

စာမျက်နှာ

i ~ vi

vii ~ viii

ix ~ xi

xii

အခန်း (၆)

အိမ်နီးယှက်လိပ်ကန်နှင့် ဂျာမန်အစောင့်အမြင်ပဓာနဝါဒ

၆.၁ ကန်ဆီသို့ ရှေးရှုသောလမ်းကြောင်း	၁
၆.၁.၁ ဖော်လိတ်ယားမှ ကန်သို့	၃
၆.၁.၂ လော့ခ်မှ ကန်သို့	၅
၆.၁.၃ ရှုဆိုးမှ ကန်သို့	၉
၆.၂ ကန်ကိုယ်တိုင်	၁၂
၆.၃ ဆင်ခြင်တုံတရားစစ်စစ်အပေါ် ဆန်းစစ်ဝေဖန်ချက်	၁၇
၆.၃.၁ တွေးရိုးတွေးစဉ်လွန် အလှရသ	၂၀
၆.၃.၂ တွေးရိုးတွေးစဉ်လွန် သရုပ်ခွဲမှု	၂၄
၆.၃.၃ တွေးရိုးတွေးစဉ်လွန် ဒိုင်ယာလက်တစ်စ်	၂၇
၆.၄ လက်တွေ့ဆင်ခြင်တုံတရားအပေါ် ဆန်းစစ်ဝေဖန်ချက်	၃၂
၆.၅ ဘာသာတရားနှင့် ဆင်ခြင်တုံတရား	၃၆
၆.၆ နိုင်ငံရေးနှင့် ထာဝရငြိမ်းချမ်းရေး	၄၁
၆.၇ ဝေဖန်သုံးသပ်ချက်နှင့်ခန့်မှန်းချက်	၄၆
၆.၈ ဟေးဂဲလ်အကြောင်းမှတ်စုအချို့	၅၅

၇.၁ ဤခေတ်	၆၆
၇.၂ ဤလူ	၇၀
၇.၃ စိတ်ကူးအနေနှင့် ဤကမ္ဘာ	၇၇
၇.၄ ဆန္ဒအနေနှင့် ဤကမ္ဘာ	၈၂
၇.၄.၁ အသက်ရှင်သန်လိုသော ဆန္ဒ	၈၂
၇.၄.၂ မျိုးပွားလိုသော ဆန္ဒ	၈၉
၇.၅ အနိဋ္ဌာရုံအနေနှင့် ဤကမ္ဘာ	၉၇
၇.၆ လူ့ဘဝ၏ဉာဏ်အမြော်အမြင်	၁၀၇
၇.၆.၁ ဒဿန	၁၀၇
၇.၆.၂ ဉာဏ်ကြီးရှင်ပါရမီ	၁၁၂
၇.၆.၃ အနုပညာ	၁၁၅
၇.၆.၄ ဘာသာတရား	၁၁၇
၇.၇ သေခြင်းတရား၏ ဉာဏ်အမြော်အမြင်	၁၂၀
၇.၈ ဝေဖန်သုံးသပ်ချက်	၁၂၄

အခန်း (၈)

ဟားတတ်စပန်းဆာ

၈.၁ ကော်နိုတ်နှင့် ဒါးဝင်	၁၃၅
၈.၂ စပန်းဆာဖြစ်ထွန်းလာပုံ	၁၄၁
၈.၃ မူလအခြေခံသဘောတရားများ	၁၅၂
၈.၃.၁ မသိနိုင်ကောင်းသောအရာ	၁၅၂
၈.၃.၂ ဆင့်ကဲဖြစ်စဉ်	၁၅၅
၈.၄ ဖိဝေပေး-အသက်ဖိဝေ၏ဆင့်ကဲဖြစ်စဉ်	၁၆၃
၈.၅ စိတ္တပေး-စိတ်၏ဆင့်ကဲဖြစ်စဉ်	၁၆၆
၈.၆ လူမှုပေး-လူ့အဖွဲ့အစည်း၏ဆင့်ကဲဖြစ်စဉ်	၁၇၀

အခန်း (၉)

ရှိုးပင်စတာင်ဝါ

၈.၇ လူ့ကျင့်ဝတ်-ကိုယ်ကျင့်တရားများ၏ဆင့်ကဲဖြစ်စဉ်	၁၈၁
၈.၈ ဝေဖန်သုံးသပ်ချက်	၁၉၀
၈.၈.၁ မူလအခြေခံသဘောတရားများ	၁၉၁
၈.၈.၂ ဖိဝေပေးနှင့်စိတ္တပေး	၁၉၄
၈.၈.၃ လူမှုပေးနှင့်လူ့ကျင့်ဝတ်	၁၉၅
၈.၉ နိဂုံး	၁၉၈

