မြန်မာ့ရိုးရာကျေးလက်မြန်မာမှုဓလေ့များ

အမှာ

"မြန်မာ့ရိုးရာ ကျေးလက်မြန်မာမှုဓလေ့များ" အမည်ရှိသော ဤစာအုပ်ကို ထပ်မံဖြည့်စွက်ပြင်ဆင်ရာတွင် ဘိုးဘေးဘီဘင်တို့၏ အမွေအနှစ်များကို သိရှိပြီး အတုနှင့်အစစ် တို့ ခွဲခြားသိမြင်စေရန်၊ ခွဲခြားသိမှု အစစ်ကိုမြတ်နိုးရန်၊ ထိန်းသိမ်းရန် အားထုတ် စေလိုသောရည်ရွယ်ချက် ဖြစ်ပါသည်။

ဘိုးဘေးဘီဘင်တို့၏ အမွေအနှစ်ဟူရာ၌ မျက်စိဖြင့်မြင်ရသော အရာဝတ္ထုများသာမက မျက်စိဖြင့်မမြင်နိုင်သော စိတ်နေစိတ်ထားများ၊ အမူအကျင့်များနှင့် ဓလေ့ထုံးတမ်းများ ပါဝင်ပါသည်။

ဤစာအုပ်တွင်ဖော်ပြထားသော အရာများမှာမူ၊ မျက်စိဖြင့်မြင်သာသော အရာများသာ များပေသည်။ မျက်စိဖြင့် မြင်ရသော အရာဝတ္ထုများတွင်လည်း မျက်စိဖြင့်မမြင်ရသော အမူအကျင့်များနှင့် စိတ်နေစိတ်ထားများလည်း တစ်စွန်းတစ်စ ကပ်ငြိလျက် ပါနေသည်ကို မြင်နိုင်ကောင်းတန်ရာသည်ဟု ယူဆပါသည်။

ဥပမာတစ်ခု တင်ပြပါရစေ။

ရှေးမြန်မာကြီးများသည် ထန်းစေ့ အုန်းစေ့များကို အဆန်းတကြယ် ဖန်တီးကြ၏။ အခွံပါးကလေးများမှုသာဖြစ်သော ထိုအစေ့များကို အံကျပါသော အဖုံးအပိတ်ဖြင့် ပြုလုပ်သည်။ ကိုယ်ထည်တွင် ပန်းခက်ပန်းပြောက်များ ထုလုပ်၍ အဖုံးတွင် ခြင်္သေ့ရုပ်များ၊ နဝါးရုပ်များဖန်တီးကာ ချောမွေ့နေအောင် မွမ်းမံကြသည်။ ထို ထန်းစေ့ဘူး ထန်းစေ့ခွက်၊ အုန်းစေ့ဘူး အုန်းစေ့ခွက်များကို နံ့သာဘူးဆေးဘူး လက်ဖက်ဘူးများအဖြစ် အသုံးပြုခဲ့ကြဖူးပေ၏။

ဤကဲ့သို့သော မိမိတို့ဘိုးဘေးများ၏ လက်စွမ်းလက်စ ရှေးဟောင်းလက်ရာများကို မြင်ဖူးကြားဖူးမှသာ အခြားတစ်ပါးမှ အဆန်းတကြယ်များကို မြင်တိုင်းကြားတိုင်း ငါတို့လည်းလုပ်တတ်သားပဲ၊ လုပ်ခဲ့ဖူးသားပဲဟု ဆင်ခြင်ကာ အမျိုးမာန်တက်နိုင်ပေလိမ့်မည်။

ဤသို့ဆိုသဖြင့် ဤစာအုပ်တွင်ဖော်ပြထားသော အကြောင်းအရာများမှာ ထိုကဲ့သို့ မာန်တက်စရာ ဂုဏ်ယူစရာများ ပါဝင်နေသည်ဟု ဆိုလိုရင်းမဟုတ်ပါ။ ပါကောင်းမှ ပါ,ပါလိမ့်မည်။ ခေတ်နောက်ကျလေ့ကျထရှိသော ကျေးလက်တောရွာများမှာပင် ပျောက်ကွယ်ပြုနေပြီဖြစ်သော အသုံးအဆောင်ကလေးများ၊ ကစားခုန်စားမှုကလေးများနှင့်အနည်းငယ်သောထုံးဓလေ့များသာ ပါ,ပါသည်။

ရက်ချုပ်၊ ဇာတာ၊ ပေ ပုရပိုက်၊ သစ်သားသင်ပုန်း၊ ကြိတ်ဆုံ၊ မောင်းဆုံ၊ ထွေပစ်ကစားခြင်း၊ မြန်မာကလပ်ဂျင်၊ ထိုးလားမီးစာ၊ ရသေ့စိတ်ဖြေ နှင့် ဆိုင်းစသည်တို့၏အကြောင်းများ၊ ကွက်စိတ်ဆရာ၊ ဦးချသောဓလေ့၊ ထမင်းဦးပေါင်း၊ ဆေးအစ်တည်ခြင်း၊ ဖျပ်ခွက်၊ ဆီမီးခွက်၊ နှမ်းဖတ်ချဉ်၊ နာရီဆုပ်၊ ခေါ်စာပစ်၊ ညောင်ထောက်၊ တံထားခင်း၊ ရေချမ်းစင်ဓလေ့၊ ဗလီကစားခြင်းနှင့် တုံးလုံးပွဲ စသည်တို့ သဘောသဘာဝများသာ ဖြစ်ပေ၏။

