



ထိုင်းအင်းမွေးစိုက်ပျိုးနည်း

စီးပွားရေးဆိုင်ရာ၊ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ၊ အထုအပဆိုင်ရာ

အုန်းသီးပင်ထုတ်ကုန်များ



မင်းဝင်းထိန် (B.Ag)

ရည်ရွယ်ချက်

"အံ့ဩဖွယ်ရာ ထိုင်းအုန်း" Amazing Thai Coconut စာအုပ်ကို စာရေးသူ ဖတ်ရှုလိုက် ရပါသည် ။ အုန်းပင်စိုက်ပျိုးနည်းများ သည် အပူပိုင်းဒေသနိုင်ငံအားလုံး တူညီကြသော်လည်း ကမ္ဘာ လှည့်ခရီးသွားများ ထံမှ နိုင်ငံခြားပင်ငွေ မြောက်မြားစွာရရှိနေသည့် ထိုင်းအုန်းစိုက်ပျိုးမှုမှ အုန်းရည် ထုတ်လုပ်ရောင်းချပုံမှာ အနည်းငယ် ထူးခြားနေပါသည် ။

ထိုင်းနိုင်ငံ၏ အုန်းပင်စိုက်ပျိုးရန် ခက်ခဲသော ဘန်ကောက်မြို့တော် ပတ်ပတ်လည်သည် ဈေးကွက်နှင့် အနီးဆုံးဖြစ်သောကြောင့် နည်းစနစ်ကို ပြုပြင်စိုက်ပျိုးပုံ၊ နိုင်ငံခြားဧည့်သည် များ အတွက် အုန်းရည်ထုတ်လုပ်ပုံ၊ နိုင်ငံခြားပို့ကုန်အဖြစ် တင်ပို့ရောင်းချပုံများကို စာအုပ်အဖြစ် ရေးသားဖော်ထုတ်ခြင်းဖြင့် အုန်းစိုက်ပျိုးသူများ အတွက် နည်းလမ်းများ စွာ ပိုမိုရရှိစေရန် ရည်ရွယ်ပါ သည် ။

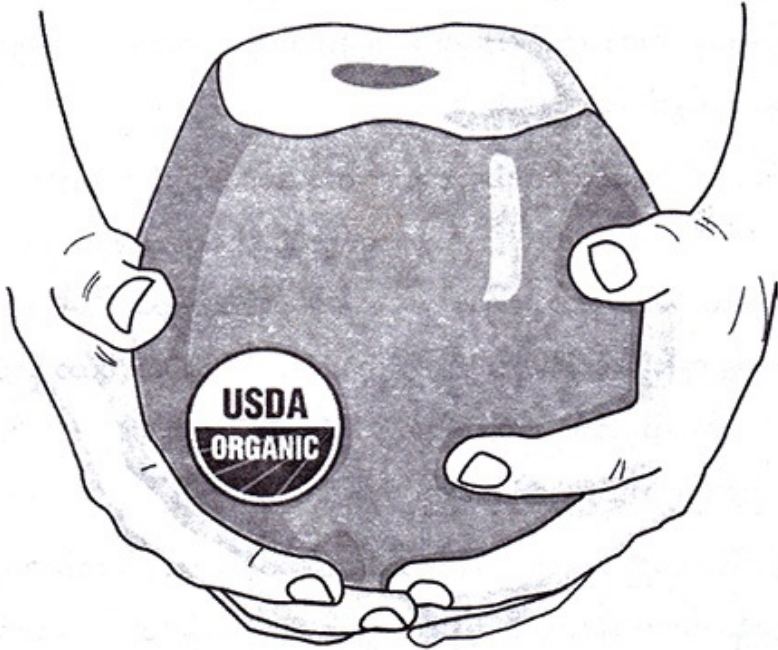
၎င်းအပြင် အုန်းသီးပင်ထုတ်ကုန်များကို ကမ္ဘာ့နိုင်ငံ၏ သုံးပုံတစ်ပုံဖြစ်သော ပင်လယ်ကမ်း ရိုးတန်းနှင့်နီးစပ်သော အပူပိုင်းနှင့် အပူလျော့ပိုင်းနိုင်ငံများမှ ထုတ်လုပ်ပြီး အုန်းဆီ လှသုံးကုန်၊ အလှကုန်၊ အုန်းသားခြောက်မှုန့်၊ အုန်းနို့ရည်ဘူးအမျိုးမျိုး၊ အုန်းခွံမာအလှကုန်၊ အုန်းခွံမာအမှုန့်၊ အုန်းခွံမီးသွေး၊ အုန်းမျှင်ကြိုး၊ အုန်းပရိဘောဂမျိုးစုံတင်ပို့ကာ နိုင်ငံခြားပင်ငွေ ရရှိနေကြပါသည် ။ ယခုအခါ ဆီစားသုံးမှုတွင် သံ

