

စန့်စမ်း



အာနိသင်ထူးများ



ပြုစုသူ

သမားတော်စုံ၏ဆရာ ဟောင်းမိမုဟမ္မဒ်အစ်ဗွလ္လာဟ်



ပြန်ဆိုသူ

မော်လဝီ မုဟမ္မဒ်အိဗရာဟင်-ရေနီ (မဟ်မုဒီ)



စီစဉ်သူ

မော်လဝီ ဟာဖိဇ် မုဟမ္မဒ်ဖိုပိုင်းရှ်-ပျဉ်းမနား (မဟ်မုဒီ)

စုံစမ်းပါ။

၏

အာနိသင်ထူးများ

မြေဧက

သမားတော်တို့၏ဆရာ ဟက်ဂ်မိုလာမ္မဒ်အဗ်ဒူလ္လာဟ်

မြန်မာ့သို့

မော်လောနာ မုဟမ္မဒ်အိဗရာဟီမ္မ-ရေနို (မဟိမုဒ္ဒိ)

စီစဉ်သူ

မော်လောဟ် ဟာဖီဇ် မုဟမ္မဒ် ဇိုဗ္ဗီးရ်-ပျဉ်းမနား (မဟိမုဒ္ဒိ)

မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁	စမုံစပါးနှင့်မိတ်ဆက်ခြင်း	၁
၂	စမ်းသပ်ပြီးသောအကျိုးများသည့်ဆေးနည်းများ	၂
၃	ခေါင်းနှင့်ဆိုင်သောရောဂါများ	၅
၄	ဦးနှောက်အားနည်းခြင်း	၆
၅	ဦးနှောက်အားကောင်းစေသောအမှုန့်	၆
၆	လွယ်ကူသောဆေးမိုးတို	၆
၇	ဦးနှောက်အေးစေသောအားဆေး	၇
၈	ခေါင်းပူခြင်း	၇
၉	ခေါင်းကိုက်လျှင်	၇
၁၀	ခေါင်းမူးစေခြင်း	၈
၁၁	ရီဝေဝေဖြစ်ခြင်း၊ အိပ်ချင်နေခြင်း	၉
၁၂	ရှူးသွပ်ခြင်း	၉
၁၃	အပူကြောင့်ဖြစ်သော အရူးရောဂါ	၁၀
၁၄	နှာစေး၊ နှာချေခြင်း	၁၀
၁၅	တက်ခြင်း၊ ဝက်ရှူးပြန်ခြင်း	၁၁
၁၆	မျက်လုံးနှင့်ဆိုင်သော ရောဂါများ	၁၁
၁၇	မျက်စေ့နာပျောက်စေသောစွရိမာ	၁၂
၁၈	မျက်စေ့အမြင်အားနည်းရောဂါ	၁၂
၁၉	ညဘက်တွင် မမြင်ခြင်း	၁၄
၂၀	မျက်စေ့ကိုအကျိုးပြုဆေး	၁၄
၂၁	မျက်စေ့အားကောင်းစေသောအစာ စားဆေး	၁၄
၂၂	နှာခေါင်းနှင့်ဆိုင်သော ရောဂါများ	၁၅
၂၃	နားနာကျင်ခြင်း	၁၆
၂၄	နားလေးခြင်း	၁၆

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၂၅	နားလေးရောဂါအတွက် အစွမ်းထက်ဆေး	၁၇
၂၆	နားပြည်ယိုခြင်း	၁၇
၂၇	နားအူခြင်း နားမှအသံများကြားရခြင်း	၁၇
၂၈	ပါးစပ်နှင့်သွားရောဂါများ	၁၈
၂၉	ပါးစပ်ပုပ်နဲ့ထွက်လျှင်	၁၈
၃၀	ပါးစပ်ရောင်ခြင်း	၁၈
၃၁	ပါးစပ်ထစ်အခြင်း	၁၈
၃၂	သွားကိုက်သွားနာခြင်း	၁၉
၃၃	အံ့ဖွယ်သွားတိုက်ဆေး	၁၉
၃၄	လည်ပင်း၊ ရင်ဘတ်၊ နံဘေး၊ နံရိုးရောဂါများ	၁၉
၃၅	စမံစပါးပြုတ်ရည်	၂၀
၃၆	အသံကြည်၍ရှင်စေသောအရသာရှိသည့်အရည်	၂၀
၃၇	အရသာရှိသောမလှိုင်မုန့်များ	၂၀
၃၈	ဆေးလုံးလေးများပြုလုပ်ခြင်း	၂၁
၃၉	အသံကြည်လင်စေသောသကြားတောင့်	၂၁
၄၀	အဆုပ်ရောင်ခြင်း	၂၁
၄၁	ချောင်းခြောက်ပျောက်စေသောဆေးလုံးများ	၂၁
၄၂	ချောင်းဆိုးခြင်း	၂၂
၄၃	ပန်းနာချောင်းဆိုး	၂၂
၄၄	အသက်ရှူကြပ်ခြင်း	၂၃
၄၅	ရင်ဘတ်နာ	၂၃
၄၇	နမိုနီးယား	၂၄
၄၈	အစာအိမ်ရောဂါများ	၂၄
၄၉	ဝမ်းဗိုက်နာခြင်း	၂၄
၅၀	အစာအိမ်နာကျင်ခြင်း	၂၅

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၅၁	အစာအိမ်လေပူထခြင်း	၂၅
၅၂	အစာမကြေခြင်း	၂၅
၅၃	အံ့ဖွယ်ဆေးနည်း	၂၅
၅၄	ဝမ်းရောဂါ	၂၆
၅၅	ဝမ်းရောဂါပျောက်စေသော စမုံပြုတ်ရည်	၂၆
၅၆	ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်း	၂၇
၅၇	လေလုံးထခြင်း	၂၇
၅၈	အူနှင့်ဆိုင်သောရောဂါများ	၂၈
၅၉	ဝမ်းသွားစေသောမအ်ဂျူးနီ	၂၈
၆၀	ဝမ်းသွားစေသောဆေး	၂၈
၆၁	ဝမ်းဗိုက်ရစ်ခြင်း ဝမ်းကိုက်ခြင်း	၂၉
၆၂	လျှို့ဝှက်အမလ်	၂၉
၆၃	ဝမ်းကိုက်ခြင်း၊ တစ်ရက်စာဆေး	၃၀
၆၄	ဝမ်းကိုက်ရပ်စေသောဆေးမှုန့်	၃၀
၆၅	နောက်ထပ်ဆေးတစ်နည်း	၃၀
၆၆	ချက်ခြင်းအကျိုးဖြစ်သောဆေးနည်း	၃၁
၆၇	ဝမ်းကိုက်ရပ်စေသောဖျော်ရည်	၃၁
၆၈	ဆေးနည်းနောက်တစ်မျိုး	၃၁
၆၉	ဝမ်းသွားခြင်း ဝမ်းရှူခြင်း	၃၁
၇၀	သွေးဝမ်းသွားခြင်း	၃၂
၇၁	ဝမ်းဗိုက်ပိုးများ	၃၂
၇၂	ဆီးအိတ်နှင့်စအိုနာများ	၃၂
၇၃	ဆီးပိတ်ခြင်း	၃၃
၇၄	လိပ်ခေါင်းရောဂါ	၃၃
၇၅	လေလိပ်ခေါင်း	၃၄

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၇၆	အပြင်လိမ်းဆေး	၃၄
၇၇	အမျိုးသားတို့၏ရောဂါများ	၃၄
၇၈	အိပ်မက်သုတ်လွှတ်ရောဂါကာကွယ်ဆီ	၃၅
၇၉	သုတ်စီးဆင်းခြင်း သုတ်လွှတ်မြန်ခြင်း	၃၅
၈၀	လွယ်ကူသောဆေးတစ်မျိုး	၃၅
၈၁	ကာမအားတိုးစေ၍ မနီဖြစ်သောဆေးနည်း	၃၅
၈၂	အမျိုးသမီးတို့၏ သီးသန့်ရောဂါများ	၃၆
၈၃	ဓမ္မတာပွင့်စေသောပြုတ်ရည်	၃၆
၈၄	ဓမ္မတာများခြင်း	၃၇
၈၅	ဓမ္မတာနှင့်ဆက်နွယ်နေသောရောဂါများ	၃၇
၈၆	ဖျားခြင်း	၃၇
၈၇	ယားယံခြင်း ကိုယ်ခြောက်သွေ့ခြင်း	၃၇
၈၈	ကိုယ်ဝန်မတည်ခြင်း မြဲနေခြင်း	၃၇
၈၉	စမုံစပါးတေဆေး ကိုယ်ဝန်ရှိစေသောဆေး	၃၈
၉၀	ခလေးမျက်နှာမြင်ရန်ကြန့်ကြာနေခြင်း	၃၉
၉၁	ကလေးမွေးခြင်းလွယ်ကူစေရန်	၃၉
၉၂	မီးယပ်သွေးတန့်သွားခြင်း	၃၉
၉၃	နို့ထွက်နည်းခြင်း	၃၉
၉၄	အမျိုးသမီးနို့တွင် ချို့ယွင်းခြင်း	၄၀
၉၅	ကိုယ်ဝန်သည်ဝမ်းချုပ်ပါက	၄၀
၉၆	ကိုယ်ဝန်သည်ဝမ်းကိုက်လျှင်	၄၀
၉၇	ကိုယ်ဝန်သည်အန်ခြင်း	၄၀
၉၈	ကိုယ်ဝန်သည်ပျို့အန်လျှင်	၄၀
၉၉	အရည်ဖြူဆင်းခြင်း	၄၀
၁၀၀	သားအိမ်ရောင်ခြင်း	၄၂

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁၀၁	ခါးနာလျှင်	၄၂
၁၀၂	ကလေးများ၏ရောဂါများ	၄၂
၁၀၃	ကလေးတို့၏အစာများကိုအာဗေဟယားသ်အဖြစ် ပြုလုပ်ခြင်း	၄၃
၁၀၄	နို့ကိုသန့်စေသောဆေးမှုန့်	၄၄
၁၀၅	အစာမကြေခြင်းအစာကြေချက်မှုအားနည်းခြင်း	၄၄
၁၀၆	စပုံစပါးဖျော်ရည်	၄၄
၁၀၇	ကလေးများအစာမကြေဖြစ်ခြင်း	၄၅
၁၀၈	ကလေးများဝမ်းဗိုက်ရောင်ခြင်း	၄၅
၁၀၉	ကလေးများဝမ်းကိုက်ခြင်း	၄၅
၁၁၀	ဝမ်းသွားခြင်း	၄၆
၁၁၁	ဝမ်းရပ်စေသောဖျော်ရည်	၄၆
၁၁၂	ကျွတ်ထိုးခြင်း	၄၆
၁၁၃	ကလေး၏ပါးစပ်မှအရေဘုများ	၄၆
၁၁၄	ကလေးများချောင်းဆိုခြင်း	၄၆
၁၁၅	အဖျားရောဂါများ	၄၇
၁၁၆	ချွေးထွက်စေသောဆေးတစ်လက်	၄၇
၁၁၇	ရာသီဖျား	၄၇
၁၁၈	အဖျားပျောက်စေသောပြုတ်ရည်	၄၈
၁၁၉	အပူဖျား (နွေရာသီဖျား)	၄၈
၁၂၀	ဖျားရှူပျို့အန်ခြင်း	၄၈
၁၂၁	တိုက်ဖွိုက်	၄၉
၁၂၂	ပုလိပ်ရောဂါ	၄၉
၁၂၃	အရေပြားရောဂါများ	၅၀
၁၂၄	အရသာရှိသောဆေးနည်း	၅၀

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁၂၅	ယားနားလိမ်းဆေး	၅၀
၁၂၆	အနာ	၅၁
၁၂၇	အနာဘု ကြာလျှင်အမြဲသွေးပြည်ထွက်နေသည်	၅၁
၁၂၈	စားဆေး	၅၂
၁၂၉	လွယ်သောဆေးနည်းတစ်ခု	၅၂
၁၃၀	အနာပြင်များ	၅၂
၁၃၁	သွေးထွက်ခြင်းကိုရပ်စေရန်	၅၂
၁၃၂	ခြေကွဲနာ	၅၃
၁၃၃	အပူဘုများ မိတ်ဖုများ	၅၃
၁၃၄	အထွေထွေရောဂါများ	၅၃
၁၃၅	ဆီးတွင်သကြားဓါတ်ပါခြင်း ဆီးချိုရောဂါ	၅၄
၁၃၆	ဆီးချိုရောဂါ	၅၄
၁၃၇	ကျောက်ကပ်နာကြင်ခြင်း	၅၅
၁၃၈	အသားဝါရောဂါ	၅၅
၁၃၉	ညအိပ်ချိန်သွားကြိတ်ခြင်း	၅၅
၁၄၀	သန်းများ	၅၅
၁၄၁	ချွေးနံ့ပျောက်ဆေး	၅၅
၁၄၂	အရက်အလွန်အကျွံသောက်ခြင်းပျောက်ဆေး	၅၆
၁၄၃	ဘောနှင့်ဆိုင်သောရောဂါများ	၅၆

မွန်နာလုံဒီဇိုင်းဖွင့်အတွင်းစာမီ

နွေဦးဆောင်း - ကွန်ပျူတာ

စာအုပ်ချုပ်

ကိုအားမွတ် [ဘိုင်းနင်း]

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

အခန်း(၁)

စမ့်စပါးနှင့်မိတ်ဆက်ခြင်း

အမည်အမျိုးမျိုး

အုရ်ဒု	-	စောင်နံဖ်
ဘန်ဂလာ	-	မူရီ
ပန်ချာဗီ	-	စောင်နံဖ်
ဘလူချို	-	ဒီးဇ်
ဟင်ဒီ	-	စောင်နံဖ်
အရဗီ	-	ရားဇ်ယားနံဂျ်
ဖါရစီ	-	ဘာဒ်ယားနံ
အင်္ဂလိပ်	-	ဖနစ်လ်ဖရူးတ်

ပေါက်ဖွားရာဒေသ

အိန္ဒိယ၊ ပါကစ္စတန်၊ ဥရောပအလယ်ပိုင်း တောင်ပိုင်း
ဒေသများ၊ ဂျပန်၊ ဟောင်ကောင်၊ မလေးရှား၊ မော်လတာ
စသည့်နိုင်ငံများ။

စမ့်စပါး၏မိတ်ဆက်သဘာဝ

ဗမာရာသီပညာရှင်ထံတွင် ဒုတိယအဆင့်ရှိပူ၍ ပထမ
အဆင့်ရှိခြောက်သွေ့သောမိတ်ရှိသည်။

كما قال قانون البري اشد حوارة وييساواولى

بالثله واما البستانى فيكون حوارة فى الثانيه

ပုံသဏ္ဌာန်မှာ ၎င်းသည် ကျော်ကြားသောအစိမ်းရောင် ရှိအစေ့တစ်မျိုးဖြစ်ပေသည်။ အရှည်မှာ ၁ လက်မရှိသည်။ ဥပုံသဏ္ဌာန်၊ အနံမှာ စိတ်စွဲမက်ဖွယ်ဖြစ်၍ အရသာမှာချိုသည်။ ရွှာတိုင်းလိုလို ဆိုင်တိုင်းမှာရရှိနိုင်သည်။ အပင်အရှည်မှာ တစ်ကိုက်ခန့်ရှိသည်။ ၎င်း၏ထိပ်တွင် ထီးပုံအဝါပွင့်လေးများ ပွင့်သည်။ နောက်အစေ့ဖြစ်လာသည်။

အမျိုးအစားများ

နှစ်မျိုးရှိသည်။ ခြံထွက်နှင့် တောထွက်ဖြစ်သည်။ သဘောက ဥယျာဉ်ခြံမြေတွင် လူတို့စိုက်ပျိုး၍ထွက်သောအမျိုး အစားနှင့် တော၌အလိုအလျောက်ပေါက်သောအမျိုးအစားဖြစ် သည်။ တောထွက်စပုံသည် ခြံထွက်စပုံထက်အနည်းငယ်သေး သည်။ ငယ်သည်။ သို့ရာတွင် တောထွက်အစေ့ကပို၍ကြီး သည်။ ဤစာအုပ်တွင် ဥယျာဉ်ခြံထွက်စပုံစပါးအကြောင်းကို သာ ရေးသားပါမည်။

အခန်း[၂]

စမ်းသပ်ပြီးသော အကျိုးများသည့်ဆေးနည်းများ

ဦးခေါင်းမှခြေအထိ စမ်းသပ်ပြီးအကျိုးများသောရောဂါ များအကြောင်းမပြောမှီ စပုံစပါး၏ဆီများ၊ အရည်များ အကြောင်းပြောရလျှင်ကောင်းမည်။ ၎င်းသည် ရောဂါတော် တော်များများအတွက် အသုံးဝင်သည်။

(၁)စပုံစပါးအရည်

စပုံစပါးအရည်သည် မရေတွက်နိုင်သောရောဂါများ၌ သုံးကြသည်။ ရေအစား များစွာသောရောဂါများတွင် စပုံစပါး

အရည်ကိုသုံးကြသည်။ အောက်၌ အရည်ထုတ်နည်းကို ပြောပြမည်။

ကလိုင်သုတ်ထားသောဒယ်အိုး (သို့) မြေအိုးတွင် စမုံစပါး(၁၀)သား ရေက(၁)ပိဿာခန့်ထည့်၍ ၂၄-နာရီခန့် စိမ်ထားပါ။ ထို့နောက် ကြိတ်ဆုံတွင်ထည့်၍ ကြိတ်ပြီးအရည် ထုတ်ယူပါ။ အေးသွားသောအခါ ပုလင်းထဲထည့်ထားပါ။ ထိုအရည်ကို ဖျော်ရည်တစ်ခုခုရော၍ နံနက်ညနေ(၅)တိုလာခန့် တိုက်ပါ။ (သို့) ထိုအရည်ကိုဘဲတိုက်ပါ။

အကျိုးကျေးဇူး - အစာအိမ်ပူခြင်း၊ အသည်းပူခြင်းဖြစ်လျှင် ပျားရည်စိမ်ထားသောနှင်းဆီ (သို့) သကြားရည်စိမ်ထားသော နှင်းဆီရည်ရော၍ပေးပါ။ အစာအိမ်အားနည်းလျှင် ဆီးနှင့် ဓမ္မဟာရွှင်စေရန် ဒီအရည်စမုံရည်ကိုတိုက်ပါ။ အစာအိမ်ရောင်လျှင် အသည်းရောင်လျှင် ဆီးသီးမျောက်ပေါင်မဲ့နှင့် စမုံစပါး အရည်ရော၍ တိုက်ပါ။

(၂) နှစ်ဆခြင်းလော စမုံစပါးအရည်

အထက်ပါအရည်ကို ပို၍စူးရှစေလိုလျှင် ၎င်းတွင် ထပ်၍ ရေ(၁)ပိဿာခန့်ထပ်ရောပါ။ တဖန်စမုံစပါးကို မကြေတကြေထုထောင်း၍ (၁၀)သားခန့်ထပ်ရောပါ။ နောက်ဖော်ပြပါ အတိုင်း အရည်ထုတ်ယူပါ။ ၎င်းသည် ပို၍စူးရှ၏။ ပြင်း၏။ ထိုအခါ လူမမာကို(၅)တိုလာအစား နှစ်တိုလာသာတိုက်ပါ။ ဤနည်းအတိုင်း အဆတိုးလိုလျှင် (၃)ဆ (၄)ဆလုပ်၍ရသည်။ သို့သော် တစ်ဆသည် အကောင်းဆုံးနှင့် အသင့်တော်ဆုံးဖြစ်ပါသည်။

