

မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးပညာနှင့် ဆီလိမ်းခြင်းအကျိုး

ဒေါ်နေနီနိုင်ရည်

လက်ထောက်ညွှန်ကြားရေးမှူး(ဖွံ့ဖြိုးရေးဌာန)

(သုတေသနနှင့်ဖွံ့ဖြိုးရေးဌာနခွဲ)

မေး- ဆရာမရှင်။ ဒီတစ်ပတ် ကျန်းမာရေးအတွက်တိုင်းရင်းဆေးပညာ အစီအစဉ် ကနေပြီး ပြည်သူလူထုကို ဘယ်လို အကြောင်းအရာများ ဗဟုသုတဖြစ်ဖွယ် တင်ဆက် သွားအုံးမလဲ ဆိုတာကိုပြောပြပေးပါအုံးရှင်။

ဖြေ- ဟုတ်ကဲ့ပါ။ ဒီတစ်ပတ် ကျန်းမာရေးအတွက် တိုင်းရင်းဆေးပညာအစီအစဉ်ကနေပြီး ပြည်သူလူထုကို ဗဟုသုတဖြစ်ဖွယ် တင်ဆက်သွားမဲ့ အကြောင်းအရာကတော့ မြန်မာ့ တိုင်းရင်းဆေးပညာနှင့် ဆီလိမ်းခြင်းအကျိုးဆိုတဲ့ အကြောင်းအရာပဲ ဖြစ်ပါတယ်ရှင်။

မေး- ဟုတ်ကဲ့ပါဆရာမ။ အခုဆိုရင် တိုင်းရင်းဆေးမှာ အကြောအရိုးအဆစ်တွေနဲ့ ဆက်စပ်တဲ့ ရောဂါတွေအတွက် ဆီလိမ်းပေးခြင်း အားဖြင့် သက်သာ ပျောက်ကင်းတာ တွေကို ကြားသိရပါတယ်ရှင် ဒါကြောင့်မို့ တိုင်းရင်းဆေးပညာအရ ဆီတွေရဲ့ အာနိသင် တွေကိုလည်း ဆွေးနွေးပေးဖို့ ဖိတ်ခေါ်ပါတယ်ရှင်။

ဖြေ- ဟုတ်ကဲ့ပါ။ မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးပညာအရ ဆီမျိုးတို့သည် ပူသည်၊ ပွင့်သည်၊ ပေါ့စေပြီး တေဇော အာကာသ အပူအပွင့်ဓာတ် ပါရှိပါတယ်။ အရသာအားဖြင့် ဆီဟူသမျှသည် ဆိမ့်၏။ စဉ်းငယ်ဖန်၏။ အာနိသင်မှာ များသောအားဖြင့် ဆီးဝမ်း လေမှန် တယ်။ ကိုယ်လုံးအနံ့ကို ပျံ့နှံ့တတ်တယ်။ ချွေးထွက်ပြီး အခိုးဓာတ်များကို ရှင်းလင်းစေပြီး

အပုပ်အခိုးကို ငြိမ်းစေပါတယ်။ ဝမ်းမီးကိုတောက်စေတယ်။ အစာကြေတယ်။ လေကို အထူးနိုင်ပြီး သည်းခြေကိုပျက်စေပါတယ်။ ဉာဏ်ပညာကို တိုးပွားစေသည် ဟုဆိုထား ပါတယ်။ ဒါ့အပြင် ဆီဟာ ပိတ်ဆို့နေသော မွေးညင်းပေါက် တို့ကို များစွာ ထွင်းဖောက် နိုင်တဲ့ သတ္တိရှိတာကြောင့် ဆီလို အပေါက်ရှာနေသည်ဟူ၍ လည်း တင်စားပြောဆို ခဲ့ကြပါတယ်။

