

ဗဟုတိကာ

၁။ အခြေခံများ	၅
- ငိုကိုယ် ငါသာ ပထမဆုံး	၇
- သင့် နောက်တော်ပါး	၁၀
- ကောင်းမြတ်တဲ့ ထင်မြင်ချက်များ	၁၃
- စကားလုံးများကို ရွေးချယ်သုံး	၁၆
- လေးစားပါ။	၁၉
၂။ စကားပြောရအောင်	၂၀
- နိဂါန်းများ	၂၁
- မစ္စတာ၊ မစ္စနဲ့ နောက်ထပ် အခေါ်အဝေါ်	၂၅
- စကားလက်ဆုံကျခြင်း	၂၈
- အွန်လိုင်းပေါ်မှာ	၃၁
- ပဟေဠိ။ အတင်းအဖျင်း	၃၅
- ပဟေဠိ။ ဆူညံလှတဲ့ မေးခွန်းများ	၃၈
- ဘာပြောရမှန်း သင် မသိတဲ့အခါ	၄၁
- တယ်လီဖုန်းဆိုင်ရာ အခြေခံများ။	၄၄
- ပဟေဠိ။ ကောင်လေးများနဲ့ ဖုန်းသံများ	၄၇
- ဆဲလ်ဖုန်းများ	၅၀
- သတင်းစကားမှာထားချက်များ	၅၃

၃။ ဧည့်ခံခြင်းနဲ့ ဧည့်သည်လုပ်ခြင်း	၅၅
- သူငယ်ချင်းရဲ့ အိမ်မှာ	၅၆
- ကလေးတွေရဲ့ ည မအိပ်ပွဲ	၅၉
- ဖိတ်ကြားချက်များ	၆၂
- သင် ဘာလုပ်မလဲ	၆၃
- ပဟေဠိ။ ပါတီပွဲရဲ့ ညွှတ်ကွင်းများ	၆၇
- ကောင်လေး၊ ကောင်မလေးတို့ရဲ့ ပါတီပွဲများ	၇၃
၄။ လက်ဆောင်များ	၇၅
- လက်ဆောင်ပေးခြင်း အမျိုးမျိုး	၇၆
- သင် ဘာလုပ်မှာလဲ။ လက်ဆောင်နဲ့ ပတ်သက်လို့	၇၈
- ကျေးဇူးတင်ခြင်းများ	၈၀
- သင် ဘာလုပ်မှာလဲ။ ကျေးဇူးတင်ခြင်းနဲ့ ပတ်သက်လို့	၈၂
၅။ အစာစားခြင်း	၈၄
- စားပွဲခင်းကျင်းမှု အမူအကျင့်	၈၆
- သင် ဘာလုပ်မလဲ။ စားပွဲမှာ ပြဿနာတက်နေခဲ့သော်	၉၁
- ဖန်စီကျသော ညစာ စားပွဲများ	၉၃
- စားသောက်ဆိုင်၊ ပျော်ပွဲစားရုံများ	၉၆
- လက်နဲ့ ကောက်စားလို့ရတဲ့ အစာ	၉၈
- ပြဿနာတက်စေတဲ့ အစာများ	၁၀၁
- စားပြီးပြီ	၁၀၃
၆။ တိုတိုဒီဒီ အလည်အပတ်	၁၀၄
- အိမ်နီးချင်းတို့ဆီ	၁၀၅
- ဆိုင်များသို့ ဈေးဝယ်ထွက်ခြင်း	၁၀၈
- ရုပ်ရှင်ကြည့်ခြင်း	၁၁၀
- သင် ဘာလုပ်မလဲ	၁၁၃

- ကောင်းသော အားကစားများ	၁၁၆
- ပဟေဠိ။ ပြင်ပ ရုပ်ဝေးခရီးရှည်ကြီး	၁၁၉
- ပဟေဠိ။ နိုင်ငံရပ်ခြား တိုင်းတစ်ပါးသို့	၁၂၂
၇။ အိုက်စပ်စပ် မသက်မသာအခြေအနေများ	၁၂၄
- သင် ဘာလုပ်မလဲ။ အရှက်ရစေတဲ့ အခိုက်အတန့်များ	၁၂၅
၈။ အထူးသီးသန့် အခြေအနေများ	၁၃၀
- မိသားစုလိုက် စုဝေးခြင်း	၁၃၂
- သင် ဘာလုပ်မလဲ။ မိသားစုလိုက် စုဝေးပွဲမှာ	၁၃၅
- လက်ထပ်မင်္ဂလာပွဲများ	၁၃၈
- ဈာပန အခမ်းအနားများ	၁၄၃
- အာဏာပိုင် အသိုင်းအဝိုင်းနဲ့ တွေ့ရင်	၁၄၈
၉။ နောက်ဆုံးမှာ	၁၄၉
- စစ်ဆေးချက်စာရင်း	၁၅၀