မာတိကာ

အကြောင်းအရာ စာမျက်နှာ

ပဋ္ဌာန်းမြတ်ဒေသနာ ---- ၁
ကုသလတ္တိက ပဋ္ဌာန်းမှတ်စု ဓမ္မပူဇာအစီအစဉ် ---- ၄
ပဋ္ဌာန်းဟောရိုးဆက်များ ---- ၅
အခန်း(၁) **ကုသလတ္တိက ပုစ္ဆာဝါရ** ---- ၈
၁။ ဓမ္မအနုလုံ ---- ၈
၂။ ဓမ္မပစ္စနိက် ---- ၁၁
၃။ ဓမ္မအနုလောမပစ္စနိက် ---- ၁၂
၄။ ဓမ္မပစ္စနီယာနုလောမ ---- ၁၃
အဋ္ဌကထာနည်းအရ(တိက)ပဋ္ဌာန်းပုစ္ဆာဝါရ ရေတွက်ပုံ ---- ၁၃
မူလဋီကာလာ (တိက)ပဋ္ဌာန်းပုစ္ဆာဝါရကို ရေတွက်ပြခြင်း ---- ၁၄
အခန်း(၂) **ပဉှာဝါရဝိဘင်္ဂ** ---- ၁၅
မျိုးစဉ်အားဖြင့်လေ့လာခြင်း ---- ၁၆
(၁) အာရမ္မဏမျိုး ---- ၂၀
အာရမ္မဏ ၈-ပစ္စည်း အနုလုံ သုဒ္ဓသင်္ချာဇယား ---- ၂၁
၁။ အာရမ္မဏ ---- ၂၂
၂။ အာရမ္မဏာဓိပတိ ၄။ အာရမ္မဏူပနိဿယ ---- ၄၀
၅။ အာရမ္မဏပုရေဇာတ၊ ၇။ အာရမ္မဏပုရေဇာတတ္ထိ ၈။ အာရမ္မဏပုရေဇာတအဝိဂတ ၄၈
၃။ ဝတ္ထာရမ္မဏပုရေဇာတနိဿယ(ဝတ္ထာ)၊ ၆။ ဝတ္ထာရမ္မဏပုရေဇာတဝိပ္ပယုတ္တ ၅၁
အာရမ္မဏပုရေဇာတာဓိပတိ ---- ၅၃
ဝတ္ထာရမ္မဏာဓိပတိ ---- ၅၄
(၂) သဟဇာတမျိုး ---- ၅၇
သဟဇာတမျိုး၊ သဟဇာတအငယ် ၇-မျိုး အနုလုံ သုဒ္ဓသင်္ချာဇယား --- ၅၈
သဟဇာတမျိုး၊ သဟဇာတကြီး-၄ အလတ်-၄ အနုလုံ သုဒ္ဓသင်္ချာဇယား-- ၅၉
သဟဇာတငယ် ပါဠိတော်ဇယား ---- ၆၀
၁။ ဟေတုပစ္စည်း ---- ၆၁
၂။ သဟဇာတာဓိပတိ ---- ၆၉

