မာတိကာ

- စာရေးသူ၏ အမှာ ၂၁

၁။ ကျက်သရေမင်္ဂလာ

၁။ ကျက်သရေမင်္ဂလာ ၂၃
၂။ ကျက်သရေမင်္ဂလာနှင့် ပြည့်စုံသော အချိန် ၂၄

၂။ ဘဝကောင်းဘဝမွန်

၁။ ပထမဦးဆုံးအလုပ် ၂၅
၂။ ဘဝ၏ ဥယျာဉ်မှူး ၂၅
၃။ ဘဝဆိုသော နေအိမ် ၂၆
၄။ ပြုစု ဖြည့်ဆည်းအပ်သော အရည်အချင်းများ ၂၆
၅။ အစကောင်းကို တည်ဆောက်သောနည်း ၂၇
၆။ မိမိကိုယ်ကို တကယ်ချစ်သူ ၂၇
၇။ အလယ်ဘုံမှသည် ၂၈
၈။ ပျင်းရိခြင်းတွင် မွေ့လျော်နေလျှင် ၂၈
၉။ လူ့ဘဝပေါ် အပြုသဘော ရှုမြင် ၂၈
၁၀။ ထိုက်တန်အောင် ရှင်သန်နေထိုင်ပါ ၂၉
၁၁။ အဖြူထည်ဘဝ ၂၉
၁၂။ တန်ဖိုးရှိသော နေခြင်း ၃၀
၁၃။ ဘဝကောင်း ဘဝမွန် ၃၀

၁၄။ ဘဝကို အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သော အရာ ၃၀
၁၅။ ရှင်လျက်နှင့် သေနေသူများ ၃၁
၁၆။ မှန်မြတ်သော ရှင်သန်ခြင်း မဟုတ်ပါ ၃၁
၁၇။ ဘဝတစ်ခုလုံးလည်း မသေစေသင့်
ဘဝတစ်ခြမ်းလည်း မသေစေသင့် ၃၂
၁၈။ ကောင်းမွန် အေးချမ်းသော ဘဝ ၃၂

၃။ လောက၏ ဧည့်သည်

၁။ လောက၏ ဧည့်ကောင်း ဧည့်မွန်များ ၃၃
၂။ လောကလူ့ရွာကို လှပသာယာစေသူ ၃၃
၃။ ဧည့်သည်ကောင်း၏ နှလုံးသား ၃၄
၄။ ကြာပန်းပမာ ၃၄
၅။ ပေါ့ပေါ့နေ ပေါ့ပေါ့စား ၃၅
၆။ လောက၏ ဧည့်သည်အဖြစ် နေရစဉ် ၃၅
၇။ ဖိုးသုညများ ၃၆
၈။ လူပိုများ ၃၆

၄။ ဘဝနေနည်းများ

၁။ ဘဝနေနည်းပညာ ၃၇
၂။ ဘဝနေနည်း သဘောတရား ၃၈

၅။ နေ့သစ်တိုင်းမှာ

၁။ တစ်နေ့ချင်းသာ ဖြတ်သန်းနေ ၃၉
၂။ အိပ်ရာမှ နိုးထသည်နှင့် ၃၉
၃။ ဘဝစာမျက်နှာအသစ် ၄၀
၄။ အိပ်ရာဝင်စစ်တမ်း ၄၀
၅။ တည်နေစဉ် အချိန်ကာလ ၄၁
၆။ လူ့အဖြစ်ကို တန်ဖိုးထားပါ ၄၁

၇။ ရှေ့သစ်တစ်ခု အစပြုသည်နှင့် ၄၁
၈။ အဓိပ္ပာယ်ရှိသော လူသား ၄၂
၉။ ဘဝအဆင်ကို ရက်လုပ်ပုံဖော်သော အရာ ၄၂
၁၀။ ဘဝဖန်တီးရှင်သုံးဦး ၄၂

အကောင်းမြင်စိတ်ဓာတ်

၁။ အကောင်းမြင်စိတ်ဓာတ် ၄၅
၂။ အကောင်းမြင်နှလုံးသား ၄၅
၃။ ကြယ်စုံကောင်းကင်နှင့် မြက်ရိုင်းတော ၄၆

အသိဉာဏ်

၁။ အသိဉာဏ်အဆင့်အတန်း ၄၇
၂။ မိမိ၏ အသိဉာဏ်အပေါ်တွင်သာ ၄၇
၃။ အရင်းအမြစ်များ ၄၈
၄။ လူ ဟူသည် ၄၈
၅။ အသိဉာဏ်ရှိခြင်း ဟူသည် ၄၈

