အရှင်နာဂသိန်

ပုံပြဆေးအဘိဓာန်

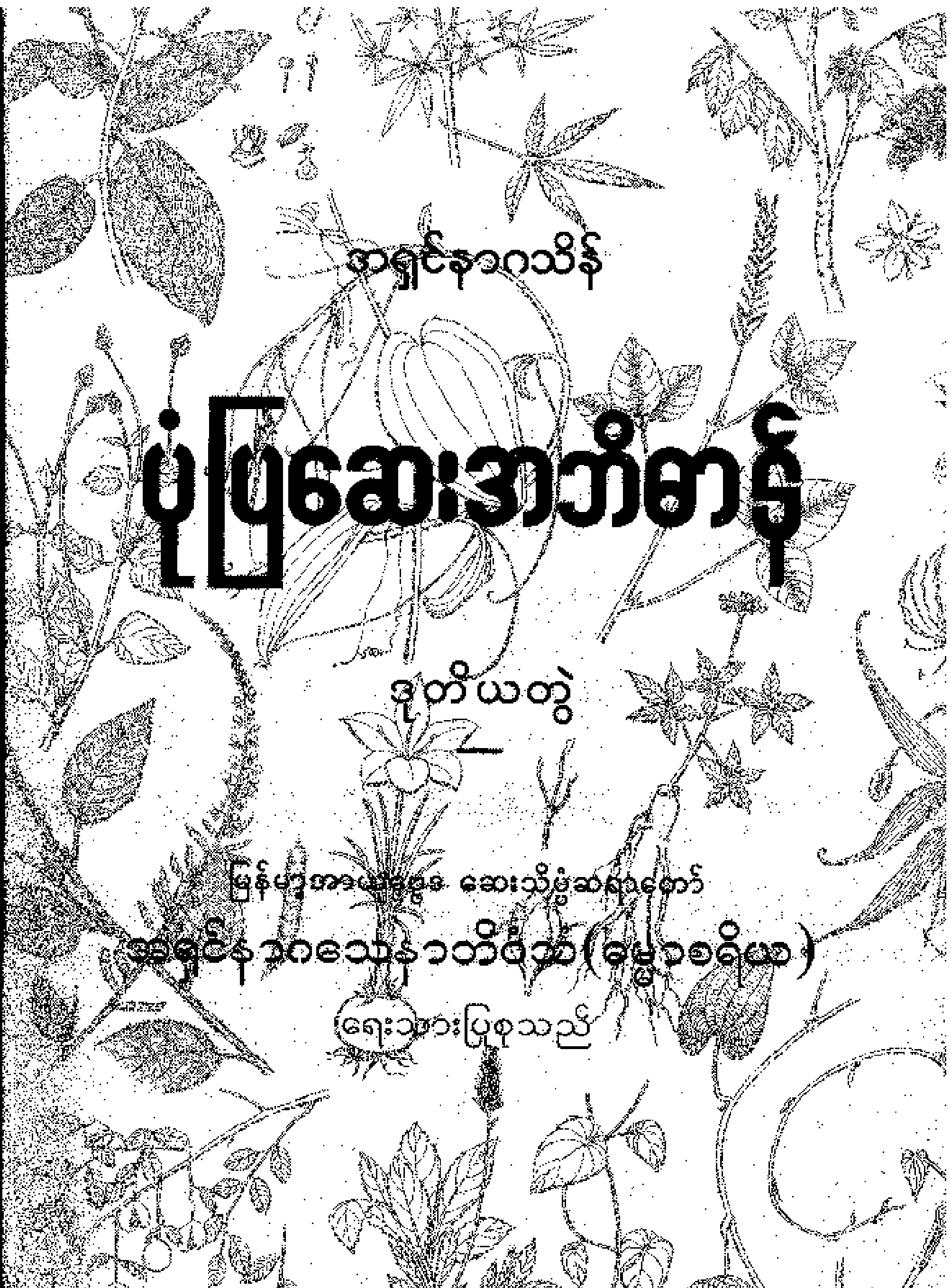
တတိယတွဲ

ဆက်လက်ဖော်ထုတ်သွားပါမည်

ကမ္ဘာ့ဗိန္ဓော ဆေးပညာနှင့်ဝင်ဆုံမိသော
သမိုင်းဝင်မြန်မာ့ဗိန္ဓောဆေးပညာ
ပြန့်ပွားမှုကိုရှေ့ရှုသောအားဖြင့်

တစ်အုပ် –၁၀၀ိ မျှသာ

မြန်မာပြည်စာအုပ်တိုက်
၁၃၊ ၉၈–လမ်း၊ ကန်တော်ကလေးစာတိုက်၊ ရန်ကုန်မြို့။



အရှင်နာဂသိန်

ပုံပြဆေးအဘိဓာန်

ဒုတိယတွဲ

မြန်မာ့အစဉ်အလာ ဆေးသိပ္ပံဆရာတော်

အရှင်နာဂသေနာဘိဝံသ (ဓမ္မာစရိယ)

ရေးသားပြုစုသည်

သက္ကတဘာသာစကားအဘိဓာန်ကျမ်းကြီးများကို

မှီငြမ်း၍

ဝေဒတ်သစ်၊ ဝေဒဟောင်း — ဗေဒဟာတိခန့်ပေါင်း များစွာတို့မှ

ထုတ်နုတ်လျက်

မြန်မာ့ အာယုဗ္ဗေဒ ဓာတ်သိပ္ပံ ဆရာဖယောင်

အရှင်နာဂဝံသနာဘိဝံသ (ဓမ္မာစရိယ)

ပြု ဒီရပီတင်ဝလာ

အရှင်နာဂဝံသ၏

ပုံပြဆေးအဘိဓာန်

ဒုတိယတွဲ

ပင်လာပုံနှိပ်တိုက်

၁၃၊ ၉၈-လမ်း၊ ကန်တော်လေးလမ်းသွယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

မာတိကာ

နိဒါန်း — က

[တ]

တကတ်ကြီးပင် — ၁
ထဘဲ့နှမ်ရာသီ — ၂
ဘဇွတ်ပင် (ခွေးလျှာတ်ပက်ကမျိုး) — ၂
တပဆေး — ၄
တမာ (ပန်းတမာ) — ၅
တမာ (သဘော်တမာ) — ၆
တမာပင်ကြီး — ၉
တရော်ပင် — ၁၂
ကရော်ညှိုးနွယ် — ၁၄
တိုလက်သာ — ၁၄
တွင်းနက် — ၁၆
တွင်းနက်ကတိုး — ၁၇
တည်ကြီး (ကုတ်ပင်) — ၁၈
တည်ကလေး — ၁၉
တိမ်းညွတ်ပင် — ၂၀
တိမ်းညွတ် (ဒညင်း) — ၂၃
တောက်တာ — ၂၄
တောက်တဲ့လက်ဝါး — ၂၄
တောက်ရုပ်ပင် (ဓါက်ရုပ်) — ၂၆
တောင်ကြာဥ — ၂၇
တောင်တန်ကြီး — ၂၉

မာတိကာ

တောင်မရိုးပင် ၃၁

တောင်တောင်း (ကလက်) ၃၄

တပဒေးပင် တမျိုး ၃၄

တောင်ဖက်ဝန်း တမျိုး ၃၇

[ထ]

ထနောင်း ၃၇

ထနောင်း (သဇော) ၃၈

ထိကရုန်း (ရေ) ၃၈

ထိကရုန်း (ကုန်း) ၃၉

ထောလပတ်ပင် ၄၀

ထင်းရှူးကြီး (ပိုင်) ၄၁

ထင်းရှူးကြီး (နတ်) ၄၂

ထပ်ကရုပင် ၄၃

ထန်းပင် ၄၄

ထိန်ဖေး ၄၅

ထိန်ကုလား ၄၇

ထောက်ကြံ့ (တမျိုး) ၄၈

ထောက်ကြံ့ပင် ၄၉

ထောက်ကြံ့နက်ကြီး ၄၉

ထောက်ရှာပင် ၅၁

ထန်း (တောအကြို) ၅၁

ထန်း (တောအနက်) ၅၄

[ဒ]

ဒပယ် (ခွေး) ၅၅

ဒေါက်ပင် ၅၅

ဒေါကာရို ၅၅

ဒုတုတ်ပင် ၆၀

မာတိကာ

ဒါနသုခ ၆၁
ဒီဇီသီး ၆၈
ဒီဒူးပင် ၆၂
ဒီဇုတ်ချေးမြက် ၆၄
ဒေါနပန်း ၆၄
ဒန်ကျွဲ ၆၄
ဒုန်တလက် ၆၅
ဒန့်သလွန်သီး (အချို) ၆၅
ဒန့်သလွန်သီး (အခါး) ၆၇
ဒန်းပန်း ၆၇
ဒေါက်ရွက် (တော) ၆၈
ဒေါက်ရွက် ၆၈
ဒေါင်းဆက်ပန်း ၇၀
ဒေါက်ဆပ်ပြာ ၇၀
ဒေါင့်ဒလောင် ၇၀
ဒေါင်းမရုပ်ပန်း ၇၁
ဒေါင်းညှိုးညွန့်ပင် ၇၁

[ဓ]

ဓနိပင် ၇၃
ဓမသာ (ဆူးများပင်) ၇၃
ဓမင်း (တောင်) ၇၅
ဓဝယ်မှိုင်း ၇၅

[န]

နဂါးစက် (မြေနှိပ်ပင်) ၇၇
နနွင်း ၇၈
နနွင်းခါး ၈၁
နနွင်းနွယ် ၈၃
နနွင်းပြာ (ဂမုန်းတိမ်ပြာ) ၈၃

မာတိကာ

နှင်း(တော)	၉၄
နှင်းရွှေ (ဆေးရှု)	၉၅
နှထူးနွယ်	၉၈
နှတဲပင်	၉၈
နမယီသီလျက်	၉၉
နရပသီ	၁၀၁
နရှာကြီး	၁၀၂
နရွှဲကြီး	၁၀၂
နှာနက်	၁၀၃
နှာနက်ကြီး (အမေရိကန်)	၁၀၄
နှာနက်ကြီး (သဇော်)	၁၀၅
နှာဂထ	၁၀၅
နှာဂပ (တွန့်ကျော်လည်း ခေါ်၏)	၁၀၇
နှာဂမှိုန်	၁၀၇
နှာဂမောက်	၁၀၇
နှာဂမျိုး	၁၀၉
နှာဂမောက်ဖြူ	၁၀၉
နီပဆေး	၁၁၁
နီပဆေးကလေး (နီပဆေးသိမ်)	၁၁၂
နှူးဝါ (သဇော်ဝါ)	၁၁၃
ဝန်ကြာပန်း	၁၁၃
နေလှည့်ပင်	၁၁၄
နတ်ရေထကောင်းပွင့်	၁၁၆
နန်းတာရှတ်ပင်	၁၁၆
နန်းလုံးကြိုင်ပင်	၁၁၇
နံ့သာနီ	၁၁၈
နံ့သာဖြူ	၁၂၀
နံနံ	၁၂၄
နွားတမင်းပင်	၁၂၅

မာတိကာ

၉၄
၉၅
၉၀
၉၀
၉၉
၁၀၀
၁၀၂
၁၀၂
၁၀၃
၁၀၄
၁၀၅
၁၀၅
၁၀၇
၁၀၇
၁၀၇
၁၀၉
၁၀၉
၁၁၁
၁၁၂
၁၁၃
၁၁၃
၁၁၄
၁၁၆
၁၁၆
၁၁၇
၁၁၀
၁၂၀
၁၂၄
၁၂၅

နွားမြက်ချဉ်း	၁၂၆
နွားမပေးပင် (နမဘေးပင်)	၁၂၇
နွယ်ကာကျွန်း (အဖြူ)	၁၂၇
နွယ်ချို	၁၂၈
နွယ်ဒန်း	၁၃၁
ဓနွှဲ	၁၃၁
နွယ်သာကီ	၁၃၂
မနောပွင့်	၁၃၃
နှင်းဆီပုန်း	၁၃၃
နှင်းဆီ (အဖြူ)	၁၃၅
တရုပ်နှင်းဆီ ရောင်စုံ	၁၃၅
နှင်းဆီကြီး	၁၃၆
နှင်းပန်းဖြူ	၁၃၆
နှင်းသီး (တရုတ်)	၁၃၇
နှပ်ချို	၁၃၇
နှံစားပြောင်း	၁၃၈
နှမ်း	၁၄၀
နှမ်းကြွပ် (မီသွာ)	၁၄၁
နမ်နမ်	၁၄၃

[ပ]

ပကာကြီးပင် (ပတဲကောမျိုး)	၁၄၃
ပဒင်းညို (ဖက်သယ်စင်း)	၁၄၅
ပတဲကော (ကြီး)	၁၄၅
ပတဲ့ကော (ငယ်)	၁၄၆
ပရန္ဒဝါ	၁၄၇
ပရုပ်ပင်	၁၅၀
ပရုပ် (တရုပ်)	၁၅၂
ပိစတားသီး	၁၅၂

မာတိကာ

ပိတောက်ပင်	၁၅၄
ပိတောက်ပင် (မလေးယား)	၁၅၆
ပိတောက် (အန်ဒမန်)	၁၅၇
ပိတောက်ပင် (ဒိုလပ်မျိုး)	၁၅၈
ပိတောက် (မြေ)	၁၅၈
ပိတောက် (ရေ)	၁၅၉
ပိယင်္ဂုပင်	၁၅၉
ပိဿုတ်ပင် (ရွှေအိုးပင်)	၁၆၃
ပိဿုတ်ကလေး (အဖြူ)	၁၆၃
ပိလောချို (အယဉ်)	၁၆၅
ပိလောမှိုင်း (အရိုင်း)	၁၆၅
ပိလောခါး (အချွန်)	၁၆၆
ပီလောသုံးလုံးပြွတ်	၁၆၇
ပုဇွန်ခြေကြီး	၁၆၇
ပုဇွန်စာ	၁၆၈
ပုဇွန်စာ (တမျိုး)	၁၆၈
ပုဇွန်မျက်စိ	၁၆၉
ပုတီးဖြူပင်	၁၆၉
ပုဒိန္နာ	၁၇၀
ပုဒိန္နာ (တော)	၁၇၀
ပေပင်	၁၇၀
ပဲ (တောသဲ)	၁၇၀
ပဲ (စားတော်ပဲ)	၁၇၁
ပဲ (စားတော်ပဲရိုင်း)	၁၇၂
ပဲကျား	၁၇၂
ပဲချဉ်ပေါင်	၁၇၂
ပဲငှက်ကျား	၁၇၄
ပဲပင်ပေါ်	၁၇၄
ပဲမှုန်နီ (ပဲထိမှုန်နီ)	၁၇၅

ပဲဒလက်	၁၇၇
ပဲဒီစိမ်း	၁၇၇
ပဲနံ့သာ	၁၇၈
ပဲနောက် (တော)	၁၇၉
ပဲဝလီ (ပဲဝေလီ)	၁၈၁
ပဲပုပ်	၁၈၁
ပဲပုပ်ကလေး အဖြူ	၁၈၃
ပဲဖိုဇက်	၁၈၄
ပဲရာဇာ	၁၈၄
ပဲလေးညှင်း	၁၈၅
ပဲလင်းမြွေသီး (ပဲရှည်သီး)	၁၈၅
ပဲနောက် (တော)	၁၈၆
ပဲလွန်း	၁၈၆
ပဲတီ (ပဲ့ဒီ)	၁၈၇
ပဲတီ (တော)	၁၈၈
ပိုးစေါင်စာ	၁၈၈
ပိုးစာပင်	၁၈၉
ပုန်းမဲဇာ	၁၈၉
ပေါက်တူပင်	၁၉၀
ပေါက်နွယ်	၁၉၀
ပေါက်ပင်	၁၉၂
ပေါက်ပန်းဖြူ	၁၉၃
ပိုက်ဆံပင်	၁၉၄
ပိုက်ဆံပင် (တော)	၁၉၅
ပင်စိမ်းကြီး (နက်ဖြူ)	၁၉၅
ပင်စိမ်းရိုင်း (အငှက)	၁၉၆
ပင်စိမ်း (ပင်ပွား)	၁၉၇
ပင်လယ်ကဇွန်း	၁၉၇
ပင်လယ်ကဗွီ (ပင်လယ်ထင်းရှူး)	၁၉၈
ပင်လယ်ဖီး	၁၉၈
ပင်လယ်ထန်း	၁၉၈
ပင်လယ်အုန်းပင်	၂၀၀
ပင်လယ်အုန်းသီး	၂၀၀
ပဥ္စကာနီသီး	၂၀၁

No. B

မာတိကာ

ပညာလတ်ာ	၂၀၃
ပိတ်ချင်းသီး	၂၀၃
ပိတ်ချင်း (ဆင်)	၂၀၆
ပိတ်ချင်း (ခြသေ့)	၂၀၇
ပိတ်ချင်း (တော)	၂၀၈
ပိတ်ချင်း (မျောက်)	၂၀၉
ပိတ်ချင်း (ရေ)	၂၀၉
ပိတ်သင်းကာဝ်	၂၁၀
ပန်းချောက်	၂၁၀
ပန်းညိုမွေး	၂၁၂
ပုတ္တရိုပ်	၂၁၃
ပန်းတကာ	၂၁၅
ပန်းတိုင်းတွေ့	၂၁၅
ပန်းတိုင်းသီး (အဖြူ)	၂၁၇
ပန်းနှီ (မြင်းပင်)	၂၁၈
ပန်းနုပင်	၂၁၈
ပန်းရင်းညို	၂၁၉
ပန်းလတာက်ပင်	၂၂၀
ပိုက်ဆံ (လျှော်) ပင်	၂၂၀
ပန်းမ	၂၂၁
ပန်းလဲပွင့် (မိတ္တကျည်း)	၂၂၁
ပန်းလိန်	၂၂၄
ပန်းသီး	၂၂၅
ပန်းအိ	၂၂၆
ပိန္နဲသီး	၂၂၆
ပိန္နဲသီး (တောင်)	၂၂၈
ပိန်းမဟော်ရှာ	၂၂၉
ပိန်းကျားနွယ်	၂၃၀
ပိန်းဥမျိုး	၂၃၀
ပုန်းညက်ပန်း	၂၃၁
ပျဉ်းကတိုး	၂၃၄
ပျဉ်းမရွက်သေး	၂၃၄
ပျဉ်းတော်သိမ်	၂၃၆
ပျဉ်းတော်သိမ် (တော)	၂၃၆
ပြည်ပန်းရွှေ	၂၃၇

မာတိကာ

ရပြောင်းဖူး ၂၃၁
ရွေးကိုင်း ၂၃၉
ရွေးကိုင်း (ဘုံဘိုင်) ၂၄၃
ရွေးကိုင်း (တော) ၂၄၄

[ဖ]

ဖရောင်းပင် (သစ်) ၂၄၄
ဖရုံသီး (အချို) ၂၄၅
ဖရုံသီး (အခါး) ၂၄၅
ဖရုံသီး (ကျောက်) ၂၄၆
ဖရုံသီး (ရွှေ) ၂၄၇
ဖလံတောင်ဓေး ၂၄၉
ဖလံ (နွယ်) ၂၄၉
ဖလံပင် ၂၅၀
ဖလူးတောင်ဓေး ၂၅၀
ဖာလာ (ကြီး) ၂၅၁
ဖာလာငယ် (ငယ်) ၂၅၁
ဖာလာနပိတ် ၂၅၂
ဖွားအက် ၂၅၃
ဖက်ခါးပင် (ပန်းပဒေသာ) ၂၅၅
ဖက်ယားကြီး ၂၅၅
ဖက်ရှပ်ပင် ၂၅၇
ဖက်သက်တာရော် ၂၅၇
ဖိုးခေါင်စာ ၂၆၀
ဖောင်ဖောင်သီး ၂၆၀
ဖန်းခါးသီး ၂၆၁
ဖုံးမသိန် ၂၆၃
ဖျောက်ဆိပ်ပင် ၂၆၃
ဖောင်ခါး (ကိုင်း) ၂၆၅

[ဗ]

ဗာဒံသီး (အချို) ၂၆၅
ဗာဒံ (အခါး) ၂၆၇
ဗာဒံ (အိန္ဒိယ) ၂၆၇

ဗာဒံနိုင်း ၂၆၉
ဗာလီ (မြစ်ချို) ၂၆၉
ဗူးသခွား ၂၇၀
ဗူးသီး ကချို ၂၇၀
ဗူးသီး အခါး ၂၇၁
ဗောက်လောက်ညို ၂၇၂
ဗုဒ္ဓသရဖာပင် ၂၇၄
ဗုံလုံသီး (ရေ) ၂၇၄
ဗိုင်းအမောင်ရှည် ၂၇၅
ဗျိုင်းမွှေး (မျိုင်းချေးပင်) ၂၇၅
ဗျိုင်းခြေဖြူ ၂၇၅
ဗိုင်းအောင် ၂၇၇
ဗျိုင်းဝါပင်ပေါက် ၂၇၇
မြူးခြေထောက် (အမ) ၂၇၇
မြူးအော (ဗုံလုံခါး) ၂၇၈
ဗုံလုံနွယ် ၂၈၁
မြူးနိုင်းဒေါင့် ၂၈၁
ဗြူးခွေးပင် ၂၈၁
ဗြည်ပင် ၂၈၄

[ဘ]

ဘဝါးနက် (ဖွားနက်ပင်) ၂၈၄
ဘဟုန်း (ကြမ်းဟုန်း) ၂၈၄
ဘီးလူးတောင်ဝှေး ၂၈၆
ဘီးစတ် ၂၈၆
ဘီးစတ် (တော) ၂၈၆
ဘီးပင် (ဘောက်ခွေး) ၂၈၇
ဘူစာတ်ပင် ၂၈၇
ဘူပင် ၂၈၉
ဘဲဥမြက် ၂၉၁
ဘဲပြား ၂၉၄
ဘောစကိုင်း (ဘဆိုင်ဖြေပင်) ၂၉၄
ဘန့်ခပွေး ၂၉၄
ဘိန်း ၂၉၅

မာတိကာ

ဘိန်းစေ့	၃၀၅
ဘိန်းနွယ်ပင်	၃၀၅
ဘိန်းသီးအခွံ	၃၀၆
ဘုတ်တောင်ပင်	၃၀၇
ဘုမ္မရာဇာ	၃၀၇
ဘုံစသီး (ကနစိုး)	၃၂၂
[မ]	
မကျည်းတောက် (ငါးကျည်းပေါက်)	၃၂၂
မကာတ်နွယ်သီး	၃၂၂
မကောက်ကာလေးပင်	၃၂၄
မချစ်ဥ (မကုစ်ဥ)	၃၂၄
မညိုးလုံး (တော, ရေတာစွက်)	၃၂၈
မဒိုသြသီး	၃၃၀
မရန်းသီး	၃၃၀
မရိုးဖြူ - နီ	၃၃၂
မဒရွာပင်	၃၃၈
မဟာကာ (ထင်းဆွေး)	၃၄၅
မဟာမေဒါ	၃၄၅
မဟာလျှော်ကားပန်း (အနီ)	၃၄၆
မဟာလျှော်ကား (အဝါ)	၃၄၇
မဟူရာပင်	၃၄၈
မဒူ (ကတိုး)	၃၅၀
မဒူလက်တန်ရှည်	၃၅၄
မသကာသီး	၃၅၄
မာလာဖူးပင်	၃၅၄
မိကျောင်းနွယ်	၃၅၅
မိကျောင်းလက်ဝါးပဲ	၃၅၅
မီးမလောင်ပန်း	၃၅၅

မာတိကာ

မုယားကြီးပင်	၃၅၆
မုယားကန်	၃၅၈
မုယားကန်ကြီး	၃၆၀
မုယားနှင်းကြက်ဆူ	၃၆၁
မုယော (ချို)	၃၆၂
မေဒါ	၃၆၃
မဲဇလီ (သဘော်)	၃၆၃
မဲဇလီ (အချို)	၃၆၄
မဲပင်	၃၆၅
မဲရိုင်းကလေး	၃၆၅
မဲရိုင်းခတာ	၃၆၅
မဲရိုင်း	၃၆၆
ပိုးနံ့ပင်	၃၆၈
မိုးမခ	၃၇၀
မိုးမခ (ရေနီ)	၃၇၀
မက်မန်းသီး	၃၇၂
မက်မွန်သီး	၃၇၂
မက်လင်ချဉ်သီး	၃၇၃
မင်းကိုကာ	၃၇၅
မင်းကွတ်သီး (မင်းဂွတ်သီး)	၃၇၇
မင်းတာရာတပါးပင်	၃၇၇
မင်းပေါ (ကျောက်)	၃၇၇
မင်းမျှော်ပင်	၃၇၈
မိဿလင်	၃၇၈
ပဋ္ဌူပင် (နှနောရိပန်း)	၃၈၀
မုတ္တကျိုး	၃၈၂
မကျိုးပေါက် (ငါးကျီးပေါက်)	၃၈၂
မန်ကျည်းသီး	၃၈၃
မန်ကျည်း (သစ်)	၃၈၈

မုန်ညှင်းဖြူ ၃၈၉
မုန်ညှင်းနက် ၃၈၉
မုန်ညှင်းနီ ၃၉၁
မုန်တိုင်းသီး ၃၉၁
မုန်တိုင်း (သီဟိုဠ်) ၃၉၃
မုန်လာဥ ၃၉၃
မုန်လာဥနီ ၃၉၅
မုန်လာဥဝါ ၃၉၅
မုန်လာ (တော) (လင်းတပါးပျှင်း) ၃၉၆
မျောက်နှာပန်း ၃၉၉
မြောက်ကြိုက် ၃၉၉
မြောက်ဂုံညင်း ၄၀၁
မျောက်လှုပ် ၄၀၁
မျောက်လောင်းပင် ၄၀၂
မျောက်သခွား ၄၀၂
မျောက်သခွား (တမျိုး) ၄၀၂
မျောက်ဥ ၄၀၄
မြယာ (ဆီရာလ်) ၄၀၄
မြွားဆိပ်ပင် ၄၀၄
မြူနွက် ၄၀၆
မြူတမျိုး ၄၀၇
မြေဇာမြက် (၃ - မျိုး) ၄၀၇
မြေဇာကြီး ၄၀၈
မြေပဲ ၄၀၉
မြေပဲတွေး ၄၁၁
မြေပြစ်ကြီး ၄၁၂
မြေပြဖ်ငယ် ၄၁၂
မြွေနှိုဝ်ပင် ၄၁၃
မြက်ပန်း ၄၁၆

မာတိကာ

မြက်ပန်း တမျိုး	၄၁၇
မြက်ပန်း တမျိုး	၄၁၈
မြက်ပန်းခါး (ဂန္ဓခါး)	၄၁၈
မြက်ခါး	၄၁၉
မြက်ချို	၄၁၉
မြက်မြ	၄၁၉
မြက်ဖြူ	၄၂၀
မြက်မွှေးလိန်	၄၂၀
မြက်မွှေး	၄၂၀
မြက်မွှေး (အမဲ)	၄၂၂
မြက်မုန့်ညင်း	၄၂၃
မြင်းကာပင်	၄၂၅
မြင်းနွား (ရေ)	၄၂၆
မြင်းနွားကြီး	၄၂၈
မြင်းနွား (ပန်း)	၄၃၀
မြင်းနွား (ဆေး)	၄၃၃
မြင်းခေါင်းနွားယောင်	၄၃၅
မြစ်ချို	၄၃၇
မြတ်လေးပန်း အဖြူ	၄၃၇
မြတ်လေး (အဝါ)	၄၃၈
မြတ်လေး (အနီ)	၄၃၉
မြတ်လေး (အနီတမျိုး)	၄၄၁
မွှော်ဟင်း	၄၄၂
မှို	၄၄၂
မှိုနတို	၄၄၉
မှိုနတိုချို	၄၅၁
မှင်လက်ပင်	၄၅၁
မှိုင်းပင်	၄၅၂
မှန်ထူပင်	၄၅၂
မှန်ဖြူ	၄၅၃

၄၁၇
၄၁၁
၄၁၀
၄၁၉
၄၁၉
၄၀၉
၄၂၀
၄၂၀
၄၂၀
၄၂၂
၄၂၃
၄၂၅
၄၂၆
၄၂၀
၄၃၀
၄၃၃
၄၃၅
၄၃၇
၄၃၇
၄၃၀
၄၃၉
၄၄၃
၄၄၂
၄၄၂
၄၄၉
၄၅၁
၄၅၁
၄၅၂
၄၅၂
၄၅၃

အရှင်နာဂသိန်

ပုံပြဆေးအဘိဓာန်

ဒုတိယတွဲ

နမော သဗ္ဗညုနော တိကိစ္ဆကဿ မဟာကာရုဏိကဿ

[တ]

တဂတ်ကြီးတပင်

ဟိန္ဒီ — ဂြံဘာဇုံ (ဟိန္ဒူစာ)

လက်တင် — Heynea Trijuga

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

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

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

No. 1 ဓမ္မ

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဝဖြိုးစေသော ဓာတ်များ ပါရှိ၏၊ ၎င်း၏ အသီးကို အချို့သူတို့သည် အခြားသော ဆေးများနှင့် ရောစပ်၍ သတ္တိလိုက်စေ၍ မာရတ်ပေါက်သောဆေး (အိပ်ဆေး) ဆေး၌ ထည့်၍ ဆေးအဖြစ်ဖြင့်အသုံးပြုကြလေ့ရှိ၏။

ထဆဲ့နှစ်ရာသီ

ဟိန္ဒီ **ဃနေ၏** (ယနေရိ)

လက်တင် Lantana Indica.

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းအပင်သည် ၂-တောင်မှ ၅-တောင်အထိ မြင့်၏၊ မိုးရာသီ၌ မြောက်ပြားမှာ ပေါက်ရောက်လေ့ ရှိ၏၊ နူးညံ့သော အကိုင်းအခက်များသည့် အရွက် ၃-၄ ရွက် ကျိုးသည် စက်ဝန်းကဲ့သို့ ရှိ၏၊ ပုံးအရွက် လွှာနှင့်မှာ အတွင်း လုပ ဝေဆာ တင့်တယ် ဘိ၏၊ ရွေးသွားမိပ် အနည်းငယ်မျှလည်း ရှိ၏။

အပွင့်သည် နူးညံ့၍ ဖြူ၏၊ အတွင်း၌ ဝါရောင် ရှိ၏၊ အသီးမှာ ပြာတောင်းဝေ့နှင့် သဏ္ဌာန် တူ၏၊ အထက်ပိုင်းမှာ အနံ့ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းသည် ငွေ့ဘက်ကို လုံးပြီး ဗိုက်လက်စေ၏၊ ၎င်းအမြစ်ကို ပြုတ်သောက်ရသော ကျောက်ကပ်ရှိသော သားသမီး အရက်ကို အရင်အနာတို့၌ စည်းကပ်ပေးခဲ့သော် အနာသည် ကောင်းမှာ ပျောက်ကင်းသွား၏၊ အရွက်ကို ရေ၍ နမ်းရှုပ်ခဲ့သော် အအေးမိခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မှတ်ချက်။ ။လေဝနရ (ဆဲ့နှစ်ရာသီ) ပေါ်က လူထူး တလတ်မျိုး ပေါက်သည်ကို သတိပြု၍— ဖော်ပြပါ ဝေါဟာရကို ခွဲခြား မှတ်ယူစေပ်၏၊ ဆဲ့နှစ်ရာသီ နှင့် ထဆဲ့နှစ်ရာသီ ဟူ၍ခွဲခြားစွာ ဝေါဟာရ ပြုထားသည်ကို တွေ့ရသဖြင့် ရှိရင်း၌ ဝေါဟာရအတိုင်း ပြန်ဆို ဖော်ပြထားပါသည်။

တစ္ဆကပင် (ခွေးလမြိတ်ပင် တမျိုး)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းအပင်သည် ၃-ပေ မှ ၅-အထိ မြင့်၏၊ ပူသော အရပ်ဒေသများ၌ ပေါက်ရောက်တတ်၏၊ အရွက်မှာ ဆပ်ပြာ အရွက်နှင့် တူ၏၊ သို့ရာတွင် ရွေးသွားစိပ်ထား မရှိချေ၊ အပွင့်မှာ နှမ်းပွင့် နှင့် တူ၏၊ အရွက်၏ ညှာပိုင်းတွင် အသီးများ အပြွတ် အပြွတ် သီး၏၊ အစေ့မှုန့်များ ရှိ၏။

ဆွေး၏ လိပ်ဥနှင့် တူလှသဖြင့် ၎င်းကို ဆွေးလပြက်သီး ဟုလည်း ခေါ်ကြကုန်၏။ ၎င်းအ ခေါက်သည် မြေကြွင်းသို့ ၁-၀ပ သာသာ ၂-ပေမျှ နက်မြုပ်၍ ဝင်သွား၏။

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

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

၎င်းအမြစ်ကို ရေဖြင့် သွေး၍ ပက်ပြီးဘား အနာ အဖု အကျိတ်များကို လိမ်းပေးပါက ထိုအနာများသည် နလျင် ပိန်ပြေ၍ ရင့်လျင် ကြည်ပေါက်သွား၏။

ကျွဲ-နွား-မှိုနာ။ ။ကျွဲ-နွား သတ္တဝါတို၏ အနာတွင် ပိုးများကျခဲ့သော် ၎င်းအမြစ်၏ အခေါက်မှုန့်ကို ဖြစ်စေ ဆိုးပတ်ပ် ၎င်း၏ အရွက်ကို သွေး၍ ဖြစ်စေ ပိုးကျရာတွင် ဖြူးလိမ်း သုတ်ပေးခဲ့သော် ပိုးများ ချက်ချင်း ပျောက်ပြယ်ကုန်၏။

မှတ်ချက်။ ။၎င်းတောက် (ဆွေးလပြက်)မှာ မူယာ၊ ကုန်မျိုးမှ တစ်ခုက် ဒီ-ပ ယင်းပြား မျိုးမှ ဆွေးခေါင်း အစွက်မျိုး ဖော်ပြသည်ကို သတိပြုကြပါကုန်။ စပ်ကိုင်း ပေါင်ခြေ ဖသည့် တိုင်း အလွန် ပေါ်ကော်ထောက်ကာန်၏။ မြင်းမူ အာသဘတပ် နယ်များ၌ ပင် ၎င်းကို ဓကသကိုင်း ဟု ခေါ်ဝေါ် အသုံးပြုကြကုန်၏။

သုံးစွဲပုံသည်၊ ဆေးဖြင့်ကျင် အနာဖုပေါ်သို့ ဆက်တိုက်အစဲ ထိုး၍ လိမ်းပေးရန်။

တပဆေး

သက္ကတ အမြိမ မတ္ထ

အင်္ဂလိပ် **အစဏ်း (အရဏ်)**

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းတပဆေးသည် အကြီးမျိုး အငယ်မျိုး ဟူ၍ ၂ မျိုးရှိ၏၊ အပွင့် ကို ဝှဲ၍လည်း ခရမ်းရောင် အဖြူရောင် ဟူ၍လည်း ရှိသေး၏၊ အကြီးမျိုးသည် ပေ ၃၀-မျှ မြင့်၏၊ အငယ်မျိုးသည် ၁၅-ပေမျှ မြင့်၏၊ အရွက်မှာ ရွက်စိုင်ထွက်၏။

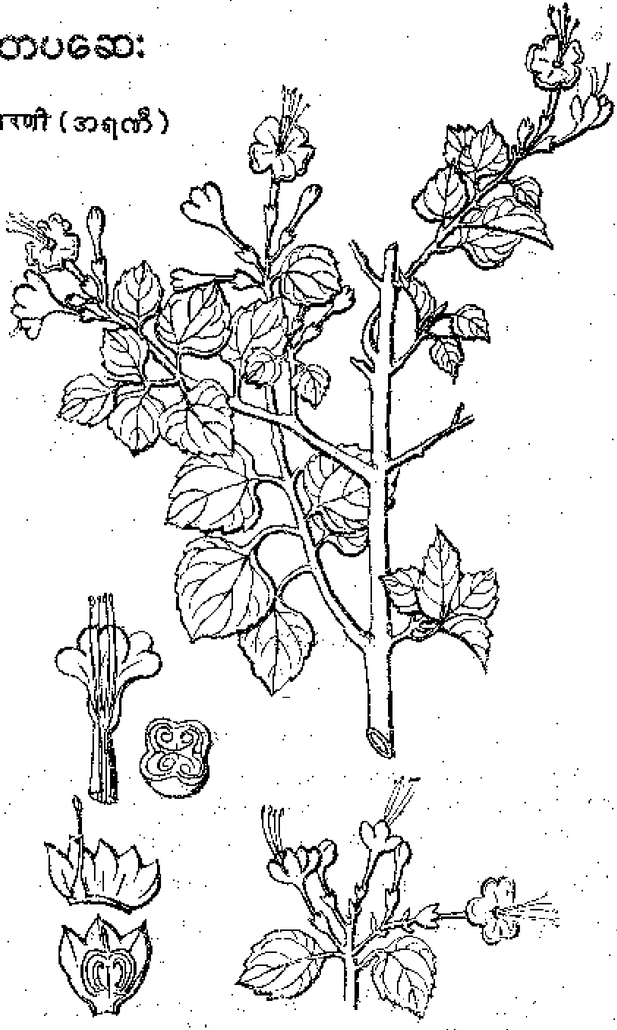
ယင်းပြားမျိုး ဖြစ်၏၊ ယင်းပြားသည် တမျိုး ဖြစ်၍ တပဆေးသည် ဘမျိုး ဖြစ်၏။

အရသာ နှင့် အကျိုးသွား။ ။၎င်းသည် ဖပ်၏၊ ခါး၏၊ ပူ၏၊ ဝမ်းပိုကို ထောက် စေ၏။

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

တပေဆေး

अरणी (အရဏီ)



မှတ်ချက်။ ။အင့်ဂ္ဂနီမန္တလဒ္ဒါသည် တပဆေး နှင့် တောင်တန်ကြီးကပ်ပါ အဟာတိုကြောင်း များစွာသော သက္ကတကျမ်း၊ ဟိန္ဒီဘာသာ ဂုဏ်ပန်ဆွဲကျမ်း တို့၌ ပြဆိုထားသည်ကို တွေ့ရ၏။ သို့ပါ၍ တပဆေး၏ ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်ကို တောင်တန်ကြီး အဖော်းတွင်လည်း ကြည့်ရှုနိုင်ပါ၏။

တမာ (ပန်းတမာ)

သက္ကတ [illegible]
ဟိန္ဒီ [illegible] (ကာလာခကျူ့ရ်)
လက်တင် Melia Durmanica

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းပန်းတမာသည် ရိုးရိုး တမာပင် အမယ် ကဲ့သို့ ခြောင့်မြူ၍ တက်၏။ အကိုင်းအခက်ပေါ်များမှာ လှန်ရာ ချောမွတ် နူးညံ့၏။ အရွက်မှာ တမာရွက် ထွက်သကဲ့သို့ ၂-ခုံ ၃-ခုံ ထွက်၍ ရှည်ရှည်ပိုင်းစိုင်း ရှိ၏။ ခွဲးသွားစိပ်များလည်း ရှိ၏။

အပင့်မှာ အစိမ်းရောင်သန်းလျှ ဖြူ၏။ အသီးမှာ ၎ည်၍ လုံး၏၊ ဝါရောင် ရှိ၏။ ၎င်းအသီးမှာ ချိုခါက်စဘော့ရောအခါ စွန်ပလွံသီးနှင့် တူ၏၊ သို့ရာတွင် အရသာမှာ ခါးလှ၏။ ထို့ကြောင့် စွန်ပလွံ အခါး ဟု ခေါ်ကြကုန်၏။ ၎င်းအခေါ်မှာ အလွန် ပင် ဖာကြော၏၊ ဆေးဖော်စပ်ရာ၌ ၎င်း၏ အသီးကို သာ အသုံးပြုကြ၏။

အရသာ နှင့် အကျိုးသွား။ ။၎င်းအသီးသည် ခါး၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအသီးသည် အန်စေတတ်၏၊ ဝမ်းပိုက်အောင့် ရောဂါနှင့် များစွာ သင့်လျော်၏၊ ၎င်းပြင် ၎င်းဖျားရောဂါ အတွက် သည်းခြေ ဓာတ်ကို ပယ်ထုတ်ရန် ဆေးအဖြစ်ဖြင့်လည်း အသုံးပြုကြကုန်၏။

၎င်းဆေးသည် အကယ်၍ အဖျားရောဂါကို အထက်ပါ ပြောဆို ရေးသားသကဲ့သို့ မနိုင် စေကာမူ ကိုယ်တွင်း၌ ရှိသော သည်းခြေ ဓာတ်၏ အဝေးခြင်းကို ပြင်ပသို့ ထုတ်ဆောင်တတ်၏၊ ၎င်းသည်းခြေ တွင်လည်း အဖျားရေ့များပါ လိုက်ပါ၍ သွားတတ်ကုန်၏။ ထို့ကြောင့် ၎င်းဆေးသည် သည်းခြေဖျား ရောဂါတွင် အထူး အသုံးဝင်၏။

နာကာရှည် ရင်ဘတ်နာများကို ၎င်း၏ အသားနှစ် ၅-ရွေးမှ ၁၅-ရွေး အထိ ကျွေး နိုင်၏။

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

တမာ (သခက်တမာ)

သက္ကတ　क्षुद्र निम्ब

ဟိန္ဒူ　बकायन निम्ब　(မဟာယ,နီ - ၃၆,၆)

လက်တင်　Melia Azedarach

ပုံသဏ္ဌာန်။　။ဂင်းသည် ၁၀ ၄၀ - ခန့် မြင့်သော ပင်လတ်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ ကြည့်ရှုရ၍ ကောင်းသော အပင်မျိုး ဖြစ်၏။ ပင်စည်မှာ ဖြောင့်ပတ်ရှိ တက်၏၊ အရွက်မှာ တမာရွက်နှင့် တူသော်လည်း တမာရွက်ထက် အနည်းငယ် ကြီး၏၊ နုစဉ် အနည်းငယ် အညိုရောင်သန်း၍ ရင့်သောအခါ အဝါရောင်သန်း၏၊ ပွင့်၏ အစေ့ကုလ် ဆီးထမျိုး သွက်၏၊ အစေ့မှာ တမာသီးနှင့် တူ၏၊ ဂင်းသခက်တမာ ပင်ကြီးမှ တခေါင်း တန်ခူး လများတွင် အခေးတမျိုး သွက်၏။

အရသာ နှင့် အကျိုးသွား။　။ဂင်းသည် ခါး၏၊ အေး၏၊ ဖန်၏။

ဂုဏ် နှင့် ရှင်းရည်။　။ခန္ဓာကိုယ်ကို ပြောက်စေ၊ ဝေ၏၊ မလတ်ကို ချုပ်စေတတ်၏၊ ဂင်းဖြင့် သလိပ်နာ၊ ပူလောင်ခြင်း၊ အနာသပ်ဂလိအမျိုးမျိုး၊ သွေးအန် သွေးကျ ရောဂါ၊ ပိုးနာ၊ ဝိသမ အဖျား၊ နှလုံးရောဂါ၊ နုနာ၊ ဖောအန်ခြင်း၊ ကလာဝမ်း ရောဂါ၊ ကြွက်အဆိပ်သင့်နာ၊ မြင်းသရိုက်နာ၊ ချောင်းဆိုးရောဂါ စသည်တို့ကို ကင်းစေရန် စွမ်းဆောင်သောဂုဏ် ရှိ၏။

ပိုးရောဂါ နှင့် ပိုးရောဂါကြောင့် ဖြစ်သော အဖုအပိမျိုးမျိုးတို့ အတွက် အလွန် အသုံးဝင်သော ဆေးစွမ်းကောင်းကြီး တပါး ဟု ဖြိုးဖေသည်။ ဂင်းဖြင့် သွေးအန် သွေးကျနာ နှင့် ကျပ်တီးနာ တို့ကိုဂင်း ရောဆေး မှုဘ၍ အခြေပြား ရောဂါ ဖြစ်ရှိရန်ဂင်း ထိုအပင်၏ အရွက်နှင့် အစေ့ တို့၏ သတ္တုရည်တို့ဖြင့် ကုသကြကုန်၏။

ရောဂါအလိုက် အသုံးပြုနည်း

မီးရပ်နာ အမျိုးမျိုး။　။ခြင်းမျှား မီးဖွားရာ၌ဂင်း မီးတွင်းမျှားတွင်ဂင်း ထိုမီးတွင်းမျှား၌ ဦးခေါင်းကိုက်ခဲခြင်း ကိုယ်ဝန် ဆောင်စဉ်ပြင်းတို့၌ အရွက် နှင့် အပွင့် တို့ကို ကြိတ်၍ ခေါင်းပေါ်၌ဂင်း ချက်ပေါ်၌ဂင်း အုပ်ပေးခြင်း၊ စည်းပေးခြင်း ပြုလုပ်ပေးပါက များစွာ အကျိုးရှိသောဆေး ဖြစ်၏။

မီးရပ် သွေးချုပ်။　။ဂင်းအရွက်၏ သတ္တုရည်တွင် ကွက္ကရ သတ္တုရည်နှင့် ရော၍ သောက်ပါမူ မီးရပ်များ စင်ကြယ်စွာ ဆင်းသက်ပြီး မီးရပ် သွေးချုပ် ရောဂါမှ ပျောက်ကင်း၏။

ပိုးရောဂါ။　။ဂင်းအရွက်၏ သတ္တုရည်ကို သောက်ပေးပါက ဝမ်းတွင်းရှိ ပိုးများ သန်ကောင်များ ကျဆင်းသော၏။

တမာ(သဘော်တမာ)

MELIA AZEDARACH.

महानिम्ब (မဟာနိမ်-နိမ္ဗ)

ဆီးချို - ကျောက်တည်။ ။ဆေးအရွက်၏ သတ္တုရည်ကို ကျိုပြီးသား အနည်းငယ် ရောစပ်၍ သောက်ပါက ဆီးချိုရောဂါနှင့် အသည်း ကျောက်တည်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

အစိမ်းဖော။ ။ဆေး၏ သတ္တုရည်ကို မီးနှင့် ခွေး၍ ပါးပါး လိမ်းပေးပါက အစိမ်းဖော ရောဂါမှ သက်သာ ပျောက်ကင်း၏။

ဝက်ရူးနာ။ ။ဆေးအမြစ်ကို ၄-ပုံ ၁-ပုံကျန် ပြုတ်၍ သောက်ပါက လျင်မြန်စွာ ဝက်ရူးနာမှ ချမ်းသာ၏။

ဝမ်းပိုက်နာ။ ။ဆေးအရွက်၏ ၄-ပုံ ၁-ပုံကျန် ပြုတ်ရည်တွင် ဖျင်းချောက်မှုန့် အနည်းငယ် ထည့်၍ သောက်ပါမူ ဝမ်းပိုက်နာ ရောဂါမှ လျင်မြန်စွာ သက်သာစေ၏။

ကျပ်တီးနာ။ ။ဆေးအရွက် နှင့် အခေါက်ကို ၄-ပုံ ၁-ပုံကျန် ကျို၍ သောက်ပါမူ နူနာ နှင့် ကျပ်တီးနာတို့ ကင်းဝေး သန့်ရှင်းစေ၏။

ဝဲခြောက်ယားနာ။ ။ဆေးအရွက်ကို ကြိတ်၍ ပါးပါးချိုင်း၍ လိမ်းပေးပါက ဝဲခြောက် ယားနာ အမျိုးမျိုး ဝက်ခြံများ အနာဖုကလေးများ နှင့် အရေပြားရောဂါ တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အဆစ်ရောင်။ ။ဆေးအစေ့၏ အမှုန့်ကို အနည်းငယ်စီ ဖျော်၍ ကုသားဆီးသီးနှင့် ရောကာ သွေးပြီးလျှင် ရောဂါရှိရာ၌ လူးပေးပါက အဆစ်အဆက် ရောဂါမှ သက်သာ ရာပါလိမ့်မည်။

ဆံပင်ကျွတ်။ ။ဆေးအစေ့၏ အဆံကို ကြက်ဥအကာနှင့် ရောမွှေ၍ ချေ၍ ဆံပင်ရင်း လိမ်းပေးပါက ဆံပင်ကျွတ် ရောဂါမှ သက်သာ ပျောက်ကင်းစေ၏။

မြင်းသရိုက် လိပ်ခေါင်း။ ။ဆေးအသီး၏ အဆံ နှင့် စမုန်စပါးကို အတူ ကြိတ်ချေ၍ အမှုန့်ပြု၍ ဆေးလုံး ၂-ပဲသား အလေး ဆေးလုံးပြုလုပ်ပြီး နေ့တိုင်း ၂-ကြိမ်သာ သောက်ပါက မြင်းသရိုက် လိပ်ခေါင်း ရောဂါမှ လျင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်း၏။

တနည်း။ ။ဆေးအရွက် ၂၅-ကျပ်သားတွင် ဆား ၁-ကျပ်သား ထည့်၍ ညက်စွာ ကြိတ်ပြီးလျှင် ဆီးကင်း (ဇီးကင်း) ခန့် မျှလုံးထားပါ။ ထိုဆေးလုံးကို ညဦး နံနက် ကလိုးကျ သောက်မျိုပါက မြင်းသရိုက် လိပ်ခေါင်း ရောဂါ အတွက် လွန်စွာ အကျိုးပြု၏။

အကြောတင်းရောဂါ။ ။ဆေးအစေ့ တစေ့ကို နေ့စဉ် ၇-ရက် ဆက်၍ သောက်ပါမူ အကြောတင်း အကြောဟက် ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

ဆီးလွန်နာ။ ။ဆေးအစေ့ကို ဆန်ဆေးရည်နှင့် သွေး၍ ထောပတ် ရောပြီး သောက်ပါမူ နာတာရှည် ဆီးလွန် ရောဂါများ အတွက် ချမ်းသာရာ ရနိုင်၏။

ဒူးခေါင်းကြီးနာ။ ။ဒုံး၏ သစ်ယားအနှစ်ကို ရေဖြင့် သွေး၍ သောက်ပြီးလျှင် ဒုံးအမြစ်၏ အခေါက်ကို သွေး၍ လိမ်းပေးပါက ဒူးခေါင်းကြီး ရောဂါမှ လျှင်မြန်စွာ သက်သာရာ ရ၏။

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

ဒုံးအပင်၏ ပဉ္စင်္ဂပါကို လိုအပ်သော အတိုင်းအတာထက် ပိုလွန်၍ သောက်စားပါက အဆိပ်ကို ဖြစ်စေတတ်သောကြောင့် အတိုင်းအတာကို များစွာ သတိပြုအပ်၏။

ထို့ပြင် ဒုံးသည်တော်သည် ပင်စည်မှ ထွက်သော အစေးရည်သည် မူးယစ်စေတတ်သော ဓာတ်များ ပါရှိ၍ အဆိပ်ကိုလည်း ဖြစ်စေတတ်၏။ ထို့ကြောင့် တပေါင်း တကူးလ များတွင် ဒုံးကို အသုံးပြုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ရန် များစွာ သတိပြုသို့ လိုအပ်ပေ၏။

တဖန် ဒုံး၏ အခေါက်, အရွက်, အညှာတို့ကိုလည်း လွန်စွာ သုံးစွဲပါမူ ခန္ဓာကိုယ်တွင် အဆိပ်သင့်သကဲ့သို့ ဖြစ်ပြီးလျှင် သတိလစ်ခြင်းကို ပင် ဖြစ်စေတတ်၏။ ဒုံးအသီး၏ အစေ့ကို ၆ စေ့ ၇ စေ့မျှ စားသောက်မိပါက အော့အန်ခြင်း, ဝမ်းပိုက် ရစ်နာခြင်း, ကာလဝမ်းရောဂါ ဖြစ်ခြင်းတို့ဖြင့် အသက်အန္တရာယ်ကို များစွာထိခိုက် ဆုံးရှုံးစေတတ်၏။

သို့ဖြစ်၍ "တန်ဖိုး လွန်ဆေး" ဆိုသည်ကို သတိပြု၍ သုံးဆောင်မှီဝဲတတ်ဖို့ လို ပေ လှပေ၏။

တမာပင်ကြီး

သက္ကတ — निम्ब

ဟိန္ဒီ — नीम (နိမ်)

သက်တင် — Azadirachta indica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။သဏ္ဌာန်ပုံ လူသိများသောကြောင့် အထူး ရေးရန် မလိုချေ။ ဒုံးကို သုံးသော အခါ ပဉ္စင်္ဂပါးလုံးကို အသုံးပြု၏။

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

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အနာကို သုတ်သင်တတ်၏။ ကလေးများ အတွက် လွန်စွာ အကျိုးပြု၏။ ဒုံးပြင် ကို, အော့အန်ခြင်း, အနာပေါက်, ဖောသေဘ, အဆိပ် နူနာ, နှလုံး ပူပန်ခြင်း, ပင်ပန်းခြင်း, အဖျား, ချောင်းဆိုး, ချေ့သင်း, နှာခေါင်းမြန်, ဝမ်းဖေါက်ပြန်, ဗုလာသရောဂါ များ၌ အသုံးဝင်၏။

(၁၀)   အရှင်နာဂသိန် ပုံပြ ဆေးအဘိဓါန်

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

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

တမာခိုး။ ။တမာပင်မှ အရိုးသည် ချောင်းဆိုး, ပန်းနာ, မြင်းသရိုက်, ဒူလာသရော, ဂူလုံး, ပိုးနာတို့ကို နိုင်၏။

တမာသီးစိမ်း။ ။တမာသီး အစိမ်းသည် ခါး၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက်၌ စပ်၏၊ ပြေပြစ်၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ နူနာ, ဂူလုံး, မြင်းသရိုက်, ပိုး, ဒူလာသရောနာတို့ကို များစွာ အကျိုးပြု၏။

တမာသီးမှည့်။ ။တမာသီး အမှည့်သည် ခါး၏၊ ချို၏၊ ပြေပြစ်၏၊ သွေးအန်, သွေးကျ, မျက်စိ, ရင်ဘတ်ဖြစ်သည့် ခယရုဂ်ရောဂါတို့ကို 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၏၊ ဝိပါက်၌ စပ်၏၊ သည်းခြေ, လေ, သလိပ်တို့ကို ငြိမ်းစေ၏၊ ၎င်းပြင် ပိုးရောဂါ, နူနာ, အနာပေါက်, ဝါကြိပ်နာ, မြင်းသရိုက်, အဖျား, ဖောရောင်, ဝမ်းဗိုက်ရောဂါ, သွေးရောဂါ, သည်းခြေများတို့ကို 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 ခတ္တာ ထီးပွားတက်၏" ဟု ရှေးမြန်မာတို့ အိမ်ဝိုင်းတွင် တမာစိုက်ပျိုးရန် အမှာ အသား ရှိသည်ကို ကြားဖူး၏၊ အရွက်နှင့် အပွင့်တို့သည် လေနှင့် ရော၍ အရပ် လေးမျက်နှာတွင် ပြန့်နှံ့နေသော အခါ လေနှင့် ရော၍ သွားလာ လှုပ်ရှားနေသော ပိုး အမျိုးမျိုးတို့ကို ကာကွယ် နိုင်ပေ၏၊ တမာ၏ အခါးသတ္တိသည် အောင်မြင်ပါ ပိုးအမျိုးမျိုး အပြင် သွားပိုးများကိုလည်း ကာကွယ်နိုင်သဖြင့် ရှေးလူကြီးတို့သည် "တမာတံပက် သွားတ

ဘက်'' ဟု မိန့်မြွက် ထားသည်ကို ကြားလူ၏၊ ကိန္နရီတိုင်းအားလုံးသည် တမာပင်ကို လေးစားစွာဖြင့် ဝိုက်ပျိုးကြကုန်၏၊ နံနက် သာဝိယာကာ၌ ထိုကလာကိုင်းဖြင့် သွားတိုက်ကြကုန်၏၊ အပူဓာတ်ကိုလည်း ကာကွယ်၏၊ ဆေးအဖို့တွင် 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၏၊ အချိုတည့်၍ စားကြ၏။

ကုလားတမာသည်။ ။လမ်းဘေး နေရာတကာတို့၌ ပေါက်ထတ်သော တမာမျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက် သေး၏၊ ချွန်း၏၊ ခွေးသွားစိပ် ပိုနက်၏၊ ဗမာတမာထက် ပို၍ ခါး၏၊ (အချို့ လမ်းဘေး နေရာတကာတိုင်း၌ ပေါက်သော သစ်ဆော်တည်ပင်ကို သစ်ဆော်တမာ ဟု ထင်မှတ်ကာ စားသုံး ခိုင်ကြကုန်၏။)

တောင်တမာသည်။ ။အလွန် ခါး၏၊ အရွက် ကြီး၏၊ ခွေးသွားစိပ်များ မထင်မရှား ရှိ၏၊ (သစ်တောဌာနိုင်ရာက ရှင်းကို သစ်ကတိုး ဟု ခေါ်ဝေါ်ကြကုန်၏။)

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

တမာချို။ ။အပင် သေး၏၊ အပင် အစိတ်အပိုင်းတို့မှ အနံ့တမျိုး ထွက်၏၊ အရွက်သည် ခွေးသွားစိပ် မရှိ၊ ဝုန်းတမာသည် တမာရိုးရိုးနှင့် ယှဉ်သော် ခါးခြင်း မရှိ၊ တမာမျိုး ပင် ဖြစ်၏။

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

အာယုဗ္ဗေဒ ဆေးအဘိဓာန်ကျမ်းပြုစုမှု

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

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

ထရေပင်

မရန္မ ဂုဏ္ဏိဂ (ဆုရိန္ဒ)

အင်္ဂလိပ် Blinding Tree

လက်တင် Excoecara Agallocha

ပုံသဏ္ဌာန်။ ၎င်းသည် အဆိပ် ရှိ၏၊ အမြဲ စိမ်းလန်း ဝိုင်ပြေကာ အလေ့ကျ ပေါက်တတ်သော ပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းအပင် အားလုံးသော အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းများ၌ ထက်မြက်သော အရည်ဟာ ရှိသည်၊ အဖြူရောင် နို့စေး ကျမ်း ထွက်၏၊ ၎င်း၏ အရွက်သည် လက်ဖဝါး [illegible] ဝန်း၏၊ သို့သော် လက်ဖယ်ရွက်ထက် အနည်းငယ် အရွက် ရှည်၏၊ ထူ၏၊ နူးညံ့၏၊ [illegible]၏ အရိုးတန်သည် နီရောင်သန်း၏၊ ရှည်၏၊ အပွင့်သည် ဝါ၏၊ အပင်၏ အခေါက်သည် လွှင်းထားကဲ့သို့ မညီမညာ ရှိ၏၊ ၎င်း၏ အသားရောင်မှာ ဖြူ၏၊ နူးညံ့ ပျော့ပျောင်း၏၊ ၎င်းအမြစ်၏ အဖရောင်သည် နီကြန့်ကြန့် ရှိ၏၊ ၎င်းအမြစ်ကို ရေတွင် နှစ်မြှုပ်ပါက ရေကို စုတ်ယူ၍ ခန်းခြောက်စေ၏။

ဤသော် အပင်က ကြည့်မှု အမြစ်မှာ ခြောက်နေသည် ဟု ထင်ရ၏၊ ၎င်းအမြစ်ကို ဓားဖြင့် ခြစ်ခြင်း, ခုတ်ခြင်း ပြုလုပ်လိုက်ပြန်က ၎င်းရေများသည် အမြင်သို့ တဖန် ပြန်၍ ထွက်လာကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် အသုံး။ ၎င်းနို့စေးကို အသုံးပြုရ၏၊ လိုအပ်သည့် အလွန် ဝမ်းသက်စေ၏၊ အရေပြား၌ ထိခိုက်ခဲ့သော် ပူ၏၊ အဆိပ်ရှိသောကြောင့် အဆိပ်ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ ကင်းမီးကောက် ကိုက်ရာ၌ သိမ်းပေးခဲ့သော် ပျောက်ကင်း၏၊ အနာပေါက် ရောဂါ, အရေပြား ရောဂါတို့၌ ဆီနှင့် ရော၍ လိမ်းပေးရ၏၊ အရွက်ကို ပြုတ်၍ အနာတို့၌ ဆေးကြောပေးရ၏။

ချောင်းဆိုးရောဂါ၌ အရေးကို ဆန်မှုန့်နှင့် ရော၍ လုံးပြီး ကိုက်ရ၏၊ အကယ်၍ မာရေး သည် ပျက်စီးသွားသို့ ဝင်ခဲ့သော် ပျောက်ကင်းစေရန် ဖိန့်ချဉ်ကို သပ်ပေးရ၏။

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

စင်စစ် အကျော်သည် နံ့သာ ၅ ပါးတွင် ပါ၍ အကောင်းဆုံး အကျော်မှာမူ နက်၏၊ လက်လေး လက်ဆ ရှိ၏၊ ပီးရှို့သော် အထိ လှုက်၏၊ ရောင် ချသော် မြုပ်၏၊ နက်ခြင်း နှင့် ရောင် မြုပ်ခြင်း တူ၍ လိမ်လည်ကြဟန် ရှိ၏၊ ပင်လယ်ကမ်းရိုးတန်းကျွန်း အများအပြား ပေါက်တတ်၏။

တရော်ညိုနွယ်

ဟိန္ဒူ **ဃရဗာသီ** (ဗရွဝါဆီ)

လက်တင် Gouania leptostraya

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

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

တိလက်သာ

သက္ကတ **ဥဗ္ဗပါဌ**

ဟိန္ဒီ **ပါဌ** (ပါဌာ)

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

တီလက်သာ

ဓာဟ (ပိဋ၁)

ဂျင်းအရွက်သည် နှလုံးပုံသဏ္ဍာန် ဆင်တူ မနွယ်ရွက်သဏ္ဍာန် ရှိ၏၊ အရွက်၏ အပေါ် မျက်နှာတွင် ညိုမှိုင်းမှိုင်း အရောင် ရှိ၍ အောက်မျက်နှာတွင် ဖန့်မွှေးမွှေး ရှိ၏။

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

ဂုဏ် နှင့် အသုံး။ ။ဂျင်းသည် ပူ၏၊ စပ်၏၊ ခါး၏၊ လေနာ၊ သလိပ်နာ၊ အဖျား ရောဂါ၊ ဝမ်းသွားခြင်း၊ အရေပြားရောဂါ၊ ပူလောင်ခြင်း၊ နှလုံးရောဂါ၊ ယားနာရောဂါ တို့ကို များစွာ အသုံးဝင်၏၊ အော့အန်ခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်းကိုလည်း ဝမ်းတွင်းရှိ ပိုးများကို ဂျင်း နှိမ်နင်းပေးတတ်၏၊ သရက်ရွက်ကြီးသောရောဂါ၊ ဖြည့်ဆည်းသောရောဂါ၊ အလွန် နာကျင်ခြင်း၊ ခေါင်းတခြမ်းကိုက်ခြင်း စသော ရောဂါတို့ကို များစွာ အကျိုးရှိ၏။

ဂျင်းကို သုံးစွဲရန်မှာ ၂ - ပဲသားမှ ၄ - ပဲသား အထိ သုံးစွဲနိုင်၏၊ ဂျင်း၏ အရွက်သည် မအေး၏၊ ပစ္စမ်းရောင်ရမ်းခြင်း၊ အနာပျက်များ၊ အနာစြိုများကို လိမ်းသော အဖြစ် အသုံး ပြုရ၏။

ရောဂါအလိုက် အသုံးပြုနည်း

ဆီးအိမ် ပူလောင်ခြင်း။ ။ဆီးအိမ် ပူလောင်ခြင်း၊ ဆီးချုခြင်း၊ နာဘာပျည် မညှောင်း ကျရောဂါများကို ဂျင်းအမြစ်ကို ၄ - ပုံ ၂ - ပုံကြွင်း ပြုတ်၍ သောက်ရ၏။

အဆစ်ရောင် အကြောထုံးခြင်း။ ။ဂျင်းအရွက်ကို ပြိုတ်၍ အုံပေးခြင်း၊ ကျပ်စည်း ပေးခြင်း ပြုလုပ်ရ၏။

ရင်အတက်နာရောဂါ။ ။ဂျင်းအမြစ်၏ အမှုန့်ကို အနည်းငယ်စီ ကျွေးရ၏။

ကျောက်တည်ရောဂါ။ ။ဂျင်းအမြစ်ကို ၄ - ပုံ ၂ - ပုံကြွင်း ပြုတ်၍ သောက်ရ၏။

အဆိပ်သင့်ခြင်း။ ။ဂျင်းအမြစ်ကို ဆောပတ်နှင့် ကြိတ်၍ သောက်ရ၏။

အနာပျက်ရောဂါ။ ။မကျက်နိုင်သော အနာများကိုလည်း အမိုးဒြ ပေါက်သော အနာများကိုလည်း ဂျင်းအမြစ်ကို ရေနှင့် သွေး၍ မှုန်းလိမ်းပေးရ၏။

ချောင်းဆိုးရောဂါ။ ။ဂျင်းအမြစ်ကို ၄ - ပုံ ၂ - ပုံကြွင်း ပြုတ်၍ ပျားရည်နှင့် သောက်ရ၏။

ဝမ်းမီးညံ့ရောဂါ။ ။ဂျင်းပြုတ်ရည်တွင် ပိပ်ချင်းသီးမှုန့် ဖျော်၍ သောက်ရ၏။

ရေမျဉ်းရောဂါ။ ။အောင်မိုဂျုံမြစ်၊ မျစ်၊ ဂျင်းအမြစ်ဘာသာမြစ်ကို အနည်းငယ် ပြုတ်၍ သောက်ရ၏။

ယောနိရောဂါ။ ။မိန်းမများ ယောနိ အပြင်သို့ ကျွံဆင်းခြင်း၊ လျှောပါးခြင်း ဖြစ်မူ ၎င်းမြစ်ပြုတ်ရည်ကို နံနက် ည သောက်၍ ၎င်းပြုတ်ရည်နှင့် ယင်းယောနိကို တနေ့ ၂ ကြိမ်မျှ ဆေးကြောပေးရ၏။

ဝမ်းတွင်းသက်တန့်နာ။ ။အူတွင်းလျှောက် သက်တန့်နာများ ပေါက်မှဲသော် ၎င်းအမြစ်ကို သန့်ဆေးရည်နှင့် သွေး၍ သောက်ရန်။

မီးဖွားခက်ခဲခြင်း။ ။မိန်းမများ သားဖွားရခက်ခြင်းကို လွယ်ကူစွာ ဖွားမြင်စေခြင်းငှာ ၎င်းတီလကာသာဖြစ်ကို ညက်စွာ ကြိတ်၍ ကိုယ်ဝန်ရှိသော မိန်းမ၏ ချက်၊ အိုးအိမ်၊ ပိုက် ၎င်း ၃ နေရာကို တနေ့ ၂ ကြိမ်မျှ လိမ်းပေးခဲ့သော် လွယ်ကူစွာ ဖွားမြင်နိုင်၏။

မှတ်ချက်။ ။အချို့ ဆေးကျမ်းများတွင် ၎င်းပါဌ ဟူသော ပုဒ်ကို ကြက်နှပေါင်းပင် ဟု မြန်ဆိုကြကုန်၏။ သို့သော် ကျမ်းရင်း အဖွင့်များတွင် အရွက်မှာ နှလုံးပုံသဏ္ဌာန် ဟူ၍၎င်း သင်ဟူးနွယ်ရွက်မျှ၎င်း အမြစ်သည် ခါးကြောင်းသို့ နက်ချိုင်းစွာ ဝင်သည် ဟူ၍၎င်း အရသာ ခါးလှ၏ ဟူ၍၎င်း ဖွင့်ဆိုခြင်းတို့ကို ထောက်က ကြက်နှပေါင်း မဟုတ်သည်မှာ ထင်ရှား၏။

၎င်းအပင် (ဆောင်းမေးခါး) ၏ ပုံကို ပဋ္ဌမတွဲ စာမျက်နှာ ၂၉၅ ၌ ကြည့်ပါကုန်။ ရှေးက ထိုဆောင်းမေးခါးကို တိလက်သာ ဟု ခေါ်ဆို သုံးစွဲကြကုန်၏၊ အရိုင်းမျိုး ဖြစ်၏၊ အယဉ်မျိုး ဖြစ်သော ဆောင်းမေးခါးကိုမူ ကုန်းယမ္မ မှသူ၍ အသုံးပြုဖော်ချသောကြောင့် ကုလားဆောင်းမေးခါး နှင့် မြန်မာဆောင်းမေးခါး ဟု ကွဲပြား၍ ခေါ်ဝေါ်သုံးစွဲကြကုန်၏၊ အမြစ်မှာမူ ၂ မျိုးလုံး ပင် ခါးကုန်၏၊ သို့သော် ပင်ထောင်နွယ်မျိုးချင်းကား ကွာခြားကုန်၏။

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

တွင်းနက်

လက်တင် Anodendron paniculatum

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

ဂုဏ် နှင့် အသုံး။ ။အတိသာရ ခေါ် နှုတ်ထွက်သည် ဝမ်းသက်ရောဂါများ အတွက် များစွာ အသုံးဝင်သော ဆေးပင်မျိုး ဖြစ်၏။

တွင်းနက်ကတိုး (တောစပါယ်)

သက္ကတ　　ကၖဏသာရိဗါ

ဟိန္ဒီ　　ၐျာမလတာ　(ရှယာမလတာ)

လက်တင်　　Ichnocarpus frutescens

ပုံသဏ္ဌာန်။　　။ရင်းဆေးပင်သည် နွယ်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏။ အရွက်မှာ ရှည်မှိုင်း၍ ကျဉ်း၍ ၂-၃-လက်မ ရှိ၏။ အနံ ၁-လက်မမှ ၁.-လက်မခွဲ ရှည်၏။ အပွင့် သေးငယ်၍ ဖြူရောင် ရှိ၏။ ရင်း၌ နီရောင် အမွေးနုကလေးများ ရှိ၏။ ပင်း၏ အမြစ်သည် ဥပသကာမြစ်နှင့် တူ၏။ သို့ရာတွင် အခေါက်၏ အရောင်မှာ နက်ရောင် သန်း၏။ မကောင်းသောသည့် မာကျော၏။ ဥပသကာ၏ အနံ့ ပင် ရလေ၏။

ဂုဏ် နှင့် အသုံး။　　။အေး၏။ ဝက်ကို ပွားစေ၏။ ချို၏။ လေ့ရောဂါ၊ သွေးဆောက်ခြင်း၊ ရေငတ်ခြင်း နှင့် အဖျားခံရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။ အလူးသဖြင့် ရင်းဆေးပင်၏ အစားသည်တို့သည် ဥပသကာနှင့် ကုရသောကြောင့် ဥပသကာကဲ့သို့ပင် အသုံးပြုနိုင်လေသည်။

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

အထူးသတိပြုရန်မှာ အချို့ ဒေသတို့၌ ပင်စောက် ပင်ကြီးမျိုးတို့၏ အရွက်ကို ချက်ပြုတ် တို့ မြှုပ် စားသောက်၍ အသားကို ဆေးရိုးလည်း ပြုလုပ်ကာ ဆေးလိပ် ပြုလုပ် သောက်ကြသော အပင်အမျိုးကို ဥပသကာ တမျိုး ဟူ၍ ခေါ်ကြကုန်သေး၏။ ၎င်းသော် အယုတ်ပေတ်ပြဲ ဥပသကာမျိုးတွင် မပါချေ။

ဥပသကာသည် ဈေးထက်တွင် များစွာ ဝယ်ယူ၍ အသုံးပြု၏။ မြန်မာပြည်တွင် ၂-မျိုးစလုံး ပင် ရနိုင်၏။ သို့သော် ရှိတိုး ဥပသကာ အဖြူကို အိန္ဒိယမှ မှာယူ အသုံးပြုခဲ့ကြကုန်၏။ ဥပသကာအနက် (တွင်းနက်ကတိုး) ကိုမူကား -အိန္ဒိယ၌ ပင် လွန်စွာနည်းပါး၍ မြန်မာပြည်၌ များစွာ ပေါက်ရောက်သဖြင့် ထွက်ကုန် အဖြစ်နှင့်လည်း ကြီးပွားနိုင်ခဲ့သော် ၂-တိုင်းပြည်လုံး ကျေးဇူး များနိုင်စရာ အကြောင်း ရှိ၏။ မြန်မာပြည်၌ကား ဥပသကာ ၂-မျိုး ရှိရာတွင် အမျိုးကို သာ အသုံးများ၏။ ဆေးနည်းတို့၌ များစွာ ပါကုန်၏။ အိန္ဒိယ၌ကား ဥပသကာ ၂-မျိုး ဟု တွဲ၍ သုံး၏။ ထို့ကြောင့် တွင်းနက်ကတိုး ခေါ် ဥပသကာ အနက်သည် အိန္ဒိယ၌ အမြဲ လိုအပ်သည် သာ ဖြစ်၏။

တည်ကြီး (ဘုတ်ပင်)

သက္ကတ တိန္ဒုက အင်္ဂလိပ် River Ebony

ဟိန္ဒီ တိမ္ဗူ (ဂါဗ်) လက်တင် Diospyros embryopteris

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းတည်ပင်သည် ၂၅-ပေမှ ၄၀-ပေ အထိ မြင့်၏။ ၎င်းအပင်သည် မှောင်၏။ ဖြူသော အရောင် ရှိ၏။ အသီးမှာ နီရောင်သန်း၍ ဝါသော အရောင် ရှိ၏။ ၎င်းအသီး၏ မျက်နှာပြင်တွင် ၅-မြှောင့် ရှိသော သီးညှာအဖတ် အုပ်လျက် ရှိ၏။ ၎င်းအသီး၏ အတွင်းသားသည် သကြားသီးကဲ့သို့ ချိုမြသော အရသာ ရှိ၏။ ၎င်း၏ အစေ့များ ချိုင့်ချိုင့် ရှိ၏။ အနက်ရောင်သန်းသော အစေ့များ ၃-၄-စေ့မျှ ရှိ၏။ ၎င်းအပင်မှလည်း အစေးတမျိုး ယိုထွက်၏။

ဂုဏ် နှင့် အသုံး။ ။၎င်းသည် ဖန်၏။ ခါးအက်သက် ရှိ၏။ နူးညံ့၏။ ပူ၏။ အနာ စိမ်းများကို ပျောက်ကင်းစေ၏။ လေနိုင်၏။ ၎င်း၏ အသီးစိမ်းသည် နူးညံ့၏။ ဖန်၏။ ကြေကျက် လွယ်၏။ သွေးတိုက်ကို တားမြစ်၏။ အေး၏။ ခြောက်သွေ့၏။ လေကို ပွားစေ၏။

၎င်း၏ အသီးမှည့်သည် သည်းခြေ၊ မူလာသဓရောဂါ၊ သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း၊ ကျောက် တည်ရောဂါ တို့ကို နိုင်နင်းသော သတ္တိ ရှိ၏။ ၎င်းအသီးမှည့်သည် ခံတွင်း ကောင်းစေ၏။ နူးညံ့၏။ သေနာကို နိုင်၏။ ၎င်းတည်ပင်၏ အနှစ်သားသည် သည်းခြေ ရောဂါကို ပျောက် ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ဟာတိသာရ ဝမ်းသက်ရောဂါ။ ။၎င်းတည်သီးကို ရေဖြင့် ကျိုချက်သော် ဆီများ ထွက်လာ၏။ ၎င်းအဆီ အပေါ်က အနည်းငယ်ကို ရှင်းရည်ဖြင့် ထည့်၍ သောက်သော် ဝမ်းသက် ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

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

ပန်းနာ ရင်ကျပ်။ ။တည်သီး အခွံကို အခြောက် ပြုတ်၍ ဆေးမှု ဗိုက်ဖြင့်ရှိုး ဆေးလိပ် ပြု၍ရှိုး ရှူပါက ပျောက်ကင်း၏။

ပါးစပ်ကွဲနာ။ ။ပါးစပ် ခံတွင်း အတွင်း၌ အပူများ ပေါက်ခြင်း၊ ပူလောင်ခြင်း၊ ပေါက်ကွဲခြင်း ဖြစ်မူ ၎င်းအသီးကို ရေနွေးဖျော်၍ ၎င်းရေနွေးကို ငုံပေးခြင်း ပလုတ်ကျင်းခြင်း ပြုလုပ်ပါက ပါးစပ် အာပေါင် ပူလောင်ခြင်း၊ ယားခြင်း၊ လျှာများ ပေါက်ခြင်း တို့ကို ပျောက် ကင်းစေ၏။

အနာစိမ်း ပေါက်ခြင်း။ ။တည်သီး အစိမ်းကို ထိပ်ဝမှ အပေါက် ဖောက်ထဲ့သော် အမျိုးဓာတ အဖန်ရေများ ထွက်လာပါလိမ့်မည်၊ ၎င်းရေသာရည်ကို အနာစိမ်းများပေါ်သို့ မြဲပေးပါက နုလျှင် ပိန်၍ ရင့်လျှင် ပေါက်သွားပါလိမ့်မည်။

မီးရှပ်ဖြူရောဂါ။ ။၎င်းအသီး၏ သတ္တုရည် ဂ-ပဲသားမျှကို ရေ ၄၀-မျှနှင့် ရော၍ မိန်းမ၏ ယောနိ အတွင်းသို့ ပိုက်ခွံ စသည်တို့ဖြင့် သွင်းပေးသော် မီးရှပ်ဖြူနာ ပျောက်ကင်း၏။

ရက်ခြားဖျား။ ။တည်ခေါက်ကို ယက်ဝက် ခန်းအောင် ပြုတ်၍ သောက်ခဲ့သော် အအေးပတ်သော အဖျား၊ ရက်ခြားဖျား ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မျက်စိရောဂါ။ ။တည်ပင်၏ အသားကို သွေး၍ မျက်စဉ်းခပ်ပေးမူ မျက်စိ ရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ချေးသီးစက်၍ ရောင်ရမ်းခြင်း။ ။ချေးသီးဆက်ခြင်း ချေးသီး အစိုးရိုက်၍ ပူလောင် ပေါက်ကွဲခြင်း ခက်ခြင်း ဖြစ်ခဲ့သော် ၎င်းတည်သားကို သွေး၍ လိမ်းပေးပါက ပျောက်ကင်း စေ၏။

သန်းပျောက်ဆေး။ ။ဦးခေါင်းနှံ့ သန်းများ အထွန် ပေါများနေပါက တည် ခေါက်ကို နွားကျင်ငယ်ဖြင့် သွေး၍ လိမ်းပေးပါက သန်းများ ပျောက်သွားပါလိမ့်မည်။

မှတ်ချက်။ ။၎င်းတည်ရွက်ကို အိန္ဒိယပြည်၌ အချို့ (ဗီလ) ဆေးလိပ်များ ပြုလုပ် သောက်ကြသည်၊ မြန်မာပြည်တွင် ဂွမ်းခေါက်ချက် သနပ်ဖက် စသည်တို့ကို ဆေးလိပ် ပြုလုပ် သောက်ကြသကဲ့သို့တည်း။

တည်ကလေး

သက္ကတ [illegible]

ဟိန္ဒီ မကရ်ကဲ့ဒူအ (မကာ့ရ်-တင်ဒူအာ)

လက်တင် Diospyros melanoxylon

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်လတ်မျိုး တည်ပင် ဖြစ်လေသည်၊ ၎င်းအခေါက် သည် နက်ရောင်သန်း၏၊ ၎င်းအပင်၏ အကိုင်းနုများတွင် အမွေးနု များစွာ ရှိ၏၊ အရွက်၏ အရှည်သည် ၅-လက်မ ရှိ၍ အနံ ၃-လက်မမျှ ရှိ၏၊ အရွက်ဖူး ချွန်၏၊ မွေးသွား စိပ် ရှိ၏။

၎င်းအရွက်ပေါ်တွင် ဖြူ-မဲ ဝဝ-ကပ် အစကြားများ ရှိ၏၊ အသီးမှာ တည်ကြီး အသီး နှင့် တူ၏၊ အစေ့မှာ ၂-စေ့မှ ဂ-၁၀ အထိ ရှိ၏၊ တည်ကြီး အစေ့ နှင့် မတူ တူလေ၏၊ ဆေးအသုံးတွင် အကူးသဖြင့် အခေါက်ကို ပင် အသုံးပြုကြ၏။

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

အရွက်သည် ဆီးရွှင်ခြင်း၊ ဝမ်းကြောထင်းခြင်း၊ ရောင်ခြင်းတို့ကို ပျောက်စေ၏၊ နုံးညံ့ ရွံ့ဝမ်းသက်စေ၏၊ သွေးယိုစီးခြင်းကို ကာမြစ်၏၊ နှာခေါင်းမှ သွေးယိုခြင်း၊ ကြက်မျက်သင့် သော ရောဂါများ အတွက် များစွာ အကျိုးပြု၏၊ မျက်စိမှုန်ခြင်း၊ အမြင် အားနည်းခြင်း တို့ကို ကောင်းအောင် ပြုပြင်တတ်၏။

ဆံပင်ကျွတ်ခြင်း၊ မျက်စိနာခြင်း၊ ပွေးလာခြင်း၊ ယားယံခြင်း၊ အနာဟောင်းများ နှင့် အဆုတ်နာများ အတွက် များစွာ အကျိုးပြု၏၊ အပွင့်ခြောက်သည် ကာမ အားပေး၏၊ သွေး အားတိုး၏၊ ဆီးရွှင်၏။

မီးရှပ်ဖြူရောဂါများတွင် အကျိုးပြု၏၊ ဆီးအောင့်ခြင်း၊ သရက်ရွက်ကြီးသော ရော ဂါ၊ ဂူလောင်ခြင်း၊ ယားယံခြင်း၊ ကြက်မျက်သင့်ခြင်း၊ သွေးလေလောင်ခြင်းတို့ကို များစွာ အကျိုး ပြု၏၊ အထူးသဖြင့် အတီသာရ ဝမ်းသက်ရောဂါ တို့ကို ကာကွယ်နိုင်၏။

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

(က) **တည်ကြီး**။ ။၎င်းကို ရှေးက အရပ်တည် ဟု ၎င်း၊ သဘော်တည် ဟု ၎င်း ခေါ်ကြကုန်၏၊ ရေနံး ပုတ်ပင်ဟုလည်း ခေါ်ကြကုန်သေး၏။

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

တိန်းညက်ပင်

သက္ကတ ပတင်္ဂ

ဟိန္ဒီ ပတင်္ဂ (ပတံဂ်)

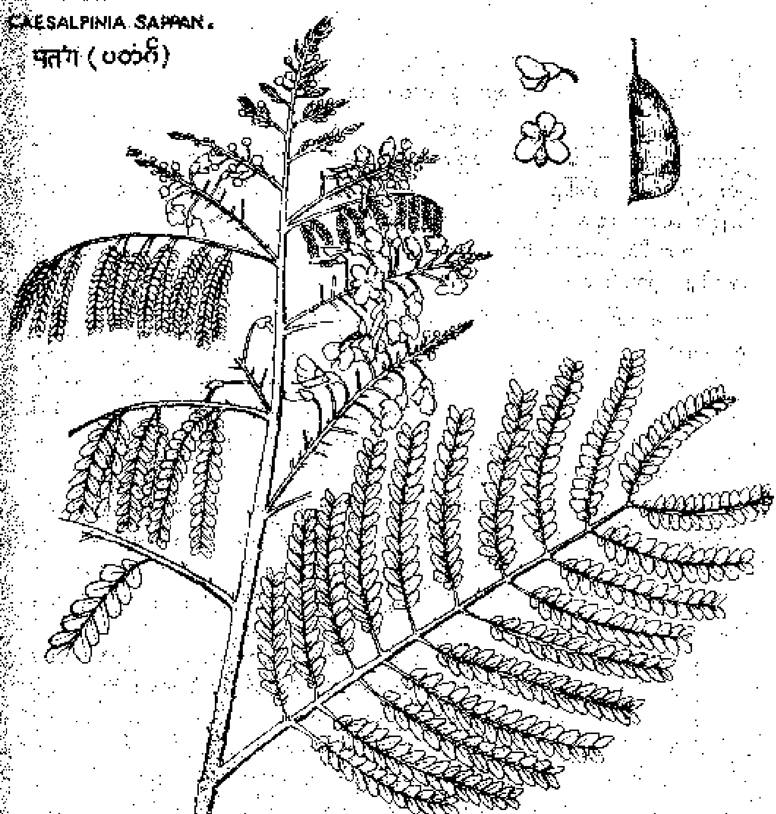
လက်တင် Ceasalpinia Sappan

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းအပင်သည် ၁၀ - ပေမှ ၃၀ - အထိ မြင့်၏၊ ပင်စည်၌ ဆူး များ ရှိ၏၊ အရွက်ခက်သည် ၅ - လက်မမှ ၁၅ - လက်မ အထိ ရှည်၏၊ ခုံးရွက်ခက် အရိုးတွင် လည်း ဆူးရှိ၏၊ အရွက် ထွက်ပုံမှာ ကိန်ပန်း စသည်ကဲ့သို့ ရွက်ခက် ရှိ၏။

တိန်းညက်ပင်

CAESALPINIA SAPPAN.

पतंग (ပတင်္ဂ)



အပွင့်သည် ဝက်ဖျားနှင့် ပွင့်၏၊ သီးတောင့်သည် ၂-လက်မမျှ ရှည်၏၊ အသားနှစ်သည် နီကြန့်ကြန့် ရှိ၏၊ ၎င်းအနှစ်ကို ရေနွေး ပူပူတွင် ထည့်၍ မွှေပေးပါက ရေသည် ခဏချင်း ပင် နီမြန်းလာ၏၊ ၎င်းအသားကို တုံးဖြင့် သုတ်လျှင် နီရောင် ထင်လာ၏၊ အချို့ ဒေသများတွင် ဆေးနံ့သာ ဟူ၍၎င်း၊ နံ့သာနီ ဟူ၍၎င်း ခေါ်ဆို သုံးစွဲကြသည်။

သို့သော် အမှန်မှာ တိန်းညက် သာ ဖြစ်၏၊ ၎င်းသည်လည်း နံ့သာမျိုးတွင် ပါဝင် ကြောင်း ဘာဂပုက္ကသ၊ သာလိဂါမ နိဃဏ္ဍု စသည့်ကျမ်းကြီးများတွင် တညီတညွတ်တည်း ဆုံးဖြတ်ကြကုန်၏၊ ၎င်းကို 'ကုစန္ဒန နံ့သာငယ်' ဟု မှည့်ဆိုကြကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် အသုံး။ ။များသောအားဖြင့် အသားနှစ်ကို သာ ဆေးဘက်ဝင် အသုံး ပြုကြ၏၊ အေး၏၊ ခပ်၏၊ ချဉ်၏၊ ခြောက်၏၊ လေဖျား၊ သလိပ်ဖျား၊ အနာစိမ်းလျှံ၊ ရှူးသွပ် ခြင်း၊ သုတ်တရွေ ဖမ်းခြင်း၊ ဆီးအောင့် ဆီးချုပ်ခြင်း၊ ကျောက်တည်ခြင်း၊ သွေးဆိုးဖောက် ပြန်ခြင်း စသော ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

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

အထူးသဖြင့် ၎င်းမှုတ်ရည်ကို သောက်လည်း သောက်ရ၏၊ ထို့ပြင် ၎င်းမှုတ်တားရည် တွင် အဝတ်ဖြင့် စိမ်ထား၍ ၎င်းအဝတ်ကို အနာပေါက်သော နေရာများ၊ သွေးပိမ်းယိုခြင်း၊ ဝမ်းတွင်းမှ သွေးအန် သွေးကျခြင်း၊ ကိုယ်ဝန်သည်များ သွေးဆော့ခြင်း၊ မီးရပ် သွေးလွန် ခြင်း စသည်တို့ကို ၎င်းဆေးစိမ်ထားသော အဝတ်ဖြင့် အုပ်ပေးခြင်း၊ ကပ်ပေးခြင်း ပြုလုပ်ပါ က များစွာ အကျိုးရှိစေ၏၊ ၎င်းပြင် အတိသာရ ဝမ်းရိုးရိုး နှင့် သွေးနှင့်ယှဉ်သော သွေးဝမ်း အတိသာရ ရောဂါများကို ၎င်းမှုတ်ရည်ကို သောက်ပေးပါက ပျောက်ကင်းစေ၏။

၎င်းတိန်းညက်ပင်သည် အရောင်ဆိုးဆေး အတွက် အလွန် အသုံးဝင်၏၊ အသွေးအရောင် လည်း လှပစွာ တောက်ပ၏၊ ဆိုးဆေး အတွက် အသုံးပြုခဲ့ကြကြောင်း ရှေးနာ့ သုနှုံ ၎င်းအမည် ပေါ်ပုဂ်တို့ဖြင့် သိနိုင်၏၊ ၎င်းသည် နံ့သာမျိုးစုရာ၌ ထည့်သွင်းထားသဖြင့် မှန်ကန်သော နံ့သာနီမျိုးကို မရနိုင်တော့သော ယခုအခါမျိုး၌ ခုရှုံးမိနေသ ဘုံရကြီးတို့သည် အသုံးချကြ ကုန်၏။

မှန်၏၊ ၎င်းကို 'ကုစန္ဒန - နံ့သာငယ် ကျိုး' ဟု အမည်ပေး ရှိလေသည်၊ ၎င်း၏ အသား သည် လှပစွာ နီမြန်း၍ အသွေးအရောင် လှသောကြောင့် နံ့သာနီနေရာ၌ အစားထိုး၍ ထည့် သုံးခဲ့သော် ဆေး၏ အသွေး အရောင်သည် လှပစွာ လှ၍ နံ့သာနီအစား ပတောက်နှစ် နှင့် ရွှေကြီးနီနှစ် တို့ကို ထည့်၍ သုံးခြင်းထက် ပို၍ ထင်ရှားပေ၏၊ ၎င်းသည် စိုက်ပျိုးရန် ဖြစ် သင့်သော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အစေ့ ပါဝဲသည့် ပွင့်၏၊ ထို့ကြောင့် ၎င်းအတိုင်း ချ၍ စိုက်မှ အပင်မြန် မပေါက်ချေ၊ အနည်းငယ် အသီးကို ကင်ပွန်းစေ့များ စိုက်သကဲ့သို့ ထိပ်ကို လှီးဖြတ်၍ ရေနွေး အနည်းငယ် စိမ်၍စိုက် လျှင်မြန်စွာ ပေါက်၏၊ ၎င်းသည် မိုးတွင်းကြီး အပင်ကြီးများ ရှိ၍ သော် ကင်ပွန်း ကဲ့သို့ နွယ်တက်တတ်၏၊ ကြီးရင့်သော အခါ ပင်ထောင် ဖြစ်လာ၏၊ ကျွန်ုပ်တို့ စိုက်ပျိုးထားရာ၌ တွယ်စရာ နေရာ မပေးသဖြင့် တရိန်တည်းပင် ပင်စည်ထောင် ပင်လုံးနှင့် တက် လာ၏၊ ပင်ထောင် နွယ်ထောင် ဖြစ်သော အပင်မျိုးတည်း။

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

တိန်ညင်း (ဒညင်း)

ပါဠိ **ကုဏ္ဍလီ၊** (ကဏ္ဍလိုင်ရ)

လက်တင် Pithecellobium Bigeminum

ဂုဏ် နှင့် အသုံး။ ။အသီးကို ဆီးချိုရောဂါ၌ သုံး၏၊ ၎င်းကို ဆားရည် စိမ်ပြီးလျှင် ယိုဆားစိမ်ရည်ကို သောက်ရာ၏၊ ဒညင်းသီး၏ အတွင်းအခွံကို စားသောက်ရာ၏၊ ဆီးချိုရောဂါသည် အမျိုးများလှသဖြင့် ဆီးလွန်သော ဆီးနံ့ မရှိသော ရေတော်သည့် ဆီးချိုရောဂါတမျိုးတွင် အမိထောက်အပံ့ ပေး၏၊ သွေးတွင် ဝင်ရောက်၍ ချိုသော နက်ရှိုင်းသည့် ဆီးချိုရောဂါတို့၌မူ ၎င်းအသီးသည် အကျိုးမပြုချေ၊ အသီးထက် အသီး၏ အခွံပါးက ပို၍ ကျေးဇူးများသန်ကို သတိပြုသင့်၏၊ ၎င်းအသီးသည် နှုတ်ကိုလည်း လွန်စွာ မြန်စေ၏၊ ကြော်ကျက်ခဲ၏၊ ဆားရည်စိမ်၍ စားသောက်ခြင်း မီးဖုတ်၍ စားသောက်ခြင်းသည် အစိမ်းသက်သက် စားသောက်ခြင်းထက် အပြစ်ပြုရာ၌ သက်သာ၏၊ ၎င်းသည် အကျိုးပြုခြင်း ထက် အပြစ်ပြုခြင်းက ပို၍ များ၏၊ အကြောင်းမှ ဒညင်းသီးသည် ကြော်ကျက်ခဲ၏၊ လေး၏၊ လေ၏ လှုပ်ရှား သွားလာမှုကို တားမြစ် ပိတ်ပင်၏၊ ဒညင်းသီး၌ တည်ရှိသော အနံ့ အနိုး (ဓေလ) တမျိုး ရှိ၏။

၎င်းသည် အထက်သို့ တက်စေ၏၊ သန်းဝေခြင်း၊ ခေါင်း ကိုက် လေးခြင်း၊ ထိုင်းမှိုင်းလေးလံခြင်း စသည်ဖြင့် များစွာ အပြစ်ပြုသောကြောင့် ပေါ်ရှပ်သူ ဝမ်းပိုးကောင်းသူမှ တပါး ယိုအသီးကို များစွာ မစားသင့်ချေ။

မလေး စသော နိုင်ငံတို့၌ ၎င်းအသီးကို အဆိပ်တမျိုး ဖြစ်သည် ဟု မှတ်ယူကာ မစားသောက်ကြပေ၊ 'အချိုတွင် သကာလေဘင်း' ဟူသကဲ့သို့ စက်သားနှင့် ချက်ကြ၏၊ အချို့သူတို့မည် အုန်းနို့ အုန်းသီးများဖြင့် ပေါင်း၍ စားကြ၏၊ လွန်စွာ အရသာ ရှိပါ၏၊ ကြော်ကျက်ခဲသဖြင့် ချင့်ချိန်၍ စားရာ၏၊ တချိန်တည်းမှာပင် တခါတပြည်ခန့် စားသောက်ကြမှ လိုမှေ့ပင် အသက်အန္တရာယ်ပြုသွားသည် အထိ ခံရ၏၊ တောက်တတ်သော အဆိပ်ငယ်မျိုး ရှိသည်ကို သတိပြုရာ၏။

အရွက်ကို ပြုတ်လျက် နှနာရောဂါ၌ အတွင်းဆေး အပြင်ဆေး အဖြစ်ဖြင့် အသုံးပြုရ၏၊ ဆံပင်တို့ကို သန်စေတတ်၏၊ ဝမ်းကို သက်စေတတ်၏၊ လိုရာတွင် နှလုံး အတွက် အပင် တမျိုး ဖြစ်၏။

မှတ်ချက်။ ။တိန်ညင်း အမျိုးအစားတွင် ပါဝင်သော ကျွဲထည့်င်း ခေါ် တညင်းတမျိုးလည်း ရှိသေး၏၊ လက်တင်ဘာသာအားဖြင့် ယင်းကျွဲညင်းကို Heliciawbrelsa ဟု ခေါ်၏။

ရှင်းကျဲဒညင်းသီးကို ကလေးများ သန်ထသော အခါ လည်ပင်းတွင် ဆွဲပေးပါက သန်ထခြင်းမှ ပျောက်ကင်းစေပါတော်၏။

တောက်တာ

လက်တင်　Zingiber Sanarrosium

ပုံသဏ္ဌာန်။　　။တောက်တာသည် ဟင်းလာမျိုး ဖြစ်၏၊ အသီး အပွင့်ဟူသည် မြေနှင့် ကပ်၍ ပွင့်သီး၏၊ ဂုံမင်းနှင့် တူ၏၊ မိုးအခါတွင် ပေါက်၏။

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

အထူးသဖြင့်။　　။မှိုတောက်ခြင်း၊ တဲဥ နှင့် ဖရုံသီး စားမိခြင်း၊ ဖိန်းသီး နှင့် ကလော ပိန်းဥ စားမိခြင်းကြောင့် အဆိပ်သင့်ခြင်း ဖြစ်ခဲ့သော် ၎င်းအသီးကို ဆားနှင့်နှင့် ပြုတ်၍ လျှော်ကြီးကို ကြွေဇွန်းကြီး ၃ ဇွန်း၊ ကလေးကို ၁ ဇွန်း ၂ ဇွန်း စသည် တိုက်ပါက မြန်စွာ သက်သာရ ရစေ၏၊ အကယ်၍ အသီးကို မရမူ အမြစ်ကိုလည်း သုံးနိုင်၏။

ရှေးသူကြီးများသည် တောက်တာ ဟု ခေါ်ဆိုခြင်းမှာ အဆိပ် ဆေးသည့်တို့ တောက်ခြင်းကို တခဏချင်း ကာကွယ်ပေးသော ဆေး ဖြစ်သောကြောင့် 'တောက်တာ' ဟူ၍ ခေါ်ဆိုကြသည် ဟု ပြောဆိုကြ၏။

တောက်တဲ့လက်ဝါး

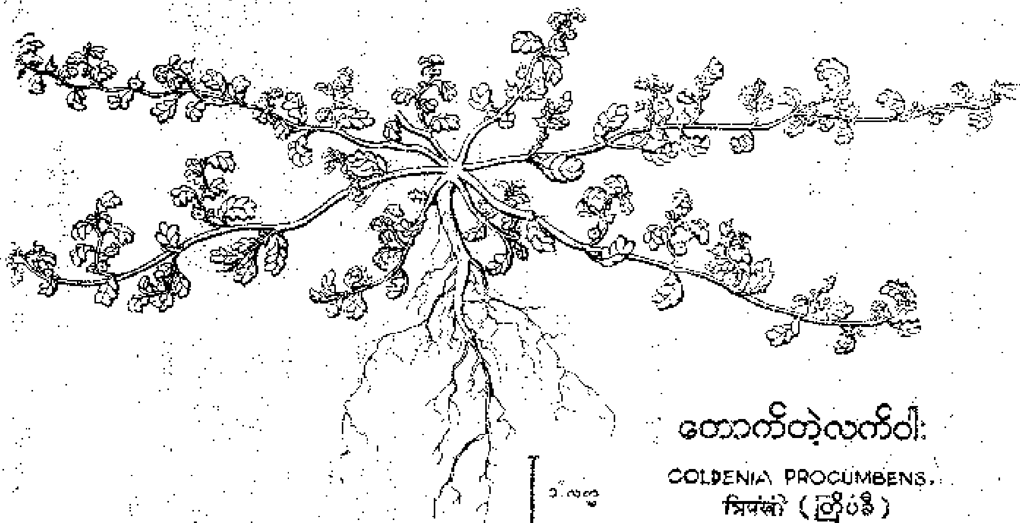
သက္ကတ　त्रिपुङ्खी

ဟိန္ဒူ　त्रिपंखी　(ဖြံ့ခီ)

လက်တင်　Coldenia procumbenis

ပုံသဏ္ဌာန်။　　။မြေတွင် ပြန့်သွားတတ်သော အမွှေးရှိသည့် အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက် ငိုင်း၏၊ သွေး ဖခွေး များ၏၊ အပွင့် ငယ်၍ ဖြူ၏၊ အသီးသည် ခေါက်သက် ကျယ်၏၊ အစေ့ အခု ၄ စေ့ ရှိ၏။

No, 4



ထောက်တဲ့လက်ဝါး

COLDENIA PROCUMBENS.

त्रिपंखी (ဟိန္ဒီ)

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

မှတ်ချက်။ ။သစ်ပင်တို့၌ ကပ်နေ၍ 'ဒု ရင်ကောက်' သဏ္ဌာန်ရှိသော အပင်ကို အချို့ ယောက်တွဲ လက်ဝါး ဟု ခေါ်၏၊ အမှန်မှာ စွန်ခေါင်းဖြူ ဟူ၍ သာ မှတ်အပ်၏။

ထောက်ရပ်ပင် (ခေါက်ရှပ်)

သက္ကတ လောဒ္ဓ

ပါဠိ လောဒ္ဓ (ပုံ,န်)

လက်တင် Symplocos Recemosa

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ရင်းစေးမဲ့သည့် ပင်လတ်မျိုး ဖြစ်၍ တောတွင် အလေ့ကျပေါက်သော သစ်ပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ရင်းအချက်သည် ၃-လက်မမှ ၆-လက်မ အထိ ရှည်၏၊ ဥပုံသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အရွက် အနား ပက်လက်တွင် ရွေးသွားပါက် ရှိ၏၊ အပွင့် ဝါရောင် သန်း၏၊ မွှေး၏၊ အသီးမှာ လက်မဝက်မျှ ရှည်၏၊ ဥပုံသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ ရင့်အသီး 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၏၊ ကြေကျက်ငွေ့ယ်၏၊ အူများကို ကျွန့်ရှုံ့စေ၏၊ မျက်စိရောဂါ သွားဖုံးနာများနှင့် သင့်တော်၏၊ သလိပ်နာ သည်းခြေနာ နှင့် သွေးဖောက်ပြန်သော ရောဂါ၊ အတိသာရ ဝမ်းရောဂါ၊ ရောင်ရမ်းခြင်း၊ နူနာ၊ မီးယပ်ရောဂါနှင့် ကိုယ်ဝန် မတည်မြဲသော ရောဂါတို့၌လည်း အကျိုးပြုပေ၏၊ ယောနိ ရောင်ယမ်းခြင်း၊ ယောနိတွင် အနာပေါက်ခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အပွင့်သည် စပ်၏၊ ဖန်၏၊ ချို၏၊ ခါးသက်သက်ရှိ၏၊ အေး၏၊ ကျွန့်ရှုံ့စေတတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

မီးယပ်သွေးကျော်ခြင်း။ ။ခေါက်ရှပ်ခေါက် ၁၀-ရွေးသားနှင့် သကြားခဲ ၁၀-ရွေးသားကို ထောင်း၍ အမှုန့်ပြုပြီးလျှင် ရင်းအမှုန့်ကို ၄-၅-ရက်မျှ တနေ့ ၃-ကြိမ်သောက်ပေးက ကိုယ်ဝန် နှင့် မီးယပ်သွေး ဆင်းသော ရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

သွားဖုံးနာခြင်း။ ။သွားဖုံးရောင်ခြင်း၊ ယိုခြင်း၊ သွားများ နာခြင်း နှင့် ၎င်းမှ ပြည်များ 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 ဒီးမှုတ်ပြီး ဆတူ အမှုန့်ပြု၊ ရှားစောင်းလက်ပတ် အသားနှင့် ရော၍ အဝတ်ဖြင့် ထုပ်ပြီး ရေတွင် စိမ်ထားပါ၊ ၎င်းရေကို မျက်စိတွင် ခပ်ပေးက မျက်စိယားခြင်း ကိုက်ခြင်း နှင့် မျက်စိနာခြင်းတို့ကို ပျောက်စေ၏။

နားလေထွက် နားအူ။ ။ဒေါက်ရပ်ခေါက်မှုန့်ကို နားတွင်းသို့ နှမ်းဆီနှင့် ရော၍ အနည်းငယ် ထည့်ပြီးလျှင် ကြက်တောင်ဖြင့် ကျုပ်ပေးပါက နားလေထွက်ခြင်း နှင့် နားအူခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အဖျားပေါင်းပျောက်ဆေး။ ။ဒေါက်ရပ်ခေါက်၊ နံ့သာဖြူ၊ ပိတ်ချင်းမြစ်၊ ခိုတက် (အကိဝိသ) တို့ကို အမှုန့်ပြု၍ သကြား ၁ - ကျပ်သားနှင့်၊ ထောပတ်၊ ပျားရည်၊ နွားနို့ နှင့် ရော၍ လျက်စေသော် အဖျားပေါင်း ပျောက်ကင်း၏။

တောင်ကြာဥ

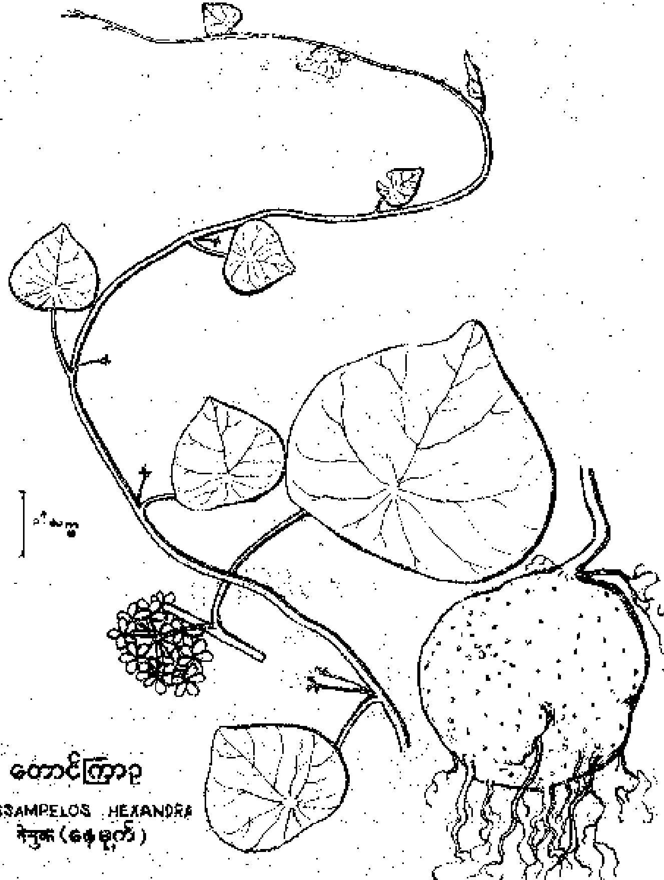
သက္ကတ ပါဌ

ဟိန္ဒီ [illegible] ([illegible])

သက်တင် Cissamplos hexandra

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

တောင်ကြာ ဟု မင် ခေါ်ကြငြားလည်း ၎င်းသည် ကြာမျိုးတည်းမှ မဟုတ်ချေ၊ ကြာရွက်နှင့် သဏ္ဌာန်တူမျှ၍ သာ ရှိ၏၊ ဆင်တုံးမနွယ် ဥတလုံး ဟု ခေါ်ဆိုသော်ငြားသည်း ဆင်တုံးမနွယ်မျိုးသည်း မဟုတ်ချေ၊ နွယ်သွင်း မျိုးချင်း သာ တူကြ၏၊ အချို့လူတို့သည် ဆင်တုံးမနွယ်ကို ယူနေကျ ဆင်တုံးမနွယ်ကို ယူ၍- ဆင်သမနွယ်ကိုမှ တောင်ကြာကို ယူကြ၏၊ ဤကဲ့သို့ ခွဲခြားမှုပုံကို မည်သည့် ခိုင်မာသော ဆေးအဘိဓာန်များတွင်မျှ မတွေ့ရချေ။



တောင်ကြာဥ

CISSAMPELOS HEXANDRA

ဒိန္နက (ဒေဓရုက်)

အမှန်မှာ တီလက်သာမျိုး ဖြစ်၏၊ စရက, စကြပါဏိဒတ္တ စသော ကျမ်းကြီးများတွင် ...ါင္ဂာ' စသော စကားမျိုးကို အသုံးပြုထားလေကုန်၏၊ ၎င်းစကားကို ထောက်၍ အာယုဗေဒ ...ာ ဆရာကြီးက အကြီးမျိုးကို 'ရာဂျာပါဠာ' အငယ်ကို 'လဟုပါဠာ' ဟု ခွဲခြား၍ မိန့်မှာ

...သို့ပါ၍ လဟုပါဠာကို 'တီသက်သာ' ရာဂျာပါဠာကို 'တောင်ကြာ' ဟု မှတ်ယူကြ ...န်။

စန္ဒောဒယ ၅-တွဲ ၁၂၇၀-စာမျက်နှာတွင်သည်း ၎င်း၏ ဂုဏ်သတ္တိများကို တီလက်သာ ...နှင့် သုံးစွဲနိုင်ကြောင်းဖြင့် အထင်အရှား မိန့်ကြားသွားခဲ့၏။

ဂုဏ် နှင့် အသုံး။ ။၎င်းသည် တီလက်သာ (မြန်မာဆောင်းမေးခါးမျိုး) ဖြစ်၍ ...က်သာ အတိုင်း ပင် သုံးစွဲနိုင်၏။

အထူးသမြင့်။ ။၎င်း၌ကို ပါးပါးလှီး၍ ဝက်သားဖြင့် ပေါင်းကာ လေဖြတ်သူ ...နာ ဖြစ်သူများကို တနေ့လျှင် ၁-သား၊ ၂-ကြိမ် ကျွေး၍ ကုမကြလေသည်။

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

တောင်တန်ကြီး

သက္ကတ အဂ္ဂိမန္ထ

ဟိန္ဒူ အရဏီ (အရနီ)

လက်တင် Premna Integrifolia

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းတောင်တန်ကြီးသည် အကြီးမျိုး နှင့် အငယ်မျိုး ဟူ၍ ၂-မျိုး ...ရှိလေသည်၊ အငယ်မျိုးသည် အမြင့် ၉-ပေ သာသာမျှ ရှိ၏၊ ပင်လယ်ကမ်းခြေ နှင့် မိချောင်း ...များတွင် ပေါက်လေ့ရှိ၏၊ သစ်သား အခေါက်မှာ ညိုရောင်သန်း၍ ဝါ၏၊ မာကြော၏၊ အနည်း ...အရွက် မွေး၏၊ အပွင့် စိမ်းရောင်သန်း၍ ဝါ၏၊ အပွင့်မှာ ၃-ပဲမျှ ရှည်၍ လုံးသွားပုံ ရှိ၏၊ ၎င်းအ ...တွင် အကန့် ၄-ကန့် ရှိပြီး တကန့်တွင် အစေ့ တစေ့ ရှိ၏၊ အရွက်သည် အလျား ၃-လက်မ ...၍ အနံ ၂-လက်မမျှ ရှိ၏။

အထက်ပါ ရေးခဲ့သော တောင်တန်ကြီးမှာ ယခု ဈေးတွင် ရောင်းချ သုံးစွဲနေသည့် ...ပိုင် ၁-ပေမှ ၃-ပေအထိ ရှိသည့် တောင်တန်ကြီးမျိုး ပေတည်း၊ ရှေးခေတ် အခါက တောတောင် ...ကြီး ခေါ်သည့် လုံးပတ် ထိပ်ဝ တွာဆိုင်မျှရှိသော တောတောင်တန်ကြီးကို သာ ယူရမည်။

တောင်တန်ကြီး အကြီးမျိုး

၎င်းအကြီးမျိုးမှာ အမြင့်ပေ ၃၀ - မျှ မြင့်၏၊ အရွက်တွင် မွေးသွားဖိတ် ရှိ၏၊ အကိုင်းများတွင် မာကြောသော ဆူးများ ထုံတွက်ကျက် ရှိ၏၊ အပွင့်မှာ ညိုရောင်သန်း၍ ဖြူ၏၊ ပွင့်ချပ်- ၅ ပတ် ရှိ၏၊ ဟူး၏၊ ကာကူးလ, 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 ပို၍ သင့်ကြောင်းကို နိဃဏ္ဍုကျမ်းတို့၌ ဤသို့ ဆိုထား၏။

၎င်းတို့သည် မွှေးကြိုင်သော အနံ့များ အနည်းငယ်စီရှိကြသည့် အနှစ် အသားမျိုး ဖြစ်၏၊ ထို့ကြောင့် နံ့သာမျိုး ဟု ဆင်ရ၏၊ မြန်မာတို့သည် နံ့သာမျိုးအညီးတွင် ထည့်သွင်း ခေါ်ဝေါ်ကြ၏၊ သို့သော် နံ့သာမျိုးကား မဟုတ်ချေ၊ ထို့ကြောင့် အပွင့် အကြောင်း နံ့သာ အကြောင်း စသည်ဖြင့် ခွဲခြားကာ ဖော်ပြထားသော ဘာဝပ္ပကာသနိဃဏ္ဍုကျမ်းတို့၌ နံ့သာမျိုးဝဂ်တွင် မပါရှိချေ။

ဤကား နံ့သာမျိုးတည်းတွင် မပါသည်ကို ပါအောင် ထည့်သွင်း ခေါ်ဝေါ်ခြင်း သာ 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, ခုတ်ချုပ်ခြင်း နှင့် ဝမ်းမီးနှံ့ခြင်း ရောဂါ တို့၌ အသုံးပြု၏။

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

အရွက်ပြုတ်ရည်သည်။ ။ဝမ်းမီးနှံ့ခြင်း နှင့် ဝမ်းဖောရောင်ခြင်း တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အရွက်ကို ပြုပ်ကောင်းနှင့် ရော၍ ပေးပါက အဆုတ်အအေးပတ်သော ဝေဒနာ တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

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

ေတာင်မရိုးပင်

သက္ကတ   သုဓာဇုဏ်

ဟိန္ဒီ   စတိဝန (ချတိဝန်)

လက်တင် Alstonia Scholaris

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းသည် ပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ လက်ပံရွက်ကဲ့သို့ သွက်သော်လည်း အများထိပ်ဝိုင်း၏၊ အပွင့်သည် အဆုပ်လိုက် ပန်းပွင့်ငယ်များ ပွင့်၏၊ ဖြူသော အရောင် ရှိ၏၊ အနံ့ မကောင်းချေ၊ အသီးမှာ ရှည်လျား သေးသွယ်၏၊ ၎င်းအပင်မှ ဖြူသော အစေး ထွက်၏၊ ထွက်စတွင် ဖြူသော်သည်း ခြောက်လျှင် မည်းနက်၍ သွား၏၊ အရသာ ခါးလှ၏၊ အခေါက်လည်း ခါးသော အရသာ ရှိ၏၊ အချို့သော သူတို့သည် လက်ပံခါး ဟူ၍ ခေါ်ဝေါ်ကြကုန်၏၊ အစွမ်းသတ္တိကား ထူးခြားလှ၏။ (ေတာင်မရိုး အဖိုကို ယူ။)

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

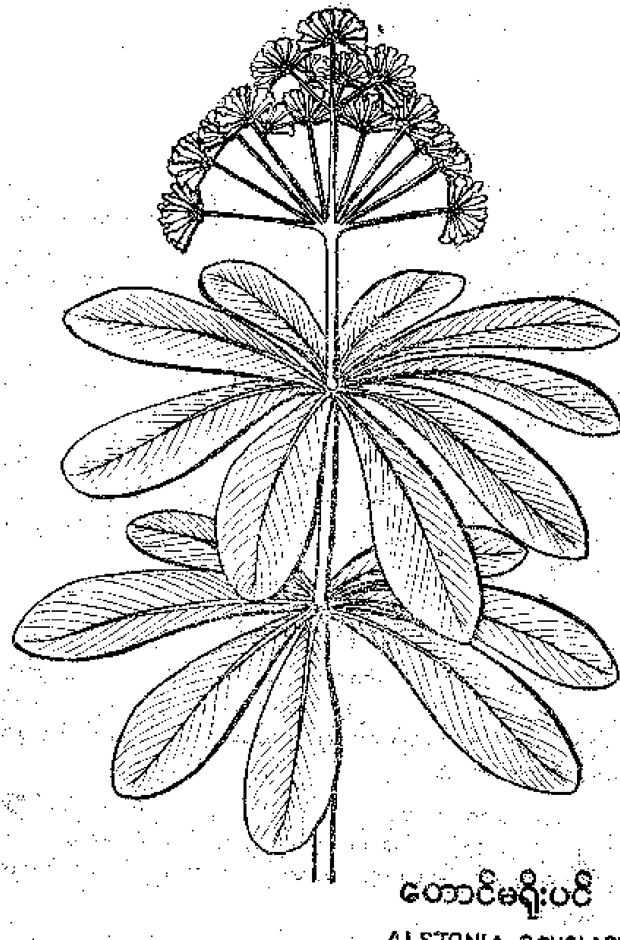
ဥပမာ။ ။ပေါက် အနီမှ အဖြူ, ဇန်ချုပ်နီမှ ကန့်ချုပ်နက် ဖြစ်လာသကဲ့သို့ ဖြစ်၏။ ၎င်းဖြင့် အလား သတိပြုရန်မှာ ၎င်းေတာင်မရိုး အစေးကို အခြောက် လှမ်း၍ (နက်ခြင်း ခြင်း) သတ္တိမှသဖြင့် မြားဆိပ်ရှင်း ဟူ၍လည်း ပုံတူရိုက်၍ ရောင်းစားခြင်း ပြုကြ၏၊ ၎င်းအ စေးကို သစ်ဝင်ပေါက်ဖြူ ဟူ၍လည်း လူညာများ၍ ရောင်းတတ် ကုန်၏။

ေတာင်မရိုး နှင့် စရည်းပင်

၎င်းေတာင်မရိုးပင်ကို ရှေးသူဟောင်းတို့သည် စရည်းပင် ဟူ၍လည်း ခေါ်ဆို ကြ၏၊ သတ္တပဏ္ဏ ဂုဟာဝယ်=စရည်းပင်ရောက်ရာ လိုဏ်ဂူဝ၌ ဟူ၍ ပါဠိ စာပေတို့၌ လာရှိသော စရည်း ပင်သည် ဤဖော်ပြပါ ေတာင်မရိုးပင် ဖြစ်လေသည်၊ ၎င်းအပင်ကို အောက်အရပ် ဒေသတို့၌ ေတာင်မတုပ် ဟု ခေါ်ကြကုန်သေး၏။

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

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအပင်သည် ခါး၏၊ ဖန်၏၊ ပူသော ဝီရိယရှိ၏၊ နုံးညံ့၏၊ ဝမ်းချုပ်ယောင် မှတ်ဆိပ်ခြင်းကို ဖြစ်စေ၏၊ ဝမ်းတွင်းရှိ ပိုးများကို နိုင်၏၊ မိန်းမများ၌ နို့ရည်ကို များစေ၏၊ ၎င်းဖြင့် နုလုံးရောဂါ, ပန်းနာ, ရင်ကျပ်, ဆီးသင်းနာ, အနာပေါက် အချို့မျိုး ဆေးပေါက်ပြုခြင်း ကြီးသေ ပျက်ခြင်းတို့ကို နိုင်၏။



ေတာင်မရိုးပင်

ALSTONIA SCHOLARIS.

छतिवन (ချတိဝန်)

အခေါက်။ ။အခေါက်သည် လူနှင့်ရုံ ခေါင်းဝဖြူးစေ၏၊ ပိုးတို့ကို နိုင်၏၊ ခေတ်များကို ပြုပြင်တတ်၏၊ အဖျားကို နိုင်၏၊ နာတာရှည် အတိသာရ ဝမ်းရောဂါ၊ ဟောင်းနွမ်းသော ပိတ်ဝမ်းရောဂါများကို နှိမ်နင်း၏။

အစေး။ ။အစေးသည် အနာများကို ဆိမ်းပေး သုတ်ပေးပါက အနာများ၊ လျှော်မြန်စွာ အသားနု တက်၍ ကျက်မြန်၏၊ ၎င်းအစေးကို နွမ်းဆီနှင့် ရော၍ နားတွင် ကျပ်ပေးပါက နားကိုက် နားနာ ပျောက်ကင်း၏။

အရွက်။ ။၎င်း၏ အရွက်နုတို့ကို ပေါင်း၍ ရေနှင့် ကြိတ်ပြီးလျှင် အနာပျက်အနာဒိုများကို ဖုံးပေးပါက လျင်မြန်စွာ သက်သာ၏။

စားသောက်ရန်ပမာဏ။ ။အခေါက် ၁ - ကျပ် ဂ - ပဲသားများကို ရေဖြင့် ကျို၍၎င်း အညစ်စစ်၍၎င်း — ၎င်းရေကို သောက်သုံးနိုင်၏၊ အခေါက်၏ အခြောက်မှုန့်ကို ၃ - ပဲမှ ၆ - ပဲ အထိ စားနိုင်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံး ပြုနည်း

အတိသာရဝမ်းသက်ရောဂါ။ ။၎င်းအခေါက်ကို (ကွတ်) ၄ - ဘို့ ၂ - ဘို့ ကြွေးနှိုက်၍ (မိုဃ်) မြစ်မှုန့် ခပ်၍ သောက်ပါက နာတာရှည် အတိသာရ ဝမ်းသက်ရောဂါ လျင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်းနိုင်၏။

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

သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း။ ။၎င်းအမြစ်ခေါက်ကို ဖင် ကြိုဝလ (ဆီးဖြူ၊ ဖန်ခါး၊ သစ်ဆိမ့်) နှင့် ကျို၍ တိုက်ပါက သွေးယိုများ နှင့် သွေးဖောက်ပြန်ခြင်းများကို ပျောက်ကင်းစေပြီး သွေးသားကို စင်ကြယ်စေပါသည်။

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

မီးတွင်းများ။ ။မိန်းမများ ကလေးမျက်နှာမြင်ပြီး ပဋမနေ့တွင် ၎င်းအခေါက်အရွက်ကို ချင်းမှုန့်နှင့် ရော၍ တိုက်ကျွေးပါက မီးတွင်းအများကို ကာကွယ်၏၊ နို့များစွာထွက်ခြင်း၊ အစာကြေလွယ်ခြင်း၊ သွေးသားကို စင်ကြယ်စေပြီးလျှင် မီးတွင်း၌ အခြားသောအများရောဂါများ ဖြစ်ခြင်းအိုမှ ကာကွယ်နိုင်၏။

အခရမြားရောဂါ။ ။၎င်းရောဂါများ ဖြစ်သော် မိမိ၌ နှစ်သက်ရာ အစရပြား ရောဂါဆေးများ စားသော အခါ ၎င်းအမြစ်ခေါက်မှုန့်ကို အနည်းငယ် တည့်၍ စားပါက များစွာ အကျိုး ရှိစေပါသည်။

No. 5

အနာပေါက်များ။ ။အနာစိမ်း အနာပေါက်များ ဝေးစုနာများ အတွက် ၎င်းအခေါက်ကို သွေး၍ လိမ်းပေးပါက နာကျင် ပိန်၍ ရင့်လျှင် ပေါက်သွားပါလိမ့်မည်။

ဧကောင်ဧကောင်း (ကလက်)

သက္ကတ **ကာဍဇိဝှါ**

ဟိန္ဒီ **ကုကုရဇိဟွါ** (၂၇၇,၆-၅၀"၅၁)

လက်တင် Leea sambucina

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းသည် နွယ်ပေါင် ပင်ပေါင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အခက်အလက် ပြောင့်မတ်၍ စိမ်းလန်း ဝေဆာစွာ ထွက်၏၊ အရွက်တို့သည် ကြီးဝေယံ မညီဖြင့် များစွာ ထွက်ကြကုန်၏၊ အသီးမှာ ၄-ပဲမှ ၆-ပဲမျှ ရှည်၏၊ အရောင် မောင်၏၊ နုသည် ၏၊ အညိုရောင် ရှိ၏၊ ဆေးဘက်တွင် အမြစ်၏ အခေါက်ကို သာ အသုံးပြုရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဆေး၏ ဇေ့လက်ပြေ၏၊ အစာကို ကြေကျက်စေ၏၊ ချွေး ထွက်၏၊ သွေးဝမ်းနာ, နာတာရှည် အစာမကြေ ဝမ်းရောဂါများ ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ၎င်းအမြစ် အရွက်ကို မီးခွေးခွေးနှင့် ယင်၍ အရည်ညှစ်ပြီး ပေါင်းတွင် လိမ်းပေးပါက ခေါင်းမူးခြင်း, ပူခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ၎င်းအရွက်များကို ဟင်းရည်ပြုပြင်၍ သုံး၍ အားဆောက်ခြင်း ပြုပါက အစာ ကြေကျက်လွယ်၏။

ကာပဒေဆးဝင်ကမျိုး

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းဆေးပင်သည် မင်လက်မျိုး ဖြစ်သည်၊ အရွက် မျက်နှာချင်းဆိုင် ၍ စုံထွက်၏၊ ဝဝယ် ခေါင်ရှမ်းရှောက်နှင့် တူ၏၊ ရွက်နားတွင် ဆွေးသွားစိပ် ရှိ၏၊ အပွင့် ဖြူ၍ သေးငယ်၏၊ မွေး၏ အဆုပ်လိုက် ပွင့်၏၊ အသီးမှာ ခံသီးမျှ ရှိ၏၊ ၎င်းကာပဒေဆးသည်လည်း ယပ်ပြွားမျိုး ဖြစ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဟပ်၏၊ ပါး၏၊ ဖန်၏၊ ချို၏၊ ပူသော ဝီရိယ ရှိ၏၊ ဝမ်းမီး မတောက်၏၊ မေ့လျော့ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

မြည်တူလာထရောနာ။ ။ကျင်းနာကို အရွက်ကို ပြုတ်၍ ဆောက်ခြင်း ကြိတ်၍ နှံ့ပေးခြင်းတို့ဖြင့် ပျောက်ကင်းစေ၏။

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

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

အဆစ်ရောင် နှင့် အကြောဆိုက်ရောဂါ။ ။၎င်းဆေးပင် ပဉ္စင်းပါးကို ကျို၍ သောက်ပါက အထက်ပါ ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

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

အစာသစ်အိမ်ထိုးကျင်ခြင်း။ ။၎င်းအရွက်ကို ကျို၍ စစ်ပြီးလျှင် ၎င်းအရေကို တနေ့ [illegible]ကြိမ် သောက်ပေးက ပျောက်ကင်း၏။

နှလုံးအားနည်းခြင်း။ ။နှလုံးအားနည်းမှု အတွက်တွင် နံနံစေ့, အနည်းငယ် ထည့်၍ ပြုတ်သောက်ပါက နှလုံးအား ပြည့်ကောင်းလာပါလိမ့်မည်။

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

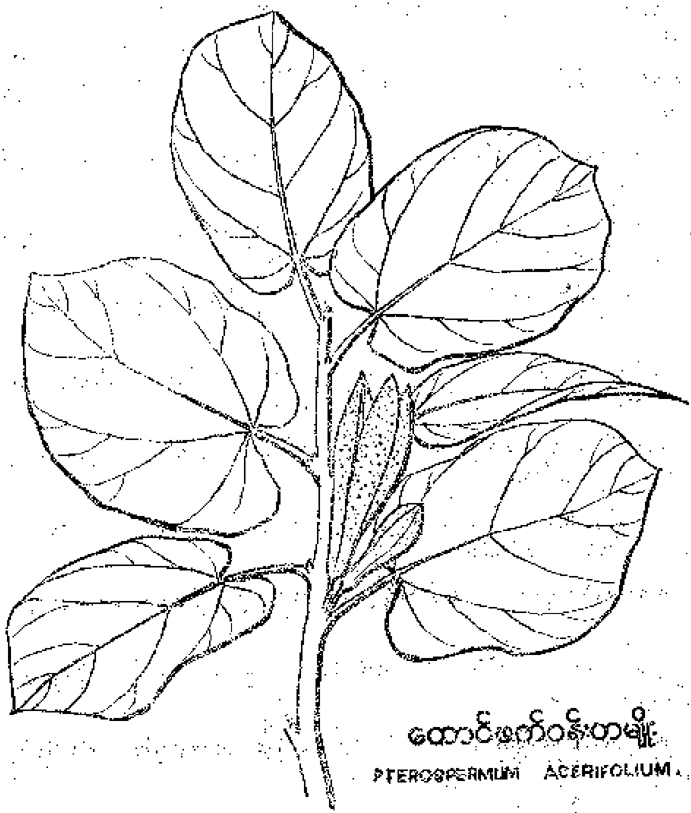
သွေးဆီးသွားခြင်း။ ။၎င်းအရွက် သတ္တုရည်ကို ပျားရည်နှင့် ရော၍ သောက်ပေးက သွားပေါက်ပြန်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

အအေးပတ်အဖျား။ ။ထပင်ကြီးရွက်ကို ခေါင်းကျင်း စည်းပေးပါက အအေးဖျား ပျောက်၏။

နို့ထွက်စေ။ ။အလယ်မျိုး အရွက်ကို ဟင်းခါးချက်၍ သောက်က နို့များစွာ ထွက်လိမ့်မည်။

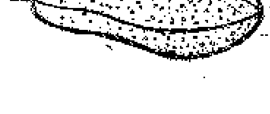
ပက္ခဝသဘာလေဖြတ်ရောဂါ။ ။အနှစ်ညှိ သွေး၍ လိမ်းပေးပါက လေဖြတ်ခြင်း, လေဖြတ်၍ ရောင်ရမ်းခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ကလေးများ သန်ထခြင်း။ ။၎င်းအရွက် သတ္တုရည် ၃ - ကျပ်သားမျှကို တနေ့ ၃ကြိမ်မျှ ဗိုက်ကို လိမ်းပေးပါက ကလေးများ သန်ထခြင်း, သန်ထ၍ နာကျင် ကိုက်ခဲခြင်း တို့ကို ပျောက်စေ၏။



တောင်ဖက်ဝန်းတမျိုး

PTEROSPERMUM ACERIFOLIUM.



တောင်ဖက်ဝန်းတမျိုး

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်လတ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ငင်းအရွက်သည် ကြီး၏၊ အပွင့် မှာ အလွန် ကြီး၍ မွှေးကြိုင်လှ၏၊ ငင်းအသီးမှာ ရှည်လုံးလုံး ရှိ၍ အလွန် မာကျော၏၊ ဆေး အကျိုးတွင် အပွင့် သာ အသုံးများ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဝပ်ဒါး၏ သဏ္ဍာန် ဂုဏ်၊ ဝိပါကဥ္စ စပ်၏၊ အသိ ကောင်းစေ ၏၊ ဒေါသ ၃ - ပါးကို နိုင်၏၊ အသဲပျက်, အသဲဝင်, ချောင်းဆိုး, အခရပြား, မှောဆောင်, ခေါင်းကိုက်, သွေးအန်, သွေးကျ, သွေးဖောက်ပြန်သော ရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မှတ်ချက်။ ။နဂျယ်ပင့်၌ ပုံ့လွင့်တတ်သော ထိုတမျိုး ရှိ၏၊ ထိုအဆီသည် နှာကျင် ကိုက် ခဲမှုကို ပျောက်စေ၏၊ အပွင့်ကို ဆန်ဆေးရည်နှင့် ကြိတ်၍ ခေါင်း၌ လိမ်းပေးလျှင် ခေါင်းတခြမ်းကိုက် ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ အပွင့်မှုန့်ကို ဓာတ်ပတ် သကြားတို့နှင့် ဟာလဝါမှုန့် ပြုလုပ်၍ နေ့စဉ် ၁၂ - ပဲသားခန့် စားလျှင် မြင်းသရိုက် ရောဂါ သွေး ကျ ရပ်စေ၏၊ ၎င်းကို အချို့ အရပ်၌ 'နဂျယ်' ဟု လည်း ခေါ်ကြ၏။

[ထ]

ထနောင်း

သက္ကတ	**[illegible]**	အင်္ဂလိပ်	White Babul
ဟိန္ဒီ	सफेद बबूल (ဆဖေဒ်-ဗဗူလ်)	လက်တင်	Acacia Leucophloea

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

အကိုင်း အခက်များ၌ တတောင် တောင်ခွက် ခန့်လောက်ရှိသည့် အပွင့်တန်များ ထွက် နေ၍ ယင်းအပွင့်မွှေးတို့မှ သေးငယ်သော အခက်အလက် ကလေးများ ထွက်နေ၏၊ ထိုအခက် ကလေးများ၌လည်း အလွန်လှ၍ ဝင်းဝါ မွှေးကြိုင်သည့် အပွင့်များ ထွက်ကုန်၏။

အသီးများသည် ပြား၏၊ ၄ - လက်မမှ ၇ - လက်မ အထိ ရှည်၏၊ အသီးတောင့် ထဲ တွင် အစေ့ ၈ - စေ့မှ ၉ - စေ့ အထိ ရှိ၏၊ ၎င်းသည် အထက်အရပ်တို့၌ များစွာပေါက် ၏၊ နွေရာသီ ပေါက်စတွင် ရွက်နုများကို ခူး၍ စားခြင်း, အခေါက်များကို သားရေ ဆိုးဆေး အတွက် အသုံးပြုခြင်းဖြင့် ဆေးဘက်လည်းဝင် စားပင်လည်း ဖြစ်၍ အိမ်မှ အလုပ်ကိစ္စ၌လည်း

အသုံးပြုကြသည့် အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ စာဆိုတော် ဇေယျ ဦးပုည၏ ဖော်ပြလည်း ထနောင်းခေါက်ကို ပြာချ၍ သွားတိုက်ခဲ့သော် 'ခန္တာကြွ၍ သွားမပြုတ်' ကြောင်း ဖော်ပြထား၏။

၎င်းသည် နိဿဏ္ဍု ကျမ်းကြီးတို့၌ မတွေ့ရသော်လည်း လေးစားအပ်သည့် ပုဂ္ဂိုလ်ကြီး၏ ဖော်ပြချက် ဖြစ်၍ ဤ၌ ထင်ပြအပ်ပါသည်၊ ၎င်းပြင် ရှေးဗိန္ဒော ဆရာကြီးတို့သည် ဖလန်တစောင်း ပြောင် ထနောင်း စသည်ဖြင့် ဆေးစု၍ အင်ကို ပြာချလေသည်၊ မှန်၏၊ ၎င်းတို့ကို အမှုန့် ထောင်း၍ ဆေးလုံး ပြုလုပ်ပြီးလျှင် အပြင်မှ ချဉ်မကြိုးပတ်၍ မီးနု မီးလတ် မီးပြင်း ၃ - မျိုးဖြင့် မီးကို မြင့်၍ ဖြင့်၍ ဖုတ်ပေးခဲ့သော် ဖွေးဖွေးဖြူသော သန့်ရှင်းသည့် အင်ပြာကို ရနိုင်၏။

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

ပျောက်ကင်းသောရောဂါ။　　။အဖျား၊ အဖောရောင်၊ ချောင်းဆိုး၊ နူနာ၊ ရေငတ်၊ အနာရှိ၊ ပွေးခြင်း၊ သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း နှင့် သည်းခြေဖောက်ပြန်ခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မှတ်ချက်။　　။အခေါက်သည် ကျွန်ုပ်၏ စောတ်၏၊ လက်ဆုပ်သော အမြစ်၏ အသားကို ရေအေးနှင့် ကြိတ်၍ စစ်ပြီးလျှင် ၇ - ရက်တိုင်အောင် သောက်ခဲ့သော် ခွေးရူးရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ထနောင်း (သခေါ်)

ဂုဏ်ရာတီ　ဓာါဂါဧသယါ　(ကာဒ္ဒိဆာဒိယို)

လက်တင်　Acacia Modesta

ပုံသဏ္ဍာန်။　　။အလတ်စား ပင်လတ်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ ဆူး ရှိ၏၊ အပင်သည် ဖြူဖြူ ဖျော့၏၊ အသီးသည် ပါး၏၊ ပြား၏၊ ဖြူ၏၊ အစေ့သည် ၃ - စေ့မှ ၅ - စေ့ အထိ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် အသုံး။　　။ထနောင်း (သခေါ်) နှင့် အစေး တမျိုးသည် ရှိ၏၊ ၎င်းသည် ခွန်အားကို ဖြစ်စေတတ်၏။

ထိကရုံး (ရေ)

ဟိန္ဒီ　ဂါဂြဇာလ　(ပါနီ-လဇ္ဇာလု)

လက်တင်　Neptunia oleracea

ပုံသဏ္ဍာန်။　　။၎င်းအပင်သည် ထိကရုံးမျိုး ဖြစ်၏၊ ရေတွင် ပေါက်၏၊ ကုန်းထိကရုံး

သို့ ဆူးမရှိ၊ မိုးတန်၌ အလွန် ပြောင်ပြောင်းသော ဖော့နံ့များ အစပ်လျက် ရှိ၏၊ အပွင့်ဝါ၏၊ အသီး ၈ - ပဲမှ ၁ - လက်မမျှ ရှည်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။တွန့်မျို့ခေါ်ဟက်၏၊ အဖျား နှင့် ရေဝင်ရောဂါကို ပျောက်စေနိုင်စေတတ်၏၊ ဝမ်းသက်ရောဂါ၊ ပိတ်ဝမ်းရောဂါတို့ကို နိုင်၏၊ သည်းခြေဒေါသကို ငြိမ်းစေ၏။ ဆီးကိုလည်း အလွန် ကောင်းစေ၏။

ထိကရုံး (ကုန်း)

သက္ကတ လဇ္ဇာလု ဟိန္ဒီ လဇာလု (လဂျာလူ)

အင်္ဂလိပ် Sensetire plant လက်တင် Mimosa pudica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ကုန်းထိကရုံးသည် အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ နွယ်ကဲ့သို့ ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ရှားရွက်ကဲ့သို့ သေးငယ်၏၊ အပွင့်သည် နှင်းဆီရောင် နှင့် အညိုရောင် ရောနေသည့် အရောင်များ ရှိ၏၊ အမြစ်သည် နီမြန်း၏၊ အပင်ကို ထိခိုက်သော် တွန့်ရှုံ့သွား၏၊ ပင်းသည် ဆူးမရှိအားဖြင့် ၂ - မျိုး ရှိ၏။

ရင်းပြင် တမျိုးသည် လူ၏ လက်နှင့် ထိလျှင် ထိခြင်း ညှိုးနွမ်းသွား၏၊ နောက်တမျိုးမှာ မိုးလင်းလျှင် ညှိုးနွမ်းသွား၏။ ထို့ကြောင့် ကုန်းထိကရုံးပင်ကို လဇ္ဇာဝန္တီ =ရှက်တတ်သော အပင်၊ နမသကာရီ=ရှိခိုးတတ်သော အပင် ဟူ၍ ဆေးကျမ်းတို့၌ အပင်၏ ပုံသဏ္ဌာန်ကို ကြည့်လျက် မှည့်ခေါ်ကြကုန်၏၊ မွန်စကားဖြင့် 'ချုံ့ရော့' ဟု ခေါ်၏၊ ရှက်တတ်သော အပင် ဟု အဓိပ္ပါယ်ရ၏၊ နိဃဏ္ဍုကျမ်းကြီးများ၏ အဓိပ္ပါယ်နှင့် ညီလှ၏။

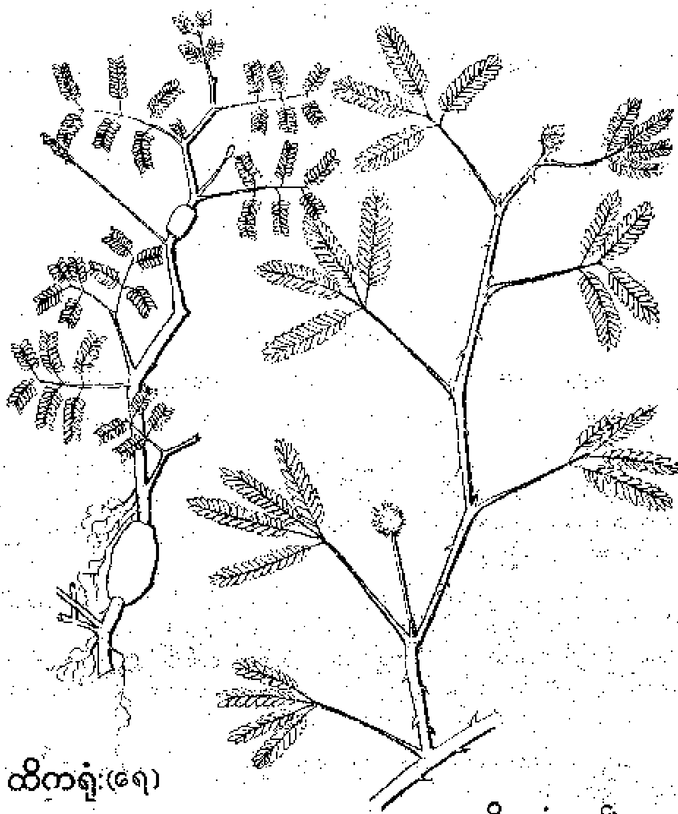
အရသာ ခါး၏၊ ဖန်၏၊ အေးသော သတ္တိ ရှိ၏၊ ပိပါလနှင့် ဖင်၏၊ သလိပ် သည်း ခြေတို့ကို ငြိမ်းစေ၏။

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

အမြစ်။ ။ပြုတ်သောက်ခဲ့သော် ကျောက်ဘည်ရောဂါရှိက ကျောက်ကို ပျော်၍ ကျစေ၏။

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

အခြား အသုံးပြုပုံများ။ ။အမြစ်ကို သွေး၍ လိမ်းပေးခဲ့သော် အနာမြစ်သွယ်ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။



MIMOSA PUDICA

लज्जालु (လဇ္ဇာလု)

ထိုကရုံးကို အမြဲ သုံးဆောင်သွားပါက ပဌမ ရက်သတ္တပတ် အတွင်းတွင် အလုံးစုံသော အဖျားရောဂါ နှင့် သည်းခြေ ဖောက်ပြန်ခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၍ ဒုတိယပတ် အတွင်း၌ ခြင်းသရိုက်ရောဂါ ကိုယ်ရောဂါ ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေရာ၏။

အရွက်ကို ကြိတ်၍ လိမ်းကျံ ပေးခဲ့သော် ဆီးလွန်ရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အမြစ်ကို ရေညှိပင်း၌ စည်းပေးခဲ့သော် ရှောင်းဆိုးရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

သဘွာရည်ကို အမြဲ သုံးဆောင်သွားပါက ကျပ်တီးနာကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ထိုကရုံး နှင့် ဒဟယာထိုင်းမြစ်ကို ကြိတ်၍ နို့အုံ၌ လိမ်းကျံ ပေးခဲ့သော် သားမြတ် ပြေခြင်းကို တင်းမာ လာစေနိုင်၏။

ဓေါလပတ်ပင်

သက္ကတ ဓူ ထြိကာပဏ်ိ

ဟိန္ဒီ ပါလကဂျူဟီ (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၊ ကင်းတိတ် ပျောက်ကင်း၏၊ အနာ၌သည်း ထည့်ရ၏၊ အရည်သည် ပွေးနာကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ မြစ်ခေါက်ကို သွေး၍ ကျောက်ချဉ်၊ ငြုပ်ကောင်းတို့နှင့် လိမ်းပေးခဲ့သော် ပွေးနာ ချက်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏၊ ယို့ပြင် ကာမကို အားပေး၏၊ အမြစ်ကို နို့ရည်နှင့် ပြုတ်၍ အသုံးပြုရ၏။

အမြစ်ခေါက်သည် ရေယုန်၊ အရေပြားရောဂါ၊ ဖောရောင်ခြင်းတို့၌ အလွန် ကောင်း၏၊ အပင်ဆိုးခြင်း၊ ခေါင်းလျှော်ခြင်းကို ပြုရ၏၊ မျက်ခုံးမွေး သန့်စွမ်းအောင်လည်း လိမ်းပေးရ၏။

ထင်းရှူးကြီး (နီ)

သက္ကတ भद्रदारु (ဘဒြဒါရု)

ဟိန္ဒီ सरल (ဆရလ)

လက်တင် Pinus longifolia

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အလွန်ကြီးသော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ထင်းရှူး အသီးအမျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက် အခွံပိုက် ထွက်၏၊ မဖောက်၍ ဓာတ်ရောင် ရှိ၏၊ အကိုင်းအခက်မှာ အပေါ်နေရာ

ဖြစ်၏၊ အခေါက်၌ အစင်းများ ရှိ၏၊ အသီးချွန်၏၊ အစေ့ ရှိ၏၊ ယခေါက်ကို ဒုတ်ထပ် ကြည့် လျှင် ဖျစ်ချွဲသော အစေးများ ထွက်၏၊ ၎င်းကို သိမ္ဗိဝါသ (သက္ကတ) ပန္နမီရောဂျာ (ဟိန္ဒီ) ပိုင် ထင်းရှူးစေး ဟု ခေါ်၏၊ ၎င်းအစေးကို အခြောက်ခံပြီး အဆီယူတက်ကြ၏၊ ထိုအဆီကို တ(တ်) ပီရောဂျာ 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၏၊ ယာမကို အားပေး၏၊ ဝမ်းဗိုက် ပျောင်ခြင်းကို မပျောက်ကင်းစေ၏၊ ဆီး, ပိုးရောဂါ, ယုံကျင်, ယောနိရောဂါ, သားအိမ် နှင့် စပ်သော ရောဂါ, ဝမ်းပိုး, ယနာပေါက်, ယားယံ, ခေါင်းကိုက် ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ထင်းရှူးကြီး (နှစ်)

သက္ကတ ဒေဝဒါရု

ဟိန္ဒီ ဒေဝဒါရု (ဒေဝဒါရု)

လက်တင် Pinus Deodara

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ကြီး၍ မြင့်သော အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ အသား အမြစ် မွှေး၏၊ အဝါနုရောင် ရှိ၏၊ ပွေးကြိုင်၏၊ ဆေးသုံးရာ၌ မွှေးကြိုင်သော အသား, နုနည့်သော ကိုင်းခက် များ, အရွက်, အဆီတို့ကို သုံးရ၏၊ အဆီထုတ်ပြီးသော အသားကို ဆေးဆရာများ ပြုလုပ်ရ၏၊ ထိုထင်းရှူးကြီးသည် အဖြူမျိုး, အမဲမျိုး ဟူ၍ ၂ - မျိုး ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်း၏ အရသာ ခါး၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ အဖြူ မျိုးသည် ပြေပြစ်၏၊ ကြေလွယ်၏၊ ခြောက်ယပ်စေ၏၊ ချုပ်၏၊ ကာမဒေါသကို ကင်းစေ စေ၏၊ အမဲမျိုးသည် ခြောက်ယပ်စေ၏၊ သည်းခြေ လေကို နိုင်၏၊ အဖြူမျိုးသည် ဟုလာသရော, မြီးသိုးရိုက်, အဖျား, ဝမ်းဗိုက်အင်ဖောင်, ချောင်းဆိုး, ပန်းနာ, ဖောအုတ်, ယားယံ, ကြီး, ဆီး, ဝိုက်မြည်း, ယုန်ဖောက်ပြန်, နှာဝင်းပေါက်ကျွန်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အမျိုးသည် ဝေလရောဂါ နှင့် သုတ်ပျက်ယိုစီးခြင်း ပျောက်ကင်းစေ၏၊ မျက်နှာ၌ လိမ်းကျံလျှင် ဝက်ခြံ မဲသည်ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ထိပ်တရာပင်

သက္ကတ स्वर्ण पुष्प

ဟိန္ဒီ गेंदा (ဂေန္ဒာ)

လက်တင် Calendula officinalis

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အလွန် ထင်ရှားသော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၃ - ပေမှ ၄ - ပေခန့် မြင့်၍ အရွက်သည် အလျား ထိုး၍ အနံ ကျယ်၏၊ မွှေးကြိုင်သော ရနံ့ ရှိ၏၊ ၎င်းအရွက်သည် အလွန် မွေး၏၊ အပွင့်သည် လိမ္မော်ရောင် ရှိ၏၊ ပွင့်ဖတ် ငါးဖက် ရှိ၏၊ ရင်းသည် ပျိုးမျှားစွာ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဥ္စင်္ဂါးပါး (အပွင့်) ဖန်ခါး၏၊ သက္ကို စပ်၏၊ ထက်မြက်၏၊ သွေးကို ချုပ်စေ၏။

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

မှတ်ချက်။ ။ပဥ္စင်္ဂါးပါး အရည်ကို အဆစ်များရောင်ခြင်း, ဒဏ်ရာရခြင်းတို့၌ အသုံးပြုရာ၏၊ ယူနာနီဆေးရာတို့၏ အလိုအားဖြင့် အရွက်ရည်ကို နား၌ ထည့်လျှင် နားကိုက်ပျောက်ကင်း၏၊ ဝဲနာ၌ အရွက်ကို ကပ်သော် ပျောက်ကင်း၏၊ အရွက်ပြုတ်ရည်ကို ငုံပေးသော် သွားကိုက်ရောဂါ လျော့မြန်စွာ ပျောက်ကင်း၏၊ ဝဋ်ကို အမှုန့်ပြု၍ သကြား မှုန်ချဉ်တို့နှင့် သောက်လျှင် ပန်းနာ, ချောင်းဆိုးနာများ ပျောက်ကင်း၏။

ထန်းပင်

သက္ကတ मधुविकापिशाच

ဟိန္ဒီ ताड़ (တာ,လ)

လက်တင် Borassus flabellifer

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

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

အားကို ဖြစ်စေ၏၊ အမှည့်သည် ကြေခဲ၏၊ ဆီးသွက်ကို ပွားစေ၏၊ ငိုက်မြည်းစေ၏၊ ထန်းသီး စိမ်းစေ့သည် ဆီးသလိပ်ကို ဖြစ်စေ၏၊ နှလျှင်ကား ကြေလွယ်၏၊ အနည်းငယ် မူးရစ်စေ၏၊ ဆီးဝမ်းကို ရှင်စေ၏။

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

ထန်းဥတောက်သည် ဓာတ် ၇-ပါးကို ပွားစေ၏၊ ဆီးယိမ်ကို ဘုတ်သင်စေတတ်၏၊ ထန်းလက်ဖြင့် ခပ်သော လေသည် ဒေါသ ၃-ပါးကို ပယ်တတ်၏၊ ထန်းမြစ်သည် သွေး သည်းခြေကို ပယ်တတ်၏။

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

ထန်းသီးစိမ်းသည် ပန်းနာ၊ သွေးအန်၊ သွေးကျ၊ အနာပေါက်၊ ရင်ကျက်ဂဏ်ဆွင်၊ ခယာရောဂ်၊ သွေးဒေါသ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

ထန်းသီးမှည့်သည် ဆီးရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။ ထန်းရေသည် သည်းခြေဒေါသလွန် ချောင်းခြောက်ရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

မှတ်ချက်။ ။ထန်း အဖို-အမ ဟူ၍ ၂-မျိုးရှိရာ အဖိုမျိုးကား အသီး မသီးချေ၊ ထန်း နို့အစိမ်းကို ပါးပါးလှီး၍ ကျုတ်ခြောက်နေသော ဆေးများတွင် ထည့်ပေးပါက နေကျချင်း ပြောင်းပြောင်း စိုလာသဖြင့် တောင်သူလယ်သမားတို့ ဆေးမခြောက်အောင် အသုံးပြုကြကုန်၏၊ ထန်းနို့ကို ပြာချ၍ ဆေးသုံးရ၏၊ ထန်းစေ့ကို အပင်ပေါက်၍ ထန်းမြစ်ကို ပြုတ်ခြင်း မီးဖုတ်ခြင်း ပြု၍ စားသောက်ကြ၏၊ ဝက်ခနံ၊ သွေကျ၊ ဘပါဒ၊ ဆီးချို ရောဂါတို့၌ အာဟာရ အဖြစ်ဖြင့် အသုံးပြုသင့်၏။

ထန်းဥတောက် (ထန်းပင်ခေါင်းမှ ရသော အနု) သည် လွန်စွာ အရသာ ရှိ၏၊ အားကို လွန်စွာ ဖြစ်စေ၏၊ အသက်ကို ရှည်စေ၏။

ရှေးသူဟောင်းတို့သည် ‘နဂါးခေါင်း နှင့် ပန်းပေါင်းရည်’ ဟု အမှတ်အသား ပြုပြီး လျှင် ထိုဥတောက်ကို အမှုန့်ပြု၍ ပျားရည်နှင့် ရောပြီးသျှင် အသက်ရှည်ဆေး (ရသာ ယန) အတွက်၎င်း၊ အားတိုးဆေး (ဝါဇီကရဏ) အတွက်၎င်း အသုံးပြုကြ၏။

တောထန်း တောင်ထန်း ဟူ၍လည်း အပင်ငယ်သော ထန်းမျိုးများ ရှိသေး၏၊ အရွက်ကို သထုံနိုင်ငံ၌ အိမ်မိုးကြ၏၊ ယပ်လုပ်ကြ၏၊ အရွက်ပါး၏၊ သန်းလက်မှိုး ကြောများကို တောင်း၊ ဖျာ စသည်တို့ ယက်ကြ၏။

အသီး အသုံးပြုမှု။ ။အသီးနိုင်များကို ပြာချ၍ သောက်ခဲ့သော် နှလုံးပူခြင်း ပျောက်ကင်း၏၊ အသီးမှည့်၏ အနှစ်ကို လိမ်းကျံခဲ့သော် အရေပြားရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ အမှုန့်နိုင်များကို ပြာချ၍ သောက်ခဲ့သော် သည်းခြေရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ လတ်ဆတ်သော

...မရေကို သကြားရော၍ သောက်ခဲ့သော် ထီးအောင့်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ အသီးစိမ်းမှ ...ရသော ရေကို သောက်ခဲ့သော် ကြို့ထိုးခြင်း ပျောက်ကင်း၏၊ ထန်းရွက်စိမ်းရည်ကို သောက် ...သော် ကာလသား ရောဂါကြောင့် လိင်ဥ နှင့် လိင်ချောင်းရောင်၍ အရေမျှား ကျခြင်းသည် ...ပျောက်ကင်း၏၊ အပွင့်ခိုင်မှ ထွက်သော အရေကို သောက်ခဲ့သော် ဆီးများပြားလျက် ရေမျိုး ...ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ ထန်းရွက်ပြာ မှုန်းရို ထမင်းရေတို့ကို ဖျော်၍ သောက်ခဲ့သော် အဖျား ...ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

မှတ်ချက်။ ။ထန်းပင်သည် မြန်မာလူမျိုးတို့ အတွက် သာ မက အိန္ဒိယ တိုင်းရင်းသား သီဟိုဠ်ကျွန်း စသော လက်လှမ်းမှီသလောက် တိုင်းပြည်တို့၌ လူအားတို့ 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 ထန်းရေအါးကို သောက်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်လည်း မိမိတို့ အမြင်မျိုး ဖြင့် မြင်နိုင်ကြသော်လည်း ထန်းပင်ကား ဤမျှ သာ အကျိုးပြုသည် မဟုတ်ချေ၊ ဖော်ပြ ပါ အတိုင်း အကျိုးပြုသည်ကို တွေ့နိုင်သဖြင့် ကာဝန်လည်း မကြီး စိုက်ထားခြင်း ကြောင့်လည်း နေရာ သိပ်မကုန်သဖြင့် များစွာ စိုက်ပျိုးသင့်သော အပင်မျိုး ဖြစ်ပေ သည်။

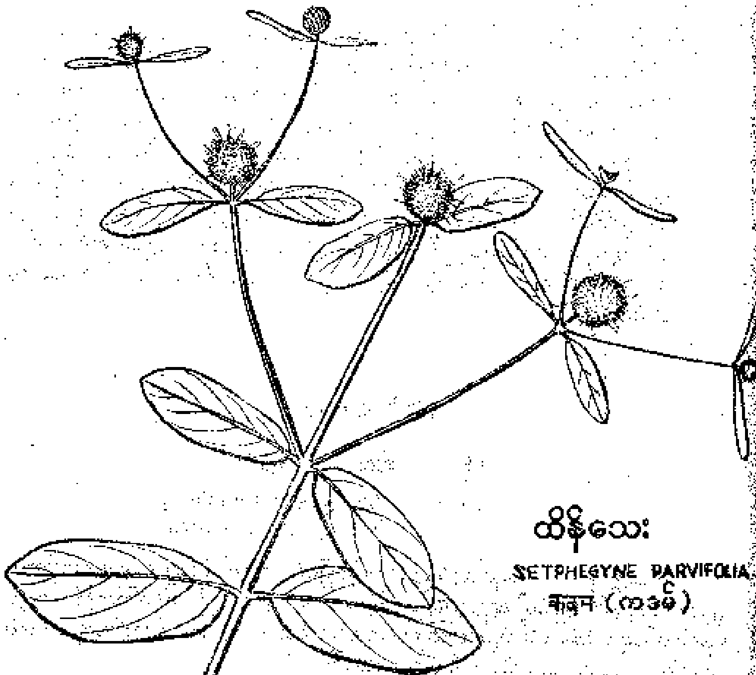
ထိန်သေး

ပါဠိ **ကဒမ** (ကဒမ်)

လက်တင် Mitragyne parvifolia syn
Stephegyne par vifolia

ပုံ သဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်လတ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက် ဝိုင်း၍ အဖျား အနည်းငယ် ...၏၊ အပွင့် နှင့် အရွက်တို့သည် ထိန်ကြီး ထိန်သေး အပြောက် ကြီးငယ် ရှိကြကုန်၏၊ အပွင့် ...၏၊ 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 တွေ့ရှာတတ်သည်၊ ဖော်ပြပါ ထိန်ပွင့်တမျိုးကို သာ ထည့်ပါလေ၊ ထိန်တခြား ကုံကုမံတခြား မဟုတ်ပါနှင့်၊ ကုံကုမံပုဒ်သည် ဂုဏ်ပြုသောပုဒ် ဖြစ်သည်။



ထိန်သေး

SETPHEGYNE PARVIFOLIA

कदम (ကဒမ်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အခေါက်နှင့် အမြစ်ကို အဖျားရောဂါ နှင့် ဝမ်းပိုက် နာ ကျင်သော ရောဂါတို့ အတွက် အသုံးပြု၏။ အသားဆိုင်များ နာကျင်ခဲ့သော် လိမ်းပေးရ၏။

မှတ်ချက်။ ။မြန်မာပြည်၌ မအူပင်ပွင့်ကို မသုံးဘဲ ထိန်ပွင့်ကို သာ သုံးလေ့ သုံးထ ရှိ၏။ ထိန် နှင့် မအူတို့သည် မြန်မာမှ အခေါ်အဝေါ် အနေဖြင့်ရင်း၊ လက်တင်ဘာသာ အခေါ်အဝေါ်အားဖြင့်ရင်း ခွဲခြားထား၏။ ခွဲ၍ မသုံးပြုကြ၏။ နိုင်ငံခြား ကျမ်းများတွင် ကား နှစ်မျိုးပေါင်း၍ ကဒမ္ဗ ဟု ခေါ်ဝေါ် အသုံးပြုကြ၏။ ယင်းဖြစ်၍ ကဒမ္ဗသည် နှစ်မျိုး ရှိ၏။ အကြီးမျိုး အသေးမျိုးတို့ ဖြစ်၏။ အကြီးမျိုးကို မအူ ခေါ်၏၊ အသေး မျိုးကို ထိန် ဟု ခေါ်၏

အိန္ဒိယပြည်တွင်ကား ဆေးဥယျာဉ် ပန်းဥယျာဉ်တို့၌ မအူပင်ကို စိုက်၍ ကဒမ္ဗ ဟု အမည်တတ်သည်၊ မြန်မာတို့ကား ကဒမ္ဗကို တွေ့တိုင်း ထိန်ပင်ကို ယူထားသည်၊ ဆေး အသုံးမှန်သမျှတို့၌လည်း ထိန်ပွင့်ကို သာ အသုံးပြုကြသည်၊ အချို့မှာ မြန်မာတို့သည် မအူပင်ကို ထိန်၌ သွင်းထားကြသည်၊ ယင်းဖြစ်၍ ကဒမ္ဗတွေ့တိုင်း မြန်မာတို့သည် ထိန် ဟု မြန်ဆိုရ၍ အိန္ဒိယ၌မူကား မအူ ဟု မြန်ဆို အသုံးပြုကြသည်၊ ထိန် နှင့် မအူတို့သည် လည်း သဘာဝ အလျောက် အမျိုးအစားများ တွေ့ကြကုန်၏၊ ထိန်သည် ထိန်ကြီး၊ ထိန်သေး၊ ထိန်ကုလား စသည်ဖြင့် များ၏။

မအူနှင့် ဆက်စပ် ကြည့်ပါလေ။

ထိန်ကုလား

ဗိန္ဒု ဖလဂ္ဂု (ပလဂ္ဂု)

လက်တင် Neonauclea sessilifolia

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက် ဖျော့မွတ်၏၊ စိမ်း၏၊ သစ်ပရောင်း မျိုးအစား ဖြစ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အခေါက် တွန့်ရှုံ့စေတတ်၏၊ ငှင်းကို အနှ ဖြစ်သော ရောဂါများ နှင့် အချားတို့၌အသုံးပြုရ၏၊ ဝမ်းသက်ရောဂါ၊ အသည်း၌ ဖြစ်သော ရောဂါ၊ ကျွဲဖုံးရောင်၊ သားအိမ်ရောင်၊ သလိပ်နှင့် အတူ သွေးပါသော ခေါင်းရိုက် ရောဂါတို့၌ အကျိုးပြု ၏၊ အသား ဝပြီးစေတတ်၏၊ ကိုယ်တွင်း အညစ်အကြေးတို့ကို ယုတ်သင်တတ်၏၊ သွေးယိုစီး ခြင်းကို ပိတ်စေ၏၊ ပြုတ်ရည်ကို မိန်းမတို့ သားဖွားပြီးနောက် ၂ ပတ်မျှ ပေးရ၏။

သား

NE. PARVIFOLIA

(ကခမ်)

ထောက်ကြံ့ (တမျိုး)

သက္ကတ အဇ္ဇုန

ဟိန္ဒီ အဇ္ဇုန (အဇ်ဂျုန်)

လက်တင် Terminalia arjuna

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ချုံးအပင်သည် တောတောင်တလျှောက်တွင် များစွာ ပေါက်၏၊ ပေ ခြောက်ဆယ်မှ ရှစ်ဆယ်ခန့် မြင့်၏၊ လုံးပတ်ပေ နှစ်ဆယ်ခန့် ရှိ၏၊ အရွက်သည် လုံ၏ 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 အစေး များ ထွက်၏။

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

ပျောက်ကင်းသော ရောဂါများ

ပင်ပန်းခြင်း, ရေငတ်ခြင်း, ထိခိုက်ဒဏ်ရာရခြင်း, ဆီး, ကုလာသရေနာ, နှလုံး, ဝါသင့် နာ, သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း နှင့် ပန်းနာ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မှတ်ချက်။ ။အဇ္ဇုနပင်ကို 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 ဖော်ပြသောကြောင့် အဇ္ဇုနမှာ ထောက်ကြံ့ပင် မဟုတ်ဘဲ ထောက်ကြံ့မျိုးဝင် အပင်တပင် သာ ဖြစ်ကြောင်း ထင်ရှား လေ၏၊ ထို့ကြောင့် အဇ္ဇုနပင်ကို ထောက်ကြံ့ပင် တမျိုး ဟု ကျွန်ုပ်တို့ ပြန်ဆိုလိုက် ခြင်း ဖြစ်၏။

ထောက်ကြံ့ပင်

သက္ကတ [illegible]

ဟိန္ဒီ [illegible] (ဆာဒလာ)

လက်တင် Terminalis Coriacea

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဥ္စငါးပါးလုံး အသုံးပြု၏၊ ခါးသော အရသာ ရှိ၏၊ ဝိပါက်ညှိ ပ၏၊ အမျိုးတို့ကို ဆက်စေ၏၊ သွေးယိုစီးခြင်းကို ပိတ်စေ၏၊ လေဖေါသကို နိုင်၏။

ပျောက်ကင်းစေသော ရောဂါများ

အနာပေါက် ချောင်းဆိုးရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ အခေါက်သည် ဆီးရောဂါကို ဖျက်ဆီးတတ်၍ နှလုံးကို အားပေးတတ်သော သတ္တိ ရှိ၏၊ အခေါက်မြာကို မြွေဆိပ်သင့်ရာ၌ အသုံးပြုရ၏။

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

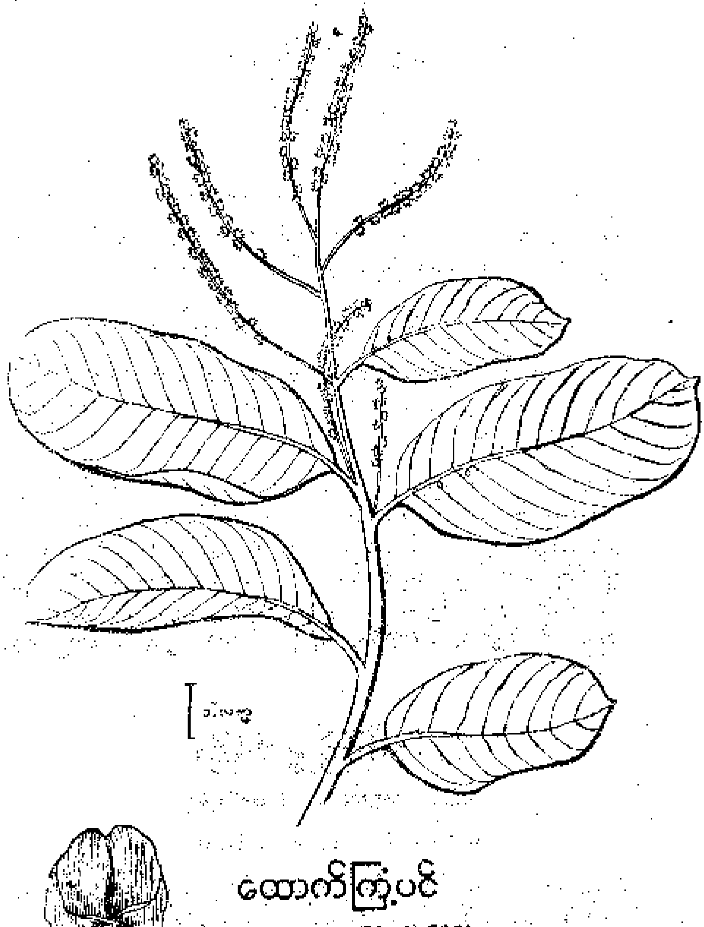
ထောက်ကြံ့ရွက်ကြီး

တမီလ် [illegible] (ဆဒါဂ,မ်)

လက်တင် Terminalia Coriacea

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ကြီးမျိုးဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ၁၂ လက်မခန့် ရှည်၏၊ ၅ လက်မခန့်အထိ ကျယ်၏၊ အပွင့်သည် ငယ်၍ ဝါ၏၊ အသီးသည် ဝါရောင်သန်းလျက် ပြာ၏။

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



ထောက်ကြံ့ပင်

TERMINALIA TOMENTOSA

सादड़ा (ဆာဒဍာ)

ထောက်ရှာပင်

ပါဠိ အဗ္ဗဇ (အဃ္ဃလိ)

လက်တင် Vitex Glabrata

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ အမြင့် ပေ ၁၀၀ - ခန့် ရှိ၏၊ လုံးပတ်မှာ ၇ - ပေ ၈ - ပေခန့် ရှိ၏၊ ၎င်း၏ အသားရောင်မှာ မီးခိုးရောင် ဖြစ်ပြီး တောက်ပ၏၊ အနည်းငယ် မာ၏။

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

ထန်း - (တောအဖို)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မုဆလီပင်သည် အရွက် ၄ - ရွက် ၅ - ရွက် ရှိသော စွံပလွံပင် ပေါက်ပနှင့် တူ၏၊ အပွင့်ဝါ၍ သေး၏၊ လက်ချောင်းနှင့် တူသော အမြစ်များ ရှိ၏၊ မြစ်ခေါက်သည် ပြာရောင် ရှိ၏၊ အတွင်းရောင် ဖြူ၏၊ ထိုမုဆလီသည် အညို, အဖြူ အားဖြင့် နှစ်မျိုး ရှိ၏၊ အဖြူထက် အညိုက သတ္တိ ပိုရှိ၏။

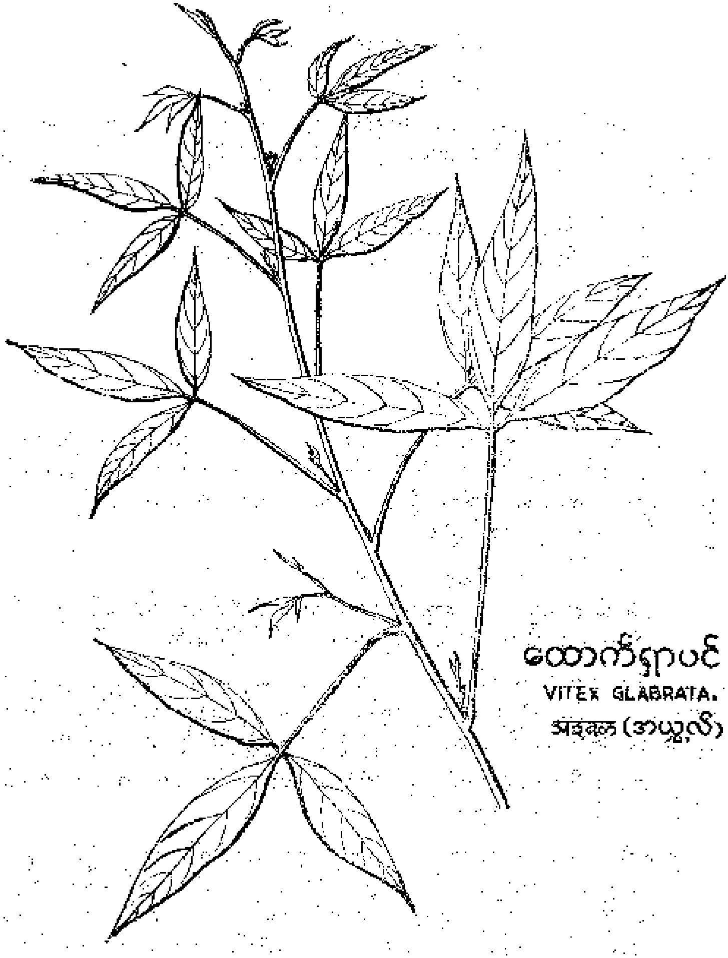
အရသာ ချို ခါး၏၊ သတ္တိမှာ မပူမအေး ရှိ၏၊ ဝိပါက်၌ ချို၏။

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

ဆီးလွန်ရောဂါ ပျောက်ဆေး။ ။တောထန်း အဖြူမြစ်ကို အမှုန့်ပြု၍ ညချမ်းအခါ ၌ အမှုန့် ၁၂ - ပဲသားကို နွားနို့ ၁၂ - ကျပ် ဂ - ပဲနှင့် ရောမွှေ ဖြစ်၍ ဖျော်ကျို၍ ပက်ပြီး လျှင် သောက်၍ထား၊ နံနက်ကျသော အခါ မုန့်ကျွဲ ယံများကဲ့သို့ ဖြစ်ခဲ၍ လာပါလိမ့်မည်။

၎င်းဆေးကို ကျော့ထန်း ထန်းမျှ 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 (ပရိုင်း) ကြက်သွန်ရွက်နှင့် တူသည်၊ အချို့ ဒေသများတွင် ဝက်ဖလှပင် ဟု လည်း ခေါ်ဝေါ်ကြတုန်၏၊ တောထန်းပင် ဟူ၍ ဆိုခြင်းမှာ ရှေးက မုဆလီပင်ကို တောထန်း ဟု ပြန်ဆိုကြသော ရှေးအနက်အတိုင်း ပြန်ဆို ဖော်ပြခြင်း ဖြစ်သည်၊ ထန်းပင်မျိုး ကည်းမှ မဟုတ်ချေ၊ မြက်မျိုးထည်းမှ ဖြစ်သည်ကို အထူး သတိပြုရာ၏။



တောက်ရှာပင်
VITEX GLABRATA.

ထန်း – (တောအနက်)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မြက်မျိုး ဖြစ်၏၊ မိုးရာသီတွင် မြက်ပင် သို့မဟုတ် အခြားသော အပင်တို့၏ အရိပ်တွင် တွေ့ရှိရ၏၊ အရွက်သည် ၄-ရွက်မှ ၅-ရွက် ရှိ၏၊ ဈ့ပလွှ့နှင့် တူ၏၊ အပွင့်ဝါ၏၊ အသီးသည် ဥသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ လက်မဝက်ခန့် ရှိ၏၊ အမြစ်သည် ၅-လက်သစ်မှ ၇-လက်သစ်အထိ ရှိ၏၊ အခွံသည် ပြာ၏၊ အတွင်းသား ဖြူ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ချို ခါး ဖြစ်၏၊ သတ္တိ ပူ၏၊ ဝိပါကန္တ ငံ၏၊ သုက်ကို ပွားစေ၏၊ သွေး စသော ဓာတ်တို့ကို ပွားစေ၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ လေကို ငြိမ်းစေ၏၊ အသက်ကို ရှည်စေ၏။

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

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

မုတ္တကိစ်နာ သီးအောင့်နာ။ ။တောထန်းနက်မြစ် ၁၂-ပဲ၊ သကြားခဲ ၁၂-ပဲ အမှုန့် ပြု၍ နို့သာဆီ ၁-စက်မျှ ထည့်၍ နွားနို့ဓိမ်းဖြင့် တနေ့ကို ၂-ကြိမ် သောက်ပါက မုတ္တကိစ် (သီးအောင့်နာ) ပျောက်ကင်း၏။

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

ရက်ခြားဖျားပျောက်။ ။ရင်းတောထန်းနက်မြစ် အမှုန့်ကို ဆန်ပွန်းရည်နှင့် ရော၍ သောက်က တရက်ခြား ဖျားများ ပျောက်ကင်း၏။

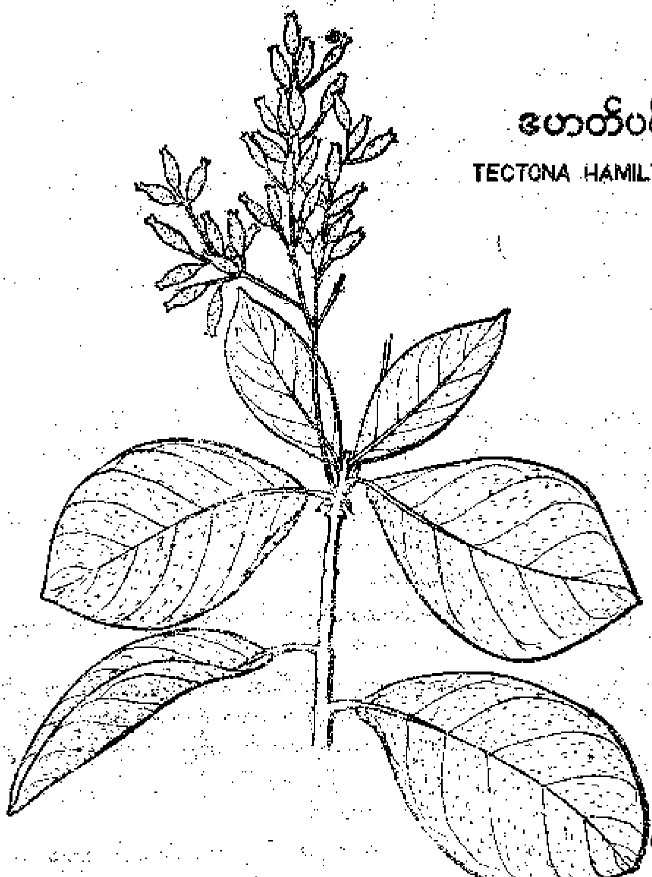
သုက်ယိုစီးပြန်ခြင်း။ ။စိတ်ကူးရုံမျှဖြင့် သုက်ယိုစီးတတ်သော သုက်ရည်ကြဲ ရောဂါကို တောထန်းနက်မြစ် အမှုန့်ကို ဘင်ပြာနှင့် ရော၍ ဆေးမှုန့် ၈-ပဲသားကို ဘင်ပြာ ရွှေးငယ် အခြမ်းနှင့် ရော၍ သောက်က ပျောက်ကင်း၏၊ ('ဓာတ်သမဂ္ဂရာကျမ်း' ဘင်ပြာခဏ်းတွင် ကြည့်ပါ)။

ပန်းနာ ရင်ကျပ်။ ။တောထန်းနက်မြစ်၏ အခေါက်ကို အရိပ်တွင် လှန်း၍ ၃-ပဲသားမျှ ကွမ်းယာတွင် ရော၍ စားပါက ပျောက်ကင်း၏။

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

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

သီးလွှန်ရောဂါ။ ။ဇာဒိပ္ပိုလ်သီး အမှုန့် နှင့် တောထန်းနက်မြစ်မှုန့်ကို ဆတူ ရော၍ တခါ ၈-ပဲသားမျှ လျက်ပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။



ဒဟတ်ဝင်

TECTONA HAMILTONIANA

ဆွေးရူးအဆိပ်ပျောက်စေသည်။ ။တောထန်းမြစ်မှုန့် ပိတ်ချင်သီး အမှုန့်ကို ရောမွှေ ၍ ဆွေးရူး ကိုက်သော ဒဏ်ရာသို့ တနေ့ ၂ ကြိမ်မျှ သိပ်ပေးပါက ဆွေးရူး အဆိပ်များ ပျောက်ကင်း၏။

---

[၁]

ဒမငယ်-(ဝံအူ)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နွယ်မှာမျိုး ဖြစ်၏၊ အခက် ၁၁.၄-လက်မမှ ၂၂.၈-လက်မ ရှိ၏၊ ချက်ဆိုင် ထွက်၏၊ သိပ်ဖျား ချွန်၏၊ ပေါက်နွယ် တမျိုးကဲ့သို့ တွေ့ရ၏၊ သို့ရာတွင် ပေါက်နွယ်ရည် သုံးရွက်ဆိုင် ထွက်၏၊ ၎င်းပွင့် အဝေါ်ဘမဲ့ဖလိ ကဲ့သို့ ရွက်ရိုးတံ၌ စုံ၏၊ အသီးတောင့်သည် ... လက်မမှ ၇-လက်မ အထိ ရှည်၏၊ ဟုန်းပင် ကဲ့သို့ အဆိပ်မျိုး ဖြစ်၏၊

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

ဒဟတ်ပင်

လက်တင် Tectona Hamiltoniana

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှားသဖြင့် အထူး မရေးတော့ပါ၊ ပင်ကိုင်း မနွဲ့ သေး ဖသော ... တောင်ပေါ်များ၌ ပေါက်သည်၊ အမြဲ ၁၀ ၄၀ မှ ၅၀-ခန့် ရှိသည်၊ အပွင့် ... အဆုပ်လိုက် ပွင့်သည်၊ အပွင့်သည် ခရမ်း၊ အရောင် ဝါ၏၊ အရွက် ချွန်၏၊ ကျောဘက် ... အမွှေးများ ရှိ၏၊ အသီးမှာ အပြွတ်လိုက် သီး၏။

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

ဒဟသဂို

သက္ကတ अश्वगंधा

ဟိန္ဒီ असगंध (အသဂံ)

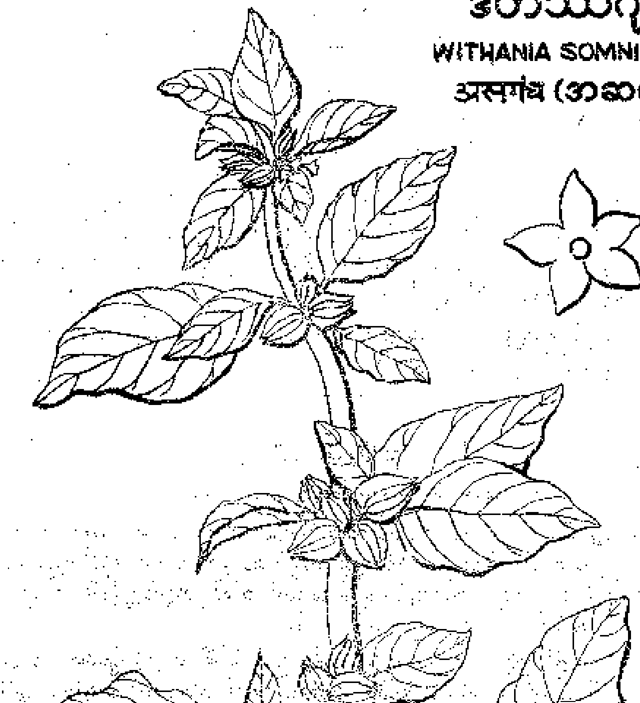
လက်တင် Withania Somnifera

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် မိုးသက် ပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အချို့ဒေသများ၌ ဆယ့်နှစ်လ ... ပေါက်ရောက်၏၊ ၎င်းအပင်၏ အမြင့်သည် ၁-ပေမှ ၄-ပေအထိ မြင့်၏၊ အရွက်မှာ

ဒဟာယဂို

WITHANIA SOMNIFERA.