၃။ သဟဇာတကမ္မ ---- ၇၄
၄။ နာမ်အာဟာရ ---- ၇၈
၅။ သဟဇာတိန္ဒြိယ ---- ၈၂
၆။ ဈာနပစ္စည်း ---- ၈၉
၇။ မဂ္ဂပစ္စည်း ---- ၉၂
သဟဇာတအကြီး ၄-ပစ္စည်း ---- ၉၆
သဟဇာတ အကြီး၊ အလတ် ပါဠိတော်ဇယား ---- ၁၀၅
အညမညပစ္စည်း ---- ၁၀၆
ဝိပါကပစ္စည်း ---- ၁၀၈
သမ္ပယုတ္တပစ္စည်း ---- ၁၁၀
သဟဇာတဝိပ္ပယုတ္တပစ္စည်း ---- ၁၁၂
သဟဇာတမျိုး မှတ်ဖွယ် ---- ၁၁၄
(၃) အနန္တရမျိုး ---- ၁၁၅
အနန္တရူပနိဿယ ၇-မျိုး အနုလုံ သုဒ္ဓသင်္ချာဇယား ---- ၁၁၅
၁။ အနန္တရ၊ သမနန္တရ၊ အနန္တရူပနိဿယ၊ နတ္ထိ၊ ဝိဂတပစ္စည်း --- ၁၁၆
၂။ အနန္တရမျိုး အာသေဝနပစ္စည်း ---- ၁၂၃
၃။ အနန္တရမျိုး ကမ္မပစ္စည်း ---- ၁၂၆
(၄) ပကတူပမျိုး ၁။ ပကတူပနိဿယ ---- ၁၂၇
၂။ ဗလဝနာနာက္ခဏိကကမ္မ ---- ၁၃၉
(၅) ဝတ္ထုပုရေဇာတမျိုး ---- ၁၄၀
၁။ ဝတ္ထုပုရေဇာတ ---- ၁၄၀
၂။ ဝတ္ထုပုရေဇာတိန္ဒြိယပစ္စည်း ---- ၁၄၃
(၆) ပစ္ဆာဇာတမျိုး ၁။ ပစ္ဆာဇာတ ---- ၁၄၅
(၇) ဗလဝဒုဗ္ဗလနာနာက္ခဏိကကမ္မမျိုး ---- ၁၄၉
(၈) ရုပ်အာဟာရမျိုး ---- ၁၅၂
(၉) ရူပဇီဝိတိန္ဒြိယမျိုး ---- ၁၅၄

(၁၀) ကုသလတ္တိက မိဿက ၃-ပစ္စည်း ---- ၁၅၆
၁။ သဟဇာတပုရေဇာတမိဿကပစ္စည်း ---- ၁၅၆
၂။ ပစ္ဆာဇာတဟာရမိဿကပစ္စည်း ---- ၁၅၈
၃။ ပစ္ဆာဇာတိန္ဒြိယမိဿက ---- ၁၅၉

အခန်း(၃) **ပဉှာဝါရ သင်္ချာဝါရ** ---- ၁၆၁

(၁) **ပဉှာဝါရပစ္စယာနုလောမ သင်္ချာဝါရ** ---- ၁၆၁
ပဉှာဝါရ အနုလုံ သဘာဂဇယား ---- ၁၆၂
ပဉှာဝါရ ဒေသနာက္ကမ(သင်္ချာ)ဇယား ---- ၁၆၃
သုဒ္ဓသင်္ချာဝါရ ဟောရိုးစစ် ---- ၁၆၇
'သဘာဂ'သဘော ---- ၁၆၇
'ဃဋနာ'သဘော ---- ၁၆၈
ပစ္စယာနုလောမ မိဿကသင်္ချာဝါရ-သဘာဂ ---- ၁၇၀
၁။ ဟေတုပစ္စည်း သဘာဂ(၁၁) ---- ၁၇၀
၂။ အာရမ္မဏပစ္စည်း သဘာဂ(၇) ---- ၁၇၅
၃။ အဓိပတိပစ္စည်း သဘာဂ(၁၅) ---- ၁၇၆
၄။ အနန္တရပစ္စည်း သဘာဂ(၆) ---- ၁၇၇
၅။ သမနန္တရပစ္စည်း သဘာဂ(၆) ---- ၁၇၇
၆။ သဟဇာတပစ္စည်း သဘာဂ(၁၄) ---- ၁၇၇
၇။ အညမညပစ္စည်း သဘာဂ(၁၄) ---- ၁၇၈
၈။ နိဿယပစ္စည်း သဘာဂ(၁၇) ---- ၁၇၉
၉။ ဥပနိဿယပစ္စည်း သဘာဂ(၁၃) ---- ၁၈၀
၁၀။ ပုရေဇာတပစ္စည်း သဘာဂ(၈) ---- ၁၈၁
၁၁။ ပစ္ဆာဇာတပစ္စည်း သဘာဂ(၃) ---- ၁၈၂
၁၂။ အာသေဝနပစ္စည်း သဘာဂ(၅) ---- ၁၈၂
၁၃။ ကမ္မပစ္စည်း သဘာဂ(၁၄) ---- ၁၈၃
၁၄။ ဝိပါကပစ္စည်း သဘာဂ(၁၄) ---- ၁၈၃

