေးဒါနအဖွဲ့မှလှုဒါန်းပါသည်)

မှန် ဖြူ

သက္ကတ पिण्डीतक

ဟိန္ဒီ भरणी (ဘ,ရှိနီ)

လက်တင် Randia Uliginosa

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၆-မီတာခန့် မြင့်၏၊ အခေါက် နီရောင်သန်း၍ ညို၏၊ အကိုင်းအခက် များ၏၊ ထူထဲ ပိတ်ဆို့၏၊ ဘေးသို့ ပြန့်ကျယ်၏၊ အရွက် ချွန်၏၊ အသီးသည် ၅-မှ ၆.၃-စင်တီမီတာ ရှည်၏၊ ထိပ်ဖျား ချော၏၊ နူးညံ့၏၊ ဝါရောင်သန်း၍ ပြာ၏၊ အသီးတွင် အခန်း ၂-ခု ရှိ၏၊ အစေ့ များစွာ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အာယုဗ္ဗေဒကျမ်းများ အလိုအားဖြင့် အမြစ်သည် ချို၏၊ အေး၏၊ ဆီးရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ယူနာနီ ဆရာတို့၏ အလိုအားဖြင့် အမြစ်သည် အရသာ ကင်း၏၊ ခွန်အားကို ဖြစ်စေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ ဆီးကို ရှင်စေ၏၊ ရေငတ်ခြင်း, နှလုံးရောဂါ, ကလေးများ၌ ဖြစ်တတ်သော သွေးစုနာ, သည်းခြေပျက်ခြင်း, ဆီးအောင့်ရောဂါ, ဆီးချုပ်ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

ဒုယတိတွဲ-ပြီးပြီ။