असगंध (အဆဂံ)



...ပွင့်နှာတွင် နူးညံ့သော အမြှေးကြားကလေး ၂ ခုရှိ၏၊ ၎င်းအရွက်များသည် များသောအား ...အဆစ်တခုစီ၌ သုံးလေးရွက် စု၍ ထွက်ကြ၏၊ ၎င်း၏ အသီးအိတ်ကလေးသည် ငါးမြှောင့် ...သော ဘောက်သီး သဏ္ဌာန်နှင့် တူ၏၊ ၎င်းအိတ်အတွင်း၌ အသီး ရှိ၏၊ ၎င်းသည် စားတော်ပဲ အ ...ကြီးမျှ ရှိ၍ အရောင်နီမြန်း၏၊ ယင်းအပင်သည် အလိုအလျောက်လည်း ပေါက်တတ်၏၊ စိုက် ...၍လည်း ယူတတ်၏၊ တိုင်းရင်းမျိုးအစုံ အသက်ရှည်ဆေး၊ အားတိုးဆေး စသည့်ဆေးများ ဖော် ...လိုပါက မြီးခင်း၌ စိုက်ပျိုးသော အပင်ကို ယူပါ၊ ပြင်ပလိမ်းဆေး နှင့် ဆီချက်များ ဖော်လုပ် ...သောအခါ အလေ့ ပေါက် ဒဟေသကိုကို အသုံးပြုရန် နိယဍူး ကျမ်းကြီးများက ညွှန်၏။

ဒဟတ်—ဒဟေသကို—ဒဟေသကိုင်း ဟူ၍ သုံးမျိုး ရှိရာတွင် မှန်းက မြန်မာမှု ပြုရာ၌ အသဂန္ဓ သဘော်ဒဟေသကိုင်း ဟု ပြန်ဆိုထားသည်ကို တွေ့ရသည်၊ ၎င်းအပင်ကို ကျွန်ုပ်တို့သည် မျိုးယူ ...စိုက်ထားကြည့်၏၊ ၎င်းအပင် ကြီးထွားလာသော အခါ အထက်မြန်မာပြည် ထိုက် ထိုအပင် ...အမည်ကို စုံစမ်းကြည့်ရာတွင် 'ဒဟေသကို' ပင် ခေါ်ကြောင်း ပြောဆိုကြ၏၊ လူသားတို့ ...အတွက် အလွန် အကျိုးပြုသော အားဆေးဘုရင်မျိုး ဖြစ်၍ သေချာတိကျစွာ အသုံးပြုနိုင်ကြရန် ...အကြိမ်ကြိမ် ရှာဖွေ စုံစမ်းကြည့်ရာ ပခုက္ကူနယ်၊ ပွင့်ဖြူနယ် (လယ်ကိုင်း ကျောင်းတကာရာ), ...နယ်တို့၌ အလေ့ကျ ပေါက်နေသည်ကို တွေ့ရ၏။

သုံးစွဲနည်း အစစ်အမှန်ကို မသိကြ၍ "သိသူဖော်စား မသိသူကျော်သွား" ဟူသော ...ဆောင်ပုဒ်ကို သတိရမိသဖြင့် သိအောင် ပညာပေးရမည့် တာဝန်သည် ဆေးအဘိဓာန် ...ပြုသော ကျွန်ုပ်တို့၏ တာဝန် သာ ဖြစ်သည် ဟု ယူဆသဖြင့် တာဝန်လည်းကျေ၊ တိုင်း ...ရေလည်းမထွက်၊ ထွက်ကုန် အဖြစ်နှင့်လည်း သုံးနိုင်သောကြောင့် ကျမ်းတကာမှ စုရုံး၍ ...အပင်၏ အသုံးဝင်ပုံကို ဖော်ပြပါအံ့။

ထူးခြားချက် တခုမှာ မြန်မာပြည်၌လည်း ထိုအပင် ရှိသောကြောင့် သဘော်ကုန် ဟု ...သတော့သဖြင့် ရှေးက ပြန်ဆိုခဲ့သော သဘော်ဒဟေသကိုင်း ဟူသည်၌ သဘော် ဟူသော ...ဖြုတ်၍ ဒဟေသကို ဟု ပြန်ဆိုထားပါသည်၊ ဒဟေသကိုင်းသည် သီးသန့် ချုံပင်ကလေးမျိုး ...သောကြောင့် ၎င်းနှင့်မည် ကွဲပြားရန် အရပ်သုံး ဓလေ့ဖြင့် ဒဟေသကိုပင် ဟု ရေးသားဖော် ...ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ၎င်းအမြစ်သည် ချို၏၊ ဖန်၏၊ ခါးသက်သက် ရှိ၏၊ ပိပါက ...၏၊ ပဖြိုးစေ၏၊ ဓာတ်တို့ကို ပြုပြင်တတ်၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ ဖသိပ်ပျော်စေ၏၊ ဆီး ...၏၊ အားနည်းခြင်း, အဖုအကျိတ် နှင့် ခယမှုဂ်ရောဂါတို့၌ အသုံးပြုပါက များစွာ အကျိုး ...၎င်းသည် အထူးအားဖြင့် အမြစ်ကို အသုံးပြုရ၏၊ များစွာ စွမ်းရည်သတ္တိ ရှိ၍ လူသား ...အကျိုးပြုသော အပင် ဖြစ်၍ အခြားသော အရွက် အပွင့် အသီး တို့ကိုလည်း ဆေး ...တွင် ထည့်သွင်း အသုံးပြုကြ၏။

...ရှေးရှေးသော ဗိန္ဒောဆရာမြတ်တို့သည် အသဂန္ဓ အပင်ကို မြန်မာမှု ပြုရာ၌ သဘော် ...ကိုင်း ဟု ပြုကြကုန်၏၊ အသဂန္ဓ ဟု နိဃဏ္ဍုကျမ်းတို့၌ မှည့်ဆိုထား၏၊ ၎င်း၏အရွက် ...သား၏ နားရွက်နှင့် သဏ္ဌာန်တူသောကြောင့် ဂေါကဏ္ဏီ ဟူ၍လည်း ခေါ်ဝေါ်ကြကုန်၏။

အားကို လွန်စွာ ဖြစ်စေတတ်သောကြောင့် ဝုသျှာဟူ၍၎င်း၊ အားတိုးစေး အဖြစ်ဖြင့် လွန်စွာ အကျိုးပြုသောကြောင့် ဝါဇီကရီဟူ၍၎င်း နိဃဏ္ဍုကျမ်းတို့၌ ဓမ်းသပ် သိမြင် ရကာပေါင်း ဆင်သမှု ရှစ်ရည် သတ္တိကို ကြည့်၍ အမည် အမျိုးမျိုးတို့ဖြင့် ခေါ်ဝေါ် ထားသည်ကို တွေ့ရ၏။

ဗဟတ်ရှူ၍၎င်း၊ ဗဟုထက်ဂိုင်းဟူ၍၎င်း၊ ဗာဆာဆက် ဟူ၍၎င်း သုံးမျိုး ရှိရာတွင် ဗဟုသာ ဟူ၍ မကျွေးနယ်၊ မကျွေးနိုင်၊ စလင်းမြို့နယ်၊ ပခုက္ကူမြို့နယ်တို့၌ ခေါ်ဝေါ်ကြသည်ကို တွေ့ရ သည်။ ၎င်းအမြစ်ကို ကြိတ်၍ သိမ်းပတ် အဝေ ကို ကြိုက်၍ နို့မှုက် ထဲတွင် အတာနဲ့ ထည့်သွင်း စိမ်ထားခဲ့သော် မကြာမီပင် နို့ခဲသွားကြောင်း နိဃဏ္ဍု ကျမ်းတို့၌ ဖော်ပြထား၏၊ မြန်မာတို့သည်လည်း နို့ခဲပင် ဟူ၍ အချို့ အရပ်၌ ခေါ်သည်ကို တွေ့ရသည်။

အမြင်အားဖြင့် လက္ခဏာကို ကြည့်သော် ၎င်းသည် လူသားတို့အား လွန်စွာ ထူးခြား သော အကျိုးများသည် ဟု မဆိုနိုင်သော်လည်း (ဝါ) များစွာ အကျိုးပြုလိမ့်မည် ဟု မထင် သော်ငြားလည်း ဆေးအတတ်၌ ကမ်းခင်သိပြီး ဝိဇ္ဇာ အရှင်မြတ်တို့ကား ၎င်းအပင်၏ ဂုဏ် အကြောင်း အကျိုးသတ္တိ များကြောင်းကို နိဃဏ္ဍုကျမ်း၊ အဘိဓာန်ကျမ်း အသီးသီးတို့၌ ဦး စားပေး၍ မြှောက်ပြားစွာ ဖော်ပြထားသည်မှာ အကျဉ်းချုပ်၍ ဖေးသားဖော်ပြပေအံ့။

ဝါနွန္တရီ ဆရာ၏ အမြင်။ ။ဗဟုသာသည် ပူ၏၊ ဖန်၏၊ ခါး၏၊ လေ နှင့် သလိပ်ရောဂါကို နိုင်၏၊ ၎င်းပြင် အညိုင်ထင်နာ၊ ခြေနာပေါက် အမျိုးမျိုးကို ပယ်ဖျောက် တတ်၏၊ ကိုယ်သား ကိုယ်ရေ ကြည်လင်စေ၏၊ သုက်ပွားစေ၏၊ အားကို ဖြစ်စေ၏။

ရာဇနိဃဏ္ဍုဆရာ၏ အမြင်။ ။ဗဟုသာသည် ပ၏၊ ပူ၏၊ ခါး၏၊ သည်းခြေကို ပွားစေ၏၊ အားကို ဖြစ်စေ၏၊ လေကို နိုင်၏၊ အချဉ်ပေါက်နာ၊ ဝမ်းနာ၊ ရင်ကြပ်နာ၊ အဆုတ် နာများကို ပယ်ဖျောက်နိုင်၏။

ဘာဝပ္ပကာသဆရာ၏ အမြင်။ ။ဗဟုသာသည် ခါး၏၊ ဖန်၏၊ ပူ၏၊ လေရော ဂါ၊ သလိပ်ရောဂါ၊ ဖောရောင် မီးရောဂါ၊ ခရုသင်းနာ၊ ဝမ်းနာ ရင်ကျပ် တို့ကို ပယ်ဖျောက်၍ အားကို ဖြစ်စေ၏၊ အသားကို ရှည်စေ၏၊ သုက်ပွားစေ၏။

စေသာဝလဆရာ၏ အမြင်။ ။ဗဟုသာ၏ အရွက်ကို ထမ်းကျဲ မှု ပေကြော အသား ဆော်ခြင်း၊ ကျပ်တီးနာ၊ မြင်းဖုခြောက်နာများကို ပယ်ဖျောက်တတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အနာပေါက်ရောဂါ။ ။၎င်းအရွက်ကို ကြိတ်ချေ၍ ထုံ၍ ဖိနည်းနည်း ကပ်ပြီး လျှင် အနာများကို ကပ်ပေးသော် နာကျင် ပိန်၍ ရှင်လျှင် ပေါက်သွားပါလိမ့်မည်။

သတ္တိအားကို ပွားစေရန်။ ။နွားနို့ နှင့် ဗဟုသာကို အမြစ်ကို ဖန်ခွက်ဖယ် အနည်း ငယ် ဖျော်ပြောက် မှိုပေါ်ကာ အာင်းသက်အား တိုးပွား ပါလိမ့်မည်။

ဆီးစင်ကြယ်ဆေး။ ။ဒယ်သာကို အလေးကိုး ၃ ပဲသားကို ကြိတ်၍ ရေအေးဖြင့် သောက်ခဲ့သော် ဆီးနောက်ခြင်း ဆီးဖယ်ပါခြင်းများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

အဆစ်ရောင်ရောဂါ။ ။ဒယ်သာကို ပဥ္စငါးပါး၏ သတ္တုရည်ကို ၂ ကျပ်သားမျှ သောက်ခဲ့သော် အဆစ်ရောင်ခြင်း ရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

အားကုန်ခြင်းရောဂါ။ ။ဒယ်သာကိုမှုန့် တပဲသား၊ ဆေးခြောက် တရွေးသား ရော၍ နွားနို့ ဖုပူနှင့် သောက်ခဲ့သော် အားအင် ကုန်ခန်းခြင်း ရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

သွေးဖောက်ပြန်သောရောဂါ။ ။ဒယ်သာကိုမြစ် နှင့် သကြား စိန့်ပေါ၌ အညီအမျှ ယူ၍ မှုန့်ပြု၍ ၎င်းအမှုန့် လေးပဲသားကို နွားနို့နှင့် သောက်ခဲ့သော် သွေးဖောက်ပြန်သော ရောဂါ ကင်းစင်ပါလိမ့်မည်။

အိပ်ပျော်ဆေး။ ။ဒယ်သာကို အရေ ၁ ပဲသားကို အနည်းငယ် အနည်းငယ် တိုက်ကျွေးပေးပါက အိပ်မပျော်သောသူများ အိပ်ပျော်ပါလိမ့်မည်။

အဆစ်နာ လိမ်းဆေး။ ။၎င်းအမြစ်ကိုသွေး၍ အဆစ်အဆက်များ နာသော နေရာတွင် လိမ်းပေးပါက ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ဝါတရက်ရောဂါ။ ။ဒယ်သာကိုမြစ် နှင့် သကြား စိန့်ပေါ မြစ်ကို ကျို၍ သောက်ပါက ဝါတရက်ရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

အသားအရည် နှင့် အားအင်ဆေး။ ။ဒယ်သာကိုမှုန့် တကျပ်သား၊ ထောပတ် တကျပ်သား၊ နွားနို့ တဆယ်သားတို့ကို မီးညှိ၍ ကျက်၍ ညနက် လက်ရည်တွင်း တခွက်စီ သောက်ခဲ့သော် အင်အား တိုးပွား၍ အသားအရည် ပြည့်ဖြိုးလာပါလိမ့်မည်။

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

ကိုယ်ဝန် တည်မြဲရန်ဆေး။ ။သားသမီး အဖတ်မတင်သူများ နှင့် မြူသော သူများ ၃ ပဲသားမှ ၇ ပဲသား အထိ ဒယ်သာကို အပူနံ့ကို မီးရပ် မလာခင် ကြိတ်၍ သောက်ဖြီး နွားနို့ ထမင်းကို သောက်ပါက သားသမီး ရဖော်သော်၍ ကိုယ်ဝန် တည်မြဲစေနိုင်ပါသည်။ ဆေးနည်းကို နှစ်လတိုင်တိုင် ပြုလုပ်ရမည်။

မီးရပ်သွေးလွန် ရောဂါ။ ။ဒယ်သာကို အမြစ် နှင့် သကြား ဆတူရော၍ ၎င်းအမှုန့် တမက်သားကို အနည်းငယ် အနည်းငယ် ကျွေးပေးပါက မီးရပ်သွေးများ ဝလွန် ကျခြင်းခြင်း တဖြည်းဖြည်း ရပ်တန့် သွားစေလိမ့်မည်။

နို့ထွက်ဆေး။ ။ဒယ်သာကို ၅မှုန့်၌၊ သိမဟုတ် တောင်ကနစွန်း ၌၊ နွယ်ချို ၎င်းသုံးမျိုးကို ဆတူရော၍ ကျို၍ နွားနို့ အဝက်သားတွင် ၎င်းကျိုဆေးရည် နှစ်ကျပ်သား ထည့်၍ နှစ်ကြိမ် သောက်ပါ၊ ၎င်းနည်းအတိုင်း ရေနွေးသောက်ခြင်း၊ ရက်ခြားသော်၎င်း သောက်ပေးပါက နို့ခြောက်ခမ်းသော မိန်းမများ လွန်စွာ နို့ထွက်၍ အားအင်လည်း တိုးပွားလာပါလိမ့်မည်။

ယောနိ ခိုင်မာစေသော လိမ်းဆေး။ ။ဒေဟာသာဂိုမြစ် ဥမှန့်ဥ, သို့မဟုတ် တောင်ကန်စွန်းဥ, ယင်းရွှေစေ့ သို့မဟုတ် ခွေးလယားသီး အယဉ်စေ့ ခြောက်ပ်သားစီ စု၍ အမှုန့်ပြုပါ။ ၎င်းအမှုန့်ကို ကျားဆီ ငါးမတ်သား ထည့်၍ ဖျော်ပြီးလျှင် လိမ်းကျံပေးပါက ယောနိများ တောင့်တင်း သန့်စွမ်းလာပါလိမ့်မည်၊ နေ့စဉ်သော်၎င်း, နှစ်ရက်တွင် တကြိမ်သော်၎င်း မကြာမကြာ လိမ်းကျံ ပြုလုပ်ပါက ပို၍ ကောင်းပါလိမ့်မည်။

နောက် တနည်း လိမ်းဆေး။ ။ဒေဟာသာဂိုမြစ်, ကျောက်ချဉ်, ဒေါက်ရုပ်ခေါက်, ကြက်ဆူမြစ်၏ အခေါက်, ရှေလုံးချက်, သို့မဟုတ် ဒရုလုံးအပိတ် တကျပ် ဆယ့်နှစ်ပ်သားစီ ချိန်၍ အမှုန့်ပြုပါ။ ၎င်းနောက် အထက်ပါဆေးကို ရေအေးဖြင့် ကြိတ်၍ အပြား ပြုလုပ်ထားပါ၊ ထိုနောက် နမ်းဆီ ဆယ့်လေးကျပ်သားနှင့် ချက်၍ စစ်ယူပြီးလျှင် ၎င်းဆီကို တရက် နှစ်ကြိမ်မျှ လိမ်းကျံပေးခဲ့သော် ယောနိများ တောင့်တင်းလာပါလိမ့်မည်။

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

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

အိမ်မက် သုက်လွှတ် ရောဂါ ပျောက်ဆေး။ ။အိပ်မက်ရာ၌ သုက်လွှတ်ခြင်း, အလိုအလျောက် သုက်လွှတ်ခြင်း, သုက်ကျဲခြင်း, စိတ်ကူးရုံမျှ မြင်ရုံမျှဖြင့် သုက်လွှတ်ခြင်း စသော သုက်ရောဂါတို့ကို ဒေဟာသာဂိုမြစ်, မင်းကိုးကာ, ဇာဗိပ္ပိုလ်သီး, ဖာလာဖြူ, နွားမြက်ရင်း, ယင်းရွှေစေ့, သို့မဟုတ် ခွေးလယားသီး အယဉ်စေ့, ရှားလေသီး, ရှဉ့်မတက်, ကြံပလာ, (ဇီးဖြူ, သစ်ဆိမ့်, ဖန်ခါး) ထိကရုံး ဆူးပေါက် အစေ့, 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။

ဒွါဘုတ်ပင်

ဟိန္ဒီ ပုဂ္ဂီ (ပုစီ)

လက်တင် Kydia Calycina

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

…ထက်မှ ခုနှစ်လက်မအထိ ရှည်၏၊ အညှာ ရှည်၏၊ အပွင့် ကျယ်၏၊ အဖြူ ပန်းရောင် ရှိ၏၊ …အသီး၌ ကတ္တီပါမွေး ရှိ၏၊ အချို့သော ဒေသတို့၌ ဆွပုတ် သို့မဟုတ် ဖက်ခင်း ဟူ၍ ခေါ်ကြ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။နဂါးကျင်ကိုက်ခဲသော နေရာ၌ အရွက်စိမ်းကို ကြိတ်၍ ပက်တီး…လျှင် ကိုက်ခဲသောရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏၊ ပါးစပ်နှင့် မြုံပေးလျှင် အာခံတွင်း၌ အနီဖု…ပေါက်၍ သွားရည်ယိုကျသော ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဒ ါ န သု ခ

ဟိန္ဒီ မ္ဗရြေမ္ဗ (ဘူဏိဝန္)

လက်တင် Scoparia Dulcis

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မတ်တောင်ထက်သော ချုံပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွယ်သည် ၁.၃-မှ ၃.၀ …မီတာ ရှိ၏၊ အပွင့်သည် အရုပ်များ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အိန္ဒိယပြည်ကွင် တန်ပဲလက်ထက်သော အဖျားရောဂါ၌ အသုံး…၏၊ ထို့ပြင် အအန်ပျောက်ဆေး အဖြစ်နှင့် အသုံးပြု၏၊ သွားကိုက်သောအခါ နူတင့်ဆေး…အဖြစ် ၎င်းဆေးပင်ကို အသုံးပြုရ၏၊ အမြစ်ကို ပြုတ်၍ ရာသီသွေးလွန်ခြင်း၊ ညောင်းကျခြင်းတို့၌ …ရ၏၊ အမြစ်သည် ချိုပ်၏၊ ခေါ်ချို၏၊ ဖြေဆေးအဖြစ် အသုံးပြုရ၏၊ အရွက်ကို အဖျား ရောဂါ…၌ အသုံးပြုရ၏။

ဒိဗိသီး

တုံခေါ ဒြိဗိဒြိဗိ (ဒိဗိဒိဗိ)

အင်္ဂလိပ် Dividivi

လက်တင် Caesalpinia Coriaria

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ထက်နေ၏၊ အပွင့်ငယ်၍ အဝါနု…ရောင်နှင့်ရောင် ရှိ၏၊ မွေး၏၊ အသီးသည် ကောက်ကွေး၍ ဆူး ရှိ၏၊ အခေါက်ကို သားရေနယ်…လုပ်ငန်းတွက် အသုံးပြု၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ကွန်ရှုံ့၊ ဖေ၏၊ ဝဖြိုးစေ၏၊ တက်ဖျား ကျဖျား ပျောက်၏၊ …ပြီးမှုန့်ကို ငှက်ဖျားရောဂါ၌ တိုက်ရ၏၊ အခေါက်၌လည်း ကွန်ရုံစေတက်သော သတ္တိရှိ၏၊

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

ဒီဒူးပင်

ဘင်္ဂါလီ   သ္မာ   (ရှုလာ)

လက်တင်   Bombax Insigne

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ နွေရာသီ၌ ကြာမြင့်စွာ အရွက်မရှိ၊ အခေါက်ဖြူ ဖျော့၏၊ နုသောအပိုင်းတို့၌ ဆူးပေါက်၏၊ အရွက် လက်ဖဝါးရွက်သောလက် မချွန်ထက်၊ အပွင့် ဖြူဖြူ ဝတ်ဆံများစွာ ရှိ၏၊ အသီးကြီး၍ ပြောင်ချော၏၊ ညိုး၏၊ အတွင်း၌ ဝိုးမျှင်ကဲ့သို့ ပြောင်လက်သော လဲမှိုများ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်ချို၏၊ အေး၏၊ အားတိုးစေ၏၊ အသီးအနည်းငယ် ထက်စေ၏၊ ချုပ်၏၊ ယားယံခြင်း၊ သည်းခြေ ဒေါသ ဖောက်ပြန်ခြင်း၊ ကိုယ်ပူခြင်း၊ ရောင်ရမ်းခြင်း ပျောက်ကင်းစေ၏။

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

အပွင့်။ ။အရသာ ထက်မြက်ဆူးရှ၏၊ ခြောက်ထပ်စေ၏၊ အူတို့ကို တွန့်ရှုံ့ စေ၏၊ သလိပ် နှင့် သည်းခြေ ဒေါသကို ပယ်တတ်၏။ သွေးစင်ကြယ်စေ၏၊ သရက်ရွက်ကို အကျိုးပြု၏၊ ပြည်ကုလာသရောဂါ၌ ကောင်း၏။

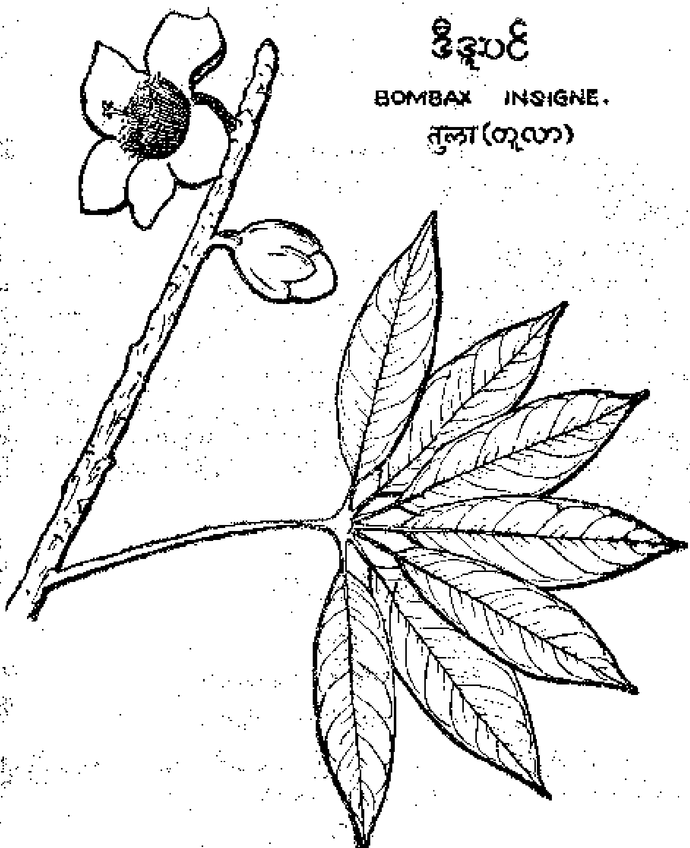
အသီး။ ။ချို၏၊ အေး၏၊ ကြွစေ၏၊ ဆီးများစေ၏၊ အားတိုးဝပြိုးစေ၏၊ ကာမ အားပေး၏၊ သလိပ်ရှင်စေ၏၊ သွေးစင်ကြယ်စေ၏၊ ဆီးနှင့် စပ်သော ရောဂါတို့ကို ပျောက် ကင်းစေ၏၊ နူနာ၌ ကောင်း၏။

အစေ့။ ။ဆူးရှသော အရသာ ရှိ၏၊ တွန့်ရှုံ့စေတတ်၏၊ အားသစ် တိုးပွားစေ၏၊ ကာမအားပေး၏၊ သလိပ်ဖြစ်စေ၏၊ ယားယံခြင်း၊ လေ၊ သွေးနှင့် စပ်သော ရောဂါ၊ ဝမ်းကိုက် ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ဒီဒူပင်

BOMBAX INSIGNE.

तुला (တူလာ)



ဒီးဒုတ်ချေးမြက်

သက္ကတ　वज्रपुष्पका
ဟိန္ဒူ　मकरा　(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။　　။ရင်းအေးပင်သည် ဖန်၏၊ ခါးသက်သက် ရှိ၏၊ ချို၏၊ ဆာလောင်ခြင်းကို ငြိမ်းစေ၏၊ အားကို ဖြစ်စေ၏၊ အေး၏၊ သည်းခြေ ရောဂါကို နိုင်၏၊ သွေးဖောက်ပြန်ခြင်းကို ကင်းဝေးစေ၏၊ ဓေါသ သုံးပါး၏ အဆိုး အကာင်းများကို ပယ်ဖျက်တတ်၏၊ ရင်းအစေ့သည် ဆွန့်ရှူ့စေ၏၊ ဝါးနာ၊ ပါးကိုက် ရောဂါများအတွင်လည်း အသုံးပြုရ၏၊ ကလေး မွေးဖွားပြီးနောက် မိန်းမတို့၌ ဖြစ်တတ်သော ရင်ဟတ်နာခြင်း၊ ဝမ်းဗိုက်နာခြင်း စသော ရောဂါများ၌ အပင်ကို ရင်းအစေ့ကို မြေအိုးနှင့် လှော်၍ သုံးရက်မှ ရှစ်ရက် အထိ အနည်းငယ်မျှ ကျွေးမူ ပျောက်ကင်း၏၊ အရေပြားဖြတ်ရည်ကို ကျောက်ကပ် နာကျင် ကိုက်ခဲခြင်းတို့၌ အသုံးပြုရ၏၊ အရွက် ဖသည်တို့ကို အနာ ယင်းခြင်း ဖသည်တို့၌ ဆုံဆေးပြု၍ အသုံးပြုရ၏။

ဒေါနပန်း

သက္ကတ　नागदमना
ဟိန္ဒူ　नागदौन　(နာဂဒေါန)
လက်တင်　Artemisia vulgaris

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။ဒေါနပန်းသည် သလိပ်ကို နိုင်၏၊ အညှော်အငြှိုး တို့ကို ပယ်တတ်၏၊ လေရောင်ရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

ဒန့်ကွဲ

သက္ကတ　चक्रमर्द　　အင်္ဂလိပ်　Foetid Cassia
ဟိန္ဒူ　पंवाड़　(ပေါ်ရို)　　လက်တင်　Cassia Tora

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။ရင်းသည် ဆီးဝမ်းကို နူးစေတတ်၏၊ လေ သလိပ်ကို နိုင်၏၊

ရုံးကိုဒိုအကျိုးပြု၏၊ ဖေး၏၊ ပန်းနာ၊ ရင်ကျပ်၊ မူးနာ၊ ဝေးနာ နှင့် ဂိုးတို့ကို ဖျက်ဆီးတတ်၏၊ ရင်းအစေ့သည် ဂုဏ်၊ ပါးသက်သက် ရှိ၏၊ ဒူးနာ၊ ယားနာ၊ ဖျူးနာ၊ အဆိပ်သင့်နာ၊ ယပနာ၊ ဂုလုံးရောဂါ၊ ဗိုးနာ၊ ချောင်းဆိုးရောဂါ၊ ပန်းနာဟိုသွင် များစွာ ဖအကျိုးရှိ၏၊ ရင်းအရွက်သည် ကြေကျက်လွယ်၏၊ သည်းခြေဒေါသကို ဖြစ်စေ၏၊ သလိပ်နာ၊ ဖလနာ၊ ဒူးနာ၊ အမျိုးမျိုးရောဂါ၊ ချောင်းဆိုးနာ၊ ပန်းနာ၊ ရင်ကျပ်တို့ကို ကင်းဝေးအောင် ပြုတတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုပုံ

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

မျက်စိရောဂါ။ ။ရင်းအစေ့ကို ရေသွေး၍ ကွင်းခြင်း၊ အစေ့ကို ကျို၍ ဖေသက်ခြင်းဖြင့် မျက်စိ ကိုးထခြင်း၊ ယားခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

အနာပေါက်။ ။အနာများ ငန်းမန်းလိုက်၍ ရောင်ခြင်း၊ ရှိးမှိုး ဖောရောင်ခြင်းတို့တွင် ရင်းအစေ့ကို သေသက်ခြင်း၊ လိမ်းခြင်းဖြင့် ပျောက်ကင်းနိုင်၏။

ဒန့်တလက်

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဖော်လောင်၍ တက်တတ်သော နွယ်ရည်ပင် အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၁၅ - ပေမှ ၃၀ - ပေ မြင့်၏၊ အရွက် ရွက်ခြား ထွက်၏၊ ၆ - လက်မမျှ ရှည်၏၊ လှ သွား သဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အပွင့်သည် နှင်းဆီရောင် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဖေး၏၊ နွံ့အာကို ဖြစ်စေ၏၊ မီးလောင်ခြင်း၊ အရေပြားလောင်နာတို့၌ ကိုမ်းပေးရ၏၊ အယပ်အယက်တို့၌ နာကျင် ကိုက်ခဲခြင်းတို့ကို လိမ်းကျံ ပေးရ၏။

ဒန့်သလွန်သီး (အရိုး)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပူပြင်းမှု နည်း ဖန် ဖြစ်၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ဝမ်းကိုကို ပေါက်စေ၏၊ သလိပ် သည်းခြေကို နိုင်၏။

အပင်။ ။အရိုး - ခါး - ဖန်၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ယက်မြက်၏၊ ကြေလွယ်၏၊ ယိမြိန်စေ၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ အသားကို ပွားစေ၏၊ ချိပ်၏၊ သုက်ကို ပွားစေ၏၊ နှလုံး၊

မျက်စိကို ကျေးဇူးပြု၏၊ သည်းခြေဒေါသကို ဖောက်ပြန်စေ၏၊ သလိပ် လေကို နိုင်၏၊ သွေးကို ဖျက်ဆီးတတ်၏၊ ဖောရောင်ခြင်း နှင့် ပိုးအဆိပ်ကို နိုင်၏၊ အသိလွှားနာ၊ ဝမ်းပိုး နှ ခြင်း၊ အဖျဉ်း၊ ဂူလုံး၊ ကျုပ်တီးနာ၊ အနာပေါက် ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အမြစ်ခေါက်။ ... ချိုခါး ပူ၏၊ ကင်းမြင်၏၊ ခြောက်စေ၏၊ အူကို တွန့်စေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ အစိပ်ပိုး၊ နာကျင် ကိုက်ခဲခြင်းကို နိုင်၏၊ သလိပ် လေကို နိုင်၏၊ အပူ သည်းခြေကို ပွားစေ၏၊ သွေးကို ဖျက်ဆီးတတ်၏၊ ဝေဒနာ မှတ်သိပ်စေတတ်၏။

နှလုံး၊ မျက်စိ၊ သန္ဓိပါတ်ဖျား၊ ဖောရောင်၊ ဝမ်းခိုးနေ၊ အဆုတ်ကြီး၊ ခယရောဂါကြောင့် ဖြစ်သော ကျုပ်တီးနာ၊ မြင်းဖု အသိ၊ အနာပေါက်၊ နားကိုက်ခြင်းတို့၌ ကောင်း၏။

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

အပွင့်။ စပ်၏၊ ပူ၏၊ ဖောရောင်၊ အနူနာကြီး၊ အမြော့ရောဂါ၊ သက်တန့် ရောဂါ၊ သလိပ်ရောဂါ၊ လေဖောက်ပြန်သော ရောဂါများကို အကျိုးပြုရ၏။

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

အစေ့ဆီ။ အနာပေါက် နှင့် ယားနာ အမျိုးမျိုးတို့၌ ကောင်း၏၊ အပေါက် နှင့် အရွက် သတ္တုရည်သည် ဖြစ်ထန်သော နာကျင်ကိုက်ခဲသော ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

အသိုးသိ အသုံးပြုပုံ

လက်တွေ့တော့သော အခေါက်ရည်ကို နား၌ ထည့်ပေးရ၏၊ (က) နားကိုက်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏၊ အစေ့မှုန့်ကို နား၌ ထည့်ပေးနိုင်၏၊ (ခ) နားပြည်ယိုခြင်း ပျောက်ကင်း၏၊ (ဂ) အသီးကို အမှုန့်ပြု၍ သကြားနှင့် ဖျော်သောက်ပါသော် ဆီးများခြင်း၊ ဆီးပျားရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ အမြစ်ရေကို နို့နှင့် ရော၍ သောက်ခဲ့သော် သကြားပါသော ဆီးရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ (ဃ) ဒိန်သလွန်မြစ်ရေ နှင့် ချင်းရေကို ရော၍ သောက်ခဲ့သော် ပန်းနာရောဂါ၊ ပန်းနာ အတွက် အလွန် အကျိုးပြု၏၊ (င) အမြစ်ကို ကြိတ်၍ စည်းပေးခဲ့သော် ရောင်ယမ်းခြင်း ပျောက်ကင်း၏၊ (စ) အသီးကို စားခဲ့သော် ဝမ်းတွင်းရှိ ပိုးများ သေ၏၊ (ဆ) သံ့ပုပ်ကျင်၊ အခေါက်ကို ပါးစပ်၌ ငုံပေးခဲ့သော် သွားများ ယိုခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ဒန့်သလွန်သီး (ခါး)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အရွယ်ပေါက်ကြီး၏၊ အရွက်သည် အလွန် ဖြူ၏၊ နီဝါရောင် သန်း၏၊ အသီး ပယ်၍ အရေးအကြောင်း ၃ - ၄ ရှိ၏၊ ခါး၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပေါင်ပါးပါး အရသာ ခါး၏၊ သတ္တိ အချိုလက်ပူ၏၊ ပိပါကန္တ ဝပ်၏၊ ခွန်အားကို လွန်စွာ ဖြစ်စေ၏၊ ဘေဟိုကို ပြောင်းလဲစေတတ်၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ နူးညံ့စွာ ဝမ်းကို သက်စေ၏၊ (ကြွင်းသော ဂုဏ် နှင့် အသုံးသည် အချို နှင့် တူ၏)၊ ဝါသ, ကေ, လည်းခြောက် နိုင်၏။

ပျောက်ကင်းသော ရောဂါ

အာဂန္တုက, ပန်းနာ အသည်ကိုကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ (ကြွင်း အချိုနှင့် တူ၏)။

ဒန်းပန်း

သက္ကတ मदयन्तिका   အင်္ဂလိပ် Garden Balsam

ပါဠိ ဘုဇမိဂ် (ရုပ်မေးဒိ) လက်တင် Impatiens balsamina

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပင်အမြင့်သည် အတောင် ပေါက်ရှည်သော ပင်းစိပ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်း၏ အပန်းသည် အတောင်အားဖြင့် အနီ, နှင်းဆီရောင်, အဖြူ, အဖြူရောင် အသည်ဖြင့် အရောင်မျိုးစုံ ရှိ၏၊ ၎င်းအပင် အမြင့်သည် သတောင်, တတောင်လောက် ဖြင့်၏၊ အသီးသည် အတောင့် ဖြစ်၏၊ အစေ့မှာ ပုံး၍ နက်၏၊ ဖာလာကြီးစေ့မှ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအပွင့်သည် ပူ၏၊ ဝိဇ္ဇသိ၏၊ (အချို့ ဆရာများသည် အေးသည် ဟု ယူဆကြ၏)၊ အပွင့်ကို ချက်၍ သားလျော် လိပ်ခြောက်ကို အားပေး၏၊ ၎င်းအရွက်၏ သတ္တုရည်ကို မီးလောင်ခြင်း, ရေနွေးပူ လောင်ခြင်းတို့တွင် လိမ်းပေးက ချက်ချင်း ပြေအေးသွား၏။

၎င်းအပွင့်သည် အဆီကိုရင်း, ကိုယ်ကိုရင်း အားပေး၏၊ ဝေလကြောင့် ဖြစ်သော ကုလား ရောဂါ၌ များသော အကျိုးရှိ၏၊ ၎င်းအပွင့်၏ သတ္တုရည်ကို ကိုယ်တွင် လိမ်းခဲ့ပါက မြွေ ကင်းအဆိပ် နာကျင် ကိုက်ခဲခြင်း ပျောက်၏။

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

ဒေါက်ခွရွက် (တော)

ဟိန္ဒီ **ပါလက ဇံ ဂလီ** (ပါလကျင်ဂလီ)

လက်တင် Rumex maritimus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဒေါက်ခွရွက် အမျိုးမျိုး သာ ဖြစ်၏၊

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအစေ့သည် အရသာ ဆိုး၏၊ ခါး၍ လေရှိသော ရောဂါ နှင့် ဗျော့ဖြင့်၍ ကိုက်ခဲ နာကျင်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ပေါင်းနှမ်းသော သီး ချိရောဂါတို့ကို များစွာ အကျိုးပြု၏၊ ကာမအားကို ဖြစ်စေ၏၊ ၎င်းအရွက်ကို ကြိတ်၍ ပွလောင်သော နေရာများ၌ ကပ်ပေးခြင်း ပြုရ၏။

ဒေါက်ခွရွက်

သက္ကတ **ပါလက**

ဟိန္ဒီ **ပါလက ကာ ဆာက** (ပါလကသျှက်)

လက်တင် Spinasia Oleracea

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းအပင်သည် သဲဆန်သော နေရာ ကုန်းမြင့်သော နေရာများ၌ ပေါက်ထွက်၏၊ ၎င်း၏ အမြင့်သည် တစ်ပေခန့် မြင့်၏၊ အရွက်သည် လု၏၊ အညွှာ များ၏၊ သုံးထောင့် ပုံသဏ္ဌာန် ရှိ၏။

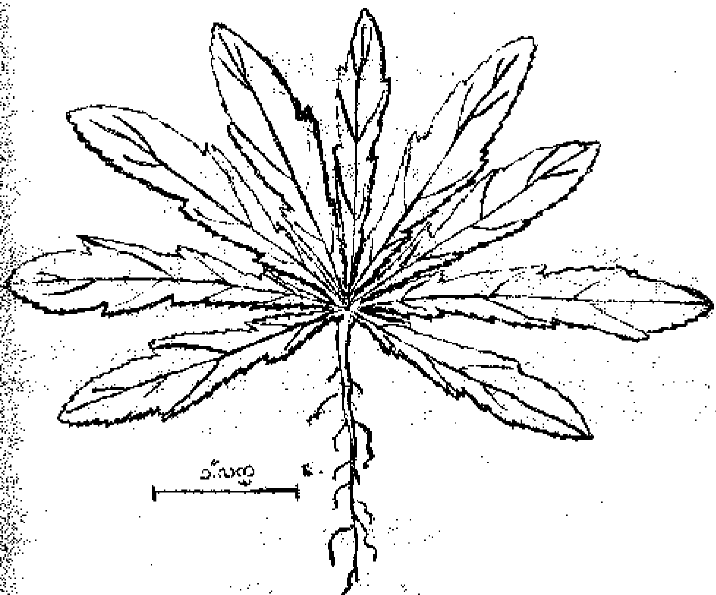
အရွက်ရိုးများသည် ရှည်၏၊ အဖူးသည် အလွန် သေးငယ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။များသောအားဖြင့် အရွက်ကို အသုံးပြု၏၊ ချို၏၊ အေး ၏၊ အနည်းငယ် ခပ်၏၊ ရက္တပိတ် သွေးဆန့် သွေးလှုံ ရောဂါကို နိုင်၏၊ ဝလများကို သုတ် သင်၏၊ ရောင်ရမ်းခြင်းကို ဖြစ်စေ၏၊ အေးငွေ့သည်၊ သလိပ်ကို ဖြစ်စေ၏၊ အီး ဝမ်း ရှင်၏၊ အဆိပ်ကို နိုင်၏၊ ၎င်းအပြင် ဒေါက်ခွရွက်၏ ပေါ့ငါးပါး ပြုတ်သော အရည်သည် အဖျား ဦးစီးသော ရောဂါများ၌ သောက်စေရာ၏၊ လည်ချောင်း ပူခြင်း, အနာ အဖုများ ရောင်ခြင်း, အသက်ရှူ ကြွန်တန် ရောင်ခြင်းတို့၌ ပေးကျွေးရ၏၊ ၎င်းပြင် လည်ချောင်း ပူလောင်ခြင်း ကင်း ပျောက်စေရန် အရွက်၏ သတ္တုရည်ကို ငုံဆေး အဖြစ် အသုံးပြုရ၏၊ အနှင့် ပတ်သက်သော ရောဂါကို ချက်၍ ကျွေးရ၏။

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

ဒေါက်ခွရွက် (တော)

पालक जंगली (ပါလက ဂျဂ်လီ)



ဒေါင်းဆက်ပန်း

ဘင်္ဂါလီ မာလျာ (နိဗျာ)

လက်တင် Callicarpa Arborea

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဤပင်သည် အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အခေါက်ရောင်မှာ ဖြူနမ်းနမ်း ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဤပင်အခေါက်သည် ခါး၏၊ မွှေး၏၊ ဝမ်းပိုးချေ၏၊ အစာမကြေ လေကြွ ရောဂါတို့ကို နိုင်၏၊ အရေပြားရောဂါတို့ကို များစွာ နိုင်နင်း၏။

ဒေါက်ဆပ်ပြာ

သက္ကတ ကံဒိရ

မလာ့ယ ကုမ္ဘီ (ကုမ္ဘီ)

လက်တင် Solanum verbascifolium

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဤပင်အပင်သည် အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းအပင်၌ အဖြူရောင် အဝါရောင် အမွေးနုများ ကပ်လျက် ရှိ၏၊ အရွက်သည် ရှည်ဝိုင်းဝိုင်း ရှိ၏၊ အသီးများသည် လုံး၏၊ မှိုပျက် ခရမ်းသီးကဲ့သို့ အစုလိုက် အပြုံလိုက် သီး၏၊ လုံး၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဤပင်အပင် အခေါက်ကို ရေနွေးနှင့် ကြိတ်၍ လိမ်းသော် ပြင်းထန်သော အနာ၊ ကိုယ်လက် ကိုက်ခဲ ဖူးယောင်ခြင်း၊ ပေါင်ရောင်ခြင်း စသော ရောဂါတို့၌ အကျိုး ရှိ၏၊ ရှင်းပြင် ပိုးပေါက်သော အနာများ၌ များစွာ အကျိုး ရှိ၏။

ဒေါင့်ဒလောင်

ဟိန္ဒီ ??? (ဝနဝါရ)

လက်တင် Dalbergia volubilis

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

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအပင်သည် အေး၏၊ နူးညံ့၏၊ အနာများကို စင်ကြယ်စေအောင်ပြုတတ်၏၊ အနာများ အသားနု တက်စေ၏၊ လျှာ၌ အဖုအပိန့် ပေါက်ခြင်း၊ လည်ချောင်း၌ အဖုအဖုများ ပေါက်ခြင်း၊ သွားဖုံးရောင်ခြင်း စသော ရောဂါများကို ၎င်း၏ ပြုတ်ရည်ကို နှုတ်ငုံဆေး အဖြစ် အသုံးပြုရ၏၊ သို့မဟုတ် ၎င်း၏ အခေါက်ကို ဝါး၍ ငုံခြင်း ပြုပါက ပျောက်ပါ ရောဂါများ ပျောက်၏၊ ပြည်တည်သော အနာ ဖြစ်စဉ် ၎င်းအမြစ်၏ ပြုတ်ရည် တကျပ်ခွဲသားကျော် အနည်းငယ်မျှ ပီယာ ထည့်၍ သကြားခဲ သင့်တော်ရုံနှင့် သောက်ခဲ့သော် ပျောက်ကင်း၏၊ ၎င်းအရွက်၏ သတ္တုရည်ကို ပါးစပ်တွင်းသော ရောဂါများ၌ လိမ်းသော် ခဏချင်း ပျောက်ကင်း၏။

ဒေါင်းစရစ်ပန်း

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အပင်ကြီးကို မှီခို၍ တက်၏၊ ပန်းဥယျာဉ်တို့၌လည်း စိုက်ပျိုး၍ စိုက်ပျိုးကြ၏၊ အပွင့်ဝါ၍ အပြွတ် ရှည်သော ပွင့်၏၊ အနံ့ လွန်စွာ သင်း၏။

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

ဒေါင်းဦးစွန်းပင်

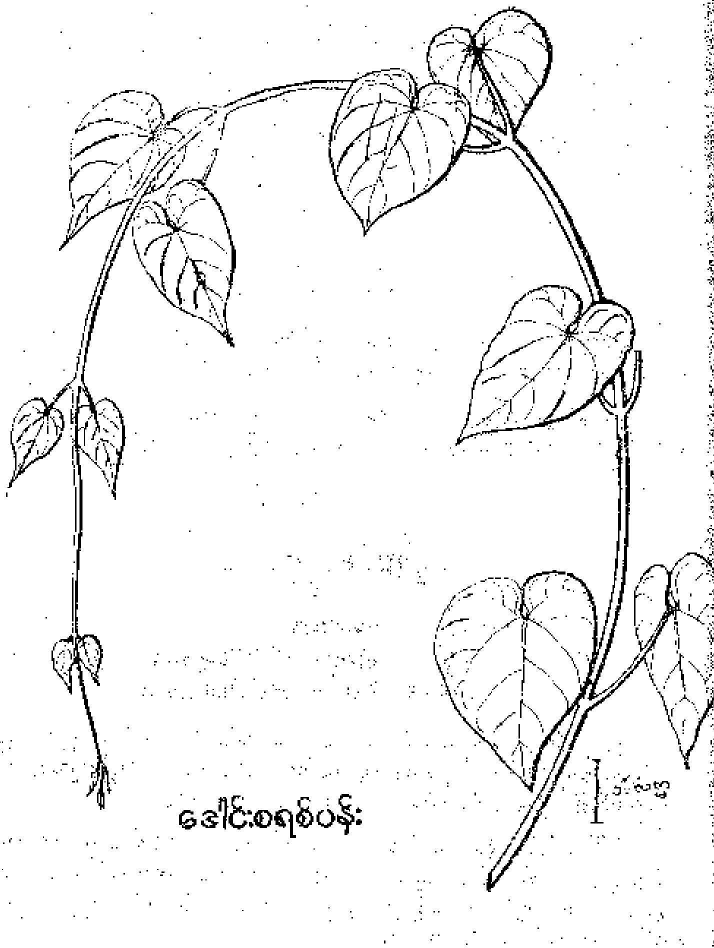
သက္ကတ မယူရ ရှိခါ

ဗိန္ဓု မော်ရ်ပုံဖါ (မယူရပါဒ်)

လက်တင် Actinopteris Dichotoma

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မြက်အမျိုး သစ်ဘား ဘသင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၆ - လက်မခန့် မြင့်၏၊ အမြစ်မှ အရွက်များစွာ ထွက်၏၊ အရွက်တို့၏ အဖျားမှာ ဒေါင်းတောင်နှင့် တူသော ဦးစွန်းထွက်၏၊ အရွက်သည် စိမ်း၏၊ ၎င်းမြက်ကို ဒေါင်းပေါင် ဟုခေါ်ကြ၏၊ စားကြ၏။

ဒေါင်းမြေပင် ဟု ရှိသေး၏ နို့ဦးကျွဲ ကည့်ဟ်နှင့် အတူ ပေါက်၏၊ ကြောင်ချက် စားရာ၌ စွာ ချိ၏၊ ၎င်း၏ အမြင့်မှာ များသောအားဖြင့် တထွာခန့် ထသောင် အထိ မြင့်၏၊ အရွက်များသော အပင်သည် ခက်သုံးခန့် ရှိ၏၊ နုညံ့ ပြောပြောင်း၏၊ ၎င်း၌လည်း ဦးစွန်း ရှိ၏၊ ထို့ကြောင့် ဒေါင်းပေါင် ဟုလည်း ခေါ်ကြ၏။



ဒေါင်းစရစ်ပန်း

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ကလေးများ၏ ခြောက်သွေ့လာသော ရောဂါ၌ အလွန်ကောင်း၏၊ ဤအပင်၏ ပန္နဂါးပါးအမှုန့် တရတိကို ပွားရည် သို့မဟုတ် နို့ရည် နှင့် ရေစင်ကိုက်ခဲ့သော် အုံးခြံသွယ် ပျောက်ကင်း၏၊ ဖားကြော ရောဂါ၊ မိန်းမတို့၏ သားမရသောရောဂါ ဖြစ်သူတို့ကိုလည်း ကောင်း၏။

---

[၆]

ဓနိပင်

ဂူဂျာရတီ　**पहाड़ी ताड़िया**

ဟိန္ဒီ　**गुलगा** (ဂုလဂ်)

လက်တင်　Nipa fruticans

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ရေငန်ဝင်ရာ ရေကျေရာများ နှင့် မြစ်ကမ်းစပ်ခြံ၊ ဒီစပ်၊ ချောင်းစပ်များတွင် ပေါက်လေ့ ရှိ၏၊ အခက်အလက်များမှာ အုန်းလက်များ ကဲ့သို့ ထွက်၏၊ အပင်ရင်း၌ ထောပတ်လုံး၍ အပြွတ်လိုက် အလုံး ၄၀-မျှ သီး၏၊ အခွံ ရောင်မှာ ထန်းသီးရောင်နှင့် တူ၏၊ ၎င်းကို ထန်းရည် ဓနိသကဲ့သို့ ဓနိရည်ခံယူ၍ သောက်စားကြကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ထိခိုက် ရှနာသော ဒဏ်ရာများ၊ အနာပေါက်များကို ၎င်းအမြစ်ကို ကပ်ပေးရ၏၊ ပင်လယ်အူရောက်၊ ဝမ်းဆောင်ဖြစ်သူများကို ဓနိရွက် ပြာချ၍ တိုက်ပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

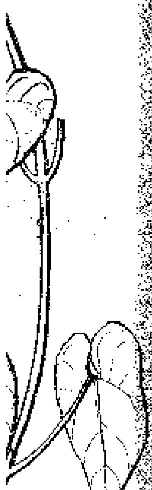
ဓမာသာ (ဆူးများပင်)

သက္ကတ　**दुरलभा**

ဟိန္ဒီ　**धमासा** (ဓမာသာ)

လက်တင်　Fagonia Arabica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အလွန် ဆူးများသော ပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အဆိုး၏ အဆစ်တဆစ်တွင် အရွက် တဘက် တရွက် ဆူးတဘက် ၂-ချောင်း ရှိ၏၊ (တဆစ်တွင် အရွက် ၂-ရွက်၊ ဆူး ၄-ချောင်း) အရွက်မှာ ၁-လက်မမှ ၁-လက်မခွဲမျှ ရှည်၏၊ (အခါရာ) မွေးကိုင်းရှက်နှင့် သဏ္ဌာန် တူ၏၊ အပွင့်မှာ တော်သလင်း သီတင်းကျွတ်၌ ပွင့်၏၊ အရောင်မှာ နှင်းဆီမြှူပြာရောင် ရှိ၏၊ အသီးမှာ ငယ်၏၊ ငါးမှာ ရှိ၏၊ ၎င်းသည် ဟိန္ဒီလို 'ဂျဝါသား' ခေါ်သော အပင်နှင့် အပင်ချင်း ဆင်တူ ဖြစ်သော်လည်း ဂျဝါသားမှာ အသီးတောင့် ရှိ၏၊ ဓမာသာမှာ အသီးတောင့်လည်း မဟုတ်၊ ၂-ရွက်မှာ ဆူး ၄-ချောင်း ရှိ၏၊ ၎င်းတို့ကို သတိပြုပါက မှားစရာ မရှိချေ။



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

အဖျား ငန်းလိုက်ခြင်း။ ။ဖျားစဉ် အပူ အားကြီးခြင်း၊ ငန်းဖမ်းခြင်း၊ ရေငတ်ခြင်း ဖြစ်မှု ၎င်းမောသာ (ဆူးများပင်) ကို ရေနွေးဖျော၍ ၎င်းကို ရေငတ်တိုင်းပေးမှု အပူကျ၍ ငန်းဖမ်းခြင်း ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ရက်စဉ် ဖျားခြင်း။ ။နေ့စဉ်ရက်မှန်၊ အချိန်မှန် ဖျားသူများကိုဖြစ်စေ၊ လည်ချောင်း အာခေါက် ရောင်သူကိုဖြစ်စေ၊ အသက်ရှူခြင်းနိုင် ရောင်ရမ်း၍ အသက်ရှူ ကျပ်ခြင်းကိုဖြစ်စေ၊ မောသာ (ဆူးများပင်) ကို ရေနွေးဖျော၍ ၎င်းရေကို တနေ့ ၂ - ကြိမ် တိုက်သဖြင့် သလိပ်များ ထွင်လာပြီးလျှင် ၎င်းရောဂါများကို ပျောက်ကင်းနိုင်၏။

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

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

ခံတွင်းနာ။ ။ခံတွင်း၊ အာခေါက်၊ လျှာ စသည်တို့ ပူလောင် ကွဲပေါက်ခြင်း၊ အပူဖုအိတ်များ ပေါက်ခြင်း ဖြစ်မှု ၎င်းမောသာ (ဆူးများပင်) ကိုပြုတ် ငုံဆေး ပြုပါက ပျောက်ကင်း၏။

လည်ချောင်းနာ နှင့် အဆုတ်နာ။ ။၎င်းဆူးများပင်၏ သတ္တုရည်ကို ကြံရည်နှင့် ကျိုချက်၍ (လျက်ဆေး) မပြစ်မကြဲ ပြုပြီး စားပါက ဆိုဆို့နာ နှင့် အဆုတ်နာများ သက်သာရာ ရပါလိမ့်မည်။

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

နောက်သား နောင်လာတို့ မတွေဝေကြစေချေ၊ မသိသည်ကို မသိသည့် အလျောက် ပင် ရိုးသားစွာ ထားရစ်ခဲ့ကြလေသည်၊ ကျွန်ုပ်တို့သည် ပြည်တွင်း၊ ပြည်ပ၊ ဒေသန္တရ၊ ဂန္တန္တရ နှစ်ပါးလုံး အနေဖြင့် ဗူးစမ်း ရှာဖွေမှု ကျမ်းနှင့်လည်း တိုက်ညှိ၊ လက်တွေ့ကိုလည်း ပြသနိုင်၏၊ သို့သော်လည်း မြန်မာမှု အနေနှင့်ကား မှန်ကန်စွာ မဖော်ပြနိုင်သဖြင့် မောသာ ဟူ၍ ပင် ရှိရင်းစွဲ နိဿရကျမ်းလာ အမည်အတိုင်း ဖော်ပြထားခြင်း ဖြစ်သည်၊ ၎င်း

'မေဘသ' ၏ အခြားသော အမည်မှာ 'အဂိကာဏ္ဍက' ဟူသော အမည်ပင် ဖြစ်လေသည်၊ ဆူးများသော အပင် ဟု အဓိပ္ပါယ်ရလေသည်၊ ထိုပုဒ်ရင်းကို သဒ္ဒါနက် ယူ၍ သံယောင်လိုက်သူများက 'ရှားစောင်းသိဂ်နိုက်ပင်' ဟု ယူ၍ ပြောသည်ကို တွေ့ကြုံရလေသည်၊ စာတွေ့ လက်တွေ့ ဓာတ်တွေ့ အတွေ့ ၃ မျိုး ကင်းကွာသော ယူဆချက်ဖြစ်လေသည်။

ထိုရှားစောင်း သိဂ်နိုက်သည် ဆူးအလွန် များသောကြောင့် မှန်သည် ဟု ထင်ရငြားလည်း ဤမေဘသပင်ကား အပွင့်၊ အရွက်၊ ဆူးအနေဖြင့် မတူကြချေ၊ ကြီးပေါ် သဏ္ဍာန်လည်း ကွာခြား၏၊ မေဘသပင်၏ ဆူးထွက်ပုံသည် အဆစ်တို၌ အရွက်စုံ ဘယ်ညာ တရွက်စီ ထွက်၍ ၎င်းအရွက် တရွက်တွင် ဆူး ၂ ချောင်းကျစီ ရှိလေသည်၊ ခေါင်းသော် အရွက် ၂ ရွက် ဆူး ၄ ချောင်း ဖြစ်လေသည်၊ ဤသို့ဖြင့် ရှားစောင်း သိဂ်နိုက် မဟုတ်ကြောင်း ထင်ရှားပါ၏။

မေမြင်း (တောင်)

ဟိန္ဒီ जलसाल पान (ရှကဆာလ,ပန်)

လက်တင် Desmodium Pulchellum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နွယ်ချုံမျိုး ဖြစ်၏၊ အခက်အလက်များ နုညံ့၏၊ အရွက် ကွဲနေ၏၊ သဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ ၃ ခုစီ စုနေ၏၊ အသီး ၂ လက်ပ သသသခန့် ရှိ၏၊ အမွေး ရှိ၏။

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

မေဝယ်မှိုင်း

ဟိန္ဒီ रंगून का बेल (ရန်ကုန်ဗေ,လ်)

အင်္ဂလိပ် Rangoon Creeper

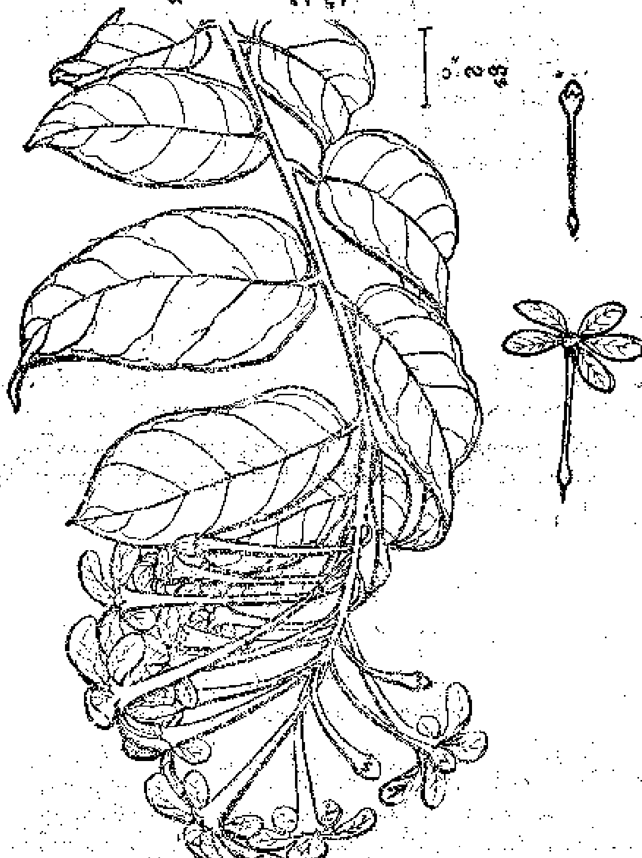
လက်တင် Quisqualis Indica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် လှပသော နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ဥယျာဉ်များ၊ အလုပ်ပန်းခြံများ၌ စိုက်ပျိုးကြသည်။၏၊ အရွက်သည် အလွန် စိမ်း၏၊ အဖျား ချွန်၏၊ အမွေး အနည်းငယ် ရှိ၏၊ ၎င်းသည် အရောင်ပြောက်ကျား ရှိ၏၊ မွှေး၏၊ အခက်များ၌ ပွင့်၏၊ အပွင့်သည် ပွင့်စ ဖြူရောင်ရှိ၍ ၎င်းနောက် နီရဲသော အရောင်သို့ ပြောင်းသွား၏၊ အစေ့ နက်၏၊ ၎င်းအစေ့သည် အရွက်ကဲ့သို့ အတက်ပင်၏၊ ၎င်းမေဝယ်မှိုင်းသည် ပဒေသတွင် မြန်မာပြည်၌ အထူးသဖြင့် အပြောက်အမြား

ဒဝေမှိုင်း

QUISQUALIS INDICA.

ကျွန်ကာဗဲလ(ရှိန်ဂွိန်ဇေလ်)



...ပေါက်ရောက်သောကြောင့် အိန္ဒိယ တိုင်းသားတို့သည် 'ရန်ကုန် ဖေလ်' (ရန်ကုန် နွယ်ပန်း) ...ဟုလည်း ခေါ်ကြကုန်၏။ ယခုအခါ၌မူ အိန္ဒိယနှင့် တကွ တိုင်းပြည် ...အပြားတို့၌ အမြောက်အမြား ပေါက်ရောက်နေသည်ကို တွေ့ရ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုပုံ

သန် နှင့် မှိုးမျှား နိုင်ဆေး။ ။ ၎င်းအစေ့ ၂-စေ့ ၃-စေ့မျှကို ကြိတ်၍ ...ရည်နှင့် ရောပြီး သောက်မှု သန်ကောင်များ ကျဆင်း ပျက်စီးကြကုန်၏။

အစာသစ်အိမ် လေနာ။ ။ အစာသစ်အိမ်၌ လေဖျက်စီး၍ ထိုးကျင့်ခြင်း၊ အစာ ...ကျခြင်း ဖြစ်မူ ၎င်းအရွက်ကို ပြုတ်၍ သောက်ပါက အစာသစ်အိမ်ကို ဖျက်ဆီးသော ...နာ ပျောက်ကင်း၏။

အဖျား နှင့် ပိတ်ဖမ်း။ ။ အလွန် ပြင်းထန်စွာ ဖျားနာလျက် ပိတ်ဖမ်းလည်း ...သော အခါ ၎င်းအစေ့ကို ကြိတ်၍ ကျွေးရ၏။

ဝမ်းကိုက်ရောဂါ။ ။ ဝမ်းကိုက်သော အခါ ခွဲ့သက်သက် ဖြစ်စေ၊ သွေးစ သွေးန ...ဖြင့် ရော၍ ဝမ်းကိုက်သော အခါ ဖြစ်စေ ၎င်းအရွက်ကို ရေနွေးဖျော၍ သုံ ...မှု ရက်အနည်းငယ် အတွင်း ပျောက်ကင်း၏။

[နု]

နဂါးစက် (မြွေနှိုင်ပင်)

သက္ကတ - ......

ဟိန္ဒီ ...... (မူရ္ဝါ)

လက်တင် Sansevieria roxburghiana

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏။ အရွက်သည် ၁-ပေမှ ၄-ပေထိ ရှိ၏။ ...ရောင် စိမ်း၏။ အလယ်၌ အဖြူကြောင်းများ ရှိ၏။ အချို့ အဝါကြောင်း ရှိ၏။ အရွက် ...၏ အနားဖျောင်လည်း အဝါ အဖြူကွက်လည်း ရှိ၏။ လတ်ဆတ်သော အမြစ်သည် လွင်နံ့ ...ရှိ၏၊ အရွက်ကို ကြိုးလုပ်ရ၏။

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

မှတ်ချက်။ ။ အရွက်တွင် အဖြူစင်း ရှိသည်ကို နဂါးစက် ဟု၍ ခေါ်သည်၊ အဝါ ရောင် အစင်း အကွက် ရှိသည်ကို နဂါးစိုး ဟု ခေါ်သည်၊ ၎င်းသည် ဖော်ပြခဲ့သည့်

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

နနွင်း

သက္ကတ　हरिद्रा

ဟိန္ဒီ　हलदी (ဟလဒီ)

လက်တင်　Curcuma Longa

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ထင်းရှား၏ နနွင်း သဏ္ဌာန် ထင်ရှား၏။ ထိုသော် 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, ဂမုန်းတိမ်ပြာ ၎င်းတို့ကို မြန်မာတို့သည် နနွင်းမျိုးထည်းတွင် ထည့်သွင်း၍ မဖော်ပြကြချေ။ ထိုသော် အာယုဗ္ဗေဒ ဆေးကျမ်းတို့၌ကား နနွင်းမျိုးထည်းတွင် ထည့်သွင်း၍ ဖော်ပြထားသည်ကို တွေ့ရ၏။

နနွင်းမြစ်, နနွင်းနက်, နနွင်းခါးတို့ကိုကား မြန်မာတို့က နနွင်းမျိုးထည်းတွင် ထည့်ထားသော်လည်း အာယုဗ္ဗေဒ ဆေးကျမ်းတို့၌ကား တိုက်ရိုက် ဖော်ပြကြခြင်း မရှိချေ။ ဤသို့ လျှင် အိန္ဒိယ မိန္ဒော ဆရာကြီးများ နှင့် မြန်မာ ဗိန္ဒောဆရာကြီးများ နနွင်းကို နေရာပေးပုံ ခြင်း မတူကြချေ။ အာယုဗ္ဗေဒ ဆေးကျမ်းတို့၌ ဖော်ပြထားသော နနွင်း အမျိုးအစားမှာ အောက်ပါ အတိုင်း ဖြစ်ပါသည်။

အာယုဗ္ဗေဒ ကျမ်းလာ နနွင်း အမျိုးအစား

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

၂ ။ **ဝနဟရိဒ္ဒါ= တောနနွင်း (နနွင်းနိုင်း)။** ။၎င်းသည် ဥ, အရွက် သဏ္ဌာန် နီးရီး နနွင်းထက် ကြီးထွား၏။ အနံ့ ပြင်း၏။

၃ ။ **အာမဟရိဒ္ဒါ=သရက်ကင်းဥ။** ။၎င်းသည် အာယုဗ္ဗေဒ ကျမ်းများ အရ နနွင်းမျိုး ထည်း၌ ထည့်ပြထား၏။ မြန်မာတို့ကား သရက်ကင်းဥ အခေနှင့် ဆမည် တမျိုးဖြင့် မှည့်ခေါ်၍ ဟင်းချက်စားခြင်း, ငါးပိ တို့မြုပ်စားခြင်း ပြုလုပ်ကုန်၏။ အိန္ဒိယသား တို့သည်လည်း ကျွတ်နီး ခေါ် အချဉ် ပြုလုပ် စားကြကုန်၏။

ကာဠဟလိဒ္ဒါ = နနွင်းပြာ။ ။ရှင်းကို မြန်မာတို့သည် နနွင်းမျိုးထည်း၌ မထည့်ဘဲ ဂမုံးမျိုးထည်း၌ ထည့်သွင်းပြီးလျှင် ဂမုံးတိမ်ပြာ ဟု ခေါ်ကြ၏။

ဒါရုဟလိဒ္ဒါ = သစ်နနွင်း (သစ်သားနနွင်း)။ ။ရှင်းသည် ဝါသော အရောင်ခြင်းတူသဖြင့် နနွင်းမျိုးတည်း၌ ထည့်သွင်းထား၏၊ စင်စစ်မှာ နနွင်းမျိုး မဟုတ်ချေ၊ သစ်သားမျိုး ဖြစ်၏၊ ဆူး ရှိ၏၊ ဒါရုသဒ္ဒါသည် သစ်သားကို ဟော၍ ဟလိဒ္ဒါသဒ္ဒါသည် နနွင်းကို ဟောသဖြင့် သစ်နနွင်း ဟု တိုက်ရိုက် ပြန်ဆိုခြင်း ဖြစ်၏၊ သဒ္ဒါနည်းအရ ခေါ်ခေါ်ခြင်း ဖြစ်၏၊ မိန္နောဆရာကြီးတို့၏ ဆေးအခေါ်အဝေါ်မှာ ရှင်းကို ဆေးရွှေ ဟု ခေါ်ကြ၏။

ဝန္နဟလိဒ္ဒါ = နနွင်းနွယ်။ ။ရှင်းသည် နွယ်မျိုး ဖြစ်၏။

ဘီတ္တဟလိဒ္ဒါ = နနွင်းခါး။ ။နနွင်းရိုးရိုးနှင့် တူ၏၊ သို့သော် လွန်စွာ ခါး၏။

မှတ်ချက်။ ။ဖော်ပြပါ အတိုင်း ဆေးကျမ်းတို့၌ နနွင်း အမျိုးအစားတို့ကို ၅မျိုး ပြားပြီး ထင်ဖော်ပြထားသော်ငြားလည်း ဆေးဖော်စပ်ရာ၌ ရဇနိဒွယ်, တနည်း ဒွေဟလိဒ္ဒါ (နနွင်း ရိုးရိုး နှင့် သစ်နနွင်း) ဟု နနွင်း ၂-မျိုးကို သာ ထပ်ပိုင်တည်း ဆေးဘက် ဝင်းဘက် အနေဖြင့် ထည့်သွင်း အသုံးပြုကြကုန်၏၊ အခြားသော နနွင်းတို့သည်လည်း ရှင်းတို့၏ ဂုဏ်သတ္တိအား လျော်စွာ အကျိုးပြုကြသည် သာ ဖြစ်ကုန်၏၊ သက်ဆိုင်ရာ အကွာရာစဉ်၌ ကြည့်ရှုကြပါကုန်။

တူသော နနွင်းများ

နနွင်းဖြူ, နနွင်းနက်—ရှင်းတို့ကို အာယုဗ္ဗေဒ ဆေးကျမ်းတို့၌ တိုက်ရိုက် ဖော်ပြထား မရှိချေ၊ သို့သော် မြန်မာတို့ ခေါ်ခေါ် အသုံးပြုကြခြင်းကြောင့် ဆက်လက် ဖော်ပြပါ နနွင်းဖြူ နှင့် နနွင်းနက်တို့ကား နနွင်းမျိုးတည်း၌ ထည့်သွင်း ဖော်ပြထားသော်လည်း အသုံးပြုရာ၌ ရှာဖွေ ရယူနိုင်သော အပင်မျိုး မဟုတ်ချေ၊ တနည်း သို့မှုလည်း လွန်စွာ ကြီးမားသောကြောင့် ‘သိုက်ဝင် ဆေးပင်’ ဟု ရှေးက အသိအမှတ် ပြုကြကုန်၏၊ နနွင်း ဟူသည် မူရင်း အသွေး ဝါနေသည် သာလျှင် ဖြစ်ရမည်၊ နနွင်းဖြူ, နနွင်းနက် တို့ကား သီးသန့် အဆည်မှ ‘ထွန်း’ ပြီးလျှင် ဖြူနေသော နက်နေသော အမျိုးများ ဖြစ်၏၊ ကန့်ချုပ်နီ ကန့်ချုပ်နက် ထွန်းလာသကဲ့သို့ရှင်း, ကျီး မည်းမျိုးမှ ကျီး အဖြူ ထွန်းလာသကဲ့သို့ တွေ့ရ၏။

ထို့ကြောင့် “နက်, ကျော, ရွှေ, တောင်၊ ကျီးရာထောင်တွင်၊ တကောင် အဖြူ ရခဲ” ဟူ၍ ရှေးက စာဆိုရှိလေသည်၊ နနွင်းနက်မှာ မည်သည့် နည်းနှင့်မှ မနက်တော့ ဆံပင်ဖြူများကို ပင် နက်စေနိုင်၏၊ အခြားသော မှုလနှင့် ပြဒါး ဖမ်းခြင်း စသည်တို့၌ အသုံးပြုနိုင်၏၊ နနွင်းဖြူ နှင့် ဂမုံး ခွက်ခေါက် တို့ကို အသုံးပြုရာ၌ ပါရှိသော ဖြူသည် ဖော်ပြပါ နနွင်းဖြူ ပင် ဖြစ်၏။

ဤပုံ နက်ရှိုင်ဖြင့် မြောက်မြားစွာသော အကျိုးတို့ကို ပြုစမ်းနိုင်ခြင်းသည် ဓာတ်သဘော၏ အစိရှေ့ယှဉ် ပင် ဖြစ်တော့သည်၊ အခြေပြု ဆေးအဘိဓာန် ၌ အကျယ် ကြည့်ရှုကြပါကုန်။

နနွင်းယူပုံ

နနွင်းဥတွင် (၁) အဘက် (နနွင်းတက်) (၂) နနွင်းခေါင်း၊ (၃) ဥသည် နနွင်းတက်နှင့် ရော၍ နနွင်း အမြစ်သို့ မရောက်သေးသော ဥ၊ ရေ၊ အချိ၊ ဆောင်တ တို့သည် ၎င်းကို ဥသွန် ဟု ခေါ်ကြသည်၊ နနွင်းဥကြားမှ အညွှန့်ပြီး ၎င်းဥများ ထွက်လာ သည်၊ (၄) ဥမြစ်များ ဟူ၍ နနွင်းဥတွင် အပိုင်းအပိုင်း ထွေးခု အနေဖြင့် တွေ့မြင်နိုင် လေသည်၊ ထိုတွင် နနွင်းတက်နှင့် နနွင်းခေါင်း သာ ဆေးဖော်စပ်ရာတွင် အသုံးပြုရမည် ၎င်းတွင်လည်း နနွင်းတက် သာ ဆေးဘက်တွင် ပိုမို အသုံးဝင်၏၊ ဥသည် နှင့် ဥမြစ်များ ကား ဆေးဖော်စပ်ရာ၌ လုံးဝ မထည့်သွင်းရချေ။

ထို့ကြောင့် ဓားငယ်ဖြင့် ထိုဥသည်နှင့် အမြစ်များကို ကုန်စင်အောင် ဖြတ်တောက် ပြီးလျှင် နနွင်းတက်များကို သန့်ရှင်းအောင် ရေနှင့် ဆေး၍ ဟူပွက်အောင် ထည့်ထားသော ရေနွေးအိုးတွင် တခဏမျှ စိမ်နှစ်ပါ (ရေနွေးဖြောပါ)၊ ထို့နောက် ဝါးကပ်ရက်၍ ၎င်း အပေါ်တွင် ဖြန့်ခင်းပြီး နေပူတင် အခိုက်ကုန်သည့် အထိ လှမ်းပေးပါ၊ ခြောက်ခေတ် ကုန်သွ ကျယ်ဖျောက် သွေ့ခြောက်သွားသည့် အထိ မလှမ်းရ၊ ထိုသို့ လှမ်းခြင်းသည် ဤနနွင်းတမျိုး တည်း သာ မဟုတ် မည်သည့် ဆေးပစ္စည်းများ မဆို သွေ့ခြောက်သွားသည့် အထိ မလှ ရ၊ ဝါးကပ်မှ တပါး အခြားသော နေရာတို့၌လည်း ဖြန့်ခင်း လှမ်းနိုင်၏၊ သို့သော် ဝါး ခြမ်းစိတ်များဖြင့် ရက်ထားသော ကပ်၌ သာ အကောင်းဆုံး ဖြစ်သည် ဟု မှတ်ယူပါလေ။

နနွင်း နှင့် လူသား

နနွင်းသည် မသိသော သူတို့ အတွက် ဟင်းချက်ရာ၌ အရောင်အဆင်းကို ပေး သော ဟင်းချက် မဆလာတွင် ထည့်သွင်း ပါဝင် အသုံးပြုရသည့် မြစ်ဥတမျိုး ဟု ထင်မှတ် ကြကုန်သော်လည်း စင်စစ်မှာ နနွင်း၏ ဂုဏ်အင် စွမ်းရည်ကို သိသော သူတို့ကား ထို လောက် သာ လူသားတို့အား အကျိုး ပြုသည် ဟု မယူဆကြချေ၊ လူသားတို့ အတွက် အသက်ရှည်ရာ အနာမဲ့ရေးကို ရှေ့တန်းမှ ပေးနေသည် ဟု မှတ်ယူကြလေ့ရှိပြီ။ နနွင်း၏ ဂုဏ်အင် စွမ်းရည်သတ္တိကို လက်တွေ့ရသမျှ စုံလင် ပြည့်စွာ ဖော်ပြထားသည်မှာ အံ့ဩစွာဖြင့် တွေ့မြင်နိုင်၏၊ လူသားတို့နှင့် အနီးစပ်ဆုံး ဆေးပစ္စည်း ဖြစ်၏၊ စိုက်ပျိုးရာ၌လည်း လွန်စွာ လွယ်ကူ၏၊ အကုန်အကျလည်း လွန်စွာ သက်သာ၏၊ အကျိုးသတ္တိလည်း လွန်စွာ များပြား ၏၊ ရောဂါ အမျိုးမျိုးတွင်လည်း အသုံးချနိုင်၏၊ လူသားတို့နှင့် မကင်း၍ စားသော သုံးဆောင်ရာမှ အစ ကျေးဇူး အမျိုးမျိုးကို ပြုနိုင်သော ယင်းနနွင်းသည် 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

...နှင်စပ်ရာ၌၎င်း ဒုလာဝမ်း မီးရပ်ဝမ်း အမျိုးမျိုးကို ပေါ်စပ်ရာ၌၎င်း လိမ်းဆေး အမျိုးမျိုးကို ...စပ်ရာ၌၎င်း မိုင်းဆေးအမျိုးမျိုးကို ဖော်စပ်ရာ၌၎င်း ဆေးနက်တိုင်းတို့၌ နနွင်းသည် ပါဝင် ...သား များ၏။ ထိုကဲ့သို့ ဖွေးဖွားမှုနှင့် ဆိုင်ရာ ဓာတ် အချိန် အခါမှ စ၍ ကြီးပြင်းလာသည် ...အရွယ် အလျောက်လိုက်၍ အဆိုးဆုံး ဖျက်ဆီးတတ်သည့် ဗျာဓိ အမျိုးမျိုးကို အချိုးကျ ...ကာကွယ် ပေးရောက်သည်ကား နနွင်း ပင် ဖြစ်ပေသည်။ အိမ်ထောင် ရှင်ရော်၊ ဇနီးမောင်နှံတို့ ...သော အခါ၌ သွားအတွက်၊ နားအတွက်၊ မျက်စိအတွက်၊ ဆံပင်အတွက်၊ အရေတွန့်ခြင်း ...သီးဝင်းများခြင်း မလိုခြင်းအတွက် ဘေးကင်းရမည့် ဇရာ ဗျာဓိကိုလည်း နနွင်းသည် ...ခြားခြား အကျိုးပြုလုပ်၍ပေး၏။ သို့သို့ ထူးထူး ခြားခြား အကျိုးရှိသည့်အပြင် မိန်းမ၍ အ ...ပ္ပသိဓေနိုင်သော စွမ်းရည်သတ္တိ အများဆုံး ရှိသဖြင့် အသက်ရှည်ရာ ရသာယနဆေး အဖြစ် ...လည်း ထားသောက် သုံးဆောင်ရကြောင်း ကျမ်းများ၌ ညွှန်ပြထားသည်ကို တွေ့ရသဖြင့် ...) သေမှု ကာကွယ်ရေး အတွက်ကိုလည်း ရှည်စေ၍ နေနိုင်ပြီး သေဘေးကို အတတ်နိုင် ...ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်သောကြောင့် အသက်ရှည်ပင် ဟူ၍လည်း ဆိုရပေသည်။ သို့ဖြစ်၍ ဓာတ်အမျိုး ...မကောင်း၊ ဗျာဓိကိုလည်း ကာကွယ်၊ ဇရာကိုလည်း ပြုပြင်၊ မရဏကိုလည်း အတတ်နိုင်ဆုံး ...ထားနိုင်သောကြောင့် ထူးခြားစွာ အိုဖိုဒ်ချောင်ထောက်၊ ဆေးဆက်ဝင်ပစ္စည်း ဟု ဆိုရပေသည်။ ...ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ဆန္ဒဓာတ်ကို ဖော်ပြကြရာ၌ ဆ=ခြောက်၊ န၀=ကိုး-ကိုးနှင့် မြောက် ...ဆီးလျှင် (၅၄) ပါး၊ အနာမျိုး (၅၄) ပါးကို အချိုးကျ ကာကွယ်နိုင်သောကြောင့် ...ဝ မှ ဆနဝင်း၊ ဝင်းမှ ဆနွင်း ဖြစ်ပေါ်လာသည်ဟု မိန့်ဆိုထားသည်ကို သိမှတ်ဘူးပါသည်။

နနွင်း၏ စွမ်းရည်သတ္တိ ဂုဏ်အင်များ

နိဃဏ္ဍုကျမ်းဆရာများသည် အောက်ပါအတိုင်း နနွင်း၏ စွမ်းရည်သတ္တိ အကျိုးပြုပုံကို ...ပြထား၏။ နနွင်းသည် ပူ၏၊ ခါးရှားရှား အရသာ ရှိ၏၊ ခါးသက်ရှိ၍ ဆိမ့်သော အရသာ ...ငံစပ် ရှိ၏၊ လေပစေတတ်၏၊ သွေးကိုအေးစေတတ်၏၊ နှင်ကြွယ်စေတတ်၏၊ မိန်းမတို့အတွက် တန်ဆာ ...ဖြစ်၏။ သည်းခြေ၊ သလိပ်၊ လေ၊ သွေးဒေါသ၊ နူနာ၊ ယားယံခြင်း၊ ဆီးရောဂါ၊ အရေပြား ...၊ အနာပေါက်ရောဂါ၊ ရောင်ရမ်းခြင်း၊ ဝါသင့်နာ၊ အဆိပ်သင့်နာ၊ သိပ်ကပ်နာ၊ နှုတ် ...ခြင်း၊ အစာမကြေရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

အထက်ဖော်ပြပါ အချုပ်အားဖြင့် စုရုံးပေါင်းစပ် ပြထားသည့် စွမ်းရည် သတ္တိ ဂုဏ်အင် ...ပေါင်းဆုံရာ၌ နှံ့သုံးသွင်း အသေးစိတ်မိအောင် ကျမ်းတကာနှင့် ညှိ၍ ရှင်းလင်း ဖော်ပြ ...

နနွင်းသည် "ပဉ္စဘူတမယံ ဒဗ္ဗံ=ဆေးဘက်ဝင်ပစ္စည်းမှန်သမျှသည် ဘုတ်ငါးပါးဖြင့် ပြီး၏" ...အာယုဗ္ဗေဒ ကျမ်း၌ ဖော်ပြပါရှိသည့်အတိုင်း နနွင်းကို ရှေးဦးစွာ ဘုတ်ငါးပါးဖြင့် ခွဲပြရန် ...ပထည်း နနွင်းသည် ပူ၏၊ ခတ်ဇော၊ ဆိမ့်ဖန်သော အရသာ ရှိ၏၊ အာပေါဓာတ်၊ ခါးသက် ...အရသာရှိ၏၊ ဝါယော၊ စပ်ရှားရှား အရသာရှိ၏၊ အာကာသ၊ ထိုကဲ့သို့ ဘုတ်ငါးပါးလုံး ...ပြားစွာ ပေါင်းစပ် တည်နေသော ဆေးဘက်ဝင်ပစ္စည်း ဖြစ်သည်ကို ရှေးဦးစွာ မှတ်ယူရ၏၊ အချို့ ...တို့သည် အသီးတမျိုး အရွက်တခြား အပင်တမျိုး အကျိုးပေးကြကုန်၏၊ ဘုတ်ငါးပါးလုံး ...ပစ္စည်း မှန်သမျှ၌ တည်ရှိသည်ဟု ဆိုငြားလည်း သာမညအနေဖြင့် တည်ရှိ၍ တမျိုးမျိုးက

ဦးဆောင်သွားပြီး လိုအပ်သောအကျိုးကို ပေးကြကုန်၏၊ နှင်းခြင်းမှုကား ပထဝီ အာပေါ အနေဖြင့်လည်း ဦးဆောင်၏၊ တေဇော အနေနှင့်လည်း ဦးဆောင်၏၊ ဝါယောအနေနှင့်လည်း ဦးဆောင်၏၊ အာကာသအနေနှင့်လည်း ဦးဆောင်၏၊ အမျိုးကျ ပါဝင်ပုံသာ မဟုတ်ဘဲ ဦးဆောင်၍ အကျိုးပြုနိုင်သည့် အနေဖြင့် ပါဝင်နေသောကြောင့် ထူးခြားစွာ ပါဝင်နေသော ဆေးဘက်ဝင် ဖြစ်ကြောင်း အထက်က ဖော်ပြထားခဲ့ပါသည်။

ပူ၏ ဟု ဆိုလျှင် လွန်ကဲစွာ တောက်လောင် ဖျက်ဆီးသော အပူမျိုး မဟုတ်ချေ၊ အကျိုးပြုသော အပူမျှ သာ ဖြစ်၏၊ “ဖြစ်မှု, ပျက်မှု, ဇယဇော ပြု၏” ဟု ဗိဇ္ဇာဝကားဆိုထုံး ရှိသည့်အတိုင်း အကျိုးပြုသော ဇဟဇော နှင့် အဖျက်ပြုသော တေဇော နှစ်မျိုးတွင် နှင်းခြင်းရှိသော အပူ တေဇောသည် အကျိုးပြုသော တေဇော သာ ဖြစ်၏၊ ခန္ဓာကိုယ်တွင် အရေးအကြီးဆုံး အစာအကျက်ဆုံး တာဝစဉ် အကျိုးပြုနေသော တေဇောကား ပါစက တေဇော (ချက်မီး) နှင့် ဥသ္မာ တေဇော (ကိုယ်စောင့် ဓာတ်မီး) တို့ ဖြစ်ကုန်၏၊ ထိုတေဇော နှစ်ပါး အားကောင်းနေလျှင် ခန္ဓာကိုယ်သည် ခန့်ကျိုး၏၊ ကျန်းမာ၏၊ အနာရောဂါများ မဝင်နိုင်၊ ဝင်လျှင်လည်း တခဏချင်း ပျောက်ကင်း၏၊ အသက်ရှည်၏၊ ထိုအကျိုးပြုသော တေဇော နှစ်ပါးမှ တပါး အဖြစ်ပြုသော တေဇောများလည်း ရှိသေး၏။

၎င်းတို့ကား--

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

၂ **ဥဏှတေဇော = ငုတ်စို့လောင်သောမီး**။ ။၁၀၁°, မှ ၁၀၃°, အထိ အကောင်း၌ ငုတ်စို့လောင်နေသော အဖျား, အတွင်း၌ လောင်စွဲသော အဖျား, ပါးစပ်တွင် ချက်သားကျက်, ပါးစပ်နီ, ဇာကျိတ်, ဇာဖုယ်, အကျိတ် အနာများ ပေါက်ခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်ခဲ့သည်။

၃ **ဇီရဏတေဇော = ဆွေးမြေ့ လောင်စေသောမီး**။ ။အညင်အကြောများ တွန့်ပြီး ဆွေးမြေ့ လောင်ကျွမ်း ဖျက်ဆီးသော ဆံဖြူခြင်း, သွားကျိုးခြင်း, အရေတွန့်ခြင်း, အနာဆွေးများ ပေါက်ခြင်း, အိမ်းအမာကြီးများ ပေါက်ခြင်း, မဒုတ်အားကုန်ခန်းစေသော ဖြစ်စေခြောက်နာ အင်္ဂါပိတ်များ စသည်တို့ ဖြစ်သည်။

၄ **သန္တပ္ပနတေဇော = ပြင်းလောင်သောအပူ**။ ။အပူ နှင့် အအေး တလှည့်စီ အပူနှင့် အအေး ပြင်းလောင်သော ရက်ခြားဖျား, သုံးရက်ခြားဖျား, ထုတ်ခြားဖျား, ဖျားအိ, တက်ဖျား, ကျဖျား, အပူဖျားတို့ ဖြစ်သည်။

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

နှနင်း၌ အခါး အဆော ငါးပေါ ခတ် ပါရှိနေ၏၊ ထိုအခါးသည် လှန်သော အခါး မျိုး မဟုတ်ချေ၊ ချက်ဆီးတတ်သော ဆေးမျိုး မဟုတ်ချေ၊ ထိုအပူ၏ အားရှိ၍ အကျိုးကို ပြုသော ခေသတ် အခါးမျိုး သာ ဖြစ်၏။

ဥပမာ။ ဖြဲမဲ့ဘောက် မီးခဲ ဖြစ်လာအောင် လေသည် အကူအညီ ပြုသကဲ့သို့တည်း၊ မီးလောင်လောက်အောင် တိုက်ခတ်သောလေမျိုး မဟုတ်ချေ၊ ယို့ကြောင့် လေသိုး, လေအောင့်, ကြာသေ, ဝမ်းမလျှောက်, လေပလျှောက်သော ရောဂါတို့၌ နှနင်းသည် မိမိ၏ ခါးအားသတ္တိဖြင့် အကျိုးပြု၏။

နှနင်း၌ မိမ့်ခန့်သော အရသာ တချိုးရှိ၏၊ ငုံ၍သည်သည်း အာခေါ် သထဝီတို၏ လှန်သော အပြစ်ပြုသည့် ခတ်သဘော အနေဖြင့် အပူငုပ်အောင် လေချုပ်အောင် ပိတ်တတ် သောအတတ် မီးသေအောင် ငြိမ်းတတ် အုပ်ဆိုင်းတတ်သော အပြစ်ပြုသည့် အနေဖြင့် ပါရှိနေသော အရပေါခတ်, ပဿဝိခတ်မျိုး မဟုတ်ချေ၊ မဖေါ်ပြခဲ့သော တေဇောခတ်, ဝါယောခတ်တို့၏ အကျိုးပြုသမှုကို အထောက်အကူပေးနိုင်သည့် ဖြစ်ရပ် အနေဖြင့်သော အချိုးအချ ပါဝင်နေသဖြင့် အနာ သမားတော်တို့သည် ရောဂါလွန်စွာ ထွက်လာ၍ နှနင်းဖြင့် ပိတ်ပေး၏၊ နှနင်း ဆပ်ပေး၏၊ အနာကျက်ရောဂါတို့၌ ခပ်သိမ်းရန် နှနင်းကို အသုံးပြု၏။

နှနင်း၌ စပ်ရှားရှား အရသာ (အာကာသ) ခတ်သည်း ပါဝင်၏၊ အာကာသခတ် ဟူသည် အပေါက်ကြီးငယ် အချိုးချိုး, ရသရည် သွေးသား ဓသောဝတ် (၇) ပါး အတွင်း အ ပေါက်သေးငယ်မျိုး, တခုနှင့် တခု ခြားနေသော အပိုင်းခြားမျိုးဟူ၍(အပေါက်နှင့် အပိုင်းခြား) အာကာသ နှစ်မျိုးရှိရာတွင် ယင်းအာကာသ မဟာဘုတ် ၄ ပါး ညီညွတ် မျှတနေမှ သာလျှင် ထို အကျိုးပြုသော အာကာသများ ရှိရသည်၊ အလုံးသည်ဖြင့် ပါဓကတေဇော ယုတ်လုပ်သောခတ် ပါး ခန္ဓာကိုယ် အစိတ်အပိုင်း ပြည့်ဖြိုးနှင့် ရှင်းဖြစ်တွင် စောင့်ရှောက်နေသော ဥဇော တေ ဇော တိုနှိုက်ဖြိုးအို အကျိုးပြုနေသည့် ခန္ဓာကိုယ်၌ သာ အကျိုးပြုသော အာကာသသည် ရှိရမြဲ ဖြစ်၏၊ ထိုအာကာသ ရှိနေမှ သာလျှင် ကျင်ကြီး ကျင်ငယ် ချွေး အညစ်အကြေးကြီးများနှင့် အ မျိုးမျိုးသော ဒုဿလျှံနေသည့် အညစ်အကြေး ကြီးငယ်များတို့သည် ထွက်လမ်း, သွားလမ်း အဆုံး ပြန့်ကန့်ကြကုန်လျက် ခန္ဓာကိုယ်တွင် အညစ်အကြေး မတင်ဘဲ သန့်ရှင်းမည် သာ ဖြစ်၏၊ ထို ကြောင့် ဝေါင်းအူ, ဇက်ဝိုး, ပျော်ရိုးကိုက်, မျက်သားကိုက် စသည်တို့၌ နှနင်းမှုန့် ရှူပေးရ ၏၊ အကျိတ်အနာ ရောင်ရမ်းလာ၍၎င်း, အကြေသာ, အကြောတင်, အရိုးနာ, အဆစ်လွဲရာ၌ နှနင်းကို လိမ်းပေးရ၏၊ ကျပ်ထုပ်ပု ထိုးပေးရ၏၊ ခြေလက် ဟင်းရောင်ခြင်း, အကျိတ် အခဲ အဖြစ်ခြင်းတို့၌ နှနင်းကို လိမ်းပေးရ၏၊ သို့အကျိုးပြုချက်သည် နှနင်းတွင် ပါရှိသော အာကာသ ခတ် စွမ်းရည် ပင် ဖြစ်သည်။

"ဆေးပစ္စည်း မှန်သမျှကို အတိုင်းပါဖြင့် ခွဲပြရမည်" ဟူသော အာယုဗ္ဗေဒ ဆေးကျမ်း ပါ မိန့်မှာချက်အတိုင်း ခွဲပြခြင်း ဖြစ်သည်။

ထိုသို့ နှနင်း နှင့် မဟာဘုတ်ငါးပါး စွမ်းရည်သတ္တိ တည်ရှိနေပုံကို အကျဉ်းချုပ် မှတ်ယူပြီး ထောက်ရှုသတိ သုံးတတ်ပါက (၉၆) ပါး ဝေဒနာ အမျိုးမျိုးတို့၌ နှနင်းသည် သုံးသော သူ၏ ညာက်စွမ်းအားလျော်စွာ အကျိုးထိရောက်အောင် ပြုစွမ်းနိုင်မည် သာ ဖြစ်၏။

အမျိုးသမီးများ၏ အဆင်း တန်ဆာ

နန္ဒင်း၏ စွမ်းရည်သတ္တိကို ဖော်ပြရာ၌ နန္ဒင်းသည် အမျိုးသမီးများ၏ အဆင်း တန်ဆာ ဖြစ်သည် ဟု ဆိုလေး၏၊ အမျိုးသမီးများသည် ရှေးပဝေသဏီကပင် 'ယောကျ်ား တစေတော မိန်းမ အသေပေါ်' 'ယောကျ်ားမှာ ဆီး မိန်းမမှာ မီး' 'ယောကျ်ားမှာ ဒေသ မိန်းမမှာ နေ့သွား' တနည်း 'ယောကျ်ားမှာ ရွှေ မိန်းမမှာ ငွေ' ဟူသည့်အတိုင်း ဒေသ တည်း ဟူသော အာပေါ် ရပ်တည် အပေါ်တွင် ပို၍ မှီတင်းနေရသော သူများ ဖြစ်သည်၊ အသက် ဟူသည် ငယ် ၇ - ၀ ကျော် တို့၌ အနည်းငယ်ပြား တည်နေကြားလည်း သွေး၌ အဓိက တည်နေသည်။ အသက် နှင့် သွေးသည် အလွန် နီးစပ်ကြကုန်၏၊ ကျား - မ မဟူ ထိုကဲ့သို့ အသက်သည် သွေး၌ အဓိက တည်သည်နှင့် သွေး သည် အရေးကြီးသည် သာ ဖြစ်ကုန်ကြငြားလည်း အမျိုးသမီးများကား ရောဂါ ရောက်တွင် ယွင်းယောက်ပြန်၍ ရောဂါ ရောက်ကြသည် သာ များသောကြောင့် သွေးသည် အမျိုးသမီးများ အတွက် ပို၍ အရေးကြီးပေ၏၊ ကျား - မ တိုင်း ရှိသင့်သော သွေးမှတပါး အမျိုးသမီးများသည် သီးသန့် ဟည်နေရကြောင်း အချိန်ကာလ လစဉ်အား သွေးဆွ သွေးများ ပြောင်းလဲရကြောင့် လူ ကြားသော ယည်နေရ၊ လူးခြားသော အချိန်၊ ဟန့်ခြားသော သွေး တပိုး ရှိသည်ကို မှတ်ယူ အပ်ပေ၏၊ ထိုလေးသည် မီးရစ်သွေး ဖြင်၏၊ ဆွယ်သွေး ဟူ ခေါ်၏၊ ရာသီသွေး ဟု ခေါ် ၏၊ ပန်း ဟု ခေါ်၏။

အမျိုးသမီးများ၏ ကိုယ်ခန္ဓာ၌ ဖြစ်ပေါ်သော အညစ်အကြေး ပွန်းပေကိုလည်း ထိုသွေး သက်ဝင်သော အချိန်၌ ဝါသွားရကုန်၏၊ ကိုယ်လက်သန့်ရှင်း၏၊ ကြည်လင်၏၊ အညစ်အကြေး ကင်း၏၊ မျက်နှာကြည်ခြင်း၊ ညစ်ခြင်း၊ မျက်တွင်း ပါးစပ်ညိုခြင်း၊ ... ... သွေးဆိုးခြင်း၊ ကိုယ်လက် လေးလံခြင်း စသည်တို့ကည်း မဖြစ်ပေါ်ဘဲ ကျန်းမာရွှင် နိုင်ကြကုန်၏၊ ထိုသို့ သွေး ... ... အတွက်လည်း နန္ဒင်းသည် များစွာ ... ... ကိုယ် သွေးသား ... အကျိုး ပြုသည်။ သားမွေး မီးယပ်၌ကား နန္ဒင်းသည် ပို၍ ... ... သားသည်နှင့် မီးနေ ... ... များစွာ ... အကြေးများ ... ထိုအညစ် အ ကြေးများကို ... ... လိုအပ်ခြင်း၊ ကိုယ်ဝန်သည်နှင့် တည်နေ ရင့်ကျက် ကြီးထွားလာရန် ကိုယ်ဝန်တည် ... လိုအပ်ခြင်း၊ ကိုယ်ဝန်ကို ပျက်စီးစေတတ်သော ... ကို ဖျက်ဆီးရန် လိုအပ်ခြင်း၊ အညစ်အကြေးများ ... ... မသန့်ရှင်းသောသွေး၌ ... ... သော သန္ဓေ ... ပိုးများကို တားမြစ်ရန် လိုအပ်ခြင်း၊ ဖျက်ဆီးတတ်သော ... ... ဖျားကြောင့် ကိုယ်ဝန်သား သန္ဓေ မပြောက်ရေး အတွက် ထုတ်ပယ်ရန် လိုခြင်း၊ မီးဖွားပြီး နောက် ... သွားသော သွေးများ ပြန်ပေါ်လာရန် လိုအပ်ခြင်း၊ ... သွားသော လေဖြစ်သည့် ... လက်ပစ် ဖြစ်သည် အထိ အပြင်းဖြစ်သော ... ကို အားပေးရန် လိုအပ် ခြင်း၊ ကိုယ်ခံသော အဆင်းအကြိုး ... ထိုလေ ... ကို ထုတ်ပယ်ရန် လိုအပ်ခြင်း၊ သန့်ရှင်းသော ကျက်သော သွေးများဖြစ်ပေါ်ရန် လိုအပ်ခြင်း၊ အညစ်အကြေးများ ... ... နေသည်ကို ဖယ်ရှားခြင်း၊ ... ... အားရှိသဖြင့် မီးဖွားရ လွယ်ကူခြင်း၊ ... ဆေးသောက်ခြင်း ... နှင့် ... ဆေးလိမ်းခြင်း၊

မျိုးအောင်းခြင်း စသည့် လိုမီး နှစ်မျိုး ညီညွတ် မျှကမှ သာလျှင် တသားမွေး ထသွေးလာ ဖြစ်သဖြင့် နှမ်းသည် ယိုမီး နှစ်မျိုးလုံးကို ပင်လျှင် အကျိုးပြုနိုင်သောကြောင့် ပဋိသန္ဓေ တည်နေပြီးနောက် ကိုယ်ဝန် ကြီးရင့်လာသော အခါ နနွင်းကို လိမ်းပေးရ၏၊ သောက်ပေးရ၏၊ မှိုင်းရှူပေးရ၏၊ ရေနွေးနှင့် ပြုတ်၍ ရေချိုးပေးရ၏၊ ကျပ်သုပ် ထိုးပေးရ၏၊ စသည်ဖြင့် ဖွားပြီးသည့်နောက် သွေးသစ်လာသည် အထိ ပြုပြင်ရာ၌ နနွင်းသည် အမျိုးသမီးများ အတွက် ရေပါ အရာရောက်ဆုံးသော ကယ်တင်ရှင် အသက်သခင် ပင် ဖြစ်တော့၏။

သွေးဆုံး မီးရပ် အထက်မှာမူ အသွေး ထိုဘယ်ရာ မရှိတော့ချေ၊ နနွင်းသည် ထိရောက်သော အကျိုးပြုသည် သာ ဖြစ်၏၊ ထို့ကြောင့် မီးရပ်သွေးနှင့် မကင်းနိုင်ကြသော အမျိုးသမီးများ အတွက် သွေးဖွား မီးရပ်၌လည်း, သားဖွား မီးရပ်၌လည်း, သွေးဆုံး မီးရပ်၌လည်း (၃) ပါးလုံးတို့၌ အသုံးပြုနိုင်သော ဆေးပင် ဖြစ်သဖြင့် ကျမ်းဆရာတို့သည် အမျိုးသမီး များ အတွက် အနှုံသက်သုံးသော အဆင်းတန်ဆာသဘွယ် မရှိလျှင် မဖြစ်သော ဆေး နည်း ဖြစ်ကြောင်း မိန့်မြွက်တော်မူခဲ့ကြ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

၁ - **သန္ဓေစောင့်**။ ။နနွင်းမှုန့်ကို ရေဆေးနှင့် မဖျော်၍ မမွေးဖွားမီ ကြိုတင်၍ နေ့စဉ် မှိုဝပေးရာ၏။

၂ - **ကမ္မဇလေ**။ ။မွေးဖွားရာတွင် အခက်အခဲ မကြုံစေရန် နနွင်းကို မမွေးဖွား ကိုယ်ဝင်စွေ့ ကောင်းလာသည့် အထိ လေ့ချုပ်ခြင်း, ခေါက်ချုပ်ခြင်း ကင်းသည် အထိ မှိုခံ ပေးရာ၏။

၃ - **ကိုယ်ဝန်ဆောင် အသားအေး**။ ။ကိုယ်ဝန် ရှိနေစဉ် တနေ့တခြား တလ တလ အသားဖွေးလာရ၏၊ လှုပ်ရှားမှုနှုန်းသည် ဖြင့်လာရ၏၊ ထိုသို့မဟုတ်ဘဲ အသား အေးနေခြင်း, သွေးအေးနေခြင်းနှင့် ကြုံခဲ့သော် နနွင်းကို လူးပေးရာ၏၊ အတွင်းမှလည်း သောက်ပေးရာ၏။

၄ - **မီးဖွား သွေးဆောက်**။ ။မီးဖွားပြီးနောက် သောကကြောင့်, ဒေါသကြောင့်, ယောက်ခြင်းကြောင့် သွေးဆောက်သွားခဲ့သော် နနွင်းကို မှိုင်းတိုက်ရာ၏၊ ယောင်ပါ တည်အည် ကွဲ ပေးရာ၏၊ လိမ်းပေးရာ၏၊ အတွင်းမှလည်း တိုက်ရာ၏။

၅ - **မီးရပ်သွေးတက်**။ ။ခေါင်းကိုက်ခြင်း, ဇက်ယိုခြင်း ဖြစ်သူများသည် နနွင်း ဆက်သက်ကို မီးခဲတွင် ဖြူးပေး၍ ထိုအနံ့ကို ရှူရာ၏၊ မီးရပ်ခေါင်းကြီးကိုက် ရောဂါ၌ ဤနည်း အလားတူ ပင် ဖြစ်သည်။

၆ - **သန္ဓေဖျား**။ ။သန္ဓေဦးကိုက် မကြာခဏ ဖျားတတ်သော အမျိုးသမီးများသည် နနွင်းကို သောက်ပေးသင့်၏။

၇ - **မီးဖွားချို**။ ။မီးဖွားပြီးနောက် အသားအေးခြင်း, အကြော သေခြင်း, ချို ခြင်း, ထုံ ကျင်ခြင်း ဖြစ်မှ ညဉ့် နံနက် တနေ့ ၃ - ကြိမ် နနွင်းကို သောက်ရာ၏၊ နှမ်းဆီ နှင့် ရော၍ လိမ်းနယ် နှိပ်ပေးရာ၏၊ နနွင်းပြုတ်ရည်ကို ချိုးရ၏။

၈ - **သွေးကျန် အပုတ်မှား**။ ။မီးဖွားပြီးနောက် အောင်းနေသော သွေးများ မဆင်းဘဲ အပုပ်အောင်းသွား၍ အဖျား ဖြစ်ပြီးလျှင် တက်ခြောက်ဖောက်လာသော အခါမျိုး ပေါ်ပြ ပါ အသားတူ ပင် သောက်ခြင်း, လိမ်းခြင်း, ရေချိုးခြင်း ပြုလုပ်ပေးရာ၏။

၉ - **မီးဖွား သွေးပသန့်**။ ။မီးဖွားပြီးနောက် သားသန္ဓေနှင့် အချင်း အညစ်အကြေး အပုတ်အဆိုးများ သက်ဆင်းသွားသော်ငြားလည်း အဆိုး အသား အကြား ကလျှော်ကျ ပြန့်နှံ့ စိမ့်ဝင်နေသော သွေးဆိုးများ ရှိနေသဖြင့် အသားအရည် ညစ်ထေးခြင်း, ကွက်၍ ညိုခြင်း, တကိုယ်လုံး ညိုညစ်ခြင်း ဖြစ်ခဲ့သော် နနွင်းကို သာ အဓိကနိုင်ဆုံး နည်းဖြင့် အသုံးပြုရာ၏။

၁၀ - **မီးရပ် အသားအေး**။ ။သွေးတွင် ရှိသော ဥသျှာ တေဇော ဓာတ်လျော့ အားနည်းသွားသဖြင့် အရေယာ အရေပါး တကိုယ်လုံး အေးခြင်း, စောင်ခြုံ၍ မရအောင် ချမ်းခြင်း ဖြစ်ခဲ့မှု နနွင်းကို နိုင်နိုင်ခွာ သောက်ရ၏။

၁၁ - **သီအပိုက်ယားနာ**။ ။သွေးတွင် စောင့်နေသော သည်းခြေအပူ နှံ့နေ ခြင်းကြောင့် အသားအေးပြီးလျှင် အပိန့်ထကြွခြင်း, အကွက်ထခြင်း, ယားခြင်း ဖြစ်ခဲ့မှု နနွင်း ကို သောက်ခြင်း, ရေချိုးခြင်း, လိမ်းပေးခြင်းဖြင့် ကာကွယ်နိုင်၏။

၁၂ - **သားမြှပ်ရောင်ခြင်း**။ ။နနွင်း, ဘိန်းခွက်, ပဒိုင်းရွက် ထို ၃ - မျိုးတို့ကို အစိမ်း ကြေညက်အောင် ကြိတ်၍ အုံ၍ လိမ်းပေးခဲ့သော် သားမြှပ် ရောင်ခြင်းသည် တခဏ ချင်း ပျောက်ကင်းနိုင်၏။

၁၃ - **သားမြတ်ကိုက်ခြင်း**။ ။သားမြတ်၌ နို့ချောင်းပိတ်၍ ဖြစ်စေ, အခြား သော အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်စေ မနေနိုင်အောင် ကိုက်ခဲခဲ့သော် နနွင်းကို သောက်ရာ၏၊ ကျပ်ထုပ် ထိုးပေးရာ၏၊ အထက်ပါ ဆေးသုံးမျိုးကို လိမ်းပေးရာ၏။

၁၄ - **အော့မြတ်နာ ပျောက်ဆေး**။ ။နနွင်း နှင့် ခရုသင်းပွင့်တို့ကို ချေကြိတ်ပြီး လျှင် လိမ်းကျံ ပေးခဲ့သော် ထိုနာကျင် ကိုက်ခဲခြင်းကို တခဏချင်း ပျောက်ကင်းစေ၏။

၁၅ - **နို့ရည်စင်ကြယ်ဆေး**။ ။လေဒေါသကြောင့် ဖြစ်စေ, သည်းခြေဒေါသ ကြောင့် ဖြစ်စေ, သလိပ်ဒေါသကြောင့် ဖြစ်စေ, နို့ရည်၌ တစုံတရာ အပြစ်ဒေါသများ ဖောက်ခဲ့သော် ထိုဖောက်ကြောင်း ဖြစ်သော ဒေါသအား လျော်စွာ နို့ရည်သည် အပြစ်ရှိ၏၊ အညစ်အကြေးများ ပါနေ၏၊ ထိုအညစ်အကြေး ပါသော နို့ရည်ကို သောက်စို့ရသော ကလေးသူငယ်သည် လေဒေါသ, သည်းခြေဒေါသ, သလိပ်ဒေါသအား လျော်စွာ လေဆန်, လေအောင့်ခြင်း, ဖျားခြင်း, ပါးစပ်လျှာကွဲခြင်း, ဇမ်းပျက်ထွက်ခြင်း စသည်တို့သည် ဖြစ်ရကုန် ၏၊ "ရင်သွေးကို ချစ်လျှင် ရင်သားကို ပြင်" ဟူသော ဗိန္ဓောဆေးစကားပုံ အတိုင်း သားသည် အမေတို့သည် မိမိရင်သွေး နို့ရည်ကို ပြုပြင်ပြီး တိုက်ကျွေးသင့်၏၊ တိုက်ကျွေးရန်မှာ အောက် ပါ အတိုင်း ဖြစ်ပါသည်၊ နနွင်းရိုးရိုး, ထိန်နနွင်း, နွယ်ချို, ကြေးဒြီးမပင်, လက်ထုပ်ရေ ထိုငါးမျိုးကို အမျှစီခွဲ အမှုန့်ပြု၍ မိခင်လုပ်သူ မီးဖွားပြီးနောက် တနေ့ ၃ - ကြိမ် ရေနွေး ဖြင့် သောက်ပေးရာ၏။

၁၆ · **မီးရပ်သေးစေပာ**။ ။မီးဖွားပြီးနောက် သွေးများ ကျန်ခြင်း, မီးရပ်ဝမ်းကြောင့် သွေးကျင် မကြေကျက်သော ရသရည်များ ဝင်ရောက်၍ သွေးပွားခြင်း ဖြစ်ပြီးလျှင် ခြေသလုံး, ပေါင်, ခြေဆစ်, ကိုယ်ထည်မ်း, အောက်သပိုင်း တကိုယ်လုံး ဝသည်ဖြင့် ဓမ္မပ်နာ, သွေးဖော ဖြစ်သောသူများသည် လွန်စွာ ကုရ ခက်၏၊ ထိုသူများ အတွက် နနွင်းသည် အင်းချက်ရာ၌ ပိုမို ထည့်ပေးခြင်း, အလွတ် စားသောက်ခြင်း, လိမ်းပေးခြင်း, ကျပ်ထုပ် ထိုးပေးခြင်း စသည်ဖြင့် ညာဏ်ရှိသလို ပြုလုပ်ပေးပါလျှင် အမြန်ပြတ်သည် အထိ ကောင်းမျောက်စေနိုင်သည်။

၁၇ · **ယားယံခြင်း**။ ။၎င်းသည် ဆီးမှ အနီး ဥယျာဉ်ကျိုးသည် ဖြစ်စေ, အခြားသော မဝင်ကြွယ်သည့် သွေးသား တစုံတရာကြောင့် ဖြစ်စေ နနွင်းသက်သက် လိမ်းပေးရုံဖြင့် ပျောက်ကျိုးပြုပါသည်၊ အချို့သူတို့သည် လိင်ဥ၌ လွန်စွာ ယားသော ရောဂါများ ဖြစ်ကြကုန်၏၊ ထိုသူများ အတွက် အကောင်းဆုံး ဆေးမှာ နနွင်း ပင် ဖြစ်သည်၊ နနွင်း ၁ · ကျပ် ၈ · ပဲသားကို နွားနဖ် ကျင်ငယ်ရည် ရလျှင် သို့မဟုတ် နွားကျင်ငယ် ရိုးရိုး ၈ · ကျပ်သားနှင့် ရော၍ ကြိတ်၍ နွေးပြီးလျှင် ၎င်းကို ယားသည့်နေရာ၌ ကြက်တောင်ဖြင့် လိမ်းပေးရာ၏၊ အကယ်၍ ရောင်ကင်းနေသော လိင်ဥ ဖြစ်မူ အတွင်းမှလည်း နနွင်းမှုန့် သက်သက်ကို သောက်ပေးရာ၏။

၁၈ · **သားအိမ်မသန့် ရောဂါ**။ ။နနွင်းမှုန့် ၃ · ကျပ်, သကြား ၃ · ကျပ်, ကြက်ဟင်း ၅ · ကျပ်, ရေ ၁၂ · ကျပ် ရောပြီးလျှင် သုံးပုံ တပုံ ခန်းအောင် ချက်၍ အဝတ်စင်းဖြင့် စစ်ယူပြီးလျှင် ၎င်းဆေးရည်ကို ပိုက်ဖြင့် ယောနိတွင် သွင်း၍ သန့်ရှင်းအောင် ဆေးကြောပေးပါက သားအိမ် လွန်စွာ သန့်ရှင်း၍ ကျန်းမာခြင်းနှင့် ပြည့်စုံပါလိမ့်မည်။

၁၉ · **သွေးမသန့်ရောဂါ**။ ။အမျိုးသမီးများသည် ကျန်ခဲ့သော သွေး, အောင်းနေသော သွေး စသည်တို့ကြောင့် သွေးတွင် များစွာ အညစ်အကြေးများ ဝင်ရောက်နေ၏၊ ထိုသည်လျှင် အသား ညစ်၏၊ ထိုသွေး နှင့် အသား ညစ်ညမ်းမှုကြောင့် ထင်းတိပ်, ဝက်ခြံ, ယားနာခြင်းမှ ဝ၍ သွေးဆိုးသည် အထိ ဖြစ်ပေါ်ရ၏၊ အခြားသော ရောဂါတို့သည်လည်း များစွာ ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်ကုန်၏၊ သို့ဖြစ်၍ သွေးသန့်ရန် လွန်စွာ လိုအပ်သောကြောင့် အောက်ပါ နနွင်းပေါင်းရည်ဆေးကို အသုံးပြုနိုင်သည်။

နနွင်းတက်, တမာ အမြစ်ခေါက်, ပဲဆီမွန်မြစ်— ဤဆေး သုံးမျိုး ၁၅ · ကျပ်သားစီ၊ ကင်ပွန်းသီး ပဋောင်းပေါ်း ၆ · ကျပ်သား, ဇီးဖြူသီး အစေ့ထုတ်, ဖန်ခါးသီးအစေ့ ထုတ်, ထန်းသီး အစေ့ထုတ်— ၎င်းသုံးပါး ၂၇ · ကျပ် ၈ · ပဲသားစီ၊ ရှားနှစ်, နွားမြိတ်ရင်း, ခနုလည်ပင်မြစ်, ကြက်မောက်ဆူးပျ, ဆေးခါးကြီး, နွင်းဆိပ်ပွင့်— ဤခြောက်မျိုး ၁ · ကျပ် ၆ · ပဲသားစီ၊ လက်ပန်မြစ်ခြောက် ၃၀ · ကျပ်သား— ဤဆေးတို့ကို ရေ ၃၀ · ကျပ်နှင့် ရောစိမ်ပြီးလျှင် ပေါင်းတိုက်ယူပါ၊ ထိုပေါင်းချေး ဆေးရည်သည် သွေးသား သန့်စင်ရှင်းစေရုံဆိုင်း ကျက်သရေ တိုးပွားစေရာ၌ အထူးပင် အကောင်းဆုံးဆေး ဖြစ်၏။

၂၀ · **မျက်စိကိုက်ရောဂါ**။ ။နနွင်းမှုန့် ၁ · ကျပ် ၁၄ · ပဲ—ရေ ၃၀ · ကျပ်သား ရောပြီး အဝတ်ယူထူနှင့် စစ်ပါ၊ ထိုမျက်စဉ်းရေကို မျက်စိတွင် ခပ်ပေးခြင်း, ဇက်ကြော

မေးကြော နားသယ်တို့၌ လိမ်းပေးခြင်း ပြုခဲ့သော် မျက်စိကိုက်ခဲခြင်း၊ ကြိမ်းခြင်း၊ အောင့်ခြင်း၊ မျက်ရည် ထွက်ခြင်း၊ မျက်ခတ်ဆွတ်ခြင်းများ ဆေးသျှင်စွာ ပျောက်ကင်းနိုင်၏။

၂၁ - **တနည်း မျက်စိကိုက်ရောဂါ။** ။နနွင်း နှင့် ကျောက်ချဉ်မှုန့်--ဤဆေးနှစ်မျိုးကို ရှားစောင်းလက်ပတ် အသားအနှစ်ရေနှင့် ရောနယ်ပြီးလျှင် မီးဖွင့် အတန်ငယ် ပူအောင် ပြုလုပ်ပြီးနောက် ခြေဖဝါး၊ လက်ဖဝါး၊ ဦးခေါင်း အထိုး ငါးပါးတို့၌ စီးပေးခြင်း၊ ကပ်ပေးခြင်း၊ ပြုလုပ်ခဲ့သော် မခံရပ်နိုင်အောင် ကိုက်ခဲနေသော မျက်စိရောဂါသည် တခါချင်း ပျောက်ကင်း၏။

၂၂ - **အိမ်သုံး နနွင်းမျက်စဉ်း။** ။နနွင်းတက်ကို ဓာသွားသီးတွင် မြုပ်အောင် မြှုပ်၍ ရက်ပေါင်း ၂၇ - ရက် ထားပါ၊ ရက်စေ့သော အခါ ပြန်ထုတ်ပြီးလျှင် အခြားသော ဓာသွားသီး တလုံးတွင် လည့်သွင်း မြုပ်ထားပါ၊ ထိုအတိုင်း ၂၇ - ရက် ၂၇ - ကြိမ်တိုင် အောင် ဓာသွား (၂၇) လုံး မြှုပ်ပါ၊ (ဓာသွား အမှည့်ကို ယူပါ)၊ ထိုနနွင်းသည် မျက်စိရောဂါ အမျိုးမျိုး အတွက် အကောင်းဆုံး မျက်စဉ်း ဖြစ်၏။

၂၃ - **နားစေးရောဂါ။** ။နနွင်းမှုန့်ကို မီးခဲပေါ်တင်၍ တကြိမ်တန်သည် နှစ်ကြိမ်တန်သည် မှိုင်းရှူပေးပါ၊ နွားနို့၊ ထန်းလျက် ခေါက်ကြီးချက်ပြီးလျှင် ခပ်ပူပူ နေ့စဉ် တိုက်ပေးပါက ပပြုတ်နိုင်သော နားစေးရောဂါ-- ၎င်းကြောင့် ခေါင်းအုံ့ခြင်း၊ ထိုင်းမှိုင်းခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်းများလည်း ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

၂၄ - **ကိုယ်ပူနာ။** ။နနွင်းမှုန့်ကို အုန်းရည်နှင့် ဖျော်၍ လိမ်းပေးပါ၊ သို့မဟုတ် အဝတ်ပါးပါးတွင် သုတ်သိမ်းပြီးလျှင် ခြုံပေးပါ၊ အမြန်ဆုံး သက်သာနိုင်ပါသည်။

၂၅ - **အဖျားရောဂါ။** ။အအေးပတ်ခြင်း၊ အပူရှပ်ခြင်းတို့ကြောင့် တချိုးချိုး တခေါ့ခေါ့ဖြင့် ဖျားခဲ့သော်၎င်း တက်ဖျား ကျဖျား ဖြစ်ခဲ့သော်၎င်း နနွင်းသည် အကောင်းဆုံး ဖြစ်၏၊ နနွင်း၊ ကြက်သွန်ဖြူ၊ ထုံးခြောက်၊ ကွမ်းရွက်၊ ချင်း၊ ထန်းလျက်၊ ဆေးခါး ၎င်းတို့ကို ဉာဏ်နှင့် ယှဉ်၍ ဆေးဘက်တိုက်ကို အတိုးအလျော့ သည့်ပြီးလျှင် ပြုတ်သောက်ခဲ့သော် တခဏချင်း အဖျား အမျိုးမျိုး ပျောက်နိုင်၏။

မှတ်ချက်။ ။အအေးလိုလျှင်၊ အချမ်းများလျှင် ချင်း၊ ကွမ်းရွက် ပိုထဲ့မည်၊ ချွေးအောင် ပတ်လျှင် နနွင်းကို နှစ်ဆ သုံးဆ ပိုထည့်မည်၊ အပူလွန်လျှင် ကြက်သွန်ဖြူ၊ ထုံးခြောက်၊ ထန်းလျက်တို့ကို ပိုထည့်မည်၊ နာတာရှည် ဖျားလျှင် ဆေးခါးကြီးကို ပိုထည့်မည်၊ ကသည်ဖြစ်၍ ဉာဏ်နှင့် ယှဉ်၍ ထည့်သွင်းခြင်းကို ဆိုလိုသည်၊ ဗိန္ဓော ဆရာကြီးများ အဆက်ဆက် အသုံးပြုခဲ့သည့် အိမ်သုံး ပြုတ်ဆေးကြီး ဖြစ်သည်။

၂၆ - **ဖျားပြီး ခေါင်းကိုက်စွဲရောဂါ။** ။ဖျားပြီးသည်နောက် နေ့စဉ် ခေါင်း ကိုက်ခဲသော ဝေဒနာ စွဲကပ်ခဲ့သော် နနွင်း၊ ဂျုံမှုန့် ၎င်းနှစ်ပါးကို ဆီးပန်းရည်နှင့် ကြိတ်ပြီး လျှင် လိမ်းကျံပေးရာ၏၊ အတွင်းမှလည်း နနွင်းမှုန့်သက်သက်ကို ဆားနှင့် ရောစပ်၍ သောက် ရာ၏၊ အကယ်၍ ဝမ်းပျက်နေပါမူ ဆားကို ကျွမ်းအောင် မီးဖုတ်၍ ရောစပ်ပြီး သောက် ရာ၏။

၂၇ - **မြင်းသရိုက်။** ။နနွင်း, ကုက္ကိုစေ့, မရိုးစေ့, ထိုသုံးမျိုးကို ပေါ့ကြိတ်ပြီးလျှင် ထွက်ကျနေသော မြင်းသရိုက်လိပ်ခေါင်းကို လိမ်းသုတ်ပေးခြင်း, ဖန်ဆေးပေးခြင်း ပြုလုပ်ပါက အလိုအလျောက် ပျောက်ကင်းသွားပါလိမ့်မည်။

၂၈ - **အားနည်း မြင်းသရိုက် ကြွဆေး။** ။နနွင်းမှုန့်, ပိတ်ချင်းမြစ်မှုန့် ငုံးအမှုန့် နှစ်ပါး ဆတူ နွားကျယ်ပေါ်ရေနှင့် ရော၍ မြင်းသရိုက် လိပ်ခေါင်းတွင် တနေ့ ငါးကြိမ်ကျော်မနည်း လိမ်းကျံပေးခဲ့သော် မဖြတ်မလပ်ရဘဲ အလိုအလျောက် ကြွကျ ပျောက်ကင်းသွားပါလိမ့်မည်။

၂၉ - **တနည်း မြင်းသရိုက်ဆေး။** ။နနွင်း, နတ်ထဝင်းရှူးအမြစ်, ငုံးနှစ်ပါး ဆတူ မှုန့်ပြု၍ တဗဒေါင်းစေ့နှင့် ဆားအတန်ငယ် ထည့်ပြီးလျှင် နွားကျင်ငယ်ရည်နှင့် ကြိတ်ပြီး အဆီအောင့်လုပ်ပါ၊ ၎င်းဆေးတောင့်ကို သွေးပြီးလျှင် မြင်းသရိုက်တွင် မကြာမကြာ လိမ်းပေးပါက မြင်းသရိုက်ရောဂါ ဆေးလျော်စွာ ပျောက်ကင်းလိမ့်မည်။

၃၀ - **တနည်း မြင်းသရိုက်ဆေး။** ။နနွင်းမှုန့်ကို ရှားစောင်းကြီး၌ ခိုခ်ပြီးလျှင် နီးကို မှည့်ကြီး ကျစ်သားသော အစေ့ဘောင့်၌ သုတ်လိမ်းပြီးလျှင် ၎င်းချည်ကြိုးကို မြင်းသရိုက်လိပ်ခေါင်းတွင် ရစ်ပတ်ပေးရာ၏။

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

၃၂ - **သွေးဝမ်း။** ။သွေးသက်သက် ဖြစ်စေ, မြင်းရိုက် ရောဂါကြောင့် သွေးများ ကျဆင်းသည် ဖြစ်စေ, အရိအချွဲများ ကျဆင်းသည် ဖြစ်စေ ဖြစ်ခဲ့သော် အထက်ပါ ပြုတ်ရည်ကို ပျားရည်နှင့် စပ်ပြီး တနေ့ (၃) ကြိမ် ထပ်၍ သောက်လျှင် ၃-ကျပ်သားခန့် သောက်ပေးခဲ့သော် နေ့ချင်း မင်းလျှင် ပျောက်ကင်း ချမ်းသာနိုင်ပါ၏။

၃၃ - **သွားနာ ရောဂါ။** ။နနွင်းမှုန့်ကို သွားဖုံး ရောင်ခြင်း, သွားနာခြင်း, ကိုက်ခဲခြင်း ဖြစ်ခဲ့သော် နနွင်းမှုန့်ကို ရေနွေးနှင့် ဖျော်၍ ငုံပေးရာ၏၊ ဖြည်းဖြည်း နှိပ်နှိပ်သည့်၍ မှ သောက်ပေးရာ၏၊ နနွင်းမှုန့် သက်သက်ကို သွားရင်းတွင် သိပ်ပေးရာ၏။

၃၄ - **သွားခိုင်ရန်။** ။နနွင်းမှုန့်, ဆားမှုန့်, မုန်ညင်းဆီ— ထိုသုံးမျိုးကို ရောစပ်များပြီးလျှင် ညနံနက် မှန်မှန် သွားတိုက်ပေးခဲ့သော် ခန္ဓာ ပြုတ်သည့်တိုင်အောင် သွားမပြုတ်ဆိုပါသည်။

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

၃၆ - **ပန်းနာရောဂါ။** ။နနွင်း, သစ်နနွင်း, မြင်းသီသာ— ထိုသုံးမျိုးကို အမှုန့်ပြုပြီး ဆေးလိပ်၌ အခိုး ရှူခဲ့သော် ပန်းနာ, မောကျပ်ခြင်း, တခဏချင်း ကောင်းပါသည်၊ ၎င်းဆေးမှုန့်ကို ၂-ပဲသားခန့် ရေနွေးနှင့်လည်း သောက်နိုင်ပါသည်။

၃၇ - **အပူဝမ်းလျှော။** ။နွားငယ်၊ သိုးခြေသက်တို့ ထန်းလျက်-ပြုတ်၍ ခပ်ပူပူ များများ သောက်ချပေးခဲ့သော် တခဏချင်း ထိုအပူဝမ်း ကင်းစင် ပျောက်ကင်းနိုင်ပေ၏။

၃၈ - **ဝမ်းပျက်။** ။ကာလ ကြာရှည်စွာ မီးရှဉ်ဝမ်း၊ ဒုလာဝမ်း ဖြစ်ခဲ့သော် နွားမှုန့်ကို ရောက်ရည် အတန်ငယ်နှင့် နယ်ပြီးလျှင် နံနက် ည ဇီးသီးခန့် တကြိမ် (၃) လုံးစီ မျိုပေးရာ၏၊ ဒရဲ့ကို သောက်ပေးရာ၏။ ငါးစသည် ချက်ရာ၌ နွားဖြင့် နာနာ နယ်ပြီးလျှင် ကင်ပြီးနောက် ၎င်းကို ချက်စားရာ၏။

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

၄၀ - **ချွေးအနံ့ မကောင်း။** ။ချွေးထွက်ရာ၌ အနံ့ လွန်စွာ ဆိုးခြင်း၊ ချွေးထွက်များခြင်း၊ ချွေးထွက်ပြီးသည်နောက် အေးသားအေးနေခြင်း၊ ပိမိချွေးသည် ပင်လျှင် ပြန်ပတ်မှုခြင်း ဖြစ်ခဲ့သော် ကောင်းသော ချွေးထွက်ခြင်း မမည်၊ ထိုအခါ နွားယက်သက်ကို ပင်လျှင် အခြေအနေအရ ကြည့်၍ သောက်ပေးပါက ထိုချွေးဆိုးထွက် ဟောမှု ဆေးလျှင်စွာ ပျောက်ကင်း စေးပါလိမ့်မည်။

၄၁ - **ချွေးအေးပတ်များ။** ။ချွေးရည်များသည် အဲတွင်းရှိ အပူကြောင့် အပြင်သို့ ပြေးထွက်လာကြ၏၊ (ဥဿုကိုယ်ငွေ့ကြောင့် အသားမှ ထွက်လာသော အရည် အညစ် အကြေးသာ ချွေးကောင်း ဖြစ်၏)၊ ထိုသို့ အပြင်တွင် ဆောက်လော်သောအခါ အယက်အညာသော ၌ ရောဂါဆိုးကဲ့သို့ အပြင်ကွာ ချွေးမှုသပတ်နေ၏၊ ထိုအခါ လက်ချောင်းများဖြင့် နွားကိုင်ပြီးလျှင် လက်ကို မီးကင်၍ ဆပ်ပေးရာ၏၊ ဖိပေးရာ၏၊ ဆိုပေးရာ၏၊ အသား ပူလာသည်အထိ ပြုလုပ်ပေးပါ။ ထို့နောက် အတွင်းမှ နွားကို ပင်လျှင် တိုက်ပေးပါ၊ လွန်စွာ ကြောက်မှုယ် ကောင်းသော ငန်းရောဂါဆိုး ချွေးအေးပတ် ရောဂါသည် နွားတမျိုးတည်းဖြင့် သာ ပျောက်ကင်း သွားစေနိုင်ပါသည်။

၄၂ - **ဒဏ်ရာရခြင်း။** ။တုန်းတိုက်ရာ ထိခိုက် ရှနာ မိခြင်းကြောင့် အတွင်းကြေပြီးလျှင် ဒဏ်ရာရခြင်း ဖြစ်ခဲ့သော် နွားနှင့် နှံ့ထုံးကို ရောစပ်ထိမ်းပေးရာ၏၊ နွားနှင့် ပိသတ်ခြ ဆား အနည်းငယ် ထည့်၍ ကျပ်ထုပ် ထိုးပေးရာ၏။

၄၃ - **အကျိတ်နာ။** ။ပေါင်ခြံတွင် ဖြစ်စေ၊ ပါးစောင်တွင်ဖြစ်စေ၊ အခြားသော တနေရာရာတွင် ဖြစ်စေ အကျိတ်များ ဖြစ်ပေါ်လာလျှင် နွား နှင့် ထုံးကို ရောစပ် ထိမ်းပေးခြင်းဖြင့် များစွာ အကျိုးပြုပါသည်။

၄၄ - **သွေးထွက် လွန်ခြင်း။** ။တစုံတခု ထိခိုက် ရှနာ မိခြင်းကြောင့် သွေးများ မတိတ်ဘဲ အထွက် လွန်ခဲ့သော် နွားမှုန့်ကို သိပ်ပေးရာ၏။

၄၅ - **ဆီးနောက်ရောဂါ။** ။ဆီးသွားသော အခါ၌ ဆံမှုန့်ညက်ရည်များ ကဲ့သို့ ဆင်းတတ်သော ပိဋကမေဟ (ဆံမှုန့်သက် တူလာသသေသာနာ) ဆီးရောဂါများ ဖြစ်ခဲ့သော် နွား နှစ်ပါးပြုတ်ရည်ကို နိုင်နိုင် သောက်ပေးပါ။ (နွား နှစ်ပါး ဟူသည် နွားမွှေးမျိုး ဥနွား နှင့် သစ်နွား ဖြစ်သည်။)

၄၆ · **ကျောက်တည်ရောဂါ**။ ။နနွင်းမှုန့် ၆ - ပဲသား၊ သကြားနီခဲ ၁ - ကျပ် ၆ - ပဲသား— ဤဆေးနှစ်မျိုးကို ရောစပ်၍ သံပုရာရည်နှင့် တခေါက် (၃) ကြိမ် သောက်ပေးရ၏။

၄၇ · **ဆီးရောဂါ**။ ။နနွင်းမှုန့်၊ ဇီးဖြူသီး သကာရည်၊ ပျားရည်— ထိုသုံးမျိုးရော၍ သောက်ခဲ့သော် သိမ့်၊ လိင်အောင့်မှု၏ ဆီးရောဂါ အမျိုးမျိုးကို ပျောက်ကင်းစေ၏။ နနွင်းမှုန့် ၃ - ပဲသားကို ပျားရည်နှင့် ထောပတ် နေ့စဉ် နံနက် အခါ အိပ်ရာထ၍ သောက်ပြီး နောက် ရေဝအောင် သောက်ပေးပါ၊ ဤအတိုင်း နေ့စဉ် ၃ - ပဲသားခန့် သောက်ပေးခဲ့သော် ဆီးရောဂါ အမျိုးမျိုး ပျောက်ကင်းနိုင်၏။

၄၈ · **ဝါသင်နာ**။ ။ရင်းကို ထေးကျမ်းတို့၌ ကမလာရောဂါ ဟု ခေါ်သည်၊ မျက်လုံး၊ လက်သည်း၊ အသားရောင်များ ဝါလာသော ရောဂါဖြစ်သည်၊ ထိုရောဂါ အတွက် နနွင်းမှုန့် ၁ - ကျပ် ဂ - ပဲသား၊ ဒိန်ချဉ် ၇ - ကျပ် ၄ - ပဲသားတို့နှင့် ရောစပ်ပြီးလျှင် နံနက် အိပ်ရာထတိုင်း ခပ်များများ သောက်ပေးရာ၏။

၄၉ · **တနည်း ဝါသင်နာ**။ ။နနွင်းပြုတ်ရည် ၁၅ - ကျပ်သား နှင့် နွားထောပတ် ၅ - ကျပ်သားကို ရောသပတ် ၅ - ကျပ်သား ကျန်သည်အထိ ချက်ပါ၊ ရင်းဆေးထောပတ်သည် ဝါသင်နာ အတွက် အမြစ်ပြတ် ပျောက်ကင်းစေနိုင်၏။

၅၀ · **တနည်း ဝါသင်နာ**။ ။နနွင်းမှုန့်၊ ဇီးဖြူ၊ ဖန်းခါး၊ သစ်ဆိမ့်သီး— ထိုလေးမျိုးပြုတ်ရည်နှင့် ကျွဲထောပတ်ကို အလေ့ကျ ဖော်ပြသွားသည့်အတိုင်း ဆေးထောပတ် ပြုလုပ်၍ သောက်ရာ၏။ (ကြာရှည် ဆက်လက် စားသွားနိုင်ရန် အလေးချိန်ကိုမူ တိုး၍ ထည့်ယူ၏။)

ဤသည်လျှင် နနွင်း၏ ဂုဏ်အင် ရုံလည်များပြား တန်ခိုးကြီးမားသည့်အတိုင်း အာယုဗ္ဗေဒ ကျမ်းတတ် ဆရာများ အဆက်ဆက်တို့ ချမှတ်ခဲ့ကြသည့် လက်စွဲ အသုံးများကို စုံလင် စွာ ရည်းယူ၍ အသုံးပြုနိုင်ရန် ဖော်ပြခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

နနွင်းခါး

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ရင်းသည် အိမ်တိုး စားနနွင်း ကဲ့သို့ ဖြစ်၏၊ အရွက် သေးငယ်၏၊ အပင် သေး၏၊ ဥသေးငယ်၏၊ သဏ္ဌာန် အနေ အသေး အရောင် အခန့်ဖြင့် စီစစ် ကြည့်သော် ၃ - မျိုး များနေသည်ကို တွေ့ရ၏၊ အသေးအရောင် ဝါဖြော့ဖြော့ ရှိသော ဥကြီးမျိုး တမျိုး၊ အသေး အရောင် ဝါရင့်သော ဥကြီးမျိုး တမျိုး၊ အသေး ဝါရင့်သော ဥသေးမျိုး တမျိုး— ၃ - မျိုးခန့် တွေ့ရှိရ၏၊ ထိုသုံးမျိုးအနက် ဥသေး အဝါရင့် အရောင်သည် ဆေးသုံးရာ၌ အကောင်းဆုံး ဖြစ်၏၊ ရင်းသည် နနွင်းခါး ၃ - မျိုးတွင် အခါးဆုံး ဖြစ်၏၊ နနွင်းခါး စိုက်နည်း၊ နနွင်းဟာက် နည်းတို့မှာ ဖော်ပြခဲ့သော နနွင်းရိုးရိုးကဲ့သို့ ပင် ဖြစ်၏။

(၉၂) အရှင်နာဂသိန် ပုံပြ ဆေးအဘိဓာန်

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

အသုံးပြုပုံ

သွေးတိုးရောဂါ၊ ထိုမှတဆင့် လေဖြတ်ခြင်း၊ ထိုမှတဆင့် သီးချိုခြင်း၊ အသားအေးခြင်း၊ ရုပ်ပေးခြင်း၊ ဆီးလမ်း ကျဉ်း၍ ဆီးမဆင်းခြင်း ဖြစ်ခဲ့မူ နနွင်းခါး သက်သက်ကို ပင် အမှုန့်ပြု၍ ပျားရည် စစ်စစ်နှင့် ဖော်ပြီး တနေ့ (၃) ကြိမ် သုံးစွဲသွားပါမူ ကုလို့မရတော့သည့် (ဥပက္ခေယျ) ဆရာ လက်လျှော့ထားသော မျှော်လင့်ချက် မရှိသည့် ရောဂါ ဝေဒနာများကို ပင် ပျောက်ကင်းပါသည်၊ ယင်းသက်သေးတို့နှင့် ဉာဏ်ရှိသလို သုံးတတ်ပါမူကား ဆိုဖွယ်ရာမရှိ အကျိုးပေးနိုင်သည်ကို တွေ့ရပါလိမ့်မည်။

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

ရသာယန ဆေးနည်း။ ။ဆေးခါး ၁၀ ကျပ်သား၊ ကွမ်းရွက် သတ္တုရည် ၁၀ ကျပ်သား၊ ဆား ၅ ကျပ်သား၊ ဇာတိပ္ဖိုလ်သီးမှုန့် ၅ ကျပ်သား၊ လေးညှင်း ၅ ကျပ်သား၊ ပိတ်ချင်း ၅ ကျပ်သား ၎င်းတို့ကို နွားနို့ ၂ ပိသာနှင့် နယ်၍ လင်ပန်းနှင့် ထည့်လှမ်းပြီးလျှင် ခပ်ထပ်ထပ် ခြောက်သော အခါ၌ ဇီးကင်းခန့် အလုံးငယ်များ ပြုလုပ်ပြီး ဖယ်ပုလင်းနှင့် ယိုမိုး သိမ်းထားပါ၊ တနေ့ သုံးလုံး မျိုပေးလျှင် ထိုးမြှူးခြင်း၊ သွားကျိုးခြင်း၊ အရည်တွန့်ခြင်း၊ အသံ တိမ်ခြင်း၊ ချဲထခြင်း၊ 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 စသည် ဖြင့် ယင်းဆေး တမျိုးတည်းကို ပင် စွဲစားနေကြသဖြင့် အကျိုး ကျေးဇူး အပြည့်အဝ ရှိကြောင်း စားသူတို့ကို မေးမြန်း သိရှိရပါသည်။

အဖျားရောဂါ။ ။၎င်းသည် နနွင်း ရိုးရိုးကဲ့သို့ ပင် အဖျားရောဂါတို့၌ အသုံးပြုနိုင်ပါသည်၊ အဖျားရောဂါ အတွက် နနွင်းရိုးရိုးကို ထည့်ခြင်းထက် 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။

မှတ်ချက်။ ။အထက်ဖော်ပြခဲ့သော နနွင်းခါး သုံးနည်းများသည် အကျဉ်းချုပ်မျှသာ ဖော်ပြခြင်း ဖြစ်သည်၊ ဆီးချို, သွေးတိုး, လေဖြတ် ရောဂါတို့၌ အသုံးပြုသည့်အခါ သတိပြုရန် တချက်မှာ ဆီးချိုကို ပျောက်ကင်းစေနိုင်၏ ဟု ဆိုရာတွင် ချိုသော သီးကို မချိုအောင် တစေ့ချင်း စမ်းသပ်၍ အကျိုး ထက်ရောက်သည်ကို တွေ့မြင်နိုင်မည် မဟုတ်ချေ၊ စမ်းသပ်၍ ခုတ်ခွဲ၍ မရနိုင်သော ဆေးတို့၏ စွမ်းရည် သတ္တိ ဟူ၍ သည် ရှိ၏၊ ၎င်းကို ဘေသဇ္ဇအစိန္တေယျ ဟု ခေါ်သည်၊ တဖြည်းဖြည်း လရှည် နှမ် ကြာ သုံးစွဲသွားပါလျှင် အကျိုး ရှိသည်ကို သာ တွေ့နိုင်ပါသည်၊ ဆေးပစ္စည်း ခွဲယူ နည်း၌ (၃) ဆင့် ပါသည်၊ တဆင့်မှာ အရသာနှင့် စီစစ်နည်း, တဆင့်မှာ (ဝိပါက) ဆေး ကြေကျက်သွားပြီးနောက် အသွေးအသားထဲသို့ ဝင်ရောက်လာသော အခါ စီစစ် နည်း, တဆင့်မှာ (ပဘာဝ) ဆေးတို့၏ တန်ခိုးသတ္တိ ရှိသည့် အလိုက် သုံးစွဲသူ တို့၏ မှတ်သားချက် အရ စီစစ်နည်း—ဤသို့ အချုပ်အားဖြင့် (၃) မျိုး ရှိရာတွင် နနွင်းခါး၏ ဖြစ်နှင်းပြီး အကျိုးပြုပုံသည် ရသ အနေဖြင့်၎င်း, ဝိပါက အနေဖြင့် ၎င်း စီစစ်၍ သိနိုင်ကောင်းသော ဆေးပစ္စည်းမျိုး မဟုတ်ချေ၊ ပဘာဝ စွမ်းရည်သတ္တိ တန်ခိုး အနေဖြင့် သာ သိရှိရသော ဆေးပစ္စည်းမျိုး ဖြစ်သည်ကို မှတ်ယူအပ်ပေသည်။

နနွင်းနွယ်

သက္ကတ वनहरिद्रा

ဟိန္ဒီ झाड़ की हल्दी

လက်တင် Coscinium Fenestratum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ဝါ၏၊ ဂေါ်နွယ်ကို ယင် ဆေးအသုံး ပြုရ၏၊ လုံး ၄ လက်မခန့် ကြီး၏၊ အခေါက်သည် ခါး၏၊ အနံ့ မရှိပါ၊ ဤနနွင်းကို "ဒါရုဟ ရိဒ္ဒီ (သစ်နနွင်း)" ဟု လိမ်လည်၍ ရောင်းတတ်၏၊ သို့ရာတွင် ဤနနွင်းနွယ်သည် သစ်နနွင်း ထက် အနည်းငယ် ပြော၍ အဝါရောင်လည်း ပြော၏။

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

နနွင်းပြာ (ဂမုန်းဆိမ်ပြာ)

ဟိန္ဒီ काली हल्दी (ကာလီဟလဒီ)

လက်တင် Curcuma Caesia

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

အနည်းငယ် ရှ၏၊ ၎င်းအညွှန့်သည် ဝါရောင် ရှိ၏၊ ၎င်း၏ အစေ့သည် လုံး၍ အရွက်လည်း နနွင်းရွက်နှင့်ပင် တူ၏၊ သို့သော် အရွက်၏ အလယ်တွင် အပြာရောင် အစင်းကြောင်း ရှိ၏၊ နံဘေးတွင်လည်း အချို့ ကြည်ပြာရောင် ရှိ၏၊ အပြာနုရောင် ရှိ၏၊ အရွက်ကြောပြင်ကား နီပြာရောင် ရှိ၏၊ ၎င်းကို မြန်မာတို့သည် ဂမုန်းထိမ်ပြာဥ ဟု ခေါ်၏။

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

နနွင်း (တော)

သက္ကတ — आम्रहरिद्रा

ဟိန္ဒီ — आंबा हळदी (အာမ္ဗာဟလဒီ)

လက်တင် — Curcuma Aromatica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နနွင်းမျိုး ဖြစ်၏၊ များသောအားဖြင့် တောင်၌ သာ ပေါက်၏၊ အရွက် နွေညို၌ မိုးပန္နာသီ ရွက်သစ်များ ထွက်၏၊ အရွက်နှင့် အတူ အဖူးများလည်း ပါလာ၏၊ ရေလောင်း မြေဆွေးကျလျှင် လက်သီးဆုပ်ခန့် ဥများ ကြီး၏ ဥသည် လိမ္မော်ရောင် ရှိ၏၊ ၎င်း၏ အနံ့သည် နနွင်းထက် စူးရှ၏၊ ပရုပ်ကဲ့သို့ ရှိ၏။

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

အသီးသီး အသုံးပြုပုံ

အနာမီးလျှံ, ယားယံခြင်း, ချောင်တင်ခြင်း စသည်တို့၌ လိမ်းပေးခဲ့သော် ပျောက်ကင်း ကင်း၏၊ မြွေ ကိုက်ခဲလျှင် ပန်းနှ, ကြက်ဆေဖက် ဆားပြုန်တို့နှင့် ရော၍ လိမ်းကျံခဲ့သော် အကျိုးများ၏။

နနွင်းရွှေ (ဆေးရွှေ)

သက္ကတ दारुहरिद्रा

ဟိန္ဒီ दारुहल्दी (ဒါရုဟလဒီ)

လက်တင် Berberis Aristata

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဆေးရွှေပင်သည် ၂-မျိုး ၃-မျိုးမျှ ရှိ၏။ ပဌမ အမျိုးမှာ အမြင့် ၆-ပေ ၁၂-ပေမျှ ရှိ၏။ နွယ်ယောင်ယောင်ပင် ဖြစ်၏။ သကိုင်းအခက်များ၏ အဆစ်များမှ ၄-လက်မမျှ အကွာတွင် အရွက်ဘိုသည့် ၄-၅ ရွက် စုပြုံ၍ ပေါက်၏။ အရွက်သည် တလက်မျှ ရှည်၏။ ပင်းရွက်ရင်းတွင် ဆူးကဲ့သို့သော ဆူးများ ၃-ချောင်းကပ်၍ ထွက်ပြီးလျှင် ထိုနေရာမှပင် ထိုး၍ အပွင့်များ ပွင့်၏။ ဝါရောင် ရှိ၏။ အသီးမှာ သချပ်သီးအရွယ်ခန့် ရှိ၏။ အရသာ ချို၏။ အရောင်မှာ နီရောင်သန်း၍ ညို၏။ ၎င်းဆေးရွှေသီးကို "ခရိသုက" ဟု ခေါ်၏။ အသားမှာ နနွင်းရောင် ရှိ၏။ ထို့ကြောင့် 'ဒါရုဟရိဒြာ' 'ဒါရုဟလဒီ' ဟု ခေါ်တွင်ကြ ကုန်၏။

အာယုဗ္ဗေဒဆေးရွှေ နှင့် မြန်မာ့ဆေးရွှေ

၎င်းကို အထူးသတိပြုကြရာ၏။ ယခု မြန်မာတို့သုံးနေသော ဆေးရွှေသည် ရှေးနိုင်ငံ ကျယ်ကြီး ဆေးကျမ်းကြီးမှ လာသော ဆေးမျှ မဟုတ်။ သဏ္ဌာန် ရသော အကျိုးသွားခြင်း ကွဲပြားစေ ဖြစ်သည်ကိုလည်း သတိပြုပါလေ။ ရှေးဟောင်း ဆေးကျမ်းကြီးများ ညွှန်ကြားသော ဒါရုဟရိဒြာ ရွှေဆေးကို ကျွန်ုပ်တို့သည် မနေမနား ကြိုးပမ်း၍ မြန်မာပြည်တွင် ရှာ၍ မပြား မျှ ဖွေနေဆဲ ဖြစ်ပါသည်။ မတွေ့ရှိသေးပါ။ သို့သော် ဟိန္ဒိယမှ ရောက်ရှိလာသော ဆေးရွှေ အစစ် ကိုသိရှိလိုပါက ကျွန်ုပ်တို့ အာယုဗ္ဗေဒ ဆေးသိပ္ပံကျောင်းကြီးရှိ ဆေးပြတိုက်ကြီးတွင် မည်သူ မဆို လာရောက် ကြည့်ရှုနိုင်ပါကြောင်း။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။နနွင်းရွှေသည် ခါး၏။ ပူ၏။ ပုံ၏။ အနာပေါက်၊ ဟုလာသ ပွားနာ၊ ရေယုန်ကြီးနာ၊ အရေဖျားရောဂါ၊ အဆိပ်သင့်နာ၊ နားနာ၊ မျက်စိရောဂါ၊ ဖတ်ကွင်းနှံ့ ခြင်းလာသောရောဂါ၊ သားအိမ်၌ ဖြစ်သော ရောဂါ နှင့် အချား ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေ တတ်၏။

အဖျားရောဂါ။ ။ဆေးရွှေ ၁၁-ကျပ် ၄-ပဲသား၊ ရေ ၆၄-ကျပ်သားကို ရေ ၁၂-ကျပ်သား ကျန်အောင် ကျိုချက်၍ စစ်ယူထားပါ။ ၎င်းပြုတ်ရည် ၂-ကျပ်သားမှ ၃-ကျပ် သားအထိ သောက်မူ အဖျားရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ကိုယ်ရေဝါရောဂါ။ ။ဆေးရွှေ အစို အခေါက်၏ ဘက္ကာရှည်ကို ဖျားရည်နှင့် ရော၍ နေ့စဉ် မှန်မှန် သောက်ပါက ကိုယ်ရေဝါရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

အဆစ်ရောင်ရောဂါ။ ။ဆေးရွှေ အကိုင်းများကို ကျိုချက်၍ သောက်မှု ချွေးများ ထွက်ခါ ခေတ်လည်း သက်ပြီးလျှင် အဆစ်ရောင်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

လေနာ လေအောင့် ရောဂါ။ ။၎င်းအမြစ်၏ အခေါက်ကို ကြံသကာနှင့် ကျိုချွဲ တနှက် ၁ - ကျပ် ဂ - ပဲသားမျှ သောက်က ဝမ်းတွင်းနှ ဖြစ်သော လေနာ လေထိုးရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဝမ်းတာနှံဆေး။ ။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။

လိင်ဥရောင်ခြင်း။ ။ဆေးရွှေမြစ်ပြုတ်ရေ နှင့် နွားကျင်ငယ်ကို အတူရော၍ တစ္စက် ၈ ၂ - ကျပ်သားမျှ နေ့စဉ်သောက်ပါက လိင်ဥ ရောင်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

မျက်ရည်ယို ကျသော ရောဂါ။ ။ဆေးရွှေ, သစ်ဆိမ့်သီး, ဇီးဖြူသီး, ဖန်ခါးသီး, နွားမြေရင်း ၎င်းတို့ကို ထက်ဝက်ခြမ်း ပြုတ်၍ ၎င်းအရေတွင် ပျားရည် လူ၍ သင့်တော်ရုံ ရောဝင်၍ မျက်စဉ်းခပ်မှု သွေးကြောင့်, သည်းခြေကြောင့်, လေကြောင့်ဖြစ်သော မျက်ရည်ယို ယိုစီးသော ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

အတိသာရ ဝမ်းရောဂါ။ ။ဆေးရွှေ, သင်းဖော, လက်ထုပ်စေ့, သဘော်ချင်း ချောက်— ၎င်းတို့ကို ဆတူစွ၍ အမှုန့်ပြုပါ၊ ၎င်းဆေးမှုန့်ကို သလဲသီး သတ္တုရည် သို့မဟုတ် သလဲသီးပြုတ်ရည်နှင့် သောက်ပါက လေကြောင့်, သည်းခြေကြောင့် ဖြစ်သော အတိသာရ ဝမ်းပျက်နာ ပျောက်ကင်း၏။

နနွင်းခဲ (နဂါးဇချေး)

နဂါးချေး ဟု ခေါ်သော နနွင်းခဲ ပြုလုပ်၍ သုံးသည့် ဆေးပစ္စည်းတမျိုး ရှိ၏၊ ၎င်းသည် သစ်နနွင်းကို ငါးပုံ တပုံကြွင်း ပြုတ်၍ ၎င်းမှုတ်ရည်ကို ဆီဘက်ရှိ စစ်ယစ်နှင့် ရောသမ ၁ တဖြည်းဖြည်း ခဲအောင် ချက်ထားသော ဆေးပစ္စည်းကို ဆိုသည်၊ ၎င်းကို ရှေးက နဂါးချေး ဟု ခေါ်ကြသည်၊ ဖော်ပြပါအတိုင်း သန့်ရှင်းစွာ ဆေးပစ္စည်းကို ယူပြီးနောက် စီမံ ချက်ယူလျှင် သင့်ပေသည်၊ အချို့ သူတို့သည် ထိုသို့ ချက်လုပ်ရာ၌ အချိန်လေးရန် လဲများ ရောစပ်၍ ပြုလုပ်တတ်ကြပေသည်၊ ထိုကဲ့သို့ မသန့်ရှင်းသော နဂါးချေးမျိုး ဖြစ်ပါက စင်ကြယ် သန့်ရှင်းအောင် ပြုလုပ်ပြီးမှ ပိမိလိုသလို အသုံးပြုသင့်သည်၊ သန့်ရှင်းအောင် ပြုလုပ်ပုံမှာ ရေနွေးပူပူတွင် ထိုနဂါးချေးခွန်ကို ဖျော်၍ မွှေပြီးနောက် အဝတ်နှင့် စစ်ယူပါ၊ ကျဆင်းသွားသော အနှစ်ရည်ကို ခြောက်အောင် နေလှမ်းပြီး အသုံးပြုပါလျှင် စင်ကြယ်သော နဂါးချေးကို ရရှိပါလိမ့်မည်။

မှတ်ချက်။ ။နနွင်းခဲ ခေါ် နဂါးချေးကို ပြောသော ဆေးစကားသည် 'ရသညွှန' ဖြစ်၏၊ ရှေးက ထိုရသညွှန ဟူသော ဆေးဘက် ပစ္စည်းပုဒ်ကို 'နဂါးချေး' ဟု ပြန်ဆိုကြသည်၊

သုသုတသံဟိတာကျမ်း သုတ္တဋ္ဌာနအခန်း (၃၈) ၌ အဉ္စနာဒိဂိုဏ်းတွင် ပါရှိသည်မှာ "ရသဉ္စန ဒါရွဟရိဒြ ကွာထေနကိုတ္ထံ" အဓိပ္ပါယ်မှာ သစ်နနွင်း မရလျှင် နနွင်းနွယ် ပြုတ်ရည်ဖြင့် အတုပြုလုပ်ထားသော ပဆည်း ဖြစ်သည်၊ ဆိုလိုသည်မှာ ရသဉ္စနကို တိုက်ရိုက် ရသာခန်း ဟု ပြန်ဆိုကြသည်၊ နဂါးချေးဟုလည်း ပြန်ဆိုကြသည်၊ ၎င်းသည် ၂-မျိုး ရှိ၏၊ ဓာတ်နဂါးချေး နှင့် ဆေးနဂါးချေး ဖြစ်သည်၊ ပြဒါးမှိုင်း စသည် ပါသော နဂါးချေး နှင့် ဖော်ပြခဲ့သော နနွင်းခဲ ဆေးနဂါးချေး ၂-မျိုး ရှိရာတွင် ညွှန်းယူထားသော နဂါးချေးသည် ဆေးနဂါးချေး ဖြစ်သည် ဟု မှတ်ယူပါလေ။

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

ကြက်မျက်သင့်ရောဂါ။ ။ညအခါတွင် မမြင်သော ရောဂါကို ဆိုသည်၊ နဂါးချေး၊ သစ်နနွင်း၊ နနွင်းဖိုးဖိုး၊ မြဲလေးရွက်၊ တမာရွက်အညွန့်—တို့ကို ပါးပါး နှံ့အောင် ခတ်ရည်နှင့် စိမ်ပြီးနောက် ထိုအရည်ကြည်ကို ဝတ်ယူပြီးလျှင် မျက်စဉ်း ခပ်ပေးပါက ကြက်မျက်သင့် ရောဂါ ပျောက်ကင်းနိုင်ပါ၏။

မျက်စိယားခြင်း။ ။နဂါးခေါင်းကို ကြိတ်ချုတ်သုံးပါ၊ (ကြံ့ဖိ၊ ပိတ်ချဉ်း၊ ချင်း) စသော အမှုန့်ပြုပြီး ဥပမာ ဆေး ၄-မျိုးကို တမျိုးလျှင် ၁-ကျပ်သားစီ အမှုန့် ပြုလုပ်ပြီးနောက် ရေနှင့် ဖျော်ပြီးလျှင် မျက်စဉ်းတောင့်များ ပြုလုပ်ထားပါ၊ ၎င်းကို ရေအေးနှင့် သွေးပြီး မျက်စိတွင် လိမ်းပေးခြင်း ကွင်းခြင်း ပြုလုပ်ပါက မျက်စိ ယားယံခြင်း ချက်ချင်း ပျောက်ကင်းပါ၏။

အဖျားရောဂါ။ ။နဂါးချေးကို ၇-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 ရှည်ပင်းတလျှောက် ပေါက်သတ်သော ကျပ်တီးနာများ ပျောက်ကင်း၏။

အနာပေါက်။ ။နဂါးချေးကို လိမ်းပေးခြင်း ထည့်ပေးခြင်းဖြင့် တခဏချင်း ပျောက်ကင်းနိုင်ပါသည်။

မျက်ရည်ယို။ ။နွင်းဆီခေါင်းရည် ၃-ကျပ်သား၊ ဘိန်း ၁-ပဲသား၊ ပရုပ် ၁-ပဲ၊ မြှား ၄-ရတီ၊ နဂါးချေး ၆-ပဲသားတို့ကို ရောပြီး အဝတ်ထူထူနှင့် အရည်သက်သက်ကို စစ်ပါ၊ အလွန် ကောင်းသော မျက်စဉ်းရည် ဖြစ်ပါသည်၊ မျက်စိ ရောဂါ အမျိုးမျိုးနှင့် သင့်ပါသည်။

မြင်းသရိုက်။ ။နဂါးချေး၊ ကမာစေ့အဆံ ငါးရှဉ့်သီး ယှဉ်၍ နှမ်းဆီ စစ်စစ်နှင့် ရောပြီးလျှင် လိမ်းကျံပေးပါက များစွာ အကျိုးပြုပါ၏။

တနည်း · မြင်းသရိုက်ဆေး။ ။ကမာစေ့ဆံကို ဆီနှင့် နယ်ပါ၊ အလားတူ နဂါးချေးကိုလည်း ဒုဋ္ဌသင့်ရှိ အနည်းငယ် ထည့်၍ ဖယောင်းချက် ပြုလုပ်ပါ၊ ဤဆေးဖယောင်းချက်ကို မြင်းသရိုက် လိပ်ခေါင်း၌ လိမ်းပေးခဲ့သော် ခြောက်သွေ့ကြွေကျ သွားပါလိမ့်မည်။

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

နှာကျင် ကိုက်ခဲခြင်း ဟူးမျှ။ ။ဝဋ္ဋကွက်ကွင် ဖြစ်စေ၊ ယောနိ လိင် စသော လျှို့ဝှက်အပ်ရာ နေရာတို့၌ ဖြစ်စေ၊ ထိုးခြင်း၊ အောင့်ခြင်း၊ ကိုက်ခဲခြင်း ဖြစ်ပါလျှင် ထိုနဂါးချေးကို ထည့်ပေးခြင်း၊ လိမ်းပေးခြင်းဖြင့် ပျောက်ကင်းသွားပါလိမ့်မည်။

နဘူးနွယ်

သက္ကတ [illegible]

ဟိန္ဒီ [illegible] (ဟာပ,ရှိမသီ)

လက်တင် Echites Dichotoma

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

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ကြေကြရသော နူနာရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရ၏၊ ထို့ပြင် အခြား ပြားရောဂါ အမျိုးမျိုး၌ အသုံး ပြုရ၏။

နဘဲပင်

သက္ကတ जिंगिनी

ဟိန္ဒီ जिगन (ဂျိဂ်ံ,န်)

လက်တင် Odina Wodier

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပူသော အရပ်ဒေသများတွင် များစွာ ပေါက်၏၊ အပင်ကြီး မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ရွှေးရွက်များ ထွက်သကဲ့သို့ ၇ - ၅ - ၉ စုံထွက်၏၊ အပွင့်သည် ပွင့်

ပွင့်၏၊ နီဆောင်သန်း၍ ဝါရောင် ရှိ၏၊ မိုးရာသီတွင် ၎င်းအပင်သည် အဖြူရောင့် ရောင် ရှိသော အစေ့များ ပင်စည်မှ ထွက်၏၊ ၎င်းအစေ့များသည် ထက်ဝက် ရေထဲ ပါသွား၍ ထက်ဝက်မျှ သာ ကျန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။နဘဲသည် ချို၏၊ ပူ၏၊ ဖန်၏၊ ယောနိ များကို သန့် စင်အောင် သုတ်သင်တတ်၏၊ စပ်ဖျင်းဖျင်း ရှိ၏၊ နှလုံးရောဂါ, လေရောဂါ, အတီသာရ ရော ဂါများကို ကင်းဝေးစေ၏၊ ၎င်း၏ အစေ့သည် ချိုပ်၏၊ အခေါက်လည်း ချိုပ်တတ်၏၊ ဝဖြိုး ၏၊ အနာများကို အသားနု တက်စေ၏၊ ဝမ်းသွားသူများကို ၎င်းအစေး တိုက်ပေးရ၏၊ မျိုးသု အစိုးနာသူများကို ၎င်းအစေးကို အုန်းဆီနှင့် ကြိတ်၍ လူးပေးရ၏၊ ၎င်းအ ခေါက် ပြုတ်ရည်ကို နာတာရှည် ဝမ်းပျက်ရောဂါနှင့် ကိုယ်သက်အင်္ဂါ လျော့ပါးနေသူ များကို တိုက်ကျွေးရ၏၊ ၎င်းအခေါက်ရည်ကို နတ်ငုံခြင်း ပြုပါက လည်ချောင်းနာ ရော ဂါ၊ သွားနာ သွားကိုက်၊ သွားဖုံး ရောင်ရမ်းခြင်း, သွေးများ ပြည်များ ကျခြင်းတို့ကို ပျောက် ကင်း၏၊ ၎င်းအခေါက်ပြုတ်ရည်ကို နှမ်းဆီနှင့် ချက်၍ ရေခန်းပြီး ဆီကျန်လျှင် စစ်ယူ၍ ၎င်းဆီကို အနာဟောင်း နှင့် မကျက်နိုင်သော အနာများကို သုတ်သင် လိမ်းပေးပါက မြန်စွာ အသားနု တက်လာလိမ့်မည်၊ အရွက်ကို ပူအောင် ပြုတ်၍ ရောင်ကိုင်းသော နေရာများကို ကပ်ပေးရ၏၊ အရွက်ပြုတ်ရည်ကို သောက်မူ မိန်းမများ၏ နှလုံးတုန်သော ရောဂါ ပျောက် ကင်း၏၊ ၎င်းအရွက်၏ သတ္တုရည်ကို ၇ ကျပ် ဂ ပဲသား၌ မန်ကျည်းသီး ၃ - ကျပ် ပဲသားကို ရောနယ်၍ သောက်ပါက အန်လိမ့်မည်၊ ထိုသို့ အန်သော အခါ ဟိန်း ခြင်း နှင့် အခြား တစုံတခုတို့ကြောင့် ပုံးရစ်ခြင်း ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်း၏၊ အသားနု တက်နိုင်သော အနာဟောင်းများကို ၎င်းအခေါက် နှင့် တမာဆီကို ကြိတ်၍ လိမ်းပေးမူ အသားနု မြန်စွာ တက်၏။

နမကီ သံလျက်

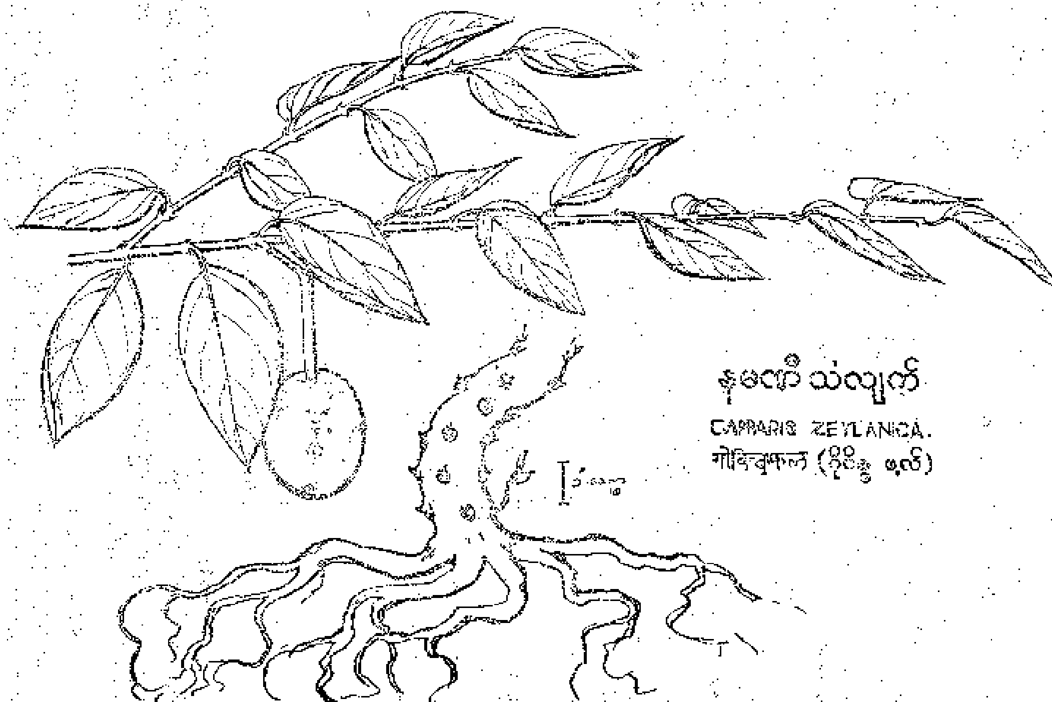
သက္ကတ ---

ပါဠိ --- (---)

လက်တင် Capparis horrida.

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

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



နွဖကြီး သံလျက်

CAPPARIS ZEYLANICA.

गोविन्दफल (ဂိုဝိန္ဒ ဖလ်)

အနာခြင်းကို ပြုတတ်၏၊ ဝပ်မီး ရောက်၏၊ သွေး ဆုတ်၏၊ ပိန်မချား မီးတွင်း ရင်းမြစ်ခေါက် ပြုတ်ရည်ကို တိုက်ခဲ့သော် ပျောက်ကင်း၏၊ အဝ အားကြီးသော မျက်နှာပြင်တွင် အဖုအပိန့်များ ပေါက်ခြင်းကို ပင်းအမြစ်ကို ရေနွေးနှင့် သွေး၍ ပေးရာ၏၊ အနာမြုံများ, မြင်းသရိုက် ရောဂါများကို ရောက်၍ ပါသော ဆီဖြင့် ပွမ်း ထွက်၍ စီးဆုပ်ပေးပါက အထက်ပါ အနာများ အသားနု တက်၍ လာပါလိမ့်မည်။

ဆီချက်နည်း။ ။ရင်းအမြစ်ကို ရေနှင့် ဆွေးပြီး ရေကဆယ်ယား, နှမ်းဆီ လေး ပါးကျပ်သား ထည့်၍ ရေခန်းအောင် ချက်ပါ၊ ရင်းအရွက်ကို ကြိတ်၍ ပြည်တည်လာ အနာ, အဖုအပိန့်များ ပေါက်ခြင်း, ရောင်ရမ်းခြင်း, မီးလောင်ခြင်း စသော အနာ ကို လိမ်းပါက ပျောက်ကင်း၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အပူနှင့် ယှဉ်သော ယားယံခြင်း, ရင်းအရွက်ကို ရေနွေးနှင့် ကြိတ်၍ လိမ်းကျံပေး သော် ပူလောင်ခြင်းနှင့် ယှဉ်သော ယားယံခြင်း ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ပြည်တည်လာသောအနာ နှင့် ရောင်ရမ်းခြင်း။ ။ပြည်တည်လာသော အနာ ဖြစ်၍ ရောင်ရမ်းခဲ့ လျှင် ရင်းအရွက်ကို ကြိတ်၍ အုံပေးခဲ့လျှင် ရင်းရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ကာလဝမ်းရောဂါ။ ။ရင်းအခေါက်၏ အမှုန့်ကို ဆန်ပုန်းရည်နှင့် စိမ်၍ တိုက် သော် (သို့မဟုတ်) ညစဉ် မနက်သောက် နေ့လယ်မှ ညသောက် ပြုခဲ့သော် ကာလဝမ်း ရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်၊ (အရေးကြီးပါက မိမိ၏ နည်းဖြင့်သာ သောက်နိုင်၏။)

လိင်နိမိတ်ရောဂါ။ ။ရင်းအရွက်ကို ဖုံသားရွက် တရွက်တင် ပြုတ်၍ သောက်ခဲ့ သော် လိင်နိမိတ်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

နရပသီ

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အရိုးသည် ပိန်းရိုးနှင့် တူ၏၊ အရွက်သည် ပိန်းရွက်မျိုး ဖြစ် သော်လည်း ပုံသဏ္ဌာန်မှာ ကြာရွက်နှင့် တူ၏၊ အစုလိုက် အပြုံလိုက် ပေါက်၍ အမြဲ စိမ်း လန်းနေ၏၊ မျက်စေ့ အေး၏၊ ထို့ကြောင့် အလှအပ အနေဖြင့်လည်း စိုက်ပျိုးကြ၏၊ ဤအပင်သည် ဂမုန်းမျိုးတွင် ပါဝင်သည်။

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

ရောဂါ သွေးအဆိပ် အကျိတ်ဖောက်၍ ထိမ်းကျ ပေးရ၏၊ ၎င်းကို စားသုံးမိပါက လျှာ၊ နှုတ်ခမ်း၊ ပါးစပ်တို့၌ ယားယံခြင်း၊ အပူအဝိုက် ထွင်းပြင်း လွန်စွာ အနေခက်၏၊ ထို့ကြောင့် ပါးစပ်ဖြင့် ကိုက်၍ မမြည်းကြည့်ရန် သတိပြုအပ်၏၊ အချုပ်အားဖြင့် ဆိုသော်လေနာ၊ သလိပ်တို့၌ လွန်စွာ အကျိုးပြု၏။

နရွာကြီး

ကုမာဘူ　ဋူဃါ　(ဋု၀°)

ဟိန္ဒီ　ဋူဃါ ဓ°ဖ

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　ဗြိက°ဧ

ဟိန္ဒီ　ဖ°ဋူါင်　(ကံဠာဘိ)

လက်တင်　Flacourtia rawontchi

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

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

အသာ ရောဂါ၌ အချို့ ဆရာများသည် အထူးသဖြင့် သုံးစွဲကြ၏၊ ရင်းမြစ် အချို့ သူတို့ သည် သားဖွားပြီးနောက် မီးတွင်းရှိ နေ့၌ အခေါ့ နှင့် နနွင်း အကူ ပေါင်း၍ ကြိတ်ပြီးလျှင် ခေါင်း၌ ပွတ်လိမ်းပေး၏၊ ထိုသို့ လိမ်းပေးခြင်းကြောင့် ခေါင်း၌ အအေးပတ်ခြင်း, နှာစေး ခြင်း, အဆစ်အဆက် ရောင်ရမ်းခြင်းများ ပျောက်ကင်း၏။

ဝမ်းရောဂါ၌ ၎င်း၏ အခေါက်ကို အခြား ဆေးများနှင့် ရော၍ တိုက်ကျွေးရ၏၊ ရင်း မြစ် မျက်စိရောဂါ, ကိုယ်ရေဝါရောဂါ, အနာပေါက်, ကိုယ်သား ကိုယ်ရေ ပူလောင်ခြင်း, မြွေသဒိုက် ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

နာနတ်

သက္ကတ अननास

ပါဠိ अनमास (အနန္နာ,ဆ)

အင်္ဂလိပ် Pine Apple

လက်တင် Ananes Sativia

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။လူသိများ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။နာနတ်သီးသည် နူတ်ကို ပြိန်စေ၏၊ နှလုံးကို အကျိုးပြု ၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ သလိပ် နှင့် သည်းခြေကို ပွားစေ၏၊ မှားဝေခြင်းကို ပျောက်စေ၏၊ အသီးမှည့်သည် ခံတွင်းကို ကောင်းစေ၏၊ သည်းခြေကို ပြုတတ်၏၊ ရသာ ဓာတ် ဖောက်ပြန် ခြင်းကို ကောင်းအောင် ပြုပြင်တတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံး ပြုနည်း

ပိုးရောဂါ။ ။၎င်းအသီးမှည့်၏ သတ္တုရည်ကို သကြားနှင့် ဆေး၍ သောက်ပါ က ပိုးများ ဖောက်ပြန်ခြင်းကို ငြိမ်သက်စေ၏၊ ဝမ်းကိုလည်း သက်စေ၏။

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

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

ကြို့ထိုးရောဂါ။　။ဒင်းအရွက်၏ သတ္တုရည်ကို သကြားနှင့် သောက်ပါက ကြို့ထိုးရောဂါ ပျောက်၏။

ဝမ်းတွင်း၌ လေပူလေခြင်း။　။ဒင်းအသီးမှည့်၏ သတ္တုရည်ကို သကြားနှင့် ရော၍ သောက်ခဲ့သော် ပူလောင်ခြင်းမှ ငြိမ်းအေးစေ၏။

ဆီးရှင်ဆေး။　။ဒင်းအသီး၏ သတ္တုရည်ကို သကြား ရော၍ သောက်ခဲ့သော် များ ရှင်၍ စိတ်၏ ကြည်လင်ခြင်းကိုလည်း ဖြစ်စေ၏။

မီးရပ်ရောဂါ။　။ဒင်းအရွက်၏ သတ္တုရည်ကို သောက်ခဲ့သော် အချိန်မရောက် မီးရပ်ချုပ်ခြင်းမှ ပျောက်ကင်း၍ မီးရပ်သွေးများ မှန်လာပါလိမ့်မည်။

အစာမကြေရောဂါ။　။နာနတ်သီးမှည့် အခွံခွာ၍ ခြပ်ကောင်းမှုန့် နှင့် သိန္ဓော အနည်းငယ် ဖြူး၍ စားပါက အစာမကြေ ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဆီးလွန်ရောဂါ။　။နာနတ်ကင်းမှည့်ကို အတုံးသေးသေး ပြုပြီ ဒင်းတွင် ခြပ် ကောင်းမှုန့် နှင့် သကြား အနည်းငယ် ရော၍ စားပါက ဆီးလွန်ခြင်းမှ ပျောက်ကင်း၏။

နာနတ်ကြီး (အမေရိကန်)

သက္ကတ　ဏ္ဍင်္ဂါး

ဟိန္ဒီ　ဏ္ဍင်္ဂါး (ကံဂူလာ)

လက်တင်　Agave Americana

ပုံလက္ခဏာ။　။ဤအပင်သည် အမေရိကန်၌ စတင် ဖြစ်ပွား၏၊ အရွက် အလွန် တူ၏၊ အဝေါ်မှာ အဝါရောင် ရှိ၏၊ ဆူးလည်း ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　။အမြစ်သည် ဝမ်းကို ရှင်စေ၏၊ ချွေးကို ထွက်စေ၏၊ လသား ရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ခေတ်ကိုက် ပြောင်းလဲစေတတ်၏၊ ကျပ်တီးနာ, ကပ်နာတို့၌ အထူးသဖြင့် အသုံးပြု၏၊ ဝမ်းသက်၏၊ ဥတုသွေးတို့ မှန်ကန်စေ၏၊ လတ်ဆတ် သော ဟနာများ၌ အရွက်ဖြင့် ပတ်၍ စီးဖြစ်ခြင်း အရည်ကို လိမ်းကျံခြင်း ပြုရ၏၊ အရွက် ကို ပူအောင်ပြု၍ ကြိတ်ပြီးလျှင် အဆစ်အဆက်တို့ ရောင်တင်းခြင်း၌ အသုံးပြု၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုပုံ

နာနတ်ပင်မှ ရသော အစေးကို သွားကိုက်ရာ၌ ထည့်ခဲ့သော် ပျောက်ကင်း၏။

အရွက်ကို ပူအောင်ပြု၍ ကြိတ်ပြီးလျှင် အဆစ်ရောင် ရောဂါ၌ လိမ်းပေး အသုံးပြုရ၏။

အမြစ်ကို သွေး၍ သောက်ခဲ့သော် ဆီးကို ဖျားစေ၏၊ ဝမ်းတွင်းရှိ ပိုးများ သေ၏၊ ...ဘူးကို မှန်စေ၏၊ ယားယံခြင်းကို လိမ်းပေးရ၏။

နာနတ်ကြီး (သဘော်)

မရဋ္ဌ ဆာဗြိယ

လက်တင် Agave vera-cruz

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။သဘော် နာနတ်သည် ဆူးနည်း၏၊ အရွက်တွင် ဆူးမရှိ၊ အဖိမ်း... ...ရောင် ဖြစ်၍ နုညံ့၏၊ ကြီးမြား ပုံသဏ္ဌာန် ဖြစ်၍ ထိပ်ချွန်၏၊ မော်လမြိုင် ထလျောက်၌ ...ပ ပလောင်နီ နာနတ် ဟု ခေါ်ကြ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အပင်ကို ဝမ်းနုတ်ဆေး အဖြစ်ဖြင့် အသုံးပြုရသည်။

နာဂဏ

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်သည် တမိုက်ခန့် ရှိ၏၊ အရွက်မှာ ကောမလာရွက်နှင့် တူ... ...ဆေးသွားစိတ် ရှိသည်၊ အမြစ်သည် ပိတ်ချင်းတောင့် သဏ္ဌာန် ရှိသည်၊ အမြင့် ၃- ...လက်မလေးသစ်ခန့် ရှိ၏၊ သဲ့နုတ်လိုက်က အမြစ်သည် ၆-ခုခန့် ရှိ၏၊ အနံ့ ပဲနံ့ရ၏၊ ...ကြည့်လျှင် ပွရှိန်းရှိန်း ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။နာဂဏသည် မြွေဒါးကို နိုင်၏၊ ထို့ကြောင့် အင်္ဂလိပ် လုပ်... ...များကို ပြုလုပ်သူတို့သည် မြွေဒါးကို နာဂဏဖြင့် ဖမ်းကြလေသည်။

မှတ်ချက်။ ။ပေါ်ပြခဲ့ပြီးသော နာဂဏ အမျိုးမျိုးတို့သည် ပကတိ သဘာဝ အဆိပ် နှင့် ဧရာဂါ အဆိပ်တို့ကို နိုင်၏၊ နဂါး၏ အဆိပ်သည် အလွန် ပြင်းထန်သကဲ့သို့ ထိုသစ်ပင်တို့၏ စွမ်းရည် သတ္တိသည်လည်း လွန်စွာ ထက်မြက် ပြင်းထန်သောကြောင့် နဂါးကို ဟောသော နာဂသဒ္ဒါကို စွဲ၍ နာပင် ဟု ခေါ်ကြသည်။

ခဲကို ဟောသော နာဂသဒ္ဒါကို ချုံ၍ လုပ်ရပ်ဆရာတို့သည် ခဲကို နာ ဟု ခေါ် ကြသကဲ့သို့ တည်း၊ ထိုဆေးဖက်ပင်တို့သည် ပေါင်းစု တွဲသုက်၍ သုံးရသော ပဥ္စဝဂ္ဂ ဆေးပင်မျိုး ဖြစ်ကုန်၏။

နွာဂထ

ပဉ္စကောလ - ပဉ္စကု ငါးပါး၊ ပဉ္စမူလ - အမြစ်မျိုး ငါးပါး၊ ပဉ္စလောဟ - သံဓာတ်မျိုး ငါးပါး၊ ပဉ္စဝါ၊ ပဉ္စဝိဿ - မြက်မျိုး ငါးပါး၊ ပဉ္စအမ္ဗီလ - အချဉ်မျိုး ငါးပါး၊ ပဉ္စပိဇရက္ခ - နို့ထွက်ပင် ငါးမျိုး၊ ပဉ္စဂဗျ - နွားထွက်ပစ္စည်း ငါးမျိုး၊ ပဉ္စဇီယာ - ဇီယာ ငါးမျိုး စသည်ဖြင့် ငါးစုတွဲ၍ သုံးစွဲရသော ဆေးဘက်တို့ကား နိဃဏ္ဍု ကျမ်းကြီးတို့၌ များစွာပင် ပါရှိကုန်၏၊ ထိုတွင် နာမျိုး ငါးပါးကိုကား မတွေ့ရှိရချေ၊ သို့ဖြစ်၍ ရှေးဟောင်း မြန်မာ ပညာရှိတို့ သုံးစွဲခဲ့သော အသုံး ဖြစ်သည် ဟူ၍သာ ဆိုရပေမည်၊ အသုံးလည်း ဝင်၍ ပဲ့ရှင် အဆက်ဆက်တို့သည်လည်း လက်ခံ အသုံးပြုခဲ့သောကြောင့် ဒင်းတို့ကို ရှာသမျှ သူတော်သာ ပြ၍ ဖော်ပြပါသည်။

နာဂမ (တွန့်ကျော်လည်း ခေါ်၏)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အရွက်သည် သီးပြူးရွက် သဏ္ဌာန် ရှိသည်၊ အပင်သည် ၂၀ - မှ ၃၀ - ထွ၍ ပေါက်တတ်၏၊ အမြစ်တွင် ဂုဏ် တွန့်ရှိသည်၊ ဝါးကြည်သွင် ချဉ်၊ ချို၊ ပူ၊ ဖန်၊ ငါး လေးပါးသော အရသာ ရှိ၏၊ ဒုံးကို အမြစ်ကို ရှဲ၍ အချို့ယူတို့သည် တွန့်ကျော် ဟု ခေါ်ကြ၏။

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

နာဂမိန်

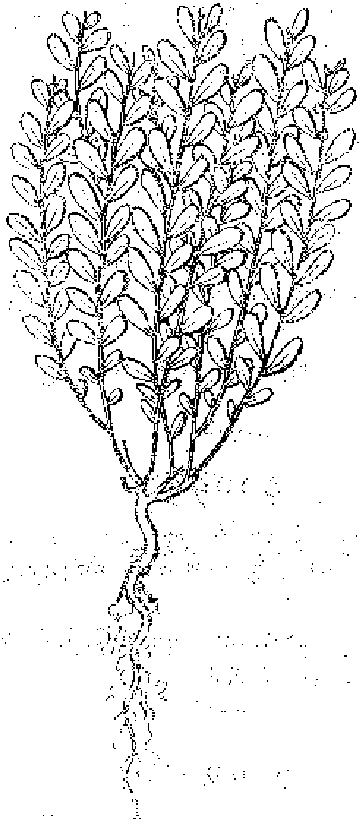
ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အရွက်သည် ဘောက်ထွေးရွက်၊ ဖောင်ကြားရွက် သဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အမြင့် ဝဓတောင်ခန့် ရှိ၏၊ မြစ်သေး မြစ်မွှား မရှိ၊ ဖြူ၏၊ ဆိတ်ကြည့်လျှင် သွေးကဲ့သို့ နီမြန်း၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။နာဂမိန်သည် အနာ အမျိုးမျိုးကို နိုင်၏၊ ထို့ကြောင့် အနာပေါက် ရောဂါ အမျိုးမျိုးတို့၌ အသုံးပြုရ၏။

နာဂမောက်

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အရွက်သည် မွေးလျှော သဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ မြေမှ အမြင့် ၄ - ၅ တောင်ခန့် ရှိ၏၊ ဦးဆောက်ပန်းနှင့်လည်း တူ၏၊ ဦးဆောက်ပန်း အရွက်ကို လိမ်လည်၍ ရောင်းချတတ်၏။

နွာဂမ(ကျွန်းကျော်)



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

နာဂမှိုင်း

လက်တင် Ruellia Tuberosa

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မြေအောက် ရှည်ဝန်းဝန်း ရှိ၏၊ အရွက်သည် ငှက်တရော်ရွက်ကဲ့သို့ ဖြစ်၏၊ အနား ခွေးသွားပိတ် ရှိ၏၊ အမြစ် ဘဏ္ဍာ တမိုက်ခန့် ရှိ၏၊ မြစ်သေး မြစ်မွှား ရှိ၏၊ ပိတ်ချွန်းသော သဏ္ဌာန် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။နာဂမှိုင်းသည် အဆိပ် ဟူသမျှကို နိုင်၏၊ ထို့ကြောင့် မြွေဆိပ်၊ ကင်းဆိပ်၊ သေးဟက်တကွက် စသော အဆိပ်သင့်ရာ တို့၌ အသုံးပြုရ၏။

နာဂမောက်ဖြူ

သက္ကတ [illegible]

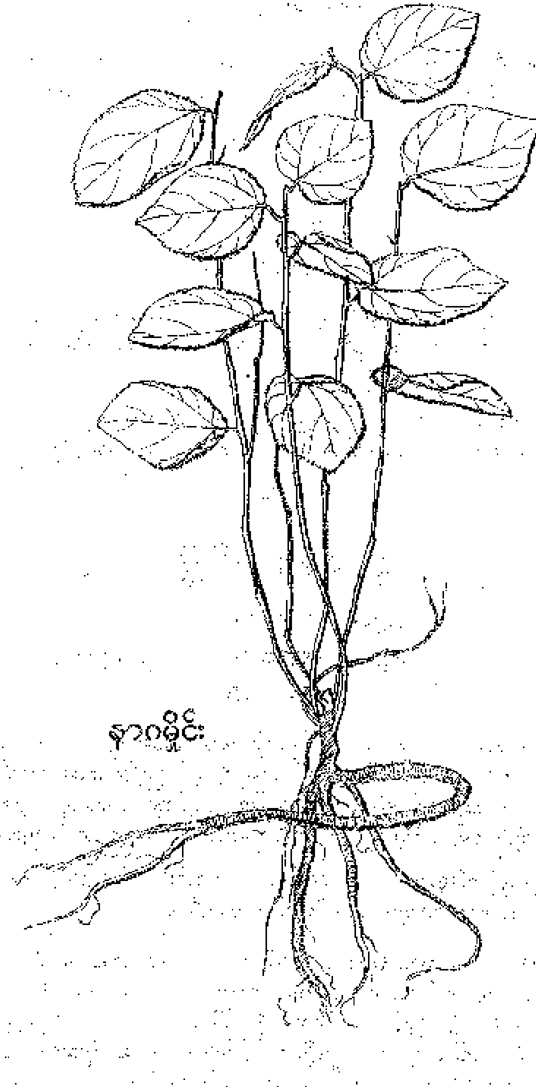
ဟိန္ဒီ [illegible] (ကာကရျံ့ယာ)

လက်တင် Ecea Hirta

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နာဂမောက်ဖြူသည် အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၁၅ - မှ ၃၀ - စင်တီမီတာခန့် မြင့်၏၊ အခက်အလက်များ နှင့် မိုးတန်တို့သည် ကြမ်းတမ်း၏၊ အရွက် သန်၍ လုံးသော်လည်း ခွေးသွားဖိုက် ကဲ့သို့ သဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အပင့်တွင် အမွေးများ ရှိ၏၊ အသီးသည် ဗိုးတော်ပဲကဲ့သို့ ရှိ၍ ဝါရောင်သန်း၍ မှည့်၏၊ ဆေးတွင် အမြစ်ကို အသုံးပြုရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။သလိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ မိုးရောဂါ၊ အစာမကြေခြင်း၊ ဝမ်းတာရှည် အဖျား၊ ငှက်ဖျား ရောဂါတို့ကို ပယ်တတ်၏။

မှတ်ချက်။ ။ကာကဇင်ဘာ ဟု ခေါ်ဝေါ် သုံးစွဲနေသော အပင်တမျိုး ရှိသေး၏၊ ၎င်းကို လက်တင်ဘာသာ အားဖြင့် Peristrophe bicaletieulata ဟု ခေါ်၏၊ ကျွန်ုပ်တို့ မြန်မာပြည်တွင် ထိုအပင်ကို ဂျိုးဒူးပင် ဟူ၍လည်း ကျိုးခြေပင် ဟူ၍လည်း အရပ် အခေါ်အားဖြင့် အမျိုးမျိုး ခေါ်ကြ၏၊ ထိုအပင်မှာ မိုးဥတုတွင် နေရာတိုင်းလိုလို ပေါက်တတ်၏၊ အရွက်တွင် ကြက်မောက် ဆူးပြန် ကဲ့သို့ ဖြ - ရှိသော အစမြောင်းများ ရှိ၏၊



ရှာဂဇိဇ္ဇင်း

အခက်အလက်များသည် အောက်ဘက်မှ ကြီးပြင်းလာ၍ ကောက်ကွေးလျက် ကျီးဒုံးသဏ္ဌာန် ဖြစ်၏၊ အရွက်၌ အမွေး မရှိ၊ အရွက်သည် ဝိမ်း၍ ရှည်လျက် ထိပ်ချွန်း ချွန်၏၊ ကြုတ်ရွက်နှင့် တူ၏၊ အပင်သည် ခရမ်းရောင် ဖြစ်၏၊ ၎င်းကိုလည်း ကာကဇင်္ဃာ ဟု ခေါ်လေသည်၊ ဆေးကျမ်းများတွင် ကာကဇင်္ဃာကို နာဂမောက်ဖြူပင်ကိုရင်း အရပ်ခေါ် ဖြစ်သော ကျီးဒုံး (သို့မဟုတ်) ကျီးခြေပင်ကိုရင်း နှစ်မျိုး ယူကြသည်၊ မှန်၏၊ ဝနော သဓိ ဝဂ္ဂ၌ ကျမ်းကမူ ကာကဇင်္ဃာကို နာဂမောက်ဖြူ ဟု ဖွင့်ပြသည်၊ ဘာဝပ္ပကာသ ကျမ်းကမူ ကျီးဒုံးပင်ကို ဦးစားပေး၍ ဖွင့်ပြ၏၊ သိန္ဒိယ ဒိုယတ္တ ကျမ်းကမူ ကာကဇင်္ဃာကို နှစ်မျိုးစုံ ဖွင့်ပြ၏၊ ထိုနိဃဏ္ဍု ကျမ်းများသည် အရေးယူ လေးစားအပ်သော နိဃဏ္ဍု ကျမ်းကြီးများ ဖြစ်သည့် အတိုင်း ထိုကျမ်းကြီးများ ပါသည့် အတိုင်း ရေးသား ဖော်ပြလိုက်ပေသည်။

အသီးသီး အသုံးပြုနည်း

နာဂမောက်ဖြူ၏ အကိုင်း၊ အရွက်၊ အမြစ် ၃-မျိုးတို့ကို ကြိတ်၍ အရည်ကို ထုတ်ယူပါ၊ ထိုအရည်ကို မီးဖျော်သွင်းနှင့် ဖြစ်ခဲ့လာသည့် အထဲ ကျိုပါ၊ ၎င်းကို ခွက်တစ်ခု ထဲတွင် ထည့်လျက် နေပူတွင် လှမ်းပါ၊ အယောင်းရုက်ကဲ့သို့ ဖြစ်လာပါလိမ့်မည်၊ ၎င်းကို ရေနှင့် ဖျော်၍ အဖုအကျိတ်တို့၌ လိမ်းပါက ပျောက်ကင်း၏၊ နာဂမောက်ဖြူမြစ်ကို ဆန်ဆေးရည်နှင့် သွေး၍ သောက်ခဲ့သော် မီးရပ်ဖြူရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ နာဂမောက်ဖြူ ကြိုက်ရည် တောက်ရပ်ခေါက်မှုန့် ပုံးရှည်တို့ကို ဖျော်၍ သောက်ခဲ့သော် အလိပ်ကြောင့် ဖြစ်သော မီးရပ်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

နိုပဆေး

သက္ကတ အာင်ဇာ

ဟိန္ဒီ အာလ (အား-လ်)

လက်တင် Morinda tinctoria

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အခေါက်သည် အဝါရောင် ရှိ၏၊ ကြမ်းတမ်း၏၊ ၎င်းအခေါက်အပေါ်တွင် အဖုကလေးများ ရှိ၏၊ အပွင့်သည် ဖြူ၏၊ ယင်းအပင်သည် မြစ်ချောင်း ကမ်းနားတန်းတို့၌ ပေါက်တတ်၏၊ နိုပဆေးတွင် ကြီး ငယ် ၂-မျိုး ရှိ၏၊ အကြီး အငယ် သာ ကွာ၏၊ အငယ်မှာ အခေါက် နုညံ့၏၊ အဝါရောင်လည်း ရှိ၏၊ အဖြူရောင်လည်း ရှိ၏၊ အရွက်မှာ ဝိုင်း၍ အဖျား ချွန်၏၊ အစိမ်းရောင် တောက်၏၊ အပွင့် ဖြူ၏၊ ၎င်းအသီးသည် နှံသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အရွက်၊ အသီး၊ အပွင့်တို့သည် ရဲယိုနှင့် တူသောကြောင့် တောရဲယို ဟုလည်း ခေါ်ကြကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဝဖြိုးစေ၏၊ အဖျားကို ပယ်ဖျောက်တတ်၏၊ မီးရပ်ကို မှန်စေ၏၊ သွေးဝမ်း၊ ချိုးရိုးဝမ်းသက်တို့၌ များစွာ အကျိုး ရှိ၏၊ အသက် ရှည်စေတတ်သော သတ္တိလည်း ရှိ၏၊ ၎င်းအမြစ်ကို ဝမ်းနုတ်ဆေး အဖြစ် အသုံးပြုနိုင်၏၊ အရွက်၏ ပြုတ်ရည်ကို မှန်ညှင်းစေ့နှင့် ရော၍ ကလေးများ သွေးဝမ်းသွားရာ၌ တိုက်ကျွေးသော် အကျိုး ရှိ၏၊ အယုံအပွဲ့ ရောဂါ (သို့မဟုတ်) အကြေအဆုံး၊ 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 နှလျှင် ပိန်ပြီး ရင့်လျှင် ပေါက်သွားပါလိမ့်မည်။

အဖျားရောဂါ။ ။၎င်းအရွက်ကို ပြုတ်၍ သောက်လျှင် အဖျားပျောက်၏။

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

အနာသေးစိမ်းယိုရောဂါ။ ။အနာမှ သွေးစိမ်းများ ယိုကြသောအခါ ၎င်းအသီး ခြောက်ကို အမှုန့်ပြု၍ သိပ်ပေးပါက ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

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

နိပဲဆေးကလေး (နိပဲဆေးသိမ်)

လက်တင် Morinda Persicaefolia

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ချောင်းမြောင်း ကမ်းရိုးတို့၌ ပေါက်ရောက်၏၊ တောနှဲယိုကဲ့သို့ပင် အလုံးစုံ တူ၏၊ အလုံးစုံ သေးငယ်၏၊ နိပဲဆေးငယ် နိပဲဆေးသိမ်ကို အတိုနည်းဖြင့် နိပဲသိမ် ဟု ခေါ်ကြ၏။

နှံ ဝါ (အတော်ဝါ)

သက္ကတ မဟာနီ

ပါဠိ ကပ္ပါသ (ဥရာဂွမ)

လက်တင် Gossypium Barbadense

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

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အစေ့မှ ထိတွက်၏၊ ရှင်းသီကို အဖြူကွက်များတွင် ဆိုးပြီး၏၊ အစေ့ဖြင့် ပြုလုပ်သော ဆေးကတ္တပ်သည် ဝမ်းသက်ရောဂါ ရင်ဘတ်၌ ဖြစ်သော ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

နေကြာပန်း

သက္ကတ သူရျမုခါ

ပါဠိ သူရိယမုခါ (ဓာရဂီ-မူ၁၀)

အင်္ဂလိပ် Sun Flower

လက်တင် Helianthus Annua

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မိုးသက်ပင်ကြီး ဖြစ်၏၊ အပွင့်သည် နေဘက်သို့ လှည့်ပွင့်၏၊ ၎င်း အပွင့်၌ အပွင့်ဖြူ၊ အပွင့်ညို၊ အပွင့်ဝါ ဟူ၍ သုံးမျိုး ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပျားသောအရသာဖြင့် အပွင့်ကို သုံးရ၏၊ ပေါ့၏၊ ပူ၏၊ ပိတ္တ၌ စပ်၏၊ ပိုးကို နိုင်တတ်၏၊ ပေါ်လာ သုံးပါးကို ပယ်နိုင်၏၊ အဖျား၊ အရေပြား၊ အနာယားခြင်း၊ အနာပေါက်၊ နူနာ၊ တုန်ဖျား၊ ဝမ်းနာ၊ ချောင်းဆိုး၊ တုလ်သဲရော၊ ဝါယင်နာ၊ မြင်နီ နာကျင် ကိုက်ခဲခြင်း၊ ကျောက်တည်၊ အိုးအောင့်၊ ကာလကြီးရောဂါ၊ ဂုလ္လိုရောဂါ တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

အရွက်။ ။အရွက်သည် အန်စေတတ်၏၊ ခါးကိုက်ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အမြစ်။ ။အမြစ်သည် ပြိုးစေ၏၊ ဥတုသွေးကို မှန်စေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ ဖော့ဆောင် ပျောက်ကင်း၏၊ နှုးခြင်း၊ ချာချာလည်အောင် မူးခြင်းတို့၌ အသွင်းဆေး အဖြစ်ဖြင့်

တိုက်ကျွေးရ၏၊ ရင်ဘတ်, အသည်း, အဆုတ်ရောဂါတို့၌ လိမ်းဆေး အဖြစ် သုံးရ၏၊ မြင်း သမိုက်, မျက်ခေ့ ဖြူခြင်း (တိမ်) ရေဖျဉ်း ဝဋ္ဋမက်၌ ဖြစ်သော ရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရ၏။

အခေ့။ ။အခေ့သည် သီးရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ သလိပ်ကို ထုတ် ဆောင်တတ်၏။

အပင်။ ။အပင်သည် ချောင်းဆိုး, နှာစေး, အဆုတ်ရောဂါ, လည်ချောင်းရောဂါ တို့၌ အသုံးပြုရ၏။

နေလှည့်ပင်

သက္ကတ သောမရာဇိ (सोमराजि)

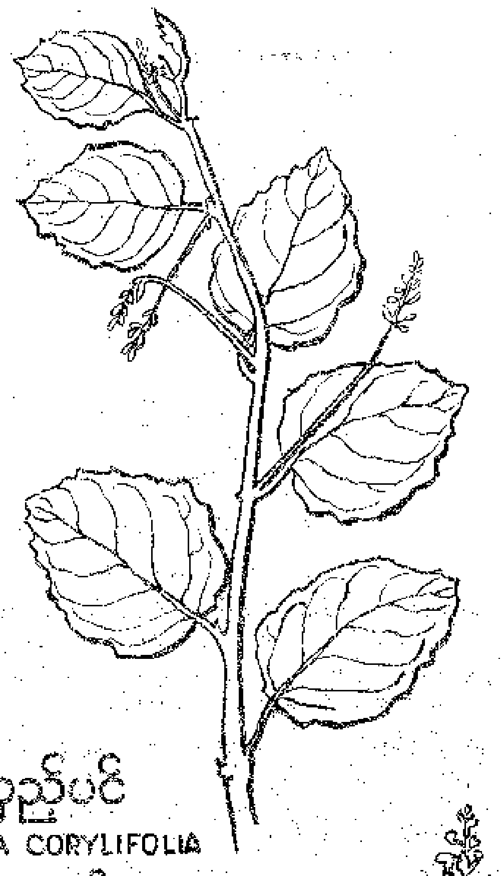
ဟိန္ဒီ ဗဗစီ (बबची) (भ०ची)

လက်တင် Psoralea Corylifolia

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဤအပင်သည် မိုးဦးတွင် ပေါက်ရောက်၏၊ အမြင့် ၁-ပေမှ ၄-ပေ အထိ မြင့်၏၊ ပင်စည် ဖြောင့်မတ်၏၊ အရွက်မှာ ၃-လက်မခွဲမျှ ရှည်၍ ၃-လက်မမျှ အနံ ရှိ၏၊ အရွက်သည် တပြန်စီ တွက်၍ ရွက်ရင်းမှ ပွင့်ညှာတံ ထွက်၍ တရွက်ကျ တနိုင်သော ပွင့်၏၊ အပွင့်ရောင်မှာ သပြေရောင် ပြောင်ပြောင် ရှိ၏၊ အစေ့မှာ နက်ရောင် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။များသောအားဖြင့် အသီးကို အသုံးပြုရ၏၊ သို့ရာတွင် ပဥ္စင်ါးပါးစလုံးကိုလည်း အသုံးပြုနိုင်၏၊ အသီးသည် ပူ၏၊ ခပ်ခါး၏၊ ပဥ္စင်ါးပါးသည် ခါး၏၊ အေး၏၊ ဝိပါက၌ ဝပ်၏၊

နှုတ်ကို ကြွန်စေတတ်၏၊ ဝမ်းပိုးကို အောက်စေ၏၊ ဝမ်းသက်စေ၏၊ ခွန်အားကို ဖြစ်စေ၏၊ နှလုံးကို ကျေးဇူး ပြု၏၊ လေ သလိပ်ကို နိုင်၏၊ သွေးအန် သွေးကျ, နှလုံးရောဂါ, ပန်းနာ, နူနာ, တုလာသရော, အဖျား, ပိုးရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ဤအထက်ပါ ဂုဏ်သတ္တိများသည် ပဥ္စင်ါးပါး၏ ဂုဏ်သတ္တိ ဖြစ်၏၊ သို့ရာတွင် အသီး၏ ဂုဏ်သတ္တိကား ဖပ်၏၊ သည်းခြေကို ပြုတတ်၏၊ သလိပ်, လေကို နိုင်၏၊ နူနာ, အပင် နှင့် ဖဲခြေပြားတို့၌ အကျိုးပြု၏၊ အနာခြင်း, ပန်းနာ, ချောင်းဆိုး, ပေါခရောင်, အစာမကြေ, ဝါယုနာတို့ကို နိုင်၏။



နေလှည့်ပင်

PSORALEA CORYLIFOLIA

बावची (ဗဗကျီ)

နတ်ရေတကောင်းပွင့်

မာသံနယ်အခေါ် हरा फरफरा (ဗဂါဖ,ဥ-ကူ,လ်)

လက်တင် Osbeckia nepalensis

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ချုံပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက် ၂-လက်မခွဲမှ ၅-လက်မခန့်ထိ ရှည်၏၊ အပွင့် ဖြူ၏၊ ၎င်းအပင်သည် မြစ်ကြီးနား နှင့် ကသာနယ်တို့၌ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အပွင့်ကို ကြိတ်၍ ခလေးများ မက်ခရောဂါ၌ လိမ်းကျံ ပေးသော် ပျောက်ကင်း ချမ်းသာ၏။

နန်းတရုတ်ပင်

သက္ကတ **शपिनाम**

ဟိန္ဒီ **शिलारस** (ရှိလာရ,ဆ်)

လက်တင် Altingia Excelsa

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသစ်ပင်သည် ပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်သည်၊ အစေး ထွက်သည်၊ ထို အစေးသည် ပျားရည်ကဲ့သို့ ပျစ်ချွဲ၏၊ ပြာနှမ်းနှမ်း အရောင်ရှိ၏၊ နူးညံ့၏၊ အစေးသည် အသစ်ဖြစ်မူ မွှေးသော အနံ့ ရှိ၏၊ ဟောင်းမူ မွှေးကြိုင်သော အနံ့ ရှိ၏၊ ထိုအပင်သည် မြစ်ကြီးနားခရိုင် ဇင်းမယ်ခရိုင်တို့၌ အများအပြား ပေါက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အစေးကို သုံး၏၊ ချို ခါး ပင်၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက်၌ ပင်၏၊ ပြင်း၏၊ အရောင်အဆင်းကို ဖြစ်စေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ သုက်သွေးကို ဖြစ်စေ၏၊ ၎င်းပြင် ယားနာ၊ ချေးထွက်၊ နူနာ၊ အဖျား၊ ဆီးချုပ်၊ အပူ၊ ဘုတ်ကိုက် မေ့ဘေး ဖြင်း၊ ကျောက်တည် ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ၎င်းနန်းတရုတ်ပင်၏ အစေးကို ကုလား ကမျည်း ဟု ခေါ်၏၊ က-ဝဂ်တွင် အသုံးပြုပုံကို ပြပြီး ဖြစ်၏။

အသုံးပြုပုံ

ရှေးအခါက သလိပ်ရောဂါနှင့် ခယာရှက်ရောဂါ၌ နန်းတရုတ်စေးကို ပျားရည်နှင့် ရော၍ လျက်ကြ၏၊ အဆုတ်ကိုလည်း အားရှိစေ၏။

ဂနိ (ညောင်းကျ) ရောဂါ၌ နွယ်ချို နှင့် ရောစပ်၍ တိုက်ခဲ့သော် ပျောက်ကင်း၏၊ ဤရော နှုန်းတရုတ်ဆေးသည် ပြည်ကို ဖျက်ဆီး၍ ခွန်အားကို ဖြစ်စေ၏။

နှုန်းတရုတ်ဆေး ၄ - ဆယ်ကို မှန်ညင်းဆီနှင့် ရောစပ်၍ လိမ်းကျံပေးခဲ့သော် ယားယံခြင်း ... ဖြစ်သော အနာများ ပျောက်ကင်း၏ ရောဂါကြောင့် ဖြစ်သော အဖုအကျိတ်များ၌ ... ပါမှ လိမ်းပေးခဲ့သော် အကျိုးပြု၏။

နန်းလုံးကြိုင်ပင်

သက္ကတ **အရိမေဒ**

ဟိန္ဒီ **ဂူယာဘီဗာဗူလ (ဂ,ဒိ-ဂန္ဓဗွိက်,ရိ)**

လက်တင် Acacia Farnesiana

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မှားသောအားဖြင့် ဆူးမြိုပင်နှင့် တူ၏၊ သို့သော် ရှင်းအပင်သည် ... မြူအောက် ငယ်သော အပင် ဖြစ်၏၊ အရွက်တို့၏ အတွင်း၌ ပွင့်တို့၏ မခင်နှံ့ ကဲ့သို့သော ... ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် မှမ်းရည်။ ။အနံ့ ခါး စပ်၏၊ သဘော့ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ကုတ်ဖမ်းစား ... ကို ပယ်တတ်၏၊ အောရောင်၊ မီးဘွင်းရောဂါ၊ သွားရောဂါ၊ သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း၊ ဝမ်းသက်၊ ... ချောင်းဆိုး၊ ရေယုန်၊ အသိပ်ဘတ်၊ ပိုးရောဂါ၊ နူနာ၊ အဆိပ်ရှိသော အနာပေါက် ရောဂါများကို ... ပျောက်ကင်းစေ၏။

အခေါက်။ ။ခေါက်၏ ပွန်၏ မီးတွင်းရောင်၊ သွေးဖောက်ပြန်၊ ယားယံခြင်း၊ လေပြန် ... ချောင်းများ ပွလောင်ခြင်း၊ အနာပေါက်ရောဂါတို့၌ အကျိုးပြု၏၊ အစေ့ကို ပယ်တတ်၏၊ ... သက်၊ သွားပုပ်ခြင်း၊ အနာပိုးကျနာတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အစေ့။ ။အစေ့သည် ချို၏၊ ခွန်အားကို ဖြစ်စေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏။

အရွက်နု။ ။အရွက်နုသည် ပြည်တည်သော ရောဂါတို့၌ အကျိုးပြု၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အတိသာရ ဝမ်းရောဂါ။ ။နန်းလုံးကြိုင်ခေါက်ကို ပြုတ်၍ အနည်းငယ်မျှ သောက် ... အတိသာရ ဝမ်းရောဂါ ပျောက်၏။

ပြည်တုလာသရောနာ။ ။ငှင်းအရွက်နှ ငါးမူးသားကို ကြိတ်၍ ဖီးကင်းမျှ လုံး၍ နံနက် ည တလုံးစီ သောက်ပါက ပြည်တုလာသရောနာ ပျောက်၏။

ခံတွင်းနာ။ ။သွားများ နာကျင်ခြင်း၊ သွားဖုံးများယောင်ခြင်း၊ သွားဖုံးများ ပြည်များ သွေးများ ယိုဆင်းခြင်းဖြစ်မူ ၎င်းအခေါက်ကို တက်ဝက်ခန်းအောင် ပြုတ်၍ ၎င်း ဖန်ရည်ဖြင့် ပလုပ်ကျင်းခြင်း၊ ငုံခြင်း၊ ပြုလုပ်ပါက အထက်ပါ ရောဂါများ ပျောက်ကင်းမည်။

နံ့သာနီ

သက္ကဋ **रक्तचन्दन**

ဟိန္ဒီ **लालचन्दन** (လာလစန္ဒန်)

လက်တင် Pterocarpus santalinus

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။များသောအားဖြင့် အနှစ်ကို သုံးရ၏၊ ခါး၏၊ အေး၏၊ ဝင်ပါကလဲ့ စပ်၏၊ ပိုးကို ပယ်တတ်၏၊ ကာယကိုအားပေး၏၊ အဆိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ သည်းခြေဒေါသကို နိုင်၏၊ အော့အန်၊ ရေငတ်၊ အနာပေါက်၊ မျက်စေ့ရောဂါ၊ စိတ်ဖောက်ပြန် ရူးသွပ်သော ရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

၎င်းသည် မည်သည့်အပင် ဖြစ်သည် ဟု ယခုအခါ၌ ဟုတ်ရန် မသွယ်ကူချေ။ ထင်ရှား စေဖို့ နံ့သာနီသည် ဒီယက်ကျော်များ၌သာ ပေါ်ရှိသည် မဟုတ်ချေ၊ ပါဠိစာပေ ဗျာ၌လည်း ပါရှိ ချေ၏၊ ပါဠိပိဋကတ်၏ ယဉ်ကျေးမှုဖောက်၌ ခိုလှုံကြကုန်သော မြန်မာပြည်နှင့် တကွ ဗုဒ္ဓဘာသာ လူမျိုးတိုင်းတို့သည် နံ့သာနီနှင့် ဆိုင်ရာ ပါဠိပိဋကတ်၏ အယူအဆကို သိနားလည်ချင်ကြ မည် သာ ဖြစ်သောကြောင့် အများထက်လျှမ်း မှီလောက်သော ဓမ္မပဒ ပါဠိ နှင့် ၎င်းအဋ္ဌကထာ၌ "စန္ဒနံ တဂရံ ရကွ" ဟု လာရှိသည်။

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

အခြားတခု မှတ်ရန်မှာ နိဗ္ဗာန်သည် သီလရနံ့ နှင့် ထုံနေ၏၊ ရှဲ၏၊ နံ့သာနီသည် အလွန် မွှေးသော အနံ့ နှင့် ထုံနေ၏၊ ရှဲ၏ ဟူသော နှိုင်းခိုင်း ထားပုံကို ထောက်သော် နံ့သာနီသည် အလွန်ရခဲသည်မှာ ထင်ရှားသည်။

စာတွေမှ ကိုယ်တွေ့ ဖြစ်ရပ်တခုကို တင်ပြလိုသည်မှာ ဖြိုက်သျှစတ် နောက်ပိုင်း ဟုန်းလမ်း နေထိုင်သွားသော စကားစိမ်းဖိုယား အိမ်တော်မှ တွေ့ရသော နံ့သာနီ ဖြစ်သည်၊ မိဖုယား သည် အိုလုပ်ပြီ၊ နန်းတုံနန်းဆက် ထိုးသောင်ခဲ့သည့် ၃၀ ကျပ်သားခန့် ရှိပြည့်ဝင်ရသောနံ့သာ အပိုင်းစကို နောက်သားတို့ သိနိုင်ရန် သိသိန်း ထုတ်ပြသူသည်ကို တွေ့ရသည်၊ နံ့သာနီအစစ် ဆည် ဤပမှည်းဖြစ်သည် ဟု လည်း ထုတ်ဖော်ပြောသို့ ပြသ၏။ ဤကဲ့သို့ စာတွေ့ နှင့် ကိုယ်တွေ့ ကို ကောက်လျှင် မည်မျှထိ အကိုးတန်သည် ရဲ့သည်ကို သိနိုင်ပါပြီ၊ ဤကား ရှေ့ခေတ် နံ့သာနီ အစစ် ဖြစ်သည်၊ ဆေးကျမ်းတို့၌ ဖော်ပြသားရသည်ကို တင်ပြလိုသည်မှာ နံ့သာနီကို နိုင်တို့ မတွေ့ဘူးပါ၊ မည်သည့်အပင်ဖြစ်သည်ကို တိကျစွာ မဖော်ပြနိုင်ပါ ဟူ၍ ဖွင့်ပြထားသည်ကို တွေ့ရသည်။

ဤကား ရှေ့ခေတ် နံ့သာနီပင် အကြောင်းကို ဖော်ပြခြင်း ဖြစ်သည်။

ဒုတိယခေတ် နံ့သာနီ။ ။နံ့သာနီကို ဟောသည့် ပုဒ်ဖွဲ့တွင် ရက္တက်၊ ရက္တသာရ စိတ် သည်ဖြင့် များစွာသော ပင်တို့ကို ထုတ်ပြထားလေသည်၊ ၎င်းပင်တို့ကို ကြည့်၍ ဘာဝပ္ပ သင်္ဂြိုဟ်ကာ ဆရာသည် အောက်ပါအတိုင်း ဖွင့်ပြထားလေသည်။

ဖွင့်ပြချက်

၎င်းနံ့သာနီ ပင်သည် မြန်မာ ကုက္ကိုပင်ကဲ့သို့ အပင်မျိုး ဖြစ်၏။ အရွက်သည် ရှည်ဝိုင်း၍ ထိပ်တွင် ဝိုင်းဝိုင်း ရှိ၏၊ အသီးသည် ၂ - ၃ - လက်မမျှ ရှည်၏၊ ၎င်းအသီးတောင့်တွင် နီမှိန်းသော စေ့ နှင့် တူသော အစေ့များရှိ၏ဟု ဖွင့်ပြထားလေသည်၊ (ဆိုလိုရင်းမှာ ယခု မြန်မာပြည် ပေါက်သော ရွေးနီကြီးပင်ကို ဆိုလိုသည်။)

၎င်းပုံသဏ္ဍာန် အသောက်အထားကို ကြည့်၍ ယခု အိန္ဒိယပြည်သား ဗိန္ဒောဆရာသမားတို့ သည် နံ့သာနီကို ယူရာ၌ နံ့သာနီ အပင်ကိုကား မရလော့ဘဲ ဟူ၍ ဝန်ခံပြီးလျှင် ရက္တစိတ (အစေ့ နီသည်) ရက္တသာရ (အတွင်းနှစ် ကြေးနီရောင်) ရှိသည်ကို အသောက်အထားပြုပြီးလျှင် ရွေးနီပင်အနှစ်ကို ယူကြကုန်၏၊ အချို့ ဆရာတို့သည် အနံ့လည်းမွှေး အဆေးလည်း ကောင်း ကာ အနှပ်ကျန်းမှု အပျားဆုံးထွက်သော နီညိုရောင် ပိတောက်ကို ယူကြကုန်၏၊ ၎င်းအပင်တို့ ကို သိထားလျက်နှင့် ဈာဆိုကို ပေးကြသော မြန်မာ ဗိန္ဒောဆရာတို့သည် နိဘည့်ကျမ်းနှင့် အ ကျမ်းဝေး၌ ဖေဆေးဆိုင်မှ ရောနံ့သာနီကိုသာ ယူကြသဖြင့် ၎င်းအပင်တို့သည် ဖြေတော်များ ၌ မြန်မာပြည်တွင်ပေါက်လျက် နိုင်ငံခြားသို့ ပြည်ကွင်းရေ အကုန်ဆောင်ပြီး မှာယူသုံးစွဲကြကုန်၏၊ မြန်မာ ဗိန္ဒောဆရာတို့သည် ထာကယ်အသုံးတန်သော ရှေ့ခေတ် နံ့သာနီအစစ်ကို မရနိုင်သော ကြောင့် ဖော်ပြပါ ရွေးနီ နှင့် ပိတောက် နှစ်မျိုး တို့တွင် ပိတောက်အမျိုးအစားကို သဘောကျ၍ "နံ့သာနီအစစ် ပိတောက်နှစ်" ဟု အမှတ်အသား ရှိခဲ့၏။

ဤကျမ်းစာရေးသော ပုဂ္ဂိုလ်ကိုယ်တိုင် ကြုံတွေ့ရသော ဖြစ်ရပ်တခုကိုလည်း တင်ပြလို သေး၏၊ အိန္ဒိယတွင် ဗိန္ဒော ဆေးအဘော်ကို သင်ကြားပြီးနောက် မြန်မာပြည်သို့ ပြန်ခါနီးတွင်

နံ့သာဖြူပင်, နံ့သာနီ, ရှိမ်းဝိုဝသော ဆေးပင်များကို ကောင်းစွာသော ဌာနမှ ယူ[illegible] နံ့သာဖြူပင်ကား သေသွားသည်၊ နံ့သာနီပင်ကား ၃ နှစ်ခန့် ကြာသောအခါ [illegible] အသီးများ ပေါ်ပေါက်လာသည်။ ထိုအခါ အပင်၏ ရုပ်လုံးလည်း ပေါ်လာသည်။ [illegible] အပင်မှာ ရွှေနီပင် ဖြစ်တော့သည်၊ မြန်မာပြည်တွင် မြေကြီးများ၌ ပေါက်သဖြင့် ထိုအပင်[illegible] ခုတ်ယူ၍ အခြားအပင်ကို စိုက်ထားရလေသည်။

၎င်းကား အလယ်ခေတ်လောက်တွင် အသုံးပြုကြသော နံ့သာနီပင်ကို ရုပ်လုံး ဖော်ပြ[illegible] ခြင်း ဖြစ်သည်၊ ယခုခေတ်၌ အိန္ဒိယ နံ့သာနီကို များစွာ မတင်သွင်းတော့သဖြင့် ဗမာ[illegible] ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ရှမ်းပြည်နယ်တဝိုက်၌ ပေါက်သော ကြွနပင်အသား, သစ်နီသား စသော အပင်[illegible] တို့ကိုလည်း အသားနီလျှင် ပြီးရော ဟူ၍ သုံးတော့သည်။ ရောင်းဝယ်ဖောက်ကား အသုံး[illegible] ကြကုန်၏။

၎င်းကား တတိယ ခေတ်တွင် အသုံးပြုသော နံ့သာနီပင် အကြောင်းကို ဖော်ပြခြင်း ဖြစ်[illegible] သည်။ ထို့ကြောင့် အစစ်ရနိုင်တော့သည့် နံ့သာနီပင်ကို ကျမ်းများနှင့် အညီ ထည့်လိုသော [illegible] ရွှေနီပင်ကို ထည့်နိုင်၏၊ ပိတောက်နီ သက်သက်ကိုလည်း ထည့်နိုင်၏။ မိမိတိုင်းပြည်၌လည်း များ[illegible] စွာ ရှိပြီးဖြစ်သောကြောင့် အိန္ဒိယမှ မှာယူသော သစ်တော်တပင် နံ့သာနီကို လုံးဝ မဖျော်လင့်[illegible] တော့ချေ။

နံ့သာဖြူ (စန္ဒကူး)

သက္ကတ चंदन

ဟိန္ဒီ सफेद चन्दन (ဆဖေ့ဒ်-ချန္ဒန်)

လက်တင် Santalum album

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အမြဲ စိမ်းလန်းတတ်သော ပင်လတ်မျိုး ဖြစ်၏။ သော့ဘူးပင်၌ တွဲကျ[illegible] သော အကိုင်း အခက်များ ရှိ၏၊ အကာသည် ဖြူ၏၊ အနှစ်သည် ဝါရောင်သန်း၍ အရွက်သည်[illegible] ၁.၅ လက်မမှ ၂.၀ လက်မ အထိ ရှိ၏။ ချော၏၊ ထူ၏၊ လွန်သွားသည့်ကြောင့် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။မှုးသော အာသြိ၍ အေးသော နံ့ကို သုံး၏၊ ခါး၏၊ အေး၏၊ [illegible] ပိပါကန္ဒ ခုပ်၏၊ ကြေကျက်ယွယ်၏၊ လက်ကို နှစ်သက်စေ၏၊ နှလုံးကို အားဖြည့်၏၊ အဆိုင်းအဆင်း ကို ကောင်းစေ၏၊ သလိပ် သည်းခြေကို နိုင်၏၊ အဆိပ်, ရေငတ်, တေ့ဖြစ်, သွေးကျ, အသားတရာ ပါ [illegible] တည်ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

နံ့သာဖြူ(စန္ဒကူးဖြူ)

SANTALUM ALBUM.

