

ဘာသာပြန်သူ၏အမှာ	i - vi		
မူရင်းစာရေးဆရာ၏အမှာ	vii - xi	အခန်း(၁၀) ဖိနပ်ရှင်များ - တို့ကနေသုံးနေတဲ့ အကွရာတွေ ပေးခဲ့တဲ့ ဖိနပ်ရှင်များ	၄၃ - ၄၅
မူလထုတ်ဝေသူ၏အမှာ	xii - xiv		
ဘာသာပြန်သူ၏ အတ္ထုပ္ပတ္တိအကျဉ်း	xv - xvi	အခန်း(၁၁) အင်ဒို-ဥရောပလူမျိုးများ - အင်ဒို-ဥရောပလူမျိုးဖြစ်တဲ့ ပါးရှန်တွေက ဆမ်းမိုက်ဒီအီဂျစ်ကမ္ဘာကို အောင်နိုင်ပုံ	၄၆ - ၄၉
မူရင်းစာရေးဆရာ၏ အတ္ထုပ္ပတ္တိအကျဉ်း	xvii - xviii	အခန်း(၁၂) အီဂျီးယပ်ပင်လယ် - အီဂျီးယပ်ပင်လယ်ထဲက လူမျိုးတွေဟာ အာရှတိုက်အိုကြီးထဲက လူယဉ်ကျေးမှုကို ဥရောပအရိုင်းအစိုင်းနယ်မြေတွေဆီ အရောက်သယ်ဆောင်ပေးတယ်	၅၀ - ၅၅
အခန်း(၁) လူ့ဇာတိခုံအခင်းအကျဉ်းအစ	၁ - ၇		
အခန်း(၂) တို့ရဲ့ရှေးအကျဆုံးဘိုးဘေးဘီဘင်များ	၈ - ၁၁		
အခန်း(၃) သမိုင်းမတင်မီကလူသား - သမိုင်းမတင်မီလူသားများက သူတို့ကိုယ်တိုင်သုံးဖွဲ့ပစ္စည်းများ စတင်ထုတ်လုပ်ပုံ	၁၂ - ၁၆		
အခန်း(၄) အရုပ်စာရေးသားနည်းအတတ် - အီဂျစ်လူမျိုးတွေ စာရေးသားတဲ့ အတတ်ပညာကို တီထွင်ခဲ့ပြီး သမိုင်းမှတ်တမ်းတင်မှု စတင်ဖြစ်ပေါ်လာပုံ	၁၇ - ၂၂		
အခန်း(၅) နိုင်းလ်မြစ်ဝှမ်းဒေသ - နိုင်းလ်မြစ်ဝှမ်းဒေသအတွင်း လူယဉ်ကျေးမှု စတင်ဖြစ်ထွန်းလာပုံ	၂၃ - ၂၇		
အခန်း(၆) အီဂျစ်နိုင်ငံ၏ဇာတိလမ်း - အီဂျစ်နိုင်ငံတော် တိုးတက်လာပုံနှင့်ဆုတ်ယုတ်သွားပုံ	၂၈ - ၃၀		
အခန်း(၇) မက်ဆပတေးမီယာ - အရှေ့တိုင်းယဉ်ကျေးမှုရဲ့ ဒုတိယအချက်အချာဒေသ	၃၁ - ၃၂		
အခန်း(၈) ဆူမီးရီယန်လူမျိုးများ - သံချွန်နဲ့စာရေးတဲ့ဆူမီးရီယန်စာရေးဆရာများရေးထိုးခဲ့တဲ့ ရွှံ့ချပ်ပြားတွေက ဆမ်းမိုက်အနွယ်ဝင်လူမျိုးပေါင်း သောင်းပြောင်းတွေလာ ရောနှော သွေးစပ်ရာ အဆီးရီယာနဲ့ ဘက်ဘလိုးနီယာ သမိုင်းကြောင်းတွေကိုပြောပြကြတယ်	၃၃ - ၃၈		
အခန်း(၉) မိုးဇက် - ဂျူးလူမျိုးများရဲ့ ခေါင်းဆောင်မိုးဇက်အကြောင်း	၃၉ - ၄၂		

		ဇနားဟာ ဂရိကမ္ဘာအင်ပါယာကြီး ထူထောင်ခဲ့တယ်။ဒါပေမဲ့ ဒီလောက်မြင့်မားတဲ့ ရည်မှန်းချက်ဟာ နောက်ဆုံးတော့ဘာဖြစ်သွားသလဲ	
