

စဉ်	မာတိကာ	နာ
*	ဤကောင်းမှုဆုတောင်း	ဆ
*	ကျေးဇူးရှင် ဂန္ဓာရုံဘုံကျော်ဆရာတော်၏ ဩဝါဒစကား	ဈ
*	အမရပူရ မဟာဂန္ဓာရုံကျောင်းတိုက်မှ ကျေးဇူးရှင် ဘဒ္ဒန္တသုဇနာဘိဝံသ	ည
	ဂဏဝါစက သာမဏေကျော် အလင်္ကာရ သ. စ. အ မြောစရိယ၏ ဩဝါဒစကား	
*	တွဲဖက်ပါမောက္ခ Dr. ဥပ္ပာထွန်း၏ပေးစာ	၄
*	ကထိက Dr. အေးအေးဝင်း၏ပေးစာ	၃
*	ကထိက Dr. ခင်ဆွေအေး၏ပေးစာ	ပ
၁။	ဝိနည်းကျင့်ဝတ်နှင့်ပတ်သက်လာလျှင် မြူမှု အလျှော့မခံသည့် ဆရာတော်	၁
၂။	သင်္ကန်းစားစား ဆေးရုံမှ ခွဲစိတ်ခန်းသုံးဝတ်စုံ ဝတ်မှခွဲရမည်ဆိုလျှင်	၂
	သေချင်သေပါစေ မဝတ်နိုင်ဘူး	
၃။	သီလသိက္ခာ၌ အလွန်လေးစားတော်မူသည့် စံကျောင်းဆရာတော်	၄
၄။	ဒုတိယတိပိဋကဆရာတော်သည် ဝိနည်းတရား အလွန်လေးစားသည်	၅
၅။	ရဟန်းသီလထဲမှာ အများသိတဲ့သိက္ခာပုဒ်နှင့် အများမသိတဲ့သိက္ခာပုဒ် ရှိပါတယ်	၆
၆။	သောက်ရေကို အကြောင်းပြု၍ပင် သိက္ခာပုဒ်တော် အညှိုးမခံ	၇
၇။	မိမိကိုယ်တိုင် ဝိနည်းကို ချစ်မြတ်နိုးသကဲ့သို့ တပည့်အများကိုလည်း	၈
	ဝိနည်းကို ချစ်မြတ်နိုးစေချင်သည်	
၈။	အလောင်းမင်းတရားကြီးလက်ထက် အနံ့နှင့် အတင်ပြဿနာ	၉
၉။	ဝိကာလဘောဇနသိက္ခာပုဒ်ကို မကျော်လွန်ဘဲ ဘဝနတ်ထံ	၁၂
	ပျံတော်မူသည့်ဆရာတော်	
၁၀။	ရဟန်းတော်များ အာဇီဝပါရိသုဒ္ဓိသီလ ပြည့်ကျင့်ရာတွင်	၁၄
	အတုယူစရာနှင့် သတိပြုစရာ	
၁၁။	အသက်ကိုသာ အသေခံပြီးဝိနည်းကို အပျက်မခံသည့် ဆရာတော်ဘုရားကြီး	၁၅
၁၂။	ရဟန်းက မိမိကို ကြည်ညိုစေချင်၊ လျှော့ချင်သောကြောင့် ပစ္စည်းမပေးကောင်း	၁၇
၁၃။	ဝိသုဒ္ဓါရုံ မြောင်းမြဆရာတော်ကြီးက သားရေနွယ်အခင်းကို	၁၉
	မအပ်မစပ် ချုပ်လုပ်မည်စိုး၍ မိန့်တော်မူပုံ	
၁၄။	သဒ္ဓါလွန်က အသိဉာဏ်မဲ့သည့် ဝါယကာတို့၏ မျက်ကန်းယုံကြည်	၂၂
	ချဉ်းကပ်မှုကြောင့် ဆရာတော်ဘုရားများ အာပတ်သင့်ရ	
	စိတ်အနှောင့်အယှက် ဖြစ်ကြရပါသည်	

စဉ်	မာတိကာ	နာ
၁၅။	ဘုရားစကား နားထောင်လိုက်တာနှင့်ကို အစေ အရာရာ ပြည့်စုံ	၂၆
၁၆။	ရွှေငွေကို မည်သည့်နည်းနဲ့မှ အလျှော့မခံရ	၃၀
