

**မာတိကာ**

**အခန်းစဉ်**

**စာမျက်နှာ**

စာရေးသူ၏ကန်တော့ပန်း	၇
စာရေးသူ၏အမှာ	၉
ကျေးဇူးတင်လွှာ	၁၀
အကြံပေးချက်	၁၁
<b>အပိုင်း (၁) မလေးငြိမ်သို့ပို့ပေးပါ</b>	
၁။ နိဒါန်း	၁၅
၂။ အရိယာဆိုတာ	၁၇
၃။ ကိလေသာ၏အဓိပ္ပာယ်	၁၈
၄။ ဘယ်အချိန်တွင် 'ကိလေသာ' များ ဖြစ်တတ်ပါသလဲ	၁၉
၅။ ယောနိသောမနသိကာရဖြင့် ကိလေသာကိုပယ်ခြင်း	၃၄
၆။ အာရုံကိုဆုံးဖြတ်ချိန်မရအောင်မှတ်စိတ်ကိုအလုပ်ပေးထားခြင်း	၃၅
၇။ ပရမတ္ထသဘောကိုသိနေမှတ်နေချိန်ကိလေသာကင်းစင်ခြင်း	၃၅
၈။ မင်	၃၆
၉။ လောကုတ္တရာစိတ်	၃၆
၁၀။ သောတာပတ္တိမင်စိတ်	၃၇
၁၁။ သကဒါဂါမိမင်စိတ်	၃၈
၁၂။ အနာဂါမိမင်စိတ်	၃၉
၁၃။ အရဟတ္တမင်စိတ်	၄၀
၁၄။ မင်လေးမျိုးကွဲပြားခြင်း	၄၀

၁၅။ ကိလေသာတို့အားပယ်ဖျက်ခြင်း	၄၁
၁၆။ သောတာပန်နှင့် သကဒါဂါမိ	၄၃
၁၇။ အနာဂါမိ	၄၅
၁၈။ ရဟန္တာ	၄၆
၁၉။ မည်သည့်အရိယာသည်မည်သည့်ကိလေသာကိုပယ်သနည်း	၄၇
၂၀။ သောတာပန်ဖြစ်မှုအပေါ် မြန်မာဗုဒ္ဓဘာသာတို့၏အယူအဆ	၄၈
၂၁။ ဝိပဿနာအလုပ်သည် လွယ်သလား၊ ခက်သလား	၅၀
၂၂။ ငွေမကုန်ဘဲနတ်ပြည်ရောက်၍သောတာပန်ဖြစ်ကြောင်းဂါထာ	၅၁
၂၃။ သောတာပန်စိတ်ထားအင်္ဂါ (၇) ပါး	၅၂
၂၄။ သောတာပန်ဆိုတာ ဘာလဲ	၅၄
၂၅။ အဘယ်ကြောင့် သောတာပန်သည် သီလလုံခြုံရသနည်း	၅၆
၂၆။ သောတာပန်နှင့်သကဒါဂါမိ ဘာကွာသလဲ	၆၀
၂၇။ သောတာပန်ဖြစ်ရန် အင်္ဂါ ၄-ပါး	၆၁

**အပိုင်း (၂) သိပ္ပံနည်းကျ ဝိပဿနာတရားမဂ္ဂပီ ကြိုတင်လေ့လာသင့်သည့်အကြောင်းအရာများ**

၂၈။ စိတ်ရဲ့သဘော	၆၃
၂၉။ စိတ်၏သဘောသဘာဝ (၁) မှ (၈) အထိ	၆၄
၃၀။ ရုပ်=သိစရာ၊ နာမ်=သိစရာကိုသိခြင်း	၆၇
၃၁။ အနိစ္စ	၇၀
၃၂။ အရိယာသစ္စာဆိုသည်မှာဘာလဲ	၈၁
၃၃။ ဒုက္ခအရိယာသစ္စာ	၈၂
၃၄။ ဒုက္ခသမုဒယ အရိယာသစ္စာ	၈၂
၃၅။ ဒုက္ခသမုဒယနိရောဓအရိယာသစ္စာ	၈၂

၃၆။ ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနိပဋိပဒါအရိယာသစ္စာ	၈၃
၃၇။ မဂ္ဂင် (၈) ပါး	၈၃
၃၈။ မဂ္ဂင် (၈) ပါး ထူထောင်ပုံအကျဉ်း	၈၆
၃၉။ ဝေဒနာကို ဝိပဿနာရှုခြင်း	၉၁
၄၀။ ရဟန္တာသည်ပင် အဘိဓမ္မာတရား နာရပါသေး၏	၉၃
၄၁။ နိဗ္ဗာန်သည်အမြင့်ဆုံးဥပေက္ခာ	၉၄
၄၂။ ကိလေသာမရှိသောဖြစ်ပျက်မှုကိုအမှတ်အသားပြုလုပ်ခြင်း	၁၀၂
၄၃။ ထိုင်လျက် ဘာဝနာပွားခြင်း	၁၀၃
၄၄။ လမ်းလျှောက်လျက် တရားမှတ်ခြင်း	၁၀၇
၄၅။ မတ်တတ်ရပ်လျက် ဘာဝနာပွားများခြင်း	၁၀၉
၄၆။ လဲလျောင်း၍ ဘာဝနာပွားခြင်း	၁၁၀
၄၇။ စကားပြောစဉ်နှင့် အလုပ်လုပ်စဉ် ဝိပဿနာရှုခြင်း	၁၁၁
၄၈။ အခြေခံသဘာဝသဘောတရား	၁၁၁

**အထွေထွေကဏ္ဍ**

၄၉။ ဘာဝနာပွားချိန်	၁၁၅
၅၀။ တန်ဖိုးတွက်ချက်ခြင်း (အဖြေထုတ်ယူခြင်း)	၁၁၅
၅၁။ ဣန္ဒြေငါးပါး	၁၁၆
၅၂။ လေ့ရှုခြင်းကိုသတိပြုမှတ်သားခြင်း	၁၁၈
၅၃။ ဝိပဿနာညစ်ညူးကြောင်း (၁၀) မျိုး	၁၁၉
၅၄။ တွေးတောကြံစည်ခြင်း (စိတ်အလုပ်တို့လုပ်ခြင်း) အကြောင်းရင်း	၁၂၂
၅၅။ နိဗ္ဗာန်ဆိုသည်မှာ	၁၂၄
ကျမ်းကိုး	၁၃၈