အခန်း(၁၁) ကြားဖြတ်အကျဉ်းချုပ် - အခန်း(၁)မှ အခန်း(၂၀)ထိ အကျဉ်းချုပ်	၉၂ - ၉၄		
အခန်း(၁၂) ရောမနဲ့ကားသစ်ချီ - အက်ဖရိကာတိုက်မြောက်ဘက်ကမ်းရိုးတန်းမှာရှိတဲ့ ဆမ်းမိုက်ကိုလိုနီ ကားသစ်ချီနဲ့ အီတလီပြည်အနောက်ဘက်ကမ်းရိုးတန်းမှာရှိတဲ့ အင်ဒို-ဥရောပမြို့တော် ရောမတို့ မြေထဲပင်လယ်အနောက်ပိုင်းကို ပိုင်စိုးနိုင်ရေးအတွက် တစ်နိုင်ငံနဲ့တစ်နိုင်ငံ အပြိုင်စစ်ခင်းကြတာမှာ ကားသစ်ချီစစ်နှိုးပြီး ပျက်စီးသွားတယ်	၉၅ - ၁၁၂		
အခန်း(၁၃) ဂရိလူမျိုးများ - ဟယ်လင်းနစ်စ်လို့ခေါ်တဲ့ အင်ဒိုအားရီယံလူမျိုးစုက ဂရိကိုမောင်ပိုင်စီးပုံ	၆၀ - ၆၃		
အခန်း(၁၄) ဂရိမြို့များ - ဂရိမြို့များဟာအမှန်တကယ်တော့ နိုင်ငံများပဲဖြစ်တယ်	၆၄ - ၆၈		
အခန်း(၁၅) ဂရိတို့ရဲ့ကိုယ်ပိုင်အုပ်ချုပ်ရေး - ဂရိတွေဟာ ကိုယ်ပိုင်အုပ်ချုပ်ရေးလိုက်ခံတဲ့ကိစ္စမျိုးကို ပထမဆုံးစမ်းသပ်ကြည့်တဲ့လူမျိုးဖြစ်တယ်	၆၉ - ၇၃		
အခန်း(၁၆) ဂရိဘဝ - ဂရိတွေ ဘယ်လိုနေခဲ့ကြသလဲ	၇၄ - ၇၇		
အခန်း(၁၇) ဂရိကဇာတ်ရုံ - လူထုကိုဖျော်ဖြေတဲ့ နေရာမှာပထမဆုံးပုံစံဖြစ်တဲ့ကဇာတ်ရုံရဲ့မူလအစ	၇၈ - ၈၅		
အခန်း(၁၈) ပါးရှန်စစ်ပွဲများ - ဂရိတွေက အာရှရဲ့ ကျွန်းကျော်ဝင်ရောက်တိုက်ခိုက်မှုကို ခုခံပြီးတော့ ပါးရှန်တွေကို အီဂျီးယပ်ပင်လယ်ကိုဖြတ်ပြီးပြန်မောင်းထုတ်လိုက်တယ်	၈၆ - ၈၈		
အခန်း(၁၉) အက်သင်ဒီနိုစပါးတာ - အက်သင်ဒီနိုစပါးတာဟာ ဂရိတစ်ပြည်လုံးရဲ့ခေါင်းဆောင်နေရာလူရင်း အပျက်အစီးအဆုံးအရှုံးများတဲ့စစ်ပွဲကို နှစ်ပေါင်းများစွာကြာအောင်တိုက်ကြတယ်	၈၉ - ၉၁		
အခန်း(၂၀) အလက်ဇန္ဒားသဂရိတ် - မက်စဒိုးနီယာနယ်သား အလက်ရဲ့ ဂုဏ်ကျက်သရေ တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးဝေစေဖို့ လူတွေရောက်			

		ပေါက်နေထိုင်တဲ့ ကမ္ဘာမြေပြင်တလွှား လုံးအောင်သွားလွန်းပါးဖြစ်ခဲ့တယ်	
