

# မိခင်တစ်ယောက်အဖို့အိပ်စားပေးရန်အချက်အလက်

ဖိသိပ်ကိန်းကိန်းလဲလဲထိပ်ထိပ်လဲလဲအဖို့အိပ်စားပေးရန်အချက်အလက်ကိုလေ့လာပါ။  
နမူနာအိပ်စားပေးရန်အချက်အလက်ကိုလေ့လာပါ။

## သုံးဘူးပေးသောအိပ်စားပေးခြင်း

- မဒီယူအိပ်စားပေးခြင်းတံသေကိန်းတဖန်
- မသေတင်လိက်ကွဲတဖန်လဲလဲအိပ်စားပေးခြင်းတဖန်  
တဖန်, တင်နီတကတင်တဖန်အိပ်စားပေးခြင်း  
လိင်လဲလဲအသုံးအသုံးတဖန်လိင်.
- မတင်သဘင်ဘုရားလဲလဲအိပ်စားပေးခြင်းအကု 3 ကု  
မှတဖန် 4 ကု

## နိမိတ်အိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်း

- ထိပ်တင်သုဂ္ဂလဲ
- ယုဂ္ဂလဲကဒ်
- ယိပ်လုပ်ယိပ်သပု (လုပ်ယိပ်အိပ်စား 3 ပု)
- ဟးထိပ်စီးဟးလိယိပ်သုဂ္ဂလဲအိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်းခါ  
တခါစုစု
- တံတံအိပ်စားပေးခြင်းထိပ်ပလိအိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်း  
မှတဖန် တရုံးတြဲအစုစု
- ဘိထိပ်တင်သုဂ္ဂလဲအိပ်စားပေးခြင်း  
တင်အကိင်လိင်တဖန် 6 ခါအိပ်စားပေးခြင်း
- ကူထိပ်ကလဲထိပ်စီးဘုရားလိင်တင်ကူတင်ကလဲလဲ  
အနိင်ကစင်

## တင်ရဲလိင်ဟိင်အိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်း

- ဟးနုအတိင်လဲလဲအိပ်စားပေးခြင်းအပူ
- ဟိဖျါတင်ဘုရားယိပ်တင်လဲလဲအိပ်စားပေးခြင်းလဲလဲအဟိင်  
တဂဲအဂိင်
- နိပင်တင်အိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်း  
"အဝဲအတင်"
- ဟိဖျါတင်သးဂဲအိပ်စားပေးခြင်းဂိင်
- မလိဖးအိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်း
- စံးအမဲ, အသး, အိပ်စားပေးခြင်း မှင်ခါ

- စံးတင်ကတိင်တဖန်အိပ်စားပေးခြင်း "ယ-," "ယလ,"  
"နလ," အိပ်စားပေးခြင်း (သိလုပ်တဖန်,  
တင်လိင်ကွဲတဖန်)

## တင်တဲပင်လိင်ဟိင်, ကျိင် အိပ်စားပေးခြင်း တင်သုဂ္ဂလဲအိပ်စားပေးခြင်း

- ဟိထွဲတင်သိပ်လိင်နဲလိင်လဲလဲ အိပ်စားပေးခြင်း 2 ခါ မှတဖန်  
3 ခါအပူ
- စံးတင်ဖိတင်လဲလဲအမဲတဖန်လဲလဲအထိပ်ညိနု
- နိပင်တင်ကတိင်အိပ်စားပေးခြင်း "အပူ," "လဲလဲအိပ်စားပေးခြင်း,"  
အိပ်စားပေးခြင်း "လဲလဲအိပ်စားပေးခြင်း"
- ကတိင်တင်သုဂ္ဂလဲအိပ်စားပေးခြင်းပူတမံတပျိလဲလဲကနင်  
ပင်အဂိင်ဖဲအိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်း
- ကတိင်တင်အိပ်စားပေးခြင်း တင်ကတိင် 2 တု 3 ကျိင်
- ကွဲးဒိဝးကျိင်အိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်း မှတဖန် တင်ခဲလဲလဲ
- ယင်တရုံးလိင်ကဘုရားပင်တဖန်တကဘုရားဖဲတဘျိ

## တင်သုဂ္ဂလဲအိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်း, တင်ဂိင်အတင် သုဂ္ဂလဲအိပ်စားပေးခြင်း, အိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်း

- နိပင် "ခဲ"စံးတင်နုမနုလဲလဲ
- ဂဲဒိတင်ဟိင်အိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်း  
အိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်း

ကတိင်တင်, ဖးလိင်, သးဝဲတင်, လိင်ကွဲ အိပ်စားပေးခြင်း  
ဟူးဂဲကိန်းနဲလဲလဲ

မိခင်တစ်ယောက် - နမူနာအိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်း  
နမူနာအိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်း  
နု, ကတိင်တင်အိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်း  
တကွင်. နမူနာလဲလဲအိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်း,  
ကတိင်တင်အိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်းအိပ်စားပေးခြင်း.