

မိုးရာသီကျန်းမာရေးနှင့် တိုင်းရင်းဆေး

ဇွဲဟိန်းလတ်
ဌာနစိတ်မှူး (ဖွံ့ဖြိုးရေး)

မေး။ ။ ဆရာ...မင်္ဂလာပါရှင်။

ဖြေ။ ။ ဟုတ်ကဲ့.....မင်္ဂလာပါခင်ဗျာ။

မေး။ ။ ဒီတစ်ပတ် သုတအဖြာဖြာ တိုင်းရင်းဆေးပညာ အစီစဉ်ကနေ နားဆင်နေကြတဲ့ သောတရှင်တွေအတွက် ဘာများပြောဖို့စီစဉ်ထားပါသလဲရှင်။

ဖြေ။ ။ ဟုတ်ကဲ့..... ယခုလို မိုးရာသီ ရောက်ရှိလာတဲ့အခါမှာ တိုင်းရင်းဆေးပညာအမြင်အရ ရာသီဥတုသဘောသဘာဝနှင့် ရာသီဥတုအလိုက် ဖြစ်ပေါ်ကျရောက်တတ်တဲ့ ရောဂါအန္တရာယ် များကို ကြိုတင်ကာကွယ်နိုင်ရန် အချက်များ၊ လိုက်နာဆောင်ရွက်နိုင်ရန်အချက်များနှင့် ရှောင်ကြဉ် နိုင်ရန်အချက်များကို မြန်မာ့အသံသုတအဖြာဖြာတိုင်းရင်းဆေးပညာအစီစဉ်မှတစ်ဆင့် မိဘပြည်သူ များကို တင်ပြလိုပါတယ်။

မေး။ ။ ဆရာရှင်..... မိုးဥတုရဲ့ ကာလအပိုင်းအခြားနှင့်ပညာရပ်ဆိုင်ရာခေါ်ဆိုသုံးနှုန်းပုံများကို တိုင်းရင်းဆေးပညာအလိုအရရှင်းပြပေးပါရှင်။

ဖြေ။ ။ တိုင်းရင်းဆေးပညာအရ မိုးဥတုရဲ့ကာလအပိုင်းအခြားကို ဝါ ဆိုလပြည့်ကျော်တစ်ရက်နေ့ မှ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်နေ့အထိ မိုးဥတုလို့ဆေးကျမ်းများမှာ ခေါ်ဆိုပိုင်းခြားထားပါတယ်။ ပြီးတော့ နေမင်းကြီးဟာ ဥတ္တရယဉ်လို့ခေါ်တဲ့ တက်ဥတု (အပူနယ်) ကနေဒက္ခိဏယဉ် လို့ခေါ်တဲ့ သက်ဥတု (အအေးနယ်) ဘက်ကိုယခုဝါဆိုလပြည့်ကျော် (၁) ရက်နေ့ကစပြီး ပြန်လည် ဆင်းသက် တော့မှာဖြစ်ပါတယ်။

ပြီးတော့ဂုဏစန္ဒြိမာသ နည်းအရကာလအပိုင်းခြားသတ်မှတ်တဲ့အခါ မိုးဥတုထဲမှာပါဝင်တဲ့ ဝါဆိုလပြည့်ကျော် (၁) ရက်နေ့ မှတော်သလင်းလပြည့်နေ့အထိကို ဝဿန ရတုလို့သတ်မှတ်ပြီး တော်သလင်းလပြည့်ကျော် (၁) ရက်နေ့မှ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်နေ့အထိကို သရဒရတု လို့လည်း သတ်မှတ်ခေါ်ဆို ထားပါသေးတယ်။

မေး။ ။ ဆရာရှင်..... တိုင်းရင်းဆေးပညာလောကမှာ ဥတုတို့၊ ရတုတို့ဆိုတာ အခေါ်ကွဲပြီး သဘောတရားအားဖြင့်ရောကွဲပါသလားရှင်။ နောက်ပြီး ဂုဏစန္ဒြိမာသ နည်းဆိုတာကိုလည်း ရှင်းပြ ပေးပါအုံးရှင်.....

