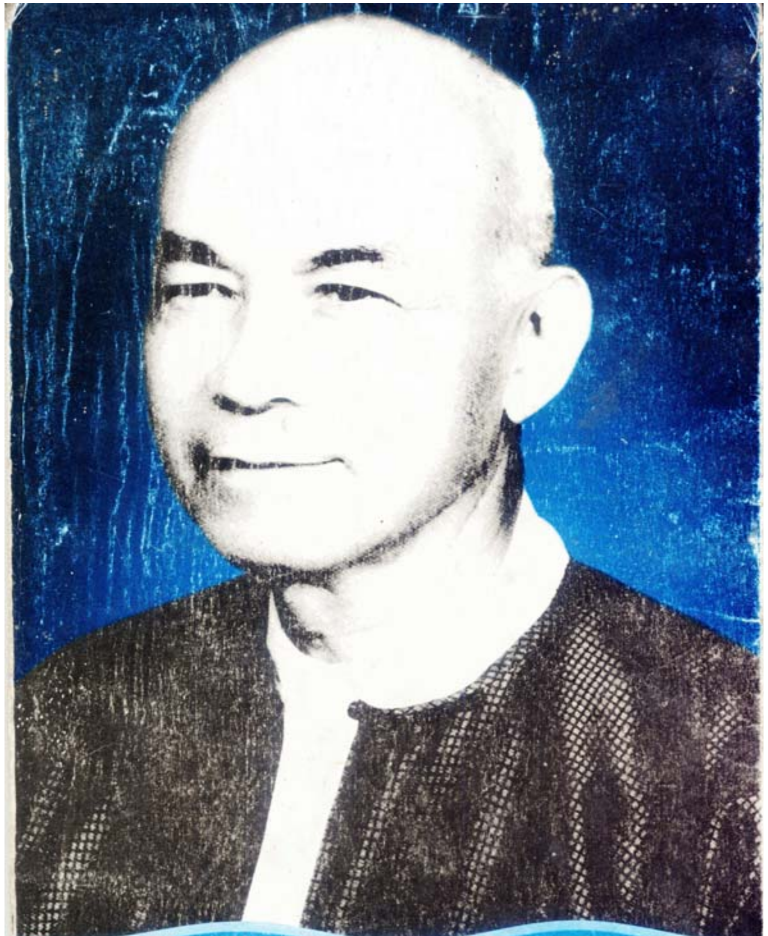

ဦးအောင်ချစ်

ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်း

ဆရာချစ်(ဦးအောင်ချစ်)

ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်း

ဖြန့်ချိရေး

ရခိုင်သားကြီးစာပေ
၁/၅၅၊ ကျွန်းရွှေဝါလမ်း
ဘုရင့်နောင်ပွဲရုံတန်း၊ ရန်ကုန်။
၀၁. ၆၈၀၆၇၂၊ ၆၈၁၈၂၆

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

မာတိကာ

အမှတ်စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
	ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းပိုင်းဆိုင်ရာ အခန်းကဏ္ဍ	
၁။	နိဒါန်း	၁
၂။	မိတ်ဆက်လွှာ	၅
၃။	ပေါ်တူဂီဘုန်းကြီး မန်(န)ရစ်နှင့် ရခိုင်ဆေးမှတ်တမ်းဇချင်း	၇
၄။	ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းလာ နိဒါန်း	၉
၅။	အက္ခရာအစဉ်လိုက်(က)မှ(အ)အထိ ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းလာ ဆေးပင်များနှင့်အကျိုးသွား	၁၀
၆။	ဆေးအခေါ်အဝေါ်အမျိုးအစားများ	၈၇
	ရခိုင်ရိုးရာဆေးနည်းပိုင်းဆိုင်ရာအခန်းကဏ္ဍ	
၁။	ရခိုင်ရိုးရာသုံး ဓာတ်(၄)ပါးဆေး	၁၁၉
၂။	ရခိုင်ရိုးရာသုံး အာဟာရ(၆)ပါးဆေး	၁၂၃
၃။	ရခိုင်ရိုးရာသုံး (၇)ပါးဆေး	၁၂၅
၄။	ရခိုင်ရိုးရာသုံး (၉)ပါးဆေး	၁၂၆
၅။	ရခိုင်ရိုးရာသုံး ဆေးမည်းကြီး	၁၂၇
၆။	မဟာသံဝဍ္ဎ လေမုန်တိုင်းဆေး	၁၃၀
၇။	ခန္ဓာခိုင်လေးညှင်းကဲဆေးကြီး	၁၃၁
၈။	ဟိန်းရာဇာဆေးကြီး	၁၃၂
၉။	ဟိန်းရာဇာနဂါးစက်ဆေးကြီး	၁၃၄
၁၀။	ကန့်ချုပ်ခပေါင်းဆေး	၁၃၅
၁၁။	ငန်းပဒေသာဆေး	၁၃၆
၁၂။	ငန်းဝါဆေးကြီး	၁၃၈
၁၃။	ဒူလာပါဒရက်ဆေးခါးကြီး	၁၃၉
၁၄။	ရခိုင်နန်းမ ဝေသာလီငန်းဆေး	၁၃၉

၁၅။	ရခိုင်ဝေသာလီငန်းဆေး	၁၄၀
၁၆။	ဗီဇံညို (အစာဖျက်)ဆေး	၁၄၀
၁၇။	မီးယပ်ဇာတိပ္ပိုလ်ကဲသွေးဆေးကြီး	၁၄၁
၁၈။	မုဆိုးကျော်ငန်းဆေးနည်းများ	၁၄၁
၁၉။	ဇာတိလဝက်ဆေးနည်း	၁၄၂
၂၀။	(၄၅)ပါးခန္ဓာခိုင်သွေးဆေးကြီး	၁၄၃
၂၁။	ဝိသမ္ဘရာဆေး(ပိတ်ချင်းကဲ)	၁၄၄
၂၂။	ရန်ပုံခွင်း မီးယပ်ဆေး	၁၄၄
၂၃။	ဓနုကသွေးဆေးနည်းများ	၁၄၅
၂၄။	သွေးဆေးနီကြီး	၁၄၆
၂၅။	ကလျာဏီဆေး	၁၄၆
၂၆။	နဝဓာတုခေါ် နဝင်းကြေမုတ်ကဲဆေးကြီး	၁၄၇
၂၇။	ရသာယနအားတိုးဆေးရည်	၁၄၇
၂၈။	ဒူလာပဒရက် မီးယပ်လေဆေးရည်နှစ်မျိုး	၁၄၈
၂၉။	ကျန်းမာရေးဆေးနည်းကျော်	၁၄၉
၃၀။	ပညာသာရ ငန်းဆေးနှစ်မျိုး	၁၅၀
၃၁။	သွားရောဂါဆေးနည်း(၃)မျိုး	၁၅၀
၃၂။	အပူသတ် အပူငြိမ်းသွေးဆေး	၁၅၂
၃၃။	အစာကြေဆေး(လျက်ဆား)၂မျိုး	၁၅၂
၃၄။	သလိပ်အန်ဆေး	၁၅၃
၃၅။	ဓာတ်လေဆေးခါးရည်	၁၅၃
၃၆။	(သပုတြ)သားများဥ အားတိုးဆေး	၁၅၆
၃၇။	မျက်စိရောဂါဆေး	၁၅၆
၃၈။	အစာကြေ လူဝအားတိုးဆေး	၁၅၆
၃၉။	ဆီးရောဂါပျောက်ဆေး	၁၅၇
၄၀။	ဝပုနထန်းဖူးဆေး	၁၅၇
၄၁။	ပရိယတ္တိသောမနဿဆေးတော်ကြီး	၁၅၈
၄၂။	ဒူလာပါဒရက်ဆေး	၁၅၉
၄၃။	အနာကြီးနူနာရောဂါပျောက်ဆေး	၁၆၁
၄၄။	လေရောဂါဆေးနည်းကြီး	၁၆၂
၄၅။	ဒူလာမီးယပ်ဆေးကျော်	၁၆၂
၄၆။	အကြောဖြေဆေးကျော်	၁၆၂
၄၇။	ပန်းနာအမြစ်ဖြတ်ဆေးကျော်	၁၆၃
၄၈။	တီဘီသနာရုပ် ပန်းနာဆေး	၁၆၃
၄၉။	ငှက်ဖျားရောဂါပျောက်ဆေး(၂)မျိုး	၁၆၄
၅၀။	ဒူလာသရော(၁၀)မျိုးနှင့် ကုမရန်ဆေး	၁၆၄
၅၁။	ဆယ့်နှစ်ရာသီလေးညှင်းကဲဆေး	၁၆၅
၅၂။	သလိပ်အန်ဆေး	၁၆၅
၅၃။	ကြို့ထိုးပျောက်ဆေး(၂)မျိုး	၁၆၅
၅၄။	ငှက်ဖျားရောဂါဖြတ်ဆေး	၁၆၅
၅၅။	မှိုနာဆေး(၃)မျိုး	၁၆၆
၅၆။	နှာပလုပ်ဆေး	၁၆၆
၅၇။	ပဂန္ဓရလိပ်ခေါင်းလိမ်းဆေး	၁၆၆
၅၈။	စားခွက်နှိပ်ဆေး	၁၆၆
၅၉။	သွားနာကောင်းဆေး	၁၆၆
၆၀။	ခူ ဝဲနှင်းခူစသည်ဆေး	၁၆၇
၆၁။	မုတ္တကြီးကောင်းဆေး	၁၆၇
၆၂။	ပဂန္ဓရမြင်းသရိုက်ဆေး	၁၆၈
၆၃။	သနာရုပ်ချောင်းဆိုးဆေး	၁၆၈
၆၄။	သလိပ်နှင့် ဆိုင်ရာရောဂါပျောက်ဆေး	၁၆၈
၆၅။	နားပင်း၊ နားပုပ်၊ နားရည်ယိုကောင်းဆေး	၁၆၈
၆၆။	ခူနာကောင်းဆေး	၁၆၈
၆၇။	သွားရင်းသက်တန့်ကုဆေး	၁၆၉

၆၈။	နှာဆေးကျော်	၁၆၉
၆၉။	သွေးကျရောဂါပျောက်ဆေး	၁၆၉
၇၀။	သွက်ချာပါဒလေဆေး	၁၆၉
၇၁။	အဖျဉ်းသတ်ဆေး(၂)မျိုး	၁၇၀
၇၂။	ခွေးရူးပြန်ဆေး	၁၇၀
၇၃။	အစာကြေဆေး	၁၇၀
၇၄။	ပျားဒူ၊ ကင်းမြီးကောက်ဆိပ်ပျောက်ဆေး	၁၇၀
၇၅။	နားပင်း၊ နားအူ၊ နားကိုက်နာ၊ ပြည်ယိုဆေး	၁၇၁
၇၆။	ဒူးဆစ်၊ လက်ဆစ်၊ ခြေဆစ်ရောင်တင်ဆေး	၁၇၁
၇၇။	မြွေကိုက်တင်ဆေး	၁၇၁
၇၈။	သက်တန့်ဆေး	၁၇၁
၇၉။	လုံးရန်းနာအုပ်ဆေး	၁၇၁
၈၀။	ချန်နာမန်းနာဆေး	၁၇၁
၈၁။	မှိုနာဆေး(၂)မျိုး	၁၇၂
၈၂။	နှာဝါ၊ နှာပုပ်၊ ထိပ်ခပ်နာ၊ နှာပလုပ်ဆေးနည်းများ	၁၇၂
၈၃။	ငန်းမန်းအနာပျောက်ဆေး	၁၇၂
၈၄။	လည်ချောင်းနာဆေး	၁၇၂
၈၅။	မှိုနာဆေး(လက်တွေ့ပျောက်)	၁၇၃
၈၆။	ဝမ်းကိုက်ပျောက်ဆေး	၁၇၃
၈၇။	အနာလုံးတင်ရန်ဆေး	၁၇၃
၈၈။	သွေးအန်ပျောက်ဆေး(၂)မျိုး	၁၇၃
၈၉။	ခါးလုံ့ပြွတ်အနာစိမ်းဆေး	၁၇၄
၉၀။	ဆီးကျောက်ရောဂါဆေး(၂)မျိုး	၁၇၄
၉၁။	ပန်းသေရောဂါပျောက်ဆေး	၁၇၅
၉၂။	နူနာကြီးဆေး	၁၇၅
၉၃။	နားပင်း၊ နားအူ၊ နားလေထွက်ပျောက်ဆေး(၂)မျိုး	၁၇၅
၉၄။	ပွေး၊ ညှင်း၊ ခရုသင်းပျောက်ဆေး	၁၇၆
၉၅။	မျက်စိတိမ်သလ္လာအတွင်းစားဆေး	၁၇၆
၉၆။	နှာပလုပ်ဆေး	၁၇၆
၉၇။	သွားနာ၊ သွားကိုက်ပျောက်ဆေး(၂)မျိုး	၁၇၆
၉၈။	တောပင့်ကူနက်ကိုက်ပျောက်ဆေး	၁၇၇
၉၉။	ဝက်ခြင်ဆေးနည်း(၂)မျိုး	၁၇၇
၁၀၀။	ကိုယ်လှုနာပါဒရက်ဆေး	၁၇၈
၁၀၁။	မျက်စိရောဂါဆေးနည်းများ	၁၇၈
၁၀၂။	လေငန်းရောဂါဆေး	၁၇၈
၁၀၃။	အဖျဉ်းရောဂါပျောက်ဆေး	၁၇၉
၁၀၄။	ပေါက်ဥအားတိုးဆေး	၁၇၉
၁၀၅။	သန်ကျဆေးနည်းကျော်	၁၇၉
၁၀၆။	သူငယ်နာဆေး	၁၇၉
၁၀၇။	အရေပြားရောဂါလိမ်းဆေး	၁၇၉
၁၀၈။	သွေးအန်ပျောက်ဆေး	၁၈၀
၁၀၉။	ပန်းနာပျောက်ဆေး	၁၈၀
၁၁၀။	ပါဒရက်ဆေး	၁၈၀
၁၁၁။	အဆုတ်ရောဂါပျောက်ဆေး	၁၈၀
၁၁၂။	မြင်းဖုနာဆေး	၁၈၁
၁၁၃။	ဝမ်းပူနာဆေး	၁၈၁
၁၁၄။	ဝမ်းကိုက်ရောဂါပျောက်ဆေး	၁၈၁
၁၁၅။	ခွေးရူးဆေးလက်တွေ့တစ်နည်း	၁၈၂
၁၁၆။	ကိုယ်ဖောကိုယ်ရောင်လိမ်းဆေး	၁၈၂
၁၁၇။	အဆိပ်ဟူသမျှကျရန်တိုက်ဆေး	၁၈၂
၁၁၈။	သက်တန့်အနာကုဆေး	၁၈၂
၁၁၉။	လက်တွေ့ကိုယ်ဖောကိုယ်ရောင်လိမ်းဆေး	၁၈၃
၁၂၀။	သလိပ်တက် သလိပ်အဆန်ပျောက်ဆေး	၁၈၃
၁၂၁။	ဝက်ရူးသောက်ဆေး	၁၈၃

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

၁၂၂။	ဆီးချိုရောဂါပျောက်ဆေး(၂)မျိုး	၁၈၃
၁၂၃။	ဆီးလွန်ရောဂါချပေါက်ဆေးကျော်	၁၈၄
၁၂၄။	ခြေလက်ဖောရောင်လိမ်းဆေး	၁၈၄
၁၂၅။	အကိုက်အခဲလိမ်းဆေး	၁၈၄
၁၂၆။	လေနိုင်ဆေးရည်(၂)မျိုး	၁၈၄
၁၂၇။	အနာမက်တင်ဆေး	၁၈၅
၁၂၈။	ခူဝဲနာပျောက်ဆေးကျော်	၁၈၅
၁၂၉။	လေငန်းလိမ်းဆေး(၂)မျိုး	၁၈၅
၁၃၀။	ဆီးရွှင်ဝမ်းနှုတ်ဆေး(၂)မျိုး	၁၈၅
၁၃၁။	ဝမ်းရောဂါပျောက်ဆေး	၁၈၆
၁၃၂။	အနာဆိုး၊ အနာပျက်များတင်ရန်ဆေး	၁၈၆
၁၃၃။	နာတာရှည်ခေါင်းကိုက်ရောဂါကုနည်း	၁၈၆
၁၃၄။	အနာဆိုး၊ အနာပျက်များကုသရန် လက်တွေ့ဆေး	၁၈၆
၁၃၅။	သလိပ်ကြေငုံဆေး	၁၈၇
၁၃၆။	ကျောက်ရောဂါကုဆေး	၁၈၇
၁၃၇။	အာယုဝဍ္ဍနဆေး	၁၈၇
၁၃၈။	အခဲအကျိတ်ကင်ဆာအနာကုဆေး	၁၈၇
၁၃၉။	နှာပလုပ်ဆေး	၁၈၈
၁၄၀။	ပဂန္ဒရလိပ်ခေါင်းကုဆေး	၁၈၈
၁၄၁။	ပန်းနာရင်ခေါင်းလိမ်းဆေး	၁၈၉
၁၄၂။	ဝမ်းခဲဆေးတစ်နည်း	၁၈၉
၁၄၃။	ခူနာဆေး	၁၈၉
၁၄၄။	မုတ္တနာကုဆေး(၂)မျိုး	၁၈၉
၁၄၅။	အူလျှောက်သက်တန့်ဆေးနည်း	၁၈၉
၁၄၆။	ပဂန္ဒရဆေး(၂)မျိုး	၁၈၉
၁၄၇။	အစာကြေဆေး	၁၉၀
၁၄၈။	သွေးအန်သွေးကျရောဂါပျောက်ဆေး	၁၉၀
၁၄၉။	ညေဝတီမျက်စဉ်းဆေး	၁၉၀

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်း ထုတ်ဝေသူအမှာစာ

နှာ

"မိုင်တိုင်အမှတ် လေးဆယ်" စာအုပ် အုပ်(၄၅၀)လောက်တောင် မကုန်ဗျာယ်ထော"

အိမ်ထက်ကိုရောက်ရောက်ချင်း ဆောက်နန့်ထွင်းဗျာယ် ပြောချလိုက်တေ ဆရာမောင်ထွန်း စကားကြောင့် ပင်ပန်းနွမ်းနယ်လာရေ စိတ်ရီစီးကြောင်းရေ ပိုလို့ပြင်းထန်လားရေ။

ဆရာမောင်ထွန်း ဘေးနားမှာဟိရေ ကုလားထိုင်မှာ ဝင်ထိုင်ဗျာယ် စကားမပြောဘဲ တနားနိန်လိုက်တေအတွက် ဆရာမောင်ထွန်းလေ့ ထပ်လို့ တစ်ခွန်းလေ့ မပြောလိုက်ဗျာယ်။

"ဆရာ၊ ဆရာ့စာရင်း တိကျသေချာလားခဗျာလ်လား"

"ငါ တစ်ရက်လုံး သေသေချာချာလုပ်ထားစွာ၊ ပြည်တွင်းပြည်ပပို့ရေ စာရင်းလေ့ပါရေ၊ စုစုပေါင်းမှ (၄၅၀)ရာဖြစ်တေ"

"ခါတိုင်း(၅၀၀)ကျော်ရေဝါဆရာ"

"ဟုတ်တေ၊ အဂုမြောက်ဦးက တစ်ယောက်လေ့မရှိး၊ ခြောက်ထုပ်တောင် ပြန်ရောက်တေထော"

စိတ်ပျက်လက်ပျက်ပြောနိန်ရေ ဆရာမောင်ထွန်း စကားတိကို ဖြတ်ပနာ

"ဆရာ့စာရင်းတိကို တစ်ခေါက်သျှေလောက်ထားခပါ၊ ဆရာညစာထမင်းစားပြီးကေ ညဥ့်တစ်ခေါက်လောက် လာလတ်ပါပလင်၊ ဇာပိုင် လုပ်ကေ ကောင်းဖို့ဆိုစွာကို စဥ်းစားကတ်ပါမေ၊ ကျွန်တော်လေ့ စိသျှေ နားချင်ပါရေထော"

"ကောင်းယင့်ယေကေ . . . ကောင်းယင့်"

အမှန်ဆိုကေ ဒေအကြောင်းအရာကိစ္စတိကို ဆရာမောင်ထွန်း ခံနိုင်ရည်ဟိဖို့ကောင်းရေ။ ယေကေလေ့ တစ်ခါတစ်ခါ သည်းမခံနိုင်လို့လား မသိ၊ စိတ်ပျက်လက်ပျက်စီ ပြောတတ်တေထော။

'ရခိုင်သားကြီးစာပီ'လို့ သန္နေတည်ရေခါ ရခိုင်ယဉ်ကျေးမှုများ(၂)စာအုပ်

ပထမဆုံး ထွက်လာရေမနား။ ယင်းခါကပင် အတွိအကြုံဟိရေ လူကြီးတိက ရခိုင်စာအုပ်ဆိုကေ ရောင်းမစွံ၊ ရောင်းမထွက်လို့ ပြောကတ်တေဝါ။ ဆရာတော် စက္ကိန္ဒကရာ ‘ငါရောင်းပီးမေ၊ တစ်ထောင်ရိုက်’လတ်။ ဆရာတော်ရေ ပြောရေအတိုင်း စာအုပ်(၅၀၀)ကိုစီ ရခိုင်ပြည်နယ်ကိုလည်လို့ရောင်း၊ အကြွီးတောင်းနန့် လေးငါးခြောက်အုပ်လောက်ရာ လုပ်ပီးခနိုင် ရေ။ ယင်းနောက်ပိုင်းမှာ ဆရာတော်ရေ ခံနိုင်စွမ်းအား ကုန်လားခဗျာယ်။ ယင်းခါက ဆရာတော်အသျှင် ဝါသဝလေ့ ဘုန်းကြီးကျောင်းတိုင်းကို လား၊ တပည့်တကာတိပါးကိုလားဗျာယ်ရောင်း၊ အကြွီးကောက်နန့် ရခိုင်စာပီဖြန့်ချိရေးကို ရီဆန်၊ လီဆန် တာဝန်ခံဗျာယ် လုပ်ခပါရေပါ။

ယေပြီးကေ မြို့နယ်တိုင်းမှာ ရခိုင်သားကြီးစာပီက ထွက်တေ ရခိုင်စာအုပ်တိကို တာဝန်ခံရောင်ပီးနိုင်ဖို့ လူကိုရှာဗျာယ် ‘ဘော်လာ’စွပ်ကြည့် ပြန်ရေ။ ထိုခါကလေ့ ဆရာကြီး ဦးဗသိန်းတစ်ယောက်တည်းတောင်မဟုတ်။ ဆရာကြီး ဦးဗသိန်းမိသားစုပါ နိုင်သလောက်ကူညီခပါရေဝါ။

ယော် စာအုပ်ဖြန့်ချိရေး ရခိုင်စာအုပ်ဖြန့်ချိရေးရေ ကောင်းကောင်းရင်သြောင်းဖို့ ကောင်းစွာရာမနား။

ကြုံရေခါ ဖြစ်ပျက်ခရေ အဖြစ်အပျက်သျှေတိကို ပြောရဖို့သိမ့်။ ‘ရခိုင်သားကြီးစာပီ’ လို့ဖြစ်စမှာ စိတ်ဓာတ်တက်ကြွနိန်စွာ ၊ လွန်ရေ။ ရန်ကုန်ရောက် ရခိုင်တိကို ဇာစာအုပ်ကို ဇာပိုင်ဖြန့်ကေရဖို့လဲ။ ဇာသူဇာသူကို အကူအညီတောင်းကေ ရဖို့လဲ။ ဇာပိုင်ပြင်ကေ ဖြစ်ဖို့လဲ စဉ်းစားလိုက် ရစွာက အခါခါ။ ရခိုင်သဟာယအသင်း(ရန်ကုန်)က ဆရာဦးကျော်ဇံလှကို အကူအညီတောင်းကြည့်ပြန်ရေ။ ဆရာကလေ့ အာမဘာန္တေလို့ခံဗျာယ် စာအုပ်တစ်မျိုးကို ဆယ်အုပ်လောက်စီ ဖြန့်ပီးပါရေ။ ယင်းနည်းအတိုင်း ရခိုင်အမျိုးသမီးအသင်းက ဥက္ကဌ ဆရာမကြီး ဒေါ်တင်တင်ဘားကိုလားဗျာယ် ထွက်လာသမျှ စာအုပ်တိကို တစ်မျိုးဆယ်အုပ်လောက်စီ၊ ရောင်းပီးဖို့ အကူအညီတောင်းရေခါ ဆရာမကြီးကလေ့ အားရဝမ်းသာလက်ခံပါရေ။ ကောင်းကောင်းက မကြာလိုက်။ ဆရာဦးကျော်ဇံလှ နိုင်ငံခြားကိုလားရေခါ

ရန်ကုန်စာအုပ်ဖြန့်ချိရေးရေ ရပ်လားခပြန်ရေ။ ဆရာမကြီး ဒေါ်တင် တင်ကလေ့ ရခိုင်စာအုပ်တိ ဖြန့်ချိရေးခက်ခဲပုံ၊ အတင်းအဓမ္မရောင်းချရပုံ၊ ရခိုင်သားတိ စိတ်မဝင်စားပုံရို့ကို ပြောပြရေခါ အသက်အရွယ်ကြီးရင့်နိန် ရေ ဆရာမကြီးကို အားနာလားခလို့ ဒေနိန့်ထက်တိုင် ဆရာမကြီးအိမ်ကိုတောင် အလည်မလားဝံ့ပါဗျာယ်ထော။

ဆရာ ဦးကျော်ဇံလှ နိုင်ငံခြားလားနိန်တုန်းမှာ ရခိုင်သဟာယအတွင်းရေးမှူးအဖြစ် ယာယီတာဝန်ထမ်းဆောင်ခရစွာလေ့ ကောင်းကောင်း ဟန်ကျခစွာပါရာမနား။ ယင်းပိုင် တာဝန်ထမ်းဆောင်ရေကာလမှာ ရခိုင်သဟာယအသင်းဝင်စာရင်းတိ လက်ထဲကိုရောက်လာရေအတွက် ယင်း စာရင်းတိကိုကူး၊ ထွက်လာရေ ရခိုင်စာအုပ်တိကို ဗွီပီပီနန့် စာတိုက်ကတစ်ဆင့် ပို့ပီးလိုက်တေ။ ‘ဒေကနိန့် ရန်ကုန်ရောက်နိန်ရေ ရခိုင်သားတိ ရေ ရခိုင်စာအုပ်တိထွက်စွာကို မသိလို့ရာဟိဖို့။ ရခိုင်စာအုပ်တိ ထွက်စာကိုသိကေ ဝယ်ကတ်ဖို့ဒေ’ဆိုရေ ရည်ရွယ်ချက်ကြောင့်ပါရာ။ ရန်ကုန်ရောက် ရခိုင်သားတိလေ့ သိန်းချီ၊ သန်းချီ ဟိနိန်ကတ်စွာပါရာမနား။ ယင်းပိုင် ကိုယ်ထင်ရေအတိုင်း ကိုယ်ချင်ဆီလုပ်လိုက်တေ စာတိုက်က ဗွီပီပီနန့်ပို့ရေ နှစ်အုပ်လောက် အရောက်မှာ

“ကလင်. . . ကလင်. . . ကလင်”

မိုးထ (၈)နာရီလောက်မှာ ဖုန်းလာရေအသံကြောင့် တယ်လီဖုန်းကို ကောက်ကိုင်လိုက်စွာနန့်

“ဟဲလို့ လှမြင်ဆိုစွာနန့် ပြောချင်ရေဝေး’

“ဟုတ်ပါရေ. . . . ကျွန်တော်ပါ”

“ဟုတ်လား၊ ငါ့နာမည်. . . .၊ မင်းမှတ်ထား၊ ငါ့ဘားကို မင်းစာအုပ်တိစီ ဇာကြောင့်ပို့နိန်စွာလေ၊ အသူမှာလို့ပို့စွာလေ၊ ငါကအားနာလို့ တစ်အုပ် ရွီးလိုက်တေမှာ မင်းကတစ်အုပ်ပြီးကေ တစ်အုပ်ပို့နိန်ရေကာ၊ မင်းထုတ်တိုင်း ငါဝယ်ရအောင် မင်းဇာကောင်လေ ဖေသာ တစ်ပြားနှစ်ပြားဟိလာရေ ကားမဟုတ်. . . .၊ နောက်ထပ်မပို့ကေဝေ၊ ငါ မလိုချင်၊ ကြားလား၊ ငါပြောစွာကို

ကြားလား”

ကိုယ်ပြောချင်စွာကို မနားတမ်းပြောပနာ ဆဲဗျာယ်၊ ဆိုဗျာယ် ဖုန်းချလားခပါရေ။ ဒေအဖြစ်အပျက်တိကို တွေးမိတိုင်း မာန်ပါဒေါသဖြစ်မိပါယင့်။ ယေကေလေ့ ဝါသနာကြောင့် ဖြစ်လာရေ ပြဿနာကို သီးခံနိုင်အောင် ကြိုးစားယင်းနန့် ပြဿနာမရှာသိရေ လူတိပါးကို ဒေနိန်တိုင် စာအုပ်ပို့နိန်ပါသိရေထော။

“ကလင်. . . ကလင်. . . ကလင်. . . ကလင်”

“ဟဲလို့၊ လှမြင့်ဆိုသူနန့် ပြောချင်ပရေ”

အသံက မိန်းမသျှေတစ်ယောက်အသံ။

“ကျွန်တော်ပါ”

“အခင် ၊ ပါပါနာမည်နန့် စာအုပ်တိပို့နိန်စွာကို ရပ်ပီးပါ၊ နောက်ထပ်မပို့ပါကေ့”

“ဇာဖြစ်လို့ပါလေ၊ အဂုပြောနိန်စွာ အသူပါလေ”

“အကျွန်က . . . . သမီးပါ၊ ပါပါကတော့ စာအုပ်ပို့လာကေ ရှီးပီးပါလို့ ပြောထားခပါရေ၊ ယေကေလေ့ အကျွန့်ရို့အိမ်မှာ ရခိုင်စာအုပ်ကိုဖတ်တေ လူတစ်ယောက်လေ့မဟိပါ၊ ယင်းစာအုပ်တိကို စိတ်လေ့မဝင်စားပါ၊ ယင်းကြောင့် ကျေးဇူးပြုပြီးကေ တစ်ခေါက် သျှေမပို့ပါကေ့ဖိ၊ အကျွန့်မေမေက ဖုန်းဆက်ခိုင်းလို့ပါ၊ ပါပါကိုတော့ မသိပါစီကေ့”

“ကောင်းပါယင့်. . . နောင်မဖြစ်ရပါစီ”

*　　　*　　　*

“အဝေ လှမြင့်၊ ငါ ဒေပိုင်စဉ်းစားရေ၊ ငါရို့ ရခိုင်စာအုပ်တိကို ရန်ကုန်မြို့ထဲမှာဟိရေ စာအုပ်ဆိုင်တိထဲက တချို့ဆိုင်တိမှာ ကြော်ငြာသျှေ တိ အလှပသျှေကပ်ပနာတင်ကေ စွံဖို့လို့ထင်ရေဒေ”

“ဟုတ်ပါဖို့လား ဆရာ”

“ငါကတော့ဖြစ်ဖို့လို့ ယုံကြည်ရေ။”

“ယင်းပိုင်ဆိုကေ ဆရာတစ်ခေါက် လုပ်ကြည့်ပါပလင့်ယေ”

ကောင်းကောင်းက မကြာလိုက်ပါ။

“အဝေ . . .၊ စာအုပ်ဆိုင်တိ ကောင်းလူပါးဝစွာရာမနား၊ လူမြင်ကွင်းမှာလေ့ ငါရို့စာအုပ်တိကိုမတင်၊ ချောင်ထိုးထားရေ၊ စာအုပ်တိကို ပြန်ပီးဆိုကေလေ့ မပီး၊ ဖေသာတောင်းကေလေ့ မရ၊ စာအုပ်တိအားလုံးပျက်စီးလားခဗျာယ်၊ ထော. . . မင်းမြင်ရေအတိုင်းဗျာယ်”

ဆရာမောင်ထွန်း စိတ်ပျက်ဖူးပါရေဝါ။

*　　　*　　　*

“ကိုလှမြင့်. . . ကျွန်တော်အနေနန့် ရန်ကုန်မှာဟိရေ ကျွန်တော့်အသိအိမ်တိကိုဖြစ်စီ၊ ရခိုင်သားအိမ်တိကိုဖြစ်စီ တစ်အိမ်တက်ဆင်း စာအုပ် ရောင်းကြည့်ကေ ရဖို့လို့ထင်ရေ၊ စရိတ်တော့ခါ တစိကေ ကုန်ချင်ကေကုန်ဖို့”

“ဟုတ်ပါယင့်လား ကိုစံအေး”

“ကျွန်တော်တော့ လုံးဝယုံကြည်ရေအစ်ကို”

“အစ်ကိုလုပ်ချင်ကေလေ့ လုပ်ကြည့်နန့်ရာ”

တစ်လတောင်ကမကြာ။

“အစ်ကို၊ ခရီးစရိတ်ရာကုန်ရေ၊ ခြီရာတိုရေ၊ အာရာဋ္ဌညာင်းရေ၊ ရခိုင်စာအုပ်တိကို ရခိုင်သားတိ မဝယ်ကတ်ပါကာ”

ကိုစံအေးတစ်ယောက် ညီးပြခဖူးရေဝါ။

*　　　*　　　*

“ဆရာ ၊ ရခိုင်သားကြီးစာပေက ရည်ရွယ်ချက်အတိုင်း ရခိုင်စာအုပ်ကို စိတ်ဝင်စားရေ ရခိုင်သားတိလက်ထဲကို ရေရောက်ရဖို့ ဆိုရေမူ အတိုင်း ဒေပိုင် တစ်ခေါက်လုပ်ကြည့်ပါကေဝါ၊ . . . .

“မင်းပြောရေ အစီအစဉ်၊ အကြံဉာဏ်ကောင်းရေ၊ ကိုအောင်ကျော်စိန်ရို့၊ ဇော်လင်းရို့ကိုလေ့ တိုင်ပင်ကြည့်”

*　　　*　　　*

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

"ကလင် ကလင် ကလင် ကလင် ကလင်"

"ရခိုင်သားကြီးစာပီ ကပါလား"

"ဟုတ်ပါရေ"

"ကျွန်တော် မဂ္ဂဇင်းမှာပါရေ ရခိုင်သားကြီးစာဖတ်အသင်းကို ဝင်ချင်ပါရေ၊ ဇာလောက်ကုန်ကျပါဖို့လဲ၊ ဖေသာဇာလောက်ပို့လိုက်ရပါဖို့လဲ"

"ဖေသာပို့ပီးဖို့ မလိုပါ၊ ယင်း မဂ္ဂဇင်းမှာပါရေအတိုင်း အချက်အလက်တိကို ပြည့်စုံအောင် ဖြည့်ဗျာယ် ဓာတ်ပုံနှစ်ပုံနန့်အတူ ပို့လိုက်ပါကေ ကျွန်တော်ရို့ပါးက အသင်းဝင်ကပ်ပြား ထုတ်ပီးပါဖို့"

"ဟုတ်ပါရေ၊ ကျွန်တော့်သူငယ်ချင်းတစ်ယောက် အသင်းဝင်ထားလို့ အသင်းဝင်ကတ်ပြား အလှပသျှေကို မြင်ပြီးပါဗျာယ်၊ ပလပ်စတစ် လေ့ တစ်ခါတည်းလောင်းပီးရေလို့ ထင်ပါယင့်၊ ကျွန်တော်ကတော့ အသင်းဝင်ကပ်ပြားရာ လိုချင်ပါရေ၊ ရခိုင်စာအုပ်တိကိုတော့ မဝယ်ချင်ပါ"

"ဇာဖြစ်လို့ပါလေ"

"ကျွန်တော် ရခိုင်စာအုပ်တိကို စိတ်မဝင်စားလို့ပါ"

"ဘုရာ့"

*　　　　*　　　　*

"အစ်ကိုကြီး စာဖတ်အသင်းဝင် (၁၂၀)ဖြစ်နိန်ပါဗျာယ်၊ ယေကေလေ့ရှိက (၃၀)အဂုထိ မပြည့်ပါသိ၊ ဇာကြောင့် ရှိမှာ (၃၀)ချန်ထားခရစွာ ပါလေ"

"ငါ မှားစွာရာ၊ အစက ငါနန့်ရင်းနှီးခင်မင်ရေလူတိ၊ ငါ့ဆရာသမားတိ၊ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တိဝင်လာကေ ရှိကနံပါတ်တိကို ပီးဖို့လို့ စိတ်ကူး ဗျာယ်ထားခစွာ၊ ငါ အမှားကြီးမှားလာခစွာရာ"

"အဂု တစ်ယောက်လေ့ မဝင်လာကေ၊ ဇာပိုင်လုပ်ကတ်ပါဖို့လဲ"

"ဒေအတိုင်းရာထားလိုက်ဖိ၊ အမှားကြီးမှားခစွာကို အမှားကြီးမှားရေအတိုင်းရာ ထားလိုက်ဖိ"

"အစ်ကိုကြီးပြောခရေလူတိ ဇာကြောင့် မဝင်လို့ထင်ပါလေ"

"ငါကတော့ နှစ်မျိုးထင်ရေ၊ ပထမတစ်မျိုးက ယင်းသူလှမြင့်

လုပ်တေအတိုင်း၊ ယင်းသူလုပ်တိုင်း ငါရို့ဝင်ရဖို့လား၊ ယင်းသူဇာကောင်လေ ဆိုရေ အမြင်တစ်မျိုးဟိလီဖို့၊ ဒုတိယတစ်မျိုးကတော့ ရည်ရွယ်ချက်တိကို မသိလို့ရာဟိလီဖို့"

"အစ်ကိုကြီး မရှင်းပြလား"

"ငါလေ့ ငါနန့်တွိရေလူတိုင်းကို ရှင်းပြရေကာဝေ၊ ဒေစာဖတ်အသင်းရေ ရခိုင်သားတိ ရခိုင်စာအုပ်ကို ထုတ်တေခါ ထုတ်ဝေသူတိုင်းကို ကူညီနိုင်ဖို့၊ ဥပမာ စာအုပ်ထုတ်ဝေရေခါ အုပ်(၁၀၀၀)ထုတ်စွာနန့် အုပ်(၅၀၀)ထုတ်စွာရေ ဖေသာကောင်းကောင်းမကွာ၊ သောင်းဂဏန်းသျှေ လောက်ရာ ကွာရေ၊ ဒေဂနိန့်ငါရို့ထုတ်တေ စာအုပ်ရေအုပ်(၁၀၀၀)ကိုစီ တန်ဖိုးထားပနာ ထုတ်ဝီရစွာမနား၊ ယေခါ ငါရို့စာဖတ်အသင်းဝင်တိပါးကို ပို့ပီးလိုက်တေဆိုကေ ကျန်ရေစာအုပ်ကို ကြိုက်တေပိုင်ဖြန့်လို့ရဗျာယ်၊ အဂုက ပုံသီစာဖတ်တေလူ မဟိလို့ စာအုပ်မစွံ၊ မစွံကေ နောက်ထပ်မထုတ် နိုင် ဖြစ်လားခရေမနား၊ ယင်းပိုင်နန့် အယင်ခါက ရခိုင်စာအုပ်တိထုတ်ဝီမှု ရပ်တန့်လားခကတ်ရစွာ၊ ဒေစာဖတ်အသင်းရေ ရခိုင်သားကြီးစာပီ တစ်ခုတည်းအတွက်မဟုတ်၊ ရခိုင်သားတိစာအုပ်ထုတ်ဝီရေခါ ကူညီလားနိုင်ဖို့ လုပ်စွာပါရာဆိုဗျာယ် ငါ့ပါးကိုလာလာသမျှ စာပီဝါသနာသျှင်တိ၊ စာရီးဆရာ တိကိုစီ ရှင်းပြနိန်စွာကို မင်းမကြားလား၊ တစ်ခါတစ်ခါ ရခိုင်ပြည်ဖက်ကို ခရီးလားယင်း ကြုံရေမြို့၊ ကြုံရေနိန်ရာကိုလားတိုင်း လူတိုင်းကို ရှင်းပြပါရေဝေ၊ ဂုက စာဖတ်အသင်းကို ဝင်ရေလူနည်းလို့ တဖြည်းဖြည်းနန့် ငါတောင်ပြောဖို့ ရှက်လာဗျာယ်ထော"

"ရခိုင်သားကြီးစာပီက ထွက်သမျှစာအုပ်တိ ဝယ်ဖတ်ဖို့ဆိုကေ တစ်နှစ်မှာ ဖေသာဇာလောက်ကုန်ပါဖို့လဲ၊ တစ်နှစ်မှာ အုပ်ရေဇာလောက် စီထွက်ပါလေ"

"များကေ တစ်နှစ်မှာ လေး၊ ငါးအုပ်ဗျာယ်၊ ဖေသာနန့်ဆိုကေ တစ်ထောင်ကျော်လောက်ရာ ကုန်ဖို့ထင်ရေ"

"ဖေသာအားဖြင့် များတော့မများပါမနားယေ၊ အဂုအသင်းဝင်ပြီးသား လူတိုင်းဝါ၊ စာအုပ်ဝယ်ကတ်ပါလာ"

"အသင်းဝင်ပြီးကေ အသင်းဝင်ကတ်ပြားကို ပလပ်စတစ်သျှေနန့်

လောင်းဗျာယ် အလှပလှသွေ့ဖြစ်လာပြီးမှ စာတိုက်က တစ်ဆင့် ယင်းကပ်ပြားကို ပို့ပီးရေ၊ ကပ်ပြားရပါဗျာယ်လို့ သတင်းပို့ခါမှ စာအုပ်တိကို ၂၅- ရာခိုင်နှုန်းလျှော့ဗျာယ် ဗွီပီပီနန့် စာဖတ်သူတိပါးကို ပို့ပီးရေ၊ ယေကေလေ့ စာဖတ်အသင်းဝင်ရေလူတိ မရှိုးစွာများလာစွာကို မင်းအသိရာမနား”

“ယေကေ ကောင်းကောင်းရှုံးနိန်ပါဖို့ကာ”

“ရှုံးစွာတော့ မပြောကေ့ဖိ၊ စာအုပ်တစ်အုပ်ကို ဗွီပီပီနန့်ပို့ကေ တစ်ပေါင်ကိုစီ ပြည့်ပြည့်၊ မပြည့်ပြည့် လေးဆယ်ပီးရရေ၊ တစ်ပေါင်ထက် ပိုကေ ရှစ်ဆယ်ပီးရရေ၊ ယေပြီးကေ စာအုပ်မှာ တံဆိပ်ခေါင်း ငါးပြားဖိုးကပ်ရရေ၊ စာအုပ်ကိုလေ့ အလှပလှသွေ့ထုပ်ပိုး ရပြန်သိရေ၊ မင်းစဉ်းစား ကြည့်၊ စာအုပ်တစ်အုပ်ကို တစ်ရာနန့်ရောင်းရေဆိုကေ၊ ၂၅-ပြားလျှော့ပီးရရေ၊ ကျန်ရေ ၇၅-ပြားထဲက တစ်ပေါင်ဖိုး ၄၀၊ တံဆိပ်ခေါင်းဖိုး ၅-ပြားဆိုကေ ၃၀ ရာကျန်ရေမနား၊ ယင်းအထဲမှာ ထုတ်ပိုးခကိုပါ နှုတ်ကြည့်ဖို့ဆိုကေ ဇာလောက်ကျန်ရေဆိုစွာကို မင်းတွက်ကြည့်၊ စာအုပ်တိကို ထုတ်ဝီရေစရိတ်၊ စာတိုက်က ပို့ပီးရေစရိတ်ဆိုကေ ရှုံးလားမရှုံးလား မင်းစဉ်းစားကြည့်”

“ယင်းပိုင်ပို့ပီးလေ့ မရှိုးကတ်ဆိုကေ ကျွန်တော်ရို့ကောင်းကောင်းနာစွာရာ မဟုတ်ပါလား။ ကျွန်တော်ရို့ ဇာပိုင်ဆက်လုပ်ကတ်ပါဖို့လဲ၊ ဒေအတိုင်းလားလို့က ဖြစ်ဖို့လား”

“ဦးခင်မောင် ငါ့ကိုပြဿနာ မရှာပါကေ့ဝေ အသျှင်၊ ကိုယ်လုပ်စရာဟိရေ ကွန်ပျူတာကိုရာ တစ်ခေါက်ပြီးအောင်ရိုက်ပီးပါ”

* * *

“မင်းစိတ်ပျက်လားအောင် ငါပြောစွာမဟုတ်လား။ မင်းသိထားအောင် ငါပြောစွာရာဒေ။ . . . . နိန့်က . . . . နိန်ရာမှာ ငါနန့် . . . . တွိရေ၊ ငါ့ကို. . . . . က ‘မိုင်တိုင် အမှတ်လေးဆယ်’ထွက်ဗျာယ်လား”လို့ မိန်းရေ။ ‘ရန်ကုန်က ဇာဆိုင်မှာတင်ထားလေ’လို့မိန်းရေ၊ ငါက ‘ရန်ကုန်မှာဆိုင်မတင်ဖြစ်သိ’ လို့ပြောလိုက်တေ၊ ယင်းခါ ဘေးနားမှာပါလာရေ. . . . . က

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

‘လှမြင့်အသက်လေးဆယ်ပြည့် အထိမ်းအမှတ်နန့် ထုတ်တေစာအုပ်ကို ဇာဖြစ်လို့ အရေးတကြီး ဝယ်ချင်နိန်ရလေ၊ ကျွန်တော်ကတော့ လုံးဝမှ လုံးဝမဝယ်’လတ်။

* * *

“ဆရာ ဦးအောင်ချစ်ရှိုးရေ ‘ရခိုင်ဆီးသဒ္ဒါကျမ်း’ ပုံနှိပ်ဖို့စွာကို မင်းဇာပိုင် စီစဉ်စိတ်ကူးထားလေ”

“ရခိုင်ဆီးကျမ်းဆိုလို့ ၁၉၅၅-ခုနှစ်၊ ယောဂီပုံနှိပ်တိုက်၊ ၂၄၅၊ လစ္စလမ်း၊ ရန်ကုန်က ထုတ်ခရေ ဆရာကြီး ဦးစံထွန်းအောင် ရီး “အဘိဓမ္မာသင်္ခေပကုထုံးကျမ်း”နန့် ဦးကြိုင်သာအောင်ရီးခရေ “တိုင်းရင်းဆေးသုံးဘာသာဖြတ်လမ်း”ဆိုရေ စာအုပ်နှစ်အုပ် ထွက်ခဖူးရေလို့ ဆရာမောင်ဗသိန်းဆောင်းပါးက သိရရေ၊ အဂုက စာပေစိစစ်ရေးကလည်း ခွင့်ပြုချက်ကျရေအတိုင်း အားလုံးစီစဉ်ပြီးသား ဖြစ်နိန်ပါဗျာယ်ဝါဆရာ၊ ယင်းအစီအစဉ်အတိုင်းရာ ပုံနှိပ်ပါဖိ”

“အုပ် (၅၀၀)တည်းရာ ရိုက်ကေဝါ”

“အုပ် (၁၀၀၀)ရိုက်လိုက်ပါဖိဆရာ၊ ဆရာ့စာရင်းမှာ အုပ်(၁၀၀၀)ကို တစ်သိန်းငါးသောင်း၊ အုပ်(၅၀၀)ကို တစ်သိန်း သုံးသောင်းခွဲရာ ဆိုကေ စာအုပ်(၁၀၀၀)ရာရိုက်လိုက်ပါဖိ”

“စက္ကူဝါ၊ ဇာစက္ကူသုံးဖို့လဲ၊ ဘားပြာနန့် နော်ဝေက စျီးအများကြီးကွာရေကား။ ဘားဖြူလေ့မထူး၊ စျီးကြီးရေ၊ ဘားပြာဆိုကေ သက်သာဖို့ဒေ” “ဆရာ. . . . . စာဖတ်သူတိက စက္ကူကွာလတီကို ပြောနီကတ်တေမဟုတ်ပါလား”

“စက္ကူကလေ့ ကောင်းကောင်း၊ တန်ဖိုးကလည်း နည်းချင်၊ စာအုပ်ကလေမကုန်ဆိုကေ ရေရှည်ကို စဉ်းစားရဖို့ဒေ”

“အစ်ကိုကြီး ၊ ကျွန်တော် ကွန်ပျူတာစာစီနိန်ရေ ကျိန်းရိပ်မြို့(၃)မဂ္ဂဇင်းမှာ ကဗျာတစ်ပုဒ်ကောင်းရေထော။ ဆရာနောင်အေးရီးစွာ ကဗျာ၊ နာမည်က ‘ဆင်နာ’လတ်”

“ဖတ်ပြစမ်းဝေ တစ်ချက်”

"ဒဏ်ရာသျှော လက်တစ်ဆစ်
ကျွိုးဟာစ်ပစ်စွာက အသံကောင်းကင်မှာ
. . . . လတ်"

(ရခိုင်လှမြင့်)
၆-၁၁-၂၀၀၀ပြည့်

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

ကိုယ်ရေးအတ္ထုပ္ပတ္တိအကျဉ်း

ဆရာချစ်(ဦးအောင်ချစ်)

ပုဏ္ဏားကျွန်းမြို့နယ်၊ ကျောက်ဆိပ်ရွာ၊ အဖ ဦးပေါက်ဆိန်၊ အမိ ဒေါ်မညိုတို့မှ (၁၉၃၄)ခုနှစ်တွင် မွေးဖွားခဲ့သည်။ ၎င်းကျေးရွာ မူလတန်းကျောင်းတွင် အခြေခံမူလတန်းပညာ သင်ကြားခဲ့သည်။ ဘုန်းကြီးကျောင်းသားဘဝဖြင့် ကျောက်ဆိပ်ကျောင်းဦးပဥ္စင်းပညာဝံသထံ (၁၃၀၉)ခုနှစ်မှစ၍ ဂဏိတ ဖလိတ နက္ခတ် ဗေဒင်ပညာများ သင်ကြားတတ်မြောက်ခဲ့သည်။ ဆရာဦးနာရဒ ရဟန်းထွက်နှင့် ဘကြီးသမားတော်ကြီး ဆရာဦးမှဲ့ညိုတို့ထံ ဗိန္ဒောဆေးပညာများကို သင်ကြားခဲ့၏။ ရှင်ရဟန်းအဖြစ်ဖြင့် ဒုတိယ ကျောက်ဆိပ်ဆရာတော် ဗုဒ္ဓဆုပန် ဦးညာဏထံ စာပေများသင်ကြား၍ အစိုးရဓမ္မာစရိယစာချတန်းကို အောင်မြင်ခဲ့သည်။ (၁၉၅၈-၅၉)ခုတွင် စစ်တွေဂြစ်ဘက်ပါဠိတက္ကသိုလ် ထူထောင်ရာတွင် ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခဲ့၏။ (၁၃၆၁)ခုနှစ် လူအဖြစ်ရောက်ပြီး ရန်ကုန်၊ အနောက်အုတ်ကျင်း၊ တိုးတက်ရေးသိပ္ပံကျောင်း၊ သမိုင်းစတန်းဒက်ကျောင်းတို့တွင်(၁၀)တန်းပညာထိ သင်ကြားခဲ့၏။ (၁၉၆၃)ခုနှစ်မှစ၍ ရန်ကုန်တိုင်း၊ ဆိပ်ကြီးခနောင်တို ကုန်သွယ်ရေးတွင် ကုန်ရုံမှူးအဖြစ်၊ ကုန်မျိုးစုံမန်နေဂျာအဖြစ် အမှုထမ်းဆောင်ခဲ့ပြီး(၁၉၇၃)ခုနှစ် ကုန်သွယ်ရေး(၄)စစ်တွေရုံးခွဲတွင် မြို့နယ်မှူးအဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ပြီး (၁၉၆၆)ခုနှစ် တိုင်းရင်းဆေးစာမေးပွဲကို အောင်မြင်ခဲ့သည်။ (၁၉၇၆)ခုနှစ်တွင် အငြိမ်းစားယူခဲ့ပြီး ပြက္ခဒိန်ပညာကို နိုင်ငံတော်ပြက္ခဒိန်အဖွဲ့ဝင် ဆရာကြီးဦးထွန်းလှခိုင်ထံမှ နည်းခံသင်ယူခဲ့သည်။ ရခိုင်ဒေသမှထုတ်ဝေသော ရခိုင်မဂ္ဂဇင်း၊ ဦးရာဇ်မြေ၊ ကျိန်းရစ်မြေ၊ ရခိုင်တန်ဆောင် စသောမဂ္ဂဇင်းများတွင် ဘာသာရေးဆိုင်ရာ နက္ခတ်ဗေဒင်၊ တိုင်းရင်းဆေးရိုးရာဘာသာရပ်များကို (၁၉၇၇)ခုနှစ်မှစ၍ ယနေ့တိုင် ရေးသားနေဆဲဖြစ်၍ ရှေးရခိုင်ဘုရင်သမိုင်းအရ ဓာတ်စဉ်(၂၄၈)ဆူကို (၁၉၈၁)ခုနှစ်တွင် ဖော်ထုတ်စတင်ရေးခဲ့သည်။

ဒေသခံတိုင်းရင်းဆေးပညာတိုးတက်ရေးအတွက် (၁၉၈၄)ခုနှစ်မှစ၍ မြို့နယ်ဆေးဆရာအသင်း ဥက္ကဋ္ဌအနေဖြင့် အခြေခံတိုင်းရင်းဆေးပညာပေးသင်တန်းကို

လေးကြိမ်တိုင် ဖွင့်လှစ်သင်ကြားပေးခဲ့သည်။ ရခိုင်ရိုးရာဓညဝတီပြက္ခဒိန်ကိုလည်း ၎င်းနှစ်မှစ၍ စဉ်လာမပျက် ယနေ့တိုင်ထုတ်ဝေနေဆဲဖြစ်ပြီး ယဉ်ကျေးမှုဝန်ကြီးဌာန၊ အနုပညာဦးစီးဌာနတို့တွင် (၁၉၈၆)ခုနှစ်မှစ၍ ပြက္ခဒိန်အကြံပေးအဖွဲ့ဝင်အဖြစ်ပါဝင်ပြီးယနေ့တိုင် ပြက္ခဒိန်လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်နေဆဲဖြစ်ပြီး (၁၉၉၆)ခုနှစ်မှစ၍ မြို့နယ်ရခိုင်စာပေနှင့် စာနယ်ဇင်းအဖွဲ့ဝင် (၃၈၅၄)ဖြစ်၏။ ယခု ရွှေပြားရပ် စစ်တွေမြို့တွင် မိသားစုများနှင့် အတူနေထိုင်လျက်ရှိ၏။

၁။ နိဒါန်း

ရခိုင်ဒေသတွင် တိမ်မြုပ်ပျောက်ကွယ်ရှားပါးနေပြီဖြစ်သော ရခိုင်ရိုးရာသုံးဆေးကျမ်းများတို့ကို လုပ်သားပြည်သူများ ကျန်းမာရေးကဏ္ဍအနေဖြင့် အသုံးပြုနိုင်ရေးကိုလည်းကောင်း၊ မိမိတို့၏အဖိုးမဖြတ်နိုင်သော ရိုးရာယဉ်ကျေးမှုစဉ်လာ အမွေအနှစ်များအနေဖြင့်လည်း ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ဖော်ထုတ်လိုသော ရည်ရွယ်ချက်ဆန္ဒမွန်ဖြင့်လည်းကောင်း ဤရခိုင်ရိုးရာ တိုင်းရင်းဆေးဝါးများ(ပထမတွဲ)ကို ရေးသားပြုစုရခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဤရည်ရွယ်ချက်တည်းဟူသော ဆန္ဒမွန်၊ စေတနာမွန်တို့ဖြင့် ရခိုင်ဒေသနယ်ပယ် မိမိလက်လှမ်းမီရာ ဒေသတို့မှ ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းကို စုဆောင်းလာခဲ့ရာ နှစ်ပေါင်း(၂၀)ကျော်ကာလအတွင်း ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းပေမူ(၆)ခု၊ လက်ရေးမူ(၂)ခုနှစ် ဓညဝတီဆေးဆရာကြီး ဦးစောဖြူ၏ဆေးသဒ္ဒါစာအုပ်ငယ်(၁)ခုတို့ကို ရရှိခဲ့လေသည်။ ထိုစုဆောင်းငှားယူရရှိသည်များနှင့် မိမိငယ်စဉ် ပညာသင်ချိန် ကျောင်းသားဘဝက ဗုဒ္ဓဆုပန် ကျေးဇူးရှင် ဒုတိယကျောက်ဆိပ်ဆရာတော် ဦးဥာဏ၏ ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းကြီးလက်ရေးမူမှ ကူးယူရရှိခဲ့သော ဆေးသဒ္ဒါနည်းများတို့ကိုပါ ညှိနှိုင်းတိုက်ဆိုင်စုပေါင်း၍ ရှေးဆရာများ ရေးသားထားခဲ့သော ရှေးမူလက်ရာလည်း မပျက်အောင် စီစဉ်လျက် လက်တွေ့အသုံးပြုခဲ့ကြသော ရခိုင်သမားတော်ကြီးများ၏ ဆေးနည်းတို့ကိုပါ ပေါင်းစပ်၍ရေးသားပြုစုခြင်းဖြစ်ပေသည်။ ရခိုင်ဒေသနယ်ပယ်သည် သဘာဝစိမ်းလန်းစိုပြည်သော တောတောင်များနှင့် မြစ် ချောင်း အင်း အိုင်ဆေးဘက်ဝင် (ပရဆေး)အပင်များပေါများရာဒေသ နယ်ပယ်တစ်ခုဖြစ်ခြင်းကြောင့် ရှေးရခိုင်ပညာရှိ သမားတော်ကြီးများသည် ထိုသဘာဝပေါက်ရောက်သော မိမိဒေသရှိ ဆေးဘက်ဝင် ဆေးပင်တစ်ပင်တည်းဖြင့် ရောဂါအနာများကို ကုသ၍ ကာကွယ်ခဲ့ကြလေသည်။ အရပ်သုံးစကားဖြင့် 'တောဆေး၊ တောင်ဆေး'ဟူ၍လည်းကောင်း ခေါ်ဝေါ်ကြလေသည်။

'မြစ်ချင်းပြီးဆေး များကို အသုံးပြုနိုင်ရန်အတွက် နောင်လာနောက်သားများအားငဲ့ညှာသနားကရုဏာသက်၍ အခေါ်အဝေါ်နှင့်တကွ အသုံးချပုံတို့ကိုပါ ရေးသားပြီးထားရှိခဲ့ကြ၏။ ထိုဆေးကျမ်းများမှာ ပါဠိ၊ အနက်ရောနှောပြီး ဖော်ပြထားသော 'မူလောသမဆေးကျမ်း'ဖြစ်၏။ ပထမရှေးဦးအစ သိကြားမင်းသည် လူ့ရွာလောက

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

ဆေးပညာရှင် တို့အား သင်ကြားပြသပေးသော ကျမ်းဖြစ်ကြောင်း ဆေးသဒ္ဒါလင်္ကာတွင် ဖော်ပြပါရှိလေသည်။ ယခုဝေါဟာရ လူတို့အခေါ်အားဖြင့် ဆေးတိုက်တာ (ဆေးသဒ္ဒါ) ကျမ်းပင်ဖြစ်၏။ တောဆေးပေါင်း(၃၆၀၀)အမျိုးအမည်များ၊ သုံးနည်းများကို ဖော်ပြထားသောကျမ်းကြီးဖြစ်၏။ ကာလတာရှည်လာသောအခါ၌ ထိုဆေးသဒ္ဒါကျမ်းကြီးမှ လိုရင်းအချို့ကို ထုတ်နှုတ်ရေးသားပြီး ဆရာများအသုံးပြုရေးသားလာကြလေရာ ထိုတောဆေးပေါင်း (၃၆၀၀)ပါဝင်သော 'မူလောသမဆေးသဒ္ဒါကျမ်းကြီး' မှာ ပျောက်ကွယ်ပြီးယခုတွေ့ရှိရသော ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းများမှာ ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းရင်းကြီးမှ ထုတ်နှုတ်ရေးသားထားသော ကျမ်းငယ်များသာ ဖြစ်ကြလေသည်။

မြောက်ဦးခေတ်တွင် ပေါ်တူဂီဘုန်းကြီးသည် ဤဆေးသဒ္ဒါကျမ်းလာ'မြစ်ချင်းပြီးဆေးတစ်ခွက်'သောက်ခြင်းဖြင့် သူ၏ငှက်ဖျားရောဂါပျောက်ကင်း၍ အသက်ချမ်းသာရာရခြင်းကြောင့် ရခိုင်ဆေးကို မှတ်တမ်းတင် ချီးမွမ်းဖူးခဲ့လေသည်။ မြောက်ဦးခေတ် ရခိုင်ဘုရင်သီရိသုဓမ္မရာဇာ(ခရစ်-၁၆၃၀)လက်ထက်တွင် မြောက်ဦးမြို့ ဒိုင်းကျီရပ်တွင် နေထိုင်ခဲ့သော ပေါ်တူဂီဘုန်းကြီး မန်(န)ရစ်သည် မိုးတွင်း ရခိုင်ကိုရောက်၍ မကြာမီ ငှက်ဖျားရောဂါဖိစီး၍ သေလုခါနီးပါးဖြစ်ခဲ့ဖူးလေသည်။ သူသည် မိမိယူဆောင်လာသော အနောက်တိုင်းဆေးဝါးတို့ဖြင့် တတ်ကျွမ်းသမျှ ကုသသော်လည်း ရခိုင်ငှက်ဖျားရောဂါသည် မန်(န)ရစ်အား သက်သာခွင့်မပေးဘဲ ပိုကဲ၍သာ လာလေတော့သည်။ ရခိုင်ဆေးဝါးများကိုလည်း အထင်မကြီးသဖြင့် မန်(န)ရစ်သည် သုံးစွဲမှုမပြုဘဲ သေမင်းခံတွင်းဝသို့ ရောက်နေချိန် ဘုရင်သီရိသုဓမ္မာသည် မန်(န)ရစ်အကြောင်းကို သိ၍သနားသဖြင့် နန်းတွင်းသမားတော်ကြီးကို ဆင့်ခေါ်၍ မန်(န)ရစ်၏ ငှက်ဖျားရောဂါကိုကုသခိုင်းလေတော့သည်။

ဣန္ဒဝဇီရဘိသက္ကာဘွဲ့ရ နန်းတွင်းသမားတော်ကြီးသည် ဘုရင်၏အမိန့်ချမှတ်ခိုင်းစေချက်အရ မန်(န)ရစ်ထံသွား၍ မိမိအသင့်ယူဆောင်လာသော ဆေးလွယ်အိတ်မှ ဆေးတစ်မြစ်ကိုထုတ်၍ အသင့်ပါလာသော ကျောက်ပျဉ်လေးပေါ်တွင် သွေးလျက် မန်(န)ရစ် ဘုန်းကြီးအား တိုက်လေတော့၏။ မန်(န)ရစ်သည် ရခိုင်ဆေးကို အယုံအကြည်မရှိ၍ မသောက်လိုသော်လည်း ဘုရင်၏အမိန့်အာဏာကို မလွန်ဆန်ဝံ့သည့်အတွက် သောက်လိုက်ရလေတော့၏။ ထိုဆေးတစ်ခွက်သောက်ရုံမျှဖြင့် ငှက်ဖျားရောဂါသည် အမြစ်ပြတ်ပျောက်ကင်းလေရာ မန်(န)ရစ်ဘုန်းကြီးသည် 'ပြောမယုံ ကြုံမှသိ'အနေဖြင့်

ရခိုင်ဆေးကို ချီးမွမ်း၍ မှတ်တမ်းတင်ခဲ့ဖူးလေသည်။

ရခိုင်ဒေသအချို့သော ကျေးလက်များတွင် ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းလာ ဤကဲ့သို့ မြစ်ချင်းပြီး ဆေးဝါးတို့ဖြင့် ကုသနေကြသော သမားစဉ်ဆက်များသည် ယနေ့တိုင်ရှိနေကြသည်ကို တွေ့ရှိရပေသည်။ အဆိပ်ချဆေးပင်များ၊ အရိုးဆက်ဆေးပင်များ၊ လုံးရန်းသက်တန့်အနာတင်ဆေးပင်များ၊ ကာလနာကျောက်၊ ဝက်သက်ရောဂါကုဆေးပင်များစသည်တို့ဖြင့် ဆေးပင်တစ်ပင်တည်းဖြင့် ကုသကြလေသည်။ ဂျပန်ခေတ်၊ ဒုတိယကမ္ဘာစစ်ကာလအတွင်း ဆေးဝါးရှားပါးချိန် ရခိုင်ကျေးလက်ဒေသရှိ တတ်သိနားလည်ကြသော သူတို့သည် ကာလနာကျောက်၊ ဝက်သက်ရောဂါဖြစ်ပွားချိန်တွင် ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းလာ စပါးကြီးသည်းခြေပင် အမြစ်ကို သွေး၍တိုက်ခြင်း၊ ၎င်းအပင်တစ်ပင်လုံးကို ကျိုချက်ပြီး ဆေးအဆီယူ၍ အသုံးပြုခြင်းဖြင့် ထိုရောဂါများကို ကာကွယ်ခဲ့ကြလေသည်။

ဆေးအခေါ်အဝေါ်များမှာ အရပ်ဒေသအလိုက် ကွဲပြားခြင်းဖြစ်၍ ထိုအခေါ်အဝေါ်များနှင့် ဆေးပင်များကို သိရန်မှာ အရေးကြီးသော အချက်ပင်ဖြစ်ပါ သည်။ တောဆေး၊ တောင်ဆေးကျွမ်းကျင်သိတတ်သူ ဆရာများထံ နည်းခံမှတ်သားပြီး အသုံးပြုခြင်းဖြင့်လည်းကောင်း၊ ရှေးဆရာကြီးများ၏လက်တွေ့အသုံးပြုခဲ့ကြသော ဆေးနည်းများကို အသုံးချခြင်းဖြင့်လည်းကောင်း လိုအပ်သော ကျန်းမာရေးကဏ္ဍပိုင်းကို ဖြည့်စွမ်းနိုင်ပါစေဟု ဆန္ဒပြုလိုက်ရပါသတည်း။

ဦးအောင်ချစ်
(ဆရာချစ်-စစ်တွေ)
မြန်မာနိုင်ငံပြက္ခဒိန်အကြံပေးအဖွဲ့ဝင်
တိုင်းရင်းမြန်မာသမားတော်ကြီး
၂၂-၆-၁၉၉၄

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

၂။ မိတ်ဆက်စကား

ဆရာကြီး ဦးအောင်ချစ်ကို ဧည့ဝတီ ပြက္ခဒိန်ဆရာ၊ ဆေးဆရာအဖြစ်ဖြင့် သိရှိကြသူများကြပေသည်။ ရခိုင်ပြည်နယ်၊ ပုဏ္ဏားကျွန်းမြို့နယ်၊ ကျောက်ဆိပ်ကျေးရွာတွင် လယ်သမားများ ဖြစ်ကြသော အဖဦးပေါက်ဆိန်၊ မိခင် ဒေါ်မညိုတို့မှ (၁၉၃၄)ခုနှစ်တွင် မွေးဖွားသော မွေးချင်းငါးဦးအနက် စတုတ္ထမြောက် သားရတနာဖြစ်၏။ ငယ်စဉ်က ဘကြီးတော်သူ သမားတော်ကြီး ဦးမှဲ့ညိုနှင့် ဣန္ဒိယကြေးမုံကျမ်းကြီး ပြုစုပါဝင်ရေးသားခဲ့သော ဦးနာရဒဆရာထွက်တို့ထံ ဆေးပညာများကို သင်ကြားခဲ့၏။ ပထမကျောက်ဆိပ်ဆရာတော် ဦးဝဏ္ဏနှင့် ဒုတိယကျောက်ဆိပ်ဆရာတော် ဗုဒ္ဓဆုပန် ဦးဥာဏတို့ထံ လောကီ၊ လောကုတ္တရာ စာပေများနှင့် ကျောက်ဆိပ်ဦးပဉ္စင်း ဦးပညာဝံသထံ မကာရန္တ၊ သံဒိဋ္ဌ နေကြတ်, လကြတ်သရကျမ်း၊ သင်္ကြန်စသော ဗေဒင်လက်ရိုးကျမ်းများကို သင်ကြားတတ်မြောက်ခဲ့၏။

ပဉ္စင်းဘဝဖြင့်လည်း ဓမ္မာစရိယစာချတန်းကို အောင်မြင်ခဲ့ပြီး ရခိုင်ဒေသတွင် ပရိယတ္တိသာသနာ တိုးတက်စည်ပင်ထွန်းကားရေးအတွက် (၁၉၅၈-၅၉)ခုနှစ်၊ စစ်တွေမြို့၊ ဂြစ်ဘက် ပါဠိတက္ကသိုလ်ကျောင်းတိုက် ထူထောင်ရာတွင် ဓမ္မာစရိယကျောင်းသားအဖြစ် ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခဲ့ဖူးလေသည်။ ရန်ကုန်မြို့၊ တိုးတက်ရေးသိပ္ပံစသော အလွတ်ပညာသင်ကျောင်းများမှ ကုန်သွယ်ရေးတွင် အလုပ်ဝင်ရောက်ချိန်ကြိုးစားသင်ယူ၍ အင်္ဂလိပ်-မြန်မာ(၁၀)တန်းထိ ဝင်ရောက်ဖြေဆိုခဲ့ပြီး အစိုးရတိုင်းရင်းဆေးစာမေးပွဲကိုလည်း အောင်မြင်ခဲ့သူဖြစ်လေသည်။

(၁၉၇၄)ခုနှစ်၊ ကုန်သွယ်ရေး(၄)တွင် မြို့နယ်မှူးအဖြစ်ဖြင့် စစ်တွေသို့ပြောင်းရွှေ့တာဝန်ကျစဉ်ကာလ နက္ခတ်ဗေဒင်ပညာရှိ နိုင်ငံတော်ပြက္ခဒိန်အကြံပေးအဖွဲ့ဝင် ဆရာကြီးဦးထွန်းလှခိုင်ထံ ပြက္ခဒိန်ပညာများကို နည်းခံသင်ကြားခဲ့ပြီး နိုင်ငံတော်ပြက္ခဒိန်အကြံပေးအဖွဲ့ဝင်အဖြစ်ဖြင့် ယနေ့တိုင် ရခိုင်ရိုးရာယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ ဧည့ဝတီ ပြက္ခဒိန်ကို ဆက်လက်အမွေခံ တာဝန်ယူဖော်ထုတ်နေဆဲဖြစ်၏။ မြို့နယ်တိုင်းရင်းဆေးဆရာအသင်း ဥက္ကဋ္ဌအဖြစ်ဖြင့် ရိုးရာဆေးဖက်ဆိုင်ရာများကို တာဝန်ယူဆောင်ရွက်နေဆဲပင်ဖြစ်၏။ ရခိုင်မဂ္ဂဇင်း၊ ရခိုင်တန်ဆောင်မဂ္ဂဇင်း၊ ရခိုင်ပြည်နယ် ယဉ်ကျေးမှုမဂ္ဂဇင်း

များနှင့် ဦးရာဇ်မြေမဂ္ဂဇင်းတို့တွင် ငယ်နာမည် အောင်ချစ်စိန်အမည်၊ 'ဆရာချစ်' ကလောင်အမည်တို့ဖြင့် ရခိုင်ရိုးရာ တိုင်းရင်းဆေးဆောင်းပါးများ၊ ရခိုင်သာသနာပြု ဆောင်းပါးများ၊ သမိုင်းဆိုင်ရာဆောင်းပါးများတို့ကို ရေးသားနေသော ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး ဖြစ်ပေသည်။

ရခိုင်ပြည် ဘုရားသမိုင်းအရ (၂၄၈)ဆူသော ဓာတ်စေတီများကို ဦးစွာပထမ ဖော်ထုတ်ရေးသားဖြန့်ချိခဲ့သူဖြစ်ပြီး ဗုဒ္ဓဆုပန် ဒုတိယကျောက်ဆိပ်ဆရာတော် ဘုရားကြီး၏ အတ္ထုပ္ပတ္တိဖြစ်စဉ် ချောင်း(၁၁)ပုဒ်ကို စီကုံးထုတ်ဝေခဲ့သူဖြစ်သည်။ ဆရာကြီးသည် ရခိုင်ဒေသအတွင်း တိမ်မြုပ်ပျောက်ကွယ်နေဆဲဖြစ်သော ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းများကို နှစ်လရှည်ကြာစုဆောင်း၍ ရှေးရခိုင်ဆရာကြီးများ လက်တွေ့အသုံးပြုခဲ့ကြသော ဆေးနည်းများကိုပါ ပူးတွဲဖော်ပြလျက် ရေးသားထားသော ဤရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းနှင့် ရခိုင်ရိုးရာဆေးဝါးများ (ပထမတွဲ) စာအုပ်သည် လုပ်သား ပြည်သူများ လိုအပ်လျက်ရှိသော ကျန်းမာရေးကဏ္ဍပိုင်းကို ဖြည့်စွမ်းကူညီပေးနိုင်လိမ့် မည်ဟု မျှော်လင့်ယုံကြည်စွာဖြင့် မိတ်ဆက်စကား ရေးသားလိုက်ရပေသည်။

နတ်မြစ် ဦးဝါသဝ
ပညာလင်္ကာရကျောင်း
ရွှေဘုန်းပွင့်ဘုရား
ပုဇွန်တောင်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်။
၁၂-၁၀-၁၉၉၀

၃။ ပေါ်တူဂီဘုန်းကြီး မန်(န)ရစ်နှင့် ရခိုင်ဆေးမှတ်တမ်း ချောင်း

ဇေ. . . ဇေ. . . ဇေ. . . သီကာ၊ များသူငါသို့၊ ရိုးရာဆေးဝါး၊ အကြောင်းများမှ၊ ဆန်းပြားပေါ်တွင်၊ တောဆေးပင်၏၊ စွမ်းအင်သတ္တိ၊ ဖြစ်ပုံဟိ(ရှိ)ကို၊ ထုတ်ဘိဖော်ပြ၊ နားဆင်သလော့၊ လွန်ထတီကေ၊ သာကေကောဇာ၊ ကိုးရာကိုးဆယ့်၊ နှစ်ခုကေဝယ်၊ ရွှေပြည်ဩ၊ ရက္ခမဏ္ဍိုင်၊ စိုးပိုင်အုပ်ချုပ်၊ မင်းလုပ်သီရိသုဓမ္မာ၊ လက်ထက်မှာလျှင်၊ ရောက်လာတခြား၊ တိုင်းတစ်ပါးမှ၊ ခေါ်ငြားပေါ်တူဂီ၊ တွင်ပြီမန်(န)ရစ်၊ နေဖြစ်ထိုခါ၊ မြောက်ဦးမှာတည်း၊ ယင်းကာလမှာ၊ ငှက်သင့်နာနှင့်၊ အိပ်ရာမထ၊ သူပြည်တ,လျက်၊ ရှည်ထရောဂါ၊ ကြီးစွာဒုက္ခ၊ ဟိလတ်ကလျှင်၊ ရာဇဘုရင်၊ ဖြစ်အင်ကိုသိ၊ သနားဘိ၍၊ မည်ဟိဘိသက္က၊ ဣန္ဒဝဇီရာ၊ ဘွဲ့သညာရ၊ နန်းတွင်းခသည့်၊ ကုသသမားတော်၊ ဆင့်ခေါ်စေလွှတ်၊ ရောက်လတ်ထိုခါ၊ သူ့ရှေ့မှာလျှင်၊ ဆရာဘိသက္က၊ အိတ်တွင်းမှပင်၊ ယူထဆေးတစ်မြစ်၊ ပျစ်ပျစ်သွေးဖျော်၊ ကျောက်ပျဉ်ပေါ်မှာ၊ ခုသော်ချက်ချင်း၊ ထိုက်လေလျှင်းက၊ သောက်ခြင်းသူနာ၊ တစ်ခွက်သာဖြင့်၊ ရောဂါပျောက်ရ၊ ကင်းစင်ပခဲ့၊ သုခချမ်းသာ၊ ကျန်းမာလည်းရောက်၊ အံ့လှောက်မကုန်၊ ပြောမယုံကေ၊ ကြုံသော်မှသိ၊ ရင်ထိလက်ခတ်၊ ချီးမွမ်းလတ်၍၊ သိမှတ်ရခိုင်ဆေး၊ မှတ်တမ်းရေး၊ ဇလည်းယင်ယင်ဇေ. . .။

ဆရာချစ်
၁၉၈၄

The Land Of The Great Image By MAURICEF COLLIS; ကို မှီငြမ်းစီကုံးသည်။

ပဉ္စဂုဏ် အဟံဝန္ဒာမိ

၄။ ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းနိဒါန်း

ဇေယန္တု၊ ဆေးမြစ်တို့၏ သင်္ချာပေါင်းနုတ်စု သမားပေါင်းရှု၍ ဆေးမြစ်အပေါင်းတို့ကို အလင်းပြဆိုပေအံ့။ သမားတကာ ရွှေနားနာလော့။ ပညာအထွဋ်ကဝိမြတ်တို့ ရုပ္ပိရုက္ခ ဩသဓနှင့်၊ နေ့ညမွေ့လျော် သမားတော်တို့၊ ပါဏာတိပါဒ် မသတ်သူ့သက်၊ ပို့လျက်မေတ္တာဘာဝနာနှင့်၊ များစွာကမ္မဋ္ဌာန်း ရွတ်စီးဖြန်း၍၊ မဂ်လမ်းကိုရှာ ခေမာပူရမြို့အောင်ချာသို့၊ ရောက်ပါလိုသော်၊ ငါးဖြာပဥ္စာသီ ရှစ်လီဥပုသ်၊ လဆုတ်လဆန်း သီလပန်းကို၊ ကြိုးပမ်းလုံ့လ ဝီရိယဖြင့်၊ နေ့ညမွေ့လျော် သမားတော်တို့၊ မှားမည်ကိုစိုး လွန်မြတ်နိုး၍၊ ကောင်းကျိုးဖြစ်လို၊ ဆေးကိုဆိုအံ့။ လူနတ်နဂါး သိကြားပြဟ္မာ၊ သတ္တဝါတိရစ္ဆာန်၊ မကျန်ကျွဲနွား၊ ဆိတ်ဝက်ကျားနှင့် ခွေးငှက်လိပ် ကြောင်၊ တောမျှောင်လင်းတ၊ မြွေဖားစသား ငါးရံ့ငါးပြေ၊ ငစွယ်ငယက်၊ ကြက်နှင့်သမင်၊ ငှက်တွင်ခင်ပုပ်၊ ဆိုးယုတ်တလီ၊ ဆတ်ချိုင တန် ဤသို့ညွှန်လည်း၊ ဆေးမှန်ရုက္ခ ဩသဓစစ်၊ အမြစ်အခေါက်၊ ရွက်ပေါက်ဖူးစုံ၊ အငုံအသီး၊ ယူပြီးမှန်လှ၊ ဩသဓကို အစစ်ယူလေ၊ ဆေးမြစ်တွေကို အလွယ်သိလို၊ ညွှန်ပြဆိုသည်၊ ဉာဏ်ပျိုသမား မှတ်စေသော်ဝ်. . . .။

“ဒွါဒရာသီစေဝ တြိပုပ္ဖံ၊ ဒွေရုက္ခံ မဟာဩသဓ ပဏ္ဍိတေဟိ ဝိဇာနေယံ။ ။ဒွါဒရာသိစေဝ၊ တစ်ဆယ့်နှစ်ရာသီလုံးပင်လျှင်။ တြိပုပ္ဖံ၊ သုံးခါစီပြန်၍ ပွင့်ထသော။ မဟာဩသဓေ၊ ဆေးမြတ်ကြီးလည်း ဖြစ်ထသော။ ဒွေရုက္ခံ၊ နှစ်ပင်သော သစ်ပင်ကို။ ပဏ္ဍိတေဟိ၊ ဆေးပညာရှိတို့သည်။ ဝိဇာနေယံ၊ သိအပ်သိထိုက်ရာ၏”ဟူသော ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းလာသည်နှင့်အညီ တစ်နှစ်တွင် သုံးကြိမ်ပွင့်သော ကျေးပင်၊ ခမောင်းပင်နှစ်မျိုးတို့တွင် အက္ခရာအစဉ်အလိုက် ထုတ်နှုတ်၍ ကျေးပင်ကို ရှေးဦးစွာ ပြဆိုပေအံ့။

၅။ က–မှ အ–ထိ ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းလာ ဆေးပင်များနှင့် အကျိုးသွား

