

# contents

## ဗဟိုဏာ

စဉ် အကြောင်းအရာ စာမျက်နှာ

ရှေ့ဦး အမှာစကား  
ကျေးဇူး တင်ထိုက်သူများ  
ဒေါက်တာ ဆရာမြင့် (စကြာမင်း)၏အမှာစာ

### အခန်း (၁)

၁။ အံ့ပခန်း စွမ်းခဲ့သည့် မြန်မာ့အကြောင်း ပညာ	၂
၂။ တရုတ် ဆရာဝန် ချွန်ဟူလင်းနှင့် သူ၏လက်နိပ်ပညာ	၄
၃။ အကြောင်းပြင် နိဂုံးယူမှု ဘာကြောင့် ခံယူသင့်သလဲ	၇
၄။ အကြောင်းပြင် ဆရာတို့ လိုက်နာ ကျင့်သုံးရမည့် အချက်များ	၁၀
၅။ အကြောင်းပြင် ဆရာတို့ သိထားရမည့် အချက်များ	၁၀
၆။ အကြောင်းပြင် ဆရာနှင့်အကြောင်းပြင်လိုသူတို့ သတိပြုရမည့် အခြေအနေများ	၁၁
၇။ အကြောင်းပြင် နိဂုံးယူမှု ခံယူခြင်းနှင့် ငနာ ငွေးချွယ်ခြင်း	၁၄
၈။ အကြောင်းပြင်ခြင်း၏ အကျိုးကျေးဇူးများ	၁၆
၉။ ဒေါသသုံးပါးအလိုက် အကြောင်းပြင်နည်း	၁၇
၁၀။ အကြောင်းမဲ့ အကြောင်းပြင် နိဂုံးယူခြင်း၏အကျိုးများ	၁၇
၁၁။ အပူထုတ်သင့်သူနှင့် အပူ ပထုတ်သင့်သူ	၁၈
၁၂။ အပူထုတ်ရမည့် ငနာများ	၁၉

၁၃။ အကြောင်းပြင် နိဂုံးယူရာ၌ သတိပြုရမည့် ငနာကြော	၂၀
၁၄။ ငနာကြော နိဂုံးကွက် ကောင်းသည့် အချက်များ	၂၀
၁၅။ ငနာကြော ငြိမ်နည်း	၂၂
၁၆။ ရန်ဆီဖြင့် အကြောင်းပြင် နိဂုံးယူနည်း	၂၃
၁၇။ ရန်ကုတ်နှင့် ကျန်းမာရေး	၂၄
၁၈။ အကြောင်းပြင် ဆရာနှင့် သွေးစမ်း ပညာ	၂၀
၁၉။ အကြောင်းပြင် ဆရာတို့ သိထားသင့်သည့် အခြေခံ ဆေးပညာရပ်	၃၃
၂၀။ အကြောင်းပြင် ဆရာတို့ သိထားသင့်သော ကုထုံးများ	၃၅

### အခန်း (၂)

၂၁။ အကြောင်းတို့၏ အမည်နှင့်ရေတွက်ပုံ	၄၄
၂၂။ အကြောင်းကြီးတို့၏ အရေအတွက်	၄၆
၂၃။ အကြောင်းများ၏ ပုံသဏ္ဍာန်	၄၇
၂၄။ အကြောင်းများ၏ တာဝန်	၄၇
၂၅။ ခန္ဓာကိုယ် အစိတ်အပိုင်းများရှိ အကြောင်းများ အနီးအလေး ဆက်စပ်နေပုံ	၅၃
၂၆။ ရှေးဟောင်း ပေစာလာ အကြောင်းပြင်နည်း လက်	၅၉
၂၇။ အကြောင်း အမည်များ	၇၀
၂၈။ ရှေးဟောင်း ပုဂ္ဂိုလ်လာ မြန်မာ့ရိုးရာ အကြောင်းပြင်နည်း	၇၂
၂၉။ မြန်မာ့ရိုးရာ အကြောင်းပြင်နည်း (ပေပူ) ပုံ(၁)	၇၉
၃၀။ မြန်မာ့ရိုးရာ အကြောင်းပြင်နည်း (ပေပူ) ပုံ(၂)	၈၆
၃၁။ နိဂုံးကွင်း နိဂုံးကွက်ဆိုင်ရာ အကြောင်းအမည်များ ပုံ(၁)	၉၇
၃၂။ နိဂုံးကွင်း နိဂုံးကွက်ဆိုင်ရာ အကြောင်းအမည်များ ပုံ(၂)	၁၀၂
၃၃။ ဦးခေါင်းဆိုင် ဆိုင်ရာ ရောဂါနှင့် အကြောင်းပြင်နည်း	၁၀၄
၃၄။ ခန္ဓာကိုယ် အလယ်ပိုင်း ဆိုင်ရာ ရောဂါနှင့်ပြုပြင်နည်း	၁၁၉
၃၅။ ခန္ဓာကိုယ် အောက်ပိုင်း ဆိုင်ရာ ရောဂါနှင့်အကြောင်းပြင်နည်း	၁၃၉
၃၆။ ခန္ဓာကိုယ် တစ်ကိုယ်လုံး ဆိုင်ရာ ရောဂါနှင့်ပြုပြင်နည်း	၁၄၃
၃၇။ ခေါင်းကိုက် ဇက်ကြောထိုး ရောဂါ နိဂုံးနည်း	၁၅၀
၃၈။ နားအူ နားပင်း ရောဂါ နိဂုံးနည်း	၁၅၀