ဖြေ။ ။ ဒီလိုမျိုး ဥတုတို့ရတုတို့ဟာ အခေါ်ဝေါ်အားဖြင့်လည်းကောင်း သဘောတရားအားဖြင့် လည်းကောင်း မတူပါဘူး။ ဥတုဆိုတာပါဠိအခေါ်ဖြစ်ပြီး ရတုဆိုတာ ရိတုဆိုတဲ့ သက္ကတ ဘာသာ အခေါ်ကနေ ရွှေ့လျောလာခဲ့တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဥတုဆိုတာ ရာသီစက်ဝန်းကိုခေါ်ခြင်းဖြစ်ပြီးနွေ၊ မိုး၊

ဆောင်းဥတုသုံးခုရှိပါတယ်။ တစ်ဥတုမှာ မာသ လို့ခေါ်တဲ့ လ(၄)လရှိပါတယ်။ ရတုဆိုတာ ကတော့ ရာသီစက်ဝန်းမှာပါတဲ့ ရတုတစ်ခုကို မာသလ(၂)ခုစီ ထပ်ပိုင်းလိုက်တာကိုတော့ ရတု အပိုင်းအခြားလို့ခေါ်ပါတယ်။ဥတုငယ်လို့လည်းခေါ်ကြပါသေးတယ်။ ဥတုတစ်ခုစီမှာ ရတု (၂) ခုစီရှိပြီး နွေမိုးဆောင်းဥတု(၃)ခုမှာရတု(၆)ခုရှိပါတယ်။ ဒါတွေကိုတော့လပြည့်လကွယ်၊ လဆန်း လဆုတ်တွေနှင့်သတ်မှတ်ပါတယ်။ နားလည်အောင်ပြောပြရရင်တော့ မြန်မာပြက္ခဒိန်လတွေနှင့် သတ်မှတ်တာကိုခေါ်တာပါ။ ဒါကိုတော့ဂုဏစန္ဒြိမာသနည်းလို့ခေါ်ပါတယ်။ ဥပမာ- တန်ခူး၊ ကဆုန်၊ နယုန်၊ ဝါဆို စသည်ဖြင့်ဖြစ်ပါတယ်။ လပြည့်ကျော်(၁)ရက်နေ့ကနေ လပြည့်နေ့ထိ ရေတွက်တဲ့နည်းကို ဂုဏစန္ဒြိမာသနည်းလို့ခေါ်ပါတယ်။ အခုပြောပြနေတဲ့ ဥတုတို့ ရတုတို့ ဟာဂုဏစန္ဒြိမာသ နည်းနှင့်ရေတွက်ထားတာဖြစ်ပါတယ်။ ဒီနည်းကိုဆေးဝါးခါတ်စာများ အရာမှာသုံးပါတယ်။ တစ်နှစ်မှာဥတုကြီး (၃)ခုရှိပြီး၊ ဥတုတစ်ခုမှာ (၄) လစီ ပိုင်းခြားထားတာဟာ ကာလကြာရှည်ပြီးအပူအအေး မတူကွဲလွဲတာကြောင့် ဆေးဝါးခါတ်စာ ပေးရာမှာ အခက်ခဲဖြစ်စေ ပါတယ်။ တစ်နှစ်မှာရတု (၆) ခု၊ ရတုတစ်ခုစီမှာ (၂) လစီခွဲခြားလိုက်တာဟာ အပူအအေးတူပြီး ဆေးဝါးခါတ်စာပေးရာမှာ ဆင်ခြင်ရန်လွယ်ကူပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဆေးကျမ်းတွေမှာ အများ အားဖြင့်ရတု (၆) ပါးကိုစွဲ၍ ဆေးဝါးအစားသောက်တို့ကိုပေးပါ တယ်။

