

# - မာတိကာ -

■	အမှာစာ	က
■	နိဒါန်း	၁
	အခန်း (၁) သင် ထင်ထားတာထက် ပိုစွမ်းတဲ့ သင့်ဦးနှောက်	၇
	အခန်း (၂) ထိထိရောက်ရောက် လေ့လာနိုင်ဖို့အတွက် အဟန့်အတားများ	၂၁
	အခန်း (၃) Buzan Organic Study Technique (BOST) ဘူဆင်၏ သင်ယူနည်းများအကြောင်း	၂၇
	အခန်း (၄) စာကို သွက်လက်မြန်ဆန်စွာ ဖတ်တတ်အောင် ဘယ်လိုလေ့ကျင့်မလဲ	၄၉
	အခန်း (၅) မြန်မြန်ဖတ်ထားတဲ့စာတွေ မှတ်ဉာဏ်ထဲမှာ စွဲအောင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ	၉၅
	အခန်း (၆) စိတ်ကူးပုံဖော်နည်း	၁၃၃
	အခန်း (၇) စိတ်ကူးပုံဖော်နည်းနဲ့ BOST တို့ကိုသုံးပြီး သင်ယူလေ့လာမှုကို တော်လှန်ကြံရအောင်	၁၇၁