ဘဝနှင့် စိတ်ထား

၁။ စိတ်စင်ကြယ်သန့်ရှင်းရေး ၅၁
၂။ သံသရာတစ်လျှောက်လုံးအတွက် ၅၁
၃။ ဘဝနှင့် စိတ်နေစိတ်ထား ၅၂
၄။ စိတ်နှင့် စေတသိက် ၅၂
၅။ စိတ်နှင့် ကိုယ်တွင်းအင်္ဂါ ၅၃
၆။ စိတ်ကြည်လင် ရှင်းသန့်စေဖို့ ၅၃
၇။ မိမိ၏ စိတ်ကို ကောင်းစွာ ဆောက်တည်ခြင်း ၅၄
၈။ ကြည်လင်သော စိတ်၌သာ ၅၄
၉။ လှောင်အိမ်ထဲက ငှက် ၅၄
၁၀။ စိတ်နေစိတ်ထား မြင့်မြတ်ပါစေ ၅၅

၁၁။ ချမ်းသာကို ဖြစ်စေသောစိတ် ၅၅
၁၂။ စိတ်ဥယျာဉ် ၅၆
၁၃။ စိတ်နှလုံး အေးချမ်းသောအခါ ၅၆
၁၄။ စိတ်နှင့် ရုပ်ဆင်းသဏ္ဌာန် ၅၇
၁၅။ စိတ်ထား ပိုကောင်းလာ ၅၇
၁၆။ အရေးအကြီးဆုံး လုပ်ငန်းဆောင်တာ ၅၇
၁၇။ စိတ်ထားနူးညံ့ သိမ်မွေ့မှု ၅၈
၁၈။ စိတ်ကို နိုင်နင်းသူ ၅၈
၁၉။ စိတ်အညစ်အကြေးများကို လှည်းကျင်းရှင်းလင်း ၅၉
၂၀။ စိတ်နှလုံး သန့်ရှင်းဖြူစင်လေ ၅၉
၂၁။ စိတ်နေစိတ်ထားနှင့် ကျန်းမာရေး ၅၉
၂၂။ ဘဝကို ပုံဖော်သော အရာများ ၆၀
၂၃။ ကနဦး ခြေလှမ်း ၆၀
၂၄။ ချမ်းသာခြင်း ဟူသည် ၆၁
၂၅။ လောကနိယာမ ၆၁
၂၆။ အရှုံးကြီးရှုံးခြင်း ၆၂
၂၇။ စိတ်ဥယျာဉ်အလှ မပျက်စေရန် ၆၂
၂၈။ ကောင်းသော စိတ်ဖြင့် ပြုသမျှ ၆၃
၂၉။ အသေးအဖွဲ ၆၃
၃၀။ စစ်စစ်မှန်မှန် ပိုင်ဆိုင်သော အရာ ၆၃
၃၁။ မှန်မြတ်သော အရည်အချင်း ၆၄
၃၂။ မနောက်နှင့် ပတ်ဝန်းကျင် ၆၄
၃၃။ အမှိုက်ပုံကို ကိုယ့်အိမ်ရှေ့ မရွှေ့နှင့် ၆၅
၃၄။ စိတ်တည်ငြိမ်ချမ်းမြေ့စေရန် ၆၅
၃၅။ အကောင်းဆုံး ကာကွယ်ရေး ဥပဒေသ ၆၆
၃၆။ အဓိကကျသော ကျင့်စဉ် ၆၆
၃၇။ တောင့်တအပ်သော အရာ ၆၆
၃၈။ စနက်တံတစ်ခု ၆၇

၃၉။ မိမိ၏ စိတ်ကို မထိန်းသိမ်းနိုင်သော
၄၀။ ကံနှစ်ပါးကို ဦးဆောင်သောစိတ်
၄၁။ ပူလောင်ခြင်းကင်းသော စိတ်ထား
၄၂။ စိတ်ဓာတ်၏ မစင်ကြယ်မှု အင်္ဂါမျာ
၄၃။ စိတ်ဓာတ်၏ စင်ကြယ်မှု အင်္ဂါများ
၄၄။ ဘေးရန်ကို ကြောက်စရာ မလို