မေး။ ။ မိုးရာသီရဲ့ သဘာဝလက္ခဏာတွေကို ဆေးကျမ်းများမှာပါတဲ့အတိုင်းသိပါရစေရှင်...
 ဖြေ။ ။ ခုနကပြောသလို ဆေးကျမ်းတွေမှာ ရတု (၆) ပါးကိုသုံးစွဲကြတာကြောင့် ယခုမိုးရာသီရဲ့ သဘာဝလက္ခဏာများကိုလည်း ရတုအပိုင်းခြားနှင့်ပဲပြောပြပါမယ်။ ပထမနှစ်လဖြစ်တဲ့ ဝဿနရတု နားလည်အောင်ပြောပြရရင် ပြက္ခဒိန်လတွေဖြစ်တဲ့ ဝါဆိုလပြည့်ကျော် (၁) ရက်နေ့မှ တော်သလင်းလပြည့်နေ့အထိ (၂) လမှာ ဆိုရင်စိုစွတ်ခြင်း၊ ပူလိုက်အေးလိုက်ဖြစ်ခြင်း၊ အိုက်ခြင်း တို့ကိုခံစားရပါမယ်။ ကောင်းကင်ဟာ ကြည်လင်မနေဘဲ မိုးတိမ်မပြတ် ရှိနေတတ်ပါတယ်။ အနောက်ဘက်က မုတ်သုံလေကျတတ်ပါတယ်။ ပိုး၊ မှက်၊ ခြင်၊ ဖား အစရှိသောသတ္တဝါတို့ ပေါများကြပါတယ်။ ထိန်၊ မအူ၊ လက်ထုပ်၊ ဆပ်သွား၊ မုလေး၊ ပုန်းညက် အစရှိသောပန်းတို့ ဖူးပွင့်ကြပါတယ်။ မြစ်ရေတို့သည် ပြည့်လျှံကြပါတယ်။ ရေအိုင်၊ ရေကန် တို့မှာ ကြာနီ၊ ကြာဖြူ၊ ကြာညိုတို့သည် လန်းဆန်းစွာဖူးပွင့်ကြပါတယ်။ မြေပြင်မှာဆိုရင် မိုးရေနှင့်မထင်ရှားသော ကုန်းကြည်းတို့ရှိနေပြီး စပါးပင်တွေဟာလည်း တင့်တယ်နေကြပါတယ်။ အမြစ်၊ အသီး၊ အပွင့်၊ အရွက် အစရှိသည်တို့သည် ပေါက်သစ်စ ဖြစ်၍ နုသောကြောင့် အစွမ်းသတ္တိနည်းကြပါတယ်။

ဒုတိယနှစ်လဖြစ်တဲ့ သရဒရတု(တော်သလင်းလပြည့်ကျော်(၁)နေ့မှ ပြာသိုလပြည့်နေ့)အထိ (၂) လမှာဆိုရင်တော့ လောကကြီးဟာအပူရှိန်များနေပါမယ်။ ကောင်းကင်မှာ အညစ်ကြေးကင်း စင်ပြီး ဖြူစင်နေပါမယ်။ အိုင်၊ အင်း၊ မြစ်ကမ်းတို့လည်း ထင်ရှားလာပြီး ငှက်မျိုးစုံတို့ပျော်မြူး နေတတ်ပါတယ်။ မြေအနိမ့်၊ အမြင့်၊ အညီအညွတ်တို့ဟာထင်ရှားလာပါမယ်။ရွံ့ညွန်တို့ရှိနေပါမယ်။ ပဒုမ္မာကြာ၊ ခေါင်ရမ်း၊ ယင်းမာ စသောပန်းပင်တို့ပွင့်ကုန်ကြပါတယ်။ အသီး၊ အပွင့်၊ အရွက်၊ အမြစ် စသောဆေးတွေဟာ ဩဇာရှိကုန်ပါတယ်။

မေး။ ။ အခုလိုကြားသိကြရတော့ သောတရှင် မိဘပြည်သူတွေ ဗဟုသုတပွားကြမှာ အမှန်ပါပဲရှင်။ နောက်ပြီးတော့ ခုနကဆရာပြောသွားသလို ဥတ္တရယဉ် ကနေ ဒက္ခိဏယဉ် ပြောင်းတယ်လို့ ပြောခဲ့တာရယ် ၊ နွေဥတုကနေ မိုးဥတုကိုပြောင်းတာရယ်ဆိုတော့ ဥတုတစ်ခုနှင့်တစ်ခုအကူး ပြောင်းမှာ အဖျားအနာ များတယ်ဆိုတာ ဟုတ်ပါသလားရှင်.....

