

မာတိကာ

(၁.၁) သတိပဋ္ဌာန်ဆိုတာ	၁
(၁.၂) ဝိပဿနာရူတယ်ဆိုတာ	၄
(၁.၃) တရားထိုင်ပါလူငယ်	၅
(၁.၄) ဓမ္မဆိုတာ တရား	
ဓမ္မဆိုတာ သဘောတရား	၆
(၁.၅) မေတ္တာဆိုတာ	၈
(၁.၆) ဗုဒ္ဓဘာသာဆိုတာ	
အဆိုးမြင်ဝါဒမဟုတ်ပါ	၁၆
(၁.၇) မြစ်ပျက်မြင်တော့ မြစ်ပျက်မုန်း	၁၇
(၁.၈) နိဗ္ဗာန်ဘယ်မှာလဲ	၂၀
(၁.၉) လှူတာဟာ ယူတာပါ	၂၀
(၁.၁၀) ဥစ္စာပစ္စည်း(၄)မျိုး	၂၈
(၁.၁၁) ဂေါ်ဒ် ဘယ်မှာလဲ	၂၉
(၁.၁၂) စစ်မှန်တဲ့ပျော်ရွှင်မှု(သို့)	
ချမ်းသာဆိုတာ	၃၀
(၁.၁၃) ဒီနပြောခဲ့တဲ့အောင်မြင်ခြင်းရဲ့	
အကြောင်းများ	၃၄

(၁.၁၄) သတိစွဲအသိရဲ့ အကျဉ်းပြင်	
ဘဝခရီးဆက်သွားခြင်း	၃၅
(၁.၁၅) ဇာတိပစ္စယာဇရာမရဏံ	၃၈
(၁.၁၆) မွေးနေ့ဆိုတာ ကြီးနီးပါ	၃၉
(၁.၁၇) ဗုဒ္ဓဘာသာဆိုတာ	၄၀
(၁.၁၈) ဘဝဆိုတာ တန်ဖိုးရှိပါတယ်	၄၁
(၁.၁၉) ဒါနသီလဘာဝနာဆိုတာ	၄၂
(၁.၂၀) အနေကဇာတင်အကြောင်း	
သိကောင်းစရာ	၄၇
(၁.၂၁) ဘာအတွက်ရှင်သန်နေတာလဲ	၄၈
(၁.၂၂) ပါရမီဆိုတာ	၅၂
(၁.၂၃) အာနဏျသုတ်	၅၅
(၁.၂၄) သင့်ရဲ့ သဘာဝရင်းမြစ်များ	၅၉
(၁.၂၅) ဗုဒ္ဓဘာသာသည်	
ကံကြမ္မာသက်သက်ယုံကြည်တဲ့	
ဘာသာတရားမျိုးမဟုတ်ပါ	၅၉
(၁.၂၆) လက်ထပ်ခြင်းကသင့်ကို	
လောကရဲ့ တာဝန်တွေကို	
ထမ်းဆောင်ခိုင်းတာပါဘဲ	၆၀
(၁.၂၇) သင်ဟာ သင့်ဘဝရဲ့ ဖန်တီးရှင်ပါ	၆၃

(၁.၂၈) လုပ်ပေးနိုင်တာလည်း ဝါပဲရှိတော့တယ်	၆၄
(၁.၂၉) အဘိဓမ္မာ	၆၆
(၁.၃၀) သေခြင်းတရားကို	
ဆင်ခြင်စီးမြန်းပုံ	၈၃
(၁.၃၀) သတိပဋ္ဌာန်	၈၅

x x x x x x x x x x x x

ကျွန်ုပ်၏ အဓိဋ္ဌာန်
 ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ သာသနာ၏
 ရည်လျားအစွန်းရောင်လျှံကွန်းပို့
 ကျွတ်ထိုက်ဝေနေကျွတ်ကြဝေဖို့
 သမိုင်းပေးတာဝန်ကျေပွန်ထေဖို့
 ရောက်ရှိလောက ပိဋ်လုပို့
 မဂ်ပန်း၊ ငါကြိုးစားမည်
 စွန့် စွန့်စားစား ရေတိုသွားမည်
 ကိုယ်ကျိုးအတွက်ဘာမှမရည်။