၉။ ကိုယ်ကျင့်တရား

၁။ သီလ မရှိလျှင် လိပ်ပြာမသန့်
၂။ ဖောဋ္ဌဗ္ဗအာရုံ၌ အမဲမလိုက်
၃။ ကျင့်စဉ်တို့၏ အုတ်မြစ်
၄။ ကိုယ်ကျင့်သီလ၏ တန်ဖိုး
၅။ ငါးပါးသီလ
၆။ မြင့်မြတ်အောင် ပြုလုပ်နိုင်သော အ
၇။ ရွှေ ငွေ ဥစ္စာတို့မည်သည်
၈။ အားကိုး မှီခိုရာ
၉။ ကိုယ်ပိုင်ရတနာ
၁၀။ အခြေခံ ကိုယ်ကျင့်တရား
၁၁။ ရိက္ခာနှင့် သိက္ခာကို မလဲသူ
၁၂။ မြင့်မြတ်သူနှင့် ယုတ်နိမ့်သူ
၁၃။ လူပီသမှု မှတ်ကျောက်

၁၀။ ဗြဟ္မစိုရ်တရားလေးပါး

၁။ လူ့အဖွဲ့အစည်းနှင့် ဗြဟ္မစိုရ်တရား
၂။ မေတ္တာပြဋ္ဌာန်းလျက် ဆက်ဆံ
၃။ ဗြဟ္မစိုရ်တရား၏ ရလဒ်
၄။ ပြန်လှန်မေတ္တာ မုဒိတာ
၅။ လူစိတ်နှင့် တိရစ္ဆာန်စိတ်

အခါ ၆၇
၆၈
၆၈
း ၆၉
၇၀
၇၀
၇၁
၇၁
၇၂
၇၂
၇၃
ရာ ၇၃
၇၃
၇၄
၇၄
၇၄
၇၅
၇၅
၇၆
၇၇
၇၇
၇၈
၇၈
၇၈

၆။ အစာနာတရား ၇၉
၇။ စံထားကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ၇၉
၈။ ကရုဏာ ဟူသည် ၈၀
၉။ မုဒိတာစိတ်ထား ၈၀
၁၀။ မစ္ဆရိယ မြူမှိုးများ ၈၁
၁၁။ အထက်တန်းကျသော မုဒိတာစိတ် ၈၁

၁၁။ မေတ္တာစိတ်

၁။ သူတစ်ပါးတို့၏ အသက်ရှင် တည်မြဲမှုကို တန်ဖိုးထားပါ ၈၃
၂။ မီးအလျှံထဲက ကြာပန်းများ ၈၃
၃။ မေတ္တာရှင်၏ ဘဝ ၈၄
၄။ ကြင်နာမှု အလှတရား ၈၄
၅။ မေတ္တာရေစင် ၈၅
၆။ ယုံကြည်မှု တည်ဆောက်ခြင်း ၈၅
၇။ မကုန်ခန်းနိုင်သော စွမ်းအင် ၈၆
၈။ မေတ္တာမပျက်ယွင်းစေရန် ၈၆
၉။ မြစ်ကြီးလည်း မခန်းပါစေနဲ့ ၈၆
၁၀။ အရင်းနည်းသလောက် အကျိုးများ ၈၇
၁၁။ ဘဝ၏ အကောင်းဆုံး မြေသြဇာ ၈၇
၁၂။ ဝဇီကံမေတ္တာ၏ နယ်ပယ် ၈၈
၁၃။ ကံသုံးပါး တစ်ထပ်တည်းကျဖို့ လိုသည် ၈၈

၁၂။ စေတနာ

၁။ စွမ်းအင်တကာတို့၏ ရေသောက်မြစ် ၈၉
၂။ စေတနာကောင်း ဟူသည် ၈၉
၃။ ပိုးမွေးသလို ၉၀
၄။ လှပသော စေတနာ ၉၀

၅။ နှလုံးသား မြေအပြင် ၉၀
၆။ စေတနာနှင့် ဘဝ၏ ရလဒ် ၉၀
၇။ နှလုံးသားရတနာ ၉၁
၈။ မိမိ၏ အနာဂတ်ကို ခန့်မှန်းနည်း ၉၁
၉။ စေတနာကောင်း၏ စွမ်းအင် ၉၁
၁၀။ ကောင်းမှုအတွက် အရင်းအနှီး ၉၂
၁၁။ အပြုစွမ်းအင်၊ အဖျက်စွမ်းအင် ၉၂
၁၂။ ကံသုံးပါးတွင် စေတနာကောင်းယှဉ်သော် ၉၃
၁၃။ မသိမ်းဆည်းအပ်သော အရာ ၉၃

၁၃။ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းအလုပ်

၁။ နှလုံးသွင်းကောင်းကို ထပ်ဆောင်းသင့် ၉၅
၂။ အချိန်အရင်းအနှီး ၉၅
၃။ ရေရှည်အောင်မြင်နေသူများ ၉၆
၄။ အလုပ်ထဲတွင် စေတနာကောင်းထည့်ခြင်း ၉၆