ဤ အဟောင်းများကို ထုတ်ဖော်တင်ပြနေခြင်းမှာ ယင်းတို့ကို ပြန်လည်အသုံးပြုစေလို၍ တင်ပြခြင်းမဟုတ်ပါ။ မိမိတို့သည် မည်ကဲ့သို့သော သူတွေဖြစ်သည်၊ မည်ကဲ့သို့ တီထွင်ကြိုးပမ်းခဲ့ရာမှ မည်သို့တိုးတက်နေပြီကို သတိမူနိုင်ကြစေဖို့ ဖြစ်ပါသည်။

ယနေ့အချိန်တွင် ရက်ချုပ်သုံးစွဲမှု အလွန်နည်းနေပါပြီ။ ဇာတာမှာလည်း အသုံးပြုသူ ရှိသင့်သလောက်ရှိသေးငြား မများတော့ပါ။ ပေ၊ ပုရပိုက်နှင့် သစ်သားသင်ပုန်းကား ကွယ်ခဲ့ချေပြီ။

ကြိတ်ဆုံ၊ မောင်းဆုံနှင့် ဆီဆုံကိုရှာဖွေတွေ့ရှိရန်မခက်ခဲသေးပါ။ သို့သော် အသုံးမတွင်ကျယ်တော့ပါ။ မောင်းဆုံကြိတ်ဆုံ အသုံးပြုသူများ ရှိနေသေးငြား စနစ်မကျနတော့ပေ။ ယနေ့ ကြိတ်ဆုံ (စပါးကြိတ်) ဝယ်ယူသုံးစွဲသူများမှာ ကြိတ်တစ်လုံးကို တစ်နှစ်ကျော်အောင် အသုံးမချရခြင်းက သက်သေခံနေပေသည်။

ကျားကစားခြင်း၊ ထွေပစ်ကစားခြင်းနှင့် မြန်မာ ကလပ်ဂျင်ပေါက်ကစားခြင်းတို့မှာလည်း တိမ်မြုပ်သလောက် ရှိနေပါသည်။ ထိုးလားမီးစာ၊ မီးခတ်၊ ရသေ့စိတ်ဖြေနှင့် ဆိုင်းထမ်းတို့သည်လည်း ရှေးဟောင်းပစ္စည်းအဆင့်သို့ သက်လျှောခဲ့ရပေပြီ။

ကွတ်စိပ်ဟောခြင်း၊ လက်ဖက်ထုပ်နှင့်ဖိတ်ကြားခြင်း၊ ဆေးအစ်တည်ခြင်း၊ ဖျပ်ခွက်ဒေါင်းပေါင်၊ ရေနံချေးမီးခွက်သုံးစွဲခြင်း၊ ဗလီကစားခြင်း စသည်တို့မှာလည်း တိမ်မြုပ်ပစ္စည်းစာရင်း ဝင်ခဲ့ပြီ။

ထိုအရာများ ထိုအကြောင်းများကို ဖော်ပြရာ၌ အသုံးအနှုန်းများသည် တစ်နေရာနှင့်တစ်နေရာ ကွဲပြားနေတတ်ပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ စုဆောင်းရရှိသမျှကို အများနားလည်စေရန် ကြားချပြီးတင်ပြထားပါသည်။ အချို့သော ကစားနည်းများ ချန်လှပ်ခဲ့ပါသည်။ဥပမာ- ကုလု၊ ဆပ်ပျာ၊ ဖော်ချက် စသော "ထွေ" ကစားနည်း။

ဤစာအုပ်ကိုပြုစုရာတွင် သရုပ်ပြပုံကြမ်းများကို ပန်းချီအောင်စံမြင့်နှင့် ကာတွန်းစိုးစံတို့က ကူညီရေးဆွဲပေးပါကြောင်း ဖော်ပြလျက် ချွတ်ယွင်းမှုများ ကွဲလွဲမှုများ တွေ့ရှိပါက ဝေဖန်ထောက်ပြ ညွှန်ပြကြပါရန် မေတ္တာရပ်ခံအပ်ပါသည်။

