

- ◆ ဘာသာပြန်သူ၏ အမှာစာ ၈
- ◆ စာအုပ်အကြောင်း ၉
- ◆ စာရေးသူအကြောင်း ၁၀

**အချစ်ရေး မေတ္တာရေး မှတ်စုလေးများ**

- ၁။ နှလုံးသားမြစ်တစ်စင်း ၁၂
- ၂။ ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို အစာကျွေးမွေးခြင်း ၁၃
- ၃။ နားလည်မှုနဲ့ ချစ်ခြင်းမေတ္တာ ၁၄
- ၄။ အချစ်စစ်မေတ္တာမှန်ကို သတိပြုမိခြင်း ၁၅
- ၅။ လေးစားရိုသေပေးခြင်းနဲ့ ချစ်ခြင်းမေတ္တာ ၁၆
- ၆။ ချစ်ခြင်းမေတ္တာက ဈေးကြီးတယ် ၁၇
- ၇။ ချစ်ခြင်းမေတ္တာက ဇီဝအခြေခံထားတဲ့ အရာတစ်ခုပါ ၁၈
- ၈။ အာရုံပြောင်းခြင်းတွေ ၁၉
- ၉။ စစ်မှန်တဲ့ ချစ်ခြင်းမေတ္တာရဲ့ အခြေခံသဘောတရား လေးခု ၂၀
- ၁၀။ မေတ္တာဆိုတာ ၂၁
- ၁၁။ ကရုဏာဆိုတာ ၂၂
- ၁၂။ မုဒိတာဆိုတာ ၂၃
- ၁၃။ ဥပေက္ခာဆိုတာ ၂၄
- ၁၄။ လေးစားမှုနဲ့ ယုံကြည်မှု ၂၅

- ၁၅။ သင့်ရဲ့ ကိုယ်ပိုင်ပုံစံအတိုင်း နှစ်သက်စရာဖြစ်အောင် နေလိုက်ပါ
- ၁၆။ သင်က ပန်းကလေးတစ်ပွင့်ပါ
- ၁၇။ ပန်းကလေးတစ်ပွင့်ကို ရေလောင်းပေးပါ
- ၁၈။ ပွေ့ဖက်ခြင်း
- ၁၉။ စိတ်နဲ့ ခန္ဓာ
- ၂၀။ ယုံကြည်သက်ဝင်မှု အလေ့အကျင့်
- ၂၁။ ရင်းနှီးမှုသုံးမျိုး
- ၂၂။ အချည်းနှီးသော လိင်မှုကိစ္စ
- ၂၃။ “ဟင့်အင်း” လို့ ပြောမယ်
- ၂၄။ အမြစ်ခိုင်ခိုင်သုံးချောင်း
- ၂၅။ တူညီတဲ့ စိတ်ဆန္ဒကို မျှဝေခြင်း
- ၂၆။ ချစ်ခြင်းမေတ္တာဖြင့် ဆက်သွယ်ခြင်း
- ၂၇။ အသက်ထရှုပြီး အငြင်းအခုံကို ရှောင်ရှားလိုက်ပါ
- ၂၈။ စိတ်ရှည်ရှည်လေးထားပြီး နားထောင်ပေးပါ
- ၂၉။ အရှုပ်ထဲက ရုန်းထွက်ခြင်း
- ၃၀။ လက်တွဲဖော်အစစ်အမှန်
- ၃၁။ ပျော်ရွှင်ခြင်းက ကုစားခြင်းပါ
- ၃၂။ ပျော်ရွှင်မှုဖြင့် စိတ်အာဟာရဖြည့်တင်းပါ
- ၃၃။ ဂရုပြုအာရုံစိုက်ခြင်း

- ၂၆။ ကုစားသူ သို့မဟုတ် ချစ်ရသူ
- ၃၅။ သတိရှိရှိ ချစ်ပါ
- ၃၆။ တန်းတူညီမျှ သဘောထားခြင်း
- ၃၇။ အကူအညီတောင်းခံခြင်း
- ၃၈။ အကူအညီဖြစ်စေမဲ့ စာသုံးကြောင်း
- ၃၉။ သေချာလား
- ၄၀။ မာန
- ၄၁။ နားလည်မှုကို ထပ်တွေ့ခြင်း
- ၄၂။ ရေ အသည်းအသန် ငတ်ခြင်း
- ၄၃။ အဖုံးရှာနေတဲ့ အိုးကလေးတစ်လုံး
- ၄၄။ ဘယ်သူ့ကိုမှ ကတိမပေးမိခင်
- ၄၅။ အဝေးကနေ စေ့စပ်ညှိနှိုင်းခြင်း
- ၄၆။ မိသားစုဘဝအစ
- ၄၇။ မေတ္တာထားခြင်း အလေ့အကျင့်
- ၄၈။ နက်နက် တူးပါ
- ၄၉။ အမှားတွေ လုပ်မိတာ
- ၅၀။ စေတနာနဲ့ မလုံလောက်ပါဘူး
- ၅၁။ အိမ်ကို ရှာဖွေခြင်း
- ၅၂။ တံခါးကို ဖွင့်လိုက်ပါ
- ၅၃။ သန့်စင်မွန်မြတ်တဲ့ ရင်းနှီးမှု

