

## မာတိကာ

- စကားစဉ်း
- ငါတစ်ယောက်တည်းလား . . . . . ၁
- ငါ့လိုပါပဲ . . . . . ၅
- ကိုယ့်စိတ်ကိုယ်ကြည့် . . . . . ၁၇
- အောင်မြင်ခြင်းနှင့် ကျွမ်းခြင်း . . . . . ၂၉
- စိတ်ဓာတ်လှုံ့ဆော်မှု (Motivation). . . . . ၃၉
- ပြိုင်ဆိုင်မှုများကို လျှော့ချခြင်း . . . . . ၅၃
- ငါတစ်ယောက်တည်းမဟုတ်ဘူး . . . . . ၇၃
- စာရေးသူကိုယ်ရေးအကျဉ်း