

# မာတိကာ

အမှာစာ	...	၁၁
ကျေးဇူးတင်လွှာ	...	၁၂
၁။ ဘုရားရှိခိုးမယ်	...	၁၅
၂။ ဘယ်လိုအာရုံကို ရှုရမှလဲ	...	၁၇
၃။ ဘာကို၊ ဘယ်လို၊ ဘယ်ထိ သိရမှလဲ	...	၁၉
၄။ အတွေးကိုဘယ်လိုသဘောထားရမလဲ	...	၂၂
၅။ ရွတ်ရမလား	...	၂၆
၆။ အတွေး	...	၂၇
၇။ သညာ	...	၃၀
၈။ မှတ်ရင်းပျောက်သွားလို့	...	၃၂
၉။ အိပ်ပျော်သွားလို့	...	၃၃
၁၀။ ဂါထာရွတ်ရင်း	...	၃၄
၁၁။ ဝေဒနာပြင်းထန်လာရင်	...	၃၅
၁၂။ သတိလွတ်လွတ်နေလို့	...	၃၇
၁၃။ စကြိုန်မှတ်တာ	...	၃၉
၁၄။ မခံနိုင်တဲ့စိတ်ဖြစ်လာရင်	...	၄၁
၁၅။ တရားစာရွတ်ရင်း	...	၄၂
၁၆။ ဝေဒနာ	...	၄၄

၁၇။ သဘောနဲ့ ဓာတ်	...	၄၅
၁၈။ ဝေဒနာမပျောက်လို့	...	၄၇
၁၉။ သမာဓိနဲ့ ဝိရိယ	...	၄၉
၂၀။ ဒါနနဲ့ ဝိပဿနာ	...	၅၁
၂၁။ ဉာဏ်ပေါ်ပြီလား	...	၅၃
၂၂။ လောဘ၊ ဒေါသကိုတွေ့ရင်	...	၅၉
၂၃။ စာဖတ်နေချိန်	...	၆၁
၂၄။ အလုပ်လုပ်ရင်းနှာသီးဝမှာ	...	၆၃
သတိကပ်နေတာမှန်လား	...	၆၃
၂၅။ အလုပ်များပြီး စိတ်မြန်တဲ့သူ	...	၆၅
၂၆။ ခန္ဓာငါးပါးတစ်ပြိုင်တည်းဖြစ်ပေါ်လာပုံ	...	၆၈
၂၇။ နာမ်ခန္ဓာလေးပါး	...	၆၉
၂၈။ အတွေးစိတ်	...	၇၀
၂၉။ လမ်းမှန်ပေါ်ရှိ၊ မရှိ	...	၇၁
၃၀။ ချိချိ ချိချိ	...	၇၂
၃၁။ အလုံးကြီးပျောက်သွားလို့	...	၇၄
၃၂။ ဘယ်အာရုံလိုရှုရမလဲ	...	၇၆
၃၃။ အာရုံမပြောင်းရဘူးလား	...	၇၈
၃၄။ Body လှုပ်နေလို့	...	၇၉
၃၅။ စိတ်ကိုတိုက်ရိုက်ကြည့်တာ	...	၈၁
၃၆။ အားစိုက်သိရင်	...	၈၂
၃၇။ မူးနောက်လာလို့	...	၈၃
၃၈။ နှာသီးဝကလေ	...	၈၄

၃၉။ ဝေဒနာကိုမှတ်တာ	...	၈၆
၄၀။ ပေါင်ကတောင့်တင်းလာလို့	...	၉၀
၄၁။ ကွက်လပ်ကြီးဖြစ်နေလို့	...	၉၃
၄၂။ ရှေ့နောက်ယိမ်းထိုးနေလို့	...	၉၄
၄၃။ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးပျောက်သွားလို့	...	၉၅
၄၄။ စိတ်ကိုပြန်မြင်လို့ရလား	...	၉၆
၄၅။ စိတ်ဓာတ်ကျတယ်	...	၉၉
၄၆။ ဆင်ခြင်တာလွဲနေသလား	...	၁၀၁
၄၇။ သမထအာရုံတွေ	...	၁၀၃
၄၈။ Body ဖြစ်ပျက်	...	၁၀၆
၄၉။ ပုတီးစိတ်ရမလား	...	၁၀၇
၅၀။ တွေးလိုက်ရင်သက်သာလို့	...	၁၁၀
၅၁။ သေခါနီး ဘယ်လိုစိတ်ထားရမလဲ	...	၁၁၂
၅၂။ ပြင်ပမှာပဲ သတိရှိနေလို့	...	၁၁၅
၅၃။ ဟင်းမွှေနေစဉ်	...	၁၁၇
၅၄။ အာနာပါနနဲ့ ဝေဒနာ	...	၁၂၀
၅၅။ တရားတက်ပါသလား	...	၁၂၂
၅၆။ ဝေဒနာကနေ တဏှာမကူးစေနဲ့	...	၁၂၅
၅၇။ အသံကြားရင်	...	၁၂၉
၅၈။ ဝေဒနာပြင်းထန်လာလို့	...	၁၃၃
၅၉။ တိုးလိုက်လျော့လိုက်	...	၁၃၇
၆၀။ အနိစ္စ	...	၁၃၉
၆၁။ ဝေဒနာနဲ့တဏှာကြား	...	၁၄၁