လွင်ဆီပြီးလျှင် အုန်းဆီသည် ဒုတိယအကောင်းဆုံးအဖြစ် အသိ
အမှတ်ပြုနေကြပါပြီ။

မိမိတို့ နိုင်ငံသည် စီးပွားဖြစ် အုန်းစိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်နိုင်သော မွန်၊
တနင်္သာရီ၊ ဧရာဝတီ၊ ရခိုင် ဒေသ ဧရိယာများ စွာရှိသကဲ့သို့
အုန်းစိုက်ပျိုးရန် အဆင်မပြေသော အအေးပိုသည့် ရှမ်း၊ ချင်းဒေသ ဧရိ
ယာများ ရှိပါသော်လည်း အုန်းသီးထုတ်ကုန် အသုံးပြုမှုအမျိုးမျိုး
ရှိနေကြသည် မှာ သေချာပါ သည် ။ ထို့အတွက်ကြောင့် အုန်းသီးနှင့်ပ
တ်သက်သော စီးပွားရေးဆိုင်ရာ၊ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ၊ အလှ အပဆိုင်
ရာ အုန်းသီးထွတ်ကုန်များ အကြောင်းကို ဖော်ထုတ်ရေးသားခြင်းဖြင့်
ပြန်လည်အသုံးချနိုင် လိမ့်မည်ဟု မျှော်လင့်ပါသည် ။

မင်းဝင်းထိန် (B.Ag)

မြန်မာ့စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်း (အငြိမ်းစား)



ဘက်စုံအသုံးဝင်အုန်းသီးပင်

အုန်းပင်ကို စိုက်ပျိုးကြတဲ့ နိုင်ငံတိုင်းက ဘာကြောင့် အုန်းပင်ကို "The Tree of Life" လို့ ပြောကြတာလဲ။ "အပင်တို့ ရဲ့ အသက်"လို့ တိုက်ရိုက်ဘာသာပြန်ရမှာ လား။ အုန်းပင်စိုက်ပျိုးတဲ့ နိုင်ငံ တိုင်းရဲ့ ဒေသနေပြည်သူတို့ အား အုန်းပင်ရဲ့ အစိတ်အပိုင်းတိုင်းကို သူတို့ ရဲ့ နေ့စဉ်ဘဝ ရှင်သန်ရေး အတွက် ထာဝရမရှိမဖြစ် အသုံးပြုနေရတာမို့လို့ "အမြဲတမ်း

ရှင်သန်အသက်ဝင်နေသောအပင်" လို့ ပြောရမလား။

အုန်းပင်ရဲ့ သဘာဝအလှအပနဲ့ အသုံးပြုနိုင်မှုတွေဟာ အခြားသော အပင်တွေ လိုက်လို့ မမီပါဘူး။ အုန်းပင်ကနေ အစားအစာ၊ ကျန်းမာစေသောအုန်းရည်၊ ဆေးဝါး၊ အလှအပပစ္စည်း၊ အလှကုန် ပစ္စည်း၊ အမိုးအကာ၊ လောင်စာ၊ ပရိဘောဂ လူသုံးကုန်အမြောက်အမြား လူတို့ ရဲ့ အခြေခံလိုအပ်ချက်တွေကို ပေးစွမ်းနိုင်ပါတယ်။

အုန်းသီးအများ အပြား အသုံးပြုနေတဲ့ အိန္ဒိယနိုင်ငံမှာ အုန်းကို "kal pa vriksha"လို့ သိရှိကြပြီးတော့ "အသက်ရှင်သန်ရန် လိုအပ်သော အရာအားလုံးကို ပေးစွမ်းနိုင်သောအပင်"လို့ အဓိပ္ပာယ်ရပါတယ်။

ဒီတော့ကား The Tree of Life ဆိုတာ "လူတို့ ဘဝအတွက် မရှိမဖြစ်သောအပင်"လို့ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုပြီး စာရေးသူ ရှာဖွေထားတာလေး ဖော်ထုတ်ကြည့်ရအောင်ပါ။