မေး- ဟုတ်ကဲ့ပါဆရာမ ဆီလိမ်းခြင်းဆိုတဲ့ အဓိပ္ပါယ်ကိုလည်း ပြောပြပေးပါအုံးရှင်။

ဖြေ- ဆီလိမ်းခြင်းဆိုသည်မှာ ခန္ဓာကိုယ်တွင် အပြစ်ပြုနေသော မလဓာတ်များကို ချေဖျက် ပေးခြင်း၊ ပိတ်ဆို့နေသော အပတ်အဖွဲ့များကို ပွင့်စေရန် ဆေးဖက်ဝင် ဆီတစ်မျိုးမျိုးဖြင့် လိမ်းပေးခြင်းဖြစ်သည်။ ပဉ္စကမ္မကုထုံးတွင်လည်း ဆီလိမ်းခြင်းကို ပုဗ္ဗကမ္မကုထုံးအဖြစ် အသုံးပြုသည်။ ဆီလိမ်းခြင်းသည် အကြောများကို လျော့စေသည်။ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ သည်။ ဦးခေါင်း ကိုက်ခဲခြင်း၊ နားကိုက်ခြင်း၊ ခေါင်းပူခြင်း၊ ထိခိုက်ဒဏ်နာ ရရှိခြင်းတို့၌ လည်း ဆီကို လိမ်း ပေးခြင်းဖြင့် သက်သာ စေသည်။ ဟုဖော်ပြထားပါတယ်။ ဒါ့အပြင်-

ဆီလိမ်းခြင်းနှင့်ဆိုင်ရာ ဥပဒေသကိုပြရာမှာ ဆေးကျမ်းများ၏ အဆိုအမိန့်ကို မတင်ပြမီ ဗုဒ္ဓရှင်တော် ဘုရားက ဆီကို အသုံးပြုရန် ညွှန်ကြားတော်မူချက်ကို ပိဋကတ် စာပေတို့မှာ ဖော်ပြထားတာကိုလည်း ပြောပြချင်ပါတယ်။ ဒါကတော့ -

(ရဟန်းတို့ ပရိက္ခရာ တစ်ဆယ့်နှစ်မျိုးတွင် ခြေနယ်ဆီထည့်ရန်ဆီဗူးကို မြတ်စွာဘုရား ခွင့်ပြုတော်မူသည်၊ မြတ်စွာဘုရားမှစ၍ ရဟန္တာအရှင်မြတ်တို့သည်လည်း ဒေသစာရီ လှည့်လည်လိုလျှင် ခြေနယ်ရန် ဆီကို ဗူးနှင့်ထည့်၍ ယူသွားပြီးလျှင် စခန်းချ တိုင်း ချတိုင်း ညဉ့်အခါ ခြေထောက်ကို ရေစင်စွာ ဆေးပြီးမှ ဆီနှင့်နယ်၍ ကျိန်းတော် မူကြသည်။)ဟူ၍ ဖော်ပြထားပါတယ်ရှင်။

မေး- စိတ်ဝင်စားစရာပဲနော် ဆရာမ။ ဒါဆို ခြေကို ဆီလိမ်းနယ်ရင် ဘယ်လို အကျိုးတွေ ရရှိနိုင်မလဲ ဆိုတာကိုလည်း ရှင်းပြပေးပါအုံးဆရာမ။

ဖြေ- ဟုတ်ကဲ့ပါ ။ မြန်မာ့အာယုဗေဒ ဆေးသိပ္ပံဆရာတော် အရှင်နာဂသေနာ ဘိဝံသ (သိမ်ဖြူ) ပြုစုသော ဆေးပညာ ဥပဒေသကျမ်း (ဒုတိယတွဲ) အဆိုအရ ခြေကို ဆီလိမ်း နယ်ခြင်းသည် ပင်ပန်းခြင်းကို ပျောက်စေတတ်၏။ အားကိုဖြစ်စေတတ်၏။ မျက်စိကို ကြည်လင်စေတတ်၏။ အိပ်ပျော်စေတတ်၏။ ခြေ၌ဖြစ်သော အနာရောဂါတို့ကို နိုင်၏။ ဟု ဆိုထားပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ဦးခေါင်းကနေ မျက်စိကိုအုပ်ဆင်းပြီး ခြေမနှစ်ဖက်တိုင်အောင် သွားတဲ့ အကြောကြီးနှစ်ခုတို့ ရှိကြလို့ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် မျက်စိကြည်လင်အောင် ခြေကိုဆီဖြင့် လိမ်းရခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါ့အပြင် ကိုယ်ကို ဆီလိမ်းနယ်ခြင်း အကျိုးတွေကတော့-

