

မာတိကာ

ကျေးဇူးတင်လွှာ

ပညာရှိ ကဝိတို့၏အမြင်

အဖွင့်ကဗျာ

စာရေးသူ၏အမှာ

ကဏ္ဍ ၁။ ဘဝအစ သလ္လာအညာက

| | | |
|---------|---|----|
| အခန်း ၁ | စာရေးသူ၏ မျိုးရိုးဇာတိ | ၁ |
| အခန်း ၂ | ကိုယ်ရေးအချက်အလက်နှင့် ထုတ်ဝေပြီးစာအုပ်များ | ၉ |
| အခန်း ၃ | အသက်ခုနစ်ဆယ်ရွယ်မှာ နေစရာရှာ | ၂၁ |
| အခန်း ၄ | အဘိုးအိုစာတစ်နေ့တာ | ၃၁ |
| အခန်း ၅ | ဇရာစည်းစိမ် | ၄၃ |
| အခန်း ၆ | ဗမာပြေ(ပြည်)မှာ မိတ်ဆွေရင်းချာ | ၅၃ |

ကဏ္ဍ ၂။ တောက်မည်မီးခဲ တစ်ရဲရဲ

| | | |
|----------|--|----|
| အခန်း ၇ | မန္တလေးဆေးအကြို တက္ကသိုလ်ဝင်တန်းကျောင်းသားဘဝ | ၆၅ |
| အခန်း ၈ | မိခင်ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်နှင့် ဆေးကောလိပ် | ၇၃ |
| အခန်း ၉ | တစ်ချိန်က ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်၏ ဂုဏ်ရောင်မန္တလေး ဆောင်ကျောင်းသားများနှင့် မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှု | ၈၁ |
| အခန်း ၁၀ | ဂုဏ်ရောင်ပြောင်တဲ့ မန္တလေးဆောင် | ၉၁ |
| အခန်း ၁၁ | ကံကောင်းသော ကျွန်တော် | ၉၅ |

ကဏ္ဍ ၃။ ဝါသနာကင်္ဂါ ဆက်တိုင်းပီ

| | | |
|----------|--|-----|
| အခန်း ၁၂ | ဒဂုန်တာရာအလွမ်း ရင်မှာလွမ်း | ၁၀၉ |
| အခန်း ၁၃ | ဆရာပါရဂူနှင့် ကျွန်တော် | ၁၂၃ |
| အခန်း ၁၄ | ကျော့(ဂျုံ)အော်ဝဲလ်၏ မြန်မာနေ့များနှင့် ကျွန်တော် | ၁၃၅ |
| အခန်း ၁၅ | ပိတောက်ပန်းကို ချစ်သော နိဘယ်လ်ဆုရ ကဗျာဆရာ နဂ္ဂဒါ (နေဂ္ဂဒါ) | ၁၄၃ |
| အခန်း ၁၆ | သေလျှင် ဗမာပြေမှာ လူပြန်ဖြစ်ချင်သော နိဘယ်လ်ဆုရ ကဗျာဆရာ ကစ်ပလင်း | ၁၅၁ |
| အခန်း ၁၇ | မြန်မာလူတော်များနှင့် ကျွန်တော် | ၁၆၅ |
| အခန်း ၁၈ | ကျွန်တော်တို့ပျူဗမာ | ၁၇၃ |
| အခန်း ၁၉ | ကျွန်တော်တို့ဘိုးဘွား ပျူလူမျိုးများအကြောင်း | ၁၈၇ |
| အခန်း ၂၀ | ကျွန်တော်တို့ စာပေစကားပိုင်း | ၁၉၇ |
| အခန်း ၂၁ | တစ်သက်တာစာပေဆု | ၂၀၇ |