အခန်း(၂၉) ရှားလမိန်း - ဖရန်နိုလူမျိုးတွေရဲ့ ဘုရင်ရှားလမိန်းဟာ ဧကရာဇ်တွေကိုခံယူပြီး ရှေးတုန်းကကမ္ဘာအင်ပါယာကြီးတွေရဲ့အအကောင်းဆုံးစံတွေကို ပြန်အသက်သွင်းဖို့ ကြိုးစားတယ်	၁၅၉ - ၁၆၅		
အခန်း(၃၀) နေဘစ်မန်း - (၁၀)ရာစုကလူတွေက သူတို့ကိုနေဘစ်မန်း ရန်က ကာကွယ်စောင့်ရှောက်တော်မူပါလို့ ဘုရားသခင်ထံဆုပန်ကြတယ်	၁၆၆ - ၁၇၀		
အခန်း(၃၁) မြေရှင်ပဒေသရာဇ်စနစ် - သုံးဖက်သုံးတန်းက အတိုက်ခံရတဲ့ ဥရောပအလယ်ပိုင်းဟာ လက်နက်တပ်ဆင်ထားတဲ့ စစ်စခန်းမျိုးဖြစ်လာပြီး မြေရှင်ပဒေသရာဇ်စနစ်ရဲ့အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုဖြစ်တဲ့ စစ်သူရဲလည်းဖြစ်၊အုပ်ချုပ်ရေးမှူးလည်းဖြစ်တဲ့ သူတွေမရှိခဲ့ရင်ဥရောပတစ်တိုက်လုံးပျက်သုဉ်းသွားနိုင်တယ်	၁၇၁ - ၁၇၄		
အခန်း(၃၂) အလယ်ခေတ်သူရဲကောင်းစိတ်ဓာတ်	၁၇၅ - ၁၇၈		
အခန်း(၃၃) ပုပ်နဲ့ဧကရာဇ် - အလယ်ခေတ်ရဲ့ ထူးဆန်းတဲ့ သစ္စာခံပုံ ခံနည်း နှစ်မျိုးကြောင့် ပုပ်ရဟန်းမင်းကြီးတွေနဲ့မြင်မြတ်တဲ့ရိုမန်ဧကရာဇ်တွေအကြား အတောမသတ်တဲ့ ရန်ပွဲတွေ ဖြစ်ပွားခဲ့တယ်	၁၇၉ - ၁၈၆		
အခန်း(၃၄) ခရစ်ဆိတ်စစ်ပွဲများ - ဒါပေမဲ့ အထွတ်အမြတ် နယ်မြေကို တာခံတွေ့သိမ်းပိုက်ကာ အထွတ်အမြတ်နေရာတွေကိုမလေးမစား၊ မတော်မလျော်ပြုပြီး အရှေ့ကအနောက်ကို လာတဲ့ ကုန်သွယ်ရေးကိုဆိုးဆိုးဝါးဝါးဝင်ရောက်စွက်ဖက်လာတဲ့အခါ ကိုယ်အချင်းချင်း စိတ်ဝမ်းကျဲပြီး ရန်ဖြစ်နေတာတွေမကုန်တယ်။ ဥရောပတစ်တိုက်လုံး ခရစ်ဆိတ်တိုက်ပွဲဝင်ဖို့ထွက်ခွါသွားတယ်	၁၈၇ - ၁၉၃		

အခန်း(၃၅) အလယ်ခေတ်မြို့တစ်မြို့ - အလယ်ခေတ်လူတွေက 'မြို့မှာလေရှူရတာလွတ်လပ်တယ်'လို့ပြောကြတယ်။အလယ်ခေတ်ရဲ့ရှေ့ကျတဲ့အပိုင်းဟာ နယ်သစ်တိုးချဲ့တီထွင်ပြီး အခြေစေ့တဲ့ခေတ်ကာလ ဖြစ်တယ်	၁၉၄ - ၂၀၆		
အခန်း(၃၆) အလယ်ခေတ်ပြည်သူ့အစိုးရ - မြို့တွေက မြို့သူမြို့သားတွေကသူတို့ရဲ့မူလရပိုင်ခွင့်တွေကိုသူတို့နိုင်ငံရဲ့ဘုရင့်ကောင်စီတွေမှာ လက်ခံကြားနာဖို့ တောင်းဆိုလာကြတယ်	၂၀၇ - ၂၁၄		
အခန်း(၃၇) အလယ်ခေတ်ကမ္ဘာ - အလယ်ခေတ်လူတွေကသူတို့မိတ်ဆွဲနေထိုင်ဖို့ အကြောင်းဖန်တီးလာတဲ့ ဒီကမ္ဘာမြေကိုဘယ်လိုရှုမြင်ကြသလဲ	၂၁၄ - ၂၂၄		
