

**အမှာစာ**

- ၁။ ထုတ်ဝေခြင်းအမှာ
- ၂။ စာရေးသူအမှာ

**အက်ဆေးနှင့် အတွေးဆောင်းပါးများ**

စာမျက်နှာ

- ၃။ ဓါတ်ပုံနှစ်ပုံ ၂
- ၄။ ငွေကြေးနှင့် သြဇာလွှမ်းမိုးမှု ၈
- ၅။ ဘဝထဲသို့ ပြန်လည်ဝင်ရောက်ခြင်း ၁၅
- ၆။ လက်ပတ်နာရီတစ်လုံး ၂၃
- ၇။ ဘဝရဲ့ သမားရိုးကျနေ့ရက်များထဲမှ ထိုတစ်နေ့ ၂၉
- ၈။ ကျွန်တော်တို့ရွေးချယ်ခဲ့သောလမ်း ၃၈
- ၉။ စာရေးဆရာနှင့် ရင်ကျက်မှု ၄၃
- ၁၀။ လူသားနှင့် ဘက်လိုက်မှုစိတ်ဓါတ် ၄၈
- ၁၁။ ဘာတွေ ချန်ထားခဲ့ကြမလဲ ၅၃
- ၁၂။ ဘောလုံးကန် အကျီတစ်ထည် ၅၉
- ၁၃။ အတိတ်မေ့ သံဖြူဇရပ် ၆၃
- ၁၄။ ခပ်ညံ့ညံ့စာရေးဆရာတစ်ယောက်ရဲ့ ကိုယ်တိုင်ရေးအတ္ထုပ္ပတ္တိ ၇၂
- ၁၅။ ကြောက်စိတ်ကို တွန်းလှန်ဖယ်ရှားခြင်း ၈၁
- ၁၆။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ သူရဲကောင်းမြို့ မဟာရန်ကုန် ၈၉
- ၁၇။ ကျွန်တော်နှင့် ရုံးနိမ့်မှုသံစဉ်များ ၉၇
- ၁၈။ စာရေးဆရာနှင့် စာပေဖွံ့ဖြိုးမှု ၁၀၄

စာတယ်စာ

ကျွန်တော်တို့လူသားတွေဟာ မိမိတို့ရဲ့  
 နှလုံးသားထဲမှာ ကြောက်စိတ်ကို  
 ဆက်လက်မွေးမြူထိန်းသိမ်းနေသရွေ့  
 ကြောက်စိတ်ရဲ့ မိမိနိုင်တော်မူကို  
 ခံရမှာသာ ဖြစ်တယ်။  
 ကျွန်တော်တို့ဟာ ကြောက်စိတ်ကို  
 ဖွန်းလှန်နိုင်သမျှ ကာလပတ်လုံး  
 ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ဘဝဟာ ရှင်သန်လျက်နဲ့  
 သေဆုံးနေမှာသာ ဖြစ်တယ်။  
 ကြောက်စိတ်ကို ဖွန်းလှန်နိုင်ရေးဟာ  
 ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ဘဝတွေဆက်လက်  
 ရှင်သန်နိုင်ရေးအတွက်  
 အရေးပါလှပါတယ်။

**ဝင်းထွဋ်ဇော်**  
**ကြောက်စိတ်ကို**  
**တွန်းလှန်ဖယ်ရှားခြင်း**

[ အက်ဆေးနှင့်  
 အတွေးဆောင်းပါးများ ]