၁၇။	ဝါယကာတို့က ကပ္ပိယထံ ဝတ္ထုအပ်နှံလှူဒါန်းပြီးဖြစ်သော်လည်း	၃၁
	ကပ္ပိယက လျှောက်ထားမှသာ အလျှော့မကောင်းပါသည်	
၁၈။	တိုရင်ဘဝကစပြီး ငွေကြေးမကိုင်ခဲ့သည့် ဆရာတော်ဘုရားကြီး	၃၄
၁၉။	တိုရင်တွေကို ဝိုက်ဆံလျှောက်က ကုသိုလ်ရအောင်လား သာသနာဖျက်တာလား	၃၆
	မသိလို့လား သိရက်နဲ့လုပ်တာလား	
၂၀။	သတိမူစရာ နိဿိတိပဇိတ်အာပတ်	၃၇
၂၁။	လူ၏အလှူနှင့် ရဟန်းတော်များ၏အလှူ သတိပြုစရာ	၃၉
၂၂။	အာဇီဝပါရိသုဒ္ဓိသီလ စင်ကြယ်တော်မူသည့် အုတ်ဖိုဆရာတော်	၄၀
၂၃။	ရဟန်းက ဆေးကု စောင့်ဟောရင် သီလမစင်ကြယ်	၄၂
၂၄။	ဒကာ ဒကာမကလည်း မိမိတို့ဆရာရဟန်းကို ဂိုဏ်းဆရာယောင်ယောင်	၄၆
	မဖြစ်အောင် စောင့်ရှောက်ကြဖို့ရန် လိုအပ်သည်	
၂၅။	ဆွေမျိုးမိဘ ဝါယကာများထံ တာပုမတောင်းခဲ့ဖူးဘူး	၄၈
	ရသမျှနှင့် ဖြစ်သလိုနေထိုင်ခဲ့တယ်	
၂၆။	ဒကာ ဒကာမအပေါ် ကိုယ်ရောစိတ်ပါ ခွာထားပြီး	၅၀
	အမြဲတမ်း အနေစိမ်းစွာ နေထိုင်တော်မူသည့်ဆရာတော်	
၂၇။	ဇာတိရွာမှ ဘုန်းကြီးများအကြောင်းကိုသာ မေးတော်မူသည်	၅၄
	ဆွေမျိုးရင်းဆရာအကြောင်း တစ်ခါဖူးဖူးမပေးပါ	
၂၈။	နံမော်ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် လူဆွဲယာဉ် တိရစ္ဆာန်ယာဉ် ဇီတော်မမူ	၅၅
၂၉။	အုတ်ဖိုဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် ယာဉ်နှင့် ဒီနပ်ကို ဝယ်မြစ်တော်မူသည်	၅၅
၃၀။	ဘုရားပွင့်ရာ မဇ္ဈိမဒေသသို့ကြွရောက်စဉ် တစ်လွှာဖိနပ်ဖြစ်အောင်	၅၉
	ကိုယ်တိုင်ချုပ်ပြီးမှ ကြွတော်မူသည်	
၃၁။	ဝိနယဂဓက စံကျောင်းဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် နေပူကွဲကွဲ	၆၁
	ဖိနပ်မစီး ထီးမဆောင်းဘဲ ကြွတော်မူပါသည်	
၃၂။	မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဘုန်းကြီးကျောင်းဝင်းထဲ၌	၆၂
	ဖိနပ်စီးခွင့် ရှိမရှိအဆုံးအဖြတ်	
၃၃။	ဝိနည်းအရ ဝိပဿနာ အပ် မအပ် ဝိနိစ္ဆယ	၆၅

စဉ်	မာတိကာ	နာ
၃၄။	အပြန်အလှန်လေးစားသည့် တိပိဋကဆရာတော်နှစ်ပါး	၆၆
၃၅။	သေခံယာဉ်ကွာပုဂံတော်များနှင့်အညီ ဝတ်ရ ခံရသည်	၆၇