(၁) ကျေးပင်

ကျေးပင်ကို ကျေးသိန်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ ဆေးရက်ဖောက်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ သကြားပန်းဟူ၍လည်းကောင်း၊ ခေါ်ဝေါ်၏။ အစေ့ကွဲ၍မြေ၌ကျပြီး အပင်ပေါက်လျက် အစေ့သည် ရက်ဖောက်သီးနှင့် တူသောကြောင့် ဆေးရက်ဖောက်ဟု ခေါ်၏။ ရတနာသုံးပါး ကျေးဇူးကို သိတတ်သည်နှင့် တူ၍ ကျေးပင်ဟုခေါ်၏။ ရတနာသုံးပါးကို အစွဲပြု၍ ရာသီမှန်အောင် မိုးဦးကာလ၊ လယ်ယာလုပ်ကိုင်ချိန် အသိအမှတ်မတိမ်းပါးရအောင် လူတို့သိအောင် သုံးကြိမ်ပွင့်၍ ပြနိုင်သောကြောင့် ကျေးဇူးရှင်ဖြစ်သည့်အနေဖြင့် ကမ္ဘာဦးသူတို့က ကျေးပင်ဟု ခေါ်ဝေါ်သမုတ်ကြလေသည်။

ကျေးပင်၏အသုံးကား အာပုပ်၊ ရေငတ်၊ ညှော်မိညှော်ဝင်ရောဂါများနှင့် သည်းခြေ ပျက်၍ ရူးသွပ်ခြင်းဖြစ်သူများ၊ ငန်းပူ၊ မန်းပူ သနိပတ်နာ ဖြစ်သူများကို ၎င်းအပင်အမြစ် ကို သွေး၍ နံ့သာဖြူ-နီ)(၂)ပါးအရည်နှင့် စပ်တိုက်ပါ။ ပူ၍လူးလဲနေသူ၊ အပူအားကြီးသူ များအား ဥပသကာရည်နှင့် စပ်တိုက်ပေးပါ။ ဝမ်းစိမ်းသွားခြင်း၊ ဝမ်းနာ၊ ဝမ်းကိုက်၊ သွေးဝမ်းသွားခြင်း၊ မြင်းသရိုက်နာ၊ ရောဂါဖြစ်ခြင်းတို့ကို လက်ထုတ်ခေါင်ရည်နှင့် စပ်တိုက်ပေးပါ။ ခာတ်ကျိုး၊ ခာတ်ပျက်၊ ဝမ်းပျက်ရောဂါ ဖြစ်ခြင်းတို့ကို စမုန်မျိုး(၅)ပါးရည် နှင့်စပ်တိုက်ပေးပါ။ ရင်တိုက်၊ ရင်တင်းနာတို့ကို နှပ်ချို၊ ကြံဟင်း၊ သက်ရင်းကြီး ဤသုံးမျိုး အရည်နှင့်စပ်တိုက်ပေးပါ။ ဝမ်းခဲနာကို ငရုတ်မိုးမျှော်လောင်းစွက်၍ တိုက်ပေးပါလေ။

ကျေးအဖြူ၊ အနီ၊ အပွင့်အရောင် အဆင်းကိုလိုက်၍ အပင်(၂)မျိုးရှိသည်။ ဆေးအသုံးပြုရာတွင် များသောအားဖြင့် ရှေးရခိုင်သမားတော်ကြီးများက ကျေးဖြူပင်ကို အသုံးပြုကြလေသည်။ ၎င်းကျေးဖြူပင်၏အမြစ်သည် ခပ်သိမ်းသော ရောဂါအနာများနှင့် သင့်လျော်ကြောင်းမိန့်ဆိုကြပါသည်။ အရွက်ကိုလည်း အားဆေးအဖြစ်ဖြင့်လည်းကောင်း၊ ၎င်းအပွင့်ကို ဝမ်းရပ်ဆေးအဖြစ်ဖြင့် လည်းကောင်း အသုံးပြုကြလေသည်။

(၂) ကျားလက်ဖန်ပင်

ကျားလက်ဖန်ပင်ကို ဇလပ်ပင်ဟု ခေါ်၏။ အသုံးပြုနည်းမှာ လည်ချောင်းနာခြင်း၊ (မခါမခြုပ်) မက်ခရုပေါက်ခြင်းတို့၌ အခေါက်အမြစ်ကို ငုံ၍ထားလျှင် အဆိုပါ ရောဂါ အနာများ ပျောက်ကင်းစေသည်။

ကြောင်အမည်ရဆေးပင်များ

(၃) ကြောင်ခုနစ်မ

ကြောင်ခုနစ်မဟူ၍လည်းကောင်း၊ ကြောင်ဆေးပင်ဟူ၍လည်းကောင်း ခေါ်သည့် ဆေးမှာ ကြောင်တောက်၊ ကြောင်လျှာ၊ ကြောင်ခြစ်၊ ကြောင်မီးကူ၊ ကြောင်ချေး၊ ကြောင် လှေကား၊ ကြောင်ပန်းတို့ကို ဆိုလေသည်။ ၎င်းတို့မှာ အကာအကွယ်တို့ကောင်းကြ၏။

စီရင်နည်းအကျဉ်းမှာ ကြောင်ပန်းကို အိမ်ခေါင်းရင်းကထား၊ ကြောင်တောက်သား ကို ကြငန်းသေမှာထား၊ ကြောင်လျှာသားကို အလယ်ဆစ်ထရံမှာထား၊ ကြောင်ခြစ်ပင် သားကို တံခါးဝမှာထား၊ ကြောင်မီးကူကို အိမ်အောက်မှာထား၊ ကြောင်ချေးကို ရေအိမ် ဝမှာထား၊ ကြောင်လှေကားကို လှေကားခုံတွင်ထား၊ အကာအကွယ်တွင် အကျော်တည်း၊ အသီးသီးပညာဥာဏ်ဖြင့် အသုံးပြုတတ်မှုကား အကျိုးကျေးဇူးများပြားလှ၏။ သုံးတတ် လျှင် အပြီးတိုင်၏။

(၄) ကြောင်

ကြောင်ဟူသည်ကား ကြောင်လျှာ၊ ကြောင်တောက်၊ ကြောင်မီးကူ၊ ကြောင်ခရာ၊ ကြောင်စွယ်၊ ကြောင်သိုမြက်၊ ကြောင်စွန်ပန်း၊ ရေကြောင်ပန်း၊ ကြောင်ခြစ်၊ ကြောင်ပန်း ဤဆယ်မျိုးတို့ပင်တည်း။ အသုံးကား ကာလကြွက်တက်လျှင် ရင်ကသုံးတန်တား၍ နယ်ပစ်လေ။ ဆွဲလည်းဆွဲထား၊ ဝတ်လည်းဝတ်ထားလေ။

(၅) ကြောင်ရာသေပင်

ကြောင်ရာသေပင်ဟူသည် ကြောင်ပန်းပင်ကိုခေါ်သည်။ အသုံးကား လေနာ၊ ယားနာနှင့်သင့်၏။၎င်းအနာတို့တွင် အသုံးပြုလေ။ လိမ်း,သောက်,ရှူဆေးအဖြစ်သုံးလေ။

(၆) ကြောင်ချီးပင် (ကြောင်ချေးပင်)

ကြောင်ချီးပင် (ကြောင်ချေးပင်)ဟူသည်ကား လဖော့သရော့ပင်ကိုခေါ်၏။ ဆေးချဉ်ပင်ဟူ၍လည်း အချို့ခေါ်၏။ အသုံးကား သက်တန့်အနာတို့မှာ ပြည်မစင်၊ ပြည်မပျော်လျှင် တင်လေ။ စုတ်ညှစ်သကဲ့သို့ထွက်၏။ အခဲအကျိတ်များလည်း ကြေမွ ပြိုကျ၏။

(၇) ကြောင်ခြစ်ပင်

ကြောင်ခြစ်ပင်ကို မုနိဟူ၍လည်းကောင်း၊ သန်လျက်ငယ်ဟူ၍လည်းကောင်းခေါ် ပြီး ငန်းစွယ်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ ဆေးပွင့်ဝါဟူ၍လည်းကောင်း၊ သန်လျက်ကြီးဟူ၍ လည်းကောင်း ခေါ်၏။

ဆေးကြောင်ဒေါက်နှင့် သစ်မျောက်မလွဲ တစ်ချက်တည်း။ ကြောင်ညှာပင်ကိုခေါ် ကျင်ပို့ဆောင် ဆေးတောင်မောင်တည်း။ (ဆေးသဒ္ဒါလင်္ကာ)

(၈) ကျီးကန်းပင်

ကျီးကန်းပင်ကို ရေခြသေ့်ပင်ဟုခေါ်၏။ အသုံးကား အနာလုံးပေါက်ခါစ၌ အစေး ကို အနာထိပ်ဝမှအုံ၍တင်လေ။ အစေးမရက အရွက်နူကို ထု၍အုံလေ။ အနာနူလျှင် ပိန်၍၊ ရင့်လျှင် ပြည်တက်၍ ပေါက်ကျ၏။ သက်တန့်တီထိုးနာတို့၌လည်း အခြားဆေးနှင့် စပ်၍ အသုံးပြုလေ။

(၉) ကုက္ကိုပင်

ကုက္ကိုပင်ကို ရခိုင်အခေါ် ရှဥ့်မတက်ကြီးဟုခေါ်၏။ တောဇာတိပွိုလ်သီးဟုလည်း ခေါ်၏။ အသုံးကား ၎င်းအခေါက်ကို ရေဖြင့်သွေး၍တိုက်သော် သွေးဆုတ်နေသော သူတို့ကိုလည်း သွေးကိုပေါ်စေတတ်၏။

(၁၀) ကြက်

ကြက်ဟုဆိုသည်ကား ကြက်သွေး၊ ကြက်မအုပ်၊ ကြက်ဆူ၊ ကြက်မောက်ကြီး-

ငယ်၊ ကြက်သားဟင်း၊ ကြက်စိမ်းညှင်း၊ ကြက်သွန်တို့တည်း။

(၁၁) ကဏန်း

ကဏန်းဟူသည်ကား ပြားကဏန်းစီး၊ တောင်ကဏန်းစီး၊ ကဏန်းလက်မ၊ ကျောက်ကဏန်း၊ ကျောက်ဗလိတို့တည်း။

(၁၂) ကွမ်းဖဲပင်(ကွမ်းပြေပင်)

ကွမ်းဖဲပင်(ကွမ်းပြေပင်)ကို အိုးပွင့်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ နွားလျှာငယ်ဟူ၍လည်းကောင်း ခေါ်ကြ၏။ ဆေးပင်၏အကျိုးကား အပူအချမ်းကို မျှစေတတ်၏။ ငန်းမန်း၊ သန္နိပါတ်တို့ကိုလည်း နိုင်စေတတ်၏။ မြွေဟောက်ကိုက်သော်လည်း နိုင်စေတတ်၏။

(၁၃) ကျီးဖို၊ ကျီးမ

ကျီးဖို၊ ကျီးမဆိုသည်ကား ဆင်ခရမ်းမြစ်ကိုလည်းကောင်း၊ ခရမ်းကစော့မြစ်ကိုလည်းကောင်း၊ ၎င်းတို့၏ ပဥ္စငါးပါးကိုလည်းကောင်းဆိုသည်။ ၎င်းအမြစ်၊ အသီး၊ ပဥ္စငါးပါးတို့သည် သွေးလေကို ကြေစေတတ်ပြီး၊ အပူ၊ အပုပ်ကို နိုင်၏။ ညှော်မိညှော်ဝင်၊ အဖျားရောဂါများကို တိုက်လေ။

(၁၄) ကျောက်ပန်းညို

ကျောက်ပန်းညိုကို ကျောက်လင်းလေဟုခေါ်၏။ အသုံးကား တောကင်းကိုက်သော် မြွေကိုက်သော် သွေး၍ပွတ်လေ၊ လိမ်းလေ။ မြွေဆိပ်အမျိုးမျိုးကိုနိုင်၏။

(၁၅) ကယုကမာ (ကနုကမာ)

ကယုကမာ(ကနုကမာ)ဆိုသည်ကား ရေ၌ရှိသော ကယုခွံကို ဆိုသည်။ အသုံးကား ဆီးကျောက်တည်ရောဂါ၊ ဆီးပူ၊ ဆီးနည်းရောဂါ တို့တွင် ပြာချ၍ အုန်းစိမ်းရည်နှင့်တိုက်၊ ဆီးအိမ်ကိုလည်း လိမ်းလေ။ ခြေရောင်လက်ရောင်ဖြစ်လျှင်လည်း လိမ်းကျံလေ။

(၁၆) ကန်ကူကြက်ညှာဖိုမ

ကန်ကူကြက်ညှာဖိုမဆိုသည်ကား ကင်းမူပင် အဖိုအမကို ဆိုသည်။ အသုံးကား ၎င်းနှစ်ပါးကိုခွာ၍ အခြောက်လှန်း၊ အမှုန့်ထောင်း၊ ပျားရည်နှင့်စိမ်ပြီး သကျဲရင်ခေါင်းနာတို့ကို ပေးလေ။

(၁၇) ကွန်ချာနွယ်

ကွန်ချာနွယ်ကို မြင်းစငုတ်ဟုလည်းခေါ်၏။

(၁၈) ကြက်ရိုးသံသတ်ပင်

ကြက်ရိုးသံသတ်ပင်ကို အော်လဲဟုခေါ်၏။

(၁၉) ကဏန်းလက်မပင်

ကဏန်းလက်မပင်ကို ကျွန်းတောင်ဟုလည်းခေါ်၏။

(၂၀) ကြက်မအုပ်ပင်

ကြက်မအုပ်ပင်ကို ယမ်းမီးဟူ၍လည်းကောင်း၊ ခွေးခေါင်းခွံဟူ၍လည်းကောင်း ခေါ်၏။

(၂၁) ခံတက်ဖိုမ

ခံတက်ဖိုမ(၂)မျိုးရှိ၏။ တောင်၌ပေါက်သော ခံတက်ပင်ကို ကန့်တိုက်ဖိုဟုခေါ်၏။ တစ်ပါးသော ကန့်တိုက်ကို ကန့်တိုက်မ၊ ခံတက်အမဟုခေါ်၏။ မြစ်နား၊ ချောင်းနားတွင် ပေါက်ရောက်တတ်၏။ ခံတက်အသုံးကား ကျယ်ဝန်းလှ၏။ ရာသီခါတ်ပိုင်းတွင်လည်း ဤဆေးပင်ကို အသုံးပြုခြင်းများကြ၏။ လေ၊ သည်းခြေ၊ သလိပ်နှင့်ယှဉ်သော ရောဂါများတွင် ရှေးဆရာတို့က အခြားဆေးဖက်များနှင့် စပ်၍ အသုံးပြုကြ၏။

(၂၂) ကြာမျိုးငါးသွယ်

ပေါက္ခရဏီကြာ၊ ပုဏ္ဍရိက်ကြာ၊ ကြာတံဆိပ်၊ ပဒုမ္မာကြာ၊ ကြာခေါင်းလောင်းအားဖြင့် ငါးမျိုးငါးသွယ်ရှိ၏။ ပေါက္ခရဏီကြာသည် ရေတွင် ငါးမျိုး၊ ကြာတံဆိပ်သည် သစ်ပင်တွင် ငါးမျိုး၊ ကြာပဒုမ္မာသည် ပင်လယ်ကျောက်တွင် ငါးမျိုး၊ ကြာခေါင်းလောင်းသည် ရေတွင်မှီ၍ ငါးမျိုးစီရှိ၏။

ရေတွင်နေသော ကြာမျိုးငါးပါးကို ဘုရားကိုပူဇော်ဖူးမြော်၍ ဝတ်ဆံကိုယူရာ၏။ တရားကို ယုံကြည်သဖြင့် ပူဇော်၍ မြေတွင်ရောက်သော ကြာနီဝတ်ဆံကို ယူရာ၏။ သံဃာတော်မြတ်တို့အား ရိုသေလေးမြတ်၍ ပလ္လင်ကျောက်တွင်ရောက်သော ကြာကိုယူရာ၏။ မိဘ၊ ဆရာတို့အား အရိုအသေပြု၍ သစ်ပင်တွင် ရောက်သော ကြာဝတ်ဆံကို ယူရာ၏။ နတ်ကြီးတို့အား အရိုအသေအလေးအမြတ်ပြု၍ ပဒုမ္မာကြာဝတ်ဆံကိုယူရာ၏။ ဤသို့ငါးပါးသော ကြာမျိုးကိုယူ၍ ဖာလာပေါင်းလေးဆယ်နှင့် ရောနှောပြီး နံ့သာငါးပါးရေနှင့် ကြိတ်ပြီးလျှင် သူရဿတီနတ်ရုပ်၊ စန္ဒီနတ်ရုပ်၊ သိကြားနတ်ရုပ်၊ ကလျာဏနတ်ရုပ်၊ ဗလိရာဇာနတ်ရုပ်ဟု ဆိုအပ်သော နတ်ရုပ်ငါးဦးကို ထုပြီးလျှင် သရိုးလုပ်၍ ဟသ်ာပြဒါးကို ရွှေချ၊ ဇယမင်္ဂလာဂါထာကို ငါးရာစုတ်၍ အရိုအသေပြု၍ ဆောင်လေ။ ဘေးဒဏ်ခပ်သိမ်းပျောက်၍ အကျိုးခပ်သိမ်းရောက်၏။ သမားဆယ်တိုင် ပြုစား၍ မဖြစ်နိုင်၊ ရန်သူအပေါင်းတို့ မတတ်နိုင်ရာ။ မင်း၊ ပုဏ္ဏား၊ ယောကျ်ား၊ မိန်းမတို့ မေတ္တာသက်၏။ စီးပွားတက်၍ အသက်ရှည်၏။ ရန်သူတို့ မကောင်းကြံလျှင် သင်းတို့အကြံပျက်၍ သေကျေလေ၏။ နတ်ချစ်၏။ အိမ်တွင်ထားမူ စီးပွားလာ၏။ ချမ်းသာတတ်၏။ သစ်ကြမ်း၊ ဝါးကြမ်းကိုနိုင်၏။ ပဒုမ္မာကြာကိုမရလျှင် ငါးကြီးအန်ဖတ်ကိုထည့်၊ ကြာတံဆိပ်ကို မရလျှင် သနပ်ထော်ကို ထည့်၊ ပုဏ္ဍရိတ်ကြာကိုမရလျှင် ကုံကုမံကိုထည့်လေ။

(အချို့ဆေးကျမ်းများတွင် ပုဏ္ဍရိက-ကြာဖြူ။ ကောကနုကဒ-ကြာနီ။ ကမလ-ကြာညို။ ကုမုဒ-ကုမုဒြာကြာ။ ပဒုမ-ပဒုမ္မာကြာ။ ရေတွင်ရှိသော ဤငါးမျိုးကို ပြဆို၍ အကျိုးသွားတူကြောင်း၊ သွေး၊ သည်းခြေတို့ကို ငြိမ်စေတတ်ကြောင်း ဖော်ပြထားကြလေသည်။ ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းအရ ကြာအမျိုး(၁၅)မျိုးကိုပြဆိုထားသည်။ ကြိုက်နှစ်သက်ရာ ယူကြလေ။ ဤကားစကားချပ်။)

ကျားအမည် ဆေးပင်အမျိုးအစား

(၂၃) ကျားလေးကောင်

ကျားလေးကောင်ဟူသည်ကား ကျားဒေါက်၊ ကျားမင်းဇံ၊ ကျားစိမ်းညင်း၊ သမန်းကျား၊ ဤဆေးပင်လေးပင်ကို ခေါ်သည်။ အသုံးကား အကာကောင်း၏။ အသီးသီးခွဲ၍ သုံးတတ်မူကား ယခင်ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းကြီးတွင် ဆိုခဲ့ပြီးသည့်အတိုင်း ကျားစိမ်းညင်းနှင့် ကျားမင်းဇံကိုသုံးလေ။ သမန်းကျားအသုံးကား ဝမ်းထဲအနာမှာလည်း ရ၏။ ကာယသိဒ္ဓိ ဓားလည်းခံ၏။ ကျားဒေါက်အသုံးကား အကာအကွယ်လည်း ကောင်း၏။ မုသနာမှာလည်း ကောင်း၏။ ရွှေလမ်း၊ ငွေလမ်း အပြီးတိုင်၏။

(၂၄) ကျား

ကျား ဟူသည်ကား ကျားစိမ်းညင်း၊ ကျားဒေါက်၊ ကျားမုတ်ဆိတ်၊ သမန်းကျားပင်တို့ကို ဆိုသည်။ (မူကွဲ)

(၂၅) ကျားညီနောင်

ကျားညီနောင်ဆိုသည်ကား ဝက်ညီနောင်သည်းခြေကို ဆိုလိုသည်။ အသုံးကား ဝက်သည်းခြေတွင် သကြားကျောက်ခတ်၍ တိုက်၊ ပန်းနာကောင်း၏။

ကြက်အမည်ဆေးပင်အမျိုးအစား

(၂၆) ကြက်ဆယ်မ

ကြက်ဆယ်မဟူသည်ကား၊ ကြက်မတက်၊ ကြက်မအုပ်၊ ကြက်ယက်၊ ကြက်ရိုး၊ ကြက်ဖဲ၊ ကြက်ဟင်းခါး၊ ကြက်သွန်၊ ကြက်မောက်၊ ကြက်ဆူ၊ ကြက်ချဉ်ပင် ဤဆယ်ပင်တို့တည်း။ အသုံးကား ပေါင်း၍ကြိတ်၊ ကြက်ရုပ်လုပ်၊ သစ်စေးမံရွှေချ၊ ဘုရားရှေ့တွင် ကြက်မင်းပရိတ်နှင့် တစ်ထောင်စုတ်၊ သွားတိုင်းဆောင်၊ ရန်သူရှိက ၎င်းကြက်ရုပ်ထွက်၍ လိုက်လိမ့်မည်။ တခြားစီသုံးဟန်ကား ယခင်ကျမ်းများတွင် ဆိုခဲ့လေပြီ။ ကြက်ရိုးပင်ကား မြွေဆိပ်ပြေ၏။ ကြက်သွန်ကား တိန်ချန်မှာ ကောင်း၏။ ကြက်မောက်ကိုကား ဆိုခဲ့လေပြီ။ ကြက်ဆူကား မြင်းသရိုက်၊ မှင်သရိုက်ကောင်း၏။

(၂၇) ကြက်ဆူပင်

ကြက်ဆူပင်(၃)မျိုးရှိ၏။ အဖြူ, အနီတစ်မျိုး၊ ကြက်ဆူကရား၊ ကြက်ဆူရေကြည်အားဖြင့် သုံးမျိုးရှိ၏။ ဤသုံးမျိုးတို့တွင် အဖြူ, အနီ ကြက်ဆူပင်ကိုကား ရွာကြက်ဆူဟုခေါ်ကြ၏။ ကြက်ဆူသိန်ကိုကား ကြက်ဆူကရား (ကရားကြက်ဆူ) ဟု ခေါ်၏။ ရေကြက်ဆူ (ကြက်ဆူရေကြည်)ကို ဥယျာဉ်ကြက်ဆူဟုခေါ်၏။ သဘော်ကြက်ဆူဟုလည်း ခေါ်၏။ ဤသုံးမျိုးတို့ အစေ့ကိုယူ၍ ကြက်သွန်ငါးမျိုးနှင့်ကြိတ်ပြီးလျှင် ကြက်ရုပ်လုပ်၍ဆောင်က ရန်သူကြံ၍ မဖြစ်နိုင်။ ကြက်ဖနာမည်ကို အောင်ကျင်ကြက်ဖဟု နာမည်ပေးရမည်။ အဂ္ဂိရတ်လုပ်ရပ်များအတွက် ဒန်ဖြူစေလိုလျှင် ကြေးတွင်ချ၊ ပြဒါးပြာကျစေလိုသော်ငင်းဆေးနှင့်ကြိတ်၍ ရေလုံအိုးတွင်ထည့်၊ နွားချေးခြောက်နှင့်ဖုတ်၊ ငင်းပြာကို ကြေးမှာပစ်၊ ပြာဖြစ်၏။ ငင်းကြေးပြာကို ဂ္ဃတ်မှာပစ်၊ ဂ္ဃတ်ပြာဖြစ်၏။ ဂ္ဃတ်ပြာကို ဘော်မှာပစ်၊ ဘော်ပြာဖြစ်၏။ ငင်းဘော်ပြာကို ကွမ်းရိုးနှင့်တို့၍ ကြေးမှာခတ်၊ ကြေးနီမည်း၍ သေလေ၏။ ငင်း(၅)ကျပ်တွင် ကျေး (၁)ကျပ်၊ ဘော်(၁)ကျပ်၊ ဂ္ဃတ်(၁)ကျပ် ထည့်၍ထိုး၊ ကြေးနီဝါ၍ သေလေ၏။ ငင်းကြေးနီကို ဘော်နှင့်နှိုင်းချင်းစပ်၊ ဘော်ဖြစ်၏။

(၂၈) ကြက်မောက်ပင်

ကြက်မောက်ငါးမျိုးတို့တွင် အပွင့်ကတ္တီပါ၊ အပင်ကား သန္တာ၊ အရွက်ကား နီလာဆိုသောအချက်နှင့် ထိုဆေးပင်ကို ရသေ့တို့မှာ မဟာမုနိခေါ်၏။ ဇော်ဂျီတို့မှာ ကတ္တီပါဟုခေါ်၏။ ဝိဇ္ဇာတို့မှာ ရိုးလှသန္တာဟုခေါ်၏။ သမားတို့မှာ ဆေးဗိမ္ဗာဟုခေါ်၏။ နတ်ဝင်တို့မှာ ကြက်မောက်ပန်းဟုခေါ်၏။ လူအပေါင်းတို့မှာ ရောင်မည်ပြူးပန်းဟု ခေါ်၏။ ကြက်မောက်နီကို မဟာမုနိ၊ အဝါကို စန္ဒမုနိ၊ အဖြူကို သကျမုနိ၊ အလုံးနီနီကို စူဠာမုနိ၊ အလုံးပုပုကို ရာဇာမုနိဟု ခေါ်ရမည်ဆို၏။ မုနိငါးပါးအကြောင်း အက္ခရာစဉ်တွင် ကြည့် ရှုပါလေ။

(၂၉) ကြက်ချဉ်ပင်

ကြက်ချဉ်ပင်ဆိုသည်ကား ကြက်စိမ်းညင်းကိုလည်းကောင်း ပုလဲကိုလည်းကောင်း ဆိုသည်။

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

(၃၀) ကန္ဒူအပင်သုံးမျိုး

ဖောက်မကန္ဒူ၊ မရကန္ဒူ၊ ဒေါရင်းကန္ဒူ သုံးမျိုးတည်း။ ငင်းအပင်သုံးမျိုးတို့တွင် ဖောက်မကန္ဒူကား အရွက်တွင် အမွေးရှိ၏။ အပွင့်ညှာတံရှည်၏။ အနံ့နံ၏။ အရွက်ဝန်း၏။ မရကန္ဒူပင်ကား အရွက်ကြီး၏။ ပါးပျဉ်းရှိ၏။ အသီးလည်း ကမ္ဗလာနီကဲ့သို့ရှိ၏။ တစ်ပါးသော ဆေးသဒ္ဒါက ပုလဲဥကဲ့သို့ရှိ၏ဟုဆို၏။ ဒေါရင်းကန္ဒူကား အရွက်ဝန်း၏။ အပွင့်မရှိ၊ ဘုရားကိုအမှီပြု၍ အုတ်ကြား၊ ကျောက်ကြားတွင် ပေါက်တတ်၏။

(၃၁) ဂငျုန်မင်းဦးနှောက်

ဂငျုန်မင်းဦးနှောက်ဆိုသည်ကား အိုးကင်းကပ်အချို့ကို ဆိုသည်။

(၃၂) ကုလားမခါးကျိုး

ကုလားမခါးကျိုးဟူသည်ကား ဆေးကုလားမကိုခေါ်သည်။ ကန်ညင်ပင်ပြောင်ဟုလည်းခေါ်၏။ သုံးတောင်ကျော်လည်း ခေါ်၏။ အသုံးကား အနာပေါ်စ၊ လုံးရန်ဟူသမျှကို ဆားနှင့်သွေး၍ တင်လေ၊ လိမ်းလေ။ ငင်းအပင်၏အမြစ်၊ အရွက်ကို မီးယပ်သွေးနာတို့မှာ ဆေးငွေ့ခံလေ။

(၃၃) ကညင်ခါးပင်

ကညင်ခါးပင်သည်ကား ရင်ခွင်ကို ခေါ်၏။ ကရဝိရွက်ကြီးအရွက်ကိုလည်း ဆေးရင်ခွင်ခေါ်၏။ ကညင်ခါးကိုလည်း သစ်တစ်ပင်ပေါ်ဟူ၍လည်း အချို့ခေါ်၏။ အသုံးကား သူငယ်ဝမ်းဖော၊ ဝမ်းရောင်ရှိသော်၊ ဝမ်းချုပ်၍ ဖျားသော်၊ ဝမ်းခဲသော် ဆားနှင့်သွေး၍ တိုက်။ ဝမ်းသက်လိမ့်မည်။ လူကြီးတို့ ခါတ်ချုပ်၍ဖျားသော် ဆားခတ်၍တိုက်၊ ခါတ်ပျို့သက်၍ကောင်း၏။ ပါဒရက်ဒူလာတို့မှာလည်းရ၏။

(၃၄) ကျားစိမ်းညင်းပင်

ကျားစိမ်းညင်းပင်ကို သိကြားသန်လျက်နွယ်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ ရိုးဆစ်နက်ဟူ၍လည်းကောင်း ခေါ်၏။ အသုံးကား အမြစ်ကိုသွေး၍ သက်တန့်အနာတို့မှာ နွေးနွေးပြု၍

တင်၏။ အရွက်ကိုလည်း အုပ်၏။ မိန်းမတို့ နို့နာမှာလည်းသင့်၏။ မြေကိုင်ရာမှာလည်း သုံး၏။ ကျားစိမ်းညင်းဟူ၍ ဆေးနှစ်ပြင်ကိုလည်း ခေါ်၏။ အသုံးကား အရွက်ကို အနာဆိုးအနာပျက်မှာ အုပ်၏။ အတွင်းအမွေးဘက်က အုပ်သော် အမည်းသားတက်၏။

(၃၅) ကြံ့ဟင်းကြီး

ကြံ့ဟင်းကြီးခေါ်သည်ကား ပန်းဖျားနွယ်ကိုခေါ်၏။ အသုံးကား ဆေးပေါင်းမှာ ကြံ့ဟင်းပါတိုင်းထည့်၏။ အကျိုးကားဆို၍ မကုန်နိုင်။ အာဟာရကား သွေးတက်မျိုးတွင် စား သွေးသက်၏။ ဝမ်းဖော၊ ဝမ်းရောင်၊ လေမနစ်သောရောဂါ၊ အစာမကြေသောရောဂါ တို့မှာ သုံး၏။ ကောင်း၏။ ဉာဏ်ရှိတိုင်းသုံးပါလေ။

(၃၆) ကြံ့ဟင်းမွေးနက်စုတ်ပင်

၎င်းဆေးပင်သည်ကား ကင်းအဆိပ်ကို ပြေစေနိုင်သည်။

(၃၇) ကြံ့ဟင်းထမင်းနွယ်ပင်

၎င်းဆေးနွယ်ပင်သည် လက်၊ ခြေတို့၌ ခူနာစားသည်တို့ကို ကောင်းစေနိုင်သည်။

(၃၈) ကြံ့ဟင်းတောပုတ်

၎င်းအပင်သည်ကား ဝမ်းထဲရှိ အနာကို ကောင်းစေသည်။ ထုခြေကြိတ်၍ သတ္တုရည်ကို တိုက်ရာ၏။

(၃၉) ဟင်းသီးသောက်ကြံ့ဟင်း

ဟင်းသီးသောက်ကြံ့ဟင်းလည်း တစ်မျိုးရှိ၏။ ဝါးရှောင်ကြံ့ဟင်းလည်း ရှိ၏။ ဝါးရှောင်ကြံ့ဟင်းကား တိန်ချန်တို့မှာ ထု၍လိမ်းလေ၊ ပြေ၏။

(၄၀) ဂဠုန်မင်းတောင်သံပင်

ဂဠုန်မင်းတောင်သံပင်ဟူသည်ကား ထပိန်နူးမြစ်ကို ခေါ်သည်။ မောရှင်ငိုလည်း

ခေါ်၏။ ကပ်စနဲလည်းခေါ်၏။ ၎င်းထပိန်နူးမြက်အသီးကို ထုထောင်း၍ နွားနို့သစ်နှင့် ချက်၍စားပါ။ ခြောက်လစားပြီးမှ ဝမ်းနှုတ်ပေးပါ။ အသားအရေ ရွှေအဆင်းနှင့်တူလာ၏။ ခြသေ့်၏ခွန်အားဗလနှင့်တူ၏။ တစ်ယူဇနာခရီးကို ခြေလျင်သွားရောက်နိုင်၏။

(၄၁) ကောင်းကင်သည်းခြေ

ကောင်းကင်သည်းခြေဟူသည်ကား ကျပ်ခိုးကိုခေါ်၏။ အသုံးကား ချောင်းဆိုး ပန်းနာ၊ သနရုပ်နာရှိသူတို့ကို ဆားနှင့်ပျောင်းပျောင်းနယ်၍ ညက်စွာကြိတ်ပြီး ညန်နက် ဆီးသီးတစ်လုံးခန့်စီ မှန်မှန်မျိုလေ။ နာတာရှည်သလောက် ဆေးတာရှည်သောက်၍ မျိုလေ။ ကောင်း၏။ သန္ဓိပါတ်အပူလွန်နာများနှင့် မီးယပ်သွေးနာအမျိုးမျိုး၊ ရေငတ်နာ တို့ကိုလည်း သင့်ရာဆေးနှင့်စပ်သုံးလေ။

(၄၂) ကျွန်းအောင်ကျော်

ကျွန်းအောင်ကျော်ဆိုသည်ကား စိန်ပန်းပင်ကိုခေါ်၏။ အသုံးကား ကြွက်တက်ရာမှာ အမြစ်ကိုသွေး၍ တင်လေ။ ကောင်း၏။ ရင်ကသုံးတန်တားချလေ။

(၄၃) ကမ္ဘာ့ဂြိုးခြီ (ကမ္ဘာ့ဂျိုးခြေ)

ကမ္ဘာ့ဂြိုးခြီ (ကမ္ဘာဂျိုးခြေ)ဟူသည်ကား မိကျောင်းလက်ဝါးကို ခေါ်၏။ ဖွတ်လက်ဝါးဟူ၍လည်းခေါ်၏။ အသုံးကား ဝမ်းထဲ၌ အလုံးခဲ၊ ဗူးခွဲနာ၊ အတွင်းသက်တန့်တို့ကို အိုးပုန်းရည်နှင့်ကျပ်ထုပ်လိုက်လေ။

(၄၄) ကတ္တူကမျဉ်း

ကတ္တူကမျဉ်းကို ဆေးပုစွန်ပြားဟုခေါ်၏။ ဆေးမြင်းခုန်ဟူ၍လည်း ခေါ်၏။ အသုံးကား ဝမ်းထဲ၌ အလုံးခွဲ၊ ဗူးခွဲနာ၊ အတွင်းသက်တန့်တို့ကို အိုးပုန်းရည်နှင့် ကျပ်ထုပ်လိုက်လေ။

(၄၅) ကျွဲ

ကျွဲဟူ၍ခေါ်ရာတွင် ဖော်စပ်ရာသည်ကား ကျွဲသဲ၊ ကျွဲလိုင်ခြောင်း၊ ကျွဲပေါင်းစု၊ ကျွဲမျက်လုံး၊ ကျွဲနို့တို့ပင်တည်း။

(၄၆) ကြံ့

ကြံ့ဟူရာဆေးတွင် ဖော်စပ်ရာသည်ကား ကြံ့သွေး၊ ကြံ့ချိုတို့တည်း။

(၄၇) ကွန်ချာနွယ်ပင်

ကွန်ချာနွယ်ပင်ကို မြင်းစငုပ်နွယ်ဟုခေါ်၏။

(၄၈) ကြွက်ချေးတုံးမြစ်

၎င်းအသုံးကား ရိဖြူ ရိနီဖြစ်သူ သံပရာရည်နှင့်သောက်၊ မပျောက်သော် အိုးပုန်းရည်နှင့်သောက်လေ။ ပျောက်နေကျတည်း။

(၄၉) ကြက်ရိုးဖြူ

ကြက်ရိုးဖြူကို ထောက်ရှာဟုခေါ်၏။ အသုံးကား မြွေကိုက်ရာတွင် အသုံးပြု၏။

(၅၀) ကြန့်ခါး (ယာကြန့်ခါး)

ကြန့်ခါး(ယာကြန့်ခါး)ကို ကြက်ဟင်းခါးဟုခေါ်၏။ ၎င်းကို ဆားနှင့်ကြိတ်၊ နွေးနွေးပြုလျက် သွားနာသွားရင်း ဝက်ခြံနာတို့မှာ အုံ၏။

(၅၁) ကမိတ်

ကမိတ်ဟူသည်ကား ကအိပ်ပင်ကိုခေါ်၏။ ဝမ်းပြည့်၊ ဝမ်းရောင်၊ ဝမ်းပျက်တို့မှာ စား၏။

(၅၂) ခအုံးပင်

ခအုံးပင်ကို တဇွတ်ဖိုဟူ၍ခေါ်၏။ ဆေးမြစ်၏အကျိုးကား သန္နိပါတ်အပူလိုက်၍ လူးလဲသော်လည်းကောင်း အမြစ်ကို ဆန်ဆေးရည်နှင့်သွေးတိုက်၊ ညှော်မိသော် ငရုပ်ကောင်းကဲ၍တိုက်။ အနာလုံးပေါက်သော် ဆားနှင့်လိမ်းကျံ။ ဘင်နာ၊ ဖယောင်းဂျီနာတို့မှာလည်း ၎င်းအမြစ်ကိုသွေး၍လိမ်းကျံလေ။ သူငယ်နာ၊ ဝဲနာ၊ ယားနားတို့တွင် အရွက်ကိုကျို၍ ရေချိုးပေး။ အနာကိုဆေးပေးလေ။ ဆားနှင့်သွေး၍လည်းတင်၏။ ခအုံးအနီပွင့်ပွင့်သော တစ်ပင်တိုင်ပင်ကို တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်နေ့ညဥ့် ကြတ္တိကာနက္ခတ်မွန်းတည့်ချိန်နှင့်ကိုက်ညီသော ညဥ့်သန်းခေါင်အချိန်တွင် သီလသစ္စာခံယူပြီး ၎င်းအပင်ကို ထမင်းတစ်ဆုပ်၊ ရေတစ်မှုတ်နှင့် ပင့်ဖိတ်လျက် အမြစ်ဆုံးအောင်တူးလေ။ အမြစ်အဆုံးတွင် ဇော်ဂျီရုပ်သဏ္ဌာန်တွေ့လိမ့်မည်။ ၎င်းအရုပ်ကိုယူ၍ ဇော်ဂျီဂါထာဖြင့် တစ်ထောင်စုတ်လျက် ဆောင်လေ။ ဘေးရန်ခပ်သိမ်းကင်း၍ စီးပွားလာဘ်လာဘတိုးတက်၏။

(၅၃) ခေါင်ရန်းပင်

ခေါင်ရန်းပင်ကို ဆေးစိတ္တာဟူ၍လည်းခေါ်၏။ မျက်နှာပန်းဟူ၍လည်းခေါ်၏။ ၎င်းအမြစ်ကို ရိဖြူရိနီတို့တွင် သွေးတိုက်က အလွယ်တကူပင်နိုင်၏။ အနာပြည်မတက်၍ ကိုက်ခဲခြင်းတို့၌ ထမင်းစေ့နှင့် ၎င်းအရွက်ကို ကြိတ်၍အုံလေ။

(၅၄) ချောင်းနားလုလင်ပင်

ချောင်းနားလုလင်ပင်ကို ကြောင်မီးကူဟူ၍ လည်းကောင်း၊ ပွင့်ဖြူဟူ၍လည်းကောင်းခေါ်၏။ အသုံးကား အပသွေးပျက်၍ ဝါယောဓာတ်ကင်းခြင်းကြောင့် ယားယံသော အနာကို အရွက်ကို နွေးနွေးပြုတ်၍ သုတ်လိမ်း၊ အနာပြည်တစိုစိုရှိလျှင်လည်း အုပ်ပေး။ ကြို့ကြီးထိုးတက်လျှင် အမြစ်ကိုသွေး၍တိုက်လေ။ သန္ဓေကိုလည်းပျက်စေတတ်၏။ တရားကို ဆင်ခြင်လေ။

(၅၅) ချောင်းခြားပင်

ချောင်းခြားပင်ဟူသည်ကား လက်စွပ်နွယ်ကိုခေါ်၏။ ဥပသကာကိုလည်း ချောင်းခြားခေါ်၏။ လက်စွပ်နွယ်ချောင်းခြား အသုံးကား သက်တန့်လုံးရန်းတို့မှာ သုံး၏။ ဥပသကာချောင်းခြားကိုကား မီးယပ်သွေးမှာသုံး၏။

(၅၆) ချင်းယင်း

ချင်းယင်းကိုကား ရီပေါက်ပေါက် (ရေပေါက်ပေါက်)ဟုခေါ်၏။ ချင်းယင်းဟု ဘဇာကြောင့်ခေါ်သနည်း။ နီကို(နေကို)အမိ၊ လကို အဖဟု ဆိုရိုးရှိသောကြောင့် ၎င်းအပင်ကို အဖချင်းယင်း၊ရေတွင်မျောသောအသီးကို ရေပေါက်ပေါက်ဟုခေါ်ကြသည်။အသီးမာမာကို ပုတ်သင်စာဟု ခေါ်ကြသည်။ အသုံးကား သူငယ်ဝဲပေါက်လျှင်ကျို၍ချိုး၊အမှုန့်ပြု၍တင် ကောင်းနေကျဆေးတည်း၊ ကျောက် ဝက်သက်လိုက်လျှင်လည်းကောင်း၏။

(၅၇) ခြသေ့်လေးစီး

ခြသေ့်လေးစီးဟူသည်ကား တောကျီးကန်းပင်လည်း တစ်စီး၊ ပြားကျီးကန်းလည်း တစ်စီး၊ အိမ်ကျီးကန်းလည်းတစ်စီး၊ ဆီးစောင်းကြီးလည်းတစ်စီး၊ ဤကား ခြသေ့်လေးစီးတည်း။ အသုံးကား အိမ်လေးထောင့်ကထား၊ အကာအကွယ်ကောင်း၏။

(၅၈) ခွေးလေးကောင်

ခွေးလေးကောင်ဟူသည်ကား ခွေးတောက်၊ ခွေးယေ၊ ခွေးပု၊ ခွေးလျှေးယားပင် ဤလေးမျိုးတည်း။ တပ်လေးဝ လေးထောင့်ကထား၊ အကာကောင်း၏။

(ဆေးသဒ္ဒါလက်ာတွင် ခွေးယေပင်လုံ၊ ခွေးပဒုံနှင့်၊ ယုံတုံခွေးတောက်၊ ခွေးကောင်းလျှောက်ပါ၊ ဤသို့လာ၏ဟု ပါရှိသည်။)

(၅၉) ခမောင်းပင်

တစ်နှစ်တွင် သုံးကြိမ်စီပွင့်သော ကျေးပင်၊ ခမောင်းပင် နှစ်ပင်တို့တွင် ခမောင်းပင်ကိုကား ဘုရားကျေးဇူးကို အစွဲပြုခြင်း၊ တရားကိုမှီခြင်း၊ သံဃာကို အထောက်အပံ့ပြု

ခြင်းဟူသော အကြောင်းကြောင့်လည်းကောင်း၊ သုံးလီသုံးဖန် လယ်ယာလုပ်သူ အားပြုသူတို့အား ဝသန္တမိုးရာသီရောက်လေပြီဟု အနှံ့အပြားလက်ခမောင်းကြေးနင်းခတ်၍ တိုက်တွန်းနှိုးဆော်သူနှင့်တူ၏။ ထို့ကြောင့် ခပ်မောင်း(ခမောင်းပင်)ဟု ခေါ်ခြင်းလည်းတစ်ပါး၊ တစ်မိုးတွင် သုံးကြိမ်ပွင့်သောကြောင့် သုံးကြိမ်ပွင့်ဟု ခေါ်ခြင်းလည်းတစ်ပါး၊ အပွင့်၌လည်းကောင်း၊ အသီး၌လည်းကောင်း၊ အညှာရင်းတွင် ကြာချပ်ဝတ်လည်းခံသည်နှင့် တူသောကြောင့်လည်းကောင်း၊ သိကြားပွင့်ချပ်ဟု ခေါ်လေသည် လည်းတစ်ပါး၊ အသီးတွင် အဆူးမျက်စဆုံရှိသောကြောင့်လည်းကောင်း၊ အခက်အညွှန့်တိုင်း ကျေးပေါက်ပင်၊ ဟင်းခရော်ဖုတ်ကဲ့သို့ ထွက်၍ တခြားပေါက်တတ်သောကြောင့် လည်းကောင်း၊ ခမောင်းပျဉ်းမဟု ခေါ်ခြင်းလည်းတစ်ပါးဟု ကမ္ဘာဦးသူတို့သည် သမုတ်ကြလေသည်။ တစ်နှစ်တွင် သုံးကြိမ်ပွင့်တတ်သောကြောင့် တစ်ပင် နာမည်သုံးမျိုးစီ ခွဲခြားပြသ၍လာ၏။

ဤခမောင်းပင်၏အကျိုးကား တစ်ကိုယ်လုံးရမ်းသော်၊ အို့နာဝမ်းကျလိုက်သော် တြိကဋုတ်သုံးပါးလောင်း၍တိုက်၊ ရေငတ်သော် ကျပ်ခိုးလောင်း၍တိုက်။ အစားမှား ညှော်မိသော ငရုတ်ကောင်းလောင်း၍တိုက်၊ ဗိုက်ဝမ်းကိုက်သော် ရှိန်းခိုလောင်း၍တိုက်၊ မြိတ်(မိတ်)ထွက်ခြင်း၊ ယားယံခြင်း၊ မီးယပ်သွေးထ၍ အဖုအပိမ့်ပေါ်ခြင်း၊ အင်ပျဉ်ထခြင်းတို့၌ ဆားအနည်းငယ်ထည့်၍ လိမ်းလေ။ (အမြစ်ကို အသုံးပြုလေ)

(၆၀) ခရမ်းကစော့ဥ

ခရမ်းကစော့ဥကို ပဥ္စကုငါးပါးဟုခေါ်၏။

(၆၁) ချေးသီး

ချေးသီးဟူသည် ဖြိတ်သီးကိုဆို၏။ မုတ္တကိတ်နှင့် ဒူလာသရောအဆိပ်အတောက် မျိုးတို့ကို နိုင်၏။

(၆၂) ဂေါ်ယံပင်

ဂေါ်ယံပင်ကို မာလကာပင်ဟု ခေါ်၏။ အသုံးကား အရွက်ကို ကွမ်းရွက်၊ ရှားစေး၊

ထုံးတို့နှင့်ကြိတ်၍ ငုံလေ။ ဆုံဆို့နာ ကောင်း၏။ ဝမ်းကျ၊ ဝမ်းပျက်သော် ရွက်နုကိုဝါးစား၊ ရွက်ကြမ်းကို သုံးခွက်တစ်ခွက်ကျိုသောက်လေ။

(၆၃) ကန့်ကလာပင်

ဂန့်ဂါဟင်းပင်ကိုခေါ်၏။ လေရောဂါဖြစ်၍ ပျို့အန်ရာတွင် ထန်းလျက်နှင့် ကျို၍ ဆားအနည်းငယ်ခတ်လျက် သောက်လေ။ အမြစ်ကို နွားသည်းခြေနှင့်ကြိတ်၍ လိမ်း၊ လိင်ကြီး၏။ ဝပုနလည်းကောင်း၏။ မြေ၌ပေါက်သော ဟင်းစားကန့်ကလာကို လေးကျွန်း တံခွန်ဟုခေါ်၏။ အသုံးကား လိပ်ကျောက်တံခွန်စူးလျှင် သွေး၍ပွတ်လေ။

(၆၄) ကုံကုမံ

မအူပွင့်ကို ကုံကုမံဟုခေါ်၏။ ထိန်ပွင့်၊ ဆူးပန်းပွင့်တို့ကိုလည်း ကုံကုမံဟု ခေါ်ကြ၏။ ကြာနှစ်ဆင့်ခတ် အပင်အဥကိုလည်း ကုံကုမံဟုခေါ်၏။

(၆၅) ဂုံကာ

ဂုံကာသည် သုံးမျိုးရှိ၏။ တစ်မျိုးသော ဂုံကာပင်ကို နွားလျှာကြီးနှင့် ဝက်ကြက်ဟုခေါ်၏။ တစ်မျိုးကို နုဆညိုနှင့် ငပြေရှင်ဟုခေါ်၏။ နောက်တစ်မျိုးကို ဆေးလိပ်ကျောက်နှင့် ဆေးညွှတ်ကွင်းဟူ၍ ခေါ်ကြ၏။ ထိုဆေးပင်တို့၏ ပေါက်ခြင်းလက္ခဏာကား ဂုံကာကဲ့သို့ ထောက်ထောက်ကာ ပေါက်တတ်သောကြောင့် ဂုံကာဟု ခေါ်ရလေသည်။

(၆၆) ခုံညင်း

ခုံညင်းနှစ်မျိုးရှိ၏။ ခုံညင်းကြီးနှင့် ခုံညင်းငယ် နှစ်မျိုးတည်း။ ဤနှစ်မျိုးတို့တွင် ခုံညင်းငယ်ဆိုသည်မှာ မျောက်ဒိုးကိုဆိုသည်။ ထိုမျောက်ဒိုးခေါ် ခုံညင်းငယ်သည်လည်း ခုံညင်းကြီးနှင့်အတူတူပင်။ နွယ်ချင်းအသီးချင်းတူကြ၏။ ၎င်းမျောက်ဒိုးကို နမိုင်းနွယ်၊ မိကျောင်းနွယ်ဟူ၍လည်းခေါ်ကြပြန်၏။ အချို့မသိကြသော ဆရာတို့သည် ဆလီပြား၊ ကြောင်ခြစ်ပြား၊ ချင်းယင်းဆရစ်တို့၏ အသီးအဆန်တို့သည် ခုံညင်းနှင့်တူသောကြောင့် ဆူးရင်ပင်ကိုပင် မျောက်ခုံညင်းပင်ဟု ခေါ်ကြလေသည်။ ခုံညင်းကြီးကား ထင်ရှား၏။

လူတို့ကစားကြသော ဒိုးလက်ပြား ခုံညင်းပင်တည်း။ ၎င်းခုံညင်းဆန်တို့သည် တြိဒေါ သနာများနှင့် မုတ္တကိတ်၊ မုတ္တဃတ်နာများ၊ ညှော်မိညှော်ဝင် အနာပေါက်ရောဂါတို့မှာ အသုံးဝင်၏။ ခုံညင်းဆန်နှင့် ရှိန်းခိုကို အမှုန့်ကြိတ်၍ အနာလုံးရမ်းတို့မှာ အုံလျှင် ပြည်တက်၍ ပြည်ပေါက်ကျ၏။ ပြည်မတက်လျှင် အနာပိန်၍ ပျောက်သွား၏။ ညှော်မိညှော်ဝင်နာတို့တွင် သွေး၍တိုက်လေ။

(၆၇) ဂမုန်းပင်အမျိုးမျိုး

ဝက်လာဂမုန်း

ဝက်လာဂမုန်းကား နနွင်းရွက်ကဲ့သို့ရှိ၏။ အကြောစိမ်းစိမ်းရှိ၏။ ညိုညိုရှိ၏။ ဥကားပြာ၏။ အနံ့ကား ခတ္တာပွင့်ကဲ့သို့နံ၏။ အိမ်မှာစိုက်၊ ဝက်လာ၏။ တစ်မျိုးကား သံပရာနံ့နံ၏။ မွှေး၏။

ခိုလာဂမုန်း

ခိုလာဂမုန်းကား အရွက်ရှည်၏။ သပြေသီးနံ့နှင့်တူ၏။ အသုံးကား အဆိပ်ဟူသမျှ ပြေ၏။

ဂမုန်းဖြူ

ဂမုန်းဖြူကား အရွက်ငှက်ပျောရွက်နှင့်တူ၏။ ဝမ်းဘက်ဝါ၏။ ဥကား ကျီးအာသီးကဲ့သို့ရှိ၏။ ငွေကိုကျို၍ ပစ်သော် ရွှေဖြစ်၏။

ဂမုန်းတန်ပြန်

ဂမုန်းတန်ပြန်ကား အရွက်ဘိန်းလိပ်တံကဲ့သို့ရှိ၏။ ဥကားမြေပေါ်မှာ ကပ်၍ပေါက်၏။ လက်ဝါးကဲ့သို့နေ၏။ ဆေးဒန်းကိုချသော် ဆေးဒန်းသေ၏။ ကိုယ်မှာလူးသော် ပျောက်၏။ ပါးသော ပင်စိမ်းကို အတူပေါင်းကြိတ်၊ ပယောဂ၊ သူငယ်နာ၊ မာတြာ၊ မိစ္ဆာ တို့ကိုနိုင်၏။

ဂမုန်းမျိုးကာ

ဂမုန်းနီအရွက်၊ သက်ငယ်ရွက်ကဲ့သို့ရှိ၏။ တစ်မျိုးကား ကြံရွက်နှင့်တူ၏။ ဝမ်းဘက်ကနီသည်။ အဥကား ဟသ်ာပြဒါးနှင့်တူသည်။ အနံ့ကား ကတိုးနံ့ကဲ့သို့မွှေး၏။

ဂမုန်းကြက်သွန်

ဂမုန်းကြက်သွန်ကား လင်းနေရွက်ကဲ့သို့ရှိ၏။ သိုးသိုးမွှေး၏။ အသုံးကား ကြေးနီကိုပစ်သော်ဖြူ၏။ သူရဿတီရုပ်ထု၍ ဆောင်။

ဂမုန်းရွက်

ဂမုန်းရွက်ကား မုန်ညင်းရွက်ကဲ့သို့ရှိ၏။ အကြောဝါ၏။ အဥကားမီးသွေးကဲ့သို့ရှိ၏။

ဂမုန်းကြိုး (ကြိုးဂမုန်း)

ဂမုန်းကြိုး(ကြိုးဂမုန်း)ကား ကြက်သွန်ရွက်ကဲ့သို့ ရှိ၏။ အဥကား ကြိုး(ချိုး)ကောင်နှင့်တူ၏။

ဂမုန်းကတင်

ဂမုန်းကတင်ကား လင်းနေရွက်ကဲ့သို့ ရှိ၏။ အနံ့ကား နံ့သာဖြူကဲ့သို့ မွှေးကြိုင်၏။

ဂမုန်းမျောက်

ဂမုန်းမျောက်ကား မငဲ့ရွက်ကဲ့သို့ရှိ၏။ အနံ့ကား ညှီစော်နံ၏။ အဥကား မျောက်ရုပ်ကဲ့သို့ရှိ၏။

ဂမုန်းပြဿဒ်ကား အရွက်ကြောညို၏။ ပြာဿဒ်ကဲ့သို့ရှိ၏။ အရွက်ချောင်းချောင်းရှိ၏။ အဆင်းညို၏။ ငရုတ်ကောင်းနှင့်စားသော် အစွယ်ရှိသော သတ္တဝါတို့ကိုက်၍ အနာမရ။

ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်း ဆရာချစ်

ဂမုန်းလန်ဒန်

ဂမုန်းလန်ဒန်ကား အရွက်ခတ္တာရွက်ကဲ့သို့ရှိ၏။ အဥပြား၏။ ငရုတ်ကောင်းနှင့်စားသော် ဒူလာကောင်း၏။

ဂမုန်းကြက်ညွှတ်

ဂမုန်းကြက်ညွှတ်ကား အရွက်ပေါက်၍ သွားရာမှာ အဥကျ၏။ အဥကား ဝါစေ့ခန့်ရှိ၏။

ဂမုန်းဘား

ဂမုန်းဘားကား ပဒိုင်းရွက်ကဲ့သို့ရှိ၏၊ အဥဝါသည်။ အနံ့ကားမွှေးသည်။ သွေး၍လိမ်းသော် ပီယကောင်း၏။ အိမ်မှာစိုက်သော် လာဘ်များ၏။

ဂမုန်းဘီလူး

ဂမုန်းဘီလူးကား လင်းနေရွက်ကဲ့သို့ ရှိ၏။ အဥကျရာအရပ်မှာ ဆိတ်သိုးစော်နံ၏။ ရံ၍ကျ၏။ ဘုမ္မရာဇာနှင့် တစ်ပိဿာကုန်အောင်စား။

ဂမုန်းလဝန်း

ဂမုန်းလဝန်းကား အရွက်လောင်ဗွန်း(ပန်းကန်ပြား)ကဲ့သို့ ရှိ၏။ အဥကား လက်သီးဆုပ်လောက်ရှိ၏။ အရိုးကား ပိန်းရိုးကဲ့သို့ ရှိ၏။ ငရုတ်ကောင်းနှင့် ပေါင်းကြိတ်၊ ကိုယ်မှာလူး။

ဂမုန်းကြက်သူငယ်

ဂမုန်းကြက်သူငယ်ကား ကြက်ရုပ်နှင့်တူ၏။ ကြက်နံ့နံ၏။ မကျဉ်းမှတန်၏။ အသံသာ၏။ ကာမဂုဏ် အားကြီး၏။

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

ဂမုန်းပဒေသာ

ဂမုန်းပဒေသာကား အရွက်ဖျောက်ဆိတ်ရွက်ကဲ့သို့ရှိ၏။ အရိုးနီ၏။ အဥကိုစားသော် အပါးသုံးဆယ်ပြီး၏။ ဟင်္သာပြဒါးနှင့်စားသော် အဆိပ်ဟူသမျှကျ၏။

ဂမုန်းနွယ်

ဂမုန်းနွယ်ကား နားရွက်နှစ်ဖက်ကဲ့သို့ရှိ၏။

ဂမုန်းကတိုး

ဂမုန်းကတိုးကား ကြာရွက်ကဲ့သို့ အရွက်ရှိ၏။ အပွင့်ကြာပွင့် ကဲ့သို့ရှိ၏။ အဥကား မျက်စိလောက်ရှိ၏။ မန်ကျည်းစေ့နှင့်မခြားရှိ၏။ အနံ့ကား ကတိုးလိုမွှေး၏။

ဂမုန်းတံစို့

ဂမုန်းတံစို့ကား အရွက်ပဒိုင်းခတ္တာရွက်ကဲ့သို့ရှိ၏။ အရွက်နီ၏။ အဥကား ဝါ၏။ ငရုတ်ကောင်းနှင့် လက်ဝါးတွင်ပွတ်။

ဂမုန်းပေါက်

ဂမုန်းပေါက်ကား အရွက် နနွင်းရွက်ကဲ့သို့ရှိ၏။ အဥကား ပဒိုင်းခတ္တာဥကဲ့သို့ရှိ၏။

ငါးအမည်ဆေးပင်အမျိုးအစား

၆၈။ ငါးဟူသောဆေးမြစ်

ငါးဆေးမြစ်ဟူသည်ကား ငစိုင်ရှင်၊ ငပြေရှင်၊ ငတန်ပြိန်း၊ ငယက်(ဆေးငယက်) ဟူသတည်း။ ငစိုင်ရှင်ကား သုံးမျိုးရှိ၏။ လက်မထောက်ပင်၊ လောင်းသမားနွယ်ပင်၊ သရက်သမ္ဘာန်ပင် ဟူ၍သုံးမျိုး။ အခြားဆေးသဒ္ဒါလာ တစ်နည်းမှာ လက်မထောက်နွားနို့သီးပင်၊ ဆင်သမနွယ်၊ သရက်သမ္ဘာန်နွယ်ဟူ၍ ဖော်ပြလာရှိသည်။ အထက်ဖော်ပြပါ သုံးမျိုးနှင့် ဂုံကာကိုရောကြိတ်၊ ငါးဆေးခတ်၍ လတ်တလော သေနေသောရေအိုင်တွင် ခမောင်းကြီးသီးခန့်တစ်လုံးဖျော်လိုက်လျှင် တစ်အိုင်လုံးငါးတို့သည် ရှင်လာလတ်သောကြောင့် ငစိုင်ရှင် (ငါးစေရှင်)ဟုခေါ်၏ ဟူလို။ အသုံးအားဖြင့် သွေလေကြေရာတွင် အသုံးပြုကြ၏။

၆၉။ ငယုံငယ်

ဖက်လိုင်စဉ်း(လောက်သေ)ပင်ကိုခေါ်၏။ တောချီနွာရောင်နှင့် သရက်ကင်းစစ်တုံကိုလည်း ခေါ်၏။ အသုံးကား ဖက်လိုင်စဉ်းလောက်သေရွက်ကိုကျို၍ ရေနွေးသောက်သကဲ့သို့ နှစ်, လ, တာရှည်သောက်သော် ဗဂန္ဓရပိုးများ ကင်းစင်၍ ခါးနာ၊ ခါးကိုက်၊ ခါးအောင့်များပါ ပျောက်လျက် ကျန်းမာ၏။

၇၀။ ငါးဆူမုနိ

ငါးဆူမုနိကား တောကြက်မောက်ပင်ကို ခေါ်သည်။

၇၁။ ငါးရံ့ပန်းနု

ငါးရံ့ပန်းနုကား ဟင်းခါးပန်းနုကို ခေါ်၏။ အသုံးကား ဝမ်းခဲရောဂါကိုနိုင်၏။

၇၂။ ငါးရံ့ပန်း(ငရံ့ပန်း)

ငါးရံ့ပန်း(ငရံ့ပန်း)ကား ငရံ့ပတူ၊ နရပသိန်၊ မုသလိပ်ပင် ဟု သုံးမျိုးခေါ်၏။ မြွေဟောက်ကိုက်ရာမှာ ဆေးမြစ်ကို သွေး၍ပွတ်လေ။ နိုင်၏။ ချောင်းဆိုး၊ လေနာရောဂါတို့မှာလည်း သုံးကြ၏။ မီးယပ်နာမှာလည်းရ၏။

၇၃။ ငွေတံတိုင်း

ငွေတံတိုင်းကား ဒန့်ကျွဲပင်ကိုခေါ်သည်။ ညှော်မိသော် အမြစ်ကိုသွေး၍ ဆားအနည်းငယ်စပ်လျက် သောက်၊ ညှော်ကျ၏။

၇၄။ ငုံ့စုတ်

ငွေစုတ်ကား မျောက်ငပိကျည်တောက်ပင်ကို ခေါ်၏။ အသုံးကား အဆိပ်ပြေ၏။

၇၅။ ငုံ့ပင်

ငုံ့ပင်ကိုကား ဘုရားသခင်ဖွားဖက်ဟု ခေါ်၏။ အသုံးကား အဆိပ်အတောက်နှင့် လေရောဂါများတွင် အသုံးပြု၏။ ဝမ်းသွားလိုသော် ရွက်နုကိုတို့၍ စားလေ။

၇၆။ စဥ့်ခေါက်

စဥ့်ခေါက်ကိုကား ပန်းမပင်ဟုလည်းခေါ်၏။ ရေမူခေါက်နှင့် သီခေါက်ကိုလည်း ပန်းမဟုခေါ်ကြ၏။

၇၇။ စူလာနဖာ

စူလာနဖာကား သုံးမျိုးရှိ၏။ အနွယ်ခပ်ဆင်ဆင်ရှိသော လိပ်စား စူလားနဖာမြက်၊ အရွက်ဝန်းရှိသော မြင်းစားစူလာနဖာ။ အပင်ရပ်စောက် အသီးအပွင့်တစ်ချက်တည်းရှိသော အသီးသီးသော စူလာနဖာသုံးမျိုး။ အသုံးကား အသည်းကြီးသောရောဂါနှင့် ဆီးရောဂါများတွင် သုံးခွက်တစ်ခွက် မြက်စူလာနဖာကို ကျိုသောက်လေ။ သွေးသည်းခြေပိုင်းဆိုင်ရာတွင် အခြားဆေးများနှင့် စပ်၍သုံးလေ။

၇၈။ စူဠာမုနိပင်

စူဠာမုနိပင်ကို ဆေးပြာသဒ်ဟုခေါ်၏။ ပုဏ္ဏားမုတ်ဆိတ်လည်း ခေါ်၏။ စူဠာမုနိအရွက်ကား မြင်းနားရွက်ကဲ့သို့ ရှိ၏။ အရွက်သည် ပလ္လင်ခံ၍ မြေကမကွာ။ အရွက်ပတ်လည်ဝိုင်း၍ရှိ၏။ အလယ်ကသာ တစ်ကိုင်းထွက်၍ သီးကုန်ပွင့်ကုန်၏။ အဖျားတွင် ပဒေသာပင်ကဲ့သို့ဖြစ်၍ သီးကုန်၏။ ဆူးပန်းသီး၊ ချဉ်ပေါင်သီးကဲ့သို့ ရှိ၏။ အသီးသည် အရွက်ကဲ့သို့ အနားဝိုင်းခံ၍ရှိ၏။ ၎င်းဆေးကို ခေါ်ဝေါ်ကြသည်မှာ ဆေးတပင်တိုင်လည်းခေါ်၏။

၇၉။ စပါးကြီးပင်ထီး

စပါးကြီးပင်ထီးကား ကောင်းကင်ပြိန်းကိုဆိုသည်။ အသုံးကား အနာမျိုးတွင် နွေးနွေးပြု၍အုပ်၊ အနာပြို၏။ အကင်းသေ၏။ ဘင်နာဖြစ်လျှင် တင်လေ။ ကောင်း၏။

၈၀။ စွန်ပလောင်ပင်

စွန်ပလောင်ပင်ကို ဆိပ်နှံကြီးဟုခေါ်၏။

၈၁။ စပါးကြီးသည်းခြေပင်

စပါးကြီးသည်းခြေပင်ကို ခမောင်းရွက်နှင့်တူသော သံပူနွယ်ပင်ကိုခေါ်၏။ ၎င်းအမြစ်ကိုသွေး၍ လျှာစူး၊ အာစူး၊ လျှာဝါ၊ လျှာပြောင့်၊ လျှာနက်နှင့် ကျောက်ဝက်သက်မဆို ပွတ်လိမ်းတင်ကြ၏။

၈၂။ ဆေးဖားပြုတ်ပင်

ဆေးဖားပြုတ်ပင်ကို သိကြားစက်၊ ဆံလှနွယ်၊ သမားဆေးတိုင်၊ သကြားအံ့စာဟူ၍ လေးမျိုးခေါ်၏။ အသုံးကား ထုံနာ၊ တက်နာ၊ လေဆောင်နာ၊ ပါဒရက်၊ မီးယပ်ပိန်-ခြောက်၊ ခေါင်းအေးခေါင်းကိုက်၊ ခါးနာခါးကိုက်ရောဂါတို့ကို ၎င်းဆေးမြစ်ကို အမှုန့်ထောင်းပျားရည်နှင့်စိမ်ပြီး လူနာအင်အားကို ဆင်ခြင်၍တိုက်လေ။

၈၃။ ဆတ်ဂြိုတုတ်ပင်(ဆတ်ချိုတုတ်ပင်)

ဆတ်ဂြိုတုတ်ပင်ကို စိန်တပေါ်ဟုခေါ်၏။ ဝမ်းစိမ်းဗိုက်ကိုက်၊ မြင်းသရိုက်နာတို့မှာနိုင်၏။

၈၄။ ဆတ်

ဆတ်ဟူသည်ကား ဆတ်သွား၊ ဆတ်ချို၊ ဆတ်လည်ပြတ်၊ ဆတ်မခြုံစောင်တို့တည်း။ ၎င်းအပင်လေးမျိုး အရသာတူ၏။

၈၅။ ဆယ်ထပ်ချင်း

ဆယ်ထပ်ချင်းကို ဂငှုန်မင်းဦးနှောက်၊ ဆပ်ပြာသဲ၊ မြင်းခွာဟုသုံးမျိုးခေါ်၏။ဓား ပြတ်၊လှံထိ၊ အနာဆိုးပျက်၊ အမည်းသားတက်၊ အပင်းအမြစ်တို့ကိုရှင်းလင်းစေတတ်၏။

၈၆။ ဆေးရွှေခွက်

ဆေးရွှေခွက်ဟူသည် ဝက်ကဘိုင်မြစ်ကိုဆိုသည်။ အသုံးကား ၎င်းအမြစ်ကို ကျောက်၊ ဝက်သက်၊ ဝမ်းစိမ်း၊ ဗိုက်ကိုက်၊ မီးယပ်ဝမ်းကျခြင်း၊ မြင်းသရိုက်နာတို့ကို အရက်နှင့်သွေး၍တိုက်။ လူတို့၌ ကျရောက်တတ်သော မြေကိုင်နာ၊ စဉ်တီ၊ အအေးနာ၊ ထိုးကျင်ကိုက်ခဲနာတို့ကိုလည်း နိုင်စေတတ်၏။

၈၇။ ဆေးဖောက်နက်

ဆေးဖောက်နက်ဟူသည်ကား ယင်ရွေးနွယ်ကိုခေါ်သည်။ အသုံးကား လည် ချောင်းနာမှာ သုံး၏။

၈၈။ ဆေးနက်

ဆေးနက်ဟူသည်ကား ပန်းဦးစောက်ပင်ကိုခေါ်သည်။ ရွက်ချုလည်း တစ်နည်း ခေါ်၏။ အသုံးကား လုံးရန်းသက်တန့်အနာရောင်တို့မှာ ဆားနှင့်သွေး၍တင်၊ ဝမ်းထဲအ နာဖြစ်လျှင်လည်းတိုက်။

ဆင်အမည် ဆေးပင်အမျိုးအစား

၈၉။ ဆင်နှာမောင်း

ဆင်နှာမောင်းခေါ်သည်ကား ကြက်ဥသျှောင်ပင်ကို ခေါ်သည်။ ဆေးညှော်လည်း ခေါ်သည်။ အသုံးကား အနာပျက်မှာကြိတ်၍တင်၊ အမှုန့်လည်းတင်၏။

၉၀။ ဆင်ဆယ်စီး

ဆင်ဆယ်စီးဟူသည်ကား ဆင်ငိုမြက်၊ ဆင်ဝေမြက်၊ ဆင်ဟင်းပိတ်၊ ဆင်ပြသာဒ်၊

ဆင်နှာမောင်း၊ ဆင်ခတူ၊ ဆင်စိမ်းညင်း၊ ဆင်ဖက်ဝမ်း၊ ဆင်ခရမ်း၊ ဆင်ပေါက်ဆင်။ ဤဆယ်စုသော အပင်ကို ဆိုသည်။ အခြားသော ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းအလို ဆင်သမနွယ်၊ ဆင်ငိုမြစ်၊ ဆင်ဟင်းဖီး၊ ပေါက်ဆင်ကြီး၊ ဆင်ဝေ၊ ပေါက်ဆင်ငယ်၊ ဆင်သဲဖြာ၊ ဆင်ခရမ်း ဟူသော ဆေးပင်မြစ်ကို ဆိုသည်။

၎င်းအပင်တို့ကို ကျုံးဆယ်ထပ်၊ ဝင်းဆယ်ထပ်တွင် စိုက်လေ၊ အကာကောင်း၏။ သီးခြားစီ အသုံးပြုလိုသော် ဆင်ငိုမြက်ကို ကာလရောဂါ ရေငတ်ဝမ်းကျမှာ သုံး။ ဆင်ဝေ မြက်ကို သူငယ်နာမှာ သုံး။ ဆင်ဟင်းပိတ်ကို အနာပျက်မှာ ဖန်ဆေး။ ဆင်ပြသာဒ်ကို သက်တန့်နာမှာ သုံး။ ဆင်သဲပြာ (ဆင်ပြာသဲ)ကို ကုဋ္ဌနူနာမှာသုံး။ ဆင်ခတူကို အရောင် အရမ်းဟူသမျှမှာသုံး။ ဆင်စိမ်းညင်းကို သနာရုပ်ချောင်းဆိုးနာမှာသုံး။ ဆင်ဝမ်းဖက် ကား အနူလောမ ရွှေလမ်းငွေလမ်း နိဗ္ဗာန်ဝင်အပြီးတိုင်ရ၏။

၉၁။ ဆေးနံ့ပင်

ဆေးနံ့ပင်ဟူသည်ကား လင်းတစာကို ခေါ်သည်။ လင်လုတ်တောင်လည်းခေါ် သည်။ ၎င်းဆေးနံ့ငယ်ဟူသည်လည်း ရှဉ့်မတက်ဟူ၍လည်း ခေါ်၏။

၉၂။ ဆေးနစ်ပြင်

ဆေးနစ်ပြင်ကို ဆေးကတ္တီပါဟုခေါ်၏။ ဒန်မှာပစ်သော် ဒန်သေ၏။ တစ်နည်းကား ကြက်မောက်ပန်းကိုလည်း ဆေးကတ္တီပါဟုခေါ်၏။ မုနိငါးပါးလည်း ခေါ်၏။ အသုံးကား ရှန်တိန်နာတို့မှာ သုံး၏။

၉၃။ ဆေးရာသီပင်

ဆေးရာသီပင်ကို ဒက်စရေအမျိုးခေါ်၏။ ဆေးမင်း၊ ရေမင်း၊ ရီးဖြူဟုလည်း အသီးသီးခေါ်ကြ၏။ ၎င်းဆေးပင်ကို နို့မထွက်သော မိန်းမတို့ရင်မှာပွတ်စေ၊ နို့ထွက်၏။ ဆေးရာသီအဖိုမျိုးကို ဒက်စရေဟုခေါ်၏။ ဝမ်းထဲအနာများနှင့် ခူနာတို့တွင် ၎င်းဆေးပင် ကို ကြိတ်၍ အုပ်ဆေးအဖြစ် အသုံးပြုကြ၏။

၉၄။ ဆေးမျှင်ခုံ

ဆေးမျှင်ခုံကား သံကလီပင်ကို ခေါ်၏။ ဆင်ဝင်ပင်ဟုလည်းကောင်း၊ ဂုဏ်ဖြူဟူ၍လည်းကောင်း ခေါ်ပြန်၏။ အသုံးကား ဝမ်းရင်အတွင်း ခူနာ၊ အနာစိမ်းတို့မှာ သုံး၏။

၉၅။ ဆေးကတ္တီ

ဆေးကတ္တီကား မင်ဆိပ်ပြေပင်ကိုဆိုသည်။ သဏ္ဍာန်ကား လီဝေ့ပင်နှင့် အရွက်ဆင်တူ၏။ အပွင့်အသီးတို့သည် ကတ္တီပါနီ၊ သက္ကလပ်အနီကဲ့သို့ နီတွတ်တွတ်ရှိ၏။ မြောင်နား၊ တန်းတင်တို့တွင် ပေါက်ရောက်တတ်၏။ အသုံးကား သူငယ်နာ၊ ဝဲ၊ ယားနာတို့တွင် ကောင်း၏။ ကျားအဆိပ်က စ၍ အဆိပ်မျိုးစုံကို ပြေစေတတ်၊ ပျောက်စေတတ်၏။

၉၆။ ဆေးပုတ်ကြီး

ဆေးပုတ်ကြီးကား လဟော်ဟင်းကို ခေါ်သည်။ အသုံးကား ရေငတ်ကိုပြေ၏။ ဝမ်းတွင်းအပင်းကိုလည်း တိုက်လေ။

၉၇။ ဆေးဘင်ဘုတ်

ဆေးဘင်ဘုတ်ကား အဝေရာပန်းပင်ကို ခေါ်၏။ သူငယ်ဝဲနာ၊ ယားနာကိုနိုင်၏။ အဆိပ်ထန်သော မြွေကိုလည်း နိုင်၏။

၉၈။ ဆေးဟင်းစားကွဲပင်

ဆေးဟင်းစားကွဲပင်ကား ကျားမုတ်ဆိတ်ပင်ကိုခေါ်၏။ ဘုရားရှိခိုးပင်လည်း ခေါ်၏။ အသုံးကား အမှောင့်အကာ ကောင်း၏။ ဝမ်းကျဝမ်းကိုက်မှာ သုံး၏။ မိန်းမတို့ ရာသီသွေးမှာလည်း သုံး၏။

၉၉။ ဆေးပြူတား

ဆေးပြူတားကား နွယ်ချုပ်ပင်ကို ခေါ်၏။ ယားနာမှာသုံး၏။

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

၁၀၀။ ဆေးသီသခွန်

ဆေးသီသခွန်ကား ဆေးဆိတ်ဖားပင်ကို ခေါ်၏။ အခေါက်ကား လူဦးနှောက်နှင့်တူ၏။ မိကျောင်းပါးစိအောက်နှင့်တူ၏။ ၎င်းအသီးကား အကျိတ်မျိုး၊ ဝမ်း၌အလုံးဗူးခွဲနာ၊ အတွင်းသက်တန့်နာ၊ ရမ်းနာဟူသမျှတို့တွင် သွေး၍လိမ်းကျံ။ သားမြွတ်အေးကျဉ်နာ၊ ကိုက်ခဲနာတို့ကို သွေး၍လိမ်းကျံလေ။ မီးကင်လေ။

၁၀၁။ ဆေးမန်ကျည်းပင်

ဆေးမန်ကျည်းပင်ကို ဆိတ်ခြေမပင်ဟု ခေါ်၏။ အသုံးကား အကျိတ်မျိုး၊ ကိုက်ခဲနာကျဉ်၊ ထုံကျဉ်ကိုက်ခဲနာ၊ ရောင်ရမ်းနာ၊ မြေကိုင်နာ စသည်တို့ကို ဆေးမြစ်ကိုလိမ်းကျံပြီး မီးကင်လေ။ အချို့ဆိတ်ချီမြစ်ဟုလည်း ခေါ်ကြ၏။

၁၀၂။ ဆူးရုံပင်

ဆူးရုံပင်ကို သံမရုံနိုင်ပင်ဟုလည်းကောင်း၊ ရန်မျိုးအောင်ဟူ၍လည်းကောင်း ခေါ်၏။ တောကင်း၊ မြွေဟောက်အဆိပ်နှင့် လုံးရန်းဘင်နာတို့ကို နိုင်၏။ သူငယ်နာ၊မာတြာ၊ ကျဗဟုံး အမျိုးမျိုးတို့ကိုလည်း နိုင်၏။ ဆေးရန်ကင်းဟူ၍လည်း ခေါ်ကြ၏။

၁၀၃။ ဆေးပုလဲ

ဆေးပုလဲကို ဆေးရွှေဟူ၍လည်း အချို့ခေါ်ကြ၏။ ဤဆေးမြစ်ကား တစ်ကိုယ်လုံးထုံကျဉ်၊ ကိုက်ခဲ၊ အေးကျဉ်သော်၊ လျှာစူး၊ လျှာပြောင့်ရှိသော်၊ လျှာကြီးအောက် လျှာငယ်ပေါက်သော် အမြစ်ကို ဆားနှင့်သွေး၍တင်လေ။ (ဆေးရိုးဟူ၍လည်း ခေါ်၏။ -မူကွဲ)

၁၀၄။ ဆေးစွပ်စိုပင်

ဆေးစွပ်စိုပင်ကို စေးမခန်းပင်ဟုခေါ်၏။ အခေါက်ကို လုံးရန်း၊ ဘင်နာတို့ကို သွေး၍ပွတ်လေ။ ဘင်နာအတိတ်ရဆေးတည်း။

၁၀၅။ ဆေးတောင်လုံးကျော်

ဆေးတောင်လုံးကျော်ကား ကညင်သိန်ကို ခေါ်၏။ လုံးရန်းနှင့်ရောင်ရမ်းနာဟူသမျှကို နိုင်၏။ မြွေကိုက်ရာတို့ကိုပါ နိုင်၏။ ဆုံဆို့နာ၊ ပက်ကျိနာတို့ကိုလည်း နိုင်၏။ ဆေးမြစ်ကိုသွေး၍ ပွတ်လိမ်းလေ။

၁၀၆။ ဆေးကမြင်း

ဆေးကမြင်းကား တောပဝတ်သိန်ပင်ကိုလည်းကောင်း၊ နှံစိမ်းနှံခွာကိုလည်းကောင်း ခေါ်၏။ ပေါက်ဆင်ငယ်ဟုလည်းခေါ်၏။ နှံစိမ်းနှံခွာ ဟုခေါ်သည်ကား ဤဆေးပင်၏အရွက်နှစ်ခုသည် စေ့ချေခွာချေရှိသောကြောင့်တည်း။ (ပူးလိုက်ခွာလိုက် ရှိသောကြောင့်တည်း။) လူသူအသံမကြား၊ ပြကတေ့ အတိုင်းနေသောအခါ ဆေးပင်အရွက်နှစ်ခုသည် ကပ်လိုက်ခွာလိုက် ပြုလုပ်နေကြသည်။ လူသူလာ၍ အသံကြားလျှင် ကပ်လိုက်ခွာလိုက်မပြုဘဲ နေကြ၏။ ဤဆေးပင်ကား မျက်နှာပွင့်ကောင်းသည်ဟု ရှေးဆရာတို့ဆိုကြ၏။