၁၄။ ကံသုံးပါးနှင့် ဘဝ

၁။ ကံသုံးပါးနှင့် ဘဝ ၉၇
၂။ လေးညို့မှ ထွက်သွားသော မြားတစ်စင်းပမာ ၉၇
၃။ ရပ်တန့်မနေသောကံ ၉၈
၄။ ကြိုတင်ဆင်ခြင် ၉၈
၅။ ကံသုံးပါး တစ်ဖြောင့်တည်းကျဖို့လို ၉၉
၆။ လူသားတိုင်း ရှိသင့်သော ယုံကြည်မှု ၉၉
၇။ ကံပွင့် ကံဖော် ကံပေါ် ၉၉
၈။ ကမ္ဘာသကတာသမ္မာဒိဋ္ဌိ ၁၀၀
၉။ အကြောင်းရင်းမြစ် ပြန်လည် ရှာဖွေသုံးသပ် ၁၀၀
၁၀။ မပြုပြင် မပြောင်းလဲသော ၁၀၁
၁၁။ လူမဟာန် ကံချ ၁၀၁

၁၅။

၁၂။ အတိတ်ကံ ဟူသည် ၁၀၂
၁၃။ အားကိုးအားထားပြုရမည့်ကံ ၁၀၂
၁၄။ ဘဝနှစ်မျိုး ၁၀၂
၁၅။ အန္တရာယ်အစစ် ၁၀၃
၁၆။ ကံသုံးပါးနှင့် ဘဝရုပ်ပုံလွှာ ၁၀၄
၁၇။ မည်သူမပြု မိမိမှု ၁၀၄
၁၈။ မိမိစိတ်ကြိုက် ရွေးချယ်နိုင်သော အရာ ၁၀၄
၁၉။ ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာ ၁၀၅
၂၀။ ကံကောင်းမည်လား၊ ကံဆိုးမည်လား ၁၀၅
၂၁။ ဘအတွက် အကောင်းဆုံး အလေ့အကျင့် ၁၀၅
၂၂။ ကံ ဉာဏ် ဝီရိယ ၁၀၆
၂၃။ စွမ်းအင်ကိုယ်စီ ၁၀၆
၂၄။ အိပ်ရာဝင်ခါနီးတွင် ၁၀၆
၂၅။ ကံတစ်ခုချင်းစီကို ဂရုပြု ၁၀၇
၂၆။ ဘဝပုံတင်သံ ၁၀၇
၂၇။ ဘဝပုံဖော်နိုင်သော အရာ ၁၀၈
၂၈။ ဘဝနှင့် ကံ ၁၀၈
၂၉။ ကံကောင်းခြင်း၏ အကြောင်းရင်း ၁၀၉

စင်ကြယ်သော အသက်မွေးမှု

၁။ အသက်မွေးစင်ကြယ်ပါစေ ၁၁၁
၂။ ငွေရလွယ်သကဲ့သို့ အကုသိုလ်လည်း ရလွယ် ၁၁၁
၃။ နှလုံးသားလှပသူ၏ အသက်မွေးမှု ၁၁၂
၄။ အပ်တိုတစ်ချောင်းပင် အရှိမခံ ၁၁၂
၅။ သန့်သန့်ရှင်းရှင်း အပြစ်ကင်းကင်း ၁၁၃
၆။ အမှန်အမြတ် ပြုအပ်သော ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ၁၁၃
၇။ သူတစ်ပါးကို ခုတုံး မလုပ်နှင့် ၁၁၃

၁၆။ ရိုးသားမှု

၁။ ရိုးသားဖြောင့်မတ်သူ၏ ကံသုံးပါး ၁၁၅
၂။ အရိုးခံစာတ်၏ အေးမြမှု ၁၁၅
၃။ စိတ်ဓာတ်အရည်အသွေး အားလုံး၏ အခြေခံ ၁၁၆
၄။ ထုံထိုင်း အ န ခြင်း မဟုတ်ပါ ၁၁၆
၅။ ရိုးသားမှုရှိသူ ၁၁၇
၆။ အကောင်းဆုံး ဥပဒေသ ၁၁၇
၇။ စိတ်ကို နှောင်ဖွဲ့စေသော အရာများ ၁၁၇
၈။ ရိုးသားမှုအပေါ် အဓိပ္ပာယ်အကောက်လွဲခြင်း ၁၁၈
၉။ အကောင်းဆုံးလက်ဆောင် ၁၁၈
၁၀။ ရိုးသားမှု ကင်းမဲ့သူ ၁၁၈