ကိုယ်ကိုဆီဖြင့် လိမ်းနယ်ခြင်းသည် လေနာ၊ သလိပ်နာ ရှိသောသူ၌ အမြတ်ဆုံးသော ဆေး ဖြစ်၏။ ကိုယ်ကို ဆီလိမ်းနယ်ခြင်းထက် လေနာကိုနိုင်သော ဆေးမည်သည်မရှိ။ ကိုယ်လက်တောင့်တင်းခြင်း ၊ လေးလံခြင်း တို့ကိုနိုင်၏။ အကြော တို့ကို ပျော့စေတတ်၏။ ရေဖြင့် သွန်းလောင်းအပ်သော သစ်ပင်သည် တစ်နေ့ တစ်ခြား တိုးပွားစည်ပင်ဘိသကဲ့သို့ ဆီဖြင့်လိမ်းအပ်သော ကိုယ်သည်လည်း တစ်နေ့ တစ်ခြား စည်ပင်တိုးပွား၏ ဟု ဗုဒ္ဓဘုရားရှင် လက်ထက်ကပင် ဆီလိမ်းခြင်း ဥပဒေသကို မြှောက်ကြား ခဲ့ပါတယ်။

မေး- ဆီအမျိုးအစားတွေကိုလည်း ပြောပြပေးပါအုံးဆရာမ။

ဖြေ- ဟုတ်ကဲ့ပါ။ ဆီအမျိုးမျိုးရှိသည့်အနက် ထင်ရှားတဲ့ ဆီအမျိုးအစားများမှာ ပဲဆီ၊ နှမ်းဆီ၊ မုန့်ညင်းဆီ၊ သံလွင်ဆီ၊ စားအုန်းဆီ၊ နေကြာဆီ ၊ ပဲပိစပ်ဆီ၊ ဟင်းသီးဟင်းရွက်ဆီ

စသည်ဖြင့် ရှိကြပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဆီလိမ်းခြင်း အတွက် ထိုဆီမျိုးကို အသုံးမပြုဘဲ ဆေးဆီ သက်သက်ဖြစ်သော ဆေးဖက်ဝင်အဆီကိုသာ အသုံးပြု၍ လိမ်းကြပါတယ်။ ဒါ့အပြင် ရောဂါအလိုက် အသုံးပြုနိုင်တဲ့ စမုန်ဆီ၊ ဇာတိပွိုလ်သီးဆီ၊ စမုန်နက်ဆီ စသည် တို့ကိုလည်း အမှုန့် အနေနှင့်မသုံးကြဘဲ အဆီထုတ်၍လည်း ဆေးရည်အဖြစ် အသုံးပြုကြ ပါတယ်။ ၎င်းအပြင် တိရစ္ဆာန်များရဲ့အဆီများဖြစ်တဲ့ တောင်ဆိတ်ဆီ၊ မြင်းဆီ၊ လင်းပိုင် ဆီများကို အကြောထုံးခြင်း၊ အာရုံကြောများ အားရှိစေရန် အတွက် လည်းကောင်း၊ အရိုး အကြောများ ထိခိုက်ဒဏ်ရာ ရခြင်း၌လည်းကောင်း၊ အသုံးပြု ကြပါတယ်။ အထူးသဖြင့် နှမ်းဆီ၊ မုန်ညင်းဆီကို အများဆုံး အသုံးပြုကြပါတယ်။ နှမ်းဆီ၊ မုန်ညင်းဆီတို့ဟာ ဥဏှ ပထဝီ အာကာသဓာတ် ကိန်းအောင်းတာကြောင့် ပူနွေးခြင်း၊ ပွင့်ခြင်းနှင့် ပိတ်ဆို့ သည်ကို ဖျက်ခြင်း ဂုဏ်သတ္တိရှိကြပါတယ်။

မေး- ဒါဆိုရင်ဆရာမ နှမ်းဆီ ၊ မုန်ညင်းဆီတို့ရဲ့ ဂုဏ်သတ္တိတွေကိုလည်း ပြောပြ ပေးပါအုံးရှင်။