(၃) စမုံစပါးအဆီ-၁

စမုံစပါးအဆီစစ်စစ်ထုတ်နည်း ရေးပြပါမည်။ ဆက် ဆက်ဆီထုတ်၍ များစွာသောရောဂါများအတွက် အသုံးပြုပါ။

နည်းမှာ - စမုံစပါး(၆၀)သားကို မကြေမညက်ထုထောင်း၍ သုံးပုံပါ။ (၁)ပုံကိုရေပိဿာ(၂၀)ခန့်တွင် (၂၄)နာရီ စိမ်ထားပြီး ဆုံတွင်ကြိတ်ပြီး အရည်ထုတ်ယူပါ။ ပိတ်နှင့်စစ်ပါ။ ထိုအရည် တွင် စမုံစပါးနောက်တစ်ပုံထပ်ရောပါ။ တစ်ဖန် အထက်ပါ အတိုင်း အရည်ထုတ်ပါ။ ဒီတစ်ကြိမ်တွင် အရည်လျော့၍ထွက် မည်။ သို့သော် အတော်စူးရှမည်၊ ထက်မည်၊ ပြင်းမည်။ ဒီအတိုင်း တဖန်စမုံစပါးတတိယအပုံကို (၂၄)နာရီ ရေစိမ်၍ အရည်ထုတ်ပါ။ ညှစ်ယူပါ။ ၎င်းအရည်တို့ကို ပုဂံတစ်ခု (သို့) ဖွင့်ထားသောခွက်တစ်ခုတွင် ထည့်ထားကြည့်ပါ။ ၎င်း၏ အပေါ်ယံတွင် ခွဲကြိကြိအဆီများရှိမည်။ ၎င်းကို တဖြည်းဖြည်း ခပ်ယူပါ။ သယ်ယူပါ။ ဤသည်ပင် စမုံဆီအစစ်ဖြစ်သည်။ များစွာသောနေရာ၌ အသုံးဝင်သည်။ ရှေ့တွင် အသင်တို့ဖတ်ရ ပေမည်။ ထိုအဆီအစစ်(၃)စက်ကို ရေတစ်ပုလင်းတွင်ထည့်၍ လှုပ်လိုက်ပါက ဈေးမှာရောင်းသောစမုံရည်ထက်သာပေမည်။

အကျိုးကျေးဇူး - ထိုစမုံဆီတစ်စက်နှစ်စက်ကို အချိုမုံ့တစ်ခုခု တွင်ထည့်၍စားပါ။ အစာကြေစေသည်၊ လေကိုနိုင်သည်၊ ဝမ်းဗိုက်နာခြင်း ကိုပျောက်စေသည်။

(၄) စမုံစါးဆီ(၂)

စမုံစပါးအပင်အစိမ်းများကိုယူ၍ အမှိုက်သရိုက်တို့မပါ အောင်ဆေး၍ ၎င်းကိုထောင်းပြီး ၎င်း၏အရည်ကို အဝတ်နှင့် ညှစ်ယူပါ။ ထိုအရည်တွင် နွားနို့ထောပတ်အစစ် ထိုစမုံရည်၏

ထက်ဝက်ခန့်ကိုရော၍ ကလိုင်သုတ်ထားသောဒယ်တွင်ထည့်၍
မီးပေါ်မှာတည်ပါ။ မီးအေးအေးနှင့်ချက်ပါ။ ရေခန်းသွားပြီး
ထောပတ်သာကျန်တော့လျှင် ပုလင်းတစ်ခုခုတွင်ထည့်ထားပါ။
အသုံးချနည်း - နံနက်ညနေ တစ်တိုလာစီနွားနို့တွင်ရော၍
တိုက်ပါ။ ခေါင်းမှာလူးပါ။ လိမ်းပါ။

အကျိုးကျေးဇူး - ဦးနှောက်အားကောင်းသည်။ များစွာသော
အကျိုးရှိသည်။

မှတ်ချက် - စမုံစပါးလတ်လတ်ဆတ်ဆတ် နေရာတကာတွင်
မရနိုင်ပါ။ သို့ဖြစ်၍ ရာသီမရွေးလုပ်နိုင်သောနည်းကို ပြောပြ
မည်။

(၅) ဓမုံဆီ (၃)

စမုံစပါးကို နှစ်ပုံပုံပြီး ရေဥထုထောင်း၍ စစ်ယူပါ။
ထိုအထဲမှာ နွားနို့ထောပတ်ရော၍ အထက်ဖော်ပြပါအတိုင်း
ဆီထုတ်ယူပါ။ အသုံးချပါ။

အခန်း [၃]

ခေါင်းနှင့်ဆိုင်သောရောဂါများ

ခေါင်းနှင့်ဆိုင်သောရောဂါများက မရေတွက်နိုင်ပါ။
သို့ရာတွင် ဦးနှောက်အားနည်းရောဂါသည် ရောဂါအားလုံး၏
မိခင်ဟုဆိုရမည့်ပမာဖြစ်သည်။ ဒါကတော့ ရှင်းနေသည်။
အစိပ်အပိုင်းတစ်ခုအားနည်းလျှင် တခြားရောဂါများပါဝင်လာ
သည်။ သို့ဖြစ်၍ ပထမဦးဆုံး ဦးနှောက်အားနည်းခြင်းအား
ကုသနည်းကို ရေးပြပါမည်။

(၆) ဦးနှောက်အားနည်းခြင်း

ဦးနှောက်အားနည်းခြင်းကိုပျောက်စေရန် စမံစပါးသည် အထူးအသုံးဝင်သည်။ ဆေးအမျိုးမျိုးဖော်စပ်နိုင်သည်။

ဦးနှောက်အားကောင်းစေသောအမှုန့်

စမံစပါး(၆)မာရှာ(၈ ပဲသား)၊ သကြားခဲ(၆)မာရှာတို့ကို မူန့်အောင်ကြိတ်၍ အမှုန့်လုပ်ပါ။ ထိုထဲမှာ အခွံမပါသော ဘာဒမ်စေ့(၇)စေ့ကို မကြေမညက်ထုထောင်း၍ ညအချိန်မှာ အိပ်ယာဝင်ချိန် ဆေးအားလုံးကိုနွားနို့ပူနှင့်သောက်ပါ။ ထိုဆေးသောက်ပြီး ရေလုံးဝမသောက်နှင့်၊ နေ့စဉ်ထိုမျှခန့် ဆေးစားလျှင် ရက်(၄၀)တွင် ဦးနှောက်အားကောင်း၍ အားရှိလာမည်။ မျက်မှန်တတ်ရန်ပင် မလိုချေ။

(၇) လွယ်ကူသောဆေးမြီးတို

စမံစပါးကို သန့်ပြန်အောင်လုပ်၍ တင်စာညအချိန်၌ ရေဖြင့်သောက်ပါ။ ရက်အနည်းငယ်အတွင်းမှာ ဦးနှောက်အားကောင်းလာမည်။ ဝမ်းချုပ်ခြင်းပျောက်၍ အစာအိမ် အားကောင်းမည်။

(၈) ဆေးနည်းတစ်မျိုး

စမံစပါး(၁၀)သားကို ဆေးကြောပြီး ရေ(၄၀)သားတွင် ရော၍ နွားနို့ထောပတ်(၁၀)သားဖြင့် မီးအေးအေးနှင့်ချက်ပါ။ ရေခန်း၍ ထောပတ်သာကျန်တော့လျှင် စစ်ယူပါ။ တစ်တိုလာမှ နှစ်တိုလာခန့် ဤထောပတ်ကို နွားနို့ပူတွင်ရော၍ နံနက်ညနေ သောက်ပါ။ ဦးနှောက်အားနည်းရောဂါကင်းဝေးမည်။

(၉) ဦးနှောက်အေးစေသောအားဆေး

ဦးနှောက်တွင်ပူသော် ထို့ကြောင့် မျက်စေ့တွင်အမှောင်
လိုလိုဖြစ်နေသော် ဦးနှောက်အားနည်းသော် ထိုရောဂါအားလုံး
အတွက် စမံစပါးသည် အံ့ဖွယ်ဆေးစွမ်းကောင်းတစ်လက်ဖြစ်
သည်။ အောက်ပါအတိုင်း နံနက်ညနေအသုံးပြုပါ။

စမံစပါး(၆)မာရှာ(၅မူးသား)၊ ဘာဒမ်စေ့(၇)စေ့၊
ဖာလာစေ့(၃)စေ့၊ ရေ (၇၅)သားတွင်ရော၍ကြိတ်ပြီး သကြားခဲ
သင့်သည်ခန့်ထည့်ပါ။ နောက် အဝတ်နှင့်စစ်၍ တိုက်ပါ။
တကယ့်အစွမ်းထက်သည်ဆေးပါ။

(၁၀) ခေါင်းပူခြင်း

တချို့အမျိုးသား/သမီးတို့၏ ဦးနှောက်အတွင်း
အဘယ်မျှပူသည်ဆိုမူ မိမိတို့ခေါင်းပေါ်တွင် အုရံနီပင်အတင်
မခံနိုင်ချေ။ အမြဲဦးနှောက်က မီးလိုပူနေသည်။ ထိုရောဂါ
အတွက် စမံစပါး(၆)မာရှာကိုထုထောင်း၍ ညအချိန်ရေသခေါင်း
တွင် ရေ(၅ဝါး)တွင်ထည့်၍ စိမ်ပါ။ ညအချိန် လ၏အလင်း
ရောင်မှာ လုံခြုံသေချာစွာထားပါ။ နံနက်ချိန်တွင် ထိုရေကို
ပိတ်ပါးဖြင့်စစ်၍ လိုအပ်သည်ခန့်သကြားခဲရော၍ သောက်ပါ။
အင်န်ရှာအလ္လာဟ် တစ်နေ့တခြား သက်သာလာမည်။

(၁၁) ဖော်ပြပါဆေးနည်းတွင် စမံစပါးနှင့်အတူ ဆူးဖြူပင်
အရွက် လတ်လတ်ဆတ်ဆတ်နှင့်စိမ်ပါ။ ပို၍အကျိုးရှိသည်။

(၁၂) ခေါင်းကိုက်လျှင်

စမံစပါး(၁၀)တိုလာ (တစ်တိုလာတွင်၁၆ပဲသားရှိသည်)
သကြားခဲ(၁၀)တိုလာတို့ကို အမှုန့်ကြိတ်၍ ထိုအထဲမှနှစ်တိုလာ

မှလေးတိုလာထိ ညအချိန်အိပ်ခါနီး နွားနို့(သို့)ရေဖြင့် သောက်
ပါ။ ခေါင်းကိုက်ရောဂါအမျိုးမျိုးကို ပျောက်စေသည်။ ဦးနှောက်
ကိုအားဖြစ်စေသည်။

(၁၃) စမုံစပါးတစ်တိုလာကို ရေ(၅ဝါး)သားတွင်ထည့်၍
ပြုတ်ပါ။ မီးအေးအေးနှင့်ပြုတ်ပါ။ ရေနန်း၍ရေအဝက်သားခန့်
ကျန်လျှင် ချ၍အေးသွားသောအခါ စစ်လိုက်ပါ။ သကြားခဲ
တစ်တိုလာရော၍ သောက်ပါ။ ညနေမှာလဲတိုက်ပါ။
အကျိုးကျေးဇူး - ခေါင်းကိုက်ရောဂါအမျိုးမျိုးကို သက်သာ
စေသည်။ နာတာရှည်ခေါင်းကိုက်ခြင်းကိုလည်း ကင်းဝေးစေ
သည်။

(၁၄) စမုံဆီတစ်ဝက်ကို နွားနို့ပူပူတွင်ရော၍ သောက်ပါ။
နဖူးပေါ်မှာ ၃-၄ စက်လိမ်းပါ။ နာနပေါ်တွင်လိမ်းပါ။ အနံ့
နာခေါင်းမှ ဦးနှောက်ထဲရောက်စေရန်ဖြစ်သည်။ ခေါင်းကိုက်
ရောဂါပျောက်၏။

(၁၅) ခေါင်းမူးစေခြင်း

ဦးနှောက်တွင် ခြောက်သွေ့သည့်အတွက် ခေါင်းမူး
လာသည်။ တစ်ခါတရံ အဘယ်မျှမူးဝေသနည်းဆိုမူ လူသည်
သွားလာခြင်း၊ ရပ်ခြင်းပင်မပြုနိုင်ပေ။ ထိုအတွက် စမုံစပါး
သည် အထူးအစွမ်းထက်၏။

စမုံစပါး(၁၀)တိုလာ၊ သကြားခဲ(၅)တိုလာတို့ကိုကောင်း
စွာမှုန့်အောင်လုပ်၍ မူးတစ်ခုတွင်ထည့်ထားပါ။ ထိုထဲမှာ(၉)
မာရှာခန့် နံနက်ညနေနွားနို့ပူနှင့် သောက်ပါ။ ခေါင်းကိုက်ခြင်း
ပျောက်၏။

(၁၆) စမုံစပါး(၆)မာရှာကို ရေတွင်ထုထောင်းထည့်၍စစ်ယူ

ပြီး သကြားခဲရော၍ နံနက်ညနေတိုက်ပါ။

(၁၇) စမုံဆီအစက်(၂၀)စက်ကို ထောပတ်(၅)တိုလာတွင် ရော၍ မီးပေါ်မှာထည့်ပါ။ ကောင်းစွာအရည်ပျော်သွားလျှင် ပုလင်းထဲမှာထည့်ထားပါ။ ခေါင်းမှာလိမ်းပါ။

(၁၈) လိမ္မော်ဆေး

စမုံဆီ(ဆေးနည်း ၃-၄-၅ မှ) (၅)တိုလာ၊ ဘိန်းစေ့ (၅)တိုလာရောလိုက်ပါ။ ထိုထဲမှဆီအနည်းငယ်ယူ၍ ညအိပ်ချိန် လက်ဖဝါးနှင့်ခြေဖဝါးတွင် လိမ်းပါ။ နားထင်မှာလိမ်းပါ။ အင်နံ ရှာအလ္လာဟ် မုချအိပ်ပျော်မည်။ ပထမရက်မှာဘဲ ဆေးအကျိုး သိရမည်။

(၁၉) စားဆေး

စမုံ(၆)မာရှာကို ရေ(၅ဝါး)တွင်ပြုတ်ပါ။ ရေအစိတ်သား ကျန်လျှင် ထိုထဲမှာနွားနို့အစိတ်သား နွားနို့ထောပတ် တစ်တို လာ အချိုသင့်သည်ခန့်ထည့်၍တိုက်ပါ။ မုချအိပ်ပျော်မည်။

(၂၀) ဂီဝေဝေမြစ်ခြင်း၊ အိပ်ချင်နေခြင်း

အိပ်ချင်စိတ်များခြင်း၊ အကယ်၍ အမြဲပျင်းနေပြီး စိတ်လေးလံနေပါက အိပ်ချင်ဇောသန်နေပါက စမုံစပါး(၆) မာရှာကို ရေ(၅၀)သားတွင် ပြုတ်ပါ။ အစိတ်သားခန့်ရေကျန် လျှင်ချပြီး ဆားနှစ်မာရှာခန့်ရော၍ နံနက်ညနေနှစ်ကြိမ်တိုက်ပါ။ အကျိုးများသည်။

(၂၁) ရူးသွပ်ခြင်း

အောက်ပါဆေးနည်းသည် မပျောက်လျှင်တောင်မှ ရောဂါကိုမတိုးစေပါ။ အန္တရာယ်မရှိ ဆေးမြီးတိုပါ။ စမုံဆီ

(နံပါတ်-၂ မှ) နံနက်ညနေတစ်တိုလာကို နွားနို့ပူအစိတ်သားတွင်ရော၍တိုက်ပါ။ အရူးရောဂါအမျိုးမျိုးအတွက် အကျိုးရှိသည်။ စွဲမြဲစွာလုပ်ပါ။

(၂၂) စမုံစပါး(၇)မာရှာ၊ ဘိန်းစေ့အဖြူ(၄)မာရှာ၊ ကာဟူးစေ့နှစ်မာရှာ စသည်များကို ထုထောင်း၍ ဖျော်ရည်တစ်ခဲလုပ်၍ ချိုအောင်လုပ်ပြီးသောက်ပါ။ အရူးရောဂါအတွက်ကောင်း၏။

(၂၃) စမုံတစ်တိုလာကို ရေ(၇၅)သားတွင်ပြုတ်ပါ။ (၂၅)သားခန့်ကျန်လျှင် သကြားခဲ(၁)တိုလာရော၍ နံနက်ညနေတိုက်ပါ။ သလိပ်ကြောင့်ဖြစ်သောရောဂါ ရူးသွပ်မှုကိုပျောက်၏။

(၂၄) အပူကြောင့်ဖြစ်သော အရူးရောဂါ

စမုံစပါးတစ်တိုလာကို ရေ(၂၅)သားတွင် ထုထောင်း၍ စစ်ယူပါ။ သကြားခဲတစ်တိုလာရော၍ နှစ်ချိန်တိုက်ပါ။ အပူကြောင့်ဖြစ်သော အရူးရောဂါပျောက်၏။

(၂၅) နှာစေး၊ နှာချေခြင်း

စမုံစပါး(၁)တိုလာကို ရေ(၅၀)သားတွင် ထုထောင်း၍ ထည့်ပါ။ ပြုတ်ပါ။ (၂၅)သားခန့်ကျန်လျှင် စစ်ယူ၍ သကြားခဲရောပြီး နံနက်ညနေတိုက်ပါ။

(၂၆) စမုံစပါးတစ်တိုလာ လေးညှင်းပွင့်(၇)ပွင့်ကို ရေနစ်ပိဿာခန့်တွင်ထည့်၍ပြုတ်ပါ။ ရေ(၂၅)သားခန့်ကျန်လျှင် စစ်၍ သကြားခဲတစ်တိုလာရော၍ လဘက်ရည်လို တစ်ငုံချင်းသောက်ပါ။ ၃-၄ ကြိမ်သောက်လျှင် သက်သာသွားမည်။

(၂၇) စမုံစပါး(၁)တိုလာ၊ သကြားနီနှစ်တိုလာကို ရေ(၅၀)သားတွင်ပြုတ်ပါ။ ရေ(၂၅)သားခန့်ကျန်လျှင်စစ်ယူ၍ ခပ်ပူပင်သောက်ပါ။ နှာစေး၊ နှာချိခြင်းသက်သာမည်။

(၂၈) စမုံစပါးအမှုန့်နှင့်သကြားဆတူ ထောပတ်ဆတူရော
ပါ။ နေ့စဉ် ညနေချိန်ခွားနီနှင့်သောက်ပါ။ နှာတာရှည်နှာစေး၊
နှာချိုခြင်းအတွက်ကောင်း၏။

(၂၉) တက်ခြင်း၊ ဝက်ရူးပြန်ခြင်း

စမုံစပါးအခြောက် (၆)မာရှာကို ရေ(၅၀)သားတွင်
ထည့်၍ပြုတ်ပါ။ ရေ(၂၅)သားကျန်လျှင် စစ်ယူ၍ နွားနို့အစိတ်
သားပူပူတွင်ရော၍ နွားနို့ထောပတ်စစ်စစ် တစ်တိုလာ လိုအပ်
သည်ခန့်သကြားခဲ (သို့) အချိုတစ်ခုခုရော၍ နံနက်ညနေတိုက်
လျှင် တက်သည့်ရောဂါပျောက်၏။ ဤဆေးသည် (၁၆)နှစ်
အထက် အသက်အရွယ်သမားတို့အတွက်ဖြစ်သည်။ ခလေး
များကို လျော့တိုက်ပါ။

အခန်း (၄)

