

မာတိကာ

* အမှာစာ	7
1. Essential Oil အကြောင်း သိကောင်းစရာ (၁)	9
2. Essential Oil အကြောင်း သိကောင်းစရာ (၂)	13
3. Essential Oil အကြောင်း သိကောင်းစရာ (၃)	17
4. Essential Oil အကြောင်း သိကောင်းစရာ (၄)	20
5. Essential Oil အကြောင်း သိကောင်းစရာ (၅)	23
6. Essential Oil အကြောင်း သိကောင်းစရာ (၆)	26
7. Essential Oil အကြောင်း သိကောင်းစရာ (၇)	28
8. Essential Oil အကြောင်း သိကောင်းစရာ (၈)	34
9. Essential Oil အကြောင်း သိကောင်းစရာ (၉)	38
10. Essential Oil အကြောင်း သိကောင်းစရာ (၁၀)	42
11. Essential Oil အကြောင်း သိကောင်းစရာ (၁၁)	45
12. Essential Oil အကြောင်း သိကောင်းစရာ (၁၂)	48
13. Essential Oil အကြောင်း သိကောင်းစရာ (၁၃)	53
14. Essential Oil အကြောင်း သိကောင်းစရာ (၁၄)	55
15. Essential Oil အကြောင်း သိကောင်းစရာ (၁၅)	58
16. Essential Oil အကြောင်း သိကောင်းစရာ (၁၆)	61
17. Essential Oil အကြောင်း သိကောင်းစရာ (၁၇)	65
18. Essential Oil အကြောင်း သိကောင်းစရာ (၁၈)	70
19. Essential Oil အကြောင်း သိကောင်းစရာ (၁၉)	74
20. Essential Oil အကြောင်း သိကောင်းစရာ (၂၀)	78
21. Essential Oil အကြောင်း သိကောင်းစရာ (၂၁)	81
22. Essential Oil အကြောင်း သိကောင်းစရာ (၂၂)	96
23. ဂျွန်တော့ကိုယ်တွေ့ ဝမ်းလျှောခြင်းနှင့် Essential Oil	106
24. ကိုလက်စထရောနှင့် Essential Oil	111
25. Essential Oil နှင့် သွေးတွင်းအဆီများခြင်း	114
26. Essential Oil နှင့် ဝမ်းချုပ်ခြင်း	117
27. Essential Oil နှင့် ဆီးချိုဆိုင်ရာအာရုံကြောရောဂါ	119
28. ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန် ပျို့အန်ခြင်းနှင့် Essential Oil	121
29. Essential Oil ၏ ပေါင်းစည်းမှုစွမ်းအား	123
30. ရာသီလာချိန် နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းနှင့် Essential Oil	125

31. Orange Essential Oil ၏ အကျိုးကျေးဇူးများ	127
32. Essential Oil နှင့် ချောင်းဆိုးခြင်း	130
33. Essential Oil နှင့် အယ်စိုင်းမားရောဂါ	133
34. Citrus Essential Oil ၏ အကျိုးကျေးဇူးများ	135
35. Citrus Essential Oil ၏ အကျိုးကျေးဇူးများ (၂)	137
36. Citrus Essential Oil ၏ အကျိုးကျေးဇူးများ (၃)	140
37. Citrus Essential Oil ၏ အကျိုးကျေးဇူးများ (၄)	142
38. Essential Oil နှင့် အူနံရံယိုစိမ်းခြင်း	144
39. Essential Oil နှင့် စိတ်ကျရောဂါ	147
40. Essential Oil နှင့် သွေးတွင်းသကြားဓာတ်	149
41. Essential Oil နှင့် အမျိုးအစား ၂ ဆီးချိုရောဂါ	151
42. Essential Oil နှင့် ဆီးလမ်းကြောင်း ပိုးဝင်ခြင်း	153
43. ကင်ဆာနှင့်ကိုယ်ခံစွမ်းအားအတွက် Frankincense Oil ၏ အကျိုးကျေးဇူးများ	155
44. Frankincense Essential Oil အကြောင်း သိကောင်းစရာ	164
45. Essential Oil နှင့် ကင်ဆာဆေး ခြားနားချက်	172
46. Essential Oil နှင့် အတွင်းတိမ်	174