

မာတိကာ

ကန်တော့ပန်းနှင့် ကျေးဇူးတင်လွှာ ၈၀
ပါမောက္ခဒေါက်တာမြင့်လှိုင်၏အမှာစာ ၈၀
ကျမ်းညွှန်းသင်္ကေတနှင့်ကျမ်းအမည်များ ၆
ပဏာမနှင့်ပဋိညာဉ် ၁၁
နိဒါန်း ၁၁

အခန်း(၁)
ပြဟူပိဟာရနှင့်ပတ်သက်၍
ဟန်ဆောင်လှည့်ပတ်တတ်သောတရားများကို လေ့လာခြင်း
■ ချစ်ခြင်းမေတ္တာတူသည် ၁
ချစ်ခြင်းမေတ္တာ၏ အနှစ်သာရနှင့် အစွန်းများ ၂
ချစ်ခြင်းနှင့် မေတ္တာ ၄
မေတ္တာဟု ဆိုရာဝယ် ၆
ရာဂဟူသည် ၇
အဓမ္မရာဂနှင့် လောကတို့အကြား ဆက်နွယ်မှု ၉
အကျိုးလို၍ ညောင်ရေလောင်းကြခြင်းများ ၁၁
မေတ္တာဟု ထင်မိ မမှားသင့် ၁၂
တဏှာရာဂနှင့်မေတ္တာ မတူပါ ၁၃
■ တရုဏာတူသည် ၁၆
သောကသည် ကရုဏာ မဟုတ်ပါ ၁၉
■ မုဒိတာတူသည် ၂၁
မုဒိတာရှိသူ၊ မရှိသူ ၂၁
ဝမ်းမြောက်မှုနှင့် ပတ်သက်၍ သတိထားစရာ ၂၃
ပဟာသတရားသည် မုဒိတာ မဟုတ်ပါ ၂၄

■ ဥပေက္ခာတူသည် ၂၆
ဥပေက္ခာတရားဖြင့် လက်ခံနားလည်လိုက်ရခြင်းများ ၂၆
မဟာကာလ ဥပါသကာအကြောင်း ၂၇
သာကီဝင်များ အသတ်ခံကြရခြင်းအကြောင်း ၂၈
တာဝန်၊ဝတ္တရားရှောင်လွှဲခြင်းသည် ၂၈
ဥပေက္ခာပြဟူပိဟာရ မဟုတ်ပါ ၂၈
အသိဉာဏ်မဲ့ လျစ်လျူရှုခြင်းသည် ၃၁
အသိဉာဏ်ရှိ လျစ်လျူရှုခြင်း မဟုတ်ပါ ၃၁
■ ဆက်စပ်သိဖွယ်များ ၃၂
အခန်း(၂)
ကိုယ်ကျင့်၊နှုတ်ကျင့်တရားများနှင့်ပတ်သက်၍
ဟန်ဆောင်လှည့်ပတ်တတ်သောသဘာဝတရားများကို လေ့လာခြင်း
■ ကဲ့ရဲ့ခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ လှည့်ပတ်မှုကို လေ့လာခြင်း ၃၇
ကဲ့ရဲ့ခြင်း (၂)မျိုး ၄၀
အပြစ်ပြောခြင်းနှင့်ပတ်သက်ပြီး ဓမ္မဒီပနီ၌ ရှင်းလင်းချက် ၄၂
အရှင်သုဘူတိမထေရ်၏ အကျင့်တရား ၄၃
■ ပိယဝါစာနှင့်ပတ်သက်၍ လှည့်ပတ်မှုကို လေ့လာခြင်း ၄၆
စာဋ္ဌကမ္မတာသည် ပိယဝါစာ မဟုတ် ၄၉
■ ဆုံးမခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ လှည့်ပတ်မှုကို လေ့လာခြင်း ၅၀
စိတ်နှင့်နှုတ်တို့၏ကြမ်းတမ်းခြင်း အကြောင်း ၅၂
ဖရူသဝါစာကို ဆုံးမခြင်းစစ်စစ်ဟု မထင်မှတ်သင့် ၅၄
■ သစ္စာစကားနှင့်ပတ်သက်၍ လှည့်ပတ်မှုကို လေ့လာခြင်း ၅၆
ကုန်းချောခြင်း ၅၇
■ ပဒိုသန္တာရနှင့်ပတ်သက်၍ လှည့်ပတ်မှုကို လေ့လာခြင်း ၆၀
သင့်လျော်မှန်ကန်သော ဝတ္တရားကို ဖြည့်တတ်ရန် ၆၄
ဓမ္မဖြင့်နေသော အရှင်စူဠပိဏ္ဍပါတိကတိဿမထေရ်အကြောင်း ၆၅
■ မာယာ, သာဌေယျတူသော လှည့်ပတ်မှုကို လေ့လာခြင်း ၆၇
အကောက်(၃)မျိုး ၆၉
မာယာ၏ သဘောတရားများ ၇၂
သာဌေယျ၏ သဘောတရားများ ၇၄
■ အသတ်မွေးမှုနှင့် ပတ်သက်၍ လှည့်ပတ်မှုကို လေ့လာခြင်း ၇၈
မျှဝေပေးခြင်းအလေ့ကောင်းကို ကျင့်သုံးခြင်း ၇၉