ဆင်ဖြူကျွန်းအောင်သိန်း

အခန်း	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၅။	ယုံကြည်မှုနှင့် လူမှုရေး	၁၈၇
	(က) ရှင်ပြုမင်္ဂလာ (သာသနာ့ ဒါယကာအစ၊ လက်ဖက်ထုပ်နှင့် ကွမ်းတောင်၊ ပရိတ်အိုး)	၁၈၇
	(ခ) သျှိုးလိုက်ရတုများ	၁၉၆
	(ဂ) စာဟောဆရာ	၂၀၀
	(ဃ) အုန်းဆွဲခြင်းဓလေ့	၂၀၃
	(င) ရေငန်ပိုင် ဦးရှင်ကြီး	၂၁၂
	(စ) ဝါပခြင်း နတ်	၂၁၇
	(ဆ) လယ်သမားတို့၏ ပုန်းမကြည်	၂၂၂
၆။	သူမင်္ဂလာ နှင့် ဒုမင်္ဂလာ	၂၂၇
	(က) နားဖျားမကျန်းမာမှု (ခေါ်စာပစ်ဓလေ့၊ ရွာချခြင်းဓလေ့၊ ရှစ်မျက်နှာ စေတီ၊ ခြင်္သေ့ပူဇော်ခြင်း၊ တံခွန်လှူဒါန်းခြင်း၊ တံတားခင်း၊ ညောင်ထောက်)	၂၂၇
	(ခ) တုံးလုံးပွဲ သို့မဟုတ် ဒုမင်္ဂလာ (ရေချိုးပေးခြင်း၊ အလောင်းတင်ခုံ၊ အသုဘချခြင်း၊ ဆွမ်းသွတ်အခမ်းအနားများ)	၂၅၃
၇။	လူမှုဓလေ့	၂၆၁
	(က) ရေချမ်းစင်ဓလေ့	၂၆၁
	(ခ) ဗလီကစားခြင်း	၂၆၆
၈။	နေအိမ်ဝန်းကျင်	၂၆၈
	(က) ကြိတ်ဆုံ (ကြိတ်အမျိုးမျိုး၊ စပါးကြိတ်ဆုံ၊ ကြိတ်သွားရိုက်ပုံ၊ အဖိုတည်ပုံတည်နည်း၊ ကြိတ်၏ အလုပ်လုပ်ပုံ)	၂၆၈
	(ခ) မောင်းဆုံ (မောင်းဆုံလေးမျိုး၊ အတိုင်းအထွာများ၊ လည်ညှပ်နှင့် ကန့်လန့်များ၊ လူမပါသောမောင်းဆုံများ၊ မောင်းဆုံအသုံးပြုပုံ၊ အခြားနည်း ထောင်းပုံများ၊ အခေါ်အဝေါ်များ)	၂၈၃
	(ဂ) ဆီဆုံ (အစိတ်အပိုင်းများ၊ အတိုင်းအထွာများ)	၂၉၉
	(ဃ) ဆိုင်း	၃၀၈
	(င) နန်းတိုင်	၃၁၅
	(စ) ခြေနင်းခုံ	၃၂၀
	(ဆ) ထိုးလားမီးစာ	၃၂၆
	(ဇ) မီးခတ်	၃၂၇
	(ဈ) တောင်းပလုံးဓလေ့	၃၃၀
	(ည) အိမ်တွင်းသုံးပစ္စည်းများ (ကန်တော့ပွဲ၊ ဖျပ်ခွက်၊ အုပ်ဆောင်း၊ ဆွမ်းအုပ်၊ ဆီမီးခွက်များ၊ ရေနံမီးခွက်)	၃၃၄
၉။	အိမ်ထောင်သားမွေးနှင့် လူမှုကိစ္စများ	၃၄၅
	(က) တစ်လင်တစ်မယားစနစ် (သုံးနှစ်သုံးမိုးဓလေ့၊ လင်နှင့်မယား၊ မီးနေခြင်း ဓလေ့၊ ချွေးအောင်းဓလေ့)	၃၄၅
	(ခ) မြန်မာ့ မုန့်ဆန်းဓလေ့	၃၅၅
	(ဂ) အယူအစွဲနှင့် ဆေးမြီးတိုဓလေ့	၃၅၇
	(ဃ) ဦးစွန်းဖုတ် နှင့် ဆံတောက်	၃၅၉
	(င) အိမ်တွင်းလက်မှုလုပ်ငန်းမှ သစ်ခေါက်ဆိုးဆေး	၃၆၂
	(စ) ဦးခေါင်းကို ဂုဏ်ပြုဓလေ့	၃၆၅
၁၀။	အိုးအိမ်တည်ဆောက်ခြင်း (သစ်ကြိုဓလေ့၊ အိမ်ဆောက်သည့်သစ်၊ နဝါးလှည့်ရွေးခြင်း၊ မြေခံရက်ရွေးနည်း၊ ပန္နက်တင် အခမ်းအနား၊ တိုင်သိပ်၊ ဝရိတ်ရှုတ်၊ တိုင်ထူ၊ အိမ်စည်းတမ်း နှင့် လှေကားထူ ဆုတောင်း)	၃၆၇
	အကိုးအကားစာရင်း	၃၈၇
	မေးမြန်းဆွေးနွေးချက်နှင့် ပေးစာများ	၃၉၀