၃၆။	ရေတိုးအပြင်ဘက် ရေညှိတွေစိမ်းနေရင် တိုးပြင်သန့်ရှင်းရေး ရဟန်းမလုပ်ကောင်း	၆၉
၃၇။	သောဝစသတဂုဏ်နှင့် ပြီးပြည့်စုံသည့် ဆရာတော်ဘုရားကြီး	၇၀
၃၈။	တပည့်ရဟန်းများ ဝိနည်းသိက္ခာပုဂံကို လေးစားတတ်လာစေရန်	၇၁
	နေရာမရွေး လက်တွေ့သင်ကြားပေးတော်မူသည်	
၃၉။	သွားတိုက်ရာတွင် ဆားသည် အကောင်းဆုံးဟု ဆိုဆုံးမတော်မူသည့်ဆရာတော်	၇၂
၄၀။	ဘုရားပညတ်ချက် မလိုက်နာရင် ပညာတတ်လည်း လူစိုက်ပဲ	၇၈
၄၁။	ဝါယကာမများနှင့် ဆက်ဆံရာဝယ် ဝိနည်းသတိပြုသင့်	၇၉
၄၂။	မုဆိုး၏ညွတ်ကွင်းဖြတ်လျှင် ဘဏ္ဍာစား ညွတ်ပြန်ထောင်ခဲ့လျှင် ပါဏာတိပါတ	၈၀
၄၃။	သံယိကနှင့် ပုဂ္ဂလိက ဝေဖန်ရာဝယ်	၈၂
၄၄။	သတိပြုစရာ သံယိကနှင့်ပုဂ္ဂလိက အလှူ	၈၇
၄၅။	သူမိုးကို ဘေးကင်းရာလမ်းသို့ ညွှန်ပြတော်မူသည့် ရွှေ့မင်ဆရာတော်	၉၀
၄၆။	ငါ ငရုတ်ကောင်း အလိုရှိသည်ဟုမဆို	၉၂
	သည်ဖျင်ကို ငရုတ်ကောင်းဖြစ်စေဟူ၍ ငါဆိုသည်	
၄၇။	ရဟန်းတရားချွတ်မည်ကို စိုးရိမ်၊ လောကဝတ်ချွတ်မည်ကို မစိုးရိမ်	၉၃
၄၈။	ဖျင်ကို ငါ မရောင်းခိုင်း၊ ဒီဖျင် ကြိမ်ဖြစ်စေသာ ငါ ဆိုသည်	၉၅
၄၉။	ရေခွေးကြမ်းကို လက်ကိုင်ပါသည်ခွက်ဖြင့် ဘုဉ်းပေးတော်မူသည်	၉၇
၅၀။	သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့ မသိမသာဖြင့် အကပ်ပျက်သွားတတ်ပါသည်	၉၈
၅၁။	ထန်းလှက်ခဲ နှစ်ခဲကြောင့် ဒေသနာကြား	၁၀၁
၅၂။	ဘုဉ်းပေးရာမှာ အာပတ်မသင့်စေချင်	၁၀၃
၅၃။	ဆွမ်းစား စားပွဲဆိုတာ အားအလယ်အလတ်ရှိတဲ့ယောက်ျား ချိန်ကြိုင်ရမယ်	၁၀၆
၅၄။	ရဟန်းတော်များ ဖျော်ရည်၌အဖတ်ပါလျှင် ဘုဉ်းပေးတော်မမူပါ	၁၀၇
၅၅။	မြွေကြီးတစ်ကောင်နှင့် သဟဿယျသိက္ခာပုဂံဆိုင်ရာ သံသယ	၁၀၈
၅၆။	ပါစိတ်၊ ဝုက္ကဋ် ခွဲခြားတတ်စေ	၁၁၈
၅၇။	စတီးသပိတ်(ဝါ) ခွက် အပ်မအပ်ကိစ္စ	၁၁၉
၅၈။	လဟုက အာပတ်ငယ်များမှစ၍ လေးစားလိုက်နာ ကျင့်သုံးကြရန်	၁၂၀
	အမြဲမပြတ် သတိပေးဆုံးမတော်မူလေ့ရှိသည်	
၅၉။	ပရိက္ခရာပစ္စည်းတွေ မနိမသေးသုံးလျှင် အပြစ်ရှိတယ်	၁၂၂

စဉ်	မာတိကာ	နာ
၆၀။	ပရိက္ခရာပစ္စည်းကို ဝိနည်းဘောင်အတွင်းမှ အသုံးပြုတော်မူသည်	၁၂၃