ကဏ္ဍ ၄။ ဝေဖန်ရေးနှင့် မိမိကိုယ်မိမိဝေဖန်ရေး

| | | |
|----------|---|-----|
| အခန်း ၂၂ | စာရေးသူ၏ လူနှင့် စာကို ဝေဖန်မှုများ (၁) | ၂၁၃ |
| အခန်း ၂၃ | သူများရေးခြယ်သော မပြည့်စုံသေးသည့် စာရေးသူ၏ ရုပ်ပုံလွှာ | ၂၃၃ |
| အခန်း ၂၄ | ဆေးတက္ကသိုလ်နှစ်မှ ချစ်စရာကဗျာ | ၂၄၃ |
| အခန်း ၂၅ | ကြည်ဝင်း၏ ဝတ္ထုတိုပေါင်းချုပ် (စာအုပ်ဝေဖန်ချက်) | ၂၅၁ |
| အခန်း ၂၆ | ကျွန်တော်နှင့် စီမံခန့်ခွဲရေး အုပ်ချုပ်ရေး | ၂၆၃ |
| အခန်း ၂၇ | ကျွန်တော်နှင့် ဘီအမ်အေ | ၂၇၅ |

ကဏ္ဍ ၅။ စံနမူနာယူစရာ ဆရာဝန်ကြီးများ

| | | |
|----------|--|-----|
| အခန်း ၂၈ | ကျွန်တော်နှင့် နိုင်ငံရေး | ၂၈၃ |
| အခန်း ၂၉ | ဆရာဝန်ဆေးလောကနှင့် ရသစာပေ | ၂၉၇ |
| အခန်း ၃၀ | ချီးကျူးဖွယ်ရာ စာဖတ်သော ဆရာဝန်ကြီးများ | ၃၀၇ |

| | | |
|----------|---|-----|
| အခန်း ၃၁ | ကျွန်တော်ပြောချင်သော ဆရာဝန်စာရေးဆရာများ | ၃၁၃ |
| အခန်း ၃၂ | ကဗျာနှင့် ဆရာဝန် | ၃၂၃ |
| အခန်း ၃၃ | ကမ္ဘာကျော်ဆရာဝန် ကဗျာဆရာကြီးများ | ၃၃၁ |
| အခန်း ၃၄ | အတ္တဟိတ ပရဟိတ ဆေးလောက | ၃၄၁ |
| အခန်း ၃၅ | နိုင်ငံခြား ဆေးသွားကုခြင်း | ၃၅၅ |

ကဏ္ဍ ၆။ ပျူဗမာသမိုင်း နှိုင်းနှိုင်းချိန်ချိန်

| | | |
|----------|--|-----|
| အခန်း ၃၆ | ပျူဗမာယဉ်ကျေးမှုတစ်ခုတည်းပါ | ၃၆၃ |
| အခန်း ၃၇ | အရိပဒ္ဒနာပူရ ပျူဂါမပုဂံ | ၃၇၁ |
| အခန်း ၃၈ | အသောကနှင့် ကမ္ဘာ့ငြိမ်းချမ်းရေး ကျန်းမာရေး | ၃၈၁ |
| အခန်း ၃၉ | အသောက၏အောင်မြင်မှု မိန်းမတို့၏ စောင်မမှု | ၃၉၁ |
| အခန်း ၄၀ | ဝီစနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်(မျိုးရိုးဝီစနှင့် အတွေ့အကြုံ) | ၄၀၅ |

ကဏ္ဍ ၇။ ဝိပဿနာ ဘာဝနာ

| | | |
|----------|--|-----|
| အခန်း ၄၁ | ဆေးပညာရှုထောင့်မှ ကိုယ်တွေ့ဝိပဿနာ အကျိုးကျေးဇူး | ၄၁၇ |
| အခန်း ၄၂ | ဝိပဿနာအကျိုး သွေးတိုးပျောက် | ၄၂၇ |
| အခန်း ၄၃ | ဝိပဿနာပီတိ တကယ်ရှိ တစ်ကိုယ်လုံးထိ | ၄၃၅ |
| အခန်း ၄၄ | စာရေးသူ၏ လူနှင့်စာကို ဝေဖန်မှုများ (၂) | ၄၄၅ |
| အခန်း ၄၅ | ကျွန်တော်နှင့်နန်းဥမ္မာ | ၄၅၉ |

| | |
|--------------------|-----|
| အပိတ်ကဗျာ | ၄၆၇ |
| ငါသေသွားသော် | |
| နောက်ဆက်တွဲ (၁) | ၄၆၉ |
| ဘဝကူးကောင်းတော့မည် | |
| နောက်ဆက်တွဲ (၂) | ၄၇၉ |