အသက်မွေးမှု စင်ကြယ်ရေး ၈၀
ဝေမျှစိတ်ထား မရှိခြင်းသည် အာဇီဝပါရိသုဒ္ဓိ မဟုတ် ၈၂
မိစ္ဆာဇီဝသည် သံဝိဘာဂသီလတာ မဟုတ် ၈၃
■ ချီးမြှောက်ထောက်ပံ့မှုနှင့်ပတ်သက်၍ လှည့်ပတ်မှုကို လေ့လာခြင်း ၈၄
အခန်း (၃)
မစ္ဆရိယနှင့်ပတ်သက်၍
ဟန်ဆောင်လှည့်ပတ်ခြင်းများကို လေ့လာခြင်း
■ မစ္ဆရိယတူသည် ၈၉
မစ္ဆရိယအနုနှင့် မစ္ဆရိယအကြမ်း ၉၂
■ မစ္ဆရိယ၏ ခြစ်ကြောင်းတရား ၉၃
မစ္ဆရိယ၏ အာရုံ ၉၅
■ မစ္ဆရိယ အပြား ၉၆
အာဝါသ မစ္ဆရိယ ၉၆
ကုလ မစ္ဆရိယ ၉၈
လာဘ မစ္ဆရိယ ၁၀၀
ဝဏ္ဏ မစ္ဆရိယ ၁၀၂
ဓမ္မ မစ္ဆရိယ ၁၀၄
■ မစ္ဆရိယ၏ ဆိုးကျိုးများ ၁၀၆
ဗုဒ္ဓဟောကြားသော မစ္ဆရိယရှိသူ၏ လားရာ ၁၀၈
ပြိတ္တာဘဝ ရောက်ရသော ပုဏ္ဏားဇနီးမောင်နှံ ၁၀၈
မစ္ဆရိယသည် ဈာန်,မဂ်,ဖိုလ်၏ အန္တရာယ်ဖြစ်ခြင်း ၁၁၀
■ မစ္ဆရိယကို ဖယ်ရှား၍ နေထိုင်ကျင့်သုံးပုံ ၁၁၁
အခန်း(၄)
သဒ္ဓါတရားနှင့်ပတ်သက်ပြီး
ဟန်ဆောင်လှည့်ပတ်တတ်သော သဘာဝတရားကို လေ့လာခြင်း
■ သဒ္ဓါတရားတူသည် ၁၁၅
■ သဒ္ဓါ၏ လက္ခဏာများ ၁၁၇
■ သဒ္ဓါ(၄)မျိုး ၁၁၈
■ သဒ္ဓါ၏ ပရိယာယ်ပုဒ်များ ၁၂၀
■ သဒ္ဓါတရား၏ ဥပမာများ ၁၂၁
■ ယုံကြည်မှု(၂)မျိုး ၁၂၄