၁၀၇။ ဆေးပုစွန်တုပ်

ဆေးပုစွန်တုပ်ဟူသည်ကား တောနရသိန်ပင်ကို ခေါ်၏။ နဂါးသိန်ဖက်ဟုလည်းခေါ်၏။ အသုံးကား သက်တန့်အနာ၊ ရောင်ရမ်းနာတို့မှာ ဆားနှင့်ကျို၍ နွေးနွေးပြု၍ အုပ်ပေး။ မုသနာမှာလည်း ဆားနှင့်သွေး၍ အုပ်ပေး၊ လိမ်းပေးလေ။ မီးကင်လေ။ သွေးဝမ်းနှင့်ပတ်သက်၍လည်း တိုက်လေ။

၁၀၈။ ဆေးတန်သိန်ပင်

ဆေးတန်သိန်ပင်ကိုကား လဟာဒါးလည်းခေါ်၏။ စဥ့်သီဟုလည်းခေါ်၏ မျက်ပြေပင်၊ ဇလပ်ပင်ဟုလည်းခေါ်၏။ လူကြီးလူငယ်ရောင်ရမ်းနာဖြစ်သော် ၎င်းဆေးပင်ပဥ္စငါးပါးကို ပြာချ၍ တစ်ကိုယ်လုံးကို လိမ်းကျံလေ။

သစ်ကိုင်းစသည်ထိခိုက်မိ၍ မျက်စိဒဏ်ရာရသော် ၎င်းအမြစ်ကို သွေး၍မျက်ရိုးမှာကွင်းလေ။ မျက်စိဒဏ်ရာမှာ အတိတ်ရဆေးတည်း။ ဆူးလည်းထွက်၏။ ၎င်း

အပင်တစ်ပင်လုံးကို ပြာပြုပြီး ဆားချက်၍ အဆိပ်အတောက်စားမိသူဟူသမျှ ၎င်းဆားကိုစားစေ။ အဆိပ်အတောက်ဟူသမျှပြေ၏။ ရုက္ခမူဆားအဖြစ်လည်း အသုံးပြုကြ၏။

၁၀၉။ ဆေးစပါးကြီး

ဆေးစပါးကြီးကား တောဆေးခါးပင်ကို ခေါ်ကြ၏။ မျောက်ဆိပ်ဟုလည်းခေါ်၏။ အကျိုးကား မျောက်တို့ကို သေစေတတ်၏။

၁၁၀။ ဆင်ပြာသဲခြေ

ဆင်ပြာသဲခြေကို ဆင်သဲခြေပင်ဟုလည်းကောင်း၊ သိကြားဦးစွန်းပင်ဟူ၍လည်းကောင်းခေါ်၏။ သက်တန့်နာမှာအုပ်၊ အရောင်အရမ်းလျော့၏။

၁၁၁။ ဆပ်ပြာသဲပင်

ဆပ်ပြာသဲပင်ကို ဂဠုန်မင်းဦးနှောက်ဟု ခေါ်၏။ အသုံးကား ခေါးပြတ်လှံ့ထိ၊ အသားဆိုးပျက်၊ အမည်းသားတက်၊ အပင်းအမြစ်တို့ကိုလည်း ရှင်းလင်းစေတတ်၏။

၁၁၂။ ဆေးမြွေဟောက်

ဆေးမြွေဟောက်ကား ကျားမင်းဖုံကိုခေါ်၏။ ဆေးငန်းစွယ်ဟူ၍လည်းခေါ်၏။

၁၁၃။ ဆေးနဂါး

ဆေးနဂါးဟူသည်ကား မြေစံကားပင်ကို ဆိုသည်။ နဂါးခမောက်ပင်ကိုလည်းကောင်း၊ ကန်သင်းပွင့်ကိုလည်းကောင်းဆို၏။ အပွင့်သည် နီလာအဆင်းရှိ၏။ ဝတ်ဆံကား ရွှေအဆင်းရှိ၏။

၁၁၄။ ဆေးလင်းမြွေ

ဆေးလင်းမြွေကား သပွေါလတာမူသိကာ ဒွေနာမေန အတ္တိသန္တိဟု ဆေးသဒ္ဒါကျမ်း လာသောကြောင့် ဆေးပင်တစ်ပင်သည် မြေတွင်သွား၊ အခြားအပင်ကို အမှီပြု၍

နွယ် ယှက်နေတတ်၏။ ထိုဆေးပင်၏လက္ခဏာကား ပြကတေ့ မြွေအရှင်ကဲ့သို့ သွားခြင်းကြောင့် ဆေးလင်းမြွေဟုခေါ်၏။

တစ်နည်း အခက်အရိုးသည် ကြွက်နှင့်တူသောကြောင့် ဆေးကြွက်စုတ်ဟူ၍လည်းခေါ်၏။ အသုံးကား အော့နာ၊ ဝမ်းကျနာ၊ ကြွက်တက်နာတို့ကို သွေးဖျော်၍ ရင်ကသုံးတန်တားလေ။ ကြွက်တို့ကို နိုင်စေတတ်၏။

၁၁၅။ ဆေးမိကျောင်း

ဆေးမိကျောင်းဟူသည်ကား မအူပင်မြစ်ကို ဆိုသည်။

၁၁၆။ ဆေးသန်လျက်နှစ်စင်း

ဆေးသန်လျက်နှစ်စင်းကား သန်လျက်ငယ်၊ သန်လျက်ကြီး ဟူသောအပင်နှစ်မျိုးတို့ပင်တည်း။ သန်လျက်ငယ်ကို နမနီ(နွားမနီ)သန်လျက်ခေါ်၏။ ကြောင်ခြစ်ပင်လည်း အသီးအဆင်းသဏ္ဍာန်သည် ဓားမြှောင်၊ သန်လျက်ကဲ့သို့ရှိ၏။ များစွာသော အပွင့်အရိုးခက်ညှာတို့တွင် အဆူးလည်းရှိ၏။ အခေါက်၌လည်း သွေးအဆင်းရှိ၏။ အရွက်လက်သည်းခွံမျှရှိ၏။ ၎င်းကို နွားမနီသန်လျက်ခေါ်၏။ သန်လျက်ငယ်ခေါ်၏။ ကြောင်ခြစ်လည်းခေါ်၏။ သန်လျက်ကြီးပင်လည်း ၎င်းဆေးပင်နှင့် တူ၏။ အခက်အရွက်ကား စိမ်းစိမ်းရှိ၏။ အပွင့်တံကား မယ်ဇလီဖူးပွင့်တံကဲ့သို့ရှိ၏။ အရွက်လည်း လက်သည်းဖြက်ကဲ့သို့ရှိ၏။ အသီးလည်းသန်လျက်ငယ်ထက်ကြီး၏။ ၎င်းဆေးပင်ကို သန်လျက်ကြီးဟုခေါ်၏။ ဆေးပွင့်ဝါ၊ ကြောင်ခြစ်ကြီး၊ ငန်းစွယ်ဟူ၍လည်း အမည်မျိုးဖြင့် ခေါ်ဝေါ်ကြပြန်၏။ အထက်ဆိုခဲ့ပြီးသော ဆေးပင်နှစ်မျိုးတို့သည် အမျိုးတူကြ၏။ ၎င်းနည်းတူနွားစားသောကြောင်ခြစ်ကိုလည်း ဟင်းမဲကြောင်ခြစ်ဟု ခေါ်ကြ၏။ ကြောင်ခြစ်သုံးမျိုးကို မှတ်သားကြ၏။

၁၁၇။ ဆေးမင်းဇော်ဂျီ

ဆေးမင်းဇော်ဂျီကား ဘူမိအန္တော တပဿီခုဝံ ရူပံအတ္တိသန္တိမဟာဩသဓေသ ပဏ္ဍိတော ဝိဇာနေယျံ-ဟု ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းလာသောကြောင့် ဆေးတစ်ပင်ကား ထူးဆန်း

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်း ဆရာချစ်

ပေ၏။ ထိုဆေးပင်သည် ချင်းယင်းရွက်ကဲ့သို့ရှိ၏။ ထိုဆေးပင်၏ နာမသဒ္ဒါကား ကာလဂန္တီဟူ၍ခေါ်၏။ ဆေးမင်းဇော်ဂျီဟုလည်းခေါ်၏။ ဆေးတစ်ပင်၊ ဘုမ္မိကာလ၊ ချင်းယင်းနက်ဟူ၍လည်းခေါ်ကြ၏။ တစ်ကျမ်းသော ဆေးသဒ္ဒါမှာ ပျဉ်ထောင်မွှေးကိုပ်င ချင်းယင်းနက်၊ ကာလဂန္တီ၊ ဆေးမင်းဇော်ဂျီ၊ ဘုမ္မိကာလ၊ ဇော်ဂျီဦးထုပ်၊ ချင်းယင်းသိမ်၊ ဥထုတ်ချင်းယင်းဟု ခေါ်ကြောင်း ဖော်ပြထား၏။

ဆေးမင်းဇော်ဂျီနှင့် ရွက်ကျပင်ပေါက်အသုံးကား ဆေးမင်းဇော်ဂျီနှင့် ရွက်ကျပင်ပေါက်တို့ကို ရွှေစင်၊ နတ်တင်သောပန်း၊ မင်္ဂလာရေစင်၊ အောင်ပန်းလေးမျိုးတို့နှင့် အညက်ကြိတ်။ ဇော်ဂျီရုပ်၊ နဂါးရုပ်၊ ခြသေ့ရုပ်၊ ဘီလူးရုပ် အရုပ်လေးခုလုပ်၍ သစ်စေး၊ သရိုးမံ၊ ရွှေချ၊ ဓဇဂ္ဂသုတ်ကို သုံးကြိမ်ရွတ်။ အရိုအသေပြု၍ဆောင်။ ပညာသည်ချင်းတုပြိုင်လျှင် ခြသေ့ရုပ်ကို နှုတ်ခမ်းမှာထား ပြောဆိုလေ။ တောအုံကန္တာရသွားလျှင် ဇော်ဂျီရုပ်ကိုဆောင်။ ရေကြောင်းခရီးသွားလျှင် နဂါးရုပ်ကိုဆောင်။ သူတကာအတတ်သည်တို့၏ လက်၌ရှိသော အတတ်လက်ဖွဲ့ဆေးလုံးအကာအကွယ်ကို ပျက်စေလိုသော် နဂါးရုပ်ကို ခံတွင်းမှာငုံ၊ မျက်စောင်းထိုး၊ ထိုသူတို့စောင့်သော နတ်နှင့်တကွ အတတ်တို့ပျက်လေ၏။ တရားဆင်ခြင်လေ။

၁၁၈။ ဇီးဇောင်းပင်

ဇီးဇောင်းပင်ကို ဆေးလက်ဝါးဟုခေါ်၏။ ၎င်းအစေးကို ကွမ်းရိုးနှင့်လူးကျံယူ၍ သက်တန့်တီထိုးနာတို့ကို ထိုးလေ။ သက်တန့်ကျနာများကောင်း၏။ အပင်းအမြစ်တို့ကို စားစေလိုမူ အစေးကိုထည့်။ အနာစိမ်းအဝကို ကျယ်စေလိုမူ ၎င်းအစေးနှင့် ရေခြသေ့ အစေးကိုစပ်၍ထည့်လေ။

၁၁၉။ ဇီးဇောင်းလက်ဝါးမြစ်

ဇီးဇောင်းလက်ဝါးမြစ်ကို တောကြောင်ဖိုလည်းခေါ်၏။ အဆူးကို ကြောင်စွယ်ဟု ခေါ်ကြသေး၏။

၁၂၀။ ဇော်ဂျီအုပ်ထုပ် (ဇော်ဂျီဦးထုပ်)

ဇော်ဂျီအုပ်ထုပ်ဟူသည် သိကြားအုပ်ထုပ်(ဦးထုပ်)ကို ဆိုသည်။ အကာအကွယ်ရသည်။ ဝမ်းထဲနာကိုလည်း တိုက်၏။

၁၂၁။ ဈေးသည်

ဈေးသည်ဆိုသည်ကား ခြိပ်သီးကိုဆိုသည်။

၁၂၂။ ညွန့်ပေါင်းတစ်ရာ

ညွန့်ပေါင်းတစ်ရာဟူသည် ဆိတ်ချီး(ချေး)ကိုခေါ်သည်။

၁၂၃။ တောင်ထင်ရှား

တောင်ထင်ရှားကား ဆေးကဇီတ်ကိုခေါ်၏။ ရီးနာ၊ ကြန့်နာ၊ (ဆီး) အာပေါနှင့် ပတ်သက်သော အနာတို့ကိုနိုင်၏။

၁၂၄။ တောင်ကြာ

တောင်ကြာကို ကြာဖက်ကြီးဟူ၍လည်းကောင်း၊ ပေါက်ပင်ဟူ၍လည်းကောင်း ခေါ်၏။ အသုံးကား မြွေနာ၊ စန်းကျိတ်၊ အကိုက်အခဲ၊ နာကျင်ကိုက်ခဲသော အနာတို့ကို ထု၍အုံလေ။

၁၂၅။ တဇွတ်မပင်

တဇွတ်မပင်ကိုကား ကြံ့သွေး၊ ခအုံးပင်ဟု နှစ်မျိုးခေါ်သည်။ အကျိုးကား ကျား၊မြွေ၊ ကင်းကိုက်ခဲ့သော သွေး၍လိမ်းကျံလေ။ ဆန်ဆေးရည်နှင့်အမြစ်ကို သွေး၍တိုက်လေ။

၁၂၆။ တောင်ကပိုင်ပင်

တောင်ကပိုင်ပင်၏အပင်မြစ်ကို ကြောင်သိုဟုခေါ်၏။ တောင်မန်ကျည်းပင်ကို ဇော်ဂျီတို့မှာ လင်ပကာဟုခေါ်၏။ ရသေ့တို့မှာ သဝင်ပင်ခေါ်သည်။

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်း ဆရာချစ်

၁၂၇။ တောင်ခူစာပင်

တောင်ခူစာပင်ကို ဆိပ်ကျနွယ်ပင်ဟုခေါ်၏။ အသုံးကား ကြယ်ပင့်ကူကိုက်သော် အညွန့်ကိုကြိတ်၍အုံလေ။ အမြစ်ကိုလည်း သွေး၍တိုက်လေ။ ငန်းမြွေကိုက်လျှင်လည်း ၎င်းနည်းတူလုပ်လေ။

၁၂၈။ တောင်လမုန်းနွယ်

၁၂၉။ တောင်သစ်ကလိန်ပင်

တောင်သစ်ကလိန်ပင်ကို စေးမခန်းနှင့် ခေါက်ရှာနွယ်ဟု ခေါ်၏။ ဤဆေးမြစ်ကား ဝမ်းကိုက်၊ ဗိုက်ကိုက်၊ မြင်းသရိုက်၊ ရီးနာ၊ ကြန့်နာတို့ကိုနိုင်၏။ သွေး၍တိုက်လေ။

၁၃၀။ တရော်ညိုဆေးပင်

တရော်ညိုဆေးပင်ကိုကား နတ်သတ်ကြိမ်ပင်၊ ဓားမငယ်ပင်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ အချို့ဆရာတို့က သိကြားစက်ဟုလည်းကောင်း ခေါ်ကြ၏။ အသုံးကား အကာအကွယ်ကောင်း၏။ ၎င်းအမြစ်ကို ညက်အောင်ကြိတ်၍ ပျားရည်နှင့်သောက်။ ဝမ်းသက်၏။ ဒူလာပါဒရက်လည်းကောင်း၏။

၁၃၁။ တလိုင်းမချူနွယ်

တလိုင်းမချူနွယ်ကို ဆေးမြစ်နွယ်ပင်ဟုခေါ်၏။ ဤဆေးပင်ကို ရသေ့သူမြတ်တို့သည် မနက်စားနွယ်ဟုလည်းခေါ်၏။ တံပူသွားတိုက်အဖြစ် အသုံးပြု၏။ ဤဆေးမြစ်ကို ဝမ်းစိမ်း၊ ဗိုက်ကိုက်၊ မြင်းသရစ်၊ သွေးသွန်၊ စလောင်းပြန်၊ ပဂန္ဓရအူလျှောက်နာတို့ကို အတွင်းစားဆေးအဖြစ်တိုက်လေ။ အပြင်မှလည်း ပတ်လိမ်းပေးလေ။

၁၃၂။ တောင်ကြက်မအုပ်ပင်

တောင်ကြက်မအုပ်ပင်ကို ဆေးခေါင်းခွံ၊ ယမ်းမီးဟု အသီးသီးခေါ်ကြ၏။ ယင်ပျားဟူ၍လည်း အချို့ဆရာတို့ခေါ်ကြ၏။ (ယင်ပျား၊ ကြက်မအုပ်ဥ၊ နည်းတူတထွေ တူလှပေစွာ-ဆေးသဒ္ဒါလင်္ကာ)ဆေးမြစ်၏အကျိုးကား မြေကိုင်၍ အေးကျဉ်ကိုက်ခဲသော်

သွေး၍လိမ်းကျံလေ။ စုတ်နှင့်လည်း ဆေးကိုဖျော်၍ထိုးပေးလေ။

၁၃၄။ တပေဆေးပင်ကြီး

တပေဆေးပင်ကြီးဆိုသည်ကား ဘုရားလက်ဝါးကာပင်ကို ဆိုသည်။ ညောင်ရွက် အသွင်တူသော သစ်ပင်ကိုလည်း ဆို၏။ တပေဆေးပင်ကား ကျွန်းလင်းရွက်နှင့်အသွင် တူ၏။ ဘုရားလက်ဝါးကာပင်သည် အပင်တွင်ကပ်၍ပေါက်၏။ အနာလုံးနှင့် အရောင် အရမ်းမှန်သမျှ ၎င်းအရွက်ကို အသုံးပြုကြ၏။

၁၃၅။ တောင်ဆူးရစ်ပင်

တောင်ဆူးရစ်ပင်ကို ဆေးငန်းနွယ်ဟု ခေါ်၏။ အသုံးကားလုံးရန်း၊ ဘင်နာ၊ ဓားပြတ်၊ လှံထိ၊ သက်တန့်၊ နို့နာ၊ အစာမှား၊ ညှော်မိနှင့် အရိုးအဆစ်ကျိုးခြင်း၊ နှာပလုပ်၊ အာပလုပ်လိုက်ခြင်း၊ ခေါင်းခဲဝမ်းကျ၊ ဗိုက်ကိုက်နှင့် မြင်းသရိုက်အနာတို့မှာ ဆေးမြစ်ကို သွေး၍ သင့်လျော်သောဆေးနှင့် ဆင်ခြင်၍ သုတ်လိမ်းလေ။

၁၃၆။ တောပစ္စည်း

တောပစ္စည်းကို ကြံ့သွေးဟုခေါ်၏။ အကျိုးကား သွေးပူ၊ လေပူ၊ ရေငတ်၍ အပူ လိုက်သော် ဆန်ဆေးရည်နှင့်တိုက်လေ။

၁၃၇။ တွင်းနက်ပင်

တွင်းနက်ပင်ကား သုံးမျိုးရှိ၏။ တွင်းနက်ကြီးကို အထက်ဂေါကာဟူ၍လည်း ကောင်း၊ မင်းဂေါကာဟူ၍ လည်းကောင်း ခေါ်၏။ အရွက်ဝန်းဝန်းရှိသော တွင်းနက် လည်းတစ်ပါး၊ တိလကၡာသာမည်သော တွင်းနက်လည်းတစ်ပါး၊ ၎င်းကို ရေခြေဝင်ဟု လည်းခေါ်၏။ အရွက်မှာ အမွေးစုတ်စုတ်ရှိ၏။ စားသော်ခါး၏။ အမြစ်ကား ကောက် ကွေ့လျက်ရှိ၏။ အနွယ်ရိုးလုံးချော်ရှိလျှင် တိလကၡာသာ။ ဤတွင်းနက်သုံးမျိုးတို့သည် အရသာတူတူပင်။

တွင်းနက်ကြီး အထက်ဂေါကာကို အသုံးပြုနည်းမှာ ဤဆေးပင်ကို ဂုံကာသုံးထပ်၊

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

စည်းသုံးထပ်၊ ဆန်၊ ပေါက်ပေါက်၊ ငွေစင်၊ ကွမ်း၊ လက်ဖက်တင်၍ သေချာစွာ ဖိတ်မံ၍ တူး။ ရွတ်ရမည့် ဂါထာကား သြောင်း. . . မြင်းမိုရ်တောင်က ကျသည့်ဆေးမင်း တစ်ပင် ချင်းတည်း၊ ဆေးမင်းကျော်စော၊ ဆေးသိကြား၊ တစ်ရာထ၊ ကြွဆရာကြွ။ ဆေးမြစ်ကို တူးယူမည့်အခါ ရွတ်ဆိုရမည်။ စနေ၊ အင်္ဂါနေ့ နေဝန်းပေါ်စကိုတူးလေ။ တူးမည့်ကာလ ခိဋ္ဌာန်ရမည်ကား အထက်ကောင်းကင်ကချုပ်၊ မြေအောက်တွင် ရှိသမျှ ရန်သူတို့သည် မကောင်းကြံသော်လည်း ပြုန်းလေ ပြုန်းလေစေဟု ခိဋ္ဌာန်၍ တူး၍ဆောင်လေ။ ရှေး သမားတော်တို့ အမြဲဆောင်ကြ၏။

တိလကၡာသာ၊ ငဖုံးဆေး၊ ယောဆေး။ ဤသုံးမျိုးမှာ အရသာတူကြ၏။

၁၃၈။ တောင်ကန်စွန်းဥ

တောင်ကန်စွန်းဥကို ဥမွှန်ဥခေါ်သည်။ အသုံးကား ဝမ်းခဲ၊ ဝမ်းနာ၊ သွေးကျရော ဂါတွင် အသုံးပြုကြ၏။ ဝပုနအားဆေးများတွင်လည်း သုံးကြ၏။

၁၃၉။ တောင်ကဏန်းဇီး(တောင်ကလန့်စေ့)

တောင်ကဏန်းဇီး (တောင်ကလန့်စေ့)ကို တောင်သံဖက်ဟု ခေါ်၏။ အသုံးကား လည်ချောင်းနာကို နိုင်၏။ ဆီးလမ်းပိတ်၍ ညှော်မိသော်လည်း နိုင်၏။ ကျောက်ဖြစ် သည်ကိုလည်း နိုင်၏။

၁၄၀။ တောဆေးခါးရွက်ကြီး

တောဆေးခါးရွက်ကြီးကို အချို့ဆရာတို့က ဆေးပုစွန်တုပ်ဟုခေါ်၏။ စတုခါး လည်းခေါ်၏။

၁၄၁။ တစ်ရာ့တစ်ပါး

တစ်ရာ့တစ်ပါးဟူသော်ကား ဟင်းလေးမျိုးကို ခေါ်၏။ အသုံးကား အကာကောင်း ၏။ တစ်ရာ့တစ်ပါးပင်သည် အရွက်လျှားလျှားညိုညိုရှိ၏။ စိမ်းစိမ်းလက်နှစ်လုံးခန့်ရှိ၏။ အရိုးအညွန့်၌ အမြောင့်ခံ၏။ အရွက်ရှေ့ဆိုင်ပေါက်၏။ အပင်အဆစ်ခံ၏။ အသီးအပွင့် အသွယ်သွယ်အခိုင်ခိုင်သီး၏။ အင်းတိုင်၊ မြောင်နား၊ ချောင်းနားတွင် ပေါက်တတ်၏။

အသုံးကား အကာကောင်း၏။ အကျိတ်အခဲအကာတို့မှာ နွေးနွေးပြု၍တင်၊ ဝမ်းထဲစမြင်းတွင်လည်းတိုက်။

၁၄၂။ တမူနွယ်

တမူနွယ်ကို ရိုးတုံဟုခေါ်၏။ အသုံးကား သွားနာမှာ ဖန်ဆေး၏။

၁၄၃။ တဆီးရိုးပင်

တဆီးရိုးပင်ကို စလပ်ခါးပင်ဟုခေါ်၏။ အသုံးကား လေ့နာနှင့်သင့်၏။ လျှာဝါ၊ လျှာနက်၊ လျှာစူးထွက်လျှင်လည်း ပွတ်၏။ အနာလုံးပေါ်စကိုလည်း တင်၏။

၁၄၄။ တစ်ဆယ့်နှစ်ရာသီပင်

တစ်ဆယ့်နှစ်ရာသီပင်ကား ပတကာပင်ကိုခေါ်၏။ အသီးအစေ့ကို စားလျှင်ချောင်းဆိုးတတ်၏။ အမြစ်ကိုကြိတ်၍ ချက်မှာသုတ်လျှင် ဆီးကျင်ပေါက်၍ ဆီးကျင်သွား၏။ (သဘော်၊ ပတကာပင် မဟုတ်၊ သီးခြားအပင်တစ်မျိုးသာတည်း။)

၁၄၅။ တပွတ်ကြီးသီး

တပွတ်ကြီးသီးကို ဆိတ်နံ့ကြီးဟု ခေါ်၏။

၁၄၆။ တောင်လေကန်သင်းပုတ်

တောင်လေကန်သင်းပုတ်ကို ချီးဖောက်ပင်၊ နွားလုပ်ပင်၊ နွယ်စုပြတ်ဟု သုံးမျိုးခေါ်၏။ ဤဆေးမြစ်ကိုစားမူ အသည်းကြီးနာ၊ အမြစ်ကြီးနာတို့ကောင်း၏။

၁၄၇။ တောက်တဲ့

တောက်တဲ့ကား တောက်တဲ့လက်ဝါးပင်၊ တောက်တဲ့မျက်လုံးပင်၊ တောက်တဲ့သွေးပင် သုံးမျိုးတည်း။

၁၄၈။ ဆေးတောင်ရိုးသူ

ဆေးတောင်ရိုးသူဆိုသည်ကား သဝင်ရွက်နှင့်တူ၏။ အသီးကားခုံညင်းတောင့်ကဲ့သို့၊ ပေါက်နွယ်သီးကဲ့သို့ တူ၏။ ထိုဆေးပင်ကို ဝေါဟာရခေါ်သည်မှာ ပင်လယ်မန်ကျည်းဟုလည်းခေါ်၏။ သမားတို့မှာ ဆေးမင်းတောင်ရိုးသူဟုခေါ်၏။ ဇော်ဂျီတို့မှာ ဘကေလာဟု ခေါ်၏။ ရသေ့တို့မှာ သဝင်မင်းဟုခေါ်၏။ အသုံးကို သီးသန့်ဆေးကျမ်းများတွင် ဖော်ပြကြ၏။

၁၄၉။ ဇွန်ပလောင်ပင်

ဇွန်ပလောင်ပင်ကိုလည်း ဆိတ်နံ့ကြီးဟုခေါ်၏။

၁၅၀။ တောက်ကြာပင်

တောက်ကြာပင်ကို ထောက်ချာဟုခေါ်၏။ အမြစ်ကား နှလုံးသွေးခိုက်၍ တုံးဖြစ်နေသော်၊ လျှာ၊ အာ၊ မေးခိုင်၍နေသော် တစ်ကိုယ်လုံး ဆေးမြစ်ကိုသွေး၍ ကျံလေ။ ခံတွင်းတွင်လည်း ထည့်၍ထားလေ။ တိုက်လည်းတိုက်ပေး။ သန္နိပါတ်၊ ငန်းမန်းတို့ကို အပြီးအစီးနိုင်တတ်သည်ဟု ဆရာတို့ ဆိုကြ၏။

၁၅၁။ ထိန်ပင်

ထိန်ပင်ကို အော်လဲပင်ဟုခေါ်၏။ လို့ဝေ့းပင်ဟုလည်းခေါ်၏။ အသုံးကား အထဲပူရေငတ်တွင် သုံး၏။

၁၅၂။ ထမင်းကြမ်းခြောက်ပင်

ထမင်းကြမ်းခြောက်ပင်ကို မြင်းခေါင်နှာရောင်ပန်းဟု ခေါ်၏။ ငန်းလိုက်၊ မန်းလိုက်သော် ဤဆေးမြစ်ကိုတိုက်၏။

၁၅၃။ ဒက်စရေပင်

ဒက်စရေပင်ကို မူရာသိမ်ဟုခေါ်၏။ အသုံးကား ရေ၌ရှိသော ငါးတို့ကို နိုင်စေ

တတ်၏။ လူတို့၌ မြေကိုင်နာ၊ စဉ်တီနာ၊ ထုံကျဉ်ကိုက်ခဲနာတို့ကိုနိုင်၏။

၁၅၄။ ဒါလီပင်

ဒါလီပင်ဆိုသည်ကား ထန်းပင်ကို ဆိုသည်။ ဒါလီမန်လည်း ခေါ်၏။ အမြစ်ကို ပြာချ၍တိုက်သော် အာပေါ်ရွှင်၏။ ထန်းလက်မီးဖုတ်ပြာကို အနာဝမှာတင်သော် အနာဝ ကျယ်၏။ သံပြားမှာတင်သော် သံပေါက်၏။

၁၅၅။ ဒဟာသကိုင်းပင်

ဒဟာသကိုင်းပင်ဟူသည်ကား ရေနှာခေါင်းပူပင်ကို ဆိုသည်။

၁၅၆။ ဒေဝုတ်ကြီး

ဒေဝုတ်ကြီး ဟူသည်ကား ပဒကျိမြစ်ကိုဆိုသည်။

၁၅၇။ ဇိဝုတ်ကြီး

ဇိဝုတ်ကြီးဆိုသည်ကား လက်ပံပင်ငယ်ဥကို ဆိုသည်။

၁၅၈။ မိဝုတ်

မိဝုတ်ဆိုသည်ကား မြေစံကားကို ဆို၏။ ဓားပြတ်ရှခြင်း စသည်တို့မှာ သုံး၏။

၁၅၉။ နရဝုတိဆေးပင်

နရဝုတိဆေးပင် ဟူသည်ကား တစ်နှစ်တွင် သုံးကြိမ်စီပွင့်သော ကျေးပင်၊ ခမောင်းပင်၊ တစ်ပင်တည်းတွင် နှစ်မျိုးသီးသော သဝင်ပင်နှင့် ချင်းယင်းပင်တို့ပင်တည်း။ဤ ဆေးလေးပင်၏ ပဥ္စငါးပါးကို စနေ၊ အင်္ဂါနေ့ ပွဲနဂရာဖြင့် ပြုလုပ်၍ယူ။ ယူသောအခါ ရွတ်ရမည့်ဂါထာကား ဩောင်း-သဗ္ဗတ္ထိယော ဝိဝိဇ္ဇန္တုသော ကောရောဂါတိနာသတု-ဟု (၇)ခေါက်ဆို၍ယူလေ။ ၎င်းဆေးကို ညက်စွာကြိတ်။ အမှုန့်ပြု၊ ပိတ်ချင်း၊ စရို၊

ငရုတ်ကောင်း၊ ချင်းစိမ်းအားလုံးအလေးကဲ။ အားလုံးဆေးစုပေါင်းကြိတ်။ အတောင့် အပြား ပြုလုပ်၍ထား။ ဆေးတစ်မတ်သားခန့်ကို လေနာရောဂါဟူသမျှ ပုန်းရည်နှင့် တိုက်။ လေမျိုး(၈၀)ကောင်း၏။ နရဝုတိဆေးကျော်တည်း။

၁၆၀။ နွားလိုင်ပျဉ်းမ

နွားလိုင်ပျဉ်းမကို ဆေးနီခေါက်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ ဆင်ဆည်းလည်းဟူ၍ခေါ်၏။

၁၆၁။ နဂါးမင်းကြီးစွယ်တော်

နဂါးမင်းကြီးစွယ်တော်ဟူသည်ကား ကြက်သွန်နီမြစ်ကို ဆိုသည်။

၁၆၂။ နဂါးမင်းကြီးမိဖုရားစွယ်တော်

နဂါးမင်းကြီး မိဖုရားစွယ်တော်ဟူသည်ကား ကြက်သွန်ဖြူမြစ်ကို ဆိုသည်။

နွားအမည်ဆေးပင်အမျိုးအစား

၁၆၃။ နွားလျှာကြီး

နွားလျှာကြီးဟူသည်ကား ဆပ်ကျာပင်ကို ခေါ်သည်။ အသုံးကား ဆံပွတ်နာပေါက် လျှင် အရွက်ကို နွေးနွေးပြု၍ပွတ်။ စိုစိုစွတ်စွတ်ရှိလျှင် အခေါက်အရွက်တို့နှင့် အနာကို ဖန်ဆေးလေ။ အပင်၏အသားကိုလည်း ဖန်ဆေး၍ကောင်း၏။

၁၆၄။ နွားလျှာငယ်

နွားလျှာငယ်ဟူသည်ကား မုသျှာပင်ကိုခေါ်၏။ လျှာကြီးအောက် လျှာငယ်ပေါက် သော် သွေး၍သောက်လေ။

၁၆၅။ နွားခြောက်ကောင်

နွားခြောက်ကောင်ဟူသည်ကား နွားမနီသန်လျက်၊ နွားမနက်(နွားနက်မ)၊ နွားလျှာ

ကြီး၊ နွားလျှာငယ်၊ နွားစာငုတ်၊ နွားထမ ဤဆေးခြောက်ပင်တို့တည်း။ အသုံးကား ၎င်းဆေးပင် ပဥ္စငါးပါးကို ယူ၍ပေါင်းကြိတ်ပြီး နွားရုပ်လုပ်။ ဘုရားရှေ့တွင် နွားမင်းပ ရိတ်နှင့် တစ်ထောင်စုတ်။ သွားရာတိုင်းဆောင်။ ရန်သူတွေ့လျှင် နွားထွက်၍ ခတ်လိမ့် မည်။ ဦးချိုတွင် သွေးပါလိမ့်မည်။ တံလှချီသိဒ္ဓိတင်၍ ထားလေ။ တစ်နည်းအသုံးကား ၎င်းဆေးပင်များကိုစု၍ နွားလားရီ (နွားထီးသရေပြား)ထက် ကျောက်သားကျောက်ပျဉ် ကိုတင်၊ နဂရာပွဲခင်း၍ နွားသည်းခြေနှင့် ရောလျက်ကြိတ်။ နွားလားဥသဘနှစ်ကောင် လုပ်။ သရိုးရွှေချ။ နွားသည်းခြေအိတ်ကို ကျည်တောက်လုပ်၍ ၎င်းနွားရုပ်ကို ထည့်ထား။ သူမကောင်းကြံလျှင် ၎င်းနွားရုပ် လိုက်၍ခတ်လိမ့်မည်။ သီလ၊ သမာဓိ၊ သစ္စာမြဲစေ။ အချို့ဆရာများ နွားမြေရင်း(နွားမြက်ရင်း)ကိုပါ သွင်း၍ နွား(၇)ကောင်ယူကြ၏။

၁၆၆။ နွားနှစ်ကောင်

နွားနှစ်ကောင်ခေါ်သည်ကား နမနီသန်လျက် (နွားမနိသန်လျက်)၊ နွားနက်မ ဤနှစ်ပင်ကိုခေါ်၏။ နမနီ(နွားမနီ)သန်လျက်ပင်ကား မှင်ခုံးပင်ကဲ့သို့ရှိ၏။ အစူးပြန့်၍ ရှိ၏။ အသီးလက်မခန့်လုံးယောင်ရှိ၏။ ခိုမလျှောက်လည်းခေါ်၏။

၁၆၇။ နွားနက်မ (နွားနက်)

နွားနက်မ(နွားနက်)ပင်ကား နွယ်ပင်လိုရှိ၏။ ခါးပုဆစ်လောက်သာသာမြင့်၏။ အပွင့်ဖြူ၏။ ဝတ်ဆံရှည်၏။ အသီးကား နီနီမှည့်၏။ လူတို့စားကြ၏။ ရေတွင်မျော၏။ အရသာချို၏။ အရွက်လည်း ရှောက်ရွက်မျှရှိ၏။ ဤဆေးပင်ကို နွားနက်မ(နွားနက်)ဟ ခေါ်၏။ စူးကုတ်ကေလည်းခေါ်၏။ ရန်ကြီးအောင်လည်း ခေါ်၏။ ပါဒရက်ဒူလာရောဂါ တို့မှာ ကောင်း၏။

၁၆၈။ နွားတစ်မ

နွားတစ်မကား နွယ်ပင်လိုရှိ၏။ အရွက်လည်း ရှောက်ရွက်ကဲ့သို့ရှိ၏။ အသီး လောက်စာသီးမျှရှိ၏။ အပင်တွင် အဆစ်အမျက်အထုံးရှိ၏။ ၎င်းအဆစ်တွင် အဆူးနှစ် ချောင်းရှိ၏။ ၎င်းဆေးပင်ကို နွားတစ်မဟုခေါ်၏။

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

၁၆၉။ နွားမြေရင်း (နွားမြက်ရင်း)

နွားမြေရင်း(နွားမြက်ရင်း)ကား ပင်လယ်ကန်းသင်း(ကဇင်း)ရေစပ်နားတို့တွင် ပေါက်ရောက်၏။ အနာလုံးရောင်ရမ်းတို့တွင် အမြစ်ကို သွေး၍လိမ်း။ ညှော်မိညှော်ဝင်တို့ တွင် ကောင်း၏။ သူငယ်နာ၊ မာတြာ၊ ကျဗဟုံးတို့တွင်လည်း နိုင်၏။

၁၇၀။ နွားစာငုတ်

နွားစာငုတ်ကိုကား အရောင်အရမ်းတွင် အသုံးပြု၏။ နွားလိုင်ပျဉ်းမ(နွားလည် ပြတ်မ)ကို ဆိုခဲ့လေပြီ။

၁၇၁။ နန်းတွင်ရှင်မဖြူ

နန်းတွင်ရှင်မဖြူဆိုသည်ကား ယင်ရွဲဖြူပင်ကိုဆို၏။ အမြစ်ကို ဖြစ်စေ၊ အစေးကို ဖြစ်စေ သကြားနှင့် ကြိတ်၍သောက်။ ရီးနာ၊ ကြန့်နာ၊ မုတ္တကိတ်၊ မုတ္တဃတ်နာတို့ကောင်း ၏။ ဆေးအကျော်တည်း။ ဉာဏ်ယှဉ်၍သုံးလေ။ အာပေါမသွားလျှင် လိပ် ကျောက်ဆူး၊ ယမ်းစိမ်း၊ သံပုရာရည်၊ သကြား၊ ကျောက်တို့နှင့် စပ်၍တိုက်မူကား ဆိုဖွယ် မရှိ၊ ဆေးကျော်တည်း။

၁၇၂။ နီမယ

နီမယဟူသည်ကား လက်ပံနီပင်ကို ဆို၏။အသုံးကား အနာကို ပြည်ပျော်စေတတ် ၏။

၁၇၃။ နံ့စည်ပြင်ပင်

နံ့စည်ပြင်ပင်ကို ကင်ပလင်ဟုခေါ်၏။ အသုံးကား သက်တန့်မှာသုံး၏။

၁၇၄။ နွယ်ချဉ်

နွယ်ချဉ်ကား ဆေးညောင်ဖြူကိုခေါ်၏။ ဇီဝိတဒါနအရာသို့သွင်း၍ ဆရာတို့နိုင်

နင်းစေသည်။

၁၇၅။ နေဇာမြက်

နေဇာမြက်ဆိုသည်ကား ပုဏ္ဏားရေစင်မြက်ကိုခေါ်၏။ အသုံးကား အနာမီးအနာမက်တို့ပေါက်သော် တင်၏။ မြက်ညှီနံ့ဟူ၍လည်း ခေါ်ကြ၏။

၁၇၆။ ပဒကြောပင်

ပဒကြောပင်ကို ဆေးတန်ခိုးကြီးပင်ဟု ခေါ်၏။ ၎င်းအမြစ်အကျိုးကား သွေးဆို့၊ ရင်ပူ၊ လေပူ၊ အော့အန်၊ ခေါင်းခဲ၊ ထိပ်လေးတို့ကို တားဆီးနိုင်၏။ တိုက်လေ၊ ရှူလေ၊ နှာနှပ်လေ။

၁၇၇။ ပင်ခါးပင်

ပင်ခါးပင်ကိုကား ဆေးရွက်ဝမ်းဟုခေါ်၏။ အညွန့်ကို လင်းတပါးပျဉ်းဟုလည်း ခေါ်၏။ အသုံးကား ငန်းနာ၊ မန်းနာ၊ သန္နိပါတ် အပူလိုက်သော် ဆန်ဆေးရည်နှင့် သွေး၍တိုက်လေ။

၁၇၈။ ပိန်းဦးထုပ်

ပိန်းဦးထုပ်ဆိုသည်ကား တစ်ပင်ပိန်းကို ဆိုသည်။ ဥတစ်လုံးပိန်းလည်းခေါ်၏။ သက်တန့်နာမှာ အုပ်၏။ အုံ၏။

၁၇၉။ ပွဲဆေး

ပွဲဆေးဟူသော်ကား စိန်၊ လက်ချား၊ ဒုတ္တာ၊ ဇဝက်သာ၊ ထုံး၊ ကျောက်ချဉ်၊ ဆေးဒန်း၊ အင်တွဲ၊ ဟသ်ာပြဒါး၊ ပရင်း၊ ဆား၊ ရေနံ၊ ကန့်၊ ယမ်းစိမ်း၊ ကျောက်စက်နီ၊ ပရုတ်တို့ပင်တည်း။ ဘိန်းကိုလည်း အချို့ကျမ်းတွင် ဖော်ပြထား၏။

၁၈၀။ ပြိုင်းတိုင်

ပြိုင်းတိုင်ကား သုံးမျိုးရှိ၏။ ပြိုင်းတိုင်ကြီး၊ ပြိုင်းတိုင်ခွန်၊ ပြိုင်းတိုင်သိန် ဤသုံးမျိုးတည်း။ ဤသုံးမျိုးကို မောချီတောသုံးမျိုးလည်းခေါ်၏။ မောက်ချီတောအကြီးကို ပြိုင်းတိုင်ကြီးဟုခေါ်၏။ ကွမ်းချိုဟုလည်း ခေါ်၏။ အလတ်ပင်မျိုးကို ပြိုင်တိုင်ခွန်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ သိကြားဥသျှောင်ငယ် ဟူ၍လည်းကောင်း၊ ဆေးကွန်ချာဟူ၍လည်းကောင်း ခေါ်၏။ အသုံးကား အကာကောင်း၏။ ၎င်းသုံးမျိုး ပဥ္စငါးပါးယူ၍ကြိတ်။ လက်ဝါးတွင်သုတ်။ ရှူးသကဲ့သို့ ရှိသူတို့အား ပြပေး။ မေးသမျှပြောလိမ့်မည်။ ပြိုင်းတိုင်ခွန်အမြစ်ကို သူနာလည်တွင်ဆွဲ၊ လိပ်ပြာရွေး၍ (ယော၍)ရ၏။ ဝမ်းထဲသက်တန့်နာမှာ ၎င်းအမြစ်ကို သွေးတိုက်လေ။

၁၈၁။ ပေါက်ဥ

ပေါက်ဥဆိုသည်ကား ဆေးခုံကျောက်ကို ခေါ်သည်။ ထိုအဥကို စားသော် ဆီးကျောက်တည်တတ်၏။

၁၈၂။ ပေါက်နက်

ပေါက်နက်ကိုကား ယင်ရွဲနွယ်ပင်ဟု ခေါ်၏။ အသုံးကား ချောင်းဆိုးနာကောင်း၏။ ဆားစွက်၍သွေးတိုက်လေ။

၁၈၃။ ပြိုင်ထောင်မွှေးပင်

ပြိုင်ထောင်မွှေးပင်ကို သီလပဗ္ဗတဟု ခေါ်၏။ ဆေးမြစ်၏အကျိုးကား သူငယ်နာ၊ မာတြာတို့ကို နိုင်စေတတ်၏။ တောမြွေဟောက်ကိုက်လျှင်လည်း နိုင်၏။

၁၈၄။ ပွင့်ဖြူပင်

ပွင့်ဖြူပင်ကို ရက်ချန်ပင်လည်း ခေါ်၏။ မြစ်မွှေးပင်လည်း ခေါ်၏။ အသုံးကား တစ်ရက်ချန်၊ နှစ်ရက်ချန် ဖျားသူတို့ကို ၎င်းသူ၏လက်ဆစ်နှင့် သုံးဆစ်တိုင်း၍ ပိုင်းပြီးလျှင် စနေ၊ အင်္ဂါနေ့လည်တွင် ဆွဲလေ။ ၎င်းအပင်ကို ကြက်မောက်ရွက်တူဟုလည်း

ခေါ်၏။

၁၇၅။ ပိတ်သင်းကန့်မြစ်

ပိတ်သင်းကန့်မြစ်ကား ပင်လယ်ရင်ခတ်မြစ်ကို ဆိုသည်။ ပဒကျိုမြစ်လည်း အချို့ဆိုကြ၏။ အသီးအမြစ်တို့ကို မြင်းသရစ်၊ ဝမ်းကျ၊ ဝမ်းကိုက်ရာတွင် သုံးကြ၏။

၁၇၆။ ပန်းပေါင်းတစ်ရာ

ပန်းပေါင်းတစ်ရာဆိုသည်ကား ပျားရည်ကိုဆိုသည်။ မြစ်ပေါင်းတစ်ရာ ဖြူချေး၊ ညွန့်ပေါင်းတစ်ရာ ဆိတ်ချေး၊ သီးပေါင်းတစ်ရာ ပြုံးမတီ ငှက်ချေးတို့ကို အမှုန့်စု၍ ပန်းပေါင်းတစ်ရာတည်းဟူသော ပျားရည်နှင့်ကြိတ်ချေ။ ဆီးကင်းခနဲ့ မနက်, ည ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရည်မှန်း၍ သုံးလုံးစီမျိုလေ။ နှစ်လတာရှည်မျိုလျှင် ပန်းနာရင်ကျပ်၊ ချောင်းဆိုး၊ သနာရုပ်ရောဂါများ အမြစ်ပါစင်အောင် ကင်းစင်၍ ပျောက်ကင်း၏။ ယုံမှားမရှိလင့်။ ဆေးနည်းကျော်တည်း။

၁၇၇။ ပင်စိမ်းပင်

ပင်စိမ်းပင်ဟူသည်ကား လူတို့စားသော နှမ်းပင်စိမ်းလည်းတစ်ပါး၊ တူရာသီပင်လည်းတစ်ပါး၊ ကြောင်မြီးပင်စိမ်းလည်းတစ်ပါး၊ ပင်စိမ်းကြီးလည်းတစ်ပါး၊ လင်းတပင်စိမ်းလည်းတစ်ပါး၊ ပန်းသုံးဆင့်ပင်စိမ်းလည်းတစ်ပါး ဤခြောက်ပါးတည်း။ တစ်နည်းလည်း နှမ်းပင်စိမ်း၊ တူရသီပင်စိမ်း၊ ကြောင်ရိုသေပင်စိမ်း၊ ပင်စိမ်းကြီး၊ လင်းတပင်စိမ်း၊ ပန်းသုံး ဆင့်ပင်စိမ်း။ အသုံးကား ၎င်းပင်စိမ်းခြောက်ပါးကို အညက်ကြိတ်နယ်ပြီးနှာနှပ်လေ။ သူငယ်နာ၊ မာတြာ စသည်တို့နိုင်၏။

၁၇၈။ ပြားကြက်ရိုးဖြူ

ပြားကြက်ရိုးဖြူကို ထောက်ကြာဟုခေါ်၏။ ထောက်ချာလည်းခေါ်၏။ အသုံးကား မြွေထိရာမှာထည့်၏။

ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်း ဆရာချစ်

၁၇၉။ ပေါက်နွယ်

ပေါက်နွယ်ကို ဆေးနက်နွယ်ဟုခေါ်၏။ အသုံးကား ဒဏ်ထိမိ၍ ခြေကျိုးလျှင် ၎င်းဆေးကိုလိမ်းကျံ၍ အပြင်ကစည်းထားလေ။ အတွင်းကိုလည်း ဆားခတ်၍ တိုက်လေ။

၁၈၀။ ပိတ်တကန့်မြစ်

ပိတ်တကန့်မြစ်ကား ကြက်မအုပ်မြစ်ကိုဆိုသည်။ ခွေးခေါင်းခွဲဟုလည်းခေါ်၏။

၁၈၁။ ပုစွန်ဆီပင်

ပုစွန်ဆီပင်ကို ရေပိန်းပင်ဟုခေါ်၏။ နှမ်းဆီနှင့်ကြိတ်၍ ဝဲနာမှာပွတ်သော် ကောင်း၏။

၁၈၂။ ပေကျပင်

ပေကျပင်ကို ရှင်ဗာကူ၊ လင်လှေ၊ သီရိကမြင်းဟု သုံးမျိုးခေါ်၏။ အကျိုးကား မိန်းမတို့မှာ မီးယပ်နာ၊ တစ်ကိုယ်လုံး အေးကျဉ်ကိုက်ခဲနာ၊ အဆစ်အမြစ်၊ လုံးရမ်းနာတို့၌ သွေး၍ အိုးပုန်းရည်နှင့်လိမ်းကျံလေ။

၁၈၃။ ဖွားဖက်ကြီး

ဖွားဖက်ကြီးခေါ်သည်ကား ငုရွှေဝါကိုခေါ်၏။ ဘုရားသခင် ဖွားဖက်ဟုလည်းခေါ်၏။ အသုံးကား ရီးနာ၊ ကြန့်နာ၊ ဆီးအောင့်ဆီးသွားခြင်း၊ မုတ္တကိတ်နာတို့မှာ အသီးကိုစား။ အမြစ်ကိုကြိတ်၍ ပျားရည်နှင့်သောက်ပေး။ ဝမ်းသက်ပြီး ဒူလာပါဒရက်မှစ၍ ကောင်း၏။ ဝမ်းသက်လိုက ရွက်နုကိုတို့စရာအဖြစ် သင့်ရုံစားလေ။

၁၈၄။ ဖက်စအို

ဖက်စအိုကို သာရိပုတ္တရာဖွားဖက်ဟု ခေါ်၏။

၁၉၅။ ဖက်လိုင်စဉ်း

ဖက်လိုင်စဉ်ဆိုသည်ကား မောဂ္ဂလာန် ဖွားဖက်ကို ဆိုသည်။ တစ်နည်း ဖက်လိုင်စဉ်းကို ကျီးဖြီ၊ ကျီးမှိုင်းဟုလည်းခေါ်၏။ အသုံးကား အနာပျက်မှာ ဖန်ဆေး၏။

၁၉၆။ ဖား

ဖားဟူသည်ကား ဆေးဖား၊ ဆေးဖားပြုတ်၊ ရှောက်ဖားပြုတ်တို့ပင်တည်း။

၁၉၇။ ဖလံတောင်ဝေ့း

ဖလံတောင်ဝေ့းကို ပြိုင်တောင်မွေးဟုခေါ်၏။ အသုံးကား အနာများ အေးကျဉ်ကိုက်ခဲနာလျှင် အရည်ညှစ်၍ မီးနွေးနွေးပြု၍ တင်လေ။ ဝမ်းတွင်းအနာတို့ကိုလည်း ၎င်းသတ္တုရည်ကိုသောက်ပေးလေ။

၁၉၈။ ဖက်ချပ်ပင်

ဖက်ချပ်ပင်ကိုကား ခအောင်းပင်ဟုခေါ်၏။ အသုံးကား မိတ်ထက် ဝက်ခြံမှာသုံး၏။ ထု၍အုံလေ။

၁၉၉။ ဖောက်ဖိပင်

ဖောက်ဖိပင်ကား သုံးမျိုးရှိ၏။ ဘီလူးဖောက်ဖိပင်၊ ဖောက်ဖိနံ့သာရွက်ကြား၊ ဖောက်ဖိရွက်၊ တခေါင်းလစအိုဟု သုံးမျိုးရှိ၏။ အသုံးကား ဤသုံးမျိုးသော ဆေးကိုလည်း ဝက်ချေးပနဲပင် သုံးသကဲ့သို့ သုံး၏။ သားသမီးရှိသော မိန်းမတို့သည် (သားသမီးနှစ်စဉ်ရပြီး သားသမီးနီးကပ်လွန်းသော မိန်းမတို့သည်) ၎င်းဆေးမြစ်ကို တစ်လဆောင်လျှင် တစ်နှစ်ခြား၏။ နှစ်လဆောင်လျှင် နှစ်နှစ်သာခြား၍ သားသမီးဝေးစေတတ်၏။

၂၀၀။ ဖရုံခါးပင်

ဖရုံခါးပင်ကို သတ္တဗီဇဟုခေါ်၏။ အသုံးကား ကျောက်သရေ၊ ကျောက်မုန်ညင်း၊ ကျောက်တင်ကပ်တို့ ယားယံပွဲ၍ ယားယံအနာပျက်၍ဖြစ်ခဲ့သော်၊ အတွင်းသို့ဆွဲငင်သော်

သွေးလိမ်းလေ။ တစ်ကိုယ်လုံးကျောက်ပြေ၏။ ကောင်း၏။

၂၀၁။ ဖာလာကြီးငါးမျိုး

ဖာလာကြီးငါးမျိုးကား အရသာချိုသော ဖာလာချို၊ ရေအုန်းခိုင်ကဲ့သို့ အခိုင်ထွက်၍၊ စောင်းလျားသီးကဲ့သို့ အမြောင့်ခံ၍သီးသော ဖာလာချဉ်၊ အပွင့်ဖြူ၍ပွင့်သော ကြက်ဖာလာ၊ မုန်ညင်းဆီနံ့ကဲ့သို့ နံသော သတ္တဗိန္ဒုဖာလာ။ တစ်မျိုးကား အပင်အရွက်တို့တွင် အမွေးရှိပြီး အနံ့နံ၏။ ဤဖာလာကို ဖာလာစုန်း၊ ဖာလာကတိုး၊ စိန်ငယ်ဖာလာဟု အသီးသီးခေါ်ကြ၏။ ဤကား ဖာလာကြီးငါးမျိုးတည်း။

၂၀၂။ ဖာလာကတိုးငါးမျိုး

ဖာလာကတိုး ငါးမျိုးကား ကဆုန်၊ နယုန်လမှာ ပွင့်သော ဖာလာကို ဖာလာမွှေးဟုလည်းကောင်း၊ ပဒဇာ(ပုတတ်စာ)ဟူ၍ လည်ကောင်းခေါ်ကြ၏။ အသီးသင်ပေါင်းစေ့မျှရှိသော ဖာလာကို ဖာလာငယ်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ ကွမ်းစားဖာလာဟူ၍လည်းကောင်း၊ ခေါ်ကြ၏။ အဖူးထဲတွင်သီး၍ အပြင်သို့မထွက်ဘဲ သီးသောဖာလာကို ဖာလာနံ့သာဟုလည်းကောင်း၊ ဖာလာနဖိတ်ဟူ၍လည်းကောင်း ခေါ်ကြ၏။

နောက်တစ်မျိုးကား အပွင့်မွှေးကြိုင်သော ဖာလာမျိုးနှင့် အမြစ်မွှေးကြိုင်သော ဖာလာတစ်မျိုး ပေါင်း၍ ငါးမျိုးတည်း။

(ဖာလာပင်မျိုးကို ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်း အစောင်စောင်တို့၌ ဖော်ပြထားကြသည့် အတိုင်း အကျဉ်းရေးသားတင်ပြလိုက်၏။)

၂၀၃။ ဖာလာဟူသည်ကား

ဖာလာဟူသည်ကား ဂုံမင်းကဲ့သို့ မြေကထွက်၍ သီးသော ဖာလာနီလည်းတစ်ပါး၊ ဤဖာလာကို လင်းနေစုန်းဟုခေါ်၏။ ၎င်းဖာလာကဲ့သို့ အရွက်အပင်အသီးတူကြ၍ အရသာမချဉ်၊ အရိုးအပင်မနီသောဖာလာ၊ ဤဖာလာကိုကား ကြက်နှင်ဖာလာဟုခေါ်၏။ အခြားတစ်ကျမ်းမှာ ကြက်ချဉ်ဖာလာဟုခေါ်၏။ ဤဖာလာကဲ့သို့ အရိုးအပင်တူကြ၏။ အရသာမချဉ်၊ ကြာညိုအနံ့နှင့်လည်းတူ၏။ ၎င်းဖာလာကို သတ္တဗိန္ဒုဖာလာ

လည်းခေါ်ကြ၏။ ၎င်းဖာလာကဲ့သို့ အရွက်အပွင့်တူကြ၏။ အရွက်၌အမွှေးရှိ၏။ နနွင်း နံ့ကဲ့သို့နံ၏။ အရွက်လည်းအသွင်တူ၏။ ၎င်းနောက် ကဆုန်, နယုန်လ မြေကထွက်၍ ပွင့်သောဖာလာ၊ ၎င်းကို ဖာလာမွှေးဟုခေါ်၏။ ပဒဇာ(ပုတတ်စာ)လည်းခေါ်၏။ ၎င်း အပင်အဥကို ပန်းဥဟူ၍လည်းခေါ်ကြ၏။ ဖန်ဘူးပင်ဟုလည်းခေါ်ကြ၏။

တစ်နည်းကား . . .

ဖာလာသည် ဆနွင်း(နနွင်း)ရွက်နှင့်တူသည်။ အသီးသင်ပေါင်းသီးကဲ့သို့ရှိ၏။ ၎င်းဖာလာကို ဖာလာငယ်ဟူ၍ခေါ်သည်။ ကွမ်းစားဖာလာဟူ၍လည်းခေါ်သည်။ တစ်မျိုးဖာလာသည် အဖူးထဲတွင် ပြင်သို့ထွက်၍ မသီး။ ၎င်းဖာလာကို ဖာလာနံ့သာဟု ခေါ်သည်။ ဖာလာနဖိတ်ဟူ၍လည်းခေါ်သည်။ အပွင့်မွှေးသော ဖာလာလည်းတစ်မျိုး၊ ဤငါးမျိုးသော ဖာလာတို့ကို သွေးဆေးနှင့် သွေးနှောတို့တွင် လျော့က်ပတ်လှသည်ဟု ဆို၏။ ၎င်းသည် ပယောဂဆေးတွင်သာ လျော့က်ပတ်၏ဟု ရှေးဆရာတို့ ဆိုကြလေ သည်။

၂၀၄။ ပိစပ်ပင်

ပိစပ်ပင်ကား လေးမျိုးရှိ၏။ အဖြူပိစပ်ပင်သုံးမျိုး၊ အဝါပိစပ်ပင်တစ်မျိုးတည်း။ အဖြူပိစပ်ကြီးတစ်မျိုးကို ဆင်ပိစပ်၊ ဆင်နားရွက်ဟုခေါ်၏။ တစ်မျိုးအဖြူကို လေပန်းညိုဟူ၍လည်းကောင်း၊ ပွင့်ဖြူဟူ၍လည်းကောင်းခေါ်၏။ နောက်တစ်မျိုးသော ပိစပ်ဖြူကို သုံးရက်ဆေး၊ ဆေးမျှိုင်စိတ်ဟု ခေါ်ကြ၏။ ဤပိစပ်ဖြူသုံးမျိုးအပွင့်၊ အရုပ် သဏ္ဍာန်တူကြ၏။ ပိစပ်ဝါကား ခါး၏။ အရသာပူစပ်ရှိ၏။ အပွင့်လည်း ဖူးငုံသာ ဝါဝါရှိ၏။ ၎င်းလေးမျိုးကို အရည်ယူ၊ ပြဒါးထည့်၊ ပန်းကန်နှင့် နေပူပြ၍ လက်နှင့်မွှေ၊ ပြဒါးခဲ၏။ ၎င်းပြဒါးကို အထက်ဆိုခဲ့သောကြောင့် ခြစ်စေ့အဆန်ကိုကြိတ်၊ ဆေးလုံးလုပ် ၍ ပြဒါးကို ထည့်ပြီးလျှင် ပုဆိုးမြေခံ၍ဖုတ်၊ ပြာကျ၏။ ၎င်းပြာကို ကွမ်းရိုးနှင့်တို့၊ ကြေးမှာပစ်၊ ကြေးဘော်ဖြစ်၏။

၂၀၅။ ပြူမွှေး

ပြူမွှေးဆိုသည်ကား လယ်တွင်ပေါက်သော ပြုံးမတီပင်ကို ဆိုသည်။ အသုံးကား

ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်း ဆရာချစ်

လေ၊ ဝမ်းရောဂါနှင့်သင့်၏။ ဝပုနဆေးအဖြစ် သုံးလိုလျှင် ၎င်းပြူမွှေး ပဥ္စငါးပါးကို သုံးခွက်တစ်ခွက်တင် ကျိုပြီး အရည်ကိုယူ၊ ကြံသကာ၊ ထောပတ်နှင့် နံ့သာနီ-ဖြူမှုန့်တို့ကို သင့်ရုံထည့်ပြီးနှောလျက် တစ်စုစုထားပါ။ ၎င်းနောက် နနွင်းဥ၊ မြတ်လေးပွင့်၊ ကြက်ဆူ ရိုးနီ၊ လိပ်ဆူးရွှေ(လစ္ဆရွှီရွက်)၊ ပိတ်ချင်းမြစ် ၅ ကျပ်စီ၊ သိန္ဓော၊ ပိတ်ချင်းသီး၊ သုံးမတ် သားစီပေါင်း၍ ရေသင့်ရုံထည့်ပြီး မတူးမခြစ်ရအောင် ချက်ပါ။ ကြွက်မြီးတန်း မကျမီ အထက်ပါတစ်စုဖြစ်သော ပြူမွှေးဆေးစုရည်ကို ထည့်ပါ။ ၎င်းနောက် မီးမျှင်း မျှင်းနှင့် ကြွက်မြီးတန်းကျအောင် ကောင်းကောင်းချက်ပြီး ကောင်းစွာယူလျက် လေလုံပု လင်းတွင် ထည့်ထားပါ။ တစ်နေ့နှစ်ကြိမ် ရွှေးကြီးတစ်လုံးမှ သုံးလုံးအထိ မှန်မှန်စားသုံး ပါ။ တစ်လခန့်စားသော် ဒူလာ၊ ပါဒရက်၊ မီးယပ်နှင့် လေမျိုး(၈၀)ရောဂါများ ကင်းစင်၏။ အမြဲတမ်းစားသွားပါက ဆံမဖြူ၊ သွားမကျိုး အရွယ်တင် နုပျိုစိုပြည်ပြီး ရုပ်ကိုယ်ကာယ ဉာဏဗလအားကိုရရှိ၍ အသက်ရှည်ကြောင်း ဝပုနဆေးစွမ်းကောင်း တစ်လက်ပေ တည်း။ တစ်နည်း-ပြူမွှေးကို ကပ္ပလီဟင်းဟုလည်း ခေါ်ကြ၏။ လေ၊ ဝမ်းခဲ၊ ဝမ်းရောင် နှင့်သင့်၏။

၂၀၆။ ဘုရားအင်္ဂတေ

ဘုရားအင်္ဂတေဟူသည်ကား စေတီပုထိုးတွင်ဖြစ်စေ၊ ဘုရားတွင်ဖြစ်စေ ရွှေကျံ ပတ်ကိုခေါ်၏။

၂၀၇။ ဘုရားဆေး

ဘုရားဆေးဟူသည်ကား ဘုရားဆေး၊ ပွဲဆေး၊ နှစ်မျိုးတို့တွင် ဘုရားဆေးသည် အပွင့်၊ အခေါက်၊ အသီး၊ အရွက်၊ နံ့သာငါးပါး၊ ဇီယာငါးပါး၊ စမုန်ငါးပါး အစရှိသည်တို့ကို ပင် ဘုရားဆေးဟုခေါ်၏။

ဒသဇီယာ မဟာသြသဓော၊ ဗုဒ္ဓဂုဏ်နာမဥ္စ၊ ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းလာအရ ဆယ်ပါး သော ဇီယာတို့တွင် စမုန်မျိုးငါးပါးကို ခွဲခြားဖော်ပြလေသည်။

၂၀၈။ စမုန်မျိုးငါးပါး

စမုန်မျိုးငါးပါးဟူသော်ကား-

၁။ ချိုသောအရသာရှိသော စမုန်ကို မိရဇီယာ(စမုန်သကာ)

၂။ စပါးနှင့်တူသောစမုန်

၃။ ပွေးရွက်နှင့်တူသောစမုန်

၄။ ဖွဲခွံနှင့်တူသောစမုန်

၅။ နံ့သာနံ့နံသောစမုန်

ဤကား ပဥ္စဇီယာအရ စမုန်မျိုးငါးပါး ခွဲခြားယူခြင်းတည်း။ မူကွဲဆေးသဒ္ဒါကျမ်းတွင် ကြမ်းပိုးနံ့နံသောစမုန်လည်း တစ်ပါးဟုဖော်ပြသေး၏။

၂၀၉။ ပဥ္စကူငါးပါး

ပဥ္စကူငါးပါးကား-

၁။ သောင်းစသော ဆတ်သာဇီယာ

၂။ စမြိတ်ဇီယာ

၃။ နီသောဇီယာ

၄။ မည်းသောဇီယာ

၅။ ဖြူသောဇီယာ

“ဗုဒ္ဓဂုဏံ နာမအတ္ထိ”ဟူသော ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းအဆိုအရ ဘုရားငါးဆူနှင့် တူသောအမည်ရှိ၏ဟု ဆိုခြင်းကြောင့် ပဥ္စကူငါးပါးဟူ၍ ဆရာတို့ဆိုကုန်၏။

၂၁၀။ နံ့သာငါးမျိုး

နံ့သာငါးမျိုးကား အကျော်၊ ကရမက်၊ သရက္ခန်၊ ဥပါသကာ၊ သီလာစန္ဒန နံ့သာငါးမျိုးကို ပဥ္စကူငါးမျိုးဟူ၍ လည်းကောင်း၊ ဘုရားဆေးဟူ၍လည်းကောင်း ခေါ်ကြ၏။ ဇီယာဆယ်မျိုးနှင့်တကွ အမြစ်၊ အပွင့်၊ အသီး၊ အခေါက်တို့ကို ဘုရားဆေးခေါ်သည်ဟုလာ၏။

၂၁၁။ ဘုမ္မရာဇာ

ဘုမ္မရာဇာကို ရာဇဝင်ဟုခေါ်၏။ ဤဆေးမြစ်၏အကျိုးကား ကျောပူ၊ ခေါင်းပူ၊ ဝဲနာ၊ ယားနာနှင့် ဝမ်းတွင်းသန်ရှိသော် တိုက်လေ၊ သူငယ်နာ၊ မာတြာကိုလည်း လိမ်းကျံလေ။

၂၁၂။ ဘောစကိုင်း

ဘောစကိုင်း ဟူသည်ကား နို့ထိန်းပင်ကို ခေါ်၏။ ဦးသိန်သခွင်ဟူ၍လည်းခေါ်၏။ အသုံးကား အရမ်းမျိုးပြေစေတတ်၏။

၂၁၃။ ဘဲကျပ်ပင်

ဘဲကျပ်ပင်ကို ရှင်ဗာကူ၊ လင်းနေ၊ သီရိကမြင်း ဟူ၍သုံးမျိုးခေါ်၏။ အသုံးကား မိန်းမတို့မှာ မီးယပ်နာ၊ တစ်ကိုယ်လုံးနာကျင်ကိုက်ခဲနာ၊ အဆစ်အမြစ်ကောင်းတင်နာတို့ကို သွေး၍ အိုးပုန်းရည်နှင့် လိမ်းကျံလေ။

မြင်းအမည် ဆေးပင်အမျိုးအစား

၂၁၄။ မြင်းအခေါ်

မြင်းဟူ၍ခေါ်သည်ကား မြင်းခေါင်းနှာရောင်ပင်၊ မြင်းနားရွက်၊ မြင်းစာငုတ်၊ မြင်းကြက်၊ မြင်းခွာ၊ မြင်းသေမြက်၊ သီရိကမြင်းတို့ကို ခေါ်၏။

၂၁၅။ မြင်းခေါင်းနှာရောင်ပင်

မြင်းခေါင်းနှာရောင်ပင်ကား ကျွဲလမောင်းနွယ်ကို ခေါ်၏။ သဏ္ဌာန်ကား အနွယ်ကြမ်းကြမ်းမာမာရှိ၏။ အရွက်စိမ်းစိမ်းလျှားလျှားရှိ၏။ လက်သုံးလုံးခန့်ရှိ၏။ အရွက်ရှေ့ဆိုင်ထွက်၏။ နှာမောင်းရှည်စွာထွက်၏။ အမြစ်ဝါဝါရှိ၏။ အချို့ဝက်သက်သားပင်ကို မြင်းခေါင်းနှာရောင်ဟု ခေါ်ကြ၏။ ဝက်သက်သားပင်ကို မဲကြက်ပင်ဟု ခေါ်၏။ မြင်းခေါင်းသားဟူ၍လည်းခေါ်၏။

အသုံးကား ကျွဲလမောင်း မြင်းခေါင်းနွာရောင်ကို အနာပျက်မှာ ဖန်ဆေး၏။ ကျောက်ပေါက်လျှင် ကျောက်မခံ၍ ကျောက်လုံးတို့အနာကွာပြီးမှ မည်းသားမတက်ဘဲ ပြည်တစိုစိုရှိနေလျှင် ဆားနှင့်ဖျော်သွေး၍ တင်လေ။ ဝက်သက်သား၊ မြင်းခေါင်းနွာရောင်ကိုကား အကာအကွယ်တွင် သုံး၏။ အနာမည်းသားတင်ရာတွင်လည်း သုံး၏။

၂၁၆။ မြင်းသေမြက်

မြင်းသေမြက်ကား နှစ်မျိုးရှိ၏။ အရွက်သည် မူလာရွက်ကဲ့သို့ ရှိ၏။ အရွက်နားတွင် လွှသွားကဲ့သို့ရှိ၏။ ၎င်းမြက်ကို စားမိလျှင် သေ၏။ ထိုမြက်ကို မြင်းသေမြက်ဟု ခေါ်၏။ ဟံသာဝတီဟူ၍လည်းခေါ်၏။ မြင်းတို့သည် ၎င်းမြက်ကို နားရွက်တိုက်မိ၊ ထိမိသော် နားရွက်ပြတ်ကျ၏။ စားမိသော် သေ၏။ ထို့ကြောင့် မြင်းသေမြက်ဟု ခေါ်၏။ ပွဲကဲ့သို့ များစွာရှိ၏။ အစုအစု ပေါက်တတ်၏။ မြင်းရိုင်းဟူ၍လည်း ခေါ်ကြ၏။ ရေဆင်ပြာဟူ၍ လည်းကောင်း၊ ဒေါင်း ခြေရာဟူ၍လည်းကောင်း ခေါ်ကြ၏။ နောက်အမျိုးကား အခြားနေရာတွင် ဆိုခဲ့ပြီ၊

၂၁၇။ မင်းရိုသေ

မင်းရိုသေဆိုသည်ကား မင်းစားသပြေကိုခေါ်၏။ သပြေကျော်စောဟူ၍လည်း ခေါ်၏။ အမြစ်ကို အပူလိုက်ရေငတ်သော် လျော်ကန်သောဆေးနှင့် စပ်၍တိုက်လေ။

၂၁၈။ မြင်းသွား

မြင်းသွားဟူသည်ကား မြင်းနားရွက်မြစ်ကို ခေါ်၏။

၂၁၉။ မောက်ချီတောပင်

မောက်ချီတောပင်ကို အော်လဲ၊ လဲလူဖိုမဟူ၍ နှစ်မျိုးခေါ်၏။ အသုံးကာ သူငယ်နာ၊ မာတြာ၊ ကျဗဟုံး၊ နို့မြွေကိုလည်းကောင်း၊ မြွေကိုက်သော်လည်းကောင်း၊ မီးယပ်ပိန်၊ မီးယပ်ခြောက်တို့ကိုလည်းကောင်း၊ အနာစိမ်း၊ ဝဲနာ၊ ယားနာသော်လည်းကောင်း သွေး၍လိမ်းကျံလေ။ ကြက်ရိုးသံသတ်ပင်ကိုလည်း အော်လဲခေါ်ကြ၏။

၂၂၀။ မြစ်ဝေလုလင်

မြစ်ဝေလုလင်ဆိုသည်ကား ဝက်ချီးပိန္နဲ(ဝက်ချေးပနဲ)ပင်ကို ဆိုလိုသည်။ ဝက်ချီးပိန္နဲပင်အမကို ရွှေတံတိုင်းဟုခေါ်၏။ ၎င်းဝက်ချီးပိန္နဲအဖိုအမနှစ်ပါးကား အနာစိမ်းတို့ကို နိုင်၏။ အပင်းအမြစ်ကိုလည်း နိုင်စေတတ်၏။ အချို့ဝက်ချီးပိန္နဲပင်ကို ပြည်တွင်းလုလင်၊ ရွာတွင်းလုလင်ဟု ခေါ်ဝေါ်ကြသေး၏။ ဖောက်ဖီးပင်ကိုလည်း ရွာတွင်းလုလင်ဟု အချို့ခေါ်ကြ၏။

၂၂၁။ မုန်တိုင်သဖန်းပင်

မုန်တိုင်သဖန်းပင်ကို ဆေးထီးဟူ၍လည်းကောင်း၊ ဆေးတစ်ပင်ဟူ၍လည်းကောင်းခေါ်၏။ ၎င်းဆေးပင်၏ အနုအညွှန့်တို့ကို ဟင်းချက်၍စားကြ၏။ အခေါက်ကို အနာဆိုးအနာပျက်တို့မှာ ဖန်ရည်ဆေး၏။ သွေး၍လည်းတင်ကြ၏။

၂၂၂။ မိုးမှန်ပင်

မိုးမှန်ပင်ကို ဘူးကလေးဟူ၍လည်းကောင်း၊ စတုပတ္တာဟူ၍လည်းကောင်း၊ ကလျာဏဟူ၍လည်းကောင်း ခေါ်ကြ၏။ အသုံးကား ဝမ်းစိမ်း၊ ဝမ်းကိုက်၊ ရေငတ်နာတို့မှာ ကောင်း၏။ အပူကိုသေစေတတ်၊ ငြိမ်းစေတတ်၏။ လေဆေးအဖြစ် သင့်လျော်သောဆေးများနှင့်စပ်၍ အသုံးပြုကြ၏။

၂၂၃။ မိဿလင်

မိဿလင်ကား ပုလဲကိုဆိုသည်။ ကြက်ချင်းလည်း ခေါ်၏။ အသုံးကား အပင်းအမြစ်တို့ကိုနိုင်၏။ သွေးလုံး၊ လေလုံး၊ လေကန့်ခြင်းတို့ကိုလည်း နိုင်၏။ မိန်းမတို့ သွေးသားနှင့်ပတ်သက်၍ သုံး၏။ အပုပ်၊ အပင်း၊ အသားဆွေးတို့ကိုလည်း စားတတ်၏။ အနာအမည်းသားလည်းတက်၏။ ဓာတ်ပျက်၊ ဝမ်းခဲ၊ ဝမ်းနာတို့မှာလည်း သုံး၏။

၂၂၄။ မှိုကွန်ချာ

မှိုကွန်ချာဆိုသည်ကား မြေသီးမှိုကိုဆိုသည်။ ခွေးသေးပန်းမှိုလည်း ခေါ်၏။ အသုံးကား အနာဆိုးတို့နှင့် မှိုနာဆေးတို့မှာ အသုံးပြု၏။

၂၂၅။ မဲဇလီပင်

မဲဇလီပင်ကို မင်းဇလီဟုခေါ်သည်။ အသီးကို၊ ပွေး၊ ဝဲ၊ ယားနာတို့မှာ သုံး၏။ ကနခိုဆေးစား၍ လွန်သူများကိုလည်းကောင်း အမြစ်ကိုသွေး၍တိုက်လေ။

၂၂၆။ မရိုးနွယ်

မရိုးနွယ်ကို ငဖုံးဆေး(အဖို)ဟုခေါ်၏။ ၎င်းအမြစ်ကို မြွေစိမ်းကိုက်ရာမှာ သွေး၍တင်လေ။

၂၂၇။ မှင်ကူပင်

မှင်ကူပင်ကို ပင်ခူပင်ဟုခေါ်၏။ အသုံးကား ဝမ်းကိုက်မူ အရှေ့ဘက်ကို ထိုးသော အမြစ်ကို ကွမ်းယာ၊ ဆေးလိပ်တင်၍ တူးယူပြီး ဆန်ဆေးရည်နှင့်သွေးတိုက်။ မိန်းမ ဝမ်းကိုက်သော် လူပျိုကိုတူးစေ၍သောက်စေ။ ယောကျ်ားဝမ်းကိုက်သော် မိန်းမပျိုကို တူးစေ၍သောက်စေ။

၂၂၈။ မုဿမူလီ

မုဿမူလီကိုကား ငရုံ့ပန်းကိုခေါ်၏။ ပန်းသုံးဆင့်ပြီးဟူ၍လည်းခေါ်၏။ အမြစ်ကို ဆန်ဆေးရည်နှင့်သွေး၍ ရီးနာ၊ ကြန့်နာ၊ ဆီးနှင့်ပတ်သက်သောရောဂါတို့မှာသောက်လေ။ စိန်ရည်နှင့်သော်လည်း သွေး၍သောက်လေ။ ကောင်း၏။

၂၂၉။ မဏိဇောတရသ်ဆေးပင်

မဏိဇောတရသ်ဆေးပင်ကို နတ်ရှင်လည်ပြတ်လည်း ခေါ်၏။ အသုံးကား ကိုယ်ဖောကိုယ်ရောင်နာမှာ ဆေးမြစ်ကို ဆွဲလေ။ လျော့၏။ မယုံလျှင် ရေအိုးခွက်မှာ

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်း ဆရာချစ်

ရေအပြည့်ထည့်၍ ၎င်းဆေးမြစ်ကို ဆွဲထားလေ။ မိုးလင်းလျှင် ရေလျှော့နေ၏။

မျောက်အမည် ဆေးပင်အမျိုးအစား

၂၃၀။ မျောက်ဆိပ်

မျောက်ဆိပ်ဟုခေါ်သည်ကား နှုန်းစိမ်းပင်ကို ခေါ်၏။ ခေါ်ဆောက်သားဟူ၍လည်း ခေါ်၏။ အသုံးကား လုံးရမ်းနာမှာသုံး၏။

၂၃၁။ မုဆိုးမပန်းပင်

မုဆိုးမပန်းပင်ကို ဆေးသတင်းပင်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ သုံးဖန်လှဟူ၍ လည်းကောင်း၊ မျက်နှာပန်းပင်၊ ကောက်ယင်ပင် ဟူ၍လည်းကောင်း ခေါ်ကြ၏။ ၎င်း၌ရှိသော အရွက်ဖြူ၏။ အပွင့်နီ၏။ အသုံးကား မြွေကိုက်သော် ထိပ်က ကြက်ခြေခတ်၍တင်လေ။ ဝမ်းတွင်း၌ သွေးပုပ်၊ နတ်ပင်း၊ သွေးခဲ၊ သွေးကွက်ရှိသော် သူတစ်ပါးကစား၍ ပြုသော် ဆေးမြစ်ကို တံစက်လက်ပြန်ရည်နှင့်တိုက်လေ။

၂၃၂။ မျောက်ဆယ်ကောင်

မျောက်ဆယ်ကောင်ဟူသည်ကား မျောက်ဆိပ်၊ မျောက်နား၊ မျောက်ငို၊ မျောက်ဖဲ၊ မျောက်မက္ကလာ၊ မျောက်ခါးပြတ်၊ မျောက်ကြိမ်၊ မျောက်ခုံညင်း၊ မျောက်ငရုတ်၊ မျောက်သခွားဟူသော အပင်တို့ကို ဆိုသတည်း။ မျောက်ရေငန်ကို နိုင်စေတတ်၏။

၂၃၃။ မြစ်ပေါင်းတစ်ရာ

မြစ်ပေါင်းတစ်ရာဟူသည်ကား တောဖြူချီး(ချေး)ကို ဆိုသတည်း။

၂၃၄။ မှိုချွန်းသုံးမျိုး

မှိုချွန်းသုံးမျိုးကား ဟင်းစားမှိုချွန်း၊ ကြိတ်မှန်မှိုချွန်း၊ လယ်ကျအာ ဤအပင်သုံးမျိုးတည်း။

၂၃၅။ မအူပင်

မအူပင်ကို ဆေးမိကျောင်းဟုခေါ်၏။ အပွင့်ကို ကုံကုမံဟုခေါ်၏။

၂၃၆။ မုရားကြီးခြောက်မျိုး

မုရားကြီးခြောက်မျိုးကား မုရားကြီး၊ မုရားသိမ်း၊ မုရားဖြူ၊ မုရားနက်၊ မုရားနီ၊ မုရားနံ့သာ ဤခြောက်မျိုးတည်း။