၁၇။ တရား၏ စောင့်ရှောက်မှု

၁။ တရားကို စောင့်ရှောက်သော် ၁၁၉
၂။ တရားကို မစောင့်သော် ၁၁၉
၃။ အမြတ်ဆုံး အရသာ ၁၁၉
၄။ တရား၏ အေးမြသော စောင့်ရှောက်မှု ၁၂၀
၅။ မှတ်ကျောက်အတင်ခံနိုင်သော အရာ ၁၂၀

၁၈။ ကုသိုလ် အကုသိုလ်

၁။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု ၁၂၀
၂။ ကုသိုလ် အကုသိုလ် မှတ်ကျောက် ၁၂၀
၃။ ကုသိုလ်မှုကို ဖြန့်ဝေပါ ၁၂၂
၄။ ကုသိုလ်ကောင်းမှုက သူ့သဘော သူဆောင် ၁၂၂
၅။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု ရသမျှ ပြု ၁၂၂
၆။ ကုသိုလ်မှတ်ကျောက် ၁၂၃
၇။ အကြည့်လေးတစ်ချက်၌ပင် ၁၂၃
၈။ ကျက်သရေရှိရှိ အိမ်ငင်းသူ ၁၂၃

၉။ ကောင်းမှုအားလုံး၏ အခြေခံအုတ်မြ
၁၀။ အပေါင်းနှင့် အနုတ်
၁၁။ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတို့၏ အဦးအစ
၁၂။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု ပြုရာတွင်
၁၃။ ကုသိုလ်၏ စွမ်းအင်နှစ်မျိုး
၁၄။ မကောင်းမှုတား၊ ကောင်းမှုပွား
၁၅။ မကောင်းမှု အတိုးတက်ခြင်း
၁၆။ ကာယကံ ကုသိုလ်ကောင်းမှုများ
၁၇။ ဝစီကံ ကောင်းမှုများ
၁၈။ ကုသိုလ်စာတ် ထွန်းပစေသော အ
၁၉။ အကုသိုလ်စာတ် ထွန်းပစေသော အ
၂၀။ ဤသို့ နှလုံးသွင်းသင့်
၂၁။ အကုသိုလ်မှု မကူးစက်စေသင့်
၂၂။ နာနာဖွပ်လျှော်နိုင်မှ
၂၃။ ထိန်းသိမ်းခြင်းနှင့် စွန့်ပယ်ခြင်း

၁၉။ လောကဓံ ရင်ဆိုင်နည်း

၁။ လောကဓံဆိုးနှင့် ကြုံသောအခါ
၂။ မိုနားရာစခန်း
၃။ လောကကြီးကို မမုန်းနှင့်
၄။ မှန်ကန်သော နည်းလမ်း
၅။ တစ်ရှုံးမှ နှစ်ရှုံး မဖြစ်စေသင့်
၆။ ဖြစ်ကြောရှည်ခွင့် မပေးသင့်
၇။ စိတ်နေမပြောင်း စိတ်ကောင်းမပျက်
၈။ ကျေးဇူးမဲ့ခံရခြင်း လောကဓံ
၉။ သင့်တင့်လျောက်ပတ်သော နှလုံးသွ

စ် ၁၂၄
၁၂၄
၁၂၄
၁၂၅
၁၂၅
၁၂၅
၁၂၆
၁၂၆
၁၂၇
ည့် ၁၂၇
ကြည့် ၁၂၈
၁၂၈
၁၂၉
၁၂၉
၁၂၉
၁၃၁
၁၃၁
၁၃၂
၁၃၂
၁၃၃
၁၃၃
၁၃၄
၁၃၄
င်းကောင်း ၁၃၄

