

# ပြည်ထဲများရှိခိုင်း၊ မူမ၊ အမော်၊ သီ၊

## ပေမိုးခန္ဓိုး

ဂျာမီးအမိုး	5
တွေ့ဆုံးဆိုင်း	9
တီ၊ မူမ၊ စလော်၊ သီ၊	9
* ဂေါ်ဆိုင်း	9
မူ၊ ဂုဏ်းအရင်ရှုံးဗော်လဲးတီ၊ မူမ၊ စလော်၊ သီ၊	9
တီ၊ မူမ၊ စလော်၊ သီ၊	9
တီ၊ မူမ၊ စလော်၊ သီ၊ ဂမ်းဆိုင်း	10
တီ၊ မူမ၊ စလော်၊ သီ၊ တာင်တူး	11
ပို့ဆေးလဲးပိုင်တာင်တူးလဲးပေါ်၊ ပိုင်များ	12
လွှေ့ဝဲးပဲးရွှေ့သီး၊ ရွှေ့ထိုင်လိုပ်းပေးရွှေ့ပိုင်းများ	13
ကျော်းမီးအွေ့သီးရွှေ့ဆောင်လဲးပေးသိုင်္ခြားလွှေ့ရွှေ့ရှုံးဗော်းမိုင်း	15
တီ၊ မူမ၊ စလော်၊ သီ၊ ခလဲးရွှေ့၊ ဂုဏ်းအရင်ရှုံးဗော်းအမိုးလဲး	17
တီ၊ မူမ၊ စလော်၊ သီ၊ ခလဲးလွှေ့ဗျား၊ ပိုင်းတီးရွှေ့၊ ပဲးမိုင်း	18
လဲးရွှေ့၊ တာင်းဂမ်းတီ၊ မူမ၊ စလော်၊ သီ၊	19
သမော်လွှေ့တပ်းစီး၊ စတ်းဆိုးဗော်းလဲးလဲးရွှေ့၊ တာင်းဂမ်းတီ၊ မူမ၊ စလော်၊ သီ၊	22
* ဂေါ်ဘွင်း	25
လုပ်ပွင့်လိုင်းကာသွေ့ရှုံးဗော်းမိုင်းဒီးဗော်းကိုးလိုင်းအွေ့တူးတူးတဲ့	25
သုံး၊ လဲးသုံး၊ ပို့ရွှေ့ရှုံးဗော်းမိုင်းလဲးလဲးပဲးပျော်းကာသွေ့ပဲးမိုင်း	25
အွေ့ရှုံးလီးရွှေ့ရှုံးဗော်းမိုင်း	27
တီ၊ ကူးပို့ရွှေ့၊ ဂို့သီး၊ ပဲးကာသွေ့ရှုံးဗော်း	28
တီ၊ ကူးပို့ရွှေ့၊ ပဲးမာရ်းမီးတီ၊ မူမ၊ စလော်၊ သီ၊	31
* ဂေါ်သမဲ့	33
လုပ်ပွင့်လိုင်းစာများ၊ မာရ်းစာများကား၊ အော်းစာများ၊ ပွဲ့ပွဲ့ပွဲ့	33
ကာသွေ့ရှုံးဗော်းပို့ရွှေ့၊ အွေ့တူးတူးကော်းသီး၊ ပို့ရွှေ့လုပ်ပွင့်လိုင်းလီးသီး၊ သုတော်း	33
(က) ရွှေ့ရှုံးဗော်းမိုင်းပို့ရွှေ့ရှုံးဗော်းအော်းအွေ့အွေ့အွေ့အွေ့	34
(ခ) လုပ်ပွင့်လိုင်းတာင်တူး	36

