

မာတိကာ

စာရေးသူ၏ အမှာစာ ၀၀၇

၁။ စေတနာထားတတ်ဖို့ လိုတယ် ၀၀၉

၂။ ခံစားချက်ကို ထိန်းချုပ်ပါ ၀၁၁

၃။ ကြောက်စိတ်ကို အနိုင်ယူပါ ၀၁၃

၄။ အကောင်းမြင်စိတ်ရှိခြင်း ၀၁၅

၅။ အားနာတတ်တဲ့ နေ့စွဲတွေကို ပြင်လိုက်ပါ ၀၁၇

၆။ တာဝန်နှစ်ခု ၀၁၉

၇။ ပျင်းရိခြင်းကို ကျော်ဖြတ်ခြင်း ၀၂၁

၈။ လောကဓံကို ဒေါမကန်ပါနဲ့ ၀၂၃

၉။ အပေါင်းအသင်း ၀၂၄

၁၀။ စိတ်ကို ပေါ့ပေါ့လေး ထား ၀၂၆

၁၁။ ဒေါသတွေကို ထိန်းချုပ်နိုင်ဖို့ ၀၂၈

၁၂။ ချစ်ခြင်းမေတ္တာတွေကို ထုတ်ဖော်ပြသပါ ၀၃၁

၁၃။ အားသာချက်တွေကို ရှာဖွေတတ်ပါစေ ၀၃၃

၁၄။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ချစ်တတ်ပါစေ ၀၃၄

၁၅။ သန်မာကြံ့ခိုင်အောင် ၀၃၆

၁၆။ ပျော်ရွှင်ဖို့ နည်းလမ်းများ ၀၃၈

၁၇။ ပေးဆပ်ခြင်း ၀၄၁

၁၈။ ရည်မှန်းချက်နဲ့ ဘဝကို ရှင်သန်ပါ ၀၄၃

၁၉။ မိမိကိုယ်ကိုယ်ပြောင်းလဲပါ ၀၄၅

၂၀။ ခံယူချက်နဲ့ ကြိုးစားပါ ၀၄၇

၂၁။ တစ်ယောက်တည်းလည်း နေတတ်ရမယ် ၀၅၀

၂၂။ ဆုံးမတတ်သူကို တန်ဖိုးထားပါ ၀၅၂

၂၃။ ဘယ်သူ့ကိုမှ အပြစ်မမြင်ပါနဲ့ ၀၅၃

၂၄။ လဲကျရင် ပြန်ထ ၀၅၅

၂၅။ ခွင့်လွှတ်ခြင်းနဲ့ စွန့်လွှတ်ခြင်း ၀၅၇

၂၆။ တိတ်ဆိတ်ခြင်းအနုပညာ ၀၅၉

၂၇။ စွန့်လွှတ်ရဲရမယ် ၀၆၁

၂၈။ အတ္တကင်းစွာ နေထိုင်ပါ ၀၆၃

၂၉။ ပြဿနာတိုင်းမှာ အဖြေရှိတယ် ၀၆၅

၃၀။ စိတ်လေ့ကျင့်ခန်း ၀၆၇

၃၁။ အားငယ်တတ်ခြင်း ၀၇၀

၃၂။ လေးစားခြင်း (Respect) ၀၇၂

၃၃။ ဖြစ်ချင်တာထက် ဖြစ်သင့်တာ လုပ်ပါ ၀၇၄

၃၄။ ငေးကြည့်သင့်တာ ငေးကြည့်ပါ ၀၇၆

၃၅။ ညီလေးတို့ ဖတ်ဖို့ ၀၇၈

၃၆။ ညီမလေးတို့ ဖတ်ဖို့ ၀၈၀

၃၇။ ရိုးသားခြင်း ၀၈၂

၃၈။ တစ်နေ့ချင်းသာ ကျော်ဖြတ်ပါ ၀၈၄

၃၉။ အဆိုးထဲက အကောင်းမြင်ခြင်း ၀၈၆

၄၀။ အရေးကြီးဆုံးအလုပ်ကို အရင်လုပ်ပါ ၀၈၈

၄၁။ ရင်ဖွင့်ဖော် ၀၉၀

၄၂။ နာကျင်စရာတွေကို လွှတ်ချပစ်လိုက်တဲ့အခါ ၀၉၃

၄၃။ နောင်တမရအောင် နေပါ ၀၉၅

၄၄။ တစ်က ပြန်စပါ ၀၉၇

၄၅။ ရပ်မနေဖို့ပဲ လိုတယ် ၀၉၉

၄၆။ ဘဝလမ်းကြောင်းပေါ်မှာ ရဲရဲဝံ့ဝံ့လျှောက်လှမ်းပါ ၁၀၁

၄၇။ Expired Date ၁၀၃

၆ ■ တိမ်သွေးအိမ်

၄၈။ အဆိပ်ခတ်နေသူတွေကို ရှောင်ပါ ၁၀၅

၄၉။ အရှိကို အရှိအတိုင်း လက်ခံပါ ၁၀၇

၅၀။ တန်ဖိုးထားပါ ၁၀၉

၅၁။ အပေါ်ယံလေးပဲ သဘောထားလိုက်ပါ ၁၁၁

၅၂။ ခံစားလွယ်တဲ့ စိတ် ၁၁၃

၅၃။ လူငယ်တွေ မညံ့ပါဘူး ၁၁၅

၅၄။ ခွန်အားဖြည့်မှတ်စုများ (၁) ၁၁၇

၅၅။ ခွန်အားဖြည့်မှတ်စုများ (၂) ၁၂၀

၅၆။ တစ်ပတ်စာ Plan ၁၂၂

၅၇။ စိတ်ညစ်စရာတွေ သိပ်မတွေးနဲ့ ၁၂၄

၅၈။ အသည်းကွဲသူများသို့ ပေးစာ ၁၂၆

၅၉။ ရင့်ကျက်ခြင်း ၁၂၈

၆၀။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ဆုံးမတတ်ပါစေ ၁၃၀