၂၀။ သတိ

၁။ သတိ ဟူသည် ၁၃၅
၂။ သတိဖြင့် စေတနာကို စောင့်ကြည့်ပါ ၁၃၅
၃။ ပဝါဖြူဆိုလျှင် ၁၃၆

၂၁။ လူမှုဆက်ဆံရေး

၁။ တန်းတူရည်တူ ဆက်ဆံပါ ၁၃၇
၂။ လူလူချင်း လူလို သဘောထားသင့် ၁၃၇
၃။ အဆင်ပြေချောမွေ့သော ဆက်ဆံရေး ၁၃၈
၄။ ရပိုင်ခွင့်ကို အပြန်အလှန် လေးစား ၁၃၈
၅။ နွေးနွေးထွေးထွေး ဆက်ဆံသင့် ၁၃၉
၆။ သင် မကောင်းသော်လည်း ၁၃၉
၇။ သူတော်ကောင်းဓာတ်ခံရှိသူ ၁၄၀
၈။ အမြော်ကင်းစွာ ဆက်ဆံပါ ၁၄၀
၉။ မနှစ်မြို့ဖွယ် ဆက်ဆံရေးနှင့် ကြုံသောအခါ ၁၄၁
၁၀။ သူတစ်ပါးအပေါ် အဆင်အမြင်သေးခြင်း၏ ရလဒ် ၁၄၁
၁၁။ ပြုသူ အသစ် ဖြစ်သူ အဟောင်း ၁၄၁
၁၂။ တစ်လုံးတစ်ပါဒမျှ ၁၄၂
၁၃။ မိမိကိုယ်ကို နှိမ့်ချခြင်း ၁၄၂
၁၄။ နိဝါတတရား ထွန်းကားသူ ၁၄၃
၁၅။ တွန်းတွန်းထိုးထိုး တိုက်တိုက်ခိုက်ခိုက် ၁၄၃
၁၆။ မီးသွားသော လမ်းပမာ ကျင့်သုံးနေထိုင်ခဲ့သူ ၁၄၃
၁၇။ ပကတိ အရှိအတိုင်း နှုန်းသင့် ၁၄၄
၁၈။ ရှိရင်းစွဲ အကောင်းတရားများ ၁၄၄
၁၉။ အကောင်းဆုံး တုံ့ပြန်နည်း ၁၄၄
၂၀။ အဆိုးသံသရာ ၁၄၅

၂၂။ ငွေကြေးဥစ္စာ

၁။ ငွေကြေးဥစ္စာဆိုင်ရာ ကျင့်ဝတ်နှစ်ခု ၁၄၇
၂။ ငွေ၏ ကျေးကျွန် မဟုတ်ပါ ၁၄၇
၃။ ဓန နတ်ဘုရား ကိုးကွယ်မှု ၁၄၈
၄။ ငွေကြေးဥစ္စာသည် ပန်းတိုင် မဟုတ်ပါ ၁၄၈

၂၃။ ကဲ့ရဲ့ခြင်းနှင့် ချီးမွမ်းခြင်း

၁။ သူတစ်ပါး မကောင်းကြောင်း တွေးနေစဉ် ၁၄၉
၂။ သူတစ်ပါးအပေါ် မုန်းစိတ်ဝင်ခြင်း ၁၄၉
၃။ မဟုတ်မမှန်အပေါ် မုန်းစိတ်ဝင်ခြင်း ၁၅၀
၄။ ချီးမွမ်းခံရသောအခါ ၁၅၀
၅။ ပုထုဇဉ် သည်းခြေကြိုက်အရာ သုံးခု ၁၅၁
၆။ ကဲ့ရဲ့ခြင်းနှင့် ချီးမွမ်းခြင်း ၁၅၁
၇။ ကဲ့ရဲ့ပြစ်တင် ခံရသော် ၁၅၂
၈။ ကဲ့ရဲ့ပြစ်တင်ခြင်း သံသရာ ၁၅၂

၂၄။ ဝစီကံ

၁။ ဝစီသစ္စာရနံ့ ထုံပျံ့စေ ၁၅၃
၂။ အကျိုးစီးပွားနှင့် စပ်သော စကား ၁၅၃
၃။ မှန်သော စကားကို ပြောဆိုခြင်း ၁၅၄
၄။ နူးနူးညံ့ညံ့ ချိုချိုသာသာ ၁၅၄
၅။ ချစ်ခင်ညီညွတ်စေမည့် စကား ၁၅၅
၆။ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး မြင့်မားသူ ၁၅၅
၇။ ကုသိုလ်မှုတွင် အင်အားကြီးမားသော အရာ ၁၅၅
၈။ အကုသိုလ်မှုတွင် အင်အားကြီးမားသော အရာ ၁၅၆
၉။ ဝါကြွားခြင်း ၁၅၆
၁၀။ မှုသားဖြင့် လိမ်းကျံသော နှုတ်ခမ်း ၁၅၇
၁၁။ အလဲအလှယ် မလုပ်သင့် ၁၅၇
၁၂။ ကုသိုလ်ဖြစ်စေသော ဝစီကံများ ၁၅၇