အခန်း(၃၈) အလယ်ခေတ်ကုန်စည်ကူးသန်းရောင်းဝယ်ရေး - ခရစ်ဆိတ်စစ်ပွဲတွေက မြေထဲပင်လယ်ကို စည်ကားတဲ့ ကုန်စည်ကူးသန်းရောင်းဝယ်ရေး ဗဟိုဌာနဖြစ်လာအောင် နောက်တစ်ကျော့ ဖန်တီးပြန်တယ်။ အီတလီကျွန်းဆွယ်ပေါ်က မြို့တွေဟာ အာရှတိုက်တို့အက်ဖရိကာတိုက်တို့နဲ့ ကုန်သွယ်တဲ့ နေရာမှာ ကြီးကျယ်တဲ့ကုန်စည်ဖြန့်ဖြူးရေး ဗဟိုဌာနတွေဖြစ်လာတယ်	၂၂၄ - ၂၃၀		
အခန်း(၃၉) ဂန္ထဝင်အနုပညာစာပေပြန်လည်ရှင်သန်နိုးကြွလာမှု - လူတွေဟာသူတို့အသက်ရှင်နေတာသက်သက်အတွက်ပဲနောက်တစ်ကြိမ်ပြန်ပြီး ပျော်ရွှင်လာတယ်။ သူတို့ဟာ ပိုရှေးကျပေမယ့် လူတွေနဲ့ပိုပြီးသဟဇာတဖြစ်တဲ့ ဂရိနဲ့ရောမယဉ်ကျေးမှု အမွေအနှစ်တွေကို ထိန်းသိမ်းဖို့ ကြိုးပမ်းလာရင်း သူတို့ရဲ့ လုပ်ဆောင်ချက်ကို အလွန်ဂုဏ်ယူဝမ်းမြောက်စွာနဲ့ 'ရီနေးဆန်စ်' ဒါမှမဟုတ် 'လူယဉ်ကျေးမှု ပြန်လည်မွေးဖွားလာခြင်း' လို့ခေါ်ကြတယ်	၂၃၂ - ၂၄၆		

မာတိကာ			
အခန်း(၄၀) ခံစားချက်ဖော်ထုတ်တဲ့ခေတ် - လူတွေဟာသူတို့အသစ်ရှာဖွေတွေ့ရှိထားတဲ့ လူ့ဘဝရဲ့ ပျော်ရွှင်မှုတွေကို ဖော်ထုတ်ပြသဖို့လိုလိုလို စတင်ခံစားမိလာတယ်။သူတို့ရဲ့ ပျော်ရွှင်မှုတွေကို ကဗျာတွေ၊ ပန်းပုတွေ၊ ဒီဃကာလက်ရာတွေပန်းချီကားတွေနဲ့ ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေတဲ့ သူတို့ရဲ့စာအုပ်တွေမှာ ဖော်ထုတ်ပြသလာတယ်	၂၄၇ - ၂၅၃		
အခန်း(၄၁) ကြီးကျယ်ထင်ရှားတဲ့နယ်မြေသစ်ရှာဖွေတွေ့ရှိမှုများ - အခုအခါလူတွေဟာ အလယ်ခေတ်ရဲ့ တင်းကျပ်တဲ့ အချုပ်အနှောင်တွေကနေ ချိုးဖောက်ထွက်လာပြီမို့လို့ သူတို့ရဲ့လှည့်လည် သွားလာမှုတွေဟာ ပိုပြီးမြေဆန့် လက်ဆန့် ဖြစ်လာတယ်။သူတို့ ဖြစ်ချင်တာတွေနဲ့စာရင် ဥရောပကမ္ဘာဟာသေးလွန်းသွားတယ်။ဒါကြောင့် နယ်သစ်ပယ်သစ်တွေ အကြီးအကျယ်ရှာဖွေရတော့မယ့် အချိန်အခါ ကျရောက်လာတယ်	၂၅၄ - ၂၆၀		
အခန်း(၄၂) ဗုဒ္ဓနဲ့ကွန်ဖြူရှပ်စ် - ဗုဒ္ဓနဲ့ ကွန်ဖြူရှပ်စ်တို့အကြောင်း	၂၆၂ - ၂၆၆		