၂၃၇။ မဏိသြဃ

မဏိသြဃဟူသည် ကျပင်ကိုဆိုသည်။ အသုံးကား ဝမ်းထဲဒေါ်သစမြင်းရှိလျှင် အမြစ်ကို သွေး၍တိုက်လေ။ သွေးတက်နာ၊ လေဆောင်နာရှိလျှင် ဇာတိပ္ဖိုလ်သီးနှင့် သွေး၍တိုက်လေ။ သွေးလေတို့ကိုလည်း ကြေစေတတ်၏။ (မဏိသြဃ ကျနှင့်မလွဲ တစ်ချက်တည်းတည်း။ ဆေးသဒ္ဒါလင်္ကာ)

၂၃၈။ မင်းဇံကြီးပင်

မင်းဇံကြီးပင်ကား ဧကောရုက္ခော၊ ဟတ္ထိနာမော၊ ပတ္တန္တော လောမော အတ္ထိ သပ္ပေါဒန္တာဟူသော ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းလာသည်နှင့်အညီ ဧကောရုက္ခ-သစ်တစ်ပင်သည်၊ ဟတ္ထိနာမော-ဆင်နာမည်သည် အတ္ထိ-ရှိ၏။ ပတ္တန္တော-အရွက်အဆူးသည်၊ သပ္ပေါဒန္တာ-မြွေစွယ်မြွေဆိပ်ကဲ့သို့ အဆိပ်နှင့်လည်း ပြည့်စုံ၏။ တံရုက္ခံ-ထိုသစ်ပင်ကို ပဏ္ဍိတေဟိ-ပညာရှိတို့သည်၊ ဝိဇာနေယျံ-သိအပ်ရာ၏။

အဓိပ္ပာယ်ကား သစ်တစ်ပင်အရွက်၌ရှိသော အမွေးအဆူးတို့သည် မိမိဘာသာနေသောအခါ အရွက်လည်း နေသားတကျနေ၏။ ကျွဲ၊ နွား၊ ဆင်၊ မြင်း တိရစ္ဆာန် အစရှိသော သတ္တဝါတို့ အပင်ရင်းသို့ ရောက်ရှိလျှင် အပင်ရင်းသို့ ဟပ်လာ၊ ကပ်လာလျှင် အဆူးအမွေးတို့သည် ဆူးမွေးပမာဏကဲ့သို့ထ၍နေနှင့်လေ၏။ ထိမိလျှင် ဆင်ပြောင်ဖြစ်သော်လည်း ဗိုင်းဗိုင်းလဲသေ၏။ (မတော်ရာကို ထိမိလျှင် ဗိုင်းဗိုင်းလဲရသောကြောင့်-မူကွဲ)

ထို့ကြောင့် ဆင်ဟိုင်းဟုလည်းကောင်း အပင်ကိုခေါ်၏။ အဆိပ်ပြင်းသည်ကို

ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်း ဆရာချစ်

ထောက်၍ တောင်သံဖက်လည်း ခေါ်၏။ အရှင်ပကတိဖြစ်သောကြောင့် မင်းဇံကြီးလည်းခေါ်၏။ ဆေးပုဏ္ဏား၊ ဆေးလောင်မီး၊ ဟိုင်းအော် စသည်ဖြင့် ခေါ်ကြ၏။

ဤဆေးမြစ်၏အကျိုးကား ကိုက်ခဲအေးကျဉ်၊ မြေနာ၊ စဉ်တီ၊ အခဲအကျိတ်တို့ကို နိုင်၏။ မင်းဇံကြီးကို ဆန်နှင့်ရော၍ တေ၊ ဆေးလုံးလုပ်။ အရက်တင်။ တစ်ဖန် ၎င်းအရက်ကို ပြန်ယူ၍ သုံးကြိမ်စေ့အောင်တင်။ ၎င်းတင်၍ရသော အရက်ပြင်းပြင်းဖြင့် ပြဒါးတွင်လောင်းလေ။ ပြဒါးသေ၏။ မုသရောဂါတွင်လည်း ၎င်းမင်းဇံကြီး ဆေးမြစ်ကို သွေး၍ပွတ်လျှင် ကောင်း၏။ မင်းဇံကြီးကို တစ်ဖန် ဖက်ယားကြီး၊ ဟင်းချိုကြီး၊ ဆေးပေါက်ဆင်၊ ဆေးပျဉ်တိဟူ၍ အသီးသီးခေါ်ကြပြန်၏။ ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းတစ်ကျမ်းတွင် မင်းဇံကြီးဖြင့် ရန်အပေါင်းကာကွယ်နည်းတို့ကို ဖော်ပြပါရှိသေး၏။

၂၃၉။ မရဇည်းခြောက်မျိုး

မရဇည်းခြောက်မျိုးကား မရဇည်းကြီး၊ ဉယျာဉ်မရဇည်း၊ မရဇည်းပုစွန်၊ မရဇည်းခါး၊ မရဇည်းဆန်မှုန့်၊ မရဇည်းဆဖို ဤခြောက်မျိုးသော အပင်တည်း။ (အချို့ရမစေးလည်း ခေါ်ကြ၏။ အကြီးသုံးသွယ်၊ အငယ်သုံးမျိုးရှိ၏။)

၂၄၀။ အဖျား(အစွန်း)လေးမျိုး

အဖျား(အစွန်း)လေးမျိုးကား. . .
မိုးဖျားအခေါ်ကား ကြွက်နှုတ်သီးဖျား
ရေဖျားအခေါ်ကား မှိုနှုတ်သီးဖျား
လေဖျားဟူသော်ကား တံခွန်ထိုင်ဖျား
မြေဖျားဟူသော်ကား တီနှုတ်သီးအဖျားအစွန်းတို့ပင်တည်း။

၂၄၁။ မိကျောင်းနွယ်ပင်

မိကျောင်းနွယ်ပင်ကို ကောက်ယင်ပန်းဟု ခေါ်၏။ နမိုင်းနွယ်ကိုလည်း မိကျောင်းနွယ်ဟုခေါ်ကြ၏။ မိကျောင်းနွယ်နုနှင့် ကဏန်းလက်မကို သုပ်၍စားသော် ခါးနားခါးကိုက်ဝေဒနာပျောက်၏။

(မှတ်ပါတစ်နည်း၊ မလွဲတူကြောင်း၊ မိကျောင်းနွယ်ကို၊ ပုံသေတစ်ခန်း၊ ကောက်ယင်ပန်းဟု၊ သမုတ်ခေါ်ကြ၊ အတိတ်ရ၏။-ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါလင်္ကာ)

၂၄၂။ မုနိငါးပါးဆေးပင်များ

မုနိငါးပါးဆေးပင်များကား ဗုဒ္ဓသ နာမံ စန္ဒရော၊ စူဠာမုနိနာယကောမဟာဗုဒ္ဓေါစ၊ သကျဝဏ္ဏော၊ မုနိရာဇိန္ဒော က္ကမေပဥ္စဗုဒ္ဓေါနာမေန မဟာသြသမံ ပဏ္ဍိတေန ဝိဇာနေယျံ ဟူသော ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းလာသည်နှင့်အညီ ငါးပါးသော မုနိဆေးတို့အမည်နာမရှိကြောင်းကို ဆေးကုလိမ္မာသော ဆေးဆရာတို့ သိအပ်၏ဟူသတည်း။ ၎င်းမုနိဆေးပင်ငါးပါးတို့၏ အမည်ကား စန္ဒာမုနိ၊ စူဠာမုနိ၊ မဟာမုနိ၊ သကျမုနိ၊ ရာဇမုနိဟူ၍ အပင်ငါးမျိုးတို့တည်း။

၂၄၃။ စန္ဒာမုနိဆေးပင်

စန္ဒမုနိဆေးပင်မှာ အရှည်အမြင့်သည် တစ်မိုက်လောက်ရှိ၏။ မြေကောင်းလျှင် တစ်တောင်မြင့်၏။ အရွက်ကား ဆင်ပိစပ်ကဲ့သို့တည်း။ အပွင့်ဖာလာဖူးကဲ့သို့ လျောက်ပတ်၏။ အပင်ကြီးလျှင် လက်မခန့်၊ ငယ်လျှင် လက်ညှိုးခန့်ရှိ၏။ အမြစ်ကား ဖွားဖွားရှိ၏။ အနားတွင် စက္ကရေသွားကဲ့သို့ရှိ၏။ ဤဆေးပင်ကို ပွင့်ရွှေရောင်ဟူ၍လည်းခေါ်၏။

၂၄၄။ စူဠာမုနိဆေးပင်

စူဠာမုနိဆေးပင်ကား အရွက်သည် မြစ်နားရွက်ကဲ့သို့ ရှိ၏။ အရွက်အမွေးရှိ၏။ အရွက်သည် ပလ္လင်ခံ၍ မြေမှမကွာ။ အရွက်သည် ပတ်လည်ဝိုင်း၍ရှိ၏။ အလယ်ကသာ တစ်ပင်ထွက်၍ သီးကုန်ပွင့်ကုန်၏။ အဖျားတွင် ပဒေသာပင်ကဲ့သို့၊ ပတ်လည်အနားဝိုင်းခံ၍ရှိ၏။ ၎င်းဆေးကို ခေါ်ကြသည်မှာ ဆေးတပင်တိုင်လည်း ခေါ်၏။ မြစ်နားကြီးလည်းခေါ်၏။

၂၄၅။ မဟာမုနိဆေးပင်

မဟာမုနိဆေးပင်ကား အထက်က ဆိုခဲ့သော ဆင်ကင်းဗိတ်၊ ဆင်ပိစပ်ရွက်နှင့်တူ၏။ ချောင်းနား သောင်ပြင်တွင်ပေါက်၏။ ငယ်လျှင်တစ်ထွာ၊ ကြီးလျှင် တစ်တောင်သာမြင့်၏။ စန္ဒမုနိဆေးပင်ကဲ့သို့ ဆင်တူ၏။ အသီးအပွင့်သာကွဲကြသည်။

၂၄၆။ သကျမုနိဆေးပင်

သကျမုနိဆေးပင်ကား ကုန်းပေါင်ကုန်းခေါင်တွင် ပေါက်၏။ အမြင့်သုံးတောင်ရှိ၏။ အရွက်လက်တစ်လုံးသာတည်း။ (အရွက် လက်လေးလုံးရှိ၏။ မူကွဲ)။ အပွင့်ကား ဆီးပွင့်နှင့်တူ၏။ လေးပြက်ကျတွင် ဖူးခိုင်ရှိ၏။ တစ်ဖူးကို ဖူးငယ်လေးဖူးစီရံ၍ ရှိ၏။ တစ်ခက်ကို လေးခက်စီရံ၍ ရှိ၏။ အရွက်ရပ်စောက်သာတည်း။ အသီးစေတီကဲ့သို့ ရှိ၏။ မနက်နှုတ်ထားလျှင် ညတိုင်သည်ကား မည်းမည်းဖြစ်လေ၏။ ထိုဆေးပင်ကို ဆေးတံခွန်ဟူ၍လည်းခေါ်၏။ နှုန်းရိုင်းကတိုးဟူ၍လည်းကောင်းခေါ်၏။

၂၄၇။ ရာဇမုနိဆေးပင်

ရာဇမုနိဆေးပင်ကား အမြစ်တစ်ထွာသာတည်း။ ဖူးငုံသီးခိုင်တို့သည် ဖာလာဖူးကဲ့သို့ရှိ၏။ အမြစ်ဖျားတွင် မှင်ခုံသီးကဲ့သို့ရှိ၏။ အရွက်လည်း မြင်းသွား(မြင်းနားရွက်)ကဲ့သို့ရှိ၏။ ဤသို့လျှင် ရာဇမုနိဆေးပင်ကို မှတ်ရာ၏။

၂၄၈။ မုနိမှန်မမှန်စမ်းသပ်နည်း

မုနိပင်များ မှန်မမှန် စမ်းသပ်ရန်မှာ မုနိပင်များ၏ သတ္တုရည်ကို ပန်းကန်တွင်ထည့်၍ ပြဒါးထည့်ပြီး လက်နှင့်မွှေ၊ နေပူလှန်း။ ထပ်မံ၍ လက်နှင့်မွှေ။ ပြဒါးမူလပြာကျ၏။ သို့မှသာ မုနိမှန်လေသည်။

၂၄၉။ မုနိငါးပါးအဓိပ္ပာယ်

ဤငါးပါးသော မုနိဆေးပင်တို့သည် တစ်ဆယ့်နှစ်ရာသီစေ့အောင်မနေ။ မိုးဦးကာလ ပေါက်လျှင် မိုးနှောင်းသေလေ၏။ ထာဝရသစ်ပင်မဟုတ်။ ဟင်းပင်ကဲ့သို့သာ။ သဒ္ဒါကျမ်းကိုမမှီသော ဆေးဆရာတို့သည် မဟာမုနိကို ပြုန်းမဇာပင်၊ စန္ဒာမုနိကို ဆင်ကင်းပိတ်ပင်၊ စူဠာမုနိကို ကြက်ဆူပင် (ချက်စူပင်၊ ရှက်ပင်-မူကွဲ)တို့ကို ယူကြလေသည်။

ရာဇမုနိပင်ကို ရာဇဝင်ပင်ကို ယူကြ၏။ ဤသို့ အယူမှားသောကြောင့် ကြံ၍မဖြစ်နိုင်ရာဟူ. . . .။

ရသေ့ဆရာတို့က ဘုရားငါးဆူသည် တစ်ကမ္ဘာတွင် ပွင့်သော အကြောင်းကို အစွဲပြု၍ အပင်မကွဲ၊ မုနိငါးပါးဟူ၍ ဆိုသောအကြောင်းကို ထောက်လျက် အထက်က ဆိုခဲ့ပြီးသော ဆေးဝါးတို့သည် မုနိငါးဆူမဟုတ်။ ဧကရူပံပုပ္ဖံပဉ္စ-စကားရင်းကို ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းအရ တရားနှင့်ရွေးကောက်၍ ပါဠိလာသည်မှာ ဧကရူပံ-အရုပ်အဆင်းတို့သည် တစ်မျိုးသာလျှင်ဖြစ်၏။ ပုပ္ဖံ-အပွင့်သည် ပဉ္စ-ငါးမျိုးသာလျှင်တည်း။ အဓိပ္ပာယ်သော်ကား ဆေးငါးပင်တွင် အရွက်၊ အမြစ်၊ အသား၊ အစေ့တို့ မကွဲပြားဟူ၏။ အပွင့်မူကား ငါးသွယ်ပွားသောကြောင့် ငါးပါးမုနိ မာရဇိန်ဟု ဆိုကြ၏။

ဤငါးပါးတွင် အပွင့်ကား ကတ္တီပါအဆင်းရှိ၏။ အထက်ဆိုသောအချက်နှင့် ထိုဆေးပင်ကို ရသေ့တို့မှာ မဟာမုနိခေါ်ခြင်း သဒ္ဒါရှိလေသည်။ ဇော်ဂျီတို့မှာ ကတ္တီပါဟုခေါ်၏။ ဝိဇ္ဇာဓိုရ်တို့မှာ ရိုးလှသန္တာဟု ခေါ်၏။ သမားတို့မှာ ဆေးဗိမ္ဗာဟုခေါ်၏။ နတ်ဝင်တို့မှာ ကြက်မောက်ပန်းဟုခေါ်၏။ လူတို့မှာ ရောင်မညှိုးပန်းဟု ခေါ်၏။ အနီကြက်မောက်ကို မဟာမုနိခေါ်၏။ အဝါကို စန္ဒမုနိ၊ အလုံးပုပုကို ရာဇာမုနိဟုခေါ်၏ဟု ဂဝံပတိရသေ့တို့သည် ဆုံးဖြတ်ခဲ့ခြမ်း၍ ကျမ်းသဒ္ဒါက မှာထားခဲ့သည်ဟု နှလုံးထား၍ မှတ်သားရာ၏။ ဗိမ္ဗာဟုခေါ်သည်ကား အဖြူရောင်၊ အညို-အပု-အနီ၊ ကတ္တီပါ၊ အဝါကား-အပြား။ ဤသို့အသီးသီးငါးဦးရှိသည်တို့တွင် ဝေါဟာရအခေါ်ကျမ်းအဆိုကို ဆင်ခြင်၍ ရွေးယူရာသည်။

၂၅၀။ မုနိဆေးပင်များ အသုံးပြုနည်း

အထက်ဆိုခဲ့သော မုနိပင်တို့ကိုယူပြီး ပေါင်းကြိတ်ရမည်။ ပေါင်းကြိတ်ပြီး ဘုရား, နတ်ရုပ်နှင့် ဆေးသုံးလုံးလုံး၊ ဆေးတစ်လုံးကို ရန်ပုံခွင်းဟု သမုတ်၊ တစ်လုံးကို ရန်မျိုးအောင်ဟု သမုတ်၊ ကျန်တစ်လုံးကို ရွေးလောက်စာသီးဟု သမုတ်။ ဆေးကြိတ်သောအခါ ပွဲခင်း၍ကြိတ်လေ။ ဘုရားရုပ်ထုသော ဆေးကို အနေကဇာတင်လေ။ ဘုရားရုပ်တုကို အိမ်ဦးကထား၍ ကိုးကွယ်လေ။ နတ်ရုပ်တုဆေးလုံးရုပ်ကို ခေါင်းရင်းကထားလေ။ ဘုရားရုပ်၊ နတ်ရုပ်တုမှကျန်သော ဆေးသုံးလုံးကို အလိုကျူကျည်ထောက်တွင် တစ်လုံးကို

တစ်လုံးမထိ ရအောင်ဂွမ်းလွှား၍ ထည့်ထားလေ။ ခရီးသွားလျှင် ဘုရားရုပ်တုကိုဆောင်၊ သူများမ ကောင်းကြံလျှင် အိပ်မက်ထင်ရှားပေလိမ့်မည်။ ဆေးသုံးလုံးတွင် တစ်လုံးကား သက်စောင့်၊ တစ်လုံးမှာကား အကာ၊ တစ်လုံးကို ရန်သူကိုရှာ၍ သတ်လိမ့်မည်။ သီလ၊ သမာဓိ၊ သစ္စာမြဲမြံစွာ စောင့်ထိန်းလေ။

၂၅၁။ ယင်မနားပင်

ယင်မနားပင်ဟူသည်ကား ထဘီနွှတ်မပင်ကို ခေါ်သည်။ ကြောင်မီးကူ(ကြောင်မီးလုံး)ဟူ၍လည်းကောင်း၊ သင်းပိုင်ရောက်မဟူ၍လည်းကောင်း ခေါ်ကြ၏။

အသုံးကား သူငယ်နာ လည်ပင်းမှာဆွဲ၍ထား၊ ပေါ်ရသတ်မာတြာမမှောင့်နိုင်။ သူငယ်နာလည်းကောင်း၏။ ရီးနာ၊ ဆီးအောင့်နာကျင်တို့မှာ သွေး၍သောက်၊ ကောင်း၏။ မိန်းမကိုယ်ဝန် မဖွားနိုင်မူ ဓိဌာန်၍နှုတ်။ တစ်မြစ်ပါလာမူ ယောကျ်ား၊ နှစ်မြစ်ပါလာမူ မိန်းမဖွားမည်။ ရေဆေး၍သွေးပြီးတိုက်၊ ချက်တွင်သုတ်၊ တံခါးဝသို့အသက်အောင့်၍ သုတ်ချ၊ ဖွား၏။ ဖွားလျှင် ရေစင်အောင်ဆေးပစ်၊ မပစ်လျှင်၊ ရေဆေး၍မစင်လျှင် အအူထွက်လာတတ်သည်။

၂၅၂။ ယင်ရွဲဖြူ

ယင်ရွဲဖြူကို ကိစ္စည်းပင်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ နန်းတွင် ရှင်မဖြူဟူ၍လည်းကောင်း ခေါ်၏။

၂၅၃။ ယင်ပျား

ယင်ပျားဆိုသည်ကား ကြက်မအုပ်ပင်ကိုခေါ်၏။ အသုံးကား မိန်းမ၊ ယောကျ်ား ရီးဖြစ်လျှင်၊ ဆီးအောင့်လျှင် စိန်ရည်နှင့်သွေးတိုက်လေ။

၂၅၄။ ရာမကတိုး

ရာမကတိုးကို တောင်ဘီလူး၊ တောဘီလူး ဟူ၍လည်းကောင်း၊ သီလာစန္ဒန ဟူ၍

လည်းကောင်း ခေါ်၏။ အမြစ်ကား ခနီရောင်၊ အနီရောင် အနည်းငယ်ပါသည်။ အလွန်အေးမြမွှေးကြိုင်၏။

အသုံးကား သူငယ်နာ၊ မာတြာ၊ ကျဗဟုံး၊ နို့မြွေကြငှား၊ ရုက္ခစိုး၊ သံဖတ်၊ မျောက်ရေငန် ကွာရှင်းစေလိုသော် အိုးပုန်းရည်၊ တံစက်လက်ပြန်ရည်နှင့် ဆေးမြစ်ကိုသွေးတိုက်လေ။ လိမ်းကျံလေ။ အကြမ်းတွင် အတိတ်ရဆေးတည်း။ ရာမအနုမံဆေးကျော်။

(ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းတွင်ကား တစ်ချက်တထူး၊ ဆေးဘီလူးကို ၊ နည်းတူယှဉ်ကာ၊ သီလာစန္ဒန၊ ခေါ်ကြအံ့ဖွယ်၊ သတွတ်နွယ်တည်း။ ပုံသေမခြား၊ သုံးမျိုးပြား၏-ဟုလာသည်။)

၂၅၅။ ရှက်ပင်

ရှက်ပင်ကိုကား ထိခိုက်မိလျှင် အရွက်အခက်တို့ ရှုံ့၍ချုံ့၍သွား၏။ ထို့ကြောင့် ထိကရုံးပင်ဟုခေါ်၏။ ရှင်ပင်ဟုလည်းခေါ်သည်။ ရိုးပန်းငယ်ပင်၊ အိပ်ကြူးပင်ဟူ၍လည်း ခေါ်ကြပြန်၏။ ဤဆေးမြစ်၏အကျိုးကား မြွေပိုးထိခိုက်သော် ဆန်ပေါက်ပေါက်နှင့် ပင့်ဖိတ်၍တူး၊ ကိုက်ရာတွင် ကြက်ခြေခတ်၍ ဓားငယ်နှင့်ခွဲ၍တင်၊ အထက်ကလည်း တံတွေးနှင့်ထွေး၍ ပွတ်ချလေ။ မည်သည့်မြွေမဆို အတိတ်ရဆေးတည်း။

၂၅၆။ ရွက်ကျပင်ပေါက်

ရွက်ကျပင်ပေါက်ဆေးတစ်ပင်တွင် ပွင့်လည်းပွင့်၏။ သီးလည်းသီး၏။ အသီးအပွင့်တို့ကား စိုက်ပျိုးစရာမျိုးမရ။ အခက်အလက်နှင့်လည်း ပြည့်စုံ၏။ ထိုအပင်၏အရသာလည်း ထူးဆန်းပေ၏။ နေထွက်ကသည် မွန်းတည့်တိုင်အောင် အရသာချဉ်၏။ မွန်းတည့်ကသည် နေဝင်တိုင်အောင်ဖန်၏။ နေဝင်ကသည် သန်းခေါင်တိုင်အောင် ချဉ်ပြန်၏။ ထိုဆေးပင်၏အမျိုးသော်ကား အရွက်အပင်တို့သည် အရွက်အနားက ခွေးသွားစိတ်ကြားကသာ အပင်ပေါက်တတ်သောကြောင့် ရွက်ကျပင်ပေါက်ဟုခေါ်၏။

ကျမ်းအဆိုမှာ ဇေယောဟုခေါ်၏။ ရသေ့တို့မှာ ပတ္တိဗီဇ(ပတ္တာကျိ)ဟုခေါ်၏။ ဇော်ဂျီတို့မှာ ဂေါရင်ပတ္တဟုခေါ်၏။ ပါဠိအလိုမှာ ပတ္တဗီဇံမူလံပတ္တိ၊ အဖျား၌ ကွဲပြား၏။

၎င်းဆေးပင်ကို ဆေးဝင်ငုတ်ဟုခေါ်၏။

ဆေးပင်၏အကျိုးကား ကရင်နီဒေါင့်ကျဉ်ကိုက်သော်၊ အိမ်ကင်းကိုက်သော် သွေး၍လိမ်းကျံပါ။ တစ်ကိုယ်လုံးကို မီးလောင်မူ ကြိတ်၍လိမ်းကျံပါ။ တစ်ကိုယ်လုံးကို မန်းငန်းလိုက်မူ ကြိတ်၍လိမ်းကျံပေးပါလေ။

၂၅၇။ ရွှေတံတိုင်းပင်

ရွှေတံတိုင်းပင်ဆိုသည်ကား ကစော့ပင်ကိုခေါ်၏။ အသုံးကား အမြစ်ကို သွေး၍တိုက်၊ မျက်စဉ်းခတ်၊ ကောင်း၏။ ကိုယ်ဝန် မဖွားနိုင်သော် ငွေသားတစ်ကျပ်တင်၍ ဆေးပင်ကို ပင့်ဖိတ်၍တူးယူ။ သွေးပြီးချက်တွင်သုတ်၊ ဖွား၏။ မျက်စိတွင် ကျောက်ပေါက်သော် အမြစ်ကို သွေး၍လက်ညှိုးတွင်သုတ်။ ကျောက်လုံးကို မှန်အောင်ပွတ်၍ လိုရာသို့ငင်ယူရွှေ့၏။ အဆိပ်အတောက်စားမိလျှင် အရွက်ကိုနယ်၍ နှာနှပ်၊ အဆိပ်အတောက်မျိုးပြေ၏။ ညှော်ကိုလည်းနိုင်၏။ ငွေတံတိုင်းပင် သုံးနည်းကိုလည်း ဤနည်းအတူ အသုံးပြုလေ။ ငွေတံတိုင်းပင်ဟူသည် ဟင်းစားကြသော ဒန့်ကျွဲပင်ကို ခေါ်သည်။

၂၅၈။ ရှင်ကိစ္စည်းပင်

ရှင်ကိစ္စည်းပင်ဟူသည်ကား နွယ်ချဉ်ကိုဆိုသည်။ ၎င်းနွယ်ချဉ်ကို လောင်းသမားနွယ်ကြီးဟုလည်းကောင်း၊ သီရိကလျာဟုလည်းကောင်း၊ သီရိကမြင်းဟုလည်းကောင်း ခေါ်ကြ၏။

အသုံးကား သွားနာဖြစ်လျှင် အမြစ်ကိုဆားနှင့်သွေး၍တင်၊ အမြစ်ကို ပြာဖြစ်အောင်လှော်၍ ၎င်းနည်းတူထည့်။ သွားအေး၊ သွားကိုက်နေရာမှာလည်း အရက်နှင့်လည်း နာသော သွားကြားများကို ဆေးနှင့်ရောထိုးပေး၊ ကောင်း၏။

၂၅၉။ ရှင်ဗာကူ

ရှင်ဗာကူဟူသည်ကား လောင်းသမားနွယ်ကိုခေါ်၏။ အသုံးကား မြေကိုင်ရာမှာကောင်း၏။

၂၆၀။ ရိုးတုံ

ရိုးတုံဟူသည်ကား တစ်ပင်တိုင်ပင်ကို ခေါ်၏။ ဆေးပြာသာဒ်လည်း ခေါ်၏။ အသုံးကား သက်တန့်အနာရောင်၊ လုံးရမ်းနာတို့မှာ ဆားနှင့်သွေး၍ နွေးနွေးပြုပြီးတင်၊ ကောင်း၏။ အမြစ်ကား အကာအကွယ်လည်းရ၏။ အနာတွင် အပင်းကျလျှင် အမြစ်ကို ကြိတ်၍ အုံလေ။

၂၆၁။ ရွှေတလဲပင်

ရွှေတလဲပင်ဟူသည်ကား တောဝက်ကဖိုင်ပင် အငယ်မျိုးကို ခေါ်၏။ အသုံးကား အနာတွင်ဖန်ဆေး၏။ အမှုန့်ပြု၍လည်းတင်၏။ ပိတ်မြင်းသရစ်နာမှာလည်း တိုက်၏။

၂၆၂။ ရဲယိုပင်

ရဲယိုပင်ကို နီဖာဆေးပင်ဟုခေါ်၏။ အဆိပ်မျိုးပြေ၏။ အကာမျိုးလည်းရ၏။

၂၆၃။ ရှားစောင်းကြီးပင်

ရှားစောင်းကြီးပင်ဟူသည်ကား ဆီးစောင်းကြီးပင်ကိုခေါ်၏။ အသုံးကား ကြက်ညွှန့်နာဖြစ်သော် အခေါင်းတူး၍ ၎င်းအခေါင်းမှာ လက်ကိုစွပ်ထား။ ဆူးဝင်၍ ဆူးမထွက်သော် အစေးကို သုတ်၍ ထားသော်ဆူးထွက်၏။

၂၆၄။ ရေခြသေ့

ရေခြသေ့ဟူသည် ကျီးကန်းပင်ကို ခေါ်၏။

၂၆၅။ ရေမှုခေါက်

ရေမူခေါက်ကိုကား ပန်းမဟူ၍ခေါ်၏။ သီခေါက်ကိုလည်း ခေါ်၏။ (ပန်းမရသာ၊ ချိုစွာသီခေါက်၊ ရေမူခေါက်နှင့် တူကြမကွာ၊ သြဇာချင်းလည်း၊ မကင်တူလွတ်၊ အရတ်တရ၊ တူမောလှ၏။ ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါလင်္ကာ)

၂၆၆။ ရှမ်းဆည်းလည်း

ရှမ်းဆည်းလည်းဟူသည်ကား ဥနှဲပင်ကို ဆို၏။ အန်စာလည်း ခေါ်၏။ အသုံးကား ကြိတ်ခြေ၍ အနာအမျိုးမျိုးအသားတက်ရာတွင် အသုံးပြုကြ၏။

၂၆၇။ ရှဥ့်မတက်

ရှဥ့်မတက်ကို ဆေးငန်းစွယ်ဟုခေါ်၏။ အသုံးကား ဓား၊ လှံပြတ်သော် အမြစ်ကို သွေး၍တင်။ အနာမန်းလိုက်သော် အမြစ်ကို ပြာဖုတ်၍ပွတ်။ တိမ်နီတိမ်နက်ကိုလည်း ပွတ်လေ။

၂၆၈။ ရှဥ့်မတက်ငယ်

ရှဥ့်မတက်ငယ်ဟူသည်ကား စဥ့်သီကြီးမြစ်ကို ဆိုသည်။ ဆေးစကြာလည်းခေါ်၏။ ဝမ်းထဲ၌ အနာရှိ၍ အကျိတ်ရွှေ့နေလျှင် ၎င်းအမြစ်ကို သွေး၍ဝိုင်းထားလေ။ အနာမရွှေ့နိုင်ပြီ။

၂၆၉။ ရေကြောင်းစစ်ကဲ

ရေကြောင်းစစ်ကဲ၊ နန်းတွင်းရှင်မ၊ ကျောင်းကျွမ်းအောင်ကျော် ဆေးပင်ဟူ၍ သုံးမျိုးရှိ၏။ ရေကြောင်းစစ်ကဲဟူသည် စီရကန်း(ဆီးကန်း)ကို ဆိုသည်။ စီရပတ္တဂဏ္ဍာဟုဆို၏။ အဆူးအရွက်ကြမ်းခြင်းလက္ခဏာရှိခြင်းကြောင့် ဆီးကန်းဟုခေါ်၏။ အဆူးအရွက်ရှည်၍ အရွက်သဘော်ာဆီးဖြူကဲ့သို့ရှိ၏။ အဆူးရှိ၏။ အသီး၌အသားချိုင့်၏။ ဆီးဖြူသီးနှင့် ခပ်ဆင်ဆင်တူ၏။ ရေကိုမှီ၍ ပေါက်သောကြောင့် ရေကြောင်းစစ်ကဲခေါ်သည်။ ၎င်းဆေးသုံးမျိုးသည် အဂ္ဂိရတ်နှင့် မျက်လှည့်တို့မှာသုံး၏။

၂၇၀။ ရေအုန်းခိုင်သတံ

ရေအုန်းခိုင်သတံကို ရေအုန်းခိုင်တန်ဟု ခေါ်၏။ အခိုင်ကို ဆပြာသေးဟုခေါ်၏။ ဂဠုန်ဦးနှောက်နှင့်ဆေး၊ ဓာတ်ဆေးချင်းဟူ၍လည်း ခေါ်ပြန်၏။ အသုံးကား ဓားထိ၊ လှံပြတ်၊ အသားဆိုး၊ အနာပျက်ပောင်း၊ အပင်းအမြစ်၊ အမည်းသားတက်တို့မှာ သုံး၏။

၂၇၁။ လိပ်ဟူသောဆေးမြစ်များ

လိပ်ဟူသောဆေးမြစ်များကား လိပ်ဆူးရွှေ၊ လိပ်စားနွယ်၊ လိပ်တက်၊ လိပ်တက်ခေါင်း၊ လိပ်ရိုးသစ်တို့ပင်တည်း။

၂၇၂။ လင်းညီပင် (လင်းနေပင်)

လင်းညီပင်(လင်းနေပင်)ကိုကား နတ်ရှင်ကြီးဟုလည်းကောင်း၊ လင်းလေဟုလည်းကောင်း ခေါ်ကြ၏။ ဤဆေးမြစ်သည် ကြောင်သို၊ ညှော်၊ အနာစိမ်းတို့ကိုလည်း နိုင်စေတတ်၏။ ဝမ်းပြည့်၊ ဝမ်းရောင်၊ လည်ချောင်းနာတို့မှာလည်း သုံး၏။

၂၇၃။ လီဝေ့ပင်

လီဝေ့ပင်ကား ဝက်ချေးပနဲပင်ကိုဆို၏။ အသုံးကား လက်တတီကျပ်နာမှာ သုံး၏။ (ဝက်ချိုပင်ကိုလည်း ခေါ်၏။ ဆိတ်နို့ပင်ကိုလည်း ခေါ်ကြသေး၏။ -မူကွဲ)

၂၇၄။ လုလင်ငါးယောက်

လုလင်ငါးယောက်ဟူသည်ကား မြစ်သွားလုလင်၊ ပွင့်ဝေလုလင်၊ ပြည်တွင်းလုလင်၊ လုလင်ပျဉ်း၊ လုလင်ကျော် ဤငါးယောက်တည်း။ အသုံးကား ၎င်းဆေးမြစ်ကို အိမ်လေးထောင့်မှာဆွဲထား။ အကာအကွယ်ကောင်း၏။ အကာအကွယ်စီရင်လျှင် လုလင်ကျော်ကို မတည့်အပ်။ လုလင်ပျဉ်ကား နွားလည်ပင်းပင်ကို ဆိုသတည်း။ အနာပျက်မှာ သုံး၏။ ဖန်ဆေးတင်၏။

၂၇၅။ လူဟူသောဆေးမြစ်

လူဟူသောဆေးမြစ်ကား လုလင်ကျော်၊ ကျွန်းလင်၊ မိဿလင်၊ ကျွန်းပြေလုလင်။

၂၇၆။ လယ်ပြည့်စင်

လယ်ပြည့်စင်ကို ဆေးသံတိုင်ခေါ်၏။ ငန်းသန္တိပါတ်၊ ဝမ်းသွန်၊ ဒွေဝန်းတို့ကိုနိုင်၏။

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

၂၇၇။ လက်ထုတ်ပင်

လက်ထုတ်ဖို့, မနှစ်မျိုးရှိ၏။ လက်ထုတ်ကြီးမြစ်ကို ဆေးရွှေဟုခေါ်၏။ သူငယ်တို့ ရေငတ်ဝမ်းကျကို ဆန်ဆေးရည်နှင့်သွေး၍ တိုက်။ ကျွဲ၊ နွား၊ လူတို့တွင် သက်တန့်အနာကိုလည်း ရွက်နု၊ အခေါက်နှစ်ပါးကို ထု၍တင်။

၂၇၈။ လေကန့်တပုတ်ပင်

တောင်တွင်ရှိသော လေကန့်တပုတ်၊ ချေးဖောက်ပင်ဟူ၍လည်းခေါ်၏။ နွားပုတ်ပင်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ စုပြုတ်ဟူ၍လည်းကောင်းခေါ်၏။ အသုံးကား အသည်းကြီး၊ အဖောကြီးရောဂါတို့တွင် စား၏။

၂၇၉။ လင်လုပါ

လင်လုပါကို၊ ရှည်ကာမလွတ်၊ တဇွတ်ဖို့,မ၊ ခေါ်ကြကုန်၏။ (ဆေးသဒ္ဒါလင်္ကာ)

၂၈၀။ လိပ်ကျောက်

လိပ်ကျောက်ဟူသည်ကား အနှစ်ကိုးလွှာ၊ အကာကိုးထပ်ကို ဆိုသည်။ အကျိုးကား ဆောင်၍ထား။ အကာအကွယ်ကောင်း၏။ အခဲ၊ အကျိတ်ရှိလျှင် တိုက်လေ။ကွင်း၍ထားလေ။

ဝက်အမည် ဆေးပင်အမျိုးအစား

၂၈၁။ ဝက်ခုနစ်ကောင်

ဝက်ခုနစ်ကောင်ကား ဝက်ကပိုင်မြစ်၊ ဝက်တောင့်နွယ်ချို၊ ဝက်မသလူ၊ ဝက်မချဉ်ပေါင်၊ ဝက်တောင့်စိမ်းညင်း၊ ဝက်ချေးပနဲ၊ ဝက်မြူ ဤခုနစ်ကောင်တည်း။ ဝက်ကပိုင်၊ ဝက်ချေးပနဲ၊ ဝက်မသလူ၊ ဝက်မချဉ်ပေါင် ဤအပင်များ အသီးသီးခွဲ၍ အသုံးပြုပုံကို အထက်ကဆိုခဲ့လေပြီ။ ဝက်မြူပင်ဥကို ဝက်ချုပ်၊ ဝက်ရူးနာမှာ ပျားရည်နှင့်တိုက်လေ။ ဝက်တောင့်နွယ်ချိုကို အစေးယူ၍ သူငယ်နာ မုသနာမှာသုတ်။ စိမ်းညင်းကို

သူငယ်သက်တန့်ခူနာမှာ သုံးလေ။

၂၀၂။ ဝက်ဟူသော ဆေးမြစ်တို့ကား

ဝက်ဟူသောဆေးမြစ်တို့ကား ဝက်ကပိုင်၊ ဝက်မြူ၊ ဝက်ဝဲ၊ ဝက်ချို၊ ဝက်စမံ၊ ဝက်ချေးပနဲ၊ ဝက်မသလူ၊ ဝက်မချဉ်ပေါင်၊ ဝက်ထီး၊ ဝက်ကူဝက်ကပ်၊ ဆေးဝက်စဒေါက် ဤသို့မှတ်လေ။

၂၀၃။ ဝက်ကပိုင်ပင်

ဝက်ကပိုင်ကား အကြီးအငယ်နှစ်မျိုးရှိ၏။ အနာတွင် ဖန်ဆေး၏။ အမှုန့်ပြု၍လည်းတင်၏။ ဝက်သက်ဝမ်းလားခြင်းကို အမြစ်သွေး၍ တိုက်၏။ ဗိုက်ကိုက်၊ ဝမ်းကျ၊ မြင်းသရိုက်တို့မှာလည်းကောင်း၏။

၂၀၄။ ဝက်မချဉ်ပေါင်

ဝက်မချဉ်ပေါင်ကို ဝက်ကီဟူ၍လည်းကောင်း၊ ဝက်ကပ်ဟူ၍လည်းကောင်း ခေါ်၏။(ဆေးကြက်ပေါင်ဟူ၍ အခြားဆေးသဒ္ဒါကျမ်းတစ်စောင်တွင် ဖော်ပြပါရှိ၏) အသီးကို အိပ်မွှေ့သီးဟူ၍လည်း ခေါ်၏။ အခေါက်ကို အနာဆိုးပျက်မှာ ဖန်ရည်ကျိုဆေးလေ။

၂၀၅။ ဝက်ချေးပနဲပင်

ဝက်ချေးပနဲပင်သုံးနည်းကို အထက်တွင် ဖော်ပြခဲ့ပေပြီ။

၂၀၆။ ဝက်ချေးပနဲပင်သည်

ဝက်ချေးပနဲပင်သည် သုံးမျိုးရှိ၏။ အရွက်ရှည်သော ဝက်ချေးပနဲပင်ကို ပြည်တွင်း လုလင်၊ အရွက်ချွန်းမျိုးကို ပြားမဆလီ၊ အရွက်ပုသော ဝက်ချေးပနဲပင်ကို ပန်းချင်းပင်။ တစ်နည်း ဟင်းစားကွဲပင်ဟူ၍ခေါ်ကြ၏။ ဝက်ခြံကိုလည်း တောကွမ်းဖဲအပွင့်အရွက်ကို ဆို၏။

၂၀၇။ ဝံ

ဝံဟူသည် ဝံသည်းခြေ၊ ဝံမျက်လုံးတို့တည်း။

၂၀၈။ ဝံသည်းခြေပင်

ဝံသည်းခြေပင်ကား ဆေးပြသာဒ်ကိုဆိုသည်။ ပန်းဖဲရိုးတူ၊ ဖောက်ကျီတောင်ဝှေး၊ နတ်ရှင်ကြိမ်၊ လက်ဖက်ရိုင်းဟူ၍လည်း ခေါ်၏။ အသုံးကား သက်တန့်မှာ အမြစ်ကို သွေး၍တင်၊ ကောင်း၏။ ဝမ်းတွင်အခဲအကျိတ် ရွှေ့ပြီးပြေးနေသော် သွေး၍ဝန်းထား၊ မပြေးနိုင်ပြီ။

၂၀၉။ ဝသုန္ဒရေဆံပင်

ဝသုန္ဒရေဆံပင်ဆိုသည်ကား မြေဖယောင်းကိုဆိုသည်။ အသုံးကား နားတွင် ဂန္ဓမူ ဖြစ်လျှင် နားဝကိုချုပ်၍လည်းကောင်း၊ မြေဖယောင်းအုပ်လျက် အပေါ်ကမီးတိုက်၊ ဂန္ဓမူကျ၏။

၂၁၀။ ဝစ္စ

ဝစ္စဆိုသည်ကား မစင်ကျင်ကြီးကို ခေါ်သည်။ ကလားကာလည်း ခေါ်၏။ အသုံးကား ကျောက်ပေါက်၊ ငန်းလိုက်နာဖျားခြင်း၊ လျှာဝါ၊ လျှာဆူးထွက်၊ လျှာငန်းလိုက်ခြင်း တို့၌ အခြားဆေးဖြင့်ကု၍မရလျှင်လည်းကောင်း ဖျော်၍ပွတ်လေ။

ငင်းဝစ္စခေါ် လူကျင်ကြီးအခြောက်ကို မီးဖြင့် ဖွေးဖွေးဖြူအောင် ပြာနုပြုလုပ်၍ အရေးကြီးသော ရောဂါတို့ကို သုံးစွဲလေ။ တိုက်လေ၊ ပွတ်လေ၊ လိမ်းလေ၊ အခြားသင့်လျော်ရာနှင့်စပ်သုံးလေ။ သမားတော်များမှာ စိန်ဆေးဟုခေါ်ကြ၏။

၂၁၁။ သံပူနွယ်ငါးမျိုး

လောဟလတာဦနပဉ္စ၊ ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းရင်းလာသည်နှင့်အညီသံပူနွယ်ငါးမျိုးရှိ၏။ ခမောင်းရွက်ကဲ့သို့သော သံပူနွယ်၊ အကြောလေးမြှောင့်ရှိ သံပူနွယ်၊ ဝက်နှောင်သံပူနွယ်၊

ငရုတ်ကောင်းရွက်နှင့်တူသော သံပူနွယ်၊ စပါးကြီးသည်းခြေခေါ် သံပူနွယ် ငါးမျိုးတည်း။

အကြောလေးမြှောင့်သံပူနွယ်ကို စတူခါး၊ ဆင်ပေါက်၊ နွယ်စုံ၊ နတ်ရှင်ကြိမ်လုံး၊ ဆေးလိပ်ကျောက်၊ သံလေးပြားဟူ၍ အသီးသီးခေါ်ကြ၏။ ၎င်းဆေးမြစ်သည် ကျား၊ မြွေ၊ မိကျောင်းစသော အဆိပ်တို့ကို ပြေစေတတ်၏။

ခမောင်းရွက်နှင့်တူသော သံပူနွယ်ကိုကား စပါးကြီးသည်းခြေပင်ဟု ခေါ်၏။ ၎င်းအမြစ်ကို လျှာဆူး၊ လျှာခြောင့်၊ လျှာနက်၊ လျှာဝါ၊ ကျောက်ဝက်သက်နှင့် အဖျားရောဂါစသည် ရောဂါမရွေး ရှေးဆရာမြတ်တို့ အစဉ်အသုံးပြုကြလေသည်။ အနွယ်ရှိသော သံပူနွယ်ကို ဝက်နှောင်သံပူနွယ်၊ လောင်းသမား သံပူနွယ်ဟူ၍ အသီးသီးခေါ်ကြ၏။

ခမောင်းရွက်နှင့်တူသော သံပူနွယ် စပါးကြီးသည်းခြေပင်မြစ်သည် အစွမ်းထက်လှသဖြင့် အိမ်သုံးဆေးအဖြစ် ယခုကာလတိုင် ရခိုင်ဒေသတွင် အသုံးများသော ဆေးပင်ဖြစ်၏။ ဆေးမြစ်အရသာ ခါးသောကြောင့် ဆေးခါးမြစ်ဟူ၍ လည်းကောင်း၊ ရောဂါဥပဒ်အန္တရာယ်တို့ကို နဂါးစက်ကဲ့သို့လျင်မြန်စွာ ပယ်ဖျောက်တတ်သောကြောင့် နဂါးစက်မြစ်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ အစားအစာမှားခြင်း၊ အစာခိုက်ခြင်းတို့ကို ပယ်ဖျောက်တတ်သောကြောင့် အစားမှားဆေးမြစ်ဟူ၍လည်းကောင်း ခေါ်ဝေါ်သုံးစွဲကြ၏။

ဒုတိယကမ္ဘာစစ်အတွင်း ဆေးပစ္စည်းများ၊ ရှားပါးချိန်တွင် ၎င်းအမြစ်များကို အဆီချယူ၍ ကျောက် ဝက်သက် ရောဂါများတွင် အသုံးပြုကြသဖြင့် လက်တွေ့ရောဂါများ ပျောက်ကင်းခဲ့ကြလေသည်။

ရခိုင်ရှေးဆရာများ ရေးသားခဲ့သော စပါးကြီးသည်းခြေမြစ်ရေလဲဟူ၍ ရှည်လျားစွာ စာတမ်းရှိခဲ့လေသည်။ ဤဆေးမြစ်အသုံးဝင်ပုံနှင့်ပတ်သက်၍ ရခိုင်ရိုးရာမြစ်ချင်းပြီး ဆေးဝါးများဟူသော ခေါင်းစဉ်ဖြင့် ဆောင်းပါးတစ်ပုဒ်ကို (၁၉၈၇)ခုထုတ်၊ ရခိုင့်ယဉ်ကျေးမှုမဂ္ဂဇင်းတွင် ရေးသားဖော်ပြခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါသည်။ ဆေးမြစ်အသုံးမှာ ကျယ်ဝန်းသဖြင့် ဤနေရာတွင် ချန်ထားခဲ့ရပါသည်။

၂၉၂။ သင်းဝင်ပင်

သင်းဝင်ပင်ကိုကား သိကြားလောက်စာပင်၊ ကုဋ္ဌုတ၊ ရေချင်းပင်၊ ပုတ်သင်စာဟူ၍ အမျိုးမျိုးခေါ်ကြ၏။ တစ်ပင်တည်းတွင် အပြားရှည်သော အသီးလည်းတစ်မျိုး၊ တရော်သီးကဲ့သို့ လုံးလုံးသီးခြင်းလည်းတစ်မျိုး ထိုနှစ်မျိုးသီးတတ်သော သတ္တိကြောင့် အပင်၏အလုံးအသီးကို သိကြားလောက်စာသီးဟုခေါ်ပြီး ဝမ်းပူလောင်ဆာအရသာကို မှီ၍ဖြစ်ခြင်းကြောင့် အပြားသီးသော အသီးကို ကုဋ္ဌုတ(ကက္ကတူ)ဟူ၍လည်း ခေါ်ကြ၏။ နေကိုအဖ, လကိုအမိ အမှတ်ရှိခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း၊ ရိုးညှာတွင် အသီးနှစ်သွယ်ရှိခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း ရေချင်းယင်းဟု ခေါ်ပြန်၏။ ကြွေကျ၍ ရေတွင်မျောသော အသီးကို ရေပေါက်ပေါက်ဟုခေါ်၏။ တစ်ဦးအသီးမာကိုကား ပုသွင်စာဟု ခေါ်၏။ အသီးကို သစ်တခြမ်းဆံဟုလည်း ခေါ်ကြ၏။ အပင်၏ အကျိုးကား သက်တန့်လုံးရမ်း၊ ငန်းမန်းလိုက်သော် ဆားခတ်၍ တိုက်လေ။ လိမ်းလေ။

၂၉၃။ သင်းဝင်ပေါက်ဖြူ

အထက်ဆိုခဲ့သော သင်းဝင်နှင့်တူသော သင်းဝင်နွယ်တစ်မျိုးရှိ၏။ ထိုသင်းဝင်နွယ်ကား အသီးပေါက်သီးကဲ့သို့ အပြားအတောင့်ခံသည်လည်းတစ်ပါး၊ အမြစ်ကို တူးဖြတ်လျှင် ပေါက်စေးကဲ့သို့ ထွက်သည်လည်း တစ်ပါး၊ နွယ်လိုပင်လိုရှိသည်လည်း တစ်ပါး ဤကဲ့သို့သုံးပါးရှိသောကြောင့် သင်းဝင်ပေါက်ဖြူဟု ဆိုကြ၏။

တစ်နည်းလည်း သင်းဝင်ကြီးတွင် အရွက်သည် ပေါက်ရွက်ကဲ့သို့ သုံးရွက်ရှိ၏။ ဩဇာလည်းမခြား သင်းဝင်သုံးမျိုးရှိ၏။ သင်းဝင်ကြီး၊ သင်းဝင်ဖြူ၊ သင်းဝယ်နွယ် ဤသုံးမျိုးအရသာအတူတူ။

တစ်နည်း သင်းဝင်နှစ်မျိုးရှိ၏။တစ်ပင်ကို ဝေါဟာရ အခေါ်အားဖြင့် ဗလ္လင်မကျည်း ဟုခေါ်၏။ သမားတို့မှာ ဆေးမှင်တောင်ရိုးဟုခေါ်၏။ ဇော်ဂျီတို့မှာ ဘကေလဟုခေါ်၏။ ရသေ့တို့မှာ သင်းဝင်မင်းဟုခေါ်၏။ တစ်ပင်ကို သင်းဝင်ပေါက်ဖြူခေါ်၏။ အပင် နွယ်လိုပင်လို၊ အသီးပေါက်သီးကဲ့သို့၊ အမြစ်ကိုတူးဖြတ်လျှင် ပေါက်ပင်ကဲ့သို့အစေးထွက်၏။ သင်းဝင်ကြီးဟူ၍လည်းရှိ၏။ ပေါက်ရွက်ကဲ့သို့ သုံးရွက်ရှိ၏။ အရသာမခြားတူကြ၏။

၂၉၄။ သပြေပင်

သပြေပင်ကို ဆေးချမ်းကြီးဟုခေါ်၏။ အသုံးကား ပဥ္စငါးပါးကို အရည်ညှစ်ယူလေ။

ငန်းပူ၊ မန်းပူ၊ ရေငတ်နာတို့ကို တိုက်လေ။

၂၉၅။ သစ်ပုတ်ပင်

သစ်ပုတ်ပင်ကို ဆေးမင်းဝိထိဟု ခေါ်၏။ အသုံးကား မျောက်ရုက္ခ၊ မျောက်ရေငန်၊ သစ်ရင်းသစ်ဖျား၊ သစ်ပုတ်ပျံကိုလည်း အမြစ်ကို ယူ၍ သူနာကိုကုစားလိုသော် မိမိအိမ်တွင် သားသမီးတို့ကို အပြည့်ဆောင်ထားရမည်။ သားသမီး, မယားတို့ အပြည့်ဆောင်ထားပြီးမှ အပလူနာကို ကုစားလေ။ ကုစားမည့်ဆရာမှာလည်း အမြဲဆောင်ထားရမည်။

၂၉၆။ သပွတ်ကြီး

သပွတ်ကြီးကိုကား ဆိတ်နံ့ကြီးဟုခေါ်၏။

၂၉၇။ သစ်ကျောက်နွယ်

သစ်ကျောက်နွယ်ကို ဆေးတလဲ(ဆေးတစ်လုံး)ဟုခေါ်၏။

၂၉၈။ သံကူလီပင်

သံကူလီပင်ကို ဆေးပုစွန်ပြားဟုလည်းကောင်း၊ ဆေးပျင်းခုံဟုလည်းကောင်းခေါ်၏။ အသုံးကား ဝမ်း၌အလုံး၊ သစ်ဗူးဆွဲနာ၊ အတွင်းသက်တန့် အနာဟောင်းတို့ကို အိုးပုန်းရည်နှင့် ကျပ်ထုပ်ထိုးလေ။

၂၉၉။ သစ်တကာပင်

သစ်တကာပင်ကို ဆေးမျက်စု၊ ငါးရံ့နက်၊ သစ်ခွက်ပျံဟု အသီးသီးခေါ်ကြ၏။ သက်တန့်လုံးရမ်းတို့ကို ဝင်းဆေးမြစ် နိုင်၏။ သက်တန့်မျောက်ခုံကိုလည်းနိုင်၏။

တစ်နည်း-သစ်တကာပင်ကို (မူကွဲ)ငါးရာနှင်းဟုခေါ်၏။ အသုံးကား အကာအကွယ်ကောင်း၏။ ဝမ်းထဲခူနာ၊ သွေးသထုတ်၊ လေသထုတ် အနာတို့မှာ အပေါ်ကအုပ်၊ ပျားရည်နှင့်တိုက်လျှင် ပါဒရက်ကောင်း၏။

ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်း ဆရာချစ်

၃၀၀။ သရက်မွန်

သရက်မွန်ကိုကား နွားတစ်မခေါ်၏။

၃၀၁။ သပို့စာသိန်မြစ်

သပို့စာသိန်မြစ်ကို ဆောင်းမေးခါးခေါ်၏။ အသုံးကား အဆိပ်ထန်သောမြွေကိုက်သော် အခေါက်ကိုသွေး၍ လိမ်းကျံလေ။

၃၀၂။ သီးပေါင်းတစ်ရာ

သီးပေါင်းတစ်ရာဆိုသည်ကား ငှက်ပြုံးမတီချေးကိုခေါ်၏။

၃၀၃။ သကြားပန်း

သကြားပန်းဟူသည်ကား ခမောင်းပင်ကို ခေါ်၏။ ပြိုင်းမဟူ၍လည်းခေါ်၏။ အသုံးကား ကာလရေငတ်ဝမ်းကျတို့မှာ အခွံကိုယူ၍ရေကျက်အေးနှင့်စိမ်၍တိုက်၊ မီးယပ်ဗိုက်ကိုက်၊ မြင်းသရိုက်တို့မှာလည်း အမြစ်ကို သုံးခွက်တစ်ခွက်တင်ကျို၍တိုက်၊ လျှာဝါ၊ လျှာနက်၊ လျှာဆူးထွက်သော် အသီးကို ဆားနှင့်ပြာဖြစ်အောင်လှော်၍ သုတ်၊ သွေး၍လည်းကျံလေ။

၃၀၄။ သတ္တပိန္နု

သတ္တပိန္နုဟူသည်ကား ဇော်ဂျီအခေါ် ရွက်ကျပင်ပေါက်ကို ခေါ်သည်။ ဆေးရက်ဖောက်လည်းခေါ်၏။ အသုံးကား မြွေကိုက်ကင်းကိုက်တို့မှာ သုံး၏။ သားဖွား၍ အချင်းမကျသော် အရွက်ကို ကြိတ်၍ တကျည်းခုံတွင် အုပ်၊ အချင်းကျ၏။ ကျလျှင်စင်အောင်ဆေး၍ပစ်၊ သွေးနှင့်မသင့်၊ သွေးသက်လိမ့်မည်။ သွေးထိန်းဆေးကိုပေးလေ။

၃၀၅။ သိကြားရင်မွေး

သိကြားရင်မွေးဟူသည်ကား လိပ်ဆူးရွှေပုဏ္ဏားကို ခေါ်၏။ အသုံးကား အဆိပ်

ပြေ၏။ သူငယ်မုက္ခလွှာနာဖြစ်လျှင် ၎င်းအပင်ကို လှော်၍ပြာချပြီး ဆီနှင့်သုတ်လေ။ ကောင်း၏။

၃၀၆။ သိကြားမျက်စိ

သိကြားမျက်စိဟူသော်ကား ဥဒေါင်းမြီးဖျားကို ဆိုသည်။ အသုံးကား ငှက်သင့်သော်ဆွဲလေ။ ကောင်း၏။ အန်လျှင်လည်း ပြာဖုတ်၍တိုက်လေ။

၃၀၇။ သိကြားနီညက်

သိကြားနီညက်ဟူသည်ကား တစ်ခြားသော သစ်ပင်ကို အမှီပြု၍ ဖြစ်တတ်၏။ သစ်ကြက်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ ဇီးကြက်ဟူ၍လည်းကောင်း၊ ရွှေနွယ်ဟူ၍လည်းကောင်း ခေါ်၏။

အသုံးကား ချောင်းဆိုးလျှင် ထန်းလျက်၊ သကာရော၍စား။ ဦးခေါင်းတွင် အနာပေါက်ရောက်လျှင် ၎င်းဆေးကို ဆီနှင့်ရော၍ထည့်လေ။ ကောင်း၏။ ဘောက်၊ သန်းများကိုလည်းနိုင်၏။

၃၀၈။ တစ်နည်း သိကြားနီညက်

တစ်နည်း သိကြားနီညက် တစ်မျိုးကား ကျားသစ်ဟူ၍လည်း ခေါ်၏။ အခြားသစ်ပင်တွင် ကပ်လျက်ရှိ၏။ နွယ်ကဲ့သို့ ဖွားဖွားရှိ၏။ ပန်းလဲဟူ၍လည်း ယူ၏။ အသုံးကား ဓား၊ လှံ၊ သစ်ချွန်ထိသော်ကြိတ်၍တင်၊ သွေး၍လည်းတိုက်။ အကင်းလည်းကျ၏။ မည်းသားလည်းတက်၏။

၃၀၉။ သစ်မျှင်ခုံ

သစ်မျှင်ခုံဟူသည်ကား သံတကူလီပင်ကိုခေါ်၏။ သင်းဝင်ပင်ဟူ၍လည်းခေါ်၏။ အသုံးကား အခေါက်ကိုသွေး၍ ခူနာတို့မှာ ဝိုင်းထား။ အုပ်လည်းအုပ်။ ကောင်း၏။

၃၁၀။ သိကြားရေစင်ပင်

သိကြားရေစင်ပင်ဟူသည်ကား ကုလားမဆီးခြုံကိုခေါ်၏။ အိမ်ဆီးကဲ့သို့ရှိ၏။ အဆူးများများရှိ၏။

၃၁၁။ သက်ပန်း

သက်ပန်ကား သားလှကျေးဖူးကို ခေါ်၏။ အသုံးကား သူငယ်နာဟူသမျှလိမ်းလေ။

၃၁၂။ သက်နံ့ကြီး

သက်နံ့ကြီးဟူသည်ကား ဆေးဖြူပင်ကိုခေါ်၏။ သူငယ်နာမှာ သုံး၏။ တိုက်၏။ အဆိပ်လည်းပြေ၊ သွေးနှင့်လည်းသင့်၏။

သမားက၊ သမားလှ၊ သမားတောင်ဟူ၍ သုံးမျိုးရှိ၏။ မွေးစုတ်ကို သမားက (သမက)ဆေးပင်ဟုခေါ်၏။ မွေးချိုပင်ကို သမားလှဟုခေါ်၏။ ကတ္တဘောင်ကို သမားဘောင်ဟုခေါ်၏။ အသုံးကား သမကမွေးစုတ်ကို သွေးဆေးမှာသုံး၏။ အကာလည်းရ၏။ သမားလှကို အကာမှာလည်းသုံး၏။ သက်တန့်နာမှာ အုပ်၏။ ကတ္တဘောင်ကို ဝက်မချဉ်ပေါင်ပင်ခေါ်၏။ အသုံးကား ဆိုခဲ့လေပြီ။

၃၁၃။ ရှဉ့်မတက်အနွယ်

ရှဉ့်မတက်အနွယ်ဟူသည်ကား ဆေးငန်းစွယ်ကို ခေါ်၏။ ရှဉ့်မတက်လည်းခေါ်၏။ အသုံးကား ပြတ်ရှရာတွင် အမြစ်ကိုသွေး၍ တင်။ ချန်လိုက်သော်၊ တိမ်နီ တိမ်နက်ပေါ်သော် အရွက်ကို ပြာဖုတ်၍ ပွတ်၊ ကောင်း၏။

၃၁၄။ ရှဉ့်မတက်ငယ်

ရှဉ့်မတက်ငယ်ဟူသည်ကား စဉ့်သီကြီးကိုခေါ်၏။ ဆေးစကြာလည်းခေါ်၏။ အသုံးကား အခဲအကျိတ် အရှင်ရှိသော် အမြစ်ကိုသွေး၍ ဝန်းရံထားလေ။ လိမ်းလည်းလိမ်းလေ။

၃၁၅။ သရဖီ

သရဖီဟူသည်ကား ကြင်ထွတ်ကိုခေါ်၏။ အပွင့်ကိုသွေး၍ နှာနှပ်မှာသုံး၏။

၃၁၆။ သနပ်ပင်

သနပ်ပင်ကို မှိုင်းပင်ဟုခေါ်၏။ အသုံးကား အခေါက်ကို ဖြစ်စေ၊ ဆန်နှင့်ရော၍ အမှုန့်ထောင်း၍ချက်ပေး။ သူငယ်တွင် သန်အသေများကျ၏။

၃၁၇။ သံသတ်ပင်

သံသတ်ပင်ကို သစ်စဝတ်ဆံပင်ဟု ခေါ်၏။ အသုံးကား သနပ်ပင်နှင့်အတူတူ။

၃၁၈။ သစ်ဆည်းလည်း

သစ်ဆည်းလည်း ဟူသည်ကား သစ်ပေါက်ပင်ကို ခေါ်၏။ အသုံးကား အကာ ကောင်း၏။

၃၁၉။ သမင်ဇာနီ၊ သမင်းဇာဖြူ

သမင်ဇာနီ၊ သမင်ဇာဖြူဟူသည်ကား မှင်နီ၊ မှင်ဖြူပင်ကို ခေါ်၏။ အသုံးကား လုံးရမ်း၌သုံး၏။ မှင်နီကား အသက်မရှိသော သားရေပြားကို ပျက်သွားစေတတ်၏။

၃၂၀။ သစ်လင်းမြွေ

သစ်လင်းမြွေကို သစ်ကြွက်၊ ငှက်ကျွေးစာ၊ သစ်ကြွက်စုတ်ဟူ၍ သုံးမျိုးခေါ်၏။ အော့နာ၊ ဝမ်းကျ၊ ကြွက်တက်နာတို့ကို သွေး၍ရင်က သုံးတန်တားလေ။ ဆင်၊ ကျွဲတို့ကို လည်း နိုင်စေတတ်၏။

၃၂၁။ သစ်ကလိန်မြစ်

သစ်ကလိန်မြစ်ကို ရေပိန်းပင်ဟုခေါ်၏။ ၎င်းအရွက်ကို နှမ်းဆီနှင့်ကြိတ်၍ ဝဲနာ မှာ ပွတ်၊ မီးကင်။

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

၃၂၂။ (တောင်)သစ်ကလိန်ပင်

(တောင်)သစ်ကလိန်ပင်ကို ခေါင်းချနွယ်ဟု ခေါ်၏။ ဝမ်းစိမ်း၊ ဗိုက်ကိုက်၊ မြင်းသ ရိုက်၊ ရီးနာတို့ကိုနိုင်၏။ အမြစ်ကိုသာ ယူ၍တိုက်လေ။

၃၂၃။ သွားဆိုးမနွယ်

သွားဆိုးမနွယ်ကို ဝံနက်နွယ်ဟုခေါ်၏။

၃၂၄။ သစ်ကျောက်နွယ်ပင်

သစ်ကျောက်နွယ်ပင်ကိုကား ဆေးတလိုင်းဟု ခေါ်၏။ ရီးဖြူ ရီးနီကို ဆန်ဆေးရည် နှင့်သွေး၍သောက်။ ဆီးရောဂါနှင့်ပတ်သက်လျှင်သုံးလေ။

၃၂၅။ သစ်ရင်းကြီး(သက်ရင်းကြီး)ပင်

သစ်ရင်းကြီး(သက်ရင်းကြီး)ကား ငါးမျိုးရှိ၏။ သစ်ရင်းကြီး၊ သစ်ရင်းဖြူ၊ သစ်ရင်း သိန်၊ သစ်ရင်းကတိုး၊ သစ်ရင်းပဲဖြတ် ဤငါးမျိုးတည်း။ သစ်ရင်းကြီးကို လေသင်တုန်းဟု ခေါ်၏။ သစ်ရင်းဖြူကို လေမုန်တိုင်းဟုခေါ်၏။ သစ်ရင်းသိန်ကို လေပွေ။ သစ်ရင်းကတိုး ကို လေရဟတ်။ သစ်ရင်းပဲဖြတ်ကို လေရှင်ဟုခေါ်၏။

၃၂၆။ သစ်ရင်းကြီး(သက်ရင်းကြီး) ပင် တစ်နည်း

သစ်ရင်းကြီးကို တောင်မင်းကြီး၊ သစ်ရင်းသိန်းကို အင်တိုင်းကျော်ထင်၊ သစ်ရင်းက တိုးကို သီဟဗလ၊ သစ်ရင်းဖြူကို လုလင်ကျော်၊ သစ်ရင်းပဲဖြတ်ကို မြိုင်တောဇာဟု ခေါ်ကြ၏။

ဒဟာသကိုင်းဆိုသည်ကား သစ်ရင်းပဲဖြတ်ကိုဆိုသည်။ ဒဟာသကိုဟူသည်ကား သစ်ရင်းဖြူကိုဆိုသည်။ သစ်ရင်းကြီး၊ သစ်ရင်းကတိုးမှာ အမြစ်ဝါဝါရှိ၏။ သစ်ရွက်ဖြူ မှာ အရွက်ဝန်း၏။ အနံ့ပြင်း၏။ အခက်အလက်အတွင်း အမွေးရှိ၏။ အသီးကနခိုသီး ကဲ့သို့ရှိ၏။ သစ်ရင်းသိန်မှာ အရွက်ငယ်၏။ မိုးဦးတိုင်လျှင် တစ်ပင်တည်းသာ။ အရွက်

က ဒေါင့်တဲ့ဖြစ်၍စား၏။ လူသံကြားလျှင် ၎င်းဒေါင့်တဲ့ကောင်တို့သည် တွဲရွဲဆွဲ၍ ကတတ်၏။ သစ်ရင်းပဲဖြတ်ကား အရိုးဆတ်၏။ အရွက်ပါး၏။ ပြာ၏။ အသားပို၏။

၃၂၇။ တစ်နည်း ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းလာ သစ်ရင်း(သက်ရင်း)ငါးမျိုး

သစ်ရင်းကြီး၊ သစ်ရင်းငယ်၊ သစ်ရင်းဝါ၊ သစ်ရင်းကတိုး၊ သစ်ရင်းဖြူ ငါးမျိုးတည်း။ ၎င်းငါးမျိုးတို့တွင် သစ်ရင်းကြီးကား အရွက်ကြီး၏။ သစ်ရင်းကတိုးကား အခွံထူ၏။ အရွက်မကြီးမငယ်၊ အနံ့မွှေး၏။ သစ်ရင်းငယ်ကား အရွက်ရှည်ရှည်၊ ဖြူသော အဆင်းရှိ၏။ သစ်ရင်းဝါကား အရွက်သိမ်၏။ မိုးဦးအရွက်ထွက်၍ မိုးနှောင်းလျှင် အရွက်ဟောင်းတို့ကို လောက်စား၍ကြွေကျ၏။ အပင်၊ အသား၊ အမြစ်တို့သည် ဝါဝါရှိ၏။ ဒေါင့်တဲ့ဟူ၍လည်းခေါ်၏။ သစ်ရင်းပဲမြစ်လည်း ခေါ်၏။ ဖိုးခေါင်တန်းလည်းခေါ်၏။ သစ်ရင်းဖြူကား နှာခေါင်းပူပင်ကို ခေါ်၏။ လုလင်ကျော်လည်း ခေါ်၏။ ဒဟာသကိုင်းလည်း ခေါ်၏။

အသုံးကား ၎င်းငါးမျိုးကို ဆားနှင့်အညက်ကြိတ်၊ ဆီးစေ့ခန့်မျို။ သွေးလေမကောင်းသောအပင်း၊ သားရေဟောင်းဟက်၊ အကျိတ်အခဲ၊ အစွဲအသည်း၊ အဖျဉ်း၊ အူကြီးအနာမျိုး၊ ဝမ်းတွင်းရှိသမျှရောဂါ ပျောက်ကင်းစေတတ်၏။ သံပရာလေးမျိုး၊ ရှောက်ချိုလေးမျိုး၊ ဖရုံလေးမျိုး၊ ပေါင်းတစ်ဆယ့်နှစ်မျိုး အစေ့တို့နှင့် သစ်ရင်းငါးမျိုးရောကြိတ်၊ ဆားခတ်၍ သောက်။

အဖော၊ အရောင်၊ အရမ်း၊ အဆစ်ကိုက်ခဲ၊ ထုံနာ၊ ကျဉ်နာတို့တွင် သစ်ရင်းကြီးမြစ်ကို သွေးလိမ်း၊ အရွက်ကိုမီးကင်၍ ပူပူကပ်ပေး၊ အဆိပ်အတောက်တို့တွင် ဆားချက်၍ သုံးလေ။

(သစ်ရင်းကြီးအသုံးကား ကျယ်ဝန်းလှ၏။ ထွက်ရပ်လမ်းများနှင့်တကွ သစ်ရင်းကြီး ဆားရေလှည့်မှာ ရှေးရခိုင်ဆရာများ သီးခြားရေးသားထားသော ကျမ်းရှိပါသဖြင့် ဤနေရာတွင် ကျယ်ဝန်းမည်စိုး၍ သိသာရုံအကျဉ်းမျှ ထုတ်နှုတ်ဖော်ပြလိုက်ရပါသည်။)

၃၂၈။ သိကြားလောင်မီး

သိကြားလောင်မီးဆိုသည်ကား အမြစ်မရှိ၊ အရွက်မရှိ၊ ထိုဆေးပင်ကို ရွှေနွယ်ဟုခေါ်၏။ သိကြားနီမြစ်လည်းခေါ်၏။ လေသစ်လည်း ခေါ်၏။ မြွေကိုက်သူတို့ကို တိုက်၊ ပြေ၏။

၃၂၉။ တစ်နည်းသိကြားလောင်မီး

တစ်နည်းသိကြားလောင်မီးကိုကား အမြစ်မရှိ၊ အရွက်မရှိ၊ ထိုဆေးကို သိကြားလောင်စာမီးဟုခေါ်၏။ ဆေးပဉ္စသီဟူ၍လည်းခေါ်၏။ လူတို့အခေါ်ကား မအောင်နွယ်ဟု များစွာခေါ်ကြ၏။

၃၃၀။ ဘတရီတံတွေး

ဘတရီတံတွေးဟူသည် ဘီလူးမတံတွေးကို ဆိုသည်။ ဘီလူးမတံတွေးဟူသည် သစ်ပင်သစ်ငုတ်တို့မှထွက်သော အမြှုပ်ကိုဆိုသည်။ အသုံးကား မီးလောင်ရာမှာသုတ်၊ ကောင်း၏။

၃၃၁။ သုံးဖန်လှ

သုံးဖန်လှဟူသည်ကား ရာသီအခါ ရောက်လတ်လျှင် အခြားသစ်ပင်နှင့်မတူ။ တစ်မူကွဲပြားခြင်းကား အရင်းက အရွက်ကား စိမ်းစိမ်းရှိ၏။ အပွင့်ကိုရံသောအရွက်သည်ကား ဖော့ပန်းစက္ကူဖြူကဲ့သို့ရှိ၏။ အပွင့်ကား ဟင်္သာပြဒါး၊ စိန်ပန်းတို့နှင့်တူ၏။ ဤသို့ အစိမ်း၊ အနီ၊ အဖြူသုံးထွေရုပ်ပြားသောကြောင့် ၎င်းဆေးပင်ကို သုံးဖန်လှဟုခေါ်၏။ သီတင်းပင်လည်းခေါ်၏။ သီတင်းပင်ကို အကြောင်းပြု၍ မုဆိုးမပန်းလည်း ခေါ်ပြန်၏။

၃၃၂။ တစ်နည်းကား

တစ်နည်းကား. . . ဆေးတစ်ပင်ကို သုံးဖန်လှဟုခေါ်၏။ လူသေမျက်ဆန်ဟူ၍လည်းခေါ်ကြ၏။ အကျိုးကား သက်တန့်အနာမှာ ၎င်းအမြစ်ကိုသွေး၍ ဆားအနည်းငယ်ထည့်ပြီး ပူပူလုပ်လျက်ထည့်လျှင် သက်တန့်ကောင်သေ၏။ အရွက်ကို ပုန်းရည်ပုန်းဖတ်နှင့်ကြိတ်၊ မီးတွင် ပူပူလုပ်၍ထည့်လျှင် ပြည်ပျော်၏။ ခေါင်းကိုက်၊ မျက်ရိုးကိုက်တို့

မှာ အရွက်ကိုဖြစ်စေ၊ အမြစ်ကိုဖြစ်စေ သွေး၍ပွတ်လျှင် ကောင်း၏။ လူနာများတို့မှာ ၎င်းအမြစ်ကို ခေါင်းရင်းကထား။

၃၃၃။ ဟံသာဝတီပင်

ဟံသာဝတီပင်ပေါက်ကို နမ်းသော် ချေဆတ်၏။ စားသော် သေ၏။ ပြဒါးကိုလည်း နိုင်၏။ ဟံသာဝတီအရွက်သည် မူလာစေ့ဖောက်အရွက်မျှသာရှိ၏။ အနားက ခွေးသွားစိတ်ရှိ၏။ ဟံသာဝတီကို မြင်းသေမြက်ဟုခေါ်၏။ ဤမြင်းသေမြက်ကို ဟသ်ာငှက်တို့သည် ရှိခိုးခြင်းရှိသောကြောင့် ဟင်းသာဝတီ(ဟံသာဝတီ)ဟုခေါ်၏ဟု ဆရာမြတ်တို့ မိန့်ကုန်၏။

ထိုမြက်ကိုစားမိလျှငြ် နားရွက်ခါလျက် မြင်းတို့ချေဆတ်၏။ မျိုမိလျှင်သေ၏။ အချို့ယူဆကြသည်မှာ မြင်သေမြက်ကို မြင်းသေမြက်ဟု ယူဆကြ၏။ ၎င်းအရွက်သည် လုံးလုံးသေးသေး အပ်ချည်မျှင်သာရှိသောကြောင့် မြင်းသေမြက်လည်း တစ်မျိုးရှိသေး၏။ ထို့ကြောင့် မြင်းသေမြက် နှစ်မျိုးရှိလေသည်။ ပြဒါးကိုလည်းနိုင်သည်ဟု ရှေးဆရာတို့ အစဉ်အတိုင်း မှာတော်မူကုန်၏။

၃၃၄။ ဟင်းခနွေ

ဟင်းခနွေကို ဟင်းနုနွယ်ဟု ခေါ်၏။ ဟင်းခလာဟူ၍လည်း ခေါ်၏။ အသုံးကား ဝမ်းထဲသက်တန့်ဖြစ်လျှင် ၎င်းကို လက်တစ်ဆုပ်ယူ၍ အရင်းအဖျားဖြတ်ပစ်။ အိုးသစ်ခွက်သစ်၊ စားဖိုသစ်၊ ခုံလောက်သစ်နှင့် သုံးခွက်တစ်ခွက်တင် ကျို၍ယူ။ ဆားငန်ငန်ခတ်၍ တိုက်လေ။

၃၃၅။ အဆူးနှင့်ဟင်းဂလာ

အဆူးနှင့်ဟင်းဂလာဟူသည် မင်းကွတ်ကို ခေါ်၏။ အသုံးကား အိမ်ကွပ်စာအဖို နှင့်ရောစား။ ဝပုနကောင်း၏။

၃၃၆။ ဟင်းစားကန့်ကလာ

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

ဟင်းစားကန့်ကလာကို လေးကျွန်းတံခွန်ဟု ခေါ်၏။ လိပ်ကျောက်တံခွန်စူးမူ သွေး၍ပွတ်လေ။ ဝါးလည်းစားလေ။

၃၃၇။ ဟင်းစားသရက်ကင်း

ဟင်းစားသရက်ကင်းကို စစ်တုံဟုခေါ်၏။ ထိုအဥကို ခတ်ပျက်လျှင်ကြိတ်၍တင်လေ။ ဦးခေါင်းခဲသော် လိမ်းလေ။ ဆေးမြစ်ကို ခေးပြတ်သော် ကြိတ်၍တင်လေ။

၃၃၈။ ဟင်းချော

ဟင်ချောကား သုံးမျိုးရှိ၏။ စားသော ဟင်းချောကြီးကို သစ်တကာဟုခေါ်၏။ အနီကို ပလောဟုခေါ်၏။ အဖြူရွက်ငယ်ကို ဟင်းချောဟုခေါ်၏။ တောင်ရိုးသူ၊ သင်းဝင်၊ ဟင်းချော၊ ဆေးကတိုး ဤဆေးစုတို့ကို ရောကြိတ်၊ ပျားရည်နှင့်စား။ ပုန်းရည်နှင့်သောက်။ အပင်းကျ၏။ ငှက်ပျောသီးစေ့ဖောက်နှင့်ကြိတ်။ အနာလုံးဟောင်း၊ အရမ်း၊ တိမ်ကျောက်တို့ကို သွေး၍လိမ်း။ အကာအကွယ်လိုလျှင် စေတီလုပ်၍ဆောင်။

ဟင်းချောကို ဟင်းလည်းစား၏။ တစ်ရာ့တစ်ပါးဟုလည်း ခေါ်၏။ အကာအကွယ်ကောင်း၏။ ပုံသဏ္ဍာန်မှာ စိမ်းစိမ်းညိုညိုရှိ၏။ အရွက်လက်နှစ်လုံးခန့်ရှိ၏။ အရိုးအညွန့်၌ အဆစ်ရှိ၏။ အသီးအပွင့်အသွယ်သွယ်ပြု၍ အခိုင်အခိုင်ပွင့်၏။ မြောင်းနားတွင်ပေါက်၏။ အခဲအကိုက် အရမ်းအရောင်တို့မှာ သွေး၍ နွေးနွေးပြုပြီးပွတ်။ ဝမ်းထဲတွင် စမြင်းဒေါသ အခဲအကျိတ်တို့မှာလည်း သွေး၍တိုက်လေ။

၃၃၉။ ဟင်စားကွဲပင်

ဟင်းစားကွဲပင်ဟူသည်ကား ကျားမဆိတ်ကို ဆိုသည်။ ၎င်းကို ဘုရားရှိခိုးဟုလည်း ခေါ်၏။ အသုံးကား ဗိုက်ဝမ်းကျ၊ မိန်းမတို့ရာသီဥတုမှာ ကောင်း၏။

၃၄၀။ အိမ်လုံးချမ်းသာ

အိမ်လုံးချမ်းသာခေါ်သည်ကား ငန်းလျှာ (ငန်းတက်လျှာ)ကို ခေါ်၏။ ညောင်ရေအိုးတွင် ထည့်ကြ၏။ ဆေးသက်သက်လည်း သုံး၏။ တစ်နည်း ငှက်ကွန်ခြေပင်ကို

အိမ်လုံးချမ်းသာခေါ်၏။ ချိုးခြေဟူ၍လည်းကောင်း၊ သံတိုင်ကြီးဟူ၍လည်းကောင်း၊ သစ်တူဝါးတူဟူ၍လည်းကောင်းခေါ်၏။

