

# မာတိကာ

စာရေးသူ၏ အမှာ	၆
ပြောစကားနားထောင်တတ်တဲ့ ကလေးများဖြစ်လာစေဖို့ (၁)	၉
ပြောစကားနားထောင်တတ်တဲ့ ကလေးများဖြစ်လာစေဖို့ (၂)	၁၅
ပါးစပ်ထဲကို တွေ့တဲ့ပစ္စည်း ကောက်ထည့်တတ်တဲ့ အကျင့်	၂၁
ဝေမျှတတ်အောင် သင်ကြားမယ်	၂၇
ကလေးတို့ ဖိနပ်မစီးချင်တဲ့ ပြဿနာ	၃၀
အရုပ်ကလေးတွေ ပြန်သိမ်းတတ် ငြိမ်ငြိမ်ထမင်းထိုင်စားတတ်တဲ့ အကျင့်	၃၃
အရုပ်သိမ်း၊ ခေါင်းလျှော်၊ ကားပေါ်မှာ ထိုင်တဲ့အခါ	၄၁
မေမေ၊ ဖေဖေတို့ အပြင်ထွက်တဲ့အခါ၊ သို့မဟုတ် ခွဲခွာခြင်းကို ကြောက်ရွံ့စိတ်	၄၅

အစိုအနီ ကင်းကင်းနဲ့ လုပ်တတ်ကိုင်တတ်စေဖို့	၅၁
အပိုက်သိမ်းမယ်၊ အရုပ်သိမ်းမယ်	၅၇
အစားအသောက်စားဖို့ ပြင်ဆင်မယ် တံဆိပ်တုံးကလေး ထုကြမယ်	၆၃
ခြေစွပ်ကလေး ကိုယ့်ဟာကိုယ်စွပ်မယ် အင်္ကျီကလေးလည်း ကိုယ့်ဘာသာကိုယ်ဝတ်မယ်	၆၉
ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှုရှိစေဖို့	၇၃
စိတ်ဆိုး၊ ဝမ်းနည်း၊ ဝမ်းသာ ခံစားချက်များသိအောင် သင်ပေးခြင်း	၇၇
ကိုယ့်အရုပ်၊ ကိုယ့်နေရာ (ပိုင်ဆိုင်မှု)အကြောင်း သင်ခြင်း	၈၁
ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး စွမ်းရည်	၈၅
အပေါင်းအသင်းများနဲ့ ကစားတတ်စေဖို့	၈၉
တစ်ယောက် တစ်လှည့်	၉၃
ဂီတ၊ ကဗျာ၊ လှုပ်ရှားမှု	၉၇