မျက်လုံးနှင့်ဆိုင်သော ရောဂါများ

(၃၀) မျက်စေ့နာခြင်း

၎င်းရောဂါကို ကလေးတိုင်းသိကြသည်။

စမုံစပါး(၂၅)သားကို ရေ(၂)ပိဿာတွင်ရော၍ ကြေးအိုး
တွင် တစ်ညလုံးစိမ်ထားပါ။ နံနက်ကျလျှင် မီးပေါ်မှာတည်
ပါ။ ရေ(၅၀)သားနီးပါးကျန်လျှင် ချ၍အအေးခံပါ။ လက်နှင့်
ချေ၍ ပိတ်နှင့်စစ်ပါ။ နောက်မီးပေါ်မှာတည်ပါ။ မီးအေးအေး
ထိုးပါ။ ပျားရည်လိုဖြစ်သွားလျှင် ချပါ။ ဗူးစို့ကောင်းသောပုလင်း
တွင် ထည့်ထားပါ။ မျက်စေ့နှာအတွက် အထူးအကျိုးရှိသည်။

ညအချိန်မျက်စေ့တွင် နှစ်ခါစီ ထိုဆေးနှင့်စွပ်မာခွဲပါ။
လျင်မြန်စွာအကျိုးခံစားရမည်။

(၃၁) စမံစပါး(၆)မာရှာကိုထုထောင်း၍ အထုတ်လေးလုပ်ပါ။
နှင်းဆီရည် (သို့) ရေရိုးရိုးတွင်စိမ်၍ မျက်လုံးအပေါ်မှာ ပွတ်ပေး
သုတ်ပေးပါ။ မျက်စေ့နာခြင်း ချက်ခြင်းသက်သာမည်။

(၃၂) ဆေးနည်း(၁၀)တွင်ပါသည့်အတိုင်း ဖော်စပ်၍ ၎င်း(၆)
မာရှာခန့်ယူကာ နှင်းဆီရည်(၅)တိုလာတွင်ရောပါ။ နံနက်ညနေ
နှစ်ကြိမ် မျက်လုံးတွင်အစက်ချပါ။ ယားနာ၊ မျက်စေ့နီရဲခြင်း၊
မျက်စေ့ကြမ်းခြင်းတို့အတွက် အကျိုးရှိသည်။

(၃၃) မျက်စေ့နာပျောက်စေသောစွရိမာ

စွရိမာအမဲတောင့်(၅)တိုလာကို ကြိတ်ဆုံတွင်ကြိတ်ပါ။
စမံစပါးအစိမ်းကိုထုထောင်း၍ အရည်ညှစ်ပါ။ ထိုရေကိုအနည်း
ငယ်စီထည့်၍ကြိတ်နေပါ။ ရေ(၂၅)သားစုတ်သွားပါစေ။ နောက်
၎င်းကိုမှုန့်အောင်ကြိတ်၍ ခြောက်သွားလျှင် ပုလင်းထဲထည့်
ထားပါ။ အံ့ဖွယ်စွရိမာပါဘဲ။

အသုံးချနည်း - ညအချိန် အလွှာဟ်နံမည်ယူ၍ သုံးကြိမ်စီ
မျက်စေ့တွင်စွဲပါ။ အမြင်အားကောင်း၍ မျက်စေ့အားကောင်း
မည်။ တိမ်ဖြစ်ခါစကို ပျောက်စေသည်။

(၃၄) မျက်စေ့အမြင်အားနည်းရောဂါ

အဓိကအချက်ကတော့ မျက်စေ့အားနည်းစေသော
အကြောင်းရင်းကို ပထမပျောက်အောင်လုပ်ရမည်။ သို့သော်
လည်း ယခုဖော်ပြမည့်ဆေးနည်းအချို့ကို လိုက်နာလျှင် မျက်
စေ့အားကောင်းလာနိုင်ပါသည်။ အောက်၌ အကျိုးရှိသောဆေး
နည်းအချို့ပြောပြမည်။

အချက်(၇)ချက်ကို လိုက်နာပါ

(၁) စွန္နသ်တော်အရ တံပူစားပါ။

(၂) ထမင်းစားပြီး လက်ဆေးပြီးပလုပ်ကျင်း၍ ထိုစို
နေသောလက်ဖြင့် မျက်လုံးကိုပွတ်သတ်ပါ။

(၃) ဂုဏ်လုပ်ချိန် မစဟ်ကိုကောင်းစွာစိုနေသောလက်
ဖြင့်လုပ်ပါ။

(၄) နေ့အခါ ဦးခေါင်းနှင့် မုတ်ဆိတ်ကို အကြိမ်ကြိမ်
ဘီးဖီးပါ။

(၅) အောက်ပိုင်းကိုယ်ခန္ဓာကို နှိပ်ခြင်း၊ လေ့ကျင့်ခန်း
လုပ်ခြင်း၊ ဆီလိမ်းခြင်းသည် မျက်စေ့အားကောင်းစေ၏။
နမားဇိဖတ်ခြင်းသည် အကောင်းဆုံးလေ့ကျင့်ခန်းဖြစ်ပေသည်။

(၆) နံနက်စောစော နှင်းရည်စိုနေသောမြက်ခင်းပေါ်
ဖိနပ်မပါဘဲ လမ်းလျှောက်ခြင်းသည် ဈေးကြီးသောစွရ်မာထက်
ပို၍ အကျိုးများသည်။

(၇) ချမ်းသာသူတို့အတွက် ဘာဒမ်စေ့နှင့်တခြားအစေ့
များ ဆက်တိုက်စားပါ။ ဆင်းရဲသားတို့မှာမူ شلغم အစိမ်း
(သို့) စမုံစပါးစားပါ။ မျက်စေ့အတွက် အထူးကောင်းသည်။

(၃၅) နှင်းရည်သည် မျက်စေ့ကိုအထူးကျိုးပြုသည်။
သို့သော် တချို့သောအပင်နှင့်စာလျှင် ပို၍အစရိုးရှာသွားသည်။
ပမာအားဖြင့် စမုံစပါးအပင်ပေါ်ရှိနှင်းရည်ကိုယူ၍ ပုလင်းထဲ
ထည့်ထားပါ။ နေ့စဉ် အိပ်သောအခါ တစ်ကြိမ်စွဲ၍ထည့်ပါ။
မျက်စေ့ကြည်၍ အားကောင်းစေသည်။ မှုန်ခြင်းကိုပျောက်ကင်း
စေသည်။ အတော်လေးအကျိုးထူးသည်။

(၃၆) စမုံစပါး(၆)မာရှာ၊ ဘာဒမ်စေ့(၉)စေ့၊ နှစ်မျိုးလုံးကို
نابزك (၁၂)တိုလာတွင် ထုထောင်း၍ရောခါ စပ်၍(ဧကချ၍)
သကြားခဲ (သို့) ဘိန်းစေ့ဖျော်ရည်နှစ်တိုလာတွင် ချိုအောင်

လုပ်ပြီး သောက်နေပါ။ မျက်စေ့အမြင်အားကောင်းစေသည်။

(၃၇) စမုံစပါးအစိမ်း၏အရည်တွင် ဖန်ခါးသီးအခွန်ဝါကို ပွတ်၍ ငွေသားစွန်မာအတံဖြင့် မျက်စေ့တွင်ဆွဲပါ။ မျက်စေ့အား ကောင်းစေသည်။

(၃၈) စမုံစပါးအရည်ကို စွန်မာအတံဖြင့်ဆွဲခြင်းလည်း အကျိုးရှိစေသည်။

(၃၉) ညဘက်တွင် မမြင်ခြင်း

စမုံစပါးအရည်(၂)တိုလာကို ပျားရည်စစ်စစ်(၉)မာရှာ တွင်ရော၍မျက်စေ့တွင်ထည့်ပါ။ ဆက်တိုက်ထည့်လျှင် ညဘက် မျက်စေ့မှုန်ခြင်း ပျောက်၏။

မျက်စေ့ကိုအကျိုးပြုဆေး

(၄၀) တိမ်ခြစ်ခါစကို ဈေးတိစေသည်

စမုံပင်၏လတ်ဆတ်သောအရွက်စိမ်းများကိုကြိတ်၍ အဝတ်နှင့်စစ်ပြီး အရည်ထုတ်ပါ။ ထိုအရည်ကို ကြိတ်ဆုံတွင် ထည့်၍ ကြိတ်လုံးဖြင့်လှည့်နေပါ။ ရေနန်းသွားပြီး အမှုန့်များ သာကျန်နေမည်။ ၎င်းကိုတဖန် မှုန့်အောင်ထပ်ကြိတ်၍ အဝတ် နှင့်စစ်ပြီး ပုလင်းထဲထည့်ထားပါ။ ညအိပ်ချိန် စွန်မာတံဖြင့် (၃)ကြိမ်စီဆွဲပါ။ တိမ်ဖြစ်ခါစပျောက်၏။ ထပ်၍မကြီးပွားပါ။

(၄၁) စမုံစပါးအပင်လိုက် အရိပ်မှာဘဲခြောက်စေပြီး မှုန့် သွားအောင်ကြိတ်ပါ။ နံနက်ညနေတွင် စွန်မာတံဖြင့် မျက်စေ့ တွင်ဆွဲပါ။ တိမ်ဖြစ်ခါစကို အကျိုးရှိစေသည်။

(၄၂) မျက်စေ့အားကောင်းစေသောအစာစားဆေး

စမုံစပါးကို အစာအဖြစ်အသုံးပြုလျှင် ပိတ်နေသော

မျက်စေ့ကို ပွင့်စေသည်။ အမြင်အားကောင်းစေသည်။ စမုံစပါး
ကို နူးညံ့စွာထုထောင်းပါ။ အခွံများလွင့်သွားပါစေ၊ ညအချိန်
ထိုအထဲမှ နှစ်တိုလာ၊ ဒီအတိုင်း ရေ(သို့) နွားနို့နှင့်သောက်ပါ။
အမြင်အား စွန့်ကဲ့သို့တက်လာမည်။

(၄၃) စမုံစပါးကို အမှုန့်ပြုလုပ်၍ သကြားခဲဆတူရောပါ။
ထိုထဲမှ(၁)တိုလာ နွားနို့နှင့်ညအချိန်ကျွေးပါ။

(၄၄) ဘာဒမ်စေ့(၇)စေ့ စမုံစပါး(၁)တိုလာ၊ သကြားခဲ(၂)တို
လာ ပြောင်ချောနေသောကျောက်ပြားတွင်ထုထောင်း၍ ည
အချိန် နွားနို့နွေးနွေးဖြင့်ကျွေးပါ။ ရေလုံးဝမသောက်ရပါ။
ရက်(၄၀)အတွင်း အမြင်အားကောင်းလာမည်။ မျက်မှန်ပင်ချွတ်
လိုက်ရမည်။

အခန်း (၅)

နှာခေါင်းနှင့်ဆိုင်သော ရောဂါများ

နှာခေါင်းသွေးယိုခြင်း

အကယ်၍နှာခေါင်းမှသွေးယိုစီးမှု မည်သို့မျှမရပ်ဆိုင်း
ပါက အောက်ပါဆေးမြီးတို့ကို သုံးပါ။ သွေးယိုမှုရပ်သွားမည်။

(၄၅) စမုံစပါး(၃)မာရှာ၊ မြေစေး(၁)တိုလာ၊ ပရပ်(ကာဖူး၆)
(၁)မာရှာတို့ကို ရေနှင့်ပါးပါးကြိတ်ပြီးလျှင် နဖူးပေါ်မှာလိမ်းပေး
ပါ။ မလိမ်းမီဦးစွာရေအေးဖြင့် ခေါင်းပေါ်မှလောင်း၍ ရေချိုးပါ။
နောက်မှနဖူးပေါ်မှာသုတ်လိမ်းပါ။ သွေးရပ်သွားပါလိမ့်မည်။

(၄၆) စမုံဆီ(၁)တိုလာတွင် ပရပ်(၃)မာရှာရောပါ။ ထိုဆီထဲ
မှအစက်အချို၊ နဖူးပေါ်လိမ်းပေးပါ။ အနည်းငယ်ရှူပေးပါ။

(၄၇) စမုံစပါး(၁)တိုလာ၊ ငြုပ်ကောင်း(၇)စေ့၊ နံနံစေ့(၃)
မာရှာတို့ကို ရေအစိတ်သားတွင်ထည့်၍ ပါးပါးကြိတ်ပါ။ စစ်ယူ

ပြီးနောက် သကြားခဲအနည်းငယ်ရော၍ နှစ်ကြိတ်တိုက်ပါ။
သွေးယိုစီးမှု အင်နီရှာအလွှာဟ် ရပ်သွားမည်။

(၄၈) နားနာကျင်ခြင်း

နားနာကျင်ခြင်းကိုရပ်စေရန် စပုံစပါး(၂)တိုလာကို ထုထောင်း၍ ရေတစ်ပိဿာတွင်ပြုတ်ပါ။ နားထဲတွင် ၎င်း၏ အငွေ့ကိုရောက်စေပါ။ နာကျင်မှုရပ်သွားမည်။

(၄၉) စပုံစပါးဆီ(၁-၂-၃)ကိုမပူမအေးလုပ်၍ နားထဲမှာ (၃-၄) စက္ကန့်ပေးပါ။

မှတ်ချက် - စပုံစပါးဆီ နံပါတ်(၁)တွင် ဖွဲ့ညှင်းဆီ(၃)ဆရောပါ။ စပုံစပါးဆီဘဲဆိုပါက ပြင်းလွန်း၏။

(၅၀) နားလေးခြင်း

စပုံစပါး(၆)မာရှာကိုထုထောင်း၍ ရေအစိတ်သားတွင် ပြုတ်ပါ။ ရေ(၅)ကျပ်သားခန့်ကျန်လျှင် ချ၍စစ်ယူပါ။ ထိုထဲ တွင် နွားနို့အစိတ်သား၊ နွားနို့ထောပတ်(၁)တိုလာ၊ သကြားခဲ သင့်ရုံထည့်၍ ခပ်ပူပူပင်ရောဂါသည်ကိုတိုက်ပါ။ နံနက်ညနေ တိုက်ပါ။ ရက်အနည်းငယ်တိုက်လျှင် ဦးနှောက်အားကောင်းလာ ပြီး နားပင်းခြင်းပျောက်ကင်း၍ ရောဂါသည်နားကြားလာမည်။

အထက်ပါနည်းကို မလုပ်နိုင်ကြလျှင် အောက်ပါနည်း ကို အသုံးပြုပါ။

(၅၁) စပုံစပါးအစိတ်သားကို အမှုန့်ကြိတ်၍ သကြားခဲ အစိတ်သား၊ ထောပတ်အစိတ်သားကို ကြွေပုဂံတွင်ထည့်ထား ပါ။ နံနက်ညနေ(၁)တိုလာကို နွားနို့ပူနှင့်သောက်ပါ။ ကောင်း သွားမည်။

မှတ်ချက် - နားလေးတာကိုပျောက်စေ၍ အမြင်အားနှင့်

ဦးနှောက်ကိုအားဖြစ်စေသည်။

(၅၂) စမံစပါး(၆)မာရှာကို ရေ(၅ဝါး)သားတွင်ပြုတ်ပါ။
ရေ(၂၅)သားကျန်လျှင် ထောပတ်တစ်တိုလာ၊ သကြားခဲတစ်တို
လာရော၍ နံနက်ညနေနှစ်ကြိမ်တိုက်ပါ။ နားလေးရောဂါ
အတွက်ကောင်း၏။

(၅၃) နားလေးရောဂါအတွက် အခွမ်းထက်ဆေး

စမံစပါးဆီနံပတ်(၁)ကို ဘာဒမ်ဆီနှစ်ဆရောပါ။ ထိုထဲ
မှမပူမအေးလုပ်၍ နံနက်ညနေ နားတွင်ထည့်ပေးပါ။

(၅၄) စမံစပါးဆီ(၂) သို့ (၃)ကို ထောပတ်တစ်တိုလာရော၍
နွားနို့(၅ဝါး)သား ပူပူတွင်ထည့်၍ နံနက်ညနေသောက်ပါ။ ထိုထဲ
မှ သုံးလေးစက်ကိုအပူပေး၍ ခပ်နွေးနွေး နားတွင်ထည့်ပါ။
ခေါင်းနှင့်နားထင်တွင် လိမ်းပေးပါ။

(၅၅) နားပြည့်မိခြင်း

စမံစပါးဆီတစ်တိုလာ၊ ပရုပ်နှစ်မာရှာ၊ ကာဘော်လစ်
အက်စစ်(၈)စက်၊ ကာဖူးရ်(ပရုပ်)ကိုအမှုန့်ပြု၍ ပုလင်းထဲထည့်ပါ။
ထိုအပေါ် ကာဘော်လစ်အက်စစ် လေးငါးစက်ထည့်ပါ။ နောက်
နေပူမှာချထားပါ။ အားလုံးအရည်ပျော်၍ ရောသွားမည်။ နောက်
စမံစပါးဆီနံပတ်(၁)ကိုရောပါ။ နံနက်ညနေ နွေးနွေးလေးလုပ်၍
နားထဲတွင် နှစ်စက်ခန့်ထည့်ပေးပါ။

မှတ်ချက် - ဤဆေးနည်းသည် နားတွင်းအနာကို အလျင်
အမြန်ပျောက်စေသော ဆီဖြစ်သည်။

(၅၆) နားအူခြင်း နားမှအသံများကြားရခြင်း

နားထဲတွင် စို့စို့နှင့်အသံကြားရပါက (သို့) ဘာဂျာသံ
လိုကြားရပါက ဦးနှောက်ခြောက်နေ၍ဟုမှတ်ပါ။ ၎င်းအတွက်

စမုံဆီ(၂)သို့(၃)ကို အသုံးချပါ။ နည်းအတိုင်း ဖော်ပြခဲ့ပြီးပြီ။

အခန်း(၆)

ပါးစပ်နှင့်သွားရောဂါများ

ပါးစပ်မှအရောဘုများ

(၅၇) စမုံဆီနံပါတ်(၁)ကို ဝါဂွမ်းနှင့်တို့၍ အရောဘုတွင်သုတ်ပေးပါ။ သက်သာသွားမည်။

(၅၈) စမုံစပါး(၁)တိုလာကို ရေ(၁)ပိဿာတွင်ထည့်၍ ပြုတ်ပါ။ (၃၀)သားခန့်ရေကျန်လျှင် ထိုထဲမှာကျောက်ချဉ်အသေးလေးထည့်၍ဖျော်ပြီး ဂရိဂရာလုပ်ပါ။ ပလုပ်ကျင်းပါ။

ပါးစပ်ပုပ်နဲ့ထွက်လျှင်

(၅၉) ဤရောဂါသည် အလွန်ဆိုးသောရောဂါဖြစ်သည်။ များစွာသောလူဂုဏ်တန်ဆိုသူတို့ကို တွေ့ရသည်။ လူတို့သည် ထိုသူတို့နား မထိုင်ချင်ကြသည်ကို တွေ့ရသည်။ အကြောင်းက သူတို့ပါးစပ်မှ အပုပ်နဲ့ထွက်နေ၍ဖြစ်သည်။ ဤသို့သောသူများအတွက် အောက်၌ဆေးနည်းရေးထားသည်။ ဤသို့သောသူများ တစ်ခါတရံ စမုံစပါးကို ပါးစပ်တွင်ဝါးနေပါ။ အနံ့ဆိုးပျောက်သွားမည်။ အမွှေးနံ့ထွက်လာမည်။