सफेद चन्दन (ဆဖေဒ်-ချန္ဒန်)

ရောဂါအလိုက် အသုံးပြုနည်း

အပူအားကြီးသောရောဂါ။ ။ဖျား၍ အပူရှိန် အားကြီးခြင်း ကိုယ်သား ကိုယ်ရေ ပူလောင်ခြင်း စသော ဖျားလွန်သော ရောဂါများတွင် နံ့သာဖြူ နှင့် ဖျပ်ကို သွေး၍ ခေါင်း၌ လိမ်းပေးပါ။ အပူအနိုးများ ထွက်သွားပါလိမ့်မည်။

ယားယံခြင်းရောဂါ။ ။နံ့သာဆီ နှင့် သံပုရာရည် ဖျော်၍ လူးပါ။

ဆီးအောင့်ရောဂါ နှင့် ဖော်သွားရောဂါ။ ။ဆန်ဆေးရည် နှင့် နံ့သာဖြူ သွေး၍ ဖျားရည် သကြားနှင့် သင့်တော်အောင် ရော၍ သောက်ပါ။

ခက်ဖျောက်ဆေး။ ။ကလေးများ ခေါင်း၌ အလွန် ပူ၍ ခက်ပေါက်ခြင်း, အနာခက်များ ပေါက်ခြင်း ဖြစ်မှ နံ့သာဖြူကို နွားဆီရည်နှင့် သွေး၍ နံနံစေ့ မျက်စေ့ အနည်းငယ် ရော၍ လိမ်းပေးပါက ပျောက်၏။ (သို့မဟုတ်) နံ့သာဖြူ တမျိုးတည်း လိမ်းနိုင်၏။

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

နံ့သာမျိုး (၅) ပါး

မြန်မာတို့သည် ဆေးဖော်စပ်ရာ၌ နံ့သာမျိုး ငါးပါး ဟူ နံ့သာတို့ကို စုပေါင်း၍ အသုံးပြုကြ၏၊ များစွာ အသုံးပြုကြသောကြောင့်လည်း ၎င်းကို ဝိစိ ပေဘန်းသင့်ပေသည်၊ နံ့သာမျိုး ငါးပါး ဟူသော (ပဥ္စ) အကိုးသည် မြန်မာတို့၏ အသုံးအဆ သက်ဆိုင် သာ ဖြစ်၏၊ ဥပမာ ကြာမျိုး (၅) ပါး, စမုံမျိုး (၅) ပါး, ကျောက်မျိုး (၅) ပါး, ပန်းမျိုး ငါးပါး စသော အသုံးပိုက်သို ပင် ဖြစ်၏၊ နိုဝင်ဘာ ဆေးအဘိဓာန်ကျမ်းကြီးတို့၌ ပဥ္စကူ (၅) ပါး, ဆားမျိုး (၅) ပါး သည်ဖြင့် ပဥ္စဝဂ္ဂ ငါးခု ပြု၍ သုံးသော ဓာတ်ဆိုကား များစွာ ရှိ၏၊ ထိုသို့ ကျမ်းဟောင်းကြီးတို့၌ မပါခြင်းကြောင့် မြန်မာသုံး သက်သက် ဖြစ်သည် ဟု ဆိုလိုပေသည်၊ နိုသျှာ ကျမ်းကြီးများတွင်ကား နံ့သာမျိုးကို မတွေ့ရချေ၊ ပဥ္စဝ အသုံးမျိုး ငါးပါးကို သာ ပြထားသည်၊ ၎င်းတို့ကား (၁) ကံကုမ်, (၂) ဖခကျော်, (၃) ပချပ်, (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 ယူသကဲ့သို့ပင် ရှုပ်ထွေးလှ၏၊ စမုံတို့၏ အမျိုးများစွာမှ (၅) မျိုးကို ယူသကဲ့သို့ နံ့သာတို့၏ အမျိုးများစွာမှ ငါးပါး ကိုသာ ယူထားသည်၊ ထိုနံ့သာမျိုး ငါးပါးကား (၁) နံ့သာဖြူ, (၂) နံ့သာနီ, (၃) အကျော်, (၄) စမှုံ, (၅) ကရမက်တို့ ပင် ဖြစ်၏၊ ၎င်းတို့၏ ဂုဏ်သတ္တိ အသုံးပြုပုံ အကျယ်ကိုကား ဆိုင်ရာ အက္ခရာစဉ်၌ ကြည့်ပါ။

နံ့သာဝေါးပါး

နံ့သာ ဟူသည့် မှတ်ချက်—နံ့သာကို နံ့သာ ဟူ၍ ခေါ်ကြ၏၊ ၎င်းကို ရှေးဟောင်း မြန်မာ စာပေတို့၌ သာရကွန် ဟူ၍လည်း ခေါ်ကြ၏၊ သာရကွန်သည် " သာရဂန္ဓ " ဟူသော သက္ကတပုဒ်မှ ပြောင်းလွဲလာသော စကား ဖြစ်၏၊ ထိုနံ့သာကို စန္ဒန ဟူ၍လည်း ခေါ်၏၊ ၎င်းမှ ရွေ့လျော၍ စန္ဒကူး ဟူ၍လည်း ခေါ်ကြ၏၊ စန္ဒကူး ဟု ဆေးနည်း၌ ပါလျှင် နံ့သာကို ယူပါ၊ ၎င်းသည် အဖြူ နီ နှစ်မျိုး ရှိခြင်းကြောင့် " စန္ဒကူးဖြူ၊ စန္ဒကူးနီ " ဟူ၍လည်း ခွဲခြား၍ ခေါ်ဝေါ်ကြကုန်၏၊ စန္ဒကူးဖြူ - စန္ဒကူးနီ ဟူ၍လည်း ရှိသေး၏၊ (အပေး) အက္ခရာတွင် ဖော်ပြခဲ့လေပြီ။

နံ့သာဖြူကောင်း ယူနည်း

နံ့သာဖြူကောင်း ဟူသည် မဟုတ်ပ် နံ့သာမျိုး ဖြစ်၍ အနံ့ရှိသော အကိုင်း အခက်များမှ ရှိသော နံ့သာမျိုးထက် အနံ့အသား လက်ခလယ်ဆာရှိသော ပင်စည်မှ ရရှိသော နံ့သာဖြူ မျိုးသည် ပို၍ ကောင်းပေသည် ဟု အကြမ်းအားဖြင့် မှတ်ယူအပ်ပေ၏၊ ကျွန်ုပ် စိတ်ဝင်စားလှယ်ရာ နံ့သာကောင်း ယူနည်း အဘွက်ကို ရှေး နီကဏ္ဍုအဘိဓာန်ကျမ်းကြီးတို့၌ ဖော်ပြထားသော မူလဂါထာကို ပါဠိဘာသာသို့ ပြန်၍ အောက်ပါအတိုင်း ဖော်ပြအပ်ပေသည်။

သာဒုဒတိက္တံ ကသောပီတံ၊
ဆေဒဓရတ္တံ တနေ့ာဏ္ဍံ။
ဂန္ဓံ ဂေဟ္ဒရ၊ သံယုတ္တံ
စန္ဒနံသေဋ္ဌ၊ မုစ္စတေ ။ ။

၁ - အရသာ ခါးသက်သယ် ရှိရမည်။
၂ - သွေးလိုက်မှု အဝါရောင် ထွက်လာရမည်။
၃ - ဖြတ်သောအခါ ထိပ်ဝတွင် နီရောင် သန်းရမည်။
၄ - အလုံးလိုက်ကြည့်မှု အပြင်ထက်တွင် ဖြူနေရမည်။
၅ - အလုံးတွင် အဖုအထစ် နှင့် အဝေါင်းအဲပေါက်များ ရှိရမည်။

ဖော်ပြပါ လက္ခဏာ (၅) ချက်ဖြင့် ပြည့်စုံသော နံ့သာဖြူကို အကောင်းဆုံး ဟု မှတ်ယူရမည်၊ ၎င်းကိုလောက်၍ လက္ခဏာတမျိုးယုတ်မှု ကောင်းသော ဂုဏ်အင်္ဂါတမျိုး ယုတ်သည် ဟု မှတ်ယူရမည်၊ ကျွန်ုပ်တို့ နံ့သာဖြူ အစစ်အမှန် အကောင်းဆုံး ယူရသည့် ပစ္စည်းကို ဖော်ပြခြင်း ဖြစ်သည်၊ ထိုနံ့သာဖြူကိုပင် အဆီထုတ်ထား၍ ပြန်ရောင်းသည်လည်း ရှိ၏၊ အသင့်အတင့် ရှုံးထားမှု လုပ်ထားမှုန်းမသိရ၊ ဖော်ပြပါ လက္ခဏာ (၅) ချက်နှင့်သာ ဝေဘန် စီစစ်ရမည်၊ မြန်မာတို့ အများဆုံး ခံနေရသော အဆိုးဝါးဆုံးသော နံ့သာဖြူကိစ္စကို ဖော်ပြလိုပေသည်၊

ပန်းပုဆရာတို့သည် နံ့သာဖြူကို ပုံအမျိုးမျိုး ထွင်းထုရ၍ နံ့သာတုံးကို ခုတ်ထစ်ရ၏၊ ထိုမှ ထွက်သော နံ့သာစတို့ကား ရှိ၏၊ ၎င်းကား ကောင်းသည့်ပင် ဖြစ်၏၊ စစ်သည် သာ ဖြစ်၏၊ အသုံးဝင်သည် သာ ဖြစ်၏၊ ၎င်းကို အတုအယောင်လုပ်၍ နံ့သာဖြူဖြစ်ဟု ဆို၍ အမည်တပ်ပြီး လျှင် အိန္ဒိယ မှာယူတင်သွင်းကြ၏၊ ၎င်းကား နံ့သာဖြူ မဟုတ်ချေ၊ နံ့သာဖြူတုံးမှ ဖြတ်စ များ မဟုတ်ချေ၊ နံ့သာဖြူသားနှင့် အသွင်တူသော သစ်သား ၎င်းအပုံးအစတို့ကို နံ့သာဖြူ အဆာန်ငယ် ရေနှင့် ဖျော်ပြီး ပေါင်းစပ် ထုပ် စိမ်ထားသော အစအနများ သာ ဖြစ်သည်။

မြန်မာပြည်၌လည်း နံ့သာဖြူပင် မရှိသေးချေ၊ ယိုးဒယားကား မသိကြသည်ကား ပို၍ ဆိုသောကြောင့် တိုင်းပြည်၏ သဘာဝနှင့် အမျိုးသား ကျန်းမာရေးပါ ထိရိုက်ခြင်းကို ခံရ၏၊ ကုန်သည်တစ်ဦး "မည်သူသေသော ဝေးမှာလျှင် ပြီးရော" ဟူသော စကားပုံအတိုင်း တယောက် တစ်၏ ဝီလမေလာဘသည်ကို ကာကွယ်ပြည်လုံး ခံ၏၊ မှားသောအားဖြင့် အင်ဒို နီးရှားတိုင်းပြည် ပလေးကျွန်းစုငယ်တို့မှာသည်း နံ့သာဖြူ ထွက်၏၊ မိုက်ဆိုးနယ် (အိန္ဒိယပြည်) မှလည်း နံ့သာဖြူ ထွက်၏၊ ယင်း မိုက်ဆိုးနယ်မှ ထွက်သော နံ့သာဖြူသည် ကောင်းလှပေသည်၊ ရှေ့အလားကိုးကျမ်းတို့၌ကား မလေးစွန် ဟူ၍ မလေးကျွန်းမှ ဖြစ်သော နံ့သာဖြူကို ဂုဏ်ပြုကြ ကုန်၏၊ ထိုကိုထောက်လျှင် ရှေးအခါက မလေးကျွန်းထွက် နံ့သာဖြူသည် ကောင်းလှသည် မှု ဆိုရပေမည်၊ ရေမြေ့တောကိုကြည့်လျှင် ထိုဒေသပြည် မိုက်ဆိုး နယ်သားတယ်သူတို့သည် စိုက်ပျိုး တည်ထောင်ကြ၍ ဖြစ်နိုင်သောလျှင် မြန်မာပြည်၌လည်း ဖြစ်သဖြင့် စိုက်လည်း စိုက်ပျိုးသင့်၏၊ အဘယ့်ကြောင့်နည်းဟူမူ နံ့သာဖြူကို အိန္ဒိယ သီဟိုဠ် စသော အခြားသော တိုင်းပြည်တို့ ဆေးပစ္စည်း အဖြစ်နှင့် သာ အသုံးပြုကြကုန်၏၊ မြန်မာပြည်တွင်ကား ဆေးပစ္စည်းတွင်လည်း များစွာ အသုံးပြု၏၊ အမျိုးသမီးတု ဘာရုပ်လိမ်းကျံ ဆေးအဖြစ် အမွှေးအဖြစ်နှင့်လည်း လိမ်းကျံ ကြကုန်၏၊ ထို့ကြောင့် မြန်မာပြည်၌ မဖြစ်မနေ ဖြစ်အောင် စိုက်ပျိုးသင့်ကြောင်း တိုက်တွန်းရ ပေသည်။

နံနံ

သက္ကတ ဓန္ယက

ဟိန္ဒီ ဓနိယာ (ဓနိယား)

လက်တင် Coriandrum Sativum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှားသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။များသောအားဖြင့် အစေ့ကို သုံး၏၊ ဖန် ခါး ပေ၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ ချို၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ အစာကို ကြေကျက်စေ၏၊ နှလုံးနှစ်ခြိုက်စေ၏၊ ဒေါသ သုံးပါးလုံးကို ငြိမ်းစေ၏၊ အဖျား, ရေငတ်, ကာလူအန်ခြင်း, ပန်းနာ, ချောင်းဆိုး, အားနည်း ခြင်း, ပိုးရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ သည်းခြေကို ပယ်တတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

မြင်းသရိုက်ရောဂါ။ ။ငုံးနံနံစေ့ကို သကြားနှင့် ကျို၍ သောက်ခဲ့သော် သွေး ဝမ်းရောဂါ ပျောက်၏။

လည်ချောင်းနာ။ ။လည်ချောင်း၌ အနာပေါက်ခြင်းဖြစ်မှု နံနံစေ့ကို ဝါး၍ မျိုချပါက လည်ချောင်းနာခြင်း ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ခေါင်းကိုက်ရောဂါ။ ။နံနံစေ့ကို ဆီးဖြူသီးနှင့် ညမနေရ၍ စိမ်ထားပြီးလျှင် နံနက် ထ၍ သကြားခဲနှင့် ရောပြီးသောက်သော် ခေါင်းကိုက်ရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ဝမ်းမီးနှုံ့ခြင်း။ ။နံနံစေ့ကို ချင်းခြောက်နှင့် ရော၍ ပြုတ်ပြီးလျှင် ၎င်းအရည်ကို စားပြီးတိုင်း သောက်ပါက ဝမ်းမီးကောင်းလာပါလိမ့်မည်။

ကိုယ်ဝန်ရှိစဉ်အန်ခြင်း။ ။မိန်းမများ ကိုယ်ဝန်တည်စ ဖြစ်တတ်သော အန်ခြင်း, မူးခြင်း နှလုံးနာခြင်း ဖြစ်ခဲ့သော် နံနံစေ့ကို သကြားနှင့် ရော၍ပြုတ်ပြီးလျှင် ၎င်းပြုတ်ရည်ကို ထား၍ ဆန်ဆေးရည်နှင့် ရောပြီး သောက်ပါက အထက်ပါ ရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်

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

ကျပ်တီးနာ။ ။နံနံခေါ် နှင့် ဂျုံမှုန့်ကို ကြိတ်၍ ၎င်းကျပ်တီးနာများကို အုံပေးပါက (မဟုတ်) ပေါင်းပြုပ်ဖြစ်ရောင်၍ လိမ်းပေးပါက နာကျင် ပိန်၍ ရင့်လျှင် ပေါက်ပါလိမ့်မည်။

အဆစ်အဆက်ကိုက်ခဲခြင်း။ ။နံနံစေ့ ခြောက်ပုံသား အမှုန့်ကို သကြား ဆယ်ပုံ နှင့် ရော၍ စားခဲ့သော် အပူကြောင့်ဖြစ်သော အဆစ်အဆက် ကိုက်ခဲခြင်း ပျောက်ကင်းနိုင် ပါသည်။

နွားထမင်းပင်

ဘင်္ဂါလီ　အါနုးမြဲါ

လက်တင် Smithia Sensitiva

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပေါင်း နွယ်မျိုး ဖြစ်၏။ များစွာ အခက်အလက်များ ရှိသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အပင်ကို ပြုတ်၍ ဦးခေါင်းကို လိမ်းပေးပါက ဦးခေါင်း နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း ပျောက်ကင်းနိုင်ပါသည်။

နွားမြက်ရင်း

ပါဠိ နာဂရမောထ (နာဂရ်ုမိုထာ)

သက္ကတ နာဂရမုတ္တ

လက်တင် Cyperus Scariosus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် မြက်မျိုး ဖြစ်၏၊ အမြင့် ၁၃ိုးပေပြ ရှည်၏၊ ပင်စည် လုံး၏၊ ၎င်း၏ မြစ်ဥသည် အပြင်ဘက်တွင် နက်၍ အတွင်းသားမှာ နီကြောင်ကြောင် ရှိသည်၊ နွား၏ အမြီးသည် အဖျားဘို့ မြီးဖင်အမွေးများ စုရုံးပေါက်နေသကဲ့သို့ ထိုမြက်သည်လည်း အဖျား၌ အရွက်များ စုရုံးပေါက်နေတတ်သောကြောင့် နွားမြီးရင်းပင် ဟု ခေါ်၏၊ နွားမြီးရင်းမှ နွားမြက်ရင်း ဖြစ်၏၊ ၎င်းမှ ဥမြစ်ခေါင်းကို အသုံးပြုရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဖင်ဖျင်းဖျင်း မှိုင်၏၊ ဖန်၏၊ အေး၏၊ သလိပ်ကို နိုင်၏၊ သည်းခြေ နာ၊ အဖျားရောဂါ၊ အတိသာရရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ နှုတ်မမြိန်ခြင်း၊ ရေငတ်ခြင်း၊ ဝမ်းလောင်ခြင်း နှင့် ပန်းနာရှင်ကျပ်များကို ကင်းဝေးအောင် ပြုတတ်၏၊ ၎င်း၏ ဂုဏ်သည် သာမန် အားဖြင့် နံ့သာဖြူ၏ ဂုဏ်နှင့် တူ၏၊ ၎င်းအမြစ်တွင် ချွေးထွက်စေသော၊ ဆီးနှင့်စေသော၊ ဝမ်း ချုပ်စေသော အစွမ်းသတ္တိများ ပါရှိ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

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

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

ကင်းဆိပ်။ ။၎င်းနွားမြက်ရင်းမှုန့်ကို အနည်းငယ် သောက်ပါက ကင်းဆိပ်များ ကျဆင်းပါလိမ့်မည်။

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

ဝမ်းကိုက်ခြင်း။ ။အစွဲအကျိများ ဝမ်းသွားခြင်း သွေးဝသွေးနှင့် သွားခြင်းတို့ကို နွားနို့၊ သုံးကျပ်သား၊ ရေထောက်သား၊ နွားမြက်ရင်းတကျပ်သား ထည့်ကျိုပြီးလျှင် ရေခန်း၍ နို့သက်သက် ကျန်သောအခါ ချပါ၊ ၎င်းအရည်ကို သောက်ပါက အချိုအစွဲ နှင့် ပိတ်ဝမ်းသွား ခြင်းမှ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

နွားမပေးပင် (နမဘေးပင်)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ရင်းအပင်သည် နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ရင်းအရွက်သည် ၄ - လက်မမျှ ရှည်၍ အနံ ၆ - ပုံမျှ ရှိ၏၊ ရင်းအရွက်သည် ကဲ့၍ ကြီးသော ခွေးသွားစိပ်များ ရှိ၏၊ ရင်းနွယ် ၏ ပဋ္ဌငါးပါးကို ချိုးဆိုင်ကြည့်ပါက နို့စေးအဖြူများ ထွက်၏၊ ရင်းနွယ်ကို နွားမပေးပင် ခေါ်ရခြင်းအကြောင်းမှာ နို့မထွက်သည့် သားသည်မိခင်များ ရင်းအရွက်ကို ဟင်းခါးချက်၍ စားပါက နို့များစွာ ထွက်လေသည်၊ ရှေးအခါက နို့မထွက်သော သားသည်မိခင် အတွက် ဤအပင်ကို နွားမပေး၍ လဲလှယ်ယူရသည်ကို အကြောင်းပြု၍ နွားမပေးပင် ခေါ်ဆိုကြသည် ဟု ရှေးသူဟောင်းများ ပြောဆိုကြသည်ကို ကြားဘူး၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ရင်း၏ အမြစ်သည် ဆီး အလွန် ရွှင်၏၊ အရွက်သည် မိန်းမများ နို့ အလွန် ထွက်စေ၏၊ ဝပြိုး၏၊ နူးညံ့စွာ ဝမ်းသက်စေ၏၊ အလုံးသဖြင့် ရင်းဆေးပင်သည် ဆီးအိမ် နှင့် အသည်းရောဂါကို များစွာ ပျောက်ကင်းစေ၏။

အသည်းဖောရောင်သော ရောဂါကို ရင်းအမြစ်ကို သွေး၍ ၁၀ - မှ ၁၅ - ဂရမ်မျှကို တခွက် ရေပြုန်၍ နေ့စဉ် သုံးစွဲမှု အသည်းရောင်ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏၊ ရင်းအပြင် ရင်းအမြစ်ကို ရေ - ခွက် တခွက်ထင်ကျို၍ တခွက်စာကို ၁ - ကျပ် ၈ - ပဲသားမျှ ငံသောက်လျှင်လည်း အသည်း ရောဂါ ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရင်းအပြင် နို့မထွက်သည့် မိခင်များ နှင့် မီးရပ်ချုပ်နေသော မိန်းမများမှာ ရင်းအရွက် နုနုများ ဟင်းခါးချက်၍ သောက်ခြင်း သုပ်စားခြင်းဖြင့် နို့လည်းထွက် မီးရပ်လည်း မှန် လာနိုင်၏။

နွယ်ကဇွန်း (အဖြူ)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ရေကဇွန်းနွယ်ပင် ဖြစ်သည်၊ ရေပေါ်တွင် ပေါက်၍ ပေါက်တတ်၏၊ ပန်းအခေါ် အင်းအိုင် ချောင်းတို့၌ ပေါက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အစေ့၊ အပွင့်၊ အရွက်၊ အမြစ်တို့ကို ဖြေကိုက်ရာ၌လည်း အသုံး ပြုရ၏။

ဖွါမဝေပင်(နွယ်စသာပင်)
ပန္နက ဝချာဝီ (၃၃၅)

နွယ်ချို

သက္ကတ မဓုယဋ္ဌိ

ဟိန္ဒီ မုလဟဋီ (မုလေဌီ)

လက်တင် Glycyrrhiza glabra

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နွယ်ချိုသည် ချုံရိုး၊ နွယ်မျိုးအားဖြင့် နှမ်းမျိုး ဖြစ်သည်။ ချုံပင်ကြီးသည် အမြင့် ၃-ပေမှ ၆-ပေအထိ မြင့်၏။ အမြစ်သည် အလွန် ရှည်လျားစွာ မြေတွင်းသို့ နက်ရှိုင်းစွာ ဝင်သွား၏။ ဖြောင့်မတ်၏။ အရွက်မှာ ထိပ်ကျူးရွက်နှင့် တူ၏။ သို့သော် ရှည်လျား၏။ လက်မခွဲမျှ ရှိ၏။ ပူသောရာသီများတွင် ၎င်းအပင် ခြောက်သွေ့သွား၏။ မိုးကျသောအခါ ပြန်၍ စိုပြေ စိမ်းလန်း လာသည်။ အမြစ်အညှာ ထုံး၏။ အမြစ်၏အပေါ်ခွံ အရောင်သည် ဝါရောင်ရင့်၍ ပြာနမ်းနမ်းရောင် ရှိ၏။ အတွင်းသား ဝါဖန့်ဖန့် ရှိ၏။ အရသာ ချို၍ ခါးသက်သက် ရှိ၏။ ၎င်းအမြစ်ကို ဖြတ်တောက် လှပ်၍ ချောင်းဆိုးပျောက်ဆေးကျားခြင်းကို ပြုကြကုန်၏။ ၎င်းမြစ် နွယ်မျိုးသည် တောင်ပေါ် စိုစွတ်သော နေရာများတွင် အနှံ့အပြား ပေါက်၏။ ၎င်းအညီလည်း ချုံပင် နွယ်ချိုပင်ကဲ့သို့ ပင် အသုံးပြုကြကုန်၏။ ၎င်းမြင် 'ဂျဟိယဋ္ဌိ' ခေါ် ခရတွင် ပေါက်သော ရေနွယ်ချို တမျိုးလည်း ရှိသေး၏။ ထို့ပြင် ယခုအခါတွင် ပန်ဂျပ်၊ ဘိုဘော၊ မခရပ်၊ ဂျာပန်၊ အီရပ်၊ ရုရှား စသော နိုင်ငံများတွင် အလွန် များစွာ နွယ်ချိုကို ထွက်ကုန်၏။ အခြား တိုင်းပြည်မှ နွယ်ချိုများသည် ချို၍ ခါးသက်သက်ရှိသော်လည်း ဂျပန်ပြည်မှ နွယ်ချိုသည် အခါးမရှိ အချိုဆက်ကျက် သာ ရှိသော (မခါးသော) နွယ်ချိုတမျိုးကို တွေ့ရသေးသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်ကို သုံး၏။ ချို၏၊ အေး၏။ (ကြေကျက်ပြီးသောအခါ) ကဥ္စ ချို၏၊ ပြေပြစ်၏။ ခွန်အားကို ပြုတတ်၏။ သုက်ကို ပွားစေ၏။ မျက်စေ့ကို အကျိုးပြု၏။ အရောင်အဆင်းကို ကောင်းစေ၏။ အသံ နှင့် ဆံပင်ကို ကောင်းစေ၏။ လေ သည်းခြေကို နိုင်၏။ သွေးကြောင့်ဖြစ်သော ရောဂါ၊ ယနာပေါက်၊ ရောင်ယမ်း၊ အဆိပ်၊ မောအန်၊ ပါဒရက်၊ ရေငတ်၊ အနာ ခယရုဂ်၊ သွေးအန် သွေးကူရောဂါ၊ ဝါတာပိတ် (လေ သည်းခြေပြိုင်) ရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ခံတွင်းအပူဖုများ။ ။နွယ်ချိုကို ဝါး၍ အရည်ကို စုတ်ပါက ခံတွင်း၌ရှိ အပူလှိုက်၍ ဖုသော အကျိတ်များ၊ အပူဖုများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ကြို့ ထိုးခြင်း။ ။နွယ်ချိုမှုန့်ကို ပျားရည်နှင့် ရော၍ သောက်ပါက ကြို့ထိုးခြင်း ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

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

နှလုံးရောဂါ။ ။နွယ်ချို နှင့် ဆေးဝါးမပေါင်းကို တစ်ရက် ရေချ၍ အမှုန့်ပြုပြီး ရေနွေးနှင့် သောက်ပါက နှလုံးရောဂါ ပျောက်၏။

မှတ်ချက်။ ။နွယ်ချိုဟူသည် ချိုသော နွယ်ပင် ဖြစ်သည်။ ရင်းသည် အချိုသက်သက် နှင့် အခါး အနည်းငယ် ပါသော နွယ်ချို ဟူ၍ အမျိုးအစားဖြင့် နှစ်မျိုး သာ ရှိသည်။ ထိုနွယ်ချိုကို ခံတွင်း၌ ဝါးစားလျှင် သကြားထက် ချိုသော ကြောင့် ကုန်သည်တို့သည် နွယ်ချို အထက်ကို ဝယ်ယူကြကုန်၏။ ကြံဒင်များကို ကြိတ်ပြီးလျှင် သကြားဆီ (Saccharin) ရေမွှေးနှင့် နှံ၍ မြန်မာပြည်၌ နွယ်ချိုမှုန့်ဟူ ခေါ်၍ ရောင်းကြကုန်၏။ လျှာနှင့် စမ်းသပ် ကြည့်သော် အချိုရှိ၏။ သို့ကြသည် ဖြစ်သော်လည်း ဖွမ်းရှည်သတ္တိကား မတွေ့ကြရ။

ဥပမာ။ ။ထိုသို့ နွယ်ချိုသည် ချိုသော ကြောင့် ချောင်းဆိုး နှင့် ပန်းနာတို့ကို အထူး နိုင်၏။ ကုသိုလ် (အစ) နွယ်ချိုသည် ချောင်းဆိုး နှင့် ပန်းနာတို့ကို အထူးသဖြင့် ပြင်စေ၏။ လျှို့ဝှက်လျှင် ဆေးတမျိုး၏ ဖွမ်းရှည်သတ္တိကို လျှာနှင့် မြင်၍ မရနိုင် ဟူသော အမှတ်ပြုသည် သင်ရာ၏။ ခါးသက်အက်နိုင်သော နွယ်ချိုတမျိုးကိုကား အချိုးကျ ဆားခါး အနည်းငယ် ရောနှောကြိတ်၍ ရောင်းချကြပြင်၏။ မျိုးခါး ချိုနေပြည်မှုန်ရသော်လည်း မည်မျှ ဥပါဒ် များသောသည်ကိုကား စာဖတ်သူတိုင်း သိနိုင်ပါပြီ။ ထို့ကြောင့် ဆေးပင်ကို ပါတ်ချမှန်ကန်စွာ မသိရသော ဆရာ၏ အမြင် သာ ဆိုရင်ဖြစ်တော့သည်။ နွယ်ချိုကိုရင်း ထိုကြားမသာဝဘ္စည်းကိုရင်း အတုယူဝယ်၍ အမှန်ကြိတ်၍ မသွားဘဲ (ဖွမ်းကို ဖျက်၍ စေ၍) မပျက်နိုင်စေ။ ထို့ကြောင့် အမှန်ကြိတ်ပစ်များ ထွန်းကားလာ၍ ငွေကို အရင်ကြိတ်ပြီး ရောင်းချတတ်သော ဖမ်းစားသည် ယုံကြည်သောသူ ဆေးပစ္စည်း အပ်များ ထွန်းကားလာသည်သာ ဖြစ်၏။ ထိုအမှန်ကြိတ်ထားသော ပစ္စည်းသည် ဖော်ပြ ရသော ဝယ်လည်းမှုကို အမှုဆောင်နေ၍ရသော မကရေး ဆေး၏ သတ္တိကိုလည်း ပျောက် ယက်လျော့ပါးစေပါသည်။ ဥပမာ အတုအတိုက်ထားသော နှံ့သာဖြူသည် အတုံး ရှိသမျှ မနိုင်မလျော့စေ။ သစ္စာ ရှိပြည်၍ ရှိ၏။ အမှုန့်ကြိတ်ထိုက်ခဲ့သော် ခြောက်လ အတွင်း၌ ထိုအနံ့သည်း ဆိုး၍ အမြဲပြောင်းလျော့ပါးသွားလေသည်။ ထုံခေါ်င်း၍ တည်ဆဲ ပြား နှင့် အမှုန့်အဖြစ်သို့ ရောက်သွားခြင်းသည် ကွာခြားပါသည်။ ထို့ကြောင့် လိုသောအခါ မှ လိုသောပစ္စည်းကို ပြတ်တောက် နှိုင်ထ်၍ အမှုန့်ပြုလုပ်ပြီး သုံးစွဲမှုသည် ရှေး ယုံးလည်း ကျ၏။ အစောင်းတိုးလည်း ရှိနိုင်ပါ၏။

ရှေးဆေးဆရာ တို့သည် ဓာတုဗေဒဆိုင်သော ဆေးပစ္စည်းများဆီ ပေါင်းစပ်ရသော အခါ အမှုန့် ပြုလုပ် ကြကုန်၏။ ဓာတုလည်းနှံ့ ထိုဆေးမှုန့်များကို ကြိတ်ပြီးလျှင် မှု ဆောင် အတုံး ပြုလုပ် သားကြကုန်၏။

ထိုဆေးပစ္စည်းသည် ခြမ်း ခြမ်း ပတ်သက်တိုင်အောင် ဆက်ပြုံးလျှင် သုံးစွဲကြ ကုန်၏။ အမှုန့်သက်သက် နှင့် အတုံး အတောင် ဆေးပစ္စည်းသည် ကြာရှည်ထားရာ၌ ကွဲကဲ့သို့ ကွာခြားသည်ကို သိရှိပါ၏။ ထို့ကြောင့် ဆေးပစ္စည်းတို့ကို အမှုန့်ပြုထားပြီး ဝယ်ယူသုံးစွဲခြင်းသည် များစွာ အကြံပြုရမည်ကြောင်း သတိထုပ်ဆပ်ပေသည်။ နွယ်ချိုနှင့် ဖပ်၍

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

နွယ်ဒန်း

ကရင်နီ **ဆီးဖြူကျီ** (ကရိုဝ္လ္လ)

လက်တင် Uvaria narum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ရင်းကို သပွတ်သီး ဟုခေါ်ကြ၏၊ သို့ရာတွင် ခါးသော သပွတ်သီးမျိုး မဟုတ်ချေ၊ ၎င်းကို (၁၁) အကွက်ရာစဉ်၌ ပြထားပြီး ဖြစ်၏၊ ဖူးသပွတ်သီးကြီးနှင့် ကန့်တူကြ၏၊ သပွတ်သီး ဟူ၍လည်း ခေါ်ကြ၏၊ ခိုင်သော နွယ်ကြီးမျိုး ဖြစ်၍ ဂနိုးလုံ့ ထိုးကြသောကြောင့် နွယ်ဒန်း ဟူ၍လည်း ခေါ်ကြသေးသည်။

အချို့အရပ်၌ လုကရိ ဟူ၍လည်း ခေါ်ကြ၏၊ အပွင့်ပွတ်တွဲ၍ သီးသောကြောင့် ခွေးပွတ်သီး ဟု ခေါ်ကြ၏၊ အသီးနုစဉ် မာ၍ မှည့်သောအခါ ပြုံမဲ၏။ တောသူတောင်သားတို့ သည် ပေါ်ရည်နှင့် တို့စားရန်၌ အသုံး နည်းပြိုင်၏၊ အနွယ်ကို ဖက်ခွက်တောင်းများ လုပ်၍ အသုံးပြုကြ၏၊ အရွက်နှင့် ထုပ်၍ မုန့်ဖက်ကအတော့များ လုပ်စားကြ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။သပွတ်သီးကို ကြည့်ပါ၊ ၎င်းအမြစ်၏ ပေါင်းလိုက်ရည်သည်ပုံး ပြီးပြင်၏ အမြစ်သည်ရင်း များသွားသော ဆေးကောင်းတို၌ အသုံးဝင်ကုန်၏၊ ၎င်းအနှူးကို အမှုန့် ပြု၍လည်း နာရှုံးသော အဖြစ် သုံးကြ၏၊ ၎င်းအမြစ်သည် သောက်ခါသကို ငြိမ်းစေ၏၊ ချွေးထွက်ခြင်းကို ငြိမ်းစေ၏၊ လေသဘာန်တက်ခြင်း ကို ငြိမ်းစေ၏။

နွှေပဲ

သက္ကတ **နိပဖုဇ**

ပါဠိ **မဒ္ဒနေ** (အဝ္ပေါခု)

လက်တင် Lab Lab vulgaris

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်၊ အရွက်၊ အပွင့်၊ အသီး သည်တို့သည် ပဲကြီးနှင့် တူ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ချို၏၊ ပန်၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက (ကျေကျက်ပြီးသောအခါ) ၌ ချဉ်၏၊ ခြောက်ကပ်၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ ဆီးဝမ်းကို ရှင်စေ၏၊ နို့ရည်ကို ပွားစေ၏၊ သည်းခြေနှင့် သွေးကို တိုးပွားစေ၏၊ သီး နှင့် လေကို ချုပ်စေ၏၊ သလိပ်ကို ပယ်ဖျက်၏၊ အဆိပ်၊ ဖောရောင်ခြင်း၊ ဒုက်ကို ပယ်တတ်၏။

နွယ်သာကီ

သက္ကတ ကရဝီရ

ဟိန္ဒီ ကနေရ (ကဏေ့ရ)

လက်တင် Nerium indicum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင် စိမ်းလန်းစွေ့ကယ်သော 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 ထုတ်ခြည်း 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၏။

နှော်ပွင့်

သက္ကတ महाकदम्ब

ဟိန္ဒီ धाराकदम्ब (ဓါရာကဒံ,ဗ)

လက်တင် Adina cordifolia

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရသာ ခါး, ဖင်, ဖန်၏၊ သတ္တိ အေး၏၊ ဝိပါကသွင် စပ်၏၊ မျက်ရောင်အဆင်းကို လိမ်းပေးတတ်၏၊ သုက်ကို ပွားစေ၏၊ ဒေါသ သုံးပါးကို နိုင်၏၊ မောရောင်၊ အဆိပ်သင့်, အနာပေါက် ရောဂါတို့ကို နိုင်၏။

မှတ်ချက်။ ။အခေါက်သည် ဝဖြိုးစေ၏၊ အဖျားကို နိုင်၏၊ တောင့်တင်းစေ၏၊ အသားနု တက်စေ၏၊ (အခေါက်ကို ကျို၍ အနာပေါ် လိမ်းပေးပါ) ခေါင်းကိုက်သော် ဖြူထက် ကောင်းမှုန့် ဆတူ ကြိတ်၍ ရှူပါ၊ ဝမ်းသက်၍ ဖျားနေသော် အခေါက်ကို ပြုတ်၍ သောက်ပါ။

"ရာစကဒမ္ဗ" ကို နှော်အမျိုး ဟု နိုင်ငံတကာ ကျမ်းများ၌ ဖွင့်ပြ၏၊ ၎င်း၏ ဂုဏ် သတ္တိမှာ အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်၏။

ရာစကဒမ္ဗသည် ချဉ်၏၊ ဖန်၏၊ ချို၏၊ အေး၏၊ အဆိပ်, သွေးဖောက်ပြန်ရောဂါ တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ သည်းခြေ နှင့် သလိပ်ကို ပယ်တတ်၏။

နှင်းဆီပန်း

သက္ကတ शतपत्री

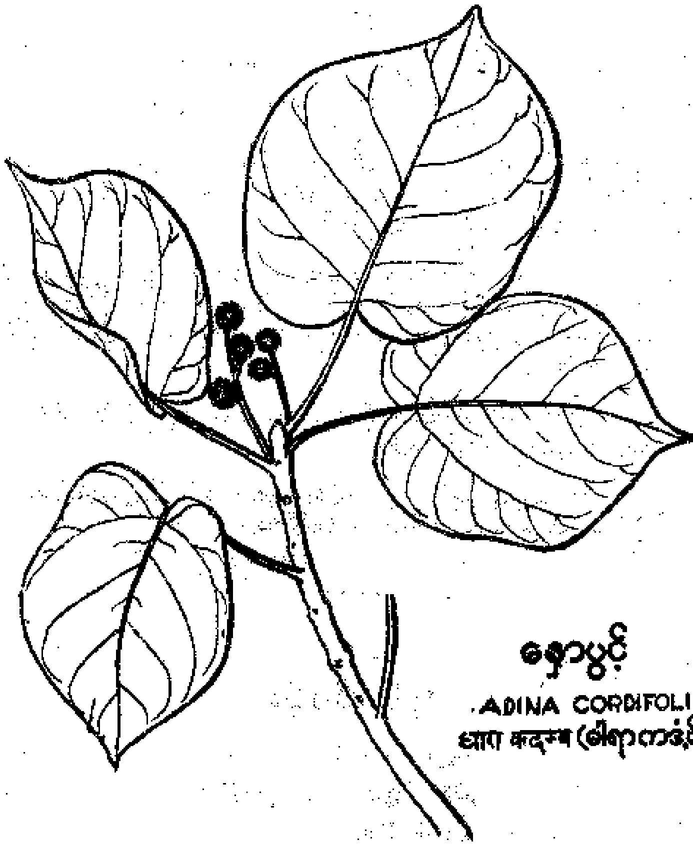
ဟိန္ဒီ गुलाब (ဂုလာ,ဗ)

အင်္ဂလိပ် Rosa

လက်တင် Rosa centifolia

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။လူသိများ ထင်ရှားပြီး ဖြစ်၍ မရေးသားတော့ချေ။

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



နှောပွင့်

ADINA CORDIFOLIA

धारा कदम्ब (ဓါရာကဒံ့ဗ)

…ပြန်စေ၏၊ ဝမ်းသက်စေ၏၊ မွေးကြိုင်စေ၏၊ လေနာ၊ နာနာ၊ ပူခြင်း၊ အပျား၊ သွေးအနာ၊ …ကျ၊ အနာ မီးလျှံနာတို့ကို နိုင်၏။

မှတ်ချက်။ ။နှင်းဆီ ဟူသရွေ့ ဂုဏ်သတ္တိများ ရှိ၏၊ ပင်စပ် နှင်းဆီသည် အဆင်းနှင့် သဏ္ဍာန်ကို အစွဲပြု၍ အကြီး၊ အသေး၊ အဖြူ၊ အနီ၊ အပြာ၊ ချိုနွယ် စသည်ဖြင့် အမျိုးမျိုး ရှိ၏၊ ယခုခေတ် သိပ္ပံ စိုက်ပျိုးရေး နည်းသစ်သို့အရ စိုက်ပျိုးကြရာ ၌ အမျိုးအစားများပြားလာတော့၏၊ နိုင်ငံကျွမ်းကျင်သူများ၌လည်း ကြီး၊ သေး၊ ဖြူ၊ နီ၊ ဝါ စသည်ဖြင့် အမျိုးမျိုး ပြ၏၊ ဂုဏ်သတ္တိ အမျိုးမျိုးကိုလည်း ပြ၏။

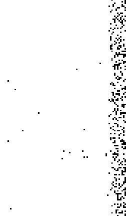
နှင်းဆီ (အဖြူ)

ဟိန္ဒီ ဂုလာဗ သဖေဒ် (ဥလာ, ဝ်, ဆ…)

လက်တင် Rosa Alba

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အပွင့်သည် ဖန် ခါး၏၊ သတ္တိ အေး၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ …ကို မြက်၏၊ မွေးကြိုင်၏၊ ဘုတ်ကို ထွန်းရှုံ့စေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ ငြိမ်စေ၏၊ အရောင်အဆင်းကို ဖြစ်စေ၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို နိုင်၏၊ ပါးစပ်ရောင်၊ နာနာ၊ အညီးခြေရှုလောင်ခြင်း၊ …ပေါက်ပြန်ခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မှတ်ချက်။ ။ယူနာနီဆေးကျမ်းအလိုအားဖြင့် အပွင့်သည် သွေးကိုပွားစေ၏၊ နှလုံးကို ပြေစေ၏၊ ဝမ်းသက်စေ၏၊ ဝမ်းပိုက်ရောင်၊ အဖေးမ်၊ ခေါင်း၊ သွား ကိုက်ခြင်း၊ လေပြန်ချောင်းများ ပူခြင်း၊ ကြက်သွားချောင်းဆိုး၊ မျက်စိရောဂါ၊ အဆစ်အဆက်တို့၌ ဖြစ်သော လေရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။



တရုပ်နှင်းဆီရောင်စုံ

ဟိန္ဒီ ဂုလာဗ သာဒ် (ဥလာ,ဝ်-ဆာဒါ)

လက်တင် Rosa Indich

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။အပွင့်သည် နီ၊ ဝါ၊ ခရမ်းရောင်၊ အလွန် ဖြူသော အရောင်များ၏၊ …၏၊ သူ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်　　။အပွင့်သည် ချိုး၏၊ ဖန်၏၊ သက္တိ အေး၏၊ ဝိပါက၌ ချို၏၊ ဆီးဝမ်း ရှင်၏၊ သုက်ကို ပွားစေ၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို နိုင်၏၊ ပူလောင်ခြင်း၊ သွေးအန် သွေးလွှ ရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

နှင်းဆီကြီး

ပုံသဏ္ဌာန်။　　။ပြု နီ နှစ်မျိုး ရှိ၏၊ အပွင့် ကြီးလှသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။အပွင့်သည် ခါး၏၊ အေး၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ဝမ်းသက် စေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ နူနာ၊ သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း၊ ကင်းမီးကောက် အဆိပ်သင့်ရောဂါ တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ၎င်း၏ အမြစ်သည် အူတိုက်ကို တွန့်ရှုံ့စေသော ဓာတ် ရှိ၏၊ အသားနု ယက်စေ၏၊ အပူ နည်းပါးစေ၏၊ အရွက်သည် ခေါင်း၌ ပေါက်သော အနာအက်များ၊ အက်များ နှင့် သွားနာ သွားကိုက်၊ မျက်စိနာ၊ အသည်းရောဂါ၊ မြင်းသရိုက် ရောဂါတို့ကို အကျိုးပြု၏။

နှင်းပန်းဖြူ

သက္ကတ　ရဇနီ ဂန္ဓ

ဟိန္ဒီ　　ဂုလဆဗ်ဗို　(ဂုလ်-ယှဗ်ဗို)

လက်တင် Polianthcus tuberosa

ပုံသဏ္ဌာန်။　　။၎င်း နှင့် အပွင့်တို့သည် အဆိပ် ဖြစ်၍ အန္တရာယ် ပြုနိုင်သောကြောင့် အသုံးပြုရာ၌ အတိုင်းအတာကို ချင့်ချိန်၍ သုံးရ၏၊ အဆိပ်ပေါင်း ဆေးပဒေသာ များစွာ ပါသော နန်းတွင်း လျှော်ပတ်ဆေးတို့၌၎င်း၊ နှမ်းခွဲဆေးကြီးတို့၌၎င်း၊ မြန်မာတို့သည် များစွာ အသုံးပြု၏။ (နှင်းပန်းကြီး) အဖြူမျိုးသည် ညနေ လွန်စွာ မွှေးသည်၊ ၎င်းနှင်းပန်း၎င်းသည် ကြက်သွန်နှင့် တူ၏၊ ဆေးဖော်ရာတွင် နှင်းပန်းကြီး၎င်းကို အသုံးပြုများကြ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်　　။ခြောက်ကပ်စေ၏၊ ပူ၏၊ ဆီးရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အန်စေထက်၏၊ ၎င်းကို အခြောက်လှမ်း၍ အမှုန့်ပြုပြီး နို့ ရည်နှင့် သောက်ခဲ့သော် (သို့မဟုတ်) ဓရ ဖယောင်းနှင့် သောက်ခဲ့သော် ပြည်တည်သော သားရောနာ ပျောက်ကင်း၏၊ နနွင်းနှင့် ကြိတ်၍ ကနလုမျှား၌

ဖြစ်တတ်သော အဖု အနာများ၌ ထိမ်းထိုးသင့် ပျောက်ကင်း၏၊ ခေလာမြက်ရည်နှင့် ကြိတ်လိမ်းသော် အဖု အကျိတ်များ ပျောက်ကင်း၏၊ အရွက်သည် ဆီးကောင်း၏၊ ဖန်ရေစကာတင်၏။

နှင်းသီး (တရုတ်)

ဟိန္ဒီ लुकाट (လုကာ့,ဋ္)

သင်္ကေတ Eriobotrya japonica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အမြဲ စိမ်းလန်းဖြဲ အသီးစီးသော အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်၌ အမွေးနုကလေးများ ရှိ၏၊ ပုံးအရွက်သည် ၆-လက်မမှ ၈-လက်မထိ ရှည်၏၊ ၁-လက်မခွဲမှ ၃-လက်မထိ အနံ ရှိ၏၊ အပွင့် ဖြူ၏၊ မွှေး၏၊ အသီးမှည့်သောအခါ ဝါ၏၊ ချို၏၊ အစေ့ ပါး၏၊ ဗမာပြည်၌ ပေါ်ရာ ဌာနသည် တရုတ်ပြည်တောင်ပိုင်း နှင့် ဂျပန်ပြည်တို့ ဖြစ်ကြ၏၊ ယခု မြန်မာပြည်၌ ဝနယ် နှင့် တောင်ကြီး စသည်၌ များစွာ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ယူနာနီဆရာတို့ အလိုအားဖြင့် အသီးစိမ်းသည် ချဉ်၏၊ မှည့်သောအခါ ချို၏၊ အဖျား ဆန့်သော ရောဂါ ပျောက်စေ၏၊ ရေငတ်ပြေစေ၏။

အစေ့သည်။ ။ဝမ်းပိုးရောဂါ၌ အလွန် ကောင်း၏။

အရွက်သည်။ ။သွေးချု ဖော၏၊ ဝိဘ်ဝမ်းရောဂါ ပျောက်စေ၏။

အပွင့်သည်။ ။သကြားနှင့်သကြားကိုလုံးထားသင့်သည်၏၊ အရှုပ်ပြည့်၌ ချောင်းဆိုး၊ ပန်းနာ၊ အသေရုဂ်ရောဂါ စသည်တို့၌ သုံးပြု၏။

နှံဝချီ

သက္ကတ उदुम्बरपर्णी

ဟိန္ဒီ दन्ती (ဒန္တီ)

လက်တင် Croton polyandrum

(Baliosper)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ရိုးမနယ်တွင်ပေါက်သည့် ခြုံငယ် နှစ်မျိုး ရှိ၏၊ မြေသားမျိုးမှာ အမြင့် ၃-၄-ပေသာမှ ရှိ၏၊ အရွက်သည် ရှစ်ခွဲမွှားများ ဖြစ်၏၊ သဖန်းရွက်နှင့် တူ၏၊ ၆-လက်မမှ ၁၀-

နှင်ချို

CROTON POLYANDRUM

दन्ती (ဒန္တီ)

ဖိုက်မထိ ရှည်၏၊ အရွက်များ၌ အမွေး ရှိ၏၊ ရွက်နားတွင် ခွေးသွားစိပ် ရှိ၏၊ အချို့လည်း မျက်တွံများ ရှိ၏၊ အပွင့် ဝါ၏၊ အသီးမှာ လက်မဝက်ခန့် ရှည်၏၊ အစေ့သည် တဝေ့ရှားမှု အလေး ညိုနီ ရှိ၏၊ ကြက်သွေးစေ့နှင့် တူ၏၊ အမြစ်ခေါက် အရောင်မှာ ကသကီရောင် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ရှင်းဆေးပင် ၂-မျိုးလုံး ထက်၏၊ ဝမ်းလျှော၏၊ ပိပါကာ၌ စပ်၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ပူ၏၊ ကြောက်ခြင်း၊ ထိုးကျင့်ခြင်း၊ ပြည်တုလာသာရောနာ၊ နူနာ၊ သလိပ်နာ၊ ရောင်ရမ်းခြင်း၊ ရင်ဘတ်နာ၊ မိုးရောဂါတို့ကို နှိမ်နင်း၏၊ နှပ်ချိုယသည် ပိပါကာ၌ ကြေကျက်၏၊ အေး၏၊ မလ နှင့် ဆီးကို ထုတ်ပယ်တတ်၏၊ အဆိပ်နာ၊ ရောင်ရမ်းခြင်း နှင့် သလိပ်ရောဂါတို့ကို နှိမ်နင်းတတ်၏။

မှတ်ချက်။ ။နှပ်ချိုသည် ကနဒိုဝေ့နှင့် ကုစွာ အသွင် ထက်မြက်သော ဝမ်းနုတ်ဆေး ဖြစ်၏၊ လွန်စွာ စားသုံးမိပါက အသက်ကိုပင် အန္တရာယ် ပြုတတ်၏၊ သို့ပါ၍ ဤနှပ်ချို၏ အစေ့ကို သုံးစွဲရောက်၊ သတိပြု၍ သုံးစွဲရသည်၏။

နှံစားပြောင်း

သက္ကတ — ဒီဘာမလာ

ဟိန္ဒီ — ဇွာအား (ဂျူအာ,ရီ)

လက်တင် — Sorgum vulgare

Holcus sorghum

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ချိုး၏၊ ချိုပ်၏၊ အာဟာရကို အားပေး၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ နှတ်ကို မြိန်စေ၏၊ ဆာလောင်ခြင်းကို ဖြစ်စေ၏၊ သလိပ် ထည်းရှိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ သွေးကြောင့် ဖြစ်သောရောဂါ၊ မြင်းသရိုက်ရောဂါ၊ အနာပေါက်၊ မြင်းဖုန်ခြင်းနာတို့ ပျောက်ကင်းစေ၏။

အစေ့သည် ဆီးကို ကောင်းစေ၏၊ ဝမ်းသက်ခြင်းကို ဖြစ်စေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုပုံ

သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း။ ။ပြောင်းရွက်များကို ဖျောက်နှင့် ကြိတ်၍ ထိုးသို့ လိမ်းကျံပေးခဲ့သော် သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ခေါင်းတချမ်းကိုက်ရောဂါ။ ။ပြောင်းရွက်ကို ချင်းခြောက်နှင့် ရောကျို၍ ပြီးလျှင် မှုပေးခဲ့သော် ခေါင်းတချမ်းကိုက်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

သွားနာ သွားကိုက်ရောဂါ။ ။ကြောင်လျှာစေ့ကို ပြုလုပ်၍ သွားတို့ကို သိပ်ထားခဲ့သော် သွားများလှုပ်ခြင်း၊ သွားများ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း ကောင်းကိုကို ပျောက်အောင်စေတတ်ကုန်၏။

နားပြည်ယို ရောဂါ။ ။ကြောင်လျှာစေ့ကို အရည် ထုတ်၍ မှုန့်အောင် ပြုလုပ်ပြီးလျှင် နား၌ ထည့်ပေးခဲ့သော် နားပြည်ယိုခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

နှမ်း

သက္ကတ တိလ

ပါဠိ တိလ (တိလ)

လက်တင် Sesamum Indicum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရသာမှာ ချို ခါး ဖန် ဖြစ်၍ သတ္တိ ပူ၏။ ဝိပါကမှု စပ်၏။ ဆံပင်ကို ဖြစ်စေ၏။ အသားအရေကို ကောင်းစေ၏။ ခွန်အားကို တိုးပွားစေ၏။ အနာကို အသားနုတက်စေ၏။ သလိပ် သည်းခြေဒေါသကို ပြုတတ်၏။ ဆီးကို ကျဉ်းစေ၏။ ဉာဏ်ကို ပွားစေ၏။ လေဒေါသကို ငြိမ်းစေ၏။ ဝမ်းပြင် ဖော်ရွေ့ခြင်းရောဂါ၊ သွားကိုက်ခြင်းတို့၌ အသုံးပြု၏။

မှတ်ချက်။ ။နှမ်းသည် နှမ်းနက်၊ နှမ်းဖြူ စသည်ဖြင့် အမျိုးမျိုး ရှိ၏။ ၎င်းတို့အနက် နှမ်းနက်သည် အကောင်းဆုံး ဖြစ်၏။ နှမ်းဖြူသည် အလယ်အလတ် ဖြစ်၏။ သုက်ဓာတ်ကို ပွားစေ၏။ အခြားသော နှမ်းတို့သည် ကြွက်ကျက်လွယ်၏။

အသီးသီး အသုံးပြုနည်း

နှမ်းဆီကို ရေနှင့် ကြိတ်၍ ဆီဦး နှင့် ကျော ကျက်ပေးခဲ့သော် မြင်းသရိုက်ရောဂါမှ သွေးကျခြင်း ပျောက်ကင်း၏။ နှမ်းပွင့်ရှေ့၌ ပုံမြေခြောက်၊ ငြုပ်ကောင်း၊ ပိတ်ချင်းသီးတို့ကို အမှုန့်ပြုပြီး ထည့်၍ သောက်ခဲ့သော် သွေးတိုးခြင်း ပျောက်ကင်း၏။ နှမ်းရွက်ရည်နှင့် ကြိတ်၍ ခေါင်း၌ လိမ်းကျံ ပေးခဲ့သော် ခေါင်းကိုက်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။ နှမ်းရွက်ပွန်တို့ကို အရိပ်၌ လှမ်း၍ မြာချပြီးလျှင် ထိုမြာကို ၇ ပဲသားမှ ၁၁ ပဲသား အထိ နေ့တိုင်းသောက်ခဲ့သော် ကျောက်တည်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။ နှမ်းဖတ် နှင့် နနွင်းကို ရေနှင့် ကြိတ်၍ လိမ်းကျံ ပေးခဲ့သော် ဝင်ကျွဲဝိ ကျ၏။ နှမ်းမြစ် နှမ်းရွက်ပြုတ်ရည်ကိုဖြင့် ... ခေါင်းလျှော်ခြင်းဖြင့် ဆံပင်မြုံခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

မှတ်ချက်။ ။နှမ်းဆီကို ဆေးအတက် အသုံးပြုရာ၌ နှမ်းကို အနည်းငယ် လှော်ပြီးမှ ကြိတ်သည်၊ ရှင်းနှမ်းဆီကို ၃-၄ နှစ်ဝန်း ထားပြီးမှ သုံးသည်၊ နှမ်းဆီလားရာ အိုးကိုလည်း တနှစ်တကြိမ်ကျ လဲလှယ်ပေးရ၏၊ အနှစ်များ ထိုင်နေလိမ့်မည်၊ ၎င်းကို မယူရ၊ ထိုနှမ်းဆီကြည် သည် လိမ်းဆေး, ခြေနယ်ဆေး, နားကျပ်ဆီ စသည်ကြိုင် များစွာ အကျိုးရှိ၏။

နှမ်းကြပ် (ဓိသွာ)

သက္ကတ အတသီ

ဟိန္ဒီ အလသီ (အလသီ)

လက်တင် Semina linam
(Ousitaissimum)

အသုံး။ ။အစေ့ကို သုံးရ၏။

ဟရသာ။ ။ချို၏၊ သတ္တိပူ၏၊ ဝိပါကသ၌ စပ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခွန်အားကို ပြုတတ်၏၊ အနည်းငယ် သလိပ် နှင့် လေဒေါသကို တက်၏၊ ဝဖြိုးစေတတ်၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ မျက်စိ အရောင်အဆင်းကို ဆုတ်ယုတ်စေ၏။

ဒေါသ။ ။သည်းခြေဒေါသကို ပယ်နိုင်၏။

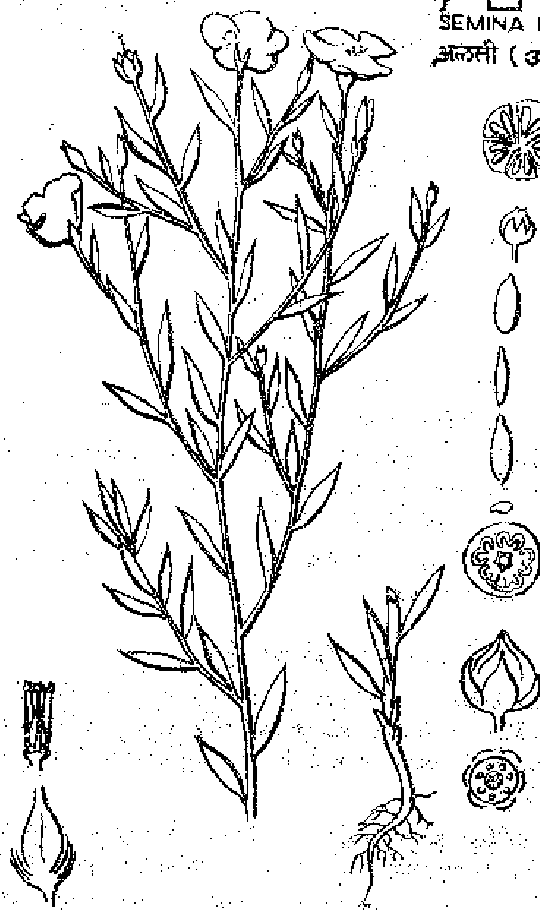
ရောဂါ။ ။ဖြစ်မိုက်နာ, ရောင်ကင်းခြင်း နူနာ, အီး နှင့် ဖင်သော ရောဂါ, ပါဒရက် ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေနိုင်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ဓာတ်အား ကုန်ခန်းသော ရောဂါ (ခယ)။ ။နှမ်းကြပ်စေ့ ၂-ကျပ်သားကို ကြိတ်၍ ရေအေးတွင် တညစိမ်၍ ထားပါ၊ ထို့နောက် ၎င်းရေကို စစ်၍ ယူပြီးလျှင် မီးဖြင့် အနည်းငယ် နွေး၍ သံပုရာ အနည်းငယ် ရော၍ သောက်ပါ၊ ဓာတ်ကုန်ခန်းသော (ခယ) ရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

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

ပြည်တည်လာသရောနာ။ ။နှမ်းကြပ်ကို အမှုန့်ပြု၍ သကြားနှင့် ရောပြီး အနည်းငယ် အနည်းငယ် လျက်၍ ပေးပါ၊ ၎င်းနောက် ၎င်းနှမ်းကြပ်ဆီကို ကျင်ချောင်းပေါက်တွင် ၅-စက် ထည့်ပေးပါ၊ ပြည်တည်လာသရောက်နာ ပျောက်ကင်းလေ၏။



နှမ်းကြပ် (ဗိသျှာ)
SEMINA LINAM.
अलसी (အလသီ)

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

နမ်နမ်

မလေး — **नियम नियम**

သီဟိုဠ် — **नम नम** (နမ်နမ်)

လက်တင် Cynometra Cauliflora

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ အထူးမှာ(ကား)ဖြင့် မလေးကျွန်း၌ ပေါက်၏၊ သီးမှာပြည် ဥယျာဉ်များ၌ စိုက်၏၊ မြန်မာပြည် မြစ်ကြိုမြစ်ကြား ရှိ၏၊ အထူး ယတိပြုရန်မှာ ... သုံးသော အရွက် နံ့မျိုး မဟုတ်၊ အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ ဆိုကားသည် မလေး စကား ဖြစ်၏၊ မြန်မာ ဝေါဟာရဖြင့် အမှန်အကန် မရသေးပါ။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အစေ့ဆီသည် ပိုးကျသော နူနာရောဂါ များကို ပျောက်ကင်း၏၊ ထို့အပြင် ဆီးမရပြားရောဂါ ပြည့်၍ လိမ်းပေးရ၏။

[ပ]

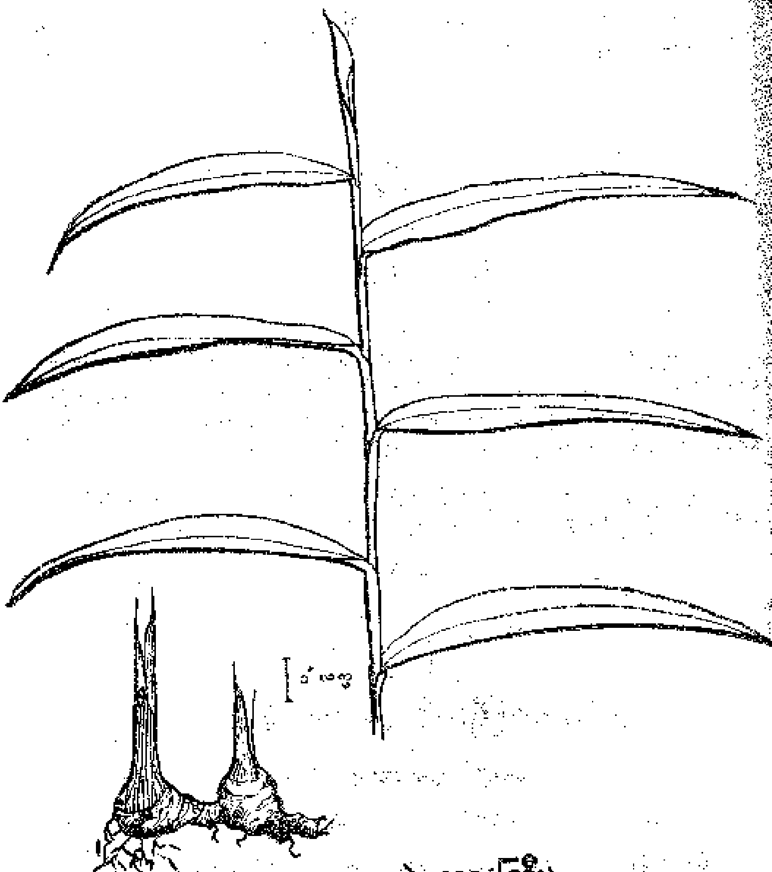
ပကာကြီးပင် (ပတဲကောမျိုး)

ပါဠိ **पुन्नाग चम्पा** (ပုန္နာဂ,ဂိ-စမ္ပာ)

လက်တင် Alpinia Speciosa.

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ပတဲကောမျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက် လှံစွပ်ပုံ ဂုက်တောင်ပုံ ရှိ၏၊ အပွင့် ... ကိုအလက်မှ ၂-၃-ပွင့် ရှိ၍ ပွင့်၏၊ အစေ့ အလွန် များ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပတဲကောနှင့် တူ၏၊ ထို့ပြင် ချွဲမြောက် အစာလည်း ... ၍ နိုင်၏။



ပတဲကော(ကြီး)

ALPINIA GALANGA.

कुलिन्जन (ကုလိဉ္ဇန်)

ပဇင်းညို

ဟိန္ဒီ ။ ။ (နာ,ဝ်ဖေနိ)

လက်တင် Vitch peduncularis

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ ပေ (၁၀) ခန့် မြင့်၏၊ အရွက်သည် လှံသွား သဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ ထိပ်များ ချွန်၏၊ အလျား ၆-လက်မ, အနံ ၁-လက်မမျှ ရှိ၏၊ ချော၏၊ ရွက် ကြော နားရွက် အပတ် ပါ၏။

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

ပတဲကော (ကြီး)

သက္ကတ ။ အ...

ဟိန္ဒီ ။ ... (ကုလိန်ဂျန်)

လက်တင် Alpinia conchigera

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အမြင့် ၅-ပေ ၆-ပေ မှ ၇-ပေ ၈-ပေ အထိ ရှိ၏၊ အရွက်မှာ ... ၂-ပေမျှ ရှည်၏၊ ၄-၅-လက်မမျှ အနံရှိ၏၊ ဥဿဘကျွဲနို အဖျား ချွန်၏၊ အပွင့် သေးသေး ... လေးပွား ပွင့်၏၊ အပွင့်သည် ... စိမ်းရောင်သန်း၍ ဖြူ၏၊ မချို့, နိဃဏ္ဍုကျမ်းများ၌ ဖော်ပြ ထားသည့် ပတဲကောကြီးကို မယူကြဘဲ သက္ကတ သဒ္ဒါဖြင့် ဖော်ပြထားသည့် အပင်သည် နွယ်ပင် ... ဖြစ်သည် ဟု ဆိုကြ၏၊ ... အနွယ်နှင့် တူ၍ အရွက်မှာ ကွမ်းရွက်နှင့် တူသည် ဟု ဆို ... ၏၊ ရှေးအတိုင်း နွယ်ကို ဖြတ်၍ ဆေးတွင် အသုံးပြုကြ၏၊ ဗြိတိသျှ ခေတ်က အိန္ဒိယ တိုင်းသား ... သည် အိန္ဒိယမှ မြန်မာပြည်သို့ တင်သွင်း ရောင်းချ အသုံးပြုကြ၏၊ ဤ၌ ပတဲကောကြီးကို သာ ... ပြပါမည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အများအားဖြင့် မြစ်ဥကို အသုံးပြု၏၊ ခါးစပ်၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက ... ပင်၏၊ နှုတ်မြိန်စေ၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေသည်၊ နှလုံးကို အကျိုးပြုသည်၊ သလိပ် ချော် ... သည်၊ နှလုံးရောဂါ, ချောင်းဆိုး, မီးယွင်းရောဂါ, လည်ချောင်းရောဂါ, လေရောဂါ စသည် ... တို့ ပျောက်စေ၏။

ရောဂါအလိုက် အသုံးပြပုံ

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

ချောင်းဆိုးရောဂါ။ ။ပတဲကောကြီးမြစ်ကို ချင်းဇိမ်း သကြားရည်, ပျားရည်နှင့် လျက်ပေးပါက ချောင်းဆိုးရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ရင်ဘတ်နာရောဂါ။ ။ပတဲကောကြီး နှင့် ဇမ္ဗူ, ဆေးမီးဖုတ်တို့ နှင့် အမှုန့်ပြုလုပ်၍ အနည်းငယ် အနည်းငယ်မှု လျက်ပေးခဲ့သော် ရင်နာ, ဝမ်းနာ လျင်စွာ ပျောက်ကင်း၏။

ဝမ်းမီးနဲ့ ရောဂါ။ ။ပတဲကောကြီး, ချင်းခြောက်, သိန္ဓောတို့ကို ဆတူ စပ်၍ အမှုန့်ပြုပြီး သောက်ခဲ့သော် ဝမ်းမီးနဲ့၍ ဖြစ်တတ်သော အစာပကြေခြင်း စသော ရောဂါများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

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

ပတဲကော(ငယ်)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပတဲကောငယ်သည် အကြီးမျိုး နှင့် ပင်, ရွက်, မြစ်, ပွင့်၊ အကြီး ထက် ပွင့်ါးပွါးပိုး သေးငယ်၏။ အနံ့, အရသာများလည်း အကြီးမျိုးလောက် မပြင်းပြေ၊ ငှင်း ဥမြစ်သည် ရင့်, နု နှစ်မျိုး ရှိရာ၌ အရင့်ကို ဆေးတွင် သုံးပြီး အနုကိုမူ ငါးပိဖရေ နှင့် တို့ဖြုတ် စားကြ၏။ ဆေးတွင်မူ အကြီး နှင့် အငယ်တွင် အကြီးမျိုးကို သာ အသုံးပြုများ၏။

ဆီးလွန်ရောဂါ။ ။ပတဲကောငယ်မြစ်ကို ပြုတ်၍ သောက်မှု ဆီးလွန်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

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

စကားပြော နှေးသော ရောဂါ။ ။ကလေးများ စကား ပြောချိန် တန်လျက် စကား မပြောခြင်း, မပီသခြင်းကိုကို ပတဲကောငယ် အမြစ်ကို သွေး၍ လျှာ ပွတ်ပေးခြင်း, အနည်းငယ် ခွံ့ပေးခြင်း ပြုပါက လျင်မြန်စွာ စကားပြောလာလိမ့်မည်။

ပုနရ္နဝါ

သက္ကတ ။ पुनर्नवा

ဟိန္ဒီ ။ पुनर्नवा (ပုန,ရ်-နဝါ)

လက်တင် Boerhaavia Diffusa

ပုနရ္နဝါသည် အပင်ကိုလိုက်၍ အဖြူ, အနီ, အညို ဟူ၍ သုံးမျိုး ရှိ၏။ အဖြူကို ဟိန္ဒီလို ဖေဒ်ပုနရ္နဝါ, အနီကို ဟိန္ဒီလို လာလ်ပုနရ္နဝါ, အညိုကို နီလ်ပုနရ္နဝါ ဟူ၍ ခေါ်၏။ ၎င်း ကာဝပ္ပကာသ နိဃဏ္ဍုကျမ်းတွင် အပွင့်နက် တမျိုး ရှိသေး၏ ဟု ဆို၏၊ ရမ်၏။

ဖော်ပြပါအတိုင်း ပုနရ္နဝါ ၃ - မျိုး ရှိသည်ကို တွေ့ရ၏။ ၎င်းတို့သည် အကုန်လုံး ပင် အားတိုအား ကျေးဇူးပြုကြသော အပင်မျိုးတို့ ဖြစ်၏၊ အညိုမျိုးမှာ ပို၍ ရသာယန (အသက် ဆေး) အတွက် အသုံးပြုရန် သင့်သဖြင့် ၎င်းအညိုမျိုးကို ရသာယန အတွက် သီးသန့် ဖော်ပြ ၏။ နေရာ အနှံ့ အပြားတွင် ပေါက်တတ်၍ ရှားပါးသော အပင်မျိုး မဟုတ်ချေ၊ ရန်ကုန်မြို့ နေရာအနှံ့အပြား ပေါက်နေသည်ကို တွေ့ရသော အလေ့ကျ အပင်မျိုး ဖြစ်၏။ သို့သော် ဗိန္ဒောဆရာကြီးတို့ကမူ ၎င်း၏ မှန်ကန်သည့် ဂုဏ်မှု ရှိကြောင်း ဖော်ပြ ထားသည်ကို တွေ့ရသည်။

ပုနရ္နဝါ သုံးမျိုး၏ သဏ္ဌာန်။ ။အဖြူမျိုးသည် အရွက် ငယ်၏၊ အနုသား နီရောင် ရှိ၏၊ ဖြူ၏၊ အရွက် ထူ၏၊ အညိုမျိုးရွက်ထက် ကြီး၏၊ အရည် ရှိ၏၊ အဝတ် ဝါလက် အညိုမျှား ဆယ်၏၊ ၎င်းအဖြူကို မိုးဥတု အေးသော ရာသီများတွင် စိမ်းလန်းစိုပြေစွာ တွေ့၏၊ များစွာ ၏။

အနီမျိုးသည် အဖြူမျိုးထက် အရွက် ငယ်၏၊ အပွင့် နီ၏၊ အရည် နည်းပါး၏၊ အကိုင်း အခိုး မာကျော၏၊ ဆယ် နှစ်ရာသီတိုင်း အမြဲ ပေါက်လျက် ရှိ၏။

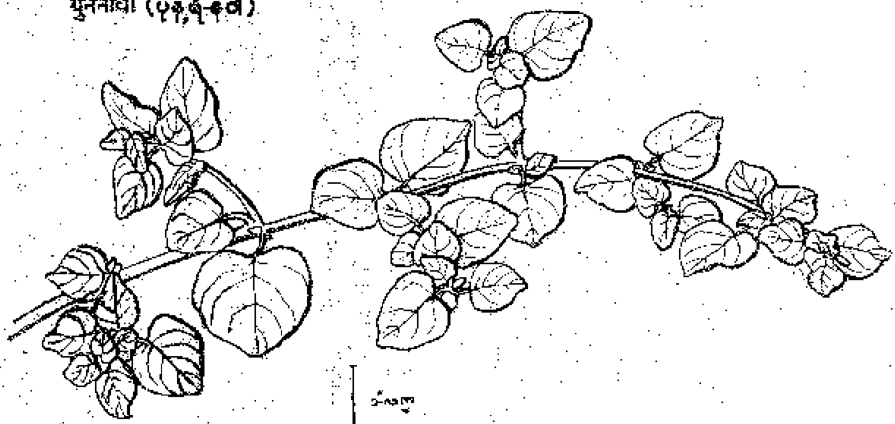
အညိုမျိုးသည် အပွင့် ညို၏၊ အခြား အစိတ်အပိုင်းများသည် အနီနှင့် ဆင်တူ၏။

ပုနရ္နဝါတို့၏ ဂုဏ်နှင့် ထူးခြားချက်များ

ပုနရ္နဝါ အဖြူသည် ဖန်၏၊ စပ်၏၊ ပူ၏၊ နှုတ်ကို မြိန်စေ၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ဝမ်းသက်စေ၏၊ ဝမ်းသက်သွား၏၊ ဝတ်ကိုကို ပြောင်းလဲစေ၏၊ နှလုံးကို အကျိုးပြု၏၊ သော ကိုက်ကို နိုင်၏၊ ရောင်ယင်းခြင်း, မြင်းသရိုက်, ချောင်းဆိုး, ဝါသင့်နာ, အဆိပ်, ဝမ်းအောင့်, ရောဂါ, ရင်ဘတ်ဒဏ်သင့် ဂဏသော ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ပုနရ္နဝါ အနီသည်။ ။ခါး၏၊ ဝိပါကနှ စပ်၏၊ အေး၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ လေကို ပွားစေ၏၊ မလတို့ကို ချုပ်စေ၏၊ သလိပ် သည်းခြေ သွေး ဖောက်ပြန်ခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ ၏၊ ဖောရောင်ခြင်း, မီးရပ်ရောဂါ, ဝါသင့်နာတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

ပရန်ပါ
BOERHAAVIA DIFFUSA
पुनर्नवा (पु,हि-मं)



ပရန္နဝါ၏ အညွှန်းသည်။ ။ဝါ၏ ဖယ်ခွာရှား ရှိ၏၊ ပူ၏၊ အသက်ကို ရှည်စေ၏၊ နှလုံးရောဂါ၊ ဝါကင်နာ၊ ဖော၀ရောဂါခြင်း၊ ပန်းနာတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ လေ နှင့် သလိပ်ကို ပယ်တတ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဤပြဆိုခဲ့ပြီးသော နိုင်ငံခြား ကျမ်းများမှ တပါး အာယုဗ္ဗေဒ ဆေးကျမ်းများ အရ ဆိုလျှင် ပရန္နဝါ၏ အသုံးသည် အလွန် ကျယ်ဝန်းလှပေ၏၊ ထို အသုံးပြုချက်များ အနက်မှ အချို့ အဂင်္ဂါတို့ကို အောက်ပါ အတိုင်း ဖော်ပြလိုက်ရပေသည်။

ပရန္နဝါတွင် ဝမ်းမီးကို တောက်စေခြင်း၊ ဝမ်းသက်စေခြင်း၊ ဆီးကို ဝင်စေခြင်း၊ ချွေးကို ထွက်စေခြင်း၊ သလိပ်ကို ပယ်ဖျက်ခြင်း၊ အနာဝတာတ်ခြင်း၊ အောင်ရောစ်ခြင်းကို ပယ်ဖျက်တတ်သော အာဟာတ်တို့ ရှိ၏၊ ဆီးရောဂါကို ပယ်ဖျက်တတ်သော သတ္တိသည် အကောင်းဆုံး ဖြစ်၍ ပဌမ အဆင့်တွင် ပါဝင်၏၊ အကြောင်းမူ ဤဆေးကို သောက်ခဲ့သော် ဆီးကိစ္စ တဖုံတရာ ခက်ခဲခြင်း မရှိဘဲ ဆီး၏ အတိုင်းအတာသည် ၂ - ဆ တက်လာ၏၊ ထိုမှတပါး ဆီးအိမ် အတွင်း၌ ဆီးကို ဖြစ်စေ တတ်၍ တွန်းအား (လေ) ကို ပေးတတ်၏၊ ထို့ကြောင့် ဆီး၌ ပါသော အတိုင်းအတာသည် တိုးတက်လာ၏၊ ဤ ၂ - မျိုးသော အကြောင်းတို့ကြောင့် ဆီး၏ အတိုင်းအတာသည် တိုးတက် လာ၏။

ထို့ပြင် ပရန္နဝါကို အသုံးပြုပါက ရေဖျဉ်းရောဂါ၊ အဆုတ်ရောင်ခြင်း၊ အူရောင်ခြင်း၊ ကိုယ်၏ အပြင်ဘက်၌ ရောင်ခြင်း၊ အလုံးဖုံသော အင်္ဂါကြီး၊ ငယ် ရောင်ခြင်းတို့၌ အကျိုးများ၏၊ ကိုယ်၏ အပြင်ဘက်တွင် ရောင်ခြင်းတို့၌ အရွက်များကို တလောင်း၍ ပူအောင် ပြုပြီးလျှင် စည်း ပေးကြ၏၊ နှလုံးရောဂါ၊ ချောင်းဆိုးရောဂါ၊ ရေဖျဉ်းရောဂါ၊ ပေါင်များ ဖောက်သော ရောဂါတို့၌ ပရန္နဝါကို ပေးခဲ့သော် အလွန် အကျိုးများ၏။

ပရန္နဝါ မြစ်ကို ကြိတ်၍ သု့ ချည်းသက်သက် သို့မဟုတ် သံနှင့် အတူ အင်္ဂါကြီး၊ ငယ်များ ရောင်ခြင်း၊ သွေးအားနည်းသော ရောဂါ၌ ပေးရာ၏ ဟု ဆို၏။

ပရန္နဝါ မြစ် မှုန့်ကို နေ့အခါ၌ ၂ - ကြိမ် လဘက်ရည် တဇွန်းစာ တိုက်ခဲ့သော် အနည်း ငယ် ဝမ်းသက်စေ၏၊ အကယ်၍ အနည်းငယ်သော အတိုင်းအတာကို စားခဲ့သော် သလိပ်ကို ထုတ်အောင်ရာ၌ အကောင်းဆုံး ဖြစ်၏၊ ထို့ကြောင့် ပန်းနာ ရောဂါ၌လည်း အကျိုးပြု၏၊ အလွန် အကဲ စားသော အခါ၌ အန်ခြင်းကို ဖြစ်စေတတ်၏၊ အင်္ဂါကြီး၊ ငယ်တို့ ရောင် ကင်းခြင်း၊ ရေဖျဉ်းရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရ၏၊ ထို့ပြင် ပရန္နဝါကို ရောဂါပေါင်း များစွာတို့၌လည်း အသုံး ပြုနိုင်၏၊ ရေဖျဉ်းရောဂါတွင်မူ ကျေနပ်ဖွယ် အသုံးဝင်သည်ကို တွေ့နိုင်၏။

ရောဂါ အသီးသီး၌ အသုံးပြုနည်း

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

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

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

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

ရေဖျဉ်းရောဂါ။ ။ပရန္ဒဝါမြစ်ကို ရေစိမ်၍ ဆောင်းဂါ ရောလျက် သောက်ခဲ့သော် ရေဖျဉ်းရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဂူလုံးရောဂါ။ ။ပရန္ဒဝါမြစ် နှင့် ဘိလန္တာဆားကို အတူရော၍ ထောပတ် နှင့် လျက်ခဲ့သော် ဂူလုံးရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။ (ဤနည်း ပျားရည်နှင့် လျက်ခဲ့သော် ရေဖျဉ်းရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။)

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

အကြောထွက်ရောဂါ။ ။ပရန္ဒဝါမြစ်ကို ချင်းခြောက်ရည်နှင့် ကြိတ်၍ ပတ်တီး စည်းပေးခဲ့သော် အကြောထွက်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။ (အကြောထွက်ရောဂါ ဟူသည် မှာသော အရပ်ဒေသများ၌ အဝုဇနာများ ပေါက်၍ ထိုအဝုဇနာများမှ ကြိုးမျှင်တို့ကဲ့သို့ အကြောများ အမျှင်မျှင် ထွက်ကျသော ရောဂါမျိုးကို ခေါ်၏)။

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

ကင်းမီးကောက်ဆိပ်။ ။ထနစ်နွေ့ မုညွှန့်ကွတ်နှင့် ယှဉ်သော အချိုးကွင်း နှုတ်ယူသော ပရန္ဒဝါမြစ်ကို ဝါးပေးခဲ့သော် ကင်းမီးကောက်ဆိပ် ပျောက်ကင်း၏။

မီးရပ်ရောဂါ။ ။ပရန္ဒဝါကို ကြိတ်မှုန့်ချက်ရည် နှင့် ဖျော်၍ သောက်ခဲ့သော် မီးရပ်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ပွေးနာ။ ။ပရန္ဒဝါကို ဒန့်ကျဲရေ နှင့် အတူ တားခြင်း, လိမ်းကျံခြင်း ပြုခဲ့သော် ပွေးနာ ပျောက်ကင်း၏။

ပရုပ်ပင်

သက္ကတ ကပ္ပူရ
ဟိန္ဒီ ကပူရ (ကပူ,ရ)
လက်တင် Comphora Officicinarum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဤပရုပ်ပင်သည် မြန်မာပြည်နှင့် ဘင်္ဂလား ဘရှတ်ပြည်, ဂျပန် စသည် တို့၌ ပေါက်၏။ ၎င်းသည် ပင်လယ်ကမျိုး ဖြစ်၏။ ထမြင့်မှာ ပေ ၆၀ - မှ ၇၀ - ပေ အထိ မြင့်၏။

အပေါက်မှာ အပြင်ဘက်က ကြမ်းတမ်း၍ အတွင်းသားမှာ နူးညံ့ ချောမွတ်၏၊ အရွက်မှာ ဆူးတွာန် ရှိ၍ ချွန်၏၊ အရွက်အပေါ်ဘက်တွင် အဝါရောင်ချောရောင်သန်း၍ စိမ်း၏၊ အောက်ဘက် ပြာမီးခိုးရောင် ရှိ၏၊ အပွင့်ဖြူ၏၊ သေးငယ်၏၊ အသီးမှာ စားတော်ပဲသီးမျှ ရှိ၏၊ ၎င်းအသီး၏ အနံ့မှာ ပျော့နံ့မွေး၏၊ ၎င်းအပင်မှ အခေါက်ရင်း၊ အမြစ်များမှ၎င်း၊ ပရုပ်ချက်၍ ယူကြ ကုန်၏။

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

ယှဉ်ဘက်အသုံး။ ။ပရုပ် ၂ - ရတိ၊ ရှိန်းခို ၂ - ရတီကို ရောလုံး၍ ပန်းနာထချိန်တွင် ကိုက်ကျွေးခဲ့သော် ၂ - နာရီ ၃ - နာရီ အတွင်းတွင် ပန်းနာသည် ရပ်သွား၏။

ပရုပ် ၂ - ရတီတွင် ဘိန်း ရတီဝက်ခန့် ရော၍ သောက်ခဲ့သော် ဂနိရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

သွားတွင် ပရုပ်ကို ထည့်ပေးခဲ့သော် သွားကျပ်ကိုက်ခဲခြင်း၊ သွားမကောင်းခြင်း ပျောက် ကင်း၏။

ပရုပ်ကို ပရုပ်ပင်မှ တပါး အပင်အပျိုးမျိုးမှ ရရှိ၏၊ အိန္ဒိယပြည်တွင် ငှက်ပျောပင်စည် မှလည်း ထုတ်ယူကြ၏၊ ထိုပင်စည်မှ ထုတ်ယူသော ပရုပ်သည် ကြီး၏၊ ရှည်သော အလုံးများ ဖြစ်၏၊ ငှက်ပျောရွက်များမှလည်း ထုတ်ယူ၏၊ ထိုပရုပ်သည် မကောင်းချေ၊ သိကဲ့သို့ပင် ဖြစ်၏၊ ခြားသော သစ်ပင်အမျိုးမျိုးတို့မှလည်း ပရုပ်ကို ထုတ်ယူကြသေး၏၊ မြန်မာပြည်တွင် လင်းထပါး ပြီးပင်၊ ဖုမ္မသိန်ပင် စသည်တို့မှလည်း များစွာ ချက်ယူနိုင်လေသည်။

ရောဂါအသီးသီးတို့၌ အသုံးပြုနည်း

ပန်းနာ။ ။ပရုပ် ၂ - ရတီ ရှိန်းခို ၂ - ရတီကို ရောလုံး၍ ပန်းနာထချိန်တွင် ကိုက် ကျွေးခဲ့သော် ၂ - နာရီ ၃ - နာရီအတွင်းတွင် ပန်းနာရောဂါ ရပ်သွား၏၊ ဤဆေး ကျွေးစဉ်တွင် ညစာတွင် ဟာရပင်ဆီ လိမ်းပေးပါက ပိုမိုကောင်း၏။

ဆီးရောဂါ။ ။ပရုပ် ၂ - ရတီ ဘိန်း ရတီဝက်ခန့်ကို အလုံး ပြုလုပ်၍ ည အိပ်သော အချိန်တွင် တိုက်ခဲ့သော် သုက်သည် အလိုလို ပျော်ကြ၏၊ ဆီးရောဂါလည်း ပျောက်၏။

ဂနိရောဂါ။ ။ပရုပ် ၂ - ရတီတွင် ဘိန်း ရတီဝက် ရော၍ တိုက်ခဲ့သော် ဂနိရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

သွားကိုက်ခြင်း။ ။သွားတွင် ပရုပ်ကို ထည့်ပေးခဲ့သော် သွား နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း သွားမကောင်းခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ကာလသမ်းရောဂါ။ ။ကာလဝမ်း-ရောဂါ ဖြစ်၍ လက်ခြေများ အေးလာခဲ့သော် မှုံရည်ကို တိုက်ပေးသော် အကျိုးများ၏။

ကင်းမီးကောက်ကိုက်ခြင်း။ ။ပရုပ်ကို ရေနှင့် ကြိတ်၍ ကင်းမီးကောက် ကိုက်သော နေရာတွင် လိမ်းပေးရုံသော် ကင်းမီးကောက်ကိုက်ခြင်း, မှက်ကိုက်ခြင်းများ ပျောက်ကင်း၏။

စိန်အဆိပ်။ ။ပရုပ်တယ်သားကို နှင်းဆီရေနှင့် စိမ်၍ တိုက်ခဲ့သော် စိန်အဆိပ်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

နာတာရှည်ချောင်းဆိုး။ ။နာတာရှည် ချောင်းဆိုးရောဂါတွင် ပရုပ်သည် အလွန် ကောင်းသော ဆေးဖြစ်၏။ ၎င်းကို သလိပ်ကို ပယ်ဖျက်တတ်သော ဆေးတို့နှင့် ရော၍ အသုံးပြုရ၏။

ပရုပ် (တရုတ်)

သက္ကတ चीनाककर्पूर

ဟိန္ဒီ चीनिया कपूर (ချီနိယာ-ကပ္ပူရ)

လက်တင် Cinnamomum camphora

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခါး၏၊ သလိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ နှုန့ယားယံခြင်း, ဆန်ခြင်း စသည်ကို ပျောက်ကင်း၏။

မှတ်ချက်။ ။ပရုပ် (တရုပ်) ကို ဖော်မိုဆာကျွန်း (ထိုင်ဝမ်) မြစ် အနီးအနား ထိုပရုပ်ပင်များ ပေါများ၏၊ ထိုအပင်များမှ ပြုလုပ်၏။ ယခုအခါ ဂျပန်ပြည်တွင်လည်း ပြုလုပ်၏။

ပိစတားသီး

သက္ကတ चारुफल

ဟိန္ဒီ पिस्ता (ပိစတား)

လက်တင် Pistasia vera

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ရှုန်းသည့် ပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ပေ ၃၀ - မျှ မြင့်၏၊ ၎င်း၏ အသီးအပင် သည် အီရန်, အာဖဂါနိစ္စတန် ပြည်တို့၌ ပေါက်၏၊ ၎င်းအရွက်တွင် ပိုးသန်းမျိုး မိတ်ဖွဲ့၍ နေ၏။

ပရုပ် (တရုပ်)

CINNAMOMUM CAMPHORA.

चीनिया कपूर (ကျီနီယာ·ကပူရ်)

No. 20

၎င်းမိုးဖွံမိကို ပိစတားအာပွင့် ဟု ခေါ်ကြကုန်၏၊ ၎င်းအပွင့်သည် တစ်ပင်လျှင် နှင်းဆီရောင် ရှိ[illegible] တစ်ခက်တွင် အဝါရောင် (သို့မဟုတ်) အဖြူရောင် ရှိ၏၊ အချို့ လေးနှင်းဆီနှင့် သဏ္ဍာန်တူ[illegible] အချို့ လုံးလုံး ရှိ၏၊ အချို့ ဥသဏ္ဍာန် ရှိ၏၊ အရသာ အသွင် ချိုနှင့် အနံ့ မွှေး၏၊ ၎င်း၏ အသီး[illegible] ၂ နှစ်တွင် တကြိမ် သီး၏၊ ၎င်းအသီး၏ အပေါ်ယံ ပေါ်သည့် အလွှာ အစိမ်းရောင်ရှိသည်[illegible] ၎င်းအခွံကို ခွာလျှင် အတွင်း၌ အစေ့ရှိ၏၊ ၎င်းအစေ့ကို "ပိစတားဆံ" ဟု ခေါ်ကြ[illegible] ၎င်းအသီးဆံသည် အဖျော်ယို စသော မုန့်ချိုအမျိုးမျိုးတို့ ပေါင်မုန့်၊ နှမ်းမကင်း၊ မုန့်[illegible] စသည်တို့တွင် ရော၍ စားသောက်ဖွယ် ပြုကြ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ကြေကျက်ခဲ၏၊ နူးညံ့၏၊ သွက်လွှား၏၊ သွေးတိုကို ခိုင်မာ[illegible] စေ၏၊ သွေးကို ပေါ်ကြွယ်စေ၏၊ ချို၏၊ အားကို ဖြစ်စေ၏၊ အသည်းရောဂါကို ပြုပြင်၏၊ ပါးသတ်သ[illegible] ရှိ၏၊ ဆီးဝမ်းရှင်၏၊ သလိပ်ကို နှိုင်၏၊ ၎င်းပြုပ် ယေနာ၊ လည် နှာနှင့် ချောင်းဆိုးပါးတို့[illegible] နိုင်စေ၏။

ပိတောက်ပင်

သက္ကတ အသန

ဟိန္ဒီ အသန (ဗီဇသာရ)

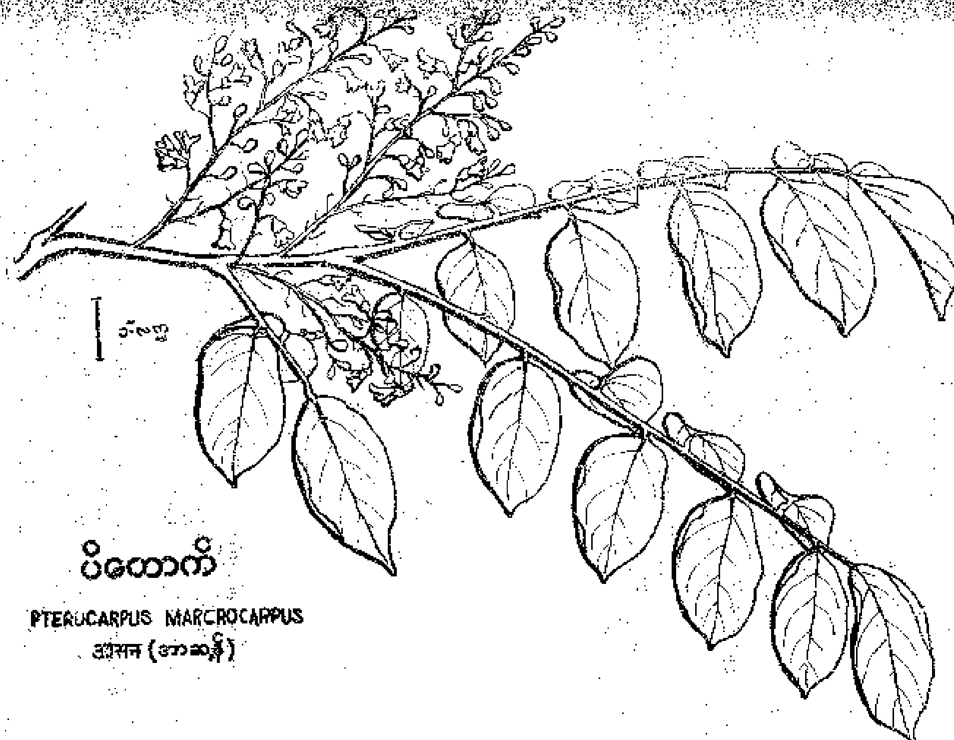
လက်တင် *Pterocarpus marsupium*

ပုံသဏ္ဍာန်။ အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်မှာ ပြောင်ချော်ရှိ တူသည်၊ ပန်းရောင်[illegible] ပေ၏၊ အသီး ဝါ၏၊ သီးဖြူသီးနှင့် တူ၏၊ အသား မဲ၏၊ နီသောအမေးလွှား အပင်မှ ထွက်သည့်[illegible] ပိတောက်သည် အမျိုးများ၏၊ ဒေသန္တရအနေဖြင့်လည်း တိုင်းပြည်အလိုက်၌ ပိတောက်မျိုး[illegible] ရှိကြ၏၊ ပိတောက်မျိုးပင် ဖြစ်သော်လည်း ထွားခြားမှု ရှိကြ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ အေးလေးအားဖြင့် အစေးကို ယုံသည်၊ ခါး၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက[illegible] စပ်၏၊ ဝမ်းကို သက်စေ၏၊ မိုးကို ပယ်တတ်၏၊ ဆံပင်တို့ကို ကောင်းစေ၏၊ လည်ပင်းရောဂါ၊ သွေးကျက်၊ နူနာ၊ ရေယုန်၊ ဟလာသမ်ရောဂါ၊ ဝမ်းကိုက် ဖြစ်သော ရောဂါ၊ သွေးအန်သွေး[illegible] အရေပြားရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အသီး သီး အသုံး ပြုနည်း

အပွင့်သည် ခါး၏၊ အစာကို ကြေကျက်စေ၏၊ လေကို ပွားစေ၏၊ အဖုအနာများ၊ [illegible] ရောဂါ၊ ဆင်ခြေထောက် ရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရ၏။



ပိတောက်

PTERUCARPUS MARCROCARPUS

असन (အာဆန်)

ရောဂါ အလိုက် အသုံး ပြုနည်း

သွားနာ သွားကိုက်။ ။ငုပ်းအရွက်ကို ပြုတ်၍ ရှက်ငုံထား ကြက်သွန်ဖြူ သွားကိုက် သွားနာ, ပါးစပ်ပူသောဝ် ပေါက်ကွဲသော ဟနာများ ပျောက်ကင်း၏။

ထိခိုက်သော ဒဏ်နာ။ ။ဘိခိုက် ရှနရ် နာကျင် ကိုက်ခဲသော ရောဂါများကို ငုပ်းအသားကို သွေး၍ သိမ်းကျ ပေးမူ ပျောက်ကင်း၏။

နူနာရောဂါ။ ။ငုပ်းအနှစ်သားကို အနည်းငယ်မျှ ထောင်း၍ ရေဖြင့် စိမ်ထားပြီး လျှင် အဝတ်နှင့် စစ်၍ ငုပ်းအရေရှိ သောက်ပါက နူနာရောဂါ ပျောက်ကင်းနိုင်၏။

မီးရပ်ရောဂါ နှင့် အတီသာရဝမ်းရောဂါ။ ။ဝမ်းဝပ်သွားခြင်း, မီးရပ်လွန်ခြင်း စသော သွေးယိုခြင်း ရောဂါများကို ငုပ်းအခေါက် ၁-ပဲသားမျှ ရေနှင့် ဖျော်၍ သောက်ပါက ပျောက်ကင်း၏။

ပိတောက်ပင် (ပန်းပိတောက်)

တာနိလ် ဗေးကို (ပိတောက်)

သင်္ချိုက် Pterocarpus Indicus

Pterocarpus macrocarpus

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။(အသီး) ဒဒ်ဓာတ်တိ၏ (အရွက် သတ္တုရည်) အများ ရောဂါ၌ ပေးရ၏၊ အဖြင်သိမ်းဆေး, မျိုးစေ့ဆေးတို့၌ ပို၍ အသုံးများ၏။ (အသား) ဝမ်းကိုက် ဝမ်းဝမ်းရောဂါတို့၌ အသုံးပြု၏။

မှတ်ချက်။ ။အသနပုဒ်ကို ရေးက "ပိတောက်" ဟု မြန်မာကြသော်လည်း နိုင်ငံကျမ်း များနှင့်ညီ မပြုန်ကြချေ၊ ပိတောက်ပင် နှင့် အသနခေါ် ပိတောက်အောက်ပင်တို့မှာ အပင်ချင်းလည်း ကွာခြား၏၊ ဆေးအသုံးပြုမှု၌လည်း ကွာခြား၏။ သို့ရာတွင် သစ်ပင် အမျိုးအစားအနေဖြင့် နိုင်ငံကျမ်းများ နှင့် အင်္ဂလိပ် ဗုဒ္ဓဗေဒကျမ်းများ၌ ကဲ့တာ တည်းထား၍ ပြဆိုသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ပိတောက်ပင် အများဆုံး ပေါက်ရောက်ရာမှာ မလေး ကျွန်း ဖြစ်၏၊ မလေးဘာသာစကား၌လည်း "ပိတောက်" ဟု ပင် ခေါ်ဆိုကြ၏။

ပိတောက် (အန်ဒမန်)

သက္ကတ (ပဋ္ဋဆာနိုဟ်ဂ) ဟိန္ဒီ (နိုဟ်ဂ)

လက်တင် Pterocarpus dalbergioides အင်္ဂလိပ် Andaman Redwood

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းသည် ပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ အခေါက်သည် ၁-လက်မမျှ ထူ၏၊ ၎င်းအခေါက်ရောင်သည် ညိုမှောင်သန်းလျက် (ကာကီ) ရောင် သို့မဟုတ် နက်ရောင်လည်း ရှိ၏၊ အသားမှာ အနီရင့်ရောင် ရှိ၏၊ ပိုးကောင် ပိုးအိမ်တို့လည်း များစွာ ရှိကုန်၏၊ အရွက်မှာ တမာလက်၊ ကုံးအရွက်များ ကဲ့သို့ ၃-ရုံမှ ၆-ခု အထိ ထွက်၏၊ တရွက်တရွက်၏ အရှည်မှာ ၂-လက်မမှ ၄-လက်မ အထိ ရှည်၏၊ ဥ-ပုံသဏ္ဍာန် ရှိ၏၊ အပွင့်မှာ ဝါဝင်းရောင်သန်းလျက် ဖြူသော အရောင် ရှိ၏၊ အလုပ်ဆင် ပွင့်၏၊ အသီးမှာ ၁-လက်မမှ ၂-လက်မ အထိ ရှည်၏၊ ပန်းသီးမျိုးနှင့် တူ၏၊ ရင့်သောအခါ ဟနက်ရောင် ဖြစ်၏၊ အမြွှာ ၅-မြွှာ ရှိ၏၊ ၎င်းအသီးမှာ ဝါဆို ဝါခေါင် မှာ မှည့်၍ ကြွေကျ ကုန်၏၊ ဆေးအတွက် အခေါက်ကို အသုံးများ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအပင်သည် ဆိုက်ပွားစေ၏၊ နူးညံ့စွာ ဝမ်းသက်စေ၏၊ အပူ၏၊ အဖျားကို ပယ်တတ်၏၊ ပိုးများကို သုတ်သင်တတ်၏၊ ကာမအားကို တိုးပွားစေ၏၊ ဝေဒနာ ဆိုးပါးကို ငြိမ်းစေ၏၊ ၎င်းမြင် လည်ချောင်းနာခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း၊ အနာ ပေါက်မျိုး ၁၀ နှင့် နှုတ် အတိသာရ ဝမ်းသွားခြင်းတို့ကို ပယ်ဖျောက်နိုင်၏။

၎င်းမြင် ဝိသမ အဖျား (ငှက်ဖျား) စွဲကပ်ခြင်း၊ ၎င်းရောဂါကြောင့် အားအင်ချိနဲ့ခြင်း၊ ပြင်းထန်သော အတိသာရ ဝမ်းသွားခြင်း၊ နာတာရှည် အတိသာရ ဝမ်းပျက် ဖြစ်ခြင်း ကြောင့် ကျွေးပါခြင်း စသော ရောဂါတို့၌ များစွာ အကျိုးပြုတတ်၏၊ အထက်ပါ ရောဂါများ အတွက် အသုံးပြုရန် အတိုင်းအတာ- အခေါက်၏ အမှုန့်ကို တခါက် ၂-ပဲသားမျှ တနေ့လျှင် ၃-ကြိမ်ကျ သောက်နိုင်၏၊ ၎င်းအခေါက်၏ ပြုတ်ရည်ကို တခွက်ကို ၁-ကျပ် ၈-ပဲသားမျှ သောက်နိုင်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အသစ်ရောင်ရောဂါ။ ။၎င်းအခေါက် ၅-ကျပ်သား စရ ၅ဝိ- နှင့် လေးဘို့ တဘိုကြွင်း ကျိုသောအရည်ကို တခွက် ၁-ကျပ် ၈-ပဲသားမျှ တနေ့ ၃-ကြိမ်ကျ သောက်ပါ၊ ၎င်းနောက် အခေါက်အတိုကို ညက်စွာကြိတ်၍ ရောင်ရမ်းသော နေရာကိုလည်း အုံပေးပါမူ အသစ်ရောင် ရောဂါ ပျောက်ကင်းစေ၏။

ခံတွင်း အပူလောင်ရောဂါ။ ။အာခံတွင်း၌ အပူအစမျှား ပေါက်၍ရှင်း၊ အနာပေါက် ဆောင်ရှင်း ၎င်းအခေါက်ကို ပြုတ်၍ နှုတ်ငုံဆေး ပြု၍ အသုံးပြုပါ၊ ကျိန်းမြန်စွာ သက်သာပါလိမ့် မည်။

အတီသာရ ဝမ်းသွားရောဂါ။ ။ငုံးအခေါက် မှုန့်ကို အနည်းငယ် အနည်းငယ်မျှ လျက်ဆားကဲ့သို့ လျက်ပေးပါက ပြင်းထန်သော အတိသာရ ဝမ်းရောဂါနှင့် နာတာရှည် ဝမ်းပျက်ရောဂါများ ပျောက်ကင်းစေ၏။

ဝိသမဇွရများ (မလေးရီယာ)။ ။တက်ဖျား ကျဲဖျားရောဂါကို ငုံးအခေါက်မှုန့် ၂၊ ပဲသားကို ရေနွေးဖြင့် တနေ့ ၃ ကြိမ် သောက်ပါ၊ ငုံး (မလေးရီယာ) အဖျား ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်၊ သို့သော် အသက်ဖော်ပြပါ ဆေးအချိန်အထက် ပိုမို၍ သောက်ပါက အကြောအချဉ်များ ဖောက်ပြန်ပြီးနောက် မူးဝေထတ်ပါသည်၊ အထူး သတိပြုပါ။

ပိတောက်ပင် (မိလပ်မျိုး)

မဂဓ° ဓါတု

ဟိန္ဒီ **विलायती हल्दी** (ဝိလာယတီ-ဟလ္ဒီ)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အကိုင်းအခက်များသည် ထီးကဲ့သို့ ကားတာဘက်တချက်သို့ ဖြန့်ကား၍ ထွက်၏၊ (ကြွင်းသဏ္ဌာန်မှာ ကုလားပိတောက်နှင့် အားလုံး တူ၏။)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဝဖြိုးစေ၏၊ ဝမ်းမီးကို ပွားစေ၏၊ နူနာ၊ ပိုးရောဂါ စသည်တို့၌ အသုံးပြုရ၏။

ပိတောက် (မြေ)

သက္ကတ **भूमिचंपा**

ဟိန္ဒီ **भुंईचंपा** (ဘူဣချမ္ပာ)

လက်တင် Kaempferia Rotunda

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မေးသော အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်ကြီး၍ စိမ်း၏၊ အမြစ်အလယ်၌ အလုံးလုံး အဖုအဆစ်များ ရှိ၏၊ ထိုအဖုအဆစ်များမှ အသားများ၍ ကြီးသော အမြစ်များသည် ထွက်၍ ဉကဲ့သို့ ဖြစ်၏၊ (ထိုအမြစ်အရသာသည် ခါး၏၊ ၎င်းကိုပင် ဆေး၌ သုံး၏၊) အရွက်သည် မဒူးရွက်နှင့် တူ၏၊ အပွင့်သည် မြေမှ ထွက်သော အပွင့်ကဲ့သို့ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ရေသာ စပ်၏၊ သတ္တိ ပူ၏၊ ဝိပါက်၌ ပယ်၏၊ ဖောရောင် လည်ပင်း အဖုအကျိတ် အနာပေါက် စသည့် ရောဂါများကို အသားနုတက်စေ၏၊ အပင်ကို ကြိတ်၍ လိမ်းဆေးပြုပြီးလျှင် လတ်ဆတ်သော အနာ၌ ပတ်တီးစည်းပေးလျှင် မျက်ချင်း အသားနုတက်၏၊ အမြစ်သည် ဖော‌ရောင်ခြင်း အမျိုးကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ဝမ်းပိုးတောက်စေ၏၊ ရောင်တင်းခြင်း၌လည်း လိမ်းပေးရ၏၊ ဒေါက်တာ ဓေဿဘီ၏ အလိုအားဖြင့် မြွေဒိဆဲတက်ဥကို သွေးယိုစီးခြင်း, လည်ပင်း၌ ဖြစ်သော အဖုကျိတ်များ၌ လိမ်းကျံပေးလျှင် ပျောက်ကင်း၏။

ဗိတောက် (ရေ)

မြန်မာ **ဗိရာလောဇာလီ** (မိန့်ာလီဇာဟီ)

လက်တင် Parsonia, spiralis

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အမြဲ စိမ်းလန်းသော ချုံသဖွယ် မြဲသော နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အပွင့် ခိမ်းရောင် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဆေးမှုန့်ကို အချိုးလော့ဂါ၌ တိုက်ရ၏။

ဗိယင်္ဂုပင်

သက္ကတ **ပြိယင်္ဂု**

ဟိန္ဒူ **ပြိယင်္ဂု** (ဖြိယင်္ဂု)

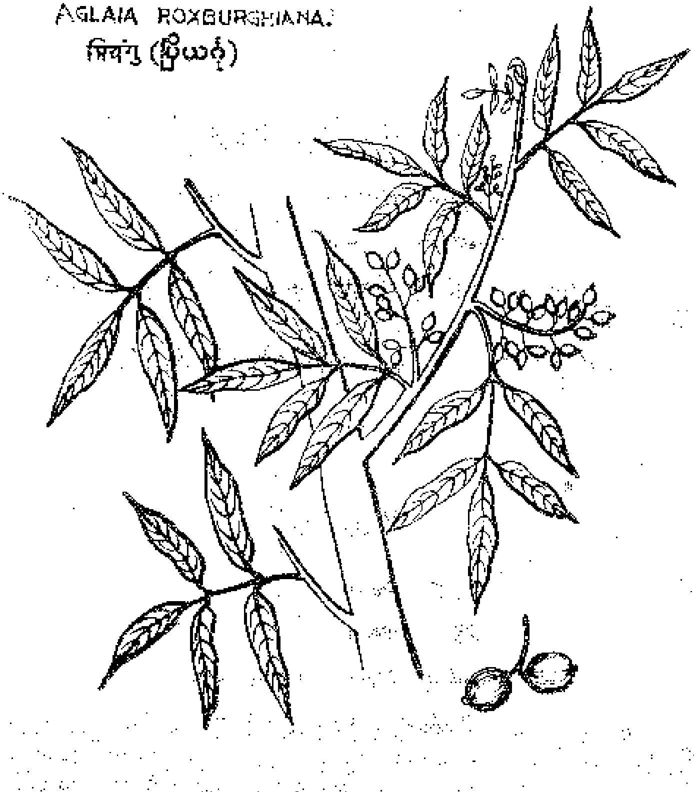
လက်တင် Aglaia Roxburghiana

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပိယင်္ဂုသဏ္ဌာန်ကို ရှေး မြန်မာနိုင်ငံပြန်တို့၌ "ဆေးဥပသကာပင်" ဟု ပြန်ဆိုကြခဲ့၏၊ နိဃဏ္ဍုကျမ်းပေါင်း များစွာ လိုနှင့် ညှိနှိုင်း စိစစ်ကြည့်သော် ဘာဝပ္ပကာသ နိဃဏ္ဍု (၂၉၂) တွင် ထူးခြားစွာ ဖော်ပြထားသည်မှာ ပိယင်္ဂုသည် အပင် တမျိုး ဖြစ်၏၊ အနန္တမူလသည် သစ်ပင် တမျိုး ဖြစ်သည် ဟု မှတ်ယူရာ၏၊ ထိုအနန္တမူလ သည်ပါသည် ဆော်ဆပ်သော ဆေးဥပကာဘယ်ကိုကား ၎င်း၏ အကျွရုံမာစည်၌ ဖော်ပြပါ၏။

ပိယာရိုပင်

AGLAIA ROXBURGHIANA.

प्रियंगु (ပြိယင်္ဂု)



ဤ၌ "ပိယင်္ဂုပင်" ဟု အမည်တပ်၍ ဖော်ပြထားရာ၌ ၎င်း၏ မြန်မာမြန်ကို မှန်ကန်စွာ ဖော်ပြနိုင်သောကြောင့် ၎င်းသဒ္ဒါအတိုင်း ပင် ဖော်ပြထားပါသည်။ ထိုပိယင်္ဂုပင်ကို ဟောသော ပရိယာယ်အမည်တို့မှာ ပိယင်္ဂု၊ ဖလိနီ၊ ဘာမာ၊ ဂန္ဓဖလာ၊ ဂေါဝန္ဒနီ၊ ဝိသ္သသေနာ၊ ကဂုပ္ပီ၊ မဟာဂီ၊ မင်္ဂလာ ၎င်းသဒ္ဒါတို့ ဖြစ်ကုန်၏။ ဥဒာဟရဏကို ဟောသော ပရိယာယ်သဒ္ဒါတို့ကို ထား၍ ၎င်းအခန်း၌ ဖော်ပြပါမည်။ ထိုသို့ အမည်ဟောသဒ္ဒါများ ဖော်ပြထားသည့် အနက် အနှုန်းသဒ္ဒါဖြင့် ထိုအပင်သည် မြစ်ကမ်းပါး နားရောင်နှင့် ဆင်တူရိုးမှား ဖြစ်သည် ဟု ဖော်ပြထားသည်။

ပိယင်္ဂုသဒ္ဒါဖြင့် ၎င်းအပင်သည် နှယ်မျိုး ဖြစ်သည် ဟု ဖော်ပြသည်၊ ဖလိနီသဒ္ဒါဖြင့် ထိုအပင်သည် အသီး များစွာ ရှိသည်ဟု ဖော်ပြသည်၊ ကဂုပ္ပီသဒ္ဒါဖြင့် ထိုအပင်သည် ညှိုးသော အမှင် ရှိသည် ဟု ဖော်ပြသည်၊ ဂန္ဓဖလာသဒ္ဒါဖြင့် ယင်းအပင်၏ အသီးသည် သင်းပျံ့သော ရနံ့ ရှိသည် ဟု ဖော်ပြသည်၊ ကကသိင်္ဂီသဒ္ဒါဖြင့် ယင်းအပင်၏ အရွက်၊ အကိုင်း၊ အကိုင်း၊ အခက်တို့သည် အထောက်တယ် ညီညာသည် ဟု ဖော်ပြသည်၊ မင်္ဂလာသဒ္ဒါဖြင့် အမျိုးသမီးအနက်ကို ဟောသော သဒ္ဒါ ကိုသမျှတို့သည် ၎င်းအပင်ကို ဟောသည် ဟု ဖော်ပြသည်၊ ဤသို့လျှင် ထိုပိယင်္ဂု သဒ္ဒါနှင့် အတူ သမျှ ပရိယာယ် သဒ္ဒါမှန်သမျှကို ၎င်း၏ ဟောအပ်သော အနက်ထိုဖြင့် တိုက်ဆိုင် မှတ်ယူရာ၏။ ထိုအပင်သည် ဖန်းပန်း၊ စပယ်ပန်း၊ နွယ်များကဲ့သို့ နွယ်ချုံများ ဖြစ်သည်။ အပင်ရင်းမှ ၁၍ အခက် အလက်များ ထွက်တတ်၏၊ သူ၏ နွယ်အကိုင်းများသည် လက်ညှိုးလောက် သဏ္ဌာန်ရှိ၍ ၎င်းထက် ကြီးထွားသည်ကို မတွေ့ရချေ။ ထိုချုံနွယ်မျိုး ဖြစ်သည့်အတိုင်း ကြီးထွားလာသော အခါ အခြား သော အပင်များကို တွယ်တက် သွားတတ်၏၊ မှီတွယ်စရာ မရှိသော် မြေပေါ်တွင်ပင် ချုံကြီး အတွယ် ဖြစ်လာ၏၊ မယားကြီးရွက် သဏ္ဌာန်နှင့် တူသော ရှိ၍ မွေးသွားစိတ်များ အထက်နယ် ပီ၏၊ ရွက်ကိုင်း ထွက်တတ်၏၊ ဝါဆို ဝါခေါင်လတို့၌ အရွက်များနှင့် ထာ အဆုပ် အခိုင် အပွင့် များ ထွက်၏၊ ၎င်းအပွင့်သည် ခရမ်းရောင် ဖြစ်၏၊ ၎င်းအပွင့်သည် သေးငယ်၏။ အပွင့် အဆောင်လောက်ကိုပင် ရှုံးချိန်တွယ် ဟုခြားသည်၊ ဆယ့်နှစ်ပဲသား အလေးချိန် ရရှိ ခဲယဉ်း၏၊ ထိုအပွင့်များ ရင့်ပြီးသည့်နောက် အသီးငယ်များသည် ယုံလျက် ယှက်ဆောင်မှန်းလောက် စုံပင်စွာ ပြီးလျှင် တွဲလျှား ညွှတ်ကိုင်းလျက် ထွက်ကြကုန်၏၊ ထိုတွဲလွဲလောပင်မှ အသီးများ ရင့်သော အခါ ထိုအသီးများသည် မြူခဲ့ရွှေ ရောင်ပြောင်၍ နှမ်းလိုက်တွယ် ရှိသည်။

ထိုကဲ့သို့ ပိယင်္ဂုသဒ္ဒါနှင့် အနက်တူ ဟောသော ပရိယာယ်ပုဒ်များ အဘိဓာန်ကျမ်းကြီးကို၌ လာရှိသည့် အတိုင်း သဒ္ဒါအနက် ရှိသမျှ အသွင်သဏ္ဌာန်ကို ရှိသမျှ ဖော်ထုတ်ပြခြင်း ဖြစ်သည်၊ ထိုသို့ ထင်ရှားစွာဖြင့် ဖော်ပြထားခဲ့ကြသော်လည်း ထိုအပင်သည် မည်သည့်အပင် ဖြစ်သည်ဟု မှန်ကန်စွာ ယူဆနိုင်ရန် ခဲယဉ်းလှပေ၏၊ ကြုံတွေ့ရသည့်မှာ တချို့တို့က အိန္ဒိယပြည်မှ ဆေးဆရာများ ညီပေါ်၍ ထိုအပင်ကို အမှန်သိရန် တင်ပြကြ ကုန်၏။ အရပ် အခေါ် အခေါ် ဘယ်သို့လည်း မည်သည့်အပင် ဖြစ်သည် ဟု ဖော်ပြရန် များစွာ ဝါဒကွဲနေကြ၏၊ အမှန်ကို ဆုံးဖြတ်နိုင်ကြပေ။ ထို့ကြောင့် ဆရာအမျိုးမျိုးတို့သည် မိမိတို့ နှစ်သက်သလို ပစ္စည်းအမျိုးမျိုး ယူ၍ သုံးကုန်ကြ၏၊ ၎င်းတို့အနက် အချို့ဆရာတို့သည် ဒါန်းပွင့်ကို ပိယင်္ဂုဟု ယူကြသ၏၊ အချို့သည် ကြာဖြူစေ့ကိုရင်း၊ အချို့သည် မုန်ညင်းပွင့်ကိုရင်း၊ အချို့ မြင်းခေါင်းနွယ်အမြစ်

ကိုရင်း၊ သုံးစွဲ ယူဆကြသည်ကို တွေ့ရသည်။ နှစ်ပေါင်းများစွာကပင် လျင် ရေးရှေးသော ပိဋကဆ
ဆရာမြတ်တို့ ဝါဒ ကွဲလာကြသဖြင့် ထိုအပင်ကို မည်သည့်အပင် ဖြစ်သည် ဟု သတ်သတ် တိက
ဖော်ပြရန် မလွယ်ကူချေ။ အဘယ်မှ့ဗေဒဝိဇ္ဇာ ပြဿနာကျမ်း ဒုတိယအကြိမ်ရိုက် (ဘာသာဗေဒ
စာမျက်နှာ (၄ဂ၂) အမှုမပိုင်းတွင်ကား ဖော်ပြပါအတိုင်း ထိုအပင်ကို ပုံနှင့် တကွ ဖော်
ကျွန်ုပ်တို့ တဆင့် ဖော်ပြထားသည်။ ၎င်းမိန့်ဆိုဖော်ပြပုံသည် ပိယင်္ဂုသဒ္ဒါ၏ အဓိပ္ပာယ် ပရိယာယ
တို့ဖြင့် တိုက်ဆိုင် ညီညွတ်ပေ၏၊ ဤမျှဖြင့် ပိယင်္ဂု သဒ္ဒါကို ရှေးရှေးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ မြန်မာ အနက်
ပြန်ဆိုရာ၌ ဥပဿကာ ပြန်ဆိုကြခြင်းကို ဝေဖန် ဝိစိနိုင်ပေသည်။ ထိုလိုသည့်မှာ ပိယင်္ဂု သဒ္ဒါ သည်
ဖော်ပြခဲ့သော အပင်ကို ဟော၏၊ အနက္ခမူလ သဒ္ဒါသည် ဥပဿကာကို ဟော၏၊ ဥပဿကာ
ဟူ၍ ဖော်ပြပါမည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　၎င်း၏ အခေါက် အမြစ်သည် သလိပ် နှင့် သည်းခြေကို နိုင်၏
ခါး၏၊ စပ်ဖျဉ်းဖျဉ်း ရှိ၏၊ အဖျားကို နိုင်၏၊ ဝမ်းမီး တောက်၏၊ လေ နှင့် သည်းခြေ ပျက်ခြင်း
ကင်းမစေ၏၊ ၎င်းဖြင့် လေးဝမ်းသွားရောဂါ၊ ချောင်းဆိုးရောဂါ၊ အဖြေပြားရောဂါ၊ ဝလီတာနု
(အသား အဆစ်များ မြွက်ကျသည့် နူနာ) အတွက် အကျိုး ရှိ၏။

မကောင်းသော အနံ့ ၊ ပူလောင်ခြင်း၊ ရေငတ်ခြင်း၊ အလိုမရှိ သုက်ထွက်ခြင်း၊ အန်ခြင်း
ဖြစ်ပ ကိုယ်သားကိုယ်ရေ ပူလောင်ခြင်း၊ သွေးဆိုးခြင်း စသည်တို့ကို ကင်းစေ၏။

အရွက်။　　အရွက်သည် အန်ခြင်း၊ ဝမ်းပိုက်နာခြင်းကို ပျောက်စေ၏။

အပွင့်။　　အပွင့်သည် သွေးကြီးရောဂါ၌ များစွာ အကျိုး ရှိ၏။

အသီး။　　အသီးသည် ချို၏၊ စပ်ဖျဉ်းဖျဉ်း ရှိ၏၊ ကြောသွက်စေ၏၊ ဖေး၏၊ ပန်ြိုး
အမျှားကို လွန်စွာ ရှုံ့စေ၏၊ အနာကို အသားမ တက်စေ၏၊ သလိပ် နှင့် လေ ပျက်ခြင်းကို ကင်းစေ၏
ဆီးနှင့် စပ်လျဉ်းသော ရောဂါအမျိုးမျိုးတို့၌ များစွာ အကျိုး ရှိ၏။

အစေ့။　　အစေ့သည် စပ်ဖျဉ်းဖျဉ်း ရှိ၏၊ အချိန် အနည်းငယ် ကြာလျှင် ဆေး
သွား၏၊ ခြောက်သွေ၏၊ တွန့်ရှုံ့စေ၏၊ ဝဖြိုးစေ၏၊ သည်းခြေ နှင့် သလိပ်ကို နိုင်၏၊ အ
သဖြင့် ၎င်းအရွက်ကို ရေ နှင့် စိမ်၍ အဝတ်နှင့် စစ်ပြီးလျှင် သကြားခဲ အနည်းငယ် ထည့်
သောက်သော် ဆီးကြော ဆီးပူနာ ပျောက်ကင်း၏၊ ၎င်းအပွင့်မှုန့်ကို ပျားရည်နှင့် လျက်သော်
သွေးအန် သွေးကျရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏၊ ၎င်း အညွန့်သက်သက် ကျိုချက်သော် ဝမ်း
ဝမ်းရောဂါ ပျောက်၏၊ ခန္ဓာကိုယ် အားအင် ပြည့်ဖြိုးလာစေသည်။

ဒီကုတ်ပင် (ရွှေးအိပင်)

သက္ကတ ပ္ပသာရိဏီ

ဟိန္ဒီ ဂန္ဓ ပ္ပသာရိဏီ (ဂံ့ဓမ္မြဆာရိဏီ)

လက်တင် Paederia Foetida

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ရင်းဘက် အဆင့် ရှုံ့ရှိသော နွယ်ကြီးပျိုး ဖြစ်၏၊ မိုးဥတုတွင် များစွာပေါက်၏၊ ရင်းနွယ်သည် အလျှံ ပျံ့လဲ ပိုးသော၏၊ ရင်းနွယ်ကို တောသူတောင်သားများသည် ထီးသိမ်များ ကုပ်ရန် ကြိုးအဖြစ် အသုံးပြုကြ၏၊ အရွက်သည် ဂုတ်ဖွားဖွား ရှိ၏၊ အဖျား ချွန်သည်၊ အပွင့်သည် ခရမ်းဖြူရောင် ရှိ၏၊ အသီးသည် မှည်ပိုင်း၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခါးသက်သက် ရှိ၏၊ အားကိုဖြစ်စေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ အရိုးမျှား ကျိုးခြင်းကို ဆက်စပ်စေ၏၊ ဆီးသွားကိုယ်ရေး တင့်တယ်စေ၏၊ ကြောင်းကျခရောဂါ သွေးလိပ်ရောဂါ များကို နှိမ်နင်း၏၊ ဝမ်းအနည်းငယ် သက်၏၊ ရာဇနိဃဏ္ဍုဆရာ အလိုအားဖြင့် ဘုန်းပိုကုတ်ဘက် ခံနိုင်ကျ၏၊ ပူ၏၊ ခါး၏၊ လေ နှင့် သေးဆောင်ခြင်း၊ ညောင်းကျရောဂါ ကျက်ချုပ်ခြင်းတို့ကို ကင်းစေ၏၊ ပေါ်အဖြစ်သည် လေကို နိုင်၏၊ မလေကိုကို သုတ်သင် ချွဲ ပင်း၊ တင်၏၊ ခံးရှင်၏၊ ခါက်သက်၏၊ ဆေးအချို့ ပိုလွန်၍ စားသော် အနိုကာတ်၏။

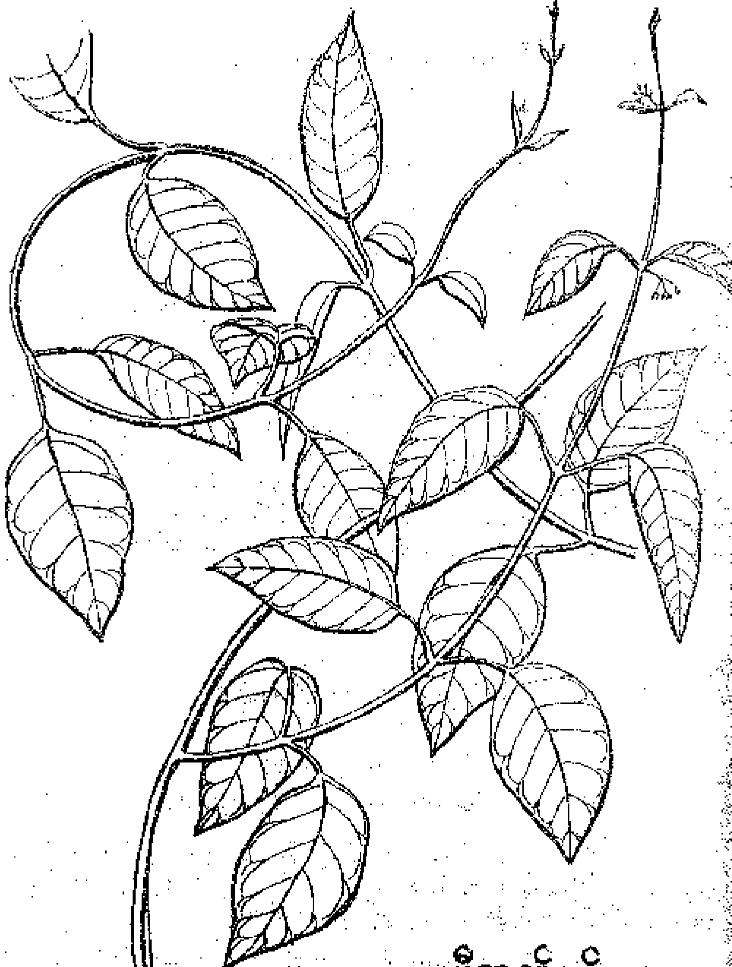
ဒီဘုတ်တလေး (အမြို)

ဟိန္ဒီ ဒယာ (ဗယာ)

လက်တင် Callicarpa Macrophylla

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပတ်တောင်သော ပင်နုပျိုး ဖြစ်သည်၊ ၃-ပေမှ ၆-ပေထိ မြင့်၏၊ အရွက်သည် ၅-လက်မှ ၉-လက်မအထိ ရှည်၏၊ ယိုပိုများ ချွန်၏၊ လုံးသွားသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ ကျပင်ဘက် အမွှင့် ဖြစ်၏၊ ဖြူ၏၊ ၄-ပဲမျှ ရှိ၏၊ ဆုံမှိနေတတ်၏။

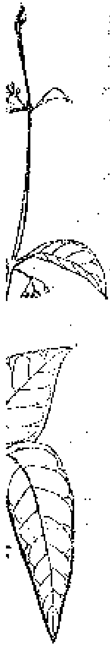
ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်ဆီကို ချင်ဘက်၌ ဖြစ်သော ရောဂါတို့၌ အသုံးပြု၏၊ အရွက်ကို အနည်းငယ် ပူအောင် ပြု၍ အဆစ်ကိုက်ရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရ၏။



ဝိသုတ်ပင်

PAEDERIA FOETIDA

गन्धप्रसारिणी (- ဂံ့ဓပြသာရိဏ



ဝိလောချိ (အယင့်)

သက္ကတ नाडीच।

ဟိန္ဒီ [illegible] (ဗဏ္ဍပေါ်)

လက်တင် Corchorus acutangularis

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် လျှော်ပင်မျိုးတွင် ပါဝင်၏၊ မိုးရာသီ၌ များစွာ ပေါက်သည်၊ အမြင့် ထပေမှ နှစ်ပေအထိ မြင့်သည်၊ အခက်အလက် အလွန် များသည်၊ မြေတွင် အုပ်ဆိုင်း၍ ပေါက်လျက် ရှိ၏၊ အရွက်တဲ့ကျဲ ထွက်၏၊ အရှည် ၂-လက်မမှ ၃-လက်မထိ ရှည်သည်၊ အနံမှာ ၁-လက်မခွဲမျှ ရှိ၏၊ အရွက်၌ ခွေးသွားစိတ် ရှိသည်၊ အရွက် နှင့် အကိုင်းအခက်များတွင် အမွေးအမှင်များ ရှိ၏၊ အရွက်သည် ချို၏၊ အရသာ ချို၏၊ အပွင့် ဝါ၍ အသီးမှာ ခြောက်ကြောင့် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ထက်၏၊ ပူ၏၊ ငန်၏၊ မလေကိုကို ခြောက်သွေ့စေ၏၊ ဝေါသ သုံးပါးကို နိုင်၏၊ ဝိုးအောင့်နာ၊ ရင်နာ၊ ပြည်ဘုလာသာရောဂါ ကင်းဝေးစေ၏၊ အသိပ်ကို နိုင်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

သုက်အားတိုးခြင်း။ ။၎င်းအမှုန့် သုံးပဲသားမှ ခြောက်ပဲသားထိ ယူ၍ သကြားခဲနှင့် ဆတူ ပေါင်းလျှပ် နွားနို့ ၇-ကျပ်ခွဲသားနှင့် ရော၍ သောက်ခဲ့သော် သုက်အားတိုးခြင်း၊ ခွန်အားဗလ တိုးခြင်းကို ဖြစ်စေသည်။

အထက်ပါ ဆေးသည် သုက်အား ကုန်ခမ်းခြင်း၊ သုက်ခေတ် ခြောက်ကပ်ခြင်း၊ ကာမခေတ် လျော့ပါးခြင်း၊ အချိန်ကြာမြင့်မှ (သို့မဟုတ်) ပင်ပန်းစွာ အားယုတ်ရခြင်း စသော ရောဂါများ အတွက် အသုံးကျဆေးနှင့် ကျ၏။

ဝိလောရှိင်း (အနီ)

သက္ကတ दीर्घपत्री

ဟိန္ဒီ कोष्टा (ကိုယ့်ရှ)

လက်တင် Corchorus olitorius

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် မိုးသက်ပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ဟင်းရွက် အဖြစ်ဖြင့်၎င်း၊ လျှော်မျှင် ရရန်၎င်း စိုက်ပျိုးကြကုန်၏၊ ၎င်းအပင်၏ အမြင့်သည် နှစ်တောင်မှ သုံးတောင်ထိ မြင့်နိုင်သည်၊

အရွက်သည် နှစ်လက်မမှ သုံးလက်မထိ ရှည်၍ တစ်လက်မမှ နှစ်လက်မထိ အနံရှိ၏။ ဥသျှစ်ရွက် ပုံရှိ၍ အဖျားချွန်၏၊ အပွင့် ဝါ၏၊ အသီး တောင့်မှာ တစ်လက်မမှ နှစ်လက်မထိ ရှည်၏၊ အစေ့ အရောင်နက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ချေးအနံ့ သွေးကျ ရောဂါများကို နိုင်၏၊ ချုပ်စေတတ်၍ ဝမ်းကိုယ် တောင့်တင်းစေ၏၊ လေပျက်စေ၏၊ အရွက်သည် ပူ၏၊ ဖန်၏၊ အပူကို ငြိမ်းစေ၏၊ တန့်ရှုံ့စေသောဓာတ် ရှိ၏၊ ဆိုးဝင်၏၊ အားကို ဖြစ်စေ၏၊ နူးညံ့၏၊ ခွန်အားကို တိုးစေ၏၊ ဝသီတို့ကို ပြုပြင်တတ်၏၊ အဖျားတို့ကို နိုင်၏၊ မြင်းဖုအခိုနာ၊ ရေဖျဉ်းရောဂါ၊ ထိုးအောင့်နာ၊ ဝမ်းပိုက်ကင်းရောင်သော အနာတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏. အလှူးသဖြင့် ရင်းအစေ့သည် ဝမ်းလျှော စေ၏၊ ရင်းပြင် ဂုလုံးရောဂါ၊ ဆီးအောင့်နာ ဝသည်များကို ရင်းအရွက် ပြုတ်သောက်ရ၏။

ဝိလောဝါး (အချွန်)

သက္ကတ ။ ဒြိဃဖလ

ဟိန္ဒူ ကဋုနာလိစ္စ (ကန္နကိုယ္ယန်)

လက်တင် Corchorus trilocularis

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ချင်းအပင်သည် မိုးဥတု၌ ပေါက်၏၊ အကိုင်း အခက် အရွက်များမှာ မွေးနုများ ရှိ၏၊ အရွက်သည် ၄-လက်မမျှ ရှည်၍ အနံ ၁-လက်မမျှ ရှိ၏၊ အပွင့် ဝါ၏၊ အသီး မှာ သုံးမြောင့် လေးမြောင့် ရှိ၏၊ အသီးမှာ ၃-လက်မမျှ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရသာ ခါး၏၊ ပေါ့၏၊ ဖန်၏၊ အူတို့ကို တန့်ရှုံ့စေ၏၊ မြင်းဖု အခိုနာ၊ ရေဖျဉ်းရောဂါ၊ ပြည်တည်သည့်အနာ၊ ပိတ်ဝမ်းရောဂါတို့တွင် အသုံးပြုရ၏၊ အရွက်သည် နှလုံးကို မြိန်စေ၏၊ အေး၏၊ ဝမ်းလျှော၏၊ ဝမ်းချုပ်စေ၏၊ ကာမအား တိုး၏၊ အစေ့သည် ပူ၏၊ ထက်၏၊ တိုးကျုံခြင်းကို နိုင်သည်၊ မြင်းဖုအခိုနာကို နိုင်၏၊ ရင်းပြင် ယားနာ နှင့် အရေပြား ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ဝိလောသုံးလုံးမြွတ်

သက္ကတ [illegible]

ပါဠိ [illegible] (ဓနုပါ၊ မ)

လက်တင် Corchorus fascicularis

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်သည် တစ်ပေမှ နှစ်ပေထိ မြင့်၏၊ အရွက်သည် ဖိုက်ဆံရွက်နှင့် တူသည်၊ အပွင့် ဝါ၏၊ အသီးတောင့်သည် ၁ လက်မခွဲ ရှည်၏၊ အသီးတောင့်တွင် သုံးမွှာ ရှိသည်၊ အစေ့ အလွန် များသည်၊ ၎င်းအစေ့သည် ခါး၏၊ ချဲ၏၊ အနည်းငယ် နှင်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ချို၏၊ ပူ၏၊ လဘ်၏၊ ခါးသက်သက် ရှိ၏၊ အူများကို ပွန့်မှုံ့စေသည်၊ ကိုက်ခဲနာကျင်ခြင်း၊ ငန်းမန်းကိုက်ခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ မြည်းဟုလာသမျှော နာ၊ ဒေါ်ချုပ်သော အနာများကို ပျောက်ကင်းစေသည်၊ အားတိုးကို ဖြစ်စေ၏၊ မဟာသာရ ဝမ်းရောဂါကို နိုင်၏၊ အရွက်သည် နှလုံးကို မြိန်စေ၏၊ နူးညံ့စွာ ဝမ်းသက်၏၊ ဝဖြိုးစေ၏၊ ကာမ အားတိုး၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို နိုင်သည်၊ အစေ့သည် ပူ၏၊ တက်၏၊ ငန်းမန်းလိုက်ခြင်း၊ ကိုက်ခဲခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အရေပြားရောဂါ ယားနာများ အတွက် အကျိုးပြု၏၊ ဝိုး ရောဂါများကို နိုင်၏၊ ကျောက်နှိပ်သော ဆနာယုက်ရောဂါများ ပျောက်ကင်းစေ၏၊ သွေးဝင်းကျ ရောဂါများ၌ လိုင်းကို ပြုတ်၍ ယောက်ခွဲသော သွေးကြောကျ လွန်၍ ကျင်ချောင်း ပူခြင်း၊ ဟိုးခံခြင်း ပျောက်ကင်း၍ ဆီးကိုလည်း ရွှင်စေသည်။

ပုဇွန်ခြေကြီး

သက္ကတ [illegible] (ရာနိဂ္ဂလ)

လက်တင် Polygonum Plebejum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အကောင်းအလတ် များမှာ ဖြန့်၍ ပေါက်တတ်သော ပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အပွင့်မှာ နှင်းဆီရောင် ရှိ၏၊ အသီးအခွံ မာ၏၊ အရွက် ၁ လက်မခွဲ ရှည်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအပင်ကို အခြောက်လှမ်း၍ အမှုန့် ပြုလုပ်၍ နှိုးနှိုးယား ရောဂါ၌ အသုံးပြုရ၏၊ ဝမ်းမစင်ခြောက်သည့် အူ ဖြစ်သော ရောဂါများ၌ အသုံးပြု၏။

ပုဏ္ဍနိဝါ

သက္ကတ **မြင်္ဂမလီ**

ဟိန္ဒီ **မချီဂါ** (မကျိန်)

လက်တင် Polygonum Aviculare

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်ငယ်မျိုးဖြစ်၏၊ အမြစ်သည် အလွန်မာ၏၊ ရှည်သော် ပင်းအမြစ်မှလည်း အပင်ကလေးများ ပေါက်ထွက်၏၊ မြေတွင် ပြန့်၍ ပေါက်သော အပင်မျိုးဖြစ်၏၊ အကိုင်းများသည် အဆစ် အဆက် အလွန် များသည်၊ ၎င်းအဆစ်တွင် အရွက်များ ထွက်သည်၊ အရွက်သည် ၁-လက်မမျှရှည်၍ သံလျက်ပုံသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အပွင့်သည် အနီရောင် ရှိပြီး အဆုပ်လိုက် ပွင့်၏၊ အစေ့အရောင်သည် နက်၏၊ အရောင်တောက်ပ၏၊ ယင်းအစေ့ကို စိန္ဓ လူမျိုးများက ဗီဂျဗန္ဒ ဟု ခေါ်ကြကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အေး၏၊ အမြစ်သည် သွေးယိုစီးခြင်းကို ရပ်စေ၏၊ ယားနာကိုစေ၏၊ ဝမ်းသက်စေ၏၊ အဖျားရောဂါ နိုင်၏၊ ဝမ်းပိုက်ကွ၊ ဆီးအိမ်၊ သင်ခြေယောင်၊ ရေယုန်ရောဂါ တို့၌ အကျိုးပြု၏၊ အထူးအားဖြင့် အသွတ်ရောဂါ၌ အသုံးဝင်၏။

ပုဏ္ဍနိဝါ (တမျိုး)

ဟိန္ဒီ **အလ ဂျမ်ဘွာ** (ဂျလ-ဗူန္တုဝါ)

လက်တင် Alternanthera Sessilis

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် မြေ၌ ပြန့်၍ ပေါက်၏၊ ပင်းအဆစ်များမှလည်း အမြစ်များ တွယ်၍ မြေတွင် ကပ်တွယ်၍ ပေါက်သည်၊ အရွက်သည် ရွက်ဆိုင်ထွက်၏၊ အရွက် ၂-လက်မမျှ ရှည်၏၊ ၄-ပေမျှ အနံရှိသည်၊ ၎င်းအပွင့်မှာ နှင်းဆီရောင်၊ အဖြူရောင်များ ဖြစ်၏၊ အသီးမှာ နိုပ်ထားသကဲ့သို့ ချိုင့်၍ နေ၏၊ ၎င်းသည် ရေ၏ အနီးအပါးတွင်၎င်း၊ ရေမပြတ်သော နေရာတွင်၎င်း ပေါက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဋ္ဌေါပါး ဖန်၏၊ သတ္တိ အေး၏၊ ဝမ်းပါကြ၌ စပ်၏၊ ချုပ်၏၊ နို့ရည်ကို ပွားစေ၏၊ ဆီးပြေဂါကို နိုင်၏၊ အရွက်ရည်ကို နွားသော ပတ်နှင့် အတူ မြွေကိုက်သူအား တိုက်ရ၏၊ ပူလောင်သော အပူအနာများ၌ လိမ်းပေးရ၏။

ပုဏ္ဏန်မျက်စိ

ကုဗိုင် ဂၜၜၱ (နှ,ရိဓဝ,လ)

လက်တင် Viburnum Foetidum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ချုံမျိုး ဖြစ်၏၊ ၁,၈-မှ ၃ မီတာ မြင့်၏၊ အရွက်သည် ကြက်ဥသဏ္ဌာန်ရှိ၏၊ ထိပ်များ ချွန်၏၊ ရှေ့၏၊ ၂-၅-မှ ၁၀- စင်တီမီတာ ရှည်၏၊ အပွင့် ဖြူ၏၊ အစေ့များသည် ချွန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဓါးရှ၏၊ အရသာ ခါး၏၊ ချိုပ်၏၊ မိန်းမများ၏ ရာသီပေါ်ရန်ဆေးအဖြစ်ဖြင့် အသုံးပြုရ၏၊ အရွက်ပျော်ရည်ဖြင့် နေမင်းသောက်ခဲ့သော် ခါးလယ်ထိန်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေတော်၏။

ပုတ်ီးမြွေပင်

သက္ကတ ပုတြဇီဝ

ဟိန္ဒီ ဇိယ ပုတြ (ဂျီယာပုတ္တာ)

လက်တင် Putranjiva Roxburghii

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အမြဲ စိမ်းလန်းနေသော ပင်လတ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အခေါက်ရေ ငွေဖြူ ဖျော့သော အရောင် ရှိ၏၊ အရွက်သည် ခွေသွားစိုက် ရှိ၏၊ အလွန် စိမ်း၏၊ အရောင်တောက်၏၊ ၄-လက်မမျှ ရှည်၏၊ ၁-လက်မမျှ အနံ ရှိ၏၊ အသီးသည် ဟိုးဗျို့ ရှည်သည်၊ အဖျား အနည်းငယ် ချွန်သည်၊ အသီးဆံသည် အလွန် မာ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရွက်အသားဖြင့် အခေါက်ကို အသုံးပြု၏၊ ဖယ်၏၊ ဆေး၏၊ သိပါကြခ် ဖယ်၏၊ မွေးကြိုင်၏၊ ထက်မြက်၏၊ အားကို အားပေး၏၊ ဆီးကို နှင်စေ၏၊ ဝမ်းသက်စေ၏၊ ကာယိပ် လေကို ပွားစေ၏၊ သည်းခြေကို နိုင်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အလွန်ချို၏၊ အနည်းငယ် ဖန်၏၊ သည်းခြေဒေါသကို ငြိမ်းစေ၏၊ သလိပ်ကို ပွားစေ၏၊ အချိုသော လေတို့ကို ဖောက်ပြန်စေတတ်၏။

ပဲ (တောပဲ)

ဟိန္ဒီ **राज सोवा** (ရာ,နှ်ဆောဝရာ)

လက်တင် Rhynchosia minima

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အနွယ်သည် အလွန် ပါးလွှာ၏၊ အထူးအားဖြင့် အခြားအပင်ကို 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, ဝမ်းဖောင့် ရောဂါတို့၌ အလွန် ကောင်း၏။

ပဲ (စားတော်ပဲ)

သက္ကတ **कलाय**

ဟိန္ဒီ **मटर** (မဋ္ဋ,ရ်)

လက်တင် Pisum Sativum

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ရှင်းကပ် ၂ ပေ ၃ ပေခန့် မြင့်၏၊ ကြီးရင့်လာသောအခါ အခြားသော အပင်များကို နွယ်တက်တတ်၏၊ အရွက်မှာ သေး၍ ဝိုင်း၏၊ အပွင့်မှာ ဖြူ၏၊ အချို့ နီဆီရောင် ရှိ၏၊ အသီးတောင့်မှာ ၂-လက်မမှ ၃-လက်မအထိ ရှည်၍ တတောင့်လျှင် ၅-စေ့မှ ၆-စေ့ အထိ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရသာ ချို၏၊ ဝိပါကလည်း ချို၏၊ အေး၏၊ အနည်းငယ် ဝမ်းကို သက်စေ၏၊ သွေးကို သုတ်သင်တတ်၏၊ ဆာလောင်ခြင်းကို ဖြစ်စေ၏၊ လေကို ပွားစေ၏၊ အပူလောင်းဆိုးခြင်း, သည်းခြေ ဖောက်ပြန်ခြင်း, ပူလောင်ခြင်းတို့ ငြိမ်းစေ၏၊ ၎င်းကို အဝိုမ်း စားကြသော် များစွာ လေလျှင် အတိသာရ ဝမ်းရောဂါ ဖြစ်တတ်၏၊ စပိန်တိုင်းပြည်၌ ၎င်းပဲမှုန့်ကို အစရှိသော အကြောများ နှည့်စေခြင်းငှာလည်း, အနာများ အဖုအပိန့်များ ပျောက်ကင်းစေရန်လည်း, အနာအဖုများ ပေါက်ရန် အုံဆေးအဖြစ်နှင့်လည်း အသုံးပြုကြကုန်၏။

ပဲ (စားတော်ပဲရိုင်း)

ဟိန္ဒီ अंकरी मटर (အင်္ကရီမဋ္ဌရ)

လက်တင် Lathyrus aphaca

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် တောစားတော်ပဲမျိုး ဖြစ်၏၊ အပွင့်မှာ ဝါ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်း တောစားတော်ပဲ အသီးသည် မူးဝေစေတတ်၏၊ ဆိပ်ဖြစ်စေတတ်၏၊ ၎င်း၏ အပွင့်သည် အနာအနာများကို နုလျော် ပိန်၍ ရှင့်လျော် ပေါက်အောင် ပြုတတ်၏။

ပဲကျား

မရာဌီ कांबर

ဟိန္ဒီ लालसेम (လာလ်-ဆေမ်)

အင်္ဂလိပ် Phaseolus lunatus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းပဲတောင့်သည် ၃-လက်မမှ ၄-လက်မထိ ရှည်၏၊ အစေ့ တောင့်ဖော အနီတွင် အဖြူစက်များ ကျားလျက်ရှိ၏၊ အချို့ အရပ်များတွင် ပဲဝိဇ္ဇာဟု၎င်း၊ ဘရုပ်ပဲ ဟု၎င်း ခေါ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမျိုးစေ့စုံများနှင့် အစာအာဟာရ အဖြစ် အသုံးပြုကြ၏၊ ချူပ်၏၊ လူချို့သူတို့က အဆိပ်ရှိသည် ဟု မှတ်ယူကြ၏။

ပဲချဉ်ပေါင်

သက္ကတ खंडिका

ဟိန္ဒီ खेसारि (ခေဆာရိ)

လက်တင် Lathyrus Sativus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ဆင်ခေါင်းပဲ ကဲ့သို့ ဆောင်းရာသီတွင် စိုက်ပျိုးကြ၏၊ စားတော်ပဲနှင့် တူ၏၊ ၎င်းအရွက်များ သေးသွယ်၏၊ အရွက် ရှည်၏၊ အပွင့်သည် ညိုပြာရောင်သန်း လျက် နီရောင် ရှိသည်၊ အသီးတောင့်မှာ ၁-လက်မခွဲမျှ ရှည်၏၊ အစေ့ ၄-၅ စေ့ ပါရှိ၏၊ ၎င်းကို ပေါင်းခံ၍လည်း အလို့ စားကြ၏၊ လှော်၍လည်း စားကြ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရွက်သည် သလိပ်ကို နိုင်၏၊ သည်းခြေပျက်ခြင်းကို ပျောက်စေတတ်၏၊ လေကို ပွစေတတ်၏၊ ဖွဲ့စေ့သည် ချို၏၊ ခါး၏၊ ယက်မြက်၏၊ အလွန်ကောင်စေ၏၊ အူတို့ကို ထုန်ရှိုးစေတတ်၏၊ အေး၏၊ အားကို ဖြစ်စေ၏၊ သလိပ်ကို နိုင်၏၊ အလွန် ပျက်စေတတ်၏၊ နှလုံးရောဂါ၊ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း၊ ပူခြင်း၊ မြင်းဘရိုက်၊ မိတ်ပေါက်ခြားခြင်း၊ ချေချွဲခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

ပဲငှက်ကျား

သက္ကတ राजमाष

ဟိန္ဒီ लोबिया (လိုဗိယာ)

လက်တင် Dolichos Sinensis

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပူသော အရပ်ဒေသများ၌ များစွာ ဖြစ်၏၊ အရွက်မှာ ပဲပုပ်နှင့်တူ၍ ၃-ရွက် ထွက်၏၊ ဂဲတောင့်ရှည်မျိုး ဖြစ်၏၊ အပွင့် အနီရောင်၊ အဝါရောင် ရှိ၏၊ အသီးတောင့် ရှည်၏၊ တချို့မှာ ၂-ပေမျှ ရှည်၏၊ ၎င်းသည် အဖြူ၊ အနီ၊ အနက် ၃-မျိုး ရှိသည်၊ အသုံးပြုး အနက် အကြီးဆုံးသည် အဖြစ်ဆုံး ဖြစ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ချို၏၊ ဖန်၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ ဆီးဝမ်း ရှင်စေ၏၊ ခြောက်သွေ့စေ၏၊ လေကို ပြုတတ်၏၊ ခွန်အားကို ဖြစ်စေ၏၊ မိန်းမတို့၏ နို့၌ နို့ရည်ကို ဖြစ်စေ၏။

ပဲစင်းငုံ

သက္ကတ तुवरी

ဟိန္ဒီ अरहर (အ,ရ်-ဟ,ရ်)

လက်တင် Cajanus Indicus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် အမြင့် ၇-ရှပ်မျှ 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၏၊ ပေါ့ပါး၍ ချို၏၊ မြိန်စေ၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ ခြောက်ထပ်စေ၏၊ လေကို ပြုတတ်၏၊ မှလတို့ကို ချုပ်စေသည်၊ အရောင်အဆင်းကို ပွားစေသည်၊ ဒေါသသုံးပါးကို ငြိမ်းစေ၏။

ပျောက်သောရောဂါများ။ ။အများရောဂါ၊ အဆိပ်ရောဂါ၊ သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း၊ ဦးခေါင်းသိုက်ရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ပဲစင်းငုံ

CAJANUS INDICUS.

अरहर (အရှ်-ဟရှ်)

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ဝမ်းတွင်းနာ၊ ပါးစပ်တွင်း၌ အနာများ ပေါက်ခြင်း၊ အရိုးများ ယုတ်ခြင်း၊ အလွန် ပူလောင်ခြင်း ဖြစ်မူ အရွက်၏ သတ္တုရည်ကိုရင်း၊ (သို့မဟုတ်) ပဲစေ့ကို စိမ်ယောအရည်ဖြင့်၊ နှုတ်ဆုံခြင်း ပြုပါမူ ပျောက်ကင်း၏။

ဒီန်းဆိပ်သင့်ခြင်း။ ။ဒီန်းကြောင့် ဖြစ်သော အဆိပ်သင့်နာများကို အရွက်၏ ရည်ကို သောက်က ပျောက်ကင်း၏။

ခေါင်းတခြမ်းကိုက်ခြင်း။ ။အရွက်၏ သတ္တုရည်ကို ရှူပါက ပျောက်ကင်း၏။

ကြို့ထိုးခြင်း။ ။ရှိပဲစင်းပုံ အစေ့၏ အဆံကို (သို့မဟုတ်) မှဲ့ကို အမှုန့်ပြု၍ ကြို့ထိုးလျှင် ပေးပါ ပျောက်ကင်း၏။

ပဲစိဋ္ဌနီ (ပဲဆိနီ)

သက္ကတ **မဉ္ဇိဋ္ဌ**

ဟိန္ဒီ **မဉ္ဇိဋ္ဌာ** (မဂျီဌ)

လက်တင် Rubia Cordifolia

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အလွန် ရှည်လျားသော ပုံသဏ္ဌာန်ရှိ၏၊ အမြစ် အလွန် ရှည်၏၊ အခေါက် ဖြူ၏၊ အတွင်းသား နီ၏၊ အရွက်များသည် တခဲနက် ပိတ်ဆို့နေသည်၊ လက်မခန့် တလက်မခွဲခန့် ကျယ်၏၊ သစ်ကျပိုးရွက်နှင့် တူ၏၊ အပွင့် သေး၏၊ အသုပ်လိုက် ၏၊ အသီး သေး၏၊ မှည့်သောအခါ နီ၏၊ တောက်ပ၏။

ဂုဏ် နှင့် ဓမ္မရည်။ ။ချို၊ ခါး၊ ဖန်၏၊ မူး၏၊ ဝိပါက၌ ပေါ်၏၊ အသံကို ကောင်း စေ၏၊ အဆင်းကို ကောင်းစေ၏၊ ကြေကျက်စေ၏၊ သွေးကို ငြိမ်းစေ၏။

ပျောက်ကင်းသောရောဂါ။ ။အဆိပ်၊ ရေဘွဲ့ရောဂါ၊ မျက်စိ၊ နားနှင့် ပတ်သက်သော ရောဂါများ၊ သွေးဝမ်း၊ နူနာ၊ ပွေးခေါသ၊ ရေယုန်၊ အနာစုပေါက်၊ တုလာသရောနာ စသည် တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

မှတ်ချက်။ ။မဉ္ဇိဋ္ဌ သဒ္ဒါကို ဟန်ကျင့် (ဝါ) ပိန္နဲနွယ် ဟု အနက် မြန်မာ ပြန်ဆိုထား သည်ကို တွေ့ရ၏၊ အများဆုံး ပေါ်လာချဖြင့် သိရှိ ယူလင်နိုင်ရန် 'ပဲဆိမ့်နီ' ဟု ပေးပြထား ခြင်း ဖြစ်သည်။

ပဲစိမ့်နှီ (ပဲဆိမ့်နှီ)

RUBIA CORDIFOLIA

मंजिष्टा (မဂျိဋ္ဌ)

ပဲဒလက်

သက္ကတ **ကောလဿိမ္ဗီ**
ဟိန္ဒီ **ကော်ရှိယာဆိမ** (ဂိုဂျာသာဆေး)
လက်တင် Canavalia Ensiformis

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နွယ်ရှည်ပင်သော နွယ်ပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ပင်စည် နှင့် အခက်အလက်များမှာ ညိုး၏၊ ချောမွတ်၏၊ မာကျောခြင်းတွဲ၏၊ အရွက်သည် အလျား ၆-လက်မ အနံ ၄-လက်မမျှ ရှိ၏။ အသီးတောင့် အလျားမှာ ၁၁-လက်မမျှ နှင့် အနံ ၂-လက်မမျှ ရှိ၏၊ အထူ ၁၂-မိမျှ ထူ၏၊ ၎င်းသည် (၁) အစေ့ဖြူ (၂) ကြက်သွေးရောင်အားဖြင့် နှစ်မျိုး ရှိ၏၊ ၎င်းကို စစ်တွေ နယ်တွင် ပဲပါးလောက် မော်လမြိုင် ရသည့်ဒွိ ပဲဓား ဟု ခေါ်ကြ၏၊ အချို့မှာ ပဲဒလက် ဟုလည်း ခေါ်ကြသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းပဲဒလက် အဖြူ အနီ နှစ်မျိုးစလုံးသည် ချို၏၊ ဝိပါက်ချို ၏၊ ပေါ့၏၊ ကြောချက်ခဲ၏၊ အားကို ဖြစ်စေ၏၊ သွေးကို ငြိမ်းစေ၏၊ သည်းခြေကို ပွားတတ်၏၊ လေ နှင့် သည်းခြေပေါ်သကို နိုင်သည်။

ပဲဒိစိမ်း

သက္ကတ **မုဒ္ဂ**
ဟိန္ဒီ **မုန်ဂ** (ဥရိဒ်)
လက်တင် Phaseolus Radiatus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပဲဒိပင်ငယ်သည် နွယ်အလူး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ပဲတိုရွက်နှင့် တူ၏၊ ပန်းပွင့် ဝါ၏၊ ပဲသီးမှာ ရှည်မြဲ အထွေး ရှိကြ၏၊ အစေ့ များစွာ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဆိမ့်၏၊ ကြောချက်ခဲ၏၊ ဝိပါက်ချို ချို၏၊ ပြဲဖြစ်၏၊ သလိပ်ကို ငြိမ်းစေ၏၊ အသည်း ပိုက်ကိုကို ပွားစေ၏၊ မလတိုကို မြန်ခွဲတတ်၏၊ နို့ရည်ကို ပွားစေတတ်၏၊ အဆီကို ညှယ်တတ်၏၊ ဖေါင်းခြင်းသော လေရောဂါ၊ ပန်းနာ၊ အစာကြွေကျသောအခါ ယိုးအောင့်ခြင်း စသော ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ငှက်ဖျား။ ။ပဲဒိစိမ်းကို ချင်းခြောက်နှင့် ကျို၍ သောက်ရ မပြင်နိုင်ရှာ [illegible] ပျောက်ကင်း၏။

အသားဝါရောင်ရောဂါ။ ။ကြွက်ဆူမြစ်၏ အခေါက် နှင့် ပဒိုင်းကို ကျိုး၍ သောက်လျှင် အသားဝါရောင်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

အနာပေါက်ဆေး။ ။ပြည်တည်နေသော အနာများကို ညက်စွာ ကြိတ်ပြီး အုံပေးပါက ပြည်ပေါက်လွယ်၏။

နှာခေါင်းသွေးကျရောဂါ။ ။၎င်းပဲကို အညက်ကြိတ်၍ နှာခေါင်း၌ အုံပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

ကြို့ထိုးရောဂါ။ ။ဆေးလိပ်မှုန့် ငှက်ပျောအမြစ်မှုန့် ပဒိုင်းအမှုန့် ဆတူ ခံရော၍ အနံ့ ရှူလျှင် ကြို့ထိုးခြင်း ပျောက်ကင်း၏။ (သို့မဟုတ်) ၎င်းပဲမှုန့်ကို ဆေးလိပ် ဆေးအိုးတွင် ထည့်၍ အခိုးရှူသော် ကြို့ထိုး ပျောက်၏။

ပဲနံ့သာ

သက္ကတ **မေထိကာ** (?)