၁၅။ အာဟာရပစ္စည်း သဘာဂ(၁၁) ---- ၁၈၄
၁၆။ ဣန္ဒြိယပစ္စည်း သဘာဂ(၁၄) ---- ၁၈၅
၁၇။ ဈာနပစ္စည်း သဘာဂ(၁၀) ---- ၁၈၆
၁၈။ မဂ္ဂပစ္စည်း သဘာဂ(၁၂) ---- ၁၈၆
၁၉။ သမ္ပယုတ္တပစ္စည်းသဘာဂ(၁၃) ---- ၁၈၇
၂၀။ ဝိပ္ပယုတ္တပစ္စည်း သဘာဂ(၁၇) ---- ၁၈၈
၂၁။ အတ္ထိပစ္စည်း သဘာဂ(၁၈) ---- ၁၈၉
၂၂။ နတ္ထိပစ္စည်း သဘာဂ(၆) ---- ၁၉၀
၂၃။ ဝိဂတပစ္စည်း သဘာဂ(၆) ---- ၁၉၀
၂၄။ အဝိဂတပစ္စည်း သဘာဂ(၁၈) ---- ၁၉၀
သဟငယ်အချင်းချင်းသဘာဂ ---- ၁၉၀
သဟလတ်အချင်းချင်းသဘာဂ ---- ၁၉၀
သဟငယ်နှင့် သဟလတ်သဘာဂ ---- ၁၉၁
ပစ္စယာနုလောမ မိဿကသင်္ချာဝါရ-ဃဋနာ ---- ၁၉၂
မိဿကဃဋနာ(ဝါ)မိဿကပကိဏ္ဏကဃဋနာ ၃၉-ချက်။ ခေါင်းစဉ် ၁၁-မျိုး ၁၉၄
မိဿကပကိဏ္ဏကဃဋနာ ခေါင်းစဉ် ၁၁-ချက် ဆိုရိုး ---- ၁၉၇
ပကိဏ္ဏကဃဋနာ (ဝါ) သုဒ္ဓပကိဏ္ဏကဃဋနာ ၆၄-ချက်။ ခေါင်းစဉ် ၁၃-မျိုး ၂၀၀
သုဒ္ဓပကိဏ္ဏကဃဋနာ ၆၄-ချက် အကျဉ်းချုပ်ဆိုရိုး ---- ၂၀၄

သဟဇာတဃဋနာ ၁၃၂-ချက်

သဟအကြီးအလတ်ဃဋနာဇယား ၅၇-ချက် ---- ၂၀၈
သဟဇာတ အငယ်ဃဋနာ ၂၅၅-ချက် ---- ၂၁၂
(၂) **ပဉှာဝါရပစ္စနိက် သုဒ္ဓသင်္ချာဝါရ** ---- ၂၂၅
ကုသလတ္တိက ပဉှာဝါရ ပစ္စယုဒ္ဓါရ ဇယား ---- ၂၂၆
ပစ္စယုဒ္ဓါရ ဆိုရိုး ---- ၂၂၇
ပစ္စနိက်သုဒ္ဓသင်္ချာ သံပေါက်များ ---- ၂၃၀
သဘာဂပစ္စည်းချင်းနှုတ်ပုံ ---- ၂၃၆

ပဉှာဝါရပစ္စနိက် သုဒ္ဓသင်္ချာ ---- ၂၄၅
ကုသလတ္တိက ပဉှာဝါရ ပစ္စနိက်ဇယား ---- ၂၄၅
၁။ နဟေတုမှ ---- ၂၄၇
၂။ နာရမ္မဏမှ ---- ၂၆၇
၃။ နာဓိပတိမှ ---- ၂၆၉
၄။ နာနန္တရမှ၊ ၅။ နသမနန္တရ ---- ၂၇၀
၆။ နသဟဇာတမှ ---- ၂၇၄
၇။ နအညမညမှ ---- ၂၇၆
၈။ နနိဿယမှ ---- ၂၇၉
၉။ နဥပနိဿယမှ ---- ၂၈၂
၁၀။ နပုရေဇာတမှ ---- ၂၈၆
၁၁။ နပစ္ဆာဇာတမှ ---- ၂၈၉
၁၂။ နာသေဝနမှ ---- ၂၉၃
၁၃။ နကမ္မမှ ---- ၂၉၄
၁၄။ နဝိပါကမှ ---- ၃၀၀
၁၅။ နအာဟာရမှ ---- ၃၀၀
၁၆။ နဣန္ဒြိယမှ၊ နဈာနမှ၊ နမဂ္ဂမှ၊ နသမ္ပယုတ္တမှ ---- ၃၀၅
၂၀။ နဝိပ္ပယုတ္တမှ ---- ၃၀၆
၂၁။ နောအတ္ထိမှ ---- ၃၁၁
(၃) **ပဉှာဝါရ အနုလောမပစ္စနိက်** ---- ၃၁၆
အနုလောမပစ္စနိက် ဒုက ---- ၃၁၆
မူလပဋ္ဌာန်းဆရာတော် ကြံဆသောနည်း ---- ၃၁၆
မိဿကပကိဏ္ဏကဃဋနာ ၃၉-ချက် ---- ၃၃၆
သုဒ္ဓပကိဏ္ဏကဃဋနာ ၆၄-ချက် ---- ၃၄၂
သဟဇာတ အကြီး အလတ် ဃဋနာ ၅၇-ချက် ---- ၃၄၇
သဟဇာတအငယ် ဃဋနာခေါင်း ၂၅၅-ချက် ---- ၃၅၀