အသုံးကား ငှက်ကွန်ခြေအငယ်မျိုးကို ရီးနာ၊ ကျဉ်နာ၊ ကျဉ်ချုပ်အောင့်ရာတို့မှာ သုံး၏။ ငှက်ကွန်ခြေအကြီးမျိုးကို ရှဉ့်မတက်ဟူ၍လည်းခေါ်၏။ ငှက်ကွန်ခြေအငယ်မျိုးကို ရှဉ့်မတက်ဟူ၍လည်းခေါ်၏။ သပုတြ သများမိ (သားများမိ)ဟူ၍လည်း ခေါ်၏။ ငှက်သင့်သော် ကောင်း၏။ ဝပုနအဖြစ်လည်း သုံးကြ၏။

၃၄၁။ အင်းတိုင်းဆေးနီဖိုမ

အင်းတိုင်းဆေးနီဖို,မကို ဆင်ဝေပင်အနီကို ဆိုသည်။ အသုံးကား ဓား၊ လှံပြတ်သော် သွေး၍တင်။ မှင်သရိတ်၊ ဗိုက်ဝမ်းစိမ်းကိုက်နာမှာ မာဇူသီး(ပဥ္စကာနီသီး)နှင့် တိုက်ပါ။

၃၄၂။ အိမ်ဆီးပင်

အိမ်ဆီးပင်ကို ဆေးတံဆိပ်ဟု ခေါ်၏။ အသုံးကား အခေါက်အညွှန့်တို့ကို အနာစိမ်းပြည်မတက်လျှင် ပြည်မပေါက်လျှင် ထု၍အုံလေ။ တေဇောဓာတ်ကြောင့် သန္နိပါတ်အပူလိုက်၍ လူးလဲသော် ဆန်ဆေးရည်နှင့်သွေး၍တိုက်။ ဝမ်းကျသော် ၎င်းအခေါက်ကို သုံးခွက်တစ်ခွက်တင်ကျို၍ မာဇူသီးအရည်နှင့်တိုက်လလေ။

၃၄၃။ အိမ်ပိန္နဲမြစ်

အိမ်ပိန္နဲမြစ်ကို ဆေးရွှေဟု အချို့ဆရာတို့က ခေါ်ကုန်၏။ အသုံးကား မြွေဟောက်ကိုက်သော် ၎င်းဆေးမြစ်ကို သွေး၍လိမ်းလေ။ ဆေးရိုးပင်လည်း ခေါ်ကြသေး၏။

၃၄၄။ ဉနဲပင်

ဉနဲပင်ကို ဆေးပြုတ်ချပ်ဟုခေါ်၏။ အစေးကိုယူ၍ လုံးရမ်းတွင် အုံသော် ပျောက်၏။ ၎င်းဉနဲတုတ်ကို အရင်းအဖျားဖြတ်၍ အခွံကို တုတ်ကလေးနှင့် အသာအသာပုတ်

ပြီး အသားကိုနှုတ်ယူ၍ အခွံခေါင်းတွင် ကောက်ညှင်းအင်းပုတ်ဆန်ကို ရေစိမ်၍ ပြည့်အောင်သွတ်။ ပေါင်းအိုးတွင်ထည့်၍ပေါင်း။ ထိုထမင်းကို မိန်းမတို့ရာသီလွန်သော် ဝစွာစားလေ။ ရီးဖြူ၊ ရီးနီ၊ ဖြန့်ကျောက်တည်၍ နှစ်ရှည်လများသော ရောဂါများတို့ကို ကွာရှင်းစေလိုသော် ၎င်းဆေးပင်ပေါက်အခေါက်ကို ဝါး၍စားမျိုးစေ။

၃၄၅။ အပင်ရွှေတလဲ

အပင်ရွှေတလဲဆိုသည်ကား ဆေးနီပင်ကိုဆိုသည်။ ညွန့်ရှိပင်လည်းခေါ်၏။ အင်တိုင်းဆေးနီလည်း ခေါ်၏။ အသုံးကား သူငယ်ဝဲပေါက်လျှင် တိုက်လိမ်း။ ရေကျို ချိုး။ အရွက်ကို ငရုတ်ကောင်းပြက်၍ ရင်ခေါင်းခဲမှာတိုက်။

၃၄၆။ အိပ်မွေ့

အိပ်မွေ့ဟူသည် တောကြက်ပေါင်ကို ခေါ်၏။ အသုံးကား ဝမ်းကျဗိုက်ကိုက်ကိုနိုင်၏။ အနာမှာ ဖန်ဆေး၊ အမှုန့်တင်။

၃၄၇။ အင်ဒွေး

အင်ဒွေးဟူသည် ပွေးရွက်အဆီးကို ခေါ်၏။ ဗိုက်၊ မြင်းသရိုက်ကိုက်လျှင် ပျားရည်နှင့်စား၊ ပွေးရွက်အစေးကိုလည်း ခေါ်၏။

၃၄၈။ အင်တိုင်းကျော်ထင်

အင်တိုင်းကျော်ထင်ဆိုသည်ကား ဆင်ဝေပင်ကိုဆိုသည်။ အသုံးကား အထက်က ဆိုခဲ့လေပြီ။ အချို့ဆရာတို့က လုလင်ပျိုကို အင်တိုင်းကျော်ထင်ဟု ယူ၏။ လုလင်ပျိုဟူသည် နွားလည်ပင်းကို ဆိုသည်။ အနာ ဖန်ဆေး၊ အမှုန့်တင်သည်။ အနာဟောင်းကိုလည်း ပေါ်စေတတ်သည်။ (တစ်နည်း ဆင်ဝေပင်အဖြူကိုလည်း ဆိုသည်။)

၆။ ဆေးအခေါ်အဝေါ် အမျိုးအစားများ

မျောက်ဆေးပင်များနှင့် အခေါ်အဝေါ်များ

၁။	မျောက်ဆိပ်ပင်	၈။	မျောက်လှေကားပင်
၂။	မျောက်ခေါင်းပင်	၉။	မျောက်ကနစိုပင်
၃။	မျောက်နှာခေါင်းပင်	၁၀။	မျောက်ခါးပတ်ပင်
၄။	မျောက်လှူပ်ပင်	၁၁။	မျောက်ပဲပင်
၅။	မျောက်ငိုပင်	၁၂။	မျောက်စပါးပင်
၆။	မျောက်ကျိတ်ပင်	၁၃။	မျောက်သခွားပင်
၇။	မျောက်ဒိုးပင်	၁၄။	မျောက်ချောပင်
		၁၅။	မျောက်ကွမ်းပင်

မျောက်၏အရ ဩသ၊ ဤမျောက်တို့သည် မျောက်ငရင် (မျောက်ရေင်)ကို နိုင်စေတတ်၏။

ဝက်နာမည်ရဆေးပင်

၁။	ဝက်ကပိုင်ပင်	၇။	ဝက်ချေးပန်းပင်
၂။	ဝက်ရုံပင်	၈။	ဝက်မသာပင်
၃။	ဝက်ပဲပင်	၉။	ဝက်ချော်ပင်
၄။	ဝက်မျိုပင်	၁၀။	ဝက်မချဉ်ပေါင်
၅။	ဝက်စမန်းပင်	၁၁။	ဝက်တီဝက်ကပ်ပင်
၆။	ဝက်သားခေါက်ပင်	၁၂။	ဝက်ချေးပနဲ

ဤကား ဝက်၏အရ ဩသတေည်း။

ငရုံနာမည်ဆေးပင်အမျိုးအစား

၁။ ငရုံ့ပတူ
၂။ ငရုံ့ပန်း
၃။ ငရုံ့လိုင်

ဤကား ငရုံ့၏အရဩသ၊ ငရုံ့လိုင်ဆိုသည် သစ်တံခါးကို ဆိုသည်။

လိပ်နာမည်ဆေးပင် အမျိုးအစား

၁။ လိပ်ဆူးရွေပင်
၂။ လိပ်စာနွယ်
၃။ လိပ်တက်ပင်
၄။ လိပ်ခေါင်းပင်
၅။ လိပ်ရိုးသစ်ပင်
ဤကား လိပ်၏အရ ဩသတေည်း။

မြင်းနာမည်ဆေးပင် အမျိုးအစား

၁။	မြင်းခေါင်းနှာရောင်	၂။	မြင်းနားရွက်
၃။	မြင်းစာငုတ်	၄။	သီရိကမြင်း
၅။	မြင်းကျပ်	၆။	မြင်းခန္ဓာ
၇။	မြင်းသေမြက်	၈။	မြင်းခွာ

ဤကား မြင်း၏အရ ဩသတေည်း။

ကျားနာမည်ဆေးပင် အမျိုးအစား

၁။ ကျားစိမ်းညင်း
၃။ ကျားမဒေါက်
၅။ ကျားမုတ်ဆိတ်
၇။ သမန်းကျားပင်
ဤကား ကျား၏အရ ဩသတေည်း။

ကြောင်နာမည်ဆေးပင် အမျိုးအစား

၁။ ကြောင်လျှာ

၂။ ကြောင်တောက်

၃။ ကြောင်မြီးတုံး

၄။ ကြောင်ကျွန်ပန်း

၅။ ပန်းသေကြောင်

ဤကား ကြောင်၏အရ သြသဓတည်း။ ကြွက်တက်လျှင် ရင်ကသုံးတန်တားလေ။

ကြွက်နာမည်ဆေးပင် အမျိုးအစား

၁။	ကြွက်သွေးပင်	၂။	ကြွက်မအုပ်ပင်
၃။	ကြွက်ဆူပင်	၄။	ကြွက်မောက်ပင်
၅။	ကြွက်သားဟင်းပင်	၆။	ကြွက်စိမ်းညင်းပင်
၇။	ကြွက်သွန်နီ, ဖြူပင်	၈။	ကြွက်ဟင်းခါးပင်

ဤကား ကြွက်၏အရ သြသဓတည်း။

ကဏန်း အမျိုးအစား

၁။ ပြားကဏန်းစီ

၂။ တောင်ကဏန်းစီ

၃။ ကဏန်းလက်မ

၄။ ကျောက်ကဏန်း

၅။ ကျောက်ဗလိ

၆။ ကျောက်လိပ်

ဤကား ကဏန်းအရ သြသဓတည်း။

ဆင်နာမည်ဆေးပင် အမျိုးအစား

၁။	ဆင်ဝယ်ပင်	၂။	ဆင်ဟင်းဖီးပင်
၃။	ဆင်ပေါက်ပင်	၄။	ဆင်ကြီးပင်

၅။	ဆင်ငယ်ပင်	၆။	ဆင်သမန္တယ်ပင်
၇။	ဆင်ငိုမြက်ပင်	၈။	ဆင်ပြာသဲပင်
၉။	ဆင်ခရမ်းပင်	၁၀။	ဆင်အော်ပင်

ဤကား ဆင်၏အရ သြသဓတည်း။

ခွေးနာမည်ဆေးပင် အမျိုးအစား

၁။ ခွေးရေပင်လုံး

၂။ ခွေးပိတုန်းပင်

၃။ ခွေးတောက်ပင်

၄။ ခွေးစောင်းပင်

ဤကား ခွေး၏အရ သြသဓတည်း။

ဖား အမျိုးအစား

၁။ ဆေးဖား

၂။ ဆေးဖားပြုပ်

၃။ ကျောက်ဖားပြုပ်

ဤကား ဖား၏အရ သြသဓတည်း။

ငါး အမျိုးအစား

၁။ ငစေရှင်

၂။ ငပြေရှင်

၃။ ငတန်ပြိန်း

၄။ ဆေးငယက်

ဤကား ငါး၏အရ သြသဓတည်း။ ဆေးငယက်ကို ဆေးရက်ဖောက်၊ သိကြားပန်းဆိုင်၊ သိကြားချက်၊ သရဖီ လေးမျိုးကို ခေါ်၏။ ဤဆေးသည် အာပုပ် ရေ၊ ရေငတ်ညှော်မိ၊ သည်းခြေပျက်၊ ငန်းပူ၊ မန်းပူ၊ သန္တိပါတ်တို့ကို နံ့သာနီရည်နှင့်တိုက်။ ဝမ်းစိမ်း၊

ဗိုက်ကိုက်နှင့် မြင်းသရိုက်တို့ကို စမုန်မျိုးငါးပါးနှင့်တိုက်။ ရင်တိုက်၊ ရင်တင်းကို နှမ်ချို၊ ကြံဟင်းသစ်ရင်းတို့နှင့်တိုက်။ ဝမ်းခဲသော် ငရုတ်မိုးမျှော်နှင့်တိုက်လေ။

ဆတ်ဩသဓ (၄)မျိုး

၁။ ဆတ်သွား

၂။ ဆတ်ချို

၃။ ဆတ်လည်ပြတ်

၄။ ဆတ်မခြုံဆောင်း

တြိကဋုတ် ၃ မျိုး

၁။ ငရုတ်ကောင်း

၂။ ပိတ်ချင်း

၃။ ချင်းခြောက်

တြိဖလ

၁။ ကြစုသီး

၂။ ရှုရှူသီး

၃။ သစ်ဆိမ့်သီး

ဤသုံးမျိုးကို တြိဖလဟု ခေါ်သည်။

ပဉ္စတူငါးပါး

၁။ ငရုတ်ကောင်း

၂။ ပိတ်ချင်း

၃။ စရို

၄။ ကန့်ချုပ်

၅။ ချင်းခြောက်

ကောလငါးပါး၊ ပဉ္စကူငါးပါးဟုလည်း ခေါ်၏။

တြိမဒ

၁။ နွားမြေရင်းခေါင်း

၂။ အိပ်မွှေ့သီး

၃။ ကန့်ချုပ်မြစ်

တြိမဒဟုခေါ်၏။

ဥပသကာ

၁။ ရိုးတုံ

၂။ ဥပသကာ

ဥပသကာနှစ်ပါးဟုခေါ်၏။

သင်းဝင်သုံးပါး

၁။ သင်းဝင်ကြီး

၂။ သင်းဝင်ဖြူ

၃။ သင်းဝင်နွယ်

သင်းဝင်သုံးပါးဟုခေါ်၏။

စူလာနဖာသုံးပါး

၁။ လိပ်စားစူလနဖာ

၂။ သာမညစူလာနဖာ

၃။ မြင်းစားစူလာနဖာ

စူလာနဖာသုံးပါးတည်း။

ငစေရှင်လေးမျိုး

၁။ လက်မထောက်ပင်
၂။ သရက်သမွှာန်ပင်
၃။ လောင်းသမားပင်
၄။ ဝက်ခွာပင်
ငစေရှင်လေးမျိုးတည်း။

ကန္တူသုံးမျိုး

၁။ ဖောက်မကန္တူ
၂။ မောရကန္တူ
၃။ ဒေါရကန္တူ

အရွက်တွင် အပွေးရှိ၏။ အပွင့်ညှာတံရှည်သော ဖောက်မကန္တူ။ အရွက်ကြီး၏။ အသီးကား ကမ္ဗလာသီးကဲ့သို့ရှိသော မောရကန္တူ။ အရွက်ဝန်း၏။ အပွင့်မရှိ။ ဘုရားတံတိုင်းကို အမှီပြု၍ ပေါက်တတ်သော ဒေါရကန္တူ(ဒေါရင်းကန္တူ)။

မှို့ချွန်သုံးမျိုး

၁။ မင်းစားမှို့ချွန်း
၂။ ကြိတ်မှန်မှို့ချွန်း
၃။ ကျအာမှို့ချွန်း

ပင်စိမ်းလေးမျိုး

၁။ နှုန်းပင်ပင်စိမ်း
၂။ တူရာသီပင်စိမ်း

ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်း ဆရာချစ်

၃။ ကျောင်းရှိပင်စိမ်း
၄။ လင်းတစားပင်စိမ်း

တစ်နည်း ပင်စိမ်းသုံးမျိုး

၁။ စားနှုန်းပင်စိမ်း
၂။ အိမ်ပင်စိမ်းကြီး
၃။ ထောင်ပင်စိမ်းကြီး

ဆား(၇)ပါး

၁။	သိန္ဓောဆား	၅။	စားဆား
၂။	ဘင်္ဂလီဆား	၆။	ဆားပုပ်
၃။	ဆားခါး	၇။	ကျောက်ဆား
၄။	ရုက္ခမူဆား		

တွင်းနက်(၃)မျိုး

၁။ တွင်းနက်ကြီးဟူသော မင်းကိုကာ တွင်းနက်
၂။ ရေကိုခဲသော တိလက်သာ တွင်းနက်
၃။ အပွေးစုတ်စုတ်ရှိသော တိလက်သာ တွင်းနက်

ဖာလာ ငါးမျိုး

၁။ ဖာလာနို့ဟူသော လင်းလေစုန်း
၂။ ကြက်နင်းဖာလာ
၃။ သတ္တာဗိန္ဒုဖာလာ
၄။ ဖာလာပွေး၊ ဖာလာချိုင်
၅။ ဖာလာနဖိတ်
၁။ ဂုံမင်းပင်ကဲ့သို့ မြေကထွက်၍ အပင်၌သီးသော ဖာလာနို့ဟူသော

လင်းလေစုန်း၊ အရသာချဉ်၏။ အရိုးအပင်နီ၏။

၂။ ၒင်းကဲ့သို့ အရိုးအပင်ဖြူသော ကြက်နင်းဖာလာ၊ အရသာမချဉ်၊ အရိုးအပင်မနီ။

၃။ ၒင်းကဲ့သို့ပင် အရသာမချဉ်။ အနံ့ကား ကြက်ညှင်းနံ့နှင့် တူ၏။ ဤဖာလာကို သတ္တုပိန္နဲဖာလာ။

၄။ ၒင်းကဲ့သို့ပင် အရွက်၌ အပွေးရှိသော ကြက်ညှာနံ့နှင့်တူသော နနွင်းနှင့် အရွက်ထူသော ၒင်းဖာလာကို ပုတတ်စာပန်းဥယူ၏။

၅။ အဖူးထဲတွင် သီး၍ ပြင်သို့ထွက်၍ မသီးသော ဖာလာနဖိတ်။
(အကျယ်ကို ‘ဖ’အက္ခရာစဉ်တွင် ကြည့်ပါ။)

ပိစပ်လေးမျိုး

၁။ ဆင်နားရွက်နှင့်တူသော ဆင်ပိစပ်
၂။ စုနစ်ကျဟူသော ဆေးမြိုင်စိတ်ပိစပ်
၃။ လေပန်းညိုဟူသော ပွင့်ဖြူပိစပ်
၄။ ပိစပ်ဝါဟူသော လျှာထုံပိစပ်

ကျောက်ချဉ်(၅)မျိုး

၁။ ကျောက်ချဉ်
၂။ ကျောက်ခက်
၃။ ကျောက်စက်
၄။ ကျောက်ပွင့်
၅။ ကျောက်မြုပ်

နာခဲ (၄)မျိုး

၁။ တွင်းထွက်နာကျောက်
၂။ နာစင်

(၁၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

၃။ ချက်သောနာ
၄။ တန်ဆိန်းခဲနက်မသေ

ခဲမဖြူဘင် (၂)မျိုး

၁။ ပကတိဘင်
၂။ ခွေးရှာဘင်

ဝှတ်(၃)မျိုး

၁။ တော်နင်ဝှတ်နီ
၂။ ဝှတ်ညို
၃။ ဝှတ်ဖြူ

သွပ်အပြား (၈)မျိုး

၁။	သွပ်ကျောက်	၅။	သွပ်ဖြူလက်ညှိုး
၂။	သွပ်အုတ်ချပ်ဖြူ	၆။	သွပ်ဝါလက်ညှိုး
၃။	သွပ်ဖြူခွက်	၇။	သွပ်ဝါကြွက်မီး
၄။	သွပ်ဝါခွက်	၈။	သွပ်ပျဉ်တွင်းထွက်

ကြေးနီ(၃)မျိုး

၁။ ကြေးနီကျောက်
၂။ ကျင်သေကြေး
၃။ ဘော်ကြေး

တစ်နည်းကြေး(၅)မျိုး

၁။ ကြေးနီ
၂။ ကြေးဝါ

၃။ ကြေးပုပ်

၄။ ကြေးဖြူ

၅။ ကြေးနက်

ဘော်(၃)မျိုး

၁။ ဘော်ကျောက်ဖွယ်ဖြူ

၂။ ခရုပတ်ဘော်ပက်ကျိ

၃။ ဘော်စင်ပကတိသာခွာ

ရွှေအပြား (၆)မျိုး

၁။	တွင်းထွက်ရွှေ	၄။	နရဏီရွှေ
၂။	ရွှေစင်	၅။	သင်္ဂီရွှေ
၃။	ပကတိနရဏီရွှေ	၆။	ဇမ္ဗူရစ်ရွှေ

သံ (၁၆) မျိုး

၁။	ရေသံ	၉။	လောဟာသံ
၂။	ခြသံ	၁၀။	သံရှင်
၃။	ပုရွက်သံ	၁၁။	နိကာယ်သံ
၄။	ကြာစိသံ	၁၂။	ကိုဘောလ်သံ
၅။	ထည်သံ	၁၃။	သံလိုက်သံ
၆။	ထန်းသံ	၁၄။	သံမဏိသံ
၇။	ပုပ္ပားစိန်သံ	၁၅။	အနန္တလောဟာသံ
၈။	မိုးဦးသံ	၁၆။	သံခဲ

ပြဒါး (၆)မျိုး

၁။	တွင်းထွက်ပြဒါး	၄။	စိန်ပြဒါး
၂။	ဟင်းရိုင်းပြဒါး	၅။	ဆေးဒန်းပြဒါး
၃။	ဆူးမှုန့်ပြဒါး	၆။	ရှိန်းခိုပြဒါး

ကန့်အပြား (၁၀)မျိုး

၁။	တွင်းထွက်ကန့်ကျောက်နက်	၆။	ကန့်ပွင့်
၂။	ကန့်ရွှေဝါအဆီခဲ	၇။	ကန့်နို့
၃။	ကန့်ဝါးကျည်တောက်	၈။	ထန်းသားကန့်
၄။	ဆီးဖြူကန့်	၉။	လက်ယာကန့်
၅။	ကန့်နီ	၁၀။	လက်ဝဲကန့်

ဟင်းရိုင်းနီအပြား (၄)မျိုး

၁။ ဟင်းရိုင်းနီ

၂။ ပန်းသေဟင်းရိုင်းနီ

၃။ ဟင်းရိုင်းဖြူ

၄။ ဟသ်ာပြဒါးရိုင်း

ဒုတ္ထာ(မြကျိဝါ) အပြား(၆)မျိုး

၁။	ချက်ဒုတ္ထာ	၄။	ငွေစားဒုတ္ထာ
၂။	ပါလဒုတ္ထာ	၅။	သံဒုတ္ထာ
၃။	ရွှေစားဒုတ္ထာ	၆။	သွပ်ဒုတ္ထာဖြူ

ကြာမျိုးငါးပါး

၁။ ကြာဖြူ-ကြာနီ

၂။ ကြာညို

၃။ ကြာပုဏ္ဍရိက်
၄။ ကြာတံဆိပ်
၅။ ပဒုမ္မာကြာ
မရမူ ကုံကုမံကိုထည့်။ ကြာတံဆိပ်၊ ပုဏ္ဍရိတ်ကြာကို မရမူ သနပ်ထော်ကိုထည့်။ မဒုမ္မာကြာကို မရမူ ငါးကြီးအန်ဖတ်ကိုထည့်။

နနွင်း(၄)မျိုး
၁။ ဆားနနွင်း
၂။ နနွင်းခါး
၃။ နနွင်းတိမ်ပြာ
၄။ နနွင်းချဉ်

ကြံစုသီး (၇)မျိုး
၁။ငါးမြှောင့်ရှိသော အဘယကြံစု
၂။ဘူးသီးကဲ့သို့ရှိသော ဝိဇယကြံစု
၃။နည်းသောအမြှောင့်ရှိသော ဝရာဟိနိကြံစု
၄။အစေ့ငယ်သော ဗုဓနကြံစု
၅။ ရွှေအဆင်းနှင့်တူသော ဇီဝန္တီကြံစု
၆။ သုံးမြှောင်ရှိသော ဇေဂတီကြံစု
၇။ ချို-ချဉ်-စပ်-ခါး-ဖန် အရသာ ငါးမျိုးရှိသော ဟရိတ္တကြံစု

ကျောက်ချဉ်အပြား (၇)မျိုး
၁။ချက်ကျောက်ချဉ်
၂။တာလီဗီဇကျောက်ချဉ်
၃။မဟာသီရိကျောက်ချဉ်
၄။တာလကျောက်ချဉ်
၅။ မဟာမေဃကျောက်ချဉ်
၆။ မဟာဗောဓိကျောက်ချဉ်
၇။ မဟာရသကျောက်ချဉ်

ယမ်းစိမ်းအပြား (၄) မျိုး

၁။ ယမ်းစိမ်းအစို
၂။ ယမ်းစိမ်းအခြောက်
၃။ ချက်ယမ်း
၄။ တွင်းထွက်ယမ်း

လက်ချားအပြား (၂)မျိုး
၁။ ရေကြက်ခွံလက်ချား
၂။ ရွှဲဖြူလက်ချား

ဇဝက်သာအပြား (၃)မျိုး
၁။ ဇဝက်သာရိုးရိုး
၂။ မီးစားဇဝက်သာ
၃။ ချက်ဇဝက်သာ

ထုံးအပြား (၃)မျိုး
၁။ ကယုမရွှတ်ခွံထုံး
၂။ ကျောက်ထုံး
၃။ မဖောက်ထုံး

ဆပ်ပြာအပြား (၄) မျိုး
၁။ ဆပ်ပြာရိုးရိုး
၂။ သဲဆပ်ပြာ
၃။ သဘော်ဆပ်ပြာ
၄။ ဒေါင်းဆပ်ပြာ

စိန်အပြား (၈)မျိုး

၁။ စိန်နီမြင်းသွား
၂။ သာမညစိန်နီ
၃။ စိန်နီကြက်တူရွေး
၄။ ဒါယုစိန်ဝါ
၅။ စိန်ဖြူဆင်ဦးနှောက်
၆။ စိန်ဖြူဒိုးဆန်
၇။ စိန်ပုပ်
၈။ စိန်နက်

ဆေးဒန်းကျောက်အပြား (၄)မျိုး

၁။ ဆေးဒန်းကျောက်
၂။ ဆေးဒန်းရွှေဝါ
၃။ ပုရပိုက်ဆေးဒန်းရွှေဝါ
၄။ ဆေးဒန်းမြင်းသီလာ

ဇာတိပ္ဖိုလ် အပြား (၃)မျိုး

၁။ ကြီးသောအလုံး၊ ကြမ်းသောအကြော၊ စပ်ပူခါးသော အရသာရှိသော မဟိဒ္ဒိကဇာတိပ္ဖိုလ်၊
၂။ ရှည်သောအသီး၊ ကြီးသောအကြော၊ ပူစပ်ငန်သော အရသာရှိသော ဒီဃဇာတိပ္ဖိုလ်၊
၃။ ငယ်သောအလုံး၊ အဝန်းရှိသော အရသာခြောက်ပါးရှိသော ရသမဏ္ဍလဇာတိပ္ဖိုလ်၊

စမုန်မျိုး(၅)ပါး

၁။ စမုန်ဖြူ
၂။ စမုန်နီ
၃။ စမုန်နံ့သာ
၄။ စမုန်ဖွေး
၅။ စမုန်စပါး

ရှိန်းခိုအပြား (၆) မျိုး

၁။ အစေးကဖြစ်သော ရှိန်းခို
၂။ အသီးကဖြစ်သော ရှိန်းခို
၃။ အခေါက်ကဖြစ်သော ရှိန်းခို
၄။ မြေကဖြစ်သော ရှိန်းခို
၅။ အရွက်ကဖြစ်သော ရှိန်းခို
၆။ အစေ့ကဖြစ်သော ရှိန်းခို

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

ဘိန်းအပြား (၅) မျိုး

၁။ အစေးမှဖြစ်သောဘိန်း
၂။ အခေါက်မှဖြစ်သောဘိန်း
၃။ အရွက်မှဖြစ်သောဘိန်း
၄။ အသီးမှဖြစ်သောဘိန်း
၅။ အပွင့်မှဖြစ်သောဘိန်း

ပရုတ် (၂)မျိုး

၁။ ဖုံးမသိန်ရွက်မှချက်၍ရသော ပရုတ်
၂။ ဂင်းအမြစ်အရွက်ဖုတ်ပြာကို ချက်ရသော ပရုတ်

ဖယောင်းအပြား (၄)မျိုး

၁။ ပျားဖယောင်း
၂။ မြေဖယောင်း
၃။ မစုပ်ဖယောင်း
၄။ သစ်ခေါင်းဖယောင်း

မဟာဂါအပြား(၅)မျိုး

၁။ မဟာဂါဖြူ
၂။ မဟာဂါနီ
၃။ မဟာဂါနက်
၄။ မဟာဂါကြံဆစ်
၅။ မဟာဂါထင်းဆွေး

ကန့်ချုပ်အပြား (၃)မျိုး

၁။ ကန့်ချုပ်ဖြူ
၂။ ကန့်ချုပ်နီ

၃။ ကန့်ချုပ်နက်

မုတ်(၂) မျိုး

၁။ မုတ်နီ

၂။ မုတ်နက်

ရတ်(၃)မျိုး

၁။ ကုလားတရုတ်

၂။ ပရုတ်

၃။ ငရုတ်

ပန်းအပြား (၅)မျိုး

၁။ ပန်းရင်း

၂။ ပန်းနု

၃။ ပန်းဥ

၄။ ပန်းမ

၅။ ပန်းလယ်

နံ့သာ(၅)မျိုး

၁။ နံ့သာဖြူ

၂။ နံ့သာနီ

၃။ အကျော်

၄။ စမွာ

၅။ ကရမက်

တစ်နည်း နံ့သာ(၅)မျိုး

၁။ အကျော်

၂။ သီလာစန္ဒန

၃။ ဥပသကာ

၄။ သရခံ

၅။ ကရမက်

စမုန်မျိုး(၇)ပါး၊ (၉)ပါး

ပြခဲ့သော ယခင် စမုန်မျိုး(၅)ပါးတွင် နံနံစေ့၊ ဇီယာထည့်က စမုန်မျိုး(၇) ပါးဖြစ်၏။ ၎င်းတွင် မရိတ်စေ့၊ စမုန်နက်(၂)မျိုးကို ထည့်ပေါင်းပြန်က စမုန်မျိုး (၉)ပါး ဖြစ်ပြန်၏။

တစ်နည်း ဇီယာ(၅)မျိုး

၁။ ဆေးသားဇီယာ

၂။ စမြိတ်ဇီယာ

၃။ သရဏီဇီယာ

၄။ ဇီယာနက်

၅။ ဇီယာဖြူ

ဇီယာ (၁၀)မျိုး

၁။ ၎င်းဇီယာ(၅)မျိုးတွင် စမုန်မျိုး(၅)ပါးကို ရောက ဇီယာ(၁၀)မျိုးဖြစ် ပြန်သည်။

ကျေး(၄)မျိုး

၁။ ကျေးဖြူ

၂။ ကျေးနီ

၃။ ကျေးသိန်

၄။ ကျေးကဒုတ်

ကြံဟင်းအပြား (၆)မျိုး

၁။ ကြံဟင်းမွေးစုတ်

၂။ ကြံဟင်းဆူး

၃။ ပန်းဖျားနွယ်လိန်ကြံဟင်း

၄။ ကြံဟင်းလုံးချော

၅။ ကြံဟင်းပုပ်

၆။ ထမင်းနွယ်ကြံဟင်း

ကြက်ဆူ (၃) မျိုး

၁။ ကြက်ဆူနီ
၂။ ကြက်ဆူဖြူ
၃။ ကြက်ဆူသိန်
၄။ ဥယျာဉ်ကြက်ဆူ

ကြက်သွန် (၅) မျိုး

၁။ ကြက်သွန်ဖြူ
၂။ ကြက်သွန်နီ
၃။ ဥစားကြက်သွန်
၄။ ရေကြက်သွန်
၅။ တောင်ကြက်သွန်

ခုံညင်း (၂) မျိုး

၁။ ခုံညင်းကြီး
၂။ မျောက်ခုံညင်း

ရမစဲ (၅)မျိုး

၁။ ရမစဲကြီး
၂။ ဥယျာဉ်ရမစဲ
၃။ ရမစဲခါး
၄။ ရမစဲပုစွန်-ခွံ
၄။ ရမစဲဆန်မှုန့်

ဂုံးခါး(၃)မျိုး

၁။ နွားလျှာကြီး
၂။ ဆေးလိပ်ကျောက်
၃။ ဆေးညွှတ်ကွင်း

မုရားကြီး (၆) မျိုး

၁။ မုရားကြီး
၂။ မုရားသိန်
၃။ မုရားနက်
၄။ မုရားဖြူ
၅။ မုရားနီ
၆။ မုရားနံ့သာ

ဆီးစောင်း(၇)မျိုး

၁။ ဆီးစောင်းကြီး
၂။ ဆီးစောင်းလက်ဝါး
၃။ ဆီးစောင်းလက်ညှိုး
၄။ ဆီးစောင်းလက်ဆက်
၅။ ဆီးစောင်းပြာသာဒ်
၆။ ဆီးစောင်းသင်္ဂနက်
၇။ ဆီးစောင်းသစ်ငုတ်

မုနိငါးပါးဆေးအမည်များ

၁။ စန္ဒာမုနိ
၂။ စူဠာမုနိ
၃။ မဟာမုနိ
၄။ ရာဇမုနိ

နှန်း(၆)မျိုး (ပင်စိမ်း)

၁။ စားနှန်း
၂။ တူရသိန်နှန်း
၃။ ကြောင်ရိုးနှန်း
၄။ စိန်ကြီးနှန်း

၅။ လင်းတစာနှုန်း
၆။ ပန်းသုံးဆင့်နှုန်း

သမ္ဗျူနွယ်(၅)မျိုး

၁။ ခမောင်းရွက်ကဲ့သို့ရှိသော သမ္ဗျူနွယ်
၂။ အရိုးလေးမြောင့်ရှိသော သမ္ဗျူနွယ်
၃။ ဝက်နှောင်သမ္ဗျူနွယ်
၄။ ငရုတ်ကောင်းရွက်ကဲ့သို့ ရှိသော သမ္ဗျူနွယ်
၅။ စပါးကြီးသည်းခြေခေါ် သမ္ဗျူနွယ်

ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်းဝေါဟာရအခေါ်အဝေါ်များ

ဆေးပင်အမည်	**ဝေါဟာရအခေါ်**
ကျီးအာပင်	ကင်းပုံပင်
ကံ့ကော်ပင်	သာနိုးပင်
ကင်ပွန်းပင်	လမ်းသွယ်ပင်
ကြောင်ခြစ်နီပင်	တောင်ဆရစ်နီပင်
ကွမ်းဖဲပင်	နွားလျှာငယ်ပင်၊ အိုးဖွတ်ပင်
ကျားလက်ဖန်ပင်	ဇလပ်ပင်
ကြောင်ပန်းညိုပင်	ကျော်လင်းလေပင်
ကောင်းကင်သည်းခြေ	ကျပ်ခိုး
ကတ္တုကမြင်းပင်	ဆေးပုစွန်ပြားပင်
ကယုခွံ	ကနုကမံ၊ ကယုကမာ
ကြက်မောက်ပင်	ငါးဆူမုနိ
ကျောက်ချဉ်ပင်	နွားမုနိ၊ သန်လျက်၊ ငန်းစွယ်၊ ဆေးပွင့်ဝါပင်
ကွန်ချာနွယ်ပင်	မြင်းစာငုတ်ပင်
ကျွန်းတောင်းပင်	ကဏန်းလက်မပင်

ကြာနှစ်ဆင့်ပွင့်ဥ	ကြာကုံကုမံ
ကြက်မအုပ်မြစ်	ယင်မိ၊ ခွေးခေါင်းခွံ၊ စူဠာမုနိ၊ ပြာသာဒ်၊ ပုဏ္ဏားမုတ်ဆိတ်မြစ်
ဂဠုန်မင်းတောင်ပံ	ထဘီနုန်းမြက်ပင်၊ မောင်ရင်ငိုပင်
ကြက်သွန်ဥ	နဂါးမင်းကြီးစွယ်တော်
ဂဠုန်မင်းဦးနှောက်	ဆားဥချို၊ အိုးကင်းကပ်ပင်
ကြွက်နှာမောင်းပင်	ဖက်ချေပင်၊ ဖက်ဝမ်းပင်
ကြိတ်မှန်ပင်	မြေကျအာ၊ ကြွက်ကျအာပင်
ကျေးသိန်းပင်	ဆေးရက်ဖောက်၊ သိကြားပင်၊ ပန်းဆိုင်ပင်၊ ကျေးပင်
ကြက်ဆူသိန်	ကြက်ဆူကရော
ကြက်ဆူ(ဥယျာဉ်)	ကြက်ဆူရေကြည်
ကြက်ဆူရေကြက်	သင်းဘော်ကြက်ဆူ၊ ဥယျာဉ်ကြက်ဆူ
ကြက်ဆူဖြူနီ	ရွာကြက်ဆူပင်
ရေကြက်ဆူပင်	သူတော်မပင်၊ ထဘီကပ်
ကြောင်စပ်ကေပင်	စီရကန်ပင်
ကျွဲလည်ချောင်းပင်	နွားစာငုတ်ပင်
ကျားမုတ်ဆိတ်ပင်	တောင်လမုန်းနွယ်နီ၊ တောင်လမုန်းနွယ်ခါးပင်
ကြက်ဟင်းခါးပင်	ဟင်းခါးလက်ချားပင်
ကြောင်ရာသေပင်	ကြောင်ပန်းပင်
ကြောင်ချေးပင်	လဖော့သရော့ပင်၊ ဆေးချဉ်ပင်
ကြောင်ခြစ်ပင်	သန်လျက်ငယ်
ကျီးကန်းပင်	ရေခြသေ့
ကုက္ကိုပင်	ရှဉ့်မတက်ကြီး
ကျီးမြီဘိုမ	ဆင်ခရမ်းမြစ်၊ ခရမ်းကစော့မြစ်
ကျောက်ပန်းညို	ကျောက်လင်းလေ

ကန့်ကူကြက်ညှာဖိုမ	ကင်းမူပင်အဖိုအမ
ကြက်ရိုး၊ သံသတ်	အော်လဲ
ကုလားမခါးကျိုး	ဆေးကုလားမ
ကျားစိမ်းညှင်း	သိကြားသန်လျက်နွယ်
ခမောင်းပင်	ကသစ်ကြာချပ်၊ ပြိုင်းမပင်၊ သိကြားပန်းဆိုင်၊ သုံးကြိမ်ပွင့်ပင်၊ ရာသီမှန်ပင်၊ သိကြားပွင့်ချပ်ပင်
ခအုံးပင်	တဇွတ်ဖိုပင်
ချေးသီး	ခြစ်သီး
ခေါင်နွယ်ပင်	သိကြားကွန်ချာပင်
ခေတ္တပင်	ခဒါပင်
ခရမ်းခါးပင်	ခဒါပင်
ခရမ်းခါးပင်	ခရမ်းကစော့ပင်
ခေတ္တာပင်	ခဒါပင်
ခေါင်ရန်းပင်	ဆေးစိတ္တာ
ချင်းယင်း	ရေပေါက်ပေါက်၊ ပုတ်သင်စာ
ချောင်းခြား	လက်စွပ်နွယ်
ချေးသီး	ခြိတ်သီး
ကုံကုမံ	မာလာကျီကျူ
ဝွေးပင်	ဝေးပင်၊ အချိုင့်ပင်
ဂုံမင်းပင်	စိမ်းညှင်းပင်
ဂျင်ရွှေးဖြူပင်	နန်းတွင် ရှင်မဖြူပင်၊ ကိစ္စည်းပင်
ဂျုံနီပင်	ပြုံးမတီပင်၊ ဖြူမွှေးပင်
ဂုံခါးပင်	ဆေးလိပ်ကျော်ပင်၊ ဆေးညွှတ်ကွင်း
ဂေါ်ယံပင်	မာလကာပင်
ငပြေရှင်ငစေရှင်	သရက်သမွန်ဖိုပင်
ငရဲညိုပင်	စန္ဒာမုနိပင်
ငရုံ့ပတူပင်	ငရုံ့ပန်းပင်

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

ငရုံ့လည်ပင်	သစ်တံခါးပင်
ငနက်ကျော်	ကျပ်ခိုး
ငရုံ့ပန်းပင်	မုဿမူလီပင်၊ နရပသီပင်
ငုပင်	ဘုရားသခင်ဖွားဖက်ပင်
ငွေတံတိုင်း	ဒန့်ကွဲပင်
စံကားဖြူပင်	စံပယ်ပင်
စန္ဒမုနိပင်	ပိုစပ်သိန်ပင်
စေးမခန်းပင်	တောင်ကသစ်နွယ်လိန်ပင်၊ ခေါင်ချနွယ်ပင်
ဇလပ်အဆန်	ကျားနီပင်
စူးရန်ပင်	ဆေးရန်ကင်းပင်၊ သံမရန်နိုင်ပင်၊ ဆေးရန်မျိုးအောင်ပင်
စိန်ပန်းပင်	ကျောင်းတွင်အောင်ကျော်ပင်၊ ကျွဲကျောင်းအောင်ကျော်ပင်၊ ကြောင်ကျွန်းအောင်ကျော်ပင်
စလေ့နွယ်ပင်	ဟုန်းပင်
စိုင်းလင်းပင်	ကျားနို့ပင်၊ ကျားလက်ဖန်ပင်၊ ကျားလက်ဝါးပင်
စိုင်းလင်းသီးဆန်	ကျားနို့
စဥ့်သိန်ပင်	ဟလဒါးပင်၊ ဆေးဒါသိန်းပင်၊ မြက်မြေပင်
စက္ကတုံပင်	စစ်တုံပင်၊ ရေမှုတ်ပင်
စူဠာမုနိ	ဆေးပြာသာဒ်၊ ပုဏ္ဏားမုတ်ဆိတ်
စွန်ပလောင်ပင်	ဆိပ်နှံကြီး
ဆင်ဟင်းပိတ်ပင် (ဆင်ဟင်းဖီးပင်)	ပိစပ်ကြီးပင်
ဆေးတောင်လုံးကျော်	ကညင်သိန်ပင်
ဆေးရက်ဖောက်	သိကြားပန်းဆိုင်ပင်၊ သိကြားချပ်ပင်
ဆေးစွပ်စိုပင်	စေးမခန်းပင်၊ တောင်သိတ်ကလိန်ပင်၊ ခေါင်ချနွယ်ပင်
ဆင်ခရမ်းမြစ်	ကျေးမြီးဖိုမ၊ ခရမ်းကစော့ဥ၊ မဥ္စကူငါးပါး

ဆေးရွှေပင်	လက်ထုတ်ကြီးမြစ်
ဆေးဖားပြုပ်ပင်	သိကြားစပ်ပင်၊ ဆံလှနွယ်ပင်
	သမားဆေးတိုင်ပင်၊ သိကြားအနံ့စာပင်
ဆေးနီပင်	နွားလည်ပြတ်အမပင်၊ သစ်ဆည်းလည်းပင်
ဆင်ဝေဖြူပင်	အင်တိုင်းကျော်ထင်ပင်
ဆောင်းမေးခါး	သပေါ့စာသိမ်မြစ်
ဆားပင်လယ်ပင်	ပင်ဆားပင်
ဆင်ပိစပ်ပင်	အစိုနံပင်၊ ဆင်နားရွက်ပင်
ဆူးဂုတ်ကေပင်	နွားမနက်ပင်၊ ရန်ကြီးအောင်ပင်
ဆင်မင်းနွယ်စုံပင်	ဆင်မင်းနွယ်ပေါင်းပင်
ဆရစ်နီပင်	အရိုးမြက်ပုံးပင်၊ မြေပြင်ရိုးနီပင်
ဆီးသီးအခွံ	ဆေးဆိတ်ဖား
ဆေးမကြယ်ပင်	ဆေးခြေမပင်
ဆေးလင်းမြွေပင်	ဆေးရွက်စုပ်၊ ကြိုးပန်းပင်၊ ငှက်ကျေး
ဆောင်းချမ်းပင်	စက္ကြံပင်
ဆီးစောင်းလက်ဝါး	ဆေးလက်ဝါး
ဆီးစောင်းလက်ဝါးမြစ်	တောကြောင်ခို
ဇကျပင်(ဇကျေပင်)	ရေချင်းတောပင်
ဇံပလောင်ပင်	ဆိတ်နံကြီးပင်
တောကြက်မောက်ပင်	စစ်သိန်ပင်
တောင်ဆရစ်နီပင်	မြေမြစ်ရိုးနီပင်
တဇွတ်အမပင်	ကြံ့သွေးပင်၊ ခအုံးအမပင်
တောင်ခူစာပင်	ချင်းမမျက်နှာပင်
တောင်လမုန်းနွယ်ပင်	ဆိတ်ကျနွယ်ပင်
တပွတ်ကြီးသီး	ဆိတ်နံကြီး
တလိုင်းမဋ္ဌူပင်	ဆေးနွယ်မြက်ပင်၊ မနက်စားနွယ်ပင်
တောင်ကြက်မအုပ်ပင်	ခွေးခေါင်းခွံပင်၊ ယင်းပြားပင်

တပဆေးကြီးငယ်ပင်	ဘုရားလက်ဝါးကာပင်
တောင်ဆတ်ချိုပင်	စိန်တပေါ်ပင်
တောင်ဆရစ်ပင်	ငန်းစွယ်ပင်
တောင်ထင်ရှားပင်	လေတံဆိပ်ပင်
တောင်လေကန့်တဘုတ်	ချီး(ချေး)ဖောက်ပင်၊ နွယ်စုပ်ပြုတ်ပင်၊ နွားလုပ်ပင်
တောင်ဘီလူးပင်	ရာမကတိုးပင်၊ သီလာစန္ဒနပင်
တောင်မန်ကျည်းမြစ်	လင်ပရောဂပင်၊ သင်းဝင်ပင်
တောပဝတ်ပင်	ဆေးကမြင်းပင်၊ နှံစိမ်းနှံခွာပင်၊ ဆင်နားခတ်ပင်၊
	ပေါက်ဆင်ငယ်ပင်
တောကွမ်းဖဲသီး	ဝက်ချဉ်
တောင်ကပိုင်မြစ်	ကြောင်ညို
တောင်ကသစ်ပင်	ပင်လယ်ကသစ်
တောပစ္စည်း(တောမြစ်စည်)	ကြံ့သွေး
တံပြက်ပင်	အသီးပြားပြားသီးသောအပင်
တင်းငရုတ်ပင်	မြက်စပ်ပင်
ထနောင်းပင်	ကြို့ပင်
ထောက်ကြာပင်	ကြာဖက်ကြီးပင်၊ ဖောက်ပင်
ထမင်းကြမ်းခြောက်ပင်	မြင်းခေါင်းနှာရောင်ပင်
ထန်းနို့	ကေမူလီ
ထောက်ချာပင်	ထောက်ကြာမြင့်ပင်
ဒဟာသကိုင်းပင်	ပြားနှာခေါင်းပူပင်
ဒေဝတာ	ဆေးရွှေပင်
ဓိဝုတ်ပင်	လက်ပံပင်ငယ်အဉ
ဓိဝုတ်ကြီး	ဆထူးပင်ငယ်အဉ
ဓားမငယ်ပင်	သန်လျက်ငယ်၊ နွားမနီကြောင်ချစ်ဘို
ဓားမကြီးပင်	ကြောင်ခြစ်ကြီး၊ ဆေးပွင့်ဝါ၊ ငန်းစွယ်

နွယ်ချိုပင်	ညောင်ဖြူပင်
နှာခေါင်းပူပင်	ဘောဇကိုင်းပင်၊ ဒဟာသကိုင်းပင်၊ လုလင်ကျော်ပင်
နွားမနီပင်	စွံမရှောက်ပင်
နောက်ချီးရေ	နွားချေးရည်
နဂါးစက်ပင်	စပါးကြီးသည်းခြေပင်
နမိုင်းနွယ်ပင်	မိကျောင်းနွယ်ပင်
နဂမှိုမှိုင်းပင်	ဆင်ဝေပင်
နှူန်းပင်	ပင်စိမ်းပင်
ပိလောကပင်	ပလောင်ခါးပင်၊ ပလောင်ပင်
ပင်လယ်မန်ကျည်းပင်	ပေါက်နက်နွယ်သီးပင်၊ မင်တောင်ရိုးသူ၊ လင်းပတ်ကယ်ပင်၊ သင်းဝင်ပေါက်ဖြူပင်၊ စူလာမကျီ။
ပွင့်မြေပင်	ဆေးမြင်စိတ်ပင်၊ လက်ပန်းညိုးပင်
ပုစွန်ဆီပင်	ရေဟိန်ပင်
ပွင့်ဖြူပင်	ပွင့်မြေပင်၊ ရက်ချန်ပင်၊ မြင်းမွေးပင်၊ စန္ဒာမုနိပင်၊ ငရဲညိုပင်၊ ပိစပ်ပင်၊ ဟင်းမီးပင်
ပန်းပေါင်းတစ်ရာ	ပျားရည်
ပြားကမ်းဆိပ်ပင်	ခံတက်မပင်
ပိတ်သကံမြစ်	ပဒကြီးမြစ်
ပိတ်သင်းခတ်မြစ်	ပင်လယ်ရင်ခတ်မြစ်
ပြိုင်းတောင်မွေးပင်	သီလာပဗ္ဗတပင်၊ ချင်းယင်းနက်ပင်၊ ကာလဂန္ဓိပင်၊ ဆေးမင်းဇော်ဂျီပင်၊ ဘုမ္မိပါပလင်၊ ဇော်ဂျီဦးထုပ်၊ ချင်းယင်းသိန်
ပန်းမ	ဘီခေါက်ပင်၊ ရေမှုခေါက်ပင်
ပတဲကောပင်	ဆေးတန်ခိုးကြီးပင်
ပင်ခါးပင်	ဆေးရက်ဝန်းပင်၊ လင်းတပါးပျဉ်းပင်
ပေကျပင်	လင်းလေပင်

ပရံနဝါပင်	ဆင်ပြာသဲပင်
ပဏိငယ်ပင်	မဏိသန်လျက်ပင်
ပဏိကြီးပင်	မဏိသန်လျက်ကြီးပင်
ပဏိငယ်ကြီးနှစ်ပါး	ကျေးမြီးဖို့မ
ပြိဿပြာဏိပင်	သန်လျက်သိန်ပင်
ပတြသင်္ဂီပင်	ကတ္တရသချော်ပင်
ပေါက်ဖဲပင်	သိကြားရေစင်ပင်
ပဲ့ဒလက်ပင်	ပဲခားမောက်ပင်၊ ပဲထက်ပင်
ပိန်းမဟော်ရာသိန်	ချိနှာရောင်ပိန်း
ဘုရားသခင်ဖွားဖက်ပင်	ငုရွှေပင်
ဖောက်ဖဲပင်	သိကြားရေစင်
ဖရုံခါးပင်	သတ္တာဗီဇံပင်
ဖက်စဖိုပင်	ရှင်သာရိပုတ္တရာဖွားဖက်ပင်
ဗင်ဗေးပင်	ပိုးဝါပင်၊ ပိုးစာပင်
ပိစပ်ဖြူပင်	ဆင်ပိစပ်၊ ဆင်နားရွက်၊ စူနှစ်ကျ၊ ဆေးမြိုင်စိမ်၊ လေပန်းညို
ပိစပ်ဝါ	ဟင်းစားပိစပ်၊ လျှာထုံပင်
ဗုဒ္ဓသရဏပင်	ပုတီးနက်ပင်
(ဆင်)ပိစပ်ပင်	အစိုနံပင်၊ ဆင်နားရွက်ပင်
ဗျိုင်းချေးပင်	မောရကန္တပင်၊ ကပ္ပလီပင်
ဘုဇပတ်ပင်	သလူပင်
သိင်္ဂရာဇ်ပင်	ကြိတ်မှန်ပင်
ဘင်ပင်	ဂင်ဇာပင်
ဘုံလုံပင်(ဘုံလုံခါးပင်)	ဖြူးဒါးပင်
ဘုမ္မရာဇာပင်	ရာဇဝင်ပင်
ဘွားနှစ်ဆိုးမပင်	ဝိဘက်နွယ်ပင်

ဘုံလုံစားသြဇာပင်	နော်ဇာပင်
မရိုးနွယ်ပင်	ငဖုံးဆေးအဖိုပင်
မအူပင်	ဆေးမိကျောင်းပင်
မရိုးကြီးပင်	ငဖြူကြီးပင်
မျောက်ခုံညင်း	အလိုလဲပင်၊ မှိုင်းနွယ်ပင်
မြင်းစကူပင်	ကုန်းပေါင်နွယ်ပင်
မင်းဇံကြီးပင်	တောင်သံဖက်၊ ဆေးလောင်မီး၊ ဆေးပုဏ္ဏား
ဗျိုင်းချေးပင်	မောရကန္တပင်၊ ကပ္ပလီပင်
မှက်ပင်	မြင်းရှူရှားပင်
မျောက်ကွမ်းပင်	ခရိုပင်၊ တောကွမ်းပင်
မအူမြစ်	ဆေးမိကျောင်းပင်
မြင်းနားရွက်မြစ်	မြင်းဖွား
မအူပွင့်	ဆူးပန်းပွင့်
မြေစံကားပင်	နဂါးမောက်ပင်၊ ကန်သင်းပွင့်၊ ဆေးနဂါးပင်
မရိုးနွယ်ပင်	ငဖုံးဆေးပင်
ရိုသေပင်	မင်းစားသပြေပင်၊ သပြေကျော်စောပင်
မင်းဇံကြီးပင်	ဟိုင်းအိုပင်၊ ဆင်အော်ပင်၊ ဆေးပေါက်ဆင်၊
	ဆေးမြင်းထီးပင်၊ ဆေးပုဏ္ဏားပင်
မိဿလင်	ပလဲပင်၊ ကြက်ပင်
မျောက်ကြိမ်ပင်	နတ်ကြိမ်လုံးပင်
မိုးနှံပင်	စတုပတ္တာပင်၊ ကလျာဏပင်၊ ဗုကာ
မုန်တိုင်းသဖန်းပင်	ဆေးတစ်ပင်တိုင်၊ ဆေးထီးပင်
မင်းကိုးကားပင်	တောင်ကဏန်းဆီးပင်
မောက်ချီတောပင်	အော်လဲပင်
မုဒြက်ပင်	စပျစ်ပင်
မြစ်ပေါင်းတစ်ရာ	ဖြူချေး

မုတ္တကံပင်	ဂျင်ရွဲဖြူပင်
မောရကန္တ	မရကံဖို,မ
မြင်းခွာပင်	ဆင်ပြာသဲပင်
ယာသကျည်းပင်	ဆူးခေါက်ပင်
ရွက်ကျပင်ပေါက်	ဆေးပင်ပုတ်ပင်
ရှားစောင်းကြီးပင်	ဆူးစောင်းကြီးပင်
ရှက်ပင်	ထိကရုံးပင်၊ ရိုးပန်းငယ်၊ အိပ်ကြူးပင်
ရှဥ့်မတက်ကြီး	တောဇာတိပ္ပိုလ်သီးကလေး၊ ရှဥ့်မတက်ကြီး
ရွှေနွယ်ပင်	မဟာနွယ်၊ မာန်အောင်နွယ်၊ သီဟိုဠ်နွယ်၊ သိကြား
	လေညှင်း၊ သိကြားနီမြစ်
ရေနံချေး	ရေနံကြက်ချေး
ရေကြောင်းစစ်ကဲ	စီရကံပင်
ရေကြက်ဆူပင်	သူတော်မပင်၊ ထဘီကပ်ပင်
ရေခြသေ့ပင်	ကျီးကန်းပင်
ရုံးကာပင်	ဆေးလိပ်ကျောက်ပင်
လေးကျွန်းဆေးပင်	ပညောင်ပင် ဆေးစုံထောက်ပင်၊ ပေါက်ဥပင်
လယ်ပြည့်စင်ပင်	ဆေးတံတိုင်းပင်
လဲလူဖိုမပင်	ရှင်ကိစ္စည်းရှင်ဗာကူပင်
လင်းလေပင်	ရှင်ဗာကူပင်၊ လင်းညှိပင်၊ သီရိကမြင်းပင်၊ နတ်မွန်
	ကြီးပင်
လောချေးနွယ်ပင်	ရှင်ကိစ္စည်း
ဝက်ချေးပနဲပင်	ရွှေတံတိုင်းပင်၊ မြစ်ဝေလုလင်
ဝေလာပင်	ငရုတ်ကောင်းပင်
ဝက်ကပိုင်မြစ်	ဆေးရွှေခွက်
ဝငယ်ပင်	ဖျံငယ်ပင်
ဝပင်	ဖျံပင်

ဝမင်းပင်	ဖျံနက်ပင်
ဝဿဝရော	ကနခို
သပွတ်ကြီးပင်	တပွတ်ကြီးပင်
သဖန်းပင်	မုန်တိုင်းပင်၊ ဆေးထီးပင်၊ ဆေးတပင်တိုင်
သံသတ်ပင်	ကြက်ရိုးသံသတ်ပင်
သီးပေါင်းတစ်ရာ	ပြုံးမတီးငှက်ချေး
သီတင်းပင်	မုဆိုးမပန်းပင်၊ သုံးဖန်လှပင်၊ ခေါင်းဖြူပင်၊ မျက်နှာပန်းပင်၊
သစ်တကာပင်	ဆေးမြက်စုပင်၊ ငရုံ့မင်းပင်၊ သစ်ခွံပြန်ပင်၊ တောက်သစ်ပင်
သစ်ပုပ်ပင်	ဆေးမင်းဝီထိပင်
သစ်ပုပ်ပျံ	သစ်ပုပ်ပျံပင်
သပြေပင်	ဆေးချမ်းကြီးပင်
သရက်ကင်းပင်	စဥ့်တုံပင်
သင်းဝင်ပင်	ကက္ကကူပင်၊ သိကြားလောက်စာပင်
သင်းဝင်သီး	သစ်တစ်ခြမ်းဆန်
သမန်းကျားပင်	ကဏန်းဆီပင်
သလဲပင်	တလဲပင်
သော်ကပင်	ပန်းသုံးဆင့်ပင်
သာလပြာဏီပင်	သန်လျက်ကြီးပင်
သမ္ဘူနွယ်ပင်	စပါးကြီးသည်းခြေပင်
သုံးကြိမ်ပွင့်ပင်	ရာသီမှန်ပင်
သစ်ကျောက်နွယ်ပင်	ဆေးတလိုင်းပင်
(လေးမြှောင့်)သံပူနွယ်ပင်	စတုခါးပင်၊ ဆင်ပေါက် စွယ်စုံပင်၊ ဆေးလိပ်ကျောက်ပင်၊ နတ်ရှင်ကြိမ်ပင်၊ သံလေးပြားပင်။
သစ်လင်းမြွေပင်	သစ်ကြွက်ပင်၊ ငှက်ကျွေးစာပင်၊ သစ်ကြွက်စုတ်ပင်၊

ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်း ဆရာချစ်

သရက်ကင်းပင်	ဖက်လည်စေ့ပင်၊ဧကန်ငယ်ပင်၊တောင်ချိန္နာရောင်ပင်
ဟံသာဝတီပင်	ဒေါင်းခြေရာမြက်၊ မြင်းရိုင်းပင်၊ ရေစင်ညွှန့်ပင်၊ မြင်းသေမြက်
ဟင်းဂလာရိုင်း	တစ္ဆေပြောက်အိုးပင်၊ ပြားကင်ပွန်းပင်
ဟင်းချောပင်	ပီလောခါးပင်၊ ပီလောပင်
ဟင်းစားကန့်ကလာ	လေးကျွန်းတံခွန်ပင်
အကော်လပင်	အင်ပင်
အော်လဲပင်	ကြက်ရိုးသံသတ်(လဲလူဖိုမပင်)
အင်တိုင်းဆေးနီဖိုမဝင်	ဆင်ဝေနီပင်
အိမ်ဆီးပင်	ဆေးတံဆိပ်ပင်
အိမ်ပိန္နဲပင်	ဆေးရိုးပင်
ဥနှဲပင်	ဆေးပြုတ်ချပ်ပင်
အဝေရာပင်	နန်းလုံးကြိုင်ပင်
ဧကရာဇ်နက်ပင်	(ဂျစ်မှန်နက်ပင်)

ရခိုင်ရိုးရာ ဆေးနည်းပိုင်းဆိုင်ရာ အခန်းကဏ္ဍ

ရခိုင်ရိုးရာ ဆေးစွမ်းကောင်းများ

၁။ (က) ရခိုင်ရိုးရာဓာတ်လေးပါးဆေး

၁။	ငရုတ်ကောင်း	၄။	ဆားမီးဖုတ်
၂။	မဖောက်ထုံး	၅။	နနွင်း(ဆနွင်း)
၃။	ကျပ်ခိုး	၆။	လက်ချား

ဤဆေးခြောက်မျိုးကို အညီအမျှစု၍ ညက်အောင်ကြိတ်ပြီး ဆီးကင်းခန့်လုံး၍ အသုံးပြုရမည်ဖြစ်ပါသည်။ အရွယ်လိုက်၍ တစ်လုံးတန်သည်၊ နှစ်လုံးတန်သည် စသည်ဖြင့် ရေလဲအဆွယ်ကို တပ်၍ပေးရန် ဖြစ်၏။ ရခိုင်ဒေသတွင် ယနေ့တိုင် မိသားစု အသုံးပြုနေကြသော အိမ်သုံးသက်စောင့်ဆေးကြီး ဖြစ်ပါသည်။

၁။ ဖျား၍ခြေလက်အေးစက်ခြင်း၊ အဖျားရောဂါမျိုးမှန်သမျှ သာမန်အဖျားဖြစ်က ရေနွေးနှင့်တိုက်၍ အဖျားပြင်းလွန်းက ကွမ်းပြုတ်ရည်နှင့်တိုက်ပေးရမည်။

၂။ အမြဲတမ်း ခြေလက်အေးစက်နေသော အဖျားရောဂါများကို လေးညှင်းကဲ၍ တိုက်ရမည်။ ချွေးထုတ်သင့်က နေ့လယ်ပိုင်းတွင် ချွေးထုတ်ရမည်။

၃။ ငန်းသန္နိပါတ်ရောဂါများကို ထုံးကြက်တက်ရည်၊ ဆန်ဆေးရည်၊ ဥပသကာရည် ဤသုံးပါးကဲ၍ တိုက်ပေးပါ။ မသက်သာလျှင် စပါးကြီးသည်းခြေ၊ မိကျောင်းသည်းခြေ နှစ်ပါးနှင့်စပ်၍တိုက်ပါ။

၄။ သွေးပျက်၊ သွေးငုပ်၊ သွေးဆုတ်နေသူတို့ကို ဇာတိပ္ဖိုလ်သီးရည်နှင့် စပ်တိုက်ပါ။

၅။ သွေးဝမ်းနှင့် ပတ်သက်သောရောဂါများကို လက်ထုတ်ခေါက်ရည်၊ ဆီးဖြူသီးရည်တစ်ခုခုနှင့်စပ်တိုက်ပါ။

၆။ ပျို့အန်ခြင်း၊ ကြွက်တက်ခြင်း ရောဂါတို့ကို ပတဲကောရည်၊ နနွင်းသံသတ်ရည်တို့နှင့်စပ်၍တိုက်ပေးပါ။

၇။ ဒူလာ၊ ပါဒရက်၊ ရင်တင်း၊ ရင်ပြည့်၊ ဝမ်းပြည့်၊ ဝမ်းရောင်၊ အစာမကြေရောဂါတို့ကို သံပရာရည်နှင့် ရှောက်ရည်တခုခုနှင့် စပ်တိုက်ပေးပါ။

၈။ ဓာတ်ထွက်၊ ဓာတ်ပျက်ခြင်း၊ အစားမှားခြင်း၊ နေထိုင်မကောင်းခြင်း၊ ဝမ်းရင်နေမကောင်းဖြစ်ခြင်း၊ အအေးမိခြင်း ရောဂါတို့ကို ရေနွေးနှင့်သောက်ပါ။

၉။ သွေးလေပျက်၍ အိပ်မပျော်ခြင်းတို့ကို ကြံ့သွေးလောင်းတိုက်ပါ။

၁၀။ သူငယ်နာ၊ တက်ခြင်း၊ လန့်ခြင်း၊ တကြုတ်ကြုတ်မည်ခြင်း၊ ကြို့ထိုးခြင်း စသောသူငယ်နာရောဂါများကို သိန္ဓောဆား ၁ ပဲသားခန့်ကဲ၍ အရွယ်လိုက် ထိုက်သည့်အားလျော်စွာ တိုက်ပေးပါ။

၁၁။ မိန်းမတို့ ရာသီဥတု မမှန်ခြင်း၊ ထိမ်ချန်ခြင်းတို့ကို ဒန့်သလွန်မြစ်ရည်နှင့် စပ်တိုက်ပေးပါ။

၁၂။ နာတာရှည် သွေးဆုံးရောဂါဖြစ်ခြင်းတို့ကို ဇာတိပ္ဖိုလ်သီးရည်နှင့် စပ်တိုက်ပါ။

၁၃။ သွေးစုနာဖြစ်ခြင်း၊ ထိမ်ချန်ပေါ်ခြင်းနှင့် အရေပြားရောဂါတို့ကို ဇာတိပ္ဖိုလ်သီးနှင့်သွေး၍ စပ်လိမ်းပါ။

၁၄။ သွားနာခြင်းစသော သွားနှင့်ပတ်သက်သော ရောဂါများကို ယမ်းစိမ်းနှင့်စပ်၍ ထည့်ပေးပါ။

၁၅။ ညှော်မိညှော်ပင်ဖြစ်လျှင် ဆေးပုလဲမြစ်ရည်နှင့်တိုက်ပါ။

၁၆။ မြွေဆိပ်၊ ကင်းဆိပ်၊ ခါးလုံ့ထိရှခြင်းများကို ဆေးကိုဖျော်၍ ပွတ်သိပ်ပေးပါ။

၁၇။ ကျောက်ရောဂါကို စပါးကြီးသည်းခြေနှင့် စပ်တိုက်ပါ။ ဝက်သက်ပေါက်ရောဂါတွင် မိကျောင်းသည်းခြေနှင့် စပ်တိုက်ပေးပါ။

(၁) ရခိုင်ရိုးရာသုံး ဓာတ်လေးပါး ဆေးလင်္ကာ

အောင်မင်္ဂလာ၊ ကျွန်းဒီပါထက်၊ ပတ်ကာရံဆိုင်း၊ ကျောက်တံတိုင်းတွင်၊ ရှိကျင်အက္ခရာ၊ ကမ္ပည်းစာကို ကူးလာယူဆောင်၊ လှူဘောင်သို့ရောက်၊ ကိုးဆယ့်ခြောက်ဖြာ၊ ဝေဒနာကို၊ ချမ်းသာပါစေ၊ ယူဆောင်ပေက၊ ဩသဓလည်း၊ နှိုင်းဆပိုင်းခြား၊ ဓာတ်လေးပါးကို၊ ဖော်စားလိုသူ၊ သတိမူ၍၊ မှတ်ယူကြပါ၊ ဆေးမှာငရုတ်ကောင်း၊ ထည့်လောင်းထုံးဖြူ ယူတုံကျပ်ခိုး၊ ထည့်လော့ဆားဖုတ်၊ မယုတ်နည်းတူ၊ နနွင်းမူလည်း၊ ထို့တူမကွာ၊ ထည့်ပါလက်ချား၊ ညီမျှထား၍၊ ပေါင်းငြားပြီးခါ၊ ကြိတ်ပါဖြည်းဖြည်း၊ အားကိုပေးလျက်၊ လုံးလေမှန်စွာ၊ ဆီးကင်းသာသို့၊ လုံစွာသိုထား၊ အများရှင်လူ၊ ခပ်သိမ်းသူတို့၊ ကိုယ်ပူရောဂါ၊ ဖျားနာသို့ရောက်၊ မပေါက်ခြေလက်၊ အေးလျက်လည်းနေ၊ ကွမ်းပြုတ်ရည်နှင့်၊ သောက်လေတစ်ဖန်၊ မပေါက်ပြန်လည်း၊ ဆေးမွန်တစ်ဖက်၊ လေးညှင်းစွက်၍၊ ကြိတ်လျက်တိုက်လေ၊ ပေါက်တုံပေ၏။ တစ်ထွေငန်းမူ၊ ခေါ်တုံသန္နိပါတ်၊ လူးလဲခတ်၍၊ ရေငတ်ခုပင်၊ ခုလျှင်ရေသောက်၊ ပြင်မပေါက်ဘဲ၊ အထဲပင်လျှင်၊ ပူလတ်ကျဉ်မူ၊ ထုံးကြက်တက်ရည်၊ ဆန်ဆေးရည်နှင့်၊ ထည့်လေဥပသကာ၊ သုံးပါးသာတည်း၊ တစ်ခါမချမ်း၊ ရှိလတ်သောခါ၊ စပါးကြီးသည်းခြေ၊ တစ်ထွေမိကျောင်း၊ နှစ်ပါးလောင်း၍၊ တိုက်လောင်းတုံပေ၊ ချမ်းသာလေ၏။ သွေးပျက်သွေးယုတ်၊ သွေးဆုတ်သောသူ၊ တိုက်လိုမူက၊ ဇာတိပ္ဖိုလ်သီးရည်၊ စွက်တိုက်ပေလော့၊ ဝမ်းသွေးဝမ်းကျ၊ ရှိလတ်ကမူ၊ ထည့်ယူလက်ထုတ်ခေါက်ရည်၊ ဆီးဖြူရည်နှင့် သောက်လေအမှန်၊ ချမ်းသာပြန်၏။ အော့အန်ကြွက်တက်၊ စွက်ဖက်ပတဲကောရည်၊ သံပုရည်နှင့်၊ တိုက်လေမှန်စွာ၊ ချမ်းသာရာ၏။ ခြေပါဒရက်၊ ခြေကတက်၍၊ အေးလျက်စိမ့်စိမ့်၊ ဖြစ်ဘိဒူလာ၊ တစ်ခါရင်တိုက်၊ စားလိုက်အစာမကြေပါ၍၊ ရင်မှာတင်းစို့၊ ရှိသောရောဂါ၊ တိုက်လိုပါမူ၊ သံပရာရည် ရှောက်၊ ရရာလှောက်လော့၊ ဓာတ်တွင်း ဓာတ်ငုပ်၊ ဓာတ်ချုပ်တစ်ဖန်၊ စားပြန်မုန့်တီ၊ တစ်လီမုန့်သန်း၊ ရရာ ဖမ်း၍၊ အငမ်းလောဘ၊ စားကြထွေလာ၊ ယင်းအစာကြောင့်၊ ဝမ်းနာဝမ်းပြည့်၊ ဖြင့်လှည့် တစ်ခါ၊ စားမှားရာကို၊ ရေမှာဖျော်သောက်၊ ရောဂါပျောက်၏။ သွေးလေသွေးပျက်၊ အိပ်လျက်မပျော်၊ ရှိသော်တစ်ကြောင်း၊ ဆေးကြောင်းကြံ့သွေး၊ ဖျော်၍ပေးက၊ ချမ်းသာရ ၏။ တစ်ထွေသူငယ်နာ၊ တက်ပြန်ပါ၍၊ လည်မှာကြုတ်ကြုတ်၊ မလှုပ်ခြေလက်၊ ကြက်တက် မျက်စိ၊ ရွဲ့ဘိမျက်စောင်း၊ ဝမ်းကြောင်းကြို့ထိုး၊ တစ်မျိုးဖြစ်လာ၊ ဆေးမှာတစ်ပဲ၊ သိန္ဓော ကဲ၍၊ တိုက်လေတုံပါ၊ ချမ်းသာရ၏။ မိန်းမတို့မှာ၊ ဥတုရာသီ၊ မမှန်တစ်ချက်၊ ရှိပြန်လျက်က၊ စွက်ထတစ်ဖန်၊ ဒန့်သလွန်မြစ်၊ လောင်း၍တိုက်လေ၊ သွေးလွန်ပေက၊ တစ်ထွေဆီးဖြူသီး၊ ဆောင်းပြီးကူးလေ၊ တိုက်တုံပေက၊ ချမ်းသာရ၏။ မိန်းမတို့မှာ၊ မီးယပ်နာကို၊ ဇာတိပ္ဖိုလ်သီးရည်၊ စပ်တိုက်ပေလော့၊ သွေးလေရမ်းလျက်၊ စုလျက်တစ်ဖြာ၊ လုံးရမ်းနာက၊ ဖောင်ဖက်စသည်၊ တိန်နာမန်းနာ၊ သည်းခြေနာက၊ စသည်မကျန်၊ ဖြစ်တုံပြန်က၊ ဇာတိ ပ္ဖိုလ်စွက်၊ လိမ်းလျက်မှန်စွာ၊ ချမ်းသာရာ၏။ ခံတွင်းထဲတွင်၊

သွားစွယ်သွားရင်း၊ ဖောက် ထွင်းစားမူ ရှိသောသူမှာ၊ မီးခြစ်ယမ်းမွှန်၊ ဆေးမှုန်နှင့်ဖက်၊ ကြိတ်လျက်ထိုးလေ၊ ညှော်မိ ချေက၊ ဆေးပုလဲရည်၊ ဖျော်တိုက်ပေလော့၊ မြွေဆိပ်ကင်း ဆိပ်၊ မိကျောင်းဆိပ်က၊ ဆိပ် မျိုးစသည်၊ ဖြစ်လေတစ်ခါ၊ ဆေးမြတ်စွာကို၊ လိမ်းကာပွတ်လေ၊ ချမ်းသာပေ၏။ ကိုယ်ဝယ်တစ်ဖန်၊ ကျောက်ပေါက်ပြန်သော် ၊ မှတ် ရန်စပါးကြီးသည်းခြေ၊ ဖျော်တိုက်ပေက၊ ချမ်းသာရ၏။ ထိုမှဝက်သက်၊ ပေါက်လျက် တစ်ဖန်၊ ရှိပြန်သောခါ၊ ယူပါမိကျောင်းသည်းခြေ၊ ထည့်တိုက်လေက၊ ချမ်းသာရ၏။ ဆေးလှရွှေစင်၊ ဂုဏ်ကြီးအင်ကို၊ များရှင်လူအား၊ မှတ်စိမ့်ထားသည်။ နောင်လာ နောင်သား သုံးစေသော်. . . .