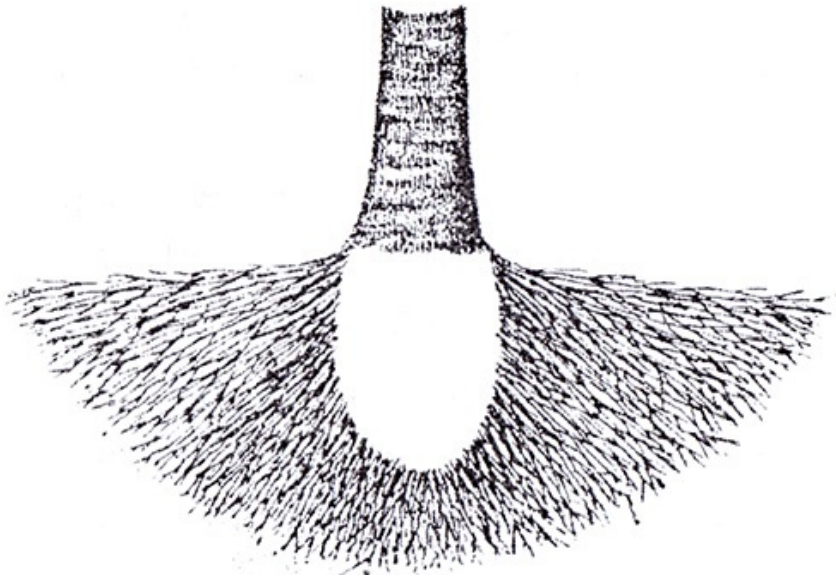
အုန်းပင်ဟာ သူ့ရဲ့ အမြစ်မွှာပိုင်းကစပြီး အပင်ရဲ့ ထိပ်ဖျားပိုင်း (အရွက်များ) အထိ မီးဖိုချောင် သုံးပစ္စည်းအနေနဲ့ ကော၊ မီးဖိုချောင်သုံးမဟုတ်တဲ့ အခြားအသုံးအနေနဲ့ ပါ အလွန်အသုံးဝင်ပြီး လူသိများတဲ့ အပင်ဖြစ်ပါတယ်။ အုန်းပင်ရဲ့ မတူညီတဲ့ အစိတ်အပိုင်းတိုင်းဟာ အံ့ဩဖွယ်ရာ ဘယ်လိုအသုံး တည့်တယ်၊ လူတွေအပေါ် ဘယ်လိုအကျိုးပြု ဆက်နွှယ်နေတယ်ဆိုတာကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာကြည့် ရအောင်ပါ။

အုန်းပင်အမြစ် (Coconut Roots)

အုန်းပင်ရဲ့ အမြစ်ဟာ ဆိုးဆေးအဖြစ် အသုံးပြုလို့ ရပါတယ်တဲ့ ။

အမြစ်ထိပ်ကို ဖွာအောင် လုပ်ပြီး သွားတိုက်တံအနေနဲ့ အသုံးပြုကြတယ်။ အုန်းမြစ်ကရတဲ့ ပြာကို သွားသန့်ရှင်းရေးမှာ လည်း သုံးကြတယ်။ ဆေးဝါးအနေနဲ့ က မကြာခဏဝမ်းကိုက်တာမျိုး သွေးဝမ်းကိုက်တာမျိုး ဆိုရင် အုန်း မြစ်ကို ထုထောင်းအရည်ကျိုပြီး စစ်ထုတ်ရည်ကို သောက်ပေးနိုင်တယ်။ ရင်ကိုလည်း ချောင်သွား စေပါတယ်။ အနာဖုလေးတွေ ပေါက်လာရင်လည်း အုန်းမြစ်နဲ့ သွေးလူးတာကော၊ သောက်ပေးတာကောလုပ်ပေးရင် အနာပျောက်တယ်လို့ ဆိုပါတယ်။

အုန်းမြစ်ကို ရေနဲ့ ကျိုချက်ပြီး သောက်သုံးရင်လည်း ဆီးပူညောင်းကျရောဂါ သက်သာစေပါတယ်။ အုန်းမြစ်ကို ပြာချပြီး ပျားရည်နှင့်လျက်ပါက ကြို့ထိုးတာ ပျောက်ကင်းတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။