(၄) **ပစ္စနီယာနုလောမ- သင်္ချာ** ---- ၃၇၃
၁။ နဟေတုမှ ---- ၃၇၃
၂။ နအာရမ္မဏမှ ---- ၃၈၃
၃။ နအဓိပတိမှ ---- ၃၈၄
၄။ နအနန္တရမှ ၅။ နသမနန္တရမှ ---- ၃၈၆
၆။ နသဟဇာတမှ ---- ၃၈၈
၇။ နအညမညမှ ---- ၃၈၉
၈။ နနိဿယမှ ---- ၃၉၃
၉။ နဥပနိဿယမှ ---- ၃၉၅
၁၀။ နပုရေဇာတမှ ---- ၃၉၇
၁၁။ နပစ္ဆာဇာတမှ ---- ၃၉၉
၁၂။ နာသေဝနမှ ---- ၄၀၁
၁၃။ နကမ္မမှ ---- ၄၀၃
၁၄။ နဝိပါကမှ ---- ၄၀၇
၁၅။ နအာဟာရမှ ---- ၄၁၀
၁၆။ နဣန္ဒြိယမှ ---- ၄၁၃
၁၇။ နဈာနမှ ---- ၄၁၅
၁၈။ နမဂ္ဂမှ ---- ၄၁၆
၁၉။ နသမ္ပယုတ္တမှ ---- ၄၁၇
၂၀။ နဝိပ္ပယုတ္တမှ ---- ၄၂၀
၂၁။ နောအတ္ထိမှ ---- ၄၂၅

အခန်း(၄) **ပစ္စယနိဒ္ဒေသ** ---- ၄၃၁

၁။ ဟေတုပစ္စည်း ---- ၄၃၁
၂။ အာရမ္မဏပစ္စည်း ---- ၄၃၅
၃။ အဓိပတိပစ္စည်း ---- ၄၃၈
၄။ အနန္တရပစ္စည်း ၅။ သမနန္တရပစ္စည်း ---- ၄၄၁

၆။ သဟဇာတပစ္စည်း ---- ၄၄၄
၇။ အညမညပစ္စည်း ---- ၄၄၆
၈။ နိဿယပစ္စည်း ---- ၄၄၇
၉။ ဥပနိဿယပစ္စည်း ---- ၄၄၉
၁၀။ ပုရေဇာတပစ္စည်း ---- ၄၅၄
၁၁။ ပစ္ဆာဇာတပစ္စည်း ---- ၄၅၆
၁၂။ အာသေဝနပစ္စည်း ---- ၄၅၇
၁၃။ ကမ္မပစ္စည်း ---- ၄၅၉
၁၄။ ဝိပါကပစ္စည်း ---- ၄၆၁
၁၅။ အာဟာရပစ္စည်း ---- ၄၆၂
၁၆။ ဣန္ဒြိယပစ္စည်း ---- ၄၆၄
၁၇။ ဈာနပစ္စည်း ---- ၄၆၆
၁၈။ မဂ္ဂပစ္စည်း ---- ၄၆၇
၁၉။ သမ္ပယုတ္တပစ္စည်း ---- ၄၆၈
၂၀။ ဝိပ္ပယုတ္တပစ္စည်း ---- ၄၆၉
၂၁။ အတ္ထိပစ္စည်း ---- ၄၇၁
၂၂။ နတ္ထိပစ္စည်း ၂၃။ ဝိဂတပစ္စည်း ---- ၄၇၃
၂၄။ အဝိဂတပစ္စည်း ---- ၄၇၄