■ သဒ္ဓါတရားသည် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အတွက် အခြေခံအဆင့်ဖြစ်ခြင်း ၁၂၅
ဝတ္ထုလိမထေရ်အကြောင်း ၁၂၇
■ ပညာဖြင့် ထိန်းကျောင်းခြင်း ၁၂၉
အမှန်တရားထိ ရောက်ရန် စူးစမ်းဆင်ခြင်သင့်ပုံ ၁၃၀
■ သံမောတတရားက သဒ္ဓါတရားကောင်းခြင်းသဖွယ် တန်ဆောင်ခြင်း ၁၃၁
■ ပညာလွန်ကဲ၍ သဒ္ဓါအားနည်းသော် ၁၃၂
■ မယုံကြည်ခြင်းက စူးစမ်းဆင်ခြင်ခြင်းသဖွယ် တန်ဆောင်ခြင်း ၁၃၄
■ သဒ္ဓါဆိုင်ရာများကို ခြုံငုံလေ့လာကြည့်ခြင်း ၁၃၅
အခန်း(၅)
နိဝရဏနှင့်ပတ်သက်၍
ဟန်ဆောင်လှည့်ပတ်မှုများကို လေ့လာခြင်း
■ နိဝရဏကို လေ့လာခြင်း ၁၃၇
■ ကာမစ္ဆန္ဒနိဝရဏတူသည် ၁၃၈
ကာမစ္ဆန္ဒ၏ ဆိုးကျိုးများ ၁၄၀
ကာမစ္ဆန္ဒနှင့်ပတ်သက်၍ တန်ဆောင်လှည့်ပတ်မှု ၁၄၁
ကာမစ္ဆန္ဒပယ်ခွာရန် နည်းလမ်းများ ၁၄၃
■ ဗျာပါဒနိဝရဏတူသည် ၁၄၄
ဗျာပါဒနှင့်ပတ်သက်၍ တန်ဆောင်လှည့်ပတ်မှု ၁၄၆
ဗျာပါဒပယ်ခွာရန် နည်းလမ်းများ ၁၄၇
■ ထိနမိဒ္ဓနိဝရဏတူသည် ၁၄၇
ထိနမိဒ္ဓနှင့်ပတ်သက်၍ တန်ဆောင်လှည့်ပတ်မှု ၁၄၉
ထိနမိဒ္ဓပယ်ခွာရန် နည်းလမ်းများ ၁၅၁
■ ဥဒ္ဓစ္စကုက္ကုစ္စနိဝရဏတူသည် ၁၅၂
ဥဒ္ဓစ္စနှင့်ပတ်သက်၍ တန်ဆောင်လှည့်ပတ်မှု ၁၅၃
ကုက္ကုစ္စနှင့်ပတ်သက်၍ တန်ဆောင်လှည့်ပတ်မှု ၁၅၄
စိတ်၏ပူပန်ခြင်းသည် သံဝေဂတရား မဟုတ်ပါ ၁၅၆
ဥဒ္ဓစ္စကုက္ကုစ္စပယ်ခွာရန် နည်းလမ်းများ ၁၅၈
■ ဝိစိကိစ္ဆာနိဝရဏတူသည် ၁၅၈
ဝိစိကိစ္ဆာနှင့်ပတ်သက်၍ တန်ဆောင်လှည့်ပတ်မှု ၁၆၀
ဝိစိကိစ္ဆာပယ်ခွာရန် နည်းလမ်းများ ၁၆၁