အုန်းပင်စည်ဟာ သူ့ရဲ့ ဖြောင့်တန်း တောင့်တင်းမာကျောပြီး ဆားငန်ဒဏ်ခံနိုင်တဲ့ အရည် အသွေးနဲ့ တာရှည်အသုံးခံနိုင်တဲ့ အတွက်ကြောင့်

တောရွာမှာ ဆိုရင် နံနက်လေးနာရီမှာ တေးသံသာ လိုပဲ အိပ်ရာမှ ထကြဖို့ အုန်းမောင်းခေါက်တဲ့ အသံက နေ့စဉ်လိုပါပဲနော်။

အုန်းပင်စည်ဟာ တံတားငယ်ကလေးမှ အစပြုလို့ နေအိမ်ရဲ့ ကြမ်းခင်းအထိပါ အသုံးပြုနေ ကြပါတယ်။ အုန်းသားနဲ့ လုပ်ထားတဲ့ ခုံတန်းရှည်တွေ၊ စားပွဲတွေ၊ ပစ္စည်းကိရိယာထည့်မယ့် သေတ္တာတွေကအစ ဆောက်လုပ်ရေးဆိုင်ရာမှာ အများ အပြားသုံးနိုင်သကဲ့သို့ အုန်းသားပန်းပုရုပ်၊ ပန်းပုနဲ့ ဆိုင်တဲ့ လက်မှုပစ္စည်းတွေ၊ ပန်းချီကားမှန်ပေါင်တွေအပြင် အုန်းသားနဲ့ လုပ်တဲ့ တုတ်ကောက် ကို အရောင်ကောင်းစွာတင်ပေးလိုက်ရင် သက်ကြီးရွယ်အိုများ အတွက် လိုချင်စရာ လှလည်း လှ ခိုင်လည်း ခိုင်ပါတယ်။ ပင်လယ်အုန်းသားဆိုရင် ပိတောက်သားထက် ပို၍ ပေါ့ပါးလွန်လို့ ပင်လယ် အုန်းဆေးတံကို နိုင်ငံခြားသားတွေ သိပ်ကြိုက်ခဲ့ပါတယ်။ အုန်းအကြီးအကျယ်စိုက်ပျိုးသော ဒေသ တွေမှာ အုန်းသားပင်စည်နဲ့ အုန်းလက် အုန်းရွက်တွေကနေပြီး စက္ကူပျော့ဖတ်လည်း ထုတ်လုပ်ကြ တယ်လို့ ဆိုပါတယ်။



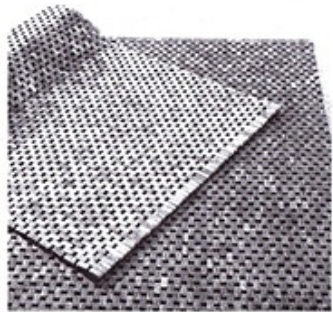
အုန်းသစ်ခွဲသားပုံ

အုန်းအကြီးမားဆုံးစိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်ပြီး အမေရိကန်နိုင်ငံသို့ အုန်း

ထုတ်ကုန် အဓိကတင်ပို့ နေတဲ့ ဖိလစ်ပိုင်နိုင်ငံမှာ တော့ အုန်းသားနဲ့ အ
ထူးပြုလုပ်ထားတဲ့ ပရိဘောဂမျိုးစုံအပြင် အုန်းပင် အပေါ်မှာ တန်ဖိုး
ထားလွန်းကြသည့်အတိုင်း အုန်းပင် အုန်းသားနဲ့ ဆောက်လုပ်ထားတဲ့
အဆောက် အဦ (အုန်းနန်းတော်)ပြတိုက်ကို လူအများကြည့်ရှုလေ့နိုင်
အောင် မနီလာမြို့မှာ တည်ဆောက်ပြသ ထားကြတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။



ဖိလစ်ပိုင်နိုင်ငံ၊ မနီလာမြို့မှာ ၁၉၇၉ ခုနှစ်တွင် “အုန်းနန်းတော်” နေအိမ်တစ်ခုလုံး၊ ပရိဘောဂ၊
အနုပညာပစ္စည်းအားလုံးကို အုန်းပင်ပစ္စည်းမှ တိုက်ရိုက်တည်ဆောက်ကာ
အများပြည်သူကို ပြသထားတာ ဖြစ်ပါတယ်။



အုန်းလက် (Coconut Branches)