၂၅။

၂၆။

၂၇။

၂၈။

ဂုဏ်လိုချင်မှု

၁။ ဂုဏ်နောက်လိုက်မှု ၁၅၉
၂။ ရိုးရိုးရှင်းရှင်း အေးအေးချမ်းချမ်း ၁၅၉
၃။ ဂုဏ်လိုချင်သော လောဘ ၁၆၀
၄။ ငါစွဲ၊ သက္ကာယစွဲမှ ဖြစ်ပေါ်လာသော လောဘ ၁၆၀
၅။ ဂုဏ်လိုလေ ဂုဏ်ပြုလေ ၁၆၁
၆။ သူယုတ်မာတံဆိပ် ၁၆၁

ပရဟိတ

၁။ ဘဝတွင် နေရကျိုးနပ်စေရန် ၁၆၃
၂။ အသိနှင့် အရှိကို မျှဝေမှု ၁၆၃
၃။ အဋ္ဌဟိတတွင်သာ လမ်းဆုံးမနေသင့် ၁၆၄
၄။ နှလုံးလှ မျက်စိ ၁၆၄
၅။ နှလုံးသွင်းကောင်းပါစေ ၁၆၅

အိမ်ထောင်ရှင်၏ ချမ်းသာလေးမျိုး

၁။ ရှိမှု ချမ်းသာ ၁၆၇
၂။ ကြွေးမြီကင်းမှု ချမ်းသာ ၁၆၇
၃။ သုံးဆောင်မှု ချမ်းသာ ၁၆၈
၄။ အပြစ်ကင်းမှု ချမ်းသာ ၁၆၈

ကမ္မနိယာမ

၁။ ကမ္မနိယာမ ၁၇၁
၂။ စုဆောင်းသင့်သော အရာ ၁၇၁
၃။ ရိုးစင်းသော အမှန်တရား ၁၇၂
၄။ ဖြစ်ချိန်နှင့် ပျက်ချိန် ၁၇၃
၅။ အလုပ်တစ်ခု ဆောင်ရွက်မည်ဆိုသော် ၁၇၃
၆။ ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုး မဖြစ်စေသော အသက်ရှည်ခြင်း ၁၇၃

၇။ လောကားထစ်တက်သည့်ပမာ ၁၇၄
၈။ သက်ရှည်ကျန်းမာလိုသော် ၁၇၄
၉။ မိမိကိုယ်ကို သစ္စာဖောက်သူ ၁၇၅
၁၀။ အနှောင်ဖွဲ့မှ ကင်းလွတ်မှုသာ ၁၇၅
၁၁။ မိမိမှာသာ တာဝန်ရှိ ၁၇၆
၁၂။ မိမိကိုယ်ကို တကယ်ချစ်သူ ၁၇၆

၂၉။ ငြိမ်းချမ်းရေး

၁။ တည်ငြိမ်အေးချမ်းစေသော အကြောင်းတရားများ ၁၇၇
၂။ ငြိမ်းချမ်းရေးပန်းပွင့် ၁၇၇
၃။ တန်ဖိုးအထားအပ်ဆုံးအရာ ၁၇၈

၃၀။ အမှန်တရား

၁။ ငြိမ်းချမ်းသာယာမှု၏ အခြေခံကျောရိုး ၁၇၉
၂။ အမှန်တရား ၁၇၉
၃။ အမှန်တရားကို သိတတ်ရမည် ၁၈၀
၄။ အမှန်တရား မြတ်နိုးသူ ၁၈၀
၅။ ကိုယ်ကျင့်သိက္ခာပေတံ ၁၈၁
၆။ မိမိ၏ သမိုင်းကို လှလှပပ ကမ္ပည်းတင်သူ ၁၈၁

၃၁။ ပေးကမ်း လှူဒါန်းခြင်း

၁။ ဓမ္မကို ဘဝထဲတွင် လက်တွေ့ အသုံးချခြင်း ၁၈၃
၂။ စေတနာသန့်သန့်သာ အရင်းခံပါ ၁၈၃
၃။ မိုးကောင်းကင်နှင့် တူသူများ ၁၈၄
၄။ မိုးခေါင်ရာ အရပ်တွင် မိုးရွာစေချင် ၁၈၄
၅။ စာနာထောက်ထားသော ဒါန ၁၈၅
၆။ ဒါနမှု၏ အရင်းအမြစ် ၁၈၅
၇။ ယဉ်ကြောဒါန ၁၈၅
၈။ ဒါနပြုရာတွင် ၁၈၆

