

မာတိကာ

စာရေးသူ၏ အမှာစာ

၁။	- မှန်သောအမြင်ရှိမှု မှန်သောကြံတွေးမှုရှိ	၇
၂။	- ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တိုင်း အနိမ့်ဆုံးခံယူကျင့်သုံးအပ်သော 'အယူဝါဒ'	၁၀
၃။	- 'အတ္တကိလမထ'	၁၂
၄။	- သင်္ခါရ (၁)	၁၅
၅။	- သင်္ခါရ (၂)	၁၈
၆။	- ဝိစနုဋ်ပါရမီ	၂၁
၇။	- 'အယူသီးမှု' နှင့် 'အယူမှားမှု (၁)'	၂၅
၈။	- 'အယူသီးမှု' နှင့် 'အယူမှားမှု (၂)'	၂၈
၉။	- 'အတ္တာဟိ အတ္တနောနာထော'	၃၁
၁၀။	- နှစ်သက်တိုင်းပြုက အကျိုးရှိစေသလော (၁)	၃၄
၁၁။	- နှစ်သက်တိုင်းပြုက အကျိုးရှိစေသလော (၂)	၃၇
၁၂။	- ရန်ခိုင်ခံ့သော ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း	၄၁
၁၃။	- သီလနှင့် ဝိပဿနာ	၄၆
၁၄။	- အရွယ်သုံးပါးအကျိုးဝင်သော အလုပ်သည်အဘယ်နည်း	၅၁
၁၅။	- စိတ်စင်ကြယ်စေရန် စောင့်ရှောက်ခြင်း	၅၅
၁၆။	- ကောင်းကျိုးပြုသော စိတ်နှင့်အကျိုးမဲ့စေသောစိတ်	၅၉

၁၇။	- 'မနိန္ဒြေ' မစောင့်စည်းခြင်း	၆၃
၁၈။	- စိတ်အညစ်အကြေးနှင့် အကုသိုလ်စိတ်	၆၈
၁၉။	- 'ခါတ်' အားဖြင့်စုစည်းခြင်း	၇၃
၂၀။	- 'အဟိရိက' 'အနောတ္တပ္ပ'	၇၇
၂၁။	- 'ပယ်စွန့်ခြင်း' နှင့် 'ပယ်သတ်ခြင်း'	၈၀
၂၂။	- 'အဘိဇ္ဈာ' နှင့် 'ဗျာပါဒ' တရားထင်ရှားသိစေနည်း	၈၄
၂၃။	- 'စိတ်နှလုံးမသာယာခြင်း' အမှန်	၈၈
၂၄။	- 'ကလျာဏပုထုဇဉ်' နှင့် 'သည်းခံခြင်း' အကျင့်	၉၂
၂၅။	- မည်းညစ်သည်လည်းမဟုတ်၊ ပြူစင်သည်လည်းမဟုတ်သော နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ခြင်း (ဆဋ္ဌဘိဇာတိသုတ်၊ အင်္ဂုတ္တိုရ်) ၎င်း	၉၆
၂၆။	- အရိယာပုဂ္ဂိုလ်၏ 'အာရုံ' တို့၌ 'သည်းခံခြင်း' အကျင့်တရား	၁၀၁
၂၇။	- အာရုံနောက်ခြင်း	၁၀၅
၂၈။	- 'ဓမ္မစက္က'	၁၀၉
၂၉။	- အကြောင်းတရားကိုပယ်စွန့်နိုင်ကြောင်းအထောက်အပံ့	၁၁၄
၃၀။	- အနှစ်	၁၁၉

CONTENTS

- Preface

1. From 'correct idea' to 'correct thinking' 7
2. The 'doctrine', every Buddhist has to practise as minimum requirement 10
3. 'Attakilamatha' 12
4. 'Sankhara'(1) 15
5. 'Sankhara'(2) 17
6. 'Bija' and 'Parami' 20
7. 'Heresy' and 'Wrong doctrine' (1) 23
8. 'Heresy' and 'Wrong doctrine' (2) 26
9. 'Attahi-attanau-nathau' 29
10. 'Does every delight make one beneficial? (1)' 32
11. 'Does every delight make one beneficial?(2)' 35
12. What is a rare kind of person? 38
13. 'Sila' and 'Vipassana' 42
14. Suitable work for all ages 46

15. Protection for purification of mind 50
16. 'Mind of benefit making' and 'mind of unbenefit making' 53
17. Non-observation in 'manindrae' 56
18. 'Filthy mind' and 'demerit mind' 59
19. Gathering based on elements 63
20. 'Ahirika', 'anauttappa' 67
21. 'Forsaking', and 'annihilation' 70
22. A way of perceiving 'Abhijja' and 'byapada' clearly 74
23. Unpleasant attitude of mind 78
24. Right 'forbearance' for 'Kalyana puthujanau' 82
25. Getting to 'Nibbana' of having neither 'black' nor 'white'(Calabhijati Sutta) 85
26. 'Ariya's deed of 'forbearance' on 'arammanas' 89
27. Turbid 'arammana' 92
28. 'Dhamma Cakka' 95
29. The support for rejecting the cause 99
30. 'Essence' 103