

မာတိကာ

၁။ အရွယ်ရှိတုန်း အချိန်မဖြုန်းနဲ့	၁၇
၂။ လမ်းပျောက်သလို ခံစားရတဲ့အခါ	၂၁
၃။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပြန်လည် ရှာဖွေခြင်း	၂၅
၄။ မိဘကို လုပ်ကျွေးပြုစုဖို့ အချိန်တန်ပါပြီ	၂၈
၅။ ငွေကြေးလွတ်လပ်မှု (Financial Freedom)	၃၂
၆။ လက်ရှိ ဝင်ငွေနဲ့ မတင်းတိမ်လိုက်ပါနဲ့	၃၆
၇။ ပိုက်ဆံအပိုဝင်ငွေ ဘယ်လို ရှာလို့ရမလဲဆိုရင်	၄၀
၈။ အချိန်တိုအတွင်း နောက်လူတစ်ယောက်လို ပြောင်းလဲသွားစေမယ့် အလေ့အကျင့်များ	၄၄
၉။ တန်ရဲ့လားဆိုတာ အမြဲ သုံးသပ်ပါ	၄၇
၁၀။ သင့်ပတ်ဝန်းကျင်မှာ ဘယ်လိုလူတွေ ရှိသလဲ	၅၁
၁၁။ အဆိပ်အတောက်ဖြစ်စေတဲ့ လူများ	၅၅
၁၂။ တစ်နေ့ထက်တစ်နေ့ ပိုပြီး ရင့်ကျက်တဲ့သူ ဖြစ်ဖို့ဆိုရင်	၅၇
၁၃။ မကောင်းတဲ့ ကံတွေကို ပြန်လည် ကောင်းမွန်လာအောင်	၆၀
၁၄။ ရပ်တန့်မသွားဘဲ ဆက်ကြိုးစားပါ	၆၂
၁၅။ အမြဲ ဆင်းရဲနေမယ့်သူတွေရဲ့ အလေ့အကျင့်များ	၆၅
၁၆။ မိဘကို ပိုက်ဆံ အကုန်မအပ်ပါနဲ့	၆၇

၁၇။ Social Media ကနေ တစ်ခါလောက် ဝင်ငွေရှာကြည့်ပါ	၇၁
၁၈။ ကိုယ်ထူးကိုယ်ချွန်	၇၄
၁၉။ လူငယ်တွေ သိသင့်တဲ့ HIV	၇၆
၂၀။ စိတ်နဲ့သာ ဖြေစေလိုသော မေးခွန်းများ	၈၂
၂၁။ Self - Esteem (မိမိကိုယ်ကို လေးစားတန်ဖိုးထားတတ်ခြင်း)	၈၅
၂၂။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သဘောကျရဲ့လား	၉၀
၂၃။ အကောင်းမွန်ဆုံး ရှင်သန်နေထိုင်ခြင်း	၉၄
၂၄။ ကြိုးစားနေတဲ့လူငယ်တိုင်း ဖတ်သင့်တဲ့ပုံပြင်တစ်ပုဒ်	၉၈

Special Episode

၂၅။ အသက် (၂၀) ကျော်ပြီဆိုရင်	၁၀၂
၂၆။ ဒီနေ့အတွက် ဆုတောင်းမေတ္တာပို့သခြင်း	၁၀၃
၂၇။ အနှစ်သာရပြည့်ဝတဲ့ မွေးနေ့ဖြစ်ဖို့ဆိုရင်	၁၀၄
၂၈။ မချစ်သင့်တဲ့သူကို ချစ်မိတဲ့အခါ	၁၀၆
၂၉။ ဆုံးရှုံးပြီးသွားရင် ပြန်လိုချင်လို့ မရတော့ဘူး	၁၀၉
၃၀။ သင့်ကို စိတ်ပင်ပန်းစေသူရဲ့အနားမှာ အကြာကြီးမနေပါနဲ့	၁၁၂
၃၁။ ရွေးချယ်မခံရတဲ့အခါ နားလည်ပေးလိုက်ပါ	၁၁၄
၃၂။ တစ်စုံတစ်ယောက်ကို မေတ္တာပို့ခြင်း	၁၁၅
၃၃။ လူတစ်ယောက်အတွက် နောက်ဆုံးနှုတ်ဆက်စကား	၁၁၆
၃၄။ လုံးဝ မချစ်သင့်တဲ့လူ (၅) ဦး	၁၁၇

