

စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနဲ့ပတ်သက်ပြီး ထိခိုက်ရှုရှာဖြစ်လာတဲ့အခါ

ချစ်ခြင်းမေတ္တာနဲ့ ပတ်သက်လာတဲ့အခါ

၁၁။	သိမ်ငယ်စိတ်ဆိုတာ	၆၃
၁၂။	မိမိကိုယ်ကို ထိန်းချုပ်ခြင်း (Self Control)	၆၉
၁၃။	စိတ်ကျရောဂါ (Depression)	၇၂
၁၄။	မိမိကိုယ်ကို လေးစားခြင်း (Self-Respect)	၇၆
၁၅။	ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ခွင့်လွှတ်ခြင်း (Self-forgiveness)	၇၉
၁၆။	အတ္တကြီးတဲ့ မိဘများ (Narcissistic Parents)	၈၅

၂၅။	အစွဲအလမ်းကြီးတဲ့ စိတ်ရောဂါ (Obsessive Love Disorder)	၁၁၅
၂၆။	ပိုင်ရှင်ရှိရင် ရှောင်ပါ	၁၂၀
၂၇။	လူတစ်ယောက်ရဲ့ စွန့်ပစ်ခြင်းကို ခံလိုက်ရတဲ့အခါ	၁၂၃
၂၈။	ချစ်ခြင်းမေတ္တာဟာ ကစားစရာမဟုတ်ပါ	၁၂၈
၂၉။	ချစ်တဲ့သူနဲ့ နောင်ဘဝတွေမှာလည်း အတူရှိနေချင်ပါတယ်ဆိုရင် ပါရမီဖြည့်ပါ	၁၃၁
၃၀။	တွေ့ဆုံပြီးရင် ခွဲခွာကြရမယ်	၁၃၆

မာတိကာ

မေတ္တာတရားဖြင့် ရှင်သန်နေထိုင်ခြင်း

အနာဂတ်ပျောက်သလို ခံစားရတဲ့အခါ

၁။	ကျွန်တော်တို့ ဒီထက်ပိုကောင်းအောင် ကြိုးစားကြမယ်နော်	၁၉
၂။	အိပ်မက်တွေကို မမေ့လိုက်ပါနဲ့	၂၂
၃။	ပန်းတိုင်မရောက်ခင်မှာ လဲကျမသွားဖို့ ဂရုစိုက်ပါ	၂၈
၄။	သင့်ရဲ့ဖြစ်တည်မှုက သူတို့ ပါးစပ်သရမ်းဖို့ မဟုတ်ပါ	၃၃
၅။	ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံခြင်း	၃၅
၆။	သင် ဘယ်လောက်အထိ အသုံးဝင်နေပြီလဲ	၄၁
၇။	အခုထိ ပျော့ညံ့နေတုန်းပဲလား	၄၄
၈။	အနာဂတ်ပျောက်သလို ခံစားရတဲ့အခါ	၄၉
၉။	ဆုံးဖြတ်ချက်ချခြင်း	၅၄
၁၀။	နောက်ငါးနှစ် ကြာတဲ့အခါ	၅၉

၁၇။	ရှင်သန်ရတာ ပင်ပန်းလာတဲ့အခါ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် အရင်ဆုံး မေတ္တာပို့ပါ	၉၃
၁၈။	ဒီနေ့ ကုသိုလ်မလုပ်ဖြစ်ဘူးဆိုရင် မနက်ဖြန်တော့ ကုသိုလ်လုပ်ပါ	၉၅
၁၉။	မိဘအား မေတ္တာပို့ခြင်း	၉၈
၂၀။	ဝဋ်ကြွေးဆိုတာ များများဆပ်လေ မြန်မြန်ကျေလေ	၁၀၁
၂၁။	မပိုင်ဆိုင်ခဲ့ရတဲ့ တစ်စုံတစ်ဦးအား သတိရတဲ့အခါ မေတ္တာပို့ပါ	၁၀၅
၂၂။	လူဖြစ်ရတာ ကံဆိုးလိုက်တာလို့ မတွေးပါနဲ့	၁၀၇
၂၃။	ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ဒီလိုလေးတွေ ပြောကြရအောင်	၁၀၉
၂၄။	ကျေးဇူးတရား ပွားများခြင်း	၁၁၁