ပါးစပ်ရောင်ခြင်း

(၆၀) စမုံစပါးပြုတ်ရည်ဖြင့် သုတ်လိမ်းလျှင် အရောင်ရောသွားမည်။

(၆၁) ပါးစပ်ထစ်အခြင်း

ပီပီသသစကားမပြောနိုင်လျှင် ထိုရောဂါအတွက် စမုံ

စပါးသည် အသုံးတည့်သည်။ စမုံစပါးဖြင့် အခြင်းကိုပင် ကောင်းသွားစေနိုင်သည်။ ဆေးကုကာလကတော့ ကြာမည်။ စိတ်ရှည်ရမည်၊ ဒါမှအကျိုးရှိမည်။

စမုံစပါး(၆)မာရှာကို ရေ(၅၀)သားတွင် ပြုတ်ပါ။ (၂၅) သားခန့်ကျန်သောအခါ စစ်၍သကြားခဲတစ်တိုလာ၊ နွားနို့ အစိတ်သားရော၍ တိုက်ပါ။ ဤနည်းအတိုင်း နှစ်ကြိမ်တိုက်ပါ။ အင်နီရှာအလ္လာဟ် ထစ်အရောဂါပျောက်သွားမည်။

(၆၂) သွားကိုက်သွားနာခြင်း

သွားကိုက်လျှင် ဆေးနည်းနံပတ်(၅၆)တွင် ဖော်ပြထားသောဆီသည် အထူးအကျိုးရှိ၏။ သို့သော် ထိုထဲတွင် ကာဘော်လစ်အက်စစ် (၈)စက်အစား အစက်(၂၀)ရောပါ။

(၆၃) အံ့ဗွယ်သွားတိုက်ဆေး

စမုံစပါးအခြောက် လေးတိုလာ၊ သိန္ဓောဆားလေးတိုလာ နှစ်မျိုးလုံးကို အမှုန့်ကြိတ်၍ အဝတ်နှင့်စစ်ပြီး ဘူးတွင် ထည့်ထားပါ။ နံနက်ညနှစ်ကြိမ် ထိုဆေးနှင့်သွားတိုက်ပေးပါ။
အကျိုးကျေးဇူး - သွားဖုံးရောင်ခြင်း၊ သွေးထွက်ခြင်း၊ သွားကိုက်ခြင်း၊ သွားနာကျင်ခြင်း၊ သွားချေးများပျောက်ကင်း၍ ပြောင်လက်သွားသည်။

အခန်း(၇)

(၆၄) လည်ပင်း၊ ရင်ဘတ်၊ နံဘေး၊ နံရိုးရောဂါများ အသံဝင်ခြင်း

တစ်ခါတရံ နှာစေးချောင်းဆိုးမှုကြောင့် အသံပျက်သွားသည်။ တစ်ခါတရံ လုံးဝပိတ်သွားသည်။ အသံတိုးတိုး

နှင့်စကားပြောရသည်။ တချို့သူများ၏အသံ ရပ်သွားသည်ကိုလည်း တွေ့ရသည်။ ထိုရောဂါများပျောက်စေရန် စမုံစပါးသည် အံ့ဖွယ်အစွမ်းထက်၏။ အသံထွက်ပြီး အသံကြည်လင်လာ၏။ အသံကောင်းလာ၏။

စမုံစပါးပြုတ်ရည်

စမုံစပါးတစ်တိုလာကို ရေ(၅၀)သားတွင်ထည့်၍ မီးပေါ်မှာချက်ပါ။ (၂၅)သားခန့်ရေကျန်လျှင် စစ်၍သကြားခဲတစ်တိုလာရောပြီး မပူတပူလုပ်၍သောက်ပါ။ သုံးလေးကြိမ်သောက်လျှင် အသံပွင့်သွားမည်။

(၆၅) စမုံစပါးကို ဝါးနေလျှင်လည်း အသံပွင့်သွားသည်။ လည်ပင်းခြောက်ခြင်းကိုလည်း ပျောက်စေသည်။

(၆၆) အသံကြည်၍ ရွှင်စေသော

အရသာရှိသည့်အရည်

စမုံစပါး(၂၅)သားကို ရေတစ်ပိဿာတွင် တစ်ညလုံး စိမ်ထားပါ။ နံနက်ချိန်တွင် ကလိုင်ရိုသောဒယ်အိုးတွင်ထည့်၍ မီးအေးအေးနှင့်တည်ပါ။ ရေ(၂)ပုံခန့်ခန်းသွားလျှင် ပိတ်နှင့်စစ်ယူပါ။ သကြားခဲ(၅၀)သားရော၍ ထပ်ပြီးမီးပေါ်မှာတည်ပါ။ ပြစ်သွားသောအခါ ချ၍သန့်သောမူးတွင် သို့မဟုတ် အဝကျယ်သောပုလင်းတွင် ထည့်ထားပါ။ ထိုထဲမှ (၆)မာရှာခန့် နေ့အခါတွင် သုံးကြိမ်သောက်ပါ။ ရက်ပါ။ အသံပွင့်လာမည်၊ ကြယ်လာမည်။ ချောင်းဆိုးခြင်းပျောက်မည်။

(၆၈) အရသာရှိသောမလှိုင်မုန့်များ

အထက်ပါနည်းဖြင့် မလှိုင်မုန့်လုပ်၍ရသည်။ သဘော

က ပြစ်ခွဲသွားသောအခါ လင်ပန်းတွင်ခဲစေ၍ မလှိုင်မုန့်ပုံစံ ဖြတ်ယူပါ။ နောက်လိုသလိုပါးစပ်တွင်ထည့်၍ စုပ်ယူနေပါ။

(၆၉) ဆေးလုံးလေးများပြုလုပ်ခြင်း

အကယ်၍ အထက်ပါအတိုင်းပြစ်ခွဲသွားသောအခါ ဖျော်ရည်တို့၏အရောင်တစ်ခုခုရော၍ စက်ဖြင့်လက်ဖြင့် အလုံး လေးများလုပ်၍ရောင်းလျှင် များစွာအမြတ်အစွန်းရနိုင်သည်။ ကလေးများကို အကျိုးရှိသည်။

(၇၀) အသံကြည်လင်စေသောသကြားတောင့်

စမ့်စပါးအစိမ်းကိုထုထောင်း၍ အရည်ထုတ်ပါ။ ထိုထဲ တွင် သကြားခဲရော၍ စက်ရုံတစ်ခုခုမှာ သကြားခဲလုပ်ခိုင်းပါ။ ထိုသကြားခဲကို အသံကြည်သကြားခဲအမည်ဖြင့် ဈေးကောင်း ကောင်းနှင့်ရောင်းနိုင်သည်။ စမ့်စပါးအစိမ်းမရပါက စမ့်ဆီ နံပါတ်(၁)မှ အစက်အချို့ကို သကြားခဲတွင်ရော၍ သကြားခဲ အတောင့်လုပ်ပါ။ ဤသို့ဖြင့် ဉာဏ်အမြော်အမြင်ရှိသူသည် အမျိုးမျိုးလုပ်နိုင်သည်။ အဓိကကတော့ စမ့်စပါးပါဘဲ။

(၇၁) အဆုပ္ပိရောင်ခြင်း

ပဲနံသာစေ့(၆)မာရှာကို စမ့်စပါးအရည်(၁၀)မာရှာတွင် အပူပေးပါ။ သောက်ပါ။ အဆုပ္ပိရောဂါအတွက်ကောင်း၏။

(၇၂) ချောင်းခြောက်ပျောက်စေသောဆေးလုံးများ

စမ့်စပါးတစ်တိုလာ၊ ဆားပုတ်ခဲ(၆)မာရှာ၊ တဆောင်း လက်ပတ်အတွင်းသားအဆီ လေးတိုလာ၊ ကြောင်လျှာရွက် (၆)မာရှာ၊ ရေကင်းတိုလာ။ ပထမရေတွင် ကြောင်လျှာရွက်

နှစ်နာရီခန့်စိမ်ပါ။ ကောင်းစွာနယ်၍ ပြစ်နေသောအရည်ရယူပါ။
နောက် တခြားဆေးများတွင် နည်းနည်းချင်းအရည်များကို
လောင်း၍ မွှေနေပါ။ ကောင်းစွာမှုန့်ပြီး ခြောက်သွားသောအခါ
ကျနာလုံးခန့် အလုံးလေးများလုံး၍ အရိပ်တွင်ခြောက်သွေ့
အောင်လုပ်ပါ။ လိုအပ်သည့်အခါ နံနက်တစ်လုံး ညနေတစ်လုံး
ပါးစပ်တွင်ထည့်၍ စုပ်ယူနေပါ။ နှစ်ရက်သုံးရက်အတွက် ချောင်း
ဆိုးရောဂါပျောက်သွားလိမ့်မည်။

(၇၃) ချောင်းဆိုးခြင်း

စမုံစပါးတစ်တိုလာကို ရေ(၅၀)သားတွင်ပြုတ်ပါ။ ရေ
(၂၅)သားကျန်လျှင် ပျားရည်တစ်တိုလာရော၍တိုက်ပါ။ နံနက်
ညနေတိုက်ပါ။ ချောင်းဆိုးမှုတိုင်းကို အကျိုးပြုသည်။ ပျားရည်
မရလျှင် ဆားတစ်မာရှာရော၍တိုက်ပါ။

(၇၄) ပန်းနာချောင်းဆိုး

အောက်ပါဆေးနည်းသည် ပန်းနာအတွက် အံ့ဖွယ်
အရာဖြစ်သည်။ စမ်းသပ်ပြီးဖြစ်သည်။ ချောင်းဆိုးခြင်း ပန်းနာ
ရောဂါကို သက်သာစေသည်။ ပန်းနာဖြစ်နေချိန် ၎င်းဆေးကို
စားလျှင် အများအားဖြင့် ပန်းနာရပ်တန့်သွားသည်။

(၇၅) စမုံစပါးငါးတိုလာကို ကြောပုဂံ(သို့)မြေပုဂံတွင်ထည့်၍
အပေါ်၌ မရိုးပင်မှနို့ကို စမုံစပါးစိုသွားသည်အထိ ထည့်ပါ။
နောက်အရိပ်မှာအခြောက်လှန်းပါ။ ဤနည်းအတိုင်း သုံးကြိမ်
လုပ်ပါ။ သဘောက မရိုးနို့ကိုလောင်းပါ။ အရိပ်မှာအခြောက်
လှန်းပါ။ သုံးကြိမ်လုပ်ပြီးလျှင် ဘူးတစ်ခုတွင်ထည့်၍ အဖုံးတပ်
ပါ။ နောက်မြေနှင့်ကောင်းစွာပိတ်ပါ။ ခြောက်သွေ့သောအခါ
မီးအပူပေးပါ။ တည်ပါ။ အကယ်၍ အဖြူရောင်သန်းသောမြေ

ဖြစ်လာပါက ကောင်းပေစွ၊ ထိုသို့မဖြစ်ပါက ထပ်၍မီးပေါ်တည်ပါ။ အမှုန့်ကြိတ်၍ ပုလင်းထဲမှာထည့်ထားပါ။ ရွှေးဝက်ခန့်ကို သကြားခဲတစ်ရွေးခန့်ရော၍ နံနက်ညနေစားပါ။ ရောဂါသည်မှ သလိပ်ထွက်လျှင် သကြားခဲဖြင့်စားပါ။ ထိုသို့မဟုတ်ပါက မလှိုင်နှင့်ကျွေးပါ။ (၈)ရက်ဆိုလျှင် လုံလောက်သည်။

အကျိုးကျေးဇူး—ပန်းနာရောဂါအတွက် အံ့ဖွယ်အရာဖြစ်သည်။

(၇၆) အသက်ရှူကြပ်ခြင်း

အသက်ရှူကြပ်လျှင် အကြောင်းရင်းက သလိပ်ခဲ၍ဖြစ်ပါက ၎င်းအတွက် စမုံစပါးတစ်တိုလာ၊ گچ تارت တစ်တိုလာ၊ ယန်းစိမ်းတစ်တိုလာ၊ သုံးမျိုးလုံးကိုထုထောင်းပါ။ ထိုထဲမှ လက်တစ်တိုယူ၍ စီးကရက်လုပ်၍သောက်ပါ။ (သို့) ရဲနေသော မီးခဲပေါ်မှာတင်၍ မီးခိုးကိုရှူပါ။ ချက်ခြင်းအသက်ရှူမှုလွယ်ကူစွာရှူနိုင်မည်။ ရောဂါသက်သာမည်။

(၇၇) အသက်ရှူကြပ်ခြင်းသည် ပန်းနာချောင်းဆိုးကြောင့် မဟုတ်ပါက ဒီအတိုင်းအသက်ရှူကြပ်ခြင်းဖြစ်ပါက ၎င်းအတွက် စမုံစပါးတစ်တိုလာကို ရေ(၅၀)သားတွင်ပြုတ်ပါ။ အဝက်သားခန့်ရေကျန်လျှင် နွားနို့ထောပတ်တစ်တိုလာရော၍ တိုက်ပါ။ အသက်ရှူကြပ်ခြင်းပျောက်သွားမည်။

(၇၈) စမုံစပါးကို ပါးစပ်ထဲထည့်၍ဝါးပြီး အရည်ကိုစုပ်ယူနေပါ။

ရင်ဘတ်နာ

(၇၉) စမုံစပါးတစ်တိုလာကို ရေ(၅၀)သားတွင်ပြုတ်ပါ။ အဝက်သားခန့်ကျန်လျှင် ဆားတစ်မာရှာခန့်ထည့်၍ နံနက်ညနေသောက်ပါ။ ရင်ဘတ်နာပျောက်၏။

နမိုနီးယား

(၈၀) ထိုရောဂါအတွက် ရောဂါသည်ကရေတောင်းလျှင် ရေအစား စမုံရည်(သို့)စမုံပြုတ်ရည်တိုက်ပါ။ ရောဂါမတိုးတော့ပါ။ ရောဂါသက်သာမည်။ စမုံစပါးသည် ဝမ်းချုပ်ခြင်းကို ပျောက်စေသည်။

အခန်း(၈)

(၈၁) အစာအိမ်ရောဂါများ

စမုံစပါးကိုထုထောင်း၍ထားပါ။ အခွံကျွတ်သွားပါစေ။ အစံတွေဘဲကျန်နေပါစေ။ ထိုစမုံကို နှစ်ငုံစာရေနှင့်သောက်ပါ။ အစာအိမ်လေးလံခြင်းပျောက်၏။

(၈၂) စမုံစပါး(၂၀)တိုလာ၊ ဆားပုပ်ခဲ(၅)တိုလာ၊ နှစ်မျိုးလုံးကို အမှုန့်ကြိတ်၍ အဝတ်နှင့်စပ်ပါ။ ဘူးထဲထည့်၍ သိမ်းထားပါ။ (၃-၄)မာရှာ နေ့အခါတွင်နှစ်ကြိမ်၊ နံနက်ညနေရေနှင့်စားပါ။ အစာမကြေ၊ မဆာခြင်း၊ လေချင်တို့ကိုပျောက်စေသည်။

(၈၃) စမုံစပါး(၅)တိုလာကို (၁၅)တိုလာသကြား၊ နှင်းဆီယိုတွင်ရောပါ။ နံနက်ညနေ(၅)တိုလာစီ ကောင်းစွာဝါး၍စားပါ။ အစာအိမ်ရောဂါအတွက် အံ့ဖွယ်ဆေးဖြစ်သည်။

(၈၄) ဝမ်းဗိုက်နာခြင်း

အနည်းအကျင်းဝမ်းဗိုက်နာလျှင် နားခြင်းမရပ်လျှင် အထက်ဖော်ပြပါ (၈၃)ဆေးနည်းကိုစားပါ။ အထူးသင့်လျော်၏။

(၈၅) ဂျုံမှုန့်ကို စမုံရည်မှာနယ်၍ မုန့်ချက်ပါ။ (၁၅)ရက်ထိ ၎င်းမုန့်ကိုစားပါ။ ဝမ်းဗိုက်နာကိုပျောက်၏။

အစာအိမ်နာကျင်ခြင်း

(၈၆) စမုံစပါး(၅)တိုလာ၊ ဆားတစ်တိုလာ၊ နှစ်မျိုးလုံးကို အမှုန့်ကြိတ်ပါ။ လိုအပ်ချိန်မှာ (၆)မာရှာခန့် စမုံရည်ဖြင့်စားပါ။ အစာအိမ်အတွက် အကျိုးရှိသည်။

အစာအိမ်လေပူထခြင်း

(၈၇) စမုံစပါး(၉)တိုလာ၊ ဖာလာစေ့(၂)တိုလာ၊ သကြား(၁)တိုလာကိုကြိတ်၍ အမှုန့်လုပ်လိုက်ပါ။ ၎င်းကို ထမင်းစားပြီး လျှင် (၃-၄)မာရှာစားပါ။ သက်သာမည်။

အစာမကြေခြင်း

(၈၈) စမုံစပါးတစ်မာရှာ၊ ပူစီနံတစ်မာရှာကို ရေတွင်ပြုတ်ပါ။ နောက်စစ်ယူပါ။ လိုအပ်ချိန်မှာ အသုံးပြုပါ။ အစာမကြေခြင်းပျောက်၏။

(၈၉) စမုံစပါး(၉)မာရှာ၊ ဂျင်းခြောက်(၃)မာရှာ၊ သကြားခဲတစ်တိုလာ၊ အားလုံးကိုအမှုန့်ကြိတ်၍ထားပါ။ နေအခါတွင် သုံးကြိမ် ရေနွေးနှင့်သောက်ပါ။ အစာမကြေခြင်းပျောက်မည်။

(၉၀) စမုံစပါးနှစ်တိုလာကိုထုထောင်း၍ ရေ(၁)ပိဿာတွင် ပြုတ်ပါ။ (၂၅)သားခန့်ရေကျန်လျှင် ထိုထဲမှာ ဆား(၂)မာရှာ ထည့်ပါ။ ထိုရေကိုသောက်လျှင် လေပူထခြင်း၊ ဗိုက်ပူခြင်း ပျောက်၏။

(၉၁) အံ့ဗွယ်ဆေးနည်း

အစာကြေ၍အရသာကောင်း ဆာလောင်ဝမ်းချွန်မှုကို ဝချောက်စေလောဆေး

စမုံစပါး(၂)တိုလာ၊ ဇီယာအနက်(၁)တိုလာ၊ ဇီယာ

အဖြူ(၁)တိုလာ၊ သကြားခဲ(၁)တိုလာ၊ အားလုံးကိုအမှုန်ကြိတ်၍
ဘူးထဲမှာထည့်ထားပါ။ အစာကြေစေရန် (၆)မာရှာခန့် နေ့စဉ်
စားပါ။ အစာမကြေဖြစ်နေပါက တစ်တိုလာစားပါ။ ဝမ်းချုပ်
လျှင် တစ်တိုလာစားပါ။

(၉၂) ဝမ်းရောဂါ

ဝမ်းရောဂါသည် ကြောက်စရာကောင်းသောရောဂါ
တစ်မျိုးဖြစ်၏။ ၎င်း၏ကြောက်စိတ် လူတိုင်း၏စိတ်တွင်ရှိသည်။
သိန်းပေါင်းများစွာသောသူများ ၎င်းကြောင့်သေဆုံးကြရသည်။
ထိုရောဂါအတွက် စမုံစပါးသည် အထူးအစွမ်းထက်၏။ အ
အန်ရပ်စေသည်။ အတွင်းမှမသန့်သောအရာများကို ထွက်စေ
သည်။ ဝမ်းရောဂါဖြစ်နေချိန်တွင် ဤဆေးကို မပျက်တမ်း
စားကြပါ။