အခန်း(၅) **ဆဝါရဝိဘင်္ဂ** ---- ၄၇၅

ဆဝါရဝိဘင်္ဂနှင့်ဆိုင်ချက်(ပဋ္ဌာန်းပါဠိကျမ်း) ---- ၄၇၅
ဆဝါရဝိဘင်္ဂ အနုလုံသုဒ္ဓသင်္ချာဖြစ်လာပုံ ---- ၄၇၆
သဟဇာတ၊ နိဿယ၊ အတ္ထိ၊ အဝိဂတ ---- ၄၈၇
ဆဝါရအနုလုံ ဝိဘင်္ဂပါဠိတော်ဇယား ---- ၄၈၉
ပဋိစ္စဝါရ အနုလုံ ဝိဘင်္ဂဝါရ ကဏ္ဍားကောက်ဇယား ---- ၄၉၀
ပစ္စယဝါရ အနုလုံ ဝိဘင်္ဂဝါရ ကဏ္ဍားကောက်ဇယား ---- ၄၉၁
ပဋိစ္စဝါရ အနုလုံ ဟိတ်ပါဠိကောက် ---- ၄၉၂

ဟေတုပစ္စည်း ---- ၅၂၃
အာရမ္မဏပစ္စည်း ---- ၅၃၀
အနန္တရ၊ သမနန္တရ၊ နတ္ထိ၊ ဝိဂတပစ္စည်း ---- ၅၃၅
ဥပနိဿယပစ္စည်း ---- ၅၃၆
သမ္ပယုတ္တပစ္စည်း ---- ၅၃၈
အဓိပတိပစ္စည်း ---- ၅၃၉
အညမညပစ္စည်း ---- ၅၄၈
ပုရေဇာတပစ္စည်း ---- ၅၅၂
အာသေဝနပစ္စည်း ---- ၅၅၆
ကမ္မပစ္စည်း ---- ၅၆၀
ဝိပါကပစ္စည်း ---- ၅၆၆
အာဟာရပစ္စည်း ---- ၅၆၈
ဣန္ဒြိယပစ္စည်း ---- ၅၆၉
ဈာနပစ္စည်း ---- ၅၇၃
မဂ္ဂပစ္စည်း ---- ၅၇၅
ဝိပ္ပယုတ္တပစ္စည်း ---- ၅၇၇
ဆဝါရ အနုလုံ ဟိတ်ပါဠိကောက်မှတ်ဖွယ်များ ---- ၅၈၃
ဆဝါရဝိဘင်္ဂ ပစ္စနိက်သင်္ချာထုတ်ပုံ ---- ၅၈၅
ဆဝါရ-ပစ္စနိက် ဝိဘင်္ဂထုးရာပါဠိတော် ---- ၅၈၆
ပစ္စနိက်-ဟိတ်ပါဠိကောက်ပုံ ---- ၅၈၇
န ဟေတုပစ္စည်း ---- ၅၈၇
န အာရမ္မဏာဒိ ---- ၅၉၃
န အဓိပတိပစ္စည်း ---- ၅၉၅
န အညမညပစ္စည်း ---- ၆၀၃
န ပုရေဇာတပစ္စည်း ---- ၆၀၅
န ပစ္ဆာဇာတပစ္စည်း ---- ၆၀၈
န အာသေဝနပစ္စည်း ---- ၆၀၉

န ကမ္မပစ္စည်း ---- ၆၁၄
န ဝိပါကပစ္စည်း ---- ၆၁၇
န အာဟာရပစ္စည်း ---- ၆၁၉
န ဣန္ဒြိယပစ္စည်း ---- ၆၂၀
န ဈာနပစ္စည်း ---- ၆၂၁
န မဂ္ဂပစ္စည်း ---- ၆၂၃
န ဝိပ္ပယုတ္တပစ္စည်း ---- ၆၂၄
ဆဝါရဝိဘင်္ဂ ခန္ဓာဝါရ ---- ၆၂၆
ခန္ဓာဝါရဖွဲ့ရန် နည်းပြဇယား ---- ၆၂၇

