

# မာတိကာ

**အခန်း (၁)**  
**သဘာဝလွန်ဖြစ်ရပ်များနှင့် သိပ္ပံပညာ**

- သိပ္ပံပညာအမြင်နှင့် သရဲတစ္ဆေဖြစ်ရပ်များ ၁
- သမိုင်းကြောင်းမှ အစောဆုံးသရဲ ၃
- သရဲ တစ္ဆေဖြစ်ရပ်များအား စိတ်ဝင်စားလာကြသောပညာရှင်များ ၇
- ဘာဝိလိယံခရစ် ၈

**အခန်း (၂)**  
**ပြောင်းလဲလာခဲ့သော သိပ္ပံဆိုင်ရာ အမြင်များ**

- ပါရာဆိုက်ကော်လော်ဂျီ ၁၁
- တယ်လီပသီ သို့မဟုတ် စိတ်ခွင်းဆက်သွယ်မှု ၁၁
- ကြိုတင်သိခြင်း ၁၅
- ကြိုတင်သိခြင်း စွမ်းရည်အပေါ် ခေတ်ပေါ်သုတေသနပြုချက်များ ၁၇
- အကြားအမြင်ခြင်း ၁၈
- ဆိုင်ကို ကိုင်နီးစစ် ၁၉
- ဘိုင်ဆိုပီကော ၂၀
- အင်နီဒီအီး ၂၀
- အိုဘီအီး ၂၁
- ဘဝဆက်ဖြစ်တည်မှု ၂၁
- အီအက်စ်ပီ ၂၁
- သရဲခြောက်ခြင်း ၂၁
- ပုဏ္ဏားတိုက်ခြင်း ၂၁

**အခန်း (၃)**  
**တစ္ဆေ သရဲဆိုင်ရာ သီအိုရီများနှင့် အထောက်အထားများ**

- သေဆုံးသူတို့ ပြန်လာခြင်းအယူအဆ ၂၂
- မိမိအား သတ်သူအား ပိညာဉ်ဘဝဖြင့် ညွှန်ပြခဲ့သူ ဇိုနာ ၂၃
- တမလွန်မှ သူငယ်ချင်း၏ သတင်းပို့မှု ၂၄
- ချက်ပင်၏ သေတမ်းစာ ၂၉
- စိတ်စွမ်းအင်သုတေသနနှင့်သရဲတစ္ဆေဖြစ်ရပ်များ ၃၂

- ဘူမိသံလိုက်စွမ်းအင်၊ လျှပ်စစ်သံလိုက်စွမ်းအင်နှင့် သရဲ တစ္ဆေများ ၃၄
- သိပ္ပံနည်းကျ တိုင်းတာရေးကိရိယာများနှင့် သရဲတစ္ဆေများ ၃၅
- မနုဿဗေဒပညာရှင်များနှင့်သရဲတစ္ဆေဖြစ်ရပ်များ ၃၆
- အခြားသော အယူအဆများ ၃၇

**အခန်း (၄)**

- ကိုယ်ထင်ပြုခြင်း သို့မဟုတ် ကိုယ်ယောင်ပြုခြင်း ၄၀
- ကိုယ်ထင်ပြုခြင်း သဘောသဘာဝများ ၄၀
- ဘေးဒုက္ခဆိုက်ရောက်ခြင်းကြောင့် ကိုယ်ထင်ပြုခြင်း ၄၄
- သေလွန်ပြီးနောက် ကိုယ်ထင်ပြုခြင်း ၄၄
- စုပေါင်းမှုမြင်တွေ့ရသည့် ကိုယ်ထင်ပြုခြင်း ၄၅
- အပြန်အလှန် ကိုယ်ယောင်ပြုခြင်း ၄၅
- သေလုနီး ကိုယ်ထင်ပြုမှုများ ၄၈
- လူဝင်စားခြင်းကို ဖော်ပြသော ကိုယ်ထင်ပြုမှုများ ၅၀
- ကိုယ်ယောင်ပြုခြင်းဆိုင်ရာ ထင်ရှားသော သီအိုရီများ ၅၁
- ကိုယ်ထင်ပြုခြင်း ဖြစ်ရပ်တို့၏ သမိုင်းကြောင်းနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ အယူအဆများ ၅၂
- ကိုယ်ထင်ပြုခြင်းအား ဖန်တီးမှုလေ့လာခြင်းများ ၅၃