၆၂။ စိတ်မှာတင်းလာလို့	...	၁၄၉
၆၃။ ဝေဒနာနဲ့ ဝင်လေထွက်လေ	...	၁၅၁
၆၄။ လိုက်သိနေရမလား	...	၁၅၃
၆၅။ အင်တိုက်အားတိုက်မှကြိုက်တာ၊ ဒါပေမဲ့	...	၁၅၄
၆၆။ သိတာနဲ့ ဉာဏ်ဖြစ်ပြီလား	...	၁၅၇
၆၇။ ငိုက်နေလို့	...	၁၆၁
၆၈။ ပေါ်ရာမှတ်တာ မှန်လား	...	၁၆၂
၆၉။ မေတ္တာပို့တဲ့စိတ်ကို မှတ်လို့ရလား	...	၁၆၄
၇၀။ အာရုံစိုက်လိုက်တာ ဇောချွေးပြန်လာတယ်	...	၁၆၅
၇၁။ စိတ်ကို ကျွမ်းကျွမ်းကျင်ကျင် ရှုမှတ်ချင်လို့...	...	၁၆၇
၇၂။ စိတ်ကို ပိုင်တယ်ဆိုတာ	...	၁၆၉
၇၃။ ဉာဏ်စဉ်တက်လာခြင်း	...	၁၇၅
၇၄။ ရုပ်နာမ်ကွဲချင်ပါတယ်	...	၁၇၈
၇၅။ ဝေဒနာနဲ့သေရင်	...	၁၈၃
၇၆။ တွေ့လိုက်၊ မတွေ့လိုက်	...	၁၈၆
၇၇။ ဝေဒနာ၊ ဝင်လေထွက်လေနဲ့ အတွေး	...	၁၈၉
၇၈။ လေး၊ ငါးနာရီထိုင်ရမလား	...	၁၉၁
၇၉။ သတိရှိအောင်ဘယ်လိုအားထုတ်ရမလဲ	...	၁၉၄
၈၀။ စိတ်ကိုသိတာ စိတ္တာနုပဿနာလား	...	၁၉၇
၈၁။ ထိတာ၊ သိတာ	...	၁၉၉
၈၂။ ဒူးနာတာ ပေါ်လိုက်၊ ပျောက်လိုက် ဖြစ်နေလို့	...	၂၀၂
၈၃။ ဖြစ်ပျက်နဲ့ မဂ် ကိုက်နေပြီလား	...	၂၀၆

၈၄။ နှလုံးသွင်းမှန်ပါသလား	...	၂၀၈
၈၅။ ကြားတာနဲ့ ကြားစိတ်	...	၂၁၀
၈၆။ ဂုဏ်တော်ပွားလို့ရတယ်၊ တရားမှတ်လို့မရဘူး ဖြစ်နေတယ်	...	၂၁၃
၈၇။ ဝေဒနာမထင်ရှားတော့ဘူး	...	၂၁၆
၈၈။ သတိထားလေ၊ ပိုနာလေပဲဖြစ်နေလို့	...	၂၁၇
၈၉။ လောဘကို ချက်ချင်းသိတယ် ဒေါသကို ထွက်ပြီးမှ သိတယ်	...	၂၂၁
၉၀။ ဉာဏ်မှာထွေးနေလို့	...	၂၂၃
၉၁။ ရင်ဘတ်ထဲ အောင့်လာလို့	...	၂၂၆
၉၂။ ပြန်မနာချင်ဘူး	...	၂၂၈
၉၃။ ဘယ်လက္ခဏာကိုရှုရမလဲ	...	၂၃၁
၉၄။ ကင်ဆာနဲ့သေသွားသူတစ်ယောက်ရဲ့ ကိုယ်တွေ့	...	၂၃၄
၉၅။ ဝေဒနာကို ခွာရှုတာ	...	၂၃၇
၉၆။ ပူတာ၊ အေးတာ၊ သွေးကြောလှုပ်တာ	...	၂၄၀
၉၇။ တုန်ခါပြီးငြိမ်သွားလို့	...	၂၄၃
၉၈။ ဆက်ထိုင်မယ်ဆိုရင်လည်း	...	၂၄၄
၉၉။ ဆင်ခြင်တာမှန်လား	...	၂၄၆
၁၀၀။ သီလလုံအောင်	...	၂၄၈