ဖြေ။ ။ ဟုတ်ပါတယ် အခုလို ရာသီအကူးပြောင်းကာလမှာ အဖျားအနာများတတ်ပါတယ်။ ရာသီဥတုအလျောက် နေထိုင်စားသောက်တတ်ဖို့ အတော်အရေးကြီးပါတယ်။ “မြစ်ဆန့်ကျင်တော့ မှား၊ ရာသီဆန့်ကျင်တော့ဖျား” ဆိုတဲ့စကားရှိပါတယ်။ ရောက်ဆဲဥတုကိုဆန့်ကျင်ပြီး စားသောက် နေထိုင်မိရင်တော့ ဖျားနာမှာအမှန်ပါပဲ။ ဒါကြောင့် “ဥတုသန္တိ၊ ရောဂါဖိ၊ သတိရှိကြစေ” လို့ဆေး ကျမ်းများမှာ သတိပေးထားပါတယ်။

ပြီးတော့ ရာသီအကူးအပြောင်းမှာ ရောဂါဝေဒနာကျရောက်တတ်ပုံ နှင့်စပ်လျဉ်း၍ နရသုခိ ကျမ်းမှာ “ ဒက္ခိဏဥတ္တရာ၊ ယဉ်နှစ်ဖြာတည့်၊ ကြောင်းခြာယင်းသို့၊ တစ်နှစ်ဖို့တွင်၊ လူတို့ဝေါဟာ၊ နေရောက်ရာကို၊ သင်ညာအမှတ်၊ ပြုကြလတ်၍၊ ပညတ်မည်ရှိသံဃူတိ၌၊ ရဝိဒိဗ္ဗာ၊ ဝိကလျာဟု၊ ကျမ်းလာသောကြောင့်၊ ယွင်းမထောင့်အောင်၊ အဖြောင့်ကြိလေ၊ ထွန်းရောင်ဝေသည်၊ ထိုနေနန်းမူ၊ လမ်းမတူ၍၊ ချမ်းပူမမျှ၊ ဝိထိစသည်၊ ကာလအယဉ်၊ ရာသီစဉ်၌၊ ဓါတ်ယှဉ်တုံမြို့၊ ထိုဓာတ်တို့တွင်၊ အဖို့လွန်စား၊ တစ်ပါးပါးသည်၊ အားကြီးရာရာ၊ လူတို့မှာ၌၊ ဖျားနာကြောက်ဖွယ်၊ အသွယ်သွယ် သည်၊ ညှိုးငယ်ကိုယ်နှင့်စိတ်ဝမ်းတည်း။” လို့ဆိုထားပါတယ်။ ဒီအဆိုအမိန့်များအရအချမ်းအပူ မမျှတရင် အဖျားအနာ ရောဂါများနိုင်ပါတယ်ခင်ဗျား။

မေး။ ။ ဟုပ်ကဲ့ပါဆရာ..... နောက်ပြီးမိုးဥတုမှာအဖြစ်များတဲ့ရောဂါတွေကိုလည်း ပြောပြပေးပါ အုံးဆရာ။