၆၁။	သစ်ပင်တစ်ပင်ဆိုတာ ရဟန်းအတွက် ကျောင်းတစ်ကျောင်းပါပဲ	၁၂၅
၆၂။	ဝိနည်းပဋိပတ်ပါမှ ပြည့်စုံမယ်	၁၂၈
၆၃။	စာပေထက် ကိုယ်ကျင့်သီလကို ဦးစားပေးတော်မူသည့်ဆရာတော်	၁၃၁
၆၄။	အုတ်ဖိုဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် အာဇီဝဝိပတ္တိမဖြစ်ရန်	၁၃၂
	အထူးသတိထားတော်မူသည်	
၆၅။	အုတ်ဖိုဆရာတော်ဘုရားကြီးက မင်းအကိုးအကွယ်ခံမှုကို ပယ်ရှားတော်မူခြင်း	၁၃၃
၆၆။	ပထမရွှေကျင်ဆရာတော်ကြီးအား မင်းတုန်းမင်းကြီးက ဆွမ်းစားပင့်ရာ	၁၃၇
	ဦးရာပင့်သည့် လယ်တဲသို့ကြွ	
၆၇။	ရဟန်းက သည်ဟင်းငါမကြိုက်၊ သည်ဟင်းငါကြိုက်တယ်ဆိုလျှင်	၁၃၉
	ပစ္စုပ္ပန်သံသရာ အကျိုးနည်း	
၆၈။	အဝေးနေသူ အနီးနေသူ နှစ်မျိုးတို့တွင် အဝေးနေသူကို ကြည်ညိုရန်လွယ်ပြီး	၁၄၀
	အနီးနေသူကို ကြည်ညိုရန်ခဲယဉ်း	
၆၉။	ဝန်အပေါ်ဆုံးဖြစ်သည့် ဆရာဒကာ ဆက်ဆံရေး	၁၄၂
၇၀။	ဆရာတာဝန်နှင့် ဒကာတာဝန်	၁၄၅
၇၁။	ဆရာတော်ဦးစုမိတ်မှ စကားတစ်ခွန်းနာရ၍ သေပျော်ခဲ့သူ နန်းမတော်မယ်နု	၁၄၆
၇၂။	ဝိဇ္ဇာပတ်ဝတ်ဖြင့် အသက်မွေးတော်မူသည့် မင်းဆရာတော်	၁၄၇
၇၃။	ရွှေ့မင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် ကြွတော်မူရာ သပိတ်ပါသည်	၁၅၀
၇၄။	ဓမ္မဒူတဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် ခရီးသွားတိုင်း	၁၅၄
	သင်္ကန်းရုံ သပိတ်လွယ်တော်မူသည်	
၇၅။	ဓုတင်တိစီဝရိတ်ဆောင် ပုဂ္ဂိုလ်သည် သားရေနွယ်ဆောင်မှ	၁၅၄
	ဓုတင်ပြည့်စုံသည် မဟုတ်ပါ	
၇၆။	ဝိနည်းတိစီဝရိတ်နှင့် ဓုတင်တိစီဝရိတ် အဓိဋ္ဌာန်ခြားနားမှု သိကောင်းစရာ	၁၅၅
၇၇။	ပံ့ပိုးပေးပေးဆောင်ရွက်ရဟန်းသည် သင်္ကန်းအလှူခံရုံမျှဖြင့်	၁၅၇
	ဓုတင်ပျက် မပျက် ဝိနိစ္ဆယ	
၇၈။	ဝိသုဒ္ဓါရုံဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဝိနည်းပဋိပတ်	၁၅၉
၇၉။	အာရည်ကဓုတင်ဆောင် ပုဂ္ဂိုလ်နှင့် ဥတုပြဿနာ	၁၆၀
၈၀။	တောရဆောက်တည်ကာ ဓုတင်ဆောင်လိုကြသည့်လူနို့သုဗ္ဗရဟန်းမြတ်များ	၁၆၁
	ကြိုတင်သိသင့်သည့် အင်္ဂါရပ်များ	

စဉ်	မာတိကာ	နာ
