

စဉ်	မာတိကာ	နာ
*	ဤကောင်းမှုဆောင်ရွက်ခြင်း	ဆ
*	နိုင်ငံတော်ပြုပြင်ရေးနှင့် ပြုပြင်ဆင်ခြင်ရေးတို့အားကြီးကြပ်ခြင်း	ဇ
*	ကျေးဇူးရှင် အစောဆုံးဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဩဝါဒ	ဈ
*	ကျေးဇူးရှင် ဓမ္မဘေဒိယ တောင်စွန်းဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဩဝါဒ	ည
*	ကျေးဇူးရှင် ကျွန်ုပ်တို့အားပေးသော ပုဂံညောင်ဦးဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဩဝါဒ	ဋ
*	ကျေးဇူးရှင် တပ်ဦးမဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဩဝါဒ	ဌ
*	ကျေးဇူးရှင် ရွှေကျင်ဂူတောရ ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဩဝါဒ	ဍ
*	ကျေးဇူးပြုကာရမော်ကွန်း	ဎ
*	နိဂါန်း	ဏ
၁။	ဒါယကာ လှူဒါန်းသည့် စာအုပ်ကြားထဲ အနာမာသ ငွေကြေးပါလာမည်ကို စိုးရိမ်သဖြင့် ဦးစွာခါချပြီးမှ ဖတ်ရှုတော်မူသည်	၀
၂။	တို့ယုံငွေကိုကိုယ်တိုင် ခန့်စားစိုက်လုပ်ကာ သွားမည့်အစား ခန့်မသွားခြင်းကပင် ကောင်းပါတော့သည်	၁
၃။	နဝကမ္မဝတ္ထုငွေကို ပယ်ရုံမက ကပ္ပိယကာရကထံ ဝတ္ထုငွေအပ်နှံခြင်းကိုပင် ပယ်တော်မူသည့် ဆရာတော်	၂
၄။	သက်တော်(၈၄)ကျော်မှ ရွာဦးကျောင်းစွန့်ကာ တောရကျောင်းမှီသည့် ရွှေခါးတောရဆရာတော်ဘုရားကြီး	၃
၅။	ရဟန်းနှင့် ရွှေသွားကိုစွဲသံသယ	၄
၆။	ယနေ့ခေတ် တောရသာသနာ့အမွေကို လက်ဆင့်ကမ်း ပေးတော်မူခဲ့သည့် ကျေးဇူးရှင်နဘူးကျင်း ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဥပနိဿယ	၅
၇။	ငှက်ပစ်တောင် အရှင်ပဏ္ဍိတမဟာထေရ်မြတ် မာတုဂါမနှင့် သီလအရာ စွပ်စွဲခံရခြင်းအတွက် သစ္စာဖြင့် အောင်မြင်တော်မူခဲ့သည်	၆
၈။	နိဿဂ္ဂိထိုက်၍ စွန့်ထားသောပစ္စည်းတို့ကို ပံ့ပိုးကူညီပေးခြင်းကလေးလျှင် အာပတ်သင့် မသင့်	၇
၉။	သံသယက ပဗ္ဗာဇနိယကမပြု မိမိဆန္ဒအလျောက်ကံပြုကာ သားစဉ် မြေးဆက် အတွက် သင်ခန်းစာပေးခဲ့သည့် ဆရာတော်	၈
၁၀။	ပထမ မြုတောင်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ စံနမူနာ အတုယူစရာ အကျင့်သီလဆိုင်ရာ ကျောင်းတိုက်၏ သံမဏိစည်းကမ်း	၉
၁၁။	ရဟန်းများသည် သီလတန်ခိုးကြောင့် လိုတိုင်းရပါသည်	၁၀

စဉ်	မာတိကာ	နာ
၁။	ရဟန်းဟူသည် အကပ်မခံဘဲ မထိကောင်း မကိုင်ကောင်း	၁၂
၂။	အကပ်မခံရသေးသည့် ဆွမ်းသပိတ်ကို ရဟန်းက မယူပြီး ဆရာတော်ထံ ကပ်လှူသဖြင့် သပိတ်ထဲမှ ဆွမ်းကို သွန်ပစ်ခဲ့ရသည့် သာဓက	၂၃
