

- ◆ ပူရင်းစာရေးဆရာ၏ အမှာ ၆
- ◆ ပင်မဝေါဟာရများ ၈



အခန်း(၁)
အခြေခံပုံဆွဲနည်းပညာများ

၈ - ၁၂

- ◆ ခဲတံ ဘယ်လိုကိုင်မလဲ ၁၄
- ◆ အမြင်အတိုင်း ရေးခြစ်ခြင်း ၁၅
- ◆ နှုတ်သီးခွက်နှင့် လက်ကိုင်ခွက် ၁၇
- ◆ အရောင်ခဲတံ အသုံးပြုခြင်း ၁၈
- ◆ နှစ်ဖက်ညီပုံတစ်ပုံ ဖန်တီးခြင်း ၂၂
- ◆ အရိပ်ခြစ်ရေးခြယ်ခြင်းအမျိုးမျိုး ၂၄
- ◆ မျက်မြင်တိုင်းတာခြင်း ၃၀
- ◆ ဓာတ်ပုံကိုချဲ့၍ ပုံတူရေးဆွဲခြင်း ၃၄
- ◆ အရိပ်ကွက်များ ၃၇
- ◆ မျဉ်းတစ်တန်းတည်း နီးဝေးမြင်ကွင်း ၃၉
- ◆ အချိုးကျကျဝေးသဖြင့် သေးငယ်သွားတတ်သော အရာဝတ္ထုများ ၄၀
- ◆ မျဉ်းခြောင့်များ ၄၃
- ◆ သရုပ်ပြရေးဆွဲခြင်း၊ လမ်းစည်းရိုးနှင့် ဘားတိုက်ပါဝင်သောရှုခင်း ၄၄

- ◆ သက်ငြိမ်ပုံတူအတွက် ပြင်ဆင်ခြင်း ၅၀
- ◆ သက်ငြိမ်ပုံတစ်ပုံ၏ အလင်းအမှောင် ၅၂
- ◆ ဘဲဥပုံသဏ္ဍာန် ရေးဆွဲခြင်း ၅၄
- ◆ မှန်သားပြင်၏ မာယာ ၅၆
- ◆ ပြောင်လက်သော သတ္တုပုံတူရေးဆွဲခြင်း ၅၈
- ◆ သရုပ်ပြရေးဆွဲခြင်း၊ ကြေးသတ္တုအိုးထဲက သစ်သီးများ ၆၁
- ◆ အတွင်းအခေါက်များ ရေးဆွဲခြင်း ၆၆
- ◆ အထည်တို့၏အရည်အသွေးကို ရေးဆွဲခြင်း ၇၈
- ◆ မီးတောက်ရေးဆွဲခြင်း ၇၀
- ◆ သရုပ်ပြရေးဆွဲခြင်း၊ အိုင်းရစ်ပန်းများနှင့် နှင်းပန်းများစိုက်ထားသောပန်းအိုး ၇၂



အခန်း(၂)

သက်ငြိမ်ပုံ ရေးဆွဲခြင်း

၈ - ၄၀

- ◆ ပုံအတွက် အဓိကအကြောင်းအရာကို ရွေးချယ်ခြင်း ၈၀
- ◆ နီးဝေးမြင်ကွင်းအဆင့်ဆင့် ၈၄
- ◆ ရှုခင်းတွင်ပါဝင်သည့် အဝေးအသေးစိတ်များ ၈၆
- ◆ နက်မြိုင်းသောခံစားမှုကို ရေးဆွဲဖန်တီးခြင်း ၈၈
- ◆ သစ်ပင်ပန်းပင်များ အသေးစိတ်ရေးဆွဲခြင်း ၈၉
- ◆ ပြင်သစ်နိုင်ငံတောင်ပိုင်း၏ လမ်းတစ်လမ်း မြင်ကွင်း ၉၁
- ◆ ရှုခင်းတွင် လူပုံထည့်သွင်းရေးဆွဲခြင်း ၉၉
- ◆ ညအခါ ပြင်ပရှုခင်းရေးဆွဲခြင်း ၁၀၁
- ◆ နှင်းတိုက်သဏ္ဍာန် ရေးဆွဲခြင်း ၁၀၃
- ◆ တိမ်များကို ဖမ်းဆုပ်ရေးဆွဲခြင်း ၁၀၇
- ◆ တိမ်အချို့သာရှိသော ကောင်းကင် ၁၁၁
- ◆ လှုပ်ရှားနေသောရေကို ရေးဆွဲခြင်း ၁၁၃
- ◆ ရေတွင်ထင်သောအရိပ်များကို ရေးဆွဲခြင်း ၁၁၅
- ◆ သရုပ်ပြရေးဆွဲခြင်း၊ ကျောက်ဆောင်ကြောင့် ဖြိုကျသွားသောလှိုင်းများ ၁၁၉
- ◆ စိုရွတ်သောမျက်နှာပြင်များ ရေးဆွဲခြင်း ၁၂၅



အခန်း(၄)

- ◆ မြေထောက်များ၏အချိုးအစားကိုရေးဆွဲခြင်း ၁၃၂
- ◆ ကြမ်းသစ်ပင်ရေးဆွဲခြင်း ၁၃၄
- ◆ ရေအလှည့်ပျက်တူးချဲ့ခြင်း ၁၃၆
- ◆ သစ်ပင်များကို သဘာဝကျစွာ ရေးဆွဲခြင်း ၁၃၇
- ◆ မိမိတို့အိမ်ကိုရေးဆွဲခြင်း ၁၃၇
- ◆ မလှည့်မဝင်ပျက်ရေးဆွဲခြင်း ၁၃၂
- ◆ ကျွတ်ပြဲရေးဆွဲခြင်း၊ လှေအားလှေပေါ်က လူများ၏အသံ ၁၃၆



အခန်း(၃)
ပြင်ပရှုမျှော်ခင်း
ဖြင့်ကွင်းများရေးဆွဲခြင်း

၈ - ၇၀

- ◆ ကိုယ်ဟန်ပြည့်သူကို ဟန်ပြုစေခြင်း ၁၆၆
- ◆ မြေထောက်များ၏အချိုးအစားကိုရေးဆွဲခြင်း ၁၆၈
- ◆ ထင်ရသောတိုခြင်း ၁၇၂
- ◆ ပုံတူရေးဆွဲမှု စတင်ခြင်း ၁၇၆
- ◆ ပါးစပ်ပုံတူရေးဆွဲခြင်း ၁၈၀
- ◆ မျက်လုံးများကို တိကျစွာရေးဆွဲခြင်း ၁၈၂
- ◆ ဆံပင်များကို သဘာဝကျစွာ ရေးဆွဲခြင်း ၁၈၆
- ◆ လက်ပုံတူ ရေးဆွဲခြင်း ၁၈၈
- ◆ သရုပ်ပြ ရေးဆွဲခြင်း၊ ပြတင်းပတ်အပြင်သို့ ဝေးကြည့်နေပုံကို ရေးဆွဲခြင်း ၁၉၂
- ◆ ငှက်များကို ပုံတူရေးဆွဲခြင်း ၂၀၀
- ◆ သရုပ်ပြရေးဆွဲခြင်း၊ ပုံသန်းနေသောငှက် ၂၀၄
- ◆ သားပေးပုံတူကို သဘာဝကျစွာ ရေးဆွဲခြင်း ၂၀၈