၈၁။	ဂူမြို့ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် ဝိနယမရသာမဟုတ်	၁၆၅
	ဓုတင်ခရလည်း မြစ်တော်မူသည်	
၈၂။	ဘုန်းကြီးရဟန္တာ မဟုတ်ဘူး ရဟန္တာဖြစ်ဖို့ဆိုတာ မလွယ်ဘူး	၁၆၇
၈၃။	ရွှေကျင်ဆရာတော်၏ ဂါရဝတရားနှင့် နိမာနတရား	၁၆၈
၈၄။	အချိန်မကျသေး၍ အဘိဓဇဘွဲ့ လက်မခံသည့် ဆရာတော်ဘုရားကြီး	၁၇၀
၈၅။	ဘွဲ့တွေကြောင့် သီလသိက္ခာရှိသည် မဟုတ်ပါ	၁၇၁
၈၆။	သပြေကန်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဂါရဝ နိဝါတဂုဏ်	၁၇၁
၈၇။	ဝါယကာဝန်ကြီးက ဘာလိုသလဲလို့မေးရင် "ဘာမှမလိုဘူးလို့" ပြန်ပြောလိုက်ပါ	၁၇၄
၈၈။	ခန္ဓာကိုယ်ကို မငဲ့မကွက်ဘဲ ဝါယကာတို့၏ သဒ္ဓါကို ချီးမြှောက်တော်မူရတာသည်	၁၇၆
	သူတော်ကောင်းများ	
၈၉။	SE ကားလျှော့ခါနီးဒကာ၏ သဒ္ဓါတရားနှင့် မင်းကွန်းတိပိဋကဓရ	၁၇၈
	ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ကြည်ညိုဖွယ် ရောင့်ရဲနိုင်သည့်ဂုဏ်	
၉၀။	ဝါယကာလျှော့ခါနီးသည်ကားကို ရွှေ့မင်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ရေစက်ချအလှူခံ	၁၇၉
	တော်မူပြီးသည်နှင့် ထိုကားအလှူရှင် ဝါယကာကိုပင် ပြန်စွန့်တော်မူသည်	
၉၁။	ထူးခြားသော အဗ္ဗိန္ဒရဂုဏ်ရှင် တိပိဋကဓရဆရာတော်ဘုရားကြီး	၁၈၂
၉၂။	ယထာလာဘသန္ဓေသ ဖြစ်အောင်နေကြပါ	၁၈၄
၉၃။	အမရပူရမြို့တည် မင်းတရားကြီးလက်ထက် မင်းဆရာဖြစ်တော်မူသည့်	၁၈၇
	မင်းဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ လောလုပ္ပစာရနှင့် သန္ဓေတဂုဏ်	
၉၄။	လာဘ်လာဘ အမြွေအရံကျော်စောမှုကို မလိုလားသည့် ဆရာတော်ဘုရားကြီး	၁၈၉
၉၅။	ပြည်တွင်း၌ သာသနာပြုတော်မူရသည်ကိုပင် အားမရသေးသည့်	၁၉၂
	တိပိဋကဆရာတော်ဘုရားကြီး	
၉၆။	ပထမရွှေကျင်ဆရာတော်ဘုရားကြီး နောက်ဆုံးချိန်ထိ	၁၉၃
	ရွတ်ဆိုတော်မူသွားသည့် ပါဠိဂါထာတော်	
၉၇။	ဝိသုဒ္ဓါရုံသီလသမုတ်ရာတွင် သစ္စာဆိုတော်မူသည်	၁၉၅
၉၈။	သက်ရွယ်ကြီးရင့်သည့်ကာလ အသက်မရွံ့မီမှ သိက္ခာကိုစွန့်ကာ	၁၉၇
	သူတော်ဝတ်ဖြင့် ဘာဝနာကျင့်တော်မူကြသည်	