ဖြေ-ဟုတ်ကဲ့။ နှမ်းဆီသည် နူးညံ့သည်။ သည်းခြေကိုပြုတတ်သည်။ ခွန်အားကို တိုးစေသည်။ နုတ်မြိန်စေသည်။ ဆံပင်ကိုကောင်းစေ၏။ လေကိုနိုင်၏။ ကိုယ်ယား ယံသော အနာ ၊ နူနာ၊ ပင်ပန်းခြင်း၊ ဒဏ်ရာရခြင်း၊ အရိုးအက်ခြင်း၊ မီးလောင်ခြင်း၊ ဖူးရောင် ခြင်း တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။ ဟု ဆိုထားပါတယ်။ ရှေးမြန်မာ သမားတော်များက နှမ်းနက်ဆီကိုလည်း အသုံးပြုကြပါတယ်။ နှမ်းဆီနှင့် ဆေးဖက်အာနိသင်ချင်း တူညီ ပါတယ်။ နှမ်းနက်ဆီကို လိမ်းကျံရာ၌လည်းကောင်း ၊ နားတွင် ခတ်ရာ၌ လည်းကောင်း၊ အခြားသော ဆေးဘက်များဖြင့် ရောချက်ရာ၌ လည်းကောင်း များစွာ အသုံးပြုပါတယ်။

နှမ်းဆီကို ကလေးများ ဗိုက်အောင့် ဗိုက်နာ၊ လေနာဖြစ်ခြင်း၊ အခိုးမပွင့်ခြင်း တို့တွင် အသုံးပြု လိမ်းပေးနိုင်ပါတယ်။

ဒါ့အပြင် မုန်ညင်းဆီသည် အခိုးပွင့်စေသည်။ လေသလိပ်နိုင်သည်။ ဝမ်းမီးတောက် သည်။ အစာကြေသည်။ ထိခိုက်ဒဏ်နာ ဖောရောင်ခြင်းနှင့် လေနာတို့ကို နိုင်သည်။ အားကိုဖြစ်စေသည် ဟုဆိုထားပါတယ်။ ကလေးများ ဝမ်းဖော၊ ဝမ်းရောင်၊ လေဆန်နာ များအတွက် မုန်ညင်းဆီ လိမ်းပေးပါက သက်သာပျောက်ကင်းစေပါတယ်။

ဒါ့အပြင် ဆေးသိပ္ပံဆရာတော် အရှင်နာဂသေနာဘိဝံသ(သိမ်ဖြူ)ပြုစုသော ဆေးပညာ ဥပဒေသကျမ်း (ဒုတိယတွဲ) အဆိုအရ နှမ်းဆီ၊ မုန်ညင်းဆီ တစ်မျိုးမျိုးနှင့် တွဲဖက်၍ ချက်ထားသော ဆီဆေးနှင့်ဆေးအဆီဟူ၍ လည်းရှိပါတယ်။ ကျမ်းအဆိုအရ ဆီဆေး ဟူသည်ကား နှမ်းဆီ၊ မုန်ညင်းဆီ တစ်မျိုးမျိုးကို ဆေးရည်များဖြစ်သော စမုန်ဆီ၊ဇာတိပွိုလ်သီးဆီ၊ စမုန်နက်ဆီ စသည်တို့ကိုလည်း အမှုန့် အနေနှင့်မသုံးကြဘဲ အဆီထုတ်၍ ဆေးရည်အဖြစ် အသုံးပြုသော အဆီတို့ကို လိုအပ်သလို ရောစပ်ပြီး ပိတ်ပါးဖြင့် စစ်၍ ယူထားသော ဆီဖြစ်ပါတယ်။ ဆေးအဆီကတော့ လိုအပ်သော ဆေးပင်တို့ကို အဆီထုတ်ထားသော ဆေးအဆီဖြစ်ပါတယ်။ ထိုဆီတို့တွင် ပွင့်ကန် စေတတ်သော ပရုတ်၊ အရက်နှင့် အခြားသော ဆေးပစ္စည်း တို့ကိုပါ ထည့်လိမ်း ပေးခြင်း ဖြင့် ပိုမို အကျိုးသက်ရောက် စေပါတယ်ရှင်။

မေး- ဆေးဆီလိမ်းခြင်းတွေရဲ့ အကျိုး သက်ရောက်မှုတွေကိုလည်း ပြောပြ ပေးပါအုံး ဆရာမ။

ဖြေ- ဟုတ်ကဲ့။ ဆီလိမ်းခြင်းရဲ့ အကျိုးတွေထဲက အဓိကသက်ရောက်တဲ့ အကျိုး ကျေးဇူးအချို့ကို ပြောပြပါမယ်။ တစ်ကိုယ်လုံး ညောင်းညာ တောင့်တင်းနေပါက

