

၁။	ရတနတ္ထယပဏာမ	...	၁
	veneration to the triple gem	...	2
၂။	ဩကာသကန်တော့ခန်း	...	၃
	okāsa Prayer	...	4
၃။	ငါးပါးသီလတောင်း	...	၇
	Requesting the five Precepts	...	8
၄။	ငါးပါးသီလဆောက်တည်ခြင်း	...	၁၁
	Observing the five Precepts	...	12
၅။	ရှစ်ပါးသီလတောင်း	...	၁၃
	Requesting for the eight Preceptsts	...	14
၆။	ရှစ်ပါးသီလဆောက်တည်ခြင်း	...	၁၇
	Observing the eight Precepts	...	18
၇။	ဘုရားဂုဏ်တော် (၉)ပါး	...	၁၉
	Nine virtues of the Buddha	...	20
၈။	တရားဂုဏ်တော် (၆)ပါး	...	၂၁
	Six virtues of the Dhamma	...	22
၉။	သံဃဂုဏ်တော် (၉)ပါး	...	၂၃
	Nine virtues of the Saṅgha	...	24
၁၀။	ဆွမ်းတော်ကပ်	...	၂၅
	Offering of Food	...	26
၁၁။	ရေချွမ်းတော်ကပ်	...	၂၅
	Offering of Water	...	26
၁၂။	ပန်းတော်ကပ်	...	၂၅
	Offering of Flowers	...	26
၁၃။	ဆီမီးကပ်လျှခြင်း	...	၂၇
	Offering of oil Light	...	28
၁၄။	ဖယောင်းတိုင်မီးကပ်လျှခြင်း	...	၂၇
	Offering of candle Light	...	28
၁၅။	ကပွေးတိုင်ကပ်လျှခြင်း	...	၂၇
	Offering of joss sticks	...	28

၁၆။	ပရိတ်ကြီး ပါဠိတော်နှင့် ဘာသာပြန်	...	၂၉
	Mahā Paritta pāli	...	30
	The great Protection	...	30
၁၇။	ပရိတ်တော် ရွတ်သူ နာသူတို့ လိုက်နာရန်	...	၃၁
	chanting and listening of the Sutta	...	32
၁၈။	ပရိတ်ရွတ်သူ လိုက်နာရမည့် အင်္ဂါ (၃)ပါး	...	၃၃
	The three condition for the chanters	...	34
၁၉။	ပရိတ်နာသူ လိုက်နာရမည့် အင်္ဂါ (၃)ပါး	...	၃၃
	The three condition for the Listeners	...	34
၂၀။	ပရိတ်တော်များ အသုံးပြုပုံ	...	၃၅
	The use of the Paritta	...	36
၂၁။	ပရိတ်ကြီး (၁၁)သုတ် အကျိုးအာနိသင်	...	၃၇
	Effects of the eleven Paritta	...	38
၂၂။	ပရိတ်ကြီးဟူသည်	...	၄၁
	The Mahā Paritta Sutta	...	42
၂၃။	ပရိတ္တ ပရိကမ္မ-ပရိတ်နိဒါန်း	...	၄၃
	Paritta Parikamma-Premilinary of Paritta...	...	44
၂၄။	မင်္ဂလာ သုတ္တ	...	၅၃
	Maṅgala Sutta	...	54
၂၅။	ရတန သုတ္တ	...	၆၉
	Ratana Sutta	...	70
၂၆။	မေတ္တ သုတ္တ	...	၉၃
	Metta Sutta	...	94
၂၇။	ခန္ဓ သုတ္တ	...	၁၀၅
	Khandha Sutta	...	106
၂၈။	မောရ သုတ္တ	...	၁၁၃
	Mora Sutta	...	114
၂၉။	ဝဋ္ဋ သုတ္တ	...	၁၁၉
	Vatta Sutta	...	120

၃၀။	ဝေဂ္ဂ သုတ္တ	...	၁၂၅
	Dhajagga Sutta	...	126
၃၁။	အာဏာနာဋိယ သုတ္တ	...	၁၅၉
	Āṭānāṭiya Sutta	...	160
၃၂။	အင်္ဂုလီမာလ သုတ္တ	...	၁၈၉
	Aṅgulimāla Sutta	...	190
၃၃။	ဗောဇ္ဈင်္ဂ သုတ္တ	...	၁၉၃
	Bojjhaṅga Sutta	...	194
၃၄။	ပုဗ္ဗဏှ သုတ္တ	...	၂၀၃
	Pubbaṅha Sutta	...	204
၃၅။	မေတ္တာပို့	...	၂၂၃
	The Dissemination of Loving kindness	...	224
၃၆။	အာသိသ ပတ္တနာ	...	၂၃၀
	Aspiration for the Wishing	...	232
၃၇။	နိဂမ ပတ္တနာ	...	၂၃၃
	Aspiration for the conclusion	...	234
၃၈။	ပန်ကြားချက်	...	၂၃၅
	Suggestion	...	236