(ဂ) ဓာတ်လေးပါးဆေးတစ်နည်း

ချင်းစိမ်း,ချင်းခြောက်၊ သက်ရင်းကြီး၊ ငရုတ်ကောင်း၊ ပိတ်ချင်းတန် ၃ ကျပ်စီ၊ ရှားစောင်းကြီး ၈ ကျပ်၊ နှပ်ချိုမဟာဂါ၊ ကြံဟင်းပဲကြီးဆံ၊ သဘော်ဖိုမြစ် ၃ ကျပ်ကျစီ အညက်ကြိတ်၊ အတောင့်လုပ်၍ထား၊ ဆေးအကျိုးကား ဖျား၍ပူသော် သံပရာရည်၊ ကြိတ်မှန်ရွက်ရည်တွင် သကြားအတန်ငယ် ထည့်၍တိုက်၊ ဖျား၍ဝမ်းချုပ်သော် ချင်းရည် ထန်းလျက် သံပရာရည်ခတ်တိုက်၊ ဖျား၍ဆီးချုပ် ချောင်းဆိုးသော် ယမ်းစိမ်း ဇဝက်သာ ကျောက်ချဉ် သိန္ဓော သံပရာရည် ငှက်ပျောလက်ပတ်ရည် ထန်းလျက်ချိုချို ခတ်၍တိုက်၊ ဝမ်းသက်၍ ချောင်းဆိုးသော်၊ အပူငုပ်သော် ထုံး နနွင်း ကျပ်ခိုး ဆား အတန်ငယ်ထည့်၍ သံပရာရည် ထန်းလျက်နှင့် သံပူသတ်၍ တိုက်လေ။

၂။ ရခိုင်ရိုးရာ အာဟာရခြောက်ပါးဆေး

၁။ ငရုတ်ကောင်း
၂။ နနွင်းစိမ်း
၃။ မဖောက်ထုံး
၄။ ကွမ်းရွက်
၅။ ကျပ်ခိုး
၆။ ဆားမီးဖုတ်

ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်း ဆရာချစ်

အချို့ဆရာများ ဆားဖုတ်အစား ချင်းစိမ်းကိုထည့်၍ ဖော်ပြကြ၏။ သို့ရာတွင် လက်တွေ့အားဖြင့် ဖော်ပြပါ ဆားဖုတ်ပါဝင်သော နည်းက တိုဒေါသ လေ သည်းခြေ သလိပ်နာများတွင် ပိုမိုအစွမ်းသတ္တိထိရောက်ကြောင်း တွေ့ရ၏။ နှစ်သက်ရာနည်း သုံးစွဲကြပါလေ။ ၎င်းဆေးခြောက်ပါးကို အမှုန့်ပြုပြီး ညက်အောင်ကြိတ်၍ ဓာတ်လေးပါး ဆေးကဲ့သို့ ဆီးကင်းခန့်လုံး၍ အသုံးပြုကြပါလေ။ ရခိုင်ပြည်တွင် အစဉ်အလာအရ ယနေ့တိုင် လူသုံးများပြီး ထင်ရှားကျော်ကြားသော ရခိုင်ရိုးရာ ဆေးစွမ်းကောင်းတစ် လက်ဖြစ်သဖြင့် သမားဉာဏ်ဖြင့် အဆွယ်တပ်၍ သုံးတတ်လျှင် ပိုမိုထိရောက် အစွမ်း ထက်သောဆေးနည်းကျော်ပင် ဖြစ်ပါသည်။

ဆေးသုံးနည်း

၁။ တစိမ့်စိမ့်ဖျားသော်၊ အိပ်မပျော်၊ အဆစ်အမြစ်ကိုက်ခဲသော် ဆေးကို ရေနွေးနှင့်တိုက်၊ ကိုယ်ပူမလျော့သော် ဥပသကာရည်နှင့်တိုက်၊ သို့မဟုတ် ဥသျှစ်သီးခွံရည်နှင့် တိုက်၊ မသက်သာသော် ကြံသွေးနှင့်စပ်၍တိုက်။
၂။ ဝမ်းသွားသော် လက်ထုတ်ခေါက်လောင်း၍တိုက်။
၃။ ငန်းမန်းဖမ်းခြင်း၊ ရင်ဆို့လေဆို့ကို ရေနွေးနှင့်တိုက်။
၄။ ကာလနာ၊ အော့အန်နာကို သံကိုမီးဖုတ်၍ ခုနစ်ခါ စပ်၍တိုက်။
၅။ နှလုံးမငြိမ်သော် စမုန်ဇီယာနှင့်တိုက်၊ မသင့်သော် စမုန်ဖြူလောင်း၍ တိုက်။
၆။ သွေးမပေါ်သော် ဇာတိပ္ဖိုလ်လောင်း၍တိုက်။
၇။ သွေးမတည် မရပ်သော် လေးညှင်းလောင်း၍တိုက်၊ မသက်သာသော် ပန်းနု လောင်း၍ တိုက်။
၈။ လေချုပ်၍ ဝမ်းဖောဝမ်းရောင်ဖြစ်သော်၊ ကလေးငယ် လေမစုန်သော် ရှိန်းခို လောင်း၍တိုက်။
၉။ သူငယ် ကျောပူခေါင်းပူသော် ကြက်သွန်ဖြူရည်နှင့်တိုက်။
၁၀။ လူကြီး လူငယ် အော့အန်ဝမ်းကျခြင်း၊ ချွေးလုံးကြီးကျခြင်းတို့၌ ကွမ်းရွက်ရည်၊ ဆေးတစ်လုံးရည်တို့နှင့် တိုက်။
၁၁။ ဝမ်းသက်သက်ကျသော် ရွှေတမာလောင်း၍ တိုက်၊ မသက်သာသော် ဘုမ္မရာဇာ လောင်း၍တိုက်။

၁၂။ နံဘေးနှစ်ဖက် ကားကားထွက်သော် ဆေးပုလဲလောင်း၍တိုက်၊ မသက်သာသော် ပတဲကောရော၍တိုက်။ ပညာလက်ာကဲ၍တိုက်။

၁၃။ ဝမ်းကိုက်သော် စောင်းချမ်းလောင်း၍တိုက်၊ သို့မဟုတ် မိုးကြိုးမြစ်နှင့်တိုက်၊ မသက်သာသော် ကန့်ချုပ်လောင်း၍တိုက်။

၁၄။ မီးယပ်အတွင်း မိန်းမကြည့်နိုင်၍ပူပူဆာဆာရှိသော် မိဿလင်လောင်း၍တိုက်။

၁၅။ မီးယပ်ဝမ်းကျဝမ်းပျက်သော် လက်ထုတ်ခေါက် လောင်း၍တိုက်၊ မသက်သာသော် ဥပသကာလောင်း၍တိုက်။

၁၆။ ငန်းပုပ်ဖမ်း၍ တစ်ကိုယ်လုံးပူသော် နံ့သာနှစ်ပါးနှင့်တိုက်။

၁၇။ နှာခေါင်းကသွေးထွက်သော် ဆီးဖြူသီးရည်နှင့်တိုက်။ မသက်သာသော် ကြစုကဲတိုက်၊ ကရဝေးမြစ်ကဲတိုက်။

၁၈။ မိန်းမတို့ ကိုယ်ဝန်ဆောင်၍ ဖောရောင်သော် အုန်းသီးမျက်နှာဖုံးရည်နှင့်တိုက်။

၁၉။ ရင်ဘတ်နာသော် နံ့သာရည်နှင့်တိုက်၊ မသက်သာသော် ဝန်းရင်းရည်နှင့်တိုက်။

၂၀။ မိန်းမတို့သွေးလွန်သော် ဆီးဖြူသီးရည်နှင့်တိုက်၊ မသက်သာသော် ထန်းလျက်ရည်နှင့်တိုက်။

၂၁။ ညှော်မိသော် ကွမ်းရွက်လောင်း၍တိုက်။

၂၂။ ဝမ်းသွား၍ ဝမ်းမရပ်သော် ယောက်သွားခွံကို မီးဖုတ်ပြာရည်နှင့်တိုက်။

၂၃။ ရင်တွင် အပူကပ်၍ လူးလဲသော် ပတဲကောရည်နှင့်တိုက်။

၂၄။ အဆိပ်အတောက် ဟူသမျှကို လက်ချားလောင်း၍ ထုံးကြက်တက်ရည်နှင့်တိုက်လေ။

၃။ ခုနစ်ပါးဆေး

၁။	နနွင်း(ဆနွင်း)	၁ ကျပ်
၂။	ကွမ်းရွက်	၁ ကျပ်
၃။	မဖောက်ထုံး	၁ ကျပ်
၄။	ကျပ်ခိုး	၁ ကျပ်
၅။	လက်ချား	၁ ကျပ်
၆။	သိန္ဓောဆား	၁ ကျပ်
၇။	ငရုတ်ကောင်း	၁ ကျပ်

(၇)ပါးလုံးကို အချိန်ညီမျှစွာစု၍ ခြောက်ပါးဆေးကဲ့သို့ ရေလဲအမျိုးမျိုးတပ်၍ ရောဂါလက္ခဏာအရ သုံးစွဲနိုင်သည်။

ငှင်းဆေး ရေလဲလက်ာ

တေဇောဝါယော၊ အာပေါပထဝီ၊ လေးလီဓာတု၊ ပစ္စည်းပြုကာ၊ မဟာဘူတ၊ သြသဓကို၊ ဖော်ကြလင်းလင်း၊ နှလုံးသွင်းလော့၊ ဆေးရင်းအစ၊ ဖော်ထုတ်ပြအံ့။

နနွင်းကွမ်းခြောက်၊ မဖောက်ထုံးဖြူ ကျပ်ခိုးဟူ၍။ တကွလက်ချား၊ သိန္ဓောဆားလောင်း၊ ငရုတ်ကောင်းနှင့်၊ ပေါင်းခုနစ်လီ၊ တစ်ကျပ်စီကို၊ မျှညီစုဖက်၊ ကျောက်ပျဉ်ထက်တွင်၊ ညက်ညက်ကြိတ်ခါ၊ ဆီးကင်းသာသို့၊ လုံးကာနေလှန်း၊ ခြောက်သွေ့မြန်းသော်၊ လိုလိုရာရာ၊ သာယာကင်းပ၊ ဆနဝကို၊ တကွကင်းပျောက်၊ ကောင်းကျိုးရောက်အောင်၊ ဖဲထောက်ကူမ၊ ရေလဲပြမူ၊ ဝမ်းကျ၍ဖျား၊ ရေသောက်များမူ၊ သံပူရေနှင့်၊ ဖက်သွင်းရမည်၊ အန်သည်တစ်ချက်၊ ဝမ်းသက်သောခါ၊ သံပူသာလျှင်၊ နိုပ်ပါသုံးချက်၊ ပေးလျက်မမှား၊ တစ်ပါးခြေလက်၊ အေးစက်နေသော်၊ ဇာတိပ္ဖိုလ်ကို၊ တော်အောင်ထည့်သွင်း၊ အပူပြင်းလျက်၊ မယွင်းသန္နိပါတ်၊ မရပ်မနား၊ ဝမ်းသွားတုံလိုက်၊ ဆီးမြစ်ရည်သောက်၊ ထိုနောက်ငန်းနာ *ကျင်ရည်သာတည်း၊ နောင်လာလူများ၊ အမျိုးသားတို့၊ သိငြားနာယူ၊ ရေလဲကူ၍၊ တိုက်ယူကြပါ၊ ဆေးမဟာသည်၊ များစွာအကျိုးရှိသတည်း။

ကိုးပါးဆေး

၁။	ကျပ်ခိုး	၆။	ဆေးဒန်း
၂။	နနွင်းစိမ်း	၇။	ယမ်းစိမ်း
၃။	စမုန်နက်	၈။	ဆပ်ပြာ
၄။	ထန်းလျက်	၉။	ငရုတ်ကောင်း
၅။	ကြက်သွန်ဖြူ		

* ကျင်ရည်အရ နွားကျင်ငယ်ရည်ကို ယူလေ။

ထိုအမျှစု၍ ဓာတ်လေးပါးဆေး၊ ခြောက်ပါးဆေး၊ ခြောက်ပါးဆေး၊ ခုနစ်ပါးဆေး၊ ထိုကဲ့သို့ရေလဲတပ်၍ တိုက်ပါ။ ဤဆေးကို ရခိုင်ရှေးဆရာသမားတော်ကြီးများ ဝါယောဓာတ်နှင့် သင့်သောဆေးဖြစ်၍ သူငယ်နာမှအစ ဝမ်းရောဂါနှင့် ပတ်သက်လာလျှင် အစဉ်အလာသုံးစွဲကြသော လက်တွေ့ဆေးစွမ်းကောင်း တစ်လက်ပင်ဖြစ်လေသည်။

၅။ ရခိုင်ဆေးမည်းကြီး

၁။	ကျပ်ခိုး	၉။	မုတ်နီ
၂။	နနွင်းခါး	၁၀။	ယမ်းစိမ်း
၃။	နနွင်းစိမ်း	၁၁။	သိန္ဓော
၄။	ငရုတ်ကောင်း	၁၂။	ပုဏ္ဏားစားရှိန်းခို
၅။	ဆားလှော်	၁၃။	စစ်ဆပ်ပြာ
၆။	ကြက်သွန်ဖြူ	၁၄။	ဇာသီး
၇။	ပိတ်ချင်းတန်	၁၅။	စမုန်နက်
၈။	မဖောက်ထုံး	၁၆။	ကွမ်းရွက်

(ငရုတ်ကောင်း၊ စမုန်နက်ကို လှော်၍ထည့်ရမည်။ ကြက်သွန်ဖြူ နနွင်းစိမ်း၊ နနွင်းခါးကို မီးဖုတ်၍ ထည့်ရမည်။)

ရခိုင်ဒေသအဝန်းတွင် ယနေ့တိုင် အိမ်သုံးဆေးအဖြစ် လူသုံးများ၍ကျော်ကြားသော ဆေးစွမ်းကောင်းတစ်လက် ဖြစ်ပါသည်။

ဖော်စပ်ရာတွင်လည်း ဒေသအရပ်အလိုက် အချို့ ကျပ်ခိုးအားလုံးကဲ၍ ၂၅မျိုးဖြင့် ဖော်စပ်သုံးစွဲကြသလို အချို့က အဆွယ်ပွားတပ်၍ ၄၂ မျိုးအထိ သုံးစွဲနေ ကြ၏။ စင်စစ်အားဖြင့် ရခိုင်ဆေးမည်းကြီးနည်းသည် ရခိုင်ရိုးရာ(၆)ပါးဆေးမှ ရှေးသမားတော်ကြီးများ ရောဂါလက္ခဏာအရ ရေလဲအဆွယ်တပ်၍ သုံးစွဲလာကြသော ဓာတ်ထွက်ဆေးကြီးတစ်နည်းပင် ဖြစ်လေသည်။ သို့အတွက်ကြောင့် ဆေး၏ရေလဲမှာလည်း အကျယ်များပြားလှခြင်း ဖြစ်တန်ရာသည်။

ဆေးရေလဲအကျဉ်းကား - - -

ညှော်မိညှောင်ဝင်၊ အပူငုပ်၊ ရေချိုးမှား၊ ဓာတ်ငုပ်နာတို့ကို ဆေးတွင် ကွမ်းရွက်၊ နနွင်းကဲ၍တိုက်ပါ၊ အဖျားကြီး၍ အပူမပြတ်လျှင် ကွမ်းရွက်ပြုတ်ရည်နှင့်တိုက်ပါ။

၁။ ဝမ်းခဲဝမ်းနာ၊ ဝမ်းပြည့်၊ အစာမကြေလျှင် ဆားမီးဖုတ်စွက်၍တိုက်ပါ။

၂။ ကိုယ်ဖော်ကိုယ်ရောင် ဖြစ်လျှင် ကွမ်းရွက် နနွင်းခတ်၍ တိုက်ပါ။ နံနက်၊ ညကင်းပွန်းချဉ်ကျို၍ သောက်ရမည်။

၃။ ထုံနာ၊ ပါဒရက်နာကို ၎င်းဆေးကို သက်သက်စားပေးပါ။

၄။ မေးနာ၊ မန်းနာတို့ကို ကွမ်းရွက်ကို နနွင်းနှင့်ကြိတ်၍ တိုက်။

၅။ အသည်း၊ အအူ၊ သရက်ရွက်ကြီးသောအနာ၊ ကျောက်ထန်၍ အပူကပ်သောရောဂါများကို ၎င်းဆေးကို နေ့တိုင်းစား၍ နေ့တိုင်းနွားနို့သောက် ပေးရမည်။

၆။ ဘဝင်ကြောတွင် အပူကပ်၍ သွေးတိုးသော ရောဂါများကို ၎င်းဆေးကို နေ့တိုင်းစား၊ နွားနို့သောက်ပေး။

၇။ မိုးဥတုတွင် ဝမ်းပြည့် ဝမ်းရောင်ဖြစ်လျှင် ၎င်းဆေးကို စားလေ။

၈။ ဖျားသော် ကွမ်းရွက်ပြုတ်ရည်နှင့်တိုက်၊ ဖျား၍နေမကောင်းသော် သိန္ဓောဆား၊ သံပရာရည်နှင့်တိုက်။

၉။ ကျင်ငယ်(ဆီး)အာပေါနည်းသော် ဆပ်ပြာ သိန္ဓောလောင်း၍တိုက်။

၁၀။ အော့အန်သော် ပတဲကောရည်၊ လင်းညို(လင်းလေ)ရည်နှင့်တိုက်။

၁၁။ ဓာတ်သက်(ဝမ်းသက်)သော် ကွမ်းရွက်နှင့် နနွင်းကြိတ်၍ သံပူ(၃)ခါ ခတ်၍တိုက်။

၁၂။ အဆစ်အမြစ်ကိုက်ခဲခြင်းမှာ သံပရာရည်နှင့် ဆေးကို ဖျော်တိုက်ပြီး ကိုက်ခဲသော နေရာတို့ကို လိမ်း လည်းလိမ်းပေးပါ။

၁၃။ ဓာတ်ချုပ်ဝမ်းချုပ်ရောဂါတို့မှာ ဆားမီးဖုတ်နှင့်သက်ရင်းကြီးမြစ် သွေးသောအရည်နှင့် ဆေးကိုဖျော်တိုက်ပါ။ ကင်ပွန်းချဉ်၊ ထန်းလျက်ကြိတ်ပြီး ရောစွက်၍သော်လည်းကောင်း တိုက်ပေးပါ။

၁၄။ အသည်းအဆုတ် သရက်ရွက်ကြီးသူ၊ ကျောက်ကပ် အပူကပ်ရောဂါရှိသူတို့ကို

နံနက်၊ ည ဆေးကို မှန်မှန်သောက်ပေးစေ၍ နွားနို့တိုက်ပေးပါ။

၁၅။ ဝမ်းသွားသူများကို မာဇူသီး(ပဥ္စကာနီသီး)၊ လက်ထုတ်ခေါက်၊ ဟင်းခရိုမြစ် ရရာတစ်ခုခုနှင့် စပ်တိုက်ပေးပါ။၏

၁၆။ ဖျား၍အပူမကျသော် ဆေးမည်းကြီး၊ ကွမ်းရွက်၊ ကျပ်ခိုး ဆတူပေါင်းစပ်၍ ကွမ်းပြုတ်ရည်နှင့်တိုက်ပါ။ ဆေးတိုက်ပြီး ကွမ်းပြုတ်ရည်သက်သက်ကိုလည်း သောက်ပေးပါ။

၁၇။ ငန်းဖမ်းသော်၊ ငန်းလိုက်သော် ပတဲကောရည်နှင့် တိုက်၍ ငန်းပြေသော် ကွမ်းရွက်နှင့် ကျပ်ခိုးဆေးရင်းတွင် လောင်း၍တိုက်ပေးပါ။

၁၈။ အပူကြီး၍ ရေငတ်သော် ကျပ်ခိုးနှင့် ဖာလာစေ့ရည်ကဲ၍တိုက်ပါ။

၁၉။ အနာလုံး၊ အနာဖု၊ အကျိတ်အခဲ၊ ဝက်ခြံနာ စသည်များမှာ ဆေးကို နှမ်းဆီနှင့် ဖျော်၍ သော်လည်းကောင်း၊ ဆေးရင်းသက်သက်သော်လည်းကောင်း ထည့်ပေး လိမ်းပေး၍ အပြင်မှ စက္ကူပါးပါးလေးဖြင့် ကပ်ပေးပါ။

၂၀။ ကင်း၊ မြွေကိုက်ခြင်း၊ ငါးစူးခြင်း စသော အဆိပ်နှင့် ပတ်သက်သောရောဂါ များမှာ လက်ချားမီးဖုတ် ပြာနှင့်စပ်၍ ဆေးကိုထည့်ပေးပါ။

ဆေးမည်းကြီး (တစ်နည်း)

၁။	စမုန်နက်	၃	ကျပ်	
၂။	မုတ်နီ	၂	ကျပ်	
၃။	ချင်းစိမ်း	၂	ကျပ်	
၄။	ကြက်သွန်ဖြူ	၂	ကျပ်	၈ ပဲ
၅။	နနွင်းစိမ်း	၅	ကျပ်	
၆။	နနွင်းခါး	၅	ကျပ်	
၇။	ပုဏ္ဏားစားရှိန်းခို	၂	ကျပ်	
၈။	ငရုတ်ကောင်း	၅	ကျပ်	
၉။	လက်ချား	၂	ကျပ်	၈ ပဲ
၁၀။	မဖောက်ထုံး	၂	ကျပ်	
၁၁။	ကွမ်းရွက်	၅	ကျပ်	
၁၂။	ဆားလှော်	၂	ကျပ်	

ဆေးရင်းပေါင်း ၃၈ ကျပ် အလေး ကျပ်ခိုးကဲ၍ အသုံးပြုလေ။ ဆေးမည်းကြီး ရေလဲကား ကျယ်ဝန်းများပြားသည့်အတွက် သမားဉာဏ်ဖြင့် အဆွယ်တပ်၍ ရောဂါ လက္ခဏာအရ သုံးစွဲကြပါလေ။

၆။ ရခိုင်ရိုးရာ မဟာသံဝေ လေမုန်တိုင်းဆေးကြီး

၁။	ပန်းနု	၂	ကျပ်သား	
၂။	စမုန်မျိုးငါးပါး	၂	ပဲစီ	
၃။	ကန့်ချုပ်နီ	၁၄ ပဲ		
၄။	သိန္ဓော	၁	ကျပ်သား	
၅။	ဖာလာ	၁	ကျပ်သား	၂ ပဲ
၆။	စရို	၁	ကျပ်သား	၄ ပဲ
၇။	ချင်းခြောက်	၁	ကျပ်သား	၆ ပဲ
၈။	လင်းလေ	၁	ကျပ်သား	၈ ပဲ
၉။	ပရုတ်မှုန့်	၁	ကျပ်သား	၁၀ ပဲ
၁၀။	ဇာသီး	၁	ကျပ်သား	၁၂ ပဲ
၁၁။	ငရုတ်ကောင်း	၁	ကျပ်သား	၁၄ ပဲ
၁၂။	လက်ချား	၂	ကျပ်သား	
၁၃။	လေးညှင်း	၂	ကျပ်သား	
၁၄။	ရှိန်းခို	၂	ကျပ်သား	၄ ပဲ
၁၅။	ဆောင်းမေးခါး	၂	ကျပ်သား	၆ ပဲ
၁၆။	ပိတ်ချင်း	၂	ကျပ်သား	၈ ပဲ
၁၇။	ကြက်သွန်ဖြူ	၂	ကျပ်သား	၁၀ ပဲ

ဆေးအားလုံးအမှုန့်ပြု၊ လေလုံပုလင်းတွင်ထည့်၍ ၂ ပဲသားမှ ၄ ပဲသားထိ လူနာ အင်အားကိုကြည့်၍ အသုံးပြုပါလေ။ ဤဆေးကို လေရောဂါနှင့်ပတ်သက်သော လေထိုး

လေအောင့်၊ ဘေးထိုးရင်ကျပ်၊ အစာမကြေ၊ ပျို့အန်လေဆန်ခြင်းဟူမျှ ရှေးရခိုင်ဆေးသမားတော်ကြီးများ အသုံးပြုကြလေသည်။ ဝမ်းကိုက်၊ မီးယပ်ဝမ်းကျနာတို့ကို အရက်နှင့်တိုက်၍ ဘေးထိုးရင်ကျပ်၊ ပါဒရက်၊ လေနာ စသည်တို့မှာ ရေနွေးနှင့်သော်လည်းကောင်း၊ ရှောက်၊ သံပရာအရည် တစ်ခုခုနှင့်သော်လည်းကောင်း တိုက်၍ အဖျားအနာရောဂါတို့မှာ ကွမ်းရွက်ပြုတ်ရည်နှင့်တိုက်ပါ။ ဆေးရေလဲကား ကျယ်ဝန်းများပြားလှ၏။

၇။ ခန္ဓာခိုင်(သက်စောင့်)ဆေးကြီး

၁။	စမုန်မျိုးငါးပါး	၁၁။	ဆောင်းမေးခါး
၂။	ပန်းဥ	၁၂။	တြိကဋုတ်သုံးပါး
၃။	ပန်းရင်း	၁၃။	ပဒုမ္မာဝတ်ဆံ
၄။	ကတ္တရသချော်	၁၄။	ဇာသီး
၅။	ကွက္ကရာ	၁၅။	ဇာပွင့်
၆။	ဇီယာ	၁၆။	ဆေးသူငယ်ချက်
၇။	ကရဝေးရွက်	၁၇။	လက်ချား
၈။	စူလာနဖာ	၁၈။	ကျောက်ချဉ်
၉။	ပရုတ်	၁၉။	သစ်ကြံပိုး
၁၀။	ဖုံးမသိန်	၂၀။	ကန့်ပလူဥ

အားလုံးအမျှစု၍ ဇာသီး ၂၅ ကျပ်သားကဲ။ ၎င်းအားလုံး အလေး လေးညှင်းပွင့်ကဲလေ။

ဆေးအကျိုးကား- - -

(၁) ငန်းသန္နိပါတ်လိုက်သော်၊ အတွင်းချွေးမထွက်သော်၊ ငန်းရေခမိုးလိုက်သော်၊ သန္နိပါတ်ပူတုံချမ်းတုံရှိသော်၊ ရူးသော် ၎င်းဆေးရင်းမှာ ဥပသကာ၊ နံ့သာနှစ်ပါး (နံ့သာဖြူ နံ့သာနီ) လောင်း၍တိုက်။

(၂) ရင်ခေါင်းနာသော် သုရာ(အရက်)ရေနွေးနှင့်တိုက်။

(၃) အအေးအားကြီးသော် ဆေးရင်းကို တစ်မူးချိန်၍ ဇာသီးရည်နှင့်တိုက်။

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

(၄) ချွဲ၊ သလိပ်သံကြားသော် ဆားဖုတ်ခတ်၍တိုက်။

(၅) မျက်တောင်လေးသော်၊ အော့သော်အန်သော်၊ မျက်လုံးလည်သော်၊ ကြို့ကြီးထိုးသော်၊ နေရာပြောင်းသော် ဇာတိပ္ဖိုလ်ပွင့်နှင့် ဇဝက်သာလောင်း၍တိုက်။ ဆေးမမျိုးနိုင်သော် ဂွမ်းနှင့်ငုံစေ။

ငန်းမျိုး(၄၀)၊ မန်းမျိုး(၄၀)၊ အန်မျိုး(၄၀)၊ သန္နိပါတ်(၃၆)မျိုးတို့ကို ချုပ်၍ပေးသော ခန္ဓာခိုင် သက်စောင့်ဆေးတော်ကြီးတည်း။

၈။ ဟိန်းရာဇာကြီးဆေး

၁။ စမုန်မျိုးငါးပါး
၂။ တြိကဋုတ်သုံးပါး
၃။ ဆေးပုလဲ
၄။ ကန့်ချုပ်နီ
၅။ ပညာလင်္ကာ
၆။ ကြစုသီး

အမျှစု၊ ၎င်းဆေး (၁၂)ပါးအလေး ဇာသီးကဲ၊ ဆေးရင်း အားလုံးအလေး ဇာပွင့်ကဲ၊ အားလုံးအလေး လေးညှင်းပွင့်ကဲ၊ ၎င်းဆေးကို သုံးစုစု၊ တစ်စုအလေး သိန္ဓောအထက်ဆေး(၁၂)ပါးကို တစ်စုအလေးပရုတ်ကဲ၊ တစ်စုအလေးယောက်သွား မီးဖုတ်ပြာကဲလေ။

ဟိန်းရာဇာဆေးကြီး ရေလဲလင်္ကာ

ဟိန်းရာဇာဆေး၊ ရေလဲကိုသာ၊ ခြင်းရာစုံစီ၊ လင်္ကာသီအံ့။

(၁) ဖျားပြီးဝမ်းသက်၊ ဖြစ်လျက်တုံလာ၊ ထိုရောဂါကို၊ ချမ်းသာစေလို၊ ဆေးကိုဆိုအံ့၊ ပေးလော့တစ်မျိုး၊ ကျပ်ခိုးထုံးမှာ၊ သံပရာနန္ဒင်း၊ သံပူသွင်း၍၊ မယွင်းထည့်ပြန်၊ ကြိတ်မှုန် ထန်လျက်၊ မပျက်တိုက်ပါ၊ လွတ်ချမ်းသာ၏။

(၂) ဖျားလာခေတ်ချုပ်၊ အဟုတ်ဖြစ်လာ၊ ဝေဒနာကို၊ ချမ်းသာစေသော်၊ ကြိတ်မှုန်ရော၍၊ ငှက်ပျောပတ်ရည်၊ ထည့်လေတုံပါ၊ သံပရာထန်းလျက်၊ ကြိတ်မှုန်ဖက်၍၊ နှောစွက်တိုက်ပါ၊ လွတ်ချမ်းသာ၏။

(၃) ထိုမှတစ်နည်း၊ ရင်ထဲအနာ၊ ဖြစ်ပြန်လာမူ၊ ထိုသည့်သူကို၊ လွယ်ကူချောမော၊ သိန္ဓောဆပ်ပြာ၊ ဇဝက်သာနှင့်၊ ဝမ်းမှာထန်းလျက်၊ ကြိတ်မှုန်ဖက်ကာ၊ သံပုရာနှင့် တိုက်သော် သင့်၏။

(၄) တစ်ဆင့်တစ်ခါ၊ အော့အန်လာမူ၊ ပဒကာရွက်(သဘော်ရွက်)၊ ချင်းစိမ်းဖက်၍၊ ထန်းလျက်ထည့်ကာ၊ ဆားမှာတော်ရုံ၊ ခတ်ပြီးတုံမှ၊ ကျိုပြီးမှလျှင်၊ သွင်းတိုက်ကျင်က၊ သုခိတတည်း။

(၅) ထိုမှတစ်ခါ၊ ရမ်းသာရပ်တန့်၊ ရေငတ်အမှန်၊ ဖြစ်ပြန့်တုံသော်၊ ငှက်ပျောကြိတ်မှန်၊ ကြံသကြား၊ ပေါင်းငြားတိုက်ပါ၊ ဤသို့မှာ၏။

(၆) တစ်ခါကြွက်တက်၊ ဖြစ်ချက်ဆန်းလာ၊ ထိုအနာကို၊ ဝါလုကာသဲထုပ်၊ အပူလုပ်၍၊ ကျပ်ထုပ်လိုက်ပါ။

(၇) ကိုယ်ခန္ဓာသည်၊ အေးလာတုံလျက်၊ ငွေ့မထွက်ပြန်၊သဘော်ခွံကို၊ချင်းငရုတ်သွင်း၍၊ ပေးခြင်းမှန်ထ၊ ချမ်းသာရ၏။

(၈) ထိုမှတစ်ဖန်၊ ဆောင်ပျက်ဆန်မူ၊ ထုံးဖြူကျပ်ခိုး၊ သွင်းရိုးတုံ့ပြန်၊ ကြိတ်မှန်နနွင်း၊ ပေးခြင်တုံလတ်၊ ခတ်ငြိမ်ဝပ်၏။

(၉) ရင်ကျပ်ဆီအောင့်၊ မဖြောင့်တုံပါ၊ ဝေဒနာကို၊ ဇဝက်သာနှင့်၊ တစ်ဖြာယမ်းစိမ်း၊ အပြီးစွက်ကာ၊ ပေးလေပါလော့။

(၁၀) တစ်ဖြာဆီးအောင့်၊ မဖြောင့်အာပေါ၊ ဖြစ်သောခြင်းရာ၊ ဝေဒနာကို၊ ချမ်းသာလိုမူ၊ ယမ်းကိုယူလျက်၊ ဆိပ်စထက်၌ (ဆီးစပ်ထက်၌)၊ စုလျက်မှန်စွာ၊ ထားလေပါက၊ ချမ်းသာ ရသည်၊ ရေနှင့်ရွှေကြာ အတူသော်။

(ဆေးပြင်း ဆေးနု ဆေးစုလတ်တွင် မင်းပြုသော ဟိန်းရာဇာဆေးဟု ဆို၏။)

၉။ ဟိန်းရာဇာနဂါးစက်ဆေး

စမုန်မျိုးငါးပါး၊ တြိကဋုတ်သုံးပါး၊ ကန့်ချုပ်နီ၊ ဆေးပုလဲ၊ ပညာလက်ာ၊ ကြစု၊ ကရဝေးရွက်၊ ဖာလာနဖိတ်၊ ကပ်မျိုးငါးပါး၊ ဇဝက်သာ အမျှစု၊ အားလုံးအလေး ဇာသီးကဲ၊ ၎င်းအားလုံးအလေး လေးညှင်းကဲ၊ ၎င်းနောက် သုံးပုံပုံ၊ တစ်ပုံယောက်သွားခုံးပြာ၊ တစ်ပုံသိန္ဓော၊ တစ်ပုံ ပရုတ်ကဲလေ။ ယောက်သွားကဲပုံလုပ်သောအခါ ပရုတ်

မထည့်လေနှင့်။

တစ်နည်း-ဟိန်းရာဇာ နဂါးစက်ဆေးနည်း

စမုန်မျိုးငါးပါး၊ တြိကဋုတ်သုံးပါး၊ ဆေးပုလဲ၊ ပညာလက်ာ၊ ဖာလာနဖိတ်၊ ဇဝက်သာအမျှစု၊ ၎င်းအလေး ဇာသီးလဲ၊ ၎င်းအားလုံးအလေးဇာပွင့်၊ ၎င်းအလေး လေးညှင်း အားလုံးကဲ၊ သုံးစုစု၊ တစ်စုသိန္ဓော၊ တစ်စုယောက်သွား၊ တစ်စု ပရုတ်ကဲလေ။

သုံးနည်းမှာ ဟိန်းရာဇာဆေးကဲ့သို့ ရည်လဲအဆွယ်တပ်၍ သုံးလေ၊ ရခိုင်သမားတော်များသုံးနေကျ လက်တွေ့ဆေးနည်းကျော်ဖြစ်၏။

၁၀။ ကန့်ချုပ်ခမောင်းဆေးဖော်နည်းနှင့် ၎င်းဆေးရေလဲလက်ာ

ကန့်ချုပ်ခမောင်း၊ ကျော်သောင်းဖွားဖက်၊ ပေါက်နက်ငဖုံးဆေး၊ ထည့်မြဲငစေရှင်၊ ငပြေရှင်နှင့်၊ သင်းဝင်ပေါက်ဖြူ၊ အော်လဲယူမှ၊ မအူပိန်နွေး၊ ဟင်းစားကွဲနှင့်၊ တပေဆေးဖိုမ၊ ထိန်မြစ်စသား၊ ကာလဆေးပုလဲ၊ ထည့်မြဲပညာလက်ာ၊ ထောက်ချာလင်းလေ၊ ထည့်လေဇာတိပ္ဖိုလ်၊ လေးညှင်းဆိုလော့၊ ဟိန်ခို(ရှိန်းခို) စမုန်နက်၊ လေတုဖက်မျှ၊ အမျှစီသာ၊ ကြိတ်ခါပုန်းရည်၊ ထည့်ပြန်လေမှ၊ သွေးစေကောင်းစွာ၊ ကျောက်နာဝက်သက်၊ အပူထွက်မှ၊ မီးယပ်စသား၊ ရောဂါများတွင်၊ ဆေးသားကိုဖက်၊ အရက်ကောင်းစစ်၊ ဖျော်၍တိုက်လော့၊ ရင်၌ပြင်းလာ၊ ပူလာတစ်ဖန်၊ ရေငတ်ပြန်သော်၊ ဆေးမှန်ကြောင်လျှာ၊ ရေနှင့်သာတည်း၊ တစ်ခါအေးအေး၊ တက်တုံသေးသော်၊ ရေနွေးနှင့်ပေ၊ တိုက်ပါလေလော့။

တစ်ထွေအော့အန်၊ ဝမ်းကျပြန်သော်၊ ယူရန်အနီ၊ နံ့သာနီနှင့်၊ တိုက်သော်သင့်၏။ မပွင့်မျက်စိ၊ အိပ်နေဘိမူ၊ နံ့သာဖြူတည်း။ ယူရာမချွတ်၊ မီးယပ်နာဝယ်၊ မေးခေါ်မရရှိချေကမူ၊ မွှေးကြူဇာတိပ္ဖိုလ်၊ သီးကိုယူတုံ၊ တစ်ခြမ်းကုန်သွေး၊ ဖျော်၍ပေးလော့၊ ပိတ်သွေးဝမ်းပျက်၊ ရှိန်းခိုဖက်၍၊ တိုက်လတ်တုံပါ၊ ခေါင်းကိုက်နာကို၊ နံ့သာနီသွေး၊ ကြိုင်မွှေးမွှေးနှင့်၊ ဆေးလည်းစွက်ကာ၊ ရှူနမ်းပါလော့၊ ပူဆာပြန်ထ၊ ဖျားလွန်းကသော်၊ ဆန်လှော်ရည်တွင်၊ ရေနေမီးကောင်း၊ သည်းခြေလောင်း၍၊ ဖျော်ပေါင်းတိုက်ပြန်၊ ဆောင်ကိုယ်ဝန်နှင့်၊ ကြင်ကြသူကို၊ တန်ခိုးရည်မှာ၊ ဆေးဖျော်ကာလျှင်၊ နံ့သာနှင့်မွှေး၊ ရေနှင့်ပေးလေ၊ စပ်လေအမှန်၊ ရင်ဆို့ပြန်သော်၊ ဆားငန်လှော်လျက်၊ ဆေးနှင့်ဖက်၍၊ အရက်ရေနွေး၊ ဖျော်၍ပေး

သည်၊ ငြိမ်းအေးသာယောင် သာယာတည်း။

သာညောင်းသာယာ၊ ထပ်ခါမှာရန်၊ မြားဆိပ်ပြန်မူ၊ ကျေးဖြူမြစ်၊ ဆီးဖြူမြစ်နှင့်၊ ဖက်လိုက်သောက်ပါ၊ ဤသို့မှာ၏။ ရင်ဆာရင်ပူ၊ ဟိ(ရှိ)ငြားမူလည်း၊ နံ့သာကြူမွှေးကြေ၊ ကြာစွယ်တစ်ကြောင်း၊ ဝတ်ဆံလောင်း၍၊ ဖက်လောင်းရေနွေး၊ ဖျော်ကာပေးလော့၊ တစ်ရေးတစ်ထုံး၊ နှလုံးသည်းအူ၊ ဝေဆူတုံလတ်။ သန္နိပါတ်ကြောင့်၊ လန့်ဖျပ်မူးမော်၊ ဟိ(ရှိ)လတ်သောလျှင်၊ ကံ့ကော်ပွင့်ဝတ်၊ ချိုမြတ်သကြား၊ ပုန်းရည်များနှင့်၊ သောက်ငြားစေထ၊ ချွေးငုပ်လှသော်၊ မည်ရ ငရုတ်ကောင်း၊ ကြိတ်ပြီးလောင်းမှ၊ လျှပ်ကြောင်းရေနွေး၊ ဖျော်ကာပေးလော့၊ ထွက်ခဲအောက်တုံ၊ ခေါင်းပိတ်ခြုံသော်၊ မလုံချမ်းချမ်း၊ ရှိပြန်လျှင်မူ၊ ထုံးနန္ဒင်းခွက်၊ ကျပ်ခိုးဖက်၍၊ ပေါင်းလျက်တိုက်ပါ၊ ထွင့်ထိပ်နာ်ကို၊ ဒုတ္ထာလောင်းစွက်၊ ဆီနှင့်ချက်၍၊ ကြက်တောင်နှင့်သုတ်၊ အဟုတ်မှန်စွာ၊ သူငယ်နာပင်၊ ဖျပ်လန့်ကျင်မူ၊ ကြက်ကျင်ဥသစ်၊ အကာစစ်၍၊ အနှစ်ကိုပယ်၊ သွတ်လေဆေးသား၊ နှောငြားပေါင်းရုံ၊ မီးတွင်အုံမှ၊ ဆီးကင်းမျှလျှင်၊ နေ့ညမသွယ်၊ သုံးဆောင်စေဟု၊ မှာထားပြုသည်၊ လူ့ရွာလောက သာစေကြောင်း။

(ကန့်ချုပ်နီ၊ ခမောင်းခါး၊ ဖွားဖက်၊ ပေါက်နက်၊ ငဖုံးဆေး၊ ငစေရှင်၊ ငပြေရှင်၊ သင်းဝင်ပေါက်ဖြူ၊ အော်လဲ၊ မအူပွင့်၊ ဟင်းစကွဲပင်မြစ်၊ တပဆေးဖို,မနှစ်ပါး၊ ထိန်မြစ်၊ ဆေးပုလဲ၊ ပညာလကၤာ၊ ထောက်ရှာ၊ လင်းလေ၊ ဇာတိပ္ဖိုလ်သီး၊ လေးညှင်း၊ ရှိန်းခို၊ စမုန်မျိုးငါးပါး၊ ဆားလျှော်၊ စမုန်နက်)

တစ်နည်း-ကန့်ချုပ်ခမောင်းဆေး

ကန့်ချုပ်နီ၊ ခမောင်းခါး၊ ဖွားဖက်၊ ပေါက်နက်၊ ငဖုံးဆေး၊ လေးညှင်း၊ သင်းဝင်ပေါက်ဖြူ၊ အော်လဲ၊ ငပြေရှင်၊ ငစေရှင်၊ ပညာလကၤာ၊ ဆေးပုလဲ၊ လင်းလေ၊ ဇာသီး၊ စမုန်နက်၊ စမုန်မျိုးငါးပါး အမျှစု၍ အသုံးပြုလေ။

၁၁။ ငန်းပဒေသာဆေးကြီး

ကတ်ဖို၊ ဆောင်းမေးခါး၊ စမုန်ငါးပါး၊ ပန်းမ၊ ပန်းနု၊ ကတ္တရံသချော်၊ ကရဝေးရွက်၊ လေးညှင်း၊ ဇာတိပ္ဖိုလ်သီး အမျှစု၊ အားလုံးအလေးပိတ်ချင်းကဲ၊ နှစ်စုစုပြီးလျှင် တစ်စု

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်း ဆရာချစ်

အလေး ကံ့ကော်ဝတ်ဆံကဲ၊ တစ်စုအလေး ဆေးပုလဲကဲပြီး အားလုံးဆေးများ ပြန်ပေါင်းစုလျက် တစ်ဖန်သုံးစု,စုပြန်၊ တစ်စုအလေး ကန့်ချုပ်နီကဲ၍ ပေါင်းစပ်ပြီး ဆေးကို အသုံးပြုလေ။

ငင်းဆေးနည်းနှင့် ရေလဲလကၤာ

ပုံစံတခြား ထိုဆေးသားကို အများလူရှင်၊ ရွှေနားဆင်လို၊ ဆေးကိုဆိုအံ့၊ ကတ်ဖိုဆောင်းမေးခါး၊ ငါးပါးစမုန်၊ မယုတ်ပန်းမ၊ ပန်းနုစသား၊ ကတ္တရသချော်၊ ထည့်လေကရဝေး၊ ပျံ့မွှေးဇာတိပ္ဖိုလ်၊ ခေါ်ဆိုလေညှင်း၊ စုလျှင်းတုံငြား၊ ဆယ့်သုံးပါးမူ၊ အလေးတူရှိချိန်ဘိုဆေးသား၊ ဆယ့်သုံးပါးကို၊ ရောနှောချိန်ခွင်၊ တစ်ဖက်တင်မှ၊ ချိန်ခွင်တက်ဖက်၊ ပိတ်ချင်းစွက်လော့၊ တစ်ဖက်ဆေးသား၊ ယူ၍ထားမှ ဆေးသားတော်လျော်၊ ကံ့ကော်ဝတ်ဆံ၊ စွက်တုံပြန်မှ၊ တစ်ဖန်ထိုနည်း၊ ဆေးပုလဲနှင့်၊ မလွဲနည်းတူ၊ အမျှယူငြား၊ ရောထားအကုန်၊ နှောတုံသုံးစု၊ တစ်စုအလေး၊ ထည့်မြဲအဟုတ်၊ ကန့်ချုပ်အနီ၊ အညီထည့်ပေါင်း၊ ထုထောင်းကြိတ်လျက်၊ သေလာထက်၌၊ ညက်စေမှုန့်စွာ၊ ပရမာနု၊ အတုလည်းရ၊ ဩသဓကို၊ ကောင်းလှသေချာ၊ လုံစွာသိုထား၊ ဆေးသမားတို့၊ အများလူရှင်၊ ကိုယ်တွင်ရောဂါ၊ အော့နာကာလ၊ ဝမ်းကျဝမ်းပျက်၊ ဖြစ်တုံဟစ်အော်၊ ရှိလတ်သော်လျှင်၊ ဆန်လှော်အရည်၊ ဖျော်တိုက်ပေလော့၊ တစ်သွယ်တုံလျက်၊ ငန်းတက်အနာ၊ ခြေမကတုတ်၊ ပုဆစ်တုပ်လျက်၊ ကျောမရိုးတွင်၊ ချင့်လေတုန့်ပြန်၊ သွေးဆိပ်မွှန်သို့၊ ဖြစ်ပြန်တုံမြောက်၊ ထိပ်သို့ရောက်မူ၊ ပတောက်ပရစ်၊ ဟစ်အော်တုံ့ငြား၊ စကားချွတ်ယွင်း၊ ကြည့်ခြင်းတစောင်း၊ မကောင်းရုပ်ဝါ၊ ထိုအနာကို၊ တိုက်ပါပုံသေ၊ ဆီမြစ်ရည်နှင့်၊ သောက်စေသူနာ၊ ချမ်းသာရာ၏၊ တစ်ခါငန်းသက်၊ အောက်ထက်စုန်ဆန်၊ မခံမသာ၊ တောင်မှာမြောက်လူး၊ မူးတူးထိုင်းမှိုင်း၊ မဆိုင်းပူချမ်း၊ တုန်လွန်းမသက်သာ၊ ရင်မှာအောက်ထက် အော့လျက်ဝမ်းကျ၊ ရှိကြတတ်စွာ၊ ငန်းအနာလည်း၊ တိုက်ပေတုံထွေ၊ ဆီးမြစ်ရည်နှင့်၊ ပေးလေအမှန်၊ တစ်ဖန်ငန်းနီ၊ မညီအဖျား၊ မေးပါးလည်းခိုင်၊ လည်တိုင်လည်ပင်း၊ ဆန်ရှန်းရင်းက၊ ခံတွင်းလည်းပုပ်၊ နတ်ရုပ်တစ္ဆေ၊ ဖမ်းလေသောသွင်၊ တောင်မှာမြောက်လူး၊ မတူမတည်၊ တုန်သည်သားရီ(ရေ)၊ နီသည်မျက်စိ၊ မသိလူမှန်း၊ တမ်းယမ်းဝမ်းတက်၊ အသက်ပင်ရှူ၊ အပူအချမ်း၊ မေးမှန်းမသိ၊ ရှိလတ်သောခါ ၊ နံ့သာနှစ်ပါး သွေးငြားအရည်ဖျော် တိုက်ပေလော့။

တစ်ထွေ့ငန်းနက်၊ ရွှရွှတက်၍၊ ကြောက်မက်ဖွယ်ရှိ တရိရွှေ့ရွှေ့၊ နှုတ်ခမ်းမည်းနှင့်၊ ခေါင်းလည်းကြီးဘိ၊ ကျင်ကြီးကျင်ငယ်၊ အောင့်လေသောခါ၊ ရင်ဆို့ကာနှင့်၊ စကားမပြော၊ ဝမ်းကြောလည်းတင်း၊ ပြင်းခြင်းရောဂါ၊ ထိုအနာကို၊ တိုက်ပါရေကျက်အေး၊ စွက်ကာပေးလော့။

တစ်ကြောင်းငန်းဖြူ၊ ဆိပ်မက်ပူလျက်၊ မသက်မသာ၊ ကိုက်ခဲနာက၊ ပတဲကောရည်၊ တစ်သွယ်တိုက်မြောက်၊ ငန်းပေါက်ပေါက်မှာ၊ ကိုယ်လုံးနာ၏။ လက်သာတစ်၊ မထိတို့ရာ၊ နာကျင်လာသော်၊ မွှေးလှကြိုင်စွာ၊ နံ့သာနှစ်ပါး၊ သွင်းရငြားလည်း၊ အဖျားနွေးနွေး၊ ရှိတုံသေးလျက်၊ မအိပ်ရက်ကြာ၊ အနာကပ်ကပ်၊ သန္နိပါတ်နှင့်၊ နှောလတ်အပူ၊ ရှိသူတို့မှာ၊ ဥပသကာ၊ နံ့သာနှစ်ပါး၊ သွေးငြားရေတွင်၊ ဖျော်တုံကျင်မှ၊ သောက်စေရမူ၊ ချမ်းမြေ့အေးလေ၊ ပျောက်တုံပေစွာ၊ ငန်းတက်နာကို၊ မှတ်ပါဆင်ခြင်၊ ပညာရှင်တို့၊ ကိုယ်တွင်ရောဂါ၊ ဝေဒနာကို၊ ကင်းကွာစေလို၊ မှာဆိုဆရာ၊ ပဒေသာဟု၊ မှန်စွာမှာထ၊ ဩသဓကို၊ သုခချမ်းသာ၊ ရောဂါနတ္ထိ၊ ကင်းလွတ်ဘိသည်၊ သိရိကျက်သရေ၊ ပဒေသာကျော်၊ နာမည်ခေါ်သည်၊ ဆေးကျော်မှန်လှ၊ ဩသဓ။

တစ်နည်း-ငန်းပဒေသာဆေး

ပတဲကော ၁၀ ကျပ်၊ ကန့်ချုပ်နီ ၇ ကျပ်၊ ကံ့ကော်ဝတ်ဆံ ၅ ကျပ်၊ ပိတ်ချင်း ၅ ကျပ်၊ ကတ္တရသချော် ၅ ကျပ်၊ ဆေးပုလဲ ၅ ကျပ်၊ စူလာနဖာ ၅ ကျပ်၊ စန္ဒကူးနီ ၈ ပဲ၊ ပန်းမ၊ လေးညှင်း၊ ဆောင်းမေးခါး၊ ပန်းနု၊ ဇာသီး၊ ဇာပွင့်၊ ကတ်ဖို၊ ကရဝေးရွက်၊ငရုတ်ကောင်း ၁ ကျပ်ကျစီ၊ စမုန်မျိုးငါးပါး ၁ ကျပ်ကျစီ၊ ချင်းခြောက်၊ သိန္ဓော ၈ ပဲစီ။

၁၂။ ငန်းဝါကြီးဆေး

ရှိန်းခို၊ ပရုတ်မှုန့်၊ ကန့်ချုပ်နီ၊ စမုန်နက်၊ ကြက်သွန်ဖြူ၊ ဆင်သမနွယ်၊ ဒေါက်မြစ်၊ ဆယ်ထပ်ချင်း၊ နွားမြက်ရင်း၊ ထုံးဖြူ၊ ကျပ်ခိုး၊ အော်လဲ၊ ပညာလက်ာ၊ ဆေးပုလဲ၊ ဆူးခေါက်နက်၊ ဖွားဖက်၊ သက်ရင်းကြီး၊ ငစေရှင်၊ ငပြေရှင်၊ သင်းဝင်ပေါက်ဖြူ၊ လက်ထုတ်ကြီး၊ ကုက္ကို၊ ဆေးတစ်လုံး၊ ဘုမ္မရာဇာ၊ ကန့်၊ စဖိုလယ်ပြာ၊ ဆိပ်ဖူး၊ လင်းလေ(၂၉)မျိုး၊ အမျှစု၊ တစ်ပုံအလေး ချင်း၊ အားလုံးအလေး နန္ဒင်းကဲလေ။

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

ဆေးအကျိုးကား - - -

ရင်ပူသော် ချင်းရည်နှင့်တိုက်။ အပူငုပ်၍လူးလဲသော် ဆေးပုလဲ၊ ပညာလက်ာ၊ ကန့်ချုပ်နီသုံးပါးရည်နှင့်တိုက်။ ချွေးမထွက်သော် လေးညှင်းကဲ၍တိုက်။ ချွေးငုပ်သော် ဇာတိပ္ဖိုလ်လောင်း၍တိုက်။ တုန်၍ဖျားသော် ငရုတ်ကောင်း၊ ခွေးတောက်မြစ်၊ စမုန်နက်၊ ပိတ်ချင်းဆတူလောင်း၍တိုက်။ အော့အန်ဝမ်းကျသော် ထုံးနန္ဒင်းကျပ်ခိုးနှင့် သံပူခတ်၍တိုက်။ ရင်တွင်အလုံးဆို့၍ တက်သော် ပတဲကောရည်နှင့်တိုက်။ အဖျားပြတ်စေလိုသော် ကွမ်းပြုတ်ရည်နှင့်တိုက်လေ။ အသုံးကား ကျယ်ဝန်း၏။ သမားဉာဏ်ဖြင့် သုံးတတ်စေ။

၁၃။ ဒူလာပါဒရက် ဆေးခါးကြီးဖော်နည်း

ဇာသီး၊ လေးညှင်း၊ စမုန်ငါးပါး၊ ကွက္ကရာ၊ ဆောင်းမေးခါး၊ ကတ်ဖို၊ ကတ္တရသချော်၊ ပန်းနု၊ စူလာနဖာ၊ သိန္ဓော၊ လက်ချား၊ ပရုတ်၊ ဖုံးမသိန်၊ ၎င်းဆေး(၁၇)ပါးကို အမျှစု၊ အမှုန့်ပြုပြီး ငါးစုစု။

တစ်စုအလေး ပတဲကော၊ တစ်စုအလေး လင်းလေ၊ တစ်စုအလေး ကန့်ချုပ်နီ၊ တစ်စုအလေး စမုန်နက်၊ တစ်စုအလေးချင်းခြောက်၊ အားလုံးရောပေါင်းပြန်၍ သုံးစုစု၊ တစ်စုအလေးနှပ်ချို၊ တစ်စုအလေးကြံဟင်း၊ တစ်စုအလေး သက်ရင်းကြီးကဲ၊ ၎င်းဆေးတွင် လောင်းရမည်။ ဆေးကား ဆင်သမနွယ် ၅ ကျပ်၊ ပိတ်ချင်း ၅ ကျျပ်၊ ဆူးခေါက်နက် ၂၅ ကျပ် အမှုန့်ပြု၍ လောင်းလေကဲလေ။

ဆေးအကျိုးကား - - -

ထုံနာစို၊ ထုံနာခြောက်၊ တောင့်တင်းနာ၊ ရင်ပြည့်ရင်တင်း ရင်ကယ်၊ မီးယပ်ပိန်၊ မီးယပ်ခြောက်၊ မီးယပ်မျိုး၊ ထုံကျဉ်ကိုက်ခဲ၊ ဓာတ်ကျိုးဓာတ်ပျက်၊ လေအောင့်အစာမကြေသောအနာတို့ကို လျော်ပြက်၍ တိုက်လေ။ ထုံနာပါဒရက်ဆေးကြီးတည်း။

၁၄။ ရခိုင်နန်းမ ဝေသာလီမီးယပ်ဆေး

ဇာသီး၊ ဇာပွင့်၊ ပဲနံ့သာ၊ လေးညှင်း၊ ကတ်ဖို၊ စမုန်ငါးပါး၊ ၎င်းဆယ်ပါး အမျှစု ထောင်းထု၍ လေးပုံတစ်ပုံအလေး နံ့သာနီ၊ တစ်ပုံ အလေးကံ့ကော်ဝတ်ဆံ၊ တစ်ပုံအလေး ကန့်ပလူဉ၊ တစ်ပုံအလေး သစ်ကြံပိုးကဲလေ။ ဆေးအကျိုးကား မိန်းမတို့ မီးယပ်တွင်းပြင်၊

မီးယပ်ပိန်၊ မီးယပ်ခြောက်တို့မှာ ခေါင်းမူးခေါင်းထောင်ရှိသော် ၎င်းဆေးကို နှမ်းဆီနှင့် ဖျော်၍ ငယ်ထိပ်မှာအုပ်၊ နှာလည်းရှူစေ။ ဆေးကို ဇာသီးရည်နှင့်လည်းတိုက်၊ မီးယပ်နာ မှန်သမျှကို ရေလဲအဆွယ်တပ်၍ အသုံးပြုသော ဆေးကျော်တည်း။

၁၅။ ရခိုင်ဝေသာလီငန်းဆေး

ဇာသီး ၄ ပဲ၊ ရှိန်းခို ၄ ပဲ၊ လေးညှင်း ၄ ပဲ၊ စမုန်နက် ၁၂ ပဲ၊ ကွမ်းရွက် ၁၂ ပဲ၊ ကြက်သွန်ဖြူ ၃ ကျပ်၊ မြက်မုန်ညင်းဥ ၁၂ ပဲ၊ နနွင်းတက် ၆ ကျပ်၊ ကျပ်ခိုး ၁၂ ကျပ်၊ အညက်ကြိတ်ပြီး အခြားငန်းဆေးများမှာကဲ့သို့ အသုံးပြုလေ။

၁၆။ ဗီဇံညို (အစာမှား အစာဖျက်ဆေး) ဆေးလက်ာ

သုံးလူ့မြတ်စွာ၊ ရတနာကို၊ ထိပ်မှာတင်ထား၊ အစားမှားဆို၊ ဗီဇံညိုကား၊ ဇာတိပ္ဖိုလ်၊ လေးညှင်း၊ ပိတ်ချင်း၊ ကြစု၊ ပန်းနု၊ ပန်းမ၊ ကတ္တရသချေ်၊ ဆောင်းမေးခါး၊ စမုန်မျိုးငါးပါး၊ ကန့်ချုပ်တစ်ဖန်၊ ဝတ်ဆံကံ့ကော်၊ အမှန်ဆေးပုလဲ၊ ထည့်မြဲပညာလက်ာ၊ သင့်ရာကတ်ဖို၊ ခေါ်ဆိုနနွင်းခြောက်၊ ထည့်မြောက်ဆေးတစ်လုံး၊ ပေါင်းရုံးအံ့ဖွယ်၊ ဆေးနှစ်ဆယ်ကို၊ ဆုံဝယ်ညက်စွာ၊ ထောင်းပြီးခါမှ၊ ဘူးတွင်သိုထား၊ အကျိုးအားကား၊ ကိုးဆယ့်ခြောက်ပါး၊ ရောဂါများတွင်၊ ဆေးမှားဝါးမှား၊ ဖြစ်ငြားတုံလို၊ အချို့အချဉ်၊ အဖန်အခါး၊ အငန်စပ်များ၊ အစားမှား၍၊ ဖြစ်ငြားသောခါ၊ မှာသောတစ်ထွေ၊ ချင်းစိမ်းရည်နှင့်၊ တိုက်လေကလျှင်၊ နာမျိုးစင်သည်၊ ရှင်သျှစ်ရသေ့ အာဏာတည်း။ ဤဆေးကို ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်နယ်ရှိ အဝ ကျွန်းဒေသ ရခိုင်များ ယနေ့တိုင် သုံးစွဲနေသော နာမည်ကျော် ဆေးကောင်းတစ်လက် ဖြစ်လေသည်။

၎င်းဗီဇံညို အစာဖျက်ဆေးကို ငါးစုစု။ တစ်စုအလေးပိတ်ချင်းကဲ၊ တစ်စုအလေး ကန့်ချုပ်နီ၊ တစ်စုအလေး သိန္ဓော၊ တစ်စု အလေးလေးညှင်း၊ တစ်စုအလေး ချင်းစိမ်းကဲ ၍ထားလေ။ အဖျားကြီး၍ ရေငတ်ဝမ်းကျကို ချင်းကဲဆေးကိုတိုက်၊အခြားသိန္ဓောကဲဆေး များ စသည်လည်း သမားဉာဏ်ဖြင့် အဆွယ်ရေလဲတပ်၍ တိုက်လေ။ အစာဖျက်ဆေး တွင် အလွန်ကောင်းသော ဆေးကျော်တည်း။

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

၁၇။ မီးယပ်ဇာတိပ္ဖိုလ်ကဲသွေးဆေးကြီး

ရှိန်းခို၊ စမုန်နက်၊ စမုန်ဖြူ အိပ်မွေ့သီး၊ ချင်းခြောက်၊ ဆောင်းမေးခါး၊ ဖာလာစေ့၊ စမုန်ညို၊ ပိတ်ချင်း၊ စူလာနဖာ၊ ချရားစေ့၊ ပန်းဥ၊ ကတ္တရသချေ်၊ ကတ်ဖို၊ ပန်းနု ၎င်းဆေး (၁၅)မျိုး ၁ ကျပ်ကျစီစု၍ လေးညှင်း ၁၅ ကျပ်ကဲ၊ အားလုံးအလေး ဇာသီး ၃၀ ကျပ် ကဲလေ။ မီးယပ်ရောဂါအမျိုးမျိုးတွင် နာမည်ကျော် သုံးနေကျဆေးတည်း။ ရေလဲအဆွယ် တပ်၍ သမားဉာဏ်ဖြင့် သုံးလေ။

၁၈။ မုဆိုးကျော်ငန်းဆေး

သိန္ဓော ၈ ပဲ၊ နံ့သာနီ တစ်မတ်၊ နံ့သာဖြူ တစ်မတ်၊ သစ်ကြံပိုး ၈ ပဲ၊ စမုန်နက် ၁၀ ပဲ၊ ငရုတ်ကောင်း ၁ ကျပ် ၁၀ ပဲ၊ ပိတ်ချင်း ၁ ကျပ် ၄ ပဲ၊ ချင်းခြောက် ၁ ကျပ် ၆ ပဲ၊ ဇာသီး ၁ ကျပ် ၈ ပဲ၊ လေးညှင်း ၁ ကျပ် ၆ ပဲ၊ ကံ့ကော်ဝတ်ဆံ ၁ ကျပ်၊ ပန်းနု၊ ပန်းမ၊ ကရဝေးရွက်၊ ပရုတ် ၁ ကျပ် ၁၀ ပဲကျစီ အမှုန့်စု၊ အမှုန့်ပြုသုံးလေ။

တစ်နည်း-မုဆိုးကျော်ငန်းဆေး

နံ့သာဖြူ ၁ ပဲ၊ နံ့သာနီ ၂ ပဲ၊ သစ်ကြံပိုး ၃ ပဲ၊ ကံ့ကော်ဝတ်ဆံ ၄ ပဲ၊ စမုန်နက် ၅ ပဲ၊ ကရဝေးရွက် ၆ ပဲ၊ ဖာလာ ၇ ပဲ၊ ပန်းနု ၈ ပဲ၊ ပန်းမ ၉ ပဲ၊ ပိတ်ချင်း ၁၀ ပဲ ၊ ချင်းခြောက် ၁၁ ပဲ၊ ငရုတ်ကောင်း ၁၂ ပဲ၊ ပရုတ် ၁၃ ပဲ၊ ဇာသီး ၁၄ ပဲ၊ လေးညှင်း ၁၅ပဲ၊ သိန္ဓော ၁၆ ပဲ။

၎င်းဆေးနည်း -မုဆိုးကျော်ငန်းဆေး

နံ့သာနီ၊ သစ်ကြံပိုး၊ နံ့သာဖြူ ၆ ပဲကျစီ၊ စမုန်နက် ၁၂ ပဲ၊ ပိတ်ချင်း ၁ ကျပ် ၄ပဲ၊ ချင်းခြောက်၊ လေးညှင်း၊ ဇာသီး ၁ ကျပ် ၆ ပဲကျစီ၊ ပန်းနု၊ ပန်းမ၊ ဖာလာ ၁ ကျပ်စီ၊ ပရုတ် ၁ ကျပ် ၁၂ ပဲ၊ ငရုတ်ကောင်း ၁ ကျပ် ၈ ပဲ (၁၄)မျိုး။

ရေချိုးမှား အအေးမိလျှင် ဥသျှစ်ခေါက်ရည်၊ ပတဲကောရည်နှင့်သောက်၊ ချွေးမထွက်လျှင် ဖာလာစေ့ကဲတိုက်၊ အပူအပြင် မထွက်၍ ငုပ်၍ဖျားသော် ဇာသီးပြုတ် ရည်နှင့်တိုက်၊ ငန်းဖမ်းသော် ဆေးရင်းအတိုင်းတိုက်၊ ဖျား၍ဝမ်းသက်သော် နနွင်းကဲ

တိုက်၊ အကြောအခြင် တင်းသော် ချင်းခြောက်ကဲ၍တိုက်၊ ခေါင်းမူးခေါင်းကိုက်သော် ဆေးကိုရှူ၊ ဝမ်းကျကြွက်တက်သော် နနွင်းကဲပြီး သံပူခတ်၍တိုက်၊ အော့အန်သော် လင်းလေရည်၊ ဝမ်းကိုက်သော် မာဇူသီးရည်နှင့်တိုက်၊ လူမှန်းမသိသော် ဆီနှင့်ဖျော်၍လိမ်း၊ ဆေးကိုလည်းတိုက်ပေး။

မီးယပ်အပုပ်မကျသော် စမုန်နက်ကဲ၍ ဆီးစေ့ခန့် တစ်နေ့သုံးကြိမ် ရေနွေးနှင့်တိုက်၊ အဆစ်အမြစ်ကိုက်ခဲခြင်း၊ ထုံကျဉ်ခြင်းတို့ကို ဆေးသောက်ပြီး နှမ်းဆီနှင့် ဆေးကိုလိမ်းလေ။

၁၉။ ဇာတိလဝက်ဆေးငယ်

တြိကဋုတ်သုံးပါး၊ ကြစု၊ ပန်းနု၊ လေးညှင်း၊ ဇီယာ၊ ဖာလာ၊ ဥပသကာ၊ သစ်ကြံပိုး၊ ဆောင်းမေးခါး၊ ကရဝေးရွက်၊ ကံ့ကော်ဝတ်ဆံ၊ ဇာသီး၊ စမုန်မျိုးငါးပါး အမျှစု၊ အမှုန့်ပြု၍သုံးလေ။ ဇာတိလဝက်ဆေးလတ်တွင် အထက်ပါဆေးငယ်၌ ကပ်မျိုးငါးပါးကို ထည့်သွင်းလေ။

ဇာတိလဝက်ဆေးကြီး

ဇာသီး၊ ဇာပွင့်၊ ငဖုံးဆေး၊ လေးညှင်း၊ ဆောင်းမေးခါး၊ ကရဝေးရွက်၊ ပန်းနု၊ပန်းမ၊ ကြစု၊ ဆေးပုလဲ၊ ကတ္တရသချော်၊ ကွက္ကရာ၊ ပရုတ်၊ ကန့်ချုပ်နီ၊ သစ်ဆိမ့်သီးခွံ၊ ဖာလာ၊ ကံ့ကော်ဝတ်ဆံ၊ သီလာစန္ဒန၊ သစ်ကြံပိုး၊ ဇီယာ၊ အိပ်မွေ့သီး၊ နံ့သာဖြူ နံ့သာနီ၊ ကတ်ဖို၊ စန္ဒကူးနီ၊ စန္ဒကူးဖြူ စူလာနဖာ၊ ပညာလင်္ကာ၊ ဥပသကာ၊ တြိကဋုတ် ၃ ပါး၊စမုန်မျိုးငါးပါး အမျှစီစု။

ဤဆေးမှာ အပူလွန်သော ငန်းဆေးဖြစ်၍ အဖျားရောဂါ အမျိုးမျိုးနှင့် အစားမှား၊ ညှော်မိ ညှော်ဝင်၊ အစာမကြေ၊ ဝမ်းပြည့်ဝမ်းရောင်၊ ဝမ်းကျရောဂါမျိုး၊ ကလေးသူငယ်နာရောဂါမျိုး စသည်တို့ကို ကွမ်းပြုတ်ရည်၊ သဘော်ရွက်ပြုတ်ရည် စသည်တို့ဖြင့် ရေလဲတပ်၍ တိုက်ကျွေးကြသော အရပ်သုံးဆေးပင်ဖြစ်၏။ ဉာဏ်မီသလို ရေလဲတပ်၍ သုံးနိုင်သည်။သွေးအန်၊ သွေးကျရောဂါတို့ကို မုရားကြီးပြုတ်ရည်၊ အော့အန်ဝမ်းကျ ယောက်သွားမီးဖုတ်၊ လက်ထုတ်ခေါက်ရည် သို့မဟုတ် သံသတ်ရည်တို့ဖြင့် ရောဂါ

လက္ခဏာအရ သမား ဉာဏ်ဝင်၍ တိုက်ကျွေးပါက အလွန်အကျိုးရှိသော ဆေးတော်ကြီး တစ်လက်ပင် ဖြစ်ပါ သည်။

မှတ်ချက်။ ။ဆေးအမှုန်မှန်သမျှ မန်ကျည်းစေ့ ၂ စေ့၊ ၃ စေ့ခန့်လူကြီးကိုတိုက်၍၊ လူငယ်အား လျှော့တိုက်ပေးရမည်ကို သတိပြုပါလေ။

၂၀။ (၄၅)ပါး ခန္ဓာခိုင်သွေးဆေးကြီး

စမုန်မျိုးငါးပါး၊ သစ်ကြံပိုး၊ ရှိန်းခို၊ နွယ်ချို၊ စမြိတ်၊ အိပ်မွေ့သီး၊ ဖာလာ၊ ပဒုမ္မာဝတ်ဆံ၊ ကတ်ဖို၊ ဇာသီး၊ ဇာပွင့်၊ ပန်းမ၊ ပန်းရင်း၊ ပန်းလေး၊ ပန်းဥ၊ ဇီယာ၊ ကြံ့သွေး၊ ကရဝေးသီး၊ ကရဝေးရွက်၊ ဆေးသူငယ်ချက်၊ ဇဝက်သာ၊ လက်ချား၊ ဆောင်းမေးခါး၊ ကျောက်ချဉ်၊ ကန့်ပလူ၊ မြတ်လေးဖြူ စူလာနဖာ၊ ကွက္ကရာ၊ ပရုတ်၊ တြိကဋုတ် ၃ ပါး၊ ဖာလာနဖိတ်၊ ဖုံးမသိန်၊ ကတ္တရသချော်၊ နံ့သာဖြူ နံ့သာနီ၊ ကံ့ကော်ဝတ်ဆံ၊ စန္ဒကူးနီ၊ စန္ဒကူးဖြူ၊ အညီအမျှစု၊ အားလုံးအလေးဇာသီးကဲ၊ ၎င်းအားလုံးအလေး လေးညှင်းကဲလေ။ အချို့ဆရာများ ဇာသီးကဲခြင်းကို ဖြုတ်ထား၍ လေးညှင်းအားလုံးကဲလျက် လေးညှင်းကဲ ခန္ဓာခိုင်ဆေးကြီးဆို၍ သုံးစွဲကြ၏။

၎င်းဆေးရေလဲအကျဉ်းမှာ

တစိမ့်စိမ့်ချမ်းခြင်း၊ ပူ၍ချမ်းခြင်းတို့ကို ပတဲကောရည်နှင့် တိုက်၊ ဖျား၍အပူမထွက်သော်၊ ခေတ်ငုပ်သော် ကွမ်းရွက်၊ ပိတ်ချင်း၊ ငရုတ်ကောင်း သုံးဦးစပ်၍တိုက်။ ခြေသို့အပူမရောက်သော် ဇာသီးကဲ၍တိုက်။ အော့အန်သော် ဖာလာရည်ကဲ၍တိုက်။ အအေးမိ၊ ညှော်မိ၊ ရေချိုးမှား၊ ဝမ်းပြည့်၊ ဝမ်းရောင်၊ ဝမ်းကျတို့မှာ ဆေးရင်းအတိုင်း တိုက်နိုင်သည်။ အအေးကြောင့် ဂျင်(အာပေါ်)မလာသော် မငြိမ်မသက်ဖြစ်ခြင်း၌ ကြံ့သွေး၊ စပါးကြီးသည်းခြေ၊ ကံ့ကော်ဝတ်ဆံကဲ၍တိုက်ပေး။ မစားချင် မသောက်ချင် တပိန်ပိန်ဖြစ်သော မီးယပ်နာတို့မှာ ၎င်းဆေး လေးပုံတပုံ ဆားမီးဖုတ်ကဲ၍ ပေါင်းကြိတ်ပြီး ဆီးကင်းခန့် ညမနက် တစ်လုံးကျ ရေပူနှင့်သောက်လေ။ ငန်းမန်းလိုက်၍ ဆေးမသောက်နိုင်သော် ဆေးကို ဝါဂွမ်းနှင့်ဆွတ်ပြီး အစက်ချပေးလေ။ သမားဉာဏ်ဖြင့် ရေလဲစွယ်စုံတပ်၍ ရှေးရခိုင်သမားတော်ကြီးများ အသုံးပြုနေသော ဆေးနည်းကျော်တည်း။

၂၁။ ဝိသမ္မရာဆေး (ပိတ်ချင်းကဲဆေး)

စမုန်ငါးပါး၊ ပန်းနု၊ ပန်းမ၊ ကြစု၊ ကတ္တရသင်္ချေ၊ ဖာလာကြီး၊ ဖာလာငယ်၊ ဇာသီး၊ ဇာပွင့်၊ လက်ချား၊ စမြိတ်၊ ဆောင်းမေးခါး၊ လေးညှင်း၊ ချင်းခြောက်၊ ငဖုံးဆေး၊ သစ်ကြံပိုး၊ ဆေးသူငယ်ချက်၊ စူလာနဖာ၊ ပရုတ် အမျှစု။ အားလုံးအလေး ပိတ်ချင်းကဲလေ။

ဓာန္တရီဆေးကျမ်း (ပေမူ)လာ ဝိသမ္မရာဆေးနည်း

ချင်းခြောက်၊ ကြစု၊ သစ်ကြံပိုး၊ ကရဝေးရွက်၊ ငဖုံးဆေး၊ ဖာလာ၊ စမုန်မျိုးငါးပါး၊ ကပ်ငါးပါး၊ စမြိတ်၊ ဇာသီး၊ ဇာပွင့်၊ပရုတ် အမျှစု။ အားလုံးအလေး ပိတ်ချင်းကဲ။

သလိပ်အားကြီးသူကို ပရုတ်ကဲ၍တိုက်။ ကုတ်ဟီးချောင်းဆိုးကို ချင်းရည်၊ ဝမ်းကျ ဝမ်းပျက် ကန့်ချုပ်ရည်၊ ရေနွေးနှင့်တိုက်။ မုတ္တကိတ်၊ မုတ္တဃတ် စမုန်နက် သုံးဆကဲရည်နှင့်တိုက်။ အသုံးကား ကျယ်ဝန်းလှ၏။

၂၂။ ရန်ပုံခွင်း မီးယပ်ဆေး

လေးညှင်း၊ နံ့သာဖြူ ကွက္ကရာ၊ ဇာသီး၊ ဇာပွင့် ၄ ကျပ်စီ။ ကတ္တရသင်္ချေ၊ ကရဝေးရွက်၊ ဆောင်းမေးခါး၊ စူလာနဖာ၊ ပန်းနု၊ ပန်းမ၊ စမြိတ်၊ စမုန်ငါးပါး၊ တိလက်သာ ၁၂ ပဲ ကျစီ၊ ပိတ်ချင်း၊ ချင်းခြောက်၊ ဂုံခါး၊ သိန္ဓော၅ ကျပ်စီ၊ ဆေးတစ်လုံးဉ ၃ ကျပ်။

တစ်နည်းရန်ပုံခွင်းဆေး

လေးညှင်း၊ နံ့သာနှစ်ပါး၊ ကရဝေးသီး၊ ကရဝေးရွက်၊ စမြိတ်၊ စမုန်ငါးပါး၊ ကပ်ငါးပါး ၁၂ ပဲကျစီ၊ တိလက်သာ၊ ငဖုံးဆေး၊ ဆေးပုလဲ၊ ပညာလက်ာ၊ ဆင်သမန္ဒယ်၊ ဇာသီး၊ ဇာပွင့် ၁ ကျပ်ကျစီ၊ သိန္ဓော၊ ပရုတ် ၄ ကျပ်ကျစီ၊ ပိတ်ချင်းသီး၊ ချင်းခြောက် ဂုံးခါး ၅ ကျပ်ကျစီ။

အခြားနောက်တစ်နည်းတွင် တိလက်သာမှ ဇာပွင့်အထိ ဆေးချိန် ၄ ပဲသားစီ ထည့်သွင်းဖော်စပ်ထားကြောင်း တွေ့ရ၏။

ဆေးသုံးနည်း အကျဉ်းမှာ . . .

မီးတွင်း အပုပ်မကျလျှင် ဆေးပုလဲ၊ ကန့်ချုပ်နီ၊ ဇာသီး၊ ဆားဖုတ်တို့နှင့် ကဲ၍တိုက်၊ မီးမကျက်သော် ခြေ၊ လက်၊ ခါး၊ မီးညှောင့်၊ ဇက်ကြော၊ ကုပ်ကြောတင်းသည်၊ ကိုက်ခဲထုံကျဉ်သည်၊ အစာမကြေ၊ ဝမ်းဖောဝမ်းရောင်လိုက်သည်။ ရာသီးဝမ်းပျက်သည်။ ထိုးတက်သည်။ ဤသို့ဆိုခဲ့ပြီးသော အနာတို့ကို သင့်လျော်စွာ ရေလဲအဆွယ်တပ်၍ သုံးစွဲကြလေ။ လေရောဂါတို့နှင့်လည်း အထူးသင့်လျော်သောဆေးကောင်းတစ်လက် ဆရာသုံးတည်း။

၂၃။ ဓနုကသွေးဆေး

ဇာသီး၊ ဇာပွင့်၊ နံ့သာနီ၊ နံ့သာဖြူ ကံ့ကော်ဝတ်ဆံ၊ ကန့်ပလူဥ၊ စန္ဒကူးနီ၊ သစ်ကြံပိုး၊ ပန်းနု၊ ပန်းမ၊ ပန်းဥ၊ ကွမ်းစားဂမုန်း၊ ထိန်ပွင့်၊ ပဲနံ့သာစေ့၊ ဖုံးမသိန်၊ ဇဝက်သာ၊ ပရုတ်၊ အညီအမျှစု၊ အမှုန့်ပြု။

ဆေးအကျိုးကား . . .

ကာလရောဂါဖြစ်သော် ထမင်းဖုတ်ရည်၊ ဝမ်းကျသော် လက်ထုတ်ခေါက်ရည်၊ အော့အန်သော် လင်းလေရည်၊ အစားမှား၍ ချွေးမထွက်သော် ပတဲကောရည်၊ သွေးထိုင်းသော် ဇာတိပ္ဖိုလ်ရည်၊ အပူကြီး၍ လူးလဲသော် လေးညှင်းရည်တို့နှင့် တိုက်လေ။ မီးယပ်နာကို ကန့်ချုပ်နီ၊ ယင်းပျား ဖင်းနှစ်ပါးရည်နှင့်တိုက်။ သွေးရူးလေရူး၊ သည်းခြေရူးတို့ကို ကြံရည် သကြားရည်နှင့်တိုက်။ သူငယ်ဝမ်းကျသော် ဆန်လှော်ရည်နှင့်တိုက်။ ခေါးလုံ့ထိရှမိသော် သွေးကိုစင်အောင်ဆေး၍ ဆေးကိုဒဏ်ရာဝတွင် သိပ်ပေးပါ။ မူးမော်သော် ဆေးကိုရှူ၊ ဖျား၍ကိုယ်လက်မျက်နှာဖောရောင်သော် ခွေးတောက်မြစ်ကို ဆန်ဆေးရည်နှင့်သွေး၍တိုက်၊ ငှက်ဖျားကို ဖြတ်လိုသော် ငရုတ်ကောင်းမီးဖုတ်ရည်နှင့်တိုက်။ သူငယ်ဖျားပြီး ကိုယ်အေး၍ မေ့မှိန်နေသော် ကြက်ဟင်းခါးရွက်၊ ပန်းညိုရွက်၊ ဆားစိမ်း ဖင်းသုံးပါးအရည်ယူ၍ ဆေးနှင့်ဖျော်သုတ်လေ။ သွေးမဖြောင့်၍ မအိပ်နိုင်ခြင်းကိုလည်းကောင်း၊ အလွန်အိပ်ခြင်းတို့ကို လည်းကောင်း ဖင်းဆေးကို ရှူလေ။ ဆေးကို ဉာဏ်ရှိတိုင်းသုံးလေ။

မနုကသွေးဆေး-အအေးပိုင်း

ကံ့ကော်ဝတ်ဆံ၊ ကြာမျိုးငါးပါး ဝတ်ဆံ ၁ ကျပ်ကျစီ၊ နံ့သာနီ ၁ ကျပ်၊ ကန့်ပလူဥ ၄ ပဲ၊ စန္ဒကူးနီ ၁ ကျပ်၊ သစ်ကြံပိုး ၁ ကျပ်၊ ပန်းနု ၄ ပဲ၊ ပန်းမ ၁ ကျပ်၊ ပန်းဥ ၁ ကျပ်၊ ထိန်ပွင့် ၁ ကျပ်၊ ပဲနံ့သာစေ့ ၈ ပဲ၊ နွယ်ချို ၁ ကျပ်၊ချရားပွင့် ၁ ကျပ်၊ ပန်းရင်း ၁ကျပ်၊ ကြံ့သွေး ၁ ကျပ်၊ စမုန်မျိုးငါးပါး ၁ ကျပ်၊ ဇကရာဇ်ပွင့် ၁ကျပ်၊ ဥပသကာ ၁ကျပ် အမှုန့်၊ တေဇောဓာတ် တက်နာ မှန်သမျှ သမားဉာဏ်နှင့် ရေလဲ အဆွယ်တပ်သုံးလေ။

သွေးဆေးနီကြီး

ဇာသီး၊ လေးညှင်း၊ ကြစု၊ ပန်းနု၊ ပန်းမ၊ ကတ္တရသချေ၊ နံ့သာနီ-ဖြူ၊ နွယ်ချို၊ ကတ်ဖို၊ ဖာလာ၊ ကြံ့သွေး၊ ဆောင်းမေးခါး၊ ဆေးပုစွန်တုပ်၊ သိန္ဓော၊ ပရုတ်၊ ဖုံးမသိန်၊ ကြာဝတ်ဆံ၊ ကြာသီးဆန်၊ အမှုန့် ဖော်လေ။

နှလုံးတုန်၊ ရင်ခုန်၊ မောပန်းခြင်း၊ သွေးအားနည်းခြင်း၊ အိပ်မပျော်ခြင်းနှင့် စိတ်ပေါ့သွပ်ခြင်း စသော ရောဂါမျိုးတို့ကို သကြား၊ ကြံရည်တစ်မျိုးမျိုးနှင့်တိုက်ပါ။ အဖျားရောဂါတို့ကို ကွမ်းပြုတ်ရည်နှင့်တိုက်။ မိန်းမတို့ရာသီဥတုမမှန်၊ ဓမ္မတာထိမ်းချုန်ခြင်းတို့ကို မိဿလင်ပြုတ်ရည်နှင့်တိုက်။ ရာသီလွန်သော် ဆီးဖြူသီးပြုတ်ရည်နှင့်တိုက်။ဖျား၍အပူကြီးပြီး လူးလဲသော် နံ့သာနှစ်ပါးရည်နှင့်တိုက်။ မူးမော်သော် ဆေးကိုရှူ။ ဝမ်းပျက်ခေတ်ပျက်တို့မှာ မာဇူသီး (ပဥ္စကာနီသီး) ရည်နှင့်တိုက်။ အစာမကြေ၊ ဝမ်းပြည့်ဝမ်းရောင်တို့မှာ သိန္ဓောကဲ၍ တိုက်လေ။

၂၅။ ကလျာဏီသွေးဆေး

ဇာသီး၊ ဇာပွင့်၊ ပန်းနု၊ ပန်းမ၊ ကွမ်းစားဂမုန်း၊ နံ့သာဖြူ-နီ၊ စန္ဒကူးဖြူ၊ ကံ့ကော်ဝတ်ဆံ၊ ပန်းဥ၊ သစ်ကြံပိုး၊ ပဲနံ့သာစေ့၊ ပရုတ်၊ ဇဝက်သာ၊ ထိန်ပွင့်၊ မြတ်လေးပွင့်၊ စံပယ်ပွင့်၊ ချရားပွင့် အမှုန့်။ အားလုံးအလေး နှစ်ပုံပုံ၊ တစ်ပုံအလေး စန္ဒကူးနီကဲ၍ဆေးနီကြီး၊ မနုကဆေးများကဲ့သို့ ရေလဲတပ်၍ အသုံးပြုလေ။

၂၆။ နဝဓာတုခေါ် နဝင်းကြေမုတ်ကဲဆေးကြီး

စမုန်မျိုးငါးပါး ၄ ပဲကျစီ၊ ကျောက်ချဥ်၊ ကျောက်စက်၊ ကျောက်မြုပ်၊ ဇဝက်သာ၊ ဇာသီး၊ ရှိန်းခို၊ လေးညှင်း၊ ပန်းနု၊ ပန်းမ၊ ဖာလာစေ့၊ စမြိတ်၊ ကတ္တရသချေ၊ ကန့်ချုပ်နီ၊ ဆောင်းမေးခါး၊ ကြစု၊ စမုန်နက်၊ သိန္ဓော၊ ကန့်တိုက်၊ ဆေးဒန်း၊ ပရုတ်၊ ကလောသီး၊ (၂၆)မျိုး ၄ ပဲကျစီ၊ အားလုံးအလေး မုတ်နီ ၆ ကျပ် ၈ ပဲကဲလေ။ ပြုလုပ်နည်းမှာ ဆေး (၂၆)မျိုးကို ပထမ အမှုန့်ပြုလုပ်ပြီးနောက် မုတ်နီ ၆ ကျပ် ၈ ပဲကို ရေနည်းနည်းနှင့် ထုခြေပြီးလျှင် ခပ်ပျောင်းပျောင်း ရသောအခါ ဆေးမှုန့်များကို ရောနှော၍ ဂျင်ရွှေလုံးခန့် လုံးထားပါလေ။

ဆေးစားရန်မှာ . . .

ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိန်းမတို့ ကိုယ်ဝန်ရှိသောအခါမှစ၍ တစ်လုံးကျစီ နေ့စဥ်စားပါ။ သားဖွားပြီးလျှင် နှစ်လုံးကျစားသွားပါ။ မီးယပ်ရောဂါကင်းရှင်းပြီး ကျန်းမာသန်စွမ်း၍ ကလေးပါ အနာရောဂါကင်းစင်ကျန်းမာလာမည်။ ဆေးကို အမြဲတမ်းစားသွားပါက ယောကျ်ားများမှာ ဒူလာ၊ ပါဒရက်၊ လေနာ၊ ခါးနာ၊ ခါးအောင့်ခြင်း စသော ရောဂါများ၊ မိန်းမများ၌ ၃၂ ပါးသော မိန်းမရောဂါများ ကင်းရှင်းပြီး ခွန်အားပြည့်ဝရုပ်ဆင်းလှပြီး ကျန်းမာခြင်းလာဘ်ကို ရရှိခြင်း အကျိုးကျေးဇူး လက်တွေ့ရရှိသော ရှေးရခိုင်သမားတော်ကြီးများ လက်သုံး နဝဓာတု နဝင်းကြေ မုတ်ကဲဆေးတော်ကြီးပေတည်း။

၂၇။ ရသာယန အားတိုးဆေးရည်

ငှက်ပျောသီးအဖီး(၂၀)ကို လေးစိတ်ခွဲပြီးလျှင် ကျိုချက်ပြီးသောရေ ၅-ပိဿာတွင် စိမ်။ သကြား ၁ ပိဿာခွဲထည့်။ ပြီးလုံစွာ ဖုံးအုပ်လျက် ၇ ရက်ထားပါ။ ရက်စေ့လျှင် အပေါ်မှရေကြည်ကိုယူ။ အောက်မှ အမှုန့်အဖတ်များ မပါစေနှင့်။ ပါလျှင် ဆေးရည် ပုပ်သွားတတ်သည်။ ၎င်းတွင် ပျားရည်တစ်ပိဿာထည့် ၇ ရက်စိမ်ပါ။ ရက်စေ့လျှင် ယမ်းစိမ်း၊ ကျောက်ချဥ်၊ ဆော်ဒါမှုန့် ၂ ကျပ်ကျစီထည့်၍ ၇ ရက်ပြန်စိမ်၊ ရက်စေ့သောအခါ စင်ကြယ်စွာ စစ်ယူ၍ ပုလင်းမှာ ထည့်ပြီး နေပူတွင် ၇ ရက်လှန်းပါ။ ပုလင်းအဖုံးကို လေလုံအောင်ဖုံး၍ နေမလှန်းရ။ ပုလင်းကွဲသွားတတ်သည်။

အသုံးပြုရန်မှာ . . .

နေလှန်းပြီး နံနက်ည စားပွဲဇွန်းကြီးတစ်ဇွန်းမှ (၂)ဇွန်းထိ အစားမစားမီ သောက်ပါ။

ဆေးအကျိုးကား . . .

ပန်းသေ ပန်းညှိုး၊ အားလျော့နာများနှင့် မောနာ,ပန်းနာ၊ ထုံနာ၊ ပါဒရက်၊ လေရောဂါမှစ၍ မိန်းမများတွင် ဖြစ်တတ်သော မီးယပ်ရောဂါအမျိုးမျိုး၊ လက်တွေ့ ပျောက်ကင်း ပြီး ကျန်းမာဝပြော အားသစ်တိုး၍ ရုပ်ပျိုကိုယ်နုသော လက်တွေ့ဆေးကြီး ဖြစ်ပါသည်။

၂၈။ ဒူလာပါဒရက် မီးယပ်လေဆေးရည်

၁။ မိုးမှန်မြစ်တစ်ပိဿာ၊ ကင်ပွန်းချဉ်ရွက်ကြမ်း ၅ဝိ၊ ချင်းစိမ်း ၁ဝိ၊ ခံကက်ခေါက် ၂၅ ကျပ် ပါးပါးလှီး၍ ရေ ၅-ပိဿာတွင် ထည့်ပြီး ထက်ဝက်ခန်းအောင် ကျို၊ အဖတ်ကို ဆယ်ပြီး ထန်းလျက်တစ်ပိဿာနှင့် ဆားမီးဖုတ် ၅ ကျပ်သားထည့်၊ ပျော်သည်အထိ အတန်ကျို၍ အအေးခံပြီး စင်ကြယ်စွာ စစ်ယူလျက် ပုလင်းများတွင် ထည့်ပြီး နေ ၇ရက်လှန်း၊ သို့မဟုတ် စပါးကျီပုတ်တွင် ၇ ရက်မြှုပ်ပြီးမှ နံနက်ည စားပွဲဇွန်း (၂)ဇွန်းမှ (၃)ဇွန်းအထိ အစာမစားမီ သောက်ပေးပါက ဒူလာ၊ ပါဒရက်၊ ကိုယ်ဖော၊ ကိုယ်ရောင်၊ မီးယပ်ရောဂါများ၊ မစားချင်မသောက်ချင်၊ တပိန်ပိန်ဖြစ်နေခြင်းနှင့် ဆီးဝမ်း, လေမမှန်သူများ ရောဂါများပျောက်ကင်းပြီး ကျန်းမာရေးအတွက် အလွန်ကောင်းသော ဆေးကြီး ဖြစ်ပါသည်။ လူကြီးများ ပျားရည်နှင့်စပ်၍ ဝပုနဆေးအဖြစ် သောက်နိုင်ပါသည်။

တစ်နည်း-ဒူလာပါဒရက် မီးယပ်လေဆေး

မိုးမှန်မြစ် ၅ဝ သား၊ ပဒကာဖို(သဘော်ဖို) မြစ် ၁ဝ ကျပ်၊ ဒန့်သလွန်မြစ် ၁ဝ ကျပ်၊ နှပ်ချို ၁ဝ ကျပ်၊ ကြံဟင်း ၁ဝ ကျပ်၊ ပတဲကော ၁ဝ ကျပ်၊ ချင်းစိမ်း ၅ ကျပ်၊ ဆားဖုတ် ၅ ကျပ်၊ အထက်ဆေးကဲ့သို့ စီမံပြုလုပ်၍သုံးလေ။

မှတ်ထားချက်

ဆေးများကျိုချက်ရာတွင် သုံးကြိမ်ပြုလုပ်သော အရည်က ပို၍ဆေးသတ္တိရှိပါသည်။ ပထမအကြိမ် မီးဖြင့်ကျိုရာတွင် လိုအပ်သော ဆေးရည်တစ်ဝက်ရရှိသောအခါ ဆေးရည်ကို နောက်အိုးတစ်လုံးတွင် ထည့်၍ ဆေးဖတ်များတွင် ထပ်မံ၍ ရေသင့်တော်သလိုထည့်ပြီး ထပ်၍ မီးဖြင့် ဒုတိယအကြိမ် ကျိုချက်ပါ။ ဆေးရည်တစ်ဝက်ခန့်ရလျှင် ၎င်းအရည်ကို ပထမထည့်ထားသော ဆေးရည်တွင် ပေါင်းစပ်ပါ။ တစ်ဖန် ဆေးဖတ်တွင် အရည်ကို ယခင် ပထမ၊ ဒုတိယပေါင်းစပ်ထားသော အရည်တွင် ပေါင်းစပ်ပြီး သုံးကြိမ် ပေါင်းစပ်ထားသော အရည်ကို ထပ်မံကျိုပါ။ ၎င်းဆေးဖတ်ကို မလိုပြီ။ ၎င်းဆေးရည် သုံးပုံနှစ်ပုံတို့တွင် ထန်းလျက်၊ ဆားဖုတ်များထည့်ပြီးမှ ဆေးမှာ အာနိသင်အပြည့်အဝ ရှိကြောင်း တွေ့ရပါသည်။

ဒူလာပါဒရက် ဆင်သမနွယ်ကဲဆေး

စမုန်မျိုးငါးပါး တစ်မတ်စီ၊ ဇာသီး၊ ကန့်ချုပ်နီ၊ စရို၊ ပတဲကော၊ ပိတ်ချင်း၊ ချင်းခြောက်၊ ဆေးပုလဲ၊ ပညာလကာ် ၂ ကျပ်ကျစီ၊ ရှိန်းခိုတစ်မတ်၊ အားလုံးအလေး လင်းလေ ၃ ကျပ် ၁၂ ပဲကဲ၊ ကြက်သွန်ဖြူ မီးဖုတ် ၇ ကျပ် ၈ ပဲ၊ ငရုတ်ကောင်း ၁၅ ကျပ်၊ ဆင်လမနွယ်ဥ ၃ဝ ကျပ်၊ စုစုပေါင်း အမှုန့်ကြိတ်၊ ဒူလာပါဒရက်၊ ဖောရောင်၊ မီးယပ်ရောဂါ၊ လေရောဂါများတွင် တစ်နေ့ ၂ ပဲသား နံနက်,ညမှန်မှန်စား။ ကျန်းမာရေး သက်ရှည် အားတိုးဆေးအတွက် ပျားရည်နှင့်တေစားလေ။ စားဝင်အိပ်ပျော် ဓာတ်မှန်၍ ရောဂါကင်းပြီး အသက်ရှည်ဆေးနည်းကျော်။

တစ်နည်း-ဆင်သမနွယ် ဒူလာမီးယပ်ဆေး

ကန့်ချုပ်နီ၊ ငရုတ်ကောင်း၊ ကံ့ကော်ဝတ်ဆံ၊ ဖာလာ၊ အိပ်မွှေ့သီး၊ နွားမြက်ရင်း၊ ဖန်ခါးသီးခြောက်၊ ဆီးဖြူသီးခြောက် ၁ ကျပ်ကျစီ၊ ဆင်သမနွယ်ဥ ၅ ကျပ်၊ သကြား ၁၂ ကျပ်၊ ဆေး ၂ ပဲသားစီ နံနက်,ည မှန်မှန်စားပေးလေ။ နှလုံးတုန်၊ ရင်ခုန်မောပန်း၊ သွေးအားနည်း၊ ထုံနာပါဒရက်၊ မီးယပ်ပိန် မီးယပ်ခြောက်ရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။ အားဆေးအဖြစ် ပျားရည်နှင့် တေစားလေ။

၂၉။ ကျန်းမာရေး ဆေးနည်းကျော်

စမုန်နီ၊ စမုန်နက်၊ တြိကဋုတ်သုံးပါး၊ မိဿလင်၊ လင်းလေ၊ ကန့်ချုပ်နီ၊ ဆေးပုလဲ၊ ပညာလက်ာ၊ ကြံဟင်း၊ နှပ်ချို၊ ဆင်သမန္တယ်၊ စရိုး သက်ရင်းကြီး၊ ပန်းနု၊ ပန်းမ၊ (၁၇)မျိုးအမျှစု။ဆားလှော်ရည်၊ ကြက်သွန်ဖြူရည်နှင့်ကြိတ်။ ဆီးစေ့ခန့် သုံးလုံးစီ ည,နံနက်မျိုလေ။

ဆေးအကျိုးကား

ခြေအေး,လက်အေးခြင်း၊ ချွေးမထွက်ခြင်း၊ အကြောတောင့်တင်းခြင်း၊ ပူခြင်း၊ အလုပ်လုပ်လိုသော စိတ်ဆန္ဒမရှိဘဲ ခြေပစ်လက်ပစ်ရှိခြင်း၊ နေပူသောအခါ၌ ချမ်းခြင်း (နေ့အခါချမ်းခြင်း)၊ ရင်လေး ရင်ခုန်ပြီး ထွက်သက်ဝင်သက်ဆို့မျိုခြင်း၊ မေ့လျော့ထိတ်လန့်တွေဝေခြင်း၊ အိပ်စက်မပျော်ခြင်း၊ ဝမ်းထဲ၌ လှိုက်လှိုက်လှဲ့လှဲ့ရှိခြင်း၊ အော့အန်ခြင်း စသော ဒါဟတေဇောနှင့်တကွဖြစ်သော တေဇောဓာတ်အားကြီးသော အနာ(၁၆)မျိုးကို လျင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်းစေတတ်သော ရှေးရခိုင်သမားတော်ကြီးများ၏ လက်တွေ့ဆေးနည်းကျော်တည်း။

၃၀။ ပညာသာရငန်းဆေး

ဇာသီး၊ လေးညှင်း၊ တြိကဋုတ် ၃ ပါး၊ ဖာလာ၊ သစ်ကြံပိုး၊ ကရဝေးသီး၊ ကရဝေးရွက်၊ ကြစု၊ လက်ချား ၈ ပဲကျစီ၊ ချင်းခြောက်၊ ပရုတ် ၃ ကျပ်ကျစီ၊ အားလုံးအလေး ငရုတ်ကောင်းကဲလေ။

တစ်နည်း-ငရုတ်ကောင်းကဲဆေး

ဇာသီး၊ လေးညှင်း၊ စမုန်နက်၊ ဖာလာ၊ သစ်ကြံပိုး၊ ကရဝေးသီးရွက်၊ ကြစု၊ လက်ချား၊ ချင်းခြောက်၊ ပိတ်ချင်း ၄ ကျပ်ကျစီ၊ ငရုတ်ကောင်း ၂၄ ကျပ်၊ ဆေးတစ်ပဲသားခန့်ကို အရွယ်လိုက်၍ ရေနွေးနှင့်တိုက်။ စိမ့်ဖျား တုန်ဖျား၊ အအေးမိအဖျား၊ ငှက်ဖျားရောဂါတို့မှာ ရှောက်ရည်၊ ပျားရည်နှင့်စပ်တိုက်ပေးလေ။ အာယုခေတ် ငန်းဆေးဟူ၍လည်း ခေါ်၏။ ငရုတ်ကောင်းကဲဆေးဟူ၍လည်းခေါ်၏။

၃၁။ သွားရောဂါဆေးနည်းကျော်

ဇာသီး၊ လေးညှင်း၊ ပိတ်ချင်းတံ၊ ဖာလာစေ့၊ ကွက္ကရာ၊ သစ်ကြံပိုး ၄ ကျပ်ကျစီ၊ ငရုတ်ကောင်းစေ့ (၂၀)စေ့၊ ဒုတ္တာမီးဖုတ် ၁ ကျပ် ၅ ပဲ၊ ပရုတ် ၃ ကျပ်၊ ကွမ်းသီးကြက်ချေး တစ်လုံး၊ ရှားစေးမီးဖုတ် ၅ ကျပ်၊ အနောက်ဆေးရွက်ကြီး(၁)ရွက်၊ စုပေါင်း၍ ညက်အောင်ကြိတ်၊ အမှုန့်ပြု၍သုံးလေ။

ဆေးအကျိုးကား - - -

သွားနာ၊ သွားအေး၊ သွားယိုင်မှစ၍ သွားနှင့်ပတ်သက်သော ရောဂါမှန်သမျှ အသုံးပြုလေ။ သွားတွင်ပိုးစား၍ သွားအခေါင်းရှိက ကွမ်းရိုးနှင့်ဆေးကိုသွင်းထိုးပေးပါ၊ သွားဆေးရောင်းစားနေသူတစ်ဦးထံမှ ရရှိခဲ့သော လက်တွေ့ဆေးနည်းကျော်တည်း။

တစ်နည်း-သွားဆေးကျော်

လူရုပ်၊ ကျောက်ရုပ်၊ ဇာလေးဒုတ်၊ အိုအောင်ထက်ထိ သွားမပြုတ်

လူ	-	ကန့်ပလူဥ
ရုပ်	-	ငရုပ်ကောင်း
ကျောက်	-	ကျောက်ချဉ်
ရုပ်	-	ပရုတ်
ဇာ	-	ဇာတိပ္ဖိုလ်သီး
လေး	-	လေးညှင်း
ဒုတ်	-	ဒုတ္တာ (မီးဖုတ်ပြာ)

ဤဆေးနည်းတွင် ကန့်ပလူဥအစား လက်ချားမီးဖုတ်ပြာကို ထည့်သွင်းပြီး အသုံးပြုကြသည်ကို တွေ့ရ၏။ သွားပိုးစား၍ အခေါင်းရှိနေက ၎င်းဆေးတွင် ပရုတ်တံနှင့် အရက်ပြန်စပ်၍ ကွမ်းရိုးဖြင့် ဆေးကို သွင်းပေးက ပို၍လျင်မြန်စွာ ပျောက်ကင်းကြောင်း တွေ့ရ၏။

သွားရောဂါနှင့်ဆိုင်သော ဆေးနည်းများ

သွားရင်းတွင် ပြည်ထွက်သော် သင်းကနစိုနာတည်း။ ဆေးမှာ နံ့သာဖြူ ဒုတ္တာမီးဖုတ်ပြာ၊ ကြွေ၊ ခရုသင်း (မီးဖုတ်)အညက်ကြိတ်၊ သံပရာရည်နှင့်သုတ်လေ။ ပြည်ထွက်

၍ မလွတ်သော် ဒန္တစိုနာတည်း။ ဆေးကား ပွဲညက်၊ ဒုတ္ထာမီးဖုတ်၊ စပါးကြီးသည်းခြေ၊ ရှားစောင်းစေ့နှင့် အုပ်ပြီးလျှင် ၎င်းဆေးကို ပျားရည်နှင့်သုတ်။

သွားရင်း သွေးထွက်သော်၊ သွားနဲ့သော်၊ သွားကျွတ်သော်၊ သွားဖုံးရောင်သော်၊ မုက္ခစိုနာတည်း။ လင်းလေ၊ ဒုတ္ထာမီးဖုတ်ပြာ၊ ဥသျှစ်စေ့ အမျှကြိတ်၊ သံပရာရည်နှင့် ပွတ်လိမ်းလေ။

သွားနာခြင်း၊ အေးခြင်း၊ နာကျင်ခြင်း၊ သွေးထွက်ခြင်းတို့မှာ ပရုတ်၊ လက်ချား၊ ဒုတ္ထာမီးဖုတ်ပြာ၊ ဇဝက်သာ အမျှကြိတ် အမှုန့်ပြု၍တင်လေ။

တစ်နည်း၊ လက်ချား၊ ဘုမ္မသိန်(ဖုံးမသိန်)၊ ရှိန်းခို၊ ယမ်းစိမ်း၊ ဇာသီး၊ လေးညှင်း၊ နနွင်းနွယ်အမျှကြိတ်၍တင်လေ။

ရေစီးကမ်းပြို ဒန္တစိုနာပျောက်ဆေး

တြိကဋုတ် ၃ ပါး၊ သိန္ဓော၊ မောက္ခိတော၊ မှိုချွန်း၊ ဆင်ပြဲသေး၊ သင်းဝင်သီး၊ သင်းဝင်ပေါက်ဖြူ လေးညှင်း၊ ပရုတ်၊ ဖုံမသိန်၊ ကတိုး၊ ရှားစေး၊ ဖာလာစေ့၊ ကြွေပုပ်၊ ဇာသီး၊ ပန်းနု၊ မိဿလင်၊ ဆောင်းမေးခါး၊ ပြူးဒါး၊ ရှိန်းခို၊ ရွှဲသီးအခွံစေ့၊ ငဖြူကြီး၊ ဆေးပုလဲအမျှစု၊ တစ်ဖန် ကွမ်းသီး၊ ရှားစေ့၊ လက်ချား အညက်ကြိတ် အမှုန့်ပြု၊ မီးဖုတ်ယူ၊ ကန့်ကူဆံဆပ်ပြာ ခြစ်၍ယူ၊ အားလုံးဆေးများ ရောကြိတ်ပဝါနှင့်စစ်ယူ၍ အသုံးပြုလေ။ သွားရင်း၊ ပါးစောင်၊ အာခေါင်၊ လျှာ၊ နှုတ်ခမ်း ရေစီးကမ်းပြိုနာဟူသမျှ အလွန်ကောင်းသည်။ ဆေးမတင်ခင် အိမ်ဆီးခေါက်၊ မာလကာပင်ခေါက်ကို ၃ ခွက် တစ်ခွက်ကျို၊ ဆားအနည်းငယ်ထည့်၍ ဖန်ရည်ဆေး၊ ငုံပေး၊ အသားဆိုးများ၊ ပြည်များပါ ပွဲထွက်လာလိမ့်မည်။ ကောင်းနေကျ လက်တွေ့ဆေးကျော်။

၃၂။ အပူသတ်၊ အပူငြိမ်း သွေးဆေး

ပရုတ်၊ ကြံ့သွေး၊ စန္ဒကူးဖြူ ဖုံးမသိန်၊ ကံ့ကော်ဝတ်ဆံ၊ ဂုံခါး၊ ပန်းရင်း၊ ဆီးဖြူသီး ခြောက်၊ ကန့်ပလူဥ၊ ခရေပွင့်၊ စံပယ်ပွင့်၊ မြတ်လေးပွင့်၊ ကြာမျိုးငါးပါးဝတ်ဆံ၊ နံ့သာနီ အားလုံးအမျှစု၍ အားလုံးအလေး နွယ်ချိုကဲလေ။ အပူပြင်း၍ အပူမလျော့သော အဖျားရောဂါတို့ကို သကြားအနည်းငယ်ကဲ၍ တိုက်လေ။ အပူလွန်သူ၊ အပူဥဏှ အကြောင်းခံ၍

ဖြစ်သော ရောဂါများကို သကြား၊ ကြံ့ရည်၊ နံ့သာနှစ်ပါးရည်တို့ဖြင့် တိုက်ပေးလေ။

၃၃။ အစာကြေဆေးလျှက်ဆား

ဇဝက်သာ၊ ဆားပုပ်၊ သိန္ဓောဆား၊ ချင်းခြောက်၊ ဂမုန်း၊ စမုန်နီ ၁ ကျပ်ကျစီ၊ နွယ်ချို ၅ ကျပ် အမှုန့်ပြု၍ အသုံးပြုပါ။ အစာမကြေ၊ ရင်တင်းရင်ပြည့်၊ချောင်းဆိုး၊ ရင်ကျပ်၊ သလိပ်ကပ်တို့မှာ ကောင်း၏။

တစ်နည်း အစာကြေဆေး

သိန္ဓော၊ ချင်းခြောက်၊ ဆားပုပ်၊ ဇဝက်သာ ၅ ကျပ်စီ၊ ဂမုန်း ၂ ကျပ် ၈ ပဲ၊ စမုန် ငါးပါး ၂ ကျပ် ၇ ပဲ၊ နွယ်ချို ၁၀ ကျပ် အမှုန့်ပြု၍ သုံးလေ။

၃၄။ သလိပ်အန်ဆေး

ဒုတ္ထာ၊ စမုန်နက်၊ ဆား ၃ မျိုး အမျှချိန် ပေါင်းကြိတ်၊ သလိပ်ခွဲသူများကို တိုက်လေ။

သွေးအန်ဆေး

သွေးအန်လျှင် ခမောင်းရွက်ကို ပျားရည်နှင့်ကြိတ်၍ အလုံးကလေးလုံးပြီး မျိုစေသော် သွေးအန်ရောဂါ ပျောက်၏။ တစ်နည်း ဖလူးရဖက်ခေါင်း၊ ချင်းစိမ်းနှစ်ပါးကြိတ်၍ တိုက်။ ဝမ်းထဲမှာ အခဲရှိလျှင်လည်း ပြင်ကအုံပေးလေ။

ရင်ကျယ်ဆေး

ယမ်းစိမ်း၊ ဆပ်ပြာ၊ ဇဝက်သာ၊ သိန္ဓော၊ ကျောက်ချဉ်၊ ဇာသီး ၁ ကျပ်ကျစီ၊ စမုန်မျိုးငါးပါး ၈ ပဲကျစီ၊ အားလုံးအလေး လေးညှင်းကဲ။ သံပရာရည်နှင့်တိုက်။ ရင်တင်း၊ ရင်ပြည့်၊ ရင်ကယ် လက်တွေ့ပျောက်ကင်း၏။

၃၅။ ဓာတ်လေဆေးခါးရည်

ဆားခါးတစ်ပိဿာ၊ လက်ချား၊ ယမ်းစိမ်း၊ ဆပ်ပြာ၊ ဇဝက်သာ၊ သိန္ဓောဆား၊ ကျောက်ချဉ် ၂ ကျပ်ကျစီ၊ ရေလေးဆယ်သားဝင်ပုလင်း(၆)ပုလင်းထည့်။ လေးပုလင်းကျန်အောင် ကျိုပြီးယူလေ။ အသုံးပြုရန် စားပွဲဇွန်း တစ်ဇွန်းမှ သုံးဇွန်းထိ လူအင်အားကိုကြည့်၍ တိုက်လေ။ ဝမ်းပြည့် ဝမ်းရောင်၊ ရင်တင်းရင်ပြည့်နှင့် စမြင်းခံခြင်း၊ ဒူလာမီးယပ်ရောဂါမှစ၍ ကလေးသူငယ်များပါမကျန် တိုက်ကျွေးနိုင်သည်။

အစာကြေဆေးတစ်နည်း

လေးညှင်း၊ ဇာသီး၊ တစ်မူးကျစီ၊ ငရုတ်ကောင်းတစ်မတ်၊ ပိတ်ချင်း ရှစ်ပဲ၊ ချင်းခြောက် ၁ ကျပ်၊ ပတဲကော ၂ ကျပ်၊ ဇဝက်သာ ၄ ကျပ်၊ ကျောက်ချဉ် ၁ ကျပ်၊ သိန္ဓော ၆ ကျပ်၊ အမှုန့်ပြု၊ ချောင်းဆိုး၊ အပူငုပ်၊ ဘေးထိုးရင်ကျပ်၊ သလိပ်ကပ်နာ၊ အစာမကြေရောဂါတို့ကို ပျောက်ကင်းစေသည်။ ချောင်းခြောက်ဆိုးသူများ၊ သလိပ်ကပ်သူများ သံပရာရည်၊ ရှောက်သီးရည်တစ်ခုခုနှင့်တိုက်လေ။

ဒူလာဆေးကျော် (၁)

ကြက်သွန်ဖြူ ၁ ကျပ်၊ ပွေးသက်ပွင့် ၂ ကျပ်၊ ထန်းလျက်၊ ဆားပုပ် ၁ ကျပ်ကျစီအညက်ကြိတ်၊ ဆီးသီးလုံးခန့် တစ်နေ့တစ်ခါ မှန်မှန်စားလေ။ အညောင်းအညာ၊ ခါးနာ၊ ခါးကိုက်၊ အချွဲသလိပ် ကင်းစင်၍ ဒူလာပါဒရက်ပျောက်ကင်း၏။

တစ်နည်း-ဒူလာဆေးကျော် (၂)

မန်ကျည်းသီးမှည့် ၁၀ ကျပ်၊ ပွေးသက်မဥ္စရီပွင့် ၁၀ ကျပ်၊ ဆား ၅ ကျပ်၊ ထန်းလျက် ၅ ကျပ်၊ ဇဝက်သာ ၃ ကျပ်၊ သျှိသျှားသီးမှုန့် ၅ ကျပ်၊ တေဆေးကဲ့သို့ ဆေးပျောင်းလုပ်၍ ဆီးသီးလုံးခန့် အမြဲတမ်း အိပ်ရာဝင်ချိန် မှန်မှန်စားသွားပါက အာညောင်းအညာ ဒူလာပါဒရက်၊ ခါးနာခါးကိုက်၊ လေရောဂါများကင်းစင်ပြီး ပဂန္ဓရပိုးများပါ ကင်းစင်၍ ကျန်းမာသော လက်တွေ့ဆေး။ ဘုန်းကြီးကျောင်းသားဘဝက ဗေဒင်လက်ရိုးနှင့်

အဟောများ သင်ပေးခဲ့သော ကျွန်ုပ်ဆရာ ကျောက်ဆိပ်ကျောင်း ဦးပဉ္စင်း ဦးပညာဝံသ သုံး လက်တွေ့ဆေးနည်းတည်း။

ပဂန္ဓရသွေးကျ လိပ်ခေါင်းနာပျောက်ဆေး

တမာခေါက် ၂၅ ကျပ်၊ စိုင်းလိုင်းခေါက် (လက်ပံခါး) ၂၅ ကျပ်၊ ဆားပုပ် ၅ ကျပ်၊ ပျားရည် ၁၀ ကျပ်၊ တမာခေါက်နှင့် စိုင်းလိုင်းခေါက်ကို ဓားဖြင့်လှီးပြီး အိုးသစ်တွင် ရေ ၄၀ သားဝင်ပုလင်း (၈)လုံးထည့်၍ကျို၊ တစ်ဝက်ယူပြီး ဆားပုပ်ထည့်။ အေးသောအခါ အရည်စစ်ယူ။ ပျားရည်နှင့်စပ်။ နေလှန်းက ပိုကောင်း၏။ (မိုးမှန်ဆေးကဲ့သို့ ချက်လုပ်လေ။)

ဆေးအသုံးကား . . .

ပဂန္ဓရလိပ်ခေါင်းထွက် သွေးကျ၊ ပိုးကျ၊ ခါးနာ၊ ခါးအောင့်သူတို့ကို စားပွဲဇွန်း တစ်ဇွန်းမှ ၃ ဇွန်းအထိ ပေးလေ။ အစာမစားမီ တစ်နေ့ (၂)ကြိမ်တိုက်လေ။ လက်တွေ့ဆေး။

ဒူလာပါဒရက် ကျန်းမာရေးဆေး

ငုရွက်အမှုန့် ၅ ကျပ်၊ မန်ကျည်းသီးမှည့် ၅ ကျပ်၊ ဇာသီး၊ ဇာပွင့် ၁ ကျပ်စီ၊ စမုန်ငါးပါး၊ စမုန်နီ၊ (၄)မျိုး ၁ကျပ်ကျစီ၊ ပေါင်း (၈)မျိုးကို ပျားရည် ၂၅ ကျပ်သားနှင့်နယ်။ ညနံနက် ကွမ်းသီးတစ်ခြမ်းခန့်စီ မှန်မှန်စားလေ။

အကျိုးကား . . .

ဒူလာပါဒရက်၊ တက်နာ၊ ထုံနာ၊ ကျောအောင့်နာ၊ခါးနာ။ ခြေသေလက်ညောင်း အိပ်မကောင်းနှင့် ကိုယ်ကိုက်ဝမ်းအောင့်၊ ကြောကြီးကြောငယ်၊ တမယ်မယွင်း၊ ဖဝါးလက်ဆာ၊ ဆစ်မျိုးစသည် ပူဆာကိုက်ခဲ၊ စိတ်နေမပျော်၊ စားသော်မခြိ၊ မကောင်းရောဂါမျိုးတို့ကို ပျောက်ကင်းစေသည်။ ရခိုင်ဆရာတော်ကြီး ဦးမေဓာသုံးနေကျ လက်တွေ့ဆေးနည်းတည်း။

မီးယပ်ပါဒရက်ဆေးကြီး

ငရုတ်ကောင်း ၁ ကျပ်၊ မိဿလင် ၈ ကျပ်၊ ကန့်ချုပ်နီ၊ မတဲကော၊ နွားမြေရင်း ၃ ကျပ်စီ၊ ဇာသီး၊ လေးညှင်း၊ စမုန်မျိုးငါးပါး၊ ပန်းနု၊ ကတ္တရသချေ တစ်မတ်ကျစီ၊ ဖာလာ၁ ကျပ်၊ အားလုံးအမှုန့်ပြုလေးစုစု၊ တစ်စုအလေး ကြံဟင်း၊ တစ်စု သက်ရင်းကြီး၊ တစ်စု နှပ်ချို၊ တစ်စုအလေး မဟာဂါကဲလေ။ တိုက်လိုသော် ရေနွေးနှင့်တိုက်။

ဆေးအကျိုးကား . . .

ခြေကတက်၍ဖြစ်သောအနာ၊ သွေးကြက်သဘီ၊ လေကြက်သဘီ၊ သွေးသဖုံး၊ လေသဖုံး၊ ဂူငါးမျိုး၊ ထုံနာ၊ ကျဉ်နာ၊ တက်နာ၊ ဗိန်းပြဲကိုယ်ရောင်၊ မီးယပ်နာ၊ အူကြီးအူရောင်၊ လေးမျိုး(၈၀)၊ သလိပ်မျိုး(၂၀)၊ သည်းခြေ(၆၀)၊ ယောကျ်ားမိန်းမတို့တွင် နံနှစ်ဖက်တို့ကို ကျပ်သကဲ့သို့နာသော် ၊ လေတံကျင်၊ ရင်ပြည့်၊ ရင်အင့်၊ ရင်ဆို့၊ မီးယပ်သွေးပုပ်၊ သွေးဆိုးကျ၍ ရင်ကိုဆို့သော် အရက်၊ ရေနွေးတစ်ခုခုနှင့်တိုက်၊ ခြေ,လက်ထုံကျဉ်ကိုက်ခဲတက်သော် ပျားရည်နှင့်တေ၍ ညနံနက်စားလေ။ မီးယပ်ပါဒရက် အတိတ်ရဆေးကြီး။

၃၆။ (သပုတြ)သားများဥ အားတိုးဆေး

သားများဥ (ရှဉ့်မတက်ဥ)၁၀ ကျပ်၊ ငရုတ်ကောင်း ၁ ကျပ်၊ သျှိသျှားသီး ၃ ကျပ်၊ နွယ်ချို ၅ ကျပ်၊ ထောပတ် ၁၀ ကျပ်၊ ပျားရည် ၂၅ ကျပ်၊ ဇာသီး ၈ ပဲ၊ သိန္ဓော ၁ ကျပ်၊ နွားနို့ ၁၀ ကျပ်။

ဆေးပြုလုပ်နည်းမှာ . . .

နွားနို့ကို ချက်ပြီး ထောပတ်ထည့်၍ မွှေ။ ဆေးများသမ၍ ကြွက်မြီးတန်းမျှ ယူ၍ရသောအခါ ဆေးကို အအေးခံပြီး ပျားရည်ကိုထည့်၍ စရနယ်ပြီးလျှင် ကွမ်းသီးတစ်ခြမ်းမျှ မနက်ညတိုင်း စားပေးပါ။

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

ဆေးအကျိုးကား . . .

ယောကျ်ားများ ပန်းသေးပန်းညှိုး၊ မောပန်း၊ အားကုန်ခန်းခြင်းနှင့် သွေးအန်သွေးလွန်၊ သွေးကျရောဂါ၊ ဒူလာပါဒရက်ရောဂါများ ပျောက်ကင်းပြီး မိန်မမနျှား စားမဝင်အိပ်မပျော်ခြင်း၊ သွေးမီးယပ်ရောဂါတို့ကို လက်တွေ့ပျောက်ကင်းသော အာယုဝပုနဆေးတော်ကြီးဖြစ်သည်။

၃၇။ မျက်စိရောဂါဆေး

ဘုမ္မရာဇာ၊ ဆေးပုလဲ၊ ကန့်ချုပ်နီ၊ စမုန်နက်၊ မဏိသြဃတစ်ကျပ်ကျစီ၊ ဆူးခေါက်နက် ၂၅ ကျပ်၊ ဇာသီး၊ လေးညှင်း၊ ချေးသီး၊ ကလောသီး၊ ရှိန်းခို ၃ ပဲကျစီ။ ဇီယာ၊ ဖာလာ၊ လက်ချား သုံးမူးကျစီ။ စမုန်ငါးပါး ရှစ်ပဲကျစီ အမှုန့်ပြု။ တစ်နေ့သုံးကြိမ်၊ ဆေး ၂ ပဲသားခန့်ကို ရေနွေးနှင့် နံနက်ည အချိန်မှန်မှန် သောက်ပေးရမည်။ ဝမ်းချုပ်လျှင် ၎င်းဆေးတွင် ပွေးကိုင်းမှုန့်ထည့်၍ စားပေးပါ။ မျက်စိမှုန်ပြာ၊ အတွင်းတိမ်၊ အပြင်တိမ်နှင့်တကွ ဒူလာပါဒရက် မီးယပ်နာတို့ကိုပါ ပျောက်ကင်း၏

၃၈။ အစာကြေ လူဝအားတိုးဆေး

မန်ကျည်းမှည့်အနှစ် ဆန်ခါချ ၁၀ ကျပ်၊ ကြက်သွန်ဖြူ ၁၂ ကျပ် ၈ ပဲ၊ ကြက်သွန်နီ ၂၅ ကျပ်၊ နှမ်း ၁ ကျပ်၊ ထန်းလျက် တစ်ပိဿာ၊ ပျားရည် ၅၀ ကျပ်၊ ဆား ၅ကျပ်၊ စမုန်မျိုးငါးပါး ၂ ပဲကျစီ၊ နှမ်းဆီ တစ်ပိသာ။

ဆေးပြုလုပ်နည်းမှာ- - -

ရှေးဦးစွာ နှမ်းဆီကို ဆီသတ်၊ ကြက်သွန်ဖြူ,နီတို့ကို ဓားနှင့်ပါးပါးလှီးဖြတ်ပြီးလျှင် နှမ်းပါထည့်ပါ။ အတန်ငယ်ကြာလျှင် ကြက်သွန်ဖတ်နှင့် ဆီခပ်ထား။ ကျန်ဆီထဲသို့ မန်ကျည်းနှစ်၊ ထန်းလျက်၊ ပျားရည်၊ စမုန်မျိုးငါးပါးတည့်၍ မီးပေါ်တွင် မတူးမခြစ်ရအောင် မွှေ။ သင့်တော်သောအခါ ကြွေအိုးတွင် ထည့်ထား၍ ခပ်ထားသော ကြက်သွန်ဖတ်နှင့် ဆီကျက်ကိုလောင်း၊ နံနက် ည ဟင်းခပ်ဇွန်းနှင့် တစ်ဇွန်းခန့်စားလေ။ အစာကြေ၍ ဆီးလေဓာတ်ဖြောင့်မတ်ပြီး စားဝင်အိပ်ပျော် ခန္ဓာဝလာ၍ အားတိုးလာသည့် လက်တွေ့ဆေးကျော်။

၃၉။ ဆီးရောဂါပျောက်ဆေး

မန်ကျည်းသီးမှည့်အနှစ် ဆန်ခါချ ၅၀ ကျပ်၊ သကြား ၅၀ ကျပ်၊အလိုကြူ ၂ကျပ် ၈ ပဲ၊ လိပ်ကျောက်ဆူး ၈ ပဲ၊ ငရုတ်ကောင်း၊ သိန္ဓော ၈ ပဲ၊ ဆားပုပ် ၈ ပဲ၊ ထန်းလျက် ၂၅ ကျပ်၊ နှမ်းဆီ သို့မဟုတ် ထောပတ် ၁၀ ကျပ်၊ ကြွေပုပ်၊ လိပ်ကျောက် ဆူးတို့ကို မီးသင်း၍ ကြိတ်ပြီးအမှုန့်ထည့်ပါ။ ငရုတ်ကောင်းကို အနည်းငယ်လှော် ထည့်ပါ။ တေဆေးပျောင်း ပျောင်းလုပ်၍ ည နံနက် ဇွန်းကြီးတစ်ဇွန်းခန့်စီစားပါ။

အကျိုးကား . . .

ဆီးအောင့်၊ ဆီးနီ၊ ဆီးနည်းခြင်းနှင့် ဆီးဝါခြင်း၊ ဆီးအိမ်တွင် ဆီးရှိလျက်နှင့် ဆီးမသွားခြင်း ခဏခဏအနည်းငယ် ဆီးသွားခြင်း စသော ဆီးရောဂါဝေဒနာမျာိ လုံးဝပျောက်ကင်းစေတတ်သော ဆီးရောဂါပျောက်ဆေးဖြစ်ပါသည်။

၄၀။ ဝပုနထန်းဖူးဆေး

ချင်း၁ကျပ်၊ ငရုတ်ကောင်း၊ တစ်မတ်၊ ဘိန်း ၄ ရွေးသား၊ အိမ်စာဥ ၅ လုံး၊ (သို့မဟုတ်) ကြက်ဥ၊ ထောပတ် ၁၀ ကျပ်၊ ပျားရည် ၁၀ ကျပ်၊ ထန်းဖူး ၅ ကျပ်။

တေဆေးပြုလုပ်၍ ဆီးကင်းခန့် တစ်နေ့သုံးလုံး စားလေ။ ပန်းသေပန်းညှိုးကောင်း ပြီးအားတိုး၏။ ရေကို အမြဲတမ်းချိုးပေးလေ။

ကျန်းမာရေးဆေးကြီး(၁)

ဘုမ္မရာဇာ၊ ဆေးပုလဲ၊ ပညာလကာ်၊ ဇာသီး၊ ဇာပွင့်၊ လေးညှင်း၊ ပန်းနု၊
ပန်းမ၊ ကွက္ကရာ၊ကတ္တရသချော်၊ ပရုတ်၊ မုတ်နီ၊ ရှိန်းခို၊ ဆောင်းမေးခါး၊
သဘော်ချင်းခြောက်၊ စမုန်နက်၊ အလိုကြူ ကြွေပုပ်၊ လိပ်ကျောက်ဆူး၊ (၁၉)မျိုး ၁
ကျပ်ကျစီ၊ ဆားလှော်။ပွေးကိုင်းမှုန့်၊ ဆူးခေါက်နက် ၂၅ ကျပ်ကျစီ။
ဆေးပေါင်းအားလုံး (၂၂)မျိုးကို ထောင်းထု အမှုန့်ပြုပြီးလျှင် ပုလင်းတွင်
လုံစွာထည့်၍ ထား။ ဆီးဖြူသီးခန့် လုံး၍စားပါလေ။

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

ဆေး၏အကျိုးကား . . .

အထုံအကျဉ်၊ အကိုက်အခဲ၊ ကိုယ်ဖောကိုယ်ရောင်၊ မျက်စိမှုန်၊ မျက်စိပြာ၊ တိမ်သလာ၊ ကြက်ဆူ၊ အတွင်းတိမ်၊ အပြင်တိမ်၊ အချည့်အနဲ့၊ ထုံနစို၊ ထုံနခြောက်၊ ပါဒရက်နာ အမျိုးမျိုး၊ မီးယပ်နာ၊ အမျိုးမျိုး၊ ချောင်းဆိုးပန်းနာ၊ ကြက်ညှာ၊ ဒူလာ၊ မြင်းသရိုက်နာ၊ အထက်တွန့်အောက်တွန့်၊ နှာခေါင်းသွေးထွက်မှစ၍ ရောဂါမရွေး လူကြီးလူငယ် စားသောက်နိုင်သော ဆေးဖြစ်သည်။ များသောအားဖြင့် ၎င်းဆေးသည် စာသင်သားများ၊ ရှေ့နေ၊ မြို့အုပ်၊ ပန်းထိမ်၊ ပန်းပဲ၊ စက်ချုပ်ဆရာမှစ၍ အညောင်းခံနေကြသော သူများနှင့် အထူးသင့်လျော်သည်။

ကျန်းမာရေးဆေးကြီး(၂)

သဘော်၊ ကြစု၊ ဇာသီး၊ လေးညှင်း၊ ပိတ်ချင်း၊ ချင်းခြောက် ၃ ကျပ်ကျစီ၊ ချူနာမုတီ (ပွေးကိုင်းမှုန့်) ၅ ကျပ်၊ သကြား၊ ငှက်သိုက်၊ ၁ ကျပ်ကျစီ၊ ငါးကြီးအန်ဖတ် ၈ ပဲ ပေါင်းကြိတ်၊ အမှုန့်ပြု ဆေးကို ပျားရည်နှင့်တေ၍ စား။ ကျွဲနို့။ နွားနို့၊ ဆိတ်နို့များနှင့်လည်း စားနိုင်သည်။ ဆီးသီးလုံးခန့် စားရမည်။

ဆေးအကျိုးကား . . .

ဝမ်းတွင်း အပူအပုပ်များပါ ကင်းစင်၍ ထုံနာကျဉ်နာ၊ ဖက်သကပ်နာ၊ ငုပ်နာ၊ သရနူတ်၊ သွေးအန်နာ၊ ချောင်းဆိုးနာ၊ လေပါဒရက်၊ သွေးပါဒရက်၊ တကျည်းနာ၊ ဒူလာမျိုး(၂၀)၊ လေမျိုး(၈၀)၊ မီးယပ်ပိန်၊ မီးယပ်ခြောက်၊ ဝမ်းတွင်းသက်တန့်၊ စားမဝင်၊ အိပ်မပျော်ရောဂါများနှင့် လူမှန်းမသိ အဖျားကြီး၍ လူးလဲနေသော ရောဂါ၊ လူပျိုနာ၊ ဂရင်ဂျီနာ၊ အားလျော့နာတို့ ကောင်းနေကျ ရှေးဆရာများ လက်သုံးဆေးတော်ကြီးဖြစ်သည်။

၄၁။ ပရိယတ္တိသောမနသာရ ဆေးတော်ကြီး

ပရိယတ္တိသောမနသာရ ဆေးတော်ကြီး ဖော်နည်းကား လေးညှင်း၊ ဇာတိပ္ဖိုလ်နှစ်ပါး အလေး၊ ဟိန်းခို(ရှိန်းခို) သုံးပါးအလေး၊ ကျောက်စက်(၄)ပါး အလေး၊ပညာ

လက်ာ(၅)ပါး အလေး၊ ဆေးပုလဲ(၆)ပါးအလေး၊ ဘုမ္မရာဇာ(၇)ပါး အလေး၊ တိလက်သာ(၈)ပါးအလေး၊ လက်ထုတ်ခေါက်(၉)ပါးအလေး၊ မုတ်(၁၀)ပါးအလေး၊ ဆူးခေါက်နက်(၁၀)ပါး အလေး စမုန်နက်။

ငှင်းဆေးအမှုန့်ပြု လေးစုစု။ တစ်စုအလေး ဆား၊ တစ်စုအလေး စမုန်မျိုးငါးပါး၊ တစ်စုအလေးချင်းခြောက်၊ တစ်စုအလေး ငရုတ်ကောင်းကဲ၍ အားလုံးကို ပေါင်းပြန်၊ တစ်ဖန် ငှင်းဆေးကို (၁၁)စုစု၊ တစ်စုအလေး ကြောင်ပန်းသီး၊ တစ်စုအလေး ကြောင်ပန်းမြစ်၊ တစ်စုအလေး လင်းလေ(လင်းနေ)၊ တစ်စုအလေး ငဖုံး ဆေး၊ တစ်စုအလေး ကြောင်ပန်းရွက်၊ တစ်စုအလေး ပိတ်ချင်းမြစ်၊ တစ်စုအလေး မိဿလင်၊ တစ်စုအလေး ကန့်အိပ်၊ တစ်စုအလေး နှပ်ချို၊ တစ်စုအလေး ကြံဟင်း၊ တစ်စုအလေး သက်ရင်းကြီးကဲ။ ဆေးအားလုံးကို ပေါင်း၍ ညက်စွာကြိတ်၊ ညနံနက် ဆီးကင်းခန့်စား။

ဆေးအကျိုးကား လေတကူ၊ လေတံကျင်၊ လေးပန်းဒယား၊ ပသာဒလေ၊ ဝိသဒလေ၊ ဝိလဏိဒလေ၊ ပြဏာဝဏိလေ၊ အပ္ပဝိဒလေ၊ သတ္တဝိတ်လေ၊ နံပါးနှစ်ဖက်ကို လျှောက်၍ တက်သောလေ၊ အသားကို တက်သောလေ၊ အရိုးကိုတက်သောလေ၊ ခြေကိုစွဲသောလေ၊ ခြေပူသောလေ၊ ခြေအေးသောလေ၊ ချွေးထန်သောလေ။ ထိုလေအပေါင်းတို့ကို ဤဆေးမြတ်သည် လေးကျွန်းလုံးကို တစ်ပြိုင်နက် တစ်ချက်တည်း ထွန်းတောက်ပသော လမင်းကဲ့သို့ အမိုက်အတိပျောက်၍ အလင်းရောက်သကဲ့သို့ လေမျိုး(၈၀)ပျောက်၍ သုတသောမနဿ ဖြစ်သောကြောင့် ဓညဝတီအမည်ဟိ(ရှိ)သော ရက္ခိုင်ပြည်က ကျစွာ မင်းကြီး(ပုဂံပြည်)အား ဆက်သွင်း၍ သံဃာတော်တို့အား သည်ဆေးမြတ်ကို အမှီပြု ၍ ပိဋကတ်သင်ကြားပို့ချနိုင်သောကြောင့် ဆေးနာမည်ကို ပရိယတ္တိသောမနဿာရဟု အမည်ပေးတော်မူသည်။ ကျစွာမင်းကြီးသည် ဤဆေးကို ဖော်စပ်၍ ရဟန်းတော်တစ် ပါးစီအား ၇ကျပ် ၂ မတ်ကျစီ ဆက်ကပ်လှူဒါန်းလေသည်။

(ပုဏ္ဏားကျွန်းမြို့နယ်၊ ကျောက်ဆိပ်ကျောင်းရှိ ဆေးပေမူမှ ရသော ဆေးနည်းမူရင်းအတိုင်း ဖော်ပြလိုက်သည်။)

၄၂။ ဒူလာပါဒရက်ဆေး

ငရုတ်ကောင်း၊ ပိတ်ချင်းတံ၊ ချင်းခြောက်၊ သက်ရင်းကြီး၊ ကျောက်ချဉ်၊ ကြွေပုပ်၊ ကြွေငယ်၊ လိပ်ကျောက်ဆူး၊ ကျောက်စက်နီ၊ ကျောက်စက်ဖြူ၊ ကျောက်မြုပ် ၁ ကျပ်ကျစီ၊ နှပ်ချို၊ ဇဝက်သာ၊ ဒန့်သလွန် ၂ ကျပ်ကျစီ၊ ဆားပုပ် ၃ ကျပ်၊ သိန္ဓော ၅ ကျပ်၊ မုတ်နီရှစ်ပဲ၊ ပွေးကိုင်းမှုန့် ၃၀ ကျပ် အမှုန့်ပြု၊ ဒူလာပါဒရက်၊ ရင်ကျပ်၊ ရင်တင်း၊ နှလုံးမအီမသာဖြစ်ခြင်း၊ မီးယပ်ပိန်၊ မီးယပ်ခြောက်၊ မစားချင်မသောက်ချင်၊ ဝမ်းတွင် သွေးပင်းလေပင်း စမြင်းပင်း စသည်တို့ကို ညအိပ်ရာဝင်လျှင် ကြွေဇွန်းဖြူနှင့် တစ်ဇွန်းခန့်တန်သည်။ လွန်သည်ကို ဆင်ခြင်၍ စားလေ။ (၉၆)ပါးဝေဒနာနှင့် သင့်လျော်၏။

လူဝအားတိုးဆေး

နှမ်းဆီ၊ နွားနို့၊ ထောပတ် ၁၅ ကျပ်စီ၊ ပွေးကိုင်းမှုန့် ၁၅ ကျပ်၊ မန်ကျည်းမှည့်အနှစ် ၁၅ ကျပ်၊ သျှိသျှားသီးမှုန် ၁၅ ကျပ်၊ နွယ်ချိုမှုန့် ၁၀ ကျပ်၊ ရှဉ့်မတက်မှုန့် ၁၀ ကျပ်၊ မင်းခွာရွက်ခြောက်မှုန့် ၁၀ ကျပ်၊ ပျားရည် ၂၅ကျပ်။

ပြုလုပ်နည်းမှာ နှမ်းဆီကိုချက်၍ ကျက်လျှင် ထောပတ်ကိုထည့်၍ မွှေပေးပြီးသမလျှင် ခွင်မှချက်လျှက် ဆေးများကိုထည့်မွှေပေးလျက် မီးကျီမီးခဲနှင့် နွေးအောင်ပြု ကြွက်မြီးတန်းကျ အောင်လုပ်ပြီး ပုလင်းတွင် လုံစွာထည့်ထားလျက် အိပ်ရာဝင်၊ အိပ်ရာထ ဇွန်းကြီးတစ် ဇွန်းစားပါ။ ကျန်းမာဝပြောပြီး ရောဂါကင်းစင်လျက် ခွန်အားဗလတိုးတက် သက်ရှည်ဆေး ကြီးတည်း။ နွားနို့သောက်ပေးက ပိုကောင်းပါသည်။

လေမျိုး ၈၀ လျက်ဆား

ငရုတ်ကောင်း၊ ပိတ်ချင်းတံ ၁ ကျပ်ကျစီ၊ ဇာသီးတစ်မတ်၊ ပတဲကော ၈ ပဲ၊ ချင်းစိမ်း ၂ ကျပ်၊ နွယ်ချို ၅ ကျပ်၊ ဇဝက်သာ ၅ ကျပ်၊ သိန္ဓော ၇ ကျပ်အမှုန့်ပြု၍လုံးထား။

အကျိုးကား . . .

အစာမကြေ၊ အော့အန်၊ ချောင်းဆိုး၊ ပန်းနာရင်ကျပ်ခြင်း၊ ခံတွင်းက အပုပ်နံ့ထွက်ခြင်း၊ ဝမ်းပြည့်ဝမ်းနာ လေနာတို့ကို တိုက်လေ။ လျက်လေ၊ ချောင်းဆိုး၊ ပန်းနာကိုရှောက်ရည်၊ သံပရာရည်နှင့်သောက်လေ။ လူကြီးလူငယ် အချိန်မရွေးပေးနိုင်သည်။

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

ဆေးဖြူကလေး

ဇဝက်သာ ၅ ကျပ်၊ ဘင်္ဂလီဆားခါး ၅ ကျပ်၊ လက်ချား ၅ ကျပ်၊ စားဆော်ဒါ ၅ ကျပ်၊ ယမ်းစိမ်း ၂ ကျပ်၊ ဟင်းခတ်ဆား ၄၀ ကျပ်၊ ကျောက်ချဉ် ၂၅ ကျပ်၊ ၎င်းဆေးကို အမှုန့်ပြု၍ ကောင်းစွာထားပါ။ ကာလဝမ်းကျ ရောဂါများတွင် အုန်းသီးရည်နှင့်တိုက်ပါ။ ချွေးလွန်က သနပ်ခါးရည်၊ ဆီးနေမကောင်းသော် ကွမ်းရွက်၊ လင်းလေရည်နှင့်တိုက်။ အစားမှား အစာဖျက် သုံးလိုသော် ၎င်းဆေးများကို အိုးသစ်နှင့်ခြောက်အောင်ချက်လျက် အမှုန့်ပြုသုံးလေ။ လေရင်နာ ဆီးရောဂါများလည်း အလွန်သင့်လျော်ပါသည်။ သမား ဉာဏ်ဖြင့်သုံးလေ။

စတုပညာသဆေး

ယမ်းစိမ်း ၁၇ ကျပ်၊ မြန်မာဆားခါး ၈ ကျပ်၊ စားဆော်ဒါ ၁၉ ကျပ်၊ သိန္ဓော ဆား ၁၀ ကျပ်၊ ပေါင်း ၅၄ ကျပ် အမှုန့်ပြုသုံးလေ။ ဖျားသော် ကွမ်းရွက်ရည်၊ ကျပ်ခိုးနှင့် ဆားသင့်ရုံထည့်၍တိုက်။ ရေငတ်ဝမ်းကျလိုက်သော် လင်းလေပြုတ်ရည်နှင့်တိုက်။ ကြွက်တက်သော် ကျောက်ချဉ်ပြုတ်ရည်နှင့်တိုက်။ ဒူလာ ထုံနစို မီးယပ် ထုံကျဉ်ကိုက်ခဲသော် အုန်းရည် ၁၀ ကျပ်၊ ထန်းလျက် ၁၀ ကျပ်၊ ဆေးကို ၂ ကျပ်သားထည့်၍ စပါးပုတ်တွင် သုံးရက်မြှုပ်။ နံနက်ညတစ်ဇွန်းစီသောက်။ ရေချိုးပေးလေ။

တနည်း စတုပညာသဆေး

ယမ်းစိမ်း ၁၇ ကျပ်၊ မဖောက်ထုံး ၁၀ ကျပ်၊ ဆား ၈ ကျပ်၊ သဲဆပ်ပြာ ၁၉ ကျပ်၊ ပေါင်း ၅၄ ကျပ်။

သတ္တရသယမ်းအရည်နှင့် ဒသထုံးမှာ ရှစ်ဖြာလောဏ ဆယ့်ကိုးက ထည့်ရသဲ ဆပ်ပြာမှတ်ကြ စတုပညာသဟူသော လင်္ကာအရတည်း။

၄၃။ အနာကြီး နူနာရောဂါပျောက်ဆေး

ကလောသီး ၂ ကျပ်၊ ဆပ်ပြာ ၈ ကျပ်၊ ဒုတ္တာ ၁၀ ကျပ်၊ ကျောက်ချဉ် ၁၅ ကျပ်၊ ယမ်းစိမ်း ၁၇ ကျပ်၊ ချေးသီး ၂ ကျပ်၊ ၎င်းဆေးများကို စုပေါင်းကြိတ်ခြေ၍ အရက်

တင်သကဲ့သို့ ပေါင်းတင်၍ ချွေးရည်ယူပါ။

ပေါင်းတင်သောအခါ အထက်ရည်ကို ခြောက်ကြိမ်လဲပြီးမှ ယူပါလေ။ ၎င်းဆေး ရည်နှင့် ပျားရည်ကို သင့်သလိုစပ်၍ နံနက်ည ဇွန်းတစ်ဇွန်းခန့်မျှ နေ့စဉ်သောက်ရမည်။

လိမ်းဆေးမှာ . . . ခံတက်ခေါက်၊ နန္နင်းဉ၊ ကန့်ချုပ်နီမြစ်၊ ကျပ်ခိုး၊ ဖာလာဉ၊ ငရုတ်ကောင်း၊ နေစာမြက်၊ မရိုးစေ့၊ ရှားစောင်းကြီးစေ့ အမျှစုကြိတ်၍ တစ်နေ့တစ်ကြိမ် လိမ်းပေးလေ။ အနာကြီးရောဂါ၊ နူနာ၊ သမင်ဖြူကွက် စသည်ပျောက်ကင်းသော လပ်တွေ့ဆေးနည်းကျော်တည်း။

၄၄။ လေရောဂါဆေးနည်းကြီး

ကျောက်ချဉ်၊ ယမ်းစိမ်း၊ ဇဝက်သာ၊ ဂမုန်း၊ ဇာတိပ္ဖိုလ်ပွင့်၊ ၂ ပဲကျစီ။ ကရဝေးသီး၊ ကျောက်သွေး၊ ဖုံမသိန်၊ စမုန်မျိုးငါးပါး၊ ကန့်ပလူဉ၊ ကတ္တရသင်္ချေ ၁ ပဲကျစီ။ ပိတ်ချင်း၊ မင်သော် ပရုတ်၊ ဇာသီး ၈ ပဲကျစီ။ နွယ်ချိုမှုန့်၊ ဆားဖုတ် ၂ ကျပ်စီ။ သိန္ဓော ၄ ကျပ်၊ ဆားခါးမှုန့် ၁၂ ကျပ်၊ ဆော်ဒါမှုန့် ၂၅ ကျပ်၊ စုပေါင်းကြိတ်ခြေ၍ လေလုံပုလင်းမှာ ထည့်ထား။ လေရောဂါမှန်သမျှ လက်ဖက်ရည်ဇွန်း တစ်ဇွန်းမှ သုံးဇွန်းထိ ရေနွေး၊ ရှောက်၊ သံပရာတစ်ခုခုနှင့် သောက်လေ။

ဝမ်းတွင်း အလုံးအခဲပျောက်ဆေး

ချင်းစိမ်း၊ မိဿလင်၊ ပိတ်ချင်း၊ ၎င်းသုံးပါး အလေးခံတက်ခေါက်ကဲ၊ အမှုန့်ပြု ပျားရည်နှင့် တေ၍ ဆီးဖြူသီးခန့် ည နံနက် မှန်မှန်စား။ သွေးလုံး၊ လေလုံး၊ သွေးတကူ၊ လေတကူ ဝမ်းတွင်းအလုံးအခဲ အလုံးမှန်သမျှ ပျောက်ကင်း၏။

၄၅။ ဒူလာမီးယပ်ဆေးကျော်

ခမောင်းသီးမှည့် အလုံး(၅၀)ကို အစေ့အခွံပယ်၍ အထဲမှ အသားများကို ယူ။ သံလွင်ပေါက်ပေါက် ၂၅ ကျပ်၊ ကြံသကာ ၂၅ ကျပ်၊ အရက်ချက်သော တေဆေးအလုံး ၃၅ လုံး၊ ယင်းပျားမြစ် ၂ ကျပ်၊ (အရည်သွေးထည့်ပါ)။ အရက်တင်သကဲ့သို့ ပေါင်းတင်ပြီး ချွေးရည်ကိုယူလေ။ ၎င်းအရည်ကို တစ်နေ့လျှင် နံနက်ည ဟင်းခပ်ဇွန်းတစ်ဇွန်း

ကျ မှန်မှန်သောက်ပေးလေ။ ဒူလာ၊ ပါဒရက်၊ မီးယပ်နာ၊ ဝမ်းပူနာ၊ အားလျော့နာ၊ တပိန်ပိန် မစားချင်၊ မသောက်ချင် နာတာရှည်ရောဂါများ လက်တွေ့ကောင်းနေကျ ဆေးကျော်။

၄၆။ အကြောပြေဆေးကျော်

တောင်သျှိသျှားသီး၊ ဖန်ခါးသီး၊ သိမ့်ဆိမ့်သီး၊ အိပ်မွေ့သီး၊ ကံ့ကော်ဝတ်ဆံ၊ ငရုတ်ကောင်း၊ နံ့သာဖြူ ပိတ်ချင်းသီး၊ လင်းညို၊ ထောပတ်၊ ဖာလာ ၁၀ ကျပ်သားကျစီ၊ နွားမြက်ရင်း၊ ဆင်ထုံးမနွယ်၊ သကြားကျောက် ၅ ကျပ်ကျစီ။ နှမ်းဆီ၊ ပျားရည်၊ ထန်းလျက် ၂၀ ကျပ်ကျစီ။ ၎င်းအားလုံးထုခြေ၊ အမှုန့်ပြုသင့်သော ဆေးများကို အမှုန့်ပြု၍ အုန်းသီးတစ်လုံးကို ငင်၍ ရသောအုန်းနို့နှင့် မတူးမခြစ်ရအောင်ချက်ပြီး ဆေးပျောင်းရအောင်ယူပြီးလျှင် နံနက်ည ဇွန်းကြီးတစ်ဇွန်းကျစီ စားပါလေ။ အကြောတက်ခြင်း၊ ခါးကြောတင်းခြင်းနှင့် ဒူလာပါဒရက် မီးယပ်နာရောဂါတို့ကိုပါ ပျောက်ကင်းစေသည်။

၄၇။ ပန်းနာအမြစ်ပြတ်ဆေးကျော်

ခဲတစ်ကျပ်သားကို ပါးပါးလွှာယူ၍ ရသောအမှုန့်နှင့် ကြက်ဥအခွံတစ်ကျပ်လေးနှင့်ရော၍ ကြေညက်အောင်ကြိတ်ပြီး အိုးကင်းတွင်ထည့်၍ မီးမှာတင်မွှေပေး။ ၎င်းနောက် ဆားတစ်ကျပ်လေးကိုထည့်ပြီး ထပ်မွှေပေးပြီးနောက် ဆေးဒန်းကျောက်တစ်ကျပ်လေးအမှုန့်ကို ထည့်မွှေပြီး သမလျှင် ခွင်မှထုတ်ယူ၍ သမအောင် ထပ်မွှေပေးပါ။ ၎င်းနောက် ဇွန်းတစ်ဇွန်းခန့်တိုက်ပါ။

သလိပ်ခြောက်ကပ်၍ထသော ပန်းနာသည် ရောဂါရှင်များကို ပျားရည်နှင့်စပ်တိုက်ပြီး သလိပ်ပွား၍ ဝ,သောကိုယ်ရှိသော ပန်းနာသည်များကို ကွမ်းရွက်စိမ်းရည်နှင့်တိုက်ပါ။ ဆေးများလဆင် အန်တတ်၊ ဝမ်းသက်တတ်သည်။ မကြောက်နှင့် ၊ အဆက်မပြတ်တိုက်လေ။ ပန်းနာရောဂါ အမြစ်ပြတ်၏။

၄၈။ တီဘီသနာရုပ် ပန်းနာဆေး

ကျောက်ချဉ် ၂၅ ကျပ်၊ ဟင်းခတ်ဆား ၂၅ ကျပ်၊ ဇဝက်သာ၊ ယမ်းစိမ်း၊ ဆပ်ပြာ၊ ဆားပုပ်၊ သိန္ဓော ၁ ကျပ်စီ။ အားလုံးပေါင်း အညက်ကြိတ်၊ ကောင်းညှင်းပေါင်းသကဲ့သို့ အခိုးမထွက်ရအောင် ပေါင်းပါ။ အိုးပူလျှင် ဆေးပျော်သည်။ အခိုးထွက်က ဆေးခြောက်သည်။ ဆေးခြောက်လျှင် ယူ၍အအေးခံပြီး ညက်အောင်ကြိတ်။ သို့မဟုတ်က ဆေးကို ကောက်ညှင်းပေါင်းသကဲ့သို့ မပေါင်းဘဲဖွဲ့ ၂ တင်းနှင့် မီးဖုတ်လေ။

အသုံးပြုရန်မှာ- - -

လက်ဖက်ရည်ဇွန် တစ်ဇွန်းမှ နှစ်ဇွန်းအထိ တစ်နေ့ (၂)ကြိမ်၊ သံပရာ၊ ရှောက်၊ ပျားရည် သင့်ရာနှင့် တီဘီသနာရုပ်၊ ပန်းနာ၊ ချောင်းဆိုးရောဂါများနှင့် လေနာ၊ ရင်နာရောဂါရှိသူများကို တိုက်ပေးလေ။ ကောင်းနေကျ ဆေးကျော်။

၄၉။ ငှက်ဖျားရောဂါပျောက်ဆေး

နနွင်းစိမ်း၊ ယမ်းစိမ်း၊ ကျပ်ခိုး၊ သဲဆပ်ပြာ၊ ကြက်သွန်ဖြူ ထန်းလျက်၊ စမုန်နက်၊ ငရုတ်ကောင်း၊ ဆေးဒန်း အမျှစု။ အညက်ကြိတ်။ လေလုံပုလင်းတွင် ထည့်ထား။ တုန်ဖျားကျဖျား ငှက်ဖျား ရောဂါမှန်သမျှ ရေနွေးနှင့် လူနာအင်အားကိုကြည့်၍တိုက်လေ။

တစ်နည်း- ငှက်ဖျားရောဂါပျောက်ဆေးမြီးတို

ငရုတ်ကောင်းစေ့ ၁၅ ကျပ် အမှုန့်ပြု၊ ထန်းလျက်နှစ်ခဲထည့်၊ ပဒကာရွက်(သဘော်ရွက်)(၃)ရွက်ခန့်ကို ရေသင့်ရုံထည့်၍ ပြုတ်၍ရသောအရည်နှင့် လူနာအင်အားကို ကြည့်၍တိုက်လေ။ လက်တွေ့ ငှက်ဖျားရောဂါ အမြစ်ပြတ်၏။

၅၀။ ဒူလာသရော(၁၀-ပါး)နှင့်ကုသရန်ဆေး

ဒူလာ(၁၀)ပါးကား အပွဒူလာ၊ ကာယဒူလာ၊ ပါဒဒူလာ၊ အန္တဒူလာ၊ ဘင်ထွက်ဒူလာ၊ ဘင်ယားဒူလာ (ဘင်ခြောက်ဒူလာ)၊ သွေးဒူလာ၊ လေဒူလာ၊ ဒူလာခြောက်၊ ဒူလာစိုတို့တည်း။ မိန်းမယောကျ်ားတို့၌ စွဲကပ်တတ်သည်။ စွဲကပ်လာလျှင် ခြေကတက်၍

ခြေအေးတတ်သည်။ ခါးက ညောင်းတတ်သည်။ ကိုက်သည်။ ခဲသည်။ အကြောတင်းတတ်သည်။ ဝမ်းရောင်၊ ဘောတင်းတတ်သည်။ ဝမ်းကြောနှစ်ဖက် ပေါင်တင်းတတ်သည်။ ကျင်ငယ်သွားလျှင် ပူသည်။ စပ်သည်။ ဝါသည်။ နီသည်။ သွေးလာသည်။ ကိုက်သည်။ သွေးတကူ၊ လေတကူ ဖြစ်၍ အလုံးအခဲရှိတတ်သည်။ ရာဂစိတ်လျော့ပါးတတ်သည်။

ဆေးကား . . .

တြိကဋုတ်(၃)ပါး၊ မိဿလင်၊ ဆေးတစ်လုံး၊ ဆိပ်ဖူး၊ လင်းလေ၊ သစ္စာပန်းဥ၊ ပတဲကော၊ ကန့်အိပ်၊ ဒန့်သလွန်ဥ၊ သက်ရင်းကြီး၊ ကလိန်ရွက်၊ အလိုကျူ၊ ဘုမ္မရာဇာ၊ ကန့်ချုပ်နီ၊ ဆေးပုလဲ၊ ပညာလက်ာ၊ စမုန်မျိုးငါးပါး၊ လေးညှင်း၊ လက်ချား၊ ချေးသီး၊ လိပ်ကျောက်ဆူး၊ ကရဝေးရွက်၊ ကန့်၊ ကြွေပုပ်၊ ရှိန်းခို ဤ(၂၅)ပါး တစ်မူးသားစီစု၊ သိန္ဓော၊ စမွတ် တစ်မတ်သားစီ မဟာဂါကဲ။ ကြက်ဆူရိုးနီ ၁ ကျပ်သား၊ ၎င်းဆေးအားလုံးကို ပေါင်းစပ်၍ သံပရာရည်နှင့်ကြိတ်ပြီး သံပရာရည်နှင့်ပင်တိုက်လေ။ သောက်လေ။ ကောင်းနေကျဆေးကျော်။

၅၁။ ၁၂ ရာသီ လေးညှင်းကဲဆေး

ပွေးကိုင်းမှုန့်၊ ထန်းလျက်၊ နှမ်းဆီ၊ မန်ကျည်းသီးမှည့်၊ ပျားရည်၊ ထောပတ်(၆)မျိုး၊ ၁၀ ကျပ်သားစီ၊ ဆားအနည်းငယ်ထည့်၍ တေဆေးပျောင်းလုပ်ပြီး ကြွေဇွန်းတစ်ဇွန်းမှ နှစ်ဇွန်းထိ ညအိပ်ရာဝင်ချိန်စားပါ။ အပူအပုပ်များ သွားပြီး ဝမ်းမှန်လျက် လေရောဂါများပါ ကင်းစင်ပြီး ခွန်အားတိုး၍ ကျန်းမာသည်။

၅၂။ သလိပ်အန်ဆေး

ဒုတ္တယ၊ စမုန်နက်၊ ဆားလှော်၊ ၎င်းသုံးပါး အမှုန့်ကြိတ်၍ လူနာအင်အားကို ကြည့်၍တိုက်လေ။ လည်ချောင်းဝတွင် ပိတ်ဆို့နေသော သလိပ်များ အန်ထွက်၏။

သွေးအန်တန့်ဆေး

သွေးအန်လျှင် ခမောင်းခါးရွက်ကို ပျားရည်နှင့်ကြိတ်၍ တစ်လုံးတန်သည် နှစ်လုံး

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်း ဆရာချစ်

တန်သည် မျို။ သွေးအန်တန့်၏။

တစ်နည်း သွေးအန်တန့်ဆေး

သစ်ပင်၌ ကပ်ရောက်နေသော ဖလူးရဖက်ခေါင်းနှင့် ချင်းစိမ်းပေါင်းကြိတ်။ အရည်ညှစ်၍တိုက်ပေးလေ။ ဝမ်းထဲမှာ အခဲအကျိတ်ရှိလျှင်လည်း အပြင်မှအုံပေးလေ။

၅၃။ ကြို့ထိုးရောဂါပျောက်ဆေး

ကြို့ကြီးထိုးလျှင် စမုန်နက်၊ ကျွဲချို၊ ဆံပင်၊ ၎င်းသုံးမျိုး အမှုန့်စီစု၍ တမာဂူ၊ ပန်းတူ(ဆေးတံ)သောက်ဆေးတစ်ခုခုနှင့် နယ်စပ်၍ ရှူလေ။

တစ်နည်း ကြို့ထိုးပျောက်ဆေး

ကြို့ထိုးတာရှည်လျှင် ပျားရည်ကိုလျက်စေ။ မပျောက်က ကြက်သွန်နီ၊ ထန်းလျက်၊ ဆတူကြိတ်ခြေ၍ မျိုလေ။ တစ်နည်း ဒုတ္တာ၊ ကျောက်ချဉ်၊ သိန္ဓော၊ အမှုန့်စုကြိတ်။ လူအင်အားကြည့်၍ တိုက်လေ။

၅၄။ ၄က်ဖျားရောဂါပြတ်ဆေး

ဆေးထန်းကျောက် ၁ ကျပ်သား၊ နန္ဒင်းစိမ်း ၄ ကျပ်သား ပေါင်းကြိတ်ပြီး ၎ရုတ်ကောင်းစေ့ခန့် တစ်နေ့တစ်လုံးကျမျိုလေ။ မပြတ်နိုင်သောအဖျားတို့ကိုပါ ပြတ်၍ကောင်း၏။ အအေးကြီးသောနေရာတို့၌ တစ်နေ့တစ်လုံး မျိုပေးပါက ၄က်ဖျားမကပ်ရောက်နိုင်။

၅၅။ မှိုနာဆေး

မှိုကွန်ချာ၊ ဆီမီးတောက်ဥ၊ ကန့်ချုပ်နီမြစ် ပေါင်းကြိတ်၍ အနာခြေရင်းတွင်

သွေးစကလေး ပေါက်အောင်ဆွပြီး ထည့်လေ။ မှိုနာကျွတ်ကျ၍ ကောင်း၏။

တစ်နည်း မှိုနာဆေး

ဂျင်းရွေးဖြူစေ့၊ လူရိုးပေါင်းကြိတ်တင်လေ။

၎င်းတစ်နည်း မှိုနာဆေး

ဒိုးဆန်စေ့(ခုံညင်းဆန်စေ့)၊ မြကျီဝါ(ဒုတ္ထာ)ပေါင်းကြိတ်ထည့်လေ။ ကျွတ်ကျ၏။

၅၆။ နာပလုပ်ဆေး

တောသပွတ်သီးအခွံနှင့် ကျွဲ၊ ဆင်၊ နွား သတ္တဝါတစ်ခုခုမှ ရရှိသော ရှောက်ဝါနှင့် ပေါင်းကြိတ်၍ နှာနှပ်လေ။

၅၇။ ပဂန္ဓရလိပ်ခေါင်းလိမ်းဆေး

လင်းလေဥ၊ ကြက်သွန်ဖြူ ငရုတ်ကောင်း၊ ရှိန်းခို၊ ဆားဆတူကြိတ်၍ လိပ်ခေါင်းတွင် လိမ်းပေးလေ။

၅၈။ စာခွက်နှိုက်ဆေး

ကြက်ဆူနီပွင့်၊ ဆီးဖြူပွင့်၊ သဇင်ဥ အမျှစု၍ နံ့သာရေမွှေးနှင့်ကြိတ်။ ဟင်းခွက်ကို ဆေးနှင့်တို့က မူလပြန်၏။

၅၉။ သွားနာကောင်းဆေး

မြေပုံခရမ်းပဋ္ဌငါးပါးကို သုံးခွက်တစ်ခွက်တင်အောင်ကျိုယူ၍ တစ်နေ့ ၃-ကြိမ်ငုံပေး။ တစ်နည်း ထနောင်းပင်ပျိုခေါက် တစ်ပဲသား၊ ဆား ရှစ်ပဲ၊ အညက်ကြိတ်၍ ထည့်ပေးလေ။

ဒန္တစိုဆေး

၎င်းအနာမှာ သွားမြစ်အရင်းယိုင်၍ မခိုင်ဘဲ သွေးထွက်သည်။ ဆေးကား ငဖုံးဆေး၊ လင်းလေ၊ ခင်ပုပ်မြစ်၊ ဆတူအမှုန့်ပြု ပါလဒုတ္ထာ အနည်းငယ်ထည့်၍ သံပရာရည်နှင့်ဖျော်၊ ကြက်တောင်နှင့် တစ်နေ့သုံးကြိမ်လိမ်း၊ အရိအရွဲများထွက်၍ ကောင်း၏။ ရောဂါပျောက်ခါနီး ပူစပ်လာမည်။

ကန္ဒစိုဆေး

၎င်းအနာမှာ သွားရင်းကပြည်ထွက်သည်။ ဆေးကား နံ့သာဖြူ နံ့သာနီ၊ ဒုတ္ထာ၊ ကြွေပုပ်၊ ခရုသင်းချပ်၊ ၎င်းငါးမျိုးကို သံပရာရည်နှင့်သွေး၍ပွတ်လေ။

တစ်နည်း ကန္ဒစိုဆေး

လင်းလေ၊ ဒုတ္ထာ၊ ဥသျှစ်စေ့၊ သံပရာရည်နှင့်ပွတ်။ တစ်နည်းလည်း ဆားကွမ်းသီးနှစ်လုံးခန့် သစ်သားပေါ်မှာတင်။ ရေနံဆီစိုအောင်လောင်းပြီး မီးတိုက်၍ ပြာကိုယူကြိတ်ပြီး မကြာခဏသိပ်ပေး။ (၅)ရက်နှင့်ကောင်း၏။

ဒန္တစို ဆေးတစ်နည်း

လိပ်ခွံကို မီးရှိုက်အောင်ဖုတ်၍ ၎င်း(၈)ဆ၊ ဒုတ္ထာ ၁-ဆ ထည့်ကြိတ်ပြီး သွားတွင် သိပ်ပေးလေ။

ဆင်ခွာလည်ပြတ်ဆေး

ဤရောဂါကို သပြေရွက်၊ နနွင်းစိမ်း ဆတူကြိတ်၍ တင်ပါလေ။

၆၀။ ခွာ ဝဲနင်းခွာ စသည်ဆေးနည်း

အုန်းသီးမာလကာခွံကို ပေါင်းတင်၍ အခိုးကိုအဆီယူ၍ တင်လေ။

ပင့်ကူကိုက်ပျောက်ဆေး

ပင့်ကူကိုက်လျှင် ဝါနီမြစ်ကို သွေး၍လိမ်း။ ပင့်ကူနက်ကိုက်လျှင် ဆန်လှော်စား။

ဖားပြုတ်ကိုက်ပျောက်ဆေး

အုတ်ခဲကို မီးဖုတ်၍ ကိုက်သောနေရာပေါ်ကတင်ပေး (ဖားပြုပ်လာကေ အုတ်ခဲဖိ)။ တစ်နည်း ကြခတ်ဝါးမြစ်ကို သွေးလိမ်းပေး။

၆၁။ မုတ္တကြီးကောင်းဆေး

ဝါနီစေ့၊ နကျယ်မအုံ၊ ပင့်ကူအမှေးခွံ၊ ပေါင်းကြိတ်ပြီးလျှင် နှမ်းဆီနှင့်ဖျော်ပွတ်၊ မီးကင်လေ။

၆၂။ ပဂန္ဓရမြင်းးသရိုက်ဆေး

သင်းဝင်သီးအလုံးမျို၊ ဖက်ရန်ဆူးနု၊ ဆေးတံချေး၊ ကြိတ်။ အင်အားကြည့်၍ တိုက်လေ။

၆၃။ သရနှုတ်ချောင်းဆိုးပျောက်ဆေး

သံပူနွယ်မြစ် အညက်ကြိတ်ပြီး ပျားရည်နှင့် ကော်စား။ ဘိန်းစားလျှင် ဤဆေးဖြင့် ကု၍မရပြီမှတ်ပါ။

ပန်းနာကြီးဆေး

စိန်ဖြူ ၁ ကျပ်၊ ချင်းခြောက် ၆ ကျပ်၊ ကြံ့ခါးရွက် (ကြက်ဟင်းခါးရွက်)၁၅ ရွက်၊ အညတ်ကြိတ်၊ ပေါင်းကြိတ်၊ ဆီးကင်းခန့်လုံးထား။ မနက်ည ရေနွေးနှင့်သောက်၊ အန်လိမ့်မည်။ သို့မဟုတ် ဝမ်းသက်လိမ့်မည်။ မကြောက်နှင့်။ ပန်းနာကြီးရောဂါ ပျောက်၏။

သရနှုတ်ချောင်းဆိုးဆေးတစ်နည်း

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

စမုန်မျိုးငါးပါး၊ ဆေးပုလဲ ၂ ပဲကျစီ။ လေးညှင်း ၁ ကျပ်၊ နွယ်ချို ၃ ကျပ်၊ ဇဝက်သာ ၄ ပဲ၊ ပရုတ် ၅ ကျပ်၊ ဖုံးမသိန် ၆ကျပ်၊ အားလုံးအလေး သိန္ဓောမှုန်ရောင်ကဲ။ အမှုန့်ပြု ၂ ပဲသားခန့်စားလေ။

