

မာတိကာ

၁။	အောင်မြင်မှု ရရမည်ဟူသော ယုံကြည်စိတ်	၁
၂။	ဆင်ခြေမများပါနှင့်	၇
၃။	ကြောက်ရွံ့စိတ်ကို ပယ်ဖျောက်ပြီး ယုံကြည်မှုကို တည်ဆောက်ပါ	၁၇
၄။	ရည်မှန်းချက်ကြီးကြီးထားပါ	၂၄
၅။	တီထွင်ဖန်တီးတတ်အောင်	၃၂
၆။	လေးစားခံရသူဖြစ်ပါစေ	၄၄
၇။	ပတ်ဝန်းကျင် သို့မဟုတ် စိတ်အတွက်အာဟာရ	၅၁
၈။	သဘောထား သို့မဟုတ် စိတ်ဓာတ်ကြေးမုံ	၅၉
၉။	မှန်ကန်သောအမြင်	၆၇
၁၀။	စိတ်ကူးများကို အကောင်အထည်ဖော်ပါ	၇၃
၁၁။	ရှုံးနိမ့်မှုမှ အောင်နိုင်မှုသို့	၈၁
၁၂။	ပန်းတိုင်သတ်မှတ်ပါ	၈၇
၁၃။	ဦးဆောင်သူတစ်ဦးဖြစ်ပါစေ	၉၈