စာရေးသူတို့ ငယ်ရွယ်စဉ်က အုန်းလက်နွားကလေး ဆော့ကစားနေပုံကို သတိရစရာအနေနဲ့ ပြောရရင် အုန်းလက်ကို တစ်ထွာသာသာ (၁၀ လက်မ) ဖြတ်တောက်ပြီး အရင်းဘက်အခြမ်းကို ချိုထိုးထည့်လို့ ရအောင် ဆားခွဲရာပေးရတယ်။ အုန်းခွံအမာကို လက်မဝက်အထူနဲ့ လခြမ်းပုံ ခပ်ဝိုင်း ဝိုင်းရအောင် ခွဲထုတ်ပြီး နွားဦးခေါင်းချုံ့တပ်လိုက်တယ်။ ရာဘာဖိနပ်ကို အဝိုင်းပုံလှီးပြီး လှည်းဘီး လုပ်တယ်။ အုန်းလက်နွားနဲ့

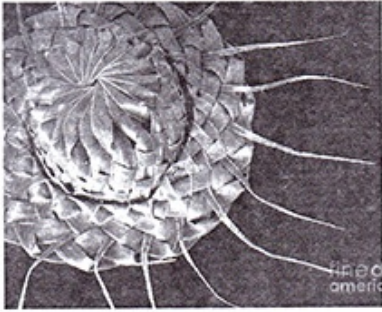
လှည်းတပ်ပြီး ဆော့ကစားကြတာပေါ့။ အုန်းလက်နဲ့ ပစ္စတိုသေနတ်၊ ဘရင်းဂန်းတွေလုပ်ပြီး ရဲနဲ့ လူဆိုးလုပ်တမ်း ကစားကြတယ်လေ။ အုန်းလက်က ခြောက်သွေ့ရင် မာလာပေမဲ့ ကွေးနိုင် ဆန့်နိုင်တဲ့ အတွက် အပြစ်လုပ်မိရင် အဆော်ခံ အရိုက်ခံရတဲ့ အုန်းလက် ကြိမ်လုံးအဖြစ်လည်း အသုံးတည့်ပါတယ်။

အုန်းလက်ရဲ့ အသုံးကတော့ သိပ်မကြီးကျယ်ပါဘူးနော်။ အုန်းလက် (အရွက်အပါအဝင်)ကို အရိပ်စင်အဖြစ်နဲ့ ကွမ်းစိုက်ခင်းတွေမှာ အများဆုံးသုံးကြပါတယ်။ လေတိုက်လို့ အိမ်အမိုးမလန် အောင်ဆိုရင်လည်း အုန်းလက်နဲ့ အုပ်မိုးကြပါတယ်။ ပြီးတော့ လောင်စာထင်းအနေနဲ့ အသုံးပြုကြတာများပါတယ်။



အုန်းလက်၊ အုန်းရွက်နှင့် အလှဆင်ထားသောကား

အုန်းရွက် (Coconut Leaves)



အုန်းရွက်ဦးထုပ်



အုန်းရွက်ခြင်း

နိုင်ငံခြားဧည့်သည် အဝင်အထွက်ရှိတဲ့ အုန်းပေါများ တဲ့ ဒေသတွေမှာ ဆိုရင် အုန်းရွက် လွယ်အိတ်ကလေး၊ အုန်းရွက်လည်ဆွဲလေးနဲ့ အုန်းရွက်ဦးထုပ်လို နေရောင်ကို ကောင်းစွာအုပ်မိုး ထားတာမျိုးက တကယ်ပဲ ဆွဲဆောင်မှုရှိစေပါတယ်။ အုန်းရွက်ကို အကျိုးရှိစွာ ပြုလုပ်ရောင်းချနိုင် တာတွေကတော့ ယာယီသစ်သီးထည့်ပေးနိုင်မယ့် အုန်းရွက်ဗန်းတွေ၊ အမှိုက်ထည့်တောင်းတွေ၊ ပစ္စည်းထည့်ရန် ဖာအသေးလေးတွေ၊ မီးလုံးကိုအုပ်ပေးတဲ့ အုန်းရွက်မီးအုပ်ဆောင်းတွေ၊ ကျုပ်ကဲ့သို့ ခန္ဓာကိုယ်အေးမြသွားစေမယ့် အုန်းရွက်ဖျာကြီး၊ ဖင်ထိုင်ဖျာအသေးတွေပဲဖြစ်ပါတယ်။