၃။	ယနေ့ဆေးရုံများ သဟဿေယျသိက္ခာပုဒ်ဆိုင်ရာ သံသယ	၃၀
၄။	သဟဿေယျသိက္ခာပုဒ် သံသယကြောင့် ကုတင်ပေါ်ခေါင်းမချဘဲ ငုတ်တုတ်ထိုင်ပေးရသည့် ဓာရာဏသီဆရာတော်	၃၁
၅။	ဝိနည်းသီလကို အသက်နှင့် လဲခဲ့သည့် သပြေကန်ဆရာတော်ဘုရားကြီး	၃၂
၆။	ပက်လက်ကုလားထိုင်ပေါ် ငုတ်တုတ်ထိုင်လျက် အိပ်လျှင် သဟဿေယျ အာပတ်နှင့် နိဿဂ္ဂိတင် အဆုံးအဖြတ်	၃၅
၇။	သက်ဆုံးတိုင် ငုတ်တုတ် ဆောင်တော်မူခဲ့သည့် မဟာထေရ်မြတ်	၃၈
၈။	ဝိလာနုဖြစ်သော်လည်း ဝိနည်းသိက္ခာပုဒ်ကို မချွတ်မယွင်း စောင့်ရှောက်တော်မူခဲ့သည့် ဆရာတော်ဘုရား	၄၀
၉။	ညနေစာဆွမ်းမစားဘဲ ကုလိရတုံကုထံ မရှိဘူးဆိုရင် ဆေးမကုပေးပါနဲ့တော့ ကျန်းမာသောရဟန်းသာမကောင်းများ နေလွဲကာလ ထန်းလျက်ခဲ မစားကောင်း ထန်းလျက်အရည်သာ သောက်ကောင်း	၄၂
၁၀။	ကပ္ပိယကာရက မြောက် မမြောက် အလေးအနက် စဉ်းစားတော်မူသည်	၄၈
၁၁။	ရဟန်းက ဆေးကုပေးကောင်းသူနှင့် မကုပေးကောင်းသူ ရွှေ့ပင်ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် ဝိလာနုရဟန်းကိုသာ ဆေးနည်းပေး၍ ဒကာမကို မပေးဟု မိန့်တော်မူသည်	၄၉
၁၂။	ဦးတပ်ခေါ်ခြင်းသည် မြောက်ပင်မြောက် ရောက်သည်လည်းရှိ၊ မရောက်သည်လည်းရှိ	၅၂
၁၃။	ရဟန်းမြတ်များသည် ဧကရာဇ်မင်း၏ အရာ၌ပင် ကုလဒ္ဓသကသိက္ခာပုဒ်၏ သိမ်မွေ့မှုကို အထူးဂရုပြု စောင့်ထိန်းတော်မူသည်	၅၄
၁၄။	ဝိနယဂရုက ဖြစ်တော်မူသည့် ရွှေကျင်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဝိနည်းအရာ၌ သံသယ ကုက္ကုစ္စ	၅၆
၁၅။	ဉာတိပဝါရိတထံ၌ပင် အလှူမခံဘဲ ဆွမ်းခံဝတ်နှင့် အလိုလိုဖြစ်ပေါ်လာသော ပစ္စည်းကိုသာသုံးဆောင်	၅၆
၁၆။	စတုတ္ထသာသနာပိုင် ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဝိနည်းဆိုင်ရာ သံသယကုက္ကုစ္စ	၅၈
၁၇။	သုစိမ်းဖြစ်သည့် ချွေးမ၊ သမက်တို့ထဲမှ ရဟန်းကအလှူခံရာတွင်သတိပြုစရာ	၅၉

စဉ်	မာတိကာ	နာ
၁။	ဒကာ၏ သဒ္ဓါတရားကိုခံ၍ သက်နိုးကို စုတ်သည်ထိသုံးရန် တာဝန်မခံပါ	၆၀
၂။	ပန်းကုံးဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် သက်နိုးပရိမတ္တလ ကြောင့်ကြံပြုတော်မူ	၆၂
၃။	ကပ္ပိယကရောဟိ၊ ကပ္ပိယဘန္တေ	၆၃
၄။	အစေ့မျိုးစေ့၊ အဆစ်မျိုးစေ့ နှင့် ပါစိတ်၊ ဒုက္ကဋ်	၆၆
၅။	နိုင်ငံတော် သံသယမဟာနာယကအဖွဲ့ဥက္ကဋ္ဌ မကွေးဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် ဆွမ်းပိုင်း၌ပင် ဝိနည်း သင်ကြားပေးတော်မူသည်	၆၇
