

♦ စာရေးသူ၏ အမှာစာ	၆	၁၃။	မေတ္တာနှင့်ယှဉ်သော စကားလုံးများကို ပြောဆိုပါ	၃၉	၂၇။	သတိလေးထားပြီး ချစ်ကြည့်မယ်	၇၅
၁။ လဲကျတဲ့အချိန် ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ပြန်ထရမယ်	၈	၁၄။	ဘဝဆိုတာ ရှေ့ဆက်သွားနေရဦးမှာပါ	၄၂	၂၈။	တန်ဖိုးကို နားလည်မှ တန်ဖိုးကို သိမယ်	၇၇
၂။ ကျန်းမူတွေကို အောင်မြင်မှု လှေကားထစ်သို့ ပြောင်းလဲပါ	၁၁	၁၅။	မျှော်လင့်ချက် (သို့မဟုတ်) ခွန်အား	၄၅	၂၉။	မနာလိုစိတ်ရှိသောသူများအကြောင်း	၇၉
၃။ ကိုယ့်လမ်းကြောင်း ကိုယ်ကြည့်ပါ	၁၃	၁၆။	အတိတ်ထဲကနေ ရုန်းထွက်ဖို့ လုပ်ပါ	၄၈	၃၀။	အာဇာနည်ပါဝါ ပြတတ်သောသူများအကြောင်း	၈၂
၄။ ပြီးပြည့်စုံခြင်းဟူသည်	၁၅	၁၇။	ဒိတ်လွန်နေ့စွဲများ	၅၀	၃၁။	ချစ်ပါ သို့သော် သတိထားပါ	၈၄
၅။ ကိုယ့်အပေါ် ကောင်းပေးခဲ့တဲ့သူတွေရဲ့ စေတနာကို		၁၈။	ပန်းတိုင်ဆီသို့ လျှောက်လှမ်းခြင်း	၅၂	၃၂။	ပျော်ရွှင်မှုဆိုတာ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်မှာပဲ တာဝန်ရှိပါတယ်	၈၇
သတိရတတ်ပါစေ	၁၈	၁၉။	ခွင့်လွှတ်ခြင်းနှင့် စွန့်လွှတ်ခြင်း	၅၅	၃၃။	ပြတ်သားစွာ စွန့်လွှတ်ခြင်း	၈၉
၆။ အခက်အခဲကြုံ မဖြူစတမ်း	၂၁	၂၀။	တစ်ရက်ချင်းစီကို ကောင်းမွန်စွာ ဖြတ်သန်းပါ	၅၇	၃၄။	ကိုယ့်ကိုမလိုအပ်တဲ့ ရပ်ဝန်းတွေနဲ့ ကြုံလာရတဲ့အခါ	၉၁
၇။ အောင်မြင်မှုအတွက် ဘယ်တော့မှ နောက်မကျ	၂၃	၂၁။	ပေးလာတဲ့ ဘဝပေး အခြေအနေတွေ မတူညီနိုင်ပါ	၅၉	၃၅။	အကောင်း အဆိုးက ခွန်တွဲနေတတ်ပါတယ်	၉၄
၈။ နေ့ရက်တိုင်း ပျော်ရွှင်အောင်နေထိုင်နည်း	၂၆	၂၂။	အဆင်မပြေမှုတွေ ကြုံတွေ့လာရတဲ့အခါ	၆၃	၃၆။	ဘယ်အရာမှ မမြဲပါ	၉၆
၉။ ပျော်ရွှင်မှု စံနှုန်းလေးများ	၂၉	၂၃။	လွတ်မြောက်ခြင်း	၆၅	၃၇။	လမ်းပျောက်နေသောသူများအတွက်	၉၈
၁၀။ တိုတိုနှင့် ထိရောက်စေသော လမ်းညွှန်ချက်များ	၃၂	၂၄။	မျက်မှန်လေးတစ်လက်ကပေးတဲ့ သင်ခန်းစာ	၆၇	၃၈။	ကိုယ့်ကို ပြန်မချစ်တဲ့သူတွေကို ဘယ်လိုဆက်ဆံရမလဲ	၁၀၀
၁၁။ လူဆိုးမှ လူကောင်းသို့	၃၄	၂၅။	လိုက်လျောညီထွေ ရှင်သန်ပါ	၇၁	၃၉။	Fake friend တွေကို ရှောင်ပါ	၁၀၂
၁၂။ အဖေ ဆုံးမခဲ့သော စကားလေးတစ်ခွန်း	၃၆	၂၆။	ကျေနပ်နှစ်သိမ့်နိုင်စွမ်း	၇၄			