(၉၃) ဝမ်းရောဂါပျောက်စေသော စမုံပြုတ်ရည်

အများအားဖြင့် သမားတော်တို့သည် ဝမ်းရောဂါတွင်
ဝမ်းသွားစေခြင်းနှင့် အန်ခြင်းကိုရပ်စေရန် ကြိုးစားကြသည်။
ဤသည် သေစေသောအဆိပ်ပမာဖြစ်သည်။ အဘယ်ကြောင့်
ဆိုသော် ဝမ်းရောဂါ၏မကောင်းသောဓါတ်တို့သည် အစာအိမ်
တွင် တန့်သွားပါက ချက်ခြင်းရောဂါသည်ကိုသေစေနိုင်သည်။
အောက်၌ ဆေးနည်းတစ်ခုရေးပြထားပါသည်။ ထိုဆေးတွင်
ဤသို့သောအန္တရာယ်မရှိချေ။ ၎င်းဆေးတွင် ပထမမကောင်း
သောဓါတ်များကိုထုတ်ပြစ်ပြီး တဖန် ကိုယ်တိုင်ဆေးကဝမ်းရပ်
စေပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ အမြဲအသုံးပြုသင့်သည်။

စမုံစပါး(၁)တိုလာ၊ ပူစီနံ(၉)မာရှာ၊ လေးညှင်းပွင့်
(၄)ခု၊ နှင်းဆီယို(သကြားနှင့်) (၂)တိုလာ၊ ဤဆေးအားလုံးကို

ရေ(၇၅)သားတွင်ထည့်ပါ။ ရေ(၂၅)သား အဝက်သားခန့်ကျန်
လျှင် စစ်၍အေးအောင်လုပ်ပါ။ လူမမာကို တစ်ခွက်တိုက်ပါ။
ဝမ်းရောဂါအတွက် အကြိမ်ကြိမ်စမ်းသပ်ပြီးသောဆေးဖြစ်သည်။
အကြိမ်အနည်းငယ်သောက်လျှင် သက်သာသွားမည်။

(၉၄) စမုံစပါးစစ်စစ်၏ဆီ(၃)တိုလာ၊ ကာဖူးရိပ်ရုပ်(၂)တို
လာ၊ နှစ်မျိုးလုံးကိုရော၍ ပုလင်းထဲမှာထည့်ထားပါ။ ထိုထဲမှ
(၅)စက်မှ(၇)စက် ရေတွင်ရော၍တိုက်ပါ။ အခြေအနေစိုးရိမ်
ရပါက နာရီဝက်ခြား၍ သုံးစက်ခန့်စိတိုက်ပါ။

(၉၅) ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်း

နံနက်ချိန်တွင် စမုံဆီ(အထက်ပါ-၉၄)ဆေးကို (၄)စက်
ခန့်ရေတွင်ရော၍ (သို့) شربابالا မွဲနှင့်စားပါ။ နေ့စဉ်ဝမ်းရောဂါ
ထနေစဉ်စားလျှင် သက်သာမှုရရှိမည်။

(၉၆) လေလုံးထခြင်း

စမုံစပါးအခြောက်(၁)တိုလာ၊ ညောင်ရွက်(၁)မာရှာ၊
နှစ်မျိုးလုံးကိုထုထောင်း၍ ရေ(၅၀)သားတွင်ပြုတ်ပါ။ ရေအဝက်
သားကျန်သောအခါ စစ်၍မုယောစပါးပြာ(၁)မာရှာရော၍ နံနက်
ညနေတိုက်ပါ။ လေလုံးထခြင်းသက်သာသွားမည်။

(၉၇) စမုံစပါး၊ ဖန်ခါးသီးအမဲတို့ကိုဆတူရော၍ ကောင်းစွာ
ထုထောင်းပြီး သကြားခဲဆတူရောပါ။ အစာစားပြီးနောက်
(၁)တိုလာစားပါ။

(၉၈) ဖန်ခါးသီးအမဲ၊ စမုံစပါးကိုဆတူရော၍ နွားနို့ထော
ပတ်တွင်ကြော်၍ (မကျွတ်တကျွတ်) ထောပတ်မှဆယ်လိုက်ပါ။
၎င်းနောက် အဝတ်နှင့်ပွတ်ပြီး ဆီကိုလျော့စေ၍ထုထောင်းပါ။
၎င်းကိုအမှုန့်လုပ်၍ လိုသည်ခန့်ဆားပုတ်ခဲရောလိုက်ပါ။ နံနက်

ညနေရေနှင့် (၁)မာရှာခန့်သောက်ပါ။

အကျိုးကျေးဇူး - အစာအိမ်အချင်ပေါက်ခြင်း၊ လေထခြင်း၊ လိပ်ဂေါင်းလေ၊ သွေးတိုးစသည်တို့ကို သက်သာစေသည်။
 ထိုရောဂါများဖြစ်ရသည့်အကြောင်းရင်းမှာ အသားစားများခြင်း၊ အချင်စာများ တချိန်တည်းတွင် အမျိုးမျိုးသောအစာများစားခြင်း၊ အချိန်အခါမဟုတ် လဘက်ရည်သောက်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်ရသည်။

အခန်း(၉)

အူနှင့်ဆိုင်သောရောဂါများ

(၉၉) ဝမ်းချုပ်ခြင်းကိုပျောက်စေသောအမှုန့်

စမုံစပါး(၁)တိုလာ၊ သကြားနီ(၁)တိုလာတို့ကို အမှုန့်ကြိတ်ပါ။ နေ့စဉ်(၂)တိုလာခန့် နို့ပူနှင့်(သို့)နို့မပါဘဲသောက်၍ အိပ်နေပါ။

ဝမ်းသွားစေသောမုခ်ဂျူးနီ

(၁၀၀) စမုံစပါး(၅)တိုလာ၊ နှင်းဆီယိုသကြားနှင့်(၂၀)တိုလာနှင့် စမုံစပါးကိုအမှုန့်ကြိတ်၍ရောလိုက်ပါ။ ထိုထဲမှ(၅)တိုလာကို ညအချိန်နွားနို့ပူ(သို့)ဒီအတိုင်းသောက်ပါ။ အဆင့်မြင့်ဝမ်းသွားစေသောဆေးဖြစ်သည်။ အမြဲဝမ်းချုပ်ခြင်းကိုလည်း သက်သာစေသည်။

(၁၀၁) ဝမ်းသွားစေသောဆေး

စမုံစပါးစေ့ကိုထုတ်ယူ၍ အမှုန့်ကြိတ်ပါ။ ၎င်းကို တစ်နေ့တာတဆောင်းလက်ပတ်အရည်ဖြင့်ထုထောင်း၍ တစ်ရ

တိအရွယ်အလုံးလေးများလုပ်ထားပါ။ ညအချိန် (၃)လုံးမှ(၅)လုံးထိ နို့ပူနှင့်စားပါ။ အမြဲဝမ်းချုပ်နေခြင်းကို သက်သာပျောက်ကင်းစေသည်။

ဝမ်းမိုက်ရခြင်း ဝမ်းကိုက်ခြင်း

ဝမ်းကိုက်ခြင်းနှစ်မျိုးရှိသည်။ တစ်ခုကအမှန်၊ တစ်ခုကအတု၊ အတုဝမ်းကိုက်ခြင်းကိုပျောက်စေရန် ဆေးတစ်ခုခုစားပါက ပို၍ဆိုးသည်။ သို့သော် စမုံစပါး၏သတ္တိမှာ နှစ်မျိုးလုံးသောဝမ်းကိုက်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေသည်။ ၎င်းအတွက် စမုံစပါးကို နည်းပေါင်းစုံဖြင့်အသုံးပြုရသည်။ တချို့ကိုရေးပြပါမည်။

(၁၀၂) စမုံစပါးကို အမှုန့်လုပ်ပါ။ နံနက်ညနေ ဒိန်ချဉ်နှင့်တိုက်ပါ။ ဝမ်းကိုက်ခြင်းပျောက်၏။

(၁၀၃) စမုံစပါး၊ သလဲသီးစေ့၊ ဖန်ခါးသီးအနက်တို့ကို တစ်တိုလာစီယူ၍အမှုန့်ကြိတ်ပါ။ နံနက်ညနေ(၆)မာရှာစီရေနှင့်သောက်ပါ။ အခြေအနေဆိုးပါက နေခင်းကိုတစ်ကြိမ်သောက်ပါ။

(၁၀၄) လျှို့ဝှက်အမည်

စမုံစပါးကိုထုထောင်း၍ အထုပ်လေးများလုပ်ကာ ရှူခိုင်းပါ။ ခူးအောက်ခြေသလုံးကို ခြေဖဝါးထိလိမ်းပေးပါ။ နောက်ဘယ်ဘက် (သို့) ညာဘက်လက်သန်းကို ချက်ပေါ်မှာ တင်၍ထောက်ထားပါ။ လက်မကို နှာခေါင်းအထိမြှောက်ပါ။ နားနှင့်လက်မထိသွားသောအခါ ချက်သည် မိမိ၏နေရာမှန်သို့ရောက်လာမည်။ ထိုအခါ ဝမ်းသွားခြင်း၊ အန်ခြင်း၊ ဝမ်းကိုက်ခြင်းစသည်တို့ တခါတည်းပျောက်သွားမည်။

(၁၀၅) ဝမ်းကိုက်ခြင်း၏ တစ်ရက်စာဆေး

စမုံစပါး(၁)တိုလာ၊ ဖန်ခါးသီးအစိမ်း(၂)လုံး၊ ဘာဒမ်စေ့ (၄)စေ့ အားလုံးကိုထုထောင်း၍ထားပါ။ လိုအပ်သည့်အခါသုံးပါ။ ပထမတစ်ကြိမ်စားသည်နှင့် ဝမ်းကိုက်ခြင်းပျောက်သွားမည်။ အကယ်၍ ဝမ်းဗိုက်တွင်အနာရှိပါက ترنجبین (၃၅)သားကို နွားနို့တွင်အပူပေး၍တိုက်ပါ။ သက်သာသွားမည်။ ဆေးကိုနံနက် ညနေတိုက်ပါ။

(၁၀၆) ဝမ်းကိုက်ရပ်စေသောဆေးမှုန့်

စမုံစပါး၊ သလဲသီးအစေ့၊ ဖန်ခါးသီးအမဲ အားလုံးကို တစ်တိုလာစီ တခြားစီအမှုန့်လုပ်ပါ။ အောက်ပါနည်းအတိုင်း အသုံးပြုပါ။ (၆)မာရှာခန့်ကို နံနက်ညနေ ရေရိုးရိုးဖြင့် အခြေ အနေပိုဆိုးလျှင် နှစ်ကြိမ်အစား နေ့လည်တစ်ကြိမ်ထပ်တိုးပါ။

(၁၀၇) နောက်ထပ်ဆေးတစ်နည်း

ဖန်ခါးသီးအမဲ(၅)တိုလာကို ထောပတ်နှင့်ကြော်၍ ထို အထဲမှာ စမုံစပါး(၅)တိုလာကိုအမှုန့်ပြု၍ရောလိုက်ပါ။ ထိုနှစ်ခု နှင့်အညီအမျှသကြားခဲရောပါ။ စားရမှာက(၁)တိုလာမှ(၁၂) တိုလာထိ ရေ(သို့)ဆန်ဆေးရည်ဖြင့် နေ့အခါ(၃)ကြိမ်သောက်ပါ။ ထိုဆေးကြောင့် ပထမအူမှအနာများပျောက်မည်။ နောက် ဝမ်းကိုက်မှုရပ်မည်။ စမ်းသပ်ပြီးဖြစ်သည်။

(၁၀၈) နှင်းဆီယို(သကြားနှင့်)(၂၀)တိုလာတွင် စမုံစပါး(၁၀) တိုလာရောပါ။ ထိုထဲမှာ(၅)တိုလာစီ နေ့ပိုင်းတွင်(၃)ကြိမ်စားပါ။ (သို့) ၎င်းကိုပြုတ်၍တိုက်ပါ။ ဝမ်းကိုက်ရောဂါ သေချာပေါက် ပျောက်၏။

(၁၀၉) စမံစပါးတစ်တိုလာ၊ သကြား(၅)တိုလာ၊ ရေ(၁) ပိဿာတွင်ပြုတ်၍ ရေ(၂၅)သားကျန်လျှင် စစ်၍တိုက်ပါ။ နို့ရပါက အနည်းငယ်လှုပ်၍တိုက်ပါ။ ပို၍အကျိုးရှိသည်။

(၁၁၀) ချက်ခြင်းအကျိုးပြစ်သောဆေးနည်း

စမံစပါး(၅)တိုလာ၊ သကြားခဲ(၁၀)တိုလာတို့ကို အမှုန့် ကြိတ်၍ရောပါ။ ထိုအမှုန့်ထဲမှ (၆)မာရှာစီဆန်ဆေးရည်နှင့် (သို့) ရေရိုးရိုးနှင့်သောက်ပါ။ နေ့အခါနှစ်ကြိမ်၊ နံနက်ညနေ သွေးပါသောဝမ်းကိုက်ရောဂါပင်ပျောက်၏။

(၁၁၁) ဝမ်းကိုက်ရပ်စေသောပျော်ရည်

စမံစပါး(၅)တိုလာ၊ بيلكري နွယ်ပင်တမျိုးမျိုး (ဘူးသီး၊ ဖရဲသီး၊ သခွားသီး၊ ခဝဲပင်) ၂ တိုလာ၊ သစ်ခေါက်ပွင့် ၂ တိုလာ အားလုံးကိုထုထောင်း၍ တစ်ညလုံးရေ(၁)ပိဿာတွင် စိမ်ထားပါ။ နံနက်ခင်းတွင်အပူပေး၍ ရေတိုလာ(၂၀)ခန့်ကျန် ပါက ချ၍စစ်ယူပါ။ ၎င်းတွင် သကြားခဲ(၅၀)သားထည့်၍ ဖျော်ရည်လုပ်ပါ။ ထိုထဲမှ (၁)မာရှာဖျော်ရည်မှ (၆)မာရှိထိ နေ့ပိုင်းတွင် သုံးကြိမ်လျှက်ပါ။ (သို့) ရေနင့်ဖျော်သောက်ပါ။

(၁၁၂) ဆေးနည်းနောက်တစ်မျိုး

စမံစပါး(၁)တိုလာ၊ နွယ်ပင်(၁)တိုလာ၊ ပူစီနံ(၁)တိုလာ၊ သကြားခဲ(၃)တိုလာတို့ကို အမှုန့်ကြိတ်ပါ။ ထိုထဲမှ (၆)မာရှာကို နေ့ပိုင်းတွင်သုံးကြိမ် ရေအေးဖြင့်သောက်ပါ။ သွေးဝမ်းကိုက်ခြင်း သက်သာ၏။

(၁၁၃) ဝမ်းသွားခြင်း ဝမ်းရှူခြင်း

အကယ်၍ဝမ်းသည် ကျဲကျဲနှင့်အကြိမ်ကြိမ်သွားပါက

၎င်းကို اسهل (သို့) دست (ဝမ်းသွားခြင်း)ဟုခေါ်သည်။
နာကြင်ခြင်းမရှိချေ။ ဝမ်းကိုက်လျှင် ဝမ်းနာ၏။

ဆေးနည်း - စမုံစပါးကို မကျက်တကျက်ကြော်ပါ။ ထိုဟာ
နှင့်အညီအမျှ သကြားခဲရောပါ။ ထိုထဲမှ(၅)မာရှာစီ နေပိုင်းတွင်
နွားနို့ဖြင့်သောက်ပါ။

(၁၁၄) စမုံစပါး(၆)မာရှာကို ရေ(၂၅)သားတွင်ထုထောင်း၍
ထည့်ပါ။ စစ်ပြီးနောက် သကြားခဲအနည်းငယ်ရောပါ။ နေပိုင်း
တွင်နှစ်ကြိမ်သုံးကြိမ်တိုက်ပါ။

(၁၁၅) သွေးဝမ်းသွားခြင်း

စမုံစပါးအခြောက်(၆)မာရှာ၊ ငြိပ်ကောင်း(၁)မာရှာ၊
နှစ်ခုလုံးကိုရေအဝက်သားတွင်ရောကြိတ်၍ နံနက်နေ့လည်
ညနေချိန်တိုက်လျှင် သွေးဝမ်းသွားခြင်းပျောက်၏။

(၁၁၆) စမုံစပါးနှစ်တိုလာ၊ ဂျင်းခြောက်(၁)တိုလာ၊ နွယ်ပင်
(၁)တိုလာ၊ သုံးမျိုးစလုံးကိုအမှုန့်လုပ်၍ အဝတ်နှင့်စပ်ပါ။ (၆)
မာရှာစီကို နေပိုင်းတွင်သုံးကြိမ်ရေနှင့်သောက်ပါ။

(၁၁၇) ဝမ်းဗိုက်ပိုးများ

စမုံစပါး(၃)ပုံ၊ သိန္ဓောဆား(၁)ပုံ၊ နှစ်မျိုးလုံးကိုအမှုန့်
ကြိတ်၍ အဝတ်နှင့်စပ်ယူပြီး နံနက်ခင်းတွင်(၆)မာရှာရေနှင့်
သောက်ပါ။ ဝမ်းဗိုက်ပိုများသေမည်။

အခန်း[၁၀]

(၁၁၈) ဆီးအိတ်နှင့်အိူဇာများ

ဆီးဝူညောင်းကျရောဂါများ

စမုံစပါး(၁)တိုလာကို ရေတိုလာ(၄၀)တွင်ထည့်ကြိတ်၍

သကြားခဲထည့်ပြီးစစ်ပါ။ ယန်းစိမ်း(၁)မာရှာကိုအမှုန့်ကြိတ်၍ အထုပ်လေးလုပ်ခါ စားပါ။ စမုံစပါးအရည်ကိုတိုက်ပါ။ ဤနည်း အတိုင်း နံနက်ညနေတိုက်ပါ။ ဖြစ်ခါစဆီးပူညောင်းကျအတွက် သင့်၏။

(၁၁၉) အထက်ဖော်ပြပါအတိုင်း စမုံစပါးပြုတ်ရည်ကိုလုပ်၍ ယန်းစိမ်းအစား **جو كهار** (မယောစပါးကိုပြာချထားသောအရာ) (၁)မာရှာကိုကျွေး၍ ဖော်ပြပါစမုံစပါးရေကိုတိုက်ပါ။

(၁၂၀) ဆီးပိတ်ခြင်း

အကယ်၍ ဆီးပိတ်နေလျှင် အတော်ဒုက္ခရောက်၏။ အောက်ပါဆေးနည်းကိုသုံးပါ။

စမုံစပါး(၅)တိုလာကို ရေ(၁၀)ပိဿာတွင်ပြုတ်ပါ။ ကောင်းစွာပွက်လာပါက ရေစည်ကြီးတွင်ထည့်၍ မပူတပူလုပ် ပြီး ထိုထဲမှာရောဂါသည်ကိုထိုင်ခိုင်းပါ။ မိနစ်အနည်းငယ်တွင် ဆီးပွင့်လာမည်။ (သို့) အောက်ပါဆေးကိုသုံးပါ။ ၎င်းဆေးကို သုံးပြီးမှ စည်တွင်ထိုင်ခိုင်းလျှင် ပို၍အကျိုးရှိသည်။

(၁၂၁) စမုံစပါး(၁)တိုလာ၊ ရေ(၅၀)သားတွင် ကောင်းစွာ အမှုန့်ကြိတ်၍ အဝတ်နှင့်စစ်ပြီး ထိုထဲတွင်ဖော်ပြပါ **جو كهار** မယောစပါးဆားကို (၁)မာရှာရောပါ။ ချက်ခြင်းဆီးပွင့်လာမည်။ **جو كهار** မရလျှင် ယန်းစိမ်းကိုဘဲသုံးပါ။