ကလေးတွေ အုန်းလက်လှည်းကလေးနဲ့ ဆော့ကစားရင် အုန်းရွက်မျက်မှန်၊ အုန်းရွက် နာရီပတ်ပြီးတော့ အုန်းရွက်ကို ကျွဲချိုကဲ့သို့ လေမှုတ်ကိရိယာလုပ်ပြီး "တဘူဘူ" လေမှုတ်သံနဲ့ မှ လိုက်ဖက်တယ်နော။

အုန်းရွက်က ဘာသာရေးနဲ့ ဆိုင်တဲ့ ပရိတ်အိုးတွေ၊ အတာအိုးတွေမှာလည်း မပါရင်မပြီးပါ ဘူး။ အချို့ဒေသက အုန်းရွက်ကို စက္ကူပျော့ဖတ်

တွေ၊ အုန်းရွက်ခြောက်ကို မီးရှို့လို့ ရတဲ့ ပြာတွေကို ထုံးအနေနဲ့ သုံးတတ်ကြပါတယ်။

အရွက်မပါတဲ့ အုန်းရွက်အလယ်ချောင်းကိုတော့ မတ်တတ်တံမြက်စည်း၊ လက်လှည်းတံမြက် စည်း၊ မီးဖိုချောင်သုံး အသားထိုးတံစို့များအဖြစ် သုံးကြပါတယ်။ ကမ္ဘောဒီးယားမှာ တော့ ထူးထူး ဆန်းဆန်း အုန်းရိုးတံပေါ်ကို ပိန္နဲသီးကရတဲ့ အစေးတွေနဲ့ သုတ်လိမ်းပြီး ပုစဉ်းကောင်တွေကို ဖမ်းကြတယ်နော်။ သူတို့ က ပိုးမွှားတွေစားတဲ့ အလေ့အထရှိလို့ ပုစဉ်းကောင်တွေကိုကြော်စားဖို့ ဖမ်းကြတာဖြစ်ပါတယ်။

အုန်းပင်၏ အလယ်ဖူး (Coconut Apical Bud)

အရွယ်ရောက်ပြီးအုန်းပင်ရဲ့ အလယ်ဝင်ရိုးထိပ်ဖျားပိုင်းက အရွက်ထွက်လာပေမဲ့ အဖူး (Apical Bud) တွေကို ကြော်ချက်စား၊ ဟင်းချိုချက်စားရာမှာ အလွန်နူးညံ့သော ဟင်းရွက်အနေ ဖြင့် ကျော်ကြားပါတယ်။ အသုပ်သုပ်စားရင်လည်း အလွန်အရသာရှိလှပါတယ်။ ဒေသခံတွေက အုန်းဂေါ်ဖီထုပ် (သို့မဟုတ်) အုန်းရဲ့ နှလုံးသားဆိုပြီးတော့ တင်စားကြပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီအဖူးကို ထုတ်ယူလိုက်ရင် အုန်းပင်သေသွားမှာ ဆိုတော့ ရှားရှားပါးပါးစားရဖို့ ခက်ပါတယ်နော်။ တချို့ မလိုချင်တော့လို့ အုန်းပင်ကို ခုတ်လှဲပစ်သောအခါမှ စားကြရမှာ ပါ။ ထိုင်းနိုင်ငံ ဟိုတယ်ကြီးတွေ မှာ တော့ အုန်းပင်အလယ်ဖူးကို အထူးစပါယ်ရှယ်ဟင်းလျာအနေဖြင့် တည်ခင်းသောအလေ့အထ ရှိကြပါတယ်။

အုန်းပန်းခိုင် (Coconut Inflorescence)

အုန်းပန်းခိုင်မှ အုန်းချိုရည်၊ အုန်းခါးရည်၊ အုန်းရှာလကာရည်၊ အုန်းသကြားအပြင် ပေါင်မုန့်ပြုလုပ်တဲ့ နေရာမှာ ထည့်သုံးရသော တဆေး (Yeast) ကိုလည်း အကြီးအကျယ် ထုတ်လုပ် ရောင်းချကြပါတယ်။ အုန်းပန်းခိုင်ကို ဘာသာရေးဆိုင်ရာ၊ ယတြာချေလိုသောအခါမှာ လည်း ဘုရား စေတီများမှာ ကပ်လှူလေ့ရှိလို့ ရွှေတိဂုံဘုရားမှာ ပင် အုန်းပန်းခိုင်ရောင်းချတဲ့ ဈေးကွက်ရှိတာကို တွေ့ရမှာ ပါ။