၆၄။ သလိပ်နှင့်ဆိုင်ရာ ရောဂါပျောက်ဆေး

ဝါစေ့နီ ၇၅ ကျပ်၊ ဆား ၂၅ ကျပ်၊ ပရုတ် ၅ ကျပ်၊ ဝါစေ့နီကို အမှုန့်ထောင်း။ ကျန်ဆေးများနှင့် ပေါင်းကြိတ်ပြီးလျှင် ရေနံချေး တစ်ပိဿာနှင့်နှော၊။ စလောင်းဖုံး။ ဇော်ဂျီသုံးထပ်မံ၍ ဖွဲသုံးတင်းနှင့်ပြာကျအောင်ဖုတ်၊ အလိုချမ်းစေ။ ၎င်းကို သံပရာရည်နှင့်ရော၍ ညနံနက်တစ်ပဲခန့်သောက်လေ။ သလိပ်ရောဂါများ အိတ်ပါကျွတ်ကျ၍ ကောင်း၏။ လက်တွေ့ဆေးနည်းကျော်။

၆၅။ နားပင်း၊ နားပုပ်ရည်ယို ကောင်းဆေး

ဆေးဒန်း၊ ကျောက်ချဉ်နှစ်ပါးကို သွေး၍ နားမှာကျပ်။ နားပွင့်၏။ နားပုပ်ရည်ယိုလည်းကောင်း၏။

၆၆။ ခူနာစိမ်းကောင်းစိမ်း

ကြက်သွန်ဖြူ ထုံးခြောက်၊ ဒုတ္ထာ၊ နနွင်းစိမ်း၊ ၎င်းလေးမျိုးတို့တွင် ဒုတ္ထာကို အနာကြီးလျှင် ကြီးသလို တော်ရုံထည့်၍ ကျန်လေးပါးကို အမှုကြိတ်၊ အိုးကင်းမှာထည့်၊ ပူပူလုပ်၍ တင်လေ။

အနူစိုနာပျောက်ဆေး

တောင်ရိုးငချိတ်ဆန်ရှစ်ပဲ၊ ချေးသီး ရှစ်ပဲ၊ ပန်းဖဲသံပြာ ရှစ်ပဲ၊ ကွမ်းရွက်ရှစ်ပဲ၊ ကလောသီး ရှစ်ပဲ။ စမုန်မျိုးငါးပါး ရှစ်ပဲကျစီ၊ ပြဒါးရှစ်ပဲ၊ အားလုံးအလေး ထန်းလျက်ကဲ။ ညနံနက် လက်ဖက်ရည်ဇွန်း တစ်ဇွန်းမှ နှစ်ဇွန်းထိစား။ သုတ်လိမ်းရန်ဆေးကား ခဲပုပ်အစစ်ကို သံချေးထူသော သံဒန်အိုးမှာသွေး၍ ၎င်းအရည်ကို အနာမှာသုတ်လေ။

ဆေးစားသည်မှ (၇)ရက်အတွင်း ရေမချိုးရ။ (၇)ရက်လည်လျှင် ကွမ်းပြုတ်ရည်

နှင့် ချွေးအောင်းလေ။ ကောင်းနေကျ လက်တွေ့ဆေးတည်း။

၆၇။ သွားရင်းသက်တန့်ကုသရန်ဆေး

ရိုးဖိတ်ညွန့် (၇)ညွန့်၊ လေးညှင်းပွင့်(၁၀)ပွင့်၊ ဆားတော်ရုံထည့်၍ ညက်စွာကြိတ်ပြီးလျှင် သရက်ရွက်ကို ကတော့ချွန်လုပ်၍ မီးသုံးမီးဖုတ်ပြီး ညက်စွာကြိတ်။ အမှုန့်ကို သွားကြားသွားရင်း အနာမှာ ထိုးလေ။ ကောင်း၏။

၆၈။ နှာဆေးကျော်

ဇဝက်သာ၊ ချင်းခြောက်၊ နနွင်းစိမ်း၊ ပရုတ်၊ ကွမ်းရွက်၊ ထုံးခြောက် အမျှစု။ နှာရှူလေ။ ငန်းမန်းနှင့်တကွ အဖျားတို့ကို အလွန်နိုင်နင်းသော နှာဆေးကျော်။

၆၉။ သွေးကျရောဂါ ပျောက်ဆေး

ကြာခေါင်းလောင်းရွက်ကို အမှုန့်ထောင်း။ သကြားကျောက်နှင့်စားလေ။ တစ်နည်း မန်ကျည်းသီးဆန်ကိုထောင်း၍ သကြားကျောက်နှင့်စားပါ။ အပြင်သို့ထွက်သော လိပ်ခေါင်းကိုလည်း တီခြောက်ကို ပြာချ၍ ငှက်ပျောရွက်နုတွင် သုတ်၍ထိုင်ပေးလေ။

၇၀။ သွက်ချာပါဒလေဆေး

ခမောင်းခါးခေါက်ကို အဆီကျအောင် ကျို၍ အိပ်ရာဝင်လျှင် ကွမ်းသီးလုံးခန့်စားပါ။ သေနေ၍ မလှုပ်ရှားနိုင်သော ခြေလက်တို့သည် တစ်ပတ်အတွင်း လှုပ်ရှားလာပါလိမ့်မည်။ ဆီး၊ ဝမ်း၊ လေတို့ကို မှန်အောင်ပြုလုပ်ပေး၍ ဆေးကိုလည်း ဆက်စားလေ။

၇၁။ အဖျဉ်းသတ်ဆေး

ချီနှာရောင်ပိန်းဥ၊ ငတန်ပိန်းဥ ဆတူပေါင်းကြိတ်၍ မျိုနိုင်ရုံ အလုံးကလေးလုံး။ ငှက်ပျောသီးမှည့်ကို မျိုချနိုင်ရုံ ပိုင်းပြီးလျှင် အတွင်း၌ ဆေးလုံးကလေးကို ထည့်ပြီးလျှင် မျိုလေ၊ ငှက်ပျောသီးတစ်ယောက် ဆေးတစ်ယောက်ကိုင်၍ ထည့်လေ။ တစ်နေ့ကို

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

လက်တစ်သစ်၊ နှစ်သစ် အဖျဉ်းလျော့သွား၏။

တစ်နည်း အဖျဉ်းသတ်ဆေး

ပိန်းမဟော်ရာနှင့် ချီနှာရောင်ပိန်းဥ နှစ်မျိုးကိုလည်း အထက်ဆေးနည်းတူ ပြုလုပ်ပြီးလျှင် မနက်စောစော ငါးခြောက်ဖုတ်ကို စားနိုင်သမျှစားပြီးမှ ဆေးကိုမျိုလေ။

၇၂။ ချွေးရူးပြန်ဆေး

ကျွန်းပင်မြစ်၊ ပဒကာမြစ်(သဘော်မြစ်)၊ ဆား ၎င်းသုံးပါးကို ထပ်ထပ်ပါအောင် သွေး၍ တစ်နေ့ နံနက်၊ နေ့လည်၊ ညပိုင်း သုံးချိန်စီ တိုက်လေ။ တစ်နည်း ကြက်ဥဆံချောင် တစ်လုံး၊ ရေနံချေးတစ်ကျပ်သား နှင့်စပ်တိုက်လေ။ အန်လိမ့်မည်။ ပျောက်၏။

ချွေးရူးကိုက်ပျောက်ဆေး

ငရုတ်ကောင်း၊ ခွေးတောက်မြစ်၊ သက်ရင်းကြီးမြစ်၊ အောင်မဲညိုမြစ်၊ ငရုတ်ကောင်း မှအပ ကျန်ဆေးမြစ်များကို အမျှစီသွေး၍ ငရုတ်ကောင်းကို တစ်ခွက်စာလျှင် (၃)စေ့ ကြိတ်ထည့်ပြီး တိုက်လေ။ (ငခွေးသက်အောက် ခွေးရူးပျောက်)

၇၃။ အစာကြေဆေး

သင်းဝင်ခေါက်ကို ပြာချ၍ ၎င်းပြာကို အစာမကြေသော်လည်းကောင်း၊ အစားမှားသော် လည်းကောင်း တိုက်လေ။

၇၄။ ပျားဒူကင်းမြီးကောက်ဆိပ်ပျောက်ဆေး

၎င်းသတ္တဝါများကိုက်သော် ပွေးသက်မဥ္စရီမြစ်ကို သွေးလိမ်းကျံလေ။

၇၅။ နားပင်း၊ နားအူ၊ နားကိုက်၊ နားပြည်ယိုပျောက်ဆေး

လင်းလေ၊ စမုန်နက်၊ ပျိုင်ထောင်မွေးခေါင်း ပေါင်းကြိတ်ပြီး ဆိတ်နို့ရည်နှင့်ကြိတ်

လှန်းပြီး၊ ဆိတ်နို့ရည်နှင့်သွေး၍ နားတွင်ကျပ်လေ။

၇၆။ ဒူးဆစ်၊ လက်ဆစ်၊ ခြေဆစ် ရောင်ရမ်းလျှင် တင်ဆေး

ရှင်ဗာကူ၊ ရှင်ကိစ္စည်း ဤဆေးနှစ်ပါးကို သွေး၍ ညနံနက် တိုက်လေ။

၇၇။ မြွေကိုက်တင်ဆေး

မြွေကိုက်လျှင် သံပူနွယ်မြစ်ကို သွေး၍လည်းကောင်း၊ နှင်းပန်းဥကိုသွေး၍လည်း ကောင်း၊ လိမ်းကျံလေ။ ဆိတ်ဖူးဥကို ကြိတ်၍ တစ်ကိုယ်လုံးလိမ်းလေ။

၇၈။ သက်တန့်ဆေး

မြကျီဝါ(ဒုတ္ထာ)၊ မြီကျအာ၊ ပျားရည် ဤသုံးပါးအနက် ရွှေ့နှစ်ပါးကို အမျှစု။ ပျားရည်နှင့်ကြိတ်ထည့်လေ။ ဗိုင်းပင်း၊ အပင်းကျနေလျှင် ဆပ်ပြာမှုန့်ကိုထည့်။ အရိုး ပင်းကျနေလျှင် ဆေးတွင် လူရိုးပြာရော၍ ထည့်လေ။ ကောင်းနေကျ။

၇၉။ လုံးရမ်းနာအုပ်ဆေး

ကင်းမူဥ၊ နကျယ်ပင် အရွေ့ဘက်ကိုထိုးသောအမြစ် ၎င်းနှစ်ပါးတံတွေးနှင့်သွေး ၍၊ ခပ်ထူထူအုပ်လျက် မီးပူကင်လေ။ ဤအတိုင်းနှစ်ရက်သုံးရက်အုပ်က ပိန်လျော့၍ ပျောက်၏။

ဝမ်းတွင်း သက်တန့်အုပ်ဆေး

ဝမ်းတွင်းသက်တန့်မှာ ကန့်တမုတ်၊ ဆင်းဟင်းပိတ် နှစ်ပါး အမျှကြိတ်ပြီး ကွမ်းသီး လုံးခန့်(၃)လုံးမျို။ အနာမှာလည်းအုပ်။ ပုဆိုးပါးပတ်ထား။ မိုးလင်းလျှင် ခွာ၍ကျပ်စင် မှာထား။ ဤအတိုင်း စဉ်တိုလုပ်၍ ငါးရက်ကြာလျှင် ပျောက်၏။ မပျောက်လျှင် မီးထိုး၍ အထက်ပါ မြကျီဝါ၊ မြီကျအာပါသော သက်တန့်ဆေးကို ထည့်လေ။

၈၀။ ချန်နာမန်းနာဆေး

အနာများတွင် ချန်ပြောခြင်း၊ မန်းဖြစ်ခြင်းတို့တွင် ရောင်ဖြူဆေးရွက်ကို ပြာချ၍ ဆေးတံချေးနှင့် အနာမှာသုတ်ပြီး အပေါ်မှ ဖြူးဖြန့်၍ တင်လေ။ ဤသို့တင်၍ မကောင်း လျှင် မန်းနာအဆင့်သို့ ရောက်ပြီမှတ်။ ၎င်းမန်းနာကို သဘော်ဥအစိမ်းကို မီးဖုတ်၍ ရသောပြာကို ပွတ်လေ။ မကောင်းလျှင် ဒိုးဆန် (ခုံညင်းဆန်)ကို ကြိတ်၍ အုန်းဆီနှင့် ဖျော်တင်လေ။ ကောင်း၏။ အနာကြီးက ပုပ်၍ ပျော်ကျလိမ့်မည်။

၈၁။ မှိုနာဆေး

ထမင်းဆုပ်ကို ဖုတ်၍ အပေါ်က အနားမီးကျွမ်းသည်များကိုခွာ၍ ၁ ကျပ်သားယူ ပါ။ မြင်းခွာရွက် ၁ ကျပ်သား၊ ဒုတ္ထာမီးဖုတ်ပြာ ၁ ကျပ်သား၊ မှိုကွန်ချာ (မှိုကွန်ချာ ကို အနာအခြေအနေကိုကြည့်၍ သင့်တော်သလိုထည့်ပါ။ ၎င်းမှိုအများထည့်က အနာကို အများကြီး စားသွားတတ်သည်။) အနာရင်းကို သွေးပေါက်အောင် ပတ်လည်ဆွ၍ ဆေးကို အုံထားပါ။ ကျွတ်ကျ၍ကောင်း၏။

တစ်နည်း မှိုနာဆေး

စိန်ဖြူ သို့မဟုတ် စိန်နီ ၁ ကျပ်သား၊ မှိုကွန်ချာ၊ သင်္ဂနက်မှို ၁ ကျပ်သားကျစီ၊ ဒုတ္ထာမီးဖုတ်ပြာ ၁ ကျပ်သား အထက်ဆေးနည်းတူတင်လေ။

၈၂။ နှာဝါ၊ နှာပုပ်၊ ထိပ်ကပ်နာ၊ နှာပလုပ် ဆေးနည်းများ

ကန့်ပလူဥကိုသွေး၍ နှာနှပ်။ တစ်နည်း ဒုတ္ထာပြာ၊ ခိုချေးခြောက် နှစ်ဦးစပ်၍ နှာနှပ်။ တစ်နည်း ကြက်အမွေးပြန်အဖြူတောင်ကို ပြာချ။ မြေဖြူနှင့် စပ်၍နှာနှပ်။ နှာခေါင်းမှာထည့်။ တစ်နည်း မြစ်ပလုပ်ကောင်အရည်ကို နှာနှပ်။ နှာပလုပ်ကောင် နှာခေါင်းမှာ အပိုင်းပိုင်းပြတ်ကျ၍ ထွက်၏။

တစ်နည်းလည်း ဂျင်ရွေးဖြူစေ့ကို ဆန်ဆေးရည်နှင့်သွေး၍ ရှူ။ တစ်နည်းလည်း ကျီးကန်းနှုတ်သီးကို နံ့သာဖြူနှင့်သွေး၍ ခေါင်းကို အထက်ကအောက်သို့ သိပ်ပွတ်ချ။ ပျောက်၏။

၈၃။ ငန်းမန်းအနာပျောက်ဆေး

လိမ္မော်သီးခွံ၊ ရှောက်သီးခွံတစ်ခုခုကို ပြာချ၍ အနာဝကို လွှတ်၍ ပွတ်လေ။ အရည်များယိုထွက်၍ ကောင်း၏။

၈၄။ လည်ချောင်းနာဆေး

ဂုံခါးကို ဆားနှင့်သွေး၍ လည်ချောင်းကို ထိုးလေ။ လည်ချောင်းနာ၊ အာခြောက်သွေ့သော အနာများကောင်း၏။

ချောင်းဆိုးသွေးပါပျောက်ဆေး

မုရားကြီးရွက်အစိမ်းကို ကြိတ်၍ သတ္တုအရည် ၁ ကျပ်သား၊ သကြားခဲ ၁ ကျပ်သား ရော၍ သောက်။ ပျောက်၏။

စိုင်လိုင်နာထိုးဆေး

စိန်ဖြူ ၈ ပဲ၊ နဂါးချေး ၈ ပဲ၊ စိုင်းလိုင်းခေါက် ၁ ကျပ်သား၊ ဘိန်းဆီ ၄ ပဲ၊ သံပရာရည်နှင့်စပ်၍ စုတ်နှင့်ထိုး။ ရောင်ရမ်း၍ ကိုက်ခဲသော ဒူးဆစ်၊ လက်ဆစ် စသော စိုင်လိုင်နာကို ထိုးပေးလေ။

၈၅။ မှိုနာဆေးလက်တွေ့များ

မှိုနာတွင် စပါးကြီးသည်းခြေကို အနာရင်းမှ ဆွ၍ထည့်။ ကျွတ်ကျ၏။ တစ်စုံတစ်ခုအကြောင်းကြောင့် မှိုနာကျောက်ခံသွားလျှင် ဘုရားလက်ဝါးကာ (တပဆေး)ရွက်ကို အရင်းအဖျားပြန်၍ (၇)ထပ်အုပ်။ တစ်နေ့လျှင် တစ်ရွက်စီ အောက်ထပ်သို့ယူ၍အထက်သို့တင်လေ။ (၇)ရက်ကြာလျှင် ၎င်းအနာ နူးအိ၍ ပက်ကျိကဲ့သို့ နူးအိနေလိမ့်မည်။ ထိုအခါ သော်လည်းကောင်း၊ ဆေးမတင်သေး၍ ပြကတေ့ရှိသော အခါ၌သော်လည်းကောင်း ဤဆေးကိုထည့်ပါ။ ဆေးမှာ ရေဉနှဲခွံ၊ ၎င်းတစ်ဆ မြီကျအာတစ်ဆ၊ မြီကျအာ၏ သုံးဝက်တစ်ဝက်အလေး ဒုတ္တာ၊ ဒုတ္တာအလေး ကန့်နှင့်ဆေးဒန်း၊ ၎င်းငါးပါးအလေး

ဆပ်ချိုတုတ်ကဲ။ မရလျှင် ယားနှောင်းရွက်နှင့် ကန့်ကဲထည့်လေ။

ထည့်သောအခါ အနာပတ်လည်ဆွ၍ ထည့်ပေးလေ။ အနာကို အများစားစေလိုလျှင် ဆီးစောင်း၊ မြင်းနားရွက်၊ ငှက်ပျောစေ့ဖောက်ပြာကို ရော၍ထည့်လေ။ လက်တွေ့ကောင်းနေကျ ဆေးနည်းကျော်များတည်း။

၈၆။ ဝမ်းကိုက်ပျောက်ဆေး

ဝမ်းကိုက်သော် ပျားရည်နှင့် ရေအေးကိုသောက်။ ပျောက်၏။ ဝမ်းကြီးကိုက်သော် ဇာသီး၊ ရှိန်းခို၊ လေးညှင်းပွင့် ဆတူစပ်သောက်လေ။

၈၇။ အနာလုံးတင်ရန်ဆေး

အနာလုံး၊ သွေးစုနာများကို နွားချေးခြောက်၊ ထုံးခြောက်၊ ပျားရည် ပေါင်းကြိတ်၍ အုံထားလေ။ ပြည်မတည်သေးလျှင် ပိန်၍ သွား၏။ ပြည်တည်လျှင် ပြည်ပေါက်ကျ၍ ကောင်း၏။

တစ်နည်း ကျီးကန်းရွက်ကိုကြိတ်၍ အနာထိပ်ဖျားတွင် အုံပြီး အပေါ်မှ စက္ကူပါးကပ်ထားပါ။ အနာဖြစ်ခါစ တစ်ခါတည်း ပိန်သွား၏။ ပြည်ရှိလျှင် စု၍ ပြည်တက်လာ၏။

တစ်နည်း အနာပေါ်ခါစ ဉနှဲအစေးကို အုံပေးလေ။ ပိန်သွား၏။

သက်တန့်အနာဆေးများ -၁

ဖက်ရန်ဆူးမြစ်၊ ပြဒါး၊ ဒုတ္တာကြိတ်၍ ဆေးလုံးလေးလုပ်လျက် အနာသို့သွင်း၍ ပိတ်ထား။ အနာတွင်း အလွန်နက်သော်လည်း ကောင်း၏။

သက်တန့်အုပ်ရန်ဆေး-၂

ပုလဲ၊ ချင်းစိမ်း၊ ကြက်သွန်ဖြူ လင်းလေ၊ ကြက်ဟင်းခါးရွက်၊ ရှိန်းခို အမှုန့်ကြိတ်၍ အုံလေ။ တစ်နည်း မြင်းခွာရွက်၊ ချင်းစိမ်း အမှုန့်ကြိတ်၍အုံလေ။

၈၈။ သွေးအန်ပျောက်ဆေး

ခေါင်းရန်းနီပွင့် ၁ ကျပ်သား၊ ပျားရည် ၄ ကျပ်သား၊ သကြားကျောက် ၅ ကျပ်သား၊ ထန်းလျက် ၂ ကျပ်သား၊ သျှိသျှားသီးမှုန့် ၅ ကျပ်သား၊ သျှိသျှားသီးမှုန့်မရလျှင် အခေါက်ကို အဆီချပြီး ဖော်ပြပါဆေးများနှင့် ရောစပ်၍ပေးလေ။

၈၉။ ဓားလှံပြတ်အနာစိမ်းဆေး

ငှက်ပျောလက်ပတ်အကြားကိုခြစ်၍ ထုံးနှင့်ညက်စွာကြိတ်ပြီးလျှင် ဓား၊ လှံပြတ်ရာတွင် ထည့်လေ။ အရည်ထွက်၍ကောင်း၏။ အနာစိမ်းကိုလည်း တင်လေ။ အနာစိမ်းတင်ရာတွင် အပေါ်မှ စက္ကူအုပ်ထားလေ။

၉၀။ ဆီးကျောက်ရောဂါ ဆေး-၁

ဖလူးရဖက်ခေါင်းကို ကြိတ်၍ ဆန်ဆေးရည်နှင့်နယ်ပြီး အလိုကျူအနည်းငယ်ကြိတ်သွေး၍ ထည့်သောက်ပါ။ အုန်းသီးရည်၊ သကြားကျောက်နှင့်သောက်က ပို၍ကောင်း၏။

တစ်နည်း ဆီးကျောက်ရောဂါဆေး–၂

ထိကရုံးခေါ် ရှက်မြစ်၊ အလိုကျူ လိပ်ကျောက်တံခွန်ဆူး၊ ၎င်းသုံးပါး ဆန်ဆေးရည်နှင့် သွေး၍ ဆီးအိမ်မှာ ပွတ်အုံပေးလေ။ ဆီးကျောက်ရောဂါကောင်း၏။

၉၁။ ပန်းသေရောဂါပျောက် ဆေးနည်းများ

ပန်းသေ၊ လိင်သေရောဂါဖြစ်က ဘူးခါးမြစ်နှင့် ထောပတ်ရော၍ နယ်ပေး။

တစ်နည်း ဆင်သမန္တယ်ဥနှင့် ထောပတ်နှော၍ (၇)ရက်စား။

တစ်နည်း တောကြက်မောက်မြစ်၊ လက်ပံပင်ပျိုမြစ်၊ ဒန့်ကျွဲမြစ် အမျှစုကြိတ်၍ ထမင်းရည်နှင့်ရောသောက်ပါ။

တစ်နည်း ကမဒက်မြစ်ကို သွေး၍ ပျားရည်နှင့်သောက်ပါ။ လိင်သေပန်းသေ

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်း ဆရာချစ်

ရောဂါများ ပျောက်၏။ ကမဒက်မြစ်ဟူသည် ကာမဒါတ၊ ကာမအာရုံကို အားပေးတတ်သော အမြစ်ဟူ၏။ ရခိုင်ဒေသတွင် ၎င်းအပင်အနုကို ငရုတ်ကြိတ်နှင့် ဟင်းတို့စားကြ၏။

၉၂။ နူနာကြီးဆေး

ဤအနာမှာ ပေါ်ခါစ ပွေးကဲ့သို့ အနားထ၍ အလယ်တွင် ချောနေပြီး အဖြူရောင်ပေါ်တတ်၏။ ၎င်းကို နို့ရည်အကြည်နှင့် ပတဲကောရွက်ကို အညက်ကြိတ်၍ မုန်ညင်းဆီနှင့်ဖျော်ပြီး သုတ်ပေးလေ။

တစ်နည်းလည်း လင်းညီဥ(လင်းလေဥ)ကို ဆားပေါင်းနှင့် သွေး၍တစ်နေ့ (၄)ကြိမ်ကျပွတ်သုတ်လိမ်းပေး။ တမာရွက်နှင့် သျှိသျှားသီးရောနှော၍ တစ်နေ့ (၄)ကြိမ်သင့်သလို စား၊ သင့်ရာဆေးနှင့်လည်း ဝမ်းနှုတ်ပေးပါ။

အနာကြီးဆေး တစ်နည်း

ဟင်းရိုင်းရှစ်ပဲ၊ ကြက်ဥ အဆန်ချောင်တစ်လုံး။ ၎င်းတို့ကို ပေါင်းနှော၍ နေပူလှန်း၊ ခြောက်လျှင် လုံတွင်ထည့်၍ ပိတ်။ ဖွဲတစ်တင်းနှင့် ပြာချ။ ၎င်းပြာကို တစ်ရွေးခန့်(၇)ရက်စားရမည်။ တစ်ကြိမ် ဓာတ်နှုတ်ပြီး ချွေးအောင်းပေးပါ။

၉၃။ နားပင်း၊ နားအူ၊ နားလေထွက်ပျောက်ဆေး (၁)

ကြိတ်မှန်ရွက်ကို ဆီးဖြူသီး၊ နှမ်းဆီ၊ နွားနို့တို့နှင့်သမအောင်ပြု၊ မီးမှာချက်၍ နားမှာကျပ်လေ။

နားလေထွက်ပျောက်ဆေး(၂)

လေးညှင်း(၃)ပွင့်၊ ၎င်းအလေး ပင်လယ်ရေမြှုပ်ကဲ၊ ပင့်ကူအသေတစ်ကောင်နှင့် အညက်ရောကြိတ်ပြီး နားတွင် ကြက်တောင်နှင့် ကျပ်လေ။

၉၄။ ပွေး၊ ညှင်း၊ ခရသင်းပျောက်ဆေး

ပုစွန်လုံးဆီ၊ ကြိတ်မှန်ရွက် တစ်ကျပ်ကျစီ အညက်ကြိတ်ပြီး အနာတွင် လိမ်းကျံ

လူးလေ။ လက်တွေ့ပျောက်၏။

၉၅။ မျက်စိတိမ်သလာ အတွင်းစားဆေး

ငင်းရောဂါလက္ခဏာမှာ ခါးအောင့်ခြင်း၊ ကျောသားနှင့် ဇက်ကြော၊ မောင်းရင်းကြောများ တောင့်တင်းခြင်း၊ ခေါင်းမူး မျက်စိပြာခြင်း၊ ခြေဖျားအေးခြင်း၊ လက်လှုပ်တောင့်တင်းခြင်း လက္ခဏာများဖြစ်ပေါ်တတ်၏။

ဆေးကား . . .

စမုန်မျိုးငါးပါး တစ်မတ်ကျစီ၊ ဘုမ္မရာဇာ ၁ ကျပ် ၄ ပဲ၊ မုတ်နီ ၁ ကျပ် ၄ ပဲ၊ ထန်းလျက် ၂၀ ကျပ်၊ မန်ကျည်းမှည့် ၁၅ ကျပ် အားလုံးပေါင်း။ ရေလေးဆယ်သားပုလင်း (၆)ပုလင်းထည့်၍ အိုးသစ်နှင့်ကျို။ သုံးပုလင်းအတင် ရေကိုယူ၍ မနက်ဇွန်းကြီးဖြင့် တစ်ဇွန်း၊ ညတစ်ဇွန်းစီ ဆားအနည်းငယ်ထည့်၍သောက်လေ။

တစ်နည်းကား မျက်စိမှုန်ပြာလျှင် ဇဗ္ဗဇီဥအိုးအခွံကို ကျောက်ချဉ်အတော်အတန်ထည့်၍ ရေစိမ်ခတ်။ မြူရှိလျှင် ဒုတ္ထာအနည်းငယ်ထည့်၍ခတ်လေ။

၉၆။ နှာပလုပ်ဆေး

ကျီးကန်းပင်မှ ပလုပ်ခွံကို အမှုန့်ပြု၍ ရေအနည်းငယ်နှင့်ကြိတ်ခြေ၍ အမှုန့်ကို နှာခေါင်းတွင်းသို့ မှုတ်သွင်းလေ။ နှာပလုပ်ကောင်ထွက်၏။

၉၇။ သွားနာ၊ သွားကိုက်ပျောက်ဆေး (၁)

စပရစ် လက်ဖက်ရည်ဇွန်း တစ်ဇွန်းမှာ လေးညှင်းပွင့် ငါးပွင့်ကြိတ်၍ထည့်။ သွားကိုဆားနှင့်ရေနွေးပူပူတိုက် ဆေးပြီးမှထည့်လေ။

သွားဆေးနည်း (၂)

ဆေးခရမ်းခေါ် ခရမ်းခါးသီးကို နှမ်းဆီနှင့်ကြိတ်ပြီးလျှင် သွားကြားမှာထိုးလေ။

တစ်နည်း သွားအေး၊ သွားကိုက်လျှင် သပေါ့စာညွန့်ကို လက်နှင့်ကိုင်နှူတ်၍ ပါသောအညွန့်၏အရင်းမှ အသားနုကို နှစ်ခုသုံးခုယူထားပြီး ဆရစ်ညွန့်နု တစ်ဆုပ်ထည့်ကျိုလျက် ငင်းအရည်ကို နွေးနွေးငုံ၍ ပစ်ပါ။ မကြာမီ ပျောက်၏။

တစ်နည်း ဖက်ရန်မြစ်ကို မီးမှာအုံ၍ အေးကျဉ်သောသွားနှင့် ကိုက်၍ထားပါလေ။

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

၉၈။ တောပင့်ကူနက်ကိုက်ပျောက်ဆေး

တောပင့်ကူနက်ကိုက်လျှင် ကိုက်သောနေရာအနီး၌ ဓေသွးပေါက်အောင် ဓားငယ်ဖြင့် ခွဲစိတ်၍ လက်ထုတ်ပင်ရွက် အညွန့်ကို ချိုးဖွဲ့၍ ထွက်သောအစေးကို ထည့်ပေးပါ။ အဆိပ်မစင်၍ နောက်မအီမသာတွေ့လျှင် ကိုက်သည့်နေရာ၌ပင် လည်းကောင်း ဖိစု၍ ငင်းအစေးကို တစ်ညထားလျှင် အဆိပ်များစုတက်လာ၍ ငင်းနေရာ၌ ညိုမည်းစိမ်းရောင် ပေါ်လာပါလိမ့်မည်။ ငင်းလက်ထုတ်အစေးကိုသာ ထိုနည်းအတိုင်း ထည့်ပေးလေ။ လက်တွေ့နည်း။

၉၉။ ဝက်ခြင်ဆေး (၁)

ကြက်သွန်ဖြူ တစ်ပင်တိုင်ဥ တစ်လုံး၊ မီးလွတ် ငရုတ်ကောင်း(၇)စေ့၊ မြက်နုံ့သာ။ ငင်းသုံးမျိုးကို တံတွေးနှင့် ညက်အောင်ကြိတ်၍ အနာမှာအုပ်ပါ။ ဝမ်းချုပ်နေလျှင် ဝမ်းနုတ်ပေးပါ။ ဆေးထည့်၍ အနာပူလျှင် မကောင်း၊ အေးနေလျှင် ကောင်း၏။

ဝက်ခြင်ရွှေ့ရန်ဆေး(၂)

ကြက်သွန်ဖြူ တစ်ပင်တိုင်ဥ တစ်လုံး၊ မီးလွတ်ငရုတ်ကောင်း (၇)စေ့၊ ကြက်သွန်ဖြူဥတစ်လုံးကို ပါးစပ်နှင့်ကိုက်၍ ပါးစပ်အတွင်းသို့ ဝင်နေသော အစိတ်အခြမ်းကိုယူပြီးလျှင် တံတွေးနှင့်ပေါင်းကြိတ်၍ ဘုရားတစ်လုံး၊ တရားတစ်လုံးယူ၍ ပထမအလုံးကို တံတွေးနှင့်လက်ဝါးတွင် ဖျော်ပြီး လက်ယာကအနာကို လက်ဝဲဘက် လက်ဖျားအကြောလွတ်နေရာသို့ လည်းကောင်း ဆေးရည်ကို ကြက်တောင်နှင့် လူးပြီးလျှင် အနာကကြောင်း၍ အဆက်မပြတ်ဆွဲချပေး။ အကြောလွတ်နေရာတစ်ခုခုတွင် ဒုတိယဆေးလုံးကို အုပ်ထားပါ။ ငင်းနေရာတွင် အနာရောက်လာပါလိမ့်မည်။

၁၀၀။ ကိုယ်လှနာပါဒရက်ဆေး

ဇာသီး၊ လေးညှင်း၊ ပိတ်ချင်း၊ ကြက်သွန်ဖြူ စမုန်နက်၊ စမုန်မျိုးငါးပါး၊ ချင်းစိမ်း၊ ပတဲကော၊ မိဿလင်၊ ဇွန်ပန်း၊ ဆားပုပ် အမျှစီ။ ကြက်သွန်ဖြူမီးဖုတ်၊ စမုန်နက်လှော်ထည့်ပါ။ နံနက်ည ဆီကင်းခန့် တစ်လုံးစီမျိုလေ။ ကိုယ်လှနာနှင့် ပါဒရက်ကောင်း၏။

၁၀၁။ မျက်စိရောဂါ ဆေးနည်းများ

ပျားရည်၊ စွန်ပလွံမြစ်၊ တောင်ဇလပ်မြစ်၊ အမျှပေါင်းကြိတ်။ နှာရှူလေ။ မျက်လွှာလွှမ်းခြင်း၊ တိမ်စွဲခြင်းတို့ ပျောက်၏။

တနည်း-ဧကရာဇ်ရွက်ရည်၊ နွယ်ချို၊ နှမ်းဆီ ဤသုံးမျိုးကို ရောစပ်၍ ရှူလေ။ ပြင်းစွာ တိမ်သလာလွှမ်းမိုးခြင်းကို ပယ်ဖျောက်တတ်၏။

မျက်စိအထူးအားတိုးဆေး

တရုတ်စံကားမြစ်၊ မန်ကျည်းမှည့် ၅၀ ကျပ်သားစီ။ စမုန်မျိုး ငါးပါး ၁ ကျပ်ကျစီ။

စီရင်နည်းမှာ တရုတ်စံကားမြစ်ကို ပါးပါးလွှာ၍ ရေသင့်ရုံတည့်ကျိုပြီး အရည်ကိုယူထား။ အသစ်တစ်ဖန် ရေသစ်ထည့်၍ အဖတ်များနှင့်ကျိုပြီး အဖတ်ကို ယူပစ်။ အရည်ကိုယူ။ ပထမထားသောအရည်နှင့်ပေါင်းစပ်၍ တစ်ဖန် အဖတ်မပါဘဲ ကျိုပြန်ပြီး ကျန်သောဆေး(၃)မျိုးကိုထည့်။ စမုန်ငါးပါးကို အမှုန့်ပြုထည့်လေ။ မတူးမခြစ်ကြွက်မြီးတန်းအောင် ကျို၍ယူလျက် လေလုံပုလင်းတွင်ထည့်ပြီး ညအိပ်ရာဝင်ချိန် လက်ဖက်ရည်တစ်ဇွန်းခန့် အချိန်မှန်မှန်စားပေးပါလေ။

အကျိုးကား မျက်စိအတွင်းတိမ်ကအစ မျက်စိရောဂါဟူသမျှနှင့် အထူးသင့်မြတ်သောဆေးဖြစ်သည်။ လေနာ၊ ရင်နာလည်း ကောင်းသည်။

၁၀၂။ လေငန်းရောဂါဆေး

အရက်ဦးရည်တစ်လုံး၊ ရှောက်ရွက် ၂၅ ကျပ်၊ သက်ရင်းကြီးပဥ္စငါးပါး ၅၀ ကျပ်၊ နနွင်းစိမ်း ၅ ကျပ်၊ မိဿလင် ၅ ကျပ်၊ ဖုံးမသိန် ၁ ကျပ် ၈ ပဲ။ ဤကား လိမ်းဆေးဖြစ်၏။

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

အတွင်းစားရန်ဆေးမှာ . . .

မြင်းခွာရွက်တစ်ပိဿာ အခြောက်လှန်း၍ ပျားရည် ၃၅ကျပ်သားထည့်၍ ကွမ်းသီးလုံးခန့် တစ်နေ့နှစ်ချိန် စားပေးလေ။

၁၀၃။ အဖျဉ်းရောဂါပျောက်ဆေး

ကြက်နက်သည်းခြေ၊ ကန့်ချုပ်နီ၊ ပွေးကိုင်း ၄င်းသုံးမျိုးကို ပေါင်း၍ ကျိုသောက်။ တစ်နေ့ဇွန်းကြီး (၃)ဇွန်းစီ နှစ်ချိန်သောက်ပါ။ ၄င်းနောက် စိန်၊ ဒုတ္ထာ၊ ကျောက်ချဉ်၊ သံပရာရောစပ်ပြီး လိမ်းပွတ်ပေးပါလေ။ အဖျဉ်းကြီးရောဂါ လက်တွေ့ပျောက်၏။

၁၀၄။ ပေါက်ဥအားတိုးဆေး

ပေါက်ဥတစ်ပိဿာ၊ ကြက်ဥအနှစ် ၂၅ ကျပ်၊ ထောပတ် ၂၅ ကျပ်၊ မိုးကြိုးမြစ် (ဘူးမြစ်) ၂၅ ကျပ်၊ နွားနို့ ၂၅ ကျပ်၊ သကြားကျောက် ချိုရုံထည့်ပြီး မတူးမခြစ်ရအောင် ချက်၍ တစ်နေ့ကို လက်ဖက်ရည်ဇွန်းတစ်ဇွန်းမှ နှစ်ဇွန်းထိ တစ်နေ့တစ်ကြိမ် အိပ်ရာဝင်ခါနီးစားပါ။ ကျန်းမာရေးကောင်းပြီး သုတ်ဓာတ်ပွားများ၏။ ရင်ဝများကား ထွက်လာပြီး အသားအရေအဆင်းပြေဝင်းလာ၏။

၁၀၅။ သန်ကျဆေးနည်းကျော်

ခဲကိုသွေး၍ ဆေးဒန်းနှင့်ကြိတ်၊ သံပရာရည်နှင့်ဖျော်။ နှမ်းဆီအနည်းငယ်ထည့်ပြီး လူကြီးသန်ထခြင်း၊ သန်ထိုးခြင်း၊ သန်ရွတက်ခြင်း ရှိလျှင် ဝမ်းဗိုက်ကို ပွတ်ချ။ ဝမ်းနှုတ်ဆေးတစ်ခုခု သင့်ရာဆေးဖြင့် တိုက်ပေး။ သန်များသေ၍ ကျ၏။ ဆေးကိုပွတ်လိမ်း၊ ချက်ချင်းပင်းသန်ရွခြင်း၊ သန်ထခြင်း ငြိမ်သွားလိမ့်မည်။

၁၀၆။ သူငယ်နာဆေး

ယမ်းစိမ်း၊ ဇဝက်သာ၊ ကျောက်ချဉ်၊ ဆေးဒန်းရွှေဝါ၊ နှပ်ချို၊ ကြံဟင်း၊ ဆိပ်ဖူး၊အ

မျှစု။ အားလုံးအလေး ရွှေတမာကဲ၍အခြားသူငယ်နာဆေးများ သုံးသကဲ့သို့ သုံးစွဲလေ။

၁၀၇။ အရေပြားရောဂါလိမ်းဆေး

ဆေးဒန်း ၄ ပဲ၊ ကလောသီး ၄ ပဲ၊ ဒုတ္တာ ၂ ပဲ၊ ကန့် ၄ ပဲ၊ သပြုပင်မှ တံပတ် ၁၀ ကျပ်၊ အညက်ကြိတ်၍ အုန်းဆီ ၅ ကျပ်သားနှင့် အရေပြားရောဂါများနှင့် ယားနာ၊ ပွေးနာ၊ နှင်းခူအနာစိုဟူသမျှ လိမ်းပေးလေ။

၁၀၈။ သွေးအန်ပျောက်ဆေး

နနွင်းခါး၊ ကြက်သွန်နီ၊ ထန်းလျက် အမျှစု။ ပျားရည်နှင့်ကြိတ်။ ဆီးသီးခန့် တစ်လုံးစီစားလေ။

၁၀၉။ ပန်းနာပျောက်ဆေး

ဘူးရွက် ၇၅ ကျပ်၊ အနောက်ဆေးရွက် ၂၅ ကျပ်၊ ဇဝက်သာ ၁ ကျပ်၊ ဆေးဒန်း ၂ ကျပ်၊ ဟင်းရိုင်းဖြူ ၁ ကျပ်၊ ဆား ၇၅ ကျပ်၊ သိန္ဓော ၁ ကျပ် အိုးသစ်တွင်ထည့်။ ဖွဲ(၂)တင်းဖြင့် မီးဖုတ်။ ပြာကိုယူပြီး သံပရာရည်နှင့် ရောဂါကို ချိန်ဆ၍တိုက်လေ။

၁၁၀။ ပါဒရက်ဆေး

စဉ်လိုင်ခေါက်(လက်ပံခါး) အမှုန့် ၂ ကျပ်၊ ဇာသီး ၁ ကျပ် ပေါင်းကြိတ်။ ပျားရည်နှင့်နှော၍ နေလှန်း။ ဆီးကင်းခန့် တစ်နေ့နံနက် ညမှန်မှန်စားပေးလေ။ ဒူလာပါဒရက်၊ ခြေပူလက်ပူ မမြဲသောရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

တစ်နည်း ဒူလာပါဒရက် အစာကြေဆေး

ဇာသီး၊ ကျောက်သွေး၊ သံပရာရည်၊ ပျားရည်။

ဆေးပြုလုပ်ပုံမှာ ကျောက်သွေး ၁ ကျပ်ကို အမှုန့်ပြု၊ သံပရာရည်နှင့် ပျားရည် ၂၅ ကျပ်စီသော်လည်းကောင်း၊ တစ်ပုလင်းစီသော်လည်းကောင်း စပ်။ ဇာသီး ၁ ကျပ်

ကိုလည်း အမှုန့်ပြု၍ထည့်။ ညောင်စေးကျအောင် မီးမျှင်းမျှင်းနှင့်ချက်ပြီး တစ်နေ့လျှင် လက်ဖက်ရည်ဇွန်း တစ်ဇွန်းခန့်စီစားလေ။ ဒူလာပါဒရက် ရောဂါပျောက်ပြီး ရင်ချောင်၍ စားဝင်အိပ်ပျော်၊ ခွန်အားတိုးသောဆေးဖြစ်၏။

၁၁၁။ အဆုတ်ရောဂါပျောက်ဆေး

ကျောက်စက်၊ ဇဝက်သာ၊ ပန်းနု၊ မြေဖြူ၊ သကြား ၁ ကျပ်ကျစီ။ ထောပတ် ၄ ကျပ်၊ တင်လဲ ၂ ကျပ်၊ ပျားရည် ၁၀ ကျပ်၊ ထောပတ်ကို အလျင်ချက်၍ တင်လဲကိုထည့်ပြီး ပျားရည်ကို ပယ်၍ကျန်ဆေးများကို ကြိတ်ပြီးထည့်။ မီးမှချ အအေးခံပြီးမှ ပျားရည်ကို မွှေထည့်။ တစ်နေ့ ဇွန်းကြီးဖြင့် တစ်ဇွန်းကျ ည နံနက် စားလေ။ အဆုတ်ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ဒူလာပါဒရက်ဆေးတစ်နည်း

ဇွန်ပန်းရွက်၊ ကန့်ချုပ်နီ၊ တောကွမ်းရွက်၊ မီးလွတ်ငရုတ်ကောင်း အမျှစု။ ပျားရည်နှင့် ဆီးကင်းခန့်စားဒ။ အမြဲတမ်းရေချိုးပေး။ အခိုးပွင့်၍ ဒူလာပါဒရက်ပျောက်၏။

သနာရုပ်-သရနူတ်ချောင်းဆိုးပျောက်ဆေး

ကုံကုမံ၊ ငှက်သိုက်၊ ငါးကြီးအန်ဖတ်၊ ကျောက်သွေး၊ မုတ်နီ ၈ ပဲကျစီ။ ဘိန်း ၂ ပဲ အားလုံးအညက်ကြိတ်။ ဆီးကင်းခန့်လုံး။ အရိပ်တွင် ခြောက်သွေ့အောင်လှန်း။ လုံးသောအခါ နှမ်းဆီကိုင်သုတ်၍လုံးပါ။ ညနံနက်တစ်လုံးကျစီ ရေနှင့်ဖျော်၍သောက်။ သနာရုပ်၊ သရနူတ် ချောင်းဆိုးသွေးပါရောဂါများ ပျောက်၏။

ပန်းသေရောဂါပျောက်ဆေး

ကလိန်စေ့၊ တောကြက်ခြေထောက်၊ ခေါင်ရန်းနီမြစ် ပေါင်းစပ်သွေး၍သောက်။

တစ်နည်း-တောင်ကျော်ငရုံ့ခေါင်း၊ ဇွန်ပန်းရွက်၊ ပျားရည်စပ်၍သောက်လေ။

၁၁၂။ မြင်းပုနာဆေး

ပျားဆွတ်နီအုံကို ညက်စွာကြိတ်ပြီး မရိုးစေ့နှင့်နယ်၍အုံလေ။ ပြည်ကဲ့သို့ ပေါက်၍ ထွက်ပြီး ကောင်း၏။

၁၁၃။ ဝမ်းပူနာဆေး

ဆားလှော်တစ်ပန်းကန်၊ မန်ကျည်းမှည့်နှစ် ၂၀ ကျပ်၊ မုတ်နီ၊ ဆီမီးတောက်ဥ ၁ မတ်ကျစီ၊ ၎င်းဆေးများကို စုပေါင်းပြီး တစ်ဝက်ခွဲ။ တစ်ဝက်ကို ထန်းလျက် သင့်တော် ရုံထည့်၍ရောနှောပြီး ညဘက်တွင် လူနာအခြေအနေကို ကြည့်ပြီး ဆေးကို ချိန်ဆ၍ တိုက်။ နောက်ထန်းလျက်နှင့် မရောနှောသော ဆေးကို နံနက်ဘက်တိုက်။ ဝမ်းမှာ မဖောက်ထုံးကို ရေမဖျော်ဘဲ ပွတ်လိမ်းရမည်။ မဖောက်ထုံးပွတ်လိမ်း၍ (၇)ရက်စေ့လျှင် သဘော်ဖိုမြစ်အနည်းငယ်နှင့် နွားချေးအစိုရော။ (၃)ရက်အုံ။ နွားနက်အာပေါရည် တစ်ဖလားစီ (၃)ရက်တိုက်ပေးလေ။ ဝမ်းပူနာပျောက်နေကျ ဆေးကျော်။

၁၁၄။ ဝမ်းကိုက်ရောဂါပျောက်ဆေး

မိဿလင်၊ ထန်းလျက် အမျှစုကြိတ်၍ ထုံးကြက်တက်ရေနှင့် သောက်လေ။

၁၁၅။ ခွေးရူးဆေးလက်တွေ့တစ်နည်း

လင်းတတောင်၊ ချဉ်ပေါင်ဖြူရွက်၊ ကြက်ရိုး၊ ဆားလှော် အမျှစု။ လင်းတတောင် ကို မီးဖုတ်၍ထည့်။ ဆေးကိုစားနိုင်သမျှစားစေ။ ခွေးရူးမပြန်ပြီ။

၁၁၆။ ကိုယ်ဖောကိုယ်ရောင် လိမ်းဆေး

ကွမ်းရွက်၊ ကစော့ရွက်၊ နနွင်း၊ ကျပ်ခိုး အမျှကြိတ်။ နှမ်းဆီနှင့် ဖျော်ပြီး မီးနွေး နွေးပြုလျက် ကြက်တောင်နှင့်လိမ်းပေးလေ။

၁၁၇။ အဆိပ်ဟူသမျှကျရန် တိုက်ဆေး

တီကောင်နှင့်သကြား၊ သို့မဟုတ် ထန်းလျက်ပေါင်းကြိတ်။ ဆီးကင်းခန့် လုံး၍တိုက် လေ။ (ငှက်ပျောပင်ပုပ်မှ တီကောင်ခြောက်က ပို၍အစွမ်းရှိ၏။)

ကိုယ်ဖောကိုယ်ရောင်ပျောက်ဆေး

ယမ်းစိမ်း၊ စစ်ဆပ်ပြာ၊ ဇဝက်သာ၊ သိန္ဓော၊ ကျောက်ချဉ် ၁ ကျပ်ကျစီ၊ စမုန်မျိုး ငါးပါး ၈ ပဲကျစီ၊ အားလုံးအလေး လေးညှင်းကဲ၍တိုက်လေ။ ရင်တင်း၍ ရင်မကြေသော် သံပရာရည်နှင့်တိုက်လေ။

၁၁၈။ သက်တန့်အနာကုဆေးနည်းများ

ကြက်သွန်ဖြူ၊ ဒုတ္ထာ၊ ပုလဲဥ၊ လုလင်ကျော်မြစ်၊ ကန့်ချုပ်နီမြစ်၊ ကနခိုစေ့၊ ကျီးကန်း ရွက်၊ ရှိန်းခို၊ ပိန်းနီခေါင်း အမျှကြိတ်၍ အနာတွင် တင်လေ။ ပတ္တူသုံးရက်အုပ်ထား၍ အပင်းစင်လျှင် ဆီမန်းတင်လေ။ ဆီမန်းဂါထာကား ဉုံ ယဿာထိုင် သဿာမိသွားဟ။ နှမ်းဆီ အစစ်ကို မဆစ်ဆီဝယ်၍ ၎င်းဂါထာနှင့် (၃၇) အုပ်မန်းစုတ်ပြီးလျှင် ၎င်းဆေးကို ဆေးလုံးအနည်းငယ်လုပ်၍ စပါးကြီးသည်းခြေနှင့် လူးနှောပြီးဆေးကို သက်တန့်အ ခေါင်းသို့ရောက်အောင် တို့ပေးလေ။ အပြင်က တောင်ဆူးရစ်မြစ်ကို ကုလားတရုပ်(မုတ်) နှင့်သွေး၍ ပွတ်၍ မီးကင်ပေးလေ။

တစ်နည်းလည်း ကျီးကန်းအစေးကို ပျားရည်နှင့်နှော၍ ဆေးတံလုပ်၍ထိုး။ တစ်နည်းလည်း စဥ့်ပင်ပျို့မြစ်၊ ကဏန်းလက်မမြစ်၊ မဏိသြဃပင်ပျို့မြစ် ၎င်းသုံးပါးကို ဆား၊ ငရုတ်နှင့်ဖျော်၍ ပြင်ကလိမ်းကျံ။ အရည်ထွက်လာလိမ့်မည်။ မီးကင်လေ။ အနာ ပေါက် ၊ အမြစ်အပင်းဆူးငြောင့်နေသော် ဖားပြုပ်အစေးကို ဂွမ်းနှင့်တို့၍ယူ။ တံတွေး နှင့် ရော၍တင်။ အပင်းပိန်၍လာလိမ့်မည်။ သက်တန့်နာမှာလည်း အခေါင်းကို ဂွမ်းရိုက် ၍လည်းကောင်း ဆေးနှင့်လူးပြီးထိုးပွွန်နှင့် ထိုးလေ။ ခဏနေ ပွွန်ကိုယူ၍ထား။ သက် တန့်နာဟူသမျှ ကောင်းနေကျ ဆေးကျော်။ အနာအခဲအကျိတ် သွေးလုံးလေလုံး များကို ဖားပြုပ်အစေးနှင့် တောင်လိပ်ခေါင်းခွံကို အမျှကြိတ်၍ လိမ်းပေးလေ။

၁၁၉။ လက်တွေ့ကိုယ်ဖောကိုယ်ရောင်ပျောက်ဆေး

ပျားရည်၊ သံပရာရည်၊ ဆားရည်တစ်ပုလင်းကျစီ၊ စဉ့်သီပြာ ၆ ကျပ်၊ စစ်ဆပ်ပြာမှုန့် ၆ ကျပ်၊ ယမ်းစိမ်း ၁၂ ကျပ်ကြိတ်ထည့်။ အိုးသစ်တွင်ထည့်။ စပါးပုတ်တွင် (၇)ရက်မြှုပ်။ သို့မဟုတ် နေ(၇)ရက်လှန်း။ တစ်နေ့ နံနက်ည နှစ်ကြိမ် ဇွန်းကြီး(၃)ဇွန်းကျစီ သောက်လေ။ ညှော်ကိုရှောင်လေ။

၁၂၀။ သလိပ်တက်၊ သလိပ်ဆန်ပျောက်ဆေး

သလိပ် အထက်သို့တက်ခြင်းရောဂါ၌ မဲဇလီရွက်ကို သုံးခွက်တစ်ခွက်တင်ကျို၍ ပျားရည်နှင့် ဆတူရောနှော၍ပြီး လူနာအင်အားကို ကြည့်၍တိုက်ပါ။ တိုက်၍မဝင်က အစက်ချပေးလေ။

၁၂၁။ ဝက်ရူးသောက်ဆေး

ရှားစောင်းလက်ပတ်၊ ဘိန်း၊ မန်ကျည်းသီးမှည့်အဟောင်းအနှစ်၊ အမျှချိန်ကြိတ်ပြီး ထီးလုပ်စက္ကူပါးတွင်လူး၊ ဆေးလိပ်တွင် ထည့်လိပ်ပြီး တစ်နေ့ (၃)ကြိမ်စီ သောက်ပေးလေ။ ဘိန်းကိုလျှော့၍ထည့်လေ။

၁၂၂။ ဆီးချိုရောဂါပျောက်ဆေး (၁)

ဘုမ္မရာဇာအဖြူ ၁၀ ကျပ်၊ ထန်းလျက်ပြုတ်ရည် ၂၅ ကျပ်(ထန်းလျက်ကို ညောင်စေးမကျတကျ ပြုတ်ရမည်)။ ၎င်းဆေးနှစ်မျိုးကို သမအောင်ရောနှော၍ နံနက်ည တစ်နေ့နှစ်ကြိမ် ရွှေးကြီးခန့် မျိုရမည်။ မျိုခါစ ကိုယ်လက်တောင့်တင်းလာလျှင် နေ့လည်ပိုင်းချင်းသုပ်ကို စားပေးပါ။ ဝမ်းချုပ်လျှင် ပူသက်ဆေးများနှင့် ဝမ်းနှုတ်ပေးပါ။ (ကနခိုကဲဆေး၊ မင်းကိုကာကဲဆေးများ)။ ဝမ်းသွားရုံသာ နှုတ်ပေးရမည်။ အချိုဓာတ်ပါသမျှ ရှောင်၍ အကြော်အလှော် မီးဖုတ်သားငါးများကို နှမ်းဆီဆမ်း၍ ကျွေးရမည်။

တစ်နည်း ဆီးချိုရောဂါပျောက်ဆေး(၂)

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

ရခိုင်ဆေးသဒ္ဒါကျမ်း ဆရာချစ်

ဆေးဒန်းရွှေဝါ ၁ ကျပ်၊ ကန့် ၁ ကျပ်၊ နနွင်းခါး ၅ ကျပ်အညက်ကြိတ်၍ နေလှန်း။ တစ်နေ့ဆီးကင်းခန့် သုံးလုံးစီ သုံးကြိမ်စား သွားပါ။ လခွဲလောက်စားပါက ဆီးသွားရာတွင် ပုရွက်ဆိတ်လာမအုံတော့ပြီ။ တစ်နည်းလည်း အုန်းသီးအသားကို နှမ်းဆီနှင့်ကြော်စားပေးလေ။

၁၂၃။ ဆီးလွန်ရောဂါပျောက်ဆေးကျော်

အုန်းသီးကို အခွံခွာပြီး အရည်ကိုထုတ်ပစ်လျက် မီးဖုတ်ပြီး အတွင်းမှအသားကို ထောပတ်နှင့်ကြိတ်၍စားပါ။ တစ်နည်း ဥသျှစ်မြစ်ကိုလည်းကောင်း၊ ဥသျှစ်ခွံကိုလည်းကောင်း ဆန်ဆေးရည်နှင့် ဇွန်းကြီးတစ်ဇွန်းကျစီ တစ်နေ့သုံးကြိမ်သောက်ပါ။ ကျင်ငယ်တစ်စက်စက်ကျနေပါက ဆီဖြူသီးပြုတ်ရည်ကို ပျားရည်နှင့်တိုက်ပေးပါ။

၁၂၄။ ခြေလက်ဖောရောင်လိမ်းဆေး

ခြေအေးလက်အေးပြီး ဖောရောင်နေသော ရောဂါများ ကြက်ဥခွံကို ခဲကို ဓားနှင့်ပါးပါးလွှာယူပြီး ရသော ခဲလွှာများနှင့် ရော၍ညက်အောင်ကြိတ်ပါ။ ရေမရောဘဲ ကြိတ်ရမည်။ ၎င်းနှင့် ခြေလက်အေး၍ ဖောရောင်နေသော နေရာတို့ကို လိမ်းပေးပါ။ ခြေလက်ပူပြီး အဖောအရောင်ပါပျောက်၏။

၁၂၅။ အကိုက်အခဲလိမ်းဆေး

ဇာသီး၊ နနွင်းစိမ်း၊ ခံတက်ခေါက်၊ တောင်နံကြီး အမျှစီသွေးပြီး အရက်နှင့်လိမ်းလေ။ ပေါင်ကြောတစ်လျှောက် အေးခြင်း၊ ကိုက်ခြင်း၊ သွေးလေမလျှောက်ခြင်းတို့တွင် အလွန်ကောင်း၏။ လေဖြတ်သမားများကိုလည်း လိမ်းပေးနိုင်သည်။

၁၂၆။ လေနိုင်ဆေးနည်း(၁)

ချင်းခြောက် ၁၀ ကျပ်၊ ပတဲကောမြစ် ၁၀ ကျပ် အမှုန့်ပြု။ ရေအိုးတစ်လုံးတွင် ထည့်၍ သုံးပုံတစ်ပုံကျအောင်ကျိုပြီး အရည်ကို ယူလျက် ပျားရည်တစ်ပုလင်း၊ သံပရာ

ရည် ၁၅ ကျပ်သားခတ်။ ဆားသင့်ရုံထည့်ပြီး ကြွေဇွန်းနှစ်ဇွန်းကျ မနက်,ညသောက်လေ။ နေလှန်း၍ သောက်ကပိုကောင်းသည်။ လေနာ ရင်နာ မီးယပ် ပါဒရက် ဒူလာရောဂါများပျောက်၍ စားဝင်အိပ်ပျော် ခွန်အားတိုးတက်သော ဆေးကျော်တည်း။

တစ်နည်း-လေနိုင်ဆေးနည်း(၂)

ငုခေါက်ကို သုံးခွက်တစ်ခွက်တင်ကျို။ ထန်းလျက်နှင့်ဆားလှော်၊ ရှောက်ရည်သင့်ရုံထည့်၍သောက်။ လေကြေရင်ချောင် ဝမ်းမှန်၍ ကျန်းမာ၏။

၁၂၇။ အနာမက်တင်ဆေး

ကျီးကန်းရွက်နု၊ လက်ချား မီးဖုတ်ပြာ နှစ်ဦးစပ်၍ ထမင်းကြမ်းအနည်းငယ်ထည့်၍ ကြိတ်။ အနာတွင် အုံလေ။ အနာမကိုက်ဆာဘဲ နုလျှင်ပိန်၍ အနာရင့်လျှင် ပြည်တက် ၍ ပေါက်ကျ၏။ ပြည်မတက်လျှင်လည်း ပိန်၍ ကောင်းသွား၏။ တစ်နည်း- ကျိုလာပုပ် အမှိုက်ပုံထဲတွင် ဆွေးပွနေသော မရွတ်ဖင်ပိုင်းကို ကြိတ်၍ တင်လေ။

၁၂၈။ ခူနာ၊ ဝဲနာပျောက်ဆေးကောင်း

ခအုံးခါးရွက်အနု၊ သဘော်ဖိုမြစ်၊ နန္ဒင်းခါး သို့မဟုတ် နန္ဒင်းစိမ်း၊ ဖုံးမသိန် အမျှစီကြိတ်၍ အုန်းဆီနှင့်လိမ်းပေးပါ။

၁၂၉။ လေငန်းလိမ်းဆေး (၁)

ချက်အရက်(မီးလိုက်) ၁၀ ကျပ်၊ တောရှောက် ၃ ကျပ် (အမှုန့်ပြု)၊ သို့မဟုတ် သွေး၍ထည့်ပေးပါ။ မင်သော် ပရုပ် ၈ ပဲ၊ မိဿလင်ဥ ၃ ကျပ်ကြိတ်ထည့်။ မုန်ညင်းဆီ ၅ ကျပ်နှင့် သမအောင်ပြုလုပ်ပြီး လိမ်းပေးပါ။ ခြေလက်အေးကျဉ် သွေးလေမလျှောက် သွက်ချာပါဒရောဂါများ လက်တွေ့ပျောက်ကင်း၏။

တစ်နည်း-လေငန်းရောဂါလိမ်းဆေး (၂)

မင်သော် ပရုတ် ၈ ပဲ၊ သံပရာရည် ၁၀ ကျပ်၊ အရက်ဦးရည် ၁၀ ကျပ်၊ မုန်ညင်းဆီ ၁၀ ကျပ်၊ ပရုတ်မှုန့် ၃ ကျပ်၊ ဇာသီး ၂ လုံး သမအောင်ပြုပြီး လိမ်းပေးလေ။

၁၃၀။ ဆီးရွှင်ဝမ်းနုတ်ဆေး (၁)

သဘော်၊ ကြစု၊ ဆားပုပ်၊ သိန္ဓော၊ ဇဝက်သာ ၅ ကျပ်ကျစီ၊ ပွေးကိုင်းမှုန့် ၁၀ ကျပ် အမှုန့်ပြု၊ ကြွေဇွန်းတစ်ဇွန်းခန့်မျှ အိပ်ခါနီးစားလေ။ ချောင်းဆိုးလျှင် နွယ်ချိုနှင့် ကလိန်မြစ် ထပ်၍ထည့်ပေးလေ။

တစ်နည်း-ဆီးရွှင်ဝမ်းနုတ်ဆေး (၂)

ကြစု၊ သိန္ဓော၊ ဆားပုပ် ၅ကျပ်ကျစီ။ နွယ်ချို ၂ ကျပ် ၈ ပဲ၊ ပွေးကိုင်းမှုန့် ၈ ကျပ်၊ ပေါင်းကြိတ်၍ ညအိပ်ရာဝင်ခါနီး ဆားစိမ်းအနည်းငယ်ထည့်၍ စားလေ။

၁၃၁။ ဝမ်းရောဂါပျောက်ဆေး

မြင်းခွာရွက်ခြောက်၊ ကွမ်းရွက်ခြောက် ၁ ကျပ်ကျစီ။ ငရုတ်ကောင်း ၈ ပဲ၊ ပျားရည်သင့်ရုံထည့်၍စား။ ဝမ်းသွား၍ ဆေးမျိုးစုံနှင့် မပျောက်သော ဝမ်းရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

တစ်နည်း-ဝမ်းရပ်ဆေး

တြိကဋုတ် (၃)ပါး ၁ ကျပ်ကျစီ၊ စမုန်နက်,ဆားလှော် ၁ ကျပ်ကျစီ အညက်ကြိတ်၊ ဆီးကင်းခန့် တစ်လုံးစီ တစ်နေ့သုံးခါမျိုလေ။

၁၃၂။ အနာဆိုး အနာပင်းများတင်ရန်ဆေး

လူရိုးပြာ၊ ထိကရုံးရွက်၊ ဆပ်ပြာ တော်သင့်အောင်ထည့်လေ။ တစ်ညအိပ်က ပြည်ရှိလျှင် ပြည်ပေါက်ကျပြီး အပင်းအဆွေးရှိက အပင်းအဆွေးပါစား၍ အသားတက်၏။ အနာငန်းမန်းရှိနေလျှင် လူဆံပင်ကို မီးဖုတ်၍ ကြိတ်ပြီးတင်လေ။ ခြား၊ လှံပြတ်ရှရာတွင်လည်း တင်လေ။

၁၃၃။ နာတာရှည် ခေါင်းကိုက်ရောဂါကုနည်း

အဆောင်ဓာတ်များ၍ နာတာရှည် ခေါင်းကိုက်ရောဂါများကို နှမ်းဆီနှင့် သံပရာရည် ဆတူရောစပ်ပြီး ဆောင်းရာသီတွင် နှင်းခံ၍ သုံးရက်ထားပြီးမှ ၎င်းအရည်ကို ငယ်ထိပ်မှ တစ်နေ့ (၂)ကြိမ် မှန်မှန်ပွတ်၍ ဝမ်းချုပ်က သင့်တော်သော ဝမ်းနှုတ်ဆေးဖြင့် နှုတ်ပေးလေ။ နာတာရှည်ခေါင်းကိုက်ရောဂါများ လက်တွေ့ပျောက်ကင်း၏။

၁၃၄။ အနာဆိုး အနာပျက်များ ကုသရန် လက်တွေ့ဆေး

ပြဒါး ၁ ကျပ်လေးကို ကွမ်းရွက်နှင့် ရောကြိတ်ပြီး ကျီးကန်းပင်မှ အစေး ၈ ပဲသား(အစေးမရက ၎င်းရွက်နု ၁ ကျပ်သားထည့်)စေ့ဖောက်ငှက်ပျောသီးခွံပြာ ၁ ကျပ်၊ ကန့်ချုပ်နီ ၁ ကျပ်၊ ကနခိုစေ့လှော် ၈ ပဲ။ ၎င်းတို့ကို ပေါင်းကြိတ်ပြီး ဆေးတောင့်လုပ်၍ နေလှန်းထားပါ။ အနားဆိုး အနာပျက် အပင်းကျ၊ သက်တန့်နာမှန်သမျှ ၎င်းဆေးကို နှမ်းဆီနှင့်ဖျော်၍တင်လေ။ သက်တန့်နာတွင် ဆေးကိုဝင်အောင် ထည့်သွင်း၍ အနာဝကို ရှိန်းခိုကပ်ထားလေ။ ခူနာ,ပွေးနာ စသည်ကိုလည်း ထည့်နိုင်သည်။

၁၃၅။ သလိပ်ကြေငုံဆေး

ကွမ်းရွက်သတ္တုရည် ၁၀ ကျပ်၊ သိန္ဓော ၃ ကျပ်၊ သံပရာရည် ၁၀ ကျပ် မီးနှင့်ညေင်စေးကျအောင်ကျိုပြီး ဆီးစေ့ခန့် ခံတွင်းတွင် ငုံထားပါ။ သလိပ်ဆို့နေခြင်း၊ ကပ်နေခြင်း ကြေဆင်း၍ ချောင်းဆိုးရောဂါများ ပျောက်ကင်း၏။

၁၃၆။ ကျောက်ရောဂါကုဆေး

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

ကြံ့သွေး၊ စပါးကြီးသည်းခြေ၊ မိကျောင်းသည်းခြေ၊ ဂျင်ရွှေးဖြူစေ့ ၎င်းဆေးများ အမျှစု။ ဆီးကင်းခန့် အချိန်မှန် တစ်ရက်နှစ်ရက်တိုက်လေ။ စပါးကြီးသည်းခြေကို မျက်စိတွင် ခတ်လေ။ ကျောက်မပေါက်နိုင်။ ကျောက်ကာ၏။ သို့ရာတွင် ချဉ်သီးကိုမစားဘဲ တစ်လလောက်ရှောင်ရမည်။ ၎င်းဆေးကို စုတ်နှင့်လျှာတွင်ထိုးလေ။ ကျောက်မပေါက်ပြီ။ ကျောက်ကာ၏။ ရှေးရခိုင်သမားတော်ကြီးများ သုံးနေကျ ကျောက်ထိုးဆေးနည်း။

၁၃၇။ အာယုဝပုကာဆေး

ကျွဲနို့၊ နွားနို့၊ နှမ်းဆီ ၁ ကျပ်ကျစီ၊ ငရုတ်ကောင်းမှုန် ၃ ကျပ်၊ ထောပတ် ၁ ကျပ်၊ ကြက်ဥ ၅ လုံး။ ၎င်းတို့ကို အုန်းသီးအရင့်တစ်လုံးမှာ အရည်ကိုထုတ်ပြီးထည့်လျက် ဇော်ဂျီသုံးထပ်မံ၍ မတူးမခြစ်ရအောင်ဖုတ်။ ဖုတ်သောအခါ ဆီးသားထင်းနှင့်ဖုတ်လေ။ ၎င်းကိုညက်စွာ ကြိတ်၍ နံနက် ည လက်ဖက်ရည်ဇွန်း တစ်ဇွန်းခန့် မှန်မှန်စားပေးပါ။ မိန်းမမရှိက မစားနှင့်။

၁၃၈။ အခဲအကျိတ် ကင်ဆာအနာကုဆေး

မန်ကျည်းမှို၊ ပိတောက်မှို၊ သင်းဂနက်မှို၊ မှိုကွန်ချာ။ စိန်နီမြင်းသွား၊ စမြိတ်စေ့၊ လူရိုး၊ လူဆံပင်၊ ဒုတ္ထာ အမျှစု။ လူရိုး၊ လူဆံပင်၊ ဒုတ္ထာတို့ကို မီးဖုတ်၍ထည့်ပါ။ အနာကို အများစားရန် လိုပါက ဒုတ္ထာကို မီးမဖုတ်ဘဲ ထည့်နိုင်သည်။ ဆေးကို ဆေးတောင့်လုပ်၍ နေလှန်းထားပါ။ အနာကို အများစားလျှင် လူရိုး၊ ဒုတ္ထာ၊ စိန်နီမြင်းသွားတို့ကို လျှော့ထည့်ပေးပါ။ ကျပ်နာ၊ အနာပေါက်၊ ကင်ဆာအနာတို့ကို တင်လေ။ အနာကိုခွဲပြီးမှထည့်က ပိုပျောက်လွယ်၏။ အသားနီ၍ အသားတက်လာပါက ဆေးကို ထပ်မထည့်ရ။

မှိုင်းခံသင့်က ခံတက်ရွက်၊ ဆီးခေါက်၊ မန်ကျည်းရွက်တို့နှင့် မှိုင်းခံလေ။

၁၃၉။ နာပလုပ်ဆေး

၁။ နံ့သာဖြူ

၂။ နံ့သာနီ

၃။ ဆေးစွတ်စို

၄။ ရေကြက်ခွန်
၅။ ကျေးကဒုတ်သီ (၄ ပဲကျစီ)
၆။ သင်းဝင်သီးခြောက်
၇။ သဖန်းခြောက်

နံပါတ်(၁)မှ နံပါတ်(၆)အထိ တိုင်အောင် ဆေးများအညက်ကြိတ်။ သဖန်းခြောက်ကို အခြားညက်အောင်ကြိတ်။ နှာဝကို ကွမ်းရိုးနှင့်ထိုးမည့်အခါ ပထမကြိတ်ထားသော ဆေးမှာ နှာပုပ်များလျှင် သဖန်းခြောက်အမှုန့်ကို အများထည့်ရမည်။ ၎င်းဆေးနှင့် နေ့လယ်အချိန်မှ နှစ်ကြိမ်သုံးကြိမ် ထိုးပေးပါလေ။ နှာချေရန် လိုအပ်သော် နေမင်းဥနှင့် ချေလေ။ နှာပလုပ်၊ နှာပိတ်များ ကောင်းနေကျ။

၁၄၀။ ပဂန္ဓရလိပ်ခေါင်းကုဆေး

စိန်ဖြူ ၁ ကျပ်သား၊ ဟင်းရိုင်း ၁ ကျပ်သား၊ ပါလဒုတ္တာ ၁ ကျပ်သား၊ လက်ချား ၁ ကျပ်သား ၎င်းဆေးတို့ကို လုံတွင်ထည့်၍ထိုး။ လက်ချားဆူလျှင် ထုတ်၍ထား။ အညက်ကြိတ်ပြီး ပဂန္ဓရလိပ်ခေါင်းထွက်လျက် သုတ်လိမ်းပွတ်ပေးပါ။ သုတ်ပွတ်လိမ်းချိန်မှာ ရေအေး(၃)ရက်မကိုင်ရ။ ၎င်းနောက် ကန်စွန်းရွက်နှင့် ရှက်(ထိကရုံး)ရွက်ကို ကျို၍ ဖန်ရည်ဆေးပေးပါ။ ဖန်ရည်ကို ဆေးနိုင်သလောက် ဆေးရမည်။ လိပ်ခေါင်းအရည်ယို၍ တစ်ပတ်အတွင်း ပြတ်ကျလိမ့်မည်။ ကုနေကျဆေးတည်း။

ကုသနေစဉ် ဆီးသွားနည်းလာတတ်သည်။ ဆီးနည်းလျှင် ဆီးဆေးသင့်တော်ရာ ဆေးကို ပေးရမည်။ ဆေးပွတ်သုတ်လိမ်းသောအခါ ပဂန္ဓရလိပ်ခေါင်းထွက်ရောဂါ အနည်းအများကိုကြည့်၍ နည်းက ဆေးကို အနည်းငယ်ပွတ်သုတ်လိမ်း။ များက ဆေးအများ ပွတ်သုတ်လိမ်း။ တစ်ခါသာ သုတ်လိမ်းပေးရမည်။ လိပ်ခေါင်းအနာပတ်လည်ကို ပတ်ဝိုင်း၍သုတ်လေ။ ကုသရာ၌ လိမ္မာမှသာ ဤရောဂါကို ကုပါလေ။

၁၄၁။ ပန်းနာရင်ခေါင်းဆေး

မုရားကြီးအစေး၊ ပျားရည် အမျှနှော၍ ဇွန်းငယ်တစ်ဇွန်းသောက်၊ ပန်းနာရင်ကျပ်၊ ခေါင်းခဲကောင်း၏။ အန်တတ်သည်။

၁၄၂။ ဝမ်းခဲဆေးတစ်နည်း

ဇွန်ပန်း၊ ငရုတ်ကောင်း၊ ကြက်သွန်ဖြူ မဲဒါး၊ ပုလဲ၊ ကျပ်ခိုး၊ ကြောင်ပန်းရွက် အမျှစု။ ဆီးသီးခန့် သံပရာရည်နှင့်သောက်လေ။ ဝမ်းခဲနာ ကောင်း၏။

၁၄၃။ ခူနာဆေး

တြိကဋုတ် (၃)ပါး၊ ယမ်းစိမ်း၊ ဆား၊ ဆပ်ပြာ၊ ကျပ်ခိုး၊ ကြက်သွန်နီ အမျှစုကြိတ်။ အတောင့်လုပ်ထား။ သံပရာရည်နှင့်ဖျော်၍ လိမ်းပွတ်လေ။ ခူနာ၊ ယားနာ၊ ဝဲနာကောင်း၏။

၁၄၄။ မုတ္တနာကုဆေး

စမုန်နက်၊ ကြက်သွန်ဖြူ မုတ်နီ၊ ပုဏ္ဏားရှိန်းခို၊ စမုန်မျိုးငါးပါး အမျှစု။ စမုန်နက် လျှော်ထည့်။ ကြက်သွန်ဖြူ မီးဖုတ်ထည့်ပြီး စုပေါင်းကြိတ်ခြေလျက် တင်လေ။

တစ်နည်း မုတ္တနာဆေးကြီး၊ ဘောရောင်ကုဆေး -၂

ကလိန်စေ့ ၁ ဆ၊ ပုလဲ ၂ ဆရောကြိတ်၊ ၁ ပဲသားစီ ရေနွေးနှင့် သောက်လေ။ ဆေးသောက်ပြီးလျှင် ကြက်ဥတစ်လုံးစီ သောက်ပေးလေ။ ဝမ်းချုပ်လွန်းက သင့်ရာဝမ်းနှုတ်ဆေးနှင့် ဝမ်းနုတ်ပေးပါလေ။

၁၄၅။ အူလျှောက်သက်တန့်ဆေးနည်း

ဒုတ္တာမီးဖုတ်ပြာ၊ မရွတ်မီးဖုတ်ပြာ၊ ပိန်းနီရွက် အမျှစု။ ရောကြိတ်။ စပါးကြီး သည်းခြေ နှစ်ရွေးသား၊ ပျားရည်ပါ ပေါင်းကြိတ်ပြီး ဆေးကို အတောင့်လုပ်၍ထိုးလေ။

၁၄၆။ ပဂန္ဓရဆေး-၁

တရုတ်စံကားခေါက် ၁၀ ကျပ်သား၊ ဇာသီး ၅ လုံး၊ ကင်ပွန်းချဉ် ၃ ကျပ်သား၊ ဆားတန်ရုံထည့်။ သုံးခွက်တစ်ခွက်တင် ကျိုသောက်လေ။

တစ်နည်း ပဂန္ဓရလိပ်ခေါင်းဆေး-၂

လိပ်သည်းခြေနှစ်လုံးတွင် ဆားအနည်းငယ်ထည့်ပြီး မီးကင်မျိုလေ။ ၎င်းဆေးမျို မည့်နေ့အခါ ထမင်းတစ်ထပ်မစားရ။ ၎င်းနောက် ပွေးသက်မဥ္ဇရီရွက်ကို ဆားနှင့်ကြိတ်၍ ကွမ်းသီးလုံးကြီးတစ်လုံးမျိုပေး။ ဝမ်းသွားလိမ့်မည်။ ဝမ်းသွားသောအခါ လိပ်ခေါင်း အရင်းအမြစ်ပါ ကျွတ်ပါသွား၍ ကောင်း၏။

၁၄၇။ အစာကြေဆေး

ရှောက်သီးကို ပါးပါးလှီး၍ အခြောက်လှန်း။ အမှုန့်ပြု ၅ ကျပ်သား၊ ဒန့်သလွန် မြစ်ခြောက်မှုန့် ၅ ကျပ်သား၊ ဆားပုပ်သင့်တော်ရုံထည့်၍ လက်ဖက်ရည်ဇွန်း (၂)ဇွန်း ကျစီ ရှောက်ရည်နှင့်သောက်။ ဓာတ်ပျက် ဝမ်းပျက်၊ လေထိုးလေအောင့်၊ အစာမကြေရောဂါအလွန်ကောင်း၏။

၁၄၈။ သွေးအန်၊ သွေးကျရောဂါပျောက်ဆေး

သျှိသျှားသီး၊ ခအုံးညွန့် ၅ ကျပ်သားစီယူ၍ သုံးခွက်တစ်ခွက်တင်ကျိုပြီး ပျားရည် နှင့်သောက်လေ။ တစ်နည်းလည်း လက်ပံပွင့်ခြောက်မှုန့်ကို ပျားရည်နှင့်စပ်၍ သောက်လေ။

၁၄၉။ ဧည့ဝတီ မျက်စဉ်းဆေး

သီးသခွံယောက်သွားနှင့် ကျောက်သွားတဲ့မြင်းသီလာ၊ ကြက်ဥသိန်ဆင့်ကာ လောင်း၊ ခမောင်းရည် ကြက်စေ့ နွေး၍ထည့်ပါ။ ပင်လယ်ရှာ ရေသာအမြှုပ်၊ ခြောက်ပါး အညီနှင့် အလီလီညက်စွာကြိတ်။ အရိပ်တွင် သွေ့စွာလှန်း၊ စန်းမမြင်သူတို့လင်းအောင်၊ တွင်းခတ်အဟုတ်၊ ယိုမျက်ရည် မစူရ၊ ယားပြန်က နှမ်းတေလာ၊ တိမ်ထူရင် နာနာခတ် ပါတော့၊ ထောပတ်နှင့်သာ၊ ဖြူနီပြာ သီတာရေအေး၊ ကြက်မျက်ပုန်းရည်ပ၊ ရခိုင်ပြည် ဟိုဒေသဆီက၊ ကျောက်ဖျာလှန် ခါရသောကြောင့်၊ ဘုရင်ကို ပုဏ္ဏားပသလိုက်တယ်၊ သတ္တဝါဝေနေယျတို့ကို လင်းပတဲ့ဆေး။ မင်းတုန်းမင်းတရားထံ ရခိုင်ပြည်က ဆက်သွင်း

(၃၁.၅.၂၀၀၄)နေ့ (အမှားပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်) ဦးခင်မောင်စက်သို့ပို့ရန်ဖြစ်

ခဲ့သော မျက်စဉ်းဆေးနည်းကို သမားတော် ဦးကျော်ရင်တို့ ကြီးမှူးထုတ်ဝေခဲ့သော တေသဇ္ဇဝိဇ္ဇာမဂ္ဂဇင်းမှ ကဗျာရှုည်ဖြင့် ရေးစပ်ထုတ်ဝေခဲ့သော ဧည့ဝတီမျက်စဉ်းဆေး ကျော်ဖြစ်၏။

ရခိုင်ရိုးရာ ဆေးစွမ်းကောင်းများ ဤတွင် ပြီး၏။