(၁၂၂) လိပ်ခေါင်းရောဂါ

သွေးလိပ်ခေါင်း

သွေးလိပ်ခေါင်းဖြစ်လျှင် သွေးပါလာပါက အောက်ပါ ဆေးနည်းကိုသုံးပါ။

စမုံစပါး(၁)တိုလာကို ရေ(၅၀)သားတွင် အမှုန့်ကြိတ်၍

အဝတ်နှင့်စစ်ပြီး သကြားခဲသင့်ရုံရော၍ စမုံပြုတ်ရည်တိုက်ပါ။

(၁၂၃) လေလိပ်ခေါင်း

လိပ်ခေါင်းသွေးမပါပါက ဝမ်းဗိုက်တွင်တမျိုးခံစားနေရပါက အမြဲစိတ်မချမ်းမြေ့ဖြစ်နေလျှင် ဝမ်းချုပ်နေလျှင် မဆာပါက ထိုလိပ်ခေါင်းကို လေလိပ်ခေါင်းဟုခေါ်သည်။ အောက်ပါအတိုင်း ၎င်းအတွက်ဆေးဖော်ပါ။

စမုံစပါး(၁)တိုလာကို ရေ(၅၀)သားတွင်ထည့်ပြုတ်ပါ။ အဝတ်သားခန့်ရေကျန်ပါက စစ်ယူပြီးထောပတ်(၁)တိုလာရော၍ နံနက်ညနေတိုက်ပါ။ သက်သာသွားမည်။

(၁၂၄) စမုံစပါးဆီစစ်စစ်(၈)ကျပ်သား၊ ပရပ်(၂)ကျပ်သား၊ နှစ်ခုလုံးကိုရော၍ ထိုဆီကိုနေ့အခါတွင်နှစ်ကြိမ် လိပ်ခေါင်းနံဘေးသားများကိုလိမ်းပေးပါ။

(၁၂၅) အပြင်လိမ်းဆေး

စမုံစပါး(၂)တိုလာ၊ ရေ(၁)ပိဿာတွင်ပြုတ်၍ ရေတစ်ဝက်ကျန်သောအခါ ချလိုက်ပါ။ ကျောက်ချဉ်အနည်းငယ်ရော၍ (သို့) ဒီအတိုင်းဘဲထိုရေဖြင့် နံနက်ညနေနှစ်ကြိမ် လက်နှင့်ဆေးပေးပါ။ ထိုသို့ပြုလျှင် ရောင်ရမ်းခြင်းပျောက်၍ ခြောက်သွားလိမ့်မည်။

အခန်း(၁၁)

(၁၂၆) အမျိုးသားတို့၏ရောဂါများ

သုတ်ရေဆင်းခြင်းနှင့် ညအိမ်မက်သုတ်လွှတ်ခြင်းကိုကာကွယ်ဆေး

စမုံစပါး(၅)တိုလာ၊ စမုံဖြူ(၂)တိုလာ၊ ဂျင်းခြောက်(၂)

တိုလာ၊ ဆားပုတ်ခဲ(၁)တိုလာတို့ကို အမှုန်ပြု၍ ထိုထဲမှ(၃)မာရှာ
မှ (၅)မာရှာထိ အစာစားပြီးနောက် နံနက်ညနေကျွေးပါ။
ရက်အနည်းငယ်အတွင်း ပျောက်သွားမည်။

(၁၂၇) အိပ်မက်သုတ်သွတ်ရောဂါကာကွယ်ဆီ

စမုံဆီ(၄)မာရှာ၊ စမုံဖြူအနှစ်(၂)မာရှာ၊ ပရပ်(၄)မာရှာ
တို့ကိုရောပါ။ ထိုထဲမှ(၃)စက်ကို မုန့်အချိုတစ်ခုခုတွင်ရော၍
အစာစားပြီး နှစ်ကြိမ်စားပါ။

(၁၂၈) သုတ်စီးဆင်းခြင်း သုတ်သွတ်မြန်ခြင်း

ဒဟတ္တားအစေ့ (ဆူးရှိ၍ ဝါ၊ ဖြူ၊ မဲ၊ နီအရောအပွင့်
ရှိသော အဆိပ်ရှိသည့်အပင်ဥတစ်မျိုး)၏အစေ့(၆)မာရှာ၊ ငြပ်
ကောင်း(၆)မာရှာ နှစ်မျိုးစလုံးကိုကြိတ်၍ ငြပ်ကောင်းစေ့ခန့်
အလုံးလေးများလုပ်ပါ။ စမုံစပါးပြုတ်ရည်(၅)တိုလာနှင့်အတူ
နံနက်ညနေ တစ်လုံးတစ်လုံးစားပါ။ တစ်ပတ်အတွင်းသက်သာ
မည်။ လုံးဝပျောက်လိုလျှင် (၂၁)ရက်ထိစားရမည်။

(၁၂၉) သွယ်ကူသောဆေးတစ်မျိုး

စမုံစပါးကို ထမင်းစားပြီးဝါး၍စားလျှင် အကျိုးရှိသည်။

(၁၃၀) ကာမအားတိုးစေ၍ မနီဖြစ်သောဆေးနည်း

စမုံစပါး(၁)တိုလာကို ရေအနည်းငယ်တွင်ထုထောင်း၍
နွားနို့လတ်လတ်ဆတ်ဆတ်တွင် သကြားခဲထည့်၍သောက်ပါ။
မနီဖြစ်စေသော အလွယ်ကူဆုံး အကောင်းဆုံး ဆေးနည်းဖြစ်
ပါသည်။

အခန်း[၁၂]

အမျိုးသမီးတို့၏ သီးသန့် ရောဂါများ

အကယ်၍ ဓမ္မတာသွေးအလာနည်းပါက အနာဘုလေးများ ယာနာဘုများပေါက်တတ်သည်။ လတိုင်းလိုလိုနာကျင်တတ်သည်။ စိတ်ဓါတ်ကျသည်။ ကိုယ်ဝန်မတည်ချေ။ ဓမ္မတာဆင်းစေရန် ဆေးအမျိုးမျိုးသောက်ကြသည်။ ထိုထဲတွင် စမုံစပါးသည် အံ့ဖွယ်အရာတစ်ခုဖြစ်သည်။ မည်သည့်ထိခိုက်နစ်နာမှုမှမရှိဘဲ ဓမ္မတာပွင့်လင်းစွာစီးဆင်းသည်။

(၁၃၁) ဓမ္မတာပွင့်စေသောပြုတ်ရည်

စမုံစပါးနှစ်တိုလာ၊ ထန်းလျှက်နှစ်တိုလာ၊ ရေတစ်ပိဿာတွင်ပြုတ်ပါ။ (၂၅)ကျပ်သားခန့်ကျန်လျှင် စစ်ယူပါ။ ခပ်ပူပူပင်သောက်၍ စောင်ခြုံပြီးအိပ်နေပါ။ ဓမ္မတာလာချိန်ရက်များတွင် ဤသို့နံနက်ညနေ နှစ်ကြိမ်လုပ်နေပါ။ ရက်အနည်းငယ်အတွင်း ဓမ္မတာဆင်းလာမည်။

(၁၃၂) စမုံဆီစစ်စစ်(၁)မာရှာကို နေ့ပိုင်းတွင်သုံးကြိမ် သကြားခဲနှင့်ရော၍စားပါ။ နောက်စမုံစပါးရည်ကို မပူတပူ(၁၂)တိုလာခန့်သောက်လျှင် သွေးဆင်းမည်။ ထန်းလျှက်မကြိုက်သူများ သကြားနှင့်လည်းရသည်။

(၁၃၃) စမုံစပါး(၅၀)သား၊ သကြား(၅၀)သားတို့ကို ထုထောင်း၍ရောပါ။ ထိုထဲမှနံနက်ညနေ (၁)တိုလာခန့်စီ နို့နှင့်သောက်ပါ။ ရက်(၄၀)ထိစားလျှင် ဓမ္မတာပိတ်နေတာ ပွင့်သွားမည်။

(၁၃၄) ဓမ္မတာများခြင်း

စမုံစပါးခြောက်တစ်တိုလာ၊ ငြိပ်ကောင်းတစ်မာရှာ နှစ်မျိုးလုံးကို ရေ(၂၅)သားတွင် ပွတ်တိုက်ဆေး၍စစ်ယူပြီး နံနက်ညနေတိုက်လျှင် ဓမ္မတာအဆင်းများခြင်းရပ်တန့်မည်။

(၁၃၅) ဓမ္မတာနှင့်ဆက်နွယ်နေသောရောဂါများ

ဓမ္မတာဆင်းချိန်ချွေးရစ်သွားလျှင်

ဓမ္မတာဆင်းချိန် သွေးရပ်လျှင် ကိုယ်ကိုက်ခဲလာ သည်။ ထိုအချိန်တွင် စမုံစပါး(၁၀)တိုလာ၊ သကြားခဲအမှုန့် (၅)တိုလာရော၍ အမှုန့်ပြုလုပ်ပြီး ထိုထဲမှနံနက်(၆)မာရှာ ညနေ (၆)မာရှာ နို့ပူနှင့်တိုက်ပါ။ အခိုးများပွင့်၍ ချွေးထွက်လာမည်။ ကိုယ်ခန္ဓာပွင့်လာမည်။ ပေါ့ပါးလာမည်။

(၁၃၆) များခြင်း

ဓမ္မတာလာရက်များတွင် ဖျားပါက ဖော်ပြခဲ့သောဆေး သောက်လျှင် အကျိုးရှိမည်။

(၁၃၇) ယားယံခြင်း ကိုယ်ခြောက်သွေ့ခြင်း

စမုံစပါးဆီကိုလိမ်းခိုင်းပါ။ အထက်ပါဆေးကိုတိုက်ပါ။ ယားယံခြင်း၊ ယားနာချက်ခြင်းပျောက်သွားမည်။

(၁၃၈) ကိုယ်ဝန်မတည်ခြင်း မြှူနေခြင်း

အကြောင်းရင်းအမျိုးမျိုးရှိသည်။ ဓမ္မတာအနည်း အများနှင့်လည်း ဆိုင်သည်။ ဓမ္မတာမှန်လာပါက ကိုယ်ဝန် တည်မည်။ စမုံစပါး(၁)တိုလာ၊ နှင်းဆီယို(၅)တိုလာ နေ့စဉ်ည အချိန် နွားနို့ပူတွင်ထည့်၍ သောက်ပါ။

(၁၃၉) စမုံစပါးစောဆေး ကိုယ်ဝန်ရှိစေသောဆေး

စမုံစပါး(၅၀)သား၊ ဘာဒမ်စေ့အဝက်သား၊ ထောပတ်
(၅၀)သား၊ သကြားခဲ(၁)ပိဿာ၊ ပထမစမုံစပါးကိုကောင်းစွာ
မှုန့်အောင်ကြိတ်၍စပ်ယူပါ။ ဘာဒမ်စေ့ကိုရေပူပူတွင်စိမ်၍ အခွံ
ခွာပါ။ ပြောင်နေသောကျောက်ပြားတွင်ကြိတ်ပါ။ နောက်ထော
ပတ်ကိုမီးပေါ်မှာထည့်၍ ကောင်းစွာပူစေပါ။ ထောပတ်ကောင်း
စွာပူသွားလျှင် စမုံစပါးအမှုန့်ကိုထည့်ပါ။ နောက်သကြားခဲ
ရော၍ မီးဖိုပေါ်မှအောက်သို့ချပါ။ အနည်းငယ်အေးသွားလျှင်
ဘာဒမ်စေ့ကြိတ်ထားတာကိုရောပါ။ ၎င်းသည် ဆေးလည်းဖြစ်
သည်။ အစာလည်းဖြစ်သည်။

အသုံးချနည်း - ဓမ္မတာစလာသောနေ့တွင် အမျိုးသား/သမီး
နှစ်ယောက်လုံး နှစ်တိုလာခန့်စီ နံနက်ညနေခွားနို့ပူနှင့်စားပါ။
ဓမ္မတာရပ်သွားသောအခါ ဇနီးမောင်နှံပေါင်းသင်းပါ။ (၇)ရက်
ထိ ဆေးစားနေပါ။ ပေါင်းသင်းမှုလည်း ပြုနေပါ။ ပထမလ
သို့မဟုတ် ဒုတိယ၊ တတိယလတွင်တော့ ကိုယ်ဝန်ရှိလာမည်။

(၁၄၀) စမုံစပါး(၂၅)သား၊ ညောင်ပင်အမျှင်အမွှေး(၂၅)သား၊
သကြားနီ(၂၅)သား အားလုံးကိုအမှုန့်ကြိတ်၍ရောပါ။ ဓမ္မတာ
စလာသောနေ့မှာပင် ဇနီးမောင်နှံတို့သည် နံနက်ညနေတစ်တို
လာစီ ခွားနို့ပူနှင့်သောက်ပါ။ (၁၀)ရက်ထိစားပြီး (၁၁)ရက်
မြောက်နေ့တွင် ပေါင်းသင်းပါ။ ထိုညမှာပင် ကိုယ်ဝန်ဖြစ်ရန်
မျှော်လင့်ရပါသည်။ အံ့ဖွယ်အကောင်းဆုံးဆေးနည်းပါ။ ညောင်
ပင်အမျှင်တွင် စမုံစပါးထည့်လိုက်ခြင်းသည် ရွှေပေါ်မြဲကွတ်
သလိုပါဘဲ။ စမ်းသပ်ကြည့်ပါ။

(၁၄၁) ခလေးမျက်နှာမြင်ရန်ကြံ့ကြာနေခြင်း

ကိုယ်ဝန်ရက်စေပြီးခလေးမမွေးသေးပါက ၎င်းအတွက် စပုံစပါးသည် အထူးအကျိုးရှိ၏။ ဆေးနည်းမှာ စပုံစပါး(၂)တို လာကို ရေ(၁)ပိဿာတွင်ပြုတ်ပါ။ ရေ(၂၅)သာကျန်လျှင် ၎င်း တွင်ထန်းလျှက်(၂)တိုလာ၊ နွားနို့ထောပတ်တစ်တိုလာရော၍ ခပ်ပူပူတိုက်ပါ။ နှစ်ကြိမ်သုံးကြိမ်တိုက်လျှင် ခလေးမျက်နှာမြင် မည်။

(၁၄၂) ကလေးမွေးခြင်းလွယ်ကူစေရန်

အမျိုးသမီး ကလေးမျက်နှာမြင်ရန် ခက်နေသော် အထက်ပါဆေးနည်းကိုတိုက်ပါ။ လွယ်ကူစွာကလေးမွေးမည်။

(၁၄၃) တချို့သမားတော်များကဆိုကြသည်။ အမျိုးသမီး တစ်ဦးသည် ကိုယ်ဝန်ရှိချိန်မှစ၍ ကလေးမွေးသည့်နေ့ထိ နေ့စဉ်စပုံစပါး(၆)မာရှာခန့်စားနေလျှင် သတ်မှတ်ချိန်မှာ လွယ် ကူစွာမွေးလိမ့်မည်။ ကလေးလည်းရောဂါပေါင်းစုံမှ လုံခြုံမည်။

(၁၄၄) မီးယပ်သွေးတန်သွားခြင်း

စပုံစပါး(၂)တိုလာ၊ နွားနို့အစိတ်သားရော၍ နှစ်ကြိမ် ခွဲတိုက်ပါ။ သို့မဟုတ် စပုံစပါးနှင့်သကြားအမှုန့် ထောပတ် အနည်းငယ်ရော၍ နွားနို့ပူပူနှင့်ပေးပါ။ စပုံစပါးကိုပြုတ်၍ ၎င်းကိုအထုပ်လေးလုပ်၍ ခြေထောက်ပေါ်လိမ်းပေးခြင်းသည် မီးယပ်သွေးဆင်းစေ၏။

(၁၄၅) နို့ထွက်နည်းခြင်း

အကြင်အမျိုးသမီး၏နို့အိမ်တွင် နို့ထွက်နည်းသော် ထိုအတွက် စပုံစပါးသည် အကောင်းဆုံးဖြစ်၏။ ထူးခြားသော

နည်းဖြင့်အသုံးပြုပါက ရက်အနည်းငယ်အတွင်း နို့ထွက်ပေါလာ၏။ နို့လည်းအလွန်ကောင်းမွန်၍ သန့်ပြန့်ကြည်လင်မည်။
ဆေးနည်း - စမုံစပါး(၂၀)တိုလာ၊ သကြားခဲ(၂၀) တိုလာတို့ကို ကောင်းစွာအမှုန့်ပြု၍ နေ့စဉ်နံနက်ညနေ(၁)တိုလာ မှ ၁^၁/_၂ တိုလာထိ နို့ပူပူနှင့်သောက်ပါ။

(၁၄၆) စမုံစပါးအခြောက်(၁)တိုလာကို ရေ(၅၀)သားတွင် ပြုတ်ပါ။ (၂၅)သားခန့်ကျန်ပါက စစ်၍နွားနို့ပူပူ(၅၀)သားတွင် ရော၍ လိုအပ်သည်ခန့် သကြားခဲရောပြီး နံနက်ညနေတိုက်ကျွေးပါက ရင်သားတွင်နို့များလုံလောက်စွာရရှိမည်။

(၁၄၇) အမျိုးသမီး၏နို့တွင် ချို့ယွင်းခြင်း

စမုံစပါးခြောက်(၆)မာရှာကို ရေ(၅၀)သားတွင်ပြုတ်ပါ။ (၂၅)သားရေကျန်လျှင် စစ်၍နံနက်ညနေတိုက်လျှင် နို့ပျက်စီးခြင်းပပျောက်မည်။

(၁၄၈) ကိုယ်ဝန်သည်ဝမ်းချုပ်ပါက

ကိုယ်ဝန်သည်ဝမ်းချုပ်ပါက စမုံစပါး(၁၀)တိုလာ၊ နှင်းဆီယို(၂၀)တိုလာ၊ စမုံစပါးကိုအမှုန့်ကြိတ်၍ နှင်းဆီယိုနှင့်ရောလိုက်ပါ။ လိုအပ်သည်ခန့် နှစ်တိုလာစီ နို့ပူပူနှင့်သောက်ပါ။

(၁၄၉) စမုံစပါး(၂)ပုံ၊ သကြားခဲ(၁)ပုံတို့ကို အမှုန့်ကြိတ်ပါ။ ထိုအထဲမှ(၆)မာရှာကို နို့ပူပူနှင့်အတူသောက်ပါ။ ဝမ်းသွားစေမည်။

(၁၅၀) ကိုယ်ဝန်သည်ဝမ်းကိုက်လျှင်

ကိုယ်ဝန်ကိုမထိခိုက်စေသောဆေးပြပါမည်။ အခြားလူများလည်း သုံးနိုင်သည်။

بنفسه (ဗနပ်ရှား)(၁)တိုလာ၊ ဘူးသီးစေ့အဆံ(၆)မာရှာ၊ နှင်းဆီပန်း(၆)မာရှာ၊ စမုံစပါး(၄)မာရှာ၊ ပွေးကိုင်း(၁)မာရှာတို့ကို အမှုန့်ကြိတ်၍စပ်ပါ။ ၎င်းတွင် သကြားခဲရော၍တိုက်ပါ။ (၁)ကြိမ် (၂)ကြိမ်ကျွေးသည်နှင့် ဝမ်းကိုက်ခြင်းအမည်ပင်ကျန်မည်မဟုတ်ပါ။ သက်သာသွားလိမ့်မည်။

(၁၅၁) စမုံစပါးအခြောက်(၅)တိုလာ၊ သိန္ဓောဆားတစ်တိုလာ နှစ်မျိုးလုံးကိုအမှုန့်ကြိတ်၍ အဝတ်နှင့်စပ်ပြီးသုံးမာရှာစီ နံနက်ညနေလတ်ဆတ်သောရေဖြင့်ကျွေးပါ။ ကိုယ်ဝန်သည်၏ ဝမ်းကိုက်ရောဂါပျောက်၏။

