

.....  
**မာတိကာ**  
 .....

■ စာရေးသူ၏ အမှာစာ

၀။ တစ်ပြည့်လုံးပထမ ..... ၁

၂။ ဘာစာတွေ ဖတ်ရမှာလဲ ..... ၇

၃။ အချိန် = ဝေ့  
 အချိန် = ပညာ  
 အချိန် = ကျန်းမာခြင်း ..... ၁၃

၄။ ဘဝမှာ ဘာအရေးအကြီးဆုံးလဲ ..... ၁၉

၅။ ဦးနှောက် အပိုက်ရှုပ်ခြင်း ..... ၂၅

၆။ ကိုယ်တွေ့ဖတ်လမ်းကလေးများ ..... ၃၁

၇။ သစ်ပင်စိုက်ခြင်း ..... ၃၇

၈။ ပြောင်းလဲတတ်သော အမှန်တရား ..... ၄၃

၉။ စိတ်အချမ်းသာရဆုံး အလုပ်တစ်ခု ..... ၄၉

၁၀။ ခေတ်မီတိုင်း ကောင်းသလား ..... ၅၅

၁၁။ လွတ်လပ်တိုင်း ကောင်းသလား ..... ၆၁

၁၂။ အတိတ်ကံနည်းခဲ့သူ တစ်ဦး ..... ၆၇

၁၃။ ယုံလွယ်တတ်လွန်းခြင်း ..... ၇၃

၁၄။ ကျောင်းစာမတော်လို့ စိတ်ဓာတ်မကျပါနဲ့ ..... ၇၉

၁၅။ ဘာကြောင့် ကျောင်းစာညံ့ကြတာလဲ ..... ၈၇

၁၆။ စာဖတ်တိုင်း ကောင်းသလား ..... ၉၅

၁၇။ အခြားလုပ်ငန်းများ ..... ၁၀၁

၁၈။ ကျန်းကျန်းမာမာ ချမ်းချမ်းသာသာ ..... ၁၀၉

၁၉။ ဆေးဝါးမှီဝဲခြင်း (၁) ..... ၁၂၃

၂၀။ ဆေးဝါးမှီဝဲခြင်း (၂) ..... ၁၃၁

၂၁။ ရှောင်ရန် နှင့် ဆောင်ရန်အချက်များ ..... ၁၃၉

၂၂။ ကိုယ်အင်္ဂါများကို ထိန်းသိမ်းခြင်း ..... ၁၅၃

၂၃။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သတိပြုခြင်း ..... ၁၆၅

၂၄။ မိတ္တူပလ ..... ၁၇၃

၂၅။ တိုင်းပြည်တာဝန်နှင့် မျိုးချစ်စိတ် ..... ၁၈၁

၂၆။ ခေါင်းဆောင်ဖြစ်လိုသလား ..... ၁၈၉

၂၇။ အားလပ်ချိန် ..... ၁၉၇

၂၈။ စိတ်ချမ်းသာနည်းအချို့ ..... ၂၀၇

၂၉။ အင်္ဂလိပ်စာတတ်မြောက်လာခဲ့ပုံ ..... ၂၁၉

၃၀။ လွယ်ကူခဲ့သော ဘဝတစ်ခု ..... ၂၂၇

၃၁။ ပြုဖြစ်ခဲ့သော ကောင်းမှုများ ..... ၂၃၇

၃၂။ ဆုတောင်းခြင်း ..... ၂၄၇

၃၃။ ခေတ်မီအောင် ကြိုးစားခြင်း ..... ၂၅၅

၃၄။ စာဖတ်ခြင်း၏ အကျိုးများ ..... ၂၆၃

၃၅။ ဘာစာတွေ ဖတ်ရမှာလဲ ..... ၂၇၃

၃၆။ မျက်စိကို စောင့်ရှောက်ခြင်း ..... ၂၈၃

၃၇။ သားသမီးတို့ ကောင်းမှုများ ..... ၂၉၁

၃၈။ အဂတိလိုက်စားမှုကို ဘယ်လိုနှိမ်နင်းကြမလဲ ..... ၃၀၁

၃၉။ English Speaking Club များ ဖွဲ့ဖို့လိုနေပါပြီ ..... ၃၀၅

၄၀။ စရိုက်တွေ ကြမ်းလာနေကြပြီ ..... ၃၁၁

၄၁။ ဆိုင်းဘာဘာ ..... ၃၁၉

၄၂။ ဘဝ အစ အလယ် အဆုံး ..... ၃၂၇