အခန်း(၆) **ဆဝါရ သင်္ချာဝါရ** ---- ၆၃၆

ဆဝါရအနုလုံ သင်္ချာဝါရ ဆဝါရသင်္ချာ အကျဉ်းချုပ် ---- ၆၃၆
ဆဝါရ-အနုလုံ-သုဒ္ဓသင်္ချာ ---- ၆၃၇
ဟေတုမှ အာရမ္မဏစသည် ဒုက ---- ၆၃၇
အာရမ္မဏမှ ဒုက ---- ၆၅၀
အဓိပတိမှ ဒုက ---- ၆၅၁
အနန္တရ-သမနန္တရမှစသည်၊ ---- ၆၅၂
သဟဇာတမှ ဒုက ---- ၆၅၃
အညမညမှ ဒုက ---- ၆၅၃
နိဿယမှ၊ ဥပနိဿယမှ၊ ပုရေဇာတမှ ဒုက ---- ၆၅၆
အာသေဝနမှ ဒုက ---- ၆၅၈
ကမ္မမှ ဒုက ---- ၆၆၂
ဝိပါကမှ ဒုက ---- ၆၆၆
အာဟာရမှ ဒုက ---- ၆၆၈
ဣန္ဒြိယမှ ဒုက ---- ၆၆၉
ဈာနမှ ဒုက ---- ၆၇၀
မဂ္ဂမှ-ဒုက ---- ၆၇၁
ဝိပ္ပယုတ္တမှ ဒုက ---- ၆၇၂

ဆဝါရပစ္စနိက် သင်္ချာဝါရ ---- ၆၇၈
ဆဝါရ ပစ္စနိက် ဟောပုံ ---- ၆၇၉
စတုဝါရ- သုဒ္ဓ ---- ၆၇၉
နဟေတုမှ ဒုက ---- ၆၈၀
နာရမ္မဏမှ ဒုကစသည် ---- ၆၈၅
ပစ္စနိက် ဒွေဝါရ (သံသဋ္ဌဝါရ၊ သမ္ပယုတ္တဝါရ) ---- ၇၁၁
ဆဝါရ ပစ္စနိက် ဒွေဝါရ သုဒ္ဓ ---- ၇၁၁
နဟေတုမှ ဒုကစသည် ---- ၇၁၁
အနုလောမပစ္စနိက် သင်္ချာဝါရ ---- ၇၂၆
မူလပဋ္ဌာန်းဆရာတော်ကြံဆသောနည်း လေးချက်သေလှည့်နည်း --- ၇၂၇
ဟေတုမှ ဒုက ---- ၇၂၈
အာရမ္မဏမှ ဒုက (နံ,သနံ,ဥ,သမ်,နတ်,ဝိဂတ)စသည် ---- ၇၃၄
ပစ္စနီယာနုလောမ သင်္ချာဝါရ ---- ၇၄၉
ပစ္စနီယာနုလောမ (စတုဝါရ) နဟေတုမှ ဒုက ---- ၇၄၉
နအာရမ္မဏမှ ဒုကစသည် ---- ၇၅၂
ပစ္စနိက် ဒွေဝါရ (သံသဋ္ဌဝါရ၊ သမ္ပယုတ္တဝါရ)---- ၇၆၆
နဟေတုမှ ဒုက ---- ၇၆၆
ဓမ္မပူဇာမင်္ဂလာ ဓာတ်ပုံမှတ်တိုင်များ ---- ၇၇၅
ပဋ္ဌာန်း ၂၄-ပစ္စည်း မေတ္တာပို့ဆုတောင်း ---- ၇၇၆

စိရံ တိဋ္ဌတု အဘိဓမ္မော

အဘိဓမ္မော- သတ္တဇိဝါ၊ သုငါမစပ် ပရမတ်စစ် တရားနှစ်ကို
ဖွင့်လှစ်ထုတ်ဖော် အဘိဓမ္မာ(ပဋ္ဌာန်း)တရားတော်သည်။
စိရံ- ငါးထောင်သာသနာ မြင့်ရှည်ကြာအောင် အစွန့်ရှည်စွာ။
တိဋ္ဌတု- စိန်မြင့်မိုရ် မတ္တိုင်ကဲ့သို့ ခိုင်ခိုင်မတ်မတ် တန့်ရပ်တည်နေပါစေသတည်း။