အခန်း(၆)
အဓိပတိနှင့်ပတ်သက်၍
ဟန်ဆောင်လှည့်ပတ်မှုများကို လေ့လာခြင်း
■ အတ္တာဓိပတိအသွင်ဖြင့် တန်ဆောင်လှည့်ပတ်မှု ၁၆၃
■ ဓမ္မာဓိပတိအသွင်ဖြင့် တန်ဆောင်လှည့်ပတ်မှု ၁၆၆
■ လောကဓိပတိအသွင်ဖြင့် တန်ဆောင်လှည့်ပတ်မှု ၁၆၈
■ အဓိပတိ(၃)ပါး ပြည့်စုံရန် လိုအပ်ခြင်း ၁၆၉
အဓိပတိကို တည်ဆောက်ကြသည့် ပုဂ္ဂိုလ်များ ၁၇၁
လောကအလိုသို့ လိုက်သင့်ရာ၌ လိုက်ပုံ ၁၇၃
အခက်အခဲမှန်သမျှ ဉာဏ်ယှဉ်မှ အဓိပတိပြည့်စုံမည် ၁၇၄
အခန်း(၇)
ဓမ္မလျော်ခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍
ဟန်ဆောင်လှည့်ပတ်မှုများကို လေ့လာခြင်း
■ ဓမ္မလျော်မှုကို ဖွင့်ဆိုခြင်း ၁၇၇
■ ကမ္မာရာမတာ၏ တန်ဆောင်လှည့်ပတ်မှုကို လေ့လာခြင်း ၁၇၉
ပန်းကောက်ရင်း လမ်းမပျောက်စေသင့် ၁၈၁
ကုလားတက်ကြောင့် စာဝါဖျက်သည် ရဟန်း ၁၈၂
အိမ်ရှောင်ကာမှ အိမ်ထောင်ကျရသော ဆားဖူးကြီး ၁၈၂
အမှုပိုအလုပ်၌ ဓမ္မလျော်ခြင်းကို ၁၈၄
ကုသိုလ်အလုပ်ကြီးဟု အထင်မမှားသင့် ၁၈၄
■ ဘဿာရာမတာ၏ တန်ဆောင်လှည့်ပတ်မှုကို လေ့လာခြင်း ၁၈၆
ရာဇသုတ်၌လာသော ရဟန်းတို့ ကျင့်ကြံဖွယ်တရား(၂)ပါး ၁၈၆
ဂင်္ဂါတီရိယမထေရ်အကြောင်း ၁၈၈
ဆိုးပြစ်ကို မြင်၍ ပညာနှင့်ယှဉ် ပြောသင့်ပုံ ၁၈၈
စကားများခြင်း၌ ဓမ္မလျော်မှုသည် ၁၉၀
တရားစကား၌ ဓမ္မလျော်မှု မဟုတ် ၁၉၀
■ သင်္ဂဏီကာရာမတာ၏ တန်ဆောင်လှည့်ပတ်မှုကို လေ့လာခြင်း ၁၉၁
အဖော်ယှဉ်တွဲ ကိစ္စရှုပ်သဖြင့် ၁၉၂
တရားအလုပ် နှောင့်နှေးရသော ဗာရာဏသီမင်းကြီး ၁၉၄
သင်္ဂဏီကာရာမသုတ်ကို လေ့လာခြင်း ၁၉၅
နာဂသုတ်ကို လေ့လာခြင်း ၁၉၅
မဟာသုညတသုတ်ကို လေ့လာခြင်း ၁၉၈

အပေါင်းအသင်း၌ ဓမ္မလျော်ခြင်းသည် ၂၀၀
ဂိုဏ်းအား ချီးမြှောက်ခြင်း မဟုတ် ၂၀၁
■ နိဒ္ဓါရာမတာနှင့်ပတ်သက်၍ ၂၀၁
တန်ဆောင်လှည့်ပတ်မှုကို ရှာဖွေလေ့လာခြင်း ၂၀၃
■ ဓမ္မလျော်မှုအစစ်ဆီသို့ ချဉ်းကပ်ခြင်း ၂၀၃
အခန်း(၈)
ပဗ္ဗတရားနှင့်ပတ်သက်၍
ဟန်ဆောင်လှည့်ပတ်မှုများကို လေ့လာခြင်း
■ ပဗ္ဗတူသည် ၂၀၉
■ တဏှာနှင့်ပတ်သက်၍ တန်ဆောင်လှည့်ပတ်မှုကို လေ့လာခြင်း ၂၁၀
တဏှာအပြုဖြင့် သုံးဆောင်မှီဝဲခြင်းသည် ၂၁၂
ဓမ္မအသိဖြင့် သုံးဆောင်မှီဝဲခြင်း မဟုတ် ၂၁၅
တဏှာ ပယ်ခွာရန်အတွက် အခြေခံစိတ်ထား ၂၁၆
■ မာနနှင့်ပတ်သက်၍ တန်ဆောင်လှည့်ပတ်မှုကို လေ့လာခြင်း ၂၁၆
ပုဂ္ဂိုလ်နှင့်မာန်အမျိုးအစားများ ၂၁၆
အတ္တညုတ၏အဓိပ္ပါယ် ၂၁၉
မာနသည် လမ်းမှန်ဆီ ရွှေ့ခြင်း ၂၁၉
မာနသည် အတ္တညုတာ မဟုတ် ၂၂၁
မာန၏ လားရာ ၂၂၁
■ ဒိဋ္ဌိနှင့်ပတ်သက်၍ တန်ဆောင်လှည့်ပတ်မှုကို လေ့လာခြင်း ၂၂၂
ဒိဋ္ဌိဖြစ်ကြောင်းတရားများ ၂၂၃
မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိသည် စူးစမ်းဆင်ခြင်ခြင်းအစစ် မဟုတ် ၂၂၄
■ ပဗ္ဗတရားနှင့် ပတ်သက်၍ နောက်ဆက်တွဲ လေ့လာချက် ၂၂၆
နိဂုံး ၂၂၉
ဆုတောင်း ၂၃၁
ကျမ်းကိုးစာရင်း ၂၃၃