(c) ပွဲလိုက်; ဂီပိုးလွမ်းလျှပ်စာဝ်; မက်းစာအောင်; ရို့နို့လျှပ်စာအောင်.	37
(က) ကုပ်, ပိုင်, ဖွင့်စမ်းဆင်, ပိုင်မီးခွဲတ်, ဖွဲတ်; ဝန်းမြိုင်းစီး	40
* ကဆ်သီး	42
သဘေးကြေးသူ၏၊ ထဲးလွှတ်းလိုင်း	42
ငင်းပိုမ်းလွှေ့ထား, ရှုံးလွှတ်းလိုင်း	42
တို့, မူဝါဒ, စရေးသီး, ခလားလုံးပိုင်ပဲးမက်းစာအောင်; မီးလွှတ်းလိုင်း	43
လုံးသူ၏, လုံးလွှတ်းလိုင်းကဆ်တုဂ်, ခလားကဆ်ကမ်, ထုဂ်,	46
လွမ်းပါး, တို့, ပဲးမြိုင်းစာဝ်	47
ပုံ၊ တို့, ပဲးမြိုင်းကဆ်ဝယ်းအောင်.	48
စပ်. မေတ္တာ၏, ပွဲလိုက်; ဂီပိုးခလားဝင်ပွဲးသူ၏; တုမိုးရွှေ့ရွှေ့တွမ်	49
လုံးပိုင်ပါး, တို့, သွင်းလွမ်း	49
တာဝ်းလိုလုံးပိုင်ပါး, တို့, သွင်းလွမ်း	50
လုံးပိုင်ပါး, တို့, အမိုင်လုံး	51
လုံးပိုင်လိုက်; ကိုယ်လွှေ့ရမ်းပါးအမ်	52
လုံးပိုင်တာဝ်တုဂ်ကိုယ်ဖို့မြိုင်မီးအမ်ကော်.	55
တွေ့ဆုံးသွေ့	57
ကဆ်သာအောင်တိုးကဆ်တာဝ်းတို့, မူဝါဒ, စရေးသီး,	57
* ကဆ်ရွှေ့နှင်း	57
လုံးကုပ်, ပိုင်, ကဆ်ကမ်, ထုဂ်, ဖို့ဆုံးတို့, မူဝါဒ, စရေးသီး,	57
လုံးကုပ်, ပိုင်, ဖွင့်စမ်းဝင်းဝင်းရော်မွမ်း	57
ကရိတ်. သိတုပ်စွဲရော်, သီး,	58
ကော်လိုစုရိ	60
ရွှေ့လွမ်းထာတ်းသာဝ်လုံးကုပ်, ပိုင်, သာအောင်တိုးတို့, မူဝါဒ, စရေးသီး,	60
* ကဆ်လှော်း	61
ဖွင့်ရှုံးရှုံးဝင်းလုံးပဲးမြိုင်းကဆ်တို့, မူဝါဒ, စရေးသီး, ကမ်, ဝေင်းမီးလုံး	61
ပဲးစွဲဆုံးရှုံးရှုံးဝင်းကျော်, အော်, အော်, ဂီမံတုဂ်	61
လုံးပိုင်ကျော်, အော်, တို့, လုံးလိုင်	62
ဖွင့်ရှုံးရှုံးဝင်းလုံးပိုင်ကျော်, အော်, တို့, လုံးလိုင်းလိုင်	63
ဝါးတွေ့ဖွင့်တ်. သီးတို့.	64
ဝါးတွေ့ဖွင့်တ်, တို့.	66

တွေအဲသမီ	68
ပိုင်တီ,မျှုံ,စရော,သီ,တင်းလံစော	68
* ကန်ပိုင်း	68
ကိုင်ဖိုင်တင်းဂျာ့,နှာ့ထိုင်ပဲးမိုင်းသေကုန်းဇော်.တီ,မျှုံ,စရော,သီ,	68
ထိုပ်.ပစ္စာ,တီ,မျှုံ,စရော,သီ,	69
ဖိုင်းပိုင်းသေအော်ပါ,တလိုင်း.ပစ္စာ,	69
လွှာ့မ်း.နှာ့လိုပ်.ပစ္စာ,တီ,မျှုံ,စရော,သီ,	71
လိုင်း.ပစ္စာ,တီ,မျှုံ,စရော,သီ,ခလားပာအော်သီးသားပို့ဆောင်းသုတော်း	73
တီ,မျှုံ,စရော,သီ,ဂျာ့မိုင်း	75
သအော်;တို့သီးပို့ဆောင်း,တစွမ်း,မိုင်း,အီတီ.	76
လွှာ့မ်း.နှာ့လိုပ်,တီ,မျှုံ,စရော,သီ,ဂျာ့မိုင်း	78
လဲးတီ,မျှုံ,စရော,သီ,ချုံးမိုင်းကာအော်မြို့သီးကုန်	80
တီ,မျှုံ,စရော,သီ,ဂျာ့မိုင်းခလားပာအော်သီးသားပို့ဆောင်းသုတော်း	81
သူ့,ခသျာ့တီ,မျှုံ,စရော,သီ,	82
သအော်;တို့သီးပို့ဆောင်း,ခသျာ့တီ,မျှုံ,စရော,သီ,	84
ချုံး,ခသျာ့တီ,မျှုံ,စရော,သီ,ခလားလွှေ့လိုဂ်းလဲးစံး,ကူးဝော်.ထာအော်;ဂျာ့	84
တီ,မျှုံ,စရော,သီ,ခိုင်းကျမ်းဝော်.သမီဖွှဲ့လုပ်းမြော်,	87
* ကန်ပိုင်း	90
ကိုင်ဖိုင်လဲးစွာတ်,အွှေတ်;လွှေမှုံးလွှေ့လွှေ့ပွဲ့လွှေ့လိုင်းသေကုန်းဇော်.တီ,မျှုံ,စရော,သီ,	90
(က) ပုံ,လီ,မအော်,	91
(ခ) ပွဲ့လွှေ့လိုင်း;နှော်;ဂျာ့လွှေ့လွှေ့	91
(င) အူးယုံ,အမော်;လွှေ့လိုင်း	92
(၁၈) အူးယုံ,ကွွာ့ရှေ့ရှေ့လွှေ့လွှေ့ပွဲ့လွှေ့လိုင်း	93
(၁၉) ပုံ,တီ,လဲးကျော်,အော်;ခလားပုံ,တီ,အော်;မို့ဆောင်း	93
ပုံ,လီ,မအော်,တီ,မျှုံ,စရော,သီ,	93
ပွဲ့တွော်;လွှေ့လိုင်းစွာတ်,အွှေတ်;မွေးပုံးဝဲ့.တီ;ပုံ,လီ,မအော်,ကာအော်မိုင်း	94
လွှေ့လွှေ့စွာတ်,အွှေတ်;လွှေ့လိုင်းလွှေ့လွှေ့ပွဲ့လွှေ့လိုင်း	95
တင်း,သျော်းလွှေ့ကာမ်း,မီးတင်းးယုံး,ဂိုဏ်းခလားလွှေ့ယုံး.ပို့တ်းပုံ,လီ,မအော်,	97
ပိုင်ဖွှဲ့လွှေ့လွှေ့သမီးပုံ,လီ,လီ,မအော်,တီ,မျှုံ,စရော,သီ,	100
ကွဲ့လိုင်းကွဲ့သီးတီ,မျှုံ,စရော,သီ,	101
လွှေ့လွှေ့လဲးစွာတ်,အွှေတ်းလွှေ့လွှေ့ပွဲ့လွှေ့လိုင်း	103