ကိုယ်ဝန်သည်အန်ခြင်း

အများအားဖြင့် အမျိုးသမီးတို့သည် ကိုယ်ဝန်ရှိနေစဉ် အတော်ဒုက္ခရောက်ကြသည်။ ၎င်းကိုကင်းဝေးစေရန်အတွက် အောက်ပါဆေးကိုသုံးပါ။

(၁၅၂) စမုံစပါး(၆)မာရှာကို အထုပ်လေးများထုပ်ပါ။ နို့အစိတ်သားတွင်ထည့်၍ချက်ပါ။ နှစ်ကြိမ်(၃)ကြိမ်ပွက်လာလျှင် ချလိုက်ပါ။ ထိုထဲမှာသကြားခဲအရသာချိုရုံထည့်၍မွှေပါ။ နောက်သောက်ပါ။ အန်ခြင်းရပ်သွားမည်။

(၁၅၃) ကိုယ်ဝန်သည်ပျို့အန်လျှင်

စမုံခြောက်(၄)တိုလာ၊ သိန္ဓောဆား(၁)တိုလာ နှစ်မျိုး စလုံးကိုအမှုန့်ကြိတ်၍ အဝတ်နှင့်စပ်ပါ။ (၃)မာရှာစီ နံနက်ညနေ ရေနှင့်အတူ ပျို့အန်သောအခါတိုက်ပါ။

(၁၅၄) အရည်ဖြူဆင်းခြင်း

စမုံစပါးနှစ်ပုံ၊ ဇီးဖြူသီးအခြောက်(၁)ပုံ၊ နှစ်မျိုးလုံးကို

အမှုန့်ကြိတ်၍စပ်ပါ။ နံနက်ညနေ(၆)မာရှာစီ ရေနင့်စားပါ။
သက်သာမည်။

(၁၅၅) သားအိမ်ရောင်ခြင်း

စမုံစပါးခြောက်(၁)တိုလာ၊ **منه** (၁၁)စေ့ နှစ်မျိုးလုံး
ကို ရေ(၅၀)သားတွင်ပြုတ်ပါ။ ရေ(၂၅)သားကျန်လျှင်ချပါ။
သကြားခဲတစ်တိုလာရော၍ နံနက်ညနေအသုံးပြုပါ။

(၁၅၆) ခါးနာလျှင်

စမုံစပါးနှစ်ဆ ဂျင်းခြောက်တစ်ဆ၊ နှစ်မျိုးလုံးကိုအမှုန့်
ကြိတ်၍ အဝတ်နှင့်စပ်ပါ။ (၆)မာရှာစီ နံနက်ညနေခွားနို့နှင့်
အတူသောက်ပါ။

အခန်း[၁၃]

ကလေးများ၏ရောဂါများ

ကလေးတို့သည် ပန်းပွင့်များပမာ ဖြစ်ကြသည်။
အနည်းငယ်ဒုက္ခရောက်လျှင် ညှိုးသွားကြသည်။ ၎င်းတို့သည်
စကားမပြောတတ်သေးသော ဧည့်သည်အသစ်ဖြစ်သည်။ ထို့
ကြောင့် ၎င်းတို့၏မပြောပြတတ်သောရောဂါကြောင့် မိဘများ
သောကရောက်ကြရသည်။ ကလေးတို့၏ရောဂါကိုသိရန်မှာ
လူတိုင်းအတွက်မလွယ်ချေ။ ကျွမ်းကျင်သောသမားတော်တို့သာ
သိနိုင်သည်။ ကျွန်ုပ်သည် (စာရေးသူ) ဤကိစ္စနှင့်ပတ်သက်၍
မိမိသိသမျှကိုမချွင်းမချန်ဘဲ **كزالمجربات** ကျမ်းတွင်ရေးထား
သည်။ ထိုနည်းအရ ကလေးတို့ဖြစ်နေသောရောဂါပေါင်းစုံကို
သိနိုင်သည်။ တဆက်တည်းထိုရောဂါများပျောက်ကင်းစေရန်
အတွက် အကောင်းတကယ့်အကောင်းဆုံးစမ်းသပ်ပြီးသော ဆေး

နည်းများ ဆေးနည်းတိုများကို မတွန့်တိုဘဲရေးပြထားပါသည်။ ဤနေရာတွင် စမုံစပါးနှင့်ဆိုင်သောဆေးနည်းများကိုသာ ဖော်ပြပါမည်။ စမုံစပါးသည် ကလေးများရောဂါအတွက်လည်း အကျိုးရှိသောအရာဖြစ်ကြောင်း လက်ခံထားကြသည်။ ပို၍ ကောင်းတာက ဈေးကလည်းပေါ် အန္တရာယ်လည်း မရှိချေ။ ဤသည် ၎င်း၏ထူးခြားချက်ဖြစ်သည်။ ကလေးတို့ကို ပြင်းသောဆေးပေးသူသည် အထူးအမှားကိုပြုကြသည်။ သမားတော်တို့၏စည်းကမ်းတစ်ခုမှာ အမြဲကလေးများကို အန္တရာယ်မရှိသောဆေးပေးရမည်။ အကျိုးမရှိလျှင်တောင်မှ နှစ်နာဆုံးရှုံးမှုလည်းမရှိစေရ။ ဤအချင်းအရာအားလုံး စမုံစပါးတွင်ကောင်းစွာရှိနေသည်။

ကလေးတို့၏အစာများကို အာမေဟယားသ် အပြစ်ပြုလုပ်ခြင်း

ဒီအချက်ကို အားလုံးလက်ခံထားပြီးဖြစ်သည်။ ကလေးများကို များစွာသောရောဂါများသည် မိခင်၏နို့မကောင်းမှုကြောင့်ဖြစ်ရပေသည်။ အကယ်၍နို့ကိုသန့်ရှင်းအောင်ပြုလုပ်လိုက်ပါက ကလေးများရောဂါအဖြစ်နည်းကြမည်။ ဤအတွက် ကျွန်ုပ်တို့သည် အောက်၌ နို့ကိုသန့်အောင်လုပ်နည်းရေးထားသည်။ ဆေးနည်းသည် အမြင်အကြားသက်သက်မဟုတ်ပါ။ ကျွန်ုပ်တို့၏ဖခင်ကိုယ်တိုင် အကြိမ်ကြိမ်စမ်းသပ်ပြီးဆေးနည်းဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းအရင် كز المجربات ကျမ်း၌ဖော်ပြခဲ့သဖြင့် များစွာသောသူများ ကိုယ်တိုင်ကျင့်သုံးကြည့်ပြီးဖြစ်ပါသည်။ သာမန်ဆေးနည်းမဟုတ်ပါ။ ထူးခြားသည့်ဆေးနည်းဖြစ်ပါသည်။ ဆေးကတော့တန်ဖိုးနည်း ဈေးပေါ့ပါသည်။ ကျင့်သုံးကြည့်ပါ။

(၁၅၇) နို့ကိုသန့်စေသောဆေးမှုန့်

ဆေးနည်းရာဇဝါင်းများစွာထဲမှတစ်ခု

စမုံစပါး(၅၀)သား၊ သကြားခဲ(၅၀)သား နှစ်မျိုးလုံးကို မှုန့်အောင်ကြိတ်၍ရောလိုက်ပါ။ ဘူးတစ်ခုတွင်ထည့်ထားပါ။
အသုံးချနည်း - ညအချိန်နို့နှင့်နှစ်တိုလာခန့်စားပါ။ ရက်အနည်းငယ်အတွင်း သိရမည်။ အမြဲနေထိုင်မကောင်းသော ကလေး ယခုမည်သို့ကျမ္မာလာသလဲ၊ ၎င်းဆေးကိုဆက်တိုက် ကာလအတန်ကြာသုံးသင့်သည်။ ဤဆေးသည် ကလေးတို့ အတွက် အသက်ရှင်စေသောရေ အာဗေဟယားသ်ဖြစ် သွားမည်။

အစာမကြေခြင်း အစာကြေချက်မှုအားနည်းခြင်း

အထက်ပါဆေးနည်းရေးပြပြီးနောက် ရောဂါတွေ အကြောင်းရေးပြရန်လိုမည်မထင်ပါ။ သို့သော်လည်း ကလေး ရောဂါရနေပါက ထိုအတွက်စမုံစပါးသည် အံ့ဖွယ်ပင်ဖြစ်သည်။ ၎င်းကိုအသုံးချနည်း အောက်၌ဖော်ပြထားသည်။ ၎င်းမှာ အရသာရှိသော ဖျော်ရည်တစ်မျိုးဖြစ်သည်။

(၁၅၈) ခဲမုံစပါးဖျော်ရည်

စမုံစပါး(၅)တိုလာကို ရေ(၅၀)သားတွင်ပြုတ်ပါ။ ရေ (၂၅)သားကျန်လျှင် ၎င်းကိုစစ်ယူ၍ ထိုထဲတွင် (လက်ချား) ၁၀ (၂)မာရှာ၊ သကြားခဲ(၂၅)သားရော၍ ကျိပါ။ ဖျော်ရည် အဆင့်ရောက်သွားလျှင် ချ၍အအေးခံပါ။ ပုလင်းထဲမှာထည့် ထားပါ။

အသုံးချနည်း - (၁)မာရှာမှ (၃)မာရှာထိ အသက်အရွယ်

ထောက်၍ နေ့အခါတွင် (၃)ကြိမ်တိုက်ပါ။ ကလေးတို့၏အစာ
ကြေချက်မှုမှန်စေရန် အံ့ဖွယ်ဆေးဖြစ်သည်။

(၁၅၉) ကလေးများအစာမကြေဖြစ်ခြင်း

ကလေးသည် အိပ်ယာမှငို၍ထလျှင် ကလေးသည်
အစာမကြေ၍ အိပ်မက်မက်ပြီးထသည်ဟုမှတ်ပါ။ စမံစပါးနှင့်
ဇီရာအရည်ကို မီးပေါ်မှာတင်၍ မပူမအေးလုပ်ခါတိုက်ပါ။
နောက် ပျားရည်ရက်ပေးပါ။ နွေရာသီဖြစ်လျှင် နှင်းဆီပေါင်း
ရည် (သို့) သလဲသီးဖျော်ရည်တိုက်ပါ။

(၁၆၀) ကလေးများဝမ်းဗိုက်ရောင်ခြင်း

အကယ်၍ ကလေးများဝမ်းဗိုက်ရောင်လာပါက ထို
အတွက် စမံစပါး(၃)မာရှာကိုပြုတ်၍ ထိုပြုတ်ရည်ထဲမှ ရေ
အနည်းငယ်စီတိုက်ပါ။ ဝမ်းဗိုက်ရောင်ခြင်းသက်သာသွားမည်။

(၁၆၁) ကလေးများဝမ်းကိုက်ခြင်း

ကလေးများဝမ်းကိုက်ခြင်းကို ချက်ခြင်းရပ်တန့်သွား
အောင်ပြုလုပ်ခြင်းသည် တခါတရံ အန္တရာယ်ဖြစ်သည်။
အောက်၌ဆေးနည်းတစ်ခု ရေးထားသည်။ လုံးဝစိုးရိမ်စရာ
မပါရှိချေ။ အမြဲအကျိုးရှိတာတွေ့ရသည်။ ကျွန်ုပ်သည် ဤသို့
သောဆေးမြီတို့များဖြင့် အကျိုးခံစားနေရပါသည်။

စမံစပါး(၃)မာရှာ၊ နှင်းဆီယို(၆)မာရှာတို့ကို ရေအဝက်
သားတွင်အပူပေး၍ ရေအနည်းငယ်ကျန်ချိန်တွင် ချ၍စစ်ပြီး
တိုက်ပါ။ နေ့ပိုင်းတွင်သုံးကြိမ်တိုက်ပါ။

(၁၆၂) တစ်နေရာတွင် နှင်းဆီယိုမရနိုင်ပါက ၎င်းအစား
သကြားခဲသုံးပါ။ နေ့အခါ (၃-၄)ကြိမ်ပြုတ်၍တိုက်ပါ။

(၁၆၃) ဝမ်းသွားခြင်း

ကလေးများဝမ်းသွားလျှင် ဝမ်းရပ်စေရန် စမုံစပါး(၁) တိုလာ၊ ညောင်ပင်သားမီးသွေးတစ်တိုလာကိုအမှုန့်ပြု၍ ပုလင်းထဲထည့်ထားပါ။ ထိုထဲမှ လက်တစ်တို့စာရေတွင်ဖျော်၍ နံနက်ညနေနှစ်ကြိမ်တိုက်ပါ။ ပထမရက်မှာဘဲ သက်သာသွားမည်။

(၁၆၄) ဝမ်းရပ်စေသောဖျော်ရည်

စမုံစပါး(၅)တိုလာ၊ နွယ်ပင်(အထက်တစ်နေရာ၌ ဖော်ပြခဲ့ပြီး) (၂)တိုလာ၊ ۴۱۵۲۷ (၁)တိုလာ၊ သုံးမျိုးလုံးကို ရေ(၅၀)သားတွင်ပြုတ်ပါ။ လေးပုံတစ်ပုံရေကျန်လျှင် ကောင်းစွာစစ်ပါ။ ထိုထဲတွင် သကြား(၅၀)သားထည့်၍ ဖျော်ရည်လုပ်ပါ။ ဤဖျော်ရည်သည် ကလေးများဝမ်းသွားခြင်းကို ပိတ်စေရန်အတွက် တကယ်ပင်အကျိုးရှိသည်။ (၅)စက်မှ(၁၀)စက်ထိ နေ့ပိုင်းတွင်(၃)ကြိမ်ရက်ခိုင်းပါ။

(၁၆၅) ကျွတ်ထိုးခြင်း

ကလေးကျွတ်ထိုးပါက မိမိဖာသာအလိုအလျောက် မပိတ်သွားပါက ရေထဲတွင်စမုံစပါးနှင့် သကြားကြိတ်၍တိုက်ပါ။

(၁၆၆) ကလေး၏ ခါးစပ်မှ အရေဘုများ

စမုံစပါးဆီအစစ်(၇)ပုံ၊ ပရပ်(ကာဖူးရ်)က(၁)ပုံရော၍ ၎င်းဆီကိုလူးပေးလျှင် (သို့) စမုံစပါးကိုပြာချ၍ ၎င်းကိုပါးစပ်မှာ လိမ်းပေးလျှင် အရေဘုများပျောက်ကင်းသွားသည်။

(၁၆၇) ကလေးများ ချောင်းဆိုးခြင်း

လတ်ဆတ်သောစမုံစပါးအစိမ်းကို ညှစ်ထားသော အရည် (၁)မာရှာ(၂)မာရှာခန့်တွင် မရိုးပင်နို့တွင်ရော၍ အသုံး

ချပါ။ ၎င်းဖြင့်ကလေးများ၏ချောင်းဆိုးခြင်း ပျောက်သည်။

အခန်း (၁၄)

အဖျားရောဂါများ

အဖျားအမျိုးမျိုးရှိသည်။ ပြောပြရန်မလိုပါ။ စမံစပါး နှင့်ကု၍ရသောအဖျားကို ပြောပြမည်။ အောက်တွင်ရေးပြထား ပါသည်။

(၁၆၈) ချွေးထွက်စေသောဆေးတစ်လက်

အဖျားရောဂါချက်ခြင်းကျသွားမည်။ စမံစပါးနှစ်တိုလာ ကို သံဒယ်ပြားပေါ်တွင် မကျွတ်တကျွတ်ကြော်ပါ။ ခပ်ပူပူပင် ယူ၍ သကြားခဲတစ်တိုလာရော၍ ဆုံတွင်ထောင်းပါ။ ခပ်ပူပူ ပင်ရောဂါသည်ကိုကျွေး၍ ရေနွေးပူပူသောက်ခိုင်းပါ။ နောက် စောင်ထူထူခြံ၍အိပ်နေပါ။ ခဏအကြာတွင် ချွေးထွက်၍အဖျား ကျသွားမည်။

(၁၆၉) ရာသီဖျား

ရာသီဖျား ၎င်းကို ဘိုခါရ်(သို့) ငှက်ဖျားရောဂါဟုခေါ် ကြသည်။ ၎င်းကြောင့် များစွာသောသူများ သေကြရသည်။ နှစ်စဉ်ဆုံးရှုံးကြသည်။ ထိုအဖျားအတွက် အသစ်သုတေသန အရ အကောင်းဆုံးဆေးမှာ ကီနိုင်ဖြစ်သည်။ သို့သော် ထိုဆေး တွင်ရှိ ဆိုးကျိုးများကိုကား ပြောပြစရာမလိုတော့ပါ။ ဒါကြောင့် မိမိတို့၏အန္တရာယ်ကင်း တိုင်းရင်းဆေးကိုသာသုံးသင့်သည်။ နှစ်နာမူလည်းမရှိချေ။ ကီနိုင်ကိုမလွဲသာမှသုံးပါ။ စမံစပါးသည် ထိုရောဂါအတွက် အသုံးတည့်၏။

(၁၇၀) အများပျောက်စေသောပြုတ်ရည်

စမံစပါးတစ်တိုလာကို ရေတစ်ပိဿာတွင်ပြုတ်ပါ။
(၂၅)သားခန့်ကျန်လျှင် သကြားခဲတစ်တိုလာရော၍ တိုက်ပါ။
နေ့အခါသုံးကြိမ်တိုက်ပါ။ တက်နေသောအဖျားကို ကျစေသည်။
ကျနေသောအဖျားကို တက်ခြင်းမှတားမြစ်သည်။ ရေငတ်ပြေ
စေသည်။ ဝမ်းဗိုက်နာကျင်ခြင်းကို ကင်းဝေးစေသည်။

(၁၇၁) ချွေးထွက်စေသောဆေးနည်း (၁၆၈)သည် တခြား
အဖျားရောဂါများအပြင် ရာသီဖျားအတွက်လည်း အသုံးတည့်
သည်။ ထိုဆေးသည် ရာသီဖျားကိုချက်ခြင်းကျစေသည်။ အနိမ့်
ဆုံးမှာ အဖျားလျော့စေသည်။

(၁၇၂) အပူဖျား (နွေရာသီဖျား)

စမံစပါးတစ်တိုလာ၊ နှင်းဆီယို(၂)တိုလာ နှစ်မျိုးလုံးကို
ကောင်းစွာရေတွင်ထည့်၍ ထုထောင်းပြီး ရောဂါသည်ကို နေ့
ပိုင်းတွင်နှစ်ကြိမ်သုံးကြိမ်တိုက်ပါ။ အလွန်အကျိုးထူးသည်။

(၁၇၃) အကယ်၍ နှင်းဆီယိုကိုအချိန်မှီမရနိုင်ပါက စမံစပါး
နှင့်သကြားခဲကိုသာ အသုံးချပါ။ ထိုဆေးနည်းသည် ရေငတ်
ပြေစေသည်။ စိတ်တည်ငြိမ်စေသည်။

ဖျား၍ပျို့အန်ခြင်း

အပူဖျားများတွင် အများအားဖြင့် ပျို့အန်တတ်သည်။
ဤရောဂါကိုပျောက်စေရန် စမံစပါးသည် အကျိုးရှိသည်။

(၁၇၄) စမံစပါး(၁)တိုလာ၊ ပူစီနံ(၄)မာရှာ၊ နှင်းဆီယို(၂)
တိုလာ၊ ရေနံရော၍ထုထောင်းပြီး စစ်၍တိုက်ပါ။

(၁၇၅) စမံစပါး(၁)တိုလာ၊ လေးညှင်းပွင့်(၈)ပွင့်ကို ရေ(၂)