၃၂။
၃၃။
၃၄။
၃၅။
၃၆။
၃၇။

ညည်းညူခြင်း

၁။ ညည်းညူခြင်း ၁၈၇
၂။ ငုက်ဆိုးထိုးသံ ၁၈၇
၃။ လူ့အလို ရာသီဥတု မလိုက်နိုင်ပါ ၁၈၈

သည်းခံခြင်း

၁။ နှလုံးသား၏ ထုတ်ကုန်ပစ္စည်း ၁၈၉
၂။ မြင့်မြတ်သော နှလုံးသားရှိသူ ၁၈၉

အကြောက်တရား

၁။ မြင့်မြတ်သော ကြောက်ခြင်း ၁၉၁
၂။ ယုတ်ညံ့သော ကြောက်ခြင်း ၁၉၁

အဂတိတရား

၁။ ငွေများ မတရားနိုင်သည် ၁၉၃
၂။ အဂတိ အဆိပ်ချိုရည် ၁၉၄
၃။ ရိုးသားမှု ပျောက်ဆုံးခြင်း ၁၉၄

ဒေါသ

၁။ တောမီးနှင့် တူသော ဒေါသ ၁၉၅
၂။ ဒေါသ ပြင်းပြင်းထန်ထန် ထွက်သောအခါ ၁၉၅
၃။ စိတ်ဆိုးသောအခါ ၁၉၅
၄။ လောက၏ သဘော သဘာဝ ၁၉၆
၅။ ပုထုဇဉ် မှန်သမျှ ၁၉၆

တင်းတိမ်ရောင့်ရဲခြင်း

၁။ တင်းတိမ်ရောင့်ရဲခြင်း ၁၉၇
၂။ တင်းတိမ်ရောင့်ရဲခြင်းနှင့် ငြိမ်းအေးသာယာခြင်း ၁၉၇

၃။ ပျင်းရိခြင်းနှင့် တင်းတိမ်ရောင့်ရဲခြင်း ၁၉၇
၄။ အမြတ်ဆုံးဥစ္စာ ၁၉၈
၅။ လောဘ၏ အလိုကို လိုက်နေသမျှ ၁၉၈
၆။ လောက၏ သဘော သဘာဝ ၁၉၈

၃၈။ အယူအမြင်
၁။ အယူမှန် ဟူသည် ၂၀၁
၂။ အယူမှန်သူ ၂၀၁
၃။ အစွန်းရောက် ဒဿနများ ၂၀၂
၄။ နက္ခတ် ကောင်း၊ မကောင်း ၂၀၂
၅။ ဦးနှောက်အာဟာရ ချို့တဲ့သောအခါ ၂၀၂
၆။ မကောင်းမှုကို နှင်ထုတ်ခြင်း ၂၀၃
၇။ ကံတရားကသာလျှင် ၂၀၃
၈။ ကိန်းဂဏန်း အယူအစွဲ ၂၀၄

၃၉။ အမှားမှ သင်ခန်းစာယူခြင်း
၁။ မိမိကိုယ်ကို သစ္စာဖောက်ခြင်း ၂၀၅
၂။ အမှားမှ သင်ခန်းစာယူတတ်ဖို့လို ၂၀၅
၃။ မိုက်မဲခြင်းမှ ရုန်းထွက်ခြင်း ၂၀၆
၄။ သူတစ်ပါး မှားလျှင် သနားလိုက်ပါ ၂၀၆

၄၀။ အထွေထွေ
၁။ ဓမ္မတာတ် ကိန်းအောင်းလာသောအခါ ၂၀၇
၂။ ပျားရည်ရှာသော ငှက်ပမာ ၂၀၇
၃။ လူ့ကျင့်ဝတ်နှင့် မညီသော် ၂၀၈
၄။ ဉာဏ်ကောင်းတိုင်း မချီးကျူးသင့် ၂၀၈
၅။ လူမွဲ ၂၀၈
၆။ အတ္တာနုဝါဒဘေး ၂၀၉

၇။ ရှေးရေစက် ရှိခဲ့သောကြောင့်သာ ၂၀၉
၈။ အကျည်းတန် နှလုံးသား ၂၁၀
၉။ လက်စားချေမှု ၂၁၀
၁၀။ ငါမှတစ်ပါး အခြား မရှိ ၂၁၀
၁၁။ လူသားအားလုံး ချစ်ချစ်ခင်ခင် ၂၁၁
၁၂။ ယဉ်ကျေးမှု အမျိုးမျိုး ၂၁၁
၁၃။ အကျင့်ဖြင့် ဆုံးမခြင်း ၂၁၂
၁၄။ ခန္ဓာကိုယ် စက်ယန္တရား ၂၁၂

◆