အထက်က တင်ပြခဲ့တဲ့ အဆီတစ်မျိုးမျိုးဖြင့် တစ်ကိုယ်လုံးအနှံ့ဆီလိမ်းခြင်း၊ နယ်ခြင်း၊ အတွင်းသို့ စိမ့်ဝင်သွားအောင် ပွတ်နယ်ပေးလျှင် အကြောများ အားရှိလာပြီး အခိုးအပူများ ထွက်သွားကာ လွန်စွာ ပေါ့ပါးသွားခြင်းကို ဖြစ်စေပါတယ်။ ချည့်နဲ့ခြင်း၊

ကွေးကောက်ခြင်း၊ လွန်စွာကိုက်ခဲခြင်း၊ လေငန်း စသည်တို့ကိုလည်း ဆီသက်သက်ဖြင့် လည်းကောင်း၊ ဆေးမှုန့် ရောထားသော ဆီကိုလည်းကောင်း၊ ဆေးအဆီဖြင့် လည်းကောင်း၊ တစ်ကိုယ်လုံးကို လိမ်းပြီး ချွေးအောင်းစေခြင်းဖြင့် ၎င်းလျှိုးနေသော အညစ် အကြေးများနှင့် အပုပ်အခိုးများ အပြင်ကို ထွက်စေသဖြင့် များစွာ အကျိုးရှိစေပါတယ်။

မေး- ဟုတ်ကဲ့ပါ ဆရာမ။ အခုဆိုရင် မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးပညာနှင့် ဆီလိမ်းခြင်း အကျိုးတွေကို များစွာ သိရှိရပြီး ဖြစ်တဲ့အတွက် ပြည်သူလူထုကို စကား လက်ဆောင် လေးလည်း ပြောပေးပါအုံးရှင်။

ဖြေ- ဟုတ်ကဲ့ပါ။ ဆရာမအနေနဲ့ ပြောချင်တာကတော့ မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးပညာတွင် ဆီလိမ်းခြင်းသည် အသုံးလည်းများပြီး များစွာအကျိုးရှိသော ကုထုံးတစ်ရပ်လည်း ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အရေးကြုံပါက အထက်မှာ ဆရာမပြောပြခဲ့တဲ့ ဆေးအဆီတွေ မရှိနိုင်ရင်တောင် ပတ်ဝန်းကျင်မှာလည်း အလွယ်တွေ့ရှိနိုင်တဲ့နှမ်းဆီ၊ မုန်ညင်းဆီတို့ကို သုံးစွဲနိုင်ပါတယ် ဆိုတာကို စကားလက်ဆောင် အနေနဲ့ တင်ပြလိုက်ရပါတယ်ရှင်။

မေး- ခုလို မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးပညာနှင့် ဆီလိမ်းခြင်းအကျိုးများကို ပြည်သူလူထု သိအောင် ကျန်းမာရေးနှင့် တိုင်းရင်းဆေးပညာ အစီအစဉ်ကနေ ပြည့်ပြည့်စုံစုံ တင်ပြ သွားတဲ့အတွက် မြန်မာ့အသံနှင့် ရုပ်မြင်သံကြားမှ ဆရာမကို အထူးကျေးဇူး တင်ရှိ ပါတယ်ရှင်။

ဖြေ- ဆရာမကလည်း မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးပညာနှင့် ပတ်သက်၍ ပြည်သူလူထု သိရှိအောင် တင်ပြခွင့်ရတဲ့အတွက် မြန်မာ့အသံနှင့် ရုပ်မြင်သံကြားကိုလည်း ကျေးဇူး တင်ရှိပါတယ်ရှင်။

ကျမ်းကိုး

- ဆေးပညာဥပဒေသကျမ်း (ဒုတိယတွဲ)၊အရှင်နာဂသေနာဘိဝံသ(သိမ်ဖြူ)၊ ၁၉၆၉ခုနှစ်။
- အခြေခံတိုင်းရင်းဆေးပညာရက်တိုသင်တန်းလက်စွဲစာအုပ်၊

ကျန်းမာရေးနှင့် အားကစားဝန်ကြီးဌာန၊ တိုင်းရင်းဆေးပညာဦးစီးဌာန၊ ၂၀၁၄ ခုနှစ်။