အခန်း(၄၃) ခရစ်စံချန်ဘာသာပြင်ပြောင်းလဲရေး - လူသားမျိုးနွယ်တိုးတက်လာပုံကို ဘယ်ပြန်ညာပြန်ပုံမှန်လွှဲနေတဲ့နာရီချိန်သီးကြီးနဲ့အကောင်းဆုံး ပုံနှိုင်းနှိုင်းနိုင်တယ်။ ရီနေးဆန်စ်ခေတ်ရဲ့ဘာသာတရားဘက် မထုတ်ကမ်းသေးဖြစ်မှုနဲ့အနုပညာဘက် စိတ်အား ထက်သန်မှုနောက်ကို ခရစ်စံချန်ဘာသာ ပြုပြင်ပြောင်းလဲရေးခေတ်ရဲ့ စာပေအနုပညာဘက်မထုတ်ကမ်းသေးဖြစ်မှုနဲ့ ဘာသာတရားဘက် စိတ်အားထက်သန်မှုက ကပ်လျက်လိုက်လာတယ်	၂၆၆ - ၃၀၄		
အခန်း(၄၄) အာသာရေးပဋိပက္ခ - အာသာရေး အကြီးအကျယ် အပြင်းပွားတဲ့ခေတ်	၃၀၅ - ၃၃၃		

အခန်း(၄၅) အင်္ဂလိပ်တော်လှန်ရေး - ဘုရင်တွေကို ဘုရားသခင်ပေးသနားထားတဲ့အခွင့်ထူးနဲ့ ကောင်းကင်သိပ်မဆန်ပေမယ့်လက်တွေ့ပိုကျတဲ့ 'ပါးလမန်လွတ်တော်ရဲ့ အခွင့်ထူး' နှစ်ခုအကြား ဖြစ်ပွားတဲ့ အားပြိုင်လွန်ဆွဲပွဲဟာ ဘုရင်ချားလ်စ်(၁) အကြီးအကျယ်ရှုံးနိမ့်မှုနဲ့ အဆုံးသတ်သွားတယ်	၃၁၅ - ၃၃၃		
အခန်း(၄၆) အင်အားချိန်ခွင်လျှာ - တစ်ဖက်မှာ ပြင်သစ်ဘုရင်တွေက ဘုရားသခင် ပေးသနားထားတဲ့ အခွင့်ထူးတွေကို အရင်ကထက်ပိုတဲ့ ထည်ဝါခမ်းနားမှုတွေ၊ ခုံညားမှုတွေနဲ့ဆက်လက် ကျင့်သုံးနေတဲ့အတွက် ရည်မှန်းချက်ကြီးတဲ့ ဘုရင်တွေရဲ့ လောဘဇောကို အသစ်တီထွင်ထားတဲ့ အင်အားချိန်ခွင်လျှာ နိယာမနဲ့သာ အလွန်အကျွံ မဖြစ်အောင်ထိန်းကျောင်း နိုင်တယ်	၃၃၄ - ၃၃၉		
အခန်း(၄၇) ရပ်ရှားနိုင်ငံတိုးတက်လာပုံ - ဥရောပရဲ့ ခမ်းနားထည်ဝါတဲ့ နိုင်ငံရေးစင်မြင့်ပေါ် ဖြန့်စားကြီးခွန်တက်လာတဲ့ မတ်စ်ကဗိုက် အင်ပါယာကြီးအကြောင်း	၃၄၀ - ၃၄၇		
အခန်း(၄၈) ရပ်ရှားနဲ့ဆွီဒင် - ဥရောပ အရှေ့မြောက်ဒေသရဲ့ ခေါင်းဆောင်နေရာရရေးအတွက် ရပ်ရှားနဲ့ဆွီဒင်ဟာတိုက်ပွဲပေါင်းများစွာဆင်နွှဲခဲ့ကြတယ်	၃၄၈ - ၃၅၃		
အခန်း(၄၉) ပရပ်ရှားနိုင်ငံတက်လာပုံ - ဂျာမနီမြောက်ပိုင်း ထိုင်းမိုင်းတဲ့ ဒေသက ပရပ်ရှားလိုခေါ်တဲ့ နိုင်ငံဝယ်လေးတစ်ခုဟာ မကြုံစဖူးထူးထူးကဲကဲ တက်လာတယ်	၃၅၄ - ၃၅၈		
အကွရာဝလီအညွှန်း	၃၅၉ - ၃၇၅		