

ဟတ်ကာ

- စာရေးသူ၏ အမှာစာ	....	၉
၁။ မန်ကျည်းသီး၏ ထူးခြားသော ဆေးဖက်ဝင် အာနိသင်များ	....	၁၂
၂။ သံပရာသီး၏ ထူးခြားသော ဆေးဖက်ဝင် အာနိသင်များ	....	၁၇
၃။ တညင်းသီးကြိုက်လျှင် ဘယ်လိုစားမလဲ	....	၂၃
၄။ သင်္ဘောသီး၏ ထူးခြားသော ဆေးဖက်ဝင် အာနိသင်များ	....	၂၆
၅။ ဆီးဖြူသီး၏ ထူးခြားသော ဆေးဖက်ဝင် အာနိသင်များ	....	၃၂
၆။ ခရမ်းချဉ်သီး၏ ထူးခြားသော ဆေးဖက်ဝင် အာနိသင်များ	....	၃၇
၇။ ကြက်သွန်နီ၏ ထူးခြားသော ဆေးဖက်ဝင် အာနိသင်များ	....	၄၃
၈။ ခရမ်းသီး ဟင်းတစ်စွက်	....	၄၉
၉။ ရုံးပတီသီး အကျိုးသွား	....	၅၆

၁၀။ သခွားသီး အအေးစာ	....	၅၉
၁၁။ ဆီးလွန်ရောဂါနှင့် မင်းကွတ်သီး ဓာတ်စာ	....	၆၃
၁၂။ စိတ်ချလက်ချစား ကြက်ဟင်းခါးသီး ကြိုက်သူများ	....	၆၇
၁၃။ မျစ်ကြိုက်လျှင် ဘယ်လိုစားမလဲ	....	၇၅
၁၄။ ဆူးပုပ်အကြောင်း တစ္ဆေတစောင်း	....	၇၉
၁၅။ ချင်း၏ ထူးခြားသော ဆေးဖက်ဝင် အာနိသင်များ	....	၈၃
၁၆။ ချင်းစားသုံးခြင်းဖြင့် အအေးပတ်ခြင်းကို ကာကွယ်နိုင်	....	၈၉
၁၇။ သွေးချို သက်သာစေသော သစ်ကြဲပိုး	....	၉၂
၁၈။ ရှောက်ရွက်ကို နေ့စဉ် စားသုံးပေးလျှင် ဆီးချိုနှင့် သွေးတိုးရောဂါကို ကာကွယ်နိုင်	....	၉၅
၁၉။ ဝမ်းကိုက်ပျောက် ပျဉ်းတော်သိမ်ရွက်	....	၉၈
၂၀။ ပြည်ပန်းညို၏ ထူးခြားသော ဆေးဖက်ဝင် အာနိသင်များ	....	၁၀၂
၂၁။ ကင်ပွန်းချဉ်၏ ထူးခြားသော ဆေးဖက်ဝင် အာနိသင်များ	....	၁၀၆
၂၂။ ချဉ်ပေါင်၏ ထူးခြားသော ဆေးဖက်ဝင် အာနိသင်များ	....	၁၁၂
၂၃။ မီးဖိုချောင်သုံး နန္ဒင်းမှုန့်ဖြင့် ရောဂါများကို ကာကွယ်နိုင်	....	၁၁၈
၂၄။ အဆိပ်ဖြေဆေး ကန်စွန်းရွက်	....	၁၂၁
၂၅။ မှိုနှင့် ကန်စွန်း	....	၁၂၆

၂၆။ ချောင်းဆိုးရောဂါ ဆေးနှင့် အစာ	....	၁၂၉
၂၇။ ဆောင်းဦးပေါက်ရာသီမှာ ကျန်းမာစေမည့် ဓာတ်စာများ	....	၁၃၄
၂၈။ အခါးဘုရင် တမာပင်	....	၁၄၄
၂၉။ ဘူးသီးမှ အရိုးတော်	...	၁၄၇
၃၀။ မြေပဲ	...	၁၅၆
၃၁။ ဂေါ်ရခါးသီး လေစာ	...	၁၆၀
၃၂။ ကျောက်ဖရုံသီး အာနိသင်	...	၁၆၄
၃၃။ ကင်းပုံသီး	...	၁၇၀
၃၄။ သွေးတိုးကျစေသော ဒန့်သလွန်ရွက်	...	၁၇၃
၃၅။ ခံတွင်းပျက်လျှင် ဂျူးမြစ် စားပါ	...	၁၇၇
၃၆။ ငါးခူနှင့် ရဲယိုရွက် ဓာတ်စာ	...	၁၈၀
၃၇။ အဆီကျစေသော သက်ရင်းကြီးပင်	...	၁၈၃
၃၈။ လေကောင်း ဝမ်းမှန် ငါးရုံပတူရွက်	...	၁၈၆
၃၉။ ကောက်ညှင်းပြဿနာ	...	၁၉၀
- မှိုငြိမ်းကိုးကားသော ကျမ်းများ	....	၂၀၀