၆။	ဆွမ်းခံရလာသည့် သပိတ်ထဲမှဆွမ်းဟင်းအတွက် တောရမထေရ်မြတ်ကြီး၏သံသယ	၆၈
၇။	သူတော်ကောင်းများသည် အသက်ထက် သီလကို မြတ်နိုးတော်မူကြပါသည်	၇၃
၈။	ရဟန်းတော်များ အစားအစာ ဖိစားမခွင့်သင့်ပါ	၇၄
၉။	ကျောင်းဝင်းထဲမှ သစ်ပင်ခိုးခတ်သူကို ခွင့်ပြုပေးက ကုလဒ္ဓသက ခုတ်ပြီးထင်း ပြန်ထားခိုင်းပါက ဘဏ္ဍာစား ပြဿနာ	၇၅
၁၀။	လူတို့၏ရေတွင်းမှရေကို ရဟန်းသုံးခြင်းနှင့် ကျောင်းဝင်းမှရေကို လူတို့သုံးခြင်းသည် အပြစ်မရှိပါ	၇၆
၁၁။	ရဟန်းကောင်းတို့သည် မအပ်စပ်သောနည်းဖြင့် ဖြစ်ပေါ်လာသည့်ရေပင်၊ တန်ဆောင်၊ သစ်ပင်အရိပ် မခိုကောင်းသော်လည်း ဥဗ္ဗိဿစေတီမပါဝင်ပါ	၇၈
၁၂။	ငါ၏အနာရောဂါသည် အလွန်၏ ဖယ်လင်းချက်နှင့် မတန်	၇၉
၁၃။	ဝိနည်းမညီ နိဿဂ္ဂိဖြစ်နေသည့် သာသနိက အဆောက်အဦများ	၈၀
၁၄။	တောင်ဖိလာ ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် မင်းဆရာ ဖြစ်နေ၍ ရွှေ့ပင်ဆရာတော်က မိမိပစ္စည်း အလှူမခံဟု ထင်မှတ်တော်မူသည်	၈၂
၁၅။	ကျောင်းဆောက်ရာတွင် ရဟန်းတော်များ မအပ်စပ် မစီစဉ်မိရန် အရေးကြီးသည်	၈၄
၁၆။	သူခိုးလက်ထံ ရောက်သွားသောပစ္စည်း သူခိုးပစ္စည်းဖြစ်ပြီ	၈၄
၁၇။	နဘူးကျင်းဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် ကျောင်းထဲမှ ပျောက်သွားသောနာရီကို သူခိုးပစ္စည်းဟု စိတ်နှလုံးသွင်းတော်မူသည်	၈၅
၁၈။	ပစ္စုပ္ပန်နှင့် သက်နိုးပိတ်စဝယ်ရာ၌ ရဟန်းက အဖိုးအခရေးဆစ်မိခဲ့သဖြင့် စွန့်ခိုင်းတော်မူ	၈၈
၁၉။	ဝိနယဂရုက မထေရ်မြတ်များသည် စိတ်မချလျှင် ရေကိုသော်မှသောက်လေ့မရှိ	၈၈
၂၀။	မအပ်စပ်သောအမယ်ပါလျှင် ဆေးကိုပင် ပယ်ကြည့်တော်မူပါသည်	၉၀

စဉ်	မာတိကာ	နာ
၅၁။	ဆေးဆရာကြီးက ဝိလာနုရဟန်းအား မြွေပွေး သည်းခြေ ဘုဦးပေးမှသာရောဂါ ပျောက်မည်ဟု လျှောက်ထားသည်ကို အရှင်မြတ်မှ ပယ်မြစ်တော်မူ	၉၁
၅၂။	ကျောင်းနီးရာရာဟူသမျှ လှူဒါန်းစရာသာ	၉၄
၅၃။	မင်းကွန်းတိပိဋကရ ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဘုန်းကြီးကျောင်းတွင် လူများဖိနှပ်စီးခွင့် ရှိမရှိ အဆုံးအဖြတ်	၉၇
၅၄။	ရဟန်းတော်များ ရော်ဘာခံဖိနှပ် အပ် မအပ် ဝိနိစ္ဆယ	၉၉
၅၅။	ခရီးသွားရာသပိတ်ထဲ ပရိက္ခရာပါရမည်	၁၀၀
၅၆။	မြောင်းမြဆရာတော်ဘုရားကြီး ခရီးထွက်ရာသပိတ်ပါသည်	၁၀၂
၅၇။	ဝိနည်းတည်နေလျှင် သာသနာတော်လည်းတည်ပါသည်	၁၀၄
၅၈။	ဝိနည်း၌ အငြင်းရှိလာလျှင် ရှောင်ခြင်းက အပြစ်ကင်းသည့်အကြောင်း ဘုန်းတော်ကြီး ဦးသီလ၏ မြတ်နိုးဖွယ်ဩဝါဒ	၁၀၅
