

**ကော်မီတီ**

၁။ လူသားတိုင်းအတွက် ကပ်ရောဂါဆိုးကြီးများမှကာကွယ်နိုင်ရန် မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ကြီးဖြင့် ပေးသနားတော်မူခဲ့သော ဆေးတော်ကြီးများ ၅

၂။ ပရိတ်ဓမ္မ ဆေးတော်ကြီး ၆

၃။ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းတရား ၉

၄။ မှန်းဆကြည်ညိုရော်ရမ်း မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ သဗ္ဗညုတ ဉာဏ်တော်အစွမ်း ၁၀

၅။ မြတ်ဗုဒ္ဓ ပဋ္ဌာန်းကျမ်းနှင့် ရောင်ခြည်တော် ၁၂

၆။ ရောဂါအန္တရာယ်တို့ကိုဆေးဝါးကဲ့သို့ကာကွယ်ကုသနိုင်သည့် 'ပရိတ်တော် ၃၉-သုတ်' ၁၅

၇။ ပရိတ်ဆေး(ရတနသုတ်ဖြစ်ပေါ်လာပုံ) ၁၆

၈။ ရတနသုတ်တော် ၁၈

၉။ ရတနသုတ် ရွတ်ပတ်ခြင်းအကျိုး ၃၈

၁၀။ မြတ်ဗုဒ္ဓသည် အခါအားလျော်စွာ၊ အကြောင်း အားလျော်စွာ ဆေးဝါးစာတ်စာ ကုထုံးများကိုဟောကြားခဲ့ပါသည်။ ၃၈

၁၁။ မြတ်ဗုဒ္ဓပေးခဲ့သည့် သွေးဝမ်းသွားရောဂါပျောက်ဆေး ၃၉

၁၂။ မြတ်ဗုဒ္ဓပေးသော ကောသလမင်းကြီးအတွက် ဝိတ်ချနည်း ၄၀

၁၃။ ပုတီးမုတ္တ ဘောသဗ္ဗဆေးတော်ကြီး ၄၄

၁၄။ ဆီးဖြူ၊ ပန်ခါး-ရဟန်းစား ၄၇

၁၅။ စတုမဓု(မြတ်ဗုဒ္ဓပေးခဲ့သော ခုခံအားကောင်းဆေး) ၅၁

၁၆။ စတုမဓုဆေး၏ အကျိုးအာနိသင် ၅၄

၁၇။ မြတ်ဗုဒ္ဓဟောခဲ့သော ကျင်ကြီးကျင်ငယ်တို့ ဆေးပက်ဝင်ပုံအကြောင်း သိကောင်းစရာများ ၅၆

၁၈။ နွားကျင်ငယ်၏ ဝမ်းရည်ဂုဏ် ၅၈

၁၉။ မန်လည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးနှင့် နွားနက်ကျင်ငယ် ၆၀

၂၀။ 'အနက်ရောင်' တို့သည် ပို၍အစွမ်းထက် ဆေးပက်ဝင် ၆၃

၂၁။ Drink Up, Drink Up နှင့် ဘိဒ္ဓိယနိုင်ငံဝန်ကြီးချုပ် ၈၀

၂၂။ သိမ်မြူးဆရာတော်ကြီးနှင့် ကျင်ငယ်မျိုးစုံ ဝမ်းရည်ဂုဏ် ၈၃

၂၃။ အစာဟောင်းကို 'ကျင်ကြီး'၊ ရေဟောင်းကို 'ကျင်ငယ်' ဟု ခေါ်သည့်အပြင် 'ရေပြန်' ဟုလည်း ခေါ်ပါသေးသည် ၈၇

၂၄။ 'ရေပြန်' ကို စာဆိုတတ်သူက ငိုမုတ်လို့ချိုး ၈၈

၂၅။ ကမ္ဘာကျော် ရေပြန်ကုထုံး သုံးသူများ ၈၈

၂၆။ တစ်ကမ္ဘာလုံးသို့ ဝွတ်လောရိုက်သွားသော The Water of Life ၈၉

၂၇။ ရေပြန်သည် ဦးနှောက်ကင်ဆာကို ပျောက်ကင်းနိုင် ၉၀

၂၈။ ကျင်ငယ်ဆိုင်ရာ ဆေးနည်းများ ၉၅

၂၉။ ဆီးဖြူသီး Emblie Myrobalan ၁၀၂

၃၀။ ဆီးဖြူသီး၏ အကျိုးအာနိသင် ၁၀၅

၃၁။ အသီး၊ အရွက်၊ အစေ့တို့ကို အသုံးပြုပုံများ ၁၀၇

၃၂။ ဆီးဖြူသီး၏ အာဟာရတန်ဖိုး ၁၀၉

၃၃။ ဆီးဖြူ၊ ပန်ခါး - ရဟန်းစား ၁၁၀

၃၄။ ဆီးဖြူသီးပါသော ဆေးနည်းများ ၁၁၃

၃၅။ ဆီးဖြူသီး-ငါးကြင်းချက်-ဆေးစွမ်းထက် ၁၃၅

၃၆။ ပန်ခါးသီး Chebulic Myrobalan ၁၃၇

၃၇။ ပန်ခါးသီး(ခေါ်) ကြာဓုသီးကို စားသုံးပုံခြင်းကြောင့် ရရှိနိုင်သော အကျိုးကျေးဇူးများ ၁၄၀

၃၈။ ပန်ခါးသီး(ခေါ်) ကြာဓုသီးပါသော ဆေးနည်းများ ၁၄၄

၃၉။ သစ်ဆိမ့်သီး Beleric Myrobalan ၁၅၃

၄၀။ သစ်ဆိမ့်နှင့်ပတ်သက်၍ မြန်မာဆေးကျမ်းများ၏ အဆို ၁၅၅

၄၁။ ရသာယန - 'တြိပလ' ၁၅၆

၄၂။ ဆီးဖြူ၊ ပန်ခါး၊ သစ်ဆိမ့်တြိပလဆေးဝါးအာနိသင်များ ၁၅၇

၄၃။ တြိပလ - ဆေးဝါးအစွမ်းများ ၁၅၉

\* 'တော်၍မြန်မာ' အမှတ်တံဆိပ် တိုင်းရင်းဆေးနည်းများ ၁၆၁