

၁။ ကျွမ်းပြုစားဖွားကော၊
 ၂။ လွယ်ကူထိရောက်သော မြန်မာ့လက်ဆန်းယတြာများ (စားဖွားကော၊)
 ၃။ ရောက်ဆံသက်ရောက်စားလို့က် စောင့်မြင်စေရန် ဆောင်ရွက်နည်း၊
 ၄။ ရာသက်ပန်းဆောင်ရန် နေ့သားစားလို့က် စားဆောင်လက်စွပ်
 ၅။ ဆန်းကျမ်းမေဒင်ပညာ၏ တန်းစီးတိုင်ထိပ်ယတြာပြုနည်း၊
 ၆။ ဆန်းကျမ်းမေဒင်ပညာမှ စာညွှန်း ပြေပျောက်စေရန် ဓာတ်ယတြာပြုနည်း၊
 ၇။ စာထက်ဆောင်ပန်း၊ စောတ်နင်းကြမ်း ယတြာ
 ၈။ အစဉ်စားမြဲ လာဘ်ရှင်စေရန်
 ၉။ မနေသင့်သော မြို့ရွာ အရပ်ဒေသများစာတွတ် ယတြာပြုနည်း၊
 ၁၀။ ပြန်လည်ဆန်းသစ်စွမ်းစေသော ပန်းမွေယာခင်းနည်း (သို့မဟုတ်)
 မသင့်မမြတ်ဖြစ်နေသော လင်မယားစုံတွဲများ
 ပြန်လည်သင့်မြတ်စွမ်းစေသော
 ၁၁။ ကြံတိုင်းစောင့်၊ ဆောင်တိုင်းမြှောက်စေဖို့ သပိတ်ဝင်၊ ဓာတ်ဝင်ယတြာ
 ၁၂။ ဘုရားအရပ်လှည့်သော ဓာတ်စာတွတ် ယတြာသစ်ပင်ဖြိုက်နည်း၊
 ၁၃။ လာဘ်ကို စားသုံးပြု၍ စားဖွားတကယ် လာဘ်ပွင့်ကြစေရန်
 ၁၄။ ထပ်ပေါ်ရန် စင်တော်က ကောက် ယတြာနည်း (သို့မဟုတ်)
 ဝေပျံဖြင့် နာမည်ကျော်ကြား စောင့်မြင်ခြင်းဆီသို့
 ၁၅။ ပန်းချီကား ချိတ်ခွဲပါ ဆန်းယတြာ
 ၁၆။ ပစ္စည်းပျောက်လျှင် ဓာတ်လို့က်ကြည့်ပါ
 ၁၇။ ဓာတ်ဆောက်တိုင်းနှင့် စာခိုက်နှစ်ပြေနည်း၊
 ၁၈။ ကြီးပွားလို့သူများစာတွတ် စားဆောင်ကျောက်ရွေးနည်း၊
 ၁၉။ ချမ်းသာကြွယ်ဝစေဖို့ ငွေစေတီ ပြုစုကျင့်ဆောင်ဖို့
 ၂၀။ လက်မဝါပြင်စာတွတ် ယတြာ

၇
 ၉
 ၁၀
 ၂၀
 ၃၂
 ၃၉
 ၅၀
 ၅၈
 ၇၆
 ၉၂
 ၅၉
 ၉၅
 ၁၀၄
 ၁၁၂
 ၁၁၉
 ၁၂၇
 ၁၃၉
 ၁၄၂
 ၁၄၈