**အခန်း (၅)**  
**ကိုယ်ခွဲဖြစ်ရပ်များ**

- ကမ္ဘာကျော်စာရေးဆရာကြီး မတ်စ်တို့နီး၏ အတွေ့အကြုံ ၅၅
- လေ့လာခဲ့သောပညာရှင်များနှင့် အယူအဆများ ၅၆
- နော်ဝေးနိုင်ငံနှင့် ရွှေတော်မြေးဖြစ်ရပ် ၅၇
- စာရေးသူ၏ အတွေ့အကြုံများနှင့် ကြားပူးနားဝများ ၅၉

**အခန်း (၆)**

- အလိုအလျောက် စာရေးသားခြင်းနှင့် အခြားသောဆက်သွယ်မှုများ ၆၁
- ပလန်းစ်ဆန်းဒေး အဖြစ်အပျက် ၆၂
- ထင်ရှားသောရိုက်မေ့စရာရောင်း ၆၇
- စိတ်ပညာရှင် မက်သရူးမဲနင်းဂ် ၆၉

**အခန်း (၇)**  
**လျှပ်စစ်ဆက်သွယ်ရေးကိရိယာအသုံးပြု ဆက်သွယ်မှုများ**

- တမလွန်မှ ပုန်းခေါ်ဆိုမှုများ ၇၄
- ထူးဆန်းလွန်းသော ဖရိုင်းဒရစ်ဂျာဂျင်ဆန် ၇၇

**အခန်း (၈)**  
**ပုဏ္ဏားတိုက်ခြင်း**

- ဆီးပေါက်ပုဏ္ဏားတိုက်ခြင်း ၈၀
- ကျောက်တုံးနှင့်ပစ်သော မကောင်းဆိုးရွား ၈၅
- ဘောဘိပုဏ္ဏားတိုက်ခြင်း ၈၉
- အင်းနီဒီလီ ပုဏ္ဏားတိုက်ခြင်း ၉၈
- ဂရော့တ်တင်ဒစ် ကျောက်တုံးပစ်ပေါက်သူ ၁၀၃

**အခန်း(၉)**  
**ဖြစ်ရပ်မှန် သရဲခြောက်လှန့်မှုများ**

- အင်မတီစီလီ ဖြစ်ရပ် ၁၀၈
- တွေ့ကြုံလာရသော ရင့်သိပ်တုန်ဖြစ်ရပ်များ ၁၁၀
- ထောက်လှမ်းမှုများနှင့် ရုလာဒီများ ၁၁၂
- ပိုမိုကျယ်ပြန့်လာသောဖြစ်ရပ် ၁၁၃
- မယုံကြည်မှုများနှင့် အခြင်းပွားမှုများ ၁၁၄
- တရားစွဲဆိုမှုများ ၁၁၇
- သေရွာသို့ ယူဆောင်သွားသည့်အဖြစ်မှန်များ ၁၁၇
- လူမျိုးတောအုပ်မှ သင်္ချိုင်း ၁၁၉
- ခြောက်လှန့်ခြင်းပုံစံများ ၁၂၁
- လက်တွေ့ လေ့လာကြည့်ရှာဝယ် ၁၂၄
- ဘေလီဂါလီရိုတိုက်ကြီး၏လွှမ်းမုံပြင် ၁၂၇
- ဘေလီဂါလီရိုသမိုင်းကြောင်း ၁၂၈
- ဟိုတယ်အတွင်း သရဲခြောက်လှန့်မှုများ ၁၂၉
- ဓမ္မာဝတ်ဖြင့် ပြန်လာရင်သူ ၁၃၆
- ဓနုပိခန်းမမှ အညိုရောင်မိန်းကလေး ၁၄၄
- ဝေဘာလီတောင်ကုန်း နာတာရှည်ဆေးရုံကြီး ၁၅၀
- သရဲရမ်းသမား ကိုသ်အေ့ချ် ၁၅၃
- ဝေဘာလီတောင်ကုန်းဆေးရုံကြီးမှ အတွေ့အကြုံများ ၁၅၄

**အခန်း (၁၀)**  
**သဘာဝလွန် လူထူးဆန်းများ**

- ကမ္ဘာကျော်ပရောဖက်ကြီး ခေတ်စေတနာမိတ်စ် ၁၅၆

- ထူးဆန်းသော ဟောကိန်းများ ၁၅၇
- ကြမ္မာဝင်သော ဟင်နရီ (၂) ၁၅၈
- လူထူးဆန်း အက်ဂါဂေစီ ၁၆၀
- လူထူးဆန်း ဒယ်နီရယ်လ် ဒွန်းကလပ်စ်ဟုမ်း ၁၆၄
- လူထူးဆန်း ယူဂိုဂယ်လာ ၁၇၃
- သရုပ်ပြပွဲများနှင့် ဝမ်းသာပွဲများ ၁၇၇