ပွဲးလိုက်းတင်,ကွမ်လိုင်း	105
နှင့်းပွင့်ကျော်,ကွမ်လိုင်း	108
ပိုင်ဖွဲ့လုံးသာင်းကွမ်လိုင်းကွဲ့တီ,မူဝ်,စရော,သီ,	110
ဖွဲ့သာ့,ဖွဲ့သာ့လုံးပါးလီ,မူဝ်,စရော,သီ,	111
ကွမ်လိုင်းကွဲ့ဖွဲ့တီ,မူဝ်,စရော,သီ,	114
လုံးဖွဲ့,ဖွဲ့လုံးလုံးလိုင်း	115
နှင့်းပွင့်ကျော်,ကွမ်လိုင်း	116
ဘွဲ့,သူဝ်,လီ,ယေားသို့သဲ့တီ,မူဝ်,စရော,သီ,	118
တီးပွင့်,ဘွဲ့,သူဝ်,လီ,ယေားသို့သဲ့တီ,မူဝ်,စရော,သီ,	120
ထွင်းဖွဲ့,ဖွဲ့လုံးလုံးပွင့်လိုင်းရွှေ့ပွင့်	121
ကျော်,အော်,ရီ,တူဗုံး,ပွင့်,ပုံတီး	123
လုံးတင်တူဗုံးဆင်,နီးအမိကော်,	125
လွင်းခွဲ့သော်လွှဲ့သဲ့,သူဝ်	126
သံဝါးဝါးလုံးအော်သာင်း,တုံး,ကျော်,သူဝ်,လီ,ယေားသို့သဲ့	129
(က) ကျော်,တုံးပို့သဲ့,ပုံးရှုံးထိုင်းဂဲ့	129
(ခ) လွှေ့နှုံးပို့ပုံးတီးအမိလုံး	131
(င) လွင်းဖွဲ့,ဖွဲ့လုံးဝါးလုံးတီးတွေ့ပွဲ့တီးတွေ့	132
(က) လွင်းအေးတီးလို့သဲ့လို့ကပ်းဝင်းကဲ့သော်လုံးမူးပိုင်ဖွဲ့တီးတော်,	134
ဖွဲ့သာ့ဝါးဖွဲ့သာ့,သူဝ်,လီ,ယေားသို့သဲ့တီးတူဗုံး,သူဝ်,စရော,သီ,	134
မိုင်းကိုပို့တီးလို့ပို့တီးဘွဲ့,သူဝ်,လီ,ယေားသို့သဲ့တီးတူဗုံး,သူဝ်,စရော,သီ,	136
စော်းသင်,လူဗုံးလင်	138
တီးပွင့်,စော်းစွဲ့လုံးတီးတူဗုံးဝါးလုံးပေးပို့	141
ဖို့သဲ့ကိုပို့တီးလို့ပို့တီး	147













































