

မာတိကာ

စဉ်	စာမျက်နှာ
၁။ လူငယ်တစ်ယောက်ရဲ့ အနာဂတ်လမ်း	၇
၂။ ကန့်သတ်ခြင်းကို ကျော်လွန်၍	၉
၃။ အချိန်ပေးပါ	၁၃
၄။ ကိုယ်တိုင် ကြိုးစားပါ	၁၇
၅။ ကျင့်သားဝနေဖို့ လိုတယ်	၂၀
၆။ ပညာနဲ့ အရွယ်	၂၃
၇။ မျက်ကွယ်ပြုတတ်ဖို့ လိုတယ်	၂၆
၈။ ကြိုတင် ပြင်ဆင်ထားပါ	၃၀
၉။ သင့်လုပ်နိုင်စွမ်းကို ချပြပါ	၃၃
၁၀။ လေ့လာ သင်ယူပါ	၃၇
၁၁။ အရွေ့	၄၀
၁၂။ တိုးဝင်ခြင်း	၄၂
၁၃။ ကန့်သတ်ခြင်းကို ကျော်လွန်၍	၄၅
၁၄။ ထိပ်တိုက် တွေ့ဆုံခြင်း	၄၈
၁၅။ အမှီအခို ကင်းသော	၅၂
၁၆။ ပေးဆပ်ခြင်းဖြင့် ရယူခြင်း	၅၅
၁၇။ တောင့်တမှုတွေကို ထိန်းချုပ်ပါ	၅၈
၁၈။ လူတိုင်းကို လိုက်ရှင်းပြနေစရာမလို	၆၂
၁၉။ အားကိုး မရှာပါနဲ့	၆၅
၂၀။ တွေးမကြောက်နဲ့	၆၉

၂၁။ သူ့စရိတ်နဲ့သူ	၇၂
၂၂။ ရိုးသားစွာ ရှင်သန်ပါ	၇၆
၂၃။ မပြည့်စုံတာတွေနဲ့ ကြုံရတဲ့အခါ အနှိမ့်ချခံဘဝနဲ့ ဆုံရတဲ့အခါ	၇၉
၂၄။ အားနာစိတ်ကို လျှော့ပါ	၈၂
၂၅။ လုပ်နိုင်တာကို လုပ်ပါ	၈၆
၂၆။ နီးရာသို့	၈၉
၂၇။ အဖော် မညှိနဲ့	၉၂
၂၈။ စိတ်ကြီး မဝင်ပါနဲ့	၉၅
၂၉။ ငုပ်လျှိုးနေသော အရည်အချင်းများ	၉၉
၃၀။ စိတ်အားထက်သန်ခြင်းနဲ့ စိတ်စောခြင်း	၁၀၂
၃၁။ လူငယ် လူကြီး ပြဿနာများ	၁၀၅
၃၂။ ဝါသနာကို ရှာဖွေပါ	၁၀၈
၃၃။ နောက်ပြန်လှည့်ဖို့ စိတ်မကူးနဲ့	၁၁၁
၃၄။ သောကနဲ့ ဝေးရာကိုရှောင်ပါ	၁၁၄
၃၅။ ကိုယ့်လမ်းကို ဂရုစိုက်ပါ	၁၁၇
၃၆။ ဝေဖန်ခြင်းနဲ့ တိုက်ခိုက်ခြင်း	၁၂၀
၃၇။ ဖြစ်ချင်စိတ်နဲ့ လုပ်နိုင်စွမ်း	၁၂၃
၃၈။ ကိုယ်ကြိုက်တာကိုပဲ လုပ်နေလို့ မရ	၁၂၆