

မ ဝ တိ က ဝ

■ သစ်သီးကောက်

၁။ နှင်းစက်ထဲက 'လ' (၁)	၇
၂။ လက်ဖက်ရည်တစ်ခွက်	၉
၃။ ငြိမ်းချမ်းသောစိတ်	၁၁
၄။ ရွံ့နွံ့ထဲမှ နစ်မြုပ်နေသော ရတနာကို ရှာဖွေခြင်း	၁၂
၅။ Zen ၏လားရာ... (၁)	၁၃
၆။ ဪ... အဲဒီလိုလား	၁၅
၇။ အတားအဆီးမဲ့	၂၀
၈။ နာခံခြင်း	၂၁
၉။ နှင်းစက်ထဲက 'လ' (၂)	၂၄
၁၀။ မင်း တကယ်ချစ်တယ်ဆိုရင် ပွင့်ပွင့်လင်းလင်းပဲချစ်ပေးပါ	၂၆
၁၁။ Zen ၏သော့ချက်များ (၁)	၂၈
၁၂။ တဏှာရာဂချစ်ခြင်းမှမဟုတ်တာ... ဒါက ကြင်နာခြင်းလေ...	၃၁
၁၃။ Sources of Japanese Tradition - Vol - 1	၃၃

၁၄။ လမင်းကိုတော့ ခိုးယူလို့ မရနိုင်ဘူးကွာ...	၃၄
၁၅။ စိတ်... အတွင်းထဲက စိတ်	၃၅
၁၆။ ဟိုရှင်ရဲ့ နောက်ဆုံးကဗျာ	၃၆
၁၇။ နားလည်နိုင်စွမ်းသော နှလုံးသား	၃၇
၁၈။ လူပျော်တရုတ်ကြီး	၃၈
၁၉။ ဆရာသခင်ပြောတဲ့ Zen အကိုင်းအခက်	၃၉
၂၀။ ပေးကမ်းသူကို ကျေးဇူးတင်သင့်တာပေါ့	၄၀
၂၁။ နှင်းစက်ထဲက 'လ' (၃)	၄၁
၂၂။ ရွံ့နွံ့ထူသောလမ်း	၄၂
၂၃။ နှင်းစက်ထဲက 'လ' (၄)	၄၃
၂၄။ ရှောင်နှင့် သူ့မိခင်	၄၄
၂၅။ In Dropping Ashes (1)	၄၅
၂၆။ ကွက်ကွက်ကွင်းကွင်းမြင်စေသည့် သင်ကြားမှု	၄၆
၂၇။ တွေးတောခြင်းကို ဟင်းလင်းဖွင့်ထားပေးပါ (၁)	၄၇
၂၈။ ပုံဆောင်ဇာတ်တစ်ပုဒ်	၄၈
၂၉။ In Zen In America (1)	၄၉
၃၀။ ပထမဆုံးစည်းမျဉ်းစည်းကမ်း	၅၀
၃၁။ Zen ဝင်စားသောစိတ်	၅၁
၃၂။ မိခင်၏အကြံဉာဏ်	၅၂
၃၃။ အခြေခံလမ်းညွှန်ချက်	၅၃
၃၄။ လက်တစ်ဖက်ထဲက မြည်တဲ့အသံ	၅၄
၃၅။ ဘယ်တော့မှမအိပ်တဲ့ မျက်လုံးတွေ (၁)	၅၅

၃၆။ ငါ့နှလုံးသားက မီးလိုလောင်ကျွမ်းနေတယ်	၅၆
၃၇။ ဘယ်တော့မှမအိပ်တဲ့ မျက်လုံးတွေ (၂)	၅၇
၃၈။ တရားတော်များရွတ်ဖတ်ခြင်း	၅၈
၃၉။ နေ့ရက်တိုင်းက Zen ပဲ	၅၉
၄၀။ သုံးရက်ထက်ပိုပြီး...	၆၀
၄၁။ Zen အကိုင်းအခက်များ	၆၁
၄၂။ စကားစစ်ထိုးခြင်း	၆၂
၄၃။ Zen မျိုးစေ့များ (၁)	၆၃
၄၄။ ပျော်ရွှင်ခြင်း၏အသံ	၆၄
၄၅။ တွေးတောခြင်းကို ဟင်းလင်းဖွင့်ထားပေးပါ (၂)	၆၅
၄၆။ မင်းရဲ့ရတနာသိုက်ကို ဖွင့်လိုက်ပါ	၆၆
၄၇။ အပြာရောင်ချောက်ကမ်းပါးမှတ်တမ်း (၁)	၆၇
၄၈။ ရေမရှိရင်... လလည်းမရှိဘူး	၆၈
၄၉။ Zen ၏လားရာ (၂)	၆၉
၅၀။ ဖိတ်စာ	၇၀
၅၁။ လိပ်ပြာအကောင်တစ်ရာ	၇၁
၅၂။ အရာရာတိုင်းက အကောင်းဆုံးတွေပဲ	၇၂
၅၃။ Zen မျိုးစေ့များ (၂)	၇၃
၅၄။ အချိန်မိနစ်တိုင်းဟာ ရတနာတွေပါ	၇၄
၅၅။ လက်စွဲစာအုပ်	၇၅
၅၆။ မိုကူဆမ်၏လက်	၇၆
၅၇။ Zen ၏လားရာ (၃)	၇၇