၃၉။ ပီးယပ် ရောဂါ နိဂုံးနည်း	၁၅၁
၄၀။ ခါးကိုက် ခါးနာ ရောဂါ နိဂုံးနည်း	၁၅၂
၄၁။ လေပူထိုး ရင်ကွပ် ရောဂါ နိဂုံးနည်း	၁၅၃
၄၂။ နံဘေးအောင် ရင်ဘတ်နာ ရောဂါ နိဂုံးနည်း	၁၅၃
၄၃။ အဖျားရောဂါ နိဂုံးနည်း	၁၅၄
၄၄။ ခြေလက် မသယ်ချင် ရောဂါ နိဂုံးနည်း	၁၅၅
၄၅။ ဆီးအောင် ဆီးတက် ရောဂါ နိဂုံးနည်း	၁၅၅
၄၆။ ခြေလက် ထုံကျဉ်းနာ ရောဂါ နိဂုံးနည်း	၁၅၆
၄၇။ အိမ်ပေပျော် အဆစ် အပျက်ကိုက် ရောဂါ နိဂုံးနည်း	၁၅၆
၄၈။ လေငန်းခေါ် လက်သေ လက်ကပ် ရောဂါ နိဂုံးနည်း	၁၅၇
၄၉။ ဓမ္မတာကြောင့် ဖြစ်တတ်သည့် ရင်ကွပ် ရင်ဆိုးရောဂါ နိဂုံးနည်း	၁၅၇
၅၀။ ပေးဒိုင်ရောဂါ နိဂုံးနည်း	၁၅၈
၅၁။ မျက်စိ တိမ်သလာရုံး ရောဂါ နိဂုံးနည်း	၁၅၈
၅၂။ လေပူထ ရောဂါ နိဂုံးနည်း	၁၅၉
၅၃။ ကြို့ထိုးရောဂါ နိဂုံးနည်း	၁၅၉
၅၄။ သွားနာ သွားကိုက် နိဂုံးနည်း	၁၆၀
၅၅။ ပန်းနာရင်ကွပ် ရောဂါအတွက် ထိရောက်သော နိဂုံးကွက်	၁၆၀

### အခန်း(၃)

၅၆။ ဖြစ်စဉ်ပြ ရောဂါနှင့် နိဂုံးကွက်အဖြာဖြာ	၁၆၄
၅၇။ လောကျမ်းလာ နိဂုံးနည်း ဝှမ်းဖျိုး	၁၈၅
၅၈။ ခြေထောက် နိဂုံးကွက်နှင့် ကျန်းမာရေး	၁၈၆
၅၉။ ရှေးဟောင်း ပေစာလာ နိဂုံးကွက်အဖြာဖြာ	၁၉၄
၆၀။ နယ လက္ခဏာကျမ်းလာ နိဂုံးကွက်အဖြာဖြာ	၁၉၉
၆၁။ စိုက်အောင် စိုက်နာ ပျောက်စေရန် နိဂုံးနည်း	၂၀၉
၆၂။ ဇက်ဆိုင်ကုထုံး	၂၁၃
၆၃။ ရောဂါမျိုးစုံ နိဂုံးနည်းပုံ ပိုပြင်ဖြူ စာအုပ်စာစောင်များ	၂၁၆