၉၉။	သိမ်သမုတ်ကဲ့သို့ သံယုက်ဆောင်ရာတွင် ရဟန်းသီလသတိပြုစရာ	၁၉၉
၁၀၀။	သိမ်အရာသည် ခက်ခဲနက်နဲ	၂၀၀

စဉ်	မာတိကာ	နာ
၁၀၁။	ကမ္မဝါဒစဉ် စကားပြောမိပါက ယဿ နက္ခမတိ သော ဘာသေယျ	၂၀၂
	ဖြစ်သဖြင့် ကန့်ကွက်သည့်နယ် ဖြစ်တတ်သည်	
၁၀၂။	ရဟန်းခံနှင့် ပရိက္ခရာရှစ်ပါး၏ အရေးပါမှု	၂၀၄
၁၀၃။	သံယုဂဥပသ် ပြုကြရမည်	၂၀၆
၁၀၄။	ရဟန်းခံကမ္မဝါဒစဉ်ရာတွင် သံယုတစ်ပါး လိုနေသောကြောင့်	၂၀၇
	ကျောက်ဆင်းတုကို ရဟန်းလောင်းရေးချထားကာ ကမ္မဝါဒစဉ်သည် ရဟန်းခံပွဲ	
၁၀၅။	မင်းကွန်းတိပိဋကဆရာတော်ဘုရားကြီး၏	၂၀၂
	သိမ်ထပ်၊ ကံထပ်၊ သိက္ခာထပ်ခြင်းဆိုင်ရာ အယူအဆ	
၁၀၆။	နောက်မှဖြစ်သော နုလုံးပူနိမ္မုကြောင့် သာသနာမှ လျှော့ကျတတ်သည်	၂၀၃
၁၀၇။	ရဟန်းတော်များ လေဆိပ်နယ်ခြားဝိတ် အကောက်ခွန်ဝိတ်တို့ကို	၂၀၅
	ဖြတ်သန်းကြသွားရာ၌ သတိမူစရာ	
၁၀၈။	အလွန်ရဟန်းထံ၌ နိဿရည်းယူသင့် မယူသင့်	၂၀၆
၁၀၉။	ရဟန်းတော်သည် လူထုကိုယ်စားလှယ်၊ လွှတ်တော်အဖွဲ့ဝင်	၂၀၈
	ပါတီအဖွဲ့အစည်းတွင် ပါဝင်လှုပ်ရှားရန် ဝိနည်းတော်က ခွင့်ပြုပါသလား?	
၁၁၀။	သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲက လွတ်ချင်လို့ သာသနာတွင်းကို ဝင်လာတာပါ	၂၁၁
၁၁၁။	ဝိလာနက ရုတ်တရက် ထွေးအံ့လိုက်စဉ် ထွေးခံမရှိက	၂၁၂
	လက်ခုပ်ဖြင့် ခံယူတော်မူသည်	
၁၁၂။	ရွှေ့မင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် တပည့်များကို နားလည်လွယ်သည့်	၂၁၄
	ပုံဝတ္ထုများဖြင့် သာဓကပြကာ ဆိုဆုံးမတော်မူလေ့ရှိပါသည်	
၁၁၃။	သူတော်ကောင်းတို့သည် သတ္တဝါတို့အပေါ် မေတ္တာ ကရုဏာ	၂၁၆
	တန်းတူထားနိုင်တော်မူကြပါသည်	
၁၁၄။	အဇုတ်တက်ချိန်ဟာ ဝိကာလဘောဇနသိက္ခာပုဂံအတွက် အရေးကြီးသလို	၂၁၈
	ပရိဝါသ်၊ မာနတ်အတွက်လည်း အရေးကြီးပါတယ်	
၁၁၅။	ဝနဝါသီတောပျော် ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည်	၂၃၀
	တောရဆောက်တည်တော်မူကြသည့် ရဟန်းတော်များကို	
	ကောင်းကင်ကြယ်ကြည့်နည်း အနည်းငယ်ဖြစ်စေ သိစေချင်ပါသည်	
	• စာဖျက်နာအညွှန်း	၂၃၆
	• ကိုးကားဖို့ပြင်ပြီးသည့်ကျမ်းများ	၂၃၉