၅၉။	မြောင်းမြဆရာတော်ဘုရားကြီး ကျင့်သုံးတော်မူသွားသည့် ဝိနည်းလမ်းစဉ် သီကောင်းစရာ	၁၀၆
၆၀။	လူအများ ဝိနည်းနားလည်ပါက သံယာတော်များ ဝိနည်းလေးစားလာမည် ဖြစ်သဖြင့် သာသနာတော်ကြီး ပို၍ထွန်းကားလာမည်	၁၀၉
၆၁။	တတိယ မြုတောင်ဆရာတော်ဘုရားကြီး အရှင်ဝိစာရာဘိဝံသ၏ သာသနာရေးရာကျင့်သုံးပုံ	၁၁၁
၆၂။	သာသနာပြုလိုလျှင် ဝိနည်းအရင်သင်	၁၁၃
၆၃။	မင်းစကရာဇ် ကိုးကွယ်သည့် ဆရာတော် ဘုရားကြီး၏ ခိုးသားပွင့်လင်းသည့် စိတ်နေစိတ်ထား	၁၁၆
၆၄။	လဲပို့သွပ်သောခေါင်းဖုံး မအုံးဘဲ ကျောက်တုံး ဝါးလုံး ခေါင်းဖုံး	၁၁၉
၆၅။	ရှေးရှေးဘဝဘဝအထုပ်ပါရမိကြောင့် ရှင်ရဟန်းဘဝရလာ	၁၂၁
၆၆။	အလှူအပ ပြုလုပ်ထားသည့် ထီးကိုရဟန်းတော်များ မဆောင်းကြပါ	၁၂၂
၆၇။	ဝိနယဂရုက ထေရ်မြတ်များနေပူလျှင် ယပ်ရွက်ကာပြီး ပိုးရွာလျှင် ထီးမိုးမခံဘဲ ကိုယ်တိုင်သာဆောင်း	၁၂၄
၆၈။	သာမဏေဝယ်၏ မေးခွန်းနှင့် မင်းကွန်းတိပိဋက ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ကြည်ညိုဖွယ်နူးညံ့သည့်ဂုဏ်	၁၂၆
၆၉။	မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ သိမ်ထပ်၊ ကံထပ်၊ သိက္ခာထပ်ခြင်းဆိုင်ရာ အယူအဆ	၁၂၈

စဉ်	မာတိကာ	နာ
၇၀။	လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ သိမ်ထပ်၊ ကံထပ်၊ သိက္ခာထပ်ခြင်းဆိုင်ရာ အယူအဆ	၁၃၀
၇၁။	မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ သိမ်ထပ်၊ ကံထပ်၊ သိက္ခာထပ်ခြင်းဆိုင်ရာ အယူအဆ	၁၃၂
၇၂။	ဓမ္မဂူဆရာတော်ဘုရားကြီး၏သိမ်ထပ်၊ ကံထပ်၊ သိက္ခာထပ်ခြင်းဆိုင်ရာ အယူအဆ	၁၃၄
၇၃။	သပြေကန်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏သိမ်ထပ်၊ ကံထပ်၊ သိက္ခာထပ်ခြင်းဆိုင်ရာ အယူအဆ	၁၃၆
၇၄။	ဆွမ်းခံကျင့်ဝတ် မဆွတ်စေသည့် ရွှေဟင်္သာဆရာတော်ဘုရားကြီး	၁၄၀
၇၅။	သပိတ်ဖုံးနဲ့ ပတ္တပိုးကိုခုတ် ချိုးမြတ်ချက်	၁၄၂
၇၆။	ဧကာသနိက ခုတ်ဆောင်ပုဂ္ဂိုလ်သည် တစ်နေ့ တစ်ကြိမ်သာ ဘုဦးပေးရ	၁၄၃
၇၇။	ဆွမ်းခံအပြန် ဆွမ်းစားစေရပ်၌ရဟန်းသာမဏေ၊ လူဝါယကာတို့ ဆွမ်းလောင်းလျှင် ပျက်နိုင်သည့်ခုတ်	၁၄၄
၇၈။	ခုတ်ဆောင်ရန် သဒ္ဓါတရားထက်သန်တော်မူကြသည့် အရှင်မြတ်များ ဧကန်လေ့လာရမည့် အကြောင်းအရာများ	၁၄၆
၇၉။	ခုတ်ဆောင်ပုဂ္ဂိုလ်ကို "အရှင်ဘုရား ခုတ်ဆောင်ပါသလား"ဟု မေးခံရလျှင် ပြန်လည်၍ မြေကြားနည်း	၁၅၄
