

မာတိကာ

-စာရေးသူ၏အမှာ

- (၁) စိတ်ဓာတ်ပြန်တက်လာဖို့အကောင်းဆုံးနည်းလမ်း(၄)သွယ်
- (၂) လက်ဖက်ရည်စွက်လေးများကပေးတဲ့ဘဝဒဿန
- (၃) ဆင်တစ်ကောင်ကပေးတဲ့ ဘဝသင်ခန်းစာ
- (၄) ပစ္စုပ္ပန်မှာနေထိုင်ပါ။
- (၅) မြည်းကလေးကို အတုယူပါ။
- (၆) ပျော်ချင်ရင် လိုက်နာသင့်သည့်အချက်(၇)ချက်
- (၇) သင့်ကိုယ်သင်စိတ်မပျက်သင့်တဲ့ အချက်(၈)ချက်
- (၈) **Motivation** နဲ့စေ့ချိမ်းခြင်းကိုနေ့စဉ်လုပ်ပါ။
- (၉) အာလူးရယ်၊ ကြက်ဥရယ်၊ ကော်ဖီစေ့ရယ်
- (၁၀) စိတ်ညစ်စရာတစ်ခုကို ထပ်ခါထပ်ခါ မစဉ်းစားပါနဲ့။
- (၁၁) **Steve Jobs** ရဲ့နာမည်ကျော်မိန့်ခွန်း
- (၁၂) အခုပဲပျော်ပါ။
- (၁၃) ဘယ်တော့မှ နောက်ပြန်မလှည့်ပါနဲ့။
- (၁၄) အပေါ်ကိုမော့ကြည့်လို့ညောင်းရင် အောက်ကိုငုံကြည့်ပါ။
- (၁၅) သင်ဟာ သစ်ပင်တစ်ပင်မဟုတ်ဘူး။
- (၁၆) အသဲကွဲသူများသို့ပေးစာ
- (၁၇) စိတ်ဓာတ်ပြန်တက်ဖို့ (၅)ချက်ကိုအမြဲလုပ်ပါ။

- အမှတ်စဉ်
- ၆
- ၁၃
- ၁၆
- ၂၀
- ၂၃
- ၂၅
- ၂၈
- ၃၃
- ၃၆
- ၃၉
- ၄၀
- ၅၅
- ၅၇
- ၆၀
- ၆၂
- ၆၅
- ၆၈

- (၁၈) ခဲတိုက်တစ်ခုတည်ဆောက်ပြုလိုက်ပါ။
- (၁၉) စွန့်လွှတ်ခြင်းနဲ့ခွင့်လွှတ်ခြင်းကို ပိုင်ဆိုင်အောင်ကြိုးစားပါ။
- (၂၀) မနက်ဖြန်တွေ အိပ်ပျော်ပါ။
- (၂၁) သူတို့ကို ကျေးဇူးတင်ပါ။ ဒါပေမယ့် သူတို့လိုမဖြစ်ပါစေနဲ့။
- (၂၁) ဒီစကား(၆)ခွန်းကို သင့်ကိုယ်သင်ဘယ်တော့မှမပြောမိစေနဲ့။
- (၂၂) အကောင်းမြင်တတ်အောင် လေ့ကျင့်ပါ။
- (၂၃) ရည်မှန်းချက်ပျောက်နေသူများအတွက်
- (၂၄) စိတ်ဓာတ်ကြံ့ခိုင်စေရန် အဖိုးတန်နည်းလမ်း(၄)မျိုး
- (၂၅) ရင်ဘတ်နဲ့ဦးနှောက်ကို ချိန်ညှိပါ။
- (၂၆) ချမ်းသာခြင်းအစစ်အမှန်
- (၂၇) ကျွန်တော်အားအကျဆုံးပုဂ္ဂိုလ်ထဲကတစ်ယောက် သို့မဟုတ် **Jack Ma**
- (၂၈) စိတ်အာဟာရကို စာဖတ်ခြင်းဖြင့်ဖြည့်စွက်ပါ။