ဟိန္ဒီ **မေထီ** (မေထီ)

လက်တင် Trigonella Foegrae-tun

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။လူအများ၏ သဏ္ဌာန်ပဓာနအားဖြင့်သော် ပဲနံ့သာသည် ဂုံးဆေးပင် အတိုင်း မွေးသောပဲ ဖြစ်၏။ ကုလားများသော ပဲ၏ အရွက်နုများကို ဟင်းချက် စား သောက်ကြ၏။ အစေ့ကိုမူ ပဲဟင်းထဲတွင် ထည့်၍ အသုံးပြုရ၏။ ဂုဏ်ရှိ ဆေးသတ်တို့မှ များစွာ အကျိုးပြုသော အပင် ဖြစ်၏။ မော်မြူလတို့ အတိုင်း ၎င်း၏ အရွက်ကို အပြည့်အဝ အကျိုးပြုစေနိုင်သော ပဲမျိုး ဖြစ်၏။ ၎င်းသည်သောက်တွင် ထည့်သောအခါ ခနာပေါ်၌ ဆန်ရှင်း အောင် အစေ့များကို အမျိုးမျိုးသော အမှုံ့သတ်တို့များ ကင်းအောင် ရှင်းစေလျက် ဆိုးဆေးတွင် (သို့မဟုတ်) သန့်ရှင်းသော ဒိုးတွင် ထည့်ပြီးလျှင် မီးသင့်ပြီးနောက် မေမြည့်သော အားများတွင် ပူနွေးသောအခါ၌ ထည့်ရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဲပင်၏ ပူ၏ ဒီဒါကြွ ဝင်၏။ ကြွေကျက်လွယ်၏။ မသတ် လိုကို ချုပ်စေ၏။ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏။ ခြောက်ထုပ်စေ၏။ နှလုံးကို အကျိုးပြု၏။ မွန်အသားကို ဖြစ်စေ၏။ သွေးသည်းခြေကို ဖောက်ပြန်စေ၏။ လေလိုက်ကို ငြိမ်းစေ၏။ အဖျား၊ နှလုံးမမြန်၊ ရောင် ခြင်း၊ ပါရဂတ်၊ ချောင်းဆိုး၊ မြင်းသရိုက်၊ ပိုးရောဂါ စသည်တို့ကို သေသွင်းနိုင်၏။

ရောဂါအလိုက် အသုံးပြုနည်း

နှာပြည်ယို။ ။ပဲနံ့သာစေ့ကို နွားနို့နှင့် ကျိုချက်၍ ပေါ်မြူလျှင် နှာပြည်ယိုခြင်း စပ်ပါက နှာပြည်ယို ပျောက်၏။

ပြည်တုလာသရောနာ။ ပဲနီ့သစေ့ကို ပြုတ်၍ လောက်သော် (သို့မဟုတ်) ဖွားနို့စမ်နှင့် ပြုတ်၍ သောက်ခဲ့သော် ပြည်တုလသာသရောနာ နှင့် သွေး ကူလာသရောနာများ ပျောက်၏။

ဝမ်းပျက်ရောဂါ။ ပဲနီ့သာမျက်ကို ထောပတ်နှင့် ကြော်၍ စားသော် အတိသာရ ဝမ်းရောဂါ ပျောက်၏။

အသဲရောင်ခြင်း။ ပဲနီ့သာကို ချက်၍ စားသော် အသည်းရောင်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ပဲနီကောက် (တော)

သက္ကတ [illegible]

ပါဠိ [illegible] (မနုမရိမဋ္ဌိ)

လက်တင် Phaseolus Adenanthus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ချောင်းသည် တောပဲနီကောက်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် တရွက်နှင့် တရွက် ကွဲလျဲ၍ လှ၏၊ အသီးတောင့် ရှည်၏၊ ပြားပြား ရှိ၏၊ အပွင့်း ချွန်၏၊ အသီး တစ်တောင့်တွင် အစေ့ ၁၂-၁၄ ဝန်-ခန့် ရှိ၏၊ ဥင်းအစေ့သည် ပြား၍ နက်ရောင် ရှိသည်။

ဂုဏ် နှင့် ဖွင့်ရည်။ အအေး ဖြစ်သော ရောဂါများ၌ရှင်း၊ တွန်ရှု့စေရန်အတွက်ရှင်း အသုံးပြုရ၏၊ အသီးသည် ခါး၏၊ အေး၏၊ ခြောက်သွေ့စေ၏၊ ပူ၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ ချုပ်၏၊ သန်းကို ကျစေ၏၊ မျက်စိရောဂါအတွက် ကောင်း၏၊ သွေးဆုတ်ရောဂါ၊ အဖျား၊ အပူ ရောင်ကြွင်း၊ ကြင်းသရိုက်၊ ဝမ်းသက်ချေးခွင်းဆိုး၊ အဆစ်ရောင်ကိုက်၊ သည်းခြေပျက်နာကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ဒေါသကိုပါကို ပယ်ဖျက်၏၊ ပြုတ်ရည်သည် ကြွက်တက်ခြင်း၊ အဖျား ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ဝဲနှောက်(တော)

မှုကလိ (မှုဂါဒ်)

ပဲပလီ (ပဲစေးလီ)

သက္ကတ गोराणी

ဟိန္ဒီ गुवार की फली (ဂုဝါရ်ကီဖလိ)

လက်တင် Cyamopsis Tetragonlova

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဤအပင်သည် ၂-ပေမှ ၆-ပေမျှ မြင့်သော ပင်စည် ရှိသည်၊ အပွင့်များ ခရမ်းရောင် ရှိသည်၊ အသီးတောင့် တစ်တောင့်တွင် ၃-စေ့မှ ၁၀-စေ့အထိ ရှိ၏၊ အစေ့များမှာ ငယ်လှ၍ အနည်းငယ် ပြားသည်၊ အရောင်မှာ အညို (သို့မဟုတ်) အနက် ဖြစ်၏၊ အညာဒေသတွင် အတောင့် များစွာ ရှိသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အသီးသည် ချို၏၊ ခြောက်သွေ့၏၊ လေ သလိပ်ဒေါသကို ပျက်စေ၏၊ ဒကြွကျက်စေ၏၊ နုံးညံ့စွာ ဝမ်းသက်၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ သည်းခြေကို ပျက်စေ၏၊ အရွက်သည် ညအခါ မျက်စိမမြင်စေခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ပဲပုပ်

ဟိန္ဒီ भाट (ဗှာ-ဋ်)

လက်တင် Glycine Soja

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် မြေတွင် ပြန့်၍ ပေါက်သော နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် အညာဒေသတွင် ပိုထွက်၏၊ အရွက်သည် သေးငယ်၏၊ ၎င်းအစေ့ကို ဆီပုပ်လုပ်ကြ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အစေ့သည် တွန့်ရှုံ့စေတတ်သော သဘောရှိ၏၊ ထို့ကြောင့် ဝမ်းသက်ရောဂါ၊ အဆူဖြစ်သောရောဂါ စသည်တို့၌ အသုံးပြုကု၏၊ ကျွန်ုပ်တို့ မကြာမကြာ စားနေသော ပဲပုပ်သည် ကမ္ဘာတွင် အလွန်ထင်ရှား ကျော်စောလျှ လူသိများသော ပဲမျိုး ဖြစ်၏၊ ကျွန်ုပ်တို့သည် သာမည ပဲမျိုးဟုပင် မှတ်ထင်နေကြ၏၊ အမှန်မှာ တကမ္ဘာလုံးက အမြတ်တနိုး ထား၍ အသုံးပြုသော ပဲမျိုး ဖြစ်ကြောင်းကို အနည်းငယ် ဖော်ပြလိုပေသည်။

ပဲပုပ် ဇာတိမြစ်ရာဌာနသည် တရုတ်ပြည် ဖြစ်၏၊ တရုတ် ရှေးစာပေများ၌ ၎င်းကို "ဆိုရှု" သို့မဟုတ် "သိုရှု" ဟု ရေးသား ထား၏၊ ထိုအပင်ကို ယူ၍ ကမ္ဘာရှိ နိုင်ငံအသီးသီးတို့သည် မိမိတို့အစာအာဟာရအဖြစ်ဖြင့် အသုံးပြုပေးကြသည်။

လွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်း ခြောက်ထောင် မတိုင်မီက တရုတ်ပြည်တွင် "ရှန်နုန့်ဂ" အမည်ရှိသော ဘုရင်ကြီးသည် ပင်းပြင့်၏၊ ထိုဘုရင်သည် နှစ်စဉ် ကြီးကျယ်သော ပွဲလမ်းသဘင်ကို ကျင်းပ၍ ပဲပုပ်ကို စိုက်ပျိုး၏၊ ထိုစဉ်အခါက တရုတ်ပြည်တွင် ပဲပုပ်သည် ပဓာနဖြစ်သော အစားအစာ ဖြစ်ခဲ့၏၊ ထိုပဲပုပ်သည် အမျိုးပေါင်း ၁၃၀၀ (တစ်ထောင့်သုံးရာ) မျှ ရှိ၏၊ တရုတ်ပြည်တွင် ပဲပုပ်တို့၏ အမည်တို့သည် ရာပေါင်း များစွာဖြင့် ခေါ်ဝေါ်ကြ၏။

အရောင်ကို အစွဲပြု၍ ပဲပုပ်သည် (၁) အနက် (၂) အစိမ်း (၃) အဝါဟူ၍ သုံးမျိုးရှိ၏၊ အစေ့သည် ကြည့်သောအခါ ပဲတောင့်ပဲစေ့ ကဲ့သို့ လုံး၏၊ ပြား၏၊ ကြက်ဥသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ သို့ရာတွင် ပိုပြားလျက် ရှိသည်၊ ဝါရောင်ရှိသော ပဲပုပ်ကို ကြည့်ရှုရာတွင်ရှိ၊ စားရာတွင်ရှိ၊ ဂုဏ်သတ္တိတို့သည်ရှိ၊ အလုံးစုံတို့ထက် ကောင်းသည်၊ အရှေ့အာရှတိုက်မှ ပဲပုပ်သည် ထွက်၏၊ တရုတ်၊ ကိုရီးယား၊ မန်ချူးရီးယား၊ ဂျပန်တို့တွင် အလွန် ရှေးကျသော အချိန်က ပင်လျှင် ထွက်၏၊ သို့ရာတွင် တရုတ်လူမျိုး၊ ဂျပန်လူမျိုးတို့မှတပါး ကြွင်းသောနိုင်ငံတို့သည် ပဲပုပ်အကြောင်းကို လွန်ခဲ့သည့် အနှစ် ၄၀ ခန့်မတိုင်မီက မသိရှိကြချေ၊ ထိုအချိန်အခါက အချို့သူတို့သည် သင်္ဘောဖြင့် အင်္ဂလန်သို့ နမူနာအဖြစ်ဖြင့် ပို့ကြ၏၊ ပဲပုပ်ကို အင်္ဂလန်တွင် စတင်စိုက်ကြည့်သောအခါ လူတို့၏ ခန္ဓာကိုယ်အတွက် အသုံးအဆောင်ဝင်သော အာဟာရဓာတ်များသို့ တွေ့ရှိကြ၏၊ ထိုအခါမှ ဥရောပနိုင်ငံများက မှာယူကြ၏၊ စိုက်ပျိုးကြ၏၊ ယခု အခါတွင်မူ အမေရိက၊ အာဖရိက၊ ရုရှား၊ ဂျာမနီ၊ အင်္ဂလန်၊ အိန္ဒိယ စသော ကမ္ဘာ့အလုံးတွင် စိုက်ပျိုးနေကြလေပြီ၊ ယခုအခါ ပဲပုပ် အထွက်ဆုံးသော နိုင်ငံမှာ မန်ချူးရီးယားပြည် ဖြစ်သည်။

ပဲပုပ်တွင် ရှိသော ဓာတ်

ပဲပုပ်တွင် ပရိုတင်းဓာတ် ၄၀ ရာနှုန်း၊ ကာဗိုဟိုက်ဒရိတ် ၂၄.၆ ရာနှုန်း၊ ဆားဓာတ် ၄.၈ ရာနှုန်း၊ ဗီတာမင် အေ၊ ဘီ၊ ဒီ၊ ကယ်(လ်)စီယမ်ဓာတ်၊ ဖော့စဖိုရပ်၊ ပိုတက်စီယမ်၊ ဖော်(စ်)ဖရပ်၊ အခြားသော ဓာတ်သား စသည်တို့သည်လည်း ရှိ၏၊ ဒင်းမြင်ဓာတ်သား (Salt Metal) ၄.၈ ရာခိုင်နှုန်း ရှိ၏၊ ပဲပုပ်တွင် ဖော့(စ်)ဖရစ်ဓာတ်သည် ပြည့်စုံသော အတိုင်းအတာ ရှိ၏၊ ထို့ကြောင့် ဦးနှောက်နှင့် ဉာဏ်ကြောများ၌ ဖြစ်တတ်သော ရောဂါများ၊ ဥပမာ- ဝက်ရူးရောဂါ၊ ဟစ်စ်တီးရီးယား၊ သတိမေ့ရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ ထို့ပြင် အဆုတ်နှင့် ပတ်သက်သော ရောဂါများကိုလည်း ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ ပဲပုပ်မှုန့်၌ (Lecithin) အမည်ရှိသော အာဟာရဓာတ်တမျိုးသည် ရှိ၏၊ ထိုအာဟာရဓာတ်သည် အဆုတ်ရောဂါ၊ ဉာဏ်ကြောနှင့် ပတ်သက်သော ရောဂါများ၌လည်း အလွန် ကောင်း၏၊ ပဲပုပ်တွင် ရှိသော ပရိုတင်းဓာတ်သည် အခြားသော ဟင်းသီးဟင်းရွက်များ၊ သီးနှံများနှင့် အသားဓာတ်တို့ထက် ကောင်း၏၊ ထိုပရိုတင်းဓာတ်သည် နွားနို့ အများရှိ ပရိုတင်းဓာတ်နှင့် တူ၏၊ ဆိုလိုရင်းမှာ ပဲပုပ်ရှိ ပရိုတင်းဓာတ်သည် အခြားသော အာဟာရများရှိ ပရိုတင်းဓာတ်ထက် ကောင်း၏။

ပဲပုပ်၏ ထူးခြားချက်မှာ ခန္ဓာကိုယ်ရှိ အချဉ်ဓာတ်ကို နည်းပါးစေ၏၊ အားဓာတ်ကို တိုးပွားစေ၏၊ ထို့ကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်၌ အချဉ်ဓာတ်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်တတ်သော ရောဂါတို့ကို

ပဲပုပ်သည် ကာကွယ်တတ်၏၊ ပဲပုပ်သည့် ကာမသတ္တိကိုလည်း တိုးပွားစေ၏၊ အိန္ဒိယပြည်တွင် နေစဉ် အာဟာရများ၌ ပဲပုပ် ထည့်၍ စားကြ၏၊ ထို့ကြောင့် ခွန်အားကြ၏၊ ကာမသတ္တိကို တိုးပွားစေ၏၊ ယိုဒ်တွင် ပဲပုပ်သည် မဟာဂ်ထက် ပို ကောင်း၏၊ နိုက်တရိုဂျင်ဓာတ် နှင့် ဆီဓာတ်သည်လည်း ပဲပုပ်တွင် များစွာ ရှိသည်၊ အဆီနှင့် ခြင်ဆီဓာတ်သည် ပဲပုပ်တွင် နည်းပါး၏၊ ထို့ကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်ကို ဆုတ်ယုတ်စေ နည်းပါးစေ၏၊ ခန္ဓာကိုယ်တွင် အထူးအားဖြင့် လိုအပ်သော နိုက်တရိုဂျင်နှင့် ဆီ၊ ဗီတာမင်ဓာတ်တို့သည် လုံလုံလောက်လောက် ရှိ၏၊ ခြင်ဆီကဲ့သို့ အကျိုးကို ယုတ်စေတတ်သော ဓာတ်များ မရှိချေ၊ ထို့ကြောင့် အာဟာရနှင့် ပတ်သက်သော သုတေသန အဖွဲ့နှင့် တကမ္ဘာလုံးသည် ပဲပုပ်ကို နှစ်သက်ကြ၏။

ဆီးချိုရောဂါနှင့် ပဲပုပ်။ ။ဆီးချိုရောဂါ အတွက် ပဲပုပ်သည် အကောင်းဆုံးသော စားစရာ ဖြစ်၏၊ မေါက်တာကျူးအက်ဂျင်တို့ အမည်ရှိသူ၏ အဆိုမှာ ပဲပုပ်တွင် ခြင်ဆီဓာတ် နှင့် ကာဗိုဟိုက်ဒရိတ်ဓာတ် နည်းပါးပုံကြောင့် ဆီးချိုရောဂါ အတွက် အကျိုးယုတ်ခြင်းကို မဖြစ်စေနိုင်။

ပဲပုပ်နို့ရည်။ ။ကျွန်ုပ်တို့ မြန်မာနိုင်ငံတွင် နွားနို့၊ ဆိတ်နို့၊ ကျွဲနို့ စသည်တို့ကို လူတို့၏ ခွန်အားဗလ ဖြစ်စေရန် အတွက် အသုံးပြုကြသကဲ့သို့ ကာရပ်၊ ဂျပန်၊ မန်ချူးရီးယား၊ ကိုရီးယားပြည် စသည်တို့၌ ပဲပုပ်နို့ရည်ကို အသုံးပြုကြ၏၊ ထိုပဲပုပ်နို့ရည်တွင် နွားနို့၊ ဆိတ်နို့၊ ကျွဲနို့ စသည်တို့၌ တွေ့ရှိရသော ဓာတ်များ ရှိသည့်နည်းတူ လူတို့အား အကျိုးပြုနိုင်သည့် ဓာတ်များ ရှိသေးသည်။

ပဲပုပ်နို့ရည် ပြုလုပ်နည်း။ ။ရေ ၇ဝ ဝ · သားကိုကြိုပါ၊ ၎င်းတွင် သတ်ရည်ကျန်း ပဲစွန်းခန့် ပဲမှုန့်ကိုထည့်ပါ၊ ၎င်းကို နှာနှာမွှေပေးပါ၊ ထို့နောက် ကြေးနီ တစ္ဆန်းခန့် ပဲပုပ်မှုန့်ကို ထည့်ပေးပါ၊ ကျဲနည်းအတိုင်း ပဲပုပ်မှုန့် ၁ဝ · သားခန့် ကုန်သွားသောအခါ ချပါ၊ ၁၀ · မိနစ် ခန့်တိုင်အောင် ကြည့်ပါ၊ ချ၍ စစ်ပါ၊ ၎င်းသည်ပင် ပဲပုပ်နို့ရည် ဖြစ်၏။

ပဲပုပ်ဆီ။ ။ပဲပုပ်စေ့များမှ ဆီသည်လည်း လွန်စွာ ကိုယ်တွင် ဗီတာမင် ဓာတ် နှင့် သတ္တိကို တိုးပွားစေတတ်သော အရာဝတ္ထုများကို တွေ့ရှိရ၏၊ ထိုဆီကို ဆေးဝါးတို့အား အသုံးပြုနိုင်သည်။

ပဲပုပ်ကလေး-အဖြူ။

ပါဠိ **မထရ**

ဟိန္ဒီ **ဆုယာ** (၃၁၀)

လက်တင် Callicarpa Macrophylla

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ချောင်းလေသချုံမျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ၆ · လက်မခန့်မှ ၁၀ · လက်မ ရှည်၏၊ အသီး ဖြူ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်မှ ရသောသီကို ဝမ်းဗိုက်နှင့် ပတ်သက်သော ရောဂါ တို့၌ ကောင်း၏၊ အရွက်ကို မှုအောင်ပြု၍ အအစ်အသက်၌ ဖြစ်သော လေရောဂါဘို့၌ အသုံး ပြုရ၏။

ပဲဗိဇတ်

သက္ကတ कुलत्थ

ဟိန္ဒီ कुलथी (ကုလထီး)

လက်တင် Dolichos Biflotus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် မိုးယက်ပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းအစေ့သည် ပဲနီကလေး အစေ့ နှင့် တူသည်၊ သို့သော် အနည်းငယ် လုံးသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဖန်၏၊ သတ္တိ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ ဖန်၏၊ သည်းခြေနှင့် သွေးကို မဖောက်ပြန်စေတတ်၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ လျှားကို ချုပ်စေ၏၊ ဝမ်းပမ်းကို ရှင်စေ၏၊ ပန်းနာ ချောင်းဆိုး၊ ကြို့ထိုး၊ ကျောက်တည်၊ လုတ်တက်၊ ဝမ်းဗိုက်တင်းရောင်၊ နှာစေး၊ မေသီ၊အဖျား၊ ပိုး တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ပဲရာဇာ

သက္ကတ मसूर

ဟိန္ဒီ मसूर (မဆူရ)

လက်တင် Ervum Lens

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ကုလားပဲနှင့် တူ၏၊ အရွက်သည် သေးသွယ်၏၊ အသီးသည် ရှည်၏၊ အစေ့သည် လုံး၏၊ အနည်းငယ် ပြား၏၊ အခွံသည် အပြာရောင် ရှိ၏၊ သစေ့သည် နီ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ချို၏၊ အေး၏၊ ချုပ်၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ လေကို ပြုတတ် ၏၊ ခြောက်သွေ့စေ၏၊ လေ၊ သည်းခြေကို ငြိမ်းစေ၏၊ သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း အဖျားကို ပျောက် ကင်းစေ၏။

ဝေလညွှင်း

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။တောလက်ပံဒန် အရွက်မျိုးပျက် လေးညွှင်းပွင့်နှင့် တူသော ပင်သီးမျိုး ဖြစ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အေးအိ ပြင်းကျပ်ခဲ၏ လေကို ဖျက်စေ၏ သလိပ်ကို ပွားစေ၏ ကိုယ်ကို တောင့်တင်းစေ၏ ...ကို ပြိုးစေ၏ ဝမ်းကို နှုန်စေတတ်၏။

ဝဲလင်းမြွေသီး (မြွေရည်သီး)

သက္ကတ ဒါလိုက

တိန္တု ... (...)

အင်္ဂလိပ် Trichosanthes Anguina

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နွယ်ပင်ပေါ်။ အရွက်တို့သည် အနားများ၌ ကွဲနေ၏၊ ၅ ထောင့် ရှိ၏၊ အပွင့် ဝါ၏၊ အသီး ရှည်၏၊ ၂ ဖက်သော အနားများ သွယ်၏၊ ရှည်သော အဖြူကွက် များ ရှိ၏၊ အငယ်မျိုးကို ဗုံလုံသီး၊ တောဝဲလင်းမြွေသီး ဟု ခေါ်၏။ ဗုံလုံ ဟု ခေါ်ရာ၌ အလုံး နှင့် (ပဋောလ) သဒ္ဒါ ဟောသော ဗုံလုံနှင့် မမှားရန် သတိပြုသင့်၏။ ဗုံလုံအမည်နှင့် ခေါ် ခေါ်ကြသော အသီးမှာ ၃ မျိုး ရှိ၏၊ ဗုံလုံရှည် နှင့် ကင်းပုံသီးကဲ့သို့သော ပဋောလ သဒ္ဒါ ဟောသော ဗုံလုံ (အချို့ အခေါ် ၂ မျိုး) ပင်းမြင့် ဖြစ်တယ်းတော့ကို ပေါက်သော ဗုံလုံ ကြက်မှည့် ငါးပိုတကျည် ခေါ်သော ဗုံလုံ ဟူ၍ ၃ မျိုး ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အေး၏ ချို၏ သက္ကု ပေး၏ ဝိပါက်၌ ချို၏ အားကို ဖြစ်စေ၏ နှလုံးကို ပြင်းစေ၏ အသော ဗုံလုံသီးသတ်ကား ဖျက်နည်း၏ လေ၊ သည်းခြေ၊ သွေးနှင့် ဖျက်မမြဲ ဖသော ရောဂါများ ပျောက်၏။

No. 21

ပဲနောက်

သက္ကတ မုဒ္ဂပဏ္ဏီ
ပါဠိ မုဂ္ဂပဏ္ဏိ (မုဂ္ဂါနိ)
လက်တင် Phaseolus Trilobus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းပဲနောက်သည် ဖားပင်ပေါက်စတွင် ပင်စောက်သာသော ... ရင့်သောအခါ နွယ်၍ သွားတတ်၏၊ အသီးမှာ ၃-လက်မမျှ ရှည်၏၊ အသီးတတောင့် ၇-စေ့ ... ရှိ၏၊ ၎င်းပဲသည် အရောင်လိုက်၍ အမျိုးများစွာ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအစေ့သည် ခြောက်၏၊ ပေါ့ကြကျက်လွယ်၏၊ သလိပ် နှင့် သည်းခြေတို့ကို နိုင်၏၊ လေကို အနည်းငယ် ပွားစေ၏၊ ဝမ်းကို ကောက်စေ၏၊ ဖျားရောဂါ ... နိုင်၏၊ ယားနာများ အနာ များစွာ အကျိုးပြု၏၊ မျက်စေ့ကို အကျိုးပြု၏၊ အခြားရောဂါ ... များကိုလည်း နှိမ်နင်း၏၊ ၎င်းပဲနောက်အပေါင်းတို့တွင် ပဲနောက် အစိမ်းသည် အမြတ်ဆုံး ဖြစ်၏၊ အကြောင်းဆိုသော် ၎င်းအစိမ်းတောင့် ပဲနောက်သည် အလွန်သကြင် ကြေကျက်လွယ်သောကြောင့် တည်း။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အနာမြုံပျောက်ဆေး။ ။၎င်းပဲနောက်ကို အစိမ်းသဘောဖြင့် အနာမြုံများသို့ ကပ်၍ ပေးခဲ့သော် အနာမြုံများ ပျောက်ကင်း၏။

နို့အကြိတ်ပျောက်ဆေး။ ။ပဲနောက် နှင့် ကောက်ညှင်း ဆန်ကို ရေဖြင့် ညက်ညက် ကြိတ်၊ နို့အုံတွင် အကျိတ်အခဲ နို့ပြင်းကိုင်၍ ရောင်ရမ်းသော နေရာတို့ကို အုံပေး၊ ... ပါ မြန်စွာ အကျိတ် ကြေလိမ့်မည်။

သည်းခြေလွန်ဖျား။ ။ပဲနောက် နှင့် နွယ်ချိုကိုရော ရွပ်ပြီးပြုတ်၍ သောက်မှု သည်းခြေ လွန်သော အဖျားများ ကျဆင်းသွားလိမ့်မည်။

ရေယုန်နာ။ ။ပဲနောက်ကို သောပတ်နှင့် ကြိတ်၍ ရေယုန်နာများကို လူးပေး ... ပျောက်ကင်း၏။

ပဲလွန်း

သက္ကတ ရာဇမာသ
မာလဝိ ချံ့ပလာ (...)
လက်တင် Vigna catiang

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် စားသောက်နွယ် ပဲအမျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်း၏ ... ပဲ

ပွင့်၏၊ အသီးသည် ၆-လက်မမှ ၁ ပေမျှ ရှည်၏၊ ရင်းအသီးမှာ ဖြူ၏၊ မျက်နှာတွင် အနက်ကွက် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ချိုး၏၊ ဖန်၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ သီးဝမ်းကို ရှင်စေ၏၊ နှယ်မြိန်စေ၏၊ ရောဂါကို ပြုတတ်၏၊ နို့ရည်ကို ပွားစေ၏၊ အားကို ဖြစ်စေ၏၊ ချွေးထွက်စေ၏။

မှတ်ချက်။ ။ပဲလွန်းသည် အဖြူ၊ အနီ၊ အနက် အားဖြင့် ၃-မျိုး ရှိ၏။

ပဲလွန်းရွက်

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပဲလွန်းရွက်သည် ဓာါသ သုံးပါးကို ပယ်တတ်၏၊ ကျောက်၊ ငက်သက်တို့ ပေါက်ရာ၌ ပုဇွန်ဆိတ်နှင့် ချက်ကျွေးရ၏။

ပဲလွန်းနုတ်ရွက်

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဲလွန်းနုတ်ရွက်သည် အစာကို ကြေစေတတ်၏၊ ဝမ်းရောင်ခုံသောရောဂါ၊ ဝသးလံခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ပဲတီ (ပဲနီ)

သက္ကတ ဝိဓရတန္တာ

ဟိန္ဒီ (ဥရှ၊ဒ်)

လက်တင် Phaseolus Radiatus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ရင်းပဲဒီပင်သည် လယ်သော နှယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက် ၃-ရွက် ထွက်၏၊ အပွင့် ဝါ၏၊ သီးတောင့်ရှည်၍ လုံး၏၊ မွေးနုမျှား ရှိ၏၊ ရင်းပဲတီသည် ဝါ၊ နီ၊ နက် စသည်ဖြင့် အမျိုး များလှ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဲတီသည် ပြေပြစ်၏၊ ခွန်အားကို ပြုတတ်၏၊ သုက်ကို ပွားစေ၏၊ သည်းခြေကို ပြုတတ်၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ နှမ်မျိုခြင်းကို ဖြစ်စေတတ်၏၊ ချိုး၏၊ ကျပ်နှုံးမူလတတ်၏၊ ကျင်ငယ်ကို ဖြစ်စေ၏၊ မလတို့ကို ဖြိုခွဲတတ်၏၊ နို့ရည်ကို ပွားစေ၏၊ အဆီအသားတို့ကို ပွားစေ၏၊ အဆီကို ပွားစေ၏။

ဟစေ့ သည်။ မချိ၏၊ ဆိမ့်၏၊ နူးညံ့စွာ ဝမ်းသက်၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ ဝမ်းပြင်းစေ၏၊ မှတ်သိခြင်းကို ဖြစ်စေ၏၊ ဆီးကိုဖြစ်စေ၏၊ နို့ရည်ကို ပွားစေ၏၊ အလုံးကိုအကောင်းစေ၏၊ ပင်ပန်းခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ရေငတ်ခြင်းနှင့် သလိပ်ကူးရောဂါတို့ကို ဖြစ်စေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ပန်းနာ၊ ပင်ပန်းခြင်း၊ ပရိုကေသ သူလရောဂါ၊ စောင်းရှိ၍ဖြစ်သော လေရောဂါ၊ မြင်းသရိုက်ရောဂါ တို့ကို ပျောက်ကင်း စေတတ်၏၊ ရေငတ်ခြင်း နှင့် သလိပ်သွေးနှင့် ပတ်သက်သော ရောဂါတို့ကို ဖြစ်စေတတ်၏။

ပဲတီ (မတော)

သက္ကတ **မာပပဏ္ဏီ**

ဟိန္ဒီ **မာပပဏ္ဏီ** (မာသပဏ္ဏီ)

လက်တင် Teramnus labialis

ပုံသဏ္ဌာန်။ နွယ်ပင်မျိုးဖြစ်၏၊ ချုံများ၌ တွယ်၍ တက်တတ်၏၊ အရွက်သည် တညှာတွင် သုံးရွက်ထွက်၍ ပဲတီရွက် နှင့် တူ၏၊ အပွင့်သည် အနည်းငယ်နီသော အသီးသည်ပါး၏၊ ပြား၏၊ ၁-လက်မခွဲမှ ၂-လက်မ အထိ ရှည်၏၊ အစေ့ငယ်သတ္တားများ ၈-စေ့မှ ၁၀-စေ့ အထိ ရှိ၏၊ ရှိသော ဝါး ဝို၏၊ သန္တိအောင်၏ ပေါက်ပွင့်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ အချိုဖြစ်၏၊ ခြောက်သွေ့စေ၏၊ သုတ်ကိုဖြစ်စေ၏၊ သလိပ်ကိုပွားစေ၏၊ လေ နှင့် သည်းခြေကို နိုင်၏၊ အဖျားရောင်၊ အနာ၊ သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း တသည်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ပိုးဂေါ်ဝိစာ

ဘုံစာ **ဇီးရွ** ဟိန္ဒီ **မိလော** (ဘီလ,ရို)

လက်တင် Bischofia javanica အင်္ဂလိပ် Vinegr wood

ပုံသဏ္ဌာန်။ အမြဲစိမ်းတောင်းနေသော အပင်ကြီးမျိုးဖြစ်၏၊ အခေါက်သည် အညိုရင့်ရောင် ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် အရွက်နောက်မှ တရွက်ဆင့်၍ ထွက်၏၊ ၂-လက်မခွဲမှ ၆-လက်မ ရှည်၏၊

အပွင့်သည် အလွန်သေးငယ်၏၊ အသီးသည် ၅-ပဲ့ အချင်း ရှိ၏၊ ညို၏ (သို့မဟုတ်) နက်၏၊ နူးညံ့၏၊ စေ့သည် သုံးစေ့မှ ငါးစေ့အထိ ရှိ၏၊ တောက်ပ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အဖုအနာအကျိတ်၌ အရွက်၏ အဆူးရည်ကို အနာများ မြည် ပေါက်စေရန် လိမ်းပေးကြကုန်၏။

ပိုးစာပင်

သက္ကတ तूत

ဟိန္ဒီ तूत (တု,တ်)

လက်တင် Morus indica

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။အပင်မျိုးကြီး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ပတ်တည်၌ လွှသွားကဲ့သို့ ရှိ၏၊ အဖြူ နှင့် အနက် နှစ်မျိုး ရှိ၏၊ အဖြူကို လက်တင်ဘာသာ၌ Morus-Alba အနက်ကို Morus-Indica ဟု ခေါ်ကြ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အသီးကို သုံးရ၏၊ အစိမ်းသည် ချဉ်၏၊ အမှည့်သည် ချို၏၊ အစိမ်းသည် ပူ၏၊ အမှည့်သည် အေး၏၊ ဝိပါက၌ ချို၏၊ အစိမ်းသည် လေးလံ၏၊ ခံတွင်းသာ စေ၏၊ အမှည့်သည် လေးလံ၏၊ မလေကို ချုပ်တတ်၏၊ သွေးအဖောက်ပြန်ခြင်းကို ပယ်ဖျက်နိုင်၏၊ အမှည့် သည် လေ, သည်းခြေကို နိုင်၏၊ အစိမ်းသည် ရေကျော်, သွေးပူကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အမှည့် သည် ဒေါသအားနည်း, ဂဠုပ်၌ အဆီနည်းခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အသီးရှာလပတ်ရည် သည် လည်ချောင်း, လျှာ, သန့်နာတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ပုန်းမဲဇာ

သက္ကတ [illegible]

ဟိန္ဒီ [illegible] (ဆီရှ,န်)

လက်တင် Aldizzia chinensis Syn. A stipulata

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ရင်းသည် ကုက္ကိုပင်အုပ်စုမှ အမြဲစိမ်းလန်းနေသော ပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အခေါက်မှထွက်သော အစေးသည် အနာပေါက် အမျိုးမျိုး, အားပေးခြင်း, အရေပြား ရောဂါများ၌ အသုံးပြုရ၏။

ပေါက်တူပင်

နေပေါလ်　चीउरी

ဟိန္ဒီ　चीवरा　(ချီဗရာ)

လက်တင်　Bassia Butyracacea

ပုံသဏ္ဍာန်။　။အလယ်အလတ်စား အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ မြန်မာပြည်တွင် ပုသိမ် နှင့် မိတ္ထီလာနယ်တို့တွင် ပေါက်၏၊ အခေါက်သည် ကာဖီရင့်ရောင် နှင့် အနီရောင် ဖြစ်သည်၊ အရွက်သည် ၇ ⋅ လက်မခွဲခန့်မှ ၁၅ ⋅ လက်မခန့် ရှည်၏၊ ၂ ⋅ လက်မခွဲခန့်မှ ၄ ⋅ လက်မခန့် ကျယ်၏၊ ဥသဏ္ဍာန် ရှိ၏၊ အပေါ်ဘက်မှာ စိမ်း၏၊ တောက်ပ၏၊ အပွင့်ဖြူ၏၊ အသီးသည် စိမ်း၏၊ တောက်ပသည်၊ ဥသဏ္ဍာန်ရှိသည်။ အစေ့မှ ဆီထွက်သည်၊ ထိုအဆီသည် ထောပတ်ကဲ့သို့ ဖြူ၏၊ အနံ့မရှိ။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　။ကိုအပင်မှ ထွက်သော အဆီသည် အဆစ်အဆက်တို့၌ ဖြစ်သော ရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရ၏။

ပေါက်နွယ်

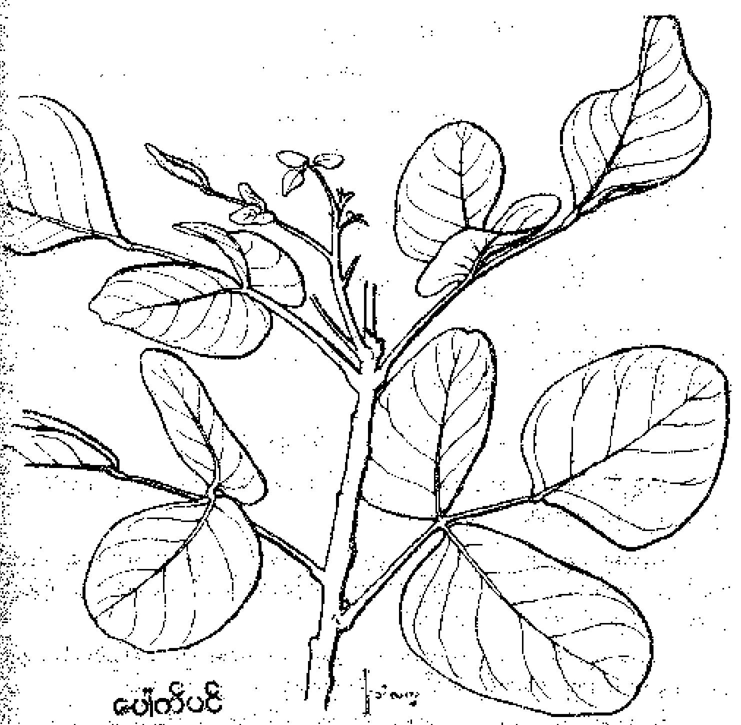
သက္ကတ　पलाश लता

ဟိန္ဒီ　लता पलाश　(လတာပလာ့,ဆိ)

လက်တင်　Butea Superba

ပုံသဏ္ဍာန်။　။နွယ်အမျိုးအစား ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ၁၂ ⋅ လက်မခန့်မှ ၁၅ ⋅ လက်မခန့် ကြီး၏၊ အပွင့်သည် ၂ ⋅ လက်မခွဲမှ ၃ ⋅ လက်မခန့် ရှည်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　။အရွက်ရည်ကို ကလေးများ၏ အပုအနာများ ပျောက်ကင်းရန် အတွက် ဖိန်းချင့် နွမ်းတို့ နှင့် ရော၍ သုံးရ၏၊ အမြစ်၊ အခေါက်၊ အပွင့်တို့သည် မြွေဆေး၌ သုံးရ၏၊ အပွင့်ကို ကင်းမီးကောက်ကိုက်ရာ၌ အသုံးပြုရ၏။



ပေါက်ပင်

BUTEA FRONDOSA.

ढाक (ঢাক)

ပေါက်ပင်

သက္ကတ　ပလာသ

ဟိန္ဒီ　ဍာက　(ဍါ,က)

လက်တင် Butea Monosperma Syn Butea Frondosa

ပုံသဏ္ဌာန်။　။ထင်ရှားသော အပင် ဖြစ်သည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　။ပေါက်ပေါ်ကို သုံးရ၏၊ ဖန် ခါး စပ်၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ သုက်ကို ပွားစေ၏၊ ဆီးဝမ်းကို ချုပ်စေ၏၊ မြေပြစ်၏၊ ကျိုးသော အရိုးကို ဆက်စေ၏၊ ဝမ်းအောင့်, မြင်းသရိုက်, ဗိုက်နာ, အနာပေါက်, ဂုလ်ုံးရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ အပွင့်သည် ဖန်ခါးစပ်၏၊ အေး၏၊ လေပွားစေ၏၊ သလိပ်သည်းခြေကို နိုင်၏၊ ပူခြင်း, ပါဒရက်, ဆီးအောင့်, နူနာ, ရေငတ်ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အမြစ်ရည်သည် အရောင်အဆင်းသို့ကို ပွားစေ၏၊ မျက်စေ့ အိပ်ရောင်ခြင်း, ညအခါ ပုတ် မျက်စေ့မမြင်ခြင်း စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အစေ့သည် ချုပ်၏၊ ခံတွင်းနာ, ပျော်ဆိုး, ချေးထွက်ခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ပလပ်ကို ချုပ်စေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ဆီးချုပ်ခြင်း။　။ပေါက်ပွင့်ကို ကြို၍ ပေါ်ဆေးနွေးနွေး ချက်တွင် အုံ ပေးမှု ဆီးချုပ်ခြင်း, ဆီးအိမ်ရောင်ခြင်း, ကိုက်ခဲခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

သွေးအန်, သွေးကျ။　။ပေါက်ပွင့်ကို ရေအေးတွင် တညလုံး စိမ်ထား၍ နံနက် အချိန်တွင် သကြားခဲ အနည်းငယ်ထည့်၍ သောက်မှု ဝမ်းဝမ်းနာခြင်း, ဆီးနှင့်ရော၍ သွေးပါခြင်း, နှာခေါင်း သွေးယိုစီးခြင်းတို့ ပျောက်ကင်း၏။

ဖတီသာရဝမ်း။　။ပေါက်စေး ၅-ရွေးမှ ၁၅-ရွေးမှုတွင် သစ်ကြံပိုးခေါက် နှင့် သွိုန်း အနည်းငယ်ရော၍ သောက်မှု အတိသာရဝမ်းသွားရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

အနာ အပူ အပိန့်များ။　။လတ်ဆတ်သော ပေါက်စေးကို လိမ်းပေးမှု အနာ အပိန့် များ ပျောက်ကင်း၏။

သန်ကျဆေး။　။ငုံး၏အစေ့ကို ရေတွင်စိမ်၍ အခွံကိုခွာပြီးလျှင် အတွင်း အဆံ ကို အခြောက်လှမ်းပါ၊ ထိုနောက် ၎င်းအဆံကိုကြိတ်၍ ၁-ပဲသားမျှကို နံနက် တကြိမ် ညတကြိမ် အားဖြင့် တနေ့ ၂-ကြိမ်ကျ ၃-ရက် ဆက်ကျွေး၍ ၄-ရက်မြောက်သော အခါ ဝမ်းနုတ်ဆေး ကျွေးပါက ဝမ်းတွင်းရှိ သန်ကောင်များ ကျလာပါလိမ့်မည်။

မွေးနာ, ယားနာ။　။ပေါက်၏ အစေ့ကို သံပုရာရည် နှင့် ကြိတ်၍ လိမ်းမှု ယားနာ, မွေးနာများ ပျောက်ကင်း၏။

ပေါက်ပန်းဖြူ

သက္ကတ အဂသ္တျ

ဟိန္ဒီ အဂသ္တိယာ (အဂဿ ယာ)

ရုက္ခဗေဒ Seshania grandiflora

Syn Agati grandiflora

မိုးသဏ္ဌာန်။ ။သစ်ပွားသော အပင် ဖြစ်၏။

ဂုဏ် နှင့် ဝိပါရည်။ ။ရင်းအပင်သည် ခါး၏၊ ကြော်လယ်၏၊ ဖော်၊ ပူးစေ၏၊ ဒါးသက်သက် ရှိ၏၊ ဝှင်းပြင် အေး၏၊ သွင်းခြောရောဂါ၊ သလိပ်ရောဂါ ဥ-ရက်ခြားဖျားခြင်း၊ မျည်းယိုခြင်း ရောဂါတို့ကို ပယ်ဖျောက်နိုင်၏။

အပွင့်။ ။ရင်း၏ အပွင့်သည် အေး၏၊ ဥ-ရက်ခြားဖျား၊ ကြက်မျက်သင့်ခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ခါးသက်သက် ရှိ၏၊ ဝိပါက်၌ စပ်၍ ကြော်ကျက်၏၊ နှာရည်ယိုခြင်း၊ သလိပ်နာ၊ သည်းခြေနာ နှင့် လေရောဂါတို့ကို ပယ်နိုင်၏။

ရင်း၏ အရွက်သည်။ ။စပ်၏၊ ချို၏၊ ခါးသက်သက်ရှိ၏၊ သွေးကို စင်ကြယ်စေ၏၊ နာ၊ သလိပ်နာ၊ အဆိပ်သင့်နာ နှင့် သွေးဖောက်ပြန်သော ရောဂါတို့ကို နိုင်၏။

ရင်း၏ အသီးသည်။ ။ကြော်ကျက်လွယ်၏၊ ဝမ်းသက်စေ၏၊ အသိပညာကို ပွားစေ၏၊ ဝိပါက၌ ချို၍ ကြော်ကျက်၏၊ သတိတရားကို ကြည်လင်စေ၏၊ ထိုးအောင့်နာ၊ ဝါသင့်နာ၊ အဆိပ်နာ၊ မြင်ခြောက်နာ၊ နလုံးနာ ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်း၏။

ရောဂါအလိုက် အသုံးပြုနည်း

ယက်ရှုနာရောဂါ။ ။ပေါက်ပန်းဖြူရွက်ကို ငြုပ်ကောင်းနှင့် ပေါင်း နွားကျင်ငယ် ကြိတ်၍ ရှူသော် ဝက်ရှူနာ ပျောက်၏။

မျက်စေ့ အားနည်း။ ။ပေါက်ပန်းဖြူ ပွင့်၏ သတ္တုရည်ကို မျက်စေ့၌ ခပ်ပါက မျက်စေ့မှုန်ခြင်း၊ မျက်စေ့ ဝေဖြိုင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မီးယပ်ဖြူရောဂါ။ ။ပေါက်ပန်းဖြူ အဖို့ အခေါက်ကို ထောင်း၍ အရည် ညှစ်ယူ ရင်းသတ္တုရည်ကို စင်ကြယ်သော အဝတ် (သိုမဟုတ်) ဂွမ်းတွင် စိုအောင် ဆွတ်၍ ယောနိတွင် ထည့်၍ ထားပါက မီးယပ်ဖြူ ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

အဆစ်အဆက်ရောင် ရောဂါ။ ။ပေါက်ပေါက် အနီပွင့်၏ အမြစ်ကို ရေနှင့် ကြိတ်၍ နူး၍ နွေးအောင် ပြုပြီးလျှင် ရောင်သော အဆစ်အဆက်များကို လိမ်းပေးမှု အဆစ်ရောင် ရောဂါ ပျောက်၏။

ခေါင်းတခြမ်း ကိုက်ခြင်း။ ။ခေါင်းတခြမ်းကိုက် ရောဂါ ဖြစ်မူ အပွင့်ကိုရ... အရွက်ကိုရင်း အရည်ညှစ်ယူ၍ ၎င်းအရည်ကို ခေါင်းမကိုက်သော ဘက်၏ နှာခေါင်းမှ ရှူ... က ပျောက်ကင်း၏။

ရောင်ရမ်းခြင်း။ ။ပေါက်ပန်းဖြူမြစ် နှင့် ပန်းတိုင်းမြစ်ကို ရေဆေးနှင့် သွေး... ရောင်ရမ်းသော နေရာသို့ လိမ်းမူ ပျောက်ကင်း၏။

ကြွက်မျက်သင့် ရောဂါ။ ။လူတခါ ကြွက်မြက်သင့်၍ ခံရသော အခါ ပေါ... ပန်းဖြူပွင့်ကို ပြုတ်၍ စားပါက ကြွက်မျက်သင့် ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

စိတ်ဖောက်ပြန်သော ရောဂါ။ ။အရွက်၏ သတ္တုရည်တွင် ချင်းမြေဘက်, ဝိတ်မြ... ကြိသကာ ဆားနှ ရော၍ မှုရ် ရုမ်၍ ဆေးပါက စိတ်ပြန်လွင့်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ပိုက်ဆံပင်

သက္ကတ　ဧဏ

ဟိန္ဒီ　ဧဏ (ဆ,နှ)

လက်တင်　Crotalria juncea

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပင်မျှားသော ချုံပင် ဖြစ်သည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရွက်သည် ဂုဏ်၊ ထယ်မြက်၏၊ ချဉ်၏၊ ဝါးသက်သက် ရှိ... ပန်၏၊ သန့်စေသတ်၏၊ အနည်းငယ် ဝမ်းသက်၏၊ ကိုယ်ဝန် ပျက်စေသော ဆေးဖြစ်၏၊ သွေး... သလိပ်ကို နိုင်၏၊ နှာကျင် ကိုက်ခဲခြင်း ပျောက်ကင်း၏။ အပွင့်သည် မီးယပ်ဖြူ နှင့် သွေး... ကြောင့် ဖြစ်သော ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ အစေ့သည် အေး၏၊ ချ... ကြောကျက်စေ၏၊ ဥပုဒ်သွေးကို မှန်စေ၏၊ အရေပြား ရောဂါသို့၌ အကျိုးပြု၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

သွေးခဲခြင်း။ ။သွေးများ စုခဲနေသော အခါ သွေးခဲသော နေရာသို့ ၎င်းပိုက်... ရွက်ကို ကြိတ်၍ လိမ်းပေးမူ ပျောက်၏။

မီးယပ်ဖြူ။ ။၎င်းပိုက်ဆံပွင့်ကို အနည်းငယ် ပြုတ်၍ စားပါက မီးယပ်ဖြူနှ... ဆွေး ဖောက်ပြန်သော ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

ဝိုက်ဆံပင် (တော)

သက္ကတ — शाणपुष्पिका

ဟိန္ဒူ — घुनघुनियान (ဈုန်-ဈုန်,ယန်)

လက်တင် — Crotalria Retusa

ပုံသဏ္ဌာန်။ ချုံသကွယ် ဖြစ်၏၊ ၂-ပေမှ ၄-ပေ မြင့်၏၊ အကိုင်းအခက် များသည်၊ မြွှောင့်မြောင့် တက်၏၊ အရွက်အားသည် ၁-လက်ခန့်မှ ၄-လက်မ ရှိ၏၊ လှံသွား သဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အပွင့် ဝါ၏၊ ကြိုးအိမ် အသီးတတောင့်တွင် ၁၅-စေ့မှ ၂၀-စေ့ထိ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဝဲခြောက်ရောဂါ၊ အနာသက်ရောဂါ စသည်တို့၌ အသုံး ကျ၏။

ပင်စိမ်းကြီး (နက်မြို)

သက္ကတ — सुरस तुलसी

ဟိန္ဒူ — तुलसी (တုလသိ)

လက်တင် — Ocimum Sanctum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၁-ပေမှ ၂-ပေခန့်မှ မြင့်၏၊ အလွန် အနံ့ပြင်း၏၊ အခက် အလက် မြှောင့်၏၊ ခက်လက်များသည် မြန်အုပ်၍ နေ၏၊ အရွက် ၁-လက်မမှ ၂-လက်မခွဲမျှ ရှည်၏၊ ဘဲဥသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အရွက် ခပ်သပ်လည်း နေးတွားစိပ် ထင်ရှားရှိ၏၊ အကိုင် အဖျားတွင် အပွင့်တန်ထိုး၍ ပွင့်၏၊ ရှိသည် အစေ့အခွက် အရိုး ညိုမှိုင်းမှိုင်းကို အနက်၊ အခက်ရွက် စိမ်းသည်ကို အဖြူ ဟူ၍ နှစ်ပိုး ရှိသေး၏၊ အချို့ ဒေသများတွင် ရှက်ကြီးနက်၊ ရှက်ကြီးဖြူ ဟု ခေါ်ကြကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခါး၏၊ စပ်၏၊ ပူ၏၊ ဒိပါကဉ္စ ဖြစ်၏၊ ဝမ်းမီး တောက်၏၊ အသုံးကို အကျိုးပြု၏၊ သည်းခြေကို ဖြစ်စေ၏၊ လေ သလိပ်ကို နိုင်၏၊ ပျောက်ကင်းနိုင်သော ရောဂါများမှာ နနာ၊ ဆီးအောင့်၊ အသွေးအသားက်ပြန်ခြင်း၊ ခြေသည်း နာကျင် ကိုက်ခဲခြင်း၊ မျက်နှာ ရှိကြပ်၊ ချောင်းဆိုးရောဂါ၊ ချေဆပ်၍ မှန်ခြင်း၊ ပိုးရောဂါ၊ အော့အန်ခြင်း၊ အနံ့ ဆိုးကောင်းခြင်း၊ နံဘေးအောင့်ခြင်း စသည်တို့ကို နိုင်နင်း၏။

ပင်စိမ်းရိုင်း (အမွှေး)

ပါဠိ	ဗန္ဗရ
သက္ကတ	ဗန တုလသီ (ဗန်တုလသီ)
လက်တင်	Ocimum gratissimum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပင်စိမ်းမျိုး ဖြစ်၏။ အခေါက်မှာ ပြာမှိန်မှိန်ရောင် ရှိသည်။ လေးထောင့် ၄-ကိုင်း ထွက်၏။ ၄ ပေမှ ၈-ပေထိ မြင့်၏။ အရွက် ချောင်း၏။ အရွက် အလျား ၁ လက်မမှ ၄-လက်မခန့် ရှိ၏။ အခြားသော ပင်စိမ်းတို့ထက် အနံ့ ထက်၏။ အဖြူ ,အနက် နှစ်မျိုး ရှိသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခါးစပ်၏၊ လျှာ ပူ၏၊ ဝိပါက်၌ ခပ်၏၊ နှလုံးမြိန်စေ၏၊ ချွေး သာစွာ ထွက်စေ၏၊ လေ, ဖျားနာ, နှလုံးရောဂါ, အသိပ်, ဝမ်းတာ, နှစ်မျိုး, အရေပြား, ကျောက်ကည်ရောဂါ စသည့် ရောဂါများကို နိုင်သည်။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

မြည်တွန်သောသရော့နာ၊ ။၎င်းအရွက်ပိစိမ်း ညှစ်ရည်ကို ကြွေဇွန်း တဇွန်းဝက်မျှ သောက်ပါက မြည်တွန်သော သရော့နာ ပျောက်၏။

လေငန်း နှင့် အဆစ်ရောင်ရောဂါ။ ။၎င်းပင်စိမ်းပင်ကို ရေနွေးဖျော၍ ၎င်းအငွေ့ကို ရှူပါက လေငန်း, သေဖြတ် ရောဂါ နှင့် အဆစ်ရောင် ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ခေါင်းကိုက် ရောဂါ၊ ။၎င်းအရွက်စိမ်းရည်ကို ညှစ်၍ နားထင်, ဖူး, ပသည် မျက်နှာ အထက်ပိုင်းကို လိမ်းပေးပါက ခေါင်းကိုက် ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

အနာ ပိုးကျ ပျောက်ဆေး။ ။အရွက်ခြောက်ကို အမှုန့်ပြု၍ ပိုးကျနေသော အနာများကို ဖြူးပေး ထည့်ပေးပါက အနာများတွင် ကျရောက်သော ပိုးများ ပျောက်ကွယ်သွားမည်။

အတိသာရ ဝမ်းရောဂါ။ ။၎င်းအစေ့ ပြန့် ၃-ပဲသားမှ ၇-ပဲသား အထိ ဖြင့်၍ တိုက်ပါက အလယ်အလတ်တန်းစား၌ ဖြစ်သော ဝမ်းရောဂါ ပျောက်ကင်းသည်။

ပင်စိမ်း (ပင်မွှား)

သက္ကတ — အဇကဂန္ဓိကာ

ပါဠိ — ဗာဗုဒ္ဒ တုလသီ (ပါနူဗုတုလသိ)

လက်တင် — Ocimum Basilicum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပင်စိမ်းနှင့် တူ၏၊ အမြင့် ၁-ပေခွဲမှ ၂-ပေခွဲထိ မြင့်၏၊ **အရွက်မှာ** ၁-လက်မမှ ၂-လက်မထိ ရှည်၏၊ အနံ့မှာ ပင်စိမ်းနံ့နှင့် တူ၏၊ အပင်ဖျားတွင် ပွင့်တန် ထိုး၍ ပွင့်၏၊ သီး၏၊ အပင်သည် ခြောက်သွားသောအခါ အလွန် **အနံ့** ကောင်း၏၊ **အစေ့**သည် လယ်၏၊ မဲ၏၊ အချို့ ရှည်၏၊ အချို့ ပြား၏၊ အချို့ ချွန်၏၊ အနံ့ မရှိ၊ အရသာ စပ်ဖျဉ်းဖျဉ်း ရှိ၏၊ ရေ၌ စိမ်ခဲ့သော် ပွ၍ အစေး ဖြစ်လာ၏၊ ပဉ္စငါးပါးကို အရည်ချက်ပါက ဆီရ၏။

ဂုဏ် နှင့် ရှုမ်းရည်။ ။အရသာ ခါး၏၊ သတ္တိ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ နှတ်ကို မြိန် စေ၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ပိုးကို ဖျက်ဆီးတတ်၏၊ ဒေါသဘုံးပါးကို ငြိမ်းနိုင်၏၊ အဖျား, နှလုံးရောဂါ, ဒသွေးကြောင့်ဖြစ်သောရောဂါ, လေရောဂါ, အနာပေါက်, ယားယံခြင်း, ပူခြင်း, အနံ့ခြင်း, နူနာ, အဆိပ်ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ အစေ့သည် ရေငတ်ခြင်း, ပူခြင်း, ဝမ်းရောင်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

ပင်လယ်ကစွန်း

သက္ကတ — ဓရာဒံ

ပါဠိ — ဒိုဓတိလတာ (ဒိုဓတိလတာ)

လက်တင် — Ipomaea Pescaprae

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အမြစ်သည် ကြီး၏၊ ရှည်၏၊ ထည်ဖြီ ညိုသော အခွံ ရှိ၏၊ အရွက် သည် ၃-လက်မခွဲမှ ၄-လက်မ ရှိ၏၊ အပွင့်သည် ကြီး၏၊ ၁ - လက်မ ခန့်သာ ရှည်၏၊ ရစ်သော နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက် ဖလန်ရွက်နှင့် တူ၏ (အဖျား ချိုင့် ရှိ၏) အရွက်သည် ချော၏၊ အကြော ပြောင်၏၊ အပွင့် နင်းဆီရောင် နှင့် ခရမ်းရောင် ရှိ၏၊ ခေါင်းလောင်း ပုံသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အသီးမှာ လုံးရောင်ရောင် နှင့် ဥသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အသီးတလုံးတွင် အခန်း ၄-ခန်း ရှိ၏၊ တခန်း တွင် အစေ့ တစေ့ သာ ရှိ၏၊ အနက်ရောင် နှင့် ကတ္တီပါ အနုရောင် အမွေးကလေးများ ရှိ၏၊ ကွဲတတ်၏၊ ဂုဏ်သည် ပင်လယ်ကမ်းခြေ, မြစ်ကမ်းခြေ စသည်တို့၌ ပေါက်၏။

ပင်လယ်ကဗွီ (ပင်လယ်ထင်းရှူး)

ဖိန္ဒီ ဇာဗုကဒ္ဓါ ရုက္ခ (ဂျင်လီယဉ်ဂျာဒီ)

လက်တင် Casuarina equisetifolia

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ကြီးမြင့် လှပသော အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ အကိုင်း အခက်များ အောက်သို့ ကိုင်းနေ၏၊ အရွက်သည် ၁-၁ဲ၂ ရှည်၏၊ အဆစ် ကြားမှ ပွင့်၏၊ အသီးတောင့်မှာ သည် ၁-လက်မမျှ ရှည်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အခေါက်သည် ချုပ်၏၊ ထို့ကြောင့် ဝမ်းသက်ရောဂါ၊ ဝမ်းကိုက်ရောဂါ ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ ခွန်အားကိုလည်း ဖြစ်စေတတ်၏။

ပင်လယ်ဇီး

တောလဋ္ဌ ဂုရုမာဇိကေ (ဟူရုံ-ဇက်ရု)

လက်တင် Ximenia americana

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အခက်အလက် များ၍ ချုံသဘော ရှိသော အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အပွင့် ဖြူ၏၊ မွှေး၏၊ အသီးသည် မှည့်သောအခါ လိမ္မော်ရောင် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အစေ့သည် ဝမ်းသက်၏၊ အမြစ်ပြုတ်ရည်ကို သွေးဝမ်း ဝမ်းရောဂါ၌ အသုံးပြုရ၏။

ပင်လယ်ထန်း

ဘုံ ဓေ တ မဒ္ဒါ

လက်တင် Scaevola frutescens

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ချုံမျိုး ဖြစ်၏၊ ၁-ပေမှ ၁၀-ပေမျှ မြင့်၏၊ ပင်စည် လုံးပတ်သည် ၈-လက်မမျှ ရှိ၏၊ သကိုင်းအခက်များသည် ကျက်ခိုင်၏၊ အရွက်သည် ထိပ်ဖျား၌ အလှူ၊မှာ ၄-လက်မမှ ၈-လက်မ ရှည်၏၊ အကျယ် ၃-လက်မခွဲမျှ ရှိ၏၊ အညှာ တို၏၊ ချော၏၊ ရွက်ခြား ထွက်၏၊ အရွက်၏ အောက်မျက်နှာဘက်၌ အဖြူရောင် အမွေးနုများ ရှိ၏၊ အပွင့် ဖြူ၏၊ ၎င်းသည် ပင်လယ်ကမ်းခြေတွင် ပေါက်တတ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။နုသော အသီးရည်ကို မျက်စိရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရ၏၊ မျက်စိ မှုန်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းရန် အနည်းငယ်မျှ အစက် ချ၍ ချ၍ ပေးရ၏။

ပင်လယ်ကဗွီ(ပင်လယ်ထင်းရူး)

CASUARINA EQUISETIFOLIA

जङ्गली फाऊ (ဂျင်္ဂလီဈာဦး)

ပင်လယ်အုန်းပင်

ဗင်္ဂါလီ　ဓုန္ဒုလ　(ဓုန်-ဒု,လ)
လက်တင်　Xylocarpus granatum
Syn Carapa odovata

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏။ အမြင့် ပေ ၃၀-မှ ၄၀-အထိ မြင့်၏။ လုံးပတ် ၅-ပေမျှ ရှိ၏။ မိုးရေတောများတွင် ပေါက်၏။ အရွက်သည် ၃-လက်မခွဲမှ ၁၃-လက်မထိ ရှည်၏။ အသီးသည် ပါမွှန်နှင့် တူ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ရင်ဘတ်နာရောင်ခြင်း, ဆင်ခြေထောက်ရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရ၏။

မှတ်ချက်။ ။ဤအပင်ကို ဝေါဟာရအားဖြင့် သာ ပင်လယ်အုန်း ဟု ခေါ်၏။ အုန်းမျိုး မဟုတ်ချေ။ နောက်ပြမည့် ပင်လယ်အုန်းသီးသည် အုန်းအမျိုးအစား အပင်ပါ ဖြစ်၏။

ပင်လယ်အုန်းသီး

ဟိန္ဒီ　दरिया का नारियल　(ဒရိယာ ကာ-နာရိယ,လ်)
လက်တင်　Lodoicea sechellarum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် အဆိပ်ရှိသော အုန်းတမျိုး ဖြစ်၏။ ၎င်းသည် အုန်းပင် နှင့် တူ၏။ အသီးသည် ရှည်၏။ ဆက်တွဲ၍ သီး၏။ ရိုးရိုးအုန်းသီးထက် အလုံးကြီးပြီး အသား မာကျော၏။ လက် ၂-လုံးမျှ ထု၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အားတိုးဆေး အဖြစ်ဖြင့်၎င်း, ဝမ်းပိတ်ဆေးအဖြစ်ဖြင့်၎င်း, အသုံးပြုရ၏။ ထို့ပြင် အဆိပ်အတောက်ဆေး အဖြစ်ဖြင့်၎င်း, ဝမ်းအောင့်ခြင်း, ယားခြင်း, အဖျားအနာမျိုး ကာလနာပင်းရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေပါသည်။

ပဍ္ဍကာနီသီး

သက္ကတ — မာယာဖလ

ဟိန္ဒီ — မာဇုဖလ (မာဇူ၊ ...)

လက်တင် — Quercus Infectoria

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဝင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏။ ၎င်းပဍ္ဍကာနီသီးကို ပျားနှင့် တူသော အညိုရောင်ရှိသော ပိုးကောင်တမျိုးသည် သားငယ်များ ပေါက်ဖွား နေထိုင်ရန် အတွက် အပေါက်များ ဖောက်၍ သားငယ်များကို သွတ်သွင်း၍ ထားကြကုန်၏။ ထိုသားငယ်များသည် ကြီးပြင်းလာသောအခါ ပျံ၍ ထွက်ကြကုန်၏။ ထို့ကြောင့် ပဍ္ဍကာနီသီးများတွင် ပိုးဖောက်ထားသော အပေါက်များ ရှိကုန်၏။ သို့ပါ၍ ပဍ္ဍကာနီသီး (သိန္ဓဖလ) ဟုလည်း ခေါ်ဆိုကြကုန်၏။

အချို့ ဆရာများ၏ အယူအဆအားဖြင့် အဆိုပါ ပိုးများ ပြုလုပ်ထားသည့် ပိုးအိမ်သာ ဖြစ်သည်။ အသီး မဟုတ် ဟု ယူဆ ပြောဆိုကြကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။နိဃဏ္ဍုရတနာကရ ဆရာ၏ အလိုအားဖြင့် ပဍ္ဍကာနီသီးသည် ပူ၏။ ထက်၏။ လျှော့ပါးခြင်းကို မာကျောအောင် ပြုတတ်၏။ လေရောဂါကို နိုင်သည်။ ရာဇနိဃဏ္ဍုဆရာ အလိုအားဖြင့် လေနိုင်၏။ ဝမ်းချုပ်ဖုန်း ရှိ၏။ လျှော့ပါးခြင်းကို တွန့်ရှုံ့စေ၏။ သပင်ကို နုတ်စေ၏။ အဟာရ သင့်တင်း၏။ သလိပ်ကို နိုင်၏။ အဆိပ်ကို ပြေစေ၏။ ဝမ်းမီးတောက်သည်။ သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း၊ နားပြည်ယိုခြင်း၊ နှာစေးခြင်း၊ သွားများမှ သွေးယိုစီးခြင်း၊ လိင်ဥရောင်ခြင်း၊ မနှာပေါက်ရောဂါ အမျိုးမျိုးသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းနိုင်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

သွေးစိမ်း ယိုစီးခြင်း။ ။ထိခိုက်ဒဏ်မှ ရသည့် သွေးယိုစီးခြင်းတို့ကို ပဍ္ဍကာနီသီး နှင့် သိန်းကို ထပ်တူ သွေး၍ လိမ်းပေးရ၏။

နားလေထွက်၊ နားအူ။ ။ပဍ္ဍကာနီသီးကို ခေါင်း၍ ဆန်ဆေးရေနှင့် ကျိုပြီးလျှင် စစ်၍ ယူထားပါ။ ၎င်းအရေကို နားတွင်းခပ်ပေးပါက နားအူ၊ နားလေထွက် ပျောက်ကင်း၏။

နှာခေါင်း သွေးကျခြင်း။ ။ပဍ္ဍကာနီသီးကို သွေး၍ အာခေါင်းရှိသော ဂိုက်၊ ဖယ်ချောင်း၊ ဝါး မသည်တို့ဖြင့် နှာခေါင်းထဲသို့ ပက်သွင်းပေးမူ နှာခေါင်းသွေးကျ သွေးကျခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

သွားဖုံးမှ သွေးယိုစီးခြင်း။ ။ပဍ္ဍကာနီသီး နှင့် ကွမ်းသီးကို ပေါင်းကျိုချက်၍ နှုတ်ခံ ပြုပါက သွားဖုံးမှ သွေးပြည်ယိုစီးခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ပဍ္ဍကာနိုသီး

QUERCUS INFOCTORIA

माजूफल (မာဂျူဖလ်)

လိင်ဥစရောင်ခြင်း။ ။ပဥ္စကာနိသီး နှင့် ဖာသကန္တ (ဂဟာသကို) မီးနွေးနွေးပြုပြီးလျှင် လိင်ဥစရောင်ခြင်းကို လိမ်းပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

သွေးစိမ်းယို အနာများ။ ။ထိခိုက် ရှန သွေးစိမ်းယိုတို့ကို ပဥ္စကာနိသီးကို အကျွမ်းလှော်၍ ၎င်းပြာကို ဖြူး၍ ဖြူး၍ ပေးပါက အနာ ကျက်ပါလိမ့်မည်။

သွေးယံနာ အဖျားအို အဖျားဟောင်း။ ။ပဥ္စကာနိသီး အလုံးငယ် တလုံးကို ညတွင် ရေနှင့် စိမ်၍ထားပါ၊ နံက်အချိန်တွင် နွားနို့ စစ်စစ် ၂-ကျပ် ၈-ပဲသားနှင့် ၎င်းပဥ္စကာနိသီး ကျိုချက်၍ရင်း, ၁၄-ရက်တိုင်အောင် ၎င်းနို့ကို တိုက်ကျွေးပါက မပျောက်နိုင်သော သွေးယံနာ နာတာရှည်များ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

သွားစိုင်ရဆေး။ ။ပဥ္စကာနိသီး ၁၂-ပဲသား, ကာလားဗေးဗေး ၁၂-ပဲသား ၎င်း ၂ မျိုးကို အညက်ကြိတ်၍ နှံနှစ်ယူပါ၊ ၎င်းအမှုန့်ကို တနေ့တွင် နှစ်ကြိမ်ကျ သွားတွင် သိပ်ပေးခြင်း, သွားကိုက်ပေးခဲ့သော် ပါးစပ်မှ သွားရေများကို ထုတ်ပစ်ပါ၊ ၄-၅-ရက် ကြာလျှင် နှံ့လာသွားများ ခိုင်လာပါလိမ့်မည်။

ပညာလက်ာ

ဟိန္ဒီ ငဆော်ဂျီ (မနျ၂ာလိဂ်)

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းသည် ချုံပင်မျိုး ဖြစ်သည်၊ အမြင့် ၂-ပေမှ ၄-ပေအထိ မြင့်၏၊ အရွက်တွင်ပုံမှာ မြည်ပန်းညို-ဗိဟ်သင်းကပ် အပင်များကဲ့သို့ ဝံ့သွား၏၊ အရွက်သည်း ဆင်ဆင် တူ၏၊ ထို့ထက် ၎င်းအရွက်မှာ ဖုတ်နှိုင်းမိန်း ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ချေဆဲသလတ်တို့ကို ကြေခေတတ်၏၊ သလိပ်ဖောက်ပြန်ရာ၌ အသုံးပြုရ၏၊ ပန်းနာ, ၎င်းကျပ်ဆုဂါ, လည်ချောင်းနာ, အဖုအကြိတ်တို့ကို နိုင်၏။

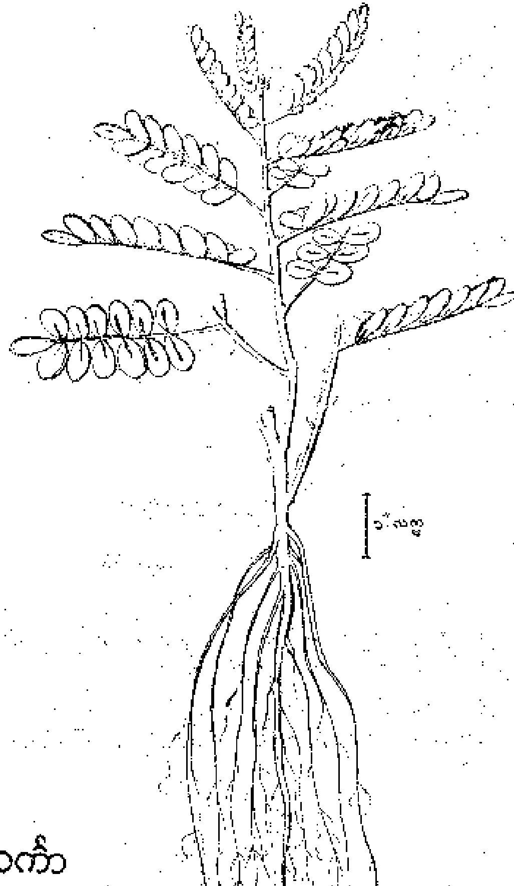
ပိတ်ချင်းသီး

သက္ကတ ပိပ္ပလီ

ဟိန္ဒီ ပိပါလ (ပိပလ်)

လက်တင် Piper Longum

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းသည် နွယ်ပျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းသည် ကွမ်းရွက် ကွမ်းနွယ်နှင့် တူသည်၊ သို့သော် အနည်းငယ် ငယ်သည်၊ အနွယ်တွင် ခက်လက်များ ဖြာ၍ ထွက်သည်၊ အတောင့်



မညာလကိာ

[illegible] (ပဏ္ဍု လိင်)

မှာ ကလက်မမျှ ရှည်၏၊ ၎င်း၏ အမြစ်ကို ပိတ်ချင်းမြစ် ဟု ခေါ်ကြကုန်၏၊ ပိတ်ချင်းသည် သုံးမျိုး ရှိသည်၊ (၁) ပိတ်ချင်းငယ်, (၂) ပိတ်ချင်းမွေး, (၃) ပိတ်ချင်းကြီး အားဖြင့် ၃-မျိုး ရှိ၏၊ ၎င်း ၃-မျိုးတွင် ပိတ်ချင်းငယ်သည် ဂုဏ်ကြီးဆုံး ဖြစ်၏၊ မြိုင်ယုံဘိုဘိုညီ အရပ်တို့ အလေ့ကျပေါက်ရောက်သော ပိတ်ချင်းငယ်တမျိုး ရှိ၏၊ အဝေး မှာ လုံးရှာ သေးငယ်၏၊ ဖော်ပြပါ ပိတ်ချင်း ၃-မျိုးတွင် မပါဝင်ချေ၊ ၎င်းကို နို့ထွက်ရန် နှင့် မီးယပ်သွေးကျေရန် ဟင်းခါးများ ချက်သောက်ကြရ၏၊ ၎င်းကို တောပိတ်ချင်း ဟူ၍ ခေါ်၏၊ ဈေးတွင် 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 ပြာရောင် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အသီး အမြစ် အရွက်ကို အသုံးပြု၏၊ စပ်၏၊ အနည်းငယ် ပူ၏၊ ချို၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ကြေကျက်စေ၏၊ သုတ်ပွားစေ၏၊ ပြေပြစ်၏၊ ဝမ်း သက်စေ၏၊ အသက် ရှည်စေ၏၊ လေ သလိပ်ကို နိုင်၏၊ ပန်းနာ, ချောင်းဆိုး, ဝမ်းပိုက်နာ, အဖျား, နနာ, ကုလားသရေနာ, ဂုလ်, ယောရဂီ, မြင်းသန့်ကွက်, အကျိုး, ထိုးအောင့်, အစာမကြေ လေပြို ရောဂါ သည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အသီး။ ။အသီးစိမ်းသည် ချို၏၊ လေး၏၊ ပြေပြစ်၏၊ ကြေခဲ၏၊ သလိပ်ကို ဖြစ်စေ၏၊ သည်းခြေကို ငြိမ်းစေ၏။

အသီး ခြောက်သည် သည်းခြေကို ဖောက်ပြန်စေ၏၊ အပြင်သည် စပ်၏၊ ပူ၏၊ မြိန်စေ၏၊ ပြေလွယ်၏၊ ကြေစေ၏၊ ခြောက်တတ်၏၊ ဝမ်းမီး တောက်စေ၏၊ သလိပ်, လေ, ငြိမ်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ထိုင်းမှိုင်းခြင်း။ ။ပိတ်ချင်းကို ရေနွေး၌ သွေး၍ မျက်စဉ်းခပ်မူ တွေဝေထိုင်းမှိုင်းခြင်း, ဇက်ကြောများ တက်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ပေါင်ဖောင့်ခြင်း နှင့် ဒူးကြီးရောဂါ။ ။ပိတ်ချင်းသီး နှင့် သခွတ်ချင်းခြောက်ကို ဆတူရော၍ ဆီဖြင့် ချက်ပါ၊ ၎င်းဆီကို အရကြောပျောက်ရောဂါ နှင့် ဒူးခေါင်းကြီးရောဂါ များကို လိမ်းပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

သုတ်ပွားဆေး။ ။ပျားရည် နှင့် ပိတ်ချင်းသီးမှုန့်ကို ရော၍ လျက်ပါက သုတ်အား ပွားများ၏။

ပန်းနာသာသာ, တချမ်းသေ ရောဂါ။ ။လေထချမ်း ဖြတ်၍ အဆစ်ငယ်များ ရောင်ရမ်းခြင်း, ခါးကိုက်ခြင်း, နာခြင်း ဖြစ်မူ ပိတ်ချင်းသီး နှင့် ပိတ်ချင်းမြစ်ကို ညီညီ ရောသွား၍ ... နှင့် သောက်မူ သက်သာရာ ရ၏။

ကြက်မျက်သင့်ရောဂါ။ ။ပိတ်ချင်းရွက် သို့မဟုတ် အသီးကို မျက်စဉ်း ခပ်ပါက ပျောက်ကင်း၏။

အဆိပ်ရှိ သတ္တဝါများ ကိုက်ခြင်း။ ။အဆိပ်ရှိ သတ္တဝါများ ကိုက်သော ဒဏ်ရာကို ပိတ်ချင်းသီးကို သွေး၍ ဒဏ်ရာ၌ လိမ်းပေးမူ ပျောက်ကင်း၏။

သန်ပိုးပျောက်ဆေး။ ။ပိတ်ချင်းသီး အမှုန့်ကို ရေနွေးနှင့် တိုက်ပါက သန်ပိုးကောင်များ ကျဆင်း ဖြိုသက်ခြင်း ဖြစ်စေ၏။ ရင်းဆေးသည် ရင်နာ, ရင်အောင့် သူများကိုလည်း ပေးနိုင်သည်။

မီးတွင်းသွေး အဆင်းလွန်ခြင်း။ ။ပိတ်ချင်းသီး အမှုန့်ကို ထောပတ်နှင့် ရော၍ လျက်ပါက မီးယပ်သွေး အဆင်းလွန်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ရက္ခပိတ်နာ (သွေးအံသွေးကျ)။ ။ပိတ်ချင်းသီးမှုန့်ကို ပျားရည်နှင့် လျက်ပါက ရက္ခပိတ်နာ ပျောက်ကင်း၏။

ကြို့ထိုးရောဂါ။ ။ပိတ်ချင်းသီးမှုန့်ကို သကြားနှင့် ရော၍ အနည်းငယ် အနည်းငယ် လျက်ပေးပါက ကြို့ထိုးခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ပိတ်ချင်း (ဆင်)

သက္ကတ ဂဇပိပ္ပလီ

ဟိန္ဒီ ဂဇ ပိပ္ပလီ (ဂျ ဗိ, ဆ)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ကြီးသော နွယ်မျိုး ဖြစ်၏။ စိုပြေသော မြေမျိုး၌ ပေါက်၏။ ပင်စည်မှာ လက်မောင်းမျှ ရှိ၏။ အခက် အလက်များသည် ခြောက်သောအခါ အစင်းအကြောင်းများ ထင်နေ၏။ အရွက်မှာ အစိမ်းရင့်ရောင် ရှိ၏။ ဥသဏ္ဌာန် ရှိ၏။ အသီးသည် ငယ်သော်လည်း ရိုးရိုး ပိတ်ချင်း အသီးထက် ကြီး၏။ ၁ လက်မခွဲမျှ ရှည်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။စပ်၏။ ပူ၏။ ထက်၏။ အာလောဝ်ခြင်းကို ဖြစ်စေ၏။ ဝမ်းမီး တောက်၏။ ပိတ်ဝမ်းသွား, ပန်းနာ, လည်ချောင်းနာ ရောဂါများတွင် အကျိုး ပြု၏။ သလိပ် ဦးစီးသော ပိတ်ဝမ်းသွား, ပန်းနာ, ရင်ကျပ်, ချောင်းဆိုး ရောဂါများ၌ အကျိုး ရှိ၏။ အသက် ရောင် ရောဂါများတွင် လိမ်းကျံခြင်း ပြုပါက အကျိုး ရှိ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ရင်ကျပ်ရောဂါ။ ။၎င်းဆင်ပိတ်ချင်းမှုန့်ကို ကွမ်းရာတွင် ထည့်၍ စားပါက ပျောက်ကင်း၏။

လေအောင့်၊ လေတိုးရောဂါ။ ။၎င်းအမှုန့်ကို အပူညီးငယ် အနည်းငယ် လျက်စားပါက ပျောက်ကင်း၏။

အဆစ်ရောင် ရောဂါ။ ။၎င်းအမှုန့်ကို ကြိတ်၍ ခပ်နွေးနွေး ပြုလျက် အဆစ်ရောင်ခြင်းကို လိမ်းပေးမှု ပျောက်ကင်း၏။

မှတ်ချက်။ ။ဂဇာ ပိပ္ပလိ၊ ဆင်ပိတ်ချင်းကို ဘာသာဗေဒမနီးယ ဆရာ နှင့် ရာဇနိဃဏ္ဍု ဆရာ၊ မဒနပါလ နိဃဏ္ဍုဆရာတို့က စရိုးသီးကို ယူရမည် ဟု ဆို၏၊ ၎င်း၏ နောက်ပိုက် နိဃဏ္ဍုဆရာ များတို့ကလည်း သီးသန့် အပင် တမျိုး မဟုတ်ချေ၊ စရိုးသီးကို သာလျှင် ဂဇပိပ္ပလိ ဆင်ပိတ်ချင်းသီး အဖြစ်ဖြင့် ယူရန် ဖွင့်ကြ၏၊ ဆင်ပိတ်ချင်း ဟု ခေါ်ရာ၌ ဂဇသဒ္ဒါသည် ဆင်ကို ဟော၏၊ ပိပ္ပလိသဒ္ဒါနှင့် တွဲ၍ ဆင်ပိတ်ချင်း ဟု တိုက်ရိုက် ထုတ်ပြန်၍ မြန်မာမှု ပြုထားခြင်း ဖြစ်၏၊ စရိုးသီးကို ဆင်ပိတ်ချင်း ဟု ယူရာ၌ ဝါဒ ကွဲပြားခြင်း ရှိ၏။ အချို့ ဆရာတို့သည် သစ်ပင်များ၌ တွယ်ကပ် ပေါက်နေသော ဆင်ကြန့် ဟူ၍ရှင်း၊ ဆင်ကျွန် ဟူ၍မှင်း ခေါ်ကြသော အပင်၏ အသီးကို ယူကြ၏၊ ၎င်းအသီးကို အာယုဗ္ဗေဒ အချို့ ပီနွှေသ ဆရာကြီးများ ဆေးအမှုတွင် သုံးကြသည်ကို ကိုယ်တိုင် တွေ့ဘူး၏။

ပိတ်ချင်း (မြန်မာ)

သက္ကတ ။ မာဂဓီ

ဟိန္ဒီ ။ ဆင်ဂျီ ပီပလ (ပိပ္ပလီ-ပိပ္ပလ်)

ဂုဏ်နှင့် စွမ်းရည်။ ။စပ်ရှားရှား ပူ၏၊ ပူ၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ဗိုက်ကို ပယ်ဖျက်သည်။ သလိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ ဝမ်းပိုက်ကို စင်ကြယ်စေ၏၊ လေကြောင့် ဖြစ်သော နှာချေ/အချင်ကိုက်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေသည်။

ပိတ်ချင်း (၈၅)

LIPPIA NODIFLORA

जलपीपल (ဂျလ်-ပီပလ်)

ဗိတ်ချင်း (တော)

သက္ကတ　[illegible]

ပါဠိ　[illegible] ([illegible])

ဂုဏ် နှင့် အသုံးချပုံ။　　။[illegible] ဆောင်ချင်သည် [illegible] ပါ၏။

ဗိတ်ချင်း (မျောက်)

သက္ကတ　[illegible]

ပါဠိ　[illegible] ([illegible])

ဂုဏ် နှင့် အသုံးချပုံ။　　။[illegible] သွားကောင်းပါဘ်၏။

ဗိတ်ချင်း (ရေ)

သက္ကတ　[illegible]

ပါဠိ　[illegible] ([illegible])

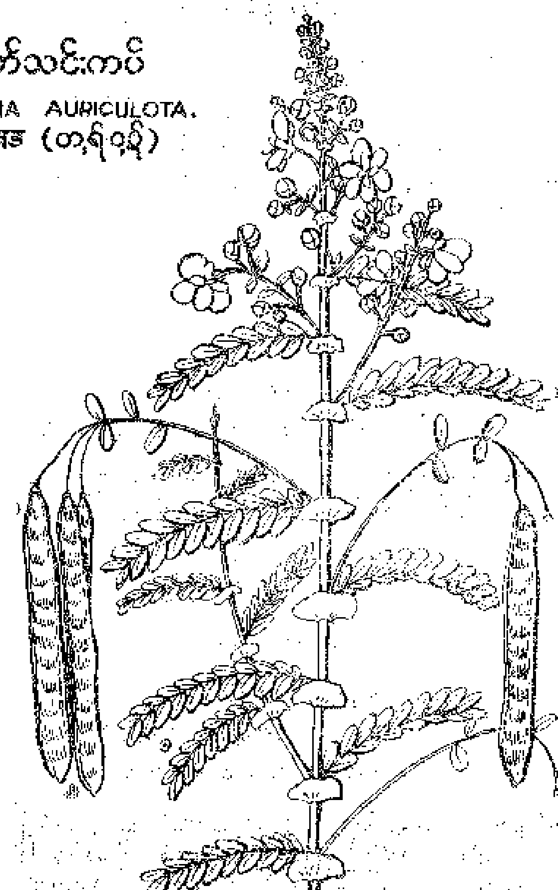
လက်တင်　Lippia Nodiflora

မှတ်ချက်။　　။ရေဗိတ်ချင်း [illegible] ကြည့်ပါလေ။

ပိတ်သင်းကပ်

CASSIA AURICULOTA.

तरवड (တ့ရ်ဝ့ဒ်)



ဖိတ်သင်းကပ်

သက္ကတ အာဝရ်ကီ

ဟိန္ဒီ တရဝါရ (ဇ,ရ-၀,ဋ)

လက်တင် Cassia auriculata

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၃-၄ပေမှ ၁၂ပေအထိ မြင့်၏။ အကိုင်းအခက် အလွန် များ၏။ အရွက် မကျည်းရွက်သဏ္ဌာန် ထွက်၏။ သို့သော် မကျည်းရွက်ထက် ကြီး၍ မိုးလည်း ပိုးသည်။ အပွင့် ဝါ၏။ ပျံနေသော ပင်စကောင်နှင့် တူ၏။ အခေါက်လည်း သားရေ ဆိုးသောအရာ၌ အသုံးပြု၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ [illegible] ရေပေါ်ခြင်း၊ သီးခံပေါက် [illegible] ခြင်း, မြင်းရုံနာ, အရေပြားရောဂါ, ဝမ်းနာ, သေးရောဂါတို့၌ အကျိုးပြု၏။ အခွက်သည် [illegible] ပယ်တတ်သည်။ အနာပေါက်, နှာ, အရေပြားရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေသတ်၏။ အပွင့်သည် ဆီးနှင့် ပတ်သက်သောရောဂါ, ဆီးချိုရောဂါ, သည်းခြေရောဂါတို့၌ အကျိုးပြု၏။ အသီးသည် ပိုးကို ပယ်တတ်သည်။ ကနိုင်ခြင်း, ရေတော်ခြင်း, ဆီးနှင့် ပတ်သက်သောရောဂါတို့၌ ကောင်း၏။ [illegible] ရောဂါ, မျက်စိနာ, [illegible] ရောဂါတို့၌ ကောင်း၏။

ပန်းချောက်

ပုဂ္ဂမိဘာသာ မဆာရ်ဆာရ်ဝါ (ပဗ္ဗတ ဝါရီ)

လက်တင် Statice Cabulica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။တစ္ဆေခါဘက်ပြည်ကွင်း ပေါက်ရောက်သော အပင်မျိုး ဖြစ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဝမ်းပိုက်အောင့်သောရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

ပန်းညိုမွှေး

သက္ကတ　　(ဗိယာလျှကာရိုလီ)

ပါဠိ　　(မာလာပါနီ)

ပုံသဏ္ဌာန်။　　၎င်းသည် နွယ်သောပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ၂-လက်မမှ ၃-လက်မခွဲ အထိ ရှည်၏၊ အနံ ၄ ဝဲ-မှ ၁၂-ဝဲမျှ ကျယ်၏၊ ၎င်းအရွက်၏ အကြောများ အမှိုးတန်များ နီကျန်ကျန် ရှိ၏၊ ၎င်းပေါက်ရောက်ပုံမှာ ကြိုက်မန်အပင်ဖြူပင် ပေါက်ပုံကဲ့သို့ ရှိ၏၊ အပွင့်သည် အပင်များ၌ အခိုင်ပြု၍ ပွင့်၏၊ ၎င်းအပင် ပဋ္ဌောပါး မွှေးကြိုင်လှ၏၊ သို့သော် ၎င်းပန်းညိုသည် ရှမ်းပန်းညိုနှင့် အနံ့သာ ဆင်ဆင်တူသော်လည်း အရွက်သည် ရှမ်းပန်းညိုကဲ့သို့ ခွေးသွားစိတ် မရှိ၊ အရောင်အဆင်းလည်း ကွာခြား၏၊ အရွက်လည်း ထူထူ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　၎င်းအရွက်၏ သတ္တုရည်သည် ဆေးစိမ်းယိုသော သိမ့်ကိုက် အကိုက်များကို ဆုတ်သိမ်းပေးပါက သွေးရပ်တန့်စေ၏၊ သွေးမြွှင်းသရိုက်ရောဂါ၊ အသိပ်သင့်သောရောဂါ၊ သွေးပါသော ရှောင့်ကျရောဂါ၊ မီးရပ်ဖြူဆင်းသောရောဂါတို့ကို ၎င်းအရွက်၏ သတ္တုရည်ကို သောက်ပါက ပျောက်ကင်းစေ၏။ အလားတူစွာ အဆင်းဆေး၊ အမြင်ဆေး အမြှင်နှင့် သောက်ခြင်း လိမ်းကျံခြင်းပြုပါက သွေးရှိပင် ကောင်းပါသည်။ သူငယ်နာ ဆုပ်ဆေး အဖြစ် အသုံးပြုပါက ရှမ်းပန်းညိုထက် တန်ခိုးထက်လေ၏။

ပန်းညိုနှင့် ပတ်သက်၍ မြန်မာပြည်တွင် ယခု ခေါ်ဝေါ် အသုံးပြုနေကြသော အပင် သည် ၄-မျိုး ရှိ၏၊ ၎င်းတို့ကား မြန်မာပန်းညို၊ ရှမ်းပန်းညို၊ ပန်းညိုမွှေး၊ နက်ပန်းညို ဟု လေး မျိုး ရှိသည်ကို တွေ့ရသည်၊ အာယုဗ္ဗေဒသုံး ပန်းညိုကို ဟောသဖြင့် ဖော်ပြပါ ပန်းညို လေးမျိုးတွင် မည်သည့်ပန်းညိုကို ယူရမည် ဟု ထိုကျမ်း သိသာရန် လိုအပ်သဖြင့် ဆက်လက် ဖော်ပြပါသည်။

၁-**မြန်မာပန်းညို။**　　အရွက်သေး အနည်းငယ်ရှည်၍ ခွေးသွားစိတ်မှာမူ သေးငယ်၏၊ အနံ့နည်း စူး၏၊ ပဋ္ဌောပါးလုံး မွှေး၏၊ ပဋ္ဌောပါးလုံး သေးသိမ်ရ၏၊ သူငယ်နာ ဆုပ်ဆေး လိမ်းဆေး စသည်တို့၌ များစွာ အသုံးပြု၏၊ အသုံးပြုသလောက်လည်း အကျိုးပြု၏။

၂-**ရှမ်းပန်းညို။**　　ပန်းညိုနှင့် ဆင်တူ၏၊ သို့သော် အရွက်ကြီး၏၊ ခွေးသွားစိတ် ကျဲ၏၊ အနံ့ နည်း၏၊ ၎င်းကိုလည်း အုပ်ဆေး၊ လိမ်းဆေး၊ အုန်းထုပ်ဆေးတို့၌ အသုံးပြုကြ ၏၊ ဖော်ပြပါ နှစ်မျိုးသည် ပင်မှု ကြီးမှု အနံ့မှုမှု နည်းမှု သာ ကွာခြား၏၊ စေ့စပ် စွာ ချွဲစွာ မှတ်ယူလေ့လာမှု ကွဲပြားစွာ သိနိုင်၏။

၃-**ပန်းညိုမွှေး။**　　အရိုးအရွက် ညို၏၊ အပင်နွယ်၏၊ အရွက်ခွေးသွားစိတ် မရှိ၊ ဖော် ပြပါ ပန်းညိုနှစ်မျိုးထက် ပို၍ မွှေး၏၊ ပန်းညို ဟူသော ခေါ်ဝေါ်ရန်၊ အညို ညိုလည်း ညို၏၊ အာယုဗ္ဗေဒကျမ်းတို့၌ ရာမ ပြာပန်းစသည့် နေသာတိအန်အတွက် အနမသန့်ရာမေ့ယူခဲ့သော အပင် ဖြစ်သည် ဟု ယူဆသဖြင့် များစွာ ရေးသားကြ ကုန်၏၊ အကျိုးသတ္တိကို အကျယ်တဝင့် ဖွင့်ဆို ပြကြ ကုန်၏၊ မြန်မာတို့ကား ထိုအပင်ကို မယူကြဘဲ ကောင်းလုံးကျော် အပင်ကို ယူဆကြသည်။

မှတ်ချက်။ ။ဖော်ပြပါ ပန်းညို ၃-မျိုးတို့တွင် ပန်းညိုမွှေးသည် သာ အကောင်းဆုံး ဖြစ်၏၊ အရောင်အဆင်းလည်း ညိုသဖြင့် ကုမ်းနှင့်လည်း ညီ၏၊ ဝေဟာရလည်း ကိုက်၏၊ အနံ့လည်း အမွှေးဆုံး ဖြစ်၏၊ ဆေးသုံးရာတွင် ၎င်းသည် အကောင်းဆုံး ဖြစ်၏၊ အခြားသော မြန်မာပန်းညို, ရှမ်းပန်းညိုတို့ကား ၎င်းပန်းညိုအောက် နိမ့်ကျ၏။

၄-နတ်ပန်းညို။ ။၎င်းကို ဆေးကျမ်းတို့၌ အတာဝေသာ စသည်ဖြင့် ခေါ်ဝေါ်၏၊ ရှေ့တကာ နတ်သူရဲ စသည်တို့ကို ပူဇော်ရာ၌ အသုံးပြု၏၊ နံ့သာ ငါးပါးရည်နှင့် ဖျော်၍ ၎င်းအစက်ဖြင့် ဆွတ်ပက်ဖျန်းပြီး ပူဇော်သကြ၏၊ အချို့လူမျိုးတို့ သင်းချိုင်း အုတ်ဂူဘေးကိုတွင် ပူဇော်ထားသည့် အနေဖြင့် စိုက်ပျိုးထားသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ပန်းဥယျာဉ် သမားတို့ကား သူ့အမြင် ၌ နှလုံးသွင်းဖြင့် လမ်းဘေးနှင့် ဥယျာဉ်တို့တွင် စိုက်ပျိုးကြ ကုန်၏၊ ဗုဒ္ဓဘာသာတို့ကား ဘုရား ရှင် ပန်းအဖြစ်ဖြင့် ပူဇော်ကြ ကုန်၏၊ နတ်တို့ ကိုးကွယ်မှု ရှိကြကုန်သော သူတို့သည် နတ်ကွန်း နတ်နန်းတွင် စိုက်ကြ ပျိုးကြ ကုန်၏၊ ညိုလည်းညို နတ် စသည်တို့၌လည်း ပူဇော်ကြသော ကြောင့် နတ်ပန်းညို ဟု ခေါ်၏။

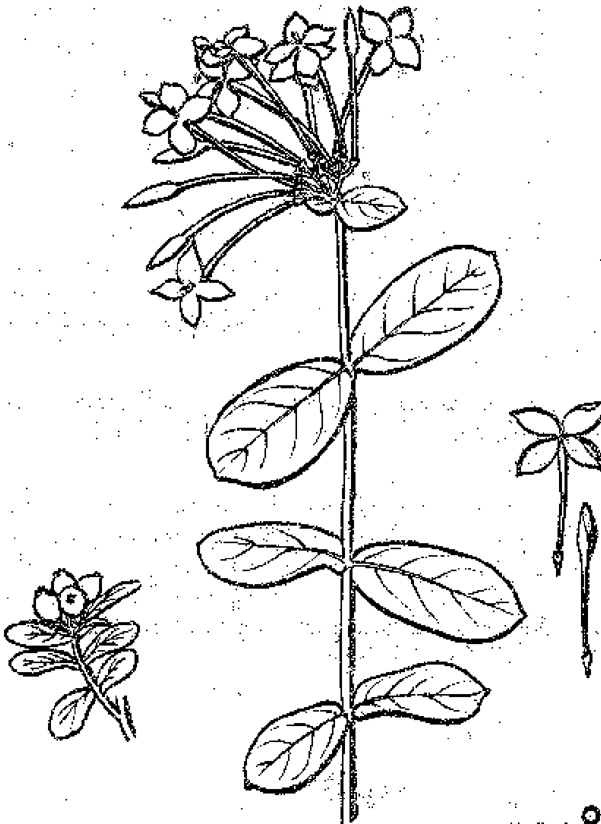
မှတ်ချက်။ ။လိမ်းဆေး အုပ်ဆေးတွင် ပါသော ပန်းညိုကို ဖော်ပြခဲ့သော ပန်းညို ၃-မျိုးကို ယူရ၏၊ ဤနတ်ပန်းညိုကို မယူရ၊ ဤပန်းညိုကား မြန်မာတို့ ခေါ်ဝေါ်သော ပန်းညို သာ ဖြစ်၏။

ဇင်စစ်မှာ ဆေးကျမ်းတို့၌ မုယားကြီး မုယားသိမ် ဟု ပါလာရာတွင် မုယားသိမ် နေရာ၌ အသုံးပြုရ၏၊ မှန်၏၊ နိဿယ ကျမ်းကြီးများတွင် ၎င်းအပင်ကို "ကာလာ အနုသာ" (မုယားကြီးညို) ဟု ခေါ်သို၏၊ ၎င်းအပင်သည် ညိုလည်းညို နတ်ပူဇော်မှု နေရာ၌လည်း အသုံးချကြသဖြင့် နတ်ပန်းညို ဟု မြန်မာတို့ ခေါ်ကြသော်လည်း ပန်းညို မျိုး မဟုတ်သည်ကို သတိပြုအပ်၏၊ ဆေးကျမ်းလာ အမည်မှန် နှင့် အသုံးပြုပုံကို (အောက်ပါ က) ပုဒ် အလွှာရာစဉ်၌ ကြည့်ရှုကြ ပါကုန်။

ပုဏ္ဏရိပ

သက္ကတ	ဗန္ဓူက
ဟိန္ဒူ	ဗံဓုက (ရှင်ပူ)
လက်တင်	Ixora coccinea

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပန်းဥယျာဉ် အလှပန်းခြံ စသည်၌၎င်း, မြို့ရည်းရိုး၌၎င်း စိုက်ပျိုးကြသည်၊ အပွင့်ဝါ, နီ, စသည်ဖြင့် ရှိကုန်၏။



ပုဏ္ဏရိတ်

IXORA COCCINEA.

रंजनः (ရံဇန်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခေါင်း၏၊ ပန်း၏၊ နွယ်၊ ရွာ ပမ်းသော်၏၊ ရေဖျားနှင့် ပိတ်၏၊ မြိုက်၊ မရေနည်းရော ဥပဒ္ဒဝေလာဝ ကိုက်ခဲခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ သွားကိုက်၊ သွားဖုံးရောင်၊ ထောကလေးတွင် အပူမိုက်များ ရှိနေ၍ သွားဖုံး အသွန် နာကျင် ကိုက်ခဲမှု ရှိ၊ အရွက်အား ဆားအနည်းငယ် ထည့်၍ ဆေးပြုပြီးလျှင် ချက်၍ သံနှင့်ပွေး ရှိသောအခါ ငုံ၍ ထေး ပြုပါက သွားနှင့် သွားကိုက် စသည်တို့ ပျောက်ကင်းသည်။

ပန်းတကာ

မြန်မာ ဖော့အော် (မျိုးရင်းကြီး)

လက်တင် Osbeckia Crinita

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ချုံသဘောရှိသော မလွှန် အစက် အကောင် ရောင်စီးသော ပေါင်းမျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ၂ လက်မခန့်မှ ၄ လက်မခန့် အထိ ရှည်၏၊ အပွင့်သည် ခရမ်းရောင်၊ အဖြူရောင် ရှိ၏၊ အသီးသည် တလက်မ နီးပါးခန့် ရှည်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပေးရွက်မြစ်ကိုကို ပြုတ်၍ သွားများ နာကျင် ကိုက်ခဲမှု၌ သောက်ပြုရ၏။

ပန်းတိုင်းခတ္တာ

သက္ကတ ဓတ္တူရ

ဟိန္ဒီ ကာလာ ဓတူရ (ကုလားမာန်မပူစု)

လက်တင် Datura stramonium

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပေါင်းပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ မှိုးတန်ကြီးချိုး နုတ်၏၊ အပွင့်သည် ခေါင်းလောင်း ပုံသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အသွင်းသဘော မြူ၍ အမွှားတွင် ဩစချွန် ရှိ၏၊ အသွင် ခုံးဆဲ့ ထင်၍ ပွင့်၏၊ သဝေ နုတ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခေါင်း၏၊ ထက်၏၊ နူရှ၏၊ ပူ၏၊ အရသာ၏၊ မူးရစ်စေ တတ်၏၊ အမွှားရောဂါကို ပယ်တတ်၏၊ နူနာ ပိုးတတ်ကို ပယ်တတ်၏၊ သန့်ချုံစေ၏၊ ကိုယ် ရေပြားရောဂါ၊ မြင်းတောနာ၊ ဖခဆပ်နှင့်နာကို ပယ်တတ်၏။

ပန်းတိုင်းခတ္တာ

DATURA STRAMONIUM.

काला धतूरा(ကာလာ·ဓတူရာ)

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

လိင်နိမိတ်ရောဂါ။ ။ပန်းတိုင်းမြစ် ရွှေပေယ်တချပ်များကို ကွမ်းရာတွင် ထည့်၍ စားသုံးမှု လိင်နိမိတ်ရောဂါနှင့် စပ်ရသော ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

မြည့်တုလာသရောနာ။ ။ပုဂ်းသရှိုဂ်၏ သစ္စာရည် အနည်းငယ်များနှင့် မလိုင်ထုတ်ယူ ပြီးသော နွားနို့နှင့် သောက်ပါက ပြောင်းကျူးရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ကာမ အားနည်းသော ရောဂါ။ ။ပန်းတိုင်းခတ္တာအစေ့၊ ကုက္ကုရာ၊ ဓာတ်ဆည့်ပုင်၊ ၎င်းသုံးပါးကို ညက်စွာ ကြိတ်၍ နွားကြီးပျ လုံးသားပြီးလျှင် ညအိပ်ရာဝင် တသုံးကျ သောက်ပါက ကာမအား တိုးလာလိမ့်မည်။

မိန်းမများ နို့တုံ့ရောင်ခြင်း။ ။မိန်းမများ နို့တွင် ဖြစ်တတ်သော အပူအာသြိပ်နှင့် ရောင်ရမ်းခြင်းတို့ကို ၎င်းပန်းတိုင်းရွက် နှင့် နနွင်းကို ကြိတ်၍ အုံပေးမှု ပျောက်ကင်း၏။

အသစ်ရောင် နှင့် အရိုးကိုက်ရောဂါ။ ။၎င်းအရွက်ကို မီးကင်၍ ကပ်ပေးပါက အသစ်ရောင်ရောဂါ နှင့် အရိုးကိုက်ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

သွားနာ သွားကိုက်။ ။၎င်းအစေ့ကို ကြိတ်၍ သွားဖုံးရင်းတွင် အနည်းငယ်မျှ သိပ်ပေးမှု သွားကိုက်၊ သွားနာ၊ သွားပိုးထရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

ကိုယ်ဝန်လျောခြင်း ရောဂါ။ ။ပန်းတိုင်းခတ္တာမြစ်ကို ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိန်းမ၏ ခါးတွင် ဖွဲ့ပေးမှု ကိုယ်ဝန်ပျက်ခြင်း သားလျောခြင်းမှ ကင်းပျောက်၏။

မှတ်ချက်။ ။ပန်းတိုင်းသည် သုံးမျိုး ရှိ၏။ (၁) ပန်းတိုင်းခတ္တာ အပွင့် ဥဆန့် (၂) ပန်းတိုင်းခတ္တာပွဲသိုမှာ မိုးတာန် အပွင့် ပသည်တို့ နက်၏။ သို့သော် အပွင့်တသယ် သာ ရှိ၏။ (၃) အရိုးအရွက် စိမ်းလျက် အပွင့် ဖြူ၏။ ၎င်းသုံးမျိုးသော ပန်းတိုင်းအမျိုးများ ဖြစ်ကြ၏။ ၎င်းအပြင် ကုန်းသေကို ပန်းတိုင်းဝါဟု ၎င်း၊ ရဲဟုပင်ကို သဘော်ပတိုင်းဟူ၍၎င်း ခေါ်ဝေါ် သုံးစွဲကြကုန်၏။ အသူးသဖြင့် ဆေးဖော်စပ်ရာတွင် (၁) ပန်းတိုင်းခတ္တာ၊ (၂) ပန်းတိုင်းနက်ရှုံး၊ (၃) ပတိုင်းဖြူတို့သည် အခုအောက် ထုဒ္ဒ ဂုဏ်သတ္တိ နည်းကုန်၏။

ပန်းတိုင်းသီး (အဖြူ)

သက္ကတ श्वेत धतूरा

ဟိန္ဒီ सफेद धतूरा (ဆဖေဒ်-ဓတူရာ)

လက်တင် Datura alba

ပုံပန္တာန်။ ။၎င်းသည် ပန်းတိုင်းခတ္တာပင်နှင့် တူ၏။ သို့သော် အရိုးစိမ်း၍ အပွင့် ဖြူ၏။ လူသိများ၍ ယင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ရှင်း၏ အရစေ့သည် ချွေးရှူးဆိပ်များတွင် အသုံးပြု၏ နှာချေ၊ နှာစေးသို့ရောဂါများ၌လည်း အသုံးပြု၏၊ ရှင်းပြီးမြစ်ဟူသည်လည်း အနူးရောဂါ များတွင် အသုံးပြုကြ၏၊ ရှင်းပင်းတိုင်းမြစ်ကို နှာခေါင်းနှင့် ကျိုချ၍ ပုဂံခို့ကို ဖေးပယ်နှင့် ဆေးချွေး ဆေးရောဂါများကို တိုက်ကြ၏။

ပန်းနီ (မြင်းပင်)

သက္ကတ — ပဒ္မကံ

ပါဠိ — ပဒုမကံ (ပဒုမ၊ က)

လက်တင် — Prunus Cerasoides

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။အလယ်အလတ်စား အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အခေါက်ဝါ၏၊ အတွင်းသား သည် အနီရင့်ရောင် ဖြစ်သည်၊ အရွက်သည် ချော၏၊ ဝိုင်း၏၊ ထက်မြက်သော အရေးကြောင်းများ ရှိသည်၊ အပွင့်သည် ဖနုလ်းပေါ် ဖြူသည်၊ နှင်းဆီရောင်ထန်း၏၊ အရွက်ဟူသည် အမျှားရှိ ပွင့် သည်၊ အသီးသည် ဝါ၏၊ အနီရောင်ရှိ၏၊ လက်မဝက်ခန့်မှ ပေလားပ်ခန့် ရှိ၏၊ ဖရုသာ ချဉ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဖန်ပါ၏၊ ယဘို့အား၏၊ ပိပါသ၌ ဖြစ်၏၊ ဖေးကို ပြုသတ်၏၊ မကြာကျက်ထွယ်၏၊ နတ်ဖြိုး မပေးပယ်၏၊ လိုလ်ကို ထည့်ပ်၊ ငင်ရှိခုစ၏၊ သည်းခြေ၊ သလိပ်၊ ရေယု ကြီး၊ အပူ၊ အရေယပျ်၊ ဖျား၊ ဆွေးသနှိ၊ မသုအာ၊ အန်ခြင်း၊ ရေငတ်ခြင်း မနာပေါ်သော ရောဂါ ဖယ်ရှားရှိ အသုံးပြု၏။

မှတ်ချက်။ ။ "ပဒုမ" သဒ္ဒါကို ပရိုက်သုံးပြန်ရဲ့ ဒန္တုး ဟု မြန်ဆိုထားသည်ကို တွေ့ ရ၏၊ ဒန္တုးသည် တခြား ဖြစ်၏၊ ပန်းနီသည် တခြား ဖြစ်၏၊ နိယာမ့ကျမ်းကြီးများ၏ အဆိုင် မိန့်ဆိုသည့်အတိုင်း ပန်းနီကို သာ တည်ဘူကဲသည်း ဖွင့်ဆိုထားပါသဖြင့် ပန်းနီ ဟု သာ ပြန်ဆိုအပ်ပါသည်။

ပန်းနုပင်

သက္ကတ — ကုဋ္ဌ

ပါဠိ — ကုဋ္ဌ (ကုဋ္ဌ၊ မ)

လက်တင် — Saussurea lappa

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ရှင်းသော ပင်စည် ရှိသော မြက်ပင်၏၊ နှစ်ရှည်သော မျိုးပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ကြီးထွားသော ပင်စည် ရှိ၏၊ အမြင့် ၂ ပေမှ ၇ ပေ ရှည်၏၊ အရွက်တွင်မှ မှ

ပညွတ် ရှိ၏၊ အရွက်ပုံမှာ ၃-၄ပြွာသင့် ရှိ၍ ပက်လည်တွင် ဝဲသွားမိဆ် ရှိ၏၊ အခက်၏ အပေါ်ပိုင်းရှိ အရွက်တို့သည် ငယ်၍ အောက်ပိုင်းအရွက်များမှာ ကြီး၏၊ အပွင့်သည် လုံး၏၊ ချိုင့်ရောင်ရှိ၏၊ အရောင်မှာ နက်ရောင်သန်း၍ နီ၏၊ အမြစ်သည် အနံ့နှင့် ပြည့်စုံ၏၊ အရှည် ၆-လက်မချို ရှိ၍ လုံးပတ် ၁-လက်မမှ ထလက်မခွဲသာသာ ရှိ၏၊ အမြစ်ခြောက်ကိုကြည့်မူ အရင်းပိုင်း ထိပ်ဝချိုင့်၏၊ အတွင်းသား ဖြူ၏၊ အငေါ်ပိုး ရှိ၏၊ ကျွတ်ဆပ်၏၊ ၎င်းသည် အချို အခါး ၂-မျိုး ရှိ၏၊ စားဆေးများတွင် အချိုကို အသုံးပြုရန် နိုင်ငံကျော်ဆရာကြီးများ မိန့်ကြားကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်ကို အသုံးပြုရ၏၊ ခါးသက်၏၊ ပူ၏၊ ဝပ်၏၊ ထက်မြက်၏၊ မွှေး၏၊ အဆိပ်ကို ပျောက်စေ၏၊ အစာကို ကြေစေ၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ ခေါက်ထိုက်ကို ပြောင်းလွဲစေ၏၊ ဥတုသွေးကို ခန်းကန်စေ၏၊ အနာကို သုတ်သင်ဆောက်၏၊ မျက်နှာအရောင်ကို တောက်ပြောင်စေ၏၊ လေသည်ပ်ကို နိုင်၏။

ပန်းရင်းညို

သက္ကတ [illegible]

ဟိန္ဒီ [illegible] (လာ၁-ဗျ,က်)

လက်တင် Andropogon iwarancusa

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မိုးသက်ပင်ငယ် အနံ့မွှေးသော မြက်တမျိုး ဖြစ်၏၊ အမြစ်ရင်း ခေါင်းသည် နက်ရောင်သန်းလျက် ညို၏၊ အမြစ်နည်းပါး၏၊ ၎င်းသည် ပန်းရင်းအဝေါကဲ့သို့ ပုံသဏ္ဌာန်ရှိ၏၊ ပန်းရင်းအဝေါကား အနံ့မျှ ၎င်းကား အလွန်နံ့ ရှိ၏၊ သို့သော်လည်း ပန်းရင်းအဝေါကို သုံးသကဲ့သို့ အသုံးပြုနိုင်၏၊ ပန်းရင်းမှာ ဘို့ 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၏၊ "ဦးသိရ ဒွယ—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 ချောင်းရိုးအရပ်များ၌ ပေါက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အေး၏၊ အနည်းငယ် ပေါ့၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ အသိပ်ကို ပယ်ဖျောက်ထတ်၏၊ သလောင်ခြင်းကို ပြစ်စေတတ်၏၊ ဝမ်းမီးတောက်၏၊ ထွန်ရှိစေ၏၊ ချွေးဖောက်ပြန်ခြင်း၊ အရေပြားရောဂါ၊ ကျောက်တည်ရောဂါ၊ ချွေးထွက်လွန်ခြင်း၊ ပူလောင်

ခြင်း, နူနာ, ဝေါသသုံးပါးပျက်ခြင်း, သည်းခြေပွခြင်း, ရေငတ်ခြင်း, မူးဝေခြင်း နှင့် အပူနာ ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ပန်း-လသာ တ်ပင်

တာဗိလ　　(ဆိဗ္ဗ)

လက်တင်　　Acalypha fruiticosa

ပုံသဏ္ဌာန်။　　။အရွက် အကိုင်း အခက်တို့ဖြင့် ဝေဆာဝေသော ချုံပင်မျိုး ဖြစ်၏။ အရွက် သေး၏၊ ဝိုင်း၏၊ အရောင် စိမ်းလန်း၏၊ အပွင့် သေး၏၊ ဝါရောင် သန်း၏၊ အညှာ ပဲ့၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။အရွက်သည် အစာကို ကြေကျက်စေ၏၊ ဝမ်းသက်ခြင်း, လေနာ အောင့်ခြင်း, ဝမ်းကိုက်ရောဂါ, ပိတ်စ - သွေးဖြင့် ဝမ်းသွားခြင်း စသော ရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရ၏။

ရေယုန်, ဝဲ, ယားနာ, သွေးဖောက်ပြန်, အသည်း, ဆီးအိမ်, အဆစ်အကက်တို့၌ ဖြစ်သော ရောဂါများ, ထိုင်းမှိုင်း, ခေါင်းကိုက်, ပန်းနာ, ချောင်းဆိုး, ပျဉ်းဝိရောဂါ, အမျိုးကောင်းများကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ပိုက်ဆံ(လျှော်)ပင်

သက္ကတ　　ရှာဏ

ဟိန္ဒီ　　ရှာဏ (ဆန်နိ)

လက်တင်　　Crotalaria juncea

ပုံသဏ္ဌာန်။　　။ကန္တမိဒ် အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၄ - ၅ ပေမျှ မြင့်၏၊ အကိုင်းအခက်များ၏၊ ဖြောင့်ဖြောင့် တက်၏၊ အရွက် ၁ - လက်မခွဲမှ ၄ - လက်မအထိ ရှည်၏၊ ထိပ်ဖျား ချွန်၏၊ အပွင့်သည် အကိုင်းဖျားတွင် ပွင့်သည်၊ အဝါရောင် ထန်း၏၊ လှပသောသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အသီးတောင့်သည် ၁ - လက်မမှ ၁ - လက်မခွဲမျှ ရှည်၏၊ အညှာ ပဲ့၏၊ အစေ့သည် ၁၀ စေ့မှ ၁၅ - စေ့ သာလျှင် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရွက်သည် ချဉ်၏၊ ခါး၏၊ ပူ၏၊ သက်ပြက်၏၊ အန်စေ တတ်၏၊ ဝမ်းမီးကို နူးစေ၏၊ သားကို လျော့ကြစေ၏၊ လေ သလိပ်ကို နိုင်၏၊ သုံသော ရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အပွင့်သည် သွေးကြောင့် ဖြစ်သော ရောဂါများ၊ မီးယပ်မြို့ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ အစေ့သည် အေး၏၊ ချိုပ်၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ ရာသီသွေးကို ပေါ်စေ၏၊ သားရေပြားရောဂါတို့၌ ကောင်း၏။

ပန်းမ

လက်တင် Annesleia Fragrans

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းအပင်သည် ပင်လက်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းအရွက်မှာ သခြေမြူနွက် နှင့် တူ၏၊ အပွင့်သည် အခိုင်း တလက်မသာသာ ရှိ၏၊ အခေါက်သည် ပန်းရောင် ပြေပြေ ရှိ၏၊ ၎င်းသည် ဘင်္ဂမှုမျိုး ဖြစ်သော်လည်း အခေါက်မှာ ထူ၏၊ ကျွတ်ဆပ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အေး၏၊ ဖန်၏၊ နှလုံးသွေးတုန်ခြင်း၊ သွေးထွက်ခြင်း၊ သွေး အညစ်အကြေး၊ ဝေါသ ရှုယိုးကျခြင်းတို့ကို နိုင်၏၊ ဝိတွင်းနာ၊ ချောင်းဆိုးနာ၊ သည်းခြေနာတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ပန်းလဲပွင့် (ဒိဗ္ဗကျည်း)

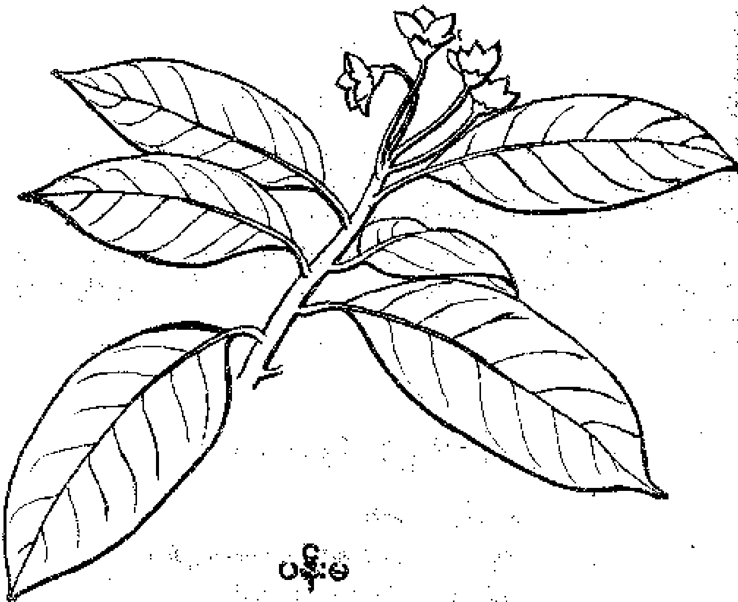
သက္ကတ धातकी

ဟိန္ဒီ धव के फूल (ဓဝကေ-ဖူလ်)

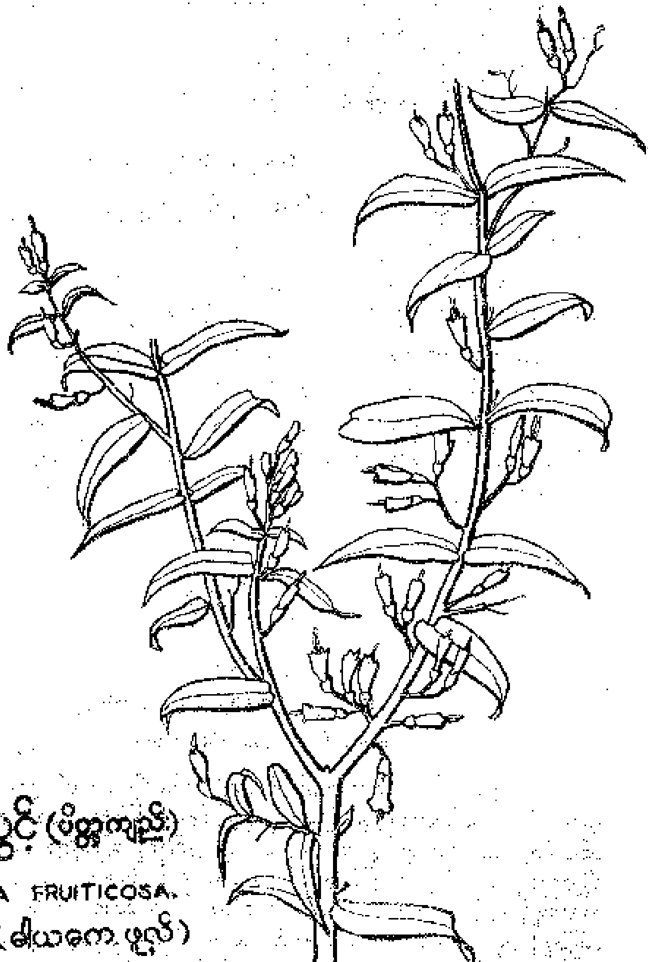
လက်တင် Woodfordia floribunda

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် အမြင့် ၁၀ ပေမျှ မြင့်၏၊ အရွက်မှာ သလဲရွက်နှင့် တူသည်၊ သို့သော် အနည်းငယ် ကြီးသည်၊ အရွက်သည် ဝါ၏၊ ကြမ်း၏၊ အပွင့်သည် အထုပ်လိုက် ပွင့်၏၊ နီရောင် ရှိ၏၊ ကတို့တွဲ တပေါင်းလများတွင် ပွင့်၏၊ ၎င်းအဖူး အပွင့်များကို အရောင်ဆေး ဆိုးရာတွင်လည်း အသုံးပြုရ၏၊ ၎င်းအပင်မှ စားရန် အစေးတမျိုးလည်း ထွက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အပွင့် အခေါက်ကို အသုံးပြုရ၏၊ ချို၏၊ အေး၏၊ ခြောက် ယင်စေ၏၊ ဝိပါကျွ ချို၏၊ အဆိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ သည်းခြေကို နိုင်၏၊ သွေးအန်၊ သွေးကျ၊



ANNESLEA FRAGRANS.



ပန်းလဲပွင့် (ပိဋ္ဌကျည်း)

WOODFORDIA FRUITICOSA.

धायके फूल (ဓါယကေ ဖူလ်)

ဝမ်းသက်ရောဂါ ဖသည့်ကိုကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အပွင့်၏ ရေကို (၃) မှက် တိုက်ကျွေးလျှင် ဝမ်းယင်ရောဂါ ပျောက်ကင်းသည်၊ အပင်သည် ဖန်စပ်၏၊ အေး၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ ရစ်ဖွဲ့ စေတတ်၏၊ မှေးပေါ်ခြင်း၊ ဝမ်းသက်ခြင်း၊ သွေးအန် သွေးကျ၊ အဆိပ်သင့်၊ ပိုးရောဂါ၊ သွေး ဒေါသ၊ အနာပေါက်၊ ရေယုန်ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

မီးယပ်သွေးလွန်နာ။ ။၎င်းအပွင့်မှုန့်ကို ပျားရည်နှင့် ရော၍ လျက်ပါက မီးယပ် သွေးများခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

သွေးစိမ့်ယို ဖက်ရာများ။ ။၎င်းအပွင့်မှုန့်ကို အနာများတွင် ဖြူး၍၊ ဖြူး၍ ပေး ပါက လျင်မြန်စွာ ကျက်၍ အသားနု တက်လာလိမ့်မည်။

သွေး မြင်းသရိုက် ရောဂါ။ ။၎င်းအပွင့်ကို (မှုလင်) ရည် ဖျော်၍ ည နံနက် သောက်ပေးသော် သွေးမြင်းသရိုက် ပျောက်ကင်း၏။

အနာမြုံများ နှင့် အဆိပ်သင့်နာ။ ။၎င်းအပွင့်အမှုန့်ကို နှမ်းကျပ်ဆီနှင့် ဖျော်၍ လိမ်းပေးပါက မကျက်နိုင်သော အနာဟောင်းများ၊ မီးလောင်သော အနာများ လျင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ပန်းလိပ်

သင်္ကေတ **ပုဏ္ဍမူလ**

ပါဠိ **ပုဏ္ဍကမူလ** (ပုဏ္ဍ-ကန်-မူ,လ)

လက်တင် Inula Racemosa

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပန်းလိပ်သည် ပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်သည်၊ ပန်းနုပင်နှင့်တူ၏၊ အမြင့် ၃-ပေ ၄-ပေမျှ မြင့်၍ အမြစ်များလည်း ပန်းနုကဲ့သို့ (၃) မြစ်မျိုး ဖြစ်၏၊ သို့သော် မနံ့ မရှိ ဖြစ်၍ ပန်းနုကဲ့သို့ အမြစ်ရင်းကျယ်၍ အဖျားတူးပြီးလျှင် ပန်းနုလို ဖြောင့်ခြင်း မရှိ လိပ်၍နေသည်။ ထို့ကြောင့် ပန်းလိပ်ဟု ခေါ်ကြသည်၊ ၎င်းအပင်သည် နှင်းများစွာ ကျရောက်သော အပေါ် အသပ်ကျ၍ မြစ်ဥသား ကျန်သည်၊ ၎င်းနောက် ဝါဆို ဝါခေါင် တော်သလင်း လများတွင် အမြစ်မှ ပြန်၍ ထပ်ပေါက်၏၊ အရွက်၏အလျား ၂-ပေမျှ ရှည်၏၊ အနံ ၄-လက်မမျှ ရှိ၏၊ အပွင့်မှာ နေကြာပွင့်ကဲ့သို့ ပွင့်၏၊ ပွင့်ဖတ် (၅) ချပ် ရှိသည်၊ ၎င်းသည် ပန်းနုနှင့် တစ္ဆမရှိက တစ္ဆ အစားထိုး၍ သုံးနိုင်သည်၊ ယိုအယူအဆသည် ဘာဝပ္ပကာသနိဃဏ္ဍု စသော စာအုပ်များတွင် ယခိုင်အမာမရှောသာဖော်သည်၊ နိဃဏ္ဍုကျမ်းကြီးများ၌ ဖော်ပြချက်ဖြစ်သည်၊ မျ်မြန်မာ

...သည့် ဓမ္မရာဇ် "ဂျွ" ကို ပန်း၊ "ပိုဟကရမူလ" ကို ပန်းနု ဟု ပြန်ဆိုပေးသည်ကို တွေ့ရသည်။ ပိုဟကရမူလ သည် ကုဋဇေ (ပန်းနုတမျိုး) ဖြစ်သည် ဟူသော နိဃဏ္ဍုကျမ်းများ၏ အဆို အမိန့်နှင့် ပြေသောကြောင့် ပန်းလိုင် ဟူ၍ ခေါ်ပြထားပါသည်။

ဂုဏ် နှင့် ရှုမ်းရည်။ ။ခါးစပ်၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက်၌ စပ်၏၊ လေလည်းပိပ်ကို နိုင်သည်၊ ... ဝေဒနာ၊ နာကျင်ခြင်း ရောဂါ၌ အသုံးပြုရ၏၊ မတူညီသော ... နိုင်သော ... အသုံးပြုရ၏။

ပန်းသီး

သက္ကတ (ဓဿဝ)

ပါဠိ (ဓဿဝ)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပန်းသည် ပင်လတ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် မာလကာရွက် နှင့် တူ၏၊ ... မာလကာရွက်ထက် သေးသွယ် ရှည်၏၊ ပင်အမွှင့်သည် ဖြူ၏၊ ပင်အသီး၏ အရောင် ... နုလျှင် စိမ်းရောင် ရှိ၏၊ ရင့်လျှင် ဝါရောင် ရှိ၏၊ မှည့်လျှင် နီရောင် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် ရှုမ်းရည်။ ။ပန်း၏ အသီးသည် ချို နှင့် သည်းခြေကို နိုင်၏၊ သလိပ်ကို ...၏၊ ခြကျက်၏၊ ...အကြိုက်ရိုး၊ ဝိပါက်အားဖြင့်ချိုး ချို၏၊ ဆေး၏၊ နှလုံးပြု ...၏၊ ... ပွားစေတတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ပင်းဆိုင်း။ ။ဆောင်းကိုက်သော ပင်းအရွက်ကို ပြုတ်၍ ...သောက်ပါက ...ပျောက်၏။

အလိုသာရေဝမ်းသွားခြင်း။ ။ပန်းသီးအစိမ်းကို ... နှင့် ... စားပါက ...ရေဝမ်းသွားရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

မျက်စိကိုက်ခဲခြင်း။ ။ပန်းသီးအစိမ်းကို ကြိတ်၍ ... လိမ်းပေးပါ သည်းခြေကြောင့်ဖြစ်သော မျက်စိနာ ပျောက်ကင်း၏။

အာသန်ပေါ့ဆာ။ ။ပန်းသီးအစိမ်းသတ္တုရည်ကို ... နှင့် ရော၍ ... ၁-ကြိမ်--တကြိမ်လျှင် ပန်းသီးသချိုင်၏ သတ္တုရည်နှင့် သောက်က ပျောက်ကင်း၏။

ချောင်းဆိုးရောဂါ။ ။ချောင်းခြောက်ဆိုးသော ရောဂါများကို ပန်းသီးအမှုန့်ကို ...ရည်တွင် ... ... ၁-ကြိမ်--တကြိမ်လျှင် ... သောက်က ပျောက်ကင်း၏။

သည်းခြေမျှ ဝ် အရှူးရောဂါ။ ။ပန်းသီးကို ရှလတက်ရည် ဖျော်၍ ရင်းတွင် မြိုင်း ရှက် သည်ပူ ဖြည်နှင့် ဖော်၍ သောက်ပါက သည်းခြေကြောင့် ရူးသောရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဥဒေါဘက်အဒ်နည်းသောရောဂါ။ ။ပန်းသီးအခွံကို ယိုလို၍ စားပါက ဥဒေါ အာနည်းခြင်း နှလုံး အားနည်းသော ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၍ ဥဒေါဘက် နှင့် နှလုံးများ အားမည် ပြည့်ဖြိုးလာပါမည်။

ကင်းသိပ်ပြဆေးဟမျိုး။ ။ပန်းသီးသည် ရည် ၁-ကျပ်သားတွင် ပယိုဝ် ၄-ရွေးသား ၍ ထည့်၍ သောက်ပါက ကင်းသိပ်များ ကျွမ်းခြေပျောက်ပါမည်။ အကယ်၍ ကင်းသိပ် မ ခြင်းမကျသော နေ့ရက် နာရီတစ်ခြားခ၍ တကြိမ် ၂-ကြိမ်မျှ တိုက်ပါ။

ပန်းအိ

ဟိန္ဒီ ... (သာ ဟ ္ရီ)

လက်တင် Lagerstromia indica.

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။သင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏။ အရွက် ၂-လက်မမှ ၃-လက်မခန့်ထိ ရှည်၏ အပွင့် အလတ်စား ဖြစ်၏။ ဖြူ၏။ နီ၏။ သေခဲ့ ပြာ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အခေါက်ကို ထောပတ်နှင့် ... ကို ... ပျောက်ကင်းစေ၏။ အခေါက်၊ အရွက်၊ အပွင့် ... သည် ... ဆေးရည်ကို ... ဖြစ်စေသည်။

ပိန္နဲသီး

သက္ကတ ...

ဟိန္ဒီ ... (ကဋ-ဟ-လ)

လက်တင် Artocarpus heterophyllus

Syn Artocarpus integrifolia

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။သိလွယ်ပြီ။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။မှည့်ပြီးသော ပိန္နဲ၏ အသီးစိမ်းသည် ချိုမ ... လေသလိပ်ကို ဖြစ်စေ၏။ အားကို ဖြစ်စေ၏။ ခြေဆိ၏။ ပေကို ဖြစ်စေ၏။ အသီးမှည့်သည် ချို၏။ အေး၏။ အားကို ဖြစ်စေ၏။ အစေ့သည် ဆိမ့်၏။ သုက်ကို ပွားစေ၏။ ကာမ အားပေး၏။

...မ်းချုပ်စေ၏၊ ရေကြကျက်ခဲ၏၊ အာဟာရသို့လာသည့် လေဓာတ်ကို ပယ်နိုင်၏၊ သည်းခြေဓာတ်ဒေါသဓာတ်ကို ...ိမ်းစေနိုင်၏၊ သလိပ်ဒေါသကို ပွားစေ၏၊ နှုန်း၊ အနှာမပေါက်၊ မောလူးအန် ချေးကျ၊ ထိခိုက်မှု ...ကြောင့် ဖြစ်သော ခြေယားဖျော်ရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေနိုင်၏။

မှတ်ချက်။ ။ပိန္နဲသည် တောင်ပိန္နဲ၊ အိမ်ပိန္နဲ ဟူ၍ အချုပ်အားဖြင့် နှစ်မျိုး ရှိ၏၊ ရဟန်းတော်များသည် သစ်သီးဖျော်ရည်ကို ညနေပိုင်းတွင် ယာမကာလိက အဖြစ်ဖြင့် အသုံးပြုနိုင်ခြင်းလည်း ပိန္နဲသီး နှစ်မျိုး အဝင်အပါ ဖြစ်သော သစ်သီး (၉) မျိုးတို့ကိုသာ အဖျော်ပြုလုပ်၍ မသုံးဆောင်အပ်ကြောင်း ဝိနယပိဋကတ်၌ ပညတ်ထားသည်ကို တွေ့ရသည်၊ ထို့ကြောင့် အရာပြောက်လိုသူ အောက်ပါ လင်္ကာကို မှီငြိုတော်မူကြကုန်၏။

"ထန်း အုန်း နှစ်ပါး၊ သခွားတိုးမျိုး၊ ပိန္နဲတီးကာ၊ ဒူယ အိမ့်ကောင်း၊ ဘူးနေ့ဘင် ဖရုံ၊ သီးကိုးစုံကား၊ ပိန္နဲတိုယာမ၊ ကာလပွလည်၊ ကျမ်းပြစ္စမှာ ဖော်ကားတည်း။"

ဖော်ပြပါ လင်္ကာ၌ ပိန္နဲသီးမျိုးသည် အိမ်ပြောမျိုး၊ အိမ်မာမျိုး ၂ မျိုး ရှိ၏၊ ၎င်းကို အိမ်ပိန္နဲ ဟု ခေါ်၏၊ ထိုအိမ်ပိန္နဲတွင်လည်း အိမ်ပျော့ အိမ်မာ နှစ်မျိုးတွင် အရှည်၊ အဝိုင်း အနေအထားအလိုက်၊ အရပ်ဒေသအလိုက် မျိုးပေါင်း များစွာ ရှိ၏။

အချုပ်မှာ တောင်ပိန္နဲ နှင့် အိမ်ပိန္နဲ နှစ်မျိုး သာသျှင် ရှိကြောင်း ဖော်ပြလိုရင်း ဖြစ်၏၊ အိမ်ပိန္နဲ၏ ဂုဏ်သွမ်းသတ္တိကို ဖော်ပြရာ၌ ဒုတိယနေသော စကားဝါကျအောက်ကို ရှင်းပြလိုပါ သေးသည်၊ ၎င်းကား ဒေါသသုံးပါးကို ဖြစ်စေနိုင်၏ ဟူသော စကားဝါကျပင် ဖြစ်သည်၊ အခြေခံမှစ၍ အာယုဗ္ဗေဒ ဆေးပညာကို သင်ကြားခဲ့ဘူးသောသူများအဖို့ ဆိုဘွယ်ရာ မရှိသော်လည်း အိမ်အကျော်၍ ဆေးပေါ်ခန်းကျမ်းများကို ဖတ်သောသူတို့အဖို့ ရှုံးသော ...ပါမှ သံတော်ကျ နားလည်နိုင်မည် မဟုတ်၍ ထို့ကြောင့် သင်္ခ၊ သီးတွဲမျိုးကုန်ကော ဒေါသ သုံးပါးကို ဖြစ်စေ၏ ဟူသော ဝါကျစကားကို အဓိပ္ပါယ်ရှင်းရန်အတွက် ဖော်ပြပါသည်။

အစိမ်းသည် ဖန်၏၊ ချို၏၊ ချဉ်၏ ဟု ဆိုထား၏၊ ဖန်ချိုတို့ ဟူသည် ဘွေးလေ သွားရာ လမ်းတို့ကို ပိတ်ဆို့ထတ်ကုန်၏၊ ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌ ရှိသော သွေးသားပု ဖစ္စ အပေါက် သေး ငယ် ကြီး (အာကာသ) တို့ကို ပိတ်ဆို့ထတ်၏၊ ထိုအခါ လေသည် အသွားအလာ မမှန်တော့ပေ၊ တဘက်မှ ပိတ်ဆို့သည်နှင့် အမျှ အပိတ်ဆို့မခံရသော နေရာ၌ သဘောကျရာ ဖုကြ၏၊ ပေါင်းကြ၏၊ ဖောင်းကြ၏၊ လေများ ပွားလာကြ၏၊ များလာသည် ဟု ဆိုရ၏၊ အမှန်စင်စစ်မှာ ရှိမြဲလေများ အသွားအလာ မမှန်ဘဲ ချုပ်မိ၍ စုအောင်း ပေါင်းကြသဖြင့် များသည် ဟု ဆိုရ၏၊ ထိုသည်ပင်လျှင် လေ ဒေါသကို ဖြစ်စေ၏ ဟု ဆိုလို၏၊ သို့ဖြစ်၍ လေဒေါသဖြစ်ရာ၌ ၂ မျိုး ရှိ၏၊ တာမျိုးမှ ရွှေးတောက်၊ ဘယ်ဖွေ့ ကာရေဘွဲ့ စသော အစာ အာဟာရများကို အစားများ၍ ဖိုးဖိုးသို့ လေထက် ပွားများ ဖြစ်လွန်းလာခြင်းကြောင့် လေဒေါသကို ဖြစ်စေခြင်း နှင့် ...ခဲ့သော ချုပ်မိခြင်းကြောင့် စုအောင်း ပေါင်းမိ၍ လေဒေါသများ ပွားများလာခြင်း ဟူ၍ နှစ်မျိုးရှိသည် ဟု ဆိုလိုသည်။

ဤ၌ လေဒေါသကို ဖြစ်စေ၏ ဟူရာ၌ ပိုဝို လွန်ကဲခြင်း များသောသည်ကို ဆိုသည် မဟုတ် တနေရာမှ ပျက်၍ (အမိတ်သို့ ဝင်ရ၍) တနေရာတွင် စုပေါင်း၍ အောင်း၍ အပြစ်ပြုလာသည်ကို လေဒေါသကို ဖြစ်စေ၏ ဟု ဆိုလိုသည်။ ဒုပ်လေ နှင့် ပွားလော နှစ်မျိုးရှိသည် ဟု လေဒေါသအကျက် အချုပ်အားဖြင့် မှတ်ယူရာ၏။ လာတကလည်း လေ ဒေါသကို ဖြစ်စေ၏ ဟူရာ၌လည်း ပယ်ဝလိသည့် လေဒေါသကို ဖြစ်စေ၏ ဟူရာ၌လည်း ထို့အတူပင် ဖြစ်၏။

ဖန်, ချို, ခွဲ အရသာသည် ရှိရင်းဖွဲ့ သလိပ် ဒေါသကို ဖြစ်စေ၏ ဟူရာ၌ ရှင်းပြဘွယ် ရာ မလိုတော့ချေ။

သည်းခြေ ဒေါသကို ဖြစ်စေ၏ ဟူရာ၌ ဖန်, ချို, ခွဲကို မည်သည့် အေးသောအစာ, လေးသော အစာ, ပိတ်သော အစာ (ဂရု အစာများ ဖြစ်ကုန်၏။ ၎င်းတို့သည် ကြေ ကျက်ခဲသော အစာများ ဖြစ်၍ ပါစက နှင့် ဂုဏ္ဍဓာတ်တို့ကို ပယ်ဖျက်လျှ ဖျက်ဆီး ကုန်၏။ ပိုးတောက်မှုနေရာ၌ ထပ်းခိုမျာ။ ထည့်ပေးသကဲ့သို့သည်။ ထိုအခါ ခန္ဓာကိုယ် တွင်း၌ ရှိသော သည်းခြေ ဒေါသအစုခိုးများသည် ပိတ်ဆို့ တားဆီးမှုကို ခံရခြင်းကြောင့် (ဝါ) အသကာသမရသောကြောင့် အပြင်အပသို့ အခိုးအလှလှုဖြင့် ထွက်ခွင့် မရကြကုန်၊ အတွင်း၌ သာ ၎င်းလျှိုးစွေအောင်း၍ နေကြကုန်၏။ ၎င်းအသီးသည် အသအားဖြစ်သော် လည်း အပူသည်းခြေ ဒေါသကို မငြိမ်းနိုင်၊ ပိတ်၍ သည်းရှိ မူးသော် ဖြစ်လာသောကြောင့် အအားအားသာ ဖြစ်လျက် အပူဒေါသများ ပွားလာခြင်း ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် ဒေါသသုံးပါး လုံးကို ဖြစ်စေနိုင်၏ ဟု ဆရာပြက်တို့ မိန့်ဆိုကြခြင်း ဖြစ်၏။

ဖန်, ချို, ခွဲသည် သလိပ်ဒေါသကို များစေ၏။ ပိတ်ဆို့ တားဆီးမှုများ၏ လောကတ် ကွာလမ်းမှုနိုင်ဖြင့် ခုခံအောင်း ပွားများလာရ၏။ သည်းခြေဒေါသသည် ထွက်ပေါက် မရသဖြင့် အတွင်း၌ ၎င်းလျှိုးနေ၏။ ဤကဲ့သို့ ဖြစ်သောသည်ကို ဒေါသသုံးပါးလုံးကို ဖြစ်စေသည် ဟု ဆိုလိုသည်။ ထို့ကြောင့် ပန်းနုရင်ကျပ်ရှိသူ, သွေးချုပ်ဒ, ယုံနို့, လေငန်း, တမျိုးမျိုးရှိသူ, အလေ့အကျင့်ရှိသူတို့သည် ဆုံးဝ မစားသင့်ချေ။

တောင်ပိန္နဲသီး

လက်တင် ... Artocarpus chaplasha.

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။တောင်ပိန္နဲသည် ပိန္နဲမျိုးတွင် ပါဝင်၏။ ကြီးသော ပိန္နဲပင်ထက် များ စွာ ကြီး၏။ မြင့်၏။ အရွက်လည်း ထိုအတူ ပင်လျှင် ရှိရှိပိန္နဲ ထက် ကွာ၏။ ပိန္နဲရွက်ကဲ့သို့ မချော သေ၊ လွန်စွာ ကြမ်း၏။ ကာကိုမှာ ငိုးရှိသိပ်နှဲသီးအောက် ငယ်၏။ အသီး၏ သို့သော် အမှာမူ ရိုးရိုးပိန္နဲ ထက် ငယ်၏။ အောက်အရပ်အဖြသူ ပုံးတောင်ပိန္နဲကို တောင်ပိန်း ဟု ခေါ်ကြ၏။ အသားအပေါ် ၏၊ ၏၊ လျှော်တွင်းခုတ်ကြ၏။ ထိုတောင်ပိန္နဲမျိုးတွင် ပါဝင်သော အတူးသဖြင့် ကာယသရိမိုင်တို့၌

ကျွဲနွား ဖြစ်တွန်းသော ပွန်းဆိုအခေါ် ကားဖြင့် ခွမ်ဖက်, မြန်မာသို့အခေါ်ဖြင့် စုံပတ်, မပီလ ပေသာ ခေါက်ဖြင့် ရှိကသီး ဟု ခေါ်ကြသော ပိန္နဲကမျိုး ရှိ၏၊ ရိုးရိုးပိန္နဲ ထက် အရွက် ကြီး၏၊ ကြီး ထွား၏၊ တုံ့ သိုင်း၏၊ အသီးမှာ ပိန္နဲသီးလောက် မကြီးချေ၊ အတွင်းသားမှာ ဝါရောင်ရှိ၏၊ အနံ့ လှန်စွာ ဖြင်းလန်း၏၊ ၎င်းကို တောပိန္နဲ ဟု ယူရချေ၊ ဖော်ပြပါ နာမည်အတိုင်း သာ မှတ်ယူရာ၏၊ ၎င်း၏ ဂုဏ်သတ္တိသည်လည်း ရိုးရိုးပိန္နဲ ကဲ့သို့ပင် အကျိုးရှိသည် ဟု ဆေးအဘိဓာန် ကျမ်းတို့၌ အမှတ်အသား ပါရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။တောပိန္နဲသီးသည် ချိုချဉ် ရသာ ရှိ၏၊ ပူ၏၊ ကြေခဲ၏၊ ဝမ်းချုပ်၏၊ ဒေါသသုံးပါး, သွေးတို့ကို ပျက်စေ၏၊ သုက်, ဝမ်းမီးတို့ကို ပျက်စေတတ်၏၊ မျက်စိ နှင့် မသင့်၊ တောပိန္နဲသီး မှည့်သည် ချိုချဉ် ရသ ရှိ၏၊ လေသည်းခြေကို နိုင်၏၊ သလိပ် ဝမ်းမီး တို့ကို ပွားစေတတ်၏၊ နှလုံးကို ဖြိုန်စေတတ်၏၊ ဝမ်းချုပ်၏၊ ရာဇနိဃဏ္ဍုကျမ်း၌ကား တောပိန္နဲ သည် ဝါး,ဖန် ရသာ ရှိ၏၊ ပူ၏၊ ကြေလွယ်၏၊ လည်ချောင်းနာကို နိုင်၏၊ ကျင်ကြီးကို ချုပ်စေ တတ်၏ ဟူ၍ ဆိုကြ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

တောပိန္နဲနှင့် ဆိုင်ရာ ရောဂါအလိုက် အသုံးပြုပုံကို ဆေးအဘိဓာန် ကျမ်းကြီးများ၌ အကျယ်တဝင့် ဖွင့်ပြထားသည်ကို မတွေ့ရချေ၊ အရပ်သုံးအနေဖြင့် ကိုးကွယ်ကြပုံ အမျိုးမျိုးကိုကား ကြားဖူးကြ၏၊ စာဝင်ပေဝင် အနေဖြင့် မဟုတ်သောကြောင့် ထိုအသုံးချနည်း အမျိုးမျိုးတို့ကို မဖော်ပြတော့ပါ၊ ဆေးအဘိဓာန်ကျမ်းတို့၌ ဖော်ပြထားသော အသုံးချနည်း တခုကို တွေ့ရသည့် အတိုင်း ဖော်ပြပါသည်။

တောပိန္နဲရွက် အခြောက်ကိုဖြစ်စေ, သို့မဟုတ် အစိမ်းကိုဖြစ်စေ, ရရာကို ယူ ပါ၊ ၎င်းနောက် ကျားဆေးနှင့် နှင့် ဖရုပ်မှုန့်တို့ကို အညီအမျှ ရော၍ ညက်စွာ ကြိတ်ပါ၊ ၎င်းဆေးကို သွေးစုနာ, အသားမာနာ နှင့် ကပ္ပယ်အိပ်ရောင်သော ရောဂါတို့၌ ဖျားဖျား လိမ်းပေးရ၏၊ အနာ ဖြစ်မှု ပျိုပေးရ၏။

ဗိန်းမဟော်ရာ

သက္ကတ मानक
ဟိန္ဒီ मानकन्द (မာ,နကံ,ဒ)
လက်တင် Alocasia indica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အဖြူမျိုး, အနက်မျိုး ဟူ၍ နှစ်မျိုး ရှိသည်၊ အရွက်သည် ၂၄-လက်မ မှ ၃၆-လက်မထိ ရှည်၏၊ ပိမ်း၍ တောက်ပသည်၊ အပွင့်သည် ဝါ၏၊ အဖိုပွင့်သည် မြူ၏၊ အမြစ် တွင် ဥရှိ၏၊ ၎င်းကို ဆေးသုံးရ၏၊ ဟင်းသီး ဟင်းရွက် အဖြစ် စားရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အေး၏၊ စပ်၏၊ ကြေလွယ်၏၊ ဖျောရောင်၊ နှလုံးရောင် ပျောက်ကင်းစေ၏၊ သည်းခြေကို ငြိမ်းစေ၏၊ သွေးနှင့် စပ်သောရောဂါ၊ ဝဲသွေးအန်၊ သွေးကျ၊ နူနာ၊ အဖျင်း၊ ဝမ်းပိုက်ရောဂါ စသည်၌ အသုံးပြုရ၏။

မှတ်ချက်။ ။ပိန်းသည် အမျိုးများ၏၊ ၎င်း၏ ဥ၊ အရွက်၊ အရောင် စသည်ကို ဖွဲ့၍ အမျိုးမျိုး ခေါ်ကြ၏၊ ရသာ နှင့် အပင်သတ္တိ ကွဲပြားမှုကြောင့် အကျိုးပေး သတ္တိတို့သည် ကွဲပြားမည် ဖြစ်လေသည်၊ သို့ရာတွင် နိဃဏ္ဍုကျမ်းများတွင် ခွဲခြား၍ မပြသဖြင့် ဖော်မပြလိုက်ရပေ၊ ၎င်းပိန်းကို ဆေးအဖြစ်နှင့်လည်း သုံး၏၊ ဗင်္ဂါလီ လူမျိုးများသည် ဟင်းလျာပြု၍ စားကြကုန်၏။

ပိန်းကျားနွယ်

ဆီဟာလီ ဂါ်ဇဒ်ိ (မိုဒ္ဒ-ဓေလ)

လက်တင် Pothos candens

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ နံရံကြီးများ၊ သစ်ပင်ကြီးများ၌ တွယ်ကပ်၍ ပေါက်၏၊ အရွက်သည် အလွန်ရှုပ်ယှက်၍ အလျား ၂-လက်မမှ ၄-လက်မအထိ ရှည်၏၊ အနံ ၂-လက်မနှင့် ၃-လက်မခွဲ အကျယ် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရွက်ကို အမှုန့်ပြု၍ ကျောက်ရောဂါ၌ လိမ်းကျံ ပေးရာ၏၊ ပန်းနာ နှင့် အသက်ရှူရန် အားနည်းသောရောဂါ၌ အမြစ်ကို ပျားနှင့် ရော၍ ဆေးလိပ်လိပ်၍ သောက်ရသည်၊ မြွေကိုက်လျှင် ဖြစ်ရာပေါ်၌ အမြစ် နှင့် အရွက်ကို နွားထီးကျင်ငယ်ရေနှင့် လိမ်းပေးရ၏၊ အရည်ကို တိုက်ဆေးရ၏။

ပိန်းဥမျိုး

သက္ကတ အာလုကီ

ဟိန္ဒီ အရဗီ (အ,ရုဗီ)

လက်တင် Colocasia coculenta

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် နေရာတိုင်းတွင် ပေါက်၏၊ ကြာရွက်နှင့် တူသည်၊ သို့သော် ကြာရွက် ထက် ငယ်သည်၊ ပိန်းမတော်ရာ ကဲ့သို့ မြစ်ဥ မဟုတ်၊ ဥသက်သက် ဖြစ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။ပြေပြစ်၏၊ မလတို့ကို တောင့်တင်းစေ၏၊ ခွန်အားကို ပြုတတ်၏၊ သလိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ ဆီနှင့် ကျော်သားလျှော် နှုတ်မြိန်စေ၏၊ ဟူနာနီဆရာတို့ အလိုအားဖြင့် ဝဖြိုးစေ၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ မလတို့ကို ချုပ်စေ၏၊ သုက်သွေးတို့ကို ဖြစ်ခဲ့စေ၏၊ လေတို့ ပွား စေ၏၊ ချောင်းဆိုးရောဂါ ပျောက်ကင်းစေ၏။

ပုန်းညက်ပန်း

သက္ကတ　　पुंनाग

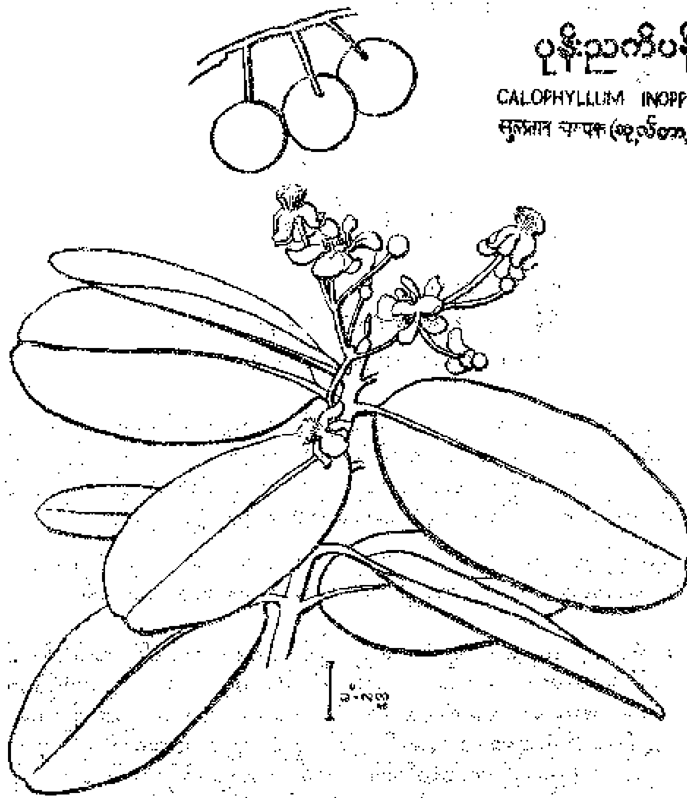
ဟိန္ဒီ　　सुल्तान चम्पा　(ဆူလ်တာန်-ချမ်ပါ)

လက်တင်　Calophyllum inophyllum

ပုံသဏ္ဌာန်။　　။အလွန် လှပသော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ၄-လက်မမှ ၇-လက်မအထိ ရှည်၏၊ ၃-လက်မမှ ၄-လက်မမျှ အနံရှိ၏၊ အပင်သည် မကောက်ကွေ့သော ပင်စည် ရှိ၏၊ အပွင့်သည် အလွန် ဖြူ၏၊ မွှေး၏၊ အသီးသည် လုံး၏၊ ၎င်းအစေ့မှ ဆီထွက်၏၊ ၎င်းဆီကို ဟိန္ဒီလို (ဆရပန်) ဟု ခေါ်၏၊ ၎င်းအပင်မှသည်း ပဝင်းရောင်လို အစေးတချို့ ထွက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။မွှေးကြိုင်စေ၏၊ သုက်ခဲသွေးကို ပွားစေ၏၊ နှလုံးနှပ်သက်ခံပယ်၏၊ သလိပ်နှင့်ပြားကြောင့် ထိုးအောင့်ခြင်း ဖြစ်သော ရောဂါများ ပျောက်ကင်းစေ၏။

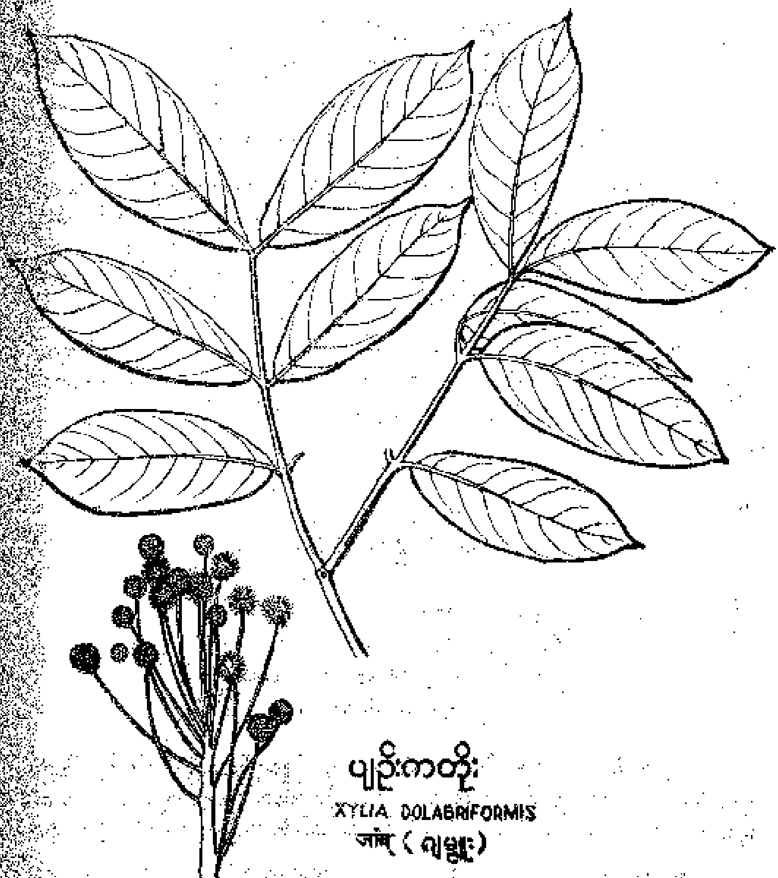
မှတ်ချက်။　　။ပုန်းညက် ပွင့်ပါသည် ချို၏၊ အေး၏၊ သည်းခြေ၊ သလိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ သွေးမေ့ခြင်း၊ သွေးအန်၊ သွေးကျ၊ သုပ်ဖမ်းစသောရောဂါစသည်တို့၌ အသုံးပြုရ၏၊ အစေ့မှ ဆီထွက်၏၊ အခေါက်မှ အစေးထွက်၏၊ နာဂကေသရဟု သာမညအားဖြင့် ဆေးပညာအမည်ကို တွေ့ရသော် ဂန့်ဂေါ်ဝဥ္စကို ယူရ၏၊ ရတ္တနာဂကေသရကို ပုန်းညက်ဖူးကို ယူရ၏၊ မြန်မာမှု၌ ၎င်းသစ်ပင်တို့၏ ဂုဏ်ဒြပ်အမည်သည် ကွဲပြားနေကြသော်လည်း နိဃဏ္ဍုကျမ်းတို့၌ကား နာဂကေသရ တပုဒ်တည်း ဖော်ပြသည့်အတိုင်း (၃) မျိုး ယူကြောင်း ဓန္ဝန္တရိနိဃဏ္ဍုကျမ်းလာ အရ ဖော်ပြလိုက်ရပေသည်။



ပုန်းညက်ပန်း

CALOPHYLLUM INOPHYLLUM

सुल्तान चम्पक ([illegible])



ပျဉ်းကတိုး

XYLIA DOLABRIFORMIS

ဂျိမ့် (ရှမ်း)

ပျဉ်းကတိုး

သက္ကတ ကာရကရုက္ခ

ဟိန္ဒီ ဘောဇ (ဈူမြူး)

လက်တင် Burmese Iron Wood

Xylia dolabriformis

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပျဉ်းသည် ပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်သည်၊ ရွက်ဆက်အနုများတွင် မွေးနုများ ရှိသည်၊ အရွက်များသည် ၅-လက်မမှ ၂-လက်မခွဲမျှ ရှည်သည်၊ ငုံရွက်များလွှက်သကဲ့သို့ ၄-စုံ ထွက်၏၊ အပွင့်ဝါနုရောင် ရှိ၏၊ ပျဉ်း၏အသီးမှာ ၄-လက်မမှ ၆-လက်မအထိရှည်၏၊ ၁-လက်မ ၄-ပုံမှ ၂-လက်မခွဲမျှ အနံ ရှိ၏၊ ပျဉ်းအသီးတွင် ၆-စေ့မှ ၁၀-စေ့အထိ ရှိ၏၊ ပျဉ်းအစေ့သည် များ၏ ဥသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ ဖဝါ ါမိရောင် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် ခွင်းရည်။ ။အခေါက်ပြုတ်ရည်ကို ပိုးရောဂါ၊ နူနာ၊ အနာခြင်း၊ ဝမ်းသက် ပြည်တည်သည့်အနာ၊ အနာအပေါက်ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အစေ့ကို အဆပ်အဆက် သို့ဖြစ်သော လေ၊ မြင်းသရိုက်ရောဂါ၊ နူနာတို့၌ အကျိုးပြု၏။

ပျဉ်းမရှက်ယေး

သက္ကတ ဇာရုဠ

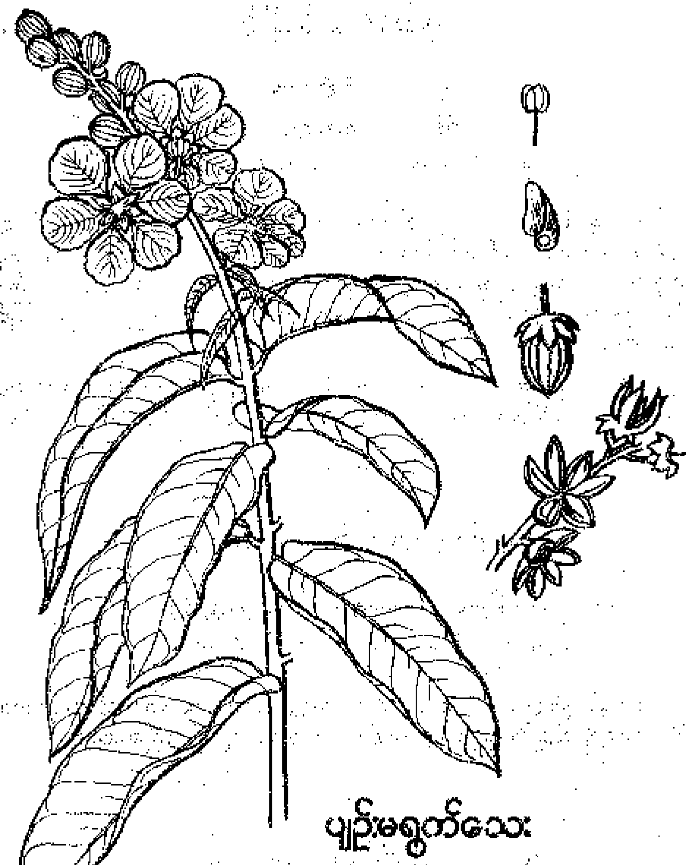
ဟိန္ဒီ ဇာရုဠ (ဈုဂ္ဂ,လ်)

လက်တင် Lagerstroemia speciosa

Syn L. flosreginae

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ အပွင့်မှာ ခြံရောင်ဆန်း၍ မြ၏၊ အရွက်သည် ၄-လက်မမှ ၈-လက်မမျှ ရှည်၏၊ ၁-လက်မခွဲမှ ၃-လက်မခွဲမျှ အနံရှိ၏၊ အရွက်တွင် အကြောသေး များ ၁၀-မှ ၁၃-ကြောမျှ ရှိ၏၊ ပန်းအပွင့်သည် ခြံရောင်ဆန်း၏၊ အသီးမှာ ၁-လက်မခန့် ရှည်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။လက်မြက်ပေ၏၊ အဖျား ပျောက်စေ၏၊ တွန်းမှု ပေါ့ပေါက် သော ဝတ္ထုအဖြစ် အသုံးပြုရ၏၊ အခေါက် နှင့် အရွက်သည် ဝမ်းသက်စေတတ်၏၊ အစေ့သည် ငိုက်မြည်းစေတတ်၏။



ပျဉ်းမရွက်သေး

LAGERSTROEMIA FLOSREGINAE.

जरूल (ဂျရူလ်)

ပျဉ်းတော်သိမ်

သက္ကတ ဂိရိ နိမ္ဗ

ဟိန္ဒီ ကရိပတ္တ (မီဌာ-နိမ်)

လက်တင် Murraya Koenigii

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဤပင်ပျဉ်းတော်သိမ်ပင်သည် ၁၂-ပေမှ ၁၅-ပေအထိ မြင့်၏၊ ၎င်း၏ အရွက်သည် တမာရွက် ထွက်သကဲ့သို့ ထွက်၏၊ တမာရွက်နှင့်လည်း တူ၏၊ သို့သော် အရွက်တွင် ခွေးသွားစိပ် မရှိ၊ တန်ခူး နှင့် ကဆုန်လတွင် အဖြူရောင် အပွင့်များ ပွင့်၏၊ အသီးမှာ ကြံသီး အလယ်စားမျှ ရှိ၏၊ နုလျှင်စိမ်း၍ မှည့်လျှင် နက်ရောင် ရှိ၏၊ ၎င်းအစေ့ကိုလည်း ဆီကြိတ်ယူကြ၏၊ အရွက်သည် မွှေး၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခါးသက်သက် ရှိ၏၊ ပူ၏၊ ကြော်ကျက်လွယ်၏၊ အပူကိုငြိမ်းစေ၏၊ နူနာ၊ သွေးဖောက်ပြန်ရောဂါ၊ ပိုးနာ၊ ဘုတ်ဖော်ထားခြင်း၊ အဆိပ်သင့်နာတို့ကို နိုင်နင်း၏။

ပျဉ်းတော်သိမ် (တော)

ပန်ချာပီ [illegible] (ရှထ,န်-ချိ,ဘ်)

လက်တင် Glaucena heptaphylla

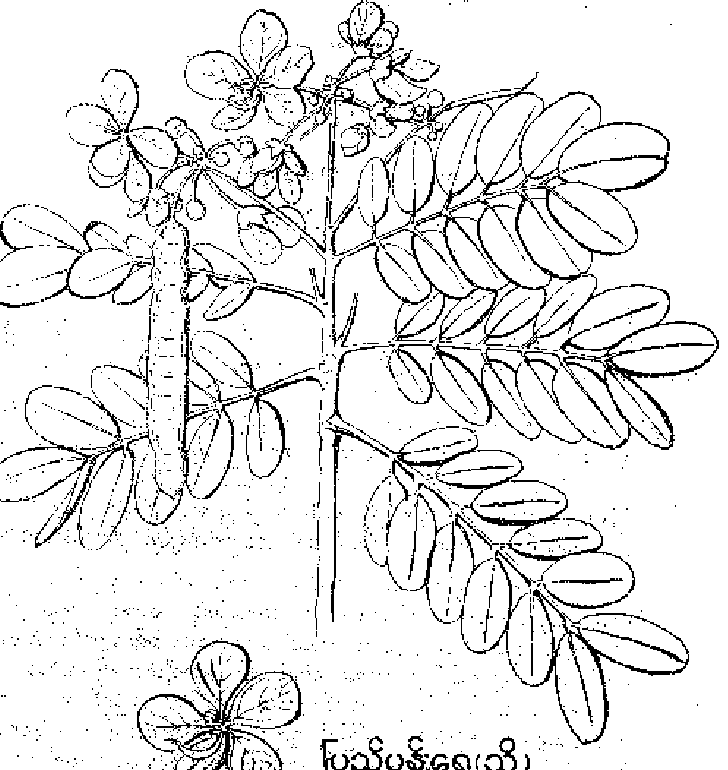
ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အခေါက်သည် ကိုက်ခဲနာများကို ဆေးကုသရာ၌ အလွန် အသုံးဝင်၏၊ ကမ္မိန်ကို ဖန်ညှင်းသီးနှင့် ရော၍ လက်ဆက်သော အနာများ၌ လိမ်းပေးရ၏။

ပြည်ပန်းရွှေ

ဘင်္ဂါလီ ကသောန္ဒ (ကိုရာလာဒီ)

လက်တင် Cassia Glauca

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်ပေါက်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းအရွက်ကလေးသည် ၅-လက်မမှ ၉-လက်မအထိ ရှည်၏၊ အပွင့် ဝါ၏။



ပြည်ပန်းရွှေ(ညို)

CASSIA GLAUCA.

कोवालाई (ကိုဝါလာကျွ်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။အရွက်ကို ကြိတ်၍ နို့ရည် သကြားတို့နှင့် သောက်လျှင် ဆီးအောင့်, ပြည်တလာသရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ အရွက် အခေါက်ကို ဆီးချို ရောဂါ, ပြည်တလာသရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရ၏။

ပြောင်းဖူး

သက္ကတ　[illegible]

ဟိန္ဒီ　मक्का　(मका, मकी)

လက်တင်　Zea mays

ပုံသဏ္ဌာန်။　　။သိလွယ်ပြီ။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။လေကို ပြုတတ်၏၊ သလိပ်, သည်းခြေကို ပယ်တတ်၏၊ တွန့်ရှုံ့စေတတ်၏၊ ခြောက်သွေ့စေတတ်၏၊ အစိမ်းသည် ဝဖြိုးစေတတ်၏၊ နှုတ်မြိန်စေတတ်၏။

မှတ်ချက်။　　။ပြောင်းဖူး၏ ဂုဏ်စွမ်းရည်ကို ဖော်ပြရာတွင် ပြောင်းဖူးဆံ အချောက်သည် လူကိုယ်၏ သလိပ် သွေးသားတို့ကို ခြောက်ထပ်စေ၏၊ လေကို ပွားစေ၏၊ သည်းခြေဒေါသနှင့် သလိပ်ဒေါသကို ပယ်၏ ဟူသော စကားနှင့် အစိမ်းသည် ဝဖြိုးစေတတ်၏၊ နှုတ်ကို မြိန်စေ၏ ဟူသော စကားနှစ်ရပ်ကို အဘိဓာန်ကျမ်းပြု ဆရာမြတ်တို့၏ အယူအဆ အား လျော်မိအောင် ချင့်ချိန်ရန် သို့မည်ထင်သဖြင့် အနည်းငယ်ချဲ့ကာ ရှင်းလင်းဖော်ပြပါအံ့။

ပြောင်းဖူးဆံ အချောက်သည် အစိမ်ခံတတ် ကာလနေ၏၊ ကချိုခံတတ် နည်းပါး၏၊ အဆိမ့် ခံတတ် လျော့ပါးနေ၏၊ ကြမ်းတမ်းသော အစာဖြစ်၍ အစာကို ခြောက်ကျစ်ခဲ၏၊ ထို့ကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌ ရှိသော ရသရည် သွေး အသား အရိုး ချဉ်ဆီ သုက် စသော ဓာတ် (၇) ပါးတို့ အဖြစ်နည်းကုန်၏၊ ၎င်းတို့သည် ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌ အစိုဓာတ် ရှေ့ ဓာတ်များ ဖြစ်ကုန်၏၊ ၎င်းတို့နည်းသည်နှင့် အမျှ ခြောက်သွေ့သည်နှင့် အမျှ လေဓာတ် သည် ပွားများလာစမြဲဖြစ်၏၊ ထို့ကြောင့် သူကျွန်းပါဒဖြစ်သူ လေဝန်းမိသူ ထုံနိုင်ရောဂါ ရှိသူ ချိန့်သောရောဂါရှိသူ သလိပ်များ၍ အသံဝင်, အသံတိမ်သောသူ အဆီတိုးရောဂါ ရှိသူ အချိုတိုးသော အချိုများသော ရောဂါရှိသူ ချုပ်ဖိုးသော ရောဂါရှိသူတို့သည် ထိုပြောင်းဆံအခြောက်နှင့် သင့်လျော်ပေကုန်၏၊ ဥပမာ ဆီးချိုရောဂါရှိသော သူ၌ တိုက်ရိုက်အနေဖြင့် အချိုနည်းပါးသွားအောင် ဆီးနည်းပါးသွားအောင် မလုပ်နိုင် သော်လည်း ဘဆင့်တဆင့် သွယ်ဝိုက်သော အနေဖြင့် ထိုအချိုတိုးသမျှတို့ကို တားဆီးနိုင်, နှုတ်ပယ်နိုင်၏၊ ကာကွယ်နိုင်၏၊ ပြောင်းဆံကို မသိထားဘဲ ပြောင်းဆံ၏ တည်ရာ ပြောင်း အူရိုးကို ရေနွေးကျိုသောက်သကဲ့သို့ သုံးခွက်တခွက်တင် ကျိုသောက်ခြင်း, ပြောင်းဖူး

ထိပ်ရှိ အမွေးအမြှင်များကို ကျုံးသောက်ခြင်းဖြင့် အချိုတိုးသောရောဂါ များစွာ လျော့ပါးကြောင်း ကိုယ်တွေ့အနေဖြင့် သိနိုင်ပေသည်၊ ခပ်များများ ထနေ့ သောက်လိုက်ခြင်းဖြင့် ဆီးများခြင်း အကြိမ်များခြင်းတို့သည် တနေ့တည်းနှင့် ပင်လျှင် လျော့ပါးသွားနိုင်ပေ၏၊ ဆီးချိုရောဂါများကို သွယ်ဝိုက်သော့အနေဖြင့် ပယ်နိုင်သည်ကို ဆိုလိုရင်း ဖြစ်၏၊ ဤ၌ အလှူးသတိပြုရန်မှာ ဆီးချိုရောဂါသည် အမျိုးအစား အမြားသရုပ် များလှ၏၊ သွေးတိုး သွေးပွားခြင်းနှင့် ယှဉ်သော ဆီးချို၊ အဆီတိုးရောဂါနှင့် ယှဉ်သော ဆီးချို၊ ရေငတ်ခြင်း ကျင်ငယ်များခြင်း ကျင်ငယ်အကြိမ်များခြင်း ဖြစ်သော ဆီးချိုမျိုးတို့၌ သာ သင့်လျော်သည် ဟု ဖော်ပြလိုပါသည်။

အကြောင်းမူ ဖော်ပြခဲ့သော မြောင်းဖူးဖျော်ရည်၏ ဂုဏ်သတ္တိကို မြောက်ထပ်စေ၏ ဟူသော စကားသည် ပင်လျှင် အထောက်အထား တရပ်အနေဖြင့် မခိုင်အပ ဖော်ပြထားသောကြောင့်တည်း။

မြောင်းဖူးအဆိုသည် ပဖြိုးစေ၏၊ နှုတ်ကိုမြိန်စေ၏ ဟု ဆိုရာ၌ မှယ်ဘွယ်ရာလိုပေသေး၏၊ အစိုသည် သာမန်အားဖြင့် တည်ရှိနေသော အကောင်းဆုံး ထန်းများထက် ၎င်းသည် နှုတ်ကို မြိန်စေ၏၊ ရသသွေးသားတို့ကို ပွားစေ၏၊ ခန္ဓာကိုယ်တွင်းရှိ ပိန်ခြောက်စေတတ်သော သည်းခြေဓါတ်အပူနှင့် လေဓါတ်တို့ကို တားမြစ်နိုင်သောကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်တွင်း ရသရည် သွေးသား ပြည့်ဖြိုးစေတတ် ခမ်းခြောက်လူတို့သည် မြောင်းဖူး အစိုနှင့် လွန်စွာ သင့်လျော်ပေ၏၊ ပြုတ်စားသည်ထက် အစိမ်း ခွာ၍ မီးဖုတ်စားခြင်းသည် ပို၍ သင့်၏၊ ၎င်း၏ ဓါတ်မြှင့်နိုင်ခဲ့သော ပြဓာတ်တ (ယက်သောသဘော) တို့သည် အခွံအုပ်မှ မီးဖုတ်ခြင်းဖြင့် အနှစ်၌ သာ ကျန်ရစ်မှု၏၊ အပြင်သို့ လွင့်ထွက်သွားခြင်း မရှိပေ၊ ထိုထက် နှမ်းဆီ ကောင်းကောင်း ဆိုမုန့်ပုံ ဖလော်ပထမစ်စ်တို့နှင့် ကျော်စားလျှင် ပို၍ ပင် ကောင်းမြတ်လှ၏။

မွေးကိုင်း

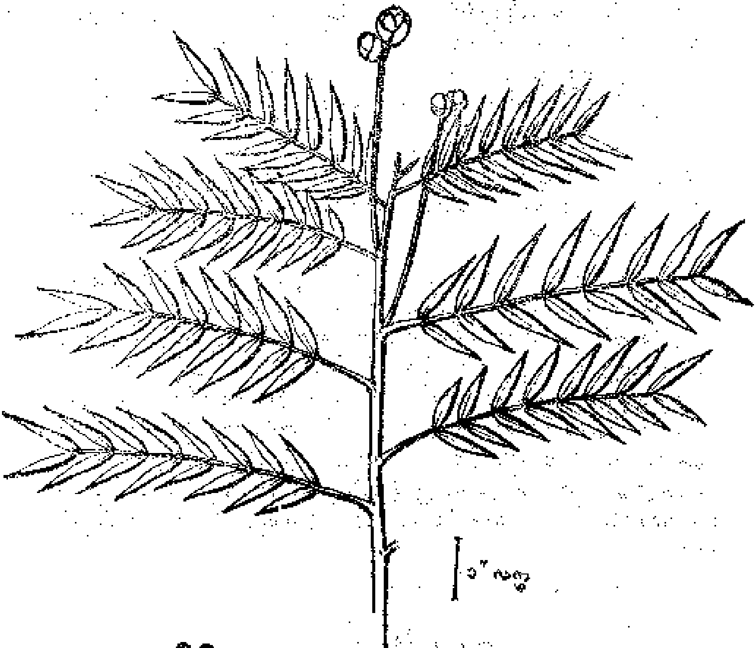
သက္ကတ स्वर्णपत्री

ဟိန္ဒူ सनाय (ဆနာ,ယ်)

လက်တင် Cassia Elongata

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မွေးကိုင်းရွက်သည် မကြီးရွက်နှင့် တူသည်၊ သို့ရာတွင် မကြီးရွက်ယက်ထက် အလျား အနံ ကြီးသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။မွေးကိုင်းသည် ချုပ်ခြင်း၊ ဝမ်းမီးနှ့ံခြင်း၊ အသည်းရောဂါ၊ ဝမ်းပိုက်ရောဂါ၊ အမျိုးရောဂါ၊ အစာမကြေခြင်း၊ ဝိသပအဖျား၊ ကိုယ်ရောင်ခြင်း၊ ကိုယ်အရေဖျော့ခြင်း စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။



ပွေးကိုင်း

CASSIA ELONGATA.