၈၀။	သူတော်ကောင်းကြီးတို့၏ ခုတ်ကျင့်စဉ်နှင့် ဝိနည်းကျင့်စဉ်တို့သည် သိမ်မွေ့လွန်းပါသည်	၁၅၆
၈၁။	စံကျောင်းဆရာတော်၏ နိဝါတ နိမာနဂုဏ်	၁၆၁
၈၂။	တပည့်၏ ဝိနည်းအရာ သတိပေးမှုကိုပင် အတိုင်းမသိ တန်ဖိုးထားတော်မူသည့် သပြေကန်ဆရာတော်ဘုရားကြီး	၁၆၂
၈၃။	မြတ်နိုးစရာ နိဝါတနှင့်နိမာန	၁၆၄
၈၄။	ဥပု သုဟုရုဏ်နှင့်ပြည့်စုံသည့် Dr.အရှင်သီလာနန္ဒာဘိဝံသ	၁၆၇
၈၅။	ဒီသာသနာမှာ ကိုရင်လေးကအစ ဒီကိုပြောဆိုဆုံးမလို့ရတယ်။	၁၆၉
၈၆။	ရဟန်းဖြစ်နေပြီးတော့ထည်ထည်ဝါဝါ မနေချင်ပါဘူး	၁၇၁
၈၇။	ဆရာအရှင်မဟာအရိယဝံသ သီတင်းသုံးရာ စစ်ကိုင်းဘက်ကို ဦးချပြီးမှ ဋီကာကျော်ကျမ်းကို ဝိသုတော်မူပါသည်	၁၇၂
၈၈။	ဝါသေရင် ခေါင်းဖုံးဘေး တံဆိပ်တုံးကြီးချထားမှာကို ရှက်လွန်းလို့	၁၇၃

စဉ်	မာတိကာ	နာ
၈၉။	လာဘ သက္ကာရ သိလောကကို စွဲရာတော်မူသည့် ဆရာတော်ဘုရားကြီး	၁၇၄
၉၀။	ရာဇာဓိရာဇဂုရုဘွဲ့တံဆိပ်မလိုပါဟု မင်းတရားကိုမိန့်ကြား	၁၇၄
၉၁။	လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် ဂုဏ်ထူးပိသေသအတွက် စက်ဆုပ်တော်မူသဖြင့် ဘွဲ့တံဆိပ်အတွက် ခပ်မဆိတ်သာနေတော်မူ	၁၇၄
၉၂။	နဘူးကျင်းဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် ဘွဲ့တံဆိပ် ဆက်ကပ်လာလျှင် အနာမသဝတ္ထုငွေပါမည်ဖြစ်၍ လက်မခံခဲ့ပါ	၁၈၀
၉၃။	ဘုန်းကြီးသေလို့ ပစ္စည်းကျန်တယ်ဆိုတာ ရှက်စရာကြီး	၁၈၂
၉၄။	မန်လည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် အသက်အရွယ်ကြီးသည့်တိုင် ပရိဝါသံတစ်ကြိမ်မျှ မနေစေဘူးဘူး	၁၈၃
၉၅။	ပရိဝါသံဆောက်တည်ရန် ကြွလာသည့်ရဟန်းသည် အချိန်အခါမဲ့ ညပိုင်း ဖြစ်နေလျှင်ပင် ဆရာတော်ဘုရားကြီးကိုယ်တိုင် ဖယောင်းတိုင်မီးကိုင်၍ ကမ္မဝါ ဖတ်ပေးတော်မူသည်	၁၈၄
၉၆။	နဘူးကျင်းဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် ဘဝ၏ နေဝင်ချိန်ထိတိုင် အာရညကင် ခုတ်ဆောင်ခဲ့ပါသည်	၁၈၈
၉၇။	ကျန်းမာရေးမပြည့်စုံသော်လည်း ဝါတွင်းကြီး ဖြစ်နေသဖြင့် ကျောင်းပြန်ကြွတော်မူသည်	၁၉၀
၉၈။	လူရိရဟန်းနှင့် အလွန်ရဟန်းတို့ အများအားဖြင့် ဥပုသ်အတုတုပြုနေကြရသည်	၁၉၁
၉၉။	သာသနာကျဆင်းနေတဲ့အချိန်မှာ စည်းစည်းလုံးလုံးနှင့် ကြီးစားကြဖို့လိုပါတယ်	၁၉၄
၁၀၀။	အရက်တက်ချိန် ဂရုပြုမှ သီလသန့်ရှင်းမည်	၁၉၅
၁၀၁။	သံယုပစ္စည်း အဆိပ်သီး စားနည်းအလွန်ခက်	၁၉၇
*	စာပျက်နာအညွှန်း	၁၉၉
*	ကိုးကားဖို့ငြိမ်းပြုသည့်ကျမ်းများ	၂၀၁