အခန်း (၉)

ပန်းစရစ် နီးရာ

၉.၁ နီးရာ၏မျိုးနွယ်	၂၀၂
၉.၂ ငယ်ရွယ်စဉ်ဘဝ	၂၀၄
၉.၃ နီးရာနှင့် ဗာဂနာ	၂၁၀
၉.၄ ဇာရာသူးစထရာ၏တေးသံ	၂၁၉
၉.၅ သူရဲကောင်းလူ့ကျင့်ဝတ်	၂၂၆
၉.၆ စူးပါမင်	၂၃၅
၉.၇ ယိုယွင်းပျက်ပြားခြင်း	၂၄၀
၉.၈ မင်းမျိုးစိုးနွယ်စနစ်	၂၄၅
၉.၉ ဝေဖန်သုံးသပ်ချက်	၂၅၄
၉.၁၀ ဇာတ်သိမ်းပိုင်း	၂၆၄

အခန်း (၁၀)

စေတီမြိုင်ဥရောပဒဿနပညာရှင်များ တာဂ်ဆင်၊ စရိုးချီနှင့် တားထရန်ရပ်ဆဲလ်

၁၀.၁ အနီးရီ ဘာဂ်ဆင်	၂၆၈
၁၀.၁.၁ ရုပ်ဝါဒအား ဆန့်ကျင်တော်လှန်မှု	၂၆၈
၁၀.၁.၂ စိတ်နှင့် ဦးနှောက်	၂၇၂
၁၀.၁.၃ ဖန်တီးနိုင်စွမ်းရှိသောဆင့်ကဲဖြစ်စဉ်	၂၈၂
၁၀.၁.၄ ဝေဖန်သုံးသပ်ချက်	၂၈၉

၁၀.၂ ဘန်ဒက်တို ခရိုးချီ	၂၉၅
၁၀.၂.၁ သည်လူ	၂၉၅
၁၀.၂.၂ စိတ်ဓာတ်၏ဒဿန	၂၉၉
၁၀.၂.၃ အလှဆိုသည်မှာဘာလဲ	၃၀၄
၁၀.၂.၄ ဝေဖန်သုံးသပ်ချက်	၃၀၇
၁၀.၃ ဘားထရန် ရပ်ဆဲလ်	၃၀၉
၁၀.၃.၁ ယုတ္တိပေးပညာရှင်	၃၀၉
၁၀.၃.၂ ပြုပြင်ပြောင်းလဲရေးသမား	၃၁၇
၁၀.၃.၃ နိဂုံး	၃၂၁

အခန်း (၁၁)

စေတီမြိုင် အမေရိကန် ဒဿနပညာရှင်များ ဆန်တီအားနာ၊ ဂျိမ်းစ်နှင့် ဇူးဝီ

နိဒါန်း	၃၂၅
၁၁.၁ ဂျော့ချီ ဆန်တီအားနာ	၃၂၈
၁၁.၁.၁ အတ္ထုပ္ပတ္တိအကျဉ်း	၃၂၈
၁၁.၁.၂ သံသယဝါဒနှင့် သတ္တဝါ၏ယုံကြည်မှု	၃၃၁
၁၁.၁.၃ သိပ္ပံပညာအတွင်းမှ ဆင်ခြင်တုံတရား	၃၃၃
၁၁.၁.၄ ဘာသာတရားအတွင်းမှ ဆင်ခြင်တုံတရား	၃၃၉
၁၁.၁.၅ လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်းမှ ဆင်ခြင်တုံတရား	၃၄၄
၁၁.၁.၆ ထင်မြင်သုံးသပ်ချက်	၃၅၂
၁၁.၂ ဝီလ်ယပ် ဂျိမ်းစ်	၃၅၆
၁၁.၂.၁ ပုဂ္ဂိုလ်ရေး	၃၅၆
၁၁.၂.၂ လက်တွေ့အကျိုးပျော်ဝါဒ	၃၅၉
၁၁.၂.၃ မူမတူသော်လည်း အတူယှဉ်တွဲနေနိုင်မှုဝါဒ	၃၆၃
၁၁.၂.၄ ထင်မြင်သုံးသပ်ချက်	၃၇၀

၁၁.၃ ဂျိမ်းစ် ဇူးဝီ	၃၇၂
၁၁.၃.၁ ပညာရေး	၃၇၂
၁၁.၃.၂ အသုံးချခံကိရိယာဝါဒ	၃၇၅
၁၁.၃.၃ သိပ္ပံပညာနှင့် နိုင်ငံရေး	၃၇၉
သုံးသပ်ချက်	၃၈၆
ခက်ဆစ်အဖြေ	၃၈၈
အက္ခရာဝလီအညွှန်း	၃၉၃