सनाय (ဆနာ့ယ်)

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

မကောင်းသောကိုယ်ခန္ဓာ။ ။ပွေးကိုင်းကို ညောင်ဗုဒ္ဓဟေဒေါက်နှင့် သောက်ခဲ့သော် မကောင်းသော ကိုယ်ခန္ဓာသည် ပျောက်၏။

အစာမကြေခြင်း။ ။ပွေးကိုင်းကို ချင်းခြောက်ရေနှင့် သောက်ခဲ့သော် အစာမကြေခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ရေမျှင်း။ ။ပွေးကိုင်းကို ငါးမြုံသီးရေနှင့် သောက်ခဲ့သော် နှာခေါင်းရောဂါ နှင့် ရေမျှင်းရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ရင်ဘတ်အောင့်ခြင်း။ ။ပွေးကိုင်းကို သရက်သီးရည်နှင့် သောက်ခဲ့သော် ရင်ဘတ်အောင့်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

အသိပ်။ ။ပွေးကိုင်းကို ဆိတ်နို့ ဖိန်းချဉ်နှင့် သောက်ခဲ့သော် အသိပ် ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဝမ်းပိုက်ရောင်ခြင်း။ ။ပွေးကိုင်းကို ဆိတ်ကျင်ငယ်ရည်နှင့် သောက်ခဲ့သော် ဝမ်းပိုက်ရောင်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ဆံပင်မြူခြင်း။ ။ပွေးကိုင်းကို ကြိုယ်မှုန့်ရွက်ရည်နှင့် သောက်ခဲ့သော် ဆံပင်မြူခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ခေါင်းကိုက်ခြင်း။ ။ပွေးကိုင်းကို ကုလားအုပ် ကျင်ငယ်ရည်နှင့် သောက်ခဲ့သော် လေကြောင့် ခေါင်းကိုက်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

သည်းခြေပေါက်ပြန်ခြင်း။ ။ပွေးကိုင်းကို သကြားနှင့် ဆေ့၍ သောက်ခဲ့သော် သည်းခြေ ပေါက်ပြန်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

မှတ်ချက်။ ။ပွေးကိုင်းသည် ရှေးအခါက မြန်မာပြည်တွင် စိုက်ပျိုးကြခြင်း မရှိသဖြင့် နိုင်ငံခြားမှ မှာယူတင်သွင်းရသောကြောင့် မှာယူရာ တိုင်းပြည်အနေဖြင့် အမျိုးအမည် ကွဲပြားနေသည့်အတိုင်း ဖော်ပြပါသည်။

ပွေးကိုင်းသည် (၂)မျိုး ရှိ၏။ (၁) အခါရစ် ပွေးကိုင်း နှင့် (၂) အိန္ဒိယပွေးကိုင်း ဟု (၂)မျိုး ရှိ၏။ အခါရစ်ပွေးကိုင်းမှာ ၁ လက်မသာသာမျှ ရှည်၏။ အရင်းအဖျား ချွန်သည်။ အိန္ဒိယပွေးကိုင်းသည် ရှည်ရှည်တိုင်း ရှည်၏။ ထိုနှစ်မျိုးတွင် အခါရစ်ပွေးကိုင်း သည် အကောင်းဆုံး ဖြစ်၏။ အိန္ဒိယပွေးကိုင်းသည် တခြားသော ဆေးရွက်များ ရော လျက် အသုံးပြုနိုင်၏။ ပွေးကိုင်းသည် လူသိများ မှားမှာ အကျိုးပြုသော အပင်မျိုး ဖြစ်သဖြင့် ၎င်းနှင့် သက်ဆိုင်သည့် အကြောင်းအရာကို အကြံသက် ဖော်ပြလိုပါသေး သည်။ ပွေးကိုင်းအခေါက်ကိုဖြစ်စေ အရွက်သော်လည်းကောင်းဖြစ်စေ အသုံးပြုရ၏။ အဆီထုတ်၍ လည်း အသုံးပြုရသည်။ ပွေးကိုင်း၌ ဖုံးရှိသော အနံ့တမျိုး ရှိသည်။ ၎င်းအနံ့ ပျောက် ရန် မြန်မာဗိန္ဒောဆရာတို့သည် မီး အနည်းငယ် သင်း၍ အသုံးပြုကြသာ၏။ လွှမ်းကျွင်

ပြဲဇာခေါက် ခန်းသွားသောကြောင့် ခေတ်မသက်တော့ချေ၊ မြန်မာပြည်တွင် ရှေးက တောပွေးကိုင်း အရိုင်းများ သာ ရှိ၍ ဆေးတွင် လွန်စွာ အကျိုးပြုသောကြောင့် နိုင်ငံခြားမှ မှာယူ တင်သွင်းရသဖြင့် သဘောကျန်စေး ပစ္စည်းတမျိုး ဖြစ်နေသည်၊ ယခုအခါ၌မူ အောင်မြင်စွာဖြင့် စိုက်ပျိုးရရှိနိုင်ပြီဖြစ်၍ သဘောဝပွေးကိုင်း ဟု မဆိုနိုင်တော့ချေ၊ အထူးသတိပြုရန်မှာ ပွေးကိုင်းသည် မြန်မာပြည်တွင် စိုက်၍ ဖြစ်ပြီး စိုက်ထားသော မျိုးသည်လည်း အာဏာ်တန်းကျသော မျိုးပင် ဖြစ်သည်၊ သုံးစွဲရာ၌ အချို့ ပွေးကိုင်းသည် လိုသလို ခေတ်သက်သည်၊ အချို့ ပွေးကိုင်းသည် ခေတ်မသက်ဘဲ ဝမ်းပိုက်ကယ်တင်းနေတတ်သည်၊ တမျိုးတည်း ပင် ဖြစ်လျက် ဤကဲ့သို့ အကျိုးသွား ကွဲပြားရခြင်းသည် ပွေးကိုင်းအဖြစ်သို့ ရောက်အောင် ထုတ်လုပ်မှု၊ ထားသိုမှု ကွာခြားခြင်းကြောင့် ဖြစ်သဖြင့် ကျွမ်းကျင်မှုဖြင့် စီမံ ကွပ်ကဲထားပြီး ထုတ်လုပ်သောဌာနမှ သုံးစွဲကြရန် မမေ့သင့်ကြပေ။

ပွေးကိုင်းကို ယူရာ၌ နုလွန်းလျှင်လည်း မကောင်းပေ၊ ဝင်းအရွက်မျိုးသည် တွန့်လိမ်နေတတ်သည်၊ ရင့်လွန်းလျှင်လည်း မကောင်းပေ၊ ရွက်ဝါ မှိုပြောက် စသည် ပါလာတတ်၏၊ နေပူ နှင့် မကျလွန်းလည်း မကောင်းပေ၊ ဖူးပြီးသည့်နောက်တွင် နှင်း များစွာ တွေ့ပြီး အအေးနှင့် ရေငွေ့ ခြောက်ရသော ပွေးကိုင်းသည်လည်း မကောင်းချေ၊ ထိုအဖြစ်မျိုးမှ လွတ်ကင်းသော (ဗိသားရှိသော) ပွေးကိုင်းမျိုးကို သာ အသုံးပြုရန် သင့်၏။

အထက် ဖော်ပြပါအတိုင်း ပွေးကိုင်းယူနည်း၊ ထားသိုနည်း၊ စီမံပြုလုပ်နည်းတို့ နှင့် စနစ်တကျ ရရှိသော ပွေးကိုင်းသည် သာ လူသားတို့အား အပြည့်အဝ ၎င်း၏ ဖွမ်းရည်သတ္တိဂုဏ်ဖြင့် အကျိုးပြုနိုင်ပေလည်း၊ တမျိုးမျိုး ချို့ယွင်းခဲ့သော် လိုအပ်သော အကျိုးသို့ ရောက်အောင် ပို့ဆောင်နိုင်မည် မဟုတ်ပေချေ၊ ခေတ်မသက်ခြင်းမှ ခေတ်သက်ပြီး နောက် လေမရခြင်း ဖြစ်ပြီးလျှင် ဝမ်းပိုက်တခုလုံး ကယ်တင်း၍ လာတတ်၏၊ လေသည် ချုပ်ကယ်နေသဖြင့် ခေတ်မသက်စေရုံမက ဆီးကိုလည်း ချုပ်စေ၏၊ ချုပ်သောလေသည် အထက်သို့ အားပြုလာသောအခါ အန်လိုခြင်းများလည်း ဖြစ်လာတတ်၏၊ ဝမ်းမီးမျက်၏၊ ပို့အန်ခြင်း စသော အာသာလည်း ဖြစ်လာတတ်၏၊ နှလုံးပြုခြင်း၊ စားသောက်မကောင်းခြင်းလည်း ဖြစ်လာတတ်၏၊ ထို့ကြောင့် စည်းစနစ် ကျနစွာ ထုတ်လုပ်ထားသော ပွေးကိုင်းကို ရအောင် သတိပြု၍ ယူပြီး အသုံးပြုရာ၏။

မြန်မာပြည်တွင် ယခုအခါ စိုက်ပျိုးရန် အစိုးရတို့ ရှာဖွေပေးသော မျိုးစေ့သည် မြန်မာပြည် ရာသီဥတုနှင့်လည်း ကိုက်ညီ မျိုးလည်း အကောင်းစားဖြစ်၍ လွန်စွာ အာဏာ်တန်းကျသော ပွေးကိုင်း ဖြစ်လင့်ကစား ဖော်ပြခဲ့သော ပျူငံချိန်၊ နေလှမ်းမှု၊ ထိန်းမှု စသည်တို့၌ စနစ်မကျသောကြောင့် ဆေးပစ္စည်း ရောင်းဝယ်ရေးဌာနမှ မဝယ်ယူဘဲ စိုက်ပျိုးသူတို့၏လက်တွင် ကျန်နေသော ပွေးကိုင်း အညံ့များ၊ ဗိမရှိသော ပွေးကိုင်းများ အမျိုးအစားပင် ယခုတောင်သူတို့သည် ပွေးကိုင်း သုံးသော နေရာများတွင် ဈေးချိုချို ဖြင့် ရောင်းကြ၏၊ စိုက်ပျိုးသောအခါ၌ မျိုးကောင်း မျိုးသန့်ပင် ဖြစ်လင့်ကစား ပွေးကိုင်း အညံ့များအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိသွားရ၏၊ မြန်မာပြည်ထွက် ပွေးကိုင်း ဟု ခေါ်ဝေါ် သုံးစွဲပြီးလျှင် မြန်မာပြည် ပွေးကိုင်းကို ပတ်လျှင် နာမည်ပျက်စေရုံမက လူသားတို့အား

များစွာ ဆိုးကျိုးကို ပေးနိုင်သဖြင့် လိုရင်းမရှိသော ပွေးကိုင်းကို အထူး ရှောင်ကြဉ်ရာ၏၊ ထိုသူများကို သားမပေးကြရန် အထူး သတိပြုရာ၏။

ပွေးကိုင်းတွင် ပဥ္စဘုတ်နည်းအားဖြင့် ဝါယောဓာတ် ကိန်းအောင်းနေသည်၊ ၎င်းသည် ဓာတ်ကို သက်စေပြီးနောက် (သို့မဟုတ်) ဓာတ်ကို သက်စေခါနီးတွင် ရစ်နာစေတတ်သည်၊ ၎င်းတို့ကို ပျောက်ရန် မြန်မာ ဗိန္ဒောဆရာတို့သည် မီးသင်း၍ အသုံးပြုကြကုန်၏၊ ၎င်းရစ်နာသည်ကို ဖြေနိုင်ရန် လေနီးလျက်ပြုတ်ရေ ပူပူကို သောက်ပေးရာ၏၊ မိမိ နေရာ ဌာန မြေကွက်လပ်တွင် စိုက်ထားပါက အပွင့်လည်း လှပ၍ ကြက်သရေလည်း ရှိပေ၏၊ မည်သည့် ဆေးဘက်ကိုမျှ ပရမေကာမှ အညောင်းပူ ဆီးပူ ခြေပူ အခိုးပူ အပူတ်အနိုးကို နှိမ်ရန် ဝမ်းနုတ်ဆေးအဖြစ်နှင့် သုံးလိုသော် နို့ လဘက်ရည် ပုဂံထဲတွင် ပွေးကိုင်းပြုတ်ရည်ကျကျတဇွန်း သို့မဟုတ် အခြေအနေကိုကြည့်၍ ရောစပ်မွှေနှောက်ပြီး သောက်ခဲ့သော် သောက်ရလည်းကောင်း, မလိုအပ်သော ဒေါသ မလ များကိုလည်း ထုတ်ပယ်ပေးနိုင်၏၊ ၎င်းကို (ခီရဝိရေစန) နို့ဝမ်းနုတ်ဆေး ဟု ခေါ်ကြ၏၊ သို့ဖြစ်၍ အလှအပ အဆန်နှင့်လည်း သင့်, ကျန်းမာရေးကိုလည်း အကျိုးပြု, တိုးချဲ့စိုက်ပျိုးခဲ့သော် စီးပွားရေးလည်း ဖြစ်ထွန်းနိုင်သဖြင့် များစွာ စိုက်သင့်သော အသက်သပင် ကျေးဇူးရှင်ပင် ဖြစ်တော့သည်။

ပွေးကိုင်း (ဘုံဘိုင်)

သက္ကတ — မာရ်ကဘိမ္ဗုက၊

ဟိန္ဒီ — ဟ္မုဒ္ဓိစရာ (ဘူဂျာဝါပီတား)

လက်တင် — Cassia Angustifolia

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ချုပ်ခြင်းကို ကင်းစေ၊ ခံတတ်၏၊ သာလောင်ခြင်းကို ငြိမ်းစေ၏၊ ဝမ်းပိုက်အောင့်ခြင်း, အသဲရောဂါ, အဖျင်းကြီးခြင်း, သည်းခြေချဉ်ပြန်, ဂုမ္ဗာအစြေ, ဝါသင့်နာ, နူနာ, အဆိပ်, ပေါ့ဘင်းဖိုး, အသက်ရှူရာ၌ အနံ့မကောင်းခြင်း, မြင်းခြံနာ တို့ကို ကောင်း၏။

ပွေးကိုင်း (တော)

သက္ကတ (ဘူမျာဂတကိ)

ဟိန္ဒီ (ချိန္နာတစောန္ဒာ)

လက်တင် Cassia abovata

မုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းတောပွေးကိုင်းသည် အမြဲ စိမ်းလန်းစိုပြေလျက် မြေတွင် ဖြန့်၍ အုပ်၍ ပေါက်တတ်၏၊ ၎င်းပင်အမြင့်သည် ၁-ပေမှ ၃-ပေအထိ မြင့်၏၊ ၎င်း၏ ပင်စည်ခက်မတို့သည် နုးညံ့၏၊ အစိမ်းဖျော့ရောင် ရှိ၏၊ အရွက်သည် ရှည်၍ ဝိုင်း၏၊ ၂-လက်မမှ ၄-လက်မအထိ ရှည်၏၊ အရောင်မှာ အစိမ်းဖျော့ရောင် ရှိ၏၊ အမွေးနုများလည်း ရှိ၏၊ ၎င်းအပွင့်သည် အရွက် အောက်ငယ်၏၊ အသီးသည် လုံးလျက် (သ) ရေးကောက် သဏ္ဌာန် ကွေးညွတ်၍ နေ၏၊ ၎င်းအသီးတောင့်တွင် ၆-ခုမှ ၁၂-ခုအထိ အစေ့များ ရှိ၏၊ ၎င်းတောပွေးကိုင်းသည် လက်ယုံးဖွဲ့နေသော ပွေးကိုင်းအယဉ် အောက် ယှက်လျှော့သော အရွယ်သဏ္ဍာန် ရှိ၏။

[၆]

ဖရောင်းပင် (သစ်)

သက္ကတ [illegible]

ဟိန္ဒီ [illegible] (ပဟာရိတိသ,ဝ)

လက်တင် Sapium sebiferum

မုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်သည်၊ အကိုင်းစိုသော အစိတ်အပိုင်းတို့သည် ချောမွတ်၍ တောက်ပသည်၊ အပွင့် ငယ်၍ ဝါသည်၊ အရွက်သည် ရှည်၏၊ ပြီးညွှတ် ရှိ၏၊ ၎င်းသည် တောင်ကြက်မျိုး ဖြစ်သည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဝင်၏၊ အရွက်ရည်ကို အရေပြားတို့ကို ပွေးဝေ့၍ သုံးရ၏၊ အဆုတ်ကို ကြီးစေ၏၊ အရေပြားရောဂါ၊ ဝဲနာ၊ နူနာ စသည်တို့၌ အသုံးပြုရသည်။

ဖရဲသီး (အချို)

သက္ကတ — कालिंदः

ဟိန္ဒီ — तरबूज (တရ်ဗူဇ်)

လက်တင် — Citrullus Vulgaris

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် နွယ်မျိုး ဖြစ်သည်၊ အရွက် ဝ-လာဘ်မပျှ ရှိ၏၊ အပွင့် ဝါ၏၊ အရွက် စသည်တို့၌ အမွေးနုများ ရှိသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အများအားဖြင့် အသီးကို အသုံးပြုရသည်၊ ချို၏၊ အေး၏၊ အစိမ်းသည် အားကို ဖြစ်စေ၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏ ဝဖြိုးစေ၏၊ ပလ တိုကို ချုပ်စေ၏၊ သလိပ်ကို ဖြတ်၏၊ သုက်ကို ပျက်စီးစေ၏၊ မျက်စိကို ကြည်လင်စေ၏၊ အမှည့်သည် သည်းခြေကို ဖြစ်စေ၏၊ အစေ့ဆံသည် ခွန်အားကို ဖြစ်စေ၏၊ နှလုံးကို မြိန်စေ၏၊ ဝတ်ကိုကို ပွားစေ၏၊ အရွက်သည် ဝါး၏၊ သွေးတိုကို ပွားစေ၏၊ အစိမ်းသည် သည်းခြေကို ငြိမ်းစေ၏၊ အမှည့်သည် သလိပ် သည်းခြေဓါတ်ကို ငြိမ်းစေ၏၊ မျက်စိနှင့် စပ်သောရောဂါ၊ ရေဂတ်ခြင်း၊ ယားယံသောရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ဖရဲသီး (အခါး)

သက္ကတ — महेन्द्र वारुणी

ဟိန္ဒီ — बड़ी इन्द्रायण (ဗဒိုးဣန္ဒြာယန်)

လက်တင် — Citrullus Colucynthis

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နွယ်မျိုး ဖြစ်သည်၊ နွယ်များကို ဖြတ်တောက် ဖျက်ဆီးသော်လည်း အမြစ်ကား မသေ၊ အဖိုအမ နှစ်မျိုး ရှိရာ အဖိုသည် အဆုပ်လိုက် ပွင့်၍ အမသည် တခုစီ တခုစီသာ ပွင့်၏၊ အသီးသည် ဖရဲသီးကဲ့သို့ ဝိုင်း၏၊ အသီးနုမှာ အစောင်းစိမ်း၍ ရင့်လျှင် ၎င်းအသီး ပေါ်တွင် ဖြူသော အစင်းကြောင်းများ ရှိ၏၊ ၎င်းသည် ပဋ္ဌ ဝါ ခါးသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အများအားဖြင့် အသီး အမြစ်ကို အသုံးပြု၏၊ ခါး၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ စပ်၏၊ ဝမ်း ချုပ်စေ၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ သည်းခြေ သလိပ်ကို နိုင်၏၊ ကိုယ်ရောဂါ အဖုဦး၊ ဝမ်းပိုက်၊ ပန်းနာ၊ ချောင်းဆိုး၊ နနာ၊ ဂူလုံး၊ မြင်းဖု၊ အနာပေါက်၊ တုလားသရော၊ မကောင်းသောကိုယ်ဝန်၊ အစာမကြေရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

နို့ အုံရောင်ခြင်း။ ။၎င်းအမြစ်ကို သွေး၍ လိမ်းပေးသော် (သို့မဟုတ်) အမြစ်ကို ကြိတ်၍ အုံပေးသော် မိန်းမများ နို့ လုံ ရောင်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ဆီးချုပ်ရောဂါ။ ။ဖရုံခါးအသီး နှင့် သနပ်ခါးစေ့ကို သင့်ရုံ ဖက်စပ်၍ ဖျော်သောက်က ဆီးချုပ်, ဆီးအောင့်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

မီးဖွားခြင်းလွယ်ကူရန်။ ။၎င်းဖရုံခါးမြစ်ကို သွေး၍ နွားနို့ ထောပတ်နှင့် ရောပြီး လျှင် ယောနိတွင် လိမ်းပေးပါက အလွန် ခက်ခဲစွာ မွေးဖွားရသော မိန်းမသည် လွယ်ကူစွာ မီးဖွားနိုင်သည်။

သွားပိုးကိုက်ရောဂါ။ ။ဖရုံခါးသီးကို အခြောက်လှမ်းပြီး သင့်တော်ရာဖြင့် အငွေ့ ပြု၍ ပါးစပ် (ဟ) ထား ဖိုင်းခံမှု သွားကို ဖျက်ဆီးသောပိုးများ ပျက်စီး၍ သွားနာ သွားကိုက်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ဖရုံသီး (ကျောက်)

သက္ကတ [illegible]

ဟိန္ဒီ [illegible] (ပေဌာ)

လက်တင် Benincasa Cerifera

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ကုလသီးများ၏ ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။သုက်ကို ပွားစေ၏၊ လေပြိုး၏၊ ဆီးအိမ် စင်ကြယ်၏၊ အားဖြစ်စေ၏၊ နှလုံးကို အကျိုးပြု၏၊ ဆီးချုပ်ခြင်း, အောင့်ခြင်း, ကျောက်တည်ခြင်း, ရေငတ်ခြင်း, နှုတ်မမြိန်ခြင်း, လေ နှင့် သည်းခြေ ဖောက်ပြန်ခြင်း စသည်တို့ကို နိုင်နင်း၏။ အသီးစိမ်းသည် အထူးအားဖြင့် အေး၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို ဖြစ်စေ၏။ အသီးမှည့်သည် အနည်းငယ်မျှ အေး၏၊ ဝမ်းမီးတောက်၏၊ ပြေကျက်လွယ်၏၊ နှုတ်မြိန်စေ၏၊ ဆီးအိမ် စင်ကြယ်စေ၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို နိုင်၏၊ ရှင်လင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ချောင်းဆိုး နှင့် ပန်းနာရင်ကျပ်။ ။၎င်းအမြစ်မှုန့်ကို ရေနွေးနှင့် အနည်းငယ် လျက် ပေးပါက ကြောက်ဖွယ်ကောင်းသော ချောင်းဆိုးရောဂါ နှင့် ပန်းနာရင်ကျပ်ရောဂါ ပျောက်ကင်းသည်။

ကာသလင်း။ ။ကျောက်ဖရုံပင် ၆ ·ပဲသားကို ကြိတ်၍ မားမှ ကာလဝမ်းရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ပိုးရောဂါ, သန်ရောဂါ။ ။ရင်းဖရုံအစေ့ ၆ ·ပဲသားကို နှမ်းဆီနှင့်ရော၍ သောက်ပြီးနောက် အသန်ကြာသောအခါ နူးညံ့သော ဝမ်းနှုတ်ဆေးကို သောက်က ဝမ်းတွင်း၌ ပိုးများ, သန်များ ကျဆင်း ကုန်၏။

သွေးယိုစီးခြင်း။ ။ကျောက်ဖရုံသီး၏ သတ္တုရည်ကို ၁ ·ကျပ် ဂ ·ပဲသားမျှ သောက်ပါက သွေးယိုစီးသော ရောဂါများ ပျောက်ကင်း မြန်သာ၏။

ဆီးအောင့် ကျောက်တည် ရောဂါ။ ။ကျောက်ဖရုံ အရည် ၃ ·ကျပ်သားတွင် ရှိန်းခိုနှင့် ဂျုံပြာဆား ရင်းမရှုမူ ဇဝက်သာ လက်သစ်ကို အနည်းငယ်မျှ ရော၍ သောက်ပါ၊ ဆီးမပေါက်ခြင်း, ကျောက်တည်ခြင်း, ဆီးအိမ် ဒီဝေါ်ပါး နာကျင်ခြင်း စသော ရောဂါများ ပျောက်ကင်းသည်။

ဖရုံဒါး။ ။ဖရုံသီးသည် ချက်ပြုတ် စားသောက်ရန် ကင်းစား အနေနှင့် လူတကာသိကြပြီး ဖြစ်၏၊ ဆေးသုံး အနေဖြင့်ကား သိက်ဓရသံဟိတာ, ဝေဿဒ္ဓမဥူသာ, ဓရကသံဟိတာ စသော ကုသိုးကျမ်းကြီးများ၌ များစွာ ဖော်ပြထားသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ဤ၌ ဖော်ပြအပ်သော ကျောက်ဖရုံသည် ဖရုံချို ဖြစ်၏၊ ဟိုအရုံချိုမျိုးမှ သီးသန့် ထွန်းလာသော ဖရုံခါးမျိုး ရှိ၏၊ သခွားများ ထွန်းပြီး ခါးလာသကဲ့သို့တည်း၊ ထိုသို့ ထွန်းပြီး ခါးသော ဖရုံခါးမှ တပါး အမျိုးအားဖြင့် ခါးသော ဖရုံခါးတမျိုး ရှိသေး၏၊ ၎င်းသည် အကြီးမျိုး အသေးမျိုး နှစ်မျိုး ရှိသည်၊ အဖတ်မျိုးသည် ပို၍ ခါးသည်၊ ရှေးအာက်များစွာ ဝင်း၏ အလွန် ကုစားရန် ခက်သော ဝါဘရက် ရောဂါ ခေါ် သွေးလွန်လေလွန် ရောဂါကြီး၌ များစွာ အသုံးပြုကြ၏၊ အသစ်နှရောင်ရောဂါ, အဆစ်ကိုက် ရောဂါ, ကြိုတင်၍ သွေးခန်းချုပ်ပြီးလျှင် သွေးကျိတ် လေကျိတ် ရောဂါများ၌ များစွာ အကျိုးပြု၏၊ အခြားသော မှဥ်ဘက်ဆေးတို့နှင့် အသုံးပြုခဲ့သော် များစွာ အကျိုးပြုသည်ကို တွေ့ရ၏၊ အချိန်မရွေး ၎င်းအသီးကို မရနိုင်သဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် ထိုဖရုံခါးကို ရသောအချိန်၌ အခြောက်လှမ်းထားပြီးလျှင် ထိုအခြောက်မှုန့်ကို ထည့်သွင်းပြီး အကြိမ်ပေါင်းများစွာ အသုံးပြုခဲ့ဘူးပါပြီ၊ ခါးသည် ဖြစ်၍ မည်သူမျှ မသုံးသော အလေ့ပေါက်ပင်သည် "သိဿဖော်စား" ဟူသော ဝိဇ္ဇာ ဆရာမြတ်တို့၏ ဆောင်ပုဒ်အတိုင်း လူသားတို့အား သူ့ကျကျနှင့်သူ များစွာ အကျိုးပြုပါသဖြင့် ဗယဆေး ပစ္စည်းတို့၏ အကျိုးအာနိသင် ဂုဏ်အင် သတ္တိကို သိအောင် ကြိုးစားဆာသည်။

ဖရုံသီး (ရွှေ)

သက္ကတ ကူဿမာဏ္ဍီ
ဟိန္ဒီ ကါဒူ (ကဒ္ဒူလာ)
လက်တင် Cucurbita maxima

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။နွယ်ပင်မျိုး ဖြစ်သည်၊ အရွက်မှာ ကျောက်ဖရုံရွက်နှင့် တူသော်သည်။ ညိုချောင်သန်းရွှံ ဓိမ်း၏၊ အရွက်ကြီး၏၊ အမွေး ကြမ်း၏၊ အပွင့်သည် ဝေါ်ပဲလောင်းပုံ ပွင့်၍ ဝါ၏။ အသီးဝိုင်း၍ ကြီး၏၊ သို့ရာတွင် လုံးရှည်လည်း ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် ဓမ်းရည်။ ။အရေးအားဖြင့် အသီးကို အသုံးပြုရ၏၊ အသီးသည် ဖျော်၏၊ အေး၏၊ သွေးအံ သွေးလျှ ရောဂါကို ဖျက်ဆီးတတ်၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ အမှည့်သည် လျှာဖြူ သိမ်းခဲသော ခါးသော အရသာ နှင့် ငံပြုံ အရသာ တပျိုးပါ၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ လေ နှင့် သလိပ် ဝေါ်သကို ဖျက်ဆီး၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ကိုယ်ရေ ရောဂါ။ ။ရွှေဖရုံသီး အပင့်သော ပဂြိုက်သော အသီးနုမို ချုံပြုန် နှင့် ကျပ်ကျပ် နယ်၍ ထွက်လာသော အရည်ကို မျက်စဉ်း ခပ်၍ ခပ်၍ ပေးပါက ကိုယ်ရေ (ကာမလာ) ရောဂါ ပျောက်ကင်း ချမ်းသာ၏။

ဥက္ကောက်ခြောက် ရောဂါ။ ။ရွှေဖရုံသီး နှင့် မုန်းကျည်းသီး သကြား ခဲ များ ရောနှ၍ ဆေး ပြုလျှင် အဝက်နှင့် စပ်၍ ပြုအရည်ကို သင့်သလို သောက်မှုသော် ဓိက်ပုံ့ လှုပ်ခြင်း ခေါင်းကိုက်ခြင်း နှင့် ဥက္ကောက်ခြောက်သောရောဂါများ ပျောက်ကင်း ချမ်းသာသည်။

ပြည်တည်လာ သာမရာနာ။ ။ရွှေဖရုံသီး အဖူ ခြောက်ကို အမှုန့်ပြု၍ စားမှု ပြည်တည် လာရောဂါ ဆေးပါခြင်း၊ အဘုင်းမှ သွေးယိုစီးခြင်းများ ပျောက်ကင်းသည်။

ဖလံယောင်ဓေ့း

သက္ကတ केबुक

ဟိန္ဒီ केऊ (ကေဝူ)

လက်တင် Costus speciosus

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းသည် ပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏။ မိုးဥတုတွင် ပျားစွာ ပေါက်သည်၊ အတောင်မှ သုံးတောင် အထိ မြင့်၏၊ အရွက် ရှည်ဝိုင်း၍ အမွေးနု ရှိသည်၊ ရိုးတန်မှ စိတန်း၍ ထပ်ဆင့် ဆင့်၍ ထွက်သည်၊ အပွင့်မှာ အုပြွကျက် ပွင့်ဖြူများ, အနီရောင်ရောသော အရောင် များနှင့် ပွင့်၏။

ဂုဏ် နှင့် ရွမ်းရည်။ ။ခါးငံ၏၊ သည်ပူ ဖေား၏၊ ပိုးကြွ ယ်၏၊ ကြေကျယ် စေ၏၊ ချုပ်၏၊ ဝမ်းမီး တောက်စေ၏၊ နှလုံးကို အားဖြစ်၏၊ သလိပ်, သည်းခြေ, အဖျား, နူနာ, ချောင်းဆိုး, တုလာသရောဂ, သွေးနည်း ပင်သော ရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ဖလံ (နွယ်)

သက္ကတ अश्मन्तक

ဟိန္ဒီ झिनझरी (ဆိမ့်ဇယျူရီ)

လက်တင် Bauhinia Vahlii

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။နွယ်ပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အခွံ ကြမ်း၏၊ အနီရောင်, ဗာဒံ ရောင်, အမဲရောင် ရှိ၏၊ နူးညံ့သော အပိတ်အပိုင်းများ၌ အမွေးများ ရှိ၏၊ အရွက်ကွဲ၍ ၂- ၃ လက်မခွဲထိ ရှည်၏၊ အရွက်ညှာတန်သည် ၃-လက်မမှ ၆ လက်မ အထိ ရှိ၏၊ အပွင့်သည် ၁- လက်မခွဲမှ ၂-လက်မခွဲ ခန့် ရှိ၏၊ အသီးတောင့် အလျား ၈- လက်မမှ ၁၂-လက်မအထိ ရှည်၏၊ ၂-လက်မမှ ၃-လက်မမျှ အနံ ရှိ၏၊ အသီးတောင့် ပြား၏၊ ထို့ပြင် ၆- လက်မမှ ၁၂- လက်မ အထိ ရှိတတ်၏။

ဂုဏ် နှင့် ရွမ်းရည်။ ။အစေ့သည် ဝဖြိုး စေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ အရွက်သည် ပြိမ်သက်ခြင်းကို ပြုတတ်၏။

ဖလံပင်

ဖိဒ္ဓို အဘုံ (ဗျူလူ-ရှ)

လက်တင် Bauhinia Racemosa

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းဖလံသည် ချုံတော်မျိုး ဖြစ်၏၊ သို့သော် ပင်စည် ကောက်ကောက် ကွေ့ကွေ့ ရှိ၏၊ အကိုင်း အခက်များ မြေသို့ ညွတ်ကိုင်းလျက် နေတတ်၏၊ အရွက်မှာ ချုံတော်များအောက် သေးငယ်သည်၊ အရွက်သည်လည်း အလျားအတိုင်း အနံက ကျယ်၏၊ အလျား ၁-လက်မမှ ၂-လက်မ ရှိ၍ ၁-လက်မ သာသာမှ ၂-လက်မခွဲသာသာ ရှိ၏၊ အရွက်၏ ကြောကြက်၌ 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 ဆေးအက်ဝင် အစေးတမျိုး ထွက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဋ္ဌငါးပါးကို အသုံးပြုရ၏၊ ဖန် ချို၏၊ အေး၏၊ ဝိပါကဉ္စပ်၏၊ သလိပ် သည်းခြေကို နိုင်၏၊ ပိုးရောဂါ၊ အသဲရောဂါ၊ တုလာသရော၊ ပူခြင်း၊ မောတော်ခြင်း၊ တွေဝေခြင်း၊ ပိယမဖျား၊ ဝေဒနာအဖျား၊ သွေးဝမ်းသွားခြင်း၊ ကျောက်တည်၊ နူနာ၊ ဝက်ရူးရောဂါ၊ ကျပ်ဆီးနာ၊ အနာပေါက်၊ လည်ချောင်းရောဂါ၊ သွေးဖောက်ပြန်၊ အဆိပ်၊ ဝမ်းသက်၊ သည်းခြေကြောင့် ဖြစ်သော ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

အသီးသီး အသုံးပြုပုံ။ ။အခေါက် နှင့် အရွက်သည် ချို ဖန်သည်၊ အဖျားပျောက်စေ၏၊ တွန့်မှုံ့စေတတ်၏၊ ပိုးကို သတ်တတ်၏၊ သည်းခြေကို ပယ်တတ်၏၊ ဆီး နှင့် ဝပ်သော ရောဂါများ၊ ဂရင်ဂျီရောဂါ၊ ခယရှုံကြောင့် ဖြစ်သော အဖု အကျိတ်များ၊ အရေပြားရောဂါ၊ လည်ပင်း နာကျပ်ခြင်း၊ မြင်းဖု အဖုနာ၊ အသဲ ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ အသီးသည် ချို ဖန်၏၊ အဖျား၊ ရေသတ်ရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ တွန့်မှုံ့စေတတ်၏။

ဖလူး တောင်ရွေး

ပိုးမလောက်ပင်းကို ရှုပါ။

ဖာလာ (ကြီး)

သက္ကတ ဗလာ

ဟိန္ဒီ ဗဍီ ဣလာယစီ (ဗရီးဣလာယ်ကျီ)

လက်တင် Amomum subulatum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဖာလာကြီးပင်သည် ၂-တောင် ၃-တောင်ခန့် မြင့်သည်၊ အသီး ၃-မြောင့်ရှိ၏၊ လက်မဝက်ခန့် ရှည်၏၊ အစေ့မှာ ဖာလာငယ်ထက် ကြီး၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အစေ့ကို အသုံးပြုရ၏၊ ချို၏၊ အေး၏၊ ဝိပါကၠံ ချို၏၊ မေးကြိုင်၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ နှလုံး နှင့် အသည်းတို့ အားပေး၏၊ ဆာလောင်ခြင်းကို တိုးပွားစေ၏၊ အာကိုကို တွန်းချိုစေ၏၊ ဒေါသ သုံးပါးကို နိုင်၏၊ အကျွေပ မည်သော လေရောဂါ၊ ဝမ်းမီးနည်း၊ ရေငတ်၊ ပျို့အန်၊ ယားယံ၊ ဝမ်းဗိုက်ရောဂါ၊ ဂဏ္ဍမက် နာကျင်ခြင်း၊ သည်းခြေနှင့် စပ်သော ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ဖာလာ (ငယ်)

သက္ကတ ဧလာ

ဟိန္ဒီ ဆောဋီ ဣလာယစီ (ချိုဋီဣလာယ်ကျီ)

လက်တင် Elettaria Cardamomum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အမြဲ စိမ်းလန်း နေသော အပင် ဖြစ်သည်၊ ချင်းပင်နှင့် တူသည်၊ ၄-၅-ပေခန့် မြင့်သည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အစေ့ကို အသုံးပြုရသည်၊ ခါး၏၊ အေး၏၊ ဝိပါကၠံ ဖန်၏၊ လက်မြှက်၏၊ မေး၏၊ သည်းခြေ ဖေါ်သကို ဖြစ်စေ၏၊ ဦးခေါင်းကို ရှင်းလင်းစေ၏၊ ကိုယ်ဝန်ကို ဖျက်ဆီးတတ်၏၊ လေကို နိုင်၏၊ ချောင်းဆိုး၊ ပန်းနာ၊ မြင်းသရိုက်၊ နယ်ရုပ်၊ လည်ချောင်းနာ၊ ကျောက်တည် စသော၊ ဆီးအိမ်၌ ဖြစ်သော ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ခေါင်းကိုက်ရောဂါ။ ။ဖာလာငယ်စေ့ကို ထပ်သားမှုန့် ညနံနက် အချိန်မှန် စားက ပျောက်ကင်း၏။

ဆီးပူရောဂါ။ ။ဖာလာသငယ်စေ့ကို ကျော်၍ ပုတ္တကျိုးစေးနှင့် တားမူ ဆီး
ရောဂါ ပျောက်၏။

နှလုံးရောဂါ။ ။ဖာလာငယ်စေ့ နှင့် ပိတ်ချင်းမြစ်တို့ကို အမှုန့်ပြု၍ ထောပတ်နှ
ရော၍ လျက်ပါက နှလုံးရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဖာလာနဖိတ်

သစ်ပင် Aspecies of Cardam.om Plant

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဒေါသ သုံးပါးကြောင့် ဖြစ်သော အလွန် အေးခြင်း၊ အ
ဂူခြင်း၊ ပျို့အန်ခြင်း၊ လေအားကြီးခြင်း၊ သွေးဝေ့ခြင်း၊ အစာမကြေခြင်း၊ ချေးမထွက်ခြ
ရေငတ်ခြင်း၊ အတိသာရ၊ ကြို့ထိုးခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ အိပ်မပျော်ခြင်း၊ နူနာရော
တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မှတ်ချက်။ ။နိဃဏ္ဍုကျမ်းကြီးတို့၌ ဖော်ပြထား သည့်အတိုင်း ဖာလာကြီး ဖာလာငယ်
နှစ်မျိုးကို တွေ့ရ၏။ ဤကား စာဝင်၊ ပေဝင်၊ နိဃဏ္ဍု ကျမ်းဝင်၊ ဖာလာ နှစ်မျိုး
ဖြစ်သည်။ မှန်၏၊ ဆေးကျမ်းတို့၌ ဖာလာနှစ်မျိုး ဟု ထည့်ရန် ဖော်ပြခဲ့သော် ယင်းဖာလာ
နှစ်မျိုးကို သာ ထည့်ရ၏။ ထည့်သောအခါ၌ အတွင်းမှ အစေ့ကိုသာ ယူ၍ ထည့်
ရာ၌ များထည့်၍ မသုံးရ၊ သတိပြုရန် အချက်မှာ ဖာလာကြီးမျိုးတွင် တချပ်ပြ
လာသော တချပ်ဖာလာ ဟု မြန်မာတိုင်းရင်းဆေးဆရာတို့ ခေါ်ဝေါ်ကြသော ဖာလာ
တမျိုးရှိသည်၊ ၎င်းသည်လည်း ကြီးထွား၏၊ ရှည်မြောမြော လုံး၏၊ ဖာလာကြီး
များစွာကြီး၍ ရှည်သည်၊ မိုးတိုးဖာလာကြီးထက် ပို၍ စပ်၏၊ မီးမကောင်းသေး စသော
တို့၌ များစွာ အသုံးပြုရ၏၊ သွေးခဲအားသော အနာ၊ သွေးပွားသော အနာ၊ အ
အေးသော အနာ၊ သွေးဖောရောဂါ၊ မီးမရသော မီးရပ်ရောဂါ အစိုအပွ နှင့် ချမ်း
တုန်များ၊ ငှက်ဖျားတို့၌ များစွာ အသုံးဝင်၏၊ ဖော်ပြပါ ဖာလာကြီးအမျိုးမှ
မြန်မာပြည်နေ့သာဆရာတို့သည် ဒေသအလိုက် ပြန်မာပြည်၌ နာမည်တပ်၍ အသုံးပြု
သည်ကို တွေ့ရ၏။

၁။ ဖာလာဝဏီ။ ။၎င်းသည် အသီးတောင့်ပြား၍ ရှည်သည်၊ အရသာ
နာဒေး အဖြစ် အသုံးများကြသည်။

၂။ ဖာလာနဖိတ်။ ။၎င်းသည် အစေ့ပြား၍ ပါးပါး ရှိသည်၊ ဒွေး
စောင်များသည် လေးညှင်းကဲ့ ၎င်းသော ပွ စပ် ပါး ဆေးများနှင့် သွက ၂ ၁ ပါ ခဲဆေး
တွင် အသုံးပြုသည်ကို တွေ့ရသည်။

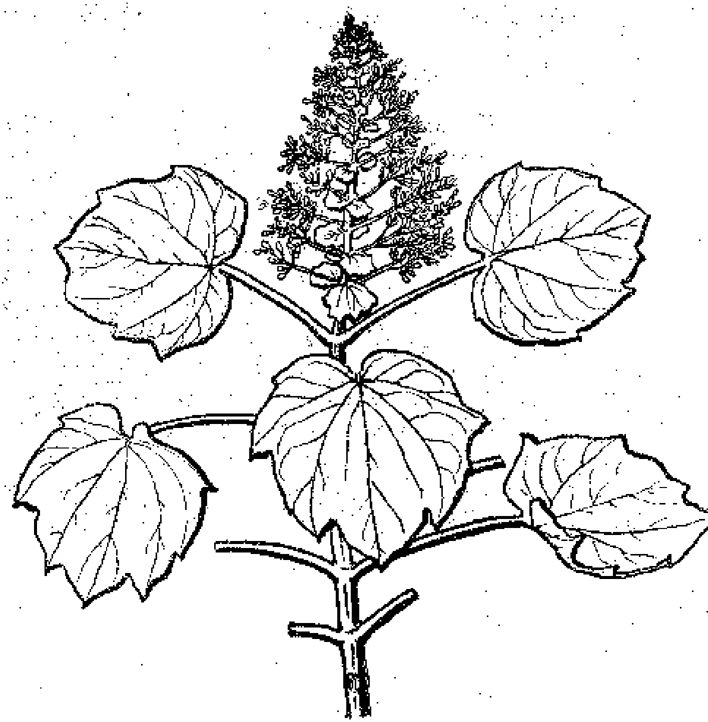
၃။ ချဉ်ပေါင်မာလာ။ ။၎င်းသည် ချဉ်ပေါင်စေ့ နှင့် တူ၍ ပွစိပ်ခါး အရသာ ရှိ၏၊ မြန်မာပြည်၌ အလွန် အသုံးပြုကြသော (မာလာ) ဟူ၍ ဆေးများတွင် ပါပါသော ၎င်းမာလာကို အသုံးပြုကြကုန်၏။

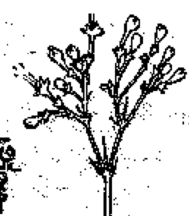
ဖော်ပြသည့်အတိုင်း မာလာတို့၏ အမည်ကို မှတ်ခဲ့ပြီးလျှင် မြန်မာပြည်၌ကား များစွာ ဖော်စပ် အသုံးပြုကြသည်ကို တွေ့ရ၏၊ အိန္ဒိယပြည်၌ကား ဖော်ပြပါ မာလာ သုံးမျိုးကို မသုံးချေ၊ မာလာအစစ်ကား မဟုတ်သောကြောင့် ဖြစ်ချေသည်၊ ထို့ကြောင့် မာလာ ဟူ၍ ဆေးတွင်ပါခဲ့သော် ဖော်ပြခဲ့သော မာလာကြီးငယ်ကို သာ ထည့်သွင်း အသုံးပြုကြပါ၊ မြန်မာပြည်၌ များစွာရှိပါသည်၊ သို့သော် အများသုံးနိုင်ရန် မရှိချေ။ အိန္ဒိယမှ မှာယူတင်သွင်းရ၏၊ ထို့ကြောင့် ထိုမာလာနှစ်မျိုးကို သဘော်မာလာ ဟုလည်း ခေါ်ကြသည်၊ မဆလာဖော်စပ်ရာတွင်၎င်း၊ ချက်စားရာ၌၎င်း၊ အိန္ဒိယ၊ ပါကစ္စတန်၊ သီဟိုဠ်တို့၌ များစွာ အသုံးပြုကုန်၏၊ ၎င်းပါးဖော်စပ် အသုံးပြုရာ၌ကား ဆိုဘွယ်ရာ မရှိတော့ချေ၊ ထို့ကြောင့် ထိုတိုင်းပြည်များ၌လည်း ရှိပါ၏၊ ထွက်အား နှင့် အသုံးပြု သအား မမျှချေ၊ ထို့ကြောင့် ဈေးနှုန်း များစွာ မြင့်နေသည်၊ မြန်မာပြည်၌ များစွာ ဖြစ်လွယ်သည်၊ စိုက်ပျိုးလျှင် များစွာပွား၍ ကျယ်ပြန့် လာနိုင်၏၊ စိုက်ပျိုးပါမူ ဆေး သုံးရာ၌၎င်း၊ ဟင်းချက်ရာ၌၎င်း၊ ဟင်းမွှေးမဆလာ ဖော်စပ်ရာ၌၎င်း၊ အကောင်းဆုံး မာလာမျိုးကို ရနိုင်သည့်အပြင် နိုင်ငံခြားမှလည်း မမှာယူ မတင်သွင်းရဘဲ မြန်မာ ပြည် မြေအတွက် နှင့် ကိုက်ညီသဖြင့် နိုင်ငံခြားသို့ ပင် ထက်တက်ပို့အဖြစ်နှင့် များစွာ အကျိုး ပြုနိုင်သည်။

မွှားသက်

ပုံပြ ဆေးအဘိဓာန် ပုံမှတ် "၄" အကြောင်းကို ရှုပါ။

၎င်းမွှားသက်သည် ပင်မျိုးတည်းမှ ဖြစ်သော်လည်း အရွက်ငယ်၏၊ အပွင့် ပန်းရောင်သန်း ၏၊ အသီးမှာ ငသီးသို့ ရှည်သော ကပ်ကြက်တွယ်၍ ရှည်ရှည်ချောင်း အရွယ်ကြီးထွား၏၊ ပျံ့ပျံ့သွား ကွဲခြား မှု ရှိသည်၊ ဆေးကိစ္စဖြစ်သော ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်တို့ကား ၎င်းနှင့် အတူတူပင်ဖြစ်ချေသည်။





ဖက်ခါးပင်(ပန်းပဒေသာ)

CLERODENDRON ODORATUM အဖြူ

CLERODENDRON INFORTUNATUM အနီ

कारी (ကာရီ)

ဖက်ခါးပင် (ပန်းပဗေဿာ)

သက္ကတ ဘာရ်ဂီ

ဟိန္ဒီ ဘာရ်ဂီ (ကာဒိ)

လက်တင် Clerodendron Peniculatum

Syn. Clerodendron Infortunatum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ခါး၏ ဒွင်းသည့် ပင်ငယ်ရွက်ကြီးမျိုး ဖြစ်သည်၊ ၂-ပေမှ ၅-ပေမျှ ရှိ၏၊ အရွက် ဝိုင်း၏၊ ကမိုက်မှ ရှည်၏၊ အရွက်၏ ယက်အောက် အမွေးနုများ ရှိ၏၊ ရွက်နား ခွေးသွားစိတ် ရှိ၏၊ အပွင့် ဖြူ၏၊ ပန်းခရာကဲ့သို့ အဆင့်ဆင့် ပွင့်၏၊ အရွက်ကို ပွတ်ခြေနယ်မူ ဆိုးရ၏၊ မှာလွန်ခါး၏ ဆေးတက်တွင် အရွက် နှင့် မအမြစ်ကို သာ အသုံးပြုရသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။နွန်အားကို ဖြစ်စေ၏၊ ကာမသတ္တိကို ဖြစ်စေ၏၊ သန်ကို ချစေ၏၊ ဒေါသဘုံးပါးကို ပယ်တတ်၏၊ ကိုယ်ပူခြင်း၊ သည်းခြေပျက်ခြင်း၊ ချောင်းဆိုး၊ ရေငတ်ခြင်း၊ အနံ့ မကောင်းခြင်း၊ သွေးကြောင့်ဖြစ်သော ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

ဖက်ယားကြီး

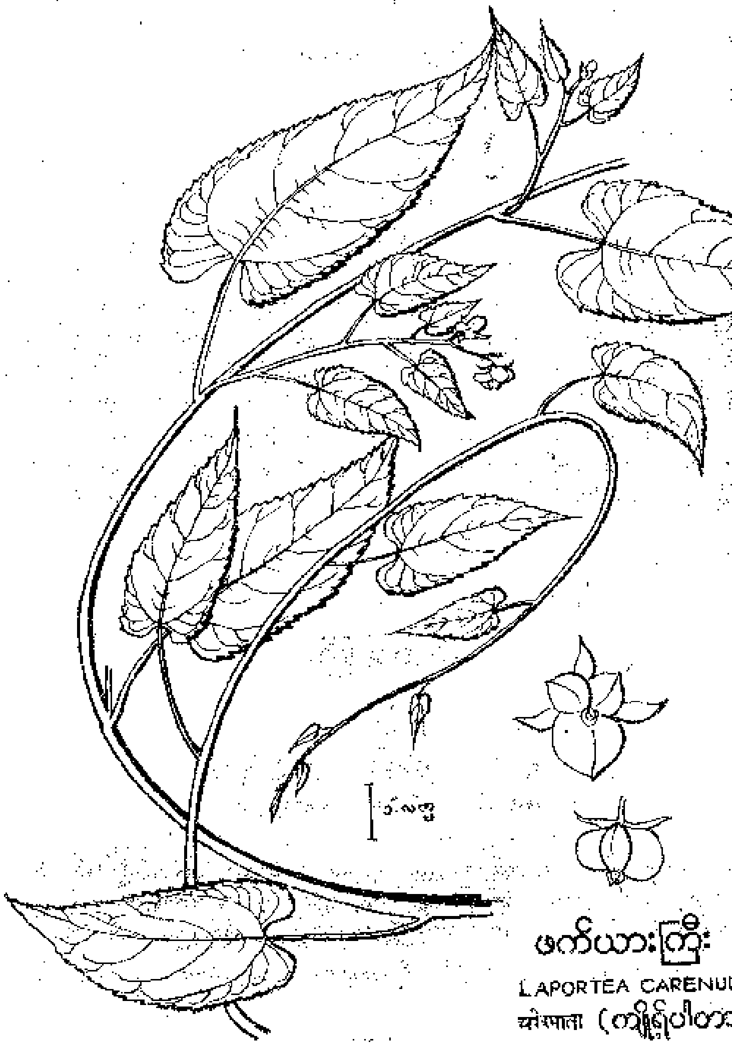
ဟိန္ဒီ ဗိစ္ဆု

ပါဠိ ဃါရပါက (ဇျို့ရိပါဠိ)

လက်တင် Laportea Crenulata

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အလွန် ယားသော ဆူးနုမွေးများ ရှိသော အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်သည်၊ ၎င်းသည် ငယ်လျှင် ချုံသဘော ရှိ၍ ကြီးလျှင် နွယ်၍ ရှည်လျားစွာ သွားလေသည်၊ အပွင့်သည် သေး၍ အပွင့်ရိုးတန် ငယ်သည်၊ အပွင့်သည် အဖို့ အမ အားဖြင့် ၂-မျိုးရှိသည်၊ အသီး လုံးသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်ရေကို အဖျားရောဂါ ပျောက်ကင်းစေရန် အသုံးပြုရသည်။



ဖက်ယားကြီး

LAPORTEA CARENULATA

चोरपाता (ကျိုးရှိပါတာ)

ဖက်ရှပ်ပင်

သက္ကတ — ပရုသက

ဟိန္ဒီ — ဖာလ္ဆာ (ဖန်-ဆာ)

လက်တင် — Grewia Scabrophylla

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ချုံပင်မျိုး ဖြစ်သည်။ အရွက်သည် ၅-လက်မမှ ၇-လက်မခန့် အပေါ် ရှည်၏၊ ၃-လက်မခန့်မှ ၆-လက်မခန့် ကျယ်၏၊ အနားပဲ့၏၊ အပွင့် ဖြူ၏၊ အသီးသည် တလက်မ ခန့်အပါးမှ တလက်မသာသာ ရှိ၏၊ အရောင်မှာ မရမ်းရောင် ဖြစ်သည်၊ အမွေး ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်သည် ချောင်းဆိုးရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေသည်၊ ကျိုး နှင့် ဆီးပိတ်ပူခြင်း၌ လွန်စွာ သင့်လျော်သည်၊ ဒေါသသုံးပါးကို ပြေပြစ်စေသည်။

ဖက်သက်တရော်

သက္ကတ — ပရူသ

ဟိန္ဒီ — (ဖာလ်,ဆာ)

လက်တင် — Grewia asitica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဖက်သက်တရော်ပင်သည် ပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ဝိုင်း၏၊ အဖျား ချွန်၏၊ အလျား ၄-၅ လက်မ အနံ ၂-လက်မခန့်မျှ ရှိ၏၊ တခက်တခက်လျှင် ညသျှစ်ရွက်ကဲ့သို့ ၅-ရွက်သွက်၏၊ အပွင့်သည် ကိုင်းဖျားဖွဲ့ ပွင့်၏၊ ဝါရောင် ရှိ၏၊ အသီးသည် လုံး၏၊ ခံသီးမျှ ရှိ၏၊ မှည့်လျှင် စိမ်းရောင်သန်း၍ မှည့်လျှင် သပြေသီးမှည့် ကဲ့သို့ ညိုသောအဆင်း ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အာယုဗ္ဗေဒ ဓာတ်လိုအားဖြင့် အသီးစိမ်းသည် ခါးသက်သက်ရှိ၏၊ အနည်းငယ် စပ်ဖျဉ်းဖျဉ်း ရှိ၏၊ အနည်းငယ် ချဉ်၏၊ ၎င်းသည် လေ, သလိပ် နှင့် သည်းခြေ ဒေါသ များကို ငြိမ်းစေ၏။

အသီးမှည့်။ ။အသီးမှည့်သည် ချို၏၊ နှလုံးမွှန်စေ၏၊ အေး၏၊ ကြော်ကျက်လွယ်၏၊ ဝပြိုးစေ၏၊ ကာမအားကို ပြည့်ဖြိုးစေ၏၊ ရေငတ်ခြင်းကို ငြိမ်းစေ၏၊ ပူလောင်ခြင်းကို ငြိမ်းအေး စေ၏၊ ၎င်းသည် လေ, သည်းခြေ ဒေါသ ၂-ပါးကို ငြိမ်းအေးစေ၏၊ ဖောသင်ရမ်းခြင်းကို ကျဆင်း စေ၏၊ နှလုံး နှင့် သွေး ဖောက်ပြန်ခြင်း, ကချေးရောဂါ, အားကုန်သော ရောဂါတို့ကို ပျောက် ကင်းစေ၏၊ ၎င်းပြင် လည်ချောင်းနာခြင်း, လည်ချောင်းကျဉ်းခြင်း ရောဂါတို့သည်း ပယ်ဖျောက် တတ်၏၊ ကိုယ်ခန္ဓာ သားသေခြင်းကို လွယ်ကူစွာ ပွားစေနိုင်၏။

အစေါက်။ ။ခလဲဒေါက်နှင့် သည်းခြေ ဒေါသကို ငြိမ်းအေးစေ၏၊ ဆီးချို့ခြင်း၊ အောင့်ခြင်းကိုရင်း၊ ကိုယ်ဝန်ပျက်ခြင်းကိုရင်း ငြိမ်းအေးစေ၏။

ယူနာနီဆရာတို့အလိုအားဖြင့်။ ။ရင့်အသီးသည် ချဉ်၏၊ ချို၏၊ ဖွင့်ဘတ်နှင့် နှလုံးကို အားပေး၏၊ ရေငတ်ခြင်း၊ ကြို့ထိုးခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အပ်ဖူးချ ဝမ်းသွားရောဂါ၊ ကျောက်တည်ရောဂါ၊ နာတာရှည်၊ ဆီးသွက်ရောဂါနှင့် ညောင်းကျရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

သွေးဓာတ်နှင့် အသမဓာတ်။ ။ရင်းအရွက်ကို ကြိတ်အုံခြင်း၊ အရွက်လိုက်အုံခြင်းပြုနှလျှင် ပိန်၊ ရင့်လျှင် ပေါက်၍ အနာပျောက်၏။

ကိုယ်ရေယားသော ရောဂါ။ ။ရင့်အသီးမှည့်ကို ရှာသကာနှင့် ပြုလုပ်၍ သောက်ကကိုင်သားကိုယ်ရေ ယားခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ရင်ဖောင့်နာ။ ။ပထမ စပ်ပြုအမှုန့်ကို အနည်းငယ် - အနည်းငယ် ထွက်ပြီးလျှင် ရှင်းနောက် ဖက်သက်သီးသွပ်ရည်ကို နွေးအောင်ပြု၍ သောက်ပါက ရင်ထိုးအောင့်ခြင်းပျောက်ကင်းလွတ်၏။

အဆစ်အဆက်နာရောဂါ။ ။ရင်းအမြစ်ကို ၁ ပုံတစ်ပုံခွဲ ကျို၍ သောက်လျှင် အဆစ်အဆက်ပျော်သောရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဆီးနှောင့်ရောဂါ။ ။ရင်းအမြစ် ၁ ကျပ်သားကို ရေသာ ကျည်ကို ထောင်း၍ ရေ ၂၅ ကျပ်သားနှင့် ညှိ၍ နေ့လယ်တွင် ဖုံးထိမ်ထား၍ သော့သကို သောက်မူ ၇ ရက်အတွင်း ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

သားအိမ်ကိုယ်ဝန်။ ။ရင်းဖက်သက်မြစ်ကို ရေဖြင့် သွေးပြီ ပျက်၊ ဆီးပိတ်၊ ကိုယ်ဝန်မိုက်တို့ကို မကြာမကြာ လိမ်းပေးမူ ကောင်း၍ မွေးသော သားငယ်ဖွားမြင်ပါလိမ့်မည်။ (အချို့သူတို့သည် ယောနိကိုပါ လိမ်းပေးကြသည်)

မျို့အန်ခြင်း။ ။နက်ရောင်ရှိ၍ ချိုသော ဖက်သက်သီး အမှည့်၏ သတ္တုရည်နှင့် နှင်းဆီရေ၊ သကြားခဲအမှုန့်တို့ကို ရောစပ်၍ ရှလာသက်ရည် ပြုလုပ်၍ သောက်ပါက အပူတန်နှင့် အတူ မျို့အန်ခြင်း၊ သွေးဖောက်ပြန်ခြင်းတို့ ပျောက်ကင်း၍ အားအင် တိုးပွားစေ၏။

သည်းခြေဖောက်ပြန်ခြင်း။ ။သည်းခြေဖောက်ပြန်ခြင်း၊ နှလုံးရောဂါဖြစ်ခြင်းတို့တွင် ဖက်သက်သီး အမှည့်၏ သတ္တုရည်တွင် ချင်းမှုန့်၊ သကြားခဲ အနည်းငယ် ရော၍ သောက်ကပျောက်ကင်း၏။

မှတ်ချက်။ ။ဖက်သက်သီး၊ ဖက်သက် ကျို့ရင်း၊ ဖက်သက်ကယော် ဟူ၍ရင်း ယနေ့မြန်မာပြည်၌ ခေါ်ဝေါ်သုံးစွဲနေသော အသီးတမျိုးသည် ရှိ၏၊ ရင်းသည် သာသနာဝင်

ကျမ်းတို့၌ အထူးသဖြင့် ဝိနယ ပိဋကတ်၌ ရဟန်းတော်များ သုံးဆွဲရန် လိုအပ်သော အဖျော်မျိုးကို ပြုလုပ်ရန် ပြသော သစ်သီးတို့တွင်—

(က) သရေ့ သရက် မှုရက် ဖက်သက် သစ်မြည်စသည်။

(ခ) ဇောာ ဒင်ိမ် ဂုက်ပျော့ ကြာစွယ်နော့ မှုတ်လော အဖျော်ရည်။

ဟု ဖော်ပြထားသော သစ်သီးဖျော်ရည် (က) မျိုးတို့တွင် ဖက်သက် ဟူသော သစ်သီးတမျိုးသည် ပါရှိနေ၏၊ ၎င်းအသီး အမည်သည် သရေ သရက် တို့ကဲ့သို့ မြန်မာ အမည် သက်သက် မဟုတ်ချေ၊ ပရုက (သက္ကတ) ဖာလုဂ (ဟိန္ဒီ) တို့မှ တိုက်ရိုက် ပြောင်းလဲ၍ မြန်မာမှု ပြုထားသော အမည် ဖြစ်သည်၊ ဖက်သန်း ဟူ၍၎င်း ဖက်ဝန်း ဟူ၍၎င်း မြန်မာတို့ ခေါ်ဝေါ် သုံးစွဲသော အမည်မျိုး ရှိ၏၊ ၎င်းတို့ကား မလှုပင်မျိုးမှ ဖြစ်၍ အသံတူသော်လည်း အသီးကား မတူချေ၊ မျိုးလည်း မတူချေ၊ သို့ဖြစ်လေရာ သာသနာတော် ကျမ်းများနှင့်လည်း များစွာ သက်ဆိုင်နေသဖြင့် ထိုအသီးသည် မည်သည့် အသီး ဖြစ်သည်ကို ဆုံးဖြတ်ပိုင်းခြား၍ သိနားလည်ရန် လိုအပ်သည် ဟု ထင်မြင်သည့်အတိုင်း ဤတွင် ဝေဖန်၍ ဆုံးဖြတ်ချက် ချနိုင်ရန် အယူအဆကို ဆက်လက်၍ ပေးပါမည်၊ အတိတ်စာပေသမိုင်းအလျောက်ကို ပြန်ကြည့်သော် မောင်းထောင် သာသနာခေတ် မတိုင်မီက ဖော်ပြပါ ပရုသ, ဖရူသက (ဖရုသက) သဒ္ဒါတို့ကို ဖက်သက် ဟူ၍ ပြန်ဆိုကြသည်၊ မောင်းထောင် သာသနာပိုင်ကား မရမ်းသီး ဟု ဘာသာပြန်ဆိုထားသည်ကို တွေ့ရသည်၊ လုံး၀ မမှန်ချေ၊ ကုန်းဘောင်ခေတ်၌ ဘာသာဗေဒနကျမ်းပြု ယောမင်းကြီး ဦးကိုးလိုင်သည် ဥတုဘောဇနာကျမ်း ဓာမျက်နှာနံပါတ် ၂၁၅ တွင် ကတွတ်သီး ဟု ပြန်ဆိုသွားသည် ပြန်ဆိုခြင်း၏ အကြောင်းကိုလည်း အောက်ပါအတိုင်း ဖော်ပြထားသည်။

(က) ထိုအသီးသည် အစေ့နည်းသောကြောင့် (အပ္ပဋ္ဌိ) ဟု ခေါ်သည်၊ (အစေ့ယ်သည်)

(ခ) ထိုအသီး၏ အပင်သည် အခွံ အခေါက် ညိုသောကြောင့် နီလဘာဝ (အခေါက်ညိုပင်) ထိုအသီးကို ဟောသော ပရိယာယ်သဒ္ဒါ ၂-ပုဒ် အစေ့ အနေ အခေါက် အနေတို့ကို ထောက်၍ ၎င်းဖက်သက် ဟူသော အပင်သည် ကတွတ်သီး ဖြစ်သည် ဟု ဆုံးဖြတ်ချက် ချထားသည်ကို တွေ့ရသည်။

ဤကဲ့သို့ သေချာ ထန ဖော်ထုတ်ပြသားငြားလည်း အကြောင်းပြလည်း မလုံလောက်ချေ၊ အပင် ကိုင်တွဲပုံလည်း မမှန်ချေ၊ အဘယ်ကြောင့်နည်းဟူမူ ကတွတ်သီးသည် ပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ ဤ၌ ဖက်သက်ကား ပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ကတွတ်သီးသည် သဖန်းမျိုးတွင် ပါဝင်၏၊ ဤ၌ကား တယော်မျိုးတွင် ပါဝင်၏၊ ထို့ကြောင့် ကတွတ်သီး ဟု ပြန်ဆိုခြင်းသည်လည်း လုံး၀ မမှန်ကန်ချေ၊ ရှေးပညာရှင် ဆရာတော်ဆောင်းကြီးတို့ မှားထားသည့်အကွက်ကိုလည်း အပြစ်တင်စွာဖြင့် လုံး၀ မဖော်ပြလိုချေ၊ ထိုသို့ မှန်ကန်စွာ မဖော်ပြသွားနိုင်ခြင်းသည် ဒေသန္တရ အထောက်အထား ဂန္ထန္တရ နည်းပါးသောအချိန်၌

ရေးသား ဆိုးဖြတ်ကြခြင်း ဖြစ်သဖြင့် ဤကဲ့သို့ ဖြစ်သွားရသည် ဟု ကျေးဇူးတင်စွာဖြင့် ဖော်ပြလိုသည်။

အမှန်စင်စစ်မှာ အဘိဓာန် အရပ်ရပ်တို့နှင့် ညှိနှိုင်း ဆုံးဖြတ်ခဲ့သော် ၎င်းအသီးသည် တရော်မျိုး ဖြစ်၏၊ အပင် တရော်, နွယ်တရော် တို့တွင် အပင် တရော်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်း၏ မြန်မာမှု ပြုထားသော အမည်မှန်မှာ ဆွေးတရော် (တရော်အ) ဟူသည် ပင် ဖြစ်သည်၊ ဤအမည်သည် သာလျှင် ပရိသက ထောက်ခံ၏ အနက်မှန်ဖြစ်သော အသီး ဖြစ် ကြောင်းကို သိသာ ကင်းစွာဖြင့် မှတ်ယူရ၏။

ဖိုးခေါင်ဝ

ဆိုဟာလီ မြဲဇော (ဟိန္ဒူ)

လက်တင် Bischolia javanica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ၎င်းသည် ကြီးမားသော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းသည် အမြဲ စိမ်းလန်း နေသော အလေ့ပေါက် ပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းအခေါက်သည် အညိုရင့်ရောင် ရှိ၏၊ အရွက်သည် အခွက်နေသော်လည်း ထရွက်စီတန်းလျက် ထွက်၏၊ အပွင့် အလွန် သေး၏၊ အသီးသည် ဖြစ်ရောက်သည်နှင့်အမျှ အုပ်၏၊ နူးညံ့၏၊ ၎င်းအသီးတွင် ၃-၄-စေ့ မျှ အစေ့ရှိ၏၊ အသီး သေး ငယ်၏၊ အရောင် တောက်၏၊ ၎င်းသည် သဘာဝအအေးချောက် တောတွင် ပေါက်တတ်သော အပင်မျိုး ဖြစ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စမ်းရည်။ ၎င်းအရွက်သည် အနာပေါက် ရောဂါများတွင် ကြိတ်၍ ထည့်ခြင်း, အမှုန့်လိုက် ဖယ်ခြင်း ပြုမှု ဆုလျှင် ပိန်၍ ရင်းမျှင် ပြည်ပေါက်ပါ အသားနုထက် ကျက်မြန်သော ဆေးအဖြစ် အသုံးပြုရ၏။

ဖောင်ဖောင်သီး

သက္ကတ ၊ ၊ ၊

ဟိန္ဒီ ၊ ၊ ၊ (ဟိန္ဒူ)

လက်တင် Physalis peruviana

ပုံသဏ္ဌာန်။ ၎င်းပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်သည်၊ အရွက်မှာ ချွန်၍ ဝိုင်းသည်၊ အပွင့်သည် အနီရောင်, နှင်းဆီရောင် နှင့် အရောင် အမျိုးမျိုး ရှိသည်၊ အသီး သေး၏၊ တောက်ပ၏၊ အရသာ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခါး၏၊ လေသလိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ ရေယုန်ရောဂါ, ပေါရောင်ခြင်း, ဝမ်းပိုက်ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မှတ်ချက်။ ။၎င်းသည် ကုလားမျက်စိပင်ခေါက်မျိုးပင် ဖြစ်၏၊ ပန်းခါးပါး ကုလားမျက်စိပင်ခေါက်နှင့် တူ၏၊ သို့သော် ပန်းခါးပါး ကြီးထွားသည်၊ ၎င်းသည် အလေ့ကျ ပေါက်သော အပင်မျိုးပင် ဖြစ်၏၊ မြစ်ရေပါးရဲ၊ မြေဆွေး အမိုက်ပုံပေါင်း ရေ သဲ စပ်စပ်ရှိသော နေရာများတွင် များစွာ ပေါက်ရောက်သော အပင်မျိုး ဖြစ်သည်၊ အိန္ဒိယသားတို့ကား များစွာပင် ၎င်းအသီးကို စားကြကုန်၏၊ ဆေးအတတ်တွင်လည်း များစွာ အသုံးပြုကြ၏၊ ထို့ကြောင့် အလေ့ကျ ပေါက်သော အသီးနှင့် မလုံလောက်သဖြင့် စိုက်ပျိုး၍ ရောင်းချကြကုန်၏၊ မြန်မာပြည်ရှိ အိန္ဒိယတိုင်းရင်းသားတို့သည် မေမြို့မှ မှာယူပြီးလျှင် ရောင်း၍ စားသောက်ကြကုန်၏၊ ချဉ်ဖြုံးဖြုံး အရသာ ရှိသည်၊ နှုတ်ခံတွင်း လိုက်၏၊ ဝမ်းမီးကိုလည်း တောက်စေ၏၊ ဆီးကိုလည်း အထူးသဖြင့် ကောင်းစေ၏၊ ဝမ်းတွင်းလည်း ဒအား၊ ဆီးယူ အခိုးကိုလည်း ပယ်နိုင်၏၊ ထို့ကြောင့် များစွာ စားသောက်ကြဟန် ရှိသည်။

ဖန်ခါးသီး

သက္ကတ **हरितकी**

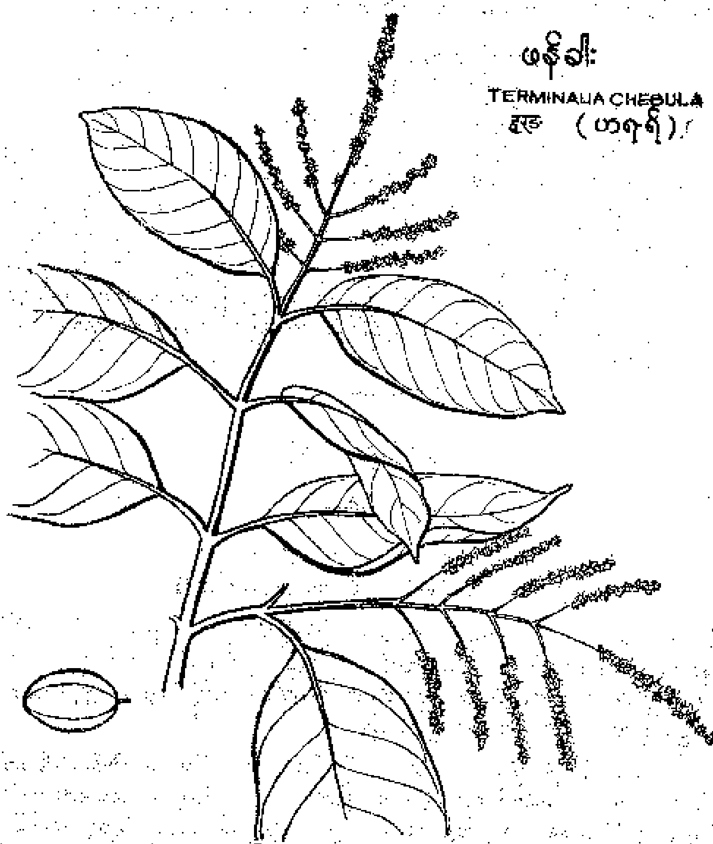
ဟိန္ဒီ **हरड** (ဟရ-ဍ)

လက်တင် Terminatia chebula

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အလွန် မြင့်သော အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်သည်၊ အမြစ်သည် မြေကြီးထဲသို့ နက်သွားသည်၊ ပင်စည် ဖြောင့်၍ မြင့်သည်၊ အပွင့်သည် ဖြူ၏၊ ဝါ၏၊ ၁-လက်မမှ ၂ လက်မ အထိ ရှည်၏၊ အခက်အလက်များ နုညံ့သည်၊ အရွက်သည် မုယားကြီး အရွက် သဏ္ဌာန် ရှိသော်လည်း ၃-လက်မမှ ၈-လက်မအထိ ရှည်သည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အသီးသည် ဖန်၏၊ (ပဲခါန) ချဉ်၏၊ ခါး၏၊ စပ်၏၊ ပေါ့၏၊ ဒီပါကဒ္ဒ ချိ၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ခြောက်ထပ်၏၊ မျက်စိကို ကောင်းစေ၏၊ ဒေါသ သုံးပါးကို ငြိမ်းစေ၏၊ တကိုယ်လုံး အထူးအားဖြင့် အနှင့် စပ်သော ရောဂါများ, အရေပြား ရောဂါများ, ကိုယ်ရေဝါ, မြင်းသရိုက်, တုလာသရေနာ, ကြို့ထိုး, ဝမ်းပိုက်အောင့် အစာမကြေ, ဝါသင့်နာ, ပါဒရက်ရောဂါ စသည်တို့၌ အသုံးပြုရသည်။

မှတ်ချက်။ ။ဖန်ခါးသီးသည် အမျိုးများလှသည်၊ အသား ထူ၏၊ အလုံး ကြီးထွား၏၊ အရောင် အဆင်း ဝါ၏၊ ၎င်းကို သဘော်ဖန်ခါးသီး ဟု ခေါ်ကြသည်။ ကာဗုလ်နယ် အာဖဂန်နစ္စတန်မှ ထွက်များ၍ ကာဗုလ် ဖန်ခါးသီး ဟု လူသိများသည်၊ ထိုမျိုးကို



ဖန်ခါး

TERMINALIA CHEBULA

हरड (ဟရဍ်)

အသုံးပြုနိုင်လျှင် ပို၍ ကောင်းသည်၊ ထို့ပြင် ဟရိတက်ကို ဖန်ခါးသီး သို့မဟုတ် ကြဖုသီး ဟူ၍ ဘာသာပြန်ကြရာ၌ ကြဖုသီး ဟူသည့် ဖန်ခါးသီး (၇) မျိုးတွင် ပါရှိသော ဝတောဖန်ခါးသီး တမျိုးကို ကြဖုသီး ဟု မှတ်ပါ။ (ကြဖုခန်းတွင် ပြန်ကြည့်ပါ)

ဖုံးမသိန်

သက္ကတ ။ कुकुन्दर कुक्कुरद्रु

လက်တင် ။ Blumea balsaimifera

Blumea dcusiflora

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ရှည်းသည် ၅-ခေမှ ၁၁-ပေမျှ မြင့်သော အပင်မျိုး ဖြစ်သည်၊ အရွက်သည် ဒေါင့်ဆပ်ပြာရွက်နှင့်ရှင်း၊ ဆေးရွက်နှင့်ရှင်း ခပ်ဆင်ဆင် တူသည်၊ အမွေး စုတ်စုတ် ရှိသည်၊ အပွင့် ဖုံးသည်၊ ရှုံးသည့် ဟာဂူဖွင့်၊ လဒပါးပျော်ပိုင်၊ တောင်ပိုသာမျိုး၌ အပေါ အဝင် ဖြစ်သည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ကျော်အပင်၌ ပမုပ်ဓာတ် ပါရှိ၏၊ အသုံးပြုရာ၌ ပမုပ်ကဲ့သို့ အသုံးပြုရ၏၊ (ပမုပ်ခန်းတွင် ကြည့်ပါ) ရုံးအရွက်သည် သွေးယိုနာ အုပ်ဆေးတွင်ရှင်း၊ လေ ငန်းရောဂါ၊ အဲရေပြား ရောဂါများတွင်ရှင်း အသုံးပြုရ၏။

မျောက်ဆိတ်ပင်

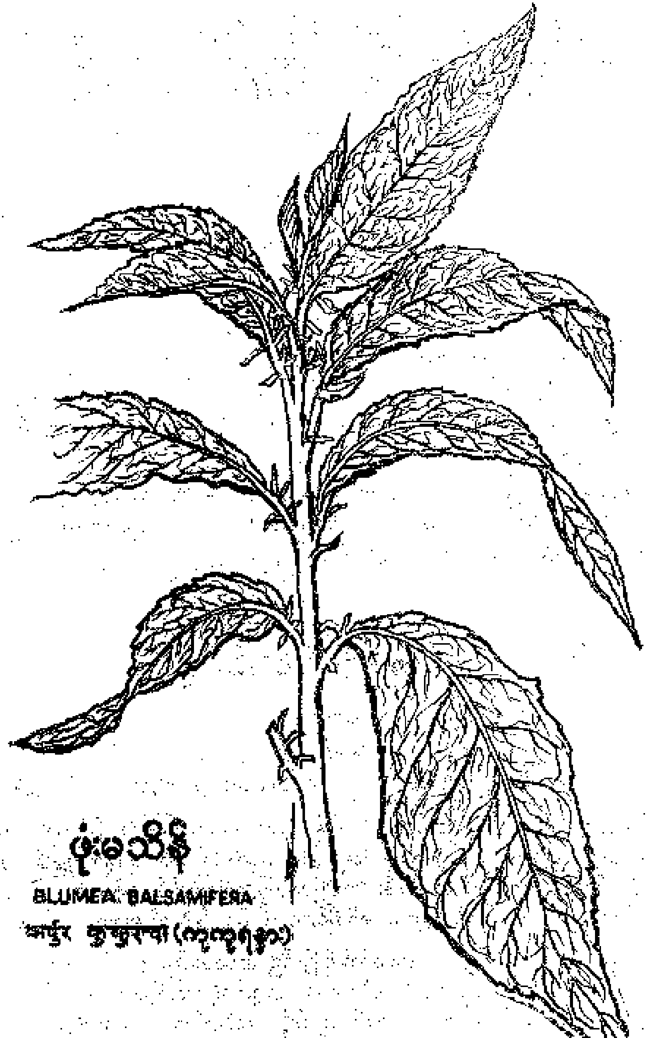
သက္ကတ ။ चिरबिल्व

ဟိန္ဒီ ။ करंजी ([illegible])

လက်တင် ။ Heteptelea integrifolia

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မြောက်အရပ်၌ ပေါက်တတ်သော အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်သည်၊ အပေ ဖြူရောင်သန်း၍ ပြာ၏၊ အပွင့်၌ ကဏ္ဍပါမွေး ရှိ၏၊ အရွက် ကြမ်း၏၊ အဖျားချွန်၏၊ အသီး လုံး ပတ်ပတ်လည်၌ အတောင် ပေါက်၏၊ အချို့ အရပ်၌ မျောက်ဆိတ် ဟူ၍လည်း ခေါ်သည်၊ ပဲခူး၊ တောင်ငူ၊ မအူပင် နှင့် မန္တလေး စစ်ကိုင်းတောင် စသည်တို့တွင် များစွာ ပေါက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အခေါက်ကို ပြုတ်၍ အရေညှစ်ပြီးလျှင် အဆစ်ရောင်ရမ်းရာ၌ အရည် ထုတ်ပြီးသော အခေါက်ကို ကပ်ပေးပါ၊ အရွက်နှင့် သိပ္ပံပြုထားသော ဆီကို အနာ အနာများ၌ လိမ်းပေးပါ၊ အစေ့ကို ရေနှင့် ကြိတ်၍ ရောင်ကင်းသော အနာတို့၌လည်း လိမ်း ပေးပါ။


ပုံးမသိန်
BLUMEA BALSAMIFERA

ဖောင်ခါး (ကိုင်း)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ၎င်းသည် ကြံပင်မျိုးမှ အပင် တမျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းသည်လည်း ကြံပင် နှင့် အနေအထား တူလှ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ၎င်း၏အမြစ်သည် သီးရှင်၏၊ အပူကို ငြိမ်းစေ၏၊ မီးသွားပြီး နောက် ကြွင်းကျန်သော ဇော ဂ ါ ဖြစ်သည့် သွေးဆိုး၊ သွေးဟောင်းများ ဒေါသ ကင်းစင်ရန် ချေးခုပ် ရ၏၊ သွေးသားကို စင်ကြယ်စေ၏၊ အကိုက်အခဲ ရော ဂ ါများ ပျောက်ကင်းစေ၏။

[ဗ]

ဗာဒံသီး (အချို)

သက္ကတ वातवैरी

ဟိန္ဒီ बादाम (ဗာဒါ,မ)

လက်တင် Prunus amygdalus (dulcis)

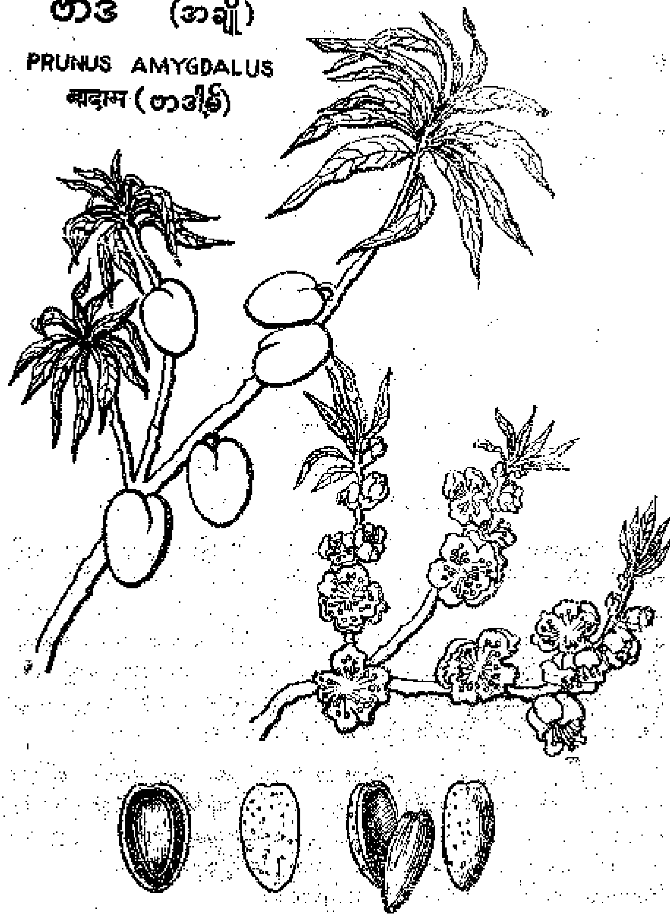
ပုံသဏ္ဌာန်။ ၎င်းဗာဒံပင်သည် ပင်လတ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် အကိုင်းဖျားနှင့် အသုတ်လိုက် ထွက်၏၊ အရွက်များ ချွန်၏၊ ဟူရိုယ ဗာဒံ နှင့် ဗာဒံ အမျိုးကဲ့သို့ အရွက်အခုပ်း သွယ်၍ အဖျား မငိုင်းမျှ၊ အသီးလည်း ကြီးသွား၏၊ ယခုအခါ သစ်သီးဆိုင်များတွင် ရောင်း ချနေသော ဗာဒံ အစေ့များသည် ၎င်းဗာဒံများပင် ဖြစ်၏၊ ပြာနှမ်းနှမ်း နှင့် စိမ်းဖျော့ သန်း ၏၊ အပွင့်သည် ဖြူ၏၊ အသီးမှာ ရှည်၍ လုံး၏၊ ၎င်းအစေ့ အဆံသည် အချို အခါး ၂-မျိုး ရှိ၏၊ ၎င်းဗာဒံမျိုးသည် မူလ ဥရောပ နှင့် အာရှကိုးတိုင်းပြည်များမှာ ဖြစ်၏၊ ဣန္ဒိယ နှင့် ကသ္မီရ တိုင်းများတွင် စိုက်ပျိုးကြသော်လည်း အဆင့်အတန်း မမှီချေ။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ၎င်း၏ အသီးသည် ပူ၏၊ အခဲ မျှား၏၊ ကြေကျက် ခဲ၏၊ ကာမအားတိုး၏၊ ဝမ်းသက်စေ၏၊ လေ နှင့် သလိပ်ကို ပျက်စီးစေ၏၊ နှနာ, ယားနာများကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ၎င်း၏ အသီးသည် နှုံးညံ့စွာ ဝမ်းသက်စေတတ်၏၊ ကာမ အားကို ဖြစ်စေ ၏၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်းကို တားမြစ်စေ၏၊ လေကို အကျိုးပြု၏၊ ဝမ်းတွင်း ပူလောင်ခြင်းကို ငြိမ်းစေ၏၊ သုက်ဓာတ် ယိုစီးခြင်းကို တားမြစ်စေ၏။

ဗာဒံ (အချို)

PRUNUS AMYGDALUS

बादाम (ဟိန္ဒီ)



ဗာဒံအခါး

ဗာဒံ အခါးသည် အလယ်အလတ်စား ပူ၏၊ ခြောက်သွေ့၏၊ ၎င်းကို အချဉ်ရည်ဖြင့် ဖျော်၍ လိမ်းကျံမှု ယားနာများ ပျောက်ကင်း၏၊ ကိုယ်၌ ကျရောက်သော အနက် အကွက် အထင်းများ၊ ရွေးနာများလည်း ပျောက်ကင်း၏၊ ၎င်းဗာဒံ အခါးကို နာတာရှည် အနာပျက် များကို လိမ်းကျံပေးမှု မကျက်နိုင်သော အနာပျက် အနာဆိုးများ ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ပွေးနာ ကျောက်တည် ရောဂါများ အတွက်လည်း အတွင်းဆေး အပြင်ဆေး အဖြစ် အသုံးပြုမှု များစွာ အကျိုး ရှိလေ၏။

ဗာဒံ - ရုက္ခိယ

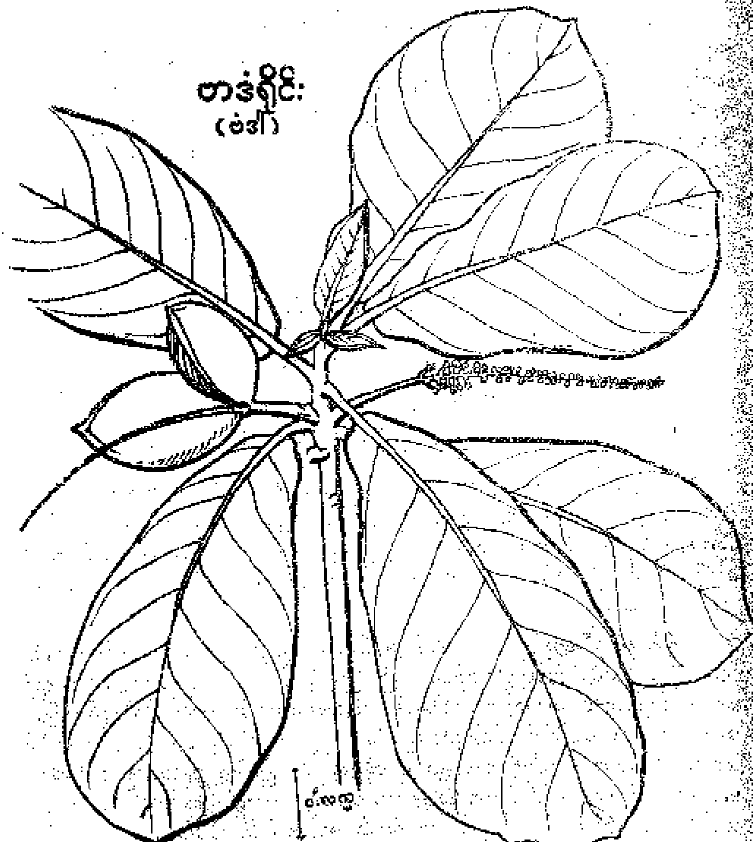
ဟိန္ဒီ (ဗေဒမ်ပါဝါန်)

အင်္ဂလိပ် indian almond

လက်တင် Terminalia catappa

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းဗာဒံပင်သည် ပင်လယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်ကြီး၏၊ အသီး ငယ်၏၊ မှည့်သော အခါ နီကျန့်ကျန့် အရောင်ရှိ၏၊ အစေ့ကြီး၏၊ ၎င်းအစေ့၏ အဆံကို ဘိ ကြိတ်၍ ယူကြ၏၊ ၎င်းဆီရောင်သည် အဝါဖြော့ရောင် ရှိ၏၊ အနံ့ မရှိချေ၊ ဗာဒံအစေ့၏ ဆီနှင့် တူသော်လည်း ၎င်းဆီက ပို၍ ကောင်းလှ၏၊ နှစ်ရှည် အောင်းထားသော်လည်း အစွမ်း သတ္တိ ပျက်စီးခြင်း မရှိချေ။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်း၏ အသီးသည် ချိုချဉ် ရသ ရှိ၏၊ ဖန်၏၊ အေး၏၊ ဝမ်းလျှောကို ချုပ်စေ၏၊ ကာမ အားတိုး၏၊ သည်းခြေကို နိုင်၏၊ ၎င်းဆီကို လိမ်းကျံမှု အရောင် အဆင်း ကြည်လင်၏၊ ဆံပင်ကို သန်စွမ်းစေ၏၊ ဝပြိုးစေ၏၊ ၎င်း၏ အပင်ခေါက်သည် တွန့်ရှုံ့ စေတတ်၏၊ ၎င်းအခေါက်၏ ပြုတ်ရည်သည် မီးယပ်ဖြူ ရောဂါနှင့် သွေးဆင်းကျ ရောဂါကို အကျိုးပြု၏၊ ၎င်းပြုတ်ရည်ဖြင့် အနာများကို ဖန်ဆေးခြင်း ပြုပါက အနာများ လျင်မြန်စွာ အသားနု တက်စေ၏၊ ၎င်းဖြင့် ယားနာ စသော အရေပြား ရောဂါများကိုလည်း ပယ်ဖျောက် တတ်၏၊ နှုတ်ငုံ ဆေးအဖြစ် အသုံးပြုပါက ခံတွင်း ပူလောင်ခြင်း ကျိန်းခြင်း စသည်တို့ ပျောက် ကင်းစေ၏၊ ၎င်းပြုတ်ရည်သည် သည်းခြေ ဦးစီး၍ ဖျားခြင်းကို တိုက်ကျွေးပါက များစွာ အကျိုးရှိ၏၊ ၎င်းအရွက် သတ္တုရည်ကို လိမ်းကျံပါက အသားအရေ ပြေပြစ် ချောမွတ်စေ၏။



တဒံရိုင်း
(ဝံဒါ)
၁ လက်မ

မာဒံရှိုင်း

ဟိန္ဒီ (ဂျုက်လီမာဒူမ)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဎင်းအပင်သည် မြန်မာပြည် လမ်းဘေး စသည်တို့၌ ပေါက်သော အပင်မျိုး ဖြစ်လေသည်။ မြန်မာတို့ကား ၎င်းအပင်ကို ဗုံ ဒ ပိုင် ဟု ခေါ်ကြသည်။ ဒ္ဒရွက်ကိုင်း၏ ၁၀-လက်မ ၁-ပေမျှ ရှည်၏၊ အဖျား ဝိုင်းကျယ်၍ အရွက်ရင်းပိုင်းသွယ်၏၊ လွန်စွာ ထွားကျိုင်းသော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရိပ်ကို လွန်စွာပေး၏၊ အပူကို ကာကွယ်၏၊ ထို့ကြောင့် လမ်းတလျှောက်၌ များစွာစိုက်ပျိုးကြလေ၏၊ ၎င်း၏ အသီးသီးသည် ဆိမ့်၏၊ ထိုအသီးဆံကို ဆုံတွင်ထည့်၍ ကြိတ်နယ်ကာ နှမ်းဆီများ ကြိတ်သကဲ့သို့ ဆီထုတ်ယူကြ၏၊ ထိုဆီသည် အုန်းဆီနှင့် တူ၏၊ အရသာလည်း ရှိ၏။

၎င်းအပင်၏ အခေါက်ကို အဆီထုတ်ယူသော် မဒန်း (ဆီးဦး) ကဲ့သို့ အဆီများကိုလည်း ရနိုင်၏၊ ၎င်းဆီ၏ အရသာသည် ဇပ်ရှားရှား ရှိ၏၊ အနံ့ ပြင်း၏၊ ၎င်း၏ အရွက်သည် အရိပ်ကို ပေးခြင်း, အပူကို ကာကွယ်ပေးခြင်း အကျိုးရှိရုံသာ မက ကုန်ထုပ်လုပ်ရာ၌လည်း များစွာ အကျိုးပြု၏၊ ၎င်း၏အရွက်နုကို အချို့သူတို့ အချဉ်တည်၍ စားခြင်း, အသီမ်းသက်သက်စားခြင်း ပြုကြကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်း၏ အသီးသည် နူးညံ့ချော ဝမ်းသက်၏၊ ၎င်းအစေးကို လိမ်းဆေးအဖြစ် ပြုလုပ်၍ အနာများကို လိမ်းကျံပေး၏၊ ပြည်ပေါက်ကလည်း အသားနုတက်၍ အနာ အကျက်မြန်စေရန် နှမ်းဆီနှင့် ရော၍ မီးနွေးနွေးပြုကာ လိမ်းကျံမှု များစွာ အကျိုးရှိလေ၏။

မာလီ (မြစ်ချုံ)

သက္ကတ ယဝ၊ ယဝက

ဟိန္ဒီ ဇော် (ဂျော်)

လက်တင် Hordeum Vulgare

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ချုံဖင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၂-ပေ ၃-၃ပေမျှ မြင့်၏၊ အရွက် ရှည်၏၊ ဇပါးပင် မျိုးနှင့် တူ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ချို၏၊ အေး၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ ချဉ်ဖြိုး၏၊ အဆုတ်ပြွန် ရောင်နာ, သည်းခြေပျက်နာ, ပန်းနာကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ နှုတ်ကို မြိန်စေ၏၊ ဝဖြိုးစေ၏၊ အသံကို ကောင်းစေ၏၊ အနာယင်းခြင်း, ပူလောင်ခြင်း, ယောနိရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ဗူးသခွါး

သက္ကတ ကူဗ်ကြ

ဟိန္ဒီ ဂရဲဒုဏ္ဍ (ဆဗမေဝကဒူ)

လက်တင် Cucurbita pepo

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ရှင်းသည် ဂွေဖရုံမျိုး ဖြစ်၏၊ ဝန္ဒေသယ ၂-တွဲ စာမျက်နှာ ၃၀၂ တွင် လက်သင်တာသဖြင့် Cucurbitapepo ဟု ရွှေဖရုံအဖြူကို ဖွင့်ပြထားလေသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အသီးသည် အေး၏၊ အူကိုကို တွန့်ရှုံ့စေ၏၊ နှုတ်ကို ဖြိုနိစေ၏၊ သလိပ် နှင့် လေကို ပယ်တတ်၏၊ နှလုံး မေ့တတ်၊ ဝေဒနာ သန်းခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ သွေးကို စင်ကြယ်စေ၏။

ဗူးသီးအချို

သက္ကတ အ-ဗ္ဗါ

ဟိန္ဒီ ဂါဒ်ိ (လောက်ကီ)

လက်တင် Cuibita lagenaria

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဗူးပင်သည် လူသိများသည်၊ သဏ္ဌာန် အရောင်အသွေး အလိုက် အမျိုးမျိုး များ၏၊ သို့သော် ဂုဏ်သတ္တိကား မထူးခြားချေ။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အသီးအနှစ်ကို သုံးရသည်၊ ချို၏၊ အေး၏၊ ဝိပါကလည်း ချို၏၊ လေကို ပွားစေ၏၊ သုက်ကို ပွားစေ၏၊ နှလုံးကို ကျေနပ်စေ၏၊ ကိုယ်ဝန်ကို စောင့်ရှောက်မွေးမြူ တတ်၏၊ မလတ္တိကို ချုပ်စေ၏၊ (လေချုပ်ခြင်းကြောင့် ဝမ်းမသက်သည်ကို ဆိုလိုသည်။)

သည်းခြေကြောင့် ဖြစ်သော ရောဂါများ၊ သလိပ်ကြောင့် ဖြစ်သော ရောဂါများ၊ ပိန်ခြင်း သော ရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

မှတ်ချက်။ ။ဗေဒယာဆေးပင်တို့၏ ဂုဏ်အင်စွမ်းရည်သတ္တိကို သိမြင်ကြကုန်သော ပညာရှင် တို့သည် အထက် ဖော်ပြပါအတိုင်း ရှေးယခင်အခါကပင် သာ ကျွမ်းကျင်စွာ အသုံးပြု ကြသော ထိုအပင်ကို ဖော်ပြကြလေကုန်၏၊ ဆေးပစ္စည်း၏ ဂုဏ်အင် စွမ်းရည်သတ္တိကို ဖော်ထုတ်ရာ၌ လျှာအသိ၊ ဆီးအနည်းအများ အသိဖြင့် မည်သည့် အခါမျှ မသုံးဖြတ် သင့်ပေ၊ ဆဘာယ်ကြောင့်နည်း ဟူမူ လျှာအသိဖြင့် ဆုံးဖြတ်သောပညာသည် ဆေးပစ္စည်း ကို ဆုံးဖြတ်ရာ၌ အယုတ်နိမ့်ဆုံးသော အတန်းအစား၌ တည်နေ၏၊ လွန်စွာ အသိကျ

သော (ဝိပါက) ကြေကျက်ပြီးသောအခါမှ အကျိုးပေးသော ဆေးပစ္စည်းများကိုကား ဆေးပစ္စည်းတိုင်း၌ ပင်လျှင် တည်ရှိနေပေသည်၊ ပူသော ရသာ ပင် ဖြစ်သော်လည်း သွေးမထက်ပေ၊ ဥပမာ - ပိတ်ချင်း စသည် ဖြစ်၏၊ ဝင်သော ရသာ ပင် ဖြစ်သော်လည်း ဆီးမပူပေ၊ ဥပမာ - ကြံ့ထီးကောင်း ချင်း စသည် ဖြစ်၏၊ ခါးသော ရသာ ပင် ဖြစ်သော်လည်း ကြက်ဟင်းခါး စသည်တို့ကား လေကို ပျက်စေ၏၊ လေဓာတ်ဆ အကျိုးပေးဖို့အောင် အဖြစ်ပြု၏၊ ခါးသော ရသ ပင် ဖြစ်သော်လည်း လေဓာတ်ကို ပွားများစေ၏၊ ဥပမာ - ဆင်ထုံးမနွယ်ပင် စသည် ဖြစ်၏၊ ခါးသော ရသ ပင် ဖြစ်သော်လည်း ရုလာနယာကား အပူများကို နိုင်၏၊ သမာကား ပိုးကို နိုင်၏၊ အငန် ပင် ဖြစ်သော်လည်း သိန္ဓောဆားကား မျက်စိကို အကျိုးပြု၏၊ သစ်ပင်တိုင်းကိုပင် မြှားစားလုပ်၍ ရ၏၊ လျှာနှင့် လျက်ကြည့်မှု ငန်ဖွယ်မျှ သာ 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 ခဲယဉ်းသည့်ထက် ပဘာဝ ခေါ်တန်ခိုးသတ္တိဖြင့် အကျိုးပြုသည်ကို မှတ်သားယူရသော ဆေးပစ္စည်းများကား မြောက်မြားစွာပင် ရှိသေး၏၊ ၎င်းတို့ကိုကား လျှာအသိဖြင့်လည်း မရ၊ ဆီးအနည်းအများ အသိဖြင့်လည်း မသိနိုင်၊ လက္ခဏာကို ရှု၍လည်း မပေါ်လာ၊ သိပ္ပံနည်းဖြင့် ခွဲခြမ်း၍လည်း မခွဲခြားရပေ၊ ဥပမာ - ကန့်ချွဲကို၊ ကျောက်ပုဇွန် ဂုဏ်ဆိမ် (ကောလီသီမ်) စသည်ဖြင့် များစွာပင် ရှိပါသည်၊ ထို့ကြောင့် ဗေဒကျမ်းတို့ကို ကျွမ်းကျင်စွာ တတ်မြောက်ပြီးနောက် ထက်မြက်ရှုးရှဲသော အတွေ့အကြုံရှိသည့် အားမျှား ဖော်စပ်နိုင်၍ မြန်မာ့ဆေးပညာကြီး တရပ် မြင့်တင်နိုင်ကြရန် ပြင်းထန်သော စေတနာ ထားရှိခြင်းဖြင့် ဆက်စပ်ရာ နေရာတိုင်း၌ သတိပေး တိုက်တွန်းချက်ကား ရေးသားလိုက်ပါသတည်း။

ဗူးသီးအခါး

သက္ကတ — အလာဗူ

ဟိန္ဒီ — ကဒ္ဒူ လောကီ (ကရုဒ်-တုမ္ဗိ)

လက်တင် — Lagenaria Vulgaria

ပုံသဏ္ဌာန်။ ဗူးပင်ကဲ့သို့ နွယ်မျိုး ဖြစ်သည်၊ အသီးသည် များသောအားဖြင့် လုံး၍ အသီးအလယ်လောက်မှ စ၍ အညှာဘက်သို့ သွယ်သွားသည်၊ အရွက် စသည်တို့သည် ဗူးချိုနှင့် တူသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။များသောအားဖြင့် အသီးကို သုံးရ၏။ ခါး၏၊ အေး၏၊ ဝိပါကချို စပ်၏၊ နှလုံးကို အကျိုးပြု၏၊ သက်မြက်၏၊ အန်စေတတ်၏၊ လေကို ပယ်ဖျက်တတ်၏၊ ပလည်ကို သုတ်သင်တတ်၏ သေ သည်းခြေကို နိုင်၏၊ ချောင်းဆိုး, ပန်းနာ, ဖောရောင်, အနာဖေါက်, ထိုးအောင့်, အသိပ်သင့်ခြင်း, လေ - သည်းခြေဖေါသများကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

မောက်လောက်ညို

သက္ကတ ကာကမာချီ

ဟိန္ဒီ မကောယ (မကို,ယ်)

လက်တင် Solanum Nigrum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၁-ပေ မှ ၃ ပေထိ မြင့်၏၊ အခက်အလက်များ ကောက်ကွေး၏၊ အရွက် လုံး၍ ရှည်၏၊ အပွင့် ဖြူ၏၊ သေး၏၊ အသီးနုသောအခါ စိမ်း၍ ရင့်သောအခါ နီ၏၊ ယိုနေ[illegible] မှည့်သောအခါ ညို၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဉ္စင်္ဂါးပါးကို သုံးရသည်၊ ခါးစပ်၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါကချို စပ်၏ ဖြေပြစ်၏၊ အသံကို မှန်အောင် ဟိန်းပေးတတ်၏၊ မျက်စိကို အကျိုးပြု၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို နိုင်[illegible] ရောင်ယမ်းခြင်း, နူနာ, မြင်းသရိုက်, အဖျား, တုလာသရော, ကြို့ထိုး, အော့အန်, နှလုံးရော[illegible] စသည်ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အပူဖျားရောဂါ။ ။မောက်လောက်ညို ၄-ဖို့ ၁-ဖို့ ခန့်အောင်ပြုတ်၍ သင့်[illegible] ၍ သောက်ပါက အပူလွန်ကဲသော အဖျားများ သက်သာရမည်။

ဝမ်းမီးနည်းသောရောဂါ။ ။၎င်းမောက်လောက်ညိုကို ၄ - ဖို့ တဖို့ ကြွင်း [illegible] ပိတ်ခြင်းသီးမှုန့် အနည်းငယ်မျှ ထည့်၍ သောက်က ဝမ်းမီးနည်းရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ခွေးရူးကိုက်ရောဂါ။ ။မောက်လောက်ညိုကို သုံးစွက် တခွက်တင် ကျိုပြီး[illegible] ၎င်းပြုတ်ရည်ကို ခွေးရူးကိုက်ခံရသော သူအား သောက်စေရာ၏၊ ၎င်းပြုတ်ရည်ဖြင့် [illegible] အကိုက်ခံရသော နေရာကို ဆေးကြောပေးရာ၏၊ အနာသည်းပျောက် မခွေးရူးဆိပ်လည်း ကျ[illegible]

အသည်းရောင်ရောဂါ။ ။၎င်းအပင်၏ ပဉ္စင်္ဂါးပါး၏ သတ္တုရည်ကို ၁၀-ကျပ်[illegible] မှ ၁၅-ကျပ်သား အထိ ယူ၍ မီးခွေးခွေးဖြင့် နွင်းဆီရောင်လာသည် အထိ ချက်ပါ၊ ၎င်းချက်[illegible] သော အရည်ကို အသည်းရောင်သော သူအား တိုက်ကျွေးပါလျှင် အလွန် နှစ်ကာလရှည်စွာ[illegible] နေသော ရောဂါပင် ဖြစ်စေကာမူ လျင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ကျောက်ကလေး။ ။ရင်းဖောက်လောက်ညို ပန်းပွင့်ကို ပြုတ်ပြီးလျှင် ရင်းအရည်ကို သောက်စေသော် ပုတ်နေသော ကျောက်ကလေးများ အပြင်သို့ ထွက်လာပါလိမ့်မည်။

အိပ်မပျော်သော ရောဂါ။ ။ရင်းဖောက်လောက်ညို၏ အမြစ်ကို သန့်ရှင်းစွာ ယူပြီးလျှင် ပြုတ်ရည်ပြု၍ ရင်းတွင် ထန်းလျက် သင့်တော်ရုံ ထည့်၍ သောက်ခဲ့သော် ကြာမြင့်စွာ အိပ်မပျော်သူများ အိပ်ပျော်လာပါလိမ့်မည်။

ရေဖျင်း နှင့် နှလုံးရောဂါ။ ။ဖောက်လောက်ညို၏ အရွက်, အသီး, အကိုင်း, အခက်များကို သတ္တုရည်ထုတ်၍ ၂ ပဲသား မှ ၈ ပဲသားအထိ တနေ့ကြိမ် သို့မဟုတ် နှစ်ကြိမ် အခြေအနေကြည့်၍ တိုက်ခဲ့သော် ရေဖျင်းရောဂါ နှင့် နှလုံးရောဂါ အမျိုးမျိုးကို ပျောက်ကင်းစေနိုင်၏။

လျှာအာကွဲနာ။ ။ဖောက်လောက်ညိုရွက်ကို ဝါးပေးပါလျှင် ဆေးလျှင်စွာ လျှာကွဲခြင်း, ပါးစပ်ကွဲခြင်း ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ပုတ္တကိုဒ် (ဆီးအောင့်ရောဂါ)။ ။ဖောက်လောက်ညို၏ သတ္တုရည်တွင် သကြားခဲခပ်၍ သောက်ပါလျှင် ဆီးအောင့်သော ရောဂါများ လျင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ကျင်ပုတ်နာ။ ။ကျင်ငယ်ဆင်းသောအခါ၌ အနံ့မခံနိုင်အောင် ဆိုးသော ကျင်ပုပ်ရောဂါ၌ အထက်ဖော်ပြပါအတိုင်း အသုံးပြုရ၏။

သွားနဲ့ရောဂါ။ ။သွားမခိုင်ဘဲ ကျိုးတော့မည့်အခါတွင် လွန်စွာ နာကျင်သဖြင့် ဒုက္ခဝေဒနာခံစားရသော ရင်းအပင်၏ သတ္တုရည်နှင့် ဆီ သို့မဟုတ် ထောပတ်စစ်စစ်တို့ကို ရော၍ သွားရင်း၌ သိပ်ပေးခဲ့သော် နာကျင်ခြင်း ကင်းလျက် အလိုလို သွားထွက်သွားပါလိမ့်မည်။

မျိုအန်သောရောဂါ။ ။ရင်းအပင်၏ သတ္တုရည်ကို လက်ဖက်ရည်ဇွန်း အစိမ်း ရော၍ တိုက်ကျွေးခဲ့သော် မျိုအန်သော ရောဂါများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

အဖုအပိမ့် အနီထရောဂါ။ ။ရင်းသတ္တုရည်ကို ရောဂါအခြေအနေ အရ တိုက်ကျွေးခဲ့သော် တကိုယ်လုံး အနှံ့အပြား အနီရောင် အဖုအပိမ့်များ ဆေးလျှင်စွာ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

မှတ်ချက်။ ။ရင်းအပင်သည် မိုးဦးကျ၌ စိမ်းလန်းစိုပြေစွာ အလိုအလျောက် ပေါက်လာတတ်၏။ မြေဩဇာအချိုက်များရှိရာ နေရာတို့၌ အထူးသဖြင့် မြောက်မြားစွာ ပေါက်ရောက်တတ်၏။ မသိနားလည်သူတို့သည် နွားပစ် ပယ်ရှား ကျော်လွှားသွားကြကုန်၏၊ သိသောသူတို့မှာကား အထက်ဖော်ပြပါအတိုင်း ဖော်စားကြကုန်၏၊ အမှိုက်ပုံမှ အလိုအလျောက် ပေါက်သော ဆေးပင်သည် လူသားတို့၏ ရောဂါအမျိုးမျိုး အကျက် ကတ်တွင်းရှင်ဖြစ်သည်ကို သတိပြု၍ ဆေးအဘိဓာန်ကျမ်းကို ကျေညက်အောင် ကြည့်ရှုလေ့လာကုန်။

No, 35

မုဒ္ဒသရဏပင်

သက္ကတ ဒိဗ္ဗဇိ
ဟိန္ဒီ ဆဗ်ဇယ (ဆရိမ-ဖျ,ယ)
လက်တင် Canna Indica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှားၿပီ။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်ကို အများရောဂါ နှင့် အနုံးရောဂါ အတွက် ဆီးမျိုး ဆေးရန် ပေးရ၏၊ တွန်းကန်ဘတ်၏၊ ထိရှားနာများ အဆိပ် ရှိသော မြက်ကို စားမိသောအခါ အမြစ်ကို အဂိုင်းပိုင်းပြု၍ ဆန်ဆေးရည်နှင့် ကျိုချ တိုက်ရသည်၊ အစေ့သည် ဝမ်းမီးကို တောက် စေ၏၊ အနာကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

မုံလုံသီး (၈၅)

ပါဠိ ဇွဗာ (ဖျ၍,ယ)
လက်တင် Sapium indicum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အမြဲ စိမ်းလန်းသော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အားလုံးသော အပင်၏ အစိတ်အပိုင်းတို့သည် နို့ရည်ရှိ၏၊ အခေါက်သည် ပြာရောင် ရှိ၏၊ အရွက်သည် ယိပ်များ ချွန်၏ အပွင့် ငယ်၏၊ ဝါရောင် ရှိ၏၊ အစေ့ နူးညံ့၍ ဖျော့တော့သော အရောင် ရှိ၏၊ မြစ်ကမ်းနားနှင့် မြေအိုင်တောနားတွင် ပေါက်တတ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အသီးရည်ကို ငါး၍ အန်ဖျေရန်အတွက် အသုံးပြုသည်။

မှတ်ချက်။ ။ဗုံလုံ ဟု ဆိုရာ၌ မြန်မာ့ဝေါဟာရတွင် သစ်ဗုံလုံ၊ ချယ်ဗုံလုံ ဟု နှစ်မျိုး ရှိ၏၊ ဖော်ပြပါ ဗုံလုံသည် သစ်ဗုံလုံမျိုး ဖြစ်၏၊ အသီးလုံးသည်၊ မှည့်သောအခါ မြစ်ချောင်းထဲတွင် ကျပါ၍ ရေနှင့် စီးသွား၏၊ ငါးပုံးခေါ်သော အကောင်ငယ်များသည် ၎င်းအစေ့ပေါ်တွင် ခိုကပ် နားနေသောအခါ အလိုမှာ လှန်မှာ ချော်မှတ် လုံးနေသဖြင့် တိမ်းစောင်းသွား၏၊ ထိုအလုံးပေါ်မှ ကျရောက်၏၊ ရံခါ ဗုံလုံသည် ရေတွင် ပေါ်နေ၍ ငါးပုံးသည် အောက်က နေရသည်၊ ရံခါ ငုံ၍ တက်သောအခါ ဗုံလုံသည် အောက်က ဖြစ်နေသည်၊ ငါးပုံးသည် အပေါ်မှာ နေရသည်။ နိမ့်တုံ မြင့်တုံ ဖြစ်ကြရမြဲ ဖြစ်သော လောကအတွေ့အကြုံကို ထင်ရှား၍ "ဗုံလုံတလှည့် ငါးပုံးတလှည့်" ဟု ရှေးသူဟောင်းတို့ ပြောဆိုကြကုန်၏။

နိုင်းဒေါင့်ရှည်

ပါဠိ ကုရိယ

လက်တင် Kandelia rheedii.

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ၂-လက်မခွဲမှ ၅-လက်မအထိ ရှည်၏၊ ၁-လက်မမှ ၂-လက်မခွဲ အထိ အနံ ရှိ၏၊ ထိပ်ပြား ချွန်၏၊ ဥသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အပေါ်ဘက်မျက်နှာ အနီရင့်ရောင်၊ အောက်ဘက် နီညိုရောင် ရှိသည်။

အပွင့်။ ။၄ ပွင့်မှ ၁၉ ပွင့်အထိ စုပြုံ၍ ပွင့်၏၊ အပွင့်သည် ၁ ၂-ပဲမှ ၁-ကျပ် ၄-ပဲမျှ ရှည်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်း၏ အခေါက်သည် ပိတ်ချင်းသီး (သို့မဟုတ်) ချင်းခြောက်ရေ နှင်းရေတို့နှင့် တိုက်သော် ဆီးချိုရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

မြိုင်းချေး (မြိုင်းချေးဝင်)

ဟိန္ဒီ ဆဲရဲ (မဇရရီ)

လက်တင် Erigerom asteroides

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မိုးရာသီ ပေါက်တတ်သော အပင်သေးမျိုး ဖြစ်၏၊ တမိုက်မျှ ရှည်၏၊ အမွေးရှိ၏၊ အပွင့် ဝါ၏၊ ပဥ္စင်းပါးကို ဆေးသုံးရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဆီးကို ရွှင်စေ၏ တွန်းကန်စေတတ်၏၊ ဖျားစဉ် ဆီးကောင်းစေရန် သို့မဟုတ် တွန်းကန်စေရန် အသုံးပြုရာ၏။

မြိုင်းခြေမြ

ဝန်ဂျာဗီ ဗုဒ္ဓဘူ (ဗောလရက်ချိ)

လက်တင် Gnaplralium Luteoalbum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်သေးမျိုး ဖြစ်သည်၊ အရွက်ညှာတံမှ၍ ၁-လက်မမှ ၁-လက်မခွဲထိ ရှည်၏၊ အပင်များသည် ဝါ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရွက်သည် တုန်ရှုံ့စေတတ်၏၊ အနာကို အသားနု တက်စေ၏၊ ကျောင်းမားသေးသူ၏ အိမ်၌ အနှက် မီးရှို့ ပါက လေသည် သန့်ရှင်းစင်ကြယ်၏။

ပြူးခြေထောက်အမ

RHIZOPHORA MUCRONATA

ฆามิ (ကာမိုး)

မိုင်းဒေါင်

မြူးခြေတောက်အမတွင် ရှုပါ။

မျိုင်းဝါပင်စောက်

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် အပင်နိမ့် သေးမျိုး ဖြစ်၏၊ ၁-ပေ ၁ ပေခွဲခန့် အမြင့် ရှိ၏၊ အုပ်စုဖွဲ့၍ ပေါက်တတ်၏၊ ကုန်းမြင့် မြေမျိုးတွင် ပေါက်တတ်၏၊ အပွင့်သည် ဝါသော အဆင်း ရှိ၏၊ အရွက် နှင့် အရိုးမှာ ဖြူသော အဆင်းရှိ၏၊ ၎င်းသည် သာ မျိုင်းဝါပင်စောက်ပင် အစစ် ဖြစ်၏၊ ၎င်းကို ချေးအုပ်ဆေး နှင့် ကျွဲနွားတို့ ပန်းပေါက်ရောဂါ၌ ကြိတ်နယ်အုံပေးရ၏၊ အင်္ဂလိပ် ဆေးကုကြားဆေးအခေါ်ကို ပမ်းထူ၍ အသုံးပြုကြ၏။

ဤနေရာ၌ မှတ်သားဘွယ်တရပ် အထုံးဖြတ်ကို ဖော်ပြလိုပါ၏၊ ပုံပြဆေးအဘိဓာန် ပဌမတွဲတွင် ကျွဲကျောင်းမင်ဆေး (ဆေး) ပင်ကို မျိုင်းဝါပင်စောက်ပင် ဟု မှားယွင်းစွာဖြင့် ဖော်ပြအသုံးပြု ကြသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ယင်းကျွဲကျောင်းမင်ဆေးသည် အကြီးမျိုး နှင့် အငယ်မျိုး နှစ်မျိုး ရှိ၏၊ အကြီး မျိုးကို ကျွဲကျောင်းမင်ဆေး ဟု ခေါ်၍ အငယ်မျိုးကို ခြသေ့နို့ရည် ဟု ခေါ်ကြ၏၊ ယင်းနှစ်မျိုး တို့၏ စွမ်းရည်သတ္တိကိုကား ပဌမတွဲ၌ အပြည့်အစုံ ဖော်ပြထားပြီး ဖြစ်၍ ဤ၌ ဖော်ပြရန် လိုမည် မဟုတ်ချေ၊ မျိုင်းဝါပင်စောက် နှင့် ကျွဲကျောင်းမင်ဆေး ကွဲပြားရန်အတွက် ပုဂ်သားထားရန် သာ လိုပေသည်။

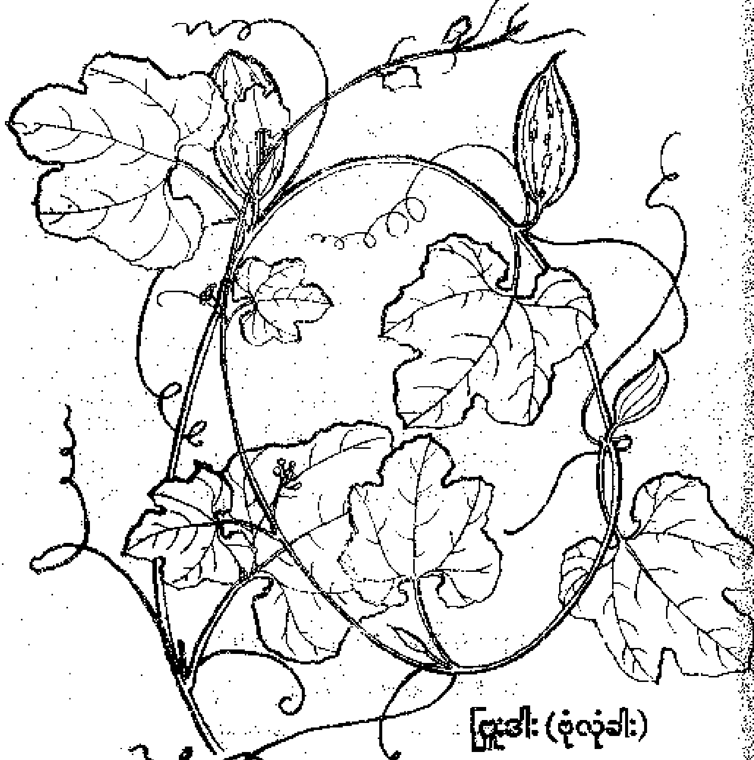
မြူးခြေတောက် (အမ)

တာဗီလ် **ကာရို** (ကာဒို)

လက်တင် Rhizophora mucronata

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မြူးခြေတောက်သည် အဖို့ အမ နှစ်မျိုး ရှိသည်၊ အဖိုပင်ထက် အမ ပင်က ကြီး၏၊ သီးသော် တောက်ကောက်ကွေ့ကွေ့ ရှိ၏၊ အဖိုမှာ ခြုံသဘောရှိသော အပင် ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ဥသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အဖျား ချွန်၏၊ အရောင် ဝါ၏၊ အပွင့် မွှေး၏။

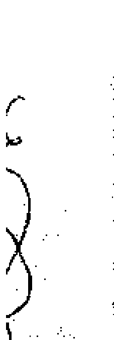
ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အခေါက်ကို သွေးယိုစီးခြင်း၊ ဆီးနှင့် ရော၍ သွေးပါခြင်းတို့၌ အသုံးပြုရ၏၊ တိုက်ရ၏၊ သို့မှတပါး ဆီးချိုရောဂါတွင်လည်း များစွာ အသုံးဝင်လေသည်။



ပြူးဒါး (ဖုံလုံခါး)

TRICHOSENTHAS DIOICA.

परवल (ပရိဝလ်)



မြူးဒါး (ဗုံလုံခါး)

သက္ကတ ပဋောလ

ဟိန္ဒီ ပဋောလ (ပရဝလ်)

လက်တင် Trichosenthes cucumerina

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် မိုးသက်နွယ်မျိုး ဖြစ်၏။ ၎င်းနွယ်တွင် ဖြူသော မွေးနုများ ရှိ၏၊ အပွင့်လိုက်၍ ဖို့မ နှစ်မျိုး ရှိသည်၊ အဖိုပွင့်မှာ ဖြူ၏၊ ပွင့်ဖတ် ၅-ခု ရှိ၏၊ အသီးသည် ဗုံလုံ ချိုသီးနှင့် ပင် တူလေသည်၊ အရွက်သည် ခေါင်ပိုင်စွန်းများ ရှိ၏၊ ဘေးဘက်လည်း ခွေးသွားလည်း ရှိ၏၊ အသီးနုလျှင် စိမ်း၍ ရင့်လျှင် ဝါ၏၊ အသီးပေါ်တွင် ဖြူသော အရေးအကြောင်းများ ရှိ၏၊ တန်ဆောင်မုန်း, နတ်တော်လများတွင် အသီးမှည့်သည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်း၏ အမြစ်သည် ဝမ်းသက်၏၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း, ချောင်းဆိုးခြင်း, အနာအဖု, အဝိုင်းများပေါက်ခြင်းကို ကောင်းစေ၏၊ အရွက်သည် သည်းခြေကို နိုင်၏၊ ၎င်းအသီးသည် ခါး၏၊ ပူ၏ ဝမ်းသက်၏၊ အဖျားကို နိုင်၏၊ ပိုးများကို သုတ်သင်တတ်၏၊ ဝမ်းမီး တောက်၏၊ ရေငတ်ခြင်း, ချောင်းဆိုးခြင်းကို ကောင်းစေ၏၊ သည်းခြေနာ, ချောင်းဆိုးနာ, ယားနာ, ခရုသင်းနာ, သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း, ပူလောင်ခြင်း, နူနာ, အနာအဖုများ, ရေယုန်နာ, မျက်စိရောဂါ နှင့် ဒေါသသုံးပါး ဖောက်ပြန်ခြင်းကို ငြိမ်းစေ၏၊ ၎င်း၏ ဆီသည် ချောင်းဆိုး ရောဂါ၌ အသုံးပြုရ၏၊ ၎င်းအပင်သည် နှလုံးကိုလည်း အားပေး၏၊ ဓာတ်ဘို့ကိုလည်း ကောင်းအောင် ပြုပြင်တတ်၏၊ အဖျားကို နိုင်၏၊ ပိုးနာများကို နိုင်နင်း၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

သန်ကျစေဆေး။ ။ဗုံလုံခါးအစေ့ကို အမှုန့်ပြု၍ တနှစ်သားကို ၂-ရွေးမျှ ကျွေးပါက ဝမ်းတွင်းရှိ သန်ကောင်များ ပျက်စီးကုန်၏။

အဖျားပျောက်ဆေး။ ။ရိုင်းဗုံလုံခါး အစေ့ အမှုန့်ကို ဆေးပေါင်းကြီး ပြုတ်ရေနှင့် သောက်မူ အဖျားရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

အဖျားအိုး, အဖျားဟောင်းများ။ ။၎င်းဗုံလုံခါးရွက်ကို ပေါင်းတိုက်ရည်ယူ၍ နွေ စဉ်နှင့် အမျှ ဖျားနေသော အဖျားဟောင်းများကို လိမ်းကျံမူ လျင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်း၏။

အစာအိမ်အချဉ်ပေါက်ရောဂါ။ ။မြူးဒါးရွက်, တမာခေါက်, သပင်စေ့သီး—၎င်း သုံးပါးကို အညီအမျှ ဆုံးပြုလျှင် ပျားရည် နှင့် သိခနွာ သင့်တော်ရုံ ယှဉ်၍ သောက်မူ အစာ အိမ် အချဉ်ပေါက်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

သလိပ် နှင့် သွေးအန်ရောဂါ။ ။ဗုံလုံခါးရွက်နှင့် ချင်းကို မြစ်ဖြူ၍ ချွန်ပြီးလျှင် ဓာတ်ကို ချက်၍ ၎င်း ၂-မျိုး သွေးပြီးသားကို အနည်းငယ် ထည့်ပေါင်း၍ ပြီးလျှင် ၎င်းဓာတ်ကို သောက်မူ သလိပ်အန် နှင့် သွေးအန်ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

လိင်နိမိတ်ရောဂါပျောက်ဆေး။ ။မြုံးဒါးရွက်၊ တမာခေါက်၊ ကြံ့ဖလ (သီးဖြူ ဖန်းခါး၊ သစ်သိမ်) နွားခြေရင်း၊ သခွတ်ပွဲလျက်တို့ကို အမှုန့်ပြု၍ ရှားနှစ်ကို သွေးသောအရည်နှင့် သောက်မူ လိင်နိမိတ်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

မုတ်ကြီးရောဂါ။ ။မြုံးဒါးရွက်၊ သစ်ခွပန်းရွက်၊ နွယ်ချို၊ ဆင်သမနွယ်၊ ကြက်ဆူမြစ်၊ ငုမြစ်၊ မုယားကြီးရွက်—၎င်းဆေးများကို အမျှစီ စု၍ ပြုတ်ပြီးသောက်မူ မုတ်ကြီးရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

မှတ်ချက် (၁)။ ။၎င်းဗုလ်လိုကို ဟောသောသဒ္ဒါသည် ပဋောလသဒ္ဒါ ဖြစ်၏၊ ရှေးနိုင်ငံမြန်တို့၌ ပဋောလကို ပဋန်းသီး ဟု ပြန်ကြ၏၊ မှန်ကန်စွာ မသိသဖြင့် ၎င်းရှိရင်းစွဲ အမည်အတိုင်း ပြန်ခြင်းမျိုး ဖြစ်၏၊ ဒုတိယခေတ်လောကတွင် ၎င်းပဋောလသဒ္ဒါကို မြုံးဒါး (ဝါ) ဗုလ်လို ဟု ပြန်ကြ၏၊ မြုံးဒါးသည် ဒုတိယခေတ် ဝေါဟာရဖြစ်၍ ဗုလ်လိုသည် ယခုတိုင် ခေါ်ဝေါ်သော ဝေါဟာရ ဖြစ်၏၊ ၎င်းသည် အခါး၊ အချို ၂-မျိုး ရှိသည်၊ အခါးမျိုးသည် မြန်မာပြည်တွင် မြစ်ရိုးနွယ်မြုံတို့၌ အလိုအလျောက် ပေါက်တတ်၏၊ လွန်စွာ ခါး၏၊ အချိုမျိုးမှာမူ ယနေ့တိုင်အောင် မြန်မာပြည်၌ ပေါက်ရောက်သည်ကို မတွေ့ရသေးချေ။

ဂုန္ဒိယမှ ကျွန်ုပ်တို့ကိုယ်တိုင် မျိုးကို ယူဆောင်၍ စိုက်ပျိုးသည်၊ အချို့ လုံးဝ မပေါက်ချေ၊ အချို့ အပင်ငယ်များ ပေါက်လာသော်လည်း အသီး သီးလောက်အောင် အသက်မရှည်ချေ၊ ကျွန်ုပ်တို့သာ စိုက်၍ မအောင်မြင်သည်မဟုတ်ပါ၊ အိန္ဒိယတိုင်းသားတို့လည်း အကြိမ်ကြိမ် စိုက်ပျိုး၍ မဖြစ်ကြောင်း ပြောပြ၍ သိရ၏၊ အခါးတကာတို့တွင် အမြတ်ဆုံး အပင် ဖြစ်သည်၊ အချိုမျိုးမှာလည်း အခါးမျိုးကဲ့သို့ပင် လူသားတို့အား လွန်စွာ ကျေးဇူး ပြုသည် လူတိုင်း လူတိုင်း အများဆုံး ခံစားရသော အဖျားရောဂါကို ကာကွယ်နိုင်သည်၊ လူတိုင်း အရေးကြီးသော အစာသိမ်းအိမ် ဝမ်းမီးကို တောက်စေသည်။

သွေးတွင် ရှိသော အညစ်အကြေးများကိုလည်း ပယ်နုတ်တတ်၏၊ "သွေးသည် ပင်လျှင် အသက်၊ အသက်သည်ပင်လျှင် သွေး" ဟူသော စကားပုံအတိုင်း အသက် ဟူသည်မှာ ဇီဝိတရုပ်သည် ရသရည်၊ အသွေး၊ အသား၊ အရိုး၊ အဆီ၊ ရိုးတွင်းချဉ်ဆီ၊ သုက် တည်းဟူသော ဓာတ်ကိုယ်တွင်းရှိ ဓာတ် ၇ လွှာတို့၌ အနှံ့အပြား တည်သော်ငြားလည်း သွေးတွင် အဓိက အားဖြင့် တည်၏၊ ထို့ကြောင့် သွေးကို (ဇီဝဓာတ်) အသက်ကို ဆောင်တတ်သည် ဟု ဗိန္ဒော ဆေးကျမ်းတို့၌ ဆိုထားသည်၊ ထိုအသက်၏ တည်ရာ အရေးအကြီးဆုံး သွေးကို ဖြူလည်း ဖြူစေသည်၊ အညစ်အကြေးများကိုလည်း ထုတ်ပယ်တတ်သည်၊ သွေး၏ မှန်ကန်စွာ လှည့်လည်မှုကို ဖြစ်စေသည်၊ ၎င်းအပင်သည် ဖော်ပြပါ အကျိုးတို့ကို သာလျှင် ပြုနိုင်သည် မဟုတ်သေး (ရသာယန) အသက်ရှည် ဆေးကျမ်းတို့၌လည်း ဖော်ပြ ချီးကျူးထား၏၊ လူတိုင်းပင် အရေးကြီးသော အချက်၌ ကာကွယ်နိုင်ရန် ရှေးဗိန္ဒောဆရာတို့သည် "မျက်စိမှာ ရည်၊ နားမှာ ဆီ၊ ဒန္တိမှာ ဆား၊ ဝမ်းမှာ ခါး" ဟု မိန့်ဆိုထားသည်ကို တွေ့ရ၏၊ အခါး ဟူသည် ဖော်ပြပါ ဝမ်းမီးကိုလည်း မပျက်စေ၊ အစာ

ဟောင်း အညစ်အကြေးများကိုလည်း ထုတ်ပယ်နိုင်သောကြောင့် ထိုဗုံလုံခါးသည် အစာသစ်အိမ် အစာဟောင်းအိမ် နှစ်ခုစလုံးကို အကျိုးပြုသည်၊ ကင်းပုံ ချို ခါး ရှိရာတွင် အခါးမျိုးကိုလည်း အခါး သက်သာအောင် ဖန်တီး စားကြသကဲ့သို့ ထိုဗုံလုံခါးသီးကို လည်း ပြုပြင်ချက်စားကြ၏၊ ညိုသော် အချိုမျိုး ရှိသော အိန္ဒိယပြည်၌ကား ဆေးသုံးရာ၌ သာ အခါးမျိုးကို သုံး၍ စားသုံးရာ၌ကား အချိုမျိုးကို သုံးကြကုန်သည်၊ လွန်စွာ နှုတ်ကို မြိန်စေတတ်သည် ဟု ဆေးကျမ်းတို၌ ဖော်ပြထားသည်ကိုလည်း တွေ့ရ၏။

သစ်သီးများ ကြော်ရက် စားသကဲ့သို့ ကြော်ချက်စားလျှင် လွန်စွာ အရသာ ရှိသည်၊ လွတ်လပ်ရေး မရမီခေတ်က မြန်မာပြည်တွင် အိန္ဒိယသားများ အိန္ဒိယမှ များစွာ မှာယူ တင်သွင်းကာ စားသောက်ကြကုန်သည်၊ ဆောင်းရာသီအဝင်တွင် အခြားသော ခရမ်း ချဉ်သီး, မုန်လာ စသည်တို့ကဲ့သို့ တွေ့ရ၏၊ ခရမ်းချဉ် ငါးဆယ်သားကို ဂုန္နီယပြည်၌ ၄-ပဲမျှ ပေးရသောအချိန်တွင် ၎င်းကို ၁၂-ပဲမျှ ပေးရသည်၊ လွန်စွာ စိုက်ပျိုးသင့် အသုံး ပြုသင့်သော နွယ်ပင် ဖြစ်ပေတော့သည်။

ဗုံလုံနွယ်

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပဲလင်းမြွေမျိုး ဖြစ်သည်၊ သို့သော် ပဲလင်းမြွေကဲ့သို့ မရှည်၊ တိုတုတ်၏၊ ၎င်းသည် ဆေးကျမ်း ဝေါဟာရ မဟုတ်ချေ၊ မြန်မာတို့ ခေါ်ခေါ်ကြသော အမည် တမျိုး ဖြစ်သည်၊ ပဲလင်းမြွေမျိုးထဲမှ ဖြစ်၍ ပဲလင်းမြွေတွင် ကြည့်ပါလေ။

မြူးမိုင်းခေါင်

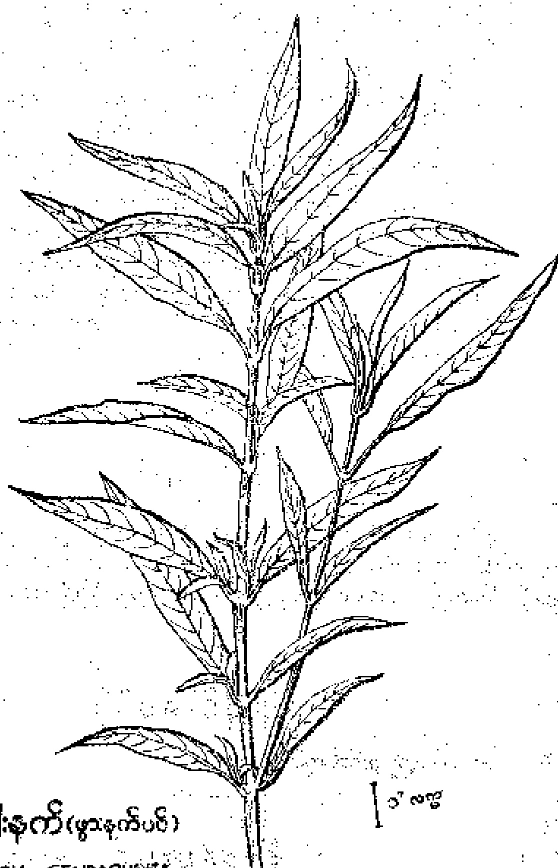
မိုင်းခေါင်ရှည် အခက်းတွင် ရှုပါ။

မြင်းမွေးပင်

ဟိန္ဒီ [illegible] (ဂျပ်ဗ်နိ,ခ်)

လက်တင် Lycopus europaeus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းအပင်သည် ချောင်းဖက်သည်၊ အမြဲမရှိကြသည် ချောင်းမြောင် ပုံ့နံ့ရှိ ထွက်သည်၊ အရွက် ခွေးသွားစိတ် ရှိသည်၊ အပွင့် သေး၏၊ ဖြူ၏၊ ခရမ်းရောင်လည်း ရှိ၏။



ဘဝါးနက် (ဖွားနက်ပင်)

JUSTICIA GENDARUSSA

नील निर्गुण्डी (နီလနိဂ္ဂုဏ္ဍီ)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခါး၏၊ ပူ၏၊ သွေးကို စင်ကြယ်စေ၏၊ သလိပ် နှင့် လေကို နိုင်သုတ်ခြင်းနှင့် အကူ ကျဆင်းစေ၏၊ ဆီးနှင့် လိမ်းခေသ် အယား ပျောက်ကင်း၏၊ လေနှင့် သွေးသာရောဂါ၊ နူနာရောဂါ၊ ယားယံခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ၎င်းအရွက်ကို ကြိတ်၍ အနာ များကို အုံပေးလျှင် ပြည်များ စင်ကြယ်ပြီး အသားနု တက်လွယ်၏။

မြည့်စင်

ပုံပြဆေးအဘိဓာန် ပဌမတွဲ ကင်ပလင်းကို ရှုပါ။

[ဘ]

ဘဝါးနက် (မွှားနက်ပင်)

သက္ကတ ဂဳလ ဂြိုဟ်ပဂ္ဂီ

ဟိန္ဒီ ဂဳလ ဂြိုဟ်ဇဂ္ဂီ (နှလ-နိဂ္ဂု ၃°)

လက်တင် Justica gendarussa

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၃-ပေ ၄-ပေခန့် မြင့်သော အပင်မျိုး ဖြစ်သည်၊ ဥယျာဉ်လမ်းဘေးတို့၌ စိုက်ထတ်သည်၊ အခက်အလက်များသည် သေးသွယ်၍ မဲ၏၊ မိုးရာသီ၌ ပွင့်၏၊ အရွက်ကို ဆေးအဖြစ် အသုံးပြုရ၏။

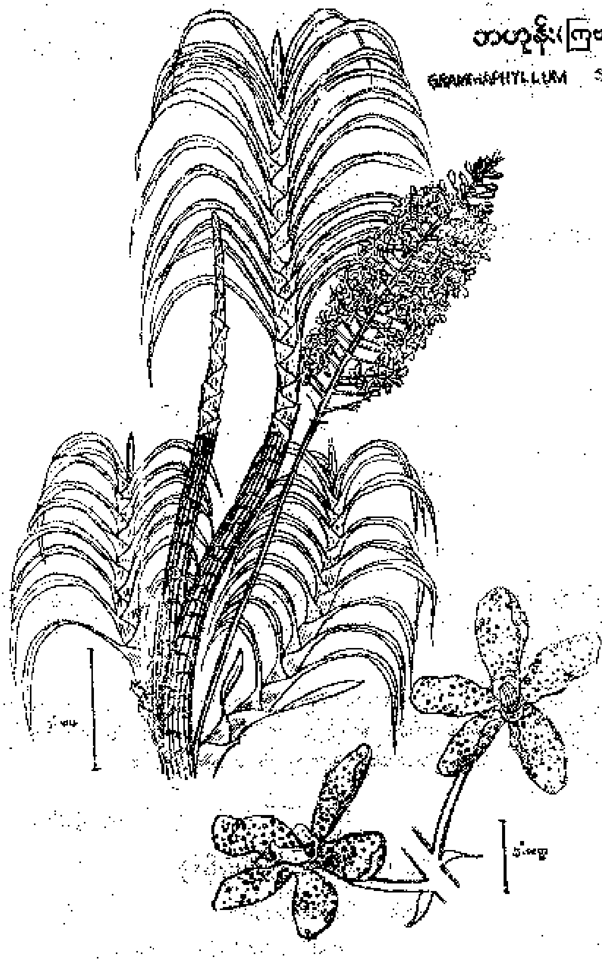
ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခါး၏၊ သတ္တိ ပူ၏၊ ဝိပါက်၌ စပ်၏၊ ထက်မြက်၏၊ သလိပ်ကို ထုတ်ဆောင်တတ်၏၊ အနိစတတ်၏၊ နှလုံးနှံ့စေတတ်၏၊ ချောင်းဆိုး၏၊ ဖော်ရောင်၊ အစာ မကြေ၊ မျက်စိရောဂါ၊ အဖျား၊ နားအူခြင်း စသည်တို့၌ အသုံးပြုရသည်။

ဘတုန်း (ကြီးဗတုန်း)

လက်တင် Giant orchid

Grammatophyllum speciom

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းသည် သစ်ပင်ကြီးများတွင် တွယ်ကပ် ပေါက်ရောက်တတ်သော သစ်ခွပန်းမျိုး ဖြစ်၏၊ ကမ္ဘာပေါ်တွင် သစ်ခွပန်း အမျိုးမျိုး ရှိသည့်အနက် အကြီးဆုံး အပင်မျိုး



ဘဝလှနီး(ကြပလှနီ)

GRAMMATOPHYLLUM SPECIO

ကြဗဟုန်း)

SPECIOUM

ဖြစ်၏၊ အရိုးတန်များသည် ၃-တောင်မှ ၄-တောင်အထိ မြင့်၏၊ ထိုအရိုးတန်မှ ကြံရွက်များကဲ့သို့ ကပ်၍မနေသော အဖတ်အဖတ်အရွက်များသည် အလျားထွာတောင်မျှ ရှိ၏၊ အနံ ၂-လက်မမျှ ကျယ်၏၊ အရိုးတန်မှာ ဖြူရောင်သန်း၍ စိမ်း၏၊ အရွက်မှာ စိမ်းဆောင်သက်သက် ဖြစ်၏၊ အပင်ရိုး၏ အရင်းမှ ပွင့်ခက်များ စုရုံး၍ ပွင့်တန်ရှည်ကြီးများ ထွက်လျက် ပွင့်လာကြကုန်၏၊ ပန်းပွင့်ရောင်မှာ ညိုရောင်သန်း၍ အပွင့်၏ အတွင်းသားမှာ ပို၍ ညို၏၊ မြန်မာပြည် တနင်္သာရီတိုင်း မြိတ်နယ်အလွန် ကြီးမားသော တောများတွင် မြင့်မားလှသော သစ်ပင်ကြီးများ၌ ကပ်ကပ်၍ ပေါက်တတ်၏၊ ၎င်းကို ဗဟုန်းပင် ဟူ၍၎င်း, ကြဗဟုန်းပင် ဟူ၍၎င်း ထိုအရပ်ဒေသရှိ လူများ ခေါ်ဝေါ်ကြကုန်၏၊ ရှေးဆေးနည်းများတွင် ထိုအပင်ကို ဆေးဘက်အနေဖြင့် ပါဝင်နေသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ၎င်းအပင်ကို ဖြတ်တောက်၍ ကလေးများ ပခက်တွင် ချည်ဆွဲထားပေးကုန်၏၊ အချို့ ကလေးငယ် အိပ်သော ခေါင်းအုံးတွင် ထပ်ထားပေးကုန်၏၊ ကလေးများ ကြဗဟုန်းရောဂါကို ကာကွယ်နိုင်သည် ဟု ခံယူမှတ်သား၍ အထက် ဖော်ပြပါအတိုင်း ပြုလုပ်ကြကုန်၏၊ ဤ၌ သတိပြုရန်မှာ ကြဗဟုန်း ဟူသော ဝေါဟာရပင် ဖြစ်သည်၊ ဆေးကျမ်းတို့၌ ကလေးများရောဂါကို ပြရာတွင် ကြဗဟုန်းရောဂါ ဟု ပါရှိသည်၊ ၎င်းအဓိပ္ပါယ်သည် မည်သည့်အသံ၏ ဝေါဟာရ ဖြစ်သည်ကို အချိန် အတော်ကြာကြာကပင် စီစစ်လေ့လာခဲ့သော်၏၊ မွန်စကားနှင့် အနီးစပ်ဆုံး ဖြစ်သည်ကို တွေ့ရ၏၊ ဤကြဗဟုန်း ဟူသော ဝေါဟာရ စကားသည် ကျားကို ခေါ်သော မွန်စကားနှင့် လွန်စွာ နီးစပ်နေသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ကလေးများသည် အမိဝမ်းတွင်းမှ ပင်လျှင် စတင်၍ ရောဂါပါလာ၏၊ ဖြူ, နီ, ညိုကွက်များ အမျိုးမျိုး အဆင့်ပြောင်းလျက် ဖြစ်လာ၏၊ တဖြည်းဖြည်း ပိန်ကြုံလာ၏၊ မန်းကွက်, ငန်းကွက်ကဲ့သို့ ဖြစ်လာ၏၊ ထိုအပတ် အစိုး လေ တည်းဟူသော ငန်းသည် တဖြည်းဖြည်း စုအောင်းမိသော အခါ၌ တိုးသည်ထက် တိုးသည်၏ အဖြစ်သို့ ရောက်ရလေ၏၊ အထက် လွန်စွာ ကြမ်း၏၊ ရောဂါ၏ ဖြစ်မှုသည် လွန်စွာ နက်ရှိုင်း၏၊ ကျားများ၏ အဟုန်သည် လွန်စွာ ပြင်းထန်သကဲ့သို့ ပြင်းထန်သော အတက်နာတမျိုးဟု ဆိုရပေမည်။ ။သားငယ်အပူ လွန်စွာ ပြင်းထန်လာ၍ သူငယ်များတက်တတ်၏၊ ကောက်ကွေး ရွဲ့စောင်းပြီး တက်သည့်အထိ သည်းခြေဒေါသအပူ နှင့် လေဒေါသအပူ ပြိုင်၍ တက်သောအခါ အလွန် ကြမ်း၏။ ။အချို့ ကလေးများမှာမူ သလိပ်ဒေါသ ဦးဆောင်ပြီး သည်းခြေဒေါသ အပူပုပ်၍ လေဒေါသ ပိတ်ချုပ်ခြင်းကို ခံရပြီးလျှင် တက်၏၊ အချို့ အတွင်းတက်အနေဖြင့် တက်ခြင်း ဖြစ်၏၊ အချို့ အကြောတက်အနေဖြင့် တက်ခြင်းလည်း ရှိ၏၊ အချို့ ဝက်ရူးရောဂါ ပါလာပြီးလျှင် တက်ခြင်းလည်း ရှိ၏၊ ထိုတက်ခြင်းအမျိုးမျိုးတို့သည် အမျိုးအစားအလိုက် ပြင်းထန်သည်၊ အနည်းအများ သာ ကွာခြားကြကုန်၏၊ ကုစားရန် ဖြစ်နိုင်၏၊ ဤကြဗဟုန်းတက်နာသည်ကား များစွာ ကုစားရန် ခဲယဉ်း၏၊ တက်၍ သေဆုံးပြီးနောက် ရုပ်ပျက်, ဆင်းပျက်အနေဖြင့် နီ, ညို, ပြာ အကွက်အဆင်း အမျိုးမျိုးတို့သည် ပေါ်ထွက်လာကုန်၏။ ။ဤ၌ ကြဗဟုန်း ဟူသော ရောဂါ နှင့် ကျားကို ခေါ်သော မွန်စကားတို့ ဆက်စပ်နေမှုကို ဖော်ပြရခြင်း ဖြစ်၍ သိသာထင်ရှားအောင် ရောဂါအကြောင်းကို ထည့်သွင်းဖော်ပြလိုက်ခြင်း ဖြစ်ပေသည်။ ။ဤမျှသာ သမ်မှန် နှင့် ရောဂါ- ထိုရောဂါ၏ ဝေါဟာရကို လေ့လာစုံစမ်း၍ ရပါသေးသည်။

ဘီလူးတောင်ဝှေး

မီးမလောင်ပန်းကို ပြသော အစက်ထွင် ရှုပါ။

ဘီးဇတ်

ဟိန္ဒီ ဆူ"ဒုဂ (မု"ဒါရိ)

လက်တင် Eupatorium ordaranum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် လက်ဝါးသဏ္ဌာန်နှင့် ခွေးသွားဖိတ်များ ရှိ၏၊ ရွက်ဖျား ချွန်၏၊ အပွင့်သည် အပင်ထိပ်ဖျား၊ အခက်ဖျားတို့ ပွင့်၏၊ ၎င်း အပွင့်သည် စူးရှသော အနံ့ ထွက်၏၊ ၎င်းသည် ပဋ္ဌေါးမပါး အလုံးလုံး ခါး၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။သင့်လျော်သော အတိုင်းအတာကို အသုံးပြုပါက ဆီးကို ရှင်စေသည်၊ ချွေးထွက်သည်၊ အလွန်အကဲ အသုံးပြုပါက အန်စေတတ်၏၊ မလာတိုကို ဖြိုခွဲတတ် သည်၊ ကိုယ်ရေဝဲ ရောဂါ၊ သွေးအန်၊ သွေးကျ၊ အနာပျက်ရောဂါ၊ ချောင်းဆိုးခြင်း ရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရသည်။

ဘီးဇတ် (တော)

အင်္ဂလိပ် Hemp Agrimony

လက်တင် Eupatoriam Cennabinum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပင်စည်သည် ၃-ပေမှ ၄-ပေ မြင့်၏။ အရွက် ထဲ့၏၊ အညာ မဲ၏၊ လှံသွားသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အပွင့် ဖြူလုမတတ် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ် နှင့် အရွက်ကို အန်ဆေး အဖြစ်ဖြင့်၎င်း၊ ဝမ်းဆေး အဖြစ် ဖြင့်၎င်း အသုံးပြုရသည်၊ အမြစ်ကို ရာသီပေါ်ဆေး၊ ဝမ်းသက်ဆေးတို့၌လည်း အသုံးပြုရ၏။

ဘီးပင် (ဘောက်ခွေး)

ပါဠိ — အတိဗလာ

ဟိန္ဒီ — ကင်္ဃီ (ကင်္ဃဲ)

လက်တင် — Abutilon Indicum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ယင်းအပင်သည် ရေမြေလိုက်၍ တတောင်မှ လေးတောင်အထိ မြင့်သည်၊ လျော်ကပ်စေးနဲကြီးရွက်နှင့်ရင်း၊ သုံးပန်လှရွက်နှင့်ရင်း တူသည်၊ အပွင့် ဝါ၏၊ အသီးမှာ စေ့ဝန်းသဏ္ဌာန် ဝိုင်း၍ အကန့်များစွာ ရှိ၏၊ ယင်းသည် ဗလာ ၄-မျိုးတွင် 'အတိဗလာ' ဖြစ်သည်၊ ယင်းအပင်ကို အချို့ဒေသတွင် ဘောက်ခွေးဟုရင်း၊ အိုးပလောင်ပင်ဟုရင်း ခေါ်ကြကုန်သည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဥ္စင်ါးပါးစလုံးကို အသုံးပြုရ၏၊ ခါးစပ်၏၊ အေး၏၊ ပူ၊ ကဲ့ စပ်၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို နိုင်၏။

လေ, ပိုးရောဂါ, အပူ, ရေငတ်, အဆိပ်, အန်ခြင်း, ပင်ပန်းခြင်း, အနာရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေသည်။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

သက်ထန့်ခေါင်းတိုနာ။ ။ယင်းဘောက်ခွေး၏ အရွက်နုကို ညက်စွာကြိတ်၍ အနာကို အုံပေးပါ၊ ထို့နောက် အဝတ်အုပ်ပြီးလျှင် ရေအေးဆွတ်၍ ဆွတ်၍ ပေးပါက အနာသည် ချောင် ဝိန်၍ နင့်လျှင် ပေါက်သွားပါလိမ့်မည်။

ကင်းဆိပ်။ ယင်း၏ အမြစ်ကို ကြိတ်၍ လိမ်းမူ ကင်းကိုက်ရောဂါ ပျောက်ကင်းသည်။

အဖျားဖြတ်ဆေး။ ။ယင်းအမြစ်ကို ချင်းပြုတ်ရည်နှင့် သောက်ခဲ့သော် အေးခြင်း, တုန်လှုပ်ခြင်း, ပူခြင်းနှင့် ယှဉ်၍ ဖျားသော အဖျား ၃-၄-ရက်အတွင်း ပျောက်ကင်း၏။

ဘုဇပတ်ပင်

ဟိန္ဒီ (ဘုဂျပတြ)

လက်တင် — Betula bhojapatra

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မာဂဓအဘိဓာန်၌ ဘုဇပတ္တ, အဘတ္တဇ ဟု ပရိယာယ် ၂-ပုဒ် ပါရှိသည်ကို တွေ့ရ၏၊ နိဃဏ္ဍုကျမ်းများ၌ကား ထိုထက် ပရိယာယ်ပုဒ်များကို ရှိမြဲ ပြည့်စုံစွာ ဖော်ပြ

ထားသည်ကို တွေ့ရသည်။ ထိုပြဆိုထားသော ပရိယာယ်ပုဒ်တို့တွင် 'ဘူတာဿနံ' ဟူသော ယာယ်တပုဒ်ကိုလည်း တွေ့ရ၏၊ ရှေးအခါက ထိုအပင်၏ မြန်မာမှု ပြုထားသော အမည်မှာ မဖော်ပြနိုင်ကြသဖြင့် ဘူဇပတ္တပုဒ်ကို ဘူဇပတ်ပင် ဟူ၍ ပင် တိုက်ရိုက်ပြန်ဆိုထားသည်ကို တွေ့ရ သည်၊ ထိုသစ်ပင်၏ ကွမ်းသီးဖက်နှင့် တူသော ပါးသော အခေါက်အခွံများ ရှိသောကြော င်းကို သာ ဘုဇပတ် ဟု ခေါ်ကြောင်း တွေ့ရှိရသည်။

စက္ကူ၊ ငှက်ပျောရွက်ခြောက်တို့နှင့်လည်း တူ၏၊ ရှေးအခါက တောတွင်း၌ နေသော သ သည် အဝတ်အထည် ပြု၍လည်း သုံးစွဲကြလေ၏၊ ၎င်းခေတ်တွင် စက္ကူအစား ၎င်းအခေါက် စာများရေးသား အသုံးပြုကြကုန်၏၊ ဆေးဘက်အနေဖြင့် အသုံးများစွာ ဝင်ခြင်းကြောင့် ဂန္ တလျောက်၌သာ ထင်ရှားကျော်ကြားနေသည် မဟုတ်သေး၊ အက္ခရာတင်၍ရေးသားအသုံးပြု ကြောင့် ထင်ရှားကျော်ကြားနေခြင်းလည်း ဖြစ်၏၊ နိဃဏ္ဍုကျမ်းတို့၌ ဖော်ပြထားသော 'ဘူ သနံ' ဟူသော ပရိယာယ်တပုဒ်သည် ထူးခြားစွာ ပါလာ၏၊ အဓိပ္ပာယ်မှာ ဘုတ်၊ တစ္ဆေနိုင်ပ အဓိပ္ပာယ်ရ၏၊ ထို့ကြောင့် ရှေးယခင်က ၎င်းအပင်၏ အခေါက်တွင် ဂါထာမန္တာန်၊ အင်း တို့ကို ရေးသားလျက် ပယောဂပညာကုထုံး၌ များစွာ အသုံးပြုကြကုန်၏။

၎င်းအပင်သည် အလွန် မြင့်မားသော တောင် နှင့် တောင်တန်းတလျောက်တို့၌ ပေါက်ရော တတ်၏၊ မြန်မာပြည်၊ ကချင်ပြည်၌လည်း ရှိ၏၊ ထိုအပင်ကို ကချင်ဘာသာဖြင့် 'လယန်း' ခေါ်ကြသည်၊ မြန်မာတို့သည် ၎င်းအပင်ကို 'ချယ်ရီဖို' ပင် ဟု ခေါ်ဆိုကြကုန်၏၊ ဂန္ဓိယပြ အာသံနယ် နှင့် ဟိမဝန္တာတောင်တို့၌လည်း ပေါက်ရောက်ကြောင်း ဂန္ဓိယပြည်ရှိ နိဃဏ္ဍု များအရ သိရှိရ၏၊ အခြားသော သိပ္ပံကျမ်း၊ အင်္ဂလန်၊ ရုရှား၊ အမေရိက၊ တရုတ်ပြည်ရှိ တော တန်းတို့၌လည်း ပေါက်ရောက်ကြောင်း သိရ၏၊ ထိုဖြစ်သောကြောင့် ၎င်းအပင်သည် ကမ္ဘာ့ အနှံ့အပြားတွင် ပေါက်ရောက်ကြောင်း ထင်ရှားပေသည်။

၎င်းဘုဇပတ်ပင်သည် အမျိုးများသဖြင့် ပင်ကြီးမျိုးမှ ချုံပင် အထိ ရှိသေးသည်၊ ၎င်း သစ်ဥကာနှင့်မှာ ရွက်များ ချွန်၏၊ အရွက်တို့သည် ရွက်လွှဲသုက်သည်၊ အရွက်နားတွင် ခွေးသွားစိတ နွေအခါ၌ အရွက်များ စိမ်းစိုဝေဆာပြီးလျှင် ဆောင်းတွင်းအခါ၌မူ အရွက်များ ဝါရော ၍ ကြွေကျကြကုန်၏၊ ၎င်းအပွင့်တို့သည် အဖိုပွင့်၊ အမပွင့် ဟု ၂ မျိုး ရှိကုန်၏၊ အဖိုပွင့်ပြ နောက်မှ အမပွင့် ပွင့်လေသည်၊ ၎င်းအဖိုပွင့်တို့သည် ကြောင်မီးတူ ပန်းခိုင်မျိုးနှင့် တူ၍ ရာသီ၌ အဖိုပွင့် ပွင့်တန်များ ထွက်စပြု၍ နွေဦးရာသီတွင် အဝါရောင်ပန်းပွင့်များ ပန်းခိုင် ကုန်ကြပြီးလျှင် လှပစွာ တွဲလွဲကျလျက် ပွင့်ကြကုန်၏၊ အမပွင့်သည် အဖိုပွင့်ထက် ဆောင်းရာသီကူး၍ အရွက်များ ကြွေသည့်တိုင်အောင် အမပွင့်များ ကျန်ရစ်ခဲ့လေသည်။

ထိုအပွင့်များမှ ကကော့သီ အသီးများ သီးကြလေသည်၊ ၎င်းအသီးများထဲတွင် ရှိ၍ အတောင်များကဲ့သို့ အင်္ဂါပါသော အစေ့များ ရှိသည်၊ ထိုအပင်မှ အခေါက်တို့သည် ကဲ့သို့ ပါးလွှာ၏၊ ချောမွတ်၏၊ ရှေးအခါ စာပေများ ရေးသားကြကုန်၏၊ အလွန် ခိုင် ၎င်းသစ်ပင် ဆွေးမြေ့သော်လည်း အခေါက်မှာ ဆွေးမြေ့ခြင်း မရှိ ဖြစ်လေသည်၊ ၎င်း အခေါက်ကို တိုင်းပြည်အသီးသီးတို့၌ လှေများပြုလုပ်ခြင်း၊ အိမ်မိုးခြင်း စသည်ဖြင့် ပြု ကုန်သည်။

ငုပ်းအပင်၏ အခေါက်ကို ပယောဂဆရာတို့သည် ဂါထာမန္တာန်၊ အင်းဖိုင်များ ရေးသား၍ ပယောဂကို ကုသကြကုန်၏၊ ထိုအပင်၏ အခေါက်သည် ပင်လျှင် ပယောဂနိုင်သည် ဟု ထင်မှတ်ကြကုန်သျက် စက္ကူများ ရေးသားရန် ရှိငြားလည်း ငုပ်းအခေါက်ကို ပင် ရေးသားသုံးစွဲကြကုန်၏၊ နိဿဏ္ဍုအထက်၌ ထက်ကျမ်းသိမြင်ကြကုန်သော ဗိန္ဒောဆရာကြီးတို့ကမူ ထိုအပင်၏ ဂုဏ်အင်သတ္တိကို အောက်ပါအတိုင်း ဖော်ကြကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ငုပ်းအခေါက်သည် ဖန်၏၊ အနည်းငယ် စပ်၏၊ ပူ၏၊ သွေးကို ဝဖြိုးစေတတ်၏၊ ဘုတ်တဆွေတို့ကို နိုင်၏၊ အခါကြာတုန်၍ တွန့်၍ အဲ့သောအနာ၊ ချောင်းဆိုးရောဂါ၊ သွေးဖောက်ပြန်သောရောဂါ၊ နားချီဖြစ်သောရောဂါ၊ အရေပြားရောဂါနှင့် ဒေါသသုံးပါးကို ကင်းဝေးစေ၏၊ ငုပ်းအခေါက်ပြုတ်ရေသည် နားကိုက်၊ နားနာ၊ နားပြည်ယိုသူများကို ဖန်ဆေး အဖြစ်ဖြင့် အသုံးပြုသော် အလွန် ကောင်း၏၊ ငိုတခါ၊ ရယ်တလှည့်ဖြစ်ခါ စိတ်ဖောက်သူများကို ငုပ်းအခေါက်ကို ရေတွင် ညဦးမှစိမ်ထားပြီး နံနက်တွင် တိုက်ရလေသည်၊ ပိုးရောဂါများကိုလည်း ကာကွယ် စွမ်းဆောင်နိုင်၏၊ သည်းခြေ ဦးစီးသော အဖျားများကိုလည်း နိုင်နင်း၏။

ဘူပင်

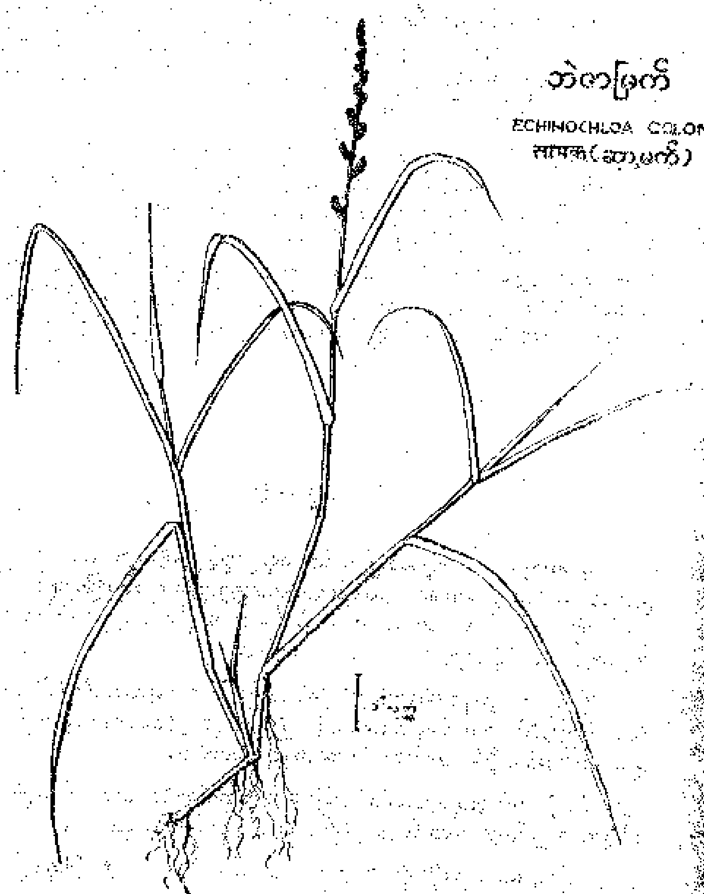
ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဘူပင်သည် ကုန်းဘူ ရေဘူ ဟူ၍ ၂-မျိုး ရှိ၏၊ ထိုသို့ ၂-မျိုး ကွဲပြားခြင်းသည် ပေါက်ရောက်ရာဒေသ၊ ပေါက်ရောက်ပုံ သဏ္ဌာန်ခြင်း ကွာခြားခြင်းကြောင့် ဤကဲ့သို့ ၂-မျိုး ကွဲပြားခြင်း ဖြစ်၏၊ ရေဘူမှာ ရေနှင့် နီးစပ်သော အရပ်ဒေသတို့၌ ပေါက်ရောက်တတ်၍ ကုန်းဘူမှာ ကုန်းမြေပြင်တို့၌ ပေါက်ရောက်တတ်ကုန်၏။

(က) ရေဘူသည် ပင်ရောင် နွယ်ရောင် ချုံမျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် အကိုင်းတွင် စီတန်းပြီး ထွက်ကြကုန်၏၊ ၅-လက်မမှ ၆-လက်မခန့် ရှည်၍ အဖျား ချွန်သွယ်၏၊ အရွက်တွင် အကြောများ အထင်အရှား ရှိ၏၊ အသီး အလုံးကလေးများ သီးတတ်၏။

(ခ) ကုန်းဘူသည် ပင်စည်ပင်လုံးဖြင့် ပေါက်ရောက်တတ်၏၊ အခေါက် ထူ၏၊ 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။ ။အစာသယ်ကိမ် ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ရှင်ချောင်၏၊ ရင်တွင်း ရှိသော ဖေပူကို ပယ်နိုင်၏၊ အစာအဟောင်းအိမ်မှ အပါနဲလေးကို ဖော်ချပြီး၏၊ ဆီး ဝမ်းလေ တို့ကို ထုတ်ပယ်တတ်၏၊ တကိုယ်လုံး၌ ရှိသော အင်္ဂမင်နုသာရီလေကို အားရှိစေ၏၊ အမြင်


ဘဲဇာမြက်
ECHINOCHLOA COLONA

များစွာ အသုံးပြုကြကုန်၏၊ ၎င်းအမြစ်ကို စင်းပြီးလျှင် ထန်းလျက် သင့်တော်အောင် ထည့်၍ ဆေးအမြစ်ဖြင့်လည်း စိမ်ပြီး အသုံးပြုကြ၏၊ အနှစ်ကျအောင် ကျိုပြီးလျှင် စမုံ မျိုးငါးပါး၊ ပျားရည်၊ ကြက်သွန်ဖြူ စသည်တို့ကို အနည်းငယ်စီ ထည့်စွက်ပြီးလျှင် လက်ကော်ရသည်အထိ ချက်၍ စားသောက် သုံးဆောင်ကြကုန်၏။

ရေသူကို ရေသူ ဟူ၍သာ ခေါ်ကြ၏၊ ကုန်းသူကိုကား အချို့ အရပ်ဒေသ၌ ဝက်ကဘိုင် ဟု ခေါ်ကြ၏။

မှတ်ချက်။ ။ဆေးပစ္စည်းနှင့် ဆိုင်ရာ အကြောင်းအရာတို့ကို စုံလင်စွာ ဖော်ပြရာ၌ အရှေ့တိုင်း အသုံးအဆောင် စာပေ နှင့် အနောက်တိုင်း အသုံးအဆောင် စာပေ ၂-မျိုး ရှိရာတွင် ဤကျမ်း၌ မြန်မာ့ဓိဒ္ဓေ ဆေးပညာနှင့် လွန်စွာ နီးစပ်၍ များစွာ အပိုသဟဲ ပြုခဲ့ရာ ဖြစ်သော အရှေ့တိုင်း အသုံးအဆောင် စာပေ ကျမ်းဂန်များလာ ဆေးပင်များ၏ ဂုဏ်အင်တို့ကို သာ ဦးစားပေး၍ ဖော်ပြထားသော ကျမ်းဖြစ်သဖြင့် မူလ သက္ကတဘာသာ အဖွင့်ဦးကာ စုံလင်စွာဖြင့် အကျယ်တဝင့် တည်ရှိနေသော ဆေးပင်များ၏ ဂုဏ်အင်သတ္တိကို ပြသည့် နိဃဏ္ဍုကျမ်းကြီးများတွင် ပါရှိသော အကြောင်းအရာများကို စေ့စုံစွာ ဖော်ပြထားခြင်း ဖြစ်၏။

ဤကျမ်းဘူ ရေသူ ကဲ့သို့ အချို့ အချို့သော ဆေးပင်များသည် မူလ ရှေးဟောင်း နိဃဏ္ဍုကျမ်းကြီးများတွင် ပါရှိ ဖော်ပြထားသည်ကို မတွေ့ရှိရသော်လည်း မြန်မာ့ဓိဒ္ဓေ သရာတို့ တပ်မံ ကြံစည်လေ့လာချက်အရ အသုံးပြုသော အစဉ်အလာ ဆေးသုံးပင်များ လည်း ရှိသဖြင့် အခြား အခြားသော ဘာသာ စာပေများနှင့် ညှိနှိုင်းလျှော မတင်ပြနိုင်ဘဲ မြန်မာသက်သက်ဖြင့် သာ အပည်တမ်း၍ ဖော်ပြရေးသား အပ်ပါသည်။

ဘဲဇာ၁မြက်

သက္ကတ — श्यामक

ပါဠိ — सामक (သာ,မက်)

လက်တင် — Echinochloa colona

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မြက်မျိုး ဖြစ်သည်၊ မိုးကျသီးရေဝပ်များ၌ ပေါက်လေ့ထက်လည်း အစေ့များကို အချို့ စားကြသည်၊ ကျွဲ, နွားများသည်လည်း အလွန် နှစ်သက်ကြကုန်၏၊ ၎င်းအပင်ကို ဈက္ကူလည်း လုပ်ကြကုန်သည်၊ ၎င်းသည် မျိုးပေါင်း ၅၅-မျိုး ရှိသည်။

ဂုဏ် နှင့် စမ်းရည်။ ။ချို၏၊ ဖန်၏၊ ပေါ့ပြစ်၏၊ အေး၏၊ ကြော့ကျင်တတ်၏၊ မူလကို ပြုတတ်၏၊ သလိပ် နှင့် သည်းခြေကို ပယ်တတ်၏၊ မလတို့ကို ချုပ်စေ၏၊ အသိပ်ဒေါသကို ပယ် တတ်၏။

ဘောစကိုင်း (အဆိပ်မဲ့ပင်)

LEUCAENA GLAVCA

ရှာရဝတီ [illegible] (လာဆိုဘာမေ့လ်)

ဘဲ့ပြား

ဟိန္ဒီ भारंगी (ဘာရင်ဂီ)

သက်တင် Cerodendrum serratum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၃-ပေမှ ၆-ပေအထိ မြင့်၏၊ အရွက် ၄-လက်မမျှ ရှည်၏၊ အနံ ၂-လက်မမျှ ရှိ၏၊ အရွက်အောက်ဘက်တွင် အမွေးနုများ ရှိ၏၊ အပွင့်သည် အဆုပ် အဆုပ် ပွင့်၏၊ အညိုရင့်ရောင် ရှိ၏၊ အသီးမှည့်လျှင် လိမ္မော်ရောင် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်သည် ခါး၏၊ အရသာ ပြင်း၏၊ ပူ၏၊ ခြောက်ထစ် စေ၏၊ အစာကို ကြေစေ၏၊ သန်ကို ကျစေ၏၊ အဆုတ်ပြွန်ရောင်နာ, ပန်းနာ, အဖျားအေး ကြောင့် ဖြစ်သော ရောဂါ, အဖုအနာများ, ကြို့ထိုးခြင်း, အဆုတ်နာ, ဝက်ရူးရောဂါ, အဖု အကျိတ်များကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အရွက်သည် အဖျားရောဂါ, အပူနာ, ကြို့ထိုးခြင်းကို ပျောက် ကင်းစေ၏၊ ဒေါ်ယသုံးပေါါကို ပယ်တတ်၏။

ဘောစကိုင်း (အဆိပ်ဖြေပင်)

ဂုဇာရတီ लासोबावल (လာဆိုဗာဝလ်)

လက်တင် Leucaena Glauca

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အခေါက်ကို ကိုယ်တွင်း၌ နာကျင်ကိုက်ခဲသော ရောဂါတို့၌ အတွင်းဆေး အဖြစ်ဖြင့် အသုံးပြုရ၏။

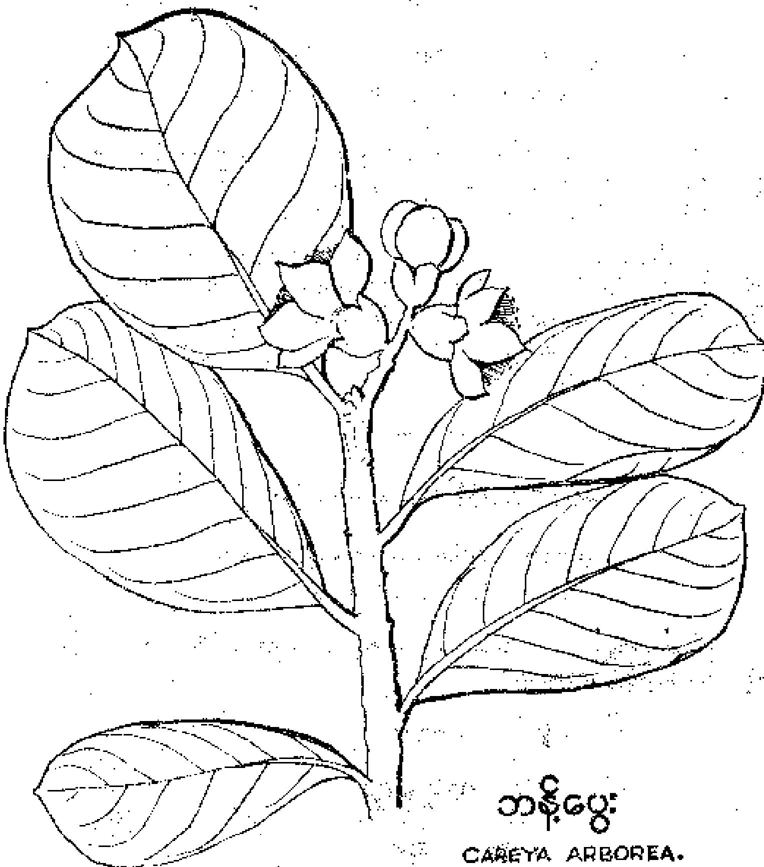
ဘန့်ဗွေး

သက္ကတ कटभी

ဟိန္ဒီ कुम्भी (ကုမ္ဘီ)

လက်တင် Careya Arborea

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်လတ်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက် တထွာမျှ ရှည်၏၊ ဝိုင်း၏၊ အဖျား ချွန်၏၊ အပွင့် ဖြူခဲရောင်သန်း၍ နီကြန်ကြန် ရှိ၏။



ဘန့်ပွေး

CAREYA ARBOREA.

कुम्भी (ကုမ္ဘီ)

ဂုဏ် နှင့် ခွမ်းရည်။ ။ပဋ္ဌငါးပါးကို အသုံးပြုရ၏၊ အသီးသည် ဖန်၏၊ ပူ၏၊ စပ်၏၊ သုက်ကို ဖျက်ဆီးတတ်၏၊ ကွန်ချုံ့စေတတ်၏၊ သလိပ်ကို နိုင်၏၊ သားဖွားချိန်၌ အပွင့်ကို ကြိတ်၍ သောက်ရ၏၊ မီးယပ်ဖြူရောဂါ၌ အပွင့် (သို့မဟုတ်) အခေါက်ကို ၆-ရတီမှ ၁၂-ရတီ အထိ ဖျော်ရည်နှင့် သောက်ရ၏။

အခေါက်သည် စပ်၏၊ ပူ၏၊ ခြောက်သွေ့စေ၏၊ ဗာလာသရောဂ၊ မြင်းသရိုက်၊ နှာစေး အဆိပ်သင့်၊ ဗိုးရောဂါ၊ နူနာတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ သလိပ်ကို ပယ်တတ်၏။

ဘိန်း

သက္ကတ အဟိဖေန

ဟိန္ဒီ अफीम (အဖိမ်)

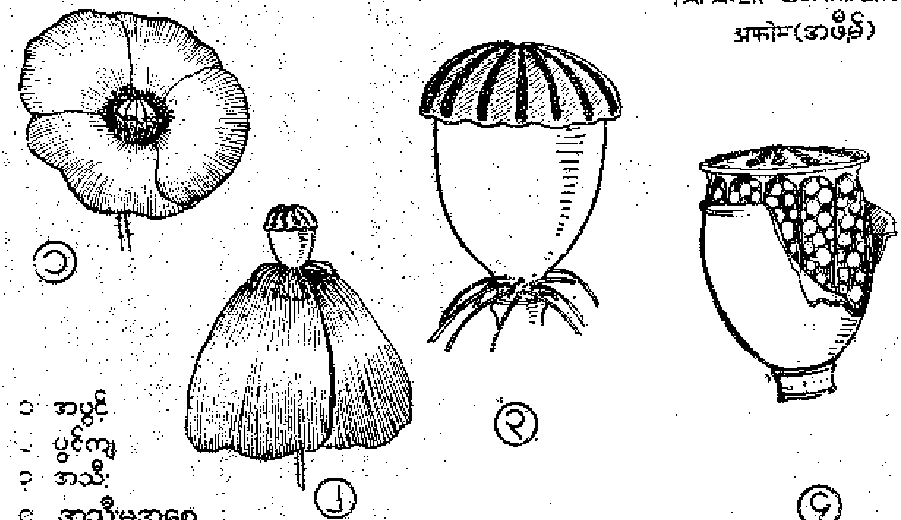
လက်တင် Papaver Somniferum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဘိန်းနှင့် ပတ်သက်သော အကြောင်းအရာတို့သည် ကမ္ဘာ့ ဗာဝေ အမျိုးမျိုး၌ ရေးသားထားသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ရှေးက တရုတ်ပြည်တွင် များစွာ စိုက်ပျိုးကြ၏၊ မြန်မာပြည် ရှမ်းပြည်နယ် နှင့် တောင်းတန်းဒေသများတွင် စိုက်ပျိုးကြ၏၊ ထိုအပင်သည် ဘနှစ် ကကြိမ်သာ ဖြစ်ထွန်း၏၊ အမြင့်သည် ၂-ပေမှ ၄-ပေအထိ မြင့်၏၊ အကိုင်းအခက် မရှိချေ၊ ပင်စည် ရိုးတန်မှ အရွက်များ လည်ပတ်၍ ထွက်၏၊ အရွက်ပုံသဏ္ဌာန်မှာ ရှည်၍ ဥသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အမွေး အနည်းငယ် ရှိ၏၊ မွေးသွားစိတ် အနည်းငယ် ရှိ၏၊ ဘိန်းကို ဆောင်းဝင်စ အချိန်တွင် စိုက်ပျိုး၍ နွေဦး (ထပေါင်း၊ တကူး) တွင် အသီးများ အစေ့များကို ထုတ်ယူကြလေသည်၊ ၎င်း၏အပွင့် သည် ကြီး၏၊ တခါတရံ နီ၏၊ ခရမ်းရောင် သဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အသီးသည် လက်ကဆစ် ရှိ၏၊ အစေ့ သည် အများအပြား ရှိ၏၊ ထိုအစေ့မှာ ဖြူ၍ ကောင်းမွန်သော အဆီများ ထွက်၏၊ ဘိန်းပင်၏ အသီးများ နုနယ်ချိန်တွင် ညဘက်အခါ၌ ဓားငယ်ဖြင့် အပေါ်မှ အောက်သို့ တည့်တည့် ခွဲပေးရ၏၊ ထိုအခါ အရည်သည် ထွက်၍ စုနေ၏၊ နောက်တနေ့ နံနက်အခါတွင် ထိုစုနေသော အရည်ကို ထုတ်ယူကြ၏၊ ထိုအသီးများကို အရည်ထွက်နေသမျှ ကာလပတ်လုံး ဓားငယ်ဖြင့် ခွဲပေးရ၏၊ ထိုဘိန်းရည်သည် ရေကြည်များ ကုန်ခန်းသွားသောအခါ ဖြစ်ခဲလာ၏၊ ၎င်းမှ ယခု အသုံးပြု နေသော ဘိန်း ဖြစ်လာ၏၊ ရှေးဦးစွာ ဘိန်းသည် နူးညံ့၍ ပြာနှမ်းသော အရောင် ရှိ၏၊ တဖြည်း ဖြည်း ကြာလာသောအခါ အလွန် မြဲသွား၏၊ အနံ့လည်း ပြင်းတန်၏၊ အရသာလည်း ခါး၏၊ ကိုင်တွယ်ကြည့်သော် အလွန် နူးညံ့၏၊ ၎င်းကို ရေပူတွင် ထည့်ပါက ပျော်သွား၏၊ နေပူတွင် ထားပါက အတုံးအခဲ ဖြစ်လာ၏။

ဘိန်း

PAPAVER SOMNIFERUM.

अफोम(အဖိန်)



၁ အပွင့်
၂ ပွင့်ကျ
၃ အသီး
၄ အသီးမှုအစေ့.

ဘိန်းအဆိပ် ဖြစ်ပုံ

အကြောင်းသူသည် ဘိန်းကို အတိုင်းအဆမသိ လွန်၍ စားပါက ထိုသူသည် ဘိန်းဆိပ်တက်သဖြင့် မူးဝေသွား၏၊ ခဏ ပြောဆိုမြမ်း နည်းပါးသွား၏၊ အိပ်ပျော်ခြင်းမှ နိုးရန် ခက်ခဲသွား၏၊ ထိုသူ၏ အသားအရေသည် အေးလာ၏၊ မျက်နှာ နှင့် နှုတ်ခမ်းသည် အနည်းငယ် ညိုသောအရောင် ဖြစ်လာ၏၊ အကြောသို့သည် သေးရှိထိုင်းမှိုင်းကုန်၏၊ နှုန်းနှေးသော သွားခြင်းရှိ၏၊ အသက်ရှူ နှေး၍ မျက်သံ့အိမ်တို့သည် ကျဉ်း ကုန်၏။

ဘိန်းဆိပ်ဖြေနည်း

အထိပ်ဖြစ်သောက်ခေါ်ခ စားပြီးသော ဘိန်းကို ဖြေစေရန် မုံညင်း၊ သို့မဟုတ် သမင်ဝသီး အမှုန့်ကို ရေနွေးနှင့် ခေါ်၍ အန်အောင်ပြုသဖြင့် တိုက်ကျွေးပါက ဘိန်းဆိပ် ပြေ၏။

ဘိန်းကို (သုဒ္ဓ) စင်ကြယ်အောင် ပြုလုပ်နည်း

ဘိန်းသီး၊ ယူလိုသော အရည်အခဲကို စင်ကြယ်သောရေ၌ ဖျော်၍ အဝတ်ဖြင့် စစ်ပါ၊ ထိုနည်းဖြင့် စင်ကြယ်သော ဘိန်းရည်ကို နွားနို့ အနည်းငယ်ရော၍ မီးညှင်းညှင်းဖြင့် ချက်ပါ၊ ကောင်းစွာ ကြေကျက်သည့်အခါ အောက်သို့ ချ၍ နယ်ထားပါက စင်ကြယ်သော သုဒ္ဓဘိန်း ဖြစ်၏၊ ယခုအခါ ရောင်းဝယ်နေကြသော ဘိန်းတို့သည် အလေးချိန်စီးရန် အတွက် မကျည်းနှစ်ပင်သော အမျိုးမျိုးသော အရောဝတ္ထုတို့ဖြင့် ရောနှောထား၏၊ အချို့ ပန်းသတ္တုရည်ကို ရောထား၏၊ ထိုဘိန်းသည် အစစ်အမှန် မဟုတ်တော့ချေ၊ ဘိန်း၏ ပင်ကိုယ်အရောင်လည်း မရှိတော့ချေ၊ ထို့ကြောင့် အထက်ပါနည်းအတိုင်း သုဒ္ဓဖြစ်အောင် ပြုလုပ်သင့်၏။

ဝိဓန္တာဆရာတို့သည် ဆေးဝါး ဖော်စပ်ရာ၌ စစ်မှန်သော ဆေးပစ္စည်း ရရှိရေး အတွက် ကိုယ်တိုင် သုဒ္ဓ ပြုသင့်၏၊ အကယ်၍ ရောနှောသော ဘိန်းဖြစ်ပါမူကား အထက်ဖော်ပြပါနည်းမှ တပါး ရေ သို့မဟုတ် နွားနို့ဖြင့် သန့်စင်ပြီးသော ဘိန်းကို ချင်းသတ္တုရည်ဖြင့် (၇) ကြိမ် ယို၍ အငွေ့ထွက်လှန်းခဲ့သော် ကောင်းမွန် စင်ကြယ်သော ဘိန်းကို ရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။သုက်ကို ပွားစေ၏၊ အားအင်ကို ပြုတတ်၏၊ လေဘက် မလေသို့ကို ချုပ်စေတတ်၏၊ ခတ် (၇) ပါးတို့ကို သုက်သင်တတ်၏၊ လေ နှင့် သည်းခြေဒေါသကို ပြုတတ်၏၊ နှစ်သက် ရွှင်လန်းမှုကို ပြုတတ်၏၊ ရှိမူးစေသောတ်၏၊ သုက်ကို ချုပ်ထိန်းတတ်၏၊ ဝါးစပ်စပ် အရသာ ရှိ၏၊ စပ်ရှားရှား ရှိ၍ ချို၏၊ ကြေကျက်စေ၏၊ သလိပ်ကို နိုင်၏။

ပျောက်ကင်းသော ရောဂါများ

သန္နိပါတ်ရောဂါ၊ ပိုးရောဂါ၊ သင်္ဂြိုဟ်နာ၊ အသွားအားနည်းသောရောဂါ၊ အဆုတ်ရောဂါ ဟုခေါ်သော ကျောနာ၊ (ဆီးပျော်ရောဂါအမျိုးမျိုး) ပန်းနာ၊ ချောင်းဆိုးရောဂါ၊ အဆုတ်ရောဂါ ခေါ်သော ကုန်ခန်းသော ရောဂါတို့ကို ပယ်ဖျောက်တတ်၏၊ ဤရောဂါမျိုးများသည် နိုင်သဖြင့်

မှတ်နာကာလ ခေါ် အတိဓာန်ကျမ်းကြီး၏ အယူအဆ ဖြစ်၏၊ ရသတရင်္ဂနီ ခေတ်သစ်ပြုရာကျမ်း ချိုး အဖွဲ့ အောက်ပါအတိုင်း ဖော်ပြထား၏။ အိုနိုးသည် ဝေးသောအခါ ဖာလှန် ခါး၏၊ ငိုက်မြ လာ၏၊ အသွားအလာဖြင့် ဝမ်းကို ချုပ်စေတတ်၏၊ အစွာကိုယ်နှ ဖြစ်တတ်သော နာကျင်ကိုက် ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေသတ်၏၊ အသစ် သို့မဟုတ် အဟောင်းဖြစ်သော ဝမ်းသက်ရောဂါ ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ ကျိုးနိုးကို မှုတ်ခဲ့သော အသားသစ်အိမ်၌ ထိုးကိုက်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် ကင်ဆာရောဂါကြောင့် ဖြစ်တတ်သော နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ အဆုတ် အရက်သောက်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်သော အစာသင့်အိမ် တောင်တင်းကိုက်ခဲခြင်းကို ငြိမ်းစေ တတ်၏၊ အပါန လေ၏ ခွမ်းရည်ဖြင့်အမြှေးသို့ ပေါက်ပစ်တတ်သော အလွန် လျှင်မြန်သော အ ကို နည်းပါးစေ၏၊ ကာလဝမ်းရောဂါ၏ ပဌမအခြေအနေ၌ ဖြစ်တတ်သော ဝမ်းသက်ခြင်း လျင်မြန်စွာ ငြိမ်းစေ၏၊ အူရောင် ရန်းမှုးရောဂါ၌ ဝမ်းလက်ခြင်း၊ ဖောက်ပြန်ပြောဆိုခြင်း အိပ်ပျက်ခြင်းတို့ကို ဟိန်းသက်သက် သို့မဟုတ် ဘိန်းနှင့် ရောစပ်ထားသော ဆေးတို့ကို ပေးခဲ့သော် ပျောက်ကင်းစေနိုင်၏၊ ရင်ကြပ် အနာဂိလ်ရောဂါ၊ ချူးသော ရောဂါတို့ကိုလည်း ပျောက်က စေနိုင်၏၊ မိန်းမတို့အား ဥတုသွေးလာချိန်၌ ဖြစ်တတ်သော သားအိမ်ကြောင့် အချိုးများ ကျ ခြင်းကြောင့် နာကျင်ခြင်းကို ဘိန်းသည် ပျောက်ကင်းစေနိုင်၏၊ နှလုံးသော အသားရောင် ကို ခြင်းရောဂါ၊ အမျိုးမျိုး ချောင်းဆိုးခြင်းရောဂါတို့၌ ဘိန်းသည် များစွာ အကျိုးပြု၏။

ဤဘိန်းသည် အာရုံကြောကြောင့် ဖြစ်သော ချောင်းခြောက်ဆိုးခြင်းကို ငြိမ်းစေတတ်၏၊ ကိုယ် လျော့ခြင်း၊ ကိုယ်တွင်းပျက်စီးခြင်း၊ အသုက်ရောဂါ၌ ညအခါ ချွေးထွက်ခြင်းကို ပျောက်က စေတတ်၏၊ ဘိန်းသည် လည်ချောင်း အကြောတို့၏ လှုပ်ရှားခြင်းကို နှိပ်နင်းခြင်းကြောင့် အ အဆုတ်၌ ဖြစ်တတ်သော ချွေးဆိုးခြင်းကို သက်သာစေ၏၊ လေ ကွင်းသည်မှီခြင်းကြောင့် သက်ရှ အဟုန်ဖြင့် လေပိတ်မရ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ လည်ချောင်းယားခြင်း ဖြစ်သော ချောင်းဆို တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

မှတ်ချက်။ ။ဘိန်းသည် အာရုံကြောငယ်များ၊ အကြောကြီးများ နှလုံး၏ လှုပ်ရှား နှိပ်နင်းစေတတ်သောကြောင့် ဘိန်းသည် နှလုံးရောဂါနှင့် ပတ်သက်၍ အ ဂရုစိုက် ချင့်ချိန် တိုက်ကျွေးသင့်၏။

အကြောကြီးများသို့ ဘိန်းသည် မိတွင်းမှ တဆင့် ရောက်သော် အောက်ပါ အမျိုး သက်ရောက်လေသည်၊ မိတ်ဆွဲ၊ အာမေါင်း၊ ရှုံ၊ လည်ပင်း၊ ရာစာသပိုင်း လူတို့၌ ယိုစီးခြင်းကို ခြောက်သွေ့စေ၏၊ ထိုသို့ ဆီး ကြိုးငယ်တို့ကို သာ မယိုစီးစေ မဟုတ်၊ အင်္ဂါ ကြိုးငယ်တို့၏ လှုပ်ရှားမှုကိုလည်း နှိပ်နင်းစေတတ်သောကြောင့် ဆီးလေ မှတ်သိပ်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ဝမ်းမီးသည် နှိပ်သွား၏၊ အကြော ကြီး၏ အ အပိတ်အတိုင်း တခုခု အမျိုးမျိုးသော ဓာတ်ပြိုခဲ့သော် ထိုဓာတ်နာလည်း ပျော ကင်း၏၊ ထိုဆိုခဲ့သည့် ဘိန်း၏ ဓာတ်ရည်သည်ကိုသည် ဘာများတွင် အလွန်အကဲ ထင်ရှား ထို့ကြောင့် အူတို့၏ အသားဝတ္ထုအားဖြင့် ယိုစီးခြင်းသည် နှိပ်နင်းသွား၏၊ ဝမ်းချုပ်သွား မှာသည်းတွင် ဖြစ်သော သည်းခြေယိုစီးခြင်းသည် နည်းသွား၏၊ ထို့ကြောင့် ဘိန်းသ

အင်ပြင်ရောဂါ၊ ခြောက်ထင်ခြင်း၊ စမ်းကိုက်ရောဂါ၊ သို့မဟုတ် ချောင်းဆိုးခြင်းတို့ကို ပယ်ဖျောက်တတ်၏။

ဘိန်းကို ထိုက်ကျွေးခဲ့သော် ကျက်သရေ ဝင်လာပြီး နုံ့နှေးသွား၏။ အကယ်၍ ဘိန်းကို အတိုင်းအတာထက် ပိုလွန်၍ စားမိခဲ့သော် လက်နှင့်ခြေတို့၏ ဖျားလှုပ်ရှားရာ (၁၈) ဌာနတို့၌ နာကြိမ်း ခုကြိမ်များသော ရှိုက်ခြင်း ရှိတော့၏။ ထို့ကြောင့် ဘိန်းဆိုပ်သည် အသက်ရှူရှိုက်ခြင်းကို နုံ့နှေးစေ၍ သေကြေ ပျက်စီးတတ်၏။ သာမန် အတိုင်းအတာဖြင့် ထိုက်ကျွေးပါမူ အသက် ရှူရှိုက်ရာဌာနရှိ အသားဆိုင်ကိုက် ငြိမ်းလောက် ထိုင်းမှိုင်းစေ၏။ ထို့ကြောင့် ကိုယ်တွင် ဖြစ်ပေါ်တတ်သော အင်ပြင်ရောဂါသည် နည်းပါးသွား၏။ ချောင်းဆိုးခြင်းလည်း ပျောက်ကင်းသွား၏။ ဘိန်း၏ ပဓာန ဖြစ်သော စွမ်းရည်သတ္တိသည် အကြောဆိုင်များ၌ ပိုပိုထင်ရှား၏။ ဘိန်းကို အနည်းငယ်မျှ ထိုက်ကျွေးသော် ဦးနှောက် ထက်မြက်၏၊ စိတ်လည်း ရွှင်ပြ၏၊ ထိုသို့ ဘိန်းအနည်းငယ်ကို စားပုံသာလျှင် ပီမိတ်၏ အလုပ်အကိုင်ကို သက်မြန်စွာ လုပ်ကိုင်နိုင်၏၊ တာရှည်စွာ စွဲစားခဲ့သော် ဤသို့ ထက်မြက်စေခြင်း၏ နောက်၌ နုံ့နှေးထိုင်းမှိုင်းခြင်း၊ ထိုမှတဆင့် ငိုက်မြည်းခြင်း၊ ထိုမှတဆင့် မသေနိုင်သော အိပ်ပျော်ခြင်းများ ဖြစ်၏။ အနည်းငယ်မျှကိုသာ စားသောအခါ နုံ့နှေးခြင်း အခြေအနေမျှသာ ရှိ၏။ အနည်းငယ် ပို၍ စားမှ သာလျှင် ငိုက်မြည်းခြင်း၊ အိပ်ပျော်ခြင်း၊ (လေးအိပ်) ဖြစ်ရ၏။ ထိုအခါ နှလုံးကိုယ်၌ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း အမျိုးမျိုးတို့သည် ပျောက်ကင်းကုန်၏။

ဘိန်းကို အလွန် အကဲ စားခြင်း အပြစ်

ဘိန်းကို အလွန် အကဲ စားခဲ့သော် အရူးပီးဖြစ်၍ ထက်မြက်ခြင်း အခြေအနေသို့ အချိန်တိုမျှသာ ဖြစ်၏၊ ထို့နောက် လျင်မြန်စွာ ငိုက်မြည်းခြင်း၊ တွေဝေခြင်း အခြေအနေသို့ ကူးပြောင်းလာ၏။ ထို့ကြောင့် ဦးနှောက်၏ အသုံးစုံသော ကြိယာ အင်္ဂါ အပိုင်းတို့သည် နုံ့နှေးကုန်၏။ အရုပ်ကဲ့သို့ အိပ်မြင့် လဲးလေသည်လည်း မသိ သကဲ့သို့ ဖြစ်၏။ ဘိန်းသည် ဦးနှောက်အကြောတို့ကိုသာ မဟုတ်၊ အသားဆိုင်တို့ကိုလည်း နုံ့နှေးစေ၏။ ထို့ကြောင့် ဘိန်းစွဲသောသူသည် လူ့လောကမှ အပယ်ခံ ဘဝသို့ ရောက်ကြရလေသည်။ နီတိကျမ်းများ၊ ဘာသာရေးဆိုင်ရာ ကျမ်းများတွင် ဘိန်းကို မည်မျှ အပြစ်ကြီးကြောင်း ဖော်ပြထား၍ ဖြင့်ဆို ထားကြကုန်၏။ ဤ၌ အကျယ်ဖွင့်ပြရန် မလိုတော့ချေ။

ဘိန်း မစားသင့်သူ

ဘိန်းကို ကလေးသူငယ်များ၊ အသက် ကြီးရင့်သူများ၊ ပျားသီး (ပဂုပဟ) ရောဂါရှိသူ၊ ခြေလက် အားနည်းသော ကာလဝမ်းရောဂါ ဖြစ်သူ၊ သလိပ်များသော အချဉ်ပေါက်ခြင်း ရောဂါရှိသူတို့ကို မကျွေးသင့်ပေ။ အကယ်၍ ကလေးများအတွက် ဘိန်းနှင့် သင့်လျော်မည့် ရောဂါဖြစ်ကြောင့် ပေးကျွေးရသော် အနည်းငယ်မျှ သာ ဘိန်းကို အရည်ဖျော်၍ ထိုက်ကျွေးသင့်၏။

ဘိန်းကို အပြင်၌ အသုံးပြုရခြင်း အကျိုး

ဘိန်းကို ခန္ဓာကိုယ် အပြင်၌ အသုံးယူခဲ့သော် အထူးအားဖြင့် အတွယ်ရောင်ခြင်း၊ အရောင် ခြင်းကို ပျောက်ကင်း စေတတ်၏၊ အကြောင်းအမျိုးမျိုးတို့ကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်ရှိ နေရာအနှံ့ အပြားတို့၌ နာကျင် ကိုက်ခဲခြင်းတို့ကို ပယ်ဖျောက်တတ်၏၊ မျက်စေ့ နာကျင် ကိုက်ခဲခဲ့သော် ဘိန်းကို လိမ်းကျံ ပေးခြင်းဖြင့် ပျောက်ကင်းနိုင်၏၊ နားကိုက်သော အခါ၌ ဘိန်းရည်ကို နား၌ ထည့်ပေးပါ၊ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း၊ အစာမကြေ လေဆောင့်ခြင်းတို့ကိုလည်း ဘိန်းကို လိမ်းကျံ ပေးခြင်းဖြင့် ပျောက်ကင်းနိုင်၏၊ အနာအမျိုးမျိုးတို့ကြောင့် နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း ဖြစ်မှ ဘိန်းကို အနည်းငယ် ကျွေးခြင်းဖြင့် နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းမှ သက်သာ၏၊ မြင်းသရိုက် ရောဂါ၊ ဝမ်းပျက်၍ ငွေးယိုစီးသော ရောဂါတို့၌ ဘိန်းသည် အလွန်ထက်သော ဆေးလည်း ဖြစ်၏၊ သွေးဆုံးကိုက် ခြင်းကြောင့် နာကျင်ကိုက်ခဲသော် ဘိန်းကို ထည့်ပေးရ၏။

အသုံးပြုရန် အတိုင်းအတာ

ရောဂါ၊ လူနာ၏ ခွန်အား၊ အရွယ်၊ ဒေသ၊ ကာလ စသည်တို့ကို ကြည့်ရှု၍ ထုံ ဖိစပ်၍ ဘိန်းကို ထရုထိ၏ ၄-ပုံ ၁-ပုံမှ စ၍ တရုတ်ဘိုင်အောင် ပေးသင့်၏။

ဘိန်းကို ရေလဲနှင့် အသုံးပြုပုံ

ကိုယ်ခန္ဓာသွေး ယိုစီးရာ၌ ဘိန်းကို ငုံ့ပလ္လင်သီးနှင့် ရော၍ ပေးခဲ့သော် ကိုယ်ဝန် ယိုစီး ခြင်းသည် လျင်မြန်စွာ ရပ်သွား၏၊ ပိုက်ဝမ်းရောဂါ၌ ဘိန်းကို ပျိုးမြစ် အခေါက်မှုန့် ရော၍ မိဝဲသော် လျင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်း၏၊ အဆုတ်၌ ဖြစ်သော ကြောက်ပက်သွယ်သော ချောင်းဆိုး ခြင်းကို တားမြစ်ရန် အတွက် ဘိန်းကို ဖားလာငယ် (သို့မဟုတ်) ချိပ်မှုန့်နှင့် ရော၍ မိဝဲခဲ့သော် ချောင်းဆိုးခြင်းသည် လျင်မြန်စွာ ပိလ်သွား၏၊ မျက်စိကို ဒုက္ခပေးတတ်သော နာကျင်ကိုက်ခဲ ခြင်းကို ငြိမ်သက်ရန် အတွက် ဘိန်းကို နာ ါ်ချေး (နနွင်းထွင်ကြည်) နှင့် အတူ ရောတွင် ပျော်၍ မျက်စိအတွင် လိမ်းကျံ ပေးခဲ့သော် လျင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်း၏၊ ရှေး၌ ဆိုအပ်ခဲ့သော နည်းအတိုင်း သုံး ပြုလုပ်ပြီးသော ဘိန်း ၃-ပဲ၊ စနိုက်ကြီးမှုန့် ၆-ပဲ၊ ပြဒါးလွန်း ၆-ပဲ ဤအလုံးစုံသော ဆေး တို့ကို တပေါင်းတည်း စု၍ ဆေးခြောက်ချက်ရည်ဖြင့် နယ်ချေ ၂၂-ချိန်စီ အလုံးကလေးများ ပြုလုပ်၍ အခြောက်လှန်းပါ၊ ဤဆေးကို 'ခေဒန္တက ရသ' ဟု ခေါ်၏။

ဆေး အကျိုးကား

ရေနံ့ ဖျော်ကဲ့သော် ဆင်ကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် ဖြစ်၍ အမျိုးမျိုးသော သက္ကာ နှင့် ဟုဉ်သော ခန္ဓာကိုယ်ရှိ နေရာအနှံ့ အမျိုးမျိုး၌ ဖြစ်တတ်သော နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းကို ငြိမ်း စေတတ်၏။

နိဗ္ဗေဒါဗ္ဗယရသဆေး

ကောင်းစွာ သုဒ္ဓိပြုပြီးသော ဘိန်း ၆-ပဲ၊ ဝါးစိမ်းမှုန့် ၆-ပဲ၊ မြွေပါးသုန်း ၆-ပဲ၊ ဆီးဖြူသီးမှုန့် ၁၂-ပဲ—ဤဆေးတို့ကို အပေါင်းတည်း ပြုလုပ်၍ ထိုတွင် ထည့်လျက် ဆေးခြောက်ရွက် သတ္တုရည်ဖြင့် သုံးကြိမ် ထုံပါ၊ အလုံးပြု၍ ရသော အခါ ၂-ရတီရှိ အလုံးကလေးများ ပြုလုပ်ပါ၊ အခြောက်လှန်းပါ၊ ၎င်းကို "နိဗ္ဗေဒါဗ္ဗယရသဆေး" ဟု ခေါ်၏။

ဆေးအကျိုးကား အမျိုးမျိုးသော ရောဂါတို့၏ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၍ ချမ်းသာစွာ အိပ်ရခြင်း အကျိုးရှိ၏၊ ထို့ကြောင့် ဤဆေးကို နိဗ္ဗေဒါဗ္ဗယ ဟု အမည်ပေးခြင်းသည် အလွန် သင့်လျော်၏။

ရှေးဘုရင့်ဆေးသမားတော်ကြီး အဆက်ဆက်တို့ သုံးစွဲခဲ့ကြသော ဘိန်းနှင့် သက်ဆိုင်သည့် ဆေးနည်းများကို ပေမူလာအတိုင်း ဖော်ပြပါအံ့။

နှာနုရ၊ ရာဇာရာဇာ၊ ရှေးသမ္မာကြောင်း၊ အာဘာပိုင်စိုး၊ မြေမိုး တဝိုက်၊ ကိုက်တသောင်းထက်၊ လဝန်းစက်သို့၊ တုဘက်မမြင်၊ ဘုရင်ဘုန်းခေါင်၊ မင်းမင်းနောင်တို့၊ သုံးဆောင်ရစ်စေ၊ ထားခဲ့ပေအံ့၊ ရာသက်ရှည်ကြောင်း၊ လက်ာပေါင်းပိဋ်၊ ငြုပ်ကောင်း မှိန်းခို၊ ဇာတိပ္ပိုလ်နှင့်၊ ဖျံသို့၊ ဘိန်း၊ ဘင်း၊ ပွင့်ခြင်း ဥသျှစ်၊ ရောလစ် အမျှ၊ သတ္တမဏ၊ ပေါင်းစု ကြေညက်၊ တနေ့တွက်မှာ၊ ပဲဝက် သာ စား၊ နာမျိုးရှားလိမ့်၊ ခုတ်သွားကြောင့်ညီ၊ တလိငသော်၊ တဲ့မှီ မေသန်း ဖွဲ့ အာရုံတည်း၊ မှာန်ဟုန် ယိုဖိတ်၊ ကြန့်ကြိတ်ကြိတ်နှင့်၊ မအိပ်ပါရ၊ ပူပြင်း လှလိမ့်၊ ထိမ့ တပါး၊ ထမ္မး စားသော်၊ တခြား မူစမ်း မပို့ ဖြစ်အောင်း၊ မာန်ယစ်မူ ယိုး၊ မြင်းလားပျိုသို့၊ နေ့ကို လုံးလုံး၊ ည လုံးလုံးတည်း၊ အလုံး အခဆောင်၊ မေ့ ပျော့အောင် ပင်၊ မရှောင်နိုင်ငြား၊ ရာဂပွားလိမ့်၊ ဆေးများဖြစ်ပည်၊ သို့ဖြစ်သည့်ကြောင့်၊ အနေသင့်လှ၊ သုံးဆောင်ကြလျှင်၊ ကာမလည်း လာ၊ လူလည်း မာ၏၊ ရောဂါကင်းစင်၊ ကောင်းကျိုးသင်သည်။ ။နန်းစဉ်လက်သုံး ဆေးတော်တည်း။

၎င်းလင်္ကာအတိုင်း ရေးဆားသော ဆေးနည်း သံပေါက်ကို စာမူတခုမှ ရရှိသည့်အတိုင်း ဖော်ပြပါဦးအံ့။

ငြုပ်ကောင်း, ရှိန်းခို၊ ဇာတိပ္ပိုလ်၊ ဖျံသို့, ဥသျှစ်ပွင့်။
ဘိန်းဆီနှင့် သာ၊ တေပြီးခါ၊ စားပါ ရှေးငယ်ချွင်။
ဘုရင်မင်းခေါင်၊ စားသုံးဆောင်၊ ဘုန်းရောင် နေသို့ပွင့်။
မောင်းမတထောင်၊ မြည်စွမ်းဆောင်၊ စေ့အောင် အကျင့်သင်။

မှတ်ချက်။ ။ဖျံသို မရလျှင် ဆိတ်သို ထည့်နိုင်သည်။

ဘုနည်း - ကျန်းမာ ဖြိုး အင်အားတိုးစေနိုင်သော ဘိန်းနှင့် သက်ဆိုင်သည့် ဆေးနည်းကျော်မှာ—

ဘိန်း,

ကဏ္ဍရ သစေ့,

ချင်းခြောက်,
လေးညှင်း,
ကုက္ကိုမ်,
ဇီဝကချင်း,
စန္ဒကူးဖြူ (နံ့သာဖြူ)
ဇာတိပ္ဖိုလ်သီး,
ဇာတိပ္ဖိုလ်ပွင့် ၄-ပဲစီ။

ဇှင်းဆေးတို့ကို ပျားရည်နှင့် ဖော်၍ မက်ပဲခန့် လုံးပါ၊ ညအိပ်ရာဝင်ခါနီး ၁ လုံးစားပါ။ ထိုဆေးစားပြီးနောက် နွားနို့ သောက်ပေးပါ၊ ဒသအကျိုးကား ရောဂါဝေဒနာ ကင်းစင်၍ အင်အားတိုးပွားလာပါလိမ့်မည်။

တနည်း အားတိုးဆေး

ထိန်း ၁၂-ပဲ
ဆေးခြောက် ၁၂-ပဲ
စမုံမျိုးငါးပါး ၄-ပဲစီ
ကြက်ဥ (၇) လုံး
နွားနို့ (၅၀) သား
ထောပတ် (၁၀) သား
ပျားရည် (၁၀) သား
ဂုဏ်ဆီ (၁၀) သား
သကြားခဲ (၁၀) သား

ဇှင်းဆေးတို့ကို မြေအိုးသစ်တွင် ထည့်ကာ ဆော်ဖြင့် ရက်၍ ထိုသား ယောက်မနှင့် မပျစ်မချစ်အောင် မွှေပါ၊ နေ့စဉ် ညအိပ်ရာဝင်ခါနီး ဇီးစေ့ခန့်စားပါ၊ နွားနို့ သောက်ပေးပါ၊ အထက်ပါအတိုင်း အကျိုးခံစားရပါလိမ့်မည်။

(အတိသာရ) ဝမ်းသက်ရောဂါ။ ။ထိန်း, ကုက္ကိုမ်, ဆေးခြောက် ၂ မျိုး အလေး... ယူ၍ ကြိတ်ပြီးလျှင် ရွှေစေးလုံးခန့် လုံးပြီး ပျားရည်နှင့် တိုက်ပါက (အတိသာရ) ဝမ်းသက်ရောဂါများ လျင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

အစာမကြေရောဂါ။ ။ကြောက်မက်တုယ် ကောင်းလောက်အောင် အစာမကြေရောဂါဖြစ်မှု အနံ့သီးငယ်တလုံးကို ဆင့်နွှာပြီးလျှင် မျက်သုံးကို ခဲဖောက်၍ ထိန်း ၂ ရွေးထည့်ပါ၍ ဇှင်းကို မီးဖုတ်ပါ၊ အသားလုံးကို ကျွမ်းသောအခါ သန့်ရှင်းစွာ ယူပြီးလျှင် အမှုန့်ပြု၍ ရောဂါအလိုက် အခြေအနေကို ကြည့်ပြီး သုံးစွဲခဲ့သော် ကြာရှည်စွာ စွဲကပ်နေသော အစာမကြေရောဂါများ ပျောက်ကင်းပါသည်။

အစာမကြေ ဝမ်းသက်ရောဂါ။ ။ဘိန်း၊ ဇာတိပ္ဖိုလ်သီး၊ ကုံကုမံ၊ ပရုပ်—ဆေး ၄-မျိုး အပူစီ စုပြီးလျှင် ကြိတ်၍ ၂-ရွေးခန့် အလုံးလုံးပြီး ထန်းလျက်နှင့် ဖယောင်းရည် ရေကျက်အေးနှင့် သောက်ရင်း ဆိုက်ပါက အစာမကြေ ဝမ်းသက်ရောဂါများ ပျောက်ကင်းပါသည်။

ကာလဝမ်းရောဂါ။ ။လွန်စွာ ပြင်းထန်သော ကာလဝမ်းရောဂါ၌ အသင့်ပေးပြပါ နည်းအတိုင်း အသုံးပြုရာ၏။

အဆစ်ရောင် ရောဂါ နှင့် လေအကြောဆွဲ ရောဂါ။ ။ရှေးရောဂါများကို ဘိန်း အနည်းငယ်မျှ ကျွေးပါက ပျောက်ကင်းချမ်းသာသည်။

ခါးနာ ခါးကိုက်ရောဂါ။ ။ဘိန်းစေ့ ၁၂-ပဲသားတွင် သကြား ၁၂-ပဲ ရော၍ အနည်းငယ်မျှ တိုက်ကျွေးပါက ခါးနာ ခါးကိုက် ပျောက်ကင်းပါသည်။

အကြောနာ ရောဂါ။ ။အကြောနှင့် စပ်သျှ နာကျင်ကိုက်ခဲရာ၌ ဘိန်းကို အရည် ဖျော်ပြီးလျှင် လိမ်းပေးရာ၏။

သွားပိုးပေါက် ရောဂါ။ ။သွားပေါက်ပြီးလျှင် နာကျင်ကိုက်ခဲရာ၌ ဘိန်း နှင့် ဇာတ်သာကို ရော၍ ပေါက်နေသော နေရာ၌ သိပ်ပေးပါက နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းမှ လျင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်းနိုင်၏။

