

**မာတိကာ**

**COVID နှင့် ကျွန်ုပ်**

အမှတ်တရအမှာ ?

**တွေးဆဆင်ခြင်**

၁။ လမ်းမှာ ကြီး၍ ခရီးမှာ အို ၁၃

၂။ အချိန်အချက် ၂၁

၃။ အမှောင်နဲ့ အလင်း ၂၅

၄။ ကံနဲ့ ကံ ကံ၏အကျိုး ၂၉

၅။ နှစ်ဖက်လှ ၄၁

၆။ ကောင်းကင်ကိုမော့ကြည့်နိုင်သူ ၄၅

၇။ မြတ်စွာဘုရား ဟူသော အသံမျှကိုပင် လောက၌ ကြားရခဲလှ၏ ၄၉

၈။ ကိုယ့်စိတ်နဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို သဘာဝအတိုင်း လက်ခံနိုင်အောင်ပဲ လှေကျင့်သင့်ပါတယ် ၅၇

၁၆။ လောကဗျူဟာ ၁၁၅

၁၇။ မိမိကိုယ်ကို စောင့်ရှောက်ကြနို့ ၁၁၉

၁၈။ ငုံ့ကြည့် မော့ကြည့် ၁၂၇

၁၉။ ငါ အားတင်းမထားပါ ၁၃၃

၂၀။ နှလုံးသွင်း ပြောင်းကြပါ ၁၃၇

၂၁။ ပထမဆုံးသော သရဏဂုံတင်ခြင်း ၁၄၁

၂၂။ ဤသစ္စာစကားကြောင့် ကြောက်စိတ်ကို နိုင်သောသူ ဖြစ်လို၏ ၁၄၇

၂၃။ ဘက်မလိုက်နဲ့တော့ ၁၅၃

၂၄။ ပြောင်းပြန် သက်ရောက်မှု ၁၅၉

၂၅။ ငါဆွဲ ခဲ ၁၆၅

၂၆။ အတ္တဟိ အတ္တနော နာထော ၁၇၃

၂၇။ လှိုင်း ၁၈၇

၂၈။ ငါသည်ခရီးသွား ဖြစ်သောကြောင့် ၁၉၅

၂၉။ ငါ့စာဖတ်၍ အားရှိစေ ၂၀၁

**ကျင့်သုံးလိုက်နာ**

၉။ ပီတိ ယှဉ်သော ဆင်းရဲ ၆၅

၁၀။ တရားမှတ်တယ်ဆိုတာ ဒုက္ခကိုထိုင်ကြည့်တာ ၇၁

၁၁။ အာရုံများနှင့် နှလုံးလုံးခြင်း ၇၅

၁၂။ RAIN ၈၁

၁၃။ Three R ၉၁

၁၄။ သဘာဝနှင့် တသားတည်း မကျလေသောအခါ ၉၉

၁၅။ ဝေဒနာ ပစ္စယာ တဏှာ ၁၀၅