ဖြေ။ ။ ဒီလိုပြောပြရာမှာ ပြင်ပသက်မဲ့ဩကာသလောကကြီးဟာ ရုတ်တရက် အပူထဲမှ အအေးထဲသို့ ပြေးဝင်ခိုအောင်းတဲ့အခါမှာ ဒီဩကာသလောကကြီးကို မှီတွယ်နေထိုင်ကြတဲ့ လူတို့ရဲ့ကိုယ်တွင်းရှိဓာတ်များဟာ ဥတုအပြောင်းအလဲကြောင့် ဥတုနှင့်အတူလိုက်၍ မပြောင်းလဲနိုင် တဲ့အခါမှာ ဖောက်ပြန်လာပြီး ရောဂါဘယတွေ ကျရောက်နိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် နွေအလွန်မိုးကြို ကာလတွေမှာ ဖြစ်တတ်တဲ့ရောဂါတွေကိုလည်း ချန်ထားခဲ့လို့ မသင့်လျော်ပါဘူး။ ဒီကာလတွေမှာ များသောအားဖြင့် ပရိဿဝနာခေါ်ယိုစီးသက်လျောစေတတ်တဲ့ အပူဝမ်းပျက်၊ ဝမ်းလျောနာတွေ၊ အပူအအေးအားပြိုင်၍ ဖြစ်သောရောဂါတွေ၊ သွေးသည်းခြေဖောက်ပြန်၍ဖြစ်သော အဖျားရောဂါ အမျိုးမျိုး၊ ဝက်သက်၊ ပဲသီတာ၊ မိတ်ကြီးရောဂါ အစရှိတဲ့ရောဂါတွေ ဖြစ်နိုင်သလို၊ အပူအကြောင်းခံ ၍ဖြစ်သော အပူသွေးတိုး၊ သွေးတက်ရောဂါတွေလည်းဖြစ်စေနိုင်ပါတယ်။ ပြီးတော့သွေးသည်းခြေ ဖောက်ပြန်၍ဖြစ်တဲ့ မျက်စိနာခြင်း၊ စူးခြင်း၊ ကျိန်းခြင်း၊ မျက်ခမ်းစပ်ခြင်းတို့ကိုလည်း ဖြစ်စေနိုင် ပါ တယ်။ ဆီးရောဂါအမျိုးမျိုးကိုဖြစ်စေနိုင်သလို အမျိုးသမီးတွေအနေနှင့် မီးယပ်ဖြူဆင်းရောဂါ၊ မီးယပ်ဥတုလွန်နာတွေကိုလည်းဖြစ်စေနိုင်ပါတယ်။ဥတုတစ်ခုလုံးနှင့်ယှဉ်ရင်တော့ “နွေမှာသည်း ခြေ၊ မိုးမှာလေ၊ ဆောင်းပေသလိပ်ပွား ရောဂါအဖြစ်များ” ဆိုတဲ့အတိုင်း မိုးဥတုမှာတော့

လေနှင့်ပတ်သက်တဲ့ရောဂါတွေ အဖြစ်များပါတယ်။ရတုအပိုင်းအခြားအရ ဝဿာနရတုမှာဆိုရင် အပလေအားကြီး၏။ သည်းခြေငုပ်၏။ လေပျက်၏ဝမ်းမီးနို့၏။ လို့ “ဥတုဘောဇနသင်္ဂဟ” ကျမ်းမှာဖော်ပြထားပါတယ်။ သရဒရတုမှာဆိုရင်တော့ ဝဿာနရတုကဆိုခဲ့သော ငုပ်သော သည်းခြေနှင့်သွေးတို့သည် ပျက်ကုန်၏။ လို့ဆိုပါတယ်။ ဒါ့အပြင် ဥတုဖောက်ပြန်သောအခါ ဖြစ်တတ်တဲ့ ရောဂါတွေကိုလည်း ချန်ထားလို့မရပါဘူး။ အဲလို့အခြေနေတွေကတော့ ဝါဆို လပြည့်ကျော်တစ်ရက်မှ တန်ဆောင်မုန်းလပြည့်နေ့အထိဟာ မိုးရာသီဖြစ်လို့ မိုးဖြိုဖြိုရွာရ ပါမယ်။ မိုးရွာနည်းလို့ မိုးခေါင်နေရင် တေဇောဓိတ်လွန်ပြီး ပထဝီပျက်တတ်ပါတယ်။ ဒီလိုအချိန်မှာ ဖျားနာလျှင် ပထဝီဓိတ်ကြိုက်စာ ငှက်ပျောသီးနှင့် ထန်းလျက်ကိုစားစေရပါ မယ်။