ခေါင်းကိုက် ရောဂါ။ ။ဘိန်း ၄-ရွေး၊ လေးညှင်းနှစ်ပွင့် ရောကြိတ်ပြီးလျှင် ၎င်းကို ပူနွေးအောင် လုပ်၍ ကိုက်ခဲသောနေရာ၌ လိမ်းပေးပါက နှာစေး အအေးမိ၍ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ အခြားသော အကြောင်းကြောင့် ခေါင်းကိုက်ခြင်းများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

နားကိုက်ရောဂါ။ ။မြူကြူလုပ်ထားသော ဘိန်းမွေးကြီး၏ အသီးခွံကို နှမ်းဆီပွင့် အဆီနှင့် ရောစပ်၍ ပူနွေးအောင် လုပ်ပြီးလျှင် နားကြပ်ပေးရာ၏။

လည်ချောင်းနာ ရောဂါ။ ။ဘိန်းသီး အခွံ နှင့် စမုန်ဖြူကို ပြုတ်၍ နှုတ်ခံဆေးပြုပါက လည်ချောင်းကျဉ်းသောရောဂါ၊ လည်ချောင်းသိပ်သောရောဂါများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

သားအိမ်ကိုက်နာ။ ။သားဖွားပြီးနောက် သားအိမ် ကိုက်ခဲသောရောဂါ ဖြစ်ပါမူ ဘိန်းသီးခွံကို ပြုတ်၍ သောက်ရာ၏။

နှာစေး ချောင်းဆိုး။ ။ဘိန်းစေ့ နှင့် ထက် ပါရှိသော ဘိန်းဆီ ၇-ဂ-ပဲသားခန့်ကို ပြုတ်၍ သကြားခဲ ၃-သားနှင့် အဖျော်ပြုလုပ်ပြီးလျှင် ၄-၄-ပဲသား တခွက်ပြု၍ တနေ့ ၂-ကြိမ် သောက်သော် နှာစေးရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ဆီးပင်ရောဂါ။ ။ဆီးပင်တွင် ပြင်းထန်သော ကြောက်မက်ဖွယ်ကောင်းသော ရောဂါ ဝေဒနာများ ဖြစ်လာခဲ့သော် ဆီးပင်ကို လိမ်းပေးရာ၏။

အစာအိမ်ရောင် ရောဂါ။ ။ဘိန်းကို အစာအိမ်ရှိရာ ပြင်ပမှ နေ၍ လိမ်းပေးရာ၏။

မျက်စေ့ရောဂါ။ ။ဘိန်း၊ ဆေးခြောက်၊ မိုးနတိုးညို၊ နှင်းဆီမှိုး၊ ခနောက်ကြက်ချဉ်၊ ဂမုန်း၊ မုတ်ခါး–ရှိန်းတို့ကို ရောစပ် ကြိတ်ပြီးလျှင် ဆိတောင် ပြုလုပ် ၎င်းကို သွေးပြီး မျက်စေ့ ကွင်းပေးပါက မျက်စေ့ရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

သုက်ရည်ကျ၍ အားနည်းသော ရောဂါ၊ ။ဓာတ်ပြု ပယ်သီးဆင့်၊ အုန်းနှဲပင်၊ မျှစ် (ပရလျှင်) ဆိတ်ဆို၊ ဘိန်း၊ ဆေးခြောက်၊ ပျားရည် ၎င်း (၇) မျိုးကို ညက်စွာ ကြိတ်၍ ရှေးကြီး ၂ ရွေးခန့် အလုံး ပြုလုပ်ပြီးလျှင် ည အိပ်ခါနီး မှ၍ နွားနို့ ကျက်ကျက်ဖြင့် သောက်ပေးရ၏။ ထိုမိမ်းကတွင် သုက်လွှတ်ခြင်း နှင့် ပန်းသော မှိန်းသွင်း ရောဂါများ ပျောက်ကင်း လိမ့်မည်။

တနည်း လိင်တောင့်ခိုင်ဆေး။ ။ဓာတ်ပြု ပယ်သီးတလုံးကို အခေါင်း ကျယ်အောင် ထွင်းပြီးလျှင် ၎င်းကို ဘိန်းအပြည့် သိပ်သွင်းပြီး အဝကို ပိတ်ပါ။ ၎င်းကို ရှောင်ချောသော အပင်တွင် ထွင်းပြီး မြှုပ်ထားပါ။ ၎င်းနောက် (၇) ရက် သို့မဟုတ် (၂၁) ရက် ပြည့်ထားပြီး ဖော်ထုတ်ပြီးနောက် ၎င်းဓာတ်ပြု ပယ်သီးမှ ဘိန်းကို ထုတ်ယူ၍ ရှေးကြီး တစ်ဝက်ခန့် အလုံး ကလေးများ ပြုလုပ်ပါ။ ထို့နောက် ၎င်းဆေးလုံး တလုံးကို နွားနို့နှင့် သောက်ပါက ပန်းခြင်း၊ လိင်မသန်စွမ်းခြင်း ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ဘိန်းဆိပ်ဖြေနည်း

(၁) ဘိန်းကြောင့် ထုံထုံ အန္တရာယ်များ ပေါ်ပေါက်လာခဲ့သော် ရှိန်းနို့ အေးကို ရေနှင့် ဖျော်၍ သောက်စေ။

(၂) တနည်း–မဲ့ဆေးသွန်လာသီးနှင့် တမာခေါက် ပြုတ်၍ တိုက်ရေချရ၏။ သို့မဟုတ် ဆေးရွက်ကြီးကို ပြုတ်၍ တိုက်ရာ၏။ အံပြီးလျှင် ဘိန်းဆိပ် ပြေပါလိမ့်မည်။

(၃) တနည်း ကုလား ကင်ပွန်းသီးသည် ဘိန်း၏ ရုန်းသွင်းစ်၍ ၎င်းအပင်၏ ဆင်ခြင်သောက်နိုင်သော် ဘိန်းဆိပ်များ ပြေပါလိမ့်မည်။ ဤသို့ မသည့် ဘိန်းဆိပ် ဖြေနည်း အမျိုးမျိုးကို ဆေးကျမ်းတို့၌ တွေ့ရ၏။

မှတ်ချက်။ ။ဘိန်းသည် အဆိပ်မျိုးတွင် ပါဝင်ကြောင်း ဆေးကျမ်းတို့၌ ဖော်ပြထား၏။ ဘာသာရေး စာပေတို့၌ အသိဉာဏ် ထက်မြက်မှုကို ဖျော့စေ ဟိုင်းမှိုင်း စေတတ်သော အဖြင့် များစွာ အားမြစ် ထား၏။ ယင်းကဲ့သို့ ဆိုကြတိုး ညစ်ပိုး ဖြစ်စေတတ်သဖြင့် လူသွန်လည်း များစွာ ဘိုး၍ လူလောက၌ သတ္တိ မရှိ တရေယောက် ဖြစ်စေတတ်သော အသုံးချ၍ မရသည့် အလဲ လူသွန်ကို ထုံးစေ၏။ ၎င်းကို သုံးမိလျှင်လည်း ဖြတ်ပစ်ရန် မလွယ်ကူချေ (ဖြတ်ပစ်လိုစိတ် မရှိကြ)။ အဆိပ်လည်းဖြစ်၊ ဘာသာရေးနှင့်လည်း မ ကိုက်၊ လူမှုရေးတွင်လည်း အသုံး မဝင်သော အဖြစ်သို့ ရောက်စေတတ်သော အပင်မျိုး ဖြစ်သဖြင့် ၎င်းကို ဦးစားပေး၍ အကျယ် တဝင့် မရေးသား လိုတော့ပေ။ သည်း ဆေး ပညာ မျက်စေ့ အမြင်ဖြင့်ကား အသုံး ချတတ်လျှင် လူသားတို့အဖို့ များစွာ အကျိုး ပြုတတ်သဖြင့် နိုင်ငံတကာကျမ်း အမျိုးမျိုးတို့၌ အသုံး ပြုနည်းကို အကျယ်တဝင့် ဖွင့်ဆို

ဖြတ်ထား ကြသည်မှ လိုရာကို နုတ်၍ ဘိန်းနှင့် ဆိုင်ရာ လူသားတို့အား အကျိုး ပြုပုံကို အကျဉ်းချုပ် ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

ဆေးပစ္စည်း များတွင် ပါဝင် နေသော ဓာတ်ပစ္စည်း များကို ကြည့်၍ အကျယ် မဖော် ပြတော့ပါ၊ "ရသာဓရဂ်နီ ခေါ် ဓာတ်သာမုဒ္ဒရာကျမ်း" တွင် ကြည့်ရှုကြပါလေ။

ဘိန်းစေ့

ဟိန္ဒီ खस खस (ခသ်-ခသ်)

လက်တင် Papaver Somniferum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ရင့်သည့် ဘိန်းအစေ့ ဖြစ်သည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ချို၏၊ အေး၏၊ ဗိပါက်၌ ချို၏၊ ကြွေခဲ၏၊ ချုပ်၏၊ ခွန်အား နှင့် သုက်ကို ပွားစေ၏။

ပျောက်ကင်းသော ရောဂါများ။ ။ဘိန်းစေ့ကို ကြိတ်၍ သကြားနှင့် ဖျော်ပြီး ချောင်းဆိုး နာစေးကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ဘိန်းစေ့ သကြား ၁၂-ပဲသားကို ရောစပ်၍ အဆေး ပြုလုပ် အသုံးပြုသော် ခါးကိုက် ပျောက်သည်၊ ဘိန်းစေ့ကို နို့ရည်နှင့် ကြိတ်၍ လိမ်းခဲ့သော် ကြောက်မက်ဘွယ်ကောင်းသော ဆံပင်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ သားအိမ် ကိုက်ခဲခြင်းလည်း ကောင်းလည်း။

ဘိန်းနွယ်ပင်

သက္ကတ माधवी

ဟိန္ဒီ माधवी लता (မာဓဝီလတာ)

လက်တင် Hiptage Madablota

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နွယ်ရောင် ပင်ရောင် ချုံကြီးမျိုး ဖြစ်သည်၊ အကိုင်းအခက် တိုသည် ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် စကားဝါရွက်နှင့် တူ၏၊ သို့သော် အရွက်နုများ ရှိ၏၊ အပွင့်ပါ ၏၊ ဖြူ၏၊ နုညံ့၏၊ အပွင့် ဖြူ၏၊ အလွန် မွှေး၏၊ အသီးမှာ နှမ်းသီးနှင့် တူ၏၊ သို့သော်

အမြုံလိုက် အသွဲလိုက် သီး၏၊ ၎င်းပန်းပွင့်၏ အဖြူရောင် ပေါ်တွင် အဝါပြောက် က...
များ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။၎င်းဘိန်းနှယ်သည် ပယ်ဖျင်းဖျင်း ရသာ ရှိ၏၊ ခါး၏၊ ဖ...
မူးရစ်စေတတ်သော အနံ့ဆိုး ရှိ၏၊ သည်းခြေနာ, ချောင်းဆိုးခြင်း, အနာခိမ်းများ ပေါ်...
ခြင်း, ရောင်ပေါ်ခြင်း စသည် တို့ကို ကင်းဝေးစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အရေပြားရောဂါ။　　။၎င်းအရွက်ကို ကြိတ်၍ လိမ်းကျံမူ အရေပြား ရောဂါ ...
ပျောက်ကင်း၏။

သန့်ရှင်းဆေး။　　။၎င်းပဉ္စငါးပါး ပေါင်းတိုက်ရေကို သင့်သလို သောက်က သန့်...
ကျန်းမာ၏။

အဆစ်ရောင်ရောဂါ။　　။၎င်းပဉ္စငါးပါးကို ဆီနှင့် ချက်၍ ၎င်းဆီကို လိမ်းကျံ...
အဆစ်ရောင် ရောဂါ ပျောက်ကင်းသည်။

ပန်းနာရင်ကြပ်။　　။၎င်းအရွက်ကို ကြိတ်၍ သောက်မူ ပန်းနာ ရင်ကြပ် ပျော...
သည်။

ဘိန်းသီးအခွံ

သက္ကတ　　ခသဖလ

ဟိန္ဒီ　　पोस्त (ပိုဆ,တ)

လက်တင်　　Papaveris Capsulae

ပုံသဏ္ဌာန်။　　။၎င်းသည် ဘိန်းသီး ဖြစ်၏၊ ဘိန်းပင်၏ အပွင့်ကို ဘိန်း၏ အ...
ကြည့်ပါ။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။၎င်းဘိန်းသီးသည် ဆေး၏ မလတို့ကို ချုပ်စေ၏၊ ...
ဖန်၏၊ လေကို ဖြစ်စေ၏၊ သလိပ်ကို နိုင်၏၊ ချောင်းဆိုး ရောဂါ ကင်းဝေး၏၊ မူးရစ်...
အနာများကို အသားနု တက်စေ၏၊ နှုတ်မြိန် စေသည်၊ အလွန် စားမူ ပန်းသေ ...
ဖြစ်တတ်၏။

ဘုတ်တောင်ပင်

လက်တင် Polygonum Chinese

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ငယ် ချုံမျိုး ဖြစ်သည်။ မြေဇဝန် ဖြင့်၏။ အရွက် ချွန်၏။ အပွင့်နည်း၏။ အဖြူ (သို့မဟုတ်) ပန်းရောင် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အားကို ဖြစ်စေ၏။ အရေပြား ရောဂါတို့၌ အသုံးပြုရ၏။

ဘုမ္မရာဇာ

သက္ကတ **सर्पगन्धा**

ဟိန္ဒီ **छोटाचाँद** (ဆရိုဂန္ဓာ)

လက်တင် Rauwolfia Serpentina

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဘုမ္မရာဇာကို မြန်မာ့ဆေး ကျမ်းဂန်များတွင် အောက်ပါ အတိုင်း မိမိတို့ ဘာသာအား လျော်စွာ ခေါ်ကြ၏။

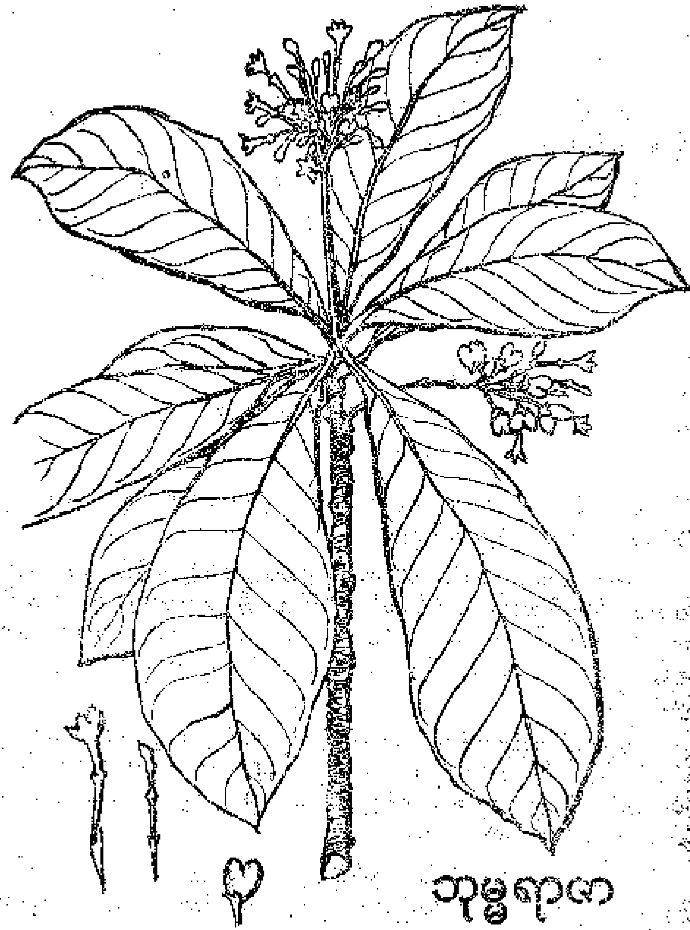
သက္ကတ ဘာသာ သရ်ပဂန္ဓ, ဟိန္ဒီဘာသာ ချိုတာချန် (ဒ်), ဗင်္ဂါလီဘာသာ ချန်ဒရ် စသည်ဖြင့် မိမိတို့၏ ဘာသာ အလိုက် ခေါ်ဝေါ် ကြ၏။ ထိုဘုမ္မရာဇာပင်မှာ ပုံပြပါ အတိုင်း ၂-ပေခန့် ရှိ၏။ အချို့ ငုတ်ထက် နိမ့်၏။ သို့သော် အချို့ အပင်ဟုသည် မြေလိုက်၍ ၃-ပေ ခန့် ရှိသည် ဟု ဆို၏။ အဆစ်များ ရှိ၏။ အဆစ် အဖွဲ့ အသီးသီးမှ အရွက် ၃-ခု ၄-ခု ဟုသည် ထွက်ကုန်၏။

အပွင့်သည် ခရမ်းရောင် သို့မဟုတ် အဖြူ, ဖနီ အားဖြင့် ၃-မျိုး ရှိ၏၊ အနက်လည်း ရှိ၏ ဟု ဆိုကြသေး၏။ အသီးသည် စားတော် ပဲလုံးခန့် ရှိ၍ ရင့်သောအခါ နီသော အရောင် ရှိ၏။ အမြစ်သည် မြေ အမျိုးအစား လိုက်၍ ငါးမူးလုံးခန့်မှ စ၍ ကျပ်လုံး, တကျပ် ရှစ်ပဲလုံးခန့် ရှိ၏၊ ကျိုးလွယ်၏၊ ခါး၏။

အရသာသည်-အလွန် ခါး၏၊ အမြစ်ကို ချိုးလိုက်သော အခါ အတွင်းတွင် ဝက်ဝန်း ကဲ့သို့ အလယ်မှ အရေး အကြောင်းကို ထင်ထင်ရှားရှား တွေ့မြင်ရ၏၊ အသုံးပြုရန် အမြစ်ကို အသုံးပြုရ၏။

အရသာ။ ။လွန်စွာပူ၍ ဖန်၍ ပေါ်ခြင်း ခါးခြင်း ရှိ၏။

ဓာတ်။ ။ပူ၏။



သုမ္ဗရာဇ

RAUWOLFIA SERPENTINA

सर्पगन्धा(ဆဦဝဝဒ္ဓါ)

ဝိပါက။ ။ကြေ ကျက်သော အခါ စပ်သော အရသာ ရှိ၏။

ဂုဏ်။ ။ခြောက်သွေ့စေတတ်၏၊ အိပ်ပျော်စေ၏၊ ပညာကို ဖြစ်စေ တတ်၏။

အသုံးပြုရန် ရောဂါများမှာ။ ။အရှူး ရောဂါ, ပိုး ရောဂါ, သွေးတိုး ရောဂါ စသည်တို့ ဖြစ်၏။

အသုံးပြုရန် အတိုင်းအတာမှာ။ ။၁-ပဲသားမှ ၂-ပဲသား အထိ သွေးတိုး နည်းပါးစေရန် အတွက် နှင့် အိပ်ပျော်စေရန် အတွက် ဖြစ်၏၊ အရူးရောဂါ အတွက် ၆-ပြားသားမှ ၁-ပဲသား အထိ စားရ၏။

ရေလဲမှာ။ ။ရေ သို့မဟုတ် နို့ရည်, မလိုင်, နှင်းဆီ ပေါင်းတိုက်ရည်တို့ကို အနုပါနှ နောက်တပ် (ရေလဲ) အဖြစ်ဖြင့် သောက်ရ၏။

ဤသို့လျှင် အာယုဗ္ဗေဒ ကျမ်းများ၌ ဘုမ္မရာဇာကို ဘာသာ အသီးသီးတို့ဖြင့် ခေါ်ဝေါ်ကြပုံ, အပင်၏ ပုံသဏ္ဌာန် စသည်, ဂုဏ်, ဝိပါက, သတ္တိ, ပျောက်ကင်းသည့် ရောဂါများ အသုံးပြုရန် အတိုင်း အတာ တို့ကို ရေးသား ထားလေသည်။

ဘုမ္မရာဇာ ခေါ်ရပုံ

ဘုမ္မ=မြေတွင် ပေါက်ရောက်သော ဖယောင်းပင် တကာ့ ထိုထက် (ဂုဏ်သတ္တိ အကျိုးထူးကို ပေးစွမ်း နိုင်သောကြောင့်)

ရာဇာ=မင်းကဲ့သို့ ဖြစ်သော အပင် (မြေပေါက် သစ်ပင် တကာတို့၏ မင်း) ဟု ဆိုလို၏။

တနည်း။ ။ဘုမ္မ=မြေတွင် တည်ရှိသော ပယောဂ, ဘုတ်, တစ္ဆေ, မြေဘုတ် ဘီလူး နှင့် မြေဆိုး, မြေကြမ်း, မြေပျက် တို့ကို မင်းသည် လူဆိုး, လူမိုက် တို့ကို နှိမ်နင်းနိုင်သကဲ့သို့ နိုင်ကြောင်း။

ရာဇာ=မင်းနှင့် တူသော အပင် (မြေဆိုးနိုင် သစ်ပင်)

တနည်း။ ။ဘုမ္မ=ခန္ဓာကိုယ်တွင် တည်ရှိသော ဓာတ်လေးပါး, အာကာသတို့ အနက် မြေဓာတ် ခေါ် ပထဝီဓာတ် လွန်ကဲ ခိုင်မာ ကြမ်းတမ်းသော ပထဝီ ဖျပ်ဓာတ် လွန်၍ ဖြစ်သော အနာတို့ နှင့် မြေမှု မြေကိုင် ရောဂါ ဝေဒနာ တို့ကို အောင်နိုင် သောကြောင့်။

ရာဇာ= မင်းနှင့် တူသော အပင် (မြေနာနိုင် သစ်ပင်)

တနည်း။ ဘုမ္မ=မြေတွင် အောင်းနေသော သက်ရှိ မြွေ စသည်တို့၏ ဇာတ်မခေါ် အဆိပ်မျိုး ဟူသမျှ နှင့် ဝိနိ စသော သီလာမြေ အစရှိသည့် သယံဇာတတို့မှ ဖြစ်သော ဓာတုရ အဆိပ်, စားသုံးသမျှ ဆေးအစာအာဟာရတို့ တခု နှင့် တခု မသင့်မြတ်၍ အဆိပ်ဖြစ်မှု အစရှိသော ရောဂါဝေဒနာတို့ကို ဖြိုခွင်းအောင်မြင်နိုင်သောကြောင့်။

ရာဇာ=မင်းနှင့် တူသော အပင် ဖြစ်၏၊ (အလိပ်နိုင်ပင်) ထိုသို့ အကျိုးအာနိသင်ရှိသော ကြောင့် "ဘုမ္မရာဇာ" ဟု ရှေးအခါက ခေါ်ဝေါ်ခဲ့ကြလေသည်။

မှတ်ချက်။ ။ရှေးသူမြတ်တို့သည် ကျောင်းသင်၊ အဆောက်အဦသစ် ဆောက်လုပ်ရာ၌ ပထဝီဇယ မန္တန် စသော အောင်မြင်ကြောင်း ဂါထာတို့ဖြင့် ဆန်ပေါက်ပေါက်တို့ကို ကိုင်ရွတ် ရွတ်ဘတ် မန်းမှုတ်လျက် မြေယုတ်၊ မြေကြမ်း၊ နိုင်ငံရန်းခြင်းအလို့ငှာ နေရာအနှံ့ အပြား ကဲ့ပြီးလျှင် မြေယာ ၄-ဒေါင့်၌ စိုက်ပျိုးကြ၏၊ အဆိပ်စသည်တို့ကို နိုင်ကြောင်း ကား ရှေး၌ ထင်ရှားလှတော့ ။

ဘုမ္မရာဇာ နှင့် မြန်မာ ဝေါဟာရ

ဘုမ္မရာဇာ ဟုခေါ်ရခြင်းအကြောင်းကို အထက်၌ ပြဆိုခဲ့လေပြီ၊ သို့ရာတွင် ထိုဘုမ္မရာဇာ ဟူသော အမည်ကို မည်သူတို့က စတင်ခေါ်ဝေါ် အသုံးပြုလာကြသည် ဟူ၍ကား အဖြေတ်ရန် ခဲယဉ်းလှပေသည်။

မြန်မာတို့ ရာဇဝင်ကို ပြန်ပြောင်းကြည့်ရှုခဲ့သော် ဘုမ္မရာဇာ ဟူသော အမည်သည် အာယုဗ္ဗေဒ ဆေးကျမ်းများတွင်လည်း မတွေ့ရှိရသဖြင့် တကောင်းခေတ်မှ စတင် ပေါ်ပေါက် လာသော အမည် မဟုတ်သည်မှာ ထင်ရှားလှပေသည်၊ သို့ဖြစ်ခဲ့သော် ထိုဘုမ္မရာဇာ ဟူသော အမည် သည် မြန်မာလူမျိုးတို့ မှည့်ခေါ်သော အမည် ဖြစ်ရမည်၊ သို့ရာတွင် မြန်မာနိုင်ငံ၌ မွန်လူမျိုး တို့လည်း ရာဇဝင်အရ ပြောင်းမြောက်ခဲ့သူများ ဖြစ်ရကား ထိုဘုမ္မရာဇာ ဟူသော အမည်သည် မွန်တို့ ပေးခဲ့သော အမည်လည်း ဖြစ်နိုင်ဖွယ် ရှိပေသည်၊ သို့ဖြစ်၍ ဘုမ္မရာဇာ ဟူသော အမည်ကို မွန်တို့ မှည့်သော အမည် သို့မဟုတ် မြန်မာတို့မှည့်ခဲ့သော အမည် ဟူ၍ အမည် ၂-မျိုးတို့တွင် တခုခုပင် ဖြစ်ရဖွယ် ရှိပေသည်၊ သို့စေကား မွန်၏ မြန်မာသံအားဖြင့် ဘုမ္မရာဇာကို "ဘုံမဲ့ဇေယျ" ဟု ခေါ်၏၊ မြန်မာအသံထွက်ဖြင့် ဖော်ဖော် ဘုမ္မရာဇာ မင်း ဖြစ်၏၊ မြန်မာတို့သည်ရှင်း မွန်တို့ သည်ရှင်း ပါဠိဘာသာကို အသုံးများသူများ ဖြစ်ခဲ့သောကြောင့် မြန်မာ နှင့် မွန် ၂-ဦးတို့အနက် တဦးဦး ပင် မှည့်ပေးထားသော အမည် ဖြစ်ဟန် ရှိ၏။

ထိုဘုမ္မရာဇာ ဟူသော အမည်မှာ ပါဠိအမည် ဖြစ်၏၊ ရှေးခေတ် မွန်မြန်မာတို့သည် ၎င်းအပင်၏ စွမ်းရည် သတ္တိကို ကြည့်၍ "ဘုမ္မရာဇာ" ဟု ပါဠိဘာသာအားဖြင့် အမည်ပေးကြဟန် တူသည်၊ သို့သော် ပါဠိပိဋကတ်တို့တွင်မူကား မတွေ့ရသေး၊ မြန်မာတို့၏ အသုံးအနှုန်း သာ ရှိသည်၊ ပါဠိဘာသာဖြင့် ဘုမ္မရာဇာ ဟူသော အပင်သည် သက္ကတဘာသာ (ဝေဒိယာနွ-သပ္ပဂန္ဓ) မှ ပါဠိဘာသာသို့ ပြန်ဆိုရယူနိုင်သည်၊ ၎င်းကို အဓိပ္ပာယ်ပြန်သော် "မြေနန်းပင်" ဟု အဓိပ္ပာယ် ပြန်ရသည်၊ ၎င်းတို့သည်လည်း ထိုအပင်၏ အောင်ပွဲသီးသိုး နှင့် မြေခရလဲအနံ့ကို ရှုံ၍ ခေါ်ကြဟန် တူသည်။

ဘုမ္မရာဇာ နှင့် ရာဇာကြီး ၄-ပါး

ဘုမ္မရာဇာကဲ့သို့ပင် အကျိုးစွမ်းအင်တို့ကို ပေးနိုင်သော အထူးအားဖြင့် အဆိပ်၊ ဓာတ် ဆိပ်၊ သက်ရှိ သက်မဲ့ အဆိပ်တို့ကို ချနိုင်သော အခြားသော အပင် ၃-ပင်တို့ကိုလည်း ပေါင်း၍

ရာဇာကြီး ၄-ပါးဟု အမည်တပ်ပြီး ခေါ်ဝေါ်ကြသော ဆုံးရှိလည်း၊ ရာဇာကြီး ၄-ပါး ဟူသည်ကား—

၁- ဘုမ္မရာဇာ

၂- ကေရာဇာ (ကေရာဇ်)

၃- သီဟရာဇာ

၄- ရာဇဝံသ (ရာဇဝင်)

ဟူသည်တို့ ပင် ဖြစ်၏။

ပျေးယောင်းဆေးကျမ်းတို့၌ အကျိုးတူ သဘောတူများကိုပေါင်း၍ ကြိုက်ချက် (အစပ် ၃-ပါး)ဟု ခေါ်ဝေါ်ကြသကဲ့သို့ မြန်မာတို့သည် ရာဇာ ၄-ပါးဟု ခေါ်ဝေါ်ကြဟန် ရှိ၏၊ သို့သော် အာယုဗ္ဗေဒတွင်ကား ဤအမည်ကို မတွေ့ရသောကြောင့် မြန်မာပိုင်အမည် ဟု ဆိုရမည်၊ ထင်ရှားစေဖို့၊ မြန်မာတို့သည် ၎င်းတို့ကို တွဲဘက်၍ အသုံးပြုပုံ အဓိပ္ပါယ်အထား တခုမှာ—

"ဘုမ္မရာဇာ, ကေရာဇ် နှင့် ရာဇဝင်မြစ် ဤသုံးဖြာ။
ပေါင်းကြိတ်ခါ အရိပ်မှာလှန်း၊ ဆောင်မြန်းကြပါ။
သွေးထက်နာ ဖြစ်လာသည့်ဆိပ်မျိုး။
နှုတ်ရေစဉ် ပမာစွမ်းတယ်၊ အိုင်တန်းက ထန်ခိုး။"

ဟူသော ကဗျာလင်္ကာအတိုင်း ရှေးဆရာကြီးတို့ အသုံးချပုံကို တွေ့ရသည့်အပြင် ဖော်ပြပါကဗျာတွင် ပါရှိသော အဆိပ်နိုင်ဆေး ၃-မျိုးကို အချိုးညီအောင် ယောင်းပြီး ၎င်းအမှုန့်ကို နှာဆေး, သောက်ဆေး အဖြစ်ဖြင့် အသုံးပြုကြ၏၊ ပုံရည်နှင့်ကြိတ်၍ အထုံးအခဲပြုပြီးလျှင် အရိပ်တွင်လှမ်း၍ အသုံးပြုကြသည်၊ ထိုသို့ ကြိတ်၍ အသုံးပြုထားသော ဆေးသည် နှစ်ပေါင်းများစွာ သက္တိမပျက်ဘဲ တည်ရှိနေကာသည်။

အမှုန့်ဆေးတို့ကား စုပေါင်းထားသော်လည်း ဆေးတမယ်၏ အနံ့အရသာကို နောက်ဆေးတမယ်သည် ကြာရှည်စွာ ထိန်းမထားနိုင်၊ စုပေါင်းကြိတ်ထားသော ဆေးတို့ကား ထိန်းထားနိုင်သောကြောင့် ရှေးသူတို့သည် ဆေးတောင့် ပြုလုပ်ထားကြခြင်း ဖြစ်သည်။

ထိုဆေးတောင့်မျိုးဖြင့် ဆေးဆရာတို့ အသုံးပြုကြရာ၌ တွေ့ရသည့်မှာ မြွေကိုက်၍ မူးခြင်း, ကြွက်-မြွေ စသည်တို့ မူးခြင်း စသော နေရာတို့၌ ၎င်း မကြေကျက်သော အစာတို့သည် အဆိပ်အနိုင်ဖြစ်ပြီး တကိုယ်လုံးပုံ့နှံ့ ထိပ်ခေါင်းသော အခါ၌ ၎င်း အစာမကြေ ဝမ်းပျက်, ဝမ်းရောင်သော အခါ၌ ၎င်း အသုံးပြု၏။

ထို့ပြင်တပါး သွေးဆိပ်တို့၌ ထုံး၏ သွေးတပါးတွေ့ကို တွေ့၍ မူးခြင်း နှင့် အိပ်ပျော်ခြင်းတက်မူးသော အခါ၌ ပုံဆေးကို တိုက်လည်း တိုက်၏၊ ရှူလည်း ရှူ၏၊ သမ္မာရုန်းတဲ့ နေရာ ထိပ်ကို ဓားဖြင့် ခေါက်လည်း ခေါက်ကြ၏၊ မြေဆိပ်တက်သော အခါ၌ သုံးကြသည်ကို တွေ့ရှားကြ၏၊ သို့သော် ရှေးဆရာတို့သည် ခါတခါ၏ အနံ့ အရင့် အခြေအနေကိုကြည့်၍ အနုပါန် ခရုပ် အနေဖြင့် တိုက်ကြသည်၊ ဥပမာ မီးယပ်သွေးများ ပျက်စီးထွက်၍ အပူတက်ခြင်း, သွေးတက်

ခြင်းတို့၌ ဆားပြွတ်ရည်နှင့် တိုက်ကြသည်၊ ထိုရောဂါသည် ချုပ်တက်ပြီး အလွန် အပြင်းအထန် ပူလျှင် သက်ရင်းကြီးအမြစ်ကို ဆားနှင့် သွေး၍ ငုံးနှင့် စပ်တိုက်သည် စသည်ဖြင့် ဉာဏ်ရှိသလို ရှေးက သုံးကြ၏။ ဆိုလိုရင်းမှာ ရာဇာကြီး ၄-ပါးကိုသာ တင်ပြလိုခြင်းဖြစ်၍ ထို့ထက် ချဲ့ရေးသား ဖွင့်ဆိုခဲ့သော် ကျယ်ဝန်းမည်ဖြစ်၍ ဤမျှသာ တင်ပြလိုခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

ဘူမိရာဇာ နှင့် ပဥ္စဘုတ်

အာယုဗ္ဗေဒဆေးကျမ်းတို့၌ ကုနည်း၊ ကုဟန်ကို ဝေဖန်စိစစ်သော် ၂-မျိုး ရှိ၏၊ တမျိုးမှာ ဓာတ်အတတ်ပညာ ကုထုံး နှင့် တမျိုးမှာ ခွဲစိတ်ကုသမှု အတတ်ပညာ ကုထုံးတို့ပင် ဖြစ်သည်၊ ဤလား ဆေးပညာတရပ်လုံးကို အကျဉ်းချုံး၍ စိစစ်ပြခြင်းတည်း၊ ထို့ကြောင့်—

"ကုထုံးမှာ စရက, ခွဲစိတ်မှာ သုဿုတ" ဟု မိန့်ခွာဆရာမြတ်တို့ စကားပုံ ရှိခဲ့သည်၊ ထိုဆေးပညာကြီး ၂-ရပ်တွင် ရှေးအကျဆုံးသော ကျမ်းမျှားအနက် ကုထုံးအတွက် နှင့် အကြီးအကျယ် အခမ်းအနားဆုံးသောကျမ်းမှာ စရကသံဟိတာကျမ်း ဖြစ်၍ ခွဲစိတ်ကုသမှုနှင့် ဆိုင်ရာ အကြီးအကျယ်ဆုံးသော ရှေးဟောင်းကျမ်းမှာ သုဿုတ သံဟိတာကျမ်း ဖြစ်သည်။

စရကသံဟိတာ မှသော ဆေးပညာနှင့် ဆိုင်ရာ ကျမ်းမျှားတွင် ပဥ္စဘုတ်ဝါဒ နှင့် တြိဒေါသ, ဓာတ်, မလဝါဒ ဟူ၍ အခြေခံပြုရာ ဝါဒ ၂-ရပ် ရှိခဲ့သည်၊ ယခုအခါ အာယုဗ္ဗေဒ ဆေးကျမ်းအားလုံးတို့၌ စိစစ်ကြည့်သော် တြိဒေါသ, ဓာတ်, မလဝါဒ သာ တွေ့ရ၍ ပဥ္စဘုတ် ဝါဒမှာ မတွေ့ရသလောက်, အသုံးမပြုကြသလောက် နည်းပါးလျက် ရှိလေသည်၊ သို့သော် ဆေးပစ္စည်းမှန်သမျှ တွေ့ရာ၌ ပဥ္စဘုတ်ဖြင့် ခွဲခြမ်း စိတ်ဖြာ၍ ယူရမည် ဟု အာယုဗ္ဗေဒဆေးကျမ်းတို့၌ အမှာအထား ရှိသောကြောင့် ဘူမိရာဇာကို ပထဝီ, အာပေါ, တေဇော, ဝါယော, အာကာသ တည်းဟူသော ဘုတ်ငါးပါးဖြင့် ခွဲခြားဝေဖန်၍ ပြပေအံ့။

ထိုပဥ္စဘုတ်နည်းဖြင့် ဓာတ်ခွဲကြည့်သော် ဘူမိရာဇာ၌ ပူ, ခါး, ဖန် ရသာကို ဆွဲ၍ အမိက အားဖြင့် ဓာတ် ၃-ပါး ရှိသည် ဟု တွေ့ရှိရသည်တို့ပင် ဖြစ်၏။

ထင်ရှားစေအံ့၊ အရသာ ၃-မျိုး ရှိသည့်အနက် ပူသည် ဟု ဆိုရာတွင် ထိုအပူသည် လွန်ကဲသော တိက္ခအပူမျိုး မဟုတ်၊ အအေးကို ထောက်ဆလိုက်သော် အအေးထက်ပိုသော အပူမျိုး (ဝါ) ပူနွေး ပူငွေ့ ဖြစ်သောကြောင့် ဓာတ်ကို မျှစေသော အပူမျိုး ဖြစ်၏၊ ထို့ကြောင့် မျက်စိရောဂါ စသည်တို့၌လည်း အသုံးချသည်ကို နောက်၌ တွေ့လတ္တံ့။

အခါး ဟူရာ၌ ထိုမျှတသောအပူ၏ ပင့်ဆောင်မှုကြောင့် တက်လာသော အခိုးမျိုး ဖြစ်၍ ပထမဦးစွာတွင် လေဆန်ခြင်း, လေကြွခြင်း, တက်ခြင်း ဖြစ်ရာ၏၊ နောက်ပိုင်း၌ လေပြေ့လေညှင်း တိုက်လေ သကဲ့သို့ မြန်ရောက်ရာ၏၊ ထို့ကြောင့် ဘူမိရာဇာ ဆေးသောက်ပြီးသောအခါ လူတို ဆည်-ခေါင်းလေး, ဇက်ကြောတက်, မျက်လုံးနီခြင်း စသော တက်ကြွသော အဖြာတရပ်ကို တွေ့ရ၏။ ၎င်းကို နွားနို့, ထမင်းရည် သောက်ခြင်းဖြင့် ပြေကြရ၏။

အဖန်ဓာတ်သည် လွန်စွာ နည်းပါး၏၊ ထင်ရှားရှိသော အဖန် မဟုတ်ချေ၊ ထို့ကြောင့် ဖွဲ့စည်းခြင်းသည် ထိုလေကို ရှန်းကန်မှု အားကောင်းပြီး ပြန်မကျအောင် ဖွဲ့စည်းထားသော

အဖွဲ့မျိုး မဟုတ်၊ ဘုမ္မဇေဒသွင် ပါသော အဖန်အာပေါဓာတ်နှင့် ဆန့်ကျင်သောလေ (ဝါယော) ဓာတ်အားရှိအောင် စုပုံး ပေးမရုံမျှ ဖြစ်သောကြောင့် ထိုဘုမ္မဇေဒ၏ အဓိပ္ပာယ်သည် တကိုယ်လုံးသို့ ရုတ်ချည်း ပို့နိုင်အောင် ဝါယောဓာတ် ပိုဆောင်ခြင်းသဘွဲ ဖြစ်ရုံ သာ ရှိ၏၊ တကယ် ဖန်သော အဖန်မျိုး မဟုတ်၊ ဝါယောကို အားပြုရုံသာ ဖြစ်သော အဖန် အဖွဲ့မျိုး ဖြစ်သည်၊ ထင်ရှားအောင် ရေးရမူ သာမညအားဖြင့် သာ ဆန့်ကျင်၍ (အချိုးချင်း ပျက်စီးအောင်မပြုတတ်သော) ဓာတ် ၂-ခု ပေါင်းမိခြင်းကြောင့် တခုသောဓာတ်သည် အားရှိလာ၏၊ ပြိုင်ဘက်မှာအနေဖြင့် မကျိုးဖြစ်အောင် အလုပ် လုပ်ကြသကဲ့သို့ ပင် ဖြစ်၏၊ ထို့ကြောင့် ဘုမ္မဇေဒဆေးကို စားသောအခါ ဒိပိုက်, လေးလံ, ယိုင်မှိုင်း, မျက်နှာသာ်ကြခြင်း, ပွလာခြင်း, နှာခေါင်းများပိတ်လာခြင်း ဖြစ်ရသည်၊ ၎င်းကို ဖြေရန်မှာ ထမံနက်ပိတ်သော အာပေါနှမျိုး မကုတ်၍ ရေချိုးပေးလျှင် ပြေသွား၏၊ သို့မဟုတ် သန္တာ, ရှောက် ရွာလပယ်တို့ကို သောက်သပြင့် ပြေသွား၏။

ဤသို့လျှင် ဘုမ္မဇေဒ အမည်ရှိ ဓာတ်ဆေးပါး အဖြစ်ဖြင့် မှဲ့ထင်မှတ်ယူလျက် အသုံးပြုနိုင်ရန် အကျဉ်းချုပ်အားဖြင့် တင်ပြလိုက်ခြင်း ဖြစ်၏။

ဘုမ္မဇေဒ နှင့် အသက်ရှည်ဆေး

များသောအားဖြင့် လူတို့သည် ထွေးသား, အားကိုကို ဖြစ်စေတတ်သော ကြက်ဥ, ဘဲဥ, နွားနို့, အသား, ချိုဆိမ့်သော အစာတို့ကို လူတို၏ အားကို ဖြစ်စေသော အစာတို့ ဟူ၍ စွဲသင် မှတ်ယူကြကုန်၏။

"အားလိုလျှင် အချိုသဲ စေမည်" ဟု စကားပုံလည်း ရှိခဲ့သည့်အတိုင်း အထက်ပါအစာတို့ကို အားရှိသောအစာတို့ ဟူ၍ မှတ်ယူစွဲသင်ကြကုန်၏၊ ထိုယူဆပုံသည် တကယ် အစစ်အမှန် အားကို ထောက်ဆသော် သွယ်ဝိုက်သောအားဖြင့် အားဖြစ်စေတတ်သော အစာတို့ ပင် ဖြစ်ကုန်၏။

ခန္ဓာကိုယ်တွင် ဓိစစ်လိုက်သော် ရသာရည်, သွေး, သား စသော ဓာတ် ၇-ပါးတို့ကို ဖြည့်ထွမ်းစေတတ်သော အစာတို့ သာ ဖြစ်ကုန်၏၊ ဓာတ်လေးပါးနှင့် ဖွဲ့ယူမှု အာပေါဓာ, ပထဝီဓာတ်သာ ဖြစ်ကုန်သည်ဟု ဆိုရမည်၊ ခန္ဓာကိုယ်တွင် အကြီးမားဆုံးသော ပဓာန အစစ်အမှန် အားအား ဝါယောဓာတ်သာ ဖြစ်၏၊ ထိုဝါယောဓာတ် ပေးသည် သာလျှင် တကိုယ်လုံး၏ လှုပ်ရှားမှုကို ပြုပြင်နိုင်ပေ၏၊ ဤဆည်လျှင် ၎င်း၏ အလုပ် ဖြစ်၏၊ အသိတ်အပိုင်းတခု၌ လေမရှိလျှင် ယင်းအပိုင်းအပိုင်း၌ ရုပ်နေမည်သာ ဖြစ်၏၊ တကိုယ်လုံး၌ မရှိသူကား တကိုယ်လုံး သေတုံးပမာ ငြိမ်သက်၍ နေမည်မှာ မုချ ဖြစ်၏၊ ထို့ကြောင့် အသီစမ္မာကျမ်းများ၌ ဝါယောဓာတ်ကို ဗလဓာတ်, ဗလရုပ်, အားနှုတ် ဟူ၍ သတ်မှတ် ထားခဲ့သည်။

ထိုဗလရုပ်, အားပုံ ဖြစ်သော လေ၏ ဆန့်ကျင်ဘက် အကျဆုံး ဓာတ်ကား အာပေါဓာတ် ပင် ဖြစ်၏၊ အာပေါဓာတ်၏ ဖွဲ့စည်းမှု ပိတ်ဆို့မှု နှင့် ဝါယောဓာတ်၏ လှုပ်ရှားမှု ပို့ဆောင်မှုတို့သည် ဖြောင့်ဖြောင့် ဆန့်ကျင်ဘက် ဖြစ်သောကြောင့် "ဝါယောဓာတ်၏ အမျိုးအို သည် အာပေါဓာတ် - အာပေါဓာတ်၏ သင်းချိုင်းသည် ဝါယောဓာတ်" ဟု ရှေးဆရာတို့ သတ်မှတ်ထားကြ၏၊ ဝါယောဓာတ်သည် တကိုယ်လုံးတွင် သွားလာ လှုပ်ရှား၍ ရှိသော အစိုက်

အပိုင်း ဟူသာရှေ့ကို အကြွင်း အကျန် မရစေဘဲ ၎င်း၏ လှုပ်ရှားမှု လေ့သား စသော မောက်တို ပို့ဆောင်မှု ဟူ၍ကို ပြုလုပ်စဉ် အခါ အာပေါဓာတ် သဘောဖြင့် ရသာရည်၊ သွေး၊ သား၊ အဆီ၊ အညစ် အကြေး၊ အပုပ် အခိုး စသည်တို့သည် အကြောင်းအမျိုးမျိုးတို့ကြောင့် ပိတ်ဆို့ ကျန်သော အခါ ဝါယောဓာတ်၏ ရွက်ဆောင်မှုသည် ပျက်စီးရ၏၊ လူသည် ရောဂါဝေဒနာ ရကြ၏၊ ညောင်းညာ ကိုက်ခဲခြင်း၊ ယုံကျင်း၊ လေးလံ၊ အောင့်ခြင်း၊ ထုံခြင်း စသည်ဖြင့် ဖြစ်ကြရကုန်၏။ ထို့ကြောင့် အသက်ရှည်မှုကို လိုလားသော သူတို့သည် ဝါယောဓာတ် လှုပ်ရှားမှု အားကောင်းအောင် အာပေါဓာတ် ပိတ်ဆို့မှု ပျက်စီးအောင် လှုပ်ရှားပေးခြင်း၊ လမ်းလျှောက်ခြင်း၊ ချွေးထွက်အောင် အလုပ် လုပ်ကိုင်ခြင်း၊ စိတ်ကို ဖွဲ့စည်းမှု သောကနှင့် ကင်းအောင် ပြုပြင်ခြင်း၊ လေကောင်း လေသန့်ရအောင် ပြုပြင်ခြင်း စသော အမှုကိစ္စ တို့ကို ပြုကြရပေသည်။ လမ်းလျှောက်ရေးသည် ဆေးတခွက် ပင် ဖြစ်၏။ ဤအခြေခံ ကျန်းမာမှု သဘောတရားကို ပင် မစောင့်ထိန်း မလိုက်နာသူသည် ဆေး နှင့် အစာတို့ကို အပြီ ကိုးကွယ် ထားခြင်းဖြင့် ရှောင်ကွင်းနိုင်မည် မဟုတ်ချေ။

ဘုမ္မရာဇာတွင် အားရှိပုံ

အထက် ဖော်ပြပါရှိသည့်အတိုင်း ဝါယောဓာတ်သည် အားအစစ်အမှန် ဖြစ်၏၊ သို့သော်လည်း ၎င်းသည် သူ၏ မတွဲဖက်ဖြစ်သော အာပေါဓာတ်နှင့် ကင်း၍ ၎င်း၏ အားအစွမ်းသည် မထင်ရှားပေ၊ အဖွဲ့အစည်းပေါင်းသော လေယာဉ်ပြင်၌ ဝါယောဓာတ်၏ ဘာသွားသည် မထင်ရှား သကဲ့သို့ပင် ဖြစ်ကာ ဓမ္မာ ကိုယ်၌ ပနိုးရာမှိုးဒိုး အချွဲအချို့ ရှိ၏၊ ၎င်း၌ ဝါယောဓာတ်လွန်၏၊ အာပေါဓာတ် ပျက်နေ၏၊ အသိန်းအသွဲ့ ပင့်ပေးရချေ၊ ၎င်းအလွှား ပြင်းထန်စွဲမှု ကိုယ်လုံး လေဖြတ်၍ မလှုပ်ရှားနိုင်သကဲ့သို့ မှိုမှိ လယ်ကိုမှု ပင် ချိမ့်ခြင်းမှာ မဖွင့်နိုင်ကြောင်းချေ၊ ထိုသို့ သာဓကကို တင်ပြလိုက်ခြင်းသည် ဝါယောဓာတ်သည် အာပေါဓာတ်နှင့် ကင်းလျှင် ၎င်း၏ သတ္တိကို ထင်ရှားစွာ မပြနိုင်၊ အမျိုးချင်းမတူသော်လည်း တွဲယှဉ်နေက ဝိရိ သတ္တိရှိပုံကို ဟင်ပြခြင်း ဖြစ်၏။

ဘုမ္မရာဇာ၌ ဝါယောဓာတ် နှင့် အာပေါဓာတ်သည်ရှိပုံကို ထင်ရှားအောင်ပြလို၍ နောက် ပြဆိုခဲ့သည့် စကားရပ်ကို ပလ္လင်ခံရေးသားခြင်းဖြင့် သိနိုင်လောက်ပေပြီ၊ ဘုမ္မရာဇာနှင့် အားကို ထင်ရှားအောင် ဆက်၍ဆို၍ ဘုမ္မရာဇာတွင် အခါး (ဝါယော) သည် အများဆုံး ကိန်းနေ၏၊ ၎င်း၏ ဆန့်ကျင်ဘက် အာပေါယာက် သာမှု အားဖြင့် ကိန်းနေ၏၊ ထိုသို့ ဝါယောဓာတ်၏ လိုလဲမှုကြောင့် ဘုမ္မရာဇာ၏ အခါးသည် အခြားသော အခါးနှင့် မတူ အားကို အထူးသဖြင့် ဖြစ်စေသည်။

လောကး ယုတ္တိဖြင့် ထင်ရှားစေအံ့၊ ဝါယောဓာတ်တို့၏ လှုပ်ရှားမှုသည် ၎င်း၏ တည်ရာ မီရာ ပထဝီ အာပေါ အားသန်လေလေ ဝါယောဓာတ် အားရှိလေလေ ဖြစ်သည် (ပထဝီ အာပေါ လွန်ဘည်ကို မဆိုလို)၊ ဥပမာ ဘဲပုံပေါ်တွင် စိုက်သောကိုင်း နှင့် မြေသားအတွင်း စိုက်သော ကိုင်းကဲ့သို့တည်း။

တနည်း - လေလုံသော ဘောလုံး နှင့် လေပိတ်နေသော ဘောလုံးကဲ့သို့တည်း၊ ထို့ကြောင့် အားအတွက် ဖြစ်စေရန် ရေးသူဟောင်းတို့သည် ဖယာဆေးပတ္တည်း အစာအာဟာရ ရွေးချယ်ရာ၌ ဝါယောသက်သက်ကို မယူဘဲ ပထဝီသက်သက်ကို မယူဘဲ အုန်းမှုတ်ခွာ တို့ကဲ့သို့ ဝါယောအများဆုံးကိန်း၍ အာပေါ ပထဝီခတ်တွဲယှဉ်နေသော ဆေးများ နှင့် ပထဝီအာပေါ အများဆုံးကိန်း၍ ဝါယောတွဲယှက်နေသော ဆေးပတ္တည်းများကို အသုံးပြုကြသည်။

ယင်ရှားစေ့၊ ရှေးဆရာမြတ်တို့သည် ဆောက်ပါအတိုင်း အားတိုးဆေး အတွက် သံလွန်ကို ထုတ်ပြထားကြသည်၊ "စဥ်းခေါင်းနှင့်၊ စလောင်းကော့ကို၊ ဆီးလေငါးကြင်း၊ ခေါင်းတွင်း အုန်းအား၊ ဆိတ်ကား ကပ္ပါယ်၊ နွားဝယ် မြီးရှင်း၊ ယုန်ချင်းတို့တူး ဆတ်မှ ချိုနု၊ အားပြု ကြို့ ချို၊ ယူလို အနှံပတ်၊ ငှက်သိုက် မှတ်လေ့၊ မြေရပ်ပေါ့ပြား၊ နဂါးခေါင်ဆို၊ တိုကို ယူချင်၊ မုဒ်သင် ဦးခေါင်း၊ ဤဆေးပေါင်းသည်၊ အားကောင်းဘို့ရန် အကြောင်းတည်း" ဟူသည် အတိုင်း ပထဝီ အာပေါကိန်းနေသော ဝါယောဦးဆောင်သည့် အမှာ - ပထဝီ အာပေါ ဦးဆောင်၍ ဝါယောကိန်းနေသော အစာတို့ကို အားဖြစ်စေရန် အတွက် ဤကဲ့သို့ ခတ်ခဲ့ပြီး ယူသွားကြခြင်း ဖြစ်သည်၊ အနည်းငယ် ထင်ရှားစေအံ့၊ ဆိတ်တကိုယ်လုံးတွင် ကပ္ပါယ်အိပ်ကို ယူသည်၊ ၎င်းသည် ဥတု ပထဝီ ပေါင်းကဲသော အသားစု ဖြစ်၏၊ ဆိတ်တကိုယ်လုံးတွင် ထိုကပ္ပါယ်အိပ်သည် လှုပ်ရှားမှု အများဆုံး ဖြစ်၍ ဝါယောကိန်းအောင်းမှု အများဆုံး ဟု ဆိုရပေသည်၊ ထို့ကြောင့် ၎င်းကို ဆေးဆရာတို့သည် ပန်းဝေ သမားတွက် ကြော်ချက်ကျွေးကြ၏၊ ဤကဲ့သို့ အာရုဝဏ္ဏ တခုကို ထုတ်ပြလိုက်ခြင်းဖြင့် အခြားသော ပတ္တည်းတို့ကိုလည်း ခွဲယူနိုင်ကြသည်၊ ထိုကဲ့သို့ပင် အုန်းနှာခေါင်းလည်း အား ကိန်းအောင်းနေခြင်း ဖြစ်၍ အားကို ဖြစ်စေသည်။

ဘုရားမှ ဓာတ်ဗေဒ တွင် အစိမ့်ဓာတ်အမျိုးသမ္ဘာ အားရှိပုံ

ဥတုဝါယောဖြစ်၍ လုံ့လအားစိုင်း အလယ်တို့ သာ အဲ့ထင်ခြင်း၊ တက်ခြင်း၊ သူတပါးတို့ကို လည်း ပို့ဆောင်ခြင်းဖြင့် အကျော်ချုပ်ခဲ့ခဲ့သော ဂု ဘာလ်ပိတ်-ဖယာဆေးပတ္တည်းပင် ဖြစ်သော်လည်း အညစ်အကြေး ဝေသွားလေတို့ကိုရှင်း၊ အဆိပ်တို့ကိုရှင်း ထုတ်ပယ်နိုင်သော အတွက်အား ထူးထူးခြားခြား ဤအပင်၌ ရှိသောကြောင့် ဥတုပထဝီ ဝါယောသွင်းပင် ဖြစ်သော်လည်း ၎င်းအပင်သည် အညစ်အကြေး ဝေသွား လေတို့ကို ထုတ်ပယ်တတ်၏၊ ဤသို့ ဖြစ်ခြင်းသည် ကြံစည်ရန် ခက်ခဲသော ဆေးတို့၏ သဘာဝထူး ပင် ဖြစ်၏၊ ဥပမာ ဖန်သောပတ္တည်းသည် အဖွဲ့ဖွဲ့ရာ၌ အာဇန္တ အားကြီး၍ ဒေါသ ခေတ်မလာတို့ ဖွဲ့ချုပ်စေသော်လည်း ဆီးဖြူ၊ ဒန်းခဲ၊ အဖန်မျိုးကား ဒေါသ ခေတ် မလာ တို့ကို ပယ်နိုင်၏၊ ဤကား ဆေးတို့၏ သဘာဝကြောင့် ပင် ဖြစ်၏၊ ထို့ကြောင့် အာယုဗ္ဗေဒကျမ်းတို့၌ "ရသနာတို့၏ သဘာဝထန်ခိုး၊ ပဉ္စဘန်တို့၏ သဘောခတ်ထန်ခိုးကို အဘယ်ကြောင့် ထူးသည်ဟု အဆုံး အထ မကြံစည်နိုင်သကဲ့သို့ ဖယာဆေးပတ္တည်းတို့၏ သဘာဝထန်ခိုးကိုလည်း များသောအားဖြင့် ကြံစည် နိုင်သော်လည်း အချို့ကား ကြံစည်၍ မရနိုင်ကုန်၊ အစိမ့်ဓာတ်အမျိုးတွင် ပါဝင်သည်" ဟု တွေ့ရ၏၊ ထို့ကြောင့် ဘုရားမှ ဓာတ်ကို အစိမ့်ဓာတ်အုပ်စုတွင် ပါဝင်သည် ဟု ယူဆရသော အပင်မျိုး ဟု ဆိုလိုက်၏။

သွေးတိုးနှင့် ဘုမ္မရာဇာ

သွေးတိုးခြင်း ဟူသည် တိက္ခဝမ်းမီးအပူကြောင့် အစာမကြေကျက်ဘဲ ရသရည်တို့သည် သွေးဖြစ်သွားသောအခါ သွေး၏ မလ သည်းခြေ အနိုးတို့သည် အပြင်သို့ အနိုးအနေဖြင့် မထွက်ဘဲ ထိုသွေး၌ ပင် အခိုးအောင်းပြီးလျှင် အပူ လေ အနိုးတို့သည် အထက်သို့ ပင် တက်ခြင်းကြောင့် ထိုအညစ်အကြေးဖြစ်သော သွေးတိုးပွားခြင်း တိုးတက်ခြင်းမျိုး ဖြစ်၏။ ၎င်းသည်လည်း ရှိရင်းစွဲ သွေးထက် ပိုမို လွန်ကဲနေပေ၏။ ထိုမှတပါး မန္ဒဝမ်းမီးကြောင့် အစာအိမ် အားနည်းပြီးလျှင် စားသောရွေ့ ရသာရည်တို့သည် သွေးအတွင်းသို့ ရောက်သောအခါ ထိုမကြေကျက်သော ရသရည်တို့သည် သွေးမဖြစ်သေးဘဲ ပင်ကိုယ်ရှိရင်းစွဲ သွေးနှင့် ရောပြီ တကိုယ်လုံး မကြေကျက်သော သွေးတို့သည် ပျံ့နှံ့တိုးပွားပြီးလျှင် ပင်ကိုယ်ရှိရင်း သွေးထက် ပိုမို၍ သွေးတိုးခြင်း ဟူ၍ အချုပ်အားဖြင့် ၂ မျိုး ရှိရာတွင် အထက်ဖော်ပြပါ နံပါတ် (၁) သွေးတိုးသည် အပူ၊ အချဉ်၊ အခါး၊ အရက်သေစာ၊ စီးကရက်တို့ အစားအသောက် များခြင်းကြောင့် ဖြစ်၏။

ဒုတိယ သွေးတိုးမှုသည် အဆီ အဆိမ့် ကြွယ်ဝသော အစားအစာများ စားခြင်း၊ လှုပ်ရှားမှု နည်းပါးခြင်းတို့ကြောင့် အဖြစ်များ၏။

ထို ၂ မျိုးတို့တွင် နံပါတ် (၁) သွေးတိုးမျိုးကြောင့် လူတို့သည် ဒုရက္ခဝါတ ခေါ် လေသင်တုန်းဖြင့် သေကြကုန်၏။ (သေပုံကြမ်းသည်) ရုံးကန်မှု၊ ခွဲ့စောင်းမှု၊ နှုတ်ခမ်းမျက်လုံး ကွဲသို့ မြူးကြောင်ကြောင် ဖြစ်၍ သေကြ၏။

ဒုတိယ သွေးတိုးမှုကား တကိုယ်လုံးတွင် အသည်းအဆုတ်ကျေး မသေချာ၊ ပွားခြင်း ပိတ်ဆို့ခြင်းကြောင့် လေသည် တကိုယ်လုံး သွားခွင့်မရတော့ဘဲ နှလုံးတွင်း၌ သာ ရပ်ရ၏။ ထိုသူတို့၏ လေသည် အလွန် ပြင်းထန်ပေ၏။ ထိုသွေးတိုး အစစ်အမှန်တို့တွင် ဖော်ပြပါ ဒုတိယသွေးတိုးမျိုးသည် ဤ ဘုမ္မရာဇာဆေးနှင့် ထိသင့်ပေ ဖြစ်၏။

ထိုသူတို့၏ သွေးချိန်သည် တကိုယ်လုံး၌ ပွားစည်းနေခြင်းကြောင့် သို့ နည်း အရဖြင့် နှလုံးသွေးကိုပင် ဖြစ်စေ အထက်ပိုင်းတွင် လည်နေသော သွေးကိုပင် ဖြစ်စေ အောက်ပိုင်းတွင် လည်နေသော သွေးကိုပင်ဖြစ်စေ ဖိနှိပ်တွယ်ကြည့်လေသော် ပွားစွာ ပိုနေသည်ကို တွေ့ရသည်။ လွန်စွာ ကျယ်ဝန်းလှ၏။ ဤမှုကြောင်းနှင့် ပတ်သက်၍ 'ဆောသစ္စပထ္ဗျူသာချမ်း' တွင် ဖွင့်ခဲ့ပြီ၊ ထရကာလ လွန်စွာ အဖြစ်များ၍ ဖြစ်လျှင်သည်း ပျောက်ခဲပြီလျှင် သေနိုင်တတ်လည်း နေမြင်ညာပျောက်သော ရောဂါမျိုးဖြစ်၍ သတိပြုနိုင်ကြရန် အကြောင်းပေါင်းများစွာ လက်တွေ့ရပြီး နောက် ထုတ်ပြလိုက်ခြင်း ဖြစ်၏။

ကျွန်ုပ်တို့တွေ့ရှိထားသော သွေးတိုး အမျိုးအစားပေါင်းတို့ များစွာကျန်ရှိနေသေး၏။ အကျယ်ဖော်ပြရန်သင့်သော နေရာမျိုးမဟုတ်၍ အနည်းငယ်မျှ သာ ရေးသားလိုက်ရ၏။

ဘုမ္မရာဇာ နှင့် ပန်းသေ

ညီနေမှာ၌ ကိုယ်တွေ့ ကုသကယ်တင်ခဲ့သော သာဓက တင်ပြအံ့။ ထိုလူသည် အသက် ၄၀ ကျော်ခန့် ရှိ၏၊ ယပ်စက်က ဆီးချုပ်၍ ကက်ထက်၏။ အသက် ၇၅ ကျော် ရောက်သောအခါ

ဝဖြိုးလာ၏၊ ၎င်းနောက် အသားများ အေးနေ၏၊ နှလုံးသွေး စသည်တို့ကား အပြည့်အဝ ပင်ရှိ၏၊ တချိန်သောအခါ နှလုံးရောဂါ ဖြစ်လာ၏။ အဖြင့်သို့ မကျက်နိုင်၊ သောက နှင့် ဒေါသဇာတ်ကို မခံနိုင်၊ ထိုအခါ သွေးအားကောင်း၍ ပွင့်လာရန် ဘူမ္မရာဇာ၊ လုဝအားတိုးဆေးကို ပေး၍ ကျွေးကြသည်။ ၁၅-ရက်ခန့် ကြာသောအခါ ယောင်ကြွားတို့၏ တိုနာ ဖြစ်ရ၏၊ ထိုအခါ၌ လန်းလျှင် ယောကၡရောက်လျှင် တခဏခြင်း တိုဝင်သွားသည်၊ နှစ်ပေါင်းများစွာ ကြာရာမရဖြစ်ပြီးနောက် ကျွန်ုပ်နှင့် တွေ့သောအခါ 'ဘူမ္မရာဇာဆေး ခပ်များ စားသုံးပြီလင်သည်' ဟု မေးမိ၏၊ အိုအားသင့်စွာ ကျွန်ုပ်ကို ကြည့်ရှင်း 'ဟုတ်သည်' ဟု ဖြေ၏။

ဘူမ္မရာဇာသည် ပူ၊ တက်၊ မိုက်သော သဘာဝ ဖြစ်သည်၊ ၎င်းကို စားပြီးနောက် နှားနို့ စသည်ကိုရှင်း၊ အဖျော်ယမကာတို့ကိုရှင်း သောက်ရမည်၊ ရေချိုးရမည်၊ ဖွင့်ပေးရမည်၊ ထိုသူ၏ လေပူသည် အားနည်းနေသည်၊ သွေးသွားလာမှု ဖြေးနေးနေ၏၊ သွေးချိန်ကား မလျော့ပေ၊ ထိုသူ၏ တကိုယ်လုံးကား အေးထိုင်း၍ အဖွဲ့အစည်းကုကား အားကောင်းလှ၏၊ ဆေးစားပြီးနောက် ဖွင့်ရန်ကြိုးစားလည်း မပွင့်၊ နွားနို့ စသည်ကို သောက်၍ နိုပ်ရန်လည်း ပိုဖွဲ့သောကြောင့် ထိုသူသည် ဓမ္မကျိုး ရေစစ် ဥပမာကဲ့သို့ အထက်သို့ စုတ်တင်ထားသောကြောင့် သွေးသားမတိုးဘဲ နှလုံးရောဂါလည်း မပျောက်ဘဲနှင့် တိုနာ သာလျှင် အပတ်တင်ရ၏။ ထိုကဲ့သို့ အသားအေးခြင်း၊ ချွေးစေးထွက်ခြင်း၊ လေအားနည်းခြင်း၊ ရုပ်ဆူဝဖြိုးပြီးလျှင် အဖွဲ့အစည်းထု အားကောင်းခြင်း စသည်တို့နှင့် ပြည့်စုံနေသူသို့ အားအတွက် ဘူမ္မရာဇာကို စားကြသူန်မှုကား အထက်ဖော်ပြပါ အတိုင်း ဖြစ်တတ်၏။

ထိုပန်းဆေး ပန်းညိုးခြင်းနှင့် ဆိုင်ရာ အကြောင်းဘိုကို အခွနန်းဒါနီး၌ ရေးသားခဲ့လေပြီ။

ဘူမ္မရာဇာ ရွေးချယ်နည်း

ဗယဆေးပစ္စည်းတို့တွင် အချို့သော ဗယဆေးပစ္စည်းတို့သည် ကာလ အတန်ကြာအောင် သိုသိပ်ထားပြီး၍ ယောင်နှမ်းမှ အသုံးပြုရန် ကျမ်းတွင် အမှတ်အသား ရှိ၏၊ ဥပမာ အိပ်မွှေးသီး၊ ပိပ်ချင်းသီး၊ တင်လဲ၊ စပါး၊ သောပတ်၊ ပုံးရည် စ်ပါးတို့ ဖြစ်ကုန်၏၊ အချို့သော ဗယဆေး ပစ္စည်းတို့ကား လတ်လတ်ဆတ်ဆတ် ရှာဖွေယူပြီး အသုံးပြုရန် ကျမ်းများတွင် ရေးသား ထား၏၊ ဥပမာ အထက်ပါဆေး ၆-မျိုးတို့မှ တပါးသော ဆေးကိုမူ လတ်လတ်ဆတ်ဆတ် ဖြစ်သော ဆေးတို့ကို သာ ယူရမည်၊ ထိုသို့ အချုပ်အားဖြင့် ၂-မျိုး ရှိရာတွင် ဘူမ္မရာဇာဆေးကား လတ်လတ်ဆတ်ဆတ် ပစ္စည်းကို ယူရန် သင့်သော ဗယဆေးမျိုးတို့တွင် ပါဝင်၏။

ထို့ကြောင့် လတ်ဆတ်သော ဘူမ္မရာဇာမျိုး ဖြစ်ရန် အရေးကြီးပေသည်၊ အခေါက်၊ အပွင့်၊ အရွက်၊ အသီး စသည်ဖြင့် ဗယဆေး တပင်၏ အစိတ်အပိုင်းသည် အမျိုးမျိုး ကွဲပြားနေမြဲ ၏၊ အချို့၊ အပွင့်၊ အသီး၊ အရွက်၊ အခေါက်၊ အမြစ် ဟူ၍ ၅-မျိုး ရှိရာတွင် ထို ၅-မျိုးသည် သစ်ပင်တပင်၏ အစိတ်အပိုင်း ၅-ခုဖြစ်၍ ပဉ္စင်းပါး စသည်ဖြင့် ခေါ်ခေါ် အသုံးပြုကြသည်၊ ထိုကဲ့သို့ရှိရာတွင် ဘူမ္မရာဇာသည် ထိုပဉ္စင်းပါးလုံးကို သုံးသော ဗယဆေးမျိုး မဟုတ်ပေ၊ ၎င်းကို အမြစ်ဥကို သာလျှင် သုံးရသော ဗယဆေးမျိုး ဖြစ်သည်၊ ဘူမ္မရာဇာကို ယူရမည့်ကျ ဆိုသော်လည်း ဗယဆေးပင်တို့သည် သက်ငယ်ဗယဆေးမျိုး (၎င်းသည် လပိုင်း ဥတုအားလျော်စွာ မှုပါ ပေါက်၏၊

ပျောက်ကွယ်၏) သက်လတ် ဗယံဆေးမျိုး (အချို့တို့သည် အပင်ကျ ပျောက်သွားသော်လည်း ဥကျန်နေ၏) သက်ကြီး ဗယံဆေးမျိုး ဟူ၍ နှစ်ကာလ အပိုင်း အခြားအားဖြင့် ခွဲဝေသော နားမျိုးရှိရာတွင် ဘုမ္မရာဇာသည် သက်လတ် ဗယံဆေး၌ ပါဝင်သည့်အတိုင်း ထိုဆေးဘက်များကို ရှာဖွေသောအခါ ပေါက်သစ်စ နှစ်နှစ်သော အပင်မျိုး၏ ဥလည်း မဖြင့်စေရ၊ နှစ်အို နှစ်ကြာညောင်း ၍ မြေကွင် ဟောင်းနွမ်းလှန်း 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 မှိုင်းခြင်း၊ ဆတ်ခြင်း၊ ပွနေခြင်း၊ ဤလက္ခဏာမျိုးတို့ကို တွေ့ရှိရ၏။

ဖိုးမင်းသော အပင်များမှာ အခေါက်၊ အခွံများ ထနေခြင်း၊ အတွင်းတွင် အသားများ နည်းခြင်း၊ အခေါက်သား မှာခြင်း၊ အရောင်အဆင်း ဖြော့ခြင်း၊ ချိုးကြည့်သော အခါ မျှင်းတို့ နေခြင်း ဤလက္ခဏာများ အများအပြား တွေ့ရှိရပေသည်။

သက်လတ် အပင်များကား အထက်ဖော်ပြပါ နုလွန်း၊ ရင့်လွန်းသော အပင်လက္ခဏာ များတို့မှ လွတ်သော အပင်မျိုး ဖြစ်သည်၊ ချိုးကြည့်သော် အတွင်း၌ ဩဇာဓာတ် အပြည့် အဝ ရှိခြင်း၊ အရောင်အဆင်းနှံ့ခြင်း၊ လက်လေးလက်ဆရှိခြင်း၊ အခွံ အခေါက် အမွေးနည်းခြင်း၊ အသားထူခြင်း ဤမျှဖြင့် သုံးစွဲမည် ဖြစ်သော ဘုမ္မရာဇာသည် မည်သည့် ဘုမ္မရာဇာမျိုး ဖြစ်သည် ဆိုသည်ကို ဆုံးဖြတ်နိုင်ပေပြီ။

အနည်းငယ် ဆက်လက်၍ ရေးလိုပါသေးသည်၊ ဒုတိယ ကမ္ဘာစစ် မဖြစ်မီက မြန်မာပြည်ရှိ ဘုမ္မရာဇာကို သတိထား ကြည့်ပါသည်မှာ ယခုထက်ပိုင်း တရုတ်ပြည်မှ ပို့ခြောက်သော နေရာမျိုးမှ ဘုမ္မရာဇာကို အများအပြား သုံးကြသည်၊ ၎င်းနောက် ကော့ကရိတ်နယ် သထုံနယ်မှ ပေါက် ရောက်သော ဘုမ္မရာဇာကို သုံးသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ထူးခြားချက်မှာ ထိုနယ်မြေတို့ကား များသော အားဖြင့် အင်္ဂတိုင်းမြေတို့ ဖြစ်ကုန်၏၊ ထိုမှ ပေါက်သော ဘုမ္မရာဇာတို့သည် ဩဇာဓာတ်အပြည့် အဝရှိခြင်း၊ ထုတ်ရိုင် ကြီးထွားခြင်း၊ အရောင်အသွေး တောက်ပြောင်ခြင်း ဤလက္ခဏာတို့နှင့် ပြည့်စုံနေသည်ကို တွေ့ရှိရ၏၊ ကျွန်ုပ်သိသရွေ့သော နယ်မြေကို တင်ပြခြင်း ဖြစ်၏၊ အခြားသော နယ်မြေတို့လည်း ရှိုးမည်ကား မလွန် ဖြစ်၏။

မည်သည့် နယ်မြေမှာပင် ပေါက်သည်ဖြစ်စေ အရောင်အသွေးကောင်း၍ ဩဇာဓာတ် ပါသော ဘုမ္မရာဇာမျိုးသာ လိုရင်း ဖြစ်ပေသည်။

အနည်းငယ် ဆက်လက် တင်ပြပါဦးမည် ဘုမ္မရာဇာပင်ကို သာမန်အားဖြင့် ကြည့်ခဲ့သော် ကြီးပင် ပေါက်စနှင့်ငှင်း၊ ကြက်မ ဘုပ်ပင်နှင့်ငှင်း များစွာ တူ၏၊ ထိုသော်လည်း ဟိုအပင်တို့ကား အမြစ်သာလျှင် ရှိကုန်၏၊ ဘုမ္မရာဇာကား အမြစ်သည်း မဟုတ် ဥမျိုးလည်း မဟုတ် ကြီးထွား သော မြစ်ဥ အပင်မျိုး ဖြစ်သဖြင့် ထိုအပင်မျိုးနှင့် ခြားနားလှပေ၏။

အထူးသတိပြုရန်မှာ မည်သည့် ဗယံဆေးမျိုးမဆို အစစ် အတုကား ရှိစမြဲ ပင် ဖြစ်၏၊ ဥပမာ ဘုမ္မရာဇာကို တိုလက်သာပင်၏ မြစ်ဥများနှင့် ရောထား ခဲ့သော် များစွာ ပင်

အသီ ခက်ပါသည်။ ဝါးကြည့်သော် အဝါးခြင်း တူနေ၍ အရသာအားဖြင့်လည်း အသီ ခက်၏။ ဤမယ် ကွာခြား ချက်မှာ သိမ်မွှပ်ဥတို့ကို အသီးသီး ချိုးကြည့်သော် ဘုမ္မရဇာ မြစ်ဥကား ယပ်တ်၍ ကျိုး၏။ အကွင်းလိုက် အရစ်အခစ် အခနဖြင့်ဖော်သောဟန်၊ ဆီးတပ်သပ် အခနဖြင့်သော်ရှင်း တွေ့ရ၏။ ကန်ဇွန်းဥ သားကဲ့သို့ မတွေ့ရချေ။ အခြားသော အဘုပြု၍ ထည့်ရသော အပင်တို့မှာ များစွာ ပင် မှီသေး၏။ ကိုမှန်းမှာ ထိုဘုမ္မရဇာ၏ အကြောင်း စုံလင်ကို သိထားရန် လိုရင်း ဖြစ်၏။

ဘုမ္မရဇာချက်ပုံ

ဗယဆေးပင်တို့ နှုတ်ရာ၌—

၁ - ကောင်းသော နက္ခတ် အချိန် အခါ ဖြစ်ခြင်း။

၂ - ဆန်မန်း ပေါက်ပေါက်တို့ကို ပဲဖြန့် ပူဇော်ခြင်း၊

၃ - အသက်သခင် ကျေးဇူးရှင်လည်း ဟူ၍ ထိုအပင်ကို ပူဇော်ခြင်း၊

၄ - မိမိတို့၏ ကိုးကွယ်ရာတို့ကို ပူဇော် ပသ ရှိခိုးခြင်း။

၅ - မြေစောင့်နတ် သစ်ပင်စောင့်နတ် တို့ကို တိုင်တည်ခြင်း၊ တောင်းပန်ခြင်း-

စသည်ဖြင့် ရှေးခေတ်များက ဗယဆေးပင်များကို တူးရာတွင်ရင်း ချက်ရာတွင်ရင်း ဖော်ပြပါ အလေ့ အထ တို့ကို ပြုလုပ်ကြသည်။

ရှေးဟောင်း ဆေးကျမ်းများတွင် ထိုအကြောင်းကို အများ အစား ဦးစားပေး၍ ရေးသည်ကို တွေ့ရသည်။ ကျွန်ုပ် ငယ်စဉ်က ဘုမ္မရဇာအား ဖော်စပ်ပုံသည်ကို ဖရဲခဲ့ပြီးပြီး ထိုစဉ်က ဆေးနည်းရှင် ဖြစ်သော ပုဂ္ဂိုလ်၏ ချက်ပုံကို တွေ့ရသည်မှာ သန့်စင်သော မြေတွင် သန့်ရှင်းသော ပဲများ ခင်း၍ အနှံသယ်ကင်း ပင်ကိုများ ရွှတ်ဘတ်လျှပ် ပတ်ဝန်းကျင်ကို စည်း ချပြီးနောက် လိုအပ်သော ဓနုဂျာ့ဟုဇာမတို့ ကာထားသည်း ဆေးအိုးသည် မမြဲမီ အယပ် ဖြစ်ရမည်၊ ဖိုခနောက်ကိုလည်း ငွေဖြင့် ခေါ်၊ ကျွန်း၊ ခြင်္သေ့၊ ရုပ်ကျောက် လုပ်ထားသည်၊ ယောက်မ နှင့် ထင်းမှာမူ ဇီးသားထင်း ဇီးသား ယောက်မ တို့ကိုသာ အသုံးပြုကြသည်၊ ရင်း နောက်မှ မီးညှင်ညှင်ဖြင့် ထာဖြေးဖြေး ချက်သည်၊ အသက်ဖော်ပြပါ အတိုင်း ရှေးက ရှေးချယ် စီစစ် ပြုလုပ်ကာ ထိုအနေဖြင့် ဘုမ္မရဇာ ချက်သည်ကို တွေ့ရှိရဘူး၏။ ဤကား ကိုးစားသော ခေတ်မျိုး၌ ပြုလုပ်ကြသည်ကို ဆိုပေသည်။

ယခုလို ကြီးစားသော ခေတ်မျိုး၌ကား ထိုကဲ့သို့ ဆောင်ရွက် လိုက်နာ ပြုလုပ်ကြလိမ့် မည် မဟုတ်ပေ. အရေး အကြီးဆုံး အချက်မှာ ပိပိ ဖော်စပ်သော ဗယဆေးပစ္စည်းသည် မှန် ကန်ဖို့ရာ အရေးကြီး၏။ ဖော်စပ်ရာ၌ အခလေးချိန်နှင့် တကွ မီးထင်၊ မီးနေ အယူအဆ သာ အရေးကြီးပေသည်။

ဘုမ္မရဇာကို ယူရန် အချိန်ကာလ

ဘုမ္မရဇာသည် အဖြူမျိုး၊ ပန်းရောင်မျိုး၊ အနီမျိုး ဟူ၍ အပွင့်၏ အရောင်ဖြင့် ၃ မျိုး ကွဲပြား နေသည်ကို တွေ့ရသည်။ အနက်မျိုးလည်း ရှိသည် ဟု မှတ်ဘူး၏၊ ယခုတိုင် မတွေ့ဘူး

မှ၍ မည်သည့် အမျိုးအစားသည် အကောင်းဆုံး ဖြစ်သည် ဟု စဉ်းစားသုံးရာ ဖြစ်ပေါ်လာ ကြွေသည်။ ဒုံးကို ရှင်းပြအံ့၊ နွားမ မအိုဖြူ၏ နို့ နှင့် နွားမနက်၏ နို့သည် မည်သည်ကား ပိုလိမ့် ပါသနည်း၊ နွားမတကာတို့၏ နို့ထိုအနက် နွားနက်မ နို့သည် ချို၏ ဟု ကျမ်းတွင် ပါရှိသည့် အတိုင်း 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၍ လုံးတွင်သုတ်ပြီး ပြဒါး အစင်အကြယ်ကို ထည့်လျက် ပူတ လုပ်ပြီးနောက် မီးမိနိုင်ရည်ရှိသော် ထိုပြဒါးသည် ပြာဖြစ်၍ မလွင့်ပျံနိုင်ဘဲ သေ၏၊ ထိုးနေ ထောင်ကို သုတ်သော် ဖြူ၏ ဟု ဖွင့်ဆိုထားသည်ကို တွေ့ရှိရ၏၊ ကန့်ချုပ်ဖျူပင် ဖြစ်သော် သည်း အရောင်မျိုး ကွဲ၍ အကျိုးပေး ယူသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ထိုဘုမ္မသုဓာပင်လည်း ၎င်းအတိုင်း ပင် ဖြစ်၏၊ ခေတ်လေးပါး ပဒေသာဘာလူးကို သုံး၍ ခွဲသော်—

"နက်လျှင် ပထဝီ၊ နီလျှင် အာပေါ၊ ဝါလျှင် ဝါယော၊ ဖြူလျှင် တေဇောဟူသည် မိမိသော တထွေ၊ ဓာတ်သည်းခြေရှင့်၊ ထိုချောကာသ၊ ပြာဟာရဟူ၊ မှတ်ကြတိုင်းခြေ၊ ဆုံး ဝေလော့" ဟူသည့် အတိုင်း အနီသွေး ရှိသော အပင် အဖြူသွေး ရှိသော အပင် ပန်းရောင် သွေး ရှိသော အပင် အနက်သွေး ရှိသော အပင် တို့သည် မည်သည့်ဓာတ်များ ဦးစီးနေသည်ကို ခွဲယူနိုင်၏။

ထိုသို့ပင် ဘုမ္မရာဇာ ယူရမည့် အမျိုးအစားကို မှတ်သားပြီးနောက် ယူရမည့် အချိန် ကာလကို ဖော်ပြတိုင်ပါဦးသည်၊ သစ်ပင် တို့၏ ဩဇာဓာတ် အည်ဖနုသည် ရုံဖန် ရှိန် အထက်သို့ရှင်း, ရုံဖန် ရုံဓါ၊ အောက်သို့ရှင်း ဖောက်ခနေ၏၊ ရွက်နုချိန်တွင် အရွက်တွင် ဩဇာဓာတ် ပါ၍ အပွင့် ပွင့်ချိန်တွင် အပွင့်တွင် ဩဇာဓာတ် အများဆုံးပါ၍ အသီး သီးချိန်တွင် အသီးတွင် အများဆုံး ပါ၏၊ ဘုမ္မရာဇာကို မည်သည့် အချိန်တွင် ယူရမည်နည်း၊ မိုးဦးကျ အရွက် ဖုံပါချိန်၌ မယူသင့်ပေ၊ အရွက် ဝိုပြီးနောက် အပွင့်ပွင့်လာသော အခါလည်း ထိုနည်းအတိုင်း မယူသင့်၊ တိမ်း ကမ္ဘာနို့ ချိုသောအားဖြင့် ရွက်ဟောင်းများ ကြွေအချိန်၌ အပင်ခြေ သွားမှ ယူသင့်ပေ၏၊ ထိုမှတပါး အရွက်, အချိုး, အပင် တို့၌ ဩဇာဓာတ် မပြည့်ဘဲ မြေ အများဆုံး ဩဇာဓာတ် ကိန်းသောအခါ ဖြစ်သောကြောင့် ထိုအချိန်သည် အသင့်တော်ဆုံး သော အချိန်ကာလ ဟု ဆိုရပေမည်။

ယခုကာလတွင် သိပ္ပံပညာဖြင့် ထုတ်ယူ တွက်ချက်ပြီးလျှင် မည်သည့်ပစ္စည်းသည် မည် အကြောင်း အတာ ရှိသည်ဟု သိနိုင်သော အခါမျိုး ဖြစ်၍ ထိုအတိုင်း အတာမျိုးဖြင့် တိုင်း တွက်ယူလျှင် အကောင်းဆုံး ဖြစ်မည် ဟု ထင်ပါသည်၊ မိမိယူသော ပစ္စည်းသည် ပစ္စည်းကောင်း မှန်၏၊ သို့သော်လည်း ဩဇာဓာတ် အပြည့်အဝ ပါသည် မပါသည်ကိုကား ခွဲခြားရန် ခက် ၏၊ ထိုဖြစ်သောကြောင့် ထိုသိပ္ပံနည်းဖြင့် ခွဲယူနိုင်လျှင် အကောင်းဆုံး နည်း ဖြစ် ပါနိုင်၏၊ သိပ္ပံဆရာမှင် တို့ကို သဘော တရားရှင် အနေနှင့် သတိပြုရန် အကြံ ပေးလိုသည်မှာ အကြံ အထောကြီးယာတို့မည်သည် ရှိရပ်းဖွဲ့ ဖြစ်သော ရုပ်ဝတ္ထု တို့ကို သာလျှင် တိုင်းတွာနိုင်၏၊

ချပ်ဝတ္တုတွင် ကိန်းအောင်း နေသော ဂုဏ်, သဘော, သတ္တိထူးတို့ကိုကား တိုင်းတာရန် မဖြစ်ပေ၊ ဖော်ပြခဲ့သည့် ကန့်ချုပ်မျိုး သို့ကို ပင် စေဘန်ကြည့်ပါ၊ တခုသော ပစ္စည်းသည် ဆံဖြူကို ပင် နက်စေနိုင်၏၊ တခုသော ပစ္စည်းကား သာမည ပင် ဖြစ်နေ၏၊ သို့ဖြစ်၍ ဘူမိရာဇာသော် တည်ရှိနေသော ချိန်တွယ် တွက်ဆ၍ ရသည့် သြဇာဓာတ်တို့ကို သာလျှင် အပြည့်အဝ ပါသည် မပါသည်ကို သိနိုင်လင့်ကစား ၎င်းတွင် ကိန်းနေသော အခိုးသတ္တိကိုကား တွက်ဆရန် အများကြီး ခဲယဉ်းလှပေ၏။

ထို့ကြောင့် ဘွက်ဆရန် ခက်သော အခိုးသတ္တိတို့ကို ထည့်သွင်း စဉ်းစားလျက် အသုံးပြုခဲ့သော် သို့မဟုတ်ပါက သဘောဘာဝ ဉီးစီးလျက် အကောင်းဆုံးသော ယူနည်း တခု ဖြစ်နိုင်သည် ဖြစ်၍ ထိုတွေးတော ချေါ်ချက်တို့ကိုလည်း မမေ့သင့်ပေ။

၎င်းပြင် ဘူမိရာဇာ ပေါက်ရာမြေကို ရွေးချယ်၍ ပြခဲ့ပြီ၊ မည်သည့်မြေမျိုးတွင် ပေါက်၍ သြဇာဓာတ် အပြည့်အဝ ပါသည် ဟု ဆိုစေကာမူ ရေအိုင်တွင် ပေါက်သော ဗယဆေး, တောင်ပို့နားတွင် ပေါက်သော ဗယဆေး, မစင်ကြယ်သော နေရာတွင် ပေါက်သော ဗယဆေး, သုသာန် သင်းချိုင်းတွင် ပေါက်သော ဗယဆေး, မီးသင်းထားပြီးသော ဗယဆေး စသည်ဖြင့် ဗယဆေးပင် မယူအပ်သော အမှုပ်မျိုးကို ရှေးဟောင်းကျမ်းတွင် တွေ့ရသည်၊ ကျွန်ုပ်တို့ မြန်မာတို့ ထားသော 'သာရကောမုဒီ' စသော ဆေးကျမ်းတို့၌ အကျယ်ပါသည်၊ ထိုဌာနတို့၌ ပေါက်သော ဗယဆေးကို မည်မျှသောက် ပင် သြဇာဓာတ် အပြည့်အဝပါသည် ဆိုသော်လည်း ရှေးပညာရှိတို့သည် အသုံးမပြုကြကုန်။

ဤ၌ စကားအချဉ်းသင့်၍ နာရသိ ကျမ်းပြုပုဂ္ဂိုလ် ဆိုသားသည့် မယူအပ်သော ဗယဆေး ၁၃-မျိုးပြ လင်္ကာကို အောက်တွင် ကောက်နုတ် ထည့်သွင်း ဖော်ပြလိုပါသေးသည်။

> "ဘေသဇ္ဇဗိပန်း၊ ကျုံးဂမ္ဘီတွင်၊ သာစည်ခက်လက်၊ (ညှာရွက်) ရွေ့သက်လျော ကြော ပင်သဘိုဟိုး ပျားအုံ့ရှိသမ်၊ တခြမ်းသေရှိပ်၊ မြေတွင်းလည်းလျော်း ကြည်းပေါ်း ပေါင်းမျော်၊ မီးလောင်နွယ်ရစ်၊ ဖြစ်သောဆေးပင်၊ မစင်စွန့်ရာ၊ မြို့ရွာချပ်ဌာန်၊ သုသာန်မြေနိမ့်၊ တောင်ထိပ်မြင့်မော်း ကန်ချောက်ပြိုပျက်၊ ရက်ကွက်သို့တွင်၊ ပေါက်ရောက်ချင်သည်၊ သစ်ပင်တို့၊ တေရသ ကို၊ ဝေးကပစ်ပယ်"

ဟူ၍ ဖြစ်လေသည်။

ကမ္ဘာလောကကြီးသည် အဖက်ဖက်မှ ခေါ်ဝင်းကျွန်းနေသော အချိန်မျိုး၌ စီးပွားရေး ဘောင်းကျွန်းမှုလည်း အမြင့်ဆုံးမှ ပါဝင်နေ၏၊ "မည်သူမသေသော ကောမောလျှော်ပြီးရော" ဟူသော သူတို့သည် မည်သို့ ရွေးချယ်ပါမည်နည်း၊ ဗယဆေးအတွက် တွေ့မိလျှင် ကျွန်ုပ် များစွာ ရင်လေးဗုံ၏၊ ဝိသမလောဘတို့ကို အများဆုံး ဖြိုးခွင်းနိုင်သော စုပေါင်းစိုက်ပျိုးသည့်နည်းဖြင့် လိုအပ်သည့် ဗယဆေးပင်တို့ကို စိုက်ပျိုး၍ အသုံးပြုလျှင် ဗယဆေးပေါ်တွင် အများဆုံး မှီတင်းလျက် အကျိုးအကျ နည်းပါ ဖွော့ဖြင့် ကုသနိုင်သော ဗယဆေးပညာသည် အသွင်အသစ်သို့ ရောက်သွားပြီး ခေတ် အမျိုးသား ကျန်းမာရေးကြီးသည့် အရှုံတွင် ရှေ့ထား၍ ပြေးသွားနိုင်မည်ကား မလွဲတည်း။

ဘုံစာသီး (ကနစိုး)

လက်တင် Baccaurea Sapida

အင်္ဂလိပ် Burmese Grape

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဘုံစာသီး (နကစိုးသီး) သည် ချိုသောရသာ, ဖန်သော ရသာ ရှိ၏၊ စဉ်းငယ် ချဉ်၏၊ ဝမ်းကို သက်စေတတ်၏၊ လေ နှင့် သလိပ်ကို ပျက်စေ၏၊ သည်းခြေ နာကို နိုင်၏၊ အသီးမှည့်ရည်ကို ဖျက်စဉ်းခပ်ပေးလျှင် အပူကြောင့် ဖြစ်သော မျက်စိနာ ပျောက် ကင်း၏၊ ၎င်းအသီးကို လွန်စွာ စားမူ ဝမ်းလျှော၍ မျက်ဦးတတ်၏၊ ၎င်းကို အစွဲပြု၍ အချို့ အရပ်တွင် ကုံးသီး ဟု ခေါ်ဆိုကြကုန်၏။

[မ]

မကျည်းတောက် (ငါးကျည်းပေါက်)

ပန်ဂျာဗီ ရိဌ (ရိဌ,န)

လက်တင် Sapindus mukorossi

အင်္ဂလိပ် Soapnut

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်လတ်မျိုး ဖြစ်သည်၊ ကုလားကင်ပွန်းမျိုးမှ အပင်တမျိုး ဖြစ်၏၊ ကုလားကင်ပွန်းနှင့် ပင်, ရွက်, သီး, ပွင့် တို့သည် တူကြသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အသီးကို ကုလားကင်ပွန်း ကဲ့သို့ ပင် လုံးဝ အသုံးပြုရသည်။

မကတ်နွယ်သီး

သက္ကတ ဓုမ္မမရိစ

ဟိန္ဒီ ကာဇ (က,ဇ)

လက်တင် Toddalia Aculeata

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အမြဲ စိမ်းလန်းနေသော နွယ်ပင်မျိုး ဖြစ်သည်၊ အခွံ ဖာဒ်ရောင် ရှိ၍ ချောမွတ်သည်၊ ဆူးကလေးများ ရှိသည်၊ အရွက်ရှည်၍ ဥသဏ္ဌာန် ရှိသည်၊ အပွင့်မှာ အစိမ်းရောင် နှင့် အဝါရောင် ရှိသည်၊ အသီးရှည်လုံး၍ ဝါ၏၊ အစေ့ များစွာ ရှိသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းသည် ဆေးဘက်တွင် အသီး (အစေ့) ကို သုံးရ၏၊ ၎င်းအစေ့သည် ပူ၏၊ ပွေးကြိုင်၏၊ ပမ်းမီးတောက်စေ၏၊ ယက်မြက်၏၊ ချွေးထွက်စေ၏၊ လေ ဒေါသကို ပြုတတ်၏။

ပျောက်ကင်းသောရောဂါ။ ။သလိပ်အဖျား, ဟက်ဖျား, ကျိဖျား ရောဂါ စသည် တို့ကို နိုင်၏။

မကောက်ကလေးပင်

သက္ကတ ပဋ္ဋိကာ လောဓြ

ဟိန္ဒူ ပဌာနီ လောဓ (ပဌာနီလို့ဒ်)

လက်တင် Symploeus crtaegiods

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပေ ၃၀-ခန့် မြင့်၏၊ ပင်စည် ဖြောင့်၏၊ လုံး၏၊ အခေါက် ဖြူ၏၊ ပြာ၏၊ ကြမ်းတမ်း၏၊ အရွက် ၄-လက်မ ရှိ၏၊ သွေးသွားပိတ်ရာ ရှိ၏၊ အပွင့် ဖြူ၏၊ မွှေး၏၊ အစေ့ မပင် သီးရ၏၊ အသီး ၁-လက်မမှ ၃-လက်မ ရှိသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အများအားဖြင့် မြစ်ခေါက်ကို သုံး၏၊ ဖန်၏၊ သတ္တိ အေး၏၊ ပိပါသ ပင်၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ တွန့်ရှုံ့စေတတ်၏၊ အားကို တိုးပွားစေ၏။

အသုံးမှာ တောက်ရပ်နှင့် တူ၏၊ သို့ရာတွင် တောက်ရပ်ထက် ပို၍ ထက်မြက်၏။

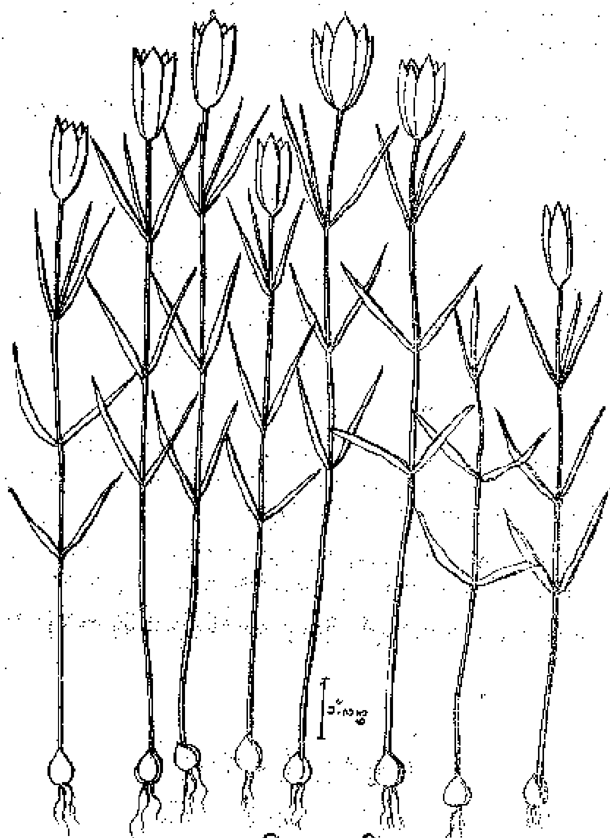
မချစ်ဥ (မဂျစ်ဥ)

မြန်မာ ဝဲနန်းကြက်သွန်ဖြူ

ကချင် မချစ်

လက်တင် Fritillaria Roylei

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မချစ်ပင်သည် ယခုအခါ ကချင်ပြည်နယ်၌ များစွာ ပေါက်ရောက်၍ တောင် အသုံးပြုကြသည့်အပင် ဖြစ်သည်၊ ၎င်းသည် ရေခဲများ ဖုံးအုပ်ရှိနေ၍ ရေခဲများ အောက်၌ ပေါက်ရောက်ပြီးလျှင် ရေခဲများ အရည်ပျော်သွားသောအခါမှ ပေါ်ထွက်လာသော အပင် ဖြစ်သည်၊ ဥကိုလည်း ဆေးတွင် သုံးရသည်။



မချစ်ဥ(မကျစ်ဥ)

မြန်မာ ဂမုန်းကြက်သွန်မျိုး

ကချင် မကျစ်

FRITILLARIA ROYLEI.

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဒင်း၌ အရသာသည် ခါးသည်၊ ဆိမ့်သည်၊ ဒင်းတွင် အဆိမ့်နည်း၍ အခါးများ၏၊ အသက်ရှည်ဆေး အဖြစ်ဖြင့် အသုံးပြုနိုင်ရုံမက သွေးအားနည်းသော ရောဂါ၊ အကြောအားနည်းသော ရောဂါ၊ စမြင်းခံရောဂါ၊ ချောင်းဆိုးသွေးပါ၊ အဆစ်ရောင်၊ အဆစ်ကိုက်၊ ကိုယ်ခံအားနည်းသော ရောဂါ၊ ဝမ်းမီးပျက်ရောဂါ စသော နာတာရှည်ရောဂါ အမျိုးမျိုးတို့၌ အသုံးပြုရ၏။

ဖွင့်ပြချက်။ ။အသက်ရှည်ခြင်းကို ပြုလုပ်နိုင်စွမ်း ရှိသော ဆေးကို ဆေးကျမ်းတို့၌ ရသာယန ဟု ခေါ်သည်၊ အမတ ဟု ခေါ်သည်။ အမတ ဟူသော ပုဒ်ကို တိုက်ရိုက် မြန်မာဘာသာ ပြန်သော် မသေဆေး ဟု ပြန်ဆိုရသည်။ ဤအပင်သည် ရောဂါကင်းဝေး အသက်ရှည်ဆေး အဖြစ်ဖြင့် အကျိုးပြုနိုင်သောကြောင့် အမတ (မသေဆေး) ဟု စကင်သုံးနှုံး အမည်မှည့် ခေါ်ဝေါ်ကြခြင်းသည် ဆေးကျမ်းစကားတို့နှင့် လျှော်စွာ လျော်ကန်ပေ၏။ ရှေးဗိန္ဒော ဆရာမြတ်တို့သည် အိုမှု နည်းရန်၊ နာမှု နည်းရန်၊ သေမှု ဝေးရန် အောက်ပါအတိုင်း နည်းများကို ဖော်ထုတ် လမ်းပြခဲ့ကြ၏၊ 'မျက်စိမှာ ရှည်၊ နားမှာ ဆီ၊ ဒန္တီမှာ ဆား၊ ဝမ်းမှာ ခါး' ဟူသည်ပင် ဖြစ်သည်၊ မျက်စိ၊ သွား၊ နားတို့အတွက်မူ ဤ၌ဖော်ပြရန် လိုမည်မထင်သဖြင့် ခါးသောအရသာရှိသည့် မသေဆေး မချိစဉ်နှင့် စပ်သည့် 'ဝမ်းမှာခါး' ဟူသော စကားကိုပင်လျှင် အနည်းငယ် ရှုထွင် ဖွင့်ပြလိုပါသည်။

အခါး နှင့် လူသား

လူသားတိုင်း ခါးသော အရသာရှိသည့် အာဟာရ နှင့် ဆေးပစ္စည်းကို လိုအပ်ပေ၏၊ ခါးသော အရသာရှိသော ဆေးပစ္စည်းမျိုးထက် ခါးသောအရသာမျိုးရှိသည့် ဆေးပစ္စည်းနှင့် အာဟာရမျိုးကို ပို၍ သုံးစွဲသင့်၏၊ သို့မဟုတ် မကြာမကြာ သုံးစွဲသင့်၏၊ အကြောင်းမူ " ဝမ်းတလုံးကောင်းလျှင် ခေါင်းမခဲ " ဟူသည့်အတိုင်း ဝမ်းတလုံး ကောင်းဖို့ အရေးကြီးပေ၏၊ ဝမ်းဗိုက်တွင် ဝမ်းကို စီစစ်သော်—

၁ · အာမာသယ— အစာသစ်အိမ်

၂ · ပက္ကာသယ — အစာဟောင်းအိမ်

၃ · မုတ္တာသယ — ဆီးအိမ်

၄ · ဂဗ္ဘာသယ — သားအိမ်

ဟူ၍ လေးမျိုးရှိရာ အာမာသယ ခေါ် အစာသစ်အိမ်သည် အရေးအကြီးဆုံး ဖြစ်၏၊ အခြားသောအိမ် (အိုး) တို့သည်လည်း အဆင့်ဆင့် အရေးကြီးကုန်၏၊ ထိုအရေးကြီးဆုံးသော အစာသစ်အိမ်၏ အောက်ပြန်ချောင်းတွင် ကံကြောင့် ဖြစ်သော ကံ၏ အဆိုးအငွေ့ ဖြစ်သော ကြေကျက်စေတတ်သော ပါစကတေဇော ခေါ် ဝမ်းမီး ရှိ၏၊ ဗိန္ဒောဆေးပညာ၌မူ အကျိုးပြုသော သည်းခြေငါးမျိုးတွင် ၎င်းကို ပါစကသည်းခြေ ဟု ခေါ်သည်၊ ထိုမီးကောင်းဖို့လည်း သက်ရှိ သတ္တဝါတိုင်းတို့၏ အရေးကြီးဆုံးသော တာဝန် ဖြစ်၏၊ ဆေးကျမ်းတို့၌ မိန့်ဆိုထားသည်မှာ ရောဂါမှန်သမျှ ဖြစ်ပေါ်ရခြင်းသည် အစာမကြေကျက်ခြင်းသည် လာ အကြောင်းရင်း ရှိ၏၊

ထို့ကြောင့် အစာကြေကျက်မှုသည် ရောဂါနှင့် ကင်းဝေး၏၊ ရောဂါနှင့် ကင်းဝေးသောသူသည် အသက်ရှည် ရ၏၊ ရောဂါကင်းဝေး အသက်ရှည်လိုသူတိုင်း အစာကြေကျက်စေရန် ဝမ်းမီးကို အမြဲမပြတ် စောင့်ရှောက်ရမည်သာ ဖြစ်၏။

ဝမ်းမှာ ဓါး

မီးဟူသည် လေနှင့် ကင်း၍ မဖြစ်နိုင်ချေ၊ မီးတောက်ရန် လေ ကူညီမှုတ်ပေးရ၏၊ ထို မျက်မြင် သာဓက အတောက်အလောင်းအဘိုင်းပင် ဝမ်းမီးတောက်ဖို့ အရေးသည် လေ ကူညီရန် လိုအပ်ပေ၏၊ အပါး ကူသမှုသည် ဖော်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း ဝမ်းမီးတောက်ရန် အကောင်းဆုံး အထောက်အပံ့ ပေးရှိသာ မကသေး ဝမ်းမီးတောက်မှုကို အားနည်းစေသော သလိပ်ဒေါသ အညစ်အကြေး မှန်သမျှကိုလည်း ပယ်ရှား သုတ်သင်တတ်သောကြောင့် တချက်ခုတ် နှစ်ချက်ပြတ် အနေဖြင့် အပါးသည် ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ဝမ်းမီးနှဲ့သွားအောင် ဖြစ်စေတတ်သော ဝမ်းတွင်းရှိ သလိပ် အပုပ်အသိုး အရိအရွဲ အညစ်အကြေး မှန်သမျှကိုလည်း ပယ်ရှားတတ်ပေသည်၊ အပါး ဟူသမှုသည် လေပွားများမှုကို အများဆုံး အကျိုးပြုသောကြောင့် "ဝမ်းမှာ ဓါး" ဟူသော ရှေးသူဟောင်းတို့၏ စကားသည် ဆေးကျမ်းတို့နှင့် လျော်ညီပေ၏။

အစာဟောင်းအိမ်

အစာဟောင်းအိမ်နှင့် ဆိုင်ရာ အညစ်အကြေးကြီးများကို နေ့စဉ် မှန်မှန်စားသမျှ မှန်မှန် ထုတ်ပယ်ရန် လွန်စွာ အရေးကြီးလှပေ၏၊ ထိုအညစ်အကြေး မှန်သမျှကို ထုတ်ပစ်ရန် တာဝန်သည် အပါန ခေါ် သက်လေ၏ တာဝန် ဖြစ်ပေ၏၊ ထို့ကြောင့် စားပြီးသမျှကို ထုတ်ပစ်ရန် အပါန ခေါ် သက်လေကို အားပေးသော အပါးသည် ဝမ်းမီးတောက်စေရန် အကျိုးပြုရှိသာ မကသေး ဝမ်းမီးချေချက်ပြီးသမျှတို့ကို ထုတ်ပယ်ရန်လည်း ၎င်း၏ ကြီးလေးသော တာဝန်တခု ဖြစ်ချေ၏။

ရသရည် သွေးသား ဆီဖြင့် ဝမ်းမီးကျက်ပြီးသမျှ အနှစ်သာရ ဓာတ် (၇) မျိုး တို့တွင် ရှေးဦးစွာ ရသရည်သည် နှလုံးသို့ ရောက်ရှိ၏၊ 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 သွေးသက်သက်ချည်းသာ မလှည့်လည်တတ်ပေ၊ လေ၏ဆောင်မှုကို အမြဲတမ်း လိုအပ်ပေ၏၊ ထို့ကြောင့် အကျိုးပြုသော အပါး တည်းဟူသော လေသည် မည်မျှ ခန္ဓာကိုယ်တွင် အရေးပါအရာရောက်မည်ကို သိနိုင်ပေမည်။

ကြွင်းသော မုတ္တာသယ ခေါ် ကျင်ငယ်အိမ်၌ ကျဆင်းလာသော အညစ်အကြေး (ကျင်ငယ်) များကို ထုတ်ပယ်ရန် နှင့် ဝစ္စာသယ ခေါ် ဝမ်းအိမ်၌ ချေးတို့ကို မှန်မှန်ထုတ်ပယ်ရန် လေသည် အရေးပါအရာရောက်ဆုံး ဖြစ်၏၊ ကျင်ငယ်ရှိလျက် မဆင်းလျှင် လေချုပ်နေသည် မည်၏၊ ၎င်းကို မုတ္တဃာတ် (ကျင်ချုပ်ရောဂါ) ဟု ခေါ်၏၊ တခါတချက် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်၏၊

သွေးရှိလျက် မဆင်းလျှင် သွေးချုပ်ရောဂါ၊ ၎င်းကို အကြောင်းပြု၍ မြောက်မြားစွာသော မီးယပ်ရောဂါ အမျိုးမျိုး ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်၏၊ ထို့ကြောင့် လေသည် အသက်ရှင်ရေး အတွက် အရေးအကြီးဆုံး ဖြစ်၏၊ ၎င်းသည်လည်း ဖော်ပြခဲ့သော ဌာန (၄) ဌာနတွင် အစာသစ်အိမ်၌ ဝမ်းမီးကို အကျိုးပြုနေသော လေသည် အရေးအကြီးဆုံး ဖြစ်ပေ၏၊ မူလာဓာရ ပဒေသ အကျဆုံး ဖြစ်ပေ၏။

ထို့ကြောင့် အကျိုးပြုသော လေခံတတ်ဘိုကို အားပေးနိုင်သည့် မချစ်ဥတွင် ရှိသော အခါး သည် လူသားတို့ အတွက် အချက်အခြာ အကျဆုံး ဖြစ်သည်ကို သိနိုင်ပေ၏။

အခါးသည် လေမှာတ်ကို အားပေးသည် ဆိုရာ၌ အခါး အချိုးချို ရှိ၏၊ အဖန်နှင့် ရောနေသောအခါး လတ်တက်၊ မဲဇလီ စသော အခါးမျိုးကို မဆိုလိုပေ၊ အဆိပ် သာမညနှင့် ရောနေသော အချိုနှင့် ရောနေသော အခါးမျိုးသည် ပို၍ အသက်ရှည်ရာ အနာမဲ့ကြောင်း အတွက် အကျိုးပြု ပေသည်၊ ဥပမာ—မချစ်ဥ၊ ခါးသိမ်၊ ပျားရည်နှင့် စပ်သောက်ခြင်း၊ နဂါးခေါင်း နှင့် ပန်းပေါင်း နဂါးခေါင်း ထည်းဟူသော ထန်းဥကျောက် ချိုဆိမ့်၊ ပျားရည် ဘည်းဟူသော ပန်းပေါင်း အချို စပ်ပြီးလျှင် အသက်ရှည်ဆေး အတွက် ရှေးက သုံးစွဲရန် မှာထားသည့်ကို တွေ့ရ၏၊ ကောလိသိမ် (ဂျင်စိမ်) ၎င်းသည်လည်း ချိုဆိမ့် ဖြစ်၏၊ ပျားရည်နှင့် ရောပြီး အသက်ရှည်ဆေး အားဆေး အဖြစ် စားသောက်ကြ၏၊ အဇ္ဇော, ဂဇ္ဇု, စရေ, ဝံသေ ဟု ကြိုယ်ယက်ကို ရှုပြီးလျှင် အသက် ရှည်ရာ အနာမဲ့ကြောင်း ဆေးဖော်စပ် စားသောက်ကြကုန်၏၊ အဇ္ဇော (အုန်းနုံ) တနင်္ဂနွေဂြိုဟ် နှင့် စနေဂြိုဟ်သက်ပေါင်း ၁၆ဝ-သား, ဂဇ္ဇု (ကြောင်ပန်း) ကနင်းလာဂြိုဟ် နှင့် ကြာသပတေး ဂြိုဟ်ယက်ပေါင်း ၃၄ဝ-သား, စရေ (စရီ) အင်္ဂါဂြိုဟ် နှင့် ဗုဒ္ဓဟူးဂြိုဟ်သက်ပေါင်း ၂၀-သား, ဝံသေ (သေသိုက်) ၇ဝ-သား နှင့် ၂၁-သားပေါင်း ၃၁-ရှုပေါင်း ၁၀၈-သား ဖြစ်၏၊ ပျားရည် နှင့် တော၍ မားရ၏၊ ၎င်းဆေးသို့ အခါးများ သာ ဖြစ်၏၊ လေယိုက်သည် အခါးဆုံး ဖြစ်၏၊ အဆီတိုး, အသားတိုး, သွေးပွား, သလိပ်ပွား, ဓာတ်ချုပ်, လေငန်း, သွက်ချာပါဒများကိုလည်း ကာကွယ်နိုင်၏၊ အသက်ရှည်ဆေးလည်း ဖြစ်၏၊

အခါး ဟူသမျှတွင် ဗိုလ်ခါးသည်လည်း ကျေးဇူး အများဆုံး အပင် ဖြစ်ကြောင်း ဆေး ကျမ်းတို့၌ ဖော်ပြထားပေသည်၊ ၎င်းအကွဆုစဉ်၌ မှတ်ရှုကြလေကုန်၊ ဤသည့်လျှင် အသက် ရှည်ရာ အနာမဲ့ကြောင်း ဖြစ်စေနိုင်သော ဓာသေဆေး ဟု ခေါ်ဆိုအပ်သည့် မချစ်ဥတွင် ရှိသော အကျိုးပြုသည့် အခါးကို အထောက်အထားများ ဖော်ပြလျက် ဖွင့်ပြခြင်း ဖြစ်သည်။

လူသား နှင့် ကိုယ်ငွေ့

ဥသ္မာ ခေါ်သော ကိုယ်ငွေ့ သည် လူသားတို့ အတွက် အရေးအကြီးဆုံး ဖြစ်သော ဝမ်းမီး ကဲ့သို့ ၎င်းမရှိလျှင် မဖြစ်သော အခိုးအငွေ့ တမျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းကို ကိုယ်ငွေ့ ဟု ခေါ်၏၊ ၎င်းကို ကိုယ်စောင့် ဓာတ်မီး ဟု ခေါ်၏၊ ကြေချက် ဟုတ်လုပ်သော ဝမ်းမီးကို ပါစကတေဇော ဟု ခေါ်၍ ထုတ်လုပ်ပြီးသော ဓာတ် (၇) ပါးတို့ကို ရောဂါ နှင့် အနာ မရအောင် ထိမ်းသိမ်းမြှောင့် ရှောက် ကာကွယ်ထားသော ဓာတ်မီးကို ဥသ္မာတေဇော ဟု ခေါ်၏၊ ၎င်းသည် အငွေ့ဖြင့် သိ

ကောင်းသော မနေရာ မှန်သမျှ အတွင်းအပြင် တကိုယ်လုံး နေရာမလပ် စောင့်ကြပ်၍ နေ၏၊ အချိန်းကိုကာကွယ်၏၊ အပုကို ပုတ်ပစ်၏၊ အညစ်အကြေး မတင်အောင် စောင့်ရှောက်၏၊ ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌ အညစ်အကြေး သွေးမြေ့စရာ မှန်သမျှတို့ကို တွန်းလှန်ပေး၏၊ ၎င်းသည် ဂုဏ်ရှိ အားနည်းသော အချိန်၌ အဖျား စသော ရောဂါဝင်၏၊ အချို့ ခန္ဓာကိုယ် အစိတ်အပိုင်း၌ ၎င်းဆုတ်သွားသောနေရာတွင် ပျောက်နိုင်ခဲ့သော အနာဆိုးများ ပေါ်လာ၏၊ ခန္ဓာကိုယ်မှ ၎င်းလုံးလုံး ဆုတ်သွားသောအခါ လူသည် သေသေပြီ ဟု ဆိုရပေသည်၊ သို့ဖြစ်၍ အာဂန္တုက ရောဂါများ မဝင်ရန် ဥသ္မာသည် အရေးကြီး၏၊ နာတာရှည်ရောဂါများ အမြစ်ပြတ်ပျောက်ရန် ဥသ္မာသည် အချက်အချာ ဖြစ်၏၊ အနာဆိုးများ မပေါက်ရန် ဥသ္မာ အားရှိနေဖို့ လို၏၊ သွေးမြေ့, ယိုယွင်း, ဆိုမင်းစေတတ်သော ဇီရဏများ ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌ ရှိသည်နှင့်အမျှ လူသည် ဟိုရ၏၊ ခွပ်ဆင်းပျက်ခုရ၏၊ ညစ်နွမ်းရ၏၊ တနေ့ထက်တနေ့ ရုပ်ကျလာ၏၊ ထိုအညစ်အကြေး သွေးမြေ့မှု မှန်သမျှကို ထုတ်ပယ်ရန် ကိုယ်ငွေ့သည် တာဝန်ရှိသဖြင့် အဆင်းလှပရေး အတွက်လည်း ဥသ္မာသည် မပြည့်အစုံ အလုပ်လုပ်ပေးရ၏၊ ထိုအညစ်အကြေး မှန်သမျှ ထွက်ရန် အခိုးဟာလုလု ထွက်စေအောင် ဥသ္မာရှိနေလျှင် အိုမနှင့်လည်း ကင်းကွာရမည် သာ ဖြစ်၏၊ ဥသ္မာတေဇောသည် ဖော်ပြခဲ့သော ပါစက တေဇောကဲ့သို့ အကျိုးပြု သက်သက် ဖြစ်၏၊ လုပ်ယူရန် အသုံးအဆောင်ပြုရန် ဖြစ်ကောင်းသော အခိုးမျိုး မဟုတ်ချေ၊ ၎င်းတို့သည် ကမ္မဇတေဇော ကြောင့်ဖြစ်သော အခိုးအငွေ့များ သာ ဖြစ်ပေ၏၊ ၎င်းကို ပြုတ်ကောင်း, ပိတ်ချုပ်, ပြုပ်သီး စသည် တို့ကဲ့သို့ အပူမျိုးနှင့် နှိုင်း၍ မရချေ၊ ၎င်းကို တွက်ချက် တိုင်းတာရန်သည်၊ ခဲယဉ်းလှ၏၊ ဥသ္မာတေဇော ကိုယ်ငွေ့နှင့် အခြားသော အပူမျိုးတို့ကို ကွဲပြား ခြားနားရန် လိုအပ်ပေ၏၊ (အခြေခံပြုဥပဒေသ ကျမ်း၌ ကျွန်ုပ်တို့ အကျယ်တဝင့် ဖော်ပြခဲ့ပြီ။)

မချစ်ဥ၌ တိုင်းတာ၍ မရသော အခိုးအငွေ့ အမျိုးသည် ရှိ၏၊ ထိုသည် ဥသ္မာကိုယ်ငွေ့ကို ဆေးဖြင့် အကျိုးဖြစ်ထွန်းစေရန် များစွာ အထောက်အပံ့ ပေး၏၊ အများဆုံး အထောက်အပံ့ ပေးနိုင်သောကြောင့် ထိုမချစ်ဥသည် မအိုရေး, မနာရေး, မသေရေးတို့ကိုလည်း ကင်းဝေးစေနိုင်သည် ဟု ဆိုရပေမည်၊ ၎င်းသည် အခြားသော အပင်မျိုးနှင့် ပေါက်ရောက်ပုံ မတူချေ၊ သာမည သစ်ပင် ကမျိုးသည် သာမည ဖုံးအုပ် ကာကွယ်မှုရသော အမိုပ်အောက်သို့ ရောက်သွားလျှင် ညှိုးခြောက်သွားရာ၏၊ လှိုသွားရာ၏၊ သေဆုံးသည်အထိ ဖြစ်ရာ၏၊ မချစ်ဥပင်မှု ရေခဲမြှုပ်ဖုံးလွှမ်းနေ၏၊ မည်မျှ အေး၍ ရှုပေါက်မရစေကာမူ ၎င်းသည် မသေချေ၊ အတွင်း၌ မည်သို့မျှ မမ်းသပ်၍ မရနိုင်သော အခိုးအငွေ့များ တည်ရှိနေသည်ကို သိနိုင်ပေသည်။

ဤ၌ ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌ အရေးပါ အရာရောက်သည့် အချက်အချာ တေဇောတို့ကို ဖော်ပြလိုက်ခြင်းဖြင့် ရောဂါကင်းဝေးအောင်, အနာမပေါက်အောင်, အနာဆေးများ မဆောက်အောင်, မအိုအောင်, အသက်ရှည်အောင် မည်ကဲ့သို့ နေထိုင်သွားရမည်ကို တွေးတောနိုင်သော အသိဉာဏ်ကြီးများ ပေါ်ပေါက်လာလျှင် ခက်ခဲသည် ဟု ဆိုနေကြသော ပန်းနာရောဂါနှင့် တကွ သွေးအား နည်းသော ရောဂါ, ချောင်းခြောက်ဆိုးရောဂါ, အသုတ်နာရောဂါ, လေးခန်း သွေးတက်ရောဂါ, ကြိုက်ကြီး သွေးဆိုး ခြင်းကြောင့် ဖြစ်သော လေးကျိုက် လေကျိုက် ရောဂါ, တကိုယ်လုံး မီးဖွေးသော အမဲခြောက်ကဲ့သို့ အကြောတွင် အပူရောက်ပြီးလျှင် တောင့်တင်းလိမ်ပိန်

…ပြင်းထန်သော အကြောနာ ရောဂါ၊ အဆစ်ကိုက် ရောဂါ၊ ဆီးပူညတ် ရောဂါ၊ နှာတာရှည်များ၊ …ငွေ့ အားနည်းသူ စသည်ဖြင့် မည်သည့် ရောဂါကို မည်ဖျာလောက် သုံးစွဲခြင်းဖြင့် …မကုတ်) မည်သည့် ဆေးအက်မျိုးနှင့် ရောစပ်၍ သုံးစွဲလျှင် သင့်လျော်မည် ဖြစ်သည်ကို …ရန် အသိဉာဏ် သိလွန်စကို ဖော်ပြ ရေးသား ဖွင့်ဆိုအပ်ပါသည်။

မှတ်ချက်။ ။အသက်ရှည်ရာ အနာမဲ့ကြောင်း ဆေးကောင်း တမျိုးမျိုးကို ကျွန်ုပ်မတိုင်မီ ဥပမာ - အသက် - ၄၀ ခန့်မှ စ၍ စကောင် စားသောက်၍ မိမိကိုယ်ကို ပြုပြင် ပေးသင့်၏။ အသက် ရှည်ဆေးဟူသည် နည်းပေါင်း များလှပေကုန်၏။ ထိုနည်းများ အနက် ပိပိ ဝမ်းမီးနှင့် လျော်သော ဆေးနည်းမျိုးကို ရွေးချယ် စားသောက် ရာ၏။ ဝမ်းမီးကို လွတ်၍ ဆေးကို အသုံးမပြုနှင့် ဟု ဆေးကျမ်းတွင် အမှာအထား ရှိ၏။ အသက် ရှည်ဆေး မှန်သမျှ ရေးသားသော ပုဂ္ဂိုလ်၏ အသိဉာဏ် အားလျော်စွာ အကျိုးအမျိုး မျိုးကို ဝေဝေဆာဆာ ရေးသား ဖော်ပြထားကြပည်သာ ဖြစ်၏။ အသက် ၄၀ ခန့် လောက်မှ စ၍ ပိမိဝမ်းမီးနှင့် ကိုက်ညီသော ဆေးတမျိုးမျိုးကို အသက်ရှည်ရာ အနာမဲ့ ကြောင်း အတွက် စားသောက် သုံးဆောင် သင့်သည် ဟု ဆိုလိုသည်၊ ချင်ကို ပြောင်းစေ ရာ၌ အသိမ်အဆား၊ ဓာတ်ပြာအား၊ ဓာတ်လုံး စသည်တို့ ကဲ့သို့ ဆေးပမ္ဘည်းတို့သည် တခုဟုခြင်း လုပ်မြန်စွာ အကျိုး မပြုနိုင်ကြကုန် သဖြင့် ထာဝဖြူးမြေး ပိမိ ခန္ဓာကိုယ်ကို ပြောင်းလဲ ပေးရာ၏၊ ၃ - နှစ် ၄ - နှစ် တာနည်း ဥတုကျော် နှစ်ကျော်အောင် စားသောက် ခြင်းဖြင့် ပြုပြင်ပြောင်းလဲပေးပါလျှင် စားသောက်သော သူတိုင်း ရုပ်အနေ၊ ခိုတ်အနေ၊ ဓာတ်ဟာရ အသောက်အစပ် အနေ၊ ပြုပြင်မှုအလိုက် ထိုက်သင့်သလို ကျန်းမာ၍ အသက် ရှည်ကြသည် သာ ဖြစ်သည်။

မညှိုးလုံး (ဟော့ရေတွက်)

ဖိန္ဒူ (မုမတရိ)

လက်တင် Grangea Maderaspatana

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ရှင်းသည် မြေတွင် ကပ်ခြွန်၍ ပေါက်သော အပင်မျိုး ဖြစ်သည်၊ …ကိုင်း အခက် များစွာ ရှိသည်၊ ရင်းအကိုင်း အခက် များတွင် နူးညံ့၍ ဖြူသော အမွေး …လေးများ ရှိသည်၊ အရွက် များ၏ အညှာ မရှိချေ၊ အပွင့် ဝါ၏၊ လုံး၏၊ ဆောင်းဥတု …အားသော ရာသီများတွင် ထဲသောင် ကမ်းခြေ အစပ် များတွင် များစွာ ပေါက်၏။

ရာဇ် နှင့် ရွှမ်းရည်။ ။အပင်သည် ကိုယ်ပူရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ဝါ… …ရက်စေ နှင့် နားတို့၌ နာကျင် ကိုက်ခဲခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အမြစ်သည် နှာကို ဖြိန်း…

၏၊ အူတို့ကို ကွန်မြူးစေ၏၊ သန်ကို ကျစေ၏၊ ဆီးရောဂါ မီးရပ် ယင်မြင်းတို့ကို ပျောက်စေ၏၊ နို့ကို ရှင်စေ၏၊ အသားကို တိုးစေ၏၊ ရင်အုတ် နှင့် အဆုတ် ရောဂါ၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ အသက်ရှောင်ကိုက်၊ မြင်းသရိုက်၊ အကြောကိုက်၊ သရက်ရွက်၊ အသည်းတို့၌ ဖြစ်သော ရောဂါ၊ ပါးစပ်၊ နှာခေါင်း တို့၌ ဖြစ်သော ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

မကျီးကြွယ်သီး

မလေး (ဝဏ္ဏအိုဝ)

လက်တင် Carallia Lucida

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်သည်၊ အခေါက် ဝါကြိုကြို ရှိ၏၊ အရွက်သည် ဥပုံသဏ္ဍာန်ရှိ၏၊ အပေါ်ဘက်အတွင်းသားများ အကျဲပြင်း (အကြောကြောင်း) များစွာ ရှိသည်၊ အရွက် ပြောင်၍ ထူသည်၊ အဖျားချိုင်းသည်၊ အရွက်၏ အရိုးအရင်းမှ ပန်းပွင့် ပွင့်သည်၊ အသီးငယ်၏၊ လုံး၏၊ မကျီးကြွယ်ပင်သည် ပေ ၇၀ - မျှ မြင့်၍ လုံးပတ် ၆ - ပေ ၇ - ပေရှိသော ပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်သည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။မကျီးကြွယ်သည် ဝေဒနာကို ငြိမ်းစေတတ်သည်၊ ဝေကို ကြေစေ တတ်သည်၊ ကူးစက်တတ်သော ရောဂါများ၌ မကူးစက်စေရန် သုံးပြုရသည်၊ ၎င်းပြင် မျိုးစပ်သော ရောဂါများကို အတွင်းဆေးဖြစ် အသုံးပြုရသည်၊ အနာဖောက်ပြန်ခြင်းကို ငြိမ်းသည်၊ သေကိုလည်း ကြေစေတတ်သည်။

မရန်းသီး

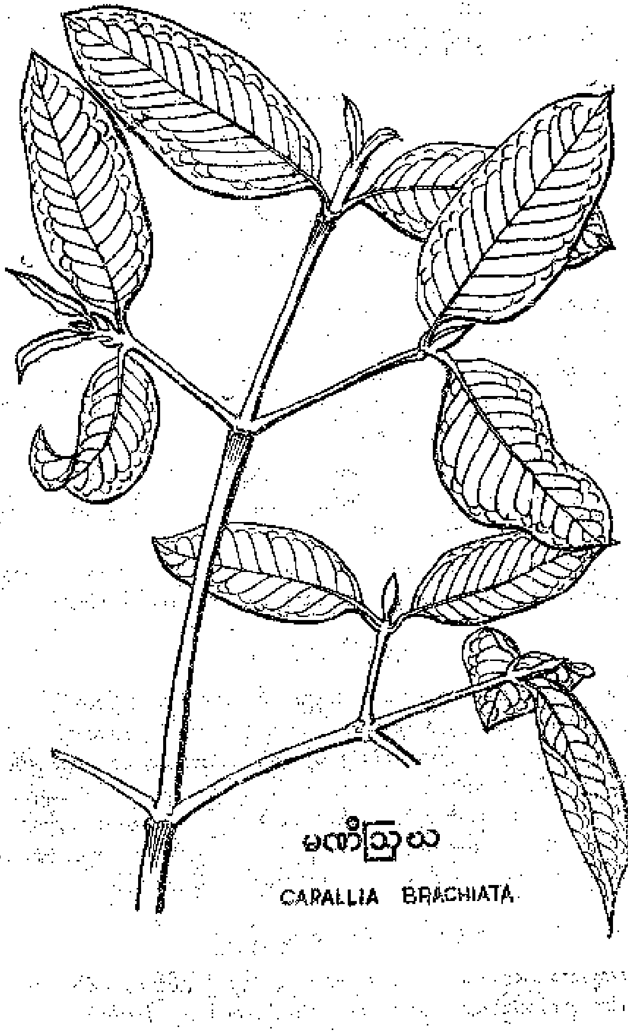
ဟိန္ဒီ (မာရီယန်း)

အင်္ဂလိပ် Marians

လက်တင် Bouea Burmanica

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ချဉ် ချို ဖန် ရသာရှိ၏၊ လေ၊ သလိပ်၊ သည်းခြေ တို့ကို သင့်လျော်၏၊ ဝမ်းကို ဖြောင့်စေ၏၊ ဆီးသွားရ ခဲယဉ်းခြင်း၊ ဝမ်းကိုက်ခြင်း၊ မျက်စိ ကြည့်ခြင်း ဖြစ်သော ရောဂါ၊ အသွားအလာဝင်၊ ကိုယ်တွင်း ပူလောင်ခြင်း၊ အသားကြား အကြော ကြားတို့၌ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ၎င်းမရန်းစေ့သည် ရင်ပြည့် ရင်ဆို့



မကါိဩယ

CARALLIA BRACHIATA

ခြင်းတို့ကို ဇကျိုးပြု၏၊ ၎င်းအစေ့ အမှုန့်ကို အနည်းငယ်မျှ သောက်က ကျောက်ရောဂါ ကွယ်ခြင်း ကျောက်ပေါက် နေစဉ် ၎င်းအစေ့ကို အနည်းငယ် ကျွေးပါက ကျောက်ဆီးများ ပေါက်ခြင်းမှ နည်းပါးခြင်းကို ပြုစေတတ်၏။

မရိုးဖြူ - နီ

အိန္ဒိ (အ,က်)

လက်တင် Calotropis Procera

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အမြင့်ပေ ၁၀-မှ ၁၅-ပေအထိ မြင့်၏၊ အပွင့် ဆွတ်ဆွတ်ဖြူ၏၊ ၎င်းမှတပါး အရွက် အရိုး အသီး တို့မှာ အနီနှင့် တူကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် ရွမ်းရည်။ ။အဖြူ အနီ ၂-မျိုးလုံး ဝမ်းသက်၏၊ လေနာ၊ ဂူနာ၊ ယားနာ၊ အဆိပ်နာ၊ အနာပေါက်မျိုးစုံ၊ သရက်ရွက် ကြီးခြင်း၊ ဂုလုံးများ၊ မြင်းသရိုက်နာ၊ သလိပ်နာ၊ ဝမ်းပိုက်နာ၊ ရတ္တပိတ်နာတို့ကို ကင်းဝေးစေ၏။

မရိုးအဖြူပွင့်သည် သုက်ကို ပွားစေ၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ ဝမ်းမီးတောက်၏၊ နှလုံး မမြိန်ခြင်း၊ ပါးစပ်မှ သွားရည်များ ယိုစီးခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ ပြည်တည်သော အရောနာ ပန်းနာရင်ကြပ် ရောဂါများကို နိုင်နင်း၏။

မရိုးအနီပွင့်သည် ချို၏၊ အနည်းငယ် ခါး၏၊ မကကိုကို ချုပ်စေ၏၊ ဂုလုံးရောဂါ ယောင်ရမ်းခြင်း စသော ရောဂါတို့ နှင့် ကြွက်နို့မှီးနာ၊ ဝမ်းပိုက်နာ ယိုကို နိုင်နင်း၏။

မရိုး နီဖြူ တို့၏ အစေး

၎င်း ၂-မျိုး၏ အစေးသည် ခါး၏၊ အနည်းငယ် ငန်၏၊ ပူသော ဝိရိယ ရှိ၏၊ နူညံ့၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ ထို့ပြင် နူနာ ဂုလုံးရောဂါများကို နိုင်နင်း၏၊ ၎င်းအစေးကို သုံးစွဲပါက အကောင်းဆုံး ဝမ်းနုတ်ဆေး ဖြစ်၏၊ ၎င်း ၂-မျိုးလုံး၏ အမြစ်ခေါက်သည် ချွေးထွက်စေ၏၊ အန်စေ၏၊ လိင်နိမိတ် ရောဂါများ ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ၎င်းပြင် ၎င်း ၂-မျိုး၏ အမြစ်ခေါက်သည် ခါး၏၊ ဆက်၏၊ ချုပ်၏၊ ပူ၏၊ ဝမ်းမီးတောက်၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ သည်းခြေ ယိုစီးခြင်းကို ပြုတတ်၏၊ ရသာကြောများ နှင့် အရေပြားကို ထက်မြက်စေအောင် ပြုတတ်၏၊ ခ၀တ် ၇-ပါးကို ပြုပြင်တတ်၏၊ အားကို ဖြစ်စေ၏၊ အသက်ရှည်ခြင်းကို ပြုတတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ကျောက်တည်ရောဂါ။ ။မရိုးပွင့်အစိကို နွားနို့နှင့်ကြိတ်၍ တလတိုင်အောင် နေ့စဉ် စားသုံးပါက ပူလောင်ခြင်းနှင့် ယှဉ်သော ကျောက်တည်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

သွားကိုက်သွားနာ။ ။မရိုးမြစ်ခေါက်ကို ရေနှင့်ကြိတ်၍ သွားကိုက်သော နေရာကို သိပ်ပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

မြွေဆိပ်နိုင်ဆေး။ ။မရိုးမြစ်နှင့် ဝါ (ဂွမ်း) မြစ်ကို ဆတူကြိတ်၍ အနည်းငယ်မျှ ခံသောက်မှု မြွေဆိပ်များ ကျဆင်းလိမ့်မည်။

ကင်းဆိပ်ပြေဆေး။ ။ကင်းကိုက်သည့် ဒဏ်ရာကို မရိုးအစေးလိမ်းပေးမှု ကင်းဆိပ်ပျောက်၏၊ တနည်း- မရိုးမြစ်ကို ရေနှင့် သွေး၍လိမ်းမှု ကင်းဆိပ်ပျောက်၏။

သွေးအားနည်းရောဂါ။ ။သွေးအားနည်း ရောဂါကို မရိုးမြစ်နှင့် ဆန်ဆေးရည်ကို သွေး၍ နှာအတွင်းသို့ သင့်တော်ရုံ အစက်ချ၍ ပေးမှု သွေးအားနည်းရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဝက်ရူးနာ။ ။လမ်းမတွင် ခြောက်နေသော နွားချေးခြောက်ကို ပြာချ၍ မရိုးစေးနှင့် ရောနယ်ပြီး အခြောက်လှမ်းပါ၊ ၎င်းပြာကို အမှုန့်ပြု၍ ရှူပါ၊ ချီဆပ်၍လာလိမ့်မည်၊ ထို့နောက် ဆက်လက်၍ ထောပတ်ကိုလည်း ထပ်၍ ရှူပါ၊ ဝက်ရူးနာ ပျောက်ကင်း၏။

ခွေးအဆိပ်ပြေဆေး။ ။မရိုးအစေးတွင် ထန်းလျက်၊ နှမ်းဆီတို့ကို ရော၍ ပကြာမကြာ လိမ်းပေးပါက ခွေးဆိပ်ပြေ၏။

ရောင်ယမ်းခြင်း။ ။ဝန်းမန်းလိုက်၍ ရောင်ယမ်းခြင်းဖြစ်မှု သံချေးနှင့် မရိုးရွက်ကို ကျဲကျင်ငယ်နှင့် ကြိတ်၍ လိမ်းပေးမှု ပျောက်၏။

အဆိပ်မျိုးစုံပြေဆေး။ ။မရိုးမြစ်ကို ရေအေးနှင့် သွေး၍ (သို့မဟုတ်) မရိုးရွက် ၄-၅-၆-ရွက်ကို အရည်ညှစ်၍ ၎င်းအရည်ကို ထောပတ်အနည်းငယ် ထည့်၍ သောက်က အဆိပ်မျိုးစုံ ပျောက်ပျက်နိုင်၏။

ဒူးဆစ်ကိုက်ခြင်း။ ။ဒူးနေခါင်းကိုက်ခဲခြင်း၊ ဖကွေးဆန့်၍ မရခြင်းဖြစ်မှု မရိုးစေးကို ၃-ရက် ဆက်လက်၍ လိမ်းနယ်ပေးပါ။

အတွင်းလိပ်ခေါင်းမှိုင်းဆေး။ ။မရိုးအကိုင်း နှင့် မန်ကျည်းကိုင်း ၂-မျိုး မီးထည့်၍ ရှို့မီးကျီးခဲပေါ်တွင် ဆမ့်ဖြူကို မီးရှို့၍ ၎င်းအခိုးမှိုင်းကို မအိုဝသို့ မှိုင်းငွေ့ခံပေးပါ၊ ဤနည်းဖြင့် ကာနေ့ကြာကြိမ်ကျ ပြုလုပ်ပါ။ အတွင်းလိပ်ခေါင်း ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

နားနာ၊ နားကိုက်ဆေး။ ။မရိုးရွက်ရင့်ရင့်ကို ထောပတ်သုတ်၍ မီးမှာကင်ပြီးလျှင် အရည်ညှစ်ယူပါ၊ ၎င်းအရည်ကို နားတွင် ထည့်ပေးပါ၊ နားကိုက်၊ နားနာ ပျောက်၏။

အင်ခြေထောက်ရောဂါလိမ်းဆေး။ ။မရိုးမြစ်ကို ဆန်ပုန်းရည်နှင့် သွေး၍ နှန်းမှုန်း လိမ်းပေးပါက အင်ခြေထောက်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

မြွေဆိပ်နိုင်ဆေး တနည်း။ ။မရိုးရွက်ကို မရိုးစေးနှင့် ကြိတ်၍လုံးပါ၊ ၎င်းအလုံးကို တနာရီခြားတလုံးကျ ထိုက်ပါက မြင်းထန်သောမြွေဆိပ်များ ကျဆင်း၏၊ (တလုံးကို ခွေးကြီးစေ့ သာသာ လုံးပါ)။

ဆီးချုပ်ခြင်း။ ။မရိုးအစေးနှင့် ဆူးဖြူခေါက်အမှုန့်ကို ရောကြိတ်ပြီး ချက်၍ ဆီး ပတ်လည်ကိုရှင်း၊ ဆီးအိမ်ကိုရှင်း လူးပေးပါမှု ဆီးများသွား ရှင်လိမ့်မည်။

သွေးဂုလုံးပျောက်ဆေး။ ။မရိုးပွင့်ကို နွမ်းဆီနှင့် ကျော်၍စားလျှင် သွေးဂုလုံး ပျောက်ကင်း၏။

ရောင်ရမ်းခြင်း။ ။ငန်းမန်းလိုက်၍ ထိခိုက်မိသော ဒဏ်ကြောင့် ရောင်ယမ်း မရိုးမြစ်, ပရွှေဝါမြစ်, တမာခေါက်တို့ကို ရောကြိတ်၍ လိမ်းပေးပါ၊ ၎င်းကို ပြုတ်၍ရေ အကြိမ်ကြိမ် စိမ်၍စိမ်၍ ပေးပါ၊ ငန်းမန်းလိုက်ခြင်း, ထိခိုက်ရှနသော ဒဏ်ကြောင့် ရောင်ရမ်း ကိုက်ခဲခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ပေါင် နှင့် ခြေသလုံးတောင့်တင်းခြင်း။ ။မရိုးမြစ်ကို ကြိတ်၍ မီးနွေးနွေး ပြု လျှင် ပေါင် နှင့် ခြေသလုံးသား တောင့်တင်းကိုက်ခဲရာသို့ လိမ်းနယ်ပေးက ပျောက်ကင်း၏။

ဆင်ခြေထောက်ရောဂါ ပျောက်ဆေး။ ။မရိုးရွက် နှင့် ယိုငွေ့ကို ဆေးတူပြု၍ မြေ အဝ ကျယ်ကျယ်တွင် ဆည့်ပြီး မိုးခကိုပိတ်၍ မီးဖြင့် ကျမ်းအောင်ဖုတ်ပါ၊ ၎င်းပြာ နှင့် ဒိန် ချည်ကို ရော၍လောက်ပါမူ ဆင်ခြေထောက်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ကျပ်တီးနာ။ ။မရိုးအခေါက်, သံပုရာဓာ, ပတဲကောအရယ်, ၎င်း ၃ - ပါး ညက်ညက်ကြိတ်၍ ကျပ်တီးနာများကို လိမ်းမှု နှလျှင် ပိန်၍ ရှင်ရှင် ပေါက်၏။

တင်းတိပ်ရောဂါ။ ။မျက်နှာတွင် တင်းတိပ် (အနက်ကွက်များ) ရောဂါကို နှင့် မရိုးစေးကို သွေး၍ လိမ်းပေးမူ အနက်ကွက်များ ပျောက်ကင်း၏။

ချောင်းဆိုးရောဂါ။ ။မရိုးရွက် သကြားရည်ကို ဆေးအနည်းငယ် ရော၍ လောက် ကလေးများကို ၎င်းမရိုး သကြားရည်, ထက်ဝက်ရည်တစ္စန်းတွင် ဆေးသပ်၍ ထည့်၍ တိုက်ပါ သလိပ်ရှာ ပန်းနာ, ခမ်းပိုက်ဘင်းရောင်ခြင်းတို့ ပျောက်ကင်း၏။

သလိပ်ကြပ်ရောဂါ။ ။မရိုးရွက်ကို မရိုးစေးနှင့် စိမ်၍ အခြောက်လှန်းပါ၊ ၎င်း ခြောက်ကို မှိုင်းပြု၍ ရှူပါလျှင် ပန်းနာ, ကြက်သွာ, နာဘာချည်, ပန်းနာရင်ကြပ် ရောဂါများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

သွေးယိုနာ အဆုတ်ရောင်းရောဂါနှင့် ဝမ်းပိုက်ရောဂါ။ ။မရိုးရွက် ၁၂ - ပဲ, ပဲ ၁-ကျပ်ဂ-ပဲ, ရေ ၃၀ နှင့် ဂ - ဖို့တာဖိုကြင်း ကျိုးပါ၊ ၎င်းပြုတ်ရည် ကို စစ်၍ တခွက်စာကိုပြုတ်၍ ၄-ပဲသားမျှတွင် ဆားအိမ်းရွှေကြီး တခွေးမျှ ထည့်သောက်ပါ၊ ဝမ်းတကြိမ် ၂ ကြိမ်ချ ဝမ်းပိုက်စပ်ကြယ်ပြီးလျှင် အဆုတ်ရောင်ခြင်း နှင့် ဝမ်းပိုက်ရောဂါရောဂါများ ပျောက်ကင်း လိမ့်မည်။

ဆင်ခြေထောက်ရောဂါဆေး တမျိုး။ ။မရိုးမြစ်ကို (အခိုး) လေ့လှပ်နှင့် ကြိတ် ခပ်ပြစ်ပြစ် လိမ်းပေးပါ၊ ၎င်းနောက် မရိုးမြစ်ခေါက် ၁၂ - ပဲ, ဆီဖြူ ၁၂ - ပဲ, ဖန်းခါး ၁၂ ဖန်းခါးသီး ၁၂ - ပဲ တို့ကိုအနည်းငယ်လောင်း၍ ရေ ၃၀ ကျပ်သား နှင့် ဂ - ဖို့တာဖိုကြင်းကျိုး ၎င်းပြုတ်ရည် ဂ - သားမျှတွင် ပျားရည် ၁ - ပဲ သကြား ၃ - ပဲ မျှ ထည့်၍ နေ့စဉ်နံနက်တိုင်း တကြိမ်သောက်ပါက ဆင်ခြေထောက်ရောဂါ နှင့် ငန်းမန်းလိုက်၍ ရောင်ခြင်း ထိခိုက်မှုနှင့် ဒဏ်ကြောင့် ရောင်ရမ်းသော ရောဂါများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ကလေးများဝမ်းရောဂါ၊ ဝမ်းကျော့တင်းခြင်း။ ။မရိုးရှားကို နှမ်းဆီသုတ်၍ မီးနွေး နွေးကင်ပြီးလျှင် ဝမ်းပိုက်၌ ကပ်ပေးပါ၊ ၎င်းအရွက်အေးသွားလျှင် အထက်နည်းအတိုင်း အသစ် နွေးနွေးပြန်၍ ကပ်ပေးပါ၊ နေ့ ၃-၄ ကြိမ်, ည ၃-၄ ကြိမ်ခန့် ပြုလုပ်ပေးက သက်သာရာရလိမ့်မည်။

ကျပ်ဖုနှင့် အခြားသောအဖုအပိမ့်များ။ ။မရိုးစေ့ နှင့် သနပ်ခါးသားမှုန့်ကို ခေါ်ပြင်ပြစ် သွေး၍ ကျပ်ဖု နှင့် အခြားသော အဖုအပိမ့်များကို သုတ်လိမ်းပါက ပိန်၍ ပျောက်ပါလိမ့်မည်။

အရေပြားရောဂါ နှင့် အနူကြီးရောဂါ။ ။မရိုးမြစ်အမှုန့် ၂- ရွေးသားကို ပျားရည် နှင့် ရော၍ သောက်ပါ။

နောက်တနည်း။ ။မရိုးမြစ် ၁၂-ပဲ, ဖီရ ၃ဝိ- ဂ-ဟူး ဘာပုကြွမ်း ကျို၍ ၎င်းဆေး ရည်ကို စစ်၍ သောက်ပါ၊ ရောဂါသက်သာသည်အထိ ဆက်လက်၍ သောက်ပါ။

နောက်တနည်း။ ။မရိုးစေ့ကို ဖုတ်၍ ၃ ရွေးသားကို ပျားရည်နှင့် နေ့ကို ၃-ကြိမ် သောက်ပါ၊ ရောဂါသက်သာခြင်း မရှိက ဆက်လက်၍ သောက်ပါ။

၎င်းအထက်ပါဆေး (၃) မျိုးသည် နုနာရှိဖိုး အရေပြားရောဂါနှင့် အဆစ်အဆက် များပြုတ်၍, ပဲ့၍, ခြေထောက်များ ပြော့၍ ကျသော (ဂလိတကုဋ္ဌ) ခေါ် နူနာကြီးရောဂါများ ပျောက်ကင်းကြောင်း တွေ့ဘူးမြင်ဘူးလေပြီ။

ပန်းနာရင်ကျပ်နှင့် ချောင်းဆိုးရောဂါ။ ။မရိုးပွင့်၏ အတွင်းသားအညှောင့် ၂-ပဲ, သိန္ဓောဆား ၂-ပဲ, သိန်း ၃-ရွေး, ဇော်ဖြူ ၆-ပဲ ရှိဆေးစုကို ထောင်းပါ၊ ၎င်းနောက် ညက်ညက် ကြိတ်ပြီး ဆင်ခေါင်းပဲမှ လုံး၍ ထားပါ၊ ၎င်းဆေးလုံးကို ၃-နာရီခြား တလုံးကျ စားမူ ရချောင်း ဆိုးရောဂါ, ပန်းနာရင်ကျပ်ရောဂါ သို့၌ များစွာ အကျိုးပြုသည်။

၎င်းနောက် တနည်း။ ။မရိုးပွင့် နှင့် ပြုပ်ကောင်းဆော့ချိန်မက်၍ ညက်စွာ ကြိတ်ပြီး လျှင် ငွေ့တာလုံးခန့် လုံး၍ အရိပ်တွင် လှန်းပါ၊ ၎င်းဆေးလုံးကို ယနေ့လျှင် ၃-ကြိမ်, တကြိမ်လျှင် တလုံးကျ သောက်မူ ပန်းနာရင်ကျပ်နှင့် ချောင်းဆိုးရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ကာလဝမ်းရောဂါ။ ။မရိုးပွင့်၏ အတွင်းမှ အညှောင့်ကို ဖယ်၍ ကပ္ပင့်သကြားလက် ၁၂-ပဲ, ငြုပ်ကောင်း ၁၂-ပဲ, ချင်းခြောက် ၁-ကျပ် ၂-ပဲ ရော၍ ကြိတ်ပြီးလျှင် ဆင်ခေါင်းပဲ ခန့်မျှ လုံးထားပါ၊ ကာလဝမ်း, ပင်လယ်ကူးပျောက်ရောဂါ ဖြစ်သူကို ၎င်းဆေးအသုံးမျှတိုက်မူ လျှင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

သွက်ချာပါဒ, လေနာ, အဆစ်ရောင်ရောဂါ လိမ်းဆေး။ ။မရိုးရွက်, ပဒိုင်းရွက်, ကြက်မှာရွက်, တဆောင်းကြီးရွက်, သခေါ်တာမရွက်, ခနဲသွန်ရွက်, ကြိတ်မှန်ပွင့်ဖြူရွက်, ဆေးခြောက်ရွက်, ၎င်းအရွက်ပုံးကို အစိမ်းလက်လက် အညီအမျှ စုပြီးလျှင် သတ္တုရည်ညှစ်၍ ယူပါ၊ ၎င်းသတ္တုရည်အလေးချိန်နှင့် ဆက္က နှမ်းဆီကို ရော၍ မီးအပ်ငြိမ်ဖြင့် ကျက်ပါက ဆီ၏ အလေးချိန်ကျန်လျှင် ဖားစေ့အောင်ချိန်၍ စစ်ယူထားပါ၊ ၎င်းဆီနှင့်လိမ်းဆေးအခါ ဆီတို့ကြီးဖြစ်သော်နှင့် ငြုပ်ကောင်းအမှုန့်ကို အနည်းငယ်ခပ်၍ လိမ်းပေးပါ၊ ထိုနည်းတိုင်း အကျိုးမှာ သွက်ချာပါဒဆေး

ဖြတ်ခြင်း၊ ကိုယ်တက်ကျွမ်းသေ၊ သေငန်းရောဂါ၊ အဆစ်ရောင်ရောဂါ၊ အကြောများဆိုင်းတွ လေးလန်သောရောဂါ၊ အကြောအားနည်းသောရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေတော်မူ၏။

နောက်ဘနည်းစားဆေး။ ။ခရိုင်၏မပွင့်သောအရင်အဖူး၊ ချင်းခြောက်၊ ပြိပ်ကောင်းကြွယ်ဘွဲရွက်၊ ၎င်း ၄ မျိုး အညီအမျှချ၍ ညက်စွာကြိတ်ပြီးလျှင် ဆင်ခေါင်းပဲမျှ လုံး၍ထားပါ။ ၎င်းဆေးကို နံနက်ည ၂-လုံးကျ သောက်မူ သွက်ချာပါဒ၊ လေဝန်းနှင့် သဆစ်ရောင် ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

ကင်းအဆိပ်နိုင်ဆေး တမျိုး။ ။ကောင်းကိုက်သော ဖျပ်ရာကို ပဌမ သခော်ာပွဲရပ်ပြင် ပွင့်တိုက်ပြီးနောက် ပရိုးရွက်အစိမ်း သတ္တုရည်ကို လိမ်းပေးမူ ပျောက်၏။

ဥဏှောက်ရောဂါနှင့် ခေါင်းတခြမ်းကိုက်ရောဂါ။ ။ကောက်ညှင်းဆန်၊ကျောက်ချဉ် ဒွတ္တာ၊ ပျော်မှုန့် ၁-ကျပ် ဂဝိ၊ ချင်းခြောက် ၁၂-ပဲ၊ ၎င်းဆေးစုကို ညက်စွာကြိတ်၍ မရိုးစေးနှင့် နယ်ပြီးလျှင် ဆေးခြောက်လှမ်းပါ၊ ၎င်းနောက် အဆက်ပါ ဆေးစုကို မီးနှင့် အနည်းငယ် လော၍ တဖန် ပြန်၍ ထောင်းပါ၊ ၎င်းဆေးမှုန့် အနည်းငယ်မျှကို ဆိတ်၍ နှင့်ဖျော်၍ နှာခေါင်းသို့ ပင့်ပေးမူ ခေါင်းတခြမ်းကိုက်ခြင်း၊ ခေါင်းမိုက်ဖိုက်ခြင်း၊ နှာတာမျည် အနာအဆိုးဖော်သော ရောဂါများ ပျောက်ကင်းစေတော်မူ၏။

အာဒဲအစပ်နာရည်ယိုရောဂါ။ ။သလဲအမှုန့် ၃-ကျပ်ကို နုနုထောင်း၍ ပျိုးစေး ပြုမှုန့်ညက်နယ်သကဲ့သို့ ညက်အောင်နယ်ပါ၊ ၎င်းဆေးကိုအပြားပြုလုပ်၍ မီးခဲဖြင့် မှားမချမ်ရအောင် ကင်ပါ၊ ၎င်းနောက် အပြားများကို အခြောက်လှမ်း၍ နုနုထောင်းပါ၊ ၎င်းထောင်းပြီးသော ဆေး ပွင့်စပ်၍ ထည့်ရန်မှာ ဇော်ဂျီပုတ်သိက် ၃-ပဲ၊ ကျောက်ပွင့်မှုန့် ၃-ပဲ၊ ဖာလဲချဉ် ၁-ပဲ ၂-ရွေး၊ ဖာတိုဖိုလီ ၁ ပဲ ၂-ရွေး ၎င်းဆေးစုကို ညက်ညက်ထောင်း၍ အနည်းငယ်မျှပေါ်၊ ဖြေဆပ်လာ မည်၊ ထိုနောက်အကျိုးမှာ မူးဝေခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ အကြောတက်ခြင်း၊ အဒဲအစပ်၍နာရည် ယိုနာခြင်း၊ သတိလစ်ခြင်း စသော ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

ဝက်ရူးနာထောက်ဆေး တမျိုး။ ။မရိုးပွင့်အစိုနှင့် ပြိပ်ကောင်း ၎င်း ၂-မျိုးကိုအညီ အမျှ ချ၍ ကြိတ်ပြီး ၂-ရွေးသားသားသာမျှ လုံး၍ အခြောက်လှမ်း၍ထားပါ၊ တနေ့ကို ၂-ကြိမ် ၃-ကြိမ်မျှ သောက်မူ ဒေါသထောက်ပြန်ခြင်း၊ ပန်းနာထခြင်း၊ ဝက်ရူးပြန်ခြင်း၊ အကြောတက်သော ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

ဝက်ရူးနာရှူဆေး တမျိုး။ ။မဟိုးမြစ်၏ အခြောက်ကို ဆိတ်နီ၍ နှင့်သွေး၍ နှာခေါင်း တွင်းသို့ အနည်းငယ်သွင်း၍ရှုရင်း၊ အပြင်မှ လိမ်း၍ရင်း ပြုလုပ်မူ ဝက်ရူးနာ ပျောက်ကင်း၏။

မျက်စိယားနာဓျောက် မျက်စဉ်း။ ။မရိုးမြစ်၏အခေါက် ၁၂-ပဲသားကိုထောင်း၍ ရေ ၂၇-ကျပ်သားတွင် တနာရီမြည့်အောင် စိမ်၍ထားပါ၊ ပြီးလျှင် ၎င်းရေကို စစ်ပါ၊ ၎င်းရေ ၂-စက်ကို မျက်စိတွင် ခပ်ပေးပါက မျက်ယုံအိမ် နီမြန်းခြင်းနှင့် မျက်စိယားခြင်း ပျောက်ကင်း ပါလိမ့်မည်။

မျက်စိအလင်းမျက်ကွင်းဆေး။ ။မရိုးပွင့်ဖြူမြစ်၏ အခေါက် (မဝန်း) ဆီဦးနှင့် ကြိတ်၍ မျက်စိကို ကွင်းပေးပါက မျက်စိအလင်းရောင်အား ရှိလာလိမ့်မည်။

ငှင်းမျက်ကွင်းဆေး တမျိုး။ ။ဝါဂွမ်း အဟောင်းကို မရိုးအစေးတွင် ၃-ကြိမ် စိမ်၍ အခြောက်လှမ်းပါ၊ ခြောက်လျှင် ယောက်သွားတွင် ထည့်၍ မီးရှို့ပြာချပါ။ ၎င်းပြာကို မျက်စိ၌ ကွင်းပေးပါမူ မျက်စိရောင်ရမ်းခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

မျက်စိတိမ်စွဲ ပျောက်ဆေး။ ။ဟောင်းသော ထကြွားခဲ အမှုန့် ၁၂-ပဲ မရိုးစေးတွင် စိမ်ထားပါ၊ ၎င်းနောက် အခြောက်လှမ်းပါ၊ ၎င်းနောက် လေးညှင်း ၆-ပွင့်နှင့် ရော၍ အမှုန့်ပြုပါ၊ ၎င်းအမှုန့်ကို မကြာမကြာ ရှူပေးမူ မျက်စိတွင် ပုလဲလုံးကဲ့သို့သော တိမ်ကျခြင်းမှ ကျွတ်ကင်း၏။

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 ဆတူ ရ၍ ဆန်ပုံ့ရည်နှင့် ကြိတ်ပါ၊ ၎င်းပြင် နှမ်းဆီ နှင့် သိမ်ဆွာ အနည်းငယ်မျှ ထည့်၍ ထားပါ၊ ရှားဆောင်းကြီးရိုးကို အလယ်တွင် အပေါက်ဖောက်၍ အထက်ပါ ဆေးများကို သိပ်သွင်းပါ၊ ၎င်းနောက် ၎င်းရှားဆောင်းရိုးကို မရိုးရွက်များ လုံအောင် ပတ်ပြီးလျှင် အဝတ်နှင့် မြေစေးကို ဇော်ထပ်ပ်၍ ဖုတ်ပါ၊ အပေါ်မှာ နီလာလျှင် ချ၍ထား၊ ၎င်းဆေးကို နွေးနွေးကလေး ပြု၍ နားတွင် ခပ်ပေးပါမူ ခပ်သိမ်းသော နားနာ, နားကိုက်, နားလေထွက်, နားပြည်ယိုများ ပျောက်ကင်းစေ၏။

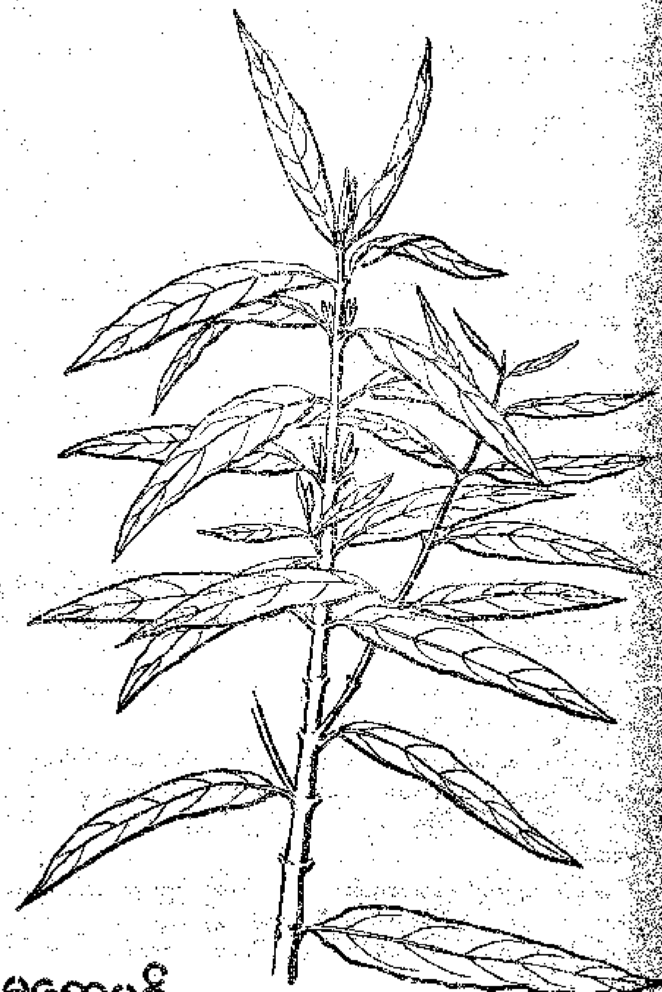
နောက်တနည်း နားနာ ယိမ်းဆေး။ ။ပန်းလိုင်ခြင်, သင်ကြူမိုးကပါ, ကန့်ချပ်နီ, ထန်းလျက်, နှပ်ချီစေ့, ပန်းနု, သံစားဖုသွာ ၎င်းဆေးဖုကို မရိုးစေးနှင့် ကြိတ်၍ လူးလျှင် နားနာ ဟူသမျှ ပျောက်ကင်း၏။

သွားနာ ပျောက်ဆေး တနည်း။ ။မရိုးအစေးတွင် ဂွမ်းကို စိမ်ပြီးနောက် ထောပတ်နှင့် နယ်ပြီး သွားနာသို့ သိပ်ပေးမူ ပျောက်၏။

သွားပိုးစား ပျောက်ဆေး။ ။မရိုးအစေ့နှင့် တောင်မရိုးအခေါက်ကို ရောကြိတ်ပြီး သွားပိုးစားသောနေရာကို သိပ်ပေးပါ၊ ၎င်းဆေးသိပ်ပြီးသောအခါ တံတွေးထွေးခြင်းကို ရပ်ဆန့်ထားပါ၊ အတန်ကြာကြာနေပြီးမှ ထွေးပါ၊ ထိုသို့ ပြုခြင်းဖြင့် သွားပိုးစားခြင်း, ကိုက်ခဲခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ကျောက်ဘည်ရောဂါနောက်တနည်း။ ။အရိပ်တွင် ခြောက်သောမရိုးပွင့်, ယမ်းစိမ်း, လျှပြာဆား, ဆူးပန်းစေ့, ၎င်းဆေးဖုကို အညီအမျှ ရ၍ မရိုးစေးနှင့် ညက်စွာ ကြိတ်ပြီးလျှင် အခြောက်ပြုပါလေ၊ တနေ့လျှင် ၃-ပဲသားကို ဆိတ်နို့နှင့် သောက်မူ ကျောက်ဘည် ရောဂါ နှင့် ဆီးချုပ် ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

နားတာရှည်ခေါင်းကိုက်ရှူဆေး။ ။မရိုးအကိုင်းကို အခြောက်ပြု၍ တံဖက် အမျှားမှ မီးရှို့၍ တဖက်မှ နှာခေါင်းဖြင့် အားပါးတရရှူပါ၊ တနေ့ကို သုံးကြိမ်မျှ ရှူပေးပါ၊ မျက်မြင်



မရှော့ဝဋ

ပျောက်သည်ကို တွေ့ဘူးလှပြီ၊ (သို့မဟုတ်) အရိုးအကိုင်းမခြောက်ကို ဆောရိုးသဖွယ် နုပ်နုပ်စင်း၍ ဆေးပေါလိပ် အငယ်စားကွင် (ဆေးလိပ်များ ပယ်၍) ငုပ်းမရိုး စင်းပြီးသားကို ထည့်၍ ရှူပါ၊ နှစ်လ များစွာ မီးရှပ်ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ ရိုးရိုးခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ အဖြွော အမြဲ ထက်ခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းနိုင်၏။

အကိုက်အခဲပျောက် ထိုးဆေး။ ။ခြေ၊ လက်၊ ဒူး၊ ပေါင် စသည် မခံမရပ်နိုင်အောင် ကိုက်၍ အင်္ဂလိပ်ထိုးဆေး၊ မြန်မာထိုးဆေးများဖြင့် မပျောက်နိုင်သည်ကို လက်တွေ့ ပျောက်ဘူးသည်မှာ မရိုးစေး နှင့် ရှိန်းခိုတောင်းခေါင်းကို ထွေး၍ ကိုက်ခဲနာကျင်ရာသို့ ရိုက်ဖြင့် ထိုးပေးပါ၊ မြန်စွာ ပျောက်ကင်း၏။

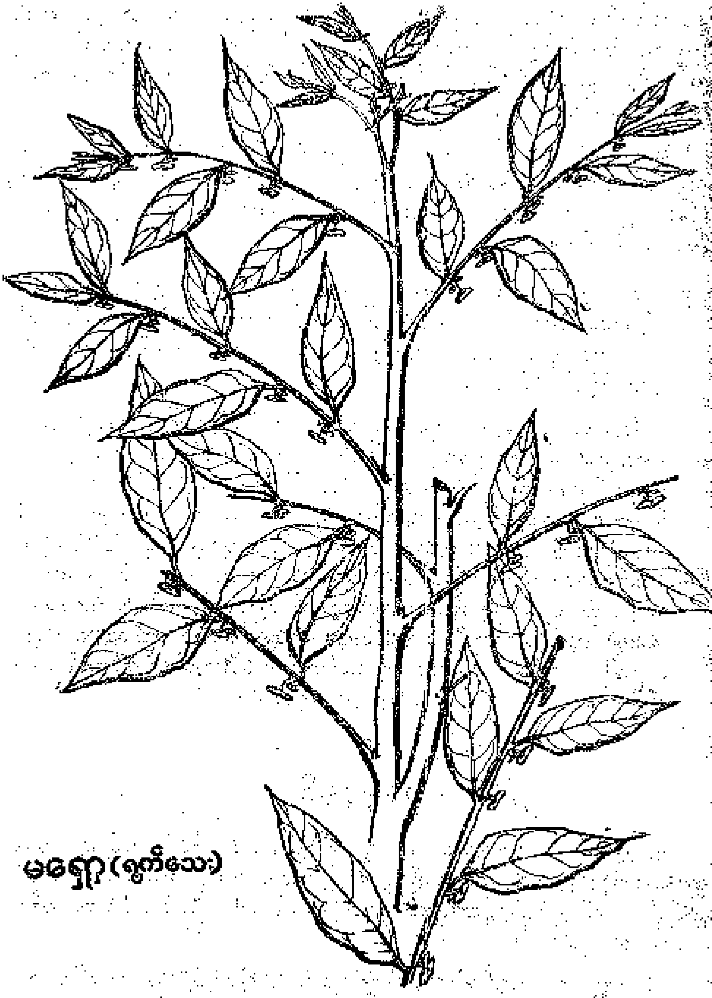
မှတ်ချက်။ ။ငုပ်းမရိုးအပွင့်ကို စွဲ၍ အဖြူ၊ အနီ၊ ၂ မျိုး ရှိ၏၊ အဖြူမျိုးသည် အနီထက် ကြီးထွား၏၊ ပူသော အရပ်ဒေသတို့၌ များစွာ ပေါက်ရောက်၏၊ စိုက်ပျိုးရာ၌ ဖြစ်လွယ်သော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အကျိုးသတ္တိပုံ မှာ နီ-ဖြူ ၂-မျိုးလုံး အတူပြု၍ နိုသတ္တုကျမ်းများ၌ မိန့်ဆိုကြကုန်၏။

မြန်မာပြည်တွင် နေရာကကာ၌ အသုံးသဖြင့် အထက် မြန်မာပြည် ကြည်းကုန်းအရပ်၌ အလေ့ကျ (အလိုအလျောက်) ပေါက်တတ်သော အပင်တပင် ဖြစ်လင့်ကစား လူသားတို့အား မည်မျှအကျိုးပြုသည်ကို ဖော်ပြခဲ့သော အကြောင်းအရာအရပ်ရပ်တို့ဖြင့် သိနိုင်ပေ၏၊ နိုသတ္တုကျမ်း ဆရာမြတ်တို့၏ အကျမ်းတဝင် ချီးကျူးမွမ်းဆိုသော သစ်ပင်တို့တွင် ဤမရိုးပင်လည်း တမျိုး ပါဝင်၏၊ မည်မျှအထိ ချီးကျူးထားသည်ဟူမူ "အကြင်အခါ၌ မရိုးပင် စိုက်ပျိုးထားအံ့၊ ထိုမရိုးပင်ရှိသောအခါ၌ အသိုလျှင် ဆေးသမားများ ဝင်ထွက်သွားလာ နိုင်ရအံ့နည်း" ဟု ဂုဏ်ပြုမွမ်းဆိုထားသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ဆိုလိုသည်မှာ မရိုးပင်စိုက်ထားသော အိမ်တွင် နေထိုင်သောသူတို့ ရောဂါဝေဒနာ ကျရောက်ခဲ့သော် မည်သည့်ရောဂါမျိုး၊ အနာမျိုး၊ အဆိပ်မျိုး ဖြစ်စေကာမူ ထိုမရိုးပင်သည် ပယ်ချုံးသုတ်သင် ကင်အောင်နိုင်သော ကြောင့် ဆေးသမားများကို ပင့်ခေါ်ရန် မလိုခဲ့ ဟု ဆိုလိုသည်။

မရှော့ပင်

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဤငင်းအပင်သည် ပုံတွင် ဖော်ပြထားသည့်အတိုင်း အပင်အရွက် အခန်သဏ္ဌာန်အားဖြင့် ကြီး၊ လတ်၊ ငယ် သုံးမျိုးရှိ၏၊ မြန်မာပြည် ကချင်ပြည်နယ်၌ ပေါက်ရောက်သည်ကိုရင်း၊ စတင် အသုံးပြုရာ၌ အကျိုးထင် ရှားစေသဖြင့်ရင်း ပြည်မသို့ ဂုဏ်သတင်း ပြန့်နှံ့လာသော အပင် ဖြစ်သည်။

ငုင်းမရှော့ပင်၏ ဂုဏ်သတင်း သတ္တိအာနိသင်ကို ဖော်ပြရာ၌ ပုံပြင်ဆန်နေသဖြင့် လက်တွေ့ပြနိုင်မှ ယုံကြည်သော လူမျိုးအတွက် ဤအပင်၏ အကြောင်းကို ဖော်ပြရာ၌ လွယ်ကူမည်မထင်ချေ၊ ပုံပြင်ကား သားငယ်ကလေး ကစားနေရာတွင် မြွေကြီး တကောင် လာပြီး ကိုက်



မရှော(ရွက်သေး)

သည်ကို ဖခင်ဖြစ်သူ တွေ့သဖြင့် ရိုက်သတ်လိုက်လေ၏။ သားကလေးကို သောက ပြင်းထန်စွာဖြင့် ခပ်လှမ်းလှမ်းသို့ ချီသွားပြီးနောက် အသက်ပြန်ရှင်ရေးကို တွေးတော စဉ်းစားနေခိုက် အခြား မြွေထကောင်သည် ယိုသေနေသော မြွေနားသို့ လာရောက်ကြည့်ရှုပြီးလျှင် ဆောလျင်စွာပင်လျှင် တောတွင်းသို့ ပြန်ဝင်သွား၏။ ထိုအမူအရာကို မနီးမဝေးမှ တိတ်ဆိတ်စွာ ကြည့်နေသော ဖခင်သည် မြင်လိုက်ရလေ၏။ မကြာမီပင် တောတွင်းကို ဝင်သွားသော မြွေသည် သစ်ရွက်ကို မိုလာလျက် သေနေသော မြွေ၏ နှာခေါင်း၊ ပါးစပ်တို့၌ ထိုသစ်ရွက်၏ အနံ့ကို ပေးသည့်တန်မျိုး ပြုနေ၏။ မကြာမီပင် လှုပ်ရှားလာပြီးလျှင် မြွေအသီ နှင့်အမ ၂ ကောင်စလုံး ပင် တောတွင်းသို့ ပြန်ဝင်သွားကြလေကုန်၏။

ထိုအမူအရာအားလုံးကို ဖခင်လုပ်သူကသည် တွေ့မြင်ပြီးနောက် မြွေ ချီလာသော နမူနာ ရွက်ကို ကိုင်တွယ်ပြီးလျှင် တောတွင်းသို့ ဝင်ရောက်၍ ထိုအပင်ကို ရှာဖွေပြီး အရွက်များကို ယူငင်လျက် ထိုအရွက်ကို အချို့ ပွတ်ချေ၍ အနံ့ရှူရန် မွတ်ပေး၏။ အချို့ကို ခံတွင်းသို့အရည် ညှစ်ပြီး တိုက်ကျွေး၏။ အချို့ကိုမူ မြွေကိုက်ရာဒဏ်ရာ၌ အုံပေး၏။ မကြာမီမှာပင် ထိုမြွေကိုက်မှ၍ သတ်လစ်ပြီး သေနေသည် ဟု ထင်ရသော သားငယ်သည် အသက်ပြန်ရှင်လာလေသည်။ ထိုသူ၏ လက်တွေ့ အသိဉာဏ်မှ စ၍ တဆင့် တဆင့် ပွားပြီးလျှင် အဆိပ်နိုင်ပင် အနေဖြင့် သူသူ ငါငါ ယနေ့တိုင် သုံးစွဲကြလေကုန်၏။

အထက်ပါ ဖြစ်ရပ်ကို ထောက်ဆလျှင် ထိုအပင်၏ အကြောင်းသည် ဒဏ္ဍာရီ ပုံ ဖြင့်ဆန်နေ သည်ကို တဖက် ဉာဏ်မျက်စိအမြင်ရှိသူတိုင်း အကျိုးမမြင်ဘဲ အချိုးထင်ကြမည်မှာ မလွဲပင် ဖြစ်၏။

ဆေးပညာ ဂန္ထဝင်ခြောက် ကျမ်းကြီးတို့၌ အောက်ပါအတိုင်း စွမ်းရည်သတ္တိကို ကြံစည် တွေးသ၍ မရနိုင်သည့် အချက် (၄) ချက်ကို ဖော်ပြထား၏။

(၁) ဓာတုအစိန္တေယျ။ ။မြေဒါး၊ သံ စသော ဓာတ်များနှင့် ထိုဓာတ်များဖြင့် ပြုလုပ်ထားသော တန်ခိုးသတ္တိရှိသည့် ဓာတ်လုံးများ၊ အပ္ပနာ၊ အဇေအားနာ၊ တက်နာ၊ သက်နာ၊ အနာဝပေါက်မှ စ၍ ရောဂါဝေဒနာ အရပ်ရပ်တို့ကို အသုံးပြုနိုင်ခြင်း၊ ဓာတ်လုံးကိုင်၍ ကောင်းကင် သို့ ပျံသန်း သွားလာနိုင်ခြင်း စသည်တို့၌ မည်သည့်အကြောင်းကြောင့် အကျိုးသတ္တိ စွမ်းရည် ရှိသည်ကို ကြံစည်ခြင်း၊ ဓာတ်ခွဲကြည့်ခြင်း စသည်ဖြင့် ကြံစည်ပြုလုပ်ခြင်းငှာ မစွမ်းနိုင် ဟု ဆိုလို သည်။

(၂) ရတနာအစိန္တေယျ။ ။ရတနာ၏ စွမ်းရည် သတ္တိ တန်ခိုးကို မကြံစည်နိုင်၊ ရတနာများ ကောင်းကင်လှင် ပျံ့ လွှားခြင်း၊ စန္ဒာမဏိ (လို၊ တ၊ ရ ပတ္တမြား)မျိုး၏စွမ်းရည်သတ္တိ၊ မှောင်နေသောနေရာ၌ မီးမထွန်းဘဲ လင်းခြင်း၊ ထုပ်ထားသော ဝါဂွမ်းထုပ်၊ ထိန်လင်းခြင်း စသည်ဖြင့် ကျောက်မျက်ရတနာမျိုးကို မည်သည့် အကြောင်းကြောင့်၊ မည်သည့်ဓာတ်များ ပါနေ၍၊ ဤကဲ့သို့ စွမ်းရည် တန်ခိုး ထက်မြက်နေသည်ကို ကြံစည်တွက်ဆ၍ (၈) ဓာတ်ခွဲ ရှာဖွေ၍ မရနိုင် ဟု ဆိုလိုသည်။

(၃) မန္တအစိန္တေယျ။ ။မန္တာန်ရွတ်၍ အကျိုးအာနိသင် အမျိုးမျိုး ဖြစ်ပေါ်လာ ရာ၌ ထိုမန္တာန်သည် အဘယ်ကြောင့် စွမ်းအားသည် ဟူ၍ ကြံဆ၍ မတွေးဆသာနိုင်၊ မန္တာန်ရွတ်ပြီး

လျှော် ချင်းကြိုးကို ကျွဲ လုပ်ပြီး စီးသွားခြင်း၊ စားနေသောဟင်းများ၊ တယောက်သောသူက မန္တာန်ရွတ်လိုက်သဖြင့် လောက်များ ဖြစ်သွားခြင်း၊ တယောက်သောသူက မန္တာန်ရွတ်ပြီးလျှင် မိမိကိုယ်ကို လင်းတ ကဲ့သို့ ဖြစ်စေပြီးလျှင် ထိုဟင်းမှ ဖြစ်သွားသော လောက်များကို ကောက်စားခြင်းမှ စ၍ ခေါင်းကိုက်ပျောက်မန္တာန်၊ အရိုးကျူမန္တာန်၊ အပင်းအလုံးကျမန္တာန်၊ မီးလောင်စေသောမန္တာန်၊ မိုးရွာစေသောမန္တာန် စသည်ဖြင့် တကယ်တမ်း ထိထိရောက်ရောက် တန်ခိုးသတ္တိကို ပြနိုင်သောမန္တာန်များ ရှိပေ၏၊ ထာ့ကြောင့် စွမ်းသည်ကို မည်ကဲ့သို့ ပထဝီ၊ တေဇော အာပေါ စသော ဘုတ်ငါးပါးဖြင့် ခွဲယူနိုင်ပါမည်နည်း၊ သို့ ့နည်းကျကျ မည်သည့် ခာတ်ဗေဒ ပညာဖြင့် ပြနိုင်ပါမည်နည်း၊ ၎င်းမန္တာန်၏ တန်ခိုးသတ္တိ ထက်မြက်မှုကိုလည်း ကြံစည် တွေးဆ၍ မရနိုင် ဟု ဆိုလိုသည်။

(၄) ဆေးသစ္စ အစိန္တေယျ။ ။ဆေးပစ္စည်းနှင့် ဖော်စပ်ထားသော ဆေးတို့၏ အစွမ်းသတ္တိကို မကြံစည်နိုင် ဟု ဆိုလိုသည်၊ လွန်စွာ ကျယ်ပြန့်ပါ၏၊ ၎င်းကို ပဋ္ဌာဘုတ် လက္ခဏာ အမြင်ဖြင့် မသိနိုင်၊ ဓာတ်ခွဲကြည့်ရှုလည်း မြင်တွေ့ရမည် မဟုတ်ချေ၊ သို့သော် ၎င်း၏ တန်ခိုး သတ္တိကား ရှိသည် သာလျှင် ဖြစ်၏၊ ရှေးသူဟောင်းတို့သည် ကြံစည်၍ မရနိုင်ပဲ တန်ခိုးသတ္တိ လွန်စွာ ရှိနေသော အပင်မျိုးကို နတ်ဆေး၊ နတ်ဝါးပင် ဟုလည်း ခေါ်ကြ၏၊ သိကြားဝင်သစ်ပင် များ ဟုလည်း ခေါ်ကြ၏၊ ဆေးကျမ်းတို့၌မူ ကြံစည်၍ မရနိုင်သော တန်ခိုးသတ္တိရှိသော အပင် ဟု အဆင့်အတန်း သတ်မှတ်လျက် ထားကြလေကုန်၏။

မဇ္ဈော့ရွက်သည် ဖော်ပြခဲ့ပြီးသော ပုံပြင်အတိုင်း သေနေသည့်အယိုသို့ ရောက်အောင် အဆိပ်မှန်နေသော ဝေဒနာရှင်ကို ကိုယ်တိုင် ကုစား ကာကွယ်ပေး၍ အောင်မြင်သည့်အဖြစ်သို့ မရောက်ဘူးသေးသော်လည်း ကင်းကိုက်ခြင်း၊ မြွေးဟုပ်ခြင်း (ကိုက်)၊ ခွေးရူးကိုက် စသော သာမည အဆိပ်အမျိုးတို့၌ များစွာ အကျိုး သတ္တိ တန်ခိုး ရှိကြောင်းကိုကား ကိုယ်တိုင် တွေ့ရ ပါသည်။

တန်ခိုးသတ္တိမှိ၍ အစိန္တေယျလိုက်သော ဆေးပင် ဆေးပစ္စည်းတို့ကို အကျိုးရှိအောင် အသုံးပြုလျှင် တွေးဆကြံစည်၍ မကုန်နိုင်ပါ၊ လက်တွေ့ သုံးကြည့်ရမှုလည်း ဥပမာ - ကင်းကိုက်သည်ကို အောင်မြင်လျှင် မြွေပွေး ကိုက်ရာ၌ အသုံးပြုနိုင် မပြုနိုင်၊ မီးလောင်ရာ၌ အသုံးပြု၍ ရ မရ၊ ခန္ဓာကိုယ်တွင် သွေးများ အဆိပ်သင့် ဖြစ်ပွားရာ၌ ထိုအဆိပ်ကို ဖြေနိုင် မဖြေနိုင် စသည်ဖြင့် မှိုတောက်ခြင်း၊ ဝပ်၍ မစားကောင်းသည်ကို ဝပ်စားခြင်း၊ အစာအဆိပ်၊ ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌ သွေးသားအဆိပ်၊ ရောဂါအဆိပ်၊ ပတိုင်း မြွေအဆိပ် စသော ဆေးပစ္စည်း အဆိပ်၊ စိန် ကန် စသော ဓာတ်ပစ္စည်းအဆိပ်၊ သတ္တဝါ အမျိုးမျိုးတို့ ကိုက်ခဲခြင်းစသော သက်ရှိအဆိပ် စသည်ဖြင့် လူ့လောက၌ လူသားတို့သည် အတွင်းအပြင် သက်ရှိ သက်မဲ့ အဆိပ်အမျိုးမျိုးနှင့် နေထိုင်နေကြရကုန်၏၊ မည်သည့်လူမျိုး၊ မည်သည့်ဒေသ၊ မည်သည့် တိုင်းပြည်မှာမှ အဆိပ် အမျိုးမျိုးတို့နှင့် မကင်းနိုင်ကြကုန်၊ ထိုသို့ အဆိပ်အမျိုးမျိုးတို့နှင့် တွေ့ကြုံနေရသော လူ့လောကတို့ရွာနှင့် ကာကွယ်ဘို့ရန်လည်း နည်းအစုံ ရှိလေရာ ၎င်းတို့အနက် ဤ မဇ္ဈော့ရွက်သည်လည်း တဖက် တလမ်းမှ အဆိပ်ဖြေရာတွင် ပါဝင်နိုင်ပါသည်ဟု ယူဆမိပါသည်၊ ထို့သို့ ကြံစည်၍ မသိနိုင်သော အပင်၌ ကြံစည်၍ မရပြီ ဟူသော သဘောဖြင့် ဖျန်ထားရန် အထက်ပါအတိုင်း အစိန္တေယျ

အကြောင်းကို ဖော်ပြပါသည်၊ သူတောသန့် ပြုလိုသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကား လက်တွေ့ ရသပျံကို နမူနာယူပြီးလျှင် မိမိ ကိုယ်တိုင်လည်း လက်တွေ့ ဖုဆောင်းသွားမှ ထိုမကြုံစည်နိုင်သည့် ဂုဏ်သတ္တိ တန်ခိုးရှိပုံကို သိနိုင်မည် ဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

မရွှေဘ္ဘဆေးရှက်နှင့် ပတ်သက်၍ အကြောင်း အရာကို သိလိုရေးဖြင့် မေးမြန်းရာ ကျေးဇူးပြည့် နယ် ဥက္ကဋ္ဌ ဦးခိုန်ရတန်ထံမှ ၁၄-၆-၆၇ နေ့စွဲဖြင့် ပေးပို့လိုက်သော စာများကို မိတ္တူအတိုင်း ဖော်ပြလိုက်ပါသည်။

မရွှေဘ ဆေးရှက် အညွှန်း

၁။ မူးယစ်စေတတ်သော အစားအစာကို စားသောက်မိပါက ချက်ချင်း မရွှေဘ ဆေးရှက်ကို စားသုံးပါ၊ မည်သည့် အစားအစာကို မဆို အစားမှားမိပါက ၎င်းဆေးရှက်ကို မှီဝဲသုံးစွဲနိုင်ပါသည်၊ လူသာမက တိရစ္ဆာန်များ အစား မှားပါ ကလည်း ၎င်းဆေးဖြင့် ပျောက်ကင်းနိုင်ပါသည်။

၂။ မူးယစ်စေတတ်သည့် အဆိပ် ဟူသမျှကို ပြေစေပါသည်၊ မရွှေဘဆေးရှက်ကို စားသုံးပြီး အခြား ဗယဆေးများကို မှီဝဲသုံးစွဲပါက မည်သည့်ဆေးမျှ တန်ခိုး အာနိသင် မရှိတော့ပါ၊ အခြား ဗယဆေးများ၏ တန်ခိုးအားလုံးကို ပျက်ပြယ်စေပါသည်။

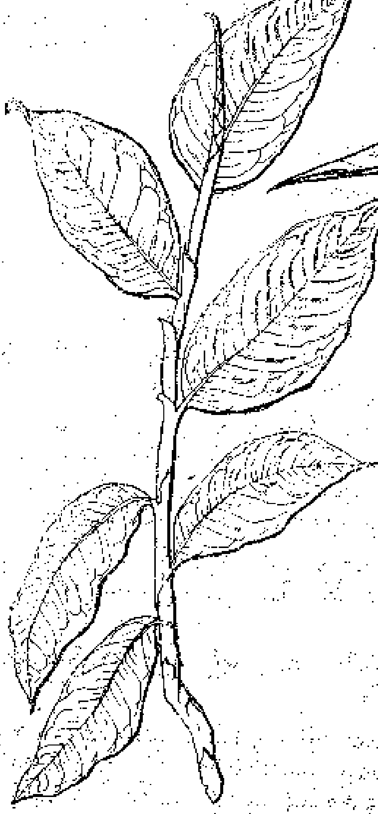
၃။ အဆိပ်ပါသော မြွေဆိုး၊ ပျား၊ ကင်းမြီးကောက် နှင့် အခြား အဆိပ်ပါသည့် အကောင်များ ကိုက်မိ၊ ထိုးမိပါက ချက်ချင်း ၎င်းဆေးရှက်ကို စားသုံးပါ၊ ညှိကဲ့သို့ ချက်ခြင်း စားသုံးခြင်းသည် နှလုံးသို့ အဆိပ်မရောက်နိုင်ရန် ကာကွယ်ပေးခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ အရှက်ကို ဝါးပြီး ဆေးဖတ်နှင့် အနာ ပတ်ပတ်လည် အုပ်ထားပါ၊ အနာကို မထိုးမိပါစေနှင့်။

၄။ အရိုးအဆစ် ကျိုးပဲ့၍ သွေးမထွက်သော ဒဏ်ရာ ရရှိသူအား ၎င်းဆေးရှက်ကို စားစေပါ၊ မလိမ်းပါနှင့်၊ သွေးမထွက်ဘဲ လိမ်းမိပါက သွေးပုတ် ဝှတ်၍ အနာရင်းပြီး အောင့်တတ်ပါသည်။

၅။ သွေးထွက်သည့် ဒဏ်ရာ ဖြစ်ပါက ဆေးစားရမည်၊ အနာ ပတ်ပတ်လည်တွင်လည်း ဆေးရှက်ဝါးပြီး 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 သိနိုးကို သိပ္ပံနည်းဖြင့် ထုတ်လုပ်သည့် ဆေးဝါး ဒီဒီတီ (ခြင်ဆေး) စသည်များ ပါဝင်ပါသည်၊ လွန်ခဲ့သည့် နှစ်များတွင် တောင်တန်း ဒေသများ၌ ကြွက်သတ်ဆေး စားမိ၍ အိမ်တွင်း မွေးမြူရေးတွင်



မဟာကာ ကျုံစိ

မဟာကာကျွဲရေကျ

မွေးပြီးသည့် ကြက် ဝက်များ သေဆုံးခဲ့ရာ၊ အထက် မသေသေးသည့် အကောင်များကို ၎င်းဆေးရွက် တိုက်ကျွေး၍ ပျောက်ကင်းသည့် အထောက် အထားများ ရှိပါသည်။

၈။ ပဒေ့ာဆေးရွက်သည် အခြားသော ဗေဒဆေးနှင့် မတူပါ။ အနည်းငယ် စားခြင်း နှင့် အများကြီး စားခြင်း၏ တန်ခိုး အာနိသင်ချင်း တူညီပါသည်။

၉။ "လွန်လျှင်ဘေး- ဘန်လျှင်ဆေး" ဟိုသလို မှုလိုအပ်တဲ့နှင့် အရမ်း မစား သင့်ပေ၊ ကိုယ်ခန္ဓာ ထိုင်းမှိုင်း လေးလံ တတ်ပါသည်၊ ကလေး များကို လွန်မင်းစွာ တိုက်ကျွေး မိပါက စိတ် ထိုင်းတတ်ပါသည်။

၁၀။ မသက်သတ်ရာ အစားအစာကို စားမိပြီး၍ သော်၎င်း, မစားသေးမီ သော်၎င်း ထိုဆေးရွက်ကို အနည်းငယ် စားသုံးပါက စိုးရိမ်ရာ မရှိတော့ပါ။

မဟာကာ (ထင်းဆေး)

လက်တင် Linostoma decandrum

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။လေကို လုပ်ဆောင် တတ်၏၊ သွေးကို ကြွစေ၏၊ ဝမ်းကို ဖြောင့်မှန်စေတတ်၏၊ ဆီးရှင်စေတတ်၏။

မဟာမေဒါ

သက္ကတ **महामेदा**

ဟိန္ဒီ **महामेदा** (မဟာမေဒါ)

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။အဋ္ဌဝဂ္ဂငါးမျိုးတွင် ပါဝင်သော အပင်မျိုး ဖြစ်သည်၊ အပင်၏ ပုံပန်း သဏ္ဍာန်တို့ကို အမှန်အကန် အတိအကျ မဆုံးဖြတ် နိုင်ကြချေ၊ သို့ရာတွင် ဤအပင်မျိုးကို မရ ခဲ့သော် ဥပသဂ္ဂကို ထည့်ရန် မှာကြားခဲ့သည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အေး၏၊ နှုတ်ကို မြိန်စေ၏၊ သလိပ် နှင့် သုက်သွေးကို ပွား စေ၏၊ သည်းခြေ လေကို ပယ်တတ်၏။

ပျောက်ကင်းသော ရောဂါများ။ ။အဖျားရောဂါ, လေရောဂါ, သွေးရှက်နာရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်သည်။

မဟာလှေကားပန်း(အနီ)

သက္ကတ　　ရက္တပုပ္ဖ ကောဝိဒါရ

ဟိန္ဒီ　　ကောဲနာရ်　(ကိုဠ - ၁၇,၅)

လက်တင်　　Bauhinia purpurea

ပုံသဏ္ဌာန်။　　။၎င်းသည် ပင်လတ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အခေါက်သည် ကာကီရောင် ရှိ၏၊ အရွက် ဗာဒါမ်ရွက်ပုံ ရှိ၏၊ အရွက် နှမ္ဗား ပေါ်တွင် အမွှေးနုလေးများ ရှိ၏၊ အရွက်အလျား ၃ - လက်မခွဲမှ ၄ - လက်မခွဲမျှ ရှည်၏၊ အသီးတောင့်သည် ၆ - လက်မမှ ၁၀ - လက်မအထိ ရှည်၏၊ အစေ့သည် ၁၂ - စေ့မှ ၁၅ - စေ့အထိ ရှိ၏၊ အပွင့်သည် နီ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။၎င်းအမြစ်သည် သွေးဆေးကို ဖြစ်စေ၏၊ ဝမ်းပိုက် ဝမ်းလျှော တင်းရောင်ခြင်းကို ပယ်ဖျက်၏၊ ၎င်းအခေါက် ပြုတ်ရည်သည် ထွန့်ရှူဆေးပြ၏၊ အသီးသည် သွေးဝမ်း သွားခြင်းကို ပယ်ဖျက်၏၊ အနာပျိုးခိုး ဖန်ဆေးရည်အဖြစ် အသုံးပြုရ၏၊ အပွင့်ကို နူညံ့သော ဝမ်းနုတ်ဆေးအဖြစ် အသုံးပြုရ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

သက်တန့် ခေါင်းကိုက်နာ အိုးဆေး။　　။၎င်းအမြစ်ခေါက် နှင့် အရွက်ကို ဆန်ဆေးရည် နှင့် ကြိတ်၍ သက်တန့် ခေါင်းကို အနာများ ပြည့်ပေါက်စေရန် ဖိုးပေးမှု ပြည်ပေါက်၍ အနာများ ကျက်ပျောက်၏။

အစာမကြေ လေပြည့် ရောဂါ။　　။၎င်းအမြစ်ခေါက် ပြုတ်ရည်ကို ညနံနက် မှန်မှန် သောက်ပါက အစာမကြေ လေပြည့် ရောဂါ ပျောက်ကင်းစေ၏။

ဝမ်းပိုက်တင်းရောင်ခြင်း။　　။ဇမ္ဗူမြို့ ၃ - ပုံသားကို ပွေ့ပတားပါ၊ ထို့နောက် မဟာ လှေကား အနီ၏ အမြစ်ပြုတ်ရည်ကို သောက်မှ ဝမ်းတင်းရောင်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

သွေးမြင်းသရိုက် ပျောက်ဆေး။　　။သကြားနီ - မခန်း(ဆီဦး) နှင့် ၎င်းအဖူးအငုံ များကို ရော၍ ကျွေးပေးမှ သွေး မြင်းသရိုက်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

အပူတိုးနာ။　　။၎င်း၏အခေါက် (သို့မဟုတ်) အပွင့်ကို ပြုတ်၍ အရအေးခံပြီးလျှင် ပြုတ်ရည် ခွက်ကြီး ၃ - ဇွန်းမျှကို ပျားရည် အနည်းငယ် ထည့်၍ သောက်ပါက ကျပ်တိုးနာ များ ပျောက်ကင်း၏၊ ၎င်းအပြင် သွေးဆိုးများ ဝင်ကြွယ်၍ သွေးအားကိုလည်း ပွားများစေ၏။

နူနာရောဂါ။　　။နေလှန်းခြောက် အစေ့ ၂၀ - ကို ခွင်းပြုတ်ရည် နှင့် ရော၍ သောက်ပါက နူနာရောဂါ၊ အရေပြား ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

မဟာလှေကား (အဝါ)

သက္ကတ काञ्चनार

ဟိန္ဒီ कचनार (ကချနာရ်)

လက်တင် Bauhinia tomentosa

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ ၎င်းအပင်သည် (၁၅) ပေမှ ပေ (၂၀) အထိ မြင့်၏၊ ၎င်း အကိုင်းအခက် တို့သည် ကျတ်သေပ်၏၊ မြွေသို့ ညွတ်ကိုင်းသော အကိုင်းအခက်များ ရှိ၏၊ ၎င်း အခေါက်သည် ၁-လက်မမျှ ထူ၏၊ ကြမ်းတမ်း၏၊ ပြာရောင်သန်း၍ ဖြူရောင် ရှိ၏၊ အရွက်သည် အလျားထက် အနံ ကျယ်၏၊ ၎င်းအရွက်ဟူသည့် နှစ်ပိုင်း အကပ်တွဲ၍ နေသော်လည်း ရင့်လျှင်မူ အဖျားမှာ ကွဲနေ၏၊ ပြာသိုလတွင် ၎င်းအရွက်တို့သည် တပင်လုံး ကြွေကျကုန်၏၊ တပေါင်းလမှ နယုန်လ အတွင်း ရွက်သစ်များ ထွက်ကုန်၏၊ အသီးတောင့်သည် တမိုက်မျှ ရှည်၏၊ အစိမ်းရောင် သန်း၏၊ ဝါး၏၊ ၎င်းအပွင့်သည် ၂-လက်မမျှ ကြီး၍ အဖြူ, အဝါ နှင့် အနီရောင်များပွင့်၏၊ ၎င်း အပွင့်သည် အနည်းငယ် မွှေး၏၊ ၎င်းအပင်မှ ပြာနှမ်းသော အရောင် ရှိ၏၊ အစေ့များ ထွက်၏၊ ၎င်းအစေ့သည် ရေစိမ်လျှင် ဆေးကုလားမကဲ့သို့ ပွ၏၊ ၎င်းအပင်၏ အခေါက်သည် ထုံးဆေး များတွင် အသုံးပြုရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းသည် ခါတ်တို့ကို ချုပ်စေတတ်၏၊ ဝမ်းပိုးတောက်၏၊ အနာကို အသားနုတက်စေတတ်၏၊ ဖန်၏၊ ဆီးအောင့်သော ရောဂါ, သလိပ်ရောဂါ နှင့် လေနာ တို့ကို နိုင်၏၊ ၎င်းမဟာလှေကား အဝါ၏ အားလုံးသော အစိတ်အပိုင်းကိုသည် တခြား ဆေး တက်များနှင့် ရော၍ မြွေကိုက်ခြင်း, ကင်းကိုက်ခြင်း, ထိုးကို အသုံးပြုမှု အလွန် တန်ဖိုးရှိ၏၊ ၎င်း၏ အသီးသည် ဆီးရွှင်စေ၏၊ အစေ့သည် မှားကိုဘိုးပွားစေ၏၊ ကာမကိုလည်း အားပေး၏၊ မြွေဆိပ်, ကင်းဆိပ်များကိုလည်း နိုင်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ခံတွင်းပုပ်ယောင်ခြင်း။ ။မဟာလှေကား အဝါ၏ အကျင်းသားအခေါက် ၃-ကျပ် ၁၂-ပဲ, ရေ ၃ ဝါ နှင့် ၄-ဘိုတဘိုကြွင်း ကျိုပြီးလျှင် ၎င်းရေဖြင့် နှုတ်ငုံဆေးပြု၍ ငုံ လိုက်ထွေးလိုက် အကြိမ်ကြိမ် ပြုပါ၊ ခံတွင်း၌ ဖြစ်တတ်သော အပုအပိမ့်, သွားဖုံးရောင်, အပေါက်သော အနာ များ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ဝမ်းတွင်းရှိ ပိုးများကျဆင်းရန်ဆေး။ ။၎င်း၏ အခေါက် (သို့မဟုတ်) ၎င်း၏ အပွင့်ငုံများကို ပြုတ်၍ သောက်ပါ ဝမ်းတွင်းရှိ မကောင်းသော ပိုးများ ကျဆင်းပါလိမ့်မည်။

အနာ အစု အပိမ့်များပျောက်ဆေး။ ။၎င်း၏ အမြစ်ကို ဆန်ဆေးရေနှင့် စီးပိုင် အောင် ကြိတ်၍ ထုံပေးမှ အနာပုထလေးများ နုလျှင်ပိန့်, ရင့်လျှင် ပေါက်သွားပါလိမ့်မည်။

သွားနာ, သွားကိုက်ပျောက်ဆေး။ ။ငုံးသစ်သားကို ပီးသွေးဖုတ်၍ ၎င်းမီးသွေး နှင့် သွားကိုတိုက်ပေးမှု သွားနာ သွားကိုက်ပျောက်ပြီး သွားများ အလွန် ခိုင်မာစေတော်၏။

သွေးမြင်းသရိုက်ပျောက်ဆေး။ ။မဟာလေကာ၏ အဖူးအံ့ များကို အမှုန့် သကြားခဲ, မခန်း (ဆီဦး) တို့နှင့် ရော၍ လျက်မှု သွေးမြင်းသရိုက် ပျောက်ကင်း၏။

၎င်းနောက် တနည်း။ ။သပြေခေါက်, ချယားခေါက်, မဟာလေကာခေါက် တို့ကို ရေဖြင့် ကျိ၍ ဝစ္စမင်းသို့ ဆေးကျောပေးပါက သွေးမြင်းသရိုက် ပျောက်ကင်း၏။

ကျုပ်တီးနာပျောက်ဆေး။ ။ဆန်ဆေးရေနှင့် မဟာလေကာအခေါက်မှုန့်ကို ... ဝေတော်၍ ရော၍ ဝမ်းပေါ်အမှုန့်အနည်းငယ် ထည့်၍ သောက်မှု ကျုပ်တီးနာ ပျောက်ကင်း၏။

မြွေဆိပ်နိုင်ဆေး။ ။လတ်ဆတ်သော မဟာလေကာ အစေ့ကို လှော်၍ အမှုန့်ပြု၍ ၎င်းအမှုန့်ကို ကိုက်သောဒဏ်ရာနှင့် ဥပဲဂွင်းကို အနည်းငယ် ခွဲ၍ သိပ်ပေးမှု မြွေဆိပ် ကျဲ... စေတော်၏။

ကျုပ်တီးနာလိမ်းဆေး။ ။မဟာလေကာ အခေါက်ကို ဆန်ဆေးရေနှင့် သွေး... လျှင် ချင်းစိမ်းရေနှင့် ရော၍ ကျုပ်တီးနာများကို လိမ်းမှု ပျောက်ကင်း၏။

သွားပိုးချဆေး။ ။မဟာလေကာ အခေါက်, ဆလဲပွင့် ၎င်း ၂-မျိုးကို ပြုတ်၍ နှုတ်ငုံဆေး ပြုမှု သွားပိုးများ ကျဆင်း၍ ခံတွင်း၌ ဖြစ်တတ်သော အပူလောင်ခြင်း, အဖုအပိမ့်, အနာအိပ်များဖြစ်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မှတ်ချက်။ ။'ကက်ကာရ'သဒ္ဒါသည် ပါဠိစာပေ အတွင်းအားဖြင့် အရွယ်သင့်မိန် အရွက် ထာရောင်ဖြည်တော်ဖွင့်၍ ပါရှိနေ၏၊ ၎င်း၏ အနက်ကို မဟာလေကာပင်း ဟု ပြန်ဆိုလေ သည်ကိုတွေ့ရ၏၊ နိဿယကျမ်းကြီးတို့၌တား " ကက်ကာရ " သဒ္ဒါကိုအောက်ပါအတိုင်း ဖွင့်ပြထားလေသည်ကိုတွေ့ရ၏၊ သာလိဂါမြနိဿယ စာမျက်နှာ ၁၇၇ တွင် ငုတ်မျိုးဖြစ်၍ သည်ဟု ပြတ်သားစွာဖွင့်ပြထားသည်ကိုတွေ့ရ၏၊ ဘာဝဂ္ဂကဝ်သနိဿယ စာမျက်နှာ ၁၂၀ တွင် ကက်ကာရသဒ္ဒါကို အောက်ပါအတိုင်းဖွင့်ပြထားလေသည်၊ ကက်ကာရသဒ္ဒါကို ပြည် သည့်အပင် ဖြစ်သည်ဟု သေချာစွာ ဖော်ပြနိုင်ရန် များစွာခဲယဉ်းပါ၏၊ ပညာရှိတို့ မျက်မှ လည်နေသော အပင်တမျိုးဖြစ်သည်၊ သိရှလောက်အဖွင့်ပြုသည်ရှိသော် အချို့ငုသိမ်ကို ၎င်း, အချို့နယ်သာကီပင်ကို၎င်း အချို့ မြွေနှိမ်ပင်ကို၎င်း, အချို့ ဖက်ဝန်းပင် တမျိုးကို ၎င်း အသီးသီးယူကြသည်ကို တွေ့ရသည်၊ မြန်မာဖွဲ့ အပင်အရှူးရှိလေသည့်မဟာလေ ကားသည် တမျိုးဖြစ်၏၊ မဟာလေကားအခန်းတွင် ကြည့်လ ကက်ကာရ သဒ္ဒါဟောသော ငုံမျိုးသည် တခြားဖြစ်၏၊ ဆေးအဘိဓာန်ကျမ်းများ အလိုအားဖြင့် ပြတ်သားစွာ ဖော်ပြ အပ်သော ကက်ကာရ သဒ္ဒါသည် မဟာလေကားကို မဟောချေ၊ ထို့ကြောင့် ရှေ့က ကက်ကာရ သဒ္ဒါကို မဟာလေကား ဟု ပြန်ဆိုထားခြင်းကို များစွာရှင်းစားအပ်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် ကက်ကာရ သဒ္ဒါကို နိဿယကျမ်းကြီးများနှင့် အညီ ပြန်ဆိုသော ငုတမျိုး ဟု ပြန်ဆိုနိုင်၏။ ၎င်းပြင် အခြားတနေရာ၌ သာလိဂါမြ နိဿယ စာမျက်နှာ ၅၁၂ တွင် ကက်ကာရ, ပရိဗျာဇ, ပါဒပုတလ ဟူ၍ ပရိယာယ်အမည် ၃-ပုဒ်ထုတ်ပြီးလျှင် ကက်

ကာရဿဒ္ဒါကို ၎ မှတပါး အခြားသော သစ်ပင်တမျိုးကိုဖွင့်ပြထားလေသည်၊ မည်သည့် အပင်ဖြစ်သည်ကိုကား သေချာစွာ မဖွင့်ပြထားနိုင်ရှေ၊ အပင်၏ ပုံသဏ္ဍာန်ကိုကားအောက် ပါအတိုင်း ဖွင့်ပြထားလေသည်။

ကာဏိကာရသစ်ပင်သည် တောင်ပေါ် ဒေသများ တောများတွင် ပေါက်ရလေ ရှိသည်၊ အရွက်မှာ ပေါက်ရွက်ကဲ့သို့ရှိပြီး အပွင့်မှာ နီမြန်းသည်၊ မြင်သူတို့ နှလုံး နှစ်လိုဘွယ် ရှိလေသည် ဟု ဖွင့်ဆိုပြထားပေသည်။

မဟူရာပင်

သက္ကတ — မဓူက

ပါဠိ — မဓုအာ (မဟူအာ)

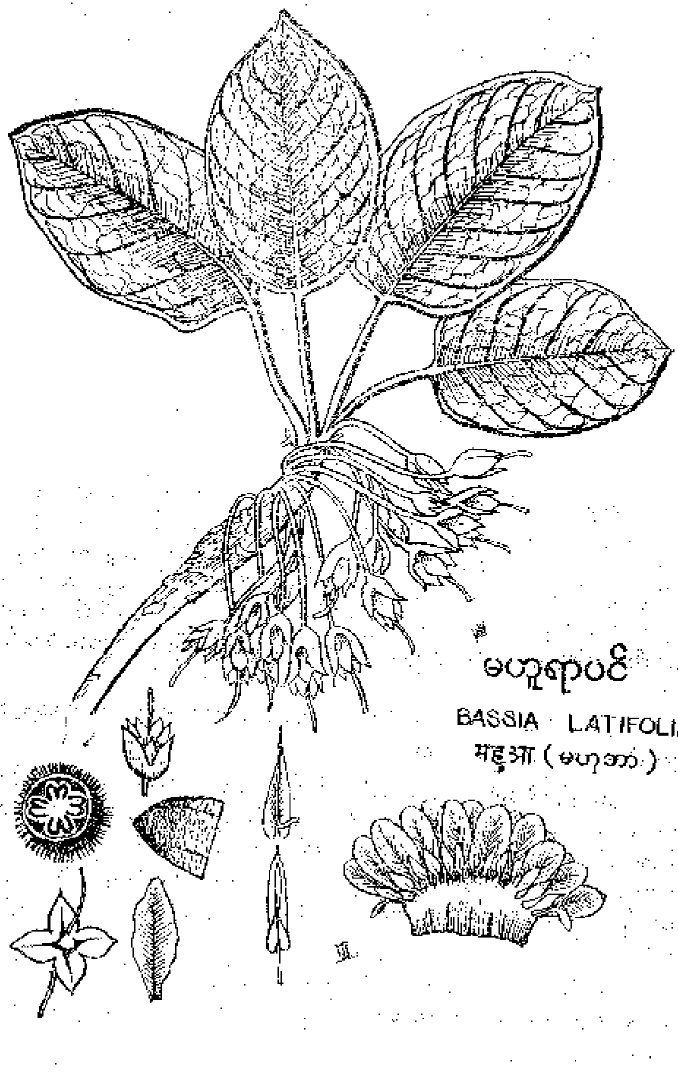
လက်တင် — Bassia Latifolia

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းသည် ပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်သည်၊ အရွက်၏ အလျား ၅-လက်မမှ ၉-လက်မအထိ ရှည်၏၊ ဖန်ခါးရွက် သစ်ဆိပ်ရွက်များ ထွက်သလို အကိုင်းဖျားဌ် စုံပြု၍ အရွက် ထွက်၏၊ အပွင့် အဖြူရောင် ရှိ၍ အသား ထူ၏၊ အခက်ငယ်ကလေးများ၏ အဖျားတွင် စုပြုံ၍ ပွင့်၏၊ ၎င်းအပွင့်သည် ခြောက်သွားလျှင် ဝေျစ်သီးပိုခြောက်နှင့် တူ၏၊ အရသာလည်း တူ၏၊ အသီးသည် အသား ထူ၏၊ ဥသဏ္ဍာန်ရှိ၏၊ အစေ့မှာ နီရောင်သန်း၏၊ ၎င်းအသီး၏ အတွင်း၌ အဖြူရောင် အစေ့များရှိ၏၊ ၎င်းအစေ့သီးများကိုလည်း ဆီ ထောပတ်ထုတ်ယူကြသည်။

၎င်းနှင့်မျိုးတူ ရေမယ်ဇယ် (ကန်းဇော်ပင်) မဟူရာပေါက်ဘူးပင် စသည်တို့လည်း ကြံမယ်ဇယ်နှင့် မျိုးတူဖြစ်ကြကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းပင်သည် ချို၏၊ စပ်၏၊ အေး၏၊ သလိပ်ကို ဖြစ်စေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ ပိုးတို့ကိုနိုင်၏၊ ၎င်းအမြစ် သည်းခြေနာ, အပူနာ, အနာအပေါက်, ချောင်း ဆိုးရောဂါ, လေနာရောဂါတို့ကို နိုင်၏၊ ၎င်းအခေါက်သည် အနာပေါက်, ထိခိုက်ရှနာ, သွေးမိုင်း ပိုးအနာများကို အသားနုတက်စေ၏၊ ရုတ္တာပိတ်အနာကို ကင်းဝေးအောင် ပြုတတ်၏၊ အရိုးကျိုး ခြင်းကို ဆက်စပ်စေ၏၊ ၎င်းအခေါက်၏ အဓေးသည် ကူနာရှုံ့စေ၏၊ အဆစ်အဆက်ရောင်ခြင်း ကို အကျိုးပြု၏။

အပွင့်။ ။၎င်း၏အပွင့်သည် ချို၏၊ အေး၏၊ ကာမအားကို တိုးပွားစေ၏၊ နှလုံး ရောဂါကို အကျိုးပြု၏၊ နူးညံ့၏၊ အပူနာ, သည်းခြေဖောက်ပြန်ရောဂါ နှင့် နားရောဂါများ ကို အကျိုးပြု၏။



မဟူရာဝင်

BASSIA LATIFOLIA

महुआ (မဟုအာ)

အသီး။ ။၎င်း၏အသီးသည် ဝမ်းကို ကြော ကျက်စေ၏၊ ကာမအားကို တိုးစေ၏၊ ဆုံညှို့၏၊ ချို၏၊ ပဂ္ဂိုးစေ၏၊ နှလုံးကိုဖျက်ဆီးတတ်၏။ ပုံးပြုပ် ချောင်းဆိုးခြင်း၊ ပန်းနာရင်ကျပ်၊ လေရောဂါများကို ကင်းဝေးစေ၏၊ ပုံးအစေ့မှ ဖြစ်သော ဆီသည် ကိုယ်သား ကိုယ်အရေကိုနူးညံ့စေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ဥကျောက်ရောဂါ။ ။မဟူရာသီ နှင့် ဥကျောက်ကို ပွတ်လိမ်းနယ်ခြင်းပြုပါက ဥကျောက်ကိုက်ခဲသော ရောဂါပျောက်ကင်း၏။

အနာအဖုအပိမ့်များ။ ။၎င်းအသီး၏ အခွံကို ရေနှင့် ကြိတ်၍ လိမ်းကျံပေးမှု ပျောက်ကင်း၏။

ဝမ်းပိုက်လေထိုးလေဆော့။ ။၎င်းမဟူရာရွက်ကို ကြိတ်၍ လိမ်းပေး နှိပ်နယ်ပေးမှု ပျောက်ကင်း၏။

အဆစ်အဆက်ရောင်ခြင်း။ ။မဟူရာအခေါက်ကို ကြိတ်၍ ခပ်နွေးနွေးပြုပြီး လိမ်းကျံပေးမှု ပျောက်ကင်း၏။

အကွက်ယားနာ။ ။မဟူရာခေါက်ကို ရေဖြင့် သွေး၍ လိမ်းပေးမှု ပျောက်ကင်း၏။

ပန်းသေရောဂါ။ ။မဟူရာပွင့် ၁-ကျပ် ၃-ပဲသားကိုခဲရ ၂၅-ကျပ်နှင့် ကျက်ကျက်ကျို၍ သောက်မှု ကိုယ်သား ကိုယ်ရေ ခြောက်ကပ်ပြီးပန်းသေနေသူမှာ အားဆေးပြည့်ဖြိုး၍ ပန်းညိုးခြင်း ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

လိင်ဥရောင်ခြင်း။ ။၎င်းအပွင့်ခေါက်ကို ပြုတ်၍ လိင်ဥကိုအအုံးပေး (ပြွင်းပွေ့နမ်) ပေးမှု ပျောက်ကင်းသည်၊ ၎င်းအပြင် အရွက်ကို ညက်ညက်ကြိတ်၍ အုံပေးပါက ပို၍ကောင်း၏။

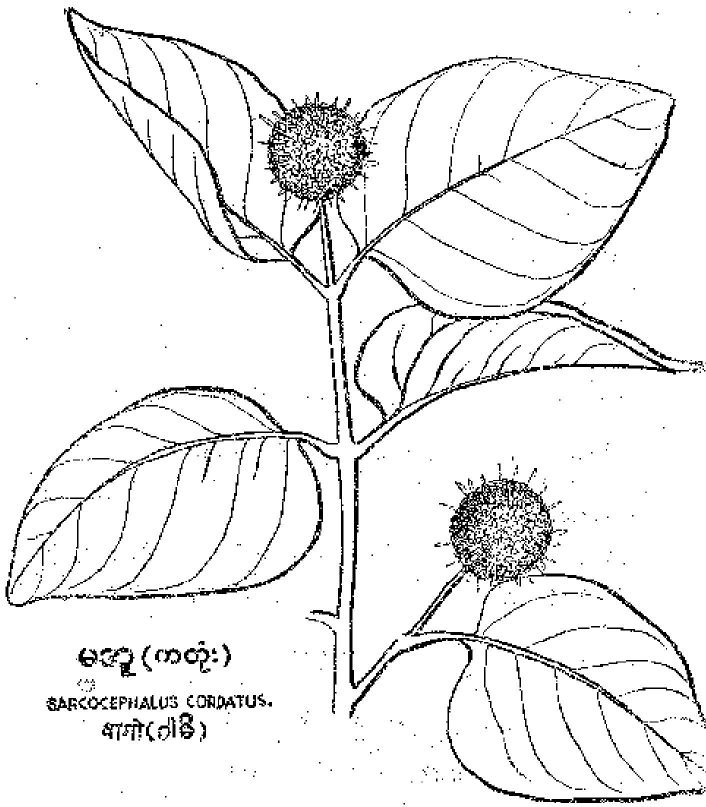
မဟူရာ (ကတုံး)

သီဟိုဠ် ပါဠိ (ဝါဒ)

လက်တင် Sarcocephalus Cordatus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်သည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အခေါက်သည် ဝမ်းပူစေတတ်၏၊ အဖျားကို ပယ်တတ်၏။



မအူ (ကတိုး)

SARCOCEPHALUS CORDATUS.

