

## မာတိကာ

- နိဒါန်း	
၁။ မိဘနှင့် ဇနီး၊ သားသမီးများကို လုပ်ကျွေးခြင်း	က
၂။ ဒေသပတ်ဝန်းကျင်ကောင်းကို ရွေးခြင်း	၁
၃။ မှောက်မှားသော ကာမဂုဏ်မှုကို ရှောင်ခြင်း	၉
၄။ သည်းခံခြင်းနှင့် ခြိုးခြံခြင်း	၁၄
၅။ ကောင်းစွာ အသက်မွေးခြင်း	၂၁
၆။ လေးစားခြင်းနှင့် မာန်ချခြင်း	၂၇
၇။ ကျေးဇူးသိတတ်ခြင်း	၃၂
၈။ စိတ်ခိုင်ခြင်းနှင့် စောင့်စည်းခြင်း	၃၇
၉။ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်းရှိခြင်း	၄၂
၁၀။ ညီညွတ်ခြင်း	၄၇
၁၁။ အချိန်မတော် မသွားလာခြင်း	၅၉
၁၂။ မပျင်းမရိ လုံ့လထုတ်ခြင်း	၆၅
၁၃။ အလုပ်နှင့် အကျိုးကို ယုံကြည်ခြင်း	၇၀
၁၄။ အရှက်အကြောက်ရှိခြင်း	၇၆
၁၅။ မျက်နှာမလိုက်ခြင်း	၈၂
၁၆။ ပေးကမ်းစွန့်ကြဲခြင်း	၈၈

၁၇။ အများအကျိုးကို ဆောင်ခြင်း	
၁၈။ စောင့်ရှောက်ကာကွယ်ခြင်း	
၁၉။ အပျော်မကြူးခြင်း	
၂၀။ သူတစ်ပါးဥစ္စာကို မခိုးယူခြင်း	
၂၁။ မှန်ကန်စွာ ပြောဆိုခြင်း	
၂၂။ သနားကြင်နာခြင်းနှင့် မညှဉ်းဆဲခြင်း	
၂၃။ သေရည်သေရက် မသောက်စားခြင်း	
၂၄။ ကျန်းမာအောင် နေထိုင်ခြင်း	
၂၅။ မငြင်းခုံခြင်း	
၂၆။ ပညာရှိကို ဆည်းကပ်တိုင်ပင်ခြင်း	
၂၇။ မလျော်သောစကားကို မပြောခြင်း	
၂၈။ အမျက်ဒေါသကို သိမ်းဆည်းခြင်း	
၂၉။ ပညာဆည်းပူးခြင်း	
၃၀။ အကျင့်ကောင်းမွန်ခြင်း	
၃၁။ အဆင့်အတန်း မခွဲခြားခြင်း	
၃၂။ ချွေတာစုဆောင်းခြင်း	
၃၃။ မကောင်းသောဝါသနာကို စွန့်ခြင်း	
၃၄။ ပျော်ပါးမော်ကြွားမှု မပြုခြင်း	
၃၅။ အကင်းပါးခြင်း	
၃၆။ အကြောင်းရင်းကိုရှာခြင်း	
၃၇။ အလယ်အလတ်လမ်းကို လိုက်ခြင်း	
- နိဂုံး	