

မာတိကာ

ထုတ်ဝေသူအမှာ
ဘာသာပြန်သူ၏ အမှာစာ

အခန်း (၁)	ကျေးဇူးပြု၍	...	၁
အခန်း (၂)	ကျေးဇူးတင်ပါသည်	...	၄
အခန်း (၃)	ခွင့်ပြုပါ	...	၇
အခန်း (၄)	တောင်းပန်စကားဆိုခြင်း	...	၁၂
အခန်း (၅)	တောင်းပန်ချက်ကို လက်ခံခြင်း	...	၁၆
အခန်း (၆)	သင့်မိတ်ဆွေများကို သင့်မိဘတို့နှင့် မိတ်ဆက်ပေးခြင်း	...	၂၀
အခန်း (၇)	ခွင့်ပြုချက်တောင်းခံခြင်း	...	၂၅
အခန်း (၈)	ချီးကျူးစကားပြောဆိုခြင်း	...	၂၉
အခန်း (၉)	ချီးကျူးစကားကို လက်ခံခြင်း	...	၃၂
အခန်း (၁၀)	မည်သည့်အချိန်တွင် ပါးစပ်ကြီး ပိတ်ထားရမည်ကို သိခြင်း	...	၃၆
အခန်း (၁၁)	လူကြီးတို့ပြောသည်ကို နားထောင်ခြင်း၊ လူကြီးတို့ မေးမြန်းသည်ကို တုံ့ပြန်ဖြေကြားခြင်း	...	၄၀
အခန်း (၁၂)	လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ခြင်း	...	၄၄

အခန်း (၁၃)	ရှုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ချို့တဲ့မှုရှိသူများနှင့် တွေ့ဆုံသည့်အခါ တုံ့ပြန်ခြင်း	...	၄၈
အခန်း (၁၄)	သင် မနှစ်သက်သည့်လက်ဆောင်ကို လက်ခံခြင်း	...	၅၁
အခန်း (၁၅)	သင် နှစ်သက်သည့်လက်ဆောင်ပစ္စည်းကို လက်ခံခြင်း	...	၅၄
အခန်း (၁၆)	ကျေးဇူးတင်စာရေးသားခြင်း	...	၅၇
အခန်း (၁၇)	လက်ဆောင်ရွေးချယ်ခြင်း	...	၆၂
အခန်း (၁၈)	တယ်လီဖုန်းပြောဆိုခြင်း	...	၆၆
အခန်း (၁၉)	တယ်လီဖုန်းအမှာစကားကို လက်ခံပြောဆိုခြင်း	...	၇၂
အခန်း (၂၀)	လက်ကိုင်ဖုန်းကို အသုံးပြုခြင်း	...	၇၆
အခန်း (၂၁)	သန့်ရှင်းစွာအိုင်ယူခြင်း	...	၈၂
အခန်း (၂၂)	သန့်ရှင်းစွာအစားပေးခြင်း	...	၈၆
အခန်း (၂၃)	ပျင်းရိပြီးငွေ့ဖွယ်ရာနေရာများသို့ ရောက်သည့်အခါ သင် မည်သို့ပြုမူမည်နည်း	...	၈၉
အခန်း (၂၄)	ရှုပ်ရှင်ရုံတွင်း တုံ့ပြန်ပြုမူခြင်း	...	၉၃
အခန်း (၂၅)	လေယာဉ်စီး ခရီးသွားခြင်း	...	၉၇
အခန်း (၂၆)	ထိုင်နေသူတို့ရှေ့မှ ဖြတ်လျှောက်ခြင်း	...	၁၀၁
အခန်း (၂၇)	ဖိတ်ကြားစာကို ပြန်ကြားခြင်း	...	၁၀၄
အခန်း (၂၈)	လက်သုတ်ပဝါကို အသုံးပြုခြင်း	...	၁၀၈
အခန်း (၂၉)	ဝန်း၊ ခက်ရင်းတို့ကို မှန်ကန်စွာ အသုံးပြုခြင်း	...	၁၁၂
အခန်း (၃၀)	စားနှင့်ခက်ရင်းကို အသုံးပြုခြင်း	...	၁၁၆
အခန်း (၃၁)	သင် မစားနိုင်သည့်အစားအစာပြဿနာကို ဖြေရှင်းနည်း	...	၁၁၉

အခန်း (၃၂)	စားသောက်ဖွယ်ရာစာရင်းကို ကြည့်ရှုခြင်း	...	၁၂၃
အခန်း (၃၃)	အခြားသူများအတွက် တံခါးဖွင့်ပေးခြင်း	...	၁၂၇
အခန်း (၃၄)	အနောက်တိုင်းပုံစံအိမ်သာ (ဘိုထိုင်) ကို အသုံးပြုခြင်း	...	၁၃၀
အခန်း (၃၅)	လူကြီးလူတောင်းတစ်ဦးနှင့် သူ၏ကွန်ပျူတာ	...	၁၃၂
အခန်း (၃၆)	ချေးငှားခြင်းနှင့် မျှဝေသုံးစွဲခြင်း	...	၁၃၆
အခန်း (၃၇)	သူစည်း-ကိုယ့်စည်း ခွဲခြားသတ်မှတ်ခြင်း	...	၁၄၁
အခန်း (၃၈)	သင်၏ ဝတ်စားဆင်ယင်မှုနှင့် ရှုပ်ပိုင်းသွင်ပြင်ကို ဂရုစိုက်ခြင်း	...	၁၄၅
အခန်း (၃၉)	သင်၏ လက်သည်းခြေသည်းများကို ဂရုတစိုက်သန့်ရှင်းရေးပြုလုပ်ခြင်း	...	၁၅၀
အခန်း (၄၀)	တစ်ကိုယ်ရေကျန်းမာသန့်ရှင်းရေးကို ဂရုစိုက်ခြင်း	...	၁၅၃