မေး။ ။ဆရာပြောပြလို့ မိုးရာသီမှာဖြစ်တတ်တဲ့ ရောဂါတွေကို သိရှိရပါပြီရှင်။ ဒီရောဂါတွေမဖြစ် အောင် ဆရာတို့တိုင်းရင်းဆေးပညာအရ ဘယ်လိုများ ကြိုတင်ကာကွယ်ထားသင့်ပါသလဲ ဆိုတာ ကိုလည်း ဖြေကြားပေးပါအုံးရှင်။

ဖြေ။ ။ ဝဿာနရတုဖြစ်တဲ့ မိုးဥတုရှေ့နှစ်လမှာဆိုရင်တော့ အပြုအမူအားဖြင့် အပင်ပန်းခံခြင်း၊ မေထုန်လွန်စွာမှီဝဲခြင်း၊ မိုးသက်နှင့်အတူပါလာသော လေအေးခံခြင်းတို့ကို ရှောင်ကြဉ်ရပါမယ်။ အစားအသောက်အားဖြင့် အဆီအစေးမရှိအေးသော သခွားသီးစသောအစားများ၊ တက်သော အေးသောပြာဆား အစရှိသောဆေး တို့ကိုရှောင်ကြဉ်ရပါမယ်။ လေမတိုက်သောအခန်းလုံတို့၌ချွေး အောင်းခြင်း၊ နိပ်နယ်ခြင်း၊ ကရမက်၊ကတိုး၊ ကုကုမံ အမွှေးသုံးမျိုးကိုရောစပ်၍ လိမ်းကျံခြင်း၊ သန့်ရှင်းသောအဝတ်၊ ပုဆိုး၊ စောင်တို့ကို ဝတ်ရုံခြင်း၊ မစိုစွတ်သောအရပ်၌နေခြင်း တို့ကိုပြု လုပ်ရမယ်။ နွားနို့ချဉ်၊ ကြေလွယ်သော လေကိုနိုင်သော အချို၊ အဆိမ့်၊ အငန်၊ အချဉ် အရသာတို့ကို လည်းကောင်း၊ ကြစုသီးနှင့် သိန္ဓောကိုလည်းကောင်း၊ အစာကြေစေတတ်သော အစပ်၊ အခါးအ ရသာတို့ကိုလည်းကောင်း၊ ကြည်းကုန်း၌ကျက်စားသောငှက်တို့၏အသားကိုလည်းကောင်း တစ်နှစ် လွန်သော သလေးဂျုံတို့ကိုလည်းကောင်း ပျားငယ်ရည်၊ ကျောက်အုပ်စီသောတွင်းကြီးရေ ကိုလည်းကောင်း မှီဝဲသုံးဆောင်ရပါမယ်။

သရဒရတုဖြစ်တဲ့မိုးဥတုရဲ့နောက်နှစ်လမှာတော့ အပြုအမူအားဖြင့် နေ၌အိပ်ခြင်း၊ နေပူခံခြင်း၊ မေထုန်မှီဝဲခြင်းတို့ကိုရှောင်ကြဉ်ရပါမယ်။ နွားနို့ချဉ်၊ အရက်၊ ရေ၌ကျက်စားသော ငှက်တို့၏အသား၊ ပုန်းရည်၊ မတ်ပဲ၊ နှမ်း၊ အပူ၊ အစပ်၊ အဆီအစေး မရှိသောအစား၊ တက်သော အစာတို့ကို ရှောင်ကြဉ်ရပါမယ်။ ဝမ်းနှုတ်ခြင်း၊ သွေးထုတ်ခြင်းအမှုတို့ကို ပြုအပ်ပါတယ်။ ချိုသာ သောသီချင်းသံ၊ အတီးအမှုတ်၊ ပွဲလမ်းသဘင်တို့ကိုကြည့်ရှုနားထောင်အပ်ပါတယ်။ ဥတုအား လျော်စွာ မြစ်ရေကို နေ၌နေပူလှန်း၍ ည၌လရောင်ခံထားသော ညသိပ်ရေကို သောက်အပ်ပါတယ်။ ထောပတ်၊ အချို၊ အဆိမ့်၊ အခါး၊ အဖန်၊ အေးသောကြေလွယ်သောအစား၊ နွားနို့၊ သကြား၊ ငန်သောအရသာ၊ သကြားနှင့် ကြစုသီး၊ ဂျုံ၊ မုယော၊ ပဲနောက်၊ ကောက်ကြီးဆန်၊ ကြည်းကုန်း၌ ကျက်စားသောငှက်တို့၏ အသားတို့ကို စားသောက်အပ်ပါသည်။