မအူလက်တန်ရှည်

သက္ကတ कदम्ब

ဟိန္ဒီ कदम (ကဒံ,မ်)

လက်တင် Anthocephahes Cadmaba

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ငုင်းသည် ပင်လတ်ပျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် သစ်မယ်ဇယ်ရွက်နှင့် ဆင်ဆင်တူ၏၊ (ဥသဏ္ဌာန်) ရှည်ဝိုင်း၍ အဖျားချွန်၏၊ အပွင့်သည် ၁-လက်မှ ၂-လက်မအထိ ရှည်၏၊ လုံးလုံး ရှိ၏၊ ပွင့်ချပ်မရှိ၊ ဖြူရောင်သန်းလျက် ဝါသောဝတ္ထု ရှည်ကလေးများ ရှိ၏၊ ငုင်းအပွင့်သည် ညအချိန်၌ မွှေး၏၊ ငုင်းဝတ္ထု များ ကြွေကျပြီးနောက် သမ္ဘရာသီးကဲ့သို့ လုံးသောအသီး ရှိ၏၊ အဝါ ပျော့ရောင် ရှိသည်။

ဂုဏ် နှင့် ရွမ်းရည်။ ။ငုင်း၏ အခေါက်သည် လက်မြက်၏၊ ခါး၏၊ နုးညံ့၏၊ ဖန်၏၊ ကာမကို အားဖြစ်စေ၏၊ အေး၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ နို့ကို ပွားများစေ၏၊ အသင်းကို ကြည်လင်စေ၏၊ တွန့်ရှုံ့စေ၏၊ အဆိပ်ကို တားမြစ်တတ်၏၊ အနာများကို အသားနု တက်စေ၏၊ ယောနိရောဂါ, သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း, ဆီးအောင့်ခြင်း, ပူခြင်း ရောဂါ များ ပျောက် ကင်းစေသည်။

အညွန့်သည် ဖန်၏၊ သုက်သွေးကို ပွားစေ၏၊ ဝမ်းစီးပေါက်၏၊ နှုတ်ကိုမြိန်စေ၏၊ သွေးအန်, သွေးဝမ်းသွား ရောဂါ များကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အသီးသည် ပူ၏၊ နှုတ်ကို မြိန်စေ၏၊ ကာမကို အားတိုးစေ၏၊ ကြေကျက်ပြီးသည်နောက် ပါးစပ် သည်းခြေဒေါသကို ပွားများအောင် ပြုလုပ်တတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အဖျားရောဂါ။ ။ငုင်းအခေါက်ကို ကျိုချိုသောက်မှု အဖျားပျောက်ကင်း၏။

ပါးစပ်ပူလောင်ခြင်း။ ။ငုင်းအရွက်ကိုပြုတ်၍ နှုတ်ငုံဆေးအဖြစ်ဖြင့် ပလုပ်ကျင်းမှု ပူလောင်ခြင်း ပျောက်ကင်းသည်။

မလကာသီး

သက္ကတ पेरुक

ဟိန္ဒီ अमरूद (အမရုဒ်)

လက်တင် Psidium guaava

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အလွန် ထင်ရှားသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အသီးသည် ဖန်၊ ချို၊ ချဉ်၏၊ အလွန် အေး၏၊ ဝီပါကဠ် ချို၏၊ ဟက်မြက်၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ သလိပ်၊ လေ၊ သုက်တို့ကို ဖြစ်ပွားစေ၏၊ နှတ်မြိန်စေ၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို နိုင်၏။

အစွဲရောဂါ၊ နှုတ်မမြိန်ခြင်း၊ ချောချောလည်အောင် မူးဝေခြင်း၊ တွေဝေသော ရောဂါ စသည်ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ကာလဝမ်း။ ။၎င်းအရွက်ကို ပြုတ်၍ သောက်မူ ဝမ်းသွားပြီး အန်သောရောဂါများ ပျောက်ကင်းသည်။

သွေးယိုနာ ဝမ်းပျက်။ ။၎င်းအရွက် နှင့် အမြစ်၏ အခေါက်ကို ကျို၍ သောက်မူ ကလေးများ၌ ဖြစ်တတ်သော နာတာရှည် သွေးယိုနာ ဝမ်းပျက်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

သွားနာ သွားကိုက်။ ။၎င်းအရွက်ကို ပါး၍ အရည်ကို ခဏမျှ မကြာမကြာ ငုံထား ပြီး ထွေးပစ်ပါက သွားနာ သွားကိုက် ပျောက်၏။

မာလာဖူးပင်

သက္ကတ ဿဋီ

ဟိန္ဒီ ကချူး (ကချူ၊ရ)

လက်တင် Curcuma Zedoaria

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်သည်၊ အရွယ်သည် နနွင်းနှင့် တူ၏၊ ဥသည်အဝါနုရောင် ဖြစ်၏၊ ဥ၏လေးဘက်လေးတန်၌ အမြင်ကလေးများ တွေ့ရှိရသည်၊ ပချွန်နံ့ရှိ၏၊ အသီးလုံး၏၊ အစေ့လည်းရှိ၏၊ ၎င်းသည် နနွင်းမျိုးဖြစ်၍ နနွင်းပင်များနှင့် ရော၍ ပေါက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဥကို သုံးရသည်၊ ခါးစပ်၏၊ ဝိပါကဠ် စပ်၏၊ မွှေး၏၊ ဝမ်းမီးကိုတောက်စေ၏၊ အသက်ရှူရာ၌ နံစော်ခြင်းကို ပျောက်ကင်း၏၊ မလသလိပ်ကို နိုင်၏။

အနာပေါက်၊ မြင်းသရိုက်၊ ချောင်းဆိုး၊ ပန်းနာ၊ လေပြန်ချောင်းပူ၊ မြင်းဖုအဝိုနာ၊ ခယရုက်ကြောင့် ဖြစ်သော အဖုအကြိတ်များ၊ အဖျား နှင့် ဝက်ရူးရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

မိချောင်းနွယ်

ဟိန္ဒီ गांज (ဂံ,ဇံ)

လက်တင် Derris Scandens

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။သူတပါးကို ပိုက်တက်သော 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 လှုတ်ဆောင်တတ်၏၊ မြေကိုက်ရာ၌ အသုံးပြုရ၏။

မိချောင်းလက်ဝါးပင်

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။မိချောင်းလက်ဝါးပွင့်သည် အေး၏၊ သည်းခြေကို နိုင်၏၊ သည်းခြေကြောင့် ဖြစ်သော ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေတတ်သည်။

မီးမလောင်ပန်း

သက္ကတ हेम सागर

ဟိန္ဒီ हेम सागर (ဟေမ-သာဂရ,ရှ)

လက်တင် Kalanchoe laciniata

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းအပင်သည် ရွက်ကျပင်ပေါက်မျိုးမှ အပင်တမျိုးဖြစ်၏၊ ၎င်းအပင်၏ အမြင့်မှာ ခန့်မှန်း ၁-ပေမှ ၄-ပေ အထိ မြင့်၏၊ အရွက်သည် လက်ဝါးကဲ့သို့ လက်ခြားထွက်၏၊ အသားထူ၏၊ အပွင့်သည် အပင်၏အဖျားခွ၌ ပွင့်တန်ထိုး၍ အဝါရောင် အရောက်လိုက်ပွင့်၏၊ အချို့သူတို့သည် အရွက်ခြား၍ လက်ဝါးနှင့် တူသည်ကိုင်၎င်း၊ ပွင့်တန်ကြီးများ ထိုးတက်နေသောအခါ တောင်ဝေးကဲ့သို့ ကြောင့်ကုန်းမြင့်မားနေသည်ကို၎င်း အစွဲပြု၍ (သီလူးတောင်ဝှေး) ဟု ခေါ်ဆိုကြကုန်၏၊ သို့ရာတွင် မြန်မာပြည်အောက်ပိုင်းဒေသတို့တွင် ပေါက်ရောက်သော ၎င်းအပင်များမှာ

အထက်မြန်မာပြည်၌ပေါက်သော ဒုဝ်းဘီလူးတောင်ဝှေးနှင့် သန်စွမ်းခြင်းမတူချေ၊ အောက် မြန်မာပြည် စစ်ကိုင်းတောင် စသည်တို့၌ ပေါက်ရောက်သည်မှာ ဒုဝ်းပွင့်တန်ကြီးများသည် ၄-၅-ပေ မျှ မြင့်သည်ကို တွေ့ဘူး၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဒုဝ်းအရွက်သည် အနာပေါက်များ နှင့် မီးလောင်ရာများကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ မကျက်နိုင်သော အနာပျက်များ လျှင်မြန်စွာ ကျက်စေ၏၊ အနာများကို ဆေးကြောရာ၌ ဖန်ဆေးအဖြစ်ရှင်း, ဖောရောင်သော ရောဂါများကိုရှင်း များစွာ အကျိုးပြု၏၊ သွေးစိမ်းယိုစီးခြင်း စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ သည်းခြေ ဦးစီးသော အတိသာရ ဝမ်းသွားခြင်း, ကျောက်တည်သော ဆီးရောဂါဖြစ်ခြင်းတို့၌လည်း များစွာ အကျိုးပြု၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း၊

အနာစက်ပေါက်ခြင်း။ ။ဒုဝ်းအရွက် သတ္တုရည်ကို လိမ်းပေးမှု ပျောက်ကင်း၏။

အသည်းရောင်ခြင်း။ ။ဒုဝ်းအရွက်ကို မီးနွေးနွေးကင်၍ရှင်း, သို့မဟုတ် အစိမ်းကို ကြိတ်၍ရှင်း, အသည်းရောင်သည့်ကို ဘု ပေးခြင်း, ကပ်ပေးခြင်းပြုပါက လျှင်မြန်စွာ အက်သာ စေတတ်၏။

အတိသာရ ဝမ်းရောဂါ။ ။ဒုဝ်းအရွက် သတ္တုရည်တဆ, ဆီပြီး (မခန်း) နှစ်ဆ ရော၍ သောက်ပါက အတိသာရဝမ်းပျက် နှင့် အစာမကြေသော ရောဂါများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ကျောက်တည်ရောဂါ။ ။အထက်ပါ အတိသာရဆေးအတိုင်း သောက်ပါ။

အဆစ်ရောင်, မီးလောင်နာ။ ။အဆစ်ရောင်ခြင်း, မီးလောင်ခြင်းတို့၌ ရောင်သော လောင်သောနေရာများ၌ ဒုဝ်းအရွက် သတ္တုရည်ကို လိမ်းပေးပါက ပျောက်၏။

အနာစိမ်းပေါက်ခြင်း။ ။အနာစိမ်းပေါက်ခြင်း, ဒုဝ်းအနာမှ သွေးစိမ်းယိုခြင်း, ထိခိုက်ရှနှ၍ သွေးစိမ်းထွက်ခြင်းများ၌ ဒုဝ်းအရွက် သတ္တုရည်ကို လိမ်းပေးမှု ပျောက်ကင်း၏။

အနာများအသားနုတက်ဆေး။ ။မည်သည့် အနာမဆို မြန်စွာ အသားနုတက်လိုကျက်လိုပါလျှင် ဒုဝ်းသတ္တုရည်နှင့် စိမ်ထားသော အဝတ်ကို အနာ၌ ဆုပ်ပေးထားပါ လျှင်မြန်စွာ အသားနုတက်၍ အနာကျက် မြန်ပါလိမ့်မည်။

မုယားကြီးပင်

သက္ကတ वासक

ဟိန္ဒီ अडूसा (အဍူသာ)

လက်တင် Adhatoda Vasica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဒုဝ်းမုယားပင်ကြီးသည် များသောအားဖြင့် ၄-ပေမှ ၈-ပေမျှ မြင့်သည်၊ အရွက်၏ ၄-လက်မ မှ ၈-လက်မ အထိ ရှည်၏၊ အဖျား ချွန်၏၊ အပွင့်ကို လိုက်၍

မြုန်နီ နှစ်မျိုး ရှိသည်၊ အပင်၏ အရောင်ကို လိုက်၍ မြူနက် နှင်မျိုး ရှိသည်၊ အမြုမှာ အရွက်အရိုးသည် စိမ်း၍ အနက်မှာ အရွက်အရိုး နက်ရောင်သန်း၏၊ ရင်းမှယားကြီးပင်ကို ပဋ္ဌေါ်းပါး အသုံးပြုရ၏။

ဂုဏ် နှင့် ရှမ်းရည်။ ။ပဋ္ဌေါ်းပါးကို အသုံးပြုရ၏၊ ဖန်ခါး၏၊ အေး၏၊ လေကို ပွားစေ၏၊ အသက်ကိုကောင်းစေ၏၊ ဝိပါကသ္မိ စပ်၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ နှလုံးကိုအကျိုးပြု၏၊ သလိပ်နှင့် သည်းခြေကို နိုင်၏။

၊ ရေငတ်ခြင်း, ပန်းနာ, ချောင်းဆိုး, အပူ, အောဇအန်ခြင်း, တွေဝေခြင်း, နူနာ, ခယရုဂ်ရောဂါ, ရတ္တပိတ်နာတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

သည်းခြေပျား နှင့် သွေးအန်သွေးကျရောဂါ။ ။အပွင့်နှင့် တကွ အရွက်၏ သတ္တုရည်ကို ညှစ်ယူ၍ ကြွေဇွန်းကြီး တဇွန်းမျှလို သကြားခဲ (သို့မဟုတ်) ပျားရည်သင့်တော်ရုံ ထည့်၍ သောက်ပါက ပျောက်ကင်း၏။

သွေးအန်သွေးကျရောဂါ။ ။ကြွေဇွန်းကို မုယားကြီးရွက် သတ္တုရည်နှင့် စိမ်၍ တခွက်စာ ၃-ဇွန်းမျှသောက်ပါ၊ (သို့မဟုတ်) ပျားရည်နှင့် မုယားကြီးရွက် သတ္တုရည်ကို ဆတူ ပေါ်၍ ကြွေဇွန်းကြီး တဇွန်းကျ သောက်ပါ။

ပန်းနာ ရင်ကျပ်။ ။မုယားကြီးရွက်၏ သတ္တုရည်တွင် နွားနို့မှ ဖြစ်သော မုန်းနှင့် အတူရောပြီးလျှင် ကြိုပလ (ကီးဖြူ ဗန်းခါး အစ်သိပ်) မှုန့် ထင့်မှုံရော၍ သောက်ပါ။

ယားနာအမျိုးမျိုး။ ။မုယားကြီးရွက်နုနှင့် နနွင်းခါးကို နွားသေးဖြင့် ကြိတ်၍ ယားနာများကို လိမ်းကျံပေးပါ၊ (သို့မဟုတ်) မုယားကြီးရွက် ရေဖြင့် ကျို၍ ရင်းပြုတ်ရည်နှင့် ယားနာများကို ဖန်ဆေးပေးပါ၊ ယားနာများကို ပျောက်ကင်း၏။

သည်းခြေလွန်သော မီးယပ်နာ။ ။မုယားကြီးရွက် သတ္တုရည် ပျားရည်နှင့် ဆတူ ပေါ်၍ 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 ဖြစ်ချိအောင် မီးနွေးနွေးဖြင့် ချက်ပါ၊ ၎င်းအရည်ကို တခွက်စာ ၁၂-ပဲသားမျှ တနေ့ ၃-ကြိမ် သောက်ပါ။

သလိပ်ကပ်ခြင်းရောဂါ။ ။လသက်ရည်အချိုတွင် မုယားကြီးရွက် သတ္တုရည်, ပျားရည်, သကြားခဲတို့ကို ဆင်ခေါင်းပဲ ၃-စေ့မျှ ရောဖျော်၍ သောက်ပါ။

ပန်းနာရင်ကျပ် နှင့် ချောင်းဆိုးရောဂါ။ ။မုယားကြီးရွက်၏ သတ္တုရည်တွင်သကြားခဲနှင့် သိန္ဓော သင့်ရုံထည့်၍ တရက်စာ ကြွေဇွန်းကြီး တဇွန်းမှုသောက်ပါ။

ကင်းဆိပ်ပြေဆေး။ ။မုယားကြီး အနက်မြစ်ကို ရေအေးနှင့် သွေး၍ ကင်းကိုက်ရာနေရာသို့ လိမ်းပေးပါ။

ပါးစပ်နာရောဂါ။ ။မုယားကြီးရွက် သတ္တုရည်တွင် သိန္ဓောအနည်းငယ် ထည့်၍ ဥသကာမြစ် ပြုတ်ရည်နှင့် ဖျော်၍ ပါးစပ်နာကို လိမ်းပေးပါ။

ဆီးဖအောင့်ရောဂါ။ ။မုယားကြီးရွက်ကို ၃-ခွက် တခွက်တင် ကျို၍ တခွက် မှ ဇွန်းကြီး ၃-ဇွန်းမှုသောက်ပါ။

သွေးအန် သွေးကျရောဂါ။ ။ခံတွင်း နှင့် နှာခေါင်းမှ သွေးများ ယိုစီးခဲ့သော် မုယားကြီးရွက် သတ္တုရည် ၁၂-ပဲသားကို သကြား ၈-ပဲသားဖြင့် ရော၍ သောက်ပါ၊ အရွက်ကိုကြိတ်၍ နှာခေါင်းသို့လည်း အုံပေးပါ၊ ရှူလည်း ရှူပါ။

နှာရည် နှင့် သွားရည်ယိုရောဂါ။ ။မုယားကြီးရွက် ၃-ပဲသားကို ရေ ၂၅-ကျပ်သား နှင့် ၄- ကျပ်သားကျန်အောင် ကျို၍ စစ်ပြီးလျှင် သကြားခဲ သင့်ရုံဖျော်၍ ညနေစောင်းတွင် တိုက်ပါ။ ၃-ရက် ဆက်တိုက်က အအေးမိခြင်း, နှာစေးခြင်း, နှာခေါင်း ပါးစပ်တို့မှ ထလိပ် အရိုးနှင့် သွားရည်ယိုခြင်းများ ပျောက်ကင်း၏၊ တခွက်စာ ၁-ကျပ် ၈-ပဲမျှ အရွယ်ကြည့်၍ တိုက်ပါ။

မျက်ရည်ယိုရောဂါ။ ။မုယားကြီးအစိမ်းကို ညက်ညက်ကြိတ်၍ အပြားကလေးလုပ်ပြီးလျှင် မျက်စိတွင် ကပ်အုံထားပါ၊ ၃-၄ ရက်မျှ ပြုလုပ်ပေးက မျက်ရည်ယိုခြင်း, မျက်စိနီမြန်း၍ ပူလောင်ခြင်း, ယားခြင်း, ကျိန်းခြင်းတို့ ပျောက်ကင်း၍ မျက်စိအဆောင် အားတိုး လာလိမ့်မည်။

နှာခေါင်းသွေးယိုခြင်း။ ။မုယားကြီးရွက်အခြောက်ကို ညက်ညက်တောင်း၍ လျှာအထက် အာခေါင်သို့ သုတ်လိမ်းပေးမှု နှာခေါင်းသွေးယိုခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

သွားကိုက်သွားနာ ပျောက်ဆေး။ ။မုယားကြီး ၁-ကျပ် ၈-ပဲသားနှင့် ရေ ၃၀-ကျပ်သားကို ခန်းအောင် ကျို၍ ရုံးရေ ခပ်နွေးနွေးကို နုတ်ငုံဆေးအဖြစ်ဖြင့် မကြာမကြာ ငုံပေးခြင်းပြုပါက ပျောက်ကင်း၏။

ဝှင်းနောက်တနည်း။ ။မုယားကြီးရွက်ကို အရိပ်တွင် ခြောက်စေ၍ ပြာချပါ၊ ဝှင်းပြာကို ညက်ညက်ပြု၍ ကိုပ်ပေးမှု သွားနာသွားကိုက် သွားဖုံးမှ သွေးယိုခြင်း, သွားနဲ့ခြင်းများ ပျောက်ကင်း၏။

ပန်းနာရင်ကျပ်။ ။အရောင် ဝါသော မုယားကြီးရွက်ကိုယူ၍ အရိပ်တွင် အခြောက်ပြုပါ၊ ၎င်းကို အပြားကလေးများ ပြုလုပ်၍ ဆေးတန်ဖိုး, ကဗာဘူး ရှူသကဲ့သို့ မီးညှိပြီးလျှင် နှာခေါင်းမှ ရှူပါ၊ ပန်းနာရင်ကျပ် ပျောက်၏။

ကိုယ်ရေဝါရောဂါ။ ။မုယားကြီး အပင်ပေါက်စ နုနုကို တပင်လုံး ယူ၍ ကြိတ်ပြီးလျှင် ၎င်းသတ္တုရည်ကိုယူပါ၊ ၎င်းသတ္တုရည် နှင့် သကြားခဲ ပျားရည် သင့်တော်ရုံ ထည့်၍ သောက်က ကိုယ်ရည်ဝါရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

မျက်စိရောဂါပျောက်ဆေး။ ။အရွက်ငါသော မုယားကြီးရွက် ၂၅ - ကျပ်သား ယူ၍ ရေပင်စွာ ဆေးပြီးလျှင် ရေ ၂၅ - ကျပ်သား နှင့် အိုးသစ်တွင် ထည့်၍ ထည်စိမ်ပြီးလျှင် 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 ညနံနက် ၈ - ပဲသားမျှ သောက်မူ မျက်ရည် ယိုခြင်း၊ မျက်လုံး နီမြန်း၍ ပူလောင်ခြင်း၊ မျက်လုံးကိုက်ခြင်း၊ နာခြင်း၊ မျက်စိမှုန်ခြင်း၊ နံနက် အိပ်ရာထတွင် မျက်ချေး များစွာ ထွက်ခြင်း၊ ယားယံခြင်း၊ မှုန်ခြင်း၊ ကြက်မျက်သင့်ခြင်းတို့မှ ပျောက်ကင်း၏။

သလိပ်ကျပ် ချောင်းဆိုးရောဂါ။ ။မုယားကြီးရွက် သတ္တုရှည် ၁၂ ပဲ၊ မြေပုံရပ်ဆိုး သတ္တုရှည် ၁ - ပဲ၊ ပျားရည် ၆ - ပဲ ၎င်း ၃ - မျိုးကို ရောမွှေ၍ လျက်၍ ပျော်ဖြိုခံးမူ သလိပ် ဦးစီးသော ချောင်းများ ပျောက်ကင်း၏။

မုယားကန်

သက္ကတ မုဏ္ဍီ၊

ဟိန္ဒီ မုဏ္ဍီ (မုဏ္ဍီ)

လက်တင် Sphaeranthus indicus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မုယားကန်သည် မိုးကုန်၍ ဆောင်းဝင်စတွင် ပေါက်၏၊ လယ်တို့၊ ကွင်းလ၊ တပေါင်းလများ၌ သီးပွင့်ကြကုန်၏၊ တဖန် မိုးကျလျှင် သေကြ ပျက်စီး ကြကုန်၏၊ ၎င်းမုယားကန်သည် ကြီး ငယ် ဟု ၂ - မျိုး ရှိ၏၊ အကြီးမျိုးမှာ အပင် မတ်ထောင်၍ ၂ ပေမျှ မြင့်၏၊ မိုးတန် ပွ ရှိ၏၊ အခက် အလက် နည်း၏၊ အပွင့်မှာ အပေါ်ပိုင်းတွင် ခုံးဆောရောင် ရှိ၍ အောက်ပိုင်းတွင် ဥသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ နီသွေးရောင်ရှိ၏၊ အရွက်မှာ အောက်လောက်ညီ ရွက်သဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အငယ်မှာ ခက်လက် များ၏၊ မြေဘွင် ကပ်ဖြစ်၍ ပေါက်၏၊ အမြင့် တပေမျှ မြင့်၏၊ မိုးတန် မာကျော၏၊ အသီးမှာ လုံးလုံး ရှိ၏၊ ဝါရောင် သန်း၏၊ အရွက်မှာ အကြီးထက် ငယ်၏၊ ခွေးသွားစိတ် ကြမ်းကြမ်း ရှိ၏၊ အနံ့ ငုံးရှ၏။

မှတ်ချက်။ ။ရှေးဟိန္ဒူ ဝိဇ္ဇာဆရာကြီးများသည် ၎င်း ၂ - မျိုးစလုံးပင် ဂိုရက္ခမုဏ္ဍီ ဟု ခေါ်ဆိုလျက် ၎င်း ၂ - မျိုးတွင် ရလာအပင်ကို သာ အသုံးပြုကြကုန်၏၊ သို့သော် အငယ် မျိုးကို ရနိုင်ပါက ပို၍ ကောင်းသည် ဟု ယူဆသုံးစွဲကြကုန်၏၊ အမည်ကိုလည်း ကောင်းသော မုယားကန် ဟူပင် ခေါ်ဆိုကြကုန်၏၊ မုဏ္ဍီ ငယ် ဟု ဆိုလျှင်လည်း ၂ - မျိုးစလုံးပင် ထည့်၍ သုံးကြကုန်၏၊ မြန်မာတို့ကား ထိုအသုံးကို လိုက်၍ မုယားကန် ဗိမ ဟု ခေါ်ဆိုကြကုန်၏၊ မုယားကန်ကြီး၏ ဓာတ်ရည်သည် အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်၏။

မုယားကန်ကြီး

သက္ကတ ဂဍာမုဏ္ဍီ

ဟိန္ဒီ မုဏ္ဍီခါရီ (မုဏ္ဍိခရီ)

လက်တင် Spharanthus indicus

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရသာ ချို၏၊ ဝိပါက၌ ပေါ်၏၊ ပူ၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ ဉာဏ်ပညာ တိုးပွား၏၊ ၎င်းပြင် ပျောက်ကင်းနိုင်သော ရောဂါများမှာ အသဲတိုးရောဂါ၊ လည်ပင်း၌ ဖြစ်သော အနာရောဂါ၊ ဗိုးရောဂါ၊ မြင်းမှုအခြောက်နာ၊ ဆီးချုပ်ရောဂါ၊ ယောနိရောဂါ၊ ဝါသင်နာ၊ ဆင်ခြေထောက်ရောဂါ၊ ဝက်ရူးနာ၊ ဂုလုံးရောဂါ၊ ဆီးချုပ်ရောဂါတို့ကို ကင်းစေ စေသော ဂုဏ်သတ္တိ ရှိ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ဝါတရက်ရောဂါ။ ။မုယားကန် ပဥ္စငါးပါး အမှုန့်ပြု၍ ထောပတ် ပျားရည်နှင့် ဖျော်၍ စားပြီးလျှင် ၎င်းနောက် ဆင်ကုန်းမနွယ် ပြုတ်ရည်ကို ထပ်၍ ဆင့်တော်မှ သောက်ပေးပါ၊ ပျောက်ခဲလှသော ဝါတရက်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ချွေးအနံ့ဆိုး ပျောက်ရန်။ ။မုယားကန် ပဥ္စငါးပါးအမှုန့်ကို ဆန်ပုန်းရည်နှင့် သုံးဆောင်မှု ကိုယ်မှ နံစော်သော မကောင်းသော ချွေးနံ့များ ပျောက်ကင်း၏။

မြင်းမှုခြောက် - ကျုပ်တီးနာ နှင့် ကိုယ်ခရုဝါရောဂါ ပျောက်ဆေး။ ။မုယားသန် အမြစ်၏ သတ္တုရည် ၃° - သားကို သောက်က ၎င်းရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

မိန်းမနို့ကျိတ် ပျောက်ဆေး။ ။နို့အုံတွင် အကျိတ်အဖုများ ထည်ရှိ၍ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းဖြစ်မှု ၎င်းအဖုအကျိတ် ကြေစေရန် မုယားကန် ၁ - နှင့် ပိတ်ချင်းသီး ၁ - ကို အမှုန့်ပြုပြီးလျှင် နှမ်းဆီ ၅° - သားဖြင့် ချက်၍ ၎င်းဆီချက်တွင် ဂွမ်းပြားကို စိမ်၍ ၎င်းဂွမ်းစာပြားကို နို့အကျိတ်တွင် ကပ်ပေးပါ၊ ထိုနောက် ၎င်းဆီကိုလည်း ရှူပေးပါ။ နို့ကျိတ် ပျောက်၏။

ကလေးများ အနာစို့ ပျောက်ဆေး။ ။ကလေး သူငယ်များတွင် မိတ်လုံးကလေးများ ကဲ့သို့ ကိုယ်တွင် ပေါက်ပြီး ရေဘို့ဒို့ ဖြစ်၍ နေသော အနာစို့များ ပေါက်သော် မုယားကန် မြစ်အမှုန့်ကို ဆီသင်ရိုးနှင့် ချက်၍ ၎င်းဆီကို အနာဖုကလေးများသို့ လိမ်းပေးမှု ပျောက်၏။

အဆစ်အဆက်ရောင်ရောဂါ။ ။ချင်းခြောက်နှင့် မုယားကန်ကို ဆတူ အမှုန့် ပြု၍ လျက်ပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

ယောနိ ရောင်သော ရောဂါ။ ။ယောနိမဝ ရောင်ရမ်းပြီး နာကျင် ကိုက်ခဲလျှင် မုယားကန်အမှုန့်ကို ထောပတ်နှင့် ဖျော်၍ ၎င်းဆေးကို ဂွမ်းနှင့် သုတ်၍ ယောနိကို လိမ်းကျံပေးက သက်သာရာ ရလိမ့်မည်။

ခေါင်းတချမ်းကိုက်ခြင်း။ ။ခေါင်းတချမ်းကိုက် ရောဂါဖြစ်မူ ထမင်းပစားမိ မှယားကန် ပန္နဂါးပါး၏ သစ္စာရည်ကို နွေးနွေး ပြု၍ ၇-ရက်တိုင်အောင်သောက်က ပျောက်ကင်း၏။

မြင်းသရိုက် ရောဂါ။ ။၎င်းအသီး အမှုန့်ကို ဒိန်ခဲနှင့် သောက်မူ မြင်းသရိုက် ရောဂါ ပျောက်၏။

ပန်းသေ ရောဂါ။ ။မှယားကန် အစိုကို ရေဖြင့် ညက်ညက်ကြိတ်၍ ၎င်းကြိတ်သား သော ဆေး ၁၀-သား နှမ်းဆီ ၎င်းရေသန့်သန့် ၁-ပိဿာ ခြောက်ဆယ်ကို မလိုပ်မှီသော ကြေးအိုးတွင် ထည့်၍ မီးညွှင်းညွှင်းနှင့် ချက်ပါ၊ ရေခမ်း၍ ဆီကျန်လျှင်ချ၍ စစ်ယူပြီး လေလုံမှာ ထားပါ၊ ၎င်းဆီဖြင့် လိင်ကို ပွတ်နယ် လိမ်းကျံခြင်း ပြုပါ၊ ၎င်းနောက် ၎င်းဆီ ၁၀ - စက်မှ အစက် ၃၀ - အထိ ကွမ်းရွက်မှာ သုတ်လိမ်းပြီးလျှင် ကွမ်းယာပြု၍ တနေ့လျှင် ၃ - ကြိမ်မျှ စားပေးမူ ပန်းသေရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

မျက်စိရောဂါ။ ။၎င်းအမြစ်ကို အရိပ်တွင် လှမ်း၍ အမှုန့် ပြုပါ၊ ၎င်းအမှုန့်နှင့် အတူ သကြားခဲရော၍ ၎င်းဆေး ၁၂ - ပဲသားကို နွားနို့စ်နှင့် သောက်က မျက်စိနာ ပျောက်ကင်း၏။

ဧရှသင်းနာ။ ။မှယားကန် ၂၇ - ဆေးကဗ္ဗီပါ ၇မြစ် ၆ - ရော၍ အမှုန့်ပြုပါ၊ တခွက် စာလျှင် ၂ - ပဲသားမှ ၆ - ပဲသားအထိ ရေနွေးနှင့် သောက်ပါ ရက်ရှည်သောက်က ပျောက် ကင်း၏။

အဆစ်ရောင်ရောဂါ။ ။မှယားကန် ၈ - ပဲသားကို ရေနွေး နှင့် သောက်က အဆစ် ရောင် ရောဂါများ သက်သာရာရ၏။

မှယားနင်းကြက်ဆူ

သက္ကတ अतितेजनी

ဟိန္ဒူ जलयाशी (ဂျ,လ် ဝါရီ)

သက်တင် Zanthoxylum Budrunga

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်လတ်မျိုး ဖြစ်သည်၊ အခေါက်၏ အရောင်မှာ အဝါ ပြောရောင် ရှိသည်၊ ချွန်ထက်သော ဆူးများ ရှိသည်၊ အပွင့်သည် အပွင့်ချပ် ၄ - ဖတ် ရှိသည်၊ ၎င်းအသီးသည် လုံးသည်၊ အစေ့မှာ လုံး၍ ရှည်မျောမျော ရှိသည်၊ ညိုရောင်သန်း၍ နက်သည်၊ အရောင် တောက်ပ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဒုဝ်း၏ အသီးသည် ပူ၏၊ စပ်၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ ခါး၏၊ မတ်သိပ် ဆာလောင်စေ၏၊ သလိပ်ကို နိုင်၏၊ ပန်းနာနှင့် လေပြွန်ချောင်းများ ပူလောင်ခြင်းကို ငြိမ်းစေ၏၊ နှလုံးရောဂါ၊ ကြက်ညှာချောင်းဆိုးရောဂါ၊ မြင်းသတ်ကိုနာ, ခံတွင်းနာ, သွားရောဂါ လည်ချောင်း ရောဂါများကို ကောင်းစေ စေသည်။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ဆီးအိမ် ရောဂါ။ ။ဒုဝ်းအမြစ်ကို သွေး၍ သင့်တော်ရုံ သောက်ပါလျှင် ဆီးအိမ် တင်းရောင်ခြင်းမှ ပျောက်ကင်းသည်။

ကာလဝမ်း ရောဂါ။ ။ဒုဝ်းအစေ့ကို ခမုံမြို့စေ့နှင့် ဆေးကူ ရော၍ ကြိတ်ပြီးလျှင် ရေနွေးနှင့် သင့်တော်ရုံ သောက်ပါ၊ ပျောက်ကင်းသည်။

အစာမကြေ ရောဂါ။ ။အစာမကြေသော ရောဂါများတွင် ဒုဝ်းအစေ့ကိုအမှုန့် ပြု၍ သင့်တော်ရုံ သုံးဆွဲပါက ဝမ်းမီးတောက်၍ အစာကြေစေ၏။

မုယော (ဂျုံ)

သက္ကတ	**ယဝ**	**အင်္ဂလိပ်**	Barley
ဟိန္ဒီ	ဇော် (ဂျော်)	**လက်တင်**	Hordeum vulgare

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဖန်၏၊ ချို၏၊ သလို့ အေး၏၊ ဝိပါက်၌ ပူ၏၊ နူးညံ့၏၊ ခြောက်ယပ်စေ၏၊ ဉာဏ်ကို ပွားစေ၏၊ အသံကို စင်ကြယ် စေ၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ ခွန်အားကို ပြုတတ်၏၊ လေကိုပွားစေ၏၊ အရောင်အဆင်းကို ဖြစ်စေ၏၊ သလိပ် နှင့် သည်းခြေ ရောဂါများကို ငြိမ်းစေ၏။

အသုံးပြုသော ရောဂါများ။ ။အနာဒေါက်, လည်ပင်းရောဂါ, အရေပြား, အဆီတိုး ရောဂါ, ငြိမ်ခပ်နာ, ပန်းနာ, ချောင်းဆိုး, ပေါင်ခြံတောင့်တင်းသော ရောဂါ, သွေးဖောက်ပြန်, ရေငတ်ရောဂါ စသည်တို့၌ အသုံးပြုရသည်။

မေဒါ

သက္ကတ मेदा

ဟိန္ဒူ मेदा (မေဒါ)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အဌဝဂ္ဂဆေးတွင်ပါဝင်သော ဆေးဖြစ်၏၊ ဥဖြူ၏ဥကိုလက်သည်းနှင့် ခြစ်ပါက အရေ ထွက်၏၊ ထိုသောင် ၎င်းဆေးမြစ်ကို မရပါက ဒယသကို မြစ်ကို အစားပြု၍ အသုံးပြုရန် နိဃဏ္ဍု ကျမ်းကြီးမျာ်း၌ မိန့်ဆို၏၊အရသာ ချို၏၊အေး၏၊ ဝိပါက်၌ ချို၍ ကြေကျက် လွယ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။သုက်ကို ပွားစေ၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ ခွန်အားကိုပွားစေ၏၊ နို့ရည်ကိုဖြစ်စေ၏၊ သလိပ်ကိုပွားဘတ်၏၊ လေ, သည်းခြေကိုငြိမ်းစေ၏၊ သွေးပေါက်ဖြန်သော ရောဂါ, ဖျားနာ, အဖျား, အပူ, ချောင်းဆိုး ရောဂါ တသည့်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မဲဇလီ (သင်္ဘော)

သက္ကတ दद्रुघ्न

ဟိန္ဒူ दादमर्दन (ဒါ,ဒမရ်ဒ,န်)

လက်တင် Cassia Alata

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အပွင့်နှင့် အရွက်ကို ပြုတ်၍ သောက်ပါက အသက်ရှူ ပြန်ချောင်းဆိုးခြင်း, ပန်းနာရောဂါတို့ကို လျော့ပါးစေ၏၊ ဝမ်းသက်စေ၏၊ ဆီးများ၏၊ သလိပ်ကိုကျစေ၏၊ အရွက်ကို ထောင်း၍ ထမာရွက်ရည်နှင့် လိမ်းကျံ လျှင် ဝဲနာ, နူနာစသည်ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အစေ့သည် ဖန်၏၊ လေကိုပယ်တတ်၏၊ ယားယံခြင်း, ချောင်းဆိုး, ပန်းနာ ပွေးနာ, အရေပြား ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ပိုးတို့ကို သေစေတတ်၏၊ ပဉ္စင်ပါ, တသိုး သည် ဝမ်းသက်စေ၏၊ သလိပ်ကို ပယ်၏၊ ဆီးများ၏၊ နူနာကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ပွေးနာ။ ။လက်ကျား ဒန်းနှင့် ဖန်းခါးသီးကို အမှုန့်ပြု၍ မဲဇလီမြစ်ကို ထွေးသော အရည်နှင့် ဖျော်၍ လိမ်းပေးပါက ပျောက်ကင်း၏၊ (သို့မဟုတ်) အရွက်ဖိမ်းနှင့် ဆားအနည်းငယ်ထည့်၍ ပွတ်ပေးပါကလည်း ပျောက်ကင်းနိုင်၏။

အရေပြားရောဂါ။ ။ဂုဏ်အရွက်ကို နနွင်း ၂-ကြိမ် မှန်မှန် ရက်အတန်ကြာအောင် ပွေးကို ပွတ်ပေးမှု ပွေး, ဝဲ, နှင်းခူ စသော အရေပြားရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏၊ ထိုသို့ရောဂါပျောက်ပြီးသည့်နောက် ရက်အတန်ကြာအောင် ဆက်လက်၍ ပွတ်တိုက်ပေးပါမူ ရောဂါ နောက်ထပ် မဖြစ်ပွားတော့ချေ။

အနည်းအရေပြားရောဂါ။ ။ဂုဏ်အပွင့်ကို ညက်စွာကြိတ်၍ လိမ်းမူ အရေပြား ရောဂါဟူသမျှ ပျောက်ကင်း၏။

ကိုယ်ရေမသန့်။ ။ဂုဏ်အရွက်မှုန့် ပျားရည်နှင့် ဖော်၍ လျက်မူ သွေးသားစင်ကြယ်၍ အသားအရည် ဝဖြိုးပြီးလျှင် အင်အားတိုးလာပါလိမ့်မည်။

အဆိပ်ပြေဆေး။ ။ဂုဏ်အရွက်ကို ကြိတ်၍ အဆိပ်ရှိသော သတ္တဝါများကိုက်သော နေရာသို့ အုံပေးပါက အဆိပ်ပြေ၏။

လိင်နှိမိတ်ရောဂါ။ ။ဂုဏ်အရွက် သတ္တုရည်ကို မကြာမကြာ လိမ်းပေးပါမူ လိင်နိမိတ်နှင့် ပတ်သက်သော အနာများ ပျောက်ကင်း၏၊ ဂုဏ်အနာနှင့် စပ်လျဉ်းသော အနာဟူများကို လိမ်းပေးမူ နုလုံးပိန်၍ ရင့်လျှင် ပြည်ပေါက်သွားလိမ့်မည်။

လိင်နိမိတ်မှိုင်းဆေး။ ။ဂုဏ်အရွက်ကို ကျက်ကျက်ပြုတ်၍ ၎င်းအငွေ့ခိုးဖြင့် လူမျိုးနှာနှင့် စပ်လျဉ်းသော အနာများကို အခိုးငွေ့ခံပေးပါက အနာများ ကျက်လွယ်, အသားနုတက်လွယ်ပါလိမ့်မည်။

ခံတွင်း၌ အပူအနာများပေါက်ခြင်း။ ။ဂုဏ်အရွက်ကို ကျကျ ပြုတ်၍ ဝပ်နွေးနွေးတနေ့ကို ၃-ကြိမ်မျှ ငုံပေးပါက ခံတွင်း၌ အပူအိပ်ပေါက်ခြင်း, ရောင်ရမ်းခြင်း, အနာပေါက်ခြင်းများ ပျောက်ကင်း၏။

ချောင်းခြောက်ရောဂါ။ ။ဂုဏ်အရွက်နှင့် မုယောကြီးရွက်ကို ရော၍ တမြုံ့မြုံ့ ငုံထားပါ၊ ဝမ်းတွင်းသို့ဝင်ပါစေ၊ ဤနည်းဖြင့် တနေ့ ၂-ကြိမ်ကျမျှ ငုံပေးပါက ချောင်းခြောက်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

နှင်းခူကြီးရောဂါ။ ။ဂုဏ်အရွက်ကို သံပုရာသီးရည်နှင့် ကြိတ်၍ လိမ်းပြီးလျှင် ၎င်းပြုတ်ရည်နှင့်ပင် ဖန်ဆေးပေးပါ၊ နံနက် ည တကြိမ်ကျ မှန်မှန်ပြုလုပ်ပေးပါက နှင်းခူကြီးနာ ပျောက်ကင်း၏။

---

၆၉ လီ (အချို)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။မယ်ဘလိဂ္ဂုဏ် အချိုသည် အစာကို ကြေစေ၏၊ သလိပ်နာကို ပယ်ဖျောက်တတ်၏၊ လေကိုပွားစေ၏။

မဲပင်

သက္ကတ နီလ ပုဿပိကာ

ဟိန္ဒီ နီလ (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၏၊ ဂိပါကျ၌ စပ်၏၊ နူးညံ့စွာ ဝမ်းသက်၏၊ သုလိပ်ကို ပယ်ထုတ်တတ်၏၊ လေကိုနိုင်၏၊ အဖျားရောဂါ, ဝမ်းဗိုက်နှင့် ပတ်သက်သောရောဂါ, နှလုံး, အရှူး, လေ ရောဂါစသည်တို့၌ အသုံးပြုရ၏။

မဲရိုင်းကလေး

သက္ကတ ဖျုံဗရိယ

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 ဆာရဖော (ဆဝကနာ)

လက်တင် Indigofera Pulchella

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မဲပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ တောင်ကုန်း တောမြင့်ရာ၌ ပေါက်၏၊ အမြစ်ကို ဆေးဘက်တွင် အသုံးပြုရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်ကို ပြုတ်၍ သောက်ခဲ့သော် ချောင်းဆိုးခြင်း ပျောက်ကင်း၏၊ ရင်ဘတ် နာကျင်သော် အမြစ်ကို သွေး၍ ရင်ဘတ်၌ လိမ်းပေးရ၏။

မဲ ရိုင်း

သက္ကတ शरपुंखा

ဟိန္ဒီ शरपुंखा (ဆ,ရှ-ပုံခါ)

လက်တင် Tephrosia Purpurea

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ရှင်းမဲရိုင်းပင်သည် မဲပင်နှင့် အလုံးစုံတူသည်၊ သို့သော် အရွက်မှာကွာခြားသည်၊ မဲရွက်၏ အကြောများသည် ဖြောင့်ဖြောင့်ရှိ၏၊ အရွက်ကို လက်ဖြင့် ဖြတ်လိုက်သောအခါတည့်မတ်စွာ ပြတ်သည်၊ မဲရိုင်း၏ အရွက်ကြောများသည် ကောက်ကွေ့ လျက်ရှိသည်၊ လက်ဖြင့် ဖြတ်တောက်လိုက်သောအခါ ကည့်တည့်မပြတ်ဘဲ စောင်းခွဲ၍ပြတ်သည်၊ အပွင့်သည် နီရောင်ရှိ၍ အသီးတောင့်မှာ ပြားပြားရှိသည်၊ ၎င်းသည် အဖြူပွင့် ဖန်ပွင့် အားဖြင့် နှစ်မျိုး ရှိသည်၊ ၎င်းအပင်၏ ပဥ္စင်္ဂါးပါးကို ဆေးတွင် အသုံးပြုရသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရသာ ခပ်ဖြင်းဖြင်းရှိ၏၊ ဖန်၏၊ ခါး၏၊ ပူ၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ အသည်းရောဂါ၊ ဝိုးရောဂါ၊ သရက်ရွက် အအေးမိသောရောဂါ၊ ဂုလုံးရောဂါ၊ အနာပေါက်ရောဂါ၊ ချောင်းဆိုးနာ၊ အဆိပ်သင့်သော အနာများ၊ သွေးဖောက်ပြန်သောရောဂါ၊ မြင်းသရိုက်နာ၊ နူနာကြီးရောဂါ စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အမြစ်။ ။၎င်းအမြစ်သည် အဆိပ်ကိုနိုင်၏၊ မြွေကိုက်သူများကို သောက်စေခြင်း၊ သရက်ရွက် ကြီးသူများကို သောက်စေခြင်း၊ အနာဝင်သူများကို သောက်စေခြင်းဖြင့် အသုံးပြုသည်။

အစေ့။ ။၎င်းအစေ့သည် ကြွက်ကိုက်ခြင်းကြောင့် အဆိပ်သင့်နာများကိုသောက်စေခြင်းဖြင့် အသုံးပြုရ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ဝမ်းမီးနှုံးရောဂါ။ ။မဲရိုင်းမြစ်ကို ပြုတ်၍ ကြေးစွန်းကြီး ၂-ဇွန်းမျှ သောက်မူ ဝမ်းမီးနှုံးသော ရောဂါပျောက်ကင်း၏။

အစာမကြေလေပွရောဂါ။ ။၎င်းအမြစ်ပြုတ်ရည်ကို ရှိန်းဆိုးသင်းပြီးသား အနည်းငယ်ထည့်၍ သောက်ပါက ပျောက်ကင်း၏။

အတီသာရဝမ်းရောဂါ။ ။ဝင်းအမြစ်ပြုတ်ရည်တွင် ချင်းခြောက် အနည်းငယ်ထည့်၍ သောက်ပါက ပျောက်ကင်း၏။

ဝမ်းကိုက် ရောဂါ။ ။ဝင်းအမြစ်ပြုတ်ရည်တွင် ဆေးညွှင်း အနည်းငယ် ထည့်၍ သောက်ပါက ဝမ်းကိုက်နာ ပျောက်၏။

သန်ကျဆေး။ ။ဝင်းပြုတ်ရည်တွင် အိမ်မွှေးသီး အမှုန့် အနည်းငယ်ထည့်တိုက်ပါက ကလေးများဝမ်းတွင်းရှိ သန်ပိုးများ ပျက်စီးကုန်၏။

အဖုအပိန့်ကလေးများ ပျောက်ဆေး။ ။ခေသူးဆိုးပွား၍ ကိုယ်လုံးတွင် အဖုကလေးများ ပေါက်သော်, ယားသော် ဝင်းပြုတ်ရည်တွင် ပျားရည်ခတ်၍ သောက်က သက်သာရနိုင်၏။

သွေးမြင်းသရိုက်။ ။မဲရိုင်းရွက် နှင့် ဆေးရွက် မာလာချော့ကြော်ပြီ၍ ဆီဝနှင့် အုပ်၍ ဒီးပေးခဲ့သော် သွေးမြင်းသရိုက်ပျောက်ကင်း၏။

အပူအားကြီးခြင်း။ ။ကိုယ်၌ အပူရှိန်လွန်ကဲသောအခါ ဝဲရိုင်းဆေ ကို ရေအေးနှင့် ဖိမ်ပြီးလျှင် ရေကိုစစ်၍ တိုက်ပါက အပူရှိန်ပြင်းထန်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

သားဖွားလွယ်ကူရန်ဆေး။ ။အချို့ မိန်းမများ သားဖွား ခက်ခဲသော အခါ ဝင်းမဲရိုင်းမြစ်ကို ခါးမှချိ၍ ပေးပါက လျင်မြန် လွယ်ကူစွာ မွေးဖွားပါသိမ့်မည်။

ရေမျိုးရောဂါ နှင့် အသည်းရောင် ရောဂါ။ ။ဝင်းမဲရိုင်း ပဥ္စငါးပါး အမှုန့်ကို နံနက် ည ၁-ကျပ် ဂ-ပဲသားမျှ ယန်ပုန်းရည် ဒိန်ချဉ် ရေဖြင့် ၂၁ ရက် သို့မဟုတ် ၂၇ ရက် မှန်မှန်သောက်ပူ ရေမျိုးရောဂါ ဒိဋ္ဌပျောက်ကင်း၏။

ကာလဝမ်းရောဂါ။ ။ကာလဝမ်းရောဂါ ဖြစ်မူ ဝင်းအမြစ် ၂-ပဲသားမျှ သွေး၍ သောက်ပါက ချမ်းသာရ၏။

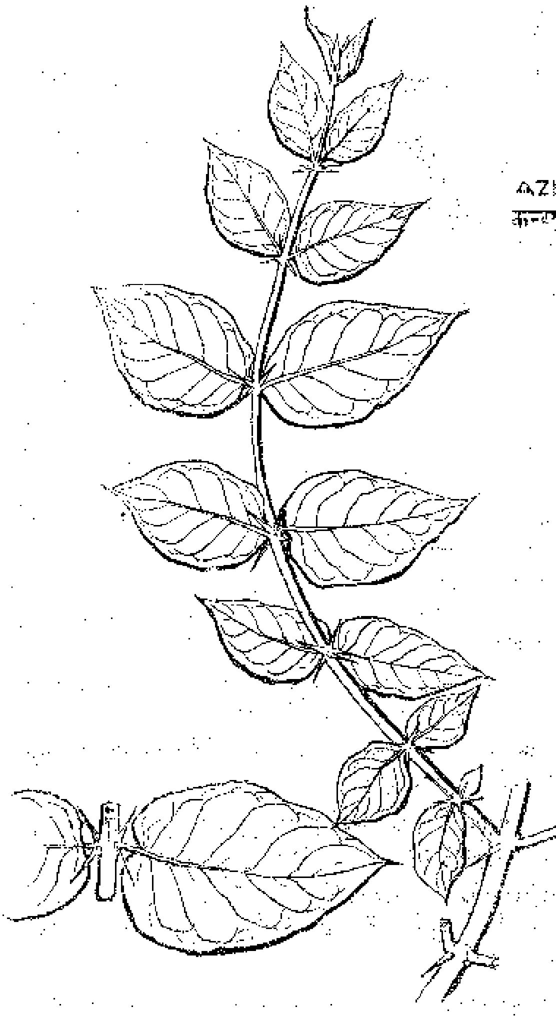
ဂူလုံးရောဂါ။ ။ဝင်းပဥ္စငါးပါးကို မြှာပြု၍ ဝင်းပြာနှင့် ဖန်းခါးသီး ဆတူစပ်၍ တခွက်စာ ၄-ပဲသားမျှ သောက်ပါက ဂူလုံးရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

သရက်ရွက်ကြီးရောဂါ။ ။ဝင်းအမြစ်ကို ဒိန်ရည်ဖြင့် ပြစ်ပြစ်သွေးပြီးလျှင် တခွက်စာလွန်းကြီး ၂-ဇွန်းမျှ သောက်က ချမ်းသာရ၏။

မကျက်နိုင်သောအနာပျက်။ ။ဝင်းအမြစ်ကို ပျားရည်နှင့် သွေး၍ လိမ်းပေးမူ မကျက်နိုင်သော အနာပျက်များ လျင်မြန်စွာ အသားနုတက်ပါလိမ့်မည်။

သူငယ်နာကိုယ်တိုးရောဂါ။ ။ကလေးများ (သူငယ်နာကိုယ်တိုး) နှင့် အခြား ဖေါ်ရောင်သော ရောဂါများကို ဝင်းပဥ္စငါးပါးကို ကျို၍ တိုက်မှ သူငယ်နာ ကိုယ်တိုးနှင့် အခြား ဖေါ်ရောင်ခြင်းကိုမှ ပျောက်ကင်း၏။

ကလေးအဖက်တင်ရန်ဆေး။ ။ဝင်းမဲရိုင်းမြစ်ကို နေနေတွင် ရင်းမြေပင်သို့ ဖိုင် ကြားပင့်ဖိတ်၍ (ဥပမာ-ဆရာကြီး ကျွန်ုပ်အား ကိုယ်ဝန်တည်ရ၍ ကလေးရရန် သနားသော



ဆိုးနုံပင်

AZIMA SARMENTOSA

အားဖြင့် မှုစ ဆောင့်ရှောက်ပါ ကျွန်ုပ်ရိုသော့ ပင့်ဖိတ်ပါသည်) ဆေးသည်ဖြင့် ပန်ကြားပြီးလျှင် တနင်္ဂနွေနေ့ နံနက်တွင် ၎င်းအမြစ်ကို တူးယူ၍ ခါးတွင် ချိတ်ထားပါမူ ကလေးအဖတ်တင်ခြင်း သမန်းရခြင်းကိစ္စများ လျှင်မြန်စွာပြီးစေနိုင်၏။

နာတာရှည်ချောင်းဆိုးရောဂါ။ ။၎င်းအမြစ်အစိုကို အရိပ်တွင် လှမ်း၍ ၎င်းအမြစ် ၂-ကျပ် ငြုပ်ကောင်း ၂-ကျပ် ၎င်းဆေးနှစ်ပါးကို ညက်စွာ ကြိတ်၍ ရွှေးကြီးမှု လုံး၍ထား ပါ၊ နံနက်ညာ ၂-လုံးစီသောက်ပါမူ နာတာရှည် ချောင်းဆိုးရောဂါနှင့် လေရောဂါ ပျောက် ကင်းပါလိမ့်မည်။

ကိုယ်ဝန်လျောခြင်းပျောက်ဆေး။ ။၎င်းအရွက်သဘ္ဘုရည်နှင့် နွယ်ချိုမှုန့်ကို ရော၍ မှုပါလျှင် ကလေးပျက်ခြင်းမှ ပျောက်ကင်း၏။

မြင်းဖုခြောက် နှင့် မိုးနိုင်ဆေး။ ။၎င်းအမြစ်ကို ဆန်ဆေးရည်နှင့် သွေးပြီးလျှင် ၎င်းဆေးကို ချုံခြင်းလိမ်းကျံခြင်းပြု၍ မြင်းဖုခြောက်နာ, အဆိပ်သင့်နာ, မိုးနာများပျောက် ကင်း၏။

ခရုသင်းရောဂါ။ ။မဲရိုင်းအမြစ်၏အခေါက် ဂဝံသား ငြုပ်ကောင်း ၄-စေ့တွင်ရေ ၃-ကျပ်နှင့်ဖျော်၍ နံနက်စောစော နေ့စဉ်သောက်ပါ၊ (၇) ရက်ပြည့်မှ ၂-ရက်နား၍ ဆက်လက် ပြီး (၇) ရက်ပြည့်အောင် သောက်ပါ၊ ၎င်း (၇) ရက်စေ့မှ ၂-ရက်နား၍ အထက်ပါအတိုင်း သောက်ပါ၊ (၇) ပတ်ပြည့်အောင် သောက်မှ အမြုကွက်နှင့် ခရုသင်းရောဂါများ ပျောက် ကင်း၏။

အသည်းရောင်ရောဂါ။ ။မဲရိုင်းပင် သပင်လုံးနုတ်ယူ၍ ရေစင်စွာ ဆေးပြီး အရိပ် တွင်လှမ်းပါ၊ ခြောက်လျှင် ဇင်ကြယ်သော နေရာတွင် ပြာချပါ၊ ၎င်းပြာကို ပုလင်းတွင် လုံစွာ ထားပါ၊ အသည်းရောင် ရောဂါနှင့် ဖျဉ်းရောဂါ တို့ကို တခွက်စာ ၃ ရွေးမျှ တနေ့ကို ၃ ကြိမ် ရေနွေးဖြင့် တိုက်ပါ၊ ကလေးများကို အရွယ်ကို ကြည့်၍ တိုက်ပါ၊ ပျောက်ကင်းချမ်းသာပါ လိမ့်မည်။

မိုးနံပင်

သက္ကတ कंटकगुर

ဟိန္ဒီ कंटगुर कमार् (ကန္တဂုရိ-ကမာရ္)

လက်တင် Azima tetracantha

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ချုံပင်ကြီးဖြစ်သည်၊ အခက်အလက်များ၏ စိမ်းလန်းသော အရွက် ရှိ၏၊ အရွက်သည်ပိုင်း၌ ထိပ်ဖျားချွန်ထက်၏၊ တောက်ပ၏၊ ဆူးရှည်၏၊ အပွင့်ဖြူ၏၊ အဖို-အမ အားဖြင့် ၂-မျိုးရှိ၏၊ အသီးလုံး၏၊ နူးညံ့၏၊ ဖြူ၏၊

No. 47

ဂုဏ် နှင့် ရှမ်းရည်။ ။အမြစ်ခေါက်ကို အစာမကြေလေပြည့်ရောဂါ၌ အသုံးပြုရ၏၊ အရွက်ကို သားဖွားသော မိန်းမတို့အား ကျွေးမွေးရ၏၊ ထိုမှတပါး ဆီးရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ရေဖျဉ်းရောဂါ, နာတာရှည်, သွေးဝမ်းရောဂါ, ဝမ်းမီးနည်းခြင်း တို့၌ အသုံးပြုရ၏။

ရောဂါအလိုက် အသုံးပြုနည်း

ငှင်းအမြစ်ခေါက် ၁ဝိ ရေ ၅ဝိ နှင့် ထက်ဝက်ခန်းအောင်ကျိုပါ၊ ၎င်းနောက် လင်းနေ, ဖနွံပြု, သောက်မြဲ တို့ကို သင့်တော်ရုံထည့်၍ တခွက်စာ ၁ ႐ိ ၈ ပဲ မျှ သောက်မှ နာတာရှည်, အဘိသာရ သွေးဝမ်းသွားရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

ရေဖျဉ်းရောဂါ နှင့် ဆီးချုပ်နာ ပျောက်ဆေး။ ။ပိုးနံ့မြစ်အစို အခွံခေါက်ကို ညက်ညက်ထောင်း၍ အရည်ညှစ်သော အရည ၁ သား နှင့် ဆီတကို ၆ ကျပ်သားကို သောက်ပါက ရေဖျဉ်း ရောဂါ နှင့် ဆီးချုပ်သော ရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ကျောက်ဆီး ကာကွယ်သောဆေး။ ။ကျောက်ပေါက်သူများ ကျောက်ဆီးပါခြင်း, ကျောက်များအိုင်းကျခြင်း ဖြစ်မှု ၎င်းအရွက်ကို ဟင်းချိုချက်၍ (သို့မဟုတ်) ပြုတ်၍ သင့်မှ စားပါ။

ကျောက်ကာကွယ်ဆေး။ ။ပိုးနံ့သီးကို ၃ လုံးယူပြီးလျှင် အခေါ်ခွာလျှပ် ၃ လုံးကျဖြင့် အချိန်တည်းဆက်၍ ၉ လုံးကုန်အောင် ၃ ခါသောက်ပါမူ ကျောက်ရောဂါ ကာကွယ်ပါလိမ့်မည်။

မြွေဆိပ်ပျောက်ဆေး။ ။အထက်မြန်မာပြည် မြင်းခြံနယ် အရပ်၌ အရပ်တွင် ခွေးကို မြွေကိုက်သောအခါ ၎င်းမွေးကို ပိုးနံ့ဆူးဖြင့် တကိုယ်လုံးသွေးထွက်အောင် ထိုးပေးကြသည်၊ ၎င်းခွေးလည်း မြွေဆိပ်ပြေ၍ ပင်ကိုယ်အတိုင်း ကောင်းမွန်သွားသည်ကို ကိုယ်တိုင်မြင်ဘူးသည်၊ သို့သော် လူကိုကား ဤနည်းဖြင့် စမ်းသပ်ခြင်း မပြုရသေးပါ။

ပိုးမခ

သက္ကတ — झावुक

ဟိန္ဒူ — झाउ (ဖျော)

လက်တင် — Tamarix Gallica.

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ချုံသဏ္ဌာန်ရှိသော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ များသော် ထားထွယ်သော အခက်အလက်များရှိသည်၊ အကိုင်းများသည် အောက်သို့ အလွန်ကိုင်းညွတ်သည်၊ နူးညံ့သော

ကြောင့် လေအနည်းငယ်တိုက်ခါမျှနှင့် လှုပ်၏၊ အရွက်များအလွန်သေးသည်၊ အသီးသည် အစေ့အကြောင်း ၃-ခုရှိသည်၊ အပွင့်သည် နှင်းဆီရောင်၊ ခရမ်းရောင်ရှိ၏၊ အစေ့ပြား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခါး၏၊ အခေါက်သည် ချုပ်၏၊ တောင့်တင်းစေ၏၊ အသီးသည် တွန့်ရှုံ့စေတတ်၏၊ အောက်သို့ သက်စေတတ်၏၊ သလိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ ဝမ်းသက်၏၊ ပန္နံ ပါး ပြသည် ဆီးကို ရှင်စေ၏၊ ပန္နံ ပါးပြတ်ရည်သည် ချုပ်၏၊ အေး၏၊ ဖန်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ထိခိုက်သော ဖက်နာ ပျောက်ဆေး။ ။ထိခိုက်ရှနာ၍ အပုံအကျိတ်, အနာများကို ၎င်းအခေါက်ကို ခပ်မြစ်မြစ်ပြုတ်၍ အပုံအကျိတ် အနာများကို လိမ်းပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

ဆံပင်နက်စေဆေး။ ။၎င်းအမြစ်အစိုကို အနည်းငယ်ထောင်း၍ ၎င်းဆေးမြစ်နှင့် ပေတူ နှမ်းဆီ ၎င်း ၂-ပါးသက် ၂-ဆရေထည့်၍ကျိုပါ၊ ရေခန်း၍ ဆီကျန်လျှင် ချ၍စစ်ယူပါ၊ ၎င်းဆီကို လိမ်းပေးပါက သံဖြူမျှားနက်ပါလိမ့်မည်။

နာစေးရောဂါ။ ။၎င်းအရွက်ကို ပြုတ်၍ အငွေ့ကိုရှူလျှင် နာစေးရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

သားမြတ်မာဆေး။ ။မိုးမခခေါက်နှင့် သလဲသီးအခေါက်ကို နှနှထောင်း၍ စမ်ပြီးလျှင် လနို့ဖြင့် တနေ့ ၂-ကြိမ်မျှ သားမြတ်ကိုလိမ်းပေးမူ သားမြတ်များ တောင့်တင်းမာကျော လာလိမ့်မည်။

မိုးမခ

သက္ကတ क्षुद्र पाषाण भेदक

ဟိန္ဒီ पाषाणभेद झाउ (ပါဇာ,ဏ -ဘေ,ဒ - ချိန္နာ)

လက်တင် Homonoia riparia

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အမြဲစိမ်းလန်းနေသော ချုံမျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ၃-လက်မမှ ၆-လက်မအထိရှည်၍၊ အနံ လက်မဝက်မှ တလက်မအထိ ကျယ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အနာပေါက်, ဆီးအောင့်, ကျောက်တည်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ အနိုးငယ် ခတ်သက်၏၊ ပြုတ်ရေသည် မြင်းသရိုက်, ကျောက်တည်, အပူနှင့် ပြည်ဘူ လာသောရောနာ ပျောက်ကင်း၏။

မက်မန်းသီး

သက္ကတ အာရုက
ဟိန္ဒီ အာရူး (ဆာဂူ)
လက်တင် Prunus persica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်လတ်မျိုးဖြစ်၏၊ အပွင့်သည် နှင်းဆီရောင် ပြေ့ပြေ့ရှိ၏၊ အသီးမှာ ချဉ်ချိုသော အရသာရှိ၏၊ ၎င်းအစေ့မှ ဆီတမျိုးထွက်၏၊ မြန်မာပြည် အထက်ပိုင်းတွင် များသောအားဖြင့် ပေါက်တတ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအသီးသည် နှလုံးကို အားပေး၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ ဆီးလွန်ရောဂါ, မြင်းသရိုက်ရောဂါ, ဂူလုံးရောဂါ နှင့် သွေးဖေါက်ပြန်ခြင်းကို နိုင်နင်း၏၊ ၎င်းအရွက်သည် ပိုးကိုနိုင်၏၊ အနာကို အသားနုတက်လွယ်စေ၏၊ သမင်ဖြူရောဂါ, မြင်းသရိုက်ရောဂါများတွင် များစွာ အကျိုးပြု၏၊ ခံတွင်းနံခြင်း, အလိပ်ပုပ်ခြင်းကို ပျောက်စေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

သာမန်ဝမ်းနှုတ်ဆေး။ ။၎င်းအပွင့်ကို ပြုတ်၍သောက်မူ နူးညံ့စွာ ဝမ်းလျှောစေသည်။

အစာသစ်အိမ်နာရောဂါ။ ။၎င်းအသီး၏ သတ္တုရည်ကို ဝမ်းဖြူအမှုန့် အနည်းငယ်ထည့်၍ သောက်မူ အစာသစ်အိမ် နာကျင်ကိုက်ခဲသောရောဂါ ပျောက်၏။

ဝမ်းတွင်းရှိ ပိုးများနှိမ်ဆေး။ ။၎င်းအသီး၏ သတ္တုရည်ကို သက်ပြီးသော ရှိန်းဒို အနည်းငယ် ထည့်၍ သောက်မူ ဝမ်းတွင်းရှိ ပိုးများကို ဆင်းစေ၏။

ကာဒဒေးမျှားသန်ကျဆေး။ ။၎င်းအရွက်၏ သတ္တုရည်ကို သင့်ရုံသောက်က သန်ကောင်များ ကျဆင်း၏။

နားကိုက်သောရောဂါ။ ။၎င်းအစေ့၏ အဆီကိုနားတွင်းကပ်ပေးမူ နားလေထွက်, နားအူ, နားကိုက်များ ပျောက်ကင်း၏။

အရေပြားရောဂါ။ ။၎င်းအစေ့ ဆီကိုလိမ်းမူ အရေပြားရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

မက်မုန့်သီး

ဟိန္ဒီ (အာလူးဗုခါရိ)
လက်တင် Prunus Communis

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်လတ်မျိုးဖြစ်၏၊ အသီး လုံး၏၊ အဖြူ, အနီ, အဝါ ၃-မျိုးရှိ၏၊ အစေ့သည် ဗာဒံစေ့နှင့် တူ၏၊ အရသာ ချိုချဉ်ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ရင်းအသီးသည် အေး၏၊ နူးညံ့၏၊ ရေငတ်ခြင်းကိုငြိမ်းစေ၏၊ နူးညံ့စွာ ဝမ်းသက်၏၊ သည်းခြေလွန်သောအဖျားကို ငြိမ်းစေ၏၊ နှလုံးပူခြင်း၊ အန်ခြင်း၊ ကိုယ်ရေဝါရောဂါ၊ ကြို့ထိုးခြင်း၊ သွေးဖေါက်ပြန်ခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

သည်းခြေဖျား။ ။သည်းခြေလွန်သော အဖျား၌ ရင်းအဆီကို ရေစိမ်၍ ရင်းရေကို တိုက်မူ ပျောက်ကင်း၏။

သည်းခြေဖောက်ပြန်ခြင်း။ ။ထမင်းမစားပဲ ကြိုတင်၍ ရင်းအသီးကိုစားမူ သည်းခြေပျက်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ရေငတ်ပြေဆေး။ ။ရေအလွန်ငတ်မူ ရင်းအသီးကို ပါးစပ်တွင်ငုံထားပါက ရေငတ်ပြေ၏။

မက်လင်ချဉ်သီး

သက္ကတ [illegible]

ဟိန္ဒီ [illegible] ([illegible])

လက်တင် Garcinia paniculata.

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။သေးငယ်၍ သွယ်သောအပင်ဖြစ်သည်၊ အကိုင်း၊ အခက်များ ညွတ်နေ၏၊ အရွက်ရှည်၍ ချောမွတ်၏၊ အေးသောရာသီ၌ ထွက်၍ ဝသန္တဥတု၌သီး၏၊ အသီးသည် လိမ္မော်နှင့်တူ၏၊ ပန္နငါးပါးလုံးချဉ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပန္နငါးပါးလုံးကို သုံး၏၊ အစိမ်းသည် ချဉ်၏၊ အမှည့်သည် စပ်ဖန်ချဉ်၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက၌ ချဉ်၏၊ အစိမ်းသည် လေသည်းခြေကို ဖြစ်စေတတ်၏၊ အမှည့်သည် ကြေကျက်ခဲ၏၊ မလေကို ချုပ်စေ၏၊ နှုတ်မြိန်စေ၏၊ ခြောက်သွေ့၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ လေကိုပွားစေ၏၊ ဝဖြိုးစေ၏၊ အစိမ်းသည် လေကိုနိုင်၏၊ အမှည့်သည် သည်းခြေကိုနိုင်၏။

ရေငတ်ခြင်း၊ မြင်းသရိုက်၊ ဝမ်းချုပ်၊ ဂူလုံး၊ နှလုံးထိုးအောင့်သော ရောဂါသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

မင်းကိုကာ

मिधाग (ဗိဓါရာ)

မင်းကိုကာ

သက္ကတ ဓနုဒျုမ

ဟိန္ဒူ ဖြူများ (ဓ°မာကူ)

လက်တင် Rourea santaloides

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် အခြားအပင်ကို မှီ၍ ထက်တက်တက်သော နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ကွမ်းရွက်သဏ္ဌာန် ပိုင်း၍ အမျှားပိုင်း ပေါ်ကာ ချွန်၏၊ အရွက် ၂-မျက်နှာစလုံး မွေးနုများ ရှိ၏၊ အပွင့်သည် ကဒ္ဒန်းပွင့်သဏ္ဌာန် ရှိ၍ အခေါင်မှာ သပြေရောင် ရှိ၏၊ အသီးမှာ လုံးလျှားလျှား ရှိ၏၊ နုလျှင် စိမ်းရောင် ရှိ၍ ရင့်သောအခါ ဝါရောင် ရှိ၏၊ ၎င်းအစေ့မှာ ၃-မြောင့် ရှိ၏၊ ၎င်း၏ အမြစ်များကို ဖြတ်တောက်၍ မင်းကိုကာ ဟူသော အမည်ဖြင့် ဆေးတွင် အသုံးပြုကြကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းသည် အနည်းငယ် ခါးသက်သက် ရှိ၏၊ အနည်းငယ် စပ်၏၊ ပူ၏၊ ဖန်၏၊ အလက်ကို ရှည်စေ၏၊ ပညာဉာဏ်ကို တိုးပွားစေ၏၊ ဝမ်းမီးတောက်၏၊ ကိုယ်သား ကိုယ်ရေ ကြည်လင်တွန်းပစေ၏၊ ကာမအားကို ပွားစေ၏၊ လိင်နိမိတ်ရောဂါ၊ ကိုယ်ရေဝါရောဂါ၊ ဝါတရက်နာ၊ အဆစ်အဆက်ရောင်မှုသောရောဂါ၊ သလိပ်ရောဂါများကို ကင်းစေရန် စွမ်းဆောင်တတ်၏၊ ဆီးဝမ်းလေရှင်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အဆစ်ရောင်ရောဂါ။ ။မင်းကိုကာ နှင့် ရှဉ့်ပတာက်ဥကို ဆတူကျိုမှု၍ တခွက်စာ ၂°-၈-ပဲသားမျှ သောက်က အဆစ်ရောင်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

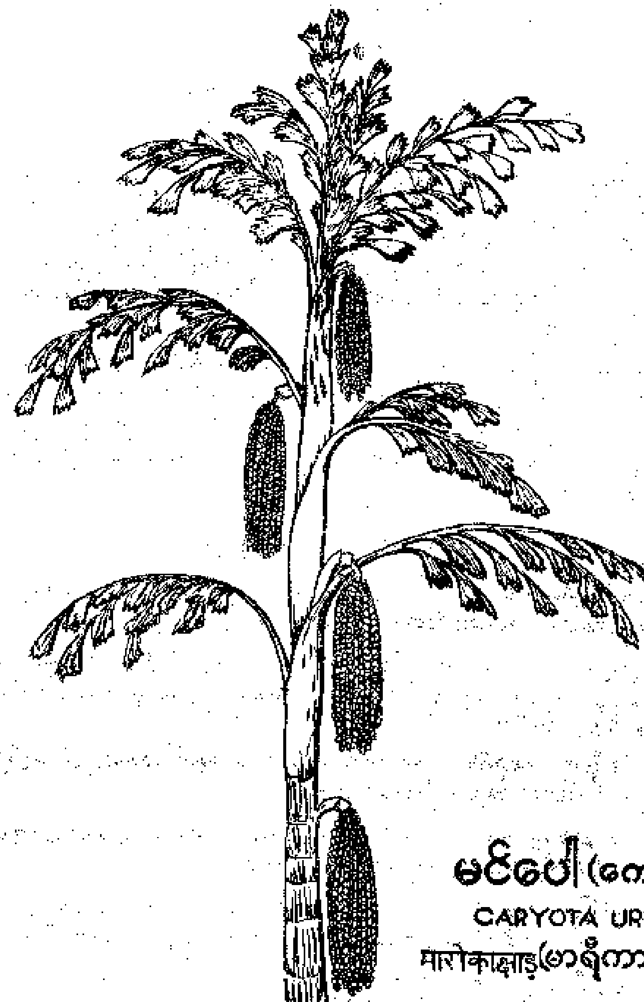
လူမျိုနာ။ ။ဆီးဖြူသီး, ဖန်ခါးသီး, သစ်သီးမှည့်သီး နှင့် မင်းကိုကာ ၂°-စီတူမှု၍ ရေ ၁-ကျပ်သားနှင့် ၄-ပုံ ၁-ပုံ ကျန်အောင် ကျိုပြီးလျှင် တခွက်စာ ၃°-သားမျှ သောက်က လိင်နိမိတ်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဆင်ခြေထောက်ရောဂါ။ ။မင်းကိုကာအမှုန့် ၈ ပဲသားမျှကို ဆန့်ပုံးရည်နှင့် ဖျော်၍ သောက်မူ ဆင်ခြေထောက်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဆီးအောင့်ညောင်းကျ။ ။မင်းကိုကာမှုန့် ၇-ပဲသား, ဆားစိမ်း ၄-ပဲသားမျှ ဆော၍ သောက်က ဆီးအောင့်ညောင်းကျရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

မီးယပ်ဖြူဆင်းရောဂါ။ ။မင်းကိုကာနှင့် ဒဟာသကို (အဆက်) ဆတူရော၍ ၎င်းဆေးမှုန့် ၄-ပဲသားကို နွားနို့ စပ်စစ် နှင့် ရော၍သောက်က မီးယပ်ဖြူရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

သတိပညာ နှင့် ကာမအားတိုးဆေး။ ။မင်းကိုကာ အမှုန့် ပြု၍ ရှင့်မတောက် သက္ကူရည် နှင့် စိမ်၍ နေမှာလှမ်းပါ၊ (၇-ကြိမ် ပြုလုပ်ပါ) ၎င်းနောက် အမှုန့် ကောင်းထားပါ၊ ၎င်းအမှုန့်,



မင်ပေါ် (ကျောက်)

CARYOTA URENS.

मारोकाह्माड़(ဗာရိကာ-ယကျု့ရှ်)

ဂ-ပဲသားကို ထောပတ် နှင့် နေ့စဉ်သုံးဆောင်ပါမူ သတိပညာ တိုးပွား၍ ယုတ်မာတ် ပွားများ တောင့်တင်းလာပါလိမ့်မည်။

မင်းကွတ်သီး (မင်းခွတ်သီး)

ဟိန္ဒီ मंगुस्तान (မင်္ဂုဆတန်)

ဗင်္ဂါလီ মঙ্গুস্তান

လက်တင် Garcinia mangostana

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှားၿပီ။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အသီးခွံကို တွန့်ရှုံ့စေတတ်သော ဆေးကဲ့သို့ ဝမ်းသက်၊ ပိတ် ဝမ်းရောဂါတို့၌ သုံး၏။ ခလေးများ ဝမ်းသက်ရာ၌ အလွန် ကောင်း၏။ ကမ္ဘောဒီးယားပြည်၌ အခေါက် နှင့် အသီးကို ဝိတ်ဝမ်း, ဝမ်းသက်, ဆီးနှင့် ပတ်သက်သော ရောဂါတို့၌ အသုံးပြု၏။ ဝှင်းပြင် အုမျှားပေါက်ပြန့်ခြင်း, ဆီးအိပ် ပြန်ချောင်း ပေါက်ပြန့်ခြင်းတို့၌ အသုံးဝင်၏။ အခွံ ပြုတ်ရေသည် သွေးမြင်းသရိုက်, နာတာရှည်, ပြည်တုလာသာရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မင်းတရုတ်ပါးပင်

တမီလ် ஏலக்காய் (ဆင်ကလာရိုဇူ)

လက်တင် Alpinia malaccensis

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ပတဲကောမျိုး ဖြစ်၏။ အရွက်သည် ၃၀-လက်မမှ ၃၅-လက်မထိ ရှည်၏။ လုံးရှပ်ပုံ ငှက်တောင်ပုံ ရှိ၏။ အစေ့ များ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပတဲကောနှင့် တူ၏။

မင်းပေါ် (ဆကျွတ်)

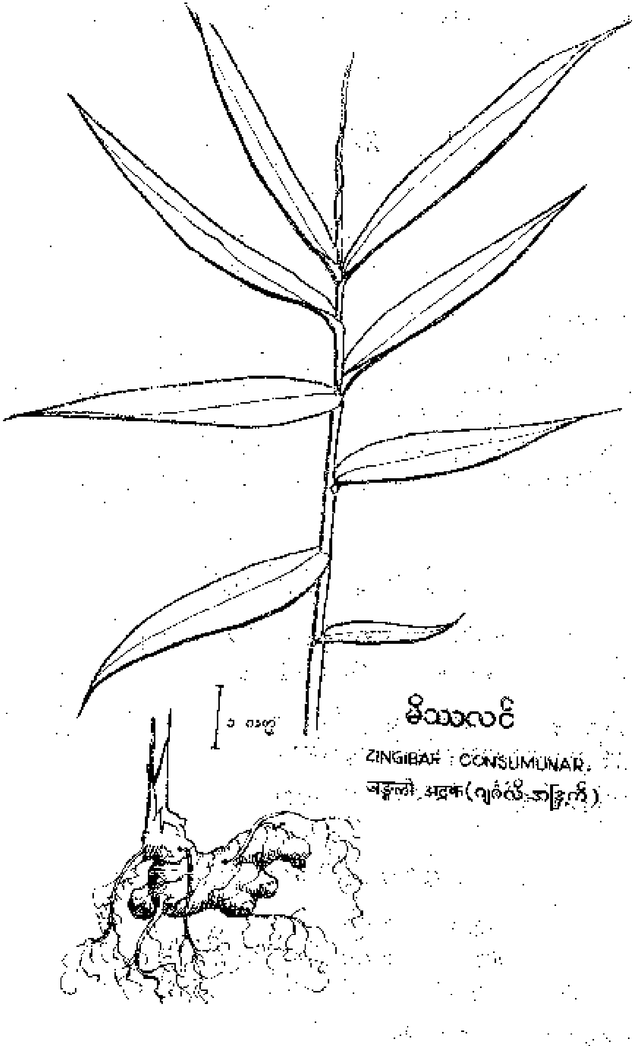
သက္ကတ मदद्रुम

ဟိန္ဒီ मारी (माड़ी) (မာရိတခဲ-ဆူ့ရ်ိ)

လက်တင် Caryota Urens

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

No. 48



မိဿလင်

ZINGIBAR : CONSUMUNAR.

जङ्गली अद्रक(ग्लैंसि आङ्गन्ते)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ငင်း၏ အသီးသည် ခါး၏၊ အေး၏၊ ရေငတ်ခြင်း, မေ့သန်းခြင်းကို ကင်းစေ၏၊ လေ သည်းခြေ သလိပ်တို့ကို ပွားများစေ၏။

ဆီးရွှင်မမ်းနွတ်ဆေး။ ။၎င်း၏ လပ်ဆပ်သောအရည်ကို နံနက်စောစောလ သကာရည် ကြမ်းပုဂံလုံးမျှ အောက်က နှုးညှိစွာ ၁မ်းသက်စေ၏။

ခေါင်းတချမ်းကိုက်ရောဂါ။ ။၎င်းအသီးကို သွေး၍ ခေါင်းတွင် အုံပေးပါက ခေါင်းတချမ်းကိုက်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

မင်းရိုးသပင်

လက်တင် Peucedanum Dhana

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နှစ်ရှည်ပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ပင်ရည် ၁၅-၆၀ စင်တီမီတာ ရှိ၏၊ အရွက်သည် ၂-ရွက် ၃-ရွက် ပြုံထွက်၏၊ ထိပ်ချွန်၏ ချော၏၊ အပွင့်ငယ်၏၊ ဝါ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်ကို အားတိုးဆေး အဖြစ်ဖြင့် အသုံးပြုရ၏၊ နံ့ အမျိုးအစား ဖြစ်၏၊ စားသောအခါ တက်၏။

မြိသလင်

သက္ကတ अनार्द्रक

ဟိန္ဒီ जङ्गली अद्रक (ဂျင်ဂလီ-အဒြက်)

လက်တင် Zingibar consumunar

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ယင်းရှား၏၊

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။မြွေဆိပ်, အရေပြားရောဂါ, အစာမကြေ, ဝမ်းကျောရောင်တင်းခြင်း, မီးရပ်ဟိမ်ခြင်း တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

မြွေဆိပ်နိုင်ဆေး။ ။မြွေကိုက်သော် ၎င်းသတ္တုရည်ကို မကြာမကြာ တိုက်ပေး၍ ကိုက်သော ဒဏ်ရာကိုလည်း လိမ်းပေးရ၏။

အရေပြားရောဂါ။ ။နာတာရှည် အရေပြားရောဂါ၌ မိဿလင်, ကုလားကင်ပွန်းသီးတို့ကို နွားကျင်ငယ်ရေနှင့် ပြုတ်သော အရည်ဖြင့် လိမ်းပေးသော် ပျောက်ကင်း၏။ (ဤဆေးကို မျက်စေ့တွင်းသို့ မဝင်စေရန် သတိပြုပါ)။ ထိုဆေးကို ညနေ လိမ်းလျှင် နံနက်ရေချိုး, ထိုနည်းတူ နံနက်လိမ်းလျှင် ညနေ ရေချိုးပါ။

ဝမ်းပိုက်ထိုးအောင့်ခြင်း။ ။ပင်လယ်အူခြောက်နာ စသည်ဖြင့် ဝမ်းပိုက် ထိုးအောင့်၍ ဝမ်းသွားသူများကိုလည်း တခွက်စာလျှင် မိဿလင် ၈-ပဲသားမျှ ရေသင့်ရုံနှင့် ကျိုချ၍ တိုက်ပါ။

မီးရပ်ချုပ်။ ။မိဿလင် သကြားရည်တွင် ဆားအနည်းငယ် ထည့်၍ တိုက်ပါ။

အစားပတ်သေသလောဖျန်းခြင်း။ ။ထကိုယ်လုံးသော်၎င်း, ကိုယ်အင်္ဂါ အစိတ်အပိုင်းသော်၎င်း, အေးခြင်း, လေဖျန်းခြင်း, ကိုက်ခဲနာကျင်ခြင်း, လေပလျောက်၍ လေးလံ ထိုင်းမှိုင်းခြင်း, ကပ်၍ နေခြင်းတို့ကို မိဿလင် သကြားရည်တွင် ဖြုပ်ကောင်းမှုန့် ထည့်၍ လိမ်းပေးရ၏။

အတိသာရ ဝမ်းရောဂါ။ ။မိဿလင် ၃-ကျပ်ကို နံနံစေ့ ၄-ပဲနှင့် ရေ ၃ဝ-သား ထည့်၍ 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 ကာလတ်အတွင်း အလွန်ဆုံး ၂-ပတ်ဖြင့် ပျောက်ကင်းပါသည်။

မဥ္ဇူပင် (၄-နာရီပန်း)

သက္ကတ	सन्ध्याराग
ဟိန္ဒီ	गुलबांस (गु,ल-बा,स)
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၏။ အနံ့ မရှိ၊ မိုးရာသီ၌ ပွင့်၏၊ အစေ့သည် ဖြုပ်ကောင်း ကဲ့သို့ ဖြစ်၏၊ အမြစ်သည် ဟောင်းသွားသော အခါ သင်္ဘော စိန္ဒဘော် ကဲ့သို့ အကျိုးပြု၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရွက်သည် ခါး၏၊ အဖု အနာကို ပျောက်ကင်း စေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ လိင်နိမိတ်ရောဂါ၌ အကျိုးပြု၏၊ အပူကို နည်းပါးစေ၏။

မှတ်ချက်။ ။ပန်းဟိုမည်သည့် ပွင့်လန်းပြီးနောက် ညှိုးခြောက် လာ၏၊ ညှိုးခြောက်သွားသော ပန်းတိုင်းပင် တပ်မံ၍ ပွင့်လန်းခြင်း ထုံးစံ မရှိပေ၊ ထိုပန်းမည္ဘူပန်းကားပန်းလောက ပန်းသဘာဝမှ ထူးခြား၏၊ ပွင့်ပြီးနောက် ညှိုး၍ အချိန်အတန်ကြာသောအခါ ပြန်လည်၍ ပွင့်လန်းလာသည်၊ ထိုသစ်ပင်၏ တည်ရှိသော ပကာတိ အရည်အသွေးကို အထောက်အထားပြု၍ ဝိဇ္ဇာ ဆရာမြတ် တို့သည် ပန်းသေ, ပန်းညှိုး ရောဂါ၌ ထိုဥများကို အသုံးပြုကြရသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ဆေးဘက်အမျိုးပေါင်း ၆၀-ကျော် ၇၀ ကျော်ဖော်ရသော ဆေးကြီးမျိုးတွင် အချို့ ဆေးနည်းတို့၌ ထိုအပင်၏ အပွင့်ကို များသောအားဖြင့် ဆေးဘက်တွင် အသုံးပြုရ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ညောင်းကျရောဂါ။ ။မည္ဘူပန်းဥ, ချင်းခြောက်, ငြုပ်ကောင်း, ပိတ်ချင်းသီးငင်းတို့ကို အမှုန့်ပြု၍ ပျားရည်နှင့် လျက်ပေးမူ ညောင်းကျရောဂါ ပျောက်ကင်းသည်။

သွေးဆိုးမှုအ၍ ယားယံခြင်း။ ။ဝမ်းချုပ်၍ သည်းခြေပျက်ပြီးလျှင် တကိုယ်လုံး၏ အရေပြားပေါ်တွင် ယားနာဖုကလေးများ ပေါက်၍ မနေနိုင်အောင် ယားယံမူ မည္ဘူရွက်စိမ်း၏ သတ္တုရည်နှင့် လိမ်းသပ်ပေးပါ၊ (အရွက်စိမ်းနှင့်လည်း ပွတ်နိုင်၏၊)

အကြောထုံး အဆစ်လွဲ လိမ်းဆေး။ ။အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်း ကျိုးခြင်း, အဆစ်လွဲခြင်း, အကြောထုံးဖွဲခြင်း စသော အဏ်ဖု ဒဏ်ရာများကို ၎င်းအရွက်ကို ရေအေးနှင့် သွေးပြီးလျှင် သို့မဟုတ် ကြိတ်ပြီးလျှင် လိမ်းပေးပါ။

မှတ်ချက်။ ။ဆီးရောဂါ အမျိုးမျိုးတို့၌လည်း ဆီးအရောင် နှင့် အပွင့် အရောင်ကို ကြည့်၍ ဥမြစ်ကို ပြုတ်၍ သောက်ကြ၏၊ ပန်းသေ ရောဂါ၌ ၎င်းဥမြစ်ကို ရေခဲနှင့်ဖြင့် အနည်းငယ် ပြုတ်ရ၏၊ နူးရုံ သာ ပြုတ်ပါ၊ ဥရည်များ ထွက်သွားသည်အထိ မပြုတ်ရ၊ ၎င်းကို ခြေလိုက်သော် အနှစ်ကဲ့သို့ ဖြစ်နေသည်၊ ၎င်းကို ပျားရည်စသည်ဖြင့် ရောစပ်ပြီးလျှင်သင့်တော်သော ဓာတ်အားကို ဖြစ်စေသည်၊ တခြားဆေးဘက် ပစ္စည်းများဖြင့်လည်း ရောစပ်၍ အသုံးပြုကြကုန်၏၊ အမျိုးသမီးများ၏ ယောနိလမ်းတလျှောက်တွင် ပုပ်သော်ပြီးလျှင် အရည်အမျိုးမျိုး ရောင်ရမ်း ကျဆင်းတတ်၏၊ ကျဆင်းသော အရည်၏ အရောင်လိုက်ဖော်ပြပါ အပွင့်အရောင်လိုက် စီစစ်ပြီးလျှင် ထိုဥမြစ်ကို အသုံးပြုကြ၏။

မုဿကီး

သက္ကတ [illegible]

ဟိန္ဒီ रूमी मस्तगी (ရူမီ-မတ္တဂီ)

လက်တင် Pistacia Lentiscus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အစေးထွက်မျိုး ဖြစ်သည်၊ ပိုးကားပင် တမျိုးမှ ထွက်သည်၊ အဝါရောင် ဝါ၏၊ ပုံးသည့် ထန်းဘိုးရှိသော ဆေးမျိုး ဖြစ်သဖြင့် တခြားသော အစေးတို့ကို ထည့်သွင်း၍ ရောင်းချတတ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အများအားဖြင့် အစေးကို အသုံးပြုရသည်၊ လက်မြက်စေ တတ်၏၊ ကုန်ချုံ့စေတတ်၏၊ သလိပ်ကို နိုင်၏၊ အဆုတ်၌ သလိပ်ပွားခြင်းကို လျော့နည်း စေ၏၊ အသက်ရှူ ပြွန်ချောင်း၌ သလိပ်များ ပိတ်ဆို့နေသော် မုဿကီးကို ရေနွေးကျို၍ သောက်ပါက ပျောက်ကင်း၏၊ အစာမကြေရောဂါ၊ ဝမ်းတွင်း အနာ မအောင်းခြင်း တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ တတ်၏။

မကျီးပေါက် (ငါးကျီးပေါက်)

သက္ကတ (မဟာပိဏ္ဍီတက)

မရာဋ္ဌီ (နိုနိဂေလီ)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။သမင်ဇာဖြူပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ သို့သော် ရှင်းသည့် သမင်ဇာဖြူထက် ကြီး၏၊ ရင်းကိုင်းများနှင့် အရွက်ရင်းတွင် သန်ထက်၍ ရှည်သောဆူး ရှိ၏၊ တရွက်တွင် ဆူး သုံးချောင်းသာ ရှိ၏၊ အရွက်မှာ ဥပုံသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အရွက် ချွန်၏၊ အသီးမှာ သမင်ဇာသီး အောက် ငယ်၏၊ ဆေးဘက်တွင် အခေါက်ကို အသုံးပြုရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအခေါက်သည် သွေးများကို စင်ကြယ်စေ၏၊ ဖောရောင် ခြင်းကို ပယ်တတ်၏၊ ခုက်တိုကို တောင့်တင်း နိုင်မာစေ၏၊ အခေါက်ကို ရေအေးနှင့် သွေး၍ လိမ်းမူ ထိခိုက် ရှနာ၍ ရောင်ခြင်း၊ ငန်းမန်းလိုက်၍ ရောင်ခြင်းတို့ ပျောက်ကင်း၏၊ သွေးကျ၍ ခဲနေ ခြင်းကို ပြန့်နှံ့စေသော စွမ်းရည် ရှိ၏။

မှတ်ချက်။ ။အထက်ပါ သစ်ပင်ကို အချို့ မကျီးပေါက် ဟူ၍၎င်း၊ အချို့ ငါးကျီး ပေါက် ဟူ၍၎င်း ခေါ်ကြသည်၊ အမှန်မှာ ငါးကျီးပေါက်သာ မှန်၏၊ အကြောင်းမှာ အင်းသမားတို့သည် ငါးကျီးများ ဖမ်းယူသည့်အခါ (ခေါက်ချွန်း) ကဲ့သို့ အကိုင်းတန်ကို ဖြတ်လိုက်လျှင် ဆူးတချောင်း နှင့် ငါးကျီး ပေါက်ချွန်း၏ သဏ္ဌာန်နှင့် တူသောကြောင့်

ငါးကျီးပေါက်သာ မှန်မည် ထင်၏၊ ကိုနှင့် အလားတူ ငါးကျီးဆုံးပေါက်လည်း ရှိသေး၏၊ ၎င်းကား တာသစ်တွင် ဆုံး ၂-ချောင်း တယ်ညာ ကားလျက် ငါးကျီးသွားတောင်ကဲ့သို့ ထွက်၏၊ ထို့ကြောင့် ငါးကျီးဆုံးပေါက် ဟု ခေါ်ကြလေသည်၊ သို့ပါ၍ ငါးကျီးပေါက် နှင့် ငါးကျီးဆုံးပေါက်ကို ခွဲခြား၍ သိလောက်ပါပြီ။

မန်ကျည်းသီး

သက္ကတ   အမ္ဗိလိကာ

ဟိန္ဒီ   ဣမလီ   (ဣမလီ)

လက်တင်   Tamarindus indicus

မုံသဏ္ဍာန်။   ။ထင်ရှားသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။   ။ပဏ္ဍုငါးပါးစလုံးကို သုံးရ၏၊ အသီးအစိမ်းသည် ချဉ်၏၊ ချို၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါကအား ချဉ်၏၊ သည်းခြေ နှင့် သလိပ်ကို ဖြစ်စေ၏၊ လေ နှင့် သွေးကို ဖျက်ဆီးတတ်၏၊ အသီးမှည့်သည် ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ခြောက်ထပ်၏၊ အနည်းငယ် ဝမ်းသက်၏၊ ပူ၏၊ သလိပ် နှင့် လေကို နိုင်နင်း၏။

အသီး သီး အသုံးပြုနည်း

မန်ကျည်းပင်။   ။မန်ကျည်းပင်သည် ပူ၏၊ ကြွေကျက်ခဲ၏၊ ချဉ်၏၊ သည်းခြေကို ဖြစ်စေတတ်၏၊ သလိပ် ပွားစေ၏၊ သွေးကို ဖျက်ဆီးတတ်၏၊ လေကို နိုင်၏။

၎င်းအခေါက်။   ။၎င်းအခေါက်၏ ပြာသည် သောင်းကျရောဂါ၊ ဆီးနှင့် စပ်သော ရောဂါများတွင် အသုံးပြုရ၏။

၎င်းအရွက်။   ။အရွက်သည် ရောင်ရမ်းခြင်း နှင့် သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း, နားရောဂါ, မျက်စိရောဂါ, ပြွေးသိပ်ဆင့်ခြင်း၌ အသုံးပြုရ၏။

၎င်းအပွင့်။   ။၎င်းအပွင့်သည် အနည်းငယ် ချဉ်၏၊ နှုတ်ကို မြိန်စေ၏၊ ဝမ်းမီး တောက်၏၊ ကြွေကျက်လွယ်၏၊ လေနာ, သလိပ်နာ, ဆီးလွန်နာ တို့ကို နိုင်၏။

၎င်းအသီးစိမ်း။   ။၎င်းအသီးစိမ်းသည် အလွန် ချဉ်၏၊ ချူပ်၏၊ ပူ၏၊ ဝမ်းမီး တောက်၏၊ နှုတ်ကို မြိန်စေ၏၊ သွေး သည်းခြေ နှင့် လေ သလိပ်ရောဂါတို့ကို နိုင်၏။

၎င်းအစေ့ခွံ။   ။၎င်းအစေ့ခွံသည် သွေးဝမ်း, ပိုးဝမ်း သွားခြင်းတို့ကို ပယ်တတ်၏။

မန်ကျည်းသီးအမှည့်။ ။အမှည့်သည် ချို၏၊ ဆီးဝမ်းကို ချုပ်စေ၏၊ နှလုံးရောဂါနှင့် မလ ဘို့ကို သုတ်သင်ထုတ်၏၊ ခိုင်မာသောင့်တင်း စေသည်၏၊ 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၏၊ ကြော်ကျက်လွယ်၏၊ ရေငတ်ခြင်း, ပူလောင်ခြင်း, ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း, ပိုးနာ ကျရောက်ခြင်းတို့ကို ဖျက်ဆီးနိုင်၏။

မန်ကျည်းပင်ခေါက် ပြာဆား။ ။မန်းကျည်းပင်ခေါက် ပြာဆားသည် ဝမ်းမီးနှံ့ခြင်း, ထိုးအောင့် နာကျင်ခြင်းကို ပယ်ဖျောက်တတ်၏။

မန်ကျည်းဖျော်ရည်။ ။မန်းကျည်းသီးဖျော်ရည်သည် ပူလောင်ခြင်းကို ပတ်တတ်၏၊ သလိပ်ကို ဖြိုပွားစေ၏၊ နှုတ်မြိန်စေ၏၊ လေနာကို ပယ်ဖျောက်တတ်၏၊ သို့သော် သကြားနှင့် ဆတူ စပ်၍ ဖျော်သော ဖျော်ရည်သည် သလိပ် နှင့် သည်းခြေရောဂါကို နိုင်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ပိတ်ဝမ်းသွားရောဂါ။ ။မန်ကျည်းစေ့ ရင့်ရင့်အခွံကို အမှုန့်ပြု၍ ၎င်းအမှုန့် ၃-ကျပ်သား, ဇီယာ ၆-ပဲသား, သကြားခဲ ၆-ပဲသား, ၎င်းသုံးပါးကို အမှုန့်ပြု၍ ၎င်းအမှုန့် ၅-ပဲသားကို ၃-နာရီလျှင် တကြိမ်ကျ သောက်ပါက အရိအရွဲ သလိပ်စ, သွေးစများ နှင့် နာကျင်၍ သွားသော ဝမ်းရောဂါကို ပျောက်ကင်း၏။

ရင်းနောက် တနည်း။ ။တနှစ်သားရှိသော မန်ကျည်းပင်ပေါ်၏ အမြစ် နှင့် ဖြိုက်ကောင်းစေ့ ၂-စေ့ ၎င်းနှစ်ပါးကို အညီအမျှ ချိန်၍ ဒိန်ချဉ်ရည်နှင့် ကြိတ်ပြီး လုံးထားပါ၊ ကနေ့လျှင် ၃-ကြိမ်ကျ ကျွေးပါက ပိတ်ဝမ်းရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ (အထက်ပါ အချိန်မှာ တခွက်စာ ဖြစ်သည်။)

သုက်ခတ် အားနည်းခြင်း။ ။မန်ကျည်းစေ့ကို ညက စိမ်ထား၍ နံနက်လင်းသောအခါ အခွံကို ပယ်၍ အဆံကို ညက်ညက်ကြိတ်ပါ၊ ၎င်းကြိတ်ပြီးသော မန်ကျည်းစေ့ဆံနှင့် ကြံသကာ ဆတူ ရောစပ်ပြီးလျှင် ၆-ပဲသားမျှ မှန်မှန်လုံးထား၍ အရိပ်တွင် လှမ်းထားပါ၊ ၎င်းအလုံးကို နံနက်တလုံး ညတလုံး မှန်မှန်သောက်က သုက်အားနည်းခြင်း ကင်းလျက် အားအင်ပြည့်ဖြိုးလာပါလိမ့်မည်၊ ၎င်းဆေးနည်းသည် လူဆင်းရဲများအတွက် အလွန် ကောင်း၏။

နှလုံးပူလောင်ခြင်း။ မန်ကျည်းနှစ် နှင့် သကြားခဲ ဆတူ ရော၍ မကြာ မကြာ လျက်ပေးပါက နှလုံးပူလောင်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အတွင်းလိပ် ပျောက်ဆေး။ ။ချင်းခြောက်လှော် ၄-ပဲ, နံနံစေ့လှော် ၄-ပဲ ရှင်း ၂-ပါးကို အမှုန့်ပြု၍ ၎င်းနောက် ဒိန်ချဉ် ၃°- သလဲသီးအမှည့်ကို အခွံနှင့်အကွ ညှစ်ယူသော သတ္တုရည် ၂°- မန်ကျည်းသီး ၅°-ကို ရေ ၃ဝိ-နှင့် ဖျော်၍ အထက်ပါ လေးမျိုးနှင့် ကျိုချက်ပါ၊ ၎င်းဆေးကို ညနံနက် တကြိမ်ကျ သောက်ပါ (တခွက်စာ ကြေးငွေနှင်းကြီး ၂-ဇွန်းမှ ၃-ဇွန်း အထိ)၊ အတွင်းလိပ်မှ အသားတက်, အသားဖုမျာ းကျေကျ၍ သွေးယိုစီးခြင်းမှ ပျောက်ကင်းပါ လိမ့်မည်။

ခံတွင်းပျက် ပျောက်ဆေး။ ။မန်ကျည်းကို (ဖျော်ရည်စိမ် သကဲ့သို့) ရေ အလော ယော်နှင့် ဖျော်ပြီး ကျက်ရုံချက်ပါ၊ ၎င်းတွင် ထန်းလျက် သင့်ရုံနှင့် သမ်ကျုပ်း, ဖာလာဖြူ, ငြုပ်ကောင်းတို့ကို အမှုန့်ပြု၍ တန်မျှထည့်ပြီး ဖျော်ရည်သဖွယ် သောက်မှု နှမ်ရှည်လမျာ း စား သောက် မကောင်းသဲ့ ခံတွင်းပျက်ခြင်းမှ ပျောက်ကင်း၏။

ရုလုံးရောဂါ ပျောက်ဆေး။ ။မန်ကျည်း ပဉ္စငါးပါးကို ပြာချ၍ ဆားချက်ပြီး လျှင် ညနံနက် တခွက်စာကို ၂-ချေးမျှ သောက်ပါက အသစ်ဖြစ်သော သွေးလုံး, လေလုံးမျာ း ပျောက်ကင်း၏။

နားတိုက် ရောဂါ။ ။မန်ကျည်းရွက် သတ္တုရည်ကို နှမ်းဆီနှင့် ရော၍ ချက်ပါ၊ ၎င်းဆီချက်ကို နားတွင် အနည်းငယ် ခပ်ပေးမှု နားကိုက်, နားနာ ပျောက်ကင်း၏။

ဆီးလွန်ရောဂါ။ ။မန်ကျည်းစေ့ကို တညစိမ်၍ နံနက်စောစော အခွံကို ခွာပစ်ပါ၊ ၎င်းအဆံကို နွားနို့နှင့် ကြိုတ်၍ တခွက်စာ ၄-ပဲသားမျှ နံနက် ည သောက်မှု မီးယပ်ဖြူဆင်း ခြင်း, ဆီးလွန်ခြင်းမျာ း ပျောက်ကင်း၏။

အပူလွန်၍ ယားယံခြင်း။ ။အပူလွန်၍ ယားယံခြင်းဖြစ်မှု မန်ကျည်းရွက် သတ္တုရည် ကို လိမ်းပေးမှု ပျောက်ကင်း၏။

ဝမ်းဆိပ် နိုင်ဆေး။ ။မန်ကျည်းရွက် သတ္တုရည် ၁၂-ပဲ, သိမ်ငွေ ၁-ဂ ပဲသားနှင့် ရော၍ သောက်က ဝမ်းဆိပ် ပြေ၏။

ချေးထွက်လွန်ပြီး ချေးအနံ့ဆိုးခြင်း။ ။မန်ကျည်းရွက် နှင့် ကလိန်စေ့ ၎င်း ၂-မျိုး ကို ရော၍ စားက ချေးအလွန်ထွက်ခြင်း, ချေးနံ့မကောင်းခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

အတီသာရ ဝမ်းသွား နှင့် ဝမ်းကိုက်ရောဂါ။ ။မန်ကျည်းစေ့ အသံကို သွေး၍ သောက်မှု အတီသာရ ဝမ်းသွားခြင်း, ဝမ်းကိုက်ရောဂါဖြစ်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

အနာပေါက် နှင့် အဆိပ်ပြေဆေး။ ။မန်ကျည်းအခေါက်ကို ရေနှင့် သွေး၍ အနာဖု မျာ းကိုလည်း, အဆိပ်ရှိ သတ္တဝါမျာ း ကိုက်သော ဒဏ်ကိုလည်း, လိမ်းပေးမှု အနာဖုမျာ းနှင့် အဆိပ် သင့်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

No. 49

ဆီးမှုခြင်း။　　။မန်ကျည်းရွက်၏ သတ္တုရည်ကို နံနက်ည ကြေ့ဇွန်းကြီး တဇွန်းကို သောက်က ဆီးပူခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ချေးသီးစက်၍ ပူလောင်ခြင်း။　　။မန်ကျည်းရွက် သတ္တုရည်ကို သောက်က ချေးသီး စက်၍ အရေပြားပေါ်၌ အနာများဖြစ်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏။ အစ်စေးစက်ရာ၌လည်း အသုံးပြုနိုင်၏။

သွေးမြင်းသရိုက်ဆေး။　　။မန်ကျည်းခေါက်ကို အမှုန့်ပြု၍ နံနက်တကြိမ် ညတကြိမ် နွားဒိန်ချဉ်ရည်ဖြင့် သောက်မူ ပျောက်ကင်း၏၊ တခွက်စာ ၄-ပဲသားမျှ သောက်ပါ။

ဆီးလွန်ရောဂါ။　　။မန်ကျည်းအခေါက် ပြာဆား ၆-ပဲ အုန်းစိမ်းရည် ၄၀-သားနှင့် တနေ့ကို ၂-ကြိမ် ၅-၆ ရက် ဆက်၍ သောက်မူ တဖြည်းဖြည်း သက်သာရာ ရလိမ့်မည်။

ကိုယ်ရေဝါရောဂါ။　　။မန်ကျည်းအခေါက် ပြာဆား ၁၂ ပဲ သိတ်ကျင်ငယ်ရည် ၃၀-သားနှင့် သောက်က ကိုယ်ရေဝါရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ကင်းဆိပ်ဖြေဆေး။　　။မန်ကျည်းစေ့၏ အတွင်းအသံကို သွေး၍ ကင်းကိုက်သော ဒဏ်ရာသို့ လူးပေးမူ ကင်းဆိပ်ပြေ၏။

ကြွက်ဆိပ် ပြေဆေး။　　။မန်ကျည်းသီး ၂၀-၁၂-ပဲ မဓုသာ ၁-၈-ပဲသားကို ထောပတ်ကောင်းကောင်းနှင့် ဖော်၍ နံနက် ည စားမူ ကြွက်ကိုက်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်သော အဆိပ် ကျဆင်း၏။

မျက်စိကိုက်ရောဂါ။　　။မန်ကျည်းရွက်စိမ်းကို ကြက်ဆူရွက် အစိမ်းနှင့် ထုပ်ပြီး နောက် ၎င်းအထုပ်ကို အဝတ်နှင့် ခေါ်မ်း၍ မီးမှာ အနည်းငယ် နှပ်၍ အရည်ညှစ်၍ ယူပါ၊ ၎င်းအတ္တုရည်တွင် ကျောက်ချဉ် မီးဖုတ် အနည်းငယ် နှင့် ဘိန်း ဆင်ခေါင်း ပဲစေ့ ပျက်ကို ထည့်၍ ကြေးလွှက်တွင် ထည့်ထားပါ၊ ၎င်းအဆေးကို အဝတ်မှာ ဆွတ်၍ မျက်စိပေါ်မှာ အုပ်ထားမူ မျက်စိ ကိုက်, မျက်စိအောင့်, မျက်စိုကျိန်းစပ်ခြင်း, ယားခြင်း စသော မျက်စိနာများ ပျောက်ကင်း၏။

အစာမကြေခြင်း။　　။မန်ကျည်း အဖွေးကို ကျွမ်းအောင် ဖုတ်၍ အမှုန့်ပြုထားပါ၊ ညအိပ်ရာဝင်လျှင် ၆-ပဲသားမျှ ရေနွေးနှင့် သောက်က အစာမကြေရောဂါ ပျောက်ကင်းပါ လိမ့်မည်။

ဆေးဖြောက်မူးခြင်း။　　။မန်ကျည်းသီးကို ရေနှင့် ဖျော်၍ သောက်မူ ဆေးဖြောက် အမူးလွန်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ခံတွင်းပျက်နှလုံးနာရောဂါ။　　။ချင်းခြောက်ရှဉ်ရှင့် နှင့် မန်ကျည်းသီး ရှဉ့်ရှဉ့်ကို ရေ အေးနှင့် နယ်၍ သကြားသင့်ရုံထည့်ပါ၊ ၎င်းနောက် ထိုအရည်တွင် ဖာလာစေ့, လေးညှင်းပွင့်, ပရုပ် ပြုပ်ကောင်းတို့ကို အမှုန့်ပြု၍ ရောပြီးလျှင် နှတ်ဖုံဆေးအဖြစ်နှင့် ခပေါတင့်၍ ပေးမူ ခံတွင်းပျက် ခြင်း, နှလုံးနာခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ဝမ်းချုပ်ခြင်းနှင့် သည်းခြေပူလောင်ခြင်းရောဂါ။　　။မန်ကျည်းမှည့် ၆ဝိ့ ရေတပိဿာ နှစ်ဆယ်ကို ၄-နာရီမျှ ရေတွင်စိမ်၍ထားပါ၊ ထို့နောက် ရေထက်ဝက်ခန့်အောင် မီးခဲဖြင့်ချက်

ပါ၊ ၎င်းနောက် သကြားကို မပြစ်မကျဲ ကျိုပြီးလျှင် ရှာလပတ်ရည် ဖျော်သကဲ့သို့ ဖျော်ပါ၊ ၎င်း ဖျော်ရည်ကို တနေ့လျှင် ၁ ိ-ဂ-ပဲမှ ၄ ိ-သားချိကို ခွက်ရေဖြင့် ညသောက်၍ သည်းခြေ ရှာမှာ နံနက်စောစောသောက်မှု ဓာတ်ချုပ်ခြင်း, သည်းခြေပူလောင်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ခံတွင်းပျက် နှင့် ဝမ်းရောင်ရောဂါ၊ ။မန်ကျည်းသီးကို ကွမ်းသီးလုံးမျှယူ၍ ရေ ၂၅ ိ-နှင့် ကြေးအိုးကင်၌ စိမ်ထားပါ၊ မန်ကျည်းသီး အလွှာ နူးသောအခါ လက်ဖြင့်နယ်၍ စစ်ပြီးလျှင် ကျောက် ကြေးအိုးတွင် ၎င်းရေကို ထည့်ထားပါ၊ ၎င်းမန်ကျည်းရေတွင် သိစ္စာ, ဇီယာ, သကြားခဲ တို့ကို သင့်တော်ရုံ ထည့်၍ ၎င်းပြင် ရှိန်းဆီကို မီးသင်းပြီး အနည်းငယ် ထပ်၍ထည့်ပါ၊ ၎င်းမန်ကျည်း ရေ ဆေးရည်ကို ညနံနက် မှန်မှန်သောက်က အစာအစာကို မကြေညက်ခြင်း, မြော်ရိုနှင့် ပျို့ တက်ခြင်း, ခံတွင်းပျက်ခြင်း, အစာမကြေခြင်းတို့ ပျောက်ကင်း၍ စားကောင်း သောက်ကောင်းဖြစ်ပြီးလျှင် ဝမ်းမီးတောက်၍ လာလိမ့်မည်။

အန်ခြင်း, လေချဉ်တက်ခြင်း။ ။မန်ကျည်းခေါက်ကို အရေးနှင့်တကွ ပြာချပါ၊ ၎င်းပြာ ၁၂-ပဲ, ရေ ၂ ိ-သားနှင့် ရောပြီးသောက်မှ လေချဉ်တက်ခြင်း, အန်ခြင်းတို့သည် ဆဲ ချင်း ပျောက်ကင်းသွားလိမ့်မည်၊ ၎င်းဆေးရည်ကို ထမင်းစားပြီးသည့်နောက်မှ သောက်ပါ။

ဝမ်းပိုက်ထိုးအောင့်နာကျင်ခြင်း။ ။မန်ကျည်းခေါက်ပြာ (အထက်နည်းအတိုင်း) ကို ၂-ပဲသားမျှယူ၍ ပျားရည်နှင့်ဖျော်ပြီး လျက်မှ ဝမ်းပိုက်ထိုးအောင့်နာကျင်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏၊ ကလေး လူကြီး သုံးနိုင်၏။

သည်းခြေပျက်သောရောဂါ ပျောက်ရန်။ ။ဖန်ခွက်, ဖန်အိုးတခုတွင် မန်ကျည်းမှည့်ကို ထည့်ပါ၊ ၎င်းမန်ကျည်းမှည့် အပေါ်မှာ သကြားခဲ ထည့်ပါ၊ ထို့နောက် သကြားခဲပေါ်တွင် မန်ကျည်းမှည့် ထည့်ပါ၊ ဤနည်းဖြင့် ခွက်ပြည့်အောင် အထပ်ထပ် ထည့်၍ နေကောင် ၈-ရက် လှမ်းပါ၊ ၎င်းနောက် ကြေဆို စသည်ဖြင့် သမဓာဆင် ဖွဲ့ထားပါ၊ ၎င်းကို ည, နံနက် ကွမ်းသီးလုံးမျှ သုံး ဆောင်ပါက စိတ်ပြန့်လွင့်ခြင်း, သတိမေ့လျော့ခြင်း, သည်းခြေပျက်ခြင်း စသော ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

ကာလဝမ်းရောဂါပျောက်ဆေး။ ။မန်ကျည်းသီး (အဟောင်း) ကြက်သွန်ဖြူ (၎င်းကို ဒိန်ချဉ်ရည်ဖြင့် စိမ်၍) ၎င်းကြက်သွန်ဖြူကို အခွံချွတ်ပြီးလျှင် ငရုတ်သီး, ၎င်း ၃-မျိုး ကို အညီအမျှစပ်၍ ညက်ညက်ကြိတ်ပြီး ငှက်ပျောသီးလုံးမျှ အရိပ်တွင် ခြောက်ပါစေ၊ ကာလဝမ်း, ရောင်တာဝမ်းကျ, ပင်လယ်အူခြောက် စသော ဝမ်းရောဂါများကို ၁၅-မိနစ်ခြားတွင် တလုံးကျ, တလုံးကျကို ကြက်သွန်ဖြူ သစ္စာရည်, လတက်ရည် စွန်းငယ်တစွန်းမျှနှင့် ရောဖျော်ပြီး သောက်မှု လျင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်း၏။

မန်ကျည်း (သစ်)

ဖိန္ဒု　　(ဆီရဿဝိလာ)

သက်တင်　Albizzia odoratissima

ပုံသဏ္ဌာန်။　။ငင်းသစ်ပင်သည် ပေ ၅၀-မှ ၆၀-အထိ နှင့် လုံးပတ် ၅-ပေမှ ၆-ပေ အထိ ရှိသော ပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်၏၊ အခေါက်သည် ဖြူဝါရောင်သန်းလျက် ဝါ၏၊ အရွက်များသည် အတွဲလိုက် ပွင့်၏၊ အရွက်၏ ညှာတန်သည် ၁-လက်မခွဲမျှ ရှည်၏၊ အသီးတောင့်မှာ နီညိုရောင် ရှိ၏၊ ၆-လက်မမှ ၈-လက်မအထိ ရှည်၏၊ ၁ လက်မမှ ၁-လက်မခွဲမျှ အနံကျယ်၏၊ အစေ့သည် သုံးမတ် မျှခန့် ကြီး၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　။ဆင်ခြေထောက်ရောဂါ, အရေပြားရောဂါ, ချောင်းဆိုးရောဂါ များကို ပျောက်ကင်း စေတတ်၏။

မှတ်ချက်။　။ငင်းမန်ကျည်းကို အချို့ ယစ်မကြီး ဟု ခေါ်ကြသည်။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

နူနာ။　။ငင်းအခေါက်ကို သွေး၍ လိမ်းမူ နူဒိုးနာများ 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, ၎င်းတို့ကို အမျှစု၍ ရေဖြင့် ကျိုပြီးလျှင် လေနာရောဂါရှိသော အခိုးခံ၍၎င်း, ၎င်းအဖတ်များကို အုံပေးသော်၎င်း ပြုလုပ်ပေးမူ ပျောက်ကင်း၏။

ချောင်းဆိုးရောဂါ။　။ငင်းအရွက်ကို ကျို၍ အနည်းငယ်မျှ သောက်မူ ချောင်းဆိုး ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ကလေးများ သွားပေါက်လွယ်ဆေး။　။ကလေးများ သွားပေါက်ချိန်တွင် ငင်း အစေ့များကို ပုတီးကုန်း၍ လည်ပင်း၌ ဆွဲပေးပါမူ သွားပေါက်ချိန် ဖြစ်ပေါ်တတ်သော သူငယ်နာ မျိုးစုံတို့ကို ပယ်ရှား၍ သွားလည်း အလွယ်တကူ ပေါက်စေတတ်၏။

မုန်ညင်းဖြူ

သက္ကတ သရ်ာဗ။

ဟိန္ဒီ ရာဣ (ရာ,ရိုင်)

လက်တင် Brassica alba

အရသာ။ ။စပ်၏၊ ခါး၏၊ သတ္တိ ပူ၏၊ ဝိပါက်၌ စပ်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပြေပြစ်၏၊ ထက်မြက်၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ သလိပ် လေ တို့ကို ကင်းငြိမ်းစေ၏၊ ခေါင်းအနာ၊ ဆေးကျ၊ ရက်ကိုးသဲ ဖမ်းစားခြင်း၊ ယားယံခြင်း၊ နူနာ၊ ဝမ်းပိုက်၌ တည်သော ပိုး၊ ငြှိုဟ်ဖမ်းစားခြင်း စသည်တို့၌ အသုံးပြုရာ၏။

မှတ်ချက်။ ။မုန်ညင်းသည် အနီ၊ အဝါ၊ အဖြူ ဟူ၍ ၃-မျိုး ရှိသည်၊ တမျိုး နှင့် တမျိုး ဂုဏ်အားဖြင့် မကူးခြားကြပေ၊ သို့ရာတွင် အဖြူကို အများအားဖြင့် အသုံးပြုကြ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အဆစ်အဆက်ရောင်ခြင်း။ ။မုန်ညင်းဖြူစေ့ကို ကွမ်းစားဝမုန်းနှင့် သွေး၍ လိမ်း ပေးမူ ပျောက်ကင်း၏။

နားနာရောဂါ။ ။အဓအားလွှန်၍ ကိုက်သော နားနာကို မုန်ညင်းဆီ အနည်းငယ် ခပ်၍ ပေးမူ ပျောက်ကင်း၏။

ပွေးနာ ယားနာ။ ။မုန်ညင်းဆီ၊ မရိုးရွက် သုတ္တုရည်၊ နနွင်းတက် ငှပ်သုံးပါးကို ရော ချက်၍ ဆီကျန်လျှင် စစ်ယူပါ၊ ၎င်းဆီကို ပွေးနာယားနာများကို လူးပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

အမြုံပျောက်ဆေး။ ။မုန်ညင်းစေ့ကို ညက်ညက်ကြိတ်၍ ဂွမ်းလိပ်ငယ်ကို ဖိုစွတ် အောင် သုတ်လိမ်းပြီးလျှင် ဥတုလာ၍ ပြီးသော အချိန်ကစ၍ ၎င်းဂွမ်းတောင့်ကို ယောနိအတွင်း သို့ သုံးရက်ပြည့်အောင် ထည့်၍ ထားပါ၊ သားသမီး ရစေပါလိမ့်မည်။

မုန်ညင်းနက်

သက္ကတ ကြှဏၰသရ်ိကာ၊

ဟိန္ဒီ ကာလီရာဣ (ကာလီရာရိုင်)

လက်တင် Brassica nigra

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်သည် ၂-ပေ ၃-ပေ မြင့်၏၊ အရွက်သည် ၄-လက်မမှ ၈-လက်မအထိ ရှည်၏၊ အမြွှာ ကွဲ၏၊ အပွင့် တောက်ပ၏၊ ဝါဆောင် ရှိ၏၊ အသီးသည် လက်မ ဝက်မျှ ရှည်၏၊ အစေ့ မဲ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။မုန်ညင်းနှီနှင့် တူ၏။ ထိုရာတွင် ၎င်း၏အရွက်သည် အလွန်ထက်မြက်၏၊ ခန္ဓာကိုယ်၏ အင်အားကို တိုးပွားစေ၏၊ ပိုးကို နိုင်နင်း၏။ လည်ချောင်းနာများကို နှိမ်နင်းတတ်၏၊ ၎င်းအစေ့သည်လည်း ပူ၏၊ ထက်၏၊ ခါး၏၊ လေရောဂါကို နိုင်၏၊ အစာအိမ်ရှိ ကြီးခြင်းကို ညီညွတ်အောင် ပြုပြင်ပေးတတ်၏၊ ခန္ဓာကိုယ်တွင်း အအေးပတ်ခြင်းကို ပူနွေးစေ၏၊ အရေပြားရောဂါ၊ ယားယံနာ စသည်များကို ပယ်ဖျောက်တတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

သည်းခြေကြောင့် ဖောရောင်ခြင်း။ ။သည်းခြေကြောင့် ဖောရောင်ခြင်းကို မုန်ညင်းနက်စေ့ကို ပြစ်ချွဲအောင် ကြိတ်၍ ရောင်ရမ်းသော နေရာကို တုပ်ပေးပါ။ ထိုသော် ထိုသို့ တုပ်ထား ကပ်ထားသော နေရာတွင် အသားများ နီမြန်း၍ လာသောအခါ ၎င်းဆေးများကို ခွာပယ်ပါ၊ မခွာဘဲ နေပါက ၎င်းအုံထားသော နေရာများတွင် မီးလောင်ဖုများ ပေါက်လာတတ်၏။

အဆစ်အဆက်ရောင်ခြင်း။ ။မုန်ညင်းနက်အစေ့ကို (ပလာစတာ) လုပ်၍ ကပ်ပေးပါက အဆစ်ရောင်မှု နာကျင်ခြင်းကို မြန်စွာ ပျောက်ကင်းစေ၏။ (သို့မဟုတ်) မုန်ညင်းဆီနှင့် ပချုပ်ကို ဖျော်၍ လူးပေးပါက နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ခလေးများ ချောင်းဆိုးရောဂါ။ ။ချောင်းဆိုးသော ခလေးများ၏ ရင်ဘတ်ကို မုန်ညင်းဆီ လိမ်းပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

ခလေး မလျှော့တတ်သော ကိုယ်ဝန်။ ။ရှိန်းခို ကောင်းကောင်းနှင့် မုန်ညင်းစေ့ကို အမှုန့်ပြု၍ လျက်ဆားသဖွယ် လျက်ပေးပါက သားမျက်တတ်သော ကိုယ်ဝန် ကောင်းမွန်လာပါလိမ့်မည်။

ဒူလာဖောရောဂါ။ ။မုန်ညင်းစေ့၊ ဒန့်သလွန်ခေါက် ၂-ပါးကို နွားမိန့်ချဉ်ရည်ဖြင့် သွေး၍ လူးပေးမှု အဖော ကျဆင်းပါလိမ့်မည်။

မြွေဆိပ်ကျဆေး။ ။မြွေဆိပ်သင့်သူများကို မုန်ညင်းဆံကို ကြိတ်၍ ခပ်များများ ကျွေးပါက အန်ပြီးလျှင် အဆိပ်များ ကျဆင်းပါလိမ့်မည်။

ခေါင်းတခြမ်းကိုက်။ ။မုန်ညင်းစေ့နှင့် ဂုံအီချေးကို ရောကြိတ်၍ ခေါင်းကိုက်သော နေရာကို လူးပေးပါက နာတာရှည် ခေါင်းတခြမ်းကိုက်ရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

မုန်ညှင်းနီ

သက္ကတ राजी
ဟိန္ဒီ राई (ရာရှင်)
လက်တင် Brassica Juncea

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မုန်ညှင်းကဲ့သို့ ယာချင်း၌ စိုက်ပျိုးကြ၏၊ အဖက်၊ အရွက်၊ အပွင့်၊ အသီးစသည်တို့သည် မုန်ညှင်းနှင့် တူ၏။ သို့ရာတွင် အသီးသည် မုန်ညှင်းထက် ပါး၏၊ အစေ့သည် မုန်ညှင်းနှင့် တူ၏၊ သို့ရာတွင် နီမြန်း၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပူ၏၊ သည်းခြေဒေါသကို ပယ်ဖျက်၏၊ ထက်မြက်၏၊ သွေးအန် သွေးကျကို ဖြစ်စေတတ်၏၊ အနည်းငယ် ခါးသက်ခပ်၏၊ ဝမ်းပိုးကို ပွားစေ၏၊ ယားယံခြင်း၊ ကုဋ္ဌရောဂါရှိသော သူ၏ ဝမ်း၌ တည်ရှိသော ပိုးတို့ကို ပယ်တတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

နားအူနားလေထွက်ရောဂါ။ ။မုန်ညှင်းနီဆီကို နားတွင် အနည်းငယ် အနည်းငယ် ခပ်ပေးပါက နားအူ၊ နားလေထွက်၊ နားနာ ပျောက်ကင်းသည်။

အဆစ်အဆက်ရောင် ရောဂါ။ ။ရောင်ရမ်းနာကျင်သော နေရာကို မုန်ညှင်းနီဆီကို သပ်နှေးနွေးပြု၍ ပွတ်ပေးမှု ဆက်သာရရှိစေ၏။

သွေးကျိတ် သွေးခဲသော ရောဂါ။ ။ကြက်သွန်ဖြူကို မုန်ညှင်းနီဆီနှင့်ရော၍ မီးနွေးနွေး ကင်ပြီးလျှင် ကိုယ်အင်္ဂါ အစိတ်အပိုင်းတို့၌ အလိုအလျောက် သွေးခဲခြင်း ဖော်ကြောင့် သွေးစုခဲ ဖြစ်နေသော နေရာများကို လိမ်းပေးပါက သက်သာ ပျောက်ကင်း နိုင်သည်။

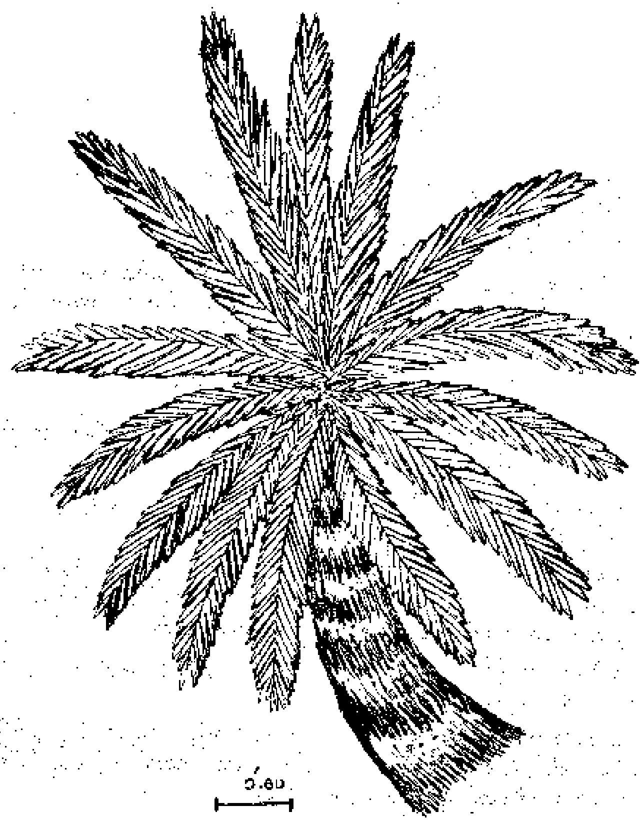
ဝက်ရူးနာထက်ခြင်း။ ။မုန်ညှင်းနီအစေ့ကို အမှုန့်ပြု၍ နှာသနပ်ဘာ ရှူခဲ့သော် ဝက်ရူးနာထက်ခြင်းမှ ကင်းလွတ်၏။

နှာခေါင်း အရိုးအရွဲ့ဖြစ်ခြင်းရောဂါ။ ။အဖအားမကြောင့် နှာစေးသကဲ့သို့ ဖြစ်ပြီးလျှင် နှာခေါင်းမှ သလိပ်၊ ပြည် စသော အရိုးအရွဲ့များ ကျ၍ နံသော ရောဂါမျိုးကို မုန်ညှင်းနီအစေ့ အမှုန့်နှင့် ပျားရည်ကိုရော၍ ရှူပါက ပျောက်ကင်း၏။

မုန်တိုင်းသီး

ဟိန္ဒီ जङ्गली मदनमस्त (ဂျင်ဂလီမဒ,န်-မဆ,တ်)
လက်တင် Cycas Rumphii

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အမြဲ စိမ်းလန်းနေ၏၊ ထန်းပင်လုံးနှင့် တူ၏။ အရွက်သည် ပင်ဖျား၌သာ ရှိ၏၊ အသီး ရှည်၍ လုံး၏၊ ကြက်ဥနှင့် တူ၏၊ အရောင်သည် လိမ္မော်ရောင် ရှိ၏၊ မြိတ်နယ်၌



မုန်တိုင်း

CYCAS RUMPHII.

जङ्गली मदनतमर (ဂျင်္ဂလီမဒန့်တမရ်)

အမျှားအားဖြင့် ပေါက်ရောက်၏။ ချမ်းပြည်တောင်ပိုင်း၌ ပဒိုင်းသီးဟုလည်း ခေါ်ကြ၏။ ဆေးဘက်တွင် အသီးသံ နှင့် အစေ့ကို သုံးရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။သဗ္ဗ ဆေး၏။ ဝိပါက၌ ခပ်၏။ ဆက်မြက်၏။ ကာမကို အားပေး၏။ ဝိုက်မြည်းစေ၏။ အနာကို အနာများ၌ လိမ်းကျံပေးလျှင် ပျောက်ကင်း၏။ အစေ့သံကို ဆန်ဆေးရည်နှင့် ကျိတ်၍ အနာများ အကျိတ်များကို လိမ်းကျံပေးလျှင် ပျောက်ကင်း၏။

မုန်တိုင်း (သိဟိုဠ်)

တာဝိလ် **မဒုနာ ဂန်ဓေ ချွန်** (မဒန်-ဝဓမဝဆိုရိ)

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၉-ပေမှ ၂၄-ပေထိ မြင့်၏။ အရွက်သည် ရွက်ရိုးတန်သည် ၄-ပြွန်ရှိ၏။ ဆက်နေ၏။ အစေ့ နူးညံ့၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။သလိပ်ကို ထုတ်ဆောင်တတ်၏။ ဝမ်းပြီးစေတတ်၏။

မုန်လာဥ

သက္ကတ မူလက

ပါဠိ မူလံ (မူလိ)

လက်တင် Raphanus Sativus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပဥ္စငါးပါးသည့် အနည်းငယ် ဆက်၍ ချိုဖန်၏။ ပူ၏။ ဝိပါက၌ စပ်၏။ မြိန်စေ၏။ ကြေကျက်လွယ်၏။ ဆက်မြက်၏။ ချုပ်၏။ ဝမ်းပိုးထောက်စေ၏။ ဝမ်းဝမ်း နှင်စေ၏။ ခွန်အားကို ပြုတတ်၏။ နှလုံးကို အကျိုးပြု၏။ မြင်းသရိုက်, ဖုလုံး, နှလုံးရောဂါ, နူတ်မြိန်ရောဂါ စသည် ပျောက်ကင်း၏။

မှတ်ချက်။ ။မုန်လာသည် အချုပ်အားဖြင့် အကြီး, အသေး, နှစ်မျိုး ရှိ၏။

အကြီးမျိုး။ ။စပ်၏။ ပူ၏။ နူတ်မြိန်စေ၏။ ကြေလွယ်၏။ ဝမ်းပိုးကို ထောက်စေ၏။ ချုပ်၏။ ခေါသသုံးပါး နှင့် ပိုးကို ပယ်တတ်၏။ ဂုလုံးရောဂါကို နိုင်၏။

အစေးမျိုး။ ။နွတ်ကိုမြိန်စေ၏၊ ကြောကျက်လွယ်၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို နိုင်၏၊ အသွေးကို စင်ကြယ်စေတတ်၏၊ အဖျား, ပန်းနာ, နှာခေါင်း, မျက်စိ, လည်ချောင်းရောဂါတို့မှ ထင်းဖော်စေ၏။

မုန်လာစိမ်း။ ။ကြေခဲ၏၊ ထက်မြက်၏၊ တောင့်တင်းစေ၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို ဖယ်တတ်၏။

မုန်လာခြောက်။ ။ကြေလွယ်၏၊ ဖောရောင်ခြင်းကို သားဆီးတတ်၏၊ ဒေါသသုံးပါးနှင့် အဆိပ်ကို ပယ်တတ်၏။

မုန်လာပွင့်။ ။သလိပ် သည်းခြေဒေါသကို ပယ်တတ်၏။

ချက်ပြီးမုန်လာ။ ။ဆော်ပတ်ဆီဟင်္ဂုနှင့် ချက်ထားသော မုန်လာသည် သလိပ်ဒေါသကို ပြုတတ်၏။

မုန်လာသီး။ ။လေ, သလိပ် ဒေါသကို ပယ်ဖျက်တတ်၏။

မီးရပ်ထိန်ခြင်း။ ။မုန်လာစေ့ကို အမှုန့်ပြု၍ တသက်စာကို ၄-ပဲသားမျှ ရေဖွေးနှင့် သောက်ပါက ဥတုသွေးများ စင်ကြယ်စွာ သက်ဆင်းပါလိမ့်မည်။

ကျောက်တည်ရောဂါ။ ။မုန်လာစေ့ကို ၄-ပဲသားမျှ တခွက်စာပြု၍ တပတ်ကြာအောင် သောက်ပေးပါက ဆီးအိမ်ကွင်းရှိ ကျောက်များ ကျေ၍ ကျဆင်းလာပါလိမ့်မည်။

ဆီးကျင်ရောဂါ။ ။မုန်လာ၏ သစ္စာရည်ကို သင့်ရုံသောက်က ဆီးကျင်၍ ပူခြင်း, နာခြင်းများ ပျောက်ကင်းလျက် ဆီးရွှင်လာပါလိမ့်မည်။

ဆီးအိမ်ပိတ်ဆို့ခြင်း။ ။ဆီးအိမ်၌ ဖောက်ပြန်၍ ဆီးများပိတ်ဆို့ပြီးလျှင် တောင့်တင်း နာကျင်သော် မုန်လာဥ၏ သစ္စာရည်ကို သောက်က ဆီးအိမ်ပွင့်လင်း၍ ဆီးမှန်စွာ သွားနိုင်ပါလိမ့်မည်။

ခရုသင်းရောဂါလိမ်းဆေး။ ။မုန်လာစေ့ ၂-၄-ပဲကို ဆန်ပုန်းရည်နှင့် ကြိတ်၍ ခရုသင်းအကွက်များ လိမ်းပေးမူ ပျောက်ကင်း၏၊ အကယ်၍ ရောဂါများ အပျောက်နှေးခဲ့သော် မုန်လာစေ့ကို ညက်စွာကြိတ်ပြီးလျှင် ဝိနိဂြုအနည်းငယ်မျှ ခပ်၍ နယ်ပြီးလျှင် ညက်ညက်ကြိတ် ဆန်ပုန်းရည်နှင့် ဖျော်ပါ၊ ၂-နာရီမျှ ကြာလျှင် အမြှုပ်များထလာပါလိမ့်မည်၊ ထိုအမြှုပ်ထဲမှ အတွင်း ခရုသင်းနာများသို့ လိမ်းပေးမူ ရက်အနည်းငယ်အတွင်း ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ဥက္ကာက်ကို ဖျက်ဆီးသောပိုးများ။ ။ဥက္ကာက်ကို ပိုးများ ဖျက်ဆီးမူ ခေါင်း အနည်းငယ် လှုပ်ရုံမျှဖြင့် ဦးခေါင်းနာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းများ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်၏၊ ထိုသို့ ဖြစ်သောအခါ မုန်လာပင်ငါးပါးကို ပြာချ၍ ချက်သော ရှုက္ခဆားကို ခေါက်ညက်အောင် အမှုန့်ပြု၍ အနည်းငယ်မျှ သာနေ့ ၃-ကြိမ် ရှူပါလျှင် ဥက္ကာက်ကို ဖျက်ဆီးနေသောပိုးများ ကျဆင်း၍ ကိုက်ခဲ နာကျင်ခြင်းများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ကျောက်ကပ်ရောဂါ။ ။အညှီအဟောက်များ လွန်စွာ စားသောက်ခြင်းကြောင့် ကျောက်ကပ် အအေးမိသောအခါ ကျောက်ကပ်နှင့် ခါးများ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း, လိင်ဥ ထဖက်

ကျောင်းပြီး နှာချေခြင်း, ဆီးတစက်စက် နှာကျင်စွာဖြင့် သွားရခြင်းတို့ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်၏။ ယင်းသို့ဖြစ်မှ မုန်လာဥ သစ္စာရည် ၆ ဝိ-သားမျှကို နံနက်စောစော မအြားအစာများ မစားမီ သကြားအနည်းငယ် လည်၍ သောက်ပါ။ ရက်မကြာမီ အထက်ပါ ရောဂါများ ပျောက်ကင်းပေါ လိမ့်မည်။ ရင်းမြစ် ကျောက်ကပ်ရောဂါ ရှိပါကလည်း များစွာ အကျိုးပြုတတ်ပါသည်။

သွေးမြင်းသရိုက်။ ။သွေးမြင်းသရိုက် ဖြစ်သောအခါ မုန်လာဥ်အမြစ်ကို သင့်ရုံ ချက်ချိန်၍ စားပါက သွေးမြင်းသရိုက် ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

မုန်လာဥနီ

သက္ကတ — ရက္တမူလက

ဗိန္ဒု — ဗ္ဗာဇီဒွိဒ (ချကာ-ဒ-ရိ)

လက်တင် — Beta Vulgaris

ဂုဏ် နှင့် ဝှမ်းရည်။ ။အရွက်သည် ဆီးကို ရွှင်စေ၏၊ ဝမ်းသက်၏၊ ရောင်တင်းခြင်း, ခေါင်းကိုက်ခြင်း, အသည်း, အဖျဉ်းရောဂါ နှာကျင်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။ အစေ့သည် ဒါး၏၊ ဝမ်းပိုက်တင်းရောင်ခြင်း ပျောက်ကင်းစေ၏။ ဥတု ကိုကို ရွှင်စေ၏၊ သလိပ်ကို ယုတ်ဆောင်တတ်၏၊ ဂမ်းပိုက်တင်းရောင်ခြင်း ပျောက်ကင်းစေ၏။ ဥတု သွေးကို ပုန်စေ၏၊ ရင်း၏ဆီကို ဝဲနာတို့၌ လိမ်းပေးရ၏၊ ဥသည် ချိ၏၊ ရောင်တင်းခြင်းတို့၌ အကျိုး ပြု၏၊ ဝိဘ်၌ ဖြစ်သော ရောဂါတို့ကိုလည်း အကျိုးပြု၏။

မုန်လာဥဝါ

သက္ကတ — ဂဉ္ဇရ

ဗိန္ဒု — ဂါဇရ (ဂါဂျရ်)

လက်တင် — Daucus Carota

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မုန်လာဥဝါသည် မုန်လာနှင့်တူ၏၊ အဖျားကြီး၍ အရင်း သေး၏၊ အနက်, အနီ, အဖြူ အအဖြင့် သုံးမျိုး ရှိ၏၊ အချို့သော အရပ်တို့တွင် အဝါရောင်လည်း ရှိ၏၊ အရသာ ချို၏၊ ဒါး၏၊ သတ္တိပူ၏၊ ဝိပါက၌ ချို၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဝမ်းပိုးကို ကောက်စေ၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ ချူပ်၏၊ လေသလိပ်ကို ငြိမ်းစေ၏၊ သွေးအန်၊ သွေးကျ၊ ပြင်းသရိုက်၊ ဝမ်းကိုက်၊ လေရောဂါစသည်တို့၌ အသုံးပြုရ၏။

မှန်လာ (တော) (လင်းတပါးမျှင်း)

သက္ကတ (ကုကုန္ဒရ)

ဟိန္ဒီ (ကုဂ်ရ လီ-မူလီ)

လက်တင် Blumca lacera

Blumea balsamifera

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းဆေးပင်သည် ၁-တောင်မှ ၂-တောင် အထိ မြင့်သော ပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းအပင် ပန်းငါးပွင့်သည် ပူးစွဲသော အနံ့ ရှိ၏၊ ပရုပ်နံ့ အနည်းငယ် ရ၏၊ အရွက်သည် ထူ၏၊ မွေးနုများ ရှိ၏၊ နူးညံ့၏၊ ၎င်းအပွင့်သည် ဝါ၏၊ အစေ့ ငယ်၏၊ သုံးမြောင့် ရှိ၏၊ ၎င်းအပင်သည် အမျိုး များစွာ ရှိ၏၊ တောမှန်လာ (လင်းတပါးမျှင်း) ဖုံးမသိမ်ပင် စသည်ဖြင့် များစွာ ရှိ၏၊ ၎င်းဆေးပင်သည် မြန်မာပြည် အနှံ့ အပြားကွင်းရင်း၊ အိန္ဒိယ၊ နီပေါလ်၊ ထိုင်ကာင်း၊ ဟိမဝန္တာတောင်တန်း စသည်တို့၌ရင်း ပေါက်ရောက်ကုန်၏၊ ထိုအထဲတွင် နိုင်ငံခြားကျွမ်းကျင်သူ ဖွင့်ဆိုကြသည်မှာ ၎င်းအပင်သည် (ပရုပ်) ချက်ယူသော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းပရုပ် ချက်ယူ၍ ရသော အပင်မျိုးမှ ဖုံးမသိမ်ပင် (Blutnenbalsami Fera) သည် ကမ္ဘာ၏ ထက်ဝက်မျှ သုံးစွဲနိုင်လောက်အောင် မြန်မာပြည်တွင် များစွာ ပေါက်ရောက်ကြောင်းဖြင့် ရေးသားဖော်ပြကြသည်ကို တွေ့ရလေသည်။

မှတ်ချက်။ ။ဖော်ပြခဲ့သော ဆေးကျမ်းအပေါ် တောမှန်လာသည် အရပ်အခေါ် ငှင်းတပါးမျှင်းပင်သည် မြန်မာပြည်တွင် နေရာတကာ၌ အနှံ့ အပြား ပေါက်ရောက်၏၊ ယူ၍ ပကုန်နိုင်အောင် ပေါများ၏၊ မသိသောသူတို့သည် မျက်ပင်အလားကဲ့သို့ ဖယ်ရှားနုတ်ပစ်ခြင်းကို ခံကြရ၏၊ ဆေးပစ္စည်း၏ စွမ်းရည် ဂုဏ်အင်ကို သိမြင်တော်မူကြကုန်သော ဝိဇ္ဇာဆရာမြတ်တို့ကား အတက်ပါအတိုင်း ၎င်းအပင်၏ လူသားတို့အတွက် အသုံးဝင်ပုံကို ဖော်ပြထားကြကုန်၏၊ ဆေးပစ္စည်း၏ အကျိုးပြုပုံ ဂုဏ်အင် သတ္တိကို သိမြင်နိုင်ရန် လွယ်ကူသော အရာမဟုတ်ချေ၊ ဆရာသာ (၆) ပါးဖြင့် လျှာပေါ်တင်ပြီးလျှင် သိရှိသော အသိသည် ဆေးပစ္စည်း၏ ဂုဏ်အင်သတ္တိကို သိသော အသိဉာဏ် အဆင့်ဆင့်တွင် အယုတ်ဆုံး အဆင့် ဖြစ်၏၊ အနိမ့်ကျဆုံး အသိ ဖြစ်၏။

ထင်ရှားစေပါမည်၊ ၎င်းအပင်သည် ပူသော အရသာ ရှိ၏၊ အနံ့ အနံ့ ထွက်၏၊ ယင်းသို့ ဖြစ်လျှင် ပူသော အရသာ ထက်သော သတ္တိရှိ၏ ဟု မှတ်ချက် ချနိုင်သော်ငြားလည်း သွေးကို နိုင်ခြင်း၊ သန့်ရှင်းစေခြင်း၊ ပိုးကို နိုင်ခြင်း၊ အဖျားကို နိုင်ခြင်း၊ ပြင်းသရိုက်

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 ကျမ်းထကာနှင့် လျော်အောင် ကိုယ်တွေ့နှင့် ညှိနှိုင်းလျက် ဖော်ပြအပ်ပါသည်၊ ဗဟုဆေးပစ္စည်းတို့၏ စွမ်းရည်ဂုဏ်အင်ကို စုံလင်စွာ သိချင်လျှင် သိနည်းသည် ၂-မျိုး ရှိ၏၊ တမျိုးမှာ ခေတ်ဟောင်းနည်း ဖြစ်၍ တမျိုးမှာ ခေတ်သစ်နည်း ဖြစ်သည်၊ ခေတ်ဟောင်းနည်းမှာ သဘောတရားရေး အတွေးအခေါ် ရှေ့ရှု လျက် ကိုယ်တွေ့ သိသမျှ စွမ်းအင်တို့ကို ဖော်ပြထားခဲ့သော ဆေးပစ္စည်း အကျိုးပြု စာပေကိုကို ဖတ်ရှု၍ စာပေညွှန်ပြသမျှ တကယ် အောင်မြင်သည် မအောင်မြင်သည်ကို ကိုယ်တွေ့ စမ်းသတ် မှတ်ယူပြီးနောက် သိသော အသိဉာဏ် ဖြစ်သည်၊ ခေတ်သစ်နည်းမှာမူ ထိုခေတ်ဟောင်းနည်းက ပြထားသမျှ အကျိုးပြု ဂုဏ်အင်တို့ကို ခွတ်ခွဲ၍ သိပ္ပံနည်းဖြင့် စွမ်းရည်တို့ကို ဖော်ထုတ် သိရှိခြင်းပင် ဖြစ်သည်၊ ခေတ်ဟောင်းနည်းဖြင့် သိချင်လျှင် ဖော်ပြထားသော ကျမ်းများကို နှာနှာဖတ်ရှုသည် လက်တွေ့ စမ်းသပ် ကြည့်ရသည်၊ ခေတ်သစ်နည်းနှင့် သိချင်ပါမူ ဆေးပစ္စည်းကို ခွာတ်ခွဲ၍ လက်တွေ့ စမ်းသပ် ကြည့်ရသည်၊ ဤအသိရှိမှု ၂ မျိုးသည် သာလျှင် ခိုင်မာသော အသိအမြင် တကယ်တမ်း ပြုနိုင်သော ပညာရပ်များသာ ဖြစ်ကုန်၏၊ ဤအလေ့ကျပင် ဖြစ်၍ နှစ်စဉ် အပယ်ခံရသော အပင်သည် တိုင်းပြည်၏ စီးပွားရေးအတွက် ကြည့်မှုများစွာ အကျိုးပြုနိုင်၏၊ အဘယ့်ကြောင့် နည်းဟူမူ ထိုအပင်သည် အကောင်းဆုံး ဖျော်အမျိုးအစားကို ထုတ်ပေးနိုင်သောကြောင့် ဖြစ်၏၊ ထိုပစ္စည်းအတွက်နှင့် ပတ်သက်၍ မြောက်မြားစွာ နိုင်ငံခြားမှ မှာယူ တင်သွင်း သုံးစွဲကြရသဖြင့် ထိုအပင်ကို အဘယ်ခံ အဖြစ်မျိုးမှ အသုံးခံ မျိုးဖြစ်မျိုးသို့ တဆင့် တက်ပြီး ကြိုးစားခဲ့ပါလျှင် ပွဲသားတို့အား မြောက်မြားစွာသော အကျိုးကို မည်မျှအထိ ပြုနိုင်မည်ကို သိနိုင်လောက်ပြီ ဖြစ်သည်။

ထိုအပင်သည် အာရှတိုက်တွင် မြန်မာပြည်၌ အဖြစ်လွန်းဆုံး အပင် ဟု အခြားသော နိုင်ငံ နိုင်ငံကျူးကျမ်းများတွင် မှတ်တမ်းတင် ဖော်ပြသည်အထိ ပေါများနေသည်ကို တွေ့ ရပါသည်။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အာယုဗ္ဗေဒနည်း အလိုအားဖြင့် ၎င်းအပင်သည် ဖင်ဖျင်းမျင်း ရှိ၏၊ ဒါ၏၊ အမျှားကို နိုင်၏၊ ပူ၏၊ သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း၊ သွေးအကြောများ ပူခြင်း၊ သုလိပ် ပွားခြင်း၊ ရေစေတ်ခြင်းတို့ကို ပယ်ဖျောက်တတ်၏၊ ၎င်းအမြစ် အဖိုကို ပါးစပ်တွင် ငုံ၍ထားမူ ခံတွင်း၌ ဖြစ်ပေါ်တတ်သော ရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အရွက်၏ဘတ္တုရည်သည် ပိုး ရောဂါကို နိုင်၏၊ မျက်စိနာနှင့် ထပ်လျှင်း၍ ၎င်းအရွက်သည် ချွေးထုတ်ဆေးတွင်၎င်း၊ ဝမ်း ပေါရောင်ခြင်းကွင်း၎င်း၊ သုလိပ်ရှင်ဆေး အဖြစ်ပြုရန်း များမှာ အသုံးဝင်လေ၏၊ ၎င်းသတ္တုရည် သည် တွန်ရှုံ့စေတတ်၏၊ ဆီးကိုလည်း ရွင်စေတတ်၏၊ သွေးဝမ်းသွား၊ သွေးမြင်းသရိုက် ဖြစ်ခြင်း၊ ဝမ်းသွား စပ်ကြယ်အောင် ပြုစွမ်းနိုင်သော ဂုဏ်သတ္တိ ရှိပေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

သန်ကျဆေး။ ။ဒုံးအရွက်၏ သတ္တုရည်ကို အရှယ်ကို ကြည့်၍ ကလေးများကို တိုက်မှု ဝမ်းတွင်းရှိ သန်ကောင်ပိုးများ ကျသည်။ (တနှစ်အရွယ်ကို ၄-ပဲသားမျှ တိုက်ပါ)။

သွေးမြင်းသရိုက်။ ။ဒုံးသတ္တုရည်ကို သကြားခဲနှင့် ရော၍ သောက်မှု သွေးမြင်း သရိုက် ပျောက်ကင်း၏။

အထုံးအဖွဲ့ အဖုအပိမ့်ပျောက်ဆေး။ ။ဒုံး၏ အရွက်ကိုထောပတ်သုတ်၍ မီးနွေးခံနွေး ကင်ပြီး အနာကို ကပ်ပေးမှု အကြော ထုံးဖွဲ့ခြင်း၊ ထိခိုက်မိ၍ အဖုပေါက်ခြင်း၊ အဆစ်လွဲခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အနာပိုးများ ချရန်ဆေး။ ။ကျွဲ၊ နွား စသော တိရစ္ဆာန်များတွင် ပဋ်ပေါက်ရာ၌ ဖြစ်စေ၊ အခြားသော ထိခိုက် ဒဏ်ရာတွင်ဖြစ်စေ၊ မကျက်နိုင်ဘဲ အနာပုပ်များဖြစ်ပြီး ပိုးလောက်ကောင်များ ကျနေခဲ့သော် ဒုံးအရွက် သတ္တုရည်ကို ညှစ်၍ အနာတွင် ထည့်ပေးလျှင် အပေါ်ကို ကိုပေးရ ပိုးကျခြင်းမှ ကင်းဝေးပြီးလျှင် အနာသည်း အကျက်မြန်ပါလိမ့်မည်။ သို့သော် ဒုံး သတ္တုရည်တွင် ပဋ်စပ် အနည်းငယ်ထည့်၍ ဒုံးအနာများအတွက် သုံးနိုင်က ပို၍ ကောင်း၏။

ရက္ခပိတ်နာ။ ။အောက်သားရ ဝမ်းသွားခြင်း၊ သွေးမြင်းသရိုက်ဖြစ်ခြင်း၊ မီးယပ် အဆင်းလွန်ခြင်း တို့ကြောင့် ခံတွင်း၊ နှာခေါင်း၊ အိုးပြန်ချောင်း၊ စအိုတို့မှ သွေးယိုခြင်း ဖြစ်မှု ဒုံးအရွက်၏ သတ္တုရည်ကို နေ့စဉ် ညနေ နံနက် ၁၂-ပဲသား သောက်ပါက အထက်ဖော်ပြပါ ရောဂါကြောင့်ဖြစ်ပွားသော ရောဂါများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

မြင်းသရိုက် မြစ်ဖြတ်ဆေးကြီး။ ။သစ်နန္ဒင်း ၆-ကျပ်၊ ပန်းခါး ၃-ကျပ်၊ မြေဒိုန် (နွားနို့ကျော်) ၁-ကျပ် ၈-ပဲ၊ ဂြိုဟ်ကျောက် ၁၂-ပဲ ဒုံးဆေးဝါကို ညက်စွာ အမှုန့်ပြု၍ ဒုံး ဆေးကို လင်းတပါးပျိုး သတ္တုရည်နှင့် ၁၄-ရက်တိုင်အောင် ကြိတ်၍ ၂-ရတီ ၃-ရတီမျှ အလုံး ပြု၍ အရိပ်တွင် လှမ်းပါ။ ထိုဆေး စားသောအခါ ဝဲဒနာက်ပုပ်ရည်၊ ငါး၊ ငါးနွေ့ပုပ်ထည့် ပြု၍ အရိပ်တွင် လှမ်းပါ။ ထိုဆေး စားသောအခါ ဝဲဒနာက်ပွား ၂၁-ရက်မျှ တိုင်အောင် အထက်ပါ ညွှန်ကြား မှုန့်များနှင့် နွားနို့ ထောပတ် ခစ်စစ်ကိုကို စားပါ။ ၂၁-ရက်မျှ တိုင်အောင် အထက်ပါ ညွှန်ကြား သည့်အတိုင်း စားသောက်ပါက မြင်းသရိုက်ရောဂါ အမြစ်ပြတ် ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

မြင်းသရိုက်ရှူးဆေး။ ။ဂုံးလင်းတပါးပျိုးပင် ပဉ္စင်းပါးကို စင်ကြယ်စွာ ယူ၍ အရိပ်တွင် အခြောက်လှမ်းပြီးလျှင် ဆေးရိုးစင်းသကဲ့သို့ စင်း၍ လုံစွာ ထားပါ။ ဒုံးဖောဖုန့်လာ (လင်းတပါးပျိုး) စင်းပြီးသား ၂-ဆ၊ ဆေးရွက်ကြီး ၁-ဆကို သမအောင်ရော၍ ဆေးတံ (သို့မဟုတ်) ကမာကျ သို့မဟုတ် ဆေးလိပ်ကို အတွင်းဆေးခံများ ထုတ်ပယ်၍ အထက်ပါ ဆေးကို ထည့်ပြီးလျှင် ပါးစပ်ဖြင့်ရှင်း၊ နှာခေါင်းမှရှင်း၊ တနေ့လျှင် အကြိမ်မျှ ရှူ၍ ၇-ရက် ကြာလျှင် ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

နှာခေါင်းရောဂါ (အထူး)။ ။ဒုံးနှာခေါင်းရောဂါသည် နှာခေါင်း နာကျင် ကိုက်ခဲ၍ အပြိုဖြစ်ပြီးလျှင် အရိအချွဲများ ကျခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ စအို ပတ်ပတ်လည်၌ နာကျင် ခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်တတ်၏။ အောက်ဖော်ပြပါ နှာခေါင်းရောဂါကို တောမှန်လာ (လင်းတပါး ပျိုး) သတ္တုရည်ကို ညှစ်၍ နှာခေါင်းတွင်းသို့ ကျပ်ပေးခြင်း၊ ရှူခြင်း ပြုပါက ပျောက်ကင်း၏။

အသီးသာ၍ ဝမ်းသွားရောဂါ။ ။ဒုတ်အရွက် ၂ဝ, ငြုပ်ကောင်း ၁ဝ-ပဲသားနှင့် ကြိတ် ဖြီးလျှင် ၄-လုံး လုံး၍ ကားပါ၊ နံနက် ညှ တလုံးကျ သောက်က များစွာ အကျိုးရှိ၏။

ချွေးရှူးအဆိပ်ဖြေဆေး။ ။ဒုတ်အမြစ် ကြိတ်၍ တလုံးလျှင် ၁၂-ပဲသားမျှ လုံး၍ ထားပါ၊ ချွေးရှူးကိုက်သူအား ဆေးတလုံးကို နွားနို့နှင့် ဖျော်၍ တိုက်က ဒုတ်ချွေးရှူးအဆိပ်ကို အန်ပစ်ပါလိမ့်မည်၊ ချွေးရှူးအဆိပ်ပွားလည်း အန်သော အစာတည်းကျွင် ပါသွား၍ ချွေးရှူးဆိပ်ဖြေ ပျောက်ပါသည်။

ဒုက်ဖျူးရောဂါ။ ။ဝက်ဖျူးဘက်မည့် အဆိုင်တွင်ဒုတ်း, မတက်ပီဒုတ်, ဒုတ်အရွက် သတ္တုရည်ကို သုတ်၍ နား ၂-ဘက်တွင် အစက် ၃-စက်စီ ခပ်၍ ပေးမှ ဝက်ဖျူး ကျဖျူးနှင့် ဘတူ နာတာရှည် အဖျူးများ ပျောက်ကင်း၏။

မျက်နှာပန်း

သက္ကတ	ဗာဏဇဒ်ဗိုး
ဟိန္ဒီ	ပာပဆယ်ယာ (ဘာ,ကံထျူ)
လက်တင်	Pavetta Indica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ငယ်၏၊ ချုံပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် ၃-လက်မမှ ၆-လက်မထိ ရှည်၏၊ ၁-၂-လက်မမှ ၂-လက်မခွဲမျှ ကျယ်၏၊ အပွင့်ပါး၏၊ နည်းသိုး၏၊ ဝါခါးရောင်သမ်းမျိုး ပြဲ၏၊ ဒုတ်ကို ဆေးပေါင်းချမ်းလည်း ခေါ်၏။

ဂုဏ် နှင့် မှုမ်းရည်။ ။အမြစ်သည် ခါး၏၊ ချုပ်ဖြောက် အန်ဆေးရည်တို့နှင့် ရောစပ်၍ ဝမ်းချုပ်ရောဂါ၌ တိုက်ရ၏၊ ကလေးများ၏ ဆီးဟုစ်နှင့် ပတ်သက်သော ရောဂါတို့၌ အမှုန့် ပြု၍ ဟကြမ်းမှု တိုက်ရ၏။

မြောက်ကြိမ်

ဘာဂီလ	ပတ်ဗျူအိ (မုန်ဗူးလဗီ)
လက်တင်	Flagellaria Indica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။တွားနှုံ့ ဘူးတက်သော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ သစ်ပင်များကို နွယ်၍ တက်တတ်၏၊ အမြစ်ဘုတ်၏၊ အရွက်သည် အညှာ မဲ့၏၊ အရင်းပိုင်း၌ အဖျား ချွန်၏၊ အပွင့် ဖြူ၏။

မျောက်လုပ်

ARTOCARPUS LAKOOCHA.