- ၄၆။ ၅၄။ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ စွမ်းအင်ကို စိန်ခေါ်ခြင်း
- ၄၇။ ၅၅။ ပြင်းပြတဲ့ စိတ်ဆန္ဒတစ်ခု
- ၄၈။ ၅၆။ အချစ်ကို ရှင်သန်စေဖို့ လိုအပ်တဲ့အရာ
- ၄၉။ ၅၇။ စားသုံးနိုင်တဲ့ အစားအစားနဲ့ ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို အာဟာရဖြည့်တင်းပါ
- ၅၀။ ၅၈။ အာရုံခံနိုင်တဲ့ အစားအစာ
- ၅၁။ ၅၉။ အနက်ရှိုင်းဆုံး စိတ်ဆန္ဒကို အာဟာရဖြည့်တင်းပေးခြင်း
- ၅၂။ ၆၀။ အသိသတိကို အာဟာရဖြည့်တင်းပေးခြင်း
- ၅၃။ ၆၁။ တိုင်းဆမရနိုင်တဲ့ စိတ်တွေ
- ၅၄။ ၆၂။ ကိုယ်ခန္ဓာရဲ့ အလှတရား
- ၅၅။ ၆၃။ အထီးကျန်မှုနဲ့ လိင်မှုကိစ္စ
- ၅၆။ ၆၄။ စုံတွဲတစ်တွဲဆီက လေးနက်တဲ့ နားထောင်ခြင်း
- ၅၇။ ၆၅။ ပြီးပြည့်စုံစေခြင်း
- ၅၈။ ၆၆။ အလိုအလျောက် ပျော်ရွှင်မှု
- ၅၉။ ၆၇။ တရားထိုင်ခြင်း
- ၆၀။ ၆၈။ ပျော်ရွှင်မှု ပေးကမ်းခြင်း အနုပညာ
- ၆၁။ ၆၉။ လက်ဆောင်အမှန်
- ၆၂။ ၇၀။ ပန်းပွင့်ကလေးကို ရေဖြန်းပေးခြင်း
- ၆၃။ ၇၁။ အတ္တဆိုတာ မရှိ
- ၆၄။ ၇၂။ ပေးကမ်းခြင်း သို့မဟုတ် ချစ်ခြင်းမေတ္တာ

- ၆၇။ ၇၃။ အကြီးကျယ်ဆုံး လက်ဆောင်
- ၆၈။ ၇၄။ အလင်းရောင်ကို လင်းလက်တောက်ပစေခြင်း
- ၆၉။ ၇၅။ သဘောထားအယူအဆများကို လက်လွှတ်ခြင်း
- ၇၀။ ၇၆။ သူတော်စင် ဆိုတာ မရှိ
- ၇၁။ ၇၇။ ခင်မင်ရင်းနှီးမှု
- ၇၂။ ၇၈။ တူညီတဲ့ ဦးတည်ရာကို ကြည့်ရှုခြင်း
- ၇၃။ ၇၉။ ကြာရှည်ခံတဲ့ ကတိကဝတ်တစ်ခု
- ၇၄။ ၈၀။ ပျော်ရွှင်မှုဖန်တီးခြင်း အနုပညာ
- ၇၅။ ၈၁။ အိပ်ပျော်နေတဲ့ ကလေးငယ်
- ၇၆။ ၈၂။ ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို သင်ယူခြင်း
- ၇၇။ ၈၃။ ခွင့်လွှတ်ခြင်း
- ၇၈။ ၈၄။ သင့်ရဲ့ဆက်ဆံရေးကို စစ်ဆေးကြည့်ဖို့ မေးခွန်း ၂၀
- ၇၉။ **စစ်မှန်တဲ့ ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို အာဟာရဖြည့်ပေးဖို့ အလေ့အကျင့်တွေ**
- ၈၀။ ၈၅။ မန္တန်ခြောက်ခု ၁၀၀
- ၈၁။ ၈၆။ မေတ္တာဖြင့် တရားမှတ်ခြင်း ၁၀၄
- ၈၂။ ၈၇။ ကြင်နာသနားစိတ်ဖြင့် နားထောင်ပေးခြင်း ၁၀၆
- ၈၃။ ၈၈။ ရွေးချယ်ပြီး ရေလောင်းပေးခြင်း ၁၀၇
- ၈၄။ ၈၉။ ပွေ့ဖက်တရားထိုင်ခြင်း ၁၀၈
- ၈၅။ ၉၀။ သတိငါးဖြာ ၁၁၀