မေး။ ။ ဟုတ်ကဲ့ပါဆရာ... နောက်ပြီးသင့်မြတ်တဲ့ဆေးဝါးတွေကိုစားသုံးနိုင်ဖို့လည်း ရှင်းပြပေးပါအုံးရှင်

ဖြေ။ ။ နရသုခိဆရာကြီးက “မိုးလခါ၌၊ ဖျားနာဘေးဘျမ်း၊ ပယ်နိုင်စွမ်းသည်၊ စောင်ချမ်းခံတက်၊ ဆူးခေါက်နက်နှင့်၊ သက်ရင်း၊ အော်လဲ၊ ဆေးပုလဲဟု၊ ဖော်မြဲဆေးခြောက်” ဆိုပြီးဖော်ပြထားပါတယ်။ ဒီဆေးခြောက်မျိုးဟာ နိုင်ငံခြားမှတင်သွင်းသော ဆေးဝါးများမဟုတ်ဘဲပြည်တွင်းမှာ ရနိုင်တဲ့အတွက် ရှာဖွေဖော်စပ်ပြီး ဆောင်ထားသင့်တဲ့ဆေးတစ်လက်ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီဆေး(၆)မျိုးကို အခြေခံပြီးဖော်စပ်ထားတဲ့ သက်ရင်းကလာပ်(ဆေးအမှတ်-၂၈) ဆိုတဲ့ဆေးရှိပါတယ်။ ဒီဆေးကို နားလည်တတ်ကျွမ်းတဲ့ တိုင်းရင်းဆေးပညာရှင် ရဲ့ညွှန်ကြားချက်နှင့် မိုးရာသီမှာသုံးစွဲနိုင်ပါတယ်။

အခုလိုတိုင်းရင်းဆေးပညာအသိနဲ့ နေထိုင်ပြုမူ စားသောက်သွားရင်တော့ မိုးဥတု ကာလမှာ ရောဂါဘယ ကင်းကင်းရှင်းရှင်းနှင့်နေထိုင်သွားနိုင်ပြီး-

- ဓမ္မ - စာပေကျမ်းဂန်များသင်ယူမှု
- အတ္တ - စီးပွားရေးဆောင်ရွက်မှု
- ကာမ - လောကစည်းစိမ်ခံစားမှု

မောက္ခ- ဘဝလွတ်မြောက်ရေးအတွက် တရားအားထုတ်မှုများကို ဆောင်ရွက်နိုင်မှာဖြစ်ကြောင်း တင်ပြအပ်ပါတယ်ဗျာ။.....

မေး။ ။ ဟုတ်ကဲ့ပါဆရာ.....ယခုလိုသုတအဖြာဖြာတိုင်းရင်းဆေးပညာကဏ္ဍမှာ မိုးရာသီရဲ့ သဘောသဘာဝ၊ ဖြစ်တတ်တဲ့ရောဂါများ၊ ကြိုတင်ကာကွယ်နိုင်ရန်အချက်များ၊ လိုက်နာနိုင်ရန် အချက်များ၊ ရှောင်ကျဉ်နိုင်ရန်အချက်များကို အချိန်ပေးပြောကြား ပေးခဲ့တဲ့ဆရာ့ကို ကျေးဇူးတင်ပါတယ်ရှင်။

ဖြေ။ ။ ဟုတ်ကဲ့ပါ.....ကျွန်တော်လည်း အခုလိုဖြေကြားခွင့်ရတဲ့အတွက် မြန်မာ့အသံနှင့် ရုပ်မြင်သံကြားကို အထူးပဲကျေးဇူးတင်ရှိပါတယ်ခင်ဗျာ။