ပိဿာတွင်ထည့်၍ပြုတ်ပါ။ ရေအားလုံးခန်း၍ (၂၅)သားခန့် ကျန်နေပါက ၎င်းတွင်သကြားအနီ(၂)တိုလာရော၍ အဝတ်တွင် စစ်ပါ။ ခပ်ပူပူပင်လဘက်ရည်ကဲ့သို့တိုက်ပါ။ လူမမာကိုစောင် ခြံ၍ အိပ်နေပါစေ၊ အဖျားကျသွားမည်။ ဤပြုတ်ရည်သည် အဖျားတိုင်းအတွက် အသုံးပြုနိုင်သည်။ နှာစေးနှာချိုအတွက် လည်း အကျိုးရှိသည်။

(၁၇၆) (၆)မာရှာစမုံစပါးအခြောက်ကို ရေ(၅)သားတွင် ထည့်ပြုတ်ပါ။ အဝက်သားခန့်ကျန်သောအခါ စစ်၍သိန္ဓော ဆားတစ်မာရှာရော၍ လေးနာရီခြားနောက်ပိုင်းတွင်အသုံးပြုပါ။

(၁၇၇) တိုက်မိမြိုက်

စမုံစပါး၊ ချဉ်ပေါင်စေ့(ကုလားချဉ်ပေါင်)ကို ထောပတ် နှင့်တခြားစီကြော်ပါ။ နှစ်မျိုးလုံးကိုအမှုန့်ကြိတ်ပါ။ ဤအမှုန့်ကို (၃)မာရှာမှ(၅)မာရှာထိ သင့်လျော်သောပေါင်းရည်ဖြင့်ကျွေးပါ။ အဖျားရောဂါများတွင် ဝမ်းသွားလာပါက ၎င်းတို့ကိုတားဆီးရန် ကောင်းမွန်သောဆေးနည်းဖြစ်သည်။

(၁၇၈) မုသိပ်ရောဂါ

စမုံစပါး(၁)တိုလာကို ရေ(၅၀)သားတွင်ပြုတ်ပါ။ ရေ (၂၅)သားကျန်လျှင် စစ်၍နေ့အခါ (၃-၄)ကြိမ်တိုက်ပါ။ ရောဂါ ပျောက်သွားမည်။

(၁၇၉) ငါး၏ဆီ(၃)မာရှာတွင် စမုံစပါးဆီ(၁)မာရှာစစ်စစ် ရောပါ။ ဆိတ်နို့(၂၅)သားတွင်ရော၍ပေးပါ။ နှာတာရှည်အဖျား ရောဂါကိုပျောက်စေသည်။

အခြေပြားရောဂါများ

လားနာ

ယားနာနှစ်မျိုးရှိ၏။ အစိုအခြောက်၊ အခြောက်ယားနာကိုကုတ်လျှင် ဘာမှမထွက်၊ အစိုကိုကုတ်လျှင် သွေး(သို့)အဝါရည်ထွက်သည်။ တခါတရံ အဘယ်မျှခေါင်းမာသည်ဆိုရသောပျောက်သည်ဟူ၍မရှိချေ။ ရောဂါသည်ခမျာ ဝမ်းနှုတ်ရင်းစိတ်ညစ်ရတော့သည်။ ဘာမှအကျိုးမထူးချေ။ ထိုရောဂါအတွက် အောက်၌ ဆေးနည်းရေးပြပါမည်။

(၁၈၀) အရသာရှိသောဆေးနည်း

စမုံစပါး(၂၅)သား၊ နံနံပင်(၂၅)သား၊ နှစ်မျိုးလုံးကို ပါးပါးကြိတ်၍ ထိုထဲတွင်ထောပတ်(၇၅)သား၊ သကြားခဲ(၁) ပိဿာရော၍ ပုဂံခွက်တစ်ခုခုတွင်ထည့်ထားပါ။

အသုံးချနည်း - နံနက်ညနေနှစ်ချိန် (၅)တိုလာစီအသုံးပြုပါ။ စားပါ။ သွေးမကောင်းခြင်း၊ ယားနာထခြင်း၊ သုတ်လွှတ်ရောဂါ၊ မျက်စေ့အားနည်းရောဂါ၊ မျက်စေ့မှုန်ရောဂါတို့ကို ပျောက်စေသည်။

(၁၈၁) ယားနားလိမ်းဆေး

စမုံစပါးဆီ(၁)မာရှာကို မုံညင်းဆီ(၃)တိုလာတွင်ရော၍ ကိုယ်ပေါ်မှာလိမ်းပေးပါ။ အစိုအခြောက်ယားနာပျောက်၏။

(၁၈၂) တခါတရံကိုယ်ခန္ဓာတွင် ရုတ်တရက်အနီရောင်ပြင်များထလာသည်။ တအားယားသည်။ ထိုရောဂါအတွက် ဆေးနည်းမှာ စမုံစပါး(၆)မာရှာ၊ ပူစီနာလတ်လတ်ဆတ်ဆတ်(၁)တိုလာ၊ အစိုမရလျှင်လည်း အခြောက်(၆)မာရှာတို့ကို ရေ(၂၅)သား

တွင်ကောင်းစွာကြိတ်၍ ညက်အောင်လုပ်ပါ။ ထိုထဲမှာ သကြား
ခဲရော၍ နေပိုင်းတွင်(၃)ကြိမ်တိုက်ပါ။ ထိုနေ့မှာပင် ထူးခြားမှု
တွေ့ရမည်။ အကြိမ်ကြိမ်စမ်းသပ်ပြီးဖြစ်သည်။

အနာ

အနာများကိုဆေးကုသမှုဂရုမစိုက်လျှင် ဆုံးရှုံးနစ်နာမှု
ကြုံရသည်။ အနာကိုဆေးကြောရန် အကောင်းဆုံးနည်းကို
တမာပင်၏ထူးခြားမှုစာအုပ်တွင်ရေးခဲ့ပြီးပြီ။ အဘယ်မျှဆိုသော
အနာဖြစ်ပါစေ ကောင်းသွားပြီး အနာပြန်၍ပြည့်လာသည်။
ဤနေရာတွင် တခြားဆေးနည်းကိုရေးပြပါမည်။

(၁၈၃) စပုံစပါးနှစ်တိုလာကိုထုထောင်း၍ ရေနွစ်ပိဿာတွင်
ပြုတ်ပါ။ ရေတစ်ပိဿာကျန်လျှင် လိုတာအိုးတစ်ခုတွင်ထည့်၍
အအေးခံပါ။ ခပ်နွေးနွေးဖြစ်သွားပါက ၎င်းကိုအနာပေါ်မှာ
ဖြည်းဖြည်းချင်းလောင်းချပါ။ သန့်ပြန့်သောဂွမ်း စသည်တို့နှင့်
အနာကိုသုတ်ပေးပါ။ ရေအားလုံးကုန်သွားလျှင် ဝါဂွမ်းစကို
အနာပေါ်မှရေများကုန်သွားစေရန် စုပ်ယူစေရန်တင်ထားပါ။
ဤသို့နေ့စဉ်လုပ်ပေးလျှင် အနာကျက်၍ပြည့်လာမည်။

(၁၈၄) အနာဘု ရင်းမှာကြွလာလျှင် အမြဲ သွေးပြည့်ထွက်နေသည်

စပုံဆီ(၁)တိုလာ၊ ပရုပ်(၃)မာရှာ၊ ကာဘော်လစ်အက်
ဆစ် အစက်(၂၀)တို့ကိုရော၍ ထိုထဲမှာ မီးဇာနှစ်၍ အနာပေါက်
တွင်ထည့်ပေးပါ။ အကယ်၍ မီးဇာအထဲထည့်၍မရပါက ပိတ်စ
ကိုစွတ်၍ အနာပေါ်မှာတင်ထားပါ။ ရက်အနည်းငယ်အတွင်း
အနာကကျက်၍ အသားပြည့်သွားမည်။ အသားတက်လာမည်။

(၁၈၅) စားဆေး

စမုံစပါး(၁)တိုလာကို ကောင်းစွာမှုန့်အောင်ကြိတ်၍ စစ်လိုက်ပါ။ ၎င်းနှင့်အညီအမျှ သစ်ပင်တစ်ပင် كل ၏အဆီ အကောင်းစားကိုရော၍ ဆုံတွင်ထည့်၍ထောင်းပါ။ စမုံဆီ(၁)ကို ရောလိုက်ပါ။ ထောင်းလည်းထောင်းနေပါ။ နူးညံ့သွားပါစေ။ သတိပြုရန် - စမုံဆီ(၁) စာအုပ်အစဉ်ဖော်ပြခဲ့ပြီးပြီ။

ဖယောင်းကဲ့သို့ဖြစ်သွားပါစေ၊ ထိုထဲမှ(၁)မာရှာစီခန့်စား ပါ။ နံနက်ညနေလတ်ဆတ်သောရေနှင့် စားပါ။ အနားများ၊ ဘုများ၊ အကြိတ်များ ဆေးစားသည်နှင့် မကြာမီသက်သာ သွားမည်။

(၁၈၆) လွယ်သောဆေးနည်းတစ်ခု

စမုံစပါးအမှုန့်(၆)မာရှာကို နံနက်ညနေတွင်(၆)မာရှာစီ လတ်ဆတ်သောရေနှင့်စားလျှင် အနာကျက်စေ၍အရောင်လျော့ စေသည်။

(၁၈၇) အနာပြင်များ

၎င်းရောဂါအတွက် စမုံစပါးဆီ(၅၇)ဆေးနည်းအတိုင်း ဝှမ်းစဖြင့် အနာပေါ်လိမ်းပေးသုတ်ပေးပါ။ အတွင်းအတွက် (၁၈၅)ဆေးနည်းကိုကျွေးပါ။

(၁၈၈) သွေးထွက်ခြင်းကိုရုပ်စေရန်

မောင်းချဒါး (သို့) တစ်ခုခုနှင့်ချသော် ခိုက်မိသော် သွေးမတိတ်မရပ်လျှင် စမုံစပါး(၂)တိုလာကို ရေ(၅)တိုလာတွင် မှုန့်အောင်ကြိတ်ပါ။ အနာပေါ်မှာ ထိုဆေးကိုလိမ်းပေးပါ။ သွေးရပ်သွားမည်။

(၁၈၉) ဆေးနည်း(၅၇)ကို ပျားရည်နှစ်ဆတွင်ရော၍ လိမ်းပေးပါ။ (သို့)ရေ(၁၀)သားတွင်ရော၍ ပိတ်စနှင့်စွတ်၍ အနာပေါ်မှာတင်ထားပါ။ ထွက်နေသောသွေး ချက်ခြင်းရပ်သွားမည်။

(၁၉၀) ခြေကွဲနာ

စမုံစပါး(၂၅)သားကို ရေတွင်ထည့်၍ကြိတ်ပြီး ကျတ်နီလုပ်ပါ။ နှမ်းဆီတစ်ပိဿာတွင်ရော၍ မီးအေးအေးနှင့်ချက်ပါ။ စမုံစပါးကျက်သွားလျှင် ဆီကိုမီးပေါ်မှချ၍ အအေးခံပြီးစစ်ပါ။ ထိုဆီကိုနေ့အခါတွင် နှစ်ကြိမ်သုံးကြိမ်လိမ်းပေးလျှင် ပျောက်သွားမည်။

(၁၉၁) အပူဘုများ မိတ်ဖုများ

နွေရာသီနှင့်မိုးရာသီတွင် ကိုယ်ပေါ်၌အဖုများထလာသည်။ တခါတရံ အလွန်နာကျင်သည်။ အပ်နှင့်ထိုးနေသည့်ပမာဖြစ်သည်။ ထိုအဖုများပျောက်စေရန် စမုံစပါး(၄)တိုလာကို ရေအိုးတွင်စိမ်၍ နံနက်ပိုင်းမှာရေချိုးပါ။

(၁၉၂) စမုံစပါးဆီ(၈)ဆ၊ မုံညင်းဆီ(၈)တွင်ရော၍လိမ်းပေးပါ။

အထွေထွေရောဂါများ

(၁၉၃) မီးလောင်ခြင်း

မဖောက်ရသေးသောထုံး တစ်ဆကိုရေအဆ(၂၀)ရော၍ ဖောက်ပါ။ တစ်နေ့တာဒီအတိုင်းထားပါ။ နေ့ပိုင်းတွင် (၃-၄)ကြိမ်မွှေပေးပါ။ နောက်၎င်းအပေါ်မှ ရေကြည်ကိုပုလင်းတွင်ထည့်ထားပါ။ နောက်စမုံစပါးဆီကို ကြွေပုဂံတစ်ခုတွင်ထည့်၍ ထိုအထဲသို့ထုံးရေကို နည်းနည်းချင်းရောပါ။ ဒုတ်နှင့်မွှေနေပါ။ ခဏကြာလျှင် မရ်ဟမ်လိမ်းဆေးပမာဖြစ်သွားမည်။

၎င်းကို ကောင်းစွာသိမ်းထားပါ။ အလွန်အသုံးဝင်သည်။
အသုံးချနည်း - မီးလောင်ထားသောနေရာတွင် ချက်ခြင်း
 ထိုဆေးကိုလိမ်းပေးပါ။ လိမ်းပေးတာကြာကောင်းကြမည်။
 ဆေးလိမ်းသည်နှင့် အေးကျသွားမည်။ အပူလောင်သောနေရာ
 သည် နဂိုအတိုင်းရှိနေမည်။ အဖုများမထတော့ချေ။
မှတ်ချက် - မူရင်းဆေးနည်းတွင် စပုံစပါးအစား နှမ်းဆီဟု
 ရေးထားသည်။ ၎င်းသည်လည်း အကျိုးရှိပါသည်။ စပုံစပါးဆီ
 ရောလျှင်လည်းရသည်။ ကျွန်ုပ်စမ်းသပ်ကြည့်ပြီးပြီ၊ အထူးထိ
 ရောက်သည်။

(၁၉၄) ဆီးတွင်သကြားခါတ်ပါခြင်း ဆီးချိုရောဂါ

ယနေ့ကာလတွင် ဤရောဂါသည် အထူးပေါများနေ
 သည်။ အစက သူဌေးများသာဖြစ်လေ့ရှိသည်။ ယခုအခါမှာမူ
 ကား ဆင်းရဲသားများလည်းဖြစ်နေကြသည်။ ကု၍မရသော
 ရောဂါဟုထင်နေကြသည်။ ဤသည် ဒုက္ခတစ်ခုပင်၊ ဆေးရှိပါ
 ကလည်း ဈေးကအဆမတန်များနေ၍မတတ်နိုင်ကြ၊ အောက်၌
 ဆေးတစ်မျိုးရေးပြမည်။ ၎င်းဆေးကို (၄-၅-၁၀)ကြိမ်စားရုံနှင့်
 သကြားပါခြင်းရပ်သွားမည်။

(၁၉၅) ဆီးချိုရောဂါ

စပုံစပါးအခြောက်၊ ဇီးဖြူသီးအခြောက် နှစ်မျိုးလုံး
 အလေးချိန်အတူတူယူ၍ အမှုန့်ကြိတ်ပါ။ အဝတ်နှင့်စပ်ယူပါ။
 (၆)မာရှာစီ နံနက်ညနေ ရေလတ်လတ်ဆတ်ဆတ်နှင့်တိုက်ပါ။
 ကျွေးပါ။ ဆီးချိုပျောက်စေသော ထူးခြားသည့်ဆေးဖြစ်သည်။
မှတ်ချက်-(၁၉၃-၁၉၄)ဆေးနည်းသည် အတူတူပင်ဖြစ်သည်။

(၁၉၆) ကျောက်ကပ်နာကြင်ခြင်း

စမုံစပါးခြောက်တစ်တိုလာ၊ ကြက်ဆူမြစ်အခွံ(၆)မာရှာ နှစ်ခုလုံးကို ရေ(၅၀)သားတွင်ကြိုပါ။ (၂၅)သားရေကျန်လျှင် စစ်ယူ၍ တစ်မာရှာ(မုယောစပါးပြာ)ရော၍ နံနက်ညနေကျွေးလျှင် ကျောက်ကပ်နာကို ကင်းဝေးစေသည်။

(၁၉၇) အသားဝါရောဂါ

စမုံစပါးတစ်တိုလာကို ရေ(၅၀)သားတွင်မွှေ၍ စစ်ပြီးလျှင် အသားဝါရောဂါသည်ကိုတိုက်ပါက ပျောက်၏။

(၁၉၈) ညအိပ်ချိန်သွားကြိတ်ခြင်း

စမုံစပါးကိုအမှုန့်လုပ်၍ ပျားရည်နှင့်ရောပြီး စမုံပေါင်းရည်နှင့်စားလျှင် ညအခါအိပ်ချိန် ထိုသွားကိုပါးစပ်တွင်ထည့်၍ ဝါးနေလျှင် ဤရောဂါပျောက်၏။

(၁၉၉) သန်းများ

စမုံစပါးဆီတစ်ဆတွင် နှမ်းဆီလေးဆရော၍ လိမ်းပေးလျှင် သန်းများပျောက်၏။

(၂၀၀) ချွေးနံ့ပျောက်ဆေး

စမုံစပါးကိုအမြဲဝါးနေလျှင် (သို့) ပြုတ်ရည်ကိုသောက်နေလျှင် နံ့သောချွေးထွက်ခြင်းပျောက်၏။

(၂၀၁)စမုံစပါးအခြောက်တစ်တိုလာ၊ ညောင်ရွက်နှစ်မာရှာ၊ နှစ်မျိုးလုံးကိုထုထောင်း၍ ရေ(၅၀)သားတွင်ပြုတ်ပါ။ ရေ(၂၅)သားကျန်လျှင်စစ်၍ သိန္ဓောဆားတစ်မာရှာရော၍တိုက်ပါက နံရိုးနာကျင်ခြင်ကိုပျောက်စေသည်။

(၂၀၂) အရက်အလွန်အကျွံသောက်ခြင်းပျောက်ဆေး

စမုံစပါးတစ်တိုလာကို ရေ(၅၀)သားတွင်ကြိတ်၍ စပ်ယူပြီး နံနက်ညနေတိုက်ပါ။ အရက်ပြတ်သွားမည်။

(၂၀၃) သောနှင့်ဆိုင်သောရောဂါများ

အောက်ပါဆေးနည်းသည် ဂွေးဥနှင့်ဆိုင်သောရောဂါများအတွက် အစွမ်းထက်၏။ ဥပမာ-ဂွေးဥတစ်လုံးကြီး၍တွဲကျနေခြင်း(သို့)နာကျင်ခြင်း (သို့) ယားနာဖြစ်နေခြင်း စသည်များ။

ဆေးနည်း - စမုံစပါး(၅၀)သား၊ ထန်းလျက်(၅၀)သား၊ ထောပတ်(၅၀)သားတို့မှ ထောပတ်နှင့်ထန်းလျက်ကိုကြိတ်၍ ထိုထဲမှာ စမုံစပါးကိုကြိတ်၍ထည့်ပါ။ ကောင်းစွာမွှေပြီး လတ်ဒူအဆုပ်ဆုတ်ပါ။ လဒ်ဒူတစ်လုံး အားကောင်းသူခံနိုင်သူဖြစ်လျှင် နှစ်လုံး၊ နေ့စဉ်စားပေးပါ။ ထိုဆေးနှင့်ပျောက်ပြီဆိုပါက တစ်သက်လုံးပြန်၍ဖြစ်တော့မည်မဟုတ်ပါ။

ပြီးစီး [၄-၁၀-၂၀၀၇]

ဟိန္ဒူ ၁၄၅၈-ခုနှစ်

ရခိုင် ၆၁၂၇



خواص سونف

استاذ الحکماء حکیم محمد عبداللہ

Design : MTK - (PMA)