

**ဗာတိကာ**

**အမှာစာ  
နိဒါန်း**

- ၁။ အသေးစား စိတ်ကျမှု ၇
- ၂။ ကျွန်မဟာ ရောဂါဗေဒဆိုင်ရာ မုသာဝါဒီ တစ်ဦးလား ၉
- ၃။ ကျွန်မ အဆက်မပြတ် စောင့်ကြည့်ခြင်း ခံနေရတယ် ၁၃
- ၄။ ထူးခြားသူဖြစ်ချင်တဲ့ ကျွန်မရဲ့ဆန္ဒဟာ လုံးဝ ထူးခြားမှု မရှိပါ ၃၅
- ၅။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် လေးစားတန်ဖိုးထားခြင်းတဲ့လား ၅၁
- ၆။ မိမိကိုယ်မိမိ ပိုမိုကောင်းမွန်စွာ သိရှိဖို့အတွက် ကျွန်မ ဘာလုပ်သင့်သလဲ ၇၁
- ၇။ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများဖြင့် ထိန်းသိမ်းခြင်း၊ ဆင်ခြင် အကဲဖြတ်ခြင်း၊ ၈၃
- ၈။ ဆေးဝါးနှင့် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ ၉၅
- ၉။ ရုပ်ဆင်းသွင်ပြင်အပေါ် စွဲလမ်းမှု ဥပါဒါန်၊ ဥပမိ အရည်အသွေးဆိုင်ရာ စိတ်လှုပ်ရှားခြင်းနှင့် စိတ်ကစဉ်ကလျားဖြစ်မှု ၁၀၇
- ၁၀။ မင်း ငါ့ကို ဘာကြောင့် ကြိုက်နှစ်သက်တာလဲ၊ အကယ်၍ ငါ့အနေနဲ့ တစ်ခုခု လုပ်ခဲ့ရင်ကော ငါ့ကို ဆက်ပြီး ကြိုက်နှစ်သက်ဦးမှာလား ၁၁၇

- ၁၁။ ကျွန်မ မလှပါဘူးရှင် ၁၂၇
- ၁၂။ အောက်ဆုံးရဲ့ အောက်ဆုံး ၁၇၅
- ၁၃။ နိဂုံး၊ မှောင်မိုက်ခြင်းကို မခံစားဖူးသူတွေဟာ အလင်းရောင်ရဲ့ တန်ဖိုးကို ဘယ်တော့မှ သိနိုင်မည် မဟုတ်ပါ ၁၈၃
- ၁၄။ စိတ်ပညာဆရာဝန်၏ မှတ်စု **ကလီလ** မပြည့်စုံမှု တစ်ခုမှ အခြား တစ်ခုသို့ ၁၈၉
- ၁၅။ စာကြွင်း၊ ဆေးဝါးကုသမှု ခံယူပြီးနောက် ဘဝအပေါ် ရောင်ပြန်ဟပ်မှုများ ပျော်ပျော်နေရန် အားပေးမှု၏ အဆိပ်အတောက် ၁၉၃