बड़हल (ဗဍှိ-ဟာလ်)

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရွက်သည် တွန့်ရှုံ့စေတတ်၏၊ ထို့ကြောင့် ဝမ်းသက်ရောဂါ၊ ပိတ်ဝမ်းရောဂါ စသည်တို့၌ အသုံးပြုရ၏။

မြောက်ဂုံညင်း

သက္ကတ ဒုဖြဂ္ဂမ္ဘရိ

ဟိန္ဒီ ဇရိဖါသေမ (ကရိယာ-ခဆ,မ်)

လက်တင် Mucuna monosperma

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အသီးသည် အနည်းငယ် လုံး၍ အမွေး ရှိ၏၊ အစေ့သည် ပြား၏၊ ဝိုင်း၏၊ ကြီး၏၊ တပတောင့်ဟွင် တစေ့သာ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။စပ်၏၊ ချို၏၊ အေး၏၊ အပူကို ပယ်တတ်၏၊ ဒေါသသုံးပါးကို ပယ်ထတ်၏၊ သုက်သွေးကို ပွားစေ၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ နှုတ်မြိန်စေ၏၊ ချုပ်၏၊ နှလုံးရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ သားသမီးကို ရစေတတ်၏။

မျောက်လှပ်

သက္ကတ လကုစ

ဟိန္ဒီ ဗနုဇိ (မဒု-ဖလ)

လက်တင် Artocarpus lakoocha

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်သည်၊ အပေါ်၌ အကိုင်းအခက်တို့ဖြင့် ပြန့်ကျယ်၏၊ အခြောက်သည် ကြမ်း၍ ပြာမှောင်ရှိ၏၊ အရွက်သည် ၄-လက်မမှ ၁၂-လက်မထိ ရှည်၏၊ ၁-လက်မခွဲမှ 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၏။

မျောက်လောင်းပင်

ဘုံဘေ ဓါရ်ကြာ (ဓရဆိဒိ)

လက်တင် Plectronia didymum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အမြဲ စိမ်းလန်းသော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အကိုင်းအခက်များသည် နူးညံ့၏။ အရွက်သည် နံနံရွက်နှင့် တူ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရိုးများ ကျိုးခြင်းကိုင်း, အရိုးများ ထိခိုက် ဒဏ်သင့်သော ရောဂါများကိုင်း အခေါက်ကို အမှုန့်ပြု၍ လိမ်းပေးရ၏၊ အများ ရောဂါများတွင်လည်း ၎င်း အခေါက်ကို ဆေးဘက်ဝင် အဖြစ် အသုံးပြုကြ၏။

မျောက်သခွား

ဟိန္ဒီ ဓါလီ (တ,ရိသိ)

လက်တင် Zehneria Umbellara

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အသီးသည် ကင်းပုံသီးကဲ့သို့ ဖြစ်၏၊ စားသောက် ရသော ဟင်းသီးမျိုး ဖြစ်၏၊ ပဉ္စငါးပါးကို ဆေးအဖြစ်နှင့် အသုံးပြုရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဝဖြိုးစေတတ်၏၊ အဆီခေါက်ကို ပေးတတ်၏၊ ထက်မြက်စေ ၏၊ အမြစ်ကို နို့ရည် သကြားတို့နှင့် သောက်ခဲ့သော် ခွတ်များ ကြန့်ခိုင်၏။

မျောက်သခွား (တမျိုး)

ဟိန္ဒီ ဘူမဆီ (ဂုမဒ္ဓ)

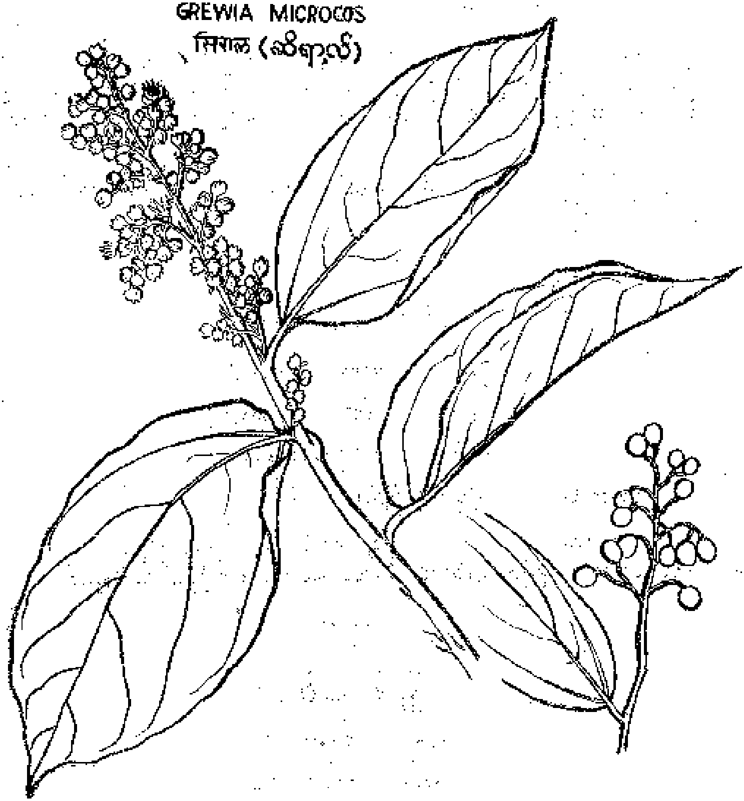
လက်တင် Zehneria Umbellata

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။မျောက်သခွားသီးသည် ထက်မြက်စေတတ်သော သတ္တိ ရှိ၏၊ အမြစ်သည် မလိုလားအပ်သော သုက်ယိုစီးခြင်း, အိပ်မက် သုက်လွှတ်ခြင်း ရောဂါ, သုက်ကျဲခြင်း စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ ၎င်းသည် နွယ်မျိုး ဖြစ်၏။

မြယာ (ဆီရာလ်)

GREWIA MICROCOS

सिवाल (ဆီရာလ်)



မျောက်ဥ

သက္ကတ — पिण्डालु

ဟိန္ဒီ — मधुपरिआलू मम (ကျွေပရီအာလု,ခ,ဠ)

လက်တင် — Dioscorea alata

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ဤအပင်ကို မြန်မာပြည်တွင် အများအပြား စိုက်ပျိုးကြ၏၊ အာလူးကဲ့သို့ ဥများ ဖြစ်၏၊ ဥသည် ရှည်၏၊ လုံး၏၊ အတွင်းမှာ ဖြူ၏၊ အရွက်သည် တချက်နှင့် တချက် နီး၏၊ (ဘယ်ပြန်ညာပြန်) ကျယ်၍ ဥသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အခက်များ၏ လေးဘက် လေးတန်မှ မွေးနုကလေးများ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပိုးကို ဖျက်ဆီးတတ်၏၊ နူနာ, မြင်းသရိုက်, မြည်းတုလာသရောနာ တို့၌ အသုံးပြုရ၏။

မြယာ (ဆီရုလ်)

ဟိန္ဒီ — शिरैल (ဆီရု,လ်)

ဗင်္ဂါလီ — असारे (အသာ,ရီ)

လက်တင် — Grewia Microcos

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ချုံနွယ်မျိုး ဖြစ်၏။

ရောဂါအသုံး။ ။အစာမကြေ, ယားယံ, ကျောက်, ထိုက်ဖွ ုက်အဖျား, ဝမ်းသက်, ထာလယားရောဂါကြောင့် မျက်နှာ၌ ဖြစ်သော အနာများ သည်တို့၌ အသုံးပြုရ၏။

မြွေးဆိပ်ပင်

သက္ကတ — चलफल

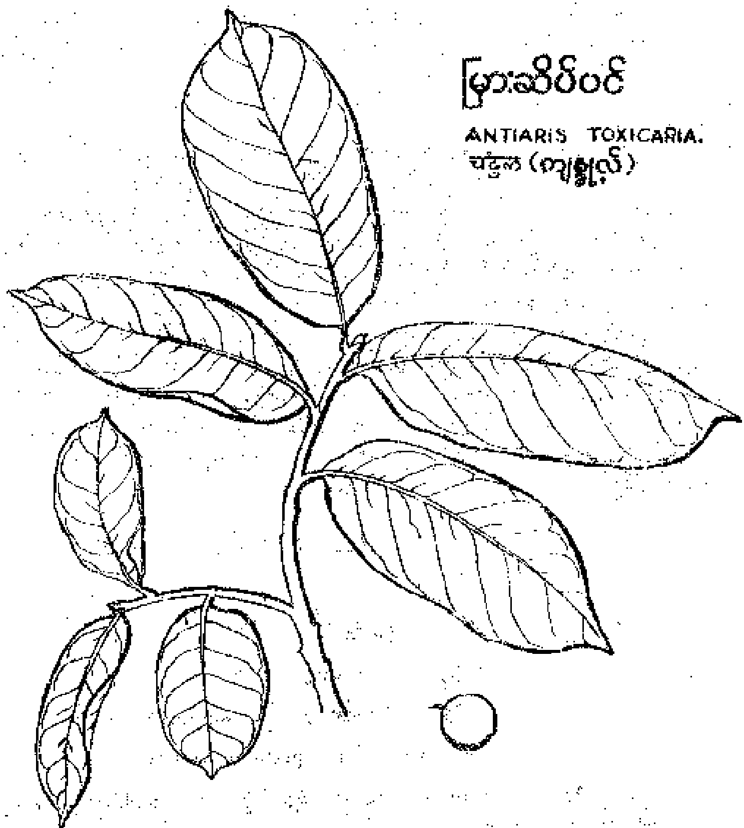
မာရဌီ — चांदूल (ချန္ဒူ,လ်)

လက်တင် — Antiaris toxicaria

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အလွန်မြင့်သော အပင်ကြီးမျိုး ဖြစ်သည်၊ အခေါက် နက်ပြာရောင် ရှိ၏၊ အရွက်အဖျား ချွန်၍ ဝိုင်း၏၊ အပင်နှင့် အရွက်သည် ကညွတ်ပင်နှင့် ဆင်ဆင် ရှိ၏၊ အသီးမှာ

မြားဆိပ်ပင်

ANTIARIS TOXICARIA.
ပံ့ဍူလ (ကျွန်းလိုင်)



ဗီးဖြူသီးမှု ရှိ၏၊ အစေ့အစိုသည် ဖြူ၍ ခြောက်လျှင် မဲနက်၍ သွား၏၊ အချို့ အစေး လွန်စွာ ကပ် အနက်ရောင် ထွက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။မြွေဆိပ်ပင်သည် အခြားသော အဆိပ်များကို ကုစားရာ၌ အလွန် အစွမ်း ထက်သော်လည်း နည်းလမ်းတကျ အသုံးမပြုတတ်လျှင် ကြောက်ဖွယ်ကောင်းသော အဆိပ်တမျိုး ဖြစ်၏၊ ယခုခေတ်၌ အဲဒေ့ကို အများနှင့် ဗိတ်ဝမ်းရောဂါတို့၌ အသုံးပြုကြ၏၊ အတိုင်းအတာမှာ တခေ့၏ ၃-ပုံ တပုံမှ ၂-ပုံ တပုံထိ နေ့အခါ၌ သုံးကြိမ်တိုက်နိုင်၏။

မြွေဆိပ်သည် ၎င်း၏ အမည်က ပင် အဆိပ်မျိုး ဖြစ်သည်ကို ဖော်ပြနေပြီ ဖြစ်၏၊ အဆိပ်ဟူသည် သုံးတတ်သော် ရောဂါများကို လျင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်း စေနိုင်၏၊ အလွန် ကုစားခက်သော ရောဂါကြီးမျိုး၌ ၎င်းကို အသုံးပြုသည့်အခါ အဆိပ်သည် လျင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်းစေနိုင်သောကြောင့် အမှိုက်နှင့် တူ၏၊ အစာမကြေ၍ အဆိပ်ဖြစ်ခြင်း ရောစပ်၍ မစားကောင်းသည့် အစာများကို ရောစပ်စားမိခြင်းကြောင့် အဆိပ်ဖြစ်ခြင်း, မစားသင့်သော ငါးပုတင်း၊ ဖားဥ၊ စသည်တို့ကို စားမိ၍ အဆိပ်သင့်ခြင်း, ဆေးခပ်ခြင်း စသည်ကြောင့် အဆိပ်ဖြစ်ခြင်း, သွေးအဆိပ်, အသားအဆိပ် စသဖြင့် ရောဂါအဆိပ် သင့်ခြင်း, သက်ရှိ သက်မဲ့ အဆိပ်များသင့်ခြင်း စသည်ဖြင့် လူတို့တွင် အဆိပ်အမျိုးမျိုး တို့သည် ကျရောက်လာနိုင်ကြကုန်၏၊ "အဆိပ်ကို အဆိပ်သည် သာ လျှင် နိုင်၏" ဟူ၍ ဗိန္ဒောဆရာကြီးများ ဆောင်ပုဒ်ရှိသည့်အတိုင်း သင့်သော အဆိပ်အမျိုးမျိုးတို့ကို ကာကွယ်နိုင်ရန် ရှေးဗိန္ဒောဆရာတို့သည် အဆိပ်အမျိုးမျိုး ပါသော နန်းတွင်းလျှာပွတ် (အဆိပ်ဖြေဆေး) ဖော်စပ် အသုံးပြုကြကုန်၏၊ ထိုအချိန်တွင် လျှာပွတ်ခေါ်သော အဆိပ်ဖြေဆေး၌ ယိုမြွေဆိပ်သည် ရှေ့တန်းမှ ပါဝင်နေ၏။

မြူရက်

သက္ကတ	वास्तूक
ဟိန္ဒီ	बथुआ　(ဗထုအား)
လက်တင်	Chenopodium Album

ပုံသဏ္ဌာန်။　　။၎င်းသည် ဟင်းနွယ်များကဲ့သို့ သဲသောင်မြေများ, ဝါခင်းမြောင်းဝင်း စသည်များတွင် ပေါက်၏၊ အမြင့် ၁-ပေ ၁-ပေခွဲမျှ မြင့်၏၊ အရွက်လည်း ဟင်းနွယ်နှင့် ဆင်ဆင်ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။　　။ချို၏၊ ဝမ်းပိုးကို သောက်စေ၏၊ အစာကို ကြေကျက်စေ၏၊ ကျင်ကြီးကျင်ငယ်တို့ကို မှန်ကြယ်စေ၏၊ လေ, သည်းခြေ, သလိပ်ကို ပယ်ထုတ်၏၊ မျက်စိကို အကျိုး

ပြု၏၊ ဆီးဝမ်းကို ရှင်စေ၏၊ နှုတ်ကို မြိန်စေ၏၊ အသံကို ကောင်းစေ၏၊ ပိုးကို ပယ်တတ်၏၊ ရောဂါအမျိုးမျိုးကို ငြိမ်သက်စေ၏၊ သလိပ်ရောဂါကို အလူးအလားဖြင့် ကောင်းစေ၏။

မှတ်ချက်။ ။မြွေရှက်သည် ရိုးရိုး နှင့် အနီမျိုး အားဖြင့် ၂-မျိုးရှိ၏၊ အနီမျိုးသည် ပို၍ ထက်မြက်၏။

မြူ ထ မျိုး

ဟိန္ဒီ **ဗထွအ ဖိလာယတီ** (ဗထွအား ဗိလာယတီ)

လက်တင် Chenopodium Ambrosioides

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎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 ပူလောင်ခြင်းကိုလည်း အသုံးပြုကြရ၏၊ ၎င်းအရွက်နှင့် အစေ့ကို အအေးဖျော်ရည်များပြုလုပ်၍ အထက်ပါ ရောဂါများအတွက် သောက်စားကြကုန်၏။

မြေဇာမြက် (၃) မျိုး

သက္ကတ ဒူဗ်

ဟိန္ဒီ **ဒူဗ်** (ဒူ,ရိုဗာ)

လက်တင် Cynodon dactylon

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရသာ ခါး, ချို, ဖန်, သင့်ဗွီ ရှိ၏၊ အေး၏၊ ဝိပါက်၌ ပဲ၏၊ သည်းခြေ သလိပ် ဖေါ်သကို ငြိမ်းစေ၏၊ ရေငတ်, နှုတ်မမြိန်, အနီခြင်း, ဖော့ဝေခြင်း, ကိုယ်အုပ် ဖမ်းသွားခြင်း, ပင်ပန်းခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မှတ်ချက်။ ။မြေဇာမြက်သည်လည်း အညို, အဖြူ, မြေဇာကြီး-ဟူ၍ သုံးမျိုးရှိ၏၊ 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 ဓါတ်ကို ပယ်နိုင်၏၊ အန်ခြင်း ရေငတ်၊ ရေယုန်၊ အစာမကြေ ဝမ်းသွားခြင်း၊ သွေးအန်၊ သွေးကျ၊ ချောင်းဆိုးရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မြေဇာကြီး

မြေဇာကြီးသည် ချို၏၊ လေ သည်းခြေဓါတ် တို့ကို ပယ်နိုင်၏၊ အဖျား၊ ခြခြလည် အောင် မူးဝေခြင်း၊ ရေငတ်ခြင်း၊ ပင်ပန်းခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

နှာခေါင်း သွေးယိုစီးသော ရောဂါ။ ။မြေဇာမြစ် အစိမ်း သတ္တုရည်ကို မကြာ မကြာ ရှူပေးမူ နှာခေါင်းမှ သွေးယိုခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ရေယုန်ကြီးနာ။ ။မြေဇာမြစ်၏ သတ္တုရည်ကို ထောပတ်နှင့် ချက်၍ စားပါ။ ၎င်း ရေယုန် အနာများကိုလည်း လိမ်းပေးမူ ရေယုန်ကြီးနာ ပျောက်ကင်း၏။

သည်းခြေဦးစီး၍ အန်ခြင်း။ ။သည်းခြေဓါတ် ဦးစီး၍ အန်သောရောဂါ၌ မြေဇာ မြစ်ကို အမှုန့်နုနုထောင်း၍ ဆန်ဆေးရေနှင့် ဖျော်သောက်မူ အကျိုးရှိ၏၊ နောက်တနည်း - မြေဇာ မြစ် ၁-၈-ပဲသားကို ဆန်ဆေးရေနှင့် တွက်စာပြု၍ သောက်ပါ။

ယားနာပွေးနာများ။ ။မြေဇာမြစ် သတ္တုရည် ၄-ကျပ်သား၊ နှမ်းဆီ ၁-၈-ပဲသား နှင့် အနည်းငယ် ချက်၍ လိမ်းပေးမူ ယားနာ၊ ပွေးနာများ ပျောက်ကင်း၏။

ချွေးလွန် မိတ်ထွက်ရောဂါ။ ။အလွန်ပူအိုက်သဖြင့် ချွေးများစွာ ထွက်ပြီးနောက် မိတ်များ ထကြွယ်လုံး အနှံ့အပြား ပေါက်၍ ယားယံခြင်း နာကျင်ခြင်း စသော ရောဂါများကို နနွင်း နှင့် မြေဇာမြစ်ကို ညက်စွာကြိတ်၍ လိမ်းကျံမူ မိတ်ထွက်ခြင်း၊ ယားနာ၊ ပွေးနာ၊ ပိုးနာ စသည်တို့ ပျောက်ကင်း၏။

သွေးယို သွေးလျှံ ရောဂါ။ ။မြေဇာရွက်၊ ညောင်ပိန္နဲရွက် တို့ကို ညက်စွာ ကြိတ်၍ ဖျားရည်နှင့် သင့်သလို သောက်က သွေးအန်၊ သွေးကျ၊ သွေးဝမ်းသွား၊ နှာခေါင်းသွေးလျှံ ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

မီးရပ်မှန်ဆေး။ ။မြေဇာမြစ်ကို ဖင်းခါးချက်၍ သောက်ခြင်း၊ အမှုန့်ထောင်း၍ အမြဲတမ်း လျက်ဆားကဲ့သို့ အနည်းငယ် လျက်ပေးပါမူ မီးရပ် မှန်ကန်စေတတ်၏။

သီးချုပ်ရောဂါ။ ။မြေဇာမြက် အမြစ် ၃-ကျပ်, ရေသန့်သန့် ၁၂-ကျပ် သက်တက် ခန်းအောင်ကျိုပါ၊ ၎င်းဆေးရည်ကို ပျားရည် ၁၂-ပဲ သကြားခဲ ၁၂-ပဲရော၍ သောက်မူ သီးများ ကွာ ရှင်ဖြစ်တတ်၏။

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 သီးနှင့်ရောလျက် သွေးပါခြင်း, သွေးသက်သက်ပါခြင်းဖြစ်မူ မြေဇာမြက် သတ္တုရည် ၁-ကျပ် ၈-ပဲ, သကြားခဲ ၁-ကျပ် ၈-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၏။

နှာတာရှည် သီးလွန်ရောဂါ။ ။မြေဇာမြက်ကို အမှုန့်ပြု၍ မိန်ရည်နှင့် ရော၍ သောက်မူ ကြာမြင့်စွာဖွဲ့ကပ်နေသော သီးလွန်နာ, သီးအတွင်းမှ သွေးများ ယိုစီးခြင်း ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

ဘုတ်တစ္ဆဖမ်းခြင်း။ ။ဘုတ်တစ္ဆဖမ်းခြင်း, ဝက်ရူးပြန်ရောဂါ, စိတ်မညှိမ်မသက် ကတောက်ကရက် ရှိခြင်းဖြစ်မူ မြေဇာ သတ္တုရည်ကို အနည်းငယ်မျှ အမြဲတစေ သောက်မူ ပျောက်ကင်း၏။

ပိတ်ဝမ်းသွားခြင်း။ ။ချင်းခြောက်, စမုံစပါး, အနည်းငယ် ရော၍ မြေဇာမြက် သတ္တုရည်ကို သောက်မူ ပိတ်ဝမ်း (သလိပ်အချွဲအကျိများ သွားသောဝမ်း) ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

သီးရှင်ဆေးတမျိုး။ ။မြေဇာမြက် သတ္တုရည်နှင့် ငြုပ်ကောင်းမှုန့် သင့်သလို ရော စပ်၍ သောက်မူ သီးများထွက် သွားစေသည့်အပြင် ကိုယ်အင်္ဂါကြီးငယ် ဟိုဒီ ပူလောင်ခြင်း, သီး ပူလောင်ခြင်းတို့မှ ကင်းစေ၏။

မျက်ချေးထွက် အားကြီးသောရောဂါ။ ။မျက်ချေး အလွန် ထွက်ခြင်း, မျက်ဝတ် များ အခါမလပ် ထွက်ခြင်းတို့ကို မြေဇာမြက်အစိမ်း သတ္တုရည်ကို လိမ်းကျံပေးမူ မျက်ချေးထွက် မျက်ဝတ်ထွက်သော ရောဂါများ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ခွန်အားတိုးဆေး။ ။မြေဇာမြက်အစို ၁၂-ပဲ, ဇာဒ်အခေါ, ၁၀-ခေ, ငြုပ်ကောင်း ၁၀-ခေ, ၎င်းသုံးမျိုးကို ကျောက်ပြင်တွင် ကြိတ်၍ ခံတွင်း တွေ့သော အချို တချိုးချိုးနှင့်

နေ့လည် ၃-နာရီအချိန်လောက်တွင် သောက်မူ ဒွန်အားပြည့်ဖြိုး၍ လာပါလိမ့်မည်၊ ၎င်းဆေးကို အမြဲမပြတ် သုံးဆောင်ပေးမူ တဖြည်းဖြည်း အားအင်တိုးတက်လာပြီးလျှင် ကျန်းမာ ဝဖြိုး စေပါလိမ့်မည်။

အနာပျက်များ, သွေးကျခြင်း။ ။အနာပျက်, အနာဟောင်းများ မကျက်နိုင်ခြင်း, သွေးယိုစီးခြင်းဖြစ်မူ ၎င်းပဒ္ဒါးမါး သတ္တုရည်ကို လိမ်းပေးပါ။

မီးရှပ်ဖြူဆင်းခြင်း။ ။မြေဇာမြက် သတ္တုရည်နှင့် နံ့သာဖြူ အမှုန့်ရော၍ သကြားခဲ အနည်းငယ်မျှ ထည့်ပြီး သောက်မူ မီးရှပ်ဖြူဆင်းသောရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ရေဖျဉ်းရောဂါ။ ။မြေဇာမြက်တွင် ဖြုပ်ကောင်း အနည်းငယ် စွက်၍ ကြိတ်ပြီး သောက်ပါက ဆီးများစွာ သွားပြီးလျှင် ရေဖျဉ်းလည်း ကျဆင်း၍ ကိုယ်အင်္ဂါကြီး ယောင်ရောင်ခြင်းလည်း ကျဆင်းပါလိမ့်မည်။

တက်ဖျား ကျဖျား။ ။မြေဇာမြက် သတ္တုရည်တွင် မိဝုက်မြစ် အမှုန့် အနည်းငယ်မျှ ထည့်၍ တနေ့တွင် ၂-ကြိမ် ၃-ကြိမ်မျှ လျက်ပေးမူ ငှက်ဖျားရောဂါနှင့် တက်ဖျား ကျဖျား ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ခံတွင်းနာများ။ ။ခံတွင်း၌ ပူလောင်၍ အဖုထခြင်း, အပူအိတ်များ ဖြစ်ခြင်းတို့ကို ၎င်းမြေဇာမြက်ကို ပြုတ်၍ နှုတ်ငုံဆေးပြု၍ ငုံထွေး ငုံထွေး ပြုလုပ်ပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

လိင်နိမိတ်ရောဂါ (ရှ ကာ)။ ။လိပ်ပျိုနာ ဖြစ်၍ ကိုယ်အင်္ဂါကြီး ယောင်တို့၌ အဖု အသင့်များ ပေါက်ခြင်း, အနာများ ဖြစ်ခြင်းတို့ကို မြေဇာမြက် အမြစ်ကို ကျက်ကျက် ပြုတ်၍ တခွက်လျှင် ဇွန်းကြီး ၂-ဇွန်းမျှ တနေ့ကို ၂-ကြိမ်ကျ သောက်ပါက ပျောက်ကင်း၏။

မြေပဲ

သက္ကတ ဘူမိပ္ပလိကာ

ဟိန္ဒီ မူ့ဂါဖလီ (မု့်,ဂ်-ဖလိ)

လက်တင် Arachis Hypogaea

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။မြေပဲဆီသည် ဝါတ်၏ အတိုက်ကို တွန်းလှန်စေ၏၊ လေသည်းခြေကို ပွားစေ၏၊ ချောင်းဆိုးရောဂါကို ဖြစ်ပွားစေ၏၊ အသီးမစင်းသည် နို့ရည်ကို ဖြစ်ပွားစေ၏။

မြေပဲထွေး

သက္ကတ [illegible]

အင်္ဂ [illegible] ([illegible])

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မြေပဲထွေးပင်သည် ၆-လက်မမှ ၂-ပေအထိ မြင့်သည်၊ အချို့နေရာတွင် မြေ၌ ပေါက်နေတတ်သည်၊ အမြစ်သည် မြေအောက် ၁-ပေမျှ နက်အောင်သွား၏၊ ပိုရောင်သန်း၍ ဝါ၏၊ အရွက်သည် ကုလားပဲရွက်နှင့် တူ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ခါး၏၊ ပူ၏၊ ဝိပါက်၌ စပ်၏၊ ခံတွင်းကို ပြောင်းလဲစေတတ်၏၊ ဝမ်းကို ပွားစေ၏၊ ဝပြိုးစေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ သွေးကို တိုးပွားစေ၏၊ အကြိမ်ကြိမ်စေ၏၊ သည်းခြေကို ပယ်တတ်၏၊ ခယရှင်ရောဂါ၊ သွေးအန်၊ သွေးကျရောဂါ၊ ချောင်းဆိုး၊ ပန်းနာ၊ တုလာသရောဂါ၊ နူနာ၊ သုက်သွေးယိုစီးခြင်း စသည်တို့၌ ကောင်း၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ဆီးလွန်ရောဂါ အမျိုးမျိုး ပျောက်ဆေး။ ။ရေ ၃၂-ကျပ်၊ နွားနို့ ၃၂-ကျပ်၊ နွားထောပတ် ၂-ကျပ်၊ ပျားရည် ၁-ကျပ် ဂဝ် ၎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 ငြုပ်ကောင်း ရွှေးငယ် (၆) ရွှေးမျှကို ထောင်းစရ်ပြီး ည နံနက် မှန်မှန်သောက်ပေးပါလျှင် သွေးသားများ စင်ကြယ်စေပါလိမ့်မည်။

မီးရပ်သွေး ကျန်ခြင်း။ ။မြေပဲထွေး ၃-ကျပ်၊ ထန်းလျက် ၆-ကျပ်၊ ရေ ၅၃-ကျပ်ဖြင့် ထက်ဝက် ခန်းအောင် ကျို၍ တခွက်စာ ကြွေဇွန်းကြီး (၃) ဇွန်းမျှ နံနက် ည တကြိမ်ကျ သောက်ပါမူ မီးရပ်သွေးများ စင်ကြယ်စွာ ဆင်းပါလိမ့်မည်။

မြေပျစ်ကြီး

သက္ကတ လောဏီ

ဟိန္ဒီ ကုလ္ဖာ (ကု,လ်-ဖါ)

လက်တင် Portulaca Oleracea

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် မြေတွင် ပြန့်၍ ပေါက်သော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ဟင်းသီး ဟင်းရွက် အဖြစ်လည်း အသုံးပြုသဖြင့် လူသိများလေ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ငန်၏၊ ချဉ်၏၊ ခြောက်ထပ်၏၊ ကြေကျက်ခဲ၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ မြင်းသရိုက်, ဝမ်းမီးနှင့် အဆိပ်သင့်နာများကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

မြေပျစ်ငယ်

သက္ကတ လဃုလောဏိကာ

ဟိန္ဒီ ဆောဋီလုဏိယာ (ချိုဋီ-လိုဏိယာ)

လက်တင် Portulaca Quadrifida

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် မြေပျစ်ကြီးကဲ့သို့ မြေတွင် တွယ်ကပ်၍ ပေါက်သော အပင် ဖြစ်၏၊ အကြီး အငယ်သာ ကွာခြား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဖန်၏၊ ခါး၏၊ သည်းခြေကို ဖြစ်စေ၏၊ ဆီးဝမ်း ချုပ်စေ၏၊ အဖျားအောင်းကို ပယ်ဖျက်၏၊ ချောင်းဆိုး ပန်းနာ, ရင်ကျပ်, လေဖုံးရောဂါ, ဆီးသွန်နာ, ရောင်ရမ်းခြင်းကို ကင်းဝေးစေ၏၊ အကျိတ် (၇) ပါးကို မှမ်းမံ ပြုပြင် တတ်၏၊ လေနာရောဂါကို နိုင်၏၊ မျက်စေ့ရောဂါ, အရေပြားရောဂါ, အနာပေါက်ရောဂါများကို ကင်းဝေးစေ၏၊ ၎င်း အရွက်စိမ်းကို ကြိတ်၍ မျက်စေ့နာ နှင့် ဆင်ခြေထောက်ရောဂါများကိုလည်း ပျောက်ကင်း စေနိုင်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ရေယုန်ရောဂါ နှင့် အခြားအရေပြား ရောဂါများ။ ။၎င်းအရွက်စိမ်းကို ကြိတ်၍ ရေယုန်ရောဂါ နှင့် အရေပြားတွင် ပေါက်သော အနာများကို လိမ်းပေးပါက ပျောက်ကင်း ချမ်းသာ၏။

ဆီးအောင့်ရောဂါ။ ။ငှင်းအရွက် သတ္တုရည်ကို ညှစ်၍ နွားလယ်ရည် ဖျော်၍ သောက်ပါက ဆီးအောင့်နာများ ပျောက်ကင်း၍ ဆီးများ အလွန်များလာပါလိမ့်မည်။

အညှီးခြေဖော။ ။ခံတွင်းတစ်ခုလုံးတွင်၎င်း၊ ဥက္ကောင်းတွင်၎င်း ပွလောင်၍ ရောင်ရမ်းသောအခါ ၎င်းအရွက် သတ္တုရည်ကို လိမ်းကျံပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

အဖျားကြီးခြင်း။ ။အဖျား အပူရှိန် အားကြီး၍ နေသောအခါ ၎င်းအရွက်ကို ချေ၍ 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 (ဥလဋကမ်ဗလ်)

လက်တင် Abroma angusta

အင်္ဂလိပ် Devils Cotton

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းမြွေနှိုင်ပင်သည် ကြောင်ပန်းကြီးပင် မျိုးကဲ့သို့ ပင်ငယ်မျိုးဖြစ်၏၊ ၎င်းအရွက်သည် ပထပဝေါက်စ အပင်ငယ်စဉ်တွင် ပဒုမ္မာ ကြာရွက်မျှ ကြီး၏၊ ထိုသော် အရွက်နှင့်ပို့ သဏ္ဌာန်မှာ ဝါရွက်၊ သံပန်းလူရွက်များနှင့် တူ၏၊ ၎င်းနောက် အပွင့်ပွင့်ချိန် အတွင်းနှင့် သီးချိန်မှာ ၎င်းအရွက်ကို တမျိုးတဖုံပြောင်းလဲလာ၍ သရက်ရွက်ကဲ့သို့ ရှည်မျောမျော ဖြစ်လျက် သရက်ရွက်နှင့်ပင် ဆင်ဆင် တူသော အဖြစ်သို့ ပြောင်းသွား၏၊ အပွင့်သည် အေးသော ရာသီများတွင် နီရဲသော အရောင်နှင့် ပထမပွင့်ပြီးလျှင် နောက် မရမ်းစေ့ရောင်သို့ ပြောင်းပြီးလျှင် နောက်ဆုံး သပြေရောင် အဖြစ်သို့ ပြောင်းသွား၏၊ ပွင့်သော ချာသီ ရောက်သော အခါ အောက်သို့ တွဲလွဲကျ၍ ပွင့်သော အပွင့်တို့သည် အပေါ်ဘက်သို့ ထောင်၍ ဖွဲ့ထီးကို ပြောင်းပြန်ပွင့်ဘိကဲ့သို့ ရှိပြီးလျှင် အသီး သီး၏၊ ထိုအသီးအုံတည်းတွင် ငါးကန့်ရှိပြီး အနက်ရောင် ပုန်လာစေ့နှင့် တူသော အစေ့များသည် အမွေးအမြှင်များ အုပ်ဖုံး၍ နေသည်ကို တွေ့ရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအပင်သည် ကိုယ်ခန္ဓာကို အလှူအားပေး၏၊ မီးယပ်သွေးများ စင်ကြယ်အောင် ပြုတတ်သော စွမ်းရည် ရှိ၏၊ မီးဖွားပြီးနောက် သားအိမ်၊ ယောနိ၊ ဝမ်းပိုက်တို့ကို ပင်ကိုယ် မူလအတိုင်း နေသားတကျ ပြန်၍ဖြစ်စေရန် စွမ်းရည်သတ္တိ ရှိ၏၊ မျက်စိ ပတ်ဝန်းကျင်တွင် အနက်အကွက် အစက်လေးများ ထင်ခြင်း၊ ကျဆောက်ခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊

မြွေနှိုင်ပင်

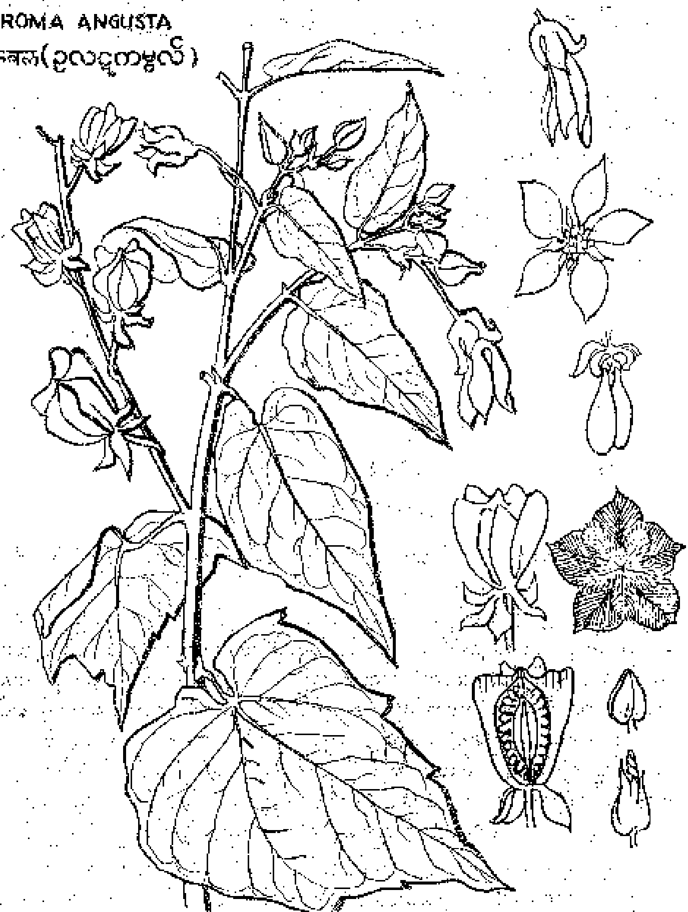
ABROMA ANGUSTA

उलटकंबल(ဥလဋကမ္ဗလ်)

မြွေနှိုင်ပင်

ABROMA ANGUSTA

उलटकंबल (ဥလဋ္ဋကမ္ဗလ်)



မီးယပ်လာစဉ်ရှိပ်း, ပလာပိရှင်း, နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း စသည်တို့ကို အမြစ်အခေါက်နှင့် ၎င်း၏ သတ္တုရည်ကို အောက်ပါ ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း အသုံးပြုကြကုန်၏၊ ၎င်းဖြင့် သားသမီး အဖတ် တင်ရန် ကိုယ်ဝန်အားရှိ ခိုင်မာစေရန်ကိုလည်း ခွမ်းဆောင်နိုင်၏၊ အထူးသဖြင့် မီးယပ်သွေးနှင့် စပ်လျဉ်း၍ အသုံးပြုရန်မှာ မီးယပ်မလာမီ ၃ - ရက်မျှ ကြိုတင်ပြီးလျှင် လာပြီးနောက် (၇)ရက် အထိ ဆက်လက်၍ အသုံးပြုပါ၊ ၎င်း၏ အမြစ်ကိုရှင်, အခေါက်ကိုရှင်, ပြုပ်ကောင်း အနည်း ငယ်ထည့်၍ သုံးဆောင်ရ၏၊ အထက် ဆိုခဲ့သော ရောဂါများ အတွက် ဆေးသုံးဖွဲ့ရန် အချိန် အတိုင်းအတာမှာ အမြစ်ခေါက် အခြောက်အမှုန့် ၁၀ - ရွေးမှ ၁၅ - ရွေးအထိ အင်းသမြစ် 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 မြေပနိုင်ပင်ဟု ခေါ်ဝေါ်ကြသည်ကိုလည်း တွေ့ရပါသည်၊ မြေကို နိုင်သော အပင် နှင့် မြေကမနိုင်သော အပင်ဟူ၍ ကွဲပြားသော အခွင့်အရေး၏ သဘောမှာ အတူတူပင် ဖြစ်ပါသည်၊ ရှေးအထောက်အထား မှတ်သားထားသည်မှာ ထိုအပင်ကို နိဿယကျမ်း အစောင်စောင်တို့နှင့် တိုက်ဆိုင်ညှိနှိုင်းကြည့်ရာတွင် ဖော်ပြခဲ့သည့် အတိုင်း မြေနိုင်ကြောင်း, အပင်နိုင်ကြောင်း ဖော်ပြထားသည်ကို မတွေ့ရချေ၊ သို့သော်လည်း လက်တွေ့မှာမူ ထိုက်သည့်အလျောက် အပင်ကို နိုင်နင်းသည်ကို တွေ့ရ၏၊ ဥပမာ ခြံဝယျာဉ်ကြီးတို့၌ မြေစိမ်းများ ရှိကြ၏၊ ထိုမြေစိမ်း၏ အပေါ်မှ ထိုအရွက်ကို အုပ် ပေးလိုက်လျှင် မြေစိမ်းသည် ပလွန့် မကူးနိုင်တော့ချေ၊ ပွန်ထွားကြောက်သည့် အမူအရာ ကိုလည်း တွေ့ရ၏၊ ခပ်များများ ထိုအပင်ကို စိုက်ထားခဲ့သော် မြေဆိုးများ မကပ်လာ နိုင်သည်ကိုလည်း တွေ့ရ၏၊ ထိုသို့ လက်တွေ့အကျိုးကို မြင်ရသဖြင့် ထိုအပင်ကို မြေနိုင်ပင် ဟု ခေါ်ကြဟန် ရှိပါသည်။

ယင်းသို့ဖြစ်လျှင် ထိုအပင်၏ အမည်နှင့် စွမ်းရည်သတ္တိ သိနိုင်ဖို့ကို မြန်မာတို့ ဟောင် သိရှိ၍ အမည်မှည့်ထားသော အပင်ဟု ဆိုရပေမည်၊ အဘယ်ကြောင့်နည်းဟူမူ နိဿယကျမ်း တကာတို့တွင် မည်သည့်ကျမ်းမှာမှ အပင်နိုင်သည် မြေနိုင်သည် ဟု ဖော်ပြထားသည်ကို မတွေ့ရသောကြောင့်တည်း၊ မှန်၏၊ နိဿယကျမ်းတို့တွင် အထက်ဖော်ပြခဲ့သော အကျိုး ပြု ဂုဏ်အင်္ဂါသတ္တိတို့ကိုသာ တွေ့ရှိရသည်၊ အမည်ကို မှည့်ခေါ်ရာ၌ အောက်ပါအတိုင်း သတ္တုတတာသာဖြင့် မှည့်ခေါ်ထားသည်ကို တွေ့ရသည်၊ ဓုပ္ပလ, ကဏ္ဍိယာရ, ဘာရဒွါဇ, ပိသာစကဗ္ဗ ဟူသည်တို့ပင် ဖြစ်သည်၊ ထိုသက္ကတမှ မြန်မာပြန်ယူအပ်သော် ထိုအပင်၏ အမည် တို့သည် အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်လာကုန်၏။

၁။ ဇုမ္ဗုလ(သစ်ကြာပင်)—ကြာနှင့်တူသော သစ်ပင်တမျိုး။

၂။ ကဏ္ဍိကာရ (ကြာခွက်ပင်)—အစေ့အိမ်နေပုံသည် ကြာခွက်နှင့် တူ၏၊ ၎င်း၏ အစေ့အိမ်နေပုံသည် ကြာခွက်နှင့် တူသော အပင်(ထိပ်တွေထဲ သည်ကို ဆိုလိုသည်)။

၃။ ဘာရဒွါဇ (ဝါရှိုင်းပင်) -- သော၀ါပင်နှင့် အသွင်သဏ္ဌာန် တူသည်။

၄။ ဗိသာစက္ခု (မြေဘုတ်ယောင်ဆောင်ပင်) -- မြေဘုတ်ဘီလူးများသည် အသွင်အပြင် အမျိုးမျိုး ဆောင်ထတ်သကဲ့သို့ ထိုအပင်သည် အပွင့်အရွက် အနေဖြင့် အမျိုးမျိုး ပြောင်းလွဲ ဖြစ်တတ်သည်။

ဖော်ပြပါ အမည်တို့သည် သက္ကတဘာသာအရှင် နိဃဏ္ဍုကျမ်းအလာ အမည်များကို မြန်မာပြန်ဆို ဖော်ပြခြင်း ဖြစ်သည်၊ ထိုအမည်အားလုံးတို့၌ အသိပ်နိုင်ပင် ဟူသော အမည် မပါချေ၊ ထို့ကြောင့် မြွေနိုင်ပင် ဟူသော အမည်သည် မြန်မာတို့ ထင်ပေါ် ခန်းသပ်ပြီးနောက် အသိဉာဏ်က ပေးသော အမည်ဟု သာ မှတ်ယူအပ်ပေရာ၏ ဤသို့ ယာ ကဲ့သို့ ခွဲယှဉ် ဖွင့်ဆိုရခြင်းသည် သစ်ပင်၏ အမည်ကိုကား မြွေနိုင်ပင် ဟု ခေါ်ဆိုထားပြီး လျှင် ထိုအပင်၏ ဂုဏ်အင် သတ္တိကို ဖော်ပြရာ၌ မြွေနိုင်ကြောင်း၊ အသိပ်နိုင်ကြောင်း၊ ဖိုးစဉ်းမှု မတွေ့ရသဖြင့် မှတ်သားလေ့လာသူတို့ ဧကား အဆက်အစပ်မရှိဘဲ ထိုအပင်၏ အမည်ပေါ်တွင် ယုံမှားသံသယ ဝင်လာမည်စိုးသောကြောင့် ဤကဲ့သို့ ဖော်ပြလိုက်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်၊ အင်္ဂလိပ် ဆရာကြီးများကား ပဒ္မပုတြပင် ဟု ခေါ်ခေါ်ကြသည်ကို ကျွန်ုပ်တို့ ငယ်စဉ်က ကြားဖူးသည်၊ မှန်၏၊ ထိုအပင်၏ အရွက်သည် ငါးမွန်း ငါးတောင့် ရှိမှု သဖြင့် ဤကဲ့သို့ ခေါ်ခေါ်ကြဟန် ပေသည်။

မြက်ပန်း

သက္ကတ   ओषधा

ဟိန္ဒီ   ओषधादक्ष (घीमसुशा)

လက်တင်   Mollugo hirta

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် အပုပိုင်းဖြေသဖြင့် ပေါက်တတ်သော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်း၏ အမြင့်သည် တတောင့်ထွာမှ ၂ တောင်အထိ မြင့်၏၊ အပွင့်သည် နှင်းဆီရောင် ပြောပြော အဆင်း ရှိ၏၊ အပွင့်ခိုင် တခိုင်တွင် ၃ ပွင့် ၄ ပွင့် ရပြုံ၍ ပွင့်၏၊ အသီးမှာ လုံးရှည် ဖြစ်၏၊ ၎င်းတွင် နက်ရောင်သန်းသော အစေ့များ ရှိ၏၊ ၎င်းအပင်သည် မိုးတွင်း၌ သာ အသက်ရှင်၍ နွေရာသီတွင် ကျ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဆီးချုပ်ရောဂါ၊ ပြည်တည်သလေသဘောနာ တို့၌ များစွာအကျိုးပြု၏၊ ၎င်းအမှုန့်ကို ကိုယ်၌ လိမ်းကျံပေးမှု အနာသစ်လျှ ၊ ယားနာ၊ အနာစက်၊ အနာများ ငန်းမန်း လိုက်၍ ရောင်ခြင်းတို့ ပျောက်ကင်း၏၊ ခေါင်း၌ လိမ်းကျံမှု ဒက်နာ၊ သန်းကိုက်၍ ဖြစ်သော အနာ၊ ပေါက်ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏၊ ၎င်းအရွက်ခြောက်ကို အတိသာရ ဝမ်းသွားရောဂါ၌ ၎င်း၊ ၎င်းဘက်ထိုးအောင့်ခြင်း၌၎င်း အသုံးပြု၏၊ အနာပေါက်မျိုးစုံ၊ အရေပြားရောဂါနှင့် သည်းခြေကြောင့်ဖြစ်သော ရောဂါများကိုလည်း များစွာအကျိုးပြု၏၊ ကလေးများ ဖျားမှ ချဲ့ကျပ်မှ ၎င်းအပင် ပဉ္စင်္ဂါးပါးကို ပြာချ၍ ၎င်းပြာနှင့် ပျားရည်ကို ရော၍ လျက်မှု သလိပ်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ သွေးတိုးပွားသော သူများကို ၎င်းအပင် ပဉ္စင်္ဂါးပါးကို ကျအောင် ကျို၍ ၎င်းဆေးရည်တွင် မုံညင်းဆန်ပေါင် အနည်းငယ်ထည့်၍ သောက်ပါက သွေးစင်ကြယ်စေတတ်၏၊ ၎င်းအပင်ကို ရေနှင့် ထည့်ပြစ်၍ သောက်မှု ဆီးချုပ်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏၊ ဝမ်းသက်လိုသူ များ ၎င်းအစေ့ကို အမှုန့်ပြု၍ အနည်းငယ် လျက်ပါက ဝမ်းသက်စေ၏။

မြက်ပန်းတမျိုး

သက္ကတ (ပပ်ပ္ပဋက)

ဟိန္ဒီ (ဂျူဆီပါပဍာ)

လက်တင် Mollugo stricta

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ငယ်သော မြက်တမျိုး ဖြစ်၏၊ အမြင့် တပိုက်ခန့် ရှိ၏၊ အခက်အလက် အလွန်များ၏၊ အရွက်အသွားများ ဂ - ပံမျှ ရှည်၏၊ အနံ ၂ - ပံမျှ ရှိ၏၊ အပွင့် ဖြူ၏၊ အသီးမှာ ရှည် ဝိုင်းဝိုင်း ရှိ၏၊ အစေ့ ပြား၏၊ ဖာခိရင့်ရောင် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအပင်သည် ဝမ်းမီးတောက်၏၊ ဝမ်းအနည်းငယ် သက်တတ်၏၊ ပိုးရောဂါကို ပယ်ဖျက်နိုင်၏၊ ညှပ်သွေးကို ပွန်းကန်စေ၏၊ မီးရပ် မမှန်သော အခါ ၎င်းအပင်ကို ထည့်ပြစ်၍ နံနက်တွင် ၎င်းအရည်ကိုသောက်မှု မီးရပ်သွေး ပုံမှန် အောင်မြင်စွာ ဆင်းပြီး ကိုယ်ခံနာကျင်ခြင်းမှ ကင်းစေ၏။

မိန်းမများ မီးဖွားရာတွင် မီးတွင်း၌ ၎င်းအရွက်ကို ဟင်းခါး ချက်၍ ကျွေးမှု ဝမ်းလည်း သန့်ရှင်း၏၊ နို့လည်း ထွက်၏၊ ကလေးမှာလည်း သန်မာဖွံ့ဖြိုး၏၊ သွေးသားလည်း စင်ကြယ်၏၊ ၎င်းမြင် ဝက်ဖျားမိသူများလည်း ၎င်းအရွက်ကို ကြောကြော ချက်ပြုတ်၍ စားပါက တဖြည်း ဖြည်း အဖျားပြတ်လာပါလိမ့်မည်။

No. 53

မြက်ပန်းတမျိုး

မာဂါလီ (ဗိုမှယ့္ဘက)

လက်တင် Mollugo cerviana

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်ငယ်မျိုး (ပဗ္ဗကာ) မြက်ပင်နှင့် တူ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်များကို အလှူးသဖြင့် နိုင်၏၊ ၎င်းပြုတ် မိန်းမများ မီးတွင်းရှိ ဟင်းခါးချက်၍ သောက်မှ သွေးပုတ်၊ သွေးဟောင်းများ ခင်ကြယ်စွာ ဆင်းပြီး သွေးသားများ ဝိုင်း၍ ကောင်းလာစေတတ်၏၊ ၎င်းပြုတ် မီးရပ်ဖြူနှင့် သွေးဆင်းကျသည်တို့ကို ပရှေအေးနှင့် ၎င်းအမြစ်ကို ဘည်စိမ်၍ နံနက် သောက်သုံး မီးရပ်ဖြူနှင့် သွေးဆင်းကျရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

မြက်ပန်းခါး (ဂန်ခါး)

သက္ကတ (ဗိုမှသုဒ္ဓရ)

ဟိန္ဒီ (ဂျ၀ိ,မ်)

လက်တင် Mollugo Spergula

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် ပင်ငယ်တမျိုး ဖြစ်၏၊ မြေတွင် ကပ်၍နံ့၍ ပေါက်သော အပင် ဖြစ်၏၊ ၎င်းသည် အမျိုးများ၏ အရွက်သည် ၈-ဝမှ ၁-လက်မအထိ ရှည်၏၊ သီးလျက်ပုံ ရှိ၏၊ အပွင့် ဖြူ၏၊ အသီးမှာ လုံး၍ ရှည်၏၊ ၎င်းအစေ့သည် ပဒ်ရင့်ရောင် ရှိ၏၊ ၎င်းကို မြက်ပန်းအခါး ဟူ၍၎င်း, ဂန်ခါး ဟူ၍၎င်း ခေါ်ကြကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရသာ ခါး၏၊ ဝမ်းပိုးတောက်၏၊ အောက်သို့ အစဉ်သဖြင့် သက်စေ၏၊ ဥတုသွေး မှန်စေ၏၊ ၎င်းအရွက်ကို မီးတွင်းရှိ ဟင်းချက်စားမှ (သိမဟုတ်) ပြုတ်၍ အရည်ကို တိုက်မူ သွေးဟောင်း, သွေးပုတ်, သွေးငုတ်များ စင်ကြယ်မြန်လျင် ကိုယ်သားကိုယ်ရေ အဆင်း အလှ ကောင်းမွန် ပြေပြစ် စေတတ်၏၊ အရေပြားရောဂါကို ၎င်းအရွက် ဟင်းချက် ကျွေး၍ ၎င်းအပင်အစိမ်း၏ သတ္တုရည်ကို လိမ်းပေးမူ အရေပြားရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏၊ နားကိုက်, နားနာရောဂါများကို ၎င်းသတ္တုရည်နှင့် ကြက်သွန်ဖြူ ရော၍ နားသို့ ထည့်ပေးမူ နား ကိုက်, နားနာ ပျောက်ကင်း၏၊ ပိုးရောဂါရှိသူများလည်း ၎င်းအပင်အထက်ပါအတိုင်း ပင် သောက်ခြင်း, လိမ်းကျံခြင်း ပြုပါမူ ပိုးနှင့် ပတ်သက်သောရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

မြက်ခါး

လက်တင် Pennisfum comperssum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နှစ်ရှည်ခံ အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ပင်စည်သည် ၃၀-မှ ၆၀-စင်တီမီတာ အထိ ရှိ၏၊ အရင်းကွင်း ဖိုးကဲ့သို့ အမြှင်များ ရှိ၏၊ လှံသွားသဏ္ဍာန် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အသားတိုးဆေး အကြွင်းဖြင့် 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၏။

မြက်ပြဲ

ဓနုပါလ ဈာကြိဖြာ (ကျိုလီဆီ)

တာရခမယ် ဇနိဇန် (ကဒုလာဇူ)

လက်တင် Melastoma malabathricum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အခက်အလက် များလှသော ချုံပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ ရေခပ်တွင် ပေါက်ရောက်၏၊ အရွက်သည် ဘွားသဏ္ဍာန် ရှိ၍၊ အစိမ်းရင့် ဖြစ်၏၊ ကြမ်း၏၊ ရိုးတန် နူးညံ့၏၊ အပွင့်ကြီး၏၊ နှင်းဆီရောင် ရှိ၏၊ လှပ၏၊ အရိုးတန်မရှိ၊ ၃-ပွင့် သို့မဟုတ် ၅-ပွင့် အဆုပ်လိုက် ပွင့်၏၊ အသီး ငယ်၏၊ လုံး၏၊ ပိတ္တုကိုးပင်နှင့်တူ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရွက်ကို ဝမ်းသက်ရောဂါ၌ သုံးရ၏၊ အရွက် နှင့် အပွင့်ကို ဒိုးရယ်ဖြူနှင့် နှူးအာရှည် ဝမ်းသက်ရောဂါ၌ သုံးရ၏၊ ထို့ပြင် အရွက်ပြုတ်ရည်ကို ခသွေးဝင်း

သွားသောအခါ၌ တိုက်ရ၏၊ အခေါက်ပြုတ်ရည်ကို သွေးဝမ်း၌ တိုက်ရ၏၊ အခေါက်ပြုတ်ရည်ကို နှာစေး၊ လည်ချောင်း၌ ဖြစ်သော အကျိပ် မည်သော လေရောဂါ၊ ထိခိုက် ရှနာ ဒဏ်ရာရရာ၌ ငုံရ၏၊ အပြင်လိမ်းဆေးအဖြစ်ဖြင့် သုံးပါက ယားယံခြင်း ပျောက်ကင်း၏၊ အနာပေါက်ရောဂါကို ဆေးအဖြစ် အသုံးပြု၏။

မြက်ဖြူ

မာဂဓီ ကလမုဓာ

ဟိန္ဒီ ဖူး (ဗရူ)

လက်တင် Soraimm Halepence

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မြက်မျိုး ဖြစ်၏၊ အပင်သည် ပြောင်းပင်နှင့် တူ၏၊ သို့ရာတွင် ပြောင်းပင်ထက် ပါးလွှာ၏၊ အရွက်လည်း ပြောင်းရွက်နှင့် ဆင်၏၊ အစေ့လည်း ပြောင်းစေ့နှင့် တူ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အစေ့သည် ဆီးရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ သည်းခြေပြိမ်းသက်ခြင်းကို ဖြစ်စေ၏။

မြက်မွှေးလိန်

ဟိန္ဒီ ဗူရ ဃာသ (ယူရိ-ဃာ-သ)

လက်တင် Andropogon Contortus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းသည် နေရာအနှံ့ အပြား ပေါက်တတ်သော မြက်မျိုး ဖြစ်၏၊ အမြင့် ၂-ပေ ၃-ပေမျှ မြင့်၏၊ ၎င်းအပွင့်တန်တွင် ချွန်ထက်သောဆူး ရှိသည့် အသီးကလေးများ ရှိ၏၊ ၎င်းမြက်များ နုစဉ်အခါနိုင်တွင် သိုးဆိတ္တဝါတို့သည် အလွန် စားကြပြီးလျှင် သီးပွင့်သော အခါ ၎င်းမြက်ကို တိရစ္ဆာန်များ မစားနိုင်ကြချေ၊ လူများ၏ အဝတ် စသည်တို့တွင် ညိတွယ် ကပ်နေတတ်၏၊ အချို့ နောက်ပိုးမြက်ဟု လည်း ခေါ်ကြ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်း၏အမြစ်သည် ဆီးရှင်၏၊ ထက်မြက်၏။

မြက်မွှေး

သက္ကတ [illegible]

ဟိန္ဒီ खस (ख,सी)

လက်တင် Vetiveria Zizaniodes

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။အမြစ်ရှည်သော အပင်ပျိုး ဖြစ်၏၊ အမြစ် အလွန် သေးသွယ်၏၊ နက်စွာ မြေသို့ ဝင်သွားတတ်၏၊ အမြစ်သည် ခါးသက်သက်ရှိ၍ မွှေး၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်ကို သုံးရ၏၊ ခါး၏၊ အေး၏၊ ဝိပါက်၌ စပ်၏၊ ကြေကျက် လွယ်၏၊ အစာကို ကြေကျက် စေတတ်၏၊ ထောင့်တင်းစေ၏၊ သလိပ် သည်းခြေဖျား၊ ရေငတ်၊ သွေးဖေါသ၊ 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 ဆန်နှင့်ရော၍ အနည်းငယ် သောက်ပါက သွေးတိုးပွားခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ဆီးချုပ်ခြင်း။ ။၎င်းအမြစ်မှုန့်ကို သကြားခဲနှင့် ရော၍ သောက်ပါက ဆီးချုပ်သော ရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ရေငတ်ခြင်း။ ။၎င်းအမြစ်ကို သဖျက်သီး အရည်နှင့် ရော၍ တိုက်ပါက ရေငတ်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

အကြောဆွဲခြင်း။ ။၎င်းအမြစ်နှင့် ချင်းခြောက် ရော၍ တိုက်ပါမူ ပေါင်၊ လက် စသည်တို့ အကြောဆွဲခြင်း ကုန်လှုပ်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

မှတ်ချက်။ ။အချို့ဒေသ၌ မြက်မွှေးကို အလွန်ပေါသော ဒေသိဥတုမျိုး၌ ယင်းယက်ပြီးလျှင် ၎င်းယင်း၌ ထိုမြက်မွှေးများကို ထည့်၍ ယက်ထားကြသည်၊ အပူနှင့် ယှဉ်သော လေသည် ထိုက်ခတ် ဝင်ရောက် လာသော် ထိုအပူလေသည် ယင်း၌ ချမ်းမြေ့ပြီးလျှင် လေအေးသာလျှင် ထိုယင်းတွင်ရှိသော အနံ့ကို ယူဆောင်ပြီး တိုက်ခတ်လာ၏၊ အချို့ ယပ်တောင်များ ယက်၍ အလားတူပင် အသုံးပြုကြသည်၊ ယပ်လေ ခတ်ပေးရသော

ယင်လေအေးကို သည်းခြေ ဖေါ်သ အပူလွန်သောတို့၌ ထိုမြက်မွှေးပင်နှင့် ယင်တို့သည် လွန်စွာ အကျိုးပြု၏။ အဖျားကိုလည်း ပယ်၏။ အပူကိုလည်း ငြိမ်းစေ၏။ အငုပ်အချိုး များလည်း ပျောက်စေ၏။ နှလုံးကိုလည်း ရွှင်စေ၏။

မြက်မွှေး (အမဲ)

သက္ကတ (ဗာလာ)

ဟိန္ဒီ (သုဂန္ဓဗာလာ)

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။၎င်းသည် ရေအနီး၌ အလေ့သဖြင့် ပေါက်ရောက်တတ်သော မြက်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်း၏အမြစ်ကို ဆေးဝါးတွင် အသုံးပြုရ၏၊ အပင်ရင်း ခေါင်းတွင် ဆံပင်ကဲ့သို့ သေးသွယ်၍ နက်သော အမြစ်ကလေးများ များစွာ ပေါက်ရောက်တတ်၏၊ ၎င်းကို လွန်စွာ မွှေးကြိုင်သောကြောင့် (သုဂန္ဓဗာလ) ဟု ခေါ်၏၊ (ဗာလ)သည်ကား ဆံပင်ကို ဟော၏၊ ၎င်းအပင်ကို မြန်မာပြည်၌ ရှာဖွေ၍ မတွေ့သေးပေ၊ အိန္ဒိယမှ တင်သွင်းသော ဖုံဆေးပေါ့မှုန့်များ အဖြစ်နှင့် ရောက်လာသည်ကိုသာ တွေ့ရပေသည်၊ ကိုယ်တွေ့ ရှေ့ကြုံအားသည်မှာ အိန္ဒိယပြည် တောင်ပိုင်း မန္တြာပ်သို့ မရောက်မီ မီးရထား ဘူတာများတွင် ယာ၊ တောင်သူ၊ မြို့သားများတို့သည် လာရောက် ရောင်းချသည်ကို တွေ့ရသည်၊ ထိုနေရာသို့ မီးရထားသည် ညအခါ၌ ရောက်ဟက်၏၊ ညအခါ၌လည်း ထိုရောင်းသူတို့သည် ဖေတီဓေ၊ ဖေတီခေး ဟု တမိလ်ဘာသာဖြင့် နေရာပေါင်းများစွာ၊ အသံပေါင်းများစွာ ဟစ်အော်ရောင်းချသည်ကို ကိုယ်တိုင် တွေ့ရသည်၊ အလွန်ကျယ်ပြန့်သော အိန္ဒိယ ပြည်ကြီး၌လည်း ၎င်းအားပင်ကို ပြည်နယ် တိုင်း၌ မတွေ့ရပေ၊ အိန္ဒိယပြည် တောင်ပိုင်း မန္တြာပ်ပြည်၌သာ တွေ့ရပေသည်၊ ပန်းရင်း ဟုသော အမည်၊ မြက်မွှေး ဟုသော အမည်ဖြင့် ခေါ်ဝေါ် သုံးစွဲရ၍ အနည်းငယ်မျှသာ ကွာခြားကြကုန်၏၊ ဤမြက်မွှေး အမဲသည် ပန်းရင်းနှင့် မြက်မွှေး အုပ်စုတည်းတွင် ပါဝင်အျော်လည်း အသွင် သဏ္ဌာန် အနည်းငယ်သာ အနေဖြင့် ဖို၍ ထူးခြား၏၊ သာမည ဆေးတို့နှင့် ပန်းရင်း မြက်မွှေး တို့ကို သည့်သုံးကြသည်ကို တွေ့ရခြားလည်း ကာလ ဆေးအနေဖြင့်ရမ်း၊ (ခုဘရှပ်) မြစ်ဖြောက်နှာ ပျောက်ဆေးအနေဖြင့်ရမ်း၊ အားကုန်ခမ်းပြီးနောက် နှုံးရုံးဖျော့ခြင်း၊ အရေးကြီးသော အူ အသည်း၊ အဆုတ်ရောင် ဝယည်းဖြင့် လွန်စွာ ကုစားရ ခက်သည့် ခရိုဂါမျိုးနှင့်ရမ်း၊ အသက် ရှည်ဆေး (ရသာယန) ဖော်စပ်ရာ၌ရမ်း ထိုမြက်မွှေးအနက်ကို များစွာ အသုံးပြုကြသည်ကို ဆေးကျမ်းတို့၌ တွေ့ရသည်၊ အထူးသဖြင့်မူ ထိုအပင်၏ အမည်ကို (သုဂန္ဓဗာလာ) ဟု ပါ၍၏၊ ၎င်းအမည်ဖြင့် ခေါ်ကြ၏၊ အခြားသော ပန်းရင်း မြက်မွှေးတို့၌လည်း (သုဂန္ဓဗာလာ) ဟု ခေါ်ကြကုန်သဖြင့် ရောထွေးခဲ့ရာ၌ ကွဲပြားစွာ မှတ်ယူ အသုံးချနိုင်ရန် မြက်မွှေးအမဲ ဟု ထူးကဲစွာ အမည်တပ်၍ ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

ဂုဏ် နှင့် ဝမ်းရည်။ ။ငှက်မြိတ်မွေး အမဲသည် ဘာဝခွဲကာသ, အလိုအားဖြင့် ဆေး၏၊ ပြောက်တတ်၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ ဝမ်းကိုဆောက်၏၊ အောအန်ခြင်း, မူးခြင်း, နှုတ်မမြိန်ခြင်း, နှလုံးရောဂါ, အစာမကြေ, ဝမ်းကျင်နာ, ရေငုံနှုတ်ကြီး အနာတို့ကို ကောင်းစွာ ပယ်ရှားနိုင်၏၊ နီလကျ ရတနာကရ, အလိုအားဖြင့် ငှက်မြိတ်မွေးအမဲသည် ဆေး၏၊ ဝါသတ်သတ်နိုင်၏၊ အပင်ကို သန့်စွမ်းစေ၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ ချို၏၊ ဝမ်းမီးတောက်၏၊ ခြောက်သွေ့၏၊ သလိပ်နာ, သည်းခြေနာ, အောအန်ခြင်း, ဖရုဝင်ခြင်း, နူနာ, အင်္ဂါအရစ် ခမ်းသွားခြင်း, အဖျားရောဂါ, ပန်းနာ, နှုတ်မမြိန်ခြင်း, အနာပေါက်ရောဂါ, ရေယုန်ကြီးနာ, နှလုံးရောဂါ, သွေးအောက်ပြန်ခြင်း, ရင်ဘတ်နာ, ဟားနာတို့နှင့် ပူလောင်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ၎င်းအမြစ်သည် မွှေး၏၊ ထို့ကြောင့် ဆေးစပ်၏ အတွင်း၌ မအေးသော ဝမ်းပြီးစားကိစေသော သဘာဝရှားစွာ ပါရှိ၏၊ ၎င်းသည် အဖျား, ရောင်ရမ်းခြင်း, နွေဘကိုယ် အတွင်း အဆိပ်ကပိုင်းများမှ သွေးယို သွေးကျခြင်းတို့ကို ရပ်တန့်စေ၏၊ အတိသာရ သွေးဝမ်းသွားရောဂါ၌လည်း အသုံး ကောင်းမွန်သော ဆေးဖြစ်၏၊ အဆစ်အဆက်ရောင်ခြင်းနှင့် အစာမကြေ, ဝေးပြည့်ရောဂါတို့ကို လည်း ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ၎င်းဆေးမြစ်ကို သုံးစွဲရန် အချိန် အတိုင်းအတာမှာ တမျိုးတည်း သုံးစွဲပါက တပဲသားမျှ သုံးနိုင်၏။

မြက်မုန်ညင်း

သက္ကတ — မုဒ္ဒ မုဿ

ဟိန္ဒီ — မောထ (မိုထား)

လက်တင် — Cyperns Rotendus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် ဝမ်းရည်။ ။ဖူးကို သုံးရ၏၊ ဝါးစပ်၏၊ အေး၏၊ ဝိပါကခ္ခ ပင်၏၊ မြေကျက်စေ၏၊ ချုပ်၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ ပိုးကိုပယ်တတ်၏။

ပျောက်ကင်းသော ရောဂါများ။ ။သွေးဝမ်း, သွေးဆင်း, ပဟုကူ, ရေငတ်, အဖျား, သွေးရောဂါ, အော့အန်, ဝမ်းမက် နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း, ရေယုန်, ဝက်ရူးရောဂါ စသည်ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ဝိတ်ဝမ်းသွား။ ။ချင်းခြောက်နှင့် မြက်မုန်ညင်းညီမျှ ဆတူ အမှုန့်ပြု၍ ပျားရည်နှင့် သကြားတော်ရှိ ရောမွှေလျှင် ၄-၅ပဲသားမျှ တခန့ ၃-ကြိမ် ကျွေးပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

နို့ထွက်ဆေး။ ။မြက်မုန်ညင်းဥ အစိုကို သွေး၍ နို့အုံတွင် လူးပေးသော် နို့များစွာ ထွက်၏။

ဆီးရွှင်ဆေး။ ။နွားနို့ ပျစ်ပျစ်တွင် မြက်မုန်ညင်း အမှုန့်ချေ၍ သောက်ပါက ဆီးအားကောင်း၍ ပိုမို များပြား လာလိမ့်မည်။

မီးယပ်စင်ကြယ်ဆေး။ ။မြက်မုန်ညင်းနှင့် ထန်းလျက် ဆတူ ရောကြိတ်၍ ၈ ပဲသားမျှ လုံးပြီးလျှင် နံနက်ည တလုံးကျ သောက်က မီးယပ်များ စင်ကြယ်အောင် ဆင်းပါလိမ့်မည်။

ကင်းဆိပ်။ ။ကင်းကိုက်သော နေရာသို့ ရေအေးဖြစ်စေ, ရေနွေးဖြစ်စေ ရရာနှင့် မြက်မုန်ညင်းကို သွေး၍ လိမ်းမူ အဆိပ် ကျဆင်း၏။

ရေယုန်နာနှင့် အနာမီးလျှံနာ။ ။ပြန့်နှံ့၍ ပေါက်နေသော ရေယုန်နှင့် အနာမီးလျှံကို မြက်မုန်ညင်း အမှုန့်ဖြူး၍, ဖြူး၍ ပေးပါက သက်သာရ၏။

အတီသာရ ဝမ်းသွားရောဂါ။ ။မြက်မုန်ညင်းဥ, မြက်မွှေး ငုံး ၂-ပါးကို အနည်းငယ်မျှ ထောင်း၍ ရေသန့်သန့်တွင် တည စိမ်ထားပြီးလျှင် နံနက်တွင် တိုက်ပါ၊ အတီသာရ ဝမ်းရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

သလိပ်ဦးစီး၍ အန်ခြင်း။ ။မြက်မုန်ညင်းဥ ၂ဝ, ကတ္တူရသချဲ့ ၂ဝ ရင်း ၂မျိုးကို အနည်းငယ်မျှ ထောင်းပြီးလျှင် ရေ ၅ဝ-ဖြင့် ထက်ဝက်ခန်းအောင်ကျိုပါ၊ ၎င်းဆေးရည်ကို နံနက်ည ကြေးခွက်ကြီး ၂-ခွက်းမျှသောက်မူ သလိပ်ဦးစီး၍ အန်သောရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ပိတ်ဝမ်းသွားခြင်း။ ။မြက်မုန်ညင်း ၃ဝ, ရေသန့်သန့် ၆ဝ, နွားနို့ ၁ဝ-သားနှင့် ရောခမ်းပြီး နွားနို့ကျန်အောင် ကျိုပါ၊ ကျန်သောနွားနို့ကို စစ်ပြီးလျှင် အအေးခံ၍သောက်ပါ၊ ပိတ်ဝမ်းသွားခြင်းနှင့် နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

နာတာရှည် အတီသာရဝမ်းပျက်။ ။မြက်မုန်ညင်း အမှုန့် ၃ဝ-ကို ရေ ၂၅ဝ-နှင့်ပြုတ်ပြီးလျှင် တခွက်စာ ကြေးခွက်ကြီး တခွက်းသာသာ ညနံနက် ပျားရည် အနည်းငယ်ထည့်၍ တကြိမ်ကျစီသောက်မူ နာတာရှည် အတီသာရ ဝမ်းပျက်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ကာလဝမ်းရောဂါ။ ။မြက်မုန်ညင်းဥ ၂ဝ, ရေသန့်သန့် ၂၅ဝ-နှင့် ထက်ဝက်ခမ်းကျို၍ တခွက်စာ ကြေးခွက်ကြီး ၃-ခွက်းမျှ တနေ့ ၂-ကြိမ်မှ ၃-ကြိမ်အထိ တိုက်ပါ၊ ကာလဝမ်းရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

အနာစိမ်းပေါက်ခြင်း။ ။မြက်မုန်ညင်းကို ညက်စွာ အမှုန့်ပြု၍ နွားထောပတ်နှင့် ရောပြီးလျှင် ၎င်းအနာများကို လိမ်းမူ အသားနု ဖြစ်ပွားလာ၍ အနာစိမ်းများ ပျောက်ကင်း၏။

ဝက်ရူးနာပျောက်ဆေး။ ။အပင်၏ ခြောက်ကပ်သွားသည့် မြက်မုန်ညင်းဥကို ညက်စွာကြိတ်၍ အမွှေးရောင် တရောင်တည်း ရှိသော နွားငယ်၏ မိခင်နို့ဖြင့် ရက်အတန်ကြာမျှ သောက်မူ ဆေးမတွေ့နိုင်သည့် ဝက်ရူးနာ ပျောက်ကင်း၏။

သွေးဝမ်းသွားရောဂါ။ ။ကြက်ဥမုန့်ညင်း အစေ့ခြောက်ကို နုနုထောင်း၍ သကြားခဲ၊ ပျားရည်တို့နှင့် လက်ကော်ရအောင် နယ်ပြီးလျှင် တနေ့ ၄-ကြိမ်မျှ လျက်၍ပေးမှု များစွာ အကျိုးရှိ၏။

မျက်လုံးရောင်ရမ်းခြင်း။ ။မြက်မုန့်ညင်းဥကို ဆိပ်ကျင်ငယ်ဖြင့် သွေး၍ ရောင်ရမ်းသောမျက်လုံးသို့ ကွင်းပေးမှု များစွာအကျိုး ရှိ၏။

မျက်စိမှုန်ခြင်း။ ။မျက်စိမှုန်ခြင်း၊ မျက်လုံးများ ရည်ဝေခြင်း၊ အမိုးပွက်ခြင်းတို့ဖြစ်မှု မြက်မုန့်ညင်းဥကို ခရေအနှစ်နှင့် သွေး၍ မျက်စဉ်းခပ်မှု မျက်စိမှုန်ခြင်း၊ ရည်ဝေခြင်း၊ အမိုးထွက်ခြင်းများ ပျောက်ကင်း၏။

မျက်စိတွင် အနာများပေါက်ခြင်း။ ။မြက်မုန့်ညင်းဥကို ထောပတ်နှင့် ကျော်ပြီးလျှင် ညက်အောင်ကြိတ်၍ အုံပေးလျှင် မျက်လုံးပတ်ဝန်းကျင်၌ ပေါက်တတ်သော အဖုအပိမ့်အနာများ နှင့် မျက်စိတွင် ပေါက်သောအနာများကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

နို့ထွက်ဆေး။ ။မြက်မုန့်ညင်းဥ အမိုက်ကို ညက်စွာသွေး၍ နို့အုံတွင် မကြာမကြာ လိမ်းပေးမှု နို့မြွှာ၊ နို့ဝန်း စသော မကောင်းသောနို့များ သန့်ရှင်း၍ နို့များ ထွက်လာစေ၏။

ဆီးရွှင်ဆေး။ ။ဆီးချုပ်နေမှု နွားနို့ကို ပျစ်ပျစ်ကျို၍ မြက်မုန့်ညင်း အမှုန့်ကို အနည်းငယ်ထည့်၍ သောက်မှု များစွာ ဆီးရွှင်လာလိမ့်မည်။

အနာစက် အနာမီးလျှံ။ ။တကိုယ်လုံး ပျံ့နှံ့၍ အိုင်းကျနေသော အနာစက်များကို မြက်မုန့်ညင်းဥကို အမှုန့်နှုတ်၍ အနာများပေါ်သို့ ဖြူးပေးပါက များစွာ အကျိုးရှိ၏။

ဝမ်းတွင်းသန်နှင့် ပိုးမွှားများ။ ။မြက်မုန့်ညင်းအမှုန့်ကို ၄-ပဲမျှ သောက်က ဝမ်းတွင်းရှိ ပိုးနှင့် သန်များ ကျဆင်းလာ၏။

အဖျားနိုင်ဆေး။ ။မြက်မုန့်ညင်း၊ ဆင်တုန်းမနွယ် ၂ ိ-စီ၊ ရေ ၂၅ ိ-နှင့် ထယ်ဝက်ခန်းမှောင်ကြတ်၍ တခွက်စာ ခွန်းကြီး ၂-ဇွန်းမျှ သောက်က အဖျားကျဆင်း၏။

ရင်းတနည်း—မြက်မုန့်ညင်းဥ၊ ဂုလာနဗာ ရင်းအိုကို ရေဇလုံဘွဲ ညဦးကစိမ်၍ နံနက်တွင်သောက်က အအေးပတ်သော ရောဂါ ကျဆင်းသွားပါလိမ့်မည်။

မြင်းကာပင်

သက္ကတ အ[illegible]

ဇဂါလီ [illegible] (မှ ိ ံ၊ ရ)

လက်တင် Cynometra mimosoidus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ငယ်မျိုး မြင့်၏။ ချုံသဘော ဖို့၏၊ ပင်လယ်ကမ်းစောင်းတို့၌ ပေါက်တတ်၏။

No, 54

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်သည် ဝမ်းကိုသက်စေ၏၊ အရွက်ပြုတ်ရည်ကို များရည်တို့နှင့် ရောမျှ ယားနာအစခြောက်တို့၌ လိမ်းပေးရ၏၊ အစေ့ဆီကိုလည်း လိမ်း ပျောက်ကောင်း၏။

မြင်းခွာ (ရေ)

သက္ကတ ဗြာဟ္မီ

ဟိန္ဒီ ဗြာဟ္မီ (ဗြမ္ဟီ)

လက်တင် Herpstis monniera

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မြင်းခွာသည် ရေနိုးဝပ်ရာ စိုစွတ်သောနေရာများ၌ များစွာ ပေါက်ရောက်၏၊ အဆင်တို့၌ အမြစ်, အရွက်, အပွင့်, အသီးတို့သည် ကောက်ကွေးစွာ အရွက်ယည် ထောင်၍ ၂-၃-၄-မျက် စသည် အစုအပြုံကိုက် ထွက်၏၊ ၎င်းကို အောက်မြင်းခွာ ဟု ၎င်း, ရေမြင်းခွာဟု ၎င်း, မြင်းခွာအငယ်ဟု၎င်း ခေါ်ကြသေး၏။

၎င်းသည် မြစ်ကျပင်ပွားနှင့် အစေ့ကျပင်ပွား (၂) မျိုး ရှိ၏၊ မြစ်ကျပင်ပွားမှာ အရွက် ကြီး၏၊ အမျိုးတန်လည်း များ၏၊ အမိုက်မှ တယ္တာမျိုးအကို မြေကြီးတွင်ဝယ်ပိုက် ပြီး၏၊ ၎င်းသည် သွားတတ်၏၊ အဆစ်တိုင်း၌ အမြစ်ထွက်ပြီးလျှင် မြေ၌ အတွင်းစိုက်မိသော အခါ ထိုအဆ ပင်လျှင် အရွက်ထွက်လေ့ရှိ၏၊ အရွက်ကား မများချေ၊ အခြားတမျိုးမှာ ပင်ငယ်၍ ပြန့်၏၊ ရေကို ရိုးသာန်ကို၏ အရွက်လည်းသေး၏၊ နှယ်လျောက်၍ မပြန့်ပွားချေ၊ မဆုတ်ကို, အစုလိုက် အပွင့် ပေါက်တတ်၏၊ တဖန် ၎င်း ရွက်ပုံများ ငါးရွက်ပုံ၌ ကြက်သိမ်ပြီးထွက်၏၊ ထိုနှစ်မျိုးတွင် သုတ်အား မျိုး, ကျောင်းအရန်, ဟင်းချက်စားရန် အကြီးမျိုးသည် (နှယ်လျောက်) အရသာ ပိုရှိ၏၊ ပွင့်မှာ နည်းပေါ်၏၊ အခြားသော ပင်ပွားအငယ်မျိုးမှာ ဆေးဆပ်စပ်လျှင် များစွာသင့်၏၊ ပဉ္စင်ပေါင်း သုံး ယူရ၏၊ အခြောက်ကို ဆေးဟွင်ထည့်သုံးလိုသော် အရိပ်တွင် သေ့ခြောက်စေ၍ ပြုလုပ်ထား သော အခြောက်ကိုသာလျှင် အသုံးပြုရ၏၊ နေပူတွင် ခြောက်သွားသည့်အထိ မည်သည့် ဆေး ပင်မျိုးကိုမှ မပြုလုပ်ရန် ဆေးကျမ်းတို့၌ အကျယ်တဝင့် ညွှန်ကြားထား၏၊ ထိုရင်းအမကြောင်းမှာ နေ့သည့်ဆေးပင်မျိုးမဆို ဩဇာဓာတ်သည် ထုတ်ရှိမှု၏၊ ထိုဩဇာဓာတ် ကုန်ခန်းလွင့်ပျောက် သွားမည်စိုးသောကြောင့်ပင် ဖြစ်၏၊ ထို့ကြောင့် ရှေးဆိုနှောဆရာမြတ်တို့သည် ဆေးဖော်စပ်ရ အခိုပ်တွင် သွေ့စေ ဟု ဩဇ ဒါဗကား မိန့်မှာသောကြောင့်၏၊ ရေအလွန်များသော ပတ္တမြား ကား ရေကုန်ခန်းအောင် အသေ့လှမ်းနိုင်၏၊ ပြဇာဓာတ် ခန်းခြောက်သွားသည်အထိကို မူကား မည်သည့်အခါမှ မလှမ်းသင့်ချေ၊ အနည်းငယ် သာ၍ရှားစေ၍၊ ဩဇာဓာတ်ဟူသည် ခန္ဓာကောင်း, မြင်ကောင်း, ကိုယ်ဟယ်ချိုင်း, ချိန်ကွယ်ချိုင်း, ရောကောင်းသော ဗျာမျိုး မဟုတ်ချေ၊ ၎င်းဆေး ဗွာည်း၏ ထက်မြက် ပူးရှသော စွမ်းရည်ဆာမျိုးပင် ဖြစ်သည်၊ ထို့ကြောင့် "ဩဇာဓာတ် ထိုး သဘာဝဓ ါ" ဟု ဆေးကျမ်းတတ်မြင် အာရှရှင်တို့ မိန့်ဆိုတော် မူကြကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် ဝှမ်းရည်။ ။ငုံးမြင်းခွာသည် ဓါးသက်ယက် ရှိ၏၊ ချို၏၊ အေး၏၊ အစာကိုကြေစေ၏၊ အားသက်ကို ဖြစ်စေတတ်၏၊ ဆွတ်ကို ဖြိုန်စေတတ်၏၊ အသက်နှင့် ဉာဏ်ပညာကို တိုးပွားစေ၏၊ ဝဠသင်းရောဂါ၊ ယောနိ၌ ဖြစ်သော ရောဂါ၊ ကိုယ်ရေဝါရောဂါ၊ သွေးကြောင်းဖြစ်သော ရောဂါ၊ အဆုတ်ပြွန်ရောင်သော ရောဂါ၊ ဖျားခြင်း၊ ပူခြင်း၊ သည်းခြေပျက်နာ၊ အဖျင်းကြီးရောဂါ၊ ရေငတ်ရောဂါ၊ ပန်းနာ၊ ကျောက်ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏၊ သလိပ်ကို ပယ်တတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အားအင် နည်းပါးခြင်း။ ။မြင်းခွာရွက် သတ္တုရည် ၁-၈-ပဲ၊ သကြား ၁၂-ပဲ၊ ပျားရည် ၁၂-ပဲ ၎င်းတို့ကို ရော၍ လျက်ပြီးနောက် နို့ရည်ပူကို သောက်ပါ၊ ဤနည်းအတိုင်း ၂၁-ရက် သို့မဟုတ် ၄၂-ရက်မျှ သောက်မူ ခွန်အား နှင့် သတ္တိသည် တိုးတက်လာ၏။

ကလေးများ ချောင်းဆိုးပျောက်သေး။ ။ကလေးများ ချောင်းဆိုးရောဂါနှင့် အသုပ်နာများဖြစ်ခဲ့သော် ၎င်းမြင်းခွာရွက်မှုန့်ကို ရွှေအောင်လုပ်၍ ရင်ဘတ်ပေါ်၌ လိမ်းကျံပေးမူ များစွာ အကျိုးရှိ၏။

နူနာ နှင့် လူပျိုနာ။ ။နူနာရောဂါ နှင့် လူပျိုနာရောဂါဖြစ်သူတို့မှာ မြင်းခွာရွက်မှုန့် ၅-ရွေးကို ဘနေ့ ၃ ကြိမ်မျှ သောက်ပြီးလျှင် အနာများကို မြင်းခွာရွက်မှုန့် ဖြူးပေးခြင်း (သို့မဟုတ်) မြင်းခွာရွက်၏ သတ္တုရည်ကို ညက်ညက်ကြိတ်၍ အုံပေးခြင်း ပြုလုပ်ပါက အသုံး ကောင်းသော ဆေးဖြစ်၏။

အကျိတ်အဖုများ။ ။ရေနံဆီ ၁-၈-ပဲသား၊ မြင်းခွာ သတ္တုရည် ၁-၈-ပဲသားကို ဖျော်ထူးတွင်ထည့်၍ နာနာမွှေပြီးလျှင် ၎င်းအေးဖြင့် နှိပ်နယ်ပေးခဲ့သော် အဆစ်အဆက်တို့၌ ဖြစ်သော အဖုကျိတ်ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။

အစအားမိခြင်း။ ။ကလေးများ အစအားမိခြင်း၊ လေပြွန်ချောင်းဆိုးခြင်း ဖြစ်ခဲ့သော် မြင်းခွာရွက် သတ္တုရည်ကို လက်ဖက်ရည်အနည်းငယ်ဖြင့် တစ္ဆန်းတိုက်ပါ၊ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်၊ ၎င်းပြင် ဝမ်းသက်၍ သလိပ်များကျပြီးရှောင် သလိပ်ကြောင့်ဖြစ်သော (ဥပမာဝေါ) ဆင့်ပွားရောဂါများလည်း ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

ဆီးရောဂါ။ ။ဆီးချုပ်ရောဂါ နှင့် ဝမ်းရောဂါများ ဖြစ်မူ မြင်းခွာရွက်ကို ယန် တော်ခံ သုံးဆောင်ပါက ဆီးဝမ်း ရှင်စေ၏။

အဖျားပျောက်ပြီး၀ အား နည်းခြင်း။ ။အဖျားရောဂါ ပျောက်ပြီးသည့်နောက် အားနည်းခြင်း၊ နှလုံးပေါ်၌ ထိခိုက်မိခြင်း ဖြစ်မူ မြင်းခွာရွက် ၄-ပဲ၊ ပျားရည် ၁-ကျပ် ၈-ပဲ၊ လောပက် ၄-ပဲသားကို ရော၍ သောက်က များစွာအကျိုးရှိ၏။

အမောပြေဆေး။ ။ပိတ်ချင်းသီးနှင့် မြင်းခွာရွက် သတ္တုကြိတ်၍ ည နံနက် ၄-ပဲသား စီမျှ သောက်ခဲ့သော် သက်လုံကောင်း၍ အမောရောဂါ ပျောက်ကင်းပါလိမ့်မည်။

အဆုတ်နာနှင့် အသံပျက်ရောဂါ။ ။မြင်းခွာရွက် ၃-ပဲ၊ လင်းလေ ၁-ပဲ၊ ဖန်ခါးသီး ၄-ပဲ၊ မယားကြီးရွက် ၄-ပဲ၊ ပိတ်ချင်းသီး ၃-ပဲ ၎င်းတို့ကို ညက်စွာ အမှုန့်ပြု၍ ၎င်းဆေးကို၏ အချိန်ကာလ ပျားရည်နှင့် ရော၍ သောက်မူ ပျောက်၏။

ကင်းဆိပ် ပျောက်ဆေး။ ။ကင်းကိုက်ရာသို့ မြင်းခွာရွက် သတ္တုရည် လိမ်းပေးမူ ပျောက်ကင်း၏။

ကိုယ်ရေပါရောဂါ။ ။တကိုယ်လုံးဝါ၍ အစာမဝင်ခြင်း၊ သွေးကျရောဂါဖြစ်ခြင်း၊ အရေပြားပေါ်၌ အနာပေါက်ခြင်းတို့ကို မြင်းခွာရွက် သတ္တုရည်နှင့် နွားနို့ စပ်စပ်ရော၍ သောက်မူ ပျောက်ကင်း၏။

မီးရပ်သွေးများ လွန်ခြင်း။ ။မီးရပ်သွေးများသွန်ဆင်းမူ မြင်းခွာရွက် ၁-ကျပ်သားကြား ၂-ကျပ်၊ ရေ ၁၅-ကျပ်သားနှင့် ထက်ဝက်ခန်းအောင် ကျို၍ ၂-ခွက်စာပြုပြီး သောက်ပါက မီးရပ်သွေးအလွန်ဆင်းခြင်းသည် တဖြည်းဖြည်း ရပ်တန့်သွားပါလိမ့်မည်။

ဝမ်းကိုက်ရောဂါ။ ။ကလေးများဝမ်းကိုက်၊ ဝမ်းနာ ဖြစ်သောအခါ မြင်းခွာရွက် ၃-၄-ရွက် သကြား ဓမန်ဖြူတို့ဖြင့် ကြိတ်၍ အနည်းငယ် ခွန်ပေးရမည်၊ ၎င်းအပြင် ချက်၏ ပတ်ဝိုက်တွင် ကြိတ်ထားသော မြင်းခွာရွက်ကို အုံ၍ အဝတ်စီးပေးထားရမည်။ ထိုသို့ပြုပါက လျင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်း၏။

မြင်းခွာကြီး

သက္ကတ မဏ္ဍူကပဏ္ဏိကာ

ဟိန္ဒီ ဗြဟ္မမဏ္ဍူကီ (ဗြဟ္မမဏ္ဍူကီ၊

လက်တင် Hydrocotyle Asiatica

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းမြင်းခွာကြီးသည် ဖော်ပြခဲ့သော မြင်းခွာကလေးကဲ့သို့ မြေတွင်တွားကပ်၍ စိုထိုင်းသောနေရာများတွင် အနှံ့အပြား ပေါက်တတ်သော အပင်မျိုး ဖြစ်၏၊ အချို့နေရာများတွင် ထယ်နှစ်ရာသီလုံး တွေ့မြင်ရ၏၊ အဆစ်တိုင်းတွင် အမြစ်၊ အရွက်၊ အပွင့်၊ အသီးများ ရှိ၏၊ ၁-လက်မမှ လက်မအထိ 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 ဖုံးအုပ်လျက် ကျယ်ပြန့်စွာ ပေါက်သော မြင်းခွာကြီး တမျိုး ရှိသေး၏၊ သို့သော် အသုံး နည်းပါး၏၊ ဖော်ပြခဲ့သော မြင်းခွာကလေးသည် နေနှင့် ဝေး၍ ရေနှင့် နီးသော စိုထိုင်းသည့် အရပ်ဒေသတို့၌ များစွာ ပေါက်တတ်၏၊ ခြောက်သွေ့ရပ်ဒေသတို့၌ မျှားစွာ တွေ့မြင်နိုင်ပါသည်၊ ဤ၌ ဖော်ပြထားသော မြင်းခွာကြီးသည် နေနှင့် နီး၍ ရေနှင့် ဝေးသော မြေ

အေးမြသော၌ များစွာ ပေါက်ရောက်တတ်၏။ အထက်အရပ်ဒေသ၌ များစွာ တွေ့မြင်နိုင်၏။ ဂုဏ် သတ္တိမှာလည်း ထူးခြား၏၊ ၎င်းသည် အရေပြားရောဂါကို အထူး အကျိုးပြု၏၊ မြင်းခွာကလေး သည် အကြောနှင့် ချဉ်ဆီတို့ကို အကျိုးပြု၏၊ အသုံးသတိပြုရန်မှာ မြင်းခွာချင်း အမည်တူသော်လည်း တမျိုးမရှိက တမျိုးကို ထည့်၍ အစားမသုံးရန် နိုင်ငံတကာကျမ်းကြီးများတွင် မိန့်ဆိုကြကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းမြင်းခွာရွက်သည် ဆိမ့်ရှိ၏၊ အရေပြားရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ မီးမတို့၏ နို့ရည်ကို စင်ကြယ်စေ၏၊ ခွန်အားကို တိုးတက်စေ၏၊ အသက်ကို ရှည်စေ၏၊ အနာများ အသားနု တက်စေ၏၊ အနာများကို စင်ကြယ်စေ၏၊ တွန်းရှုံ့စေ၏၊ ဝမ်းကျင်းရှိသော 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 ထွဲမြဲ၍ နေ့စဉ် စား သောက် လိမ်းကျံရ၏။

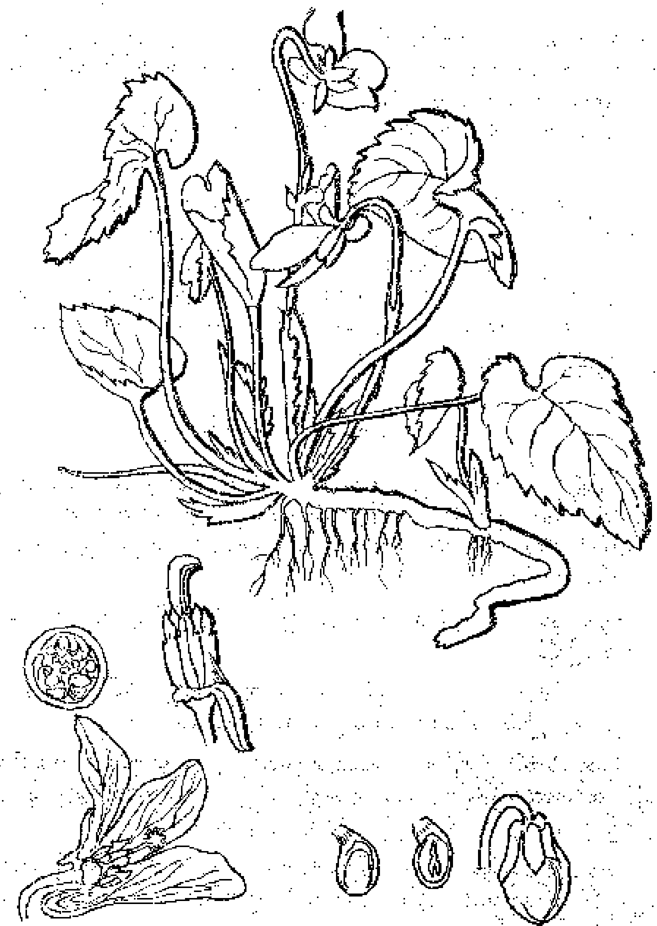
ကျပ်တီးနာ။ ။မြင်းခွာရွက် သတ္တုရည်ကို လိမ်းကျံခြင်း၊ စားသောက်ခြင်းပြုမှု များစွာ အကျိုးရှိ၏။

ရောင်တင်းခြင်း။ ။ကိုယ်တွင် ရုတ်တရက် ထိခိုက် ရှနာ၍ အဏ်ဖြစ်ပြီးလျှင် ရောင်ရမ်းခြင်း၌ ၎င်းသတ္တုရည်ကို လိမ်းကျံပေးက ပျောက်ကင်း ချမ်းသာ၏။

ဦးနှောက် အားနည်းခြင်း။ ။ဦးနှောက်အားနည်းမှု မေ့လျော့ခြင်း၊ ဝက်ရူးရောဂါ ဖြစ်ခြင်း၊ သေရူးရောဂါဖြစ်ခြင်း၊ ဦးတခေါ် ရီတာလွှည့် ဖြစ်ခြင်း စသည့် ရောဂါတို့ကို မြင်းခွာရွက် သတ္တုရည် ၃ ပဲမျှ ဂန္ဓုန်းဆောင်ရွက်ရည် ၂-ပဲမျှကို ရော၍ သောက်ရ၏။

သွေးမွှားခြင်းဖြစ်မူ။ ။မကြေကျက်သော သွေးသားများ ပွားများခြင်းဖြစ်မူ ၎င်း မြင်းခွာရွက်၏ သတ္တုရည်တွင် သကြား သင့်တော်ရုံ ထည့်၍ သောက်ပါက သွေးများ သန့်ရှင်း စင်ကြယ်လာပါလိမ့်မည်။

ဆီးရောဂါ။ ။ပူသောရာသီများတွင် သွေးဝမ်းသွားခြင်း၊ ဆီးချုပ်ခြင်း၊ နာကျင် ကိုက်ခဲခြင်း၊ ဆီး၌ သွေးပါခြင်းဖြစ်မူ ၎င်းမြင်းခွာ ၆-ရွက်၏ သတ္တုရည်တွင် ဇီယာမှုန့် ၄-သား ရေ ၂၇-ကျပ်သားနှင့် ရော၍ သကြား သင့်ရုံ ထည့်ပြီးလျှင် ရှုခလပတ် ပြုလုပ်၍ သောက်ပါမူ ဆိုခဲ့သော ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။



မြင်းခွါ(ပန်း)

VIOLA ODORATA

बनफशा (ဗနဖသျှာ)

မှတ်ချက်။ ။ငုပ်းအရွက်ကို အထက်ပေါ်ပြပါ အချိန်အလွှယ်အတိုင်း ချင့်ချိန်၍စားပါ၊ အလွန် များစွာ စားမိသော် ဆေးများ အကုန် ပျော်နှာလေးကျ ကိုယ်သားကိုယ်ရေ နီပြန်းခြင်း၊ မိုး၊ နွေ၊ ဆောင်း ကိုက်သကဲ့သို့ စိုးကနဲ့ စပ်ကနဲ့ ဖြစ်လာခြင်း၊ အဖုငယ်ကလေးများ မိတ်များ ပေါက်သကဲ့သို့ ဖြင်ခြင်းတို့ကို ဖြစ်ပေါ်စေတတ်၏၊ ထိုသို့ဖြစ်မူ ဆေးချိန် လျော့၍ စားခြင်း၊ နူးညံ့သော ဝမ်းနုတ်ဆေး စားခြင်းကို ပြုရ၏။

မြင်းခွာ (ပန်း)

သက္ကတ နီလ ပုဿပ်

ဟိန္ဒီ ဗနဖသာ (ဗနဖ္ရှာ)

လက်တင် Viola Odorata

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ငုပ်းပန်းမြင်းခွာသည် ၄-လက်မမှ ၅-လက်မအထိ မြင့်၏၊ အရွက်သည် နှလုံးပုံသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အမွေးနုကလေးများ ရှိ၏၊ အပင်၏ နေပုံသဏ္ဌာန်သည် မြင်းခွာကလေးနှင့် ဆင်ဆင်ရှိသော်လည်း အမှန်မှာ စိမ်း၏၊ မွေး၏၊ မြင်းခွာကလေးကဲ့သို့ နုပ်မလျှော့ကျမသွားဘဲ အပင်ငယ်များ အစုလိုက် အပြုံလိုက် ပေါက်၍ အခြမ်းမှပင်ပျှင် ပင်ငယ်များ ထပ်ဆင့်ပွား၍ ပေါက်တတ်၏၊ ၎င်းသည် မြင်းခွာ ဟု ဆိုကြသော်လည်း အမှန်စင်စစ်မှာ မြင်းခွာမျိုးတွင် မပါဝေ၊ အရွက်သည် မြင်းခွာရွက်နှင့် သဏ္ဌာန်တူသောကြောင့် သာ မြင်းခွာ ဟု ခေါ်ဆိုခြင်းဖြစ်၏၊ အချို့ ပန်းအိုးများ၌ အလှအပအတွက် စိုက်ကြ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။၎င်းအပင်သည် ဝါ၏၊ ယက်၏၊ ပူ၏၊ (ဝိသပ) အဖုအကို ပယ်နိုင်၏၊ ပန်းနာရင်ကျပ်နှင့် ဖေါ်သသုံးပေါ်း ဖောက်ပြန်ခြင်းကို နိုင်နှင်း၏၊ ၎င်းအမွှေးသည် ဖျော၏၊ အဆီ ရှိ၏၊ သလိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ ၎င်းကို ၁၆-ရွေးသားမှ စားသောက်ပါက အနံ ဖြင့် ဝမ်းသက်ခြင်းကို ပြုတတ်၏၊ ထို့ကြောင့် အချို့သော ဆေးဆရာကြီးတို့သည် ၎င်းအပင်ကို အနိုင်ဆေး၊ ဝမ်းနုတ်ဆေးအဖြစ်နှင့် အသုံးပြုကြကုန်၏၊ ၎င်းကဲ့သို့ အနံ့သောဆေးကို အသုံးပြုသော အခါ များစွာ တသန်းသန်း ဘဝေဝေ ဖြစ်၏၊ ၎င်းနောက် မှန်၏၊ အနံပြီးသည့်နောက် မကြာမီ ရေခံအနည်းငယ်မျှ သောက်၏၊ သွေးယိုစီးခြင်းကိုလည်း ရပ်တန့်စေ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

သည်းခြေ ဦးစီးသောရောဂါ။ ။သည်းခြေဦးစီးသော ရောဂါ၌၎င်း၊ အလွန်ပူသော ဆုံးမျိုးမျိုး၌၎င်း၊ အပူကို တားမြစ်ခြင်းငှာ ၎င်းပန်းခြင်းခွာ အပွင့်ကို သကြားခဲနှင့် ကြိတ်လျက် စားသုံးကြသော အလေ့အထကို ရှေးသူဟောင်းများများ အမြဲတစေ ပြုလုပ်ကြကုန်၏။

မြင်းသရိုက်ရောဂါကြောင့် သွေးယိုစီးခြင်း။ ။မြင်းသရိုက်သွေး အလွန် ဆင်းသက်သောရောဂါ၌၎င်း၊ ဆန္ဒာကိုယ်ရှိ အင်္ဂါကြီးငယ် တို့မှ သွေးယိုစီးခြင်းတို့ကို တားမြစ်စေရန်၎င်း၊ ပန်းမြင်းခွာ ပဋ္ဌောင်းပေါ်ပြုတ်ရည်ကို (ဒက္ခာသဝ) စမြစ်သီးစိမ်ရည်နှင့် ရော၍ တိုက်ကျွေးပါမူ အထက်ပါရောဂါမှုား ပျောက်ကင်း၏၊ အမျိုးသမီးများအတွက် ဥတုသွေး အလွန် ဆင်းတွင်လည်း အထက်ပါ နည်းအတိုင်း အသုံးပြုရ၏။

ကင်ဆာရောဂါ။ ။ကင်ဆာရောဂါကြောင့် ဖြစ်သော နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း၊ အမိအဖွဲ့ သွေးစသည်တို့ ယိုစီးခြင်းတို့ကို ၎င်းပန်းမြင်းခွာ ပဋ္ဌောင်းပေါ်ကို ပြုတ်သော ဆေးရည်ကို သောက်ခြင်း၊ ဖန်ဆေးဝေးခြင်း ပြုလုပ်ပါက သွေးများ ယိုစီးခြင်း၊ ကိုက်ခဲနာကျင်ခြင်းတို့ကို သက်သာစေ၏။

သလိပ်ခဲခြင်း။ ။သလိပ်ဦးစီးသော ရောဂါ ဖြစ်စဉ်၎င်း (သို့မဟုတ်) နာတာရှည် ဖြစ်သော်၎င်း၊ သလိပ်များ ပျစ်ခဲ၍ အဟုံးအတစ်ဖြစ်လျက်နေမူ ၎င်းပန်းမြင်းခွာပြုတ်ရည် အေးတွင် သိန္ဓောဆား၊ ပိတ်ချင်းသီး၊ များရည် သင့်အောင်ရော၍ လျက်ပေးပါမူ သလိပ်များ ပျော်ကျ၍ သလိပ်ခဲရောဂါကို သက်သာစေ၏။

သွေးတိုးပွား၍ ယားယံခြင်း။ ။သွေးတိုးပွားသောကြောင့်၎င်း၊ ပူလောင်သောကြောင့်၎င်း၊ ယားယံခြင်းတို့ကို ပန်းမြင်းခွာ ပြုတ်၍သောက်က ပျောက်ကင်း၏။

ဒေါင်းကိုက်ခြင်း။ ။ဒေါင်းကိုက်ခြင်း၊ ဇက်ထိုးခြင်း၊ တက်ခြင်းဖြစ်မူ ၎င်းပန်းမြင်းခွာရွက်နှင့် အသွင်ကို ရှုခြင်း၊ ၎င်းပန်းမြင်းခွာ အရွက်ကို ကြိတ်၍ လိမ်းပေးခြင်းပြုပါက ပျောက်ကင်း၏။

မျက်စိနာခြင်း။ ။မီးပူ နေပူ အလွန်ခံခြင်းကြောင့် မျက်စိနာခြင်း၊ ရောင်ရမ်းခြင်း၊ မြင့်ကူရှပ်သကဲ့သို့ မျက်လုံးအိမ် အပေါ်၌ ရောင်ရမ်းခြင်း၊ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း၊ ပူစပ်ပူလောင်ခြင်းတို့ကို ၎င်းအပွင့်ကို ကြိတ်၍ လိမ်းပေးမူ ပျောက်ကင်း ချမ်းသာ၏။

လည်ချောင်းနာ၊ ။၎င်းအပွင့်ကို ရေတွင် ၃-နာရီမျှ စိမ်၍ နယ်ပြီးလျှင် ညှစ်ယူပါ၊ ၎င်းအရည်ကို စစ်ယူပြီးလျှင် သောက်ပါက ပျောက်ကင်း၏။

အပူ ချောင်းဆိုး ရောဂါ။ ။အပူကြောင့် ဖြစ်သော ချောင်းဆိုးရောဂါအမျိုးမျိုးတို့ကို၎င်း၊ အစာသစ်အိမ်ပူလောင်သောရောဂါတို့ကို၎င်း၊ ပန်းမြင်းခွာအပွင့်ကို ရေစိမ်၍ ၎င်းအရည်ကို သောက်ပါက ပျောက်ကင်း၏။

ပန်းမြင်းခွာ ရှာလပတ်ရည်၊ ။ပန်းမြင်းခွာပွင့် ၂၇-ကျပ် ကပ်သား၊ ရေ ၉၀-သားနှင့် ၂၄-နာရီ စိမ်၍ နယ်ပြီးလျှင် ၎င်းအရည်ကို စစ်၍ ယူထားပါ၊ ၎င်းအရည်တွင် သကြားသင့်ရုံ ထည့်၍ ရှာလပတ်ရည် ဖျော်သောက်ပါ။

၎င်းရှာလပတ် အသုံးပြုနည်း

ဤရှာလပတ်ရည်ကို ကလေးများအား တစ္ဆက်ခွဲ ၄-ပဲသားမှ ၁-ကျပ်သားအထိ တိုက်ပါ၊ သူငယ်များ ဥကျွောင်းကို ပေးမိ၍ နာစေးခြင်း၊ မျက်စိနာခြင်း၊ နမိုးနီးယား ရောဂါဖြစ်ခြင်း

စသည်တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ဥုသောရောဂါသီများတွင် ငှင်းရှာလပတ်ရည်သည် ကလေး သူငယ်များအတွက် ဝမ်းနုတ်ဆေးအဖြစ် အသုံးပြုပါက ဆီးပူခြင်း၊ ဆီးနည်းခြင်း၊ ပျောက်ကင်း၍ ဝမ်းလည်း အနည်းငယ် သက်လျက် ဆီးလည်း များစွာ ရှင်လာလိမ့်မည်၊ ပူသောရာသီများတွင် ကလေးများ ဝမ်းနုတ်ဆေးအဖြစ်နှင့် သုံးစွဲမှု အလွန် သင့်လျော်လှ၏။

အရှုံးရောဂါ နှင့် အပူလွန်ရောဂါ။ ။အပူများ၊ ရှူးသွက်ခြင်း၊ သတိလစ်ခြင်း၊ မေ့လျော့ခြင်းတို့၌ ဂျုံမှုန့်နှင့် ရော၍ သောက်ရ၏၊ သို့သော် အပူများ အားကြီးလျက် ဝမ်းသက်ဝမ်းနုပါက်သူတို့ကို မတိုက်ကျွေးရပေ။

အဆုတ်နာရောဂါ။ ။အသက်ရှူပြွန်ချောင်းနှင့် အဆုတ်၌ ဖြစ်သော ရောဂါတို့ကိုလည်း ငှင်းရှာလပတ်ရည်ကို တိုက်ကျွေးက ချမ်းသာခွင့်ရ၏၊ ငှင်းအပြင် လူကြီးများ၏ ချောင်းဆိုးရောဂါ၊ နှာစေးရောဂါ၊ ခေတရက်ရောဂါ၊ ပန်းနာရင်ကျပ်၊ စဝေး၍ ခံကျယ်နေသော သလိပ်များကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အဆုတ်နှင့် နှလုံးကို အလွန် အားဖြည့်၍ ပေးတတ်၏၊ မသွားသားလည်း ဝင်ကြွယ်ခြင်း၊ နှလုံး ကြည်ရွှင် ငြိမ်းအေးခြင်း၊ မသွေးပူခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း တို့ကို ငှင်းရှာလပတ်ရည်တွင် သံပုရာရည် သင့်ရုံ သည့်၍ ပေးရ၏။

ပန်းမြင်းခွာဆီ။ ။ပန်းမြင်းခွာပွင့်အစိုကို ရေနှင့် ညက်စွာ ကြိတ်ပါ၊ ငှင်းကြိတ်ပြီးသောဆေးကို နှမ်းဆီ သင့်ရုံဖြင့် ချက်ပါ၊ ငှင်းသည် ပန်းမြင်းခွာဆီ ဖြစ်၏။

ငှင်းဆီ၏ အကျိုးမှာ

သံပင်တွင် လိမ်းပေးမှု ဆံပင်ကျွတ်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏၊ ဦးခေါင်းတွင် လိမ်းပေးမှု ခေါက်ထခြင်း၊ ယားယံခြင်း၊ ပူလောင်ခြင်း ပျောက်ကင်း၍ ဥဏှောအက် ခေအး၏၊ ငှင်းပြင် သူငယ်များ ရေပူကြီးခြင်းကြောင့် မအိပ်နိုင်ခြင်း၊ ဝက်ရူးနာဖြစ်ခြင်း၊ တက်ခြင်းတို့ကို ငှင်းဆီကို နှာ၌ အနည်းငယ်၊ အနည်းငယ် ခပ်၍ ပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

ရှောင်ကြဉ်ရန်

ငှင်းပန်းမြင်းခွာကို ကျောက်ရောဂါဖြစ်သူ၊ ဖျားနေစဉ် ဝမ်းပေါက်သောသူများကို မပေးရ၊ ကိုယ်ဝန်ရှိသူတို့သည် သင့်ရုံမျှသာ သုံးစွဲရ၏၊ ငှင်းပန်းမြင်းခွာကို ရှူရန် ဖြစ်သော်လည်း အလွန်အကဲ မရှူရ၊ အလွန်အကဲရှူမှု ဥဏှောက်ကို အကျိုး ယုတ်စေတတ်၏။

မြင်းခွာ (စား)

ငှင်းဆေးမြင်းခွာသည် အာယုဗ္ဗေဒကျမ်းများတွင် အသုံးပြုပုံများ မတွေ့ရချေ၊ သို့သော်လည်း မြန်မာပြည်ရှိ သမားတော် ယစဉ်အဆက်တို့သည် ယနေ့တိုင်အောင် ဆေးမြင်းခွာကို အမျိုးမျိုး အသုံးပြုလျက် ရှိသောကြောင့် အောက်ပါအတိုင်း ငှင်းအပင်၏ သဏ္ဌာန်နှင့် တကွ ရေးသား

ဖော်ပြလိုက်ရပေသည်။ ဆေးပစ္စည်းတို့၏ ဂုဏ်အင် သတ္တိကို ဖော်ပြရာ၌ ရှေးဟောင်း နိဿယကျမ်းကြီးများ၏ အယူအဆ ညွှန်ကြားချက် မှန်သမျှကို တကျမ်းနှင့် တကျမ်း ညှိနှိုင်း၍ ရှင်းပြင် အဘိဓာန်ကျမ်းနှင့် ကုထုံးကျမ်းများ အယူအဆကိုပါ ပေါင်းစပ်၍ ကျမ်းလွှတ် မဟုတ်ဘဲ ကျမ်းတွင် ပါသမျှတို့ကို ရှာဖွေဆောင်း၍ စုပေါင်းဖော်ပြ ရေးသားရမည့် တာဝန်သည် ဤအဘိဓာန်ကျမ်း ရေးသော ပုဂ္ဂိုလ်၏ တာဝန် ဖြစ်သဖြင့် ဤဆေးမြင်းခွာ အကြောင်းကိုလည်း အကောင်းဆုံး ဖော်ပြနိုင်ရန် ဆေးအဘိဓာန် ကျမ်းတကာတို့၌ ရှာဖွေမွှေနှောက်၍ ကြည့်ရှုငြားလည်း အာသာဆန္ဒပြည့်ဝအောင် မတွေ့ရပါ။ ဆေးမြင်းခွာကိုကား မြန်မာဗိန္ဒောဆရာ အဆက်ဆက်ကို အသုံးပြုလျက်ပင် ရှိသောကြောင့် ရှေးဟောင်း စာပေတခုမှ မြန်မာဗိန္ဒောဆရာတို့ အသုံးပြုခဲ့သည့် ပေမူလာ ဆေးမြင်းခွာ အကြောင်းအရာတို့ကို အောက်ပါအတိုင်း ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။၎င်းအပင်သည် မုန်တိုင်းပင်မျိုး ဖြစ်သည်၊ မုန်တိုင်းပင်နှင့် ခက်လက်ယှက်ပုံ ဆင်၏၊ သို့သော် ခလက်ရင့်၍ ပြုတ်ကျသည့်အခါ အလက်၏ အရင်းမှ အဖတ်များသည် ကျန်ရစ်ခဲ့လေသည်၊ ၎င်းကျန်နေသည့် အလက်ဖားဖတ်များသည် မြင်းခွာ ပုံသဏ္ဌာန် ရှိလေသည်၊ ၎င်းအဖတ်ကို ခွာယူ၍ အခြောက်လှမ်းထားသည်ကို ဆေးမြင်းခွာ ဟု ခေါ်ဝေါ် သုံးစွဲကြကုန်၏။ ၎င်းသည်လည်း မြင်းခွာမျိုး မဟုတ်ချေ၊ ၎င်းသည် အဖြူ၊ အနီ၊ အနက် ဟူ၍ သုံးမျိုး ရှိရာတွင် တမျိုးထက် တမျိုး အစွမ်းသတ္တိ ပိုမို ထက်မြက်ကြ ကုန်၏။

ထိခိုက်သော ဒဏ်ရာ အနာများ။ ။ကျွံထော်ခြင်း၊ လိမ့်ကျ၍ ဒဏ်ရာရခြင်း၊ တုံးဒေါင့်ခလုပ် ထိခိုက်၍ အသားကြေသော ဒဏ်ရာရခြင်းဖြစ်မှု သို့မဟုတ် ပုတ်ခတ်ရိုက်နှက်သော ဒဏ်ရာများရမှု ဆေးမြင်းခွာကို ကြိတ်၍ အုံပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

လည်ပင်း နှင့် မေးဖျားတို့၌ အနာပေါက်သော်။ ။ ဆေးမြင်းခွာနှင့် နနွင်းကို ရောကြိတ်၍ ဆီနှင့်ရှင်း (သို့မဟုတ်) ပုန်းရည်ကြီးနှင့်ရှင်း ဖျော်၍ မကြာမကြာ လူးပေးပါက ပျောက်ကင်း၏။

အသားမာပေါက်ရောဂါ။ ။ကြက်အသားမာ ဟသည့် အသားမာအနာချိုးခုံပေါက်မှု ဆေးမြင်းခွာနှင့် မိန်းနီ မြင်းသွားကို ကြိတ်၍ လူးမှု ပျောက်၏။

ငှက်ဖျားရောဂါ။ ။ငှက်ဖျားရောဂါနှင့် အပူရှိ၍ ဖျားခြင်း၊ ခေါင်းမူးခြင်း၊ အအေးပိုခြင်း စသော အတိုင်ရောဂါများကို ဆေးမြင်းခွာ ၁ဝိ - ငြုပ်ကောင်း ၅ ဝ - ရေများများနှင့် ကျို၍ ခပ်နွေးနွေးကလေး ရှိသောအခါ ရေချိုးပေးမှု ပျောက်၏။

ခွေးကိုက်ခြင်း။ ။ခွေးကိုက်မှု ခွေးကိုက်သော ဒဏ်ရာကို ဆေးမြင်းခွာ ချင်းစိမ်း ဆားကိုခဲ့တို့ ရောကြိတ်၍ အုံပေးမှု ပျောက်ကင်း၏။

ခြေလက် နှင့် အကြောများ။ ။ခြေလက်နှင့် အကြောများ ကပ်ခြင်း၊ ထုံ့ခြင်း ကိုက်ခဲခြင်းတို့ကို ၇ - ရက်ခန့်အောင် ဆင်ရေချိုးနှင့် မြင်းခွာကို လူးလည်းလူး၊ အုံလည်းအုံ ပေးပါက ပျောက်ကင်း၏၊ အချို့သူတို့သည် အမျိုးကျ အကြောပြတ် ရောဂါကိုပင်လျှင် ဤနည်းနှင့် ကုသကြောင်း ပျောက်ကင်းကြောင်း ပြောဆိုကြကုန်၏။

ဟနည်း။ ။အရိုးကျိုး အကြောပြတ် တို့ကို ဆင်ချေးကို အကျွမ်း ဖုတ်၍ ဆေးမြင်းခွာနှင့် ရောကြိတ်ပြီး လူးခြင်း၊ အုံပေးခြင်း၊ ကြပ်စည်းပေးခြင်းဖြင့် ၇ ရက်တိုင်တိုင် ပြုလုပ်ပါက အရိုးများ အကြောများ ပြန်၍ဆက်သည်အထိ အစွမ်းသတ္တိ ရှိသည်ဟု ယုံကြည်ထုံးဖွဲ့ကြကုန်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

မျက်စိရောဂါ။ ။ဆေးမြင်းခွာကို ချင်းစိမ်းနှင့် သွေး၍ သောက်က ပျောက်ကင်း၏။

ဝက်ခြံပေါက်ခြင်း။ ။ဝက်ခြံပေါက်သော် ဟန်ဆေးရေနှင့် 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။ ။ရာသီပမှန်သော်ငှင်း၊ ခမ္မတာမမှန်၍ မိန်ကပ် ကြုံလှီချိနဲ့သော်လည်း ဆေးမြင်းခွာ ၃ိ၊ ဂိလ်ချင်းသီး ၂ိ၊ ငရုတ်ကောင်း ၂ ပါးကို အမှုန့်ပြု၍ ရေနွေးနှင့်ကြက်ဥ စီးကာစ်မျှ ည နံနက် သောက်မူ မိးချုပ်သွေးများ မှန်မှန် ဆင်းလာပါလိမ့်မည်။

အသက်ရှည်ဆေး။ ။ဆေးမြင်းခွာကို အမှုန့်ပြုပြီးလျှင် ပျားရည်နှင့် နေ့စဉ် ပမြက် အသုံးပြုရာ၏။ ဘဲ့ကြက်ဥ စီးကာစ်မျှ စားပါ။

မြင်းခေါင်းနွယ်ယောင်

သက္ကတ ज्योतिष्मति

ဟိန္ဒီ मालकंगनि (မာလ်-ကံဂနိ)

လက်တင် Celastrus panisulata

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။သူတပါးကို မှီရသော နွယ်မျိုး ဖြစ်၏။ နွယ်များသည် နူးညံ့၏၊ အနီရောင်၊ ဖဘဲရောင် ရှိ၏။ အရွက်သည် ၂-လက်မမှ ၅-လက်မအထိ ရှည်၏။ ၁-လက်မမှ ၃-လက်မအထိ ကျယ်၏။ အပွင့်နီရောင်သန်း၍ စိမ်း၏။ ကဆုန်လ နယုန်လတို့၌ ပေါက်တတ်၏။ ဝါခေါင်လ၊ ဝါခေါင်လ တို့၌ အသီးများ အဆုပ်လိုက် သီး၏။ မှည့်သောအခါ ဝါ၏၊ အစေ့ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အများအားဖြင့် အစေ့ကို သုံးရ၏၊ စပ်၏၊ ခါး၏၊ ခြောက်သွေ့စေ၏၊ လေသလိပ်ကို ပယ်တတ်၏၊ ပူ၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ အသိဉာဏ်ကို ဖြစ်စေ၏၊ သလိပ်ဒေါသကို ကောင်းစေ၏၊ မှတ်သိပ် သာလောင်ခြင်းကို ဖြစ်စေ၏၊ ဝမ်းကို သက်စေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ အရွက်သည် ဥတုသွေးကို မှန်စေ၏၊ ၎င်းအသီး၏ ဆီသည် သွေးကို ပွားစေ၏၊ ဝမ်းပိုက်နှင့် ပတ်သက်သော ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အဆစ်ရောင်နှင့် သွေးကျ ရောဂါ။ ။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 လေကချွမ်းဖြတ် ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဆီးရွှင်ဆေး။ ။မြင်းခေါင်း နွယ်ယောင်သီး၏ အဆီကို နွားနို့ မလိုင်ခဲနှင့် ရော၍ စားပါက ဆီးရွှင်၏။

အနာမြုံ အနာပျက်။ ။၎င်းဆီကို အနာဆို့ အနာပျက် များသို့ လိမ်းပေးက ပျောက်ကင်း၏။

ပန်းသေရောဂါ။ ။မြင်းခေါင်း နွယ်ယောင်သီးကို ကွမ်းရွက်နှင့် တစက်မျှ သုတ်၍ တနေ့ ၂-ကြိမ် ၃-ကြိမ် စားပါ။ ၎င်းကဲ့သို့ စားသောနေ့များတွင် နွားနို့နှင့် ထောပတ်ကို များစွာ သောက်စားပေးရ၏။

ရေဖျဉ်းရောဂါ။ ။၎င်းရောဂါကို မြင်းခေါင်းနွယ်ယောင် အစေ့ (၁၀) စေ့မျှကို စားပါက ဆီးများစွာ ရွှင်၍ ရေဖျဉ်းရောဂါ ကျဆင်းပါလိမ့်မည်။

သလိပ်ကြပ် ချောင်းဆိုး။ ။မြင်းခေါင်း နွယ်ယောင်စေ့ ၂-ပဲ့၊ ဘလာစေ့ ၂-ပဲ့၊ အမှုန့်ပြု၍ စားမူ သလိပ်ကြပ် ချောင်းဆိုးပျောက်၏။

သွေးဒူလာရောဂါ။ ။၎င်းအစေ့ကိုထောင်း၍ စအိုကို လိမ်းပေးမူ သွေးမြင်းသရိုက် ရောဂါ ပျောက်ကင်း ချမ်းသာ၏။

ခရွသင်းရောဂါ။ ။မြင်းခေါင်းနွယ်ယောင်စေ့ကို နွားကျောင်းငယ်ရည်ဖြင့် (၂၁) ရက် စိမ်၍ အစိမ့်ထုတ်ယူပါ၊ ၎င်းဆီဖြင့် ခရွသင်းနာကို လိမ်းပေးပါက သက်သာရာရ၏။

မျက်စိမှုန်ခြင်း။ ။မြင်းခေါင်းနွယ်ယောင်ဆီကို ဒူးအောက် ခြေထောက်သို့ ပွတ်သပ် လိမ်းနယ်ပေးပါက မျက်စေ့မှုန်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ဥကျောက် အားနည်းသော ရောဂါ။ ။၎င်းဆီ ၄-ပဲသားမျှကို နေ့စဉ် သောက်ပါ ဥကျောက် အားနည်းခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

မြစ်ချို

ဟိန္ဒီ မူသလီ (မူဆလီ, ဆယာဟ်)

လက်တင် Aneilema Scapiflorum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အမြစ်သည် မူဆလီ အညို နှင့်တူ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အမြစ်သည် လှန့်ရှူ ဖေတက်၏၊ ပူပြီးစေတတ်၏၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း, ဖျားခြင်း, ကိုယ်ရေဝါရောဂါ, ခေါင်းမူးခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ အဆိပ်ရောဂါ၌လည်း အကျိုးပြု၏၊ မြစ်ခေါက်ခွံကို နေသှမ်း၍ အမှုန့်ပြုပြီးလျှင် ပန်းနာရောဂါ၌ အသုံးပြုရ၏၊ ဝမ်းပိုက်အောင့်ခြင်း, မြင်းသရိုက်ရောဂါ, ကလေးများ၏ (အကြွေပက—လေဆင့်ဦးမီးရောဂါ) ပစ်လှည့်တတ်သော ရောဂါ၌ အကျိုးပြု၏၊ ဆီးနှင့်ပတ်သက်သော ရောဂါကို အသုံးပြုရ၏၊ ကာမသတ္တိကိုလည်း အားပေး၏။

မြတ်လေးပန်းအဖြူ

သက္ကတ မာလတီ

ဟိန္ဒီ စမီလီ (ကျူမေလီ)

လက်တင် Jasminum grandiflorum

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အများအားဖြင့် အပွင့်ကို အသုံးပြုကြ၏၊ ပန်၏၊ ခါး၏၊ ဖယ်၏၊ ပူ၏၊ ကြေကျက်လွယ်၏၊ အန်စေတတ်၏၊ ဒေါသ သုံးပါးကို ငြိမ်းစေတတ်၏၊ ၎င်း၏ အရွက်သည် ခံတွင်းပူလောင်နာ, သွား, ဦးခေါင်း, မျက်စိတို့၌ ဖြစ်သော အနာများ, အဆိပ်သင့်နာ, သွေးဖောက်ပြန်သော ရောဂါ, အနာပေါက် ရောဂါ, ပိုးရောဂါစသည်တို့ကို များစွာ နိုင်နင်း၏၊ ၎င်း၏ အဖူးသည် အနာပေါက်, အနာသီးလျှိုနာ, မျက်စိရောဂါ, အနူရောဂါ များကို 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

မီးယပ်သွေးချုပ်မှု။ ။၎င်းမြတ်လေးဖြူ ပန်ခွင့်ပါး ၅ ° ·ရေသန့်သနွ ၅ဝ ·နှင့် ထက်ဝက် ခမ်းအောင်ကျို၍ တခွက်စာ ဂုညင်းလုံးမျှ သောက်မူ မီးယပ်ချုပ်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

သွားနာ သွားကိုက်။ ။သွားနာ သွားကိုက် ဖြစ်မှု ရင်းအရွက်ကို ပြုတ်၍ နှုတ်ငုံ ဆေးအဖြစ်ဖြင့် ငုံခြင်းပြုမူ သွားနာ သွားကိုက် ပျောက်ကင်း၏။

ခေါင်းကိုက်ခြင်း။ ။မြတ်လေးပွင့် ၃-ပွင့်ကို နှင်းဆီရည်နှင့် ကြိတ်၍ နှာခေါင်းမှ ရှူမူ ခေါင်းကိုက်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ပန်းသေ ပန်းညိုးရောဂါ။ ။ရင်းအရွက် သတ္တုရည် ၁ဝိ၊ နှမ်းဆီ ၁ဝိ-နှင့် ဆီကျန်အောင် ချက်ပါ၊ ရင်းဆီကို ပန်းသေ ပန်းညိုးတို့အား လိမ်းနယ်ပေးမူ အလွန် သန့်ရှင်းခြင်း ဖြစ်လာ၏၊ ရက်အနည်းငယ်ကြာအောင် ကျနည်းဖြင့် ပြုလုပ်ပေးပါ။

နောက်တနည်း။ ။ရင်းအသက်ပေါ် ဆီနှင့် မုန်ညင်းစေ့ကို ကြိတ်၍ ချက်ကိုရင်း၊ လိင်ကိုရင်း၊ လိမ်းနယ်ပေးမူ အလွန် တောင့်တင်း သန့်ရှင်းခြင်းသို့ ရောက်၏။

လိင်နိမိတ်ရောဂါ။ ။ရင်းအရွက်ကို ကျက်ကျက်ကျို၍ လိင်နိမိတ် ရောဂါများကို ဖန်ဆေးအဖြစ် သုံးမူ များစွာ အကျိုးရှိ၏။

အရေပြားရောဂါ လိမ်းဆေး။ ။မြတ်လေးရွက်၊ တမာရွက်၊ ကြံဖူးရွက်၊ ကလိန်ရွက်၊ ပျားဖယောင်း၊ နွယ်ချို၊ ပန္နဲ၊ နနွင်း၊ သစ်နနွင်း၊ ဆောင်းပေပေါ်၊ ပိတ်ပိန်၊ ပန်းနီလား၊ ဖေါက်ရပ်ဖေါက်၊ ဖန်ခါးသီး၊ ကြာညိုပွင့်၊ ကျောက်ချဉ်၊ ဒုတ္တာ၊ ဥပဿကာ၊ ကလိန်စေ့၊ ရင်းဆေးစုတို့ကို အညီအမျှစုရ၍ ရေနှင့် ရောပြီးလျှင် ပြစ်လာအောင် ကြိတ်၍ အသုံးပြုသားပါ၊ ရင်းဆေးအချိန်နှင့် ဆတူ နှမ်းဆီသည့်ပါ၊ ရင်းဆေးနှင့် ဆီအချိန်၏ ၄-ဆ မြတ်လေးရွက်၏ သတ္တုရည် ထည့်ပါ၊ ရင်းဆေးစုတို့ကို (ကဆု၍) ကလိုင်၊ မလိုင် သတ်ထားသော အိုးတွင် ထည့်၍ မီးညွှင်းညွှင်းဖြင့် ချက်ပါ၊ အရွက်၏ သတ္တုရည်များ ခန်း၍ ဆီကျန်လျှင် အအေးခံပြီး၍ ရင်းဆေးကို စစ်၍ယူပါ၊ ရင်းဆီသည် အရေပြားရောဂါ မျိုးစုံ၊ အဆိပ် သင့်ခြင်း၊ အနာပေါက်မျိုးစုံ၊ ယားနာ၊ ဝမ်းမီးလောင်၊ ပြင်းထန်ခြင်း၊ စသော ရောဂါများ အတွက် လိမ်းနယ်ခြင်းကို ပြုရာ၏။

မြတ်လေး (အဝါ)

သက္ကတ — वासन्ति

ဟိန္ဒီ — स्वर्णमल्लिका (ဝနမလ္လိကာ)

လက်တင် — Jasminum Augustifolium

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ရင်းသည် နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ရင်းနွယ်သည် ဝါရောင်သန်း၏၊ ရင်းနွယ်၏ လုံးပတ်မှာ ၄-၅-လက်မမျှ ရှိ၏၊ အကိုင်းအခက်များသည် ကောက်ကောက်ကွေ့ကွေ့ ရှိ၏၊

အရွက်တို့သည် ၄ - လက်မမှ ၆ - လက်မအထိ ရှည်၏၊ ရွက်ရိုးတန် ၂ - ဘက်စုံသွတ်လျက် ရှိ၏၊ ၄ - စုံမှ ၆ - စုံအထိ ယှက်၏၊ အဖျားချွန်၏၊ အပွင့်သည် အလွန်မွှေး၏၊ အပွင့် တမတ်ခန့် ရှည်၍ ဖြူဖျော့ဖျော့ဆင်သန်းလျက် အဝါရောင်များ ပွင့်ကြကုန်၏၊ ကလေးလတွင် အသီး သီးကြ၏။

ဂုဏ် နှင့် ရွမ်းရည်။ ။၎င်းသည် ဖန်၏၊ ဖင်၏၊ ခါး၏၊ သည်းခြေဒေါသကိုရင်း၊ အပူကိုရင်း ငြိမ်းစေ၏၊ မျှား၍ နေ့ရှူးဖောက်ခြင်းကိုရင်း၊ ကြို့ထိုးခြင်းကိုရင်း ပယ်တတ်၏၊ အနာပေါက်များနှင့် ဖောရောင်ခြင်းကို ပယ်တတ်၏၊ နှလုံးကို အားပေး၏၊ နဗ္ဗုပိတ်နာ တို့ကိုလည်း အကျိုးပြု၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

အရေပြားရောဂါလိမ်းဆေး။ ။အရေပြားပေါ်တွင် ဖြစ်တတ်သော ပွေး၊ ဝဲ၊ နှင်းခူစသော အနာ၊ အနာဟောင်း 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 ပင်စည်ပေါက်ကို ဆီနှင့် ချက်၍ ၎င်းဆီဖြင့် လိမ်းကျံ နှိပ်နယ်ပေးမူ အဆစ်ရောင်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ချောင်းဆိုးပျောက်ဆေး။ ။၎င်းအရွက်ကို ကျို၍သောက်မူ ချောင်းဆိုးရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

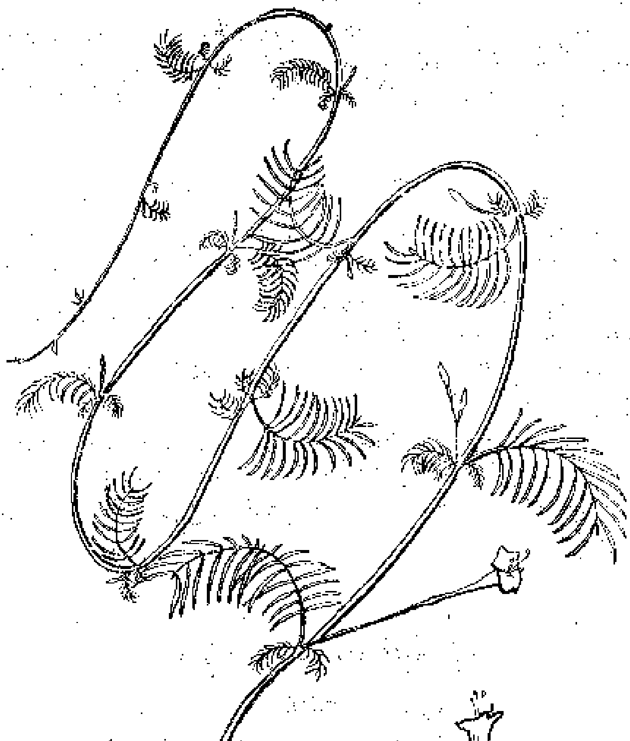
မြတ်လေး (အနီ)

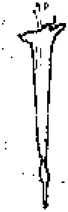
သက္ကတ कामलता

ဟိန္ဒီ कामलता (ကာ,မ-လတာ)

လက်တင် Ipomoea quamoclit

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။နူးညံ့သော နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၎င်းအရွက်များသည် ရှင့်မတောက် (ကညွတ်) ရွက်ကဲ့သို့ သေးသွယ်သော အရွက်များ ဖြစ်၏၊ အပွင့်သည် နီမြန်းသော အရောင်ရှိ၏၊ မြတ်လေးအဖြူပွင့်နှင့် သဏ္ဌာန်တူသော်လည်း ၎င်းထက်မှာ သေးငယ်လှ၏၊ အသီးသည် လုံး၏၊ အချို့ပန်းဥယျာဉ်များ၊ အိမ်များ အဝင်ဝတွင် စင်ထိုး၍ (ပန်းမိုး) အဖြစ်ဖြင့် အလှစိုက်ကြ၏၊ ၎င်းနွယ်ပင်၏ ထူးခြားချက်မှာ ၎င်းသည် အခြားသစ်ပင်ငယ် တပင်သို့ တွယ်ကပ်၍





မြတ်လေး(အနီ)

कामलता (ကာမ်လတာ)

ဂလက်သည်ရှိသော် ယင်းလစ်ပင်၏ သစ္စာရည်များကို ဖုတ်ယူ၍ မိမိသာလျှင် မီးလဲ ဗိုဓပြုလျက် ထိုအကွယ်တကော်ရှိရသော သစ်ပင်မှာ ခြောက်သွေ့၍ သွားလေ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ယင်းအရွက်သည် အေး၏။ အရွက်ကိုကြိတ်၍ သွေးမြင်းသရိုက်နာကို လိမ်းပေးရ၏။ ကိုယ်အရောင်အဆင်းကို ကြည်လင်စေတော့ပေ၏။ ဟောသက်နှင့် ချက်၍ မြင်းသရိုက်နာစရောဂါ ရှိသူများကို ကျွေးရ၏။ ယင်းအရွက်၏ သစ္စာရည်ကို အနာဗီးလျှ်, အနာပက် စသည်များကို လိမ်းပေးရ၏။

မြတ်လေး (အနီတမျိုး)

သက္ကတ [illegible]

ဟိန္ဒီ [illegible] (ကာ,မ် လတာ)

လက်တင် Quamoclit Vulgaris

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ယင်းမြတ်လေးနီ အမျိုးသည် လိမ်ယောက်၍ သွားတတ်သောပင်မျိုးဖြစ်၏၊ ယင်းနွယ်သည် ၁၃-ပေမှ ၁၅-ပေအထိ ရည်၏။ အရွက်မှာ တော သစ္စန်ရွက်ကလေးများနှင့် တူ၏၊ ထိပ်များချွန်၏၊ ၁-လက်မခွဲမှ ၆-လက်မမျှ ရှည်၏၊ အရွက် အလွှန်း ၃-ခရိုင်၏၊ အရွက် ခပ်ကျဲကျဲတွက်၏၊ အပွင့်မှာ မြတ်လေးဗိုပွင့်ကဲ့သို့ပင် ပွင့်၏၊ ပွင့်ဖူးငုံသည် ၅-ပဲမျှ ရှည်၏၊ အနီရင့်ရောင် ရှိ၏၊ အသုံးမှာ မြတ်လေးဗိုကဲ့သို့ပင် အသုံးပြုရ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ယင်းအရွက်သည် တွန့်ချုံ့စေတတ်၏၊ သွေးမြင်းသရိုက်ရောဂါများတွင် အသုံးပြုရ၏။ ယင်းအရွက်သည် ယားကိုက်နေသော အနာများကို၎င်း၊ အနံ့သောရောဂါ၌၎င်း, သွေးဝမ်းသွား ရောဂါ၌၎င်း အသုံးပြုရ၏။ အသုံးသုံးဖြင့် ကိုယ်ခန္ဓာများ ခိုင်မြဲတည်တန့်ရန်နှင့် သားအဆင် ဖြစ်ပွားရန် များစွာ အကျိုးပြုတတ်၏။

မှတ်ချက်။ ။မြတ်လေးသည် အချပ်အားဖြင့် အဖြူမျိုး, အနီမျိုး, အဝါမျိုး စသည်ဖြင့် ရှိကြလေသည်။ အဖြူမျိုးကို သာ၍ များသောအားဖြင့် ဦးစားပေးကာ စိုက်ကြကုန်၏၊ မှန်၏၊ ယင်းအဖြူမျိုးသည်သာလျှင် လွန်စွာမွှေး၏၊ မွှေးပုံမှာ သွန်တွာသည်၏၊ ကြင်းထန်စွာ မွှေးနံ့ရှိသည် အပွင့်မျိုးမဟုတ်သော်လည်း ယင်းသည် အမွှေးထကာ တိုးပင် ဘုရင် ဖြစ်သည်ဟု ဆိုလာ၏၊ "အမွှေးတွင် မြတ်လေး" ဟူသည်း စကားပုံ ရှိသည်။ အခန်းတခန်းတည်းတွင် ပန်းမွှေးမျိုးစုံ သိုထားသောအခါ၌ ဆိုခဲ့ပြီးသော မြတ်လေး ၏ အနံ့မွှေးသည်သာ အခြားပန်းတို့ကို ကျော်လွန် ထွက်ပေါ်လာသဖြင့် အမွှေးနံ့တွင် ရှင်းသည် အမြတ်ဆုံးဖြစ်သည်ဟု ဆိုကြသည်။

မှော်ယမ်း

တမိလ် ကွာဒြမ (ကုဒိုဂျ်)

လက်တင် Strobilanthes auriculatus

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ချုံပင်မျိုး ဖြစ်၏။ အခေါက်အလက်တို့သည် ဖြန့်သွားမ၏၊ အသီး နူးညံ့၏၊ အခေ့ ၄-၈၈ ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရွက်ကိုကြိတ်၍ ကိုယ်၌လိမ်းကျံ ပေးခဲ့သော် ရက်ခြားဖျား များ ပျောက်ကင်း၏။

မှို

သက္ကတ မဿရုဓ

ဟိန္ဒီ ဓင္ဂရ (ချာတာ)

လက်တင် Agaticus Campestris

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်းမှုများ၏ မှိုသည် နေရာတကာ၌ ပေါက်ရောက်တတ်၏။ လူသိများလောကကြောင့်လည်း, ဆေးရောင်းသူတွေနှင့် ပုံသဏ္ဌာန်များသောကြောင့်လည်း, မှို၏ ပုံသဏ္ဌာန်ကို ဖော်ပြရန်မလိုတော့ချေ။ ယိုသော် မှိုနှင့်ပတ်သက်၍ သိမှတ်ဖွယ်ရာတို့ကား များစွာပင် ရှိကုန်၏။ ထိုသိမှတ်ဖွယ်ရာတို့ကို သိလည်း သိထားသင့်ကြကုန်၏။ အဘယ်ကြောင့်နည်း ဟူမူ မှိုသည် လူသားတို့နှင့် မတည့်ကြကုန်။ လူသားတို့ များစွာစားသောက်သုံးဆောင်ကြသောကြောင့်တည်း။ မှိုကို နိုင်ငံတကာရှိ လူသားတိုင်း စားသောက် သုံးဆောင်ကြ၏။ လူမျိုးမရွေး, တိုင်းပြည်မရွေး စားသောက်ကြကုန်၏။ ထိုမှိုတို့သည် အမျိုးအစားများဖြင့် လွန်စွာ များပြားကြ ကုန်၏။ သုံးထောင်ကျော် ငါးထောင်နီးပါးခန့် အမျိုးအစား ရှိကြောင်း အဘိဓာန်ကျမ်းကြီးတို့၌ ဖော်ပြထားလေသည်။ ယင်းမြောက်မြားစွာသော မှိုတို့တွင် လူသားတို့အား အကျိုးပြုသော မှိုမျိုးကား နည်း၏။ အပြစ်ပြုသော မှိုတို့သာလျှင် များကုန်၏။ ထို့ကြောင့် မှိုကိုမြင်လျှင် အကျိုးပြုသော မှိုနှင့် အပြစ်ပြုသော မှို (၂)မျိုး ကွဲပြားခြားနားချက်ရှိရာ သိရှိနားလည် ထားဘို့ များစွာလိုအပ်ပေသည်။ မှိုကိုစားသောက် သုံးဆောင်ရာ၌ များစွာသော လူသားတို့ နှစ်သက်လိုလားကြသည်ကို မသိလားသိ ရှေးမြန်မာနှင့်ယှဉ်လျှင် များစွာ ရှင်လန်း နှစ်သက်ကြ ကုန်၏။ မြန်မာတို့သည် "မှို ရှိသော မျက်နှာသို့" ဟူ၍ပင် တင်စားသော စကားပုံ ကို ရှေးဘူ ဟောင်းတို့ ပြောဆိုခဲ့ကြကုန်၏။

မှို နှင့် မြေသီး

မှိုအကြောင်းသိကောင်းစရာ ဟူသမျှကို ဖေဖော်ပြပြီ မှိုကိုတွေ့မြင်သောအခါ နှုတ်ယူရာ၌ သတိပြုရန်အချက်ကို ရှေးဦးစွာ ဖော်ပြလိုပေသေးသည်၊ မှိုဟူသော ဝေါဟာရသည် မြန်မာတို့ ဒေါ်ဝေါ် အသုံးပြုသော ဝေါဟာရဖြစ်၏၊ ဆေးကျမ်းလာ ဝေါဟာရတွင် မှိုကို "အပ်ဆတ္တ" စသည်ဖြင့် (၁၄) မျိုးခန့် ပရိယာယ် ပဒ်လုပ်၍ ဖော်ပြထားသည်ကို တွေ့ရ၏၊ အဓိပ္ပာယ်ကား အပ်-ခြေ၊ ဆတြ-ထီး၊ (ခြေထီး) ဟု ကာဓိပ္ပာယ်ရသည်၊ မှိုကို ခြေများ သဘော၍ နှိုင်းကဲ၏ မှို၏ အရည်များကို ခြေတိုကည် ဟုတ်သဘူကြကုန်၏၊ မှိုပွင့်တို့၏ အကြား မှိုပွင့်များ၏ အောက်တွင် ခြေများ ရှိသတ်၏၊ ထို့ကြောင့် ဆေးကျမ်းအခေါ် အားဖြင့် "မြေထီး" ဟု ခေါ်ဆိုကြပေသည်၊ မှိုကိုတွေ့လျှင် နှုတ်ပြုသော နည်းနာ၊ ကြည်လင်သောစိတ်ဖြင့် အားပါးတရ နှုတ်ယူကြသည်၊ ယဉ်ကား လူသားတိုင်း၏ အနှ ဖြစ်ပေ၏၊ ထိုလိုသည့်မှာ မှိုကိုတွေ့၍ နှုတ်ယူသောအခါ အရေးတကြီး မဖြစ်စေသဲ ခြေကိုသတိထားရမည် ဟု ဆိုလိုပေသည်။

အခြားသော သတိပြုရန်အချက်မှာ မှိုကို နှုတ်ယူသောအခါ အမြစ်ပါဖုး၍ မယူရ အပေါ်မှ ဖြတ်ယူရမည်၊ ထိုအမြစ်အရင်းကျန်ခဲ့သော် နောင် နှစ်စဉ်နှစ်တိုင်း မှိုပေါက်သော အချိန်၌ ထိုနေရာတွင် ပြန်လည်ပေါက်ရောက်နိုင်၏။

မှိုသည် ဒေသမရွေး၊ တိုင်းပြည်မရွေး ပေါက်ရောက်တတ်သော်လည်း များသောအားဖြင့် အအေးသက်သက်ဒေသ၊ အပူသက်သက်ဒေသ၊ အအေးသက်သက် ဥတုအချိန်၊ အပူသက်သက်ဥတု အချိန်၌ ပေါက်ရောက်ခြင်းမရှိကြချေ၊ များသောအားဖြင့် ဥတုကိုက်သောအခါ၌ ပေါက်ရောက်တတ်ကုန်၏၊ ဥပမာ - တန်ခူးလုံးပူလာပြီးသည့်နောက် မိုးရွာစပြုသောအခါတို့၌ များစွာပေါက်တတ်ကုန်၏၊ ထို့ကြောင့် မှိုပေါက်ခြင်းသည် ဥတုကို အကြောင်းရင်းခံ၍ ဥတုစိမ်းမှုကြောင့် ဖြစ်တတ်ကုန်၏၊ ထို့ကြောင့် မှိုပေါက်မှုသည် ဥတုကို အကြောင်းပြု၍ ပေါက်ရောက် တတ်၏၊ သို့ ပေါ်လာသည်ဟု ဆိုရပေမည်၊ ပကတိချိုးအေးကို အကြောင်းပြု၍ ပေါက်ရောက် တတ်၏၊ ဥပမာ ပြာပုံအတွင်း၌ ငုပ်စွဲလောင်သော မီးကို ဖရသော် အပူနှင့် အအေးပြိုင်ခြင်းကြောင့် ဥပမာ ပြာပုံအတွင်း၌ ငုပ်စွဲလောင်သော မီးကို မြေကွင်း လောင်းလိုက်သော အခါ အခိုးများသည် တလာသာကဲ့သို့ ဖိပေါက်ထွက်၍ တန်ခူးလုံးပူ၍ မြေကွင်း ငုပ်နေသော အခိုးများသည် မိုးတနန်မရွာသောအခါ မြေပြင်သို့ ထွက်ပေါ်လာကုန်၏၊ ထိုဥတု အခိုးဓာတ်အားဖြင့် မှိုသည် မြေအတွင်းမှ ထွန်းကားပြီး ထွက်လာ၏။

ဆောင်း မည်သည် မြေနိမ့်ရပ်စီး၊ မိုးမြဲပိုင်းဝင်၊ ဖလားပုံအတိုင်း အထက်သို့သာ ပင့်ဆောင့် ချိုတက်မှုဖြစ်သဖြင့် မှိုကို စားသောအခါ တက်၏၊ အထက်သို့ ဆွဲတောက်လာ၏၊ လေရောက်လာ၏၊ ထို့ကြောင့် မှိုကိုတက်စာဟု ရှေးသူတော်များ မိန့်ဆိုကြ၏၊ ထိုအလားတူ ပင် ကိစ္စမှု ဥက္ကာ သတ္တုဖြင့် ပေါက်ကြရသော မှိုစ်၊ ကညွတ်၊ ဖလံတောင်ဝှေး၊ ပေါင်းမြေ၊ တာ၀ဥ၊ ကိုင်းဥ စသည်တို့လည်း မှိုအလားကဲ့သို့ တက်စာများ ဖြစ်ကြကုန်၏။

မိုးမွှားပြီးနောက် သွေးလောင်းများ ယက်ဆင်းရမည့် အချိန်၌ တက်စာများကို မစား သင့်ချေ၊ ထို့ကြောင့် ရှေးဆရာမြတ်တို့သည် မိုးမွှားပြီးသော အမျိုးသမီးများအား "မှိုတနှစ်၊ မှုန်သုံးလ မစားကြရ" ဟု ဆုံးမဩဝါဒစကားကို မှာကြားခဲ့ကြကုန်၏၊ မိုးမွှားသော အမျိုး သမီးသာမဟုတ်ချေ၊ ခြေအေး၍ အထက်သို့ အခိုးဆောင်နေသော နှာစိတ်ရောဂါ၊ နှာပွန်ရောဂါ၊

နှာခေါင်းရောဂါ၊ နားရောဂါ၊ မျက်စိရောဂါ၊ ဦးခေါင်းကိုက်ခဲသောရောဂါ၊ ခေါင်းဦးရည်ကြွမ်းသောရောဂါ၊ မျက်စိအားနည်းသောရောဂါ ဓနသာ တက်ရပ်ရောဂါ မှန်သမျှ ရှိသူတိုင်း မှိုကို မစားသင့်ချေ။ ထို့မှတပါး သွေးရှိလျှက် မသက်ခြင်း၊ သွေးအားနည်း၍ ဆင်းသက်စရာ သွေးမရှိဘဲ ရေခမ်း၍ လေလှန်နေသော ရောဂါမှန်သမျှတို့သည်လည်း အထက်ပိုင်းတွင်သာ ဂုဏ္ဍာဒေနာကို ပြုတတ်ကြကုန်၏၊ ထိုဝေဒနာရှင်များသည်လည်း မှိုကို မစားသင့်ပေ၊ နှီ့မြေ့၊ နှီ့ဝင်း၊ ဗိုသူ၏နှီ့ရည်ကို သောက်ဖို့ရသော ကလေးသူငယ်များသည် ခေါင့်တမ်းလဲ့ခြင်း၊ အကြောတက်ခြင်း၊ ကောက်ကွေးတက်ခြင်း စသည်ဖြင့် ဖြစ်တတ်ကုန်၏၊ ထိုမိခင်များသည်လည်း မှိုကို မစားသင့်ချေ။ ပုဏ္ဍယာတ်ရောဂါ ခေါ် ကျပ်ချူပ်သော ရောဂါ၊ ဆီးရှိလျက် ဆီးမသက်ဆင်းသောရောဂါ၊ ထိုရောဂါဝေဒနာရှင်များလည်း မှိုကို မစားသင့်ပေ၊ နှာခေါင်းသွေးလျှံ၊ သွေးအန်သွားမှ သွေးထွက်များသော ရက္တပိတ်ရောဂါ ရှိသူများလည်း မှိုကို မစားသင့်ပေ စသည်ဖြင့် မှိုနှင့် မသင့်သော ရောဂါရှိသူကို သတိပြုသင့်၏၊ ပို့သည် လူကြိုက်များ၏၊ မစားရဘဲ တွေ့ရှိနှင့်ပင် ရှုပ်လန်းကြကုန်၏၊ သို့သော် မှိုသည် အဆိပ်မဖြစ်သော မှိုမျိုးပင် ဖြစ်ခဲ့ကာမှ လူသားတို့အား များစွာ အပြစ်ပြုကြကုန်၏၊ မှိုပေါင်း ခမ္ဘာက်များစွာရှိသော်လည်း လူသားတို့အား အကျိုးပြုသော မှိုသည် အနည်းငယ်မျှသာ ရှိ၏၊ ထို့ကြောင့် လှိုင်းစွာ ဝပ်ပြီးတောက်၍ မှိုကို စားသောက်နိုင်ကြလည်း မှိုကို တွေ့သောအခါ အဆိပ်လော၊ အမြိုက်လော၊ အကျိုးပြုသော မှိုလော၊ အပြစ်ပြုလော မှိုလော ခွဲခြားတတ်ရန် သိရှိရန် လိုအပ်ပေ၏။

စားကောင်းသော မှိုများ

မြက်ကြားမှို၊ တောင်ပို့မှို၊ မြေပိုက် ခြေရှည် နှင်းမှို၊ ဖက်သွတ်မှို၊ အချို့ အရပ်၌သည့်မှို ကြိုးလေး ဟူ၍ ခေါ်ကြ၏၊ မှိုဦးနက် (မှို၏ ထိပ်အသားတွင် နက်သော အကွက်ရှိ၏)၊ ကြက်ဟူ ရှေးမှို၊ မှိုသားပိုက်၊ မှိုကြက်မယ်ပင်၊ သန်းကျဲမှို စသည်ဖြင့် မြေမှတွန်းကန်၍ ပေါ်ပေါက်လာသော ပုံမျိုး၊ ရုပ်ပြင် မြေပဲမှို၊ တောက်ချိုမှို၊ ဝါးမှို၊ အင်မှို၊ ဆင်ခြေသိမှို၊ သရက်မှို စသည်ဖြင့် ဖြစ်ရာ အပင်ကိုစွဲ၍ သီးသန့်ပေါက်ရောက်ဘတ်သော မှိုမျိုး ဟူ၍ စားကောင်းသောမှို၌ ၂-မျိုး ရှိ၏၊ ထိုမြေစွဲမှို၊ အပင်စွဲမှို နှစ်မျိုးတို့ကွင် ဖြေပြဲမှိုသည် ဖော်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း ဥတု၏ အကူအညီကို ရယူပြီးမှ ပေါက်ရောက်တတ်သောကြောင့် မိုး၌ အရသာ ရှိ၏၊ မိုး၌ တက်၏၊ အပင်စွဲမှိုမှာ အပြန်အခါဖြင့် နည်းပါးသော အရသာ ရှိ၏၊ များစွာ မကက်ပေ၊ အချို့ လုံးလုံး မတက်ပေ၊ ချိုသော အရသာမျှသာ ရှိ၏။

မှိုနှစ်မျိုးသာ

ဖော်ပြခဲ့ပြီးသော စားသောက် သုံးဆောင်ကောင်းသော မှိုဖြစ်စေ၊ မစားသောက်သင့်သော မှိုဖြစ်စေ လေးထောင်းနီးပါးခန့် မှိုအမျိုးအစား ရှိသော်လည်း အချုပ်အားဖြင့် သယ်ဇာတ သဘာဝအတိုင်း အလိုလိုပေါက်သော မှိုမျိုးနှင့် ကိုယ်တိုင်စိုက်ပျိုးယူသော မှိုနှစ်မျိုးသာ ရှိ၏၊ ထို ၂-မျိုးတွင် အလိုအလျောက် ပေါက်သောမှိုသည် ဖော်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း အထက် များ၏ သွေးကို တက်စေ၏၊ ယနိုးကို တက်စေ၏၊ ကိုယ်တိုင်မအားစိုက်ပျိုးယူသော မှိုမျိုးကား ယာရှေ့ခေတ်

များစွာ ဖြစ်ထွန်းကုန်၏၊ မှိုမျိုးစေ့ကိုယူ၍ စိုက်ပျိုးခြင်းဖြင့် စိုက်ပျိုးယူသော် ပကြာမီပင်လျှင် မှိုများ ဖြစ်ထွန်း ပေါပေါက်၍ စားသောက် သုံးဆောင်နိုင်၏၊ ကောက်ရိုးမှို စသည်တို့ကား စိုက်ပျိုးယူသော် လွယ်ကူစွာ ရရှိနိုင်၏၊ အပင်ဖြင့်၍ ဖြစ်သောမှိုသည် ပင်သေမှို ပင်ရှင်မှို ၂-မျိုး ရှိ၏၊ ပင်သေမှို ဟူသည် သစ်ပင် သေသွားပြီးသည့်နောက် ဆွေးမြေ့ရာမှ မှိုများ ထွက်လာ၏၊ အချို့မှိုတို့သည် အပင်ရှင်လျက် ထိုအပင်တွင် တွယ်ကပ်ပြီးလျှင် ပေါက်ရောက်ကြကုန်၏၊ ဤကဲ့သို့ အပင်ကိုမှီ၍ ဖြစ်သောမှိုသည် ပင်သေ၊ ပင်ရှင် ဟူ၍ အမျိုးအစားအားဖြင့် ၂-မျိုး ရှိ၏။

မှိုစမ်းသပ်နည်း

ဖော်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း မှိုတို့သည် မြောက်များစွာသော အမျိုးအစား များကုန်၏၊ ထိုမှို အမျိုးမျိုးတို့အနက် အစာအဟာရအားဖြင့် စားသောက် သုံးဆောင်နေကျဖြစ်သော မှိုကို ပင်လျှင် သင့် မသင့် သိရှိနားလည်ထားရန် မလွယ်ကူပေ။ မှိုကိုတွေ့လျှင် အလွန်ကျွမ်းကျင်သော သူများမှ တပါး သိသာ အကြံတမ်း ရှိ၏၊ စားကောင်းသလော၊ မစားကောင်းသလော ဟု ဆုံးဖြတ်ရန် ခဲယဉ်း၏၊ မစားကောင်းသော မှိုဖြစ်လျှင် ထိုမှို၏ အဆိပ်သည် တခါတရံ ထက်လာ၍ အသက် အန္တရာယ်ကို ပင်လျှင် ပြုတတ်ကုန်၏၊ မှိုကို စားသင့် မစားသင့် ခွဲယူရန် အောက်ပါအတိုင်း မှတ်သား နားလည်ထားအပ်ပေ၏။

(၁) မှိုကိုတွေ့သောအခါ မှိုအပွင့်လုံးကို လက်နှင့်ခြေ၍ နို့ရောင်အရည်များ ထွက်သော် လျှင် ထိုမှိုကို အဆိပ်ရှိသည် ဟု မှတ်ပါ။

(၂) မှိုကိုတွေ့သောအခါ အရိုးကို ဓားနှင့်ဖြတ်ကြည့်ပါ၊ ထိုဖြတ်စ၌ ညိုပြာသွားခဲ့သော် ထိုမှိုမျိုးကို မစားသင့်ပေ။

(၃) မှိုပေါ်တွင် ဆား အနည်းငယ် ဖြူးကြည့်ပါက ညိုမဲလာလျှင် ထိုမှိုကို မစား ကောင်းပေ။

(၄) မှိုကို ဆားရေကျွင်း စိမ်ကြည့်ပါ၊ မှို၏ အရေးအရောင်သည် ညိုလာခြင်း၊ ပြာလာ ခြင်း၊ နက်လာခြင်း ဖြစ်ခဲ့သော် ထိုမှိုကို ဆိုး ဟု မှတ်ပါ။

(၅) မှိုအရိုးတံကို လက်ဖြင့်ခြေကြည့်ပါ၊ ကြေမွသွားလျှင် ထိုမှိုကို မစားကောင်းပါ။

(၆) မှိုသည် သန့်ရှင်းစွာဖြင့် မပေါက်ဘဲ မှိုအရင်း၌ မြေကျင်းကဲ့သို့ ပတ်ခွေလျက် ပေါက်ရောက်လာသော မှိုကို မစားကောင်းပါ။

အထက်ပါအတိုင်းပင်လျှင် မှိုပွင့်၏အောက်၌ ကွန်ချာကဲ့သို့ဖြစ်နေလျှင် မစားကောင်းပါ၊ ဤမျှလောက်ဖြင့် တွေ့မြင်ရသော မှိုတို့ကို သင့် မသင့် ခွဲခြမ်း ယူ၍ စားသောက်နိုင်ပါပြီ။

မှိုဆိပ်သင့်သော လက္ခဏာ

ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး၏ အဆိပ်ရှိသော မှိုများကို စားမိသဖြင့် အဆိပ်သင့်သည်ကို မြန်မာတို့သည် မှိုတောက်သည် ဟု ခေါ်ကြကုန်၏၊ ယင်းကဲ့သို့ မှိုတောက်ခဲ့သော် အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်လာနိုင် ကုန်၏။

မူးခြင်း၊ ကာံတွေးများခြင်း၊ မောအန်ခြင်း၊ စီးချုပ်သွားခြင်း၊ ထိုင်းမှိုင်းလေးလံခြင်း၊ သတိလွတ်ကင်းခြင်း၊ ယက်ခြင်း၊ ချွေးများ ထွက်လာခြင်း စသည်ဖြင့် ဖြစ်လာနိုင်ကုန်၏။ ထိုသူကို မှိုတောက်သည်ဟု မှတ်ယူအပ်၏။ အဆိပ်သင့်ပြရန်မှာ စားကောင်းသော မှိုပင် ဖြစ်စေကာမူ ဖော်ပြခဲ့သည့် ဥတုဇ အကူအညီ၊ ရာသီဥတု အခြေအနေ အကူအညီတို့ဖြင့် ပေါက်ရောက်လာသော မှိုသည် လွန်စွာ ဘက်တက်ကုန်၏။ ထိုအတက်ကို မခံနိုင်သူသည် မှိုတောက်သည့် အဖြစ်သို့ ရောက်ရှိသွားရ၏။ ထို့ကြောင့် ရှေးသူဟောင်းတို့သည် မှိုကိုဖျက်၍ ချက်ပြုတ် စားသောက်ကြကုန်၏။ မှိုဖျက်နည်းမှာ နှစ်မျိုး ရှိ၏၊ မီးနှင့် ဖျက်ခြင်း၊ ရေနှင့်ဖျက်ခြင်း ဟူသည်တို့ပင်တည်း။ မီးနှင့် ဖျက်ခြင်းမှာ အပူအစပ်ကျိုးဖြင့် မှိုတွင်ရှိသော အဆိပ်များ ထက်အောင် ဖန်တီးပေးသည့် ရေအုပ်စု၊ အိုးအုပ်စုများ ရှိ၏၊ ၎င်းရှိသော ရေကို မီးနှင့်ထက်ရမည် ဖြစ်သောကြောင့် မှိုချက်သောအခါ ငြုပ်သီးများ ရောထည့်၍ ချက်ပြုကုန်၏၊ တနည်းအားဖြင့် မှိုတွင်ရှိသော ဥတုဇ အပူဓါတ်ကို နှိမ်ယဉ်ခြင်း ဖြစ်၏။ ရေကို ရေနိုင်သောကြောင့် ရေအုပ်စုဝင် အစာဖြစ်သော ကာဇွန်းရွက်ကို ရောစွက်၍ ချက်ပြုတ် စားရ၏။ ဤကဲ့သို့ ရှေးလူဟောင်းတို့၏ မှိုကို ကာဇွန်း စားသောက်ရာ၌ အပူ အစပ်နှင့် ဖျက်ခြင်း၊ အအေးရေဓါတ်နှင့် ဖျက်ခြင်း စသည်ဖြင့် ၂-မျိုး ရှိရလေသည်။ မှိုတောက်ခဲ့သော် အစပ်နှင့်လည်း ဖြေနိုင်၏၊ အအေးနှင့်လည်း ဖြေနိုင်၏။ များသောအားဖြင့် အပအေးနှင့် ဖြေကြသည်ကား များ၏။ ဥပမာ ကဇွန်းရွက်ကို အရည်သွင်ယူပြီးလျှင် တိုက်ရ၏၊ ကဇွန်းရွက်နှင့် ထန်းလျက် ပြုတ်၍လည်း ခပ်နိုင်နိုင် သောက်ကြရ၏။ ဤဖြေနည်းတို့ကား သာမည အားဖြင့် မှိုဟောက်ရာ၌ သင့်လျော်ကုန်၏၊ မှိုတောက်သော်လည်း ၎င်းကြောင့် သေ့တက်ခြင်း၊ အကြောတက်ခြင်း၊ ဖြစ်လာခဲ့သော် ဤဖော်ပြပါနည်းသည် သင့်လျော်၏၊ ဘာကယ်တမ်း အဆိပ်ကဲ့သို့ ဖြစ်သွားသည် အထိ တောက်မှုကား အန်ဆေးကို ကျွေးရ၏၊ အန်ဆေးတော်သော ဘူးပင်များသည် များစွာ ရှိ၏၊ သမင်စာသီး၊ မရိုးရေ ငက် ဆပ်ပြာသားခံနှ ဖော်တိုက်ရ၏၊ ကြီးအာ မြစ်ကို ဆားနှင့် သွေး၍ လျှာတွင် ပွတ်ပေးလိုက်ရာသော် တခဏချင်း အန်သော၏၊ သို့ပေတတ် အန်လည်းအန် ဝက်လည်းသက်သော ကနဲ့ကို ဖော်တိုက်ရ၏၊ တကယ်တမ်း အဆိပ်ကဲ့သို့ ဖြစ်သွားသောအခါ သွေးကိုသည်လည်း ခဲကုန်၏၊ နည်းပါကုန်၏၊ ထိုအခါ အဆိပ်ကို အန်စေပြီး နောက် သွေးသွင်းနိုင်သည့် ဆေးရုံကြီးများတွင် သွေးသွင်းပေးရာ၏၊ အဆိပ်ကဲ့သို့မင် လျှပ်မြန်စွာ ကုမှ ပေးရာ၏၊ ဝမ်းတာဝါဒါဖြင့် အချိန်ဆွဲပြီးလျှင် လက်တွဲမမီသူဘောဖြင့် မလုပ်သင့်ချေ၊ သတ္တဝါ၏ အသက်တချောင်းသည် တန်ဘိုး မဖြတ်နိုင်အောင် ရှိသည်ကိုကား ဆေးပေးကုသသူတိုင်း ကိုယ်ချင်းစာ အသိတရား ထားသင့်ပေသည်။

မှိုဥများ

ဖော်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း ပေါက်ပွားတတ်သော မှိုအမျိုးမျိုး ရှိသည့်အနက် မပေါက်ဘဲ မြေလိမ့်၌သာလျှင် စုရုံးပြီး ဥအဖြစ်ဖြင့် သုံးလေးလုံးမှ စ၍ ၁၅-လုံး၊ အလုံး ၂၀-အထိ ရှိုးကျ နေသော မှိုဥတမျိုး ရှိသေး၏၊ အချို့သူတို့သည် ၎င်းကို ဖဲ့ဖွာ ဟု ခေါ်ကြ၏၊ အသားကို သီး ကြည့်သောအခါ ညက်ညော၏၊ အရသာ ရှိ၏၊ ချို၏၊ ၎င်းပေါက်ရောက်တတ်သော နေရာကို အလိမ်းအမှတ်ထားလျက် အချို့ ရက်စွဲဖြင့် မှတ်သားပြီး ယိုနေရာတွင် သွားရောက် ရှာကြ၏၊

မြေပြင်တွင် လက်ဖြင့် ပွတ်စပ်ကြည့်သော် ထိုမှိုသည် ဖြစ်တွန်း ပေါ်ပေါက်သော နေရာ၌ ဆုံသံ ပေါ်၏၊ လှိုင်သံပေါ်၏၊ ထိုအခါ ယိုနေရာတွင် ကူးယူကြကုန်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အေး၏၊ ဒေါသဘုံးပါးကို ဖြစ်စေ၏၊ ကြောကျက်ခဲ၏၊ အော်ခြင်း၊ ဝမ်းသက်ခြင်း၊ အဖျား၊ သလိပ်ရောဂါတို့ကို ဖြစ်ပွားစေ၏၊ မှိုသည် အမျိုးများ၏၊ နွတ်ယူလိုက်သောအခါ အမြစ်ရပ်များ ကျန်နေ၏၊ ရင်းအပယ်မှ နှစ်ငုံ ထပ်ပွဲ ပေါက်တတ်၏၊ ရင်းကို မျိုးယူပြီးလျှင် စိုက်ပျိုး၍လည်း စားသောက်နိုင်၏၊ နိုင်ငံခြား ရာသနာကမှ ကျမ်းများ၏ အလိုအားဖြင့် မှိုသည် အေး၏၊ ဒွန်အားကို ပြုတတ်၏၊ ကြောကျက်ခဲ၏၊ ချို၏၊ မလတို့ကို ဖြိုခွဲတတ်၏၊ ဒေါသ သုံးပါးကို ဖြစ်စေတတ်၏၊ သလိပ်ကို ပြုတတ်၏၊ မှိုနှင့်သည် အနည်းငယ်သော အကျိုးကို ဖြစ်စေနိုင်၏။

မှိုနှင့် ဓာတ်သတ္တ သိပ္ပံ အယူအဆ

ဖော်ပြခဲ့သော မှို၏ ဂုဏ်အင်စွမ်းရည် အတ္ထုပ္ပတ္တိ အရပ်ရပ်တို့သည် မူလ အာယုဗ္ဗေဒ နိုင်ငံခြား ကျမ်းများမှ ကောက်နုတ် ဖော်ပြခြင်း ဖြစ်ပါသည်၊ ဓာတ်သတ္တသိပ္ပံ ပညာရှင်တို့၏ အယူအဆ အကျိုးသက္ကာ ရှိပုံကို (Vegetarian) ကျမ်းမှ ကောက်နုတ် ဖော်ပြပါမည်၊ မှိုတွင် ပါသော ဗီတာမင်များမှာ—

1 Rifodlavin (ရိုင်ဖိုဖလေဗင်)

2 Nicotinic (နီကိုတင်နစ်)

3 Folicacid (ဖောလစ် အက်စစ်)

မှုန်းမှိုကို စားသောက်သော် မန်းနှာရောဂါကို သက်သာစေ ရသည်။

Glutamic acid (ဂလူတေမစ် အက်စစ်) ဟုသိရှိအပ်သော ဓာတ်လေးများကို ဆည်းပယ် ဖိုဖိုထက်ခြင်းစေ၏၊ အမှတ်သညာ ကောင်း၍ မမေ့လျော့မှုများမသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ အတွက်လည်း များစွာ အကျိုးပြုပါ၏။

ဤဖော်ပြချက် အကျိုးပြုနိုင်သော စွမ်းရည်တို့သည် မှိုမျိုးစုံးသောက်သုံးစွဲကြသော သူများမှရသော အကျိုး အာနိသင်များ ဖြစ်၏။

မှိုနှင့် အဆိပ်

မှိုတို့သည် အမျိုးများကုန်၏၊ ထိုများသဖြင့် မှိုတို့အနက် စားသောက်ကောင်းသော မှိုဟူသည် နည်းပါး၍ အဆိပ်ကိုဖြစ်စေသော မှိုတို့သာ များကုန်၏၊ ဆေးကျမ်းများတွင် အဆိပ်ဖြစ်နေသော (၀၂) အဆိပ်သင့်သော ရောဂါများကို အဆိပ်နှင့်သော မြင်လည်း ကုသပေးရာ၏ ထုအမှုအသား ရှိသည့်အတိုင်း လွန်စွာ ကုရခက်သည့် နာတာရှည် ရောဂါ၊ မြွေဆိပ်၊ ဝေဆိပ်၊ အဆောင်းပုံများ ယခုကြားတွင်သာ အမှုထိအောင် ဖြစ်နေသော အဆိပ်အမျိုးမျိုး အတွက် စားသောက် သုံးဆောင်ကောင်းသော ခွမှိုတပါး အဆိပ်ကို ဖြစ်စေသော မှိုအမျိုးမျိုးတို့ကို

ကြံ့စီ လေ့လာပါလျှင် အသုံးမဝင် အပယ်ခံထားရသည့် မြောက်မြားစွာသော မှိုဆိုးအမျိုးမျိုးတို့သည် လူသားတို့အား များစွာ အကျိုးပြုကြမည်ကား ပလွှပင် ဖြစ်သည်။ ဥပမာ ပေါင်ကုန်းတို့၌ မိုးအခါတွင် ပေါက်ရောက်တတ်လေသော မှိုကွန်ချာ ဟု ခေါ်သော အယ်ဖိုက်ကို ဖြစ်စေတတ်သည့် မှိုတမျိုး ရှိ၏။ ပေါက်ရောက်နေသည့် လွန်စွာ လှပ၏ ခတ်ပ်ီးဇောများ တည်နေပုံကိုသို့ တွေ့ရ၏။ အဆင်း လွန်စွာလှသော်လည်း အနံ့ကား ဆိုးဝါးလှ၏။ အလိုအလျောက် ပေါက်ရောက်ကြီးပွားနေရာ၌ ၎င်း၏ သက်တန်းရှိသရွေ့ ကာလတော်ခန့် ပေါက်ရောက်နေပြီး ပျက်စီးသွားသည်ကို တွေ့ရ၏။ ၎င်းကို နုတ်ယူထားလိုက်လျှင် မကြာမီပင် အရည်ပျော်သွား၏။ ထိုမှိုကို နုတ်ယူပြီးလျှင် သန့်ရှင်းစေလျက် လေလုံသော ပုလင်းတလုံးတွင် ထည့်ထားလိုက်သော် တရက်အတွင်းမှာပင် အရည်များ ဖြစ်သွား၏။ ၎င်းအရည်ကို ဝတ်ဖြင့် လည်ပင်းကြီးရောဂါ၊ ခရုသင်းရောဂါတို့၌ ဝတ်ဖြင့် တို့နှံပေးက ပျောက်ကင်းနိုင်၏။ ဤကား အဆိပ်ဖြစ်သောမှိုကို အကျိုးပြုပုံ လူသားတို့အား အကျိုးပြုသည့်ဘက်၌ အသုံးချပုံကို ထိလွန်စ ခေါ်ပြခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဆေးသောက်ဖွယ်ရာ ပစ္စည်းမှန်သမျှ မှိုဘက်ခဲ့သော် ယိုအစေးအစသည်လည်း အရသာ ပျက်သွား၏။ ဖြစ်လာသော မှိုသည်လည်း မစင်ကြယ် ဖြစ်၏။ အခြားသော သစ်ပင်၊ သား၊ ငါး၊ ဗဒါ စသည်ဖြင့် အာဟာရ အမျိုးမျိုး၌ မှိုများကို ရနိုင်၏။ ဖြစ်ပေါ်သော မှို၏ ဖြစ်ရာ အရာဝတ္ထု၏ ဖမ်းရည်သတ္တိ ရှိသည့် အလျောက် ဖြစ်ပေါ်လာသော မှိုသည်လည်း စွမ်းရည်သတ္တိ ကွဲပြားလာ၏။ ထို့ကြောင့် မှိုတို့ကို ကျန်းမာရေးအတွက် ဆေးဘက်တွင် အသုံးပြုရန် သုတေသန ပြုခဲ့သော် ဆုံးနိုင်စွယ်ရာ မရှိချေ။

အထယ်ကြောင့် နည်းဟူမူ အလိုအလျောက် ပေါက်ရောက်နေသော မှိုအမျိုး အစားတို့သည်ပင်လျှင် ဆေးသောင်းနှီးပါးခန့် ရှိလေရာ ဥာဏ်ရှိသလို မှိုကို ထည့်ကွင်ပြီး ပြုလုပ်ခဲ့ပါသော် အရာဝတ္ထုတိုင်းတို့၌ မှိုကို ရနိုင်သောကြောင့် ထိုမှိုမျိုးတို့ကို၎င်း၊ ထိုမှိုတို့၏ စွမ်းရည်သတ္တိကို၎င်း၊ သုတေသနပြု၍ ဆုံးနိုင်မည် မဟုတ်ချေ။ ရှေးအခါက သမားတော်ကိုင်းပင်မှ ရသော မှိုကို အသုံးပြုကြရ၏။ ငါးမှိုကိုလည်း အသုံးပြုကြ၏။ လေလာ ကျောင်းသားတို့သည် ယိုကိုင်း မှိုကို ရသောအခါ ကြိုးငယ်ဖြင့် သီလျက် ကျပ်နီးစင်ကွင် ဆွဲထားကြကုန်၏။ အစာမဆိုးစေရန် ဖန်းလျက် သို့မဟုတ် ပျားရည်နှင့် ရော၍ ကလေးများကို တိုက်ကြ၏။ ဤကဲ့သို့ ရှေးသူဟောင်းတို့၏ အသုံးကို ထောက်ဆလျှင် ရှေးအတော်ကျကျကပင် အဆိပ်ဖြစ်စေသော မှိုများကို လူသားတို့အတွက် အသုံးချရန် အသိဥာဏ်ရှိကြပြီဟု ဆိုရပေမည်။ အခြားသော မိုးယပ်တွေးကာက် အဆိပ်တက်ရောဂါတို့၌ ဆင်ခြေသည်းနှင့် စသည်တို့ကို နွားဆေးအဖြစ်ဖြင့် ရောစပ် အသုံးပြုကြသည်ကိုလည်း တွေ့ရပေသည်။ သွေးဆိုးရောဂါ၊ သွေးငင်းရောဂါတို့၌ ပိတောက် မှိုသည် လွန်စွာ အသုံးဝင်ကြောင်း ခေးဟောင်းပညာရှိတို့၏ အသုံးပြုပုံကို ထောက်ဆခြင်း အားဖြင့် သိနိုင်ပေသည်။ အချို့မှိုတို့သည် လူတို့၏ စိတ်ကို ကြွနဝရှင်းမြိုင်းစေရုံမက ပိပိအလိုသို့ ပါအောင် ပင်လျှင် ဖြည့်စွမ်းနိုင်သောကြောင့် ခပ်ဆေးအဖြစ်လည်း အသုံးပြုကြရာဟူပ် တွေ့ရပေသည်။ ဤမျှ ဖော်ပြလိုက်ခြင်းဖြင့် များစွာ သုတေသန ပြုလုပ်သင့်ကြောင်း သိနိုင်လောက်ပေပြီ၊ အချို့မှိုတို့သည် အသက်ရှင်နေသကဲ့သို့ပင် တွေ့ရ၏။ ကင်းမှိုးဟု ခေါ်သော ကင်းတမျိုး ရှိ၏။ အလင်း မရောင်၌ ၎င်း၏ တောက်ပြောင်မှုကို မတွေ့ရချေ၊ မှောင်မှောသောအခါ၌သာ အရောင် အလင်းကို

တွေ့ရ၏၊ ၎င်းကို မှိုစုံ ဟုခေါ်ကြသည်၊ ၎င်း၏ အသုံးအနှုန်း အကျိုးပြုပုံကိုလည်း အုံ့ဖွယ်ရာဖြင့် တွေ့ရပေသည်။

မှိုတို့သည် ပြေနှင့် ပင်နှင့်၊ ပင်ခေသ အမျိုးမျိုးတို့၌ ပေါက်ရောက်ထင်သည့် အတိုင်း ထိုမှိုအမျိုးမျိုးမှ ဖယ်ေါးကျောက်မှို ဟူ၍လည်း ရှိသေး၏၊ မြန်မာဗိန္ဒော ဆရာတို့သည် ၎င်းကို ဆေးဘက်တွင် အများဆုံး အသုံးပြုကြ၏၊ ၎င်းသည် ပင်လယ်ကမ်းခြေ ပင်လယ် ကမ်းစပ်တို့၌ များစွာ ဖြစ်ပေါ်၏၊ ရေကျောက်မှိုဟု ဆိုရပေမည်၊ ပင်လယ်ထဲ၌ မှိုနှင့်မခြား ကားကား စွင့်စွင့် ပွင့်လျက် ကဖြည်းဖြည်း ပေါ်လာပေ၏၊ ၎င်းကို မြန်မာဗိန္ဒော ဆရာတို့သည် လိပ်ခေါင်းလိမ်း ဆေး၊ ဆီးဆေး၊ အပူဒေါသကို ငြိမ်းစေသော အပူငြိမ်းဆေးတို့၌ များစွာ အသုံးချကြကုန်၏။

မှိုနှင့်သက်ဆိုင်ရာ အကြောင်းအရာတို့ကို ဖော်ပြရာ၌ အတန်ငယ် ကျယ်ပြန့်သွားပေ၏၊ ထိုသို့ဖော်ပြလိုက်ရခြင်းမှာ မှိုကို လူသားတိုင်း ကြိုက်နှစ်သက်ကြ၏၊ တိုင်းပြည်တိုင်း စားသောက်ကြ၏၊ အကျိုးပြုသည်လည်း ရှိ၏၊ အပြစ်ပြုသည်လည်း ရှိ၏၊ နှစ်စဉ်နှစ်တိုင်းဆိုသလိုပင် (ဝါ) မှိုပေါ်သော အချိန်တိုင်းပင် မှိုကြောင့် အန္တရာယ် ရောက်ကြောင်းကိုလည်း ကြားသိ တွေ့မြင် ရ၏၊ ယင်းကဲ့သို့ အပြစ်မပြုဘဲ အကျိုးကိုသာ ရရှိကြစေရန် ရည်သန်ရင်း စိတ်မကောင်းသောင်း လျက် ဖော်ပြလိုက်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်၊ ၎င်းပြင် အဆိပ်ဖြစ်သော စားသောက်ခြင်းငှာ မတိုက် သည့် မှိုမျိုးတို့သည်လည်း များစွာပင် ရှိကြကုန်၏၊ ၎င်းတို့ကား "မသိသူ ကျော်သွား သိသူ ဖော်စား" ဟူသော ဇိန္ဒော ဆောင်ပုဒ်အတိုင်း ၎င်းတို့၏ အကျိုးပြုနိုင်ပုံကို မသိကြလျှင် ကျော် လွှားခြင်းကို ခံကြရ၏၊ အဖယ်ခံ အဖြစ်ဖြင့်သာ တည်ရှိနေကြကုန်၏၊ ၎င်းတို့ကိုလည်း အကျိုးမဲ့ မဖြစ်သွားစေဘဲ လူသားတို့အား အကျိုးပြုသည့် အဖြစ်ဖြင့် ဆေးဘက်တွင် အသုံးပြုနိုင်ကြရန် ရည်သန်၍လည်း ဤမျှလောက် ဖော်ထုတ်ရေးသားရခြင်း ဖြစ်လေသည်။

မှိုနတို

သက္ကတ ချာင်္ဂေရီ

ဟိန္ဒီ ချာင်္ဂေရီ (ကျံ့ဝေရိ)

လက်တင် Oxalis Corniculata

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။မြေတွင် တွားသွားတတ်သော အလွန်ငယ်သော နွယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အရွက်သည် တွဲနေ၏၊ အရိုးတန် တခုတွင် အရွက် ၃ ခုရှိ၏၊ အပွင့် ဝါ၏၊ အသီးသည် ဘလက်မ ခွဲလိ ရှည်၏၊ အစေ့ ရှည်လုံးလုံး ဖြစ်၏၊ ဗာဒံရောင် ရှိ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ဆေး၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ နှုတ်မြိန်စေ၏၊ နှလုံးကို အားပေး၏၊ သွေးကို ချုပ်စေ၏၊ သည်းခြေကို ငြိမ်းစေ၏၊ အပူကို ပယ်တတ်၏၊ သက္ကုရည်သည်

အကြောများကို ဖွင့်ရှုံ့စေတတ်၏။ ထို့ကြောင့် လေဖွဲ့ဖိုးခြင်း၊ ဝမ်းသက်ရောဂါ၊ ပိတ်ဝမ်းရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။ ထို့ပြင် အရေပြားရောဂါ၊ တဆူကဲ အဖုများတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံးပြုနည်း

ခေါင်းကိုက်ခြင်း ရောဂါ။ ။မှိုနတီ အချဉ် သတ္တုရည်ကို ဖယောင်းနှင့် ချက်၍ ခေါင်းအကွင်း ဖွဲ့ကြလာသော အူသို့ လိမ်းပေးမှု ခေါင်းကိုက်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

ပန်ခိုင်းသီး၀ါ စားရှု မူးခြင်း။ ။၎င်းမှိုနတီချဉ်ရွက်၏ သတ္တုရည်ကို တိုက်က ပန်ခိုင်းအဆိပ် ပျောက်ကင်း၏။

ရောင်ရမ်းခြင်း။ ။ခတ်သင့်၍ ရောင်ရမ်းခြင်း၊ ဒဏ်ရာလိုက်၍ ရောင်ရမ်းခြင်းတို့ကို ၎င်းအရွက်ကို ပြစ်ချွဲအောင် ကြိတ်၍ ရောင်ရမ်းသော နေရာ၊ နာကျင် ကိုက်ခဲသော နေရာသို့ အုပ်ပေးပါ။ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း ကင်း၍ အရောင်လည်း ကျပါလိမ့်မည်။

အစာမကြေရောဂါ။ ။၎င်းအစိမ်းရွက်ကို လက်သုတ်လုပ်၍ စားပါက အစာကြေ၍ စားလို သောက်လိုသော စိတ်များ ဖြစ်ပွားလာလိမ့်မည်။

မျက်စိ ပူလောင်ခြင်း။ ။၎င်းအရွက်၏ သတ္တုရည်ကို မျက်စဉ်းခပ်ပေးပါ၊ မျက်စိလောင်ခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

သွားဖုံးရောင်ခြင်း။ ။၎င်းသတ္တုရည်ကို နှုတ်ငုံ ဆေးပြု၍ ငုံပေးပါက သွားဖုံးရောင်ခြင်း၊ နာခြင်း ပျောက်ကင်းစေ၏။

ရင်ဘတ်နာခြင်း။ ။၎င်းမှိုနတီချဉ်ကို ကျကျပြုတ်၍ ၎င်းအရည်တွင် သကြားပြီးသော ရှိန်းဖိုး အနည်းငယ်မျှ ထည့်၍ သောက်က ပျောက်ကင်း၏။

သွားနာခြင်း၊ နံ့ခြင်း။ ။၎င်းအရွက်ကို အနည်းငယ် ပြုတ်ချေ၍ ရေတွင် စိမ်ထားပြီးလျှင် ၎င်းရေတွင် သကြားခဲ သင့်ရုံ ထည့်၍ သောက်က ပျောက်ကင်း၏။ ၎င်းသည် အချို အချဉ်ရှိရာတွင် အချဉ်ကိုသာ ဆေးတွင် အသုံးပြု များကုန်၏။ အထူးသဖြင့် မျက်စိဆေး၌ ၎င်းသည် လွန်စွာ အသုံးဝင်သည်။ မှိုနတီချဉ်၊ ခန်းတောက်ဥ၊ နှင့် နနွင်းစိမ်း၊ ပုယ်ဝါး၊ ကိန်း၊ ဆေးခြောက်၎င်းခြောက်မျိုးကို ရောကြိတ်ပြီးလျှင် မျက်စဉ်းတောင့် ပြုလုပ်၍ မျက်စိကု ဝိဇ္ဇာဆရာ အဆက်ဆက်တို့ ယနေ့တိုင် အသုံးပြုကြကုန်၏။ လွန်စွာ အကျိုးပြုသဖြင့် သုံးလည်း သုံးထိုက်၏၊ မျက်စိနီခြင်း၊ မျက်သား တက်ခြင်း၊ မျက်ရည် ယိုခြင်း၊ အောင့်ခြင်း၊ ယားခြင်း၊ ကိုနိုး စပ်ခြင်း၊ ကိုက်ခြင်း ထိုခြင်းတို့၌ တကြိမ် နှစ်ကြိမ် ကွင်းပေးရုံနှင့် အကျိုးပြုပါ၏၊ မျက်စိကို လွန်စွာ အသုံးချရသော ပုဂ္ဂိုလ်များ အတွက် အနာဂတ်တွင် မျက်စေ့ မှုန်ခြင်း စသည်ဖြင့် ထိခိုက်မည်အရေးရာ မျက်စိ အတွက် အနာဂတ် အရေး အတွက် ကြိုတင် ကာကွယ်ခဲ့သော် ထိုမျက်စိရောဂါ၊ မျက်စိမှုန်မှုအတွက် များစွာ ကာကွယ်နိုင်သော ဆေးတွင် မှိုနတီချဉ်သည် တမျိုး အပါအဝင် ဖြစ်၏။

ဆေးတောင်လုပ်ရာ၌ အချို့သော ပစ္စည်းတို့ကို ရောကြိတ်၍ ဘိန်းကိုမူ မရွေးနွှင့် ဖျော်ပြီးလျှင် ရောစပ်၍ ကြိတ်ရ၏။

မို့နတိုချီ

သက္ကတ   शिरिशार

ဟိန္ဒီ   शिरिआर (ရှတ်ဂေ့ရ်)

လက်တင်   Blepharis Edulis

မုံသဏ္ဌာန်။ ။ထင်ရှား၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ပင့်ပါးပေါ်ကို သုံးရ၏။ အရွက် ချိုပန့်၏၊ အေး၏၊ ဝိပါက၌ ချို၏၊ မြိန်စေ၏၊ ခြောက်ထယ်၏၊ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၏၊ မလ တိုကို ဟားမြစ်တယ်၏၊ ၎င်း ဖြင့် အဖျား, ပန်းနာ, တုလဲသဘောနာ, နူနာ, ချွဲချွဲလည်စောင် မူးခြင်းတို့၌ သုံးရ၏။

ရောဂါ အလိုက် အသုံး ပြုနည်း

ဆီးအောင့်နာ။ ။၎င်း၏အစေ့ကို ကြိတ်၍ ထင့်ရှဲ သောက်မူ ဆီးအောင့် ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဆီးချုပ်နာ။ ။၎င်းအစေ့ ၀ ပိဿား သကြားနဲ ၁ ပိဿား ရော၍ သောက်မူ ဆီးချုပ်ခြင်း ပျောက်ကင်း၍ ဆီး များစွာ ရွှင်စေ၏။

မှင်သက်ပင်

သက္ကတ   दुग्धिका

ဟိန္ဒီ   दूधमोगरा (ဒုဓ်မိုဂရား)

လက်တင်   Euphorbia Hypericifolia

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။မြေးရာသီ၌ ပေါက်တတ်၏၊ တမိုက်ခန့် မြင့်၏၊ အရွက်သည် ရှက်ဆိုင် ဖြစ်၏၊ ဥသဏ္ဌာန် ရှိ၏၊ အပွင့် အလွန်ငယ်၏၊ ဖြူ၏၊ နှင်းဆီရောင် ရှိ၏၊ အသီး ငယ်၏၊ ခရမ်း ရောင် သန်း၍ ဝိမ်း၏၊ အပင်ကို ချိုးက အစေးထွက်၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။ချုပ်၏၊ မူးယစ်စေတတ်၏၊ ဝမ်းပြိုးစေတတ်၏၊ ပေါ့ရောဂါခြင်း ပျောက်၏၊ များများစားက အသိပ်ကို ဖြစ်စေတတ်၏၊ ကလေးများ ဝမ်းပိုက်နာရာ၌ အရွက် ရည်ကို နို့နှင့် ရော၍ တိုက်ရ၏၊ အရွက်ခြောက်တို့ကို ရေစိမ် တိုက်ပါက ဝမ်းသက်, ဥတုသွေး လွန်ခြင်း, မီးယပ်ဖြူ, သလိပ်နှင့် ရော၍ သွေးပါခြင်း ပျောက်ကင်း၏။

မှိုင်းပင်

သက္ကတ အလိယာရ (အလိယာ,ရ)

လက်တင် Dodonaea Viscosa

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။ချုံသဘောရှိသော အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ အကိုင်းအခက်များ စေးထက် ပျက်မှုသာ ထက်၏၊ အရွက် ငယ်၏၊ တောက်ပ၍ အောက်သို့ ကွယ်ကိုင်း၏၊ အပွင့် အနည်းငယ် စိမ်းရောင် ရှိ၏၊ အစေ့ မဲ၏။

ဂုဏ် နှင့် စွမ်းရည်။ ။အရွက် ဖန်၍ အနည်းငယ် ခါး၏၊ အနာ၌ အသားနုတက် စေ၏၊ အမှန်ကို အပူပျောက်စေရန် အသုံးပြုရ၏၊ အရွက်ရည်ကို မြွေကိုက်ရာ၌ တိုက်ရ၏။

မှန်ကူပင်

သက္ကတ आम्रगुला (အမ္ဗ-ဂု,လ)

ပါဠိ गुमर

လက်တင် Elaeagnus Lotifolia

ပုံသဏ္ဍာန်။ ။အလွန် အခက်များသော ချုံမျိုး ဖြစ်၏၊ များသောအားဖြင့် အပင် များသို့ နွယ်တက်တတ်၏၊ အခေါက် အရွက် နူးညံ့၏၊ အရွက်၌ သေးငယ်၍ ဖြူသော အမွေး ကလေးများ ရှိ၏၊ အသုပ်လိုက် ပွင့်၏၊ အသီးမှာ နုင်းဆီရောင် ရှိ၏၊ အရေးအခကြောင်း ၁ - ၃ ရှိ၏၊ (မှန်ကူပန်းသည် တိုခွဲပြီးသော မှန်ကူးသီး, ဝိုးသော အပင်ကြီးမျိုးမဟုတ်၊ နွယ်ပင်မျိုးမှ ဖြစ်သော ဆေးအဖြစ် အသုံးပြုရသည့် အပင်မျိုး ဖြစ်ကြောင်း သတိပြုပါ)။

မှန် ဖြူ

သက္ကတ ပိဏ္ဍီတက

ဟိန္ဒီ မဒနဂါ (ဘ,နိနိ)

လက်တင် Randia Uliginosa

ပုံသဏ္ဌာန်။ ။အပင်ငယ်မျိုး ဖြစ်၏၊ ၆-မီတာခန့် မြင့်၏၊ အခေါက် နီရောင်သန်း၍ ညို၏၊ အကိုင်းအခက် များ၏၊ ထူ၍ ပိတ်ဆို့၏၊ ဘေးသို့ ဖြန့်ကျယ်၏၊ 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၏၊ သီးရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏၊ ယူနာနီ ဆရာတို့၏ အလိုအားဖြင့် အမြစ်သည် ဒါရသာ ကင်း၏၊ ခွန်အားကို ဖြစ်စေ၏၊ ကာမကို အားပေး၏၊ အီးကို ရှင်စေ၏၊ ဝရုတ်ခြင်း, နှလုံးရောဂါ, ကလေးများ၌ ဖြစ်တတ်သော သွေးစုနာ, သည်းခြေပျက်ခြင်း, ဆီးအောင့်ရောဂါ, ဆီးချုပ်ရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။

ဒုယတိတွဲ-ပြီးပြီ။